

NordicTrack[®] Avec une Station Universelle pour iPod **A2350**

N°. du Modèle NTL07007.3

N°. de Série _____

Notez le numéro de série sur la ligne ci-dessus comme référence.



QUESTIONS ?

En tant que fabricant nous nous engageons à satisfaire notre clientèle entièrement. Si vous avez des questions ou si des pièces sont manquantes, **VEUILLEZ-NOUS CONTACTER AU SERVICE A LA CLIENTELE DIRECTEMENT.**

APPUYEZ SANS FRAIS:

1-888-936-4266

du lundi au vendredi de 8h00 à 17h00, heure de l'est (exceptés les jours fériés).

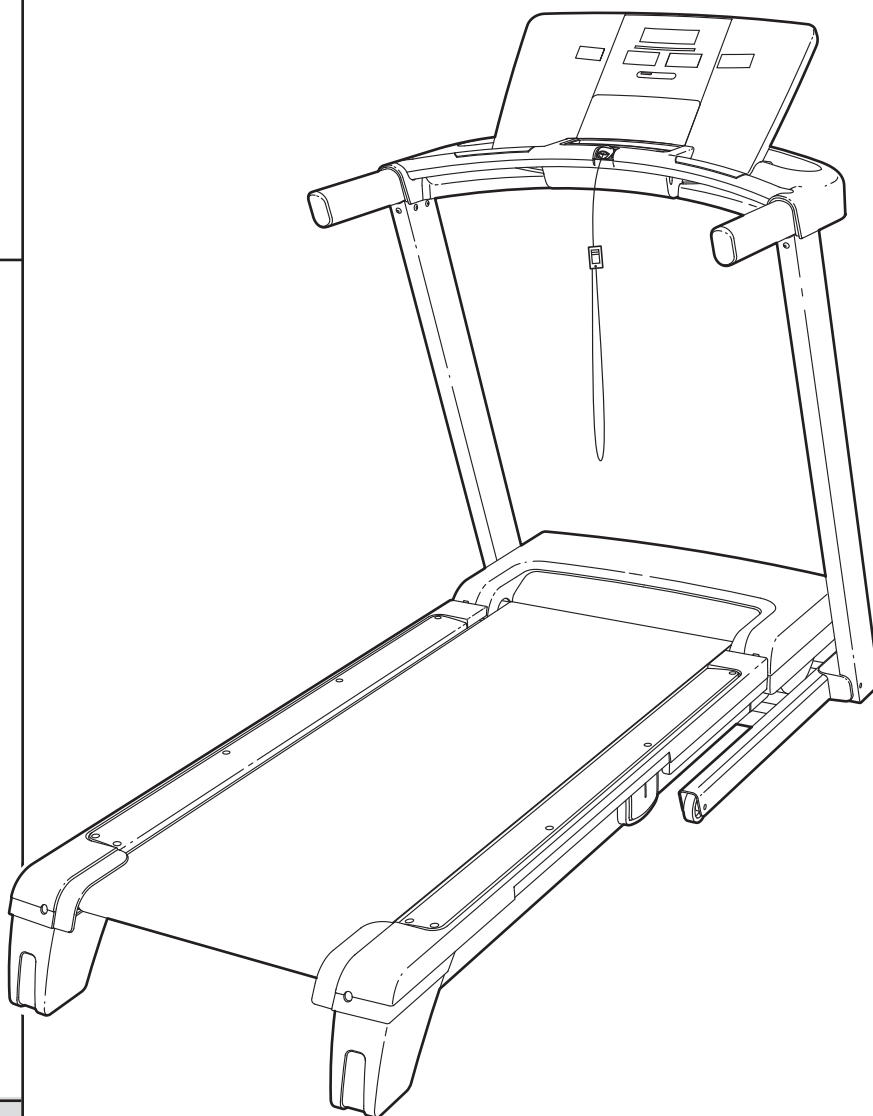
OU PAR COURRIEL:

customerservice@iconcanada.ca

ATTENTION

Lisez toutes les précautions et les instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser cet appareil. Gardez ce manuel pour vous y référer ultérieurement.

MANUEL DE L'UTILISATEUR



Notre site internet

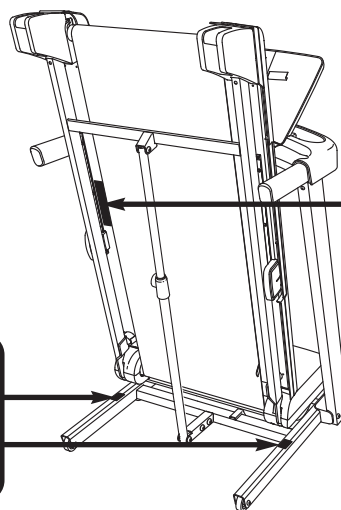
www.nordictrack.com

TABLE DES MATIÈRES

EMPLACEMENT DES AUTOCOLLANTS D'AVERTISSEMENT	2
PRÉCAUTIONS IMPORTANTES	3
AVANT DE COMMENCER	5
ASSEMBLAGE	6
FONCTIONNEMENT ET RÉGLAGES	12
COMMENT PLIER ET DÉPLACER LE TAPIS DE COURSE	23
LOCALISATION D'UN PROBLÈME	25
CONSEILS POUR L'EXERCICE	28
LISTE DES PIÈCES	30
SCHÉMA DÉTAILLÉ	32
POUR COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE	Dernière Page
GARANTIE LIMITEE	Dernière Page

EMPLACEMENT DES AUTOCOLLANTS D'AVERTISSEMENT

Les autocollants illustrés ont été apposés sur le tapis de course. **Si les autocollants sont manquants ou illisibles, appelez le numéro sur la page de couverture de ce manuel et commandez un autocollant de rechange gratuit. Collez l'autocollant à l'endroit indiqué.** Remarque : les autocollants ne sont peut-être pas illustrés à l'échelle.



PRECAUTIONS IMPORTANTES

⚠ ATTENTION : pour réduire les risques de blessures graves, lisez toutes les précautions importantes et les instructions contenues dans ce manuel, ainsi que les avertissements se trouvant sur le tapis de course, avant d'utiliser votre tapis de course. ICON ne peut être tenu responsable de toute blessure ou tout dégât matériel résultant directement ou indirectement de l'utilisation de cet appareil.

1. Consultez votre médecin avant d'entreprendre un programme d'exercice. Tout particulièrement les personnes âgées de plus de 35 ans ou les personnes qui ont déjà eu des problèmes de santé.
2. Le propriétaire est responsable d'informer tous les utilisateurs de ce tapis de course des avertissements et des précautions importantes qui se rattachent à l'utilisation de ce produit.
3. Utilisez le tapis de course selon les usages décrits.
4. Installez le tapis de course sur une surface plate avec au moins 2,4 m d'espace derrière le tapis de course et 0,6 m de chaque côté. Ne l'installez pas sur une surface qui empêcherait la circulation d'air de l'appareil. Pour protéger votre sol, placez un revêtement sous le tapis de course.
5. Gardez le tapis de course à l'intérieur, loin de l'humidité et de la poussière. Ne mettez pas le tapis de course dans un garage ou sur une terrasse couverte, ou près d'une source d'eau.
6. Ne faites pas fonctionner le tapis de course dans une pièce où des produits aérosols sont utilisés et où de l'oxygène est administré.
7. Gardez les enfants de moins de 12 ans et les animaux domestiques éloignés du tapis de course à tout moment.
8. Le tapis de course ne doit pas supporter plus de 136 kg (300 lbs.).
9. N'autorisez jamais plus d'une personne à la fois sur le tapis de course.
10. Portez des vêtements de sport appropriés quand vous utilisez le tapis de course. Ne portez pas de vêtements trop amples qui pourraient se coincer dans le tapis de course. Les vêtements de sport sont recommandés pour les hommes et les femmes. *Portez toujours des chaussures de sport. N'utilisez jamais le tapis de course les pieds nus, en chaussettes, ou en sandales.*
11. Branchez le cordon d'alimentation (voir la page 12) dans un éliminateur de surtensions (non-inclus) et branchez l'éliminateur de surtensions dans un circuit mis à terre capable de supporter 15 ampères ou plus. Aucun autre appareil ne devrait être branché sur ce circuit. N'utilisez pas de rallonge.
12. Utilisez seulement un suppresseur de surtensions à prise unique qui satisfait toutes les spécifications décrites à la page 12.
13. L'inobservation de cette recommandation pourrait résulter en un bris du système de commande du tapis de course. Si le système de commande est endommagé, la courroie mobile de marche pourrait accélérer, ralentir ou s'arrêter subitement ce qui pourrait occasionner une chute et des blessures graves.
14. Ne placez pas le cordon d'alimentation et le suppresseur de surtension près d'une source de chaleur.
15. Ne déplacez jamais la courroie mobile quand l'appareil est à l'arrêt. Ne faites pas fonctionner le tapis de course si le cordon d'alimentation ou la prise est endommagé(e) ou si le tapis de course ne fonctionne pas correctement. (Voir LOCALISATION D'UN PROBLÈME à la page 25 si le tapis de course ne fonctionne pas correctement.)
16. Veuillez lire attentivement les procédures d'arrêt d'urgence et les tester avant d'utiliser le tapis de course (reportez-vous au COMMENT ALLUMER L'APPAREIL à la page 14).

17. Ne mettez jamais le tapis de course en marche quand vous vous tenez sur la courroie mobile. Tenez-vous toujours aux rampes quand vous utilisez le tapis de course.
18. Le tapis de course peut se déplacer à des vitesses élevées. Ajustez la vitesse progressivement de manière à éviter des changements de vitesse soudains.
19. Le détecteur cardiaque n'est pas un appareil médical. De nombreux facteurs peuvent rendre la lecture du rythme cardiaque moins précise. Le détecteur ne sert qu'à donner une idée approximative des fluctuations du rythme cardiaque lors de l'exercice.
20. Ne laissez jamais le tapis de course sans surveillance quand il est allumé. Retirez toujours la clé de la console, débranchez le cordon d'alimentation et placez le coupe-circuit Remise à zéro/éteint sur la position éteint quand le tapis de course n'est pas utilisé. (Voir le schéma page 5 pour l'emplacement de le coupe-circuit).
21. N'essayez pas de soulever, de rabaisser ou de déplacer le tapis de course avant que ce dernier ne soit assemblé. (Référez-vous à L'ASSEMBLAGE à la page 6, et COMMENT Plier et DÉPLACER LE TAPIS DE COURSE à la page 23.) Pour pouvoir soulever, abaisser, ou déplacer le tapis de course, vous devez être capable de soulever 20 kg sans difficulté.
22. Quand vous pliez ou déplacez le tapis de course, assurez-vous que le loquet de rangement soit fermé complètement dans le verrou.
23. N'insérez pas d'objet dans les ouvertures du tapis de course.
24. Vérifiez et serrez correctement toutes les pièces du tapis de course régulièrement.
25. **DANGER** : débranchez toujours le cordon d'alimentation immédiatement après usage, avant de nettoyer le tapis de course et avant d'effectuer les procédures d'entretien et de réglage décrites dans ce manuel. N'enlevez jamais le capot du moteur à moins d'en être avisé par un représentant de service autorisé. Les ajustements autres que ceux décrits dans ce manuel ne doivent être effectués que par un représentant de service autorisé.
26. Ce tapis de course est conçu pour un usage à titre personnel. Le tapis de course ne doit pas être utilisé dans une institution commerciale ou pour la location.

GARDEZ CES INSTRUCTIONS

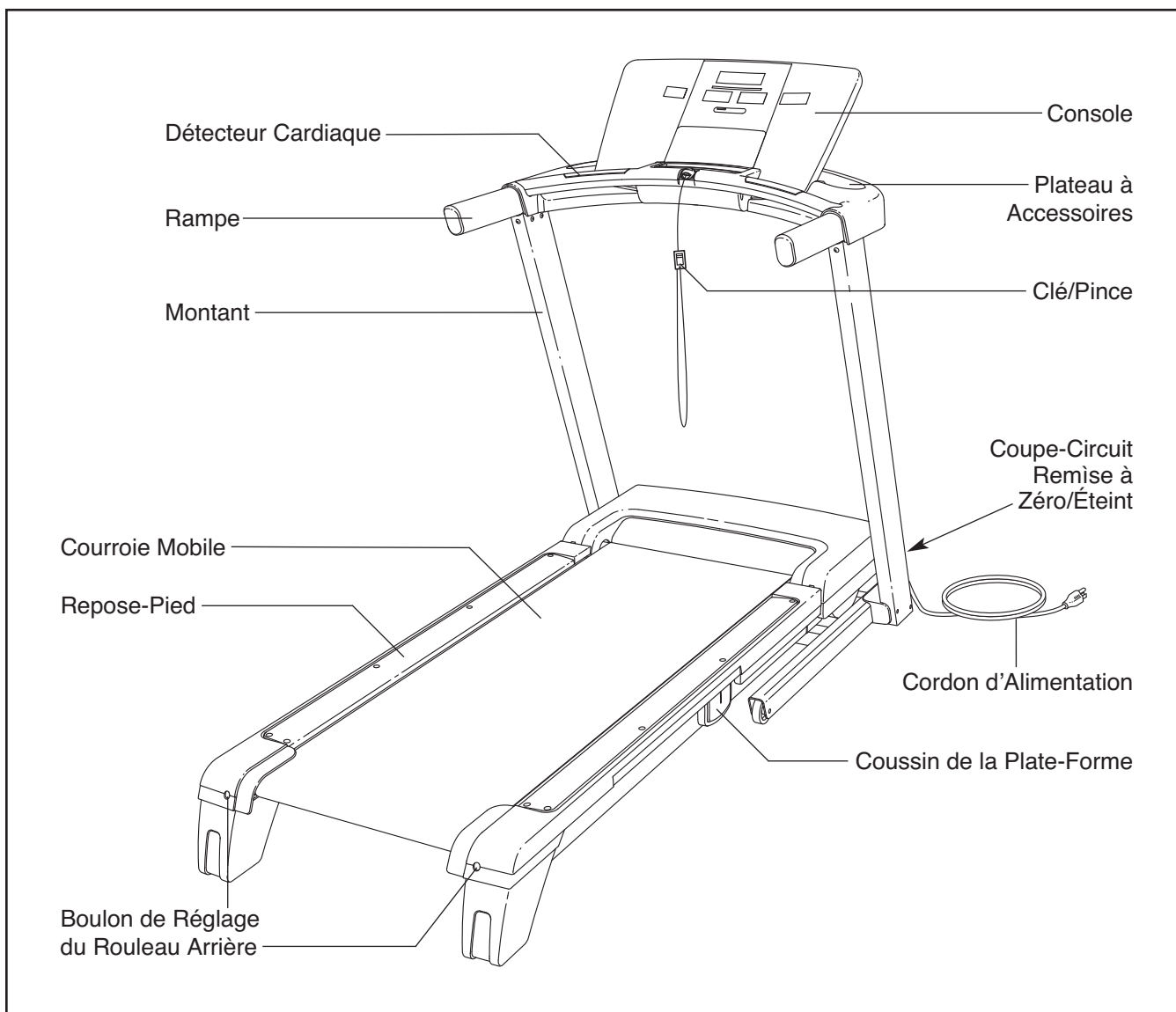
AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir choisi le tapis de course NordicTrack® A2350 avec Station Universelle pour iPod®. Le tapis de course A2350 offre un éventail impressionnant de fonctionnalités pour rendre vos exercices à la maison plus agréables et efficaces. De plus, lorsque que vous ne vous exercez pas, le tapis de course A2350 peut être plié prenant ainsi moins d'espace (la moitié) que les autres tapis de course.

Veuillez lire attentivement ce manuel avant d'utiliser le tapis de course. Si vous avez des ques-

tions concernant cet appareil, voir la page de couverture de ce manuel. Pour mieux nous assister, notez le numéro du modèle et le numéro de série de l'appareil avant de nous appeler. Le numéro du modèle et l'emplacement de l'autocollant du numéro de série sont indiqués sur la page couverture avant de ce manuel.

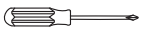
Familiarisez-vous avec les pièces sur le schéma ci-dessous avant de continuer la lecture de ce manuel.



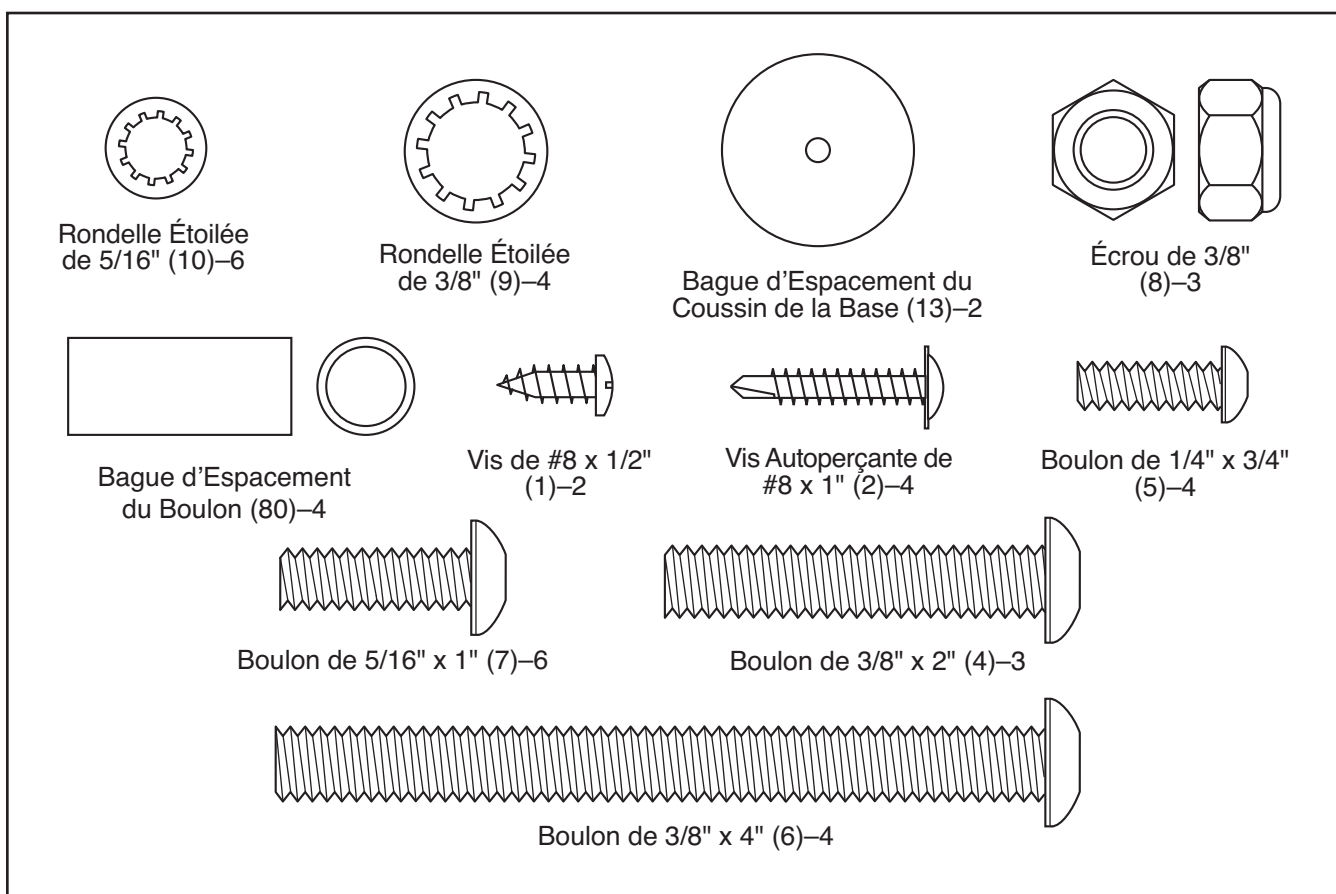
ASSEMBLAGE

L'assemblage requiert deux personnes. Placez le tapis de course sur une aire dégagée et enlevez les emballages ; **ne jetez pas les emballages avant d'avoir terminé l'assemblage du tapis de course.**

Remarque : le dessous de la courroie mobile du tapis de course est enduit d'un lubrifiant très efficace. Il se peut que durant l'expédition une petite quantité de lubrifiant soit transférée sur le dessus de la courroie mobile ou sur le carton d'emballage. Ceci n'affecte pas la performance du tapis de course. S'il y a du lubrifiant sur la courroie mobile, nettoyez avec un chiffon doux et un détergent non-abrasif.

L'assemblage requiert les clés hexagonales incluses  **et votre propre tournevis cruciforme**  , **une clé à molette**  , **un maillet en caoutchouc**  , **et pince à becs**  .

Identifiez les petites pièces utilisées lors de l'assemblage. Le nombre entre parenthèses sous chaque schéma se réfère au numéro de la pièce dans la LISTE DES PIÈCES, vers la fin de ce manuel. Le nombre après la parenthèse est la quantité requise pour l'assemblage. **Remarque : si vous ne pouvez pas trouver une pièce dans le sac des pièces, vérifiez si les pièces sont déjà attachées. Pour éviter d'endommager les pièces en plastique, n'utilisez pas d'outils électriques pour l'assemblage. Des pièces supplémentaires peuvent avoir été incluses. Des pièces supplémentaires peuvent avoir été incluses.**



1. **Assurez-vous que le cordon d'alimentation est débranché.**

Avec l'aide d'une deuxième personne, posez doucement le tapis de course sur son côté gauche. Pliez partiellement le Cadre (56) de manière à ce que le tapis de course soit plus stable ; **ne pliez pas encore complètement le Cadre.**

Retirez et jetez les deux boulons (A) indiqués ainsi que le support de transport (B).

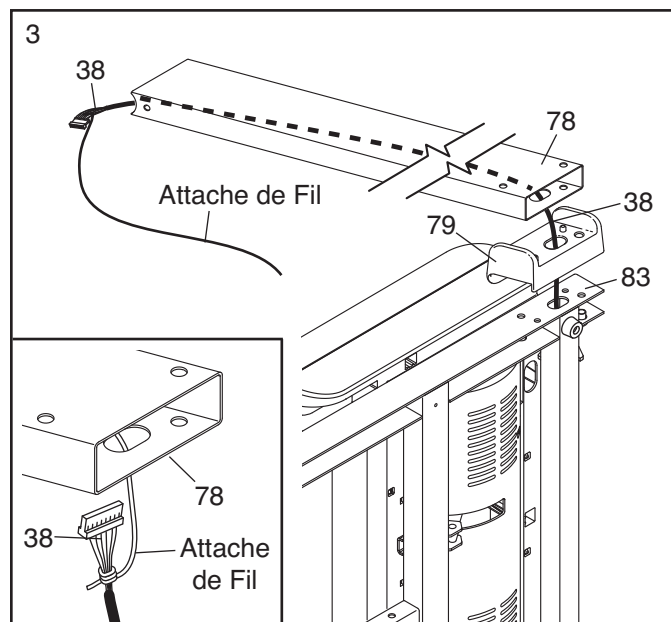
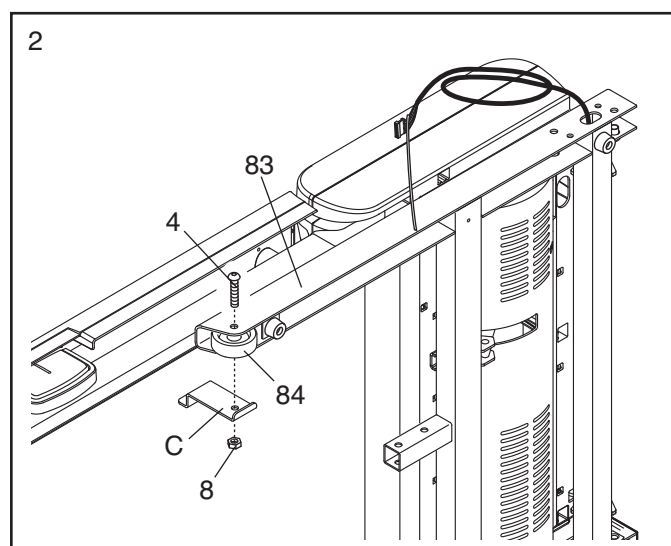
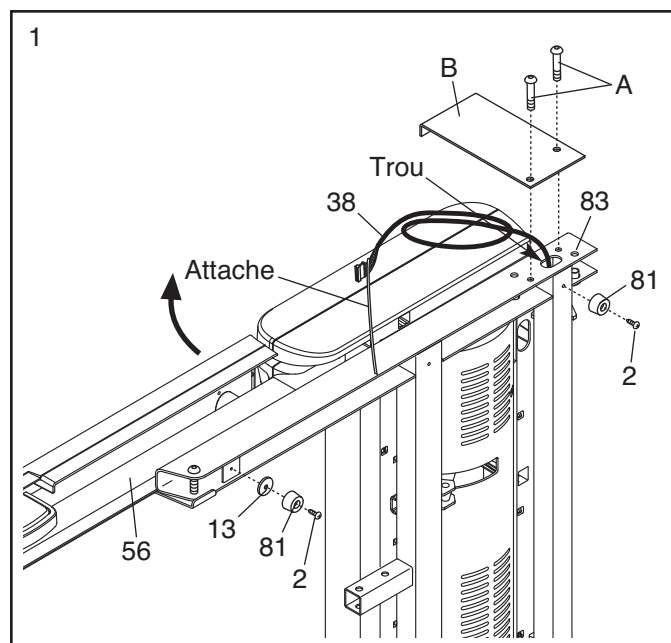
Coupez les attaches qui maintiennent le Fil du Montant (38) sur la Base (83). Localisez l'attache dans le trou indiqué sur la Base puis, utilisez l'attache pour tirer le Fil du Montant hors du trou.

Attachez un Coussin de la Base (81) sur la Base (83) à l'endroit indiqué à l'aide d'une Bague d'Espacement du Coussin de la Base (13) et d'une Vis Auto-perçante de #8 x 1" (2). Ensuite, attachez un autre Coussin de la Base (81) avec une Vis Auto-perçante de #8 x 1" (2) uniquement.

2. Retirez l'Écrou de 3/8" (8), le Boulon de 3/8" x 2" (4), et le support de transport (C) de la Base (83). Attachez une Roue (84) à l'aide du Boulon et de l'Écrou que vous venez de retirer. **Ne serrez pas excessivement l'Écrou ; la Roue doit pouvoir tourner librement.** Jetez le support de transport.

3. Identifiez le Montant Droit (78) et la Bague d'Espacement du Montant Droit (79) sur lequel se trouvent des autocollants. Enfilez le Fil du Montant (38) dans la Bague d'Espacement du Montant Droit, comme illustré.

Référez-vous au schéma en encadré. Attachez la longue attache qui se trouve sur le Montant Droit (78) autour de l'extrémité du Fil du Montant (38). Avec l'aide d'une deuxième personne, placez le Montant Droit près de la Base (83). Ensuite, tirez l'autre extrémité du long fil jusqu'à ce que le Fil du Montant soit enfilé dans toute la longueur du Montant Droit.



4. Placez la Bague d'Espacement du Montant Droit (79) sur la Base (83). **Veillez à ne pas pincer le Fil du Montant (38).** Avec l'aide d'une autre personne, tenez une Bague d'Espacement du Boulon (80) à l'intérieur de l'extrémité inférieure du Montant Droit (78). Insérez un Boulon de 3/8" x 4" (6) avec une Rondelle Étoilée de 3/8" (9) dans le Montant Droit et dans la Bague d'Espacement du Boulon. **Répétez cette étape avec une autre Bague d'Espacement du Boulon (80), un autre Boulon de 3/8" x 4" (6) et une autre Rondelle Étoilée de 3/8" (9).** Puis, placez le Montant Droit à l'intérieur de la Bague d'Espacement du Montant Droit.

Serrez les Boulons de 3/8" x 4" (6) à main ; **ne serrez pas encore complètement les Boulons.**

Enfoncez un Embout de la Base (77) dans la Base (83).

5. Avec l'aide d'une deuxième personne, posez délicatement le tapis de course sur son côté droit. Pliez partiellement le Cadre (56) de manière à ce que le tapis de course soit plus stable ; **ne pliez pas encore complètement le Cadre.**

Retirez et jetez les deux boulons (A) indiqués ainsi que le support de transport (B).

Attachez un Coussin de la Base (81) sur la Base (83) à l'endroit indiqué, avec une Vis Autoperçante de #8 x 1" (2) et une Bague d'Espacement du Coussin de la Base (13). Ensuite, attachez l'autre Coussin de la Base (81) avec une Vis Autoperçante de #8 x 1" (2) uniquement.

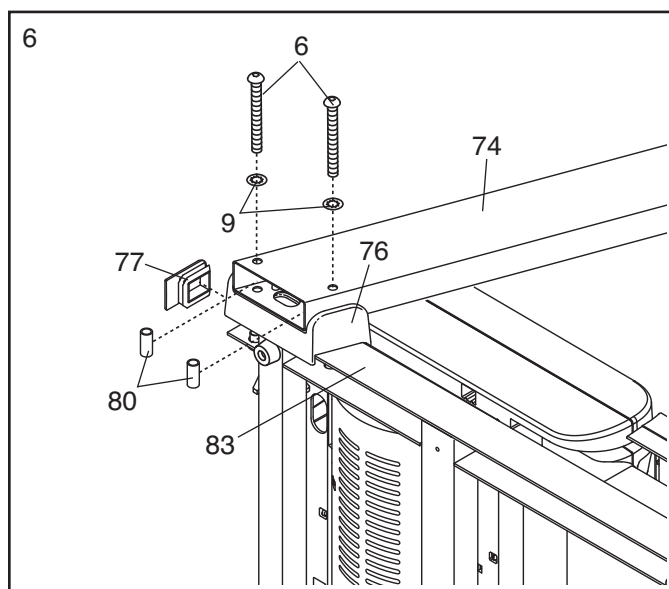
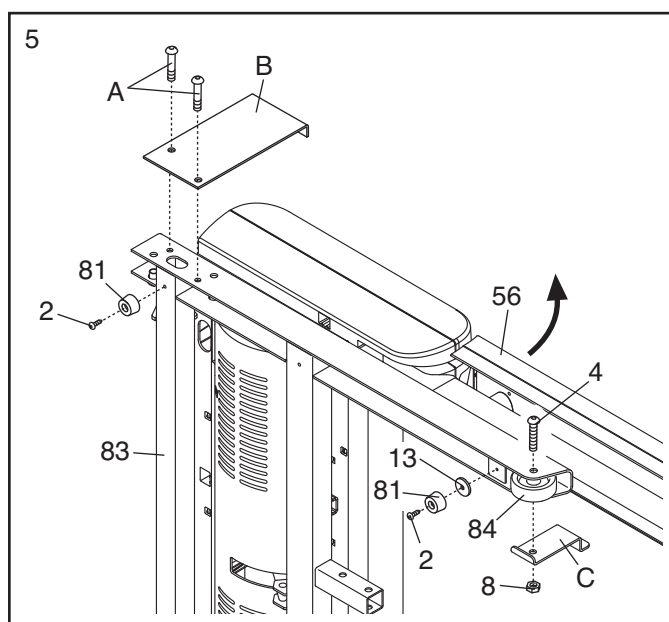
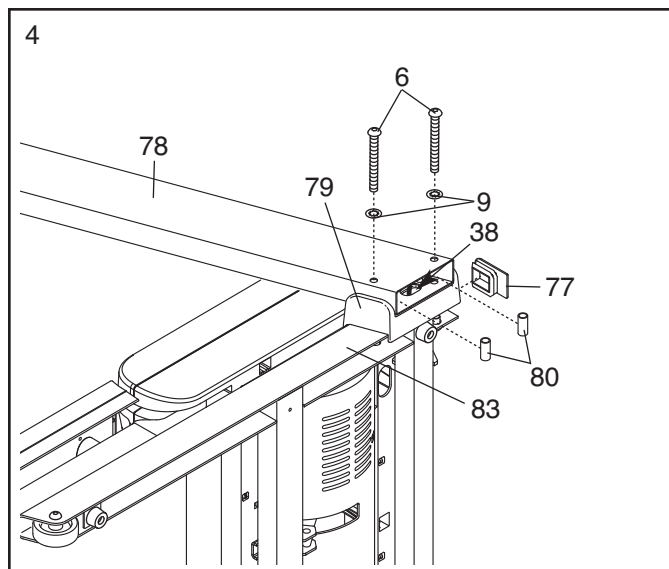
Retirez l'Écrou de 3/8" (8), le Boulon de 3/8" x 2" (4), et le support de transport (C) de la Base (83). Attachez une Roue (84) à l'aide du Boulon et de l'Écrou que vous venez de retirer. **Ne serrez pas excessivement l'Écrou ; la Roue doit pouvoir tourner librement.** Jetez le support de transport.

6. Placez la Bague d'Espacement du Montant Gauche (76) sur la Base (83). Avec l'aide d'une autre personne, tenez une Bague d'Espacement du Boulon (80) à l'intérieur de l'extrémité inférieure du Montant Gauche (74). Insérez un Boulon de 3/8" x 4" (6) avec une Rondelle Étoilée de 3/8" (9) dans le Montant Gauche et dans la Bague d'Espacement du Boulon. **Répétez cette étape avec une autre Bague d'Espacement du Boulon (80), un autre Boulon de 3/8" x 4" (6) et une autre Rondelle Étoilée de 3/8" (9).** Puis, placez le Montant Gauche à l'intérieur de la Bague d'Espacement du Montant Gauche.

Serrez les Boulons de 3/8" x 4" (6) à main ; **ne serrez pas encore complètement les Boulons.**

Enfoncez un Embout de la Base (77) dans la Base (83).

Avec l'aide d'une deuxième personne, basculez le tapis de course de manière à ce que la Base (83) soit à plat sur le sol.

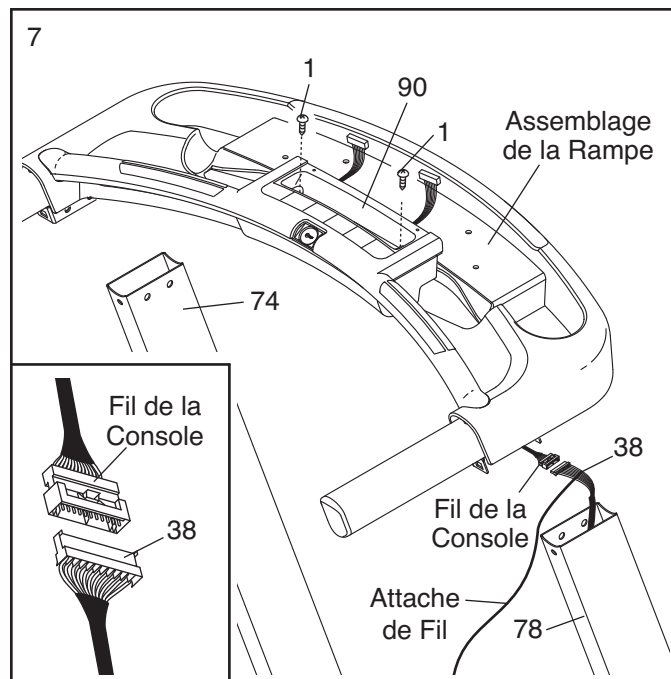


7. Fixez le Plateau (90) à l'ensemble rampe à l'aide de deux Vis de #8 x 1/2" (1).

Demandez à une autre personne tenir l'assemblage de la console près du Montant droit (78) et le Montant Gauche (74). Branchez le Fil du Montant (38) au fil de la console.

Référez-vous au schéma en encadré. Les connecteurs devraient glisser facilement l'un dans l'autre et s'enclencher en place. Si ce n'est pas le cas, tournez un des connecteurs et essayez de nouveau. SI LES CONNECTEURS NE SONT PAS BRANCHÉS CORRECTEMENT, LA CONSOLE PEUT ÊTRE ENDOMMAGÉE QUAND ELLE EST ALLUMÉE.

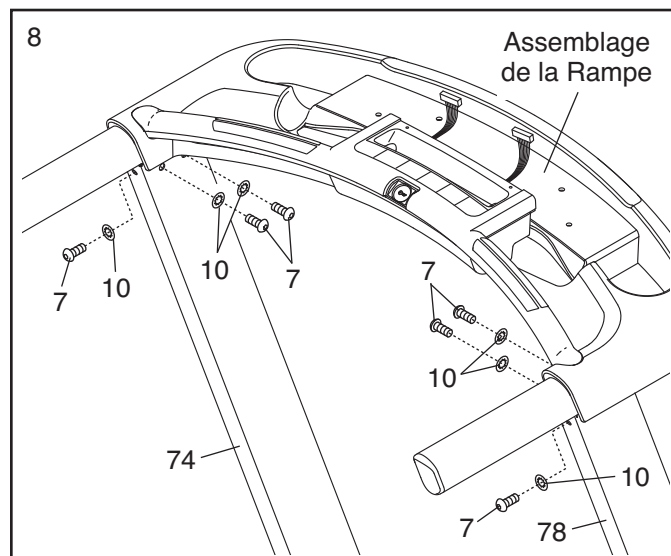
Enlevez l'attache du fil du Fil du Montant (38).



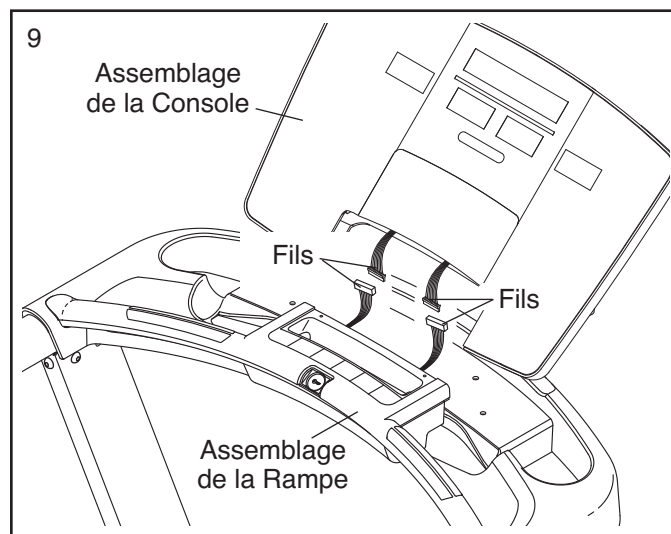
8. Placez l'ensemble rampe sur les Montants (74, 78). **Veillez à ne pas pincer les fils.**

Fixez l'ensemble rampe aux Montants (74, 78) à l'aide de six Boulons de 5/16" x 1" (7) et de six Rondelles Etoilées de 5/16" (10), comme indiqué.

Voir les étapes 4 et 6. Serrez les quatre Boulons de 3/8" x 4" (6).



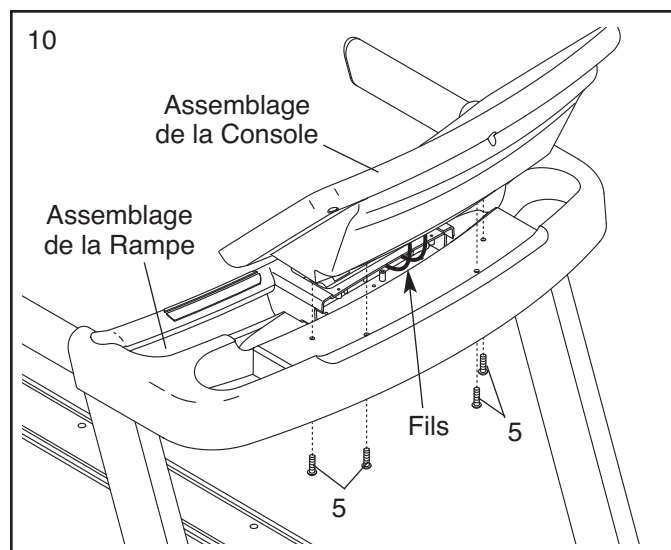
9. Avec l'aide d'une autre personne, tenez l'ensemble console près de l'ensemble Rampe. Branchez les deux fils de l'ensemble console aux deux fils de l'ensemble rampe. **Voir le dessin en médaillon à la page 7. Les connecteurs devraient glisser facilement l'un dans l'autre et s'enclencher en place. Si ce n'est pas le cas, tournez un des connecteurs et essayez de nouveau. SI LES CONNECTEURS NE SONT PAS BRANCHÉS CORRECTEMENT, LA CONSOLE PEUT ÊTRE ENDOMMAGÉE QUAND ELLE EST ALLUMÉE.**



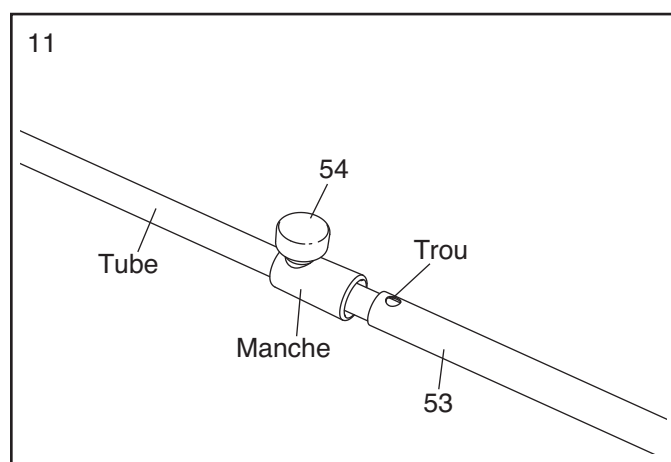
10. Insérez les deux fils de l'ensemble console à l'intérieur de l'ensemble rampe.

Fixez l'ensemble console à l'ensemble rampe à l'aide de quatre Boulons de 1/4" x 3/4" (5).

Veillez à ne pas pincer les fils.



11. Localisez le Loquet de Rangement (53). Enlevez l'attache de l'extrémité du tube. Assurez-vous que le manchon a bien coulissé au-dessus du trou indiqué et que le Bouton du Loquet (54) est bien verrouillé dans le trou. **Tirez le manchon pour vous assurer qu'il est bien verrouillé en place.**

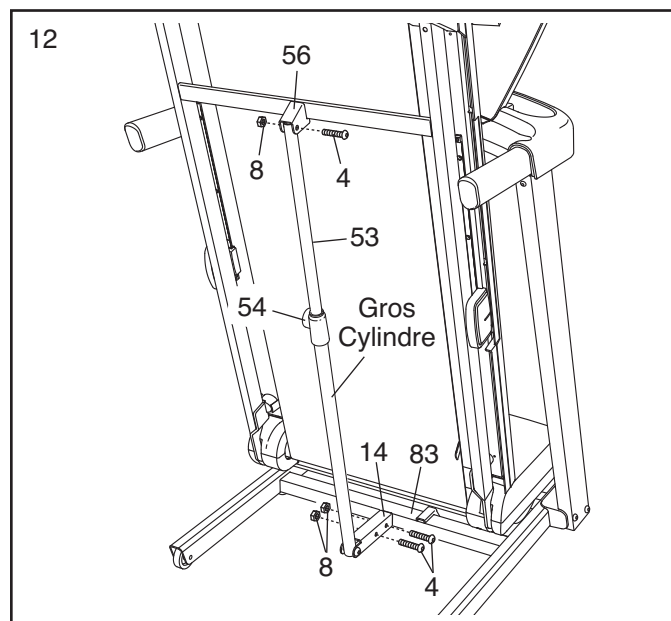


12. Soulevez le Cadre (56) jusqu'à la position illustrée. **Demandez à une deuxième personne de tenir le Cadre jusqu'à la fin de cette étape.**

Orientez le Loquet de Rangement (53) de manière à ce que le grand baril et le Bouton du Loquet (54) soient dans la position illustrée. Fixez le Support du Loquet (14) et le Loquet de Rangement (53) à la Base (83) à l'aide de deux Boulons de 3/8" x 2" (4) et de deux Ecrous de 3/8" (8).

Attachez la partie supérieure du Loquet de Rangement (53) sur le support sur le Cadre (56) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2" (4) et d'un Écrou de 3/8" (8). Il se peut qu'il soit nécessaire de déplacer le Cadre vers l'avant et vers l'arrière afin d'aligner le Loquet de Rangement avec le support.

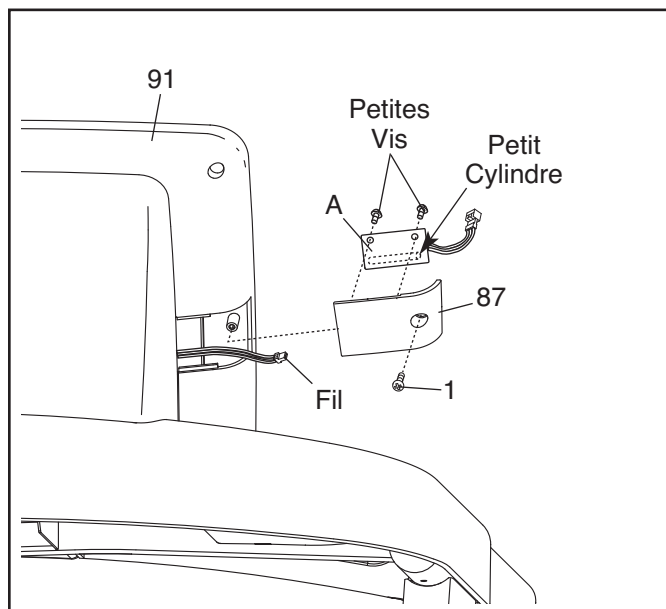
Abaissez le Cadre (56) (référez-vous à la section COMMENT DEPLIER LE TAPIS DE COURSE à la page 24).



13. **Assurez-vous que toutes les pièces sont correctement serrées avant d'utiliser le tapis de course.** Si les autocollants du tapis de course sont recouverts d'un film plastique, retirez le film. Pour protéger votre sol ou votre moquette, placez un tapis sous le tapis de course. Note: gardez les clés hexagonales incluses dans un lieu sûr ; la grande clé hexagonale est utilisée pour ajuster la courroie mobile (voir les pages 26 et 27).

Si vous avez acheté le détecteur cardiaque du torse en option (voir page 22), suivez les étapes ci-dessous pour installer le récepteur inclus avec le détecteur cardiaque du torse.

1. **Assurez-vous que le cordon d'alimentation est débranché.** Retirez les Vis de #8 x 1/2" (1) et la Porte d'Accès (87) du Dos de la Console (91).
2. Branchez le fil sur le récepteur (A) sur le fil indiqué sortant de la Dos de la Console (91). **Tenez le récepteur de manière à ce que le petit cylindre soit orienté comme illustré, face à la Base de la Console.** Attachez le récepteur sur les tubes en plastique sur la Porte d'Accès (87) à l'aide des deux petites vis incluses.
3. **Assurez-vous qu'aucun fil n'est pincé.** Ré-attachez la Porte d'Accès (87) à l'aide des Vis de #8 x 1/2" (1). Jetez les autres fils inclus avec le récepteur.



FONCTIONNEMENT ET RÉGLAGES

LA COURROIE MOBILE LUBRIFIÉE

Votre tapis roulant est équipé d'une courroie mobile enduite d'un lubrifiant ultra-efficace. **IMPORTANT :** Ne vaporisez jamais de silicone ou toute autre substance sur la courroie ou la plate-forme de marche. De telles substances pourraient endommager la courroie mobile et accélérer son usure.

POUR BRANCHER LE CORDON D'ALIMENTATION

⚠ DANGER: un mauvais branchement de l'équipement peut créer des risques de chocs électriques. Si vous ne savez pas si l'appareil est branché à la terre, faites faire une vérification par un électricien ou un technicien qualifié. Ne modifiez d'aucune manière la fiche fournie avec l'appareil ; si elle ne peut être insérée dans la prise murale, faites-en installer une par un électricien qualifié. N'utilisez pas d'adaptateur pour brancher la fiche à une prise inappropriée.

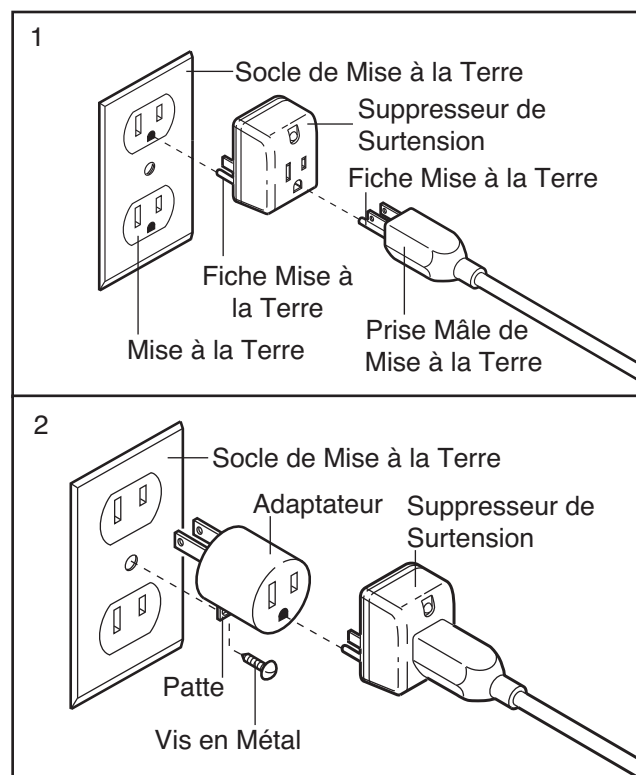
Votre tapis de course, comme tout autre type d'équipement électronique sophistiqué, peut être sérieusement endommagé par des changements soudains de tension des installations électriques. Certaines conditions météorologiques ou le fait d'allumer ou d'éteindre d'autres appareils électriques peuvent occasionner des crêtes de surtension, des pointes de tension et des interférences sonores. **Pour réduire les risques de dommages de votre tapis de course, utilisez toujours un suppresseur de surtension avec votre tapis de course (référez-vous au schéma 1 à droite).**

Utilisez uniquement un suppresseur de surtension équipé d'une seule sortie, homologué UL 1449 comme suppresseur de surtension à tension transitoire. Le suppresseur de surtension doit être muni d'un fusible de résistance inférieure ou égale à 400 volts, et de dissipation de 450 joules minimum. Le suppresseur de surtension doit être de 120 volts pour courant alternatif, et de 15 ampères. Le suppresseur de surtension doit être muni d'un voyant lumineux indiquant son bon fonctionnement. Le manquement à l'utilisation d'un suppresseur de surtension fonctionnant correctement peut provoquer des dommages au système de contrôle du tapis de course. Si le système de contrôle est endommagé, la courroie mobile peut changer de vitesse ou s'arrêter subitement, ce qui pourrait entraîner une chute et de sérieuses blessures.

Cet appareil doit être mis à la terre. En cas de panne ou d'un mauvais fonctionnement, la mise à la terre réduit les risques d'électrocution en offrant une

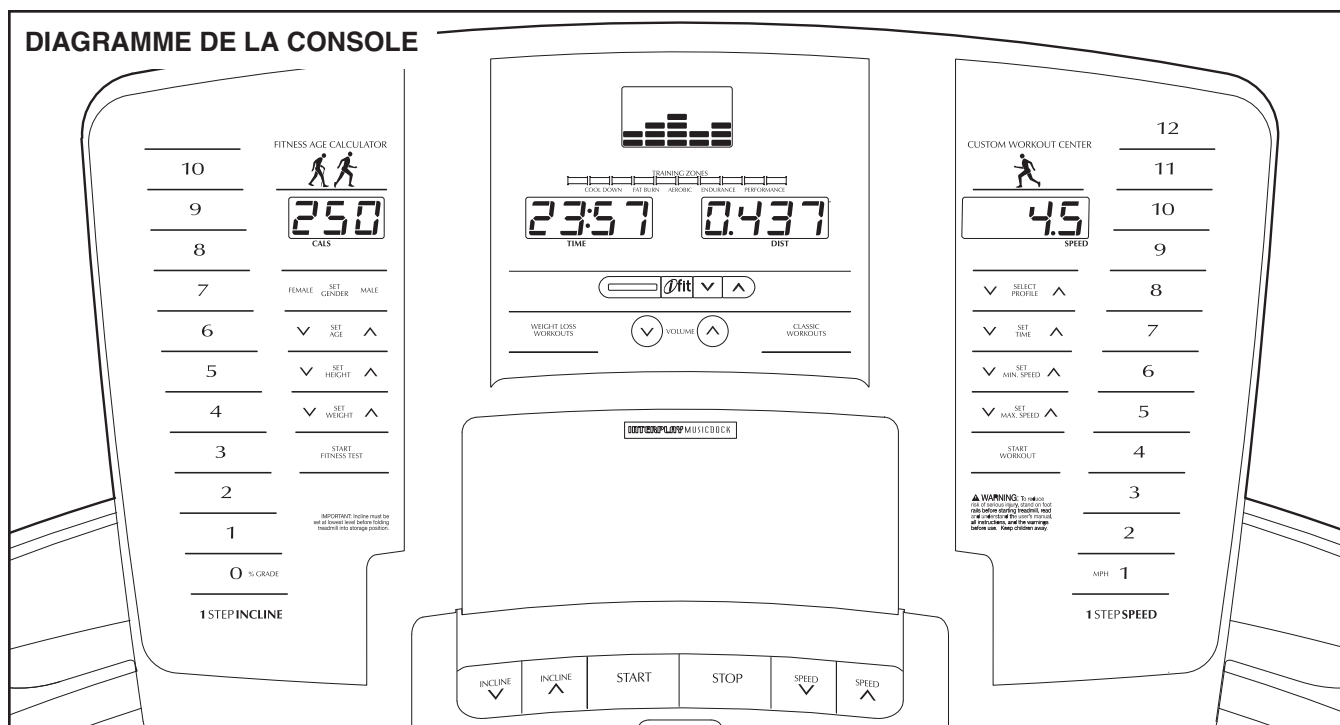
voie de fuite au courant électrique. Cet appareil est équipé d'un cordon d'alimentation muni d'un conducteur de mise à la terre ainsi que d'une fiche de mise à la terre. **Branchez le cordon d'alimentation dans un suppresseur de surtension et branchez ce dernier dans une prise bien installée et mise à la terre conformément aux codes locaux. Important : le tapis roulant n'est pas compatible avec les prises équipées d'un IMCT.**

Cet appareil est équipé pour être utilisé sur un circuit nominal de 120 volts, et il est muni d'une fiche mise à la terre semblable à la fiche illustrée sur le schéma 1. Si une prise de mise à la terre n'est pas disponible, vous pouvez utiliser un adaptateur temporaire semblable à celui utilisé dans le schéma 2 pour relier le suppresseur de surtension à une prise bipolaire, comme illustré dans le schéma 2.



Toutefois, cet adaptateur temporaire ne doit être utilisé que jusqu'au moment où une véritable prise mise à la terre (schéma 1) pourra être installée par un électricien qualifié.

La patte rigide, de couleur verte, qui dépasse de l'adaptateur doit être attachée sur un support mis à la terre tel que le socle de la prise femelle de mise à la terre. L'adaptateur doit être fixé au moyen d'une vis en métal. Certains socles de prises femelles bipolaires ne sont pas mis à la terre. Contactez un électricien qualifié pour déterminer si le socle de la prise femelle est mis à la terre avant d'utiliser un adaptateur.



CARACTÉRISTIQUES DE LA CONSOLE

Cette console de tapis de course des plus novatrices offre un éventail de fonctionnalités conçues pour rendre vos entraînements plus efficaces et plus agréables. Lorsque le mode manuel de la console est utilisé, la vitesse et l'inclinaison du tapis de course peuvent être modifiées d'une seule pression du doigt. Pendant que vous vous entraînez, la console fournit de façon continue des données sur l'entraînement. Vous pouvez même mesurer votre fréquence cardiaque en utilisant le détecteur cardiaque de la poignée ou le détecteur cardiaque du torse en option. (Reportez-vous à la page 22 pour plus d'informations concernant le détecteur cardiaque du torse en option).

De plus, la console est équipée de dix entraînements pré-enregistrés—cinq entraînements de perte de poids et cinq entraînements de performance classique. Chaque entraînement contrôle automatiquement la vitesse et l'inclinaison du tapis de course pour vous aider à vous entraîner efficacement. Vous pouvez créer vos propres entraînements personnalisés. Vous pouvez même passer un test de condition physique vous permettant de déterminer votre âge biologique.

La console possède également le nouveau système d'Entraînement Interactif iFIT. Le système iFIT permet à la console d'accepter des Cartes d'Entraînement Interactif iFIT comportant des programmes d'entraînement qui vous aident à atteindre des objectifs de fitness spécifiques. Par exemple, la perte de kilos indésirables à l'aide ou la préparation d'une course de fond. Les programmes iFIT contrôlent automatiquement le tapis de course pendant que la voix d'un entraîneur personnel vous donne des instructions et vous encourage à travers chacune des étapes de votre entraîne-

ment. Une Carte iFIT est fournie. Des cartes iFIT sont disponibles indépendamment. **Pour l'achat de Cartes iFIT, composez le numéro de téléphone figurant sur la page de couverture de ce manuel.**

Vous pouvez même écouter vos musiques d'entraînement ou livres sonores préférés grâce à la chaîne audio stéréophonique. Ce produit a été conçu pour fonctionner particulièrement avec l'iPod et il a été certifié par le développeur comme respectant les normes de performances d'Apple.

Pour utiliser le mode manuel, voir la page 14. **Pour utiliser un entraînement prédéfini**, reportez-vous à la page 17. **Pour utiliser le centre d'entraînement personnalisé**, reportez-vous à la page 18. **Pour utiliser un entraînement test de condition physique**, reportez-vous à la page 19. **Pour utiliser la système stéréophonique**, voir la page 20. **Pour utiliser une Carte iFIT**, voir à la page 21.

IMPORTANT : si une pellicule plastique recouvre la console, retirez la pellicule. Pour éviter d'endommager la plateforme de marche, portez toujours des chaussures d'athlétisme propres lorsque vous utilisez le tapis de course. Lors de la première utilisation du tapis de course, observez l'alignement de la courroie mobile et centrez la courroie au besoin (reportez-vous à la page 27).

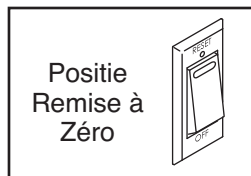
Remarque : la console peut afficher la vitesse et la distance soit en miles soit en kilomètres. Pour savoir quelle unité de mesure est sélectionnée, reportez-vous à la section LE MODE INFORMATION à la page 22.

Par souci de simplicité, toutes les instructions dans ce manuel font référence à des miles.

COMMENT ALLUMER L'APPAREIL

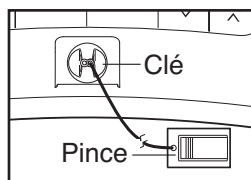
IMPORTANT : si le tapis de course a été entreposé à basse température, permettez-lui de revenir à la température ambiante avant de l'allumer. Si vous ne suivez pas cette consigne, les affichages de la console et d'autres composantes électriques peuvent être endommagés.

Branchez le cordon d'alimentation (voir page 12). Ensuite, localisez le coupe-circuit Remise à zéro/éteint [RESET/OFF] sur le cadre du tapis de course, près du cordon d'alimentation. Placez le coupe-circuit sur la position remise à zéro.



IMPORTANT : la console est équipée d'un mode démo, conçu pour être utilisé quand un tapis de course est exposé dans un magasin. Vous pouvez savoir que le mode démo est allumé si les affichages s'allument quand vous branchez le cordon d'alimentation et que vous placez le coupe-circuit sur la position remise à zéro. Pour éteindre le mode démo, appuyez sur la touche Arrêt [STOP] de la console pendant plusieurs secondes. Si les affichages restent allumés, référez-vous à la section LE MODE D'INFORMATION à la page 22 pour éteindre le mode démo.

Ensuite, montez sur les repose-pieds du tapis de course. Trouvez la pince attachée à la clé (voir le schéma à la côté) puis, glissez la pince sur la ceinture de vos vêtements. Ensuite, enfoncez la clé dans la console. Après quelques secondes, les affichages s'allument. **IMPORTANT :** dans une situation d'urgence, la clé peut être tirée hors de la console, ce qui entraîne l'arrêt de la courroie mobile. Testez la pince en faisant quelques pas en arrière ; si la clé ne sort pas de la console, réglez la position de la pince.



COMMENT UTILISER LE MODE MANUEL

1. Insérez la clé complètement dans la console.

Voir COMMENT ALLUMER L'APPAREIL à la gauche.

2. Sélectionnez le mode manuel.

Quand la clé est enfoncée dans la console, le mode manuel est sélectionné. Si vous avez sélectionné un programme, appuyez sur n'importe quelle touche de programme jusqu'à ce que seuls des zéros apparaissent sur l'écran. Remarque : assurez-vous que la Carte iFIT n'est pas insérée dans la fente iFIT.

3. Lancez la courroie mobile et réglez la vitesse.

Pour mettre la courroie mobile en marche, appuyez sur la touche Démarrage [START], la touche d'augmentation de Vitesse [SPEED], ou une des touches de Vitesse numérotées de Niveau de Vitesse [1 STEP SPEED].

Quand vous appuyez sur la touche Démarrage ou sur la touche d'augmentation de Vitesse, la courroie mobile se met à tourner à 1 km/h. Au fur et à mesure que vous pratiquez votre exercice, changez la vitesse de la courroie mobile en appuyant sur les touches d'augmentation et de diminution de Vitesse situées près de la touche Démarrage. Chaque fois que vous appuyez sur une touche, la vitesse change de 0,1 km/h ; si vous maintenez enfoncée la touche, la vitesse change par incrément de 0,5 km/h. Si vous appuyez sur l'une des touches de vitesse numérotées de Niveau de Vitesse [1 STEP SPEED], la courroie mobile augmentera graduellement sa vitesse jusqu'à atteindre la vitesse sélectionnée.

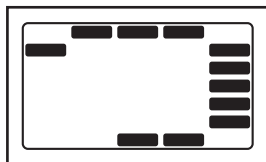
Pour arrêter la courroie mobile, appuyez sur la touche Arrêt [STOP]. Pour redémarrer la courroie mobile, appuyez sur la touche Démarrage, la touche d'augmentation de Niveau de Vitesse, ou sur l'une des touches de vitesse numérotées de Niveau de Vitesse.

4. **Changez l'inclinaison du tapis de course comme désiré.**

Pour modifier l'inclinaison du tapis de course, appuyez sur les touches d'augmentation ou de diminution de Inclinaison [INCLINE], ou sur l'une des touches numérotées de Niveau d'inclinaison [1 STEP INCLINE]. Chaque fois que vous appuyez sur l'une des touches, l'inclinaison change graduellement jusqu'à atteindre le réglage sélectionné.

5. **Suivez vos progrès sur les affichages.**

La matrice— Lorsque vous sélectionnez le mode manuel, la matrice affiche une piste de 1/4 mile. Au fur et à mesure que vous pratiquez vos exercices, des indicateurs autour de la piste s'allument successivement jusqu'à ce que la totalité de la piste soit allumée. Puis, la piste s'obscurcit et les indicateurs recommencent à s'allumer successivement.



L'écran Temps/Inclinaison [TIME/INCLINE]—

L'écran Temps/Inclinaison affiche le temps écoulé ainsi que l'inclinaison du tapis de course.

Remarque : lorsqu'un entraînement pour la perte de poids ou un entraînement classique est sélectionné, l'écran indique le temps restant de l'entraînement au lieu du temps écoulé.



L'écran Distance [DISTANCE]—

L'écran Distance affiche la distance que vous avez parcourue en marchant ou en courant.



L'écran Calculateur de l'âge biologique [FITNESS AGE CALCULATOR]—

L'écran Calculateur de l'âge biologique est utilisé durant le test de condition physique et affiche votre âge fonctionnel, la quantité approximative de calories que vous avez brûlée, votre pouls, votre poids et votre taille.

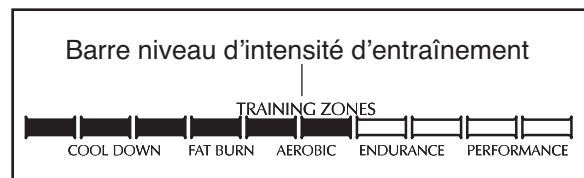


L'écran Centre d'entraînement personnalisé [CUSTOM WORKOUT CENTER]—

L'écran Centre d'entraînement personnalisé affiche la vitesse de la courroie mobile ainsi que vos vitesses maximales et minimales.



A mesure que vous pratiquez vos exercices, la barre de niveau de l'intensité de l'entraînement indique le niveau approximatif de l'intensité de ceux-ci. Par exemple, six indicateurs de la barre allumés indiquent que votre niveau d'intensité est idéal pour les exercices aérobiques.

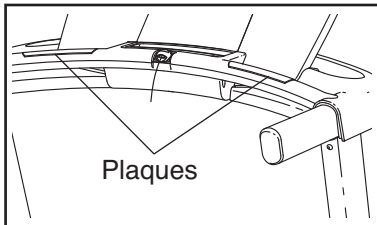


Pour remettre les écrans à zéro, appuyez sur la touche Arrêt, retirez la clé de la console puis réinsérez-la dans la console.

6. Mesurez votre rythme cardiaque, si vous le désirez.

Vous pouvez mesurer votre fréquence cardiaque en utilisant le détecteur de la poignée ou le détecteur cardiaque du torse en option. Reportez-vous à la page 22 pour en savoir plus sur le détecteur cardiaque du torse en option.

Avant d'utiliser le détecteur cardiaque de la poignée, retirez les pellicules plastique des plaques métalliques. De plus, assurez-vous que vos mains sont propres.



Pour mesurer votre fréquence cardiaque, **tenez-vous sur les repose-pieds** et saisissez les plaques métalliques de la rampe—**évit**ez de **déplacer vos mains**. Lorsque votre rythme cardiaque a été détecté, l'indicateur en forme de cœur

se trouvant dans l'affichage droit clignotera chaque fois que votre cœur battra, un ou deux tirets apparaissent, celui-ci s'affiche à l'écran. **Pour la lecture la plus précise de votre fréquence cardiaque, tenez les plaques métalliques pendant 15 secondes.**

7. Quand vous avez fini de vous entraîner, retirez la clé de la console.

Montez sur les repose-pieds, pressez la touche d'Arrêt [STOP] et **réglez l'inclinaison du tapis de course à la position minimale. L'inclinaison doit être réglée à la position minimale avant la fermeture du tapis de course en position de rangement, pour éviter le bris du tapis.** Ensuite, retirez la clé de la console et rangez-la dans un endroit sûr.

Quand vous avez terminé votre entraînement sur le tapis de course, placez le coupe-circuit Remise à zéro/éteint sur la position éteint [OFF] puis, débranchez le cordon d'alimentation. **IMPORTANT : si vous ne faites pas cela, les composantes électriques du tapis de course peuvent s'user prématurément.**

COMMENT UTILISER L'ENTRAÎNEMENT PRÉ-ENREGISTRÉ

1. Insérez la clé complètement dans la console.

Voir COMMENT ALLUMER LE TAPIS DE COURSE à la page 14.

2. Sélectionnez un entraînement pré-enregistré.

Pour sélectionner un programme prédéfini, appuyez plusieurs fois sur la touche Entraînements pour la perte de poids [WEIGHT LOSS WORKOUTS] ou sur les touches Entraînements classiques [CLASSIC WORKOUTS] jusqu'à ce que « P1 », « P2 », « P3 », « P4 », « P5 », « P6 », « P7 », « P8 », « P9 » ou « P10 » apparaisse à l'écran.

Quand vous sélectionnez un entraînement prédéfini, l'écran affiche le nom, la durée, la vitesse maximale ainsi qu'un profil des vitesses de l'entraînement. Les entraînements pour la perte de poids indiqueront également la quantité approximative de calories que vous avez brûlée.

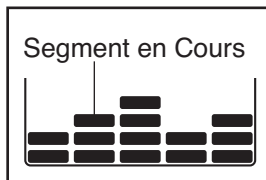


Chaque entraînement prédéfini est divisé en segments d'une minute. Un réglage de la vitesse et un réglage de l'inclinaison sont programmés pour chaque segment. Note: la même vitesse et/ou inclinaison peut être réglée pour segments consécutifs du programme.

3. Appuyez sur la touche démarrage [START] pour commencer l'entraînement.

Un moment après que la touche est appuyée, le tapis de course se réglera automatiquement aux premières vitesse et inclinaison d'entraînement.

Le profil affichera votre progrès durant l'entraînement. Le segment clignotant du profil représente le segment en cours de



l'entraînement. La hauteur du segment clignotant indique le réglage de la vitesse du segment en cours. A la fin de chaque segment, une série de tonalités se fait entendre et le prochain segment du profil se met à clignoter. Les nouveaux réglages pour la vitesse et l'inclinaison apparaissent à l'écran pendant quelques secondes.

L'entraînement continuera de cette façon jusqu'à ce que le dernier segment du profil clignote à l'écran et jusqu'à la fin de celui-ci. La courroie mobile ralentira jusqu'à l'arrêt.

Si à un moment quelconque de l'entraînement, le réglage de la vitesse ou de l'inclinaison est trop élevé ou trop faible, vous pouvez annuler manuellement celui-ci en appuyant sur les touches des vitesses ou d'inclinaisons. **Remarque : quand le prochain segment commence, le tapis de course s'ajuste automatiquement sur la vitesse et l'inclinaison programmées pour le segment suivant.**

Pour arrêter l'entraînement à n'importe quel moment, appuyez sur la touche Arrêt [STOP]. Pour redémarrer l'entraînement, appuyez sur la touche Démarrage ou sur la touche d'augmentation de Vitesse [SPEED]. La courroie mobile commence à tourner à 2 km/h. Une fois que le prochain segment de l'entraînement commence, le tapis de course se règle automatiquement sur les réglages de la vitesse et d'inclinaison pour ce segment.

4. Suivez vos progrès sur les affichages.

Voir l'étape 5 à la page 15.

5. Mesurez votre rythme cardiaque, si vous le désirez.

Voir l'étape 6 à la page 16.

6. Quand vous avez fini de vous entraîner, retirez la clé de la console.

Voir l'étape 7 à la page 16.

COMMENT UTILISER LE CENTRE D'ENTRAÎNEMENT PERSONNALISÉ

1. Insérez la clé complètement dans la console.

Voir COMMENT ALLUMER LE TAPIS DE COURSE à la page 14.

2. Sélectionnez le Centre d'entraînement personnalisé.

Pour utiliser le Centre d'entraînement personnalisé, appuyez la touche d'augmentation de Sélectionner le profil [SELECT PROFILE].

Sélectionnez votre profil en appuyant plusieurs fois sur les touches d'augmentation et de diminution de Sélectionner le profil [SELECT PROFILE]. Puis, appuyez sur la touche Démarrer l'entraînement [START WORKOUT]. Remarque : le fait d'appuyer sur la touche Démarrer l'entraînement ne lance pas tout de suite l'entraînement personnalisé. Si vous n'appuyez pas sur la touche Démarrage [START], l'écran passe à la sélection suivante après quelques secondes.

Ensuite, sélectionnez la durée souhaitée pour l'entraînement en appuyant plusieurs fois sur les touches d'augmentation et de diminution de Définir la durée [SET TIME]. Puis, appuyez sur la touche Démarrer l'entraînement.

Sélectionnez votre vitesse minimale pour l'entraînement en appuyant plusieurs fois sur les touches d'augmentation et de diminution de Définir la vitesse minimale [SET MIN. SPEED]. Puis, appuyez sur la touche Démarrer l'entraînement.

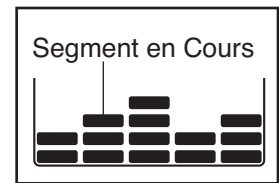
Ensuite, sélectionnez votre vitesse maximale pour l'entraînement en appuyant plusieurs fois sur les touches d'augmentation et de diminution de Définir la vitesse maximale [SET MAX. SPEED].

Chaque entraînement personnalisé est divisé en plusieurs segments. Un réglage de la vitesse et un réglage de l'inclinaison sont programmés pour chaque segment.

3. Appuyez sur la touche Démarrer l'entraînement pour commencer l'entraînement.

Quelques secondes après avoir appuyé sur la touche Démarrer l'entraînement, la courroie mobile se met en mouvement. Tenez les rampes et commencez à marcher.

Le profil affichera votre progrès durant l'entraînement. Le segment clignotant du profil représente le segment en cours de l'entraînement.



La hauteur du segment clignotant indique le réglage de la vitesse du segment en cours. A la fin de chaque segment, une série de tonalités se fait entendre et le prochain segment du profil se met à clignoter. Les nouveaux réglages pour la vitesse et l'inclinaison apparaissent à l'écran pendant quelques secondes.

L'entraînement continuera de cette façon jusqu'à ce que le dernier segment du profil clignote à l'écran et jusqu'à la fin de celui-ci. La courroie mobile ralentira jusqu'à l'arrêt.

Si à un moment quelconque de l'entraînement, le réglage de la vitesse ou de l'inclinaison est trop élevé ou trop faible, vous pouvez annuler manuellement celui-ci en appuyant sur les touches des vitesses ou d'inclinaisons. **Remarque : quand le prochain segment commence, le tapis de course s'ajuste automatiquement sur la vitesse et l'inclinaison programmées pour le segment suivant.**

Pour arrêter l'entraînement à n'importe quel moment, appuyez sur la touche Arrêt [STOP]. Pour redémarrer l'entraînement, appuyez sur la touche Démarrage [START] ou sur la touche d'augmentation de Vitesse [SPEED]. La courroie mobile commence à tourner à 2 km/h. Dès que le prochain segment de l'entraînement commence, le tapis de course se règle automatiquement sur les réglages de la vitesse et d'inclinaison pour ce segment.

4. Suivez vos progrès sur les affichages.

Voir l'étape 5 à la page 15.

5. Mesurez votre rythme cardiaque, si vous le désirez.

Voir l'étape 6 à la page 16.

6. Quand vous avez fini de vous entraîner, retirez la clé de la console.

Voir l'étape 7 à la page 16.

COMMENT UTILISER L'ENTRAÎNEMENT TEST DE CONDITION PHYSIQUE

L'entraînement test de condition physique calcule votre âge biologique approximatif. Votre âge biologique correspond à l'âge moyen de quelqu'un de votre niveau de condition physique.

Pour des résultats encore plus précis, utilisez l'entraînement test de condition physique lorsque vous n'êtes pas fatigué, au moins deux heures après avoir mangé et au moins 24 heures après avoir pratiqué des exercices. Suivez les étapes ci-dessous pour utiliser l'entraînement.

1. Portez le capteur cardiaque du torse.

Pour utiliser l'entraînement test de condition physique, vous devez tenir le détecteur de rythme cardiaque de la poignée ou porter le détecteur de rythme cardiaque du torse en option. **Pour des résultats encore plus précis, portez le détecteur de rythme cardiaque du torse en option.** Reportez-vous à la page 22 pour plus d'informations concernant le détecteur de rythme cardiaque du torse en option.

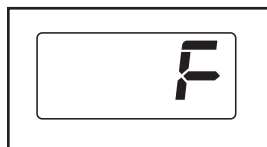
2. Insérez la clé complètement dans la console.

Voir COMMENT ALLUMER LE TAPIS DE COURSE à la page 14.

3. Sélectionnez l'entraînement test de condition physique.

Pour sélectionner l'entraînement test de condition physique, appuyez sur l'une des touches Définir le sexe [SET GENDER].

Dès que l'entraînement test de condition physique a été sélectionné, la lettre *F* (Femme) ou *M* (Homme) apparaît à l'écran Calculateur de l'âge biologique [FITNESS AGE CALCULATOR]. Appuyez sur la touche Homme [MALE] ou sur la touche Femme



[FEMALE] pour sélectionner le sexe, et ensuite appuyez sur la touche Démarrer le test de condition physique [START FITNESS TEST]. Remarque : le fait d'appuyer sur la touche Démarrer le test de condition physique ne lance pas tout de suite l'entraînement test de condition physique.

Puis, l'âge actuel s'affichera à l'écran. Si vous n'avez pas entré votre âge, appuyez plusieurs fois sur la touche d'augmentation ou de diminution de Définir l'âge [SET AGE] pour entrer votre âge. Appuyez sur le bouton Démarrer le test de condition physique.

Puis, la taille actuelle s'affichera à l'écran. Si vous n'avez pas entré votre taille, appuyez plusieurs fois sur la touche d'augmentation ou de diminution de Définir la taille [SET HEIGHT] pour entrer votre taille. Appuyez sur le bouton Démarrer le test de condition physique.

Puis, le poids actuel s'affichera à l'écran. Si vous n'avez pas entré votre poids, appuyez plusieurs fois sur la touche d'augmentation ou de diminution de Définir le poids [SET WEIGHT] pour entrer votre poids. Appuyez sur le bouton Démarrer le test de condition physique.

4. Appuyez sur la touche Démarrer [START] pour commencer l'entraînement.

Un moment après que la touche est appuyée, le tapis de course se réglera automatiquement aux premières vitesse et inclinaison d'entraînement. Remarque : pour des résultats encore plus précis, ne tenez pas les rampes durant l'entraînement test de condition physique.

Durant l'entraînement, la vitesse et l'inclinaison du tapis de course changeront constamment. La vitesse ou l'inclinaison apparaîtra à l'écran pour vous avertir avant chaque changement. **Important : les touches Vitesse [SPEED] et Inclinaison [INCLINE] ne fonctionneront pas durant l'entraînement. Si vous appuyez sur la touche Arrêt [STOP], le test de condition physique s'arrêtera.**

L'entraînement est conçu pour durer neuf minutes. A la fin de l'entraînement, la courroie mobile ralentit jusqu'à l'arrêt et votre âge biologique apparaît à l'écran Calculateur de l'âge biologique [FITNESS AGE CALCULATOR].



5. Suivez votre progression sur l'écran.

Voir l'étape 5 à la page 15.

6. Quand vous avez fini de vous entraîner, retirez la clé de la console.

Voir l'étape 7 à la page 16.

COMMENT UTILISER LE SYSTÈME AUDIO STÉRÉO

Cet appareil est conçu tout particulièrement pour fonctionner avec votre iPod : il est certifié par le fabricant pour être conforme aux standards de performance de Apple. Pour écouter de la musique ou des livres audio sur les enceintes stéréos de la console, vous devez brancher votre iPod, lecteur MP3, lecteur de CD ou tout autre lecteur audio sur la console à l'aide de la prise audio ou de la station d'accueil Apple Universal Dock pour iPod.

Pour utiliser la prise audio, localisez le câble audio et branchez-le dans la prise audio à côté des enceintes. Ensuite, branchez le câble audio dans la prise de votre lecteur MP3, lecteur CD ou tout autre lecteur audio.

Assurez-vous que le câble audio est complètement enfoncé.

Pour utiliser la station d'accueil Apple Universal Dock pour iPod intégrée, vous avez besoin d'un câble Universal iPod Connector de iFIT. Branchez une extrémité dans la station d'accueil iPod intégrée près des enceintes et l'autre extrémité dans votre iPod.

Assurez-vous que le câble Universal iPod Connector de iFIT est complètement enfoncé.

Ensuite, appuyez sur la touche Lecture de votre iPod, lecteur de CD ou autre lecteur audio. Réglez le volume de votre iPod, lecteur de CD, ou autre lecteur audio ou appuyez sur les touches d'augmentation ou de diminution du VOLUME sur la console.

Si vous utilisez un lecteur de CD portable et que le CD saute, placez le lecteur de CD portable sur le sol ou sur une autre surface plane, au lieu de la console.

COMMENT UTILISER UNE CARTE IFIT

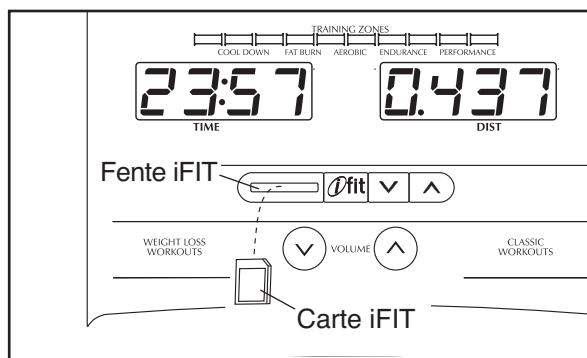
1. Insérez la clé complètement dans la console.

Voir COMMENT ALLUMER LE TAPIS DE COURSE à la page 14.

2. Insérez une carte iFIT et sélectionnez un entraînement.

Pour utiliser un programme iFIT, insérez une carte iFIT dans la fente iFIT ; assurez-vous que la carte iFIT est orientée de telle sorte que les contacts métalliques soient vers le haut et soient insérés dans la fente iFIT.

Ensuite, sélectionnez un programme iFIT en appuyant sur les touches iFIT haut et bas à côté de la fente iFIT. Quand un programme iFIT est sélectionné, l'écran affiche le nom, la durée, l'inclinaison maximale et la vitesse maximale du programme. De plus, un profil des réglages de la vitesse de l'entraînement apparaîtra à l'écran.



Chaque programme iFIT est divisé en plusieurs segments d'une minute. Une vitesse et une inclinaison sont programmées pour chaque segment. Remarque : la même vitesse et/ou inclinaison peut être réglée pour segments consécutifs du programme.

3. Appuyez sur la touche de mise en fonction Start pour commencer l'entraînement.

Un moment après que la touche est appuyée, le tapis de course se réglera automatiquement aux premières vitesse et inclinaison d'entraînement. Tenez les Rampes et commencez à marcher.

Si la vitesse ou l'inclinaison pour le segment en cours est trop élevé ou trop bas vous pouvez annuler manuellement les réglages en appuyant la touche Vitesse ou Inclinaison. **Toutefois, quand le prochain segment commence, le tapis de course s'ajustera automatiquement à la programmation de vitesse et d'inclinaison pour le prochain segment.**

Pour interrompre l'entraînement à tout moment, appuyez sur la touche d'Arrêt [STOP]. Pour reprendre l'entraînement, appuyez sur la touche Démarrer. La courroie mobile commence à se déplacer à 1 mph. Au début du segment suivant de l'entraînement, le tapis de course se réglera automatiquement sur les valeurs de vitesse et d'inclinaison programmées pour ce segment.

4. Suivez vos progrès sur les affichages.

Voir l'étape 5 à la page 15.

5. Quand vous avez fini de vous entraîner, retirez la clé de la console.

Voir l'étape 7 à la page 16.

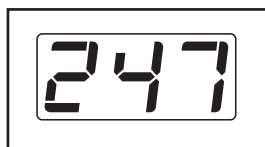
ATTENTION : enlevez toujours les Cartes iFIT de la fente iFIT lorsque vous ne les utilisez pas.

LE MODE INFORMATION

La console comporte un mode « Information » qui conserve un suivi de la distance totale que la courroie mobile a « parcourue » et le nombre total d'heures de fonctionnement du tapis de course. Le mode « Information » vous permet également de choisir entre « miles » et « kilomètres » pour le système de mesure et d'activer ou de désactiver le mode « Démo » de l'écran.

Pour sélectionner le mode d'information, maintenez enfoncée la touche d'Arrêt [STOP] et introduisez la clé dans la console, puis relâchez la touche d'arrêt. Lorsque le mode d'information est sélectionné, les informations suivantes apparaissent à l'écran :

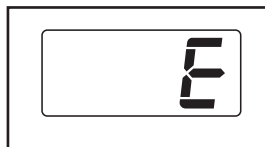
Le nombre total d'heures pendant lesquelles le tapis de course aura été utilisé apparaîtra sur l'écran.



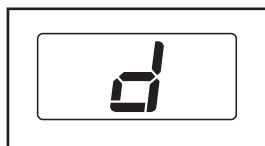
L'écran indiquera également le nombre total de miles (kilomètres) « parcouru » par la courroie mobile.



Un « E » pour les miles anglais ou un « M » pour les kilomètres s'affichera à l'écran. Au besoin, utilisez la touche d'augmentation de la vitesse [SPEED INCREASE] pour changer l'unité de mesure.



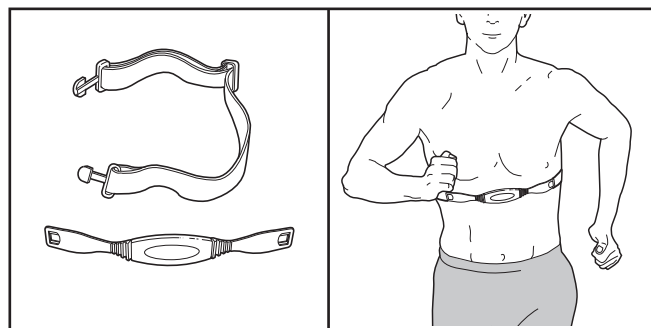
Remarque : la console offre un mode d'affichage de démonstration destiné à l'utilisation du tapis de course en salle de démonstration. Pendant le fonctionnement en mode de démonstration, la console fonctionnera normalement lorsque le cordon d'alimentation sera branché, le coupe-circuit remise à zéro/éteint passé à la position remise à zéro et la clé introduite dans la console. Cependant, lors du retrait de la clé, les affichages demeureront actifs, mais les touches n'auront aucun effet sur le fonctionnement. Si le mode « Démo » est activé, un « D » s'affiche à l'écran pendant la sélection du mode « Information ». Pour activer ou désactiver le mode « Démo », appuyez sur la touche de diminution de Vitesse [SPEED].



Pour sortir du mode information, retirez la clé de la console.

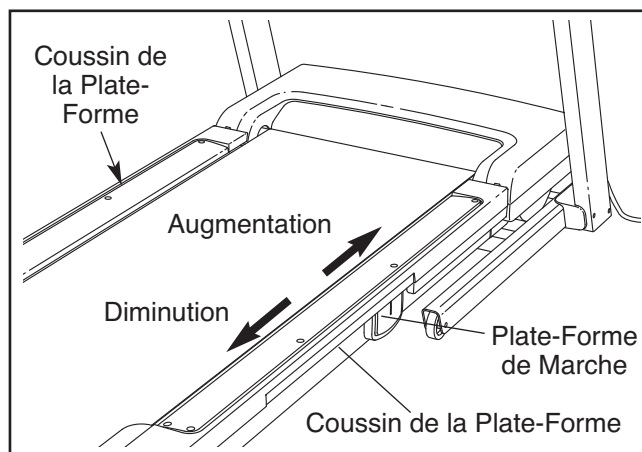
CAPTEUR CARDIAQUE DU TORS EN OPTION

Un détecteur cardiaque du torse en option permet de vous exercer avec les mains libres et de visualiser votre fréquence cardiaque pendant vos séances d'entraînement. **Pour commander le détecteur cardiaque du torse en option, composez le numéro de téléphone indiqué sur la page couverture de ce manuel.**



COMMENT REGLER LE SYSTEME D'AMORTISSEMENT

Retirez la clé de la console et débranchez le cordon d'alimentation. Le tapis de course est équipé d'un système qui réduit les chocs lorsque vous marchez ou courez sur le tapis de course. Pour augmenter la fermeté de la plateforme de marche, descendez du tapis de course et glissez les coussins de la Plate-forme vers l'avant du tapis de course. Pour diminuer la fermeté, glissez les coussins de la Plate-forme vers l'arrière du tapis de course. **Remarque : assurez-vous que les deux coussins de la Plate-forme sont réglés au même degré de fermeté. Le plus vous courez vite sur le tapis de course, ou plus vous pesez, plus la plate-forme devrait être ferme.**



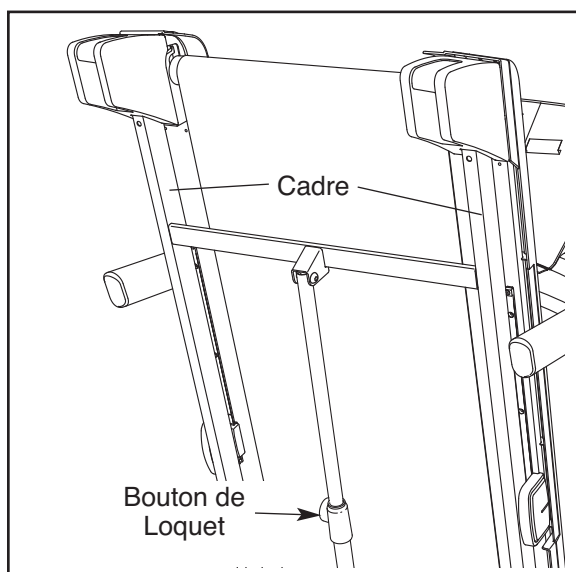
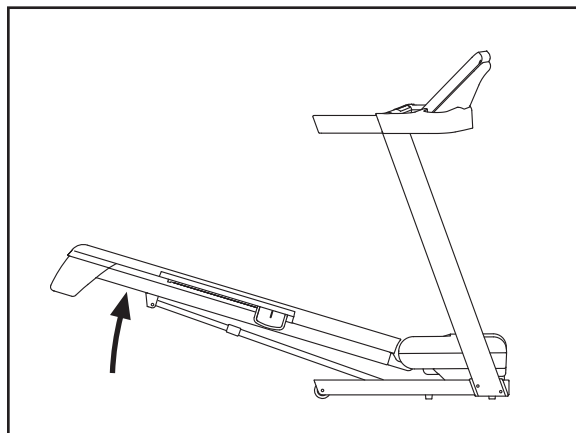
COMMENT PLIER ET DÉPLACER LE TAPIS DE COURSE

COMMENT PLIER LE TAPIS DE COURSE POUR LE RANGER

Avant de plier le tapis de course, ajustez l'inclinaison au niveau le plus bas. Si l'inclinaison n'est pas réglée au niveau le plus bas, vous endommagerez le tapis de course de façon permanente. Débranchez ensuite le cordon d'alimentation. **ATTENTION** : vous devez être capable de soulever 20 kg pour pouvoir soulever, abaisser ou déplacer le tapis de course.

1. Maintenez le cadre métallique fermement à l'endroit indiqué par la flèche de droite. **ATTENTION** : pour diminuer les risques de blessures, ne soulevez pas le cadre à l'aide des repose-pied plastique. Assurez-vous que vos genoux sont pliés et que votre dos est droit quand vous soulevez le cadre—ne soulevez pas le cadre avec votre dos. Soulevez le tapis de course à mi-chemin de la position verticale.
2. Soulevez le cadre jusqu'à ce que le bouton du loquet se verrouille en position de rangement. **Assurez-vous que le bouton du loquet est bien verrouillé en position de rangement.**

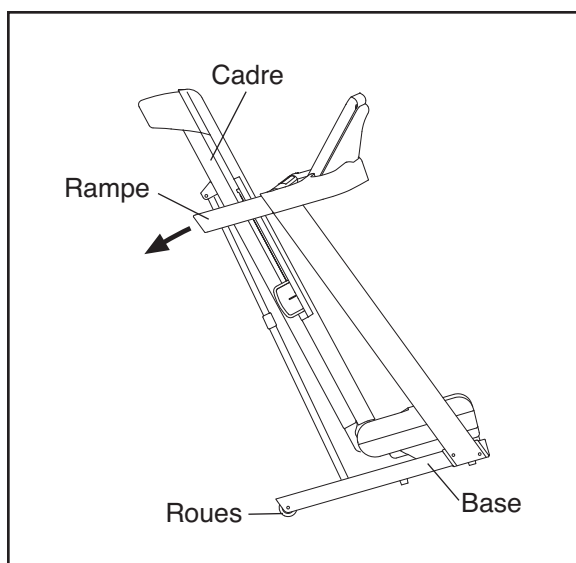
Pour protéger votre sol, placez un tapis sous le tapis de course. Eloignez le tapis de course des rayons directs du soleil. Ne laissez pas le tapis de course dans sa position de rangement à des températures au dessus de 30° C (85° F).



COMMENT DEPLACER LE TAPIS DE COURSE

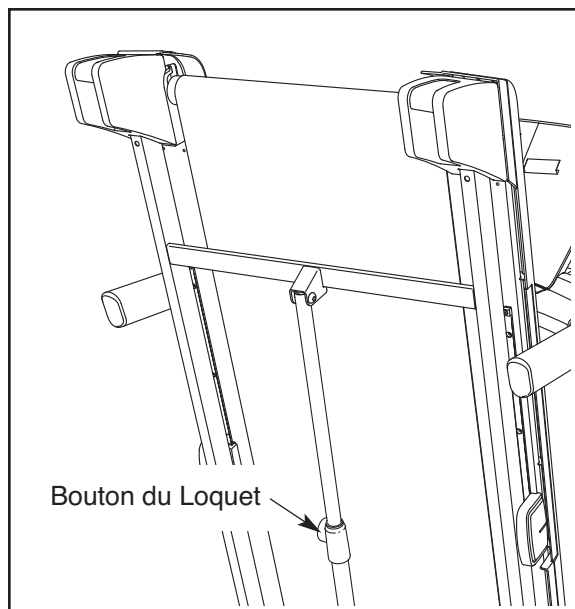
Avant de déplacer le tapis de course, mettez-le en position de rangement comme décrit ci-dessus. **Assurez-vous que le bouton du loquet est bien verrouillé en position de rangement.**

1. Tenez une rampe et placez un pied contre une des roues.
2. Renversez le tapis de course en arrière jusqu'à ce qu'il roule librement sur les roues avant. Avec précaution déplacez le tapis de course dans l'endroit désiré. **Pour réduire tout risques de blessures, soyez très prudent quand vous déplacez le tapis de course. N'essayez pas de déplacer le tapis de course sur des surfaces inégales.**
3. Placez un pied contre une roue puis, baissez doucement le tapis de course jusqu'à ce qu'il soit dans sa position de rangement.

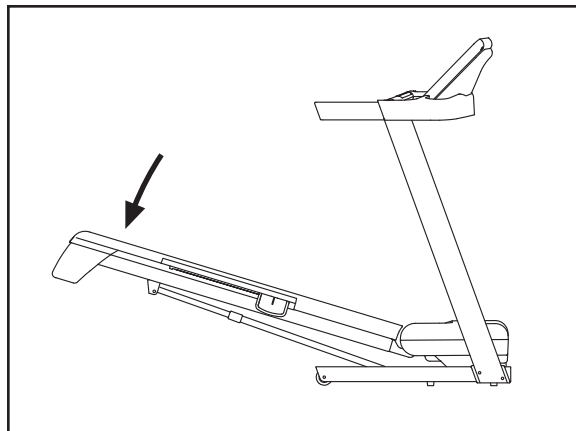


COMMENT DEPLIER LE TAPIS DE COURSE

1. Tenez l'extrémité supérieure du tapis de course avec votre main droite. Tirez le bouton de loquet vers la gauche et tenez-le ainsi. Il se peut qu'il soit nécessaire de pousser le cadre vers l'avant pendant que vous poussez le bouton du loquet vers la gauche. Faites pivoter le cadre vers le bas et libérez le bouton du loquet.



2. Tenez la cadre en métal fermement des deux mains, et abaissez-le jusqu'au sol. ATTENTION : ne tenez pas uniquement les repose-pieds en plastique et ne laissez pas le cadre tomber sur le sol. Pliez vos genoux et gardez votre dos bien droit quand vous soulevez le cadre.

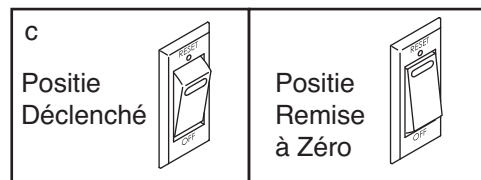


LOCALISATION D'UN PROBLÈME

La plupart des problèmes du tapis de course peuvent être résolus en suivant les étapes ci-dessous. Trouvez le symptôme correspondant et suivez les étapes recommandées. Si vous avez toujours des questions veuillez contacter le service à la clientèle.

PROBLÈME : le courant ne s'allume pas

- SOLUTION :**
- Assurez-vous que le cordon d'alimentation est branché dans un arrêt de pointe et que l'arrêt de pointe est branché correctement dans une prise de mise à la terre (voir la page 12). Utilisez seulement un arrêt de pointe à prise unique qui satisfait toutes les spécifications décrites à la page 12. Important: le tapis de course n'est pas compatible avec les prises équipés d'un IMCT.
 - Après avoir branché le cordon d'alimentation, assurez-vous que la clé est complètement insérée dans la console.
 - Vérifiez le coupe-circuit remise à zéro/éteint [RESET/OFF] sur le tapis de course près du cordon d'alimentation. Si le coupe-circuit dépasse de son socle comme illustré, le coupe-circuit s'est déclenché. Pour le remettre en marche, attendez cinq minutes puis appuyez sur le coupe-circuit.



PROBLÈME : le tapis de course s'éteint pendant l'emploi

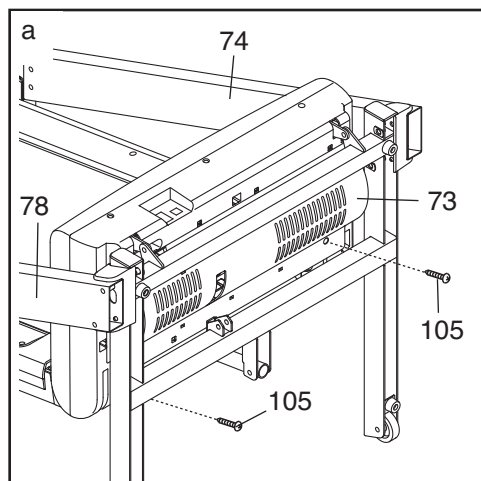
- SOLUTION :**
- Vérifiez le coupe-circuit remise à zéro/éteint (voir le schéma ci-dessus). Si le coupe-circuit s'est déclenché, attendez cinq minutes puis appuyez sur l'interrupteur.
 - Assurez-vous que le cordon d'alimentation est branché. Si le cordon d'alimentation est branché, débranchez-le, attendez cinq minutes puis, rebranchez-le.
 - Enlevez la clé de la console. Réinsérez la clé dans la console.
 - Si le tapis de course ne fonctionne toujours pas, référez-vous à la page de couverture de ce manuel.

PROBLÈME : la console reste allumée quand vous retirez la clé de la console

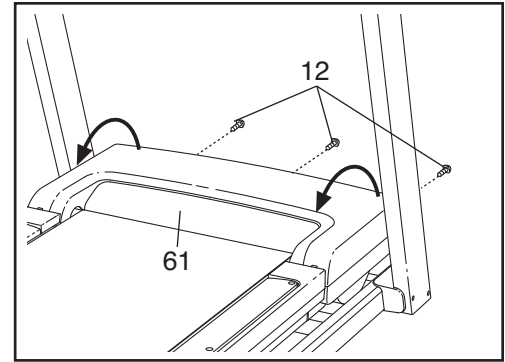
- SOLUTION :**
- La console est équipée d'un mode démo, conçu pour être utilisé quand le tapis de course est exposé dans un magasin. Si les affichages restent allumés quand vous retirez la clé, le mode démo est allumé. Pour éteindre le mode démo, appuyez sur la touche Arrêt [STOP] pendant quelques secondes. Si les affichages restent allumés, référez-vous à la section LE MODE D'INFORMATION à la page 22 pour éteindre le mode démo.

PROBLÈME : l'écran de la console ne fonctionne pas correctement

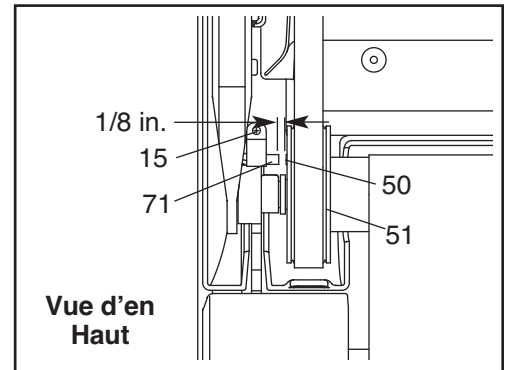
- SOLUTION :**
- Retirez la clé de la console et **DÉBRANCHEZ LE CORDON D'ALIMENTATION**. Avec l'aide d'une deuxième personne, basculez doucement les Montants (74, 78) jusqu'au sol. Il y a peut-être deux Vis de #8 x 2" (105) au fond du Panneau Ventral (73). Si c'est le cas, retirez-les. Note: un tournevis cruciforme avec au moins une tige de 13 cm est exigé.



Enlevez les trois Vis de #8 x 3/4" (12) puis enlevez doucement le Capot (61) en le faisant pivoter.



Localisez le Détecteur Magnétique (71) et l'Aimant (50) sur le côté gauche de la Poulie (51). Tournez la Poulie jusqu'à ce que l'Aimant soit aligné avec le Détecteur Magnétique. **Assurez-vous que l'espace entre l'Aimant et le Détecteur Magnétique est d'environ 3 mm.** Si nécessaire, dévissez la Vis du Capteur Magnétique de 3/4" (15), et déplacez légèrement le Détecteur Magnétique. Rattachez le Capot (non-illustrée), et faites tourner le tapis de course pendant quelques minutes pour vous assurer que la vitesse affichée est correcte.



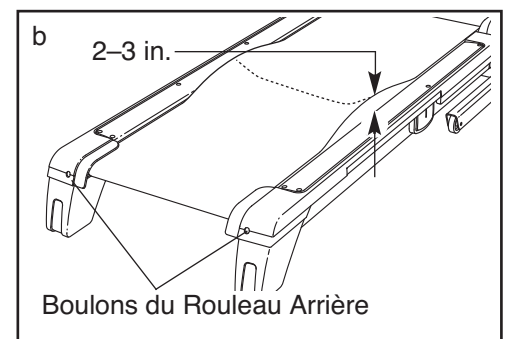
PROBLÈME : l'inclinaison du tapis de course ne change pas correctement

SOLUTION : a. Avec la clé dans la console, appuyez sur un des boutons d'Inclinaison. **Alors que l'inclinaison change, enlevez la clé.** Après quelques secondes, réinsérez la clé. Le tapis de course s'élèvera automatiquement au niveau d'inclinaison maximum et ensuite retournera au niveau minimum. Ceci re-calibrera le système d'inclinaison.

PROBLÈME : le tapis de course ralentit durant l'usage

SOLUTION : a. Utilisez un supprimeur de surtension à prise unique conforme à toutes les spécifications décrites à la page 12.

b. Si la courroie mobile est trop tendue, la performance du tapis de course peut être diminuée et la courroie mobile peut être endommagée de manière permanente. Retirez tout d'abord la clé de la console et **DÉBRANCHEZ LE CORDON D'ALIMENTATION.** A l'aide de la clé hexagonale, tournez les deux boulons d'ajustement du rouleau arrière dans le sens contraire des aiguilles d'une montre, 1/4 de tour. Une fois la courroie mobile serrée correctement, vous devriez pouvoir soulever chaque côté de la courroie mobile de 5 à 7 cm (2 à 3 pouce) de la plate-forme de marche. Assurez-vous que la courroie mobile est centrée. Branchez le cordon d'alimentation, insérez la clé et mettez le tapis de course en marche pendant quelques minutes. Répétez l'opération jusqu'à ce que la courroie soit tendue correctement.

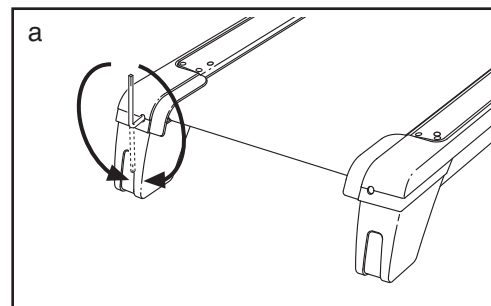


c. Si la courroie mobile ralentit toujours référez-vous à la page de couverture de ce manuel.

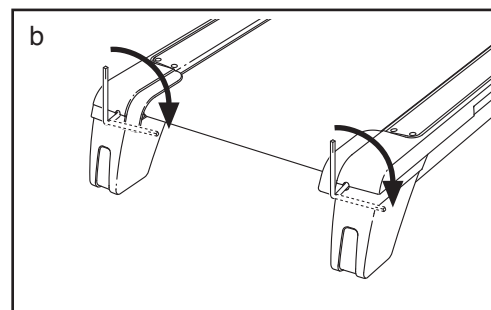
PROBLÈME : la courroie n'est pas centrée ou glisse quand vous marchez dessus

SOLUTION :

a. Si la courroie mobile n'est pas centrée, retirez tout d'abord la clé de la console et **DÉBRANCHEZ LE CORDON D'ALIMENTATION.** Si la courroie mobile s'est décalée vers la gauche, utilisez la clé hexagonale pour tourner le boulon du rouleau arrière gauche dans le sens des aiguilles d'une montre d'un demi tour ; si la courroie mobile s'est décalée vers la droite, tournez le boulon dans le sens contraire des aiguilles d'une montre d'un demi tour. Faites attention de ne pas trop serrer la courroie mobile. Branchez le cordon d'alimentation, insérez la clé dans la console et faites fonctionner le tapis de course pendant quelques minutes. Répétez cette étape jusqu'à ce que la courroie mobile soit centrée.



b. Si la courroie glisse quand vous marchez dessus, retirez tout d'abord la clé de la console et **DÉBRANCHEZ LE CORDON D'ALIMENTATION.** À l'aide de la clé hexagonale, tournez les deux boulons d'ajustement du rouleau arrière dans le sens des aiguilles d'une montre, 1/4 de tour. Quand la courroie est serrée correctement, vous devriez pouvoir soulever chaque côté de la courroie mobile de 5 à 7 cm (2 à 3 pouces) de la plate-forme de marche. Assurez-vous que la courroie mobile est centrée. Branchez le cordon d'alimentation, insérez la clé et faites fonctionner le tapis de course pendant quelques minutes. Répétez l'opération jusqu'à ce que la courroie mobile soit tendue correctement.



CONSEILS POUR L'EXERCICE

⚠ ATTENTION : consultez votre médecin avant de commencer ce programme, ou tout autre programme d'exercice. Ceci est tout particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans ou les personnes ayant des problèmes de santé.

Le détecteur cardiaque n'est pas un appareil médical. Divers facteurs peuvent rendre la lecture du rythme cardiaque moins précise. Le détecteur cardiaque est un outil pour l'exercice conçu pour vous fournir une idée générale des fluctuations de votre rythme cardiaque.

Les conseils suivants vous aideront à planifier votre programme d'exercice. Pour plus de détails sur l'exercice, procurez-vous un livre réputé sur le sujet, ou consultez votre médecin. Une alimentation équilibrée et un repos adéquat sont aussi essentiels pour la réussite de votre programme.

INTENSITÉ DES EXERCICES

Que votre objectif soit de brûler de la graisse ou de renforcer votre système cardio-vasculaire, la clé de la réussite est de s'entraîner à la bonne intensité. Vous pouvez utiliser votre rythme cardiaque comme repère pour trouver le niveau d'intensité approprié. Le tableau ci-dessous indique les rythmes cardiaques recommandés pour brûler de la graisse, pour brûler un maximum de graisse et pour des exercices aérobics.

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	

Pour déterminer le niveau d'intensité approprié, trouvez votre âge en bas du tableau (les âges sont arrondis à la dizaine supérieure). Les trois nombres au-dessus de votre âge définissent votre « zone d'entraînement ». Le nombre du bas est le rythme cardiaque approprié pour brûler de la graisse. Le nombre du milieu est le rythme cardiaque approprié pour brûler un maximum de graisse, et le nombre du haut est le rythme cardiaque pour des exercices aérobics.

Brûler de la Graisse— Pour brûler efficacement de la graisse, vous devez vous entraîner à une intensité modérée pendant une période de temps soutenue. Durant les premières minutes d'effort, votre corps utilise *des calories de glucide* pour générer de l'énergie. Il faut plusieurs minutes d'effort pour que votre corps commence à puiser dans ses *calories de graisse* pour générer de l'énergie. Si votre objectif est de brûler de la graisse, réglez l'intensité de vos exercices pour que votre rythme cardiaque soit proche du nombre du bas dans votre zone d'entraînement. Pour brûler un maximum de graisse, entraînez-vous de manière à ce que votre rythme cardiaque soit proche du nombre du milieu dans votre zone d'entraînement.

Des Exercices Aérobics— Si votre objectif est de renforcer votre système cardio-vasculaire, vous devez effectuer des exercices aérobics, une activité qui requiert de grandes quantités d'oxygène pendant une période de temps soutenue. Pour des exercices aérobics, réglez l'intensité de vos exercices jusqu'à ce que votre rythme cardiaque soit proche du nombre du haut dans votre zone d'entraînement.

ENTRAÎNEMENT CONSEILLÉ

Un échauffement— Commencez votre entraînement par 5 à 10 minutes d'étirements et d'exercices légers. L'échauffement fait monter la température de votre corps, accélère votre rythme cardiaque et votre circulation pour vous préparer à l'effort.

Des exercices dans votre zone d'entraînement— Entraînez-vous pendant 20 à 30 minutes en maintenant votre rythme cardiaque dans votre zone d'entraînement. (Durant les premières semaines de votre programme d'exercice, ne maintenez pas votre rythme cardiaque dans votre zone d'entraînement pendant plus de 20 minutes.) Respirez profondément et de manière régulière pendant vos exercices—ne retenez jamais votre souffle.

Le retour à la normale— Finissez votre entraînement avec 5 à 10 minutes d'étirements. Les étirements augmentent la flexibilité de vos muscles et aident à prévenir les maux qui surviennent après l'exercice.

FREQUENCE DES EXERCICES

Pour maintenir ou améliorer votre forme physique, effectuez trois entraînements par semaine, avec au moins un jour de repos entre chaque entraînement. Après quelques mois d'exercice régulier, vous pourrez effectuer jusqu'à cinq entraînements par semaine, si vous le désirez. Souvenez-vous que la clé du succès est de faire de vos exercices un élément régulier et agréable de votre vie de tous les jours.

EXERCICES D'ASSOUPPLISSEMENT CONSEILLÉS

La position correcte pour plusieurs étirements est montrée ci-dessous. Bougez lentement quand vous vous étirez. Ne vous étirez jamais par à-coups.

1. Exercices d'assouplissement en touchant vos pieds

Tenez-vous debout avec vos genoux légèrement pliés et baissez-vous lentement en avant à la hauteur de la taille. Laissez votre dos et vos épaules se relaxer alors que vous touchez vos orteils aussi loin que possible. Comptez jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez l'exercice 3 fois. Régions sollicitées: Tendons des mollets, partie arrière des genoux et dos.

2. Exercices d'assouplissement des tendons des mollets

Asseyez-vous sur le sol avec une jambe tendue. Ramenez l'autre jambe vers vous et posez votre plante de pied contre l'intérieur de la cuisse de la jambe qui est tendue. Touchez vos orteils aussi loin que possible. Comptez jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez l'exercice 3 fois pour chaque jambe. Régions sollicitées: Tendons des mollets, bas du dos et aine.

3. Exercices d'assouplissement du tendon d'Achille

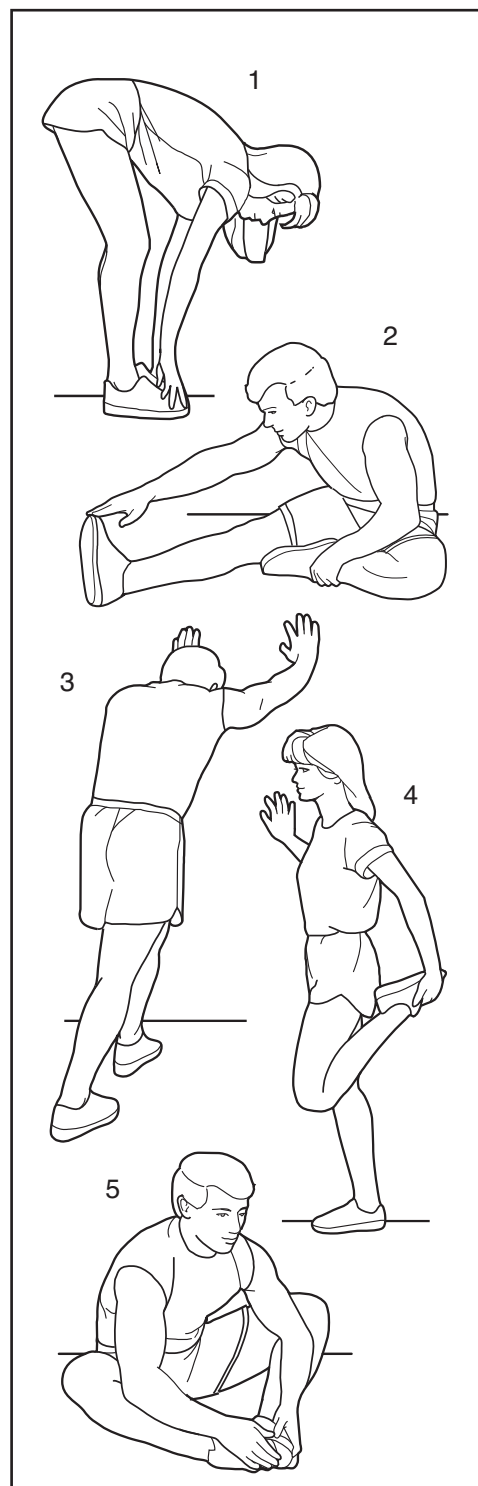
Avec une jambe devant l'autre, penchez-vous vers l'avant et placez vos mains contre un mur. Gardez votre jambe arrière tendue et votre pied arrière à plat sur le sol. Pliez votre jambe avant. Penchez-vous en avant et déplacez vos hanches en direction du mur. Comptez jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez l'exercice 3 fois pour chaque jambe. Si vous souhaitez un assouplissement plus accentué du tendon d'Achille, pliez également votre jambe arrière. Régions sollicitées: Mollets, tendon d'Achille et chevilles.

4. Exercices d'assouplissement des quadriceps

Avec une main contre le mur pour garder votre équilibre, prenez votre pied (par l'arrière) avec votre main libre. Amenez votre talon aussi près que possible de votre fessier. Comptez jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez l'exercice 3 fois pour chaque jambe. Régions sollicitées: Quadriceps et muscles des hanches.

5. Exercices d'étirement de l'intérieur des cuisses

Asseyez-vous avec les plantes de pieds l'une contre l'autre et vos genoux dirigés vers l'extérieur. Ramenez vos pieds aussi près que possible de la région de l'aine. Comptez jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez l'exercice 3 fois. Régions sollicitées: Quadriceps et muscles des hanches.



LISTE DES PIÈCES—N°. du Modèle NTL07007.3

R0908A

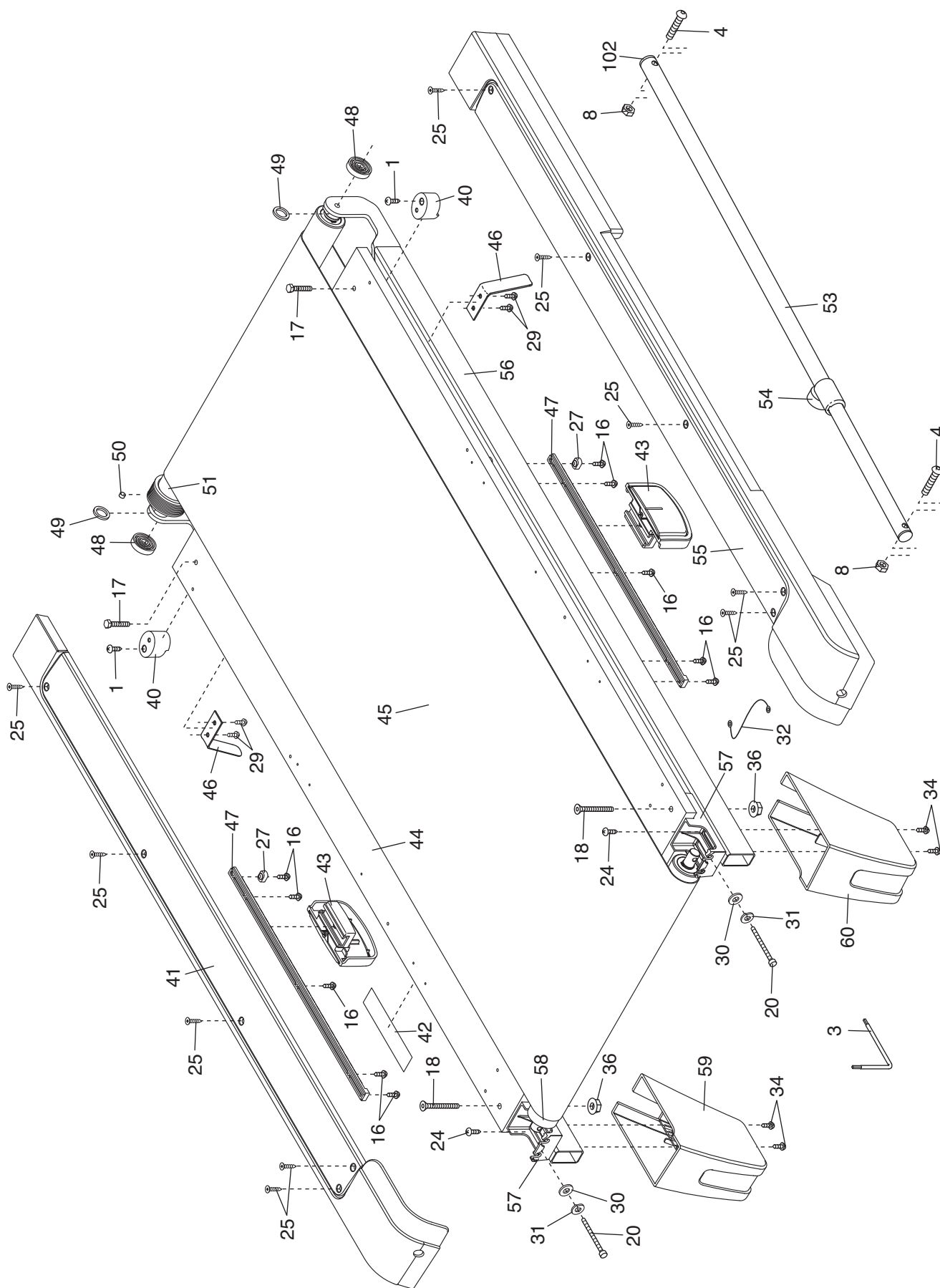
Pour identifier les pièces ci-dessous, voir la SCHÉMA DÉTAILLÉ vers la fin de ce manuel.

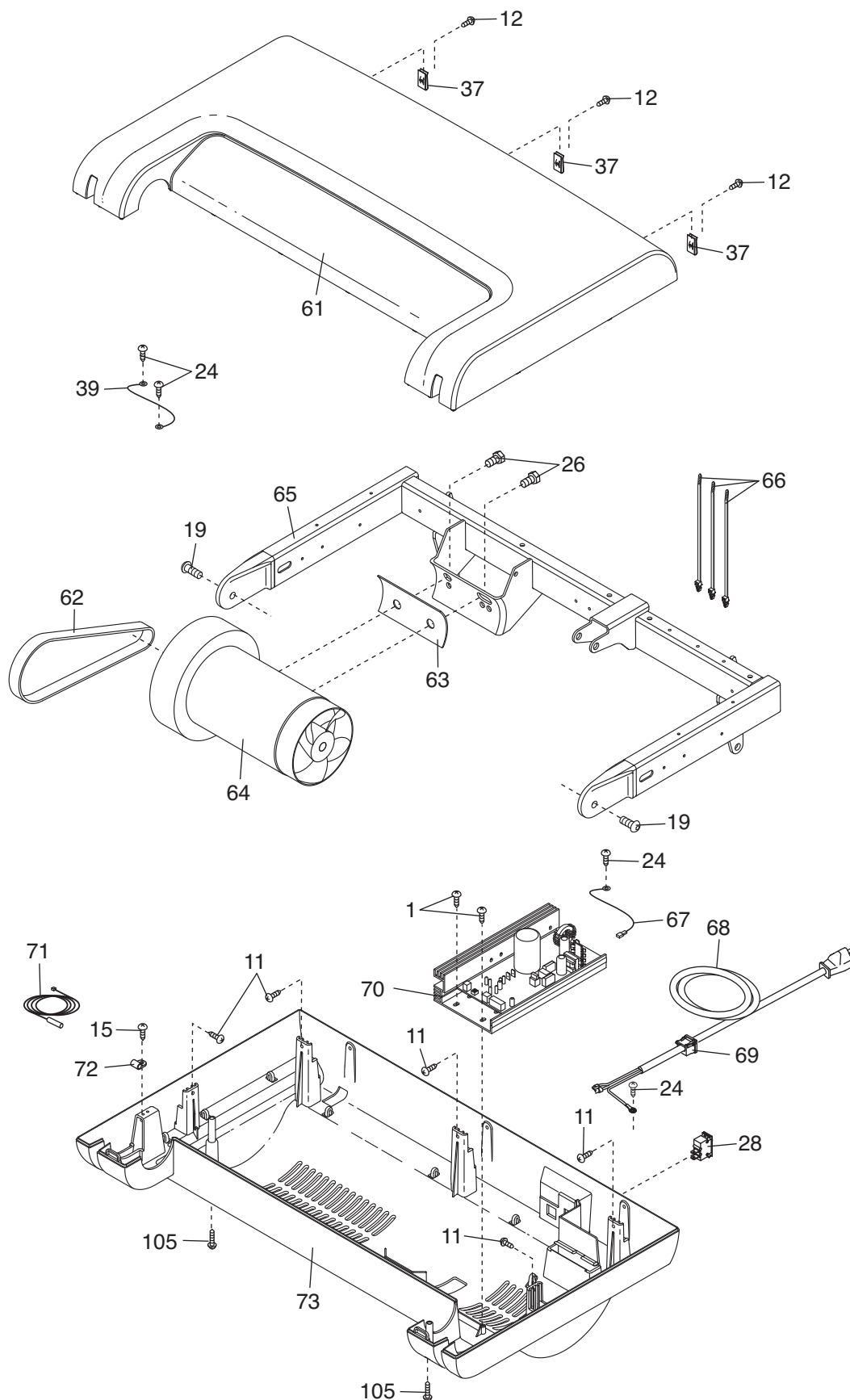
N°.	Qté.	Description	N°.	Qté.	Description
1	18	Vis de #8 x 1/2"	49	2	Bague d'Espacement du Rouleau Avant
2	4	Vis Auto-perçante de #8 x 1"	50	1	Aimant
3	1	Cle Hexagonale	51	1	Rouleau Avant/Poulie
4	6	Boulon de 3/8" x 2"	52	1	Attache de Fil de 15 1/2"
5	4	1/4" x 3/4" Bolt	53	1	Loquet de Rangement
6	4	Boulon de 3/8" x 4"	54	1	Bouton du Loquet
7	6	Boulon de 5/16" x 1"	55	1	Repose-Pied Droit
8	8	Écrou de 3/8"	56	1	Cadre
9	4	Rondelle Étoilée de 3/8"	57	2	Support du Rouleau Arrière
10	6	Rondelle Étoilée de 5/16"	58	1	Rouleau Arrière
11	5	Vis Auto-perçante de #8 x 3/4"	59	1	Pied Arrière Gauche
12	10	Vis de #8 x 3/4"	60	1	Pied Arrière Droit
13	2	Bague d'Espacement du Coussin de la Base	61	1	Capot
14	1	Support du Loquet	62	1	Courroie de Traction
15	1	Vis du Capteur Magnétique de 3/4"	63	1	Isolateur du Moteur
16	10	Vis de #8 x 3/4"	64	1	Moteur
17	2	Boulon de 1/4" x 1"	65	1	Cadre d'Élévation
18	2	Boulon de 5/16" x 4 1/4"	66	3	Attache de Fil
19	2	Boulon de 3/8" x 1 1/4"	67	1	Fil de Terre du Contrôleur
20	2	Boulon du Rouleau Arrière	68	1	Cordon d'Alimentation
21	1	Boulon de 3/8" x 1 3/4"	69	1	Passe-Fil du Cordon d'Alimentation
22	1	Boulon de 3/8" x 1 1/2"	70	1	Contrôleur
23	2	Boulon de 3/8" x 1"	71	1	Capteur Magnétique
24	11	Vis de Terre de 1/2"	72	1	Pince du Capteur Magnétique
25	10	Vis de #12 x 1"	73	1	Panneau Ventral
26	2	Boulon du Moteur	74	1	Montant Gauche
27	2	Butée d'Amortissement	75	1	Moteur d'Inclinaison
28	1	Coupe-Circuit Remise à Zéro/Éteint	76	1	Bague d'Espacement du Montant Gauche
29	4	Vis du Guide de la Courroie	77	2	Embout de la Base
30	2	Rondelle Plate de 1/4"	78	1	Montant Droit
31	2	Rondelle de Verrouillage de 1/4"	79	1	Bague d'Espacement du Montant Droit
32	1	Cadre/Fil de Terre du Rouleau	80	4	Bague d'Espacement du Boulon
33	2	Écrou à Cage de 5/16"	81	4	Coussin de la Base
34	4	Vis de #8 x 1 3/4"	82	2	Autocollant d'Attention
35	1	Fil Audio	83	1	Base
36	2	Ecrou à Collet de 5/16"	84	2	Roue
37	3	Pince du Capot	85	1	Attache Flexible
38	1	Fil du Montant	86	9	Attache de 8"
39	1	Fil de Mise à Terre du Cadre d'Élévation	87	1	Porte d'Accès
40	2	Isolateur Avant	88	4	Écrou en « U »
41	1	Repose Pied Gauche	89	1	Console
42	1	Autocollant d'Avertissement	90	1	Plateau
43	2	Coussin de la Plate-forme	91	1	Dos de la Console
44	1	Plate-Forme de Marche	92	3	Attache en Plastique
45	1	Courroie Mobile	93	1	Base de la Console
46	2	Guide de la Courroie	94	1	Couvercle de la Barre du Pouls
47	2	Glissière du Coussin	95	1	Bas de la Barre du Pouls
48	2	Bague d'Espacement du Cadre			

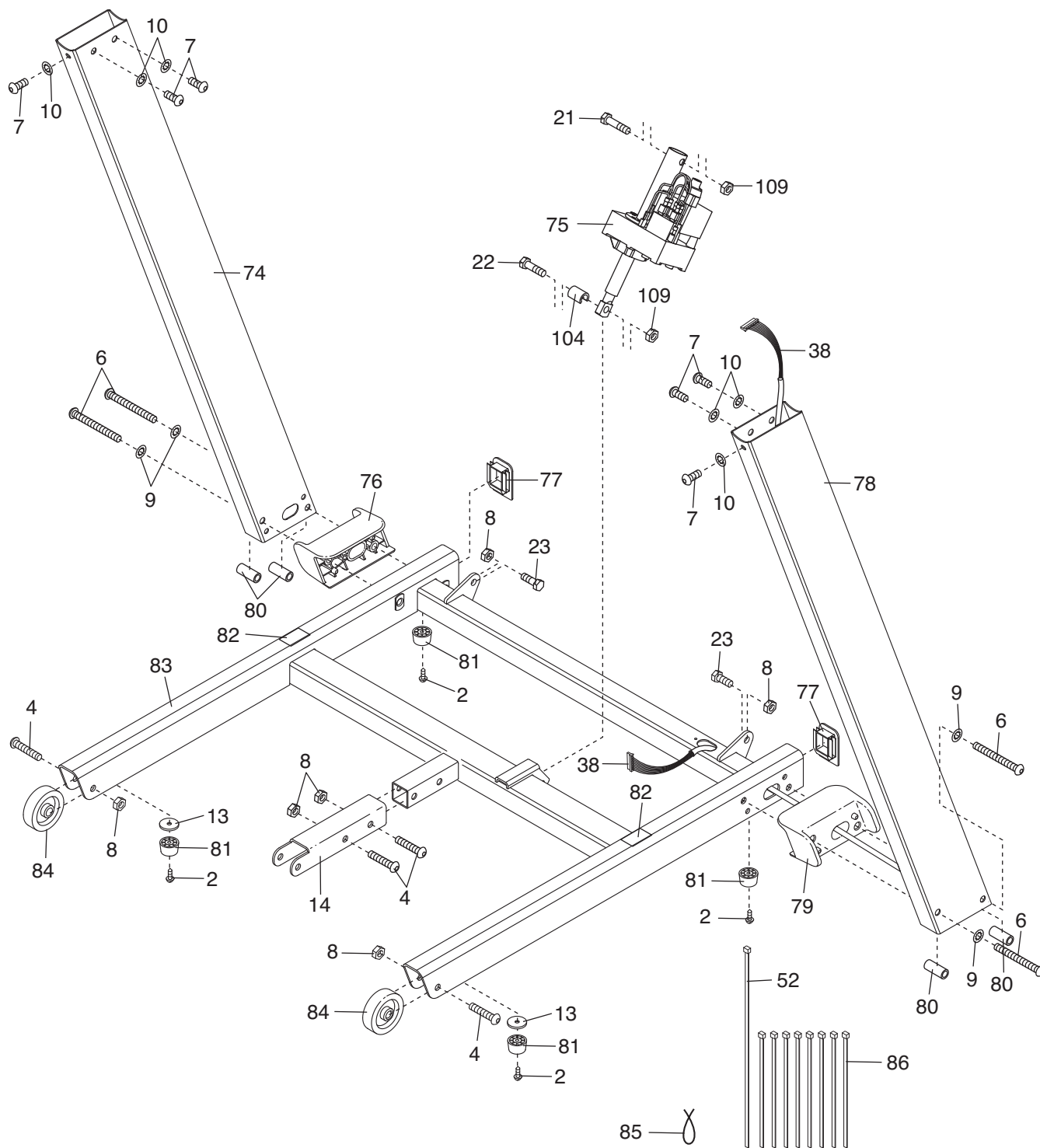
N°.	Qté.	Description
96	1	Rampe
97	2	Embout de la Rampe Avant
98	2	Embout de la Rampe Arrière
99	1	Habillage de la Rampe Gauche
100	1	Clé/Pince
101	1	Fil de Terre de la Barre du Rythme Cardiaque
102	1	Embout du Loquet
103	1	Kit de Carte iFIT
104	1	Bague d'Espacement du Moteur d'Élévation

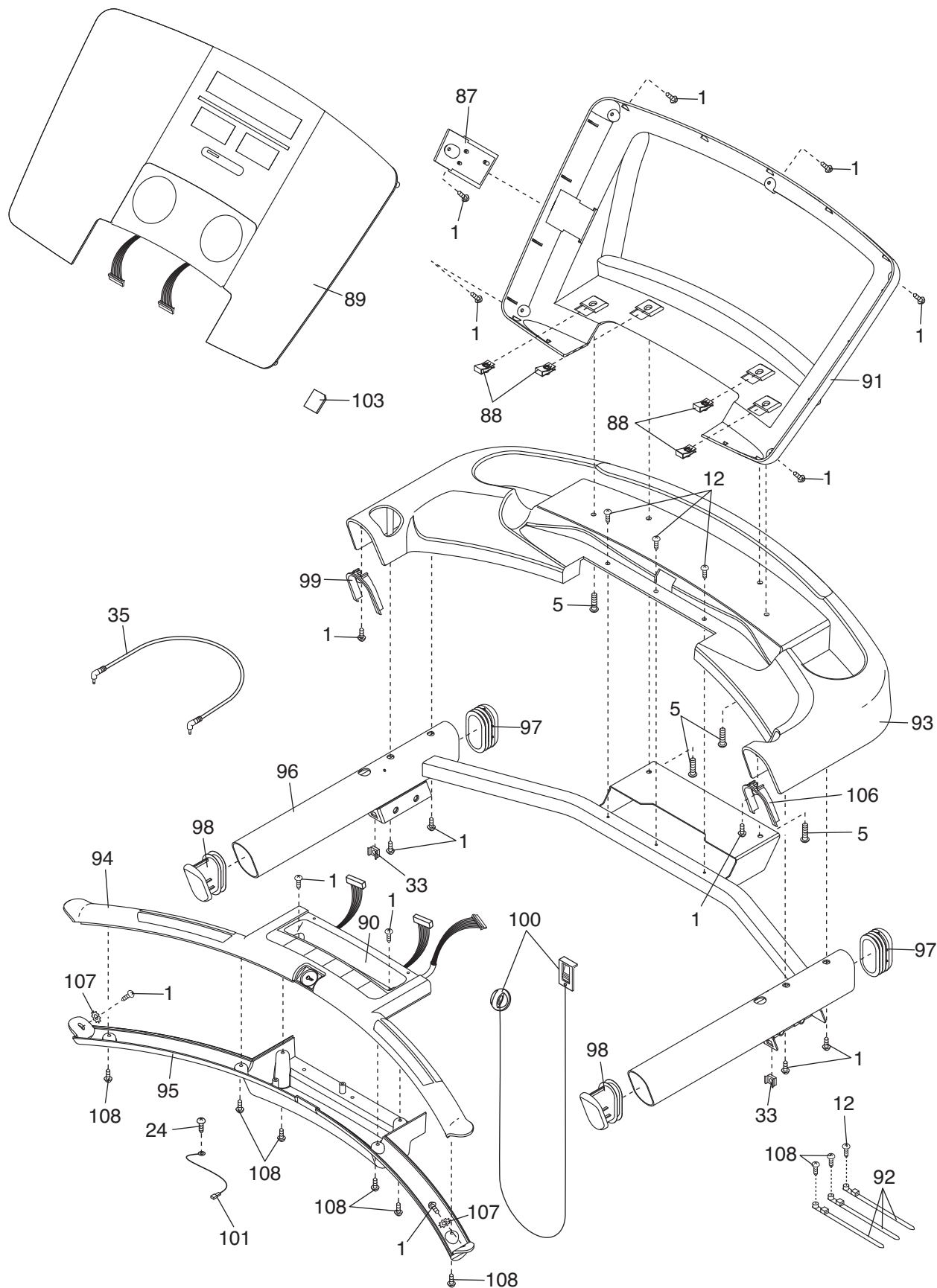
N°.	Qté.	Description
105	2	Vis de #8 x 2"
106	1	Habillage de la Rampe Droite
107	2	Rondelle Étoilée de #8
108	8	Vis de #8 x 5/8"
109	2	Écrou de Blocage de 3/8"
*	—	Fil Blanc de 4", M/F
*	—	Manuel de l'Utilisateur

*Ces pièces ne sont pas illustrées. Les spécifications sont sujettes à des changements sans préavis.









POUR COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE

Pour commander des pièces de rechange, reportez-vous à la page couverture de ce manuel. Pour nous permettre de mieux vous venir en aide, ayez sous la main les renseignements suivants lorsque vous communiquez avec nous :

- le numéro du modèle et le numéro de série du produit (reportez-vous à la page couverture de ce manuel)
- le nom du produit (reportez-vous à la page couverture de ce manuel)
- le numéro de la pièce et description de la pièces (reportez-vous à la LISTE DES PIÈCES et la SCHÉMA DÉTAILLÉ vers le fin de ce manuel)

GARANTIE LIMITÉE

ICON DU CANADA, INC. (ICON) garantit ce produit contre tout défaut de fabrication et de matière première sous des conditions d'usage et service normales. Le cadre et le moteur de traction sont couvertes à vie. La main d'œuvre est couverte pendant un (1) an à compter de la date d'achat.

Cette garantie ne s'applique qu'au premier acquéreur. L'obligation d'ICON en vertu des clauses de cette garantie est limitée, à sa discrétion, au remplacement ou à la réparation du produit dans un des centres de service autorisés. Toutes réparations dont des réclamations de garantie sont faites doivent être pré-autorisés par ICON. La présente garantie ne couvre pas le produit dans le cas de dommages subis durant le transport, de dommages causés suite à un emploi abusif ou inapproprié ou dans le cas de réparations non effectuées par un centre de service autorisé ICON, les produit utilisés à des fins commerciales ou de location ou les produits qui servent de démonstrateurs. Aucune autre garantie que celle qui est expressément expliquée précédemment ne sera autorisée par ICON.

ICON ne pourra être tenu responsable d'aucun dommage indirect, spécial ou accessoire résultant ou ayant trait à l'utilisation ou au fonctionnement du produit, aux pertes d'argent, de biens, de revenus ou de profits, aux pertes de jouissance, aux frais de déménagement, d'installation ou à tous dommages accessoires de quelque nature qu'ils soient. Dans certaines provinces, il est interdit d'exclure ou de restreindre la responsabilité pour les dommages indirects ou accessoires de sorte que la restriction qui précède pourrait ne pas s'appliquer dans certains cas.

La garantie étendue ci-après est au lieu de (remplace) toutes garanties de marchandise ou de fitness pour un but particulier et est limitée dans l'étendue et la durée selon les termes ci-inclus. Certaines provinces n'autorisent pas la restriction de la durée d'une garantie de sorte que la restriction qui précède pourrait ne pas s'appliquer dans certains cas. Il est donc possible que la limitation ci-dessus ne s'applique pas dans votre cas.

Cette garantie vous confère des droits légaux spécifiques. Vous pouvez avoir d'autres droits qui peuvent varier d'une province à l'autre.

ICON du Canada, Inc., 900 de l'Industrie, St-Jérôme, QC, J7Y 4B