



NordicTrack[®]

COMMERCIAL

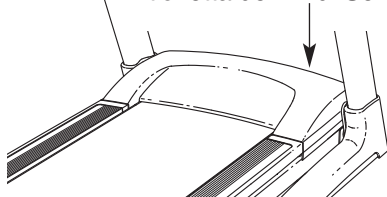


N° del Modello NETL14708.0

N° di Serie _____

Scrivere il numero nello spazio al di sopra per referenze future.

Etichetta del N° di Serie



DOMANDE?

Come fabbricanti, ci siamo imposti di provvedere alla completa soddisfazione della cliente. Se avete domande, oppure rinvenite parti mancanti, per favore chiamare il:

800 865114

lunedì–venerdì, 14.00–18.00
(non accessibile da telefoni cellulari).

fax: 075 5910105
email: csitaly@iconeurope.com
sito web: www.iconsupport.eu

⚠ ATTENZIONE

Leggere tutte le istruzioni e precauzioni elencate in questo manuale prima di utilizzare questa attrezzatura. Conservare il manuale per future referenze.

MANUALE D'ISTRUZIONI



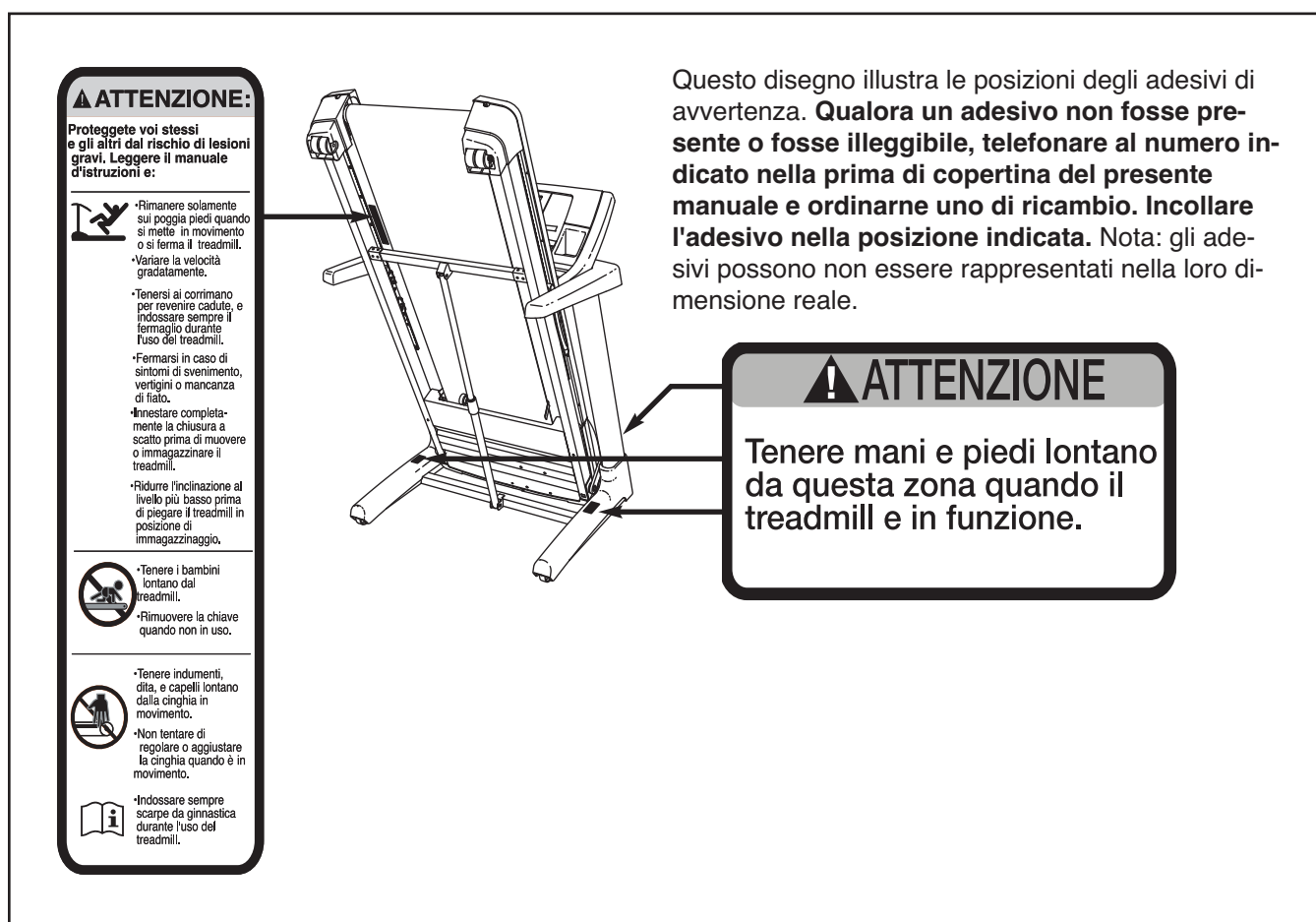
Nostro website

www.iconeurope.com

INDICE

POSIZIONE DELLE ETICHETTE DI AVVERTENZA	2
PRECAUZIONI IMPORTANTI	3
PRIMA DI INIZIARE	6
MONTAGGIO	7
MESSA IN FUNZIONE E REGOLAZIONE	14
PIEGATURA E SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT	30
LOCALIZZAZIONE GUASTI	32
GUIDA AGLI ESERCIZI	36
ELENCO PEZZI	37
DISEGNO ESPLOSO	39
ORDINAZIONE DEI PEZZI DI RICAMBIO	Retrocopertina
INFORMAZIONI PER IL RICICLO	Retrocopertina

POSIZIONE DELLE ETICHETTE DI AVVERTENZA



PRECAUZIONI IMPORTANTI

⚠ AVVERTENZA: per ridurre il rischio di incidenti gravi, leggere tutte le precauzioni e le istruzioni importanti contenute nel presente manuale nonché tutte le avvertenze riportate sul tapis roulant prima di iniziare a utilizzarlo. ICON declina qualsiasi responsabilità in caso di lesioni personali o danni causati o dovuti all'utilizzo di questo prodotto.

1. Prima di iniziare questo o qualsiasi programma di esercizi, consultare il medico. Questa precauzione è di particolare importanza per persone oltre i 35 anni di età o con problemi di salute preesistenti.
2. È responsabilità del proprietario del tapis roulant accertare che tutti gli utenti del tapis roulant siano opportunamente informati circa tutte le avvertenze e precauzioni.
3. Utilizzare il tapis roulant esclusivamente nel modo indicato.
4. Posizionare il tapis roulant su una superficie piana con almeno 2,4 m di zona sgombra dietro e 0,6 m su ogni lato. Non posizionare il tapis roulant sopra superfici che ostruiscano le prese d'aria. Per proteggere il pavimento o la moquette, posizionare un tappetino sotto il tapis roulant.
5. Tenere il tapis roulant al coperto, lontano dall'umidità e dalla polvere. Non posizionare il tapis roulant in un garage, in una veranda coperta o vicino all'acqua.
6. Non utilizzare il tapis roulant dove vengono utilizzati prodotti per inalazione o per la somministrazione di ossigeno.
7. Tenere sempre il tapis roulant lontano dalla portata di bambini di età inferiore ai 12 anni e dagli animali domestici.
8. Il tapis roulant deve essere utilizzato esclusivamente da persone di peso non superiore a 159 kg.
9. Non permettere a più di una persona alla volta di usare il tapis roulant.
10. Durante l'allenamento indossare un abbigliamento adeguato. Non indossare abiti troppo larghi o che potrebbero impigliarsi nel tapis roulant. Si consigliano articoli sportivi per uomini e donne. *Calzare sempre scarpe da corsa. Non utilizzare mai il tapis roulant a piedi scalzi, indossando solo calze o sandali.*
11. Per il collegamento del cavo di alimentazione (vedere pagina 14), inserire la spina in un circuito collegato a terra. Non collegare altri apparecchi allo stesso circuito. Quando è necessario procedere alla sostituzione del fusibile utilizzare il tipo BS1362 conforme alle norme ASTA. Deve essere utilizzato un fusibile da 13 amp.
12. Qualora si renda necessaria una prolunga, utilizzarne una a tre poli, da 1 mm² (calibro 14) di lunghezza non superiore a 1,5 m.
13. Tenere il cavo di alimentazione e il limitatore di sovracorrente lontano da fonti di calore.
14. Non cercare di muovere il nastro scorrevole quando il sistema è spento. Non azionare il tapis roulant se il cavo d'alimentazione o la spina della corrente sono danneggiati o se il tapis roulant non funziona correttamente. (Vedere la sezione LOCALIZZAZIONE GUASTI a pagina 32. In caso di cattivo funzionamento del tapis roulant).
15. Prima di utilizzare il tapis roulant, leggere, comprendere e collaudare la procedura di arresto di emergenza (vedere la sezione ACCENSIONE a pagina 16).
16. Salire sul nastro scorrevole solo dopo aver azionato il tapis roulant. Durante l'allenamento tenersi sempre ai corrimano.
17. Il tapis roulant può funzionare a velocità elevate. Regolare la velocità in piccoli incrementi per evitare sbalzi improvvisi.

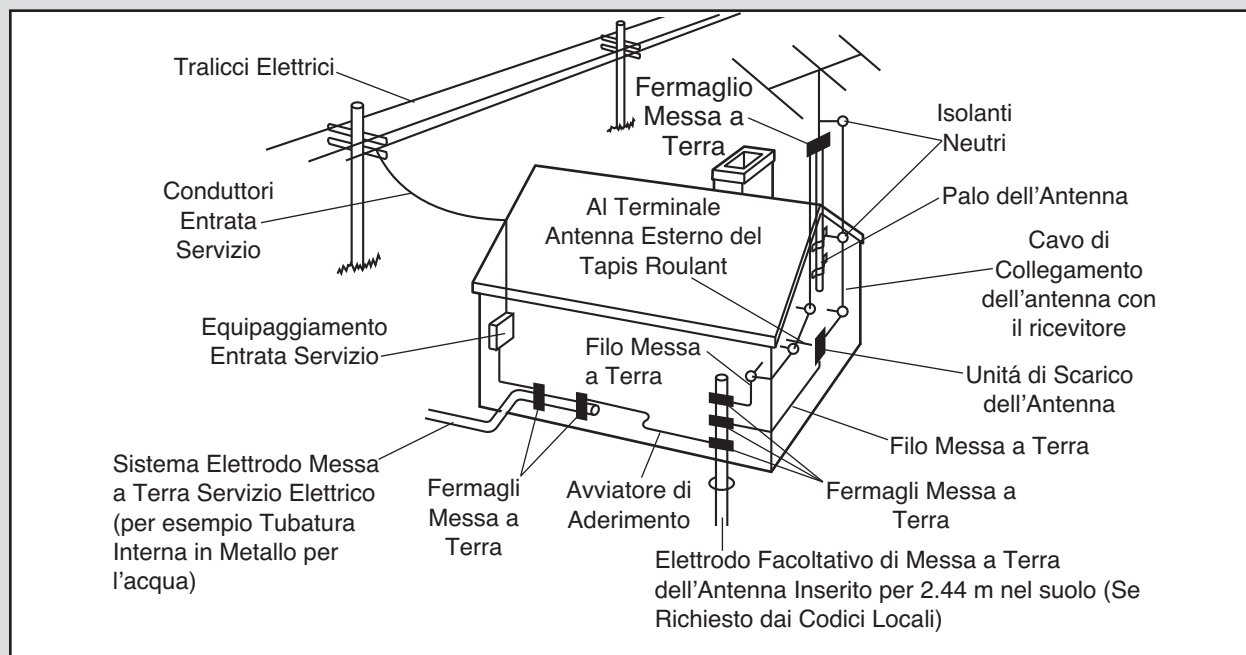
18. I sensori pulsazioni non sono dispositivi medicali. Vari fattori possono influenzare l'accuratezza dei dati della frequenza cardiaca, incluso il movimento dell'utente. I sensori pulsazioni sono indicati quale supporto per l'allenamento nella determinazione dell'andamento generale della frequenza cardiaca.
19. Non lasciare mai incustodito il tapis roulant mentre è in funzione. Rimuovere sempre la chiave, disinserire il cavo di alimentazione e portare l'interruttore automatico di ripristina/spento [RESET/OFF] nella posizione spento quando il tapis roulant non è in uso. (Vedere il disegno a pagina 6 per l'ubicazione dell'interruttore automatico.)
20. Non tentare di sollevare, abbassare o spostare il tapis roulant sino a montaggio ultimato. (Vedere la sezione MONTAGGIO a pagina 7 e la sezione PIEGATURA E SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT a pagina 30.) È necessario essere in grado di sollevare in sicurezza 20 kg per alzare, abbassare o spostare il tapis roulant.
21. Non modificare l'inclinazione del tapis roulant posizionando oggetti al di sotto del tapis roulant stesso.
22. Durante il piegamento o lo spostamento del tapis roulant, accertare che la chiusura a scatto di immagazzinaggio fissi saldamente il telaio in posizione di immagazzinaggio.
23. Controllare e serrare opportunamente tutti i componenti del tapis roulant con regolarità.
24. Fare in modo che nessun oggetto entri o scivoli in una delle aperture presenti nel tapis roulant.
25. **PERICOLO:** scollegare sempre il cavo di alimentazione immediatamente dopo l'uso, prima di pulire il tapis roulant e prima di eseguire le procedure di manutenzione e regolazione descritte nel presente manuale.
- Non rimuovere la calotta del motore salvo su specifiche istruzioni del personale di assistenza autorizzato. Qualsiasi altro tipo di manutenzione non prevista nel presente manuale è di esclusiva competenza dei tecnici autorizzati.
26. Non conservare il televisore a temperature inferiori a -40° C o superiori a 60° C. Non utilizzare il televisore a temperature inferiori a -5° C o superiori a 35° C.
27. Per proteggere il tapis roulant e il televisore durante i temporali, disinserire il cavo di alimentazione dalla presa a parete e scollegare il sistema via cavo. Ciò eviterà danni conseguenti a lampi e sovraccarichi di tensione.
28. Qualora venga collegata un'antenna o un sistema via cavo esterno, accertare che l'antenna o il sistema via cavo sia collegato a massa al fine di garantire protezione contro sovracorrenti e accumulo di carica elettrostatica. Le normative e i regolamenti locali riportano le informazioni relative a una corretta messa a terra del montante e della struttura portante, del cavo di discesa a un'unità di scarico antenna, alle dimensioni dei conduttori di messa a terra, alla posizione dell'unità di scarico antenna, al collegamento agli elettrodi di messa a terra e ai requisiti degli stessi.
29. Il sistema antenna esterno non deve essere posizionato in prossimità di linee di alimentazione sospese o altri circuiti elettrici di illuminazione o alimentazione o dove possa cadere su tali linee o circuiti. Durante l'installazione di un sistema antenna esterno è necessario prestare estrema attenzione a non toccare le linee di alimentazione o i circuiti, in quanto il contatto potrebbe risultare letale.
30. Al fine di ridurre il rischio di scossa elettrica, non rimuovere il coperchio o il retro del televisore. All'interno non sono presenti pezzi riparabili. Per l'assistenza rivolgersi a personale qualificato.

31. Una volta completate eventuali operazioni di manutenzione o riparazione sul tapis roulant o sul televisore, chiedere al tecnico di eseguire i controlli di sicurezza, al fine di confermare che il sistema sia in opportune condizioni di funzionamento.

- Utilizzare un cavo N. 10 AWG (5,3 mm²) in rame, N. 8 AWG (8,4 mm²) in alluminio, N. 17 AWG (1,0 mm²) in acciaio rivestito di rame o in bronzo o di dimensioni superiori quale cavo di messa a terra.
- Fissare un cavo di discesa antenna e i cavi di messa a terra alla casa con isolatori a cappe a una distanza di 1,22- 1,83 m l'uno dall'altro.

- Montare un'unità di scarico antenna il più vicino possibile al punto in cui il cavo di discesa si immette in casa.
- Utilizzare un cavo ponte uguale o superiore a un cavo in rame N. 6 AWG (13,3 mm²) quando si utilizza un elettrodo di messa a terra antenna separato. Consultare le normative e i regolamenti locali in vigore.

Nota per l'installatore del sistema CATV: consultare le normative e i regolamenti locali in vigore per i requisiti di messa a terra.



CUSTODIRE QUESTE ISTRUZIONI

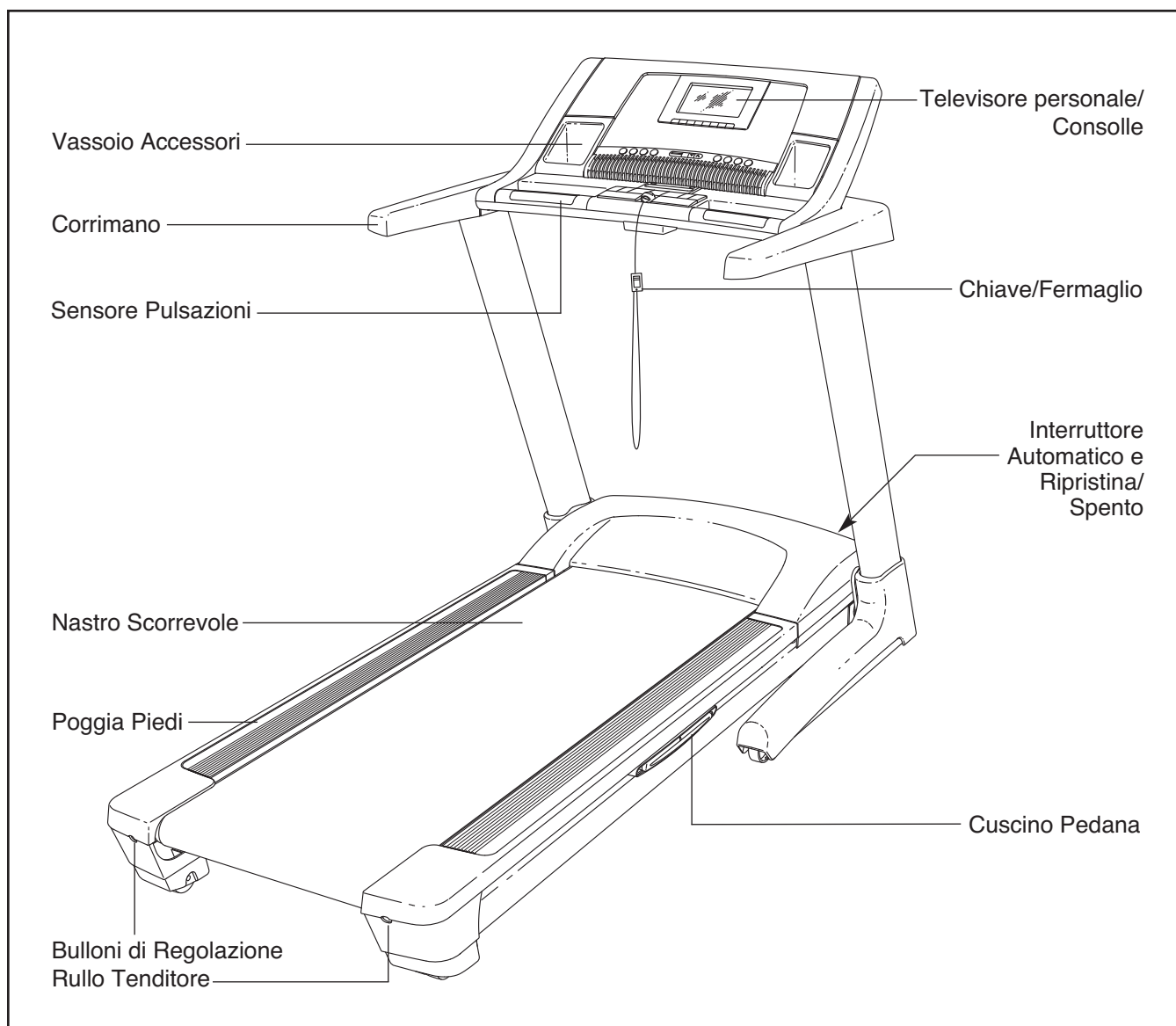
PRIMA DI INIZIARE

Grazie per aver scelto il rivoluzionario tapis roulant NordicTrack® COMMERCIAL CT. Il tapis roulant COMMERCIAL CT offre una vasta gamma di funzioni realizzate per rendere i vostri esercizi a casa più piacevoli ed efficaci. E quando non viene utilizzato, questo esclusivo tapis roulant può essere ripiegato, occupando la metà dello spazio a pavimento rispetto ad altri tapis roulant.

Onde evitare problemi, si consiglia di leggere attentamente il presente manuale prima di utilizzare

il tapis roulant. Per qualsiasi domanda relativa al contenuto del presente manuale, si prega di consultare la copertina del manuale. Per agevolare l'assistenza, annotare il numero del modello e il numero di serie del prodotto prima di contattare l'ufficio competente. Il numero del modello e l'ubicazione del numero di serie sono indicati sulla copertina del presente manuale.

Prima di procedere con la lettura di questo manuale, si prega di osservare il disegno sottostante per familiarizzare con i pezzi etichettati.

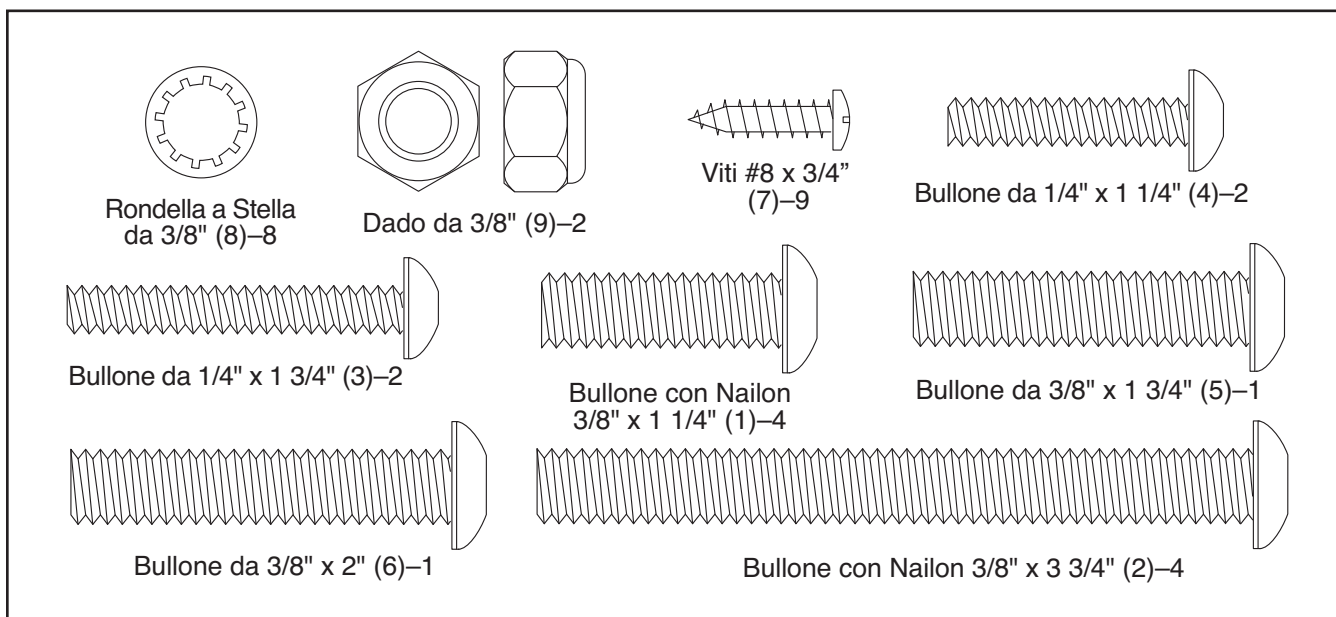


MONTAGGIO

Il montaggio richiede due persone. Posizionare il tapis roulant in un luogo privo di ostacoli ed eliminare gli imballaggi. **Non gettare il materiale d'imballaggio fino a quando il montaggio non sia stato ultimato.** Nota: la parte sottostante del nastro scorrevole del tapis roulant è rivestita di lubrificante ad alte prestazioni. Durante la spedizione, parte del lubrificante potrebbe passare sulla parte superiore del nastro scorrevole o sull'imballaggio. Ciò non deve destare alcuna preoccupazione in quanto il funzionamento del tapis roulant non viene compromesso. Qualora fosse presente del lubrificante sulla parte superiore del nastro scorrevole, pulirlo semplicemente con un panno morbido e un detergente delicato, non abrasivo.

Il montaggio richiede l'uso delle chiavi esagonali  in dotazione e di un cacciavite Phillips  e una chiave regolabile  non in dotazione.

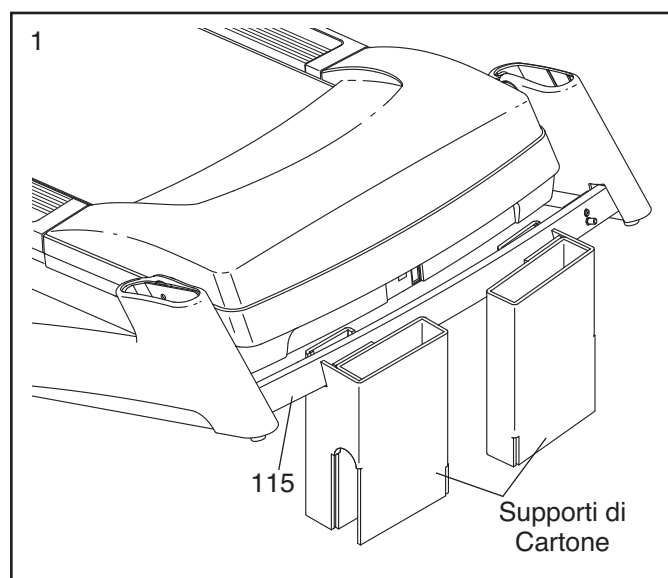
Per agevolare l'identificazione delle viti e bulloni necessari per il montaggio, consultare i disegni sottostanti. Il numero in parentesi sotto ciascun disegno si riferisce al numero del pezzo, come da ELENCO PEZZI alla fine del presente manuale. Il secondo dopo le parentesi si riferisce alla quantità necessaria per il montaggio. **Nota: qualora un pezzo non sia rintracciabile nel kit hardware, verificare se sia stato preassemblato. Al fine di evitare danni ai componenti in plastica, non utilizzare strumenti alimentati elettricamente per il montaggio. Nella confezione possono essere inclusi pezzi di scorta.**



1. Accertare che il cavo di alimentazione sia scollegato.

Individuare i due supporti in cartone. Con l'aiuto di una seconda persona, sollevare la parte anteriore del tapis roulant e inserire la barra trasversale sulla Base (115) nelle fessure dei supporti di cartone nel modo indicato. **Accertare che i supporti di cartone si trovino a distanza sufficiente per sostenere il tapis roulant.**

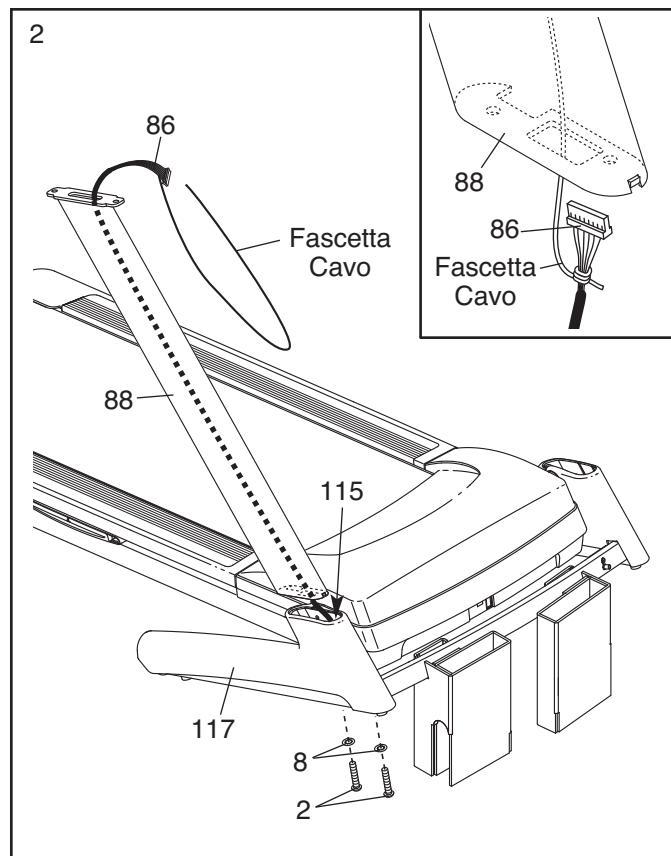
Qualora il tapis roulant si sposti in avanti o indietro e cada dai supporti potranno verificarsi lesioni gravi. Una seconda persona dovrà sorreggere il tapis roulant fino al completamento della fase 3 al fine di evitare che il tapis roulant si sposti, si inclini o cada.



2. Sorreggere il Montante Destro (88) vicino al Coperchio Base Destro (117). **Si veda il disegno allegato.** Accertare che la fascetta cavo nel Montante Destro fuoriesca dal foro nel modo indicato. Stringere la fascetta cavo intorno all'estremità del Cavo Montante (86). Quindi, tirare l'estremità opposta della fascetta cavo finché il Cavo Montante sia inserito completamente nel Montante Destro.

Tirare delicatamente il Cavo Montante (86) verso l'alto posizionando il Montante Destro (88) sulla Base (115) all'interno del Coperchio Base Destro (117). **Attenzione a non pizzicare il Cavo Montante.**

Fissare il Montante Destro (88) alla Base (115) con due Bulloni con Nailon da 3/8" x 3 3/4" (2) e due Rondelle a Stella da 3/8" (8); **non serrare i Bulloni con Nailon in questa fase.** Nota: potrebbe rendersi necessario inclinare leggermente la parte superiore del Montante Destro in avanti e ruotare la parte inferiore per avvitare i Bulloni con Nailon nel Montante Destro.

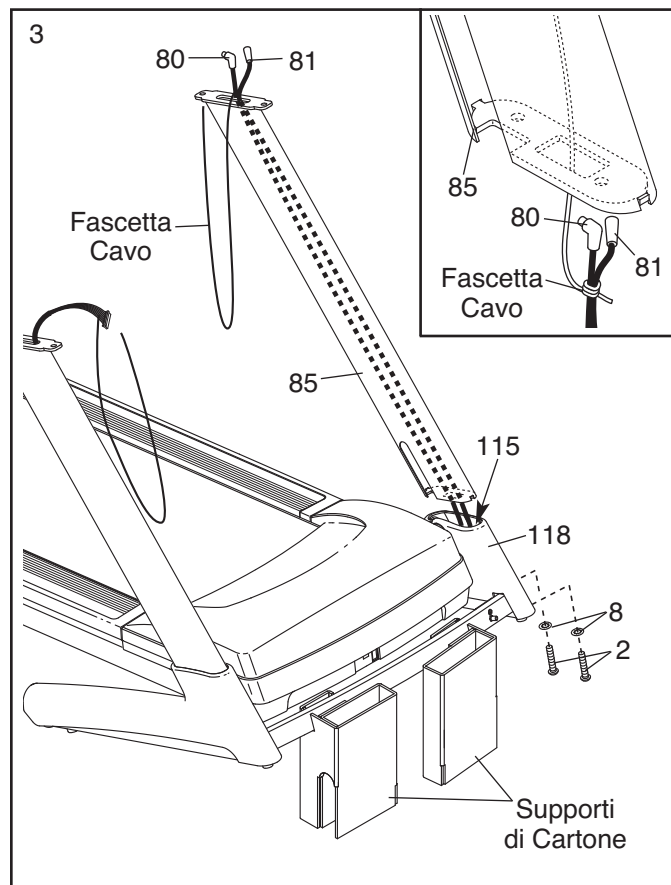


3. Sorreggere il Montante Sinistro (85) vicino al Coperchio Base Sinistro (118). **Si veda il disegno allegato.** Accertare che la fascetta cavo nel Montante Sinistro fuoriesca dal foro nel modo indicato. Stringere la fascetta cavo saldamente attorno all'estremità del Cavo TV da 50" (81) e del Cavo A/V da 50" (80).

Tirare l'altra estremità della fascetta cavo fino a quando il Cavo TV da 50" (81) e il Cavo A/V da 50" (80) attraversano completamente il Montante Sinistro (85). Quindi, posizionare il Montante Sinistro sulla Base (115) all'interno del Coperchio Base Sinistro (118).

Fissare il Montante Sinistro (85) alla Base (115) con due Bulloni con Nailon da 3/8" x 3 3/4" (2) e due Rondelle a Stella da 3/8" (8); **non serrare i Bulloni con Nailon in questa fase.** Nota: potrebbe rendersi necessario inclinare leggermente la parte superiore del Montante Sinistro in avanti e ruotare la parte inferiore per avvitare i Bulloni con Nailon nel Montante Sinistro.

Con l'aiuto di un'altra persona, abbassare il tapis roulant dai supporti di cartone. I supporti verranno utilizzati nella fase di montaggio 9.



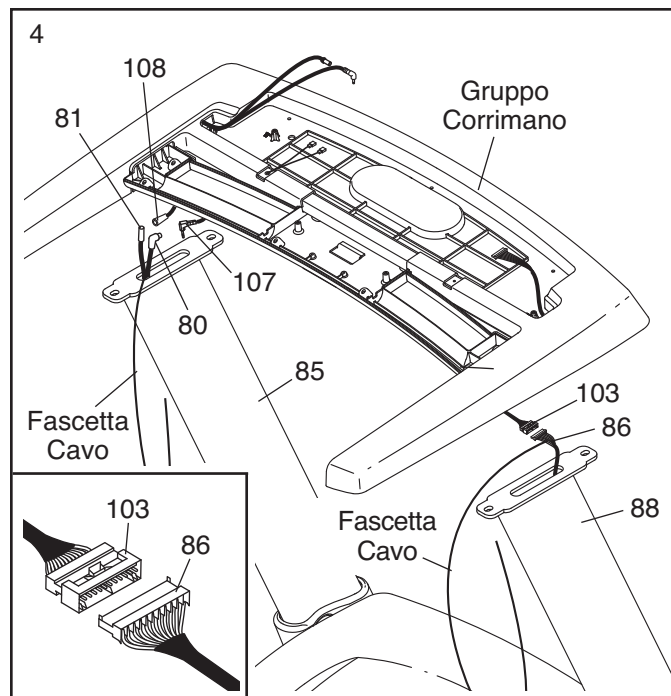
4. Con l'aiuto di un'altra persona reggere il gruppo corrimano vicino ai Montanti (85, 88).

Collegare il Cavo A/V da 50" (80) al Cavo A/V da 25" (107) e il Cavo TV da 50" (81) al Cavo TV da 25" (108).

Collegare il Cavo Montante (86) al Filo Bardato da 25" (103). **Si veda il disegno allegato. I connettori dovrebbero inserirsi agevolmente uno nell'altro e scattare in posizione.** In caso contrario, ruotare un connettore e riprovare.

QUALORA I CONNETTORI NON VENGANO COLLEGATI CORRETTAMENTE, LA CONSOLLE POTREBBE RISULTARNE DANNEGGIATA QUANDO SI ATTIVA L'ALIMENTAZIONE.

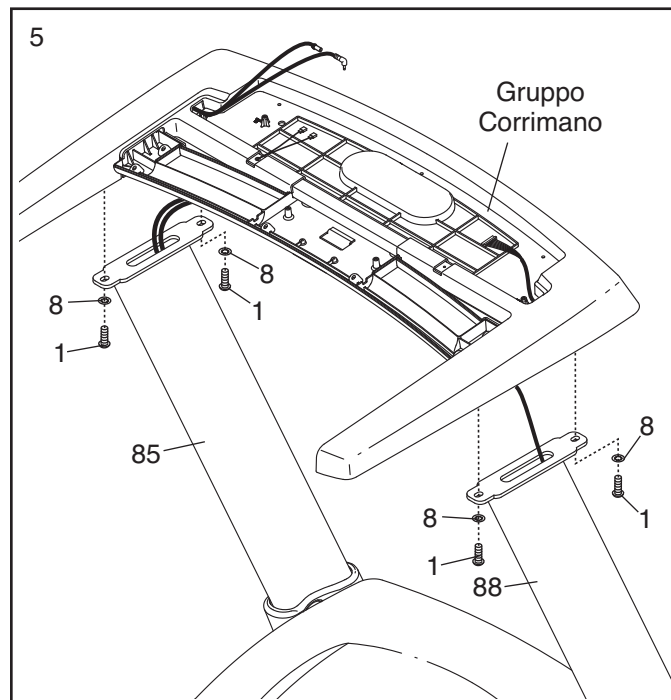
Rimuovere la fascetta cavo dal Cavo Montante (86). Rimuovere la fascetta cavo dal Cavo TV da 50" (81) e dal Cavo A/V da 50" (80).



5. Inserire i cavi nei Montanti (85, 88) mentre si posiziona il gruppo corrimano sui Montanti.

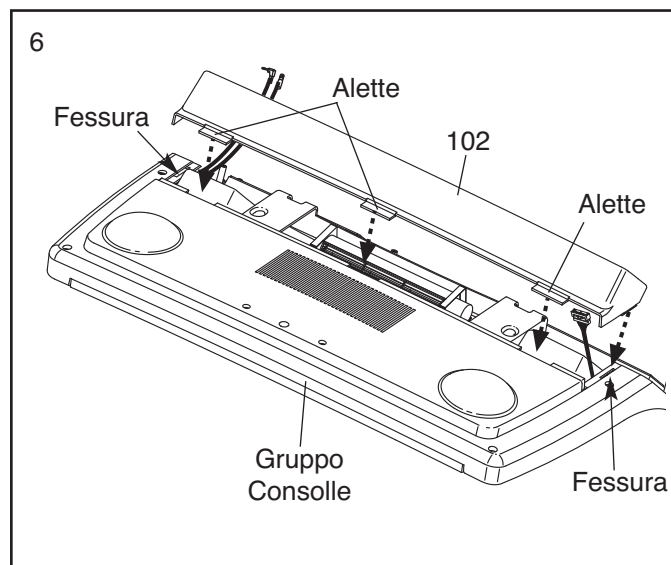
Prestare attenzione a non pizzicare i cavi.

Fissare il gruppo corrimano con quattro Bulloni con Nailon da 3/8" x 1 1/4" (1) e quattro Rondelle a Stella da 3/8" (8). Serrare saldamente i Bulloni con Nailon.



6. Appoggiare il gruppo consolle rivolto verso il basso su una superficie morbida per evitare di graffiarlo. Infilare le tre alette sulla Griglia Consolle (102) nel gruppo consolle.

Premere le estremità della Griglia Consolle (102) fino a inserirle con uno scatto nelle fessure sul gruppo consolle.

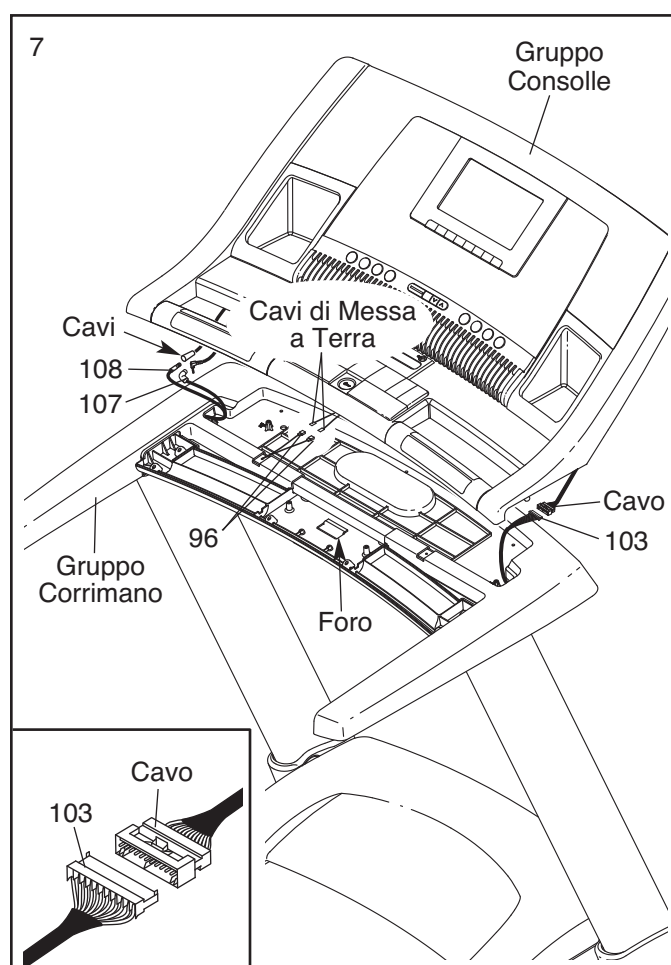


7. Chiedere a un'altra persona di sorreggere il gruppo consolle vicino al gruppo corrimano. Collegare il Cavo A/V da 25" (107) e il Cavo TV da 25" (108) ai cavi che fuoriescono dal gruppo consolle.

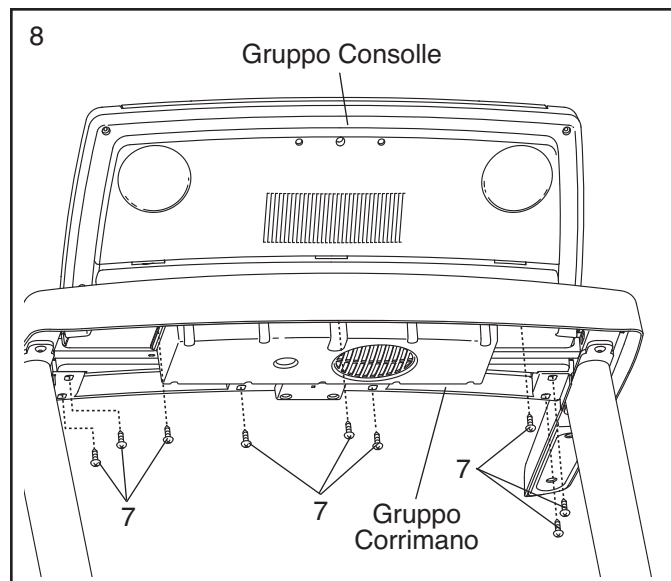
Collegare il Filo Bardato da 25" (103) al cavo che fuoriesce dal gruppo consolle. **Si veda il disegno allegato. I connettori dovrebbero inserirsi agevolmente uno nell'altro e scattare in posizione.** In caso contrario, ruotare un connettore e riprovare. **QUALORA I CONNETTORI NON VENGANO COLLEGATI CORRETTAMENTE, LA CONSOLLE POTREBBE RISULTARE DANNEGGIATA QUANDO SI ATTIVA L'ALIMENTAZIONE.**

Collegare i Cavi di Messa a Terra della Consolle (96) ai due cavi di messa a terra che fuoriescono dal gruppo consolle.

Posizionare il gruppo consolle sul gruppo corrimano. Se necessario, spostare i cavi in modo che il gruppo consolle si adagi piatto sul gruppo corrimano. **Prestare attenzione a non pizzicare i cavi.** Nota: Qualora il gruppo consolle non si adagi piatto sul gruppo corrimano, non sarà possibile completare la fase 8.



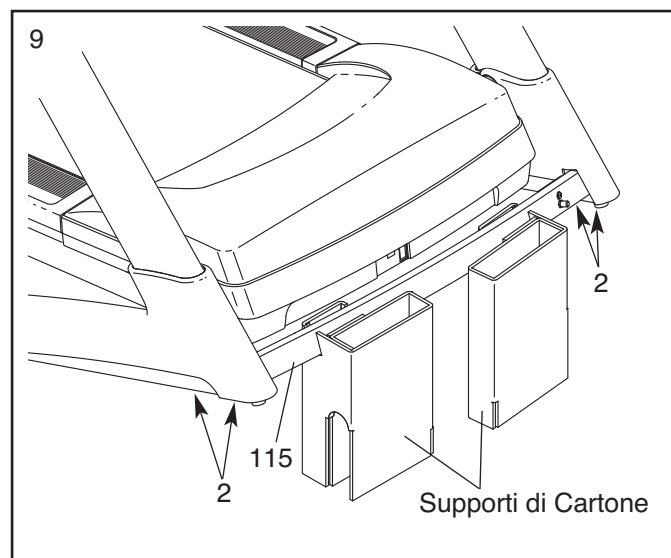
8. Fissare il gruppo consolle al gruppo corrimano con nove Viti #8 x 3/4" (7). **Inserire tutte e nove le Viti prima di iniziare a serrarle.**



9. Individuare i due supporti di cartone utilizzati nella fase 1. Con l'aiuto di un'altra persona, sollevare la parte anteriore del tapis roulant e inserire la barra trasversale sulla Base (115) nelle fessure dei supporti di cartone nel modo indicato. **Ricorrere all'aiuto di una seconda persona per reggere il tapis roulant affinché non si muova in avanti o indietro.**

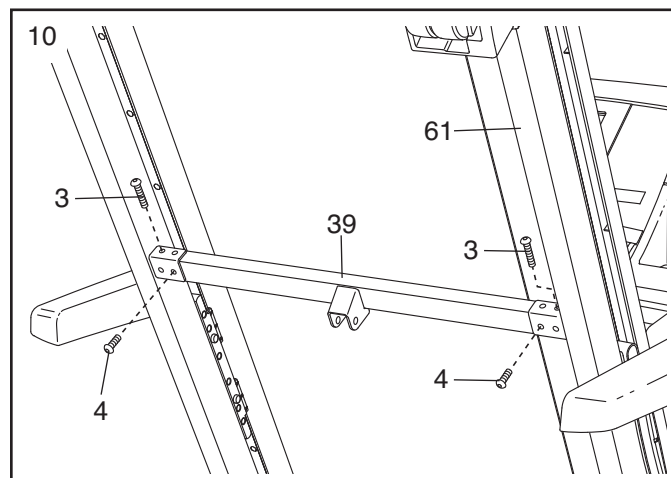
Serrare saldamente i quattro Bulloni con Nailon da 3/8" x 3 3/4" (2).

Con l'aiuto di un'altra persona, abbassare il tapis roulant dai supporti di cartone.



10. Sollevare il Telaio (61) in posizione verticale. **Ricorrere all'aiuto di un'altra persona per sorreggere il Telaio fino al completamento della fase 11.**

Infilare la Barra Trasversale del Telaio (39) nelle staffe sul Telaio (61) nel modo indicato. Fissare la Barra Trasversale del Telaio con due Bulloni 1/4" x 1 3/4" (3) e due Bulloni 1/4" x 1 1/4" (4) nel modo indicato.



11. Orientare la Chiusura a Scatto Immagazzinaggio (78) in modo tale che il fusto grande e la Manopola Chiusura a Scatto (77) si trovino nelle posizioni indicate.

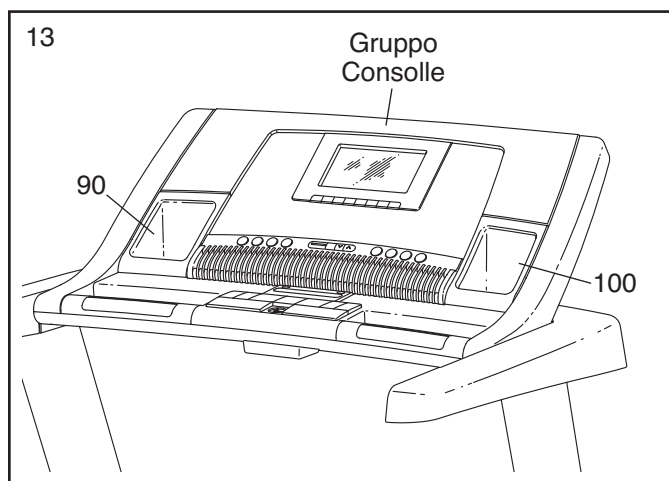
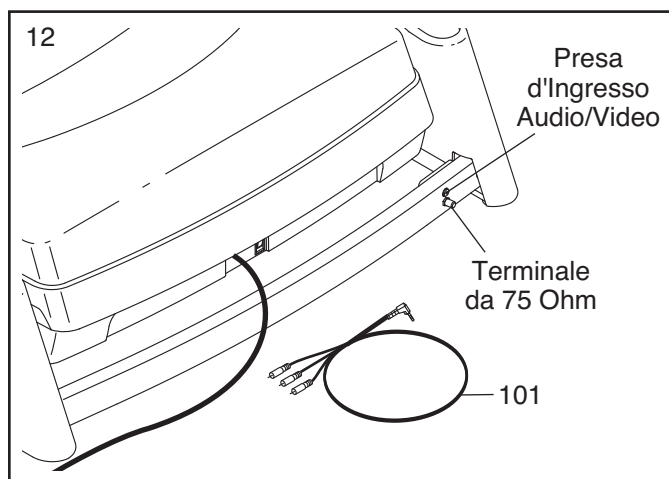
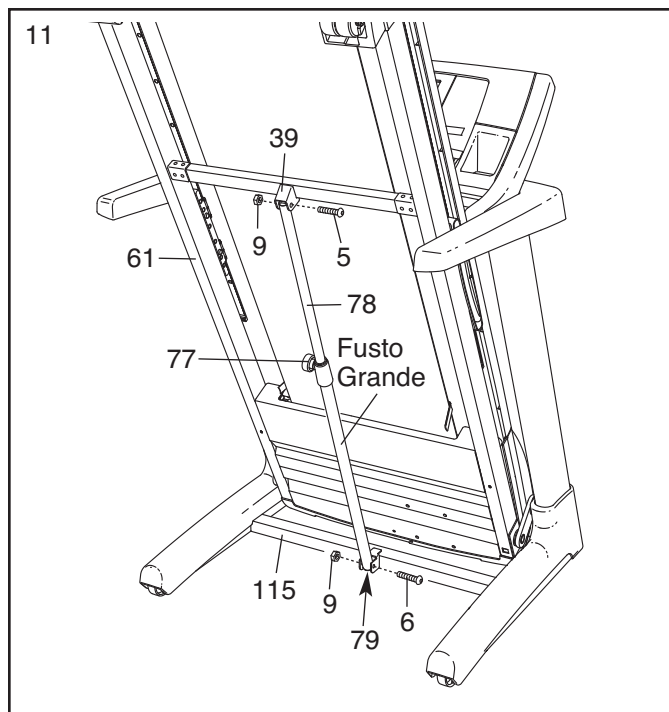
Rimuovere la fascetta dall'estremità superiore della Chiusura a Scatto Immagazzinaggio (78). Fissare l'estremità superiore della Chiusura a Scatto Immagazzinaggio alla staffa sulla Barra Trasversale del Telaio (39) con un Bullone da $3/8" \times 1\ 3/4"$ (5) e un Dado da $3/8"$ (9).

Rimuovere la fascetta dall'estremità inferiore della Chiusura a Scatto Immagazzinaggio (78). Mantenere i fori nel Cappuccio Chiusura a Scatto (79) allineati con i fori nella Chiusura a Scatto Immagazzinaggio. **Accertare che il Cappuccio Chiusura a Scatto rimanga all'interno della Chiusura a Scatto Immagazzinaggio.** Fissare la Chiusura a Scatto Immagazzinaggio alla staffa sulla Base (115) con un Bullone da $3/8" \times 2"$ (6) e un Dado da $3/8"$ (9). Nota: potrà rendersi necessario spostare il Telaio avanti e indietro per allineare la Chiusura a Scatto Immagazzinaggio con la staffa.

Abbassare il Telaio (61) (vedere la sezione **ABBASSAMENTO DEL TAPIS ROULANT PER L'USO** a pagina 31).

12. Annotare l'ubicazione del terminale da 75 ohm e della presa d'ingresso audio/video sul tapis roulant. Affinchè il televisore funzioni, dovrà essere collegata un'antenna o un cavo CATV al terminale da 75 ohm oppure il Cavo A/V da 96" (101) dovrà essere collegato alla presa d'ingresso audio/video (vedere pagina 13).

13. Accertare che il Vassoio Accessori Sinistro (90) e il Vassoio Accessori Destro (100) siano saldamente premuti nel gruppo consolle.

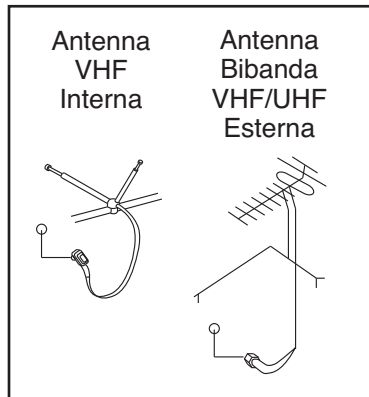


14. **Accertare che tutti i pezzi siano opportunamente serrati prima di utilizzare il tapis roulant.** Conservare le chiavi esagonali in dotazione in un luogo sicuro; una delle chiavi esagonali viene utilizzata per regolare il nastro scorrevole (vedere pagine 33 e 34). **Per proteggere il pavimento o la moquette, posizionare un tappetino sotto il tapis roulant.**

Prima di poter utilizzare il televisore, è necessario collegare un'antenna o un cavo CATV da 75 ohm al terminale da 75 ohm oppure un Cavo A/V da 96" alla presa d'ingresso audio/video. Nota: utilizzare un cavo CATV per il collegamento a una dispositivo esterno come una scatola di derivazione, un decoder per la TV satellitare, un videoregistratore o un cavo analogico. Il cavo CATV, l'antenna e l'adattatore non sono in dotazione.

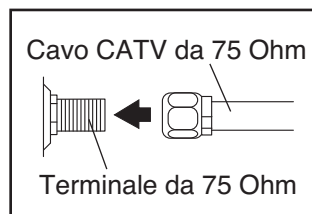
COLLEGAMENTO DELL'ANTENNA

Posizionare un antenna VHF interna o un'antenna bibanda VHF/UHF nella posizione desiderata. Le antenne esterne sono soggette agli agenti atmosferici che possono ridurre la qualità del segnale. Controllare l'antenna esterna e il cavo di discesa prima di collegare l'antenna.



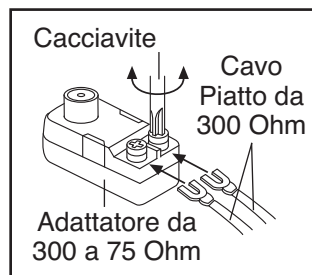
Cavo CATV da 75 Ohm

1. Collegare un cavo CATV da 75 ohm dall'antenna al terminale da 75 ohm presente sul telaio del tapis roulant, vicino al cavo di alimentazione.

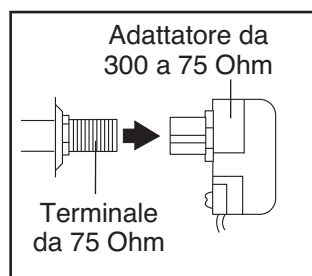


Cavo Piatto da 300 Ohm

1. Collegare il cavo piatto da 300 ohm dell'antenna a un adattatore da 300 ohm a 75 ohm.



2. Spingere l'adattatore da 300 ohm a 75 ohm nel terminale antenna da 75 ohm presente sul telaio del tapis roulant vicino al cavo di alimentazione.

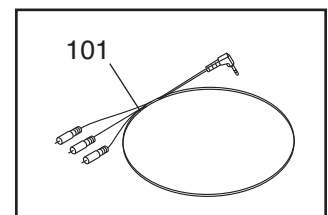


COLLEGAMENTO DI UN DISPOSITIVO ESTERNO TRAMITE CAVO CATV

1. Collegare un'estremità di un cavo CATV da 75 ohm alla presa di uscita da 75 ohm presente sul dispositivo esterno.
2. Collegare il cavo di alimentazione del dispositivo esterno. Consultare il manuale istruzioni del dispositivo esterno per la corretta messa a terra.
3. Collegare un cavo CATV da 75 ohm al terminale da 75 ohm presente sul telaio del tapis roulant, vicino al cavo di alimentazione. Si veda il disegno a sinistra.

COLLEGAMENTO DI UN VIDEOREGISTRATORE O LETTORE DVD UTILIZZANDO IL CAVO A/V DA 96"

1. Collegare il Cavo A/V da 96" (101) con estremità a tre spinotti al videoregistratore o al lettore DVD.



2. Collegare il cavo di alimentazione del videoregistratore o del lettore DVD. Consultare il manuale istruzioni del videoregistratore o lettore DVD per la corretta messa a terra.
3. Collegare il Cavo A/V da 96" alla presa d'ingresso audio/video sul telaio del tapis roulant vicino al cavo di alimentazione.

MESSA IN FUNZIONE E REGOLAZIONE

NASTRO SCORREVOLE PRE-LUBRIFICATO

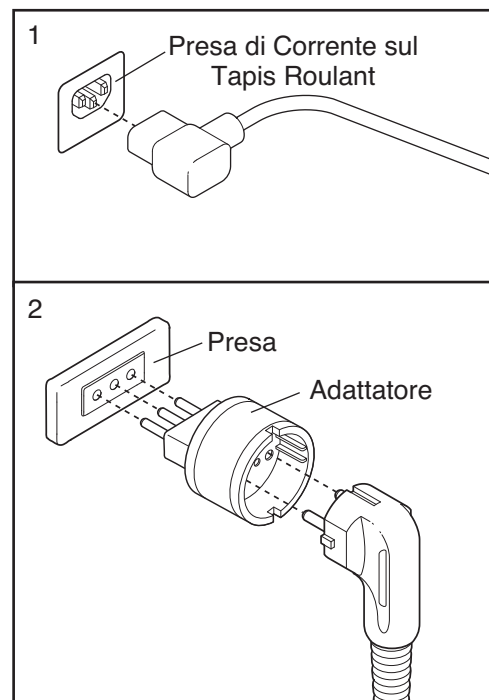
Il tapis roulant è dotato di un nastro scorrevole rivestito con lubrificante ad alte prestazioni. **IMPORTANTE: non applicare mai sul nastro scorrevole o sulla piattaforma, del silicone a spray o altre sostanze lubrificanti. Queste sostanze potrebbero deteriorare il nastro scorrevole causando un eccessivo logorio.**

INSERIMENTO DELLA SPINA DELLA CORRENTE

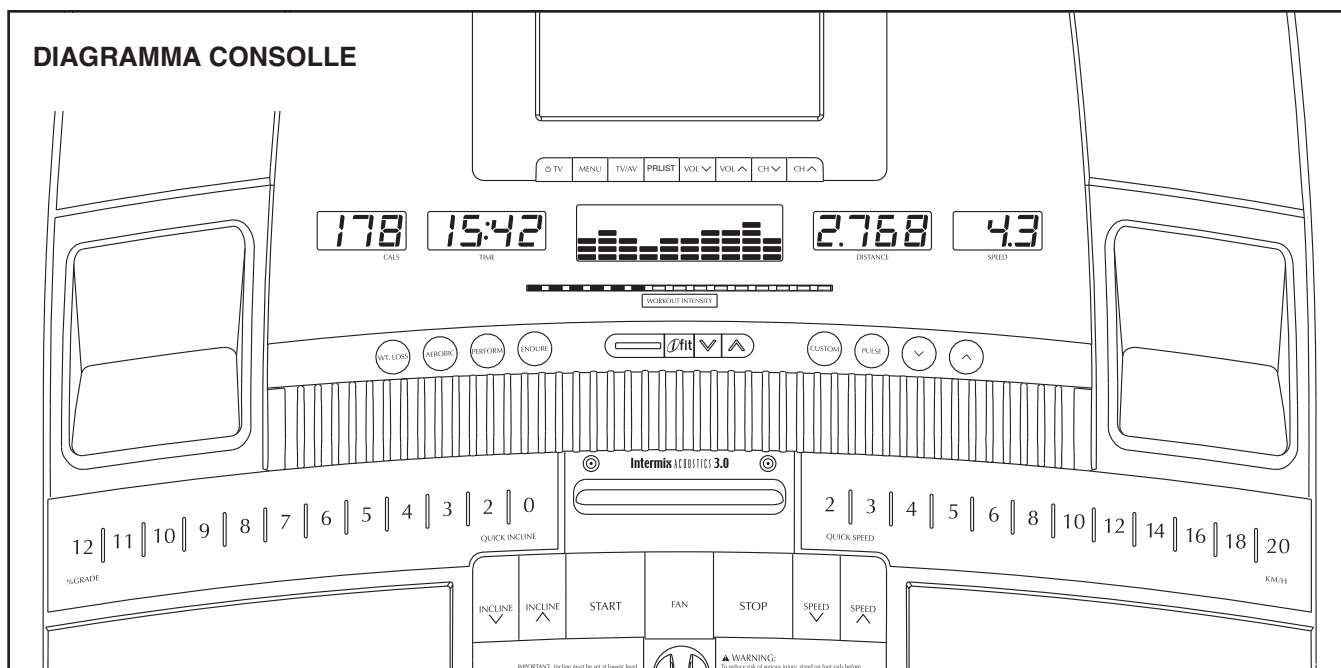
Questo prodotto deve essere collegato a massa a terra. Se dovesse mal funzionare o guastarsi, la massa provvede all'elettricità un percorso di minima resistenza che riduce il rischio di scosse elettriche. Questo prodotto è provvisto di un cavo e una spina con collegamento di massa a terra. **IMPORTANTE: se il cavo della corrente fosse danneggiato, deve essere sostituito con un cavo della corrente raccomandato dalla ditta.**

Far riferimento al disegno 1. Inserire l'estremità indicata del cavo alimentazione nella presa di corrente sul tapis roulant.

Far riferimento al disegno 2. Inserire il cavo alimentazione in un'appropriata presa che sia stata appropriatamente installata e messa a terra in accordanza con i codici locali e le ordinanze. Nota: in Italia, un adattatore (non incluso) deve essere utilizzato tra il cavo alimentazione e la presa. **IMPORTANTE: il tapis roulant non è compatibile con prese elettriche equipaggiate interruttore differenziale salvavita (GFCI).**



⚠ PERICOLO: un improprio collegamento del conduttore di massa può causare scosse elettriche. In caso di dubbio accertarsi, tramite un'elettricista specializzato, se il prodotto è appropriatamente collegato a massa a terra. Non modificare la spina provvista con il prodotto—se non dovesse essere adatta alla presa a disposizione, fare installare un nuovo circuito da un elettricista specializzato.



APPLICARE L'ETICHETTA D'AVVERTENZA

L'avvertenza sulla consolle è in inglese. Quest'avvertenza si trova in altre lingue nell'incluso foglio etichetta. Applicare l'etichetta in italiano sulla consolle.

CARATTERISTICHE DELLA CONSOLLE

La consolle del tapis roulant offre una vasta gamma di funzioni realizzate per rendere i vostri esercizi più efficaci e piacevoli. Quando si seleziona la modalità manuale della consolle è possibile cambiare la velocità e l'inclinazione del tapis roulant semplicemente premendo un pulsante. Durante l'allenamento la consolle visualizzerà sempre il feedback dell'esercizio. È anche possibile misurare le pulsazioni cardiache utilizzando il cardiofrequenzimetro a impugnatura o il cardiofrequenzimetro a torace opzionale. Vedere pagina 29 per ulteriori informazioni relative al cardiofrequenzimetro a torace opzionale.

La consolle è dotata inoltre di venti programmi di allenamento predefiniti: cinque per il Dimagrimento, cinque Aerobici, cinque di Tonificazione e cinque di Resistenza. Ogni programma di allenamento controlla automaticamente la velocità e l'inclinazione del tapis roulant per consentire una sessione di allenamento efficace. È possibile creare programmi personalizzati e salvarli per l'uso in futuro.

La consolle offre altresì due programmi per le pulsazioni che controllano la velocità e l'inclinazione del tapis roulant al fine di mantenere la frequenza cardiaca entro i valori impostati per l'allenamento.

La consolle presenta inoltre il nuovo sistema iFit interattivo workout. Il sistema iFit interactive workout è compati-

bile con le schede iFit contenenti programmi di allenamento studiati per agevolare il raggiungimento di obiettivi fitness specifici. Per esempio, perdere chili di troppo con il programma Dimagrimento di 8 settimane. Gli allenamenti iFit controllano la resistenza dei pedali mentre la voce di un personal trainer guida l'utente motivandolo in ogni fase dell'allenamento. In dotazione viene fornita una Scheda iFit dimostrativa. Sono disponibili schede iFit aggiuntive a parte. **Per acquistare le schede iFit, visitare il sito web www.iFit.com o telefonare al numero indicato sulla copertina del presente manuale. Le schede iFit sono disponibili anche presso negozi selezionati.**

Selezionando la modalità manuale o un programma di allenamento è possibile vedere i programmi preferiti sul televisore personale mentre ci si allena. È anche possibile ascoltare la propria musica preferita per l'allenamento o gli audio libri grazie al sistema stereo incorporato nella consolle.

Per l'accensione, vedere pagina 16. Per usare la modalità manuale, vedere pagina 16. Per usare un programma predefinito, vedere pagina 18. Per creare e usare un programma personalizzato, vedere pagine 19 e 20. Per usare un programma pulsazioni, vedere pagina 21. Per usare una scheda iFit vedere pagina 22. Per il funzionamento del televisore personale, vedere pagina 23. Per il funzionamento del telecomando vedere pagina 24. Per sostituire le batterie del telecomando, vedere pagina 25. Per regolare le impostazioni del televisore in modalità TV o AV, vedere pagina 26. Per regolare le impostazioni del televisore in modalità DTV, vedere pagina 27. Per usare la modalità informazioni, vedere pagina 28. Per usare il sistema stereo, vedere pagina 29.

ACCENSIONE

IMPORTANTE: se il tapis roulant è rimasto esposto a basse temperature, riportarlo a temperatura ambiente prima di accendere l'alimentazione. In caso contrario, i display o altri componenti elettrici della consolle potranno risultarne danneggiati.

Collegare il cavo di alimentazione (vedere pagina 14). Localizzare l'interruttore automatico ripristina/spento [RESET/OFF] presente sul telaio del tapis roulant vicino al cavo di alimentazione.

Accertare che l'interruttore sia in posizione di ripristino.

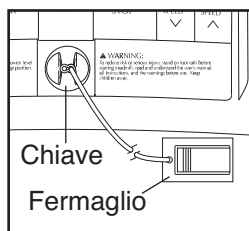
IMPORTANTE: la consolle è dotata di un display in modalità demo da utilizzare se il tapis roulant viene esposto in un negozio. Se il display si accende non appena si collega il cavo di alimentazione e si sposta l'interruttore in posizione ripristina/spento, si attiva la modalità demo. Per uscire dalla modalità demo, mantenere premuto il pulsante Arresto [STOP] per qualche secondo. Se il display rimane acceso, consultare la sezione MODALITÀ INFORMAZIONI a pagina 28 per spegnere la modalità demo.

Successivamente, salire sui poggia piedi del tapis roulant. Localizzare il gancio fissato alla chiave (vedere disegno a destra) e infilare il gancio saldamente alla cintura. Quindi, inserire la chiave nella consolle. Dopo un istante, il display si illuminerà. **IMPOR-**

TANTE: in caso di emergenza, la chiave può essere tolta dalla consolle, provocando così il rallentamento e conseguente arresto del tapis roulant. Controllare il fermaglio facendo con attenzione pochi passi all'indietro; se la chiave non si estrae dalla consolle, regolare la posizione del fermaglio conseguentemente.

IMPORTANTE: qualora sulla superficie della consolle sia presente una pellicola di plastica trasparente, rimuovere la pellicola al fine di evitare danni alla piattaforma nastro, indossare scarpe sportive pulite durante l'uso del tapis roulant. La prima volta che si usa il tapis roulant, verificare l'allineamento del nastro scorrevole e, se necessario, effettuare la centratura del nastro (vedere pagina 33).

Nota: la consolle è in grado di visualizzare la velocità e la distanza in chilometri o in miglia. Per determinare quale unità di misura è stata selezionata o per cambiare l'unità di misura consultare LA MODALITÀ INFORMAZIONI a pagina 28. Per semplicità tutte le istruzioni presenti in questo paragrafo fanno riferimento ai chilometri.



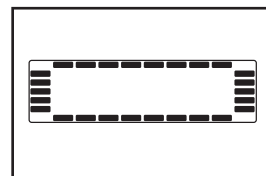
USO DELLA MODALITÀ MANUALE

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE a sinistra.

2. Selezionare la modalità manuale.

Ogni volta che si inserisce la chiave si selezionerà la modalità manuale. Se è stato selezionato un programma di allenamento, premere uno dei pulsanti allenamento (Dimagrimento [WT. LOSS], Aerobico [AEROBIC], Tonificazione [PERFORM], Resistenza [ENDURE], Personalizzato [CUSTOM] o Cardio [PULSE]) ripetutamente fino a quando sulla matrice si visualizza una pista.



3. Avviare il nastro scorrevole e regolare la velocità.

Per avviare il nastro scorrevole, premere il tasto Avvio [START], il tasto aumenta Velocità [SPEED], o uno dei tasti a Velocità Rapida [QUICK SPEED] numerati dal 2 al 20.

Se il tasto Avvio o il tasto aumenta Velocità viene premuto, il nastro scorrevole inizierà a muoversi a 2 km/h. Mentre vi esercitate, cambiate la velocità del nastro scorrevole come desiderato premendo i pulsanti aumenta o diminuisci Velocità. Ogni volta che si preme un pulsante, le impostazioni della velocità cambieranno di 0,1 km/h; mantenendo premuto il pulsante la velocità varierà in incrementi di 0,5 km/h. Se viene premuto uno dei pulsanti numerati a Velocità Rapida il nastro scorrevole varierà gradualmente la velocità fino a raggiungere quella impostata.

Per fermare il nastro scorrevole, premere il pulsante Arresto [STOP]. Per riavviare il tapis roulant, premere il pulsante Avvio, il pulsante aumenta Velocità, oppure uno dei pulsanti a Velocità Rapida numerati.

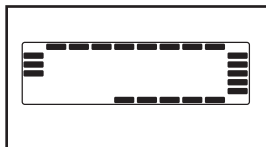
4. Cambiare l'inclinazione del tapis roulant come desiderato.

Per modificare l'inclinazione del tapis roulant, premere i pulsanti aumenta/diminuisci Inclinazione o uno dei pulsanti Inclinazione Rapida [QUICK INCLINE] numerati da 0 a 12.

Ogni volta che si preme il pulsante aumenta/diminuisci Inclinazione, quest'ultima varierà dello 0,5%. Se viene premuto uno dei pulsanti Inclinazione Rapida numerati, l'inclinazione aumenterà gradualmente fino a raggiungere quella impostata.

5. Seguire la progressione sui display.

Matrice—Quando si seleziona la modalità manuale la matrice visualizzerà una pista che rappresenta i 402 metri (1/4 di miglio). Durante l'allenamento, compariranno degli indicatori in successione attorno alla pista, fino al completamento dell'intera pista. La pista poi sparirà e gli indicatori ricominceranno ad apparire in successione.



Display

Calorie/Pulsazioni—Il display

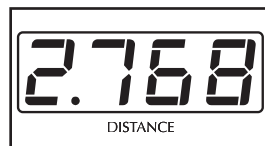
Calorie/Pulsazioni [CALS/INCLINE] può visualizzare il numero approssimativo di calorie bruciate. Il display visualizzerà altresì l'inclinazione del tapis roulant per vari secondi ogni volta che l'inclinazione cambia.



Display Tempo—Il display Tempo [TIME] visualizzerà il tempo trascorso. Nota: quando viene selezionato un programma di allenamento, il display visualizzerà il tempo rimanente invece del tempo trascorso.



Display distanza—Il display Distanza [DISTANCE] può visualizzare la distanza percorsa camminando o correndo.



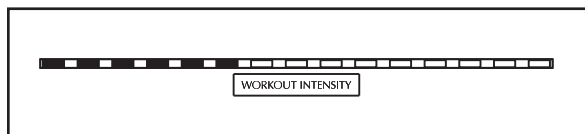
Display

Velocità/Pulsazioni—Il display Velocità/Pulsazioni

[SPEED/PULSE] può visualizzare la velocità del nastro scorrevole. Il display visualizzerà altresì la frequenza cardiaca quando si usa il cardiofrequenzimetro a impugnatura o il cardiofrequenzimetro a torace opzionale.



Mentre ci si allena la barra del livello di intensità dell'allenamento indicherà il livello di intensità approssimativo dell'allenamento.

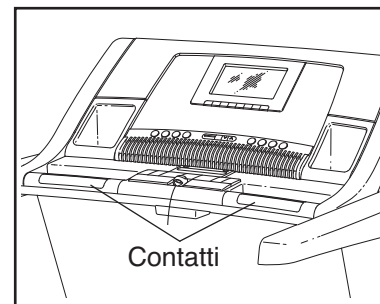


Per azzerare la consolle, premere il pulsante Arresto [STOP], rimuovere la chiave e poi reinserirla.

6. Se lo si desidera, misurare la frequenza cardiaca.

Nota: se si utilizzano un cardiofrequenzimetro a impugnatura e uno a torace opzionale contemporaneamente, la consolle non visualizzerà la frequenza cardiaca in modo preciso. Vedere pagina 29 per ulteriori informazioni relative al cardiofrequenzimetro a torace opzionale.

Prima di utilizzare un sensore pulsazioni impugnatura, rimuovere la pellicola trasparente dai contatti in metallo. Assicurarsi inoltre di avere le mani pulite.



Per misurare la frequenza cardiaca, **posizionare i piedi sui poggia piedi** e impugnare i contatti metallici sul corrimano, **evitando di muovere le mani. Impugnare i contatti per dieci secondi circa.** Una volta rilevate le pulsazioni, verrà visualizzata la frequenza cardiaca. **Per una rilevazione più precisa della frequenza cardiaca, impugnare i contatti per 15 secondi circa.**

7. Se lo si desidera, attivare il ventilatore.

Il ventilatore è dotato di due velocità (alta e bassa). Premere il pulsante Ventilatore [FAN] ripetutamente per selezionare la velocità o per spegnerlo. Nota: se il ventilatore è acceso quando il nastro scorrevole si ferma, il ventilatore si spegnerà automaticamente dopo alcuni minuti.

8. Una volta terminato l'esercizio, rimuovere la chiave dalla consolle.

Salire sui poggia piedi, premere il pulsante Arresto e **regolare l'inclinazione del tapis roulant al livello più basso possibile. L'inclinazione deve essere nella posizione più bassa quando si ripone il tapis roulant; diversamente il tapis roulant potrebbe danneggiarsi.** Quindi, togliere la chiave dalla consolle e riporla in un luogo sicuro.

Terminato l'uso del tapis roulant, portare l'interruttore automatico ripristina/spento in posizione Spento [OFF] e scollegare il cavo di alimentazione. **IMPORTANTE: la mancata osservanza di questa precauzione può determinare un'usura prematura dei componenti elettrici del tapis roulant.**

USO DI UN PROGRAMMA DI ALLENAMENTO PRE-DEFINITO

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE a pagina 16.

2. Selezionare un programma di allenamento predefinito.

Per selezionare un programma di allenamento predefinito premere il pulsante Dimagrimento [WT. LOSS], il pulsante Aerobico [AEROBIC], il pulsante Tonificazione [PERFORM] o il pulsante Resistenza [ENDURE] ripetutamente.



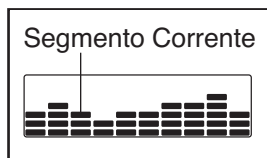
Quando si seleziona un programma di allenamento predefinito i display visualizzeranno l'inclinazione massima, la durata dell'allenamento, il numero dell'allenamento e la velocità massima impostabile del programma prescelto. Inoltre nella matrice scorrerà un profilo delle impostazioni di velocità del programma di allenamento.

3. Avviare il nastro scorrevole.

Premere il pulsante Avvio [START] per avviare il programma. Subito dopo aver premuto il pulsante, il tapis roulant regolerà automaticamente la prima velocità e inclinazione impostate per l'esercizio. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare.

Ogni programma di allenamento è suddiviso in segmenti da un minuto. Per ogni segmento sono stati programmati una velocità e un'inclinazione predefiniti. Nota: è possibile programmare la medesima velocità e/o inclinazione per più segmenti successivi.

Nel corso dell'allenamento il profilo mostrerà l'avanzamento dello stesso. Il segmento lampeggiante del profilo rappresenta il segmento corrente dell'allenamento. L'altezza del segmento lampeggiante indica la velocità impostata per il



segmento in corso. Alla fine di ogni segmento verranno emessi una serie di segnali acustici e inizierà a lampeggiare il segmento successivo del profilo. Le nuove impostazioni di velocità e inclinazione si visualizzeranno sul display per alcuni secondi. Se per il segmento successivo è stata programmata una velocità e/o un'inclinazione diversa, questi due valori lampeggeranno sul display per un istante per avvisarvi.

Se in qualsiasi momento dell'allenamento la velocità o l'inclinazione impostate risultassero troppo alte o troppo basse, è possibile sovrascriverle manualmente premendo i pulsanti velocità o inclinazione. Tuttavia quando il segmento di allenamento successivo inizia, il tapis roulant regolerà automaticamente la velocità e l'inclinazione impostate per il segmento successivo.

Per terminare l'allenamento in qualsiasi momento, premere il pulsante Arresto [ARRESTO]. Per far ripartire il programma, premere il pulsante Avvio o il pulsante aumenta Velocità [SPEED]. Il nastro scorrevole inizierà a muoversi alla velocità di 2 KM/H. Quando il segmento successivo inizia, il tapis roulant si regolerà automaticamente alla velocità e all'inclinazione impostate per il segmento successivo.

Il programma di allenamento continuerà in questo modo fino al termine dell'ultimo segmento. Il nastro scorrevole successivamente rallenterà e si fermerà.

4. Seguire la progressione sui display.

Vedere fase 5 a pagina 17.

5. Se lo si desidera, misurare la frequenza cardiaca.

Vedere fase 6 a pagina 17.

6. Se lo si desidera, attivare il ventilatore.

Vedere fase 7 a pagina 17.

7. Una volta terminato l'esercizio, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere fase 8 a pagina 17.

CREAZIONE DI UN ALLENAMENTO PERSONALIZZATO

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE a pagina 16.

2. Selezionare un programma personalizzato.

Per selezionare un programma di allenamento personalizzato, premere il pulsante Personalizza [CUSTOM] ripetutamente. Quando si seleziona un programma personalizzato, si visualizzeranno sul display il numero dell'allenamento e le tre colonne degli indicatori.

Nota: qualora nella matrice scorrano più di due colonne di indicatori, consultare la sezione USO DI UN ALLENAMENTO PERSONALIZZATO a pagina 20.



3. Avviare il nastro scorrevole e impostare la velocità e l'inclinazione desiderate.

Premere il pulsante Avvio [START]. Subito dopo aver premuto il pulsante, il nastro scorrevole inizierà a muoversi. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare.

Ogni programma di allenamento personalizzato è suddiviso in vari segmenti da un minuto. Per ogni segmento possono essere programmati una velocità e un'inclinazione predefiniti. Per impostare la

velocità e l'inclinazione per il primo segmento, regolare semplicemente la velocità e l'inclinazione del tapis roulant premendo i pulsanti velocità e inclinazione.

Al termine del primo segmento del programma, verranno emessi una serie di segnali acustici e le impostazioni correnti di velocità e inclinazione verranno salvate in memoria. Programmare la velocità e l'inclinazione per il secondo segmento allo stesso modo.

Continuare a programmare i livelli di velocità e inclinazione per tutti i segmenti desiderati; i programmi personalizzati possono avere fino a 40 segmenti. Una volta terminato l'allenamento premere il pulsante Arresto [STOP] due volte. La velocità e l'inclinazione programmate e il tempo di allenamento verranno salvati in memoria.

4. Seguire la progressione sui display.

Vedere fase 5 a pagina 17.

5. Se lo si desidera, misurare la frequenza cardiaca.

Vedere fase 6 a pagina 17.

6. Se lo si desidera, attivare il ventilatore.

Vedere fase 7 a pagina 17.

7. Una volta terminato l'esercizio, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere fase 8 a pagina 17.

USO DI UN ALLENAMENTO PERSONALIZZATO

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE DELL'ATTREZZO a pagina 16.

2. Selezionare un programma personalizzato.

Per selezionare un programma di allenamento personalizzato, premere il pulsante Personalizza [CUSTOM] ripetutamente. Quando si seleziona un programma personalizzato, un profilo delle impostazioni della velocità dell'allenamento scorrerà nella matrice.

Si visualizzeranno altresì l'impostazione di inclinazione [INCLINE] massima, la durata [TIME] dell'allenamento, il numero del programma e l'impostazione di velocità [SPEED] massima. **Nota: qualora nella matrice scorrano solo due colonne di indicatori, consultare la sezione CREAZIONE DI UN ALLENAMENTO PERSONALIZZATO a pagina 19.**



3. Avviare il nastro scorrevole.

Premere il pulsante Avvio [START] per avviare il programma. Subito dopo aver premuto il pulsante, il tapis roulant regolerà automaticamente la prima velocità e l'inclinazione impostate precedentemente. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare.

Ogni programma di allenamento personalizzato è suddiviso in vari segmenti da un minuto. Per ogni segmento sono stati programmati una velocità e un'inclinazione predefiniti. Nota: è possibile programmare la medesima velocità e/o inclinazione per più segmenti successivi.

Il programma personalizzato funziona analogamente a un programma predefinito (vedere fase 3

a pagina 18).

Se lo si desidera, è possibile modificare l'allenamento durante l'uso. **Per modificare le impostazioni di velocità e inclinazione del segmento corrente** premere semplicemente i pulsanti Velocità e Inclinazione [INCLINE]. Quando il segmento in corso termina, le nuove impostazioni saranno memorizzate. **Per aumentare la durata dell'allenamento**, attenderne il termine. Premere quindi il pulsante Avvio e impostare la velocità e l'inclinazione per tutti i segmenti che si desidera aggiungere. Una volta aggiunti i segmenti premere il pulsante Arresto [STOP] due volte. Per diminuire la durata dell'allenamento premere il pulsante Arresto due volte in qualsiasi momento, ma prima che termini l'allenamento.

Per interrompere temporaneamente l'allenamento, premere il pulsante Arresto. Per riavviare l'allenamento, premere il pulsante Avvio. Il nastro scorrevole inizierà a muoversi alla velocità di 2 Km/H. Quando il segmento successivo inizia, il tapis roulant si regolerà automaticamente alla velocità e all'inclinazione impostate per il segmento successivo.

4. Seguire la progressione sui display.

Vedere fase 5 a pagina 17.

5. Se lo si desidera, misurare la frequenza cardiaca.

Vedere fase 6 a pagina 17.

6. Se lo si desidera, attivare il ventilatore.

Vedere fase 7 a pagina 17.

7. Una volta terminato l'esercizio, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere fase 8 a pagina 17.

ATTENZIONE: se soffrite di problemi cardiaci o se avete più di 60 anni e non avete più praticato esercizio fisico non utilizzate gli allenamenti cardio. Coloro che assumono farmaci regolarmente, dovranno consultare il proprio medico per verificare se i farmaci influiscono sulla frequenza cardiaca durante l'esercizio.

1. Indossare il cardiofrequenzimetro a torace opzionale.

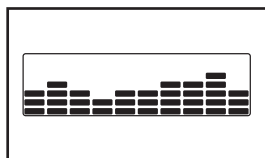
Nota: per ottenere risultati ottimali, indossare il cardiofrequenzimetro a torace durante l'allenamento cardio. Vedere pagina 29 per ulteriori informazioni relative al cardiofrequenzimetro a torace opzionale.

2. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE a pagina 16.

3. Selezionare uno dei quattro allenamenti cardio.

Per selezionare un programma di allenamento cardio, premere il pulsante Cardio [PULSE] ripetutamente. Quando si seleziona un allenamento cardio, la durata dell'allenamento, il numero dell'allenamento e la frequenza cardiaca massima saranno visualizzate sui display. Inoltre nella matrice scorrerà un profilo delle impostazioni di frequenza cardiaca del programma di allenamento.



4. Impostare la frequenza cardiaca.

Il valore massimo di frequenza cardiaca impostato per il programma si visualizzerà nel display Velocità/Pulsazioni [SPEED/PULSE]. Se lo si desidera, premere i pulsanti aumenta e diminuisce vicino al pulsante Pulsazioni per modificare la frequenza cardiaca massima impostata (**consultare la sezione INTENSITÀ ESERCIZIO a pagina 36**). Nota: se si modifica il valore massimo di frequenza cardiaca, il livello di intensità dell'intero programma cambierà.

5. Avviare il nastro scorrevole.

Premere il pulsante Avvio [START] per avviare il programma. Subito dopo aver premuto il pulsante, il tapis roulant regolerà automaticamente la prima velocità e inclinazione impostate per l'esercizio. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare.

Ogni programma di allenamento cardio è suddiviso in segmenti da un minuto. Per ogni segmento viene

programmata una frequenza cardiaca. Nota: è possibile programmare la medesima frequenza cardiaca per più segmenti consecutivi.

Durante ogni segmento, la consolle opererà un raffronto tra la vostra frequenza cardiaca e quella impostata per il segmento in corso. Se la vostra frequenza cardiaca è troppo al di sotto o al di sopra di quella impostata, la velocità e/o l'inclinazione aumenterà/diminuirà automaticamente per portare la vostra frequenza cardiaca più vicino possibile a quella impostata.

Se durante il programma non vengono rilevate le vostre pulsazioni, le lettere "PLS" lampeggeranno sul display e la velocità e/o l'inclinazione del tapis roulant diminuirà automaticamente. In tal caso, vedere le istruzioni relative al cardiofrequenzimetro a torace opzionale.

Al termine del primo segmento del programma verranno emessi una serie di segnali acustici e tutte le impostazioni della frequenza cardiaca si sposteranno di una colonna a sinistra. Le nuove impostazioni per la velocità e l'inclinazione si visualizzeranno nel display. Il programma di allenamento continuerà in questo modo fino al termine dell'ultimo segmento. Il nastro scorrevole successivamente rallenterà e si fermerà.

Qualora l'impostazione della velocità e/o dell'inclinazione sia troppo elevata o troppo bassa è possibile cambiare il livello d'intensità dell'allenamento in qualsiasi momento premendo i pulsanti Velocità e Inclinazione [INCLINE]. **Tuttavia quando la consolle confronta la vostra frequenza cardiaca con quella impostata per il segmento in corso, la velocità e/o l'inclinazione del tapis roulant potrebbe cambiare per portare la vostra frequenza cardiaca più vicino possibile a quella impostata.**

Per terminare l'allenamento in qualsiasi momento, premere il pulsante Arresto [STOP]. Per riavviare l'allenamento, premere il pulsante Avvio. Il nastro scorrevole inizierà a muoversi alla velocità di 2 Km/H. **Tuttavia quando la consolle confronta la vostra frequenza cardiaca con quella impostata per il segmento in corso, la velocità e/o l'inclinazione del tapis roulant potrebbe cambiare per portare la vostra frequenza cardiaca più vicino possibile a quella impostata.**

6. Seguire la progressione sui display.

Vedere fase 5 a pagina 17.

7. Se lo si desidera, attivare il ventilatore.

Vedere fase 7 a pagina 17.

8. Una volta terminato l'esercizio, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere fase 8 a pagina 17.

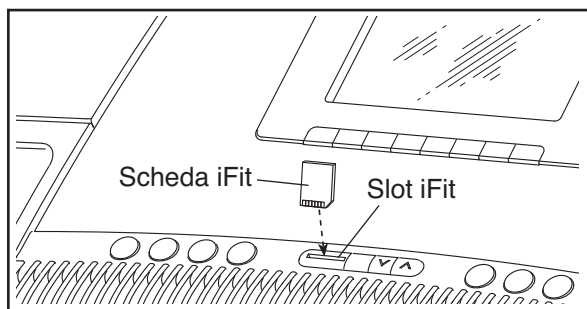
USO DI UNA SCHEDA iFIT

1. Inserire la chiave nella consolle.

Consultare la sezione ACCENSIONE a pagina 16.

2. Inserire una scheda iFIT e selezionare un programma di allenamento.

Per utilizzare un programma di allenamento iFit, inserire una Scheda iFit nello slot iFit; accertare che la scheda iFit sia orientata in modo che i contatti metallici siano rivolti verso il basso e inseriti nello slot iFit.



Selezionare quindi un programma di allenamento iFit premendo i pulsanti iFit aumenta e diminuisci posti accanto allo slot iFit. Quando si seleziona un programma di allenamento iFit il display visualizzerà l'inclinazione massima, la durata dell'allenamento, il numero dell'allenamento e la velocità massima impostabile del programma prescelto. Inoltre sul display si visualizzerà un profilo delle velocità impostate per l'esercizio.

Ogni allenamento iFit è suddiviso in vari segmenti da un minuto. Per ogni segmento sono stati programmati una velocità e un'inclinazione predefiniti. Nota: è possibile programmare la medesima velocità e/o inclinazione per più segmenti successivi.

3. Avviare il nastro scorrevole.

Premere il pulsante Avvio [START] per avviare il programma. Subito dopo aver premuto il pulsante, il tapis roulant regolerà automaticamente la prima velocità e inclinazione impostate per l'esercizio. Afferrare i corrimano e iniziare a camminare. Durante l'allenamento, un personal trainer vi guiderà nell'esecuzione dell'allenamento.

Se la velocità o l'inclinazione impostate per il segmento corrente sono troppo alte o troppo basse, è possibile sovrascrivere manualmente su queste impostazioni premendo i pulsanti Velocità [SPEED] o Inclinazione [INCLINE]. **Tuttavia quando inizia il segmento successivo, il tapis roulant si regolerà automaticamente alla velocità e all'inclinazione impostate per il segmento successivo.**

Per terminare l'allenamento in qualsiasi momento, premere il pulsante Arresto [STOP]. Per far ripartire il programma, premere il pulsante Avvio o il pulsante aumenta Velocità. Il nastro scorrevole inizierà a muoversi alla velocità di 2 Km/H. Quando il segmento successivo inizia, il tapis roulant si regolerà automaticamente alla velocità e all'inclinazione impostate per il segmento successivo.

4. Seguire la progressione sui display.

Vedere fase 5 a pagina 17.

5. Se lo si desidera, attivare il ventilatore.

Vedere fase 7 a pagina 17.

6. Una volta terminato l'esercizio, rimuovere la chiave dalla consolle.

Vedere fase 8 a pagina 17.

ATTENZIONE: rimuovere sempre le schede iFit dal relativo slot quando non sono in uso.

FUNZIONAMENTO DEL TELEVISORE PERSONALE

IMPORTANTE: prima di utilizzare il televisore è necessario collegare un Cavo A/V da 96" o un cavo CATV al tapis roulant (vedere pagina 13).

1. Accensione del televisore.

Qualora sullo schermo del televisore sia presente una pellicola di plastica trasparente, rimuovere la pellicola. Inserire la chiave nella consolle. Consultare la sezione ACCENSIONE a pagina 16. Per accendere il televisore premere il pulsante di accensione. Nota: qualora si proceda all'accensione del televisore senza inserire la chiave nella consolle, i pulsanti della consolle non funzioneranno.

2. Inizializzare la modalità DTV.

Qualora nella memoria in modalità DTV non fossero stati salvati dei canali il televisore vi inviterà a regolare le impostazioni. Selezionare il paese, la lingua e l'orario di pertinenza. Gli orari sono basati sul fuso di Greenwich. Selezionare quindi *EXIT* (Esci) e premere il pulsante aumenta Volume presente sul telecomando. Selezionare *YES* (Sì) per procedere alla ricerca dei canali o *No* per eseguire questa operazione in seguito.

3. Ricerca dei canali televisivi.

Prima di mettere in funzione il televisore è necessario procedere alla ricerca dei canali. Vedere pagine 26 e 27 per ulteriori informazioni relative alla ricerca dei canali. Nota: è necessario collegare un Videoregistratore o un lettore DVD e procedere alla ricerca dei canali prima di poterlo utilizzare. Verificare che il Videoregistratore o il lettore DVD sia collegato correttamente (vedere pagina 13).

Il televisore è in grado di ricevere segnali analogici o digitali. Affinché il televisore funzioni correttamente è necessaria una buona ricezione. Verificare la correttezza delle impostazioni del televisore (vedere pagine 26 e 27). Se si sta utilizzando un'antenna, verificare che sia collegata correttamente e regolata per una ricezione ottimale (consultare la sezione COLLEGAMENTO DELL'ANTENNA a pagina 13).

4. Premere il pulsante TV/AV per selezionare una modalità televisiva.

Selezionare una modalità d'entrata premendo il pulsante TV/AV ripetutamente fino a quando la modalità selezionata si visualizza sullo schermo. Qualora sia stata collegata un'antenna o un cavo CATV da 75 ohm al terminale da 75 ohm sul tapis roulant, selezionare la modalità TV. Se è stato collegato un Cavo A/V da 96" alla presa d'ingresso audio/video, selezionare la modalità AV.

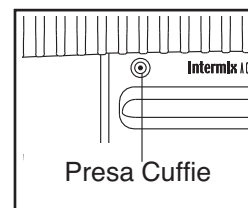
5. Premere i pulsanti Canale per selezionare il canale desiderato.

All'accensione del televisore, lo schermo visualizzerà l'ultimo canale selezionato. Per selezionare un canale diverso premere i pulsanti canale numerati o i pulsanti aumenta e diminuisci Canale [CH]. Il numero del canale selezionato si visualizzerà sullo schermo per alcuni secondi. Nota: prima di selezionare i canali in questo modo è necessario salvarli nella memoria del televisore. Qualora un canale non si visualizzasse più, ripetere la ricerca dei canali. Vedere pagine 26 e 27.

6. Premere i pulsanti Volume per regolare il volume.

Per regolare il volume premere i pulsanti aumenta o diminuisci Volume [VOL] presenti sulla consolle. Nota: per ottenere risultati migliori cambiare il volume premendo solo i pulsanti Volume presenti sulla consolle.

Per utilizzare le cuffie (non incluse), collegarle nell'apposita presa presente sulla consolle vicino al pulsante Avvio [START].



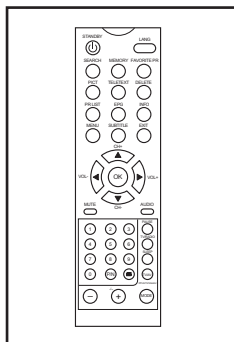
7. Spegnimento del televisore.

Una volta terminato l'uso del televisore, per spegnerlo mantenere premuto il pulsante accensione del televisore per alcuni secondi. Nota: se il televisore non viene spento, la volta successiva che si userà il tapis roulant si accenderà automaticamente.

FUNZIONAMENTO DEL TELECOMANDO

Al primo utilizzo del telecomando inserire le batterie (consultare la sezione SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE DEL TELECOMANDO a pagina 25).

Quindi posizionarsi sul tapis roulant e reggere il telecomando vicino al televisore. Puntare il telecomando verso il televisore.



Premere il pulsante Standby [STANDBY]. Dopo alcuni secondi il televisore si accenderà o spegnerà.

Premere il pulsante Lingua [LANG] per selezionare la lingua sul display (OSD). Nella modalità DTV è possibile scegliere tra tedesco [GERMAN], francese [FRENCH], olandese [DUTCH], inglese [ENGLISH], spagnolo [SPANISH], portoghese [PORTUGUESE] o italiano [ITALIAN]. Nella modalità TV o AV è possibile scegliere tra dieci lingue.

Premere il pulsante Ricerca [SEARCH] per selezionare i canali e salvarli nella memoria. Nota: in modalità TV mantenere premuto il pulsante Ricerca per cinque secondi per ricercare i canali. In modalità DTV selezionare Yes (Sì) per la ricerca dei canali o NO per fermare la ricerca.

Premere il pulsante Memoria [MEMORY] per impostare il canale corrente come canale preferito in modalità DTV.

Premere il pulsante PR Preferito [FAVORITE PR] per visualizzare il canale preferito in modalità DTV.

Premere il pulsante Immagine [PICT] ripetutamente per scegliere la modalità immagine: personale [PERSONAL], STANDARD, tenue [SOFT], vivace [VIVID] o luminosa [LIGHT].

Premere il pulsante TELETEXT per attivare o disattivare il teletext in modalità DTV.

Premere il pulsante Cancella [DELETE] per rimuovere il canale corrente dalla memoria in modalità DTV. Nota: se accidentalmente si cancella un canale, ripetere la ricerca dei canali per rilocalizzare il canale (vedere pagine 26 e 27).

Premere il pulsante [PRLIST] per visualizzare l'elenco dei canali. Nota: è possibile visualizzare l'elenco anche premendo il pulsante PRLIST sulla consolle.

Premere il pulsante EPG per visualizzare la guida programmi elettronica in modalità DTV.

Premere il pulsante INFO per visualizzare le informazioni relative al programma corrente e al segnale di trasmissione o via cavo.

Premere il pulsante MENU per visualizzare il menu principale. Vedere pagine 26 e 27 per ulteriori informazioni relative al menu.

Premere il pulsante Sottotitoli per attivare o disattivare la funzione sottotitoli.

Premere il pulsante Esci [EXIT] per uscire dal menu o visualizzare un menu precedente.

Premere il pulsante aumenta o diminuisci Canale [CH] per selezionare un canale. I pulsanti aumenta e diminuisci Canale presenti sul telecomando funzionano anche come pulsanti di navigazione su/giù in un menu.

Premere il pulsante P/N ripetutamente e premere quindi i pulsanti numerati per selezionare un canale specifico mentre si è in modalità TV o AV.

Premere il pulsante OK per confermare le selezioni in modalità DTV. In modalità TV premere il pulsante OK per la ricerca dei canali.

Per regolare il volume premere i pulsanti aumenta o diminuisci Volume [VOL]. Per ottenere risultati migliori cambiare il volume premendo solo i pulsanti Volume presenti sulla consolle. I pulsanti aumenta e diminuisci Volume presenti sul telecomando funzionano anche come pulsanti di navigazione destra/sinistra in un menu.

Premere il pulsante MUTE per attivare o disattivare il volume.

Premere il pulsante Audio ripetutamente per selezionare la modalità audio: STANDARD, musica [MUSIC], film [MOVIE] o personalizzata [PERSONAL]. Nota: il pulsante audio funzionerà solo in modalità DTV.

Premere ripetutamente il pulsante P/N per selezionare il sistema di uscita quando si è in modalità DTV (NTSC, PAL o Auto).

Premere il pulsante Precedente (↶) per visualizzare il canale precedente.

Premere il pulsante Pausa [PAUSE] per mettere in pausa o riprodurre il canale corrente in modalità DTV.

Premere il pulsante TV/RADIO per spostarsi ai canali musicali mentre si è in modalità DTV.

Premere il pulsante Spegnimento [SLEEP] automatico per impostare il timer di spegnimento (vedere pagina 26).

Premere il pulsante TV/AV ripetutamente per selezionare una modalità di entrata. Per vedere i canali televisivi tramite un'antenna o un cavo CATV, selezionare la modalità TV o DTV. Per utilizzare un Cavo A/V da 96" selezionare la modalità AV.

Premere il pulsante Modalità [MODE] per regolare le impostazioni dell'immagine. Regolare la luminosità, il

contrasto e il colore dell'immagine usando i pulsanti – e +. Regolare la rotazione dello schermo con le opzioni Su Giù [UP DOWN] e Immagine [MIRROR]. Selezionare la dimensione dello schermo. Selezionare l'opzione ripristina per ritornare alle impostazioni originali della luminosità, del contrasto e del colore.

Premere il pulsante – o + nel menu *MODE* (modalità) per regolare le impostazioni.

SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE NEL TELECOMANDO

Per sostituire le batterie individuare innanzitutto il copri batteria posto sul retro del telecomando. Premere leggermente il copri batteria con il pollice e far scorrere il copri batteria.

Se necessario rimuovere le batterie vecchie dal telecomando. Inserire due batterie nuove "AAA". **Accertarsi di inserire le batterie come indicato nel disegno del telecomando.** Rimontare quindi, sempre facendolo scorrere, il copri batteria del telecomando.

REGOLAZIONE DELLE IMPOSTAZIONI DEL TELEVISORE IN MODALITÀ TV O AV

1. Entrare nel menu principale.

Premere il pulsante MENU per entrare nel menu principale. È necessario utilizzare il telecomando per regolare le impostazioni del televisore. Premere il pulsante Esci [EXIT] per uscire dal menu. Premere i pulsanti aumenta e diminuisci Canale [CH] per evidenziare una voce e i pulsanti aumenta e diminuisci Volume [VOL] presenti sul telecomando per selezionare un'opzione di menu o regolare le impostazioni.

2. Regolazione delle impostazioni immagine.

Selezionare l'opzione di menu *PICTURE* (Immagine) premendo il pulsante aumenta o diminuisci Volume presente sul telecomando. Regolare la luminosità, il contrasto e il colore. Selezionare l'opzione *RESET* (Ripristina) per ristabilire le impostazioni originali del televisore.

3. Regolazione delle impostazioni di sistema.

Selezionare una delle dieci lingue display (OSD). La lingua OSD è la lingua che gli indicatori sullo schermo (come il numero del canale o la guida programma elettronica) visualizzeranno. L'opzione lingua OSD funzionerà solo in modalità TV. Regolare l'orologio per impostare lo spegnimento automatico. Se si imposta lo spegnimento automatico, il televisore si spegnerà dopo il numero di minuti indicati. Un conto alla rovescia vi avviserà quando il televisore sta per spegnersi. Selezionare la dimensione dello schermo (16:9 o 4:3). Selezionare la rotazione dell'immagine. Regolare l'impostazione di *BLUE BLACK* (Sfondo Blu) per attivare o disattivare lo sfondo blu quando il televisore non riceve il segnale.

4. Regolazione delle impostazioni predefinite.

Nota: l'opzione impostazioni predefinite è disponibile solo quando si è in modalità TV.

Regolare le impostazioni per un canale specifico selezionando quel determinato numero di canale nell'opzione *POSITION* (Posizione). Attivare o disattivare l'opzione *REMEMBER* (Ricorda) per visualizzare o saltare il canale quando si usano i pulsanti aumenta/diminuisci Canale.

Per rimuovere tutti i canali salvati e ripetere la ricerca canali, selezionare l'opzione Ricerca Automatica e premere il pulsante aumenta Volume. Il televisore inizierà la ricerca di tutti i canali disponibili nella vostra zona. Quando non rileva alcun segnale su un canale, il canale verrà saltato. Qualora sia rilevato un segnale, il canale verrà memorizzato e si passerà alla selezione del canale successivo. Tale procedura terminerà una volta raggiunto il canale più alto disponibile. Il televisore rinumererà i canali nell'ordine in cui sono stati trovati. **Non rimuovere la chiave mentre il televisore effettua la selezione canali.** Nota: accertarsi che siano impostati il sistema suono e colore prima di iniziare la ricerca dei canali.

Selezionare *SWAP* (Cambia) per impostare il canale nell'opzione Posizione come canale richiesto. Regolare l'impostazione *FINE* (Migliora) per aumentare la qualità del segnale. Selezionare l'opzione *SEARCH* (Ricerca) e premere i pulsanti aumenta/diminuisci Volume sul telecomando per trovare il segnale migliore per il canale corrente. Il televisore inizierà la ricerca per quel canale. Quando l'immagine è ben definita premere il pulsante Menu.

Selezionare I, DK o BG per il suono. Selezionare Auto, PAL o SECAM per il colore. Se necessario, provare tutte le impostazioni per trovare quella ottimale.

5. Uscita dal menu.

Premere il pulsante Esci [EXIT] per uscire dal menu.

REGOLAZIONE DELLE IMPOSTAZIONI DEL TELEVISORE IN MODALITÀ DTV

1. Entrare nel menu principale.

Premere il pulsante MENU per entrare nel menu principale. È necessario utilizzare il telecomando per regolare le impostazioni del televisore. Premere il pulsante Esci per uscire dal menu o visualizzare un menu precedente. Premere i pulsanti aumenta o diminuisci Canale [CH] per evidenziare una voce e il pulsante OK per selezionare una voce. Premere i pulsanti aumenta e diminuisci Volume [VOL] presenti sul telecomando per regolare le impostazioni.

2. Regolazione delle impostazioni d'installazione.

Se si desidera disattivare o attivare l'antenna selezionare l'opzione menu ACTIVE ANTENNA (Antenna Attiva).

Selezionare il menu *SYSTEM SETUP* (impostazione Sistema). Selezionare l'opzione menu *LOCAL TIME* (Ora Locale). Regolare l'orario. Gli orari sono basati sul fuso di Greenwich. Attivare o disattivare l'opzione ora legale. Premere i pulsanti numerati per regolare giorno, mese, anno e ora. Premere il pulsante Esci. Selezionare OK per salvare l'ora e la data o premere Esci per cancellare le impostazioni correnti.

Selezionare l'opzione menu *USER INTERFACE* (Interfaccia Utente). Selezionare una delle sei lingue display (OSD). La lingua OSD è la lingua che gli indicatori sullo schermo (come il menu o la guida programma elettronica) visualizzeranno. Regolare la trasparenza OSD.

Selezionare l'opzione *MENU LOCK SETTINGS* (Impostazioni Blocco Menu). Inserire la password. Se non avete ancora impostato una password, la password è 0000. Se un menu è bloccato vi verrà richiesto di inserire una password prima di poter visualizzare il menu.

Selezionare l'opzione menu *CHANGE PASSWORD* (Cambia Password). Se non avete ancora impostato una password, la vecchia password è 0000. La nuova password dovrà essere composta da quattro numeri. Se si dimentica la password, selezionare l'opzione menu ripristina impostazioni di fabbrica.

Selezionare l'opzione menu VIDEO. Selezionare *AUTO*, *PAL* o *NTSC*. Se necessario, provare tutte le impostazioni per trovare quella ottimale. Selezionare la dimensione schermo, la gestione schermo e la modalità video.

Selezionare l'opzione menu *SYSTEM INFORMATION* (Informazioni Sistema). Le informazioni sistema si visualizzeranno sullo schermo. Premere il pulsante Esci per ritornare al menu Impostazioni Sistema.

Selezionare l'opzione menu *FACTORY RESET* (Ripristina Impostazioni) di Fabbrica. Inserire la password. Se si dimentica la password, inserire 9999. Selezionare *YES* (Sì) per ritornare alle impostazioni originali. La password sarà ripristinata a 0000.

3. Ricerca dei canali televisivi.

Evidenziare l'opzione menu *FREQUENCY* (Frequenza). Se lo si desidera, scorrere i canali e visualizzare la frequenza del segnale. Per la ricerca dei canali selezionare la modalità *AUTO SCAN* (icerca automatica) o *MANUAL SCAN* (manuale). Il televisore inizierà la ricerca di tutti i canali disponibili nella vostra zona. Quando non rileva alcun segnale su un canale, il canale verrà saltato. Qualora sia rilevato un segnale, il canale verrà memorizzato e si passerà alla selezione del canale successivo. Tale procedura terminerà una volta raggiunto il canale più alto disponibile. Il televisore rinumererà i canali nell'ordine in cui sono stati trovati. **Non rimuovere la chiave mentre il televisore effettua la selezione canali.**

4. Modifica canali.

Selezionare Canale TV o Radio. Premere i pulsanti numerati presenti sul vostro telecomando per selezionare Salta, Blocca, Sposta, Cancella, Nomina, Ordina o Preferito. Se lo si desidera regolare le impostazioni. Per entrare nel menu opzioni Blocca, la password è 9999.

5. Uscita dal menu.

Premere il pulsante Esci per uscire dal menu.

MODALITÀ INFORMAZIONI

La consolle è dotata di una modalità informazioni che registra un numero complessivo di ore d'uso del tapis roulant e la distanza complessiva percorsa dal nastro scorrevole. Inoltre la modalità informazioni consente di selezionare le miglia o i chilometri come unità di misura e di attivare o disattivare la modalità demo.

Per selezionare la modalità informazioni, mantenere premuto il pulsante Arresto [STOP], inserire la chiave nella consolle e poi rilasciare il pulsante Arresto. Quando si seleziona la modalità informazioni si visualizzeranno le seguenti informazioni:

Una « E » per le miglia inglesi o una « M » per i chilometri verrà visualizzata nel display Calorie/Inclinazione [CALORIE/INCLINE]. Se si desidera cambiare l'unità di misura premere il pulsante aumenta Velocità [SPEED].



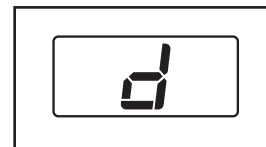
Il display Tempo [TIME] mostrerà il numero totale di ore di utilizzo del tapis roulant.



Il display Distanza [DISTANCE] visualizzerà il numero totale di chilometri (o miglia) che il nastro scorrevole ha effettuato.



La consolle è dotata di un display in modalità demo da utilizzare se il tapis roulant viene esposto in un negozio.

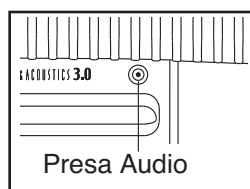


Quando è in funzione la modalità demo la consolle funzionerà normalmente se si collega il cavo di alimentazione, si posiziona l'interruttore automatico ripristina/spento [RESET/OFF] su "ripristina" e si inserisce la chiave nella consolle. Tuttavia, se si toglie la chiave il display resterà acceso anche se i pulsanti non funzioneranno. Quando la modalità demo è accesa, nel display Velocità/Pulsazioni [SPEED/PULSE] si visualizzerà una « d », mentre la modalità informazioni è selezionata. Per attivare/disattivare la modalità demo, premere il pulsante diminuisci Velocità.

Per uscire dalla modalità informazioni, togliere la chiave dalla consolle.

USO DELLO STEREO

Per ascoltare la musica o gli audio libri con le casse della consolle è necessario collegare un lettore MP3, CD o un altro dispositivo audio personale alla consolle tramite le prese audio collocate vicino al pulsante Arresto [STOP].



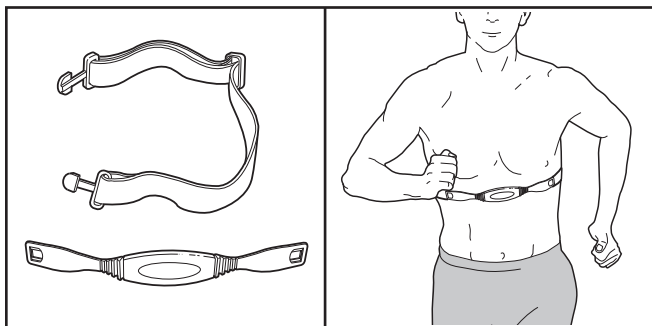
Per utilizzare un cavo audio, individuare il cavo audio da 18" e inserirlo nella presa audio. Quindi, inserire il cavo audio da 18" nella presa del lettore MP3 o del lettore CD o di altro lettore audio personale. **Verificare che il cavo audio da 18" sia inserito correttamente.** Nota: l'audio del televisore non funzionerà quando è inserito il cavo audio da 18".

Quindi premere il pulsante Play (Riproduci) sul lettore MP3, CD, o su un altro dispositivo audio personale. Regolare il volume sul dispositivo audio personale o premere il pulsante aumenta/diminuisci Volume [VOL] sulla consolle.

Qualora si utilizzi un lettore CD personale e il CD salti posizionalo sul pavimento o su un'altra superficie piana invece che sulla consolle.

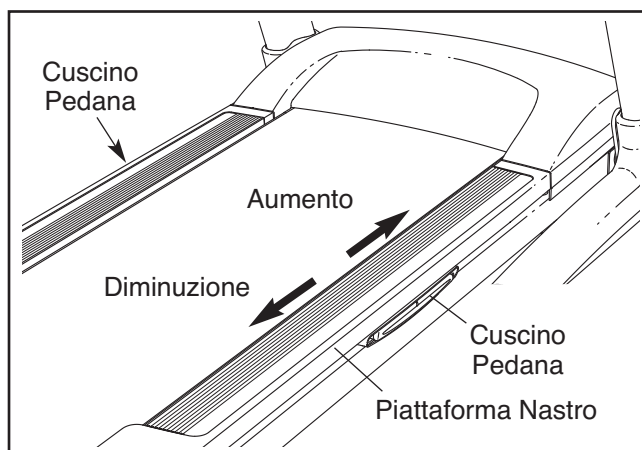
CARDIOFREQUENZIMETRO A TORACE OPZIONALE

Il cardiofrequenzimetro a torace opzionale è in grado di misurare la frequenza cardiaca durante l'allenamento senza avere le mani impegnate. **Per acquistare il cardiofrequenzimetro a torace opzionale, telefonare al numero indicato nella prima di copertina del presente manuale.**



REGOLAZIONE DEL SISTEMA AMMORTIZZATORE

Il tapis roulant è dotato di un sistema ammortizzatore che riduce l'impatto durante la camminata o la corsa. Per rendere la piattaforma nastro più rigida, scendere dal tapis roulant e far scorrere gli ammortizzatori della piattaforma verso la parte anteriore del tapis roulant. Per renderla meno rigida, scendere dal tapis roulant e far scorrere gli ammortizzatori della piattaforma verso il retro del tapis roulant. **Nota: accertarsi che entrambi gli ammortizzatori abbiano lo stesso livello di rigidità. Più si corre veloci sul tapis roulant o più si è pesanti, maggiore dovrà essere la rigidità della piattaforma nastro.**



PIEGATURA E SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT

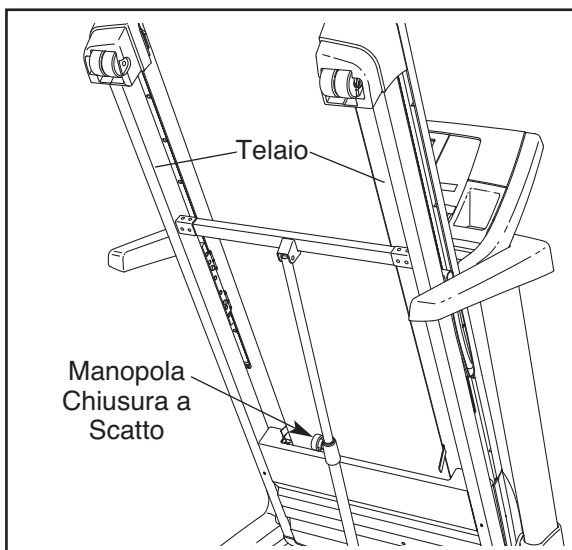
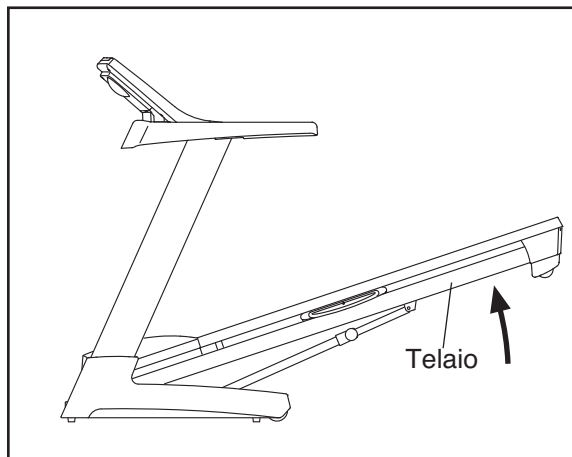
PIEGATURA DEL TAPIS ROULANT

Prima di chiudere il tapis roulant, regolare l'inclinazione alla posizione più bassa. La mancata osservanza di questa precauzione può provocare danni al tapis roulant durante la chiusura. Togliere la chiave e scollegare il cavo di alimentazione. **ATTENZIONE:** bisogna essere in grado di sollevare in sicurezza 20 kg. (45 lbs.) per alzare, abbassare o spostare il tapis roulant.

1. Reggere il telaio metallico saldamente nella posizione indicata dalla freccia a destra. **ATTENZIONE:** per evitare incidenti, non sollevare il telaio dal poggia piedi di plastica. Mentre sollevate il telaio, piegare le gambe, mantenere la schiena eretta e sollevare con la forza delle gambe. Sollevare il telaio a metà della sua posizione verticale.

2. Sollevare il telaio fino a che la manopola di chiusura a scatto non si blocchi nella posizione di immagazzinaggio. **Assicurarsi che la manopola di chiusura a scatto sia fissata in posizione di immagazzinaggio.**

Per proteggere la zona sottostante il tapis roulant (pavimento o moquette), mettere un tappetino. Tenere lontano dalla luce solare il tapis roulant. Non lasciare il tapis roulant in luoghi con temperature superiori ai 30° C.

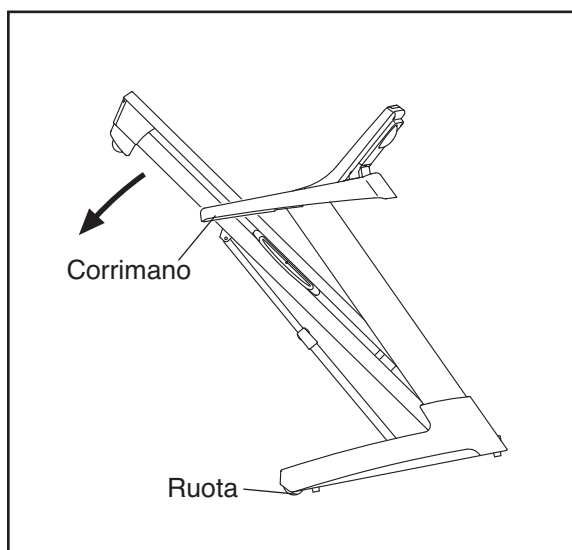


SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT

Prima di spostare il tapis roulant, portarlo nella posizione di immagazzinaggio come descritto in precedenza.

Assicurarsi che la manopola di chiusura a scatto sia fissata in posizione di immagazzinaggio.

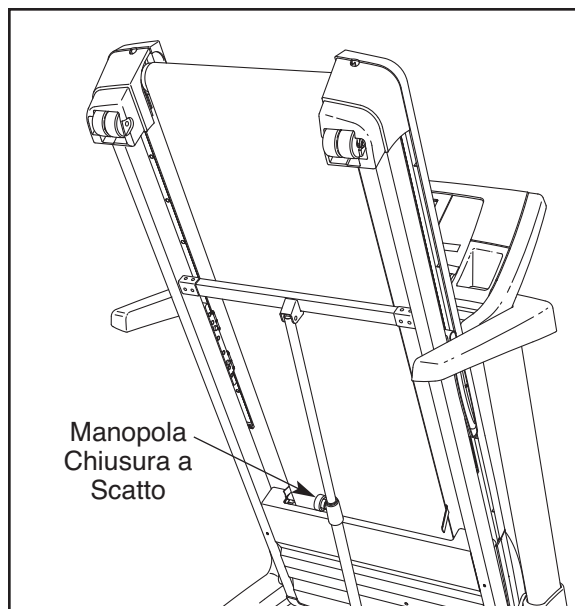
1. Reggere i corrimano e mettere un piede contro una delle ruote.
2. Inclinare il tapis roulant all'indietro fino a quando scorre senza problemi sulle ruote. **Portarlo con attenzione nel luogo prescelto. Non muovere mai il tapis roulant senza inclinarlo nuovamente. Per ridurre il rischio di lesioni, fare estrema attenzione nel muovere il tapis roulant. Non cercare di muoverlo sopra una superficie non piana.**



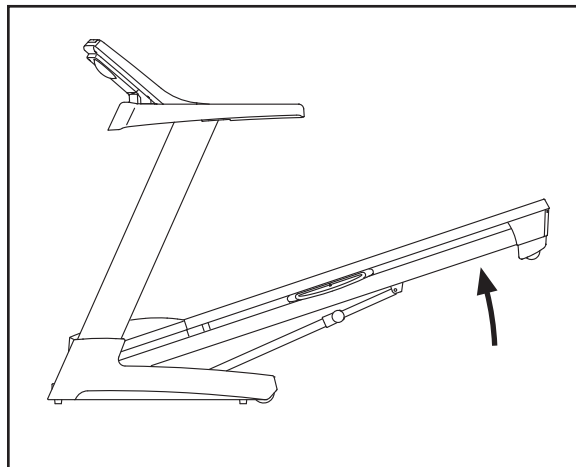
3. Collocare un piede contro una delle ruote e con attenzione abbassare il tapis roulant fino a raggiungere la posizione d'immagazzinaggio.

ABBASSAMENTO BN DEL TAPIS ROULANT PER L'USO

1. Reggere l'estremità superiore del tapis roulant con la mano destra. Tirare la manopola chiusura a scatto verso sinistra e reggerla. Girare il telaio verso il basso e allentare la manopola di chiusura a scatto. Nota: per rilasciare la manopola di chiusura a scatto potrebbe essere necessario spingere il telaio in avanti mentre si tira la manopola di chiusura a scatto verso sinistra.



2. **Tenere il telaio saldamente con entrambe le mani, e abbassare il telaio sul pavimento. ATTENZIONE: Per evitare incidenti, non aprire il telaio impugnando solo i poggia piedi di plastica. Non lasciare cadere il telaio sul pavimento. Assicurarsi di piegare le gambe e mantenere la schiena dritta.**



LOCALIZZAZIONE GUASTI

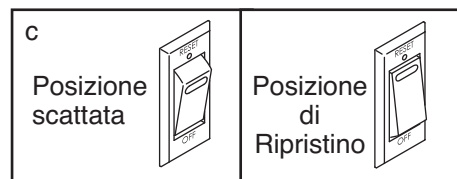
La maggior parte dei problemi possono essere risolti leggendo le seguenti istruzioni. Individuare il problema riscontrato e seguire le procedure elencate. In caso di ulteriori informazioni consultare la copertina del presente manuale.

PROBLEMA: l'attrezzo non si accende

SOLUZIONE: a. Accertare che il cavo di alimentazione sia inserito in una presa con opportuna messa a terra. (Vedere pagina 14). Qualora si renda necessaria una prolunga, utilizzarne una a tre poli, da 1 mm² (calibro 14) di lunghezza non superiore a 1,5 m. **IMPORTANTE: il tapis roulant non è compatibile con prese RCD.**

b. Dopo aver collegato il cavo di alimentazione, verificare che la chiave sia inserita nella consolle.

c. Controllare l'interruttore automatico ripristina/spento [RESET/OFF] sul telaio del tapis roulant vicino al cavo di alimentazione. Se l'interruttore sporge come indicato, l'interruttore automatico è scattato. Per ripristinare l'interruttore automatico, attendere cinque minuti e quindi premere l'interruttore e porlo nella posizione di ripristino.



PROBLEMA: l'attrezzo si spegne durante l'uso

SOLUZIONE: a. Controllare l'interruttore automatico ripristina/spento (vedere il disegno soprastante). Qualora l'interruttore sia scattato, attendere cinque minuti e quindi premere l'interruttore e porlo nella posizione di ripristino.

b. Assicurarsi che il cavo di alimentazione sia inserito nella presa. Se il cavo di alimentazione è inserito nella presa, scollegarlo e attendere cinque minuti prima di ricollegarlo.

c. Rimuovere la chiave dalla consolle. Reinserire la chiave nella consolle.

d. Se il tapis roulant non dovesse ancora funzionare, consultare la copertina del presente manuale.

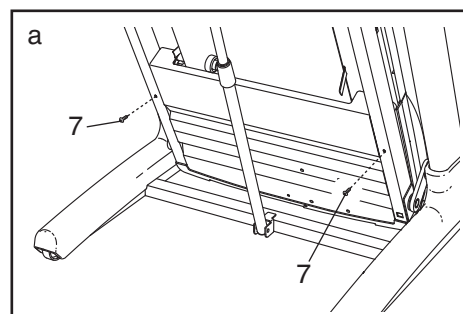
PROBLEMA: il display della consolle rimane acceso una volta tolta la chiave dalla consolle

SOLUZIONE: a. La consolle è dotata di un display in modalità demo da utilizzare se il tapis roulant viene esposto in un negozio. Se il display rimane acceso quando si toglie la chiave, significa che è attivata la modalità demo. Per uscire dalla modalità demo, mantenere premuto il pulsante Arresto [STOP] per qualche secondo. Se il display rimane ancora acceso, consultare la sezione MODALITÀ INFORMAZIONI a pagina 28 per spegnere la modalità demo.

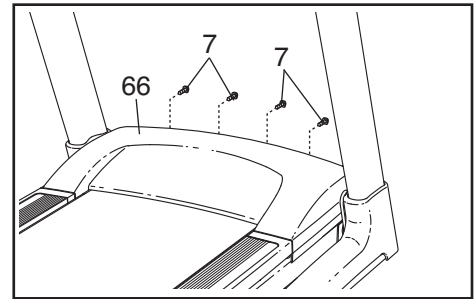
PROBLEMA: i display della consolle non funzionano correttamente

SOLUZIONE: a. Rimuovere la chiave dalla consolle e **STACCARRE IL CAVO DI ALIMENTAZIONE**. Portare il tapis roulant nella posizione d'immagazzinaggio (vedere la sezione PIEGATURA DEL TAPIS ROULANT PER L'IMMAGAZZINAGGIO a pagina 30).

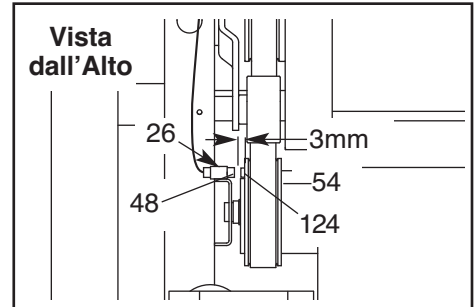
Rimuovere quindi le due Viti #8 x 3/4" (7).



Aprire il tapis roulant (consultare la sezione AB-BASSAMENTO DEL TAPIS ROULANT PER L'USO a pagina 31). Rimuovere le quattro Viti #8 x 3/4" (7) e togliere la Calotta Motore (66).



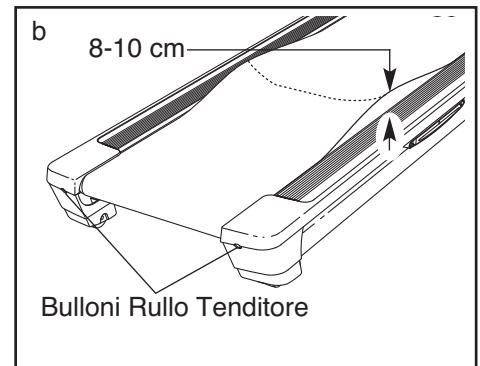
Individuare il Commutatore (48) e il Magnete (124) a sinistra della Puleggia (54). Girare la Puleggia fino a che il Magnete sia allineato con il Commutatore. **Assicurarsi che vi sia uno spazio di 3 mm fra il Magnete e Commutatore.** Se necessario, allentare la Vite Autoforante a Rondella #8 x 3/4" (26), spostare leggermente il Commutatore e poi riavvitare la Vite Autoforante. Rimontare la Calotta (non raffigurata) con le sei Viti #8 x 3/4" (non raffigurate). Far funzionare il tapis roulant per alcuni minuti per controllare che la velocità venga letta correttamente.



PROBLEMA: il nastro scorrevole rallenta durante l'esercizio

SOLUZIONE: a. Qualora si renda necessaria una prolunga, utilizzarne una a tre poli, da 1 mm² (calibro 14) di lunghezza non superiore a 1,5 m.

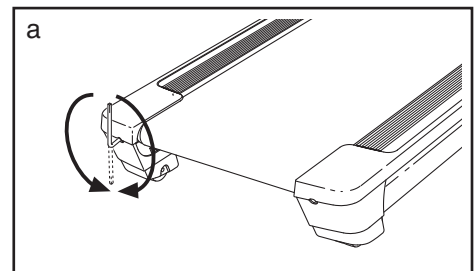
b. Qualora il nastro scorrevole sia eccessivamente teso, le prestazioni del tapis roulant potrebbero risultare compromesse e il nastro danneggiato. Togliere la chiave e **STACCARE IL CAVO DI ALIMENTAZIONE.** Utilizzando la chiave esagonale, ruotare entrambi i bulloni del rullo tenditore in senso antiorario di 1/4 di giro. Quando il nastro scorrevole è tensionato opportunamente, dovrebbe essere possibile sollevare ogni lato del nastro di 8-10 cm dalla piattaforma nastro. Fare attenzione a tenere il nastro scorrevole centrato. Quindi, inserire il cavo di alimentazione, inserire la chiave e fare scorrere il tapis roulant per alcuni minuti. Ripetere la procedura fino a quando il nastro scorrevole è opportunamente tensionato.



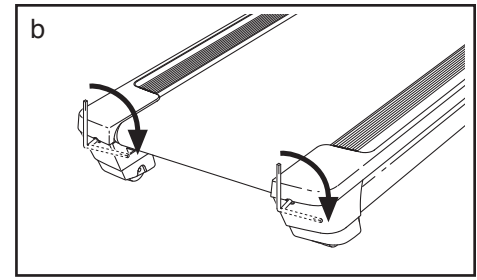
c. Se il tapis roulant continua a rallentare mentre si cammina, si veda la copertina del presente manuale.

PROBLEMA: il nastro scorrevole è scenterato o slitta quando viene utilizzato

SOLUZIONE: a. se il nastro scorrevole è scenterato, rimuovere la chiave e **STACCARE IL CAVO DI ALIMENTAZIONE.** Qualora il nastro scorrevole si sia spostato a sinistra, utilizzare la chiave esagonale per ruotare il bullone sinistro del rullo tenditore in senso orario di mezzo giro; qualora il nastro scorrevole si sia spostato a destra, ruotare il bullone sinistro in senso antiorario di mezzo giro. Fare attenzione a non tendere troppo il nastro scorrevole. Quindi, inserire il cavo di alimentazione, inserire la chiave e fare scorrere il tapis roulant per alcuni minuti. Ripetere la procedura fino a quando il nastro scorrevole è centrato.



- b. Se il nastro scorrevole slitta quando viene utilizzato togliere la chiave e **SCOLLEGARE IL CAVO DI ALIMENTAZIONE**. Utilizzando la chiave esagonale, ruotare entrambi i bulloni del rullo tenditore in senso orario di 1/4 di giro. Quando il nastro scorrevole è tensionato opportunamente, dovrebbe essere possibile sollevare ogni lato del nastro di 7-10 cm dalla piattaforma nastro. Fare attenzione a tenere il nastro scorrevole centrato. Quindi, inserire il cavo di alimentazione, inserire la chiave e fare scorrere il tapis roulant per alcuni minuti. Ripetere la procedura fino a quando il nastro scorrevole è opportunamente tensionato.



PROBLEMA: l'inclinazione del tapis roulant non cambia correttamente

- SOLUZIONE:** a. Tenere premuto il pulsante Arresto [STOP] e il pulsante aumenta Velocità [SPEED], inserire la chiave nella consolle e poi rilasciare il pulsante Arresto e il pulsante aumenta Velocità. Premere nuovamente il pulsante Arresto. Premere il pulsante aumenta o diminuisci Inclinazione [INCLINE]. Il tapis roulant si solleverà automaticamente al massimo livello di inclinazione e poi ritornerà al livello minimo. Questa operazione ricalibrerà il sistema di inclinazione. Se l'inclinazione non si calibra, premere il pulsante Arresto e poi premere nuovamente il pulsante aumenta o diminuisci Inclinazione. Una volta calibrata l'inclinazione, togliere la chiave dalla consolle.

PROBLEMA: la ricezione televisiva è scarsa

- SOLUZIONE:** a. Verificare la correttezza delle impostazioni del televisore. Vedere pagine 26 e 27.
- b. Affinché il televisore funzioni correttamente è necessaria una buona ricezione. Se si sta utilizzando un'antenna, verificare che sia collegata correttamente e regolata per una ricezione ottimale. (Consultare la sezione COLLEGAMENTO DI UN'ANTENNA a pagina 13.)
- c. Analizzare i problemi sotto elencati e seguire le istruzioni a essi correlate.
- Accensione (comparsa di macchie nere o righe orizzontali o immagine tremolante o mossa): generalmente questo problema è causato dall'interferenza di sistemi di accensione mobili, lampade al neon, deviazioni elettriche o altre apparecchiature elettriche. Cercare di cambiare la posizione del tapis roulant o delle altre apparecchiature elettriche per correggere il problema.
 - Immagini multiple: sono causate dal segnale televisivo che segue due percorsi; uno è il percorso diretto e l'altro è quello riflesso dagli edifici alti, dalle colline o da altri oggetti. Cambiare la direzione o posizione dell'antenna per migliorare la ricezione.
 - Schermo blu: se un tapis roulant è posizionato in una zona di scarsa ricezione del segnale televisivo, l'immagine potrebbe risultare di scarsa qualità o potrebbe visualizzarsi uno schermo blu. Se il segnale è debole, potrebbe essere necessario installare un'antenna esterna per migliorare l'immagine.
 - Dissolvenza: se mancano pezzi d'immagine, se i contorni dell'immagine si muovono o se l'immagine scompare significa che il segnale è debole. Cambiare la direzione o posizione dell'antenna per migliorare la ricezione. Verificare la correttezza delle impostazioni del televisore (vedere pagine 26 e 27). Non utilizzare uno splitter.

Nota: nel caso si verificasse una di queste situazioni quando si è collegati a un sistema CATV, il problema può dipendere dal fornitore del segnale via cavo.

PROBLEMA: il telecomando non funziona correttamente

- SOLUZIONE:**
- a. Accertarsi di essere sul tapis roulant con il telecomando vicino al televisore e direzionato verso la consolle.
 - b. Se il telecomando continua a non funzionare correttamente potrebbe essere necessario sostituire le batterie; le batterie scariche sono la causa di molti problemi al telecomando. Vedere pagina 25 per la sostituzione delle batterie.

PROBLEMA: il televisore non riceve alcun segnale

- SOLUZIONE:**
- a. Verificare che sia selezionata la fonte corretta (TV o AV). Vedere fase 4 a pagina 23 per selezionare la fonte televisiva.
 - b. Verificare che il cavo dell'antenna, il cavo CATV o il Cavo A/V da 96" sia ben collegato al tapis roulant. Vedere pagina 13 per il collegamento del cavo al tapis roulant.
 - c. Ricerca di un segnale di trasmissione o via cavo. Vedere pagine 26 e 27 per la ricerca dei segnali.

PROBLEMA: il volume è troppo alto o l'audio del televisore è disturbato

- SOLUZIONE:**
- a. Se l'audio del televisore è disturbato quando il volume è acceso significa che il volume è troppo alto. Premere il pulsante aumenta o diminuisci Volume sul telecomando fino a quando il livello del volume è all'80%. Quando il volume raggiunge l'80%, regolare il volume premendo solo i pulsanti Volume sulla consolle.

PROBLEMA: il volume non può essere attivato

- SOLUZIONE:**
- a. Se il volume non può essere attivato, probabilmente è necessario regolare il volume con il telecomando. Premere il pulsante aumenta o diminuisci Volume [VOL] sul telecomando fino a quando il livello del volume è all'80%. Quando il volume raggiunge l'80%, regolare il volume premendo solo i pulsanti Volume sulla consolle.
 - b. Se dal televisore non proviene alcun suono verificare che l'audio del televisore non sia in Esc. Audio.
 - c. Se dal televisore non proviene alcun suono verificare che il cavo audio da 18" non sia collegato.

PROBLEMA: il televisore deve essere pulito

- SOLUZIONE:**
- a. **SCOLLEGARE IL CAVO DI ALIMENTAZIONE.** Per pulire il televisore e lo schermo utilizzare un panno morbido con una piccola quantità di detersivo delicato. **Non utilizzare panni lucidanti, solventi o altro tipo di detergente chimico quali alcol o benzene.**

GUIDA AGLI ESERCIZI

⚠ AVVERTENZA: prima di iniziare questo programma di esercizi o altri, consultare il medico. In particolare coloro che hanno un'età superiore ai 35 anni o che hanno comprovati problemi di salute.

Il sensore pulsazioni non è uno strumento medico. Esistono vari fattori, ivi incluso il vostro movimento, che possono inficiare la precisione della rilevazione della frequenza cardiaca. Il sensore pulsazioni è solo uno strumento di supporto per l'allenamento per determinare la tendenza della frequenza cardiaca in generale.

I consigli che seguono sono un supporto per pianificare il programma di esercizi. Per informazioni più dettagliate relative agli esercizi, si consiglia di acquistare un libro specializzato o di consultare il proprio medico.

INTENSITÀ ESERCIZIO

Qualunque sia l'obiettivo, bruciare grassi o potenziare il sistema cardiovascolare, la chiave per raggiungere i risultati desiderati è allenarsi a un livello di intensità corretto. È possibile determinare il livello di intensità corretto prendendo come punto di riferimento la propria frequenza cardiaca. La tabella sottostante mostra le frequenze cardiache consigliate per bruciare i grassi o per un allenamento aerobico.

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	

Per determinare la frequenza cardiaca più adatta al proprio fisico, individuare la propria età in fondo alla tabella (le età sono arrotondate alla decina più prossima). Successivamente individuare i tre numeri sopra all'età impostata. I tre numeri definiscono la « zona di allenamento ». I due numeri più bassi rappresentano le frequenze cardiache indicate per bruciare i grassi; il numero più alto è la frequenza cardiaca consigliata per l'allenamento aerobico.

Brucia Grassi—Per bruciare i grassi in modo efficace, è necessario eseguire un allenamento a un livello di inten-

sità relativamente basso per parecchi minuti. Durante i primi minuti di allenamento, il corpo brucia i *carboidrati* semplici. Solo dopo i primi minuti il corpo brucia i *grassi* accumulati. Se l'obiettivo è quello di bruciare grassi, regolare la velocità e l'inclinazione del tapis roulant fino a quanto la frequenza cardiaca si avvicina al numero più basso della propria zona di allenamento. Per bruciare il massimo dei grassi, regolare la velocità e l'inclinazione del tapis roulant fino a quando la frequenza cardiaca raggiunge il numero medio della propria zona di allenamento.

Allenamento Aerobico—Se l'obiettivo è il potenziamento del sistema cardiovascolare, l'allenamento deve essere « aerobico ». L'allenamento aerobico è un'attività che richiede un apporto di ossigeno elevato per periodi prolungati. In questo modo il cuore pompa una quantità maggiore di sangue ai muscoli e i polmoni lavorano maggiormente per ossigenare il sangue. Per l'allenamento aerobico, regolare la velocità e l'inclinazione del tapis roulant fino a quando la frequenza cardiaca raggiunge il numero massimo della propria zona di allenamento.

CONSIGLI PER L'ALLENAMENTO

Riscaldamento—Iniziare l'allenamento con 5/10 minuti di stretching ed esercizi leggeri. Un riscaldamento corretto aumenta la temperatura del corpo, la frequenza cardiaca e la circolazione in preparazione all'esercizio.

Esercizio Zona di Allenamento—Dopo il riscaldamento, aumentare l'intensità dell'esercizio fino a quando le pulsazioni arrivano nella zona di allenamento e continuare per 20/30 minuti. (Durante le prime settimane del programma di esercizi, non mantenere le pulsazioni nella zona di allenamento per più di 20 minuti.) Durante l'esercizio respirare regolarmente e profondamente, senza mai trattenere il respiro.

Defaticamento—Terminare ogni sessione di allenamento con 5/10 minuti di stretching per rilassarsi. Questo aumenterà la flessibilità dei muscoli ed eviterà problemi post allenamento.

FREQUENZA ESERCIZI

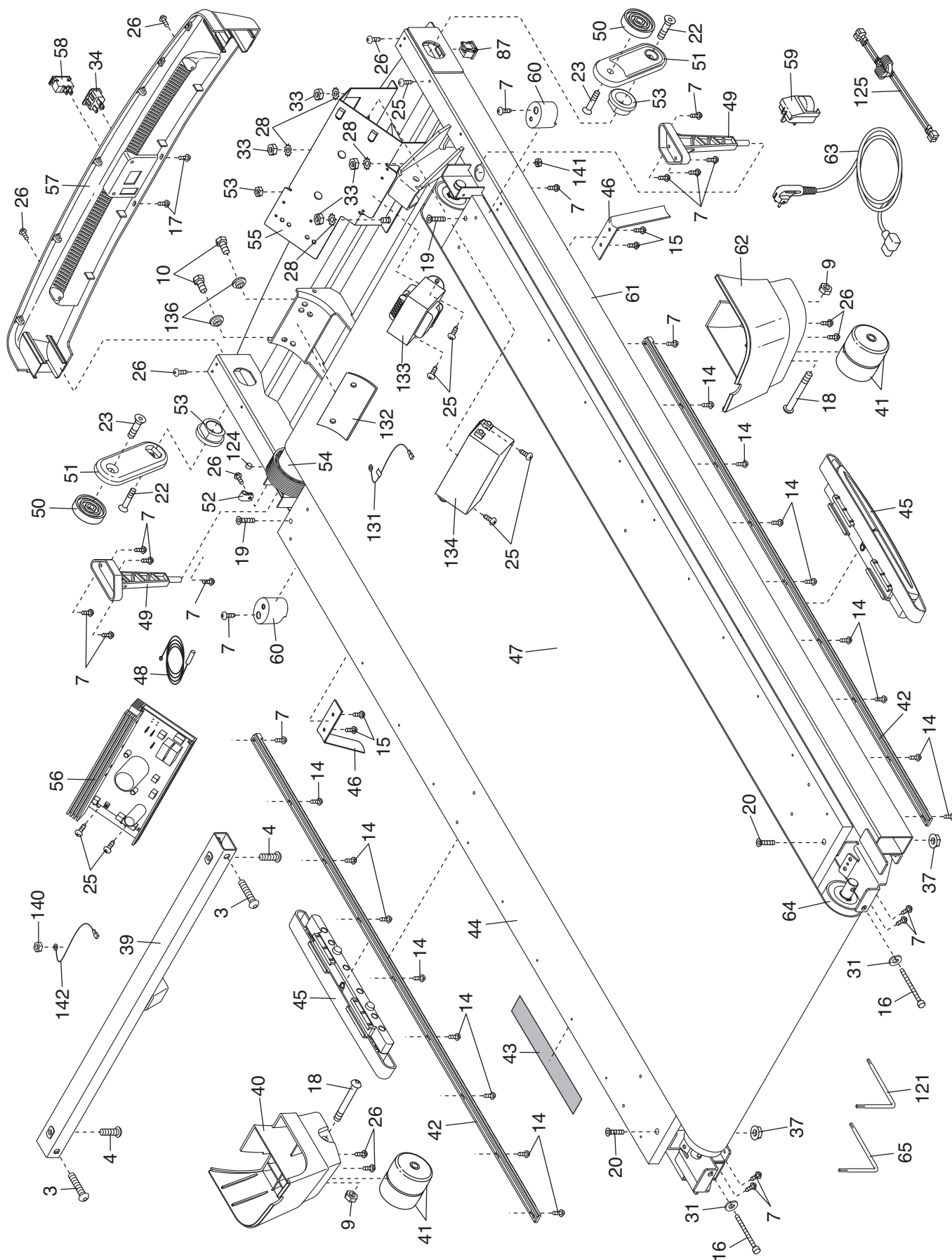
Per mantenere o migliorare la propria condizione, eseguire tre allenamenti alla settimana, rispettando almeno un giorno di riposo tra ogni sessione. Dopo alcuni mesi, sarà possibile anche eseguire cinque allenamenti alla settimana. La chiave del successo è rendere l'esercizio una parte costante e divertente della vita di tutti i giorni.

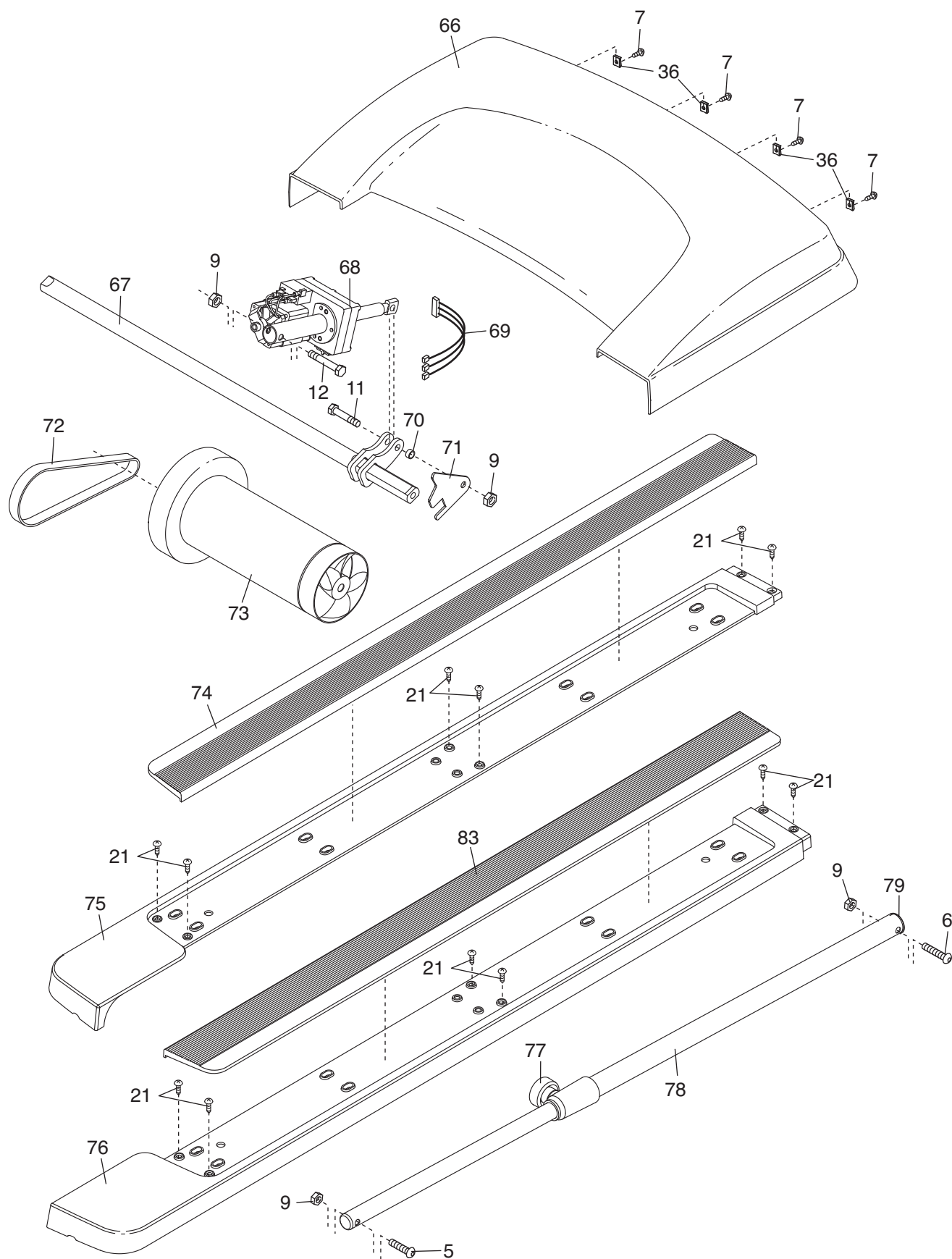
Per identificare i pezzi elencati di seguito, consultare il DISEGNO ESPLOSO alla fine del presente manuale.

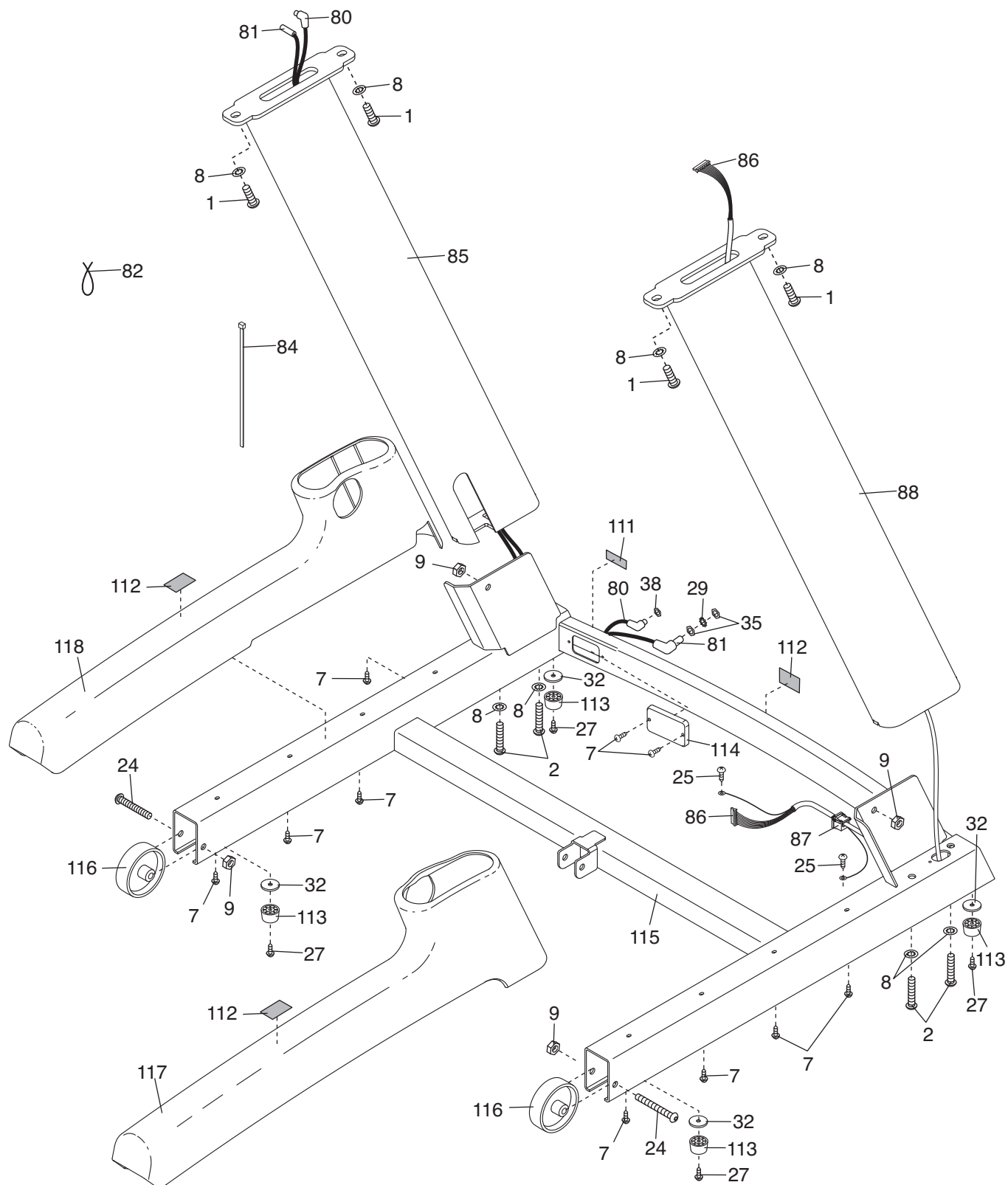
N°.	Qtà.	Descrizione	N°.	Qtà.	Descrizione
1	4	Bullone con Nailon 3/8" x 1 1/4"	51	2	Braccio Sollevamento
2	4	Bullone con Nailon 3/8" x 3 3/4"	52	1	Morsetto Commutatore
3	2	Bullone da 1/4" x 1 3/4"	53	2	Spaziatore Asta Inclinazione
4	2	Bullone da 1/4" x 1 1/4"	54	1	Rullo Trasmissione/Puleggia
5	1	Bullone da 3/8" x 1 3/4"	55	1	Staffa Componenti Elettronici
6	1	Bullone da 3/8" x 2"	56	1	Unità di Controllo
7	52	Viti #8 x 3/4"	57	1	Cappuccio Anteriore
8	8	Rondella a Stella da 3/8"	58	1	Interruttore Automatico di Ripristina/Spento
9	10	Dado da 3/8"	59	1	Adattatore Cavo Alimentazione
10	2	Bullone Motore Trasmissione da 5/16"	60	2	Isolatore
11	1	Bullone Esagonale da 3/8" x 1 3/4"	61	1	Telaio
12	1	Bullone Esagonale da 3/8" x 2"	62	1	Piedino Destro
13	10	Vite Autoforante #8 x 3/4"	63	1	Cavo Alimentazione
14	16	Vite #8 x 3/4"	64	1	Rullo Tenditore
15	4	Vite Guida Nastro #8	65	1	Chiave Esagonale
16	2	Bullone da 1/4" x 2 1/2"	66	1	Calotta Motore
17	50	Vite #8 x 1/2"	67	1	Asta Inclinazione
18	2	Bullone da 3/8" x 3 3/4"	68	1	Motore Inclinazione
19	2	Bullone da 1/4" x 1 1/4"	69	1	Cavo Motore Inclinazione
20	2	Bullone da 5/16" x 1 1/4"	70	1	Spaziatore Staffa Arresto
21	12	Vite da #12 x 1"	71	1	Staffa di Arresto
22	2	Bullone da 3/8" x 3/4"	72	1	Cinghia Motore Trasmissione
23	2	Bullone con Nailon 3/8" x 1 3/4"	73	1	Motore Trasmissione
24	2	Bullone da 3/8" x 2 3/8"	74	1	Coperchio Rotaia Sinistra
25	10	Vite Tornita #8 x 1 1/2"	75	1	Poggiapiedi Sinistro
26	11	Vite Autoforante a Rondella #8 x 3/4"	76	1	Poggiapiedi Destro
27	4	Vite #8 x 1"	77	1	Manopola Chiusura a Scatto
28	4	Rondella a Stella da 1/4"	78	1	Chiusura a Scatto Immagazzinaggio
29	1	Rondella a Stella da 3/8"	79	1	Cappuccio Chiusura a Scatto
30	2	Rondella a Stella #8	80	1	Cavo A/V da 50"
31	2	Rondella di Bloccaggio da 1/4"	81	1	Cavo TV da 50"
32	4	Spaziatore Piedini Base	82	4	Fascetta Sganciabile
33	4	Dado da 1/4"	83	1	Coperchio Rotaia Destra
34	1	Presa	84	6	Fascetta Cavo da 8"
35	2	Dado Cavo 3/8"	85	1	Montante Sinistro
36	4	Fermaglio Calotta	86	1	Cavo Montante
37	2	Dado Flangia da 5/16"	87	2	Gommino di Protezione Cavo Montante
38	1	Dado M12	88	1	Montante Destro
39	1	Barra Trasversale Telaio	89	1	Coperchio Altoparlante Sinistro
40	1	Piedino Sinistro	90	1	Vassoio Accessori Sinistro
41	4	Ruota Piedino	91	1	Sensore Pulsazioni Sinistro
42	2	Binario Ammortizzatore	92	1	Sensore Pulsazioni Destro
43	1	Adesivo d'Avvertenza	93	1	Vassoio Lettore Digitale
44	1	Piattaforma Nastro	94	1	Barra Pulsazioni
45	2	Cuscino Pedana	95	1	Coperchio Ricevitore Pulsazioni
46	2	Guida Cinghia	96	2	Cavo di Messa a Terra Consolle
47	1	Nastro Scorrevole	97	1	Inserto Consolle
48	1	Commutatore	98	1	Retro Consolle
49	2	Supporto Calotta Motore	99	1	Coperchio Altoparlante Destro
50	2	Spaziatore Braccio Sollevamento	100	1	Vassoio Accessori Destro

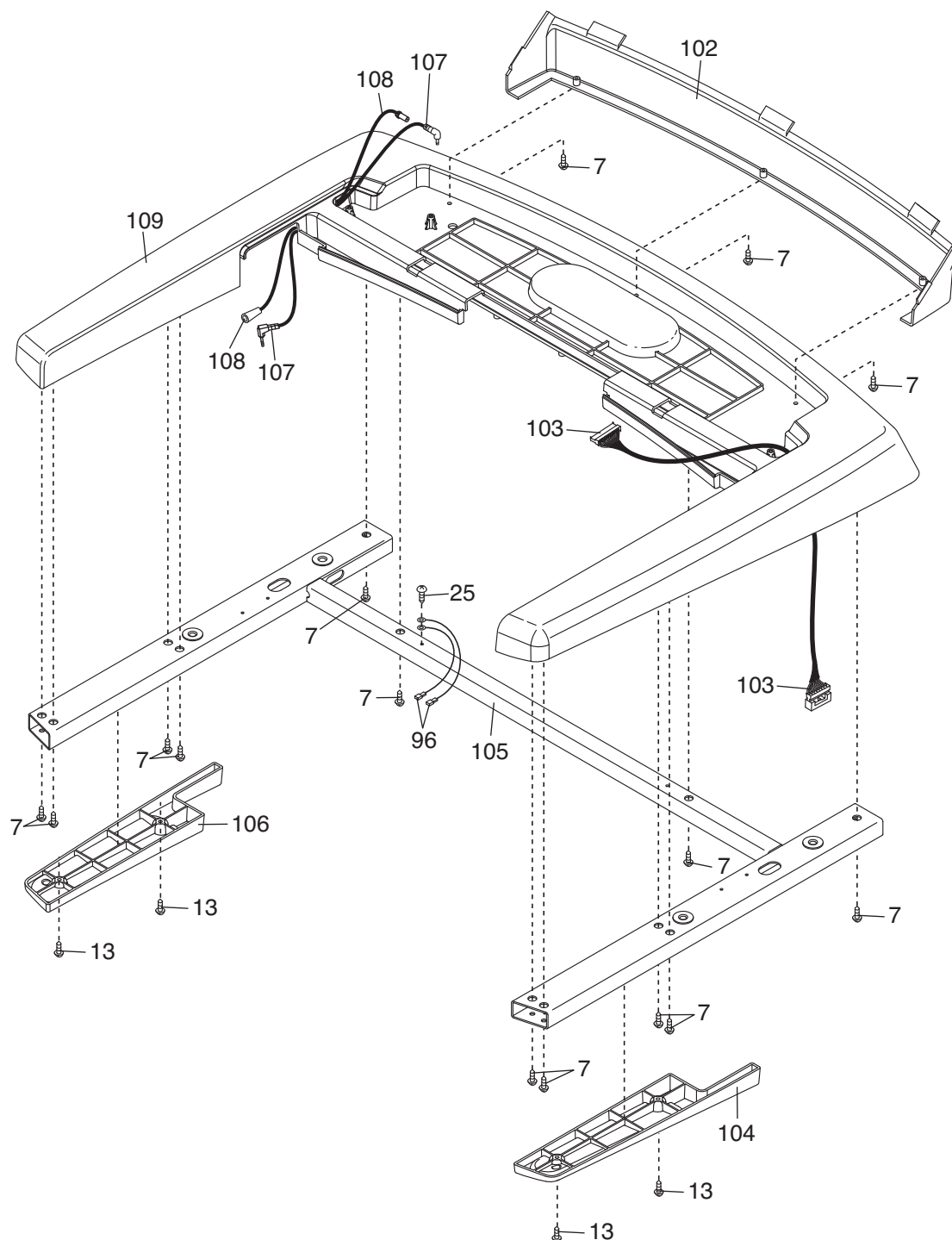
N°.	Qtà.	Descrizione	N°.	Qtà.	Descrizione
101	1	Cavo A/V da 96"	123	1	Telecomando
102	1	Griglia Consolle	124	1	Magnete
103	1	Filo Bardato da 25"	125	1	Cavo Filtro
104	1	Coperchio Corrimano Inferiore Destro	126	1	Consolle
105	1	Telaio Corrimano	127	1	TV
106	1	Coperchio Corrimano Inferiore Sinistro	128	1	Ventilatore Consolle
107	1	Cavo A/V da 25"	129	4	Vite #3 x 1/4"
108	1	Cavo TV da 25"	130	2	Altoparlante
109	1	Coperchio Corrimano	131	1	Cavo Messa a Terra da 4" con Adesivo
110	1	Chiave/Fermaglio	132	1	Piastra Motore di Trasmissione
111	1	Adesivo Avvertenza Statica	133	1	Trasformatore
112	3	Adesivo d'Attenzione	134	1	Filtro
113	4	Piedino Base	135	1	Connettore PAL
114	1	Coperchio A/V	136	2	Boccola Motore
115	1	Base	137	1	Morsetto Fascetta Cavo
116	2	Ruota	138	4	Morsetto Consolle
117	1	Coperchio Base Destro	139	1	Ricevitore Cardiofrequenzimetro
118	1	Coperchio Base Sinistro	140	1	Dado Cavo di Messa a Terra
119	7	Fascetta Cavo	141	1	#8 Dado
120	1	Scheda Demo iFit	142	1	Cavo Messa a Terra Dispositivo di Controllo
121	1	Chiave Esagonale da 5/32"	*	—	Cavo Bianco da 4", M/F
122	1	Cavo Audio da 18"	*	—	Manuale Istruzioni

Nota: le specifiche sono soggette a modifica senza preavviso. Si veda il retrocopertina del presente manuale per informazioni relative all'ordinazione di pezzi di ricambio. *Indica un pezzo non-illustrato.









ORDINAZIONE DEI PEZZI DI RICAMBIO

Per ordinare i pezzi di ricambio, si veda la copertina del presente manuale. Per poter soddisfare rapidamente la vostra richiesta, prima di contattarci vi preghiamo di munirvi:

- del numero del modello e del numero di serie del prodotto (consultare la copertina del presente manuale)
- del nome del prodotto (consultare la copertina del presente manuale)
- del numero pezzo e della descrizione del/dei pezzo/i di ricambio (consultare il capitolo ELENCO PEZZI e DISEGNO ESPLOSO alla fine del presente manuale)

INFORMAZIONI PER IL RICICLO

Questo prodotto elettronico non deve essere smaltito unitamente ai rifiuti urbani. Al fine della conservazione dell'ambiente, questo prodotto deve essere riciclato al termine del suo utilizzo secondo le modalità previste dalla legge.

Rivolgersi alle opportune strutture locali di riciclaggio autorizzate al ritiro di questo tipo di rifiuti. In questo modo, si contribuisce alla preservazione delle risorse naturali e al miglioramento degli standard europei di protezione ambientale. Qualora si necessiti di ulteriori informazioni sui metodi sicuri e corretti per lo smaltimento, rivolgersi all'ufficio locale preposto o all'azienda da cui è stato acquistato questo prodotto.

