**Stel het werkblad in.**  Onder het werkblad vind je een hendel. Duw de hendel met één hand naar beneden, met je andere hand trek je het blad omhoog of duw je hem naar beneden.

**Loopband aanzetten.** Als dit nog niet is gebeurd, dan vind je de powerknop aan de voorkant van de loopband.

**Icoontjes op de display.**

**Aan- en uitknop.** Wil je stoppen? Zorg dan dat de loopband volledig is uitgerold als je afstapt.

**Sneller of langzamer zetten van de loopband.** Zet hem a.u.b niet sneller dan 5 km/u i.v.m de veiligheid.



Bekijk je **afstand, snelheid** en **calorie verbruik**!



Rode **nood ̏ stop ̋ knop**. Maak deze vast aan je kleding.