



Manuel d'utilisation

Tapis de course Synerfit - 1.5CV - 10km/h - Modèle Tiger

Référence : SNT184

Edition 2025



1. AVERTISSEMENTS



CAUTION:

N'utilisez jamais le tapis roulant avant d'avoir fixé le clip de la clé de sécurité à vos vêtements.

ATTENTION:

Pour réduire le risque de choc et de blessures graves, veuillez lire toutes les instructions de sécurité, précautions et avertissements importants avant d'utiliser votre tapis roulant. Il est de la responsabilité du propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs de ce tapis roulant soient correctement informés.

1. Suivez les instructions - Toutes les instructions opérationnelles et d'utilisation doivent être suivies.
2. Connectez ce tapis roulant à une prise correctement mise à la terre uniquement.
3. Ne partagez pas la prise avec d'autres appareils électroménagers haute puissance, tels qu'un four à micro-ondes, la climatisation, etc.
4. Ce produit est destiné à être utilisé sur un circuit nominal de 220 volts et 10 ampères.
5. Utilisation en intérieur uniquement - N'utilisez pas ce tapis roulant à proximité d'une zone humide et poussiéreuse.
6. Ne placez jamais d'objets d'aucune sorte sur le tapis roulant. Ne renversez jamais de liquide d'aucune sorte sur le tapis roulant.
7. Une seule personne à la fois sur le tapis roulant.
8. Portez des vêtements et des chaussures d'exercice appropriés lorsque vous utilisez le tapis roulant. Ne portez pas de vêtements amples qui pourraient se prendre dans le tapis roulant.



SYNERFIT

Copyright Synerfit ©. All Rights Reserved.
ILAN DIFFUSION | 38110 DOLOMIEU | FRANCE
www.synerfit.eu

Synerfit est une marque enregistrée par ILAN DIFFUSION SARL.
Produits importés par ILAN DIFFUSION SARL. Fabriqué en Chine.
Synerfit is registered by ILAN DIFFUSION SARL.
Imported by ILAN DIFFUSION SARL.
Made in China.



Merci de recycler cet emballage !
Please recycle the package. Thanks !

9. Les enfants de moins de 12 ans et les animaux domestiques doivent éviter le tapis roulant à tout moment. Les enfants de plus de 12 ans ne doivent pas utiliser le tapis roulant sans la surveillance d'un adulte.

10. Gardez le produit loin des surfaces chaudes.

11. Nettoyage ou entretien - Débranchez le cordon d'alimentation avant le nettoyage ou l'entretien.

12. N'utilisez pas le tapis roulant - si le cordon d'alimentation ou la prise est endommagé, ou si le tapis roulant ne fonctionne pas correctement.

13. Placez le tapis roulant sur une surface plane uniquement.

14. Si vous ressentez tout type de symptômes, y compris, mais sans s'y limiter, des douleurs thoraciques, des nausées, des étourdissements ou un essoufflement, arrêtez immédiatement l'exercice et consultez votre médecin avant de continuer.

15. Veuillez consulter votre médecin généraliste avant de courir si vous souffrez de l'une des maladies suivantes :

Cardio, hypertension, diabète, maladies respiratoires et autres maladies chroniques.

Si vous avez plus de 35 ans et en surpoids.

Les femmes enceintes ou en période d'allaitement.

Si vous utilisez un stimulateur cardiaque ou tout autre type d'équipement médical.

16. Débranchez le cordon d'alimentation après avoir utilisé ce tapis roulant.

17. Ne soulevez pas et ne déplacez pas ce tapis roulant à moins qu'il ne soit en position verticale pliée avec le loquet de verrouillage sécurisé.

18. Ne soulevez pas et ne déplacez pas ce tapis roulant à moins qu'il ne soit complètement assemblé.

19. N'utilisez pas ce tapis roulant là où des produits en aérosol sont utilisés ou où de l'oxygène est administré.

20. Ne démarrez pas le tapis roulant pendant que vous vous tenez sur le tapis de course. Tenez toujours les rampes lorsque vous courez et courez jusqu'à ce que vous vous sentiez à l'aise sans avoir besoin de tenir les rampes.

21. Veuillez vous tenir sur les repose-pieds avant de démarrer le tapis roulant.
22. Ne placez pas votre tapis roulant sur le tapis épais. Cela pourrait endommager le moteur à cause d'un problème de ventilation.
23. Veuillez vous assurer qu'une extrémité de la clé de sécurité est placée dans la position désignée sur l'écran.
24. Veuillez ne pas laisser vos enfants jouer près de votre tapis roulant.
25. Ce tapis roulant est destiné à un usage domestique uniquement. N'utilisez pas ce tapis roulant dans un cadre commercial, locatif, scolaire ou institutionnel. Le non-respect annulera la garantie.
26. Lisez, comprenez et testez la procédure d'arrêt d'urgence avant d'utiliser le tapis roulant.
27. Le capteur de pouls n'est pas un dispositif médical. Il est conçu uniquement comme une aide à l'exercice pour déterminer les tendances de la fréquence cardiaque en général.
28. Ne laissez jamais le tapis roulant sans surveillance pendant qu'il fonctionne. Veuillez conserver la clé de sécurité lorsque le tapis roulant n'est pas utilisé.
29. Inspectez et serrez correctement toutes les pièces du tapis roulant régulièrement.
30. Veuillez déballer le carton du tapis roulant sur une surface plane. Il est recommandé de placer un revêtement protecteur sur votre sol afin de ne pas l'abimer.

Comment lubrifier : ouvrez le tapis roulant à grande vitesse, puis ajoutez de l'huile par le trou d'huile sur le couvercle du moteur.

7.2 Réglage de la tension de la courroie de course

Vous devrez peut-être ajuster le tapis roulant en fonction de vos besoins personnels. Mais après avoir fonctionné pendant un certain temps, en raison du poids, la tension de la courroie peut changer par rapport à la configuration par défaut. Si vous vous rendez compte que la courroie est glissante, ce qui peut être causé par une tension lâche, vous devez ajuster la courroie de course et le tapis. Veuillez ne pas ajuster trop serré car cela pourrait exercer trop de pression sur le moteur, ce qui endommagerait le moteur, la courroie et le rouleau.

8. GARANTIE

Nous avons une garantie d'un an sur les produits.

En cas de défaut d'assemblage, d'utilisation incorrecte ou de changement de pièces, notre société n'assume aucune responsabilité. Vous devrez envoyer des photos ou des informations relatives avant d'obtenir la garantie.

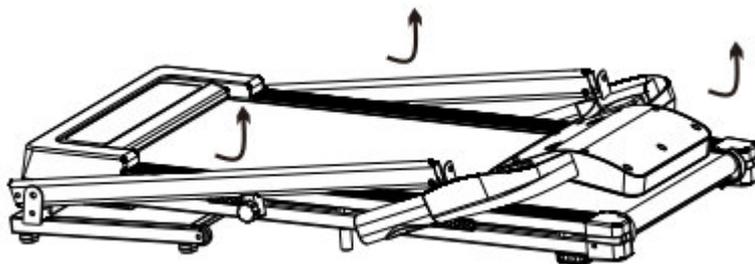
Ce tapis roulant est uniquement destiné à un usage domestique, si les problèmes surviennent lors d'un usage commercial, notre société décline toute responsabilité.

- Lors de l'utilisation sur le sol, assurez-vous de couvrir le tapis pour éviter d'endommager la surface.
- Lorsqu'il n'est pas utilisé, ne le placez pas à l'endroit suivant :
 - A. Surchauffe, endroit trop froid. B. À l'extérieur, en plein soleil.
 - C. Cuisinière à gaz, près de la cheminée. D, Endroits froids et plus humides
 - E. Endroit où l'enfant peut toucher. F. Endroit où il y a de la suie et de la vapeur d'eau.
- Veuillez ne pas utiliser cette machine sur des endroits irréguliers.

Détails d'emballage			
Cadre		Paquet manuel + vis	
Pack de vis à fonction unique			
<div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 100%;"></div>			

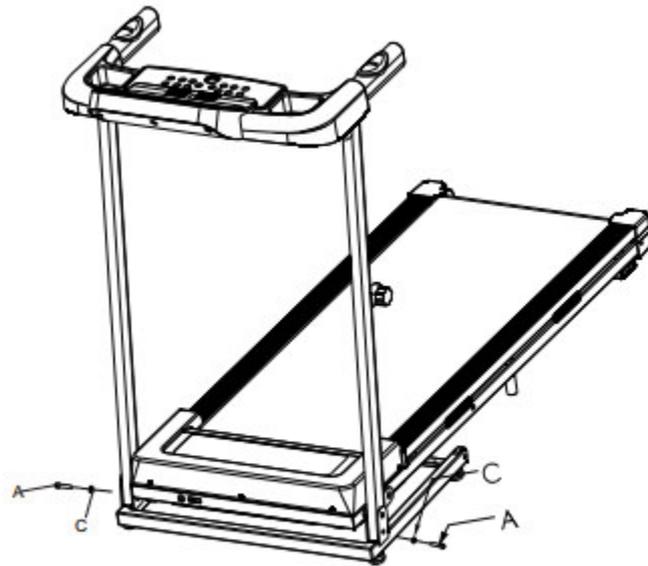
Étape 1 : Extension du cadre

1. Les deux hommes sortent le tapis roulant de la boîte et le posent à plat sur le sol.



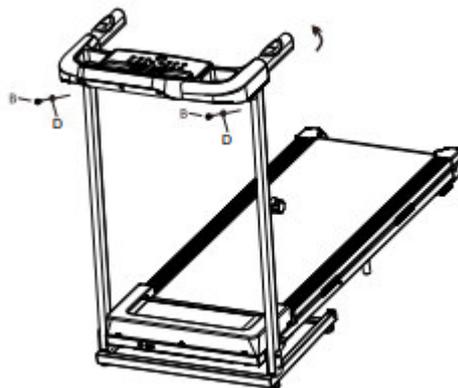
Étape 2. Mode d'assemblage

Avec votre main gauche, tirez sur la goupille de fixation de la machine et avec votre main droite, pliez doucement la colonne vers le haut jusqu'à la position fixe. Fixez les colonnes gauche et droite sur la base avec des vis AM40 et un coussinet en C comme indiqué ci-dessous.

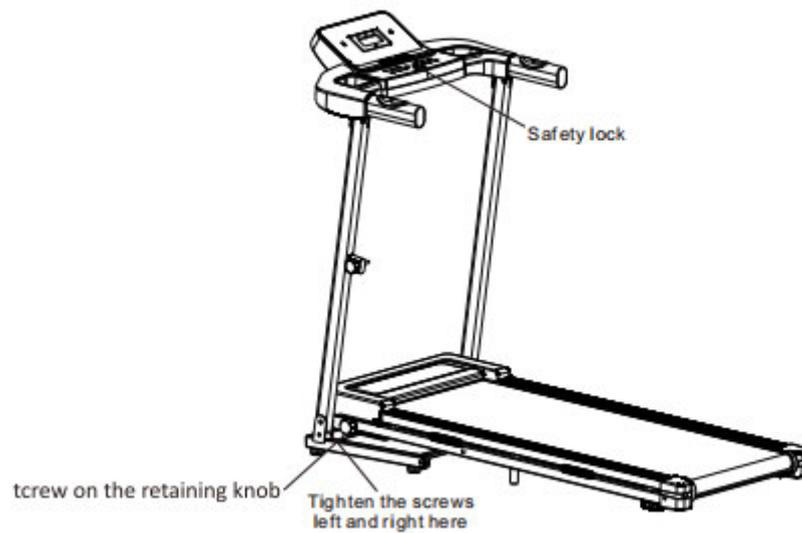


Étape 3

1. Repliez l'accoudoir du tableau de bord vers le haut comme indiqué sur l'image ci-dessous. Les deux côtés sont fixés sur les colonnes gauche et droite avec des M8*16 et des coussinets en arc

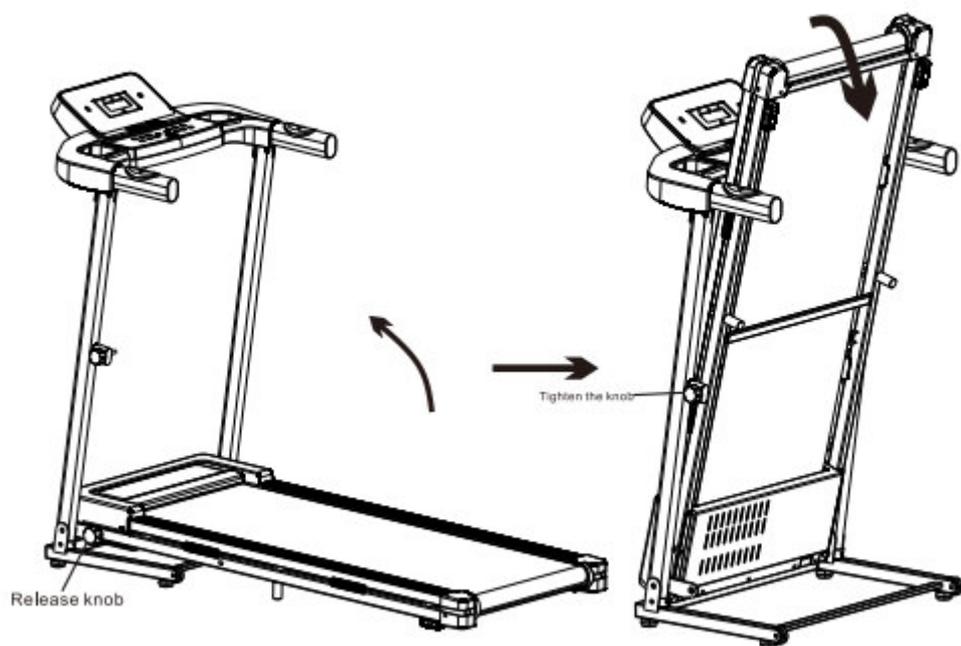


2. La dernière étape consiste à visser le bouton de fixation sur la base, à serrer toutes les vis de la base avec une clé, à brancher l'alimentation pour allumer l'interrupteur, mettez le verrou de sécurité et procédez conformément aux instructions !

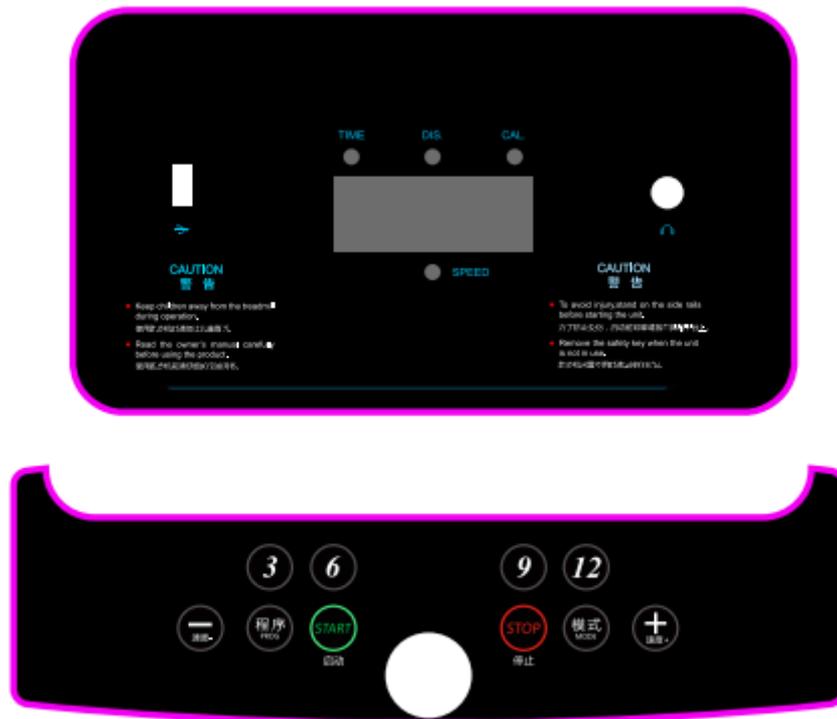


Afin de gagner de la place, pliez et la manipulation

Lors du pliage, la main gauche dévisse le bouton fixe suivant, la main droite replie la plate-forme vers le haut et fixe le bouton lorsque la plaque fixe sur le châssis principal coïncide avec le trou du bouton. Lors de l'expansion, la main gauche dévisse le bouton et la main droite maintiennent la plate-forme lentement vers le bas, et la main tient la rampe de l'instrument pour déplacer la machine de 30 à 40 degrés vers l'arrière en roulant sur le sol de la roue.



Montres électroniques sans ascenseur Mode d'emploi



1. Description

Paramètre du tapis de course ; Paramètre Sport ; Mode Sport ; Mode Manuel ; Mode ; Mode Programme .

2. Instruction de paramètre

- Vitesse minimale 1km/h
- Vitesse maximale 1-1 2
- Durée maximale de l'exercice : 45 min en mode Time
- Durée minimale de l'exercice : 5 min en mode Heure
- Distance d'exercice maximale : 99 km en mode Distance
- Distance minimale d'exercice : 1 km en mode Distance
- Consommation calorique maximale : 990cal en mode Calories
- Consommation minimale de calories : 20cal en mode Calories
- Durée minimum : 5 min en mode programme (P1-P12)
- Durée maximale : 45 min en mode programme (P1-P12)

3. Instruction d'affichage LED

La LED indique : la vitesse, le temps, la distance, les calories,

4. Fonction du bouton

- Bouton de fonction : Raccourcis rapides4 (3.6.9.12)

Bouton « Démarrer » Bouton « Stop »

Bouton "Programme" Bouton « Mode »

Bouton « Speed+ » Bouton « Vitesse »

3. Fonction et fonctionnement des boutons

Bouton « Démarrer » – Démarrer le moteur

Bouton "Stop" - Arrêter le moteur

Bouton « Programme » – Sélection automatique du programme

Bouton « Mode » - Sélection du mode compte à rebours

Bouton « Vitesse+ / ». - Régler la vitesse lors de la course, ajuster la valeur du paramètre

lors du réglage

« Raccourcis de vitesse » - Sélectionnez directement la valeur de vitesse lors de l'exécution

6. Modes sportifs

A. Mode manuel

Entrer en mode manuel : Après l'affichage du wattmètre électronique, entrez dans le mode veille initial, puis appuyez sur le bouton de démarrage, entrez pour mode manuel.

B. Mode compte à rebours

1. Entrez dans le mode de compte à rebours : En mode veille initial, appuyez sur Kin pour sélectionner l'heure mode compte à rebours, où la fenêtre de temps 10:00 minutes et la vitesse de clignotement par les touches +/- définissent la durée de fonctionnement souhaitée, définissez la plage de 5:00-45 : 00 minutes, appuyez sur le bouton de démarrage pour entrer dans le mode compte à rebours du temps de fonctionnement.
2. Entrer en mode compte à rebours de distance : En mode veille initial, appuyez sur le bouton mode bouton pour sélectionner le mode à partir du compte à rebours, cette fois à partir de la fenêtre 1,0 kilomètre et clignote, la distance parcourue par la vitesse +/- touche définit la plage de réglage souhaitée de 1,0 à 99,0 kilomètres, appuyez sur la touche Démarrer pour entrer la distance mode compte à rebours.
3. Entrez en mode compte à rebours des calories : en mode veille initial, appuyez sur le mode bouton pour sélectionner le mode de compte à rebours des calories, puis la fenêtre de 50 calories s'affiche et la vitesse de clignotement par les touches +/- pour régler la course-calorie requise, plage de réglage de 20 à 990, appuyez sur le bouton Démarrer pour entrer en mode compte à rebours des calories.

C. Mode automatique

Entrer en mode automatique : En mode de réglage initial ou en état de veille, appuyez sur la touche pour entrer le programme de sélection automatique du programme, à cette fenêtre horaire 10:00 minutes et clignote via les touches de vitesse +/- pour régler la durée de fonctionnement souhaitée, régler la plage de 5 : 00 à 45,00 minutes, appuyer sur le bouton Démarrer pour accéder au programme automatique.

7. Fonction veille

Lorsque le tapis roulant s'arrête de fonctionner sans aucune opération pendant plus de 10 minutes en hibernation, les feuilles de calcul éteignent automatiquement l'écran, appuyez sur n'importe quelle touche pour réveiller le formulaire électronique, revenir en mode veille après l'affichage complet initial.

8. Fonction de verrouillage de sécurité

Après une utilisation normale, il est nécessaire de préciser l'emplacement du verrou de sécurité dans le boîtier électronique. formulaire avant de pouvoir utiliser le formulaire électronique; verrou de sécurité pour gagner, feuilles de calcul ou E07 La fenêtre LCD affiche "-.-", et accompagnée d'un bip toutes les deux secondes d'avertissement ' a s dans la course, a gagné le verrou de sécurité, le système s'arrêtera rapidement, refermera le serrure de sécurité, toutes les données de mouvement sont effacées .

9. Chaque plage d'affichage numérique

	Initial	Valeur initiale	Plage de réglage	Plage d'affichage
Durée (min:sec)	0:00	10h00	5:00-45:00	0:00~45:00
Vitesse (km/h)	0,0	N / A	N / A	1.0-1 2
Distance (km)	0,0	1.0	1,0-99,0	0,0-99,9
Pouls (sec/min)	P	N / A	72	72-199
Calories (Kcal)	0	50	20-990	0-999

Annexe 1 : P1-P12 Carte des mouvements du programme

Formule de période de temps		Durée définie/10 périodes = Durée de fonctionnement et période d'arrêt									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VITESSE	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	VITESSE	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	VITESSE	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	VITESSE	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	VITESSE	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	VITESSE	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2

P7	VITESSE	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	VITESSE	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	VITESSE	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	VITESSE	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	VITESSE	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	VITESSE	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

Messages d'erreur courants du tapis de course Description de l'invite

E01 : communication bloquée entre l'électronique et le contrôleur.

Solution	Lorsque la ligne de communication est bloquée entre l'électronique et le contrôleur sous-jacent	Veillez vous reconnecter ou changer de ligne de communication
	Quand l'électronique sans signal	Changer l'électronique pour réparer
	Sous contrôleur sans signal	Changement sous contrôleur pour réparation

E02 : Le contrôleur ne détecte pas la tension de la ligne moteur.

Solution	Le câble du moteur n'est pas connecté	Vérifier la connexion
	Aucune tension de sortie ou tension anormale sous le contrôleur	Changement sous contrôleur pour réparation
	Le moteur est défectueux	Changer de moteur

E03 : Lorsque le moteur tourne, le contrôleur ne peut pas tester le signal de vitesse.

Solution	Le câble du moteur n'est pas connecté	Vérifier la connexion
	Sous contrôleur avec signal anormal	Changement sous contrôleur pour réparation

E05 : Lorsque le moteur fonctionne, le courant dépasse le courant nominal.

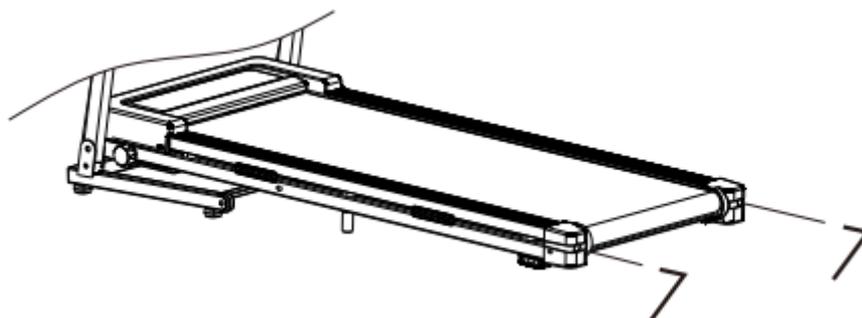
Solution	La charge du moteur du tapis roulant dépasse le courant nominal	Recommandé dans la limite du courant nominal du moteur
	Problèmes de structure d'assemblage du moteur du tapis roulant , provoquant le blocage du moteur ou une résistance	Vérifiez la structure du tapis roulant
	En limitant les défaillances du système de contrôle	changer sous le contrôleur pour réparer

E07 : Le moniteur ne peut pas tester le signal du verrou de sécurité.

Solution	Aimant de sécurité désactivé	Veillez régler correctement le verrou de sécurité magnétique
	Dysfonctionnement du système de verrouillage de sécurité électronique	Changer l'électronique pour réparer

Méthode de réglage de la bande de roulement

1. Lorsque la courroie tourne, penchez-vous vers la gauche, en réglant la vis sur la gauche de 1 à 2 tours dans le sens des aiguilles d'une montre. Ensuite, testez le fonctionnement ; s'il penche toujours vers la gauche, répétez les étapes ci-dessus jusqu'au retour au centre.
2. Lorsque la courroie tourne, penchez-vous vers la droite, en réglant la vis à droite de 1 à 2 tours dans le sens des aiguilles d'une montre. Ensuite, faites un essai de fonctionnement ; si la pente est toujours vers la droite, répétez l'opération ci-dessus étapes jusqu'au retour au centre.
3. Si la bande de roulement est trop serrée, elle provoquera une résistance plus forte. Veillez ajuster les deux côtés visser 1 à 2 tours dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, desserrez la courroie jusqu'à arrêter de glisser ou de faire une pause ; lorsque la bande de roulement est trop lâche, veuillez ajuster les deux vis latérales 1-2 tours dans le sens des aiguilles d'une montre.



Utilisez le lubrifiant pour tapis de course

L'emplacement se trouve au milieu de la surface inférieure de la bande de roulement. Lorsque vous ajoutez du lubrifiant, injectez-le au centre du marchepied, puis posez la bande, appuyez sur le trou à la main, faites tourner la bande pour l'appliquer uniformément.

