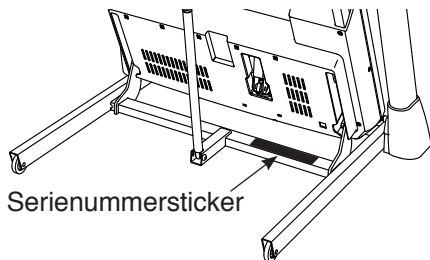


NordicTrack[®] **C 320i**

Modelnr. NETL12915.5

Serienummer _____

Schrijf het serienummer in het vakje hierboven voor latere naslag.



Serienummersticker

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:

iconsupport.eu

Email:

csuk@iconeurope.com

OPGELET

Lees alle instructies en voorzorgsmaatregelen in deze handleiding door voordat u dit apparaat gaat gebruiken. Bewaar deze handleiding voor verdere raadpleging.

GEBRUIKERSHANDLEIDING



iconeurope.com

INHOUDSOPGAVE

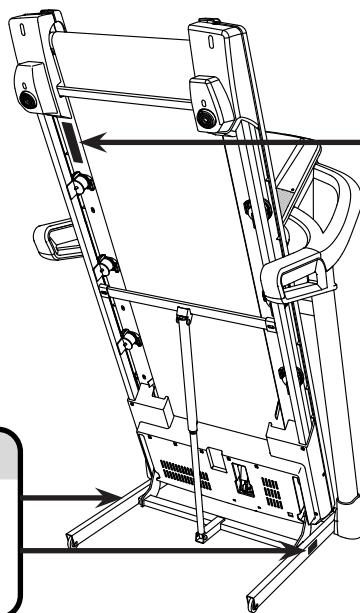
PLAATSING WAARSCHUWINGSSTICKER	2
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN	3
VOORDAT U BEGINT	5
ONDERDEEL IDENTIFICATIESCHEMA	6
MONTAGE	7
HOE DE LOOPBAND TE GEBRUIKEN	17
HOE DE LOOPBAND IN TE KLAPPEN EN TE VERPLAATSEN	27
ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN	28
RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN	31
LIJST MET ONDERDELEN	34
GEDETAILLEERDE TEKENING	36
VERVANGINGSONDERDELEN BESTELLEN	Achterzijde
RECYCLINGINFORMATIE	Achterzijde

PLAATSING WAARSCHUWINGSSTICKER

De hier afgebeelde waarschuwingsstickers worden meegeleverd bij dit product. Bevestig de waarschuwingsstickers bovenop de Engelse waarschuwingen op de aangegeven locatie. Deze tekening toont de locaties van de waarschuwingsstickers. **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.** Let op: 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 handreiningen om te voorkomen dat U valt draag ook altijd de veiligheidsclip.

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

*Sluit de sleutel 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.

NORDICTRACK en IFIT zijn geregistreerde handelsmerken van ICON Health & Fitness. Het BLUETOOTH® woordmerk en de logo's zijn geregistreerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc. en worden onder licentie gebruikt.

BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN

⚠ WAARSCHUWING: Lees alle belangrijke voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen op uw loopband voordat u deze gebruikt om het risico op brandwonden, brand, elektrische schok of ernstig letsel aan personen te verminderen. ICON is niet verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit product.

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 voorzorgsmaatregelen.
2. Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of enig ander oefenprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen boven de 35 jaar, of personen met bestaande gezondheidsproblemen.
3. Het is niet de bedoeling dat de loopband wordt gebruikt door mensen met mentale, sensitieve of fysieke beperkingen of gebrek aan ervaring en kennis, tenzij zij onder supervisie of instructie staan betreffende het gebruik van de loopband door iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid.
4. Gebruik de loopband alleen zoals beschreven in deze handleiding.
5. De loopband is alleen voor gebruik in huis bedoeld. Gebruik de loopband niet commercieel, niet voor verhuur of in een instelling.
6. Gebruik de loopband uitsluitend binnenshuis en uit de buurt van vocht en stof. Plaats de loopband niet in een garage, op een overdekt terras of bij water.
7. Plaats de loopband op een vlakke ondergrond met minstens 2,4 m ruimte rondom, ruimte achter de loopband en 0,6 m ruimte aan iedere kant van de loopband. Zorg ervoor dat de loopband geen enkele luchtopening blokkeert. Leg een matje onder de loopband om de vloer of de vloerbedekking te beschermen.
8. Gebruik de loopband niet daar waar spuitbussen gebruikt worden of waar zuurstof beheerd wordt.
9. Houd te allen tijde kinderen jonger dan 13 jaar en huisdieren bij de loopband vandaan.
10. De loopband kan alleen door mensen die niet meer dan 150 kg wegen gebruikt worden.
11. Laat nooit meer dan één persoon tegelijkertijd op de loopband.
12. Draag juiste kleding bij gebruik van de loopband. Draag geen losse kleding die in de loopband verstrikt kan raken. Atletische ondersteunende kleding wordt zowel voor mannen als voor vrouwen aanbevolen. *Draag altijd sportschoenen. Gebruik de loopband nooit op blote voeten, nooit op sokken, of met sandalen.*
13. Steek de stekker alleen in een geaard stopcontact (zie bladzijde 17). Geen enkel ander apparaat mag op dezelfde groep aangesloten zijn. Plaats een ASTA-goedgekeurde BS1362, 13-ampère zekering in de zekeringshouder bij het vervangen van een zekering in de adapter van het stroomsnoer.
14. Mocht een verlengsnoer nodig zijn gebruik dan alleen een 3 conductor, maat 14 (2 mm²) snoer van maximaal 1,5 m.
15. Houd het stroomsnoer uit de buurt van verwarmde oppervlakken.
16. Loop nooit op de loopband wanneer het apparaat uitgeschakeld is. Gebruik de loopband niet wanneer het elektrische snoer of de stekker beschadigd is. Gebruik de loopband niet wanneer deze niet goed werkt. (Zie ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN op bladzijde 28 als de loopband niet goed werkt.)
17. Lees de noodstop procedure grondig door en test deze voordat u de loopband gaat gebruiken (raadpleeg HET APPARAAT INSCHAKELEN op bladzijde 19). Draag altijd de clip tijdens het gebruik van de loopband.

18. Sta altijd op de voetleuningen wanneer de loopband wordt gestart of gestopt. Houd bij gebruik van de loopband de handleuning altijd vast.
19. Als een persoon op de loopband loopt, zal het geluidsniveau van de loopband toenemen.
20. Houd vingers, haar en kleding weg van de bewegende loopband.
21. De loopband kan hoge snelheden bereiken. Stel de snelheid geleidelijk af om schokkende versnellingen te voorkomen.
22. 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.
23. Laat de loopband nooit zonder toezicht ronddraaien. Verwijder altijd de sleutel, zet de aan/uitschakelaar in de stand Off (uit) (zie tekening op bladzijde 5 voor de locatie van de stroomschakelaar), en haal het stroomsnoer uit het stopcontact als de loopband niet wordt gebruikt.
24. Voltooi eerst de montage van de loopband voordat u hem verplaatst. (Zie MONTAGE op bladzijde 7 en DE LOOPBAND INKLAPPEN EN VERPLAATSEN op bladzijde 27). U moet in staat zijn om 20 kg veilig op te kunnen tillen om de loopband in te klappen, te laten zakken of te verplaatsen.
25. Zorg ervoor dat de opbergvergrendeling het onderstel stevig in de opbergstand houdt tijdens het inklappen of het verplaatsen van de loopband. Gebruik de loopband niet als deze is ingevouwen.
26. Steek geen enkel voorwerp in welke opening van de loopband dan ook.
27. Controleer steeds bij gebruik alle onderdelen van de loopband en draai ze goed vast.
28. **GEVAAR:** Trek de stekker altijd direct na gebruik van de loopband uit het stopcontact. Doe dit ook bij het schoonmaken van de loopband, voor het plegen van onderhoud en voor het afstellen zoals staat beschreven in deze handleiding. Verwijder nooit de motorkap tenzij een technicus dat aangeeft. Onderhoud, anders dan de procedures in deze handleiding, dient uitsluitend door een erkende onderhoudsmonteur uitgevoerd te worden.
29. Te veel oefeningen doen kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Stop onmiddellijk en begin met af te koelen als u tijdens het oefenen uitgeput raakt, kortademig wordt of pijn voelt.

BEWAAR DEZE INSTRUCTIES

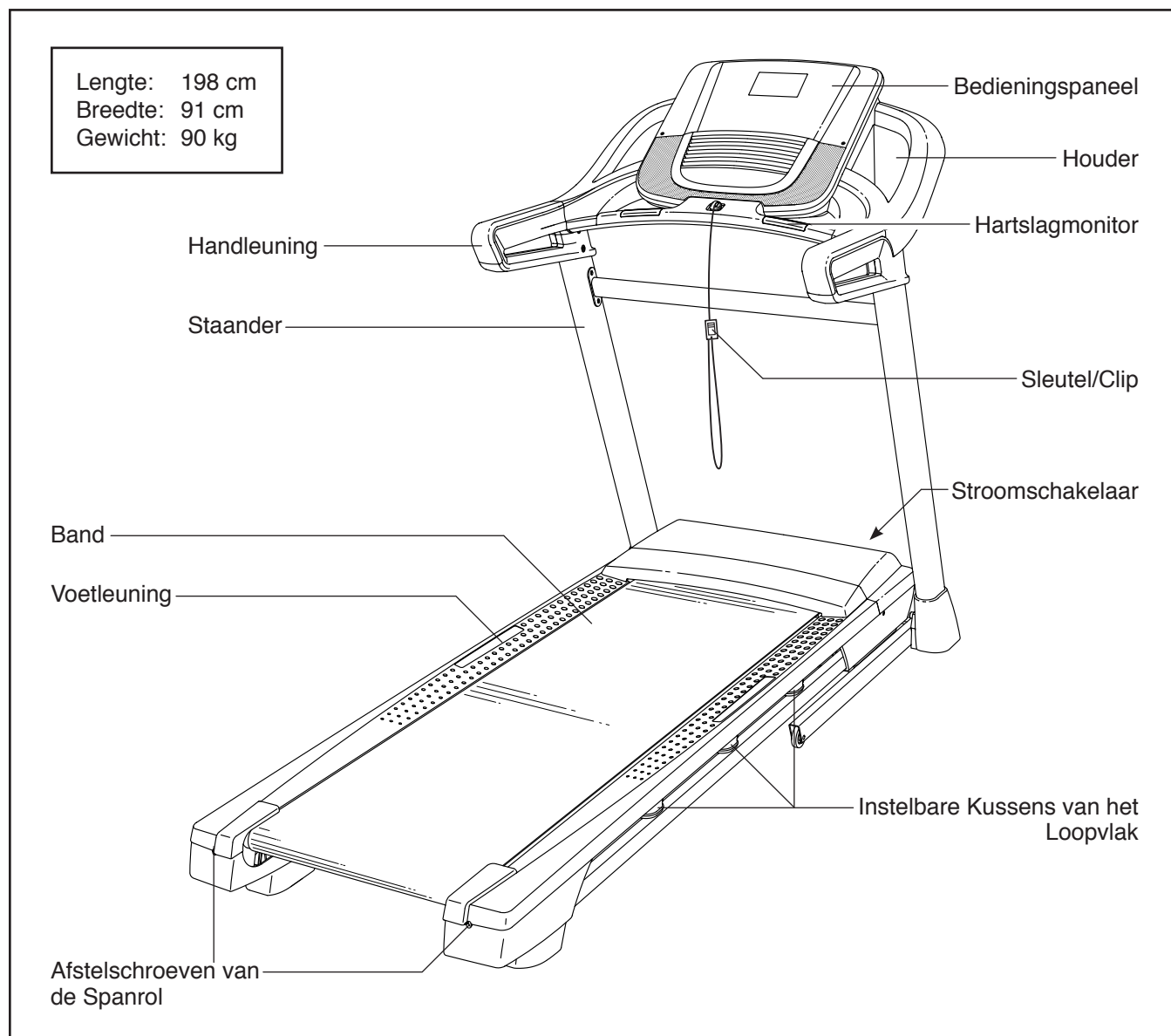
VOORDAT U BEGINT

Dank u voor het selecteren van de revolutionaire NORDICTRACK® C 320 I loopband. De C 320 I loopband biedt een aantal indrukwekkende functies die zijn ontwikkeld om uw trainingen thuis effectiever en leuker te maken. Als u geen oefeningen doet, kunt u deze unieke loopband opvouwen, waardoor deze minder dan de helft van de ruimte inneemt van andere loopbanden.

Lees, voor uw welzijn, deze handleiding zorgvuldig door voordat u de loopband begint te gebruiken. Raadpleeg de kapt van deze handleiding

mocht u nog vragen hebben nadat u de handleiding hebt doorgelezen. Noteer het product modelnummer en het serienummer voordat u contact met ons opneemt, zodat wij u beter van dienst kunnen zijn. De plaats waar u de sticker van het modelnummer en het serienummer kunt vinden wordt op de kapt van de handleiding aangegeven.

Voordat uw verder gaat met lezen, bekijk a.u.b. de volgende tekening aandachtig om bekend te raken met de verschillende onderdelen.

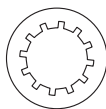


ONDERDEEL IDENTIFICATIESHEMA

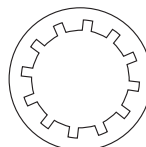
Raadpleeg de onderstaande tekeningen om kleine onderdelen te herkennen. Het getal tussen haakjes onder iedere tekening is het nummer van het onderdeel van de LIJST MET ONDERDELEN aan het eind van deze handleiding. Het nummer naast het sleutelnummer is de hoeveelheid die nodig is voor de montage. **Let op: Als een onderdeel zich niet in de hardwareset bevindt, controleert u of deze al vooraf is gemonteerd. Er kunnen extra onderdelen zijn meegeleverd.**



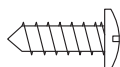
#10 Sterring
(5)–2



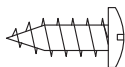
5/16" Sterring
(11)–14



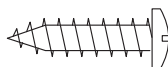
3/8" Sterring
(13)–8



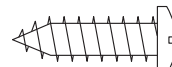
#8 x 1/2" Zilveren
Schroef (10)–1



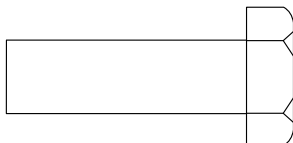
#8 x 1/2"
Schroef (1)–8



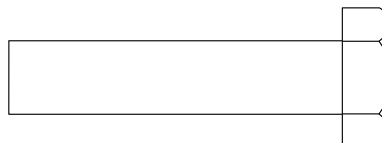
#8 x 3/4" Schroef
(2)–8



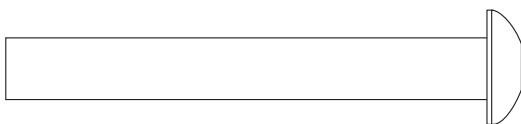
#10 x 3/4" Schroef
(9)–2



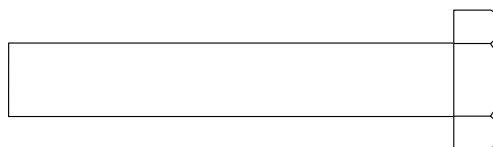
3/8" x 1 1/4" Schroef
(63)–2



3/8" x 1 3/4" Schroef (62)–2

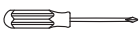


5/16" x 2 1/2"
Schroef (28)–4



3/8" x 2 3/8" Schroef (7)–4

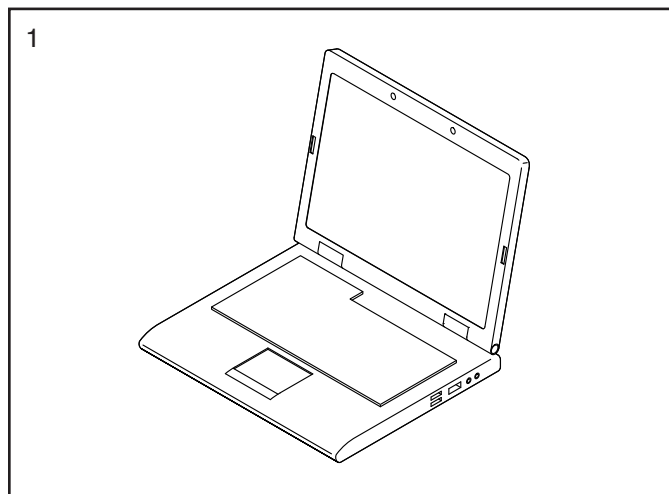
MONTAGE

- De montage moet door twee personen uitgevoerd worden.
 - Leg alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal niet weg tot u volledig klaar bent met de montage.
 - Er kan na verzending een vette substantie op de buitenkant van de loopband zitten. Dit is normaal. Mocht er wat vet op de bovenkant van de loopband bevinden, veeg dit dan weg met een zachte doek en een mild, niet-schurend reinigingsmiddel.
 - Linker onderdelen worden met “L” of “Left” aangegeven en rechter onderdelen worden met “R” of “Right” aangegeven.
 - Voor het vaststellen van de kleine onderdelen, kijkt u op bladzijde 6.
 - Voor de montage heeft u het volgende gereedschap nodig:
 - de meegeleverde inbusleutel 
 - één instelbare sleutel 
 - één Philips schroevendraaier 
- Om schade aan de onderdelen te vermijden, dient u nooit elektrisch gereedschap te gebruiken.

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

- documenteert uw eigendom
- activeert uw garantie
- garandeert eerste klas klantenondersteuning als u ooit hulp nodig heeft

Let op: Indien u geen toegang tot internet heeft, bel dan met de Klantenservice (zie de kft van deze handleiding) en registreer uw product.

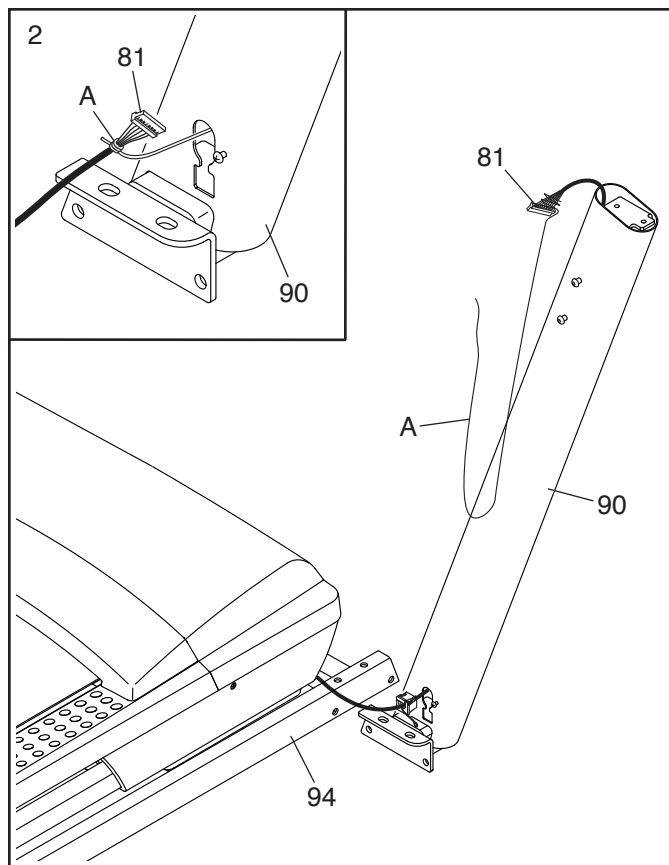


2. **Zorg dat het stroomsnoer niet op het stop-contact is aangesloten.**

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

Zoek vervolgens naar de Rechterstaander (90). Laat een tweede persoon de Rechterstaander bij de Basis (94) houden.

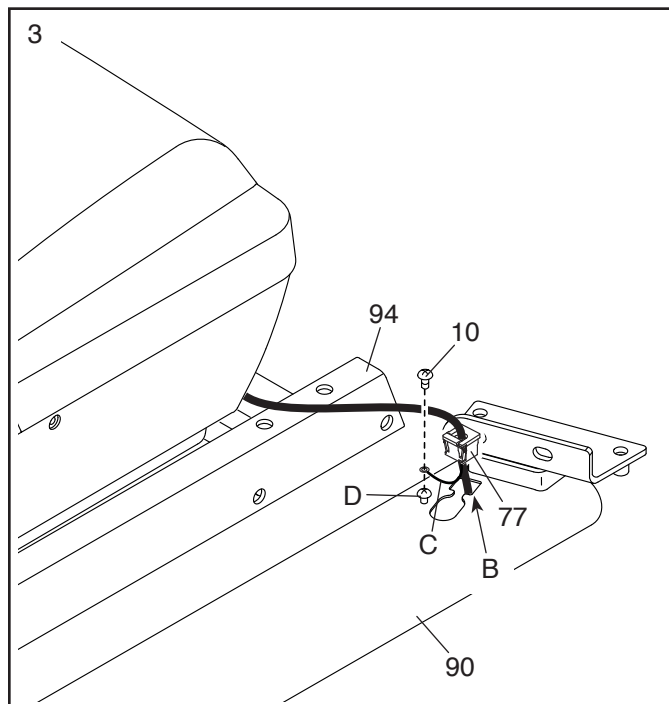
Zie de inzet-tekening. Maak de draadband (A) in de Rechterstaander (90) stevig rond het uiteinde van de Draad van de Staander (81) vast. Steek dan de Draad van de Staander in het onderste uiteinde van de Rechterstaander terwijl u het andere uiteinde van de draadband door de Rechterstaander trekt.



3. Leg de Rechterstaander (90) bij de Basis (94). Druk de Doorvoerhuls (77) in het vierkante gat (B) in de Rechterstaander. **Zorg ervoor dat de aardingsdraad (C) niet bekneld raakt.**

Indien er een schroef (D) is die vooraf is geïnstalleerd in de Rechterstaander (90), dient u deze te verwijderen en weg te gooien.

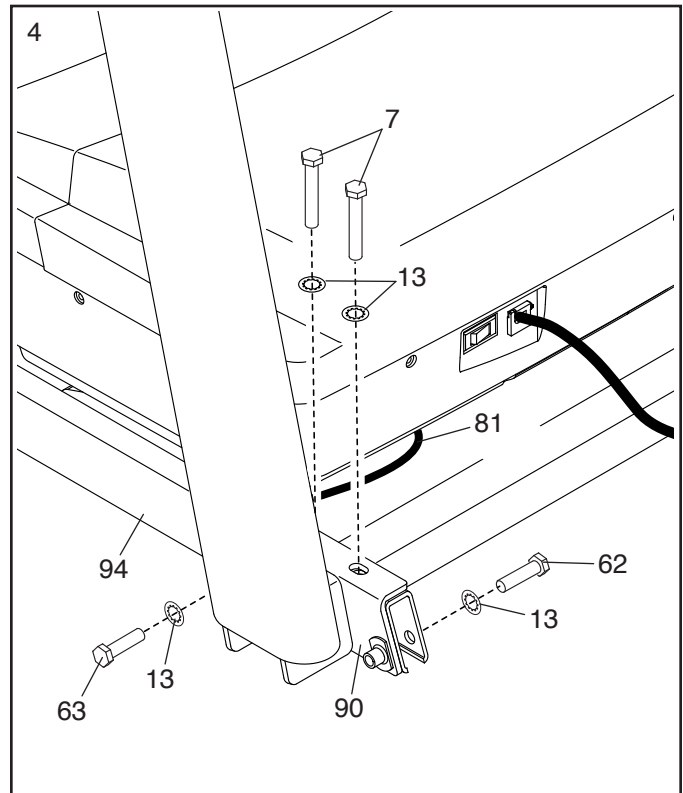
Maak vervolgens de aardingsdraad (C) aan de Rechterstaander (90) vast met een #8 x 1/2" Zilveren Schroef (10).



4. Houd de Rechterstaander (90) tegen de Basis (94). **Zorg ervoor dat de Draad van de Staander (81) niet bekneeld raakt.**

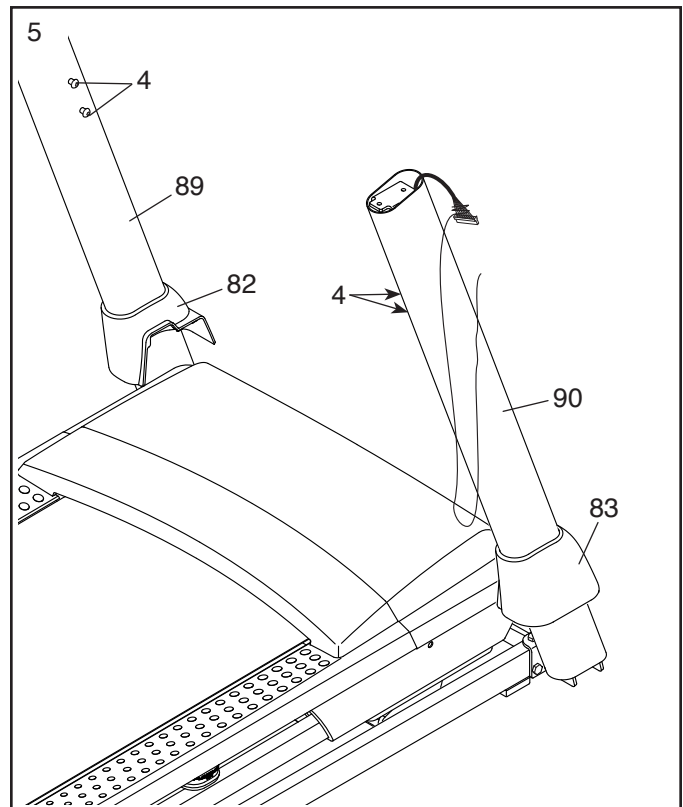
Bevestig de Rechterstaander (90) met twee $\frac{3}{8}$ " x $2\frac{3}{8}$ " Schroeven (7), een $\frac{3}{8}$ " x $1\frac{1}{4}$ " Schroef (63), een $\frac{3}{8}$ " x $1\frac{3}{4}$ " Schroef (62), en vier $\frac{3}{8}$ " Sterringen (13) zoals afgebeeld; **draai de Schroeven nog niet volledig vast.**

Maak de Linkerstaander (niet getoond) op dezelfde manier vast. Let op: Er zijn geen draden aan de linkerkant.



5. **Verwijder en bewaar de vier aangegeven $\frac{5}{16}$ " x $\frac{3}{4}$ " Schroeven (4).**

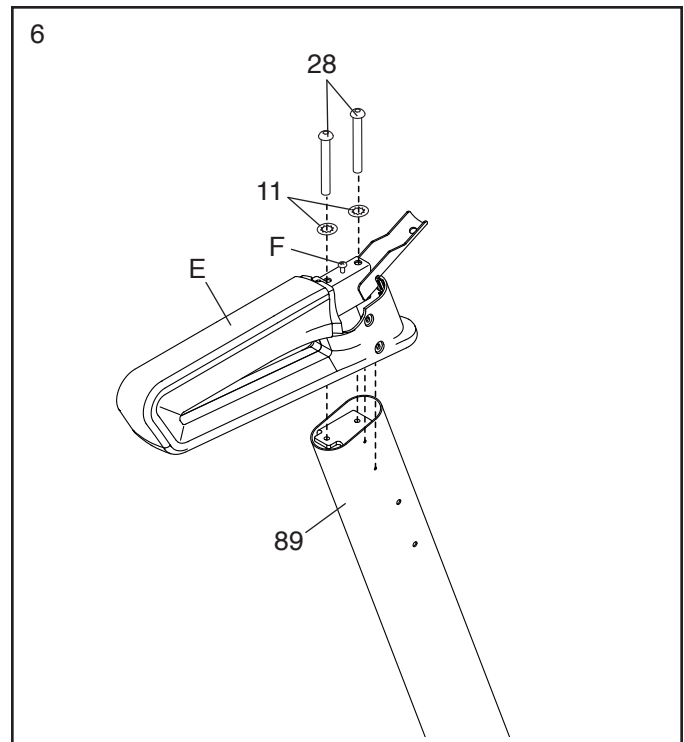
Zoek de Linker- en de Rechterbasiskap (82, 83). Schuif de Linkerbasiskap op de Linkerstaander (89) en schuif de Rechterbasiskap op de Rechterstaander (90). **Druk de Basiskappen nog niet op hun plaats.**



6. Zoek naar de linker handleuningsmodule (E).

Bevestig de linker handleuningsmodule (E) op de Linkerstaander (89) met twee 5/16" x 2 1/2" Schroeven (28) en twee 5/16" Sterringen (11).
Draai de Schroeven nog niet volledig vast.

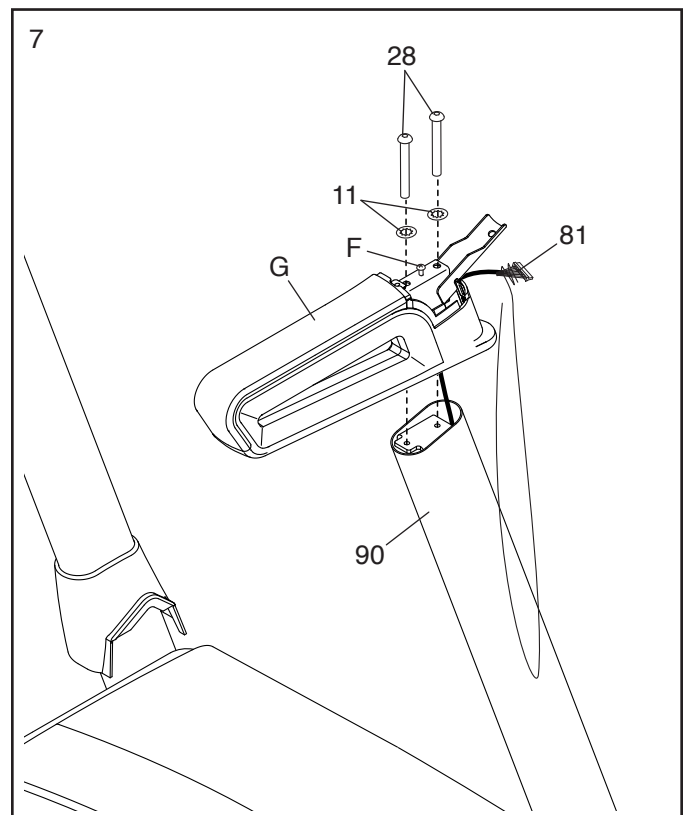
Verwijder vervolgens de aangegeven schroef (F) en gooi hem weg.



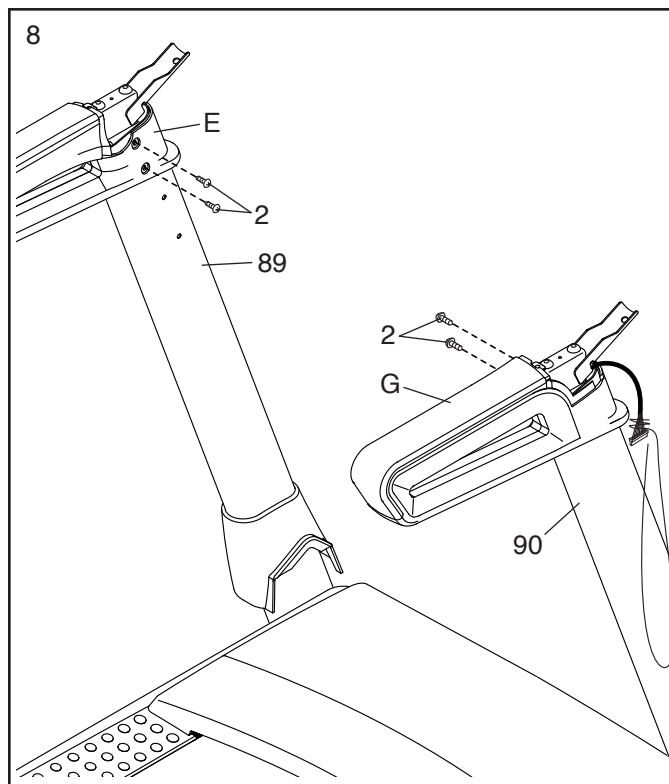
7. Plaats de Draad van de Staander (81) in de onderkant van de rechter handleuningsmodule (G) en weer aan de voorkant eruit zoals afgebeeld.

Bevestig de rechter handleuningsmodule (G) op de Rechterstaander (90) met twee 5/16" x 2 1/2" Schroeven (28) en twee 5/16" Sterringen (11).
Draai de Schroeven nog niet volledig vast.
Zorg ervoor dat de Draad van de Staander (81) niet beknelde raakt.

Verwijder vervolgens de aangegeven schroef (F) en gooi hem weg.



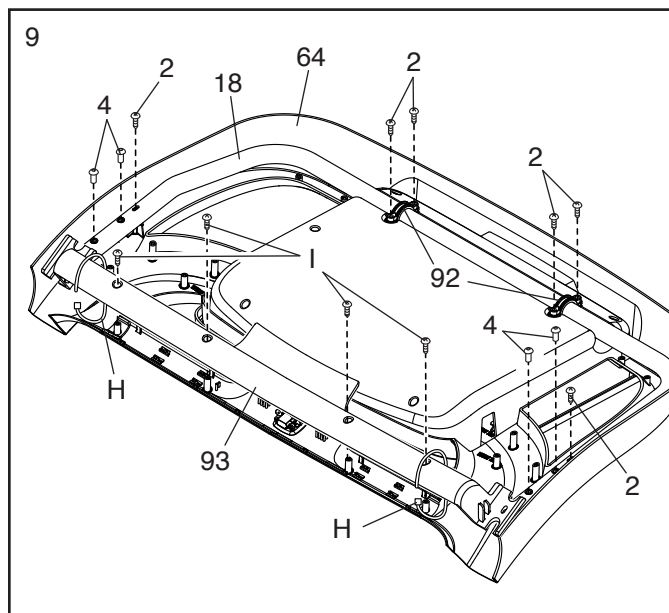
8. Draai vier #8 x 3/4" Schroeven (2) in de linker en rechter handleuningmodules (E, G) en in de Linker- en de Rechterstaander (89, 90).



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 zich draden bevinden die de Hartslagdwarsstang (93) aan de Basis van het Bedieningspaneel bevestigen, verwijdt u de draden (H).

Verwijder en gooi de vier aangegeven schroeven (I) weg. Verwijder dan de Hartslagdwarsstang (93).

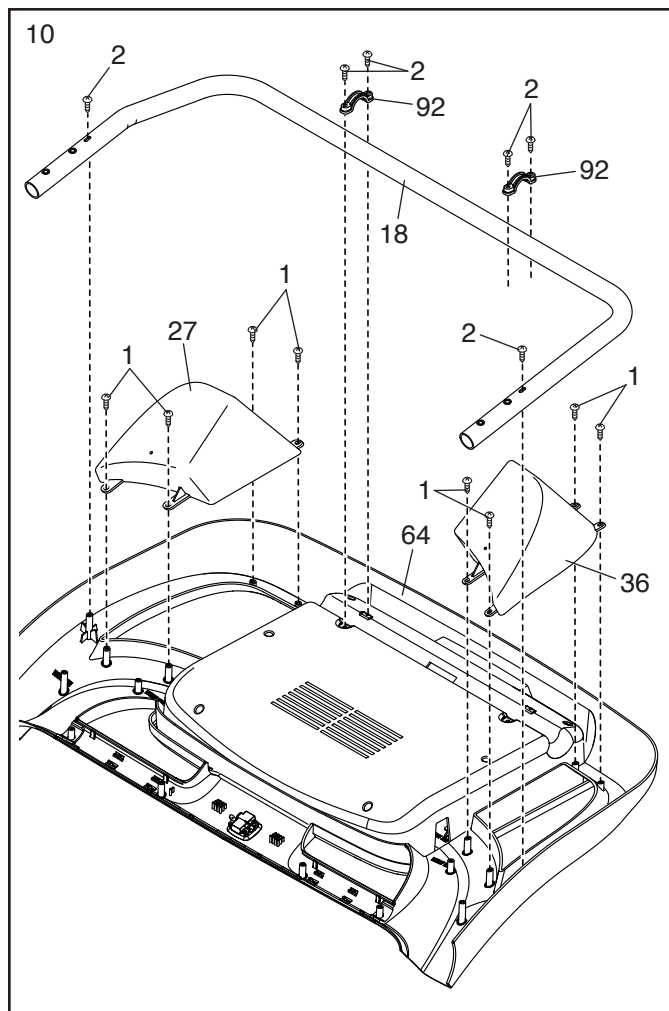
Verwijder en bewaar de vier 5/16" x 3/4" Schroeven (4) en de zes #8 x 3/4" Schroeven (2). Til dan de twee Klemmen van het Bedieningspaneel (92) omhoog en uit het Onderstel van het Bedieningspaneel (18).



10. Zoek naar de Rechter- en de Linkerhouder (27, 36).

Maak de Houders (27, 36) vast aan de Basis van het Bedieningspaneel (64) met acht #8 x 1/2" Schroeven (1). **Draai de Schroeven niet te vast.**

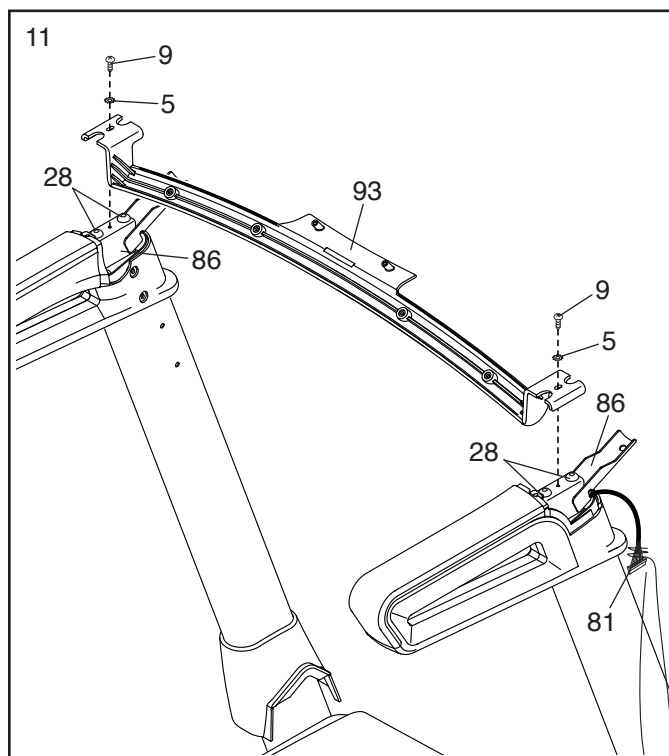
Maak het Onderstel van het Bedieningspaneel (18) weer vast met de zes #8 x 3/4" Schroeven (2) en de twee Klemmen aan het Bedieningspaneel (92) die u heeft verwijderd in stap 9; **draai de Schroeven niet te vast.**



11. **BELANGRIJK:** Gebruik geen groot gereedschap en draai de #10 x 3/4" Schroeven (9) niet te vast, om de Hartslagdwarsstang (93) niet te beschadigen.

Richt de Hartslagdwarsstang (93) zoals afgebeeld. Maak de Hartslagdwarsstang 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 dan vast.**

Zorg ervoor dat de Draad van de Staander (81) niet bekneld raakt. Draai de vier 5/16" x 2 1/2" Schroeven (28) stevig vast.



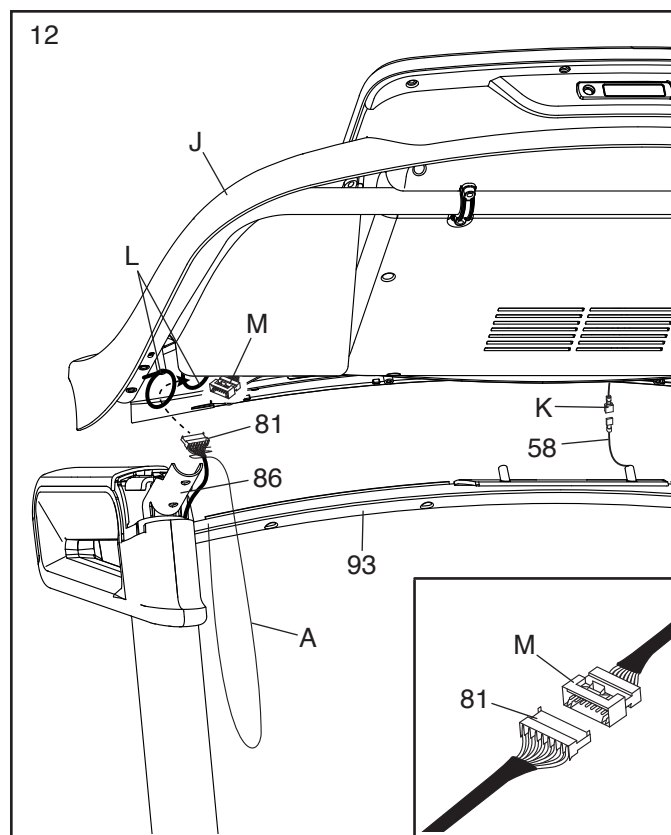
12. Met de hulp van een tweede persoon, houd de bedieningspaneelmodule (J) vast bij de Handleuning (86) (slechts één kant is afgebeeld).

Verbind de aardingsdraad (K) van de bedieningspaneelmodule (J) met de Aardingsdraad van het Bedieningspaneel (58) op de Hartslagdwarsstang (93).

Steek vervolgens de Draad van de Staander (81) door de twee aangegeven gebogen binddraden (L) op de bedieningspaneelmodule (J).

Zie de inzet-tekening. Verbind de Draad van de Staander (81) met de draad van het bedieningspaneel (M). **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 VERBINDINGSSTUKKEN NIET GOED VERBINDT, KAN HET BEDIENINGSPANEEL BESCHADIGD RAKEN ALS DE STROOM WORDT AANGEZET.**

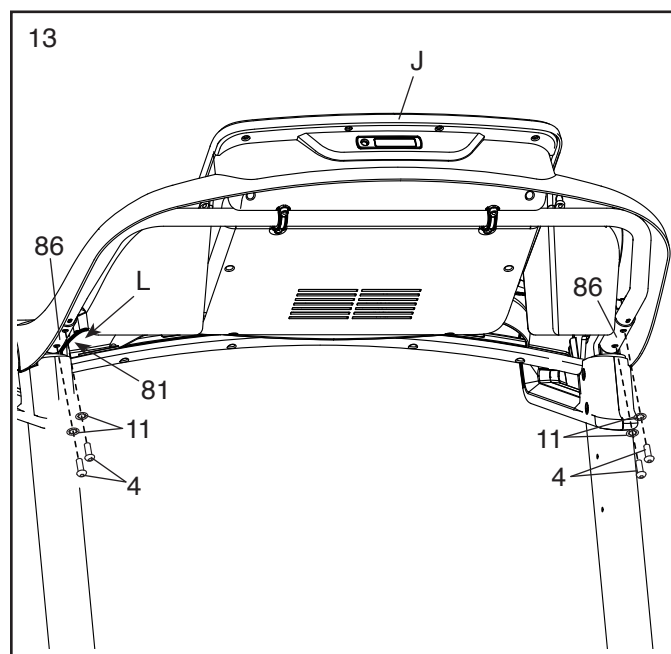
Verwijder de draadband (A) uit de Draad van de Staander.



13. Zet de bedieningspaneelmodule op de beugels van de Handleuning (86). **Zorg ervoor dat geen enkele draad bekneld raakt.**

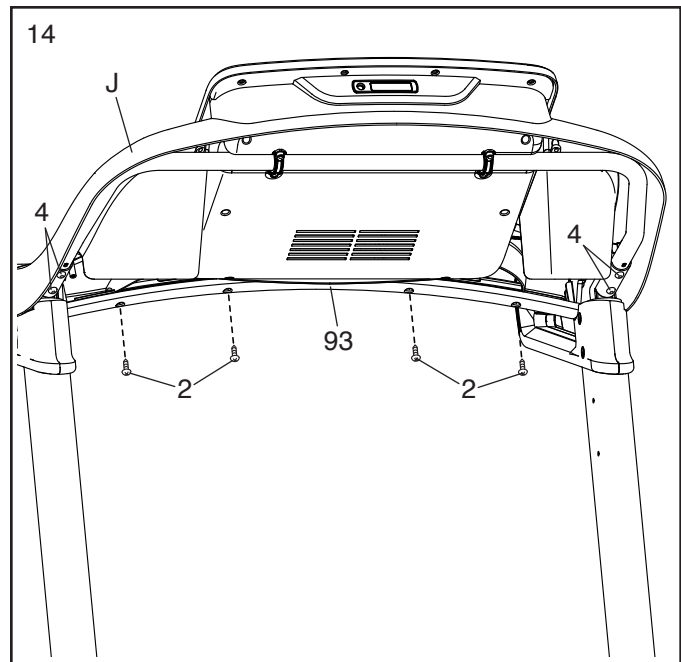
Maak de bedieningspaneelmodule (F) met vier 5/16" x 3/4" Schroeven (4) die u heeft verwijderd in stap 9 en vier 5/16" Sterringen (11) vast. **Draai de Schroeven nog niet vast.**

Steek het overschot aan Draad van de Staander (81) in de bedieningspaneelmodule. Trek vervolgens de twee binddraden (L) strak tegen de Draad van de Staander en snij de draaduiteinden af.

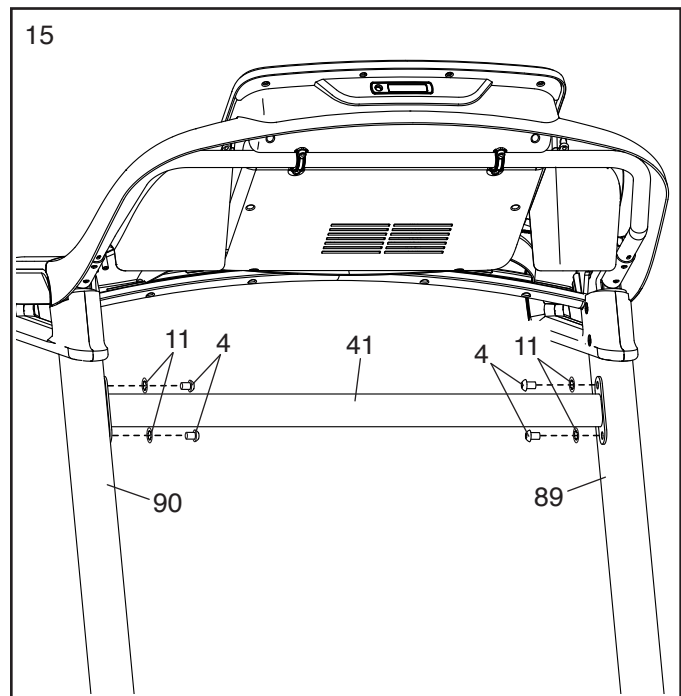


14. Bevestig de Hartslagdwarsstang (93) met vier #8 x 3/4" Schroeven (2) aan de bedieningspaneel-module (J); **draai alle vier Schroeven aan en zet ze dan vast.**

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



15. Schuif de Dwarsstang van de Staander (41) tussen de Linker- en de Rechterstaander (89, 90). Maak de Dwarsstang van de Staander vast met de vier 5/16" x 3/4" Schroeven (4) die u heeft verwijderd in stap 5 en vier 5/16" Sterringen (11); **draai alle vier Schroeven aan en zet ze dan vast.**

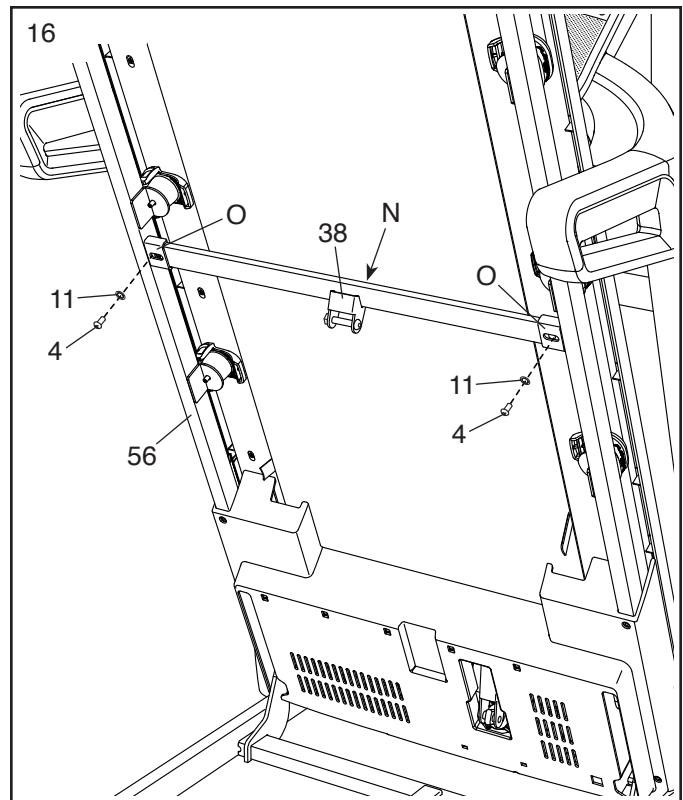


16. **Let op: Indien de loopband is gemonteerd op een glad oppervlak, kan het tijdens deze stap naar voren rollen.**

Til het Onderstel (56) rechtop. **Laat een tweede persoon het Onderstel vasthouden totdat stap 19 voltooid is.**

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

Draai de Vergrendelingsdwarsstang (38) zoals afgebeeld. **Zorg ervoor dat de sticker "This side toward belt" (deze kant naar de band) (N) gericht is naar de loopband.** Bevestig de Vergrendelingsdwarsstang op de beugels (O) op het Onderstel (56) met twee 5/16" x 3/4" Schroeven (4) die u net heeft verwijderd en twee 5/16" Sterringen (11).

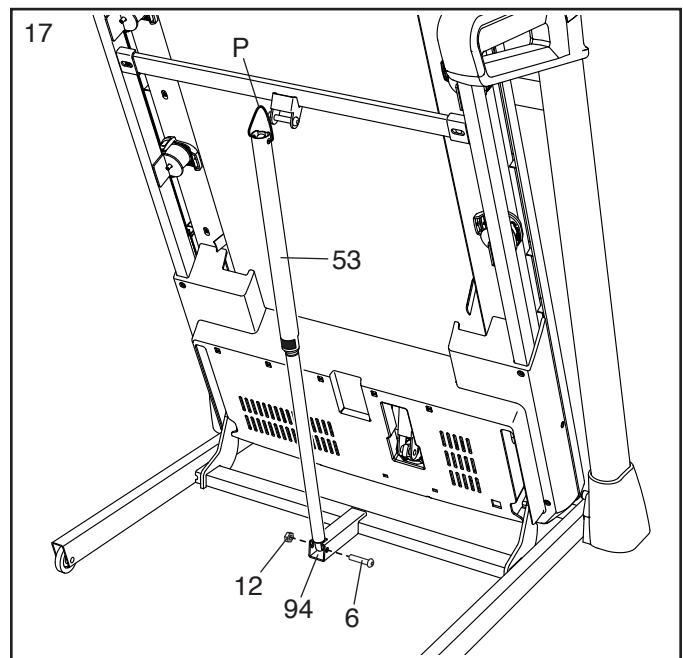


17. Verwijder de 5/16" Moer (12) en de 5/16" x 1 3/4" Bout (6) uit de beugel van de Basis (94).

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 de Opbergvergrendeling (53) vervolgens naar een verticale stand en verwijder de draadband (P).

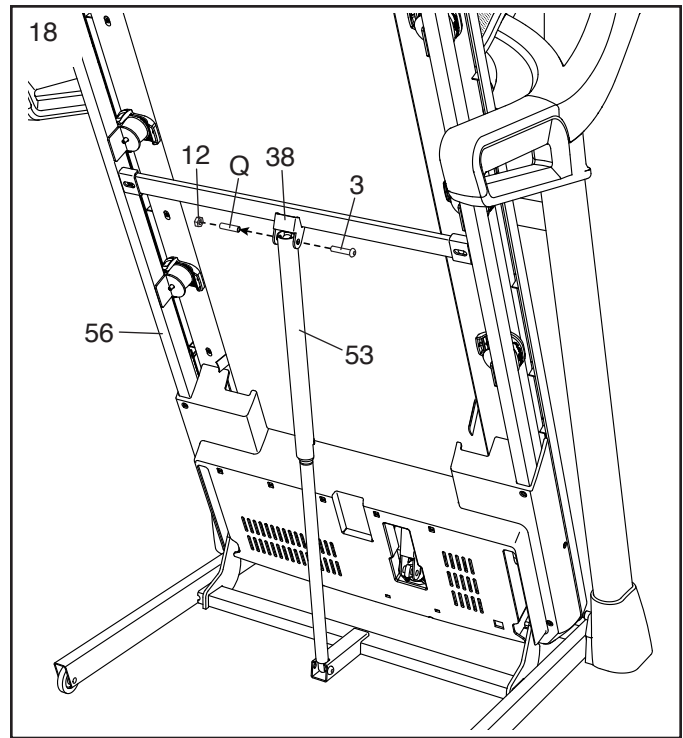


18. Verwijder de 5/16" Moer (12) en de 5/16" x 2 1/4" Bout (3) uit de beugel van de Vergrendelingsdwarsstang (38).

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

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

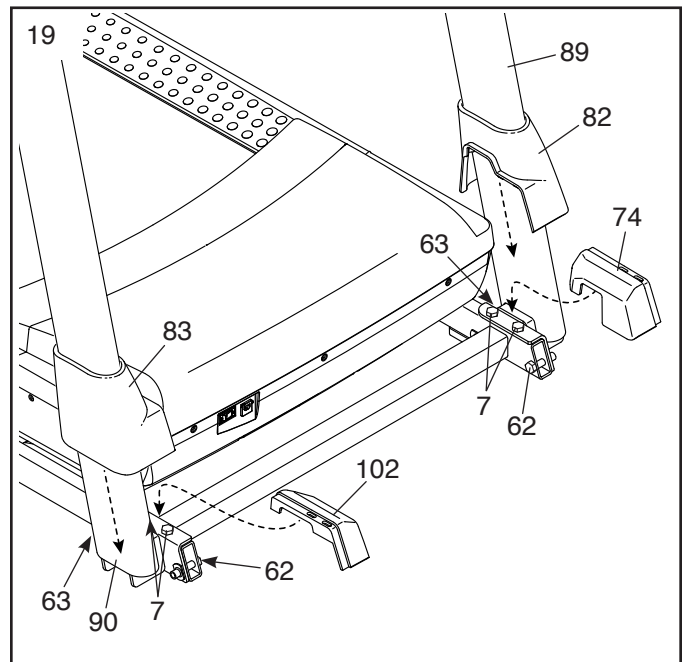
Breng het Onderstel (56) omlaag (zie HOE DE LOOPBAND NEER TE LATEN VOOR GEBRUIK op bladzijde 27).



19. **Draai de vier 3/8" x 2 3/8" Schroeven (7), de twee 3/8" x 1 3/4" Schroeven (62), en de twee 3/8" x 1 1/4" Schroeven (63) stevig vast.**

Plaats vervolgens de Linkerbinnenkap van de Basis (74) op het onderste uiteinde van de Linkerstaander (89). Schuif de Linkerbasiskap (82) omlaag en duw deze op het Linkerbinnenkap van de Basis.

Plaats vervolgens de Rechterbinnenkap van de Basis (102) op het onderste uiteinde van de Rechterstaander (90). Schuif de Rechterbasiskap (83) omlaag en duw deze op het Rechterbinnenkap van de Basis.



20. **Zorg dat alle delen goed vastzitten voordat u de loopband gebruikt.** Als er velletjes plastic op de stickers van de loopband zitten, verwijder die dan. Plaats een mat onder de loopband om de vloer of het vloerkleed te beschermen. Houd de loopband weg uit direct zonlicht om schade aan de loopband te voorkomen. Berg de meegeleverde inbussleutels goed op; een van de inbussleutels wordt gebruikt om de loopband mee af te stellen (zie bladzijden 29 en 30). Let op: Er kunnen extra onderdelen zijn meegeleverd.

HOE DE LOOPBAND TE GEBRUIKEN

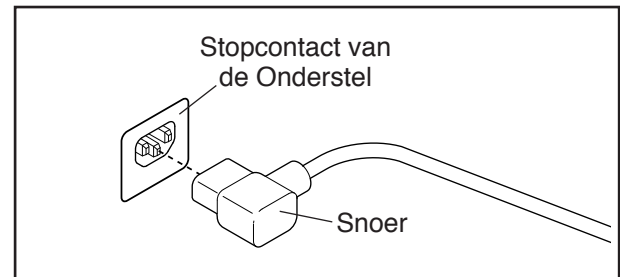
Hoe de snoer in stopcontact te steken

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.

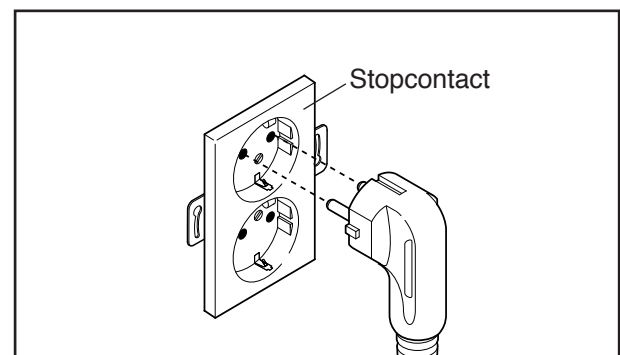
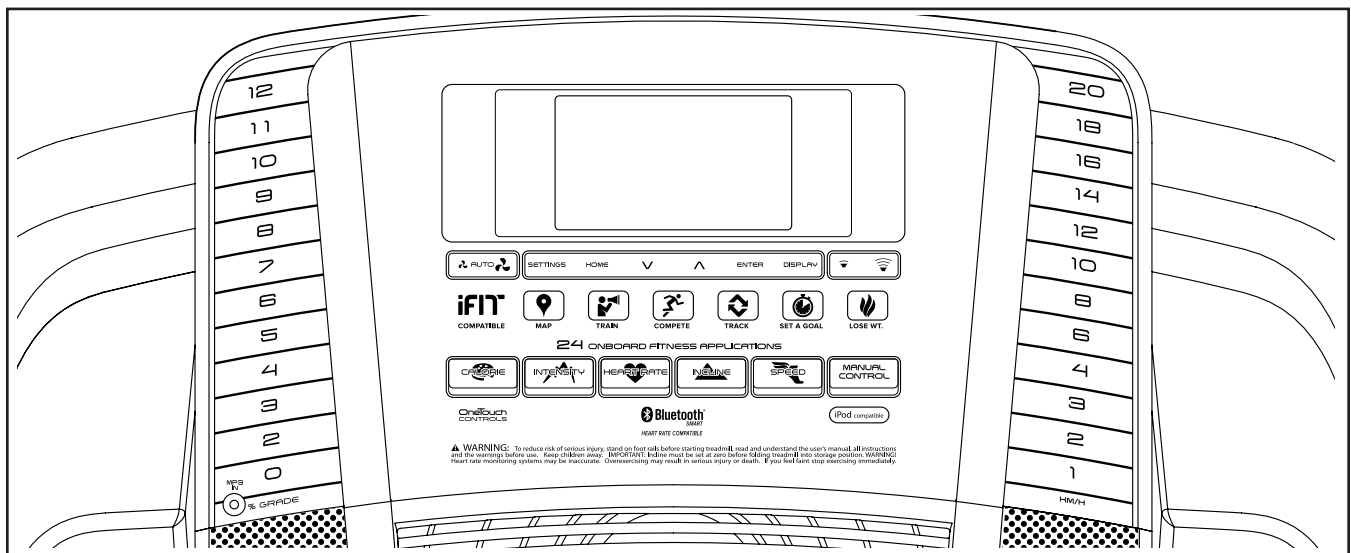


DIAGRAM VAN HET BEDIENINGSPANEEL



DE WAARSCHUWINGSSTICKER OPPLAKKEN

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

FUNCTIES VAN HET BEDIENINGSPANEEL

Het bedieningspaneel van de loopband biedt een reeks functies die zijn ontwikkeld om uw oefeningen effectiever te maken. U kunt wanneer u de handmatige instelling gebruikt de snelheid en de hellingstand van de loopband veranderen door een druk op een toets. Het bedieningspaneel zal tijdens het oefenen direct feedback over de oefening geven. U kunt zelfs uw hartslag meten door gebruik te maken van de ingebouwde handgreep-hartslagmonitor of door middel van de optionele borstkas-hartslagmonitor. **Zie bladzijde 25 voor informatie over het kopen van een borstkas-hartslagmonitor.**

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

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

iFit gebruikers racen en vele andere mogelijkheden gebruiken. **Voor aankoop van de iFit-module gaat u naar iFit.com of belt u met het telefoonnummer op de voorkant van deze handleiding.**

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

Om het apparaat aan te zetten, zie bladzijde 19. Om de handmatige instelling te gebruiken, zie bladzijde 19. Voor gebruik van een vooraf ingestelde oefening, zie bladzijde 21. Voor gebruik van een oefening met ingesteld doel, zie bladzijde 22. Voor gebruik van een hartslagoefening, zie bladzijde 23. Voor gebruik van een iFit-oefening, zie bladzijde 24. Voor gebruik van het geluidssysteem, zie bladzijde 25. Voor gebruik van de instellingenmodus, zie bladzijde 25.

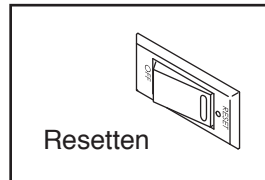
Let op: Het bedieningspaneel kan de snelheid en de afstand in kilometers of mijlen weergeven. Zie DE INSTELLINGENMODUS op bladzijde 25 om te ontdekken welk meeteenheid gekozen is. Om het eenvoudig te houden, verwijzen alle instructies in dit gedeelte van de handleiding naar kilometers.

BELANGRIJK: Als er een stuk plastic op het bedieningspaneel ligt, verwijder dan het plastic. Draag alleen schone trainingsschoenen wanneer u de loopband gebruikt om beschadiging aan het loopvlak te voorkomen. Bekijk bij de eerste keer dat u de loopband gebruikt, de uitlijning van de band en leg, indien nodig, de band in het midden (zie bladzijde 30).

HET APPARAAT INSCHAKELEN

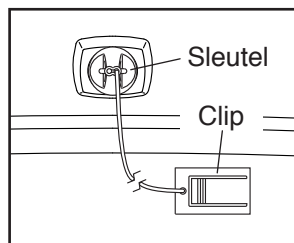
BELANGRIJK: Laat, wanneer de loopband aan koude temperaturen blootgesteld is geweest, de loopband tot kamertemperatuur komen voordat u de elektriciteit inschakelt. Als u dit niet doet, kunt u het bedieningspaneel of andere elektrische componenten beschadigen.

Steek de stekker van het stroomsnoer in het stop-contact (zie bladzijde 17). Zoek vervolgens naar de stroomschakelaar op het onderstel van de loopband bij het stroomsnoer. Druk de stroomschakelaar in de reset-stand.



BELANGRIJK: Het bedieningspaneel toont een displaydemostand, die ontwikkeld is voor gebruik als de loopband wordt geïntaleerd in een winkel. Als de displays oplichten als het stroomsnoer wordt ingestoken en de stroomschakelaar in de resetstand is gezet, gaat de demostand aan. Houd de toets Stop enkele lang seconden ingedrukt om de demo instelling uit te schakelen. Zie DE INSTELLINGENMODUS op bladzijde 25 om de demo instelling uit te schakelen wanneer de displays blijven branden.

Ga vervolgens op de voetleuningen van de loopband staan. Zoek naar de clip die aan de sleutel vastzit en schuif de clip aan de tailleband van uw kleding. Plaats de sleutel in het bedieningspaneel. Kort daarna zal de display oplichten. **BELANGRIJK:** Bij een noodsituatie kunt u aan de sleutel van het bedieningspaneel trekken, zodat de loopband vertraagt en tot stilstand komt. Test de clip door voorzichtig een paar stappen achteruit te zetten totdat de sleutel uit het bedieningspaneel wordt getrokken. Als de sleutel niet uit het bedieningspaneel komt, stel dan de lengte van de clip bij.



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 toenametoets Incline (helling). Druk dan op de afnametoets Incline of 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.

DE HANDMATIGE INSTELLING GEBRUIKEN

1. Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HET APPARAAT INSCHAKELEN aan de linkerkant.

2. Kies de handmatige instelling.

Druk op de toets Home (thuis) of Manual Control (handmatige bediening) om de handmatige modus te selecteren.

Als een draadloze iFit-module niet in het bedieningspaneel is geplaatst en aangesloten op iFit, wordt de handmatige modus automatisch geselecteerd.

3. Start de loopband.

Druk op de toets Start, op de toenametoets Speed (snelheid), of op een van de snelheidstoetsen met de nummers 2 tot en met 20 om de loopband te starten.

De band zal met een snelheid van 2 km/u beginnen te draaien als u op de toets Start of de toenametoets Speed drukt. U kunt tijdens het oefenen de snelheid van de loopband naar wens veranderen door op de toenametoets of afnametoets Speed te drukken. Steeds als u een van de toetsen indrukt zal de snelheidsinstelling met 0,1 km/u aanpassen; als u een toets ingedrukt houdt verandert de snelheid met stapjes van 0,5 km/u. Let op: Na het drukken op de toets kan het even duren voordat de loopband de geselecteerde snelheidsinstelling bereikt.

Om de loopband te stoppen, druk op de toets Stop. De tijd zal op de display knipperen. Druk op de toets Start of op de toenametoets Speed om de band opnieuw te starten.

4. De hellingstand van de loopband veranderen zoals gewenst.

Druk om de helling van de loopband te veranderen, op de toenametoets en de afnametoets Incline (helling), of een van de genummerde hellingtoetsen. Elke keer als 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 op de displays.

De display zal de volgende oefeninginformatie tonen als u op de loopband loopt of rent:

- De verstreken tijd
- De afstand die u hebt gewandeld of hardgelopen
- De intensiteitsbalk van de oefening
- Het geschatte aantal calorieën dat u heeft verbrand.
- De hellingstand van de loopband
- Het aantal verticaal geklommen meters
- De snelheid van de loopband
- Uw hartslag (zie stap 6)
- De matrix

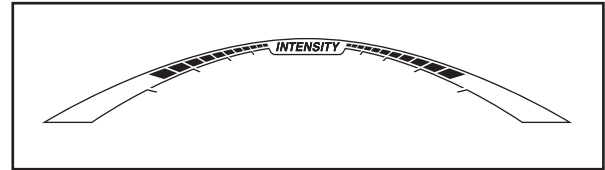
Het scherm heeft meerdere display keuzes. Druk op de toename- en afnametoets naast de toets Enter (invoeren) of druk op de toets Display tot het gewenste tabblad wordt aangegeven.

Het tabblad Incline zal een profiel van de hellingsinstellingen van de oefening aangeven. Aan het einde van iedere minuut zal een nieuw segment verschijnen. Het tabblad Speed zal een profiel van de snelheidsinstellingen van de oefening aangeven.

Het tabblad My Trail (mijn pad) zal een route van 400 meter aangeven. De knipperende 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. De caloriedisplays zal bij benadering het aantal verbrande calorieën per uur aangeven wanneer het tabblad Calorie gekozen is.

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



Druk op de toets Home (thuis) om naar het standaardmenu terug te keren (raadpleeg DE INSTELLINGENMODUS op bladzijde 25 om het standaardmenu in te stellen). Druk, indien nodig, nogmaals op de toets Home.

Wanneer een draadloze iFit-module aangesloten is, zal het draadloos symbool aan de bovenkant van de display de sterkte van het draadloze signaal aangeven.



Vier staafjes geven volle sterkte aan.

Om de display te resetten drukt u op de toets Stop, haalt u de sleutel eruit en steekt u de sleutel er weer in.

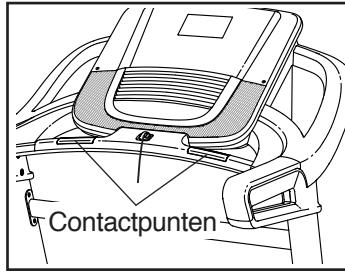
6. Meet desgewenst uw hartslag.

U kunt uw hartslag meten met gebruik van de handgreep-hartslagmonitor of de optionele borstkas-hartslagmonitor (**zie bladzijde 25 voor informatie over de optionele borstkas-hartslagmonitor**). Let op: Het bedieningspaneel is compatibel met BLUETOOTH® Smart hartslagmonitoren.

Let op: Wanneer u beide hartslagmonitoren tegelijkertijd gebruikt dan zal het bedieningspaneel uw hartslag niet nauwkeurig aangeven.

Voordat u de handgreep-hartslagmonitor gebruikt, verwijdert u het plastic laagje van de metalen contactpunten op de sensorstang. Zorg er ook voor dat uw handen schoon zijn.

Om uw hartslag te meten, **gaat u op de voetleuning staan** en houdt u de sensorstang met de metalen contactpunten op uw handpalmen vast – **beweeg uw**

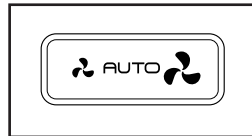


handen niet. Wanneer uw hartslag gemeten kan worden, zal bij iedere hartslag een hartsymbooltje in de calorie display opflikkeren, en zal uw hartslag worden aangegeven. **Houd de contactpunten ongeveer 15 seconden lang vast voor de meest nauwkeurige hartslagwaarde.**

7. Zet de ventilator indien gewenst aan.

De ventilator kent meerdere snelheidsinstellingen en een automatische instelling. Als de stand automatisch is geselecteerd, zal de snelheid van de ventilator automatisch verhogen en verlagen als de snelheid van uw oefening toeneemt of afneemt.

Druk herhaaldelijk op de ventilatortoetsen om een ventilatorsnelheid 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 voetleuning staan, druk op de toets Stop en stel de helling van de loopband af op nul. **De helling van de loopband moet op nul staan wanneer u de loopband opvouwt in de opbergstand anders kan de loopband beschadigd raken.** Trek vervolgens de sleutel uit het bedieningspaneel en berg deze veilig op.

Wanneer u klaar bent met de loopband te gebruiken, zet u de stroomschakelaar in de stand Off (uit) en neemt u het snoer uit het stopcontact. **BELANGRIJK: Als u dit niet doet, kunnen de elektrische onderdelen van de loopband voortijdig slijten.**

EEN VOORAF INGESTELDE OEFENING GEBRUIKEN

1. Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HET APPARAAT INSCHAKELEN op bladzijde 19.

2. Kies een vooraf ingestelde oefening.

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

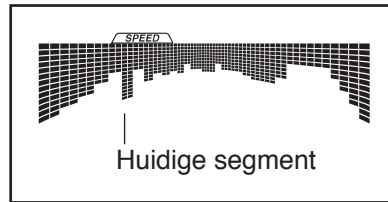
De display zal, wanneer u een oefening kiest, de tijdsduur van de oefening en de naam van de oefening aangeven. Bovendien zal er een profiel van de snelheidsinstellingen van de oefening op het scherm verschijnen. Wanneer u voor een calorie-oefening kiest, dan zal bij benadering het aantal calorieën dat u zult verbranden in de naam van de oefening verschijnen.

3. Start de oefening.

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

Elke oefening is in segmenten ingedeeld. Er is één snelheidsinstelling en één hellingsinstelling voor elk segment geprogrammeerd. Let op: Dezelfde snelheids- en/of hellingsinstelling kan/kunnen voor opeenvolgende segmenten geprogrammeerd worden.

Tijdens de oefening wordt uw profiel op de snelheid en de helling keuze aangegeven zodat u uw vordering



kunt volgen. Het knipperend segment van het profiel stelt het huidige segment van de oefening voor. De hoogte van het knipperende segment geeft de weerstandinstellingen van het huidige segment aan. Aan het einde van elk segment, zal een serie tonen te horen zijn en zal het volgende segment van het profiel beginnen op te flikkeren. Als een andere snelheids- en/of hellinginstelling voor het volgende segment geprogrammeerd is, dan zal de snelheids- en/of hellinginstelling een paar seconden lang in de display opflikkeren om u te waarschuwen en zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de nieuwe snelheids- en hellinginstelling.

De oefening zal zo doorgaan tot het laatste segment van het profiel in de display knippert en het laatste segment eindigt. De band zal dan langzaam tot stilstand komen.

Let op: 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 hangt af van verschillende factoren zoals uw gewicht. Daarnaast, heeft een handmatige wijziging van de snelheid of de helling van de loopband tijdens de oefening invloed op het aantal calorieën dat u zult verbranden.

Indien de snelheids- of hellingsinstelling tijdens de oefening te hoog of te laag staat, dan kunt u de instelling handmatig overschrijven door te drukken op de toetsen Speed en Incline, **als het volgende segment van de oefening begint, dan zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheid en hellinginstellingen voor het volgende segment.**

Druk op de toets Stop om de oefening op enig moment te stoppen. De tijd zal op de display knipperen. Druk op de toets Start of op de toenametoets Speed om de oefening te hervatten. De loopband zal met een snelheid van 2 km/u beginnen te draaien. Echter, als het volgende segment van de oefening begint, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheid- en hellinginstellingen voor het volgende segment.

4. Volg uw vorderingen op de displays.

Zie stap 5 op bladzijde 20. De display zal, wanneer u een vooraf ingestelde oefening kiest, de resterende tijd in plaats van de verlopen tijd aangeven.

5. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 6 op bladzijde 20.

6. Zet de ventilator indien gewenst aan.

Zie stap 7 op bladzijde 21.

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

Zie stap 8 op bladzijde 21.

EEN OEFENING MET EEN VOORAF INGESTELD DOEL GEBRUIKEN

1. Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HET APPARAAT INSCHAKELEN op bladzijde 19.

2. Stel een calorieën-, een afstands- of een tijdsdoel in.

Druk eerst op de toets Set A Goal (doel instellen). Druk dan op de toenametoets en afnametoets naast de toets Enter (invoeren) tot de naam van het gewenste doel in de display verschijnt. Druk op Enter.

Druk op de toenametoets en afnametoets naast de toets Enter om het gewenste doel in te stellen.

3. Start de oefening.

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

De oefening werkt op dezelfde wijze als de handmatige modus (zie bladzijde 19 tot 21).

De oefening duurt zolang tot u uw ingestelde doel bereikt. De band zal dan langzaam tot stilstand komen.

Let op: 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 hangt af van verschillende factoren zoals uw gewicht.

4. Volg uw voortgang op de schermen.

Zie stap 5 op bladzijde 20.

5. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 6 op bladzijde 20.

6. Zet de ventilator indien gewenst aan.

Zie stap 7 op bladzijde 21.

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

Zie stap 8 op bladzijde 21.

EEN HARTSLAGOEFFENING GEBRUIKEN

Hartslagoefeningen werken op een automatisch gecontroleerde snelheid en helling van de loopband om uw hartslag in de buurt van het doelniveau te houden terwijl u traint. Let op: U dient een borstkas-hartslagmonitor te dragen om het hartslagprogramma te kunnen gebruiken.

1. Plaats de optionele borstkas-hartslagmonitor.

Zie bladzijde 25 voor meer informatie over de optionele borstkas-hartslagmonitor.

2. Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HET APPARAAT INSCHAKELEN op bladzijde 19.

3. Selecteer een hartslagoefening.

Om een hartslagoefening te selecteren, drukt u herhaaldelijk op de toets Heart Rate (hartslag) tot de gewenste oefening verschijnt in de display. Druk dan op de toets Enter (invoeren).

4. Seleceer de duur van de oefening.

Druk op de toenametoets en afnametoets naast de toets Enter om het gewenste optionele scherm te selecteren. Druk dan op de toets Enter.

5. Voer uw maximale hartslag in.

Gebruik de toenametoets en afnametoets naast de toets Enter om uw maximum hartslag in te vullen. Druk vervolgens op de toets Enter. Druk dan op de toets Start. Let op: Voor het bepalen van uw maximale hartslag, dient u uw arts of een door de arts aanbevolen bron te raadplegen.

6. Vul een warming-up snelheid in.

De oefening zal beginnen met een warming-upperiode van twee minuten. Om een andere snelheid voor de warming-upperiode te kiezen, drukt u op de snelheid-toenametoets en -afnametoets of op een van de genummerde toetsen Speed (snelheid). Let op: De snelheid van de oefening zal toenemen in verhouding tot de warming-upsnelheid die u heeft gekozen.

7. Start de oefening.

De loopband zal met de warming-upsnelheid die u heeft ingevoerd beginnen te draaien. Houd de handleuning vast en begin te lopen.

8. Volg uw vorderingen op de displays.

Zie stap 5 op bladzijde 20.

9. Zet de ventilator indien gewenst aan.

Zie stap 7 op bladzijde 21.

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

Zie stap 8 op bladzijde 21.

EEN IFIT-OEFENING GEBRUIKEN

Let op: Voor gebruik van een iFit-oefening heeft u een optionele iFit-module nodig. **Voor aankoop van de iFit-module gaat u naar iFit.com of belt u met het telefoonnummer op de voorkant van deze handleiding.** U dient toegang te hebben tot een computer met een internetverbinding en een USB-poort. Daarnaast dient u ook toegang te hebben tot een draadloos netwerk met een 802.11b/g/n router met ingeschakelde SSID verzending (verborgen netwerken worden niet ondersteund). Een iFit.com-lidmaatschap is ook vereist.

1. Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HET APPARAAT INSCHAKELEN op bladzijde 19.

2. Steek de iFit-module in het bedieningspaneel.

Zie de instructies van de iFit-module 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 op een andere antenne of zender staan of erop aangesloten zijn.

3. Kies een gebruiker.

U kunt, als er meer dan één gebruiker geregistreerd is, vanuit het iFit-hoofdscherm van gebruiker wisselen. Druk op de toename-toets en afname-toets naast de toets Enter (invoeren) om een gebruiker te kiezen.

4. Kies een iFit-oefening.

Voor het downloaden van een iFit-oefening in uw schema, drukt u lichtjes op de toets Map (kaart), Train of Lose Wt. (afvallen) om de volgende oefening van dat type in uw schema 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 (volgen) om een recente iFit-oefening uit uw schema opnieuw uit te voeren. Druk vervolgens op de toename- en op de afname-toets om de gewenste oefening te kiezen. Druk dan op de toets Enter om de oefening te starten.

Zie iFit.com voor meer informatie over de iFit-oefeningen.

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

Als u een competitie oefening kiest, kan de display aftellen tot aan het begin van de race.

Let op: Elke iFit-toets kan ook twee demo-oefeningen uitvoeren. Om de demo-oefeningen te gebruiken, haalt u de iFit-module van het bedieningspaneel af en drukt u op een van de iFit-toetsen.

5. Start de oefening.

Zie stap 3 op bladzijde 21.

Tijdens sommige oefeningen kan een audio coach u door uw oefening leiden. U kunt een instelling voor uw audio trainer kiezen (zie DE INSTELLINGENMODUS op bladzijde 25).

Druk op de toets Stop om de oefening op enig moment te stoppen. De tijd zal op de display knippen. Druk op de toets Start of op de toename-toets Speed (snelheid) om de oefening te hervatten. De band zal met de snelheidsinstelling van het eerste segment van de oefening beginnen te draaien. Echter, als het volgende onderdeel van de oefening begint, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheid- en hellinginstellingen voor het volgende onderdeel.

6. Volg uw vorderingen op de displays.

Zie stap 5 op bladzijde 20.

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-oefening zal het tabblad Competition (competitie) uw vordering tijdens de race weergeven. Tijdens de race zal de bovenste lijn in de matrix laten zien welk deel van de race u voltooid heeft. De andere lijnen zullen uw vier belangrijkste concurrenten aangeven. Het einde van de matrix geeft het einde van de race aan.

7. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 6 op bladzijde 20.

8. Zet de ventilator indien gewenst aan.

Zie stap 7 op bladzijde 21.

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

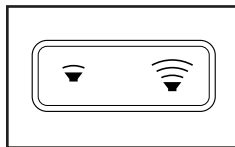
Zie stap 8 op bladzijde 21.

Ga naar iFit.com voor meer informatie over de iFit-modus.

HET GELUIDSSYSTEEM GEBRUIKEN

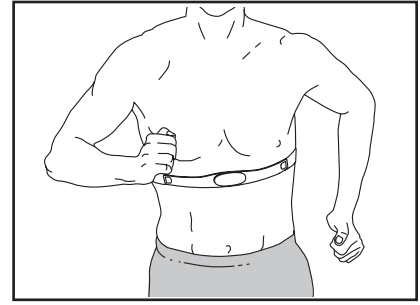
Om muziek of ingesproken boeken met de geluidsinstallatie van het bedieningspaneel te beluisteren, sluit u een 3,5 mm mannetje tot mannetje audiokabel (niet inbegrepen) in de aansluiting op het bedieningspaneel en uw persoonlijke audio-speler; **zorg ervoor dat de audiokabel goed aangesloten is. Let op: Ga naar uw plaatselijke elektronicawinkel om een audiokabel aan te schaffen.**

Druk dan op de play-toets van uw eigen audio-speler. Pas het volume aan met de volume-toenametoets en -afnametoets op het bedieningspaneel of met de volumeregelpop op uw eigen audiospeler.



DE OPTIONELE BORSTKAS HARTSLAGMONITOR

Of uw doel is om vet te verbranden of om uw cardiovasculair systeem te verbeteren, de sleutel tot het bereiken van de beste resultaten is het behouden van de juiste



hartslagwaarde tijdens uw oefening. De optionele hartslagmonitor stelt u in staat om tijdens het oefenen voortdurend uw hartslag te meten, en dat zal u helpen om uw persoonlijke fitnessdoelen te behalen. **Zie de kapt van deze handleiding om een optionele borstkas-hartslagmonitor aan te schaffen.**

Let op: Het bedieningspaneel is geschikt voor alle BLUETOOTH Smart hartslagmonitoren.

DE INSTELLINGENMODUS

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

1. Kies de instellingenmodus.

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

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

De afstandsddisplay zal het totaal aantal kilometers (of mijlen) dat de loopband gedraaid heeft aangeven.

2. Kies de optionele schermen.

De matrix zal verschillende optionele schermen aangeven terwijl de instellingen gekozen wordt. Druk op de afnametoets naast de toets Home (thuis) om elk van de volgende schermen te kiezen:

UNITS (eenheden)—Druk op de toets Enter (invoeren) 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 heeft 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 stroomschakelaar 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. Het woord ON (aan) zal op de matrix verschijnen wanneer de demo instelling aan staat. Druk op de toets Enter om de demo instelling aan of uit te zetten.

CONTRAST LVL (contrastniveau)—Druk op de toename- en afnametoets Incline (helling) om het contrastniveau van de display bij te stellen.

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

AUDIO COACH—Druk op de toets Enter om de audio coach aan of uit te zetten.

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

CHECK WIFI STATUS (Wi-Fi 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 oefeningen, oefening-logboeken en updates te verzenden en te ontvangen. Wanneer het proces voltooid is zullen de woorden TRANSFERS DONE (overdrachten voltooid) op het scherm verschijnen.

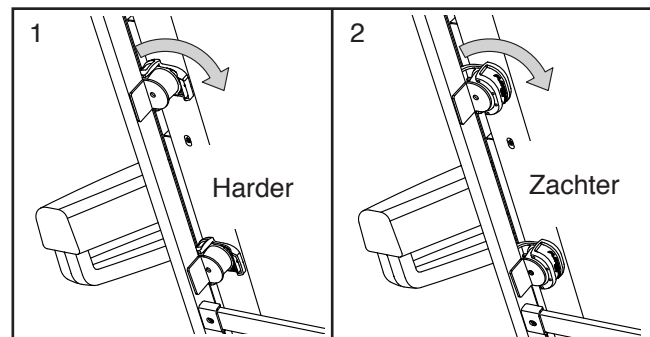
3. Verlaat de instellingenmodus.

Om de instellingenmodus te kiezen, drukt u op de toets Settings.

HET KUSSENSYSTEEM AANPASSEN

Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel en trek de stroomkabel uit. Om de kussens af te stellen, dient u de loopband mogelijk in de opslagstand te plaatsen (zie DE LOOPBAND INKLAPPEN op bladzijde 27).

Voor een steviger loopvlak draait u een kussen in de stand die wordt weergegeven in tekening 1; voor minder stevig loopvlak draait u het kussen in de stand die wordt weergegeven in tekening 2. Stel de andere kussens op dezelfde manier bij. **Let op: Zorg ervoor dat de kussens aan de linkerkant en de rechterkant van de loopband even stevig zijn afgesteld. Hoe sneller u op de loopband rent, of hoe zwaarder u bent, des te steviger zou het loopvlak moeten zijn.**

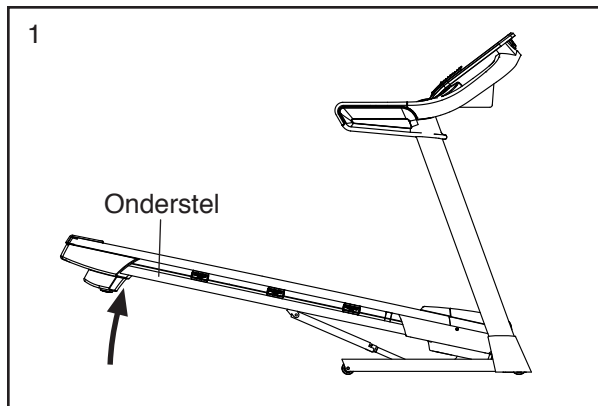


HOE DE LOOPBAND IN TE KLAPPEN EN TE VERPLAATSEN

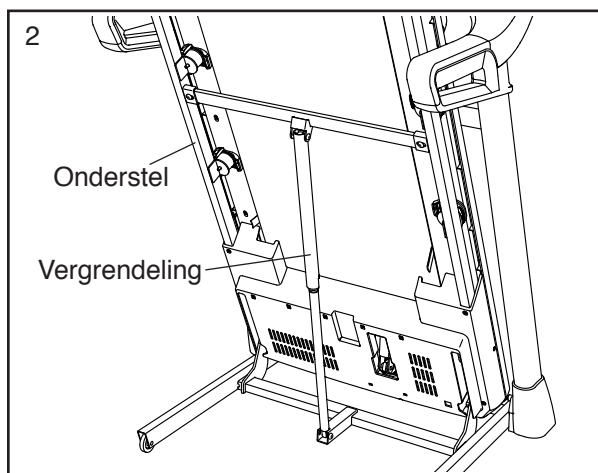
DE LOOPBAND INKLAPPEN

Stel de helling in op nul voordat u de loopband inklapt om te voorkomen dat de loopband beschadigd raakt. Verwijder dan de sleutel en haal de stekker van het stroomsnoer uit het stopcontact. **OPGELET:** U moet in staat zijn om 20 kg veilig 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 onderstaande pijl wordt aangegeven. **OPGELET:** Houd het onderstel niet bij de plastic voetleuningen 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.

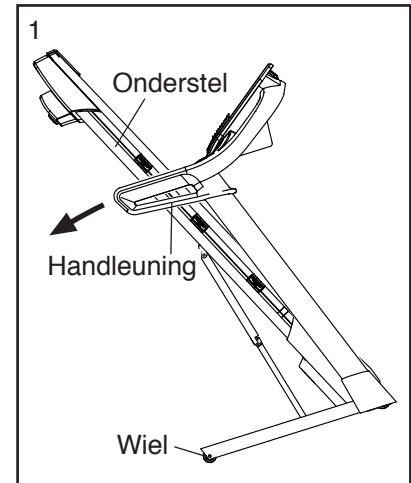


Plaats een mat onder de loopband om de vloer of het vloerkleed te beschermen. Houd de loopband weg uit direct zonlicht. Berg de loopband nooit op in een omgeving waar de temperatuur hoger is dan 30°C.

DE LOOPBAND VERPLAATSEN

Als u de loopband wilt verplaatsen, dient u deze eerst in te klappen zoals aan de linkerkant staat beschreven. **OPGELET:** Zorg dat de opbergvergrendeling is vergrendeld. Er kunnen twee mensen nodig zijn om de loopband te verplaatsen.

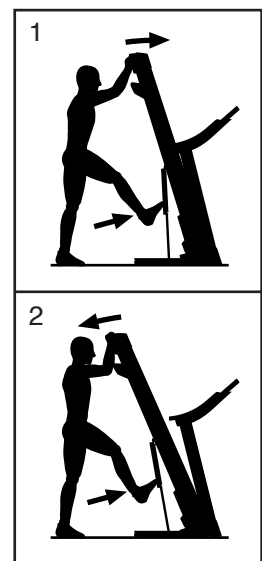
1. Houd een van de handleuningen en het onderstel vast en zet een voet tegen een wiel.



2. Trek de handleuning naar achter tot de loopband op de wielen rijdt; verplaats de loopband dan voorzichtig naar de gewenste locatie. **OPGELET:** Verplaats de loopband niet zonder deze naar achter te laten kantelen, trek niet aan het onderstel en verplaats de loopband niet over een oneffen ondergrond.

HOE DE LOOPBAND NEER TE LATEN VOOR GEBRUIK

1. Duw het bovenste uiteinde van het onderstel naar voren en druk tegelijkertijd voorzichtig met uw voet 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 terug 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 alle onderdelen van de loopband en draai ze goed vast. Vervang versleten onderdelen direct.

Maak de loopband regelmatig schoon en houd de band schoon en droog. Druk allereerst **de stroomschakelaar 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.

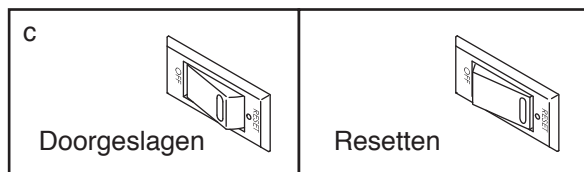
BELANGRIJK: Spuit geen vloeistoffen rechtstreeks op de loopband. Houd vloeistoffen weg van het bedieningspaneel om schade aan het bedieningspaneel te voorkomen. Maak de loopband vervolgens met een zachte doek goed droog.

PROBLEMEN OPLOSSEN

De meeste problemen met de loopband kunnen met de onderstaande eenvoudige stappen worden opgelost. Zoek 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 stekker goed is aangesloten op een geaard stopcontact (zie bladzijde 17). Mocht een verlengsnoer nodig zijn gebruik dan alleen een 3 conductor, maat 14 (2 mm²) snoer van maximaal 1,5 m.
- Steek de sleutel in het bedieningspaneel nadat u het snoer in het stopcontact heeft gestoken.
- Controleer de stroomschakelaar 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 stroomschakelaar te resetten.



SYMPTOOM: De stroom gaat uit tijdens gebruik

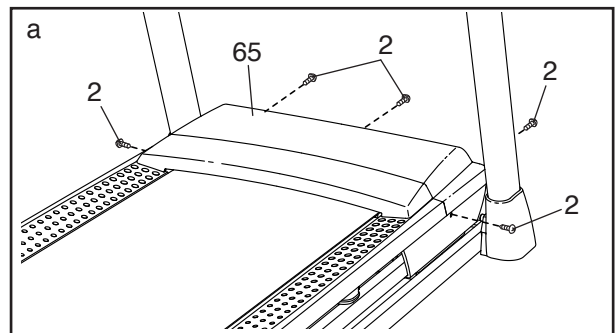
- Controleer de stroomschakelaar (zie tekening c links). Als de schakelaar doorgeslagen is, wacht dan vijf minuten en druk de schakelaar weer in.
- Zorg ervoor dat de stroomkabel ingestoken is. Als de stroomkabel ingestoken is, trek deze dan uit, wacht vijf minuten en steek hem dan weer in.
- Verwijder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

SYMPTOOM: Het scherm van het bedieningspaneel blijft verlicht als u de sleutel uit het bedieningspaneel haalt

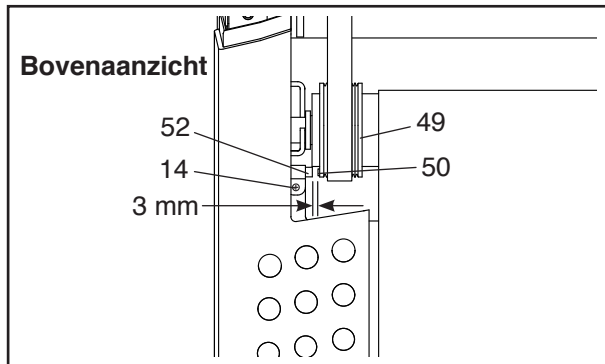
- Het bedieningspaneel beschikt over een demo instelling voor de display die ontwikkeld is voor als de loopband in een winkel geïnstalleerd wordt. De demo instelling staat aan als de displays blijven branden wanneer u de sleutel uittrekt. Houd de toets Stop enkele lang seconden ingedrukt om de demo instelling uit te schakelen. Zie DE INSTELLINGENMODUS op bladzijde 25 om de demo instelling uit te schakelen als de displays nog steeds branden.

SYMPTOOM: De displays van het bedieningspaneel werken niet goed

- Trek de sleutel uit het bedieningspaneel en **TREK HET STROOMSNOER UIT HET STOPCONTACT**. Verwijder de vijf #8 x 3/4" Schroeven (2). Draai voorzichtig de Motorkap (65) eraf.



Zoek de Snelheidssensor (52) en de Magneet (50) aan de linkerkant van de Katrol (49). Draai de Katrol tot de Magneet is uitgelijnd met de Snelheidssensor. **Zorg dat het gat tussen de Magneet en de Snelheidssensor ongeveer 3 mm is.** Draai indien nodig de #8 x 3/4" Trusskopschroef (14), beweeg de Snelheidssensor iets, en draai de Trusskopschroef 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 de snelheidsmeting na te kijken.

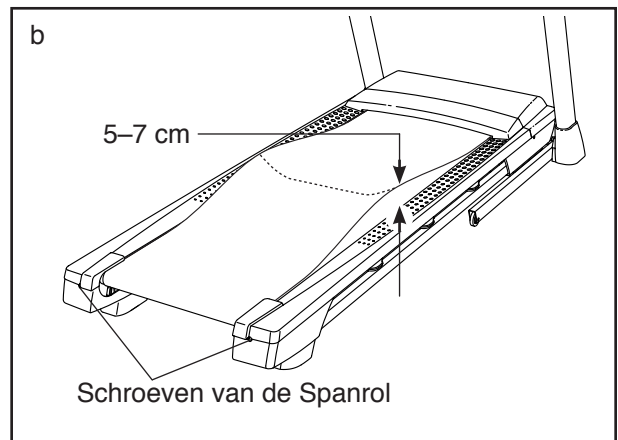


SYMPTOOM: De helling van de loopband verandert niet juist

- Houd de toets Stop en de toenametoets Speed (snelheid) ingedrukt, steek de sleutel in het bedieningspaneel en laat de toets Stop en de toenametoets Speed dan weer los. Druk vervolgens op de toets Stop en druk dan op de toenametoets of afnametoets Incline (helling). De loopband zal automatisch naar het maximum hellingniveau stijgen en dan naar het minimumniveau terugkeren. Hierdoor zal het hellingsysteem opnieuw geijkt worden. Als het hellingsysteem niet kalibreert, druk dan opnieuw op de toets Stop en druk opnieuw op de toenametoets of de afnametoets Incline. Trek de sleutel uit het bedieningspaneel als het hellingsysteem geijkt is.

SYMPTOOM: De loopband vertraagt als u erop loopt

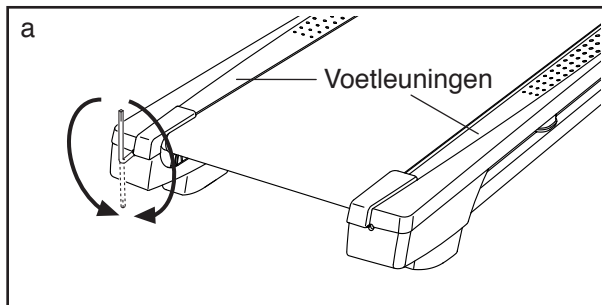
- Mocht een verlengsnoer nodig zijn gebruik dan alleen een 3 conductor, maat 14 (2 mm²) snoer van 1,5 m of korter.
- Als de loopband te strak staat draait de loopband langzamer en kan het loopvlak zelfs beschadigd worden. Verwijder de sleutel en **HAALT U DE STEKKER UIT HET STOPCONTACT.** Draai beide schroeven van de spanrol 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. Zorg ervoor dat de band in het midden blijft liggen. Steek dan de stecker in het stopcontact, plaats de sleutel en loop een paar minuten op de loopband. Herhaal tot de loopband goed vastzit.



- 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 ander substantie tenzij dit door een erkende onderhoudsmonteur wordt aangegeven. Dergelijke substanties kunnen de kwaliteit van de loopband verslechteren en leiden tot overmatige slijtage.** Zie de kft van deze handleiding als u vermoedt dat de loopband aanvullende smering nodig heeft.
- Zie de kft van deze handleiding als de loopband nog steeds vertraagt als erop gelopen wordt.

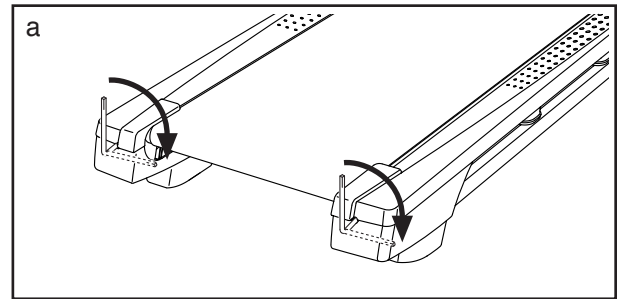
SYMPTOOM: De loopband ligt niet in het midden van de voetleuningen

- a. **BELANGRIJK: Als de loopband langs de voetleuningen schuurt kan de loopband beschadigd raken.** Allereerst, verwijdert u de sleutel en vervolgens **HAALT U DE STEKKER UIT HET STOPCONTACT.** Als de loopband naar links is verschoven, kunt u de inbussleutel gebruiken om de linker Schroef van de ruststandrol een halve slag naar rechts te draaien; **als de loopband naar rechts is verschoven** kunt u de linkerschroef van de ruststandrol een halve slag naar links draaien. Zorg dat u de loopband niet te strak draait. Steek dan de stekker in het stopcontact, plaats de sleutel en loop een paar minuten op de loopband. Herhaal deze procedure tot de band goed in het midden ligt.



SYMPTOOM: De loopband slipt als u erop loopt

- a. Verwijder als eerste de sleutel en **HAAL DE STEKKER UIT HET STOPCONTACT.** Draai met de inbussleutel beide schroeven van de spanrol 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. Zorg ervoor dat de band in het midden blijft liggen. Steek dan de stekker in het stopcontact, plaats de sleutel en loop een paar minuten op de loopband. Herhaal tot de loopband goed vastzit.



SYMPTOOM: Er lopen lijnen over de display van het bedieningspaneel

- a. Zie DE INSTELLINGENMODUS op bladzijde 25 als er lijnen in de display van het bedieningspaneel verschijnen 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 hartslagmonitor is geen medisch apparaat. Diverse factoren kunnen invloed hebben op nauwkeurigheid van de hartslagwaarden. De hartslagmonitor 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 bloeddoorstroming 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 basisstrek oefeningen 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 tellen en ontspan dan weer. Herhaal dit 3 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 tellen en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer voor elk been. Strekken: Achillespezen, onderrug en liezen.

3. Strekken van Kuiten/ Achillespees

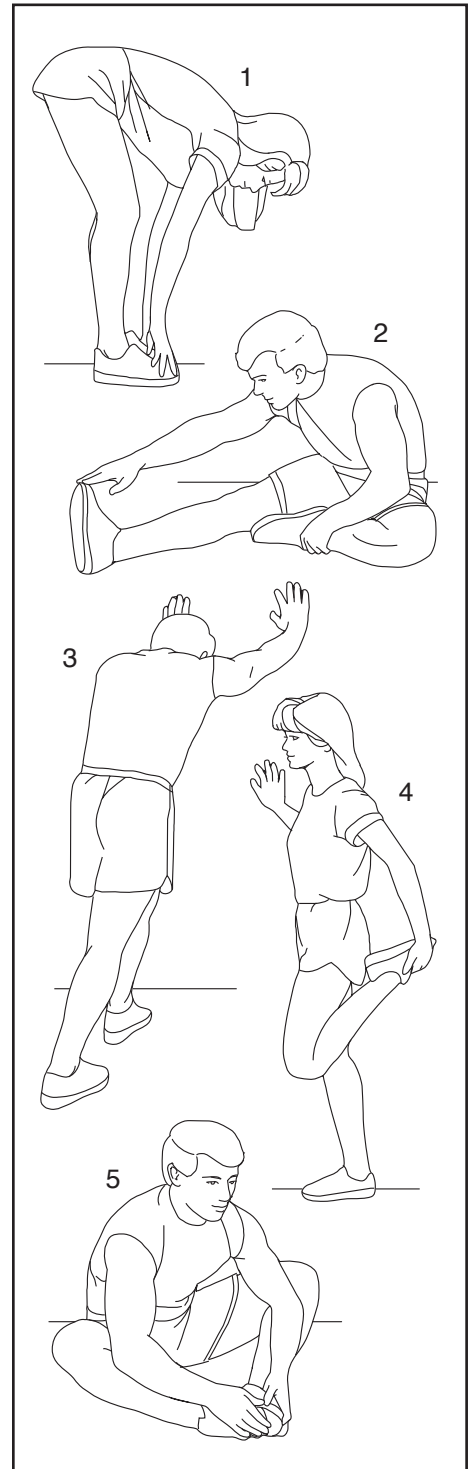
Reik naar voren met het ene been voor de ander en plaats uw handen tegen een muur. Houd uw achterbeen gestrekt en uw achtervoet plat op de vloer. Buig uw voorbeen, leun naar voren en beweeg uw heupen in de richting van de muur. Houd deze positie gedurende 15 tellen en ontspan dan weer. Herhaal dit drie 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 tellen 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 tellen en ontspan dan weer. Herhaal dit 3 keer. Strekken: Dijbeenspier en heupspieren.



OPMERKINGEN

LIJST MET ONDERDELEN

Modelnr. NETL12915.5 R1117A

Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
1	14	#8 x 1/2" Schroef	52	1	Snelheidssensor
2	41	#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	Linkerachtervoet
7	4	3/8" x 2 3/8" Schroef	58	1	Aardingsdraad van het Bedieningspaneel
8	1	Sleutel/Klem	59	4	Rubberkussen
9	2	#10 x 3/4" Schroef	60	1	Rechtervoetleuning
10	9	#8 x 1/2" Zilveren Schroef	61	1	Spanrol
11	14	5/16" Sterring	62	2	3/8" x 1 3/4" Schroef
12	2	5/16" Moer	63	2	3/8" x 1 1/4" Schroef
13	6	3/8" Sterring	64	1	Basis van het Bedieningspaneel
14	23	#8 x 3/4" Trusskopschroef	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 het Hellingsysteem
17	2	3/8" x 1 1/2" Wielbout	68	9	Kapklep
18	1	Onderstel van het Bedieningspaneel	69	1	Hellingmotor
19	4	#8 x 7/16" Schroef	70	1	Onderstel van het Hellingsysteem
20	2	5/16" Motorschroef	71	2	Tussenstuk van het Onderstel
21	2	3/8" Pen	72	1	Controller
22	2	3/8" x 1 1/8" Bout	73	1	Controllerklem
23	4	5/16" x 1 3/4" Schouderbout	74	1	Linkerbinnenkap van de Basis
24	2	#8 Sterring	75	1	Stroomschakelaar
25	2	Wiel	76	1	Stroomsnoer
26	2	Draadband	77	2	Doorvoerhuls
27	1	Rechterhouder	78	1	Onderpan
28	4	5/16" x 2 1/2" Schroef	79	1	Kap van de Linkerhandleuning
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	2	1/4" x 1 1/2" Schroef	82	1	Linkerbasiskap
32	2	Tussenstuk van de Hellingmotor	83	1	Rechterbasiskap
33	6	3/8" Klemmoer	84	8	M5 Platte Tussenring
34	4	5/16" Moer	85	1	Kap van de Rechterhandleuning
35	13	1/4" Moer	86	2	Handleuning
36	1	Linkerhouder	87	1	Buitenkapje van de Linkerhandleuning
37	8	#8 x 5/8" Schroef	88	1	Binnenkapje van de Linkerhandleuning
38	1	Vergrendelingsdwarsstang	89	1	Linkerstaander
39	6	Isolator	90	1	Rechterstaander
40	2	Achtervoet	91	2	Waarschuingssticker
41	1	Dwarsstang van de Staander	92	2	Klem van het Bedieningspaneel
42	1	Linkervoetleuning	93	1	Hartslagdwarsstang
43	1	Waarschuingssticker	94	1	Basis
44	1	Loopvlak	95	1	Binnenkapje van de Rechterhandleuning
45	1	Loopband	96	1	Buitenkapje van de Rechterhandleuning
46	2	Riemgeleider			
47	1	Rechterachtervoet			
48	4	Draadband			
49	1	Aandrijfrol/Katrol			
50	1	Magneet			
51	1	Clip van de Snelheidsensor			

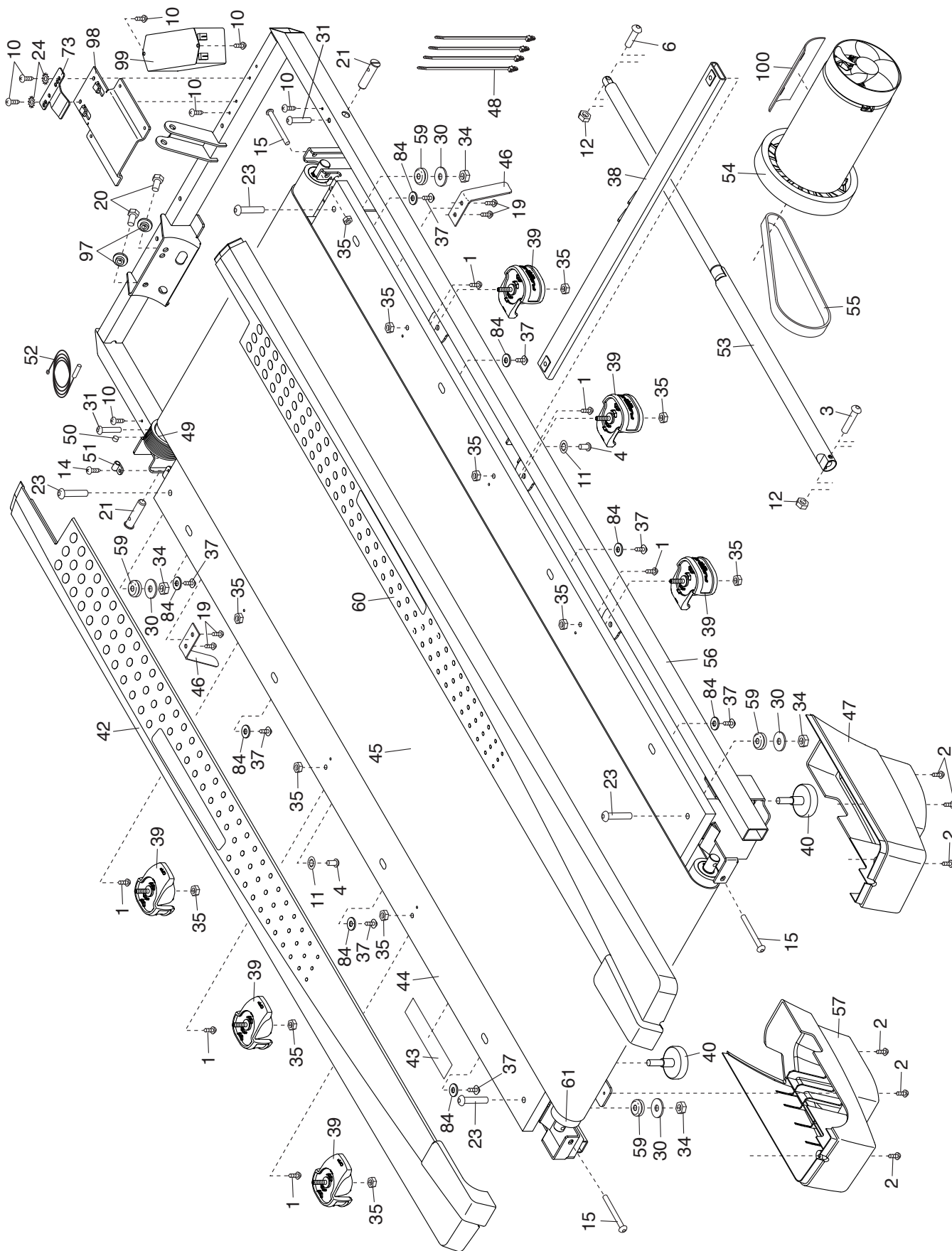
Nr.	Aant.	Beschrijving
97	2	Motorisolator
98	1	Beugel van de Elektronica
99	1	Filter
100	1	Motorisolator
101	1	Aansluiting

Nr.	Aant.	Beschrijving
102	1	Rechterbinnenkap van de Basis
103	4	3/8" Plastic Bus
104	2	3/8" Tussenring
105	2	Kussen van de Basis
*	–	Gebruikershandleiding

Let op: Deze technische gegevens kunnen zonder voorafgaande kennisgeving gewijzigd worden. Zie de achterkant van deze handleiding voor informatie over het bestellen van vervang onderdelen. *Deze onderdelen worden niet afgebeeld.

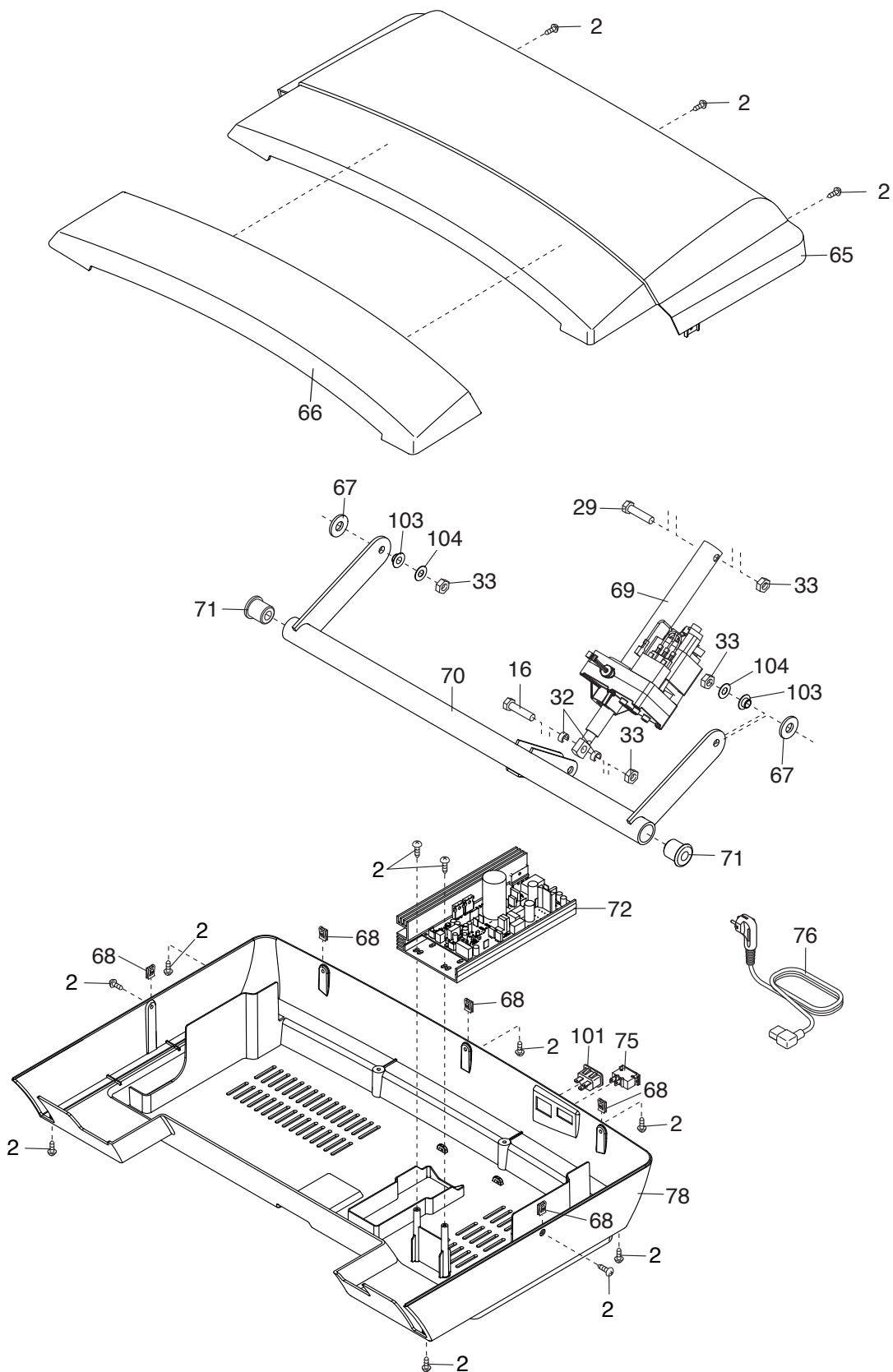
GEDETAILLEERDE TEKENING A

Modelnr. NETL12915.5 R1117A



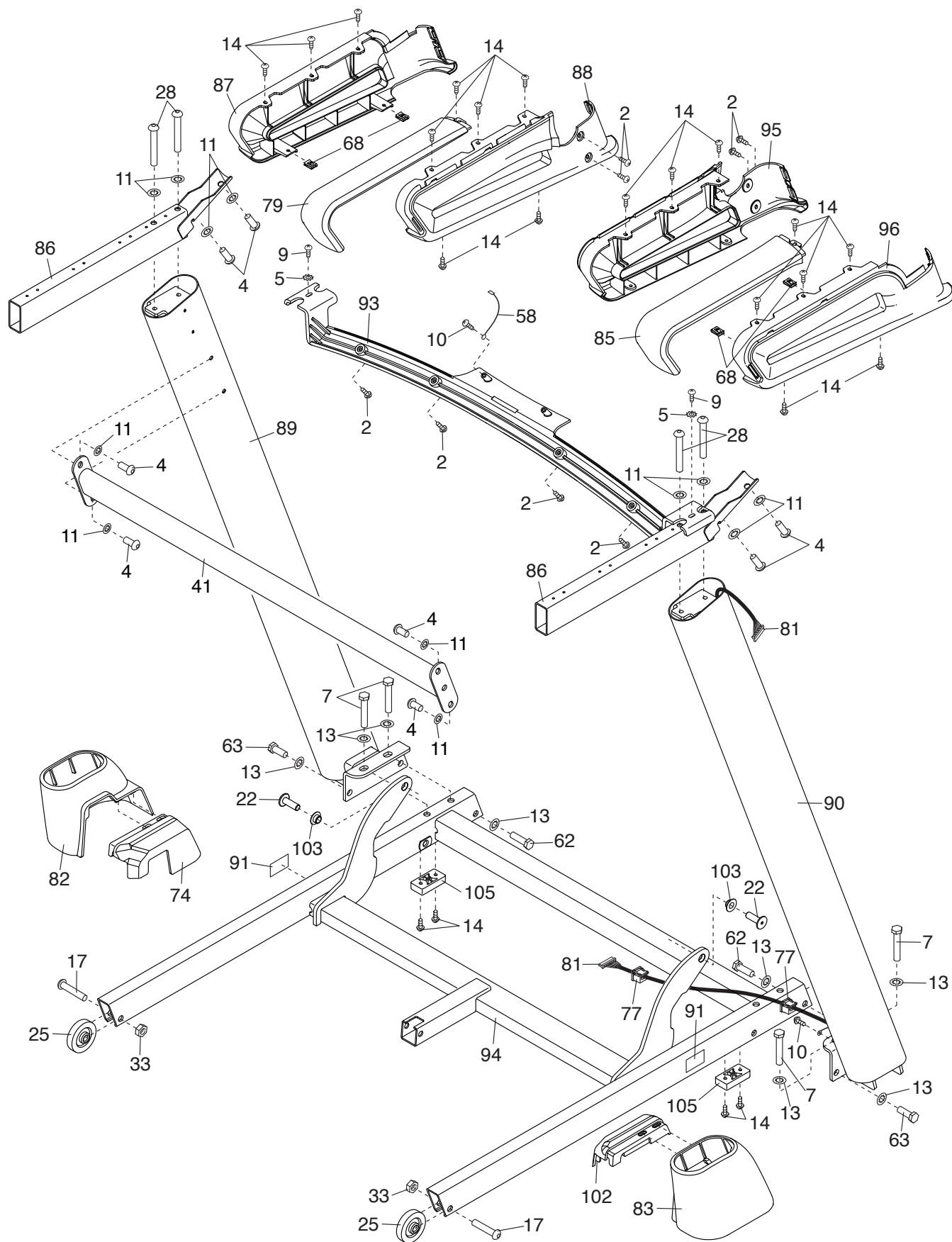
GEDETAILEERDE TEKENING B

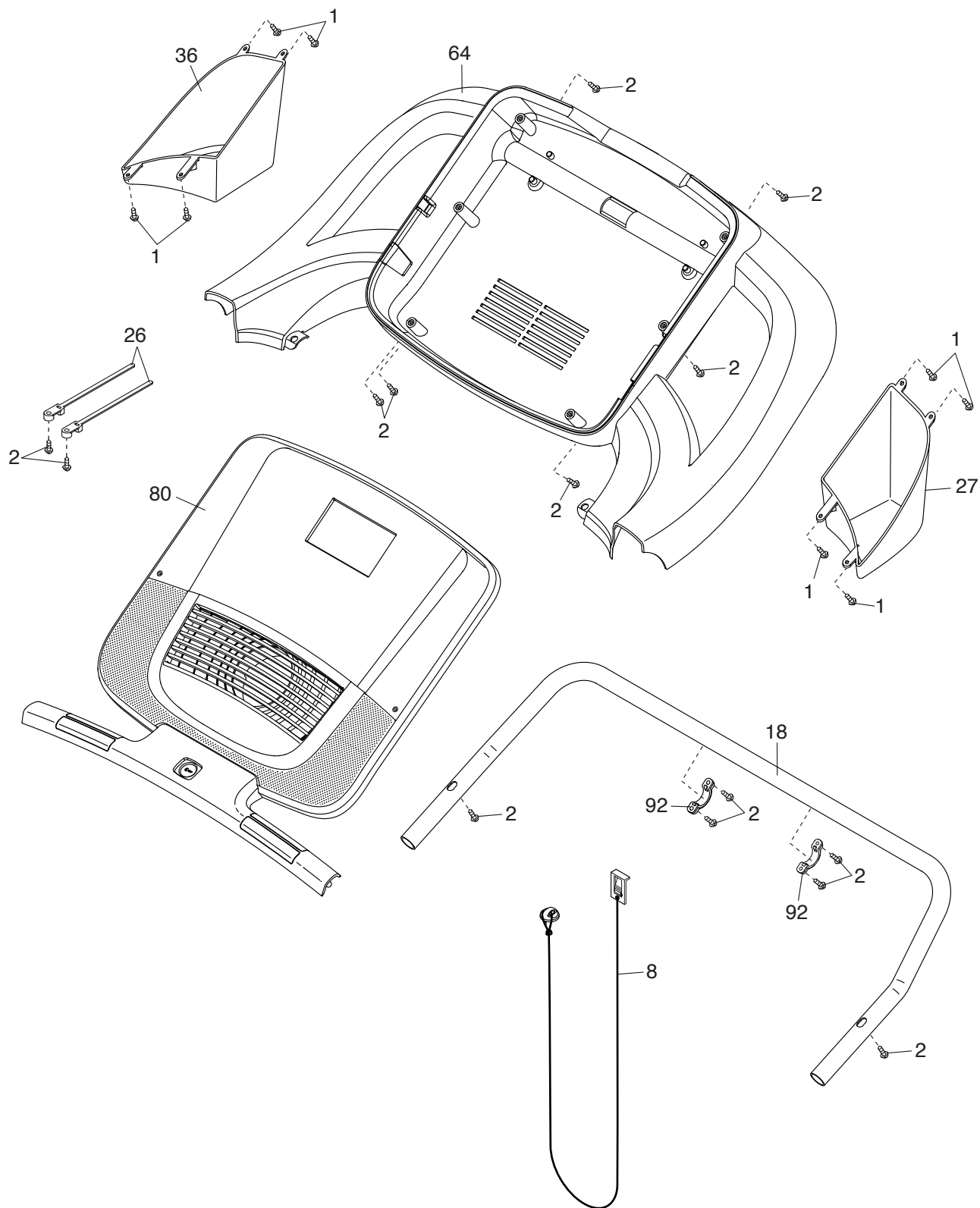
Modelnr. NETL12915.5 R1117A



GEDETAILLEERDE TEKENING C

Modelnr. NETL12915.5 R1117A





VERVANGINGSONDERDELEN BESTELLEN

Voor het kopen van vervangingsonderdelen, raadpleegt u de omslag van deze handleiding. Om ons te helpen u van dienst te zijn, dient u de volgende informatie bij de hand te hebben wanneer u contact met ons opneemt:

- het modelnummer en het serienummer van het product (zie de kapt van deze handleiding)
- de naam van het product (zie de kapt van deze handleiding)
- het onderdeelnummer en de beschrijving van de vervangingsonderdelen (zie de LIJST MET ONDERDELEN en de GEDETAILEERDE TEKENING aan het eind van deze handleiding)

RECYCLINGINFORMATIE

Dit elektronische product mag niet worden afgevoerd bij het huishoudelijke afval. Voor het behoud van het milieu moet dit product volgens de wet na zijn levensduur worden gerecycled.

Gebruik recyclingfaciliteiten in uw regio die bevoegd zijn om dit type afval te verzamelen. Door dit te doen helpt u bij het behoud van natuurlijke bronnen en verbeterd u de Europese normen voor milieubescherming. Indien u meer informatie nodig heeft over veilige en correcte afvoeringsmethoden, neem dan contact op met uw plaatselijke stadskantoor of de locatie waar u dit product heeft gekocht.

