

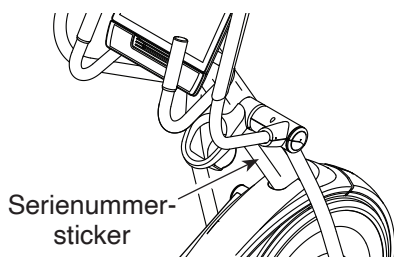
NordicTrack®

AIRGLIDE 14i

Modelnr. NTEL71423-INT.2

Serienr. _____

Schrijf het serienummer in het vakje hierboven voor latere raadpleging.



LEDENZORG

Indien u assistentie nodig heeft, verzoeken wij u uw product op onze website iFITsupport.eu te registreren.

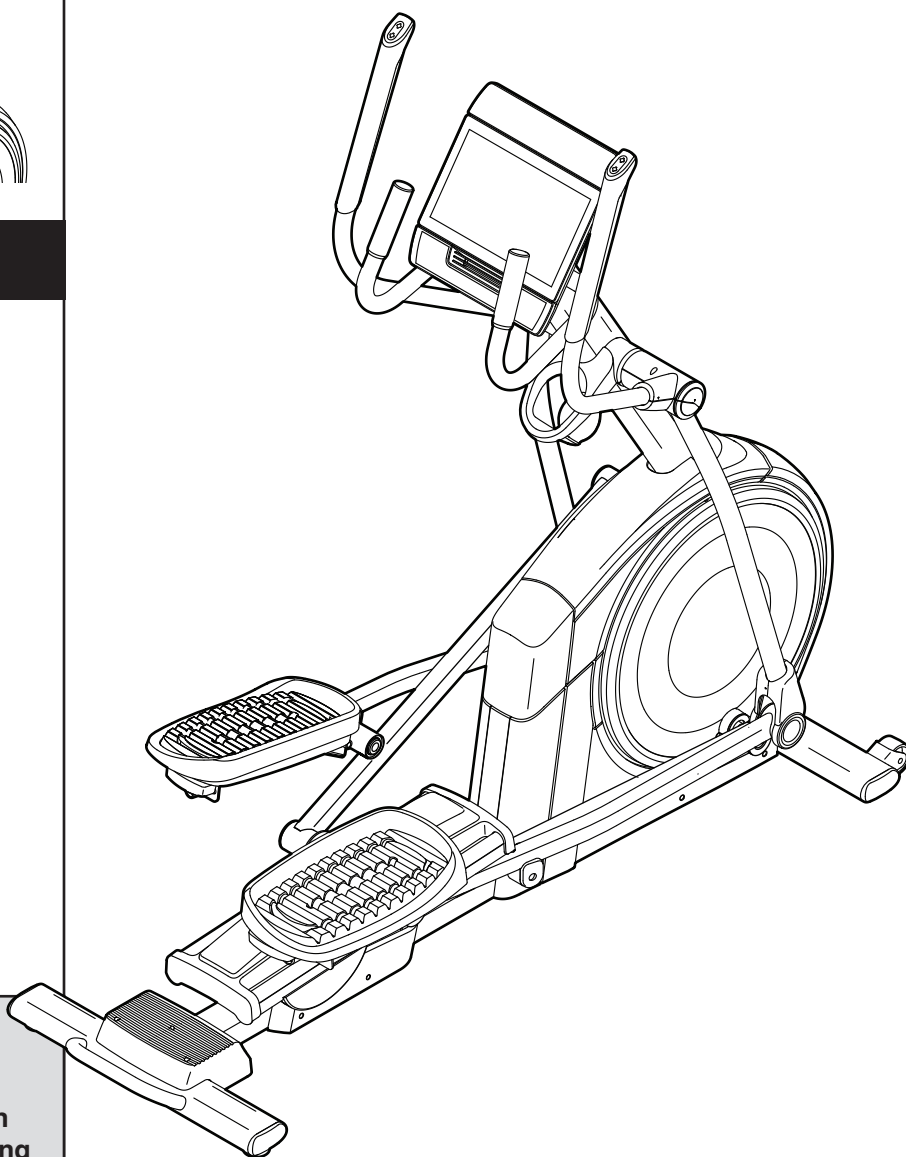
Telefoonnummer: 207 082 883

Openingstijden: maandag-vrijdag
09.00-18.00 uur

⚠ OPGELET

Lees alle voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding door voordat u deze apparatuur gebruikt. Bewaar deze handleiding voor latere raadpleging.

GEBRUIKERSHANDLEIDING



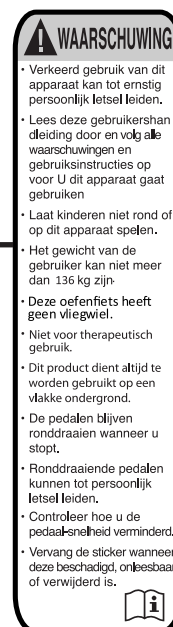
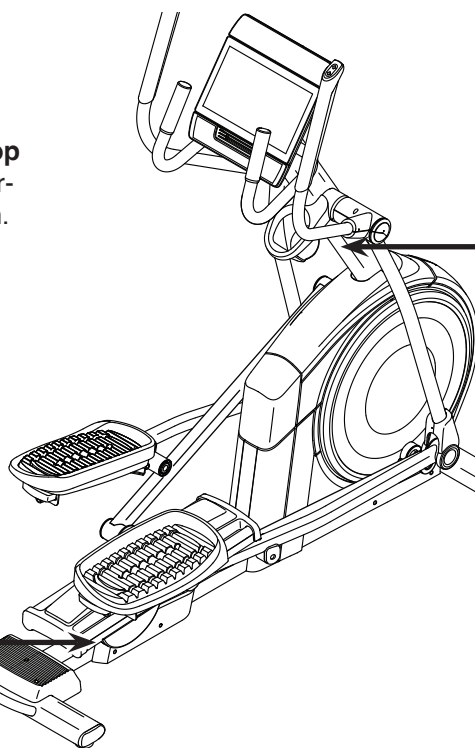
INHOUDSOPGAVE

PLAATSING WAARSCHUWINGSSTICKER.....	2
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN	3
VOORDAT U BEGINT	5
ONDERDELENOVERZICHT.....	6
MONTAGE.....	7
DE CROSSTRAINER GEBRUIKEN	17
HET BEDIENINGSPANEEL GEBRUIKEN	20
ONDERHOUD EN PROBLEEMOPLOSSING.....	32
TRAININGSRICHTLIJNEN	34
ONDERDELENLIJST	35
GEDETAILLEERDE TEKENING.....	37
VERVANGINGSONDERDELEN BESTELLEN	Achterkant
RECYCLINGINFORMATIE	Achterkant
VERKLARING VAN CONFORMITEIT UK/EU.....	Achterkant

PLAATSING WAARSCHUWINGSSTICKER

Deze tekening toont de locatie(s) van de waarschuwingssticker(s). **Raadpleeg de voorkant van deze handleiding als een sticker ontbreekt of niet leesbaar is en vraag om een gratis vervangende sticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats.** Let op: De stickers worden mogelijk niet op ware grootte weergegeven.

Deze sticker staat aan beide kanten



NORDICTRACK en IFIT zijn geregistreerde handelsmerken van iFIT Inc. Google Maps is een handelsmerk van Google LLC. Het woordmerk Bluetooth® en de logo's zijn geregistreerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc. en worden onder licentie gebruikt. Wi-Fi is een geregistreerd handelsmerk van Wi-Fi Alliance. WPA en WPA2 zijn geregistreerde handelsmerken van Wi-Fi Alliance.

BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN

⚠ WAARSCHUWING: Lees alle belangrijke voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen op uw crosstrainer voordat u deze gebruikt om het risico op brandwonden, brand, elektrische schok of letsel aan personen te verminderen. iFIT aanvaardt geen verantwoordelijkheid voor persoonlijk letsel of schade aan eigendommen opgelopen door dit product of via het gebruik van dit product.

1. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om ervoor te zorgen dat alle gebruikers van de crosstrainer goed geïnformeerd zijn over alle voorzorgsmaatregelen.
2. Houd kinderen jonger dan 16 jaar en huisdieren altijd bij de crosstrainer vandaan.
3. Raadpleeg uw medisch zorgverlener voordat u met enig trainingsprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen ouder dan 35 jaar of met bestaande gezondheidsproblemen.
4. Raadpleeg uw medisch zorgverlener voordat u begint of doorgaat met een trainingsprogramma tijdens de zwangerschap. Gebruik de crosstrainer alleen met toestemming van uw medisch zorgverlener.
5. De crosstrainer is niet bedoeld om gebruikt te worden door personen met verminderd lichamelijk, zintuiglijk of verstandelijk vermogen of met een gebrek aan ervaring en kennis, tenzij er toezicht is of tenzij zij instructies hebben ontvangen over het gebruik van de crosstrainer door iemand die voor hun veiligheid verantwoordelijk is.
6. Gebruik de crosstrainer alleen zoals in deze handleiding is beschreven.
7. De crosstrainer is alleen voor thuisgebruik bedoeld. Gebruik de crosstrainer niet voor zakelijke, institutionele of verhuurdoeleinden.
8. Houd de crosstrainer binnenshuis en uit de buurt van vocht en stof. Plaats de crosstrainer niet in een garage, op een overdekt terras of bij water.
9. Plaats de crosstrainer op een vlakke ondergrond met minstens 0,9 m vrije ruimte voor en achter de crosstrainer en 0,6 m aan beide zijanten. Leg een matje onder de crosstrainer om uw vloer of vloerbedekking te beschermen.
10. Controleer de onderdelen elke keer dat de crosstrainer wordt gebruikt en draai ze goed vast. Vervang versleten onderdelen meteen. Gebruik alleen door de fabrikant geleverde onderdelen.
11. Steek het stroomsnoer bij het aansluiten alleen in een geaard stopcontact.
12. Pas het stroomsnoer niet aan en gebruik geen adapter om het stroomsnoer op een onjuist stopcontact aan te sluiten. Houd het stroomsnoer uit de buurt van verwarmde oppervlakken. Gebruik geen verlengsnoer.
13. Gebruik de crosstrainer niet wanneer deze niet goed werkt of wanneer het stroomsnoer of de stekker beschadigd is.
14. **GEVAAR:** Haal het stroomsnoer altijd uit het stopcontact en zet de stroomschakelaar in de stand Off (uit) als u de crosstrainer niet gebruikt en voordat u deze gaat reinigen. Het onderhoud dat niet in deze handleiding staat beschreven, mag alleen door een erkende onderhoudsvertegenwoordiger worden uitgevoerd.
15. De crosstrainer is niet geschikt voor personen die meer dan 135 kg wegen.
16. Draag geschikte kleding wanneer u de crosstrainer gebruikt. Draag nooit losse kleding die in de crosstrainer bekneld kan raken. Draag altijd gymschoenen om uw voeten tijdens het trainen te beschermen.

17. Houd de handvatten of de armen van het bovendeel vast bij het opstappen, het afstappen of tijdens het gebruik van de crosstrainer. Breng de pedalen tot stilstand met het pedaal aan de opstap- of afstapkant in de laagste stand voordat u op- of afstapt.

18. De crosstrainer heeft geen vrijloop; de pedalen blijven ronddraaien, totdat het vliegwiel stopt. Verlaag op beheerste wijze uw fietssnelheid.

19. Houd uw rug tijdens het gebruik van de crosstrainer altijd recht. Krom uw rug niet.

20. Te veel trainen kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Stop onmiddellijk en begin met afkoelen als u tijdens het trainen uitgeput raakt, kortademig wordt of pijn voelt.

BEWAAR DEZE INSTRUCTIES

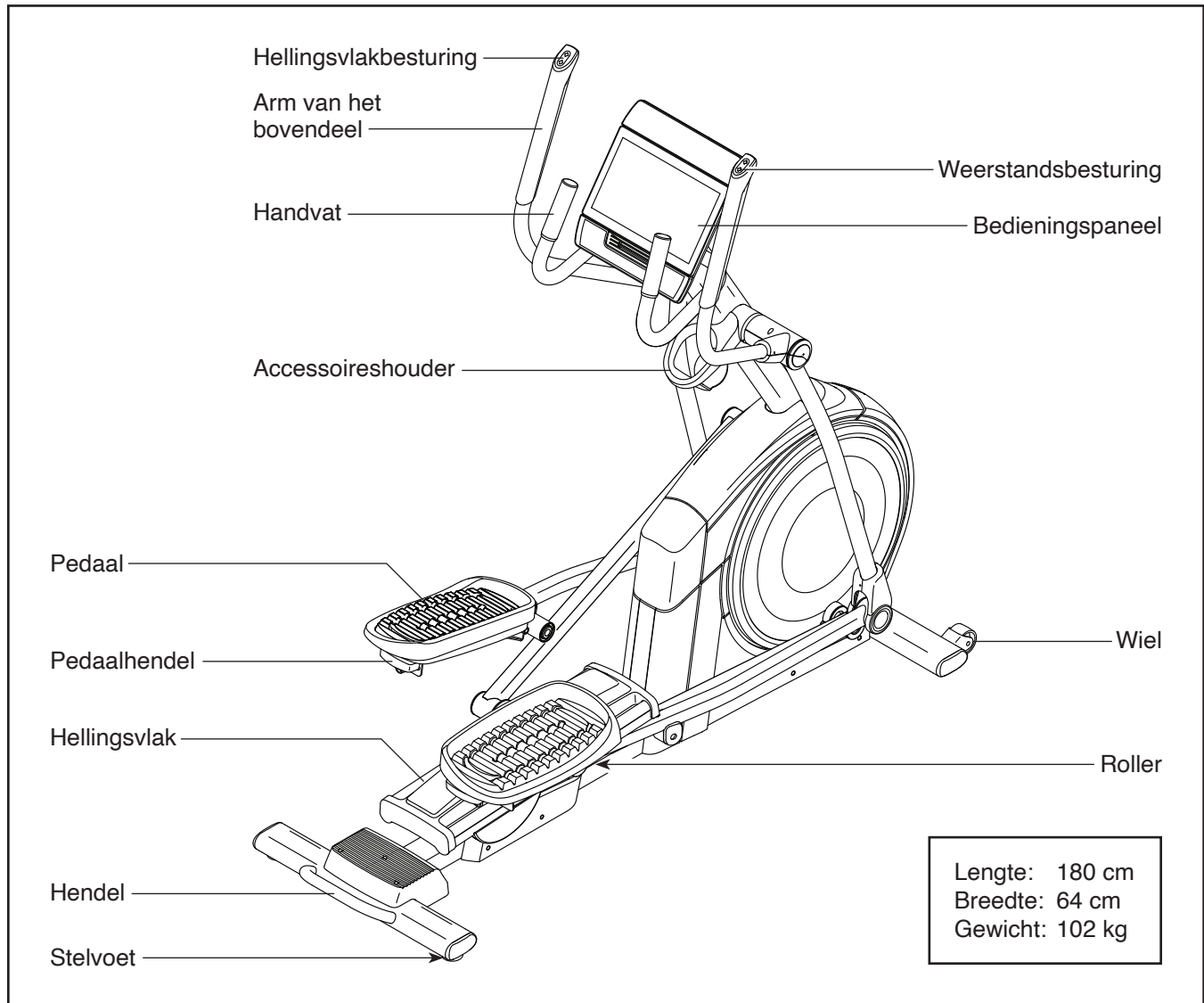
VOORDAT U BEGINT

Dank u dat u heeft gekozen voor de revolutionaire NORDICTRACK® AIRGLIDE 14I crosstrainer. De AIRGLIDE 14I crosstrainer biedt een indrukwekkende reeks mogelijkheden die ontwikkeld zijn om uw trainingen thuis effectiever en leuker te maken.

Lees deze handleiding zorgvuldig door voordat u de crosstrainer gebruikt. Raadpleeg de voorkant van deze handleiding als u na het doorlezen van deze

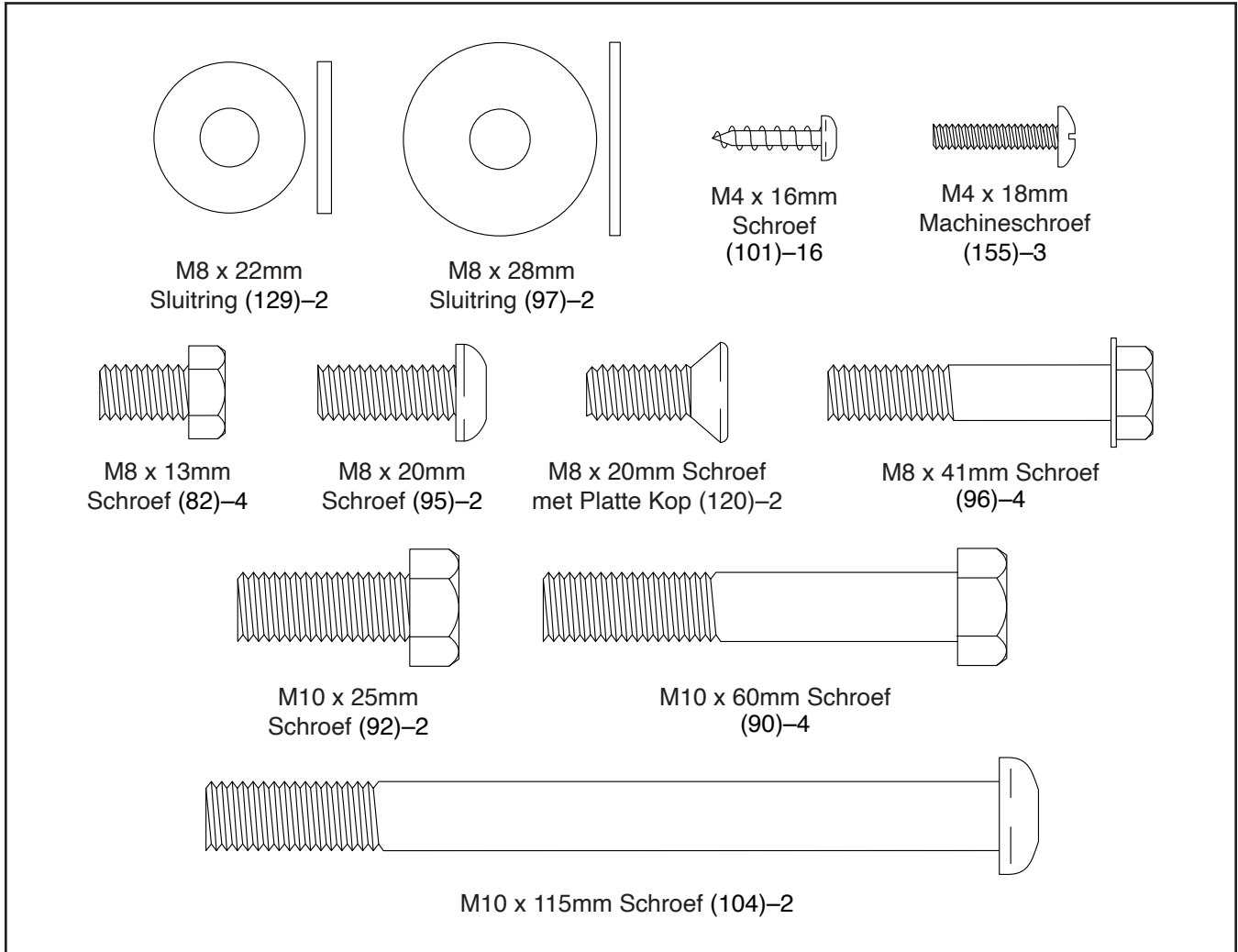
handleiding nog vragen hebt. Noteer het product-model- en serienummer voordat u contact met ons opneemt, zodat wij u van dienst kunnen zijn. U vindt het modelnummer en de locatie van de serienummersticker op de voorkant van deze handleiding.

Voordat u verder leest, dient u zich vertrouwd te maken met de onderdelen die in de onderstaande tekening zijn aangeduid.



ONDERDELENOVERZICHT

Raadpleeg de onderstaande afbeeldingen voor een overzicht van de kleine onderdelen die nodig zijn voor montage. Het nummer tussen haakjes onder elke tekening is het referentienummer van het onderdeel. U vindt alle onderdelen terug in de ONDERDELENIJST achterin deze handleiding. Het getal volgend op het referentienummer geeft het aantal te monteren onderdelen aan. **Let op: Als er een onderdeel lijkt te ontbreken, controleer dan eerst of het vooraf al is gemonteerd. Er kunnen extra onderdelen zijn meegeleverd.**



MONTAGE

- De montage moet door twee personen worden uitgevoerd.
- Plaats alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal niet weg voordat u volledig klaar bent met de montage.
- De linkeronderdelen worden aangegeven met "L" of "Left" en de rechteronderdelen met "R" of "Right".
- Voor het vaststellen van de kleine onderdelen, kijkt u op bladzijde 6.
- U kunt monteren met de bijgeleverde hulpmiddelen. Let op: Bewaar het meegeleverde gereedschap. U kunt een of meer van de stukken gereedschap in de toekomst nodig hebben voor het maken van afstellingen. Gebruik geen elektrisch gereedschap voor montage of afstellingen om schade aan onderdelen te voorkomen.

1. Ga naar iFITsupport.eu op uw computer en registreer uw product.

- uw eigendom vast te leggen
- uw garantie te activeren
- prioriteit bij klantondersteuning te krijgen als u ooit hulp nodig heeft

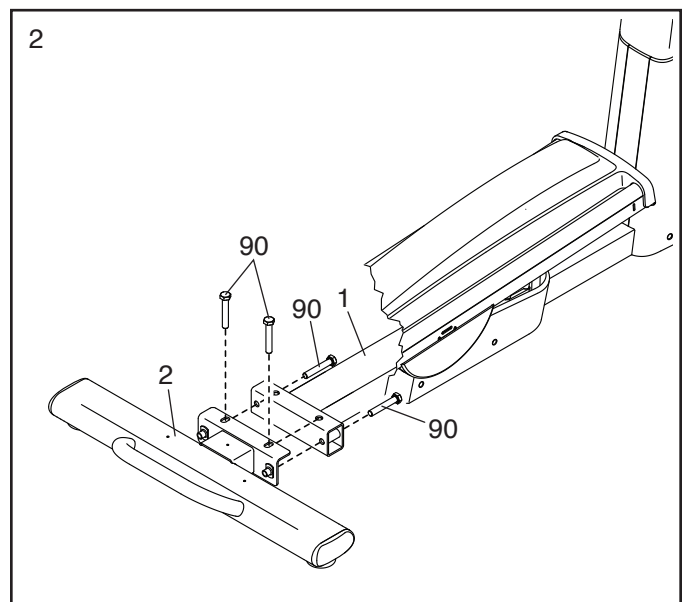
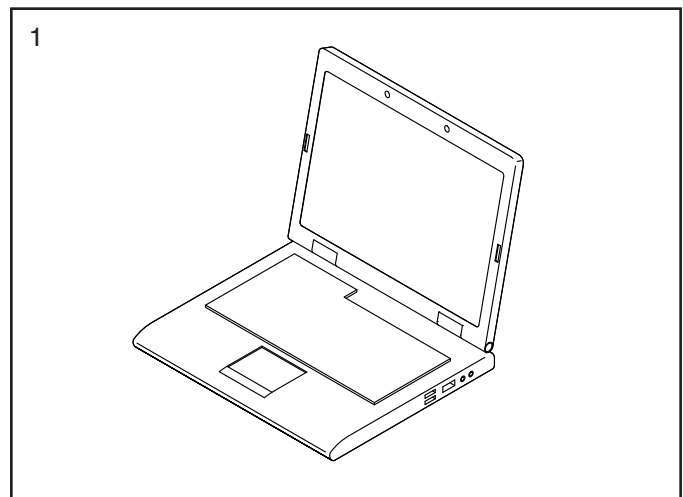
Let op: Indien u geen toegang tot internet heeft, kunt u bellen met de Ledenzorg (zie de voorkant van deze handleiding) en uw product registreren.

2. Plaats met de hulp van een tweede persoon een deel van het verpakkingsmateriaal (niet afgebeeld) onder de achterkant van het Onderstel (1). Laat de tweede persoon het Onderstel vasthouden, zodat het niet omvalt tot u deze stap heeft voltooid.

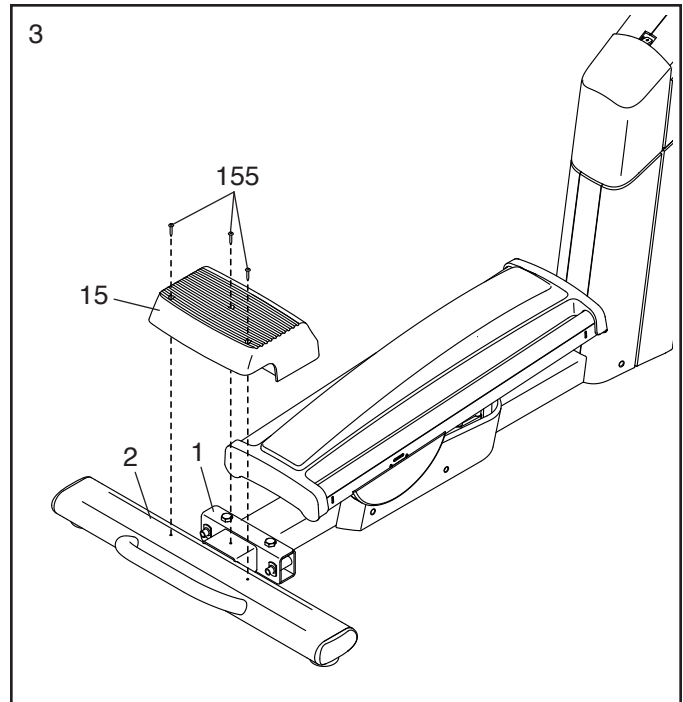
Als er zich verzendsteunen aan de achterkant van het Onderstel (1) bevinden, verwijdert u de schroeven van de verzendsteunen en gooit u de schroeven en de verzendsteunen weg.

Maak vervolgens de Achterste Stabilisator (2) aan het Onderstel (1) vast met vier M10 x 60mm Schroeven (90).

Haal het verpakkingsmateriaal onder het Onderstel (1) weg.



3. Bevestig de Achterste Stabilisatorkap (15) aan de Achterste Stabilisator (2) met drie M4 x 18mm Machineschroeven (155); **draai alle drie Schroeven eerst aan en draai ze daarna vast.**

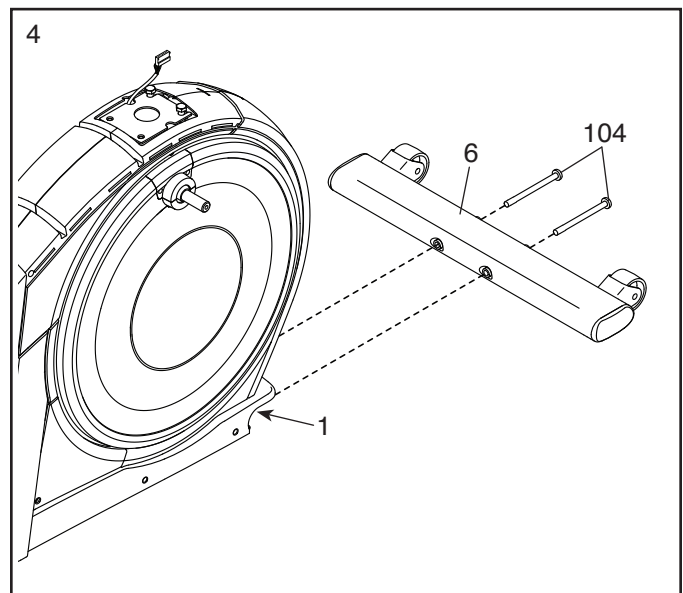


4. Plaats met de hulp van een tweede persoon een deel van het verpakkingsmateriaal (niet afgebeeld) onder de voorkant van het Onderstel (1). **Laat de tweede persoon het Onderstel vasthouden, zodat het niet omvalt tot u deze stap heeft voltooid.**

Als er zich verzendsteunen aan de voorkant van het Onderstel (1) bevinden, verwijdert u de schroeven van de verzendsteunen en gooit u de schroeven en de verzendsteunen weg.

Maak vervolgens de Voorste Stabilisator (6) aan het Onderstel (1) vast met twee M10 x 115mm Schroeven (104).

Haal het verpakkingsmateriaal onder het Onderstel (1) weg.

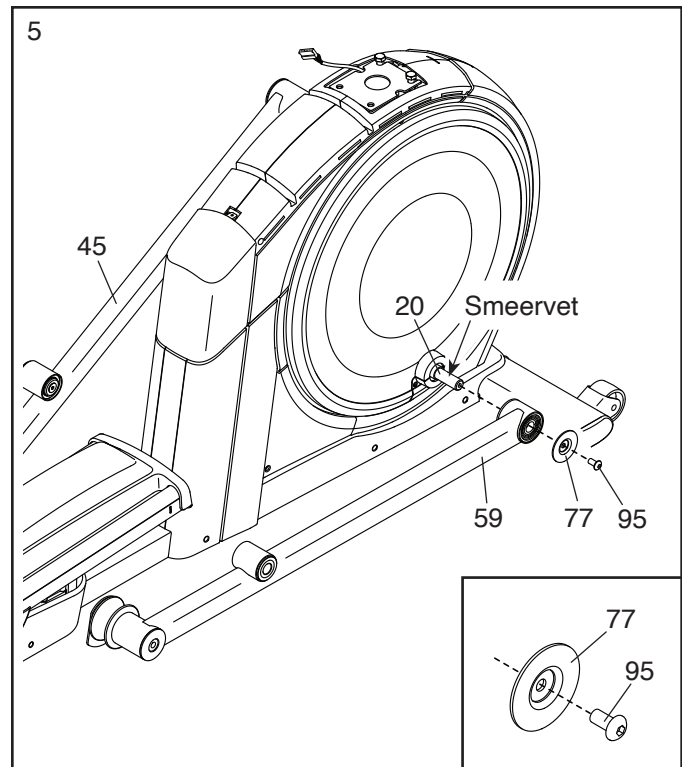


5. Breng een beetje meegeleverd smeervet aan op de as van de Rechtercrankarm (20).

Zoek vervolgens naar de Rechterrollerarm (59), draai deze zoals afgebeeld en schuif deze op de rechter Crankarm (20).

Bevestig de Rechterrollerarm (59) met een M8 x 20mm Schroef (95) en een Crankkap (77); **zorg ervoor dat de Crankkap is gericht zoals afgebeeld in de inzettekening.**

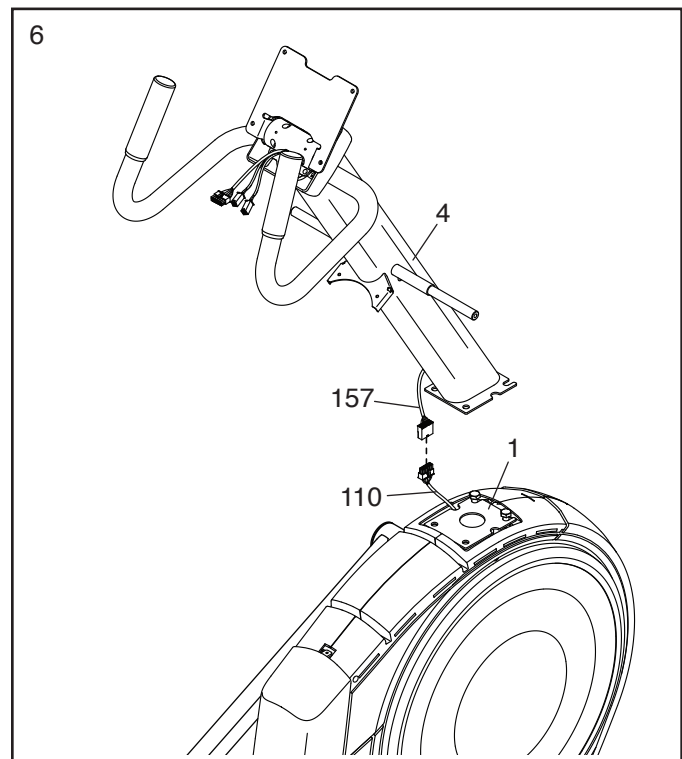
Herhaal deze stap voor de Linkerrollerarm (45).



6. Zorg dat een tweede persoon de Staander (4) vasthoudt in de buurt van het Onderstel (1) zoals afgebeeld.

Verbind vervolgens de Draad van de staander (157) aan de Hoofddraad (110).

BELANGRIJK: De draadconnectors zouden makkelijk samen moeten glijden en met een hoorbare klik op hun plaats moeten klikken. Draai een van de connectors en probeer het opnieuw als dit niet gebeurt. Om uw cross-strainer goed te laten functioneren, moet u de draden juist aansluiten.

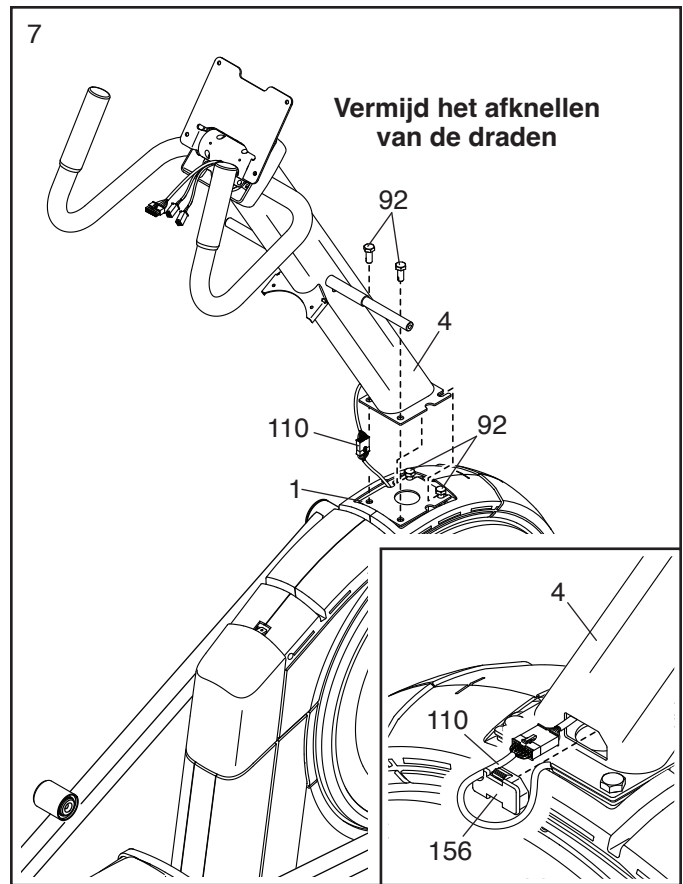


7. **Zorg dat de draden niet klem komen te zitten.** Zorg dat een tweede persoon de Staander (4) vasthoudt in de buurt van het Onderstel (1).

Let op: Er zijn twee M10 x 25mm Schroeven (92) vooraf gemonteerd aan het Onderstel (1).

Bevestig de Staander (4) met twee aanvullende M10 x 25mm Schroeven (92); **draai de Schroeven nog niet vast.**

Zie de inzettekening. Steek de connectors op de draden aan de linkerkant van de Staander (4). Leid vervolgens de Hoofddraad (110) door de inkeping in de Doorvoerhuls (156) zoals afgebeeld en druk de Doorvoerhuls in de Staander.



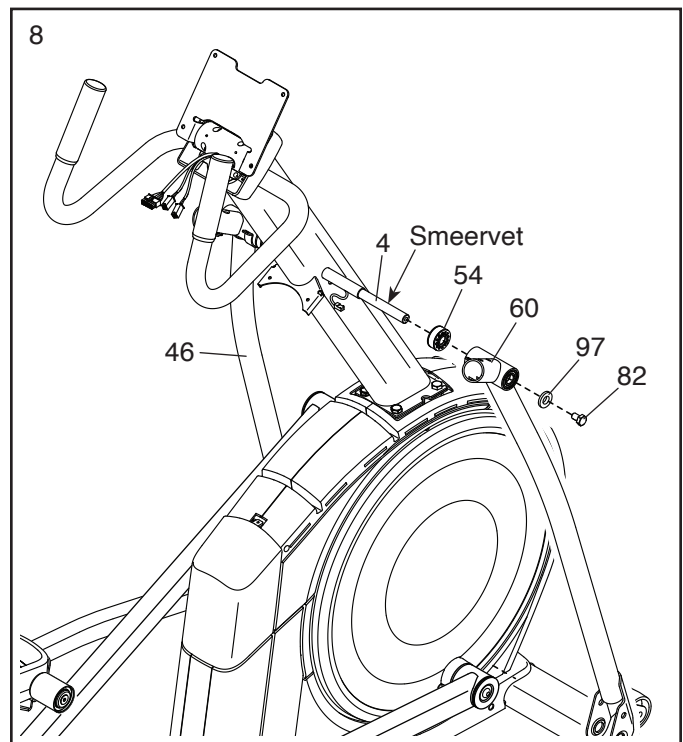
8. Breng smeervet aan op de as aan de rechterkant van de Staander (4).

Schuif vervolgens een Tussenstuk van de Zwenkas (54) op de rechterkant van de Staander (4).

Zoek vervolgens het Rechterbeen van het Bovendeel (60), richt dit zoals afgebeeld en schuif het op de rechterkant van de Staander (4).

Bevestig het Rechterbeen van het Bovendeel (60) met een M8 x 13mm Schroef (82) en een M8 x 28mm Sluitering (97).

Herhaal deze stap voor het bevestigen van het Linkerbeen van het Bovendeel (46).

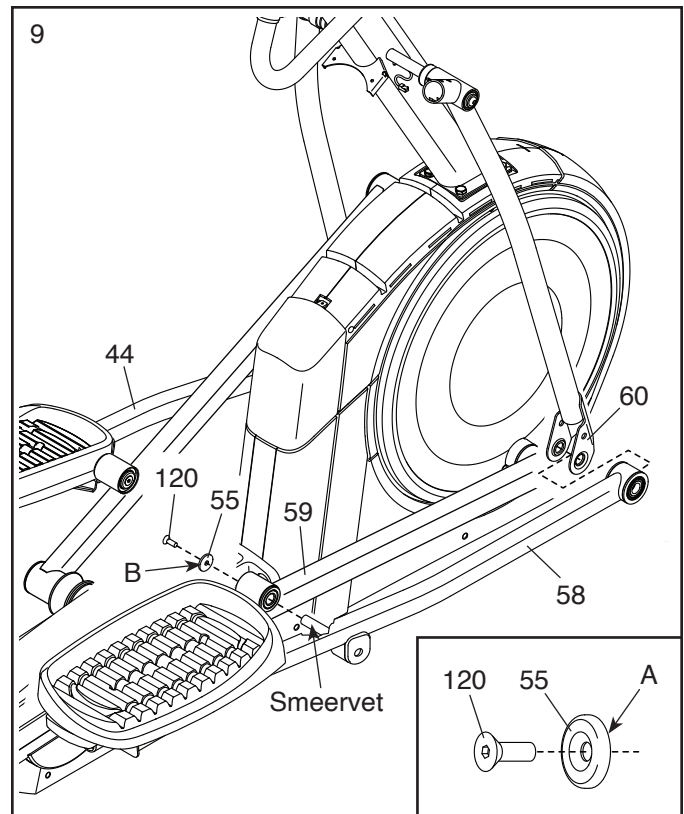


9. Richt de Rechterpedaalarm (58) zoals afgebeeld, en breng smeervet aan op de as.

Steek vervolgens de Rechterpedaalarm (58) in het Rechterbeen van het Bovendeel (60) en in de Rechterrollerarm (59).

Bevestig de Rechterpedaalarm (58) aan de Rechterrollerarm (59) met een M8 x 20mm Schroef met Platte Kop (120) en een Houder (55); **zorg dat de platte kant (A) van de Houder gericht is naar de Rechterrollerarm zoals afgebeeld in de inzettekening.**

Herhaal deze stap voor de Linkerpedaalarm (44).



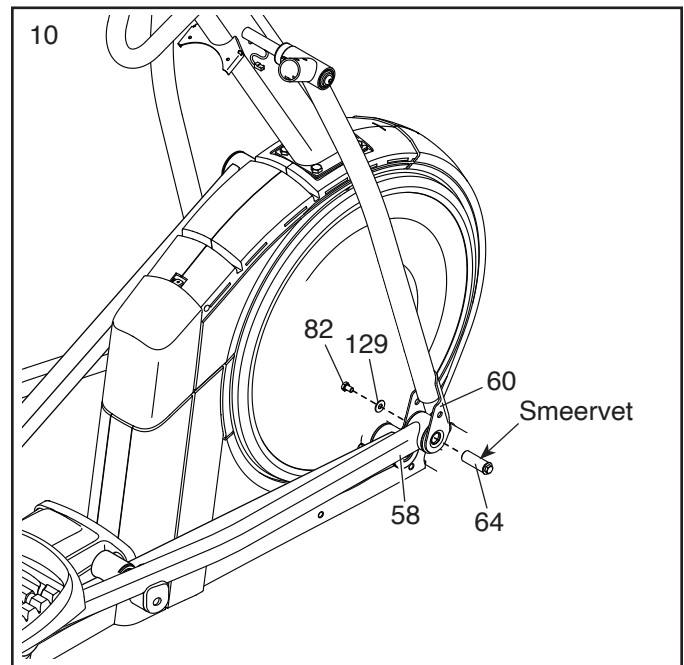
10. Breng smeervet aan op een van de Assen van de Pedaalarm (64).

Steek de As van de Pedaalarm (64) in het Rechterbeen van het Bovendeel (60) en in de Rechterpedaalarm (58) vanaf de aangegeven richting.

Schuif dan een M8 x 22mm Sluiring (129) op een M8 x 13mm Schroef (82) en draai de Schroef een paar slagen in de As van de Pedaalarm (64) vast.

Draai vervolgens de As van de Pedaalarm (64) en de M8 x 13mm Schroef (82) tegelijkertijd vast.

Herhaal deze stap aan de andere kant van de crosstrainer.

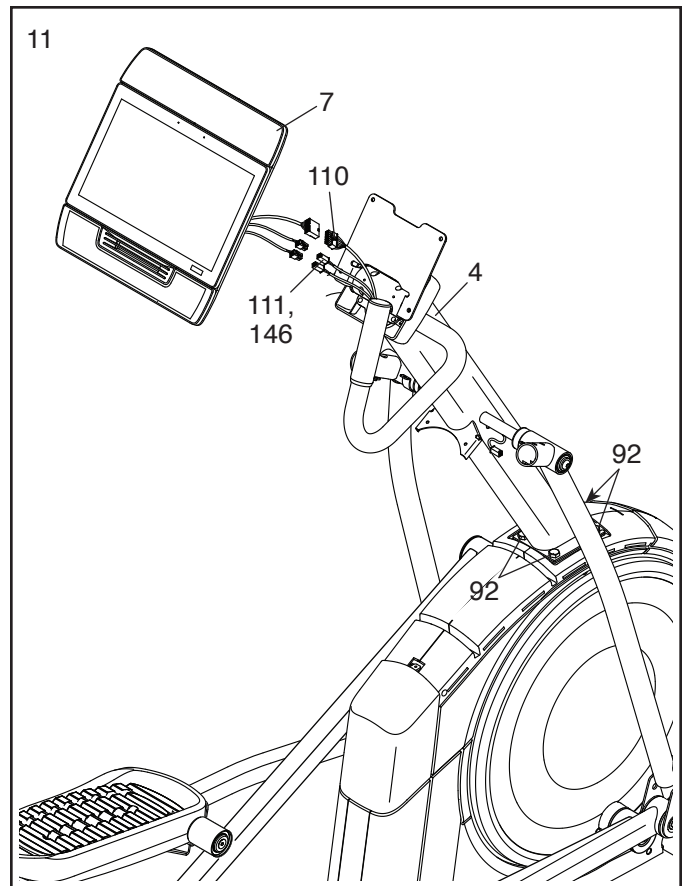


11. Zie stap 7. Draai de vier M10 x 25mm Schroeven (92) vast.

Laat iemand het Bedieningspaneel (7) bij de Staander (4) houden. Sluit de draden op het Bedieningspaneel aan op de Hoofddraad (110) en op de Linker- en Rechterverlengdraden (111, 146).

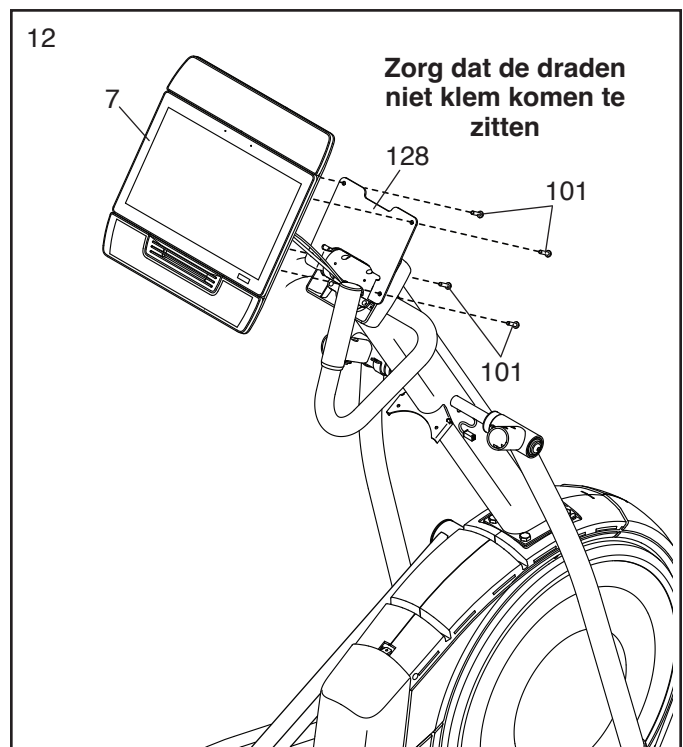
BELANGRIJK: De draadconnectors zouden makkelijk samen moeten glijden en met een hoorbare klik op hun plaats moeten klikken. Draai een van de connectors en probeer het opnieuw als dit niet gebeurt. Om uw cross-trainer goed te laten functioneren, moet u de draden juist aansluiten.

Vervolgens steekt u de connectors en het verlengdraad in het Bedieningspaneel (7).



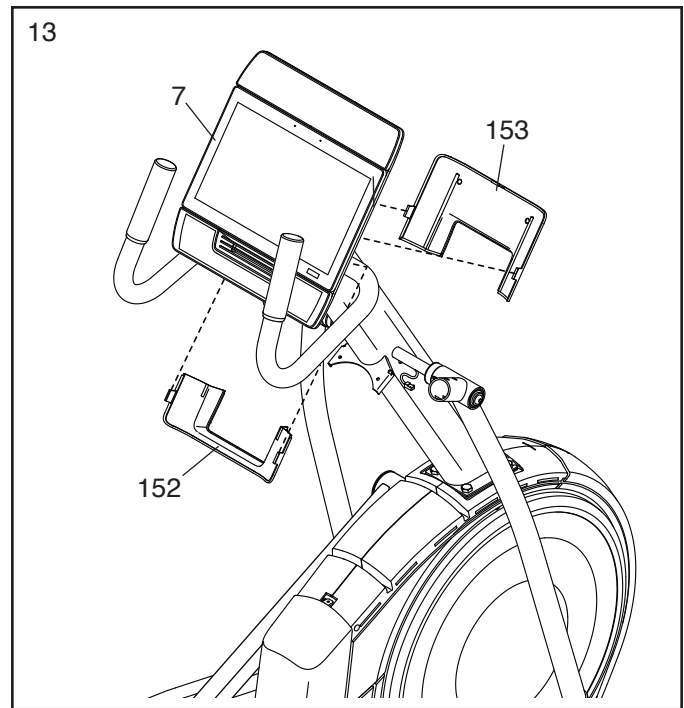
12. Als er een hanglabel (niet afgebeeld) aan de Beugel van het Bedieningspaneel (128) is bevestigd, gooi het hanglabel dan weg.

Zorg dat de draden niet klem komen te zitten. Bevestig het Bedieningspaneel (7) aan de Beugel van het Bedieningspaneel (128) met vier M4 x 16mm Schroeven (101). **Draai alle vier Schroeven aan en draai ze daarna vast.**

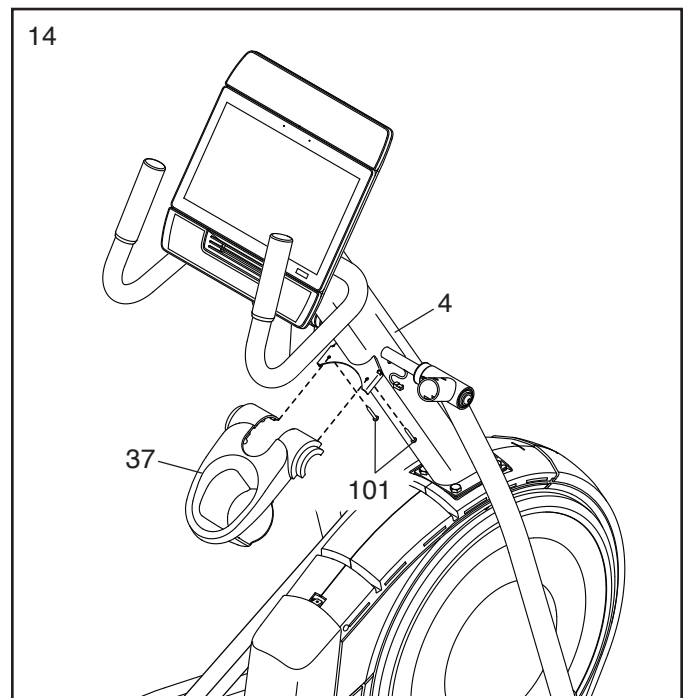


13. Richt de Onderste Bedieningspaneelkap (152) zoals afgebeeld en klik deze in de achterkant van het Bedieningspaneel (7). Let op: Het kan handig zijn om het Bedieningspaneel omlaag te draaien.

Richt vervolgens de Bovenste Bedieningspaneelkap (153) zoals afgebeeld en klik deze in de achterkant van het Bedieningspaneel (7). Let op: Het kan handig zijn om het Bedieningspaneel omhoog te draaien.



14. Richt de Accessoireshouder (37) zoals afgebeeld en bevestig deze aan de Staander (4) met twee M4 x 16mm Schroeven (101).

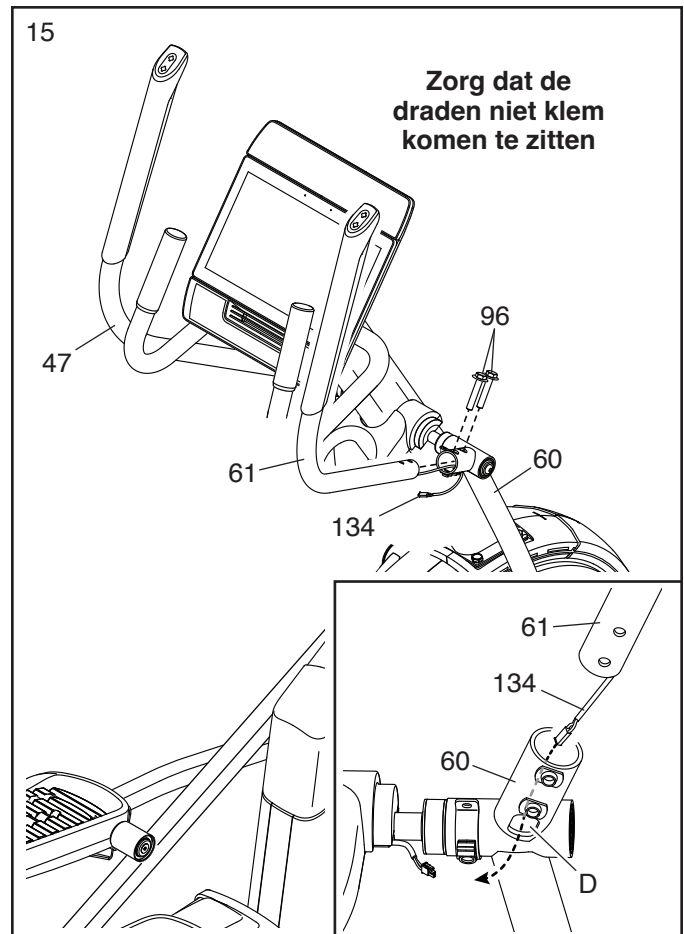


15. Zoek de Rechterarm van het Bovendeel (61) en laat een tweede persoon het in de buurt houden van het Rechterbeen van het Bovendeel (60).

Zie de inzettekening. Vind de Rechterbesturingsdraad (134) op de Rechterarm van het Bovendeel (61). Voer de Rechterbesturingsdraad in het Been van het Bovendeel (60) en leidt hem uit het aangegeven gat (D).

Vermijd het afklemmen van de Rechterbesturingsdraad (146). Schuif de Rechterarm van het Bovendeel (61) op het Rechterbeen van het Bovendeel (60). Bevestig de Rechterarm van het Bovendeel met twee M8 x 41mm Schroeven (96).

Herhaal deze stap met de Linkerarm van het Bovendeel (47).



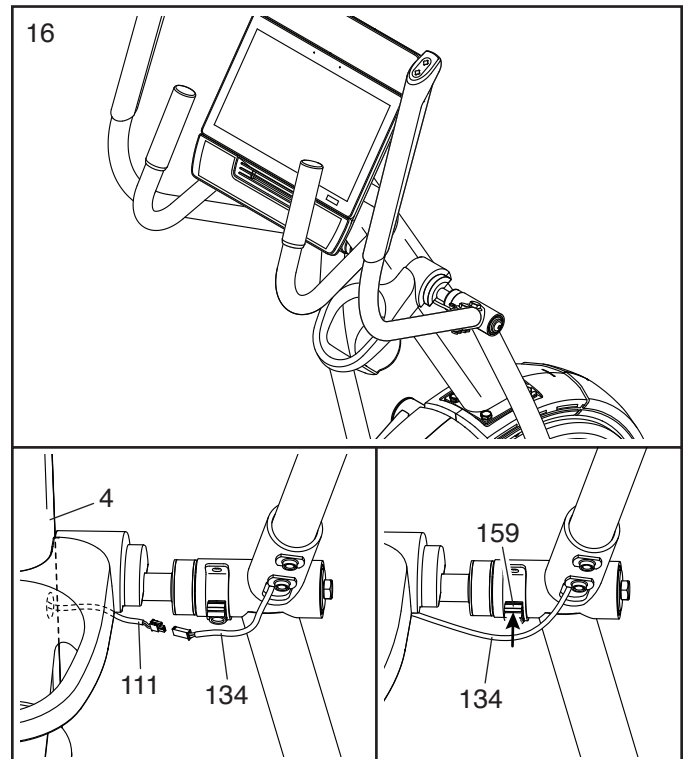
16. **Zie de linker inzettekening.** Sluit de Rechterbesturingsdraad (134) aan op de Rechterverlengdraad (111).

BELANGRIJK: De draadconnectors zouden makkelijk samen moeten glijden en met een hoorbare klik op hun plaats moeten klikken. Draai een van de connectors en probeer het opnieuw als dit niet gebeurt. Om uw crosstrainer goed te laten functioneren, moet u de draden juist aansluiten.

Vervolgens steekt u de connectors en het verlengdraad in de Staander (4).

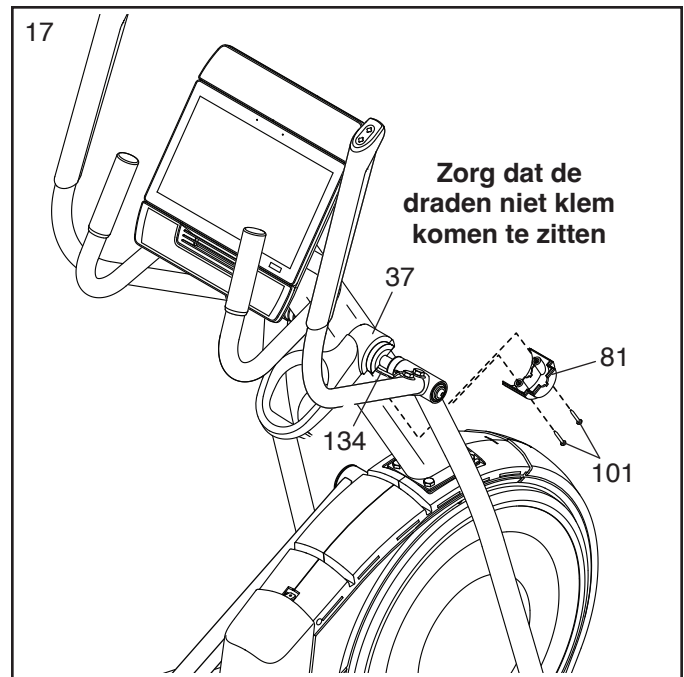
Zie de rechter inzettekening. Druk de Rechterbesturingsdraad (134) in de sleuf in de Draadklem (159).

Herhaal deze stap aan de linkerkant van de crosstrainer.



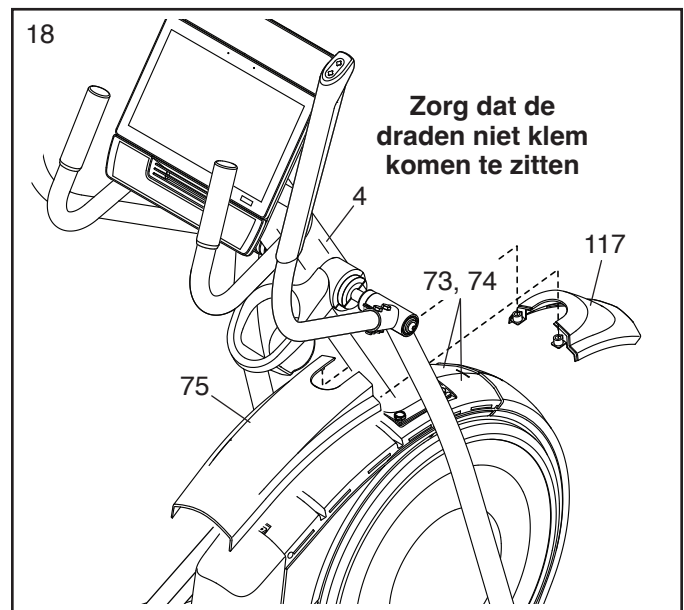
17. **Zorg dat de draden niet klem komen te zitten.** Richt een Onderste Kap van de Houder (81) zoals afgebeeld en houd in de buurt van de Rechterbesturingsdraad (134). Bevestig de Onderste Kap van de Houder aan de rechterkant van de Accessoireshouder (37) met twee M4 x 16mm Schroeven (101).

Herhaal deze stap aan de andere kant van de crosstrainer.



18. **Zorg dat de draden niet klem komen te zitten.** Druk de Voorste Schermkap (117) op het Linker- en het Rechterscherm (73, 74).

Druk vervolgens de Middelste Schermkap (75) op het Linker- en het Rechterscherm (73, 74).

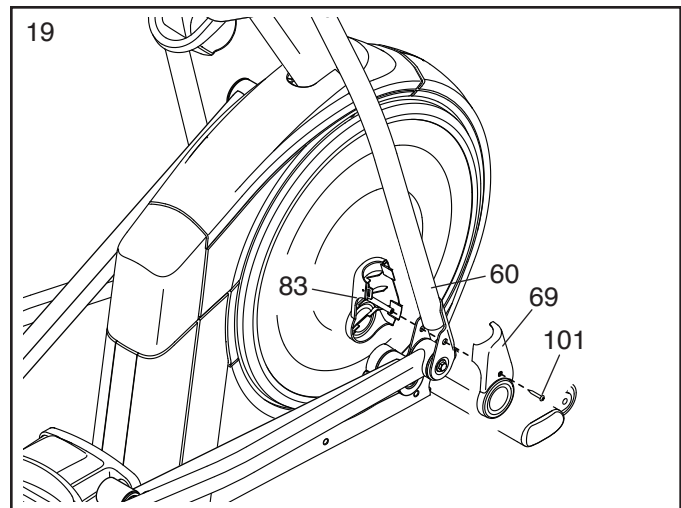


19. Zoek naar de Binnenste Kap van het Rechterbeen (83), richt deze zoals afgebeeld en steek deze door het Rechterbeen van het Bovendeel (60).

Zoek vervolgens naar de Buitenste Kap van het Rechterbeen (69), richt deze zoals afgebeeld en druk deze op de Binnenste Kap van het Rechterbeen (83).

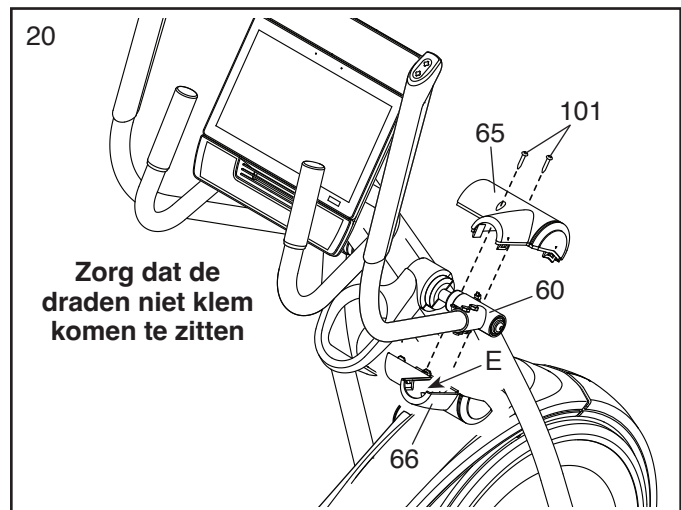
Bevestig de Buitenste en Binnenste Kap van het Rechterbeen (69, 83) op elkaar met een M4 x 16mm Schroef (101).

Herhaal deze stap aan de andere kant van de crosstrainer.



20. **Zorg dat de draden niet klem komen te zitten.** Richt de Voorste en Achterste Kap van de Rechterarm (65, 66) samen rond het Rechterbeen van het Bovendeel (60) en maak ze vast met twee M4 x 16mm Schroeven (101).

Herhaal deze stap aan de andere kant van de crosstrainer.



21. **Zorg dat alle onderdelen goed vastzitten.** Er kunnen extra onderdelen zijn meegeleverd. Leg een matje onder de crosstrainer om de vloer te beschermen. Let op: Bewaar het meegeleverde gereedschap. U kunt een of meer van de stukken gereedschap in de toekomst nodig hebben voor het maken van afstellingen. Gebruik geen elektrisch gereedschap voor montage of afstellingen om schade aan onderdelen te voorkomen.

DE CROSRAINER GEBRUIKEN

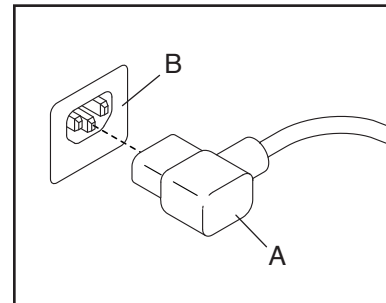
HET STROOMSNOER INSTEKEN

Dit product moet geaard zijn. Als het niet goed functioneert of kapot gaat, dan geeft de aarding de weg van de minste weerstand voor elektrische spanning en wordt het risico op een elektrische schok verminderd. Het stroomsnoer van dit product heeft een aardgeleider en een geaarde stekker. **BELANGRIJK: Als het stroomsnoer beschadigd raakt, moet u het vervangen door een door de fabrikant aanbevolen stroomsnoer.**

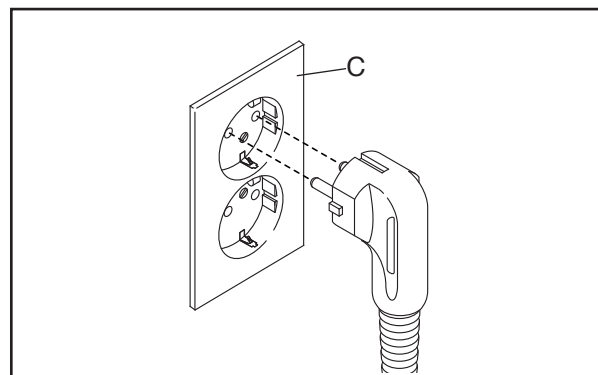
⚠ GEVAAR: Als u de aardgeleider van het product niet goed aansluit, loopt u een verhoogde kans op elektrische schokken. Laat een gekwalificeerde elektricien of onderhoudstechnicus de aarding nakijken als u niet zeker weet of het product juist geaard is. Verander de stekker die bij het product geleverd is niet – laat een gekwalificeerde elektricien een juist stopcontact monteren als de stekker niet in het stopcontact past.

Volg de stappen hieronder om het stroomsnoer in te steken.

1. Steek het aangegeven uiteinde van het stroomsnoer (A) in de aansluiting (B) op het onderstel.

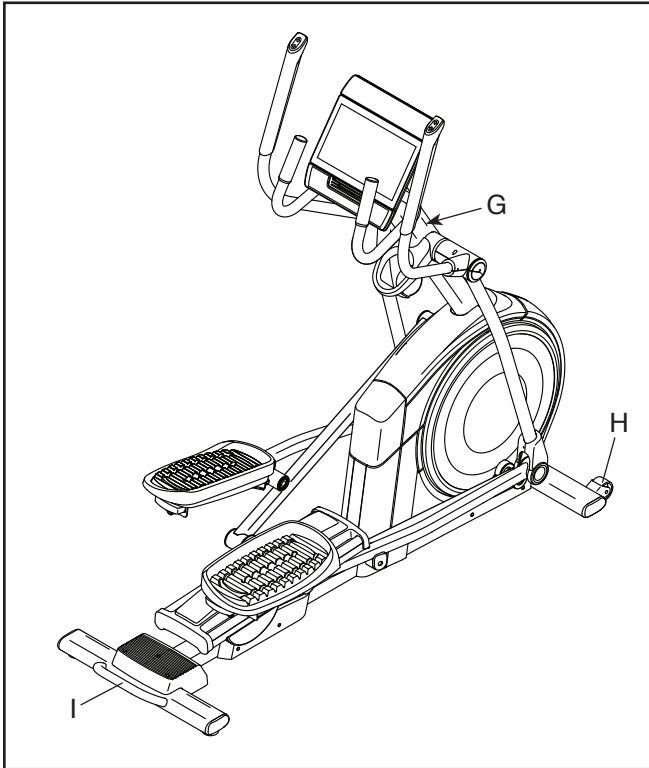


2. Steek het stroomsnoer in een juist stopcontact (C) dat goed is geïnstalleerd en geaard volgens de lokale wetten en verordeningen.



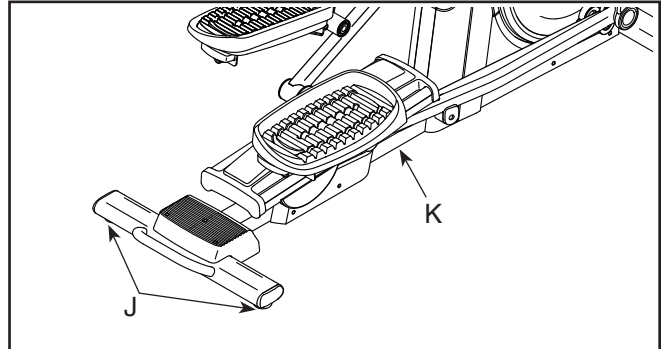
DE CROSSTRAINER VERPLAATSEN

Vanwege de afmetingen en het gewicht van de crosstrainer moet deze door twee personen worden verplaatst. Neem de vereiste maatregelen om te vermijden dat uw vloer wordt beschadigd. Ga voor de crosstrainer staan, houd de staander (G) vast en plaats één voet tegen een van de wielen (H). Trek vervolgens aan de staander en laat een tweede persoon de hendel (I) optillen tot de crosstrainer rolt op de wielen. Verplaats de crosstrainer voorzichtig naar de gewenste locatie en zet hem weer neer op de vloer.



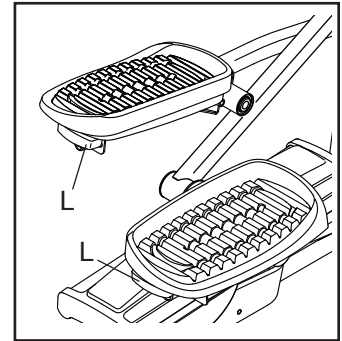
DE CROSSTRAINER WATERPAS STELLEN

Draai, als de crosstrainer tijdens gebruik enigszins op uw vloer wiebelt, aan één of beide stelvoeten (J) onder de achterste stabilisator of draai de stelvoet (K) onder het midden van het onderstel tot het wiebelen is opgeheven.



DE STAND VAN DE PEDALEN VERANDEREN

U kunt elk pedaal in verschillende standen bijstellen. Om de pedaal af te stellen trekt u de pedaalhendel (L) naar buiten, beweegt u de pedaal in de gewenste stand en laat u de pedaalhendel los in een afstelgat onder het pedaal. Zorg ervoor dat beide pedalen in dezelfde stand staan.

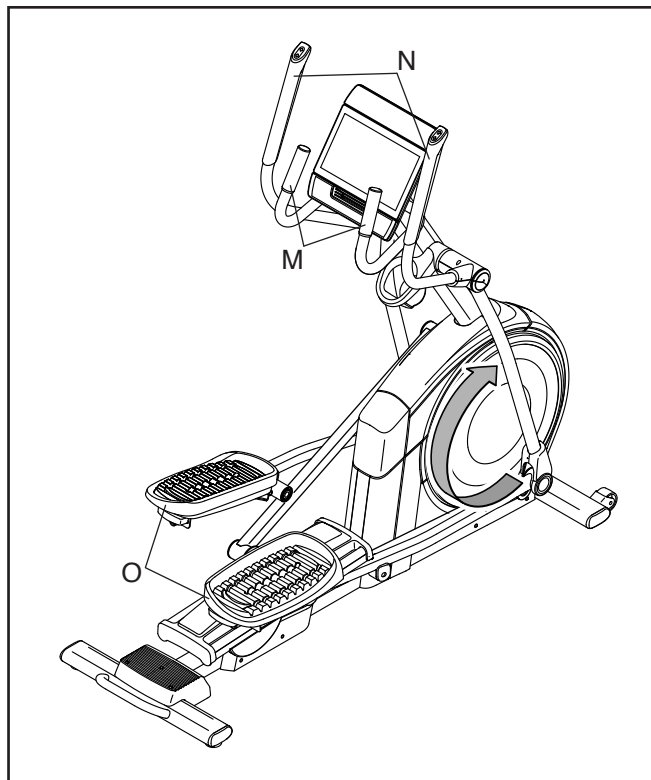


TRAINEN OP DE CROSSTRAINER

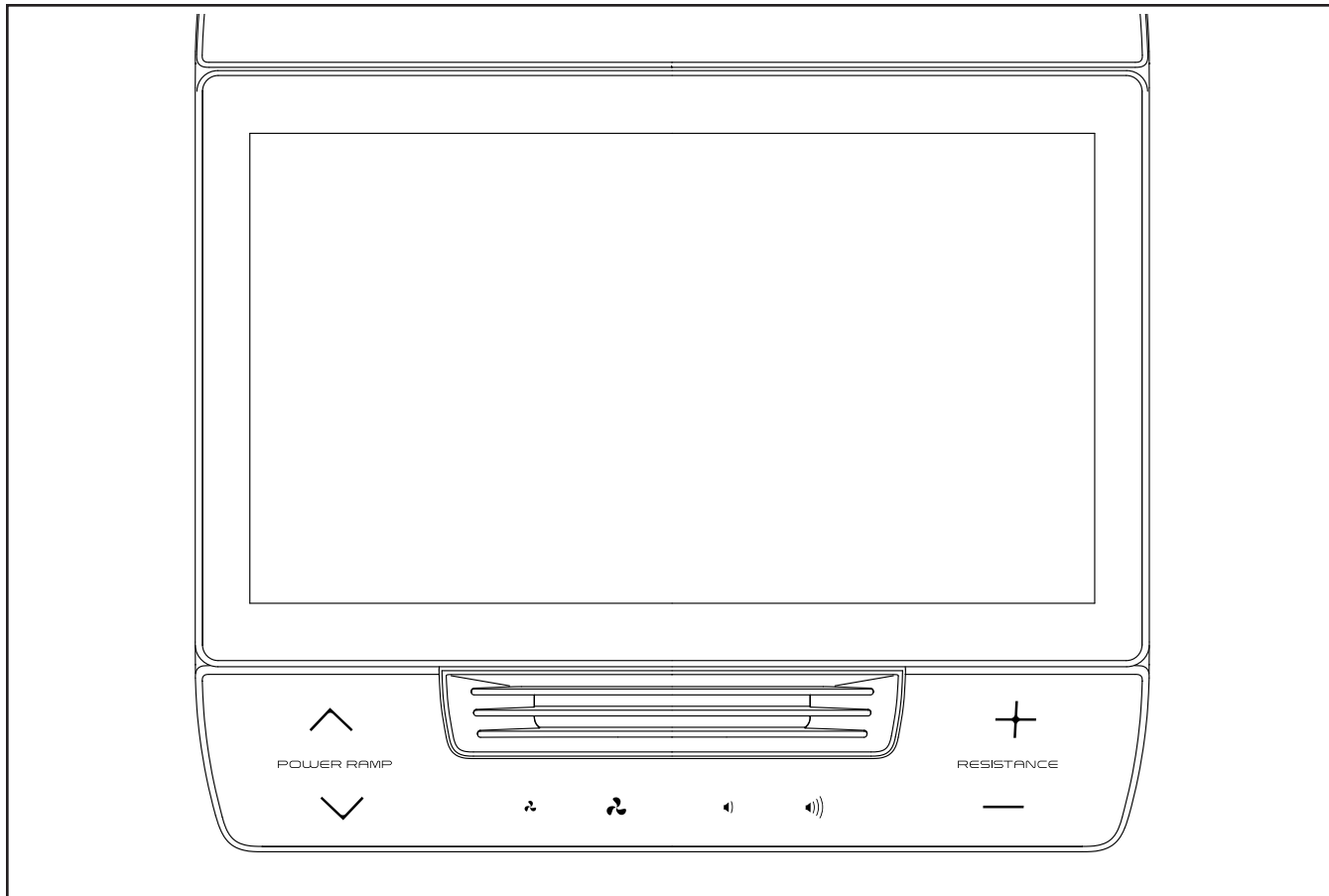
Om de crosstrainer te monteren houdt u de handvaten (M) of de armen van het bovendeel (N) vast en stapt u op het pedaal dat zich in de laagste positie bevindt. Stap vervolgens op het andere pedaal. Duw de pedalen tot ze een vloeiende beweging beginnen te maken.

Let op: De pedalen kunnen in beide richtingen draaien. Het wordt aanbevolen om de pedalen in de richting van de weergegeven pijl te bewegen. Om af te wisselen, kunt u de pedalen ook in de tegenovergestelde richting bewegen.

Wacht tot de pedalen (O) helemaal gestopt zijn voordat u van de crosstrainer afstapt. **Let op: De crosstrainer heeft geen vrijloop; de pedalen blijven bewegen, totdat het vliegwiel stopt.** Als de pedalen tot stilstand zijn gekomen, stapt u eerst van het hoogste pedaal af. Stap vervolgens van het laagste pedaal af.



HET BEDIENINGSPANEEL GEBRUIKEN



BEDIENINGSPANEELFUNCTIES

Het geavanceerde bedieningspaneel bevat bepaalde functies om uw trainingen effectiever en leuker te maken.

Gebruikt u de handmatige modus van het bedieningspaneel, dan kunt u de weerstand van de pedalen en de hellingsgraad van het hellingsvlak met een druk op de toets bijstellen.

Het bedieningspaneel geeft tijdens uw training doorlopend trainingsinformatie weer. U kunt zelfs uw hartslag meten met gebruik van een compatibele hartslagmonitor. **Zie bladzijde 31 voor informatie over het kopen van een compatibele hartslagmonitor.**

Het bedieningspaneel werkt ook met draadloze technologie waarmee het bedieningspaneel verbinding kan maken met iFIT®. Met een iFIT-abonnement heeft u toegang tot een grote en gevarieerde bibliotheek van duizenden bestemmings- en studiotrainingen, kunt u uw eigen trainingen samenstellen, uw trainingsresultaten bijhouden en heeft u toegang tot vele andere functies.

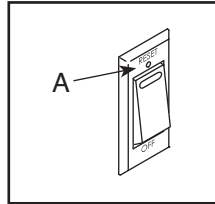
Daarnaast bevat het bedieningspaneel ook een roterende selectie aanbevolen trainingen. Iedere training regelt automatisch de weerstand van de pedalen en de helling van het onderstel terwijl u door een iFIT-trainer door een effectieve oefeningssessie geleid wordt.

Voor het in- en uitschakelen van het bedieningspaneel, zie bladzijde 21. Zie bladzijde 21 voor informatie over het gebruik van het touchscreen. Zie bladzijde 22 voor het instellen van het bedieningspaneel.

HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN

BELANGRIJK: Als de crosstrainer aan koude temperaturen is blootgesteld, moet u deze op kamertemperatuur laten komen voordat u het bedieningspaneel inschakelt. Als u dit niet doet, kunt u het bedieningspaneel of andere elektrische componenten beschadigen.

Steek het stroomsnoer in (zie HET STROOMSNOER INSTEKEN op bladzijde 17). Zoek vervolgens de stroomschakelaar op het onderstel bij het stroomsnoer. Druk de stroomschakelaar in de reset-stand (A).



Het bedieningspaneel gaat aan en is klaar voor gebruik. **Let op: Als u het bedieningspaneel voor de eerste keer aanzet, wordt het hellingsysteem mogelijk automatisch gekalibreerd.** Tijdens het kalibreren beweegt het hellingsvlak omhoog en omlaag. Als het hellingsvlak stopt met bewegen, is het hellingsysteem gekalibreerd.

BELANGRIJK: Bekijk stap 7 op bladzijde 29 als het hellingsysteem niet automatisch kalibreert en kalibreer het hellingsysteem handmatig.

HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN

Als u klaar bent met trainen, drukt u de stroomschakelaar in de stand Off (uit) en trekt u het stroomsnoer uit het stopcontact. **BELANGRIJK:** Als u dit niet doet dan kunnen de elektrische onderdelen van de crosstrainer voortijdig slijten.

HET TOUCHSCREEN GEBRUIKEN

Het bedieningspaneel bevat een tablet met een kleurentouchscreen. Hieronder volgt meer informatie over het gebruik van het touchscreen:

- Het bedieningspaneel werkt net als andere tablets. U kunt met uw vinger schuiven of tikken op het scherm om bepaalde beelden op het scherm, zoals de displays in een training, te verplaatsen.
- Als u informatie in een tekstvak wilt typen, drukt u op het tekstvak om het toetsenbord te zien. Druk op **?123** om cijfers of andere tekens op het toetsenbord te gebruiken. Druk op **~[<** om meer tekens te bekijken. Druk opnieuw op **?123** om terug te keren naar het cijfertoetsenbord. Druk op **ABC** om terug te keren naar het lettertoetsenbord. Druk op de shift-toets (omhoogwijzend pijlsymbool) voor een hoofdletter. Druk een tweede keer op de shift-toets om meerdere hoofdletters te gebruiken. Druk een derde keer op de shift-toets om terug te keren naar het toetsenbord met kleine letters. Druk op de wissen-toets (terugwijzend pijltje met een X-symbool) om het laatste teken te wissen.

HET BEDIENINGSPANEEL INSTELLEN

Stel het bedieningspaneel in voordat u de crosstrainer de eerste keer gebruikt.

1. Aansluiten op uw draadloze netwerk.

U moet het bedieningspaneel op een draadloos netwerk aansluiten om iFIT-trainingen en verschillende andere functies van het bedieningspaneel te gebruiken. Volg de instructies op het scherm om het bedieningspaneel met uw draadloze netwerk te verbinden.

2. Instellingen aanpassen.

Volg de instructies op het scherm om de gewenste meeteenheid en uw tijdzone in te stellen.

Let op: Om deze instellingen later te kunnen wijzigen, bekijkt u DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN op bladzijde 28.

3. Inloggen op of een iFIT-account aanmaken.

Volg de instructies op het scherm om met uw iFIT-account in te loggen, of om een iFIT-account aan te maken.

4. Controleren op firmware-updates.

Druk op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen), dan op *Settings* (instellingen), dan op *Maintenance* (onderhoud) en vervolgens op *Update*. Het bedieningspaneel controleert of er firmware-updates zijn. Zie DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN op bladzijde 28 voor meer informatie.

Firmware-updates worden altijd ontwikkeld om uw trainingservaring te verbeteren. Hierdoor worden nieuwe instellingen en functies mogelijk niet beschreven in deze handleiding. Het is ook mogelijk dat sommige instellingen en functies die staan beschreven in deze handleiding niet langer ingeschakeld kunnen worden. Neem de tijd om het bedieningspaneel te ontdekken om te leren hoe nieuwe instellingen en functies werken.

5. Het hellingsstelsel kalibreren.

Druk op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen), dan op *Settings* (instellingen), dan op *Maintenance* (onderhoud) en vervolgens op *Calibrate Incline* (helling kalibreren). Tijdens het kalibreren zal het hellingsvlak omhoog en omlaag gaan. Zie DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN op bladzijde 28 voor meer informatie.

Het bedieningspaneel is nu gereed. U kunt met uw training beginnen. De volgende bladzijden geven uitleg over de trainingen en andere functies van het bedieningspaneel.

Voor gebruik van de handmatige modus, zie bladzijde 23. **Voor gebruik van een aanbevolen training**, zie bladzijde 24. **Voor het maken van een teken-uw-eigen-kaart-training**, zie bladzijde 26. **Voor gebruik van een iFIT-training**, zie bladzijde 27.

Voor het wijzigen van bedieningspaneelinstellingen, zie bladzijde 28. **Voor het verbinden met een draadloos netwerk**, zie bladzijde 30.

Let op: Als er een velletje plastic op het scherm zit, moet u dat verwijderen.

DE HANDMATIGE INSTELLING GEBRUIKEN

1. Druk op het scherm of een toets op het bedieningspaneel om het bedieningspaneel in te schakelen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 21. **Let op: Het kan maximaal een paar minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.**

2. Het startscherm selecteren.

Wanneer u het bedieningspaneel inschakelt, zal het startscherm verschijnen nadat het bedieningspaneel is opgestart.

Als een training is geselecteerd, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het startscherm. Indien een instellingenmenu is geselecteerd, drukt u op de terugtoets (pijlsymbool) om terug te keren naar het startscherm.

3. Voorbereiden op de training.

Druk op *Manual Start* (handmatige start) en begin te fietsen. Er begint een opwarmingsperiode.

Voor het gebruiken van de ventilator, zie bladzijde 31.

Voor gebruik van een hartslagmonitor, zie bladzijde 31.

4. Wijzig de weerstand van de pedalen en de hellingsgraad van het hellingsvlak.

Druk op *End Warmup* (opwarming beëindigen) of fiets tot de opwarmingsperiode eindigt om de training te starten.

U kunt de weerstand van de pedalen op de volgende manieren wijzigen:

- Druk op de toenametoets en de afnametoets Resistance (weerstand) op het bedieningspaneel.
 - Druk op de toenametoets en de afnametoets Resistance (weerstand) op het rechterhandvat.
 - Druk op de weerstandsschuifregelaars op het scherm.

U kunt de weerstand van de pedalen op de volgende manieren wijzigen.

- Druk op de toenametoets en de afnametoets Ramp (hellingsvlak) op het bedieningspaneel.
- Druk op de toenametoets en de afnametoets Ramp (hellingsvlak) op het linkerhandvat.

- Druk op de weerstandsschuifregelaars op het scherm.

Let op: Als u op een toets drukt, dan zal het eventjes duren voordat de pedalen het gewenste weerstandsniveau hebben bereikt of voordat het hellingsvlak het geselecteerde hellingsniveau heeft bereikt.

Let op: Om de weerstands- of hellingschuifregelaars op het scherm te zien, drukt u op het scherm op een open plek en drukt u op de bedieningsopties om deze functie in te schakelen.

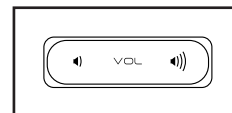
5. Uw voortgang bijhouden.

Het bedieningspaneel biedt verschillende weergavemodi. Welke trainingsinformatie wordt weergegeven, is afhankelijk van de weergavemodus die u kiest.

Sleep omhoog over het scherm om de weergavemodus volledig scherm te openen. Sleep omlaag over het scherm om de trainingsinformatie-displays te bekijken.

Druk op de verschillende trainingsinformatie-displays om meer opties te bekijken. Druk op de meer-toets (symbool +) om statistieken of overzichten te zien. Druk op een open plek op het scherm om nog meer opties voor de weergavemodus te bekijken.

Indien gewenst kunt u ook het volume afstellen door op de toenametoets en afnametoets Vol (volume) te drukken.



6. De training pauzeren of beëindigen.

Druk op het scherm en druk op de pauzeoptie, of stop eenvoudigweg met fietsen om de training te pauzeren. Druk op de startoptie of begin eenvoudigweg weer te fietsen om verder te gaan met uw training.

Als u de trainingssessie wilt beëindigen, drukt u op het scherm, drukt u op de pauzeoptie en volgt u vervolgens de aanwijzingen op het scherm om de training te beëindigen en terug te keren naar het startscherm.

7. Zet het bedieningspaneel uit als u klaar bent met oefenen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN op bladzijde 21.

EEN AANBEVOLEN TRAINING GEBRUIKEN

Het bedieningspaneel heeft toegang tot een draadloos netwerk nodig (zie VERBINDEN MET EEN DRAADLOOS NETWERK op bladzijde 30) om een aanbevolen training te gebruiken.

1. Druk op het scherm of een toets op het bedieningspaneel om het bedieningspaneel in te schakelen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 21. **Let op: Het kan maximaal een paar minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.**

2. Kies het startscherm of de trainingsbibliotheek.

Wanneer u het bedieningspaneel inschakelt, zal het startscherm verschijnen nadat het bedieningspaneel is opgestart.

Als een training is geselecteerd, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het startscherm. Indien een instellingenmenu is geselecteerd, drukt u op de terugtoets (pijlsymbool) om terug te keren naar het startscherm.

Druk op de toetsen onderaan het scherm voor het selecteren van het startscherm (toets Home) of de trainingsbibliotheek (toets Browse).

3. Een training selecteren.

Als u een training uit het startscherm of de trainingsbibliotheek wilt selecteren, drukt u op de gewenste trainingstoets op het scherm. Veeg of tik over het scherm om naar wens te scrollen.

De aanbevolen trainingen op uw bedieningspaneel veranderen periodiek. Om een van de aanbevolen trainingen voor toekomstig gebruik op te slaan, kunt u deze als favoriet toevoegen door te drukken op de favorieten-toets (hart-symbool). U moet bij uw iFIT-account zijn ingelogd om een aanbevolen training op te slaan (zie stap 3 op bladzijde 27).

Als u voor een training uw eigen kaart wilt tekenen, bekijkt u EEN TEKEN-UW-EIGEN-KAART-TRAINING CREËREN op bladzijde 26.

Als u een training kiest, geeft het scherm een overzicht van de training weer met informatie over de duur en de afstand van de training, en het geschatte aantal calorieën dat u tijdens de training verbrandt.

4. Voorbereiden op de training.

Druk op *Start Workout* (training starten) en begin te fietsen. Er begint een opwarmingsperiode.

Voor het gebruiken van de ventilator, zie bladzijde 31.

Voor gebruik van de Bluetooth-hoofdtelefoon, zie bladzijde 31.

Voor gebruik van een hartslagmonitor, zie bladzijde 31.

5. De training starten.

Druk op *End Warmup* (opwarming beëindigen) of fiets tot de opwarmingsperiode eindigt om de training te starten.

Tijdens sommige trainingen zal een iFIT-trainer u begeleiden door een meeslepende videotraining. Raak het scherm op een open plek aan om muziek-, trainerstem- en volume-opties voor de training te bekijken en te selecteren.

Tijdens sommige trainingen geeft het scherm een kaart van de route weer en toont een markering uw voortgang. Druk op de toetsen op het scherm om de gewenste kaartopties te selecteren.

Tijdens sommige trainingen kan u gevraagd worden om een doelsnelheid aan te houden. Houd tijdens het trainen uw fietssnelheid in de buurt van de doelsnelheid.

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

Als het weerstandsniveau te hoog of te laag is, kunt u de instelling handmatig wijzigen door op de toetsen Resistance (weerstand) of Ramp (hellingsvlak) te drukken (zie stap 4 op bladzijde 23).

Druk op *Follow Workout* (training volgen) om terug te keren naar de geprogrammeerde weerstandinstellingen van de training.

Als de slimme aanpassingsfunctie is ingeschakeld, zal het bedieningspaneel het intensiteitsniveau van de training automatisch aanpassen op basis van uw handmatige overschrijvingen van de weerstandsinstellingen.

Om de slimme aanpassingsfunctie in te schakelen, drukt u op het scherm op een open plek aan en drukt u vervolgens de wisseltoets voor de slimme aanpassing aan.

BELANGRIJK: Het caloriedoel dat in de trainingsbeschrijving wordt weergegeven, is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de training verbrandt. Het daadwerkelijke aantal calorieën dat u verbrandt, hangt af van verschillende factoren, waaronder uw gewicht. Bovendien zal een handmatige aanpassing van het weerstandsniveau of het hellingsniveau van het hellingsvlak tijdens de training, invloed hebben op het aantal calorieën dat u zult verbranden.

Indien de actieve pulsfunctie is ingeschakeld, zal het bedieningspaneel het intensiteitsniveau van de training automatisch schalen op basis van uw hartslag wanneer u een compatibele hartslagmonitor draagt (zie EEN OPTIONELE HARTSLAGMONITOR GEBRUIKEN op bladzijde 31).

Om de actieve pulsfunctie te activeren, zie DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN op bladzijde 28.

Om uw voortgang met de weergavemodi te volgen, zie stap 5 op bladzijde 23.

Om de training te pauzeren of te beëindigen, zie stap 6 op bladzijde 23.

6. Zet het bedieningspaneel uit als u klaar bent met oefenen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN op bladzijde 21.

EEN TEKEN-UW-EIGEN-KAART-TRAINING CREËREN

Om een teken-uw-eigen-kaart-training te gebruiken, moet u zijn aangemeld bij uw iFIT-account (zie stap 3 op bladzijde 27) en moet het bedieningspaneel zijn verbonden met een draadloos netwerk (zie VERBINDEN MET EEN DRAADLOOS NETWERK op bladzijde 30).

1. Druk op het scherm of een toets op het bedieningspaneel om het bedieningspaneel in te schakelen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 21. **Let op: Het kan maximaal een paar minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.**

2. Een teken-uw-eigen-kaart-training selecteren.

Wanneer u het bedieningspaneel inschakelt, zal het startscherm verschijnen nadat het bedieningspaneel is opgestart.

Als een training is geselecteerd, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het startscherm. Indien een instellingenmenu is geselecteerd, drukt u op de terugtoets (pijlsymbool) om terug te keren naar het startscherm.

Druk onderaan het scherm op de toets Create (creëren) om een teken-uw-eigen-kaart-training te selecteren.

3. Een training op de kaart tekenen.

Navigeer naar het gebied op de kaart waar u een training wilt tekenen door in het zoekvak te typen, of door met uw vingers over het scherm te glijden. Druk op het scherm om het startpunt van de training toe te voegen. Druk vervolgens op het scherm om het eindpunt van de training toe te voegen.

Als het startpunt van de training ook het eindpunt is, drukt u op *Close Loop* (rondje sluiten) of *Out & Back* (naar buiten en terug) in de kaartopties. U kunt ook selecteren of u wilt dat de training over de weg gaat.

Als u een fout maakt, drukt u op *Undo* (ongedaan maken) in de kaartopties.

Het scherm geeft de hoogte- en afstandsstatistieken voor de training weer.

4. De training opslaan.

Druk op de opties op het scherm om de training op te slaan. Voer desgewenst een titel en beschrijving voor de training in.

5. Voorbereiden op de training.

Druk op *Start Workout* (training starten) en begin te fietsen. Er begint een opwarmingsperiode.

Voor het gebruiken van de ventilator, zie bladzijde 31.

Voor gebruik van de Bluetooth-hoofdtelefoon, zie bladzijde 31.

Voor gebruik van een hartslagmonitor, zie bladzijde 31.

6. De training starten.

Druk op *End Warmup* (opwarming beëindigen) of fiets tot de opwarmingsperiode eindigt om de training te starten. De training werkt op dezelfde manier als een aanbevolen training (zie stap 5 op bladzijde 24).

7. Zet het bedieningspaneel uit als u klaar bent met oefenen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN op bladzijde 21.

EEN IFIT-TRAINING GEBRUIKEN

U moet zijn ingelogd op uw iFIT-account (zie stap 3 hieronder) en het bedieningspaneel heeft toegang tot een draadloos netwerk nodig (zie VERBINDEN MET EEN DRAADLOOS NETWERK op bladzijde 30) om een iFIT-training te gebruiken.

1. Druk op het scherm of een toets op het bedieningspaneel om het bedieningspaneel in te schakelen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 22. **Let op: Het kan maximaal een paar minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.**

2. Het startscherm selecteren.

Wanneer u het bedieningspaneel inschakelt, zal het startscherm verschijnen nadat het bedieningspaneel is opgestart.

Als een training is geselecteerd, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het startscherm. Indien een instellingenmenu is geselecteerd, drukt u op de terugtoets (pijlsymbool) om terug te keren naar het startscherm.

3. Inloggen op uw iFIT-account.

Als u dit nog niet hebt gedaan, drukt u op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen) op het scherm en tikt u vervolgens op *Log in* (inloggen) om in te loggen op uw iFIT-account. Volg de aanwijzingen op het scherm om uw gebruikersnaam en wachtwoord in te voeren.

Als u binnen uw iFIT-account van gebruiker wilt wisselen, drukt u op de menutoets, dan drukt u op *Settings* (instellingen) en vervolgens op *Manage Accounts* (accounts beheren). Als het account meerdere gebruikers heeft, wordt er een lijst met gebruikers weergegeven. Druk op de naam van de gewenste gebruiker.

4. Een iFIT-training vanaf het startscherm of de trainingsbibliotheek selecteren.

Druk op de toetsen onderaan het scherm voor het selecteren van het startscherm (toets Home) of de trainingsbibliotheek (toets Browse).

Voor het selecteren van een iFIT-training uit het startscherm of de trainingsbibliotheek, drukt u gewoon op de gewenste trainingstoets op het scherm. Veeg of tik over het scherm om naar wens te scrollen.

De aanbevolen iFIT-trainingen die op het startscherm worden weergegeven, zullen periodiek veranderen.

De trainingsbibliotheek bevat alle iFIT-trainingen die beschikbaar zijn voor de crosstrainer, ingedeeld in categorieën. Om in de trainingsbibliotheek te zoeken, drukt u op de zoektoets (vergroetglassymbool) en selecteert u de gewenste filteropties.

Als u een iFIT-training kiest, geeft het scherm een overzicht van de training weer waaronder informatie zoals de duur van de training en het geschatte aantal calorieën dat u tijdens de training verbrandt.

U kunt ook opties selecteren zoals het toevoegen van de training aan uw schema (zie stap 5) of het markeren van de training als favoriet (zie stap 6).

5. Een iFIT-training op de kalender plannen indien gewenst.

Indien gewenst kunt u een iFIT-training voor een toekomstige datum plannen. Bekijk eenvoudigweg het overzicht of de trainingssamenvatting van de gewenste iFIT-training, druk op *Schedule* (planning), en selecteer vervolgens de gewenste datum op de kalender.

Wanneer de geselecteerde datum aanbreekt, verschijnt de iFIT-training die u hebt gepland op het startscherm.

6. Een lijst met favoriete iFIT-trainingen creëren, indien gewenst.

Om een iFIT-training als favoriet te markeren, bekijkt u eenvoudig het overzicht of de trainingssamenvatting van de gewenste iFIT-training en raakt u de favorieten-toets (hartsymbool) aan.

Om een lijst met iFIT-trainingen te bekijken die u als uw favorieten hebt gemarkeerd, selecteert u de trainingsbibliotheek (toets Browse) en drukt u vervolgens op *My List* (mijn lijst).

7. Voorbereiden op de training.

Druk op *Start Workout* (training starten) en begin te fietsen. Er begint een opwarmingsperiode.

Voor het gebruiken van de ventilator, zie bladzijde 31.

Voor gebruik van de Bluetooth-hoofdtelefoon, zie bladzijde 31.

Voor gebruik van een hartslagmonitor, zie bladzijde 31.

8. De training starten.

Druk op *End Warmup* (opwarming beëindigen) of fiets tot de opwarmingsperiode eindigt om de training te starten. De training werkt op dezelfde manier als een aanbevolen training (zie stap 5 op bladzijde 24).

9. Zet het bedieningspaneel uit als u klaar bent met oefenen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN op bladzijde 21.

Ga naar iFit.com voor meer informatie over iFit.

DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN

BELANGRIJK: Firmware-updates (zie stap 6) worden altijd ontwikkeld om uw trainingservaring te verbeteren. Hierdoor worden nieuwe instellingen en functies mogelijk niet beschreven in deze handleiding. Het is ook mogelijk dat sommige instellingen en functies die staan beschreven in deze handleiding niet langer ingeschakeld kunnen worden. Neem de tijd om het bedieningspaneel te ontdekken om te leren hoe nieuwe instellingen en functies werken.

1. Het hoofdmenu van de instellingen selecteren.

Schakel eerst het bedieningspaneel in (zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 21). **Let op: Het kan maximaal een paar minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.**

Kies vervolgens het startscherm (toets Home). Wanneer u het bedieningspaneel inschakelt, zal het startscherm verschijnen nadat het bedieningspaneel is opgestart. Als een training is geselecteerd, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het startscherm. Indien een instellingenmenu is geselecteerd, drukt u op de terugtoets (pijlsymbool) om terug te keren naar het startscherm.

Druk vervolgens op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen) op het scherm en druk dan op *Settings* (instellingen). Het instellingenmenu wordt op het scherm weergegeven.

2. Door de instellingenmenu's navigeren en desgewenst instellingen wijzigen.

Veeg of tik over het scherm om indien nodig te scrollen. Als u een instellingenmenu wilt bekijken, drukt u simpelweg op de naam van het menu. Druk op de terugtoets (pijlsymbool) om een menu te verlaten. In de volgende instellingenmenu's kunt u instellingen bekijken en wijzigen:

Account

- My Profile (mijn profiel)
- In Workout (in training)
- Manage Accounts (accounts beheren)

Equipment (apparatuur)

- Equipment Info (apparatuur-informatie)
- Equipment Settings (apparatuur-instellingen)
- Maintenance (onderhoud)
- Wi-Fi

About (algemene informatie)

- Legal (juridische informatie)

3. Trainingsinstellingen afstellen.

Om trainingsinstellingen af te stellen en trainingsfuncties in te schakelen drukt u op *In Workout* (in training) en drukt u vervolgens op de gewenste instellingen.

Wanneer de actieve pulsfunctie is ingeschakeld, zal het bedieningspaneel het intensiteitsniveau van de trainingen schalen op basis van uw hartslag wanneer u een compatibele hartslagmonitor draagt. Om de actieve pulsfunctie te activeren, drukt u op de actieve pulswisseltoets. Selecteer vervolgens uw hartslag in rust en uw maximale hartslag en pas de betreffende instellingen naar wens aan.

4. De meeteenheid en andere instellingen aanpassen.

Druk op *Equipment Info* (apparatuur-informatie) of *Equipment Settings* (apparatuur-instellingen) en vervolgens op de gewenste instellingen om de meeteenheid tijdzone of andere instellingen aan te passen.

Het bedieningspaneel kan snelheid en afstand in standaard of in metrische meeteenheden weergeven.

5. Apparaat-informatie of informatie over de bedieningspaneel-app bekijken.

Druk op *Equipment Info* (apparatuur-informatie) en vervolgens op *Machine Info* (apparaat-informatie) of *App Info* (app-informatie) om informatie over uw crosstrainer of over de bedieningspaneel-app te zien.

6. De firmware van het bedieningspaneel bijwerken.

Controleer regelmatig op firmware-updates voor de beste resultaten. Druk op *Maintenance* (onderhoud) en vervolgens op *Update* om via het draadloze netwerk te controleren of

er firmware-updates zijn. De update begint automatisch. **BELANGRIJK: Schakel het bedieningspaneel niet uit als de firmware wordt bijgewerkt om schade aan de crosstrainer te voorkomen.**

Het scherm geeft de voortgang van de update weer. Als de update voltooid is, zal het bedieningspaneel uitgaan en dan weer aangaan. Is dat niet het geval, druk dan de stroomschakelaar in de stand Off (uit). Wacht enkele seconden en druk de stroomschakelaar dan in de reset-stand. Let op: Het kan maximaal een paar minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.

Let op: Soms kan een firmware-update ertoe leiden dat uw bedieningspaneel een beetje anders functioneert. Deze updates worden altijd ontwikkeld om uw trainingservaring te verbeteren.

7. Het hellingsstelsel kalibreren.

Als u het hellingsstelsel wilt kalibreren, drukt u op *Maintenance* (onderhoud), dan op *Calibrate Incline* (helling kalibreren) en dan op *Begin*. Het hellingsvlak stijgt automatisch naar het maximale hellingsniveau, verlaagt naar het minimale hellingsniveau en keert dan terug naar de uitgangspositie. Zo wordt het hellingsstelsel gekalibreerd. Nadat het hellingsstelsel is gekalibreerd, drukt u op *Finish* (voltooien).

BELANGRIJK: Houd uw voeten, huisdieren en andere voorwerpen uit de buurt van de crosstrainer wanneer het hellingsstelsel aan het kalibreren is.

8. Het hoofdmenu van de instellingen verlaten.

Druk op de terugtoets (pijlsymbool) om het hoofdmenu van de instellingen te verlaten.

VERBINDEN MET EEN DRAADLOOS NETWERK

U moet het bedieningspaneel op een draadloos netwerk aansluiten om iFIT-trainingen en verschillende andere functies van het bedieningspaneel te gebruiken.

1. Het startscherm selecteren.

Schakel eerst het bedieningspaneel in (zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 21). **Let op: Het kan maximaal een paar minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.**

Kies vervolgens het startscherm (toets Home). Wanneer u het bedieningspaneel inschakelt, zal het startscherm verschijnen nadat het bedieningspaneel is opgestart. Als een training is geselecteerd, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het startscherm. Indien een instellingenmenu is geselecteerd, drukt u op de terugtoets (pijlsymbool) om terug te keren naar het startscherm.

2. Het draadloze-netwerkmenu selecteren.

Druk op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen) en druk vervolgens op *Wi-Fi* om het draadloze netwerkmenu te selecteren.

3. Wi-Fi® inschakelen.

Zorg ervoor dat Wi-Fi is ingeschakeld. Als dit niet is ingeschakeld, druk dan op de wisseltoets *Wi-Fi* om het in te schakelen.

4. Een draadloze netwerkverbinding instellen en beheren.

Als Wi-Fi is ingeschakeld, geeft het scherm een lijst met beschikbare netwerken weer. Let op: Het kan even duren voordat de lijst met draadloze netwerken wordt weergegeven.

Let op: U hebt een eigen draadloos netwerk nodig en een 802.11b/g/n router met SSID-broadcast (verborgen netwerken worden niet ondersteund).

Als een lijst met netwerken wordt weergegeven, drukt u op het gewenste netwerk. Let op: Zorg dat u uw netwerknaam weet (SSID). Als uw netwerk beveiligd is met een wachtwoord, moet u ook het wachtwoord weten.

Volg de aanwijzingen op het scherm om uw wachtwoord in te voeren en verbinding te maken met het geselecteerde draadloze netwerk. (Zie HET TOUCHSCREEN GEBRUIKEN op bladzijde 21 voor meer informatie over het gebruik van het toetsenbord.)

Als het bedieningspaneel met uw draadloze netwerk is verbonden, verschijnt er een bevestigingsbericht op het scherm.

Als u problemen ondervindt bij het verbinden met een gecodeerd netwerk, controleert u of uw wachtwoord juist is. Let op: Wachtwoorden zijn hoofdlettergevoelig.

Let op: Het bedieningspaneel ondersteunt onbeveiligde en beveiligde (WEP, WPA™ en WPA2™) codering. Een breedbandverbinding wordt aanbevolen; de werking hangt af van de verbindingssnelheid.

Let op: Als u vragen heeft na het volgen van deze instructies, gaat u naar my.iFIT.com voor hulp.

5. Het draadloze netwerkmenu verlaten.

Druk op de terugtoets (pijlsymbool) om het draadloze netwerkmenu te verlaten.

DE VENTILATOR GEBRUIKEN

De ventilator heeft meerdere snelheidsinstellingen waaronder een automatische modus.

Als de automatische modus is geselecteerd, wordt de snelheid van de ventilator automatisch verhoogd of verlaagd als uw fietssnelheid toe- of afneemt. Druk herhaaldelijk op de toenametoets en afnametoets Fan (ventilator) op het bedieningspaneel om een ventilator-snelheid te kiezen of om de ventilator uit te zetten.



EEN HOOFDTELEFOON AANSLUITEN

Om uw Bluetooth-hoofdtelefoon op het bedieningspaneel aan te sluiten, zet u eerst uw hoofdtelefoon aan, zet u deze in de koppelingsmodus en plaatst u deze nabij het bedieningspaneel. Start vervolgens een training. Druk vervolgens op het scherm op een open plek, druk op de optie om uw hoofdtelefoon aan te sluiten, en selecteer uw hoofdtelefoon uit de lijst op het scherm.

Als uw hoofdtelefoon en het bedieningspaneel met succes zijn gekoppeld, wordt de audio van het bedieningspaneel via uw hoofdtelefoon afgespeeld.

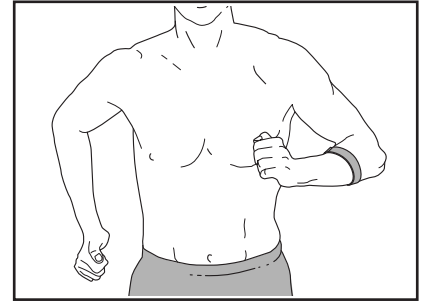
EEN OPTIONELE HARTSLAGMONITOR GEBRUIKEN

Het maakt niet uit of u vet wilt verbranden of uw hart- en vaatstelsel wilt verbeteren: de beste resultaten behaalt u door de juiste hartslag tijdens uw training te behouden. Met de optionele hartslagmonitor kunt u tijdens de training voortdurend uw hartslag meten. Dat zal u helpen uw persoonlijke fitnessdoelen te behalen.

Kijk op de voorkant van deze handleiding om een optionele hartslagmonitor aan te schaffen.

Het bedieningspaneel ondersteunt alle Bluetooth® Smart hartslagmonitoren.

Wanneer uw compatibele hartslagmonitor wordt aangezet en in de koppelingsmodus wordt gezet, maakt het bedieningspaneel automatisch verbinding met de hartslagmonitor. Uw hartslag wordt weergegeven op het scherm wanneer uw hartslag wordt gedetecteerd.



ONDERHOUD EN PROBLEEMOPLOSSING

ONDERHOUD

Regelmatig onderhoud is belangrijk voor een optimale werking en om slijtage te verminderen. Controleer de onderdelen elke keer dat de crosstrainer wordt gebruikt en draai ze goed vast. **Vervang versleten onderdelen meteen.** Gebruik alleen door de fabrikant geleverde onderdelen.

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

PROBLEMEN OPLOSSEN

Veel problemen kunnen met de eenvoudige stappen in dit gedeelte worden opgelost. Zoek het symptoom dat van toepassing is en volg de vermelde stappen. Als u verdere hulp nodig heeft, raadpleegt u de omslag van deze handleiding.

PROBLEMEN VAN HET HELLINGSYSTEEM OPLOSSEN

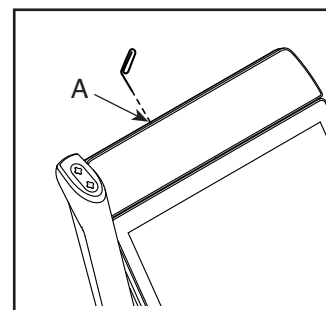
Als het hellingsvlak niet naar het juiste hellingsniveau beweegt, zie dan de stap **DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN** op bladzijde 28 en kalibreer het hellingsysteem.

PROBLEMEN MET HET BEDIENINGSPANEEL OPLOSSEN

Als het bedieningspaneel niet aan gaat, controleert u of het stroomsnoer volledig is ingestoken en of de stroomschakelaar in de reset-stand staat. Als er externe draden zijn op het bedieningspaneel, moet u ervoor zorgen dat de connectors op de draden correct zijn geplaatst en stevig zijn aangesloten.

Als u problemen ondervindt bij het verbinden van het bedieningspaneel met een draadloos netwerk, of als u problemen ondervindt met uw iFIT-account of iFIT-trainingen, gaat u naar my.iFITcom.

Als het bedieningspaneel niet op de juiste wijze opstart of als het blokkeert en niet reageert, reset u het bedieningspaneel naar de standaard fabrieksinstellingen. **BELANGRIJK: Hiermee wist u alle aangepaste instellingen die u aan het**

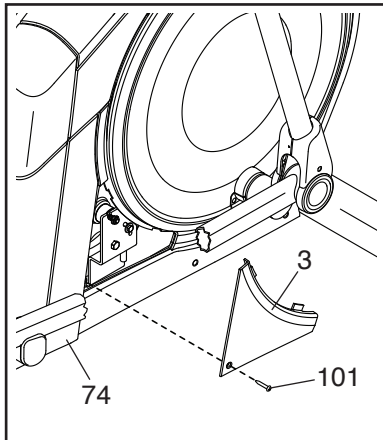


bedieningspaneel heeft gemaakt. U hebt twee mensen nodig om het bedieningspaneel te resetten. Druk eerst op de stroomschakelaar en trek vervolgens de stekker van het stroomsnoer eruit. Zoek vervolgens de kleine reset-opening (A) aan de bovenkant van het bedieningspaneel. Houd met een gebogen paperclip de reset-knop in de opening ingedrukt en laat een tweede persoon het stroomsnoer aansluiten en op de stroomschakelaar drukken. Houd de reset-knop ingedrukt tot het bedieningspaneel aan gaat. Als de resethandeling is voltooid, schakelt het bedieningspaneel uit en opnieuw weer aan. Als dat niet gebeurt, zet u de stroomschakelaar eerst uit en dan weer aan. Als het bedieningspaneel aangaat, controleert u op firmware-updates (zie **DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN** op bladzijde 28). **Let op: Het kan maximaal een paar minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.**

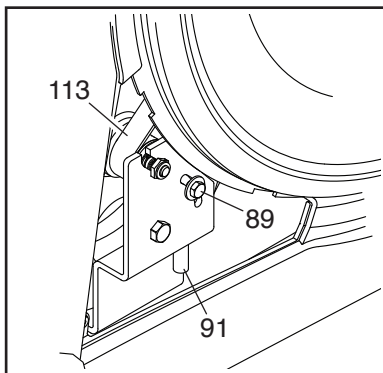
DE AANDRIJFRIEM AFSTELLEN

Als de pedalen slippen tijdens het fietsen zelfs als de weerstand op het hoogste niveau is afgesteld, moet de aandrijfriem mogelijk worden afgesteld. Om de aandrijfriem af te stellen, **zet u eerst de stroomschakelaar in de stand Off (uit) en neemt u het stroomsnoer uit het stopcontact.**

Zoek vervolgens naar de Toegangskap (3) op het Rechterscherm (74). Verwijder de M4 x 16mm Schroef (101) en verwijder vervolgens de Toegangskap.



Zoek vervolgens naar de Spanrolschroef (89) en maak hem los. Draai de Afstelschroef van de Aandrijfriem (91) vast tot de Aandrijfriem (113) strak staat. Maak dan de Spanrolschroef weer vast.

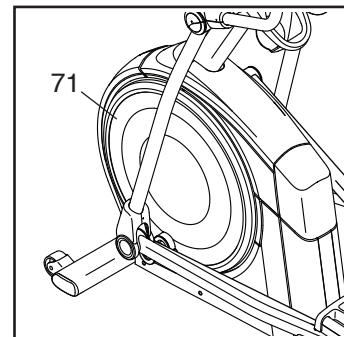


Bevestig vervolgens weer de onderdelen die u heeft verwijderd. Sluit vervolgens het stroomsnoer weer aan en druk op de stroomschakelaar.

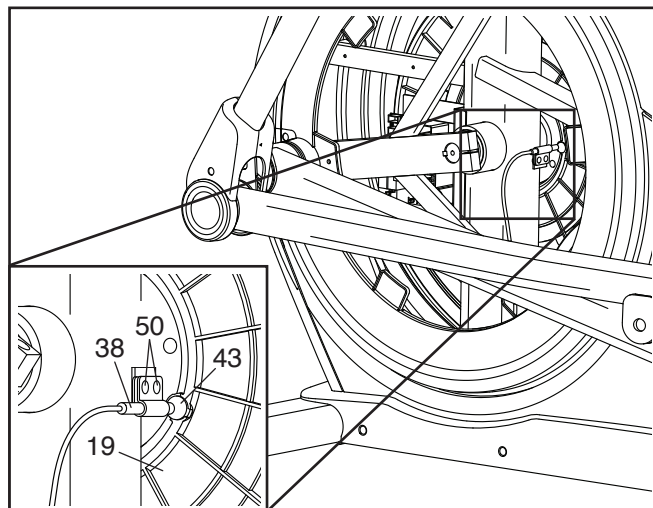
DE SNELHEIDSSENSOR AFSTELLEN

Als het bedieningspaneel niet de juiste gegevens weergeeft, moet u de snelheidssensor afstellen. Om de snelheidssensor af te stellen, **zet u eerst de stroomschakelaar in de stand Off (uit) en neemt u het stroomsnoer uit het stopcontact.**

Gebruik vervolgens een standaard schroevendraaier om de linker Schijf (71) voorzichtig af te wrikken.



Zie onderstaande tekening. Zoek de Snelheidssensor (38). Draai de Katrol (19) totdat een Magneet (43) op dezelfde hoogte komt als de Snelheidssensor.



Draai vervolgens de twee aangegeven M4 x 12mm Zelftappers (50) iets los. Schuif de Snelheidssensor (38) dichterbij of verder van de Magneet (43) en draai de Zelftappers opnieuw vast.

Steek vervolgens het stroomsnoer in het stopcontact, druk op de stroomschakelaar en beweeg de Katrol (19) voldoende naar voren en naar achteren, zodat de Magneet (43) herhaaldelijk voorbij de Snelheidssensor (38) komt. Herhaal deze acties tot het bedieningspaneel de juiste informatie weergeeft.

Wanneer de snelheidssensor goed is afgesteld, maakt u de linker schijf weer vast, steekt u het stroomsnoer in het stopcontact en drukt u op de stroomschakelaar.

TRAININGSRICHTLIJNEN

⚠ WAARSCHUWING:

Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of een ander trainingsprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen ouder dan 35 jaar of met bestaande gezondheidsproblemen.

Deze richtlijnen helpen u bij het uitvoeren van uw trainingsprogramma. Raadpleeg een goed aangeschreven boek of maak een afspraak met uw huisarts voor gedetailleerde trainingsinformatie. Onthoud dat goede voeding en voldoende rust essentieel zijn voor succesvolle resultaten.

TRAININGSINTENSITEIT

Het maakt niet uit of u vet wilt verbranden of uw hart- en vaatstelsel wilt verbeteren: de beste resultaten behaalt u door op de juiste intensiteit te trainen. U kunt het juiste intensiteitsniveau bepalen door uw hartslag als leidraad te gebruiken. Het diagram hieronder geeft de aanbevolen hartslagen aan voor vetverbranding en voor aerobic-oefeningen.

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

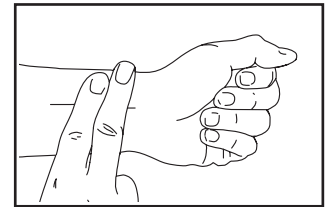
Zoek uw leeftijd (leeftijden zijn afgerond op de dichtstbijzijnde tien jaar) onderaan het overzicht om het juiste intensiteitsniveau te bepalen. De drie getallen boven uw leeftijd bepalen uw "trainingszone". Het laagste getal is de hartslag voor vetverbranding, het middelste getal is de hartslag voor maximale vetverbranding en het hoogste getal is de hartslag voor aerobic-oefeningen.

Vet verbranden – U moet gedurende een langere tijd op een lage intensiteit trainen om vet effectief te verbranden. Tijdens de eerste minuten training verbruikt uw lichaam koolhydraten voor energie. Pas na de eerste minuten training begint uw lichaam met het verbranden van opgeslagen vetcalorieën voor energie. Als het uw doel is om vet te verbranden, stelt u de intensiteit van uw training in totdat uw hartslag rond het laagste getal van uw trainingszone zit. Als u maximaal vet wilt verbranden, traint u totdat uw hartslag rond het middelste getal van uw trainingszone ligt.

Aerobic-oefening – Als het uw doel is om uw hart- en vaatstelsel te versterken, moet u een aerobic-oefening uitvoeren wat een activiteit is die grote hoeveelheden zuurstof vereist gedurende langere perioden. Stel de intensiteit van uw oefening af totdat uw hartslag rond het hoogste getal van uw trainingszone ligt als u een aerobic-oefening wilt uitvoeren.

UW HARTSLAG METEN

U moet minstens vier minuten trainen om uw hartslag te kunnen meten. Stop dan met trainen en plaats twee vingers op uw pols zoals is afgebeeld. Neem uw hartslag gedurende zes seconden op en vermenigvuldig het resultaat met 10 om uw hartslag te weten. Als u bijvoorbeeld 14 hartslagen in zes seconden tijd voelt, dan is uw hartslag 140 slagen per minuut.



TRAININGSRICHTLIJNEN

Opwarming – Start met strekken en lichte oefeningen gedurende 5 tot 10 minuten. Een opwarming verhoogt uw lichaamstemperatuur en uw hartslag en bevordert uw bloedsomloop als voorbereiding op uw training.

Trainingszone-oefening – Train gedurende 20 tot 30 minuten en houd uw hartslag in de trainingszone. (Houd tijdens de eerste paar weken van uw trainingsprogramma uw hartslag niet langer dan 20 minuten in uw trainingszone.) Adem regelmatig en diep in tijdens het trainen. Houd nooit uw adem in.

Afkoelen – Eindig met 5 tot 10 minuten strekken. Strecken bevordert de soepelheid van uw spieren en helpt problemen voorkomen na de training.

TRAININGSFREQUENTIE

Voer per week drie trainingen uit en houd ten minste één dag rust tussen de trainingen om uw conditie op peil te houden of te verbeteren. Na een aantal maanden regelmatig trainen, kunt u dit desgewenst uitbouwen naar vijf trainingen per week. Onthoud dat het dagelijks regelmatig oefeningen doen en hier plezier in hebben, de sleutel tot succes is.

ONDERDELENLIJST

Modelnr. NTEL71423-INT.2 R0823A

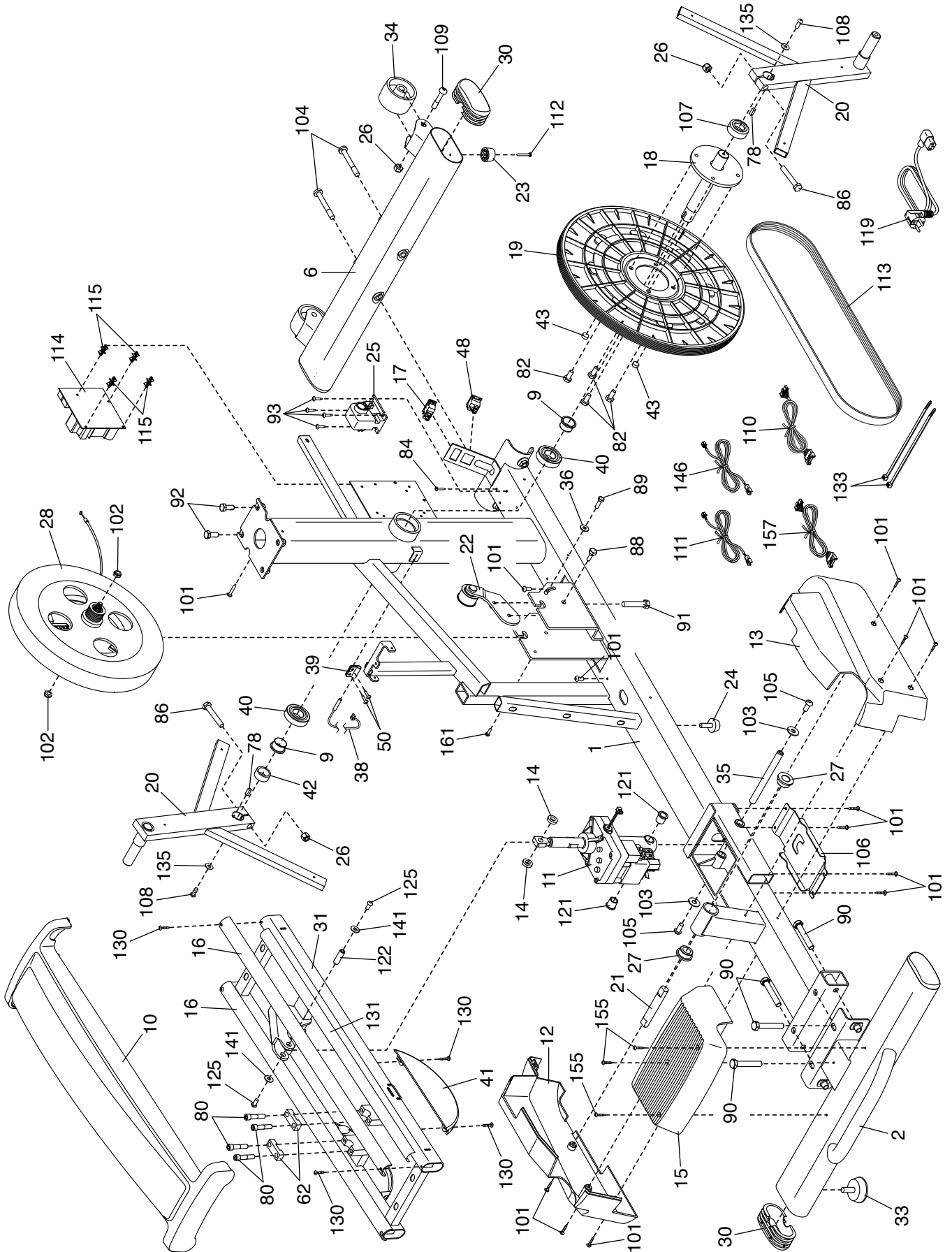
Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
1	1	Onderstel	51	2	Roller
2	1	Achterste Stabilisator	52	1	Linkerpedaalhendel
3	1	Toegangskap	53	2	Askap
4	1	Staander	54	2	Tussenstuk van de Zwenkas
5	6	M4 x 19mm Schroef	55	2	Houder
6	1	Voorste Stabilisator	56	4	Huls van de Rollerarm
7	1	Bedieningspaneel	57	4	Lagerhuls van de Pedaalarm
8	2	Rollergeleider	58	1	Rechterpedaalarm
9	2	Cranklagerhuls	59	1	Rechterrollerarm
10	1	Kap van het Hellingsvlak	60	1	Rechterbeen van het Bovendeel
11	1	Hellingsmotor	61	1	Rechterarm van het Bovendeel
12	1	Linkermotorkap	62	2	Zittingbeugel
13	1	Rechtermotorkap	63	2	Handgreep van het Handvat
14	2	Motortussenstuk	64	2	As van de Pedaalarm
15	1	Achterste Stabilisatorokap	65	1	Voorste Kap van de Rechterarm
16	2	Spoor	66	1	Achterste Kap van de Rechterarm
17	1	Stroomschakelaar	67	1	Voorste Kap van de Linkerarm
18	1	Crank	68	1	Achterste Kap van de Linkerarm
19	1	Katrol	69	1	Buitenste Kap van het Rechterbeen
20	2	Crankarm	70	1	Buitenste Kap van het Linkerbeen
21	1	Platformas	71	2	Schijf
22	1	Spanrol	72	1	Binnenste Kap van het Linkerbeen
23	2	Bumper	73	1	Linkerscherm
24	1	Kleine Stelvoet	74	1	Rechterscherm
25	1	Weerstandsmotor	75	1	Middelste Schermkap
26	6	M10 Borgmoer	76	1	Zijdop van de Linkerpedaalarm
27	2	Platformbus	77	2	Crankarmkap
28	1	Wervelmechanisme	78	2	Sleutel
29	1	Rechterpedaal	79	1	Kap van het Bedieningspaneel
30	4	Stabilisatorpod	80	4	M8 x 31mm Schroef
31	1	Platform	81	2	Onderste Kap van de Houder
32	4	Lagerhuls van de Rollerarm	82	8	M8 x 13mm Schroef
33	2	Grote Stelvoet	83	1	Binnenste Kap van het Rechterbeen
34	2	Wiel	84	1	M4 x 12mm Aardeschroef
35	1	As van de Onderste motor	85	2	M10 Veerring
36	1	Sluitring van de Spanrol	86	2	M10 x 58mm Zeskantbout
37	1	Accessoireshouder	87	1	Zijdop van de Rechterpedaalarm
38	1	Snelheidssensor/Draad	88	1	Schroef van de Zwenkas van de Spanrol
39	1	Klem van de Snelheidssensor	89	1	Spanrolschroef
40	2	Onderstellager	90	4	M10 x 60mm Schroef
41	2	Hellingsvlakscherm	91	1	Afstelschroef van de Aandrijfriem
42	1	Huls	92	4	M10 x 25mm Schroef
43	2	Magneet	93	4	M4 x 12mm Flensschroef
44	1	Linkerpedaalarm	94	1	Linkerbesturingspad
45	1	Linkerrollerarm	95	8	M8 x 20mm Schroef
46	1	Linkerbeen van het Bovendeel	96	4	M8 x 41mm Schroef
47	1	Linkerarm van het Bovendeel	97	2	M8 x 28mm Sluitring
48	1	Contactpunt	98	2	M8 x 18mm Sluitring
49	1	Linkerpedaal	99	2	Binnenste Lager van de Arm
50	6	M4 x 12mm Zelftapper			

Referentienr.	Aant.	Beschrijving	Referentienr.	Aant.	Beschrijving
100	4	Beenlager	133	2	Tiewrap
101	51	M4 x 16mm Schroef	134	1	Rechterhandgreep/Besturingsdraad
102	2	M8 Borgmoer	135	2	M6 x 26mm Sluitring
103	2	M8 x 23mm Sluitring	136	1	Onderste Achterscherm
104	2	M10 x 115mm Schroef	137	1	Rechterpedaalhendel
105	2	M8 x 16mm Schroef	138	2	Pedaalpen
106	1	Onderste motorkap	139	2	Pedaalveer
107	1	Cranktussenstuk	140	2	M6 Dopmoer
108	2	M6 x 13mm Schroef	141	6	M6 Sluitring
109	2	M10 x 58mm Bout	142	1	Plaat van het Rechterpedaal
110	1	Hoofddraad	143	1	Plaat van het Linkerpedaal
111	1	Linkerverlengdraad	144	2	M10 x 158mm Bout
112	2	M4 x 19mm Zelftapper	145	1	Zwenkbeugel
113	1	Aandrijfriem	146	1	Rechterverlengdraad
114	1	Controller	147	2	Binnenste Zwenkhuls
115	4	Afstandhouder	148	1	Beugelmodule
116	2	Schijfkring	149	2	M8 x 30mm Schroef
117	1	Voorste Schermkap	150	4	M4 x 10mm Machineschroef
118	1	Achterste Schermkap	151	4	M6 x 15mm Dopschroef
119	1	Stroomsnoer	152	1	Onderste Bedieningspaneelkap
120	2	M8 x 20mm Schroef met Platte Kop	153	1	Bovenste Bedieningspaneelkap
121	2	Motorbus	154	1	Linkerhandgreep/Besturingsdraad
122	1	As van de Bovenste motor	155	3	M4 x 18mm Machineschroef
123	2	Buitenste Lager van de Arm	156	1	Doorvoerhuls
124	2	M4 x 16mm Machineschroef	157	1	Draad van de Staander
125	10	M6 x 12mm Schroef	158	2	Draaigeleider
126	2	M4 x 25mm Schroef	159	2	Draadklem
127	2	Schijfbeugel	160	2	M4 x 10mm Schroef
128	1	Beugel van het Bedieningspaneel	161	1	Schroef van het Eddymechanisme
129	2	M8 x 22mm Sluitring	*	–	Montagegereedschap
130	8	M4 x 12mm Schroef	*	–	Pakje Smeervet
131	2	Plaktape	*	–	Gebruikershandleiding
132	1	Rechterbesturingspad			

Let op: Technische gegevens zijn onderhevig aan wijzigingen zonder voorafgaande kennisgeving. Zie de achterkant van deze handleiding voor informatie over het bestellen van vervangingsonderdelen. *Deze onderdelen worden niet weergegeven.

GEDETAILEERDE TEKENING B

Modelnr. NTEL71423-INT.2 R0823A



VERVANGINGSONDERDELEN BESTELLEN

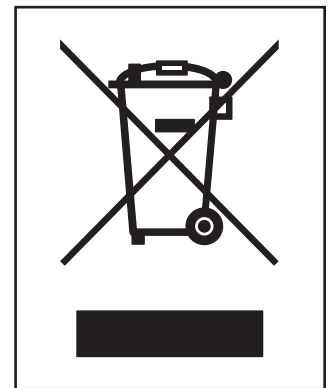
Raadpleeg de voorkant van deze handleiding voor het bestellen van vervangingsonderdelen. Houd de volgende informatie bij de hand als u contact met ons opneemt, zodat wij u van dienst kunnen zijn:

- het model- en serienummer van het product (zie de voorkant van deze handleiding)
- de naam van het product (zie de voorkant van deze handleiding)
- het referentienummer en de beschrijving van de vervangingsonderdelen (zie de ONDERDELENLIJST en de GEDETAILLEERDE TEKENING achterin deze handleiding)

RECYCLINGINFORMATIE

Dit elektronische product mag niet met het normale huishoudelijke afval worden weggegooid. Om het milieu te beschermen, moet dit product na afloop van de levensduur overeenkomstig de wetgeving worden gerecycled.

Gebruik recyclingfaciliteiten bij u in de buurt die bevoegd zijn om dit type afval te verzamelen. Hiermee helpt u mee aan het behoud van natuurlijke bronnen en verbetering van de Europese niveaus voor milieubescherming. Als u meer informatie nodig heeft over veilige en correcte verwijderingsmethoden, kunt u contact opnemen met de plaatselijke gemeentedienst of de winkel waar u dit product heeft gekocht.



VERKLARING VAN CONFORMITEIT UK/EU

NTEL71423-INT bevat de MP14-ARGON2 Tablet.

Hierbij verklaart iFIT Health & Fitness dat de radioapparatuur van het type MP14-ARGON2 in overeenstemming is met Richtlijn 2014/53/EU en de Radio Equipment Regulation 2017.

iFIT Health & Fitness, 1500 S 1000 W, Logan, UT 84320, VS

Deze conformiteitsverklaring wordt afgegeven onder volledige verantwoordelijkheid van de fabrikant.

Onderwerp van de verklaring: FCCID OMC415321 - Omroepfrequentiebanden en maximaal EIRP-vermogen: 2.4G WIFI: 19,08dBm; 5G WIFI: 18,42dBm; BT EDR: 9,88dBm; BT BLE: 9,59dBm.

Toepassingen in de 5,15-5,35 GHz-band zijn beperkt tot gebruik binnenshuis in de volgende landen:

Certificering: Artikel 3.1a - Veiligheid EN 62479:2010, EN 62368-1:2014/AC:2015, Artikel 3.1b - EMC EN 301 489-1, 2.2.3, EN 301 489-17 V3.2.4, Artikel 3.2 - Radioparameters EN 300 328 V2.2.2, EN 301 893 V2.1.1

Vertegenwoordiger in het VK: ICON Health & Fitness Ltd, Unit 1D The Gateway, Fryers Way, Silkwood Park, Ossett, WF5 9TJ, Verenigd Koninkrijk

iFIT Health & Fitness SAS Business Park, 5 rue Alfred de Vigny, 78112 Fourqueux, Frankrijk

	BE	BG	CZ	DK	DE	EE	IE
	EL	ES	FR	HR	IT	CY	LV
	LT	LU	HU	MT	NL	AT	PL
	PT	RO	SI	SK	FI	SE	UK

