



Notice de montage et mode d'emploi



max. 150 kg



~ 30-60 Min.



50 kg

L 103 | L 54 | H 145

CSTBX90.01.06

N° d'article CST-BX90

Vélo d'appartement **BX90**

Table des matières

1	INFORMATIONS GÉNÉRALES	7
1.1	Caractéristiques techniques	7
1.2	Sécurité personnelle	8
1.3	Sécurité électrique	9
1.4	Emplacement	10
2	MONTAGE	11
2.1	Instructions générales	11
2.2	Contenu de la livraison	12
2.3	Montage	13
3	MODE D'EMPLOI	19
3.1	Affichage sur la console	19
3.2	Fonctions des touches	21
3.3	Réglages de l'utilisateur	22
3.4	Programmes	22
3.4.1	Programme manuel (MANUAL)	23
3.4.2	Programmes à profil - PROGRAM	23
3.4.3	Programme basé sur les watts - WATT	24
3.4.4	Programmes définis par l'utilisateur - PERSONAL	25
3.4.5	Programme aléatoire - RANDOM	25
3.4.6	Programmes basés sur la fréquence cardiaque - H.R.C.	26
3.5	Test de récupération - RECOVERY	27
3.6	Informations générales	27
4	STOCKAGE ET TRANSPORT	28
4.1	Instructions générales	28
4.2	Roulettes de déplacement	28
5	DÉPANNAGE, ENTRETIEN ET MAINTENANCE	29
5.1	Instructions générales	29
5.2	Défauts et diagnostic des pannes	29
5.3	Conseils pour allonger la durée de vie de la batterie	30
5.4	Calendrier d'entretien et de maintenance	31
6	ÉLIMINATION	31
7	ACCESSOIRES RECOMMANDÉS	32

8	COMMANDES DE PIÈCES DE RECHANGE	33
8.1	Numéro de série et désignation du modèle	33
8.2	Liste des pièces	34
8.3	Vue éclatée	38
9	GARANTIE	39
10	CONTACT	41

Chère cliente, cher client,

Nous vous remercions d'avoir choisi les appareils de fitness de cardiostrong®. cardiostrong vous offre des appareils de fitness à domicile de haute qualité, adaptés de manière optimale aux conditions de vie à votre domicile. S'entraîner à la maison, quel que soit le temps ou l'heure de la journée. Les appareils de fitness cardiostrong offrent des programmes d'entraînement et un spectre de possibilités pour tous les niveaux et tous les objectifs d'entraînement. Pour plus d'informations, veuillez consulter les sites www.sport-tiedje.com ou www.cardiostrong.de.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir dans votre entraînement !

Utilisation conforme

L'appareil doit être utilisé uniquement aux fins auxquelles il est destiné.

L'appareil convient à la fois pour une utilisation à domicile et pour une utilisation semi-professionnelle (par ex. hôpitaux, clubs, hôtels, écoles etc.). L'appareil n'est pas adapté à une application commerciale ou professionnelle (par ex. salle de gym).

MENTIONS LÉGALES

Sport-Tiedje GmbH
N°1 du fitness à domicile en Europe

International Headquarters
Flensburger Straße 55
24837 Schleswig
Deutschland

Directeur :
Christian Grau
Sebastian Campmann
Bernhard Schenkel
N° de registre de commerce HRB 1000 SL
Tribunal d'instance de Flensburg
N°d'identification de TVA : DE813211547

EXCLUSION DE RESPONSABILITÉ



©2010 cardiostrong est une marque déposée de la société Sport-Tiedje GmbH. Tous droits réservés. Toute utilisation de cette marque sans l'autorisation écrite de Sport-Tiedje est interdite.

Le produit et le manuel peuvent faire l'objet de modifications. Les données techniques sont sujettes à changement sans préavis.

À PROPOS DE CE MODE D'EMPLOI

Veillez lire attentivement le présent mode d'emploi dans son intégralité avant le montage de l'appareil et sa première utilisation. Le présent mode d'emploi est là pour vous aider à monter rapidement l'appareil et à le manipuler en toute sécurité. Veillez impérativement à ce que tous les utilisateurs de l'appareil (notamment les enfants et les personnes présentant un handicap physique, sensoriel, mental ou moteur) aient préalablement pris connaissance du présent mode d'emploi et de son contenu. En cas de doute, l'appareil doit être utilisé sous la surveillance d'une personne responsable.



En raison des modifications et mises à jour effectuées en continu sur les logiciels, il se peut que le mode d'emploi nécessite d'être adapté en conséquence. Si vous constatez des divergences pendant le montage ou l'utilisation de l'appareil, vous pouvez consulter le mode d'emploi dans la boutique en ligne. La version la plus récente y est toujours disponible.

Cet appareil a été conçu conformément aux dernières avancées en matière de sécurité. Il est protégé au mieux de toute source de danger susceptible de provoquer des blessures. Assurez-vous que l'appareil a bien été monté conformément aux instructions fournies et que toutes les pièces de l'appareil sont correctement fixées. Si nécessaire, remédiez aux défauts éventuels en vous reportant au mode d'emploi.

Veillez respecter scrupuleusement les consignes de sécurité et de maintenance indiquées. Toute autre utilisation peut causer des blessures, endommager l'appareil et provoquer des accidents dont le fabricant et le distributeur ne peuvent assumer aucune responsabilité.

Lors de votre lecture, vous serez amené à rencontrer les notes de sécurité suivantes :

► **ATTENTION**

Ce symbole indique des situations dans lesquelles le non-respect des consignes peut entraîner des dommages matériels.

⚠ **PRUDENCE**

Ce symbole indique des situations dans lesquelles le non-respect des consignes peut entraîner des blessures légères !

⚠ **AVERTISSEMENT**

Ce symbole indique des situations dans lesquelles le non-respect des consignes peut entraîner des blessures graves, voire mortelles !

⚠ **DANGER**

Ce symbole indique des situations dans lesquelles le non-respect des consignes peut entraîner des blessures très graves, voire mortelles !

ⓘ **REMARQUE**

Vous trouverez ici d'autres informations utiles.

Conservez soigneusement ce mode d'emploi de sorte qu'il soit accessible pour toute information sur les travaux de maintenance et les commandes de pièces de rechanges.

1.1 Caractéristiques techniques

Affichage LCD de :

- + Vitesse en km/h
- + Durée de l'entraînement en min
- + Distance d'entraînement en km
- + Cadence (nombre de tours par minute)
- + Calories brûlées
- + Fréquence cardiaque (à partir des capteurs cardiaques tactiles ou d'une ceinture pectorale)
- + Watt
- + Niveau de résistance

Système de résistance : Frein à courants de Foucault / frein générateur
Niveaux de résistance : 24
Watts : 10 - 350 watts (par pas de 5 watts)

Programmes d'entraînement (au total) : 24
Programme manuel : 1
Programmes à profil : 12
Programme basé sur les watts : 1
Programmes basés sur la fréquence cardiaque : 4
Programmes définis par l'utilisateur : 4
Programme aléatoire : 1

Poids et dimensions

Poids de l'article (brut, emballage inclus) : 58,31 kg
Poids de l'article (net, sans emballage) : 50,07 kg

Dimensions de l'emballage (L x l x h) : env. 98 cm x 33 cm x 88 cm
Dimensions d'installation (L x l x h) : env. 103 cm x 54 cm x 145 cm
Poids utilisateur maximal : 150 kg

1.2 Sécurité personnelle

DANGER

- + Avant la première utilisation de l'appareil, nous vous recommandons de demander l'avis d'un médecin afin qu'il juge de la possibilité ou non de vous entraîner avec cet appareil. Ces dispositions sont particulièrement applicables aux personnes qui ont une prédisposition génétique à l'hypertension ou aux maladies cardiaques, sont âgées de plus de 45 ans, fument, présentent un taux de cholestérol élevé, sont en surpoids et/ou n'ont pas pratiqué régulièrement de sport au cours de l'année passée. Si vous prenez un traitement médicamenteux susceptible de générer des troubles du rythme cardiaque, l'avis d'un médecin est impératif.
- + Nous vous rappelons qu'un entraînement excessif peut sérieusement compromettre votre santé. Veuillez noter également que les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque ne sont pas toujours précis. Dès que vous percevez des sensations de faiblesse, de nausée, de vertiges, de douleurs, d'essoufflement ou d'autres symptômes anormaux, interrompez votre entraînement et consultez votre médecin en cas d'urgence.

AVERTISSEMENT

- + Cet appareil n'est pas conçu pour une utilisation par les enfants de moins de 14 ans.
- + Les enfants ne doivent pas être laissés sans surveillance à proximité de l'appareil.
- + Les personnes handicapées doivent bénéficier d'une autorisation médicale et rester sous étroite surveillance lors de l'utilisation de tout appareil d'entraînement.
- + L'appareil ne doit pas être utilisé simultanément par plusieurs personnes.
- + Maintenez éloignés les mains, les pieds et autres parties du corps ainsi que les cheveux, vêtements, bijoux et autres objets des pièces mobiles.
- + Évitez de porter des vêtements amples ou volants pendant l'entraînement. Préférez une tenue de sport adaptée. Portez des chaussures de sport adaptées, de préférence avec des semelles en caoutchouc ou autre matériau antidérapant. Évitez de porter des chaussures à talon, avec semelles en cuir, à clous ou à crampons. Ne vous entraînez jamais pieds nus.

PRUDENCE

- + Si vous devez brancher votre appareil avec un câble d'alimentation sur le secteur, veillez à disposer le câble de manière à ce que personne ne risque de trébucher.
- + Durant l'entraînement, assurez-vous que personne ne se trouve dans la zone de mouvement de l'appareil.

ATTENTION

- + Ne placez aucun objet dans les ouvertures de l'appareil.

1.3 Sécurité électrique

DANGER

- + Pour limiter les risques de choc électrique, débranchez toujours le câble de l'appareil de la prise de courant dès que vous avez terminé l'entraînement, avant d'assembler ou de désassembler l'appareil ainsi qu'avant de procéder à une maintenance ou à un nettoyage de l'appareil. Ne tirez pas sur le câble.

AVERTISSEMENT

- + Ne laissez pas l'appareil sans surveillance tant que le cordon d'alimentation reste branché dans la prise murale. Débranchez le cordon d'alimentation de la prise murale pendant votre absence afin d'éviter toute utilisation impropre de l'appareil par des tiers ou des enfants.
- + Si le câble d'alimentation ou le cordon d'alimentation est endommagé ou défectueux, adressez-vous à votre revendeur. Jusqu'à la réparation, l'appareil ne doit pas être utilisé.

ATTENTION

- + L'appareil doit être branché sur une prise électrique de 220-230 V à une fréquence de 50 Hz.
- + L'appareil doit toujours être branché directement sur une prise de terre avec le câble d'alimentation fourni. Les rallonges doivent être conformes aux directives VDE. Déroulez toujours entièrement le câble d'alimentation.
- + La prise de courant doit être protégée par un fusible à action retardée de 16 A au minimum.
- + N'effectuez aucune modification sur le câble d'alimentation ni sur le cordon d'alimentation.
- + Protégez le câble d'alimentation de l'eau, de la chaleur, de l'huile et des arêtes vives. Ne laissez pas le câble d'alimentation passer sous l'appareil ou sous un tapis et ne posez aucun objet dessus.

1.4 Emplacement



AVERTISSEMENT

- + Évitez de placer l'appareil dans un passage principal ou sur une échappée.



PRUDENCE

- + Choisissez le lieu d'installation afin de disposer de suffisamment d'espace autour de l'appareil afin de pouvoir circuler autour de celui-ci. Veillez à laisser au moins 30 cm de chaque côté, et 15 cm devant et derrière l'appareil. Il s'agit de l'espace minimum requis pour une utilisation en toute sécurité. La zone d'espace recommandée autour de l'appareil doit être d'au moins 60 cm de chaque côté, et de 45 cm à l'avant et à l'arrière.
- + Assurez-vous que la salle d'entraînement soit correctement aérée pendant l'entraînement et qu'elle ne soit pas exposée aux courants d'air.
- + Choisissez l'emplacement de manière à disposer d'un espace libre suffisant (zone de sécurité) à l'avant, à l'arrière et sur les côtés de l'appareil.
- + L'appareil doit se trouver sur une surface plane, résistante et solide.



ATTENTION

- + L'appareil doit être utilisé uniquement dans un local suffisamment aéré et sec (température ambiante entre 10°C et 35°C). L'utilisation de l'appareil est interdite en plein air ou dans des locaux présentant un taux d'humidité élevé (plus de 70 %) tels que les piscines.
- + Utiliser un tapis de protection pour ne pas endommager les sols de qualité supérieure (parquet, stratifié, lièges, tapis) par des marques de pression ou des taches de transpiration et pour compenser les légères inégalités du sol.

2.1 Instructions générales



DANGER

- + Ne laissez pas les outils ainsi que les matériaux d'emballage, comme les films de protection, sans surveillance : ils représentent un danger pour les enfants (risque d'étouffement). Tenez les enfants éloignés de l'appareil pendant le montage.



AVERTISSEMENT

- + Respectez les consignes apposées sur l'appareil pour réduire les risques de blessures.



PRUDENCE

- + N'ouvrez pas l'emballage sur le côté.
- + Pendant l'assemblage, veillez à disposer d'un espace suffisant pour vous déplacer tout autour de l'appareil.
- + L'assemblage de l'appareil doit être effectué par au moins deux adultes. En cas de doute, demandez l'aide supplémentaire d'une tierce personne ayant de bonnes connaissances techniques.



ATTENTION

- + Pour éviter tout endommagement de l'appareil et du sol, procédez au montage de l'appareil sur un tapis de sol ou sur le carton d'emballage.



REMARQUE

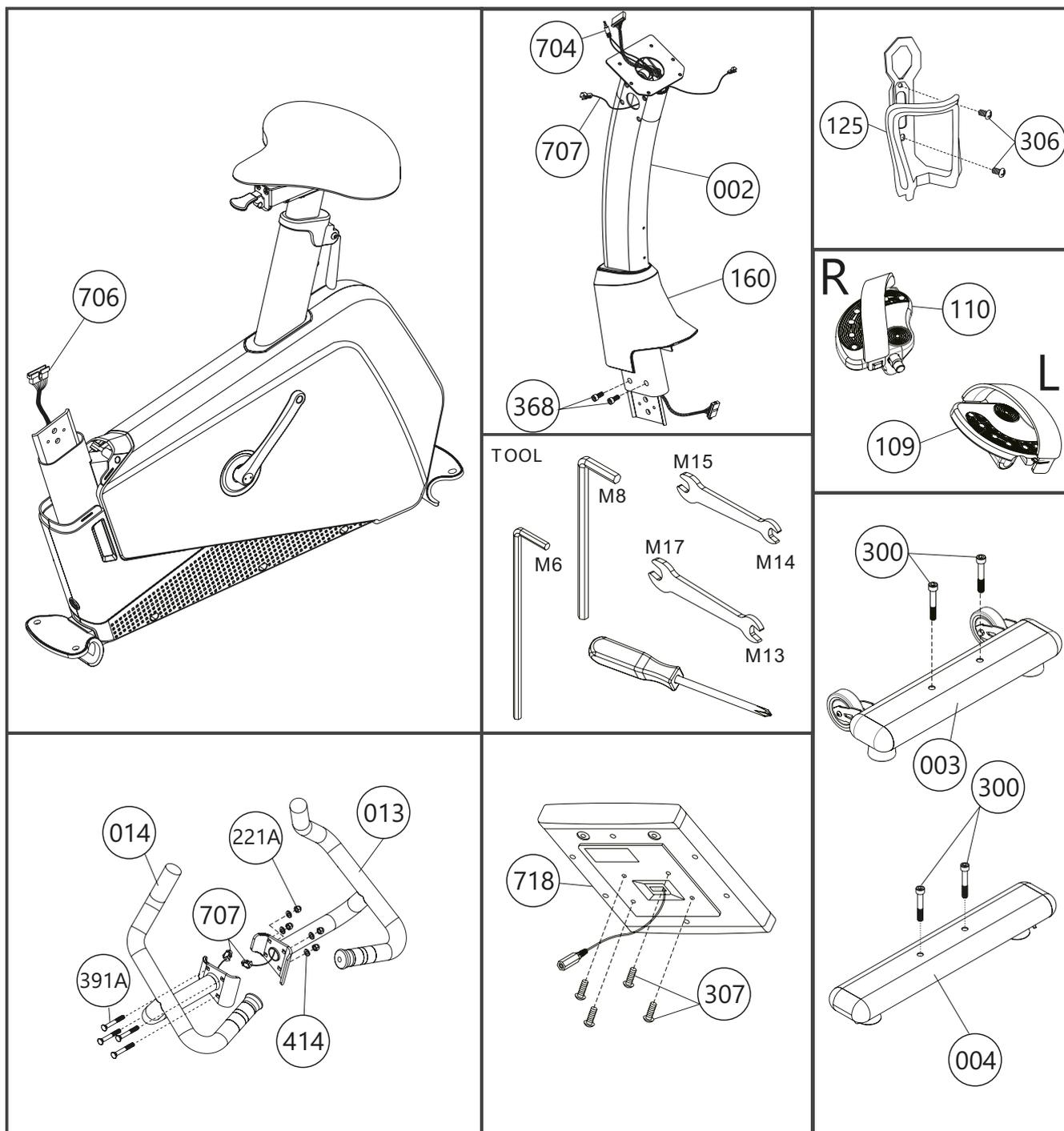
- + Pour faciliter le montage, des vis et des écrous peuvent être prémontés.
- + Assemblez l'appareil si possible sur l'emplacement qui lui est réservé.

2.2 Contenu de la livraison

L'emballage comprend les pièces représentées ci-après. Vérifiez que l'ensemble des pièces et outils appartenant à l'appareil sont compris dans la livraison et assurez-vous que l'appareil n'a pas été endommagé pendant le transport. En cas de réclamation, veuillez contacter immédiatement votre contractant.

PRUDENCE

Si le contenu de la livraison est incomplet ou si des pièces sont endommagées, ne montez pas l'appareil.



2.3 Montage

Avant de procéder à l'assemblage de l'appareil, observez bien attentivement les étapes de montage représentées et effectuez-les dans l'ordre indiqué.

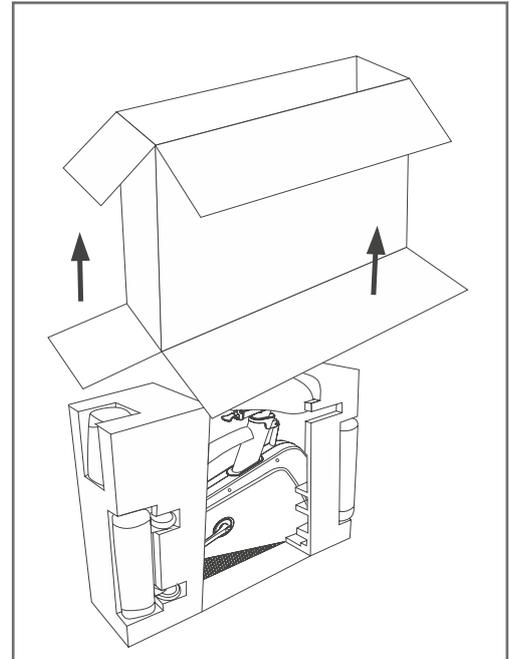
❶ REMARQUE

Vissez d'abord toutes les pièces sans les serrer et vérifiez qu'elles sont correctement ajustées. Vous y serez invité, serrez les vis à l'aide de l'outil correspondant.

Avant de procéder à l'assemblage, veillez à disposer d'une surface de travail suffisamment importante (env. 2 x 2 m).

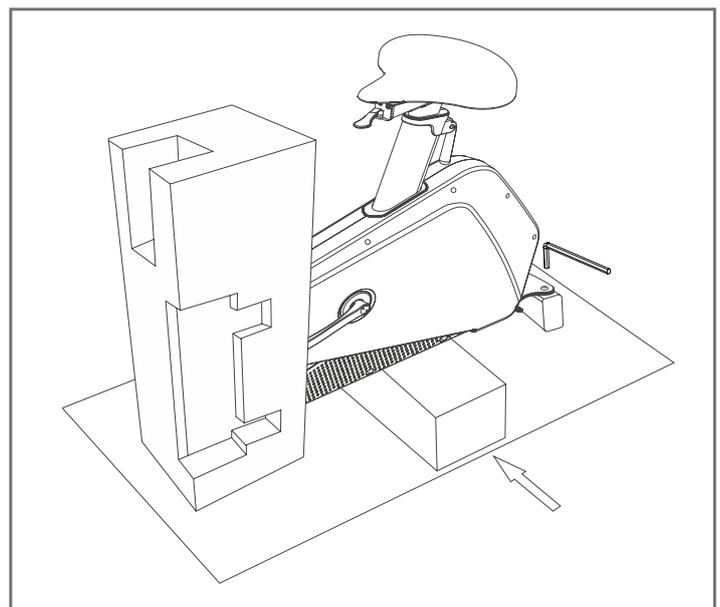
Étape 1

1. Ouvrez d'abord avec précaution le carton d'emballage.
2. Éliminez les matériaux d'emballage superflus tels que les rubans adhésifs. N'éliminez toutefois les housses de protection et matériaux d'amortissement que si cela est nécessaire.
3. Vérifiez à l'aide de la liste de contrôle que le contenu de la livraison est complet.



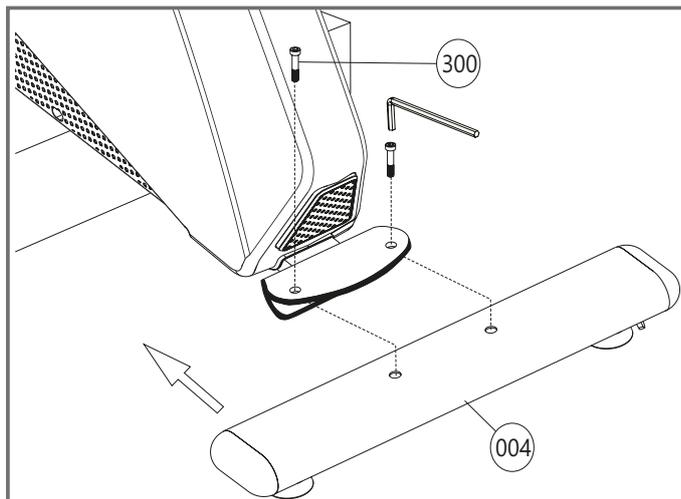
Étape 2

1. Soulevez l'extrémité arrière de l'appareil et faites glisser l'un des blocs en polystyrène sous l'appareil. Retirez les matériaux d'emballage.
2. Desserrez les 2 vis [300] du support de pieds et retirez le bloc de sûreté.



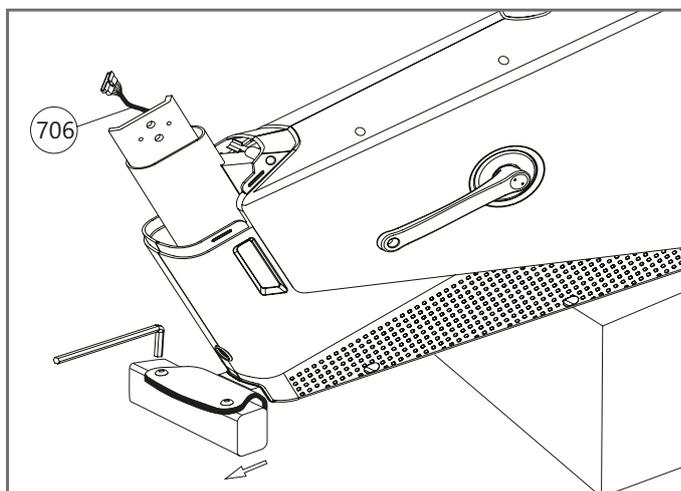
Étape 3

1. Fixez le pied arrière avec les 2 vis et serrez fermement les vis.
2. Retirez le bloc en polystyrène et faites-le glisser sous la partie avant de votre vélo d'appartement.



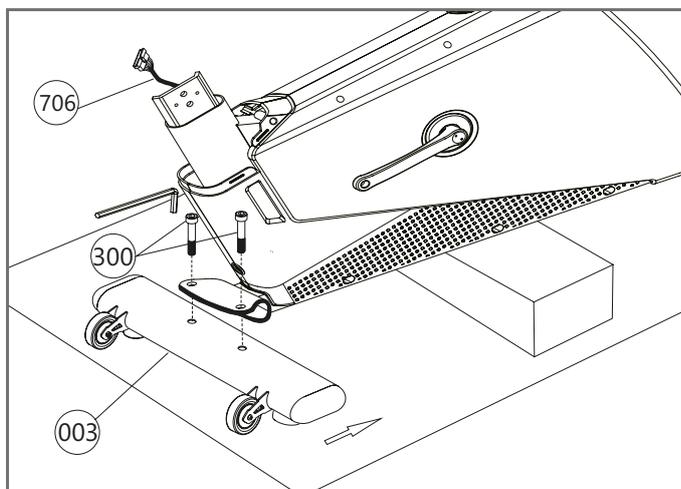
Étape 4

1. Retirez les matériaux d'emballage éventuellement présents sur la partie avant de l'appareil.
2. Desserrez les 2 vis [300] du support de pieds et retirez le bloc de sûreté.



Étape 5

1. Fixez le pied avant [003] avec les 2 vis [300] et serrez fermement les vis.
2. Retirez le bloc en polystyrène.



Étape 6

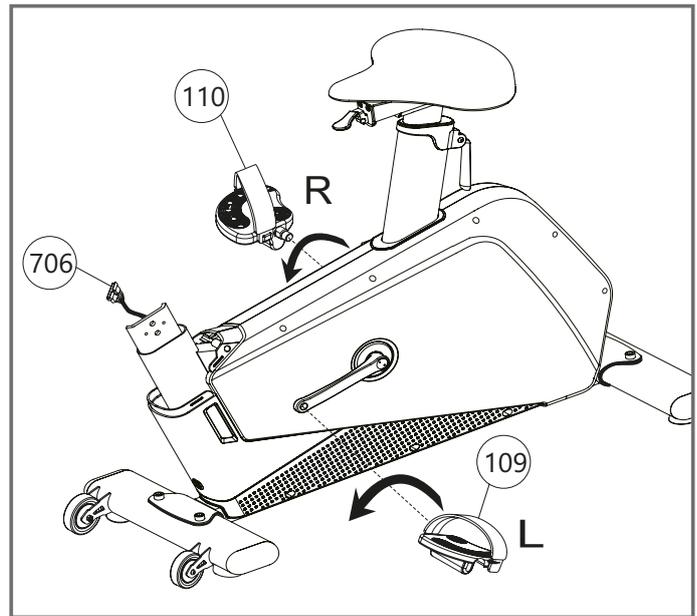
► ATTENTION

N'essayez pas de fixer les pédales dans leurs supports par la force. Si les pédales se vissent difficilement, il se peut que vous utilisiez la mauvaise pédale ou que vous la tourniez dans le mauvais sens. Vérifiez que tel n'est pas le cas.

⚠ PRUDENCE

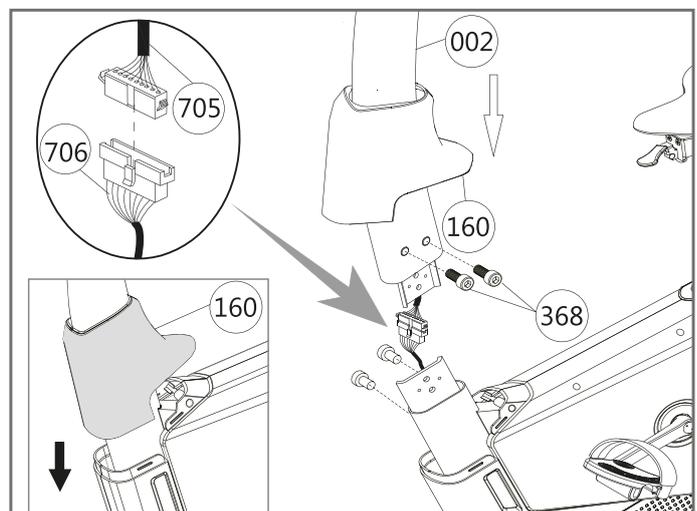
Veillez à visser complètement les pédales.

Positionnez les pédales sur le bras de pédale. La pédale gauche est repérée par la lettre L et la pédale droite par la lettre R apposée sur la vis. Tournez la pédale gauche dans le sens inverse des aiguilles d'une montre et la pédale droite dans le sens des aiguilles d'une montre.



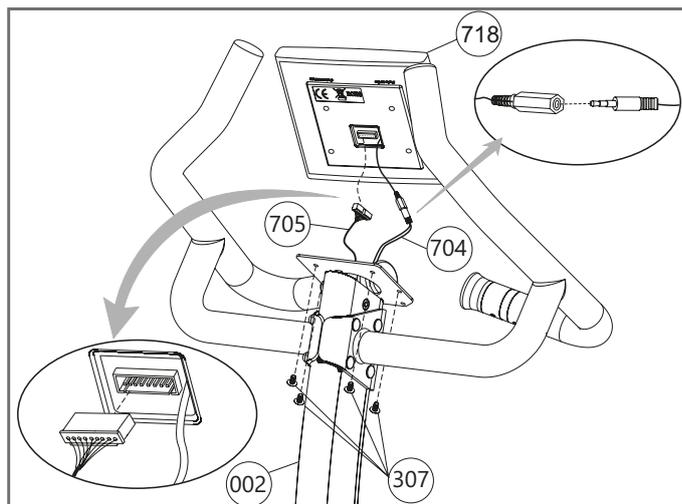
Étape 7

1. Attention : Avant de procéder aux étapes suivantes, assurez-vous que le revêtement [160] est déjà positionné sur le bras de console [002].
2. Tenez le bras de console [002] dans le bon sens au-dessus du cadre principal [001] et reliez les deux connecteurs [705 & 706].
3. Poussez avec précaution le bras de console dans le cadre principal. Pendant cette opération, veillez à ce que les câbles ne se coincent pas.
4. Soulevez le cache du bras de console [160] et fixez le cadre à l'aide de 4 vis [368]. Serrez les vis puis poussez le revêtement vers le bas jusqu'à ce qu'il soit correctement positionné.



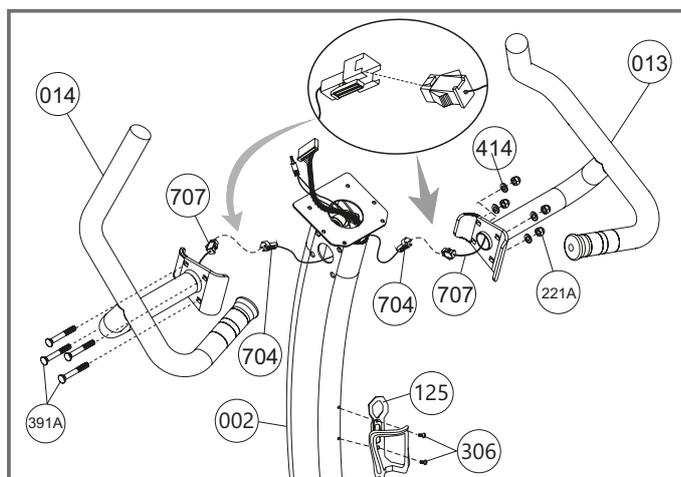
Étape 8

1. Tenez la console par dessus le bras de console puis branchez le câble de résistance [705] et le câble du capteur tactile [704] sur la console à l'aide des fiches correspondantes [718].
2. Vérifiez une nouvelle fois que les connecteurs sont correctement branchés. Placez avec précaution l'excédent de câble dans le bras de console en veillant à ne pas endommager le câble.
3. Poussez la console sur la plaque de montage et fixez-la à l'aide de 4 vis [307].



Étape 9

1. Prenez la poignée gauche [014] et reliez le câble du capteur tactile [707] au câble correspondant de l'ordinateur [704]. Procédez de la même manière avec la poignée droite [013].
2. Tenez les deux poignées sur le bras de console et fixez-les avec 4 vis [391A], 4 rondelles entretoises [414] et 4 écrous [221A]. Cette étape nécessite l'aide d'une deuxième personne. Veillez à ne pas coincer ni endommager les câbles.
3. Retirez deux vis [306] du bras de console. Ajustez le porte-boissons sur les alésages prépercés et fixez-le avec les deux mêmes vis [306].



Étape 10

1. Branchez la fiche secteur [715] sur une prise de courant.
2. Reliez la fiche secteur à votre appareil de fitness.
3. La console doit s'allumer. Si la console ne fonctionne pas, débranchez la fiche secteur et contrôlez tous les câbles branchés lors des étapes 8, 9 et 10.

❗ REMARQUE

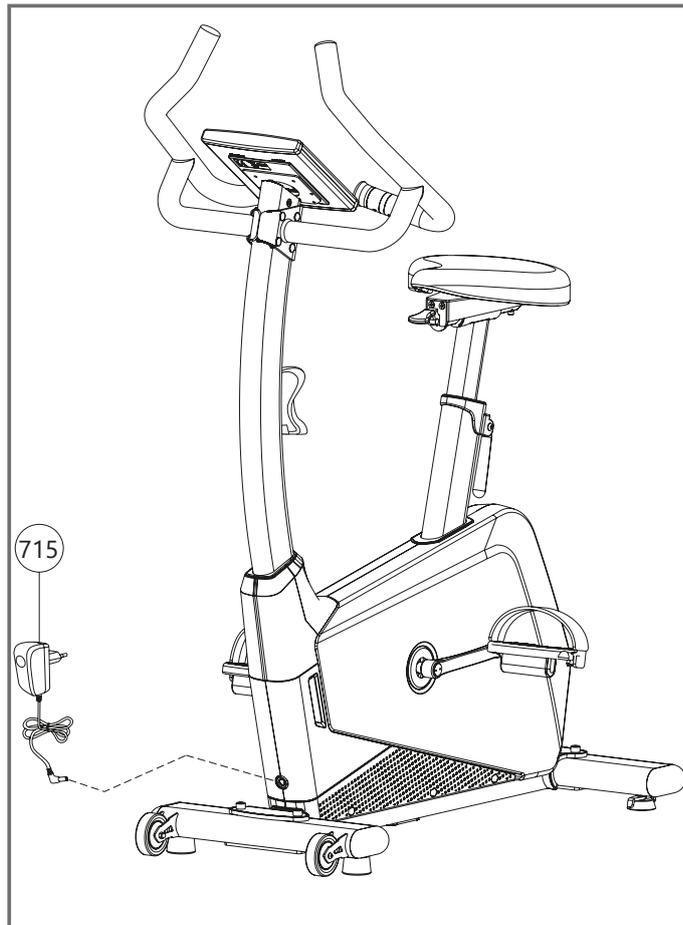
Recharge de la batterie :

À l'état neuf, votre appareil de fitness nécessite une recharge de la batterie. Le pack batterie a été complètement chargé lors de la fabrication de l'appareil. Les batteries peuvent toutefois avoir subi une décharge partielle depuis la fabrication, d'où la nécessité de recharger l'appareil avant son utilisation. Utilisez la fiche secteur fournie à cet effet et raccordez l'appareil pendant au moins 30 minutes au secteur.

❗ REMARQUE

Débranchement de l'appareil

Il est important de débrancher l'appareil une fois la batterie rechargée. Si vous n'utilisez pas l'appareil pendant une période prolongée, il est nécessaire de recharger de nouveau la batterie.



Fonctions d'énergie

Bloc d'alimentation : Une fois que l'appareil est entièrement assemblé et se trouve à l'endroit qui lui est réservé, branchez l'appareil au secteur. L'ordinateur se met alors automatiquement en marche et tous les segments LCD s'allument brièvement. Si des défauts sont signalés, vérifiez d'abord tous les connecteurs et suivez les instructions figurant au chapitre « Dépannage ». Si les problèmes persistent, veuillez vous référer à votre contractant.

Démarrage automatique : L'écran démarre automatiquement lorsque vous utilisez l'appareil ou appuyez sur une touche.

Arrêt automatique : L'ordinateur d'entraînement passe automatiquement en mode de veille lorsque l'appareil n'a pas été utilisé pendant plus d'une minute.

Frein générateur

Cet appareil dispose des éléments suivants :

Frein à courants de Foucault : La roue d'inertie est dotée d'une bande en aluminium et d'aimants qui sont mis en mouvement par un moteur électrique. Plus les aimants se rapprochent de l'aluminium, plus des courants à Foucault sont induits, et plus la résistance est élevée.

Mini-alternateur : Il s'agit d'un petit moteur électrique qui se recharge grâce au mouvement de la roue d'inertie, de manière analogue à une dynamo de bicyclette.

Batterie lithium-ion : Lors de la décharge de la batterie rechargeable, les ions de lithium passent de l'électrode négative à l'électrode positive. Ce processus est inversé lorsque la batterie se recharge.

► ATTENTION

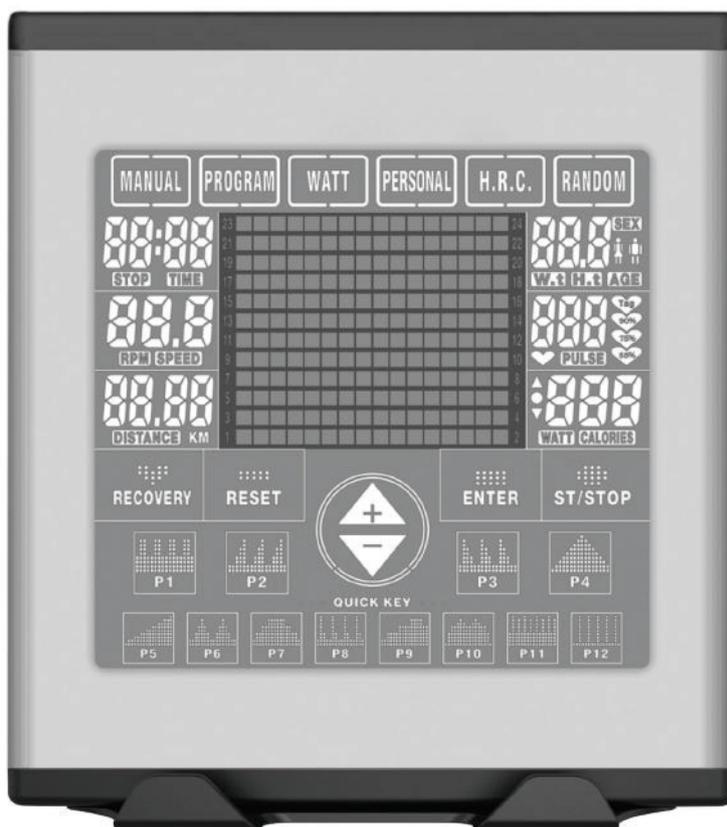
Veuillez respecter la réglementation relative à la mise au rebut des piles et des articles électroniques.

3 MODE D'EMPLOI

① REMARQUE

Avant de commencer l'entraînement, familiarisez-vous avec toutes les fonctions et possibilités de réglage de l'appareil. Pour savoir comment utiliser correctement ce produit, demandez les conseils d'un spécialiste.

3.1 Affichage sur la console



TIME	Indique la durée de l'entraînement en minutes et en secondes.
STOP MODE	S'allume lorsque vous interrompez ou arrêtez votre entraînement.
RPM et SPEED	RPM : Nombre de tours par minute / cadence SPEED : Vitesse en km/h ① REMARQUE RPM et Speed apparaissent dans la même fenêtre. L'affichage change toutes les six secondes.
DISTANCE	Distance parcourue

<p>USER SELECT</p>	<p>Sélectionnez un utilisateur parmi les quatre disponibles : U1, U2, U3, U4.</p> <p>ⓘ REMARQUE U0 = invité. Les données saisies ne sont pas mémorisées.</p> <p>SEXE : féminin ou masculin AGE : Âge en années HEIGHT : Taille en cm WEIGHT : Poids en kg</p> <p>ⓘ REMARQUE Les données saisies par l'utilisateur influent sur le calcul des calories. Les zones de fréquence cardiaque sont également déterminées en fonction de l'âge de l'utilisateur.</p>
<p>PULSE</p>	<p>La fréquence cardiaque est indiquée en nombre de pulsations par minute. La mesure s'effectue via une ceinture pectorale (disponible séparément) ou les capteurs tactiles.</p> <p>ⓘ REMARQUE L'affichage de la lettre P indique que l'ordinateur ne capte pas votre fréquence cardiaque.</p>
<p>WATT et CALORIES</p>	<p>WATT : affichage des watts (un watt équivaut à un joule par seconde) CALORIES : affichage des calories brûlées en kcal</p> <p>ⓘ REMARQUE Les watts et les calories apparaissent dans la même fenêtre. L'affichage change toutes les six secondes.</p>
<p>BAR GRAPH</p>	<p>Affichage du profil du programme et de messages. 12 lignes = 24 niveaux de résistance 16 colonnes = 16 unités de temps</p>
<p>RESISTANCE LEVEL</p>	<p>24 niveaux de résistance Niveau 1 = résistance minimale Niveau 24 = résistance maximale</p>

3.2 Fonctions des touches

RECOVERY	Appuyez sur cette touche pour calculer votre fréquence de récupération. .
RESET	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reset : Appuyez sur cette touche pour retourner au menu principal. 2. Redémarrage : appuyez sur cette touche et maintenez-la appuyée pour redémarrer l'ordinateur. Les données d'entraînement ne sont alors pas mémorisées. Cette fonction est utile lorsque la console ne réagit plus.
UP et DOWN	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avant l'entraînement : utilisez les touches fléchées pour sélectionner des options et régler des valeurs cibles. 2. Pendant l'entraînement : utilisez les touches fléchées pour modifier le degré de difficulté ou le nombre cible de watts. <p>❶ REMARQUE Pendant l'entraînement basé sur la fréquence cardiaque, toutes les touches fléchées sont désactivées.</p>
PROGRAM Keys	<p>Touches de programmation pour</p> <ul style="list-style-type: none"> + MANUAL : 1 programme manuel + PROGRAM : 12 programmes à profil (P1 à P12) + WATT : 1 programme basé sur les watts + PERSONAL : 4 programmes définis par l'utilisateur (U1, U2, U3, U4) + H.R.C. : 4 programmes basés sur la fréquence cardiaque (55 %, 75 %, 90 %, TAG = fréquence cardiaque ciblée) + RANDOM : un programme à profil aléatoire
PROFILE Programme QUICK Keys	Touches de sélection rapide : ces touches vous permettent d'accéder directement au programme à profil sélectionné.
START/STOP	<ol style="list-style-type: none"> 1. Démarrage rapide : sautez toutes les autres saisies et démarrez directement l'entraînement en mode manuel. 2. Avant l'entraînement : démarrez le programme sélectionné après avoir saisi les options de programme souhaitées. 3. Pendant l'entraînement : interrompez ou arrêtez le programme. <p>❶ REMARQUE après quatre minutes en pause, la console passe en mode économie d'énergie. Le programme reste toutefois en pause.</p>
ENTER	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avant l'entraînement : validez les options réglées du programme sélectionné. 2. Pendant un programme en pause : appuyez sur cette touche pour commuter entre les objectifs possibles de ce programme. 3. Programme défini par l'utilisateur : maintenez la touche ENTER appuyée pendant deux secondes pour sauter tous les autres réglages. <p>❶ REMARQUE cette touche n'a pas de fonction pendant l'entraînement.</p>

3.3 Réglages de l'utilisateur

Lorsque la console, l'écran LCD s'allume et vous demande la saisie suivante :

Sélection d'un utilisateur : U0 ou U1 à U4

La console peut mémoriser certaines données spécifiques à l'utilisateur. Ces données permettent d'optimiser le calcul des calories et de déterminer les zones de fréquence cardiaque.

❗ REMARQUE

U0 = invité. La console ne mémorise alors pas les données de l'utilisateur.

1. Utilisez les touches fléchées pour sélectionner un utilisateur.
2. Confirmez ensuite votre sélection en appuyant sur ENTER.

Saisie des données de l'utilisateur

Utilisez les touches fléchées pour saisir vos données et appuyez sur ENTER pour valider vos saisies.

- + SEX ~ Sélectionnez votre sexe : FEMALE/féminin ou MALE/masculin.
- + AGE ~ Entrez votre âge.
- + HEIGHT ~ Entrez votre taille en cm.
- + WEIGHT ~ Entrez votre poids en kg.

Vous accédez alors au menu principal.

3.4 Programmes

La console propose 24 programmes :

- + 1 programme manuel
- + 12 programmes à profil
- + 1 programme basé sur les watts
- + 4 programmes définis par l'utilisateur (U1, U2, U3, U4) qui restent mémorisés de manière permanente
- + 4 programmes basés sur la fréquence cardiaque : 55 %, 75 %, 90 %, 85 % et fréquence cardiaque ciblée
- + 1 programme aléatoire
- + 1 test de récupération

Vous pouvez sélectionner les programmes souhaités dans le menu principal à l'aide des six touches du haut ou en appuyant sur l'une des douze touches prévues pour les programmes à profil. La touche START permet de démarrer immédiatement l'entraînement dans le programme manuel.

Pour retourner au menu principal pendant l'entraînement, appuyez sur RESET. Pour retourner au menu pendant l'entraînement, appuyez sur STOP pour interrompre le programme puis sur RESET. Si cela ne fonctionne pas, maintenez la touche RESET appuyée pendant deux secondes.

3.4.1 Programme manuel (MANUAL)

Le programme manuel est un programme très simple. Il commence par le niveau de résistance 1.

Démarrage rapide

Appuyez sur la touche START dans le menu principal pour démarrer directement le programme.

Démarrage normal avec objectifs

1. Dans le menu principal, appuyez sur MANUAL pour sélectionner le programme.
2. Utilisez les touches fléchées pour définir la résistance de départ et validez à l'aide de la touche ENTER.
3. Pour définir les valeurs cibles (temps, distance, calories) ou régler la fonction alarme lorsque le pouls dépasse un seuil prédéfini, appuyez autant de fois que nécessaire sur ENTER jusqu'à atteindre la valeur souhaitée. Utilisez les touches fléchées pour régler la valeur cible.
4. Appuyez sur ENTER pour valider votre sélection.
5. Pour retourner au menu principal, appuyez sur RESET.
6. Appuyez sur la touche Start pour démarrer l'entraînement.

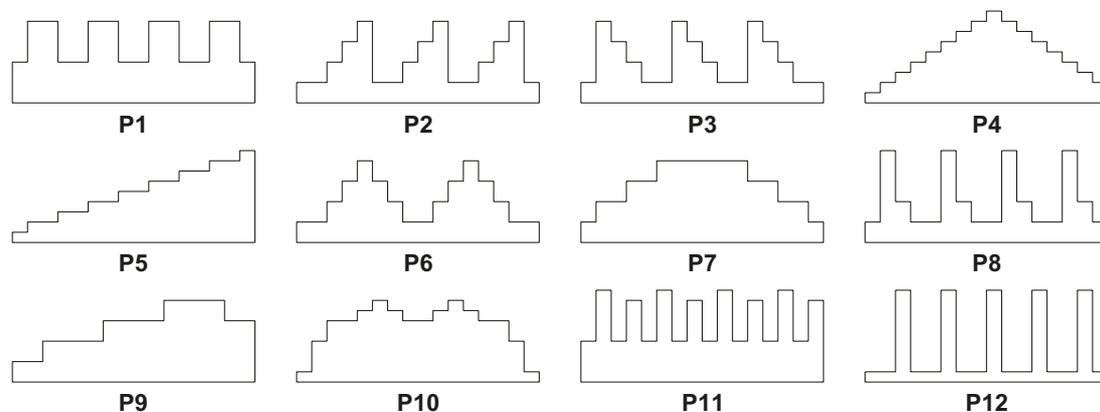
❶ REMARQUE

Vous pouvez modifier à tout moment la résistance pendant l'entraînement à l'aide des touches fléchées.

3.4.2 Programmes à profil - PROGRAM

Dans les programmes à profil, la résistance est ajustée automatiquement en fonction du profil. Vous pouvez modifier en plus la résistance générale à l'aide des touches fléchées.

12 programmes à profil sont disponibles :



1. Sélection rapide : Appuyez sur l'une des douze touches de sélection rapide.

❶ REMARQUE

Appuyez sur START pour démarrer le programme sans effectuer de réglages supplémentaires. Appuyez sur RESET pour retourner au menu principal.

2. Pour définir un objectif, appuyez sur ENTER jusqu'à atteindre la valeur correspondante. Utilisez les touches fléchées pour régler la valeur cible puis validez en appuyant sur ENTER. Vous pouvez définir plusieurs objectifs.
3. Appuyez sur la touche START pour démarrer l'entraînement.

❶ REMARQUE

Vous pouvez modifier à tout moment la résistance pendant l'entraînement à l'aide des touches fléchées.

3.4.3 Programme basé sur les watts - WATT

Dans le programme basé sur les watts, l'une des valeurs de résistance prédéfinies reste maintenue, quelle que soit votre vitesse de pédalage. Cela favorise un contrôle précis de vos performances.

❗ REMARQUE

Les niveaux de résistance n'ont pas de fonction dans le programme basé sur les watts.

Définition du nombre cible de watts : 10 à 350 watts (par pas de 5 watts)

1. Sélectionnez le programme basé sur les watts dans le menu principal.
2. Utilisez les touches fléchées pour régler la valeur en watts et validez en appuyant sur ENTER.
3. Appuyez sur START pour démarrer l'entraînement sans effectuer de saisie supplémentaire.
4. Pour définir un objectif, appuyez sur ENTER jusqu'à atteindre la valeur correspondante. Utilisez les touches fléchées pour régler la valeur cible puis validez en appuyant sur ENTER. Vous pouvez définir plusieurs objectifs.
5. Pour retourner au menu principal, appuyez sur RESET.
6. Appuyez sur la touche START pour démarrer l'entraînement.

❗ REMARQUE

Vous pouvez modifier à tout moment la valeur en watts prédéfinie pendant l'entraînement à l'aide des touches fléchées.

WATT ALARM

Le programme basé sur les watts dispose d'une fonction d'alarme qui se déclenche lorsque le nombre de watts prédéfini est dépassé ou n'est pas atteint. L'alarme vous invite à pédaler plus vite ou plus lentement pour atteindre le nombre de watts prédéfini. Vous pouvez également modifier la valeur réglée à l'aide des touches fléchées.

3.4.4 Programmes définis par l'utilisateur - PERSONAL

Dans les programmes définis par l'utilisateur, le niveau de résistance est ajusté automatiquement en fonction du profil défini par l'utilisateur. Chacun des utilisateurs mémorisés (U1 à U4) peut créer son propre profil et le mémoriser de façon permanente.

1. Appuyez sur PERSONAL dans le menu principal et sélectionnez le programme utilisateur.
2. Appuyez sur START pour démarrer l'entraînement sans effectuer de réglages supplémentaires.
3. Réglage du profil : 16 colonnes avec respectivement 24 niveaux de résistance sont disponibles. Utilisez les touches fléchées pour régler le niveau dans la colonne. Appuyez sur ENTER pour valider le réglage et passer à la colonne suivante.
4. Pour ignorer le réglage des colonnes, maintenez la touche ENTER appuyée pendant deux secondes. Vous accédez alors directement au réglage des valeurs cibles.
5. Appuyez sur START pour démarrer l'entraînement sans effectuer de réglages supplémentaires.
6. Pour définir un objectif, appuyez sur ENTER jusqu'à atteindre la valeur correspondante. Utilisez les touches fléchées pour régler la valeur cible puis validez en appuyant sur ENTER. Vous pouvez définir plusieurs objectifs.
7. Appuyez sur START pour démarrer l'entraînement.

❗ REMARQUE

Vous pouvez modifier à tout moment la résistance pendant l'entraînement à l'aide des touches fléchées. Si vous modifiez le niveau de résistance pendant l'entraînement, cette modification restera mémorisée.

3.4.5 Programme aléatoire - RANDOM

Le niveau de résistance est réglé automatiquement en fonction du profil créé de manière aléatoire.

1. Appuyez sur RANDOM dans le menu principal pour obtenir un profil de programme créé de manière aléatoire.
2. Appuyez sur START pour démarrer l'entraînement sans effectuer de réglages supplémentaires.
3. Pour retourner au menu principal, appuyez sur RESET.
4. Pour définir un objectif, appuyez sur ENTER jusqu'à atteindre la valeur correspondante. Utilisez les touches fléchées pour régler la valeur cible puis validez en appuyant sur ENTER. Vous pouvez définir plusieurs objectifs.
5. Appuyez sur la touche START pour démarrer l'entraînement.

❗ REMARQUE

Vous pouvez modifier à tout moment la résistance pendant l'entraînement à l'aide des touches fléchées.

3.4.6 Programmes basés sur la fréquence cardiaque - H.R.C.

AVERTISSEMENT

Votre appareil d'entraînement n'est pas un dispositif médical. La mesure de la fréquence cardiaque n'est pas toujours précise. La précision de la fréquence cardiaque indiquée peut être altérée par différents facteurs. L'affichage de la fréquence cardiaque sert uniquement de référence pour votre entraînement.

Dans les programmes basés sur la fréquence cardiaque, la résistance est ajustée de sorte que votre pouls soit maintenu de manière constante à la valeur pré réglée. À cet effet, l'ordinateur mesure votre fréquence cardiaque toutes les 30 secondes et ajuste la résistance en conséquence. Les programmes basés sur la fréquence cardiaque nécessitent l'utilisation d'une ceinture pectorale compatible ou des capteurs tactiles pour détecter votre pouls. Les programmes % calculent les zones de fréquence cardiaque sur la base de l'âge entré par l'utilisateur.

REMARQUE

Il n'est pas possible de modifier le niveau de résistance pendant un entraînement basé sur la fréquence cardiaque.

PRUDENCE

Il est recommandé aux débutants de commencer l'entraînement avec 55 % de la fréquence cardiaque maximale afin d'acquérir une endurance de base. Le calcul de la fréquence cardiaque maximale se base sur la formule suivante : 220 moins âge.

1. Appuyez sur H.R.C. dans le menu principal pour sélectionner les programmes basés sur la fréquence cardiaque.
2. Utilisez les touches fléchées pour sélectionner la zone de fréquence cardiaque souhaitée puis validez en appuyant sur ENTER. Appuyez sur START pour démarrer l'entraînement sans effectuer de réglages supplémentaires. Appuyez sur RESET pour retourner au menu principal. Vous pouvez sélectionner une valeur en % de la fréquence cardiaque maximale ou régler une fréquence cardiaque ciblée (TAG). Utilisez à cet effet les touches fléchées pour régler une fréquence cardiaque entre 30 et 240 pulsations par minute et appuyez sur ENTER pour valider votre saisie.
3. Pour définir un objectif, appuyez sur ENTER jusqu'à atteindre la valeur correspondante. Utilisez les touches fléchées pour régler la valeur cible puis validez en appuyant sur ENTER. Vous pouvez définir plusieurs objectifs.
4. Appuyez sur START pour démarrer votre entraînement.

3.5 Test de récupération - RECOVERY

Ce programme vous permet de tester votre forme physique et d'évaluer vos progrès. Le programme évalue votre forme physique sur la base du niveau de récupération de votre fréquence cardiaque. À cet effet, l'appareil mesure votre pouls pendant une minute après l'entraînement. Pendant cette minute, il est nécessaire de saisir les capteurs tactiles ou de porter une ceinture pectorale. Au bout d'une minute, une note entre F1 et F6 vous sera attribuée (F1 = excellente forme, F6 = très mauvaise forme).

Appuyez sur la touche RECOVERY directement après l'entraînement.

La console mesure alors votre fréquence cardiaque pendant une minute et évalue en conséquence votre forme physique sous la forme d'une note. Pour mettre fin au test de récupération, appuyez une nouvelle fois sur RECOVERY.

Note	Votre niveau de forme physique
F1	Excellent
F2	Très bien
F3	Bien
F4	Suffisant
F5	Insuffisant
F6	Très mauvais

3.6 Informations générales

Objectifs

Les objectifs TIME (temps) - DISTANCE (distance) - CALORIES (calories) sont facultatifs. Si vous ne définissez aucun objectif, la console compte ces valeurs à partir de zéro. Lorsque vous définissez des objectifs, la console procède à un compte à rebours à partir des valeurs entrées. Le programme d'entraînement prend fin dès que vous avez atteint l'un des objectifs définis. Vous pouvez définir un ou plusieurs objectifs.

Vous pouvez régler une durée d'entraînement (TIME) entre 1 et 99 minutes.

Vous pouvez régler une distance (DISTANCE) entre 0,5 et 99,5 km.

Vous pouvez régler un nombre de calories (CALORIES) entre 10 et 990.

Pour définir un objectif, appuyez sur ENTER jusqu'à atteindre la valeur correspondante. Utilisez les touches fléchées pour régler la valeur cible puis validez en appuyant sur ENTER. Vous pouvez définir plusieurs objectifs. Appuyez ensuite sur START pour démarrer l'entraînement.

Alarme

L'alarme se déclenche lorsque votre fréquence cardiaque atteint une valeur prédéfinie (entre 30 et 240). Le programme manuel, les programmes à profil, le programme basé sur les watts, le programme aléatoire et les programmes définis par l'utilisateur disposent tous d'une fonction d'alarme que vous pouvez activer de manière facultative.

4.1 Instructions générales

▶ ATTENTION

- + Veillez à ce que l'appareil soit protégé contre l'humidité, la saleté et la poussière. Le lieu de stockage doit être sec, correctement aéré et présenter une température ambiante entre 5°C et 45°C.

⚠ AVERTISSEMENT

- + Stockez l'appareil dans un lieu où il reste hors de portée de tiers ou d'enfants.
- + Si votre appareil ne dispose pas de roulettes de déplacement, il convient de le démonter avant son transport.

4.2 Roulettes de déplacement

▶ ATTENTION

Si vous devez déplacer votre appareil sur un revêtement de sol particulièrement sensible et souple (parquet, stratifié ou planchers), recouvrez le sol de carton ou d'un matériau similaire afin d'éviter tout risque d'endommagement.

1. Placez-vous derrière l'appareil et soulevez-le jusqu'à ce que son poids soit reporté sur les roulettes de déplacement. Vous pouvez ensuite déplacer facilement l'appareil vers l'endroit souhaité. Si vous devez déplacer l'appareil sur une plus longue distance, veuillez démonter l'appareil et l'emballer en toute sécurité.
2. Choisissez le nouvel emplacement de l'appareil en respectant les consignes mentionnées dans le chapitre 1.4 du mode d'emploi.

5.1 Instructions générales



AVERTISSEMENT

+ Ne procédez à aucune modification non conforme sur l'appareil.



PRUDENCE

+ Toute pièce endommagée ou usée peut compromettre votre sécurité et affecter la durée de vie de l'appareil. Remplacez par conséquent immédiatement les composants endommagés ou usés. Adressez-vous à cet effet à votre contractant. N'utilisez pas l'appareil tant qu'il n'est pas remis en état. Si vous devez remplacer des pièces, utilisez exclusivement des pièces de rechange d'origine.

ATTENTION

+ Outre les instructions et recommandations de maintenance et d'entretien mentionnées dans le présent mode d'emploi, des prestations de service et/ou de réparation peuvent être nécessaires ; ces opérations ne doivent être effectuées que par des techniciens SAV habilités.

5.2 Défaits et diagnostic des pannes

L'appareil a fait l'objet de contrôles de qualité réguliers tout au long de sa production. Il peut toutefois arriver que l'appareil présente des défauts ou des dysfonctionnements. Les pièces détachées sont souvent à l'origine de ces défaillances, auquel cas un remplacement de ces pièces est suffisant. Vous trouverez ci-après un aperçu des défauts les plus fréquents ainsi que les solutions de dépannage adéquates. Si l'appareil ne fonctionne toutefois toujours pas correctement, veuillez vous adresser à votre contractant.

Défaut	Cause	Remède
Bruits de claquement au niveau du pédalier	Pédales desserrées	Resserrez les pédales
L'appareil vacille	L'appareil n'est pas droit	Ajustez les pieds
Le guidon/la selle vacille	Vis desserrées	Serrez fermement les vis
L'écran est noir/ne fonctionne pas.	Piles usées ou câbles mal branchés	Changez les piles ou vérifiez le branchement des câbles / contrôlez le bloc d'alimentation
La fréquence cardiaque ne s'affiche pas	<ul style="list-style-type: none"> + Interférences dans la pièce + Ceinture pectorale incompatible + Ceinture pectorale mal positionnée + Ceinture pectorale défectueuse ou pile usée + Affichage du pouls défectueux 	<ul style="list-style-type: none"> + Éliminez les interférences (par ex. téléphone portable, Wi-Fi, tondeuse ou aspirateur, etc. ...) + Utilisez une ceinture pectorale adaptée (voir ACCESSOIRES RECOMMANDÉS) + Positionnez correctement la ceinture pectorale et/ou humidifiez les électrodes + Changez les piles + Vérifiez que l'affichage de la fréquence cardiaque est possible via les capteurs tactiles

5.3 Conseils pour allonger la durée de vie de la batterie

Bloc d'alimentation : Adaptateur DC 9 V 1000mA AC

Utilisez uniquement le bloc d'alimentation fourni avec l'appareil.

Smart Battery Charger

Ce chargeur arrête le processus de charge dès que la batterie est complètement rechargée. Vous pouvez ainsi recharger sans problème votre appareil la nuit. Il est toutefois déconseillé de laisser l'appareil branché de manière permanente à une source de courant externe.

Type de batterie : DC7.4V 2200mAh 16,28Wh

Les batteries ont une durée de vie limitée. En suivant ces conseils, vous pouvez toutefois allonger de manière considérable la durée de vie des batteries.

Recharge pendant l'entraînement

Une personne s'entraîne en moyenne env. 20 minutes à raison de trois jours par semaine. La batterie est conçue pour ce type d'entraînement. Dans ce mode d'entraînement, l'état de charge de la batterie oscille de manière optimale entre 40 et 80 %. Si vos entraînements sont plus fréquents, la batterie atteindra un état de charge de 100 %, ce qui ne nuit en aucun cas à sa durée de vie. En revanche, un état de charge inférieur à 30 % voire nul nuit à la batterie.

Recharge à 100 %

Si l'appareil ne se recharge pas à 100 % pendant vos entraînements, il est recommandé de le recharger complètement environ tous les deux mois par le bloc d'alimentation (par ex. la nuit).

Stockage prolongé

Si nous n'utilisons pas l'appareil pendant une période prolongée, il est recommandé de le recharger complètement avant de le stocker. L'état de charge baissera de 5 à 10 % tous les mois. Par conséquent, il convient de recharger complètement l'appareil tous les trois mois. L'état de charge ne doit en aucun cas chuter jusque 0 %, sinon la batterie sera endommagée.

Durée de vie de la batterie

Une batterie lithium-ion peut être rechargée environ 300 à 500 fois (cycles de charge). Un cycle de charge s'étend de 0 à 100 %. Il est donc important que la batterie ne se décharge pas complètement. Cela préserve la durée de vie de la batterie.

Évitez impérativement...

- a) ... que la batterie se décharge complètement.
- b) ... d'exposer la batterie à des températures négatives, sinon la batterie ne se recharge pas.
- c) ... d'exposer la batterie à des températures supérieures à 45°C.
- d) ... d'exposer la batterie à une humidité trop forte de l'air.

Avertissement décharge batterie

Si un « avertissement décharge batterie » s'affiche, branchez l'appareil pendant 20 minutes maxi au secteur pour recharger la batterie.

État de charge de la batterie

40 % : Si l'« avertissement décharge batterie » apparaît alors que l'écran est complètement éclairé, l'état de charge de la batterie est à 40 %. Rechargez la batterie pendant 20 minutes maxi après votre entraînement.

30 % : Si l'« avertissement décharge batterie » apparaît alors que l'écran clignote, l'état de charge de la batterie est à 30 % et la console n'a éventuellement plus suffisamment d'énergie. Vous avez deux possibilités :

a) Vous pouvez arrêter votre entraînement en pédalant assez rapidement pour que l'ordinateur soit suffisamment approvisionné en énergie via le mini-alternateur. Rechargez la batterie pendant 20 minutes maxi après votre entraînement.

b) Arrêtez immédiatement l'entraînement. Rechargez ensuite la batterie pendant 20 minutes maxi.

20 % : Un symbole de batterie faiblement éclairé apparaît et l'écran est éteint. L'état de charge de la batterie est inférieur à 20 %. Arrêtez l'entraînement et rechargez la batterie pendant 20 minutes maxi.

5.4 Calendrier d'entretien et de maintenance

Pour éviter tout endommagement causé par la transpiration, il convient de nettoyer l'appareil avec une serviette humide (sans solvant !) après chaque séance d'entraînement.

Les opérations d'entretien suivantes sont à effectuer dans les intervalles de temps indiqués :

Pièce	Une fois par semaine	Une fois par mois	Tous les trois mois	Tous les six mois	Une fois par an
Écran de console	N	I			
Revêtements en plastique	N	I			
Lubrification des pièces mouvantes				I	
Vis et câbles		I			
Vérifiez que les pédales sont bien serrées.		I			
Légende : N = nettoyage ; I = inspection					

6 ÉLIMINATION

À la fin de sa durée de vie, l'appareil ne doit pas être éliminé avec les déchets ménagers. Il doit être confié à un centre de collecte spécialisé dans le recyclage des appareils électriques et électroniques. Pour de plus amples informations, contactez le centre compétent d'élimination des déchets le plus proche de chez vous.



Les matériaux sont recyclables, conformément à leur marquage. Par le recyclage des matières, la réutilisation ou d'autres formes de valorisation des anciens appareils, vous prenez activement part à la protection de notre environnement.

7 ACCESSOIRES RECOMMANDÉS

Pour rendre votre entraînement encore plus agréable et efficace, nous vous recommandons de compléter votre appareil de fitness par des accessoires adéquats. Un **tapis de sol** vous permettra de poser votre appareil de fitness en toute sécurité, tout en protégeant votre sol des taches de transpiration. Vous pouvez également vous procurer des mains courantes supplémentaires pour votre tapis de course ou un **spray à base de silicone** pour entretenir les pièces mobiles.

Si votre appareil de fitness propose un entraînement basé sur la fréquence cardiaque, nous vous recommandons vivement l'utilisation d'une ceinture pectorale compatible afin de garantir une transmission optimale de votre fréquence cardiaque. Vous pouvez également compléter votre appareil de musculation par des **poignées de traction** ou des **poids supplémentaires**.



Notre gamme d'accessoires offre une qualité optimale pour rendre votre entraînement encore plus efficace. Pour toute information sur nos accessoires compatibles, rendez-vous sur notre boutique en ligne et consultez le descriptif détaillé de nos produits. Il suffit à cet effet de saisir le numéro d'article correspondant en haut dans le champ de recherche. Vous serez alors dirigé vers les accessoires recommandés. Vous pouvez également utiliser le code QR mis à disposition. Vous avez bien sûr également la possibilité de contacter notre service clientèle par téléphone, par mail, dans l'un de nos magasins ou via les réseaux sociaux. C'est avec plaisir que nous vous conseillerons !



Tapis de sol



Ceinture pectorale



Serviettes



Spray à base de silicone



Gel de contact

8.1 Numéro de série et désignation du modèle

Afin de vous assurer le meilleur service possible, nous devons connaître la désignation du modèle, le numéro d'article, le numéro de série, la vue éclatée et la liste des pièces. Vous trouverez les données de contact correspondantes au chapitre 10 du mode d'emploi.

❗ REMARQUE

Le numéro de série de votre appareil est unique. Il se trouve sur un autocollant blanc. La position exacte de l'autocollant est indiquée sur la figure ci-après.



Entrez le numéro de série dans le champ correspondant.

Numéro de série :

Marque / catégorie :

Désignation du modèle :

Référence article :

8.2 Liste des pièces

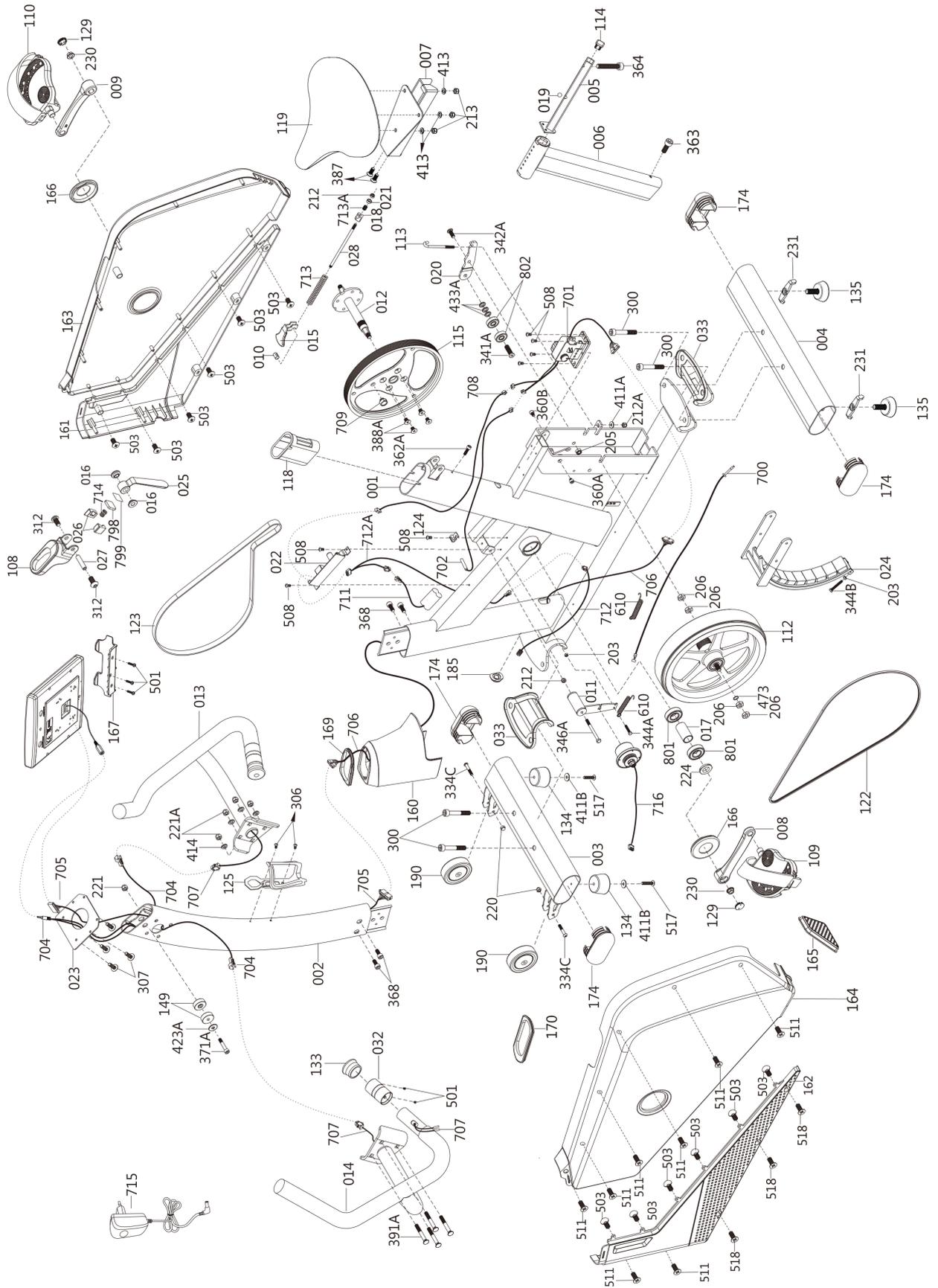
N°	Désignation (ENG)	Nbre
001	MAIN FRAME	1
002	HANDLE BAR POST	1
003	STABILIZER - FRONT	1
004	STABILIZER - BACK	1
005	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER	1
006	SEAT POST	1
007	SEAT HOLDER	1
008	CRANK - LEFT	1
009	CRANK - RIGHT	1
010	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER- NUT	1
011	GENERATOR BRACKET	1
012	MAIN AXLE	1
013	HANDLE BAR - RIGHT	1
014	HANDLE BAR - LEFT	1
015	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - HANDLE	1
016	VERTICAL SEAT ADJUSTER - BUSHING	2
017	CASING	1
018	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - SLIDER	1
019	BALL BEARING	1
020	TENSION WHEEL BRACKET	1
021	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - SPACER	1
022	EMS CONTROLLER	1
023	Console METAL PLATE	1
024	MAGNET HOLDER WITH MAGNET	1
025	SEAT POST ADJUSTER - HANDLE	1
026	SEAT POST ADJUSTER - CLAMP BLOCKS	2
027	SEAT POST ADJUSTER - THREADED SPACER	1
028	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - ROD	2
132	HAND PULSE ASSEMBLY	2
133	STABILIZER RUBBER MOUNTING	2
108	SEAT POST ADJUSTER - CAP	1

109	PEDAL - LEFT	1
110	PEDAL - RIGHT	1
112	FLYWHEEL	1
113	J - BOLT	1
114	PLUG	1
115	DRIVE PULLEY	1
118	SEAT POST ADJUSTER- SLIDERPLUG	1
119	SEAT	1
122	POLY V DRVE BELT J2	1
123	POLY V DRVE BELT J6	1
124	SENSOR - HOLDER	1
125	WATER BOTTLE HOLDER	1
129	CRANK PLUG	2
133	PLUG	2
134	STABILIZER PADS	2
135	STABILIZER LEVELER	2
149	BUSHING	2
160	HAT COVER	1
161	SHROUD SMALL - FRONT RIGHT	1
162	SHROUD SMALL - FRONT LEFT	1
163	SHROUD LARGE- FRONT RIGHT	1
164	SHROUD LARGE- FRONT LEFT	1
165	SHROUD - INSERT	1
166	SHROUD - CRANK INSERT	2
167	PHONE STAND	1
169	HAT COVER - INSERT	1
170	SHROUD - SEAT POST INSERT	1
174	PLUG	4
185	RESISTANCE ADJUSTMENT- A/C CABLE HOLDER	1
190	TRANSPORTATION WHEEL	2
203	NUT	2
205	NUT	1
206	NUT	4
212	NUT	2

212A	NUT	1
213	NUT	3
220	NUT	2
221	NUT	1
221A	NUT	1
224	NUT	1
230	NUT	2
231	NUT	2
300	BOLT	4
306	BOLT	2
307	BOLT	4
312	BOLT	2
334C	BOLT	2
341A	BOLT	1
342A	BOLT	1
344A	BOLT	1
344B	BOLT	1
346A	BOLT	1
360A	BOLT	1
360B	BOLT	1
362A	BOLT	1
363	BOLT	1
364	BOLT	1
368	BOLT	4
371A	BOLT	1
387	BOLT	2
388A	BOLT	4
391A	BOLT	4
411A	WASHER	1
411B	WASHER	2
413	WASHER	3
414	WASHER	4
423A	WASHER	1
433A	WASHER	3

473	WASHER	1
501	SCREW	4
503	SCREW	12
508	SCREW	7
511	SCREW	8
517	SCREW	2
518	SCREW	6
610	TENSION WHEEL- SPRING	2
700	TENSION CABLE	1
701	MOTOR WITH CABLE	1
702	Console CABLE WITH SENSOR	1
704	HAND PULSE CABLE	1
705	Console CABLE	1
706	Console CABLE	1
707	HANDLEBAR HAND PULSE CABLE	2
708	DC & MOTOR CABLE	1
709	SENSOR - MAGNET	1
711	BATTERY WITH CABLE	1
712	A/C ADAPTOR CABLE	1
712A	BATTERY & AC ADAPTOR CABLE	1
713	HORIZONTAL SEAT ADJUSTER - SPRING	1
713A	SEAT ADJUSTER - SPRING	1
714	SEAT POST ADJUSTER - SPRING	1
715	A/C ADAPTOR	1
716	GENERATOR WITH CABLE	1
718	Console	1
798	SEAT POST ADJUSTER - THICK PLATE	1
799	SEAT POST ADJUSTER - THIN S/S PLATE	1
801	BEARING 6004ZZ	2
802	BEARING 6200ZZ	2

8.3 Vue éclatée



Les appareils d'entraînement de cardiostrong® sont soumis à un contrôle de qualité rigoureux. Si, malgré les soins apportés, votre appareil de fitness ne fonctionnait pas de manière irréprochable, nous le regrettons vivement et nous vous invitons à prendre contact avec notre service clientèle. Notre ligne d'assistance technique se tient volontiers à votre disposition par téléphone.

Descriptions de défauts

Votre appareil d'entraînement a été conçu pour vous garantir en permanence un entraînement de haut niveau. Toutefois, en cas de problème, veuillez d'abord lire le mode d'emploi. Si vous ne parvenez pas à résoudre vous-même le problème, adressez-vous à votre contractant ou à notre ligne d'assistance gratuite. Pour pouvoir résoudre vos problèmes dans les meilleurs délais, veuillez décrire le défaut le plus précisément possible.

Outre la garantie légale, nous accordons une garantie sur tous les appareils de fitness achetés chez nous dans la mesure des dispositions suivantes.

Cela n'affecte en aucune façon vos droits légaux.

Bénéficiaire de la garantie

Le bénéficiaire de la garantie est le premier acheteur ou toute personne ayant reçu en cadeau un produit neuf acheté d'un premier acheteur.

Délais de garantie

Dès la livraison de l'appareil, nous vous offrons une garantie dessus, dont la durée est précisée sur notre boutique en ligne. Vous trouverez la durée de la garantie de votre appareil sur la page du produit correspond de notre site internet.

Frais de remise en état

L'indemnisation garantie se fait selon notre choix par réparation, par échange des pièces endommagées ou par échange de l'intégralité de l'appareil. Les pièces de rechange à monter soi-même lors de l'assemblage de l'appareil doivent être remplacées par le bénéficiaire de la garantie lui-même et ne sont pas prévues dans la remise en état. Après expiration de la période de garantie pour les frais de remise en état, une garantie sur les pièces est accordée mais elle n'inclut pas les frais de réparation, de montage et d'expédition.

Les périodes d'utilisation sont définies comme suit :

- + Utilisation à domicile : exclusivement usage privé à domicile jusqu'à 3 heures par jour
- + Usage semi-professionnel : jusqu'à 6 heures par jour (par ex. centres de rééducation, hôtels, clubs, salle de fitness en entreprise)
- + Usage professionnel : plus de 6 heures par jour (par ex. en salle de gym)

Service Garantie

Durant la période de garantie, les appareils présentant des dysfonctionnement dûs à des défauts du matériel utilisé ou des défauts de fabrication seront, à notre appréciation, réparés ou remplacés. Les pièces ou appareils échangés deviennent notre propriété. Les prestations de la garantie n'entraînent ni une prolongation ni un renouvellement du délai de garantie.

Conditions de garantie

Pour pouvoir faire usage de la garantie, il convient de procéder comme suit :

Prenez contact par courriel ou par téléphone avec le service clientèle. Si le produit sous garantie doit être envoyé pour réparation, les frais encourus sont à la charge du vendeur. Après expiration de la garantie, les frais de transport et d'assurance sont à la charge de l'acheteur. Si le défaut entre dans le cadre de notre prestation de garantie, un appareil réparé ou un appareil neuf vous sera envoyé.

Les droits à la garantie sont exclus dans le cas de dommages causés par :

- + une utilisation incorrecte ou non conforme
- + les influences environnementales (humidité, chaleur, poussière etc.)
- + le non-respect des consignes de sécurité applicables à l'appareil
- + le non-respect des consignes figurant dans le mode d'emploi
- + des violences (par ex. chocs, coups, chutes)
- + des interventions effectuées par un service après-vente autre que ceux agréés
- + des tentatives de réparation effectuées par l'acheteur

Justificatif d'achat et numéro de série

Assurez-vous d'être en mesure de présenter la facture correspondante en cas de recours à la garantie. Afin de pouvoir identifier clairement la version de votre modèle et pour notre contrôle de qualité, nous devons connaître, pour toute intervention S.A.V, le numéro de série de votre appareil. Notez si possible le numéro de série ainsi que votre numéro client avant d'appeler notre ligne d'assistance. Cela facilitera le traitement de votre demande.

Si vous avez des difficultés à trouver le numéro de série de votre appareil d'entraînement, demandez de l'aide auprès de nos collaborateurs du service après-vente.

Service hors garantie

En cas de défectuosité de votre appareil d'entraînement après expiration de la garantie ou si le défaut n'entre pas dans le cadre de la prestation de garantie (par ex. dommages dûs à une usure normale), nous nous tenons à votre disposition pour vous proposer une offre personnalisée. Veuillez vous adresser à notre service clientèle afin de trouver une solution rapide et économique à votre problème. Dans ce cas, les frais d'envoi seront à votre charge.

Communication

Un entretien avec nos spécialistes suffit dans de nombreux cas à remédier à vos problèmes. Nous savons combien il est important pour vous que les problèmes soient résolus rapidement et simplement afin que vous puissiez profiter des joies de l'entraînement sans subir de longues périodes d'interruption. Il est également dans notre intérêt de trouver une solution rapide et non bureaucratique à votre demande. Gardez donc à portée de main votre numéro client ainsi que le numéro de série de l'appareil défectueux.

DE	DK	FR
<p>TECHNIQUE</p> <p> +49 4621 4210-900</p> <p> +49 4621 4210-698</p> <p> technik@sport-tiedje.de</p> <p> Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00</p> <p>SERVICE</p> <p> 0800 20 20 277 (gratuit)</p> <p> info@sport-tiedje.de</p> <p> Lu - ve 08h00 - 21:00 Sa 09h00 - 21:00 Dim 10h00 - 18h00</p>	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p> 80 90 1650</p> <p>+49 4621 4210-945</p> <p> info@fitshop.dk</p> <p> Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00</p>	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p> +33 (0) 172 770033</p> <p>+49 4621 4210-933</p> <p> service-france@fitshop.fr</p> <p> Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00</p>
	PL	BE
	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p> 22 307 43 21</p> <p>+49 4621 42 10-948</p> <p> info@fitshop.pl</p> <p> Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00</p>	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p> 02 732 46 77</p> <p>+49 4621 42 10-932</p> <p> info@fitshop.be</p> <p> Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00</p>

UK	NL	INT
<p>TECHNIQUE</p> <p> +44 141 876 3986</p> <p> support@powerhousefitness.co.uk</p> <p>SERVICE</p> <p> +44 141 876 3972</p> <p> Lu - ve 9h00 - 17h00</p>	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p> +31 172 619961</p> <p> info@fitshop.nl</p> <p> Lu - Jeu 09h00 - 17h00 Ve 09h00 - 21h00 Sa 10h00 - 17h00</p>	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p> +49 4621 4210-944</p> <p> service-int@sport-tiedje.de</p> <p> Lu - ve 8h00 - 18h00 Sa 9h00 - 18h00</p>
	AT	CH
	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p> 0800 20 20 277 (gratuit)</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> info@sport-tiedje.at</p> <p> Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00</p>	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p> 0800 202 027</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> info@sport-tiedje.ch</p> <p> Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00</p>

Vous trouverez sur cette page web une liste détaillée de tous les magasins du Groupe Sport-Tiedje en France et à l'étranger, avec leur adresse et leurs horaires d'ouverture.

www.fitshop.fr/aperçu-de-nos-succursales

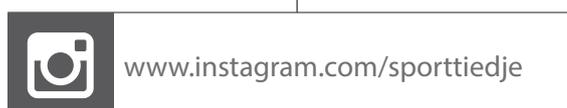
NOUS VIVONS LE FITNESS

BOUTIQUE EN LIGNE ET RÉSEAUX SOCIAUX

Avec 80 succursales, Fitshop est le plus grand marché spécialisé d'appareils de fitness à domicile en Europe et compte parmi les sociétés de vente en ligne les plus renommées dans le domaine de l'équipement de fitness. Plus de 25 boutiques en ligne sont disponibles pour les particuliers dans la langue de leur pays. Des magasins vous accueillent également pour composer l'appareil de votre choix. La société fournit également les salles de gym, hôtels, clubs de sports, entreprises et cabinets de kinésithérapie en appareils d'endurance et de musculation conçus pour un usage professionnel.

Fitshop offre une large gamme d'appareils de fitness de fabricants renommés, ainsi que ses propres produits et des prestations de service complètes (service de montage et conseils de professionnels avant et après l'achat de votre appareils). L'entreprise emploie à cet effet de nombreux spécialistes scientifiques du sport, entraîneurs de fitness et athlètes de compétition.

N'hésitez pas à nous rendre visite sur les réseaux sociaux ou sur notre blog !



TAURUS

cardiostrong

BODYCRAFT

cardiojump





Vélo d'appartement **BX90**