

Step-by-Step Guide: Belt Lubrication for Your 2 in 1 treadmill

Step 1: Prioritise Safety

- Ensure the treadmill is switched off and safely unplugged from the wall to prevent accidents during maintenance.

Step 2: Access the Deck

- Locate the treadmill running deck, the smooth surface beneath the running belt.
- If the belt is too tight to lift, loosen the rollers using the provided Allen Key.
 - Insert the Allen Key into the roller bolts at the back of the product, on each side.
 - Loosen the roller bolts by turning them anticlockwise completely, keeping count of the turns for each side.
 - Maintain consistency in the number of turns for both sides.
 - Once the belt has slack, proceed to lubricate the deck.
 - Note: Keeping track of turns is crucial for readjusting the treadmill after lubrication.

Step 3: Apply the Lubricant

- Identify your strike zone on the running mat.
- Lift the mat gently and apply about 5ml of silicone oil or spray evenly onto the surface of the running deck, apply even more generously on your strike zone. You should use about 15ml in total.

Step 4: Secure the Mat

- Carefully lower the treadmill's running belt into place.
- If the belt was loosened, re-tighten the roller bolts securely.
 - Ensure to retighten the roller bolts in a clockwise fashion, matching the number of turns used to loosen the belt.
 - Note: Inconsistent turns may damage the belt and require complex readjustment.

Step 5: Reconnect and Test

- Plug the treadmill back in and power it on.
- Walk on the treadmill at a speed of 3 to 5 km/h for approximately five minutes to distribute the oil evenly across the deck surface.
- Check the lubrication by sliding your fingers underneath the belt; it should feel slick if done properly.
- If it's dry, restart the process.

Step 6: Cleaning up

- Wipe any leaked lubricant from the running belt and surrounding areas to prevent slippery surfaces.
- Be mindful of potential staining on different materials.

By following these steps, you can effectively lubricate the running deck of your treadmill, extending its lifespan and maintaining performance. Always adhere to this guide and consider reaching out to Ascend's customer service for further assistance if needed.

Guide étape par étape :

Lubrification de la courroie de votre tapis de course 2 en 1

Étape 1 : Priorité à la sécurité

- Veillez à ce que le tapis roulant soit éteint et débranché en toute sécurité afin d'éviter tout accident pendant l'entretien.

Étape 2 : Accéder à la plate-forme

- Localisez la plate-forme du tapis de course, c'est-à-dire la surface lisse située sous la bande de roulement.
- Si la bande est trop serrée pour être soulevée, desserrez les rouleaux à l'aide de la clé Allen fournie.
 - Insérer la clé Allen dans les boulons des rouleaux à l'arrière du produit, de chaque côté.
 - Desserrez les boulons des rouleaux en les tournant complètement dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, en comptant les tours de chaque côté.
 - Veillez à ce que le nombre de tours soit le même des deux côtés.
 - Une fois que la courroie est détendue, procédez à la lubrification du plateau.
 - Remarque : il est essentiel de noter le nombre de tours pour pouvoir réajuster le tapis roulant après la lubrification.

Étape 3 : Appliquer le lubrifiant

- Identifiez votre zone d'impact sur le tapis de course.
- Soulevez doucement le tapis et appliquez 5 ml d'huile ou de spray de silicone uniformément sur la surface du tapis de course, appliquez encore plus généreusement sur votre zone d'impact. Au total, vous devriez utiliser environ 15ml.

Étape 4 : Fixer le tapis

- Abaissez avec précaution le tapis de course du tapis roulant pour le mettre en place.
- Si la bande a été desserrée, resserrez bien les boulons des rouleaux.
 - Veillez à resserrer les boulons du rouleau dans le sens des aiguilles d'une montre, en respectant le nombre de tours utilisés pour desserrer la courroie.
 - Remarque : des tours inégaux peuvent endommager la courroie et nécessiter un réajustement complexe.

Étape 5 : Rebrancher et tester

- Rebranchez le tapis roulant et mettez-le sous tension.
- Marchez sur le tapis roulant à une vitesse de 3 à 5 km/h pendant environ cinq minutes pour répartir l'huile uniformément sur la surface de la plate-forme.
- Vérifiez la lubrification en glissant vos doigts sous la courroie ; elle doit être lisse si la lubrification est correcte.
- Si elle est sèche, recommencez le processus.

Étape 6 : Nettoyage

- Essuyez toute fuite de lubrifiant sur la courroie et les zones environnantes afin d'éviter que les surfaces ne glissent.
- Faites attention aux tâches potentielles sur les différents matériaux.

En suivant ces étapes, vous pourrez lubrifier efficacement la bande de roulement de votre tapis de course, ce qui prolongera sa durée de vie et maintiendra ses performances. Respectez toujours ce guide et envisagez de contacter le service clientèle d'Ascend pour obtenir une aide supplémentaire si nécessaire.