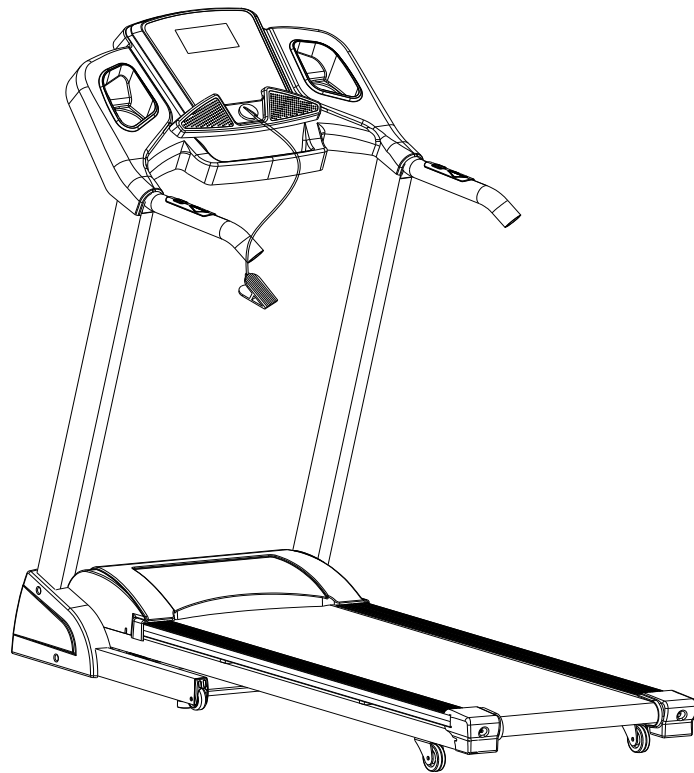


X-ERFIT

Käyttöohjeet

440 RUNNER



SISÄLLYS

| | |
|---------------------|-------|
| Tärkeitä ohjeita | 2-3 |
| Asennus | 3-5 |
| Kokoaminen | 6 |
| Kallistusohjeet | 7 |
| Maadoitusmenetelmät | 8 |
| Käyttö | 9-13 |
| Käynnistys | 14 |
| Harjoitukset | 15 |
| Kunnossapito | 16 |
| Juoksuhihnan säätö | 17 |
| Räjäytyskuva | 18 |
| Osaluettelo | 19-20 |
| Vikakoodit | 21 |
| Huolto | 22 |

TÄRKEITÄ OHJEITA

VAARA:

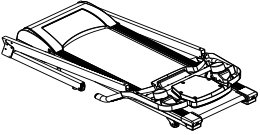
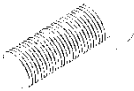
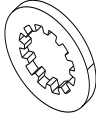

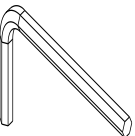
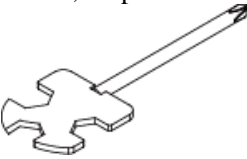
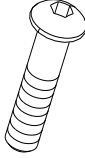
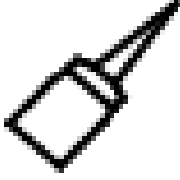
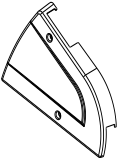
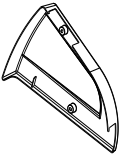
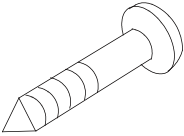
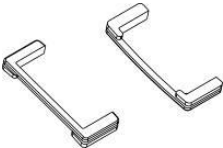

Ennen kunto-ohjelman aloittamista keskustele siitä lääkärisi kanssa. Tämä on erityisen tärkeää, jos olet yli 35vuotia tai sinulla on ollut terveysongelmia.

Älä tee laitteeseen muutoksia, sillä se on käyttövalmis.

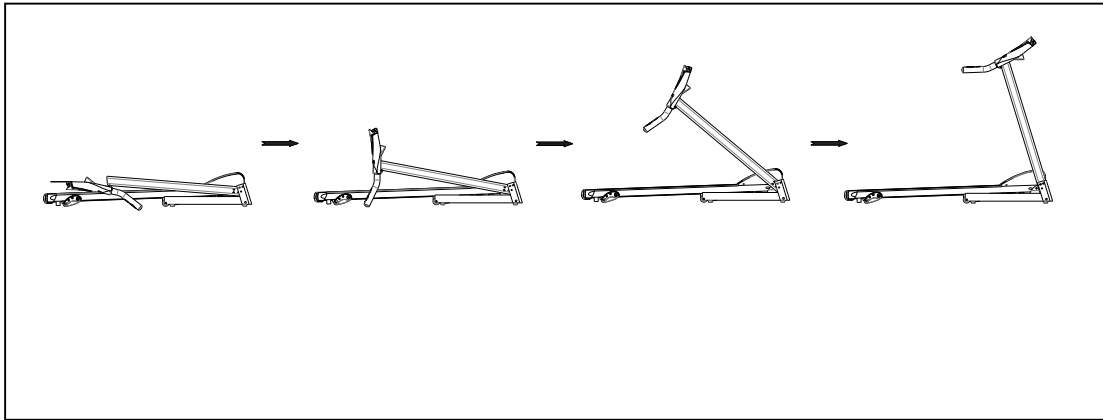
1. Kiinnitä turva-avain kuntovälineeseen aina, kun käytät laitetta.
2. Älä työnnä laitteeseen vierasesineitä.
3. Sijoita laite tasaiselle alustalle. Älä aseta laitetta paksulle matolle, sillä se haittaa laitteen tuuletusta. Älä sijoita laitetta veden lähelle tai ulkotiloihin.
4. Seiso jalat molemmin puolin laitetta, kun käynnistät sen. — Nouse juoksumatolle vasta, kun se on käynnissä.
5. Käytä sopivia urheiluvaatteita, kun aiot käyttää laitetta. Älä käytä löysiä vaatteita, sillä ne voivat jäädä kiinni laitteen liikkuviin osiin. Käytä aina puhtaita juoksukenkä.
6. Alle 12-vuotiaat lapset ja lemmikit on pidettävä erossa laitteesta.
7. Odota vähintään 40 minuuttia ruokailun jälkeen, ennen kuin aloitat harjoittelun.
8. Laite on suunniteltu aikuisten käyttöön. Lapset eivät saa käyttää laitetta ilman aikuisten valvontaa.
9. Kunnes tunnet juoksumaton toimintatavan, pidä kiinni kädensijoista kun kävelet tai juokset matolla.
10. Mikäli virtajohto vahingoittuu, ota yhteyttä jälleenmyyjään tai huoltoon. Huollon yhteystiedot ovat tämän käyttöohjeen viimeisellä sivulla.
11. Kun laite ei ole käytössä, se on sammutettava, turva-avain irrotettava ja virtajohto irrotettava pistorasiasta.
12. Tämä laite on suunniteltu vain kotikäyttöön.
13. Käyttäjän enimmäispaino voi olla 100 kg.
14. Ylikuntoilu saattaa olla haitallista ja aiheuttaa loukkaantumisia.
15. Kun laite ei ole käytössä, se on sammutettava, turva-avain irrotettava ja virtajohto irrotettava pistorasiasta.

ASENNUS

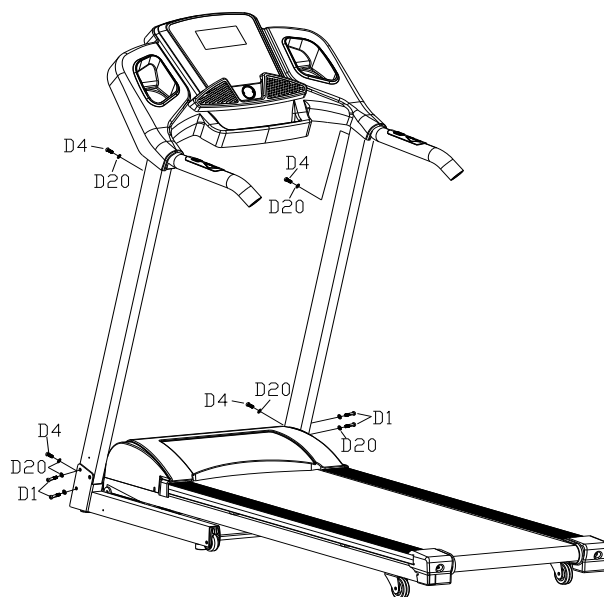
Pakkauksessa on seuraavat osat:

| | | | |
|--|---|--|--|
| Päärunko, 1 kpl  | D4 pyöreä kuusiokolopultti M8*20, 4kpl  | D20 aluslevy M8, 8 kpl  | C14 turva-avain 1 kpl  |
| D22 5 mm kuusiokoloavain, 1 kpl  | D30 ruuvitaltta 13-15-17, 1 kpl  | D1 pyöreä kuusiokolopultti M8*45, kpl  | B18 silikoniöljy, 1 kpl  |
| B22 vasen sivusuoja, 1 kpl  | B23 oikea sivusuoja, 1 kpl  | D29 ruuvi ST4.2X20, 4 kpl  | B4 kuminen sivusuoja, 2 kpl  |
| C21 MP3-johdo, 1 kpl  | | | |

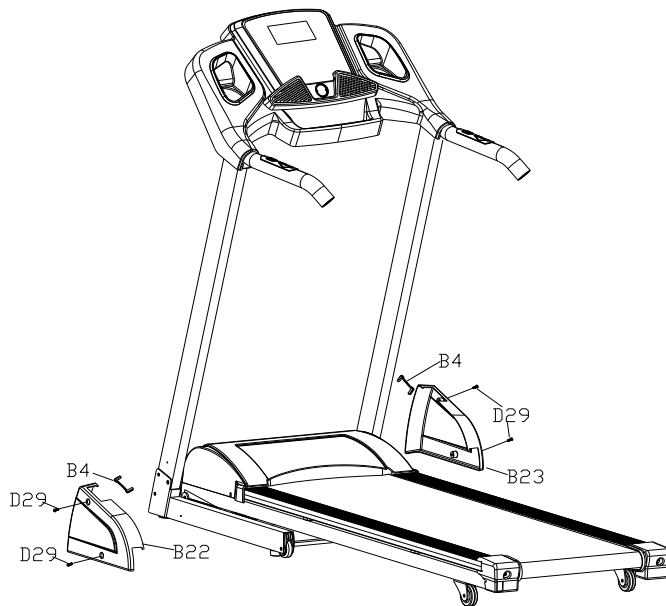
Vaihe 1: Nosta laite pystyyn, kuten kuvassa on näytetty. Varo jättämästä johtoja puristuksiin.



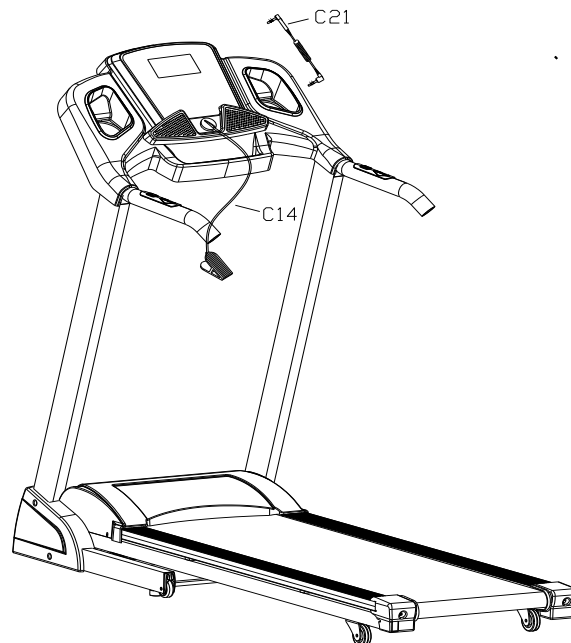
Vaihe 2: Kiinnitä M8*20 pulteilla (D4), M8x45 pulteilla (D1) ja aluslevyillä (D20).



Vaihe 3: Kiinnitä sivusuojat (B22 ja B23) ST4.2*20 ruuveilla (D19), ja kiinnitä sen jälkeen sivusuojan kumilevy (B4).

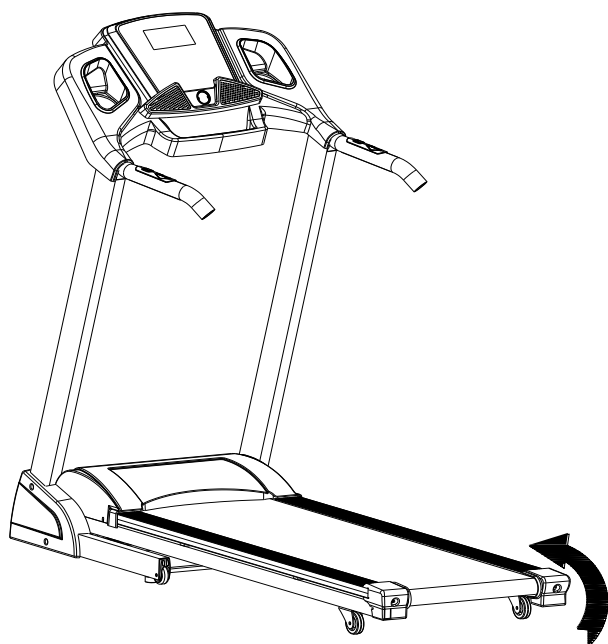


Vaihe 4: Kytke turva-avain (C14) ja MP3-johdo (C21).



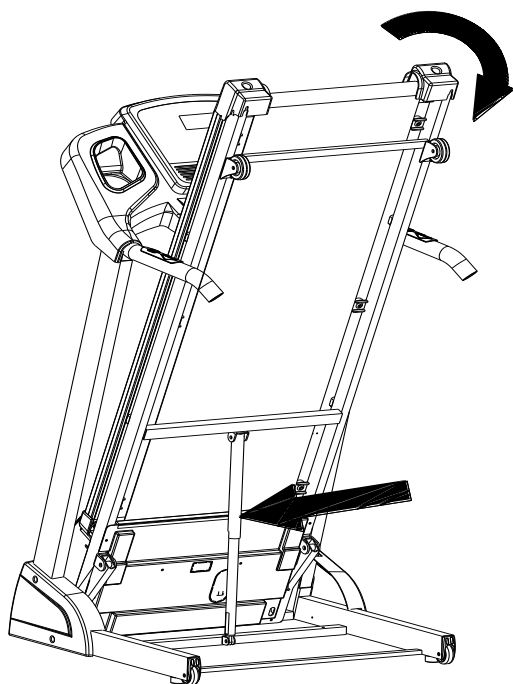
Huomaa: Tarkista että kaikki ruuvit ja pultit on kiristetty kunnolla. Lue kaikki ohjeet, jotta osaat käyttää laitteen kaikkia ominaisuuksia.

KOKOAMINEN



LAITTEEN AVAAMINEN

Nosta runkoa ylös, kunnes turvalukitus naksahda paikoilleen.



LAITTEEN KASAAMINEN

Tönäise turvaholkkia kevyesti jalalla ja vedä runko varovasti alas.

MAADOITUS

Laitte on maadoitettava. Jos laite rikkoutuu, laitteen maadoitus huolehtii että sähkövirralla on vähimmän vastuksen pääsy pois ja siten pienennetään vaaraa, jolla käyttäjä voi saada sähköiskun.

Laitteen sähköistyksessä on maadoitusjohto ja maadoituskontakti.

Huomaa: Jollet ole varma, onko maadoitusjohto kytketty oikein, ota yhteys valtuutettuun sähköasentajaan tai huoltoedustajaan.

KÄYTTÖ

1.1. NÄYTTÖ



TOIMINNOT

1. START

Tietokoneen laskuri laskee alaspäin, ennen kuin se käynnistää tavallisen ohjelman.

2. PROGRAM

Valitse manuaalisen ohjelman, 12 automaattisen ohjelman, rasvaprocenttiohjelman ja kolmen laskuriohjelman välillä.

3. TURVA-AVAIN

Jos irrotat turva-avaimen käytön aikana, näyttö tyhjenee, tietokoneen merkkivalot vilkkuvat ja juoksumatto pysähtyy. Kytke turva-avain takaisin jatkaaksesi käyttöä.

4. PAINIKKEET

START: Paina tätä painiketta aloittaaksesi harjoituksen.

STOP: Paina tätä painiketta päättääksesi harjoituksen.

PROG: Paina tätä painiketta valitaksesi eri ohjelmien välillä.

MODE: Paina tätä painiketta valitaksesi eri laskuritulojen välillä. H1-tila laskee aikaa, H2-tila laskee matkaa ja H3 laskee kaloreita. Säädä arvoja painamalla SPEED+/- - tai INCLINE+/- -painiketta. Paina sen jälkeen START-painiketta käynnistääksesi ohjelman alusta.

SPEED+/- Tämä painike säättää nopeutta 0,1 km/h askelin. Pidä painiketta painettuna yli kahden sekunnin ajan nostaaksesi/laskeaksesi nopeutta nopeammin.

NOPEUSPAINIKKEET: Paina joko 4, 8 tai 12 km/h ja siirry suoraan näihin nopeuksiin.

INCLINE+/- Nämä painikkeet säättävät rungon kallistusta yhdellä tasolla askelta kohti. Pidä painiketta painettuna yli kahden sekunnin ajan nostaaksesi/laskeaksesi runkoa nopeammin.

KALLISTUSPAINIKKEET: Paina joko 4, 8 tai 12 ja siirry suoraan näihin kallistustasoihin.

NÄYTTÖ

1. SPEED (nopeus)

Näyttää juoksumaton nopeuden.

2. TIME (aika)

Näyttää joko ajan, jonka olet jo kuntoillut tai ajan joka sinulla on jäljellä kuntoilua, ohjelmasta riippumatta.

3. DISTANCE (matka)

Näyttää joko matkan, jonka olet jo liikkunut tai matkan joka sinulla on jäljellä liikkumista, ohjelmasta riippumatta.

4. CALORIE (kalorit)

Näyttää suunnilleen kuinka monta kaloria olet polttanut, tai kuinka monta kaloria sinulla on vielä poltettavana, ennen kuin saavutat tavoitearvosii.

5. INCLINE (kallistus)

Näyttää laitteen kallistustason.

6. PULSE (sykelukija)

Lukee sykkeesi.

7. Tietonäytön asteikot:

| | |
|---------------------|------------------------|
| TIME (aika) | 0:00 – 99,59 minuuttia |
| DISTANCE (matka) | 0.0 – 99,9 km |
| CALORIES (kalorit) | 0 – 999 C |
| SPEED (nopeus) | 1,0 – 16,0 km/t |
| PULSE (syke) | 50 – 200 BPM |
| INCLINE (kallistus) | 0 – 12 |

8. Syketoiminto

Kun juoksumatto on käynnissä, tartu kiinni käden sykeantureihin noin 5 sekunnin ajaksi. Näyttö näyttää sen jälkeen syketasosi. Asteikko on 50 – 200 BPM, ja näytössä näkyy sydänkuvake, kun syke luetaan. Tämä arvo on vain arviolukema eikä sitä pidä käyttää lääketieteellisiin tarkoituksiin.

9. Ohjelmien yleiskatsaus

| AIKA Tila | | KOKONAISAIKA / 10 = LOHKON AIKA | | | | | | | | | |
|--------------|---------|---------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|---|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| P1 | SPEED | 5 | 5 | 8 | 7 | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 5 |
| | INCLINE | 0 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 0 |
| P2 | SPEED | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 | 6 |
| | INCLINE | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 |
| P3 | SPEED | 4 | 6 | 8 | 10 | 9 | 10 | 8 | 4 | 5 | 4 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 |
| P4 | SPEED | 5 | 5 | 7 | 8 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 5 |
| | INCLINE | 0 | 3 | 3 | 2 | 2 | 5 | 5 | 3 | 3 | 2 |
| P5 | SPEED | 5 | 8 | 8 | 8 | 10 | 9 | 9 | 7 | 7 | 6 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 |
| P6 | SPEED | 4 | 8 | 7 | 6 | 10 | 9 | 7 | 5 | 5 | 4 |
| | INCLINE | 3 | 4 | 5 | 6 | 3 | 5 | 5 | 6 | 4 | 3 |
| P7 | SPEED | 4 | 11 | 11 | 9 | 9 | 8 | 7 | 5 | 4 | 4 |
| | INCLINE | 0 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 0 |
| P8 | SPEED | 4 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 | 10 | 10 | 8 | 4 |
| | INCLINE | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 2 |
| P9 | SPEED | 4 | 6 | 7 | 7 | 8 | 7 | 8 | 5 | 5 | 4 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 |
| P10 | SPEED | 4 | 7 | 9 | 7 | 10 | 8 | 7 | 4 | 6 | 5 |
| | INCLINE | 1 | 5 | 6 | 8 | 12 | 9 | 10 | 9 | 5 | 3 |
| P11 | SPEED | 4 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 7 | 5 | 4 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 6 | 8 | 6 | 5 | 8 | 7 | 5 | 2 |
| P12 | SPEED | 4 | 5 | 7 | 8 | 10 | 8 | 11 | 8 | 7 | 5 |
| | INCLINE | 5 | 7 | 5 | 8 | 6 | 5 | 9 | 10 | 6 | 2 |

MANUAALINEN TILA

1. Paina START-painiketta. Tietokone laskee viisi sekuntia, ennen kuin juoksumatto alkaa liikkua nopeudella 1 km/h.
2. Säädä nopeutta painamalla SPEED+/-painiketta.
3. Säädä kallistusta painamalla INCLINE+/-painiketta.
4. Jos haluat pysäyttää juoksuhihnan, voit painaa STOP-painiketta.
5. Paina nopeuspainiketta halutulle nopeudelle.
6. Paina nopeuspainiketta halutulle kallistukselle.

LASKURITOIMINNON PARAMETRIT

Ajan laskuritoiminnon vakioarvot: 30:00 minuuttia

Asetusasteikko: 5:00 – 99:00 minuuttia

Matkan laskuritoiminnon vakioarvot: 1,0 km

Asetusasteikko: 0,5 – 99,9 km

Kalorien laskuritoiminnon vakioarvot: 50 therm

Asetusasteikko: 10 – 990 therm

RASVAPROSENTTI (FAT)

Paina ennen harjoittelujakson alkua PROGRAM-painiketta, kunnes saavutat rasvaprosenttitoiminnon (FAT). Paina MODE-painiketta ja anna tiedot sukupuolesta (F-1), iästä (F-2), pituudesta (F-3) ja painosta (F-4). Tallenna arvot painamalla **SPEED+/-** -painiketta. Kun painat MODE-painiketta kohdassa F-5, ja tartut kiinni käden sykeantureista, tietokone laskee BMI-arvon, jossa verrataan painoasi suhteessa pituuteesi.

Ihanteellinen BMI-arvo on 20–25. Kun lukema on alle 20, se merkitsee että käyttäjä on alipainoinen. Kun lukema on 25–29 se merkitsee käyttäjän ylipainoa ja lukeman ollessa yli 30 käyttäjä on lihava. Nämä tiedot ovat vain viitteellisiä eikä niitä pidä käyttää lääketieteellisiin tarkoituksiin. BMI-arvoa ei ole tarkoitettu viitearvoksi urheilijoille tai muille keskikuntoa paremmassa kunnossa oleville henkilöille.

ASTEIKOT:

01 – SEX (sukupuoli): 01 (mies) 02 (nainen)

02 – AGE (ikä): 10 – 99

03 – HEIGHT (pituus): 100 – 200

04 – WEIGHT (paino): 20 – 150

05 – FAT (BMI): ≤ 19 alipaino
= 20 – 25 ihannepaino suhteessa pituuteen
= 26 – 29 ylipaino
≥ 30 vaikea lihavuus

MUUTA

Kun tietokone ei vastaanota signaaleja 10 minuuttiin, se siirtyy lepotilaan. Herätä tietokone painamalla jotain painiketta.

Harjoitteluun voi asettaa kerralla vain yhden laskuriarvon.

MP3-johdon liitäntä on tietokoneen oikealla puolella.

KÄYNNISTYS

VALMISTELUT

Jos olet täyttänyt 35 vuotta tai sinulla on terveysongelmia, sinun tulee keskustella lääkärisi kanssa ennen uuden kunto-ohjelman aloittamista.

Opettele juoksumaton käyttö ennen kuin aloitat harjoittelun. Seiso jalat jalkatuilla ja tutustu miten käynnistät ja pysäytät juoksuhinnan ja miten säädät sen nopeutta ja kallistuskulmaa.

HARJOITTELU

Kun olet opetellut juoksumaton käytön voit nousta juoksuhinnalle, joka on käynnissä hiljaisella nopeudella. Tutustu juoksumaton ominaisuuksiin liikkumalla sillä asteittain nopeutta lisäämällä. Älä lisää nopeutta ennen kuin juoksuhinnan nykyinen nopeus tuntuu mukavalta. Kokeile myös vähitellen muuttaa kallistuskulmaa asteittain.

HARJOITTELUMÄÄRÄ

Nopea harjoittelu

Lämmittele kahden minuutin ajan juoksemalla 4,8 km/h ennen kuin nostat nopeudeksi 5,3 km/h ja hetken kuluttua nostat nopeudeksi 5,8 km/h. Lisää sen jälkeen 0,3 km/h joka toinen minuutti, kunnes olet hengästynyt. Jatka niin kauan kuin se tuntuu miellyttävältä. Kun saavutat nopeuden joka tuntuu epämiellyttävältä, laske nopeutta 0,3 km/h. Harjoittele näin 15–20 minuuttia ja laske viimeisten neljän minuutin aikana nopeutta asteittain. Jos eri nopeuksilla harjoittelu tuntuu hankalalta voit sen sijaan nostaa kallistuskulmaa asteittain.

Tehoharjoittelu

Lämmittele juoksemalla viisi minuuttia 4 – 4,8 km/h vauhdilla, ennen kuin lisäät nopeutta 0,3 km/h joka toinen minuutti. Löydä kokeilemalla nopeus, jolla voit juosta vaivatta 45 minuutin ajan. Jos haluat lisää haastetta, treenaa tällä nopeudella tunnin ajan. Käytä harjoittelun viimeiset neljä minuuttia nopeuden asteittaiseen alentamiseen.

HARJOITTELUKERTOJEN MÄÄRÄ

Pyri harjoittelemaan 15–60 minuuttia kerralla kolmesta viiteen kertaan viikossa. Kannattaa laatia harjoitteluohjelma, jossa on tarkat harjoitteluajat sen sijaan että kuntoilet silloin, kun siltä tuntuu. Keskustele lääkärisi kanssa ennen uuden harjoitusohjelman aloittamista. Lääkärisi voi antaa ohjeita mikä harjoitusteho soveltuu parhaiten sinulle. Jos tunnet kipuja tai epämukavaa oloa kuntoilujakson aikana, lopeta heti ja keskustele siitä lääkärisi kanssa.

Nopeustaulukko:

| | |
|--------------|--|
| 1 – 3 km/h | sopii huonokuntoiselle käyttäjälle. |
| 3 – 4,5 km/h | sopii harvoin kuntoilevalle käyttäjälle. |
| 4,5 – 6 km/h | sopii reippaalle kävelijälle. |
| 6 – 7,5 km/h | sopii erittäin nopealle kävelijälle. |
| 7,5 – 9 km/h | hölkkä. |
| 9 – 12 km/h | juoksu. |
| Yli 12 km/h | sopii erittäin hyväkuntoisille juoksijoille. |

VENYTTELYOHJEITA

Oikealla olevat kuvat näyttävät, miten venyttelet oikein. Liiku hitaasti venytellessäsi, älä tee nopeita tai äkkinäisiä liikkeitä.

1. Taivuta itseäsi varpaitasi kohti.

Seiso polvet hieman taivutettuina ja kumarru hitaasti lanteita taivuttaen alaspäin. Rentouta selkäsi ja olkapääsi kun venytät itseäsi niin lähelle varpaitasi kuin pääset. Laske 15 ja rentoudu. Toista kolme kertaa. Tämä venyttää kinnerjänteitä, polvien takaosaa ja selkää.

2. Kinnerjänteet

Istu toinen jalka ojennettuna eteenpäin, ja toisen jalan jalkapohja on ojennetun jalan reittä vasten painettuna.

Venytä kohti varpaitasi niin pitkälle kuin voit. Laske 15 ja rentoudu. Toista kolme kertaa molempien jalkojen kohdalla. Tämä venyttää kinnerjänteitä, alaselkää ja nivustaiteita.

3. Akillesjänne ja pohjelihas

Seiso toinen jalka hieman toisen edessä ja aseta kätesi eteen seinää vasten. Pidä taempi jalka suorana ja taemman jalan jalkapohja maata vasten. Taivuta edessä olevaa jalkaa, taivuta eteenpäin ja työnnä lantiota kohti seinää.

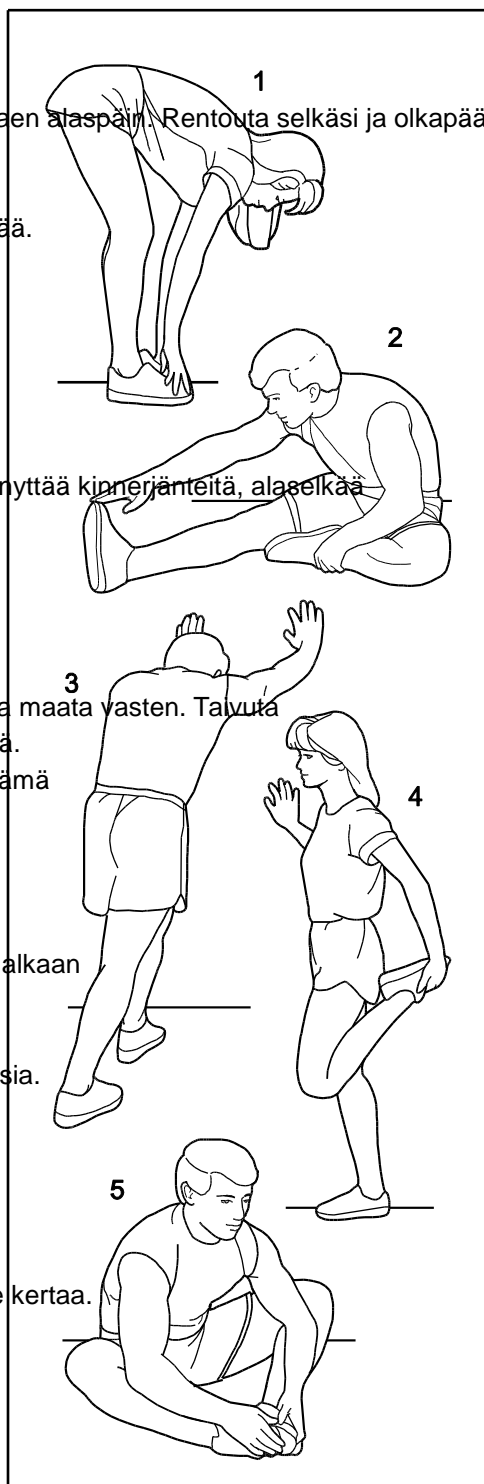
Laske 15 ja rentoudu. Toista kolme kertaa kummankin jalan osalta. Tämä venyttää akillesjänteitä, nilkkoja ja pohjelihaksia.

4. Reisilihakset

Aseta toinen kätesi seinää vasten tasapainon vuoksi ja tartu toiseen jalkaan selän takaa toisella kädellä. Tuo jalan kantapää mahdollisimman lähelle takamustasi. Laske 15 ja rentoudu. Toista kolme kertaa kummankin jalan osalta. Tämä venyttää reisilihaksia ja nivusten lihaksia.

5. Reiden sisäpuoliset lihakset

Istu siten että jalkojesi jalkapohjat ovat toisiaan vasten ja polvesi osoittavat ulospäin. Vedä jalkojasi mahdollisimman lähelle nivusiasi. Säilytä asento 15 sekuntia ja rentoudu. Toista kolme kertaa. Tämä venyttää reisilihaksia ja nivusten lihaksia.



KUNNOSSAPITO

HUOMAA:

Varmista, että pistoke on irrotettu pistorasiasta ennen kuin puhdistat ja/tai huollat laitetta.

PUHDISTUS:

Laitteen säännöllinen puhdistus pidentää tuotteen käyttöikää. Puhdista laite säännöllisesti pölyistä. Huolehdi, että peset juoksuhihnan molemmilla puolilla olevan vapaan alueen sekä sivukiskot. Tämä vähentää pölyn ja vierasesineiden kertymistä juoksuhihnan alle. Varmista, että juoksukenkäsi ovat puhtaat, ennen kuin käytät laitetta. Juoksuhihnan ulkopinnan voi puhdistaa saippuaveteen kostutetulla liinalla. Älä anna nesteen päästä juoksumaton rungon sisälle tai juoksuhihnan alle.

HUOMAA:

Irrota aina pistoke pistorasiasta, kun irrotat moottorisuojuksen. Irrota moottorisuojaus vähintään kerran vuodessa ja imuroi se.

Juoksumaton juoksuhihna ja alusta ovat rasvattuja. Juoksuhihnan ja alustan välisellä kitkalla voi olla suuri merkitys laitteesi käyttöiälle ja siksi nämä osat on rasvattava huolellisesti, jotta laite pysyy parhaassa mahdollisessa kunnossa. Suositus on, että tarkistat alustan kunnon säännöllisesti.

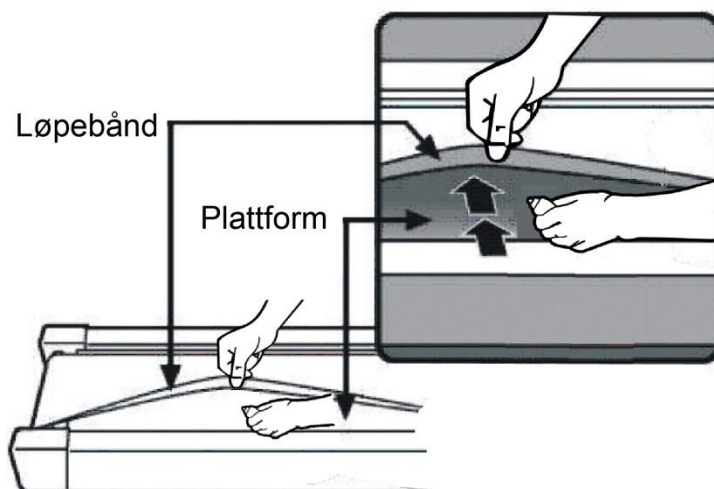
Suosittelutarkistusohjelma:

Käyttäjä käyttää laitetta 3 kertaa tai harvemmin viikossa: 60 vuorokautta

Käyttäjä käyttää laitetta 3–5 kertaa viikossa: 45 vuorokautta

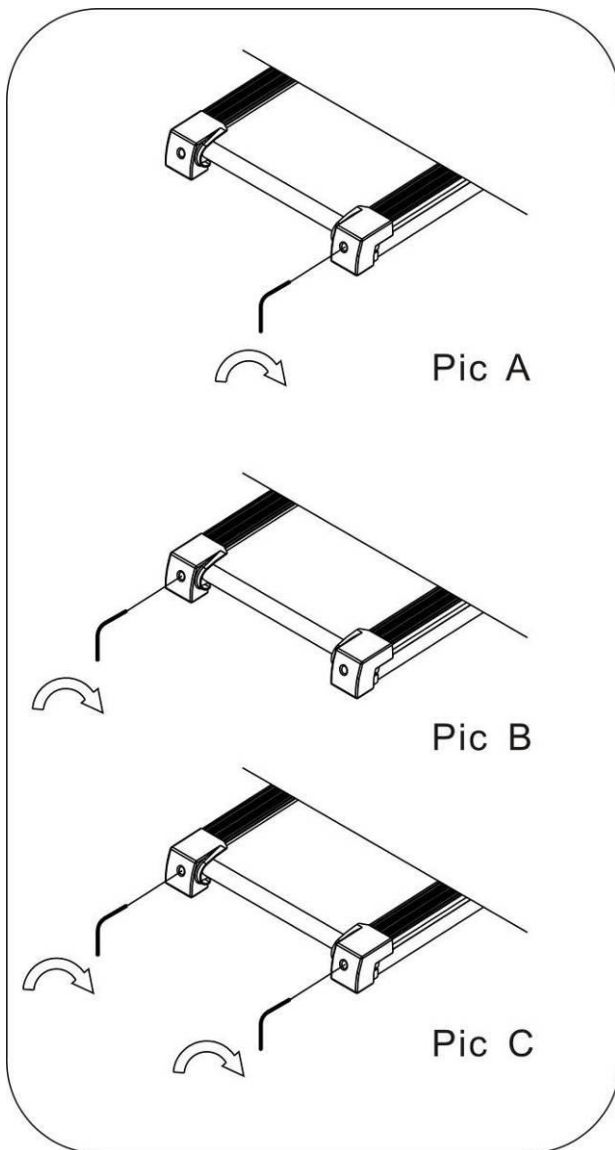
Käyttäjä käyttää laitetta vähintään 5 kertaa viikossa: 30 vuorokautta

Ota yhteys jälleenmyyjään tai katso viimeiseltä sivulta huoltotiedoista millaista voiteluainetta kannattaa käyttää ja mistä sitä voi hankkia.



Juoksuhihnan säätö

Aseta juoksumatto tasaiselle alustalle. Aseta juoksuhihna liikkumaan noin 6–8 km/h ja tarkkaile miten juoksuhihna toimii.

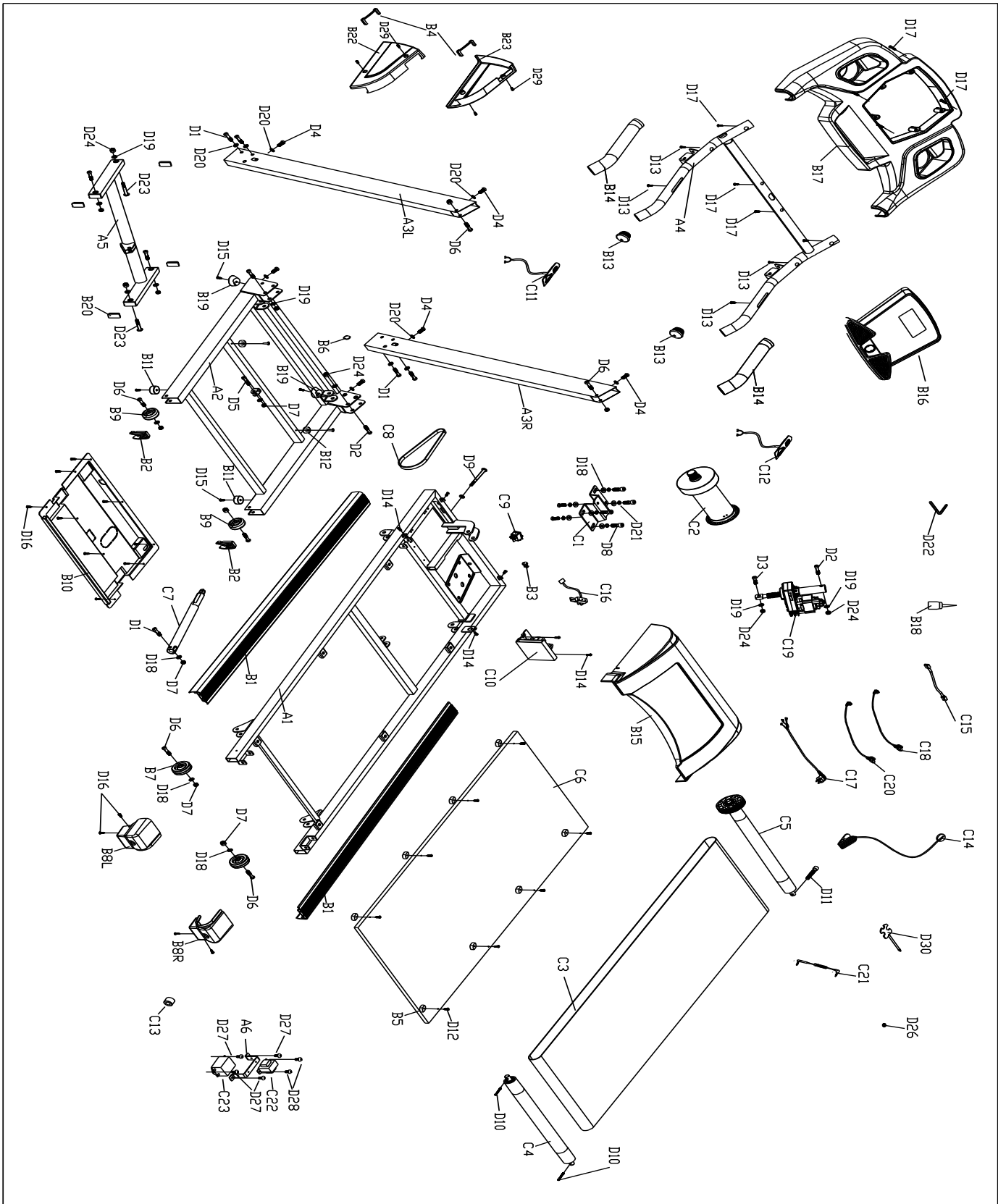


Jos juoksuhihna kiertää oikealle, kytke turva-avain ja virta pois, ja ruuvaa oikeaa säätöpulttia neljänneskierros myötäpäivään. Kytke laite takaisin päälle ja tarkkaile miten juoksuhihna toimii nyt. Toista tämä vaihe niin monta kertaa, kunnes juoksuhihna kulkee alustan keskellä.

Jos juoksuhihna kiertää vasemmalle, kytke turva-avain ja virta pois, ja ruuvaa vasenta säätöpulttia neljänneskierros myötäpäivään. Kytke laite takaisin päälle ja tarkkaile miten juoksuhihna toimii nyt. Toista tämä vaihe niin monta kertaa, kunnes juoksuhihna kulkee alustan keskellä.

Juoksuhihna löystyy vähitellen edellä kuvattujen toimenpiteiden johdosta tai käytöstä johtuen, kytke turva-avain ja virta pois ja ruuvaa molempia säätöpultteja neljänneskierros myötäpäivään. Kytke laite takaisin päälle ja tarkkaile miten juoksuhihna toimii nyt. Toista tätä vaihetta, kunnes juoksumatto on suhteellisen suorassa.

RÄJÄYTYSKUVA



OSALUETTELO

| A—Metalli | | | | | |
|--------------|---|-----|-------|--------------------------|-----|
| Nro | Kuvaus | Kpl | Nro | Kuvaus | Kpl |
| A1 | Päärunko | 1 | A4 | Tietokoneen kannatin | 1 |
| A2 | Alarunko | 1 | A5 | Kallistuskannatin | 1 |
| A3L | Vasen pilari | 1 | A6 | Suodattimen tukikannatin | 1 |
| A3R | Oikea pilari | 1 | | | |
| B—Muoviosat | | | | | |
| Nro | Kuvaus | Kpl | Nro | Kuvaus | Kpl |
| B1 | Sivukisko | 2 | B14 | Vaahtomuovisuojat | 2 |
| B2 | Kuljetuspyörä | 2 | B15 | Moottorisuoja | 1 |
| B3 | Virtapistoke | 1 | B16 | Ohjausyksikön painike | 1 |
| B4 | Kuminen sivusuojus | 2 | B16-1 | Taso | 1 |
| B5 | Nelikulmainen vaimennin | 8 | B16-2 | Monitoimiavain | 1 |
| B6 | Virtakytkin | 1 | B16-3 | Ohjauspaneeli | 2 |
| B7 | Säätyöpyörä | 2 | B17 | Ohjauspaneelin suojus | 1 |
| B8L/R | Vasen/oikea takaosan suojus | 2 | B18 | Silikoniöljy | 1 |
| B9 | Kuljetuspyörä | 2 | B19 | Päätytulppa | 2 |
| B10 | Pehmustesuojus, moottori | 1 | B20 | Nelikulmainen sisätulppa | 4 |
| B11 | Litteä päätytulppa | 2 | B22 | Vasen sivusuoja | 1 |
| B12 | Pehmuste | 2 | B23 | Oikea sivusuoja | 1 |
| B13 | Sisätulppa | 2 | | | |
| C—Käyttöosat | | | | | |
| Nro | Kuvaus | Kpl | Nro | Kuvaus | Kpl |
| C1 | Moottorin kannatin | 1 | C14 | Turva-avain | 1 |
| C2 | Tasavirtamoottori | 1 | C15 | Johto | 1 |
| C3 | Juoksuhihna | 1 | C16 | Nopeusanturi | 1 |
| C4 | Takatela | 1 | C17 | Virtajohto | 1 |
| C5 | Etutela | 1 | C18 | Alajohto, ohjauspaneeli | 1 |
| C6 | Juoksualusta | 1 | C19 | Kallistusmoottori | 1 |
| C7 | Sylinteri | 1 | C20 | Yläjohto, ohjauspaneeli | 1 |
| C8 | Moottorihihna | 1 | C21 | MP3-johto | 1 |
| C9 | Virtakytkin | 1 | C22 | Suodatin | 1 |
| C10 | Ohjaimet | 1 | C23 | Puolat | 1 |
| C11 | Kallistuspainike/kädensijan sykemittari | 1 | | | |
| C12 | Nopeuspainike/kädensijan sykemittari | 1 | | | |
| C13 | Magneettirengas | 1 | | | |
| D--pikkuosat | | | | | |
| Nro | Kuvaus | Kpl | Nro | Kuvaus | Kpl |
| D1 | Kupukantainen kuusiokolopultti M8*45 | 5 | D16 | Tähtiruuvi ST4.2*16 | 13 |

| | | | | | |
|-----|---------------------------------------|---|-----|---------------------------------------|----|
| D2 | Kupukantainen kuusiokolopultti M10*50 | 3 | D17 | Tähtiruuvi ST4.2*16 | 9 |
| D3 | Kupukantainen kuusiokolopultti M10*30 | 1 | D18 | Aluslevy M8 | 15 |
| D4 | Kupukantainen kuusiokolopultti M8*20 | 4 | D19 | Aluslevy M10 | 8 |
| D5 | Kupukantainen kuusiokolopultti M8*30 | 1 | D20 | Sisempi levy M8 | 8 |
| D6 | Kupukantainen kuusiokolopultti M8*40 | 6 | D21 | Jousilevy M8 | 4 |
| D7 | Mutteri M8 | 8 | D22 | Kuusiokoloavain S5 | 1 |
| D8 | Kupukantainen kuusiokolopultti M8*20 | 4 | D23 | Kupukantainen kuusiokolopultti M10*45 | 4 |
| D9 | Kupukantainen kuusiokolopultti M8*80 | 1 | D24 | Mutteri M10 | 8 |
| D10 | Kupukantainen kuusiokolopultti M6*60 | 2 | D26 | Jousilevy M5 | 1 |
| D11 | Kupukantainen kuusiokolopultti M6*45 | 1 | D27 | Ristipääruuvi M4*10 | 4 |
| D12 | Ristipääruuvi M6*35 | 8 | D28 | Ristipääruuvi M4*20 | 2 |
| D13 | Ristipääruuvi ST4.2*19 | 4 | D29 | Ristipääruuvi ST4.2*20 | 4 |
| D14 | Ristipääruuvi M5*15 | 7 | D30 | Ruuvitaltta 13-15-17 | 1 |
| D15 | Ristipääruuvi M5*20 | 6 | | | |
| | | | | | |

VIANETSINTÄ JA VIKAKOODIT

| Vikakoodi | Kuvaus | |
|-----------|---|---|
| E1 | Tiedonsiirtovirhe ohjausyksikön ja tietokoneen välillä käynnistyksen jälkeen. | Ohjausyksikkö ei toimi ja ilmoittaa viasta. Laite ei toimi ja tietokone näyttää vikakoodia E1 ja merkkivalot vilkkuvat. Mahdollinen syy: Tiedonsiirtovirhe ohjausyksikön ja tietokoneen välillä on katkennut. Tarkista johdot ja ovatko ne rikkoutuneet ja liitetty oikein. |
| E2 | Tiedonsiirtovirhe tietokoneen ja nopeusanturin välillä. | Laite pysähtyy ja ilmoittaa viasta. Tietokone näyttää vikakoodia E2 ja vilkuttaa merkkivaloja. Tietokone sammuu 10 sekunnin kuluttua ja sen voi käynnistää uudelleen. Mahdollinen syy: Tietokone ei ole saanut signaaleja nopeusanturista vähintään kolmeen sekuntiin. Tarkista anturiliitäntä, moottorijohdot ja ohjausyksikkö. |
| E3 | Moottorin johdot on liitetty väärin. | Laite pysähtyy ja ilmoittaa viasta. Tietokone näyttää vikakoodia E3 ja vilkuttaa merkkivaloja. Tietokone sammuu 10 sekunnin kuluttua ja sen voi käynnistää uudelleen. Mahdollinen syy: Tarkista, että moottorin johdot on liitetty oikein ja liitä ne tarvittaessa uudelleen. Tarkista myös haiseeko ohjausyksikkö palaneelle. Vaihda tarvittaessa ohjausyksikkö. |
| | Ylikuormitus | Laite pysähtyy ja ilmoittaa viasta. Tietokone näyttää vikakoodia E3 ja vilkuttaa merkkivaloja. Tietokone sammuu 10 sekunnin kuluttua ja sen voi käynnistää uudelleen. Mahdollinen syy: Virran ylikuormitus on aiheuttanut järjestelmän sammumisen järjestelmän suojaamiseksi. Säädä laite ja käynnistä uudelleen. Tarkista myös tasavirtamoottori ja tarkista haiseeko palaneen käryä. Vaihda tarvittaessa uuteen. |
| E4 | Kallistusvirhe | Tarkista, että kallistusmoottorin johto ja vaihtovirtajohto on liitetty oikein. Tarkista myös, että moottorijohto ei ole vahingoittunut. Aloita alusta painamalla ohjaimen painiketta. |
| E6 | Odottamaton virransyöttövirhe on rikkonut moottorin sulakkeen. | Laite pysähtyy ja ilmoittaa viasta. Tietokone näyttää vikakoodia E6 ja vilkuttaa merkkivaloja. Tietokone sammuu 10 sekunnin kuluttua ja sen voi käynnistää uudelleen. Mahdollinen syy: Vähemmän syöttövirtaa kuin normaalisti tai ohjausyksikössä on vikaa. Tarkista, että moottorin johdot on liitetty oikein. |
| | | |

Tärkeää tietoa palvelusta

Jos sinulle ilmaantuu jotain ongelmia, ota yhteyttä Mylna palveluun. Siellä on asiantuntijoita, jotka voivat auttaa tuotetta, kokoonpanoa tai tuotevirhettä sekä varaosatilauksia koskeviin kysymyksiin.

Haluamme, että olet ensin meihin yhteydessä ennenkuin olet yhteydessä myymälään, niin voimme auttaa sinua parhaalla mahdollisella tavalla.

Voit myös käydä kotivuillamme www.xerfit.fi . Sieltä löytyy paljon tietoa tuotteistamme ja käyttöohjeita suomeksi ja englanniksi. Kotisivuiltamme löydät yhteydenottolomakkeen, jonka täyttämällä saamme kaiken mahdollisen tiedon ja voimme auttaa sinua mahdollisimman tehokkaasti.