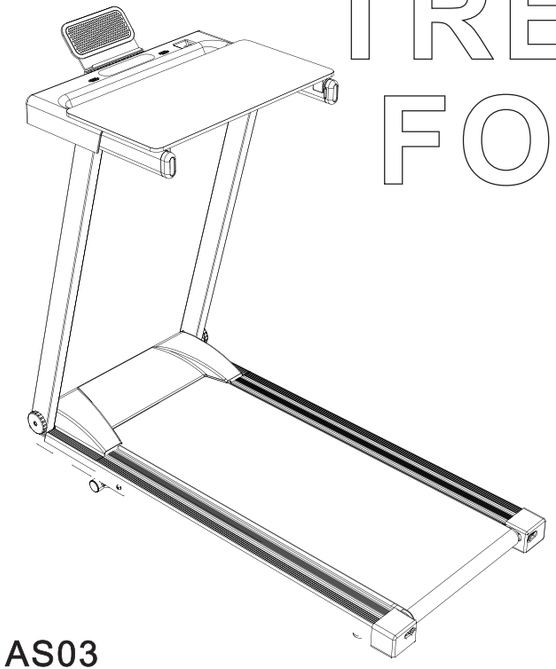
Support Service: +1 888-318-4777

Email: sports@pitpatpower.com

TREADMILL FOR HOME



AS03

+1 888-318-4777

sports@pitpatpower.com

Please read this manual carefully and keep it properly before using the product!

FCC Statement

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.
If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

* Reorient or relocate the receiving antenna.
* Increase the separation between the equipment and receiver.
* Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
* Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

Caution: Any changes or modifications to this device not explicitly approved by manufacturer could void your authority to operate this equipment.
This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

RF Exposure Information

The device has been evaluated to meet general RF exposure requirement.
The device can be used in 0mm exposure condition, compliance with exposure requirements.
Only in the stated conditions, the device is shown to fully comply with the FCC RF Exposure requirements of KDB 447498.

TABLE OF CONTENTS

01.SAFETY PRECAUTIONS 01

02.PRODUCT INSTRUCTION 03

03.INSTALLATION STEPS 06

04.MANUAL GUIDELINES 09

05.ERROR CODES AND SOLUTIONS 15

06.MAINTENANCE 20

07.WORKOUT ROUTINES 22

08.SERVICE COMMITMENT 24

01. SAFETY PRECAUTIONS

∨ Prior to use, please read the user's manual carefully.

⚠ **CAUTION: please adhere to the directives outlined below to prevent harm to yourself or others.**

01. Prior to initiating use of the treadmill, ensure it is effectively grounded, thus mitigating potential risks and accidents.

02. While using the treadmil, attach the safety lock (red) clip your cloth properly, so that in case of emergency, the safetylock can be pulled off immediately to stop the treadmill for your safety.

03. (1) Consult a medical professional before commencing an exercise regimen.
(2) Wear appropriate athletic shoes during exercise sessions (avoid running in slippers as they can become entangled with the machine, leading to malfunction).
(3) Maintain a tidy surrounding to prevent dust particles from accumulating on the treadmill causing mechanical issues.

04. This particular model of the treadmill was designed for individual use only. Avoid proximity to children or pets at any time while treadmill is operational to avoid potential incidents.

05. When fully extended, provide a minimum clearance between the treadmill and the walls and furniture (at least three feet on each side).

06. Discontinue using the treadmill should the power cord be damaged.

07. Should the treadmill malfunction or sustain damage, it is imperative to cease use. We kindly request you reach out immediately to your local distributor for prompt repair service.

08. Refrain from touching any moving parts manually. Also, kindly refrain from jamming or forcing items into the mechanism of the treadmill.

01. SAFETY PRECAUTIONS

∨ Prior to use, please read the user's manual carefully.

09. The treadmill should only be utilized indoors, avoiding exposure to extreme outdoor temperatures or potentially unsanitary gym conditions.

10. Place the treadmill on clean and flat ground, keep the treadmill well ventilated, make sure there' s no sharp obiect nearby.and do not use the treadmill near water and heat sources.

11. Use the handrail when getting on and off the treadmill. Do not get off before the treadmill stops completely.For any emergency when you need to jump off, remove the safety lock to stop the treadmill immediately.

12. Do not utilize the treadmill near respiratory equipment or aerosols or sprays causing a mist.

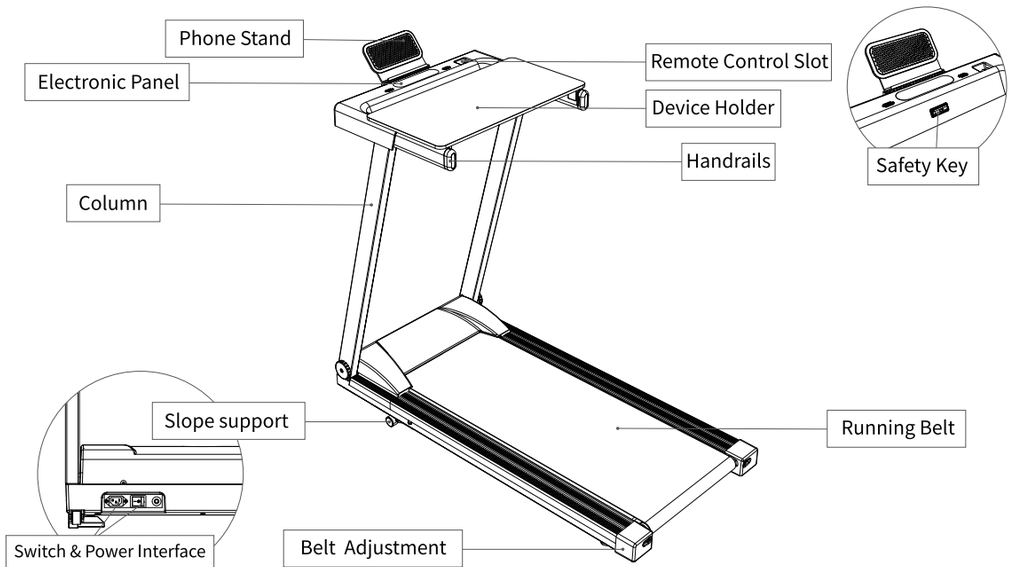
13. To sustain the optimal operation of the treadmill, do not install or attach any accessories or components that are not part of the original assembly provided by the manufacturer of the treadmill.

14. Ensure all components of the treadmill are assembled and secured properly.

15. Always turn off the power supply and unplug the treadmill's power cord following use.

02. PRODUCT INSTRUCTION

Product Chart



02. PRODUCT INSTRUCTION

Technical Parameter

Model	AS03
Voltage (V)	120
Peak horsepower (HP)	3.0
Max Load (lbs)	300
Folding Size (inches)	48.46 * 24.06 * 6.93
Product Size (inches)	48.46 * 24.06 * 44.57
Running Area (inches)	16.53 * 39.37
Speed (MPH)	0.6-7.5
Net Weight (lbs)	76.72

The above data is manual measurement, there may be some deviation, please refer to the actual received prevail.

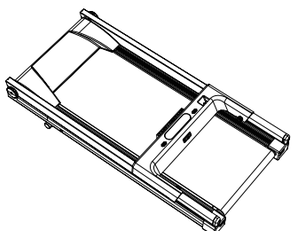
02. PRODUCT INSTRUCTION

Parts Lists

No.	Name	Picture	Quantity	Note
1	Main FrameMain		1 piece	
2	Phone Stand		1 piece	
3	Safety Lock		1 piece	
4	Power Cord		1 piece	
5	Remote control unit		1 piece	
6	Oil		1 piece	
7	L-type 6mm hex socket (dual purpose)		1 piece	
8	L-type 10mm hex socket (dual purpose)		1 piece	
9	knobs of the columns		2 pieces	
10	Table board		1 piece	
11	Manual		1 piece	
12	Quick & Easy Guide		1 piece	

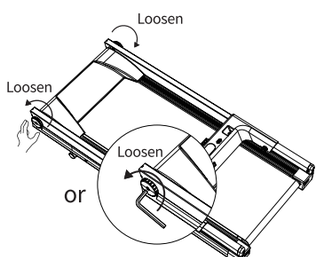
03. INSTALLATION STEPS

Installation steps



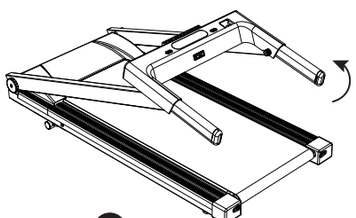
01

Unwrap the packaging, take out the equipment, and place it on a level ground.



02

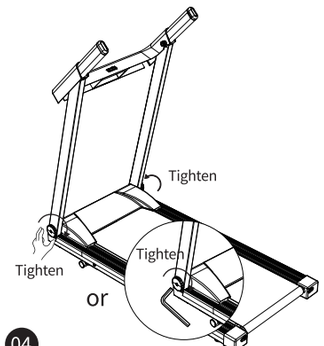
Turn the knobs on both sides of the columns counterclockwise to loosen. (You can also use the L-type 6mm hex socket).



03

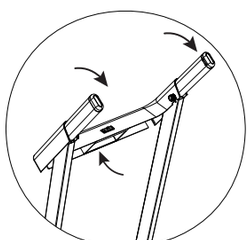
Lift the columns upward to the desired angle.

03. INSTALLATION STEPS



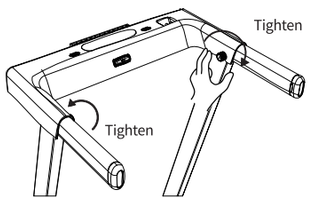
04

Turn the knobs on both sides of the columns clockwise to tighten and secure. (You can also use the L-type 6mm hex socket) .



05

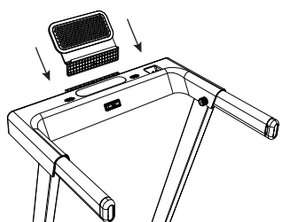
Hold the handrails and pull downward and backward to flatten the display panel.



06

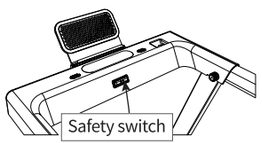
Mount the handrail knobs on both sides of the handrail and turn them clockwise to tighten and secure them.

03. INSTALLATION STEPS



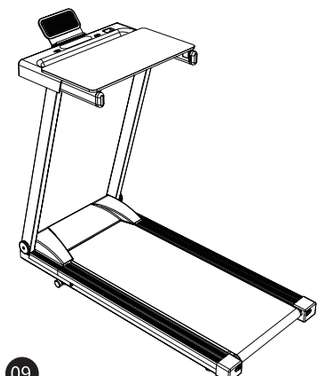
07

Attach the phone holder.



08

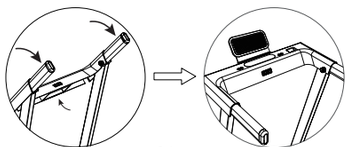
Attach the safety key in the yellow area on the display panel.



09

If you want to exercise at a low speed while working or entertaining, you can use the small device holder. Please ensure the device holder is placed securely.

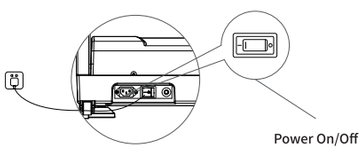
Treadmill user manual



01

01.

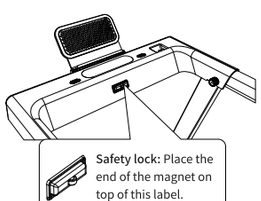
Rotate the electronic module and handrail towards the indicated direction until a flat stance is achieved.Mount the handrail knobs on both sides of the handrail and turn them clockwise to tighten and secure them.



02

02. Connect the treadmill power supply then activate the switch (red).

(1) Allow for the display to illuminate and proceed to the initial user interface.

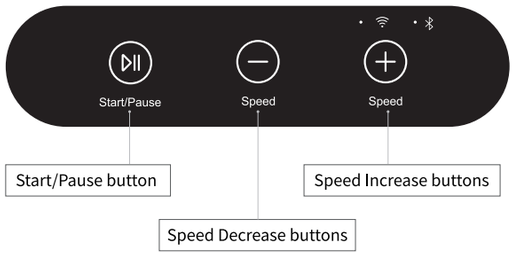


03

03.Safety lock

(1). Position the security lock within its respective area located on the electronic control module to initiate operation of the treadmill; attach the corresponding locking clip securely to garments. During an emergency situation, disengage the safety lock promptly to halt the treadmill's motor function instantly. To resume usage, simply reinsert the safety lock into place. Under all circumstances, the treadmill can be aborted via immediate removal of the security lock.

Key operation



01.Start/Pause button:

In the standby state of the treadmill, press the Start button to activate the treadmill, and press the button again to start the treadmill. In the operating state of the treadmill, press the Start button to pause the treadmill while keeping the existing data of the exercises, and press the button again to continue exercising.

02.Speed Increase and Speed Decrease buttons:

• In the operating state of the treadmill, there are three interac-tions with the Speed Increase and Speed Decrease buttons.

(1).Short press the button in 1 second to increase/decrease the speed by 0.1 MPH each time;

(2).Long press and hold the button over 1 second to increase/de-crease the speed by 0.5 MPH each time;

Startup Instructions

a.Stick the safety lock to the safety lock position on the panel.Turn on the power switch,puzzer will beep and the system will go to standby.

b.Press the START key, the window shows a 3-second countdown, and every minus auzzer beep, the motor will not start.

c.Start-up speed is: 0.6 MPH, at this time you can press the speed + and-keys to adjust the speed.

04. MANUAL GUIDELINES

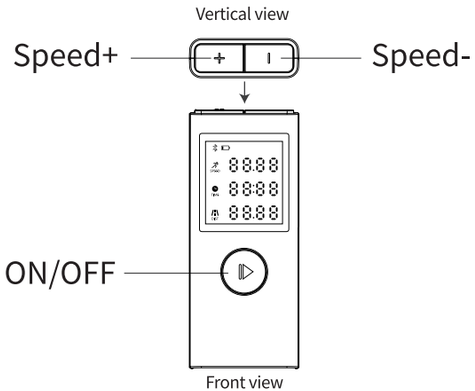
Remote Control Operation

Before using the remote control, please follow the instructions on the sticker on the remote control for binding operation.

01.Remote control

(1). Press the "Speed -" key to reduce the machine speed.
(2). Press "Speed +" to increase the speed of the machine.
(3). Press the "ON/OFF" button, and the machine will start or stop slowly.

In the standby state, directly press the "ON/OFF" button, the treadmill would start to move at the speed of 0.6 MPH, other windows start counting up from 0, press "+","-" button to change the speed.



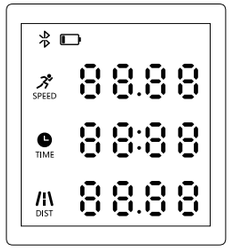
Startup Instructions

a.Stick the safety lock to the safety lock position on the panel.Turn on the power switch,puzzer will beep and the system will go to standby.
b.Press the START key, the window shows a 3-second countdown, and every minus auzzer beep, the motor will not start.
c.Start-up speed is: 0.6MPH, at this time you can press the speed + and-keys to adjust the speed.
d.If the treadmill has started and the remote control does not light up, please touch any key to wake up the remote control, the remote control screen will display the corresponding data.

04. MANUAL GUIDELINES

Remote Control Display

When the machine is running, The information displayed in different Windows is as follows:



01. "Bluetooth"
Display the Bluetooth indication. The icon will light up when the Bluetooth connection is successful.

02. "Speed"
The current speed value is displayed in the running state, and the speed is on.

03. "Time"
Display exercise time.

04. "Distance"
Display the moving distance.

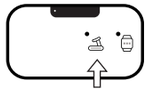
Window value display range

Setting Parameter	Initial Value	Display range
Time (minutes: seconds)	0:00	0.00-59.59
Speed (mph)	0.60	See Technical Parameter-Speed for details
Distance (miles)	0.00	0.00-99.99

04. MANUAL GUIDELINES

Operational Guidelines for the PitPat Application

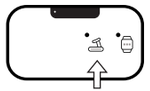
Note：System requirements: ios13 or above ; android 6.0 or above.



After registration，click the treadmill icon in the upper right corner

01 Waiting for the treadmill to connect

02 Searching for Wifi



Display“Green”to complete the connection

The treadmill supports a Bluetooth connection to your mobile device, allowing for comprehensive connectivity options. Simply:

01. Download the PitPat applicatiop onto your smartphone or scan the QR code scan for easy download.

02. Launch the PitPat software and navigate through the user prompts to register or login with your account.

03. Secure your workout equipment connection by following these steps:

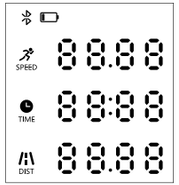
(1) Activate the Bluetooth function on your smartphone and ensure the location service is switched on as well.

(2) Access the PitPat application and consent to any requested permissions.

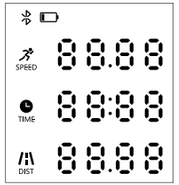
(3) Navigate to the home screen of your mobile device and tap the running machine icon located at the top right corner. This will direct you to the search interface within the program. Your phone will automatically detect nearby connected devices, including your treadmill with an identifier beginning with "PitPat-T". Once detected, select your treadmill to establish a successful link. A single beep from your treadmill indicates a completed connection, which is accompanied by brightening of the Bluetooth icon displayed on its panel display.

Note that during this connection process, it's essential to maintain an active internet connection on your smartphone in order to have full control over the treadmill via Bluetooth. The complete network configuration specifics can be found in the app description.

04. MANUAL GUIDELINES



Connected



Not Connected

Reminder: If the treadmill is not connected to PitPat, the Bluetooth icon on the treadmill will be inactive. Conversely, if the treadmill has successfully linked with the app, the Bluetooth symbol shall be active on the machine.

User Guide for Configuring the WiFi Connection on Your Treadmill

Upon successful connection between your treadmill and the mobile app, you will be directed to the WiFi configuration screen of the treadmill. Please note that our model is exclusively compatible with a 2.4GHz frequency range (as indicated on the app, only the 2.4GHz WiFi signals detected on the treadmill will appear). Therefore, ensure that your internet access point can support 2.4GHz frequencies.

01. Identify the network you require to connect to.

02. Enter the required WiFi password as per onscreen instructions. upon establishment of a viable internet connection, the Bluetooth icon located on the display panel of the treadmill will illuminate, signifying that your application has returned to the primary homepage.

03. Note: In the event that the WiFi connection fails or is disrupted, wait until the WiFi signal stabilizes before restarting the treadmill in order to reconnect to the internet.

05.ERROR AND SOLUTIONS

Error codes and Solutions

Error Code	Error Description	Troubleshooting Solutions
SAFE	Safety lockswitch falls off	
Er1	Communication failure, the electronic panel cannot receive signal	(1).Check for loose, disconnected or damaged communication cables. (2).Check or replace the electronic panel if needed. (3).Check or replace the controller if needed.
Er 3	Overvoltage	(1).Check whether the voltage of the power supply is at a normal level of AC 120V. (2).Check or replace the controller. (3).Check or replace the motor.
Er 4	Overcurrent	(1).Check for overload status. (2).Check if any mechanical moving part is stuck. (3).Check the level of film release agent. The lack of film release agent may increase the friction between the running belt and the running board, which causes overcurrent. (4).Check the running board for severe wear. (5).Check the running belt for severe wear. (6).Check if any short circuit exists in the motor line. (7).Check or replace the controller. (8).Check or replace the motor.

05.ERROR AND SOLUTIONS

Error codes and Solutions

Error Code	Error Description	Troubleshooting Solutions
Er 5	Overload	(1).Check for overload. (2).Check if any mechanical moving part is stuck. (3).Check the level of film release agent. The lack of film release agent may increase the friction between the running belt and the running board, which causes overcurrent. (4).Check the running board for severe wear. (5).Check the running belt for severe wear. (6).Check if any short circuit exists in the motor line. (7).Check or replace the controller. (8).Check or replace the motor.
Er 6	Motor is not connected	(1).Check for loose or disconnected lines for the motor. (2).Check or replace the controller. (3).Assess the need to replace the controller.
Er 7	Communication failure, the controller cannot receive signals	(1).Check for loose, disconnected or damaged communication cables. (2).Check or replace the electronic panel. (3).Check or replace the controller.
Er 13	IGBT Short Circuit	(1). Ascertain whether the treadmill is experiencing severe interference from external signals. (2). Examine or replace the controller if necessary.
Er 14	Load Short Circuit	(1).Check if there is any foreign object at the output of the controller that causes a short circuit. (2).Check or replace the motor.

05.ERROR AND SOLUTIONS

Error codes and Solutions

S/N	So block code	Old obstacle	Fault diagnosis	solution
1	E02	Main motor open circuit	(1). The main motor line is not connected or loose; (2). Main motor open circuit, damaged; (3). The controller is open and damaged.	(1). Re-reinforce the main motor connection wire; (2). Replace the motor; (3). Replace the controller.
2	E03	Motor overvoltage protection	(1).The user's power grid voltage is unstable, and the peak voltage is very high; (2). Wheel diameter setting error; (3). The controller is damaged.	(1). Need to increase the external filter regulator; (2). Reset the wheel diameter value to try not to exceed the rated voltage of the motor; (3). Replace the controller.
3	E05	Overcurrent protection	(1). Heavy load; (2). The motor or roller has a foreign body stuck; (3). The roller is not lubricated enough, and the resistance increases; (4). The controller is damaged. (5). Motor damage resistance increases;	(1).Reduce the load, try not to exceed the rated load; (2). Remove stuck foreign bodies; (3). Add lubricant; (4). Replace the controller. (5). Replace the motor;

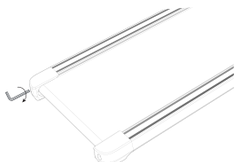
05.ERROR AND SOLUTIONS

Error codes and Solutions

S/N	So block code	Old obstacle	Fault diagnosis	solution
4	E06	Communication error	(1). The main cable connector of the upper and lower controller is loose. (2). The main cable of the upper and lower controller is broken. (3). The electronic watch is broken; (4).The controller is damaged.	(1). Harden the cable port. (2). Replace the main cable of the upper and lower controller. (3). Replace the electronic watch; (4). Replace the controller.
5	E0C	Power tube breakdown Explosion protection	(1). Power transistor breakdown, controller damage;	(1). Replace the controller.

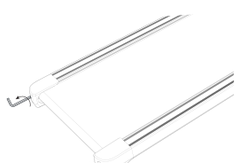
05.ERROR AND SOLUTIONS

Belt Adjustment



01. When running belt leans to the left, adjusting screw on the left 1-2 turns clockwise. Then, test running; If the running belt still leans to the left, repeat the above steps until the running belt is aligned.

02. When running belt leans to the right, adjusting screw on the right 1-2 turns clockwise. Then, test running; If the running belt still leans to the right,repeat the above steps until the running belt is aligned.



03. When the running belt gets too tight it will cause stronger resistance. Please adjust both sides screws 1-2 turns counterclockwise, loosen the belt until stopping skidding or pausing; When the running belt too loose, please adjust both sides screws 1-2 turns along the clockwise.

⚠ Warning! Do not overtighten the rollers! It may cause permanent damage to the bearing!

06. MAINTENANCE

Maintenance Guidance

Proper maintenance helps keep the treadmill in the best condition while improper maintenance may damage or shorten the life span of the treadmill.

01. Regularly clean and maintain the treadmill, ensuring all components are kept immaculate.

02. After each use of the treadmill, employ a pristine towel or cloth to wipe down vital areas such as the console, depleting sweat and debris. Take care not to allow electrical elements or running belt to come into contact with water.

03. Seek to position your treadmill in an area that is clean, dry and free from moisture. Ensure it is powered off and disconnected from its socket prior to storage.

04. Ease of transportation is incorporated within this product, equipped with wheels for seamless relocation. Prior to shifting the treadmill, ascertain it is unplugged and correctly folded.

05. Conduct constant checks on the individual parts of the treadmill and ensure they are securely fastened. Components exhibiting signs of damage should be swiftly replaced.

06. Prior to commencing exercise, the running belt has been appropriately adjusted; however, with continuous usage, there maybe varying degrees of stretching experienced by the belt.
This may result in wearing out the belt due to its deviation from the center and friction with the side roller and rear cover. Belt slippage over time is common. If the running belt slips or gets stuck during movement on the treadmill, you can adjust the belt for better performance.

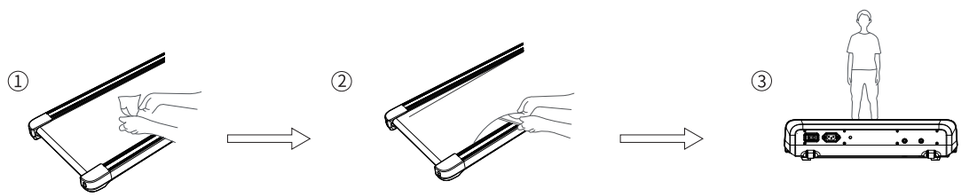
06. MAINTENANCE

Lubricant

01.The treadmill must be lubricated after half a year or a cumulative run of 100 hours, add 1/3 to 1/2 bottle at a time.

02.Confirm the lubrication status. With the treadmill off, lift the running belt from one side and reach for the surface under the running belt, and if the lubricant can be touched, there is no need to add more lubricant. But if the lubricant dries up, refill it with it. (Use only non-petroleum-based lubricants).

03.Follow the figure below to properly add the lubricant.



(1). Clean the treadmill.

(2). Turn off the power, lift the running belt and apply silicone oil to the inner surface.

(3). Start the treadmill and lubricate at 3 mph for 10-20 seconds.

07. WORKOUT ROUTINES

Warm-up
A warm-up exercise of 5-10 minutes is required before each operation.

Breathing
Do not hold your breath during the operation. Normally, when you are ready to restore your movements, breathe through your nose and exhale with your mouth. Breathing should be coordinated with your movements. If you breathe too quickly, you should imme diately stop exercising.

Frequency
Muscles in the same area should have 48 hours of rest, that is, the same area can be trained the next day.

Load
According to the individual physical condition to determine the amount of training, and then exercise according to the principle of asymptotic load, muscle soreness is normal at the beginning of training, as long as you continue the exercise, soreness can be eliminat- ed.

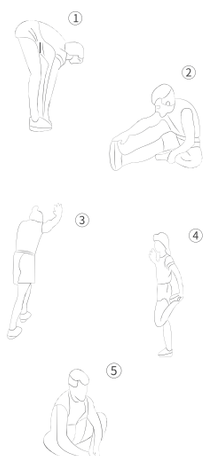
Relax
Five minutes of restoring action should be taken after each exercise, especially when the foot muscles are stretched and relaxed to prevent long-term coagulation and maintain muscle elasticity.

Diet
In order to protect the digestive system, you can exercise one hour after a meal. After training, you should eat at least half an hour. During exercise, you should drink less water, especially large amounts of water, so as to avoid increasing the burden on the heart and kidney.

07. WORKOUT ROUTINES

Exercise Guidelines and Recommendations

DECLARATION OF CAUTION: Prior to commencing this or any exercise regimen, it is imperative that you consult your health care professional.
Warm up exercises enhance blood circulation, providing muscles with increased oxygenation, elevation in body temperature, and preparation for the physical exertion to follow.
Each training session should initiate with a five to ten minutes stretch routine and light movements warm-up. The accompanying illustrations showcase various fundamental stretches.
The recommended approach is to undertake a warm-up session prior to executing your workout. For comprehensive warm-up benefits, repeat each stretch for three consecutive sets.



01.Stretch down:
Bend your knees slightly with your body stretch down slowly, let your back and shoulders relax, and try to extend your hands to touch your toes. Hold for 10-15 seconds and take a break for a few seconds. Repeat 3 times.

02.Hamstring stretch:
Sit down on a clean cushion, straighten one leg and place the other leg inward towards the thigh and snug on the inside of the straightened leg. In the meantime, try to touch the toes of your straitened leg with the hand at the same side. Hold for 10-15 seconds and take a break for a few seconds. Repeat 3 times for each leg.

03.Calf and Achilles Tendon Stretches:
Place both hands against the wall while standing with one foot behind the other, keeping your back leg straight and both heels planted on the ground while leaning against the wall. Hold for 10-15 seconds and take a break for a few seconds. Repeat 3 times for each leg.

04.Quadriceps Stretch:
Hold your body steady with your left hand holding against the wall and right hand reaching back to grab your right heel and pull it slowly towards your hips, until you feel the muscle tightness at the front side of your thigh. Hold for 10-15 seconds and take a break for a few seconds. Repeat several times for each leg.

05.Sartorius (muscle of inner thigh) Stretch:
Sit on the floor with your two feet holding against each other and your knees pointing to the opposite directions, grab your feet with your hands and pull them toward your groin. Hold for 10-15 seconds and take a break for a few seconds. Repeat 3 times.

08. SERVICE COMMITMENT

This product is exclusively intended for domestic applications. Any anomalies associated with commercial usage will not be subject to our warranty coverage.
If you experience any issues with the functionality of your product, kindly liaise with your local distributor regarding customer support!

TABLA DE CONTENIDOS

01. PRECAUCIONES DE SEGURIDAD 25

02. INSTRUCCIONES DEL PRODUCTO 27

03. PASOS DE INSTALACIÓN 30

04. MANUAL DE DIRECTRICES 33

05. CÓDIGOS DE ERROR Y SOLUCIONES 39

06. MANTENIMIENTO 44

07. RUTINAS DE EJERCICIOS 46

08. COMPROMISO DE SERVICIO 48

01. PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

Antes de usarlo, lea atentamente el manual del usuario.

⚠ **Precaución: por favor adhiérase a las directivas descritas abajo para prevenir daño a usted mismo o a otros.**

01. Antes de iniciar el uso de la cinta de correr, asegúrese de que esté conectada a tierra de manera efectiva, mitigando así los posibles riesgos y accidentes.

02. Mientras use la cinta de correr, sujeel seguro de seguridad (rojo) de su paño correctamente, de modo que en caso de emergencia, el seguro de seguridad se puede quitar inmediatamente para detener la cinta de correr para su seguridad.

03. (1) consulte a un profesional médico antes de comenzar un régimen de ejercicio.
(2) use zapatos deportivos apropiados durante las sesiones de ejercicio (evite correr en zapatillas ya que pueden enredarse con la máquina, lo que lleva a un mal funcionamiento).
(3) mantenga un entorno ordenado para evitar que las partículas de polvo se acumulen en la cinta de correr causando problemas mecánicos.

04. Este modelo particular de la cinta de correr fue diseñado para uso individual solamente. Evite la proximidad con niños o mascotas en cualquier momento mientras la cinta de correr esté operativa para evitar posibles incidentes.

05. Cuando esté completamente extendida, proporcionar una distancia mínima entre la cinta de correr y las paredes y muebles (al menos tres pies de cada lado).

06. Descontinúe el uso de la cinta de correr si el cable de alimentación se daña.

07. Si la cinta de correr funciona mal o sufre daños, es imperativo dejar de usar. Le rogamos que se ponga en contacto inmediatamente con su distribuidor local para un servicio de reparación rápido.

01. PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

∨ Antes de usarlo, lea atentamente el manual del usuario.

08. Evite tocar cualquier pieza móvil manualmente. También, por favor, absténgase de ataso forzar elementos en el mecanismo de la cinta de correr.

09. La cinta de correr sólo debe utilizarse en interiores, evitando la exposición a temperaturas exteriores extremas o condiciones de gimnasio potencialmente insalubres.

10. Coloque la cinta de correr sobre un terreno plano y limpio, mantenga la cinta de correr bien ventil, asegúrese de que no haya un blanco afilcerca y no utilice la cinta de correr cerca de fuentes de agua y calor.

11. Utilice la barandial al subir y bajar de la cinta de correr. No se baje antes de que la cinta de correr se detenga por completo. Para cualquier emergencia cuando necesite saltar, retire la cerradura de seguridad para detener la cinta de correr inmediatamente.

12. No utilice la cinta de correr cerca de equipos respiratorios o aerosoles o aerosoles que causan niebla.

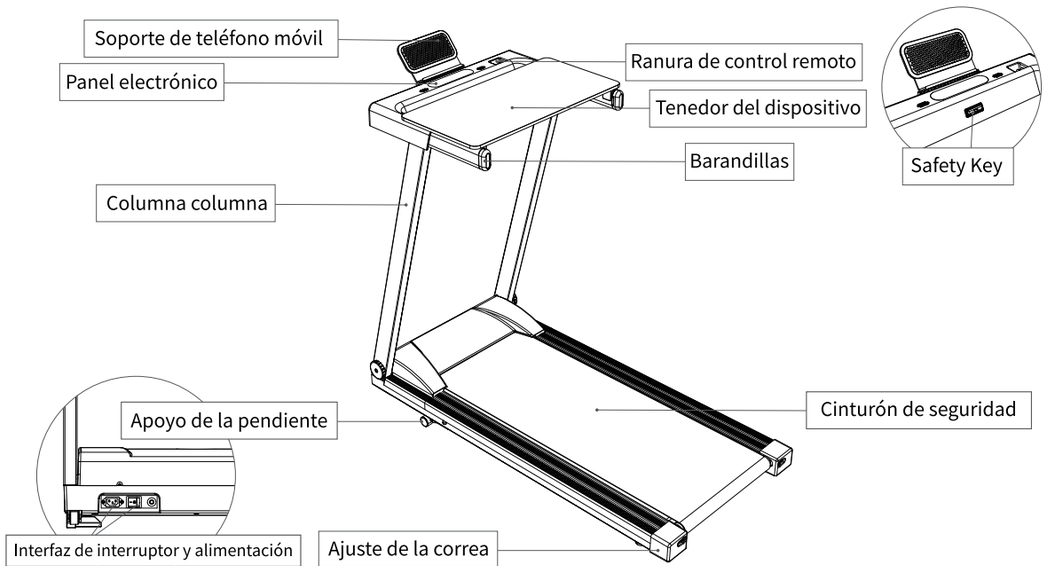
13. Para mantener el funcionamiento óptimo de la cinta de correr, no instale o coloque ningún accesorio o componente que no forme parte del montaje original proporcionado por el fabricante de la cinta de correr.

14. Asegúrese de que todos los componentes de la cinta de correr estén montados y asegurados correctamente.

15. Siempre apague la fuente de alimentación y desenchufe el cable de alimentación de la cinta después del uso.

02. INSTRUCCIONES DEL PRODUCTO

∨ Ilustraciones de productos



02. INSTRUCCIONES DEL PRODUCTO

Technical Parameter

Model	AS03
Voltage (V)	120
Peak horsepower (HP)	3.0
Max Load (lbs)	300
Folding Size (inches)	48.46 * 24.06 * 6.93
Product Size (inches)	48.46 * 24.06 * 44.57
Running Area (inches)	16.53 * 39.37
Speed (MPH)	0.6-7.5
Net Weight (lbs)	76.72

Los datos anteriores son de medición manual, puede haber alguna desviación, por favor referirse a la real recibida prevalec.

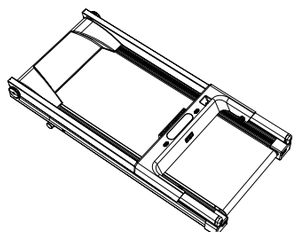
02. INSTRUCCIONES DEL PRODUCTO

Listas de piezas

No.	Nombre	Imagen de la imagen	La cantidad	Nota
1	Las demás		1 piece	
2	Soporte de teléfono móvil		1 piece	
3	Cierre de seguridad		1 piece	
4	Cable de alimentación		1 piece	
5	Unidad de control remoto		1 piece	
6	El petróleo		1 piece	
7	Tipo l 6mm hexagsocket (doble propósito)		1 piece	
8	Hexsocket de 10mm tipo l (doble propósito)		1 piece	
9	Las perillas de las columnas		2 pieces	
10	Tenedor del dispositivo		1 piece	
11	Manual		1 piece	
12	Guía rápida y fácil		1 piece	

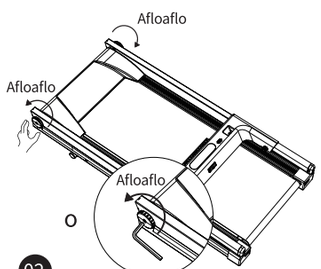
03. PASOS DE INSTALACIÓN

Pasos de instalación



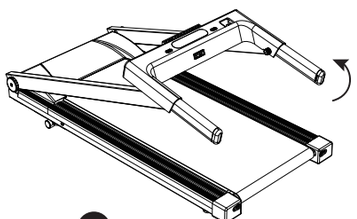
01

Desenvolver el embalaje, sacar el equipo y colocarlo en un terreno nivelado.



02

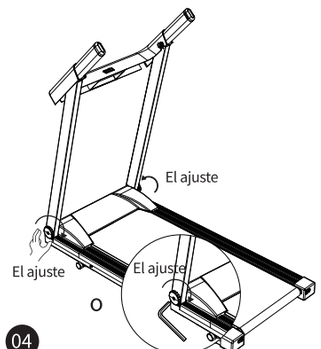
Gire las perillas a ambos lados de las columnas en sentido contrario a las agujas del reloj para aflojar. (También puede utilizar el conector hexagde 6mm del tipo l)



03

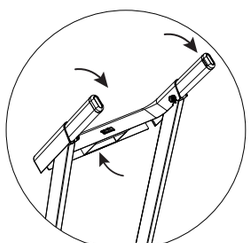
Levante las columnas hacia arriba hasta el ángulo deseado.

03. PASOS DE INSTALACIÓN



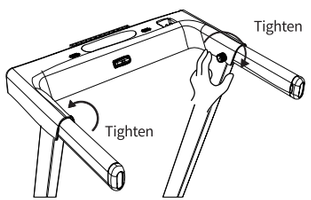
04

Gire las perillas en ambos lados de las columnas en sentido horario para tighte. (También puede utilizar el conector hexagde 6mm del tipo l)



05

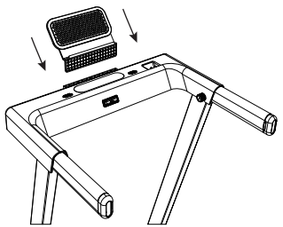
Sostenga los pasamanos y tire hacia abajo y hacia atrás para aplanar el panel de la pantalla.



06

Coloque las perillas del pasamanos en ambos lados del pasamanos y gire en el sentido de las agujas del reloj para apretarlas y sujetarlas.

03. PASOS DE INSTALACIÓN

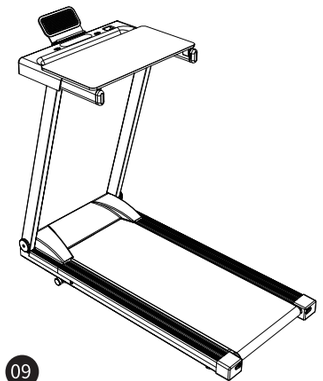


07

Conecte el soporte del teléfono.

08

Coloque la llave de seguridad en el área amarilla en el panel de la pantalla.

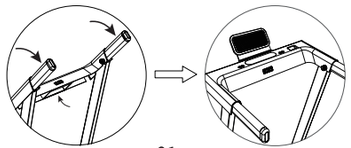


09

Si desea hacer ejercicio a baja velocidad mientras trabaja o entretiene, puede usar el soporte para dispositivos pequeños. Asegúrese de que el soporte del dispositivo esté colocado de forma segura.

04. MANUAL DE DIRECTRICES

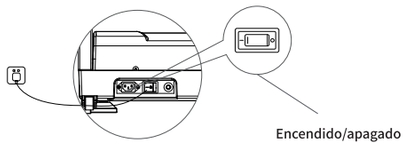
Manual del usuario de la cinta de correr



01

01.

Girar el módulo electrónico y la barandihacia la dirección indicada hasta lograr una postura plana.Coloque las perillas del pasamanos en ambos lados del pasamanos y gire en el sentido de las agujas del reloj para apretarlas y sujetarlas.



02

02. Conecte la fuente de alimentación de la cinta de correr y active el interruptor (rojo).

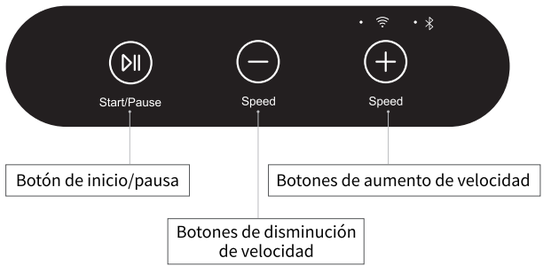
(1) permitir que la pantalla se ilumine y proceder a la interfaz de usuario inicial.

03

03.Cierre de seguridad

(1). Coloque la cerrde seguridad en el área correspondiente situada en el módulo de control electrónico para iniciar el funcionamiento de la cinta; Fije firmemente el clip de cierre correspondiente a las prendas de vestir. Durante una situación de emergencia, desactive la cerrde seguridad rápidamente para detener la función motora de la cinta de correr al instante. Para reanudar su uso, simplemente vuelva a colocar el seguro en su lugar. Bajo cualquier circunstancia, la cinta de correr puede abortarse mediante la eliminación inmediata de la cerrde seguridad.

Operación clave



01. Botón de inicio/pausa:
En el estado standby de la cinta de correr, pulse el botón Start para activar la cinta de correr y vuelva a pulsar el botón para iniciar la cinta de correr. En el estado de funcionamiento de la cinta de correr, presione el botón Start para Paula manteniendo los datos existentes de los ejercicios y vuelva a presionar el botón para continuar el ejercicio.

03. Botones de aumento de velocidad y disminución de velocidad:
• En el estado de funcionamiento de la cinta de correr hay tres interacciones con los botones de aumento y disminución de velocidad.
(1).Pulse brevemente el botón en 1 segundo para aumentar/disminuir la velocidad en 0.1 MPH cada vez;
(2).Presione y mantenga presionado el botón durante 1 segundo para aumentar/disminuir la velocidad 0.5 MPH cada vez;

Instrucciones de arranque

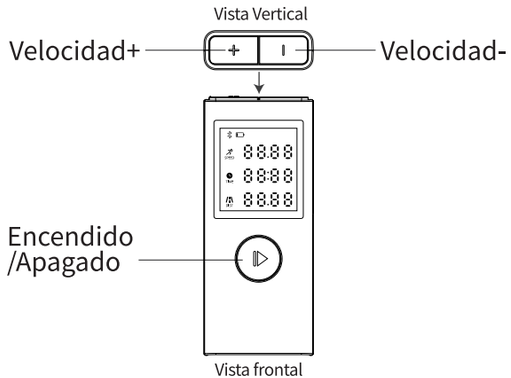
a.pega el seguro a la posición del seguro en el panel. Encienda el interruptor de encendido,puzzer emitirá un pitido y el sistema irá a standby.
b.pulse la tecla START, la ventana muestra una cuenta regresiva de 3 segundos, y cada pitido menos auzzer, el motor no arrancará.
c.La velocidad de arranque es: 0.6MPH, en este momento se puede presionar la velocidad + y las teclas para ajustar la velocidad.

Mando a distancia

Por favor, siga las instrucciones pegatinas en el control remoto para enlazarlo antes de usarlo.

01.Control remoto
(1). Pulse la tecla "-" para reducir la velocidad de la máquina.
(2). Pulse la tecla "+" para aumentar la velocidad de la máquina.
(3). Pulse el botón "Encendido/Apagado", y la máquina se iniciará o se detendrá lentamente.

En el estado standby, presione directamente el botón "Encendido/Apagado", la cinta de correr comenzaría a moverse a la velocidad de 0.6 MPH, otras ventanas comenzarían contando desde 0, pulse el botón "+""-" para cambiar la velocidad.



Instrucciones de arranque

a.Pegue el seguro de seguridad a la posición de bloqueo de seguridad en el panel. Encienda el interruptor de encendido,puzzer emitirá un pitido y el sistema irá a standby.
b.Pulse la tecla START, la ventana muestra una cuenta regresiva de 3 segundos, y cada pitido menos auzzer, el motor no arrancará.
b.La velocidad de arranque es: 0.6MPH, en este momento se puede presionar la velocidad + y las teclas para ajustar la velocidad
Nota: distribución aleatoria de control remoto, por favor refiérase a la recibida.
d.Si la cinta de correr se ha encendido y el mando a distancia no se enciende, por favor toque cualquier tecla para encender el mando a distancia, la pantalla del mando a distancia mostrará los datos correspondientes.

04. MANUAL DE DIRECTRICES

Pantalla de Control remoto

Cuando la máquina está funcionando, la información que se muestra en las diferentes ventanas es la siguiente:

01. "Bluetooth"
Muestra la indicación Bluetooth. El icono se iluminará cuando se encuentre la conexión Bluetooth Éxito.

02. "velocidad"
El valor de velocidad actual se muestra en el estado de ejecución.

03. "Time"
Muestre el tiempo de ejercicio.

04. "distancia"
Muestra la distancia en movimiento.

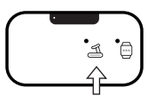
Valor de la ventana

Parámetro de ajuste	Valor inicial	Rango de visualización
Tiempo (minutos: segundos)	0:00	0.00-59.59
Velocidad (MPH)	0.60	Consulte velocidad del parámetro técnico para más detalles
Distancia (millas)	0.00	0.00-99.99

04. MANUAL DE DIRECTRICES

Directrices operativas para la aplicación PitPat

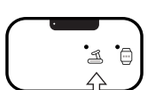
Nota: requisitos del sistema:
Ios13 o superior; Android Android 6.0 O superior.



Después de registrarse, haga clic en el icono de la cinta de correr en la esquina superior derecha.

01.esperar a que se conecte la cinta de correr.

02.buscando Wifi.

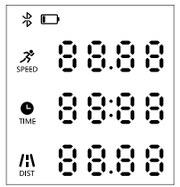


Muestra "verde" para completar la conexión.

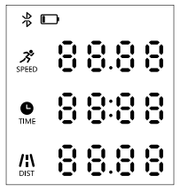
La cinta de correr admite una conexión Bluetooth a su dispositivo móvil, lo que permite opciones de conectividad completas. Simplemente:
01.Descarla la aplicación PitPat en su teléfono inteligente o escanel código QR para una fácil descarga.
02. Inicie el software PitPat y navegue a través de los avisos de usuario para registrarse o conectarse con su cuenta.
03. Asegure la conexión de su equipo de entrenamiento siguiendo estos pasos:
(1) active la función Bluetooth ensu teléfono inteligente y asegúrese de que el servicio de ubicación está encendido también.
(2) acceda a la solicitud de PitPat y acceda a cualquier permiso solicitado.
(3) vaya a la pantalla de inicio de su dispositivo móvil y toque el icono de la máquina en funcionamiento situado en la esquina superior derecha. Esto le dirigirá a la interfaz de búsqueda dentro del programa. Su teléfono detectará automática-mente dispositivos conectados cercanos, incluyendo su cinta de correr con un identificque comienza con "PitPat-T". Una vez detectado, seleccione su caminpara establecer un enlace exitoso. Un solo pitido de su cinta de correr indica una conexión completa, que se acompaña por el brillo del icono de Bluetooth que se muestra en su pantalla de panel.

Tenga en cuenta que durante este proceso de conexión, es esencial mantener una conexión activa a internet en su teléfono inteligente con el fin de tener un control total sobre la cinta de correr a través de Bluetooth. Las especificaciones de configuración de red completas se pueden encontrar en la descripción de la app.

04. MANUAL DE DIRECTRICES



Conectado



No conectado

Recordatorio: si la cinta de correr no está conectada a PitPat, el icono de Bluetooth en la cinta de correr estará inactivo. Por el contrario, si la cinta de correr se ha conectado con éxito con la aplicación, el símbolo Bluetooth debe estar activo en la máquina.

Guía de usuario para configurar la conexión WiFi en su cinta de correr.

Después de una conexión exitosa entre su cinta de correr y la aplicación móvil, usted será dirigido a la pantalla de configuración WiFi de la cinta de correr. Por favor, tenga en cuenta que nuestro modelo es exclusivamente compatible con un rango de frecuencia de 2,4ghz (como se indica en la aplicación, solo apareclas señales WiFi de 2,4ghz detectadas en la cinta de correr). Por lo tanto, asegúrese de que su punto de acceso a internet puede soportar frecuencias de 2,4 GHz.

01. Identifique la red a la que necesita conectarse.

02. Introduzca la contraseña WiFi necesaria según las instrucciones en pantalla. Al establecer una conexión viable a internet, el icono Bluetooth situado en el panel de la cinta de correr se iluminará, lo que significa que su aplicación ha regresado a la página principal.

03. Nota: en caso de que la conexión WiFi falle o se interrumpa, espere a que la señal WiFi se estabiliantes antes de reiniciar la cinta de correr para volver a conectarse a internet.

05. CÓDIGOS DE ERROR Y SOLUCIONES

Códigos de Error y soluciones

Código de Error	Descripción de Error	Solución de problemas
SAFE	El interruptor de seguridad se apaga	
Er1	Falla de comunicación, el panel electrónico no puede recibir señal	(1).Compruebe si hay cables de comunicación sueltos, desconectados o dañados. (2).Marque o sustituya el panel electrónico si es necesario. (3).Comprueba o reemplaza el controlador si es necesario.
Er 3	Sobretensión	(1).compruebe si la tensión de la fuente de alimentación está en un nivel normal de AC 120V. (2).comprobar o reemplazar el controlador. (3).Compruebe o reemplace el motor.
Er 4	Sobrecorriente	(1).Compruebe el estado de sobrecarga. (2).compruebe si alguna pieza móvil mecánica está atorada. (3).compruebe el nivel del agente de liberación de película. La falta de agente de liberación de película puede aumentar La fricción entre la correa corredora y la tabla de correr, que causa sobrecorriente. (4).compruebe el uso severo de la tabla de correr. (5).compruebe el cinturón de correr para el desgaste severo. (6).Compruebe si existe algún cortocircuito en la línea del motor. (7).comprueba o reemplaza el controlador. (8).Compruebe o reemplace el motor.

05. CÓDIGOS DE ERROR Y SOLUCIONES

Códigos de Error y soluciones

Código de Error	Descripción de Error	Solución de problemas
Er 5	Sobrecarga sobrecarga	(1).compruebe si hay sobrecarga. (2).compruebe si alguna pieza móvil mecánica está atorada. (3).compruebe el nivel del agente de liberación de película. La falta de agente de liberación de película puede aumentar la fricción entre la cinta de correr y la tabla de correr, lo que causa un exceso de corriente. (4).compruebe el uso severo de la tabla de correr. (5).compruebe el cinturón de correr para el desgaste severo. (6).Compruebe si existe algún cortocircuito en la línea del motor. (7).comprueba o reemplaza el controlador. (8).Compruebe o reemplace el motor.
Er 6	El Motor no está conectado	(1).Compruebe si hay líneas sueltas o desconectadas para el motor. (2).comprobar o reemplazar el controlador. (3).evalúla necesidad de reemplazar el controlador.
Er 7	Falla de comunicación, el controlador no puede recibir señales	(1).Compruebe si hay cables de comunicación sueltos, desconectados o dañados. (2).Marque o sustituya el panel electrónico. (3).comprueba o reemplaza el controlador.
Er 13	Corto circuito IGBT	(1).Compruebe si la cinta de correr sufre una fuerte interferencia de señales externas. (2).Examinar o reemplazar el controlador si es necesario.
Er 14	Corto circuito de carga	(1).Compruebe si hay algún objeto extraño en la salida del controlador que cause un cortocircuito. (2).Compruebe o reemplace el motor.

05. CÓDIGOS DE ERROR Y SOLUCIONES

Códigos de Error y soluciones

S/N	Bloquear el código	Viejo obstáculo viejo	Diagnóstico de errores	Solución solución
1	E02	Circuito abierto del motor principal	(1).La línea principal del motor no está conectada o suelta; (2).Circuito abierto del motor principal, dañado; (3).El controlador está abierto y dañado.	(1).Re-reforzar el cable de conexión del motor principal; (2).Reemplazar el motor; (3).Reemplaza el controlador.
2	E03	Protección contra la sobretensión del Motor	(1).La tensión de la red eléctrica del usuario es inestable, y la tensión de pico es muy alta; (2).Error de ajuste del diámetro de la rueda; (3).El controlador está dañado.	(1).Necesidad de aumentar el regulador de filtro externo; (2).Restablecer el valor del diámetro de la rueda para tratar de no exceder el voltanominal del motor; (3).Reemplaza el controlador.
3	E05	Protección de sobrecorriente	(1).Carga pesada; (2).El motor o el rodillo tiene un cuerpo extraño atas; (3).El rodillo no está suficientemente lubricado, y la resistencia aumenta; (4).El controlador está dañado. (5).Aumenta la resistencia al daño del Motor;	(1).Reducir la carga, trate de no superar la carga nominal; (2).Eliminar los cuerpos extraños atorados; (3).Añadir lubric; (4).Reemplaza el controlador. (5).Reemplazar el motor;

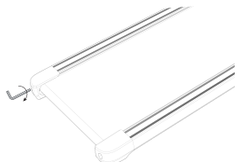
05. CÓDIGOS DE ERROR Y SOLUCIONES

Códigos de Error y soluciones

S/N	Bloquear el código	Viejo obstáculo viejo	Diagnóstico de errores	Solución solución
4	E06	Error de comunicación	(1).El conector del cable principal del controlador superior e inferior está suel. (2).El cable principal del controlador superior e inferior está roto. (3).El reloj electrónico está roto; (4).El controlador está dañado.	(1).Enduenduel puerto del cable. (2).Reemplazar el cable principal del controlador superior e inferior. (3).Sustituir el reloj electrónico; (4).Reemplaza el controlador.
5	E0C	Protección contra explosiones de ruptura de tuberías de energía	(1).Ruptura del transistor de potencia, daño al controlador;	(1).Reemplaza el controlador.

05. CÓDIGOS DE ERROR Y SOLUCIONES

Ajuste de la correa



01.Cuando el cinturón se inclina hacia la izquierda, ajuste el tornillo en la izquierda 1-2 vueltas en el sentido de las agujas del reloj. Luego, prueba de funcionamiento; Si la cinta se inclina hacia la izquierda, repita los pasos anteriores hasta que la cinta esté alineada.

02.Cuando la correa se inclina a la derecha, el tornillo de ajuste a la derecha 1-2 vueltas en el sentido de las agujas del reloj. Luego, prueba de funcionamiento; Si la cinta se inclina hacia la derecha, repita los pasos anteriores hasta que la cinta esté alineada.

03.Cuando el cinturón de correr se aprieta demasiado causará una resistencia más fuerte. Por favor, ajuste ambos lados de los tornillos 1-2 vueltas en sentido contrario a las agujas del reloj, aflojar la correa hasta detener el patinaje o hacer una pausa; Cuando el cinturón esté demasiado suel, por favor ajuste los tornillos de ambos lados 1-2 vueltas en el sentido de las agujas del reloj.

⚠ ¡Advertencia! ¡No apriete demasiado los rodillos! ¡Puede provocar daños permanentes en el rodamiento!

06. MANTENIMIENTO

Guía de mantenimiento

El mantenimiento adecuado ayuda a mantener la cinta en las mejores condiciones, mientras que un mantenimiento inadecuado puede dañar o acortar la vida útil de la cinta.

01. Limpie y mantenga regularmente la cinta de correr, asegurando que todos los componentes se mantengan inmaculados.

02. Después de cada uso de la cinta de correr, emplear una toalla prístina o un paño para limpiar áreas vitales como la consola, agotando el sudor y los desechos. Tenga cuidado de no permitir que elementos eléctricos o correcorrecorreentren en contacto con el agua.

03. Busque posicionar su cinta de correr en un área que esté limpia, seca y libre de humedad. Asegúrese de que está apagado y desconectado de su toma de corriente antes de su almacenamiento.

04. La facilidad de transporte se incorpora dentro de este producto, equipado con ruedas para una perfecta reubicación. Antes de mover la cinta de correr, compruebe que está desenchufada y correctamente plegada.

05. Controle constantemente las partes individuales de la cinta de correr y asegúrese de que estén bien fijadas. Los componentes que presenten signos de daño deben ser reemplazrápidamente.

06. Antes de comenzar el ejercicio, el cinturón de rodadura ha sido ajustado adecuadamente; Sin embargo, con el uso continuo, puede haber diversos grados de estirexperimentado por la correa.
Esto puede resultar en el desgaste de la correa debido a su desviación del centro y la fricción con el rodillo lateral y la cubierta trasera. El deslizde la correa con el tiempo es común. Si el cinturón se desliza o se pega durante el movimiento en la cinta de correr, puede ajustar el cinturón para un mejor rendimiento.

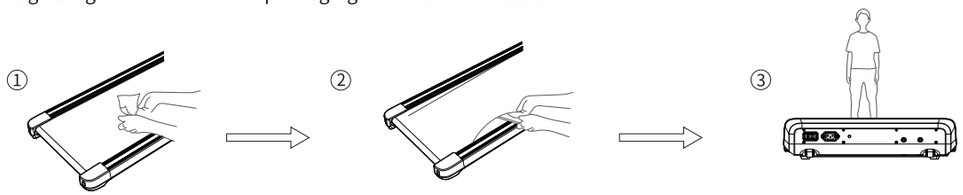
06. MANTENIMIENTO

Lubricante

01. La cinta de correr debe estar lubricada al cabo de medio año o 100 horas acumuladas, agregue 1/3 a 1/2 botella a la vez.

02. Confirmar el estado de lubric. Con la cinta de correr de, levante la cinta de correr de un lado y alcance la superficie debajo de la cinta de correr, y si el lubricse puede tocar, no hay necesidad de añadir más lubric, pero si el lubricse seca, vuelva a llenarlo. (Use sólo lubricque no sean a base de petróleo).

03. Siga la figura a continuación para agregar correctamente el lubric.



(1). limpiar la cinta de correr.

(2). Apague la corriente eléctrica, levante la cinta de rodadura y aplique aceite de silicona en la superficie interior.

(3). Inicie la cinta de correr y lubrique a 3 MPH durante 10-20 segundos.

Calentamiento
Se requiere un ejercicio de calentamiento de 5 A 10 minutos antes de cada operación.

Respiración respirrespir
No contenga la respiración durante la operación. Normalmente, cuando esté listo para restaurar sus movimientos, respire por la nariz y exhalcon la boca. La respiración debe coordinarse con sus movimientos. Si respira demasiado rápido, debe dejar de hacer ejercicio inmediatamente.

Frecuencia
Los músculos en la misma área deben tener 48 horas de descanso, es decir, la misma área puede ser entrenada al día siguiente.

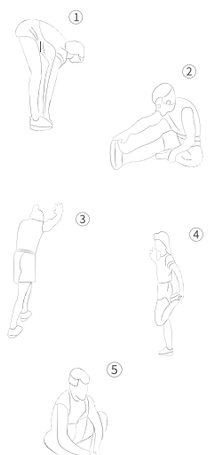
Carga
De acuerdo con la condición física individual para determinar la cantidad de entrenamiento, y luego el ejercicio de acuerdo con el principio de la carga asintótica, dolor muscular es normal al principio del entrenamiento, siempre y cuando usted continúa el ejercicio, el dolor puede ser eliminat- ed.

Relajarse
Cinco minutos de acción de restauración se debe tomar después de cada exe prevenir la coagulación a largo plazo y mantener la elasticidad muscular. Rcise, especialmente cuando los músculos del pie se estiran.

Dieta dieta
N orden de proteger el sistema digestivo, usted puede hacer ejercicio una hora después de una comida. Después del entrenamiento, debe comer al menos media hora.
Durante el ejercicio, usted debe beber menos agua, especialmente grandes cantidades de agua, con el fin de evitar aumentar la carga sobre el corazón y el riñón.

Directrices y recomendaciones sobre el ejercicio físico

Declaración de precaución: antes de comenzar este o cualquier otro régimen de ejercicio, es imperativo que consulte a su profesional de la salud.
Los ejercicios de calentamiento mejoran la circulación sanguínea, proporcionando a los músculos una mayor oxigen, elevación de la temperatura corporal y preparación para el esfuerzo físico a seguir.
Cada sesión de entrenamiento debe comenzar con una rutina de estiramiento de cinco a diez minutos y un calentamiento con movimientos ligeros.
Las ilustraciones que acompañan muestran varios tramos fundamentales.
El enfoque recomendado es llevar a cabo una sesión de calentamiento antes de ejecutar su entrenamiento. Para obtener amplios beneficios de calentamiento, repita cada estirdurante tres series consecutivas.



01.Estirar hacia abajo:
Flexione ligeramente las rodillas con el cuerpo estirándose lentamente hacia abajo, deje que la espalda y los hombros se relajen e intente extender las manos para tocar los dedos de los pies. Manténfirme durante 10-15 segundos y tóun descanso durante unos segundos. Repetir 3 veces.

02.Estiramiento de isquiotibiales:
Siéntese en un cojín limpio, estire una pierna y coloque la otra pierna hacia adentro hacia el musy snug en el interior de la pierna enderezada. Mientras tanto, trate de tocar los dedos de la pierna con la mano en el mismo lado. Manténfirme durante 10-15 segundos y tóun descanso durante unos segundos. Repetir 3 veces para cada pierna.

03.Estir:
Coloque ambas manos contra la pared mientras está de pie con un pie detrás del otro, manteniendo su pierna trasera recta y ambos talones apoyados en el suelo mientras se apoya contra la pared. Manténfirme durante 10-15 segundos y tóun descanso durante unos segundos. Repetir 3 veces para cada pierna.

04.Estiramiento del cuádriceps:
Sostenga el cuerpo firme con la mano izquierda apoyada contra la pared y la derecha extendiéndose hacia atrás para agarrar el talón derecho y jalarlo lentamente hacia las caderas, hasta que sienta la tensión muscular en la parte frontal del mus. Manténfirme durante 10-15 segundos y tóun descanso durante unos segundos. Repetir varias veces para cada pierna.

05.Sartorio (músculo de la parte interna del mus):
Siéntese en el piso con sus dos pies sostenidos uno contra el otro y sus rodillas apuntando a las direcciones opuestas, tome sus pies con sus manos y tire de ellos hacia su ingle. Manténfirme durante 10-15 segundos y tóun descanso durante unos segundos. Repetir 3 veces.

08. COMPROMISO DE SERVICIO

v

Este producto está destinado exclusivamente a aplicaciones domésticas. Cualquier anomalía asociada con el uso comercial no estará sujeta a nuestra cobertura de garantía.
Si usted experimenta cualquier problema con la funcionalidad de su producto, amablemente póngase en contacto con su distribuidor local con respecto a la atención al cliente!