TOORX

FITNESS IN MOTION

MANUEL D'UTILISATION



iConsole App Manual

DOWNLOAD

www.toorx.it/iconsole

ERX300

Notice originale en italien.

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

Codice : GRLDTOORXERX300

Revisione : 00

Edizione : 07/16

CE

TABLE DES MATIÈRES

1.0 AVERTISSEMENTS DE SÉCURITÉ ..... pag. 3
1.1 DESTINATION DE L'APPAREIL ET CONTRINDICATIONS ..... pag. 4
1.2 ETIQUETTES SUR LE PRODUIT ..... pag. 5
1.3 CARACTERISTIQUES TECHNIQUES ..... pag. 6

2.0 INSTALLATION DU PRODUIT ..... pag. 8
2.1 DEBALLAGE - CONTENU DE L'EMBALLAGE ..... pag. 8
2.2 ASSEMBLAGE DU PRODUIT ..... pag. 12

3.0 PROGRAMME D'ENTREINEMMENT ..... pag. 18
3.1 UTILISATION DE LA CEINTURE ÉMETTEUR (EN OPTION) ..... pag. 19
3.2 CONSEILS D'UTILISATION ..... pag. 20
3.3 FONCTIONNALITÉS DE LA CONSOLE - AFFICHAGE ..... pag. 21
3.4 FONCTIONNALITÉS DE LA CONSOLE - BOUTONS ..... pag. 22
3.5 ALLUMAGE - PROGRAMME MANUEL ..... pag. 23
3.6 PROGRAMMES PRE-INSTALLÉS ..... pag. 24
3.7 PROGRAMME CARDIO ..... pag. 25
3.8 PROGRAMME WATT ..... pag. 26
3.9 BODY FAT TEST (TEST DE GRAISSE CORPORELLE) ..... pag. 27
3.10 CONNECTION BLUETOOTH ..... pag. 28

4.0 MAINTENANCE ..... pag. 29

5.0 ELIMINATION-RECYCLACE ..... pag. 30

6.0 CATALOGUE ET COMMANDE DES PIÈCES DETACHÉES ..... pag. 30
6.1 VUE ECLATÉE 1 ..... pag. 31
6.2 VUE ECLATÉE 2 ..... pag. 32
6.3 LISTE DES PIÈCES ..... pag. 33

7.0 CONDITION DE GARANTIE ..... pag. 34

1.0 AVERTISSEMENTS DE SÉCURITÉ

CONDUITE ADMIS

- Avant le montage et l'Emploi, merci de lire ATTENTIVEMENT cette notice et toutes les feuilles d'instructions ci-jointes.
- Utilisez la machine SEULEMENT à l'intérieur d'un foyer. Les termes et les avertissements d'utilisation, doivent être expliqués à tous les membres de la famille ou amis qui ont été autorisées à utiliser cette machine.
- Utilisez la machine SEULEMENT sur une surface plane ; pour prévenir les dommages, couvrez le sol par un tapis mis au dessous de la machine.
- Assurez-vous que qui utilise la machine ayec tout bien compris sur le fonctionnement et les instructions d'usage. Supervisez les étapes de leur premier entraînement. Le manuel d'instruction doit toujours être près de la machine pour une consultation rapide, si nécessaire.
- 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. Lors du démarrage de l'exercice accrochez-vous bien au balustre. Pendant la course, gardez sous contrôle le rythme cardiaque et réglez-le à votre besoin l'intensité d'effort de l'exercice. Portez des chaussures adaptées pour la course. Évitez de porter des vêtements qui empêchent la transpiration ou des chaussures avec une semelle en cuir ou rigide.
- Tenez fermement les mains courantes pendant le début de la séance d'entraînement. Au cours de l'exercice garder sous contrôle le rythme cardiaque et d'ajuster en conséquence l'intensité d'exercice.
- Si pendant l'utilisation de la machine, vous ressentez des étourdissements, des douleurs à la poitrine ou essoufflement, arrêtez immédiatement l'exercice et consultez votre médecin.
- Vérifiez périodiquement le serrage des boulons ainsi que l'intégrité de toutes les parties de la machine.

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 DESTINATION DE L'APPAREIL ET CONTRINDICATIONS

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

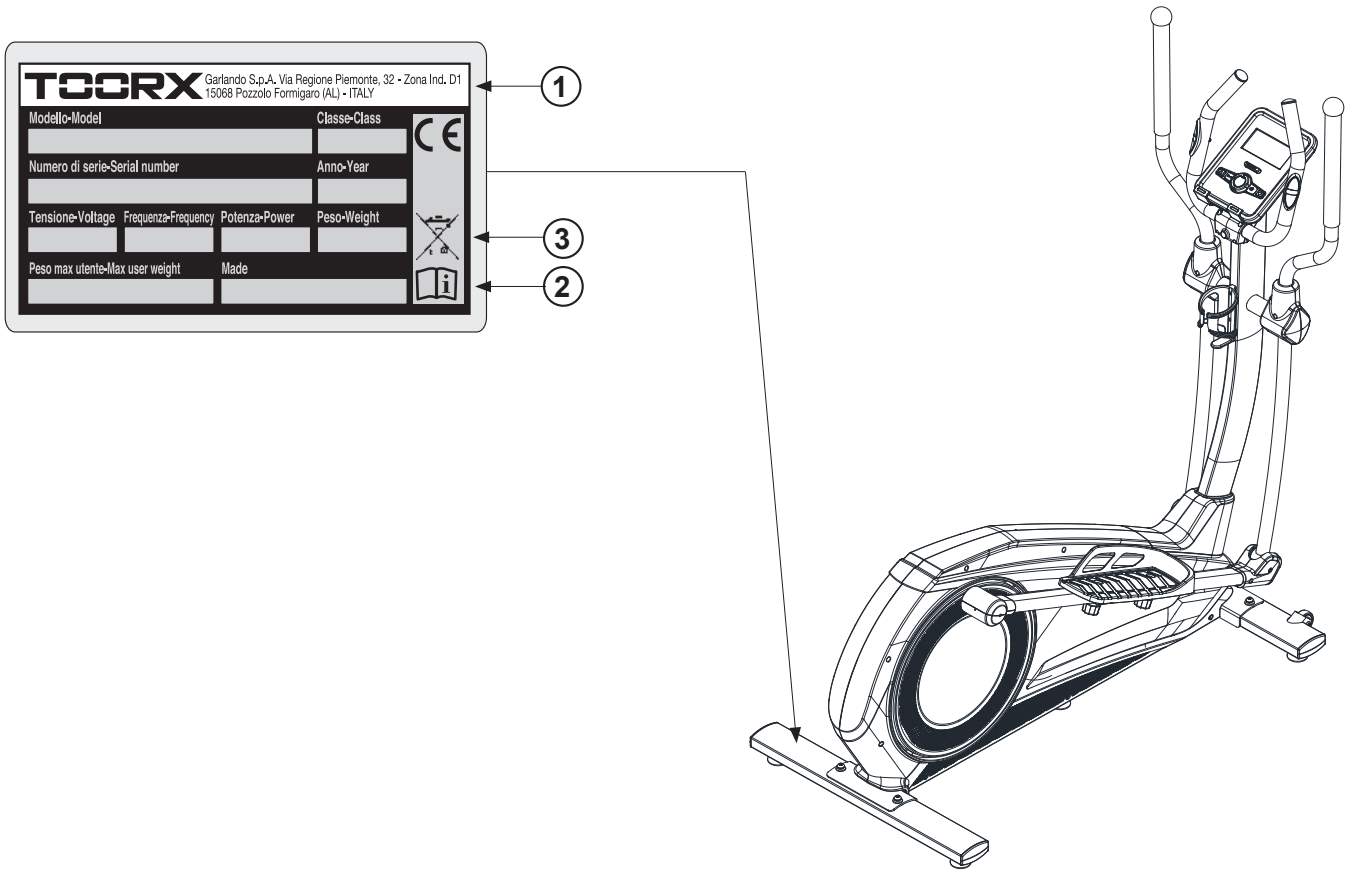
OBSERVATION:

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 ETIQUETTES 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.

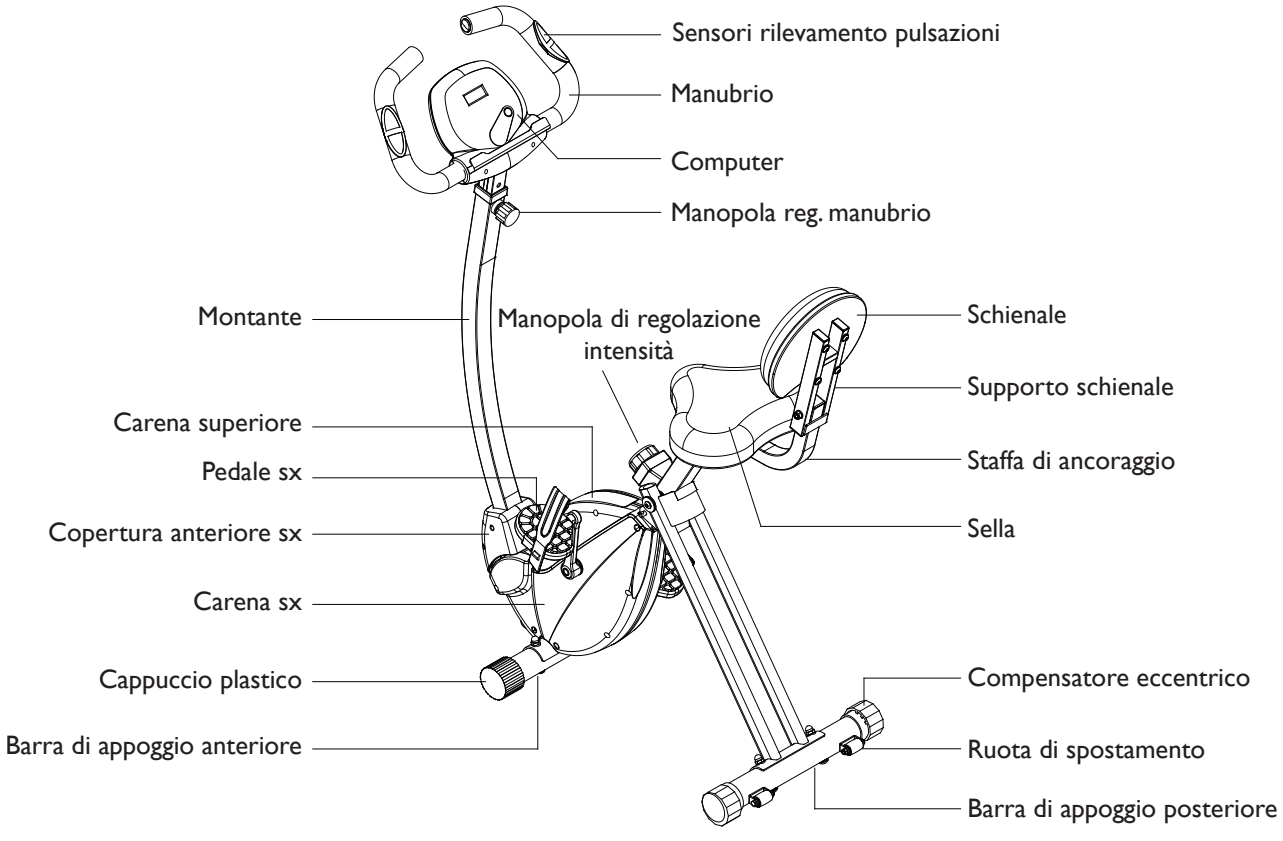
La plaque d'identification de doit pas être retiré ni modifié, le code du modèle et numéro de série doit être mentionné dans le cas de demande de pièces détachés.



1.3 CARATTERISTICHE TECNICHE

REGOLAZIONE DELL'INTENSITÀ	regolazione manuale con manopola su 8 posizioni
SISTEMA DI RALLENTAMENTO	sistema con freno ad azione magnetica
INFORMAZIONI COMPUTER	tempo, distanza, velocità, calorie, pulsazioni, odometro
PESO VOLANO	6 kg
INGOMBRI POSIZIONE APERTA (LXPXH)	1080 x 450 x 1280 mm
INGOMBRI POSIZIONE CHIUSA (LXPXH)	580 x 450 x 1160 mm
PESO NETTO	20 kg
PESO LORDO	22 kg
PESO MASSIMO UTENTE	100 kg
RILEVAZIONE CARDIACA	sensori di rilevazione pulsazioni cardiache sul manubrio
REGOLAZIONE SELLA	posizionamento verticale
REGOLAZIONE MANUBRIO	posizionamento verticale 7 livelli - regolazione inclinazione 5 livelli
CONFORMITA'	Direttiva EMC (2004/108/CE) - Direttiva RoHS (2011/65/UE) Direttiva Prodotti (2001/95/CE) - Norme EN 957-1/5 classe HC
ALIMENTAZIONE COMPUTER	2 batterie alcaline da 1,5 Vdc del tipo mini-stilo (size AAA)

DENOMINAZIONE ELEMENTI PRINCIPALI:



1.3 CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

AJUSTEMENT INTENSITÉ	contrôle électronique à 32 niveaux
SYSTÈME DE RALENTISSEMENT	système de freinage avec l'action magnétique
INFORMATIONS CONSOLE	temps, distance, calories, vitesse, RPM, rythme cardiaque, watts, indice de récupération
PROGRAMMES DISPONIBLES	programme Manuel, 4 programmes Beginner, 4 programmes Advance, 4 programmes Sporty, 4 programmes Cardio, programme Watt, BodyFat Test
MASSA D'INERTIE	16 kg
DIMENSIONS MAX (LXPXH)	1660 x 590 x 1580 mm
POIDS NET	68 kg
POIDS LOURD	76 kg
POIDS MAX UTILISATEUR	150 kg
DETECTION CARDIAQUE	capteurs de rythme cardiaque et récepteur sans fil HR (*)
INTERFACE BLUETOOTH	pour la synchronisation avec des applications dédiées sur tablette / Smartphone
CONFORMITÉ	Norme : EN ISO 20957-1 - EN 957-5 (classe HA)
	Directive : 2001/95/CE - 2006/95/CE - 2004/108/CE - 2011/65/UE
ALIMENTATION	IN: [240VAC - 50Hz] - OUT: [[9VDC - 1.3 A]

(*) Le récepteur HR sans fil qui équipe le produit est compatible avec un émetteur à sangle de poitrine Polar® T31 ou T34, le type non codés. L'émetteur de sangle de poitrine ne sont pas fournies avec le produit, il est disponible sur demande.

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.

Il EST OBLIGATOIRE de laisser un espace de sécurité d'au moins deux mètres entre la partie postérieure de l'appareil et le mur. A l'intérieur de l'espace de sécurité derrière l'appareil, il **EST INTERDIT** de placer quelque objet que ce soit.

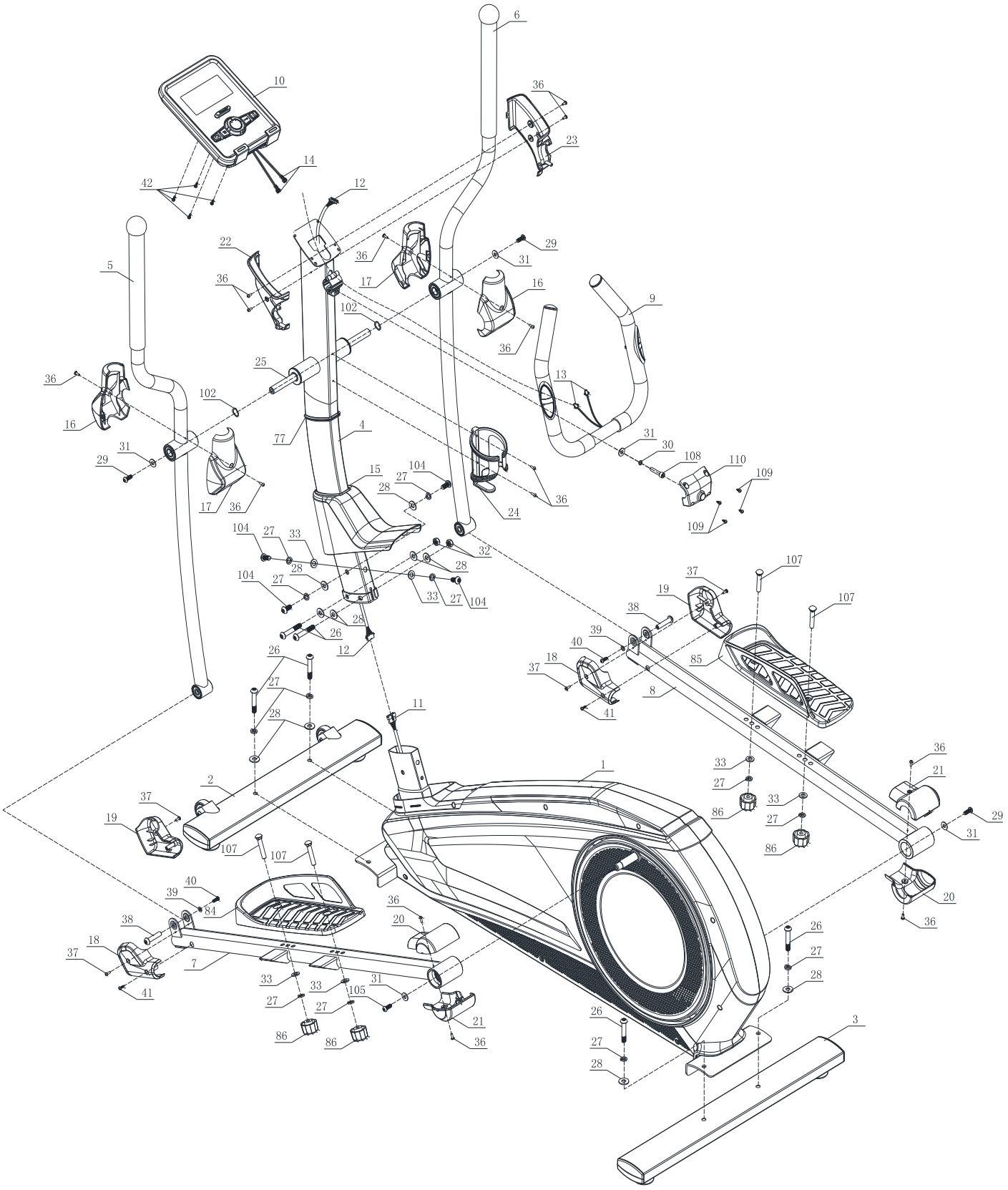
2.1 DEBALLAGE - CONTENU DE L'EMBALLAGE

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.

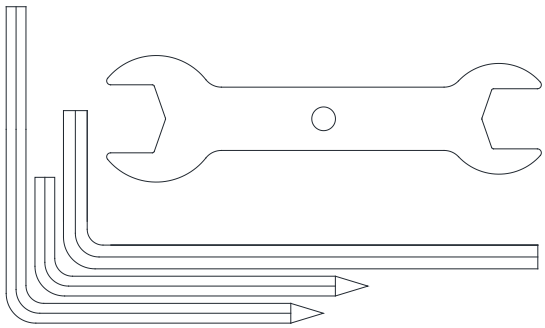
SCHÉMA DES PARTIES INTÉRESSÉES AUX OPERATIONS DE MONTAGE

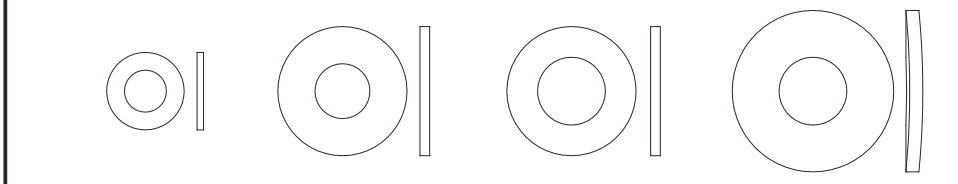


LISTE DES PARTIES INTÉRESSÉES AUX OPERATIONS DE MONTAGE

Pos.	Description	Q.té
1	Corps principal	1
2	Barre de support avant	1
3	Barre de support arrière	1
4	Montant de support console	1
5	levier gauche	1
6	levier droite	1
7	Barre de support de marchepieds gauche	1
8	Barre de support de marchepieds droite	1
9	Guidon	1
10	Console	1
11	Câble de connexion console section inférieure	1
12	Câble de connexion console section supérieure	1
13	Câble inférieur capteurs de détection de d'impulsion	2
14	Câble supérieur capteurs de détection de d'impulsion	2
15	Couvercle en plastique base montant	1
16	Revêtement ant. levier 5 / post. levier 6	2
17	Revêtement post. levier 5 / ant. levier 6	2
18	Revêtement joint leviers gauche	2
19	Revêtement joint leviers droite	2
20	Revêtement supérieur snodo volano	2
21	Revêtement inférieur snodo volano	2
22	Couverture montant gauche	1
23	Couverture montant droite	1
24	Porte bouteille	1
25	Goujon de pivot du levier	1
26	Vis M10×60×25	6
27	Rondelle fendue Ø10 mm	12
28	Rondelle incourvée Ø10.5×R100×t2.0	10
29	Vis M8x20 mm	3
30	Rondelle fendue Ø8 mm	1
31	Rondelle plate Ø8.5×Ø20×t1.5	5
32	Ecrus autobloquant M10	2
33	Rondelle plate Ø10 mm	6
36	Vis M4x16	14
37	Vis M4x10	4
38	Vis avec filetage intérieur Ø10×45×M6×20	2
39	Rondelle plate Ø6 mm	2
40	Vite M6x15	2
41	Vis autotaraudeuse ST4x15 mm	2
42	Vis M5x10	4
84	Marchepied gauche	1
85	Marchepied droite	1
86	Molette de blocage marchepied	4
102	Rondelle ondulée Ø17 mm	2
104	Vis M10x20	4
105	Vis M8×20	1
107	Boulon encastrable M10×55×20	4
108	Vis M8x30	1
109	Vis autotaraudeuse ST4x12	4
110	Cover pince guidon	1

LISTE DES MATÉRIELS UTILISÉ DANS LES OPERATIONS DE MONTAGE



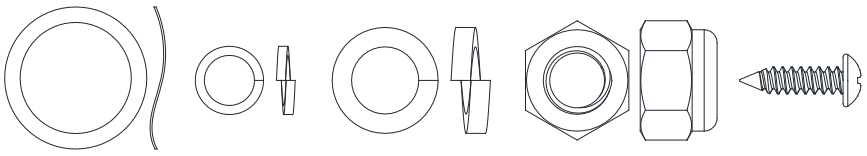


39
Ø6 (2pz.)

31
Ø8.5×Φ20×t1.5 (5pz.)

33
Ø10 (2pz.)

28
Ø10.5×R100×t2.0 (10pz.)



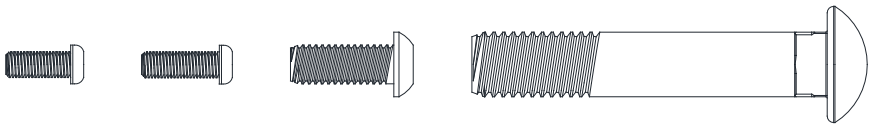
102
Ø17 (2pz.)

30
Ø8 (1pz.)

27
Ø10 (12pz.)

32
M10 (2pz.)

41
ST4×15 (2pz.)

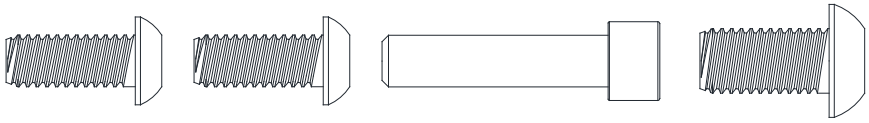


37
M4x10 (4pz.)

36
M4x16 (14pz.)

40
M6x15 (2pz.)

107
M10×55×20 (4pz.)

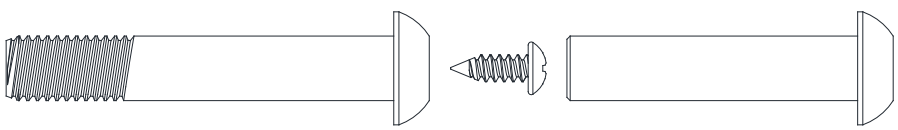


29
M8x20 (5pz.)

105
M8x20L (1pz.)

108
M8x30 (1pz.)

104
M10×20 (4pz.)



26
M10×60×25 (6pz.)

109
ST4×12 (4pz.)

38
Φ10×45×M6×20 (2pz.)

2.2 ASSEMBLAGE DU PRODUIT

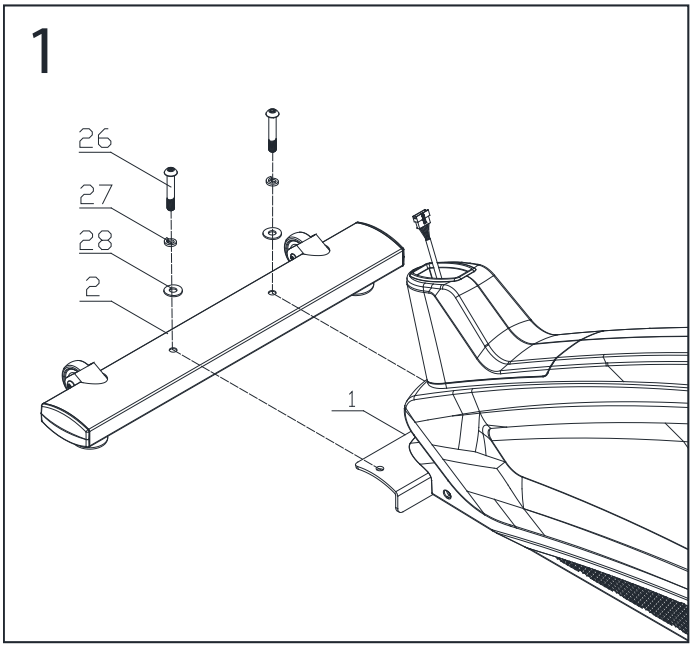
Après avoir ouvert l'emballage d'origine à l'endroit choisi pour l'installation du produit, afin de faciliter les opérations d'assemblage, préparer la salle avec une zone exempte de meubles, puis retirez tout le matériel contenu dans le paquet et placez-le sur le plancher , prêt à être monté.
Le matériel et des outils nécessaires pour le montage sont contenus dans une enveloppe

DANGER

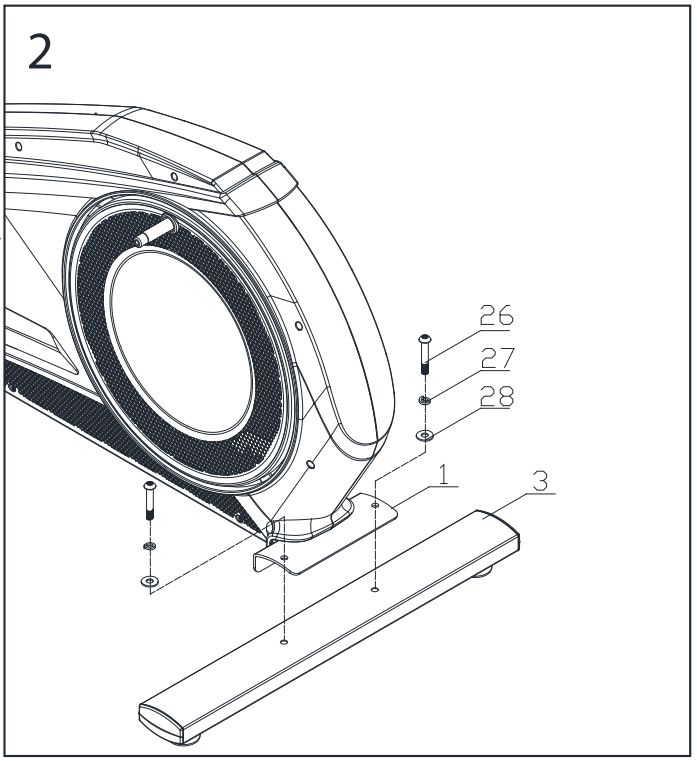
Tenir à l'écart des enfants et des animaux de compagnie pendant les opérations d'assemblage.

1-2) montage des barres de support

- Fixer la barre de support avant **2** au corps principal **1** en serrant deux vis **26** [M10 × 60 × 25] ainsi que deux rondelles fendues **27** [Ø 10 mm] et deux rondelles courbées **28** [Ø10.5×R128×t1.5].



- Fixer la barre de support arrière **3** au corps principal **1** en serrant deux vis **26** [M10 × 60 × 25] ainsi que deux rondelles fendues **27** [Ø 10 mm] et deux rondelles courbées **28** [Ø10.5×R128×t1.5].

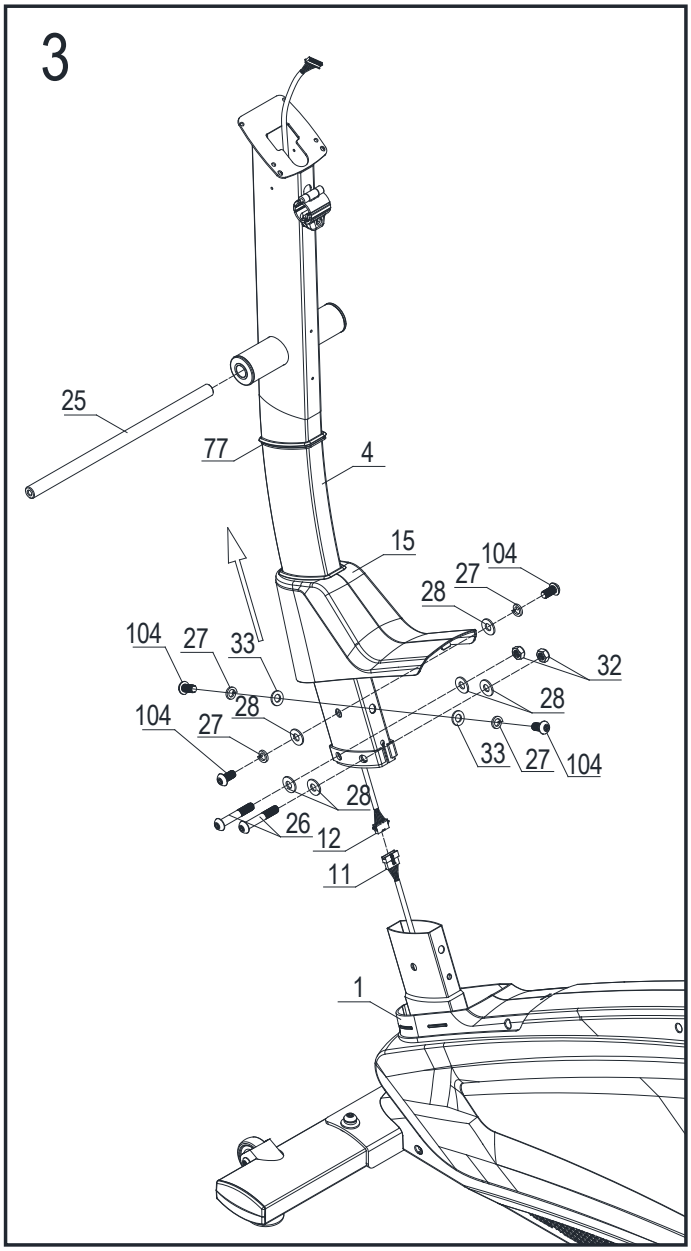


3) Installation du montant du support-console

DANGER

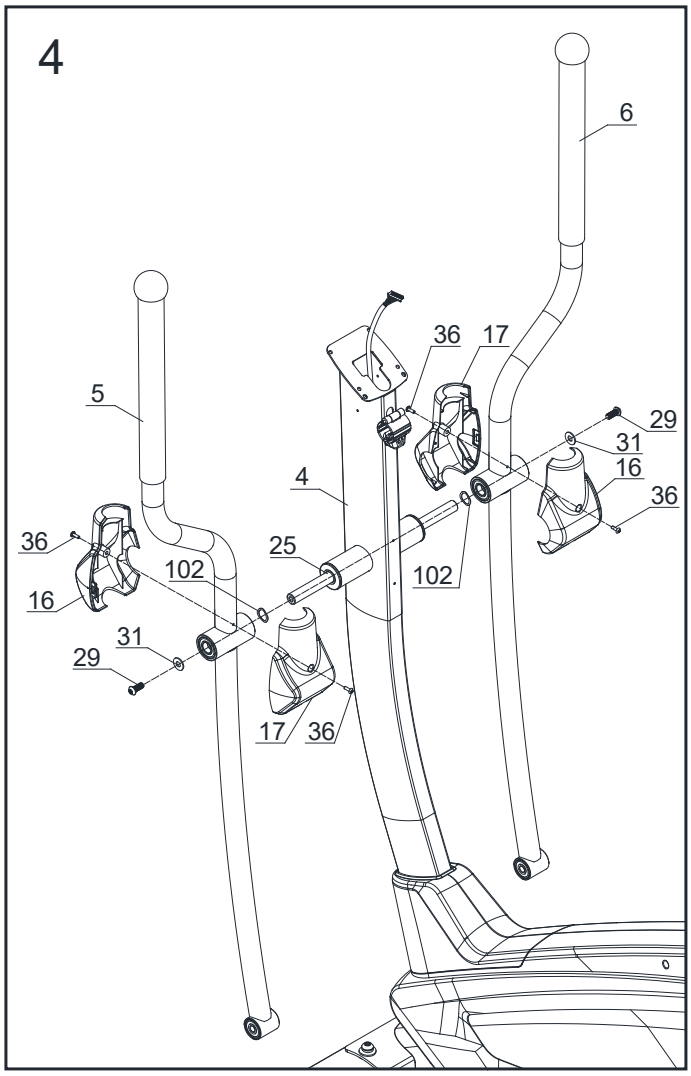
Pendant les opérations de fixation du montant support-console au corps principal, veillez à ne pas écraser ou couper entre le tube, le câble de la console.

- Approcher le montant-support consoles **4** au point d'engagement sur le corps principal 1, puis du fond enfiler le joint en plastique **77** avec le couvercle de a base du montant **15,** dans le sens indiqué dans l'image ici à côté.
- Branchez le connecteur du câble supérieur **12**, provenant de la colonne de support de la console **4**, à sa prise de câble inférieur **11** sortant du corps principal **1**.
- Insérez le poteau de support de la console **4** dans le point disposé sur le corps principal 1 de l'engagement et le fixer à la fois à l'avant et à l'arrière par une vis **104** [M10 x 20 mm] accompagné de la rondelle fendue **27** [Ø 10 mm] et la rondelle plate **33** [Ø 10 mm]. Fixer également le poste sur les côtés en serrant deux vis **104** [M10 x 20 mm] accompagné par la rondelle fendue **27** [Ø10 et rondele ondulée **28** [Ø10.5×R100×t2.0].
- Enfin, fixer le fond en serrant deux vis **26** [M10 × 60 × 25 mm] accompagnés de rondelles courbées **28** [Ø10.5 × R100 xT2.0] avec deux écrous autobloquants **32** [M10] équipé de deux rondelles courbées. **28** [Ø10.5×R100×t2.0].
- Abaissez le couvercle de la base du montant **15** de manière à couvrir la jonction des tubulaires et les têtes des vis de fixation.
- Insérer la goupille **25** dans le trou traversant prévu à l'extrémité du montant support de la console **4.**



4) Montage de Leviers

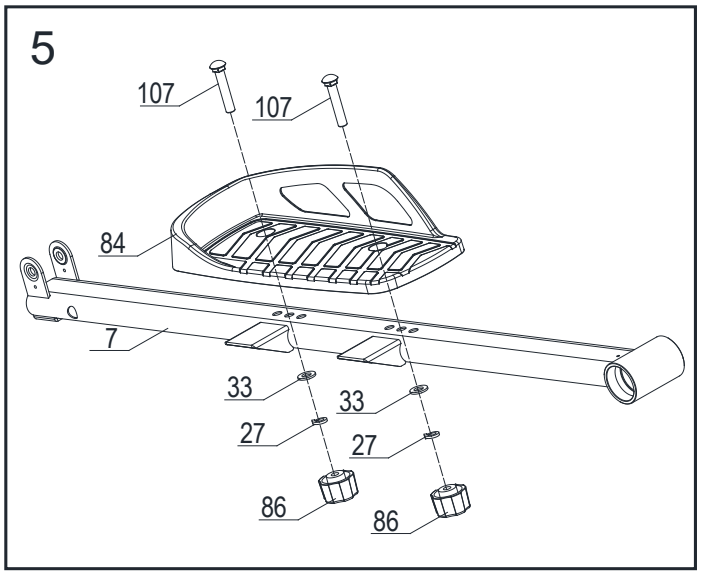
- Insérez deux rondelles ondulées **102** [Ø17 mm] dans l'axe latéral **25** du montant de support- la console.
- Insérez le moyeu de rotation du levier de gauche **5** et le levier de droite **6** aux extrémités du goujon **25** dans le montant de support-console **4** et verrouiller les leviers en serrant chacun avec une vis **29** [M8x20 mm] accompagné d'une rondelle plate **31** [Ø8,5 × Ø20 × T1.5], dans l'ordre indiqué dans l'image à côté.
- Respecter l'ordre indiqué sur la figure, les revêtements couplés **16** et **17** dans le moyeu de rotation du levier **5** gauche et le levier à droite **6** et fixez-les en serrant chaque couvercle avec une vis auto-taraudeuse **36** [M4x16 mm].



5) Montage de marchepied

- Fixer le marchepied gauche **84** sur la barre gauche **7** par deux boulons encastrables **107** [M10 × 55 × 20 mm], en serrant deux poignées **86** chacune précédé d'une rondelle fendue **27** [Ø 10mm] et une rondelle plate **33** [Ø 10 mm], comme représenté en *Figure 5*.
- Répéter les mêmes opérations pour la fixation du marchepied droit **85** sur la barre de droite **8**.

Remarque:
En utilisant les manettes **86** vous pouvez positionner le marchepied, le long de la barre de support de marchepied sur l'un des trois trous disponibles.
Le marchepied gauche **84** et la droite **85** doivent être positionnés à la fois sur les mêmes trous.



6) Assemblage barres support de de marchepieds

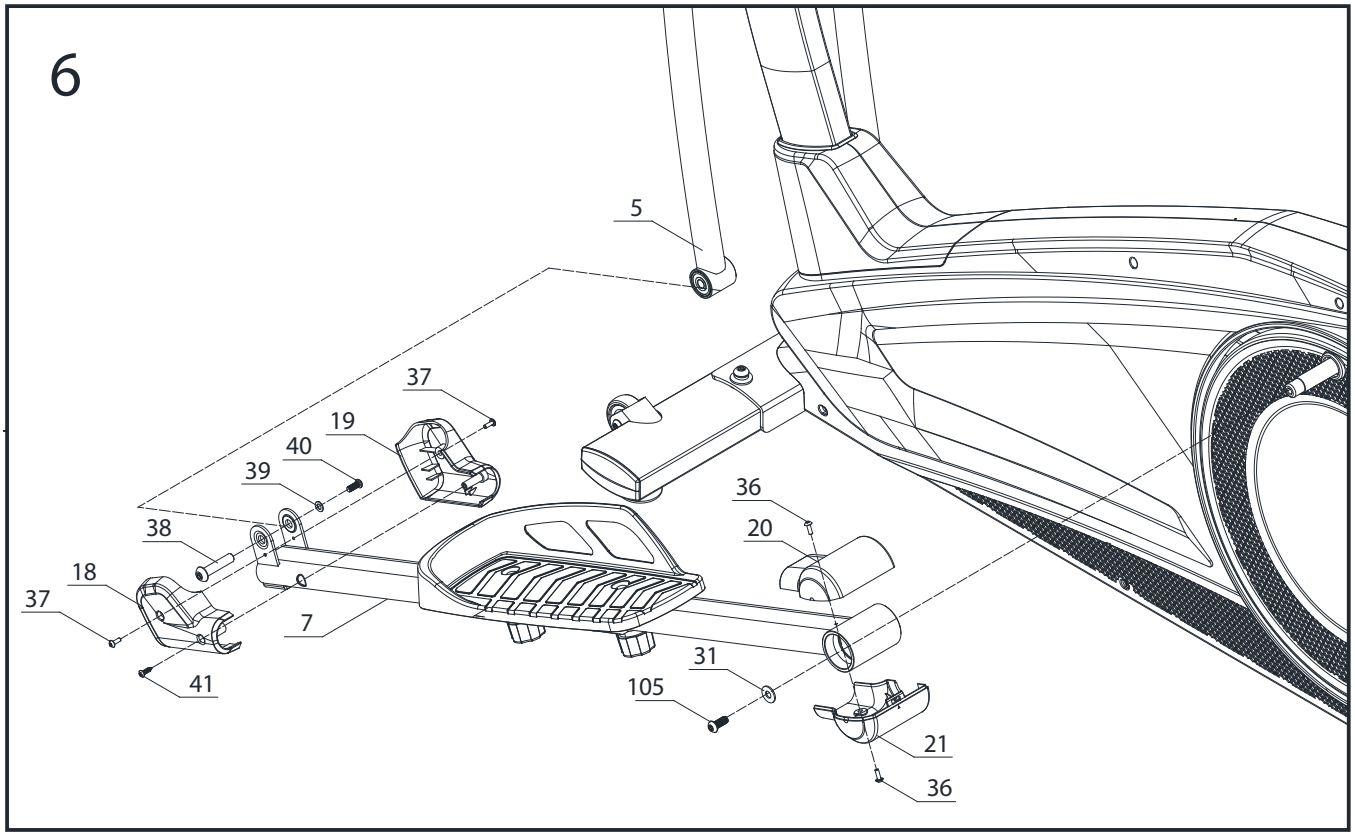
- Insérez le trou arrière de la barre de support de marchepied gauche **7** dans le pivot de rotation de la manivelle de la pédale du côté du volant à gauche. Fixer la barre avec une vis **105** [M8x20 mm] précédé d'une rondelle plate **31** *[Ø8.5×Ø20×t1.5].*

- *Connecter la partie avant de la barre de support de repose-pieds gauche 7 à l'extrémité du levier inférieur gauche 5 en serrant un boulon avec filetage intérieur 38 [Ø10 × 45 × M6 × 20] avec une vis 40 [M6x15 mm], précédé d'une rondelle plate **39** **[Ø6 mm].***

- *Couplez les revêtements articulaires leviers **18** et **19** à la jonction de la barre de gauche **7** et le levier gauche **5**, puis fixez-les en serrant les deux vis filetées **37** [M4x10] et une vis auto-taraudeuse **41** [ST4x15 mm].*

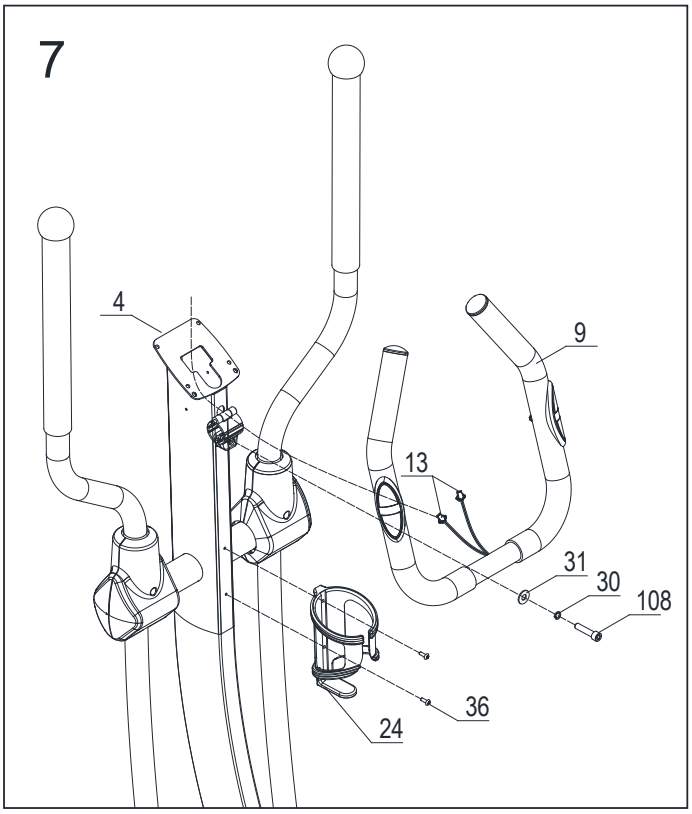
- *Couplez le revêtement supérieur articulaires volant **20**, avec le revêtement inférieure articulaires volant **21** à la jonction entre la barre de gauche **7** et la manivelle gauche, puis fixez-les en serrant les deux boulons filetés **36** [M4x16 mm].*

- *Répéter les opérations de montage décrites pour la barre de support de marchepied gauche **7** également pour la fixation de la barre de support de rmarchepied droit **8**.*



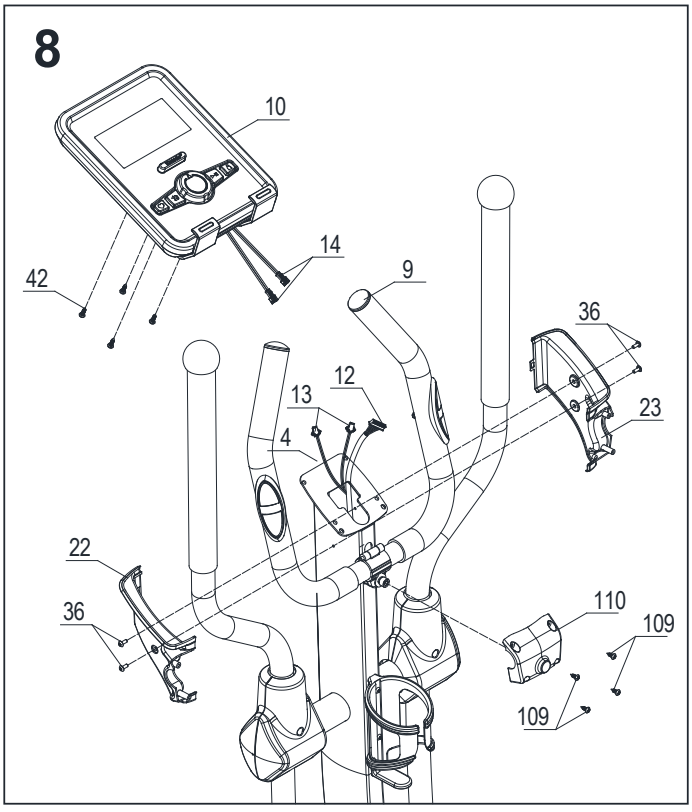
7) Assemblage guidon

- Avvicinare il manubrio **9** al morsetto di bloccaggio del montante supporto console **4**, quindi infilare i due connettori dei sensori di rilevazione pulsazioni cardiache **13** attraverso lo scasso che si trova sopra al morsetto e portarli all'uscita dal foro superiore del montante supporto console, assieme al connettore del cablaggio superiore.
- Fissare il manubrio **9** nel morsetto di bloccaggio serrando una vite **108** [M8x30 mm] corredata da una rondella spaccata **30** [Ø8 mm] e una rondella piana 31 [Ø8.5×Ø20×t1.5].
- Fissare il porta-borraccia **24** al montante di supporto console **4** serrando due viti filettate **36** [M4×16 mm].



8) Assemblage console

- *Approchez la console **10** à l'emplacement de montage et rancher le connecteur du câble supérieur **12** à la prise à l'arrière de la console et les deux connecteurs **13** du câblage des capteurs de détection du rythme cardiaque aux bornes respectives **14** sortie de la console.*
- *Placez la console **10** sur la plaque de support à l'extrémité du support-console **4**, pousser les câbles de connexion à l'intérieur du montant, en veillant à ce qu'ils ne se coupent pas entre la plaque et la console, puis fixez-les en serrant quatre vis **42** [M5x10 mm].*
- *Fixer le couvercle du montant gauche **22**, et le couvercle du montant droit **23** à la fin du montant support-console **4**, les jumelant aux côtés du guidon en les serrant chaque avec deux vis **36** [M4x16 mm]. **109** [ST4x12 mm].*



Mise à niveau

- Pour compenser les éventuelles irrégularités du sol, le produit est équipé de quatre pieds réglables **58** placés sous la barre de support, réglable par clé spéciale.

- À ce stade, l'ensemble du produit est conclu. Avant utilisation lire les autres parties du manuel pour apprendre toutes les informations sur l'utilisation sécuritaire du produit.

DANGER

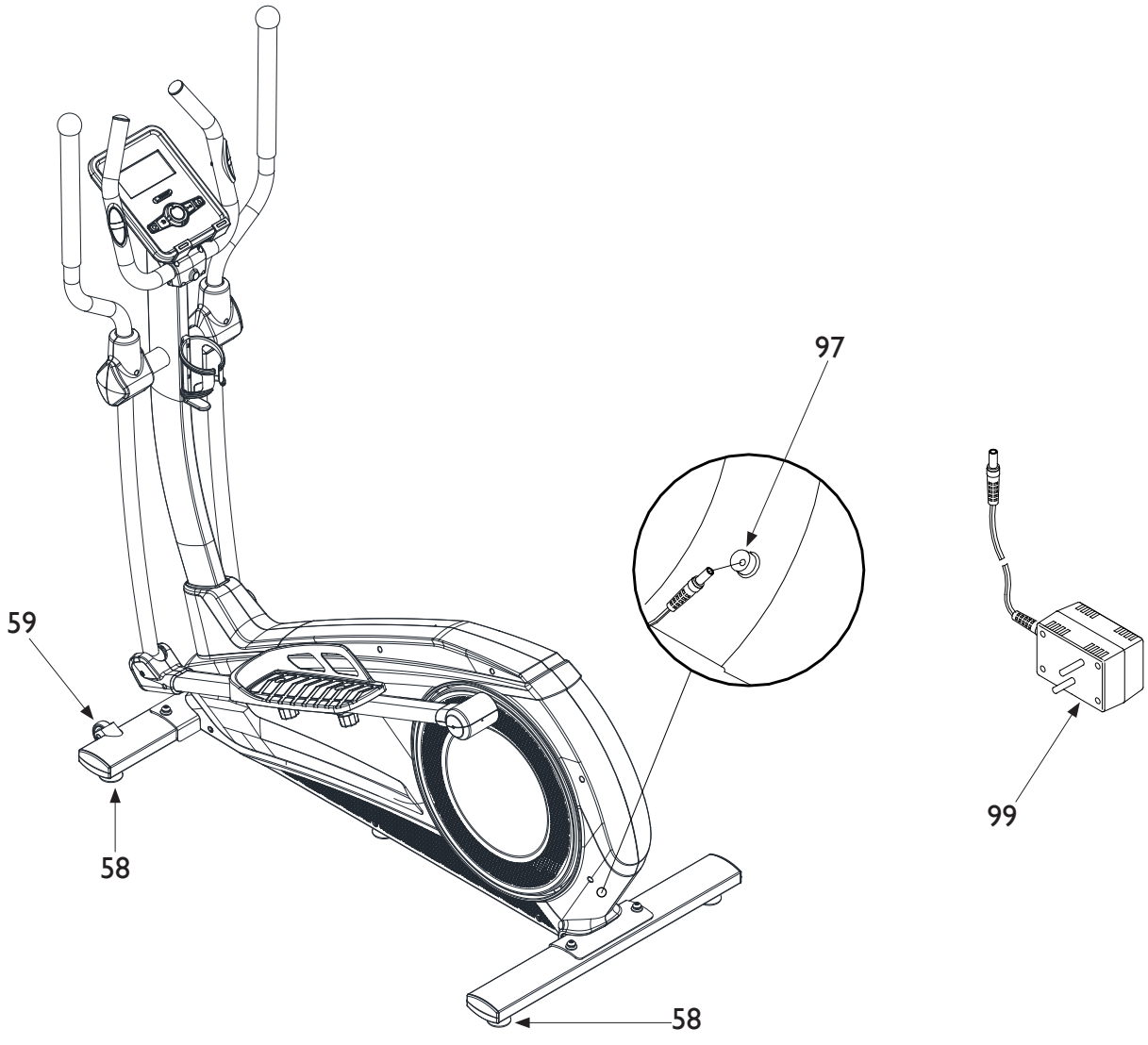
Toujours veiller à la bonne fermeture des plates-formes avant de monter sur, vérifier le serrage des vis sous eux.

Déplacement du produit

- Pour les courts trajets à l'intérieur de la pièce est nécessaire de fermer l'outil (voir les instructions ci-dessous) puis saisir avec les 2 mains les extrémités du guidon en poussant vers le bas, avec vos bras incliner la machine jusqu'à ce qu'il soit en équilibre sur les petites roues de déplacent avant 59. Pousser la machine vers l'avant en glissant sur le deux roues à l'endroit voulu, puis abaissez en l'accompagnant doucement.

Branchement électrique

- Branchez le bloc d'alimentation **99** fourni, puis branchez la prise d'alimentation **97**située sur la face avant du produit dans la prise murale.



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:

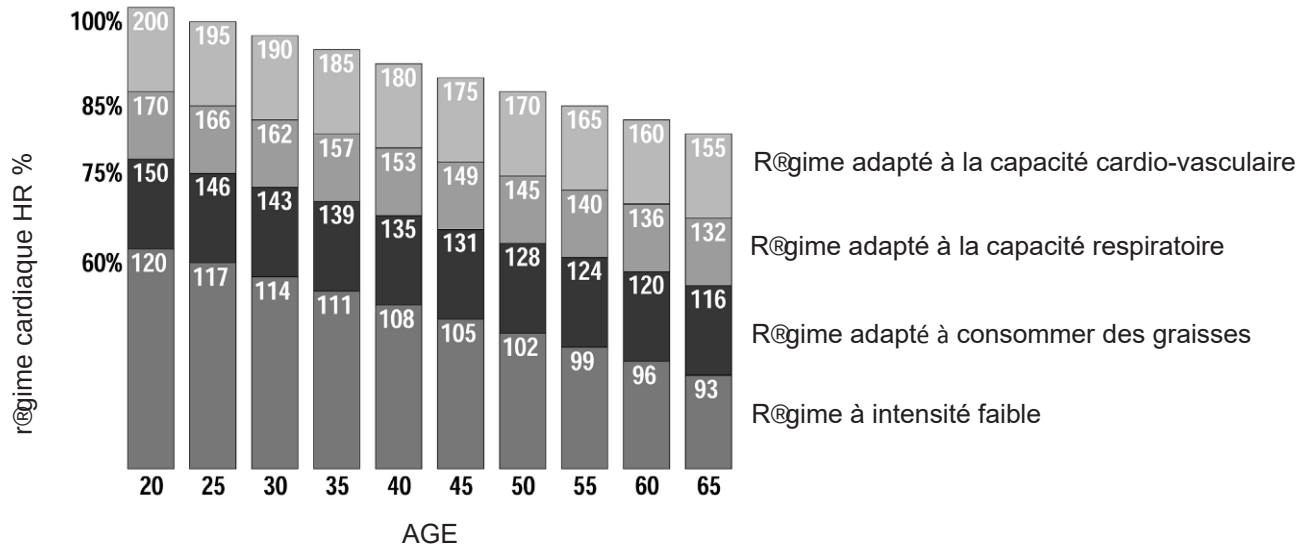
ÉCHAUFFEMENT: avant d'exécuter un entraînement en utilisant cet appareil, il est nécessaire d'exécuter certains exercices pour s'échauffer et étirer les muscles, il est nécessaire de faire monter la température du corps et de mettre en condition le cœur et les poumons.

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 UTILISATION DE LA CEINTURE ÉMETTEUR (EN OPTION)

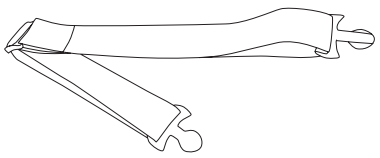
PRECAUTION

- **Avant d'utiliser l'émetteur lecture-end attentivement les instructions sur cette page et ceux fournis par un fabricant.**
- **Après chaque utilisation, débranchez l'émetteur de l'élastique de la bande, essuyer la sueur et les sécher soigneusement.**
- **Nettoyer l'émetteur avec un chiffon humide et un savon doux; la bande élastique doit être lavée régulièrement: nous vous recommandons de laver dans la machine à laver, à une température inférieure à 40 °.**
- **La bande élastique et l'émetteur doivent être maintenus hors de tiroirs, des enveloppes scellées ou autres récipients; vous pouvez l' accrocher sur un mur, de manière à assurer le séchage parfait.**

Cet outil intègre un récepteur HR sans fil compatible avec une sangle de poitrine émetteurs Polar T31 o u T34 de type non codée.
L'émetteur et la sangle de poitrine ne sont pas fournies avec le produit, il est disponible sur demande.

1) Fixez une extrémité de l'émetteur à la ceinture élastique.
2) Ajuster la longueur de la bande élastique (en fonction de votre poitrine), en agissant sur la boucle. Mettez la bande élastique juste en dessous de la poitrine, comme indiqué, puis fixer l'autre extrémité de la sangle élastique à l'émetteur.
3) Soulever l'émetteur et loubrifier avec les doigts mouillés d'eau les électrodes placées sur le dos.
4) Assurez-vous que les surfaces avec les électrodes adhèrent bien à la peau.

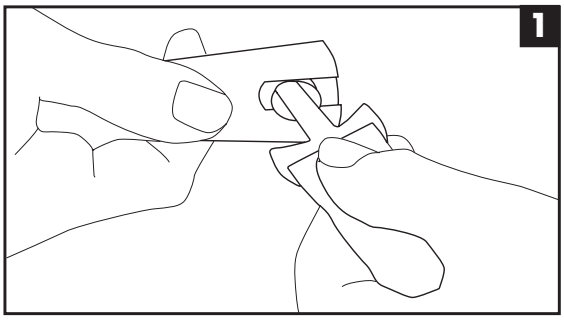
L'indication de la fréquence du pouls mesurée par la bande est seulement une valeur de référence utile pour surveiller la fréquence du cœur en fonction du régime d'entraînement choisi, et pour obtenir une référence à la consommation de calories.
En aucun cas, la mesure prise par l'émetteur peut être considéré comme des données médicales.

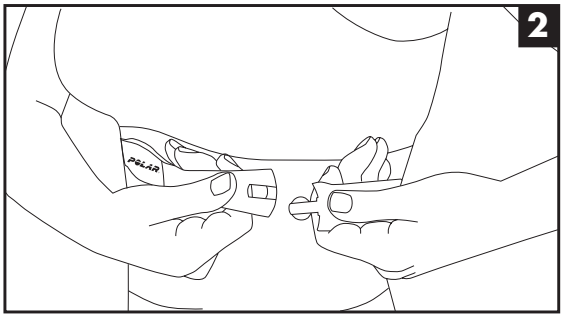


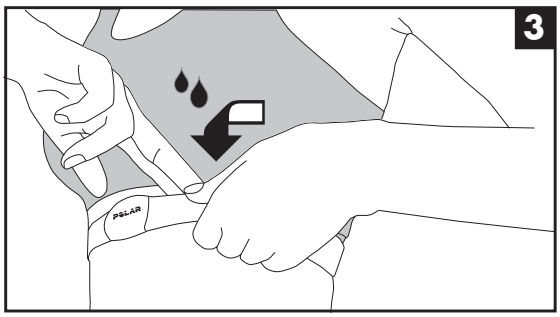
Bande élastique

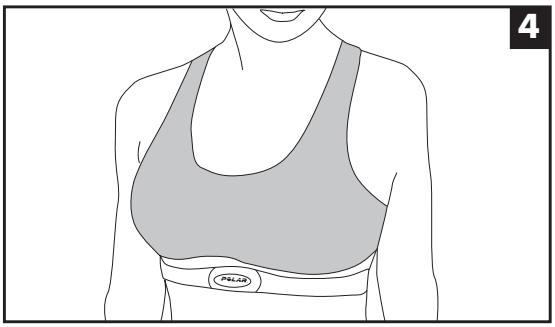


Emetteur









3.2 CONSEILS D'UTILISATION

Qui va utiliser le produit pour la première fois, devra d'abord se familiariser avec la console et étudier la façon dont il fonctionne. Avant de se lancer dans un programme d'exercice, il est également important de se habituer au mouvement flottant spécifique de l'elliptique, et de maintenir le contrôle musculaire correct pour éviter d'annuler les résultats de l'entraînement.

1) Monter avec un pied à la fois, sur les marchepieds 84-85 à l'arrière, et saisir fermement avec les 2 mains le guidon 9.

DANGER

Ne manquez pas l'équilibre lors de la montée sur les repose-pieds, chercher d'abord une prise ferme sur le guidon.

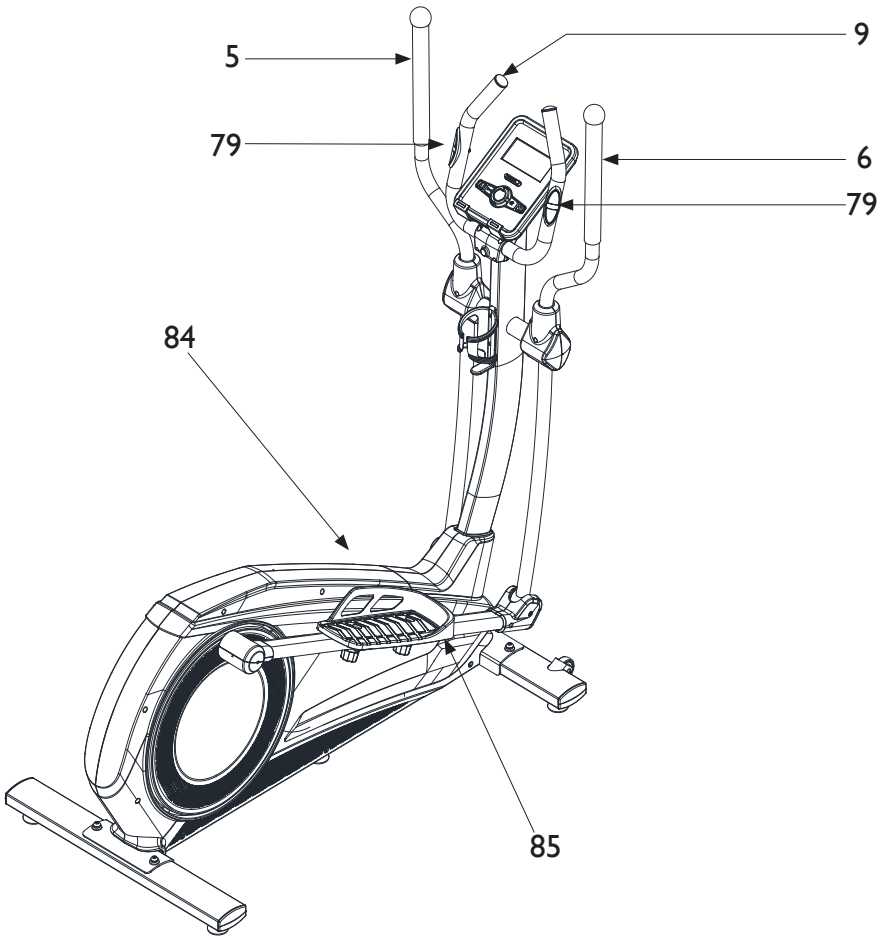
2) touchez avec vos avant pieds l'avant des plates-formes.
3) décrochez-vous de la poignée du guidon et avec vos mains saisissez les leviers 5-6, puis pousser avec les jambes sur les repose-pieds pour se familiariser avec le rythme de la machine.
4) Définir le type d'entraînement directement sur la console, à cet effet, lisez le paragraphe suivant.

PERICOLO

Pour une bonne posture sur la machine est important de bien maintenir le dos droit, en évitant de déséquilibrer le corps en avant ou en arrière. Toujours pousser avec les deux jambes et les bras, en coordonnant le mouvement, Si vous posez vos mains sur les leviers supérieurs vous n'aurez pas d' entraînement de la partie haute car vous exploitez uniquement l'unité de jambe.

5) Au cours de l'exercice, vous pouvez évaluer votre fréquence cardiaque en saisissant le capteur de détection de la fréquence cardiaque 79 placé sur le guidon.

Il est conseillé de préparer les muscles impliqués dans le mouvement en faisant des exercices d'étirement appropriés, coordonné par un instructeur professionnel, ce qui permet de dissoudre les articulations rigides et étirer les muscles. Comme avec toutes les techniques, surtout si nouvelles, au début il est bon de compter sur des experts.



3.3 FONCTIONNALITÉS DE LA CONSOLE - AFFICHAGE

La console est principalement constituée d'un affichage à cristaux liquides qui permet l'affichage des données suivantes:

SPEED (VITESSE) - RP

- La vitesse instantanée est atteinte lors du fonctionnement en km / h.
- Le NOMBRE DE ROTATION PAR MINUTE DES MARCHES qui sont faites au cours de l'exercice.

TIME (DURÉE)

- La durée du temps d'exercice à partir de zéro, ou compte à rebours le temps fixé comme but jusqu'à zéro.

DISTANCE

- Distance partielle accumulée depuis le début de l'exercice,

CALORIES

- La consommation de calories pendant l'exercice exprimé en kcal, ou la consommation de calories compte à rebours fixé comme but jusqu'à zéro (*).

PULSE

- La fréquence cardiaque, mesurée par préhension des capteurs de détection sur le guidon ou via un émetteur de ceinture pectorale (en option).
  La valeur est mesurée en bpm (battements par minute) (*).

LOAD - WATT

- Indique le niveau d'intensité de l'exercice rapporté à la force antagoniste présenté par les pédales, et peut être ajustée à différents niveaux, par commande électrique.
- Il indique 'la puissance en watts, qui est produit pendant l'exercice.

RECOVERY

- Indice de recuperation, une valeur numérique exprimée entre les niveaux (L1 à L6) qui indique la résilience du système cardio-vasculaire en fournissant des données sur le niveau de condition physique.

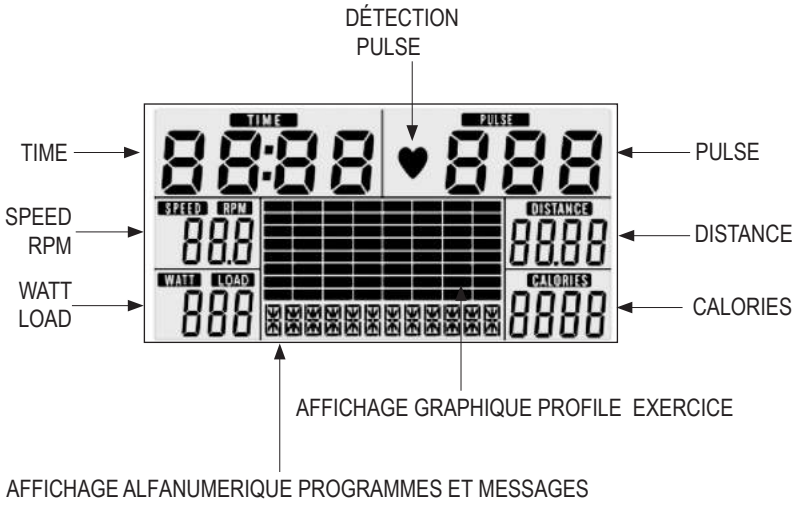
L'**affichage graphique** par matrice exécute la fonction d'affichage graphique du profil des programmes prédéfinis, permet l'édition des programmes utilisateur et affiche le niveau d'intensité à tout mode d'utilisation de l'outil.

L'affichage alphanumerique situé en bas, joue des fonctions d'affichage multiples: indication du programme sélectionné (Manuel, Débutant, Advance, Sporty Cardio, Watt, etc ..), ou les fonctions du programme (Age, Poids, Stop, Démarrage, etc ..).

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

Note:
Si vous ne disposez pas de la sangle de poitrine en option, pour afficher la lecture du rythme cardiaque, il est nécessaire de saisir avec les deux mains les capteurs de détection de pulsation placés sur le guidon. La lecture se produit au bout de quelques secondes, dans le cas où la lecture se révèle difficile, humidifier les mains pour favoriser le contact avec les capteurs.
Pour allumer la console, appuyez sur un bouton. Après cinq minutes de la fin de l'exercice, la console se met automatiquement hors tension.





3.4 FONCTIONNALITÉS DE LA CONSOLE - BOUTONS

Bouton ENTER

Avant de commencer un exercice:

- Appuyez sur le bouton ENTER dans le centre du rotor pour confirmer la sélection d'un programme d'entraînement: Programme Manuel , Programme Débutant x 4, Programme avancé 4 x , programme sporty x 4, Programme Cardio, Programme Watt;
- Appuyez sur ENTER pour confirmer le réglage de tous les paramètres de fonctionnement d'un programme (durée, distance, calories, pouls).

Bouton START / STOP

Avant de commencer un exercice:
- Appuyez sur START / STOP pour lancer un exercice dans tous les modes, puis démarrer le comptage de l'écran et les fonctions du programme d'entraînement choisi.
Avec l'exercice en cours:

- appuyez sur le bouton START / STOP pour arrêter immédiatement le compte dans le mode "STOP", et le retour à la section de réglage de données.

Rotore: verso destra (+) - verso sinistra (-)

Avant de commencer un exercice:

- Agir sur le rotor +/- pour sélectionner l'un des programmes disponibles,
- Agir sur le rotor +/- pour régler l'une des variables de formation: Durée, Distance, Calories, Pulse,
- Agir sur le rotor +/- pour introduire toutes les données des programmes d'entraînement.

Avec l'exercice en cours::

- agir sur le rotor +/- pour augmenter ou diminuer l' intensité de l'exercice (32 niveaux de réglage),

Bouton RESET

Appuyez sur le bouton pour supprimer une partie de données en mode réglage des données.
Garder le bouton RESET enfoncé pendant plus de 3 secondes pour mettre à zéro toutes les données.

Bouton BODY FAT

Lorsque un exercice n' est pas exécuté et la console est en mode STOP, appuyer sur le bouton BODY FAT pour lancer la fonction de mesure du pourcentage de masse grasse corporelle.

Bouton RECOVERY

- Après avoir terminé un exercice appuyer sur le bouton RECOVERY pour lancer la fonction de récupération d'impulsion.
- La fonction de récupération permet d'obtenir un indice de contrôle des améliorations acquises des capacités cardio-vasculaires, par rapport à l'état d'avancement de l'entraînement. Effectuer des tests hebdomadaires après un exercice d' une durée constante de 30 minutes.

après l'exercice arrêter de pédaler et appuyer sur le bouton RECOVERY en plaçant les mains sur les capteurs de détection de fréquence du pouls.
Après un compte à rebours de 60 secondes l'écran affiche l'indice de performance détecté, caractérisé par six niveaux:
Niveau 1 = indice de performance EXCELLENT
Niveau 2 = indice de performance TRÉS BON
Niveau 3 = indice de performance BON
Niveau 4 = indice de performance DISCRET
Niveau 5 = indice de performance SUFFISANT
Niveau 6 = indice de performance SATISFAISANT.

Si les capteurs de détection de fréquence du pouls ne détectent aucun signal sur l'affichage graphique une erreur est signalée.

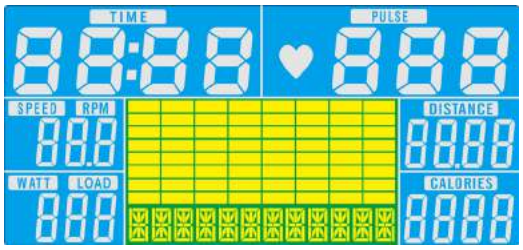
AUTO ON / OFF

Pour allumer la console, appuyer sur un bouton ou commencez à pédaler. Après quelques minutes de la fin de l'exercice (quand le pédalage est à l'arrêt) la console se met automatiquement hors tension.

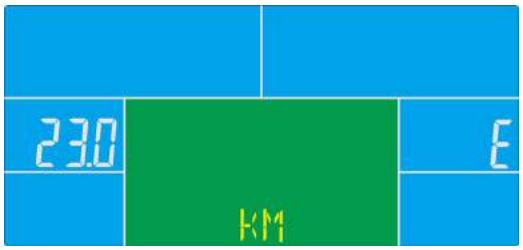


3.5 ALLUMAGE - PROGRAMME MANUEL

- Branchez l'adaptateur d'alimentation dans la prise à l'avant de lla machine.
- Insérez la prose d'alimentation dans le mur le plus proche de la machine; une alerte sonore et tous les écrans s'allument pendant un moment.



- Ensuite, l'écran affiche les unités de mesure par défaut (km ou miles), et le du diamètre du calibragede la roue.



- Enfin, l'écran affiche la page principale à partir de laquelle vous pouvez sélectionner l'un de plusieurs exercices qui fournit la console.



- Après l'allumage de la console, ou en appuyant sur le bouton RESET, l'affichage graphique affiche le symbole clignotant MANUEL (ou tourner le rotor +/- jusqu'à sélectionner le mode manuel, indiqué par le marquage MANUEL), puis appuyez sur le bouton ENTRER pour confirmer.



- Agir sur le rotor +/- pour sélectionner l'un des quatre objectifs de la formation: Durée, Distance, Calories, Pulse; quand son affichage clignote, appuyer sur ENTER pour sélectionner l'un des quatre objectifs.

Durée



Distance



Calories



Pulsations

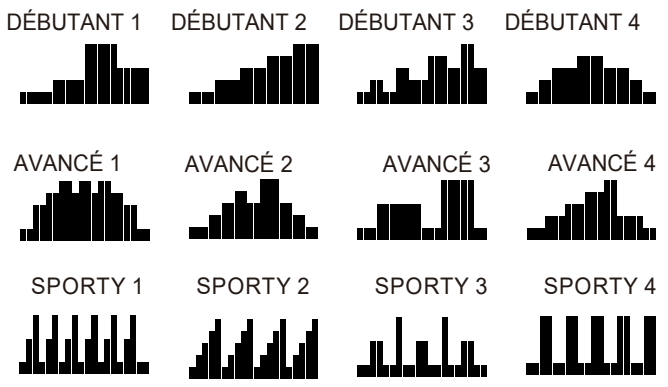


- Utilisez le rotor +/- pour définir l'objectif selectionné et appuyez sur ENTER pour confirmer.
- Une fois que vous avez saisi toutes les données, pour lancer le programme manuel, appuyez sur le bouton START / STOP, tourner le rotor +/- pour régler l'intensité de l'exercice.
- Lorsque vous définissez l'un des objectifs d'entraînement (temps, distance, calories, pouls), l'affichage correspondant commence le compte à rebours de la valeur inserè jusqu'à zéro.
- Au cours de la séance d'entraînement, vous pouvez faire varier le niveau d'intensité en appuyant sur le rotor +/- .
- L'écran PULSE affiche les battements par minute lorsque les capteurs de détection d'impulsion sur le guidon sont saisies, ou une sangle de poitrine (en option) est portée.
- Pour mettre en pause l'entraînement appuyer sur le bouton START / STOP pour annuler un exercicen et revenir à l'état initial appuyez sur le bouton RESET.

3.6 PROGRAMMES PRE-INSTALLÉS

En choisissant l'un des programmes DEBUTANT X4, AVANCE' X4, SPORTY X4, vous choisissez une session d'entraînement qui se compose de programmes prédéfinis dans lequel l'intensité est ajustée à partir de la console selon les diagrammes de profil reproduits sur l'écran à matrice.

- Après avoir allumé la console, ou en appuyant sur le bouton RESET, l'affichage graphique affiche le symbole clignotant MANUEL, agir sur le rotor +/- pour sélectionner le programme DEBUTANT ou le programme AVANCÉ, ou SPORTIF, puis appuyez sur le bouton ENTER pour confirmer.
- Après avoir sélectionné l'un des trois programmes en appuyant sur le rotor +/- rotor, vous pouvez choisir l'un des 4 niveaux de difficultés différents des programmes pré-definis, puis appuyez sur ENTER pour confirmer.
- L'affichage TIME (Duré) se présente sous forme clignotante, agir sur le rotor +/- pour régler la durée, et appuyer sur ENTER pour confirmer.
- Pour démarrer le programme d'entraînement, appuyer sur le bouton START / STOP, l'affichage de la duré déroulera le compte à rebours mis en place jusqu'à la valeur zéro.
- L'intensité est automatiquement modifiée à partir de la console selon le profil du programme sélectionné, cependant, au cours de l'exercice, vous pouvez modifier manuellement le niveau d'intensité en appuyant sur le rotor +/- .
- L'affichage PULSE montre les battements par minute lorsque les capteurs de détection d'impulsion sur le guidon sont saisies, ou une sangle de poitrine (en option) est portée.
- Pour faire une pause pendant l'entraînement, appuyer sur le bouton START / STOP; pour annuler une opération et retourner à la page principale, appuyez sur le bouton RESET.



Programme DÉBUTANT



Programme AVANCÉ



Programme SPORTY



3.7 PROGRAMMES CARDIO

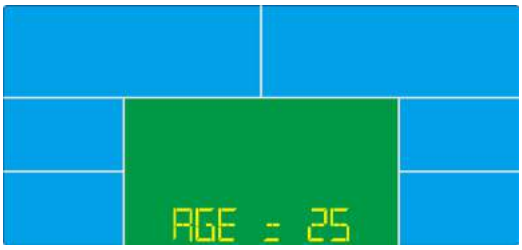
En choisissant le programme de CARDIO vous choisissez une session d'entraînement dans lequel la console ajuste automatiquement l'intensité de la fréquence cardiaque détectée par les capteurs sur le guidon ou par la sangle de poitrine en option.

- Après l'allumage de la console, ou en appuyant sur le bouton RESET, l'affichage graphique montre le symbole MANUEL clignotant, agissant sur le rotor +/- pour sélectionner le programme CARDIO, puis appuyer sur le bouton ENTRER pour confirmer.
- Tournez le rotor +/- pour sélectionner l'un des trois schémas prédéfinis ou pour définir un seuil cardiaque cible:
  55% = régime cardiaque pour la minceur.
  75% = régime cardiaque d'entraînement aérobique.
  90% = régime cardiaque d'entraînement anérobique.
  Pulse Input = réglage personnel du seuil de fréquence cardiaque.
- Les trois premiers régimes par défaut (55%, 75%, 90%) règlent automatiquement la valeur seuil cardiaque en fonction de l'âge l'utilisateur. Après avoir sélectionné le régime cardiaque désiré appuyer sur le bouton ENTER pour confirmer.
- PULSE INPUT (entrer les pulses) vous permet d'entrer la fréquence cardiaque de seuil que vous voulez. Agir comme suit:
  Lorsque l'écran 'Pulse' clignote, définir le chiffre pour le nombre de fréquence cardio seuil que vous avez l'intention de garder. Agir sur le rotor +/- pour régler les données et appuyez sur ENTER pour confirmer.
- Une fois qu'un programme est sélectionné, tourner le rotor +/- pour régler l'âge de l'utilisateur et appuyer sur ENTRER pour confirmer.
- Vous pouvez maintenant définir la durée du programme. Lorsque l'affichage 'Time' se présente sous forme clignotante, agir sur le rotor +/- pour régler la durée, et appuyez sur ENTER pour confirmer.
- Pour démarrer le programme CARDIO, appuyer sur la touche START / STOP, puis porter l'émetteur de sangle de poitrine (en option) ou saisir le guidon en appuyant les paumes sur les capteurs de détection d'impulsion.
- Au cours de la séance d'entraînement, l'intensité est automatiquement modifiée à partir de la console en fonction de la fréquence cardiaque, l'affichage de la durée se déroulera à travers le compte à rebours à partir de la valeur choisi jusqu'à zéro.
- Pour mettre en pause l'entraînement appuyer sur le bouton START / STOP; pour annuler un exercice et retourner à la page principale, appuyer sur le bouton RESET.

Programme CARDIO



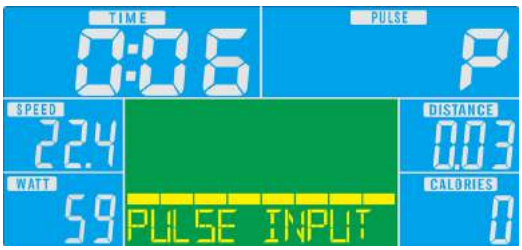
configurer âge



régime par défaut 55% 75% 90%



régime réglable



Note

- Lors de l'exécution du programme de CARDIO est recommandé l'utilisation d'une option d'émetteur de sangle de poitrine, car il fournit un donné plus précis, par rapport aux capteurs de détection sur le guidon.
- Lorsque le signal de la fréquence cardiaque n'est pas détecté en mode continu, la console arrête l'exercice et affiche un message d'erreur.
- La valeur de seuil cardiaque sélectionné a une hystérésis de sécurité; lorsque la fréquence cardiaque mesurée dépasse pendant plus de 30 secondes, la valeur d'hystérésis, ou lorsque la fréquence cardiaque a déjà atteint la valeur de seuil à l'intensité de travail minimale - la console arrête l'exercice et renvoie un signal acoustique.

3.8 PROGRAMME WATT

Le programme Watts permet de s'entraîner avec un régime de travail constant et inversement proportionnel à la vitesse avec laquelle on agit sur les repose-pieds.
Dans ce programme, l'intensité de l'exercice est contrôlé à partir de la console, qui augmentera dans les exercices à faible vitesse, alors que deminuera à une vitesse croissante de l'exécution. Le niveau d'intensité dépend du réglage de la valeur de référence de WATT que vous avez défini de la manière décrite ci-dessous.

- Après l'allumage de la console, ou en appuyant sur le bouton RESET, l'affichage graphique montre le symbole MANUEL clignotant, agisser sur le rotor +/- jusqu'à ce que vous voyez les initiales WATT. Appuyez sur ENTER pour confirmer la sélection du mode Watt.
- Il présente l'affichage clignotant «Watt», dans lequel vous définissez le chiffre relatif au niveau d'intensité. Agir sur le rotor +/- pour régler les données et appuyer sur ENTER pour confirmer.
- Pour démarrer le programme, appuyer sur le bouton START / STOP; l'intensité de travail sera géré à partir de la console, cependant, au cours de l'exercice, vous pouvez modifier manuellement le niveau d'intensité en ajustant le rotor +/-.
- Pour arrêter en pause l'entraînement appuyer sur le bouton START / STOP; pour annuler un exercice et retourner à la page principale, appuyer sur le bouton RESET.

Programme WATT



configurer intensité

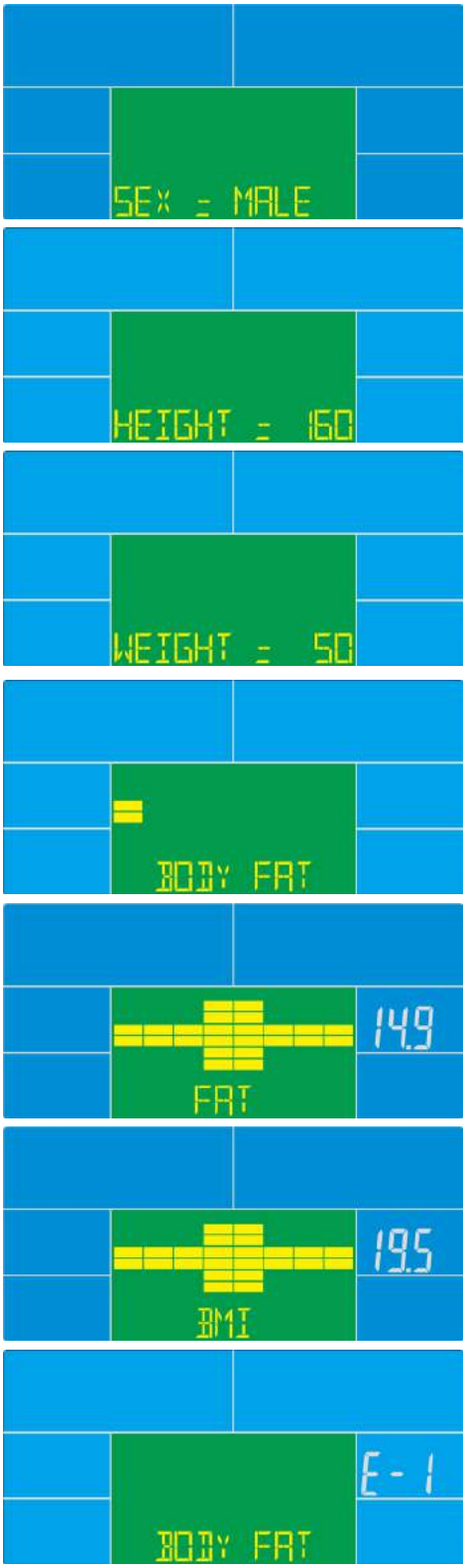




3.9 BODY FAT TEST (TEST DE GRAISSE CORPORELLE)

Grâce à des capteurs de détection de la fréquence cardiaque, et à la function "Body Fat" (graisse corporelle), vous pouvez faire une mesure de le pourcentage de masse la grasse corporelle.
S'il vous plaît noter que ce chiffre est seulement un indicateur approximatif, et non une réponse médicale, et il sert à évaluer si les progrès de l'état de forme physique, dans le cadre d'un programme de formation prolongée dans le temps.

- Pour démarrer la procédure de mesure de la masse grasse il est nécessaire de rester ferme sur les plates-formes en mode Stop, appuyer sur le bouton BODY FAT et de procéder à l'introduction de données personnelles.
- L'écran affiche: SEX, puis l'écran de sélection du sexe (Homme / Femme) clignote.
- Agir sur le rotor +/- pour régler Homme ou Femmine et appuyer sur ENTER pour confirmer.
- L'écran affiche: AGE, puis l'écran de sélection de l'âge de l'utilisateur clignote.
- Agir sur le rotor +/- pour régler l'âge et appuyer sur ENTER pour confirmer.
- L'écran affiche: HIGHT, puis l'écran de sélection de la taille de l'utilisateur clignote.
- Agir sur le rotor +/- pour régler la hauteur (cm) et appuyer sur ENTER pour confirmer.
- L'écran affiche: WEIGHT, puis l'écran de sélection du pods de l'utilisateur clignote.
- Agir sur le rotor +/- pour régler le poids (kg) et appuyer sur ENTER pour confirmer.
- Ensuite, serrer bien avec les deux mains les capteurs de détection de battement sur le guidon et attendre quelques secondes.
- Après quelques seconds, les afficheurs indiquent les données de:
  - Pourcentage FAT% = % de graisse corporelle (voir tableau ci-dessous)
  - IMC = indice de masse corporelle
- Si la fréquence cardiaque n'est pas détecté, vous recevrez un message d'erreur, dans ce cas, vous devez répéter la mesure sans oublier de serrer fermement les capteurs sur le guidon.



sexe/âge	*sous-poids*	*poids cible*	*un peu surpoids*	*surpoids*	*obèse*
homme ⩽ 30	< 14%	14%~20%	20.1%~25%	25.1%~35%	> 35%
homme > 30	< 17%	17%~23%	23.1%~28%	28.1%~38%	> 38%
femme ⩽ 30	< 17%	17%~24%	24.1%~30%	30.1%~40%	> 40%
femme > 30	< 20%	20%~27%	27.1%~33%	33.1%~43%	> 43%

3.10 CONNECTION BLUETOOTH

Périphériques compatibles:

Devices IOS :
- iPod touch (4° generation)
- iPod touch (3° generation)
- iPhone 3GS
- iPhone 4 / 4S / 5 / 5S / 6
- iPad 2 / iPad Mini / iPad New

* *OS **compatible: ios 6 ou supérieur***

iPad, iPhone, iPad sont des marques Apple Inc. registrés aux Stati Uniti et dans autres pays.

Devices Android :
- Android tablet (Res. 1280x800) avec OS 4.0 ou supérieur
- Android phone (Res. 800x480) avec OS 4.0 ou supérieur

Afin de synchroniser un appareil compatible avec la console, activer les communications Bluetooth sur l'appareil et lancer la recherche en sélectionnant la console (le mot de passe par défaut est 0000).
Lancer l'App i-console sur le périphérique synchronisé et démarrer l'application pour gérer l'outil, une fois l'application est chargé la console s etaint.

Sur les appareils Apple, pour reprendre le travail normal, vous devez quitter l'application et désactiver la connexion Bluetooth, puis éteindre et allumer l'outil.

REMARQUE:
La console est équipée d'un port USB utilisé pour recharger votre tablette ou smartphone en utilisant les produit appariés.

iConsole+

GET IT ON Google play

iConsole+

Download on the App Store

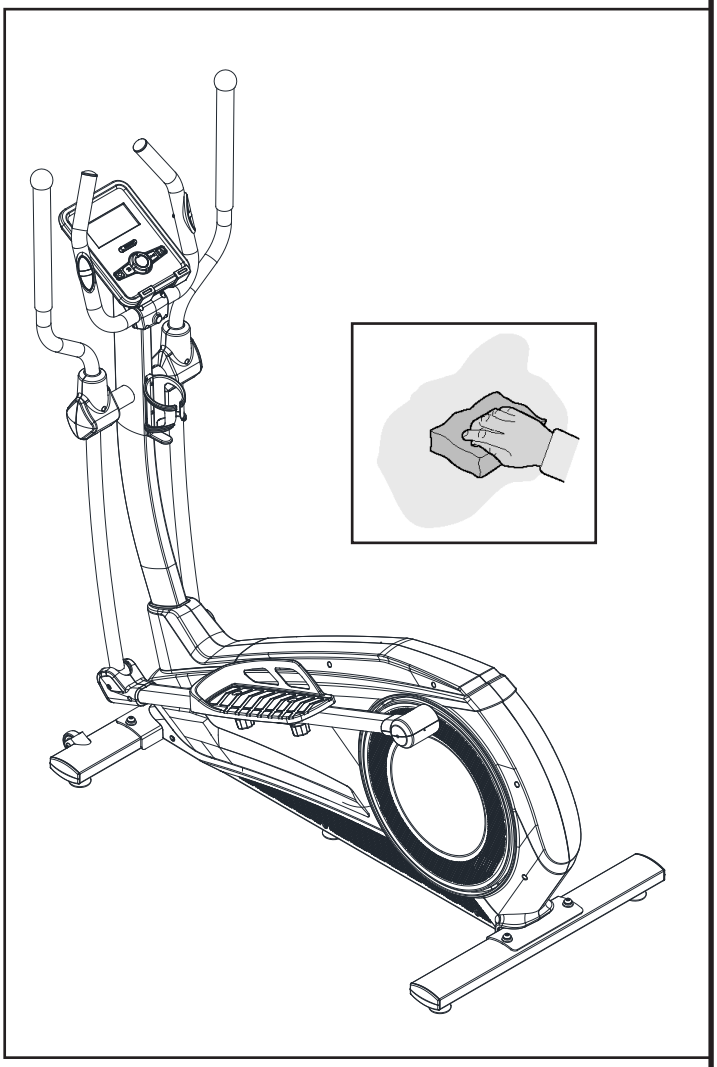
4.0 MAINTENANCE

DANGER

• Toujours garder la machine propre et sans poussière.
• Ne pas utiliser de substances inflammables ou nuisibles pour le nettoyage. Ne pas utiliser de solvants pour nettoyer les pièces en plastique, mais uniquement des produits à base d'eau, et chiffon doux.
• Les solvants tels que le pétrole, l'acétone, le benzène, le tétrachlorure de carbone, et I'ammoniaque et huile contenant des substances cloriches, peuvent endommager et corroder les pièces en plastique.

NETTOYAGE DE LA MACHINE

- Chaque semaine nettoyer les surfaces extérieures, à l'aide d'une éponge humidifié avec de l'eau et du savon doux.
- Lors du nettoyage de la console, utilisez un chiffon humide, pas mouillé sans frotter vigoureusement.
- Une fois par an, vérifier le serrage des boulons.



5.0 ELIMINATION - RECYCLACE



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 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 réutilisé.

6.0 CATALOGUE ET COMMANDE DES PIÈCES DETACHÉES

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.

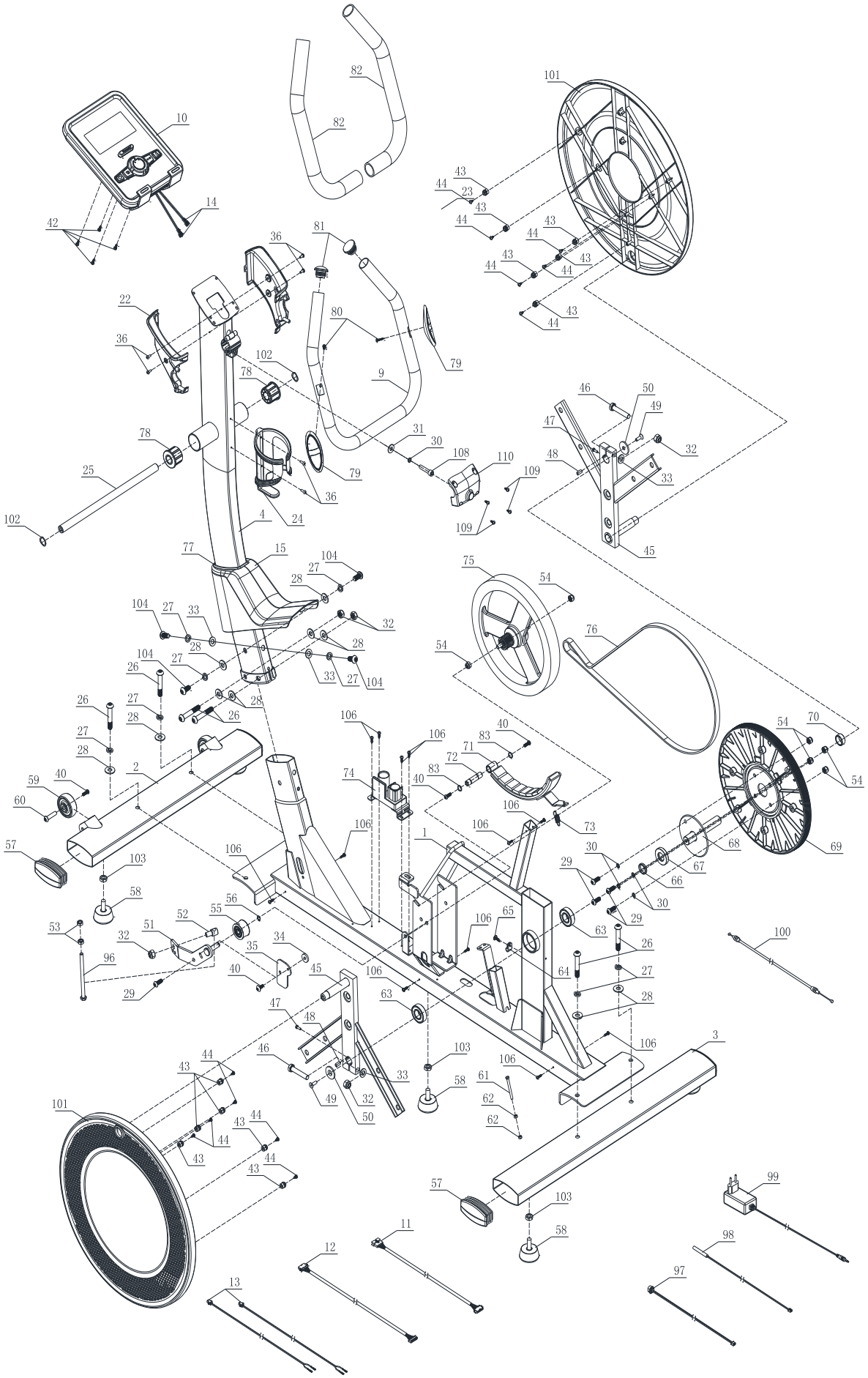
E-CLYPSE INTERNATIONAL SAS

SAV : *e-mail:* ***sav@e-clypse.com***

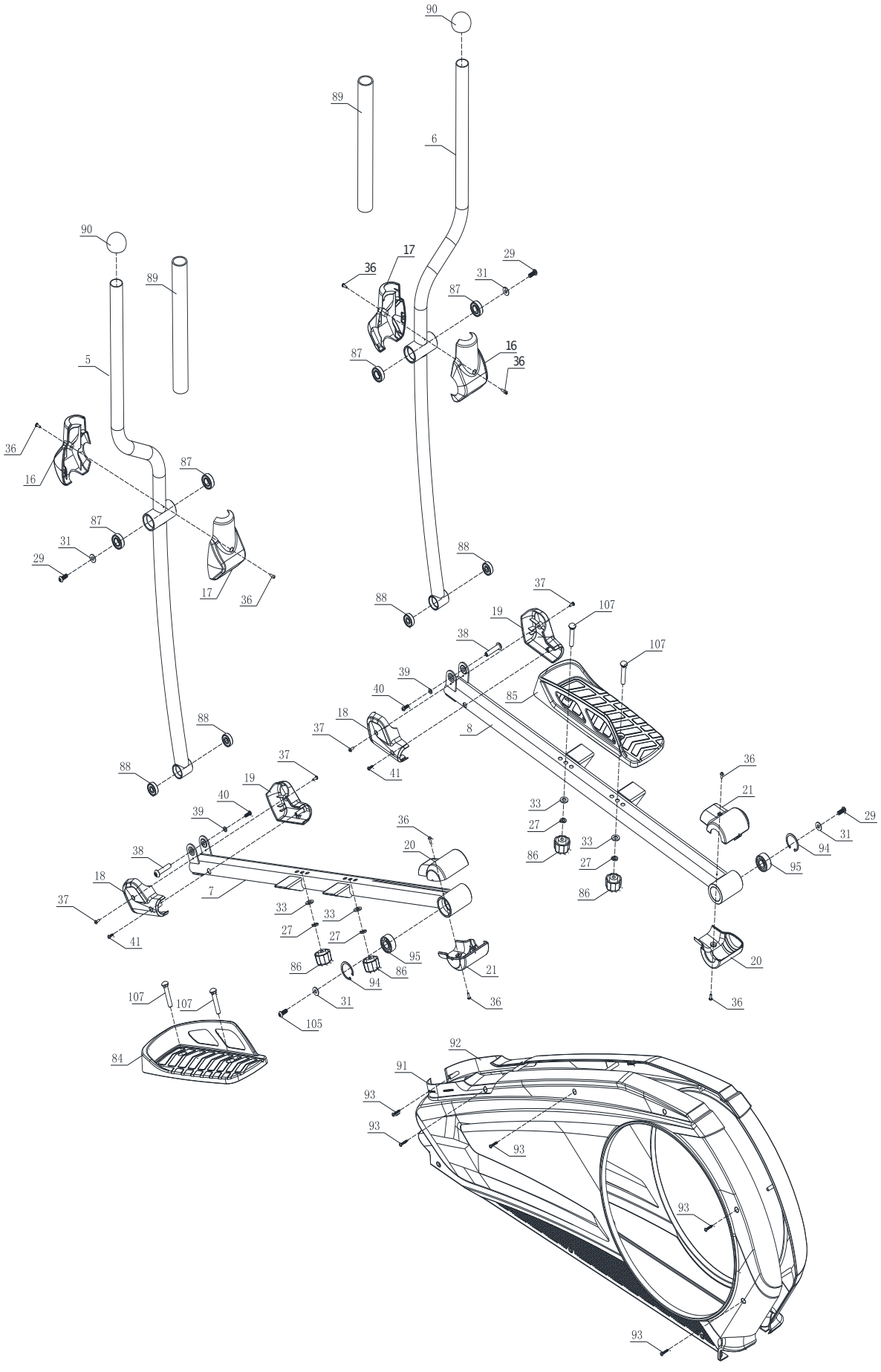
http://www.e-clypse.fr/

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 LISTE DES PIÈCES 1



6.2 LISTE DES PIÈCES 2



6.3 LISTE DES PIÈCES

Pos.	Description	Q.té
1	Corpo principale	1
2	Barra di appoggio anteriore	1
3	Barra di appoggio posteriore	1
4	Montante di supporto console	1
5	Leva sx	1
6	Leva dx	1
7	Barra supporto pedana sx	1
8	Barra supporto pedana dx	1
9	Manubrio	1
10	Console	1
11	Cavo collegamento console - sez. inferiore	1
12	Cavo collegamento console - sez. superiore	1
13	Cavo inferiore sensori rilevazione puls.	2
14	Cavo superiore sensori rilevazione puls.	2
15	Copertura plastica base montante	1
16	Rivestimento ant. leva 5 / post. leva 6	2
17	Rivestimento post. leva 5 / ant. leva 6	2
18	Rivestimento sinistro snodo leve	2
19	Rivestimento destro snodo leve	2
20	Rivestimento superiore snodo volano	2
21	Rivestimento inferiore snodo volano	2
22	Copertura montante sx	1
23	Copertura montante dx	1
24	Porta borraccia	1
25	Perno fulcro leve	1
26	Vite M10×60×25	6
27	Rondella spaccata Ø10 mm	12
28	Rondella curva Ø10.5×R100×t2.0	10
29	Vite M8x20 mm	9
30	Rondella spaccata Ø8 mm	5
31	Rondella piana Ø8.5×Ø20×t1.5	5
32	Dado autobloccante M10	5
33	Rondella piana Ø10 mm	8
34	Rondella	1
35	Piastrino limitatore di corsa	1
36	Vite M4x16	14
37	Vite M4x10	4
38	Vite con filetto interno Ø10×45×M6×20	2
39	Rondella piana Ø6 mm	2
40	Vite M6x15	7
41	Vite autofilettante ST4x15 mm	2
42	Vite M5x10	4
43	Gancio per disco in plastica	12
44	Vite autofilettante ST4x10 mm	12
45	Pedivella a Y	2
46	Vite M10×55×20	2
47	Vite M4x12	2
48	Chiavetta	2
49	Vite M6×15	2
50	Rondella piana Ø8×Ø30×t3.0	2
51	Staffa per ruota tendi cinghia	1
52	Perno per staffa	1
53	Dado M8	2
54	Dado autobloccante M8	6
55	Ruota tendi cinghia	1

Pos.	Description	Q.té
56	O-ring Ø10 mm	1
57	Tappo ovale	4
58	Piedino di livellamento	5
59	Ruota di spostamento	2
60	Vite Ø8×33×M6×15	2
61	Vite M5×60	1
62	Dado M5	2
63	Cuscinetto 6004-2RS	2
64	Alloggio per sensore di velocità	1
65	Vite autofilettante ST4×12	1
66	Anello 1 per movimento centrale	1
67	Anello 2 per movimento centrale	1
68	Movimento centrale	1
69	Puleggia motrice	1
70	Anello 3 per movimento centrale	1
71	Piastra magneti permanenti	1
72	Albero per piastra magneti permanenti	1
73	Molla per piastra magneti permanenti	1
74	Motore freno magnetico	1
75	Volano	1
76	Cinghia	1
77	Copertura plastica base montante	1
78	Boccola in plastica	2
79	Sensori di rilevazione pulsazioni cardiache	2
80	Vite autofilettante ST4×20	2
81	Tappo tondo manubio	2
82	Rivestimento manubrio	2
83	O-ring 12 mm	2
84	Pedana sinistra	1
85	Pedana destra	1
86	Manopola bloccaggio pedana	4
87	Cuscinetto 6003-2RS	4
88	Cuscinetto 6200-2RS	4
89	Rivestimento leva sx/dx	2
90	Pomello tondo per leva	2
91	Carena sx	1
92	Carena dx	1
93	Vite autofilettante ST4×25	5
94	O-ring 40 mm	2
95	Cuscinetto 2203-2RS	2
96	Vite M8x120	1
97	Cavo con presa di alimentazione	1
98	Sensore di velocità cablato	1
99	Alimentatore di rete	1
100	Cavo d'acciaio freno magnetico	1
101	Disco in plastica	2
102	Rondella ondulata Ø17 mm	2
103	Dado M10	5
104	Vite M10x20	4
105	Vite M8×20	1
106	Vite autofilettante ST4×16	12
107	Bullone a incasso M10×55×20	4
108	Vite M8x30	1
109	Vite autofilettante ST4x12	4
110	Copertura morsetto manubrio	1

7.0 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) La 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.

Distribué par :

E-Clypse International
2791, Chemin de Saint Bernard Porte 19, Bâtiment A
06220 Sophia-Antipolis/Vallauris – France

http://www.e-clypse.fr/