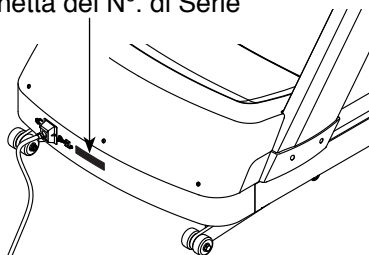


FREEMOTION **t10.8**

N° del Modello FMTL70714-INT.0
N° di Serie _____

Riportare il numero di serie nello spazio soprastante per eventuali comunicazioni future.

Etichetta del N° di Serie



DOMANDE?

Se avete delle domande, o se ci sono delle parti danneggiate o mancanti, consultare la sezione **CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI** sul retrocopertina del presente manuale.

ATTENZIONE

Leggere tutte le istruzioni e precauzioni riportate in questo manuale prima di utilizzare questa attrezzatura. Conservare il manuale per ogni successivo riferimento.

MANUALE D'ISTRUZIONI



INDICE

PRECAUZIONI IMPORTANTI	3
PRIMA DI INIZIARE	5
TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI	6
MONTAGGIO	7
COLLEGAMENTO DEL TAPIS ROULANT	13
AGGIORNAMENTO DELLA CONSOLLE	14
USO DELLA CONSOLLE	15
SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT	24
MANUTENZIONE PREVENTIVA	25
DOCUMENTAZIONE SEMESTRALE DELLA MANUTENZIONE PREVENTIVA	29
LOCALIZZAZIONE GUASTI	30
GUIDA AGLI ESERCIZI	31
ELENCO PEZZI	34
DISEGNO ESPLOSO	36
CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI	Retrocopertina
GARANZIA LIMITATA	Retrocopertina

PRECAUZIONI IMPORTANTI

⚠ AVVERTENZA: per ridurre il rischio di ustioni, incendi, scosse elettriche o lesioni alle persone, leggere tutte le precauzioni e le istruzioni importanti contenute nel presente manuale nonché tutte le avvertenze riportate sul tapis roulant prima di utilizzarlo. FreeMotion Fitness declina ogni responsabilità per lesioni personali o danni a beni subiti a causa o mediante l'uso di questo prodotto.

1. Prima di iniziare questo o qualsiasi altro programma di esercizi, consultare il medico. Questa precauzione è di particolare importanza per persone di età superiore ai 35 anni o con problemi di salute preesistenti.
2. È responsabilità del proprietario del tapis roulant accertare che tutti gli utenti del tapis roulant siano opportunamente informati circa tutte le avvertenze e precauzioni.
3. Utilizzare il tapis roulant esclusivamente nel modo indicato.
4. Tenere il tapis roulant al coperto, lontano dall'umidità e dalla polvere. Non posizionare il tapis roulant in un garage, in una veranda coperta o vicino all'acqua.
5. Posizionare il tapis roulant su una superficie piana con almeno 2,4 m di zona sgombra dietro e 0,6 m su ogni lato. Non posizionare il tapis roulant sopra superfici che ostruiscano le prese d'aria. Posizionare un tappetino sotto il tapis roulant al fine di proteggere il pavimento o la moquette.
6. Non utilizzare il tapis roulant in luoghi dove vengono utilizzati prodotti per inalazione o per la somministrazione di ossigeno.
7. Tenere sempre il tapis roulant lontano dalla portata di bambini di età inferiore ai 12 anni e di animali domestici.
8. Il tapis roulant non dovrebbe essere utilizzato da persone con un peso superiore ai 181 kg.
9. Non consentire a più di una persona alla volta di usare il tapis roulant.
10. Durante l'uso del tapis roulant indossare un abbigliamento adeguato. Non indossare abiti troppo larghi, tali da poter rimanere impigliati nel tapis roulant. Si consiglia l'uso di un abbigliamento sportivo sia per gli uomini che per le donne. *Calzare sempre scarpe da ginnastica. Non utilizzare mai il tapis roulant a piedi scalzi, indossando solo calze o sandali.*
11. Per collegare il cavo di alimentazione, attenersi alle istruzioni a pagina 13. Nessun altro apparecchio elettrico deve essere collegato allo stesso circuito del tapis roulant. Non utilizzare una prolunga.
12. Tenere il cavo di alimentazione lontano da superfici riscaldate.
13. Evitare di spostare il nastro scorrevole quando l'attrezzo è spento. Non azionare il tapis roulant se il cavo di alimentazione o la spina della corrente sono danneggiati o se il tapis roulant non funziona correttamente. (Qualora il tapis roulant non funzionasse adeguatamente, vedere la sezione LOCALIZZAZIONE GUASTI a pagina 30 del presente manuale.)
14. Prima di utilizzare il tapis roulant, leggere, comprendere e collaudare la procedura di arresto di emergenza (vedere la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a pagina 16). Durante l'uso del tapis roulant indossare sempre il fermaglio di sicurezza.
15. Posizionarsi sempre sui poggipiedi quando si attiva o si arresta il tapis roulant. Durante l'uso del tapis roulant tenersi sempre ai corrimano.

16. Quando una persona cammina sul tapis roulant, il livello di rumore del tapis roulant aumenta.
17. Mantenere le dita, i capelli e gli indumenti lontano dal nastro scorrevole in movimento.
18. Il tapis roulant può funzionare a velocità elevate. Regolare la velocità in piccoli incrementi per evitare sbalzi improvvisi.
19. Il cardiofrequenzimetro non è un dispositivo medico. Vari fattori, compresi i movimenti dell'utente, possono inficiare la precisione della rilevazione della frequenza cardiaca. Il cardiofrequenzimetro è da intendersi esclusivamente quale strumento di supporto per determinare l'andamento generale della frequenza cardiaca.
20. Non lasciare mai incustodito il tapis roulant mentre è in funzione. Rimuovere sempre la chiave, portare l'interruttore in posizione Off (spenta) (vedere il disegno a pagina 5 per l'ubicazione dell'interruttore) e disinserire il cavo di alimentazione quando il tapis roulant non è in uso.
21. Non tentare di spostare il tapis roulant sino a montaggio ultimato. (Vedere i capitoli MONTAGGIO a pagina 7, e SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT a pagina 24.) Per spostare il tapis roulant è necessario essere in grado di sollevare in sicurezza 20 kg.
22. Non modificare l'inclinazione del tapis roulant posizionando oggetti al di sotto del tapis roulant stesso.
23. Controllare e serrare opportunamente tutti i componenti del tapis roulant con regolarità.
24. Fare in modo che nessun oggetto entri o scivoli nelle aperture presenti nel tapis roulant.
25. **PERICOLO:** disinserire sempre il cavo di alimentazione immediatamente dopo l'uso, prima di pulire il tapis roulant e prima di eseguire le procedure di manutenzione e regolazione descritte nel presente manuale. Non rimuovere la calotta motore salvo su specifiche istruzioni del personale di assistenza autorizzato. Qualsiasi altro tipo di manutenzione non prevista nel presente manuale è di esclusiva competenza dei tecnici autorizzati.
26. Un allenamento eccessivo può provocare lesioni gravi o morte. Qualora si manifestino vertigini, mancanza di fiato o dolore durante l'allenamento, fermarsi immediatamente e iniziare il defaticamento.

CUSTODIRE QUESTE ISTRUZIONI

PRIMA DI INIZIARE

Grazie per aver scelto il rivoluzionario tapis roulant FREEMOTION® T10.8. Il tapis roulant T10.8 offre una vasta gamma di funzioni realizzate per rendere gli esercizi a casa più piacevoli ed efficaci.

Onde evitare problemi, si consiglia di leggere attentamente il presente manuale prima di utilizzare il tapis roulant. Per qualsiasi domanda relativa al contenuto del presente manuale, si prega di consultare la retrocopertina del manuale. Per agevolare

l'assistenza, annotare il codice modello e il numero di serie del prodotto prima di contattare l'ufficio competente. Il codice modello e la posizione dell'etichetta che riporta il numero di serie sono indicati sulla copertina del presente manuale.

Prima di procedere con la lettura del manuale, si prega di osservare il disegno sottostante per familiarizzare con i pezzi etichettati.

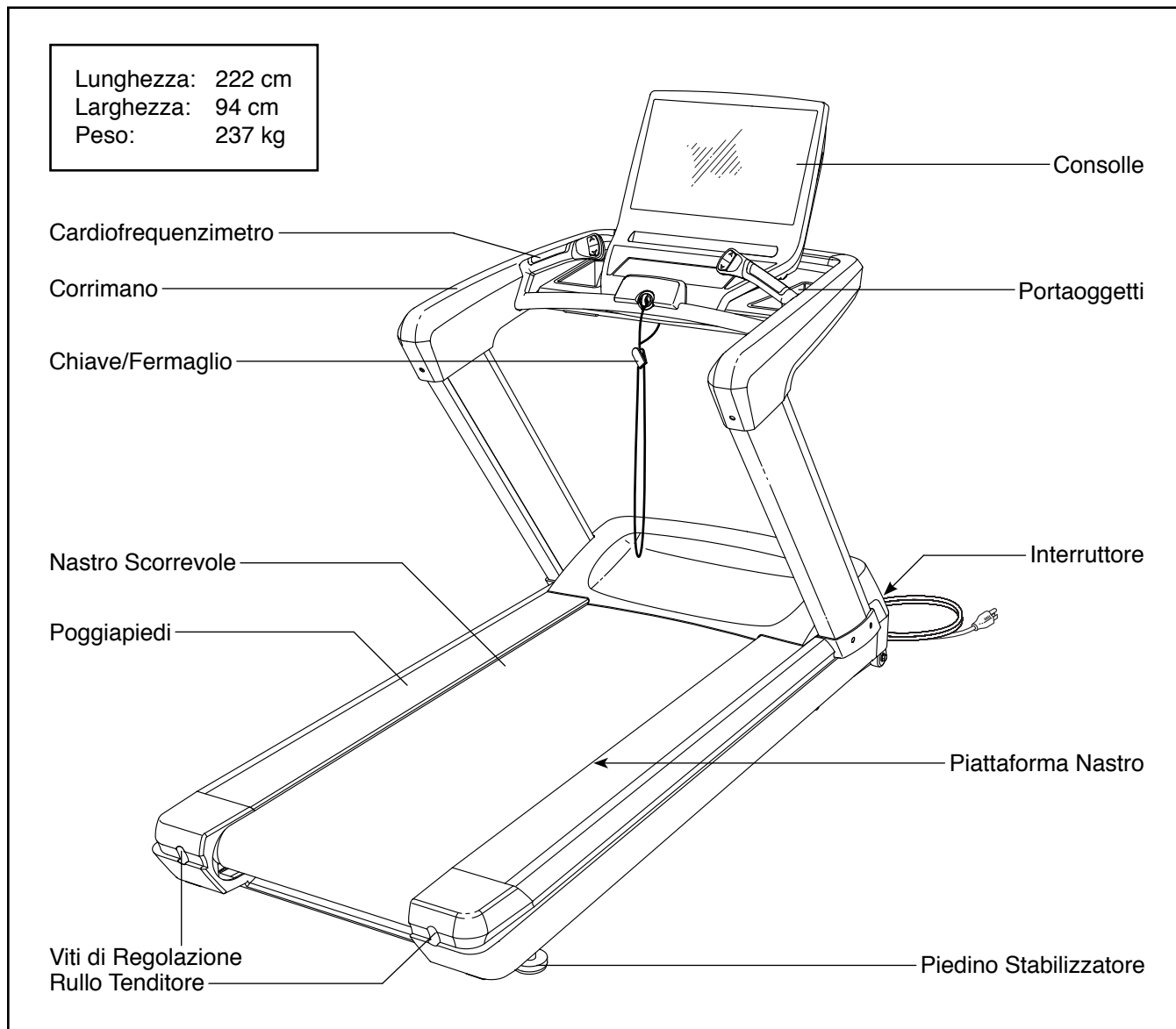
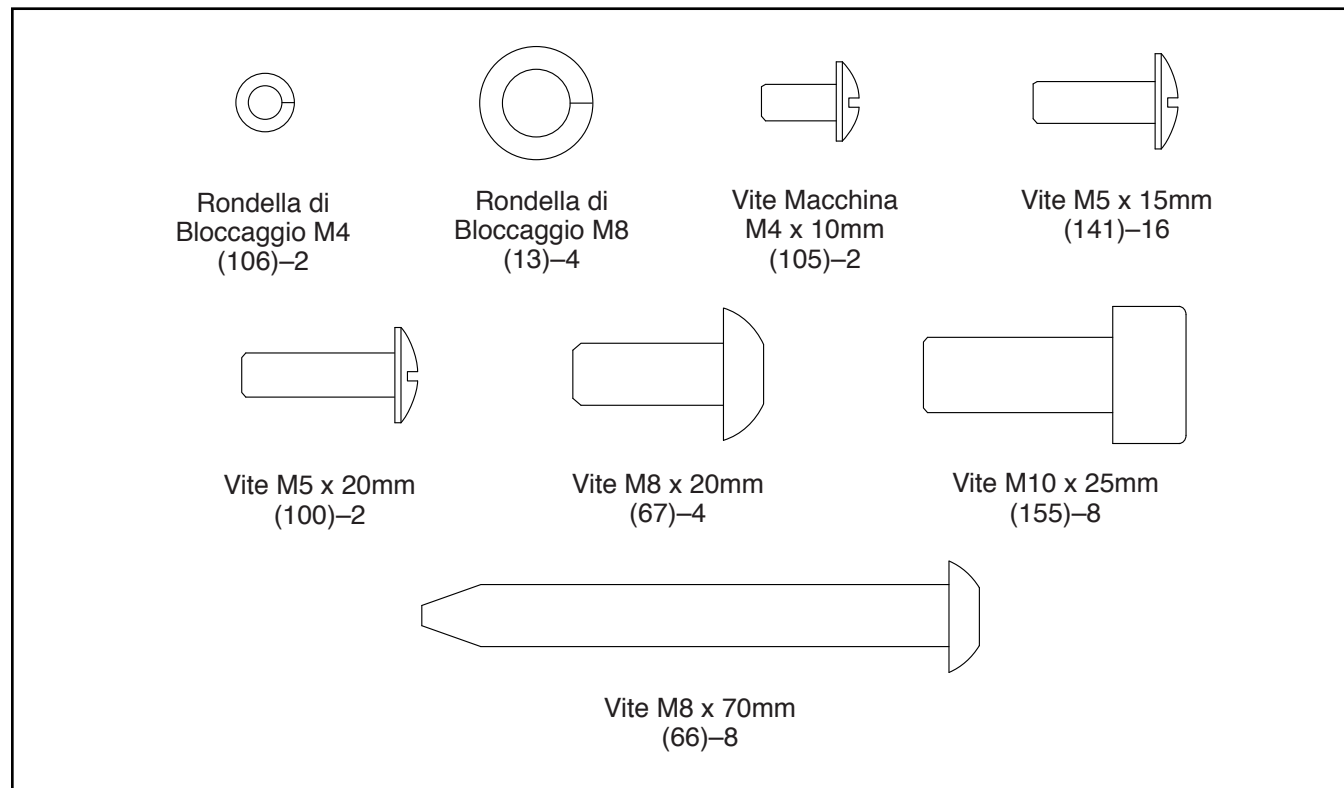


TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI

Fare riferimento ai disegni sottostanti per identificare i pezzi utilizzati durante il montaggio. Il numero tra parentesi indicato in ogni disegno rappresenta il numero pezzo, evinto dall'ELENCO PEZZI al termine del presente manuale. Il numero dopo le parentesi è la quantità necessaria per il montaggio. **Nota: qualora un pezzo non sia rintracciabile nel kit hardware, verificare se sia stato preassemblato. Nella confezione possono essere inclusi pezzi di scorta.**



MONTAGGIO

- Il montaggio richiede la presenza di due persone.
- Posizionare tutti i pezzi in uno spazio libero ed eliminare gli imballaggi. Non gettare il materiale d'imballaggio fino al completamento delle fasi di montaggio.
- Per identificare i pezzi piccoli, vedere pagina 6.
- A seguito della spedizione sulla superficie del tapis roulant potrebbe essere presente una sostanza oleosa. Ciò non deve destare preoccupazione. Qualora sul tapis roulant fosse presente

una sostanza oleosa, pulire con un panno morbido e un detergente delicato e non abrasivo.

- Per il montaggio sono necessari i seguenti attrezzi:

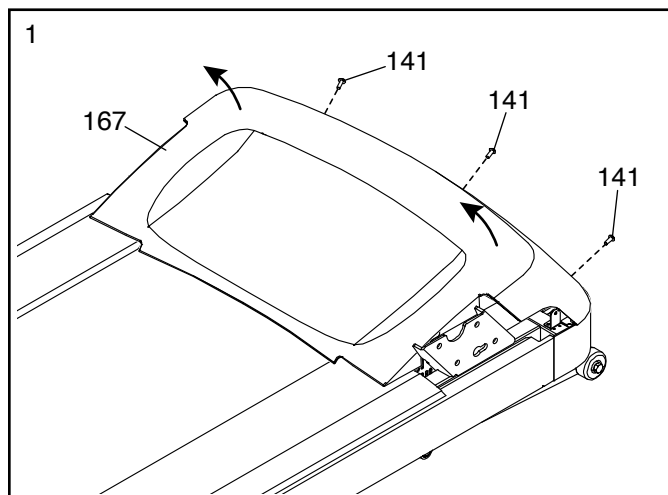
le chiavi esagonali in dotazione 

un cacciavite Phillips 

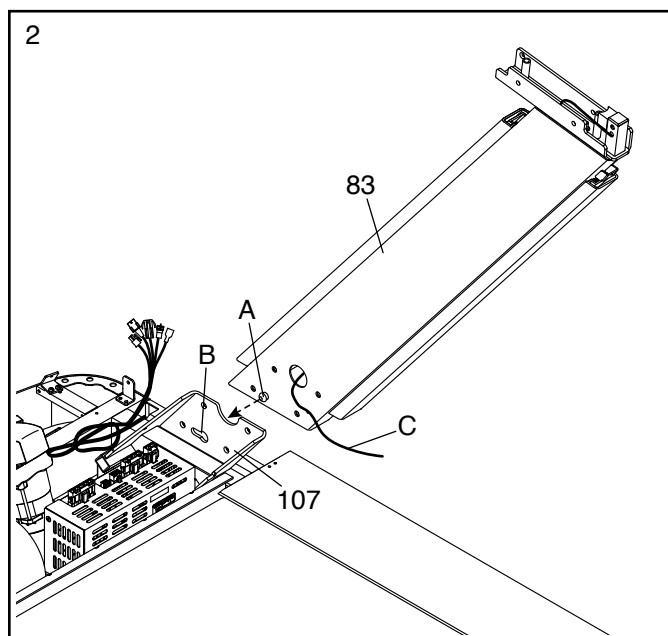
Al fine di evitare danni ai componenti, non utilizzare strumenti alimentati elettricamente.

1. **Accertare che il cavo di alimentazione sia disinserito.**

Rimuovere e conservare le tre Viti M5 x 15mm (141) indicate. Successivamente rimuovere la Calotta Motore (167). **Suggerimento:** potrebbe essere necessario ruotare la Calotta Motore mentre la si rimuove dal tapis roulant.



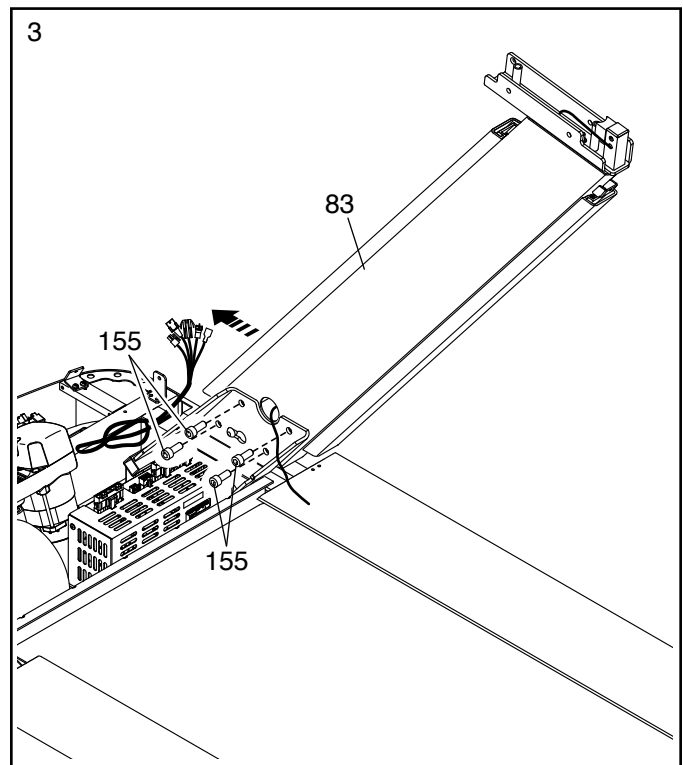
2. Localizzare il Montante Destro (83). Reggere il Montante Destro vicino al Telaio (107) in modo tale che la testa del bullone (A) indicato sul Montante Destro sia inserita nell'apertura indicata (B). **Accertare che la fascetta (C) non sia pizzicata.**



3. Inserire il Montante Destro (83) nella direzione indicata dalla freccia.

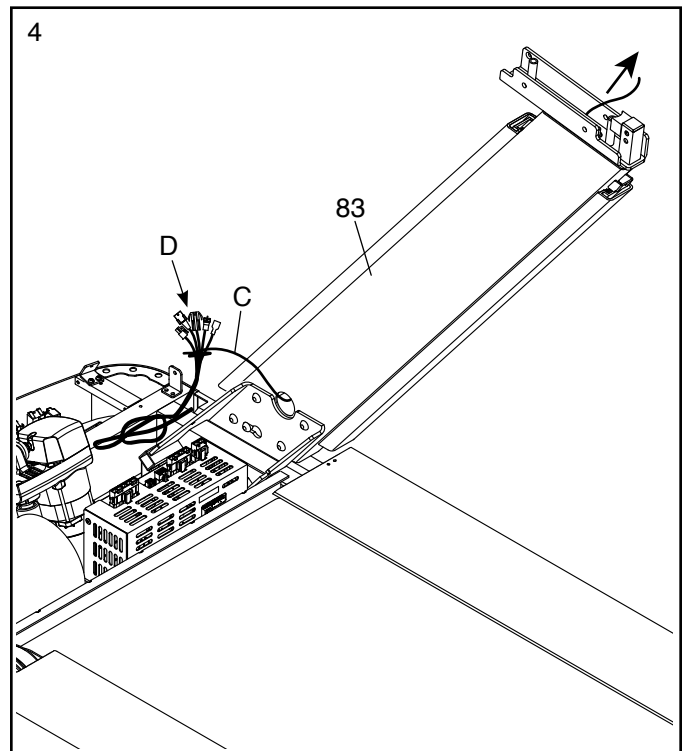
Fissare il Montante Destro (83) con quattro Viti M10 x 25mm (155); **non serrare completamente le Viti in questa fase.**

Montare il Montante Sinistro (non raffigurato) nel modo illustrato in precedenza.



4. Fissare saldamente l'estremità inferiore della fascetta (C) attorno ai cavi (D). Quindi, inserire i cavi nell'estremità inferiore del Montante Destro (83) tirando la fascetta verso l'altro attraverso il Montante Destro.

Poi togliere la fascetta (C) dai cavi (D).



5. Con l'aiuto di un'altra persona reggere il gruppo corrimano (E) vicino ai Montanti Sinistro e Destro (82, 83). Inserire i cavi (D) dal Montante Destro attraverso il foro indicato nel gruppo corrimano.

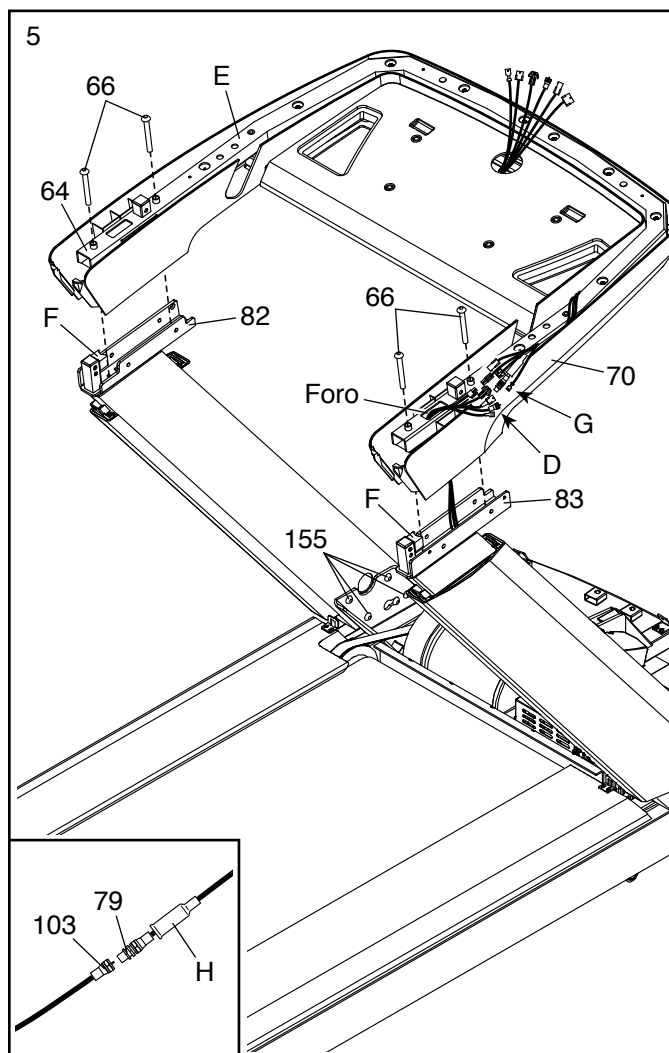
Quindi posizionare il gruppo corrimano (E) sui Montanti (82, 83). **Verificare di scorrere le estremità del Telaio Corrimano (64) sotto le staffe (F) piccole.**

Fissare il gruppo corrimano (E) con quattro Viti M8 x 70mm (66); **inserire manualmente tutte e quattro le Viti e poi serrarle. Prestare attenzione a non pizzicare i cavi.**

Quindi collegare i cavi (D) presenti sul Montante Destro (83) ai cavi corrispondenti (G) presenti sul gruppo corrimano (E). **Si veda il disegno nel riquadro.** Dopo aver collegato i Cavi TV (103, 79) inserire il coperchio (H) sul collegamento.

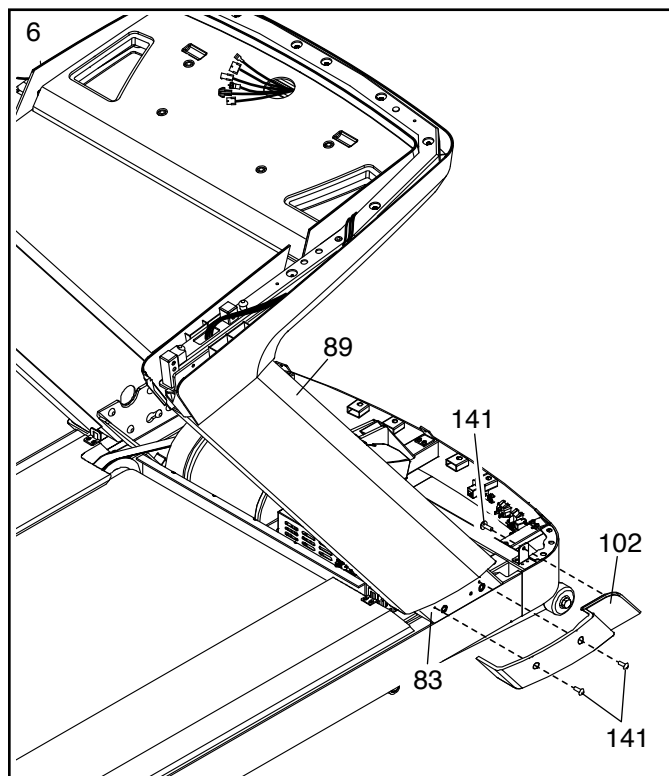
Quindi inserire i cavi (D, G) sul lato del Copri Corrimano Inferiore (70).

Infine serrare tutte e otto le Viti M10 x 25mm (155) (ne vengono raffigurate solo quattro).



6. Localizzare il Copri Montante Destro Inferiore (102). Fissare il Copri Montante Destro Inferiore con tre Viti M5 x 15mm (141). **Nota: potrebbe essere necessario sollevare il Copri Montante Destro (89) per accedere ai fori nel Montante Destro (83).**

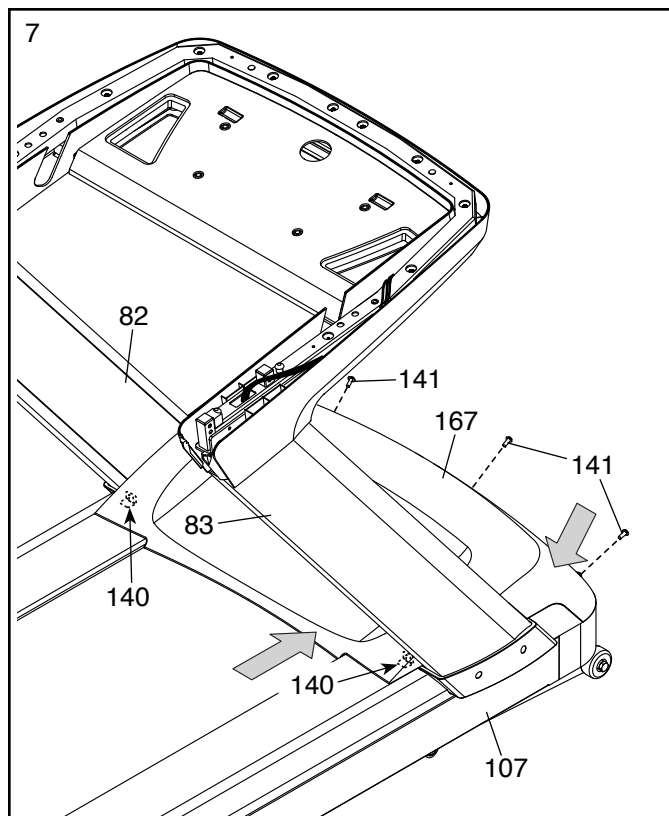
Fissare il Copri Montante Sinistro Inferiore (non raffigurato) nel medesimo modo.



7. Montare la Calotta Motore (167) sul Telaio (107).
Suggerimento: potrebbe essere necessario inclinare i lati della Calotta Motore per centrarli tra i Montanti Sinistro e Destro (82, 83).

Con una mano spingere la Calotta Motore (167) nella direzione indicata dalla freccia in alto. Quindi con l'altra mano spingere la Calotta Motore nella direzione indicata dalla freccia in basso fino a quando la Calotta Motore si inserisce nelle Piastre Montaggio Calotta Posteriori (140).

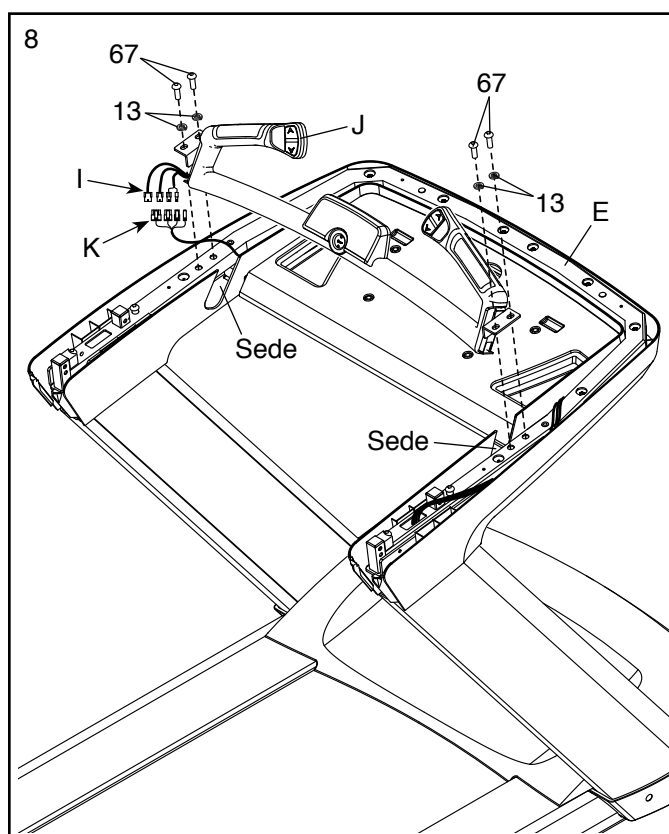
Fissare la Calotta Motore (167) con le tre Viti M5 x 15mm (141) rimosse durante la fase 1.



8. Collegare i cavi (I) presenti sul gruppo impugnatura cardiofrequenzimetro (J) ai cavi corrispondenti (K) presenti sul gruppo corrimano (E).

Inserire i cavi (I, K) nel gruppo corrimano (E) centrando il gruppo impugnatura cardiofrequenzimetro (J) nelle sedi indicate.

Fissare il gruppo impugnatura cardiofrequenzimetro (J) con quattro Viti M8 x 20mm (67) e quattro Rondelle di Bloccaggio M8 (13); **inserire manualmente tutte e quattro le Viti e poi serrarle. Prestare attenzione a non pizzicare i cavi.**

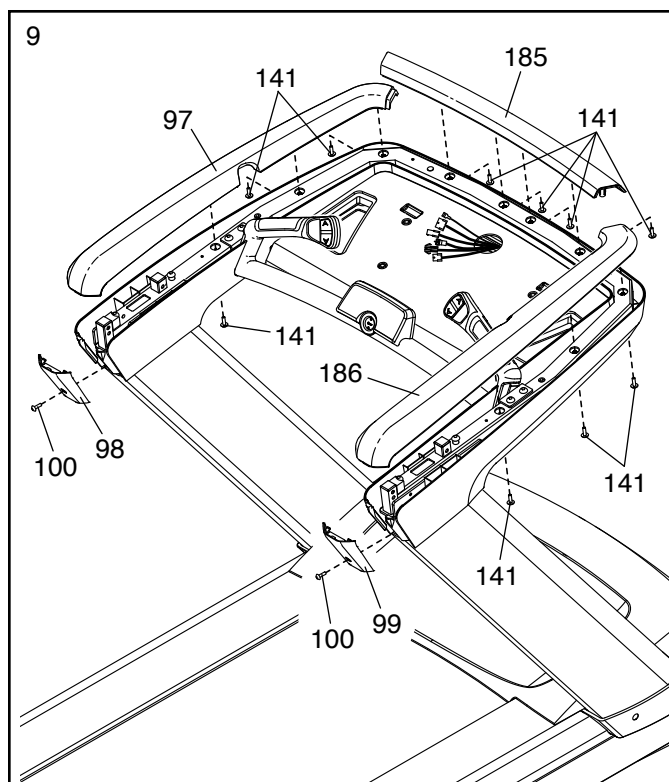


9. Localizzare il Copri Corrimano Sinistro Piccolo (98). Fissare il Copri Corrimano Sinistro Piccolo con una Vite M5 x 20mm (100).

Fissare il Copri Corrimano Destro Piccolo (99) nel medesimo modo.

Quindi, fissare il Copri Corrimano Sinistro (97) e il Copri Corrimano Destro (186) con sei Viti M5 x 15mm (141).

Infine, fissare il Copri Corrimano Centrale (185) con quattro Viti M5 x 15mm (141); **inserire manualmente tutte le Viti e poi serrarle.**

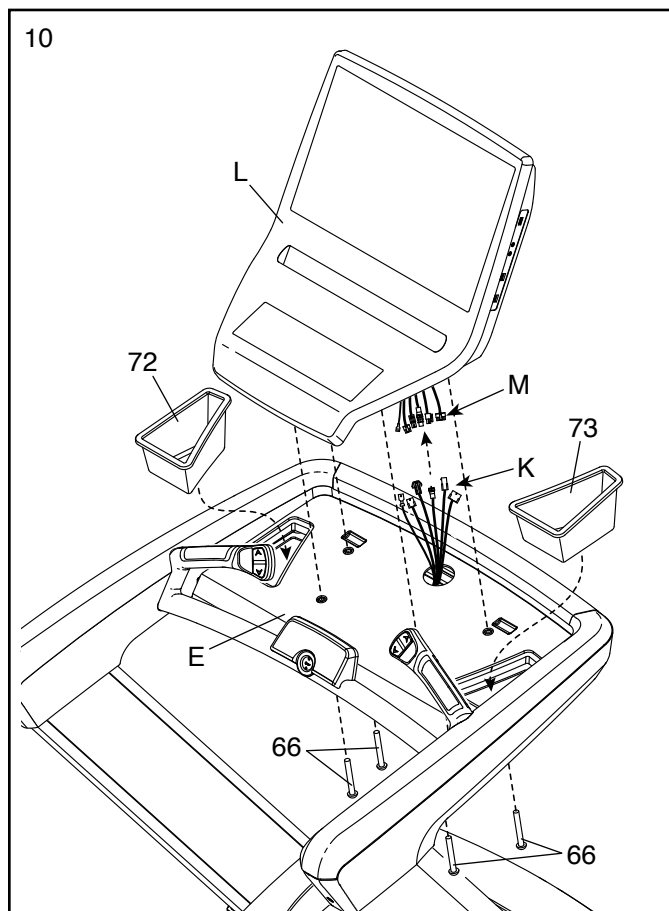


10. Fissare, premendo, i Portaoggetti Sinistro e Destro (72, 73) nel gruppo corrimano (E) fino a quando scattano in posizione.

Quindi, chiedere a un'altra persona di sorreggere il gruppo consolle (L) vicino al gruppo corrimano (E). Collegare i cavi (K) che partono dal gruppo corrimano ai cavi (M) che partono dal gruppo console.

Inserire i cavi (K, M) nel foro sul gruppo corrimano (E) mentre si posiziona il gruppo consolle (L) nel gruppo corrimano. **Prestare attenzione a non pizzicare i cavi.**

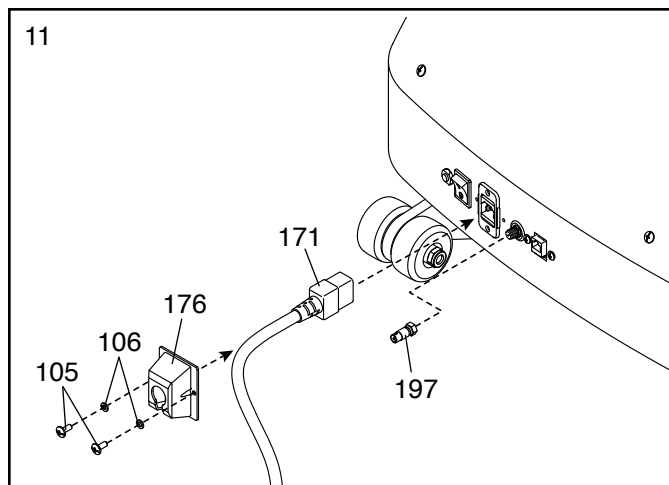
Fissare il gruppo consolle (L) con quattro Viti M8 x 70mm (66); **inserire manualmente tutte e quattro le Viti e poi serrarle.**



11. Inserire il Cavo di Alimentazione (171) nel tapis roulant.

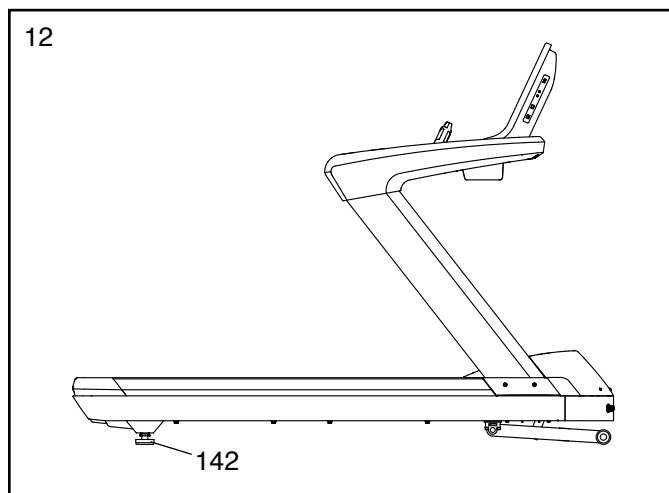
Quindi inserire il Copri Cavo di Alimentazione (176) sul Cavo di Alimentazione (171) e fissare il Copri Cavo di Alimentazione al tapis roulant con due Viti Macchina M4 x 10mm (105) e due Rondelle di Bloccaggio M4 (106).

Nota: qualora si prevedesse l'uso di una TV opzionale con sistema PAL, collegare l'Adattatore Coassiale (197).



12. Se necessario spostare il tapis roulant nella posizione desiderata (vedere il capitolo SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT a pagina 24).

Una volta posizionato il tapis roulant nell'ubicazione di utilizzo accertare che i Piedini Stabilizzatori (142) appoggino saldamente sul pavimento. Se il tapis roulant non aderisce perfettamente alla superficie, ruotare il dado su uno dei piedini stabilizzatori in senso orario o antiorario fino a eliminare il dondolio.



13. **Accertare che tutti i pezzi siano opportunamente serrati prima di utilizzare il tapis roulant.** Qualora sulle etichette del tapis roulant fossero presenti delle pellicole in plastica, rimuoverle. Posizionare un tappetino sotto il tapis roulant, al fine di proteggere il pavimento o la moquette. Per evitare di danneggiare la consolle, mantenerla lontano dalla luce solare diretta. Tenere la chiave esagonale in dotazione in un posto sicuro. La chiave esagonale viene utilizzata per regolare il nastro scorrevole (vedere pagina 30). Nota: nella confezione possono essere inclusi pezzi di scorta.

COLLEGAMENTO DEL TAPIS ROULANT

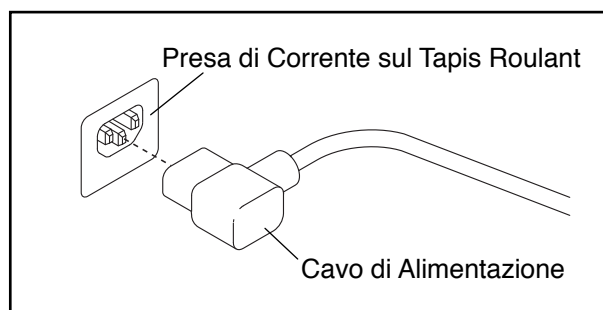
INSERIMENTO DEL CAVO DI ALIMENTAZIONE

Questo prodotto deve essere collegato a messa a terra. In caso di malfunzionamento o guasto, la messa a terra offre un percorso di resistenza minima per la corrente elettrica al fine di ridurre il rischio di scossa elettrica. Il cavo di alimentazione di questo prodotto è dotato di un conduttore di messa a terra e di una spina di messa a terra. **IMPORTANTE: se il cavo di alimentazione è danneggiato deve essere sostituito con uno consigliato dal produttore.**

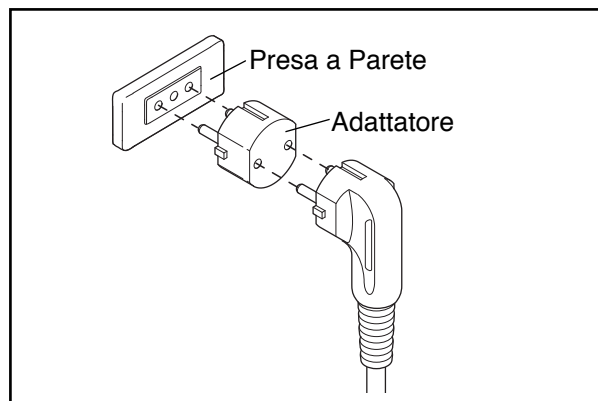
⚠ PERICOLO: un collegamento errato del conduttore di messa a terra può determinare un aumentato rischio di scosse elettriche. Verificare con un elettricista o tecnico qualificato in caso di dubbi relativamente al collegamento del prodotto a massa. Non modificare la spina in dotazione con il prodotto; qualora non si inserisca nella presa a parete, fare installare un'opportuna presa a parete da un elettricista qualificato.

Seguire le indicazioni riportate di seguito per collegare il cavo di alimentazione.

1. Inserire l'estremità indicata del cavo di alimentazione nella presa del tapis roulant.



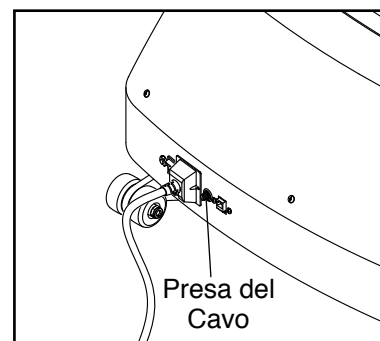
2. Collegare il cavo alimentazione nell'apposita presa a parete, installata in conformità con le normative vigenti.



COLLEGAMENTO DI UN CAVO CATV

Se il tapis roulant dispone di una TV Digitale opzionale da 19", è necessario inserire un cavo CATV al tapis roulant per poter vedere le stazioni TV via cavo.

Individuare la presa per il cavo sul lato anteriore del tapis roulant. Collegare il cavo CATV alla presa del cavo. Passare il cavo in modo che non venga pizzicato o schiacciato dal meccanismo di sollevamento o dal telaio.



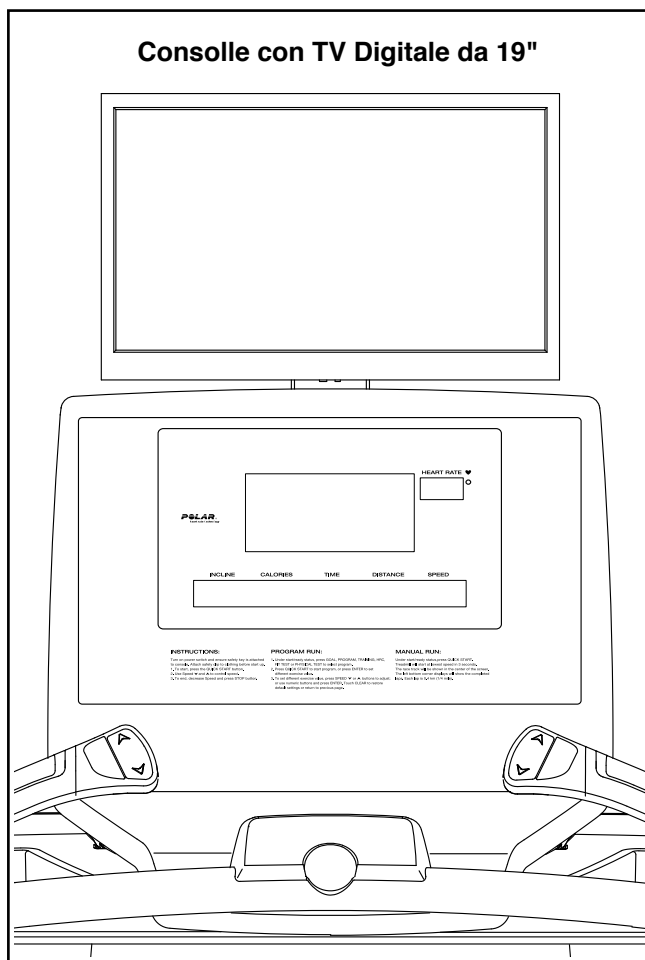
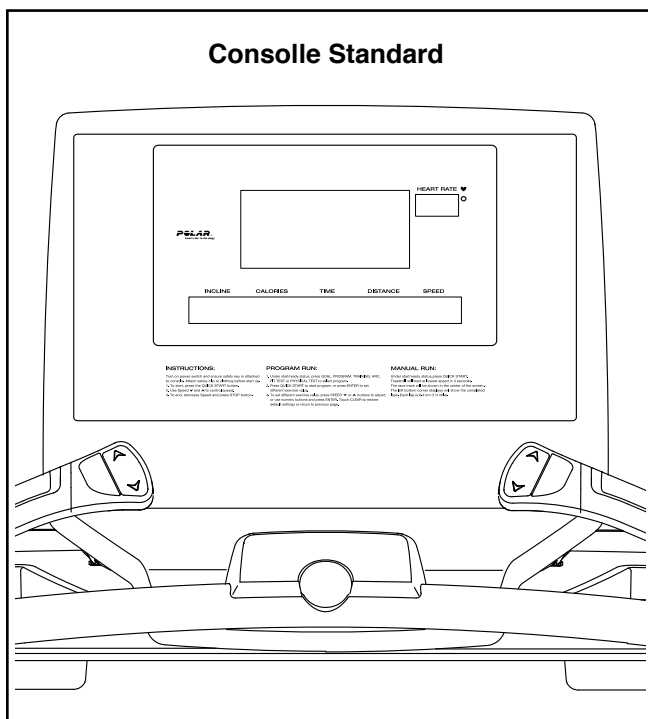
Inoltre, al tapis roulant è possibile collegare un ricevitore satellitare, un videoregistratore o un lettore DVD. Collegare un cavo CATV dalla presa coassiale sull'attrezzatura (generalmente contrassegnata TV OUT o RF OUT) alla presa del cavo sulla parte anteriore del tapis roulant.

Nota: i dispositivi audio/video privi di uscite coassiali possono essere collegati direttamente alla TV digitale opzionale; la TV digitale opzionale dispone di un'ampia serie di prese.

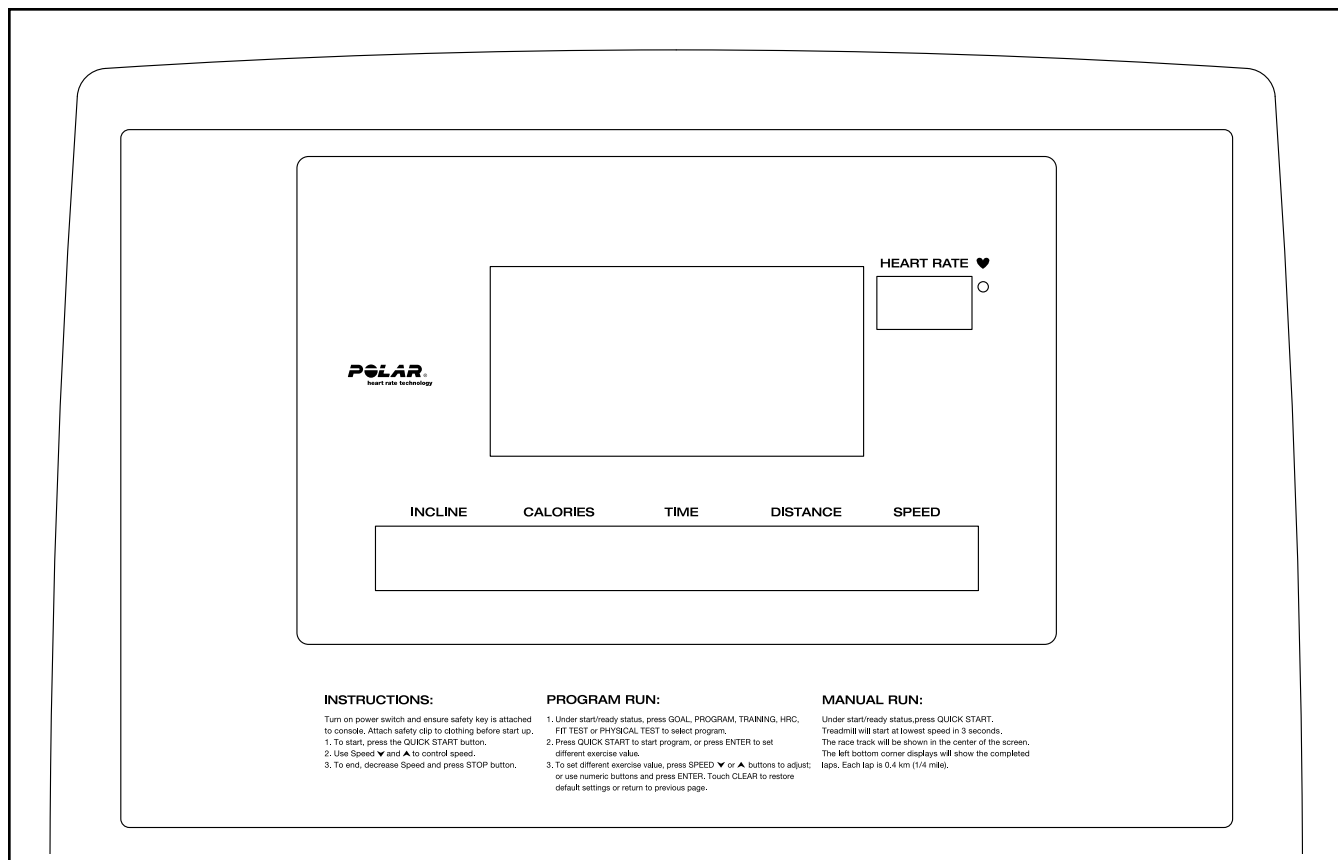
AGGIORNAMENTO DELLA CONSOLLE

La consolle del tapis roulant è stata preconfigurata per funzionare con una TV Digitale da 19" opzionale (vedere disegni sottostanti). Per saperne di più sulle caratteristiche della consolle, vedere a pagina 15. Per saperne di più sulle caratteristiche della TV digitale, consultare il manuale d'istruzioni della TV digitale. La consolle standard non è predisposta per il funzionamento della TV.

Per aggiornare la consolle in qualunque momento, consultare la retrocopertina del presente manuale.



USO DELLA CONSOLLE



APPLICAZIONE DELL'ETICHETTA DI AVVERTENZA

Individuare le avvertenze in Inglese sulla consolle. Le stesse avvertenze in altre lingue si trovano nel foglio etichette incluso. Applicare l'etichetta di avvertenza in Italiano sulla consolle.

CARATTERISTICHE DELLA CONSOLLE

La consolle del tapis roulant offre una straordinaria gamma di funzioni che consentono di rendere gli allenamenti più efficaci e gradevoli. In modalità manuale, è possibile modificare la velocità e l'inclinazione del tapis roulant semplicemente premendo un pulsante. Durante l'allenamento la consolle visualizzerà un feedback immediato dell'esercizio. È inoltre possibile misurare la frequenza cardiaca utilizzando il cardiofrequenzimetro a impugnatura o un cardiofrequenzimetro a torace opzionale compatibile Polar®.

La consolle è inoltre dotata di una serie di allenamenti predefiniti. Ogni allenamento controlla automaticamente velocità e inclinazione del tapis roulant per consentire una sessione di allenamento efficace. Altre modalità consentono d'impostare dei target di allenamento personalizzati o di valutare il proprio livello di forma.

Per l'accensione, vedere pagina 16. Per utilizzare la modalità manuale, vedere pagina 16. Per utilizzare un allenamento predefinito, vedere pagina 17. Per utilizzare un allenamento con target impostato, vedere pagina 18. Per utilizzare un programma di allenamento, vedere pagina 19. Per utilizzare un allenamento cardio, vedere pagina 20. Per utilizzare il fitness test, vedere pagina 21. Per utilizzare un test fisico, vedere pagina 23. Per utilizzare la modalità impostazioni, vedere pagina 23.

IMPORTANTE: qualora sulla consolle fossero presenti pellicole in plastica, rimuoverle. Al fine di evitare danni alla piattaforma nastro, indossare scarpe da ginnastica pulite durante l'uso del tapis roulant. La prima volta che si usa il tapis roulant, controllare l'allineamento del nastro scorrevole e, se necessario, centrarlo (vedere pagina 30).

Nota: la consolle può visualizzare velocità e distanza in miglia o chilometri. Per vedere quale unità di misura è stata selezionata, vedere la fase 4 a pagina 23. Per semplicità tutte le informazioni presenti in questa sezione sono in chilometri.

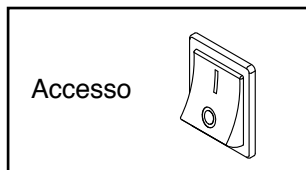
ACCENSIONE DELL'ATTREZZO

1. Collegare il cavo di alimentazione.

Consultare la sezione COLLEGAMENTO DEL CAVO DI ALIMENTAZIONE a pagina 13.

2. Portare l'interruttore in posizione On.

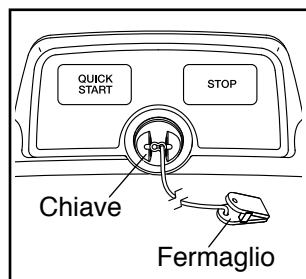
Localizzare l'interruttore presente sul telaio del tapis roulant vicino al cavo di alimentazione. Portare l'interruttore in posizione On (accesso).



3. Inserire la chiave nella consolle.

Localizzare la chiave e il fermaglio sulla consolle e fissare il fermaglio alla cintura. Quindi, inserire la chiave nella consolle.

IMPORTANTE: in caso di emergenza la chiave può essere rimossa dalla consolle per il rallentamento e conseguente arresto del nastro scorrevole. Controllare il fermaglio facendo con attenzione alcuni passi all'indietro; se la chiave non si estrae dalla consolle, regolare la posizione del fermaglio conseguentemente.



USO DELLA MODALITÀ MANUALE

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a sinistra. **Nota: potrebbero essere necessari alcuni minuti prima che la consolle sia pronta all'uso.**

2. Selezione del menu principale.

Se il menu principale non viene selezionato automaticamente, premere ripetutamente il pulsante Stop (arresto). Nota: se la consolle è in modalità sleep (sospensione), potrebbe essere necessario premere il pulsante Wake (riprendi).

3. Attivazione del nastro scorrevole e regolazione della velocità.

Premere il pulsante Quick Start (avvio rapido). Subito dopo aver premuto il pulsante, la consolle inizierà un conto alla rovescia e poi il nastro scorrevole inizierà a muoversi. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare.

Durante l'allenamento, variare la velocità del nastro scorrevole nel modo desiderato premendo i pulsanti di aumento/diminuzione Speed (velocità) presenti sul corrimano destro.

Per modificare più velocemente la velocità, premere il pulsante Instant Speed (inserimento manuale della velocità) premere i pulsanti numerati per selezionare un valore compreso tra 0 e 24 e poi premere il pulsante Enter (invio). Il nastro scorrevole aumenterà progressivamente la velocità fino a raggiungere quella impostata.

Per fermare il nastro scorrevole, premere il pulsante Stop. Per riavviare il nastro scorrevole, premere il pulsante Quick Start.

4. Modificare l'inclinazione del tapis roulant nel modo desiderato.

Per modificare l'inclinazione del tapis roulant, premere i pulsanti aumenta/diminuisci Incline (inclinazione) sul corrimano sinistro.

Per modificare più velocemente l'inclinazione, premere il pulsante Instant Incline (inserimento manuale dell'inclinazione) premere i pulsanti numerati per selezionare un valore compreso tra 0 e 20 e poi premere il pulsante Enter.

5. Verifica dei progressi.

Quando si cammina o si corre sul tapis roulant, i display sono in grado di visualizzare le seguenti informazioni sull'allenamento:

- Il livello di inclinazione del tapis roulant
- La quantità approssimativa di calorie consumate
- Il tempo trascorso
- La distanza percorsa camminando o correndo
- La velocità del nastro scorrevole
- Una pista che rappresenta la distanza percorsa
- Il numero di giri completati
- La frequenza cardiaca (vedere fase 6)

Per sospendere temporaneamente l'allenamento, premere il pulsante Stop. Per riavviare l'allenamento, premere il pulsante Quick Start. Per terminare la sessione di allenamento premere ripetutamente il pulsante Stop fino a quando i display tornano al menu principale.

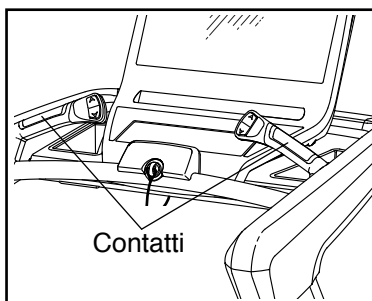
6. Se lo si desidera, misurare la frequenza cardiaca.

È possibile indossare un cardiofrequenzimetro a torace compatibile Polar (non in dotazione) o è possibile utilizzare il cardiofrequenzimetro a impugnatura per misurare la frequenza cardiaca personale.

Nota: se si utilizzano contemporaneamente il cardiofrequenzimetro a impugnatura e il cardiofrequenzimetro a torace, la frequenza cardiaca visualizzata dalla consolle non sarà precisa.

Prima di utilizzare il cardiofrequenzimetro a impugnatura, rimuovere la pellicola trasparente dai contatti in metallo.

Assicurarsi inoltre di avere le mani pulite.



Per misurare la frequenza cardiaca, **posizionare i piedi sui poggipiedi** e impugnare i contatti in metallo per almeno 10 secondi, **evitando di muovere le mani**. Una volta rilevate le pulsazioni, verrà visualizzata la frequenza cardiaca. **Per una rilevazione più precisa della frequenza cardiaca, impugnare i contatti per 15 secondi circa.**

7. Una volta terminato l'allenamento, rimuovere la chiave dalla consolle.

Salire sui poggipiedi e premere il pulsante Stop ripetutamente fino a quando la consolle torna al menu principale. Quindi, rimuovere la chiave dalla consolle e riporla in un luogo sicuro.

Nota: qualora il tapis roulant non si muovesse e nessun pulsante venisse premuto per cinque minuti, la consolle entrerà in modalità Sleep (sospensione). Premere il pulsante Wake (riprendi) per riprendere il funzionamento della consolle.

Terminato l'uso del tapis roulant, portare l'interruttore in posizione Off (spenta) e disinserire il cavo di alimentazione. **IMPORTANTE: la mancata osservanza di questa precauzione può determinare un'usura prematura dei componenti elettrici del tapis roulant.**

USO DI UN ALLENAMENTO PREDEFINITO

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a pagina 16.

2. Selezione di un allenamento predefinito.

Per selezionare un allenamento predefinito, premere il pulsante Program (programma). Sui display scorreranno sei opzioni numerate di allenamenti possibili. Premere il numero dell'allenamento desiderato e poi premere il pulsante Enter (invio).

I display potrebbero chiedere di inserire l'età, il peso, il sesso o altre impostazioni prima che il nastro scorrevole inizi a muoversi. Premere poi i pulsanti di aumento/diminuzione Speed (velocità) e il pulsante Enter per selezionare l'informazione richiesta. Nota: è inoltre possibile premere i pulsanti numerati per inserire le informazioni.

3. Avvio dell'allenamento.

Premere il pulsante Quick Start (avvio rapido) per avviare l'allenamento. Subito dopo aver premuto il pulsante, la consolle inizierà un conto alla rovescia e poi il nastro scorrevole inizierà a muoversi. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare.

Durante l'allenamento il tapis roulant controllerà automaticamente la velocità e l'inclinazione in base all'allenamento scelto. I display visualizzeranno i progressi dell'utente.

Qualora l'impostazione della velocità o dell'inclinazione risulti eccessiva o insufficiente, è possibile escluderla manualmente premendo i pulsanti Speed (velocità) o Incline (inclinazione).

Per mettere in pausa l'allenamento premere il pulsante Stop (arresto) sulla consolle. Per continuare l'allenamento, premere il pulsante Quick Start. Per terminare l'allenamento premere ripetutamente il pulsante Stop fino a quando la consolle torna al menu principale.

Quando si raggiunge la fine dell'allenamento, la consolle inizierà automaticamente un tempo di defaticamento con un conto alla rovescia. Al termine del defaticamento, il nastro scorrevole diminuirà in velocità fino a fermarsi e sullo schermo comparirà un riepilogo dell'allenamento. Dopo aver preso visione del riepilogo dell'allenamento, premere ripetutamente il pulsante Stop per ritornare al menu principale.

Nota: il display calorie rappresenta una stima della quantità di calorie che l'utente consumerà durante l'allenamento. La quantità effettiva di calorie consumate dipenderà da vari fattori come il peso dell'utente. Inoltre, qualora velocità o inclinazione del tapis roulant vengano modificate manualmente durante l'allenamento, la quantità di calorie consumate varierà.

4. Verifica dei progressi.

Vedere la fase 5 a pagina 17.

5. Se lo si desidera, misurare la frequenza cardiaca.

Vedere la fase 6 a pagina 17.

6. Una volta terminato l'allenamento, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere la fase 7 a pagina 17.

USO DI UN ALLENAMENTO CON TARGET IMPOSTATO

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a pagina 16.

2. Selezione di un allenamento con target impostato.

Per utilizzare un allenamento con target impostato, premere il pulsante Goal (target).

Sui display scorreranno tre opzioni numerate di target possibili. Premere il numero dell'opzione target desiderata e poi premere il pulsante Enter (invio).

I display potrebbero chiedere di inserire l'età, il peso, il sesso o altre impostazioni prima che il nastro scorrevole inizi a muoversi. Premere poi i pulsanti di aumento/diminuzione Speed (velocità) e il pulsante Enter per selezionare l'informazione richiesta. Nota: è inoltre possibile premere i pulsanti numerati per inserire le informazioni.

3. Avvio dell'allenamento.

Premere il pulsante Quick Start (avvio rapido) per avviare il programma. Subito dopo aver premuto il pulsante, la consolle inizierà un conto alla rovescia e poi il nastro scorrevole inizierà a muoversi. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare.

L'allenamento funzionerà analogamente alla modalità manuale (vedere pagine 16 e 17).

L'allenamento proseguirà fino al raggiungimento del target impostato. La consolle inizierà poi automaticamente un tempo di defaticamento con un conto alla rovescia. Al termine del defaticamento, il nastro scorrevole diminuirà in velocità fino a fermarsi e sullo schermo comparirà un riepilogo dell'allenamento. Dopo aver preso visione del riepilogo dell'allenamento, premere ripetutamente il pulsante Stop (arresto) per ritornare al menu principale.

Nota: il target calorie rappresenta una stima della quantità di calorie che l'utente consumerà durante l'allenamento. La quantità effettiva di calorie consumate dipenderà da vari fattori come il peso dell'utente.

4. Verifica dei progressi.

Vedere la fase 5 a pagina 17.

5. Se lo si desidera, misurare la frequenza cardiaca.

Vedere la fase 6 a pagina 17.

6. Una volta terminato l'allenamento, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere la fase 7 a pagina 17.

USO DI UN PROGRAMMA DI ALLENAMENTO

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a pagina 16.

2. Selezione di un programma di allenamento.

Per selezionare un programma di allenamento, premere il pulsante Training (allenamento).

Sui display scorreranno due opzioni numerate di allenamento possibili. Premere il numero dell'allenamento desiderato e poi premere il pulsante Enter (invio).

I display potrebbero chiedere di inserire l'età, il peso, il sesso o altre impostazioni prima che il nastro scorrevole inizi a muoversi. Premere poi i pulsanti di aumento/diminuzione Speed (velocità) e il pulsante Enter per selezionare l'informazione richiesta. Nota: è inoltre possibile premere i pulsanti numerati per inserire le informazioni.

3. Avvio dell'allenamento.

Premere il pulsante Quick Start (avvio rapido) per avviare il programma. Subito dopo aver premuto il pulsante, la consolle inizierà un conto alla rovescia e poi il nastro scorrevole inizierà a muoversi. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare.

L'allenamento funzionerà analogamente alla modalità manuale (vedere pagine 16 e 17).

L'allenamento proseguirà fino al completamento dell'allenamento selezionato. La consolle inizierà poi automaticamente un tempo di defaticamento con un conto alla rovescia. Al termine del defaticamento, il nastro scorrevole diminuirà in velocità fino a fermarsi e sullo schermo comparirà un riepilogo dell'allenamento. Dopo aver preso visione del riepilogo dell'allenamento, premere ripetutamente il pulsante Stop per ritornare al menu principale.

Nota: il display calorie rappresenta una stima della quantità di calorie che l'utente consumerà durante l'allenamento. La quantità effettiva di calorie consumate dipenderà da vari fattori come il peso dell'utente.

4. Verifica dei progressi.

Vedere la fase 5 a pagina 17.

5. Se lo si desidera, misurare la frequenza cardiaca.

Vedere la fase 6 a pagina 17.

6. Una volta terminato l'allenamento, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere la fase 7 a pagina 17.

USO DI UN ALLENAMENTO CARDIO

Gli allenamenti cardio controllano automaticamente la velocità e l'inclinazione del tapis roulant per mantenere la frequenza cardiaca vicino al livello target mentre ci si allena. Nota: è necessario usare il cardiofrequenzimetro a impugnatura o indossare un cardiofrequenzimetro a torace per utilizzare un allenamento cardio.

1. Indossare un cardiofrequenzimetro a torace compatibile Polar.

Per una lettura più precisa della frequenza cardiaca si consiglia di indossare il cardiofrequenzimetro a torace compatibile Polar quando si utilizza un allenamento cardio.

Durante il programma cardio è inoltre possibile utilizzare il cardiofrequenzimetro a impugnatura.

2. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a pagina 16.

3. Selezionare un allenamento cardio e inserire le impostazioni personali.

Per selezionare un programma di allenamento cardio, premere il pulsante Heart Rate (frequenza cardiaca).

Sui display scorreranno tre opzioni numerate di frequenza cardiaca possibili. Premere il numero dell'allenamento desiderato e poi premere il pulsante Enter (invio).

I display potrebbero chiedere di inserire l'età, il peso, il sesso o altre impostazioni prima che il nastro scorrevole inizi a muoversi. Premere poi i pulsanti di aumento/diminuzione Speed (velocità) e il pulsante Enter per selezionare l'informazione richiesta. Nota: è inoltre possibile premere i pulsanti numerati per inserire le informazioni.

Nota: per determinare la propria frequenza cardiaca target, consultare il medico o una fonte consigliata dal medico.

4. Avvio dell'allenamento.

Premere il pulsante Quick Start (avvio rapido) per avviare il programma. Subito dopo aver premuto il pulsante, la consolle inizierà un conto alla rovescia e poi il nastro scorrevole inizierà a muoversi. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare.

L'allenamento funzionerà analogamente alla modalità manuale (vedere pagine 16 e 17).

L'allenamento continuerà fino al termine dell'allenamento cardio. La consolle inizierà poi automaticamente un tempo di defaticamento con un conto alla rovescia. Al termine del defaticamento, il nastro scorrevole diminuirà in velocità fino a fermarsi e sullo schermo comparirà un riepilogo dell'allenamento. Dopo aver preso visione del riepilogo dell'allenamento, premere ripetutamente il pulsante Stop (arresto) per ritornare al menu principale.

Nota: il display calorie rappresenta una stima della quantità di calorie che l'utente consumerà durante l'allenamento. La quantità effettiva di calorie consumate dipenderà da vari fattori come il peso dell'utente.

5. Verifica dei progressi.

Vedere la fase 5 a pagina 17.

Durante un allenamento cardio i display opereranno un raffronto tra la frequenza cardiaca dell'utente e quella target.

Per mantenere la frequenza cardiaca entro i valori target, la consolle regolerà automaticamente la velocità e l'inclinazione dell'allenamento.

IMPORTANTE: il target frequenza cardiaca è volto esclusivamente a motivare l'utente. Durante l'allenamento si consiglia di mantenere un'intensità adeguata al proprio ritmo. Se l'intensità non è adeguata premere il pulsante Stop o rimuovere la chiave per sospendere o terminare l'allenamento.

6. Una volta terminato l'allenamento, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere la fase 7 a pagina 17.

USO DEL FITNESS TEST

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a pagina 16.

2. Indossare un cardiofrequenzimetro a torace compatibile Polar.

Per una lettura più precisa della frequenza cardiaca si consiglia di indossare il cardiofrequenzimetro a torace compatibile Polar quando si utilizza il fitness test.

Durante il fitness test è inoltre possibile utilizzare il cardiofrequenzimetro a impugnatura.

3. Selezione del fitness test.

Per selezionare il fitness test premere il pulsante Fit Test. Quindi, premere il pulsante Enter (invio).

I display potrebbero chiedere di inserire l'età, il peso, il sesso o altre impostazioni prima che il nastro scorrevole inizi a muoversi. Premere poi i pulsanti di aumento/diminuzione Speed (velocità) e il pulsante Enter per selezionare l'informazione richiesta. Nota: è inoltre possibile premere i pulsanti numerati per inserire le informazioni.

4. Iniziare l'allenamento.

Il fitness test è suddiviso in segmenti. Durante il fitness test, il profilo nel display visualizzerà i progressi dell'utente.

Durante il fitness test la consolle regolerà automaticamente la velocità e l'inclinazione del tapis roulant.

IMPORTANTE: durante il fitness test non è possibile regolare le impostazioni dell'inclinazione e della velocità manualmente. Se le impostazioni non sono adeguate premere il pulsante Stop o rimuovere la chiave per terminare l'allenamento.

Il fitness test continuerà in questo modo fino al termine dell'ultimo segmento.

5. Verifica dei progressi.

Vedere la fase 5 a pagina 17.

6. Visualizza i tuoi risultati.

La consolle visualizzerà i risultati del tuo fitness test. Vedere le tabelle a pagina 22 per ulteriori informazioni.

Nota: per ottenere un risultato ottimale, potrebbe essere utile sottoporsi al fitness test per tre giorni consecutivi in condizioni simili e calcolare la media dei tre punteggi ottenuti.

7. Una volta terminato l'allenamento, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere la fase 7 a pagina 17.

TABELLE RISULTATI FITNESS TEST

Donne

Età	Molto Scarso	Scarso	Discreto	Buono	Eccellente	Elite
13–19	<25,0	25,0–30,9	31,0–34,9	35,0–38,9	39,0–41,9	<41,9
20–29	<23,6	23,6–28,9	29,0–32,9	33,0–36,9	37,0–41,0	<41,0
30–39	<22,8	22,8–26,9	27,0–31,4	31,5–35,6	35,7–40,0	<40,0
40–49	<21,0	21,0–24,4	24,5–28,9	29,0–32,8	32,9–36,9	<36,9
50–59	<20,2	20,2–22,7	22,8–26,9	27,0–31,4	31,5–35,7	<35,7
60+	<17,5	17,5–20,1	20,2–24,4	24,5–30,2	30,3–31,4	<31,4

Uomini

Età	Molto Scarso	Scarso	Discreto	Buono	Eccellente	Elite
13–19	<35,0	35,0–38,3	38,4–45,1	45,2–50,9	51,0–55,9	<55,9
20–29	<33,0	33,0–36,4	36,5–42,4	42,5–46,4	46,5–52,4	<52,4
30–39	<31,5	31,5–35,4	35,5–40,9	41,0–44,9	45,0–49,4	<49,4
40–49	<30,2	30,2–33,5	33,6–38,9	39,0–43,7	43,8–48,0	<48,0
50–59	<26,1	26,1–30,9	31,0–35,7	35,8–40,9	41,0–45,3	<45,3
60+	<20,5	20,5–26,0	26,1–32,2	32,3–36,4	36,5–44,2	<44,2

USO DEL TEST FISICO

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a pagina 16.

2. Selezione di un test fisico.

Per selezionare un test fisico premere il pulsante Physical Test.

Sui display scorreranno cinque test fisici numerati. Premere il numero del test fisico desiderato e poi premere il pulsante Enter (invio).

I display potrebbero chiedere di inserire l'età, il peso, il sesso o altre impostazioni prima che il nastro scorrevole inizi a muoversi. Premere poi i pulsanti di aumento/diminuzione Speed (velocità) e il pulsante Enter per selezionare l'informazione richiesta. Nota: è inoltre possibile premere i pulsanti numerati per inserire le informazioni.

3. Iniziare l'allenamento.

Vedere la fase 4 a pagina 21.

Quando il test fisico termina, la consolle inizierà poi automaticamente un tempo di defaticamento con un conto alla rovescia. Quando il periodo di defaticamento termina, il nastro scorrevole si arresterà.

4. Verifica dei progressi.

Vedere la fase 5 a pagina 17.

5. Visualizza i tuoi risultati.

La consolle visualizzerà i risultati del tuo test fisico. Vedere le tabelle a pagina 22 per ulteriori informazioni.

Nota: per ottenere un risultato ottimale, potrebbe essere utile sottoporsi a un test fisico per tre giorni consecutivi in condizioni simili e calcolare la media dei tre punteggi ottenuti.

6. Una volta terminato l'allenamento, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere la fase 7 a pagina 17.

MODALITÀ IMPOSTAZIONI

La consolle è dotata di una modalità impostazioni che memorizza le informazioni d'uso del tapis roulant e consente di personalizzare le impostazioni della consolle.

1. Selezione della modalità impostazioni.

Per selezionare la modalità Impostazioni premere e mantenere premuti i pulsanti Stop ed Enter (invio) per 8 secondi. Quindi, premere il pulsante Enter per modificare le impostazioni.

Nota: qualora sia stato selezionato un allenamento predefinito o un test, premere il pulsante Stop (arresto) per ritornare al menu principale prima di selezionare la modalità impostazioni.

2. Visualizzazione e modifica delle impostazioni nel modo desiderato.

Quando è selezionata la modalità impostazioni, premere ripetutamente il pulsante Enter per visualizzare le seguenti informazioni:

SOFTWARE VERSION (versione software): questo display mostra la versione corrente del software della consolle.

VERSION DATE (data versione): questo display mostra la data della versione corrente del software della consolle.

DISTANCE UNIT (unità di misura per distanza): questo display mostra se la consolle visualizza la velocità e la distanza in miglia o chilometri. Per modificare l'unità di misura, premere i pulsanti di aumento/diminuzione Speed (velocità).

LINGUA: questo display mostra la lingua del display della consolle. Per modificare la lingua sul display, premere i pulsanti di aumento/diminuzione Speed.

DISTANCE (distanza): il display mostra il numero totale di miglia o chilometri che il nastro scorrevole ha percorso.

HOURS (ore): questo display mostra il numero totale di ore di utilizzo del tapis roulant.

3. Uscita dalla modalità impostazioni.

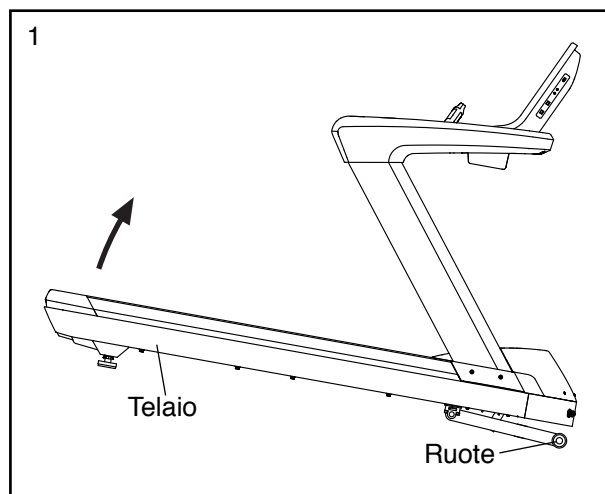
Per uscire dalla modalità impostazioni, premere ripetutamente il pulsante Enter fino a quando la consolle torna al menu principale.

SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT

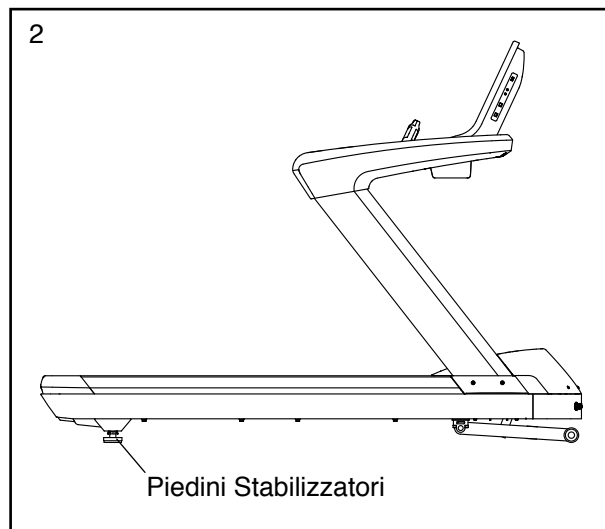
A causa delle dimensioni e del peso del tapis roulant, lo spostamento richiede la presenza di due o tre persone.

Prima di spostare il tapis roulant collegare il cavo di alimentazione e inserire la chiave nella consolle (vedere la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a pagina 16). Portare l'inclinazione al livello massimo. **Quindi, rimuovere la chiave e disinserire il cavo di alimentazione.**

1. **Tenere saldamente il telaio nella posizione raffigurata. ATTENZIONE: per ridurre le possibilità di danni al tapis roulant o incidenti, non sollevare il tapis roulant dal corrimano.** Sollevare la parte posteriore del telaio fino a quando il tapis roulant scorre senza problemi sulle ruote. Portare con cautela il tapis roulant nel punto desiderato, quindi abbassarlo in posizione piana. **ATTENZIONE: per ridurre il rischio di lesioni, prestare estrema attenzione durante lo spostamento del tapis roulant. Non tentare di spostarlo su una superficie irregolare.**



2. Una volta posizionato il tapis roulant nell'ubicazione di utilizzo accertare che i piedini stabilizzatori appoggino saldamente sul pavimento. Se il tapis roulant non aderisce perfettamente alla superficie, ruotare il dado su uno dei piedini stabilizzatori in senso orario o antiorario fino a eliminare il dondolio.



MANUTENZIONE PREVENTIVA

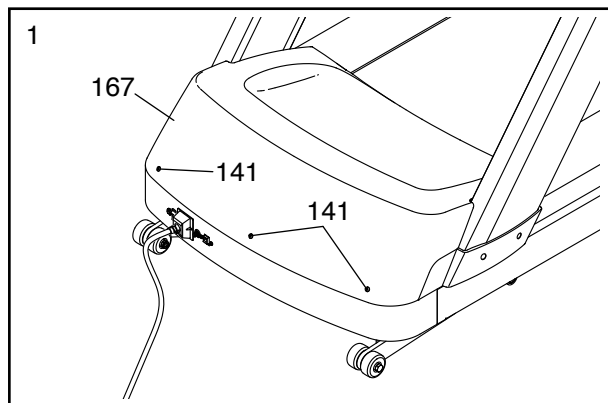
Al fine di ottenere prestazioni ottimali e una lunga durata del tapis roulant è necessaria una manutenzione regolare. Leggere e attenersi a tutte le istruzioni fornite di seguito. **Qualora il tapis roulant non venga sottoposto a manutenzione nel modo indicato, i componenti potrebbero risultarne eccessivamente usurati, il tapis roulant danneggiato e la garanzia invalidata.** In caso di quesiti relativi alla manutenzione, consultare la retrocopertina del presente manuale. **ATTENZIONE: accertare di avere rimosso la chiave e disinserito il cavo di alimentazione prima di effettuare qualsiasi operazione di manutenzione.**

MANUTENZIONE SETTIMANALE

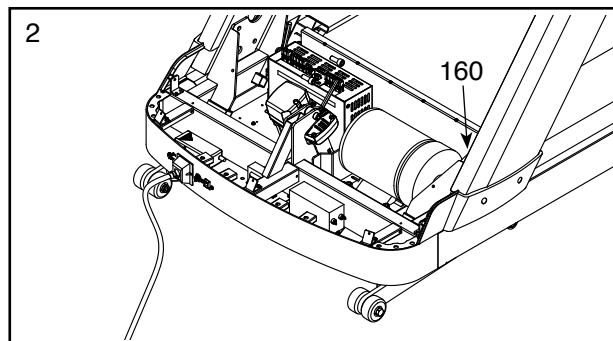
1. **Disinserire il cavo di alimentazione.** Controllare e serrare opportunamente tutte le parti esterne del tapis roulant.
2. Per rimuovere le tracce di polvere e sporcizia da corrimano, montante, poggiatesta, telaio e calotta motore versare del detersivo delicato multiuso su un panno di puro cotone. Inoltre, passare il panno sulla piattaforma nastro e lungo i lati del nastro scorrevole. **Non pulire la parte inferiore del nastro scorrevole.** Versare una piccola quantità di detersivo delicato multiuso su un panno di puro cotone e pulire la consolle e gli schermi. **Non spruzzare il detergente direttamente sul tapis roulant o utilizzare detersivi a base di ammoniaca o acido.**
3. Accertare che il nastro scorrevole sia centrato e opportunamente serrato. Qualora sia centrato e scorra agevolmente, non effettuare regolazioni. Se il nastro scorrevole deve essere regolato, vedere le pagine 27 e 30.

MANUTENZIONE MENSILE

1. **Disinserire il cavo di alimentazione.** Rimuovere le tre Viti M5 x 15mm (141) e togliere la Calotta Motore (167) sollevandola.



2. Utilizzando un aspiratore portatile, pulire la zona sotto la Calotta Motore (non raffigurata). **Fare attenzione a non toccare i componenti.** Quindi, verificare che la Cinghia Trasmissione (160) non sia usurata e non presenti incrinature. Per la sostituzione della Cinghia Trasmissione consultare la retrocopertina del presente manuale.



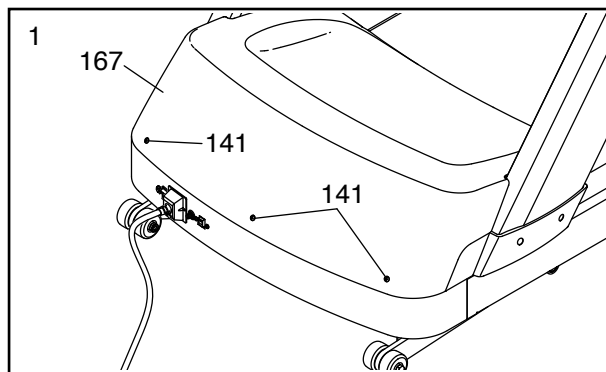
3. Collegare il cavo di alimentazione e inserire la chiave nella consolle. Premere il pulsante Quick Start (avvio rapido). **Prestare attenzione a evitare infortuni; tenere le mani a distanza dalle parti in movimento e accertare che i vestiti non rimangano impigliati tra le parti in movimento.** Mentre il nastro scorrevole è in movimento, verificare che il tapis roulant non produca rumori o odori inconsueti. In presenza di uno di questi inconvenienti, consultare la retrocopertina del presente manuale.

Rimuovere la chiave e disinserire il cavo di alimentazione. Vedere la fase 1. Rimontare la Calotta Motore (167) con le tre Viti M5 x 15mm (141) (vedere fase di montaggio 7 a pagina 10).

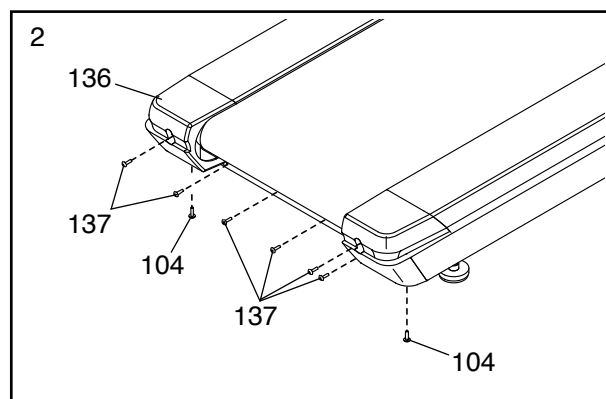
SOSTITUZIONE DELLA PIATTAFORMA NASTRO E DEL NASTRO SCORREVOLE

Controllare periodicamente la piattaforma nastro per identificare un'eventuale usura. Se attraverso il rivestimento fenolico si scorge del legno o se la superficie è danneggiata, la piattaforma nastro deve essere sostituita. Quando il nastro scorrevole si usura, è necessario sostituirlo. La piattaforma nastro deve essere sostituita ogni 16.000/24.000 Km. Attenersi alle istruzioni sottostanti per sostituire la piattaforma nastro e/o il nastro scorrevole.

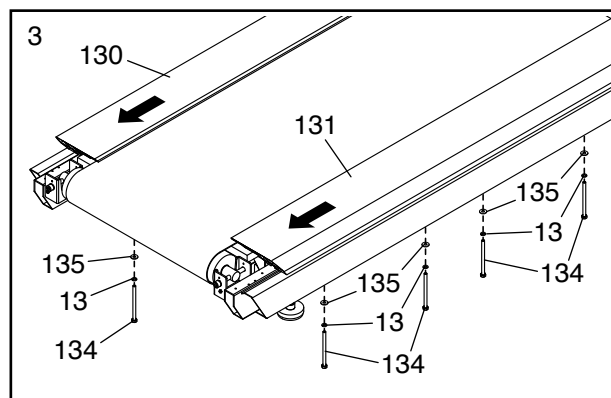
1. **Disinserire il cavo di alimentazione.** Rimuovere le tre Viti M5 x 15mm (141) e togliere la Calotta Motore (167) sollevandola.



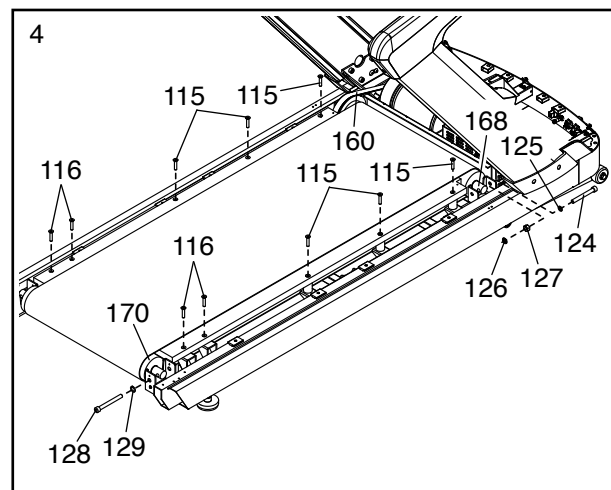
2. Rimuovere le sei Viti a Testa Bombata M5 x 12mm (137) e le due Viti con Bullone Posteriori M5 x 20mm (104). Quindi, rimuovere il Cappuccio Posteriore (136).



3. Rimuovere le otto Viti M8 x 115mm (134), le Rondelle di Bloccaggio M8 (13) e le Rondelle M8 (135) (non sono raffigurati tutti i pezzi). Quindi estrarre i Poggiapiedi Sinistro e Destro (130, 131).

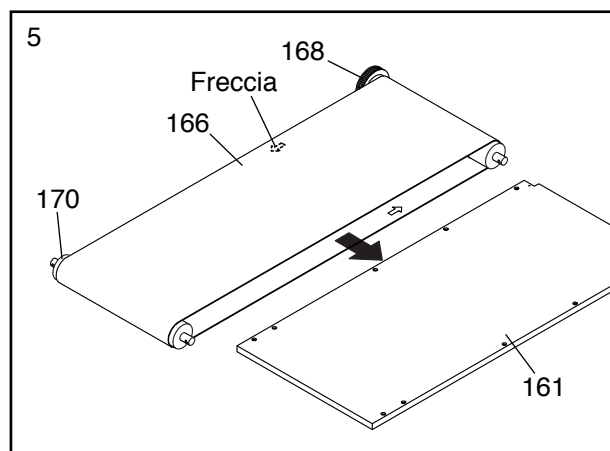


4. Rimuovere le quattro Viti M8 x 40mm (116) e le sei Viti M8 x 35mm (115). Quindi rimuovere il Bullone M12 x 100mm (124), la Rondella M12 (125), il Dado M12 (127) e la Rondella a Stella Interna M12 (126) dal Rullo Trasmissione (168).



Quindi, rimuovere la Cinghia Trasmissione (160) dal Rullo Trasmissione (168). Quindi rimuovere le due Viti M12 x 110mm (128) e le Rondelle di Bloccaggio M12 (129) da ogni lato del Rullo Tenditore (170) (solo un lato è raffigurato).

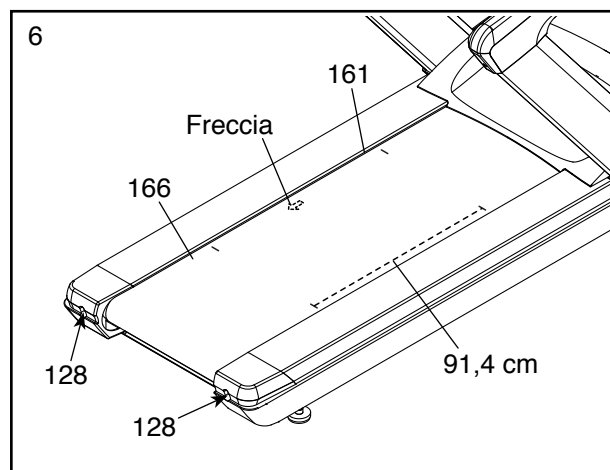
5. Rimuovere il Rullo Tenditore (170), il Rullo Trasmissione (168), la Piattaforma Nastro (161) e il Nastro Scorrevole (166).



Per la sostituzione della Piattaforma Nastro (161) rimuovere la vecchia Piattaforma Nastro e inserire quella nuova.

Per la sostituzione del solo Nastro Scorrevole (166), rimuovere il Nastro Scorrevole e inserire quello nuovo sulla Piattaforma Nastro (161). **Verificare che la freccia sotto il Nastro Scorrevole sia rivolta verso la parte posteriore del tapis roulant, come indicato.** Quindi, seguire in ordine inverso le fasi da 1 a 5. Per rimontare la Calotta Motore (non raffigurata), vedere la fase di montaggio 7 a pagina 10.

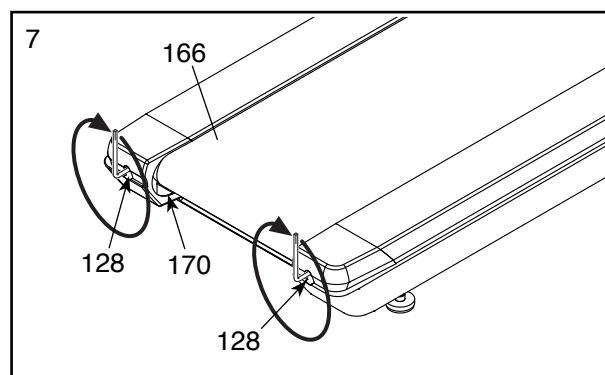
6. A questo punto regolare la tensione del Nastro Scorrevole (166). Controllare sotto il lato destro o sinistro del Nastro Scorrevole per individuare una piccola freccia stampata sul Nastro; se necessario, spostare il Nastro fino a quando si è individuata la freccia. **Verificare che la freccia sia rivolta verso la parte posteriore del tapis roulant, come indicato.** In caso contrario, rimuovere il Nastro Scorrevole, rivoltarlo e infilarlo nuovamente nella Piattaforma Nastro (161). **Non serrare il Nastro Scorrevole in questa fase.**



Se necessario, spostare il Nastro Scorrevole (166) fino a quando la cucitura del Nastro Scorrevole si trova sotto la Piattaforma Nastro (161).

Apporre due segni su ogni lato del Nastro Scorrevole (166) a 90,7 cm l'uno dall'altro. Utilizzando la chiave esagonale, ruotare in senso antiorario entrambe le Viti M12 x 110mm (128) di 1/4 di giro. Serrare il Nastro Scorrevole fino a quando i segni presenti su entrambi i lati del Nastro Scorrevole si trovano a una distanza di 91,4 cm l'uno dall'altro.

7. Se necessario centrare il Nastro Scorrevole (166) (vedere pagina 30). Quindi collegare il cavo di alimentazione, salire sui poggiapiedi, inserire la chiave nella consolle e premere il pulsante Quick Start (avvio rapido). Reggere i corrimano e appoggiare delicatamente uno dei piedi sul Nastro Scorrevole in movimento. Qualora il Nastro Scorrevole si arresti, **rimuovere la chiave dalla consolle, disinserire il cavo di alimentazione** e ruotare le due Viti M12 x 110mm (128) una volta in senso orario. Continuare a controllare la tensione del Nastro Scorrevole fino a quando non slitta più. Assicurarsi che il Nastro Scorrevole sia centrato. **Qualora il Rullo Tenditore (170) si arresti, non serrare ulteriormente le Viti; consultare la retrocopertina del presente manuale.**

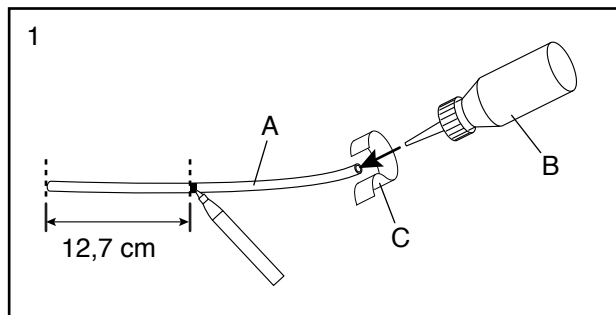


LUBRIFICAZIONE DEL NASTRO SCORREVOLE

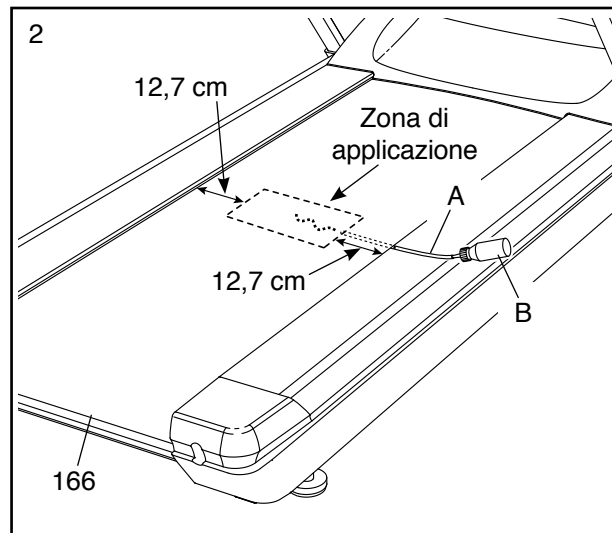
Se il tapis roulant viene usato regolarmente, lubrificare il nastro scorrevole ogni 200 ore circa. Per l'applicazione del lubrificante attenersi alle istruzioni fornite di seguito.

Per l'acquisto del lubrificante, consultare la retrocopertina del presente manuale.

1. Contrassegnare il tubicino (A) a 12,7 cm da un'estremità. Inserire la bottiglia di silicone nell'altra estremità del tubicino e bloccarlo con il nastro adesivo (C).



2. Inserire l'estremità del tubicino sotto la parte centrale del Nastro Scorrevole (166). Quindi premere la bottiglia di silicone (B) estraendo il tubicino dalla parte sottostante il Nastro Scorrevole fino a quando non si scorge il segno sul tubicino. Quindi rimuovere il tubicino da sotto il Nastro Scorrevole. **Ripetere questa fase sull'altro lato del Nastro Scorrevole.**



3. Avviare il tapis roulant e camminare sul Nastro Scorrevole (166) per 3-5 minuti.

DOCUMENTAZIONE SEMESTRALE DELLA MANUTENZIONE PREVENTIVA

Fotocopiare questo modulo e utilizzarlo per registrare gli interventi di manutenzione preventiva eseguiti sul tapis roulant. Ogni copia del modulo può essere utilizzata per sei mesi (26 settimane). Quando vengono eseguiti gli interventi di manutenzione, indicare la data negli appositi spazi. **Accertare di avere eseguito tutte le procedure di manutenzione descritte alle pagine 25 a 28. Qualora le procedure non vengano eseguite nel modo indicato, i componenti potrebbero risultarne eccessivamente usurati, il tapis roulant danneggiato e la garanzia invalidata.**

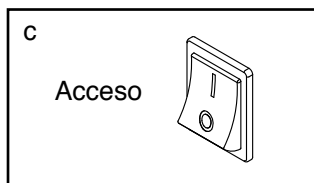
	Manutenzione Settimanale			Manutenzione Mensile		
	Controllare e serrare tutte le parti esterne del tapis roulant.	Pulire il tapis roulant.	Controllare l'opportuno tensionamento e allineamento del nastro scorrevole.	Rimuovere la calotta motore e aspirare il vano motore.	Verificare che la cinghia motore non presenti incrinature o altri segni di usura.	Controllare il motore per formazione di arco; controllare la presenza di rumori o odori.
Settimana 1	/ /	/ /	/ /			
Settimana 2	/ /	/ /	/ /			
Settimana 3	/ /	/ /	/ /			
Settimana 4	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
Settimana 5	/ /	/ /	/ /			
Settimana 6	/ /	/ /	/ /			
Settimana 7	/ /	/ /	/ /			
Settimana 8	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
Settimana 9	/ /	/ /	/ /			
Settimana 10	/ /	/ /	/ /			
Settimana 11	/ /	/ /	/ /			
Settimana 12	/ /	/ /	/ /			
Settimana 13	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
Settimana 14	/ /	/ /	/ /			
Settimana 15	/ /	/ /	/ /			
Settimana 16	/ /	/ /	/ /			
Settimana 17	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
Settimana 18	/ /	/ /	/ /			
Settimana 19	/ /	/ /	/ /			
Settimana 20	/ /	/ /	/ /			
Settimana 21	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
Settimana 22	/ /	/ /	/ /			
Settimana 23	/ /	/ /	/ /			
Settimana 24	/ /	/ /	/ /			
Settimana 25	/ /	/ /	/ /			
Settimana 26	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
Piattaforma Nastro Capovolta/Sostituita	/ /	/ /		Nastro Scorrevole Sostituito	/ /	

LOCALIZZAZIONE GUASTI

La maggior parte dei problemi relativi al tapis roulant può essere risolta leggendo le seguenti istruzioni. Individuare il problema riscontrato e seguire le procedure elencate. Per ulteriori informazioni consultare la retrocopertina del presente manuale.

SINTOMO: l'attrezzo non si accende

- Verificare che il cavo alimentazione sia inserito in una presa con opportuna messa a terra (vedere a pagina 13). Qualora si renda necessaria una prolunga, utilizzarne una a 3 poli, da 1 mm² e di lunghezza non superiore a 1,5 m.
- Dopo aver collegato il cavo di alimentazione, verificare che la chiave sia inserita nella consolle.
- Controllare l'interruttore presente sul tapis roulant vicino al cavo di alimentazione. Verificare che l'interruttore sia in posizione On (acceso).

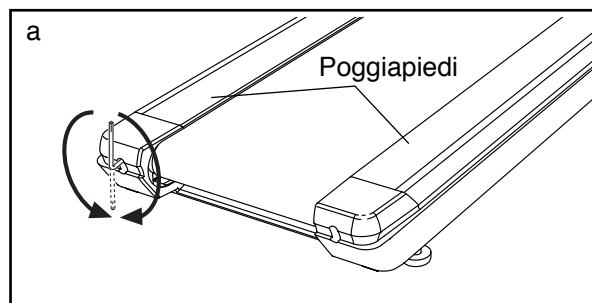


SINTOMO: l'attrezzo si spegne durante l'uso

- Controllare l'interruttore (vedere il disegno sopra-stante). Qualora l'interruttore sia scattato, attendere cinque minuti e quindi premere l'interruttore e portarlo in posizione On (acceso).
- Verificare che il cavo di alimentazione sia inserito nella presa. Se il cavo di alimentazione è inserito nella presa, disinserirlo e attendere cinque minuti prima di reinserirlo.
- Rimuovere la chiave dalla consolle e poi reinserirla.
- Se il tapis roulant non dovesse ancora funzionare, consultare la retrocopertina del presente manuale.

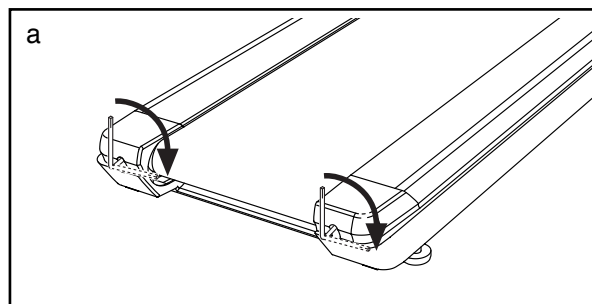
SINTOMO: il nastro scorrevole non è centrato tra i poggipiedi. IMPORTANTE: lo sfregamento del nastro scorrevole contro i poggipiedi potrebbe danneggiare il nastro.

- Innanzitutto rimuovere la chiave e **DISINSERIRE IL CAVO DI ALIMENTAZIONE**. Qualora il nastro scorrevole si sia spostato a sinistra, utilizzare la chiave esagonale per ruotare la vite sinistra del rullo tenditore in senso orario di mezzo giro; **qualora il nastro scorrevole si sia spostato a destra**, ruotare la vite sinistra del rullo tenditore in senso antiorario di mezzo giro. Prestare attenzione a non tendere eccessivamente il nastro scorrevole. Quindi, inserire il cavo di alimentazione, inserire la chiave e far funzionare il tapis roulant per alcuni minuti. Ripetere la procedura fino a quando il nastro scorrevole è centrato.



SINTOMO: il nastro scorrevole slitta durante l'esercizio

- Se il nastro scorrevole slitta durante l'uso, prima rimuovere la chiave e poi **DISINSERIRE IL CAVO DI ALIMENTAZIONE**. Utilizzando la chiave esagonale, ruotare entrambe le viti del rullo tenditore in senso orario di 1/4 di giro. Per tensionare correttamente il tapis roulant, vedere fase 6 a pagina 27. Prestare attenzione a mantenere centrato il nastro scorrevole. Quindi, inserire il cavo di alimentazione, inserire la chiave e camminare con cautela sul tapis roulant per alcuni minuti. Ripetere la procedura fino a quando il nastro scorrevole è opportunamente tensionato.



GUIDA AGLI ESERCIZI

⚠ AVVERTENZA: prima di iniziare questo programma di esercizi o altri, consultare il medico. In particolare coloro che hanno un'età superiore ai 35 anni o con problemi di salute preesistenti.

Il cardiofrequenzimetro non è uno strumento medico. Esistono vari fattori che possono inficiare la precisione della rilevazione della frequenza cardiaca. Il cardiofrequenzimetro è solo uno strumento di supporto per l'allenamento che serve a determinare la tendenza della frequenza cardiaca in generale.

I consigli che seguono sono un supporto per pianificare il programma di esercizi. Per informazioni più dettagliate relative agli esercizi, si consiglia di acquistare un libro specializzato o di consultare il proprio medico. Si ricorda che una corretta alimentazione e un riposo adeguato sono essenziali per ottenere dei risultati positivi.

INTENSITÀ ESERCIZIO

Qualunque sia l'obiettivo, bruciare grassi o potenziare il sistema cardiovascolare, la chiave per raggiungere i risultati desiderati è allenarsi a un livello di intensità corretto. Per trovare il corretto livello di intensità è possibile prendere come riferimento la propria frequenza cardiaca. La tabella sottostante mostra le frequenze cardiache consigliate per bruciare i grassi o per un allenamento aerobico.

165	155	145	140	130	125	115	♥♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Per determinare la frequenza cardiaca più adatta al proprio fisico, individuare la propria età in fondo alla tabella (le età sono arrotondate alla decina più prossima). I tre numeri riportati sopra alla propria età determinano la vostra "zona di allenamento." Il numero inferiore rappresenta la frequenza cardiaca raccomandata per bruciare i grassi; il numero medio rappresenta la frequenza cardiaca raccomandata per bruciare i grassi al massimo livello; il numero superiore rappresenta la frequenza cardiaca raccomandata per un esercizio aerobico.

Bruciare i Grassi—Per bruciare i grassi in modo efficace, è necessario eseguire un allenamento a un livello di intensità relativamente basso per parecchi minuti. Durante i primi minuti di allenamento, il corpo brucia i *carboidrati semplici*. Solo dopo i primi minuti il corpo brucia *grassi accumulati*. Se l'obiettivo è bruciare grassi, regolare l'intensità dell'esercizio fino a quando la frequenza cardiaca è prossima al numero più basso della propria zona di allenamento. Per bruciare il massimo dei grassi, allenarsi con la frequenza cardiaca prossima al numero medio della propria zona di allenamento.

Esercizio Aerobico—Se l'obiettivo è il potenziamento del sistema cardiovascolare si deve eseguire un allenamento aerobico la cui attività richiede un apporto di ossigeno elevato per periodi prolungati. Per l'esercizio aerobico, regolare l'intensità dell'esercizio fino a quando la propria frequenza cardiaca è prossima al numero più alto della propria zona di allenamento.

CONSIGLI PER L'ALLENAMENTO

Riscaldamento—Iniziare con 5/10 minuti di stretching ed esercizi leggeri. Un riscaldamento corretto aumenta la temperatura del corpo, la frequenza cardiaca e la circolazione in preparazione all'esercizio.

Esercizi nella Zona di Allenamento—Allenarsi per 20/30 minuti mantenendo la propria frequenza cardiaca entro i limiti della propria zona di allenamento. (Durante le prime settimane del programma di esercizi, mantenere la propria frequenza cardiaca nella zona di allenamento per massimo 20 minuti.) Durante l'esercizio respirare regolarmente e profondamente senza mai trattenere il respiro.

Defaticamento—Terminare con 5/10 minuti di stretching. Lo stretching aumenta la flessibilità dei muscoli e aiuta a prevenire i problemi dopo gli esercizi.

FREQUENZA ESERCIZI

Per mantenere o migliorare la propria condizione, eseguire tre allenamenti alla settimana, rispettando almeno un giorno di riposo tra ogni sessione. Dopo alcuni mesi di esercizio costante, sarà possibile anche eseguire cinque allenamenti alla settimana. Ricordatevi che la chiave del successo è rendere l'esercizio una parte costante e divertente della vita di tutti i giorni.

ESERCIZI DI STRETCHING CONSIGLIATI

La corretta esecuzione dei vari esercizi di stretching di base è mostrata qui a destra. Durante lo stretching muoversi lentamente senza mai dondolare.

1. Toccare la Punta dei Piedi con le Mani

In piedi, ma con le ginocchia leggermente piegate, piegare il busto in avanti. Rilassare schiena e spalle mentre si cerca di toccare la punta dei piedi con le mani. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio tre volte. Stretching: bicipiti femorali, retro delle ginocchia e schiena.

2. Stretching del Bicipite Femorale

Sedersi con una gamba stesa. Portare la pianta del piede opposto verso di voi e appoggiarla contro la coscia interna della gamba stesa. Cercare di raggiungere la punta del piede della gamba stesa. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio 3 volte con entrambe le gambe. Stretching: bicipiti femorali, zona lombare e inguine.

3. Stretching Polpaccio/Tendine di Achille

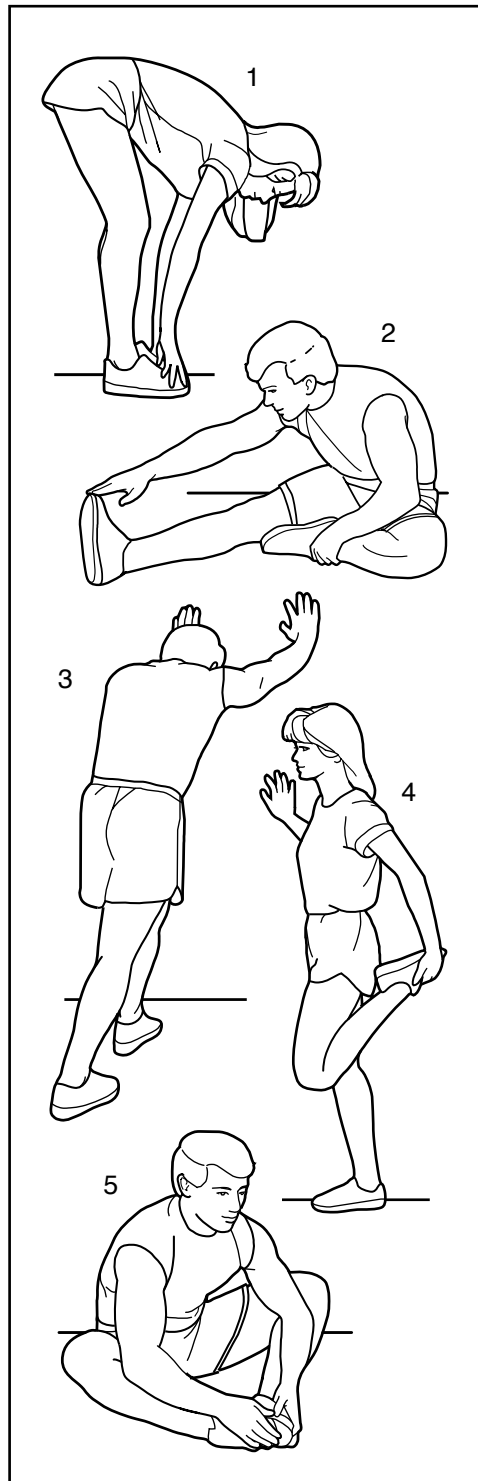
Mettere una gamba di fronte all'altra, sporgersi in avanti e posizionare le mani sulla parete. Tenere la gamba dietro dritta con il piede completamente appoggiato a terra. Piegare la gamba davanti, sporgersi in avanti e spostare i fianchi verso la parete. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio 3 volte con entrambe le gambe. Per allungare maggiormente i tendini di Achille, piegare anche la gamba dietro. Stretching: polpacci, tendini di Achille e caviglie.

4. Stretching Quadricipiti

Appoggiando una mano alla parete per non perdere l'equilibrio, afferrare il piede esterno (rispetto alla parete) e piegando la gamba portare il tallone contro il gluteo. Portare il tallone il più vicino possibile ai glutei. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio 3 volte con entrambe le gambe. Stretching: quadricipiti e muscoli dell'anca.

5. Stretching dell'Interno Coscia

Sedersi, piegare le ginocchia verso l'esterno e unire le piante dei piedi. Tirare i piedi verso l'inguine il più vicino possibile. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio tre volte. Stretching: quadricipiti e muscoli dell'anca.



NOTE

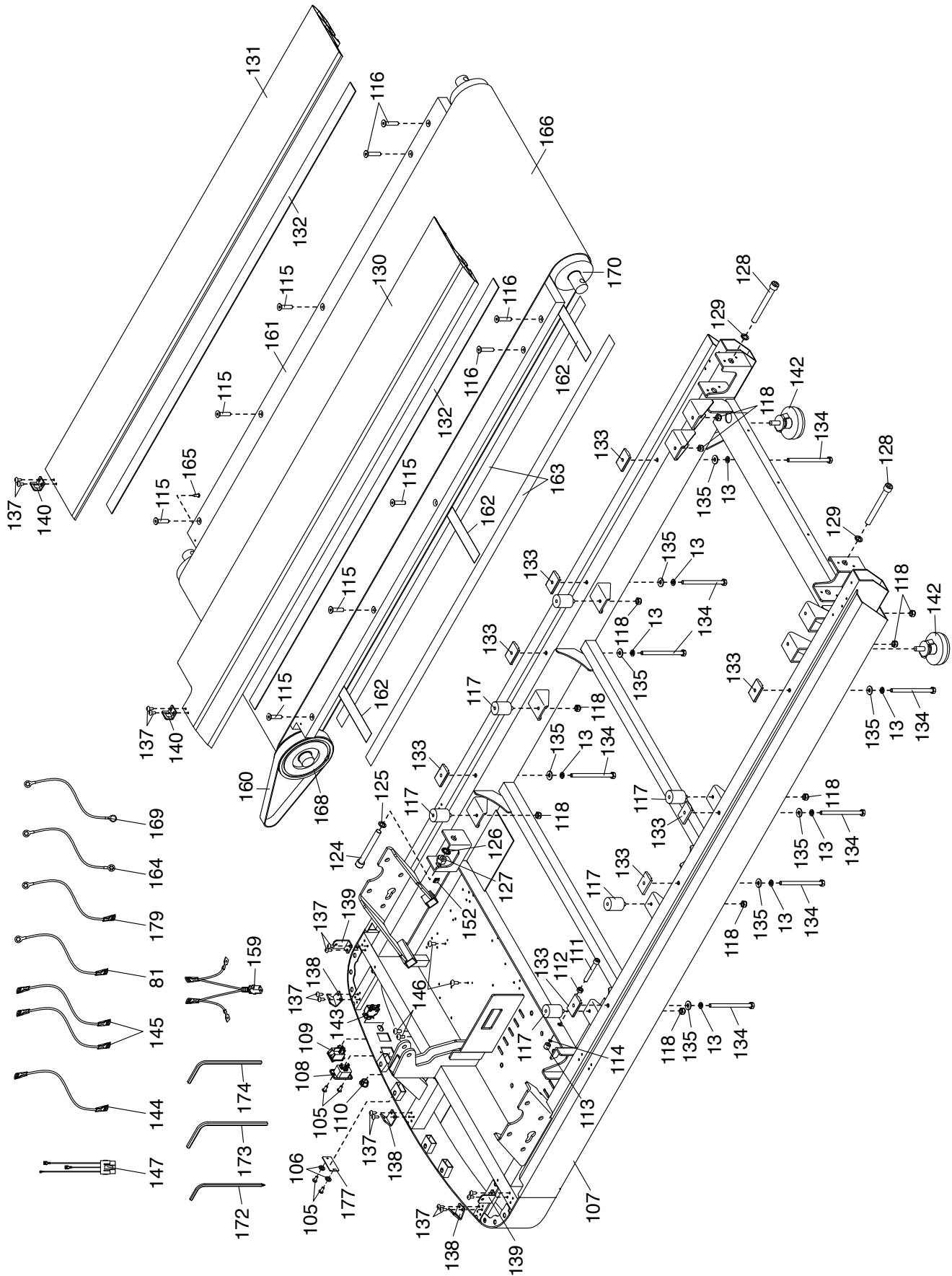
ELENCO PEZZI

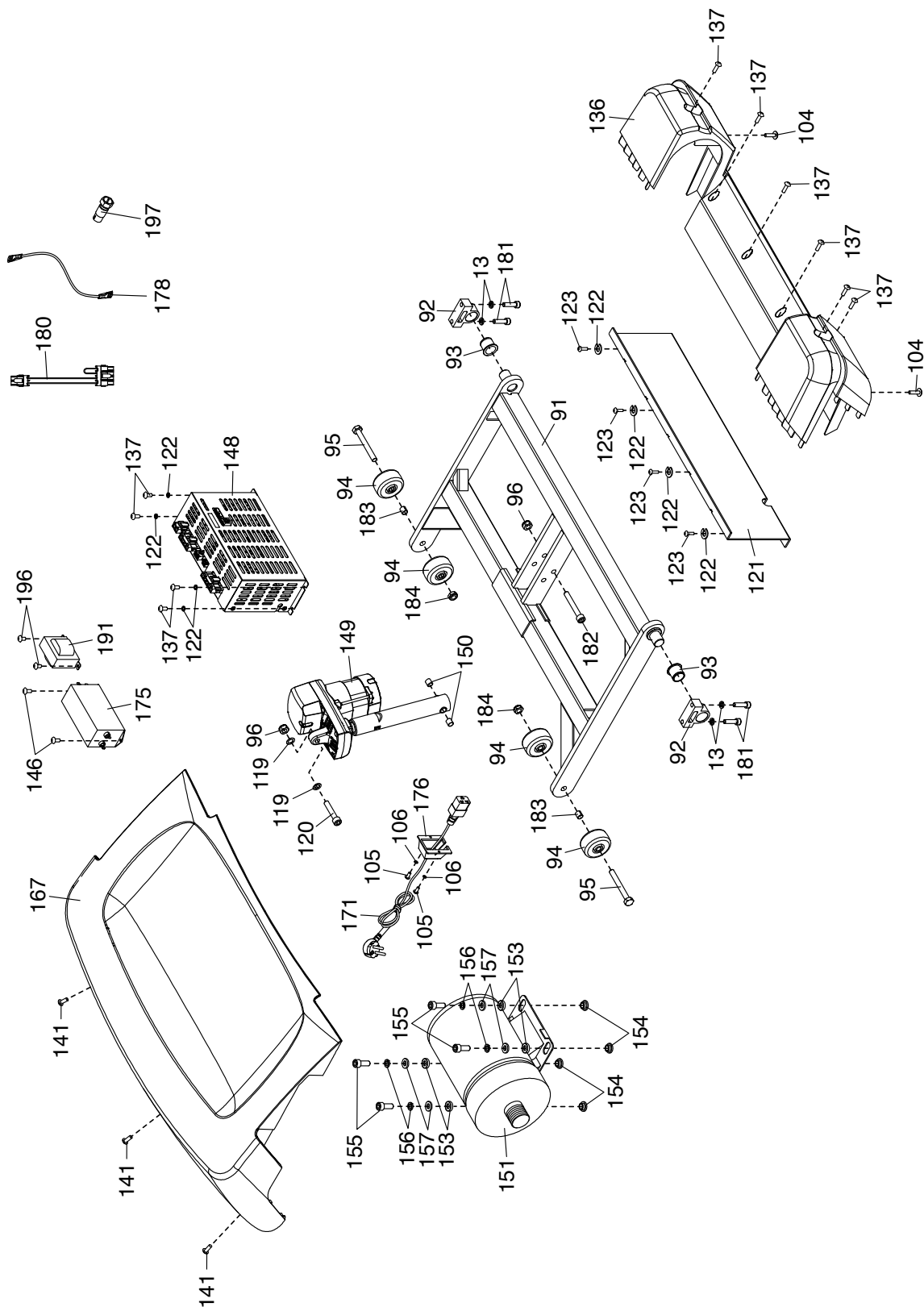
N° del Modello FMTL70714-INT.0 R0315A

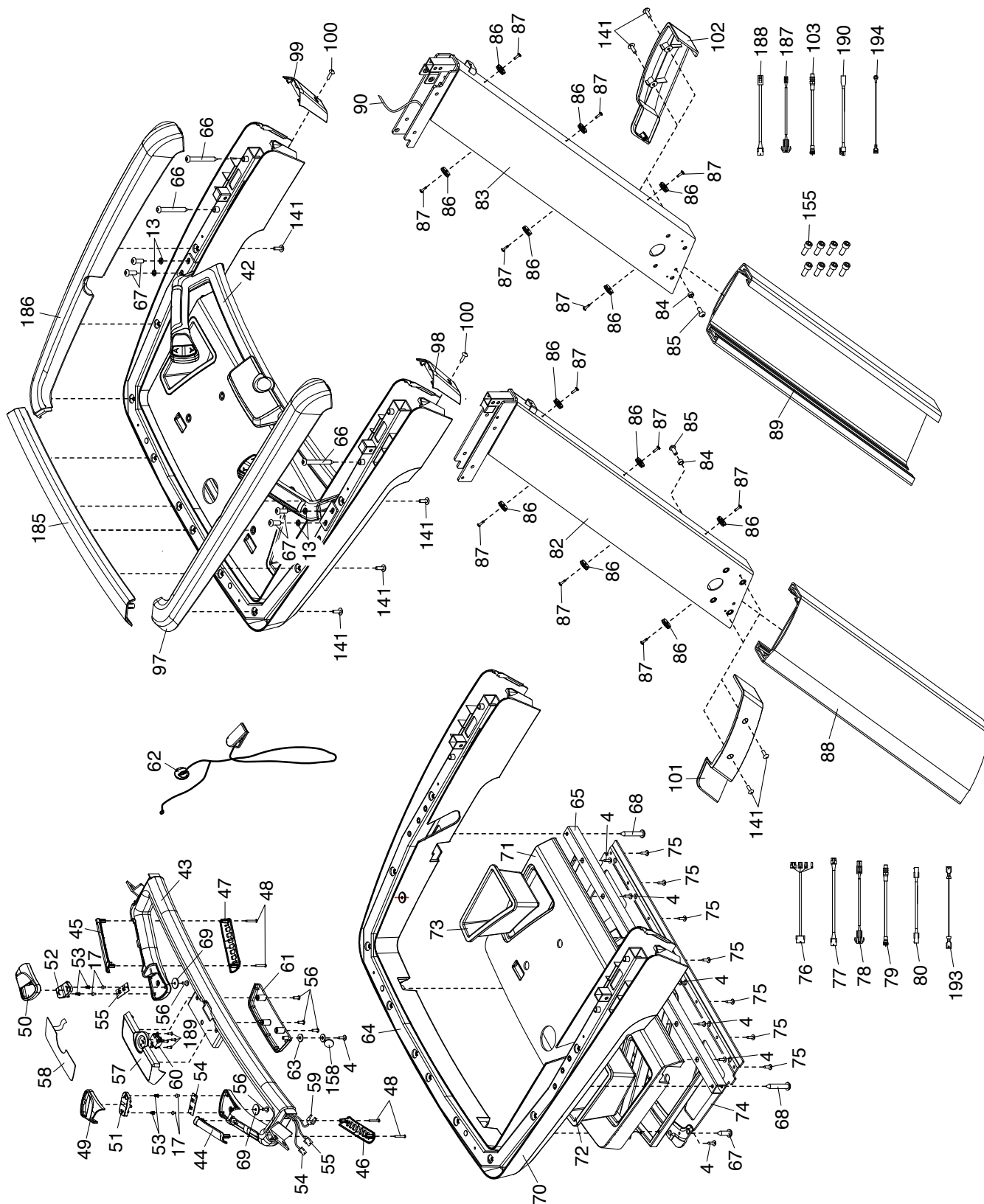
N°	Qtà.	Descrizione	N°	Qtà.	Descrizione
1	1	Gruppo Consolle			Destra
2	1	Telaio Consolle	48	4	Vite M3 x 25mm
3	1	Vano Superiore Consolle	49	1	Copri Tasto a Scelta Rapida Sinistro
4	27	Vite M4 x 16mm	50	1	Copri Tasto a Scelta Rapida Destro
5	1	Porta Tablet	51	1	Tasto a Scelta Rapida Sinistro
6	8	Vite M4 x 10mm	52	1	Tasto a Scelta Rapida Destro
7	1	Supporto Display a LED	53	4	Molla di Compressione
8	10	Vite M3 x 12mm	54	1	Interruttore Corrimano Sinistro
9	1	Consolle	55	1	Interruttore Corrimano Destro
10	22	Vite M3 x 8mm	56	5	Vite a Testa Bombata M4 x 10mm
11	2	Scheda CSAFE	57	1	Coperchio Scatola Unità di Controllo Superiore
12	1	Cavo Scheda CSAFE	58	1	Membrana Scatola Unità di Controllo
13	16	Rondella di Bloccaggio M8	59	1	Cavo Consolle
14	1	Cavo di Collegamento	60	1	Sensore Interruttore a Chiave
15	1	Scheda USB Piccola	61	1	Coperchio Scatola Unità di Controllo Inferiore
16	1	Staffa Scheda USB	62	1	Chiave/Fermaglio
17	6	Vite M3 x 5mm	63	1	Rondella Piatta M5
18	1	Cavo USB	64	1	Telaio Corrimano
19	1	Scheda Carica USB	65	1	Telaio Supporto
20	1	Cavo di Alimentazione TV Superiore	66	8	Vite M8 x 70mm
21	1	Cavo TV Superiore	67	6	Vite M8 x 20mm
22	1	Scheda di Linea	68	2	Vite M8 x 60mm
23	1	Cavo di Prolunga 350mm	69	2	Rondella M4
24	1	Scheda Cardiofrequenzimetro a Impugnatura	70	1	Copri Corrimano Inferiore
25	1	Ricevitore Cardiofrequenzimetro	71	1	Copri Telaio Supporto
26	1	Cavo Ricevitore Cardiofrequenzimetro	72	1	Portaoggetti Sinistro
27	1	Nastro Biadesivo 20mm	73	1	Portaoggetti Destro
28	1	Pannello Membrane	74	1	Copri Telaio Supporto Inferiore
29	1	Cavo Membrana a 13 pin	75	7	Vite a Testa Bombata M4 x 12mm
30	1	Cavo Membrana a 20 pin	76	1	Cavo Cardiofrequenzimetro a Impugnatura Inferiore
31	1	Cavo Dispositivo di Controllo Impugnatura Superiore	77	1	Cavo di Collegamento Centrale
32	1	Cavo Scheda Linea	78	1	Cavo di Alimentazione PC Centrale
33	1	Cavo di Alimentazione Consolle Superiore	79	1	Cavo TV Centrale
34	1	Cavo Dispositivo di Controllo Superiore	80	1	Cavo di Alimentazione TV Centrale
35	1	Copri Consolle Inferiore	81	1	Cavo di Prolunga 150mm
36	8	Vite a Testa Bombata M4 x 16mm	82	1	Montante Sinistro
37	1	Para Polvere USB	83	1	Montante Destro
38	2	Cappuccio Para Polvere RJ45	84	2	Distanziatore Montante
39	1	Nastro Biadesivo 481mm	85	2	Vite M8 x 20mm
40	1	Rivestimento Consolle	86	12	Distanziatore in Plastica
41	1	Portello di Accesso	87	12	Vite M4 x 15mm
42	1	Gruppo Cardiofrequenzimetro	88	1	Copri Montante Sinistro
43	1	Gruppo Impugnatura Cardiofrequenzimetro	89	1	Copri Montante Destro
44	1	Piastra Cardiofrequenzimetro Superiore Sinistra	90	1	Fissaggio Gancio e Anello
45	1	Piastra Cardiofrequenzimetro Superiore Destra	91	1	Gamba di Inclinazione
46	1	Piastra Cardiofrequenzimetro Inferiore Sinistra	92	2	Staffa Braccio d'Inclinazione
47	1	Piastra Cardiofrequenzimetro Inferiore	93	2	Boccola Braccio d'Inclinazione
			94	4	Ruota Anteriore
			95	2	Bullone M10 x 85mm
			96	2	Dado M10
			97	1	Copri Corrimano Sinistro

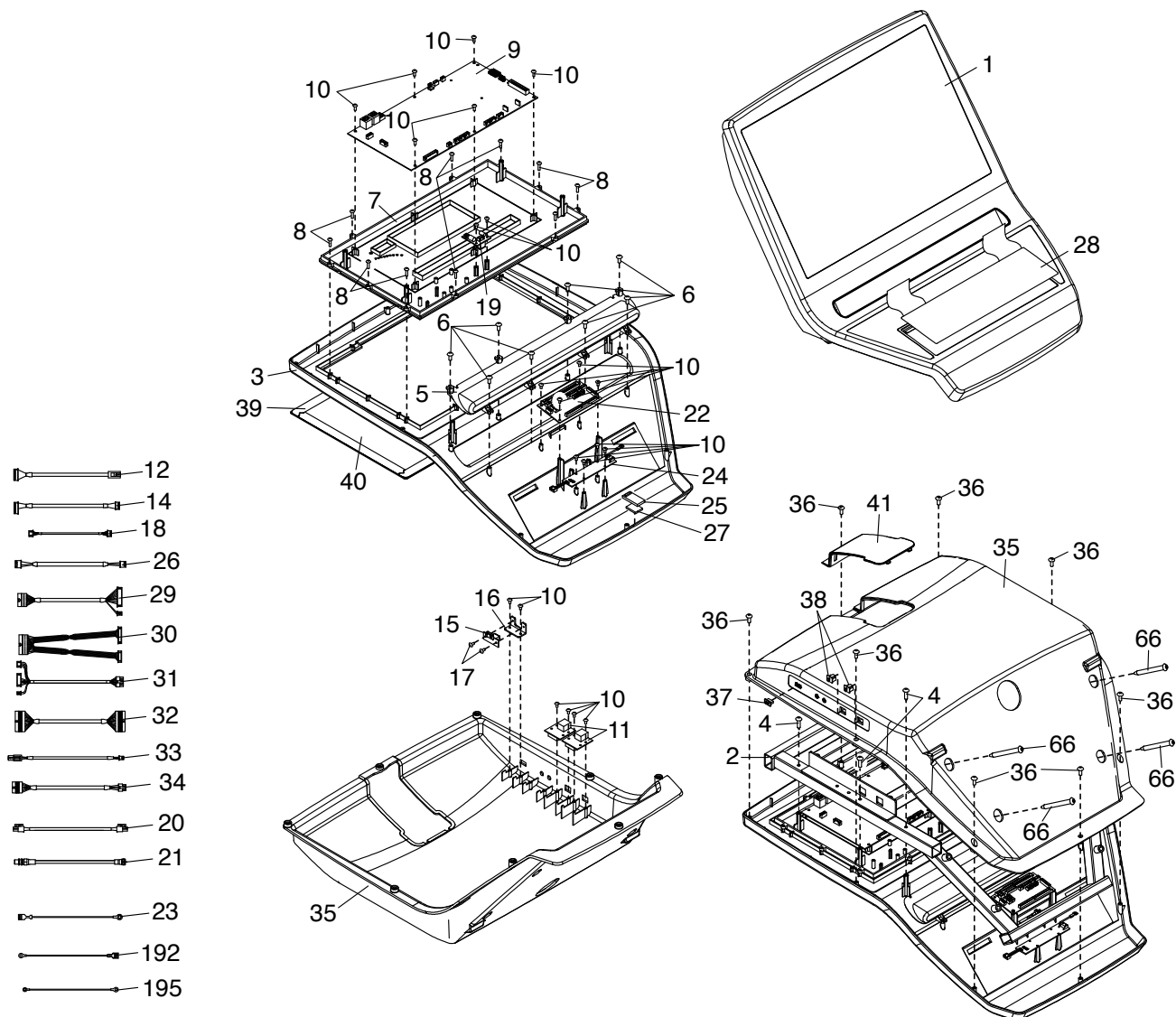
N°	Qtà.	Descrizione	N°	Qtà.	Descrizione
98	1	Copri Corrimano Sinistro Piccolo	149	1	Motore Inclinazione
99	1	Copri Corrimano Destro Piccolo	150	2	Cuscinetto Motore Inclinazione
100	2	Vite M5 x 20mm	151	1	Motore Trasmissione
101	1	Copri Montante Sinistro Inferiore	152	1	Porta Cavo
102	1	Copri Montante Destro Inferiore	153	4	Distanziatore Motore Superiore
103	1	Cavo Coassiale TV Inferiore	154	4	Distanziatore Motore Inferiore
104	2	Vite con Bullone Posteriore M5 x 20mm	155	12	Vite M10 x 25mm
105	6	Vite Macchina M4 x 10mm	156	4	Rondella di Bloccaggio M10
106	4	Rondella di Bloccaggio M4	157	4	Rondella Piatta M10
107	1	Telaio	158	1	Copri Vite
108	1	Presa	159	1	Cavo Alimentatore
109	1	Interruttore	160	1	Cinghia Trasmissione
110	1	Boccola Cavo	161	1	Piattaforma Nastro
111	1	Bullone M8 x 60mm	162	3	Adesivo Messa a Terra Piccolo
112	1	Dado Flangiato M8	163	2	Adesivo Messa a Terra Grande
113	1	Copri Vite	164	1	Cavo di Prolunga 500mm
114	1	Rondella Piatta M3	165	1	Vite M4 x 12mm
115	6	Vite M8 x 35mm	166	1	Nastro Scorrevole
116	4	Vite M8 x 40mm	167	1	Calotta Motore
117	6	Ammortizzatore Pedana	168	1	Rullo Trasmissione
118	10	Dado Autobloccante M8	169	1	Cavo di Prolunga 450mm
119	2	Rondella in Plastica	170	1	Rullo Tenditore
120	1	Vite M10 x 50mm	171	1	Cavo di Alimentazione
121	1	Pannello Fonoassorbente	172	1	Chiave Esagonale 5mm
122	8	Rondella di Bloccaggio M5	173	1	Chiave Esagonale 10mm
123	4	Vite M5 x 12mm	174	1	Chiave Esagonale 8mm
124	1	Bullone M12 x 100mm	175	1	Filtro
125	1	Rondella M12	176	1	Copri Cavo di Alimentazione
126	1	Rondella a Stella Interna M12	177	1	Piastra Piccola
127	1	Dado M12	178	1	Cavo di Prolunga Bianco 300mm
128	2	Vite M12 x 110mm	179	1	Cavo di Prolunga 130mm
129	2	Rondella di Bloccaggio M12	180	1	Cavo Filtro
130	1	Poggiapiedi Sinistro	181	4	Bullone M8 x 30mm
131	1	Poggiapiedi Destro	182	1	Bullone M10 x 70mm
132	2	Adesivo in Gommapiuma	183	2	Distanziatore Ruota
133	8	Piastra Poggiapiedi	184	2	Dado Ruota M10
134	8	Vite M8 x 115mm	185	1	Copri Corrimano Centrale
135	8	Rondella M8	186	1	Copri Corrimano Destro
136	1	Cappuccio Posteriore	187	1	Cavo di Alimentazione PC Inferiore
137	24	Vite a Testa Bombata M5 x 12mm	188	1	Cavo Unità di Controllo Inferiore
138	3	Piastra di Montaggio Calotta Anteriore	189	4	Vite M3 x 6mm
139	2	Piastra di Montaggio Calotta Laterale	190	1	Cavo di Alimentazione TV Inferiore
140	2	Piastra di Montaggio Calotta Posteriore	191	1	Starter
141	19	Vite M5 x 15mm	192	1	Cavo 450mm
142	2	Piedino Stabilizzatore	193	1	Cavo 1000mm
143	1	Interruttore Automatico	194	1	Cavo 1700mm
144	1	Cavo di Prolunga Bianco 90mm	195	1	Cavo Verde/Giallo 300mm
145	2	Cavo di Prolunga Nero 90mm	196	2	Vite M5 x 8mm
146	6	Vite M5 x 10mm	197	1	Adattatore Coassiale
147	1	Cavo di Alimentazione Invertitore	*	—	Kit Dispositivo di Fissaggio/Strumento di Montaggio
148	1	Invertitore	*	—	Manuale d'Istruzioni

Nota: le specifiche sono soggette a modifiche senza previo avviso. Si veda la retrocopertina del presente manuale d'istruzioni per informazioni relative all'ordine di pezzi di ricambio. *Questi pezzi non sono raffigurati.









CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI

Per qualsiasi domanda relativa ai contenuti del presente manuale o se alcuni pezzi fossero andati persi o risultassero danneggiati, si prega di contattare il nostro Servizio Assistenza Clienti ai numeri di telefono o agli indirizzi sotto indicati. **Prima di contattare il Servizio Assistenza Clienti munirsi del numero del modello, del numero di serie e del nome del prodotto (vedere copertina del presente manuale). Se si desidera ordinare un pezzo di ricambio, si prega di fornire il numero del pezzo e la relativa descrizione (vedere la l'ELENCO PEZZI e il DISEGNO ESPLOSO posti alla fine del presente manuale).**

Per i clienti residenti negli Stati Uniti

Numero verde: 1-800-201-2109, Lun.-Ven.
dalle 6.00 alle 18.00 MT
E-mail: customercare@freemotionfitness.com
Scrivere a:
FreeMotion Fitness
1500 South 1000 West
Logan, UT 84321-9813
Stati Uniti

Per i clienti residenti al di fuori degli Stati Uniti

Numero verde: 001-800-527-5417 o
001-435-786-3521,
Lun.-Ven. dalle 6.00 alle 15.00 USA Mountain Time
E-mail: intlcustomercare@freemotionfitness.com

GARANZIA LIMITATA

DURATA E COPERTURA DELLA GARANZIA

FreeMotion Fitness garantisce questo prodotto da difetti di lavorazione e materiali in caso di uso e manutenzione normali. I pezzi e la manodopera sono coperti da garanzia per un (1) anno, se non diversamente specificato nella fattura.

La garanzia decorre dalla data riportata sulla fattura di acquisto. Eventuali pezzi riparati o sostituiti durante il periodo di garanzia saranno garantiti per il periodo rimanente della garanzia originale.

CONDIZIONI E LIMITAZIONI

La garanzia del prodotto decade se sopraggiungono le seguenti condizioni:

1. La presente garanzia è personale e si applica solo all'originario acquirente.
2. La garanzia sull'assistenza si applica esclusivamente ai prodotti venduti negli Stati Uniti e in Canada. Rivolgersi al proprio rivenditore autorizzato FreeMotion Fitness per i dettagli sulla copertura degli interventi di assistenza nel proprio paese.
3. Eventuale manomissione, negligenza o manutenzione impropria.
4. Gli utenti che superano il peso massimo consentito indicato nel presente manuale. Nota: questo prodotto potrebbe non riportare nessuno peso massimo utente.
5. Danni provocati dallo spostamento del prodotto o da una conservazione impropria, dallo spostamento o conservazione del prodotto su un lato.
6. Uso o conservazione del prodotto all'esterno o in ambienti a elevata umidità, compresi complessi termali e piscine.
7. Danni provocati da collegamenti impropri o alimentazione elettrica insufficiente. Nota: questo prodotto potrebbe non necessitare di alcun collegamento.

La presente garanzia non si applica a:

1. Accessori ornamentali comprese impugnature, sedili, adesivi ed etichette.
2. Spese di spedizione per il ritiro e la consegna in caso di riparazione.
3. Eventuali problemi derivanti da errato montaggio o consegna.

IN CASO DI NECESSITÀ DI ASSISTENZA

L'assistenza in garanzia di FreeMotion Fitness può essere richiesta rivolgendosi al rivenditore autorizzato presso il quale è stato acquistato il prodotto. Conservare la fattura originale e il numero di matricola. Qualora il presente prodotto presenti un guasto coperto dai termini di garanzia, FreeMotion Fitness potrà decidere se procedere alla riparazione, sostituzione o rimborso del prezzo di acquisto. FreeMotion Fitness rimborsa ai tecnici dell'assistenza le spese di viaggio entro la rispettiva area di competenza per servizi in garanzia. Per servizi oltre l'area di competenza potranno essere addebitati costi aggiuntivi.

FreeMotion Fitness non è responsabile per danni indiretti, speciali o conseguenti derivanti da o correlati all'uso o alle prestazioni del prodotto o danni per eventuali perdite economiche, perdite di beni, perdite di utili o profitti, perdite di sfruttamento o uso, costi di rimozione, installazione o altri danni conseguenti. Alcuni stati non consentono esclusioni o limitazioni di danni indiretti. Pertanto la limitazione di cui sopra potrebbe non applicarsi all'utente. La presente garanzia accorda diritti specifici; è possibile che sussistano altri diritti che variano da stato a stato.

PER CONTATTARE FREEMOTION FITNESS

Consultare la sezione precedente CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI.