TOORX

FITNESS IN MOTION

MANUEL DE L'UTILISATEUR



BRX85

Notice originale en italien.

Lisez le manuel très attentivement et toujours garder à portée de main près du produit.

Codice : GRLDTOORXBRX85

Revisione : 00

Edizione : 06/16

CE

TABLE DES MATIÈRES

1.0 AVERTISSEMENTS DE SÉCURITÉ ..... pag. 3
1.1 UTILISATION PRÉVUE ET CONTRE - INDICATIONS ..... pag. 4
1.2 PLAQUES ADHESIVE SUR LE PRODUIT ..... pag. 5
1.3 CARACTERISTIQUES TECHNIQUES ..... pag. 6

2.0 INSTALLATION DU PRODUIT ..... pag. 7
2.1 DÉBALLAGE - CONTENU DU CARTON ..... pag. 7
2.2 ASSEMBLAGE ..... pag. 9

3.0 PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT ..... pag. 17
3.1 CONSEILS PRATIQUES ET CONSEILS D'UTILISATION ..... pag. 18
3.2 FONCTIONS DE L'ORDINATEUR ..... pag. 19

4.0 MAINTENANCE ..... pag. 20

5.0 ELIMINATION - RECYCLACE ..... pag. 21

6.0 CATALOGUE ET COMMANDE DES PIÈCES DETACHÉES ..... pag. 21
6.1 VUE ÉCLATÉE ..... pag. 22
6.2 LISTE DES PIÈCES ..... pag. 23

7.0 CONDITION DE GARANTIE ..... pag. 24

1.0 AVERTISSEMENTS DE SÉCURITÉ

CONDUITE ADMIS

- Avant le montage et l'utilisation de cet appareil, lire attentivement cette notice, ainsi que les éventuelles feuilles annexées.
- Destiner uniquement cet appareil pour un usage domestique. Les modalités et les avertissements pour son utilisation devront être expliqués à tous les membres de la famille, ou aux amis qui seront autorisés à utiliser cet appareil.
- Utiliser uniquement cet appareil sur un sol plat et recouvrir le revêtement sous l'appareil pour éviter des dommages.
- S'assurer que la personne utilisant l'appareil ait bien compris les instructions et surveiller ses premières phases d'entraînement. La notice d'instruction doit toujours se trouver à côté de l'appareil, pour être consultée rapidement en cas de nécessité.
- S'assurer que les personnes utilisant cet appareil aient au minimum 16 ans et qu'elles aient une bonne santé physique.
- Toujours porter des vêtements adaptés pour une activité sportive, qui n'empêchent pas de faire des mouvements. Porter des chaussures adaptées pour la course.
- Toujours tenir fermement le guidon pendant l'entraînement. Pendant la séance, surveillez toujours votre fréquence cardiaque et adaptez en conséquence l'intensité de vos efforts.
- Si pendant une séance vous ressentez des nausées, des douleurs thoraciques, des étourdissements, des sensations de fatigue, arrêtez immédiatement votre entraînement et consultez un médecin.
- S'assurer périodiquement que l'ensemble des boulons et autres fixations de l'appareil soient bien serrés.

COMPORTEMENTS INTERDITS

- Ne pas installer la machine à l'intérieur des centres de fitness ou dans des endroits où est utilisés pour du commerce ou de la location.
- Ce machine n'est pas conçue pour une utilisation prefessionelle et intensive ou pur des fins de rehabilitation.
- Ne pas endommager la console et les parties en plastique de la machine, avec des objets pointus, ou des éponges abrasives, ou de brosses métalliques, ou encore de produits chimiques.
- Ne démontez pas les pièces de la machines, SAUF si l'opération est indiquée dans ce manuel d'instruction.
- Ne mettez pas la machine en terrasses, caves, zones humides en général ; ne la laissez pas exposée aux agents atmosphériques (pluie, soleil, humidité, etc.).
- Ne laissez pas les enfants ou les animaux aller près de la machine. Il est préférable de placer la machine dans une salle dédiée et équipée avec des portes qui empêchent l'accès à toutes personnes qui ne sont pas autorisés à s'approcher à ce type de produit.
- N'utilisez jamais l'appareil s'il est endommagé, s'il n'est pas en parfaite condition d'utilisation ou si le câble d'alimentation est abimé. En cas de dommages et/ou de mauvais fonctionnement de l'appareil éteindre et ne pas le réparer soi-même. Pour d'éventuelles réparations s'adresser uniquement à un centre d'assistance spécialisé.
- Ne courrez jamais pieds nus et ne portez pas des chaussures avec semelle en cuir ou autre matériau rigide.
- Ne portez pas vêtements synthétiques, en laine ou qui empêchent la transpirationpendant l'exercice. L'utilisation de vêtements non adéquates peut causer des problèmes de nature hygiénique, mais aussi la possibilité de créer de des décharges électrostatiques.

1.1 UTILISATION PRÉVUE ET CONTRE - INDICATIONS

L'appareil décrit dans cette notice a été élaboré et certifié pour un usage privé au sein d'un milieu domestique**.** C'est un appareil sportif qui permet de reproduire les mouvements de la course à pied sur route, mais avec l'avantage de disposer d'une surface de course qui diminue les traumatismes causés par les impacts sur le sol aux membres inférieurs, typiques de la pratique de la course**.**

Ce simulateur de course permet de pratiquer une activité sportive tout en restant chez soi, ainsi vous pourrez faire du sport même quand les conditions météorologiques ne le concèdent pas, ou bien plus simplement quand vous n'avez pas le temps ou l'envie de sortir de chez vous pour aller courir, ou pour vous rendre dans un club de fitness**.**

Il est indispensable de suivre toutes les instructions et les avertissements contenus dans cette notice, pour être sûr de vous entraîner en sécurité**.** Des efforts intensifs et prolongés requièrent une bonne condition physique ; c'est pour cela qu'il convient d'évaluer les contrindications d'usage, listées ci-après**.**

L'utilisation de cet appareil est interdite dans les conditions suivantes.

- Si l'Utilisateur a moins de 16 ans,
- Si l'Utilisateur a un poids supérieur à la limite indiquée sur l'étiquette et dans les données techniques,
- Si l'Utilisateur est enceinte,
- Si l'utilisateur a du diabète,
- Si l'Utilisateur présente des pathologies liées avec le cœur, aux poumons, ou aux reins.

La garantie sur le présent appareil et la responsabilité du distributeur tomberont, savoir:

- En cas d'utilisation impropre de l'appareil, différente de celle précisée dans la présente notice,
- Si les modalités et les intervalles de la maintenance à exécuter ne sont pas respectés,
- En cas de démontage fait à vos risques et périls,
- En cas d'utilisation de pièces détachées qui ne sont pas d'origine,
- En cas de non-respect des conseils de sécurité indiqués sur les étiquettes et dans la notice.

Cette notice contient toutes les inentraînements nécessaires pour l'installation, la maintenance et une utilisation correcte de l'appareil**.** L'utilisateur de ce produit, ainsi que ses éventuels amis et les membres de sa famille qui l'utiliseront, ont l'obligation de lire attentivement les inentraînements contenues dans cette notice, pour faire une installation et un usage correct**.**

Respecter les indications contenues dans ce guide garantit une sécurité personnelle maximale et une plus grande durée de vie du produit. Les avertissements de sécurité et les parties de textes importantes ont été mis en évidence en les mettant en texte gras et sont précédés par les symboles suivants:



Les informations mises en évidence par ce symbole signalent un DANGER, faire très attention pour éviter des blessures physiques.



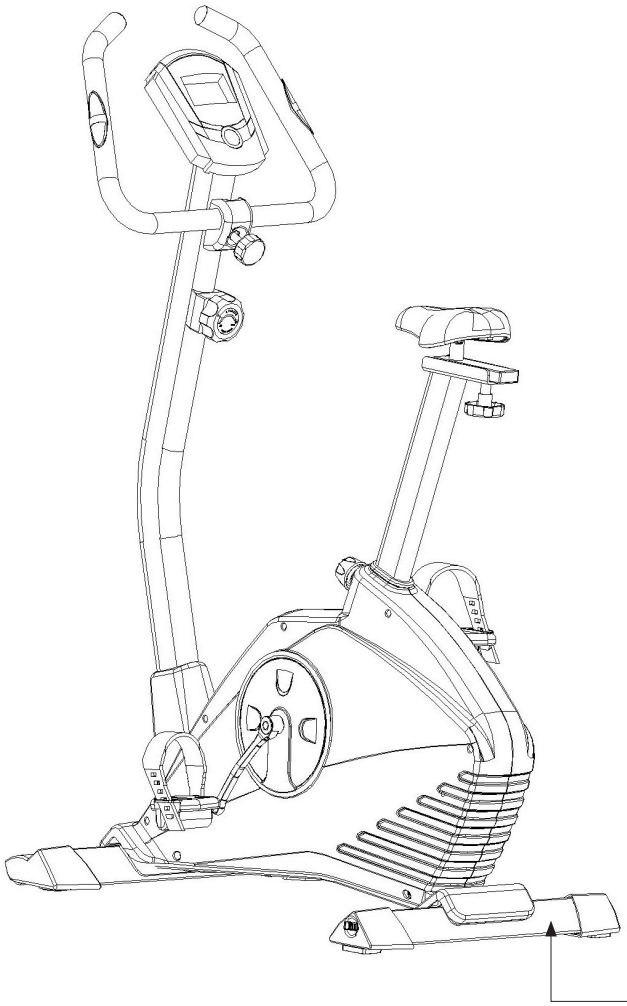
Les inentraînements mises en évidence par ce symbole signalent une PRECAUTION, faire très attention pour éviter d'endommager l'appareil

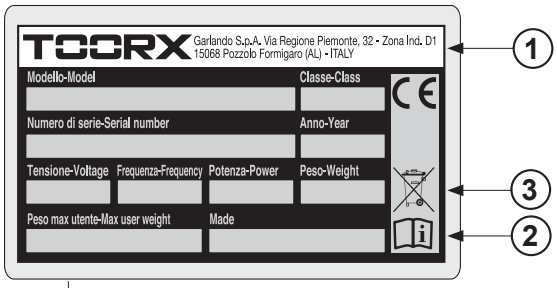
OBSERVATION:
Les illustrations contenues dans cette notice ont pour but de simplifier et de rendre plus intuitif les sujets traités. Toutefois, à cause de mises à jour constantes des produits, il est possible que certains des dessins soient différents du produit acheté ; dans cette éventualité, il est rappelé qu'il s'agit d'aspects esthétiques et que la sécurité et les inentraînements les concernant restent garanties. Le constructeur poursuit une politique de développement constant et de mise à jour et peut apporter des modifications aux parties esthétiques du produit sans donner de pré

1.2 PLAQUES ADHESIVE SUR LE PRODUIT

1) L'étiquette d'identification du produit indique l'adresse du distributeur, les donnés techniques et le numéro de série.
2) Symboles de rappel concernant l'obligation de lire la notice d'instruction est obligatoire avant d'accomplir une quelconque opération de montage ou une quelconque intervention de maintenance sur l'appareil.
3) Symboles d'indication concernant la conformité du produit par rapport aux directives de la communauté, se rapportant au traitement et à l'élimination de substances dangereuses se trouvant à l'intérieur d'appareils électriques et électroniques.

La plaque d'identification de doit pas être retiré ni modifié, le code du modèle et numéro de série doit être mentionné dans le cas de demande de pièces détachés.





1.3 CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

RÉGLAGE DE L'INTENSITÉ	réglage manuel avec bouton pour 8 positions
SYSTÈME DE RALENTISSEMEN	système de freinage avec l'action magnétique
INFORMATIONS ORDINATEUR	temps, distance, vitesse, calories, fréquence cardiaque, RPM, recovery
POIDS VOLAN	9 kg
DIMENSIONS MAX (LXIXH)	890 x 530 x 1400 mm
POIDS NET	33 kg
POIDS BRUT	36 kg
POIDS MAXIMAL UTILISATEUR	125 kg
DÉTECTION CARDIAQUE	capteurs de détection de la fréquence du pouls sur le guidon
AJUSTEMENT DE LA SELLE	bouton pour le positionnement / montage vertical et horizontal
RÉGLAGE DU GUIDON	manette pour enregistrement de l'inclinaison
CONFORMITE'	Normes : EN ISO 20957-1 - EN 957-5 (classe HA) Directive : 2001/95/CE - 2006/95/CE - 2004/108/CE - 2011/65/UE
ALIMENTATION ORDINATEUR	2 batteries alcaline de 1,5 Vdc type stilo (size AA)

2.0 INSTALLATION DU PRODUIT

Caractéristiques de la pièce:
Pour une utilisation correcte et un bon usage à long terme, la pièce où sera installé l'appareil doit:

- Être à l'intérieur d'une maison ou appartement,
- Être couverte et suffisamment grande,
- Être dotée d'une prise électrique adaptée,
- Être dotée de lumière artificielle et naturelle adaptée,
- Être dotée d'une fenêtre d'aération,
- Avoir une température comprise entre 5 C et 32 C,
- Avoir une humidité relative comprise entre 20% et 90%.
- L'appareil NE DOIT PAS être placé en plein air, dans un local humide, ou dans un endroit exposé à une atmosphère saline.

Caractéristiques du sol:
Le sol indiqué pour placer l'appareil doit:
- Avoir un revêtement parfaitement plat,
- Avoir un plancher capable de supporter le poids de l'appareil.

Les revêtements construits avec des matériaux de qualité (per exemple: parquet, moquette) DOIVENT être protégés avec une plaque de caoutchouc ou des plaques de feutre sous les zones d'appuis.

Condition requises du local d'installation:
La zone de la pièce où vous placez le produit ne doit être exposée au soleil, si c'est le cas, interposez une couche de tente comme protection. Le produit doit être tenus loin de même le chauffage et les systèmes de conditionnement d'air pour éviter, pendant l'exercice, d'être investi par les sources de ventilation.

Conditions de sécurité:
Vous devez installer le produit dans une chambre qui aye porte verrouillable, de sorte qu'il ne soit pas accessible aux enfants ou les animaux domestiques.

2.1 DEBALLAGE - CONTENU DE L'EMBALLAGE

L'emballage est constitué par une boite en carton fermée avec des points métalliques et des bandes de serrage. Pour soulever et déplacer la boite il est nécessaire de demander de l'aider à une tierce personne.

Quand la boite est posée par terre, merci de respecter l'indication Côté Haut, matérialisé par une flèche imprimée sur l'emballage. Pour ouvrir le carton, couper les bandes de serrage avec des ciseaux, puis enlever les points de fermeture en métal avec une pince.



Nous vous conseillons de ne pas endommager l'emballage d'origine et éventuellement de le garder ; ceci au cas où l'appareil présenterait des défauts et qu'une réparation sous garantie soit nécessaire.

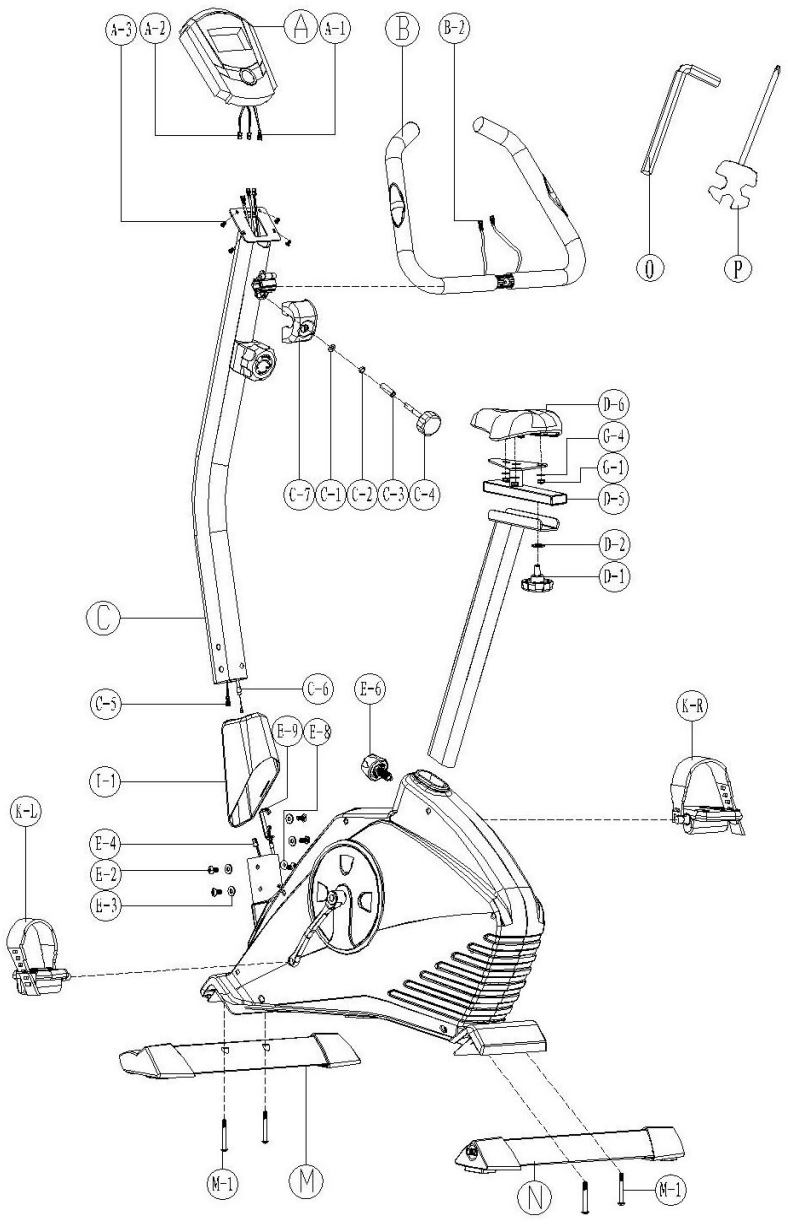


**L'emballage est réalisé avec des matériaux recyclables ; pour l'élimination des éléments d'emballage, respecter les normes locales pour la récupération des matériaux recyclables. Les éléments d'emballage (cartons et sacs) ne doivent pas être laissés à la portée des enfants,
car ils représentent potentiellement une source de danger.**

Après avoir retiré le produit de la boîte, vérifiez tout dommage subi pendant le transport et vérifier la présence de toutes les parties représentées à la page précédente.

Pos.	Description	Q.té
A	Console	1
A-1	Câble supérieur capteur fréquence cardio	2
A-2	Câblage console section. supérieure	1
A-3	Vis M5x10	4
B	Guidon	1
B-2	Câble inférieur capteur fréquence cardio	2
C	Pilier guidon	1
C-1	Rondelle plat	1
C-2	Rondelle fendue	1
C-3	Bague	1
C-4	Manette de réglage de l'inclinaison guidon	1
C-5	Câblage intermédiaire du capteur de vitesse	1
C-6	Manette de réglage d'intensité + câble	1
C-7	Couverture plastique	1
D	Tube de réglage de hauteur de selle	1
D-1	Molette de verrouillage glissement de selle	1
D-2	Rondelle plat	1
D-5	Traîneau selle	1

Pos.	Description	Q.té
D-6	Selle	1
E	Corp principal	1
E-2	Vis M8-16L	5
E-3	Rondelle plat	4
E-4	capteur de vitesse	1
E-6	Molette de verrouillage vertical de selle	1
E-8	Rondelle semi-circulaire	1
E-9	Attaque câble d'acier du frein magnétique	1
G-1	écrou autobloquant M8	3
G-4	Rondelle plat	3
I-1	Couverture base du polier	1
K-L	Pédal gauche	1
K-R	Pédal droite	1
M	barre de support avant	1
M-1	Vis M8x60L	4
N	barre de support arrière	1
O	Clé hexagonale	1
P	Clé ouverte	1



2.2 ASSEMBLAGE DU PRODUIT

Après l'ouverture de l'emballage d'origine dans l'endroit choisi pour y installer l'appareil, pour faciliter les opérations de montage préparer dans la pièce un coin qui soit complètement inoccupée. Puis retirez tous les éléments se trouvant à l'intérieur de l'emballage et disposez-les par terre, prêts pour être montés.

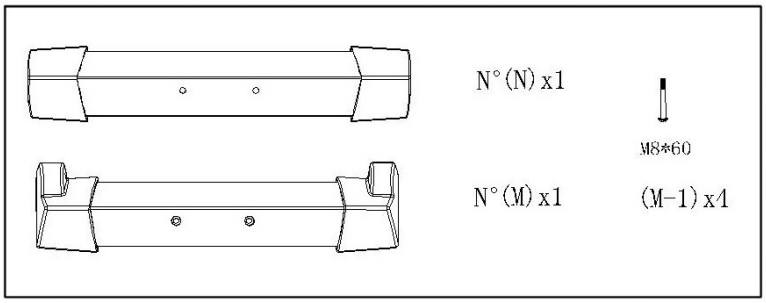
La visserie et les outils nécessaires au montage de l'appareil se trouvent à l'intérieur d'un sachet.

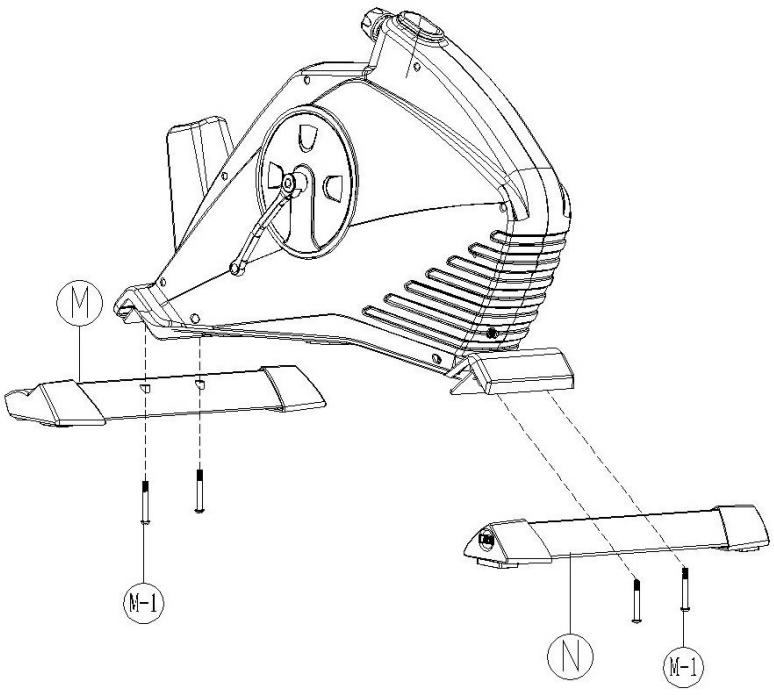
DANGER

Tenir à l'écart des enfants et des animaux de compagnie pendant les opérations de montage.

Montage de barres de support

- Attacher la barre de support avant **M** au corps principal par serrage de deux vis **M-1** [M8x60L].
- Attacher la barre de support arrière **N** au corps principal par serrage de deux vis **M-1** [M8x60L]..

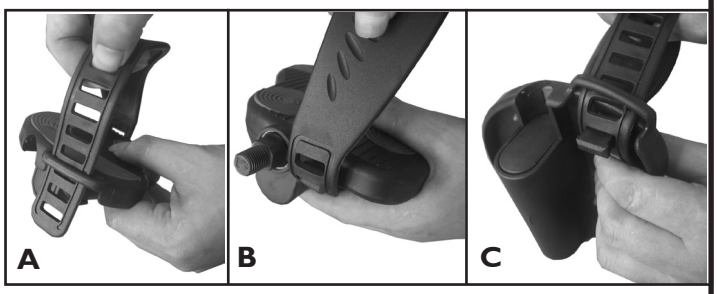


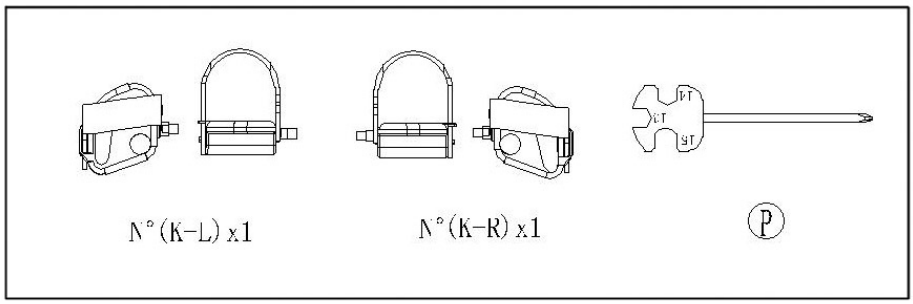


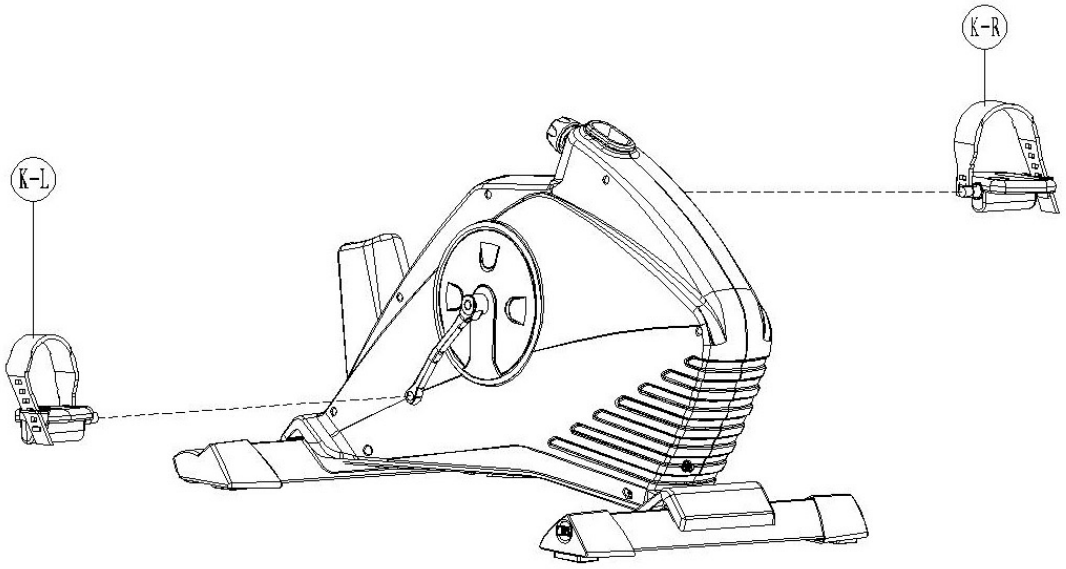
Montage des pédales

• Visser la pédale gauche K-L, qui est marqué par la lettre (L), à la manivelle gauche, en tournant la clé P dans le sens antihoraire. De l'autre côté, visser la pédale droite K-R, qui est marqué par la lettre (R), à la manivelle droite, en tournant la clé P dans le sens horaire.

• Si elles ne sont pas montés, accrocher le sangles bloc-pied en caoutchouc aux pédales droite et à gauche, en accrochant les fentes dans les chevilles prédisposés; respecter la vers de l'assemblage de la courroie (voir la figure A-B-C).







Montage colonne support du guidon

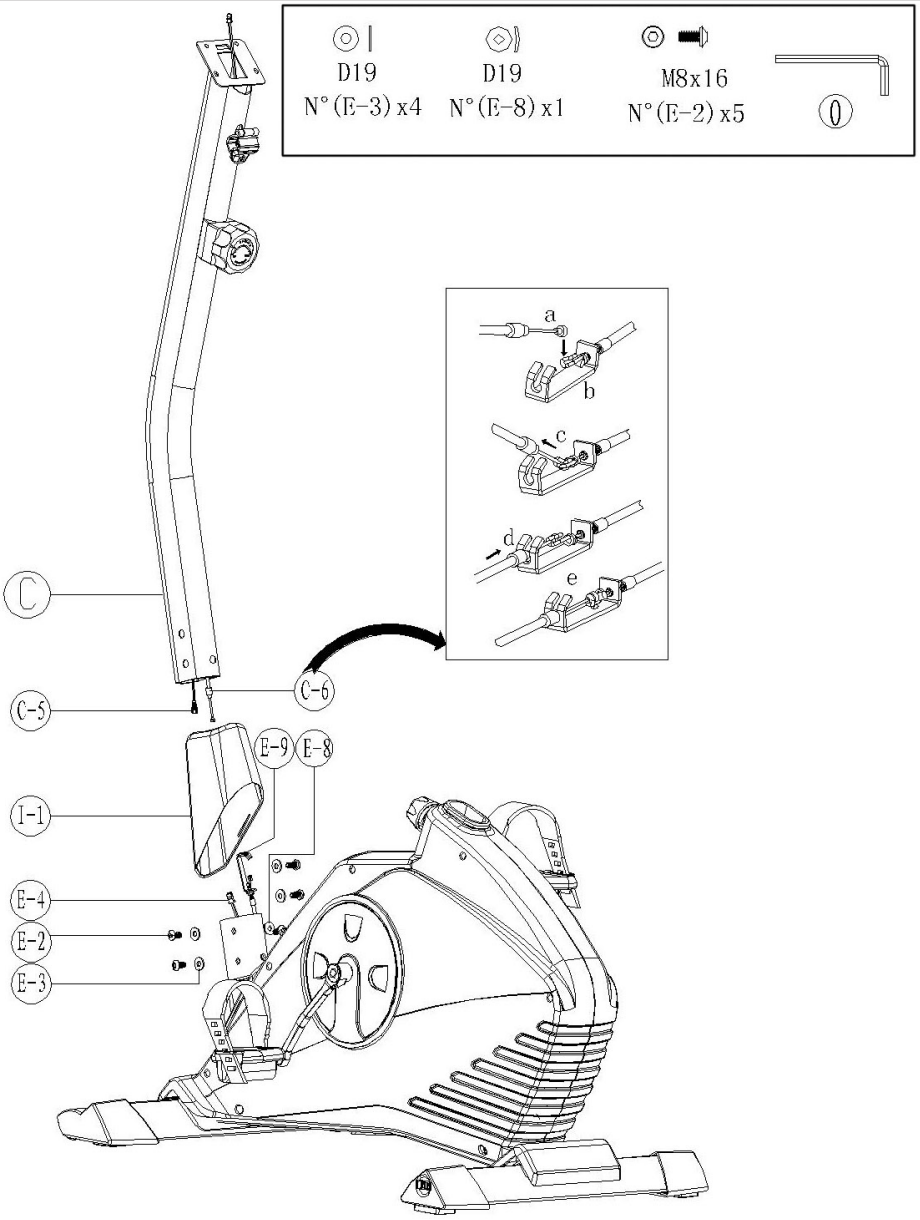
ATTENTION

Dans le fonctionnement de la colonne de support de fixation guidon au corps central, le câblage une connexion électrique peut être coupée entre l'élément tubulaire ou écrasé par des vis; salaire maximal attention.

Amener le tube de support **C** au point d'engagement sur le corps principal **E**, puis à partir du bas, insérez le couvercle **I-L** en position verticale, en gardant l'orientation du même, comme le montre l'illustration. Assurez-vous que la manette de réglage de l'intensité est mis sur l'indice de position **OUIT** (8), de manière à faire sortir complètement la tête métallique du câble de traction **C-6**, puis l'accrocher à l'attaque **E-9** en respectant les opérations décrites ici en bas dans le détail.

• Raccorder le connecteur du câblage supérieur **C-5** provenant du pilier de support **C**, à sa sortie E-4 provenant du corps principal **E**.

• Insérer le pilier de support **C** - dans le point de greffage disposé dans la partie avant du corps principal **E** et le fixer en serrant cinq vis **E-2** accompagnés de quatre rondelles plates **E-3** et une rondelle semi-circulaire **E-8** en suivant les instructions ci-dessous.



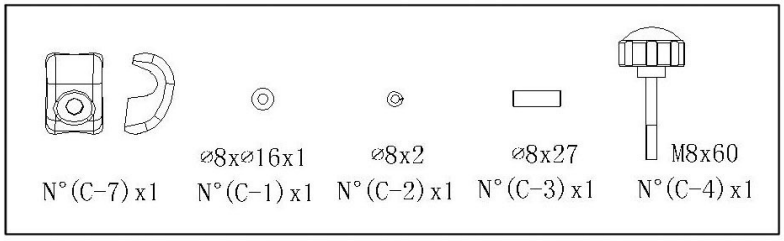
Montage du guidon

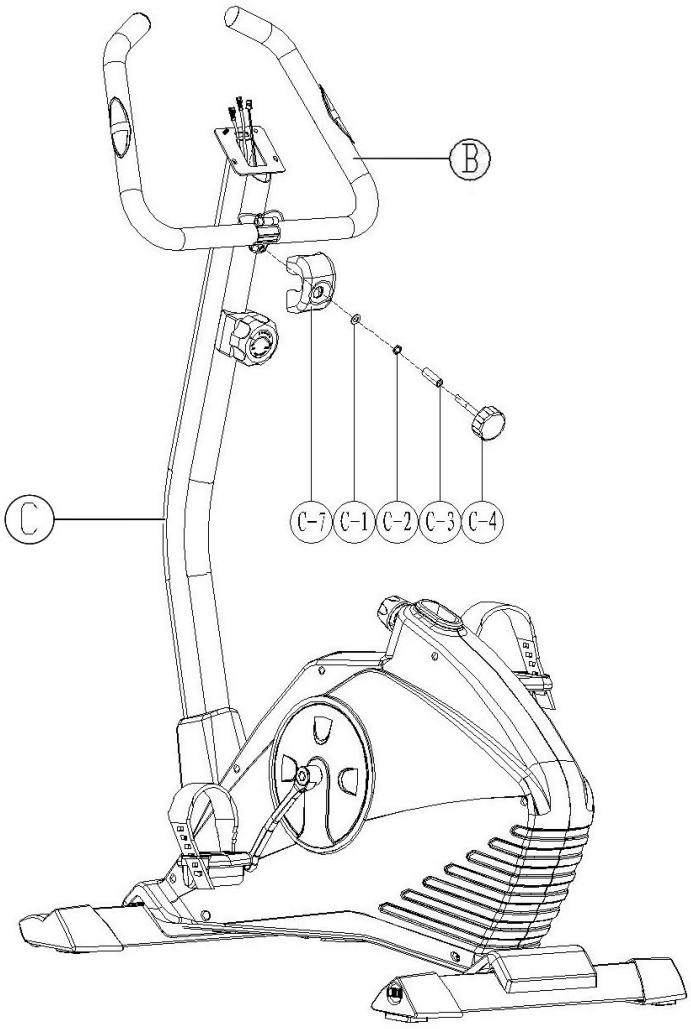
• Insérez le guidon **B** à son pince de verrouillage, placé dans la partie supérieure du tube de support guidon **C** et le verrouiller avec le molette **C-4**, monté en cascade à l'entretoise cylindrique **C-3**, la rondelle fendue **C-2** à la rondelle plate **C-1** et à la couverture en plastique pour couvrir **C-7**, selon la séquence indiquée sur la figure.

DANGER

Il est important de bien serrer le molette C-4 pour garantir le verrouillage en sécurité du guidon.

• Insérez les connecteurs et les câbles de raccordement de capteurs de détection pulsations cardiaques qui sortent par les gaines du guidon, dans les trous à l'extrémité supérieure du support de guidon **C**, jusqu'à ce qu'ils sortent du trou supérieur du support du guidon, de la manière représentée dans la figure.





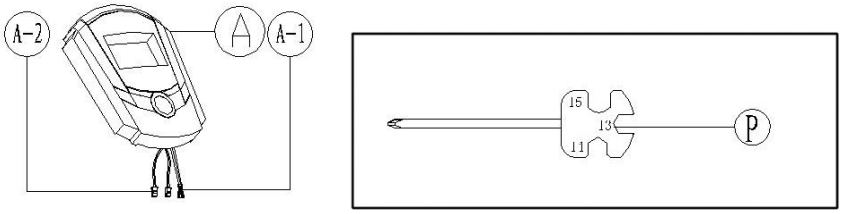
Montage de la console

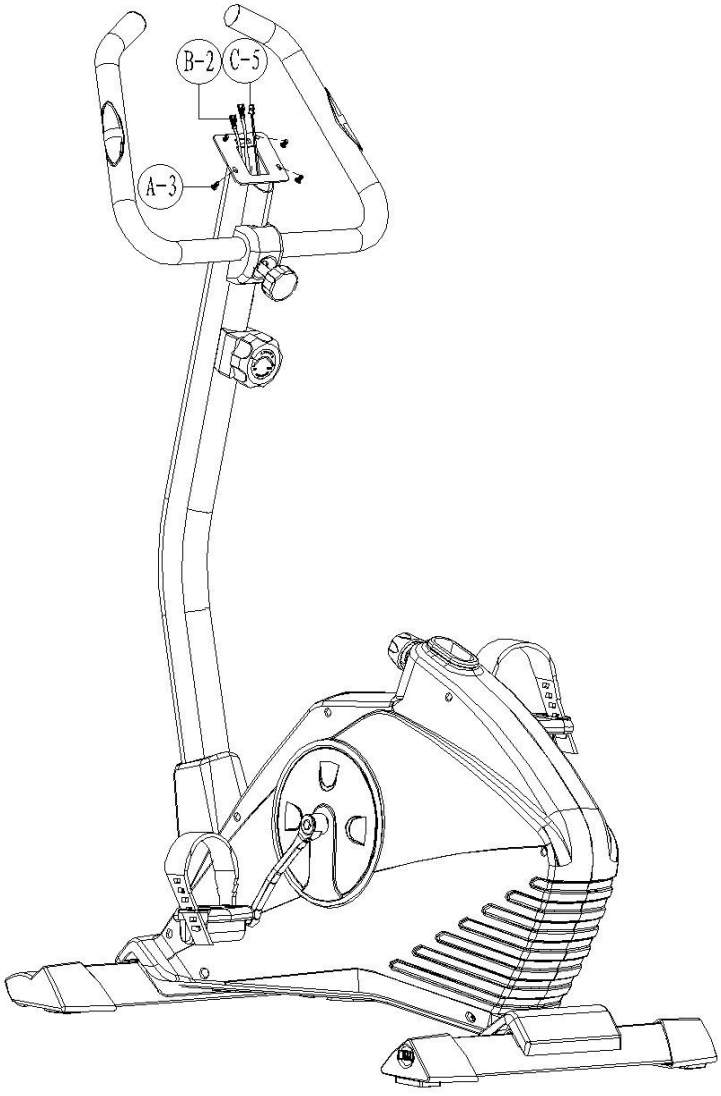
• Assurez-vous que la console **A** soit fournie de batteries nécessaires pour le fonctionnement, logées dans le compartiment sur le côté arrière. Assurez-vous que les piles sont chargés et supprimez toutes les bandes du matériel isolant inséré entre les contacts et les mêmes.

• Amener la console **A** vers la plaque de fixation située dans la partie supérieure du montant de support **C**.

• Raccorder le connecteur du capteur de vitesse **C-5** au connecteur respectif **A-2**, en sortant de la console. Connecter les deux connecteurs **B-2** du câble des capteurs de détection d'impulsion cardiaque, à la respective douilles **A-1** en sortant de la console.

• Placez la console à la tête du support guidon **C,** puis le verrouiller en serrant quatre Vis **A-3** [M5x10L] en utilisant la clé **P**.

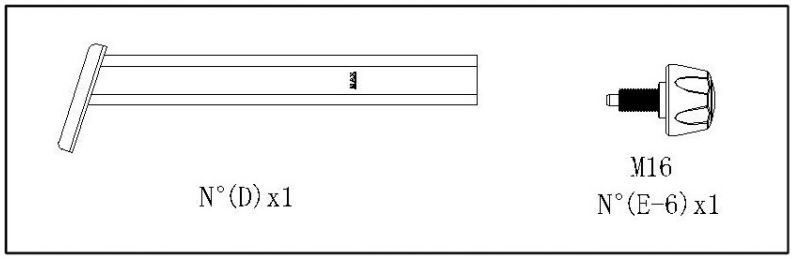


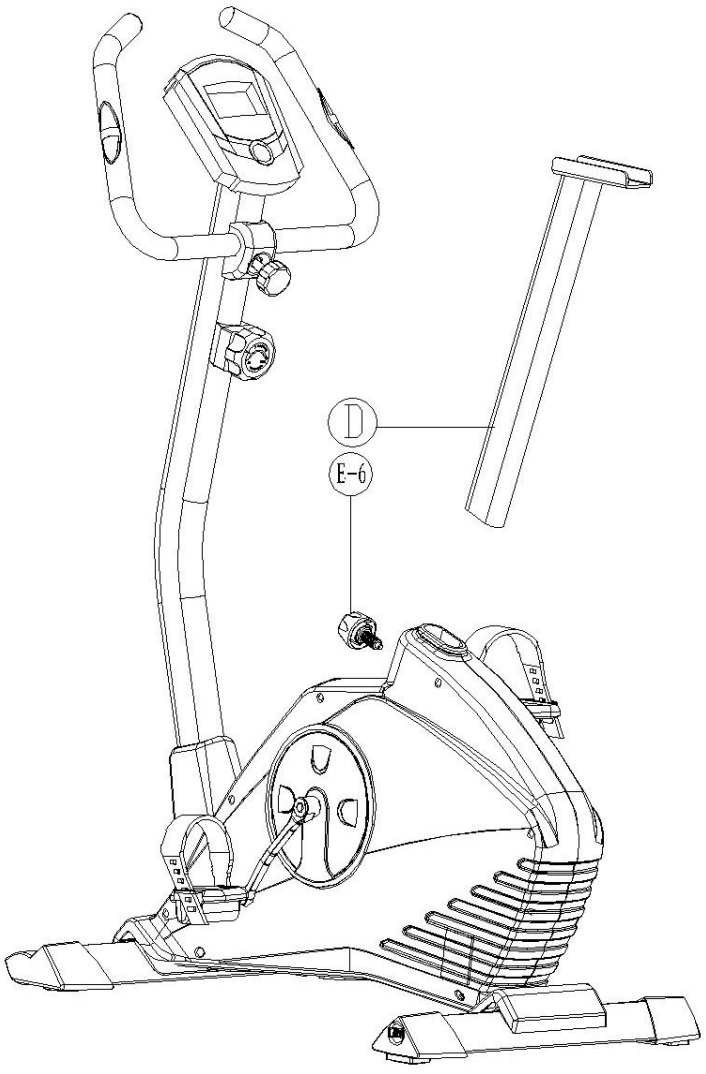


Montage colonne support du guidon

Visser dans le siège fileté dans la molette de verrouillage **E-6**, puis insérez le tube de réglage de hauteur de selle **D** dans le trou prévu sur le corps principal.

Pour régler la position verticale de la selle selon la la taille de l'utilisateur, tirez le molette **E-6** puis soulever ou baisser la selle en le plaçant sur la trou le plus approprié du tube de support (au-dessus du dernière trou du niveau minimum) puis relâchez la molette **E-6** jusqu'à verrouiller le tube en position.





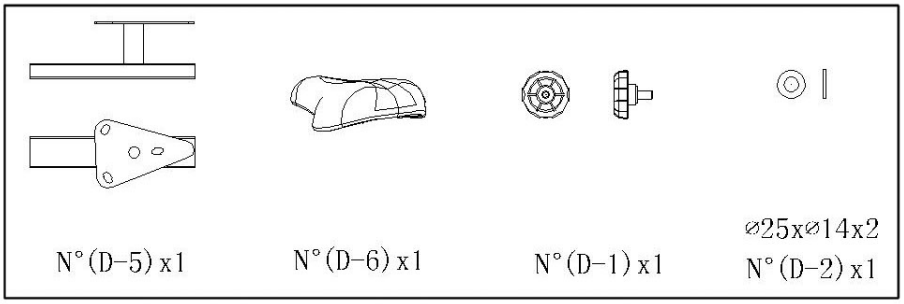
Montage de la selle

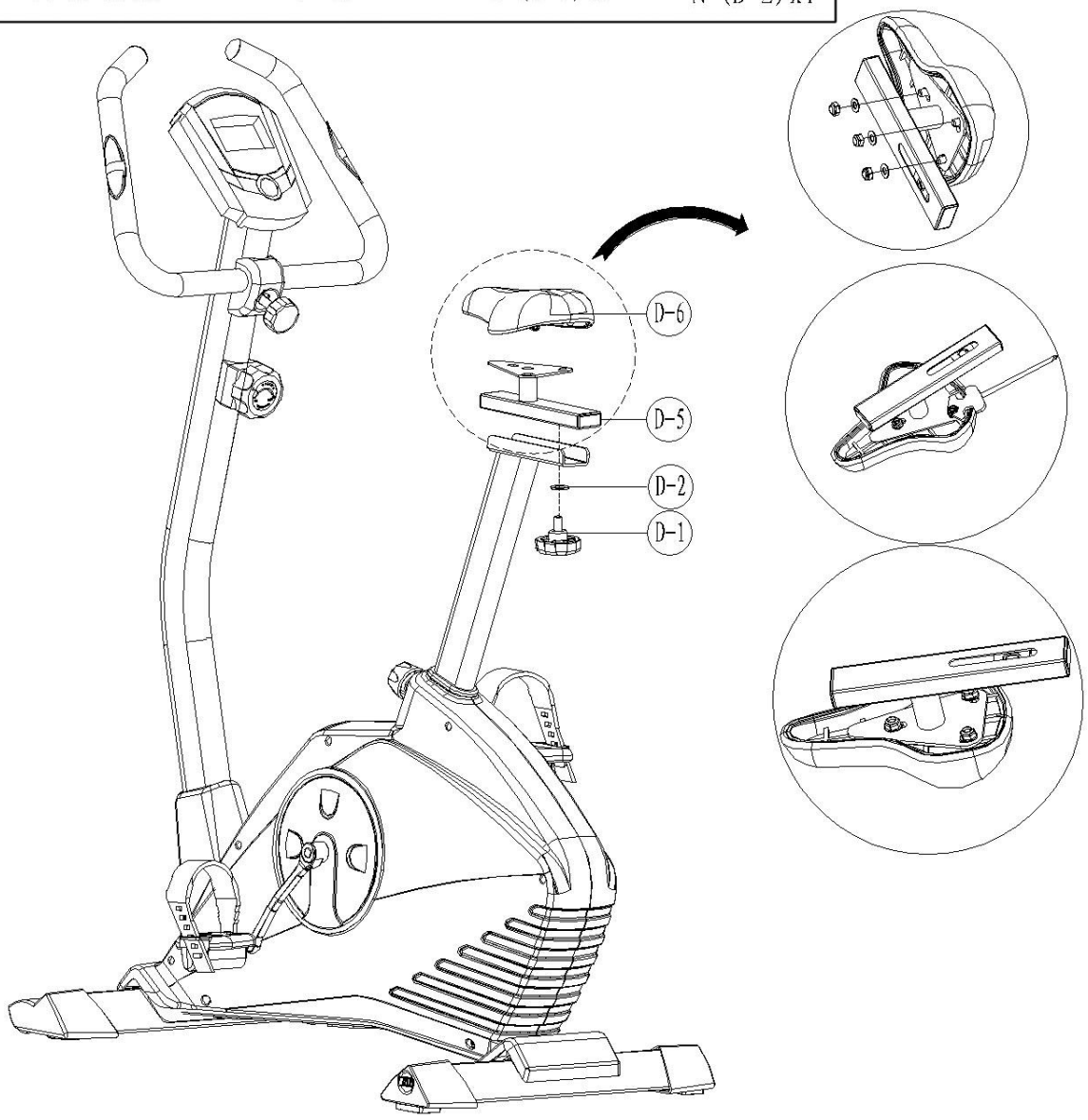
- Attacher la selle **D-6** à la glissière de l'ajustement horizontal **D-5** en serrant trois écrous **G-1** [M8], avec des rondelles plates **G-4** [Ø8 mm].
- Verrouiller l'extrémité de la glissière de réglage horizontal **D-5** à l'extrémité du tube de réglage en hauteur **D**, en serrant la molette **D-1,** complète de la rondelle plate **D-2.**

DANGER

Vérifiez le verrouillage correct de la selle avant de monter au-dessus.

•





Mise à niveau

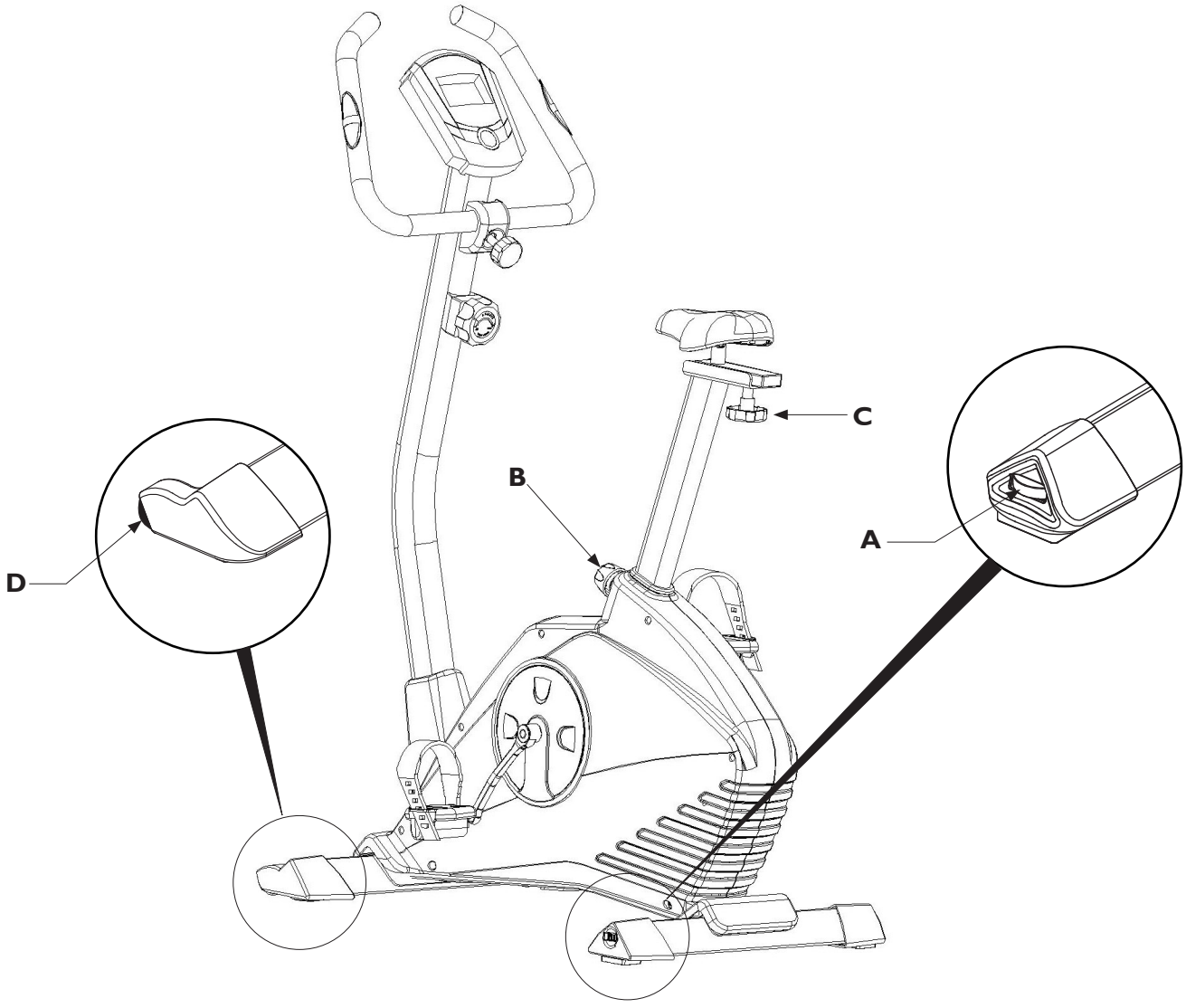
- Pour compenser les éventuelles différences de niveau du sol, cet appareil dispose de deux supports avec pieds réglables aux extrémités de la barre de support arrière, enregistrable à travers les bagues **A.**
- Maintenant le montage est terminé. Avant d'utiliser l'appareil, lire attentivement la suite de la notice pour connaître toutes les informations utiles pour une utilisation en toute sécurité de l'appareil.

DANGER

Pour éviter que la selle puisse bouger quand on pédale sur l'appareil, il est important qu'elle soit bien bloquée par la manette B et C.

Déplacement de l'appareil

- Les deux extrémités de la barre de support avant sont équipé de roues **D**.
  Pour les courts trajets dans la chambre, débranchez le bloc d'alimentation, puis saisir les extrémités du guidon et bloquer la barre de support avant avec le pied et incliner l'appareil jusqu'à ce qu'il soit en équilibre sur les roues. Pousser l'appareil vers l'avant par coulissement sur les deux roues jusqu' à l'endroit souhaité, puis l'abaisser en le poussant doucement vers le bas en poussant sur les bras.
- .



3.0 PROGRAMME D'ENTREINEMMENT

Avant de commencer à utiliser cet appareil, nous vous conseillons de consulter votre médecin afin qu'il vérifie votre condition physique et votre état de santé, et pour évaluer avec lui les précautions à prendre en vue de cette pratique sportive. Pour ceux d'entre vous qui commenceront à utiliser cet appareil sans tout autre entraînement, il est nécessaire d'avoir une autre une approche modérée, avec un maximum de trois séances par semaine, avec une durée d'entraînement et une vitesse réduite. Ceci vous permettra de vous familiariser avec la console et de vous éloigner lentement d'une vie sédentaire. Pour ceux d'entre vous qui pratiquent déjà une activité sportive et ont l'intention d'utiliser cet appareil en complément de celle-ci, nous vous conseillons de vous adresser à un coach pour la programmation des séances d'entraînement, et la mise en place d'un programme. Contrôler ses pulsations cardiaques pendant l'entraînement peut permettre d'atteindre trois objectifs:

Amincissement: en maintenant un niveau cardiaque entre 60 % et 75 % il est possible de bruler des calories sans devoir faire d'efforts,

Amélioration des capacités respiratoires: en maintenant un niveau cardiaque entre 75 % et 85 % on peut faire travailler les poumons en axant son travaille sur un régime aérobie,

Amélioration des capacités cardio-vasculaires: en maintenant un niveau cardiaque entre 85 % et 100 % on peut faire travailler le cœur en axant son travail sur un régime anaérobie.

L'utilisation de cet appareil doit être faite en respectant trois phases:

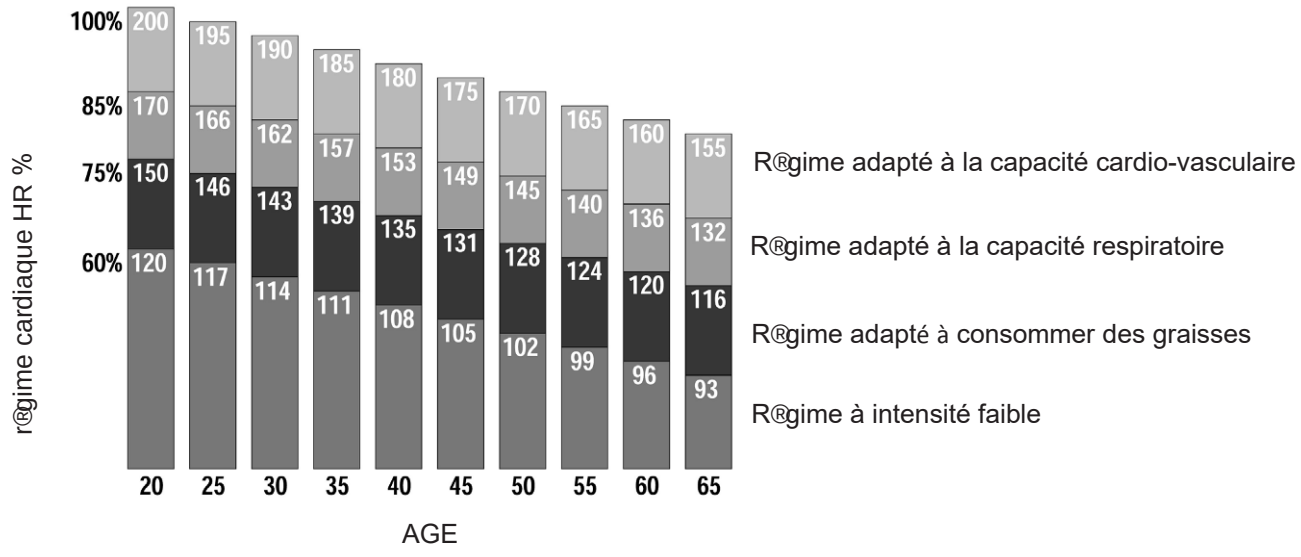
ÉCHAUFFEMENT: avant d'exécuter un entraînement en utilisant cet appareil, il est nécessaire d'exécuter certains exercices pour s'échauffer et étirer les muscles, il est nécessaire de faire monter la température du corps et de mettre en condition le cœur et les poumons.

ENTRAINEMENT: commencer par un régime réduit et après l'échauffement, augmenter progressivement l'intensité de l'exercice jusqu'à ce que votre battement cardiaque rejoigne la valeur de seuil désirée. Nous vous conseillons d'avoir une fréquence cardiaque constante dans la zone cible, déterminée par rapport à votre objectif
(amincissement, amélioration des capacités respiratoires ou des capacités cardio-vasculaires). Durant les premières semaines d'utilisation, les séances d'entraînement ne doivent pas dépasser une durée de 20 minutes, quand vous aurez pris confiance et que votre condition physique sera meilleure vous pourrez effectuer des séances qui pourront aller jusqu'à 60 minutes.

FASE DE REFROIDISSEMENT: au terme de la séance, nous vous conseillons de vous relaxer en exécutant des exercices d'étirements pendant quelques minutes.

DANGER

L'entraînement à un niveau anaérobie est autorisé uniquement pour les sportifs professionnels et les personnes bien entraînées.



3.1 CONSEILS D'UTILISATION

Asseyez-vous sur la selle et saisissez le guidon pour vous équilibrer.

DANGER

Ne montez jamais sur la selle en prenant appui sur une pédale avec votre pied. Concentrer tout le poids sur une seule pédale pourrait endommager l'appareil.

Mettre une pédale vers le haut, puis poser le pied dans le cale-pieds et bien centrer la partie avant du pied au centre de la pédale. La jambe doit être légèrement pliée à hauteur du genou. Si la jambe est trop tendue ou si le pied ne touche pas la pédale, il convient de baisser la selle.
Si la jambe est trop pliée, il convient de lever la selle. Pour régler la position verticale de la selle en fonction de la taille de l'utilisateur, suivre les instructions ci-après:

-descendre de l'appareil
- desserrer la manette **A1** en tournantdans le sense antihoraire,
-en même temps levée ou baisser la selle en la positionnant à la hauteur désirée,
-relâcher la manette **A1**, puis resserrer en tournant dans le sens horaire.
Pour régler la position horizontale de la selle, soit la distance entre le guidon et la selle, suivre les instructions ci-après:
-descendre de l'appareil et desserrer la manette A2, en la faisant tourner dans le sens antihoraire.
-régler la position de la selle selon la position désirée.
-resserrer à nouveau la manette **A2** en la vissant dans le sens horaire.

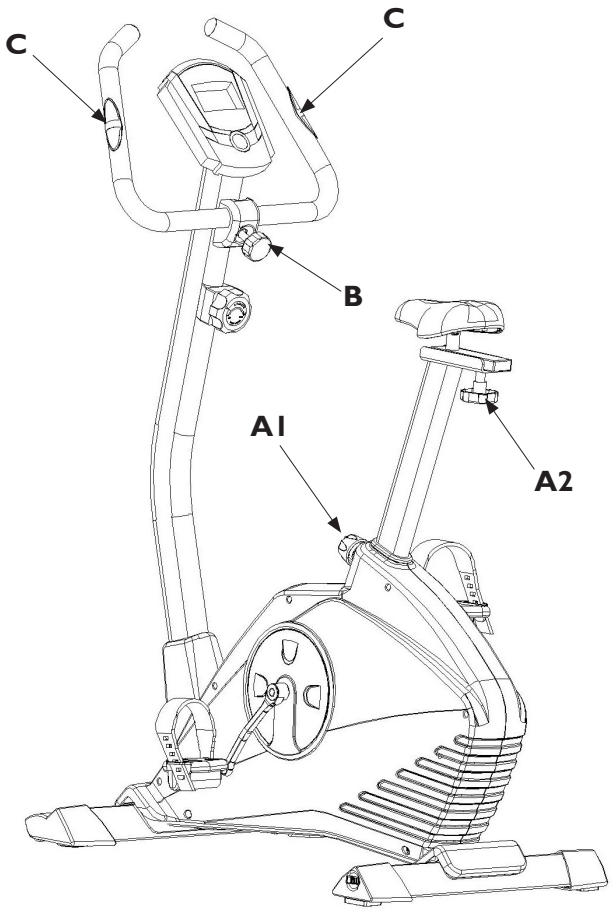
DANGER

Une position trop haute ou trop basse de la selle induira un mouvement incorrect des articulations; cela est souvent une cause de douleurs musculaires.

Asseyez-vous sur la selle avec le tronc incliné vers l'avant, garder toujours le dos bien droit et an plaçant vos mains aux extrémités du guidon, vos bras doivent rester légèrement courbé.

DANGER

Il est important de garder une bonne position sur l'appareil. Pédalez uniquement en restant assis sur la selle.



L'angle du guidon peut être ajustée en fonction de la taille de l'utilisateur avec les procédures suivantes: - assis sur la selle bien enregistrée en hauteur, assis sur la selle bien enregistrée en hauteur,

- desserrer ma manette **B** pour permettre juste la rotation du guidon,

- tourner le guidon vers l'avant ou vers l'arrière jusqu'à ce que vous trouverez la position de préhension la plus confortable,

- resserrez la manette **B**.

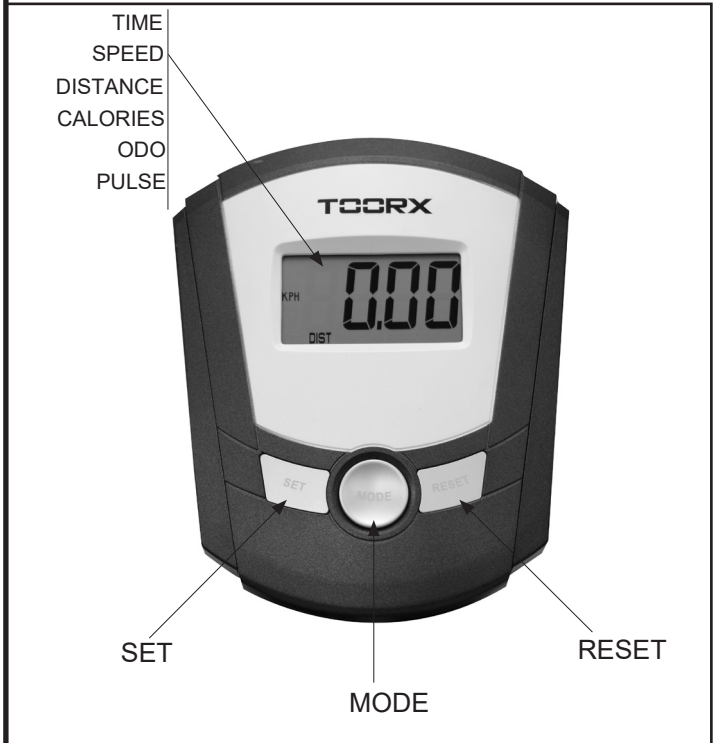
Au cours de l'exercice évaluer souvent le rythme cardiaque, en saisissent avec les deux mains les capteurs **C**.

3.2 FONCTIONS DE LA CONSOLE

La console est principalement constituée par un dispositif d'affichage LCD qui permet la visualisation des éléments suivants:

• **(TIME):** La durée de l'exercice, à partir de zéro ou compte à rebours à partir du temps réglé jusqu'à zéro.
• **(SPEED):** La vitesse instantanée qu'est atteinte au cours de l'exercice, exprimée en km / h.
• **(DISTANCE):** La distance partielle cumulé du début au cours de l'exercice.
• **(CALORIES):** La consommation de calories au cours de l'exercice exprimée en kcal. (*).
• **(ODO):** La DISTANCE TOTAL est la distance parcourue dès le dernier remplacement des batteries.
• **(PULSE**): la fréquence cardiaque, détectée par les capteurs de détection des pulsations sur le guidon. La valeur est exprimée en **bpm** (*) (battements par minute).
• **(SCAN):** la succession automatique des données sur l'affichage central pendant une période de 6 seconds (Scan: *temps, vitesse, distance, calories, odomètre, pulse*).

(*) Nous rappelons que la mesure fournie est seulement une référence approximative, et en aucun cas peut être considérée comme une référence médicale.



Bouton MODE

• Appuyez sur MODE avant l'exercice pour choisir un des objectifs que vous souhaitez atteindre pendant votre séance d'entraînement, en défilant entre: Durée (Time), Distance (Distance), calories (calories). Après avoir défini l'un des trois objectifs, l'exercice peut commencer ainsi que le compte à rebours, dès la valeur réglé jusqu'à zéro; la fin de l'exercice est signalée par une alarme sonore.
• Appuyez sur MODE pour confirmer l'introduction d'un donné, et puis appuyer le bouton SET.
• Appuyez sur MODE pendant l'exercice pour choisir quel donné afficher sur l'affichage central, ou appuyer jusqu'à que SCAN apparaît , ce qui active l'affichage cyclique automatique des données.
• Appuyer sur MODE pendant plus de deux secondes pour réinitialiser toutes les données dans la mémoire à sauf l'odomètre .

Bouton SET

• Après avoir sélectionné le mode d'entraînement par le biais du bouton MODE, appuyer le bouton SET pour définir les données à programmer pour l' entraînement:
Durée (Time), la distance (distance), les calories (Calories).
• Appuyer sur le bouton SET pour augmenter la valeur d' une unité, maintenez enfoncé le bouton pour augmenter la valeur rapidement.

Bouton RESET

Après avoir sélectionné l'un des objectifs d'entraînement en mémoire: Durée (Time), Distance (Distance), calories (calories), avant de procéder avec un nouveau réglage appuyez le bouton SET pour le réinitialiser. Les données restantes stockées dans la mémoire, réglés pour les séances d'entraînement précédentes, ne sont pas supprimés et sont disponible pour les sessions l'entraînement à venir, jusqu'à quand ils sont effacés en appuyant sur RESET.

Notes:

Pour voir la lecture du rythme cardiaque il faut saisir avec les deux mains les capteurs de détection de pulsations cardiaques sur le guidon. La lecture se produit au bout de quelques secondes, au cas où le résultat de la lecture est difficile, humidifiez vos mains pour faciliter le contact avec les capteurs.
Pour allumer l'ordinateur appuyer sur n'importe quel bouton ou commencer à pédaler. Après huit minutes dès l'arrêt de l'exercice (quand vous arrêtez de pédaler), la console se met automatiquement hors de tension.

4.0 MANTENANCE

DANGER

• Toujours garder l'appareil propre et sans poussière.

• NE JAMAIS utiliser de substances inflammables ou nocives pour nettoyer l'appareil. Ne jamais utiliser de solvants pour nettoyer les parties en plastique, mais uniquement des produits à base d'eau, sur des chiffons souples.

• NE JAMAIS utiliser de solvants contenant des produits dérivés du pétrole, comme de l'acétone, de l'essence, du tétrachlorure de carbone, de l'ammoniaque, ou des huiles qui pourraient contenir des substances à base de chlore, qui pourraient endommager ou éroder les partis en plastique.

NETTOYAGE DE L'APPAREIL

- Chaque semaine, nettoyer les parties externes en utilisant une éponge humidifiée avec de l'eau et un savon neutre.

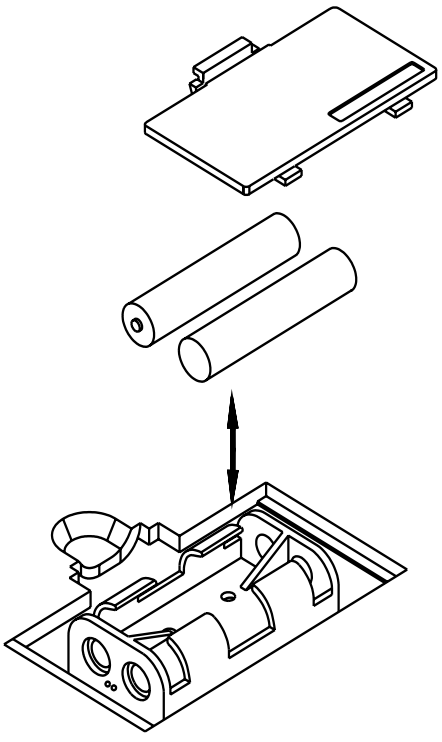
- Pour nettoyer la console, utiliser un chiffon humide et non trempé et ne pas frotter fortement.

REMPLACEMENT DE LA BATTERIE

DANGER

• Observer la polarité, vérifier sur sérigraphie la position des pôles négatif et positif.
• Ne pas jeter les piles usagées sur le feu.
• Ne pas jeter les piles usagées avec d'autres déchets ménagers. Veiller à la disposition séparée dans des bacs de collecte spéciale pour les batteries.
• Ne pas essayer de charger le piles épuisé, utilisez uniquement des piles neuves du stylet de type (AA).

Lorsque l'écran commence à afficher les numéros avec une certaine lenteur signifie qu'il est temps de remplacer les piles. Pour mener à bien l'opération, il est nécessaire d'enlever la trappe située dans la partie arrière de l'ordinateur, retirez les piles usagées et les remplacer par trois nouvelles piles AA (type AA).



5.0 ÉLIMINATION - RECYCLAGE



Le symbole d'un container de poubelle avec une croix dessus indique que les produits commercialisés entrent dans le champ d'application de la directive européenne pour l'élimination des déchets de nature électrique et électronique (RAEE).



Le symbole CE indique que le produit est pleinement conforme à la directive RoHs 2011/65/EU et qu'aucun de ses composants électriques et électroniques installés dans le produit ne contient les niveaux supérieurs à ceux prévus pour ces mêmes substances, retenues dangereuses pour la santé de l'homme.

Cet appareil NE DOIT PAS être éliminé au même titre que les déchets urbains, mais il doit être traité séparément (dans les pays faisant partie de l'union européenne) en le déposant dans des centres de recyclage prévu à cet effet.

Garlando S.p.A encourage le respect de la nature et de la santé humaine, même en dehors de l'union européenne, et espère que les règles locales pour l'élimination et le recyclage seront suivies, en respectant autant que possible le tri sélectif des déchets, inhérent aux appareils électriques et électroniques, ainsi qu'aux nombreux autres composants (comme le fer, le cuivre, le plastique...) qui pourront être récupérées et réutiliser.

6.0 CATALOGUE ET COMMANDE DES PIÈCES DÉTACHÉES

Pour commander les pièces de rechange se référer à la vue éclatée qui se trouve ci-après.

Merci de nous contacter par mail à l'adresse suivante: sav@e-clypse.com.

Vous recevrez une procédure détaillée (avec un formulaire à remplir) lorsque de votre premier contact par mail. Votre dossier sera traité dans les plus brefs délais. Si nécessaire, nos techniciens pourront vous appeler afin de récupérer d'autres informations utiles à la solution de votre assistance.

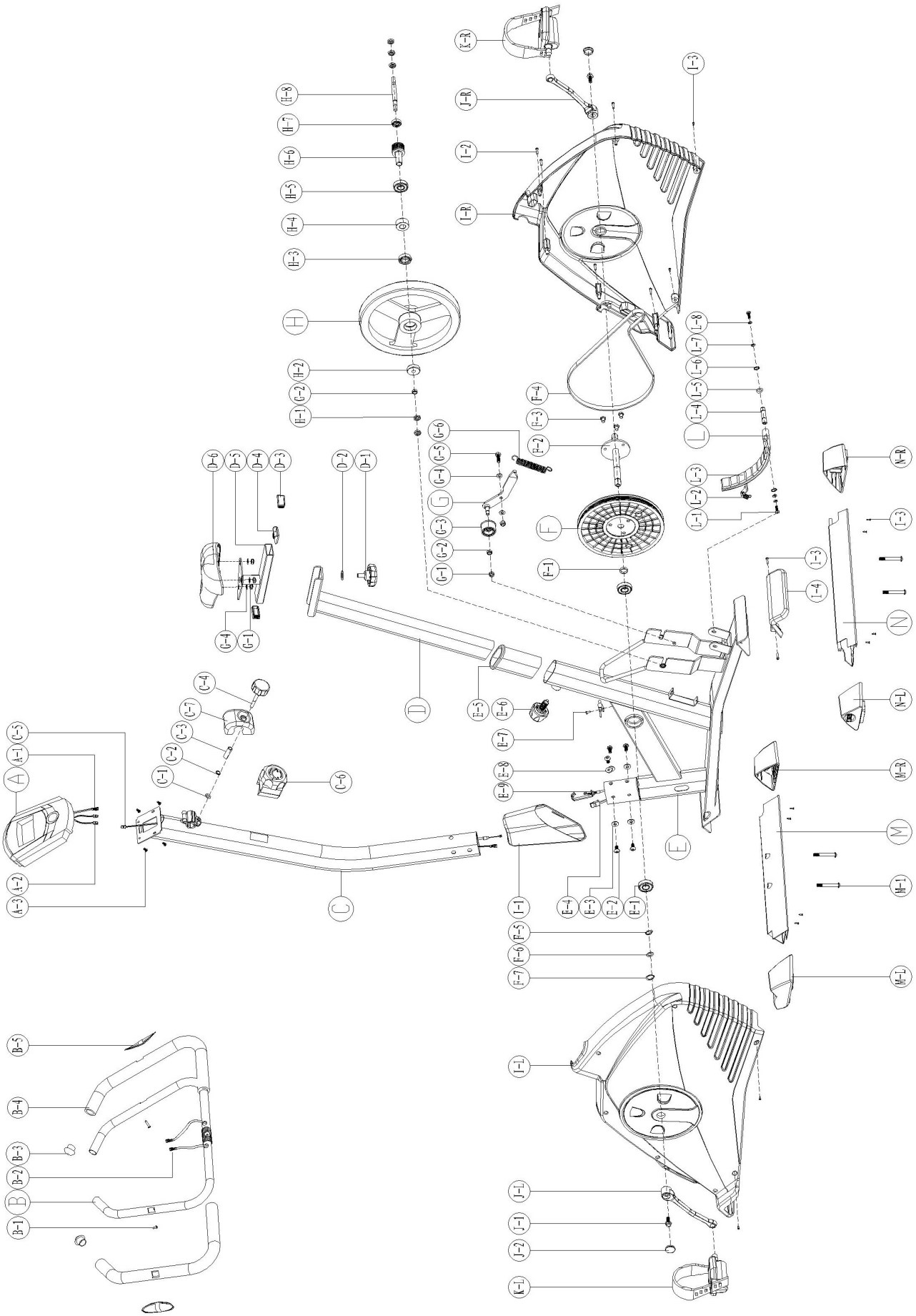
La commande des pièces détachées doit comporter les indications suivantes:

1. Marque et modèle du produit - voir sur l'étiquette du produit
2. Nom de la pièce à changer - voir la liste des pièces détachées
3. Numéro de référence de la pièce détachée - voir la vue éclatée
4. Quantité nécessaire
5. Nom prénom et adresse pour l'expédition - se référer à la fiche pour commander les pièces détachées, annexée à la notice.

SAV : *e-mail:* ***sav@e-clypse.com*** **http://www.e-clypse.fr/**

La présente notice peut comporter certaines petites différences par rapport aux produits que vous possédez, car d'éventuelles mises à jour que le constructeur applique au fil du temps peuvent manquer. En cas de difficulté dans la compréhension des schémas et des descriptions, contacter le centre d'assistance technique par mail

6.1 VUE ÉCLATÉE



6.2 LISTE DES PIÈCES

Pos.	Descrizione	Q.tà
A	Computer	1
A-1	Cavo superiore sensori pulsazioni cardiache	2
A-2	Cablaggio superiore sensore di velocità	1
A-3	Vite M5x10	4
B	Manubrio	1
B-1	Vite M4x20	2
B-2	Cavo inferiore sensori pulsazioni cardiache	2
B-3	Tappo tondo manubrio	2
B-4	Rivestimento manubrio	2
B-5	Sensori di rilevazione pulsazioni cardiache	2
C	Montante manubrio	1
C-1	Rondella piana	1
C-2	Rondella spaccata	1
C-3	Boccola	1
C-4	Manopola regolazione inclinazione manubrio	1
C-5	Cablaggio intermedio sensore di velocità	1
C-6	Manopola regolazione intensità + tirante	1
C-7	Copertura plastica	1
D	Tubo di regolazione altezza sella	1
D-1	Manopola bloccaggio slitta sella	1
D-2	Rondella piana	1
D-3	Tappo rettangolare 20x40	2
D-4		1
D-5	Slitta sella	1
D-6	Sella	1
E	Corpo principale	1
E-1	Cuscinetto 6203	2
E-2	Vite M8-16L	5
E-3	Rondella piana	4
E-4	Sensore di velocità cablato	1
E-5	Manicotto per scorrimento tubo sella	1
E-6	Manopola bloccaggio verticale sella	1
E-7	Vite	1
E-8	Rondella semicircolare	1
E-9	Attacco cavo d'acciaio del freno magnetico	1
F	Puleggia plastica	1
F-1	Boccola Ø17x5T	1
F-2	Albero movimento centrale	1
F-3	Vite M8x10L	3
F-4	Cinghia	1
F-5	Rondella ondulata	1
F-6	Rondella piana	1
F-7	O-ring	1
G	Staffa con ruota tendi cinghia	1
G-1	Dado autobloccante M8	3
G-2	Boccola Ø10xØ14x6L	2
G-3	Ruota tendi-cinghia	1
G-4	Rondella piana	3
G-5	Vite M8x20L	1
G-6	Molla	1
H	Volano	1
H-1	Vite 3/8" x 26	5
H-2	Cuscinetto 6000	1
H-3	Cuscinetto 6300	2

Pos.	Descrizione	Q.tà
H-4	Cuscinetto a una via	1
H-5	Cuscinetto 6203	1
H-6	Ruota dentata volano	1
H-7	Cuscinetto 6003	1
H-8	Albero volano	1
I-L	Carena sx	1
I-R	Carena dx	1
I-1	Copertura base montante	1
I-2	Vite M4x20L	5
I-3	Vite	12
I-4	Copertura plastica barra di appoggio post.	1
J-L	Pedivella sx	1
J-R	Pedivella dx	1
J-1	Vite M8	2
J-2	Tappo tondo pedivella	2
K-L	Pedale sx	1
K-R	Pedale dx	1
L	Freno magnetico	1
L-1	Vite M6	2
L-2	Molla	1
L-3	Magnete permanente	10
L-4	Boccola	1
L-5	Rondella ondulata	2
L-6	O-ring	2
L-7	Rondella spaccata	2
L-8	Rondella piana	2
M	Barra di appoggio anteriore	1
M-L	Supporto ruote per barra anteriore sx	1
M-R	Supporto ruote per barra anteriore dx	1
M-1	Vite M8x60L	4
N	Barra di appoggio posteriore	1
N-L	Appoggio sx barra di appoggio posteriore	1
N-R	Appoggio dx barra di appoggio posteriore	1
O	Chiave esagonale	1
P	Chiave aperta	1

7. Condition de garantie / Warranty (France only)

Les conditions de garantie suivantes s'appliquent pour tous nos appareils :

1) Nous réparons gratuitement, sous réserve des conditions suivantes (numéro 2 à 5), tout dommage ou défaut de l'appareil qui s'avère découler d'un défaut de fabrication si celui-ci est signalé immédiatement après constatation et dans un délai de 24 mois après la livraison à l'utilisateur final.
La garantie ne couvre pas les pièces très fragiles telles que le verre ou le plastique. La garantie n'est pas valable également pour les pièces et parties de l'appareil différant légèrement de l'état dans lequel elles devraient être et n'ayant pas de conséquence sur la valeur de l'appareil et la capacité à l'utiliser, les dommages chimiques ou électrochimiques, les dommages imputables à l'eau ou causés de manière générale par la force et/ou la violence.

2) a garantie donne lieu gratuitement et selon notre décision, à la réparation des pièces défectueuses ou au remplacement de ces dernières par des pièces exemptes de tout défaut. Les coûts de matériel et de main d'œuvre sont pris en charge par nos soins – hors transport. Toute réparation de pièces défectueuses sur site est exclue. La preuve d'achat mentionnant la date de l'achat et/ou de livraison est à présenter. Les pièces remplacées deviennent notre propriété.

3) Le droit de garantie s'éteint en cas de réparation ou d'intervention de personnes que nous n'avons pas autorisé, d'équipement de nos appareils de pièces complémentaires ou accessoires non-adaptées, de dommages ou de destruction de nos appareils suite à l'emploi de la violence ou à des évènements météorologiques, de dommages causés suite à une utilisation de l'appareil, en particulier une utilisation non-conforme à cette notice d'utilisation, ou à une opération de manutention inappropriée ou en cas de dommages mécaniques de quelque nature que ce soit. Le service après-vente peut vous autoriser, après entretien téléphonique, à réparer ou échanger des pièces que vous recevrez par courrier. Le cas échéant, le droit de garantie ne s'éteint pas.

4) Les prestations réalisées dans le cadre de la garantie ne donnent lieu ni à une prolongation de la garantie ni à un nouveau délai de garantie.

5) Toute autre prestation telle des dommages-intérêts pour des dommages autres que des dommages causés à l'appareil, est exclue dans la mesure où aucune responsabilité n'est statuée.

6) Nos conditions de garantie, comprenant les conditions et l'étendue de la garantie, ne remettent pas en cause les obligations de garantie contractuelles du revendeur.

7) Les pièces d'usure indiquées comme telles dans notre liste de pièces détachées ne sont pas soumises à nos conditions de garantie.

8) La garantie n'est pas valable en cas d'utilisation non-conforme à l'usage auquel l'appareil est destiné notamment dans les studios de fitness, les établissements de rééducation et les hôtels.

Distributeur France :

E-Clypse International
2791 ch. St Bernard, porte 19, bât. A
06220 Vallauris - FRANCE
http://www.e-clypse.fr/
Tel (+ 33) 4 93 61 20 28