

**Sicherheitshinweise zum Betrieb von WOODWAY Lamellenlaufbändern
für den Sport- und Fitnessbereich**

1. Anwendungsbereich der Laufbänder

Bei den Laufbändern für den Sport- und Fitnessbereich handelt es sich um motorisierte Laufbänder. Sie dienen dem sportlichen Lauftraining von Menschen zur Konditionssteigerung, der körperlichen Fitness und können zum Laufen und Gehen eingesetzt werden. Die Laufbänder sind nicht für medizinische Anwendungen vorgesehen.

2. Inbetriebnahme des Laufbandes

Die Bedienungsanleitung und die vorliegenden Sicherheitshinweise müssen vor der Benutzung des Laufbandes vollständig gelesen werden. Das Laufband darf nicht ohne vorherige Einweisung durch qualifiziertes Fachpersonal in Betrieb genommen werden.

2. 1 Wichtige Sicherheitshinweise vor jeder Inbetriebnahme

- Machen Sie sich vor dem ersten Training mit der Funktionsweise und dem Wirkprinzip des Laufbandes vertraut.
- Überprüfen Sie das Laufband vor der Verwendung auf defekte oder lose Bauteile, diese ggf. austauschen bzw. befestigen (lassen).
- Stellen Sie sicher, dass alle Sicherheitsvorrichtungen funktionieren.

Der Benutzer/Besitzer bzw. der Betreiber des Laufbandes ist dafür verantwortlich, dass eine regelmäßige Wartung und Überprüfung des Laufbandes vorgenommen wird. Defekte Bauteile müssen sofort ausgetauscht werden. Bis zur fachmännischen Instandsetzung darf das Laufband nicht verwendet werden!

2.2 Hinweise zur Anwendung

- Betreten und verlassen Sie das Laufband vorsichtig! Steigen Sie niemals auf das Laufband auf bzw. vom Laufband ab, wenn sich der Laufflächengürtel bewegt. Halten Sie sich zu Ihrer Sicherheit am Geländer fest und stellen Sie sich gegrätscht rechts und links neben die Lauffläche. Steigen Sie erst vom Laufband ab, wenn der Laufflächengürtel kontrolliert zum Stillstand gekommen ist.
- Für den Aufstieg auf das Laufband, das Lauftraining sowie für den Abstieg vom Laufband müssen die folgenden Sicherheitsvorschriften beachtet werden:
 - Nicht nach vorne abspringen!
 - Nicht bei laufendem Band stehen bleiben!
 - Nicht bei laufendem Band umdrehen, seitwärts oder rückwärts laufen!
 - Nicht zu hohe Last (Geschwindigkeit) einstellen!
- Tragen Sie geeignete Sportschuhe mit hoher Rutschfestigkeit. Verwenden Sie keine Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen oder Laufschuhe mit Spikes. Vergewissern Sie sich zum Schutz des Laufbandes, dass sich keine Steine im Profil der Schuhsohlen befinden. Achten Sie darauf, dass Schnürsenkel nicht über die Unterseite der Schuhsohle hinausreichen.
- Halten Sie Kleidungsstücke und Handtücher von der Lauffläche des Laufbandes fern.
- Die Benutzung des Laufbandes ohne seine seitlichen Geländer sowie die Verwendung von Walkingstöcken ist verboten.
- Der Betrieb der Laufbänder außerhalb der in der Bedienungsanleitung genannten Umgebungsbedingungen (Temperatur, Feuchtigkeit, Luftdruck) sowie im Freien ist nicht zulässig.
- Halten Sie den Bereich hinter dem Laufband frei und achten Sie darauf, dass zwischen der Rückseite des Laufbandes und Wänden bzw. Möbeln ein Abstand von mindestens 2 m besteht.

2.3 Unzulässige Betriebsweisen

- Kinder dürfen das Laufband weder benutzen noch sich unbeaufsichtigt in seiner Nähe aufhalten.
- Die Benutzung des Laufbandes im alkoholisierten Zustand oder unter Einfluss von Drogen und/oder Betäubungsmitteln ist verboten.
- Halten Sie Ihre Hände von allen beweglichen Teilen fern.
- Lassen sie keine losen Teile (z.B. Bälle) unter das Laufband rollen, diese könnten während des Betriebes eingezogen werden.

3. Benutzersicherheit

Für bestimmte Personen kann die Benutzung des Laufbandes gesundheitliche Risiken bergen. Prüfen Sie deshalb vor der Benutzung des Laufbandes, ob für Sie insoweit Einschränkungen bestehen (insb. wenn Sie über einen längeren Zeitraum keinen Sport betrieben haben). Insbesondere für Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen ist die Benutzung des Laufbandes ohne vorherige Konsultation von medizinischem Fachpersonal untersagt. Zu den gesundheitlichen Einschränkungen können etwa gehören:

- Kardiale Vorgeschichte
- Bluthochdruck
- Diabetes
- chronische Atemwegkrankungen
- erhöhter Cholesterinspiegel
- Raucher
- sonstige chronische Krankheiten oder körperliche Beeinträchtigungen
- Schwangerschaft

Sollten Sie während der Benutzung des Laufbandes Schwindelgefühl, Schmerzen im Brustbereich, Übelkeit oder sonstige anormale Symptome bemerken, brechen Sie das Training sofort ab. Holen Sie ärztlichen Rat ein, bevor Sie das Training fortsetzen.

Nehmen Sie sich einige Minuten Zeit, um Ihre Herzfrequenz in den gewünschten Trainingsbereich zu bringen. Gehen Sie nach einer Trainingseinheit noch einige Zeit langsam, um Ihrem Körper ausreichend Zeit zur Erholung und Entspannung zu geben. Ihre Pulsfrequenz bewegt sich während dieser Zeit zurück in den normalen Bereich.

4. Sicherheitsvorrichtungen

Die Laufbänder sind mit unterschiedlichen Sicherheitsvorrichtungen ausgestattet. Sie dienen dazu, im Bedarfsfall Gefahrensituationen zu vermeiden und das Verletzungsrisiko auf ein Minimum zu reduzieren. Dabei müssen sich die Benutzer des Laufbandes immer so positionieren, dass sie die Sicherheitsvorrichtungen erreichen können. Die Sicherheitsvorrichtungen müssen korrekt und vollständig am Laufband angebracht sein.

4.1 Bestehende Sicherheitsvorrichtungen

Die Laufbänder sind je nach Modell und Ausführung mit unterschiedlichen Sicherheitsvorrichtungen ausgestattet.

- **Not-Stopp mit Sicherheitsschnur (Sicherheitsschnur)**
Die Verwendung der Sicherheitsschnur ist verpflichtend. Die Sicherheitsschnur ist vor dem Lautraining ordnungsgemäß über den dafür vorgesehenen Clip an der Kleidung des Benutzers zu befestigen. Dabei ist eine Stelle der Kleidung mit möglichst geringem Spiel auszuwählen (z.B. am Hosenbund). Wenn der Magnet (Auslöser) abgezogen wird, schaltet der Antriebsmotor des Laufbandes ab und die Lauffläche bleibt stehen. Bei höheren Geschwindigkeiten wird ein sofortiger Stillstand der Lauffläche vermieden, aber es wird dennoch einen abrupten Stopp geben.

Des Weiteren kann der Sicherheitsmagnet zum Anhalten des Laufbandes verwendet werden.

- **Rutschhemmende Beschichtung auf den Seitenverkleidungen**
Diese Beschichtung bietet beim Abstieg zusätzlichen Halt und ein Wegrutschen / Abrutschen des Fußes von der Seitenverkleidung wird verhindert. Die Auftrittsfläche ist in regelmäßigen Abständen zu prüfen, bei Verschleiß oder mangelnder Griffigkeit ist diese auszutauschen.
- **Sturzsicherung mit Not-Aus**
Die optionale Sturzsicherung sollte eingesetzt werden, wenn ein erhöhtes Sturzrisiko besteht (z.B. bei Leistungsdiagnostik, intensiven Sprint- und langen Laufbelastungen).

4.2 Verhalten im Notfall

In Notfällen wird das Laufband wie folgt verlassen:

- grätschend auf die Seitenverkleidungen springen,
- die Lauffläche kann jetzt zwischen den Beinen frei durchlaufen,
- dann Laufband mit dem normalen Stopp oder einer der Not-Aus-Vorrichtungen anhalten.

Optional ist ein Sicherheits-Bauchgurt / -Brustgeschirr erhältlich. Bei korrekt angelegtem Sicherheits-Bauchgurt / -Brustgeschirr kann sich der Anwender im Notfall auch fallen lassen, sofern es aufgrund eines Sturzes oder einer anderen Ursache nicht möglich ist, das Laufband grätschend zu verlassen.

Alternativ besteht die Möglichkeit, sich einseitig auf eine der Seitenverkleidungen links oder rechts neben der Lauffläche zu stellen und sich am Geländer festzuhalten. Hierdurch wird über die Reißleine der Not-Aus-Mechanismus ausgelöst und die Lauffläche kommt kontrolliert zum Stillstand.

Bemerkt der Anwender oder das Fachpersonal während der Benutzung des Laufbandes etwaige Fehlfunktionen, dann muss nach dem Abstieg / Abgrätschen (s.o.) vom Laufband wie folgend beschrieben vorgegangen werden.

- Durch eine am Laufband installierte Sicherheitsvorrichtung Laufband/Antrieb sofort stoppen.
- Laufband ausschalten (Netzschalter) und Netzkabel aus der Steckdose ziehen.
- Klärung und Beseitigung der Ursache der Gefahrensituation ausschließlich durch den WOODWAY-Kundendienst.
- Laufband erst nach Freigabe durch den WOODWAY-Kundendienst wieder Inbetriebnehmen.