

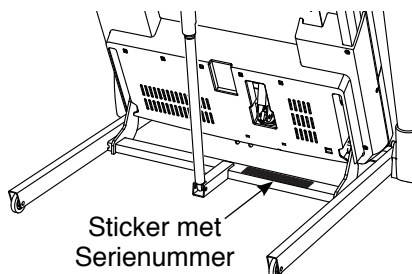
HEALTHRIDER[®]

H200T

Modelnr. HETL14915.1

Serienr. _____

Schrijf het serienummer hierboven
voor verdere raadpleging.



KLANTENDIENST

Neem contact op met de Klantendienst (zie informatie hieronder) of neem contact op met de winkel waar u dit product gekocht heeft wanneer u nog vragen heeft of wanneer er onderdelen ontbreken of beschadigd zijn.

4021 529 7186

Maandag-Vrijdag 08:00-20:00

GMT; Zaterdag 09:00-13:00 GMT

Website:

www.iconsupport.eu

Email:

csuk@iconeurope.com

OPGELET

Lees voor gebruik van dit
apparaat alle instructies en
voorzorgsmaatregelen in deze
handleiding. Bewaar deze hand-
leiding voor verdere raadpleging.

GEBRUIKERSHANDLEIDING



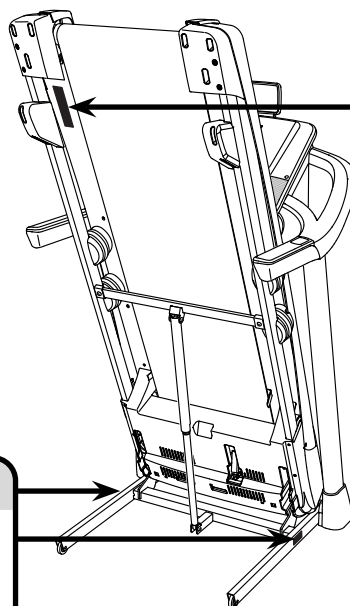
www.iconeurope.com

INHOUD

DE STICKERS MET WAARSCHUWING	2
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN	3
VOORDAT U BEGINT	5
ONDERDEEL IDENTIFICATIESHEMA	6
MONTAGE	7
DE HARTSLAG MONITOR	18
HOE DE LOOPBAND TE GEBRUIKEN	19
HOE DE LOOPBAND INKLAPPEN EN VERPLAATSEN	28
ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN	29
RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN	32
LIJST MET ONDERDELEN	34
GEDETAILLEERDE TEKENING A	36
HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN	Achterzijde
RECYCLING INFORMATIE	Achterzijde

DE STICKERS MET WAARSCHUWING

De hier afgebeelde waarschuwingsstickers worden meegeleverd bij dit product. Bevestig de waarschuwingsstickers bovenop de Engelse waarschuwingen op de aangegeven locatie. De stickers met waarschuwing hier getoond zijn op de aangegeven plaatsen geplakt. **Bel, wanneer een sticker ontbreekt of niet leesbaar is, het nummer op de voorkant van deze handleiding en vraag om een gratis vervangende sticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats.** Aandacht: de stickers worden mogelijk niet op ware grootte weergegeven.



⚠ OPGELET

Houdt Uw Handen en Voeten tijdens het gebruik van de loopband van deze plaatsen weg.

⚠ WAARSCHUWING

Bescherm uzelf en andere gebruikers tegen het risico van ernstig letsel. Lees deze handleiding en!



*Ga altijd op de zijrails staan bij het starten en stoppen van de loopband.

*Stel de snelheid geleidelijk bij.

*Houdt U tijdens het gebruik van de loopband vast aan de handleidingen om te voorkomen dat U valt draag ook altijd de veiligheidsgordel.

*Stop wanneer u zich niet goed voelt, duizelig of kortademig wordt.

*Sluit de sluitclip goed voordat u de loopband verplaatst of opbergt.

*Helling moet in nulstand gezet worden voordat de loopband opgeborgen kan worden.



*Laat kinderen niet in de buurt van of op de loopband spelen.



*Haal de sleutel uit het apparaat wanneer U deze niet gebruikt.



*Blijf met uw kleding, uw vingers en hoofdhaar uit de buurt van de lopende band.



*Probeer nooit tijdens het gebruik de loopband te repareren of bij te stellen.



*Draag altijd sportschoenen wanneer U op de loopband oefent.

Het merk BLUETOOTH® en zijn logo's zijn geregistreerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc. en worden gebruikt onder licentie. IFIT is een geregistreerd handelsmerk van ICON Health & Fitness, Inc. HEALTHRIDER is een geregistreerd handelsmerk van ICON Health & Fitness, Inc.

BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN

⚠ WAARSCHUWING: lees om het risico op brandwonden, brand, elektrische shok, of persoonlijk letsel te verminderen, alle belangrijke voorzorgsmatregelen en instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen op uw loopband voordat u de loopband gebruikt. ICON is niet verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit produkt.

1. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om zich ervan te vergewissen dat alle gebruikers van de loopband voldoende op de hoogte zijn van alle waarschuwingen en alle voorzorgsmatregelen.
2. Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of enig ander oefenprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen van boven de 35 jaar, of voor personen met reeds bestaande gezondheidsproblemen.
3. Gebruik de loopband alleen zoals beschreven in deze handleiding.
4. De loopband is alleen voor gebruik in huis bedoeld. Gebruik de loopband niet commercieel, niet voor verhuur of in een instelling.
5. Gebruik de loopband binnenshuis weg van vocht en stof. Plaats de loopband niet in een garage, op een overdekt terras of bij water.
6. Plaats de loopband op een vlakke ondergrond met minstens 2,4 m ruimte achter de loopband en 0,6 m ruimte aan iedere kant ervan. Zorg ervoor dat de loopband geen enkele luchtopening blokkeert. Leg een matje onder de loopband om de vloer of de vloerbedekking te beschermen.
7. Gebruik de loopband niet waar spuitbussen gebruikt worden of waar zuurstof beheerd wordt.
8. Houd te allen tijde kinderen jonger dan 12 jaar en huisdieren bij de loopband vandaan.
9. De loopband zou niet door personen die meer dan 150 kg wegen gebruikt mogen worden.
10. Laat nooit meer dan één persoon tegelijkertijd op de loopband.
11. Draag juiste kleding bij gebruik van de loopband. Draag geen losse kleding die in de loopband verstrikt kan raken. Suspensoirs worden zowel voor mannen als voor vrouwen aanbevolen. *Draag altijd sportschoenen. Gebruik de loopband nooit op blote voeten, nooit op sokken, of met sandalen aan.*
12. Steek de stroomkabel, bij het aansluiten (zie bladzijde 19) in een geaard stopcontact. Geen enkel ander apparaat mag op dezelfde groep aangesloten zijn.
13. Mocht een verlengsnoer nodig zijn gebruik dan alleen een 3-dradige geleider: snoer maat 14 (1 mm²) van 1,5 m of korter.
14. Houd de stroomkabel bij hete oppervlaktes vandaan.
15. Loop nooit op de loopband wanneer het apparaat is uitgeschakeld. Gebruik de loopband niet wanneer de stroomkabel of de stekker beschadigd is of wanneer de loopband niet juist werkt. (Zie ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN op bladzijde 29 als de loopband niet juist werkt.)
16. Lees de noodstopprocedure grondig door en test de procedure voordat u de loopband gaat gebruiken (zie HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 21). Draag tijdens het gebruik van de loopband altijd de klip.
17. Ga altijd op de voetrails staan wanneer de band gestart of gestopt wordt. Houd tijdens het gebruik van de loopband de handleidingen altijd vast.
18. Als een persoon op de loopband loopt, zal het geluidsniveau van de loopband toenemen.
19. Houd vingers, haar en kleding weg van de bewegende band.
20. De loopband kan hoge snelheden bereiken. Stel de snelheid geleidelijk bij om schokkende versnellingen te voorkomen.

21. De hartslagmonitor is geen medisch instrument. Verschillende factoren, waaronder bewegingen van de gebruiker, kunnen de nauwkeurigheid van de hartslagmetingen beïnvloeden. De hartslagmonitor dient slechts om de hartslag globaal te meten, als hulpmiddel bij het oefenen.
22. Laat de loopband nooit zonder toezicht draaien. Verwijder altijd de sleutel, druk de schakelaar in de stand Off (uit) (zie de tekening op bladzijde 5 voor de plaats van de schakelaar) en trek de stroomkabel uit wanneer de loopband niet gebruikt wordt.
23. Voltooi eerst de montage van de loopband voordat u hem verplaatst. (Zie MONTAGE op bladzijde 7 en HOE DE LOOPBAND INKLAPPEN EN VERPLAATSEN op bladzijde 28.) U moet in staat zijn om veilig 20 kg op te kunnen tillen om de loopband in te klappen, te laten zakken of te verplaatsen.
24. Zorg ervoor dat de opbergvergrendeling het onderstel stevig in de opbergstand houdt tijdens het inklappen of het verplaatsen van de loopband.
25. Steek geen enkel voorwerp in welke opening van de loopband dan ook.
26. Controleer steeds bij gebruik regelmatig alle onderdelen van de loopband en draai ze goed vast.
27. **GEVAAR:** trek de stroomkabel altijd direct na gebruik van de loopband uit. Doe dit ook voor het schoonmaken van de loopband, voor het plegen van onderhoud en voor het bijstellen zoals in deze handleiding beschreven. Verwijder nooit de motorkap tenzij een erkende onderhoudsmonteur dat aangeeft. Onderhoud, anders dan de procedures in deze handleiding, dient uitsluitend door een erkende onderhoudsmonteur uitgevoerd te worden.
28. Te veel oefenen kan tot ernstig letsel of tot de dood leiden. Stop onmiddellijk en begin met af te koelen als u tijdens het oefenen uitgeput raakt, kortademig wordt of pijn voelt.

BEWAAR DEZE INSTRUCTIES

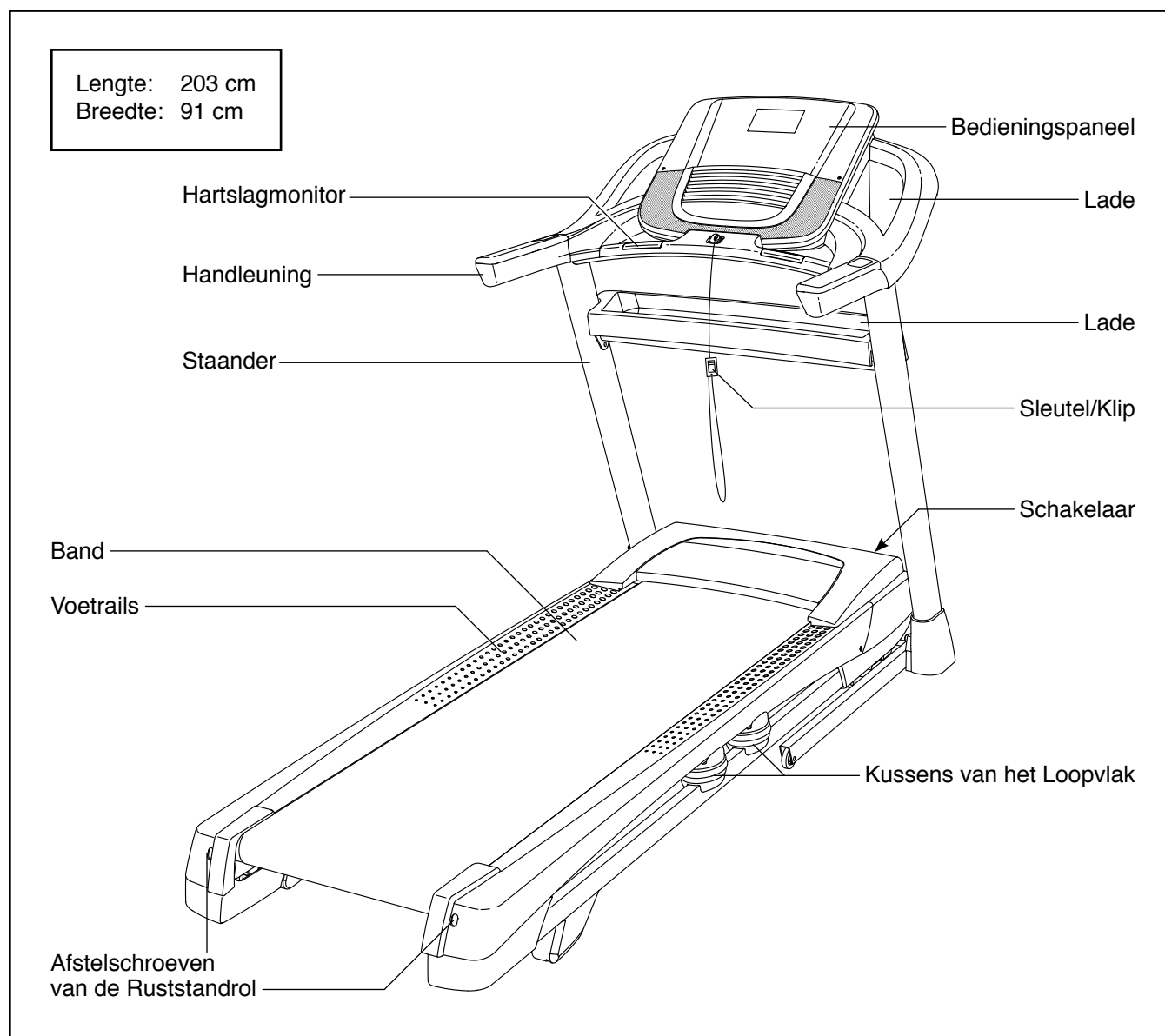
VOORDAT U BEGINT

Fijn dat u voor de revolutionaire HEALTHRIDER® H200T loopband gekozen heeft. De H200T loopband kent een indrukwekkende reeks mogelijkheden die ontwikkeld zijn om uw workouts thuis effectiever en leuker te maken. En wanneer u niet oefent, kunt u deze unieke loopband inklappen, waardoor deze minder dan de helft van de ruimte die andere loopbanden nodig hebben.

Lees, voor uw welzijn, deze handleiding zorgvuldig door voor gebruik van de loopband. Raadpleeg de

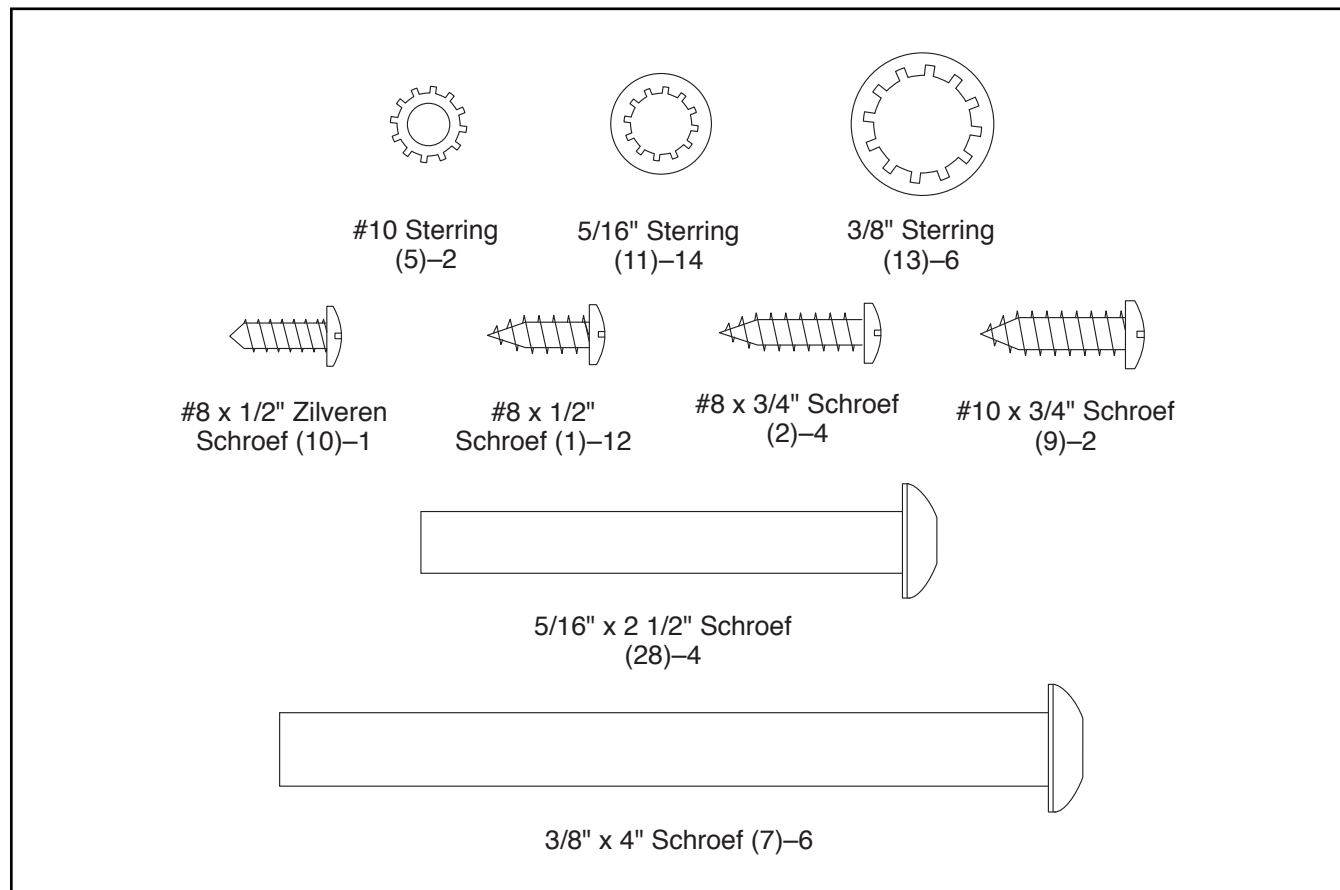
omslag van deze handleiding als u nog vragen hebt. Noteer het productnummer en het serienummer voordat u met ons contact opneemt. De plaats waar u de stickers met het productnummer en het serienummer kunt vinden wordt op de omslag van de handleiding aangegeven.

Bekijk eerst aandachtig de tekening hieronder en de verschillende onderdelen, voordat u verder leest.



ONDERDEEL IDENTIFICATIESCHEMA

Raadpleeg de tekeningen hieronder om de kleine onderdelen voor de montage te herkennen. Het nummer tussen haakjes onder elke tekening is het nummer van het onderdeel van de LIJST MET ONDERDELEN achterin deze handleiding. Het getal tussen de haakjes is de hoeveelheid die nodig is voor de montage. **Aandacht: als een onderdeel zich niet in de hardwareset bevindt, controleert u of deze al vooraf is gemonteerd. Er zijn mogelijk extra metalen onderdelen meegeleverd.**



MONTAGE

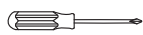
- Montage moet door twee personen worden uitgevoerd.
- Leg alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal pas weg als de montage helemaal is afgerond.
- Er kan na verzending een vette substantie op de buitenkant van de loopband zitten. Dit is normaal. Mocht er wat vette substantie op de loopband zitten, veeg die dan weg met een zachte doek en een zacht, niet-schurend schoonmaakmiddel.
- Linker onderdelen worden met “L” of “Left” aangegeven en rechter onderdelen worden met “R” of “Right” aangegeven.

- Zie bladzijde 6 om kleine onderdelen te kunnen herkennen.

- Voor de montage heeft u het volgende gereedschap nodig:

de meegeleverde inbussleutel 

een instelbare sleutel 

een kruiskopschroevendraaier 

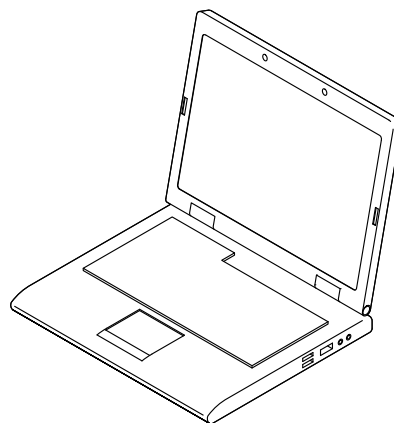
Gebruik geen elektrisch gereedschap om schade aan onderdelen te voorkomen.

1. Ga naar www.iconsupport.eu op uw computer en registreer uw product.

- activeert uw garantie
- bespaart u tijd als u ooit contact moet opnemen met de Klantendienst
- hiermee kunnen wij u op de hoogte stellen van upgrades en aanbiedingen

Aandacht: indien u geen internettoegang heeft, belt u met de Klantendienst (zie de voorkant van deze handleiding) om uw product te registreren.

1



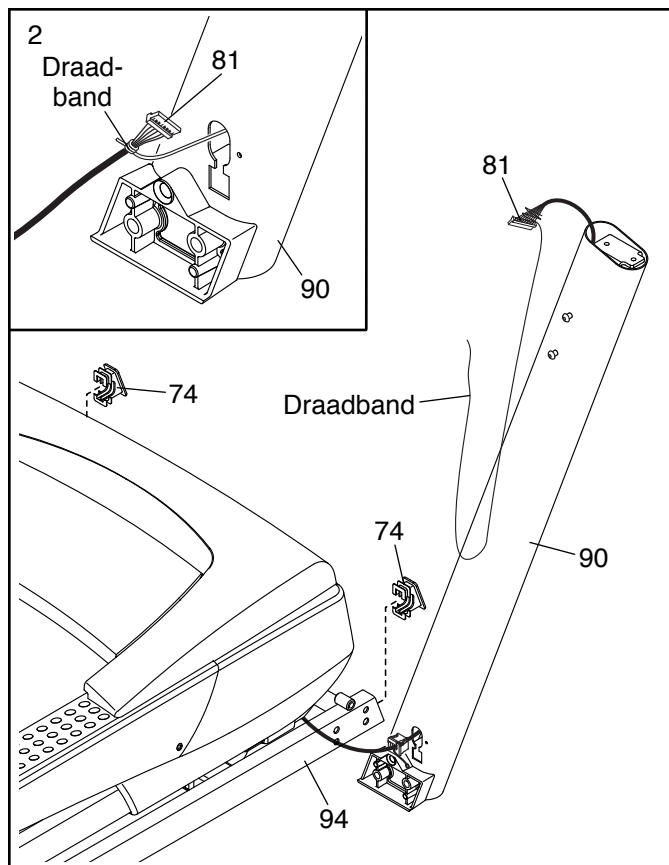
2. **Zorg ervoor dat de stroomkabel uitgetrokken is.**

Druk een Kap van de Basis (74) in elke kant van de Basis (94).

Verwijder de draadband die de Draad van de Staander (81) aan de voorkant van de Basis (94) bevestigt.

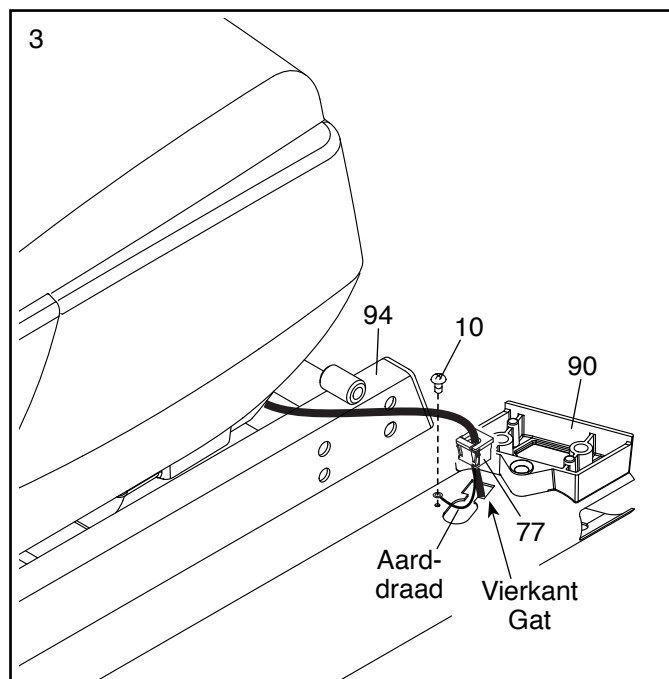
Zoek naar de Rechter Staander (90). Laat een tweede persoon de Rechter Staander bij de Basis (94) houden.

Zie de inzet-tekening. Maak de draadband in de Rechter Staander (90) stevig rond het uiteinde van de Draad van de Staander (81) vast. Steek dan de Draad van de Staander in het onderste uiteinde van de Rechter Staander terwijl u het andere uiteinde van de draadband door de Rechter Staander omhoog trekt.



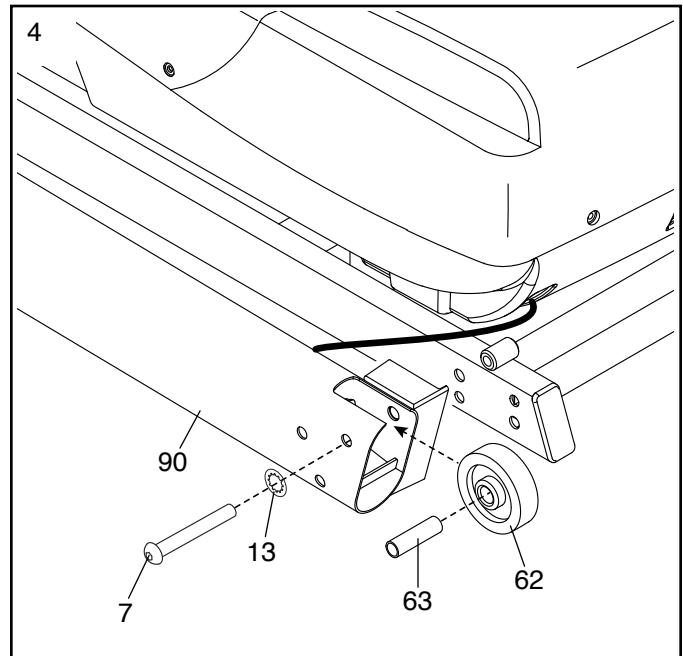
3. Leg de Rechter Staander (90) bij de Basis (94). Druk de Borgring (77) in het vierkante gat in de Rechter Staander. **Zorg ervoor dat de aard-draad niet bekneld raakt.**

Maak vervolgens de aarddraad aan de Rechter Staander (90) vast met een #8 x 1/2" Zilveren Schroef (10).



4. Steek een Tussenstuk van het Wiel (63) in een Voorwiel (62). Houd het Voorwiel in de onderkant van de Rechter Staander (90) en steek een 3/8" x 4" Schroef (7) met een 3/8" Sterring (13) in de Rechter Staander en in het Voorwiel.

Herhaal deze stap aan de linkerkant van de loopband (niet afgebeeld).

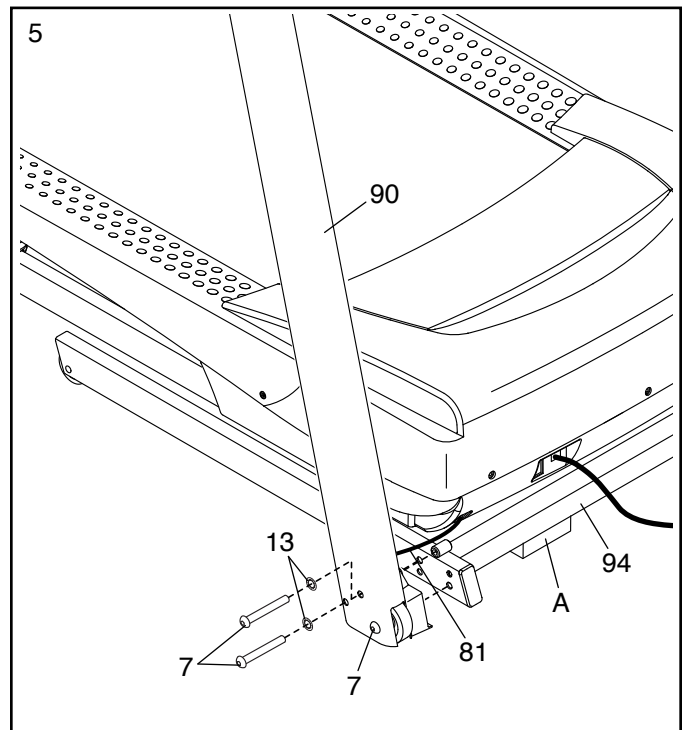


5. Leg een stuk van het verpakkingsmateriaal (A) onder de rechterkant van de Basis (94). Houd de Rechter Staander (90) tegen de Basis. **Zorg ervoor dat de Draad van de Staander (81) niet beknedd raakt.**

Steek twee 3/8" x 4" Schroeven (7) met twee 3/8" Sterringen (13) in de Rechter Staander (90) en draai de drie Schroeven gedeeltelijk in de Basis (94) vast; **draai de Schroeven nog niet helemaal vast.**

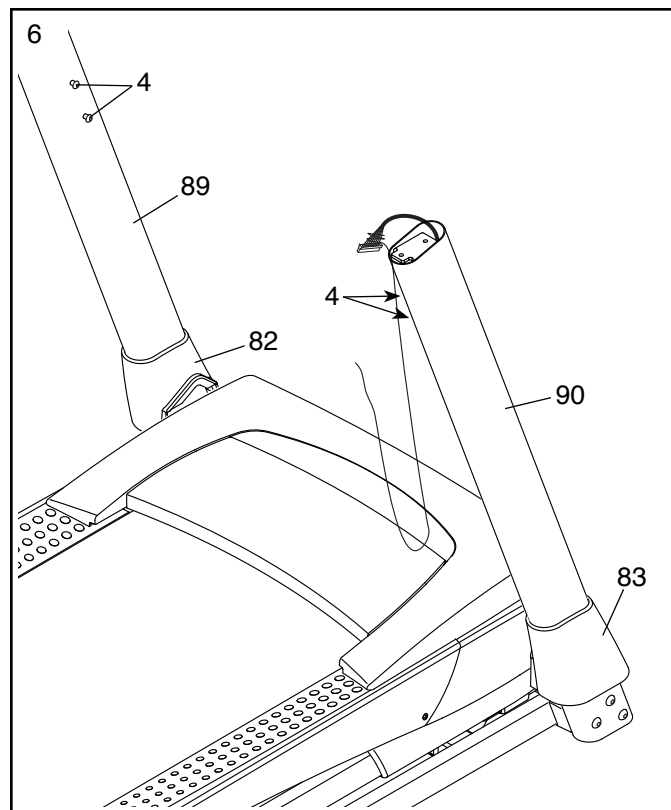
Leg het verpakkingsmateriaal (A) links van de Basis (94) en maak de Linker Staander (niet afgebeeld) op dezelfde manier vast. Aandacht: er zijn geen draden aan de linkerkant.

Verwijder dan het verpakkingsmateriaal (A) van onder de Basis (94).



6. **Verwijder de vier aangegeven 5/16" x 3/4" Schroeven (4) en en bewaar ze.**

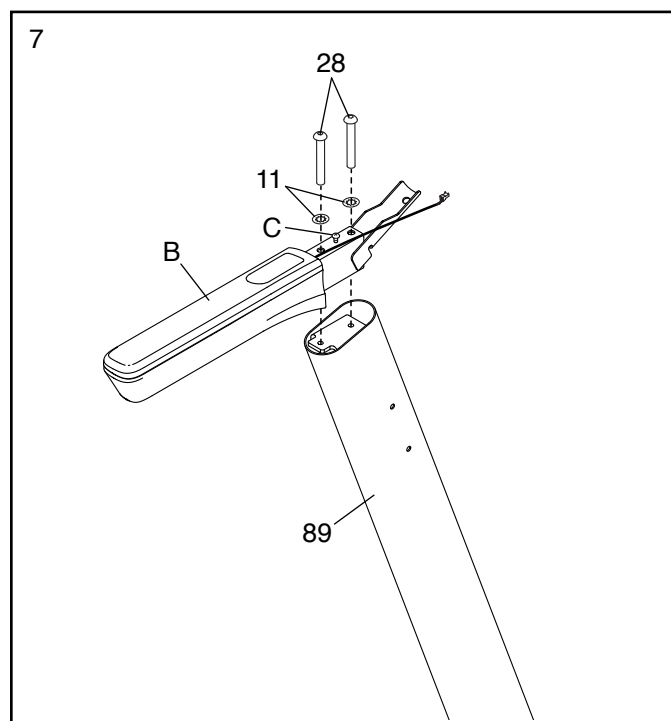
Zoek naar de Linker en naar de Rechter Kap van de Basis (82, 83). Schuif de Linker Kap van de Basis op de Linker Staander (89) en schuif de Rechter Kap van de Basis op de Rechter Staander (90). **Druk de Kappen van de Basis nog niet op hun plaats.**



7. Zoek naar de linker handleuning (B).

Maak de linker handleuning (B) op de Linker Staander (89) vast met twee 5/16" x 2 1/2" Schroeven (28) en twee 5/16" Sterringen (11); **draai de schroeven nog niet helemaal vast.**

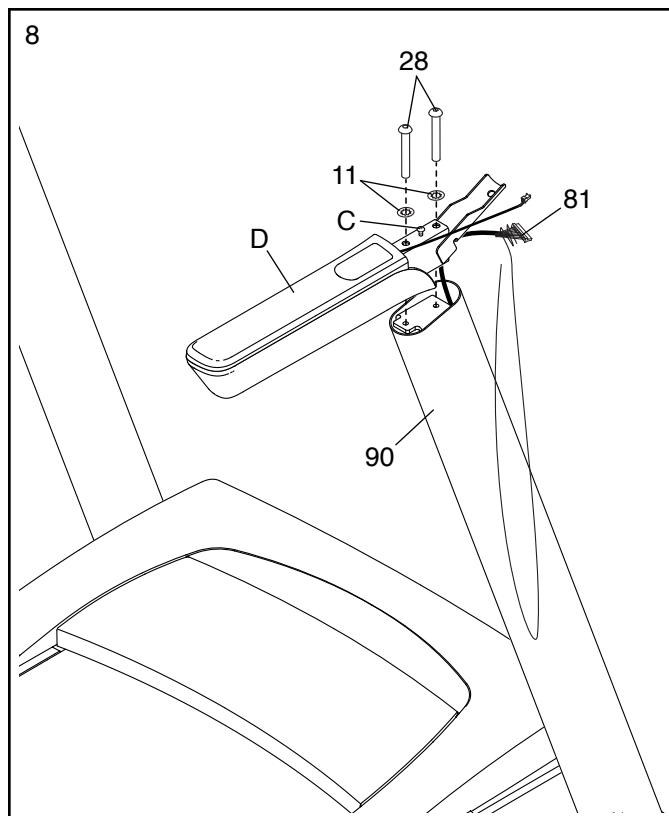
Verwijder de aangegeven schroef (C) en gooi hem weg.



8. Steek de Draad van de Staander (81) in de onderkant van de rechter handleuning (D) en trek hem uit de voorkant zoals afgebeeld.

Maak de rechter handleuning (D) op de Rechter Staander (90) vast met twee 5/16" x 2 1/2" Schroeven (28) en twee 5/16" Sterringen (11); **draai de Schroeven nog niet helemaal vast. Zorg ervoor dat de Draad van de Staander (81) niet bekneeld raakt.**

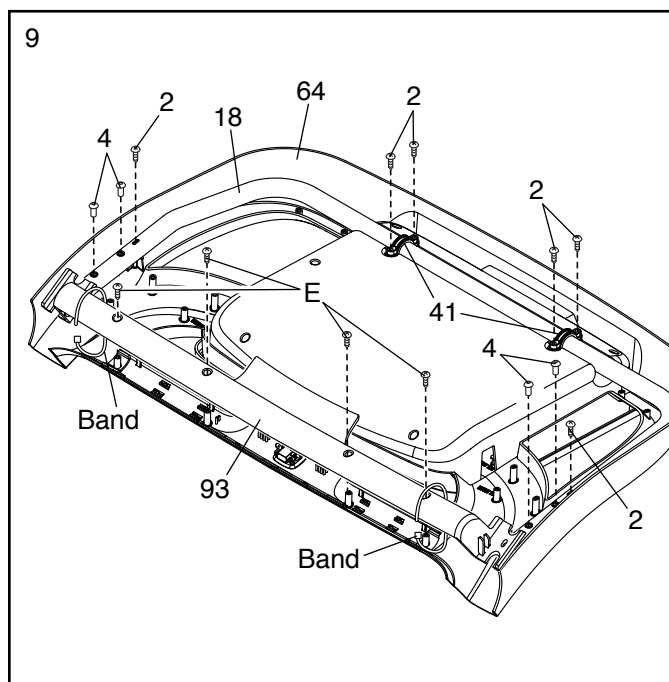
Verwijder dan de aangegeven schroef (C) en gooi hem weg.



9. Plaats de Basis van het Bedieningspaneel (64) naar beneden gericht op een zacht oppervlak om krassen op de Basis van het Bedieningspaneel te voorkomen. Als er draadbanden zijn die de Dwarsstang voor de Hartslag (93) aan de Basis van het Bedieningspaneel bevestigen, verwijder die dan.

Verwijder de vier aangegeven schroeven (E) en gooi ze weg. Verwijder vervolgens de Dwarsstang voor de Hartslag (93).

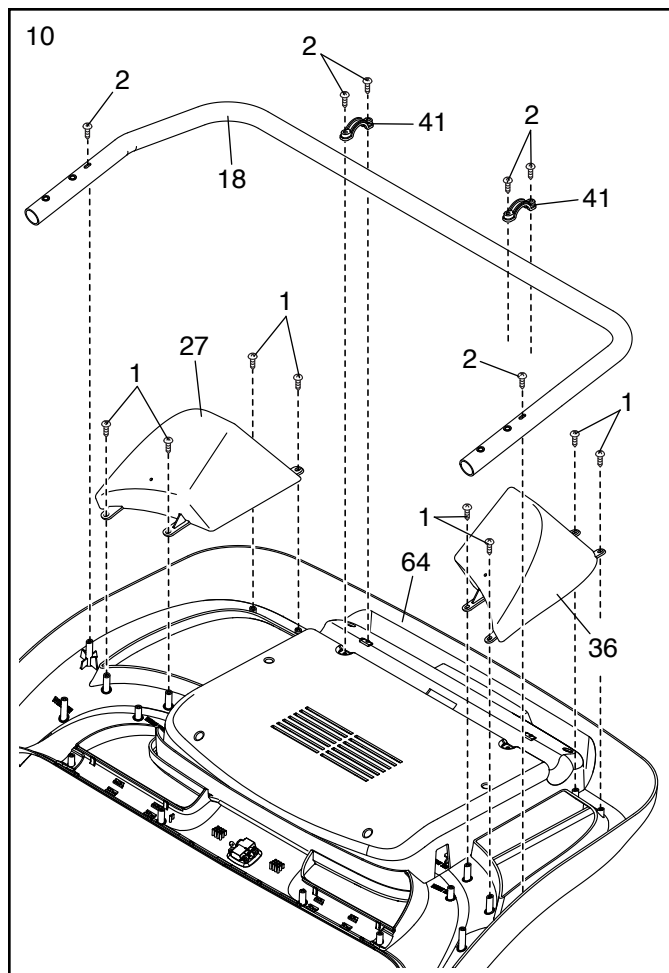
Verwijder de vier 5/16" x 3/4" Schroeven (4) en de zes #8 x 3/4" Schroeven (2) en bewaar ze. Til dan de twee Klemmen van het Bedieningspaneel (41) en het Onderstel van het Bedieningspaneel (18) omhoog.



10. Zoek naar de Linker en naar de Rechter Lade (27, 36).

Maak de Laden (27, 36) aan de Basis van het Bedieningspaneel (64) vast met acht #8 x 1/2" Schroeven (1); **draai de Schroeven nog niet helemaal vast.**

Maak het Onderstel van het Bedieningspaneel (18) weer vast met de zes #8 x 3/4" Schroeven (2) en met de twee Klemmen van het Bedieningspaneel (41) die u in stap 9 heeft verwijderd; **draai de Schroeven nog niet helemaal vast.**

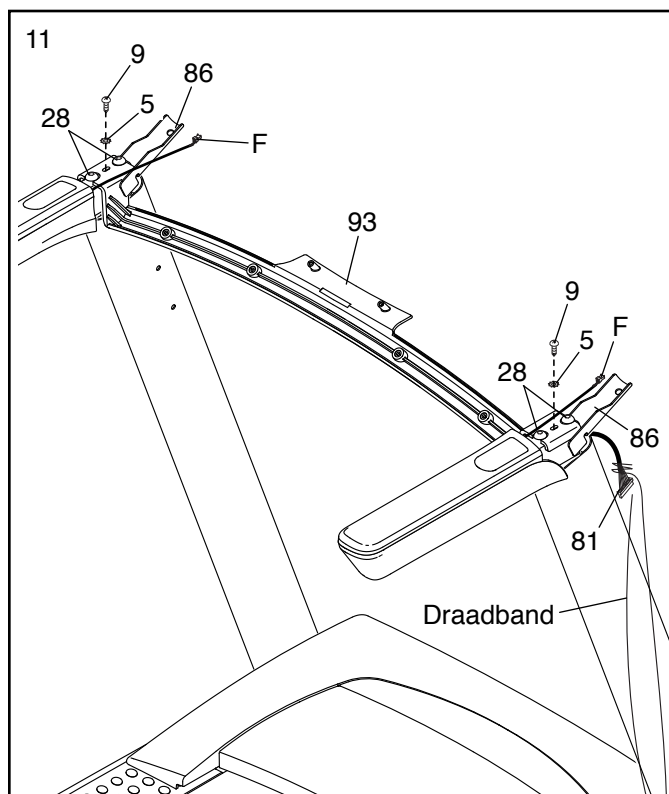


11. **BELANGRIJK: gebruik geen elektrisch gereedschap en draai de #10 x 3/4" Schroeven (9) niet te vast om beschadiging aan de Dwarsstang voor de Hartslag (93) te voorkomen.**

Draai de Dwarsstang voor de Hartslag (93) zoals afgebeeld. Maak de Dwarsstang voor de Hartslag aan de Handleuning (86) vast met twee #10 x 3/4" Schroeven (9) en twee #10 Sterringen (5); **draai beide Schroeven eerst aan en draai ze daarna vast. Zorg ervoor dat de Draad van de Staander (81) of de draden van de handleuning (F) niet bekneld raken.**

Draai de vier 5/16" x 2 1/2" Schroeven (28) vervolgens stevig vast.

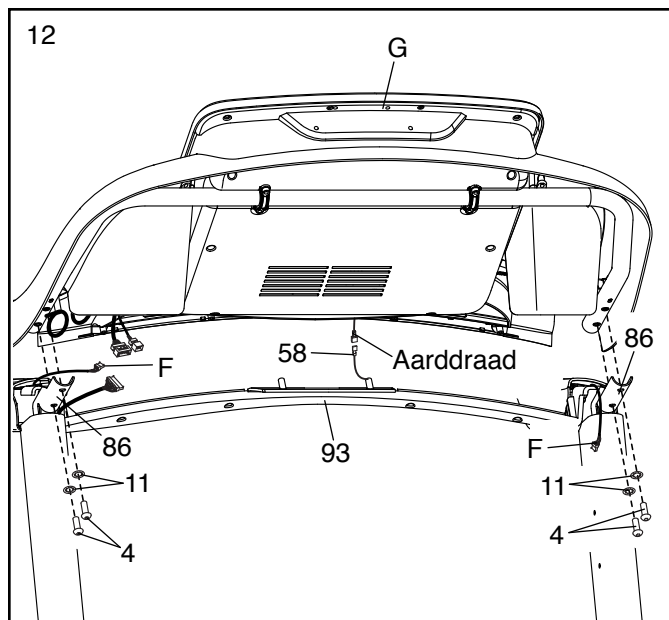
Verwijder dan de draadband van de Draad van de Staander (81).



12. Houd het bedieningspaneel (G) bij de Dwarsstang voor de Hartslag (93). Sluit de aarddraad van het bedieningspaneel aan op de Aarddraad van het Bedieningspaneel (58) op de Dwarsstang voor de Hartslag.

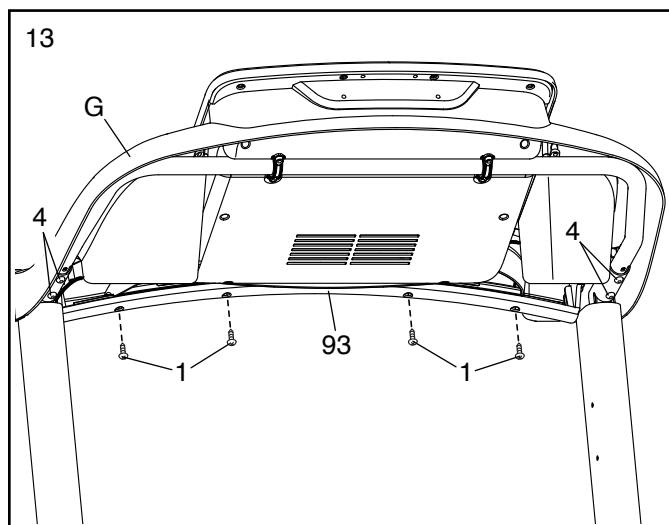
Plaats het bedieningspaneel (G) vervolgens op de beugels op de Handleuning (86); **laat geen enkele draad bekneld raken. Zorg ervoor dat de draden van de handleuning (F) gedraaid zijn zoals afgebeeld.**

Maak het bedieningspaneel (G) vast met de vier 5/16" x 3/4" Schroeven (4) die u in stap 9 heeft verwijderd en met vier 5/16" Sterringen (11); **draai de Schroeven nog niet helemaal vast.**

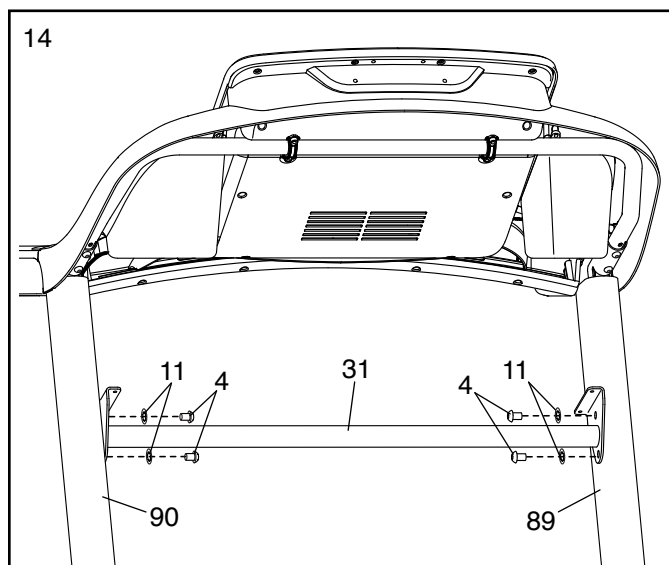


13. Maak het bedieningspaneel (G) aan de Dwarsstang voor de Hartslag (93) vast met vier #8 x 1/2" Schroeven (1); **draai alle vier de Schroeven eerst aan en draai ze daarna vast.**

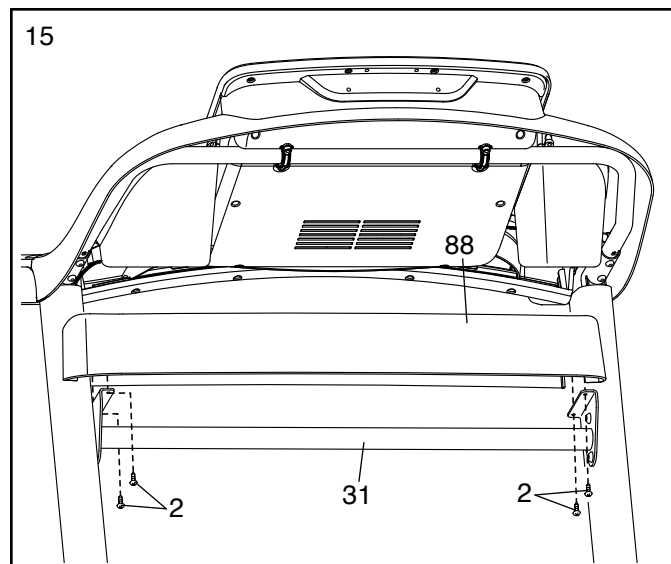
Draai vervolgens de vier 5/16" x 3/4" Schroeven (4) stevig vast.



14. Schuif de Dwarsstang van de Staander (31) voorzichtig tussen de Linker Staander (89, 90). Maak de Dwarsstang van de Staander vast met de vier 5/16" x 3/4" Schroeven (4) die u in stap 6 heeft verwijderd en met vier 5/16" Sterringen (11); **draai alle vier de Schroeven eerst aan en draai ze daarna vast.**



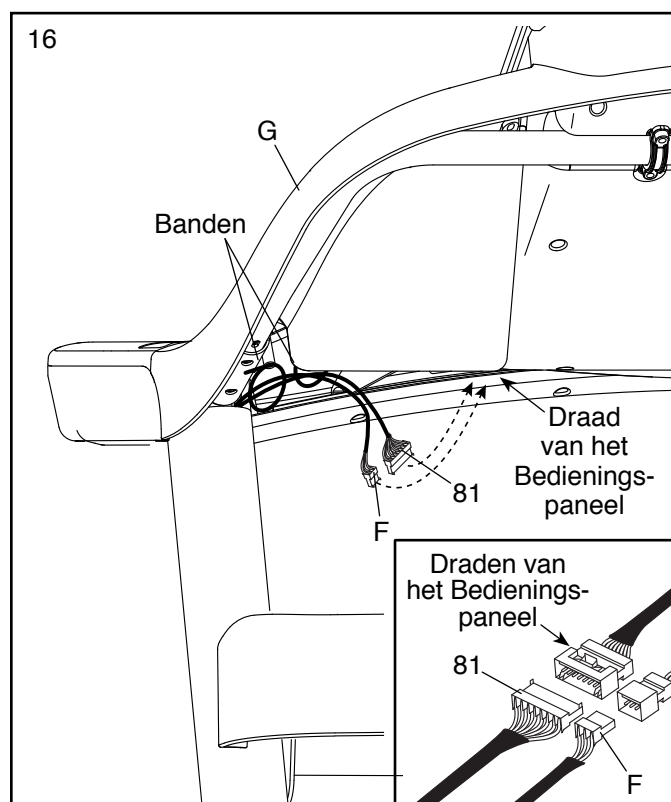
15. Maak de Lade (88) aan de Dwarsstang van de Staander (31) vast met vier #8 x 3/4" Schroeven (2); draai alle vier de Schroeven eerst aan en draai ze daarna vast.



16. Steek de Draad van de Staander (81) en de draad van de handleuning (F) door de twee aangegeven draadlussen op het bedieningspaneel (G).

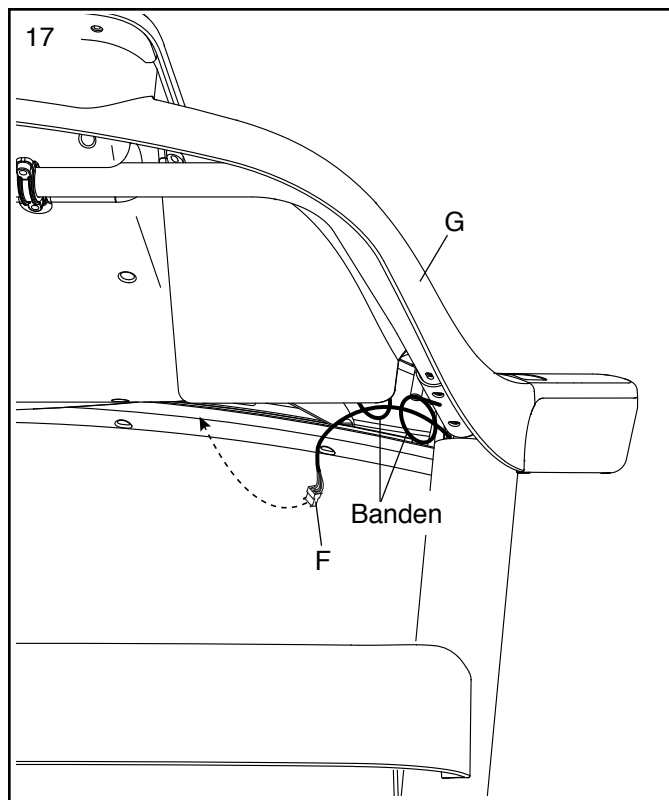
Zie de inzet-tekening. Sluit de Draad van de Staander (81) en de draad van de handleuning (F) aan op de draden van het bedieningspaneel. **De connectoren zouden makkelijk samen moeten glijden en op hun plaats moeten klikken.** Draai aan een van de connectoren en probeer het opnieuw als dit niet gebeurt. **ALS U DE CONNECTOREN NIET GOED AANSLUIT, KAN HET BEDIENINGSPANEEL BESCHADIGD RAKEN ALS HET APPARAAT WORDT AANGEZET.**

Steek alle overtollige draad in het bedieningspaneel (G). Trek vervolgens de twee draadbanden strak tegen de draden en snij de uiteinden van de draadbanden af.



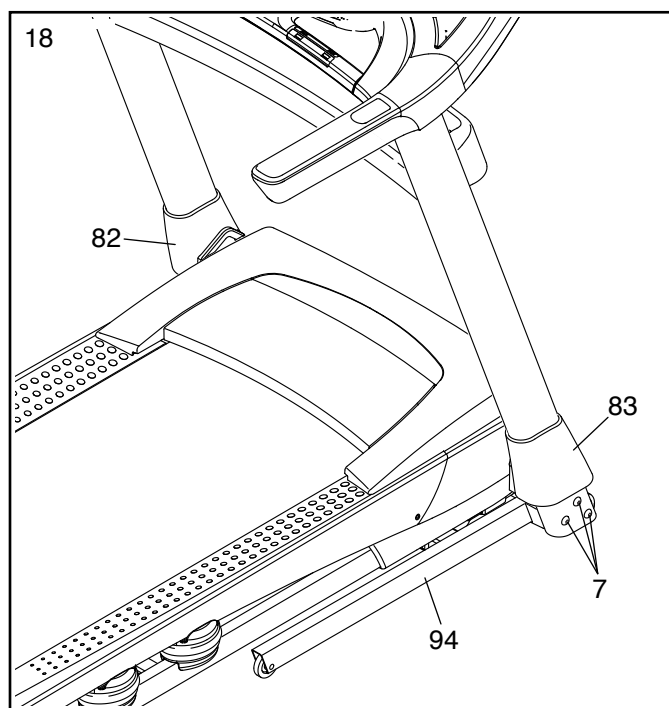
17. Steek de draad van de handleuning (F) aan de linkerkant door de twee aangegeven draadlussen op het bedieningspaneel (G) en sluit de draad aan op de draad van het bedieningspaneel.

Steek alle overtollige draad in het bedieningspaneel (G). Trek vervolgens de twee draadbanden strak tegen de draden en snij de uiteinden van de draadbanden af.



18. **Draai de zes 3/8" x 4" Schroeven (7) stevig vast (slechts één kant is afgebeeld).**

Druk de Linker Kap van de Basis (82) en de Rechter Kap van de Basis (83) op de Basis (94).

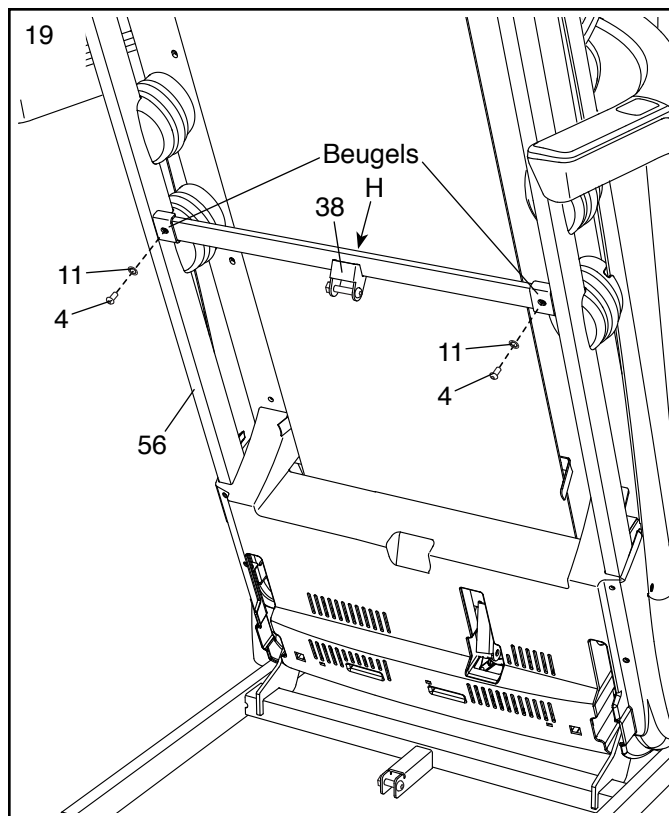


19. **Aandacht:** indien de loopband op een gladde ondergrond gemonteerd wordt, kan de loopband tijdens deze stap naar voren rollen.

Til het Onderstel (56) rechtop. **Laat een tweede persoon het Onderstel vasthouden totdat stap 21 voltooid is.**

Verwijder de twee 5/16" x 3/4" Schroeven (4) uit de Dwarsstang van de Vergrendeling (38).

Draai de Dwarsstang van de Vergrendeling (38) zoals afgebeeld. **Zorg ervoor dat de sticker "This side toward belt" (deze kant naar de band) (H) naar de loopband toe wijst.** Maak de Dwarsstang van de Vergrendeling aan de beugels op de Onderstel (56) vast met de twee 5/16" x 3/4" Schroeven (4) die u zojuist verwijderd heeft en twee 5/16" Sterringen (11).

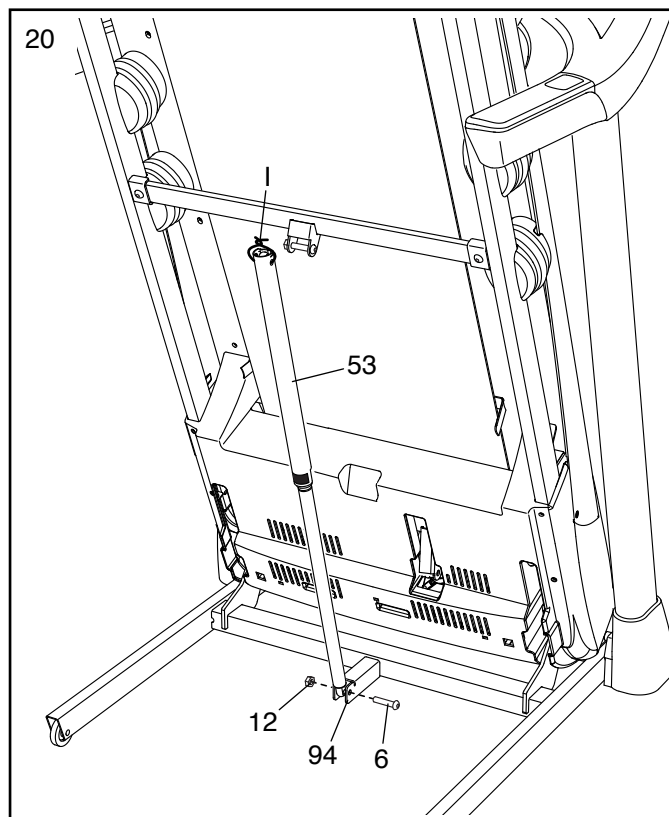


20. Verwijder de 5/16" Moer (12) en de 5/16" x 1 3/4" Bout (6) uit de beugel van de Basis (94).

Draai vervolgens de Opbergvergrendeling (53) zoals afgebeeld.

Maak het onderste uiteinde van de Opbergvergrendeling (53) aan de beugel op de Basis (94) vast met de 5/16" x 1 3/4" Bout (6) en de 5/16" Moer (12).

Til vervolgens de Opbergvergrendeling (53) verticaal en verwijder de draadband (I).

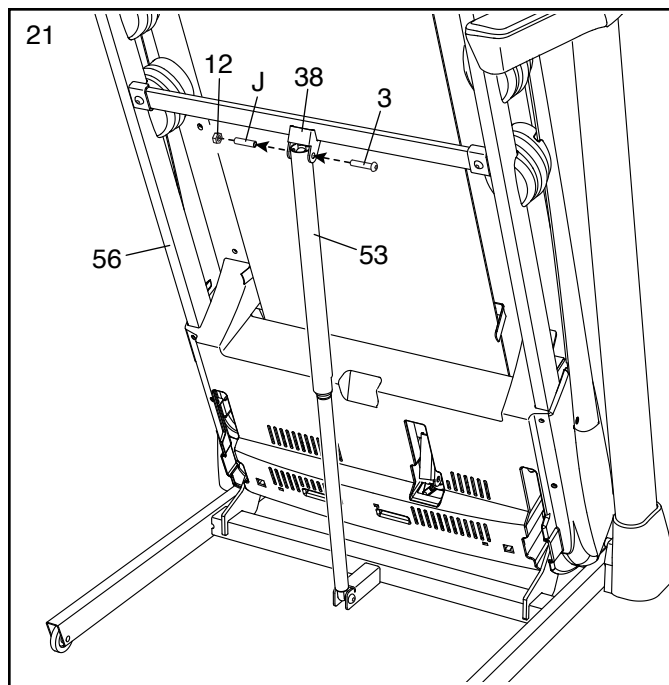


21. Verwijder de 5/16" Moer (12) en de 5/16" x 2 1/4" Bout (3) uit de beugel van de Dwarsstang van de Vergrendeling (38).

Breng het bovenste uiteinde van de Opbergvergrendeling (53) op gelijke lijn met de beugel op de Dwarsstang van de Vergrendeling (38) en steek de 5/16" x 2 1/4" Bout (3) door de beugel en door de Opbergvergrendeling. **Hierdoor zal een tussenstuk (J) uit het andere uiteinde geduwd worden; gooi het tussenstuk weg.**

Draai vervolgens de 5/16" Moer (12) op de 5/16" x 2 1/4" Bout (3) vast; **draai de Moer nog niet te vast; de Opbergvergrendeling (53) moet vrij kunnen draaien.**

Laat dan het Onderstel (56) zakken (zie HOE DE LOOPBAND TE LATEN ZAKKEN VOOR GEBRUIK op bladzijde 28).

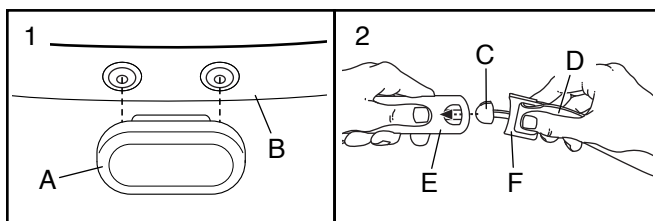


22. **Zorg ervoor dat alle onderdelen goed vast gedraaid zijn voordat u de loopband gaat gebruiken.** Als er velletjes plastic op de stickers van de loopband zitten, verwijder die dan. Leeg een matje onder de loopband om de vloer of de vloerbedekking te beschermen. Houd de loopband weg uit direct zonlicht om schade aan de loopband te voorkomen. Berg de meegeleverde inbussleutel veilig op; de inbussleutel wordt gebruikt om de loopband bij te stellen (zie bladzijde 30 en 31). Aandacht: er kunnen extra onderdelen meegeleverd zijn.

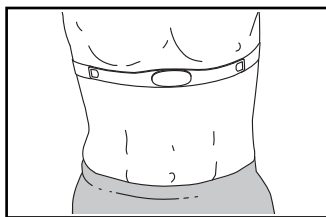
DE BORSTKAS HARTSLAGMONITOR

DE HARTSLAGMONITOR AANZETTEN

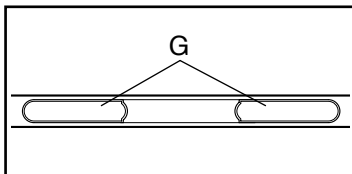
Indien de hartslagmonitor lijkt op de degene die is afgebeeld in tekening 1, druk dan de zender (A) op de snelbinders op de borstriem (B). Indien de hartslagmonitor lijkt op degene die is afgebeeld in tekening 2, steek dan lipje (C) in een uiteinde van de borstriem (D) in een van de uiteinde van de zender (E). Druk vervolgens het uiteinde van de zender onder de gesp (F) op de borstriem; het lipje moet gelijk liggen aan de zender.



Wikkel de hartslagmonitor vervolgens rond de borst in de weergegeven locatie; de hartslagmonitor moet onder uw kleding dicht tegen uw huid liggen. Zorg dat het logo recht op staat afgebeeld. Bevestig vervolgens het andere eind van de borstriem. Mocht het nodig zijn, stel dan de lengte van de band bij.



Trek vervolgens de zender en de borstriem een paar centimeters van uw lichaam en zoek de twee elektrodegebieden (G). Maak beide elektrodes nat met een zoute vloeistof zoals wat spuug of vloeistof voor contactlenzen. Plaats de zender en de borstriem terug tegen uw borstkas.



VERZORGING EN ONDERHOUD

- Droog de elektrodegebieden grondig met een zachte doek na elk gebruik. Vocht houdt de hartslagmonitor geactiveerd, maar verkort de levensduur van de batterij.

- Bewaar de hartslagmonitor op een warme, droge plaats. Bewaar de hartslagmonitor niet in een plastic zak of enig andere verpakking die vocht kan vasthouden.
- Stel de hartslagmonitor niet langere tijd bloot aan direct zonlicht en aan temperaturen boven de 50° C of onder de -10° C.
- Buig de hartslagmonitor niet overmatig bij het gebruiken of bewaren van de hartslagmonitor.
- Gebruik een vochtige doek en een klein beetje milde zeep om de zender te reinigen. Veeg de zender af met een vochtige doek en droog hem daarna grondig met een zachte doek. Gebruik nooit alcohol, schuurmiddelen of chemische middelen om de zender te reinigen. Was de borstriem op de hand en droog deze aan de lucht.

PROBLEMEN OPLOSSEN

- Als de hartslagmonitor niet functioneert als u deze plaatst zoals hier links beschreven staat, dient u het iets lager of hoger op de borstkas te plaatsen.
- Maak de electrodes opnieuw nat wanneer de hartslagmetingen pas verschijnen, nadat u begint te transpireren.
- Voor de goede weergave van de hartslagmetingen moet de gebruiker zich op minder dan een armslengte van het bedieningspaneel bevinden.
- Als er zich een batterijklepje bevindt op de achterkant van de zender, vervang de batterij dan voor een nieuwe batterij van hetzelfde type.
- De hartslagmonitor is ontwikkeld voor mensen met een normale hartslag. Problemen met de hartslagmeting kunnen een medische oorzaak hebben zoals vroegtijdige ventriculaire samentrekking, hartkloppingen, of aritmie.
- De werking van de hartslagmonitor kan worden beïnvloed door magnetische storing veroorzaakt door elektriciteitsleidingen of andere bronnen. Indien u veronderstelt dat magnetische storing een probleem veroorzaakt, probeer de trainingsapparatuur dan op een andere locatie uit.

HOE DE LOOPBAND TE GEBRUIKEN

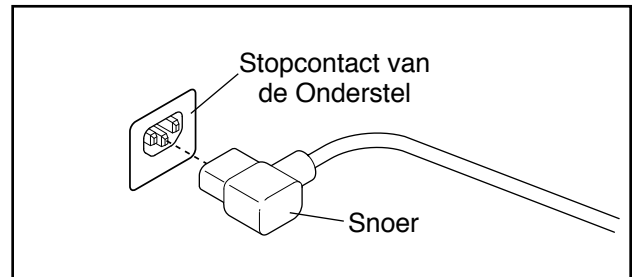
HOE DE SNOER IN STOPCONTACT TE STEKEN

De snoer moet geaard zijn. Als het niet goed functioneert geeft de aarding de laagste weerstandspad voor de elektriciteit om zodoende het risico van elektrische schok te verminderen. Een snoer en een geaarde stekker zijn bijgeleverd. **BELANGRIJK: als het snoer beschadigd is moet u het vervangen voor een door de fabrikant aanbevolen snoer.**

⚠ GEVAAR: een verkeerd stopcontact (zonder aarde) kan tot een elektrische schok leiden. Laat een elektriciën de aarding nakijken als u niet zeker weet of het stopcontact goed geaard is. Breng geen wijzigingen aan de stekker van het apparaat aan. Laat een elektriciën een nieuwe stekker monteren als de stekker niet in het stopcontact past.

Volg deze stappen om de snoer in stopcontact te steken.

1. Steek het aangegeven uiteinde van het snoer in het stopcontact van de onderstel.



2. Steek het snoer in een goed geïnstalleerd en geaard stopcontact die overeenkomt met alle plaatselijke regelingen.

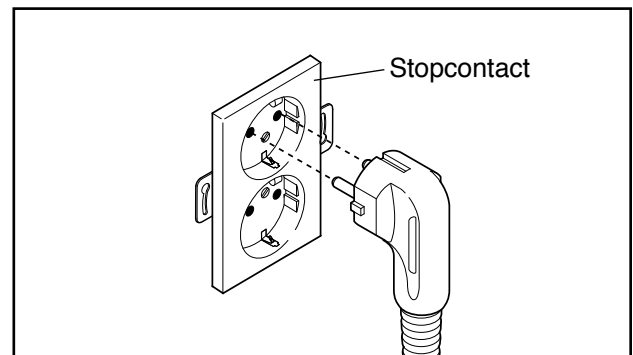
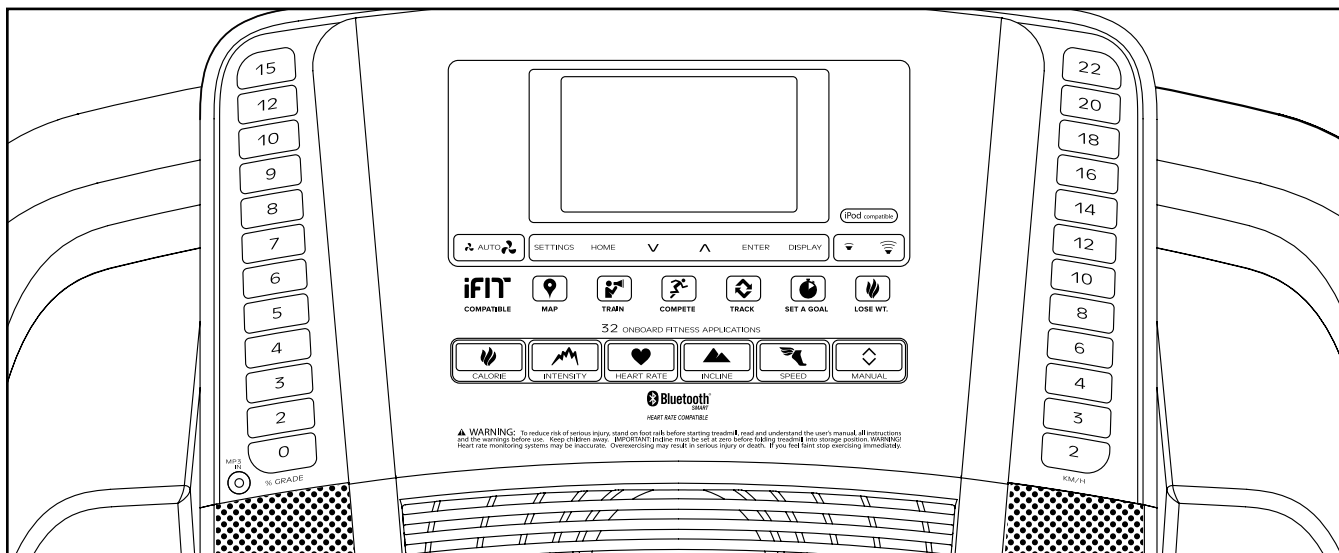


DIAGRAM VAN HET BEDIENINGSPANEEL



DE WAARSCHUWINGSSTICKER OPPLAKKEN

Zoek de Engelse waarschuwingen op het bedieningspaneel. U vindt dezelfde waarschuwingen in andere talen op het meegeleverde stickervel. Plak de Nederlandse waarschuwingssticker op het bedieningspaneel.

MOGELIJKHEDEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL

Het bedieningspaneel van de loopband biedt een indrukwekkende reeks mogelijkheden die ontwikkeld zijn om uw workouts effectiever en leuker te maken. U kunt wanneer u de handmatige instelling gebruikt de snelheid en de hellingstand van de loopband veranderen door de druk op een toets. Het bedieningspaneel zal tijdens het oefenen meteen feedback aangeven. U kunt zelfs uw hartslag meten door gebruik te maken van de handgreep met hartslagmonitor of door middel van de borstkas hartslagmonitor.

Daarnaast biedt het bedieningspaneel een grote keuze aan vooraf ingestelde workouts. Iedere workout regelt automatisch de snelheid en de helling van de loopband terwijl u door een effectieve oefensessie wordt geleid.

Het bedieningspaneel heeft een iFit® instelling zodat de loopband door middel van een optionele iFit-module op uw draadloze netwerk aangesloten kan worden. Met de iFit instelling, kunt u uw eigen workouts downloaden, uw eigen workouts samenstellen, de resultaten van

uw workouts bijhouden, tegen andere iFit gebruikers racen en vele andere mogelijkheden gebruiken. **Ga naar www.iFit.com of bel met het telefoonnummer vermeld op de kaft van deze handleiding om een iFit-module wanneer dan ook aan te schaffen.**

U kunt zelfs, tijdens het oefenen, via het geluidssysteem van het bedieningspaneel naar uw favoriete workout muziek of audioboeken luisteren.

Zie bladzijde 21 om het apparaat aan te zetten. Zie bladzijde 21 om de handmatige instelling te gebruiken. Zie bladzijde 23 om een vooraf ingestelde workout te gebruiken. Zie bladzijde 24 om een stel-een-doel-in workout te gebruiken. Zie bladzijde 25 om een iFit workout te gebruiken. Zie bladzijde 26 om het geluidssysteem te gebruiken. Zie bladzijde 27 om de instellingen te gebruiken.

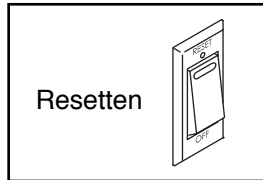
Aandacht: het bedieningspaneel kan snelheid en afstand óf in mijlen óf in kilometers aangeven. Zie bladzijde 27 om DE INSTELLINGEN te gebruiken. Om het eenvoudig te houden, verwijzen alle instructies in dit gedeelte van de handleiding naar kilometers.

BELANGRIJK: als er velletjes plastic op de stickers van de loopband zitten, verwijder die dan. Draag schone sportschoenen om, bij gebruik van de loopband, beschadiging aan het loopvlak te voorkomen. Bekijk de eerste keer dat u de loopband gebruikt, de uitlijning van de band en leg de band indien nodig in het midden (zie bladzijde 31).

HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN

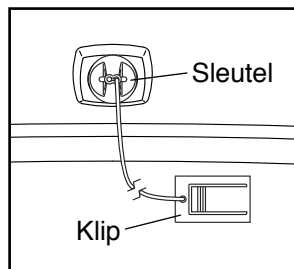
BELANGRIJK: laat de loopband, wanneer deze aan koude temperaturen blootgesteld is geweest, op kamertemperatuur komen voordat u het apparaat aanzet. Als u dit niet doet, kunt u het bedieningspaneel of andere elektrische onderdelen beschadigen.

Steek de stroomkabel in (zie bladzijde 19). Zoek vervolgens naar de schakelaar bij de stroomkabel op het onderstel van de loopband. Druk de schakelaar in de Reset (resetten) stand.



BELANGRIJK: het bedieningspaneel kent een demo instelling voor de display, die ontwikkeld is voor gebruik als de loopband in een winkel geëtaleerd wordt. De demo instelling gaat aan als de displays oplichten zodra u de stroomkabel insteekt en de schakelaar in de resetstand drukt. Houd de toets Stop enkele seconden lang ingedrukt om de demo instelling uit te schakelen. Zie DE INSTELLINGEN op bladzijde 27 om de demo instelling uit te schakelen wanneer de displays blijven branden.

Ga vervolgens op de voetrails van de loopband staan. Zoek naar de klip die aan de sleutel vastzit en schuif de klip op de tailleband van uw kleding. Steek dan de sleutel in het bedieningspaneel. Kort daarna zullen de displays aangaan.



BELANGRIJK: in geval van nood kan de sleutel uit het bedieningspaneel getrokken worden, waardoor de loopband langzaam tot stilstand zal komen. Test de klip door voorzichtig een paar stappen achteruit te zetten. Stel de lengte van de klip bij als de sleutel niet uit het bedieningspaneel wordt getrokken.

BELANGRIJK: volg voordat u de loopband gaat gebruiken, de volgende stappen om er voor te zorgen dat het bedieningspaneel het juiste hellingniveau van de loopband aangeeft: Druk eerst eenmaal op de toename-toets Incline (helling). Druk dan óf de afname-toets Incline óf op de hellingtoets met het laagste cijfer om de loopband op zijn laagste stand in te stellen. Wanneer het onderstel niet meer beweegt is de loopband klaar voor gebruik.

HOE DE HANDMATIGE INSTELLING TE GEBRUIKEN

1. Steek de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie links HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN.

2. Kies de handmatige instelling.

Druk op de toets Home (thuis) of op de toets Manual (handmatig) om de handmatige instelling te kiezen.

3. Start de loopband.

Druk op de toets Start, op de toename-toets Speed (snelheid), of op een van de genummerde Quick Speed (directe snelheid) toetsen.

Wanneer de Starttoets of de toename-toets Speed wordt ingedrukt zal de loopband met een snelheid van 2 Km/H beginnen te draaien. U kunt tijdens het oefenen de snelheid van de band naar wens veranderen door op de toename- en op de afname-toetsen Speed te drukken. De snelheidsinstelling zal bij iedere druk op een toets met 0,1 Km/H veranderen; als u een toets ingedrukt houdt zal de snelheidsinstelling met stappen van 0,5 Km/H veranderen. Aandacht: na het drukken op de toets kan het eventjes duren voordat de band de gekozen snelheidsinstelling bereikt.

De loopband zal, wanneer u op een van de genummerde snelheidstoetsen drukt, geleidelijk van snelheid veranderen totdat de gekozen snelheidsinstelling wordt bereikt.

Druk op de toets Stop om de loopband te laten stoppen. De tijd zal op de display gaan opflikkeren. Druk op de toets Start of op de toename-toets Speed om de band opnieuw te starten.

4. Verander desgewenst de helling van de loopband.

Druk, op de toename- en afname-toets Incline (helling) of op een van de genummerde hellingtoetsen om de helling van de loopband te veranderen. Telkens wanneer u op een van de toetsen drukt, zal de helling van de loopband geleidelijk veranderen tot de gekozen hellinginstelling bereikt wordt.

5. Volg uw vorderingen met de displays.

Wanneer u op de loopband loopt of rent zal de display de volgende workout informatie aangeven:

- De verstreken tijd
- De afstand die u gelopen of gerend heeft
- De intensiteitsbalk van de workout
- Het geschatte aantal calorieën dat u heeft verbrand
- De hellingstand van de loopband
- Het aantal verticaal geklommen meters
- De snelheid van de band
- Uw hartslag (zie stap 6)
- De matrix

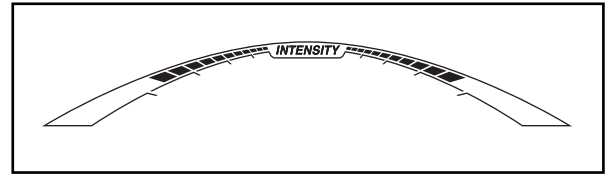
De matrix heeft verschillende display tabbladen. Druk op de toename- en afnametoetsen naast de toets Enter of druk op de toets Display (weergave) tot het gewenste tabblad wordt aangegeven.

Het tabblad Incline zal een profiel van de helling-instellingen van de workout aangeven. Een nieuw segment zal aan het einde van iedere minuut verschijnen. Het tabblad Speed zal een profiel van de snelheidsinstellingen van de workout aangeven.

Het tabblad My Trail (mijn pad) zal een piste van 400 m (1/4 mijl) aangeven. De opflinkerende rechthoek zal uw vorderingen tijdens het oefenen aangeven. Het tabblad My Trail zal ook het aantal afgelegde rondjes aangeven.

Het tabblad Calorie (calorieën) zal het geschatte aantal calorieën dat u verbrand heeft aangeven. De hoogte van ieder segment geeft het aantal verbrande calorieën aan dat tijdens dat segment verbrand is. Wanneer u het tabblad Calorie gebruikt, zal de calorie display het geschatte aantal verbrande calorieën per uur aangeven.

De intensiteitsbalk van de workout zal tijdens het oefenen het geschatte intensiteitsniveau van uw workout aangeven.



Druk op de toets Home om naar het standaard-menu terug te keren (zie DE INSTELLINGEN op bladzijde 27 om het standaardmenu in te stellen). Druk, indien nodig, nogmaals op de toets Home.

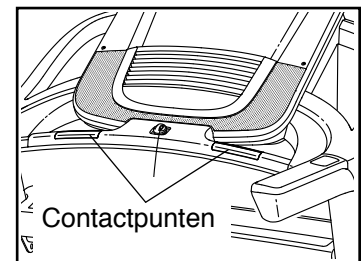
Druk op de toets Stop, trek de sleutel uit, en steek de sleutel weer in om de displays te resetten.

6. Meet desgewenst uw hartslag.

Aandacht: het bedieningspaneel zal uw hartslag niet nauwkeurig aangeven wanneer u de handgreep met hartslagmonitor gebruikt en tegelijkertijd de borstkas hartslagmonitor draagt. Zie bladzijde 18 voor meer informatie over de borstkas hartslagmonitor. Aandacht: het bedieningspaneel is compatibel met BLUETOOTH® Smart hartslagmonitoren.

Verwijder de velletjes plastic van de metalen contactpunten van de stang voor de hartslag voordat u de handgreep met hartslagmonitor gaat gebruiken. Zorg er ook voor dat uw handen schoon zijn.

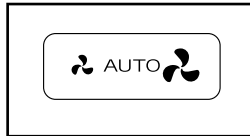
Ga, om uw hartslag te meten, **op de voetrails staan** en houd de stang voor de hartslag vast met uw handpalmen op de metalen contactpunten gedrukt; **beweeg uw handen niet.** Wanneer uw pols gemeten kan worden zal uw hartslag worden weergegeven. **Houd de contactpunten ongeveer 15 seconden lang vast voor de meest nauwkeurig hartslagwaarde.**



7. Zet desgewenst de ventilator aan.

De ventilator kent meerdere snelheidsinstellingen en een automatische instelling. Wanneer de automatische instelling gekozen wordt, zal de snelheid van de ventilator automatisch omhoog of omlaag gaan als de oefen intensiteit toeneemt of afneemt.

Druk herhaaldelijk op de ventilator-toetsen om een snelheid voor de ventilator of de automatische instelling te kiezen, of om de ventilator uit te zetten.



8. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel wanneer u klaar bent met oefenen.

Ga op de voetrails staan, druk op de toets Stop en **stel de helling van de loopband in op nul. De helling van de loopband moet op nul staan wanneer u de loopband in de opbergstand inklapt anders kunt u de loopband beschadigen.** Trek vervolgens de sleutel uit het bedieningspaneel en berg deze veilig op.

Druk de schakelaar in de off-stand (uit) en trek de stroomkabel uit wanneer u stopt met de loopband. **BELANGRIJK: als u dit niet doet, kunnen de elektrische onderdelen van de loopband voortijdig slijten.**

HOE EEN VOORAF INGESTELDE WORKOUT TE GEBRUIKEN

1. Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 21.

2. Kies een vooraf ingestelde workout.

Druk, om een vooraf ingestelde workout te kiezen, herhaaldelijk op de toets Calorie, op de toets Intensity (intensiteit), op de toets Incline (helling) of op de toets Speed (snelheid) totdat de gewenste workout op de display verschijnt.

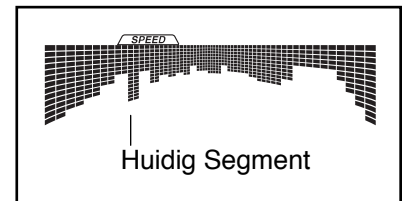
Wanneer u een vooraf ingestelde workout kiest, zal de display de duur, en de naam van de workout aangeven. Bovendien zal er een profiel van de snelheidsinstellingen van de workout op de matrix verschijnen. Wanneer u een calorie workout kiest, zal het geschatte aantal calorieën dat u zult verbranden in de naam van de workout verschijnen.

3. Start de workout.

Druk op de toets Start of op de toenametoets Speed om met de workout te beginnen. Eventjes nadat u op de toets heeft gedrukt, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de eerste snelheids- en hellinginstelling van de workout. Houd de handleuning vast en begin te lopen.

Iedere workout is in segmenten verdeeld. Er is één snelheids- en één hellinginstelling voor elk segment geprogrammeerd. Aandacht: dezelfde snelheids- en/of hellinginstelling kan/kunnen voor opeenvolgende segmenten geprogrammeerd worden.

Tijdens de workout zullen de profielen op de snelheid en op de helling tabbladen uw vorderingen aangeven.



Het opflinkerende segment van het profiel stelt het huidige segment van de workout voor. De hoogte van het opflinkerende segment geeft de snelheids- of hellinginstelling voor het huidige segment aan. De loopband zal, als er een andere snelheids- en/of hellinginstelling voor het volgende segment geprogrammeerd wordt, automatisch de nieuwe snelheids- en/of hellinginstelling instellen.

De workout zal zo doorgaan tot het laatste segment van het profiel op de display opflinkt en het laatste segment eindigt. De band zal dan langzaam tot stilstand komen.

Aandacht: het na te streven calorieën doel is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de workout zult verbranden. Het feitelijke aantal calorieën dat u verbrandt zal van verschillende factoren, zoals uw gewicht, afhangen. Daarnaast, zal een handmatige wijziging van de snelheid of de helling van de loopband tijdens de workout invloed hebben op het aantal calorieën dat u zult verbranden.

Indien de snelheids- of hellinginstelling wanneer dan ook tijdens de workout te hoog of te laag staat, dan kunt u de instelling handmatig overschrijven door op de toets Speed of op de toets Incline te drukken. **Echter, als het volgende segment van de workout begint, dan zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheids- en hellinginstelling voor het volgende segment.**

Druk op de toets Stop om de workout wanneer dan ook te stoppen. De tijd zal op de display gaan opflikkeren. Druk op de toets Start of op de toename-toets Speed om de workout te hervatten. De loopband zal met een snelheid van 2 Km/U beginnen te draaien. Wanneer het volgende segment van de workout begint, dan zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheids- en de hellinginstelling voor het volgende segment.

4. Volg uw vorderingen op met displays.

Zie stap 5 op bladzijde 22. De display zal, wanneer u een vooraf ingestelde workout kiest, de resterende tijd in plaats van de verlopen tijd aangeven.

5. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 6 op bladzijde 22.

6. Zet desgewenst de ventilator aan.

Zie stap 7 op bladzijde 23.

7. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel wanneer u klaar bent met oefenen.

Zie stap 8 op bladzijde 23.

HOE EEN STEL-EEN-DOEL-IN WORKOUT TE GEBRUIKEN

1. Steek de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 21.

2. Stel een calorieën-, een afstands- tijds- of een hartslagdoel in.

Druk eerst op de toets Set A Goal (een doel instellen).

Druk op de toename- en afname-toetsen naast de toets Enter om door de doel workouts te scrollen. Druk op de toets Enter om het gewenste doel workout type te kiezen.

Druk op de toename- en afname-toetsen naast de toets Enter om het doel bij te stellen. Druk op de toets Enter om het doel in te stellen.

3. Start de workout.

Druk op de toets Start om de workout te starten. Eventjes nadat u op de toets heeft gedrukt, zal de loopband beginnen te draaien. Houd de handleuning vast en begin te lopen.

De workout zal op dezelfde manier als de handmatige instelling werken (zie bladzijde 21 tot 23).

De workout zal zo doorgaan totdat u het ingestelde doel bereikt. De band zal dan langzaam tot stilstand komen.

Aandacht: het na te streven calorieën doel is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de oefening zult verbranden. Het feitelijke aantal calorieën dat u verbrandt zal van verschillende factoren, zoals uw gewicht, afhangen.

4. Volg uw vorderingen op met displays.

Zie stap 5 op bladzijde 22.

5. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 6 op bladzijde 22.

6. Zet desgewenst de ventilator aan.

Zie stap 7 op bladzijde 23.

7. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel wanneer u klaar bent met oefenen.

Zie stap 8 op bladzijde 23.

HOE EEN iFIT WORKOUT TE GEBRUIKEN

Aandacht: voor een iFit workout heeft u een optionele iFit-module nodig. **Ga naar www.iFit.com of bel met het telefoonnummer vermeld op de kft van deze handleiding om een iFit-module wanneer dan ook aan te schaffen.** U moet ook toegang hebben tot een computer met een USB-poort en een internetverbinding. Daarnaast dient u ook toegang te hebben tot een draadloos netwerk met een 802.11b/g/n router ingeschakelde SSID verzending (verborgen netwerken worden niet ondersteund). Een iFit.com-lidmaatschap is ook vereist.

1. Steek de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 21.

2. Steek de iFit-module in het bedieningspaneel.

Zie de instructies die met de iFit-module meegeleverd zijn om de iFit-module in te steken.

BELANGRIJK: om aan de blootstellingsvereisten te voldoen, moet de afstand tussen de antenne en zender in de iFit-module en personen minstens 20 cm zijn en mogen de zender en de antenne niet vlakbij een andere antenne of zender staan of erop aangesloten zijn.

3. Kies een gebruiker.

Als er meer dan één gebruiker is geregistreerd, kunt u vanuit het iFit-hoofdscherm van gebruiker wisselen. Druk op de toename- en afnametoetsen naast de toets Enter om een gebruiker te kiezen.

4. Kies een iFit workout.

Druk op de toets Map (kaart), op de toets Train (trainen) of op de toets Lose Wt. (afslanken) om de volgende workout van dat type op uw lijst te downloaden.

Druk op de toets Compete (competitie) om aan een race deel te nemen die u al eerder gekozen heeft.

Druk eerst op de toets Track (herhaal de workout) om een recente iFit workout uit uw schema opnieuw uit te voeren. Druk vervolgens op de toename- en op de afnametoetsen om de gewenste workout te kiezen. Druk dan op de toets Enter om de workout te starten.

Ga naar www.iFit.com voor meer informatie over de iFit workouts.

Wanneer u een iFit workout kiest, dan zal de display de naam, de duur, de maximale snelheid en de afstand van de workout aangeven. De display zal ook het geschatte aantal calorieën dat u tijdens de workout zult verbranden en een profiel van de snelheidsinstellingen van de workout aangeven.

Als u een competitie-oefening kiest zal de display aftellen totdat de race begint.

Aandacht: de iFit toetsen kunnen ook demo workouts uitvoeren. Verwijder de iFit-module uit het bedieningspaneel en druk op een van de iFit toetsen om de demo workouts te gebruiken.

5. Start de workout.

Zie stap 3 op bladzijde 23.

Tijdens sommige workouts kan een audio coach u door uw workout leiden. U kunt een instelling voor uw audio coach kiezen (zie DE INSTELLINGEN op bladzijde 27).

Druk op de toets Stop om de workout wanneer dan ook te stoppen. De tijd zal op de display gaan opflikkeren. Druk op de toets Start of op de toename-toets Speed (snelheid) om de workout te hervatten. De band zal met de snelheidsinstelling van het eerste segment van de workout beginnen te draaien. Wanneer het volgende segment van de workout begint, dan zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheids- en de hellinginstelling voor het volgende segment.

6. Volg uw vorderingen op met displays.

Zie stap 5 op bladzijde 22.

Het tabblad My Trail (mijn pad) zal een kaart van het pad waarop u loopt of rent aangeven, of het zal een piste met het aantal rondjes dat u voltooit aangeven.

Tijdens een competitie workout zal het tabblad Competition uw vorderingen tijdens de race aangeven. Tijdens de race zal de bovenste lijn in de matrix laten zien hoeveel van de race u voltooid heeft. De andere lijnen zullen uw belangrijkste vier concurrenten aangeven. Het einde van de matrix geeft het einde van de race aan.

7. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 6 op bladzijde 22.

8. Zet desgewenst de ventilator aan.

Zie stap 7 op bladzijde 23.

9. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel wanneer u klaar bent met oefenen.

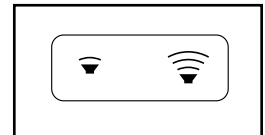
Zie stap 8 op bladzijde 23.

Ga naar www.iFit.com voor meer informatie over de iFit instelling.

HOE HET GELUIDSSYSTEEM TE GEBRUIKEN

Steek een audiokabel met 3,5 mm mannelijke uiteinden (niet meegeleverd) in de audioaansluiting op het bedieningspaneel en in de audioaansluiting op uw MP3-speler of CD-speler of andere eigen audiospeler om via het geluidssysteem van het bedieningspaneel muziek of audioboeken af te spelen; **zorg ervoor dat de audiokabel volledig ingestoken is. Aandacht: ga naar uw plaatselijke elektronikawinkel om een audiokabel aan te schaffen.**

Druk dan op de toets play van uw eigen audio-speler. Pas het volume aan met de toename- en afname-toetsen volume op het bedieningspaneel of met de volumeregelaar op uw eigen audiospeler.



Leg de CD-speler op de vloer of op een ander vlakke ondergrond in plaats van op het bedieningspaneel als u uw eigen CD-speler gebruikt en de CD over slaat.

DE INSTELLINGEN

Het bedieningspaneel kent instellingen die de informatie van de loopband bijhouden en u uw eigen instellingen voor het bedieningspaneel laat invoeren.

1. Kies de instellingen.

Druk op de toets Settings (instellingen) om de instellingen te kiezen. Wanneer de instellingen gekozen zijn zal de volgende informatie aangegeven worden:

De tijd display zal het totaal aantal uren dat de loopband gebruikt is aangeven.

De afstand display zal het totaal aantal kilometers of mijlen dat de loopband gedraaid heeft aangeven.

Het onderste gedeelte van de display zal de status van de iFit module aangeven. De display zal de woorden WIFI MODULE aangeven als een iFit module is aangesloten. De display zal de woorden NO IFIT MODULE (geen iFit-module) aangeven wanneer er geen module is aangesloten.

2. Kies de optionele schermen.

De matrix zal verschillende optionele schermen aangeven terwijl de instellingen wordt gekozen. Druk op de afnametoets naast de toets Enter om alle volgende schermen te kiezen:

UNITS (eenheden): druk op de toets Enter om van meeteenheid te veranderen. Kies ENGLISH (Engels) om de afstand in mijlen te bekijken. Kies METRIC (metrisch) om de afstand in kilometers te bekijken.

DEMO: het bedieningspaneel kent een demo instelling voor de display, die ontwikkeld is voor als de loopband in een winkel geëtaleerd wordt. Terwijl de demo instelling aan gaat, zal het bedieningspaneel normaal werken als de stroomkabel ingestoken is, de schakelaar in de reset-stand gedrukt is, en de sleutel in het bedieningspaneel gestoken is. Wanneer u echter de sleutel uittrekt zullen de displays blijven branden, al hoewel de toetsen niet werken. Wanneer de demo instelling aan staat zal het woord ON (aan) op de matrix verschijnen. Druk op de toets Enter om de demo instelling aan of uit te zetten.

CONTRAST LVL (contrastniveau): druk op de toename- en afnametoetsen Incline (helling) om het contrastniveau van de display bij te stellen.

Als een module aangesloten is, kunt u ook het volgende scherm kiezen:

AUDIO COACH: druk op de toets Enter om de audio coach aan of uit te zetten.

Als een iFit module aangesloten is, kunt u ook de volgende schermen kiezen:

DEFAULT MENU (standaardmenu): wanneer u de sleutel in het bedieningspaneel steekt, of wanneer u op de toets Home (thuis) drukt zal het standaardmenu verschijnen. Druk herhaaldelijk op de toets Enter om het handmatige hoofdscherm of het iFit scherm als het standaard menu te kiezen.

CHECK WIFI STATUS (wifi status controleren): druk op de toets Enter om de status van uw iFit-module te controleren. De onderste display zal het nummer van de softwareversie, het SSID netwerk, het type van de netwerkcodering, de status van de verbinding, de draadloze signaalsterkte, het IP-adres van de module, het aantal geregistreerde gebruikers en hun namen, de resultaten van de DNS zoekopdracht en de status van de iFit server aangeven.

SEND/RECEIVE DATA (gegevens versturen/ontvangen): druk op de toets Enter om workouts, workout logboeken en updates te verzenden en te ontvangen. Wanneer het proces voltooid is, zullen de woorden TRANSFERS DONE (transfers uitgevoerd) op de display verschijnen.

3. Verlaat de instellingen.

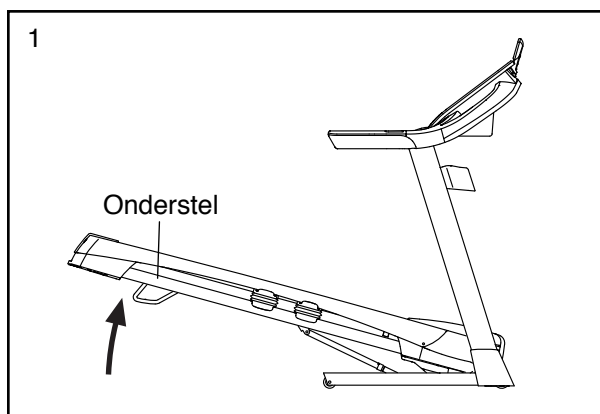
Druk op de toets Settings om de instellingen te verlaten.

HOE DE LOOPBAND INKLAPPEN EN VERPLAATSEN

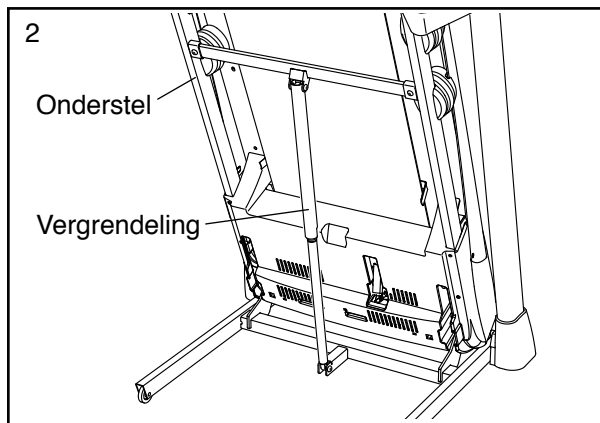
HOE DE LOOPBAND IN TE KLAPPEN

Stel de helling op nul voordat u de loopband inklapt om te voorkomen dat de loopband beschadigd raakt. Verwijder dan de sleutel en trek de stroomkabel uit. **OPGELET:** u moet in staat zijn om veilig 20 kg op te kunnen tillen om de loopband in te klappen, te laten zakken of te verplaatsen.

1. Houd het metalen onderstel stevig vast op de plaats die door de pijl onder wordt aangegeven. **OPGELET:** houd het onderstel niet bij de plastic voetrails vast. Buig uw knieën en houd uw rug recht.



2. Til het onderstel omhoog tot de opbergvergrendeling in de opbergstand vastklikt. **OPGELET:** zorg ervoor dat de opbergvergrendeling vastzit.

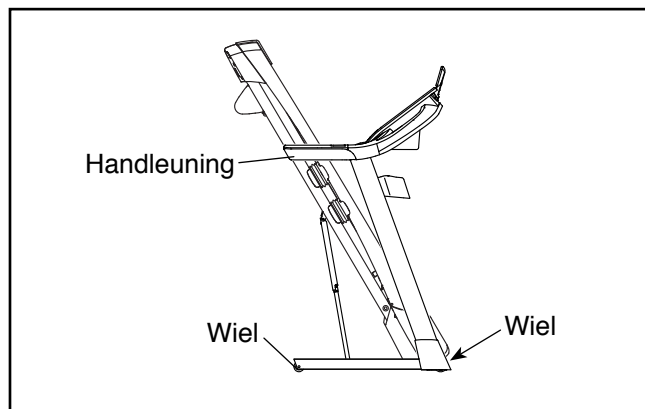


Leg een matje onder de loopband om de vloer of de vloerbedekking te beschermen. Houd de loopband weg uit direct zonlicht. Berg de loopband nooit op in een omgeving waar de temperatuur meer dan 30° C is.

HOE DE LOOPBAND TE VERPLAATSEN

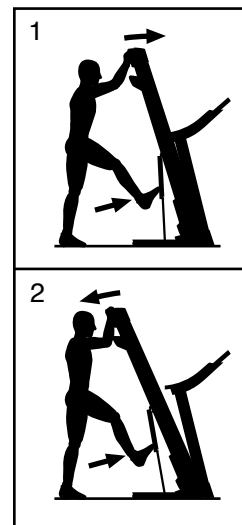
Klap de loopband in zoals links beschreven voordat u hem gaat verplaatsen. **OPGELET:** zorg dat de opbergvergrendeling in de opbergstand is vergrendeld. Er kunnen twee mensen nodig zijn om de loopband te verplaatsen.

Houd de handleuning met beide handen vast en duw de loopband voorzichtig naar de gewenste plek. **OPGELET:** trek niet aan het onderstel, en verplaats de loopband niet over een oneffen ondergrond.



HOE DE LOOPBAND TE LATEN ZAKKEN VOOR GEBRUIK

1. Duw het bovenste uiteinde van het onderstel naar voren en druk tegelijkertijd met uw voet voorzichtig tegen het bovenste gedeelte van de opbergvergrendeling.
2. Trek het bovenste uiteinde van het onderstel naar u toe terwijl u met uw voet op de opbergvergrendeling drukt.
3. Zet een stap naar achteren en laat het onderstel op de vloer zakken.



ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN

ONDERHOUD

Regelmatig onderhoud is belangrijk voor een optimale werking en om slijtage te verminderen. Controleer steeds bij gebruik regelmatig alle onderdelen van de loopband en draai ze goed vast.

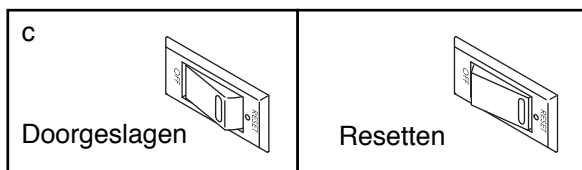
Maak de loopband regelmatig schoon en houd de band schoon en droog. Druk eerst **de schakelaar in de stand Off (uit) en trek de stroomkabel uit**. Veeg de buitenkant van de loopband met een vochtige doek en een klein beetje zachte zeep af. **BELANGRIJK: spuit geen vloeistoffen rechtstreeks op de loopband. Houd vloeistoffen weg van het bedieningspaneel om schade aan het bedieningspaneel te voorkomen.** Maak de loopband vervolgens met een zachte doek goed droog.

PROBLEMEN OPLOSSEN

De meeste problemen met de loopband kunnen met de onderstaande eenvoudige stappen worden opgelost. Zoek naar het symptoom dat van toepassing is en volg de vermelde stappen. Zie de kft van deze handleiding als u verdere hulp nodig heeft.

SYMPTOOM: het apparaat gaat niet aan

- Zorg ervoor dat de stroomkabel op de juiste wijze in een geaard stopcontact (zie bladzijde 19) is gestoken. Mocht een verlengsnoer nodig zijn gebruik dan alleen een 3-dradige geleider: snoer maat 14 (1 mm²) van 1,5 m of korter.
- Zorg ervoor dat na het insteken van de stroomkabel, de sleutel in het bedieningspaneel wordt ingestoken.
- Controleer de schakelaar bij de stroomkabel op het onderstel van de loopband. De schakelaar is doorgeslagen wanneer de schakelaar uitsteekt zoals afgebeeld. Wacht vijf minuten en druk dan de schakelaar weer in om de schakelaar te resetten.



SYMPTOOM: de stroom valt uit tijdens gebruik

- Controleer de schakelaar (zie links tekening c). Als de schakelaar doorgeslagen is, wacht dan vijf minuten en druk de schakelaar weer in.
- Zorg ervoor dat de stroomkabel ingestoken is. Als de stroomkabel ingestoken is, trek deze dan uit, wacht vijf minuten en steek hem dan weer in.
- Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel en plaats hem dan weer terug.
- Zie de kft van deze handleiding als de loopband nog steeds niet werkt.

SYMPTOOM: de displays van het bedieningspaneel blijven branden wanneer u de sleutel uit het bedieningspaneel trekt

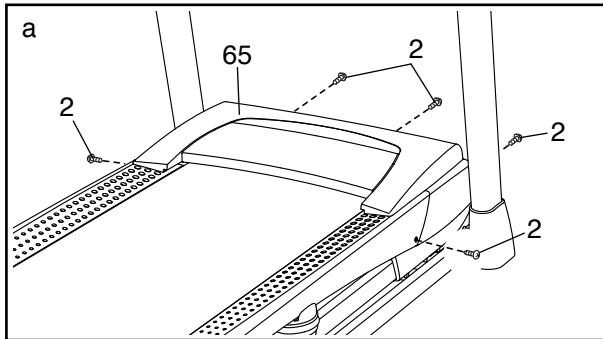
- Het bedieningspaneel kent over een demo instelling voor de display die ontwikkeld is voor als de loopband in een winkel geïnstalleerd wordt. De demo instelling staat aan als de displays blijven branden wanneer u de sleutel uittrekt. Houd de toets Stop enkele lang seconden ingedrukt om de demo instelling uit te schakelen. Indien de displays nog steeds branden, zie DE INSTELLINGEN op bladzijde 27 om de demostand uit te schakelen.

SYMPTOOM: de helling van de loopband verandert niet juist

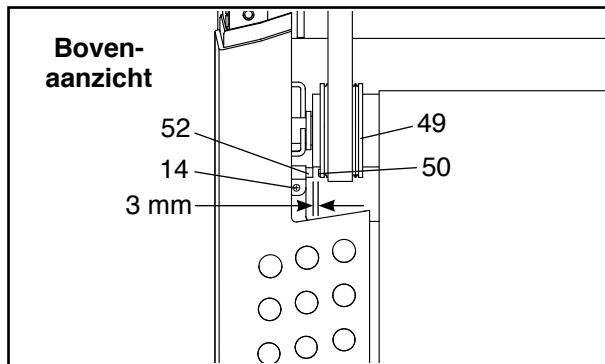
- Houd de toets Stop en de toename-toets Speed (snelheid) ingedrukt, steek de sleutel in het bedieningspaneel en laat de toets Stop en de toename-toets Speed dan weer los. Druk vervolgens op de S toets top en druk dan op de toename- of afname-toets Incline (helling). De loopband zal automatisch naar het maximum hellingsniveau stijgen en dan naar het minimumniveau terugkeren. Hierdoor zal het hellingsysteem opnieuw geïjkt worden. Druk op de Stoptoets en daarna weer op de toename- of afname-toets Incline als het hellingsysteem niet met ijen gaat beginnen. Trek de sleutel uit het bedieningspaneel als het hellingsysteem geïjkt is.

SYMPTOOM: de displays van het bedieningspaneel werken niet naar behoren

- a. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel en **TREK DE STROOMKABEL UIT.** Verwijder vervolgens de vijf #8 x 3/4" Schroeven (2). Draai de Motorkap (65) voorzichtig eraf.

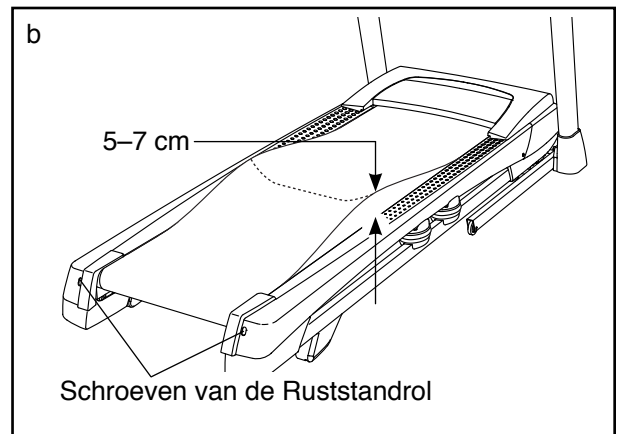


Zoek naar de Bladveerschakelaar (52) en de Magneet (50) aan de linkerkant van de Katrol (49). Draai de Katrol tot de Magneet op gelijke lijn komt met de Bladveerschakelaar. **Zorg dat de opening tussen de Magneet en de Bladveerschakelaar ongeveer 3 mm is.** Maak, indien nodig de #8 x 3/4" Tekschroef (14), verschuif de Bladveerschakelaar wat en draai de Schroef weer vast. Maak de Motorkap (niet afgebeeld) weer vast met de #8 x 3/4" Schroeven (niet afgebeeld) en laat de loopband een paar minuten draaien om te controleren of de snelheidsmeting juist is.



SYMPTOOM: de loopband vertraagt wanneer er op gelopen wordt

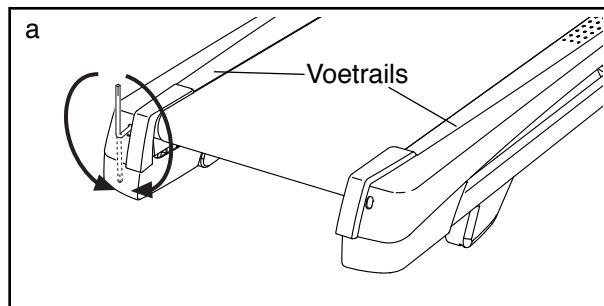
- a. Mocht een verlengsnoer nodig zijn gebruik dan alleen een 3-dradige geleider: snoer maat 14 (1 mm²) van 1,5 m of korter.
- b. Als de loopband te strak staat draait de loopband langzamer en kan het loopvlak zelfs beschadigd worden. Verwijder de sleutel en **TREK DE STROOMKABEL UIT.** Draai beide schroeven van de ruststandrol met de inbussleutel een kwartslag tegen de klok in. Als de loopband goed vastligt moet u elke rand van de loopband 5 tot 7 cm van het loopoppervlak kunnen optillen. Wees voorzichtig dat de band in het midden blijft liggen. Steek dan de stroomkabel in, steek de sleutel in en laat de loopband een paar minuten draaien. Herhaal deze procedure tot de loopband goed vastligt.



- c. Uw loopband is voorzien van een band die al met een hoogwaardig smeermiddel is behandeld. **BELANGRIJK: behandel de loopband of het loopvlak nooit met siliconenspray of enig andere substantie tenzij dit door een erkende onderhoudsmonteur wordt aangegeven. Dergelijke substanties kunnen de kwaliteit van de loopband verslechteren en tot overmatige slijtage leiden.** Zie de kft van deze handleiding als u vermoedt dat de loopband aanvullende smering nodig heeft.
- d. Zie de kft van deze handleiding als de loopband nog steeds vertraagt als erop gelopen wordt.

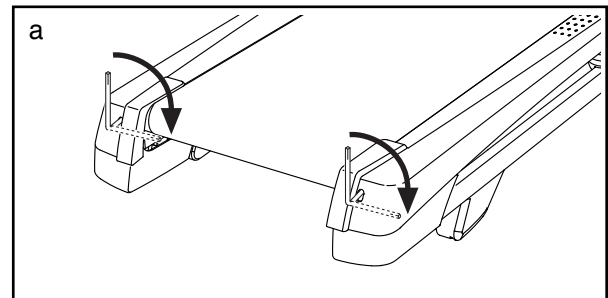
SYMPTOOM: de band ligt niet in het midden van de voetrails. **BELANGRIJK:** als de band langs de voetrails schuurt kan de band beschadigd raken.

- a. Verwijder als eerste de sleutel en **TREK DE STROOMKABEL UIT.** Draai de linker schroef van de ruststandrol met de inbussleutel een 1/2 slag met de klok mee als de band naar links verschoven is; draai de linker schroef van de ruststandrol een 1/2 slag tegen de klok als de band naar rechts verschoven is. Wees voorzichtig dat u de loopband niet te strak draait. Steek dan de stroomkabel in, steek de sleutel in en laat de loopband een paar minuten draaien. Herhaal deze procedure tot de band goed in het midden ligt.



SYMPTOOM: de loopband slipt wanneer er op gelopen wordt

- a. Verwijder als eerste de sleutel en **TREK DE STROOMKABEL UIT.** Draai met de inbussleutel beide bijstelschroeven van de ruststandrol een kwartslag met de klok mee. Als de loopband goed vastligt moet u elke rand van de loopband 5 tot 7 cm van het loopvlak kunnen optillen. Wees voorzichtig dat de band in het midden blijft liggen. Steek dan de stroomkabel in. Steek de sleutel in en loop een paar minuten voorzichtig op de loopband. Herhaal deze procedure tot de loopband goed vastligt.



SYMPTOOM: er lopen lijnen over de display van het bedieningspaneel

- a. Indien er lijnen verschijnen op de display van het bedieningspaneel, zie DE INSTELLINGEN op bladzijde 27 en stel het contrastniveau van de display bij.

RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN

WAARSCHUWING:

voordat u begint met dit of een ander oefeningenprogramma, dient u een arts te consulteren. Dit is vooral belangrijk voor personen boven de 35 jaar of personen met bestaande gezondheidsproblemen.

De polssensor is geen medisch apparaat. Diverse factoren kunnen invloed hebben op nauwkeurigheid van de hartslagwaarden. De polssensor is alleen bedoeld als hulpmiddel bij de oefening voor het bepalen van de hartslag over het algemeen.

Deze richtlijnen helpen u bij het plannen van uw oefeningenprogramma. Voor meer gedetailleerde oefeninginformatie, dient u een erkend boek te kopen of uw arts te consulteren. Onthoud dat goede voeding en voldoende rust essentieel zijn voor succesvolle resultaten.

INTENSITEIT VAN OEFENINGEN

Of het nu uw doel is om vet te verbranden of om uw hart en vaatsysteem te versterken, het uitvoeren van oefeningen met de juiste intensiteit is de sleutel voor het bereiken van resultaten. U kunt uw hartslag gebruiken als gids voor het vinden van het juiste intensiteitsniveau. De grafiek hieronder toont de aanbevolen hartslagen voor het verbranden van vet en voor een aerobische oefening.

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	

Voor het vinden van het juiste intensiteitsniveau, zoekt u uw leeftijd onderaan de grafiek (leeftijden worden afgerond naar het dichtstbijzijnde tiental). De drie getallen boven uw leeftijd bepalen uw “trainingszone.” Het laagste nummer is uw hartslag voor het verbranden van vet, het middelste nummer is uw hartslag voor het maximaal verbranden van vet en het hoogste nummer is de hartslag voor de aerobische oefening.

Vet verbranden—om op doeltreffende wijze vet te verbranden, moet u gedurende een aanhoudende periode oefeningen doen op een laag intensiteitsniveau. Tijdens de eerste minuten van de oefening gebruikt uw lichaam koolhydraatcalorieën voor de energie. Pas na de eerste minuten van de oefening gebruikt uw lichaam opgeslagen vetcalorieën voor de energie. Als het uw doel is om vet te verbranden dient u de intensiteit van de oefening aan te passen tot uw hartslag zich bij het laagste nummer in uw trainingszone bevindt. Voor maximale vetverbranding, dient u te oefenen met uw hartslag in het middelste nummer van uw trainingszone.

Aerobische oefening—als het uw doel is om uw hart en vaatsysteem te versterken dan moet u een aerobische oefening uitvoeren die zorgt voor activiteit die grote hoeveelheden zuurstof vereist gedurende langere perioden. Voor een aerobische oefening past u de intensiteit van uw oefening aan tot uw hartslag in de buurt is van het hoogste nummer van uw trainingszone.

RICHTLIJNEN VOOR EEN TRAINING

Warming up—start met strekken en lichte oefeningen gedurende 5 tot 10 minuten. Een warming-up zorgt dat u uw lichaamstemperatuur, hartslag en bloeddorstoming verhoogt in voorbereiding op de training.

Trainingszone-oefening—oefen gedurende 20 tot 30 minuten met uw hartslag in uw trainingszone. (Gedurende de eerste weken van uw oefeningenprogramma, dient u uw hartslag niet langer dan 20 minuten in uw trainingszone te houden.) Adem regelmatig en diep bij het uitvoeren van de oefening; houd uw adem niet in.

Afkoelen—eindig met 5 tot 10 minuten strekken. Strecken verhoogt de flexibiliteit van de spieren en helpt problemen na de oefening voorkomen.

FREQUENTIE VAN DE OEFENINGEN

Om uw conditie te behouden of te verbeteren, dient u drie trainingen per week te doen, met ten minste één rustdag tussen de trainingen. Na een aantal maanden regelmatig oefeningen doen, kunt u desgewenst maximaal vijf trainingen per week doen. Onthoud dat het dagelijks regelmatig en met plezier doen van oefeningen de sleutel tot uw succes is.

AANBEVOLEN STREKOEFFENINGEN

De juiste manier voor verschillende basisstrekoefeningen wordt rechts getoond. Beweeg langzaam bij het strekken–spring nooit op.

1. Teen Aanraken Strekoefening

Sta met lichtgebogen knieën en buig langzaam vanuit uw heupen naar voren. Houd uw rug en schouders ontspannen als u zover mogelijk naar beneden reikt, richting uw tenen. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer. Strekken: achillespees, achterkant van de knieën en rug.

2. Strekken van de Achillespees

Ga zitten met één uitgestrekt been. Breng de zool van de andere voet naar u toe en laat deze rusten tegen de binnenkant van de dij van uw uitgestrekte been. Probeer zover mogelijk naar uw teen te reiken. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer voor elk been. Strekken: achillespezen, onderrug en liezen.

3. Strekken van Kuiten/Achillespees

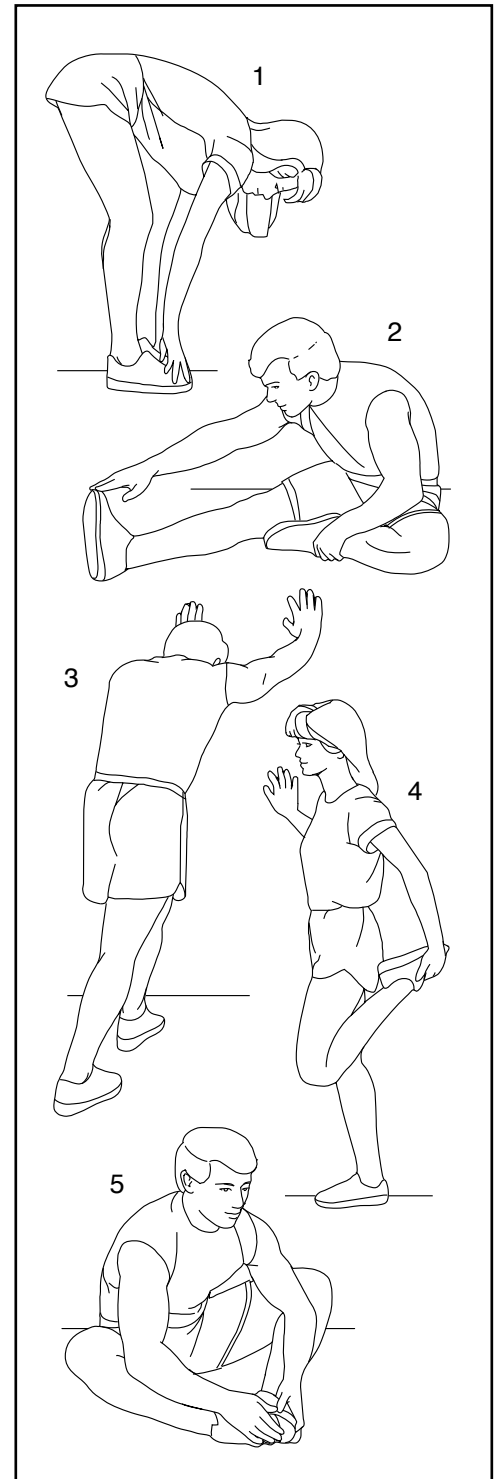
Reik naar voren met het ene been voor de ander en plaats uw handen tegen een muur. Houd uw achterbeen gestrekt en uw achtervoet plat op de vloer. Buig uw voorbeen, leun naar voren en beweeg uw heupen in de richting van de muur. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer voor elk been. Voor het nog verder strekken van de achillespezen, kunt u ook uw achterbeen buigen. Strekken: kuiten, achillespezen en enkels.

4. Strekken van de Dijbeenspier

Leun met een hand tegen de muur voor balans en reik met de andere hand naar achteren en grijp uw voet. Breng uw hiel zo dicht mogelijk bij uw billen. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer voor elk been. Strekken: dijbeenspier en heupspieren.

5. Strekken Binnenkant Dijbeen

Zit met de zolen van uw voeten tegen elkaar aan en uw knieën naar buiten gericht. Trek uw voeten zover mogelijk naar uw liezen. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer. Strekken: dijbeenspier en heupspieren.



LIJST MET ONDERDELEN

Modelnr. HETL14915.1 R0815A

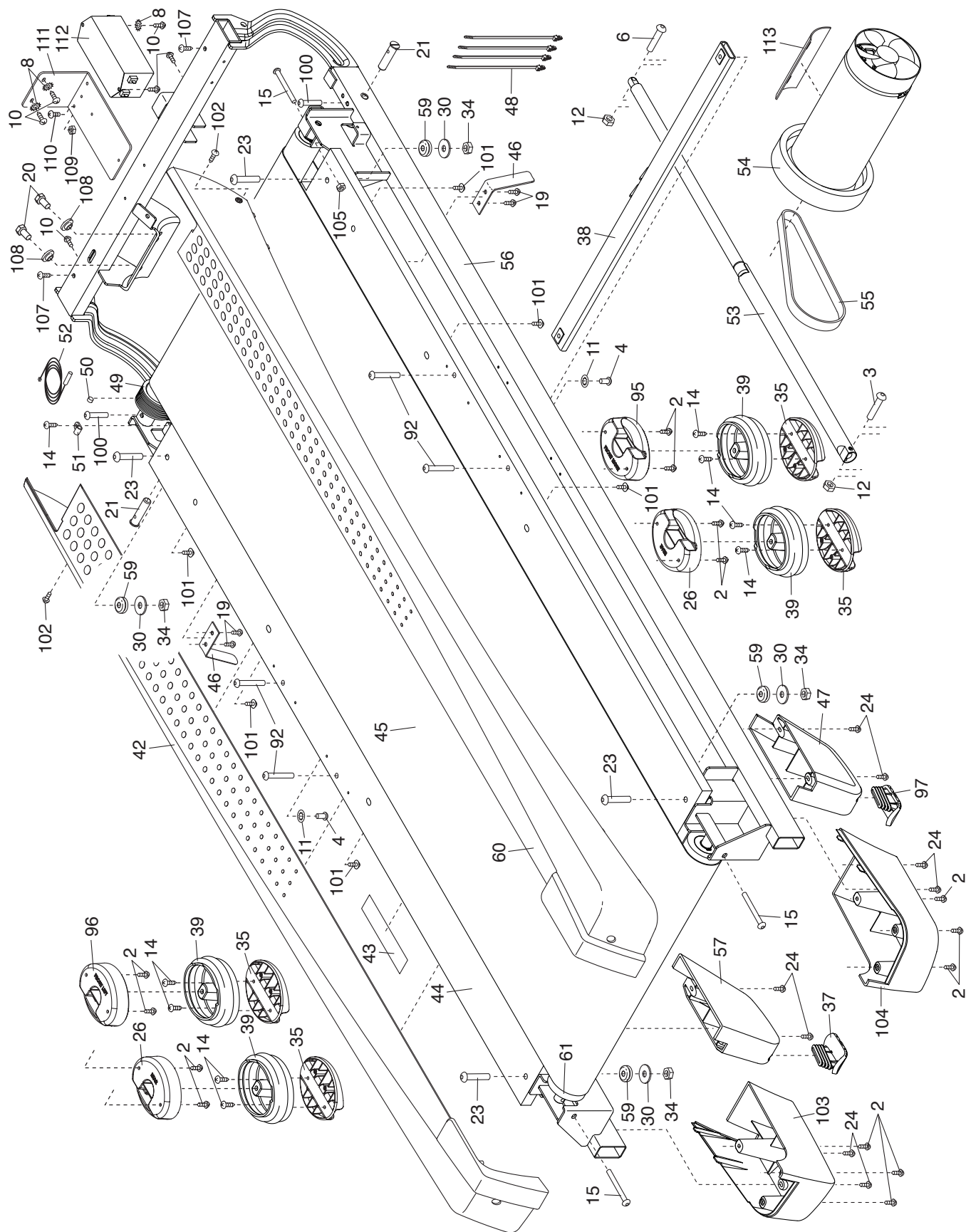
Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
1	18	#8 x 1/2" Schroef	52	1	Bladveerschakelaar
2	46	#8 x 3/4" Schroef	53	1	Opbergvergrendeling
3	1	5/16" x 2 1/4" Bout	54	1	Aandrijfmotor
4	10	5/16" x 3/4" Schroef	55	1	Riem van de Motor
5	2	#10 Sterring	56	1	Onderstel
6	1	5/16" x 1 3/4" Bout	57	1	Linker Achterpoot
7	6	3/8" x 4" Schroef	58	1	Aarddraad van het Bedienings- paneel
8	5	#8 Sterring	59	4	Rubber Kussen
9	2	#10 x 3/4" Schroef	60	1	Rechter Voetrail
10	10	#8 x 1/2" Zilveren Schroef	61	1	Ruststandrol
11	14	5/16" Sterring	62	2	Voorwiel
12	2	5/16" Moer	63	2	Tussenstuk van het Wiel
13	6	3/8" Sterring	64	1	Basis van het Bedieningspaneel
14	13	#8 x 3/4" Tekschroef	65	1	Motorkap
15	3	1/4" x 2 1/2" Schroef	66	1	Versiering van de Kap
16	1	3/8" x 1 1/2" Bout	67	2	Tussenstuk van het Onderstel van de Helling
17	2	3/8" x 1 1/2" Wielbout	68	5	Klip van de Kap
18	1	Onderstel van het Bedieningspaneel	69	1	Motor van de Helling
19	4	#8 x 7/16" Schroef	70	1	Onderstel van de Helling
20	2	5/16" Schroef van de Motor	71	2	Tussenstuk van het Onderstel
21	2	3/8" Pen	72	1	Regulateur
22	2	3/8" x 1" Bout	73	1	Beugel van de Elektronica
23	4	5/16" x 1 3/4" Schouderbout	74	2	Kap van de Basis
24	12	#8 x 3/4" Tek Schroef met Pankop	75	1	Schakelaar
25	2	Wiel	76	1	Stroomkabel
26	2	Bovenkant van het Achterste Kussen	77	1	Borgring
27	1	Rechter Lade	78	1	Onderste Kap
28	4	5/16" x 2 1/2" Schroef	79	1	Kap van de Linker Handleuning
29	1	3/8" x 1 3/4" Zeskantige Bout	80	1	Bedieningspaneel
30	4	5/16" Platte Tussenring	81	1	Draad van de Staander
31	1	Dwarsstang van de Staander	82	1	Linker Kap van de Basis
32	2	Tussenstuk van de van de Motor van de Helling	83	1	Rechter Kap van de Basis
33	6	3/8" Klemmoer	84	1	Rechter Onderste Kap van de Handleuning
34	4	5/16" Moer	85	1	Kap van de Rechter Handleuning
35	4	Onderkant van het Kussen	86	2	Handleuning
36	1	Linker Lade	87	1	Linker Onderste Kap van de Handleuning
37	1	Linker Voetkussen	88	1	Lade
38	1	Dwarsstang van de Vergrendeling	89	1	Linker Staander
39	4	Kussen	90	1	Rechter Staander
40	2	Buis van de Kap	91	2	Waarschuwingsticker
41	2	Klem van het Bedieningspaneel	92	4	1/4" x 2 1/4" Schroef
42	1	Linker Voetrail	93	1	Dwarsstang voor de Hartslag
43	1	Waarschuwingsticker	94	1	Basis
44	1	Loopvlak	95	1	Bovenkant van het Rechter Voorkussen
45	1	Band	96	1	Bovenkant van het Linker Voorkussen
46	2	Riemgeleider	97	1	Rechter Kussen van de Poot
47	1	Rechter Achterpoot	98	1	Sleutel/Klip
48	4	Draadband			
49	1	Aandrijfrol/Katrol			
50	1	Magneet			
51	1	Klem van de Bladveerschakelaar			

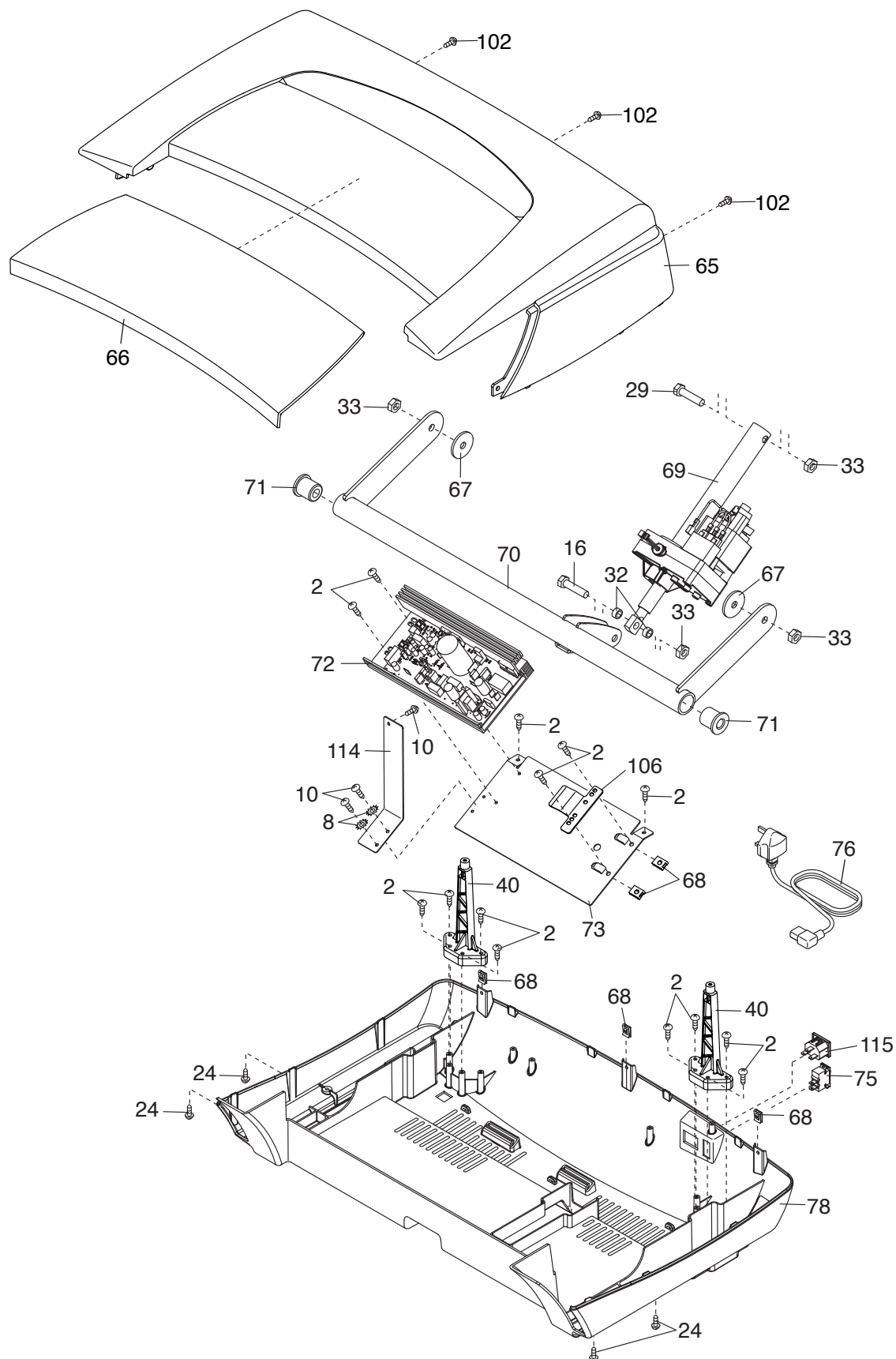
Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
99	2	Draadband	109	1	#8 Moer
100	2	1/4" x 1 1/2" Schroef	110	1	#8 x 3/4" Kolomschroef
101	6	#8 x 3/4" Schroef met Tussenring	111	1	Beugel van de Elektronica
102	5	#8 x 3/4" Trosvormige Kopschroef	112	1	Filter
103	1	Linker Achterkap	113	1	Motorisolator
104	1	Rechter Achterkap	114	1	Aardbeugel
105	1	1/4" Moer	115	1	Contactdoos
106	1	Klem van de Reguleur	116	2	Kussen van de Basis
107	2	#8 x 1 3/4" Schroef	117	1	Borstkashartslagmonitor
108	2	Huls van de Motor	*	—	Gebruikershandleiding

Aandacht: deze technische gegevens kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd. Kijk op de achterkant van deze gebruiksaanwijzing voor informatie over te bestellen onderdelen. *Deze onderdelen worden niet getoond.

GEDETAILEERDE TEKENING A

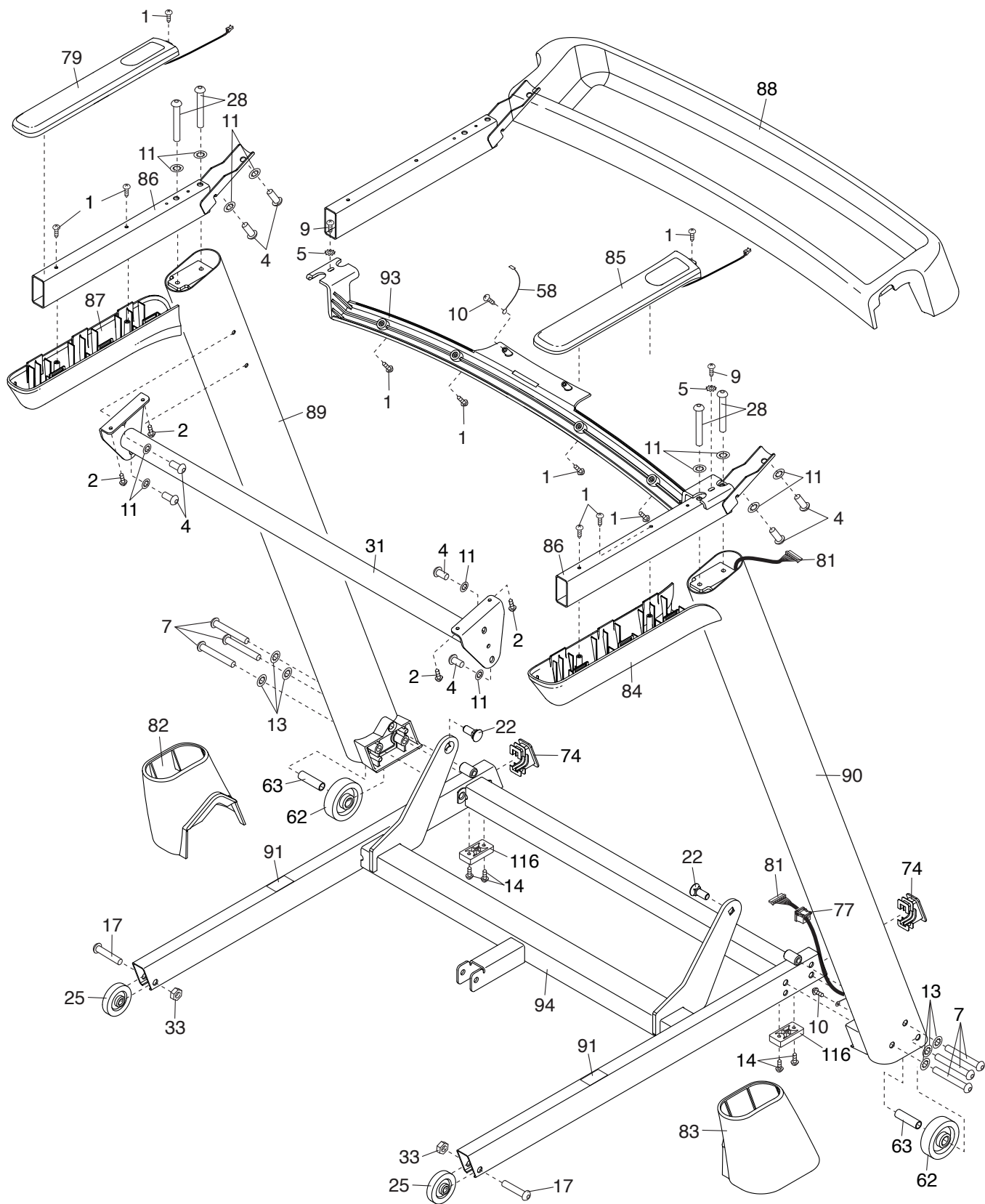
Modelnr. HETL14915.1 R0815A

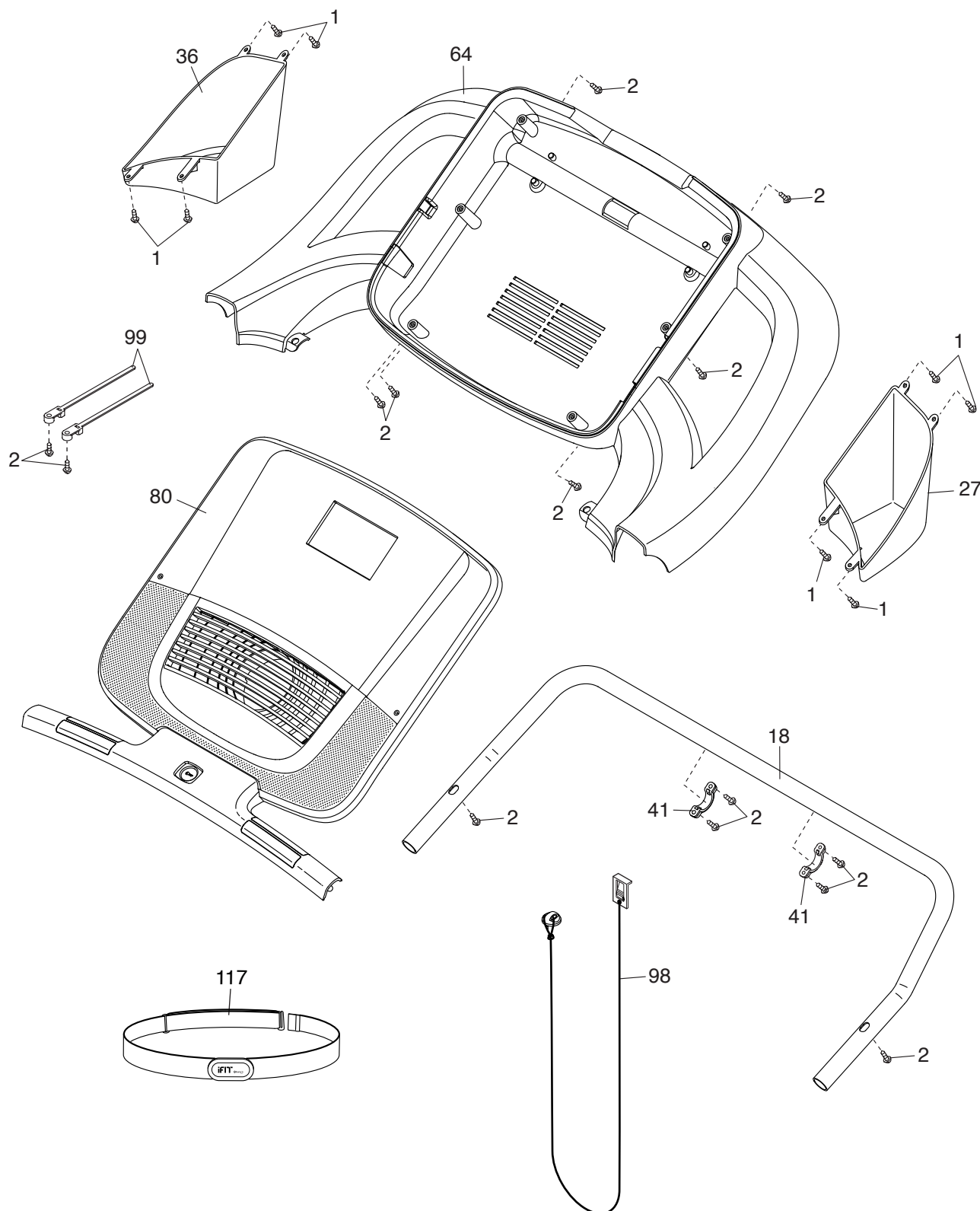




GEDETAILEERDE TEKENING C

Modelnr. HETL14915.1 R0815A





HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN

Bekijk de omslag van deze handleiding voor het bestellen van vervangende onderdelen. Zorg ervoor dat u de volgende informatie bij de hand hebt wanneer u contact met ons opneemt:

- het modelnummer en het serienummer van het apparaat (raadpleeg de omslag van deze handleiding)
- de naam van het apparaat (raadpleeg de omslag van deze handleiding)
- het nummer van het onderdeel en de beschrijving (zie LIJST MET ONDERDELEN en GEDETAILEERDE TEKENING aan het eind van deze handleiding)

RECYCLING INFORMATIE

Dit elektronische product mag niet bij het gemeentelijk afval worden gegooid. Om het milieu te beschermen, moet dit product volgens de wet worden gerecycleerd aan het einde van de levenscyclus.

Maak gebruik van installaties voor hergebruik die bevoegd zijn voor het verwerken van dit soort afval in uw streek. Zo helpt u het milieu te beschermen en de Europese normen voor milieubescherming te verbeteren. Als u meer informatie nodig hebt over veilige en correcte afvalverwijdering, neem dan contact op met uw plaatselijke gemeentedienst of de winkel waar u dit product hebt gekocht.

