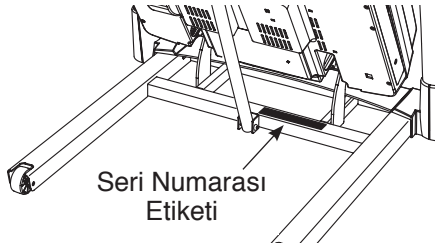


NordicTrack T14.0

Model No. NETL12710.1

Seri No. _____

Seri numarasını referans olarak yukarıdaki alana yazın.



SORULAR?

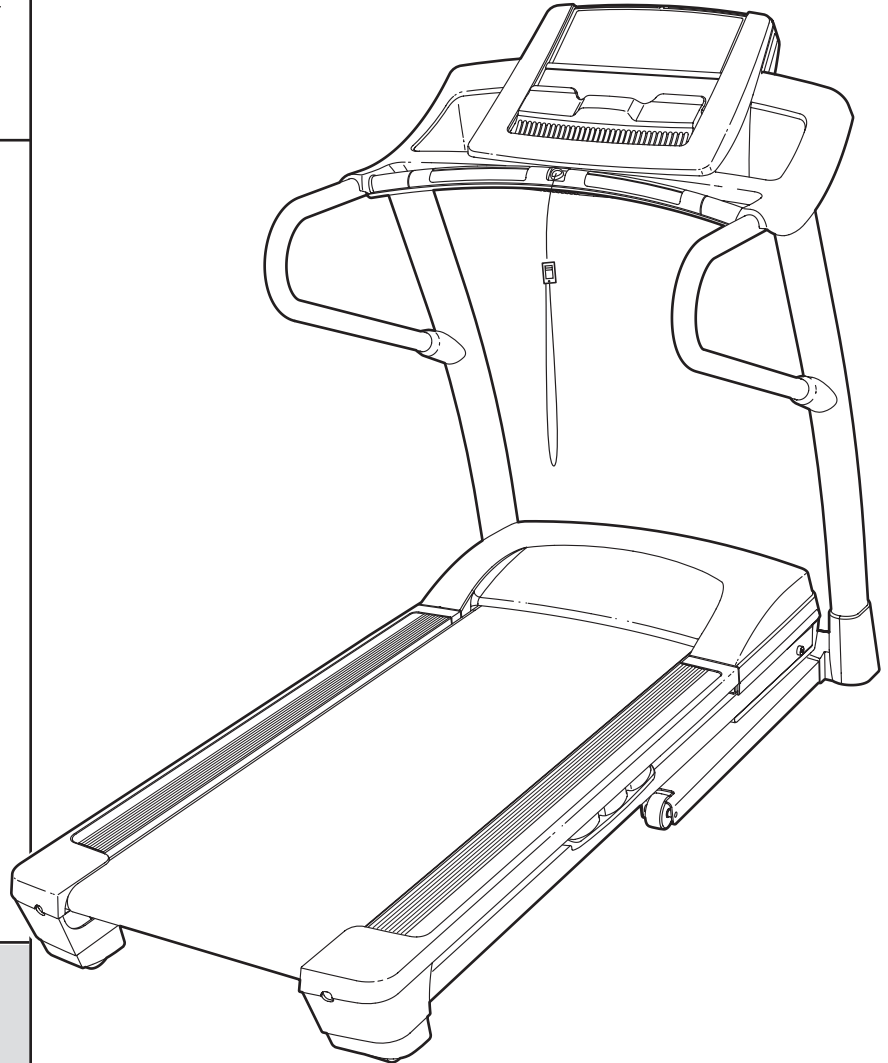
Sorularınız veya hasarlı veya eksik parçalar için, lütfen ürünü satın aldığınız mağazayla temas kurun.

Web sitemizi ziyaret edin:
www.iconsupport.eu

DİKKAT

Bu ekipmanı kullanmaya başlamadan önce elinizdeki kılavuzda yer alan tüm tedbir ve talimatları okuyun. Kılavuzu, ileride başvurmak üzere saklayın.

KULLANICI KILAVUZU



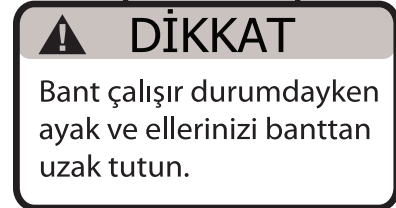
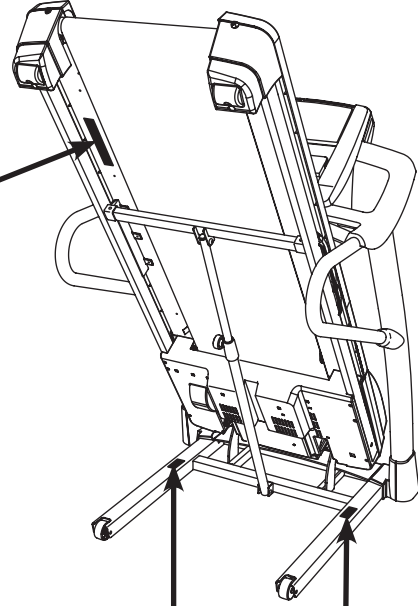
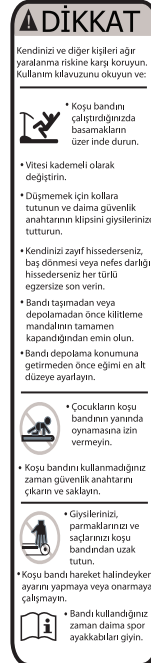
www.iconeurope.com

İÇİNDEKİLER

İKAZ ETİKETİNİN YERLEŞTİRİLMESİ	2
ÖNEMLİ TEDBİRLER	3
BAŞLAMADAN ÖNCE	5
MONTAJ	6
GÖĞÜS NABIZ SENSÖRÜNÜ KULLANMA	14
ÇALIŞTIRMA VE AYARLAMA	16
KOŞU BANDINI KATLAMA VE TAŞIMA	25
SORUN GİDERME	26
EGZERSİZ REHBERLERİ	29
PARÇA LİSTESİ	30
AYRIŞTIRILMIŞ MONTAJ ÇİZİMİ	32
YEDEK PARÇALARIN SİPARİŞ EDİLMESİ	Arka Kapak
GERİ DÖNÜŞÜM BİLGİLERİ	Arka Kapak

İKAZ ETİKETİNİN YERLEŞTİRİLMESİ

Burada gösterilen ikaz etiketleri, ürünle birlikte verilmektedir. İkaz etiketlerini, belirtilen yerlerdeki İngilizce etiketlerin üzerine uygulayın. Bu çizim, ikaz etiketlerinin bulunduğu yerleri göstermektedir. **Etiket, ürün ambalajından çıkmadıysa veya okunaklı değilse, elinizdeki kılavuzun ön kapağına bakın ve ücretsiz bir yedek etiket talep edin. Etiket, gösterilen yere uygulayın. Not: Görüntülenen etiketler, gerçek boyutları yansıtmayabilir.**



ÖNEMLİ TEDBİRLER

⚠ UYARI: Ciddi yaralanma riskini azaltmak için, koşu bandınızı kullanmadan önce bu kılavuzdaki önemli tüm tedbir ve talimatları ve koşu bandınızın üzerinde yer alan tüm uyarıları okuyun. ICON, bu ürünün doğrudan veya dolaylı neden olabileceği yaralanma veya hasarlardan sorumlu değildir.

1. Bir egzersiz programına başlamadan önce doktorunuza danışın. Bu, özellikle 35 yaş üzeri veya önceden sağlık sorunları bulunan kişiler için önemlidir.
2. Koşu bandı kullanan kişilerin gerekli tüm uyarı ve tedbirler hakkında yeterince bilgi sahibi olmalarını sağlamak, ürün sahibinin sorumluluğundadır.
3. Koşu bandını yalnızca tarif edildiği şekilde kullanın.
4. Koşu bandını iç mekanda, nem ve tozdan uzak bir yerde muhafaza edin. Koşu bandını bir garaja, üstü kapalı bir terasa veya su kenarına yerleştirmeyin.
5. Koşu bandını düz bir zemine, bantın arka tarafında en az 2,4 m ve her iki yan tarafında en az 0,6 m açıklık kalacak şekilde yerleştirin. Koşu bandını hava açıklıklarını kapatacak herhangi bir yüzey üzerine koymayın. Halı veya kilimi hasardan korumak için koşu bandının altına bir koruyucu serin.
6. Koşu bandını aerosol ürünlerinin kullanıldığı ya da oksijen uygulaması olan yerlerde çalıştırmayın.
7. 12 yaş altı çocukları ve evcil hayvanları koşu bandından kesinlikle uzak tutun.
8. Koşu bandı yalnızca 159 kg ya da daha hafif kişiler tarafından kullanılmalıdır.
9. Aynı ayda birden fazla kişinin koşu bandı üzerine çıkmasına izin vermeyin.
10. Koşu bandını kullanırken uygun egzersiz kıyafetleri giyin. Koşu bandına takılabilecek bol kıyafetler giymeyin. Hem erkekler hem de kadınlar için atletik destekli kıyafetler önerilir. *Daima atletik ayakkabılar giyin. Koşu bandını çıplak ayakla, çoraplı olarak ya da sandaletlerle asla kullanmayın.*
11. Güç kablosunu takarken (bkz. Sayfa 16), güç kablosunu topraklı bir prize takın. Aynı topraklı devrede başka hiçbir cihaz bulunmamalı. Güç kablosu adaptöründeki sigortayı değiştirirken, ASTA-onaylı BS1362 13-amp sigortayı sigorta taşıyıcısına takın.
12. Uzatma kablosuna ihtiyaç duyuluyorsa, yalnızca 3 iletkanlı, 1 mm² kalınlığında ve 1,5 m'den kısa bir kablo kullanın.
13. Güç kablosunu sıcak yüzeylerden uzak tutun.
14. Güç kapalıyken yürüme bandını asla hareket ettirmeyin. Güç kablosu ya da priz hasarlı veya koşu bandı düzgün şekilde çalışmıyorsa, koşu bandını çalıştırmayın. (Koşu bandı düzgün çalışmıyorsa, bkz. Sayfa 26'teki SORUN GİDERME bölümü.)
15. Koşu bandını kullanmadan önce acil durdurma prosedürünü okuyup, anlayıp, test edin (bkz. Sayfa 18'deki GÜCÜ AÇMA).
16. Yürüme bandı üzerindeyken asla koşu bandını çalıştırmayın. Koşu bandını kullanırken daima tutacıklara tutun.
17. Koşu bandının yüksek hız kapasitesi bulunmaktadır. Hızda ani sıçramaları önlemek için hızı küçük artışlarla ayarlayın.
18. Nabız sensörü, tıbbi bir cihaz değildir. Kalp atışı hızının doğru ölçümünü etkileyebilecek, kullanıcının hareketi gibi çeşitli faktörler olabilir. Nabız sensörü, sadece kalp atışı hızının seyrini genel anlamda belirleyerek egzersize yardımcı olması için tasarlanmıştır.
19. Koşu bandını çalışır halde asla başıboş bırakmayın. Koşu bandı kullanılmadığı durumlarda, daima anahtarı çıkarın, fişi prizden çıkarın ve güç anahtarını kapalı konumuna getirin. (Güç anahtarının konumu için bkz. Sayfa 5'teki çizim.)

20. Koşu bandı tamamen monte edilmeden yükseltmeye, alçaltmaya ya da taşımaya çalışmayın. (Bkz. Sayfa 6 MONTAJ ve Sayfa 25 KOŞU BANDINI KATLAMA VE TAŞIMA.) Koşu bandını yükseltebilmeniz, alçaltabilmeniz ya da taşıyabilmeniz için 20 kg bir ağırlığı güvenli şekilde kaldırabiliyor olmanız gerekir.

21. Koşu bandını katlarken ya da taşırken, depolama konumundan depolama mandalını gövdeyi sıkı şekilde tuttuğundan emin olun.

22. Koşu bandı üzerindeki açıklıklara asla bir nesne sokmayın.

23. Koşu bandının tüm parçalarını düzgün bir şekilde denetleyin ve sıkın.

24. **TEHLİKE:** Güç kablosunu kullanımdan sonra, koşu bandını temizlemeden önce

ve bu kılavuzda tarif edilen bakım ve ayarlama prosedürlerini uygulamadan önce her zaman prizden çıkarın. Yetkili servis temsilcisi tarafından herhangi bir talimat verilmedikçe motor kapağını asla çıkarmayın. Bu kılavuzda gösterilenin dışındaki her türlü tamir yalnızca yetkili servis temsilcisi tarafından uygulanmalıdır.

25. Bu koşu bandı sadece ev içi kullanım için tasarlanmıştır. Bu koşu bandını ticari, kiraya verme veya kurumsal ortamlarda kullanmayın.

26. Aşırı egzersiz, ciddi yaralanmalara veya ölüme neden olabilir. Egzersiz sırasında aşırı yorulduğunuzu düşünüyor veya ağrı hissediyorsanız, derhal durun ve dinlenin.

BU TALİMATLARI KAYDEDİN

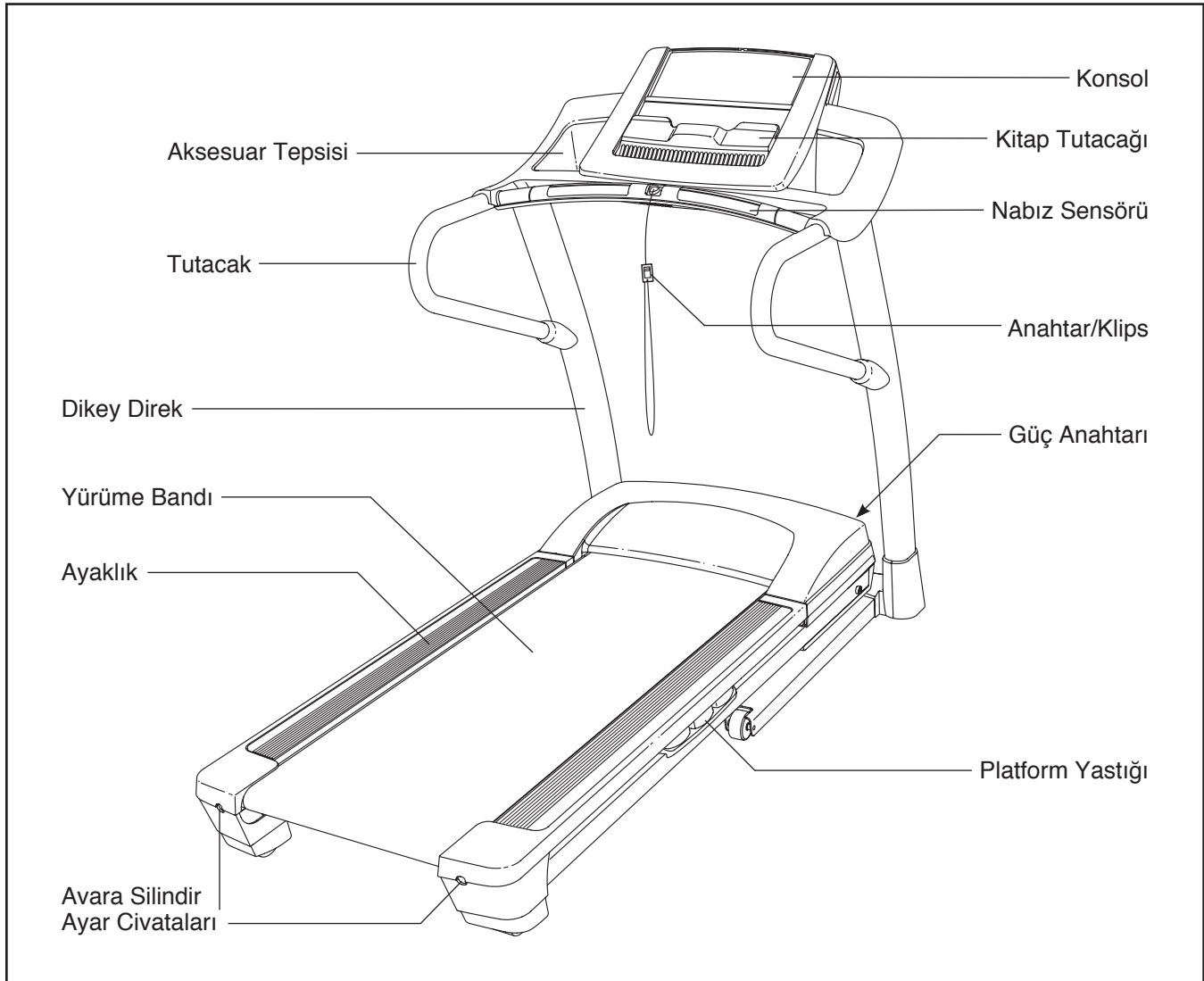
BAŞLAMADAN ÖNCE

Devrim niteliğindeki NordicTrack® T14.0 koşu bandını tercih ettiğiniz için teşekkür ederiz. T14.0 koşu bandı size, evdeki egzersiz çalışmalarınızı daha etkili ve keyifli hale getirmek için tasarlanmış etkileyici özellikler sunar. Egzersiz yapmadığınızda, eşsiz koşu bandı diğer koşu bantlarının kapladığı yer yarısından daha az bir yer kaplayacak şekilde katlanabilir.

En üst düzeyde yararlanmak için, koşu bandını kullanmaya başlamadan önce bu kılavuzu dikkatle

okuyun. Bu kılavuzu okuduktan sonra sorularınız varsa, lütfen kılavuzun ön kapağına bakın. Size yardımcı olabilmemiz için, bizimle irtibata geçmeden önce ürünün model ve seri numarasını not edin. Model numarası ve seri numarası etiketinin yeri, kılavuzun ön kapağında görüntülenmektedir.

Daha fazla okumadan önce lütfen aşağıdaki çizimi gözden geçirin ve etiketli parçalara kendinizi alıştırın.



MONTAJ

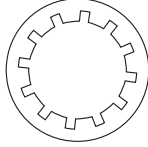
Montaj donanım parçalarını tespit etmek için aşağıdaki çizimi kullanın. Her çizimin altında parantezler içinde verilen sayı, bu kılavuzun son kısmında verilen PARÇA LİSTESİ'ndeki parça numarasıdır. Parantezi izleyen sayı, montaj için gerekli miktarı belirtir. **Not: Parçalardan birinin malzeme paketi içinde olmaması durumunda, monte edilmesi gereken diğer parçalara önceden mode edilip edilmediğine bakın. Parçaların hasarlanması için, montaj sırasında motorlu aletler kullanmayın. Fazladan malzeme pakete konulmuş olabilir.**



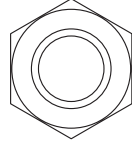
1/4" Yıldız
Pulu (12)–2



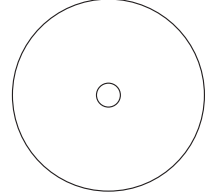
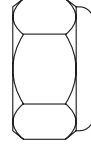
5/16" Yıldız
Pulu (9)–10



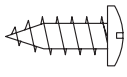
3/8" Yıldız
Pulu (11)–6



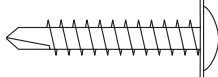
3/8" Somun (10)–4



Taban Ayağı Pulu
(36)–2



#8 x 1 1/2" Vida
(1)–14



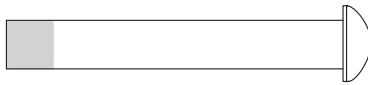
#8 x 1" Tek Vidası
(2)–4



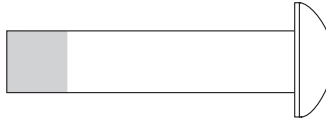
1/4" x 1/2" Bağlantı
Civatası (8)–6



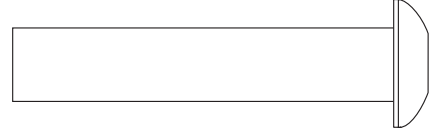
5/16" x 3/4" Bağlantı
Civatası (5)–4



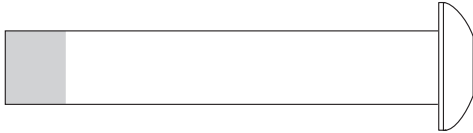
1/4" x 1 3/4" Bağlantı
Civatası (91)–2



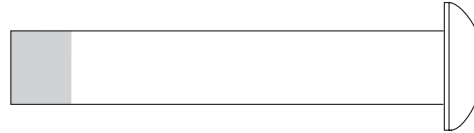
5/16" x 1 1/2" Bağlantı
Civatası (4)–6



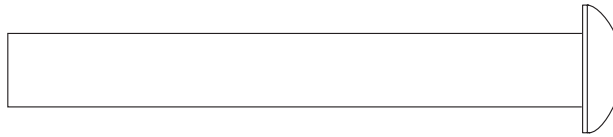
3/8" x 2" Civata (3)–1



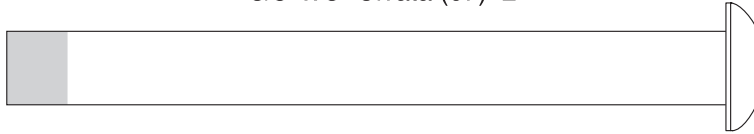
3/8" x 2 1/4" Mandal Bağlantı Civatası (6)–1



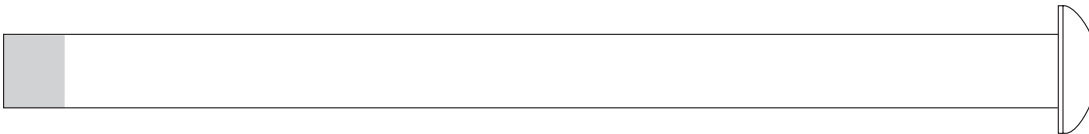
3/8" x 2 1/4" Bağlantı Civatası (31)–2



3/8" x 3" Civata (67)–2

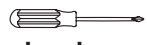


3/8" x 3 3/4" Bağlantı Civatası (97)–2



3/8" x 5 1/2" Bağlantı Civatası (7)–2

Montaj için iki kişi gereklidir. Koşu bandını temizlenmiş bir alana koyun ve tüm paketleme malzemelerini çıkarın. **Ambalaj malzemelerini, montaj tamamlanana dek saklayın.** Not: Yürüme bandının alt kısmı yüksek performanslı yağlayıcıyla kaplıdır. Nakil sırasında, yağlayıcı yürüme bandının üst tarafına ya da nakliye kartonuna geçmiş olabilir. Bu durum normal olup, koşu bandının performansını etkilemez. Yürüme bandı üzerinde yağ varsa, yumuşak bir bez ve hafif, aşındırmayan bir temizleyiciyle silmeniz yeterlidir.

Montaj işlemi için paket içinde alyan anahtarı  **ile kendi yıldız tornavida**  **, ayarlanabilir İngiliz anahtarı**  **, kargaburun**  **ve makasa**  **ihtiyacınız olacak.**

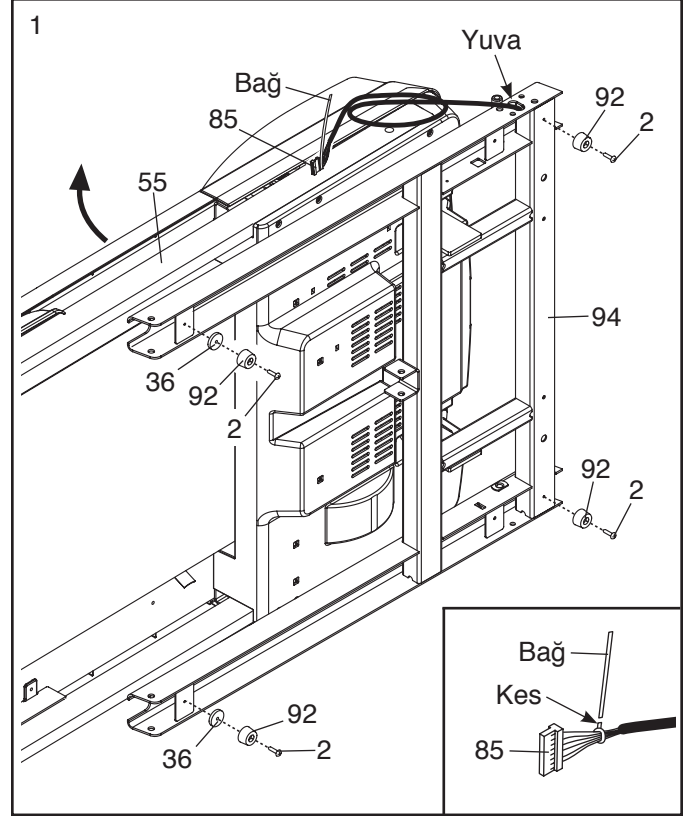
1. **Güç kablosunun prizden çıkarıldığından emin olun.** İkinci bir kişinin yardımıyla koşu bandını sol tarafa doğru devirin. Daha sağlam olması için Ana Gövdeyi (55) kısmen katlayın; **Gövdeyi henüz tamamen katlamayın.**

Tabanın (94) ön tarafına sarılı bulunan Dikey Direk Kablosunu (85) bulun. Dikey Direk Kablosunun ambalajını sökün. Dikey Direk Kablosunu Tabanın ucundan içeri sokun ve gösterilen delikten dışarı doğru çekin. Dikey Direk Kabloyu delikten dışarı çekmek için, gerekirse, plastik bağı kullanın.

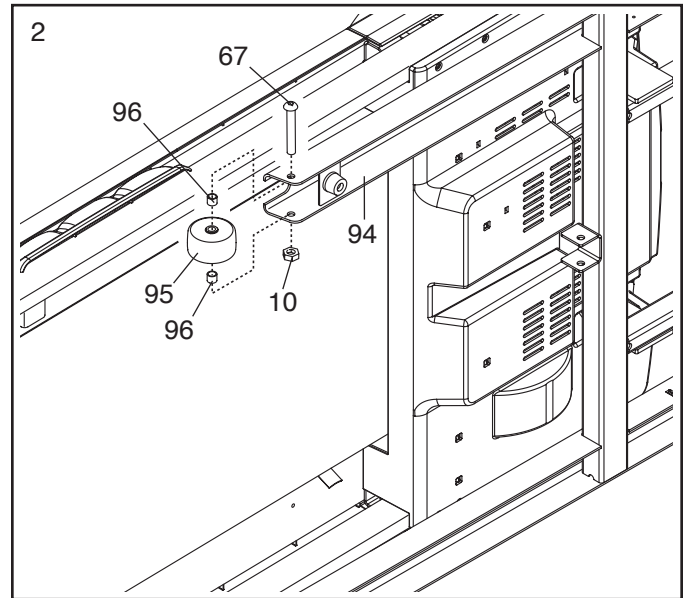
İki Taban Ayağını (92) gösterilen yerlerden iki #8 x1" Tek Vidaları (2) ve iki Taban Ayak Puluyla (36) Tabana (94) takın.

Diğer iki Taban Ayağını (92) iki adet #8 x 1" Tek Vidayla (2) takın.

Eklenen küçük çizime bakın. Plastik bağı Dikey Direk Kablosuna (85) yakın taraftan kesin.

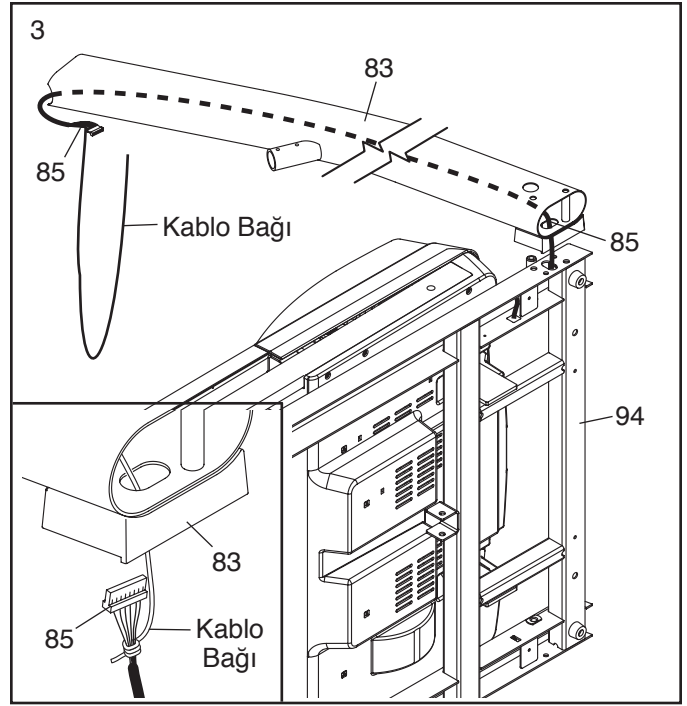


2. Tekerleklerden birini (95) bir adet 3/8" x 3" Civata (67), iki adet Tekerlek Pulu (96) ve bir adet 3/8" Somun (10) ile Tabana (94) bağlayın. **Somunları fazla sıkmayın; Tekerleğin rahatça dönebilmesi gerekir.**



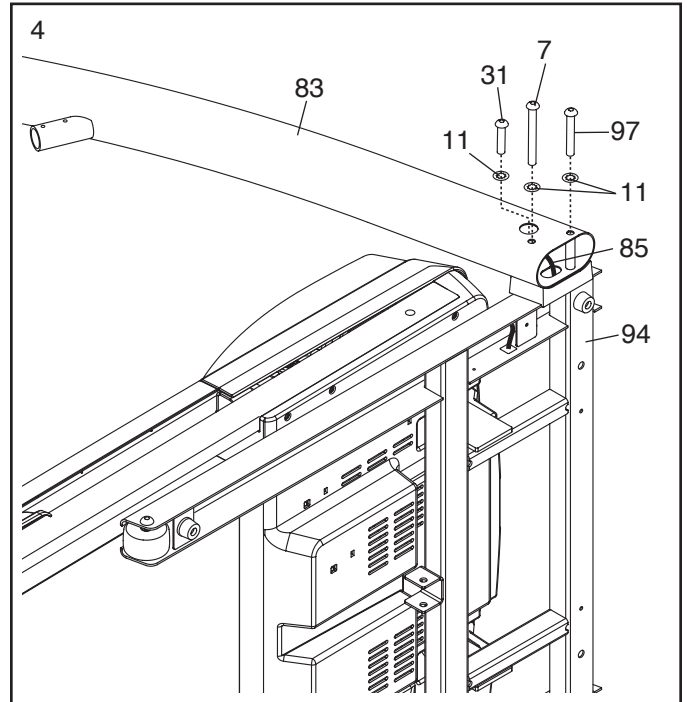
3. “Right” (“L” ya da “Left” solu, “R” ya da “Right” sağı gösterir) etiketiyle işaretlenmiş Sağ Dikey Direğini (83) bulun. Yanınızda Sağ Dikey Direği Tabana (94) yakın tutacak ikinci bir kişi olsun.

Eklenen küçük çizime bakın. Sağ Dikey Direkteki (83) kabloyu Dikey Direk Kablosunun (85) ucuna sağlam şekilde bağlayın. Sonra, kablunun diğer ucunu Dikey Direk Kablosu Sağ Dikey Direk içinden yolunu tamamen bulana kadar çekin.



4. Bir adet 3/8" x 5 1/2" Bağlantı Civatası (7), bir adet 3/8" x 3 3/4" Bağlantı Civatasını (97) ve bir adet 3/8" x 2 1/4" Bağlantı Civatasını (31) üç adet 3/8" Yıldız Puluyla (11) gösterilen yerlerden Sağ Dikey Direğe (83) monte edin..

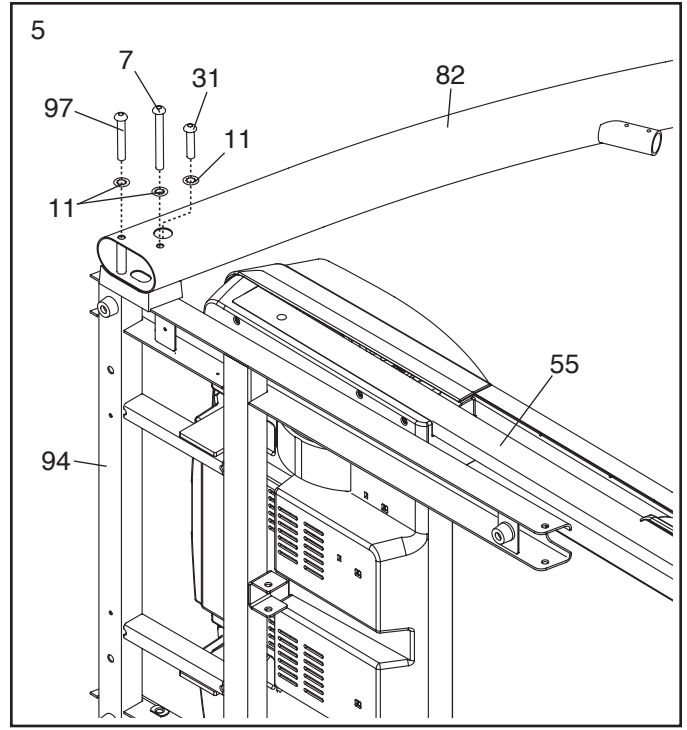
Sağ Dikey Direği (83) Taban'a (94) yaslayın. **Dikey Direk Kablosunu (85) sıkılamaya özen gösterin.** 3/8" x 5 1/2" Bağlantı Civatasını (7) ve 3/8" x 3 3/4" Bağlantı Civatasını (97) Bağlantı Civatalarının kafaları Sağ Dikey Direğe değinceye kadar kısmen sıkın; **Bağlantı Civatalarını henüz tam olarak sıkmayın.** Ardından, 3/8" x 2 1/4" Bağlantı Civatasını (31) kısmen sıkın.



5. İkinci bir kişinin yardımıyla koşu bandını sağ tarafa doğru devirin. Daha sağlam olması için Ana Gövdeyi (55) kısmen katlayın; **Ana Gövdeyi henüz tamamen katlamayın.**

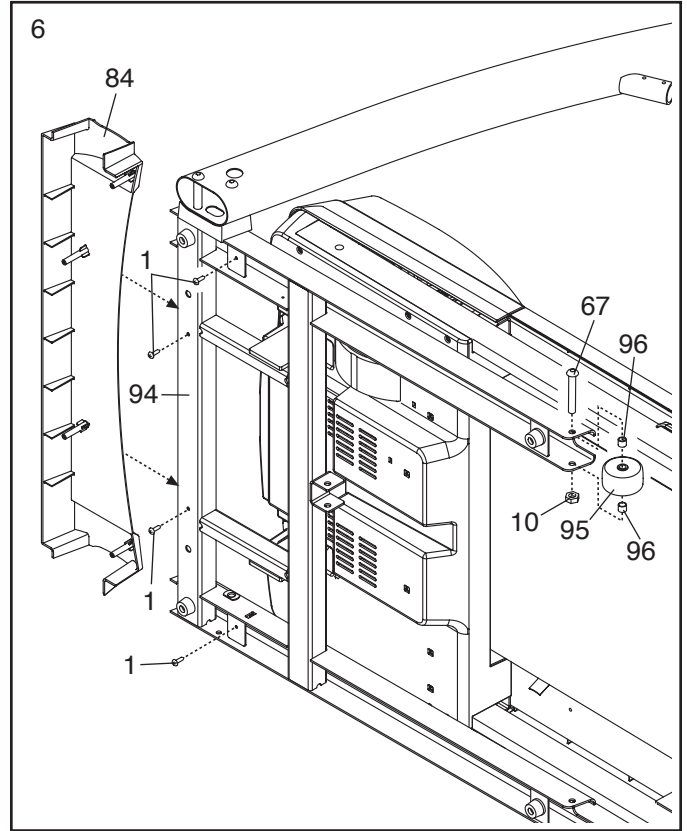
Bir 3/8" x 5 1/2" Bağlantı Civatası (7), a 3/8" x 3 3/4" Bağlantı Civatasını (97) ve bir adet 3/8" x 2 1/4" Bağlantı Civatasını (31) üç adet 3/8" Yıldız Puluyla (11) gösterilen yerlerden Sol Dikey Direğe (82) monte edin.

Sol Dikey Direği (82) Taban'a (94) yaslayın. 3/8" x 5 1/2" Bağlantı Civatasını (7) ve 3/8" x 3 3/4" Bağlantı Civatasını (97) Bağlantı Civatalarının kafaları Sol Dikey Direğe değinceye kadar sıkın; **Bağlantı Civatalarını henüz tam olarak sıkmayın.** Ardından, 3/8" x 2 1/4" Bağlantı Civatalarını (31) kısmen sıkın.



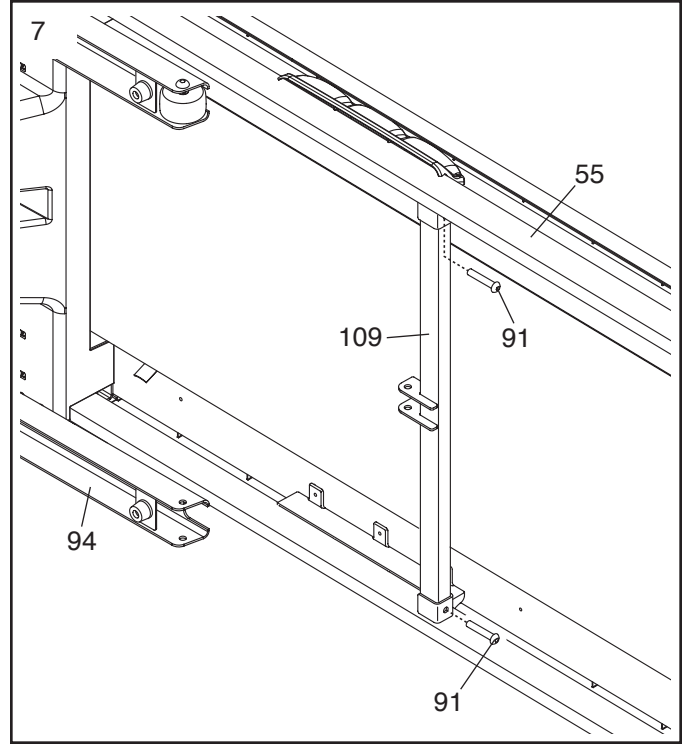
6. Tekerleklerden birini (95) bir adet 3/8" x 3" Civata (67), iki adet Tekerlek Pulu (96) ve bir adet 3/8" Somun (10) ile Taban'a (94) bağlayın. **Somunları fazla sıkmayın; Tekerleğin rahatça dönebilmesi gerekir.**

Taban Kapağını (84) Tabana (94) dört adet #8 x 1/2" Vidayla (1) takın. **Vidaları aşırı sıkılmaya özen gösterin.**



7. Gövde st çubuğunu (109) Ana Gövdeye (55) iki adet 1/4" x 1 3/4" Bağlantı Cıvatası (91) ile monte edin.

İkinci bir kişinin yardımıyla, koşu bandı Tabanı (94) zemine bakacak şekilde ters döndürün.

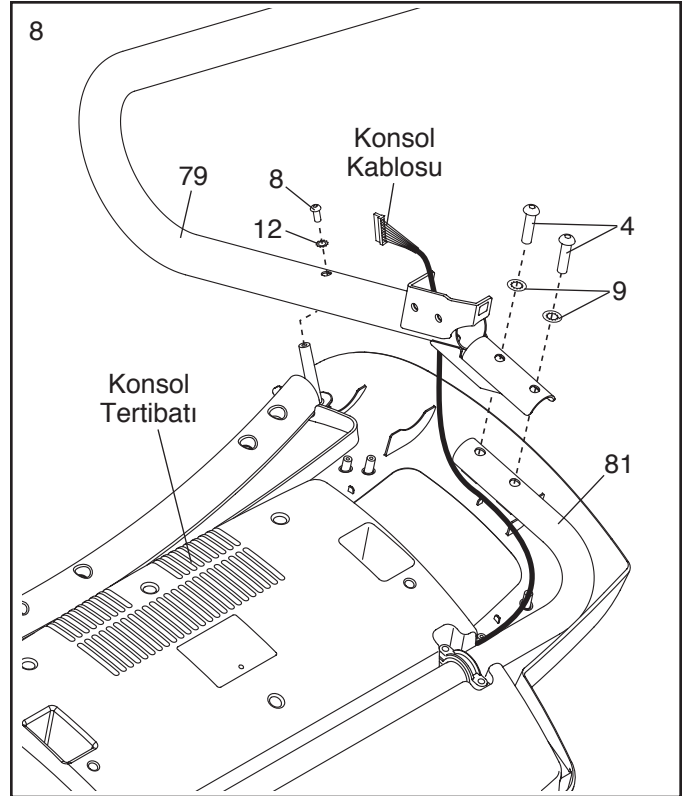


8. Konsol tertibatının çizilmesini önlemek için konsol tertibatının yüzünü yumuşak bir yzeyeye koyun.

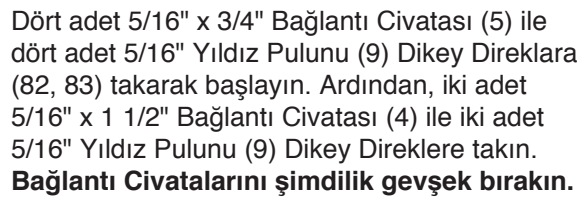
Sağ Tutacı (79) bulun. Sağ Tutacığı konsol tertibatına yakın tutun. Konsol kablosunu Sağ Tutacın st ve alt kısımlarından geniş deliklerin içinden dolaştırarak geçirin.

Sağ Tutacı (79) Konsol Gövdesine (81) takın. Bir adet 1/4" x 1/2" Bağlantı Cıvatası (8) ile bir adet 1/4" Yıldız Pulunu (12) Sağ Tutaca takarak başlayın. Ardından, iki adet 5/16" x 1 1/2" Bağlantı Cıvatası (4) ile iki adet 5/16" Yıldız Pulunu (9) Sağ Tutaca takın. **Konsol kablosunun kısıtılmadığından emin olun. Bağlantı Cıvatalarını şimdilik gevşek bırakın.**

Sol Tutacığı (gösterilmiyor) yukarıda tarif edildiği şekilde takın. **Not: Sol tarafta herhangi bir kablo bulunmamaktadır.**

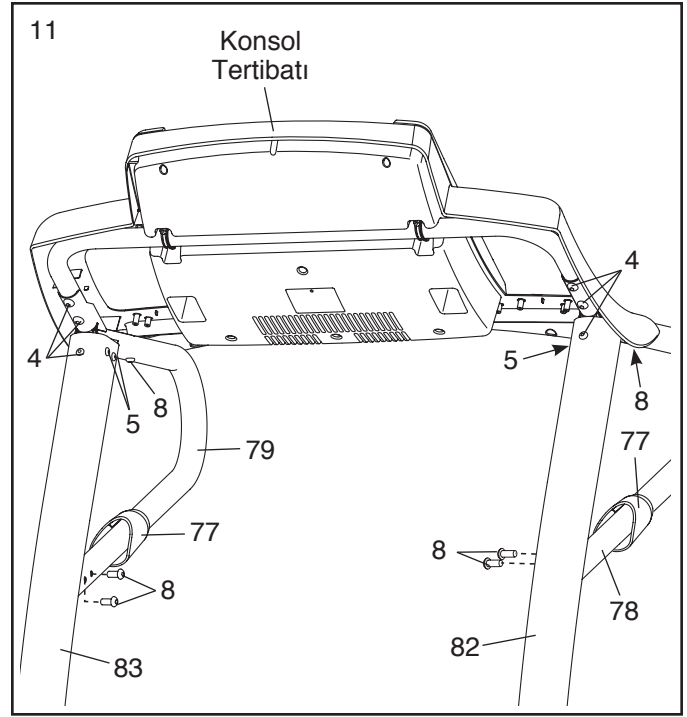


- Konektörler beraberce kolay şekilde yerine doğru kaymalı ve yerine oturmalı.** Oturmazlarsa, konektörlerden birini çevirin ve tekrar deneyin. **KONEKTÖRLERİ DÜZGÜN ŞEKİLDE BAĞLAMAZSANIZ, CİHAZIN ELEKTRİK AKSAMINI AÇTIĞINIZDA KONSOL HASAR GÖREBİLİR.** Dikey Direk Kablosundan kablo başını sökün.



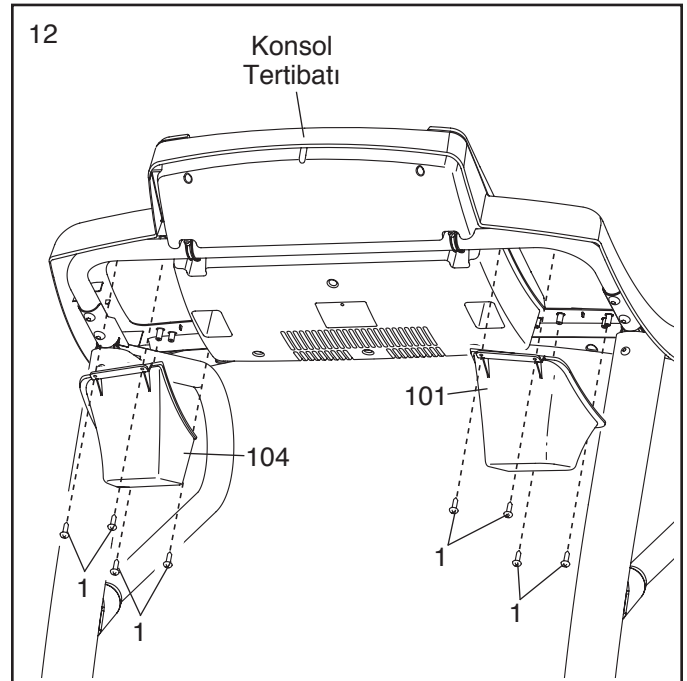
11. İki adet 1/4" x 1/2" Bağlantı Civatasını (8) her bir Tutacın (78, 79) alt ucuna takarak başlayın. **On altı Bağlantı Civatasının (4, 5, 8) tamamını sıkın.**

Tutaç Kapaklarını (77) kaydırarak Dikey Direklere (82, 83) yaslayın.



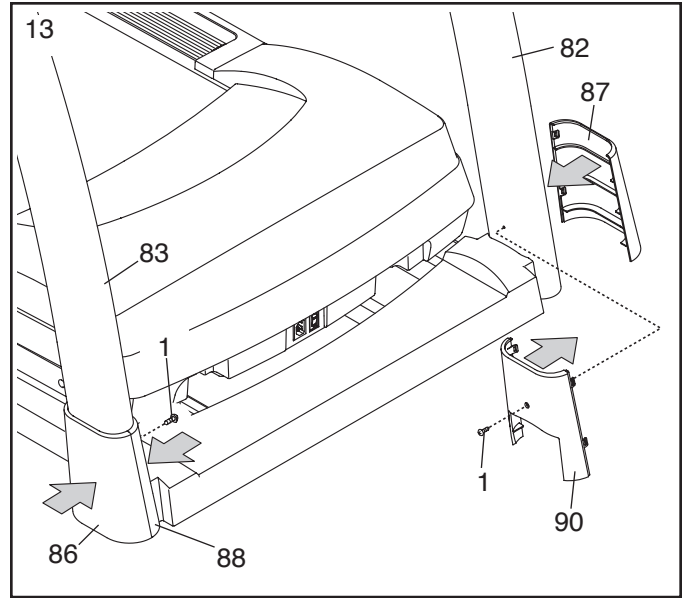
12. **Bkz. adım 4 ve 5.** Bu adımlarda kullanılan Bağlantı Civatalarının (7, 31, 97) hepsini sıkın.

Sol Aksesuar Tepsisini (101) ve Sağ Aksesuar Tepsisini (104) sekiz adet #8 x 1/2" Vidayla (1) konsol tertibatına takın.



13. Sol Dış Dikey Direk Kabına (87) ve Sol Dikey Direk (82) etrafındaki Sol İç Dikey Direk Kabına (90) bastırın. Dikey Direk Kapaklarını #8 x 1/2" Vidayla (1) monte edin..

Sağ Dış Dikey Direk Kabını (86) ve Sağ İç Dikey Direk Kabını (88) aynı şekilde takın.



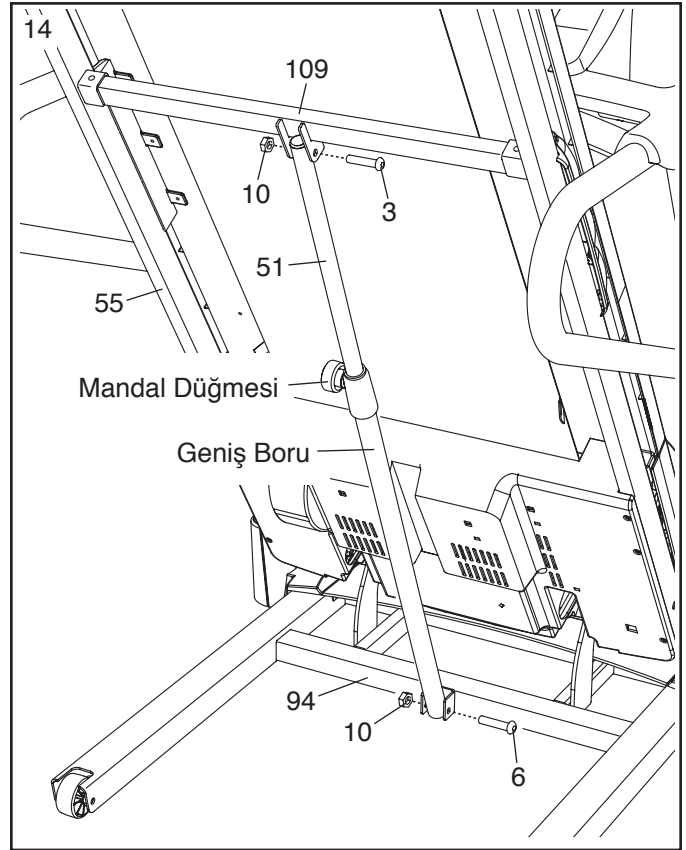
14. Ana Gövdeyi (55) gösterilen pozisyona yükseltin. **Bu adım tamamlanana kadar yanınızda gövdeyi tutacak ikinci bir kişi olsun.**

Depolama Mandalını (51) geniş boru ve mandal düğmesi gösterilen biçimde olacak şekilde yönlendirin.

Depolama Mandalının (51) üst ucunu Gövde (109) üzerindeki desteğe bir adet 3/8" x 2" Civatası (3) ve bir adet 3/8" Somun (10) ile bağlayın.

Depolama Mandalını (51) Tabana (94) bir adet 3/8" x 2 1/4" Bağlantı Civatası (6) ve bir adet 3/8" Somun (10) ile bağlayın. Not: Depolama Mandalıyla desteği hizalamak için Ana Gövdenin (55) ileri geri oynatılması gerekebilir.

Ana Gövdeyi (55) indirin (bkz. Sayfa 25 KOŞU BANDINI KULLANIM İÇİN ALÇALTMA).

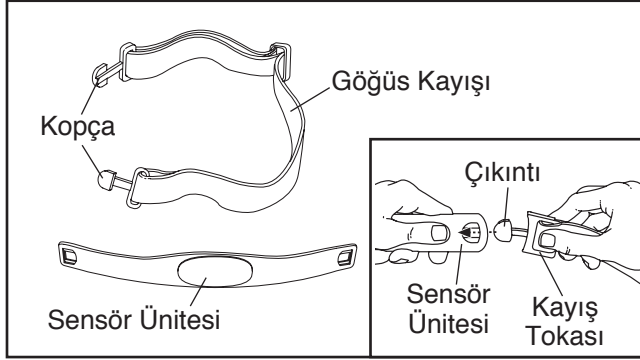


15. **Koşu bandını kullanmadan önce tüm parçaların iyice sıkılmış olmasına dikkat edin.** Koşu bandı üzerinde plastik bir tabaka varsa çıkarın. Halı veya kilimi hasardan korumak için koşu bandının altına bir koruyucu serin. Not: Fazladan malzeme pakete konulmuş olabilir. Verilen alyan anahtarını güvenli bir yerde saklayın; alyan anahtarı yürüme bandını ayarlamak için kullanılır (bkz. Sayfa 28 ve 27).

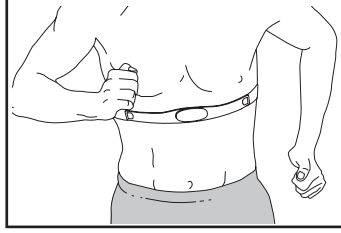
GÖĞÜS NABIZ SENSÖRÜNÜ KULLANMA

GÖĞÜS NABIZ SENSÖRÜNÜ TAKMA

Göğüs nabız sensörü iki parçadan oluşur: göğüs kayışı ve sensör ünitesi. Göğüs kayışının bir ucundaki kopçayı sensör ünitesinin ucundaki deliğe ek çizimde gösterildiği şekilde takın. Göğüs kayışı tokasının altındaki sensör ünitesinin ucuna bastırın. Kopça, sensör ünitesinin ön kısmıyla aynı hizada olmalı.



Ardından, göğüs nabız sensörünü göğsünüzün etrafına sarın ve göğüs kayışının diğer ucundaki sensör ünitesine takın. Gerekirse, göğüs kayışının uzunluğunu ayarlayın.



Göğüs nabız sensörü elbiselerinizin altında, derinize sıkı temas eder şekilde olmalı ve göğüs boşluğu kasları ya da göğüs üzerinde rahat bir şekilde bulunmalıdır. Sensör ünitesi üzerindeki logonun dışa baktığından ve doğru tarafın üstte olduğundan emin olun.

Sensör ünitesini vücudunuzdan bir kaç santim uzağa doğru çekin ve iç kısımdaki iki elektrot alanını bulun (elektrot alanlar ince kapaklarla kaplanmıştır). Elektrot alanlarının her iki tarafını ıslatmak için tükürük ya da kontak lens solüsyonu gibi tuzlu solüsyonlar kullanın. Sensör ünitesini göğsünüze yaslı olan konuma tekrar getirin.

ÖZEN GÖSTERME VE BAKIM

- Her kullanımdan sonra göğüs nabız sensörünü tamamen kurulayın. Göğüs nabız sensörü ıslandığı ve göğüs nabız sensörü takıldığı andan itibaren etkinleşir; göğüs nabız sensörü söküldüğünde ve elektrot alanları kurduğunda göğüs nabız sensörünün çalışması durur. Her kullanımdan sonra göğüs nabız sensörünün kurulanmaması halinde, gereğinden fazla çalışabilir ve pilin erken bitmesine sebep olur.
- Göğüs nabız sensörünü ılık ve kuru yerde muhafaza edin. Göğüs nabız sensörünü plastik poşet ya da nemi hapseden diğer taşıyıcı kaplarda muhafaza etmeyin.
- Göğüs nabız sensörünü doğrudan güneş ışığına uzun süreli olarak maruz bırakmayın; 50° C üzeri ya da -10° C altındaki sıcaklıklara maruz bırakmayın.
- Göğüs nabız sensörünü kullanırken ya da muhafaza ederken aşırı şekilde bükmeyin ya da esnetmeyin.
- Sensör ünitesini nemli bezle temizleyin— asla alkol, aşındırıcı ya da kimyevi maddeler kullanmayın. Göğüs kayışı elde yıkanıp asılarak kurutulabilir.

SORUN GİDERME

Takip eden sayfalardaki talimatlar göğüs nabız sensörünün konsolla birlikte nasıl kullanılacağını açıklamaktadır. Göğüs nabız sensörü düzgün şekilde çalışmıyorsa, aşağıdaki adımları deneyin.

- Göğüs nabız sensörünü sağda gösterildiği şekilde taktığınızdan emin olun. Not: Gösterildiği şekilde takıldığı halde göğüs nabız sensörü çalışmıyorsa, göğsünüz üzerinde hafifçe aşağı ya da yukarı doğru oynatın.
- Sensör ünitesi üzerindeki elektrot alanlarının her iki tarafını ıslatmak için tükürük ya da kontak lens solüsyonu gibi Kalp atışı ölçümleri terleme başlayana kadar görünmüyorsa, elektrot alanlarını yeniden ıslatın.
- Koşu bandında yürüdükçe ya da koştukça, kendinizi yürüme bandının ortasına doğru konumlandırın. **Konsolun kalp atış ölçümünü gösterebilmesi için kullanıcı konsola bir kol uzunluğu mesafesinde olmalıdır.**
- Göğüs nabız sensörü normal kalp ritmi olanlar için tasarlanmıştır. Kalp atış hızı ölçüm sorunları, erken ventriküler kasılmalar (pvcs), hızlı atım sıçramaları ve ritim bozuklukları gibi sağlık sorunlarından kaynaklanabilir.
- Göğüs nabız sensörünün çalışması yüksek güç kabloları ya da diğer enerji kaynaklarının sebep olacağı manyetik parazitlerden etkilenebilir. Bu tarz bir problem olduğundan şüpheleniyorsanız, koşu bandının yerini değiştirin.

ÇALIŞTIRMA VE AYARLAMA

ÖNCE DEN YAĞLANMIŞ YÜRÜME BANDI

Koşu bandınızda yüksek performans yağlayıcı kaplı bir yürüme bandı bulunmaktadır. **ÖNEMLİ: Yürüme bandına ya da yürüme platformuna asla silikon sprey veya diğer maddeleri uygulamayın. Bu tür maddeler yürüme bandına zarar verecek ve aşırı yıpranmalara neden olacaktır.**

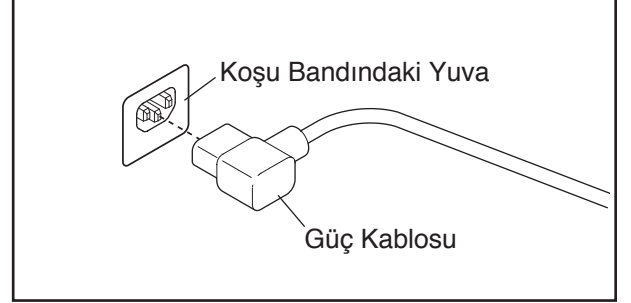
GÜÇ KABLOSUNU PRİZE TAKMA

Bu ürün topraklanmalıdır. Arıza yapması ya da bozulması durumunda topraklama elektrik çarpması riskini azaltmak için elektrik akımına karşı en az direniş yolunu sağlar. Bu ürün bir ekipman-topraklama kondüktörü ve bir topraklı prizli güç kablosuyla donatılmıştır. **ÖNEMLİ: Güç kablosu hasar görmüşse, üreticinin önerdiği güç kablosuyla değiştirilmelidir.**

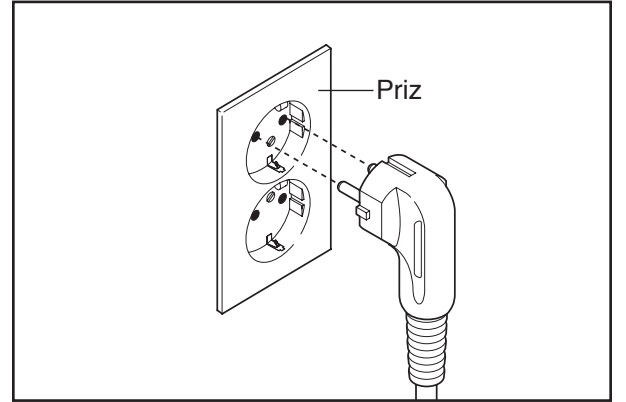
⚠ TEHLİKE: Doğru bağlanmamış ekipman-topraklama kondüktör elektrik çarpması riskini artırır. Ürünün doğru şekilde topraklandığına dair şüpheniz varsa, ehliyetli elektrikçi ya da tamirciye gösterin. Ürünle verilen fişte herhangi bir değişiklik yapmayın—prize uymazsa, ehliyetli bir elektrikçiye uygun bir priz taktırın.

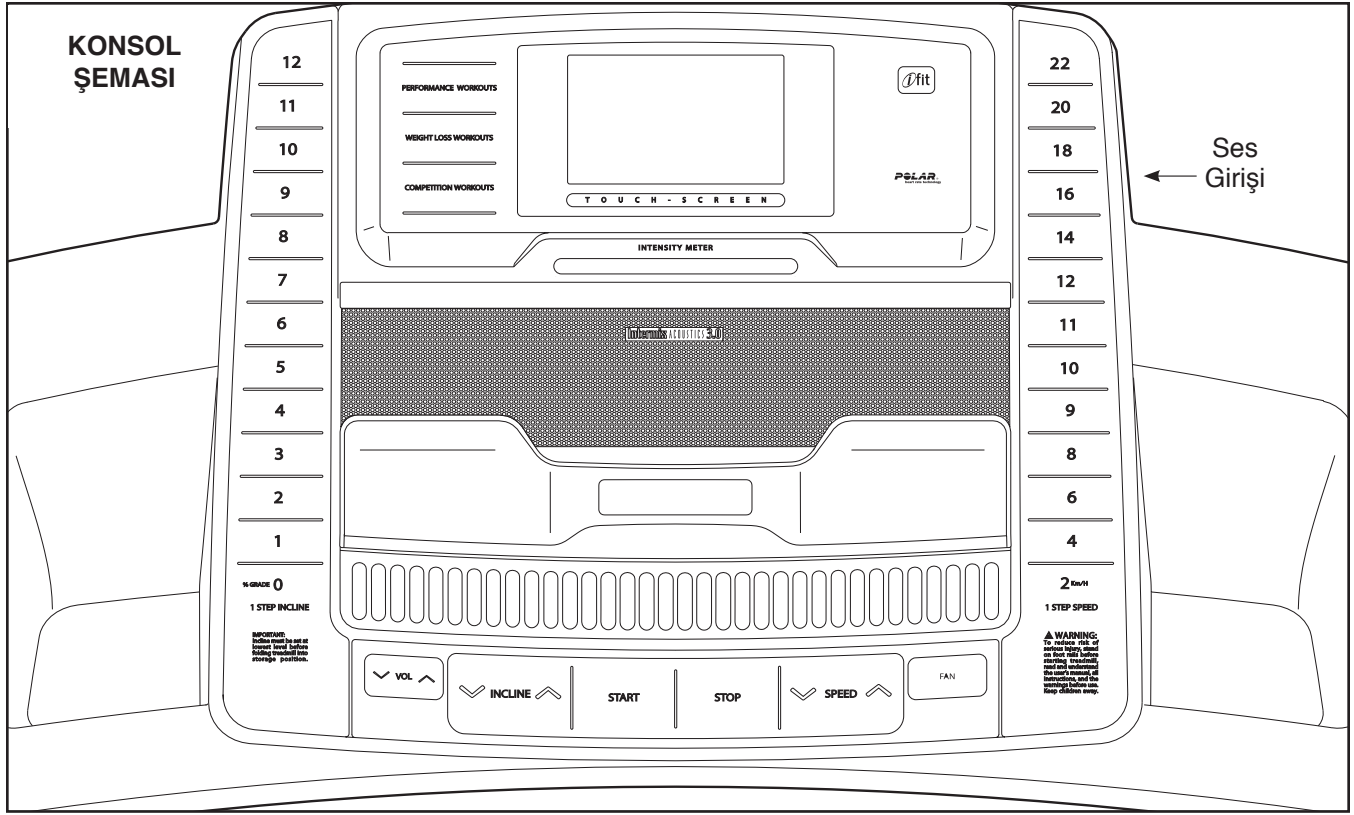
Güç kablosunu takmak için aşağıdaki adımları uygulayın.

1. Güç kablosunun belirtilen ucunu koşu bandındaki yuvaya takın.



2. Güç kablosunu, tüm yerel yasa ve düzenlemelere göre monte edilmiş ve topraklanmış uygun bir elektrik prizine takın.





İKAZ ETİKETLERİNİN UYGULANMASI

Konsol üzerindeki İngilizce ikaz etiketlerinin yerini bulun. Diğer dillerdeki aynı ikazlar, ikaz etiketleri sayfasında bulunabilir. Türkçe olan ikaz etiketlerini Konsola uygulayın.

KONSOL ÖZELLİKLERİ

Koşu bandı konsolu, egzersiz çalışmalarınızı daha etkili ve keyifli kılacak şekilde tasarlanmış birçok özellik sunar. Konsolun manüel modunu seçtiğinizde, koşu bandının hızını ve eğimini sadece bir düğmeye dokunarak değiştirebilirsiniz. Siz egzersizinizi yaparken konsol size sürekli egzersiz geribildirimi sunacaktır. Hatta nabız sensörü çubuğunu veya göğüs nabız sensörünü kullanarak, kalp atışı hızınızı da ölçebilirsiniz.

Ek olarak, konsol size ayrıca on altı performans antrenmanı ve altı kilo verme antrenmanı olmak üzere toplam yirmi iki ön ayarlı antrenman sunmaktadır. Her ön ayarlı antrenman, size etkili bir egzersiz çalışmasında rehberlik yapmak üzere koşu bandının hızını ve eğimini otomatik olarak kontrol eder. Bir yarışma antrenmanı seçerek diğer koşucularla bile yarışabilirsiniz.

Konsolda ayrıca koşu bandınızın kablosuz ağızla isteğe bağlı iFit Live modülü aracılığıyla iletişim kurma-

nızı sağlayan iFit Live modu özelliği bulunmaktadır. iFit Live moduyla, kişiselleştirilmiş antrenmanlar indirebilir, kendi antrenmanlarınızı oluşturabilir, antrenman sonuçlarınızı takip edebilir ve daha başka birçok özelliğe erişebilirsiniz. **İsteğiniz an iFit Live modülü satın almak için www.iFit.com internet adresini ziyaret edin ya da bu kılavuzun ön kapağındaki telefon numarasını arayın.**

Favori antrenman müziğiniz ya da sesli kitabınızı konsolun stereo ses sisteminden bile dinleyebilirsiniz.

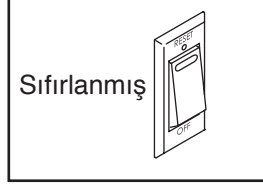
Gücü açmak için bkz. Sayfa 18. Manüel modu kullanmak için bkz. Sayfa 18. Bir ön ayarlı antrenmanı kullanmak için bkz. Sayfa 20. Bir yarış antrenmanını kullanmak için bkz. Sayfa 22. Bilgi modunu kullanmak için bkz. Sayfa 24. iFit Live modunu kullanmak için bkz. Sayfa 24. Stereo ses sistemini kullanmak için bkz. Sayfa 24.

ÖNEMLİ: Ekranın üzerinde plastik bir tabaka varsa çıkarın. Yürüme platformunun hasar görmesini önlemek için, koşu bandını kullanırken temiz spor ayakkabıları giyin. Koşu bandını ilk kez kullanırken, yürüme bandının hizalamasına dikkat edin ve gerekirse yürüme bandının ortalayın (bkz. Sayfa 28).

GÜCÜ AÇMA

ÖNEMLİ: Koşu bandı düşük ısılarla maruz kaldıysa, gücü açmadan önce cihazın oda sıcaklığına gelmesini bekleyin. Bunu yapmadığınız takdirde, konsol ekranlarına ve diğer elektronik bileşenlere hasar verebilirsiniz.

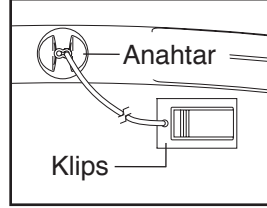
Güç kablosunu takın (bkz. Sayfa 16). Sonra, koşu bandı gövdesinde güç kablosunun yakınındaki güç düğmesini bulun. Açma-kapama düğmesinin sıfırlama konumundan olduğundan emin olun.



ÖNEMLİ: Konsolun, koşu bandının bir mağazada gösterilmesi durumunda kullanılmak üzere tasarlanmış bir demo modu görüntüleme özelliği vardır. Ekranlar siz güç kablosunu takar takmaz ışık veriyorsa, güç düğmesindeki sıfırlama konumunda basın, böylece demo modunda açılmış olacaktır. Demo modunu kapatmak için, Durdur [STOP] düğmesini birkaç saniye için basılı tutun. Ekranın ışığı yanmaya devam ederse, demo modunu kapatmak için Sayfa 24'te bkz. BİLGİ MODU.

Sonra, koşu bandının ayaklıkları üzerinde durun. Anahtara bağlı klipsi bulun ve klipsi elbiselerin bel kısmına bulun. Ardından, anahtarı konsola takın. Kısa bir süre sonra ekran ışıkları yanacak. **ÖNEMLİ: Acil**

bir durumda, anahtar konsoldan çekilebilir ve bu da yürüme bandının yavaşlamasına ve durmasına sebep olur. Klipsi geriye doğru dikkatlice birkaç adım atarak test edin; anahtar konsoldan çekilmiyorsa, klipsin konumunu ayarlayın.



Not: Konsol, hızı ve mesafeyi mil veya kilometre olarak görüntüleyebilir. Seçili ölçü birimini görüntülemek için, bkz. Sayfa 24, BİLGİ MODU. **Anlaşılabilir olması adına bu kılavuzda belirtilen tüm talimatlar kilometre cinsindendir.**

MANUEL MODU KULLANMA

1. Anahtarı konsola takın.

Bkz. sol tarafta GÜCÜ AÇMA bölümü.

2. Ana menüyü seçin.

Anahtar her takıldığında, ana menü görünecektir. Not: Bir antrenman ya da iFit Live modunu seçtiyseniz, ana menüye dönmek için Menü [MENU] düğmesine basın.



3. Yürüme bandını başlatın ve hızı ayarlayın.

Yürüme bandını başlatmak için, Başlat [START] düğmesine ve ardından Hız [SPEED] artırma düğmesine ya da numaralandırılmış Tek Adımdan Hızlandırma [1 STEP SPEED] düğmelerinden birine basın. Ekranda Git [GO] düğmesine de basabilirsiniz.

Başlat düğmesine, Hız artırma düğmesine ya da Git düğmesine basarsanız, yürüme bandı 2 Km/S hızında hareket etmeye başlar. Egzersiz yaptıkça, Hız artırma ve azaltma düğmelerine basarak isteğinize göre yürüme bandının hızını değiştirin. Her bir düğmeye basmanızda, hız ayarı 0,1 Km/S hızında değişecektir; düğmeyi basılı tutarsanız, hız ayarı 0,5 Km/S'in katları şeklinde değişecektir.

Numaralandırılmış Tek Adımda Hız düğmelerinden birine basarsanız, yürüme bandı istenilen hıza erişene kadar aşamalı olarak hızı değiştirecektir.

Yürüme bandını durdurmak için Dur [STOP] düğmesine basın. Yürüme bandını yeniden başlatmak için, Başlat düğmesine ve ardından Hız artırma düğmesine ya da 1'den 8'e kadar numaralandırılmış Hız düğmelerinden birine basın.

4. Koşu bandının eğimini isteğinize göre değiştirin.

Koşu bandının eğimini değiştirmek için, Eğim [INCLINE] artırma ya da azaltma düğmesine ya da numaralandırılmış Tek Adımda Eğim [1 STEP INCLINE] düğmelerinden birine basın. Düğmelerden birine her bir basmanızda, koşu bandı seçilen eğim ayarı seçili eğim ayarına gelene kadar aşamalı olarak değişecektir.

5. Bir görüntüleme modu seçin ve kaydettiğiniz ilerleme ekranda izleyin.

Konsol çeşitli ekran modları sunar. Seçtiğiniz ekran modu, hangi egzersiz programı bilgilerinin gösterileceğini belirler. İstenilen görüntüleme modunu seçmek için ekrandaki Ekran [DISPLAY] düğmesine peş peşe basın.

Koşu bandı üzerinde yürüdükçe ya da koştukça, ekran aşağıdaki bilgileri gösterebilir:

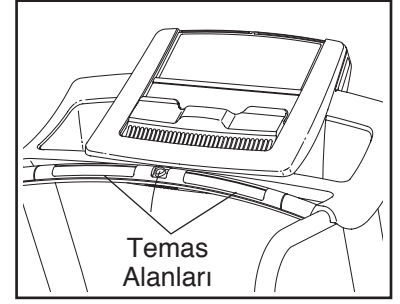
- Geçen süre [TIME].
- Yürüdüğünüz ya da koştuğunuz mesafe [DISTANCE].
- Yaktığınız yaklaşık kalori miktarı [CALORIES].
- Her bir mil ya da kilometre için dakika cinsinden temponuz.
- Yürüme bandının hızı [SPEED].
- Koşu bandının eğim düzeyi [INCLINE].
- Kalbinizin atış hızı (bkz. bu sayfada Adım 6)
Kalbinizin atış hızı yalnızca nabız sensörü çubuğunu ya da göğüs nabız sensörünü kullandığınızda görüntülenecek.

Siz egzersiz yaptıkça, yoğunluk ölçer, yaptığınız egzersizin yaklaşık yoğunluk düzeyini gösterecektir.

6. İsterseniz kalp atış hızınızı ölçebilirsiniz.

Not: Aynı anda hem nabız sensörü çubuğunu kavrar hem de göğüs nabız sensörünü takarsanız, konsol kalp atış hızınızı doğru şekilde görüntüleyemeyecektir. Göğüs nabız sensörü hakkında bilgi için, bkz. Sayfa 14.

Nabız sensörü çubuğunu kullanmadan önce, metal temas noktalarındaki plastik kaplamaları çıkartın. Ayrıca ellerinizin temiz olduğundan da emin olun.



Kalp atış hızınızı ölçmek için **ayaklıklarda durun ve temas noktalarından yaklaşık on saniye süreyle tutun; ellerinizi oynatmayın.** Nabızınız tespit edildiğinde, kalp hızınız görüntülenecektir. **En doğru kalp atış hızı ölçümü için, temas alanlarını yaklaşık 15 saniye kesintisiz olarak kavrabilirsiniz.**

7. İsterseniz fanı açabilirsiniz.

Fanın yavaş ve hızlı ayar seçenekleri bulunmaktadır. Bir fan hızı seçmek ya da fanı kapatmak için Fan [FAN] düğmesine peş peşe basın. Not: Yürüme bandı durduğunda fan açıksa, fan bir kaç dakika sonra otomatik olarak kapanacaktır.

8. Egzersiz çalışmanızı bitirdiğinizde anahtarı konsoldan çıkartın.

Ayaklıklar üzerine basın, Dur [STOP] düğmesine basın ve **koşu bandı eğimini en düşük avara getirin. Koşu bandını depolama konumunda katlarken, eğiş en düşük ayarda olmalıdır; aksi takdirde koşu bandına hasar verebilirsiniz.** Daha sonra, anahtarı konsoldan çıkartın ve güvenli bir yere koyun.

Koşu bandı kullanmayı bitirdiğinizde, güç düğmesini kapatma konumuna getirin ve fişi prizden çıkarın. **ÖNEMLİ: Bunu yapmazsanız, koşu bandı elektrikli parçaları erken yıpranabilir.**

ÖN AYARLI BİR EGZERSİZ PROGRAMINDAN YARARLANMA

1. Anahtarı konsola takın.

Sayfa 18'teki GÜCÜ AÇMA bölümüne bakın.

2. Önceden ayarlanmış bir egzersiz programı seçin.

Manüel modu, bir antrenman ya da iFit Live modunu seçtiyseniz, ana menüye dönmek için Menü [MENU] düğmesine basın.

Ön ayarlı bir antrenman seçmek için ekrandaki iFit Antrenmanları [IFIT WORKOUTS] düğmesine basın. Ardından, ekranda Performans [PERFORMANCE] ya da Kilo Verme [WEIGHT LOSS] düğmesine basın. Konsoldaki Performans Antrenmanı [PERFORMANCE WORKOUTS] ya da Kilo Verme Antrenmanı [WEIGHT LOSS WORKOUTS] düğmesine de basabilirsiniz.



Bir performans antrenmanını kullanmak için Zaman [TIME] ya da Mesafe [DISTANCE] düğmesine basın. Bir kilo verme antrenmanını kullanmak için Kalori [CALORIE] ya da Temel [BASIC] düğmesine basın.

İstenilen antrenman için düğmeye basın. Ekranda Sonraki [NEXT] düğmesi görünürse, daha fazla antrenman görüntülemek için düğmeye basın. Bir antrenman seçtiğinizde, ekran, antrenmanın ismini, süresini, maksimum hız ayarını, maksimum eğimi ve hız ayarları profilini gösterecektir. Not: Uzun mesafe antrenmanı seçildiğinde, antrenmanın süresi ekranda görünmeyecektir.

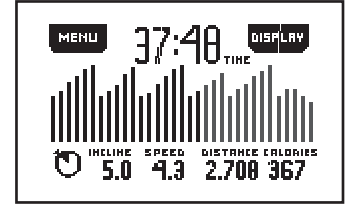
Bir performans antrenmanı seçerseniz, antrenmanınızın yoğunluğunu değiştirebilirsiniz. Seç [SELECT] düğmesine basın. Ardından, yoğunluğu değiştirmek için ekrandaki artırma ya da azaltma düğmesine basın.

3. Antrenmana başlayın.

Antrenmanı başlatmak için Başlat [START] ya da Seç düğmesine basın. Düğmeye bastıktan kısa bir süre sonra, koşu bandı antrenmanın ilk hız ve eğim ayarlarını otomatik olarak ayarlayacaktır. Çubukları tutun ve yürümeye başlayın.

Her bir ön ayarlı antrenman bölümlere ayrılmıştır. Her bölüm için bir hız ayarı ve bir eğim ayarı programlanmıştır. Not: Birbirini izleyen bölümler için aynı hız ve/veya eğim ayarı programlanabilir.

Antrenman boyunca profil kaydettiğiniz ilerlemeyi gösterecek. Profili görmek için Ekran [DISPLAY] düğmesine peş peşe basın. Profilin yanıp sönen bölümü, programın o andaki bölümünü temsil eder. Yanıp sönen bölümün yüksekliği, o andaki bölüm için direnç seviyesini belirtir.



Her bölümün sonunda, bir dizi sinyal sesi duyulacak ve profilin bir sonraki bölümü yanıp sönmeye başlayacaktır. Bir sonraki bölüm için yeni bir hız ve/veya eğim ayarı programlanmışsa, yeni hız ve/veya eğim ayarı sizi uyarmak amacıyla bir kaç saniye için ekranda yanıp sönecek ve koşu bandı otomatik olarak yeni hız ve eğim ayarına gelecektir.

Antrenman, profilin son bölümü yanıp sönene ve son bölüm bitene kadar bu şekilde devam edecek. Yürüme bandı ardından durma noktasına kadar yavaşlayacak. Bazı antrenmanların peşinden dinlenme dönemi gelecektir.

Not: Her bir kilo verme antrenmanındaki kalori hedefi antrenman esnasında yakacağınız kalori miktarı tahminidir. Yakacağınız gerçek kalori miktarı ağırlığınıza bağlı olacaktır. Buna ek olarak, antrenman sırasında koşu bandının hızını ya da eğimini manüel olarak değiştirirseniz, yakacağınızı kalori miktarı bundan etkilenecektir.

Antrenmanın herhangi bir anında hız veya eğim ayarı çok yüksek ya da çok düşükse, ayarı Hız [SPEED] ya da Eğim [INCLINE] düğmelerine basarak manüel olarak devre dışı bırakabilirsiniz; **ancak, antrenmanın bir sonraki bölümü başladığında koşu bandı bir sonraki bölümün hız ve eğim ayarlarına otomatik olarak ayarlanacaktır.**

Antrenmanı herhangi bir anda durdurmak için, Dur [STOP] düğmesine basın. Antrenmanı kaldığı yerden devam ettirmek için Başlat düğmesine ya da Hız artırma düğmesine basın. Yürüme bandı 2 Km/S hızında hareket etmeye başlayacaktır. Antrenmanın bir sonraki bölümü başladığında, koşu bandı bir sonraki bölüm hız ve eğim ayarlarına otomatik olarak ayarlanacaktır.

4. Bir görüntüleme modu seçin ve kaydettiğiniz ilerleme ekranda izleyin.

Bkz. adım 5/sayfa 19.

Bir süreli antrenman seçerseniz, ekran antrenmanda kalan süreyi gösteren bir kronometre gösterecektir. Bir uzun mesafe antrenmanını seçerseniz, 1/4 mili (400 metreyi) temsil eden bir parkur gösterecektir. Bir kalori antrenmanını seçerseniz, ekran 25 kaloriyi temsil eden bir alev gösterecektir.

5. İsterseniz kalp atış hızınızı ölçebilirsiniz.

Bkz. adım 6/sayfa 19.

6. İsterseniz fanı açabilirsiniz.

Bkz. adım 7/sayfa 19.

7. Egzersiz çalışmanızı bitirdiğinizde anahtarı konsoldan çıkartın.

Bkz. adım 8/sayfa 19.

YARIŞ ANTRENMANINI KULLANMA

1. Anahtarı konsola takın.

Sayfa 18'teki GÜCÜ AÇMA bölümüne bakın.

2. Bir yarış antrenmanı seçin.

Manüel modu, bir antrenman ya da iFit Live modunu seçtiyseniz, ana menüye dönmek için Menü düğmesine basın.

Bir yarış antrenmanı seçmek için ekrandaki iFit Antrenmanları [IFIT WORKOUTS] düğmesine basın. Ardından ekrandaki Yarış [COMPETITION] düğmesine basın. Konsoldaki Yarış Antrenmanları [COMPETITION WORKOUTS] düğmesine de basabilirsiniz.



Yarış ayarlarını kişiselleştirmek için, Ayarlar [SETTINGS] düğmesine basın. Artırma ve azaltma düğmelerine basarak maksimum bir eğim seçin. Devam [CONTINUE] düğmesine basın. Ardından, artırma ve azaltma düğmelerine basarak yarışta yürümeye başlayacağınız hızı seçin. Devam düğmesine basın.

Bir ya da dört kişiden oluşan bir rakip grubuna karşı yarışabilirsiniz.

Bir rakibe karşı yarışmayı seçerseniz, Başa Baş [HEAD TO HEAD] düğmesine basın. Sonraki [NEXT] ve Geri [BACK] düğmelerine basarak bir rakip seçin. Her bir rakip için ekran rakibin dayanıklılık, ortalama hız, maksimum hız ve moral düzeyini görüntüleyecektir. Her bir rakip farklı zorluk seviyeleri ya da aşamalarında birden fazla kez görünebilir. En az zorlu rakip birinci aşamada ve en zorlu rakip de üçüncü aşamadır. Seç [SELECT] düğmesine basın.

Bir gruba karşı yarışmayı seçerseniz, Gruba Karşı Yarış [RACE AGAINST A PACK] düğmesine basın. Artırma ve azaltma düğmelerine basarak yarışında zorluk seviyesini seçin. Birinci seviye en kolay ve on ikinci seviye de en zor seviyedir. Devam düğmesine basın.

Ardından, yarışın mesafesini seçin. Ekranda Sonraki düğmesine basarak daha fazla mesafe seçeneklerini görebilirsiniz.

3. Antrenmana başlayın.

Bir mesafe seçtikten sonra, READY, SET, GO (hazırlan, hazır, başla) ekranda görünecek ve yarış başlayacak. Çubukları tutun ve yürümeye başlayın.

Koşu bandının hızını ve eğimini isteğinize göre ayarlayın. Rakiplerini hız ve taktiklerini parkur ve mevcut duruma göre ayarlayacaklardır.

Antrenman, siz yarış bitirene kadar devam edecektir.

4. Bir görüntüleme modu seçin ve kaydettiğiniz ilerleme ekranda izleyin.

Konsol çeşitli ekran modları sunar. Seçtiğiniz ekran seçeneği, hangi egzersiz programı bilgilerinin gösterileceğini belirler. İsteddiğiniz ekran modunu seçmek için Ekran [DISPLAY] düğmesine arka arkaya basın.

Koşu bandı üzerinde yürüdükçe ya da koştukça, ekran aşağıdaki bilgileri gösterebilir:

- Sizi temsil eden U etiketli bir koşucu animasyonu. Yürüme bandının hızını artırdıkça ya da azalttıkça koşucu da hızlanacak ya da yavaşlayacaktır.
- Diğer koşucuların animasyonları.
- Koştuğunuz parkurun bir haritası. Harita ekranın sol tarafında görünecektir. Koşucular harita üzerine kare noktalar olarak temsil edilecektir.

- Diğer koşuculardan ne kadar önde ya da lider koşucunun ne kadar arkasında kaldığınızın saniye cinsinden süresi. Saniyeler parkur haritasının altında görünecektir. Diğer koşucuların arkasındaysanız, eksi değerli saniye görünecektir.
- Yarıştaki sıranız. Sıranız parkur haritasının içinde görünecektir.
- Yürüme bandının hızı [SPEED].
- Koşu bandının eğim düzeyi [INCLINE].
- Yaktığınız yaklaşık kalori miktarı [CALORIES].
- Yürüdüğünüz ya da koştuğunuz mesafe [DISTANCE].
- Geçen süre [TIME].
- Kalbinizin atış hızı. Not: Kalbinizin atış hızı yalnızca nabız sensörü çubuğunu ya da göğüs nabız sensörünü kullandığınızda görüntülenebilir (bkz. Sayfa 19 adım 6).
- Yarışın eğim ayarları profili. Profil ekranın alt tarafında görünecektir.
- Rakiplerinizin enerjilerini toplama hızı (rec).

- Rakiplerinizin kalan enerji miktarı ya da kümesi. Bir kümedeki enerji miktarı azaldıkça, söz konusu rakibin hızı da azalacaktır.
- Rakibinizin kullandığı yarış taktikleri. Rakipleriniz farklı durumlarda farklı taktikler kullanacaklardır. Bu taktikler hakkında daha fazla bilgi edinmek için güvenilir bir kaynağa başvurun.
- Yarışta kat ettiğinizi mesafeyi ve kat etmeniz gereken mesafeyi gösteren durum çubuğu. Durum çubuğu ekranın altında görünecektir.
- Ortalama hızınız.

5. İsterseniz kalp atış hızınızı ölçebilirsiniz.

Bkz. adım 6/sayfa 19.

6. İsterseniz fanı açabilirsiniz.

Bkz. adım 7/sayfa 19.

7. Egzersiz çalışmanızı bitirdiğinizde anahtarı konsoldan çıkartın.

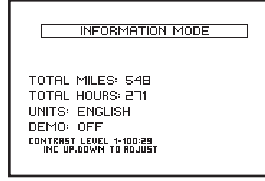
Bkz. adım 8/sayfa 19.

BİLGİ MODU

Konsolun yürüme bandının kat ettiği toplam mesafenin ve koşu bandının toplam kullanım saat süresi kaydını tutan bir bilgi modu özelliği vardır. Bilgi modu mesafeyi ölçmek için mil ya da kilometreyi seçebilmenizi ve ekran demo modunu açıp kapayabilmenizi de sağlar. Ayrıca ekranın kontrast düzeyini de ayarlayabilirsiniz.

Bilgi modunu seçmek için anahtarınız konsola takılıyken, Dur [STOP] düğmesini basılı tutun ve ardından Dur düğmesini bırakın. Bilgi modu seçildiğinde, ekranda aşağıdaki bilgi görüntülenecektir:

Ekran ayrıca seçilen ölçü birimini de gösterecektir. Ölçü birimini değiştirmek için, Hız [SPEED] artırma düğmesine basın. Mesafeyi kilometre cinsinden görmek için *METRIC* (metrik)'i seçin. Mesafeyi mil cinsinden görmek için *ENGLISH* (ingiliz)'i seçin.



Konsolun, koşu bandının bir mağazada gösterilmesi durumunda kullanılmak üzere tasarlanmış bir demo modu görüntüleme özelliği vardır. Demo modu açıkken, güç kablosunu taktığınızda konsol normal olarak çalışacaktır, güç anahtarının sıfırlama kısmına basın ve anahtarı konsola takın. Ancak, anahtarı çıkardığınızda, düğmeler çalışmasa da ekranların ışıkları yanık kalmaya devam edecek. Demo modu açıksa, bilgi modu açıkken ekranda *ON* (açık) kelimesi görünecektir. Demo modunu açmak ya da kapatmak için Hız azaltma düğmesine basın.

Ekran, ekranın kontrast düzeyini de gösterecektir. Kontrastı ayarlamak için Eğim [INCLINE] artırma ve azaltma düğmelerine basın.

Bilgi modundan çıkmak için anahtarı konsoldan çıkartın.

IFIT LIVE MODUNU KULLANMA

İsteğe bağlı iFit Live modülü koşu bandınızın kablosuz ağlarla etkileşimini sağlarken, heyecan verici yeni özellikleri ortaya çıkarır. Örneğin, kişiselleştirilmiş antrenmanlar indirebilir, kendi antrenmanlarınızı oluşturabilir, antrenman sonuçlarınızı takip edebilir, diğer koşuculara karşı yarışabilir ve daha başka birçok özelliğe erişebilirsiniz. **İsteğiniz an iFit Live modülü satın almak için www.iFit.com internet adresini ziyaret edin ya da bu kılavuzun ön kapağındaki telefon numarasını arayın.** iFit Live modunu kullanabilmek için iFit Live modülünüz olması gerekir.

iFit Live modunu kullanmak için, iFit Live modülünü konsola takın. Ekrandaki iFit Live düğmesine basın.

iFit Live modu antrenmanları hakkında daha fazla bilgi için lütfen www.iFit.com adresini ziyaret ediniz. Not: Bir iFit Live modülü kullanmak için internet bağlantılı ve USB girişli bir bilgisayara erişiminiz olması gerekir. Ayrıca SSID yayını etkinleştirilmiş 802.11b routerli bir kablosuz ağına da olması gerekir (gizli kablosuz ağlar desteklenmemektedir). Ayrıca iFit.com üyeliğine de ihtiyacınız olacak.

STEREO SES SİSTEMİNİ KULLANMA

Konsolun stereo kolonlarından müzik ya da sesli kitap çalmak için, MP3 çalarınızı, CD çalarınızı ya da diğer kişisel ses çalarınızı konsola takın. Ses kablosunu bulunun ve konsolun yanındaki ses jakına takın. Ardından, ses kablosunun diğer ucunu MP3 çalarınız, CD çalarınız ya da diğer kişisel ses çalarınızın ilgili girişine takın. **Ses kablosunun tam oturduğundan emin olun.**

Ardından, MP3 çalarınız, CD çalarınız ya da kişisel ses çalarınızdaki Oynat [PLAY] düğmesine basın. Ardından, kişisel ses çalarınızdaki ses seviyesini ayarlayın veya konsol üzerinden Ses Düzeyi artırma veya azaltma düğmelerine basın.

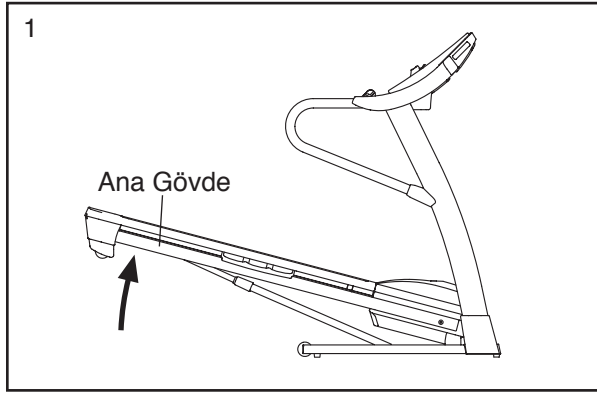
Kişisel CD çalar kullanıyorsanız ve CD atlama yapıyorsa, CD çaları konsol üzerine koymak yerine zemine ya da başka düz bir yüzeye koyun.

KOŞU BANDINI KATLAMA VE TAŞIMA

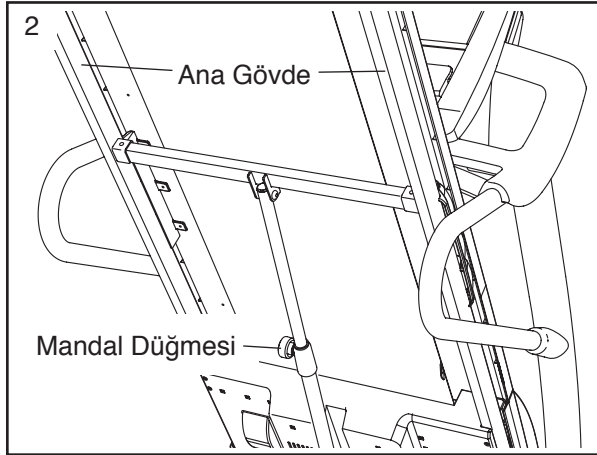
KOŞU BANDINI KATLAMA

Koşu bandının hasar görmemesi için, koşu bandını katlamadan önce eğimini en düşük konuma ayarlayın. Ardından, anahtarı çıkartın ve güç kablosunu prizden çıkartın. **DİKKAT:** Koşu bandını yükseltebilmeniz, alçaltabilmeniz ya da taşıyabilmeniz için 20 kg bir ağırlığı güvenli şekilde kaldırabiliyor olmanız gerekir.

1. Okun altında gösterilen konumdan metal gövdeyi sıkıca tutun. **DİKKAT:** Gövdeyi plastik ayaklıklardan tutmayın. Bacaklarınızı eğin ve sırtınızı düz tutun.



2. Gövdeyi mandal topuzu depolama konumunda kilitlenene kadar kaldırın. **DİKKAT:** Mandal topuzunun kilitlendiğinden emin olun.

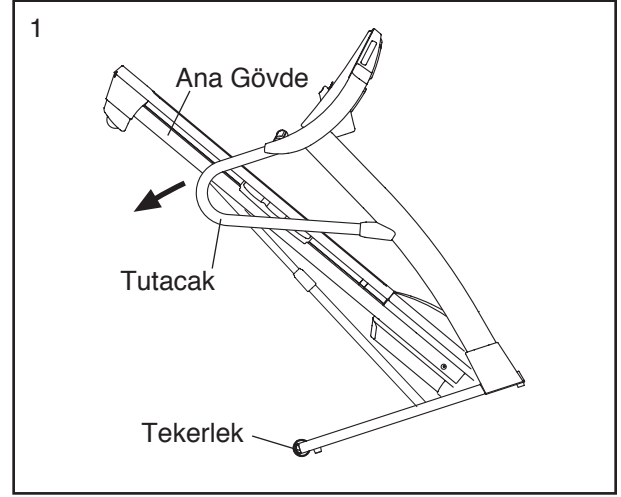


Halı veya kilimi hasardan korumak için koşu bandının altına bir koruyucu serin. Koşu bandını doğrudan güneş ışığı alacağı yerlerden uzak tutun. Koşu bandını 85° F (30° C) üzerindeki depolama ortamlarında bırakmayın.

KOŞU BANDINI TAŞIMA

Koşu bandını taşımadan önce solda gösterildiği gibi katlayın. **DİKKAT:** Depolama konumunda mandal topuzunun kilitlendiğinden emin olun. Koşu bandını taşımak için iki kişiye ihtiyaç olabilir.

1. Gövdeyi ve tutaçlardan birini tutun ve tekerleğin önüne ayağınızı koyun.



2. Tutaçları koşu bandı tekerlekler üzerinde hareket edene kadar geri çekin ve istenilen konuma dikkatlice taşıyın. **DİKKAT:** Koşu bandını ters döndürmeden hareket ettirmeyin, gövdeyi çekmeyin ve koşu bandını pürüzlü yüzeyler üzerinde hareket ettirmeyin.
3. Ayağınızı tekerleğin önüne koyun ve koşu bandını dikkatlice alçaltın.

KOŞU BANDINI KULLANIM İÇİN ALÇALTMA

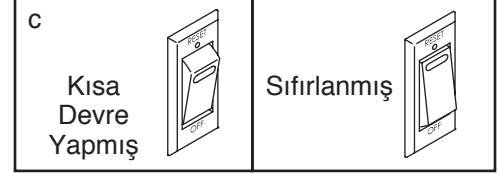
1. **Bkz. çizim 2.** Koşu bandı gövdesinin üst ucunu sol elinizle tutun. Mandal topuzunu sağa çekin; gerekirse gövdeyi hafifçe öne doğru itin. Gövdeyi aşağı doğru bir miktar döndürün ve mandal topuzunu serbest bırakın.
2. **Bkz. soldaki çizim 1.** Metal gövdeyi iki elle sıkı şekilde tutun ve zemine doğru indirin. **DİKKAT:** Gövdeyi plastik ayaklıklardan tutmayın ve gövdeyi düşürmeyin. Bacaklarınızı eğin ve sırtınızı düz tutun.

SORUN GİDERME

Bir çok koşu bandı sorunu aşağıdaki adımlarla giderilebilir. Uygun belirtiyi bulun ve listedeki adımları uygulayın. Daha fazla yardıma ihtiyaç varsa, lütfen bu kılavuzun ön kapağına bakın.

SORUN: Güç açılmıyor

- ÇÖZÜM:**
- Güç kablosunun düzgün şekilde topraklı bir prize takıldığından emin olun (bkz. Sayfa 16). Uzatma kablosuna ihtiyaç duyuluyorsa, yalnızca 3 iletkenli, 1 mm² kalınlığında ve 1,5 m'den kısa bir kablo kullanın.
 - Güç kablosu prize takıldıktan sonra, anahtarın konsola takıldığından emin olun.
 - Koşu bandı gövdesinde güç kablosunun yakınındaki güç düğmesini kontrol edin. Anahtar gösterildiği şekilde dışa doğru çıkıntılıysa, anahtar kısa devre yapmıştır. Anahtarı sıfırlamak için, birkaç dakika bekleyin ve ardından tekrar açın.



SORUN: Kullanım sırasında güç kapanıyor

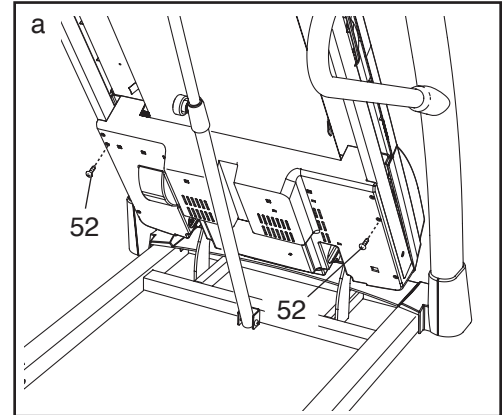
- ÇÖZÜM:**
- Güç anahtarını kontrol edin (bkz. yukarıdaki çizim). Anahtar kısa devre yaptıysa, birkaç dakika bekleyin ve ardından tekrar açın.
 - Güç kablosunun takılı olduğundan emin olun. Güç kablosu takılıysa, çıkartın, beş dakika bekleyin ve tekrar geri prize takın.
 - Anahtarı konsoldan çıkartın. Anahtarı tekrar konsola takın.
 - Eğer koşu bandı hala çalışmıyorsa, lütfen bu kılavuzun ön kapağına bakın.

SORUN: Anahtarı konsoldan çıkardığınızda, konsolun ışıkları yanık kalıyor

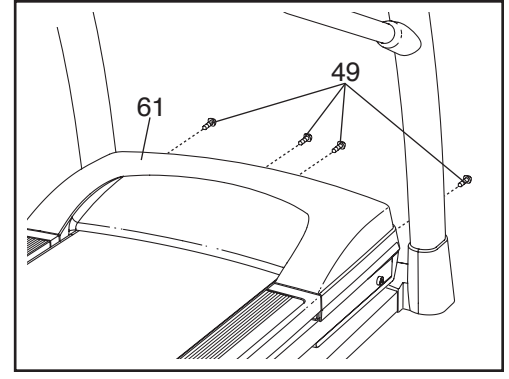
- ÇÖZÜM:**
- Konsolun, koşu bandının bir mağazada gösterilmesi durumunda kullanılmak üzere tasarlanmış bir demo modu görüntüleme özelliği vardır. Anahtarı çıkardığınızda ekran ışıkları yanık kalıyorsa, demo modu açık demektir. Demo modunu kapatmak için, Durdur [STOP] düğmesini birkaç saniye için basılı tutun. Ekranın ışığı yanmaya devam ederse, demo modunu kapatmak için Sayfa 24'te bkz. BİLGİ MODU.

SORUN: Konsol ekranı düzgün çalışmıyor

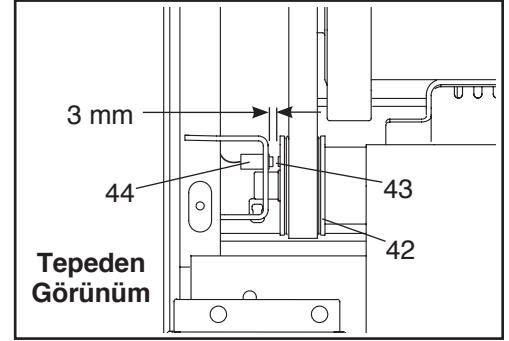
- ÇÖZÜM:**
- Anahtarı konsoldan çıkarın ve **GÜÇ KABLOSUNUN FİŞİNİ PRIZDEN ÇEKİN**. Koşu bandını depolama konumunda koyun (bkz. Sayfa 25'te KOŞU BANDI NASIL KATLANIR) İki adet #8 x 1 1/2" Vidayı (52) sökün.
- Ardından, koşu bandını indirin (bkz. Sayfa 25 KOŞU BANDINI KULLANIM İÇİN ALÇALTMA).



Dört #8 x 1" Vidayı (49) sökün ve Motor Kapağını (61) dikkatlice çıkartın.



Makaranın (42) sol tarafındaki Manyetik Anahtar (44) ve Mıknatısı (43) bulun. Makarayı Mıknatısı Manyetik Anahtarla aynı hizaya gelene kadar döndürün. **Mıknatısı ve Manyetik Anahtar arasında yaklaşık 3 mm olduğundan emin olun.** Gerekirse Manyetik Anahtarı düz başlı tornavida kullanarak hareket ettirin. Motor Kapağını (gösterilmiyor) dört adet #8 x 3/4" Vida (gösterilmiyor) ve iki adet #8 x 1 1/2" Vidayla (gösterilmiyor) tekrar geri yerine takın. Doğru hız ölçümü olup olmadığını kontrol etmek için koşu bandını birkaç dakika çalıştırın.



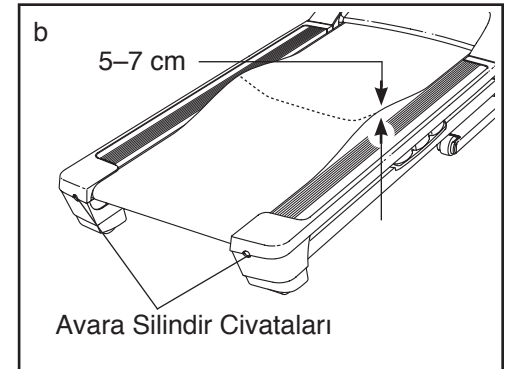
SORUN: Koşu bandının eğimi düzgün şekilde değişmiyor

ÇÖZÜM: a. Dur [STOP] düğmesini ve Hız [SPEED] artırma düğmesini basılı tutun, anahtarı konsola takın ve ardından Dur ve Hız artırma düğmelerini bırakın. Dur düğmesine basın ve ardından Eğim [INCLINE] artırma ya da azaltma düğmesine basın. Koşu bandı maksimum eğim düzeyine otomatik olarak yükselecektir ve ardından minimum düzeye dönecektir. Bu eğim sisteminin kalibrasyonunu sağlayacaktır. Eğim kalibrasyonu sağlanmazsa, Dur düğmesine basın ve ardından Eğim artırma ya da azaltma düğmesine tekrar basın. Eğim kalibrasyonu gerçekleştirildiğinde, anahtarı konsoldan çıkartın.

SORUN: Yürüme bantı üzerinde yürürken yavaşlıyor

ÇÖZÜM: a. Uzatma kablosuna ihtiyaç duyuluyorsa, yalnızca 3 iletkenli, 1 mm² kalınlığında ve 1,5 m'den kısa bir kablo kullanın.

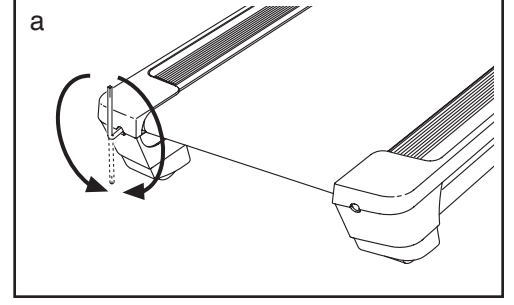
b. Yürüme bandı aşırı sıkılmışsa, koşu bandı performansı düşebilir ve yürüme bandı hasar görebilir. Anahtarı çıkartın ve **GÜÇ KABLOSUNU PRİZDEN ÇIKARTIN.** Ayan anahtarını kullanarak avara silindir civatalarını saat yönünün tersine çeyrek tur döndürün. Yürüme bandı düzgün şekilde sıkıldığında, yürüme bandının her bir ucunu yürüme platformundan yaklaşık 5 ila 7 cm kaldırabilmelisiniz. Yürüme bandının ortalanmasına dikkat edin. Sonra, güç kablosunu prize takın, anahtarı takın ve koşu bandını birkaç dakika çalıştırın. Yürüme bandı düzgün şekilde sıkılana kadar tekrar edin.



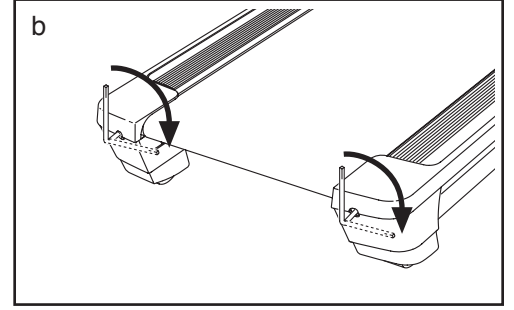
c. Yürüme bandı üzerinde yürürken hala yavaşlıyorsa, lütfen bu kılavuzun ön kapağına bakın.

SORUN: Yürüme bandı merkezin dışında ya da üzerinde yürürken kayıyor

ÇÖZÜM: a. **Yürüme bandı merkezin dışına çekilmişse,** ilk önce anahtarı çıkarın ve **GÜÇ KABLOSUNU FİŞTEN ÇIKARIN.** Yürüme bandı sola kaydıysa, sol avara silindiri civatasını saat yönünde yarım tur döndürün; **yürüme bandı sağa kaydıysa,** sol avara silindiri civatasını saatin ters yönünde yarım tur döndürün. Yürüme bandını aşırı sıkılamaya özen gösterin. Sonra, güç kablosunu prize takın, anahtarı takın ve koşu bandını birkaç dakika çalıştırın. Yürüme bandı ortalanana kadar tekrar edin.



b. **Yürüme bandı üzerinde yürürken kayıyorsa,** ilk önce anahtarı çıkarın ve **GÜÇ KABLOSUNU FİŞTEN ÇIKARIN.** Alyan anahtarını kullanarak avara silindiri civatalarını saat yönünde çeyrek tur döndürün. Yürüme bandı düzgün şekilde sıkıldığında, yürüme bandının her iki ucunu yürüme platformundan yaklaşık 5 ila 7 cm kaldırabilmelisiniz. Yürüme bandının ortalanmasına dikkat edin. Sonra, güç kablosunu prize takın, anahtarı takın ve koşu bandının üzerinde birkaç dakika dikkatlice yürüyün. Yürüme bandı düzgün şekilde sıkılana kadar tekrar edin.



SORUN: Konsol ekranında çizgiler var

ÇÖZÜM: a. Konsol ekranında çizgiler görünüyorsa, Sayfa 24'te BİLGİ MODU kısmına bakın ve ekran kontrast düzeyini ayarlayın.

EGZERSİZ REHBERLERİ

⚠ UYARI: Bu veya herhangi bir egzersiz programına başlamadan önce doktorunuza danışın. Bu, özellikle 35 yaş üzeri veya önceden sağlık sorunları bulunan kişiler için önemlidir.

Nabız sensörü, tıbbi bir cihaz değildir. Kalp atışı hızının doğru ölçümünü etkileyebilecek çeşitli faktörler olabilir. Nabız sensörü, sadece kalp atışı hızının seyrini genel anlamda belirleyerek egzersize yardımcı olması için tasarlanmıştır.

Bu rehber egzersiz programınızı planlamanıza yardımcı olacaktır. Egzersizler konusunda ayrıntılı bilgi için, tanınmış bir kitap edinin veya doktorunuza danışın. Unutmayın, doğru beslenme ve yeterli dinlenme, başarılı sonuçlar elde etmek için şarttır.

EGZERSİZ YOĞUNLUĞU

Hedefiniz ister yağ yakmak isterse kardiyovasküler sisteminizi güçlendirmek olsun doğru yoğunlukta egzersiz yapmak, sonuca ulaşmada kilit rol oynar. Doğru yoğunluk seviyesini bulmak için, kalp atış hızınızı bir rehber olarak kullanabilirsiniz. Aşağıdaki tablo, yağ yakma ve aerobik egzersizleri için önerilen nabız sayılarını göstermektedir.

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	

Uygun yoğunluk seviyesini bulmak için, tablonun alt kısmında yaşınızı bulun (yaşlar, en yakın on yıla yuvarlanmıştır). Yaşınızın üzerinde listelenen üç sayı sizin “antrenman alanınızı” tanımlar. En alttaki sayı yağ yakma için nabız, ortadaki sayı maksimum yağ yakma için nabız ve en üstteki sayı aerobik egzersizi için nabızdır.

Yağ yakma—Yağları etkili şekilde yakmak için, uzun süre düşük yoğunluk seviyesinde egzersiz yapmalısınız. Egzersizin ilk birkaç dakikasında, vücudunuz enerji için karbonhidrat kalorilerini kullanır. Vücudunuz depolanmış yağ kalorilerini, egzersizin ilk birkaç dakikadan sonra enerji için kullanmaya başlar. Hedefiniz yağ yakmaksa egzersizinizin yoğunluğunu, nabızınız antrenman alanınızda en alt sıradaki sayı civarında olana dek ayarlayın. Maksimum yağ yakma için, antrenman alanınızda orta sıradaki sayı civarında bir nabızla egzersiz yapın.

Aerobik Egzersizi—Hedefiniz kardiyovasküler sisteminizi güçlendirmekse, uzun süreli ve çok miktarda oksijen gerektiren bir etkinlik olan aerobik egzersizlerini yapmalısınız. Aerobik egzersizleri için egzersizlerinizin yoğunluğunu, nabızınız antrenman alanınızdaki en yüksek sayıya yakın olacak şekilde ayarlayın.

EGZERSİZ PROGRAMI REHBERİ

Isınma—5 ila 10 dakika boyunca esneme ve hafif egzersizlerle başlayın. Isınma süreci, egzersizlere hazırlık olarak vücut ısınız, kalp atış hızınızı (nabızınızı) ve kan dolaşımınızı artırır.

Antrenman Alanı Egzersizi—20 ila 30 dakika boyunca nabızınız antrenman alanınız içinde kalacak şekilde egzersiz yapın. (Egzersiz programınızın ilk birkaç haftası içinde, nabızınızı antrenman alanınızda 20 dakikadan fazla tutmamaya dikkat edin.) Egzersiz yaparken düzenli ve derin nefes alıp verin; nefesinizi asla tutmayın.

Dinlenme—5 ila 10 dakikalık esneme ile programı tamamlayın. Esneme, kaslarınızın esnekliğini artırır ve egzersiz sonrası problemleri önlemeye yardımcı olur.

EGZERSİZ SIKLIĞI

Kondisyonunuzu muhafaza etmek veya iyileştirmek için, programlar arasında en az bir günlük dinlenmeyle, her hafta üç egzersiz programını tamamlayın. Birkaç ay düzenli egzersiz yaptıktan sonra, derseniz her hafta beş egzersiz programını tamamlayabilirsiniz. Unutmayın; başarının anahtarı, egzersizi günlük yaşamınızın düzenli ve keyifli bir parçası haline getirmektir.

PARÇA LİSTESİ

Model No. NETL12710.1 R0311A

Aşağıda listelenen parçaları bulmak için, bu kılavuzun sonuna doğru bulacağınız AYRIŞTIRILMIŞ MONTAJ ÇİZİME bakın.

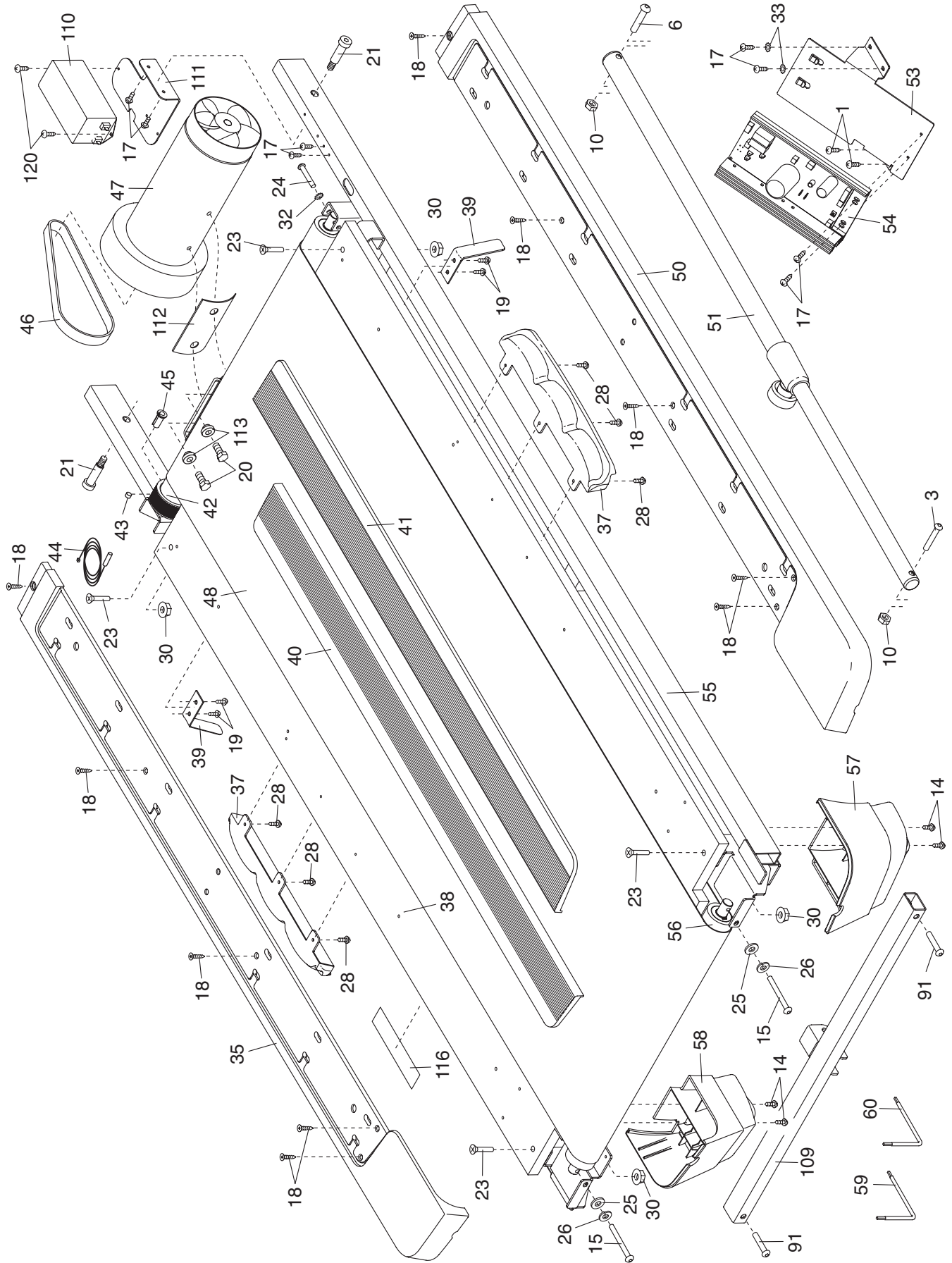
No.	Mkt.	Açıklama	No.	Mkt.	Açıklama
1	21	#8 x 1/2" Vida	50	1	Sağ Ayaklık
2	4	#8 x 1" Tek Vidası	51	1	Depolama Mandalı
3	1	3/8" x 2" Civata	52	2	#8 x 1 1/2" Vida
4	6	5/16" x 1 1/2" Bağlantı Civatası	53	1	Elektronik Braketi
5	4	5/16" x 3/4" Bağlantı Civatası	54	1	Kontrolör
6	1	3/8" x 2 1/4" Mandal Bağlantı Civatası	55	1	Ana Gövde
7	2	3/8" x 5 1/2" Bağlantı Civatası	56	1	Avara Silindiri
8	6	1/4" x 1/2" Bağlantı Civatası	57	1	Sağ Gövde Ayağı
9	10	5/16" Yıldız Pulu	58	1	Sol Gövde Ayağı
10	8	3/8" Somun	59	1	Alyan Anahtarı
11	6	3/8" Yıldız Pulu	60	1	5/32" Alyan Anahtarı
12	2	1/4" Yıldız Pulu	61	1	Motor Kapağı
13	1	Nabız Üst Çubuğu	62	1	Kablo Bağ Kelepçesi
14	32	#8 x 3/4" Vida	63	2	Gövde Kaldırma Halkası
15	2	1/4" x 1 3/4" Civata	64	2	Gövde Ara Halkası
16	2	3/8" x 1 3/4" Civata	65	1	Gövde Kaldırma
17	9	#8 x 1/2" Pul Başlı Vida	66	1	Eğim Motoru
18	10	#12 x 1" Vida	67	2	3/8" x 3" Civata
19	4	Bant Kılavuz Vidası	68	2	Başlık Montajı
20	2	Tahrik Motor Civatası	69	1	Gövde Haznesi
21	4	3/8" x 2 1/8" Civata	70	1	Güç Anahtarı
22	2	3/8" x 1 3/8" Civata	71	1	Güç Kablosu
23	4	5/16" x 1 1/4" Civata	72	1	Salmastra
24	1	Tahrik Silindir Civatası	73	1	Motor Kaldırma Kablosu
25	2	1/4" Yassı Pul	74	2	Gevşetme Bağı
26	2	1/4" Kilit Pulu	75	1	15 1/2" Bağ
27	2	Kafes Somunu	76	7	8" Bağ
28	6	#8 x 3/4" Destek Başlı Vida	77	2	Tutaç Kapağı
29	2	3/8" Sıkıştırma Somunu	78	1	Sol Tutaç
30	4	5/16" Flanş Somunu	79	1	Sağ Tutaç
31	2	3/8" x 2 1/4" Bağlantı Civatası	80	2	Konsol Kelepçesi
32	1	1/4" Yıldız Pulu	81	1	Konsol Gövdesi
33	2	#8 Yıldız Pulu	82	1	Sol Dikey Direk
34	4	#8 x 1" Destek Başlı Vida	83	1	Sağ Dikey Direk
35	1	Sol Ayaklık	84	1	Taban Kapağı
36	2	Taban Ayağı Pulu	85	1	Dikey Direk Kablosu
37	2	Platform Yastığı	86	1	Sağ Dış Dikey Direk Kapağı
38	1	Yürüme Platformu	87	1	Sol Dış Dikey Direk Kapağı
39	2	Bant Kılavuzu	88	1	Sağ İç Dikey Direk Kapağı
40	1	Sol Ayaklık Kapağı	89	2	Tedbir Etiketi
41	1	Sağ Ayaklık Kapağı	90	1	Sol İç Dikey Direk Kapağı
42	1	Tahrik Silindiri/Makarası	91	2	1/4" x 1 3/4" Bağlantı Civatası
43	1	Mıknatıs	92	4	Taban Ayağı
44	1	Manyetik Anahtar	93	1	Ses Kablosu
45	1	Manyetik Anahtar Kelepçesi	94	1	Taban
46	1	Tahrik Motor Kayışı	95	2	Tekerlek
47	1	Tahrik Motoru	96	4	Tekerlek Pulu
48	1	Yürüme Bandı	97	2	3/8" x 3 3/4" Bağlantı Civatası
49	8	#8 x 1" Vida	98	1	Anahtar/Klips
			99	8	Kablo Bağı

No.	Mkt.	Açıklama	No.	Mkt.	Açıklama
100	1	Konsol	111	1	Filtre Braketi
101	1	Sol Aksesuar Tepsisi	112	1	Tahrik Motor Yalıtkanı
102	1	Konsol Tabanı	113	2	Tahrik Motor Kovanı
103	1	Modül Yuvası	114	1	Yuva
104	1	Sağ Aksesuar Tepsisi	115	1	Güç Kablosu Adaptörü
105	1	Erişim Kapağı	116	1	İkaz Etiketİ
106	1	Nabız Çubuğu	117	1	Göğüs Nabız Kayışı
107	3	Nabız Toprak Kablosu	118	2	Eğim Motoru Kovanı
108	1	Göğüs Nabız Sensörü	119	4	Başlık Klipsi
109	1	Gövde Üst Çubuğu	120	2	M4,2 x 8mm Vida
110	1	Filtre	*	—	Kullanıcı Kılavuzu

Not: Teknik özellikler, önceden haber vermeden değiştirilebilir. Yedek parça siparişi verme ile ilgili ayrıntılı bilgi için, bu kılavuzun arka kapağına başvurun. *Bu parçalar, resimlerle açıklanmamıştır.

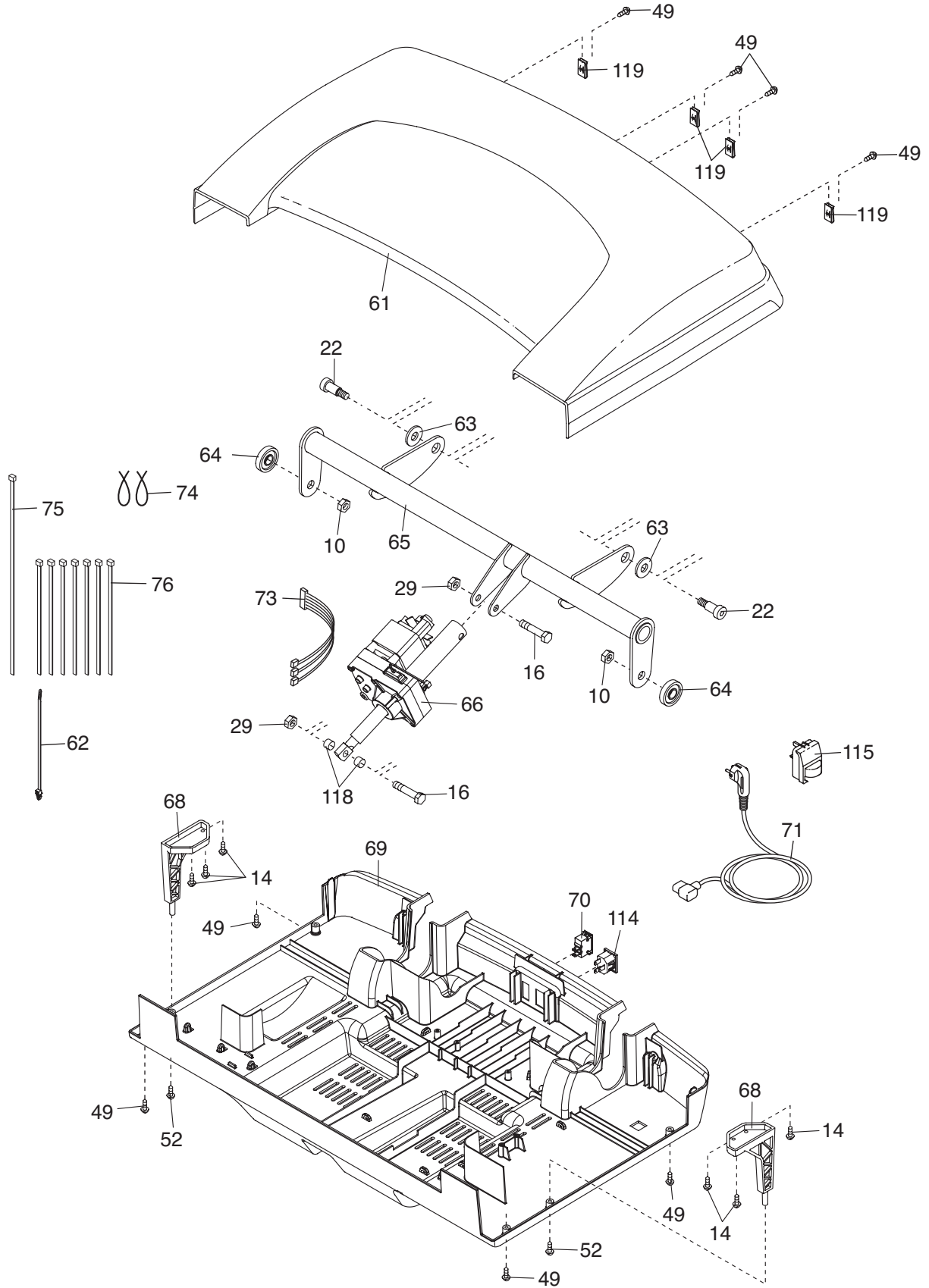
AYRIŞTIRILMIŞ MONTAJ ÇİZİMİ A

Model No. NETL12710.1 R0311A



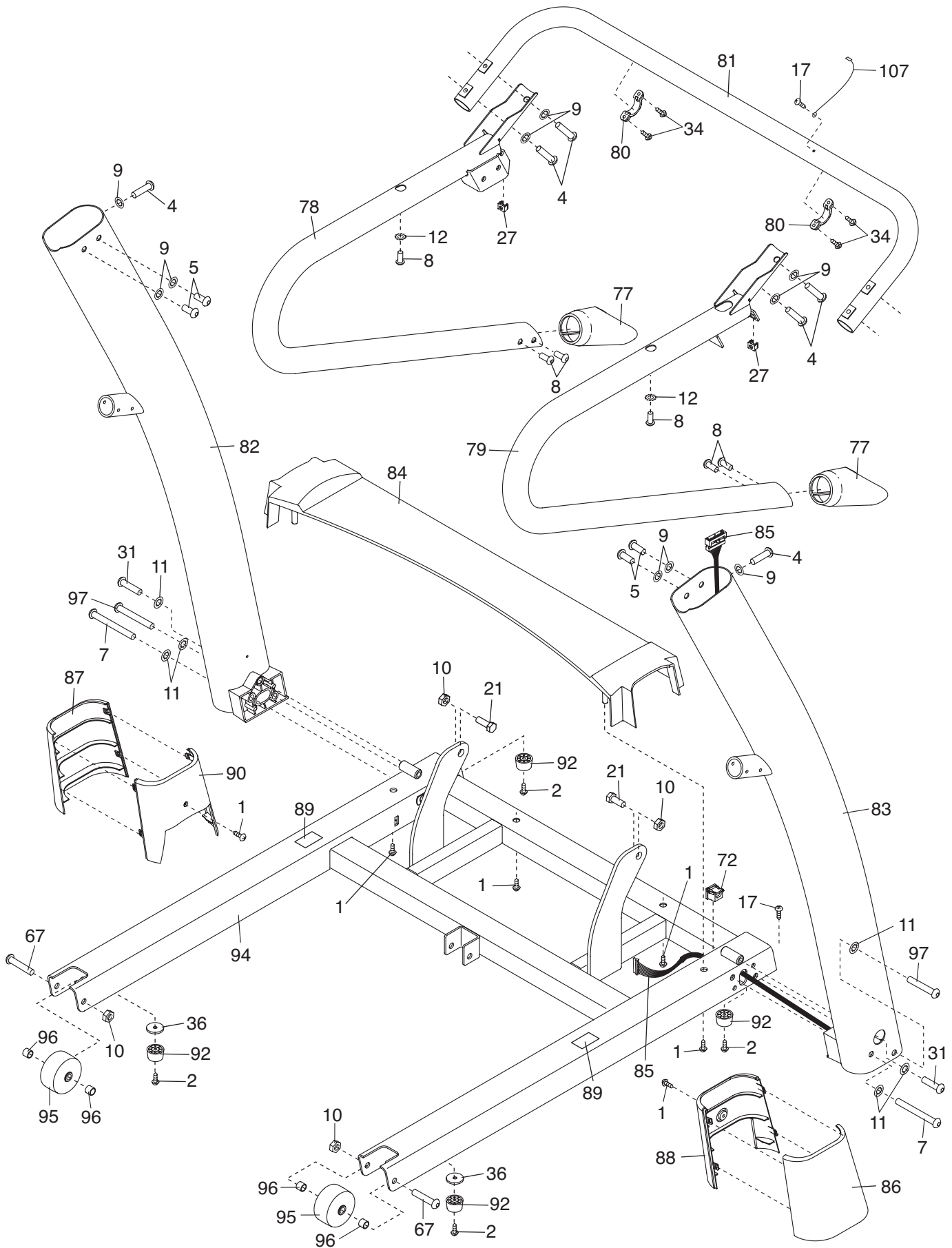
AYRIŞTIRILMIŞ MONTAJ ÇİZİMİ B

Model No. NETL12710.1 R0311A



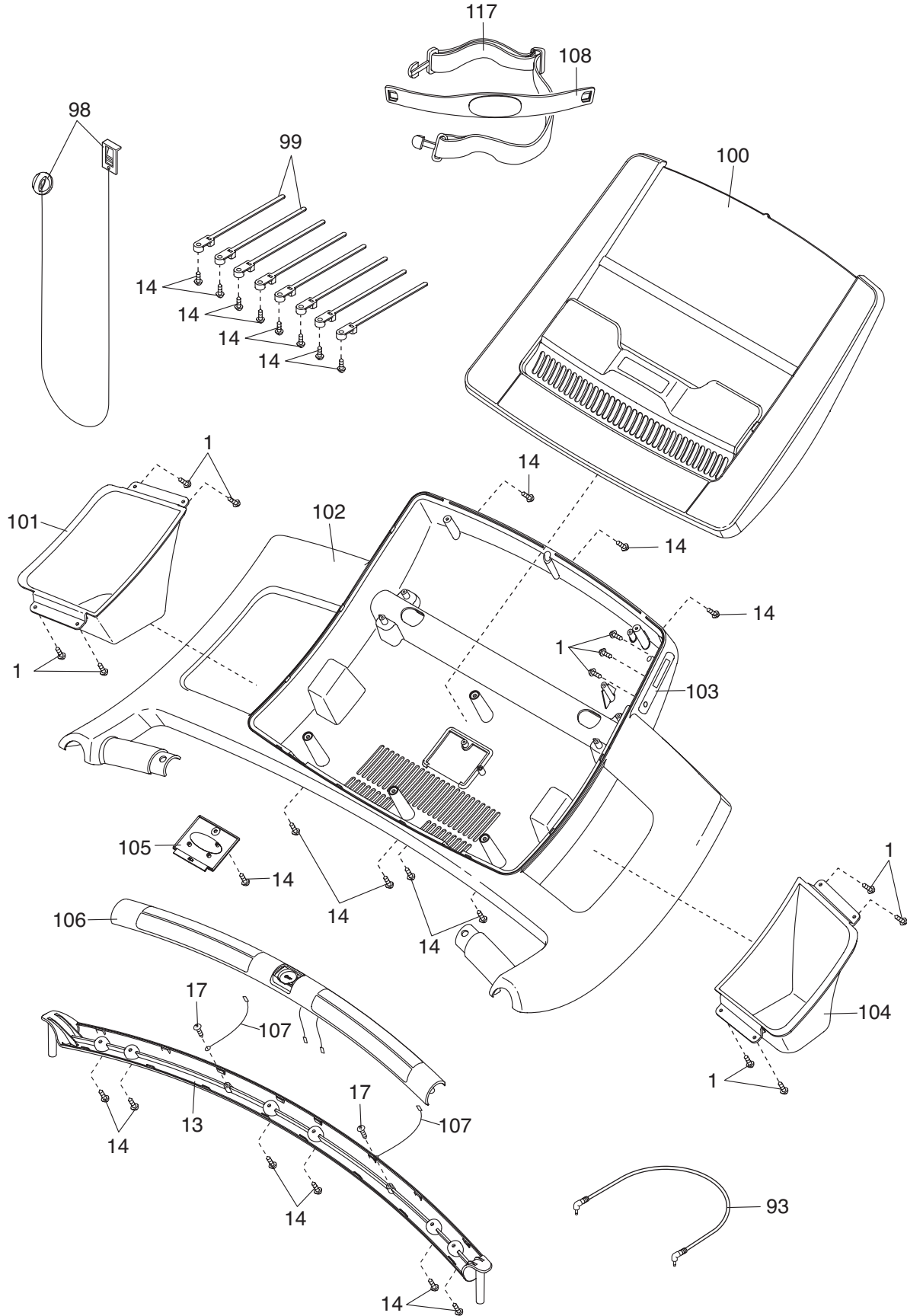
AYRIŞTIRILMIŞ MONTAJ ÇİZİMİ C

Model No. NETL12710.1 R0311A



AYRIŞTIRILMIŞ MONTAJ ÇİZİMİ D

Model No. NETL12710.1 R0311A



YEDEK PARÇALARIN SİPARİŞ EDİLMESİ

Yedek parça sipariş etmek için, lütfen bu kılavuzun ön kapağına bakın. Size yardımcı olabilmemiz için lütfen bizimle irtibat kurmadan önce aşağıdaki bilgileri hazırlayın:

- ürünün model ve seri numarası (bkz. bu kılavuzun ön kapağı)
- ürünün adı (bkz. bu kılavuzun ön kapağı)
- yedek parça(lar)ın parça numarası ve açıklaması (bkz. kılavuzun son bölümündeki PARÇA LİSTESİ ve AYRIŞTIRILMIŞ MONTAJ ÇİZİMİ).

GERİ DÖNÜŞÜM BİLGİLERİ

Bu elektronik ürün, sıradan atıklarla birlikte imha edilmemelidir. Çevreyi korumak için, ürün, hizmet süresi sonrasında yasaların gerektirdiği şekilde geri dönüştürülmelidir.

Lütfen bölgenizde bu tür atıkları toplamaya yetkili geri dönüşüm tesislerinden yararlanın. Bunu yaparak, doğal kaynakların korunmasına katkıda bulunacak ve Avrupa çevre koruma standartlarının iyileştirilmesine yardımcı olacaksınız. Güvenli ve doğru imha yöntemleri hakkında ayrıntılı bilgiye gerek duyuyorsanız, lütfen bu ürünü satın aldığınız bölgedeki yerel yetkililerle veya kurumlarla temas kurun.

