

FITNORD

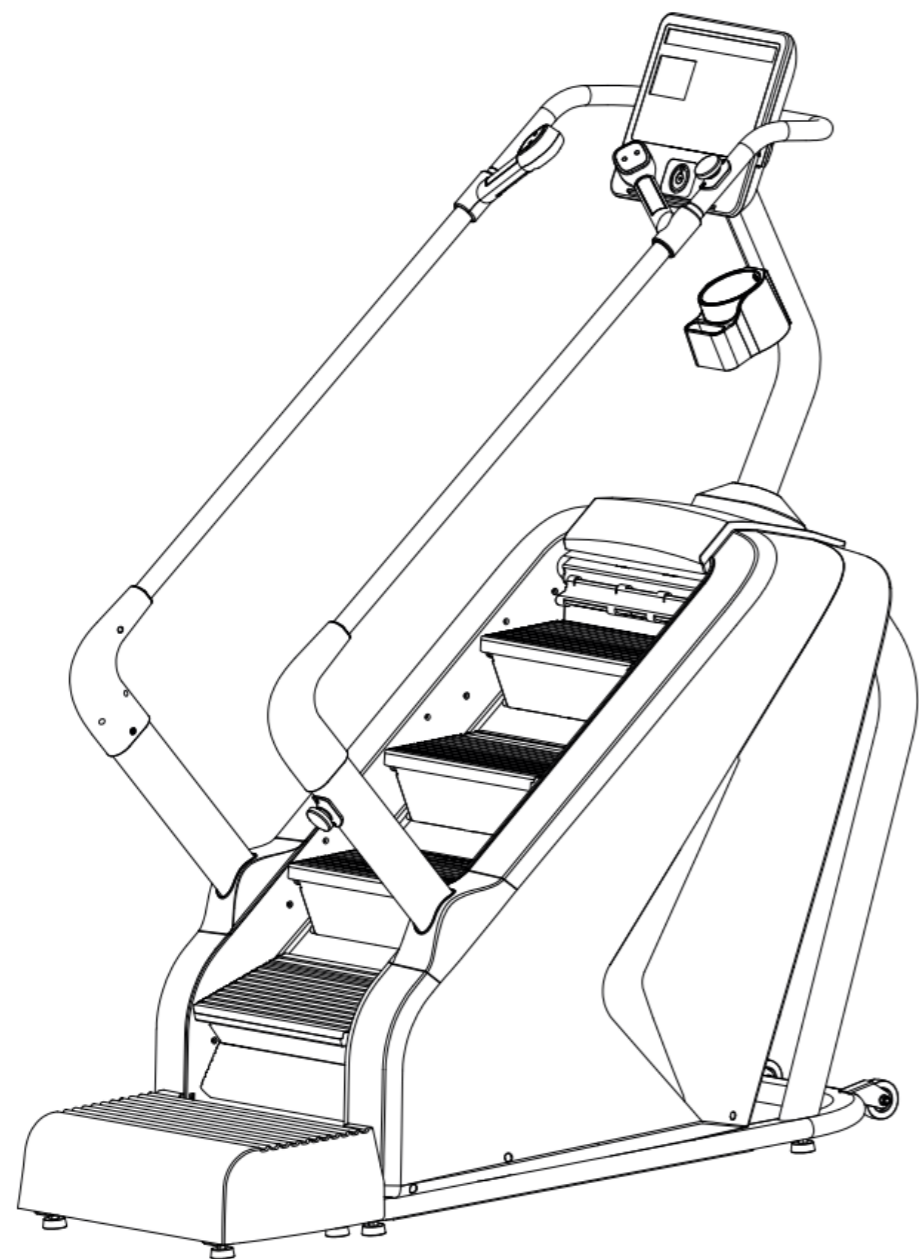
KÄYTTÖOHJEKIRJA
USERMANUAL
ANVÄNDARMANUAL
BRUKERHÅNDBOK

FitNord Stepchase 1000

Version 2.00 2026

**TÄRKEÄÄ
IMPORTANT
VIKTIGT
VIKTIG**

LUE TÄMÄ KÄYTTÖOPAS ENNEN TUOTTEEN KÄYTTÖÄ.
READ THIS MANUAL BEFORE USE.
LÄS BRUKSANVISNINGEN NOGGRANT INNAN ANVÄNDNING.
LES BRUKSANVISNINGEN FØR DU BRUKER PRODUKTET.



SISÄLLYSLUETTELO

| | |
|------------------------------------|----|
| 1 TÄRKEÄT TURVALLISUUSOHJEET | 6 |
| 2 KOKOONPANO-OHJEET | 7 |
| 3 NÄYTTÖ | 10 |
| 4 KÄYTTÖOHJEET | 12 |
| 5 HUOLTO-OHJEET | 16 |
| 6 VIRHEKODIT | 17 |
| 7 RÄJÄYTYSKUVA | 18 |
| 8 OSALUETTELO | 19 |

TABLE OF CONTENTS

| | |
|-------------------------------------|----|
| 1 IMPORTANT SAFETY PRECAUTION | 22 |
| 2 ASSEMBLY | 23 |
| 3 DISPLAY | 26 |
| 4 OPERATIONAL INSTRUCTIONS | 28 |
| 5 MAINTENANCE INSTRUCTIONS | 32 |
| 6 FAULT CODES | 33 |
| 7 EXPLOSION VIEW | 34 |
| 8 PARTS LIST | 35 |

INNEHÅLL

| | |
|--------------------------------------|----|
| 1 VIKTIGA SÄKERHETSANVISNINGAR | 38 |
| 2 MONTERINGSANVISNINGAR | 39 |
| 3 DISPLAY | 42 |
| 4 ANVÄNDARINSTRUKTIONER | 44 |
| 5 UNDERHÅLLSINSTRUKTIONER | 48 |
| 6 FELKODER | 49 |
| 7 SPRÄNGSKISS | 50 |
| 8 DELARLISTA | 51 |

INNHold

| | |
|---|----|
| 1 VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER | 54 |
| 2 MONTERINGSINSTRUKSJONER | 55 |
| 3 DISPLAY | 58 |
| 4 BRUKSANVISNING | 60 |
| 5 VEDLIKEHOLDSINSTRUKSJONER | 64 |
| 6 FEILKODER | 65 |
| 7 SPRANGSKISSE | 66 |
| 8 DELELISTE | 67 |



ONNITTELUT FITNORD STEPCHASE 1000 PORRASKONEEN HANKINNASTA!

**TURVALLISUUTESI VUOKSI, LUETHAN TÄMÄN KÄYTTÖOHJEEN
HUOLELLISESTI ENNEN KÄYTTÖÄ.**



Kiinnitä erityisesti huomiota käyttöohjeen varoituksiin ja huomioihin.

TÄRKEÄÄ!

Lue kaikki ohjeet huolellisesti ennen laitteen käyttöä. Laitteen tekniset tiedot voivat poiketa hieman kuvista, ja niitä voidaan muuttaa ilmoittamatta.

Säilytä käyttöohje myöhempää käyttöä varten.

Olethan yhteydessä maahantuojaan (Nordic Sports Brands Oy), mikäli tuotteesta tai sen käytöstä herää kysymyksiä.

VASTUUVAPAUSLAUSEKE

Kaikki oikeudet pidätetään. Tuote ja käyttöopas saattavat muuttua. Käyttöopas saattaa sisältää käännösvirheitä. Teknisiä tietoja saatetaan muuttaa ilman eri ilmoitusta. Maahantuoja ei vastaa käyttöohjeiden vastaisesta käytöstä aiheutuvista vahingoista.

VALMISTAJAN VAKUUTUS

FitNord vakuuttaa tuotteen täyttävän konedirektiivin 2006/42/EY ja standardien EN 957-1 (yleiset turvallisuusvaatimukset) sekä EN 957-6 (juoksumatot, turvallisuusvaatimukset ja testausmenetelmät) asettamat vaatimukset.

MAAHANTUOJA

FI

Nordic Sports Brands Oy (FI21476243)
Kohmankaari 3
33100 Tampere

SE

Sportproffsen Sverige AB (SE559274147301)
Lindövägen 14
186 92 Vallentuna

NO

SCUSHI AS (Org. nr. 998 761 697)
Storgata 132
3915 Porsgrunn

MANUAALI LÖYTYY MYÖS DIGITAALISENA OSOITTEESTA:

www.fitnord.com/manuals

1 TÄRKEÄT TURVALLISUUSOHJEET

! HUOM

Lue kaikki ohjeet huolellisesti ennen tämän porraskoneen käyttöä. Säilytä tämä käyttöohje myöhempiä käyttöä varten. Näiden turvallisuusohjeiden noudattamatta jättäminen voi johtaa loukkaantumiseen, laitteen vaurioitumiseen tai takuun raukeamiseen.

- Irrota laite aina pistorasiasta heti käytön jälkeen sekä ennen puhdistusta, huoltoa tai siirtämistä.
- Älä koskaan jätä laitetta valvomatta, kun se on kytketty verkkovirtaan.
- Kytke laite vain asianmukaisesti maadoitettuun pistorasiaan.
- Irrota laite kääntämällä kaikki säätimet OFF-asentoon ja irrottamalla pistoke pistorasiasta.
- Älä käytä haarotuspistorasioita tai jatkojohtoja äläkä muokkaa pistoketta.
- Älä muuta virtajohtoa, pidennä sitä tai aseta sen päälle raskaita esineitä.
- Pidä virtajohto poissa lämmönlähteistä ja kuumilta pinnoilta.
- Älä vedä virtajohdosta.
- Jos virtajohto tai pistoke on vaurioitunut, lopeta käyttö välittömästi ja vaihdata se valmistajalla tai pätevällä huoltoteknikolla. Älä yritä korjata sitä itse.
- Älä koskaan käytä laitetta, jos johto tai pistoke on vaurioitunut, laite ei toimi oikein, se on vaurioitunut tai altistunut vedelle.
- Vain sisäkäyttöön.
- Älä käytä kosteissa tai märissä tiloissa (esim. kylpyhuone, allasalue, autotalli tai ulkona).
- Älä käytä tiloissa, joissa käytetään aerosoleja tai annostellaan happea.
- Varmista vähintään 2 m x 1 m vapaa tila laitteen takana sekä riittävä tila hätäpoistumiseen. Kun laitteita sijoitetaan vierekkäin, vapaat tilat voivat olla yhteisiä.
- Pidä ilmanvaihtoaukot puhtaina nukasta, hiuksista ja roskista.
- Älä työnnä tai pudota esineitä aukkoihin.
- Älä käytä laitetta, jos ilmanvaihtoaukot ovat tukossa, sillä liiallinen kuumeneminen voi aiheuttaa tulipalon, sähköiskun tai loukkaantumisen.
- Noudata kokoamisohjeita huolellisesti.
- Varmista, että kaikki pultit ja kiinnikkeet ovat kunnolla kiristettyjä ennen käyttöä.
- Virheellinen kokoaminen voi aiheuttaa löysiä osia, melua, epävakautta tai loukkaantumisen.
- Tarkasta laite säännöllisesti kulumisen ja vaurioiden varalta (mukaan lukien kaapelit ja liitännät).
- Vaihda vialliset osat välittömästi tai lopeta käyttö, kunnes laite on korjattu.
- Kiinnitä erityistä huomiota kuluville osille.
- **Suurin käyttäjätarve: 180 kg (400 lbs).**
- Laite on tarkoitettu vain aikuisten käyttöön.
- Alle 13-vuotiaat lapset ja lemmikit on pidettävä vähintään 3 metrin etäisyydellä laitteesta.
- 14–17-vuotiaita on valvottava jatkuvasti.
- Henkilöt, joilla on rajoittuneet fyysiset, aistinvaraiset tai henkiset kyvyt tai joilla ei ole kokemusta, saavat käyttää laitetta vain asianmukaisessa valvonnassa.
- Vain yksi henkilö saa käyttää laitetta kerrallaan.
- Käytä laitetta vain sen käyttötarkoitukseen.
- Älä käytä lisävarusteita, joita valmistaja ei suosittele.
- Käytä aina asianmukaisia urheiluvaatteita ja puhtaita kenkiä.
- Älä käytä löysiä vaatteita, jotka voivat tarttua laitteeseen.
- Älä hyppää laitteen päällä.
- Varmista, että laite on täysin pysähtynyt ennen poistumista.
- Poikkeustilanteessa paina hätäpysäytyspainiketta ja poistu laitteelta varovasti, kun se on täysin pysähtynyt.
- Kysy lääkäriltä ennen harjoitusohjelman aloittamista, erityisesti jos sinulla on korkea verenpaine, sydänongelmia tai jokin sairaus.
- Älä harjoittele 40 minuuttia ruokailun jälkeen.
- Lämmittele kunnolla ennen harjoittelua.
- Pidä harjoittelutahti miellyttävänä.
- Jos tunnet rintakipua, pahoinvointia, huimausta, hengenahdistusta tai muita poikkeavia oireita, lopeta harjoittelu välittömästi ja ota yhteys lääkäriin.
- Liiallinen tai virheellinen harjoittelu voi johtaa vakavaan loukkaantumiseen tai kuolemaan.
- Sykeanturin lukemat eivät ole lääketieteellisiä ja voivat olla epätarkkoja.
- Irrota virta ennen huoltoa tai laitteen siirtämistä.
- Puhdista vain kevyesti kostutetulla liinalla ja miedolla saippualla. Älä käytä liuottimia.
- Älä poista konsolin suoja ilman valtuutetun huollon ohjeita.
- Huollon saa suorittaa vain pätevä huoltoteknikko.
- Puhdistuksen ja käyttäjän huollon saa suorittaa vain aikuinen.
- Laitteen turvallisuustaso säilyy vain, jos sitä tarkastetaan säännöllisesti kulumisen ja vaurioiden varalta.

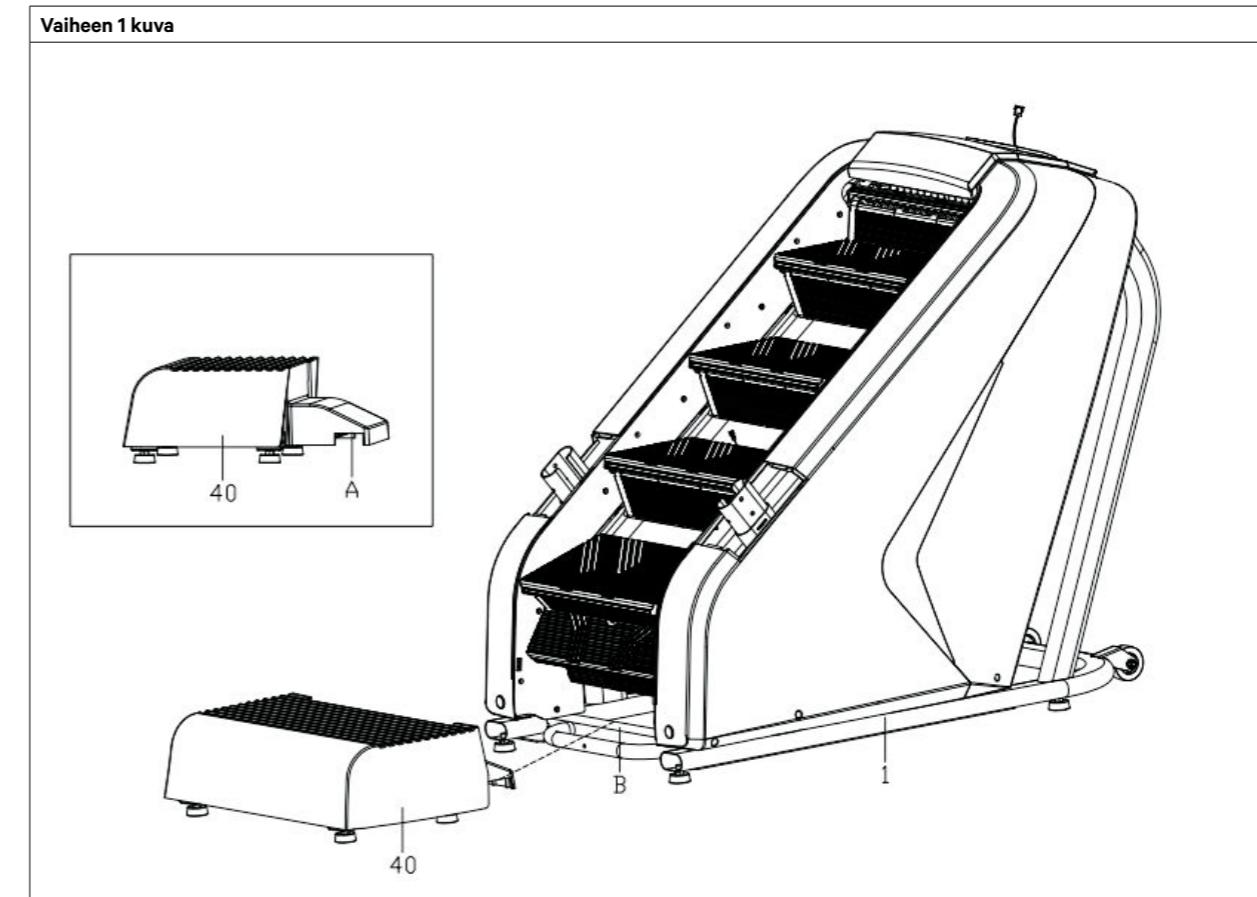
2 KOKOONPANO-OHJEET

Valmistelu

- Valmistele työalue
 - » On tärkeää, että kokoat tuotteen puhtaassa, selkeässä ja esteettömässä tilassa. Tämä mahdollistaa liikkumisen tuotteen ympärillä osia asennettaessa ja vähentää loukkaantumisriskiä kokoamisen aikana.
- Työskentele toverin kanssa
 - » Kokoaminen voi olla nopeampaa, turvallisempaa ja helpompaa ystävän avustuksella, sillä jotkin osat voivat olla suuria, raskaita tai vaikeasti käsiteltäviä yksin.
- Avaa pakkaus
 - » Avaa tuotetta sisältävä pakkaus varovasti. Varmista, että avaat pakkauksen oikein päin, sillä se on helpoin ja turvallisin tapa poistaa kaikki osat.
- Pura osat
 - » Pura jokainen osa huolellisesti ja tarkista osaluettelosta, että kaikki tarvittavat osat tuotteen kokoamiseen ovat mukana.

Vaihe 1

- Avaa pakkaus, ota kaikki osat esille ja aseta päärunko (1) tasaiselle alustalle.
- Kiinnitä polkimen (40) osa A päärungon osaan B. Varmista, että osat ovat keskitetty oikein.

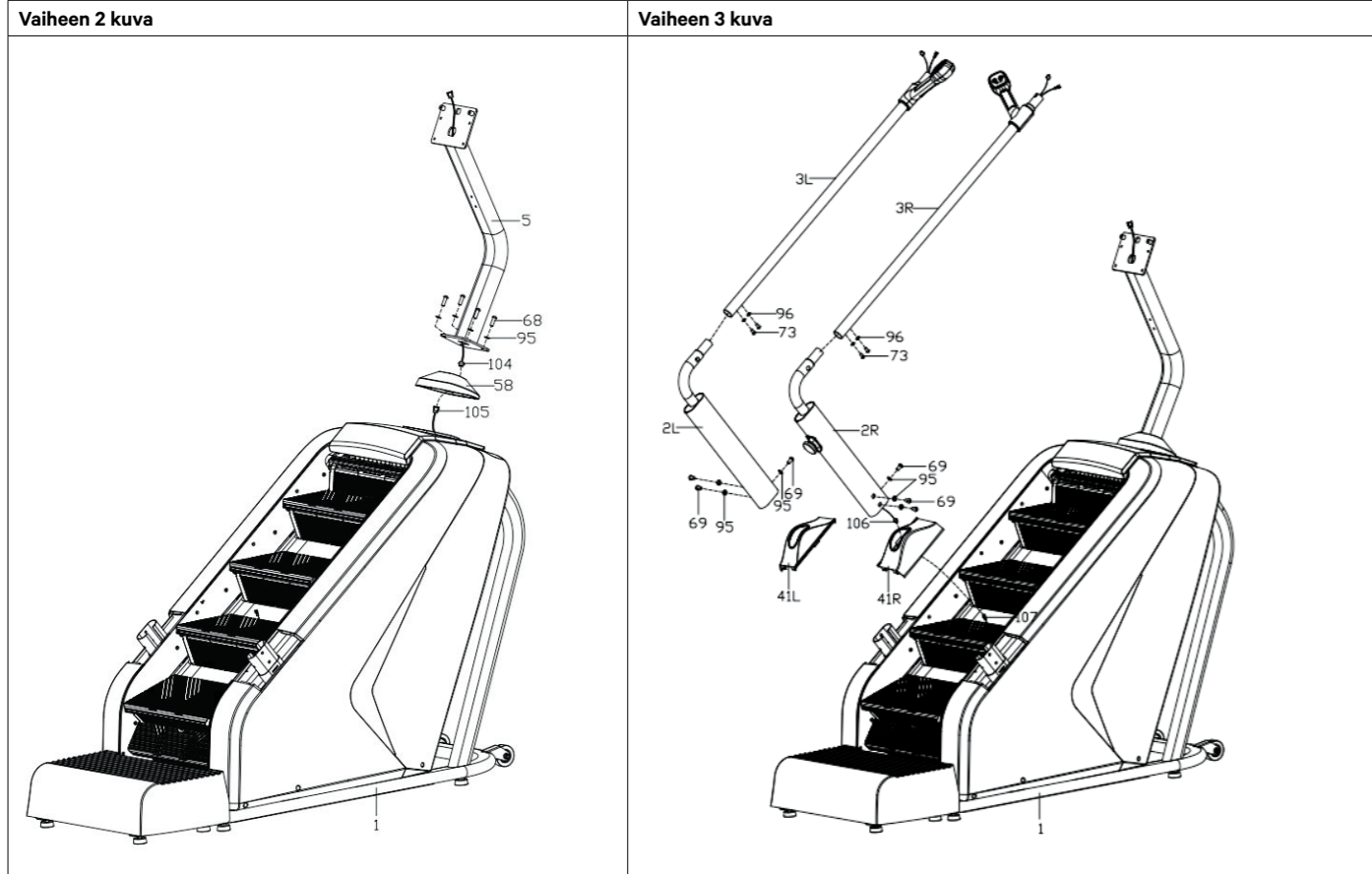


Vaihe 2

- Yhdistä konsolin jatkojohto (104) alempaan johtoon (105);
- Asenna tukipylväs (5) päärunkoon (1) ruuvilla (68) ja aluslevyllä (95);
- Älä vielä kiristä kiinnitystä.
- Aseta koristepeite (58) tukipylvääseen (5) ja napsauta se paikoilleen päärunkoon (1).

Vaihe 3

- Vie hätäpysäytyskytkimen alempi johto 2 (106) oikean koristepeitteen (41R) läpi ja liitä se ylempään johtoon 2 (107).
- Aseta koristepeitteet (41L / R) tukipylväisiin (2L / R), kokoa mutta älä kiristä tukipylväitä (2L / R) päärunkoon (1) ruuveilla (69) ja aluslevyllä (95).
- Asenna, mutta älä kiristä, käsijohteet (3L/R) tukipylväisiin (2L / R) ruuveilla (73) ja aluslevyllä (96).

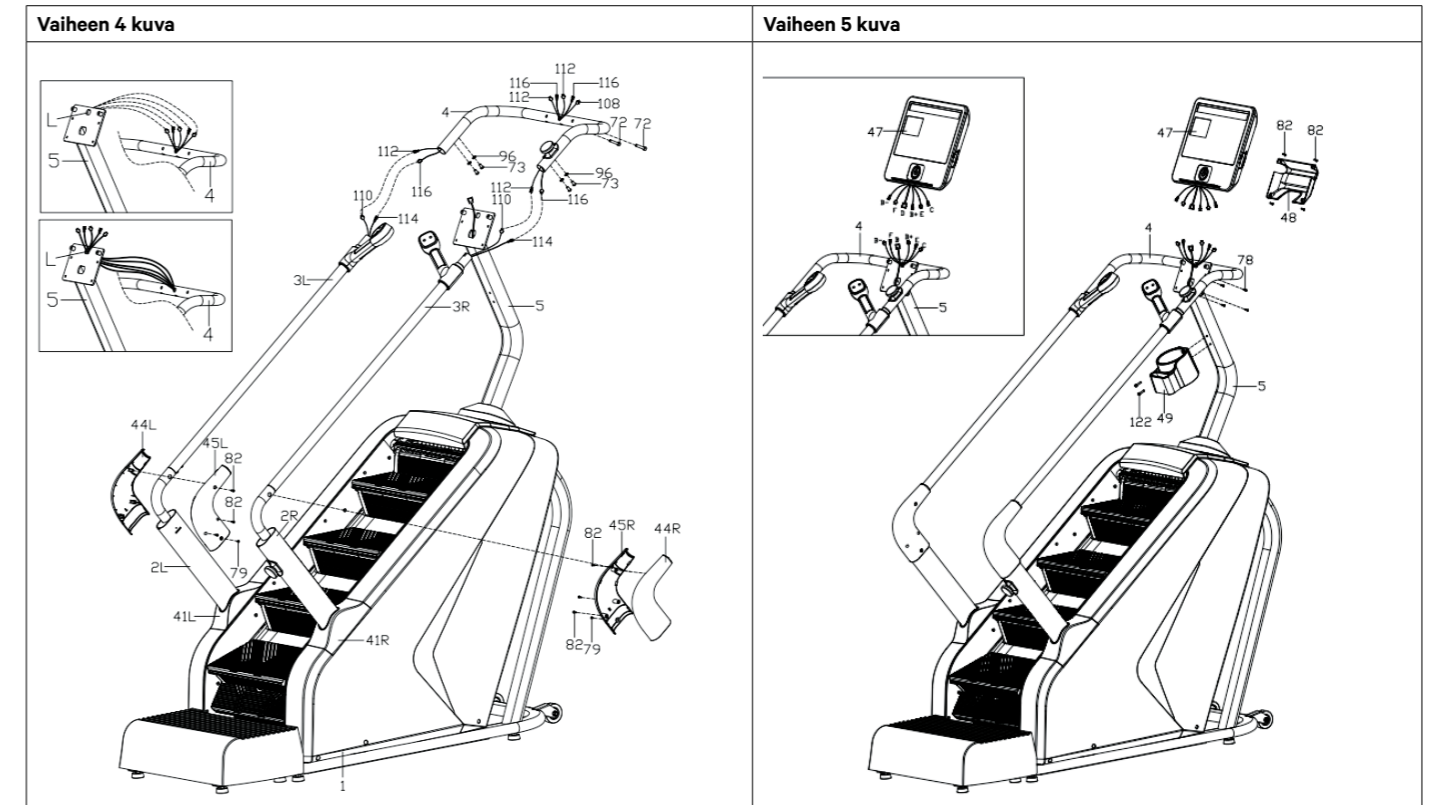


Vaihe 4

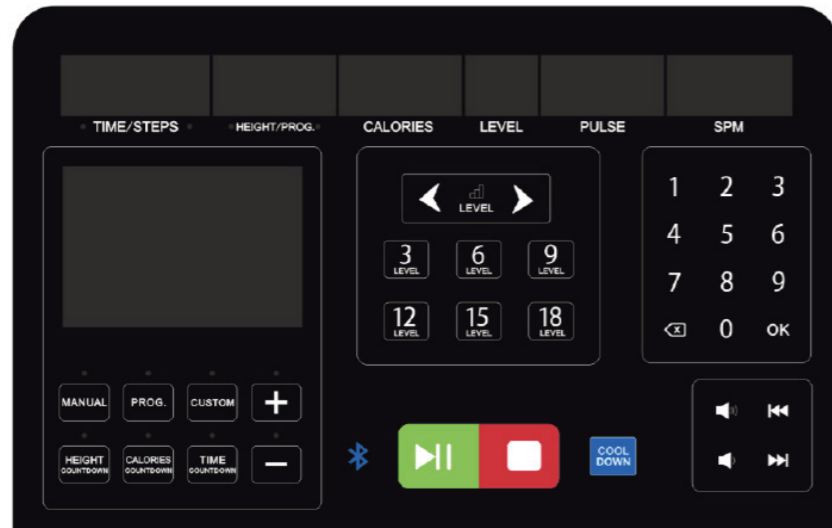
- Liitä pulssin ylempi johto (110) pulssin jatkojohtoon (112); liitä näppäimistön ylempi johto (114) näppäimistön jatkojohtoon (116).
- Aseta takakäsijohde (4) käsijohteiden (3L/R) päälle ja käytä suurta tasakantaista pulttia (73) sekä sisäpuolista hammastettua aluslevyä (96) esikiinnitykseen (älä vielä kiristä).
- Vie käsikahvan sykemittarin pulssin jatkojohto (112), näppäimistön jatkojohto (116) sekä hätäpysäytyskytkimen alempi johto 1 (108) takakäsijohdesta (4) konsolin tukipylvään (5) L-aukosta läpi.
- Kiinnitä takakäsijohde (4) konsolin tukipylvään (5) tukilevyn kuusiokolopulteilla (72) (älä vielä kiristä).
- Kiristä nyt kaikki ruuvit.
- Kiinnitä pystytukien koristepeitteet (41L/R) päärunkon (1) suojakansiin.
- Käytä ristipääruuveja aluslevypäillä (79) ja ristipääruuveja (82) ulkoisten (44L/R) ja sisäisten (45L/R) koristepeitteiden kiinnittämiseen tukipylväisiin (2L/R).

Vaihe 5

- Liitä konsolin (47) johdot vastaaviin johtoihin takakäsijohdessa (4) ja konsolin tukipylväessä (5) (johtonumerot vastaavat toisiaan).
- Kiinnitä konsoli (47) tukipylvääseen (5) ruuveilla (78), ja asenna koristepeite (48) konsoliin (47) ruuveilla (82).
- Asenna juomapulloteline (49) tukipylvääseen (5) ylhäältä alas ja kiristä kuusiokolopulteilla (122).
















3 NÄYTTÖ



3.1. Näytön toiminnot

| | |
|--|---|
| TIME/STEP [AIKA/ASKELEET] | Harjoitusaika tai askelmäärä näytetään vuorotellen 5 sekunnin välein. AIKA: Oletuksena ajan näyttöalue on 0:00–99:59. Kun 99 minuuttia ja 59 sekuntia saavutetaan, laite pysähtyy, näyttää "End" ja siirtyy valmiustilaan 5 sekunniksi. Laskentatilassa arvo pienenee asetetusta ajasta nolnaan. Kun laskenta päättyy, laite pysähtyy ja näyttää "End" 5 sekunnin ajan ennen valmiustilaa. ASKELEET: Näyttää harjoituksen aikana otettujen askelten määrän. |
| HEIGHT/PROG [KORKEUS/OHJELMA] | KORKEUS: Näyttää liikkeen korkeuden tai ohjelman järjestysnumeron. Korkeus näytetään eteenpäin laskien välillä 0.0–999, ja käänteisessä laskennassa arvo pienenee asetetusta arvosta nolnaan. Kun laskenta saavuttaa 0, nopeus laskee ja "End" näytetään 5 sekunnin ajan ennen valmiustilaa. OHJELMA: Näyttää nykyisen ohjelman numeron ohjelmatilassa sekä nykyisen vaiheen numeron mukautettua ohjelmaa asetettaessa. |
| CALORIES [KALORIT] | Näyttää kalorinkulutuksen välillä 0.0–999. Laskentatilassa arvo pienenee asetetusta arvosta nolnaan. Kun laskenta saavuttaa 0, nopeus laskee ja "End" näytetään 5 sekunnin ajan ennen valmiustilaa. |
| LEVEL [TASO] | Näyttää harjoittelutason, alue 1–25. |
| PULSE [SYKE] | Näyttää sykearvon. Kun pidät kiinni sykemittauskahvoista, järjestelmä tunnistaa sykkeen ja näyttää sen tässä ikkunassa. Näyttöalue on 50–200 lyöntiä/min. (Tiedot ovat vain viitteellisiä eivätkä lääketieteellisiä.) |
| SPM | Näyttää askelmäärän minuutissa. |
| DIAGRAM WINDOW [KAAVIOKUNTA] | Näyttää ohjelmakaaviot. |
| BLUETOOTH | Kytke Bluetooth päälle laitteessasi, etsi porraskone nimellä "SYMK" ja yhdistä, jotta voit toistaa mediaa laitteen kaiuttimien kautta. |

3.2. Painikkeiden toiminnot

| | | |
|--|---|---|
| MANUAL [MANUAALI] |  | Siirry manuaalitilaan tai valmiustilaan. |
| PROG [OHJELMA] |  | Siirry ohjelma- ja valikkoon (lyhyt painallus) tai BMI-testiin (pitkä painallus). |
| CUSTOM [MUKAUTETTU] |  | Siirry mukautetun ohjelman valikkoon. |
| HEIGHT COUNTDOWN [KORKEUSLASKENTA] |  | Siirry korkeuden laskentatilaan. Säädä arvoa + / - painikkeilla. Paina START aloittaaksesi harjoituksen. |
| CALORIES COUNTDOWN [KALORILASKENTA] |  | Siirry kalorilaskentatilaan. Säädä arvoa + / - painikkeilla. Paina START aloittaaksesi harjoituksen. |
| TIME COUNTDOWN [AIKALASKENTA] |  | Siirry aikalaskentatilaan. Säädä arvoa + / - painikkeilla. Paina START aloittaaksesi harjoituksen. |
| + / - PAINIKE |  | Säätää arvoja eri tiloissa. |
| START/PAUSE |  | Käynnistää / keskeyttää harjoituksen. |
| STOP |  | Pysäyttää harjoituksen. |
| COOL DOWN |  | Aloittaa jäähdyttelyn. |
| PIKANÄPPÄIMET TASOLLE 3, 6, 9, 12, 15, 18 |  | Manuaalitilassa voit asettaa nopeasti halutun harjoitustason. |
| NÄPPÄIMISTÖ |  | Säätää arvoja eri tiloissa. |
| MEDIASÄÄDÖT |  | Säätää äänenvoimakkuutta sekä vaihtaa kappaletta. |

3.3. Eri parametrien näyttöalueet

| Parametri | Alkuarvo | Asetettava alkuarvo | Asetusalue | Näyttöalue |
|--------------------|----------|---------------------|--------------|--------------|
| AIKA | 0:00 | 15:00 | 5:00 – 99:00 | 0:00 – 99:59 |
| Lohko (tiedosto) | 1 | 1 | 1 – 25 | 1 – 25 |
| Askelmäärä | 0 | 5000 | 100 – 9990 | 0 – 9999 |
| Korkeus (m) | 0.0 | 10.0 | 5.0 – 999 | 0.0 – 999 |
| Syke (lyöntiä/min) | P | N/A | N/A | 50 – 200 |
| KALORIT (kcal) | 0.0 | 50.0 | 10.0 – 999 | 0.0 – 999 |
| SPM (askelta/min) | 0 | N/A | N/A | 0 – 999 |

4 KÄYTTÖOHJEET

! HUOM

Irrota laite sähköverkosta ennen huoltoa tai siirtämistä.

4.1. Laitteen siirtäminen

- Irrota laite virtalähteestä.
- Nosta laitetta takapästä ja siirrä se kuljetuspyörien varaan.

4.2. Virtaliitäntä

- Tämä tuote on maadoitettava. Vikatilanteessa maadoitus tarjoaa sähkövirralle pienimmän vastuksen reitin ja vähentää sähköiskun riskiä.
- Sekä laite että mukana toimitettu virtajohto on varustettu maadoituksella. Alla oleva kuva esittää maadoitetun ja maadoittamattoman pistorasian. Maadoittamatonta pistorasiaa ei suositella käytettäväksi tämän laitteen kanssa.



4.3. Tilat / ohjelmat

4.3.1. Yleiset ohjeet

- Valmiustilassa paina "MANUAL" / "PROG." / "CUSTOM" / "HEIGHT COUNTDOWN" / "CALORIE COUNTDOWN" / "TIME COUNTDOWN" -painikkeita vaihtaaksesi nopeasti tilaa.
- Tilaa vaihdettaessa (paitsi manuaalillassa) voit asettaa parametrit + / - painikkeilla.

4.3.2. MANUAALITILA (pikakäynnistys)

- Kytke virta päälle.
- Paina **START**-painiketta. Järjestelmä siirtyy 3 sekunnin lähtölaskentaan. Sen jälkeen portaat alkavat liikkua tasolla 1.
- Käynnistyksen jälkeen säädä nopeutta + / - painikkeilla.
- Paina **START/PAUSE** keskeyttääksesi harjoituksen. Paina uudelleen jatkaaksesi.
- Paina **STOP** lopettaaksesi harjoituksen.

4.3.3. LASKENTAOHJELMAT

- Valmiustilassa paina laskentaohjelman painiketta siirtyäksesi haluttuun tilaan.
- Näyttö vilkkuu ja voit säätää arvoja + / - painikkeilla:
 - HEIGHT COUNTDOWN [**KORKEUSLASKENTA**]: 5.00 - 999 metriä.
 - CALORIE COUNTDOWN [**KALORILASKENTA**]: 10.00 - 999 kcal.
 - TIME COUNTDOWN [**AIKALASKENTA**]: 5:00 - 99:00 min.
- Paina **START/PAUSE** keskeyttääksesi ja jatkaaksesi harjoitusta.
- Paina **STOP** lopettaaksesi harjoituksen.

4.3.4. ESIASETETUT OHJELMAT

- Valmiustilassa paina **PROG** siirtyäksesi ohjelmavalikkoon.
- Selaa ohjelmia (P01-P36) **PROG**-painikkeella ja säädä harjoitusaikaa + / - painikkeilla tai näppäimistöllä.
- Paina **START/PAUSE** keskeyttääksesi tai jatkaaksesi harjoitusta.
- Paina **STOP** lopettaaksesi harjoituksen.

| SEGMENTTI OHJELMA | ASETETTU AIKA JAETAAN 10 JAKSOON. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | *Esimerkki: jos valitset 30 minuuttia, yksi jakso kestää 3 minuuttia. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| P01 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 6 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P02 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 10 | 7 | 10 | 10 | 10 | 7 | 10 | 10 | 7 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 |
| P03 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 7 | 7 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 |
| P04 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 6 | 5 | 5 | 1 |
| P05 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 9 | 9 | 9 | 9 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 |
| P06 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 12 | 12 | 12 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 7 | 5 | 5 | 1 |
| P07 | 4 | 5 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 8 | 6 | 6 | 2 |
| P08 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 11 | 4 |
| P09 | 4 | 5 | 5 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 9 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 8 | 5 | 5 | 2 |
| P10 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 5 | 9 | 7 | 7 | 9 | 5 | 7 | 7 | 9 | 5 | 7 | 7 | 9 | 7 | 3 |
| P11 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 1 |
| P12 | 4 | 6 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 9 | 4 |
| P13 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 |
| P14 | 4 | 5 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 8 | 3 |
| P15 | 4 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 4 | 2 |
| P16 | 4 | 6 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 9 |
| P17 | 4 | 4 | 4 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 4 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 8 | 4 | 4 | 2 |
| P18 | 5 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 4 |
| P19 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 2 |
| P20 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 4 |
| P21 | 4 | 8 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 2 |
| P22 | 6 | 8 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 4 | 6 | 2 |
| P23 | 6 | 8 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 4 | 2 |
| P24 | 6 | 8 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 4 | 6 | 2 |
| P25 | 4 | 6 | 5 | 6 | 5 | 7 | 6 | 4 | 7 | 4 | 8 | 4 | 9 | 4 | 10 | 5 | 6 | 5 | 11 | 3 |
| P26 | 4 | 7 | 6 | 8 | 6 | 8 | 6 | 4 | 6 | 5 | 5 | 8 | 7 | 9 | 7 | 9 | 7 | 5 | 7 | 2 |
| P27 | 4 | 7 | 6 | 7 | 6 | 7 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 8 | 7 | 8 | 7 | 8 | 7 | 5 | 6 | 2 |
| P28 | 4 | 8 | 9 | 6 | 6 | 9 | 6 | 4 | 6 | 5 | 5 | 9 | 10 | 7 | 7 | 10 | 7 | 5 | 7 | 2 |
| P29 | 4 | 6 | 8 | 10 | 9 | 10 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 7 | 9 | 11 | 10 | 11 | 9 | 5 | 6 | 2 |
| P30 | 4 | 6 | 7 | 7 | 8 | 7 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 8 | 8 | 9 | 8 | 9 | 6 | 6 | 2 |
| P31 | 5 | 8 | 9 | 7 | 10 | 7 | 11 | 8 | 6 | 4 | 6 | 9 | 10 | 8 | 11 | 8 | 11 | 9 | 6 | 3 |
| P32 | 4 | 7 | 8 | 6 | 9 | 7 | 8 | 7 | 5 | 5 | 5 | 8 | 9 | 7 | 19 | 8 | 9 | 8 | 6 | 3 |
| P33 | 4 | 10 | 8 | 6 | 7 | 11 | 9 | 7 | 6 | 6 | 5 | 11 | 9 | 7 | 8 | 11 | 10 | 8 | 7 | 3 |
| P34 | 4 | 5 | 7 | 5 | 5 | 7 | 5 | 8 | 5 | 6 | 5 | 6 | 8 | 6 | 6 | 8 | 6 | 9 | 6 | 3 |
| P35 | 4 | 7 | 10 | 11 | 8 | 11 | 7 | 5 | 4 | 5 | 5 | 8 | 11 | 11 | 9 | 11 | 8 | 6 | 5 | 2 |
| P36 | 4 | 7 | 7 | 6 | 6 | 8 | 6 | 4 | 5 | 7 | 5 | 8 | 8 | 7 | 7 | 9 | 7 | 5 | 6 | 4 |

4.3.5 Mukautetut ohjelmat (CUSTOM)

- Esiasetettujen ohjelmien lisäksi laitteessa on kolme mukautettua ohjelmaa, jotka voidaan säätää omien tarpeiden mukaan: **U01**, **U02** ja **U03**.

Ohjelmien mukauttaminen:

- Valmiustilassa paina **CUSTOM**-painiketta siirtyäksesi mukautettujen ohjelmien valikkoon ja selaa ohjelmia.
- Paina näppäimistön **OK**-painiketta siirtyäksesi muokkaustilaan. Muokkaa nyt ensimmäistä 20 segmentistä.
- Säädä nopeus **+ / -** -painikkeilla tai näppäimistöllä.
- Vahvasta painamalla **OK**-painiketta. Siirryt seuraavaan segmenttiin, kunnes kaikki 20 segmenttiä on asetettu ja ohjelma on valmis.

Mukautettujen ohjelmien käyttö:

- Valmiustilassa paina **CUSTOM** ja valitse ohjelma.
- Säädä harjoitusaika **+ / -** -painikkeilla tai näppäimistöllä.
- Paina **START/PAUSE** keskeyttääksesi ja jatkaaksesi harjoitusta.
- Paina **STOP** lopettaaksesi harjoituksen.

4.3.6 Kehon massaindeksi (BMI) -testi

HUOM

Kehon rasvaprocentin arvio on suuntaa-antava eikä huomioi kehon mittasuhteita tai lihasmassaa.

- Valmiustilassa pidä **PROG**-painiketta painettuna siirtyäksesi BMI-testiin.
 - » Paina **OK** ja syötä henkilötietosi **+ / -** -painikkeilla tai näppäimistöllä:
F-1 = Sukupuoli (01 mies, 02 nainen)
F-2 = Ikä
F-3 = Pituus
F-4 = Paino
F-5 = Kuntotesti
- Siirry kohtaan F-5 aloittaaksesi testin.
 - » Pidä kiinni sykemittauskahvoista 2–3 sekunnin ajan.
 - » Laite näyttää kehon koostumusindeksin (FAT/BMI).
- Tulokset.

| | | | |
|-----|-----------|-------------------------|----------|
| F-1 | Sukupuoli | 01 (mies) / 02 (nainen) | |
| F-2 | Ikä | 10 – 99 | |
| F-3 | Pituus | 100 – 200 cm | |
| F-4 | Paino | 20 – 150 kg | |
| F-5 | FAT | ≤ 19 | Alipaino |
| | FAT | = (20 – 25) | Normaali |
| | FAT | = (26 – 29) | Ylipaino |
| | FAT | ≥ 30 | Lihavuus |

4.4. Virransäästötila

- Laitteessa on virransäästötoiminto. Jos valmiustilassa ei anneta komentoja 10 minuuttiin, näyttö sammuu automaattisesti. Paina mitä tahansa painiketta aktivoitaksesi laitteen uudelleen.

4.5. MP3 / USB / Bluetooth

- Kun MP3- tai muu äänilaitte on liitetty, laite voi toistaa musiikkia. Mediaa voidaan ohjata laitteen painikkeilla tai liitetystä laitteesta.

4.6. Sammutus

- Laite voidaan sammuttaa milloin tahansa virtakytkimestä.

4.7. Mittasuhteet

- 5 askelta vastaa yhtä metriä.
- 3,5 metriä vastaa yhden kerroksen korkeutta.

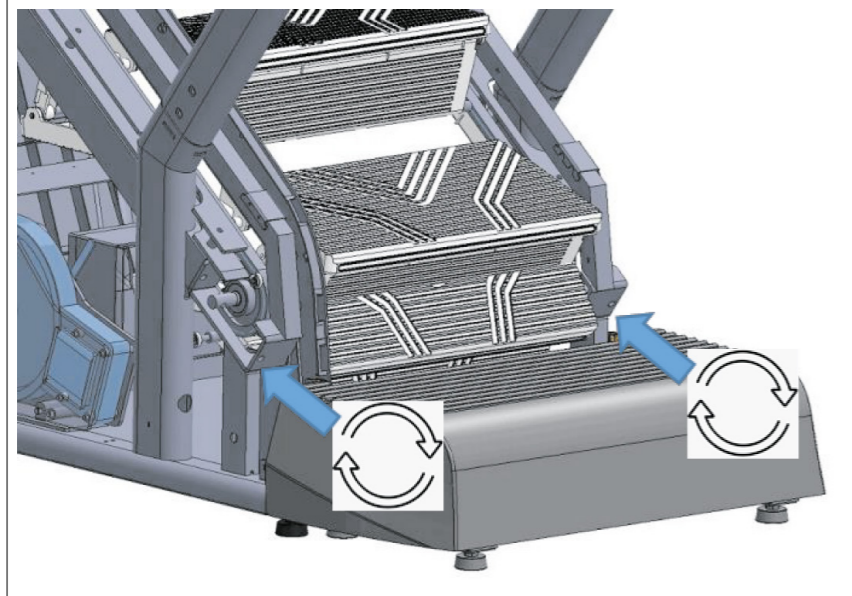
HUOM

Irrota laite sähköverkosta ennen huoltoa tai siirtämistä.

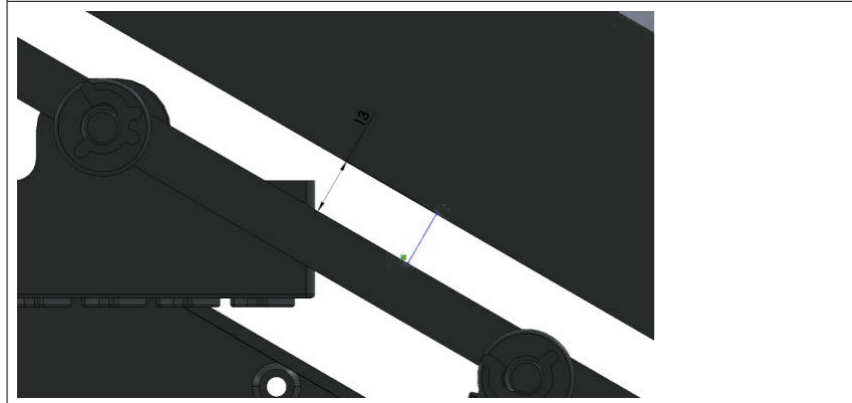
5.1 Ketjun kiristäminen

- Tärisivät tai epävakaat portaat viittaavat löysään ketjuun. Ketjun säätämiseksi noudata seuraavia ohjeita turvallisen ja mukavan käytön varmistamiseksi.
 - Irrota laite virtalähteestä.
 - Irrota päärungon vasen ja oikea suojakansi.
 - Käytä kuusiokoloavainta ja kiristä säätöpultteja myötäpäivään alla olevan kuvan mukaisesti. Älä kiristä ketjua liikaa, sillä se voi vahingoittaa sisäisiä osia ja lyhentää laitteen käyttöikää. Ketjun tulee liikkua vapaasti. Kuten kuvassa 2 on esitetty, kun ketjun ja putken välinen väli on säädetty 35 mm:iin, laitetta voidaan käyttää.

Kuva: Ketjun kiristäminen



Kuva 2

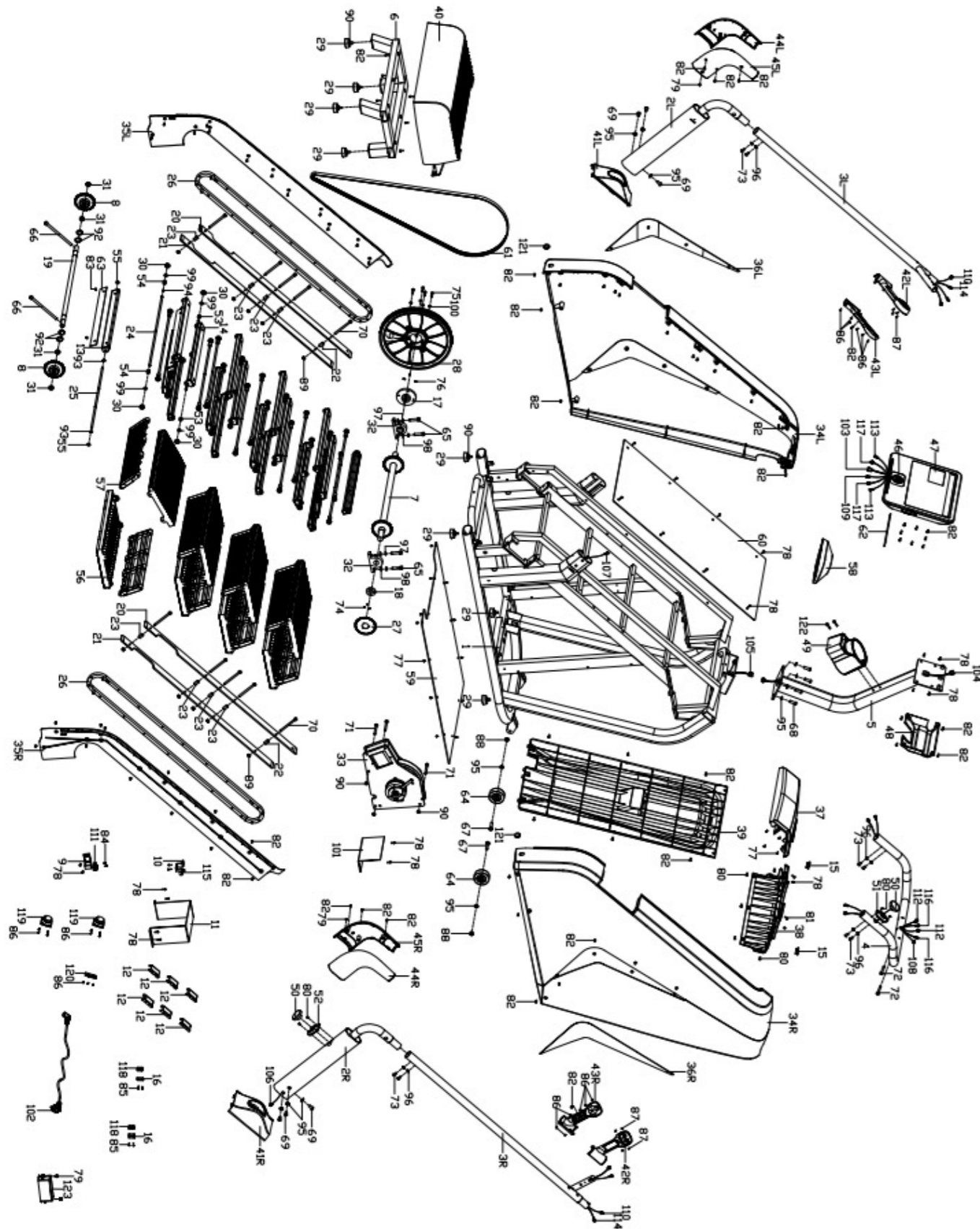


HUOM

Korjauksia saavat suorittaa vain pätevät sähköalan ammattilaiset.

| VIRHEET | MAHDOLLISET SYYT | TESTAUSMENETELMÄ | |
|--------------------------|---|---|---|
| Näyttö ei käynnisty | Ei virransyöttöä | Tarkista, että virtajohto on kytketty verkkovirtaan tai tarkista pistorasia | |
| | Virtakytkin ei ole päällä | Aseta virtakytkin ON-asentoon | |
| | Laite ei saa virtaa tai on vaurioitunut | Nollaa ylikuormitussuoja | |
| | Näytön signaali johto on katkennut | Vaihda näytön signaali johto ja kytke se uudelleen | |
| Näyttö on vaurioitunut | Näyttö on vaurioitunut | Vaihda näyttö | |
| | Näyttö toimii osittain | Huonot juotokset tai juotossillat näytön ohjainpiirissä | Tarkista juotokset |
| Muu näyttövika | Viallinen näytön ohjainpiiri (IC) | Juota uusi näytön ohjainpiiri (IC) | |
| | ---or--- | Turva-avain ei ole kiinnitetty oikein | Kiinnitä turva-avain näytön magneettiseen kohtaan |
| | E01 – Tiedonsiirtovirhe (moottori ei vastaanota signaalia mittarilta) E02 – Tiedonsiirtovirhe (mittari ei vastaanota signaalia ohjaimelta) | Hätäpysäytyskytkin on irrotettu | Kytke hätäpysäytyskytkin uudelleen tai käännä se oikeaan asentoon |
| | | Magneetti ei ole paikallaan | Tarkista, että magneetti on asennettu oikein |
| | | Näytön signaali johto on huonosti kytketty tai siinä on huono kontakti | Kytke liitin uudelleen |
| | Vika elektronisen mittarin signaalijohdossa | Näytön signaali johto on vaurioitunut, oikosulussa tai katkennut | Vaihda signaali johto |
| | | Moottorin signaalipiirin vika | Vaihda moottori |
| | E08 – Alemman ohjauksen infrapunavika | Laitteen päässä oleva infrapunatunnistus on estynyt | Poista este |
| | | IR-anturi on viallinen | Vaihda anturi |
| | | Ohjainyksikkö on viallinen | Vaihda ohjainyksikkö |
| E48 – Ei nopeussignaalia | Nopeussignaali johto ei ole kytketty tai anturi on viallinen | Kytke nopeussignaali johto uudelleen tai vaihda anturi | |
| | Moottorin anturi piiri toimii huonosti | Vaihda moottori | |

7 RÄJÄYTYSKUVA



8 OSALUETTELO

| Nr. | Kuvaus | Kpl |
|-------|--------------------------|-----|
| 1 | Päärunko | 1 |
| 2L/R | Tukipylväät | 1pr |
| 3L/R | Käsijohteet | 1pr |
| 4 | Takakäsijohde | 1 |
| 5 | Konsolin tukipylväs | 1 |
| 6 | Takapoljin | 1 |
| 7 | Eturulla | 1 |
| 8 | Takavaihte | 2 |
| 9 | Anturin kiinnitysputki | 1 |
| 10 | Valoanturin tuki | 1 |
| 11 | PCB-suojalevy | 1 |
| 12 | Kiinnitystulppa | 6 |
| 13 | Portaan tuki 1 | 8 |
| 14 | Portaan tuki 2 | 8 |
| 15 | Reikätulppa | 2 |
| 16 | Kiinnitin | 2 |
| 17 | Hihnapyörän akseliholkki | 1 |
| 18 | Hätäpysäytyslevyn holkki | 1 |
| 19 | Takarullan akseli | 1 |
| 20 | Ohjain | 2 |
| 21 | Ohjain 2 | 2 |
| 22 | Tukiholkki 1 | 2 |
| 23 | Tukiholkki 2 | 8 |
| 24 | Laakerin liitosakseli | 16 |
| 25 | Askelman liitosakseli | 8 |
| 26 | Ketju | 2 |
| 27 | Hätäpysäytyslevy | 1 |
| 28 | Hihnapyörä | 1 |
| 29 | Jalkatuki | 8 |
| 30 | Laakeri 608Z | 32 |
| 31 | Laakeri 6004 | 4 |
| 32 | KP005 jalustalaakeri | 2 |
| 33 | Jarruyhdistelmä | 1 |
| 34L/R | Suojakansi | 1pr |
| 35L/R | Sisäinen suojakansi | 1pr |
| 36L/R | Koristelista | 1pr |
| 37 | Ylempi suojakansi | 1 |
| 38 | Ylempi suojakansi 2 | 1 |
| 39 | Takakansi | 1 |
| 40 | Poljin | 1 |
| 41L/R | Koristekansi | 1pr |

| Nr. | Kuvaus | Kpl |
|-------|---------------------------------------|-----|
| 42L/R | Yläkansi | 1pr |
| 43L/R | Alakansi | 1pr |
| 44L/R | Ulkoinen koristekansi | 1pr |
| 45L/R | Sisäinen koristekansi | 1pr |
| 46 | Langaton latausmoduuli | 1 |
| 47 | Konsoli | 1 |
| 48 | Takaosan koristekansi | 1 |
| 49 | Pulloteline | 1 |
| 50 | Hätäpysäytyskytkin | 2 |
| 51 | Kytkimen pohja 1 | 1 |
| 52 | Kytkimen pohja 2 | 1 |
| 53 | Askelman välikappale 1 | 16 |
| 54 | Askelman välikappale 2 | 16 |
| 55 | Kulumisaluslevy | 40 |
| 56 | Poljin 1 | 8 |
| 57 | Poljin 2 | 8 |
| 58 | Koristekansi | 1 |
| 59 | Alasuojalevy | 1 |
| 60 | Keskisuojalevy | 1 |
| 61 | Hihna | 1 |
| 62 | Liukeste | 1 |
| 63 | EVA-vaimennusmatto | 16 |
| 64 | Rulla | 2 |
| 65 | Kuusiokolopultti M10 × 40 | 4 |
| 66 | Kuusiokolopultti M10 × 170 | 2 |
| 67 | Ulkokuusiopultti M10 × 45 | 2 |
| 68 | Kuusiokolopultti M10 × 30 | 4 |
| 69 | Kuusiokolopultti M10 × 20 | 6 |
| 70 | Kuusiokolopultti M8 × 105 | 10 |
| 71 | Kuusiokolopultti M8 × 75 | 3 |
| 72 | Kuusiokolopultti M8 × 40 | 2 |
| 73 | Suuri tasakantapultti M8 × 15 | 8 |
| 74 | Tasapääruuvi M4 × 5 | 3 |
| 75 | Kuusiokolopultti M6 × 25 | 4 |
| 76 | Tasapääruuvi M5 × 10 | 3 |
| 77 | Ristipääruuvi aluslevypäällä ST4 × 12 | 16 |
| 78 | Ristipääruuvi aluslevypäällä M4 × 15 | 22 |
| 79 | Ristipääruuvi aluslevypäällä M4 × 8 | 4 |
| 80 | Ristipää uppokantainen M4 × 10 | 9 |
| 81 | Ristipääruuvi ST4.0 × 16 | 2 |
| 82 | Ristipääruuvi ST4.0 × 16 | 90 |

| Nr. | Kuvaus | Kpl |
|-----|---------------------------------------|-----|
| 83 | Ristipääruuvi ST4.0 × 10 | 32 |
| 84 | Ristipääruuvi M3 × 20 | 2 |
| 85 | Ristipääruuvi M3 × 15 | 4 |
| 86 | Ristipääruuvi ST2.9 × 9.5 | 23 |
| 87 | Ristipääruuvi ST2.2 × 8 | 8 |
| 88 | Nylonmutteri M10 | 2 |
| 89 | Nylonmutteri M8 | 10 |
| 90 | Mutteri M8 | 11 |
| 91 | Nylonmutteri M6 | 4 |
| 92 | Ulkoinen lukkorengas 20 | 4 |
| 93 | Ulkoinen lukkorengas 8 | 32 |
| 94 | E-tyypin lukkorengas 7 | 24 |
| 95 | Sisäinen hammastettu aluslevy 10 × 12 | 12 |
| 96 | Sisäinen hammastettu aluslevy 8 × 12 | 8 |
| 97 | Jousialuslevy 10 | 4 |
| 98 | Tasainen aluslevy 10 | 4 |
| 99 | Aluslevy 8 | 32 |
| 100 | Aluslevy 6 | 4 |
| 101 | Ohjainyksikkö | 1 |
| 102 | Virtajohto | 1 |
| 103 | Konsolin yläjohto | 1 |
| 104 | Konsolin jatkojohto | 1 |
| 105 | Konsolin alajohto | 1 |
| 106 | Kytkimen alajohto 2 | 1 |
| 107 | Kytkimen yläjohto 2 | 1 |
| 108 | Kytkimen alajohto 1 | 1 |
| 109 | Kytkimen yläjohto 1 | 1 |
| 110 | Pulssin yläjohto | 2 |
| 111 | Etäisyysanturi | 1 |
| 112 | Pulssin jatkojohto | 2 |
| 113 | Pulssin alajohto | 2 |
| 114 | Näppäimistön yläjohto | 2 |
| 115 | Valoanturi | 1 |
| 116 | Näppäimistön jatkojohto | 2 |
| 117 | Näppäimistön alajohto | 2 |
| 118 | Infrapuna-anturi | 2 |
| 119 | Kaiutin | 2 |
| 120 | USB-/kuulokeliitäntä | 1 |
| 121 | Reikätulppa 2 | 2 |
| 122 | Kuusiokolopultti M6 × 25 | 2 |
| 123 | Sähköinen induktori ja suodatin | 1 |

CONGRATULATIONS ON PURCHASING THE FITNORD STEPCHASE 1000 STAIR MACHINE!

**FOR YOUR SAFETY, PLEASE READ THIS MANUAL
CAREFULLY BEFORE USE.**



Pay particular attention to the warnings and notes in the user manual.

! IMPORTANT!

Please read all instructions carefully before using this product. Retain this manual for future reference. The specifications of this product may vary slightly from the illustrations and are subject to change without notice.

Please contact the importer (Nordic Sports Brands Oy) if you have any questions about the product or its use.

DISCLAIMER

All rights reserved. The product and user manual are subject to change. The user manual may contain translation errors. Technical data are subject to change without notice. The importer is not responsible for damage caused by use contrary to the instructions for use.

MANUFACTURER'S DECLARATION

FitNord declares that the product complies with the Machinery Directive 2006/42/EC and the requirements set by standards EN 957-1 (general safety requirements) and EN 957-6 (treadmills, safety requirements and test methods).

IMPORTER

FI

Nordic Sports Brands Oy (FI21476243)
Kohmankaari 3
33100 Tampere
consumer@nsbrands.com

SE

Sportproffsen Sverige AB (SE559274147301)
Lindövägen 14
186 92 Vallentuna

NO

SCUSHI AS (Org. nr. 998 761 697)
Storgata 132
3915 Porsgrunn

THE MANUAL IS ALSO AVAILABLE DIGITALLY AT:

www.fitnord.com/manuals

1 IMPORTANT SAFETY PRECAUTION

NOTE

Read all instructions carefully before using this stair machine. Retain this manual for future reference. Failure to follow these safety instructions may result in injury, equipment damage, or voiding of the warranty.

- Always unplug the machine from the electrical outlet immediately after use and before cleaning, servicing, or moving the equipment.
- Never leave the machine unattended while plugged in.
- Connect this equipment only to a properly grounded outlet.
- To disconnect, turn all controls to the OFF position, then remove the plug from the outlet.
- Do not use multi-outlet adapters, extension cords, or modify the plug.
- Do not connect or alter the power cable, lengthen the cord, or place heavy objects on it.
- Keep the power cord away from heat sources and heated surfaces.
- Do not pull the power cord.
- If the power cord or plug is damaged, stop using immediately and have it replaced by the manufacturer or a qualified technician. Do not attempt to repair it yourself.
- Never operate the equipment if it has a damaged cord or plug, is not functioning properly, has been damaged or has been exposed to water.
- For indoor use only.
- Do not use in wet, damp, or humid environments (e.g., bathrooms, pool areas, garages, or outdoors).
- Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
- Ensure at least 2 m x 1 m of free space behind the machine, including sufficient space for emergency dismount. When placing equipment side by side, required free areas may be shared.
- Keep air openings clean and free of lint, hair, and debris.
- Never insert or drop objects into any openings.
- Do not operate the machine with ventilation openings blocked, as excessive heat may cause fire, electric shock, or injury.
- Follow assembly instructions carefully.
- Ensure all bolts and fasteners are securely tightened before use.
- Improper assembly may result in loose parts, noise, instability, or injury.
- Inspect the equipment regularly for damage and wear (including cables and connection points).
- Replace defective components immediately or discontinue use until repaired.
- Pay special attention to parts subject to wear.
- **Maximum user weight: 180 kg (400 lbs).**
- This machine is designed for adult use only.
- Children under 13 years old and pets must remain at least 10 feet (3 meters) away from the machine.
- Users aged 14–17 must be supervised at all times.
- Persons with reduced physical, sensory, or mental capabilities, or lack of experience, must use the equipment only under proper supervision.
- Only one person may use the machine at a time.
- Use the equipment only for its intended purpose.
- Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
- Always wear appropriate athletic clothing and clean shoes.
- Do not wear loose clothing that could become caught in the machine.
- Do not jump on the equipment.
- Ensure the machine has completely stopped before dismounting.
- In case of abnormal operation, press the emergency stop button and carefully step off once the machine has fully stopped.
- Consult your physician before beginning any exercise program, especially if you have high blood pressure, heart problems, or any medical condition.
- Do not exercise within 40 minutes after eating.
- Warm up properly before exercise.
- Maintain a comfortable pace during workouts.
- If you experience chest pain, nausea, dizziness, shortness of breath, or any abnormal symptoms, stop exercising immediately and consult a physician.
- Over-exercising or improper training may result in serious injury or death.
- Pulse monitor readings are not medical devices and may be inaccurate.
- Disconnect power before servicing or moving the equipment.
- Clean only with a slightly damp cloth and mild soap. Do not use solvents.
- Do not remove console covers unless instructed by authorized technical support.
- Servicing must be performed only by qualified service technicians.
- Cleaning and user maintenance must be performed by an adult.
- The safety level of this equipment can only be maintained if it is regularly inspected for wear and damage.

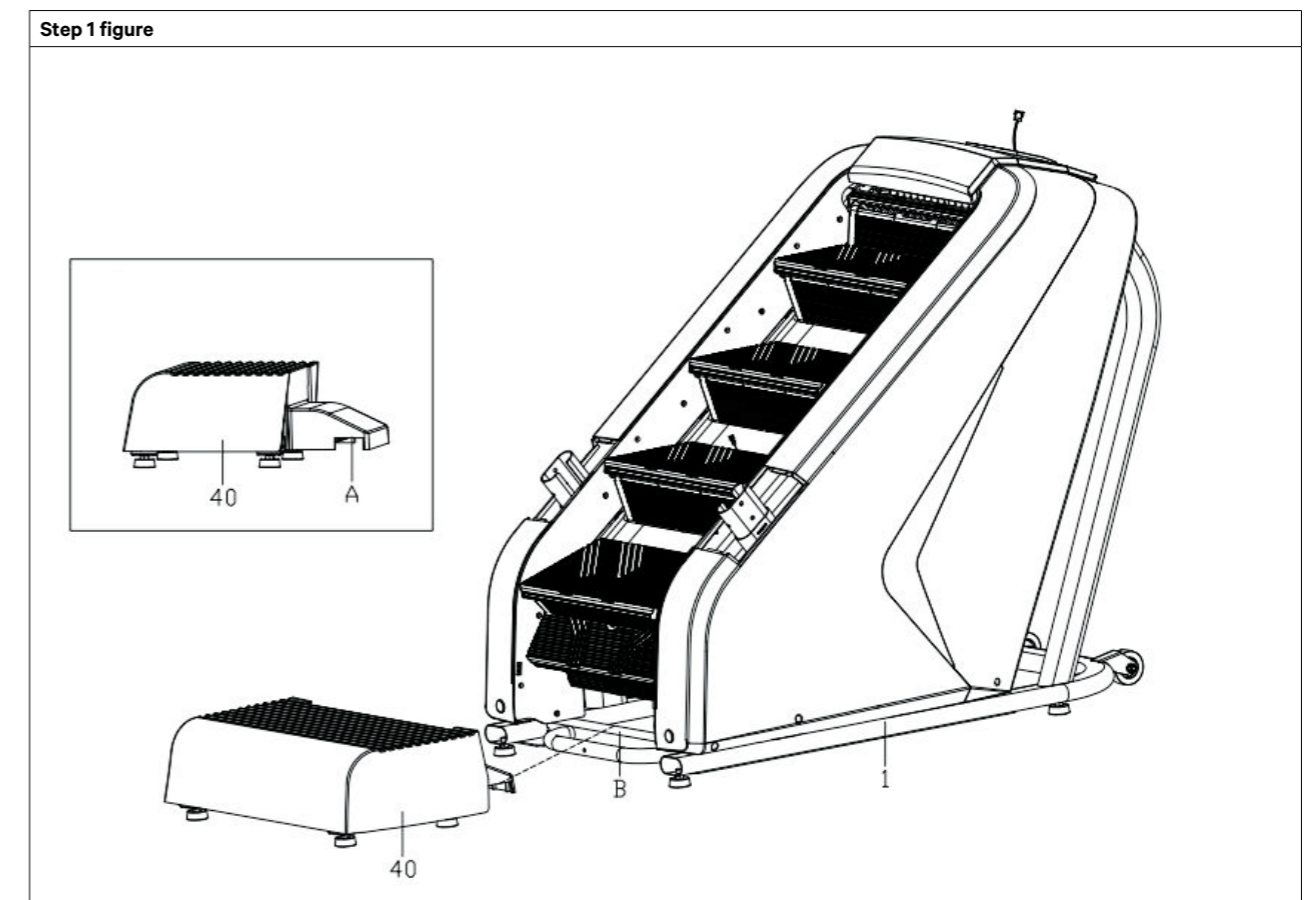
2 ASSEMBLY

Preparing

- Prepare the work area
 - It is important that you assemble your product in a clean, clear, uncluttered area. This will enable you to move around the product while you are fitting components and will reduce the possibility of injury during assembly
- Work with a friend.
 - You may find it quicker, safer and easier to assemble this product with the help of a friend as some of the components may be large, heavy or hard to handle alone.
- Open the Carton
 - Carefully open the carton that contains your product. Be sure to open the carton the right way up, as this will be the easiest and safest way to remove all the components.
- Unpack the Components
 - Carefully unpack each component, checking against the parts list that you have all the necessary parts to complete the assembly of your product.

Step 1

- Open the package, take out all parts and place the main frame (1) on the flat ground.
- Fasten the part A of pedal (40) to the part B of the main frame. Make sure the two parts are centered.

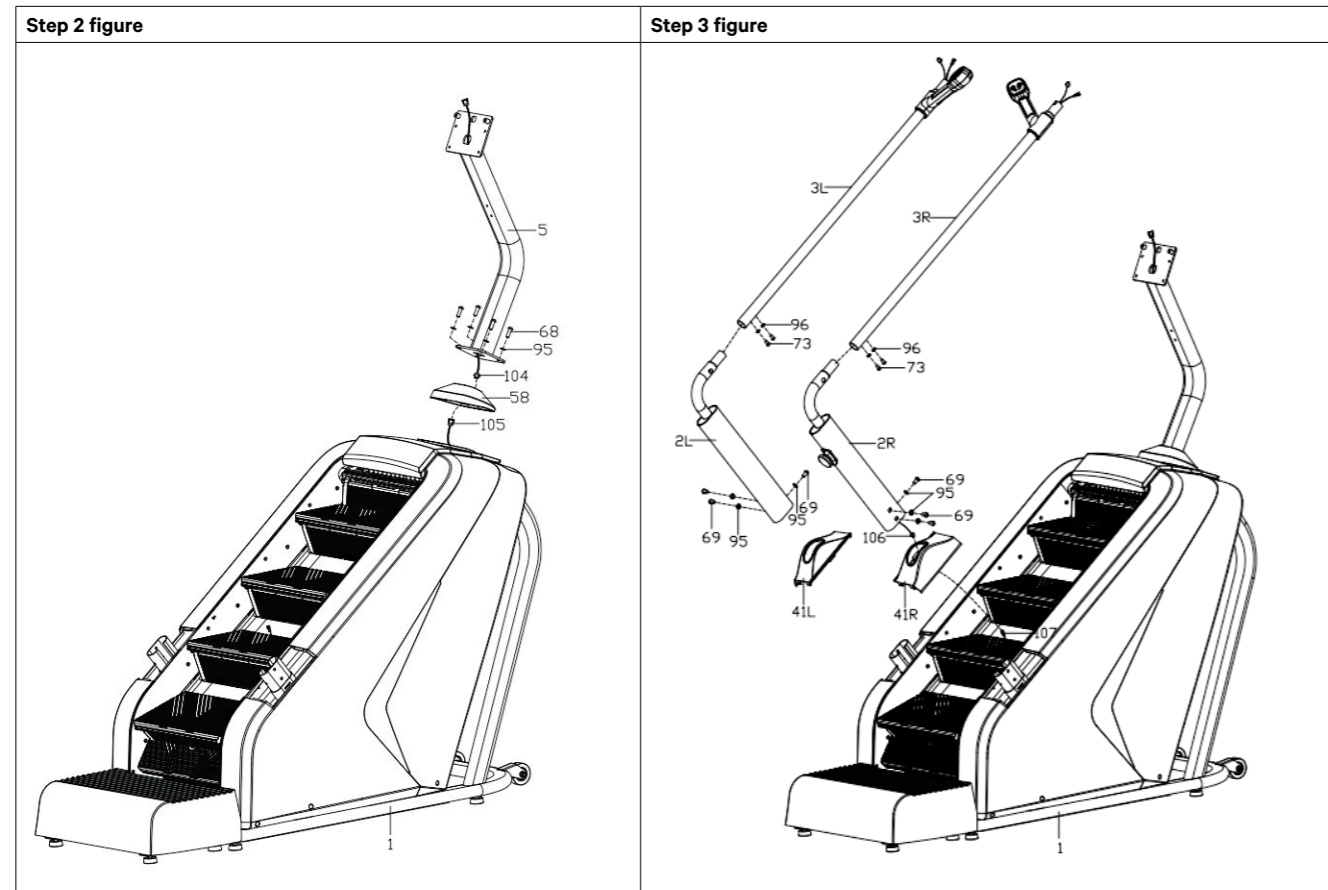


Step 2

- Connecting the console extension wire (104) to the lower wire (105);
- Assemble the support column (5) on the main frame (1) with screw (68), and washer (95);
- Don't tighten the assembly yet.
- Insert the decorative cover (58) and to the support column (5), then buckle it on the main frame (1).

Step 3

- Pass the emergency stop switch lower wire 2 (106) through the right decorative cover (41R) to connect with the upper wire 2 (107).
- Insert the decorative cover (41L / R) on the support column (2L / R), assemble but not tighten the support column (2L / R) on the main frame (1) with screw (69) and washer (95).
- Assemble but not tighten the handrail (3L/R) on the support column (2L / R) with screw (73) and washer (96)

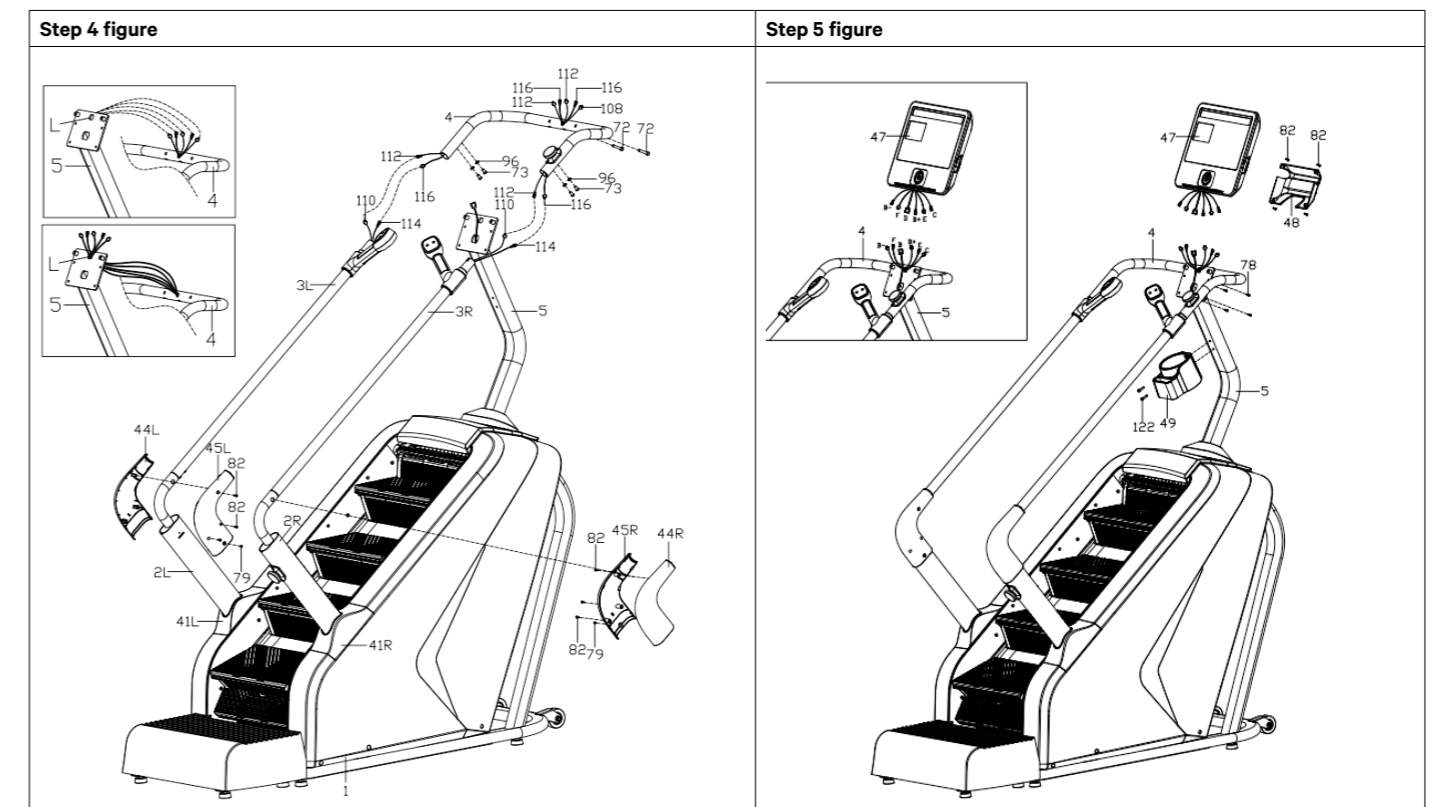


Step 4

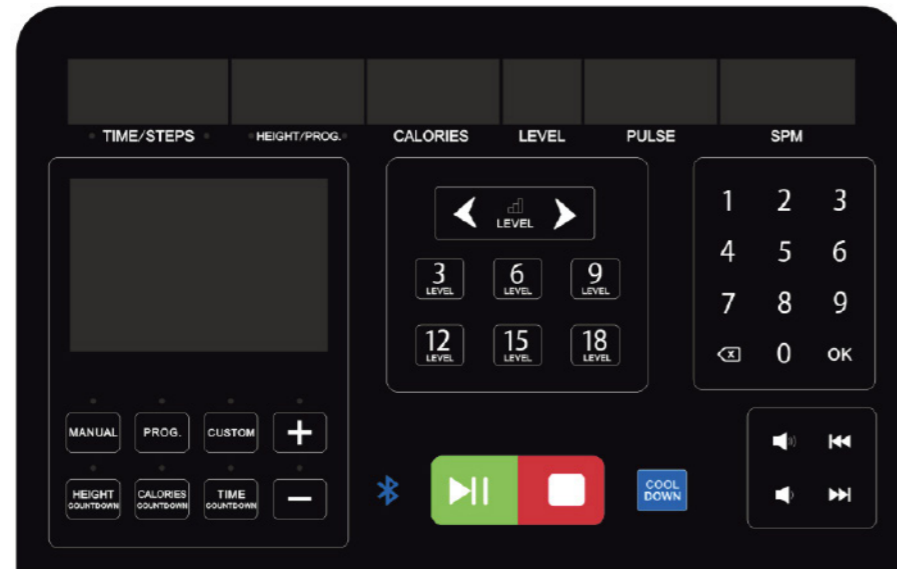
- Connect the pulse upper wire (110) to the pulse extension wire (112); connect the key board Upper wire (114) to the key board extension wire (116).
- Put the rear handrail (4) on the handrails (3L/R), and then use the large flat head bolt (73) and the internal serrated washer (96) to pre-lock the rear handrail (4) on the handrails (3L/R) (do not tighten yet).
- Pass the pulse extension wire (112) of the hand grip heart rate meter, the key board extension wire (116) of the keypad, and the emergency stop switch lower wire 1 (108) of the emergency stop switch on the rear handrail (4) through the L hole on the console support column (5);
- Use Allen bolts (72) to assemble the rear handrail (4) on the table support plate of the console support column (5) (do not tighten yet);
- Tighten all the screws now.
- Fasten the decorative covers (41L/R) of the uprights onto the protective covers of the main frame (1);
- Use Phillips screw w/ washer heads (79) and Phillips screws (82) to fasten the exterior decorative covers (44L/R) and interior decorative covers (45L/R) to the support columns (2L/R).

Step 5

- Connect the wires on the console (47) with the corresponding on the rear handrail (4) and the console support column (5); (matched by the same wire number)
- Tighten the console (47) on the support column (5) with screw (78), then assemble the decorative cover (48) on the console (47) with screw (82);
- Assemble the water bottle holder (49) on the support column (5) from top to bottom, tighten with inner hex bolts (122).
















3 DISPLAY



3.1. Display function

| | |
|-----------------------|---|
| TIME/STEP | Exercise time or number of steps is displayed with a switch every 5 seconds. TIME: At default, the time display range is 0:00 to 99:59. After 99 minutes and 59 seconds, the machine stops running, displays "End" and enters the standby state for 5 seconds. In the countdown mode, the display value decreases from the set time to zero. When the countdown is finished, the machine stops running and displays "End" for 5 seconds into the standby state. STEPS: The display value is indicating the number of steps of the exercise. |
| HEIGHT/PROG | HEIGHT: Displays the motion height or the program sequence number. The motion height is displayed, the forward count ranges from 0.0-999, and the reverse count decreases from the set value to zero. When the countdown reaches 0, the speed drops and "End" is displayed for 5 seconds into the standby state. PROG: Indicates the current program sequence number when in program setting mode, and the current segment number when setting the custom program. |
| CALORIES | Displays the calorie consumption counting from 0.0-999. In countdown mode from the set value to 0. When the countdown reaches 0, the speed drops and "End" is displayed for 5 seconds into the standby state. |
| LEVEL | Displays the workout level, range 1 – 25. |
| PULSE | Displays the heartbeat value. When the heartbeat induction handles are being held, the system detects the heartbeat frequency and displays it in this window. The heartbeat value display ranges from 50 to 200 times / minute. (The data is for reference only and cannot be used as medical data.) |
| SPM | Display the steps per minute. |
| DIAGRAM WINDOW | Displays the program diagrams. |
| BLUETOOTH | Turn on Bluetooth on your device, find the stair machine listed as "SYMK," and connect to play media through its speakers. |

3.2. Button function

| | | |
|--|---|--|
| MANUAL |  | Enter the manual mode or standby state. |
| PROG |  | Enter program selection menu (short press) or BMI test (long press) |
| CUSTOM |  | Enter custom program menu |
| HEIGHT COUNTDOWN |  | Enter the height countdown mode. Adjust the desired value with the + / - buttons. Press the START button to start the workout. |
| CALORIES COUNTDOWN |  | Enter the calorie countdown mode. Adjust the desired value with the + / - buttons. Press the START button to start the workout. |
| TIME COUNTDOWN |  | Enter the time countdown mode. Adjust the desired value with the + / - buttons. Press the START button to start the workout. |
| + / - BUTTON |  | Adjust the values in different modes. |
| START/PAUSE |  | Start / pause the workout. |
| STOP |  | Stop the workout. |
| COOL DOWN |  | Have a cooldown. |
| LEVEL SHORTCUT BUTTONS 3, 6, 9, 12, 15, 18 |  | In manual mode, press the buttons to quickly set the desired workout level. |
| KEYPAD |  | Adjust the values in different modes. |
| MEDIA CONTROLS |  | Adjust the media volume, switch to previous or next track. |

3.3. Display range of various parameters

| Parameter | Initial value | Set initial value | Setting range | Display range |
|------------------------|---------------|-------------------|---------------|---------------|
| TIME | 0:00 | 15:00 | 5:00 – 99:00 | 0:00 – 99:59 |
| Block (file) | 1 | 1 | 1 – 25 | 1 – 25 |
| Step number | 0 | 5000 | 100 – 9990 | 0 – 9999 |
| Height (meter) | 0.0 | 10.0 | 5.0 – 999 | 0.0 – 999 |
| Heart rate (sub/min) | P | N/A | N/A | 50 – 200 |
| CALORIE (kcal) | 0.0 | 50.0 | 10.0 – 999 | 0.0 – 999 |
| SPM (steps per minute) | 0 | N/A | N/A | 0 – 999 |

4 OPERATIONAL INSTRUCTIONS

NOTE

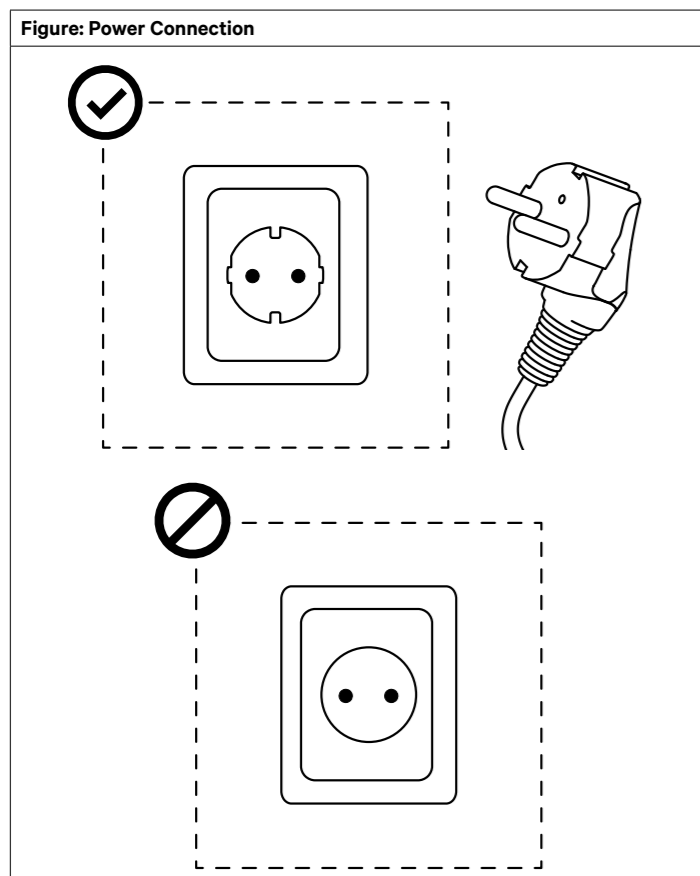
Disconnect power before servicing or moving the equipment.

4.1. Moving the machine

- Unplug the machine from power source.
- Lift the machine from the bottom end on to the transport wheels.

4.2. Power Connection

- This product must be grounded. In the event of a malfunction, grounding provides a path of least resistance for electric current and reduces the risk of electric shock.
- Both the device and the included power cord are equipped with grounding. In addition to the power cord, the illustration below shows both a grounded and an ungrounded outlet. The ungrounded outlet is not recommended for use with the treadmill.



4.3. Modes / Programs

4.3.1. General guides

- In standby state, press the "MANUAL" / "PROG." / "CUSTOM" / "HEIGHT COUNTDOWN" / "CALORIE COUNTDOWN" / "TIME COUNTDOWN" -keys to quickly switch the modes. After switching the mode (excluding manual mode), you can set the relevant parameter values by +/- buttons.

4.3.2. MANUAL mode (Quick start)

- Turn the power on.
- Press the "START" start key, the system enters the 3 seconds countdown. After the 3s countdown, the stairs start moving at a speed of LEVEL 1
- After startup, use the +/- buttons to adjust the speed of the stairs as desired.
- Press the START/PAUSE button to pause the exercise. Press START/PAUSE button to continue the exercise.
- Press the STOP button to stop the exercise.

4.3.3. COUNTDOWN programs

- In standby state, press the countdown program buttons to enter the different countdown modes.
- The countdown mode's respective display flashes and you can set the countdown values with +/- buttons.
 - HEIGHT COUNTDOWN: 5.00 - 999 meters.
 - CALORIE COUNTDOWN: 10.00 - 999 kcal.
 - TIME COUNTDOWN: 5:00 - 99:00 min.
- Press the START/PAUSE button to pause the exercise. Press START/PAUSE button to continue the exercise.
- Press the STOP button to stop the exercise.

4.3.4. PRESET programs

- In standby state, press the PROG. button to enter the presets menu.
- Go through the programs (P01 - P36) by pressing PROG. button and adjust the workout time with +/- buttons or with the keypad.
- Press the START/PAUSE button to pause the exercise. Press START/PAUSE button to continue the exercise.
- Press the STOP button to stop the exercise.

| SEGMENT PROGRAM | SET TIME/10 TIME PERIODS | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|--|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | *As an example, if you select 30 minutes, each segment will be 3 minutes long. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| P01 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 6 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P02 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 10 | 7 | 10 | 10 | 10 | 7 | 10 | 10 | 7 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 |
| P03 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 7 | 7 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 |
| P04 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 6 | 5 | 5 | 1 |
| P05 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 9 | 9 | 9 | 9 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 |
| P06 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 12 | 12 | 12 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 7 | 5 | 5 | 1 |
| P07 | 4 | 5 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 8 | 6 | 6 | 2 |
| P08 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 11 | 4 |
| P09 | 4 | 5 | 5 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 9 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 8 | 5 | 5 | 2 |
| P10 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 5 | 9 | 7 | 7 | 9 | 5 | 7 | 7 | 9 | 5 | 7 | 7 | 9 | 7 | 3 |
| P11 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 1 |
| P12 | 4 | 6 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 9 | 4 |
| P13 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 |
| P14 | 4 | 5 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 8 | 3 |
| P15 | 4 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 4 | 2 |
| P16 | 4 | 6 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 9 |
| P17 | 4 | 4 | 4 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 4 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 8 | 4 | 4 | 2 |
| P18 | 5 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 8 | 4 | 2 |
| P19 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 2 |
| P20 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 4 |
| P21 | 4 | 8 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 2 |
| P22 | 6 | 8 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 4 | 6 | 2 |
| P23 | 6 | 8 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 4 | 2 |
| P24 | 6 | 8 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 4 | 6 | 2 |
| P25 | 4 | 6 | 5 | 6 | 5 | 7 | 6 | 4 | 7 | 4 | 8 | 4 | 9 | 4 | 10 | 5 | 6 | 5 | 11 | 3 |
| P26 | 4 | 7 | 6 | 8 | 6 | 8 | 6 | 4 | 6 | 5 | 5 | 8 | 7 | 9 | 7 | 9 | 7 | 5 | 7 | 2 |
| P27 | 4 | 7 | 6 | 7 | 6 | 7 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 8 | 7 | 8 | 7 | 8 | 7 | 5 | 6 | 2 |
| P28 | 4 | 8 | 9 | 6 | 6 | 9 | 6 | 4 | 6 | 5 | 5 | 9 | 10 | 7 | 7 | 10 | 7 | 5 | 7 | 2 |
| P29 | 4 | 6 | 8 | 10 | 9 | 10 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 7 | 9 | 11 | 10 | 11 | 9 | 5 | 6 | 2 |
| P30 | 4 | 6 | 7 | 7 | 8 | 7 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 8 | 8 | 9 | 8 | 9 | 6 | 6 | 2 |
| P31 | 5 | 8 | 9 | 7 | 10 | 7 | 11 | 8 | 6 | 4 | 6 | 9 | 10 | 8 | 11 | 8 | 11 | 9 | 6 | 3 |
| P32 | 4 | 7 | 8 | 6 | 9 | 7 | 8 | 7 | 5 | 5 | 5 | 8 | 9 | 7 | 19 | 8 | 9 | 8 | 6 | 3 |
| P33 | 4 | 10 | 8 | 6 | 7 | 11 | 9 | 7 | 6 | 6 | 5 | 11 | 9 | 7 | 8 | 11 | 10 | 8 | 7 | 3 |
| P34 | 4 | 5 | 7 | 5 | 5 | 7 | 5 | 8 | 5 | 6 | 5 | 6 | 8 | 6 | 6 | 8 | 6 | 9 | 6 | 3 |
| P35 | 4 | 7 | 10 | 11 | 8 | 11 | 7 | 5 | 4 | 5 | 5 | 8 | 11 | 11 | 9 | 11 | 8 | 6 | 5 | 2 |
| P36 | 4 | 7 | 7 | 6 | 6 | 8 | 6 | 4 | 5 | 7 | 5 | 8 | 8 | 7 | 9 | 7 | 5 | 6 | 4 | |

4.3.5. CUSTOM programs

- In addition to the preset programs, the machine also has three custom programs that allow you to set according to your personal needs: **U01**, **U02** and **U03**.

To customize the programs:

- In standby state, press the **CUSTOM** button to enter the custom program menu and go through the programs.
- Press the **OK** key in keypad to enter the customize view. You are now editing the first segment of the total of 20 segments.
- Adjust the speed by **+ / -** buttons or keypad.
- Confirm by pressing the **OK** button in keypad. This will move to the next segment until you have reached the 20th segment and your custom program is ready.

To use the custom programs:

- In standby state, press the **CUSTOM** button to enter the custom program menu and go through the programs.
- Adjust the workout time with **+ / -** buttons or with the keypad.
- Press the **START/PAUSE** button to pause the exercise. Press **START/PAUSE** button to continue the exercise.
- Press the **STOP** button to stop the exercise.

4.3.6. Body Mass Index (BMI) test

NOTE

The body fat test is a rough estimate and does not take body proportions or muscle mass into consideration.

- In standby state, long-press the **PROG** button to enter the Body Mass Index (BMI) test.
 - » Press the **OK** key to configure the settings with your personal information. Adjust the values by **+ / -** buttons or keypad.
 - F-1 = Gender (01 for man, 02 for woman)
 - F-2 = Age
 - F-3 = Height
 - F-4 = Weight
 - F-5 = Physical Fitness Test
- After finishing the settings, go to F-5 = Physical Fitness Test.
 - » Hold the heart rate sensors/board for 2–3 seconds.
 - » The device will display your Body Constitution Index (FAT/BMI).
- The machine displays the results.

| | | | |
|-----|--------|-----------------------|---------------|
| F-1 | Gender | 01 (man) / 02 (woman) | |
| F-2 | Age | 10 – 99 | |
| F-3 | Height | 100 – 200 cm | |
| F-4 | Weight | 20 – 150 kg | |
| F-5 | FAT | ≤ 19 | Underweight |
| | FAT | = (20 – 25) | Normal weight |
| | FAT | = (26 – 29) | Overweight |
| | FAT | ≥ 30 | Obesity |

4.4. Power saving mode

- The system has the power saving function. If there is no key command input within 10 minutes under standby state, the system enters the power saving mode, automatically closes the display. Press any key to wake the system.

4.5. MP3 / USB / Bluetooth media

- When the MP3 or other audio device is connected, the machine is able to play music. Press the corresponding buttons or audio device on the board to control the media playback.

4.6. Shutdown

- The machine can be turned off anytime by turning off the power switch.

4.7. Operating measures

- 5 steps is equal to one meter.
- 3.5 meters is equal to floor height.

5 MAINTENANCE INSTRUCTIONS

NOTE

Disconnect power before servicing or moving the equipment.

5.1 Tightening the chain

- Shaking or jiggly stairs indicate to the chain being loose. To adjust the chain, please follow the following procedure to ensure safe and comfortable exercise.
 - Unplug the machine from power source.
 - Remove the left and right protective cover of the main frame.
 - Use a hexagonal wrench and turn the adjustment bolts clockwise to tighten the chain as shown in the figure below. Don't tighten the chain excessively since it can damage the internal parts and affect to product lifespan negatively. The chain must be able to move with ease. As shown in Figure 2, when the gap between the chain and the tube is adjusted to 35mm, you can continue to use the machine.

Figure: Tightening the chain

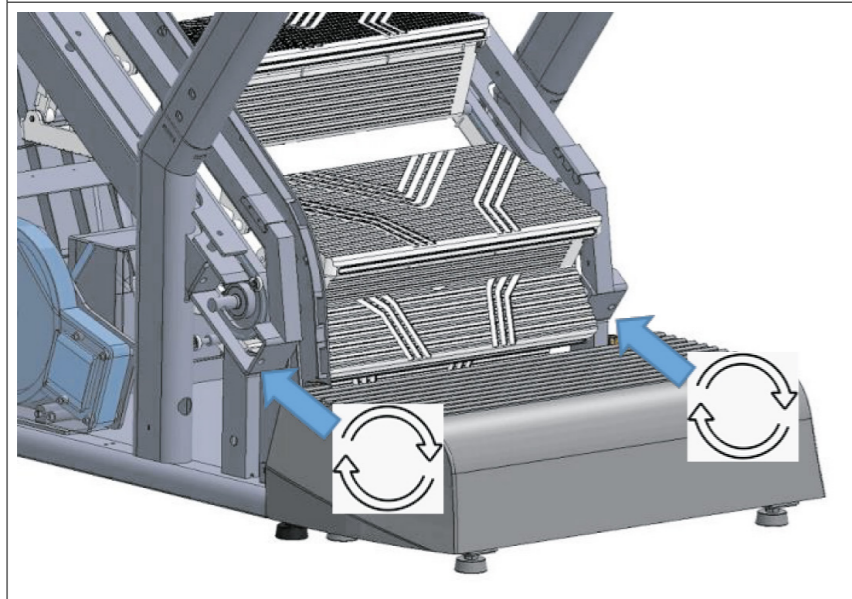
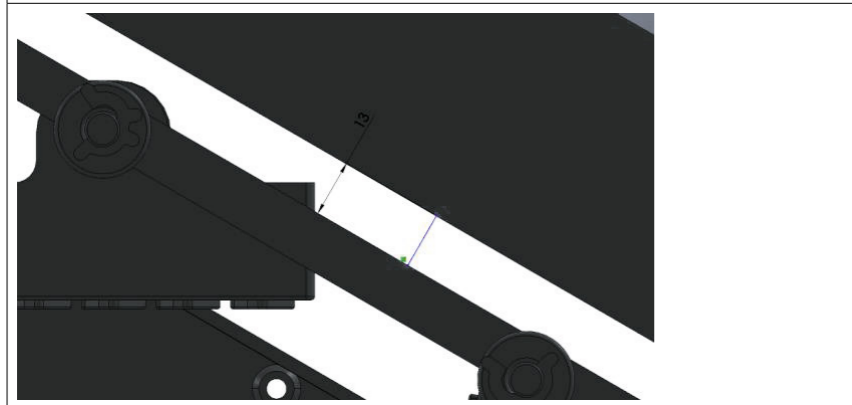


Figure 2



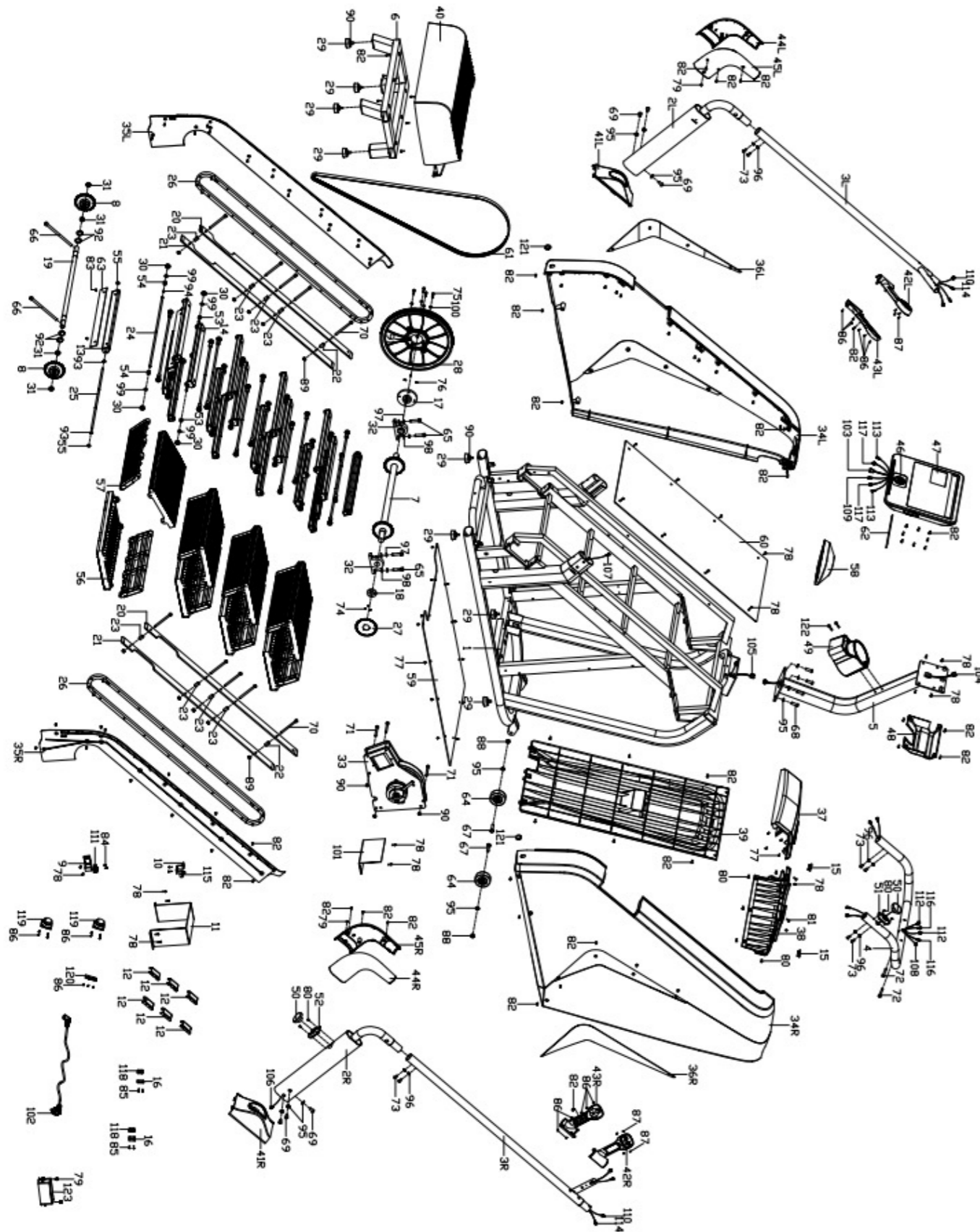
6 FAULT CODES

NOTE

The repairs are only for certified electricians to attempt.

| ERROR | POSSIBLE REASONS | TEST METHOD | |
|------------------------------|---|--|---|
| Display won't turn on | No power supply | Power cord access to the AC, or check the AC socket | |
| | Power switch not turned on | Place the power switch in the ON position | |
| | Machine without power supply or damaged | Reset the overload protection switch | |
| | Open circuit of display signal wire | Replace the display signal wire and plug it in again | |
| Display is working partially | The display is damaged | Replace the display | |
| | Poor solder joints or solder bridges on the display driver IC. | Check the solder joints. | |
| Other fault on display | Poor display driver IC | Solder the new display driver IC | |
| | ---or--- | Safety lock detachment | Attach the safety key to the designated magnetic area or slot on the display. |
| | | Controller emergency stop switch detached | Re-connect or rotate the emergency stop switch in the correct position. |
| | | Magnetron not engaged | Check that the magnetron is installed to the correct position. |
| | E01- Communication failure (motor not receiving electronic meter signal); | The signal wire of display is not connected well or has poor contact | Re-connect the plug |
| | | The signal wire of display is damaged, short circuited or open circuited | Replace the signal wire |
| | E02- Communication malfunction (electronic meter not receiving driver signal) | Electronic watch signal line reason | Replace the display |
| | | Motor signal circuit fault | Replace the motor |
| | E08- Lower control infrared malfunction | The infrared detection at the end of the machine is blocked | Remove the blockage |
| | | IR sensor failure | Replace the sensor |
| Controller fault | | Replace the controller | |
| E48-No speed signal | The speed signal wire is not connected, or the sensor is damaged | Reinsert the speed signal wire or replace the sensor | |
| | Motor sensor circuit is poor | Replace the motor | |

7 EXPLOSION VIEW



8 PARTS LIST

| No. | Description | Pcs |
|-------|----------------------------|-----|
| 1 | Main frame | 1 |
| 2L/R | Support columns | 1pr |
| 3L/R | Handrails | 1pr |
| 4 | Rear handrail | 1 |
| 5 | Console support column | 1 |
| 6 | Rear pedal | 1 |
| 7 | Front roller | 1 |
| 8 | Rear gear | 2 |
| 9 | Sensor fix tube | 1 |
| 10 | Light sensor support | 1 |
| 11 | PCB baffle | 1 |
| 12 | Fixing plug | 6 |
| 13 | Stair support 1 | 8 |
| 14 | Stair support 2 | 8 |
| 15 | Hole plug | 2 |
| 16 | Fastener | 2 |
| 17 | Pulley shaft sleeve | 1 |
| 18 | Emergency stop disk sleeve | 1 |
| 19 | Rear roller shaft | 1 |
| 20 | Guide | 2 |
| 21 | Guide2 | 2 |
| 22 | Support sleeve 1 | 2 |
| 23 | Support sleeve 2 | 8 |
| 24 | Bearing connecting shaft | 16 |
| 25 | Step connecting shaft | 8 |
| 26 | Chain | 2 |
| 27 | Emergency stop plate | 1 |
| 28 | Belt pulley | 1 |
| 29 | Foot pad | 8 |
| 30 | Bearing 608Z | 32 |
| 31 | Bearing 6004 | 4 |
| 32 | KP005 pedestal bearing | 2 |
| 33 | Brake combination | 1 |
| 34L/R | Protective cover | 1pr |
| 35L/R | Inner protective cover | 1pr |
| 36L/R | Decorative strips | 1pr |
| 37 | Upper protective cover | 1 |
| 38 | Upper protective cover 2 | 1 |
| 39 | Rear cover | 1 |
| 40 | Pedal | 1 |
| 41L/R | Decorative cover | 1pr |

| No. | Description | Pcs |
|-------|---|-----|
| 42L/R | Upper cover | 1pr |
| 43L/R | Lower cover | 1pr |
| 44L/R | Exterior decorative cover | 1pr |
| 45L/R | Interior decorative cover | 1pr |
| 46 | Wireless charge module | 1 |
| 47 | Console | 1 |
| 48 | Rear decorative cover | 1 |
| 49 | Bottle Holder | 1 |
| 50 | Emergency stop switch | 2 |
| 51 | Switch base 1 | 1 |
| 52 | Switch base 2 | 1 |
| 53 | Step spacer 1 | 16 |
| 54 | Step spacer 2 | 16 |
| 55 | Wear washer | 40 |
| 56 | Pedal 1 | 8 |
| 57 | Pedal 2 | 8 |
| 58 | Decorative cover | 1 |
| 59 | Bottom baffle | 1 |
| 60 | Middle baffle | 1 |
| 61 | Belt | 1 |
| 62 | Anti slip pad | 1 |
| 63 | EVA silencing pad | 16 |
| 64 | Roller | 2 |
| 65 | Allen bolt M10 * 40 | 4 |
| 66 | Allen bolt M10 * 170 | 2 |
| 67 | Outer hexagon bolt M10 * 45 | 2 |
| 68 | Allen bolt M10 * 30 | 4 |
| 69 | Allen bolt M10 * 20 | 6 |
| 70 | Allen bolt M8 * 105 | 10 |
| 71 | Allen bolt M8 * 75 | 3 |
| 72 | Allen bolt M8 * 40 | 2 |
| 73 | Large flat head bolt M8 * 15 | 8 |
| 74 | Flat end tightening M4 * 5 | 3 |
| 75 | Allen bolt M6 * 25 | 4 |
| 76 | Flat end tightening M5 * 10 | 3 |
| 77 | Phillips screw w/cushion head ST4 * 12 | 16 |
| 78 | Phillips screw w/ washer head M4 * 15 | 22 |
| 79 | Phillips screw w/ washer head M4 * 8 | 4 |
| 80 | Phillips screw w/countersunk head M4*10 | 9 |
| 81 | Phillips screw ST4.0*16 | 2 |
| 82 | Phillips screw ST4.0*16 | 90 |

| No. | Description | Pcs |
|-----|---------------------------------|-----|
| 83 | Phillips screw ST4.0*10 | 32 |
| 84 | Phillips screw M3 * 20 | 2 |
| 85 | Phillips screw M3 * 15 | 4 |
| 86 | Phillips screw ST2.9*9.5 | 23 |
| 87 | Phillips screw ST2.2*8 | 8 |
| 88 | Nylon nut M10 | 2 |
| 89 | Nylon nut M8 | 10 |
| 90 | Nut M8 | 11 |
| 91 | Nylon NUT M6 | 4 |
| 92 | Outer snap ring 20 | 4 |
| 93 | Outer snap ring 8 | 32 |
| 94 | E-type snap ring 7 | 24 |
| 95 | Internal serrated washer 10*1.2 | 12 |
| 96 | Internal serrated washer 8*1.2 | 8 |
| 97 | Standard spring washer 10 | 4 |
| 98 | standard flat washer 10 | 4 |
| 99 | Flat washer 8 | 32 |
| 100 | Flat washer 6 | 4 |
| 101 | Controller | 1 |
| 102 | Power cord | 1 |
| 103 | Console upper wire | 1 |
| 104 | Console extension wire | 1 |
| 105 | Console lower wire | 1 |
| 106 | Switch lower wire 2 | 1 |
| 107 | Switch upper wire 2 | 1 |
| 108 | Switch lower wire 1 | 1 |
| 109 | Switch upper wire 1 | 1 |
| 110 | Pulse upper wire | 2 |
| 111 | Distance sensor | 1 |
| 112 | Pulse extension wire | 2 |
| 113 | Pulse lower wire | 2 |
| 114 | Key board Upper wire | 2 |
| 115 | Light sensor | 1 |
| 116 | Key board extension wire | 2 |
| 117 | Key board lower wire | 2 |
| 118 | Infrared sensor | 2 |
| 119 | Speaker | 2 |
| 120 | USB / headset interface | 1 |
| 121 | Hole plug 2 | 2 |
| 122 | Inner hex bolt M6 * 25 | 2 |
| 123 | Electric Inductor&filter | 1 |

GRATTIS TILL KÖPET AV FITNORD STEPCHASE 1000 TRAPPMASKIN!

**FÖR DIN SÄKERHET, LÄS DENNA BRUKSANVISNING NOGGRANT
FÖRE ANVÄNDNING.**



Var särskilt uppmärksam på varningarna och anmärkningarna i bruksanvisningen.

VIKTIGT!

Läs noga igenom alla anvisningar innan du använder produkten. Spara bruksanvisningen för framtida bruk.

Produktens specifikationer kan skilja sig något från bilderna och kan komma att ändras utan föregående meddelande.

Ta kontakt med importören (Nordic Sports Brands Oy) om du har frågor om produkten eller dess användning.

ANSVARFRISKRIVNING

Alla rättigheter förbehållna. Produkten och användarmanualen kan ändras. Användarmanualen kan innehålla översättningsfel. Tekniska data kan ändras utan föregående meddelande. Importören ansvarar inte för skador som orsakats av användning i strid med bruksanvisningen.

TILLVERKARENS INTYG

FitNord intygar att produkten uppfyller maskindirektivet 2006/42/EG och kraven enligt standarderna EN 957-1 (allmänna säkerhetskrav) och EN 957-6 (löpband, säkerhetskrav och testmetoder).

IMPORTÖR

FI

Nordic Sports Brands Oy (FI21476243)
Kohmankaari 3
33100 Tampere
consumer@nsbrands.com

SE

Sportproffsen Sverige AB (SE559274147301)
Lindövägen 14
186 92 Vallentuna

NO

SCUSHI AS (Org. nr. 998 761 697)
Storgata 132
3915 Porsgrunn

MANUALEN FINNS OCKSÅ TILLGÄNGLIG DIGITALT PÅ:

www.fitnord.com/manuals

1 VIKTIGA SÄKERHETSANVISNINGAR

OBS

Läs alla instruktioner noggrant innan du använder denna trappmaskin. Spara denna manual för framtida bruk. Underlåtenhet att följa dessa säkerhetsanvisningar kan leda till personskada, skador på utrustningen eller att garantin upphör att gälla.

- Koppla alltid ur maskinen från eluttaget direkt efter användning samt före rengöring, service eller flytt av utrustningen.
- Lämna aldrig maskinen utan uppsikt när den är ansluten till elnätet.
- Anslut utrustningen endast till ett korrekt jordat uttag.
- För att koppla från, ställ alla reglage i OFF-läge och dra sedan ur kontakten.
- Använd inte grenuttag eller förlängningskablar och modifiera inte kontakten.
- Ändra inte strömkabeln, förläng den inte och placera inga tunga föremål på den.
- Håll strömkabeln borta från värmekällor och heta ytor.
- Dra inte i strömkabeln.
- Om strömkabel eller kontakt är skadad, sluta använda utrustningen omedelbart och låt tillverkaren eller behörig tekniker byta ut den. Försök inte reparera själv.
- Använd aldrig utrustningen om den har skadad kabel eller kontakt, inte fungerar korrekt, har skadats eller utsatts för vatten.
- Endast för inomhusbruk.
- Använd inte i våta, fuktiga eller mycket fuktiga miljöer (t.ex. badrum, poolområden, garage eller utomhus).
- Använd inte där aerosolprodukter används eller där syrgas administreras.
- Säkerställ minst 2 m x 1 m fritt utrymme bakom maskinen, inklusive tillräckligt utrymme för nödstopp och avstigning. Vid placering av flera maskiner kan fria ytor delas.
- Håll ventilationsöppningar rena från ludd, hår och smuts.
- För aldrig in eller tappa föremål i öppningar.
- Använd inte maskinen om ventilationsöppningarna är blockerade, då överhettning kan orsaka brand, elchock eller skada.
- Följ monteringsanvisningarna noggrant.
- Se till att alla bultar och fästen är ordentligt åtdragna före användning.
- Felaktig montering kan leda till lösa delar, buller, instabilitet eller skada.
- Inspektera utrustningen regelbundet för skador och slitage (inklusive kablar och anslutningar).
- Byt ut defekta komponenter omedelbart eller sluta använda utrustningen tills den har reparerats.
- Var särskilt uppmärksam på slitdelar.
- **Max användarvikt: 180 kg (400 lbs).**
- Maskinen är endast avsedd för vuxna.
- Barn under 13 år och husdjur ska hållas minst 3 meter från maskinen.
- Användare i åldern 14–17 år måste alltid vara under uppsikt.
- Personer med nedsatt fysisk, sensorisk eller mental förmåga eller brist på erfarenhet får endast använda utrustningen under korrekt övervakning.
- Endast en person får använda maskinen åt gången.
- Använd utrustningen endast för avsett ändamål.
- Använd inte tillbehör som inte rekommenderas av tillverkaren.
- Bär alltid lämpliga träningskläder och rena skor.
- Använd inte löst sittande kläder som kan fastna i maskinen.
- Hoppa inte på utrustningen.
- Se till att maskinen har stannat helt innan du kliver av.
- Vid onormal funktion, tryck på nödstoppet och kliv av försiktigt när maskinen har stannat helt.
- Rådfråga läkare innan du påbörjar ett träningsprogram, särskilt vid högt blodtryck, hjärtproblem eller andra medicinska tillstånd.
- Träna inte inom 40 minuter efter att du ätit.
- Värm upp ordentligt före träning.
- Håll ett bekvämt tempo under träningen.
- Om du upplever bröstsmärta, illamående, yrsel, andnöd eller andra onormala symtom, avbryt träningen omedelbart och kontakta läkare.
- Överträning eller felaktig träning kan leda till allvarig skada eller dödsfall.
- Pulsmåtarens värden är inte medicinska och kan vara felaktiga.
- Koppla från strömmen före service eller flytt av utrustningen.
- Rengör endast med en lätt fuktad trasa och mild tvål. Använd inte lösningsmedel.
- Ta inte bort konsolkåpor om inte auktoriserad teknisk support instruerar det.
- Service får endast utföras av kvalificerade servicetekniker.
- Rengöring och användarunderhåll ska utföras av en vuxen.
- Utrustningens säkerhetsnivå kan endast upprätthållas om den regelbundet inspekteras för slitage och skador.

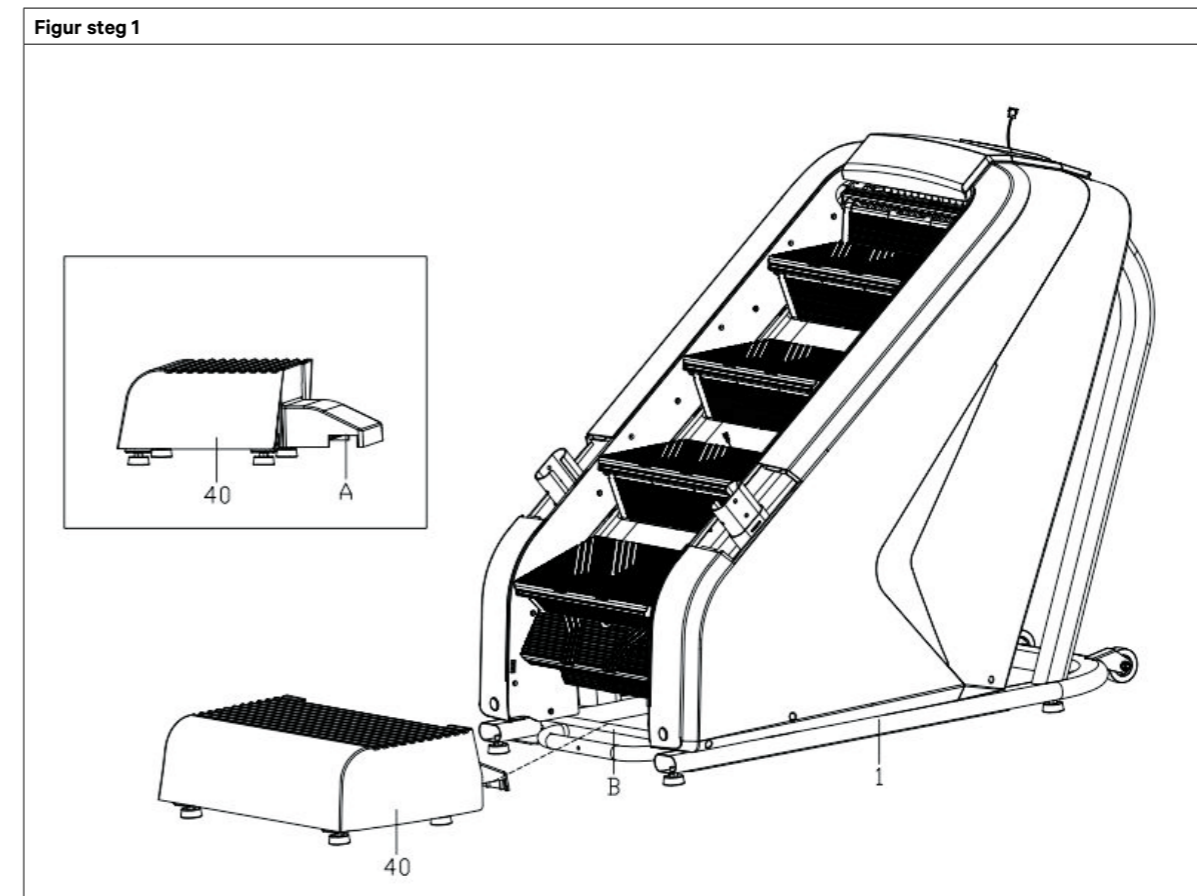
2 MONTERINGSANVISNINGAR

Förberedelse

- Förbered arbetsområdet
 - » Det är viktigt att du monterar produkten i ett rent, öppet och fritt område. Detta gör det möjligt att röra sig runt produkten under monteringen och minskar risken för skador.
- Arbeta med en vän
 - » Monteringen kan gå snabbare, säkrare och enklare med hjälp av en vän, eftersom vissa delar kan vara stora, tunga eller svåra att hantera ensam.
- Öppna kartongen
 - » Öppna kartongen som innehåller produkten försiktigt. Se till att öppna den åt rätt håll, eftersom detta är det enklaste och säkraste sättet att ta ut alla delar.
- Packa upp delarna
 - » Packa upp varje del noggrant och kontrollera mot dellistan att alla nödvändiga delar finns med för att slutföra monteringen.

Steg 1

- Öppna förpackningen, ta ut alla delar och placera huvudramen (1) på ett plant underlag.
- Fäst del A av pedalen (40) till del B på huvudramen. Se till att delarna är korrekt centrerade.

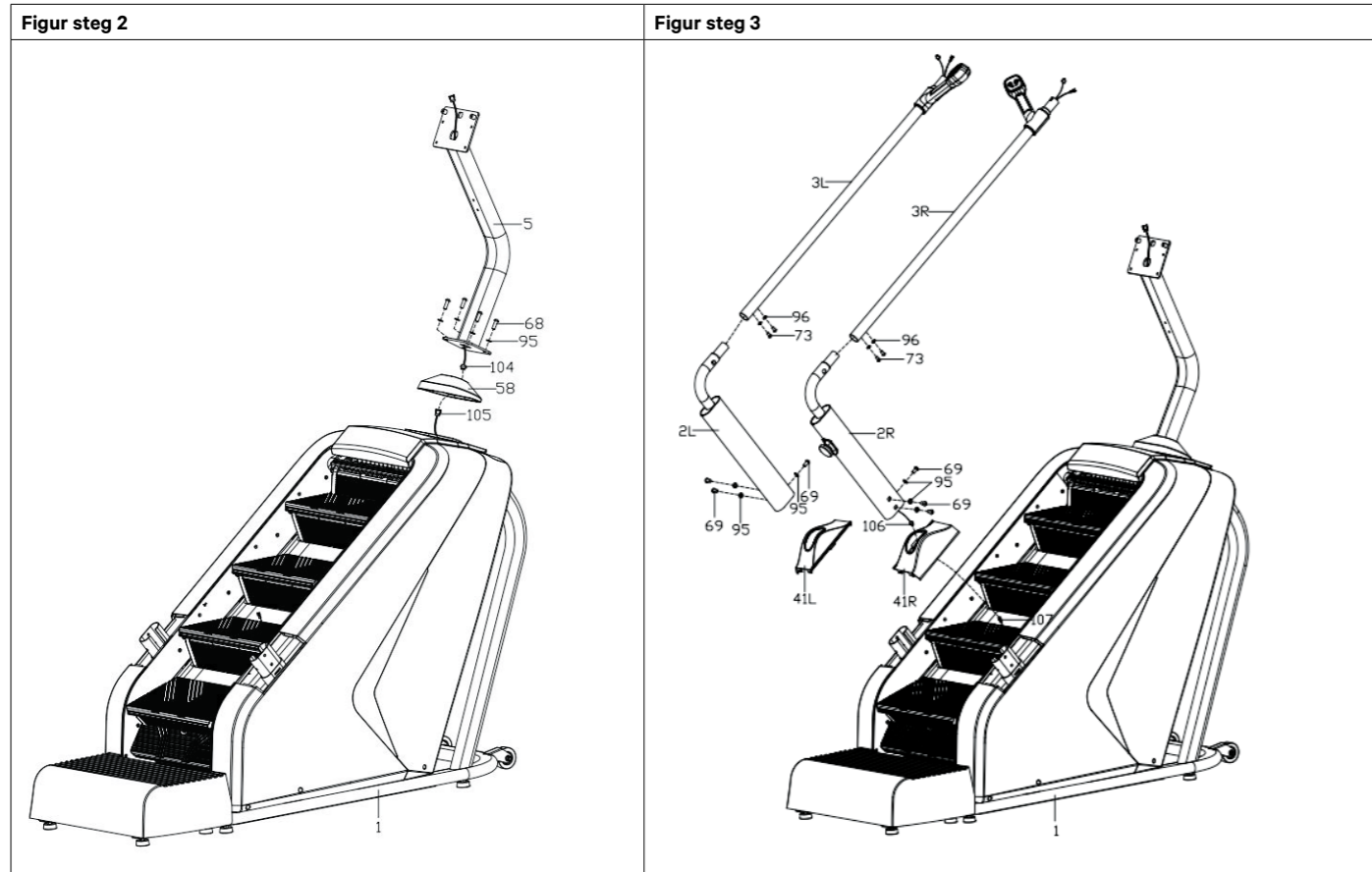


Steg 2

- Anslut konsolförlängningskabeln (104) till den nedre kabeln (105);
- Montera stödpelaren (5) på huvudramen (1) med skruv (68) och bricka (95);
- Dra inte åt ännu.
- Sätt i dekorkåpan (58) på stödpelaren (5) och snäpp fast den på huvudramen (1).

Steg 3

- För nödstoppets nedre kabel 2 (106) genom den högra dekorkåpan (41R) och anslut den till den övre kabeln 2 (107).
- Sätt dekorkåporna (41L / R) på stöpelarna (2L / R), montera men dra inte åt stöpelarna (2L / R) på huvudramen (1) med skruv (69) och bricka (95).
- Montera men dra inte åt handtagen (3L/R) på stöpelarna (2L / R) med skruv (73) och bricka (96).

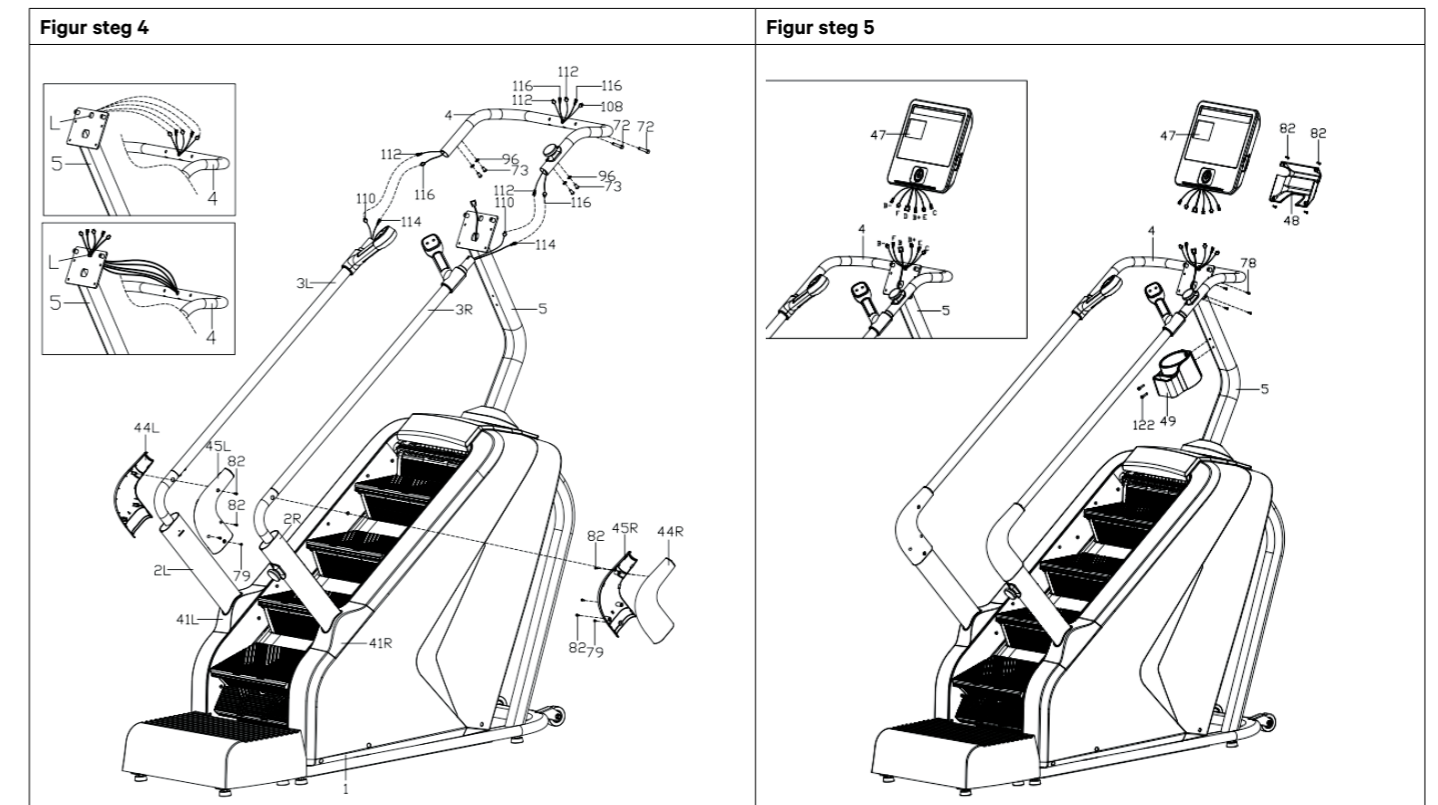


Steg 4

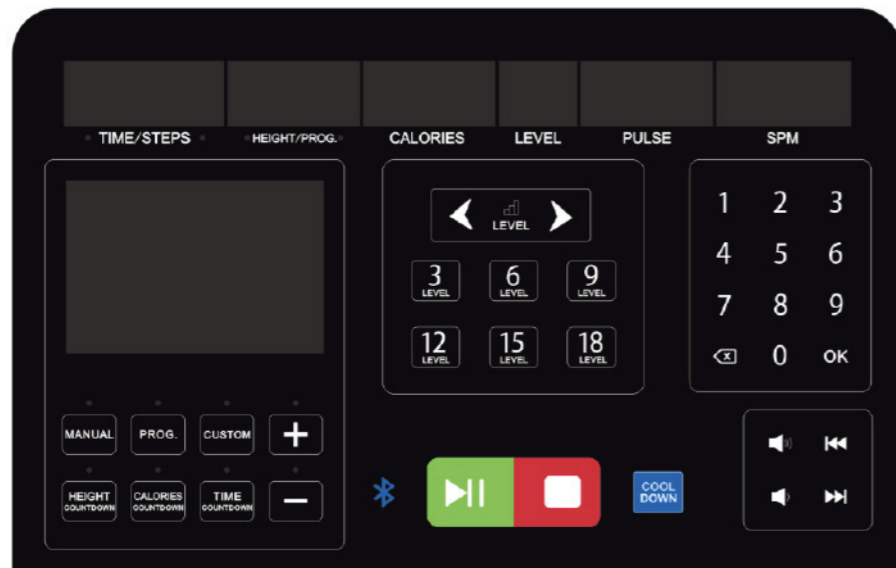
- Anslut pulskabelns övre ledning (110) till pulsörlängningskabeln (112); anslut tangentbordets övre kabel (114) till tangentbordets förlängningskabel (116).
- Placera det bakre handtaget (4) på handtagen (3L/R), och använd den stora plattskraven (73) samt den invändiga tandade brickan (96) för att förfästa (dra inte åt ännu).
- För pulsörlängningskabeln (112), tangentbordets förlängningskabel (116) samt nödstoppets nedre kabel 1 (108) genom L-hålet i konsolens stöpelare (5).
- Montera det bakre handtaget (4) på konsolens stöpelare (5) med insexbultar (72) (dra inte åt ännu).
- Dra nu åt alla skruvar.
- Fäst dekorkåporna (41L/R) på stolparna till skyddskåporna på huvudramen (1).
- Använd kryssskruvar med brickhuvud (79) och kryssskruvar (82) för att fästa de yttre (44L/R) och inre (45L/R) dekorkåporna på stöpelarna (2L/R).

Steg 5

- Anslut kablarna på konsolen (47) till motsvarande kablar på det bakre handtaget (4) och konsolens stöpelare (5) (matchas med samma kabelnummer).
- Fäst konsolen (47) på stöpelaren (5) med skruv (78), och montera dekorkåpan (48) på konsolen (47) med skruv (82).
- Montera flaskhållaren (49) på stöpelaren (5) uppifrån och ned, dra åt med insexbultar (122).



3 DISPLAY



3.1. Displayfunktioner

| | |
|---|--|
| TIME/STEP [TID/STEG] | Träningstid eller antal steg visas växelvis var 5:e sekund. TID: Standardvisning är 0:00–99:59. När 99 minuter och 59 sekunder uppnås stannar maskinen, visar "End" och går in i standbyläge i 5 sekunder. I nedräkningsläge minskar värdet från inställt tid till 0. När nedräkningen är klar stannar maskinen och visar "End" i 5 sekunder innan standbyläge. STEG: Visar det totala antalet steg under träningen. |
| HEIGHT/PROG [HÖJD/PROGRAM] | HÖJD: Visar rörelsehöjd eller programmets sekvensnummer. Framåträkning sker inom intervallet 00–999, och i nedräkningsläge minskar värdet från inställt värde till 0. När nedräkningen når 0 minskar hastigheten och "End" visas i 5 sekunder innan standbyläge. PROGRAM: Visar aktuellt programnummer i programläge samt aktuellt segmentnummer vid inställning av ett anpassat program. |
| CALORIES [KALORIER] | Visar kaloriförbrukning inom intervallet 0,0–999. I nedräkningsläge minskar värdet från inställt värde till 0. När nedräkningen når 0 minskar hastigheten och "End" visas i 5 sekunder innan standbyläge. |
| LEVEL [NIVÅ] | Visar träningsnivå, intervall 1–25. |
| PULSE [PULS] | Visar hjärtfrekvens. När användaren håller i pulssensorerna registrerar systemet pulsen och visar den i detta fönster. Visningsområde är 50–200 slag/minut. (Värdena är endast vägledande och inte medicinska.) |
| SPM | Visar antal steg per minut. |
| DIAGRAM WINDOW [DIAGRAMFÖNSTER] | Visar programdiagram. |
| BLUETOOTH | Aktivera Bluetooth på din enhet, hitta trappmaskinen med namnet "SYMK" och anslut för att spela media via maskinens högtalare. |

3.2. Knappfunktioner

| | | |
|--|--|---|
| MANUAL | | Gå till manuellt läge eller standbyläge. |
| PROG | | Gå till programval (kort tryck) eller BMI-test (långt tryck). |
| CUSTOM | | Gå till menyn för anpassade program. |
| HEIGHT COUNTDOWN | | Gå till höjdnedräkningsläge. Justera värdet med + / - knapparna. Tryck på START för att börja träningen. |
| CALORIES COUNTDOWN | | Gå till kalorinedräkningsläge. Justera värdet med + / - knapparna. Tryck på START för att börja träningen. |
| TIME COUNTDOWN | | Gå till tidsnedräkningsläge. Justera värdet med + / - knapparna. Tryck på START för att börja träningen. |
| + / - KNAPP | | Justera värden i olika lägen. |
| START/PAUSE | | Starta eller pausa träningen. |
| STOP | | Stoppa träningen. |
| COOL DOWN | | Starta nedvarvning. |
| SNABBKNAPPAR FÖR NIVÅ 3, 6, 9, 12, 15, 18 | | I manuellt läge kan dessa användas för att snabbt ställa in önskad träningsnivå. |
| KNAPPSATS | | Justera värden i olika lägen. |
| MEDIEKONTROLLER | | Justera volym samt byt till föregående eller nästa spår. |

3.3. Visningsområde för olika parametrar

| Parameter | Startvärde | Inställningsvärde | Inställningsområde | Visningsområde |
|----------------------|------------|-------------------|--------------------|----------------|
| TID | 0:00 | 15:00 | 5:00 – 99:00 | 0:00 – 99:59 |
| Block (fil) | 1 | 1 | 1 – 25 | 1 – 25 |
| Stegantal | 0 | 5000 | 100 – 9990 | 0 – 9999 |
| Höjd (meter) | 0,0 | 10,0 | 5,0 – 999 | 0,0 – 999 |
| Puls (slag/min) | P | N/A | N/A | 50 – 200 |
| KALORIER (kcal) | 0,0 | 50,0 | 10,0 – 999 | 0,0 – 999 |
| SPM (steg per minut) | 0 | N/A | N/A | 0 – 999 |

4 ANVÄNDARINSTRUKTIONER

OBS

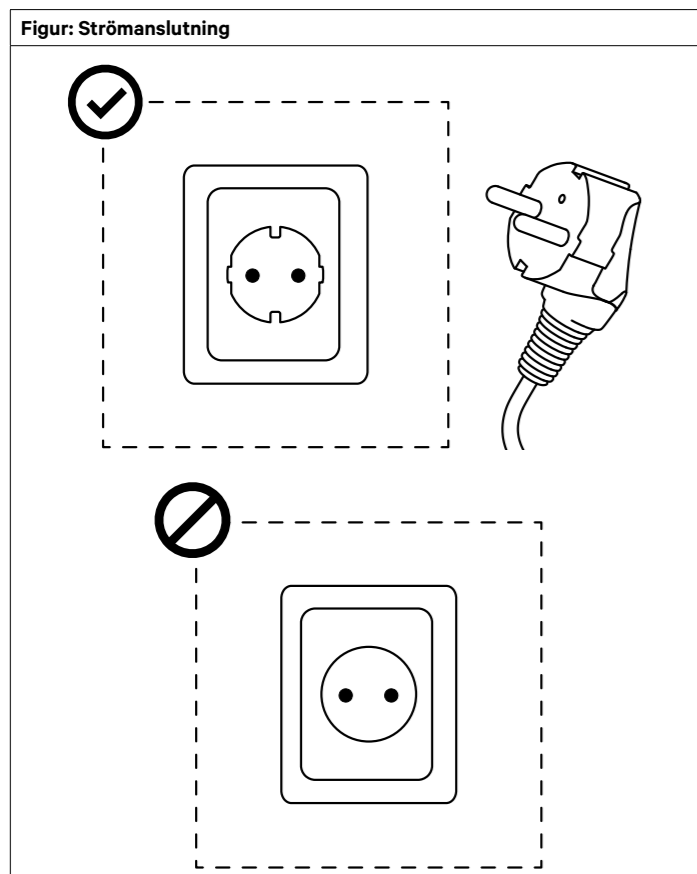
Koppla från strömmen innan service eller flytt av utrustningen.

4.1. Flytta maskinen

- Koppla ur maskinen från strömkällan.
- Lyft maskinen från den bakre delen och rulla den på transporthjulen.

4.2. Strömanslutning

- Produkten måste vara jordad. Vid fel ger jordningen en väg med minst motstånd för strömmen och minskar risken för elektrisk stöt.
- Både enheten och strömkabeln är jordade. Bilden nedan visar ett jordat och ett ojordat uttag. Ojordat uttag rekommenderas inte.



4.3. Lägen / program

4.3.1. Allmänna riktlinjer

- I standbyläge, tryck på "MANUAL" / "PROG." / "CUSTOM" / "HEIGHT COUNTDOWN" / "CALORIE COUNTDOWN" / "TIME COUNTDOWN" för att växla läge.
- Efter val av läge kan värden justeras med + / - knapparna.

4.3.2 MANUELLT LÄGE (Snabbstart)

- Slå på strömmen.
- Tryck på "START"-knappen. Systemet går då in i en 3 sekunders nedräkning. Efter nedräkningen börjar trappstegen röra sig på nivå 1.
- Efter start kan du justera hastigheten med hjälp av + / - knapparna efter önskemål.
- Tryck på **START/PAUSE** för att pausa träningen. Tryck igen för att fortsätta.
- Tryck på **STOP** för att avsluta träningen.

4.3.3. NEDRÄKNINGSPROGRAM

- I standbyläge, tryck på någon av nedräkningsknapparna för att gå in i motsvarande läge.
- Den aktuella displayen blinkar och du kan ställa in värden med + / - knapparna:
 - HEIGHT COUNTDOWN [HÖJD]: 5.00 - 999 meter.
 - CALORIE COUNTDOWN [KALORIER]: 10.00 - 999 kcal.
 - TIME COUNTDOWN [TID]: 5:00 - 99:00 minuter.
- Tryck på **START/PAUSE** för att pausa träningen och igen för att fortsätta.
- Tryck på **STOP** för att avsluta träningen.

4.3.4. FÖRINSTÄLLDA PROGRAM

- I standbyläge, tryck på **PROG**-knappen för att öppna programmenyn.
- Bläddra mellan programmen (P01-P36) genom att trycka på **PROG**-knappen och justera träningstiden med + / - knapparna eller via knappsatsen.
- Tryck på **START/PAUSE** för att pausa eller fortsätta träningen.
- Tryck på **STOP** för att avsluta träningen.

| SEGMENT PROGRAM | DEN INSTÄLLDA TIDEN DELAS UPP I 10 LIKA DELAR (SEGMENT). *Exempel: Om du väljer 30 minuter kommer varje segment att vara 3 minuter långt. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|--|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | |
| P01 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 6 | 6 | 5 | 5 | 1 | | |
| P02 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 10 | 7 | 10 | 10 | 10 | 7 | 10 | 10 | 7 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P03 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 7 | 7 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P04 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P05 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 9 | 9 | 9 | 9 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P06 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 12 | 12 | 12 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 7 | 5 | 5 | 1 | |
| P07 | 4 | 5 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 8 | 6 | 6 | 2 | |
| P08 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 11 | 4 | |
| P09 | 4 | 5 | 5 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 9 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 8 | 5 | 5 | 2 | |
| P10 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 5 | 9 | 7 | 7 | 9 | 5 | 7 | 7 | 9 | 5 | 7 | 7 | 9 | 7 | 3 | |
| P11 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 1 | |
| P12 | 4 | 6 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 9 | 4 | |
| P13 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | |
| P14 | 4 | 5 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 8 | 3 | |
| P15 | 4 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 4 | 2 | |
| P16 | 4 | 6 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 9 | |
| P17 | 4 | 4 | 4 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 4 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 8 | 4 | 4 | 2 | |
| P18 | 5 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 4 | 2 |
| P19 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 2 | |
| P20 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 4 | |
| P21 | 4 | 8 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 2 | |
| P22 | 6 | 8 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 4 | 6 | 2 | |
| P23 | 6 | 8 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 4 | 2 | |
| P24 | 6 | 8 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 4 | 6 | 2 | |
| P25 | 4 | 6 | 5 | 6 | 5 | 7 | 6 | 4 | 7 | 4 | 8 | 4 | 9 | 4 | 10 | 5 | 6 | 5 | 11 | 3 | |
| P26 | 4 | 7 | 6 | 8 | 6 | 8 | 6 | 4 | 6 | 5 | 5 | 8 | 7 | 9 | 7 | 9 | 7 | 5 | 7 | 2 | |
| P27 | 4 | 7 | 6 | 7 | 6 | 7 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 8 | 7 | 8 | 7 | 8 | 7 | 5 | 6 | 2 | |
| P28 | 4 | 8 | 9 | 6 | 6 | 9 | 6 | 4 | 6 | 5 | 5 | 9 | 10 | 7 | 7 | 10 | 7 | 5 | 7 | 2 | |
| P29 | 4 | 6 | 8 | 10 | 9 | 10 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 7 | 9 | 11 | 10 | 11 | 9 | 5 | 6 | 2 | |
| P30 | 4 | 6 | 7 | 7 | 8 | 7 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 8 | 8 | 9 | 8 | 9 | 6 | 6 | 2 | |
| P31 | 5 | 8 | 9 | 7 | 10 | 7 | 11 | 8 | 6 | 4 | 6 | 9 | 10 | 8 | 11 | 8 | 11 | 9 | 6 | 3 | |
| P32 | 4 | 7 | 8 | 6 | 9 | 7 | 8 | 7 | 5 | 5 | 5 | 8 | 9 | 7 | 19 | 8 | 9 | 8 | 6 | 3 | |
| P33 | 4 | 10 | 8 | 6 | 7 | 11 | 9 | 7 | 6 | 6 | 5 | 11 | 9 | 7 | 8 | 11 | 10 | 8 | 7 | 3 | |
| P34 | 4 | 5 | 7 | 5 | 5 | 7 | 5 | 8 | 5 | 6 | 5 | 6 | 8 | 6 | 6 | 8 | 6 | 9 | 6 | 3 | |
| P35 | 4 | 7 | 10 | 11 | 8 | 11 | 7 | 5 | 4 | 5 | 5 | 8 | 11 | 11 | 9 | 11 | 8 | 6 | 5 | 2 | |
| P36 | 4 | 7 | 7 | 6 | 6 | 8 | 6 | 4 | 5 | 7 | 5 | 8 | 8 | 7 | 9 | 7 | 5 | 6 | 4 | | |

4.3.5 Anpassade program (CUSTOM)

- Utöver de förinställda programmen har maskinen tre anpassade program som kan ställas in efter dina egna behov: **U01**, **U02** och **U03**.

Så anpassar du program:

- I standbyläge, tryck på **CUSTOM**-knappen för att öppna menyn för anpassade program och bläddra mellan alternativen.
- Tryck på **OK**-knappen på knappsatsen för att gå in i redigeringsläget. Du redigerar nu det första av totalt 20 segment.
- Justera hastigheten med **+ / -** knapparna eller via knappsatsen.
- Bekräfta genom att trycka på **OK**-knappen. Systemet går vidare till nästa segment tills alla 20 segment är inställda och programmet är klart.

Så använder du anpassade program:

- I standbyläge, tryck på **CUSTOM**-knappen och välj önskat program.
- Justera träningstiden med **+ / -** knapparna eller via knappsatsen.
- Tryck på **START/PAUSE** för att pausa träningen och igen för att fortsätta.
- Tryck på **STOP** för att avsluta träningen.

4.3.6 Kroppsmasseindex (BMI) test

OBS

Kroppsfettsanalysen är endast en ungefärlig uppskattning och tar inte hänsyn till kroppssammansättning eller muskelmassa.

- I standbyläge, håll **PROG**-knappen intryckt för att gå in i BMI-testet.
 - Tryck på **OK** för att ange personliga uppgifter med **+ / -** knappar eller knappsats:
 - F-1 = Kön (01 man, 02 kvinna)
 - F-2 = Ålder
 - F-3 = Längd
 - F-4 = Vikt
 - F-5 = Konditionstest
- Efter inställningarna, gå till F-5 för att starta testet.
 - Håll i pulssensorerna i 2–3 sekunder.
 - Enheten visar ditt kroppsvärde (FAT/BMI).
- Resultat.

| | | | |
|-----|-------|------------------------|-------------|
| F-1 | Kön | 01 (man) / 02 (kvinna) | |
| F-2 | Ålder | 10 – 99 | |
| F-3 | Längd | 100 – 200 cm | |
| F-4 | Vikt | 20 – 150 kg | |
| F-5 | FAT | ≤ 19 | Undervikt |
| | FAT | = (20 – 25) | Normal vikt |
| | FAT | = (26 – 29) | Övervikt |
| | FAT | ≥ 30 | Fetma |

4.4. Energisparläge

- Systemet har en energisparfunktion. Om ingen knapptryckning sker inom 10 minuter i standbyläge stängs displayen automatiskt av. Tryck på valfri knapp för att aktivera systemet igen.

4.5. MP3 / USB / Bluetooth

- När en MP3-spelare eller annan ljudenhet är ansluten kan maskinen spela upp musik. Medieuppspelning kan styras via knapparna på panelen eller via den anslutna enheten.

4.6. Avstängning

- Maskinen kan stängas av när som helst med strömbrytaren.

4.7. Mätvärden

- 5 steg motsvarar 1 meter.
- 3,5 meter motsvarar en våningshöjd.

5 UNDERHÅLLSINSTRUKTIONER

6 FELKODER

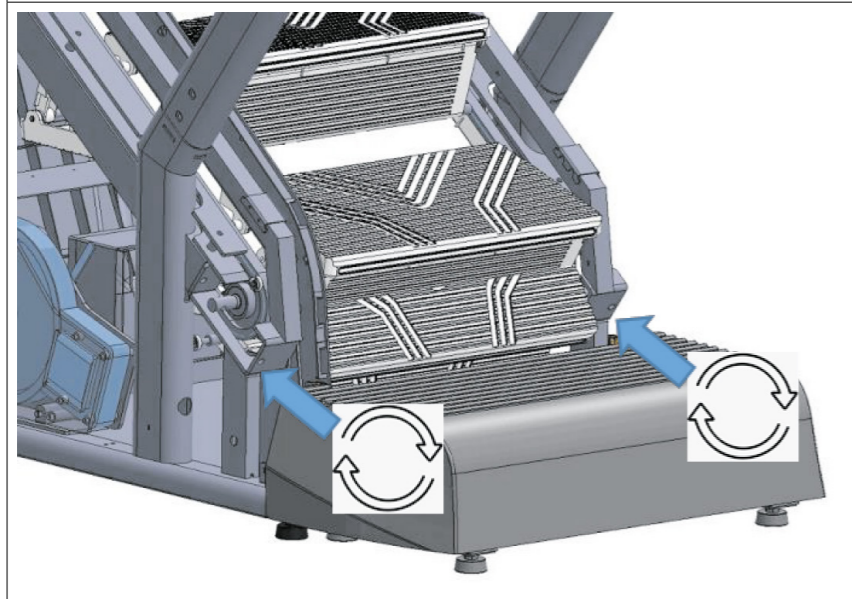
OBS

Koppla alltid från strömmen innan service eller flytt av utrustningen.

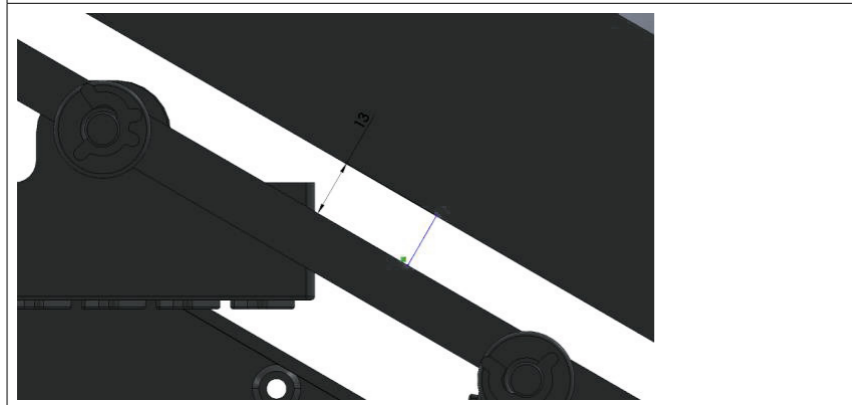
5.1 Spänna kedjan

- Om trappstegen känns instabila eller skakar tyder det på att kedjan är lös. För att justera kedjan, följ nedanstående steg för att säkerställa säker och bekväm användning.
 - Koppla ur maskinen från strömkällan.
 - Ta bort vänster och höger skyddskåpa från huvudramen.
 - Använd en insexnyckel och vrid justeringsbultarna medurs för att spänna kedjan enligt figuren nedan. Dra inte åt kedjan för hårt, eftersom det kan skada interna komponenter och förkorta produktens livslängd. Kedjan ska kunna röra sig fritt. Som visas i figur 2 kan maskinen användas när avståndet mellan kedjan och röret har justerats till 35 mm.

Figur: Spänna kedjan



Figur 2

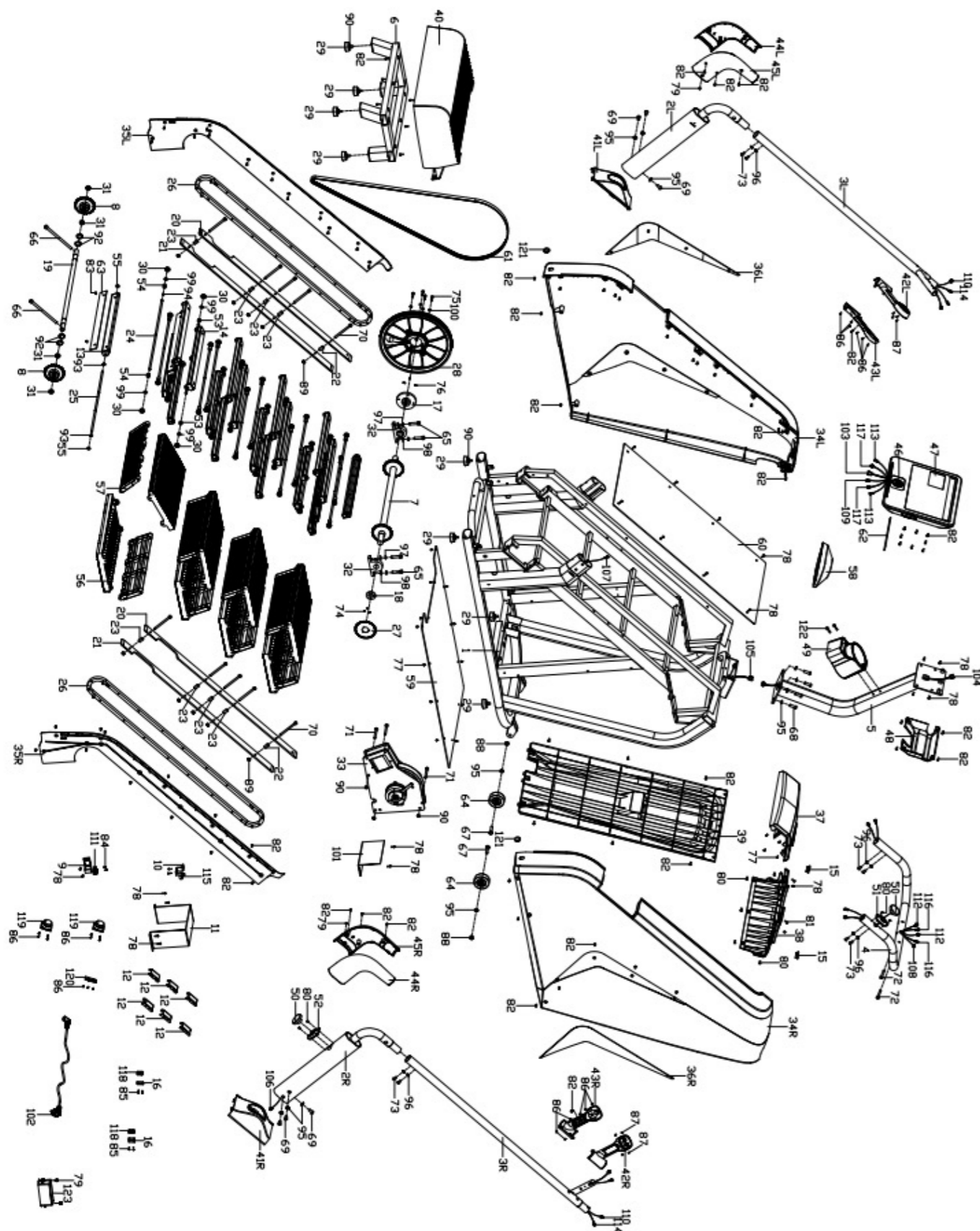


OBS

Reparationer får endast utföras av certifierade elektriker eller kvalificerade tekniker.

| FEL | MÖJLIGA ORSAKER | TESTMETOD | |
|---------------------------|--|---|--|
| Displayen startar inte | Ingen strömförsörjning | Kontrollera att strömkabeln är ansluten till växelström eller kontrollera vägguttaget | |
| | Strömbrytaren är inte påslagen | Sätt strömbrytaren i ON-läge | |
| | Maskinen saknar ström eller är skadad | Återställ överbelastningsskyddet | |
| | Avbrott i displayens signalkabel | Byt displayens signalkabel och anslut den igen | |
| Displayen fungerar delvis | Displayen är skadad | Byt displayen | |
| | Dåliga lödningar eller lödbryggor i displayens drivkrets | Kontrollera lödningarna | |
| Övrigt fel på displayen | Defekt displaydrivrutin (IC) | Löd fast en ny displaydrivrutin (IC) | |
| | ---or--- | Säkerhetsnyckeln är inte korrekt ansluten | Fäst säkerhetsnyckeln på avsedd magnetisk plats på displayen |
| | | Nödstoppet är frångått | Återanslut eller vrid nödstoppet till rätt position |
| | | Magneten är inte korrekt placerad | Kontrollera att magneten är korrekt installerad |
| | E01 – Kommunikationsfel (motorn tar inte emot signal från mätaren) E02 – Kommunikationsfel (mätaren tar inte emot signal från drivsystemet) | Displayens signalkabel är dåligt ansluten eller har dålig kontakt | Återanslut kontakten |
| | | Displayens signalkabel är skadad, kortsluten eller avbruten | Byt signalkabeln |
| | | Fel i signalledning för elektronisk mätare | Byt displayen |
| | E08 – Fel i nedre infraröd styrning | Fel i motorns signalkrets | Byt motorn |
| | | Infraröd detektering vid maskinens ände är blockerad | Ta bort blockeringen |
| | | IR-sensorn är defekt | Byt sensorn |
| | E48 – Ingen hastighetssignal | Styrenheten är defekt | Byt styrenheten |
| | | Hastighetssignalkabeln är inte ansluten eller sensorn är skadad | Sätt tillbaka hastighetssignalkabeln eller byt sensorn |
| | Motorns sensorkrets fungerar dåligt | Byt motorn | |

7 SPRÄNGSKISS



8 DELARLISTA

| Nr. | Beskrivning | Antal |
|-------|-----------------------|-------|
| 1 | Huvudram | 1 |
| 2L/R | Stödpelare | 1pr |
| 3L/R | Handtag | 1pr |
| 4 | Bakre handtag | 1 |
| 5 | Konsolens stödpelare | 1 |
| 6 | Bakpedal | 1 |
| 7 | Främre rulle | 1 |
| 8 | Bakre växel | 2 |
| 9 | Sensorfästör | 1 |
| 10 | Ljussensorfäste | 1 |
| 11 | PCB-skyddsplåt | 1 |
| 12 | Fästplugg | 6 |
| 13 | Stegstöd 1 | 8 |
| 14 | Stegstöd 2 | 8 |
| 15 | Hålplugg | 2 |
| 16 | Fästelement | 2 |
| 17 | Remskivans axelhylsa | 1 |
| 18 | Nödstoppets skivhylsa | 1 |
| 19 | Bakre rullaxel | 1 |
| 20 | Styrning | 2 |
| 21 | Styrning 2 | 2 |
| 22 | Stödhylsa 1 | 2 |
| 23 | Stödhylsa 2 | 8 |
| 24 | Lagerkopplingsaxel | 16 |
| 25 | Stegkopplingsaxel | 8 |
| 26 | Kedja | 2 |
| 27 | Nödstopplatta | 1 |
| 28 | Remskiva | 1 |
| 29 | Fotplatta | 8 |
| 30 | Lager 608Z | 32 |
| 31 | Lager 6004 | 4 |
| 32 | KP005 lagerhus | 2 |
| 33 | Bromsenhet | 1 |
| 34L/R | Skyddskåpa | 1pr |
| 35L/R | Inre skyddskåpa | 1pr |
| 36L/R | Dekorlist | 1pr |
| 37 | Övre skyddskåpa | 1 |
| 38 | Övre skyddskåpa 2 | 1 |
| 39 | Bakre kåpa | 1 |
| 40 | Pedal | 1 |
| 41L/R | Dekorationskåpa | 1pr |

| Nr. | Beskrivning | Antal |
|-------|-----------------------------------|-------|
| 42L/R | Övre kåpa | 1pr |
| 43L/R | Nedre kåpa | 1pr |
| 44L/R | Yttre dekorationskåpa | 1pr |
| 45L/R | Inre dekorationskåpa | 1pr |
| 46 | Trådlös laddningsmodul | 1 |
| 47 | Konsol | 1 |
| 48 | Bakre dekorationskåpa | 1 |
| 49 | Flaskhållare | 1 |
| 50 | Nödstoppbrytare | 2 |
| 51 | Brytarbas 1 | 1 |
| 52 | Brytarbas 2 | 1 |
| 53 | Stegavstånd 1 | 16 |
| 54 | Stegavstånd 2 | 16 |
| 55 | Slitbricka | 40 |
| 56 | Pedal 1 | 8 |
| 57 | Pedal 2 | 8 |
| 58 | Dekorationskåpa | 1 |
| 59 | Nedre skyddsplåt | 1 |
| 60 | Mellanplåt | 1 |
| 61 | Rem | 1 |
| 62 | Halkskydd | 1 |
| 63 | EVA-ljuddämpningsmatta | 16 |
| 64 | Rulle | 2 |
| 65 | Insexbult M10 x 40 | 4 |
| 66 | Insexbult M10 x 170 | 2 |
| 67 | Sexkantsbult M10 x 45 | 2 |
| 68 | Insexbult M10 x 30 | 4 |
| 69 | Insexbult M10 x 20 | 6 |
| 70 | Insexbult M8 x 105 | 10 |
| 71 | Insexbult M8 x 75 | 3 |
| 72 | Insexbult M8 x 40 | 2 |
| 73 | Stor plattbult M8 x 15 | 8 |
| 74 | Planskruv M4 x 5 | 3 |
| 75 | Insexbult M6 x 25 | 4 |
| 76 | Planskruv M5 x 10 | 3 |
| 77 | Krysskruv med brickhuvud ST4 x 12 | 16 |
| 78 | Krysskruv med brickhuvud M4 x 15 | 22 |
| 79 | Krysskruv med brickhuvud M4 x 8 | 4 |
| 80 | Försänkt krysskruv M4 x 10 | 9 |
| 81 | Krysskruv ST4.0 x 16 | 2 |
| 82 | Krysskruv ST4.0 x 16 | 90 |

| Nr. | Beskrivning | Antal |
|-----|----------------------------------|-------|
| 83 | Krysskruv ST4.0 x 10 | 32 |
| 84 | Krysskruv M3 x 20 | 2 |
| 85 | Krysskruv M3 x 15 | 4 |
| 86 | Krysskruv ST2.9 x 9.5 | 23 |
| 87 | Krysskruv ST2.2 x 8 | 8 |
| 88 | Nylonmutter M10 | 2 |
| 89 | Nylonmutter M8 | 10 |
| 90 | Mutter M8 | 11 |
| 91 | Nylonmutter M6 | 4 |
| 92 | Yttre låsring 20 | 4 |
| 93 | Yttre låsring 8 | 32 |
| 94 | E-typ låsring 7 | 24 |
| 95 | Invändig tandbricka 10 x 12 | 12 |
| 96 | Invändig tandbricka 8 x 12 | 8 |
| 97 | Fjäderbricka 10 | 4 |
| 98 | Plan bricka 10 | 4 |
| 99 | Bricka 8 | 32 |
| 100 | Bricka 6 | 4 |
| 101 | Styrenhet | 1 |
| 102 | Strömkabel | 1 |
| 103 | Konsolens övre kabel | 1 |
| 104 | Konsolens förlängningskabel | 1 |
| 105 | Konsolens nedre kabel | 1 |
| 106 | Brytarens nedre kabel 2 | 1 |
| 107 | Brytarens övre kabel 2 | 1 |
| 108 | Brytarens nedre kabel 1 | 1 |
| 109 | Brytarens övre kabel 1 | 1 |
| 110 | Pulskabel övre | 2 |
| 111 | Avståndssensor | 1 |
| 112 | Pulskabel förlängning | 2 |
| 113 | Pulskabel nedre | 2 |
| 114 | Tangentbordets övre kabel | 2 |
| 115 | Ljussensor | 1 |
| 116 | Tangentbordets förlängningskabel | 2 |
| 117 | Tangentbordets nedre kabel | 2 |
| 118 | Infraröd sensor | 2 |
| 119 | Högtalare | 2 |
| 120 | USB-/headsetuttag | 1 |
| 121 | Hålplugg 2 | 2 |
| 122 | Insexbult M6 x 25 | 2 |
| 123 | Elektrisk induktor och filter | 1 |

NO

GRATULERER MED KJØPET AV FITNORD STEPCHASE 1000 TRAPPEMASKIN!

**FOR DIN SIKKERHET, LES DENNE BRUKERHÅNDBOKEN
NØYE FØR BRUK.**



Vær spesielt oppmerksom på advarslene og merknadene i brukerhåndboken.

VIKTIG!

Vennligst les alle instruksjoner nøye før du bruker dette produktet. Oppbevar denne manualen for fremtidig referanse. Spesifikasjonene for dette produktet kan avvike litt fra illustrasjonene og kan endres uten forvarsel.

Kontakt importøren (Nordic Sports Brands Oy) hvis du har spørsmål om produktet eller bruken av det.

ANSVARFRASKRIVELSE

Alle rettigheter forbeholdt. Produktet og brukerhåndboken kan endres. Brukerhåndboken kan inneholde oversettelsesfeil. Tekniske data kan endres uten varsel. Importøren er ikke ansvarlig for skader forårsaket av bruk i strid med bruksanvisningen.

PRODUSENTENS ERKLÆRING

FitNord bekrefter at produktet oppfyller maskindirektivet 2006/42/EF og kravene satt av standardene EN 957-1 (generelle sikkerhetskrav) og EN 957-6 (tredemøller, sikkerhetskrav og testmetoder).

IMPORTØR

FI

Nordic Sports Brands Oy (FI21476243)
Kohmankaari 3
33100 Tampere
consumer@nsbrands.com

SE

Sportproffsen Sverige AB (SE559274147301)
Lindövägen 14
186 92 Vallentuna

NO

SCUSHI AS (Org. nr. 998 761 697)
Storgata 132
3915 Porsgrunn

MANUALEN ER OGSÅ TILGJENGELIG DIGITALT PÅ:

www.fitnord.com/manuals

1 VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER

! MERK

Les alle instruksjoner nøye før du bruker denne trappemaskinen. Ta vare på denne bruksanvisningen for fremtidig referanse. Manglende overholdelse av disse sikkerhetsinstruksjonene kan føre til personskade, skade på utstyret eller bortfall av garanti.

- Koble alltid fra maskinen fra strømuttaket umiddelbart etter bruk og før rengjøring, service eller flytting av utstyret.
- La aldri maskinen stå uten tilsyn når den er tilkoblet strøm.
- Koble utstyret kun til en korrekt jordet stikkontakt.
- For å koble fra, sett alle kontroller i OFF-posisjon og trekk deretter støpselet ut av kontakten.
- Ikke bruk grenuttak, skjøteledninger eller modifier støpselet.
- Ikke koble til eller endre strømkabelen, forleng den eller legg tunge gjenstander på den.
- Hold strømkabelen unna varmekilder og varme overflater.
- Ikke trekk i strømkabelen.
- Hvis strømkabel eller støpsel er skadet, stopp bruken umiddelbart og få den erstattet av produsenten eller en kvalifisert tekniker. Ikke forsøk å reparere den selv.
- Bruk aldri utstyret dersom kabel eller støpsel er skadet, det ikke fungerer korrekt, har blitt skadet eller har vært utsatt for vann.
- Kun til innendørs bruk.
- Ikke bruk i våte, fuktige eller svært fuktige omgivelser (f.eks. bad, bassengområder, garasjer eller utendørs).
- Ikke bruk der aerosolprodukter brukes eller hvor oksygen tilføres.
- Sørg for minst 2 m x 1 m fri plass bak maskinen, inkludert tilstrekkelig plass for nødavstigning. Når utstyr plasseres side ved side, kan friområder deles.
- Hold ventilasjonsåpninger rene og fri for lo, hår og smuss.
- Stikk aldri inn eller slipp gjenstander inn i åpninger.
- Ikke bruk maskinen dersom ventilasjonsåpningene er blokkert, da overoppheting kan føre til brann, elektrisk støt eller skade.
- Følg monteringsinstruksjonene nøye.
- Sørg for at alle bolter og festemidler er godt strammet før bruk.
- Feil montering kan føre til løse deler, støy, ustabilitet eller skade.
- Inspiser utstyret regelmessig for skade og slitasje (inkludert kabler og tilkoblingspunkter).
- Bytt ut defekte komponenter umiddelbart eller stopp bruk til utstyret er reparert.
- Vær spesielt oppmerksom på slitedeler.
- **Maks brukervekt: 180 kg (400 lbs).**
- Maskinen er kun beregnet for voksne.
- Barn under 13 år og kjæledyr må holdes minst 3 meter unna maskinen.
- Brukere i alderen 14–17 år må være under tilsyn til enhver tid.
- Personer med redusert fysisk, sensorisk eller mental kapasitet, eller manglende erfaring, må kun bruke utstyret under forsvarlig tilsyn.
- Kun én person kan bruke maskinen om gangen.
- Bruk utstyret kun til det tiltenkte formålet.
- Ikke bruk tilbehør som ikke er anbefalt av produsenten.
- Bruk alltid egnet treningstøy og rene sko.
- Ikke bruk løstsittende klær som kan sette seg fast i maskinen.
- Ikke hopp på utstyret.
- Sørg for at maskinen har stoppet helt før du går av.
- Ved unormal drift, trykk på nødstopknappen og gå forsiktig av når maskinen har stoppet helt.
- Rådfør deg med lege før du starter et treningsprogram, spesielt hvis du har høyt blodtrykk, hjerteproblemer eller andre medisinske tilstander.
- Ikke tren innen 40 minutter etter måltid.
- Varm opp ordentlig før trening.
- Hold et komfortabelt tempo under treningen.
- Hvis du opplever brystmerter, kvalme, svimmelhet, kortpustethet eller andre unormale symptomer, stopp treningen umiddelbart og kontakt lege.
- Overtrening eller feil trening kan føre til alvorlig skade eller død.
- Pulsmålinger er ikke medisinske og kan være unøyaktige.
- Koble fra strøm før service eller flytting av utstyret.
- Rengjør kun med en lett fuktet klut og mild såpe. Ikke bruk løsemidler.
- Ikke fjern konsolldeksler med mindre autorisert teknisk support instruerer det.
- Service må kun utføres av kvalifiserte serviceteknikere.
- Rengjøring og brukervedlikehold må utføres av en voksen.
- Utstyrets sikkerhetsnivå kan kun opprettholdes dersom det regelmessig inspiseres for slitasje og skader.

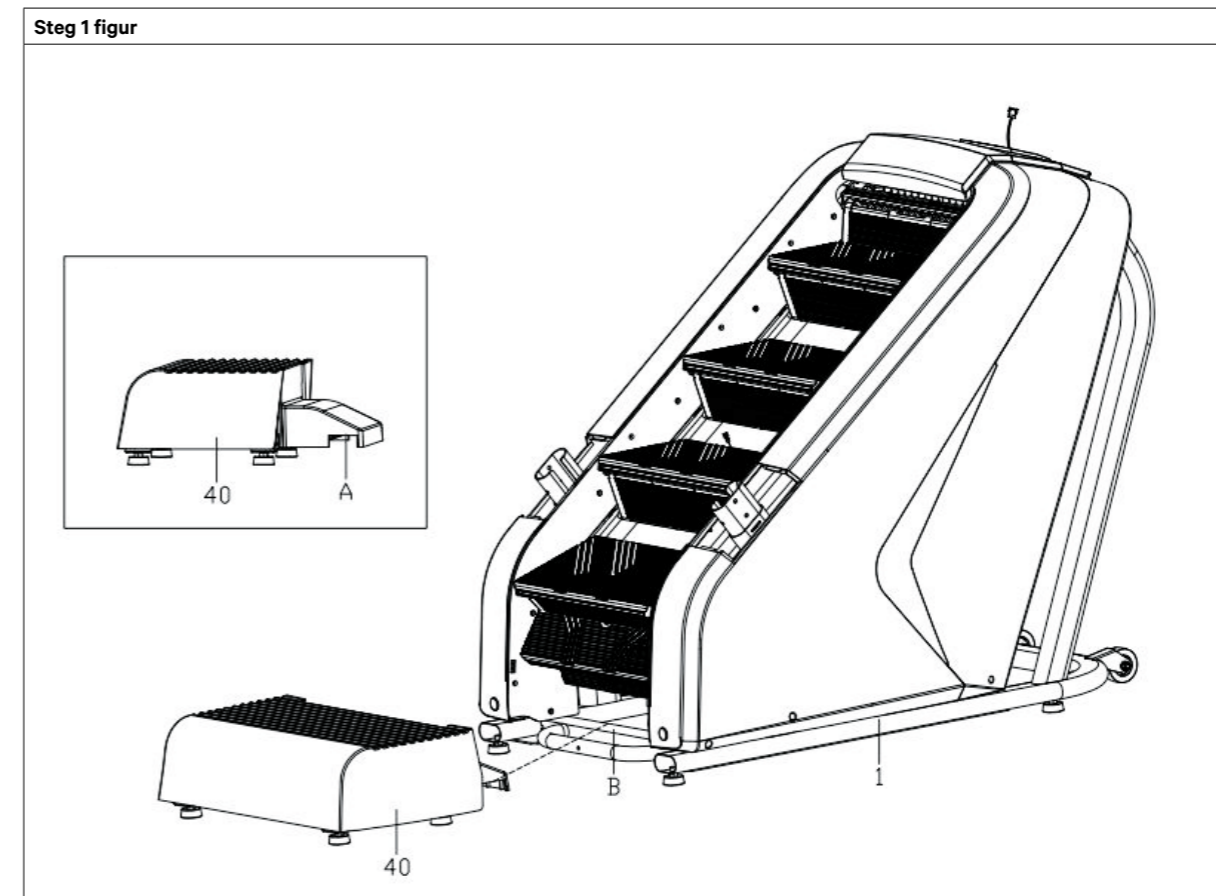
2 MONTERINGSINSTRUKSJONER

Forberedelse

- Forbered arbeidsområdet
 - » Det er viktig at du monterer produktet i et rent, ryddig og åpent område. Dette gjør det mulig å bevege seg rundt produktet under montering og reduserer risikoen for skader.
- Arbeid sammen med en venn
 - » Montering kan være raskere, tryggere og enklere med hjelp fra en venn, siden noen komponenter kan være store, tunge eller vanskelige å håndtere alene.
- Åpne esken
 - » Åpne esken som inneholder produktet forsiktig. Sørg for å åpne den riktige vei, da dette er den enkleste og tryggeste måten å ta ut alle komponentene på.
- Pakk ut komponentene
 - » Pakk ut hver komponent nøye og kontroller mot delelisten at du har alle nødvendige deler for å fullføre monteringen.

Steg 1

- Åpne pakken, ta ut alle delene og plasser hoveddrammen (1) på et flatt underlag.
- Fest del A av pedalen (40) til del B på hoveddrammen. Sørg for at delene er riktig sentrert.

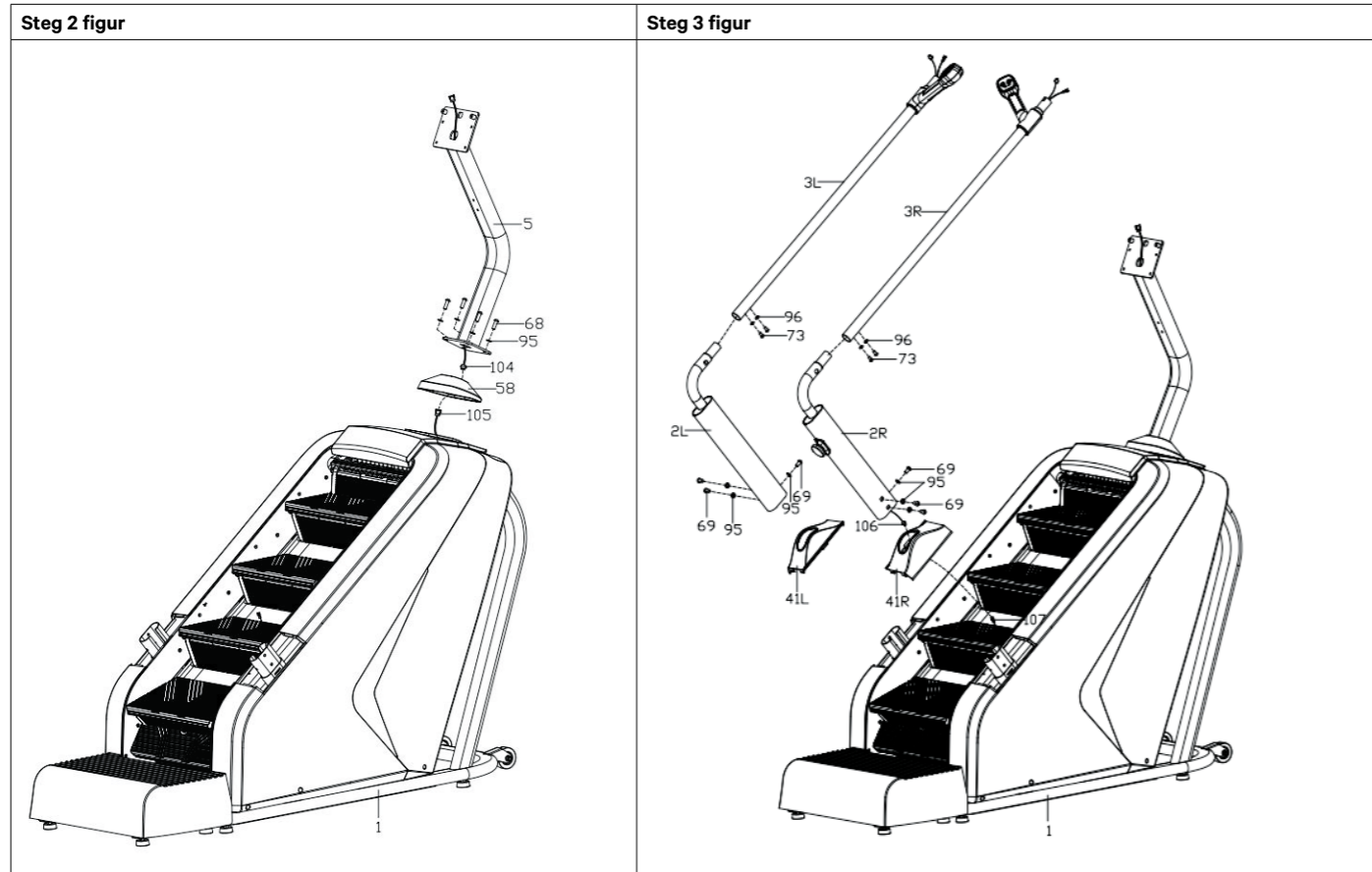


Steg 2

- Koble konsollens forlengelseskabel (104) til den nedre kabelen (105);
- Monter støttesøylen (5) på hoveddrammen (1) med skrue (68) og skive (95);
- Ikke stram til ennå.
- Sett inn dekorasjonsdekselet (58) på støttesøylen (5) og klikk det fast på hoveddrammen (1).

Steg 3

- Før nødstopbryterens nedre kabel 2 (106) gjennom høyre dekorasjonsdeksel (41R) og koble den til øvre kabel 2 (107).
- Sett dekorasjonsdekslene (41L / R) på støttesøylene (2L / R), monter men ikke stram støttesøylene (2L / R) på hoveddrammen (1) med skrue (69) og skive (95).
- Monter, men ikke stram, håndtakene (3L/R) på støttesøylene (2L / R) med skrue (73) og skive (96).

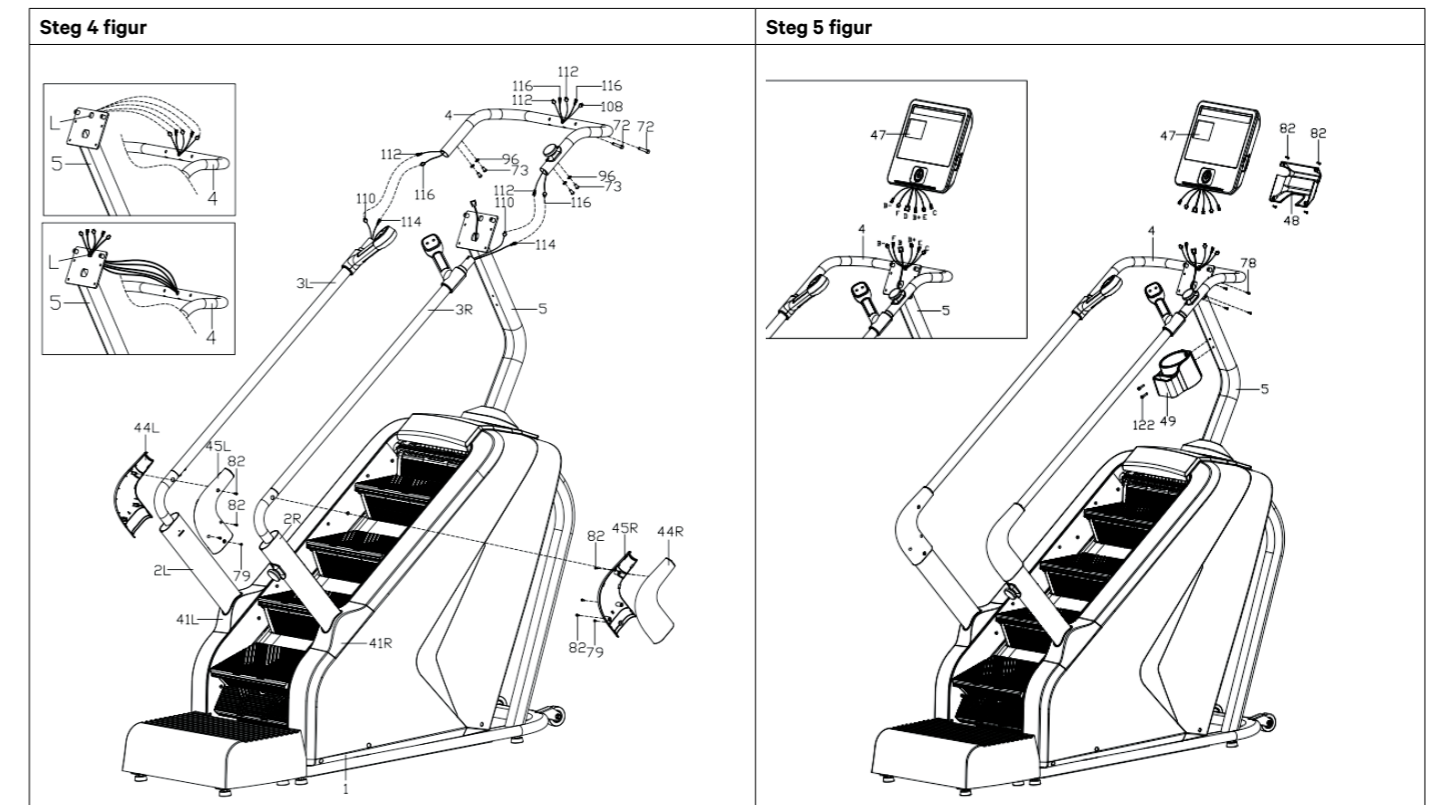


Steg 4

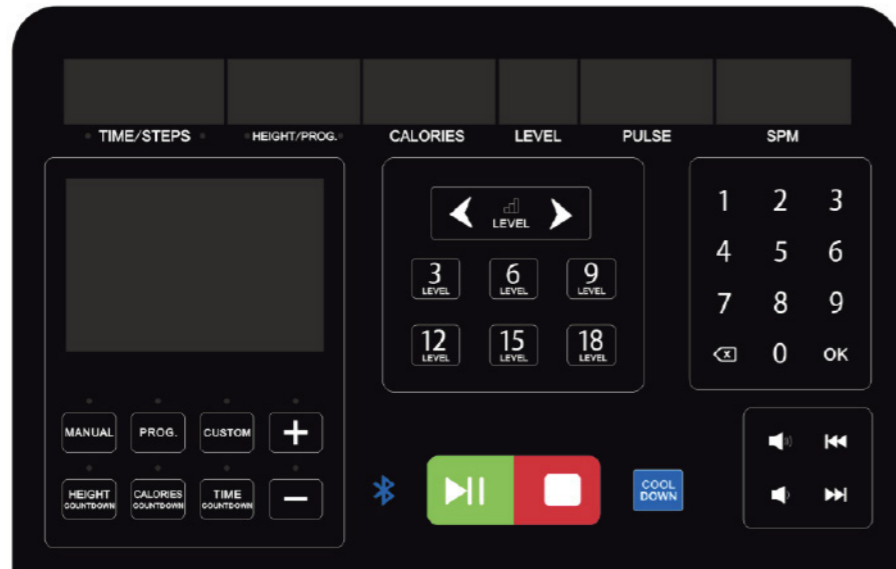
- Koble pulskabelens øvre ledning (110) til pulsens forlengelseskabel (112); koble tastaturets øvre kabel (114) til tastaturets forlengelseskabel (116).
- Plasser bakre håndtak (4) på håndtakene (3L/R), og bruk stor bolt med flatt hode (73) og innvendig tannet skive (96) til forhåndsfesting (ikke stram ennå).
- Før pulsens forlengelseskabel (112), tastaturets forlengelseskabel (116) og nødstopbryterens nedre kabel 1 (108) gjennom L-hullet i konsollens støttesøyle (5).
- Monter bakre håndtak (4) på konsollens støttesøyle (5) med unbrakobolter (72) (ikke stram ennå).
- Stram nå alle skruene.
- Fest dekorasjonsdekslene (41L/R) på oppreistene til beskyttelsesdekslene på hoveddrammen (1).
- Bruk stjerneskruer med skivehode (79) og stjerneskruer (82) for å feste de ytre (44L/R) og indre (45L/R) dekorasjonsdekslene til støttesøylene (2L/R).

Steg 5

- Koble ledningene på konsollen (47) til tilsvarende ledninger på bakre håndtak (4) og konsollens støttesøyle (5) (samme ledningsnummer).
- Fest konsollen (47) på støttesøylen (5) med skrue (78), og monter dekorasjonsdekselet (48) på konsollen (47) med skrue (82).
- Monter flaskeholderen (49) på støttesøylen (5) ovenfra og ned, og stram med unbrakobolter (122).
















3 DISPLAY



3.1. Displayfunksjoner

| | |
|---|--|
| TIME/STEP [TID/STEG] | Treningstid eller antall steg vises vekselvis hvert 5. sekund. TID: Standard visningsområde er 0:00–99:59. Når 99 minutter og 59 sekunder nås, stopper maskinen, viser "End" og går til standby i 5 sekunder. I nedtellingsmodus reduseres verdien fra innstilt tid til 0. Når nedtellingen er fullført, stopper maskinen og viser "End" i 5 sekunder før standby. STEG: Viser totalt antall steg under treningen. |
| HEIGHT/PROG [HØYDE/PROGRAM] | HØYDE: Viser bevegelsehøyde eller programsekvensnummer. Fremovervisning er 0,0–999, og i nedtelling reduseres verdien fra innstilt nivå til 0. Når nedtellingen når 0, reduseres hastigheten og "End" vises i 5 sekunder før standby. PROGRAM: Viser gjeldende programnummer i programmodus og gjeldende segmentnummer ved innstilling av egendefinert program. |
| CALORIES [KALORIER] | Viser kaloriforbruk fra 0,0–999. I nedtellingsmodus reduseres verdien fra innstilt verdi til 0. Når nedtellingen når 0, reduseres hastigheten og "End" vises i 5 sekunder før standby. |
| LEVEL [NIVÅ] | Viser treningsnivå fra 1 til 25. |
| PULSE [PULS] | Viser hjerterefreknens. Når brukeren holder i pulssensorene registrerer systemet pulsen og viser den i dette vinduet. Visningsområde er 50–200 slag per minutt. (Verdiene er kun veiledende og ikke medisinske.) |
| SPM | Viser antall steg per minutt. |
| DIAGRAM WINDOW [DIAGRAMVINDU] | Viser programdiagrammer. |
| BLUETOOTH | Slå på Bluetooth på enheten din, finn trappemaskinen med navnet "SYMK", og koble til for å spille av media gjennom maskinens høyttalere. |

3.2. Knappfunksjoner

| | | |
|---|---|---|
| MANUAL |  | Gå til manuell modus eller standby. |
| PROG |  | Gå til programvalg (kort trykk) eller BMI-test (langt trykk). |
| CUSTOM |  | Gå til meny for egendefinert program. |
| HEIGHT COUNTDOWN |  | Gå til høydenedtelling. Juster ønsket verdi med + / - knappene. Trykk START for å starte treningen. |
| CALORIES COUNTDOWN |  | Gå til kalorinedtelling. Juster ønsket verdi med + / - knappene. Trykk START for å starte treningen. |
| TIME COUNTDOWN |  | Gå til tidsnedtelling. Juster ønsket verdi med + / - knappene. Trykk START for å starte treningen. |
| + / - KNAPP |  | Juster verdier i ulike moduser. |
| START/PAUSE |  | Start eller pause treningen. |
| STOP |  | Stopp treningen. |
| COOL DOWN |  | Start nedtrapping. |
| HURTIGKNAPPER FOR NIVÅ 3, 6, 9, 12, 15, 18 |  | I manuell modus kan disse brukes til å raskt velge ønsket treningsnivå. |
| TASTATUR |  | Juster verdier i ulike moduser. |
| MEDIEKONTROLLER |  | Juster volum og bytt til forrige eller neste spor. |

3.3. Visningsområde for ulike parametere

| Parameter | Startverdi | Innstilt startverdi | Innstillingsområde | Visningsområde |
|-----------------------|------------|---------------------|--------------------|----------------|
| TID | 0:00 | 15:00 | 5:00 – 99:00 | 0:00 – 99:59 |
| Blokk (fil) | 1 | 1 | 1 – 25 | 1 – 25 |
| Antall steg | 0 | 5000 | 100 – 9990 | 0 – 9999 |
| Høyde (meter) | 0,0 | 10,0 | 5,0 – 999 | 0,0 – 999 |
| Puls (slag/min) | P | N/A | N/A | 50 – 200 |
| KALORIER (kcal) | 0,0 | 50,0 | 10,0 – 999 | 0,0 – 999 |
| SPM (steg per minutt) | 0 | N/A | N/A | 0 – 999 |

4 BRUKSANVISNING

! MERK

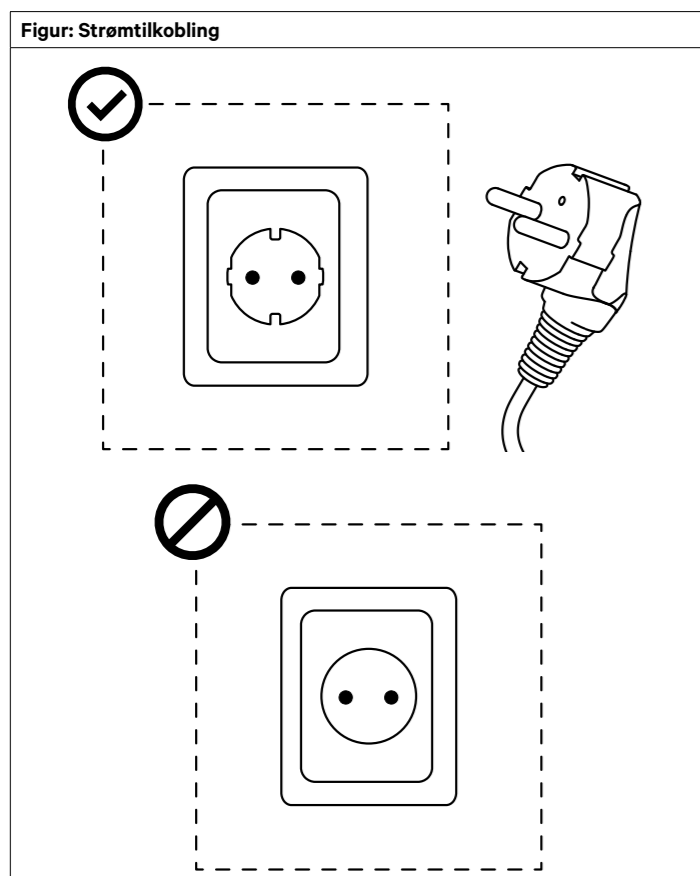
Koble alltid fra strømmen før service eller flytting av utstyret.

4.1. Flytte maskinen

- Koble maskinen fra strømkilden.
- Løft maskinen fra den bakre delen og sett den på transporthjulene for å flytte den.

4.2. Strømtilkobling

- Dette produktet må være jordet. Ved feil vil jordingen gi en vei med minst motstand for elektrisk strøm og redusere risikoen for elektrisk støt.
- Både enheten og den medfølgende strømkabelen er utstyrt med jording. Illustrasjonen nedenfor viser både et jordet og et ujordet uttak. Et ujordet uttak anbefales ikke for bruk med dette produktet.



4.3. Moduser / programmer

4.3.1. Generelle retningslinjer

- I standby-modus kan du trykke på "MANUAL" / "PROG." / "CUSTOM" / "HEIGHT COUNTDOWN" / "CALORIE COUNTDOWN" / "TIME COUNTDOWN" for å raskt bytte mellom ulike moduser.
- Etter at en modus er valgt (unntatt manuell modus), kan du stille inn relevante verdier med + / - knappene.

4.3.2 MANUELL MODUS (Hurtigstart)

- Slå på strømmen.
- Trykk på "START"-knappen. Systemet går inn i en 3 sekunders nedtelling. Etter nedtellingen begynner trinnene å bevege seg på nivå 1.
- Etter oppstart kan du justere hastigheten med + / - knappene etter behov.
- Trykk på **START/PAUSE** for å pause treningen. Trykk igjen for å fortsette.
- Trykk på **STOP** for å avslutte treningen.

4.3.3. NEDTELLINGSPROGRAMMER

- I standby-modus, trykk på nedtellingsknappene for å gå inn i ønsket nedtellingsmodus.
- Den aktuelle visningen blinker, og du kan stille inn verdiene med + / - knappene:
 - HEIGHT COUNTDOWN [**HØYDE**]: 5.00 - 999 meter.
 - CALORIE COUNTDOWN [**KALORIER**]: 10.00 - 999 kcal.
 - TIME COUNTDOWN [**TID**]: 5:00 - 99:00 minutter.
- Trykk på START/PAUSE for å pause treningen og igjen for å fortsette.
- Trykk på STOP for å avslutte treningen.

4.3.4. FORHÅNDSINNSTILTE PROGRAMMER

- I standby-modus, trykk på **PROG**-knappen for å gå inn i programmenyen.
- Bla gjennom programmene (P01–P36) ved å trykke på **PROG**-knappen, og juster treningstiden med + / - knappene eller tastaturet.
- Trykk på **START/PAUSE** for å pause eller fortsette treningen.
- Trykk på **STOP** for å avslutte treningen.

| SEGMENT PROGRAM | DEN INNSTILTE TIDEN DELES INN I 10 LIKE TIDSPERIODER (SEGMENTER). *Eksempel: Hvis du velger 30 minutter, vil hvert segment vare i 3 minutter. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|--|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | |
| P01 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 6 | 6 | 5 | 5 | 1 | | |
| P02 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 10 | 7 | 10 | 10 | 10 | 7 | 10 | 10 | 7 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P03 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 7 | 7 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P04 | 4 | 5 | 5 | 6 | 6 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 12 | 9 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P05 | 4 | 5 | 5 | 6 | 7 | 9 | 9 | 9 | 9 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 7 | 6 | 5 | 5 | 1 | |
| P06 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 9 | 12 | 12 | 12 | 12 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 7 | 5 | 5 | 1 | |
| P07 | 4 | 5 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 8 | 6 | 6 | 2 | |
| P08 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 10 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 11 | 4 | |
| P09 | 4 | 5 | 5 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 9 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 11 | 8 | 5 | 5 | 2 | |
| P10 | 4 | 5 | 5 | 7 | 7 | 5 | 9 | 7 | 7 | 9 | 5 | 7 | 7 | 9 | 5 | 7 | 7 | 9 | 7 | 3 | |
| P11 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 8 | 8 | 11 | 6 | 1 | |
| P12 | 4 | 6 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 6 | 9 | 12 | 12 | 9 | 4 | |
| P13 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | |
| P14 | 4 | 5 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 5 | 8 | 11 | 11 | 8 | 3 | |
| P15 | 4 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 9 | 9 | 9 | 6 | 4 | 2 | |
| P16 | 4 | 6 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 11 | 6 | 9 | |
| P17 | 4 | 4 | 4 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 4 | 6 | 8 | 8 | 11 | 11 | 11 | 8 | 4 | 4 | 2 | |
| P18 | 5 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 8 | 5 | 8 | 4 | 2 |
| P19 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 9 | 4 | 2 | |
| P20 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 12 | 4 | 4 | |
| P21 | 4 | 8 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 11 | 4 | 8 | 2 | |
| P22 | 6 | 8 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 11 | 8 | 4 | 4 | 6 | 2 | |
| P23 | 6 | 8 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 11 | 8 | 8 | 4 | 4 | 2 | |
| P24 | 6 | 8 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 6 | 11 | 8 | 2 | |
| P25 | 4 | 6 | 5 | 6 | 5 | 7 | 6 | 4 | 7 | 4 | 8 | 4 | 9 | 4 | 10 | 5 | 6 | 5 | 11 | 3 | |
| P26 | 4 | 7 | 6 | 8 | 6 | 8 | 6 | 4 | 6 | 5 | 5 | 8 | 7 | 9 | 7 | 9 | 7 | 5 | 7 | 2 | |
| P27 | 4 | 7 | 6 | 7 | 6 | 7 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 8 | 7 | 8 | 7 | 8 | 7 | 5 | 6 | 2 | |
| P28 | 4 | 8 | 9 | 6 | 6 | 9 | 6 | 4 | 6 | 5 | 5 | 9 | 10 | 7 | 7 | 10 | 7 | 5 | 7 | 2 | |
| P29 | 4 | 6 | 8 | 10 | 9 | 10 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 7 | 9 | 11 | 10 | 11 | 9 | 5 | 6 | 2 | |
| P30 | 4 | 6 | 7 | 7 | 8 | 7 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 8 | 8 | 9 | 8 | 9 | 6 | 6 | 2 | |
| P31 | 5 | 8 | 9 | 7 | 10 | 7 | 11 | 8 | 6 | 4 | 6 | 9 | 10 | 8 | 11 | 8 | 11 | 9 | 6 | 3 | |
| P32 | 4 | 7 | 8 | 6 | 9 | 7 | 8 | 7 | 5 | 5 | 5 | 8 | 9 | 7 | 19 | 8 | 9 | 8 | 6 | 3 | |
| P33 | 4 | 10 | 8 | 6 | 7 | 11 | 9 | 7 | 6 | 6 | 5 | 11 | 9 | 7 | 8 | 11 | 10 | 8 | 7 | 3 | |
| P34 | 4 | 5 | 7 | 5 | 5 | 7 | 5 | 8 | 5 | 6 | 5 | 6 | 8 | 6 | 6 | 8 | 6 | 9 | 6 | 3 | |
| P35 | 4 | 7 | 10 | 11 | 8 | 11 | 7 | 5 | 4 | 5 | 5 | 8 | 11 | 11 | 9 | 11 | 8 | 6 | 5 | 2 | |
| P36 | 4 | 7 | 7 | 6 | 6 | 8 | 6 | 4 | 5 | 7 | 5 | 8 | 8 | 7 | 7 | 9 | 7 | 5 | 6 | 4 | |

4.3.5 Egendefinerte programmer (CUSTOM)

- I tillegg til de forhåndsinnstilte programmene har maskinen tre egendefinerte programmer som kan tilpasses etter dine behov: **U01**, **U02** og **U03**.

Tilpasse programmer:

- I standby-modus, trykk på **CUSTOM**-knappen for å gå inn i menyen for egendefinerte programmer og bla mellom programmene.
- Trykk på **OK**-knappen på tastaturet for å gå inn i redigeringsmodus. Du redigerer nå det første av totalt 20 segmenter.
- Juster hastigheten med **+ / -** knappene eller tastaturet.
- Bekreft ved å trykke på **OK**-knappen. Systemet går videre til neste segment til alle 20 segmentene er konfigurert.

Bruke egendefinerte programmer:

- I standby-modus, trykk på **CUSTOM**-knappen og velg ønsket program.
- Juster treningstiden med **+ / -** knappene eller tastaturet.
- Trykk på **START/PAUSE** for å pause treningen og igjen for å fortsette.
- Trykk på **STOP** for å avslutte treningen.

4.3.6 Kroppsmasseindeks (BMI) test

MERK

Kroppsformålingen er kun en omtrentlig vurdering og tar ikke hensyn til kroppssammensetning eller muskelmasse.

- I standby-modus, hold **PROG**-knappen inne for å gå inn i BMI-testen.
 - Trykk på **OK** for å angi personlige data med **+ / -** knappene eller tastaturet:
 - F-1 = Kjønn (01 mann, 02 kvinne)
 - F-2 = Alder
 - F-3 = Høyde
 - F-4 = Vekt
 - F-5 = Kondisjonstest
- Etter innstillingene, gå til F-5 for å starte testen.
 - Hold hendene på pulssensorene i 2–3 sekunder.
 - Enheten viser din kroppsindeks (FAT/BMI).
- Resultater.

| | | | |
|-----|-------|-------------------------|-------------|
| F-1 | Kjønn | 01 (mann) / 02 (kvinne) | |
| F-2 | Alder | 10 – 99 | |
| F-3 | Høyde | 100 – 200 cm | |
| F-4 | Vekt | 20 – 150 kg | |
| F-5 | FAT | ≤ 19 | Undervekt |
| | FAT | = (20 – 25) | Normal vekt |
| | FAT | = (26 – 29) | Overvekt |
| | FAT | ≥ 30 | Fedme |

4.4. Strømsparingsmodus

- Systemet har en strømsparingsfunksjon. Hvis ingen knapper trykkes i løpet av 10 minutter i standby-modus, slås displayet automatisk av. Trykk på en hvilken som helst knapp for å aktivere systemet igjen.

4.5. MP3 / USB / Bluetooth

- Når en MP3-spiller eller annen lydenhet er koblet til, kan maskinen spille av musikk. Avspillingen kan styres via kontrollpanelet eller den tilkoblede enheten.

4.6. Avslåing

- Maskinen kan slås av når som helst ved å bruke strømbryteren.

4.7. Måleenheter

- 5 steg tilsvarer 1 meter.
- 3,5 meter tilsvarer høyden på én etasje.

5 VEDLIKEHOLDSINSTRUKSJONER

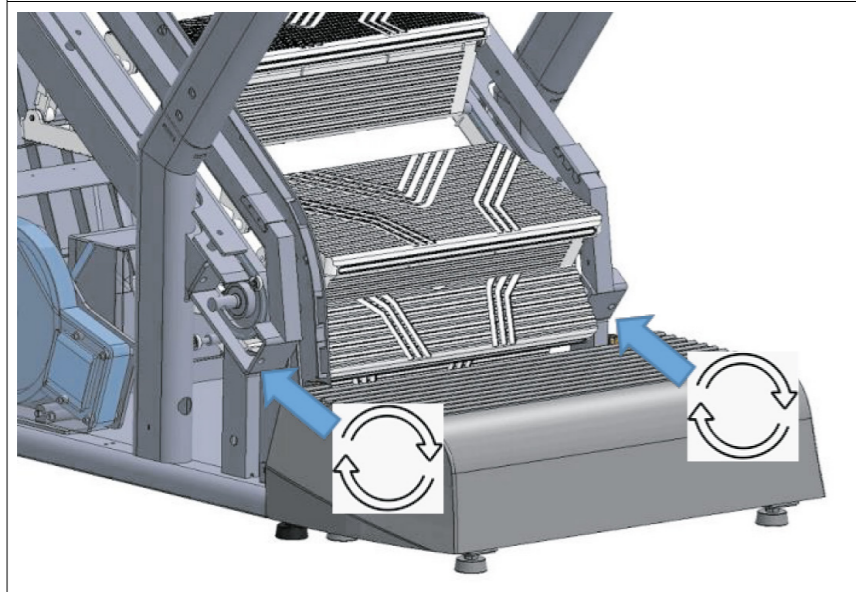
! MERK

Koble alltid fra strømmen før service eller flytting av utstyret.

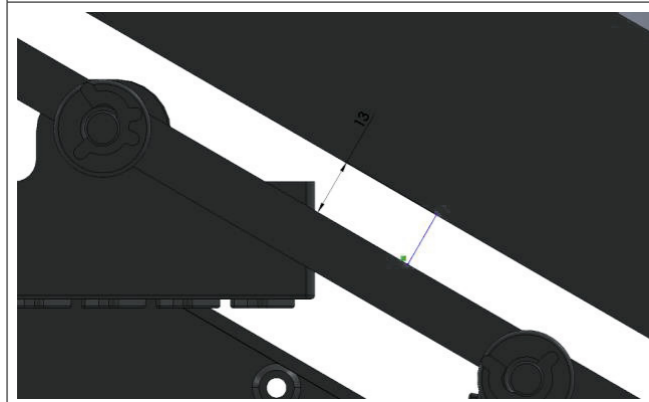
5.1 Stramming av kjede

- Hvis trinnene føles ustabile eller rister, tyder dette på at kjedet er løst. For å justere kjedet, følg fremgangsmåten nedenfor for å sikre trygg og komfortabel bruk.
 - Koble maskinen fra strømkilden.
 - Fjern venstre og høyre beskyttelsesdeksel fra hovedrammen.
 - Bruk en unbrakonøkkel og stram justeringsboltene med klokken som vist i figuren nedenfor. Ikke stram kjedet for mye, da dette kan skade interne deler og redusere produktets levetid. Kjedet skal kunne bevege seg fritt. Som vist i figur 2 kan maskinen brukes når avstanden mellom kjedet og røret er justert til 35 mm.

Figur: Stramming av kjede



Figur 2



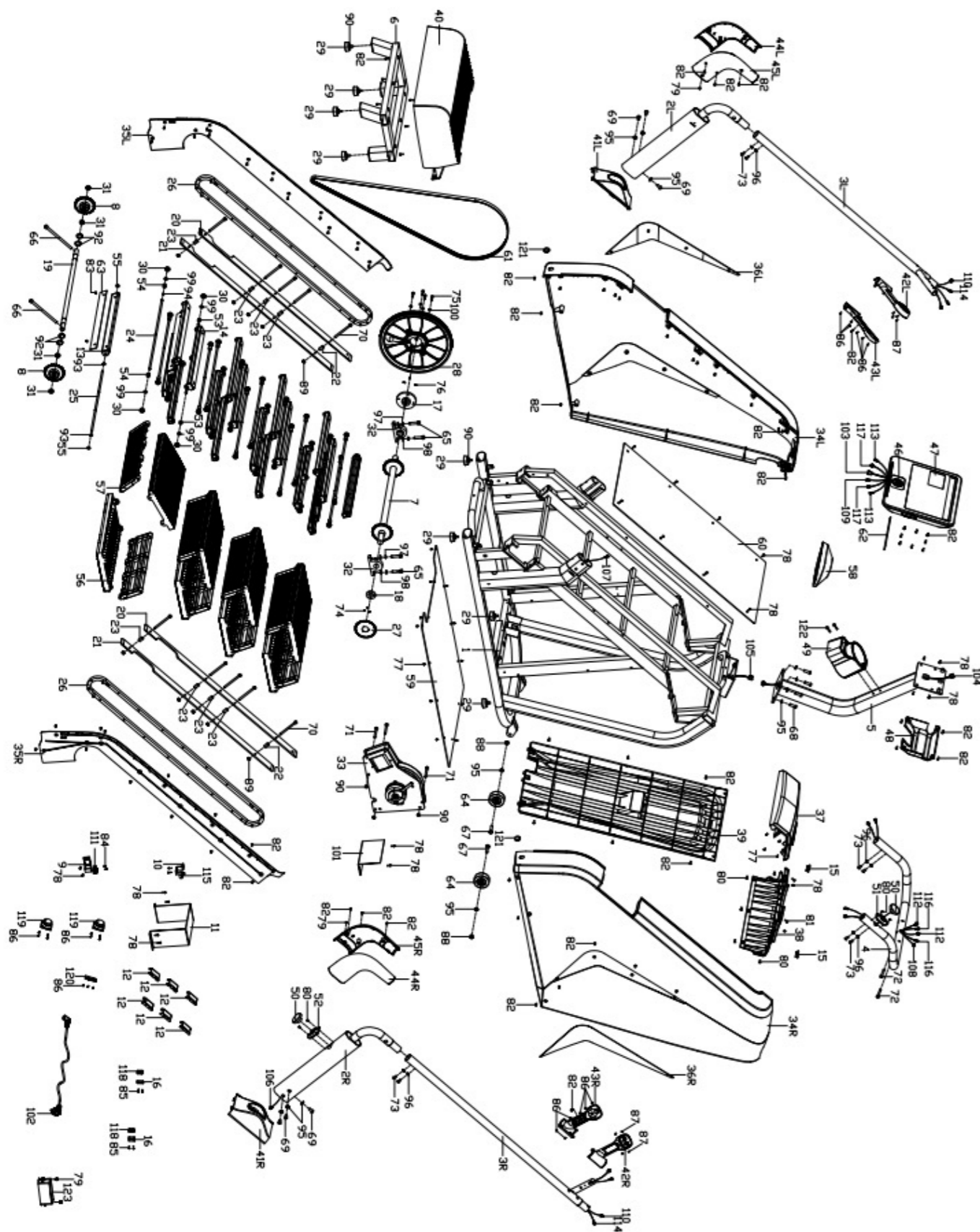
6 FEILKODER

! MERK

Reparasjoner skal kun utføres av kvalifiserte elektrikere eller sertifiserte teknikere.

| FEIL | MULIGE ÅRSAKER | TESTMETODE | |
|------------------------------|---|---|--|
| Displayet slår seg ikke på | Ingen strømtilførsel | Kontroller at strømkabelen er koblet til strøm eller sjekk stikkkontakten | |
| | Strømbryteren er ikke slått på | Sett strømbryteren i ON-posisjon | |
| | Maskinen mangler strøm eller er skadet | Tilbakestill overbelastningsvernet | |
| | Brudd i displayets signalkabel | Bytt displayets signalkabel og koble den til igjen | |
| Displayet er skadet | Displayet er skadet | Bytt displayet | |
| | Displayet fungerer delvis | Dårlige loddepunkter eller loddebroer i displayets driverkrets | Kontroller loddepunktene |
| Andre feil på displayet | ---or--- | Defekt displaydriver (IC) | Lodd inn en ny displaydriver (IC) |
| | | Sikkerhetsnøkkelen er ikke riktig festet | Fest sikkerhetsnøkkelen til riktig magnetisk område på displayet |
| | | Nødstoppbryteren er frakoblet | Koble til eller roter nødstoppbryteren til riktig posisjon |
| | E01 – Kommunikasjonsfeil (motor mottar ikke signal fra måleenhet) | Magneten er ikke riktig plassert | Kontroller at magneten er riktig installert |
| | | Displayets signalkabel er dårlig tilkoblet eller har dårlig kontakt | Koble til kontakten på nytt |
| | | Displayets signalkabel er skadet, kortsluttet eller har brudd | Bytt signalkabelen |
| | E02 – Kommunikasjonsfeil (måleenhet mottar ikke signal fra driver) | Feil i signalledning for elektronisk måleenhet | Bytt displayet |
| | | Feil i motorens signalkrets | Bytt motoren |
| | E08 – Feil i nedre infrarød styring | Infrarød deteksjon ved enden av maskinen er blokkert | Fjern blokkeringen |
| | | IR-sensoren er defekt | Bytt sensoren |
| Styreenheten er defekt | | Bytt styreenheten | |
| E48 – Ingen hastighetssignal | Hastighetssignalkabelen er ikke tilkoblet, eller sensoren er skadet | Sett inn hastighetssignalkabelen på nytt eller bytt sensoren | |
| | Motorens sensorkrets fungerer dårlig | Bytt motoren | |

7 SPRANGSKISSE



8 DELELISTE

| Nr. | Beskrivelse | Antall |
|-------|---------------------------|--------|
| 1 | Hovedramme | 1 |
| 2L/R | Støttesøyler | 1pr |
| 3L/R | Håndtak | 1pr |
| 4 | Bakre håndtak | 1 |
| 5 | Konsollens støttesøyle | 1 |
| 6 | Bakre pedal | 1 |
| 7 | Fremre rulle | 1 |
| 8 | Bakre gir | 2 |
| 9 | Sensorfestet rør | 1 |
| 10 | Lysensorsupport | 1 |
| 11 | PCB-beskyttelsesplate | 1 |
| 12 | Festplugg | 6 |
| 13 | Trinnstøtte 1 | 8 |
| 14 | Trinnstøtte 2 | 8 |
| 15 | Hullplugg | 2 |
| 16 | Festeelement | 2 |
| 17 | Remskiveakselhylse | 1 |
| 18 | Nødstoppskivehylse | 1 |
| 19 | Bakre rulleaksel | 1 |
| 20 | Styring | 2 |
| 21 | Styring 2 | 2 |
| 22 | Støttehylse 1 | 2 |
| 23 | Støttehylse 2 | 8 |
| 24 | Lagerforbindelsesaksel | 16 |
| 25 | Trinnforbindelsesaksel | 8 |
| 26 | Kjede | 2 |
| 27 | Nødstopplate | 1 |
| 28 | Remskive | 1 |
| 29 | Fotplate | 8 |
| 30 | Lager 608Z | 32 |
| 31 | Lager 6004 | 4 |
| 32 | KP005 lagerhus | 2 |
| 33 | Bremseenhet | 1 |
| 34L/R | Beskyttelsesdeksel | 1pr |
| 35L/R | Indre beskyttelsesdeksel | 1pr |
| 36L/R | Dekorlist | 1pr |
| 37 | Øvre beskyttelsesdeksel | 1 |
| 38 | Øvre beskyttelsesdeksel 2 | 1 |
| 39 | Bakdeksel | 1 |
| 40 | Pedal | 1 |
| 41L/R | Dekorativt deksel | 1pr |

| Nr. | Beskrivelse | Antall |
|-------|-------------------------------------|--------|
| 42L/R | Øvre deksel | 1pr |
| 43L/R | Nedre deksel | 1pr |
| 44L/R | Ytre dekorativt deksel | 1pr |
| 45L/R | Indre dekorativt deksel | 1pr |
| 46 | Trådløs lademodul | 1 |
| 47 | Konsoll | 1 |
| 48 | Bakre dekorativt deksel | 1 |
| 49 | Flaskeholder | 1 |
| 50 | Nødstoppbryter | 2 |
| 51 | Bryterbase 1 | 1 |
| 52 | Bryterbase 2 | 1 |
| 53 | Trinnavstandsstykke 1 | 16 |
| 54 | Trinnavstandsstykke 2 | 16 |
| 55 | Sliteskive | 40 |
| 56 | Pedal 1 | 8 |
| 57 | Pedal 2 | 8 |
| 58 | Dekorativt deksel | 1 |
| 59 | Nedre plate | 1 |
| 60 | Midtplat | 1 |
| 61 | Belte | 1 |
| 62 | Sklisikring | 1 |
| 63 | EVA støydempingsmatte | 16 |
| 64 | Rulle | 2 |
| 65 | Unbrakobolt M10 × 40 | 4 |
| 66 | Unbrakobolt M10 × 170 | 2 |
| 67 | Sekskantbolt M10 × 45 | 2 |
| 68 | Unbrakobolt M10 × 30 | 4 |
| 69 | Unbrakobolt M10 × 20 | 6 |
| 70 | Unbrakobolt M8 × 105 | 10 |
| 71 | Unbrakobolt M8 × 75 | 3 |
| 72 | Unbrakobolt M8 × 40 | 2 |
| 73 | Stor bolt med flatt hode M8 × 15 | 8 |
| 74 | Planskruer M4 × 5 | 3 |
| 75 | Unbrakobolt M6 × 25 | 4 |
| 76 | Planskruer M5 × 10 | 3 |
| 77 | Stjerneskrue med skivehode ST4 × 12 | 16 |
| 78 | Stjerneskrue med skivehode M4 × 15 | 22 |
| 79 | Stjerneskrue med skivehode M4 × 8 | 4 |
| 80 | Forsenket stjerneskrue M4 × 10 | 9 |
| 81 | Stjerneskrue ST4.0 × 16 | 2 |
| 82 | Stjerneskrue ST4.0 × 16 | 90 |

| Nr. | Beskrivelse | Antall |
|-----|------------------------------|--------|
| 83 | Stjerneskrue ST4.0 × 10 | 32 |
| 84 | Stjerneskrue M3 × 20 | 2 |
| 85 | Stjerneskrue M3 × 15 | 4 |
| 86 | Stjerneskrue ST2.9 × 9.5 | 23 |
| 87 | Stjerneskrue ST2.2 × 8 | 8 |
| 88 | Nylonmutter M10 | 2 |
| 89 | Nylonmutter M8 | 10 |
| 90 | Mutter M8 | 11 |
| 91 | Nylonmutter M6 | 4 |
| 92 | Ytre låsering 20 | 4 |
| 93 | Ytre låsering 8 | 32 |
| 94 | E-type låsering 7 | 24 |
| 95 | Innvendig tannskive 10 × 1.2 | 12 |
| 96 | Innvendig tannskive 8 × 1.2 | 8 |
| 97 | Fjærskive 10 | 4 |
| 98 | Flat skive 10 | 4 |
| 99 | Skive 8 | 32 |
| 100 | Skive 6 | 4 |
| 101 | Kontrollenhet | 1 |
| 102 | Strømkabel | 1 |
| 103 | Konsoll øvre kabel | 1 |
| 104 | Konsoll forlengelseskabel | 1 |
| 105 | Konsoll nedre kabel | 1 |
| 106 | Bryter nedre kabel 2 | 1 |
| 107 | Bryter øvre kabel 2 | 1 |
| 108 | Bryter nedre kabel 1 | 1 |
| 109 | Bryter øvre kabel 1 | 1 |
| 110 | Puls øvre kabel | 2 |
| 111 | Avstandssensor | 1 |
| 112 | Puls forlengelseskabel | 2 |
| 113 | Puls nedre kabel | 2 |
| 114 | Tastatur øvre kabel | 2 |
| 115 | Lyssensor | 1 |
| 116 | Tastatur forlengelseskabel | 2 |
| 117 | Tastatur nedre kabel | 2 |
| 118 | Infrarød sensor | 2 |
| 119 | Høytaler | 2 |
| 120 | USB-/headset-grensesnitt | 1 |
| 121 | Hullplugg 2 | 2 |
| 122 | Unbrakobolt M6 × 25 | 2 |
| 123 | Elektrisk induktor og filter | 1 |



FITNORD