

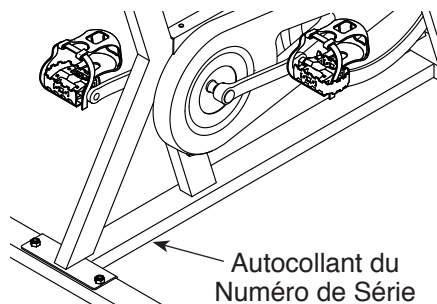
GOLD'S GYM®

CYCLE TRAINER 310

www.workoutwarehouse.com

N°. du Modèle GGEX62410.1
N°. de Série _____

Écrivez le numéro de série sur la
ligne ci-dessus pour référence.



QUESTIONS ?

Si vous avez des questions ou si
des pièces sont endommagées ou
manquantes, **VEUILLEZ NOUS
CONTACTER AU SERVICE À LA
CLIENTÈLE DIRECTEMENT.**

APPUYEZ SANS FRAIS :

1-888-936-4266

du lundi au vendredi de 7h30 à
16h30, heure de l'est (exceptés
les jours fériés)

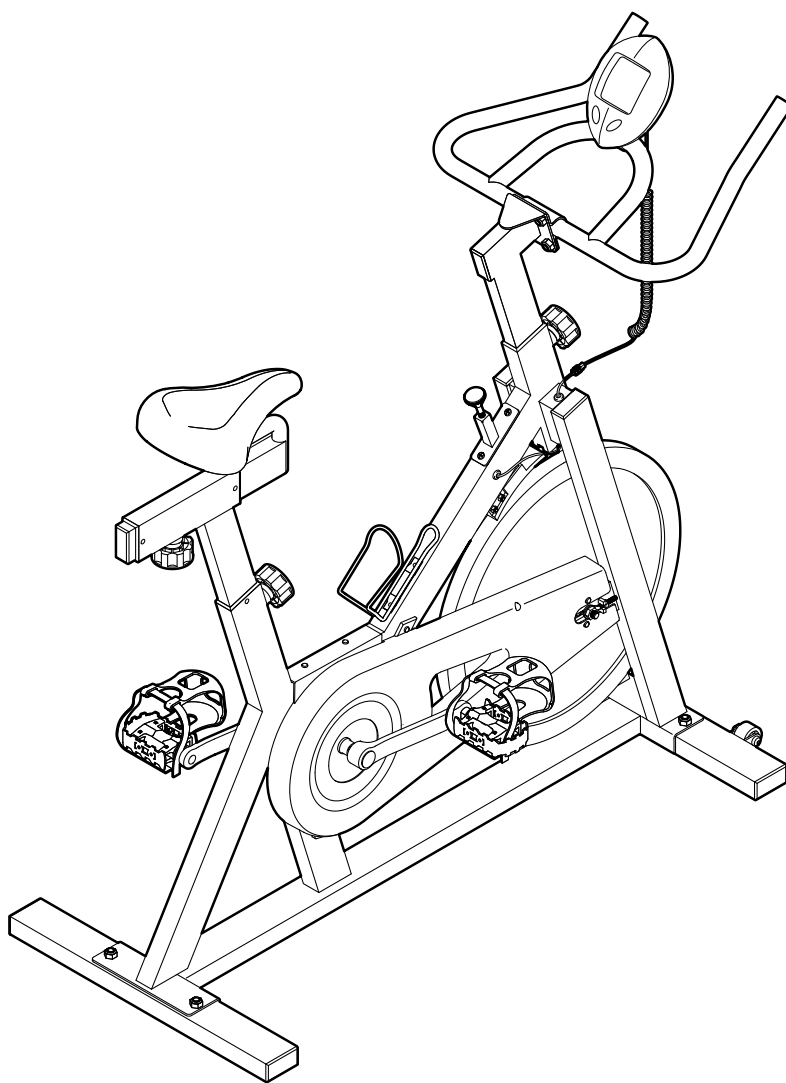
OU PAR COURRIEL :

customerservice@iconcanada.ca

⚠ ATTENTION

Lisez toutes les précautions et les
instructions contenues dans ce
manuel avant d'utiliser cet appar-
eil. Gardez ce manuel pour vous y
référer ultérieurement.

MANUEL DE L'UTILISATEUR



FREE

iFit



HOW-TO
VIDEOS

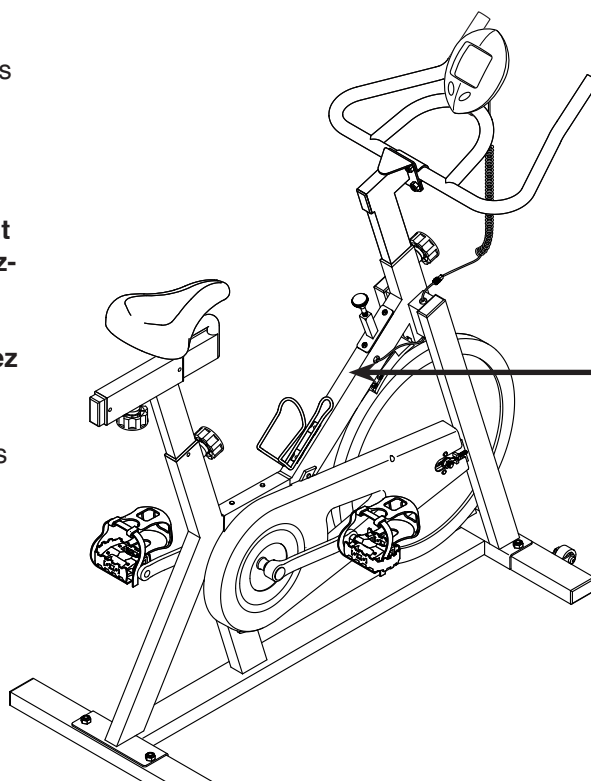
www.iFit.com

TABLE DES MATIÈRES

EMPLACEMENT DES AUTOCOLLANTS D'AVERTISSEMENT.....	2
PRÉCAUTIONS IMPORTANTES	3
AVANT DE COMMENCER	4
ASSEMBLAGE	5
COMMENT UTILISER LE VÉLO D'EXERCICE	10
CONSEILS POUR L'EXERCICE.....	13
LISTE DES PIÈCES	14
SCHÉMA DÉTAILLÉ	15
POUR COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE.....	Dernière Page
GARANTIE LIMITÉE.....	Dernière Page

EMPLACEMENT DES AUTOCOLLANTS D'AVERTISSEMENT

Les autocollants d'avertissement illustrés ci-contre sont inclus avec cet appareil. Collez les autocollants d'avertissement sur les avertissements en anglais aux endroits indiqués. Ce schéma indique l'emplacement des autocollants d'avertissement. **Si un autocollant est manquant ou illisible, référez-vous à la page de couverture de ce manuel pour commander un nouvel autocollant gratuit. Placez le nouvel autocollant à l'endroit indiqué.** Remarque : les autocollants ne sont peut-être pas illustrés à l'échelle.



ATTENTION

- Le mauvais usage de cet appareil peut causer des blessures graves.
- Lisez le manuel de l'utilisateur et suivez tous les avertissements et les instructions d'utilisation avant d'utiliser.
- Ne permettez pas aux enfants de monter sur ou de se tenir près de l'appareil.
- Les pédales tournantes peuvent causer des blessures.
- Cet appareil n'a pas de roue libre.
- Réduisez la vitesse des pédales d'une manière contrôlée.
- Référez-vous à votre manuel de l'utilisateur pour le poids de l'utilisateur recommander.
- Remplacez l'étiquette si elle est endommagée, illisible ou manquante.



PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

⚠ AVERTISSEMENT : pour réduire les risques de blessures graves, lisez toutes les précautions importantes et les instructions contenues dans ce manuel, ainsi que les avertissements se trouvant sur l'appareil, avant d'utiliser votre vélo d'exercice. ICON ne peut être tenu responsable de toute blessure ou tout dégât matériel résultant directement ou indirectement de l'utilisation de cet appareil.

1. Toujours consulter son médecin avant de commencer un programme d'exercices quelconque. Ceci est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans ou les personnes présentant des problèmes de santé préexistants.
2. Utilisez le vélo d'exercice uniquement comme décrit dans ce manuel.
3. Il relève de la responsabilité du propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs du vélo d'exercice sont suffisamment informés de toutes les précautions.
4. Le vélo d'exercice est conçu pour un usage dans un environnement surveillé uniquement.
5. Maintenez le vélo d'exercice à l'intérieur, à l'abri de l'humidité et de la poussière. N'installez pas le vélo d'exercice dans un garage ni dans un patio couvert ni près de l'eau.
6. Installez le vélo d'exercice sur une surface plane et stable, avec un tapis en dessous afin de protéger le plancher ou la moquette. Veillez à laisser au moins 0,6 m d'espace autour du vélo d'exercice.
7. Inspectez régulièrement et serrez correctement toutes les pièces. Remplacez immédiatement toutes les pièces usées.
8. Toujours maintenir les enfants de moins de 12 ans ainsi que les animaux domestiques éloignés du vélo d'exercice.
9. Lors de vos exercices, portez des vêtements de sport appropriés et évitez de porter des vêtements amples pouvant s'accrocher au vélo d'exercice. Pour la protection de vos pieds, portez toujours des chaussures de sport.
10. Le vélo d'exercice ne devrait pas être utilisé par des personnes pesant plus de 113 kg.
11. Toujours maintenir le dos droit lors de l'utilisation du vélo d'exercice, ne jamais se cambrer.
12. Le vélo d'exercice n'a pas de roue libre, les pédales continueront à bouger jusqu'à l'arrêt du volant. Réduisez votre vitesse de pédalage de manière contrôlée.
13. Pour arrêter le volant rapidement, abaissez le bouton de résistance.
14. Lorsque le vélo d'exercice n'est pas utilisé, serrez le bouton de résistance complètement afin d'éviter que le volant ne bouge.
15. Un excès d'exercices peut entraîner des blessures graves voire le décès. Si vous vous sentez défaillir ou si vous ressentez une douleur, arrêtez immédiatement l'exercice et revenez au calme.

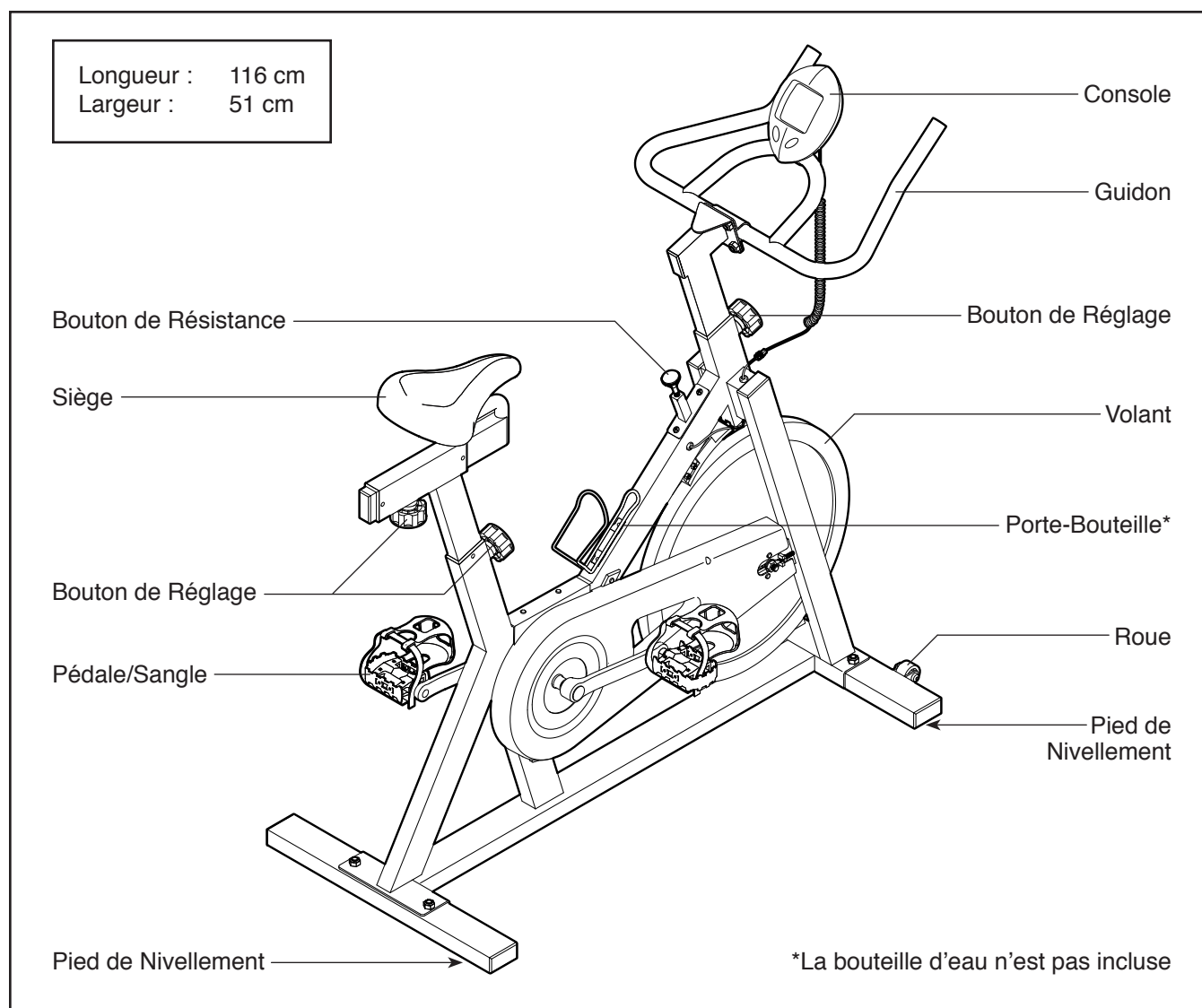
AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir choisi le nouveau vélo d'exercice GOLD'S GYM® CYCLE TRAINER 310. Le vélo est un des exercices des plus efficaces pour améliorer la condition cardio-vasculaire, développer l'endurance et raffermir tout le corps. Le vélo d'exercice CYCLE TRAINER 310 offre un choix impressionnant de fonctions conçues pour rendre plus efficaces et plus agréables vos entraînements à la maison.

Nous vous conseillons de lire attentivement ce manuel avant d'utiliser le vélo d'exercice. Si vous

avez des questions après avoir lu ce manuel, veuillez vous référer à la page de couverture de ce manuel pour nous contacter. Pour nous permettre de mieux vous assister, notez le numéro du modèle et le numéro de série de l'appareil avant de nous appeler. Le numéro du modèle et l'emplacement de l'autocollant du numéro de série sont indiqués sur la page de couverture de ce manuel.

Familiarisez-vous avec les pièces sur le schéma ci-dessous avant de continuer la lecture de ce manuel.



ASSEMBLAGE

- L'assemblage requiert deux personnes.
- Installez toutes les pièces dans un espace dégagé et enlevez tout le matériel d'emballage. Évitez de jeter le matériel d'emballage avant d'avoir terminé toutes les étapes de montage.

- En plus des outils inclus, l'assemblage requiert les outils suivants :

un tournevis à pointe cruciforme

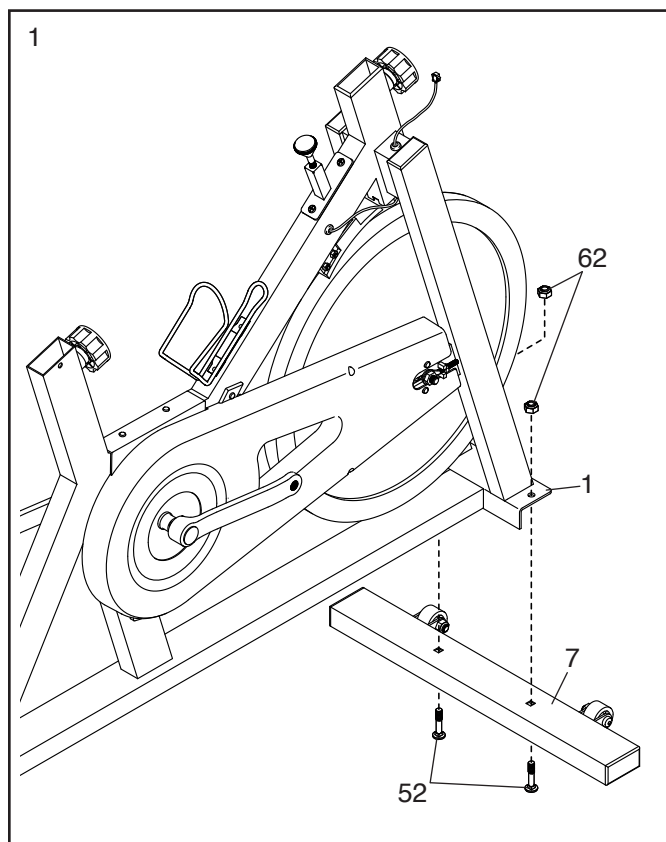


une clé à molette

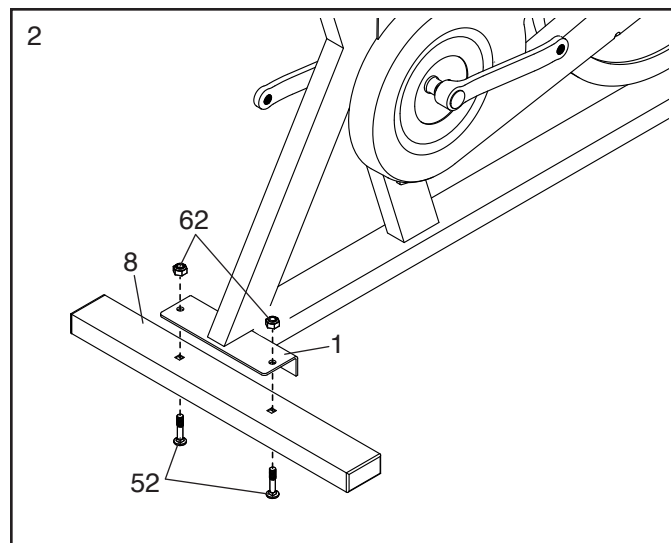


L'assemblage peut être plus facile si vous avez un jeu de douilles, ou un jeu de clés à cliquet. Afin d'éviter d'endommager les pièces, n'utilisez pas d'outils électriques.

1. Orientez le Stabilisateur Avant (7) comme indiqué. Fixez le Stabilisateur Avant au Cadre (1) à l'aide de deux Boulons de Carrosserie M8 x 35mm (52), et de deux Ecrous de Verrouillage M8 (62).



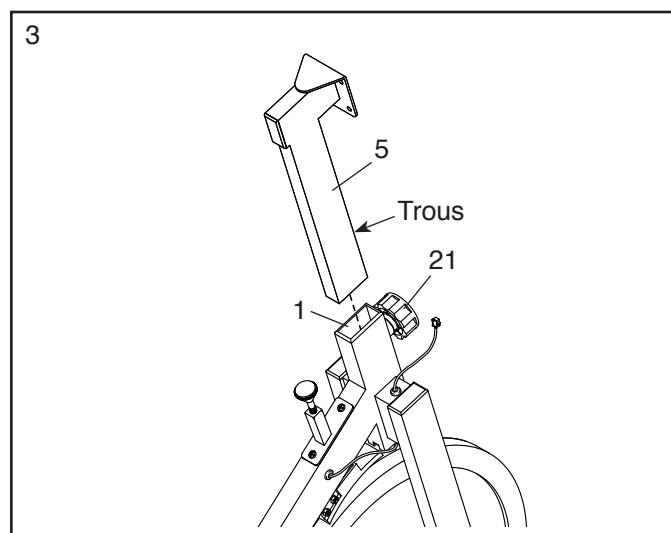
2. Fixez le Stabilisateur Arrière (8) au Cadre (1) à l'aide de deux Boulons de Carrosserie M8 x 35mm (52), et de deux Ecrous de Verrouillage M8 (62).



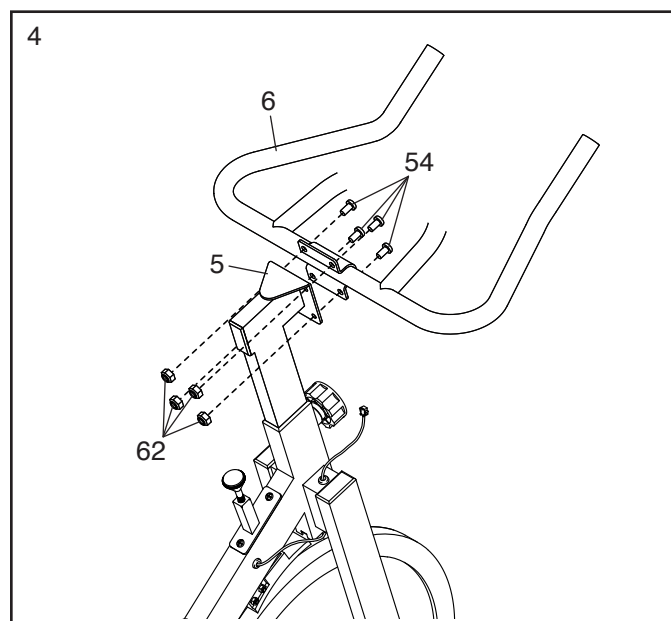
3. Orientez le Montant du Guidon (5) comme illustré.

Desserrez le Bouton de Réglage (21) situé à l'avant du Cadre (1) et tirez-le vers l'extérieur. Puis, insérez le Montant du Guidon (5) à l'intérieur du Cadre.

Faites glisser le Montant du Guidon (5) vers le haut ou vers le bas jusqu'à la position souhaitée, puis relâchez le Bouton de Réglage (21) à l'intérieur d'un des trous de réglage du Montant du Guidon, et ensuite serrez le Bouton de Réglage. **Assurez-vous que le Bouton de Réglage est fermement engagé dans un trou de réglage.**



4. Orientez le Guidon (6) comme indiqué. Fixez le Guidon au Montant du Guidon (5) à l'aide de quatre Boulons en Bouton M8 x 15mm (54) et de quatre Ecrous de Verrouillage M8 (62).

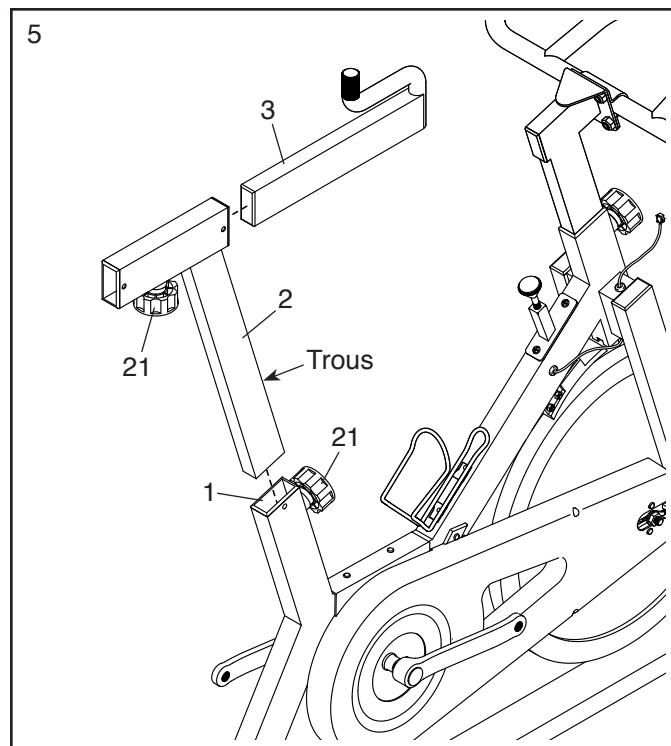


5. Orientez le Montant du Siège (2) comme indiqué. Desserrez le Bouton de Réglage (21) indiqué sur le Cadre (1) et tirez-le vers l'extérieur. Puis, insérez le Montant du Siège à l'intérieur du Cadre.

Faites glisser le Montant du Siège (2) vers le haut ou vers le bas jusqu'à la position souhaitée, puis relâchez le Bouton de Réglage (21) à l'intérieur d'un des trous de réglage du Montant du Siège, et ensuite serrez le Bouton de Réglage. **Assurez-vous que le Bouton de Réglage est fermement engagé dans un trou de réglage.**

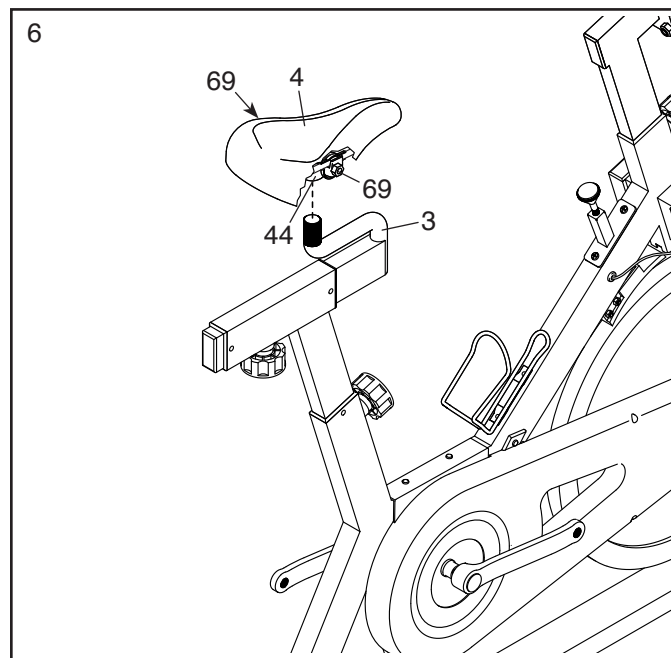
Orientez le Chariot du Siège (3) comme indiqué. Desserrez le Bouton de Réglage (21) indiqué le Montant du Siège (2) et tirez-le vers l'extérieur. Puis, insérez le Chariot du Siège à l'intérieur du Montant du Siège.

Faites glisser le Chariot du Siège (3) jusqu'à la position souhaitée, puis relâchez le Bouton de Réglage (21) à l'intérieur d'un des trous de réglage du Chariot du Siège. **Assurez-vous que le Bouton de Réglage est fermement engagé dans un trou de réglage.**



6. Faites glisser le Collier de Fixation de Siège (44) du Siège (4) sur le Chariot du Siège (3).

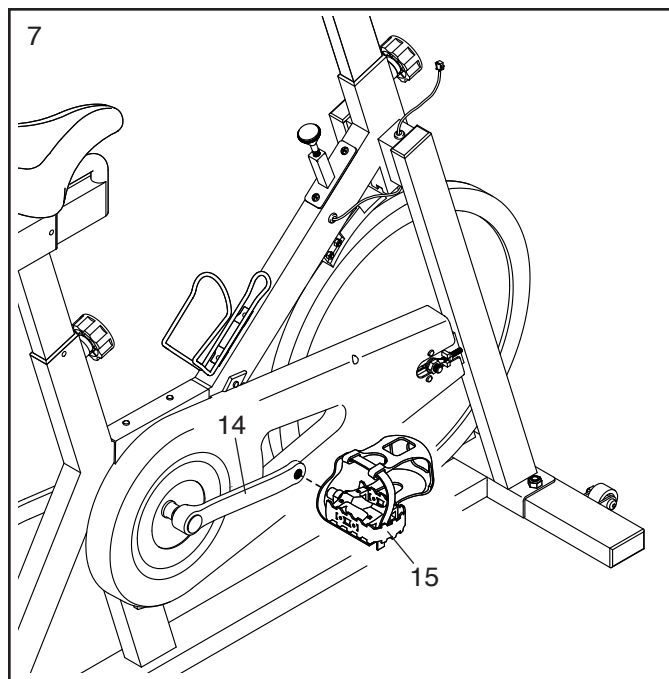
Puis, serrez les deux Ecrous de Fixation du Siège (69) au Collier de Fixation de Siège (44). **Assurez-vous que le nez du Siège (4) pointe droit devant avant de serrer les Ecrous.**



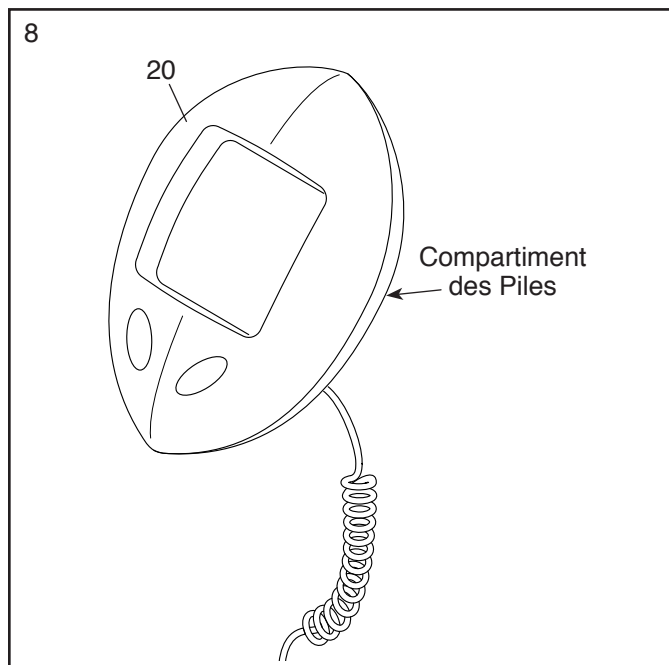
7. Repérez la Pédale Droite (15), marquée de la lettre « R » (*L* ou *Left* indique gauche ; *R* ou *Right* indique droite).

A l'aide d'une clé à molette, serrez fermement la Pédale Droite (15) **dans le sens des aiguilles** d'une montre dans le Bras Droit du Péda lier (14).

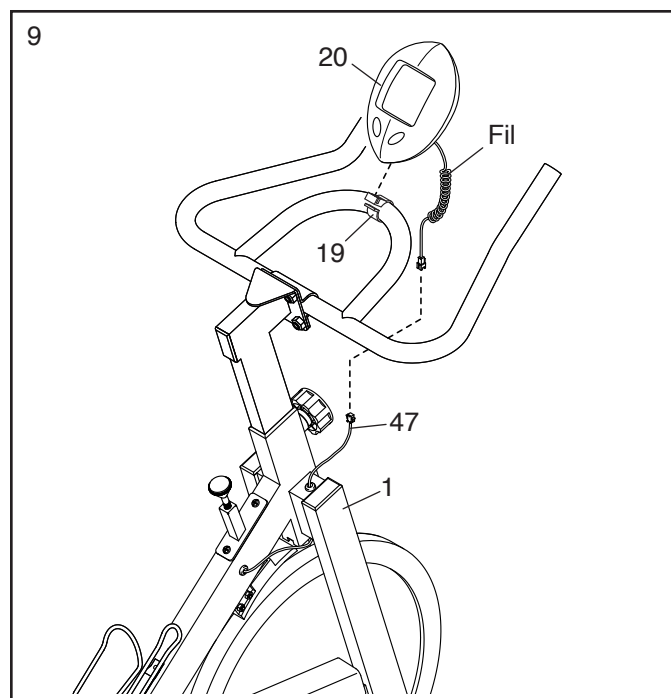
Serrez fermement la Pédale Gauche (non illustrée) **dans le sens inverse des aiguilles** d'une montre dans le Bras Gauche du Péda lier (non illustré).



8. La Console (20) peut fonctionner avec quatre piles « AAA » (non incluses) ; des piles alcalines sont conseillées. Evitez d'utiliser ensemble des piles anciennes et des piles neuves, ni ensemble des piles alcalines, standards et rechargeables. **IMPORTANT : si la Console a été exposée à des températures froides, laissez-la revenir à la température ambiante avant d'insérer les piles. Autrement, les écrans de la console ou d'autres composants électroniques risquent de s'endommager.** Enlevez le couvercle du compartiment des piles situé à l'arrière de la console et insérez les piles dans ce dernier. **Assurez-vous que les piles sont orientées comme indiqué sur le schéma placé à l'intérieur du compartiment des piles.** Puis, remplacez le couvercle.



9. Faites glisser la Console (20) sur la Fixation de la Console (19). Branchez le fil de la Console au Fil du Capteur Magnétique (47) dans le Cadre (1).



10. **Assurez-vous que toutes les pièces sont correctement serrées avant d'utiliser le vélo d'exercice.**
Remarque : a la fin de l'assemblage, il se peut qu'il reste quelques pièces supplémentaires.

COMMENT UTILISER LE VÉLO D'EXERCICE

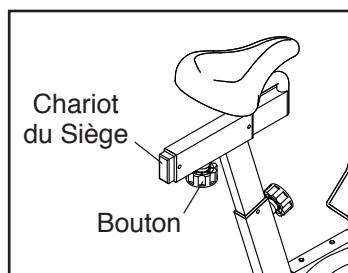
COMMENT REGLER LE SIEGE

Vous avez la possibilité de régler l'angle du siège pour obtenir la position la plus confortable. Vous pouvez également faire glisser votre siège vers l'avant ou vers l'arrière pour accroître votre confort ou pour ajuster la distance par rapport au guidon.

Voir l'étape 6 à la page 7. Pour régler le siège, desserrez d'abord de quelques tours les écrous de fixation du siège du collier de fixation du siège. Ensuite, inclinez le siège vers le haut ou le bas, ou faites-le glisser vers l'avant ou l'arrière jusqu'à la position souhaitée. Puis, resserrez les écrous de fixation du siège.

COMMENT REGLER LE CHARIOT DU SIEGE

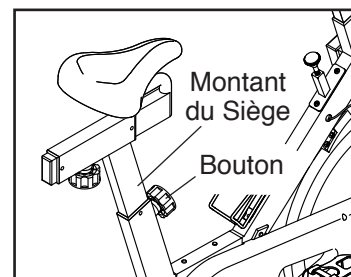
Pour régler la position du chariot du siège, desserrez le bouton de réglage, faites glisser le chariot du siège vers l'avant ou vers l'arrière jusqu'à la position souhaitée, ensuite resserrez fermement le bouton de réglage.



COMMENT REGLER LE MONTANT DU SIEGE

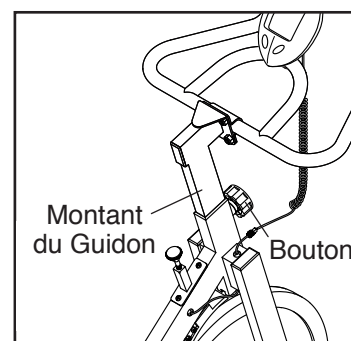
Pour des exercices efficaces, le siège devrait être à la bonne hauteur. En pédalant, vos genoux devraient être légèrement pliés lorsque les pédales se trouvent dans la position la plus basse.

Pour régler le montant du siège, desserrez d'abord le bouton de réglage et tirez-le vers l'extérieur. Puis, faites glisser le montant du siège vers le haut ou vers le bas, relâchez le bouton de réglage à l'intérieur d'un trou de réglage du montant du siège, et ensuite serrez fermement le bouton de réglage. **Assurez-vous que le bouton de réglage est bien engagé dans un trou de réglage. IMPORTANT : ne réglez pas le montant du siège au-delà du niveau maximal indiqué sur le montant du siège.**



COMMENT REGLER LE MONTANT DU GUIDON

Pour régler le montant du guidon, desserrez d'abord le bouton de réglage et tirez-le vers l'extérieur. Puis, faites glisser le montant du guidon vers le haut ou vers le bas, relâchez le bouton de réglage à l'intérieur d'un trou de réglage du montant du guidon, et ensuite serrez fermement le bouton de réglage. **Assurez-vous que le bouton de réglage est bien engagé dans un trou de réglage. IMPORTANT : ne réglez pas le montant du guidon au-delà du niveau maximal indiqué sur le montant du guidon.**



COMMENT UTILISER LES PEDALES

Pour utiliser les pédales (voir le schéma à la page 4), introduisez vos chaussures dans les cale-pieds et tirez les extrémités des sangles cale-pied. Pour desserrer les sangles cale-pied, pressez et tenez les languettes des boucles, réglez les sangles à la position souhaitée et relâchez ensuite les languettes.

COMMENT REGLER LA RESISTANCE DES PEDALES

Pour augmenter la résistance des pédales, tournez le bouton de résistance dans le sens des aiguilles d'une montre ; pour diminuer la résistance, tournez le bouton en sens inverse des aiguilles d'une montre.



Pour arrêter le volant, poussez le bouton de résistance vers le bas. Le volant devrait rapidement s'arrêter complètement.

IMPORTANT : lorsque le vélo d'exercice n'est pas utilisé, serrez le bouton de résistance complètement.

COMMENT METTRE A L'HORIZONTAL LE VELO D'EXERCICE

Si le vélo d'exercice oscille légèrement sur votre plancher durant son utilisation, tournez un ou les deux pieds de nivellement du stabilisateur avant ou arrière (voir le schéma à la page 11) jusqu'à l'élimination du mouvement de balancement.

COMMENT ENTRETENIR LE VELO D'EXERCICE

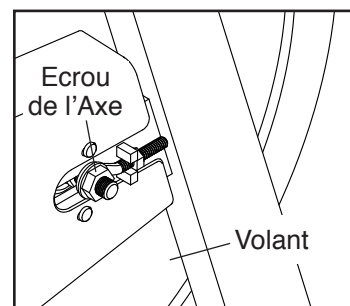
Inspectez et serrez régulièrement toutes les pièces du vélo d'exercice. Remplacez immédiatement toutes les pièces usées.

Pour nettoyer le vélo d'exercice, utilisez un chiffon humide et une petite quantité de détergent doux.

COMMENT REGLER LA CHAINE

Le vélo d'exercice comporte une chaîne qui doit être maintenue correctement réglée. Si la chaîne produit un bruit excessif ou patine quand vous pédalez, il faut alors régler la chaîne.

Pour tendre la chaîne, desserrez, mais sans les enlever, les écrous de l'axe situés sur les deux côtés du volant. Tirez légèrement le volant vers l'avant. Assurez-vous que le volant est droit et serrez à nouveau les écrous de l'axe.



CARACTÉRISTIQUES DE LA CONSOLE

La console facile à utiliser est dotée de six modes qui fournissent des informations sur les exercices durant vos entraînements.

Balayage (SCAN)—Ce mode affiche successivement pendant quelques secondes chacun des modes temps, vitesse, distance, calories et odomètre.

Temps (TIME)—Ce mode affiche le temps écoulé. Remarque : si vous définissez un objectif de durée (voir l'étape 2 ci-dessous), ce mode affichera le temps restant dans votre entraînement.

Vitesse (SPEED)—Ce mode affiche votre vitesse de pédalage en miles par heure.

Distance (DIS.)—Ce mode affiche la distance que vous avez parcourue en pédalant durant votre entraînement en miles. Remarque : si vous avez défini un objectif de distance (voir l'étape 2 ci-dessous), ce mode affichera la distance restante dans votre entraînement.

Calories (CAL.)—Ce mode affiche la quantité approximative de calories que vous avez brûlées durant votre entraînement. Remarque : si vous avez défini un objectif de perte de calories (voir l'étape 2 ci-dessous), ce mode affichera la quantité de calories qui restent à brûler au cours de votre entraînement.

Odomètre (ODO.)—Ce mode affiche la distance totale, en miles, qui a été pédalée sur le vélo d'exercice depuis qu'il a été fabriqué.

COMMENT UTILISER LA CONSOLE

Assurez-vous que les piles sont bien installées dans la console (voir l'étape d'assemblage 8 à la page 8). Si la console est recouverte d'un film en plastique transparent, retirez le film.

1. Allumez la console.

Pour allumer la console, appuyez sur le bouton Mode de la console ou commencez simplement à pédaler.

2. Fixer un objectif d'entraînement, le cas échéant.

Pour définir un objectif en terme de durée, de distance ou de perte de calories pour votre entraînement, appuyez plusieurs fois sur le bouton Mode jusqu'à ce que le mot TIME, DIS., ou CAL apparaisse à l'écran. Assurez-vous que le mot SCAN ne s'affiche pas.

Puis, appuyez plusieurs fois sur le bouton Set pour définir un objectif. Lorsque l'objectif a été défini, une flèche dirigée vers le bas apparaît à l'écran.

3. Sélectionnez un des modes.

Mode balayage—Pour sélectionner le mode balayage, appuyez plusieurs fois sur le bouton Mode jusqu'à ce que le mot SCAN apparaisse à l'écran.

Mode temps, vitesse, distance, calories ou odomètre—Pour sélectionner un de ces modes pour un affichage en continu, appuyez plusieurs fois sur le bouton Mode jusqu'à ce que votre choix apparaisse à l'écran. Assurez-vous que le mot SCAN n'apparaît pas à l'écran.

Remarque : pour remettre l'affichage à zéro, appuyez et maintenez enfoncé le bouton Mode pendant trois secondes.

4. Commencez à pédaler et suivez votre progression à l'écran.

A mesure que vous pratiquez vos exercices, la console affichera le(s) mode(s) que vous sélectionnerez.

Une flèche dirigée vers le haut apparaîtra à l'écran pour indiquer que les modes temps, vitesse, et/ou calories comptent dans l'ordre ascendant.

Si vous avez défini un objectif d'entraînement, une flèche dirigée vers le bas apparaîtra à l'écran pour indiquer que les modes temps, vitesse ou calories comptent dans l'ordre descendant.

Après avoir atteint votre objectif d'entraînement, des zéros apparaîtront à l'écran. Ensuite, une flèche dirigée vers le haut apparaîtra à l'écran et le mode affiché commencera à compter dans l'ordre ascendant.

5. Une fois que vous avez terminé vos exercices, la console s'éteint automatiquement.

Si les pédales ne bougent pas pendant quelques secondes, la console se met en pause.

La console comporte une fonction de mise hors tension automatique. Si les pédales ne bougent pas et si les boutons de la console ne sont pas appuyés pendant quelques minutes, la console s'éteint automatiquement pour économiser les piles.

CONSEILS POUR L'EXERCICE

⚠ AVERTISSEMENT : avant de commencer ce programme d'exercice ou tout autre programme, consultez votre médecin. Ceci est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans ou les personnes ayant des problèmes de santé.

Ces conseils pour l'exercice vous aideront à planifier votre programme d'exercice. Pour plus de détails sur l'exercice, procurez-vous un livre réputé sur le sujet ou consultez votre médecin. Gardez en tête qu'une alimentation équilibrée et un repos adéquat sont essentiels pour de bons résultats.

INTENSITÉ DE L'EXERCICE

Que votre but soit de brûler de la graisse ou de fortifier votre système cardio-vasculaire, la clé pour obtenir des résultats est de s'entraîner à la bonne intensité. Vous pouvez utiliser votre rythme cardiaque comme repère pour trouver le niveau d'intensité adapté à vos objectifs. Le tableau ci-dessous indique les rythmes cardiaques recommandés pour brûler de la graisse et pour des exercices aérobics.

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	

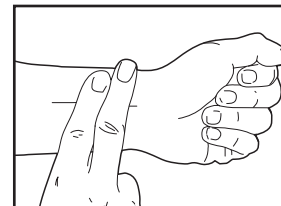
Pour trouver le niveau d'intensité correct, trouvez votre âge en bas du tableau (les âges sont arrondis à la dizaine). Les trois nombres listés au-dessus de votre âge définissent votre « zone d'entraînement ». Le nombre le plus bas est le rythme cardiaque pour brûler de la graisse, le nombre du milieu est le rythme cardiaque pour brûler un maximum de graisse, et le nombre le plus haut est le rythme cardiaque pour des exercices aérobics.

Brûler de la Graisse—Pour brûler efficacement de la graisse, vous devez vous entraîner à une intensité faible pendant une longue période de temps. Durant les premières minutes d'exercice, votre corps utilise des *calories de glucide* comme carburant. Votre corps ne commence à puiser dans ses *réserves de graisse* qu'après plusieurs minutes d'effort. Si votre but est de brûler de la graisse, réglez l'intensité de votre exercice jusqu'à ce que votre rythme cardiaque soit proche du nombre le plus bas de votre zone d'entraînement. Pour brûler un maximum de graisse, entraînez-vous avec votre rythme cardiaque proche du nombre du milieu de votre zone d'entraînement.

Exercices Aérobics—Si votre but est de renforcer votre système cardio-vasculaire, vous devez faire des exercices aérobics, ce qui veut dire de l'exercice qui requiert de grandes quantités d'oxygène pendant une période de temps prolongée. Pour des exercices aérobics, réglez votre intensité jusqu'à ce que votre rythme cardiaque soit proche du nombre le plus haut dans votre zone d'entraînement.

COMMENT MESURER VOTRE RYTHME CARDIAQUE

Pour mesurer votre rythme cardiaque, entraînez-vous pendant au moins quatre minutes. Ensuite, arrêtez-vous et placez deux doigts sur votre poignet, comme illustré. Comptez les battements de votre



cœur pendant six secondes puis multipliez le résultat par 10 pour trouver votre rythme cardiaque. Par exemple, si vous avez compté 14 battements pendant les six secondes, votre rythme cardiaque est de 140 battements par seconde.

CONSEILS POUR L'ENTRAÎNEMENT

Échauffement—Commencez avec 5 à 10 minutes d'étirements et d'exercices légers. L'échauffement fait monter la température de votre corps, augmente les battements de votre cœur, et accélère votre circulation pour vous préparer à l'effort.

Exercices dans la Zone d'Entraînement—Entraînez-vous pendant 20 à 30 minutes avec votre rythme cardiaque dans votre zone d'entraînement. (Durant les premières semaines de votre programme d'exercice, ne maintenez pas votre rythme cardiaque dans votre zone d'entraînement pendant plus de 20 minutes.) Respirez profondément et de manière régulière quand vous vous entraînez—ne retenez jamais votre souffle.

Retour à la Normale—Finissez avec 5 à 10 minutes d'étirements. Les étirements rendent vos muscles plus flexibles et aident à prévenir les problèmes qui surviennent après l'entraînement.

FRÉQUENCE DE L'EXERCICE

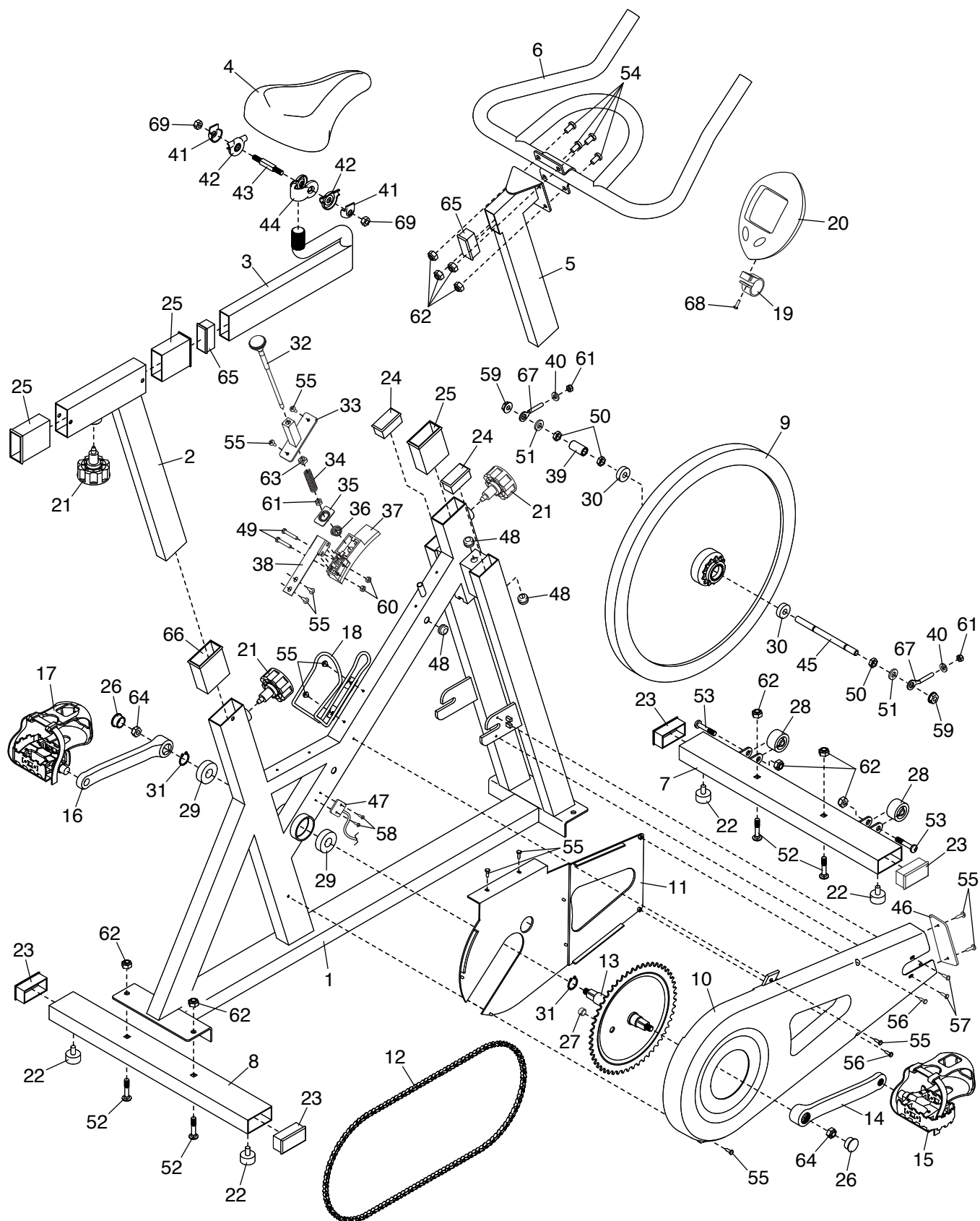
Pour maintenir ou améliorer votre forme physique, effectuez trois entraînements par semaine, avec au moins un jour de repos entre chaque entraînement. Après quelques mois d'exercice régulier, vous pouvez effectuer jusqu'à cinq entraînements par semaine, si désiré. Gardez à l'esprit que la clé du succès est de faire de vos entraînements un élément agréable et régulier de votre vie de tous les jours.

LISTE DES PIÈCES

N°. du Modèle GGEX62410.1 R1212A

N°.	Qté.	Description	N°.	Qté.	Description
1	1	Cadre	36	1	Ressort du Coussin
2	1	Montant du Siège	37	1	Coussin de Résistance
3	1	Chariot du Siège	38	1	Support du Coussin
4	1	Siège	39	1	Grande Bague d'Espacement
5	1	Montant du Guidon	40	2	Rondelle 13mm
6	1	Guidon	41	2	Support en D
7	1	Stabilisateur Avant	42	2	Support en T
8	1	Stabilisateur Arrière	43	1	Goujon
9	1	Volant	44	1	Collier de Fixation de Siège
10	1	Capot	45	1	Essieu du Volant
11	1	Protection Arrière	46	1	Protection Avant
12	1	Chaine	47	1	Fil du Capteur Magnétique
13	1	Pédalier	48	3	Passe-Fil
14	1	Bras Droit du Pédalier	49	2	Boulon M5 x 30mm
15	1	Pédale Droite	50	3	Ecrou M10 x 5mm
16	1	Bras Gauche du Pédalier	51	2	Rondelle 20mm
17	1	Pédale Gauche	52	4	Boulon de Carrosserie M8 x 35mm
18	1	Porte-Bouteille	53	2	Boulon en Bouton M8 x 36mm
19	1	Fixation de la Console	54	4	Boulon en Bouton M8 x 15mm
20	1	Console	55	12	Vis M4 x 15mm
21	3	Bouton de Réglage	56	2	Vis M4 x 20mm
22	4	Pied de Nivellement	57	2	Vis M5 x 8mm
23	4	Embout du Stabilisateur	58	2	Vis M3 x 15mm
24	2	Embout du Cadre	59	2	Ecrou M10
25	3	Manchon du Chariot	60	2	Écrou de Verrouillage M5
26	2	Embout du Pédalier	61	3	Écrou de Verrouillage M6
27	1	Aimant	62	10	Écrou de Verrouillage M8
28	2	Roue	63	1	Ecrou Carré M8
29	2	Roulement à Billes du Pédalier	64	2	Ecrou M10 x 7mm
30	2	Roulement à Billes du Volant	65	2	Capuchon du Montant
31	2	Bague-attache	66	1	Manche du Montant
32	1	Bouton Résistance/Frein	67	2	Boulon à Œillet
33	1	Support de Résistance	68	1	Vis M4 x 16mm
34	1	Ressort	69	2	Ecrou de Fixation du Siège
35	1	Support du Ressort	*	—	Manuel de l'Utilisateur

Remarque : les spécifications sont sujettes à des changements sans notification. Référez-vous au dos de ce manuel pour commander des pièces de rechange. *Indique qu'une pièce n'est pas illustrée.



POUR COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE

Pour commander des pièces de rechange, référez-vous à la page de couverture de ce manuel. Pour que nous puissions mieux vous assister, merci de préparer les informations suivantes avant de nous appeler :

- le numéro du modèle et le numéro de série de l'appareil (voir la page de couverture de ce manuel)
- le nom de l'appareil (voir la page de couverture de ce manuel)
- le numéro de la pièce et la description de la/des pièce(s) de remplacement (voir la LISTE DES PIÈCES et le SCHÉMA DÉTAILLÉ vers la fin de ce manuel)

GARANTIE LIMITÉE

ICON of Canada, Inc. (ICON) garantit que cet équipement est exempt de tout vice de matériau et de fabrication dans les conditions normales d'utilisation et d'entretien. Le cadre est garanti trois (3) ans à compter de la date d'achat. Les pièces et la main d'œuvre sont garanties quatre-vingt-dix (90) jours à compter de la date d'achat.

La présente garantie s'applique uniquement à l'acheteur initial (client). L'obligation d'ICON, en vertu des clauses de la présente garantie, est limitée, à sa discrétion, au remplacement ou à la réparation de l'équipement dans l'un de ses centres de réparation agréés. Toutes les réparations, pour lesquelles sont présentées des réclamations au titre de la garantie, doivent préalablement être autorisées par ICON. Si l'appareil est envoyé à un centre de réparation, les frais de transport aller-retour seront à la charge du client. Si des pièces de rechange sont expédiées durant la période de garantie du produit, le client sera facturé un montant minimum de frais de manutention. Pour les réparations à domicile, le client sera facturé des frais minimums de déplacement. La présente garantie ne couvre pas les dommages subis durant le transport de l'appareil. La présente garantie sera automatiquement annulée si l'appareil est utilisé comme un modèle exposé dans un magasin, si les instructions du présent manuel ne sont pas respectées, si l'appareil est malmené, mal utilisé ou utilisé anormalement, ou si l'appareil est utilisé à des fins commerciales ou de location. ICON n'autorise aucune autre garantie que celle expressément énoncée ci-dessus.

ICON n'est pas responsable et ne peut être tenu responsable des dommages indirects, particuliers ou consécutifs survenant ou en relation avec l'utilisation ou le fonctionnement de l'équipement ; ou des dommages résultant de pertes économiques, de pertes de propriétés, de pertes de revenus ou de profits, de perte de jouissance ou d'utilisation ou de coûts de retrait, d'installation ; ou de tout autre dommage indirect de quelque nature que ce soit. Certains provinces n'autorisent pas l'exclusion ou la limitation des dommages accessoires ou indirects. Par conséquent, les limitations mentionnées ci-dessus peuvent ne pas vous concerner.

La garantie fournie à la présente remplace toute autre garantie, et toute garantie implicite de commercialité ou de qualité pour un usage particulier est limitée dans sa portée et sa durée aux conditions énoncées dans le présent document. Certains provinces n'autorisent pas de limitations sur la durée d'une garantie implicite. Par conséquent, les limitations mentionnées ci-dessus peuvent ne pas vous concerner.

La présente garantie vous accorde des droits spécifiques reconnus par la loi. Vous pouvez également avoir d'autres droits qui varient d'une province à l'autre.

ICON of Canada, Inc., 900 de l'Industrie, St. Jérôme, QC J7Y 4B8