

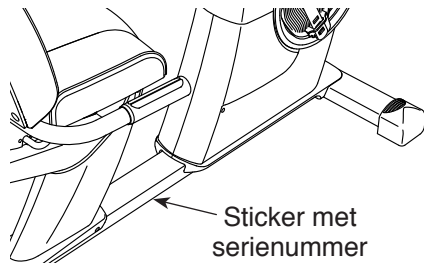
NordicTrack®

GXR 4.2

Modelnr. NTEVEX74913.0

Serienr. _____

Schrijf het serienummer hierboven
voor verdere raadpleging.



KLANTENDIENST

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

4021 529 7186

Maandag-Vrijdag 08:00-20:00
GMT; Zaterdag 09:00-13:00 GMT

Website:

www.iconsupport.eu

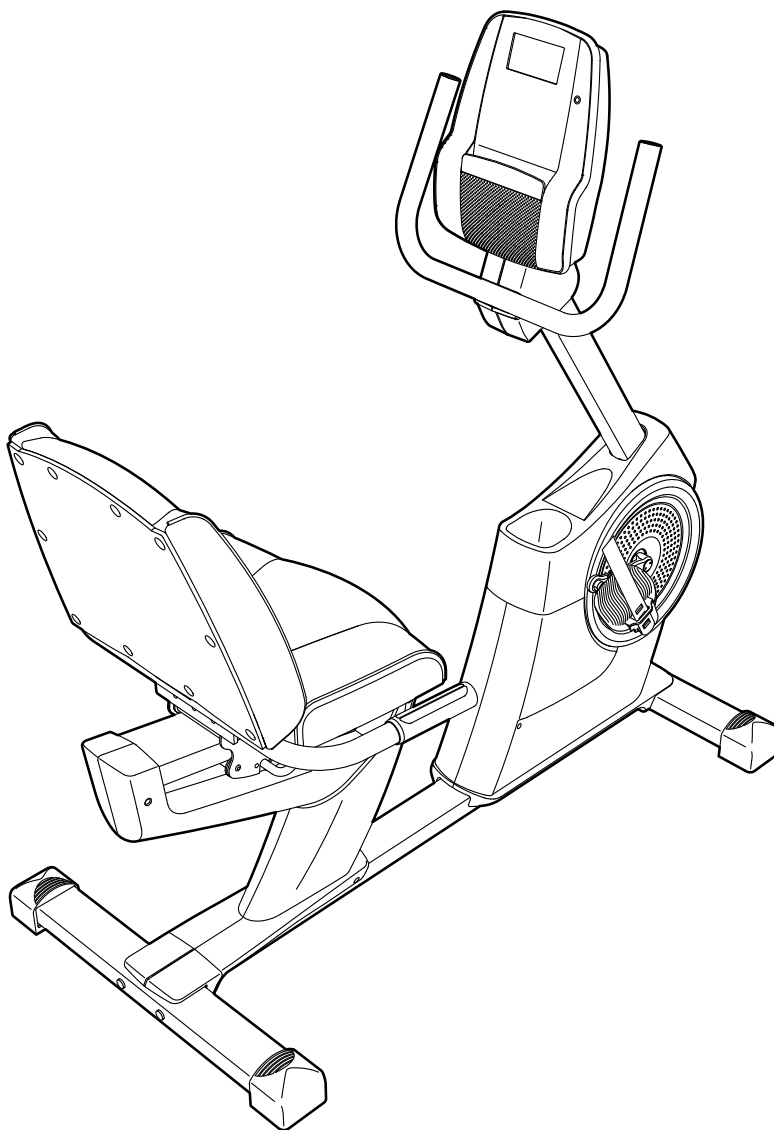
Email:

csuk@iconeurope.com

⚠ OPGELET

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

GEBRUIKERSHANDLEIDING



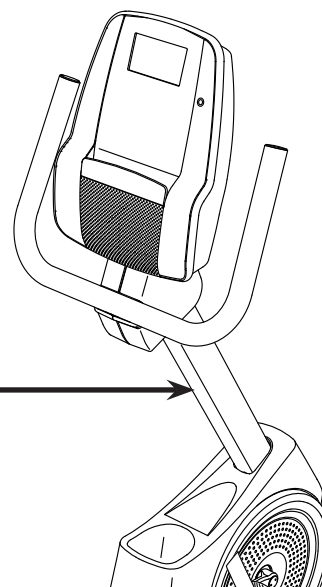
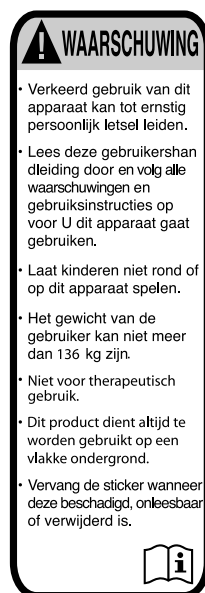
www.iconeurope.com

INHOUD

DE STICKER MET WAARSCHUWING	2
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN	3
VOORDAT U BEGINT	4
ONDERDEEL IDENTIFICATIESHEMA	5
MONTAGE	6
HOE DE TRAININGSFIETS TE GEBRUIKEN	13
ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN	22
RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN	24
LIJST MET ONDERDELEN	25
GEDETAILLEERDE TEKENING	26
HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN	Laatste pagina
RECYCLING INFORMATIE	Laatste pagina

DE STICKER MET WAARSCHUWING

De waarschuwingsticker hier afgebeeld is met uw dit product inbegrepen. Plak de sticker op de aangegeven plaats over de Engelse waarschuwing heen. De hier getoonde sticker(s) met waarschuwing is/zijn op de aangegeven plaats(en) geplakt. **Raadpleeg de laatste pagina van deze handleiding wanneer een sticker ontbreekt of niet leesbaar is en vraag om een vervangende sticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats.** Aandacht: de sticker(s) worden niet op ware grootte weergegeven.



BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN



WAARSCHUWING: lees, om het risico tot ernstig letsel te verminderen, alle belangrijke voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen op uw trainingsfiets voordat u deze gebruikt. ICON is niet verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit product.

1. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om ervoor te zorgen dat alle gebruikers van de trainingsfiets goed zijn geïnformeerd over alle voorzorgsmaatregelen.
2. Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of enig ander oefenprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen boven de 35 jaar, of personen met bestaande gezondheidsproblemen.
3. Gebruik de trainingsfiets alleen zoals in deze handleiding beschreven wordt.
4. Deze trainingsfiets is alleen voor huiselijk gebruik bedoeld. Gebruik de trainingsfiets niet commercieel of voor verhuur.
5. Gebruik de trainingsfiets uitsluitend binnenshuis en uit de buurt van vocht en stof. Plaats de trainingsfiets niet in een garage, op een overdekt terras of bij water.
6. Plaats de trainingsfiets op een vlakke ondergrond met minstens 0,6 m vrije ruimte rondom de fiets. Leg een matje onder de trainingsfiets om uw vloer of vloerbedekking niet te beschadigen.
7. Controleer en draai alle delen regelmatig aan. Vervang versleten onderdelen direct.
8. Houd te allen tijde kinderen jonger dan 12 en huisdieren bij de trainingsfiets vandaan.
9. Draag geschikte kleding wanneer u de trainingsfiets gebruikt. Draag nooit losse kleding die in de fiets bekneld kan raken. Draag altijd sportschoenen voor voetbescherming.
10. De trainingsfiets kan alleen door mensen die minder dan 136 kg wegen worden gebruikt.
11. Wees voorzichtig bij het monteren en demonteren van de trainingsfiets.
12. De hartslagmonitor is geen medisch instrument. Verschillende factoren, waaronder bewegingen van de gebruiker, kunnen de nauwkeurigheid van de hartslagmetingen beïnvloeden. De hartslagmonitor dient slechts om de hartslag globaal te meten, als hulpmiddel bij uw oefeningen.
13. Houd tijdens het gebruik van de trainingsfiets uw rug recht. Krom uw rug niet.
14. Te veel oefeningen doen, kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Als u pijn voelt of duizelig wordt tijdens het oefenen, dient u onmiddellijk te stoppen en af te koelen.

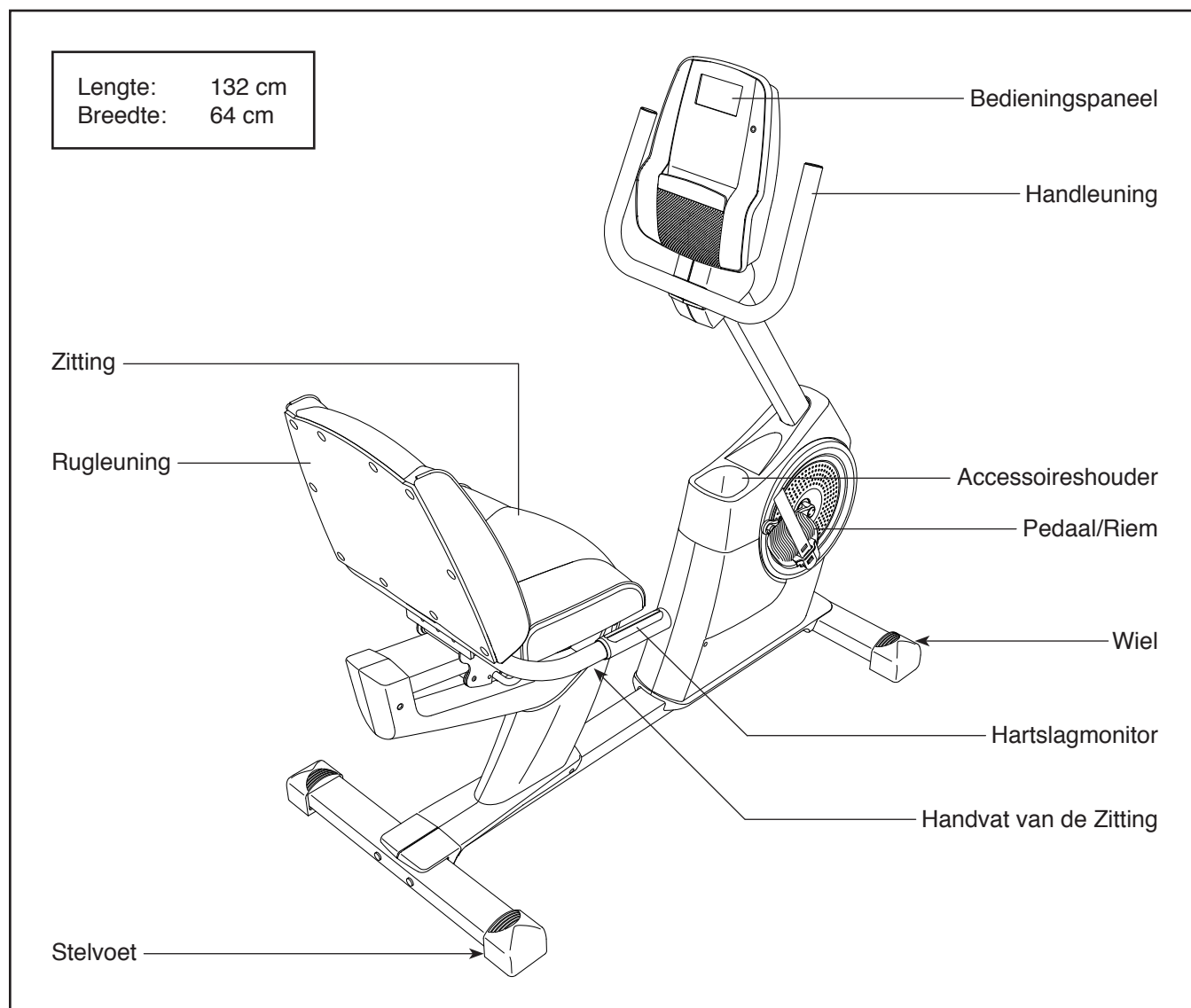
VOORDAT U BEGINT

Dank u dat u heeft gekozen voor deze revolutionaire NORDICTRACK® GXR 4.2 trainingsfiets. Fietsen is een effectieve oefening voor het verbeteren van hart en vaten, het opbouwen van uithoudingsvermogen en het vormgeven aan het gehele lichaam. The GXR 4.2 trainingsfiets biedt een reeks aan indrukwekkende functies die zijn ontwikkeld om uw oefeningen thuis effectiever en leuker te maken.

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

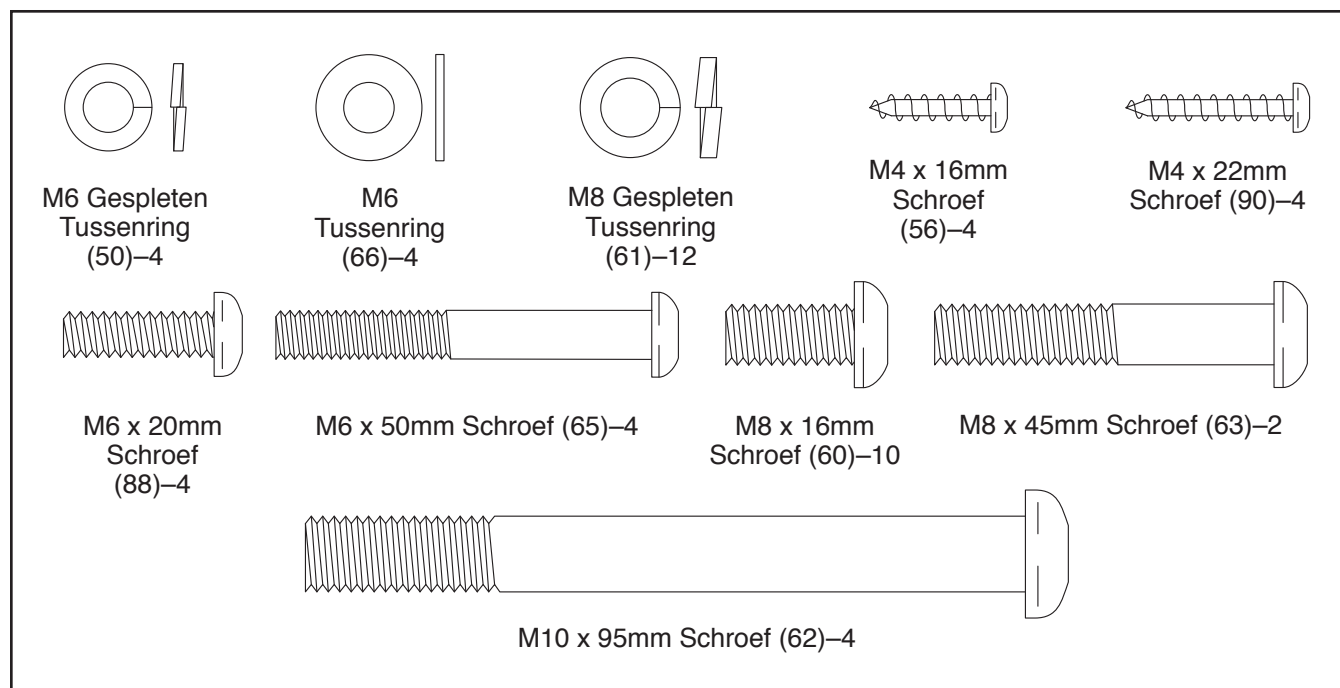
de omslag van deze handleiding als u nog vragen hebt. Noteer het productnummer en het serienummer voordat u met ons contact opneemt. De plaats waar u de stickers met het productnummer en het serienummer kunt vinden wordt op de omslag van de handleiding aangegeven.

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



ONDERDEEL IDENTIFICATIESCHEMA

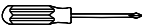
Raadpleeg de tekeningen hieronder om de kleine onderdelen voor de montage te herkennen. Het nummer tussen haakjes onder elke tekening is het nummer van het onderdeel van de LIJST MET ONDERDELEN achterin deze handleiding. Het getal tussen de haakjes is de hoeveelheid die nodig is voor de montage. **Aandacht: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



MONTAGE

- Montage moet door twee personen worden uitgevoerd.
- Plaats alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal pas weg als u helemaal klaar bent met de montage.
- Linker onderdelen zijn met een "L" of "Left" aangegeven en rechter onderdelen zijn met een "R" of "Right" aangegeven.
- Voor het vaststellen van de kleine onderdelen, kijkt u op page 5.

- Naast het inbegrepen gereedschap heeft u het volgende gereedschap nodig:

een Philips schroevendraaier 

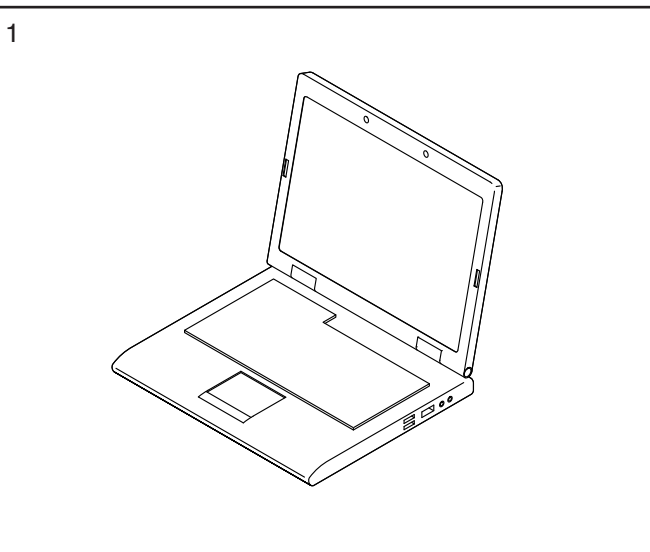
een instelbare sleutel 

Montage is makkelijker met een set sleutels. Om schade aan de onderdelen te vermijden, dient u nooit elektrisch gereedschap te gebruiken.

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

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

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

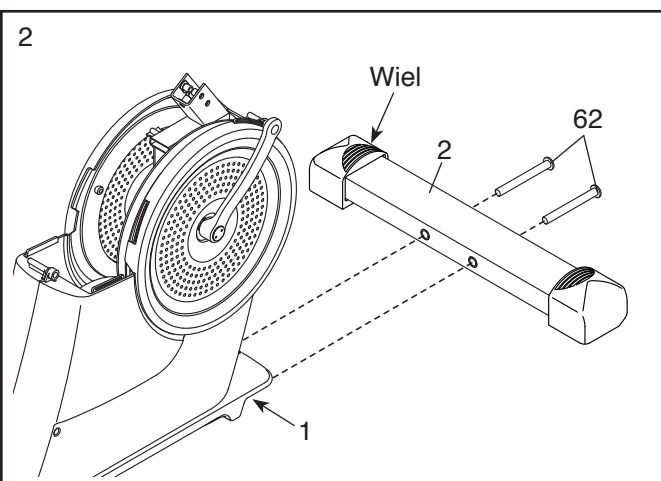


2. Plaats een stevig stuk verpakkingsmateriaal onder de voorkant van het Onderstel (1). Laat een tweede persoon het Onderstel vasthouden tot deze stap is voltooid om te voorkomen dat het valt.

Zoek de Voorste Stabilisator (2). Aandacht: de Voorste Stabilisator heeft wielen; de Achterste Stabilisator (niet afgebeeld) heeft geen wielen.

Bevestig de Voorste Stabilisator (2) aan het Onderstel (1) met twee M10 x 95mm Schroeven (62).

Verwijder het verpakkingsmateriaal.

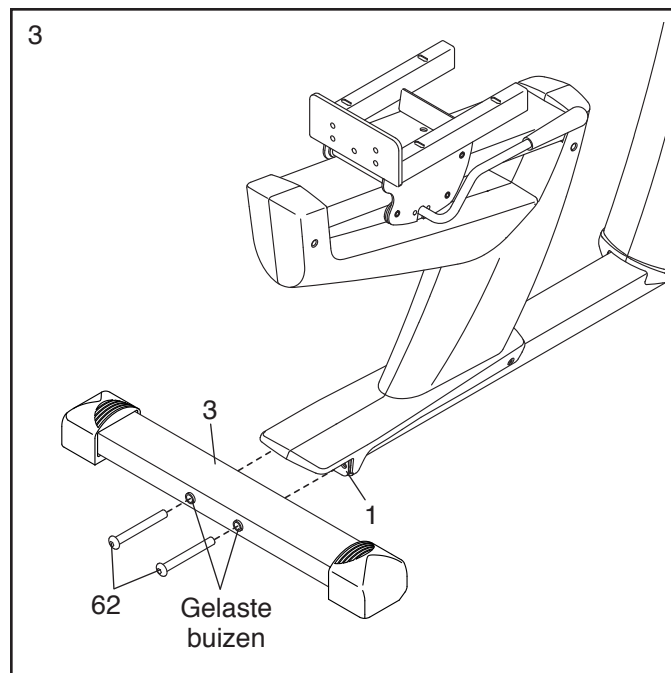


3. Plaats een stevig stuk verpakkingsmateriaal onder de achterkant van het Onderstel (1). **Laat een tweede persoon het Onderstel vasthouden tot deze stap is voltooid om te voorkomen dat het valt.**

Richt de Achterste Stabilisator (3) zodat de gelaste buizen niet gericht zijn naar het Onderstel (1).

Maak de Achterste Stabilisator (3) aan het Onderstel (1) vast met twee M10 x 95mm Schroeven (62).

Verwijder het verpakkingsmateriaal.

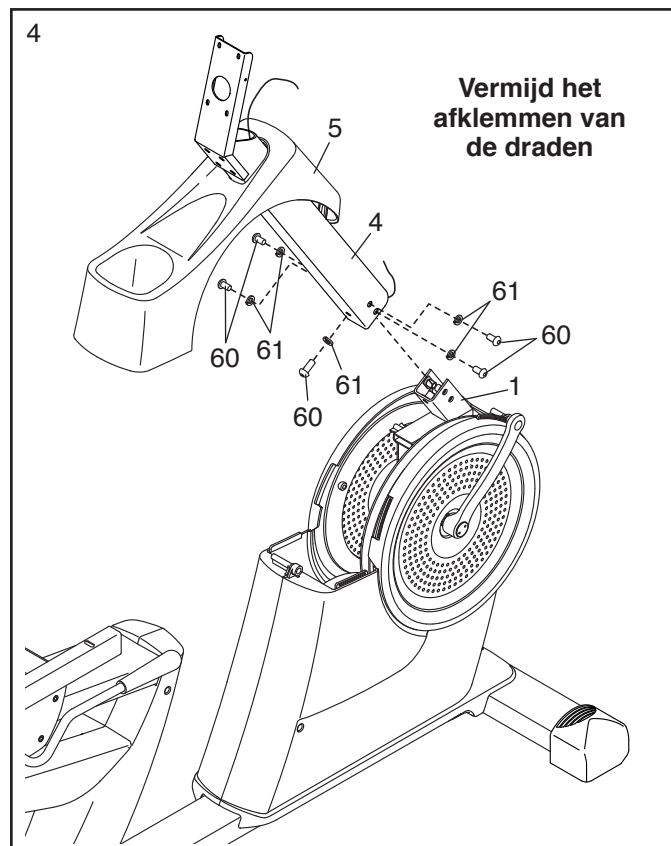


4. Schuif de Deksel van het Scherm (5) omhoog op de Staander (4).

Laat iemand de Deksel van het Scherm (5) vasthouden rond de Staander (4) tot stap 5 voltooid is.

Tip: vermijd het afklemmen van de draden in het Onderstel (1). Schuif de Staander (4) op het Onderstel.

Bevestig de Staander (4) met vijf M8 x 16mm Schroeven (60) en vijf M8 Gespleten Tussenringen (61).

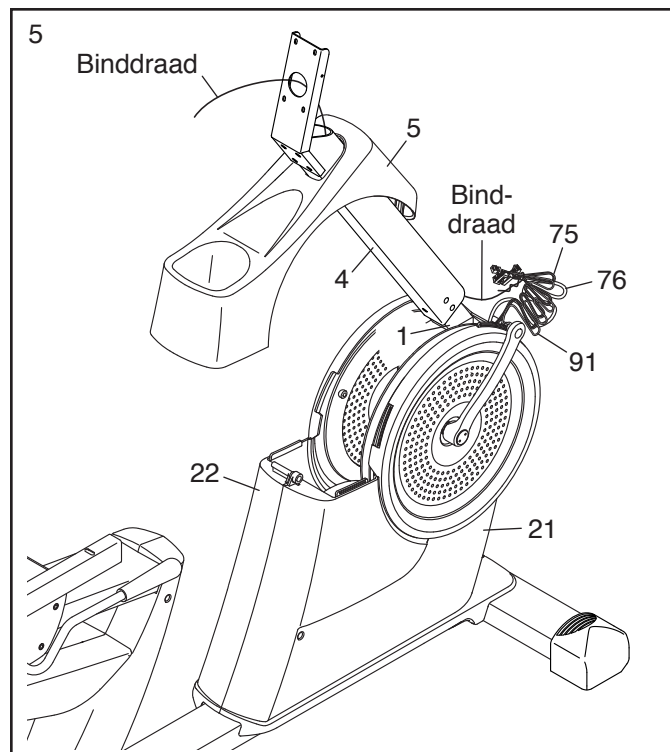


5. Zoek naar de binddraad in de Staander (4). Zoek vervolgens de Hoofddraad (76), de Sensordraad van de Zitting (75) en de Polssensordraad van het Onderstel (91) in het Onderstel (1).

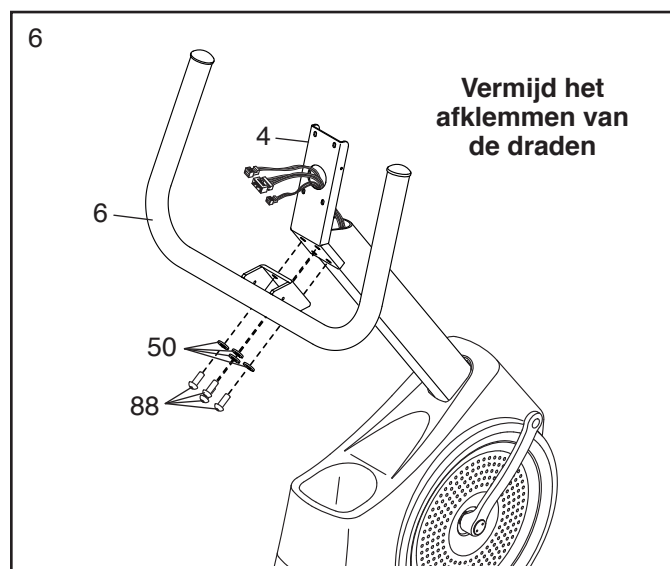
Maak het onderste eind van de binddraad vast aan de uiteinden van de Draden (75, 76, 91).

Trek dan aan het andere eind van de binddraad totdat de Draden (75, 76, 91) door de Staander (4) zijn geleid (4).

Schuif vervolgens de Deksel van het Scherm (5) omlaag en duw deze op de Linker- en Rechter Voorschermen (21, 22).



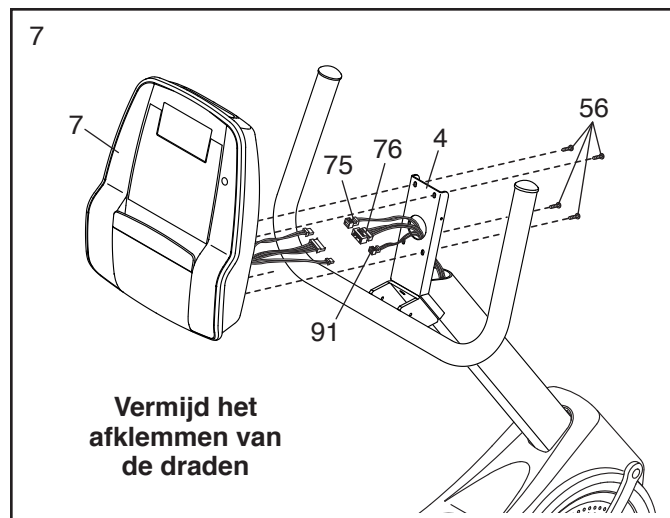
6. **Tip: vermijd het afklemmen van de draden.** Bevestig de Handleuning (6) aan de Staander (4) met vier M6 x 20mm Schroeven (88) en vier M6 Gespleten Tussenringen (50).



7. Terwijl een tweede persoon het Bedieningspaneel (7) bij de Staander (4) vasthoudt, sluit u de draden van het bedieningspaneel aan op de Hoofddraad (76), de Sensordraad van de Zitting (75) en op de Polssensordraad van het Onderstel (91).

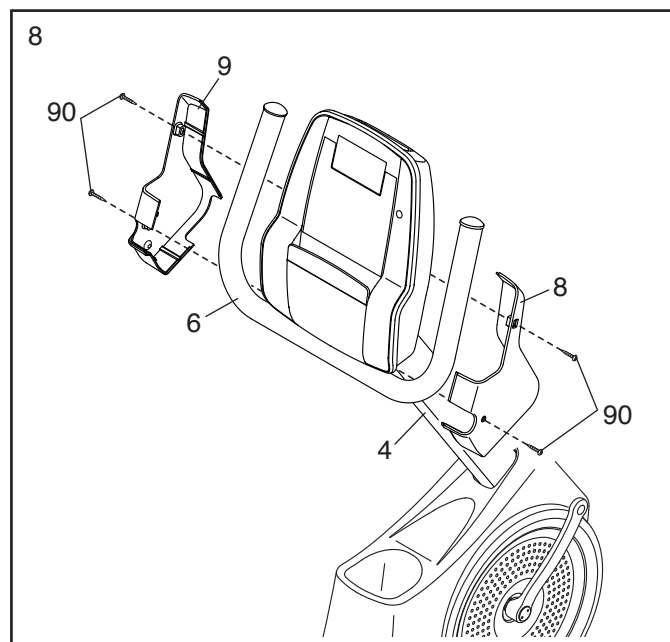
Stop het draadoverschot in de Staander (4).

Tip: vermijd het afklemmen van de draden. Bevestig het Bedieningspaneel (7) op de Staander (4) met vier M4 x 16mm Schroeven (56).

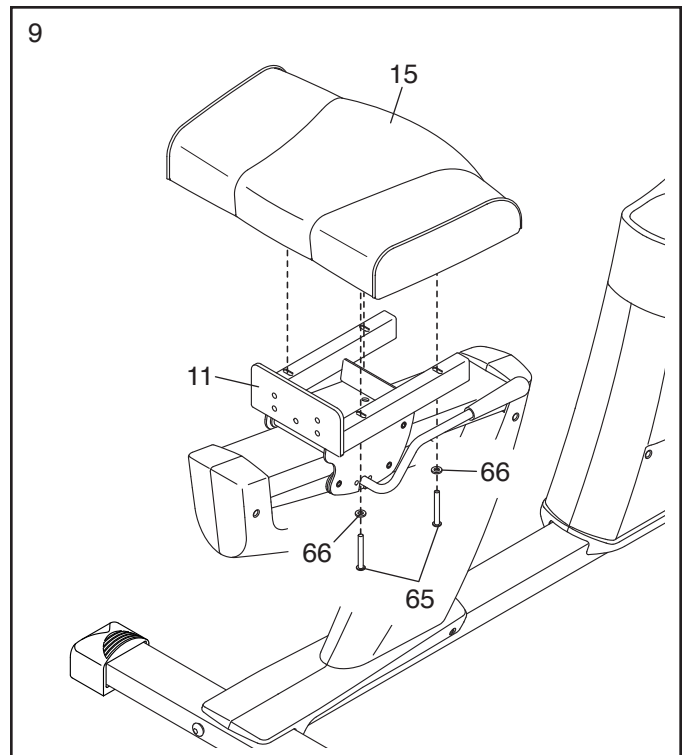


8. Zoek de Rechter en Linkerkapjes van de Handleuning (8, 9).

Maak de Linker and Rechter Kapjes van het Handleuning (8, 9) rond het Handleuning (6) en de Staander (4) vast met vier M4 x 22mm Schroeven (90).

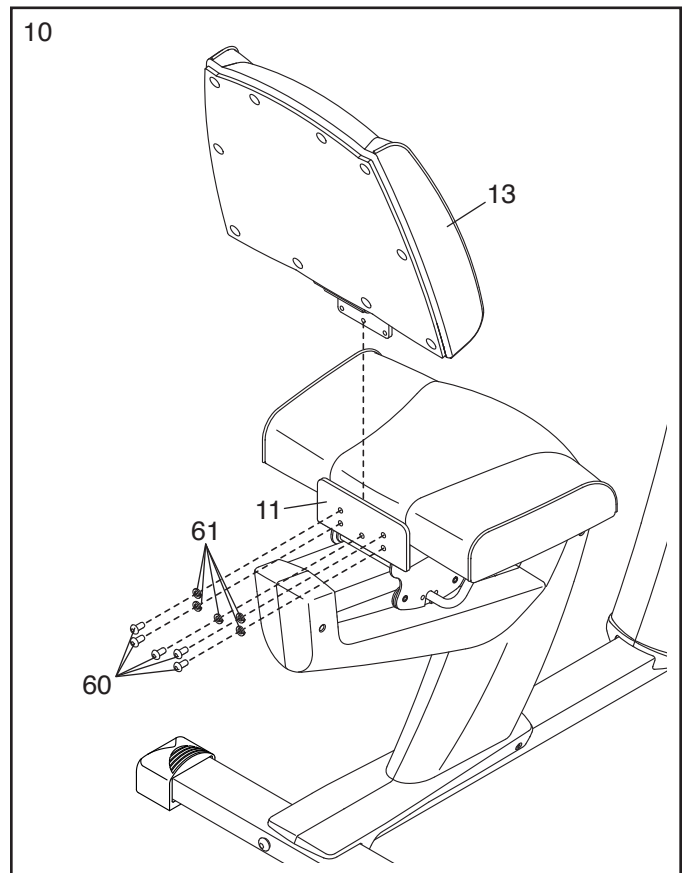


9. Maak de Zitting (15) aan de Drager van de Zitting (11) vast met vier M6 x 50mm Schroeven (65) en vier M6 Tussenringen (66) (er zijn slechts twee van elk afgebeeld). **Aandacht: de Schroeven en Tussenringen kunnen al aan de onderkant van de Zitting vastgemaakt zijn.**



10. Bevestig de Rugleuning (13) aan de Drager van de Zitting (11) met vijf M8 x 16mm Schroeven (60) en vijf M8 Gespleten Tussenringen (61).

Tip: het kan handig zijn om de zitting tijdens deze stap af te stellen. Zie DE ZITTING AFSTELLEN op page 13.

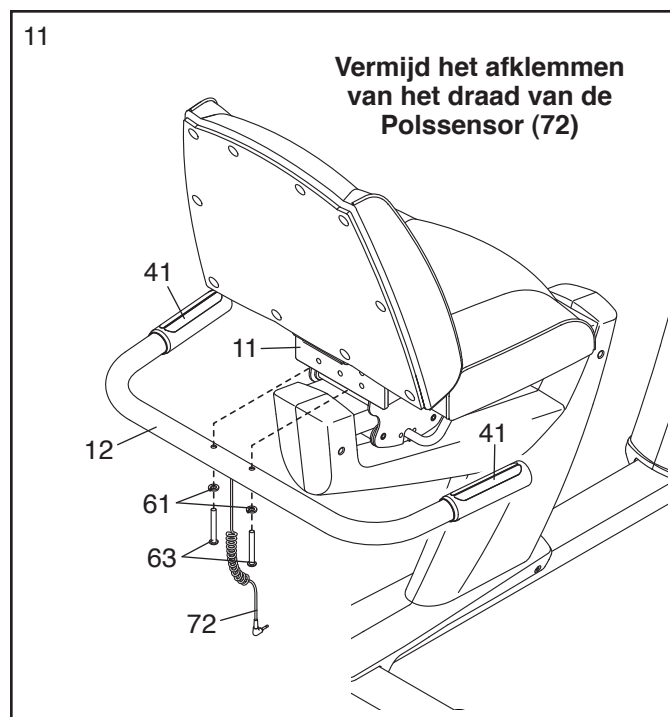


11. Richt de Polsstang (12) zo dat de Polsgrepen (41) omhoog gericht zijn.

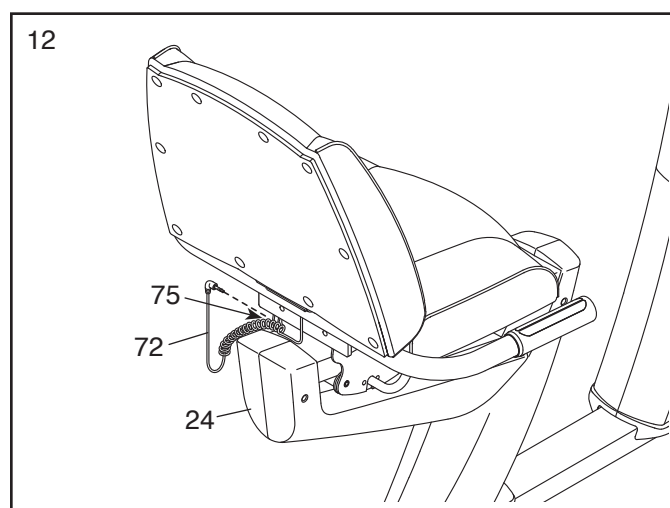
Tip: vermijd het afklemmen van het Sensordraad van de Sensorstang (72).

Terwijl een tweede persoon de Polsstang (12) vasthoudt, bevestigt u de Polsstang aan de Drager van de Zitting (11) met twee M8 x 45mm Schroeven (63) en twee M8 Gespleten tussenringen (61).

Tip: Het kan handig zijn om de zitting tijdens deze stap af te stellen. Zie DE ZITTING AFSTELLEN op page 13.



12. Verbind het Sensordraad van de Sensorstang (72) in de Ontvanger (75) in de linker Scherm van de Zitting (24).

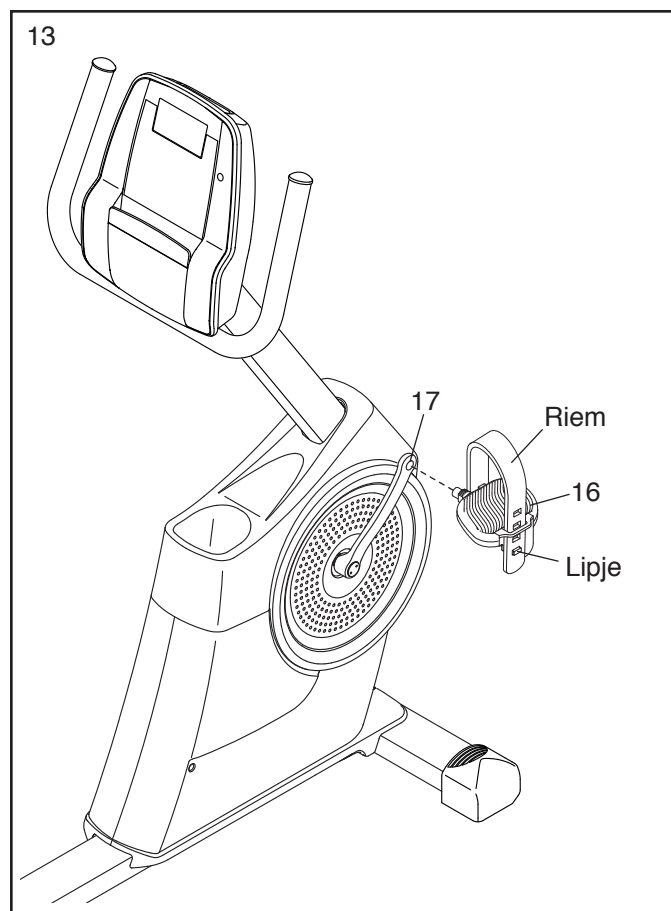


13. Zoek naar het Rechter Pedaal (16).

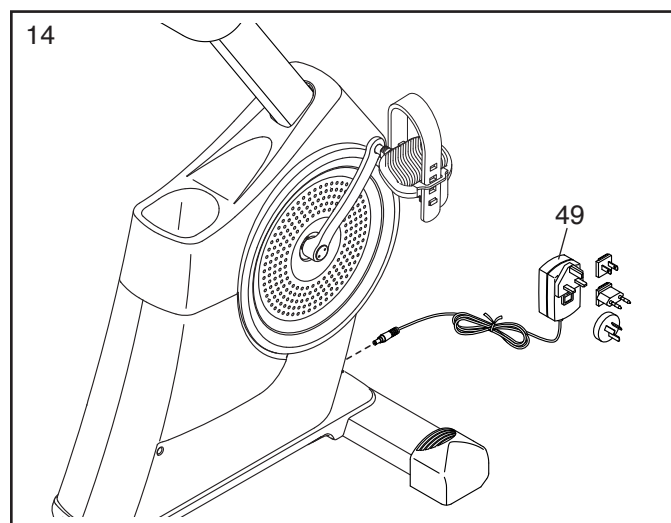
Draai met gebruik van een Engelse sleutel het Rechter Pedaal (16) **naar rechts goed vast** in de Rechter Crankarm (17).

Draai het Linker Pedaal (niet getoond) **stevig naar links** in de Linker Crankarm (niet getoond).

Stel de rechterriem af op de gewenste stand en druk de uiteinden van de riem in de lipjes op de Rechterpedaal (16). **Stel de beugel van het Linkerpedaal op dezelfde manier af (niet getoond).**



14. Steek de Stroomadapter (49) in de Aansluiting op het onderstel van de trainingsfiets. Om de stroomadapter in een stopcontact te gebruiken, kijkt u bij DE STROOMADAPTER INSTEKEN op page 13.



15. **Nadat de trainingsfiets is gemonteerd, controleert u of deze juist is gemonteerd en goed werkt. Zorg ervoor dat alle onderdelen van de trainingsfiets goed vastgedraaid worden. Aandacht: er kunnen extra onderdelen meegeleverd zijn. Leg een matje onder de trainingsfiets om uw vloer niet te beschadigen.**

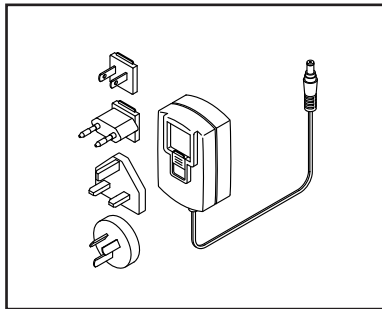
HOE DE TRAININGSFIETS TE GEBRUIKEN

DE STROOMADAPTER INSTEKEN

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

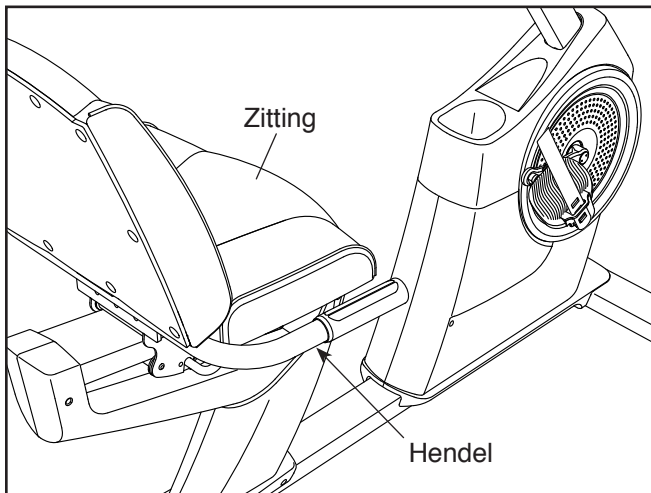
Steek de stroomadapter in de aansluiting die zich op het onderstel van de trainingsfiets bevindt. Plaats, indien nodig de juiste stroomadapter in het stopcontact.

Steek dan de stroomadapter in het juiste stopcontact dat goed is geïnstalleerd volgens de lokale codes en verordeningen.



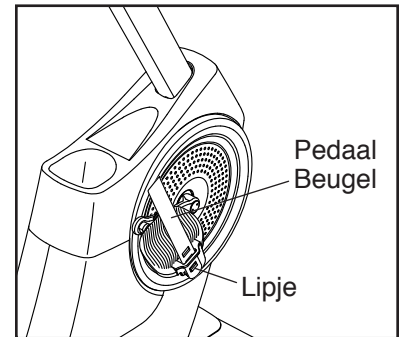
DE ZITTING AFSTELLEN

U kunt de zitting voorwaarts en achterwaarts afstellen in de meest comfortabele positie. Om de zitting af te stellen duwt u de zittingshendel omlaag, schuift u de zitting naar de gewenste stand en trekt u de zittingshendel omhoog om de zitting op de locatie te vergrendelen.



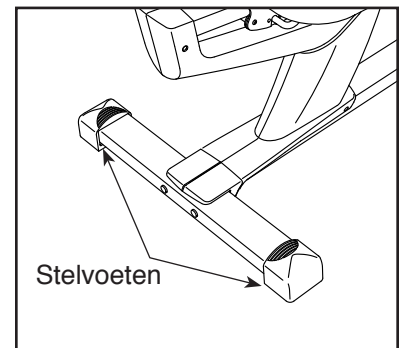
DE PEDAALRIEMEN AFSTELLEN

Om de pedaalriemen af te stellen moet u eerst de uiteinden van de riemen van de lipjes op de pedalen trekken. Stel de riemen af op de gewenste stand en steek de einden van de riemen weer in de lipjes.

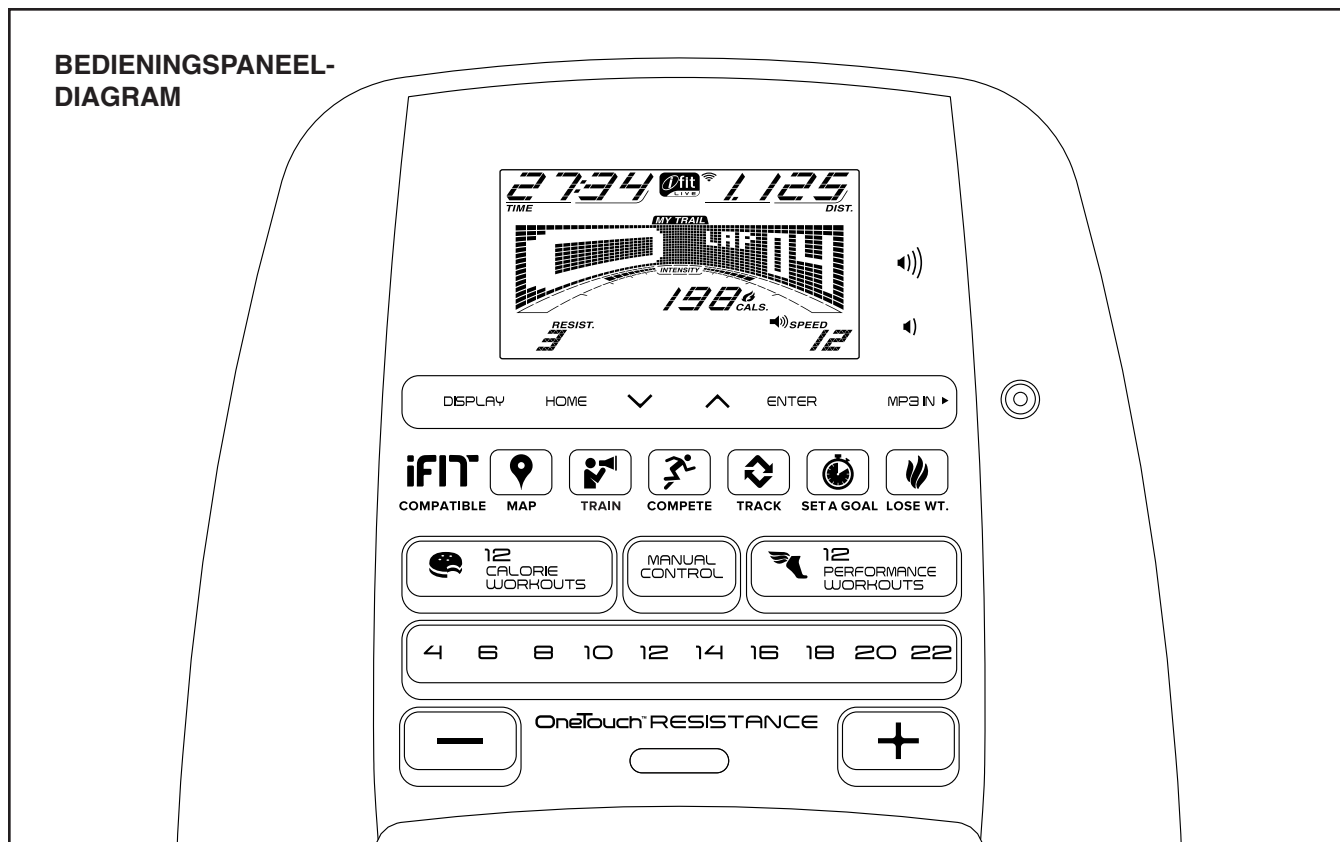


DE FIETS WATERPAS STELLEN

Draai, wanneer de trainingsfiets tijdens het gebruik wat wiebelt, aan één of aan beide stelvoeten onder de achterste stabilisator totdat het toestel niet meer wiebelt.



BEDIENINGSPANEEL- DIAGRAM



FUNCTIES VAN HET BEDIENINGSPANEEL

Het bedieningspaneel bevat bepaalde keuzen om uw oefeningen thuis effectiever en leuker te maken.

U kunt de weerstand van de pedalen door een druk op de knop bijstellen wanneer de handmatige instelling van het bedieningspaneel gekozen wordt. Het bedieningspaneel zal tijdens uw oefening doorlopend trainingsinformatie weergeven. U kunt ook uw hartslag meten door gebruik te maken van de ingebouwde handgreep met hartslagmonitor of door middel van een optionele borstkas hartslagmonitor.

Het bedieningspaneel biedt vierentwintig vooraf ingestelde oefeningen - twaalf calorieoefeningen en twaalf resultaat-oefeningen. Iedere oefening verandert automatisch de weerstand van de pedalen terwijl u een doeltreffende oefening uitvoert. U kunt ook calorieën, afstand of tijdsdoel instellen.

Het bedieningspaneel heeft een iFit-modus zodat het bedieningspaneel op uw draadloze netwerk aangesloten kan worden door middel van een optionele

iFit-module. U kunt, met de iFit-modus, persoonlijke oefeningen downloaden, uw eigen oefeningen samenstellen, resultaten van uw oefening bijhouden, tegen andere iFit-hardlopers racen en vele andere keuzes raadplegen. **Voor aankoop van de iFit module gaat u naar www.ifit.com of belt u met het telefoonnummer op de voorkant van deze handleiding.**

U kunt zelfs uw MP3-speler of CD-speler aansluiten op het geluidssysteem van het bedieningspaneel en luisteren naar uw favoriete muziek of audioboeken terwijl u oefeningen doet.

Om de handmatige instelling te gebruiken, kijkt u op page 15. Om het geluidssysteem te gebruiken, kijkt u op page 16. Voor gebruik van een vooraf ingestelde oefening, zie page 17. Om een vooraf ingestelde doeloefening te gebruiken, kijk u op page 18. Voor gebruik van een iFit-oefening, zie page 19. Voor het wijzigen van de bedieningspaneelinstellingen, kijkt u op page 20.

Aandacht: als er een laagje plastic op het display ligt, moet u dat verwijderen.

HET GEBRUIKEN VAN DE HANDMATIGE MODUS

1. **Druk op een toets van het bedieningspaneel of begin te fietsen om het bedieningspaneel aan te zetten.**

Als u het bedieningspaneel aanzet, zal de display oplichten. Het bedieningspaneel is dan klaar voor gebruik.

2. **Kies de handmatige instelling.**

Druk op de toets Manual Control (Handmatige Bediening) op het bedieningspaneel om de handmatige modus te kiezen.

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

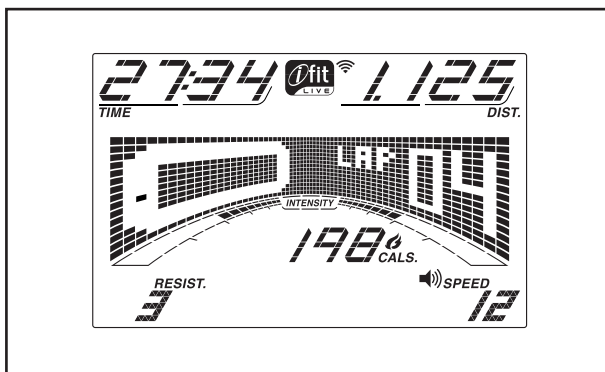
3. **Verander de weerstand van de pedalen als u dat wilt.**

Tijdens het stappen kunt u de weerstand van de Pedalen veranderen door op de toetsen One Touch Resistance (Weerstands) toename- en afname te drukken.

Aandacht: als u op een toets drukt, zal het eventjes duren voordat de pedalen de gewenste weerstand bereikt hebben.

4. **Volg uw vorderingen op de display.**

De display kan de volgende oefeninginformatie bevatten:



Cals. (Calorieën): deze weergave toont bij benadering het aantal calorieën dat u verbrand hebt.

Cals./Hr (Calorieën per uur): deze weergave bevat bij benadering het aantal calorieën dat u verbrandt per uur.

Distance (Afstand): deze display instelling zal de getrapte afstand in mijlen of kilometers aangeven.

Pulse (Hartslag): deze weergave toont uw hartslag wanneer u gebruik maakt van de handgreep met hartslagsensor of de optionele borstkas hartslagmonitor (zie stap 5).

Resist. (Weerstand): deze display zal, telkens wanneer het weerstandsniveau verandert, een paar seconden lang de weerstandsinstelling van de pedalen aangeven.

Speed (Snelheid): deze display geeft de fietssnelheid in mijlen of kilometers per uur aan.

Time (Tijd): in de manuele instelling toont deze weergave de verlopen tijd. Deze display-instelling zal, wanneer een oefening gekozen wordt, de resterende tijd van de oefening aangeven.

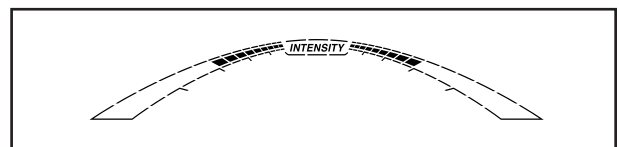
Het scherm heeft meerdere display keuzes. Druk op de toets Display (Weergeven) tot de gewenste aangepaste oefening wordt weergegeven. U kunt ook drukken op de toetsen increase/decrease (verhogen en verlagen) naast de toets Enter.

Speed (Snelheid): dit tabblad zal een profiel van de snelheidsinstellingen van de oefening aangeven. Een nieuw segment zal aan het einde van ieder minuut verschijnen.

My Trail (Mijn route): dit tabblad zal een route van 400 m (1/4 mijl) aangeven. De knipperende rechtehoek geeft uw vordering aan tijdens uw oefening. Het My Trail-tabblad zal het aantal rondjes aangeven dat u voltooit.

Calorie: dit tabblad zal het bij benadering aantal calorieën dat u verbrand heeft aangeven. De hoogte van ieder segment geeft het aantal verbrande calorieën aan dat tijdens dat segment verbrand is.

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



Druk op de Home-toets om naar het standaardmenu terug te keren (raadpleeg HOE DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL TE VERANDEREN op page 20 om het standaardmenu in te stellen). Druk, indien nodig, nogmaals op de toets Home.

Wanneer een draadloze iFit module is aangesloten, zal het symbool draadloos aan de bovenkant van het scherm de sterkte van het draadloze signaal aangeven. Vier staafjes geven volle sterkte aan.



Om de handmatige modus of een oefening te verlaten, drukt u op de toets Home. Druk, indien nodig, nogmaals op de toets Home.

Om het volume van het bedieningspaneel te wijzigen, drukt u op toetsen Volume.



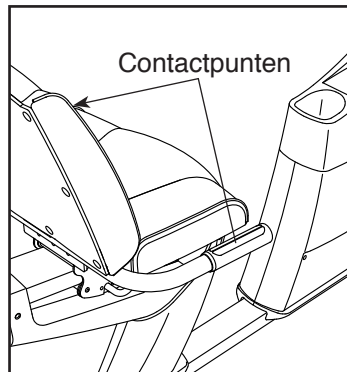
5. Meet desgewenst uw hartslag.

U kunt uw hartslag meten met gebruik van de handgreep van de hartslagmonitor of de optionele borstkas hartslagmonitor (zie page 21 voor informatie over de optionele borstkas hartslagmonitor).

Aandacht: wanneer u beide hartslagmonitoren tegelijkertijd gebruikt dan zal het bedieningspaneel uw hartslag niet nauwkeurig aangeven.

Als er velletjes plastic op de metalen contactpunten van de handgreep met hartslagmonitor bevinden, verwijder deze dan.

Om uw hartslag te meten, houd uw handen op de hartslagmonitor met de palmen van uw hand leunend tegen de contactpunten. **Beweeg uw handen niet en houd de handsensoren stevig vast.**



Het hartsymbooltje in het caloriescherm zal met elke hartslag knipperen als uw hartslag is gedetecteerd, een of twee streepjes zullen verschijnen en uw hartslag wordt aangegeven. **Voor een correcte hartslagmeting, houd u de contactpunten ongeveer 15 seconden vast.**

Als uw hartslag niet wordt weergegeven, zorg ervoor dat u uw handen goed op de sensoren hebt geplaatst zoals hierboven wordt aangegeven. Zorg ervoor dat u uw handen niet te veel beweegt en houd de contactpunten ook niet te strak vast. Voor de beste werking, maakt u de contactpunten schoon met een zacht doek; **gebruik nooit alcohol, schuur- of chemische middelen om de contactpunten schoon te maken.**

6. Het bedieningspaneel zal automatisch uitgaan wanneer u klaar bent met uw oefening.

Indien de pedalen enkele seconden niet bewegen is een geluid te horen, zal het bedieningspaneel pauzeren en zal de tijd op de display knipperen. Om verder te gaan met de oefening, dient u eenvoudigweg verder te gaan met trappen.

Als de pedalen enkele minuten niet bewegen, dan zal het bedieningspaneel worden uitgeschakeld en de displays worden gereset.

HOE DE GELUIDSINSTALLATIE TE GEBRUIKEN

Om muziek of audioboeken via de geluidsinstallatie van het bedieningspaneel af te spelen, moet u via de audioaansluiting uw MP3-speler, CD-speler, of andere persoonlijke audio-speler op het bedieningspaneel aansluiten. **Zorg ervoor dat het audiosnoer goed ingestoken is.**

Druk dan op de play-toets van uw MP3- of CD-speler. Pas het volumeniveau aan met de toetsen volume verhogen of verlagen op het bedieningspaneel of de volumeregelttoets op uw MP3-speler of CD-speler.

EEN VOORAF INGESTELDE OEFENING GEBRUIKEN

1. Druk op een toets van het bedieningspaneel of begin te fietsen om het bedieningspaneel aan te zetten.

Als u het bedieningspaneel aanzet, zal de display oplichten. Het bedieningspaneel is dan klaar voor gebruik.

2. Kies een ingestelde oefening.

Druk herhaaldelijk op de toets 12 Calorie Workouts (12 calorie-oefeningen) of 12 Performance Workouts (12 prestatie-oefeningen) tot de gewenste vooraf ingestelde oefening op het scherm verschijnt.

De display zal, wanneer u een oefening kiest, de tijdsduur van de oefening en de naam van de oefening aangeven. Een profiel van de snelheidsinstellingen van de oefening verschijnt in de matrix.

Het maximale weerstandsniveau en de maximale doelsnelheid voor de oefening zullen ook verschijnen in de display.

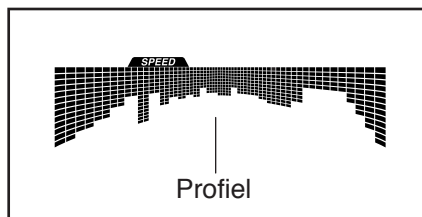
3. Begin te fietsen om de oefening te starten.

Elke oefening is verdeeld in 1-minuut segmenten. Een weerstand- en één tempo-instelling is voor elk segment geprogrammeerd. Aandacht: u kunt hetzelfde weerstand- en/of doeltempo-niveau programmeren voor opeenvolgende segmenten.

Tijdens de oefening wordt uw profiel op het tabblad snelheid aangegeven zodat

u uw vordering kunt volgen. De knipperende balk van het profiel stelt het huidige oefeningsegment voor. De hoogte van het knipperende segment geeft de doelsnelheid van het huidige segment aan.

Aan het einde van elke segment van de oefening, zult u een aantal tonen horen en het volgende



segment zal beginnen te flikkeren. Als er een andere weerstand- en/of doelsnelheid zijn geprogrammeerd voor het volgende segment, dan zal dit een paar seconden lang in de display verschijnen om u te waarschuwen. De weerstand van de pedalen zal dan veranderen.

Terwijl u oefent, wordt u aangegeven uw loopsnelheid zo dicht mogelijk bij uw doelomwentelingen voor het huidige segment te houden. **Als er een opwaarts pijltje op de display verschijnt**, moet u uw ritme verhogen. **Als een neerwaartse pijl verschijnt**, moet u uw snelheid verlagen. **Als er geen pijl verschijnt**, behoudt u de huidige snelheid.

BELANGRIJK: de doelsnelheid is uitsluitend bedoeld om u te motiveren. Uw feitelijke tempo kan langzamer zijn dat de doelsnelheidinstellingen. Zorg ervoor dat u op een tempo fietst dat aangenaam voor u is.

Wanneer het weerstandsniveau voor het huidige segment te hoog of te laag ligt, kunt u de instelling handmatig veranderen door op de toetsen One Touch Resistance (Weerstand) drukken.

BELANGRIJK: de pedalen zullen, wanneer het huidig segment van de oefening eindigt, automatisch aan de geprogrammeerde weerstandsinstelling van het volgend segment aangepast worden.

Het programma zal zo doorgaan totdat het laatste segment voltooid is. Om de oefening te stoppen, moet u gewoon stoppen met lopen. De tijd zal op de display knipperen. Om verder te gaan met de oefening, dient u eenvoudigweg verder te gaan met trappen.

4. Volg uw vorderingen op de display.

Zie stap 4 op page 15.

5. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 5 op page 16.

6. Het bedieningspaneel zal automatisch uitgaan wanneer u klaar bent met uw oefening.

Zie stap 6 op page 16.

EEN VOORAF INGESTELDE DOELOEFENING GEBRUIKEN

1. Druk op een toets van het bedieningspaneel of begin te fietsen om het bedieningspaneel aan te zetten.

Als u het bedieningspaneel aanzet, zal de display oplichten. Het bedieningspaneel is dan klaar voor gebruik.

2. Stel calorieën, afstand of tijdsdoel in.

Druk allereerst op de toets Set A Goal (Vooraf ingesteld doel), voor het instellen van calorieën, afstand of tijdsdoel.

Druk dan op de toetsen verhogen en verlagen naast de toets Enter tot de naam van het gewenste doel in de display verschijnt. Druk dan op de Enter-toets.

Druk op de toetsen verhogen en verlagen naast de Enter-toets om het gewenste doel in te stellen.

3. Begin te fietsen om de oefening te starten.

Elke oefening is verdeeld in 1-minuut segmenten. De doelsnelheid voor het huidige segment verschijnt op de display aan het begin van elk segment.

Houd uw fietssnelheid dichtbij de doelsnelheid tijdens het oefenen. **BELANGRIJK: de doelsnelheid is uitsluitend bedoeld om u te motiveren. Uw feitelijke tempo kan langzamer zijn dat de doelsnelheidinstellingen. Zorg ervoor dat u op een tempo fietst dat aangenaam voor u is.**

U kunt handmatig de weerstand van de pedalen naar wens wijzigen tijdens de oefening door te drukken op de toetsen One Touch Resistance (Weerstand).

Aandacht: indien u handmatig de weerstand wijzigt tijdens een caloriedoel oefening, dan wordt de duur van de oefening automatisch afgesteld om ervoor te zorgen dat u uw caloriedoel haalt.

Aandacht: het na te streven caloriedoel is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de oefening zult verbranden. Het feitelijke aantal calorieën dat u verbrandt hangt af van verschillende factoren zoals uw gewicht. Daarnaast heeft een handmatige wijziging van de snelheid tijdens de oefening effect op het aantal calorieën dat u zult verbranden.

De oefening zal op deze wijze doorgaan tot u het calorieën-, afstands- of tijdsdoel is bereikt. Stop met het stappen om de oefening te pauzeren. De tijd zal op de display pauzeren. Om verder te gaan met de oefening, dient u eenvoudigweg verder te gaan met trappen.

4. Volg uw vorderingen op de display.

Als u oefent telt de calorie, tijd of afstanddisplay terug totdat het gewenste doel is bereikt.

Zie stap 4 op page 15.

5. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 5 op page 16.

6. Het bedieningspaneel zal automatisch uitgaan wanneer u klaar bent met uw oefening.

Zie stap 6 op page 16.

EEN IFIT-OEFENING GEBRUIKEN

1. Druk op een toets van het bedieningspaneel of begin te fietsen om het bedieningspaneel aan te zetten.

Als u het bedieningspaneel aanzet, zal de display oplichten. Het bedieningspaneel is dan klaar voor gebruik.

2. Plaats de iFit module in het bedieningspaneel.

Steek, om een iFit-module te gebruiken, de iFit-module in het bedieningspaneel. **Voor aankoop van een iFit module gaat u naar www.iFit.com of kijkt u op de voorkant van deze handleiding.** U heeft een iFit-module nodig om een iFit-oefening te kunnen doen.

Aandacht: voor gebruik van een iFit module dient u toegang te hebben tot een computer met een internetverbinding en een USB-poort. Bovendien moet u lid zijn van iFit. Om een iFit-module te gebruiken, dient u ook uw eigen draadloos netwerk met een 802.11b router met ingeschakeld SSID broadcast (verborgen netwerken worden niet ondersteund) te hebben.

Nadat u de iFit module in het bedieningspaneel heeft geplaatst, drukt u op de toets Home. Het hoofdscherm van iFit verschijnt op de display.

3. Kies een gebruiker.

U kunt, als er meer dan één gebruiker is geregistreerd bij uw iFit-lidmaatschap, overschakelen op andere gebruikers in het iFit-hoofdscherm. Druk op de toetsen verhogen en verlagen naast de toets Enter om een gebruiker te kiezen.

4. Kies een iFit oefening.

Selecteer een iFit-oefening door op een van de iFit-toetsen te drukken. U moet, voordat oefeningen worden gedownload, ze aan uw lijst op www.iFit.com toevoegen.

Druk op de toets Map (Kaart), Train (Training) of Lose Wt. (Gewicht verliezen) om de volgende oefening van dat type op uw lijst te downloaden.

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

Druk op de toets Track (route) om een recentelijke iFit-oefening van uw planning opnieuw te doen. Gebruik vervolgens de toetsen verhogen en verlagen om de gewenste oefening te selecteren. Druk op de toets Enter om de oefening te laten beginnen.

Voor meer informatie over de iFit-oefeningen kijkt u op www.iFit.com.

De display zal, wanneer u een iFit-oefening kiest, de tijdsduur van de oefening en het geschatte aantal calorieën dat u zult verbranden, aangeven. De display kan ook de naam van de oefening aangeven. De display zal, als u een competitie oefening kiest, aftellen totdat de race begint.

Aandacht: de iFit -toetsen kunnen ook demo-oefeningen uitvoeren. Om de demo-oefeningen te gebruiken, haalt u de iFit-module van het bedieningspaneel af en drukt u op een van de iFit-toetsen.

5. Begin met de oefening.

Zie stap 3 op page 17.

Tijdens sommige oefeningen zal de stem van een persoonlijke trainer u begeleiden. U kunt een audio-instelling voor uw persoonlijke trainer kiezen (zie HOE DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL TE VERANDEREN op page 20).

Om de oefening te stoppen, moet u gewoon stoppen met trappen. De tijd zal op de display knippen. Om verder te gaan met de oefening, dient u eenvoudigweg verder te gaan met trappen.

6. Volg uw vorderingen op de display.

Zie stap 4 op page 15.

Het tabblad My Trail (Mijn route) zal een kaart van het pad waarop u loopt of rent weergeven, of het toont een route met het aantal rondes dat u voltooit.

Het tabblad Compete (Competitie), zal tijdens een competitie-oefening, uw vordering tijdens de race aangeven. De bovenste lijn in de matrix zal laten zien hoeveel u van de race voltooid heeft tijdens de race. De andere lijnen zullen andere concurrenten aangeven. Het einde van de matrix geeft het einde van de race aan.

7. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 5 op page 16.

8. Het bedieningspaneel zal automatisch uitgaan wanneer u klaar bent met uw oefening.

Zie stap 6 op page 16.

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

BELANGRIJK: om te voldoen aan de blootstellingsvereisten, dienen de antenne en de zender in de iFit-module minstens 20 cm afstand te hebben van alle personen en mogen ze niet vlakbij of aangesloten zijn op een andere antenne of zender.

HOE DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL TE VERANDEREN

Het bedieningspaneel beschikt over een gebruikersmodus waarmee u gebruiksinformatie kunt bekijken, een meeteenheid kunt selecteren en het contrastniveau van de display kunt instellen.

Als een iFit-module is aangesloten op het bedieningspaneel, kunt u ook de informatiemodus gebruiken om een audio-instelling te kiezen voor de stem van de personal trainer, een standaard menu instellen, de status van de iFit-module controleren en controleren op downloads.

1. Selecteer de informatiemodus.

Om de informatie-instelling te selecteren, houdt u de Weergave-toets een paar seconden ingedrukt tot de informatie-instelling op de weergave verschijnt.

2. Gebruiksinformatie bekijken.

De display toont bovendien het totale aantal uren dat de trainingsfiets is gebruikt. De display toont ook de totale afstand (in mijlen of kilometers) die u op de trainingsfiets hebt getrapd.

3. Kies, als u dat wilt, een meeteenheid.

De woorden ENGLISH voor Engelse mijlen of METRIC voor metrische kilometers zal op de display verschijnen om aan te geven welke meeteenheid momenteel is geselecteerd.

Om de meeteenheid te wijzigen, drukt u herhaaldelijk op de toets Enter om de gewenste meeteenheid te kiezen.

4. Pas het contrastniveau van de display indien gewenst aan.

Druk op de toets verlagen om het contrastniveau te zien. Het huidig geselecteerde contrastniveau verschijnt op de display. Druk op de toetsen One Touch Resistance (Weerstand) verhogen en verlagen om het contrastniveau aan te passen.

5. Bepaal of een iFit module is aangesloten op het bedieningspaneel.

Als een iFit module is aangesloten op het bedieningspaneel, toont de display de woorden WIFI MODULE, of USB MODULE.

Als er geen module is aangesloten, toont de display de woorden NO IFIT MODULE (Geen iFit-module). Als er geen module is aangesloten, gaat u naar stap 10.

6. Selecteer desgewenst een audio-instelling voor de stem van uw personal trainer.

Druk op de toets verlagen om de audio-instelling voor de stem van de personal trainer te zien. De momenteel geselecteerde audio-instelling voor de stem van uw personal trainer verschijnt in de display.

Druk dan herhaaldelijk op de toets Enter om de stem van de persoonlijke trainer ON (aan) of OFF (uit) te zetten.

7. Stel het standaard menu indien gewenst in.

Druk op de toets verlagen om de standaard menu-instelling te zien. Het standaard menu is het menu dat verschijnt als u het bedieningspaneel aanzet. Druk herhaaldelijk op de Enter-toets om het handmatige hoofdscherm of het iFit-menu als standaardmenu te kiezen.

8 Controleer desgewenst de status van de iFit-module.

Druk op de toets verlagen om de iFit-statusweergave te zien. De woorden CHECK WIFI STATUS (Controleer WIFI-status) of CHECK USB STATUS verschijnen op de display.

Druk dan op de Enter-toets. Na een paar seconden verschijnt de status van de iFit-module op het display. Om de display te verlaten houdt u de Display-toets enkele seconden ingedrukt.

9. Controleer desgewenst op downloads.

Druk op de toets verlagen om de downloadweergave te zien. De woorden SEND/RECEIVE DATA (Gegevens versturen/ontvangen) zullen op de display verschijnen.

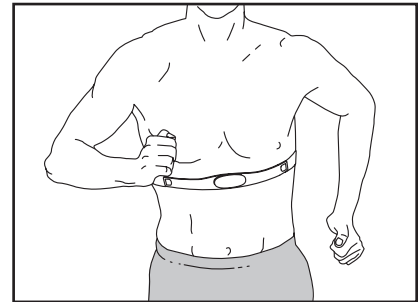
Druk dan op de Enter-toets. Het bedieningspaneel controleert dan op iFit-oefeningen en firmware downloads.

10. Verlaat de informatiemodus.

Druk op de toets Display (Weergave) om de informatie-instelling te verlaten.

DE OPTIONELE BORSTKAS HARTSLAGMONITOR

Of het nu uw doel is om vet te verbranden om uw bloedvatenstelsel te versterken, het belangrijkste bij het bereiken van de beste resultaten is om de juist hartslag tijdens de oefeningen te behouden. De optionele hartslagmonitor stelt u in staat om voortdurend uw hartslag te meten tijdens uw oefening, en dat zal u helpen u persoonlijke fitnessdoelen te behalen. **Voor aankoop van de optionele borstkas hartslagmonitor kijkt u op de voorkant van deze handleiding.**



ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN

Bekijk de onderdelen van de trainingsfiets regelmatig en draai ze goed vast. Vervang versleten onderdelen direct.

Gebruik een vochtige doek en een klein beetje milde zeep om de trainingsfiets te reinigen. **BELANGRIJK: houd vloeistoffen uit de buurt van het bedieningspaneel om schade te voorkomen. Houd het bedieningspaneel uit direct zonlicht.**

PROBLEMEN OPLOSSEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL

Als er lijnen verschijnen in de display van het bedieningspaneel, raadpleegt u stap 4 op page 20 en past u het contrastniveau van de display aan.

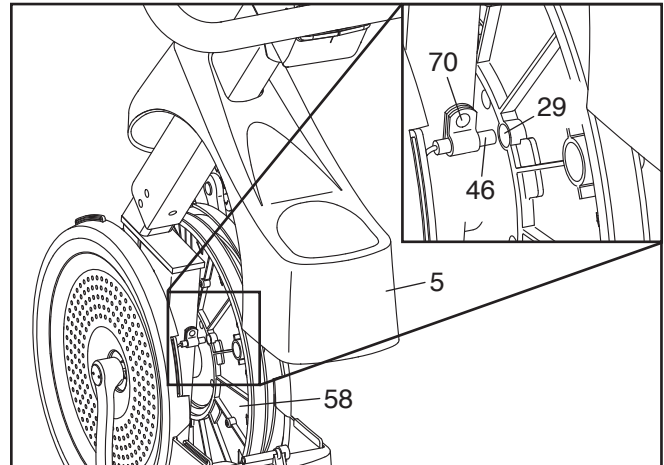
Als de handgreep van de hartslagmonitor niet goed werkt, raadpleegt u stap 5 op page 16.

Indien u een vervangend stroomsnoer nodig heeft, belt u met het nummer op de voorpagina van deze handleiding. BELANGRIJK: om schade aan het bedieningspaneel te voorkomen dient u alleen een door de fabrikant geleverde stroomadapter te gebruiken.

DE SNELHEIDSENSOR AFSTELLEN

Wanneer het bedieningspaneel gegevens niet goed aangeeft, moet u de snelheidssensor afstellen.

Haal eerst het stroomsnoer uit het stopcontact om de snelheidssensor af te stellen. Gebruik een platte schroevendraaier om de lipjes op het Deksel van het Scherm (5) los te maken en trek het Deksel van het Scherm omhoog.



Vind de Snelheidsensor (46). Draai de Katrol (58) totdat een Magneet (29) op dezelfde hoogte komt als de Snelheidssensor. Draai de aangegeven M4 x 13mm Flensschroef (70) los maar verwijder deze niet. Schuif de Snelheidssensor dicht bij of verder van de Magneet en draai de Schroef opnieuw vast. Steek de stroomadapter in het stopcontact en draai even aan de katrol.

Herhaal deze procedure tot het bedieningspaneel goede informatie weergeeft. Wanneer de snelheidssensor juist is afgesteld, maakt u de kap van het scherm weer vast.

DE AANDRIJFRIEM AFSTELLEN

Als de pedalen glad zijn tijdens het fietsen, zelfs als de weerstand is afgesteld op de hoogste instelling, kan het zijn dat de drijfriem moet worden afgesteld.

Haal eerst de stroomadapter uit het stopcontact om de drijfriem af te stellen. Daarna dient u het rechterpedaal, de deksel van het scherm en het rechter voorscherm los te maken (zie onderstaande instructies).

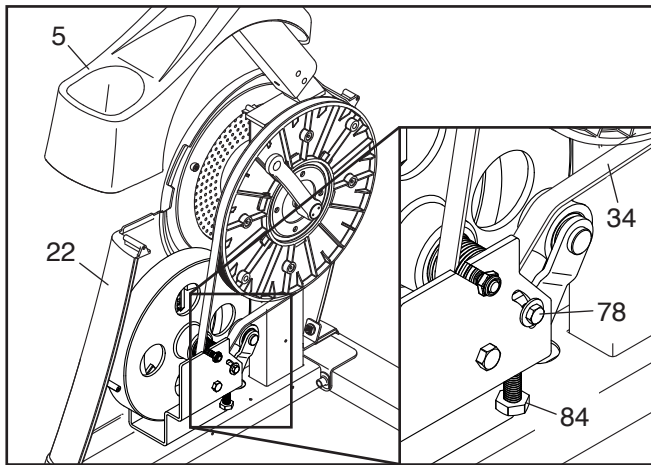
Draai met gebruik van een spanner het rechterpedaal tegen de klok in los en verwijder deze.

Gebruik vervolgens een platte schroevendraaier om vervolgens de lipjes op het Deksel van het Scherm (5) los te maken en trek het Deksel van het Scherm omhoog.

Verwijder vervolgens alle schroeven van de linker en rechter Voorschermen (22, niet afgebeeld); **er zijn drie maten schroeven in de Voorschermen - let op welke maat schroef u verwijdert uit welk gat.** Verwijder dan voorzichtig het Rechter voorscherm van het onderstel.

Maak vervolgens de M6 x 20mm Inbusschroef (78) los. Draai vervolgens de M10 x 50mm Inbusschroef (84) vast totdat de Drijfriem (34) strak staat. Als de Drijfriem vastzit, draait u de M6 x 20mm Inbusschroef aan.

Daarna dient u het rechterpedaal, de deksel van het scherm en de voorschermen weer vast te maken. Steek de stroomadapter weer in het stopcontact.



RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN

⚠️ WAARSCHUWING:

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

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

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

INTENSITEIT VAN OEFENINGEN

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

165	155	145	140	130	125	115	♥♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

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

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

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

RICHTLIJNEN VOOR EEN TRAINING

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

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

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

FREQUENTIE VAN DE OEFENINGEN

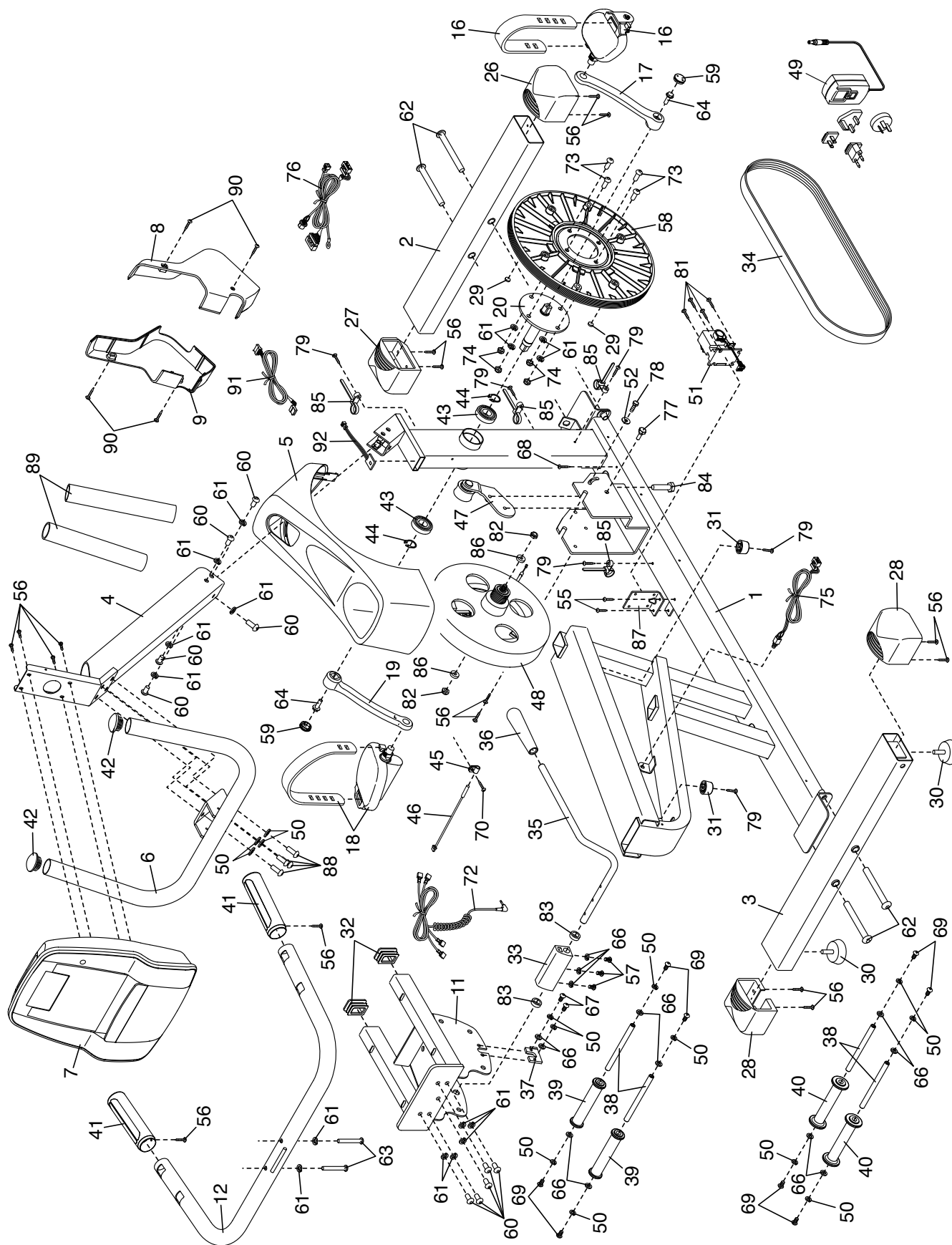
Om uw conditie te behouden of te verbeteren, dient u drie trainingen per week te doen, met ten minste één rustdag tussen de trainingen. Na een aantal maanden regelmatig oefeningen doen, kunt u desgewenst maximaal vijf trainingen per week doen. Onthoud dat het dagelijks regelmatig en met plezier doen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

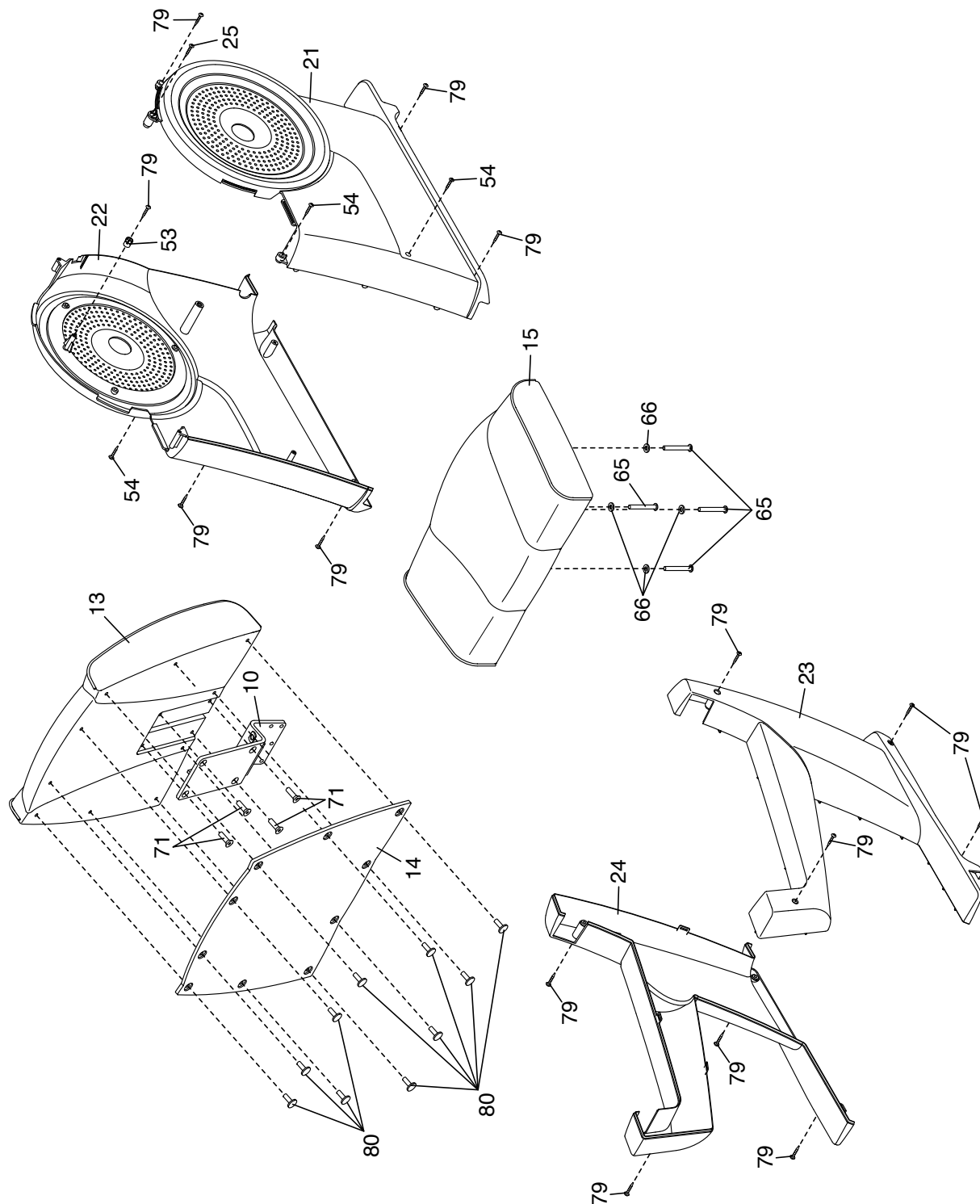
LIJST MET ONDERDELEN

Modelnr. NTEVEX74913.0 R0513A

Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
1	1	Onderstel	48	1	Eddy Mechanisme
2	1	Voorste Stabilisator	49	1	Stroomadapter
3	1	Achterste Stabilisator	50	14	M6 Gespleten Tussenring
4	1	Staander	51	1	Weerstandmotor
5	1	Deksel van het Scherm	52	1	M6 Grote Tussenring
6	1	Handleuning	53	1	Borgvergrendeling
7	1	Bedieningspaneel	54	3	M4 x 25mm Schroef
8	1	Kapje van de Rechterhandleuning	55	2	M4 x 10mm Flensschroef
9	1	Kapje van de Linkerhandleuning	56	16	M4 x 16mm Schroef
10	1	Zittingbeugel	57	3	M6 x 16mm Schroef
11	1	Drager van de Zitting	58	1	Katrol
12	1	Polstang	59	2	Kapje van de Crankarm
13	1	Rugleuning	60	10	M8 x 16mm Schroef
14	1	Kap van de Rugleuning	61	16	M8 Gespleten Tussenring
15	1	Zitting	62	4	M10 x 95mm Schroef
16	1	Rechterpedaal/Riem	63	2	M8 x 45mm Schroef
17	1	Rechtercrankarm	64	2	5/16" Flensschroef
18	1	Linkerpedaal/Riem	65	4	M6 x 50mm Schroef
19	1	Linkercrankarm	66	17	M6 Tussenring
20	1	Crank	67	2	1/4" x 14mm Schroef
21	1	Rechtervoorscherm	68	1	M4 x 13mm Heldere Schroef
22	1	Linkervoorscherm	69	8	1/4" x 16mm Schroef
23	1	Scherm van de Rechterzitting	70	1	M4 x 13mm Flensschroef
24	1	Scherm van de Linkerzitting	71	4	M6 x 20mm Schroef met Platte Kop
25	1	M4 x 16mm Philips-schroef	72	1	Sensordraad van de Sensorstang
26	1	Kap van de Rechter voorste Stabilisator	73	4	M8 x 20mm Bout
27	1	Kap van de Linker voorste Stabilisator	74	4	M8 Slotmoer
28	2	Achterste Stabilisatiekap	75	1	Draadsensor van de Zitting/ Ontvanger
29	2	Magneet	76	1	Hoofddraad
30	2	Stelvoet	77	1	M6 x 15mm Schouderschroef
31	2	Voet/bumper	78	1	M6 x 20mm Inbusschroef
32	2	Dop van de Drager van de Zitting	79	20	M4 x 19mm Schroef
33	1	Rem	80	10	Vergrendeling
34	1	Drijfriem	81	4	M4 x 12mm Flensschroef
35	1	Zittinghendel	82	2	M8 Slotmoer
36	1	Zittinghandvat	83	2	Tussenstuk van de Rem
37	1	Beugel van de Zittingbeugel	84	1	M10 x 50mm Inbusschroef
38	4	As	85	4	Klem van het Draad
39	2	Bovenste Rol	86	2	Tussenstuk
40	2	Onderste Rol	87	1	Motorbeugel
41	2	Polsgreep	88	4	M6 x 20mm Schroef
42	2	Kap van de Handleuning	89	2	Schuimgreep
43	2	Lager	90	4	M4 x 22mm Schroef
44	2	Borgring	91	1	Polssensordraad van het Onderstel
45	1	Klem	92	1	Hartslagsensorontvanger
46	1	Snelheidsensor/Draad	*	—	Gebruikershandleiding
47	1	Ruststand	*	—	Montagegereedschap
			*	—	Smeerpakket

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





HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN

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

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

RECYCLING INFORMATIE

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

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

