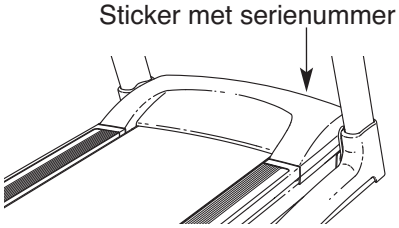
NordicTrack®
COMMERCIAL
CT

Modelnr. NETL14708.0
Serienr _____

Schrijf het serie nummer van het apparaat hierboven voor toekomstige referentie.

Sticker met serienummer



GEBRUIKSAANWIJZING

VRAGEN?

Als fabrikant zijn wij gesteld op uw volledige tevredenheid. Mocht u nog vragen hebben, mochten sommige onderdelen ontbreken of beschadigd zijn neem dan contact op met de winkel waar u dit produkt hebt gekocht.

www.iconsupport.eu

⚠ OPGELET

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

Bezoek onze website

www.iconeurope.com

INHOUD

DE STICKERS MET WAARSCHUWING 2
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN 3
VOORDAT U BEGINT 6
MONTAGE 7
GEBRUIK EN BIJSTELLEN 14
DE LOOPBAND INKLAPPEN EN VERPLAATSEN 30
PROBLEMEN OPLOSSEN 32
RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN 36
LIJST MET ONDERDELEN 37
GEDETAILLEERDE TEKENING 39
HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN . . . . . .Laatste Pagina
RECYCLING INFORMATIE . . . . . .Laatste Pagina

DE STICKERS MET WAARSCHUWING

Deze tekening geeft aan waar de waarschuwingstickers geplaatst zijn. **Als een sticker ontbreekt of onleesbaar is, dient u het telefoonnummer op de voorkant van deze handleiding te bellen en te vragen om een gratis vervangingssticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats.** Opmerking: De stickers worden niet op ware grootte weergegeven.

NordicTrack is een merk van ICON IP, Inc.

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 van ernstig letsel te verminderen. ICON is niet verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit produkt.

1. **Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of enig ander oefenprogramma begint. Dit is bijzonder belangrijk voor mensen ouder dan 35 of mensen met gezondheidsproblemen.**
2. **Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar zich te ervan te overtuigen dat alle gebruikers van de loopband voldoende op de hoogte zijn van de voorzorgsmaatregelen en waarschuwingen.**
3. **Gebruik de loopband alleen zoals voorgeschreven.**
4. **Plaats de loopband op een vlakke ondergrond met minstens 2,4 m ruimte achter de loopband en 0,6 m ruimte aan iedere kant van de loopband. Zorg ervoor dat de loopband geen luchtopeningen, luchtroosters blokkeert. Leg een matje onder de loopband om uw vloerbedekking te beschermen.**
5. **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.**
6. **Gebruik de loopband niet waar spuitbussen gebruikt worden of waar zuurstof wordt toegediend.**
7. **Houdt te allen tijde kinderen jonger dan 12 en huisdieren bij de loopband vandaan.**
8. **De loopband kan alleen door mensen die minder dan 159 kg wegen worden gebruikt.**
9. **Laat nooit meer dan een persoon op de loopband.**
10. **Draag geschikte kleding wanneer u de loopband gebruikt. Draag geen losse kleding die in de loopband verstrikt kan raken. Sportkleding voor mannen en vrouwen aanbevolen. *Draag altijd sportschoenen. Gebruik de loopband nooit op blote voeten, op sokken of op sandalen.***
11. **Steek de stekker alleen in een geaard stopcontact (zie pagina 14). Geen elk ander apparaat moet zich op dezelfde groep bevinden. Wanneer u de zekering moet vervangen, plaats dan een ASTA goedgekeurde zekering van het type BS1362 in de zekeringhouder. Er moet een zekering van 13 amp worden gebruikt.**
12. **Mocht een verlengsnoer nodig zijn, gebruik dan alleen een driedradig 14-graads snoer van 1,5 m of korter.**
13. **Houdt het snoer en stroompiek-onderdrukker weg van hittebronnen.**
14. **Loop nooit op de loopband wanneer de elektriciteit uitgeschakeld is. Gebruik de loopband niet wanneer het elektrische snoer of stekker beschadigd is. Gebruik de loopband niet als hij niet goed werkt. (Raadpleeg PROBLEMEN OPLOSSEN op bladzijde 32 wanneer de loopband niet goed werkt.)**
15. **Lees de noodstopprocedure grondig door en test de procedure voordat u de loopband gebruikt (raadpleeg HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op blazijde 16).**
16. **Start de loopband nooit wanneer u op de band staat. Houdt u altijd vast aan de handleuningen wanneer u de loopband gebruikt.**
17. **De loopband kan een hoge snelheid bereiken. Stel de snelheid geleidelijk bij om schokkende versnellingen te voorkomen.**
18. **De polssensors zijn geen medische instrumenten. Verschillende factoren kunnen de nauwkeurigheid van de metingen beïnvloeden. De polssensors zijn alleen als hulpmiddel bedoeld voor algemene hartslag meting.**

19. **Laat de loopband nooit zonder toezicht ronddraaien. Verwijder altijd de sleutel, trek de stekker uit het stopcontact, en zet de Reset/off Stroomonderbreker in de Reset-positie wanneer u de loopband niet gebruikt. Verwijder altijd de sleutel en trek de stekker uit het stopcontact als u de loopband niet gebruikt.**

20. **Voltooi eerst de montage van de loopband voordat u hem uitklapt, inklapt of verplaatst. (Raadpleeg MONTAGE op bladzijde 7, en HOE DE LOOPBAND INKLAPPEN EN VERPLAATSEN op bladzijde 30). U moet 20 kg veilig kunnen tillen om de loopband hoger of lager te stellen of te verplaatsen.**

21. **Verander de hellingstand van de loopband niet door voorwerpen onder de loopband te plaatsen.**

22. **Bij het vouwen of verschuiven van de loopband dient u erop te letten dat de opbergvergrendeling het onderstel stevig in de opslagstand houdt.**

23. **Controleer regelmatig of alle onderdelen nog goed vast zitten en verstevig ze indien nodig.**

24. **Steek nooit iets in welke opening van de loopband dan ook.**

25. **GEVAAR: Trek de stekker altijd direct na gebruik van de loopband uit het stopcontact. Eveneens de stekker uit het stopcontact trekken vóór het schoonmaken van de loopband, voor het plegen van onderhoud en voor het bijregelen zoals beschreven is in deze handleiding. Verwijder nooit de motorkap tenzij een technicus dat aangeeft. Ander onderhoud dan datgene wat vermeld staat in deze handleiding moet door een technicus uitgevoerd worden.**

26. **Berg de televisie niet op daar waar de temperatuur lager is dan -40° C of hoger is dan 60° C. Gebruik de televisie niet wanneer de temperatuur lager is dan -5° C of hoger is dan 35° C.**

27. **Trek het snoer uit het stopcontact en koppel het kabelsysteem los om de loopband tijdens onweer te beschermen. Dit zal beschadiging door bliksem en schommelingen in de electrische spanning voorkomen.**

28. **Wanneer er een verbinding bestaat met een antenne of kabelsysteem, zorg er dan voor dat de antenne of het kabelsysteem goed geaard is om enige bescherming te bieden tegen stroomschommelingen en pieken in de statische belasting. Uw plaatselijke regelingen en voorschriften zullen informatie geven met betrekking tot het aarden van de mast en de steunstructuur, het aarden van de antenneaansluiting tot een antenne met een electrisch ontladingssysteem, de grootte van de geaarde bliksemafleider, de plaatsing van de antenne met een electrisch ontladingssysteem, het aansluiten op geaarde elektrodes, en de vereisten voor de geaarde elektrode .**

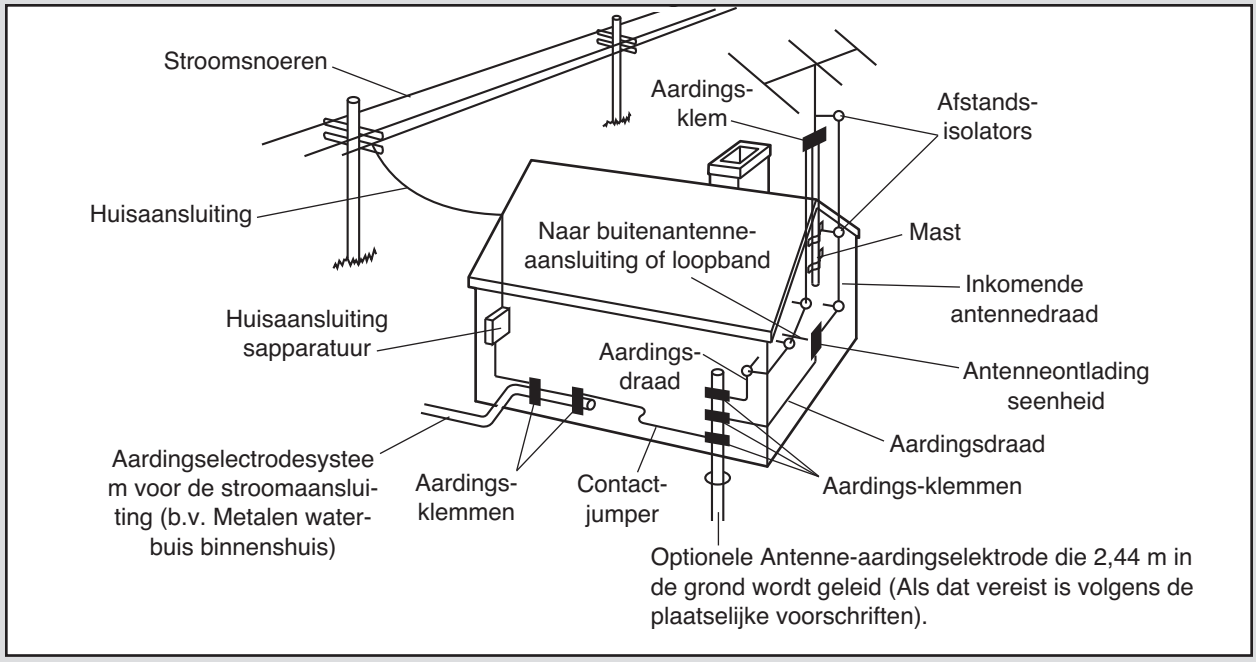
29. **Een buitenantenne zou zich niet in de nabijheid moeten bevinden van electriciteitsdraden of elektrisch licht, of stroomcircuits, of daar waar deze op dergelijke objecten kan vallen. Wanneer een buitenantenne geinstalleerd wordt, is grote zorgvuldigheid geboden om geen electriciteitsdraden of circuits niet aan te raken, want contact maken kan dodelijk zijn.**

30. **Verwijder niet de kap of achterkant van de televisie om het risico op een electrische schock te verminderen,. Er bevinden zich geen nuttige onderdelen aan de binnenkant. Raadpleeg een bevoegd technicus.**

31. Wanneer de loopband of de televisie wordt gerepareerd of een onderhoudsbeurt krijgt vraag dan de technicus de veiligheidsprocedure uit te voeren om er zeker van te zijn dat het apparaat goed werkt.

- **Gebruik een No. 10 AWG (5.3 mm²) koperen, een No. 8 AWG (8.4 mm²) aluminium, een No. 17 AWG (1.0 mm²) stalen of bronzen draad, voorzien van een laagje koper, of een forsere draad dan een geaarde draad.**
- **Bevestig de antenneaansluiting en geaarde draaden aan het huis door gebruik te maken van isolatoren die een tussenruimte hebben van 1.22 tot 1.83 m.**
- **Maak de antenne met een electrisch ontladingssysteem zo dicht mogelijk aan de antenneaansluiting vast waar deze het huis binnengaat.**
- **Gebruik een doorverbindingsdraad van minstens No. 6 AWG (13.3 mm²) van koper, of van een gelijkwaardig materiaal wanneer een op zichzelf staande geaarde antenne electrode wordt gebruikt. Raadpleeg de plaatselijke regelingen en voorschriften.**

Aandacht voor de kabeltelevisie monteur: Raadpleeg de plaatselijke regelingen en voorschriften voor de benodigde aardleiding.



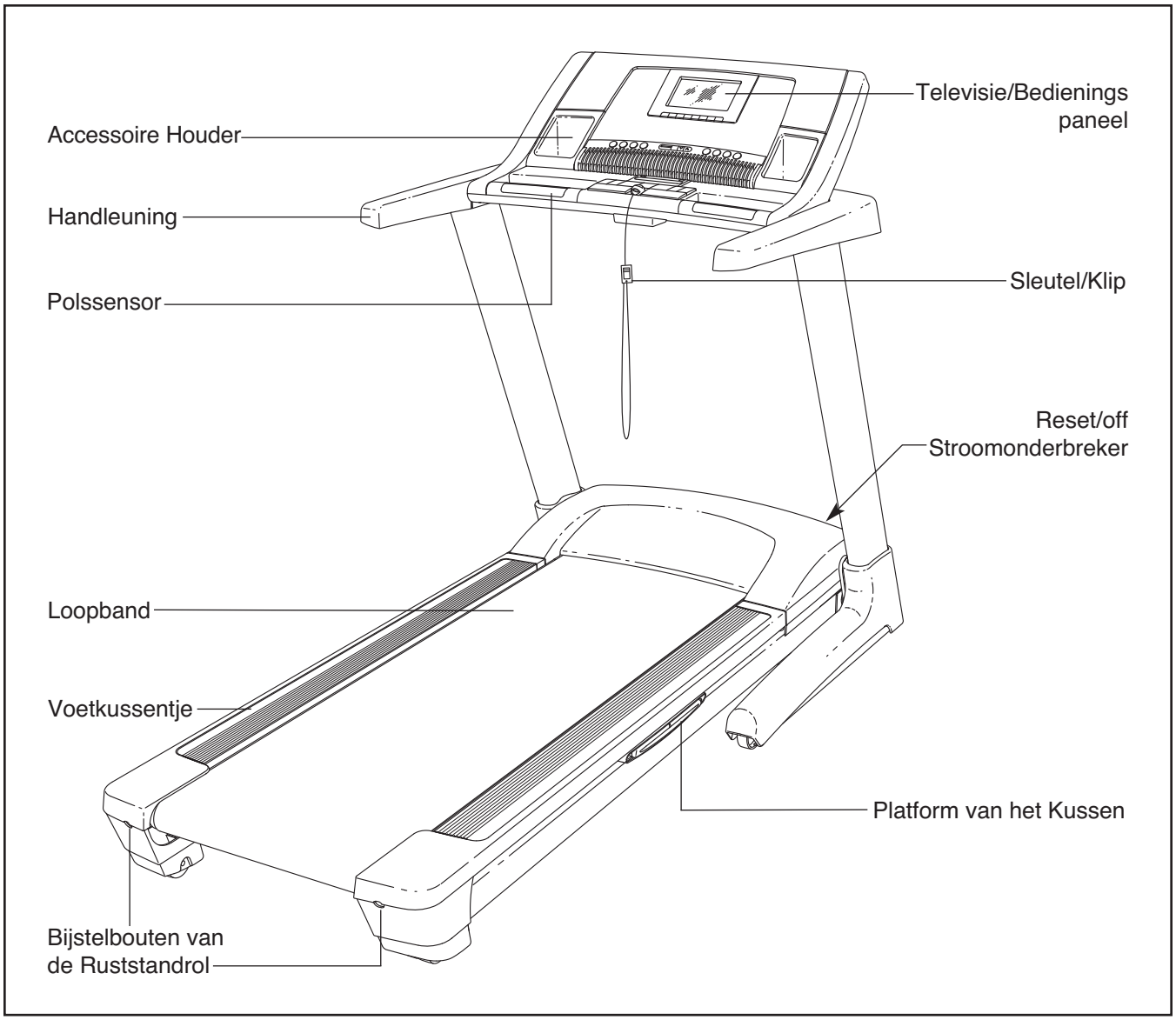
BEWAAR DEZE INSTRUCTIES

VOORDAT U BEGINT

Fijn dat u voor de revulotionaire NordicTrack® COMMERCIAL CT loopband hebt gekozen. De COMMERCIAL CT loopband biedt een indrukwekkende scala aan mogelijkheden, ontworpen voor een aangenamere en doelfreffendere oefening thuis. En wanneer u niet oefent, dan kan de unieke loopband ingeklapt worden, zodat deze maar de helft van de vloeroppervlakte beslaat van andere loopbanden.

U zult er baat bij hebben door deze handleiding zorgvuldig door te lezen voordat u de loopband gebruikt. Raadpleeg de kaft van deze handleiding mocht u nog vragen hebben nadat u de handleiding hebt doorgelezen. Voordat u met ons contact opneemt, schrijf het productnummer en serienummer even op. De plaats waar u beide stickers kunt vinden wordt op de kaft 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.

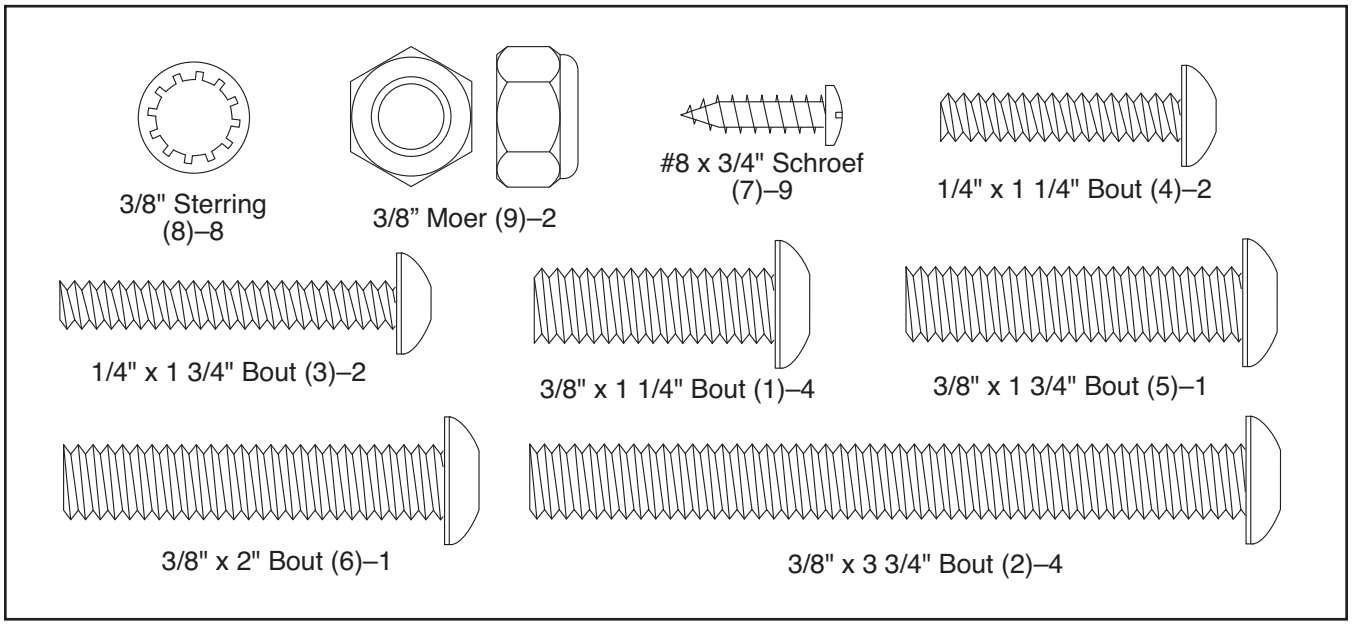


MONTAGE

Het monteren van deze loopband moet door twee mensen gebeuren. Plaats de loopband op een open plek en verwijder alle verpakking. **Gooi de verpakking pas weg wanneer u de loopband volledig gemonteerd heeft.** Opmerking: De onderkant van de loopband is met een hoogwaardig smeer behandeld. Het kan zijn dat tijdens het verzenden wat van het smeermiddel aan de bovenkant van de loopplatform of karton terecht is gekomen. Dit is normaal en heeft geen effect op het functioneren van de loopband.Als er zich smeermiddel op de bovenkant van de loopplatform bevindt, kunt u deze eenvoudigweg afvegen met een zachte doek en een reiniger zonder schuurmiddel.

Tijdens het monteren hebt u een hexagonale sleutel , een kruiskopschroevendraaier , en engelse sleutels nodig .

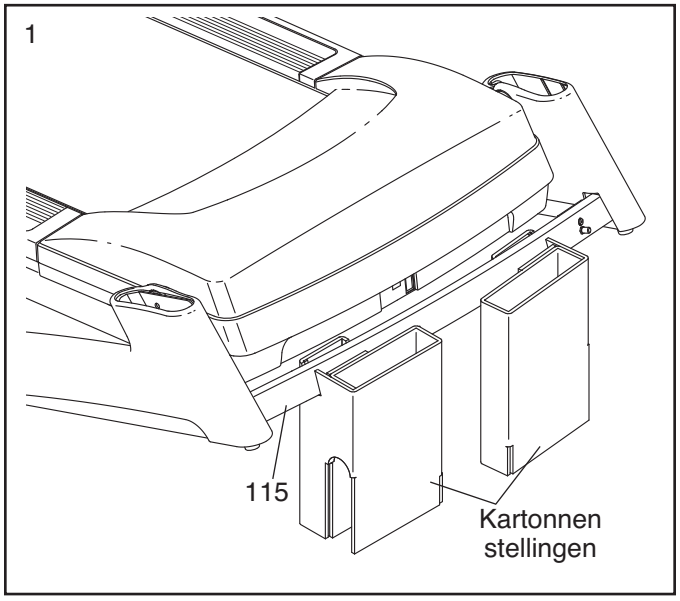
Bekijk de tekeningen hieronder om u te helpen bij het zoeken naar onderdelen. Het getal tussen haakjes onder iedere tekening is het nummer van het onderdeel van de LIJST MET ONDERDELEN aan het eind van deze handleiding. Het tweede getal geeft het aantal te monteren onderdelen aan. **Opmerking: Wanneer u een onderdeel niet in de zak met onderdelen kunt vinden, bekijk dan het apparaat om te zien of het al gemonteerd is. Om schade aan de plastic onderdelen te vermijden, gebruik nooit elektrisch gereedschap tijdens het monteren. Extra delen kunnen meegeleverd worden.**



1. **Zorg dat het stroomsnoer niet op het stopcontact is aangesloten.**

   Zoek naar de twee kartonnen stellingen. Til, met hulp van een tweede persoon, de voorkant van de loopband op en steek de dwarsstang in de Basis (115) in de gesneden openingen van de kartonnen stellingen zoals aangegeven. **Zorg ervoor dat de kartonnen stellingen ver genoeg uit elkaar staan om de loopband te steunen.**

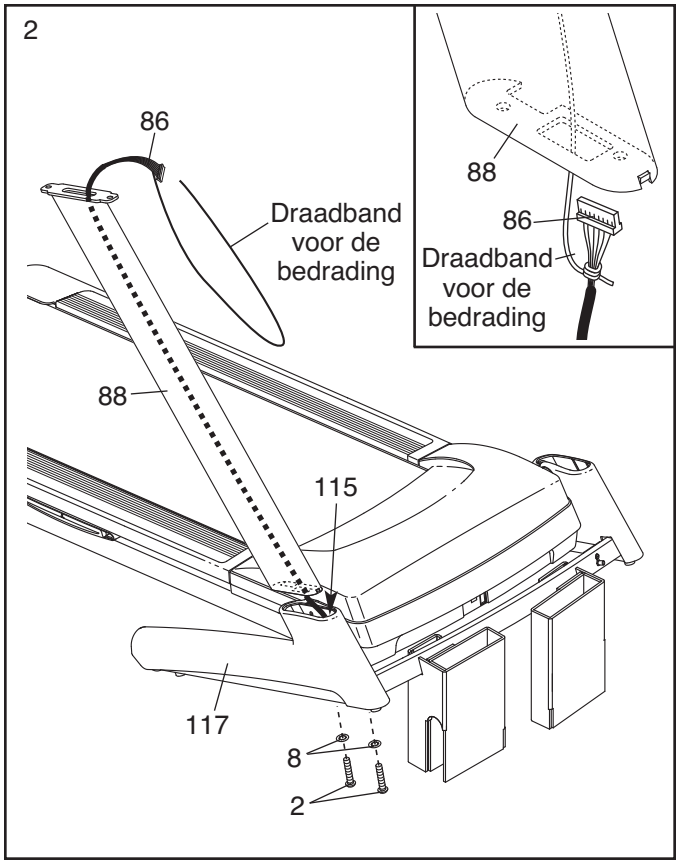
   U kunt ernstig letsel oplopen wanneer de loopband naar voren of achteren beweegt of van de stellingen valt. Een tweede persoon moet de loopband vasthouden tot stap 3 is voltooid om te voorkomen dat de loopband beweegt, kantelt, of valt.



2. Houdt de Rechter Staander (88) bij de Kap van de Rechter Basis (117). **Bekijk de inzetteken-ing.** Zorg ervoor dat de draadband in de Rechter Staander uit het gat steekt zoals aangegeven. Maak de draadband goed vast rond het uiteinde van de Draad van de Staander (86). Trek dan aan het andere eind van de draadband totat de Draad van de Staander goed door de Rechter Staander ligt.

   Trek de Draad van de Staander (86) voorzichtig naar boven terwijl u de Rechter Staander (88) op de Basis (115) in de Kap van de Rechter Basis (117) plaatst. **Zorg ervoor dat de Draad van de Staander niet bekneld raakt.**

   Maak de Rechter Staander (88) vast aan de Basis (115) met twee 3/8" x 3 3/4" Bouten (2) en twee 3/8" Sterringen (8); **draai de Bouten nog niet te vast.** Opmerking: Het kan zijn dat u de bovenkant van de Rechter Staander wat naar voren moet kantelen en de onderkant wat moet draaien terwijl u de Bouten in de Rechter Staander draait.

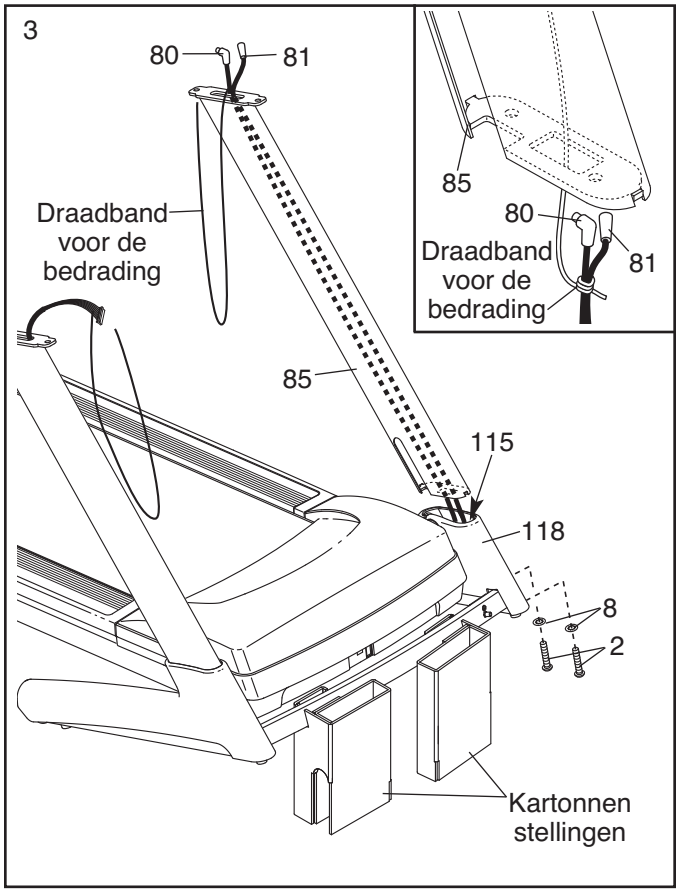


3. Houdt de Linker Staander (85) bij de Kap van de Linker Basis (118) vast. **Bekijk de inzetteken-ing.** Zorg ervoor dat de draadband in de Linker Staander uit het gat steekt zoals aangegeven. Maak de draadband goed vast rond het uiteinde van de 50" TV Kabel (81) en de 50" A/V Draad (80).

   Trek aan het andere eind van de draadband totdat de 50" TV Kabel (81) en de 50" A/V Draad (80) volledig rond de Linker Staander liggen (85). Plaats de Linker Staander op de Basis (115) in de Kap van de Linker Basis (118).

   Maak de Linker Staander (85) vast aan de Basis (115) met twee 3/8" x 3 3/4" Bouten (2) en twee 3/8" Sterringen (8); **draai de Bouten nog niet te vast.** Opmerking: Het kan zijn dat u de bovenkant van de Linker Staander wat naar voren moet kantelen en de onderkant wat moet draaien terwijl u de Bouten in de Linker Staander draait.

   Til, met hulp van een tweede persoon, de loopband van de kartonnen stellingen. De stellingen worden in stap 9 gebruikt.

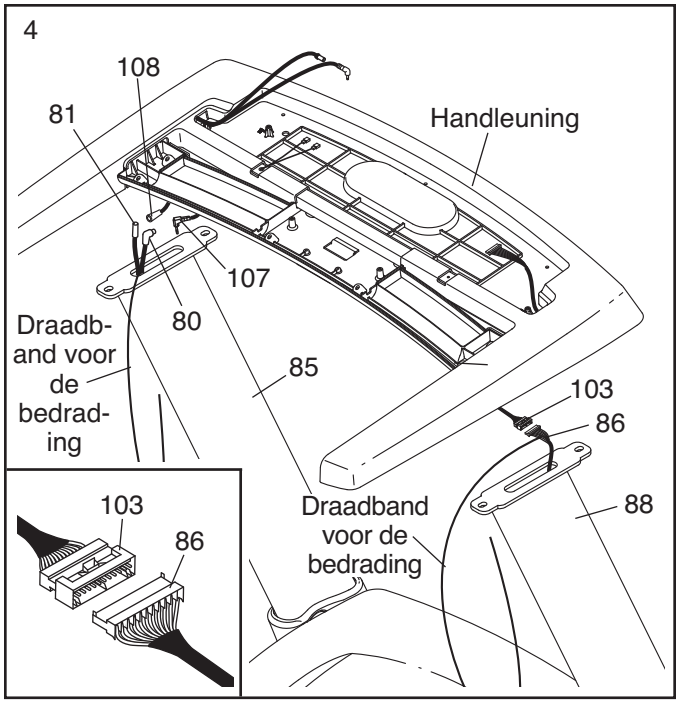


4. Laat een tweede persoon de handleuning bij de Staander (85, 88) vasthouden.

   Sluit de 50" A/V Draad (80) aan op de 25" A/V Draad (107) en de 50" TV Kabel (81) op de 25" TV Kabel (108).

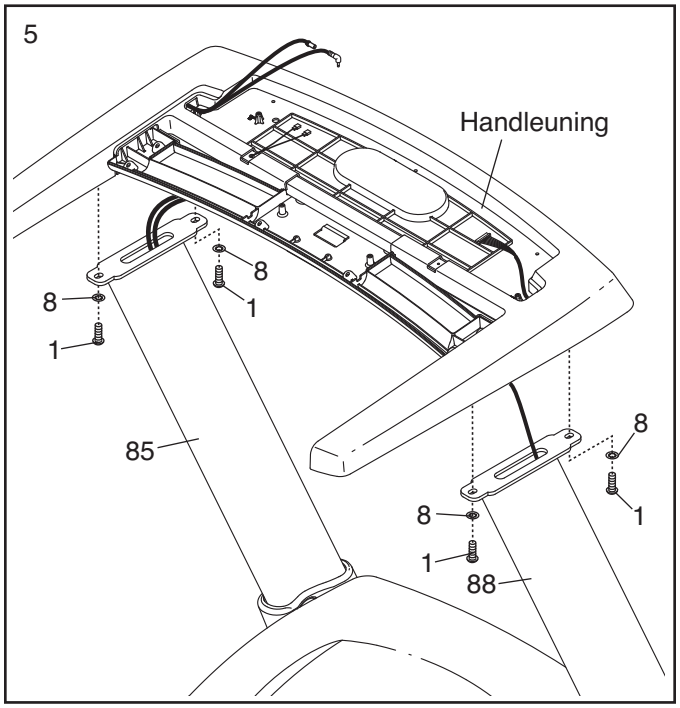
   Sluit de Draad van de Staander (86) aan op de 25" Draadharnas (103). **Bekijk de inzetteken-ing. De connectors moeten gemakkelijk op elkaar schuiven en op hun plaats klikken.** Als dit niet gebeurt, draai dan een van de aansluitin-gen en probeer het opnieuw. **ALS DE CONNEC-TORS NIET GOED ZIJN AANGESLOTEN, KAN HET BEDIENINGSPANEEL BESCHADIGD RAKEN WANNEER DE STROOM WORDT IN-GESCHAKELD.**

   Verwijder de draadband uit de Draad van de Staander (86). Verwijder de draadband van de 50" TV Kabel (81) en van de 50" A/V Draad (80).



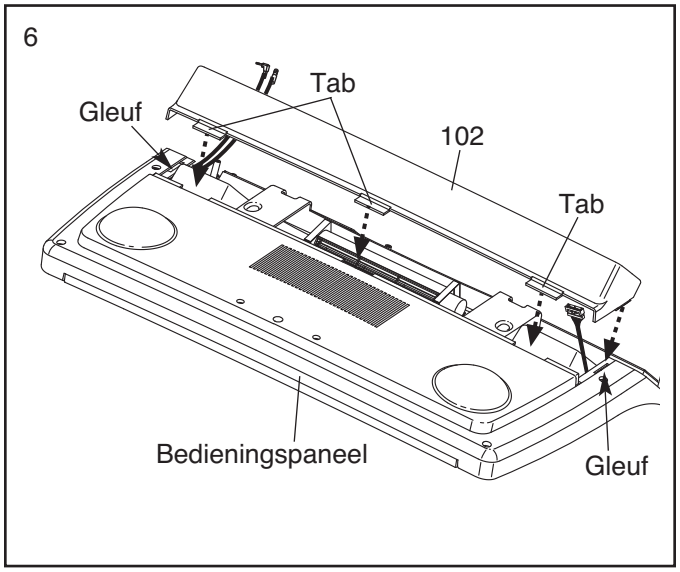
5. Steek de draden in de Staanders (85, 88) terwijl u de handleuning op de Staanders plaatst. **Zorg ervoor dat de draden niet bekneld raken.**

   Maak de handleuning vast met vier 3/8" x 1 1/4" Bouten (1) en vier 3/8" Sterringen (8). Draai de Bouten goed vast.



6. Plaats het bedieningspaneel met de bovenkant op een zachte opervlakte zodat het bedieningspaneel niet bekrast wordt. Schuif de drie flapjes van de Accent van het Bedieningspaneel (102) in het Bedieningspaneel.

   Druk op de uiteinden van het Accent van het Bedieningspaneel (102) totdat ze in de gleuven van het bedieningspaneel klikken.

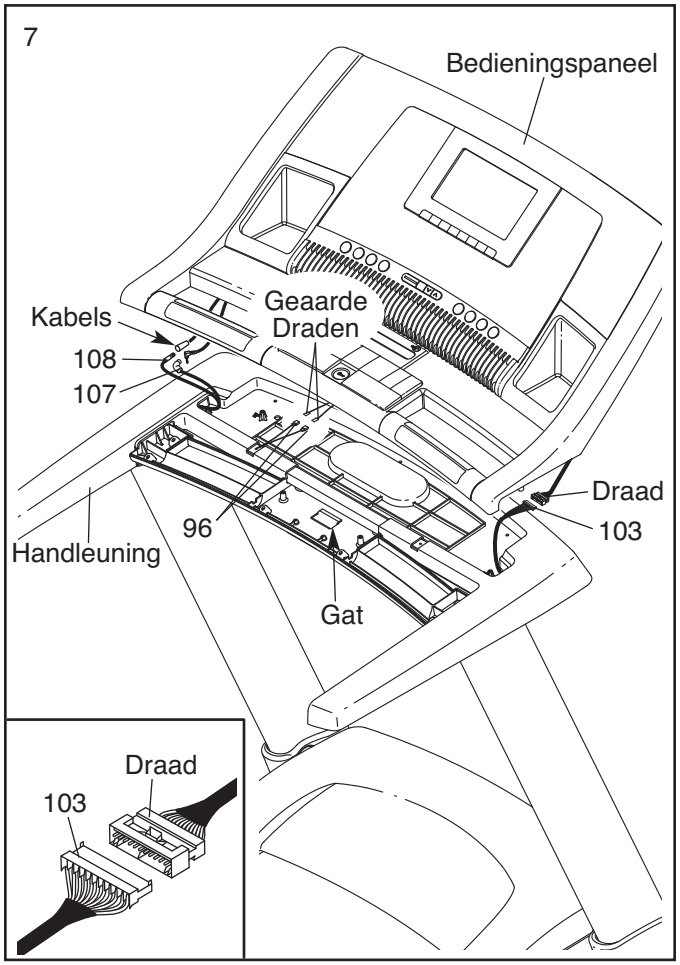


7. Laat de tweede persoon het bedieningspaneel bij de handleuning vasthouden. Sluit de 25" A/V Draad (107) en de 25" TV Kabel (108) aan op de kabels die uit het bedieningspaneel steken.

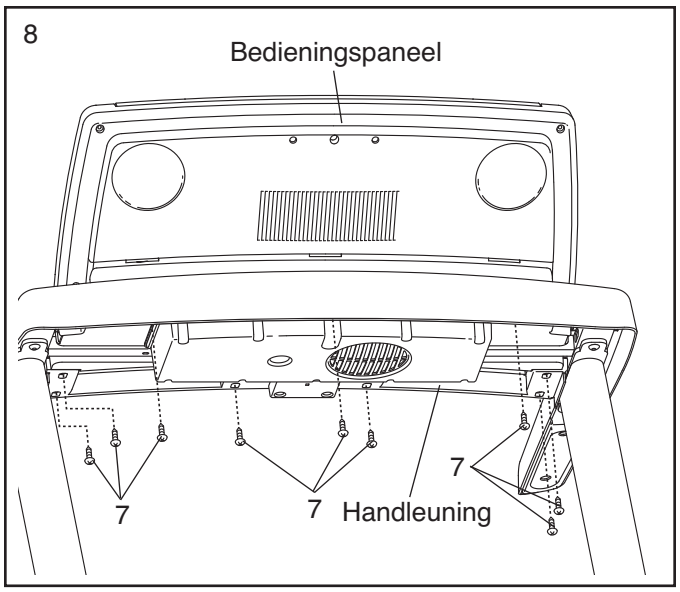
   Sluit de 25" Draadharnas (103) aan op de draad die uit het bedieningspaneel steekt. **Bekijk de inzettekening. De connectors moeten gemakkelijk op elkaar schuiven en op hun plaats klikken.** Als dit niet gebeurt, draai dan een van de aansluitingen en probeer het opnieuw. **ALS DE CONNECTORS NIET GOED ZIJN AANGESLOTEN, KAN HET BEDIENINGSPANEEL BESCHADIGD RAKEN WANNEER DE STROOM INGESCHAKELD WORDT.**

   Sluit de twee Geaarde Draden van het Bedieningspaneel (96) aan op de twee geaarde draden die uit het bedieningspaneel steken.

   Plaats het bedieningspaneel op de handleuning. Mocht het nodig zijn, verplaats de draden totdat het bedieningspaneel plat op de handleuning zit. **Zorg ervoor dat de draden niet bekneld raken.** Opmerking: U zult stap 8 niet kunnen voltooien wanneer het bedieningspaneel niet plat op de handleuning zit.



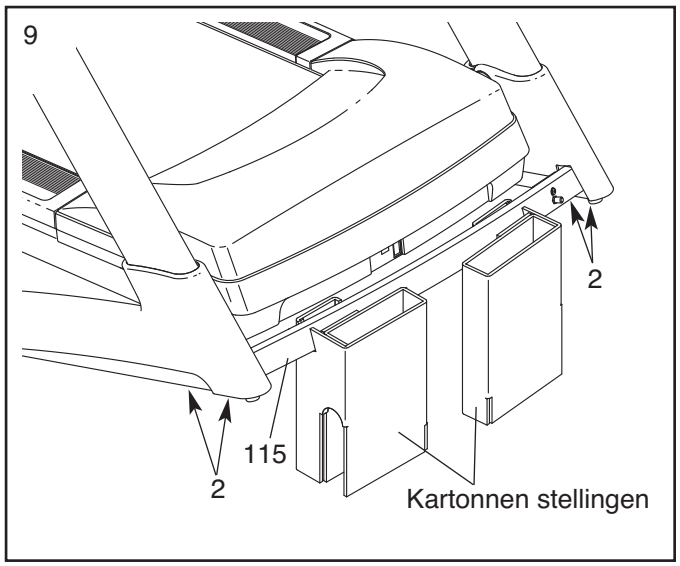
8. Maak het Bedieningspaneel aan de handleuning vast met negen #8 x 3/4" Schroeven (7). **Draai de negen Schroeven wat aan voor ze goed vast te draaien.**



9. Zoek naar de twee kartonnen stellingen uit stap 1. Til, met hulp van een tweede persoon, de voorkant van de loopband op en steek de dwarsstang in de Basis (115) in de gesneden openingen in de kartonnen stellingen zoals aangegeven. **Laat de tweede persoon de loopband vasthouden zodat deze niet naar voren of naar achteren schuift.**

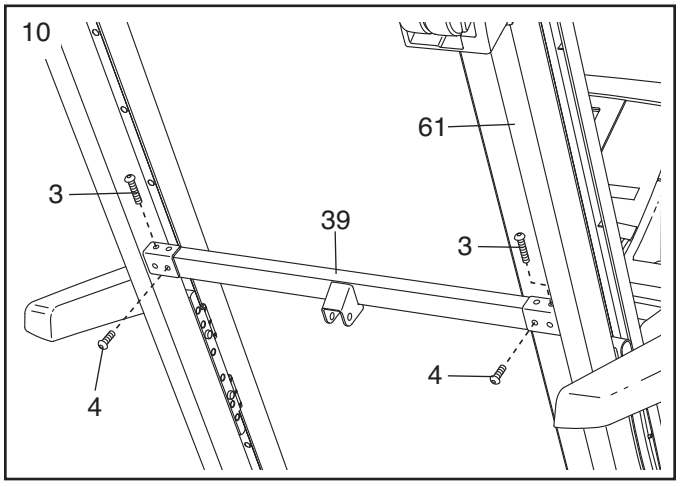
   Draai de vier 3/8" x 3 3/4" Bouten (2) goed vast.

   Neem, met hulp van een tweede persoon, de loopband van de kartonnen stellingen.



10. Til het Onderstel (61) rechtop. **Laat een tweede persoon het Onderstel vasthouden totdat stap 11 voltooid is.**

    Schuif de Dwarsstang van het Onderstel (39) in de beugels van het Onderstel (61) zoals aangegeven. Maak het Onderstel van de Dwarsstang vast met twee 1/4" x 1 3/4" Bouten (3) en twee 1/4" x 1 1/4" Bouten (4) zoals getoond.

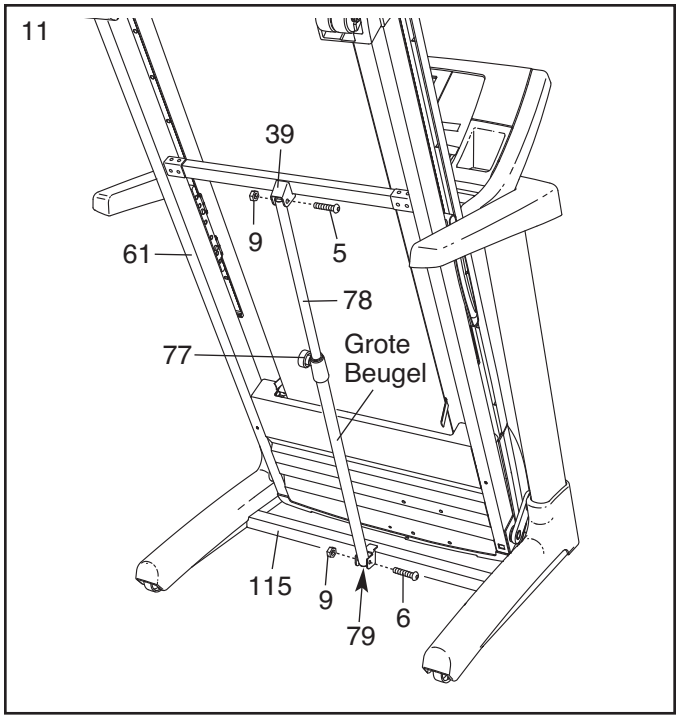


11. Richt de Opbergvergrendeling (78) zo dat de grote cylinder en de Vergrendelingsknop (77) zich in de afgebeelde posities bevinden.

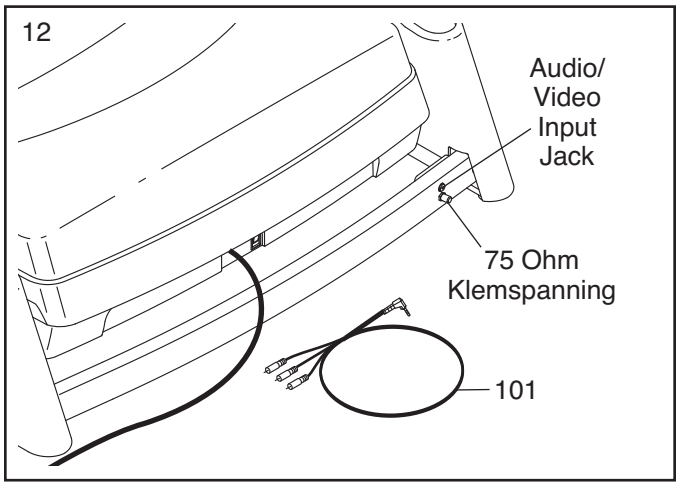
    Verwijder de riem van het bovenste uiteinde van de Opbergvergrendeling (78). Maak het bovenste eind van de Opbergvergrendeling vast aan de beugel van de Dwarsstang van het Onderstel (39) met een 3/8" x 1 3/4" Bout (5) en een 3/8" Moer (9).

    Verwijder de riem van het onderste uiteinde van de Opbergvergrendeling (78). Houd de gaten in het Kapje van de Vergrendeling (79) in gelijke lijn met de gaten in de Opbergvergrendeling. **Zorg dat u het kapje van de Vergrendeling binnen de Opbergvergrendeling houdt.** Bevestig de opbergvergrendeling aan de beugel op de Basis (115) met een 3/8" x 2" Bout (6) en een 3/8" Moer (9). Opmerking: Het kan nodig zijn om het Onderstel heen en weer te schuiven om de Opbergvergrendeling in lijn te brengen met de beugel.

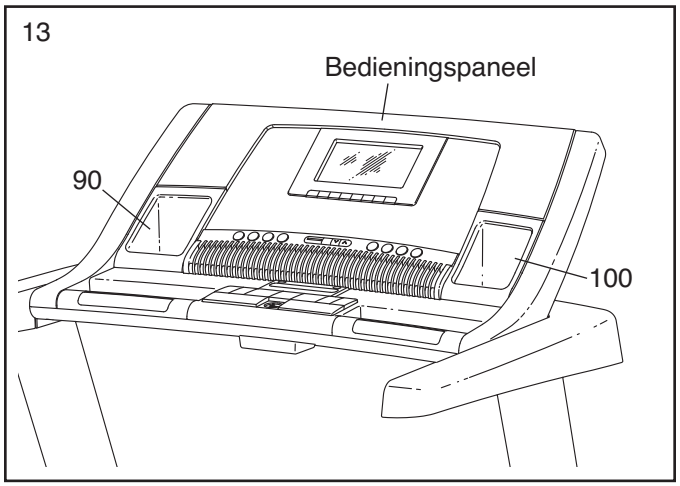
    Breng het Onderstel (61) naar beneden (zie DE LOOPBAND OMLAAG BRENGEN VOOR GEBRUIK op pagina 31).



12. Noteer de plaats van de 75 ohm klemspanning en de audio/video input jack op de loopband. Om de televisie te kunnen gebruiken moet een antenne of kabel aan de 75 ohm klemspanning aangesloten worden of de 96" A/V Draad (101) moet in de audio/video input jack aangesloten worden (raadpleeg bladzijde 13).



13. Zorg ervoor dat de Linker Accessoirehouder (90) en de Rechter Accessoirehouder (100) goed in het bedieningspaneel zitten.

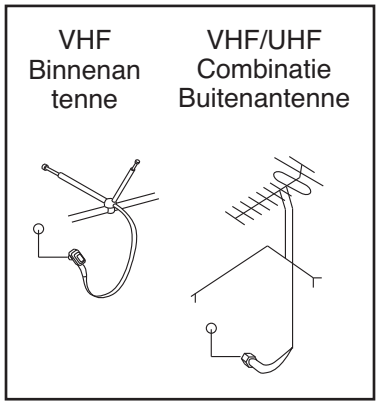


14. **Zorg ervoor dat alle onderdelen vast zijn gedraaid voordat u de loopband gebruikt.** Bewaar de hexgonale sleutel op een veilige plaats; een van de hexagonale sleutels wordt gebruikt om de loopband bij te stellen (raadpleeg bladzijden 33 en 34). **Leg een matje onder de loopband om uw vloerbedekking te beschermen.**

Voordat u de televisie kunt gebruiken moet u een antenne of een 75 ohm CATV kabel aan de 75 ohm klemspanning of de 96" A/V Draad in de audio/video input jacks aansluiten. Opmerking: Gebruik een CATV kabel om een externe bron zoals een kabeldoos, satelliet TV doos, video, of analoge kabel aan te sluiten. Geen CATV kabel, antenne, of adaptor is meegeleverd.

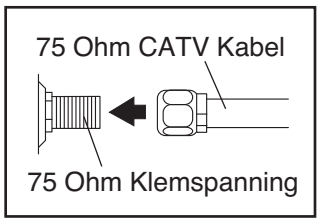
HOE EEN ANTENNE AAN TE SLUITEN

Plaats een VHF binnenantenne of een VHF/UHF buitenantenne op de gewenste plek. Buitenantennes worden beïnvloed door het weer en kunnen een slechter signaal hebben. Bekijk de buitenantenne en de antenneaansluiting voordat u de antenne aansluit.



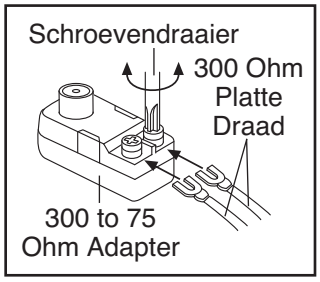
75 Ohm CATV Kabel

1. Sluit de 75 ohm CATV kabel van de antenne aan op de 75 ohm klemspanning bij het snoer op het onderstel van de loopband.

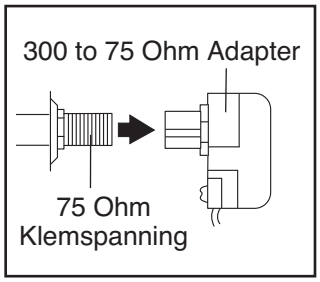


300 Ohm Plate Draad

1. Sluit de 300 Ohm platte draad van de antenne aan op een 300 Ohm tot 75 Ohm adapter.



2. Druk de 300 ohm to 75 ohm adapter op de 75 ohm klemspanning bij het snoer op het onderstel van de loopband.



HOE EEN EXTERNE BRON AAN TE SLUITEN DOOR GEBRUIK VAN EEN CATV KABEL

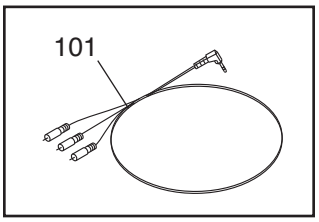
1. Sluit een uiteinde van een 75 ohm CATV kabel aan op de 75 ohm CATV output plug van uw externe bron.

2. Steek het snoer in uw externe bron. Raadpleeg de handleiding van uw externe bron voor aardleiding instructies.

3. Sluit 75 ohm CATV kabel aan op de 75 ohm klemspanning bij het snoer op het onderstel van de loopband. Bekijk de tekening links.

HOE EEN VIDEO- OF DVD-SPELER AAN TE SLUITEN MET EEN 96" A/V DRAAD

1. Sluit het driedradig uiteind van de 96" A/V Draad (101) aan op uw video- of dvd-speler



2. Steek het snoer van uw video- of DVD-speler in het stopcontact. Raadpleeg de handleiding van uw video- of DVD-speler voor aardleiding instructies.

3. Sluit de 96" A/V Draad (101) aan op de audio/video input plug bij het snoer van het onderstel van de loopband.

GEBRUIK EN BIJSTELLEN

DE AL INGESMEERDE LOOPBAND

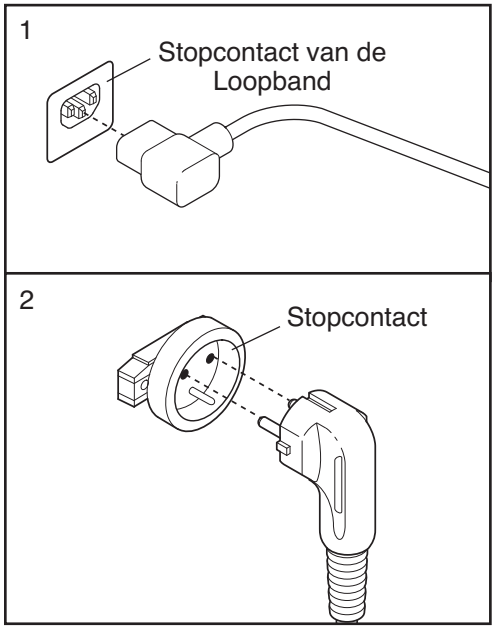
Uw loopband is voorzien van een band die al met een hoogwaardig smeermiddel is behandeld. **BELANGRIJK: Behandel de band of het loopplatform nooit met silicone spray of enig ander middel. Als uw dat doet zult u de loopband beschadigen.**

HOE DE STEKKER IN STOPCONTACT TE STEKEN

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

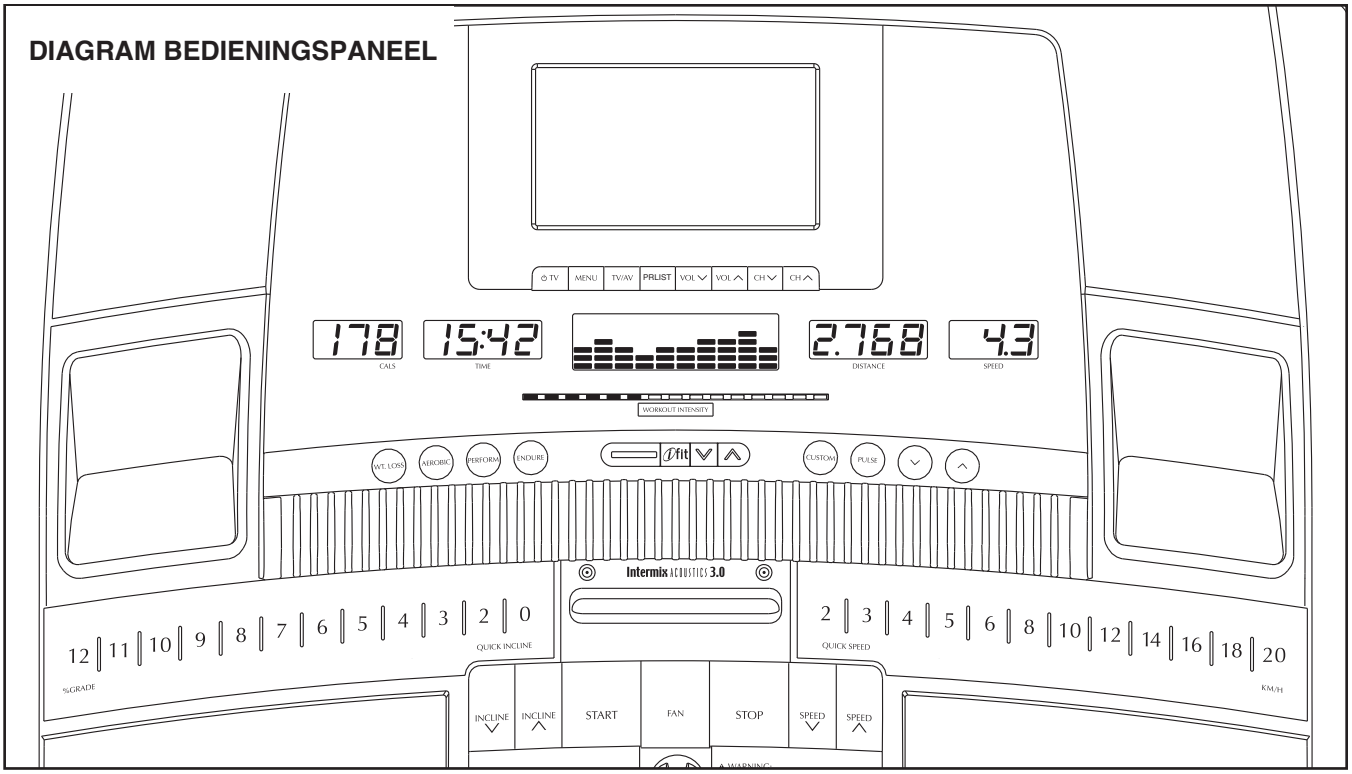
Bekijk tekening 1. Steek het aangegeven eind van het snoer in het stopcontact van de loopband.

Bekijk tekening 2. Steek het snoer in een goed geinstalleerd en geaard stopcontact die overeenkomt met alle plaatselijke regelingen. **BELANGRIJK: De loopband kan niet op een stopcontact met onderbreker van de grondfout circut gebruikt worden.**



⚠ GEVAAR: Een verkeerd stopcontact (zonder aarde) kan tot een electrische schok leiden. Laat een elektricien de aarding nakijken als u niet zeker van bent dat het stopcontact goed geaard is. Knoei niet aan de stekker van het apparaat. Laat een elektricien een nieuwe stekker monteren als de stekker niet in het stopcontact past.

DIAGRAM BEDIENINGSPANEEL



FUNCTIES VAN HET BEDIENINGSPANEEL

Het bedieningspaneel van de loopband biedt een indrukwekkende keuze uit functies die zijn ontwikkeld om uw oefeningen effectiever en prettiger te maken. U kunt wanneer u de handmatige instelling kiest de snelheid en de hellingstand van de loopband veranderen met de druk op een toets. Tijdens de oefening zal het bedieningspaneel doorlopende feedback over uw oefening geven. U kunt zelfs uw hartslag meten door gebruik te maken van de ingebouwde handgreep met polssensor of door middel van de optionele borstkassensor. Zie pagina 29 voor informatie over de borstkas polssensor.

Bovendien biedt het bedieningspaneel twintig vooraf ingestelde oefeningen - vijf afvaloefeningen, vijf aerobicsoefeningen, vijf prestatie-oefeningen en vijf uithoudingsoefeningen. Elke oefening beheert automatisch de snelheid en de helling van de loopband als het u door een effectieve oefeningsessie begeleidt. U kunt zelfs uw eigen aangepaste oefeningen creëren en deze opslaan voor toekomstig gebruik.

Het bedieningspaneel biedt twee hartslagoefeningen die de snelheid en de helling van de loopband regelen om u te helpen uw hartslag in de buurt van de doelhartslaginstellingen te krijgen.

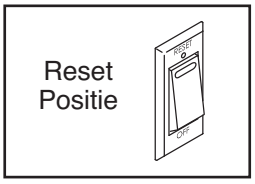
Het bedieningspaneel biedt ook het nieuwe iFit interactieve workout-systeem. Het iFit interactieve trainingssysteem kan worden gecombineerd met de iFitkaarten met trainingsprogramma's die zijn ontwikkeld om u te helpen specifieke fitnessdoelen te bereiken. Verlies bijvoorbeeld ongewenste pondjes met ons 8-weekse Afvalprogramma, iFit oefeningen regelen automatisch de loopband terwijl de stem van een persoonlijke trainer u coacht langs elke stap van de oefening. Er wordt één demo iFit-kaart bijgeleverd. Aanvullende IFit-kaarten zijn afzonderlijk beschikbaar. **Omi Fit-kaarten te kopen gaat u naar www.iFit.com of belt u met het telefoonnummer op de voorkant van deze handleiding. iFit-kaarten zijn ook in geselecteerde winkels verkrijgbaar.**

Of u nu de handmatige modus kiest of een oefening, u kunt genieten van de shows van uw keuze op de persoonlijke televisie terwijl u in vorm komt. U kunt tevens naar uw favoriete muziek of audioboek luisteren met het stereo geluidssysteem van het bedieningspaneel.

Om deze aan te zetten, kijkt u op pagina 16. **Om de handmatige modus te gebruiken,** kijkt u op pagina 16. **Om een vooraf ingestelde oefening te gebruiken,** kijkt u op pagina 18, **Om een aangepaste oefening te creëren en te gebruiken,** kijkt u op pagina's 19 en 20. **Voor een hartslagoefening** kijkt u op pagina 21. **Voor gebruik van de iFit-kaart** kijkt u op pagina 22. **Voor het bedienen van uw persoonlijke televisie,** kijkt u op pagina 23. **Voor het bedienen van de afstandsbediening** kikt u op pagina 24. **Voor het vervangen van de batterijen van de afstandsbediening,** kijkt u op pagina 25. **Om de televisie-instellingen in TV-stand of AV-stand te zetten** kijkt u op pagina 26. **Om de televisie-instellingen aan te passen aan de DTV-stand** kijkt u op pagina 27. **Voor het gebruik van de informatiestand,** kijkt u op pagina 28. **Voor het gebruik van het stereogeluidssysteem,** kijkt u op pagina 29.

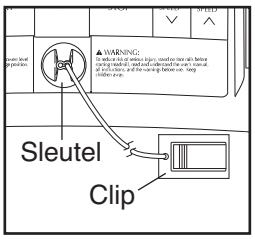
HET APPARAAT AAN TE ZETTEN

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 het snoer in (zie pagina 14). Zoek vervolgens naar de [RESET/OFF] stroomonderbreker op het onderstel van de loopband bij het snoer. Zorg dat de stroomonderbreker in de reset positie staat.

BELANGRIJK: Het bedieningspaneel toont een demostand, die ontwikkeld is voor gebruik als de loopband wordt geëtaleerd in een winkel. De demo-instelling is gekozen wanneer de displays gaan branden zodra het snoer in het stopcontact gestoken wordt en de stroomonderbreker zich in de reset positie vindt. Om de demo-modus uit te schakelen, houd de Stop-knop enkele seconden ingedrukt. Raadpleeg DE INFORMATIE MODE op pagina 28 om de demo instelling uit te schakkelen wanneer de displays blijven branden.



Ga op de voetenkussentjes van de loopband staan. Zoek de clip die is bevestigd aan de sleutel (zie de tekening aan de rechterkant) en schuif de clip op 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: Als er een doorzichtig stuk plastic op het bedieningspaneel ligt, verwijder dan het plastic. Draag alleen schone schoenen wanneer u de loopband gebruikt om beschadiging aan het loopplatform te voorkomen. Inspecteer af en toe de ligging van de band wanneer de loopband voor het eerst wordt gebruikt. Centreer deze mocht het nodig zijn (zie pagina 33).

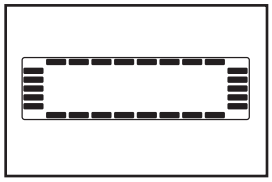
Let op: Het bedieningspaneel kan de snelheid en de afstand in kilometers of mijlen weergeven. Om te ontdekken welke meeteenheid is geselecteerd, of om de meeteenheid te wijzigen zie de INFORMATIE-STAND op pagina 28. Voor de eenvoud zijn alle instructies in dit gedeelte in kilometers aangegeven.

DE HANDMATIGE INSTELLING GEBRUIKEN

1. **Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.**

   Zie HET APPARAAT AAN TE ZETTEN aan de linkerkant.

2. **Kies de handmatige instelling.**



   Elke keer als u de sleutel invoert, wordt de handmatige modus geselecteerd. Als u een oefening heeft geselecteerd, drukt u herhaaldelijk op een van de oefeningtoetsen (Afval, Aerobic, Prestatie, Uithouding, Aangepast of Hartslag) tot een track in de matrix verschijnt.

3. **Start de loopband en stel de snelheid bij.**

   Om de loopband te starten drukt u op de toets Start, de toets Snelheid Verhogen, of op een van de Directe snelheidtoetsen met nummers 2-20.

   Als de Starttoets of de Versnellingstoets wordt ingedrukt dan zal de loopband beginnen te bewegen met een snelheid van 2 Km/u [KM/H]. Als u een oefening doet, kunt u de snelheid van de loopband naar wens aanpassen door de snelheidstoename en afname toetsen in te drukken. Telkens als u op een toets drukt, zal de snelheid worden gewijzigd met 0,1 Km/u; als u de toets ingedrukt houdt, dan zal de snelheid met 0,5 Km/u verhogen. als u een van de genummerde directe snelheidtoetsen indrukt dan zal de loopband geleidelijk snelheid wisselen tot het de gewenste snelheidsinstelling bereikt.

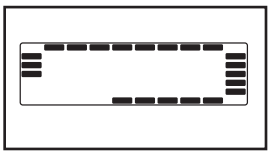
   Om de loopband te stoppen, druk op de Stoptoets. Om de loopband opnieuw te starten, druk op de Starttoets, de Snelheidomhoogtoets of een van de genummerde directe snelheidstoetsen.

4. **De hellingstand van de loopband veranderen zoals gewenst.**

   Om de helling van de loopband aan te passen, drukt u op helling verhogen of verlagen toetsen of op een van de Hellingtoetsen genummerd van 0 tot 12.

   Elke keer als u op de Helling verhogen of verlagen toets drukt, verandert de helling met 0,5%. Als u op een van de genummerde directe Hellingtoetsen drukt, dan zal de helling zich geleidelijk in de gekozen stand bijstellen.

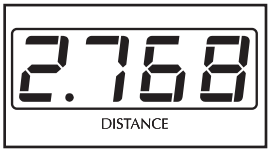
5. **Volg uw voortgang op het display.**



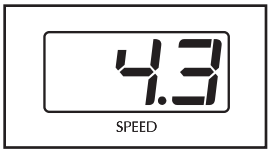
De matrix—Indien u de handmatige modus selecteert, toont de matrix een spoor dat 400 meter vertegenwoordigt. Als u oefent, zullen de indicators rond het pad achter elkaar verschijnen tot het gehele pad verschijnt. Het pad zal dan verdwijnen en de indicators worden opnieuw achter elkaar getoond.

De Calorie/Helling weergave — De Calorie/helling [CALORIE/INCLINE] weergave kan het geschatte aantal calorieën dat u hebt verbrand, weergeven. De display toont ook enkele seconden de helling van de loopband weer als de helling wijzigt.

De tijdweergave—De Tijdweergave [TIME] kan de verstreken tijd weergeven. Let op: Indien u een oefening selecteert, zal de display de resterende tijd in de oefening weergeven in plaats van de verlopen tijd.

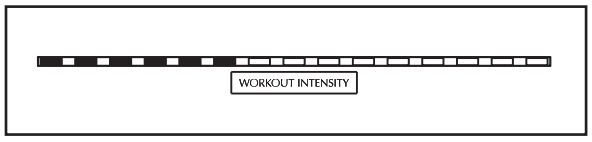


De Afstandweergave—De Afstandweergave [DISTANCE] geeft de afstand weer die u heeft gelopen of gerend.



De snelheids/hartslagweergave—De snelheid/hartslagweergave [SPEED/PULSE] kan de snelheid van de loopband weergeven. De display geeft ook uw hartslag weer als u gebruik maakt van de handgreep polssensor of de optionele borstkas polssensor.

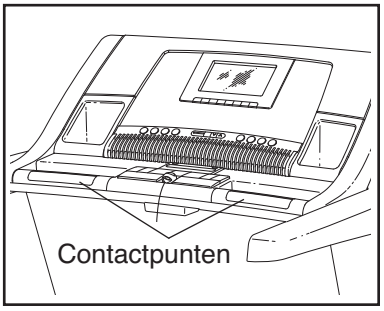
Als u oefeningen doet zal de oefeningintensiteitsniveaubalk het geschatte intensiteitsniveau van uw oefening aangeven.



Om het bedieningspaneel te resetten, drukt u op de stopknop, haalt u de sleutel uit het bedieningspaneel en stopt u de sleutel weer terug.

6. **Meet uw hartslag als u dat wilt.**

Opmerking: Indien u de Handgreep polssensor en de Borstkas-polssensor tegelijkertijd gebruikt, zal het console uw hartslag niet nauwkeurig weergeven. Zie pagina 29 voor informatie over de borstkas polssensor.



Voordat u de handgreep polssensoren gebruikt, verwijder het plastic laagje van de metalen contactpunten. Zorg er bovendien ook voor dat uw handen schoon zijn.

Om uw hartslag te meten, **gaat u op de voetleuning staan** en houdt u de contactpunten op de leuning vast – **beweeg uw handen niet. Houd de contactpunten ongeveer tien seconden vast.** Als uw hartslag wordt gedetecteerd, zal uw hartslag worden getoond. **Voor de meest nauwkeurige hartslagwaarde, dient u de contactpunten gedurende 15 seconden vast te houden.**

7. **Zet de ventilator indien gewenst aan.**

De ventilator toont de hoge en lage snelheidsinstellingen. Druk herhaaldelijk op de Ventilatortoets om een ventilatorsnelheid te selecteren of zet de ventilator uit. Opmerking: Als de ventilator aan staat als de loopband is gestopt, dan zal de ventilator automatisch na een paar minuten uitgaan.

8. **Als u klaar bent met de oefening dient u de sleutel uit het bedieningspaneel te halen.**

Ga op de voetkussentjes staan, druk op de Stoptoets [STOP] en **stel de hellingstand van de loopband in de laagste positie. De helling moet op de laagste instelling staan als u de loopband vouwt in de opslagstand, anders kunt u de loopband beschadigen.** Haal vervolgens de sleutel uit het bedieningspaneel en bewaar deze op een veilige plek.

Wanneer u klaar bent met de loopband te gebruiken, plaats de stroomonderbreker in de “off” positie en neem het snoer uit het stopcontact. **BELANGRIJK: Als u dit niet doet kunnen de elektrische onderdelen van de loopband te snel slijten.**

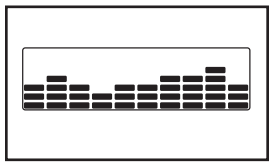
EEN VOORAF INGESTELD OEFENPROGRAMMA GEBRUIKEN

1. **Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.**

   Zie HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op pagina 16.

2. **Selecteer een vooraf ingestelde oefening.**

   Om een vooraf ingestelde oefening te selecteren, drukt u herhaaldelijk op de Afvaltoets, de Aerobictoets, de Prestatietoets of de Uithoudingstoets.

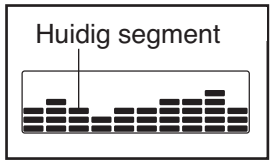
   

   Als een vooraf ingestelde oefening is geselecteerd zal de display de maximale hellingsinstelling, de oefeningsduur, het nummer van de oefening en de maximale snelheidsinstelling van de oefening weergeven. Bovendien zal er een profiel van de snelheidsinstellingen van de oefening verschijnen in de matrix.

3. **Start de loopband.**

   Druk op de Starttoets [START] om het programma te laten beginnen. Even nadat u op de toets heeft gedrukt, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de eerste snelheid en hellingsinstelling van de oefening. Houd de handleuningen vast en begin met wandelen.

   Elke oefening is verdeeld in 1-minuut segmenten. Er is één hellinginstelling en één tempo-instelling geprogrammeerd voor elk segment. Opmerking: Dezelfde snelheid en/of hellingsinstelling kan worden geprogrammeerd voor opeenvolgende segmenten.

   Tijdens het oefenprogramma, wordt uw profiel weergegeven zodat u uw vorderingen kunt volgen. De flikkerende balk van het profiel stelt het huidige oefeningsegment voor. De hoogte van het flikkerende segment geeft de weerstandsinstellingen voor het huidige segment weer.

   Aan het einde van elk segment, is een serie geluiden te horen en begint het volgende segment van het profiel te knipperen. De nieuwe snelheid- en de hellinginstellingen knipperen gedurende een paar seconden in de displays. Als een andere snelheid en/of hellinginstelling is geprogrammeerd voor het volgende onderdeel, dan zal de nieuwe snelheid en/of hellinginstelling knipperen in het display om u te waarschuwen.

   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 Snelheid **en Helling, als het volgende segment van de oefening begint, dan zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheid en hellinginstellingen voor het volgende segment.**

   Om op elk mogelijk ogenblik met de oefening te stoppen drukt u op de toets STOP. Om de oefening weer te starten, drukt u op de toets Start of op de toets Snelheidstoename. De loopband begint bij ongeveer 2 km/uur te bewegen, Als het volgende onderdeel van de oefening begint, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheid en hellinginstelling voor dat volgende onderdeel.

   De oefening gaat zo verder tot het laatste onderdeel van de oefening is uitgevoerd. De loopband zal vertragen tot deze halt houdt.

4. **Volg uw voortgang op het display.**

   Zie stap 5 op pagina 17.

5. **Meet uw hartslag als u dat wilt.**

   Zie stap 6 op pagina 17.

6. **Zet de ventilator indien gewenst aan.**

   Zie stap 7 op pagina 17.

7. **Als u klaar bent met de oefening dient u de sleutel uit het bedieningspaneel te halen.**

   Zie stap 8 op pagina 17.

EEN AANGEPASTE OEFENING CREËREN

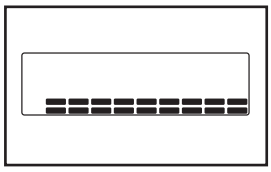
1. **Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.**

   Zie HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op pagina 16.

2. **Selecteer een aangepaste oefening.**

   Voor het selecteren van een aangepaste oefening drukt u herhaaldelijk op de toets Aangepast [CUSTOM]. Als u een aangepaste oefening heeft geselecteerd, zal het oefeningnummer en drie kolommen met indicatoren op het scherm verschijnen.

   Opmerking: Als meer dan twee rijen met indicatoren langs de matrix lopen, kijk dan bij EEN AANGEPASTE OEFENING GEBRUIKEN op pagina 20.

3. **Start de loopband en programmeer de gewenste snelheid en hellingsinstellingen.**

   Druk op de toets START. Kort nadat u op de toets heeft gedrukt, begint de loopband te bewegen. Houd de handleuningen vast en begin met wandelen.

   Elke aangepaste oefening is verdeeld in verschillende 1-minuut segmenten. Er kan één hellinginstelling en één snelheidsinstelling worden geprogrammeerd voor elk segment. Om snelheids- en hellinginstellingen voor het eerste segment te programmeren, dient u eenvoudigweg de helling en de snelheid van de loopband naar wens in te stellen door te drukken op de snelheid [SPEED]- en hellingtoetsen [INCLINE].

   Als het eerste gedeelte van de oefening is beëindigd, zal een reeks geluidjes te horen zijn en de huidige snelheids- en hellingsinstellingen worden opgeslagen in het geheugen. Programmeer een snelheids- en hellingsinstelling voor het tweede gedeelte op dezelfde manier.

   Blijf de snelheids- en hellingsinstellingen programmeren voor zoveel segmenten als u wilt; angepaste oefeningen kunnen tot 40 segmenten hebben. Als u klaar bent met de oefening drukt u twee keer op de Stopknop [STOP]. De snelheids en hellinginstellingen die u heeft geprogrammeerd en de oefeningtijd kunnen dan worden opgeslagen in het geheugen.

4. **Volg uw voortgang op het display.**

   Zie stap 5 op pagina 17.

5. **Meet uw hartslag als u dat wilt.**

   Zie stap 6 op pagina 17.

6. **Zet de ventilator indien gewenst aan.**

   Zie stap 7 op pagina 17.

7. **Als u klaar bent met de oefening dient u de sleutel uit het bedieningspaneel te halen.**

   Zie stap 8 op pagina 17.

HET GEBRUIK VAN EEN AANGEPASTE OEFENING

1. **Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.**

   Zie HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op pagina 16.

2. **Selecteer een aangepaste oefening.**

   Voor het selecteren van een aangepaste oefening drukt u herhaaldelijk op de toets Aangepast. Als een aangepaste oefening is geselecteerd zaler een profiel van de snelheidsinstellingen van de oefening verschijnen in de matrix.

   Bovendien zal de display de maximale hellingsinstelling, de oefeningsduur, het nummer van de oefening en de maximale snelheidsinstelling van de oefening weergeven. **Opmerking: Als er slechts twee rijen met indicatoren langs de matrix lopen, kijk dan bij EEN AANGEPASTE OEFENING GEBRUIKEN op pagina 19.**

3. **Start de loopband.**

   Druk op de Starttoets [START] om het programma te laten beginnen. Even nadat u op de toets heeft gedrukt, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de eerste snelheid en hellingsinstelling die u eerder heeft geprogrammeerd. Houd de handleuningen vast en begin met wandelen.

   Elke aangepaste oefening is verdeeld in verschillende 1-minuut segmenten. Er is één hellinginstelling en één tempo-instelling geprogrammeerd voor elk segment. Let op: Dezelfde snelheid en/of hellingsinstelling kan worden geprogrammeerd voor opeenvolgende segmenten.

   De aangepaste oefening werkt op dezelfde manier als een vooraf ingestelde oefening (zie stap 3 op pagina 18).

   Indien gewenst kunt u de oefening opnieuw instellen terwijl u deze gebruikt. **Om de snelheidsinstelling of de hellingsinstelling voor het huidige segment te wijzigen dient u eenvoudigweg** op de toetsen Snelheid [SPEED] of Helling [INCLINE] te drukken. Als het huidige segment eindigt, zal de nieuwe instelling worden opgeslagen in het geheugen. **Om de duur van de oefening te vergroten** wacht u tot de oefening is afgelopen. Druk dan op de Startknop en programmeer de snelheid en hellinginstellen voor zoveel aanvullende segmenten als gewenst. Als u zoveel segmenten als gewenst heeft toegevoegd, drukt u twee keer op de stopknop [STOP]. **Om de lengte van de oefening te verminderen** drukt u twee keer op de stopknop op elk moment voordat de oefening is voltooid.

   Om de oefening tijdelijk te stoppen, drukt u op de toets Stop. Druk op de Start-toets om de workout te hervaten. De loopband zal met een snelheid van 2 km/u beginnen te draaien. De loopband zal bij het begin van het volgende segment de snelheids- en hellinginstellingen automatisch ingesteld worden.

4. **Volg uw voortgang op het display.**

   Zie stap 5 op pagina 17.

5. **Meet uw hartslag als u dat wilt.**

   Zie stap 6 op pagina 17.

6. **Zet de ventilator indien gewenst aan.**

   Zie stap 7 op pagina 17.

7. **Als u klaar bent met de oefening dient u de sleutel uit het bedieningspaneel te halen.**

   Zie stap 8 op pagina 17.

⚠OPGELET: Indien u hartproblemen heeft, ouder bent dan 60 jaar of inactief bent geweest, gebruik dan geen oefeningen die door hartslag worden gedreven. Als u regelmatig medicijnen slikt dient u uw arts te consulteren om te weten te komen of de medicatie invloed zal hebben op de hartslagwaarde van de oefening.

EEN HARTSLAGOEFENING GEBRUIKEN

1. **Plaats de optionele borstpolssensor.**

   Opmerking: Voor de beste resultaten draagt u de borstpolssensor om een polsoefening te gebruiken. Zie pagina 29 voor informatie over de borstkas polssensor.

2. **Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.**

   Zie HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op pagina 16.

3. **Selecteer een van de vier hartslagoefeningen.**

   Voor het selecteren van een hartslagoefening drukt u herhaaldelijk op de toets Hartslag [PULSE]. Als u een hartslagoefening hebt geselecteerd dan verschijnen de duur van de oefening, het nummer van de oefening en de maximale doelhartslag op het scherm. Bovendien zal er een profiel van de harslaginstellingen van de oefening verschijnen in de matrix.

4. **Toets een doelhartslaginstelling in.**

   De maximum snelheidsinstelling van de hartslag van de geselecteerde oefening verschijnt in de snelheid/hartslagdisplay. Indien gewenst kunt u drukken op de toetsen verhogen en verlagen bij de hartslagtoets om de maximale doelhartslaginstelling te wijzigen **(zie OEFENINGINTENSITEIT) op pagina 36).** Opmerkiing: Als u de maximale doelhartslaginstelling bijstelt, dan wordt het intensiteitsniveau van het hele programma gewijzigd.

5. **Start de loopband.**

   Druk op de Starttoets [START] om het programma te laten beginnen. Even nadat u op de toets heeft gedrukt, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de eerste snelheid en hellingsinstelling van de oefening. Houd de handleuningen vast en begin met wandelen.
   Hartslagoefeningen zijn verdeeld in 1-minuut segmenten. Er wordt een doelhartslag geprogrammeerd voor elk segment. Opmerking: Dezelfde doel hartslaginstelling kan worden geprogrammeerd voor opeenvolgende onderdelen.

   Tijdens elk segment van de oefening zal het bedieningspaneel regelmatig uw hartslag met de doelhartslaginstelling van de huidige onderdeel vergelijken. Als uw hartslag te ver onder of boven de doelhartslag ligt, dan zal de weerstand van de pedalen automatisch verhogen of verlagen om uw hartslag dichter bij uw doelhartslag te brengen.

   Als uw hartslag niet wordt gevonden tijdens het programma, dan knipperen de letters 'PLS' in het scherm en kan de snelheid en/of helling van de loopband automatisch verminderen. Als dit gebeurt kijkt dan bij de instructies die zijn bijgeleverd bij de optionele borstpolssensor.

   Als het eerste gedeelte van de oefening is beëindigd, zal een reeks geluidjes te horen zijn en zullen alle doelhartslaginstellingen een kolom naar links verschuiven. De nieuwe snelheid- en de hellinginstellingen zullen in de display verschijnen. De oefening gaat zo verder tot het laatste onderdeel van de oefening is uitgevoerd. De loopband zal vertragen tot deze halt houdt.

   Als de snelheids- en/of hellingsinstelling te hoog of te laag is, dan kunt u het intensiteitsniveau van de oefening op elk moment wijzigen door te drukken op de snelheids- [SPEED] en hellingstoetsen [INCLINE]; **maar, als het bedieningspaneel uw hartslag vergelijkt met de doelhartslag voor het huidige onderdeel, dan kan de helling en/of snelheid van de loopband wijzigen om de hartslag dichter in de buurt van de doelhartslag te brengen.**

   Om op elk mogelijk ogenblik met de oefening te stoppen drukt u op de toets STOP. Druk op de Start-toets om de workout te hervaten. De loopband begint te bewegen met 2 km/u; **maar als het bedieningspaneel uw hartslag vergelijkt met de doelhartslaginstelling van het huidige segment, dan kan de snelheid en/of helling van de loopband wijzigen om uw hartslag dichter in de buurt van de doelhartslaginstelling te brengen.**

6. **Volg uw voortgang op het display.**

   Zie stap 5 op pagina 17.

7. **Zet de ventilator indien gewenst aan.**

   Zie stap 7 op pagina 17.

8. **Als u klaar bent met de oefening dient u de sleutel uit het bedieningspaneel te halen.**

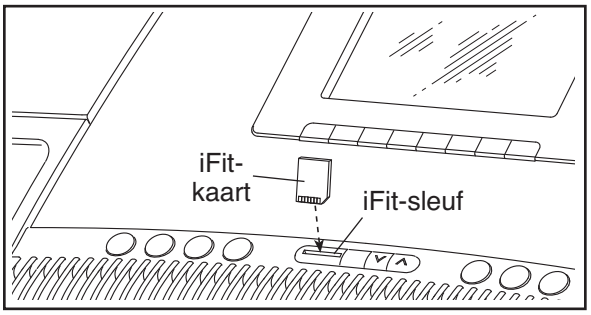
HET GEBRUIK VAN EEN IFIT-KAART

1. Plaats de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op pagina 16.

2. Plaats een iFit-kaart en selecteer een oefening.

Om een iFit-oefening te gebruiken, plaatst u een iFit-kaart in de iFit-sleuf, zorgt u dat de iFit-kaart zo geplaatst is dat de metalen contacten naar beneden zijn gericht en geplaatst zijn in de iFit-sleuf.



Vervolgens selecteert u een iFit-oefening door te drukken op de iFit verhogen en verlagen-toetsen naast de iFit-gleuf. Als een iFit-oefening is geselecteerd zal de display de maximale hellingsinstelling, de oefeningsduur, het nummer van de oefening en de maximale snelheidsinstelling van de oefening weergeven. Bovendien zal er een profiel van de snelheidsinstellingen van de oefening verschijnen in het display.

Elke iFit-oefening is verdeeld in diverse 1-minuut segmenten. Er is één hellinginstelling en één tempo-instelling geprogrammeerd voor elk segment. Opmerking: Dezelfde snelheid en/of hellingsinstelling kan worden geprogrammeerd voor opeenvolgende segmenten.

3. Start de loopband.

Druk op de Starttoets [START] om het programma te laten beginnen. Even nadat u op de toets heeft gedrukt, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de eerste snelheid en hellingsinstelling van de oefening. Houd de handleuningen vast en begin met wandelen. Tijdens de oefening zal een personal trainer u door de oefening begeleiden.

Indien de snelheids- of hellingsinstelling voor het huidige onderdeel te hoog of te laag staat, dan kunt u de instelling handmatig overschrijven door te drukken op de toetsen Snelheid [SPEED] en Helling [INCLINE], **als het volgende onderdelen beginnen, dan zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheid en hellinginstellingen voor het volgende onderdeel.**

Om op elk mogelijk ogenblik met de oefening te stoppen drukt u op de toets STOP. Om de oefening weer te starten, drukt u op de toets Start of op de toets Snelheidstoename. De loopband begint bij ongeveer 2 km/uur te bewegen, Als het volgende onderdeel van de oefening begint, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheid en hellinginstelling voor dat volgende onderdeel.

4. Volg uw voortgang op het display.

Zie stap 5 op pagina 17.

5. Zet de ventilator indien gewenst aan.

Zie stap 7 op pagina 17.

6. Als u klaar bent met de oefening dient u de sleutel uit het bedieningspaneel te halen.

Zie stap 8 op pagina 17.

OPGELET: Haal de iFit-kaarten altijd uit de iFit-sleuf als u deze niet gebruikt.

DE PERSOONLIJKE TELEVISIE BEDIENEN

BELANGRIJK: Voordat u de televisie bedient, moet u een 96" A/V-bedrading of CATV-kabel aansluiten op de loopband (zie pagina 13).

1. Zet de televisie aan.

Als er een doorzichtig stuk plastic op het televisiescherm ligt, verwijder dan het plastic. Plaats de sleutel in het bedieningspaneel. Kijk bij DE ELEKTRICITEIT INSCHAKELEN op pagina 16. Zet de aan/uit-knop van de televisie aan. Opmerking: Als u de televisie bedient zonder dat de sleutel in het bedieningspaneel zit zullen de toetsen op het bedieningspaneel niet werken.

2. Initialiseer de DTV-stand.

Als er geen kanalen zijn opgeslagen in het geheugen in de DTV-stand, dan kan de televisie u vragen de televisie-instellingen aan te passen. Selecteer uw land, taal en tijdzone. Tijdzones worden ingesteld vanaf de Greenwich Mean Time [GMT]. Dan licht EXIT op en druk op de volume verhogen toets op uw afstandsbediening. Selecteer Ja [YES] om naar kanalen te scannen of Nee [NO] om later naar kanalen te scannen.

3. Scan naar televisiekanalen.

Voordat u de televisie bedient moet u scannen naar kanalen. Zie pagina 26 en 27 voor informatie over het scannen van kanalen. Opmerking: U moet een videorecorder of een DVD-speler aansluiten en scannen voor kanalen voordat u gebruik kunt maken van een videorecorder of DVD-speler. Zorg dat de videorecorder of DVD-speler juist is aangeslotne (zie pagina 13).

Uw televisie kan analoge en digitale signalen ontvangen. Om de televisie juist te laten werken is een goede ontvangst nodig. Zorg dat de televisie-instellingen juist zijn (zie pagina's 26 en 27). Als u gebruik maakt van een antenne zorg dan dat deze juist is aangesloten en aangepast op optimale ontvangst (zie EEN ANTENNE AANSLUITEN op pagina 13).

4. Druk op de toets TV/AV om een televisiebron te selecteren.

Kies een invoerinstelling door meerede keren op de TV/AV-toets van de afstandbediening te drukken totdat de gekozen instelling op het scherm verschijnt. Indien u een 75 ohm CATV-kabel of een videorecorder heeft aangesloten op de 75 ohm-aansluiting van de loopband, dient u de tv-bron te selecteren. Indien u een 96" A/V-bedrading heeft ingestoken in de audio/video-ingangaansluiting, selecteer dan de AV-stand.

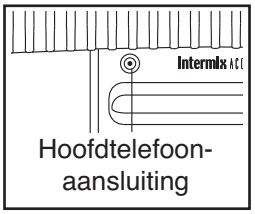
5. Druk op de Kanaaltoetsen om een gewenst kanaal te selecteren.

Als u de televisie aanzet, zal het scherm het laatst geselecteerde kanaal weergeven. Om een ander kanaal te selecteren drukt u op de genummerde kanaaltoetsen of de toetsen Kanaal (CH) omhoog of omlaag. Het geselecteerde kanaalnummer verschijnt een paar seconden op het scherm. Let op: Voordat kanalen kunnen worden geselecteerd moeten ze worden opgeslagen in het geheugen van de televisie. Wanneer een kanaal niet meer verschijnt, scan dan weer voor de kanalen. Zie pagina's 26 en 27.

6. Druk op de Volumetoetsen om het volume aan te passen.

Druk op de toetsen Volume (VOL) omhoog of omlaag op het bedieningspaneel om het volume aan te passen. Opmerking: Voor de beste resultaten, past u het volume aan door alleen te drukken op de toetsen Volume op het bedieningspaneel.

Om oortelefoons of hoofdtelefoon te gebruiken (niet meegeleverd) sluit u deze aan op de hoofdtelefoonaansluiting naast de Startknop op het bedieningspaneel

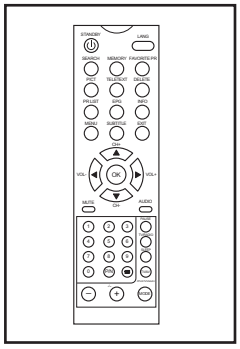


Hoofdtelefoonaansluiting

7. Zet de televisie uit.

Houdt, wanneer u de televisie niet meer wilt gebruiken, voor een paar seconden de TV power-toest ingedrukt totdat de televisie uitgaat. Aandacht: De televisie zal automatisch aangaan, als u het niet uitzet, wanneer u de loopband de volgende keer gebruikt.

DE AFSTANDSBEDIENING BEDIENEN



De eerste keer dat u de afstandsbediening gebruikt, dient u batterijen te plaatsen (zie DIE BATTERIJEN VERVANGEN IN DE AFSTANDSBEDIENING op pagina 25).

Ga dan naast de loopband staan en houdt de afstandsbediening naast de televisie. Richt de afstandsbediening rechtstreeks op de televisie.

Druk de Standby-toets [STANDBY]. Na korte tijd schakelt de televisie aan of uit.

Druk op de toets Lang [LANG] om de OSD Op het scherm display (on screen display) taal te selecteren. In DTV-stand kunt u kiezen uit Duits [GERMAN], Frans [FRENCH], Nederlands [DUTCH], Engels [ENGLISH], Spaans [SPANISH], Portugees [PORTUGUESE] of Italiaans [ITALIAN]. In TV of AV-stand kunt u kiezen uit tien talen.

Druk op de toets Zoeken [SEARCH] om naar kanalen te zoeken en sla ze op in het geheugen. Let op: Houd de toets Zoeken vijf seconden ingedrukt in TV-modus om te scannen naar kanalen. Selecteer YES in DTV-modus om te scannen naar kanalen of NO om te stoppen met scannen.

Druk op de toets Geheugen [MEMORY] om het huidige kanaal in te stellen als uw favoriete kanaal in DTV-modus.

Druk op uw favoriete PR-toets [FAVORITE PR] om uw favoriete kanaal te zien in DTV-modus.

Druk de beeld [PICT] toets om een persoonlijke [PERSONAL], standaard [STANDARD], zachte [SOFT], levendige [VIVID] of lichte [LIGHT] stand te kiezen als beeldstand.

Druk op de toets Teletext [TELETEXT] om de functie teletext aan of uit te zetten in DTV-modus.

Druk de Delete-toets [DELETE] om het huidige kanaal uit het geheugen te wissen in DTV-modus. Opmerking: Als u per ongeluk een kanaal wist, scan dan opnieuw op kanalen om het kanaal opnieuw te vinden (zie pagina's 26 en 27).

Druk op de toets PRLIST om een lijst met kanalen te zien. Opmerking: U kunt deze lijst ook bekijken door te drukken op de toets PRLIST op het bedieningspaneel.

Druk op de toets EPG om de elektronische programmagids te zien in DTV-modus.

Druk op de toets Info [INFO] om informatie te zien over het huidige programma en het zender- of kabelsignaal.

Om het hoofdmenu te zien, drukt u op de knop Menu [MENU]. Zie pagina 26 en 27 voor informatie over het menu.

Druk de ondertitel [SUBTITLE] toest om de ondertitels aan te geven of niet aan te geven.

Druk op de toets Exit [EXIT] om elk menu te verlaten of om een voorgaand menu te zien.

Druk op de toets Kanaal (CH) omhoog of omlaag om een kanaal te selecteren. De toetsen Kanaal omhoog of omlaag op de afstandsbediening werken ook als omhoog en omlaag navigatietoetsen in een menu.

Druk herhaaldelijk op de P/N toets en druk dan op de genummerde toetsen om een specifiek kanaal te selecteren in TV of AV-stand.

Druk op de toets OK om uw keuzes in DTV-modus te bevestigen. Druk op de toets OK in TV-modus om te scannen naar kanalen.

Druk op de toetsen Volume (VOL) omhoog of omlaag om het volume aan te passen. Voor de beste resultaten, past u het volume aan door alleen te drukken op de toetsen Volume op het bedieningspaneel. De toetsen Volume omhoog of omlaag op de afstandsbediening werken ook als omhoog en omlaag navigatietoetsen in een menu.

Om het geluid aan of uit te zetten kunt u op de toets Dempen [MUTE] drukken.

Druk herhaaldelijk op de toets Audio [AUDIO] om standaard, muziek, film of persoonlijk als audiomodus te kiezen. Aandacht: De audio-toets werkt alleen in de DTV-instelling.

Druk herhaaldelijk op de P/N toets om NTSC, PAL of Auto te selecteren als uitgangsysteem in DTV-stand.

Druk op de toets Return (⮌) om het vorige kanaal te zien.

Druk op de toets Pauze [PAUSE] om het huidige programma te pauzeren of af te spelen in DTV-modus.

Druk op de toets TV/Radio [TV/RADIO] om van muziekkanaal te wisselen in DTV-modus.

Druk op de toets Sleep [SLEEP] om de slaaptimer in te stellen (zie pagina 26).

Druk herhaaldelijk op de toets TV/AV om een signaalbron te selecteren. Om de televisiekanalen via een antenne of een CATV-kabel te zien selecteert u de TV-stand of de DTV-stand. Selecteer de AV-stand om een 96" A/V-bedrading te kiezen.

Druk op de Modustoets [MODE] om de beeldinstellingen aan te passen. Pas de helderheid, het contrast en de kleur van het beeld aan met de - en + toetsen. Pas de rotatie van het scherm aan met de Omhoog Omlaag [UP, DOWN] en Spiegelopties [MIRROR]. Selecteer een beeldschermgrootte. Selecteer de resetoptie om de helderheid, het contrast en de kleur terug te zetten naar de originele instellingen.

Druk op de - of + toets in het Modusmenu om de instellingen aan te passen.

DE BATTERIJEN VERVANGEN IN DE AFSTANDSBEDIENING

Om de batterijen te vervangen moet u eerst het batterijklepje vinden op de achterkant van de afstandsbediening. Druk lichtjes op de batterijklep met uw duim en schuif de batterklep eraf.

Verwijder, mocht dat nodig zijn, de oude batterijen uit de afstandsbediening. Vervang met twee nieuwe “AAA” batterijen. **Plaats de batterijen zoals wordt aangegeven met de markeringen aan de binnenkant van de afstandsbediening.** Schuif dan de batterijklep weer op de afstandsbediening.

DE TELEVISIE-INSTELLINGEN IN TV-STAND OF AV-STAND AANPASSEN

1. **Ga naar het hoofdmenu.**

   Om het hoofdmenu te zien, drukt u op de knop Menu. U moet de afstandsbediening gebruiken om de televisie-instellingen af te stellen. Druk dan op de toets EXIT om het menu te verlaten. Druk op de toetsen Kanaal (CH) omhoog en omlaag om een item op te lichten en op de toetsen Volume (VOL) omhoog en omlaag op uw afstandsbediening om een menu-optie te selecteren of de instelling naar wens af te stellen.

2. **Pas de beeldinstellingen aan.**

   Selecteer de beeldmenuoptie [PICTURE] door te drukken op de toets Volume omhoog of omlaag op de afstandsbediening. Pas de helderheid, het contrast en de kleur aan. Selecteer de resetoptie [RESET] om de originele televisie-instellingen te herstellen.

3. **Pas de systeeminstellingen aan.**

   Selecteer een van de tien OSD (on screen display) talen. De OSD-taal is de taal waarin de indicatoren op het scherm (zoals kanaalnummer of de elektronische programmagids) zullen verschijnen. De OSK taal optie werkt alleen in de TV-instelling Pas de klokinstelling aan om de slaaptimer in te stellen. Als u de slaaptimer instelt, dan zal de televisie uitgaan na het aangegeven aantal minuten. Een aftelling waarschuwt u dat de televisie bijna uitgaat. Selecteer een schermgrootte van 16:9 of 4:3. Selecteer de rotatie van het beeld. Pas de Blauwe achtergrond-instelling [BLUE BLACK] aan om de blauwe achtergrond van de televisie aan- of uit te zetten als u geen signaal ontvangt.

4. **Pas de vooraf ingestelde instellingen aan.**

   Opmerking: De vooraf ingestelde instellingenoptie is alleen beschikbaar in de TV-stand.

   Pas de instellingen voor een specifiek kanaal aan door het kanaallnummer te selecteren in de Positie-optie [POSITION]. Zet de Onthoud-optie [REMEMBER] aan of uit om het kanaal te zien of over te slaan bij het gebruik van de toetsen Kanaal omhoog of omlaag.

   Om alle opgeslagen kanalen te verwijderen en te scannen naar kanalen, selecteert u de optie Automatisch [AUTO] zoeken en drukt u op de toets Volume omhoog. De televisie zal beginnen met het scannen van alle beschikbare kanalen in uw gebied. Als er geen signaal is gedetecteerd op een kanaal dan wordt dat kanaal overgeslagen. Als er een signaal wordt gedetecteerd dan wordt het opgeslagen in het geheugen en het volgende kanaal geselecteerd. Dit proces gaat door tot het hoogste kanaal is bereikt. De televisie zal de kanalen in de volgorde waarin ze zijn gevonden hernummeren. **Haal de sleutel er niet uit als de televisie kanalen afscant.** Opmerking: Zorg dat u het geluidsysteem en het kleursysteem instelt voordat u scant naar kanalen.

   Selecteer de instelling ruilen [SWAP] om het kanaal in de Positie-instelling in te stellen als uw gewenste kanaal. Pas de fijnafstelling af om de signaalkwaliteit te verbeteren. Selecteer de optie Zoeken en druk op de toetsen Volume omhoog en omlaag op uw afstandsbediening om de best mogelijke kwaliteitssignaal voor het huidige kanaal te vinden. De televisie zal beginnen te scannen voor dat kanaal. Als het beeld helder is drukt u op de toets Menu.

   Selecteer I, DK of BG als geluidssysteem. Selecteer Auto, PAL, of SECAM als kleursysteem. Probeer alle instellingen zo nodig om de optimale instelling te vinden.

5. **Verlaat het menu.**

   Druk op de toets Exit om het menu te verlaten.

DE TELEVISIE-INSTELLINGEN IN DTV-STAND AANPASSEN

1. **Ga naar het hoofdmenu.**

   Om het hoofdmenu te zien, drukt u op de knop MENU. U moet de afstandsbediening gebruiken om de televisie-instellingen af te stellen. Druk op de toets EXIT om het menu te verlaten of om een voorgaand menu te zien. Druk op de toetsen Kanaal (CH) omhoog en omlaag om een item te verlichten en druk op de toets OK om een item te selecteren. Druk op de toetsen Volume (VOL) omhoog of omlaag op uw bedieningspaneel om de instellingen zoals gewenst aan te passen.

2. **Pas de installatie-instellingen aan.**

   Selecteer de Actieve Antenne [ACTIVE ANTENNA] menuoptie en schakel de antenne desgewenst in of uit.

   Selecteer het menu Systeeminstelling [SYSTEM SETUP]. Selecteer de menuoptie Lokale tijd. Pas de tijdzone aan. Tijdzones worden ingesteld vanaf de Greenwich Mean Time. Zet de zomertijdoptie aan of uit. Druk op de nummertoetsen om de dag, maand, jaar en tijd in te stellen. Druk op de toets Exit. Selecteer OK om de tijd en datum op te slaan of Exit om de huidige instellingen te wissen.

   Selecteer de menuoptie Gebruikersinterface [USER INTERFACE]. Selecteer een van de zes OSD Op het scherm display (on screen display) talen. De OSD-taal is de taal waarin de indicatoren op het scherm (zoals het menu of de elektronische programmagids) zullen verschijnen. Pas de OSD-transparantie aan.

   Selecteer de menuoptie Vergrendel instellingen [MENU LOCK SETTINGS]. Voer uw wachtwoord in. Als u geen wachtwoord heeft ingesteld dan is uw wachtwoord 0000. Als een menu is vergrendeld wordt u verzocht een wachwoord in te voeren voordat u het menu kunt zien.

   Selecteer de menuoptie Wijzig Wachtwoord [CHANGE PASSWORD]. Als u uw wachtwoord nog niet heeft ingesteld dan is het oude wachtwoord 0000. Uw nieuwe wachwoord moet vier nummers lang zijn. Als u uw wachwoord bent vergeten, selecteer dan de menuoptie Terugstellen naar Fabrieksinstelling.

   Selecteer de menuoptie Video. Selecteer Auto, PAL, of NTSC. Probeer alle instellingen zo nodig om de optimale instelling te vinden. Selecteer de beeldschermgrootte, de schermwerking en videostand.

   Selecteer de menuoptie Systeeminformatie [SYSTEM INFORMATION]. Systeeminformatie zal op het scherm verschijnen. Druk dan op de toets Exit om het menu Systeeminstelling te verlaten.

   Selecteer de menuoptie Terugstellen naar Fabrieksinstelling [FACTORY RESET]. Voer uw wachtwoord in. Als u uw wachtwoord bent vergeten, voer dan 9999 in. Selecteer Ja om alle instellingen terug te zetten op de originele instellingen. Het wachtwoord zal worden teruggezet op 0000.

3. **Scan naar kanalen.**

   Selecteer de menuoptie Frequentie [FREQUENCY]. Blader langs de kanalen en bekijk desgewenst hun signaalfrequentie. Selecteer de automatische scanmodus [AUTO SCAN] of de handmatige scanmodus [MANUAL SCAN] om te scannen naar kanalen. De televisie zal beginnen met het scannen van alle beschikbare kanalen in uw gebied. Als er geen signaal is gedetecteerd op een kanaal dan wordt dat kanaal overgeslagen. Als er een signaal wordt gedetecteerd dan wordt het opgeslagen in het geheugen en het volgende kanaal geselecteerd. Dit proces gaat door tot het hoogste kanaal is bereikt. De televisie zal de kanalen in de volgorde waarin ze zijn gevonden hernummeren. **Haal de sleutel er niet uit als de televisie kanalen afscant.**

4. **Bewerk de kanalen.**

   Kies TV- of Radiokanaal. Druk op de genummerde toetsen van uw afstandsbediening om Skip, Lock, Move, Delete, Name, Sort, of Favorite te kiezen. Stel de instellingen bij als u dat wenst. Gebruik het wachtwoord 9999 om het Lock menu optie te betreden.

5. **Verlaat het menu.**

   Druk dan op de toets Exit om het menu te verlaten.

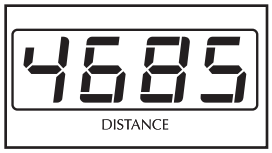
DE INFORMATIE-MODUS

Het bedieningspaneel heeft een informatiemodus die de totale afstand die de loopband heeft afgelegd en het totaal aantal uren dat de loopband is gebruiktt, bijhoudt. Met de informatiemodus kunt u de afstand meten in te selecteren kilometers of mijlen en kunt u de display in of uit demostand zetten.

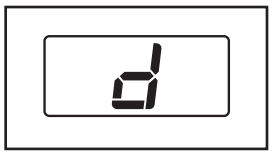
Om de informatiemodus te selecteren, houdt u de toets STOP ingedrukt terwijl u de sleutel terugplaatst in het bedieningspaneel en daarna de toets Stop weer loslaat. Als de informatiemodus is geselecteerd, zal de volgende informatie worden afgebeeld:

Er verschijnt een ‘’M’ voor metrische kilometers of een ‘E' voor Engelse mijlen op de Calorie/helling [CALORIE/DISPLAY] display. Druk op de toets Snelheidstoename om naar wens de meeteenheid te wijzigen.

De Tijddisplay [TIME] toont het aantal uren dat de loopband is gebruikt.



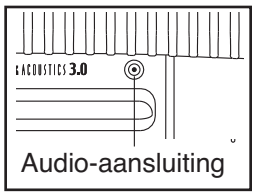
De Afstanddisplay [DISTANCE] toon het totaal aantal kilometers of mijlen waarop de loopband heeft bewogen.



Het bedieningspaneel toont een demostand, die ontwikkeld is voor gebruik als de loopband wordt geëtaleerd in een winkel. Als de demostand aan staat, zal het bedieningspaneel normaal functioneren als u de stekker insteekt, de reset/stroomonderbreker in de resetstand schakelt en de sleutel in het bedieningspaneel steekt. Als u de sleutel eruit haalt, dan blijven de displays verlicht hoewel de toetsen niet werken. Indien de demomodus is aangezet, dan zal een ‘d’ op de Snelheid/hartslagdisplay [SPEED/PULSE] verschijnen terwijl de informatiemodus is geselecteerd. Om de display demostand aan of uit te zetten, kunt u op de toets Snelheid afnemen drukken.

Om de informatiemodus te verlaten, dient u de sleutel uit het bedieningspaneel te halen.

HET GEBRUIK VAN HET STEREOGELUIDSYSTEEM



Audio-aansluiting

Om muziek of audioboeken af te spelen via de stereoluidsprekers van het bedieningspaneel, moet u uw MP3-speler, CD-speler, of andere persoonlijke audio-speler op het bedieningspaneel aansluiten via de audio-aansluiting naast de Stoptoets [STOP].

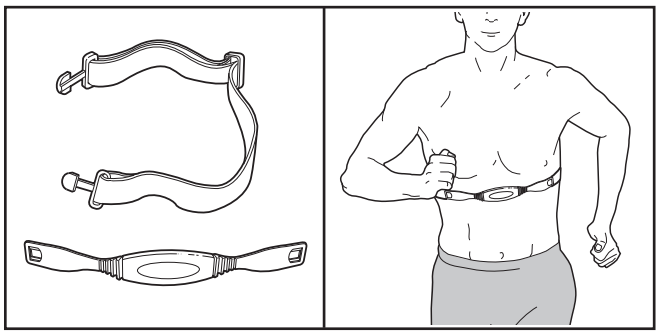
Om de audio-stekker te gebruiken zoekt u het 18" audiosnoer en steekt deze in de audio-aansluiting. Steek dan het 18" audiosnoer in een aansluiting op uw MP3-speler, CD-speler of andere persoonlijke audio-speler. **Zorg dat het 18" audiosnoer volledig is aangesloten.** Opmerking: De televisieaudio zal niet functioneren als het 18" audiosnoer is aangesloten.

Druk dan op de toets Afspelen op uw MP3-speler, CD-speler of andere persoonlijke audio-speler. Pas het volume aan op uw persoonlijke audio-speler of druk op de toetsen Volume omhoog en omlaag op het console

Als u een persoonlijke CD-speler gebruikt en de CD slaat over, plaats de CD-speler dan op de vloer of een ander vlak oppervlak en niet op het bedieningspaneel.

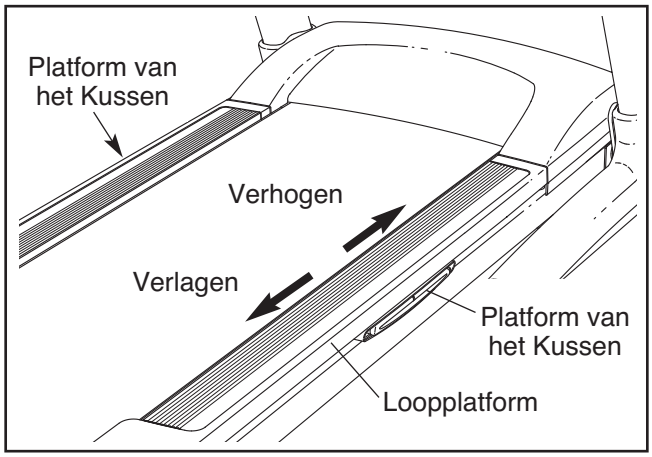
DE OPTIONELE BORSTKAS POLSSENSOR

De optionele borstkas polssensor levert een handenvrije werking en controleert de hartslag tijdens de oefeningen. **Voor aankoop van de optionele borstkas polssensor belt u met het telefoonnummer op de omslag van deze handleiding.**



HET KUSSENSYSTEEM AANPASSEN

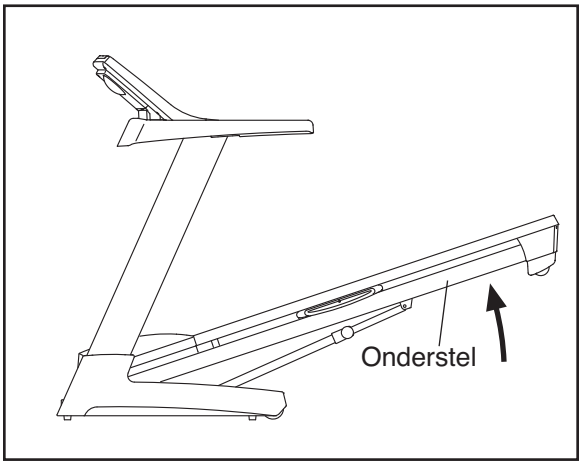
De loopband heeft een kussensysteem dat de impact tijdens het lopen of rennen op de loopband vermindert. Om de stevigheid van het loopplatform te verhogen, dient u van de loopband af te stappen en de platformkussens naar de voorkant van de loopband te schuiven. Om de stevigheid van het loopplatform te verlagen, dient u van de loopband af te stappen en de platformkussens naar de achterkant van de loopband te schuiven. **Opmerking: Zorg dat beide kussens op hetzelfde stevigheidsniveau zijn ingesteld. Hoe sneller u op de loopband rent, hoe meer gewicht en hoe steviger het loopplatform zou moeten zijn.**



DE LOOPBAND INKLAPPEN EN VERPLAATSEN

DE LOOPBAND OPKLAPPEN VOOR OPSLAG

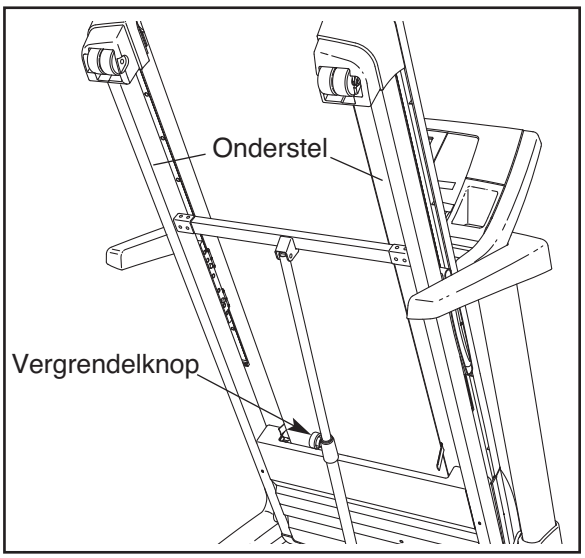
Voordat u de loopband vouwt, dient u de helling in te stellen op de laagste positie. Als u dit niet doet kunt u de loopband beschadigen als u deze uitvouwt. Verwijder de sleutel en trek het stroomsnoer uit het stopcontact. LET Opmerking: U moet op veilige wijze in staat zijn om 20 kg te kunnen optillen, of om de loopband te verplaatsen.



1. **Houd het metalen onderstel stevig vast op de plaats die door de pijl rechts wordt aangegeven. Opmerking: Om letsels te vermijden, til het onderstel nooit op aan de plastic voetsteunen. Zorg ervoor dat u de kracht van uw benen gebruikt in plaats van uw rug om de loopband te tillen.** Til het onderstel half omhoog naar de verticale stand.

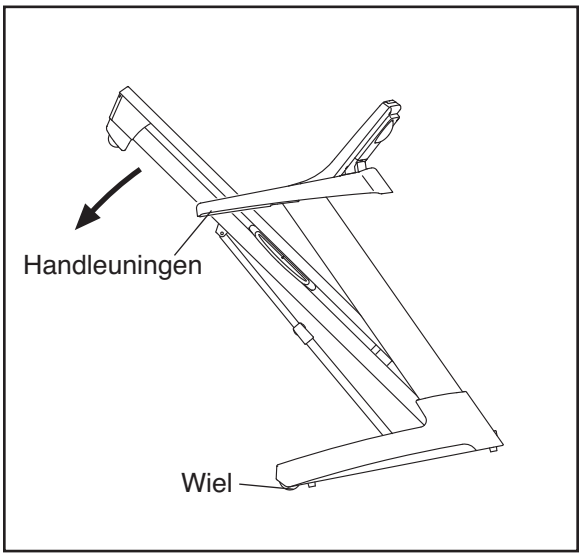
2. Til het onderstel op tot de vergrendelknop in de opslagpositie vergrendelt. **Zorg dat de vergrendelknop in de opslagpositie is vergrendeld.**

   Leg een matje onder de loopband om uw vloer of de vloerbedekking te beschermen. Houdt de loopband uit direct zonlicht. Berg de loopband nooit op in een omgeving waar de temperatuur hoger dan 30° C.



HOE DE LOOPBAND VERPLAATSEN

Voordat u de loopband verplaatst dient u de loopband in de opslagpositie te zetten, zoals hierboven beschreven. **Zorg dat de vergrendelknop in de opslagpositie is vergrendeld.**



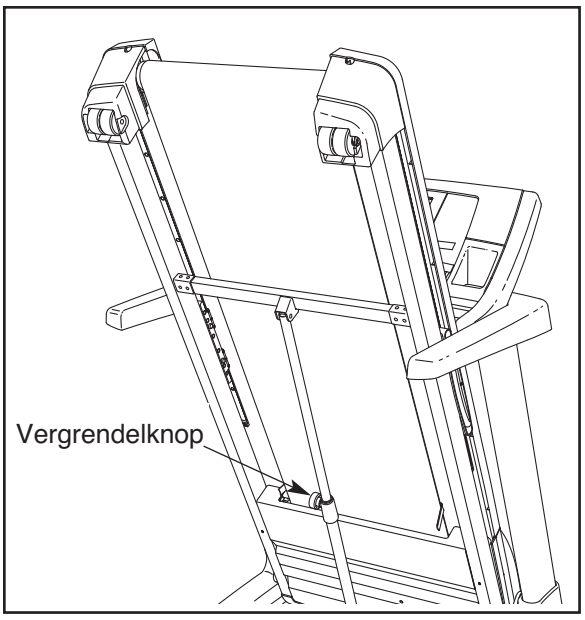
1. Houd de handgrepen vast en zet een voet tegen een van de wielen.

2. Kantel de loopband tot deze vrij kan rollen op de wieltjes. Verplaats de loopband voorzichtig naar de gewenste plaats. **Verplaats de loopband nooit door deze naar achteren te hellen. Wees heel voorzichtig tijdens het verplaatsen van de loopband zodat u het risico op persoonlijk letsel voork-omt. Verplaats de loopband niet over een ongelijk oppervlak.**

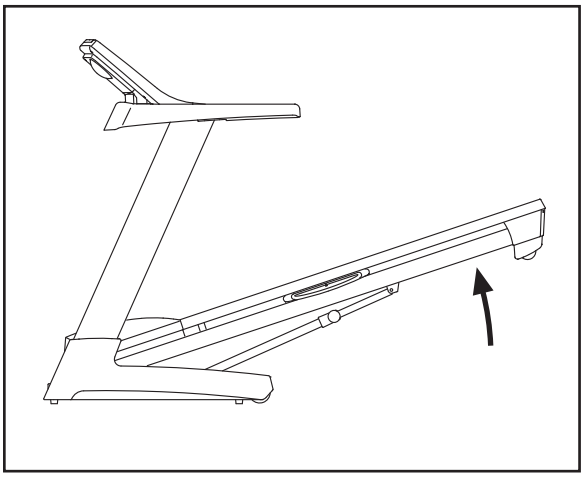
3. Plaats een voet op het onderstel en laat de loopband voorzichtig zakken tot deze weer in de opslagstand staat.

DE LOOPBAND OMLAAG BRENGEN VOOR GEBRUIK

1. Houd het bovenste uiteinde van de loopband vast met uw rechterhand. Trek de Vergrendelknop naar links en houd deze vast. Draai het onderstel naar onderen en laat de Vergrendelknop los. Opmerking: Om de vergrendelknop vrij te geven, kan het nodig zijn om het onderstel naar voren te duwen als u de knop naar links trekt.



2. **Houd het metalen onderstel stevig met beide handen vast** en breng het naar omlaag op de vloer. **Opmerking: Om letsels te vermijden, laat het onderstel nooit zakken door het slechts bij de plastic voetsteunen de grijpen. Laat het onderstel niet op de grond vallen. Buig door uw knieën en houd u rug recht.**



PROBLEMEN OPLOSSEN

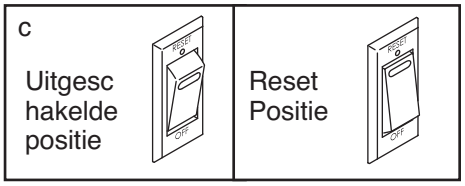
De meeste problemen met de loopband kunnen met de onderstaande stappen worden opgelost. Zoek het symptoom dat van toepassing is en volg de vermelde stappen. Als u verdere hulp nodig heeft, raadpleegt u de omslag van deze handleiding.

PROBLEEM: Het apparaat gaat niet aan

OPLOSSING: a. Zorg dat het stroomsnoer in een goed geaard stopcontact is gestoken. (Zie pagina 14). Als u een verlengsnoer nodig heeft, gebruik dan alleen een 3-aansluiting, 1 mm^2 (maat 14) snoer dat niet langer is dan 1,5 meter. **BELANGRIJK: De loopband is niet geschikt voor aardlekschakelaar uitgeruste stopcontacten.**

b. Steek de sleutel in het bedieningspaneel nadat u het snoer in het stopcontact heeft gestoken.

c. Controleer de reset/off stroomonderbreker [RESET/OFF] die zich op het onderstel van de loopband bevindt naast het stroomsnoer. Als de schakelaar zoals afgebeeld, uitsteekt, dan is de stroomonderbreker afgegaan. Om de stroomonderbreker opnieuw in te stellen, wacht u vijf minuten en schakelt u de schakelaar naar de resetstand.



PROBLEEM: De stroom gaat uit tijdens gebruik

OPLOSSING: a. Controleer de reset/off stroomonderbreker (zie de tekening hierboven). Als de stroomonderbreker is uitgeschakeld, wacht u vijf minuten en drukt u de schakelaar weer naar de resetstand.

b. Zorg ervoor dat de snoer in het stopcontact steekt. Als de snoer in het stopcontact steekt, haal hem er uit, wacht 5 minuten en steek de snoer opnieuw in het contact.

c. Haal de sleutel uit het bedieningspaneel. Steek de sleutel opnieuw in het bedieningspaneel.

d. Raadpleeg de kaft van de gebruiksaanwijzing wanneer de loopband nog steeds niet werkt.

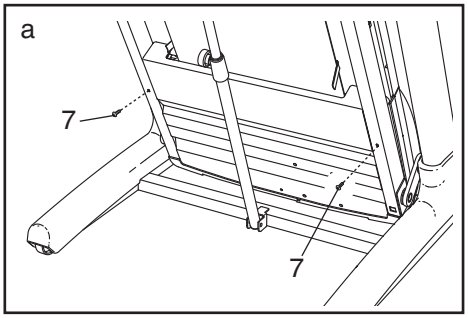
PROBLEEM: Het scherm van het bedieningspaneel blijft verlicht als u de sleutel uit het bedieningspaneel haalt

OPLOSSING: a. Het bedieningspaneel toont een demostand, die ontwikkeld is voor gebruik als de loopband wordt geëtaleerd in een winkel. Als het scherm verlicht blijft als u de sleutel verwijdert, is de demostand ingeschakeld. Om de demo-modus uit te schakelen, houd de Stop-knop enkele seconden ingedrukt. Als de schermen nog steeds verlicht zijn, raadpleegt u de INFORMATIE-MODUS op pagina 28 om de demostand uit te zetten.

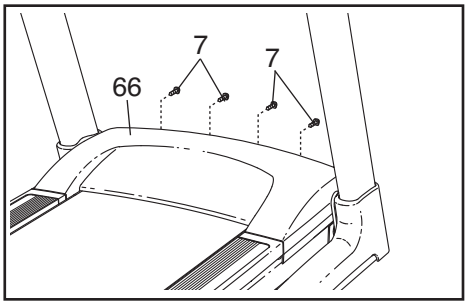
PROBLEEM: De displays van het bedieningspaneel werken niet goed

OPLOSSING: a. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel en **NEEM HET SNOER UIT HET STOPCONTACT.** Plaats de loopband in de opslagstand (zie DE LOOPBAND INKLAPPEN EN VERPLAATSEN op pagina 30).

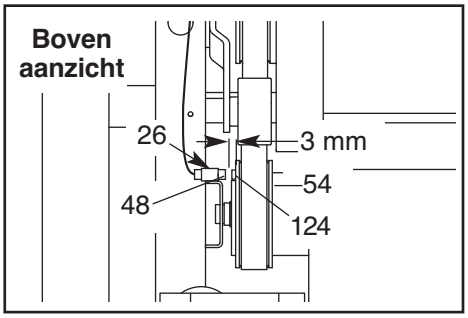
Verwijder vervolgens de twee aangegeven #8 x 3/4" Schroeven (7).



Laat de loopband zakken (zie DE LOOPBAND OMLAAG BRENGEN VOOR GEBRUIK op pagina 31). Verwijder de vier #8 x 3/4" Schroeven (7) en verwijder de Motorkap (66) voorzichtig.



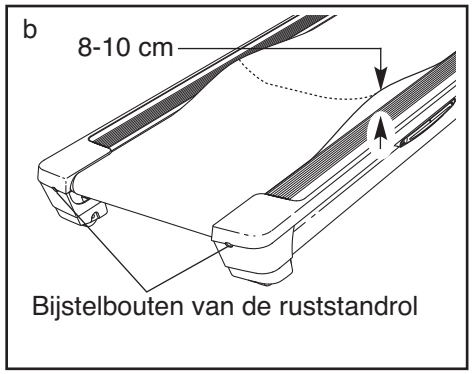
Zoek vervolgens de Sensorschroef (48) en de Magneet (124) aan de linkerkant van de Katrol (54). Draai de Katrol tot de Magneet is uitgelijnd met de Sensorschroef. **Zorg dat het gat tussen de Magneet en de Sensorschroef ongeveer 3 mm is.** Indien nodig maakt u de #8 x 3/4" Tussenring Koptekschroef (26) losser, beweegt u de Sensorschroef lichtjes en maakt u de Tekschroef weer vast. Bevestig de kap weer (niet afgebeeld) met de #8 x 3/4" Schroeven (niet afgebeeld). Laat de loopband een paar minuten draaien om te controleren of de snelheid juist wordt afgelezen.



PROBLEEM: De loopband vertraagt als u erop loopt

OPLOSSING: a. Als u een verlengsnoer nodig heeft, gebruik dan alleen een 3-aansluiting, 1 mm² (maat 14) snoer dat niet langer is dan 1,5 meter.

b. Als de loopband te strak is gezet, dan zal de werking van de loopband verslechteren en kan de loopband beschadigd raken. Verwijder de sleutel en **NEEM HET SNOER UIT HET STOPCONTACT.** Draai beide bijstelbouten van de ruststandrol een kwartslag naar links met de inbussleutel. Als de loopband goed vastzit moet u elke rand van de loopband 8 tot 10 cm van het loopoppervlak kunnen optillen. Zorg ervoor dat de loopband in het midden zit. Haal dan de stekker uit het stopcontact. Plaats de sleutel en laat de loopband een paar minuten lopen. Herhaal tot de loopband goed vastzit.

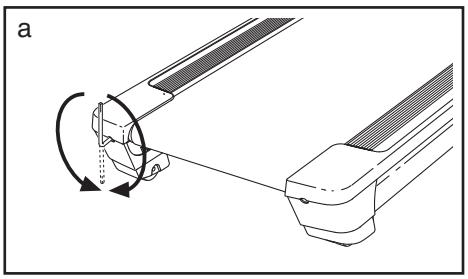


Bijstelbouten van de ruststandrol

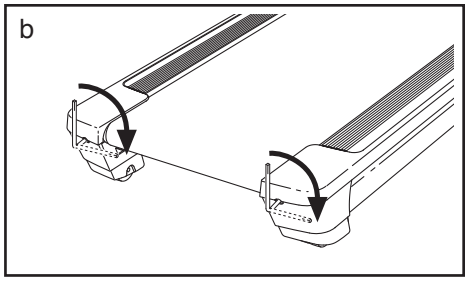
c. Als de loopband nog steeds vertraagt als erop wordt gelopen, raadpleegt u de omslag van deze handleiding.

PROBLEEM: De loopband zit niet in het midden en slipt als er op wordt gelopen

OPLOSSING: a. Als de loopband zich niet in het midden begeeft dient u de sleutel te verwijderen en dan **NEEM HET SNOER UIT HET STOPCONTACT. Als de loopband naar links is verschoven,** kunt u de inbussleutel gebruiken om de linker bijstelbout van de ruststandrol een halve slag naar rechts te draaien; **als de loopband naar rechts** is verschoven kunt u de linker bijstelbout van de ruststandrol een halve slag naar links draaien. Zorg dat u de loopband niet te vast draait. Haal de stekker uit het stopcontact. Plaats de sleutel en laat de loopband een paar minuten lopen. Herhaal tot de loopband goed in het midden zit.



b. Als de loopband slipt als erop wordt gelopen, dient u eerst de sleutel te verwijderen en dan **NEEM HET SNOER UIT HET STOPCONTACT.** Draai beide bijstelbouten van de ruststandrol een kwartslag naar rechts met de inbussleutel. Als de loopband goed vastzit moet u elke rand van de loopband 8 tot 10 cm van het loopoppervlak kunnen optillen. Zorg ervoor dat de loopband in het midden zit. Steek dan de stekker in het stopcontact. Plaats de sleutel en laat de loopband een paar minuten lopen. Herhaal tot de loopband goed vastzit.



PROBLEEM: De helling van de loopband wijzigt niet goed

OPLOSSING: a. Druk de toetsen STOP en Snelheid [SPEED] vergroten in, plaats de sleutel in het bedieningspaneel en laat de toetsen Stop en Snelheid vergroten dan los. Druk opnieuw op de Stoptoets. Druk dan op de toets Helling vergroten of verkleinen. De loopband stijgt automatisch naar het maximale hellingsniveau en keert dan terug naar het minimumniveau. Hierdoor wordt het hellingsysteem opnieuw gekalibreerd. Als de helling niet kalibreert, druk dan op de toets Stop en druk opnieuw op de toets Helling [INCLINE] vergroten of verkleinen. Als de helling is gekalibreerd, dient u de sleutel uit het bedieningspaneel te halen.

PROBLEEM: De televisieontvangst is slecht

OPLOSSING: a. Zorg dat de televisie-instellingen juist zijn ingesteld. Zie pagina's 26 en 27.

b. Om de digitale televisie juist te laten werken is een goede ontvangst nodig. Als u gebruikmaakt van een antenne zorg dan dat deze juist is aangesloten en aangepast voor een optimale ontvangst. (Zie HOE EEN ANTENNE AAN TE SLUITEN op pagina 13.)

c. Controleer op problemen die hieronder staan weergegeven en volg de van toepassing zijnde instructies.

- Ontsteking (zwarte puntjes of horizontale strepen die verschijnen of een beeld dat knippert of verkeerd wordt weergegeven)—Meestal wordt dit veroorzaakt door een storing door het onstekingsmechanisme van auto's, neonlampen, elektrische drijver of andere elektrische apparaten. Probeer de stand van de loopband te veranderen of andere elektrische apparaten om het probleem te corrigeren.

- Ghosting—Ghosting gebeurt doordat het televisiesignaal twee sporen volgt—één is het directe spoor en het ander wordt gereflecteerd door hoge gebouwen, heuvels of andere objecten. Wijzig de richting of stand van de antenne om een betere ontvangst te krijgen.

- Blauw scherm—Als de loopband zich bevindt in het randgebied van een televisiestation waar het signaal zwak is, dan kan de beeldkwaliteit slecht zijn of er kan een blauw scherm verschijnen. Als het signaal zwak is kan het nodig zijn om een externe antenne te installeren om het beeld te verbeteren.

- Vervaging—Als er blokjes van het beeld missen, het beeld over het scherm beweegt of het beeld verdwijnt kan het signaal zwak zijn. Wijzig de richting of stand van de antenne om een betere ontvangst te krijgen. Zorg dat de televisie-instellingen juist zijn (zie pagina's 26 en 27). Gebruik geen splitter.

Opmerking: Als een van deze problemen optreedt als de kabel van een CATV-onderneming is aangesloten dan kan het probleem worden veroorzaakt door de kabelmaatschappij.

PROBLEEM: De afstandsbediening werkt niet naar behoren

OPLOSSING: a. Zorg dat u op de loopband staat, houd de afstandsbediening in de buurt van de televisie en richt de afstandsbediening rechtstreeks op het bedieningspaneel.

b. Als de afstandsbediening nog steeds niet goed werkt, dan moeten de batterijen worden vervangen, de meeste afstandbedieningsproblemen zijn het resultaat van slechte batterijen. Zie pagina 25 voor het vervangen van de batterijen.

PROBLEEM: De televisie ontvangt geen signaal

OPLOSSING: a. Zorg dat de juiste TV of AV-bron is geselecteerd. Zie stap 4 op pagina 23 om een televisiebron te selecteren.

b. Zorg dat de antennekabel, CATV-kabel of 96" A/V-bedrading goed is aangesloten op de loopband. Zie pagina 13 voor het aansluiten van een kabel op de loopband.

c. Scan op zenders of kabelsignalen. Zie pagina's 26 en 27 voor het scannen naar signalen.

PROBLEEM: Het volume is te luid of de televisie-audio maakt een krakend geluid

OPLOSSING: a. Als de televisie-audio een krakend geluid maakt als het volume wordt verhoogd, dan is het volume te luid. Druk op de toets Volume [VOL] omhoog of omlaag op de afstandsbediening tot het volumeniveau 80 procent is. Als het volumeniveau 80 procent is, past u het volume aan door uitsluitend te drukken op de Volumetoetsen op het bedieningspaneel.

PROBLEEM: Het volume kan niet harder worden gezet

OPLOSSING: a. Als het volume niet harder kan worden gezet, dan kan het volume zijn aangepast met de afstandsbediening. Druk op de toets Volume omhoog of omlaag op de afstandsbediening tot het volumeniveau 80 procent is. Als het volumeniveau 80 procent is, past u het volume aan door uitsluitend te drukken op de Volumetoetsen op het bedieningspaneel.

b. Als er geen geluid voortkomt uit de televisie controleer dan dat de televisie-audio niet op dempen staat.

c. Als er geen geluid voortkomt uit de televisie controleer dan of de 18" televisie-audiobedrading is aangesloten.

PROBLEEM: De televisie moet worden gereinigd

OPLOSSING: a. **NEEM HET SNOER UIT HET STOPCONTACT.** Veeg de televisie en het scherm met een zachte doek en een klein beetje van een milde reiniger om de televisie schoon te maken. **Gebruik geen polijstdoek, oplosmiddel of een andere reiniger of chemisch middel zoals alcohol of benzeen.**

RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN

⚠ WAARSCHUWING:

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

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

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

INTENSITEIT VAN OEFENINGEN

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

Vet verbranden—Om op doeltreffende wijze vet te verbranden moet u gedurende een aanhoudende periode oefeningen doen op een laag intensiteitniveau. 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 trainingzone.

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

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 niet uw adem in.

Afkoelen—Eindig met 5 tot 10 minuten stretchen. Strekken 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, als u dat wenst, tot vijf trainingen per week doen. Onthoud dat het dagelijks regelmatig oefeningen doen en hier plezier in hebben, de sleutel tot uw succes is.

LIJST MET ONDERDELEN—Modelnr. NETL14708.0 R0109A

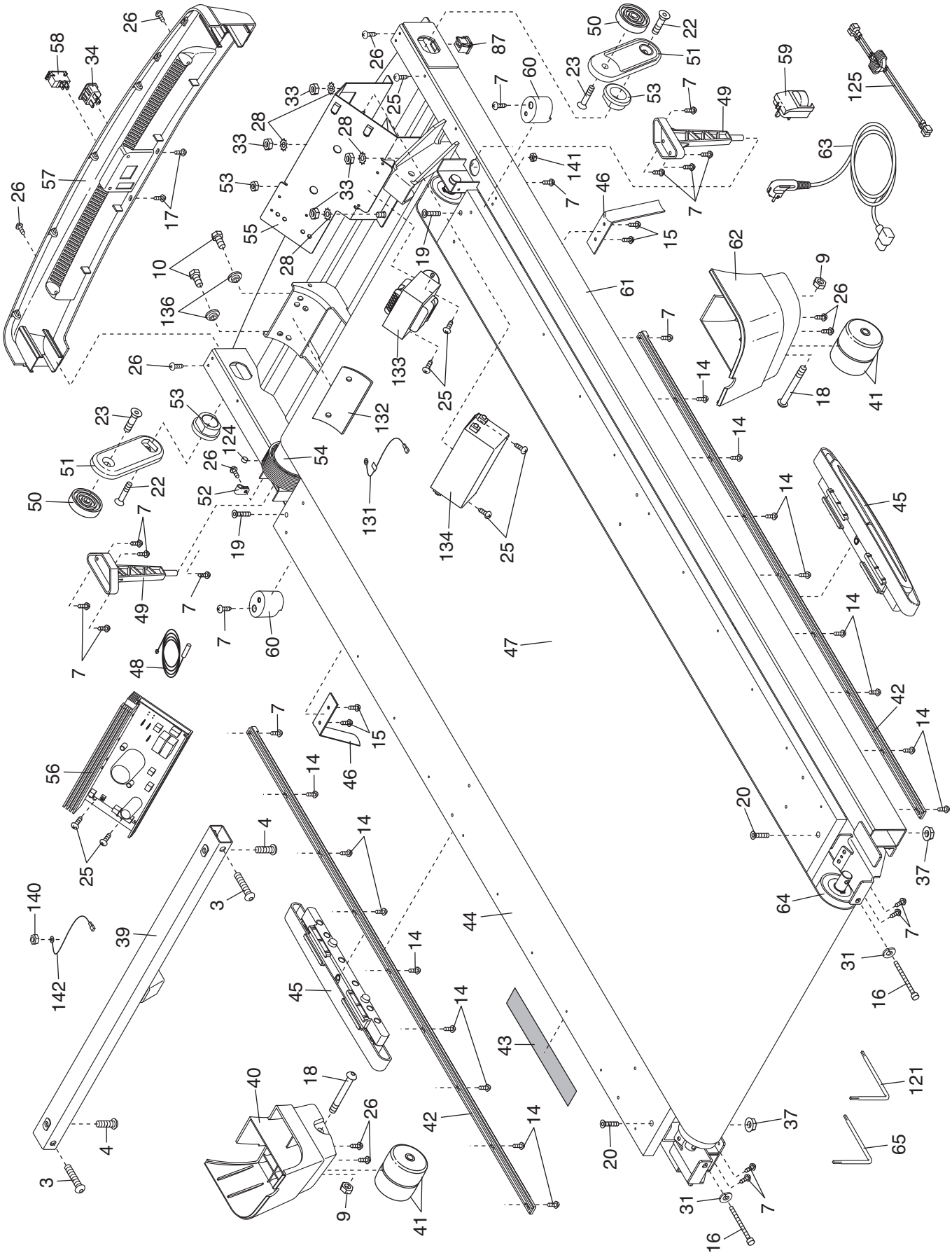
De GEDETAILLEERDE TEKENING voor verdere raadpleging van deze handleiding bekijken om de onderdelen die hieronder opgesomd staan, te kunnen vinden.

Nr.	Aant.	Beschrijving
1	4	3/8" x 1 1/4" Bout
2	4	3/8" x 3 3/4" Bout
3	2	1/4" x 1 3/4" Bout
4	2	1/4" x 1 1/4" Bout
5	1	3/8" x 1 3/4" Bout
6	1	3/8" x 2" Bout
7	52	#8 x 3/4" Schroef
8	8	3/8" Sterring
9	10	3/8” Moer
10	2	5/16" Bout van de Drijfmotor
11	1	3/8" x 1 3/4" Hexagonale Bout
12	1	3/8" x 2" Hexagonale Bout
13	10	#8 x 3/4" Tekschroef
14	16	#8 x 3/4" Schroef
15	4	#8 Schroef van de Riemgeleider
16	2	1/4" x 2 1/2" Bout
17	50	#8 x 1/2" Schroef
18	2	3/8" x 3 3/4" Bout
19	2	1/4" x 1 1/4" Bout
20	2	5/16" x 1 1/4" Bout
21	12	#12 x 1" Schroef
22	2	3/8" x 3/4" Bout
23	2	3/8" x 1 3/4" Bout
24	2	3/8" x 2 3/8" Bout
25	10	#8 x 1/2" Schroef
26	11	#8 x 3/4" Tussenring Koptekschroef
27	4	#8 x 1" Schroef
28	4	1/4" Sterring
29	1	3/8" Sterring
30	2	#8 Sterring
31	2	1/4" Vergrendelingtussenring
32	4	Tussenstuk van de Poot van de Basis
33	4	1/4” Moer
34	1	Ontvanger
35	2	3/8" Kabelmoer
36	4	Kapklip
37	2	5/16" Kraagmoer
38	1	M12 Moer
39	1	Dwarsstang van het Onderstel
40	1	Linker Poot
41	4	Wiel van de Poot
42	2	Kussen van de Piste
43	1	Waarschuwingsticker
44	1	Loopoppervlak
45	2	Platform van het Kussen
46	2	Loopbandgeleider
47	1	Loopband
48	1	Sensorschroef
49	2	Houder van de Motorkap
50	2	Tussenstuk van de Liftarm
51	2	Liftarm
52	1	Snelheidssensorklip
53	2	Tussenstuk van de Hellingstang
54	1	Aandrijfrol/Katrol
55	1	Beugel voor Elektronica
56	1	Controller
57	1	Voorste Kap
58	1	Reset/off Stroomonderbreker
59	1	Elektriciteitssnoer Adapter
60	2	Isolator
61	1	Onderstel
62	1	Rechter Poot
63	1	Electrische Snoer
64	1	Ruststandrol
65	1	Inbussleutel
66	1	Motorkap
67	1	Hellingstang
68	1	Hellingmotor
69	1	Helling motordraad
70	1	Tussenstuk van de Stopbeugel
71	1	Stophouder
72	1	Drijfmotorriem
73	1	Aandrijvingsmotor
74	1	Kap van de Linker Rail
75	1	Linker Voetkussentje
76	1	Kap rechter Voetkussentje
77	1	Vergrendelingsknop
78	1	Opbergvergrendeling
79	1	Kapje van de Vergrendelkap
80	1	50" A/V Draad
81	1	50" TV Kabel
82	4	Verbinding
83	1	Kap van de Rechter Rail
84	11	8" Draadband
85	1	Linker Staander
86	1	Draad van de Staander
87	2	Doorvoerhuls
88	1	Rechter Staander
89	1	Kap van de Linker Speaker
90	1	Linker Accessoirehouder
91	1	Linker Polssensor
92	1	Rechter Polsensor
93	1	Houder van de Digitalespeler
94	1	Polsstang

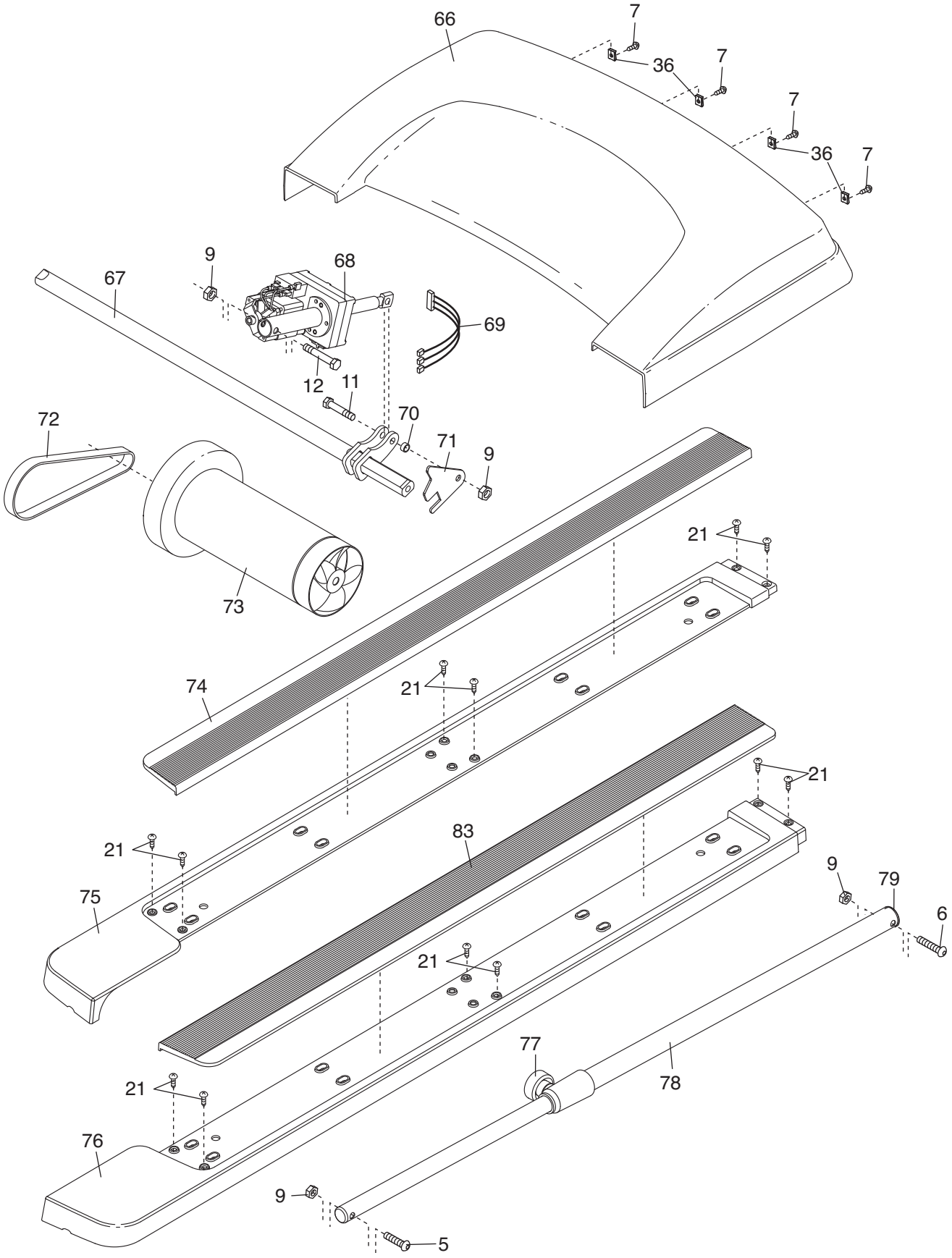
Nr.	Aant.	Beschrijving
95	1	Kap van de Polsontvanger
96	2	Geaarde Draad van het Bedieningspaneel
97	1	Tussenstuk van het Bedieningspaneel
98	1	Achterkant van het Bedieningspaneel
99	1	Kap van de Rechter Speaker
100	1	Rechter Accessoirehouder
101	1	96" A/V Draad
102	1	Bedieningspaneel Accent
103	1	25" Draadharnas
104	1	Kap van de Rechter Onderste Handleuning
105	1	Onderstel van de Handleuning
106	1	Kap van de Linker Onderste Handleuning
107	1	25" A/V Draad
108	1	25" TV Kabel
109	1	Kap van de Handleuning
110	1	Sleutel/Klip
111	1	Statische Sticker
112	3	Gevaar Sticker
113	4	Poot van de Basis
114	1	A/V Kap
115	1	Basis
116	2	Wiel
117	1	Rechter Kap van de Basis
118	1	Linker Kap voor de Basis
119	7	Draadband voor de Bedrading
120	1	iFit Demo Kaart
121	1	5/32" Inbussleutel
122	1	18" Audio Draad
123	1	Afstandsbediening
124	1	Magneet
125	1	Filter Draad
126	1	Bedieningspaneel
127	1	TV
128	1	Ventilator van het Bedieningspaneel
129	4	#3 x 1/4" Schroef
130	2	Speaker
131	1	4" Geaarde Draad met Sticker
132	1	Plaat van de Drijfmotor
133	1	Transformator
134	1	Filter
135	1	PAL Connector
136	2	Huls van de Motor
137	1	Klem van de Draadband
138	4	Klem van het Bedieningspaneel
139	1	Ontvanger voor de Borstkas-polssensor
140	1	Aardingsmoer
141	1	#8 Moer
142	1	Aardingsdraad van de Controller
*	–	4" Witte Draad, M/V
*	–	Gebruiksaanwijzing

Opmerking: Specificaties kunnen zonder opgave van redenen gewijzigd zijn. *Betekent onderdeel niet getoond.

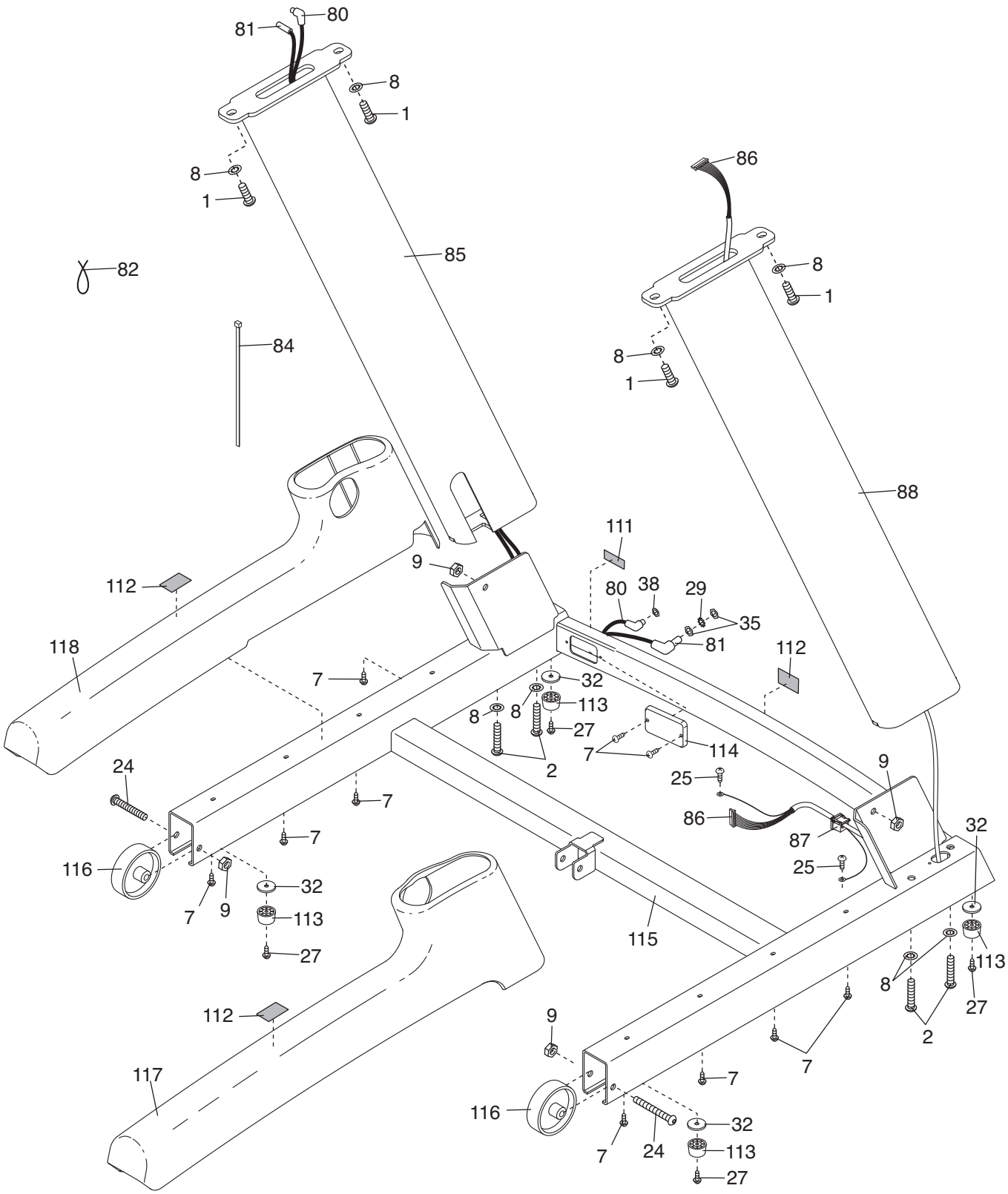
GEDETAILLEERDE TEKENING A—Modelnr. NETL14708.0 R0109A



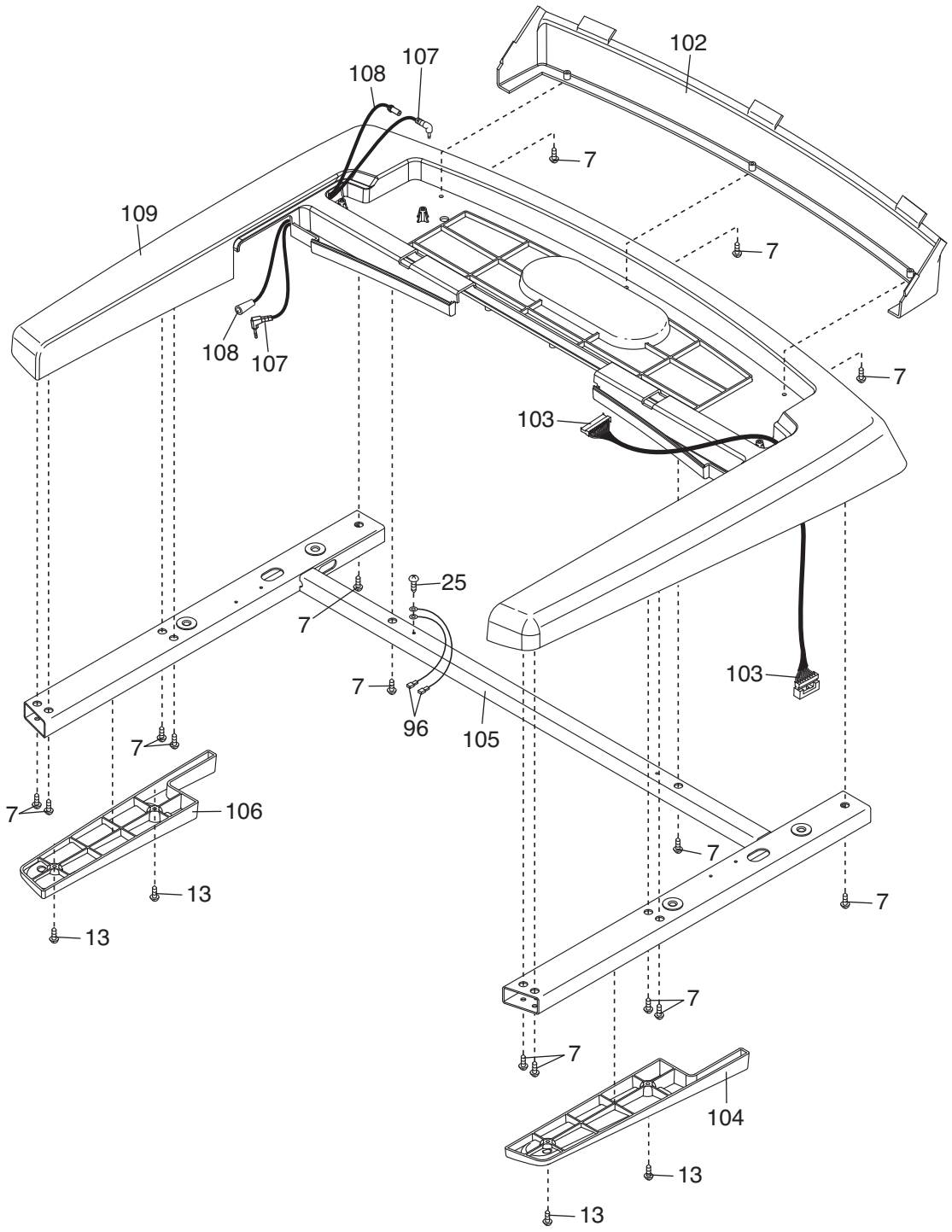
GEDETAILLEERDE TEKENING B—Modelnr. NETL14708.0 R0109A



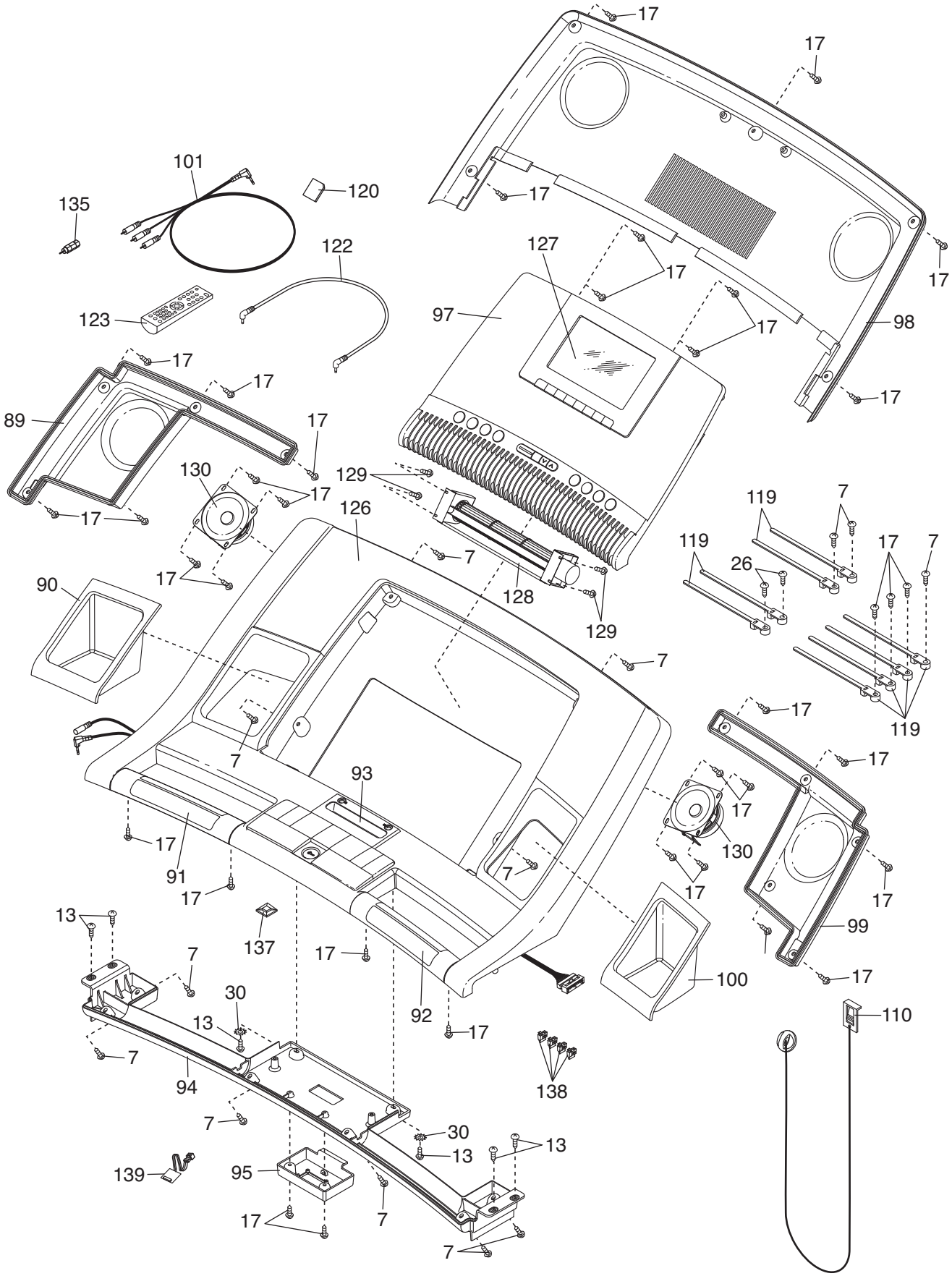
GEDETAILLEERDE TEKENING C—Modelnr. NETL14708.0 R0109A



GEDETAILLEERDE TEKENING D—Modelnr. NETL14708.0 R0109A



GEDETAILLEERDE TEKENING E—Modelnr. NETL14708.0 R0109A



HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN

Om vervang onderdelen te bestellen, bekijk dan de kaft van deze handleiding. Zorg ervoor dat u de volgende informatie bij de hand hebt wanneer u contact met ons opneemt:

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

RECYCLING INFORMATIE

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

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

Onderdeel Nr. 274346 R0109A

Gedrukt in USA © 2009 ICON IP, Inc.