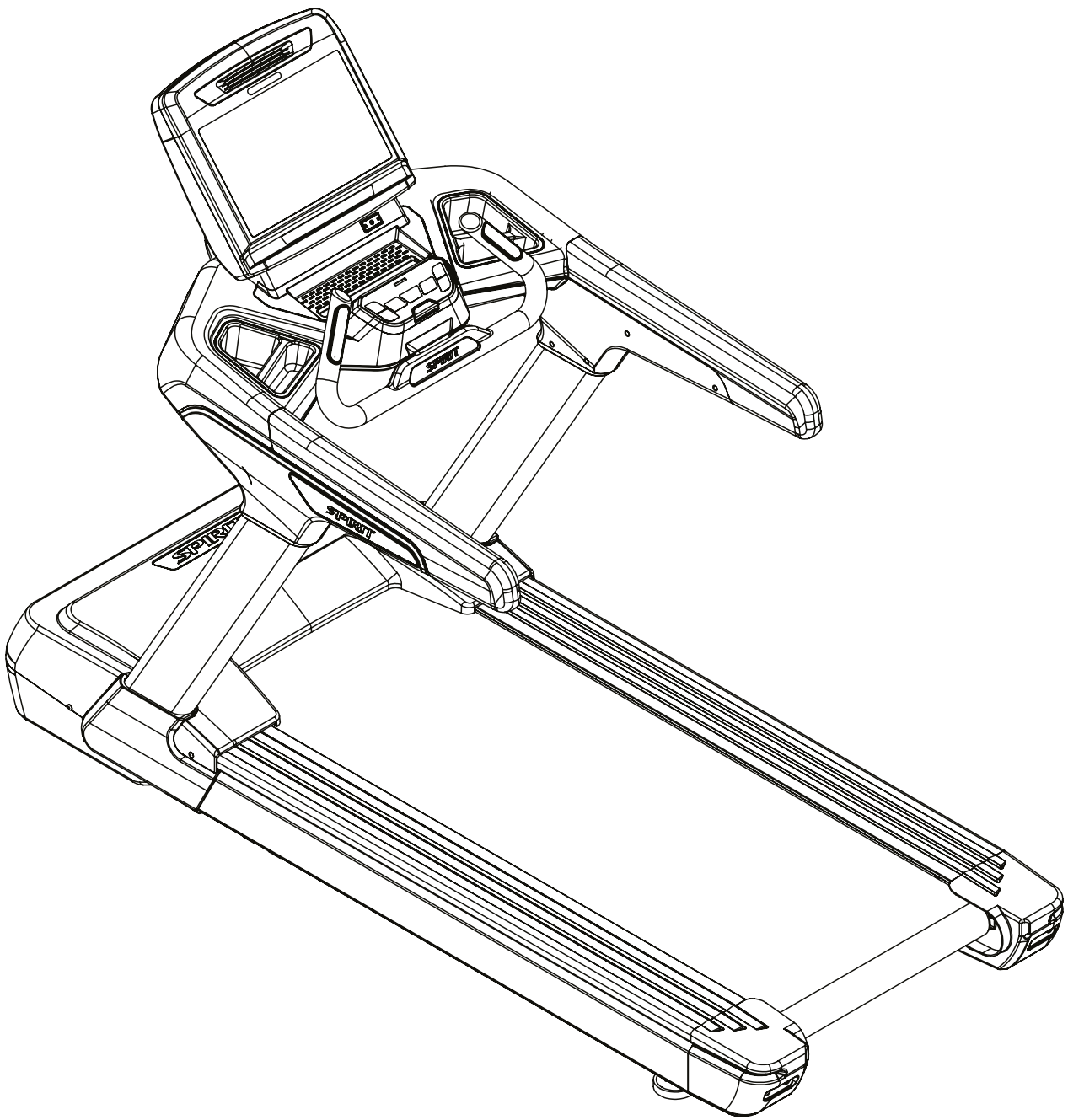


S SPIRIT

COMMERCIAL



CT900TFT loopband Handleiding

Opgelet: Lees deze handleiding grondig door voordat u het toestel in gebruik neemt.

INHOUDSTAFEL

PRODUCTREGISTRATIE	3
BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES	4
BELANGRIJKE ELEKTRISCHE INFORMATIE	5
BELANGRIJKE BEDIENINGSINSTRUCTIES	6
BEDIENING CONSOLE	7
PROGRAMMA'S	14
CONDITIETEST	18
HARTSLAGGESTUURDE PROGRAMMA'S	22
ONDERHOUD LOOPBAND	23
PROBLEEMOPLOSSINGEN	25
ALGEMEEN ONDERHOUD	26
BEPERKTE GARANTIE VAN DE FABRIKANT	27



Gefeliciteerd met uw nieuwe loopband en welkom bij de SPIRIT Fitness Family!

Bedankt voor uw aankoop van deze loopband van SPIRIT Fitness. Uw nieuwe loopband is vervaardigd door één van de meest toonaangevende fitnessfabrikanten ter wereld en wordt ondersteund door een van de meest uitgebreide beschikbare garanties.

Via uw verdeler zal SPIRIT Fitness er alles aan doen om er voor te zorgen dat u de volgende jaren optimaal van uw nieuwe eigendom kunt genieten. Als u de loopband niet rechtstreeks bij SPIRIT Fitness heeft aangekocht, zal de plaatselijke verdeler waar u de loopband heeft gekocht, alle garantie- en servicevereisten van SPIRIT Fitness beheren. Het is hun verantwoordelijkheid om u informatie te verstrekken. Het onderhoudspersoneel heeft de ervaring en de technische kennis om u verder te helpen, om uw ervaring te optimaliseren en u snel verder te helpen bij eventuele problemen. Noteer voor alle zekerheid hieronder de naam van uw verdeler, zijn telefoonnummer en de datum van aankoop, zodat u uw dealer gemakkelijk kunt contacteren.

**SPIRIT Fitness waardeert uw vertrouwen.
SPIRIT Fitness staat altijd voor u klaar!**

SPIRIT FITNESS VERDELER:

TELEFOON:

DATUM AANKOOP:

PRODUCTREGISTRATIE

Noteer het serienummer van dit fitnessproduct in de ruimte hieronder:

Serienummer:

De productregistratiekaart moet volledig worden ingevuld en worden teruggestuurd naar SPIRIT Fitness.

BELANGRIJKE VEILIGHEIDSinSTRUCTIES

WAARSCHUWING – Lees alle instructies vooraleer u dit toestel in gebruik neemt.

GEVAAR – Om het gevaar op elektrische schokken te vermijden, haal uw SPIRIT toestel uit het stopcontact vooraleer u begint te reinigen en/of aan het toestel begint te werken.

WAARSCHUWING – Om het risico op brandwonden, vuur, elektrische schokken of verwondingen van personen te voorkomen, installeer het toestel op een vlakke ondergrond met toegang tot een 110-volt, 15-amp (220-volt, 10-amp) geaard stopcontact waar enkel het toestel op aangesloten is.

GEBRUIK GEEN VERLENGSNOER TENZIJ HET MINIMUM EEN A 14AWG OF BETER IS.

- Gebruik het toestel niet op hoogpolig tapijt met loszittende plukken. Dit kan zowel het toestel en het tapijt beschadigen.
- Houd kinderen onder de 13 jaar uit de buurt van het toestel. Er zijn verscheidene punten waar men kan klem zitten of die op een andere manier schade kunnen veroorzaken. Houd de handen uit de buurt van alle bewegende onderdelen.
- Gebruik het toestel nooit wanneer de stekker of het snoer beschadigd is. Als het toestel niet naar behoren werkt, neem contact op met uw verdeler.
- Houd het snoer uit de buurt van warme oppervlakken.
- Gebruik het toestel niet op een plaats waar aerosolsprays worden gebruikt of ergens waar zuurstof wordt toegediend. Vonken van de motor kunnen een omgeving met hoge gasdensiteit doen ontsteken.
- Steek geen voorwerpen of laat geen voorwerpen vallen in de openingen van het toestel
- Niet buitenshuis gebruiken.
- Om af te koppelen, zet alle schakelaars uit en trek dan de stekker uit het stopcontact.
- Gebruik het toestel niet voor andere doeleinden dan waar het voor bedoeld is.
- De handsensoren zijn geen medische instrumenten. Verschillende factoren, o.a. de beweging van de gebruiker, kunnen de nauwkeurigheid van de hartslagmeting beïnvloeden. De sensoren zijn enkel bedoeld als hulp bij het bepalen van de hartslag in het algemeen.
- Draag geschikt schoeisel. Hoge hakken, geklede schoenen, sandalen of blote voeten zijn niet geschikt voor gebruik met dit toestel. Sportschoenen zijn aangewezen om vermoeidheid van de benen te voorkomen.
- Dit toestel is niet bedoeld voor personen met een fysieke, mentale of zintuiglijke beperking of voor personen met gebrek aan ervaring en kennis, tenzij deze instructies krijgen betreffende het gebruik van het toestel door een bevoegd persoon.

BEWAAR DEZE INSTRUCTIES – DENK AAN UW VEILIGHEID!

BELANGRIJKE ELEKTRISCHE INSTRUCTIES

WAARSCHUWING!

NOOIT de covers verwijderen zonder het toestel uit het stopcontact te halen.

Als de spanning varieert met tien procent (10%) of meer is het mogelijk dat de prestatie van uw toestel wordt beïnvloed. Zulke omstandigheden worden niet gedekt door de garantie. Als u merkt dat de spanning te laag is, neem dan contact op met uw energievoorzieningsbedrijf of een gediplomeerd electricien zodat uw toestel op de juiste manier kan worden getest.

Stel dit toestel **NOOIT** bloot aan regen of vocht. Dit product is **NIET** ontworpen voor buitenshuis gebruik, vlakbij een zwembad of een spa, of elke andere vochtige omgeving. De specificaties voor de temperatuur zijn 4 to 48 graden Celcius, en vochtigheid is 95% niet-condenserend (geen waterdruppels die zich vormen op de oppervlaktes).

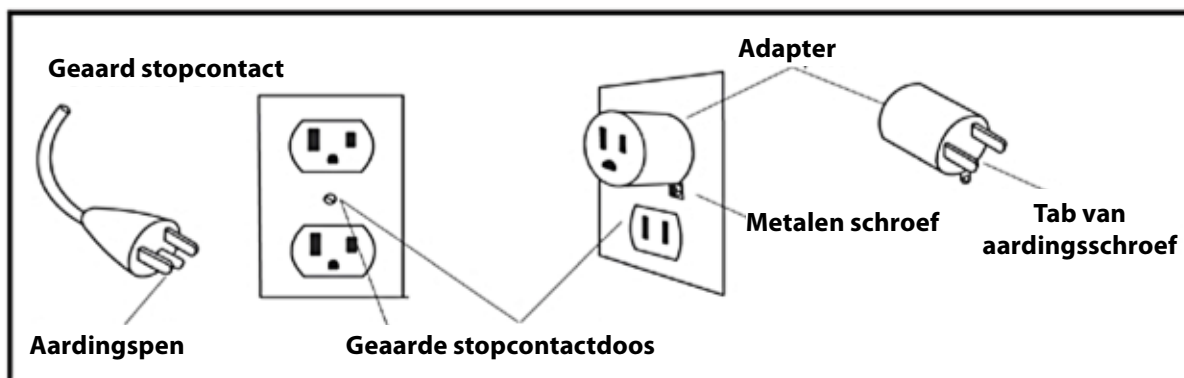
STROOMONDERBREKERS: Sommige stroomonderbrekers die in woningen worden gebruikt, zijn niet geschikt voor hoge stroompieken die kunnen optreden wanneer een loopband voor het eerst wordt aangezet of zelfs tijdens normaal gebruik. Als uw loopband over de stroomonderbreker van het huis uitschakelt (ook al is dit de juiste stroomsterkte) maar niet de stroomonderbreker op de loopband zelf, moet u de stroomonderbreker van het huis vervangen door een onderbreker met hoog inschakelstroomvermogen. Dit probleem valt NIET onder e garantie omdat wij als fabrikant, deze toestand niet kunnen controleren. Dit onderdeel is verkrijgbaar in de meeste electrowinkels. Voorbeelden: Grainger part # 1D237, of online beschikbaar op www.squared.com part # QO120HM.

AARDINGSINSTRUCTIES

Dit product moet geaard worden. Als het elektrisch systeem van de loopband defect is of defect raakt, biedt aarding de minste weerstand voor elektrische stroom, waardoor het risico van een elektrische schok wordt verminderd. Dit product is uitgerust met een snoer met een aardingsstekker. Deze stekker moet in een geschikt stopcontact worden gestoken dat correct is geïnstalleerd en geaard, in overeenstemming met alle lokale codes en verordeningen.

GEVAAR - *Verkeerde aansluiting van de aarding van de apparatuur kan leiden tot een elektrische schok. Raadpleeg een gekwalificeerde electricien of onderhoudsmonteur als u twijfelt of het product goed is geaard. Wijzig de stekker die bij het product wordt geleverd niet als deze niet in het stopcontact past. Laat een goed stopcontact installeren door een gekwalificeerde electricien.*

Dit product wordt gebruik op een nominaal circuit van 120 volt en heeft een aardingsstekker die lijkt op de plug die hieronder wordt geïllustreerd. Een tijdelijke adapter die lijkt op de onderstaande adapter kan worden gebruikt om deze stekker aan te sluiten op een 2-polige contactdoos, zoals hieronder wordt weergegeven, als er geen goed geaard stopcontact beschikbaar is. De tijdelijke adapter mag alleen worden gebruikt tot een goed geaard stopcontact, (hieronder afgebeeld) kan worden geïnstalleerd door een gekwalificeerde electricien.



BELANGRIJKE BEDIENINGSINSTRUCTIES

- Gebruik dit toestel **NOOIT** zonder het lezen en volledig begrijpen van wat elke operationele verandering via de computer kan veroorzaken.
- Gebruik uw toestel **NOOIT** tijdens een onweer. Spanningsstoten kunnen voorkomen op uw toestel waardoor onderdelen kunnen beschadigd raken. Haal het toestel tijdens een elektrische storm uit het stopcontact als voorzorg.
- Druk niet te hard op de bedieningstoetsen. Ze zijn nauwkeurig ingesteld om te reageren op een zachte druk van de vingers. Als u vindt dat het toestel niet goed reageert, neem dan contact op met uw SPIRIT dealer.
- Begrijp dat veranderingen in snelheid en helling niet onmiddellijk optreden. Stel de gewenste snelheid in op de computerconsole en laat de stelsleutel los. De computer zal het commando geleidelijk aan gehoorzamen.
- Wees voorzichtig tijdens het deelnemen aan andere activiteiten terwijl u op uw loopband loopt; zoals televisie kijken, lezen, enz. Deze afleiding kan ertoe leiden dat u uw evenwicht verliest of niet in het midden van de band loopt, wat kan leiden tot ernstig letsel.
- Monteer of demonteer de loopband **NOOIT** terwijl de riem in beweging is. SPIRIT Fitness loopbanden beginnen met een zeer lage snelheid en het is onnodig om tijdens het opstarten over de riem te lopen. Gewoon op de riem staan tijdens langzame acceleratie is correct nadat u het apparaat hebt leren bedienen.
- Houd **ALTIJD** een handleuning of handgreep vast tijdens het maken van bedieningswijzigingen (helling, snelheid, etc.). Bij dit apparaat is een veiligheidskoord geleverd. Het is een eenvoudig magnetisch ontwerp dat te allen tijde moet worden gebruikt. Voor uw veiligheid moet u vallen of te ver naar achteren op de loopvlakgordel gaan. Als u dit veiligheidskoord trekt, stopt de beweging van de loopband.

VEILIGHEIDSSLEUTEL

De veiligheidssleutel (magnetisch) is meegeleverd en moet ten allen tijde worden gebruikt. Dit is voor uw veiligheid, moest u vallen of struikelen op het loopvlak. Als u aan deze veiligheidssleutel trekt, stopt de loopband onmiddellijk.

1. Plaats de magneet op het ronde gedeelte van de consolekop. Uw loopband zal niet starten vooraleer de magneet in positie is.
2. Bevestig de plastic clip stevig aan uw kleding zo dat deze niet loskomt. De magneet is sterk genoeg om ongewild en onverwacht stoppen te minimaliseren. Raak vertrouwd met de functie en beperkingen. De loopband stopt, afhankelijk van de snelheid, met één tot twee stappen wanneer de magneet van de console wordt getrokken.



**VERWIJDER ALTIJD DE
VEILIGHEIDSSLEUTEL NA GEBRUIK.**

BEDIENING CONSOLE



STARTEN

Sluit het netsnoer aan op de voorkant van het toestel. Wanneer de stroom wordt ingeschakeld, toont het scherm het standaardbeeld en gaat u vervolgens naar het startscherm.



Startscherm: begin met instellen door de pictogrammen aan te raken.



Snelle bedieningstoetsen zijn handig voor basisfuncties van de loopband.

INSTELLINGEN

Druk 10 keer achter elkaar op het pictogram "Home" om de onderhoudsscherm te openen.



De 2 meest gebruikte menu's voor het instellen van het toestel zijn de **tv-instellingen** en de **onderhoudsmenu's**.

TV-INSTELLINGEN

1. Selecteer **TV** of **HDMI** als tuner bron.
2. Druk op **OSD**-menu. Het eerste gemarkeerde item in het menu is **Air / Cable** en daarna kunt u kiezen tussen **Cable** of **Air**. Druk op **OSD Enter** om de selectie tussen Cable en Air-sigitaal (meestal Cable) te wijzigen.
3. Na het selecteren van Cable of Air gebruikt u de pijlen onder de **OSD Exit**-toets om naar **Auto Scan** te navigeren en drukt u vervolgens op **OSD Enter**. De tuner scant nu alle beschikbare kanalen. Druk daarna op **OSD Exit**. U kunt de kanalen wijzigen door op **Update channel list** te drukken.
4. De **OSD-Command**-toets is alleen voor technisch gebruik.



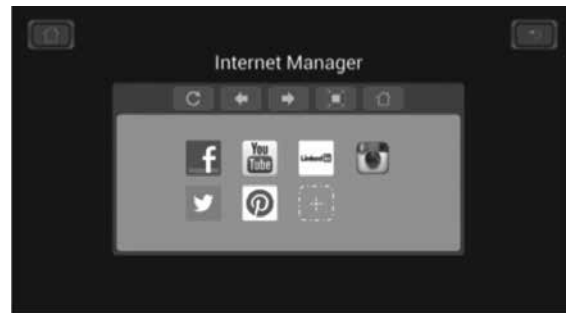
ONDERHOUDSMENU

- Met de **Default language** kiest u de taal die wordt weergegeven wanneer de console wordt ingeschakeld. U kunt de taal ook selecteren in het Home-menu, maar na gebruik van de machine, keert de console terug naar de standaardtaal.
- **Software Update Manager** wordt gebruikt om nieuwe versies van de applicatiesoftware te installeren.
- Met **Internet Manager** kunt u de internetsites wijzigen die worden weergegeven in het internetmenu.
- **Wifi / Ethernet Setup** wordt gebruikt voor het selecteren van een Wifi-sigitaal of Ethernet-adressen.
- Met **Machine Setup** selecteert u de Csafe-poort of CAB TV-tuner. Hiermee kunt u ook de helderheid van het scherm instellen.
- **FTP Settings** is het Spirit FTP webadres waar foutlogboeken en probleemoplossing op afstand kunnen worden beheerd.



INTERNET MANAGER

1. Verwijder een link door 2 seconden op het pictogram te drukken van de site die u wilt verwijderen. Een pop-upvenster vraagt u om de verwijdering te bevestigen.
2. Druk op het gestippelde kader om een website toe te voegen. Een pop-upvenster zal u vragen om het webadres in te voeren en indien gewenst een afbeelding voor de toets te uploaden. U kunt ook gewoon een standaardtoets gebruiken en de naam van de website typen.



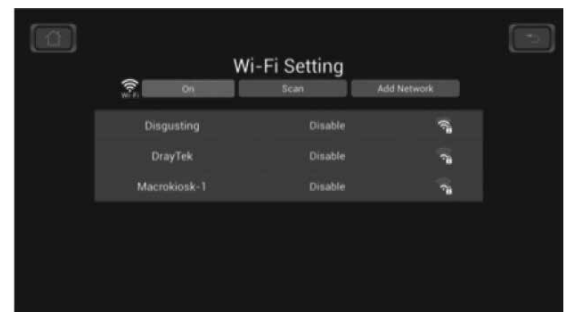
WiFi/ETHERNET INSTELLING

Druk op de gewenste toets om Wifi of Ethernet te selecteren.



WiFi INSTELLING

Schakel **Wifi** in en druk op **scannen** voor beschikbare Wifi-verbindingen. Druk op de gewenste verbinding en volg de aanwijzingen op het scherm.



ETHERNET INSTELLING

Druk op **Ethernet-configuration** om een nieuwe verbinding tot stand te brengen.

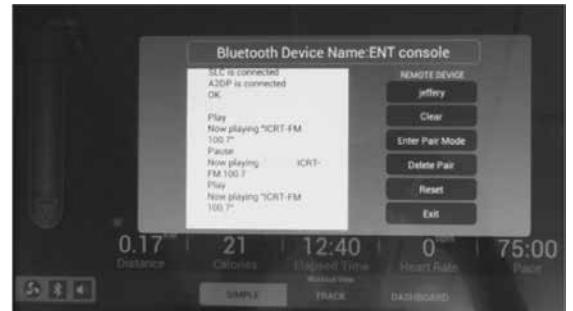


Selecteer **DHCP** om verbinding te zoeken of **Static IP** om handmatig in te voeren.



BLUETOOTH-KOPPELPROCEDURE

1. Druk linksonder in het scherm op het pictogram **Blue Tooth (BT)**.
2. Het **BT-pop-upschermb** verschijnt. Schakel **Phone / tablet BT** in en druk vervolgens op **Pair Mode** in het **ENT-menu**.
3. De **Entering Pairing modus** verschijnt en de telefoon toont **A2DP** als een beschikbaar toestel.
4. De **A2DP-console** en de telefoon zullen u vragen om het koppelen te bevestigen, druk op **OK**.
5. Koppelen voltooid
6. Open de audio-APP op de telefoon en de audio wordt afgespeeld via de hoofdtelefoonpoort op de ENT-console



WERKING VAN HET TOUCHSCREEN

Taal

Wanneer u op de toets **Language** in het startscherm drukt, wordt het menu met alle taalopties geopend.

U kunt kiezen uit 12 talen. Selecteer de gewenste taal. Het systeem keert terug naar het startscherm dat nu in de gekozen taal zal gebruiken.



TV

Wanneer u in het startscherm op de **TV**-toets drukt, gaat deze rechtstreeks naar de tv-interface.

Nu kunt u genieten van tv-programma's tijdens het sporten. Druk op **Start**-toets aan de voorzijde van de loopband om **Quick Start** te activeren of u drukt op **Programs** om een trainingprogramma's te selecteren.

U kunt de tv-kanalen wijzigen door op de toetsen channel up/down te drukken aan de rechterkant van het scherm.

U kunt ook de toetsen **Volume up/down** gebruiken om het geluidsniveau te wijzigen. Als u het geluid wilt dempen, druk op de **Mute**-toets.

Raak het **Max-screen** aan om over te gaan naar weergave op volledig scherm. Door elke willekeurige plaats op het scherm aan te raken, keert het scherm terug naar de oorspronkelijke grootte.

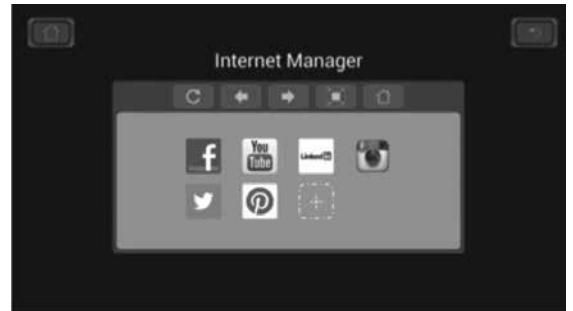


INTERNET

Wanneer u op de startpagina de toets **Internet** indrukt, wordt u doorgeleid naar de internet interface.

U kunt kiezen uit 6 standaard internetsites. U kunt sites wijzigen of andere toevoegen via het **Maintenance** programma.

OPMERKING: een internetverbinding of wifi-verbinding is vereist.



TRAININGSPROGRAMMA'S

Wanneer u op de startpagina de toets **Exercise Program** indrukt, verschijnt het menu Fitnessprogramma.

U kunt kiezen uit 12 programma's. Druk op de gewenste programmatoets en volg de aanwijzingen op het scherm vb: voor het **Manual** programma drukt u op Manual toets om de programmering voor **Manual** in te voeren.



FUNCTIES VAN DE LOOPBAND

Het **Touch-control** scherm wordt gebruikt voor het bedienen van alle functies van de loopband. Druk op een willekeurige toets op het scherm of ga via de **Quick** toets onderaan.

Vooraan bevinden zich de + / - toetsen om de snelheid en helling te regelen, de **sSart**-knop om met de training te beginnen en de **Stop**-knop om de band te pauzeren/stoppen.

QUICK START

Druk op een willekeurige toets om de weergave te activeren als deze nog niet is ingeschakeld.

- Druk op **Start** om de riem te laten bewegen met een snelheid van 0,5 km/u en stel vervolgens de gewenste snelheid in met de toets Speed +/- of door de gewenste snelheid op het numerieke toetsenbord te typen. Zodra de gewenste instelling is geselecteerd, drukt u op **Enter**.
- Druk op **Stop** om de loopband te stoppen.

PAUZE / STOP / RESET

De loopband pauzeren kan door 1x op de rode **Stop**-knop te drukken. Dit zal de loopband langzaam tot stilstand brengen. De helling gaat naar 0%. De waarden voor tijd, afstand en calorie blijven behouden terwijl het apparaat in de pauzemode staat. Na 5 minuten wordt het display gereset en keert u terug naar de opstartscherm.

- Om uw training te hervatten in de pauzemode druk op **Start**. De snelheid en de helling keren terug naar hun vorige instellingen.
- Drukt u 2x op **Stop**, wordt het programma beëindigd en wordt een samenvatting van de training weergegeven. Als de **Stop**-knop een 3x wordt ingedrukt, keert de console terug naar de inactieve modus (opstartscherm).
- Als u de **stop**-knop langer dan 3 seconden ingedrukt houdt, wordt de console gereset.
- Tijdens het invoeren van gegevens zoals leeftijd en tijd, kunt u één stap terug gaan door op **Stop** te drukken.

INCLINE

- De helling kan op elk moment worden aangepast nadat de band begint te bewegen.
- Houd **Incline +/-** ingedrukt om het gewenste hellingsniveau te bereiken.
- Het display geeft de helling aan in % (hetzelfde als de helling van een weg).

WEERGAVEOPTIES

GEMAKKELIJK

De standaardweergave aan het begin van een programma is de eenvoudige (**Simple**) weergave. Het profielvenster geeft het werkniveau grafisch weer.

Al uw trainingswaarden worden onder aan het scherm weergegeven. Sommige gegevensvensters hebben een + -teken bovenaan om aan te geven dat er meer gegevens beschikbaar zijn. Druk op het gegevensvenster om andere beschikbare informatie te bekijken.

Met de toets onder het profielvenster kunt u schakelen tussen de snelheids- en hellingsprofielen.

Onderaan bevinden zich de **Track** en **Dashboard**-toetsen om andere weergaveopties te selecteren. Een spierprofiel toont actieve spiergroepen als de belasting verandert.



TRACK

De **Track**-weergave laat uw positie op een virtueel parcours zien met een rondeteller en andere waarden.



DASHBOARD

Het **Dashboard**-display toont een groter weergavegebied met toetseninformatie.

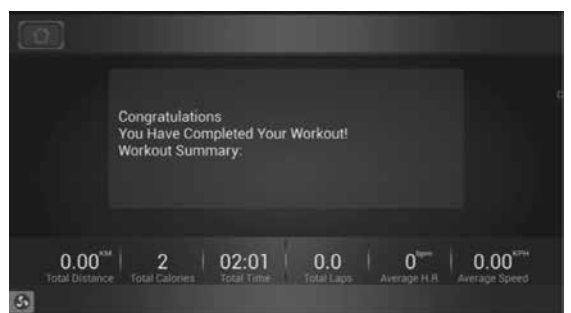


STOPTOETS

Wanneer u de **Stop**-toets gebruikt om het programma te beëindigen, wordt het samenvattings scherm geopend.

Hier worden alle trainingsgegevens weergegeven.

Gebruik de **Home**-toets links boven of druk op de **Stop**-toets om terug te keren naar het startscherm.



HARTSLAGFUNCTIE

De **Pulse** (hartslag) toont de actuele waarde van uw hartslag in slagen per minuut. U moet zowel de linker- als de rechter sensoren gebruiken om uw polsslag op te vangen. De hartslag wordt altijd weergegeven wanneer de computer een signaal (**Grip Pulse**) ontvangt. U kunt ook een draadloze hartslagzender gebruiken die 5 kHz Polar-compatibel is.

LOOPBAND UIT TE ZETTEN

Het scherm wordt automatisch uitgeschakeld (**go to sleep**) na 30 minuten inactiviteit. Deze functie wordt **Sleep mode** genoemd. In de **Sleep mode** schakelt de loopband alle functies uit behalve een minimum aan electronica dat nodig is voor het detecteren van het indrukken van toetsen. Het scherm start opnieuw op als er een toets ingedrukt wordt. Er wordt slechts een kleine hoeveelheid stroom gebruikt in de **Sleep mode** (ongeveer hetzelfde wanneer een TV in slaapstand is). U kunt ook de veiligheidssleutel verwijderen of de hoofdschakelaar uitzetten om de loopband uit te schakelen.

DE CONSOLE PROGRAMMEREN

Elk programma kan worden aangepast aan uw behoeften. Elk onderdeel van de gevraagde informatie is nodig om ervoor te zorgen dat de uitlezingen correct zijn.

Geef uw **leeftijd** en **gewicht** in. Het invoeren van uw **leeftijd** zorgt ervoor dat er een correcte waarde wordt weergegeven en de instellingen in het programma worden aangepast (anders kunnen de instellingen te hoog of te laag voor u zijn). De ingave van het juiste **gewicht** zorgt ervoor dat er een correctere caloriewaarde wordt weergegeven. Hoewel we geen exacte calorietelling kunnen weergeven, willen we deze toch zo dicht mogelijk benaderen.

OPMERKING: Caloriewaarden op elk trainingstoestel, in een sportschool of thuis, zijn niet nauwkeurig en kunnen sterk variëren. Ze zijn alleen bedoeld als een leidraad om uw voortuitgang te volgen. Goed nieuws is dat u na het trainen nog minstens een uur calorieën blijft verbranden!

EEN PROGRAMMA INVOEREN & INSTELLINGEN WIJZIGEN

De Spirit Fitness CR900TFT biedt 10 vooraf ingestelde programma's: **Manual, Hills, Fat Burn, Cardio, Strength, Interval, HR, Custom, Fitness Test** en **Constant Power**.

1. Selecteer een programma en druk op **Enter** om het programma aan te passen met uw persoonlijke gegevens, of druk op **Start** om het programma met de standaardinstellingen te starten.
2. Raak het **Tijdvenster** aan en gebruik de numerieke toetsen om de tijd aan te passen. Druk op **Enter**. (OPMERKING: u kunt tijdens het programmeren op elk gewenst moment op Start drukken om te beginnen met alleen instellingen die u op dat moment hebt gewijzigd).
3. Geef uw **leeftijd** in. Gebruik de numerieke toetsen om aanpassingen te maken en druk op **Enter**. De standaardleeftijd is 30 jaar oud. Bereik = 10 tot 110).
4. Geef uw **Gewicht** in. Gebruik de numerieke toetsen om aanpassingen te maken en druk op **Enter**. (Standaardgewicht is 70 kg. Bereik = 10 tot 150 kg).
5. Het berichtenvenster toont nu de vooraf ingestelde topsnelheid van het geselecteerde programma. Gebruik de numerieke toetsen om aan te passen en druk vervolgens op **Enter**. Elk programma heeft verschillende snelheidsveranderingen; hiermee kunt u de hoogste snelheid verlagen die het programma tijdens de training zal bereiken.
6. Druk op **Start** om met uw training te beginnen of op **Stop** om terug te keren naar het vorige scherm.
7. De training start met een opwarming van 3 minuten. U kunt op **Start** drukken om dit te omzeilen en direct naar de training te gaan.

INSTELLINGEN PRESET PROGRAMMA'S SNELHEID / HELLING

De snelheid en hellingsgraad in de preset programma's worden weergegeven in de onderstaande tabel. De cijfer,s vermeldt achter 'SPEED (snelheid)' in de grafiek, toont het percentage van de hoogste snelheid die voor het trainingsprogramma ingesteld werd (de gebruiker bepaalt deze hoogste snelheid zelf en stelt deze in volgens de werkwijze die hierboven werd beschreven), vb; de eerste **snelheidsinstelling** voor **P1 (Programma 1, HILL)** is 20. Dit betekent dat dit segment een snelheid heeft van 20% van de topsnelheid van het gekozen programma. Als de gebruiker de hoogste snelheid instelt op 10 km/h, is het eerste segment 2 km/h. In segment 12 staat 100, de snelheid is 100% van de hoogste snelheid van dit segment in het gebruikte programma: 100% van 10 km/h, dus 10 km/h.

Prog	SEG	Warm up				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Cool down			
Hill	Speed	20	30	40	50	62.5	62.5	70	70	75	75	87.5	87.5	100	100	87.5	87.5	75	75	70	70	62.5	62.5	80	40	30	20		
	Incline	0	0	0	0	1	2	3	3	4	3	4	4	5	3	4	3	4	5	4	3	1	1	0	0	0	0		
Fatburn	Speed	20	30	40	50	62.5	75	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	75	50	40	30	20		
	Incline	0	0	0	0	1	2	3	3	4	5	3	4	4	3	2	3	4	5	6	4	2	1	0	0	0	0		
Cardio	Speed	20	30	40	50	60	60	70	70	70	80	70	70	80	80	60	70	80	80	70	70	70	100	70	40	30	20		
	Incline	0	0	0	0	1	1	2	2	3	2	2	3	1	2	3	2	2	4	2	3	1	1	0	0	0	0		
Strength	Speed	20	30	40	50	62.5	62.5	70	70	75	75	80	80	87.5	95	95	100	100	100	100	100	100	87.5	75	50	40	30	20	
	Incline	0	0	0	0	1	2	4	6	8	7	6	5	4	3	3	4	5	7	7	5	3	1	0	0	0	0		
Interval	Speed	20	30	40	50	62.5	62.5	100	100	62.5	62.5	100	100	62.5	62.5	100	100	62.5	62.5	100	10	62.5	62.5	50	40	30	20		
	Incline	0	0	0	0	1	2	3	5	2	3	6	2	3	7	2	3	8	2	3	5	3	1	0	0	0	0		

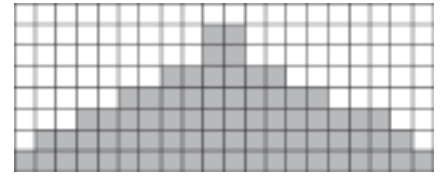
MANUAL

Zowel **snelheid** als **helling** worden estuurd door de gebruiker. Verhoog of verlaag de niveaus op elk moment tijdens uw training.

HILL (heuvel)

Snelheid: dit programma volgt een driehoek van geleidelijke progressie van ongeveer 10% (standaard of gebruikersinvoerniveau) van de maximale inspanning tot een maximale inspanning die 10% van de totale trainingstijd duurt. Vervolgens een geleidelijke regressie van Snelheid terug tot ongeveer 10% van maximale inspanning

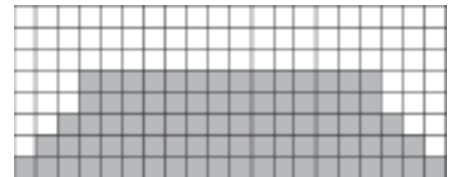
Helling: de verhoging is een meer geleidelijke en langdurige progressie. De maximale hoogte bevindt zich in het midden van de training en duurt 10% van de duur.



FAT BURN (vetverbranding)

Snelheid: dit programma volgt een snelle progressie tot de maximale snelheid (standaard of gebruikersinvoerniveau) dat gedurende 2/3 van de training wordt volgehouden. Dit programma daagt u uit om uw energie-output voor een langere periode te behouden.

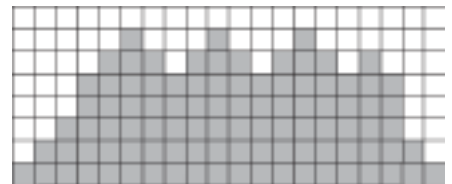
Helling: de verhoging van het dek is een snelle en langdurige progressie tot de maximale waarde gedurende 90% van de trainingsduur.



CARDIO

Snelheid: dit programma biedt een snelle voortgang tot bijna de maximale snelheid (standaard of gebruikersinvoerniveau). De lichte schommelingen zorgen voor een stijging van de hartslag en vervolgens te herstellen voordat een snelle afkoeling begint. Uw hartspier wordt versterkt en verhoogt de bloedstroom en longcapaciteit.

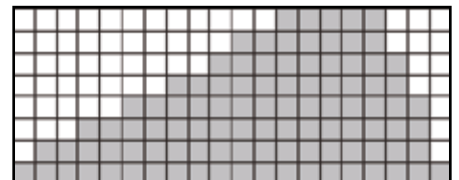
Helling: de hoogte in dit programma is matig. Er zijn er meerdere pieken tijdens de training. Segmenten 4, 9 en 14 zijn maximale hoogte voor dit programma.



STRENGTH

Snelheid: dit programma heeft een geleidelijke verhoging van de snelheid tot 100% van de maximale inspanning die wordt volgehouden vanaf 25% van de trainingsduur. Dit helpt bij het opbouwen van kracht en uithoudingsvermogen. Een korte afkoeling volgt.

Helling: er is een snelle klim naar een gematigde, aanhoudende stijging..



5K RUN

Zowel snelheid als helling worden bepaald door de gebruiker. Verhoog of verlaag het niveau op elk moment tijdens uw training. De afstand van 1 ronde is 5 kilometer (metrisch) of 3,1 mijl (standaardmeting).

INTERVAL

Snelheid: Het programma wisselt periodes met hoge intensiteitsniveaus af met periodes met lage trainingsintensiteit. Dit programma gebruikt en ontwikkelt de 'Fast-Twitch-spiervezels', dit zijn de spieren die gebruikt worden bij het uitvoeren van taken die intens zijn en van korte duur. Tijdens de training met een hoge intensiteitsniveau gaat het zuurstofniveau omlaag en de hartslag de hoogte in. In periode met een lage trainingsintensiteit zal de hartslag verlagen om het zuurstofniveau weer aan te vullen. Het cardiovasculair systeem wordt daardoor geprogrammeerd om zuurstof efficiënter te gebruiken.

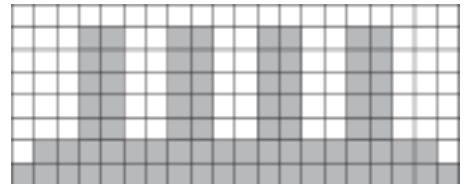
Helling: uw onderste ledematen worden tijdens dit programma gelijk uitgedaagd. De helling wisselt tussen 25% en 65% van de maximale hoogte.

HR (hartslag)

De standaardwaarde is 65% van uw maximale geschatte maximum. U kunt uw doelhartslag wijzigen. De machine probeert u binnen 5 slagen van uw doelhartslag te houden.

CUSTOM (aangepast)

U kiest de gewenste snelheid en helling voor elk van de 20 segmenten van het programma met behulp van het pop-out toetsenbord op dit scherm. Tijdens de training kunt u steeds de niveaus wijzigen.



FITNESSTEST

Wanneer de **FIT TEST**-toets wordt ingedrukt, geeft het berichtenvenster **GERKIN** weer. Dit is de eerste van 8 verschillende beschikbare tests: **Air Force, WFI, Army, Coast Guard, Gerkin, PEB (Law Enforcement), Marine Corps, Navy** en **WFI**. De eerste test is **GERKIN**. Om een andere test te selecteren, drukt u nogmaals op de **FIT TEST**-toets en de volgende test wordt getoond. Blijf drukken totdat de gewenste test wordt weergegeven in het berichtenvenster. Druk op **ENTER** om de gewenste fitnessstest te selecteren.

WERKING FIT TEST

1. Er wordt gevraagd voor elk programma uw persoonlijke gegevens in te voeren, zoals **leeftijd, gewicht, lengte, geslacht**. U kunt de instellingen aanpassen met behulp van het toetsenbord of de **UP/DOWN**-toetsen. Druk vervolgens op **ENTER** om te bevestigen.
2. Na invoering van alle vereiste gegevens, drukt u op **START** drukken om de test te starten.

ARMY

Een getimede 2 mijl run. U regelt de snelheid handmatig.
Maximale toegestane tijd om te slagen voor de test:

Age	Male	Female
17-21	16:36	19:42
22-26	17:30	20:36
27-31	17:54	21:42
32-36	18:48	23:06
37-41	19:30	24:06

Voor meer informatie ga naar:
<http://bit.ly/SF-Army>

AIR FORCE

Een getimede 1,5 mijl run. U regelt de snelheid handmatig.
Maximale toegestane tijd om te slagen voor de test:

Age	Male	Female
<20	12:36	16:22
20-30	14:00	16:57
40-49	14:52	18:14
50-59	16:22	19:42
60+	18:14	22:28

Voor meer informatie ga naar:
<http://bit.ly/SF-AirForce>

NAVY

Een getimede 1,5 mijl run. U regelt de snelheid handmatig.
Maximale toegestane tijd om te slagen voor de test:

Age	Male	Female
17-21	16:36	19:42
22-26	17:30	20:36
27-31	17:54	21:42
32-36	18:48	23:06
37-41	19:30	24:06

Age	Male	Female
45-49	16:09	17:02
50-54	16:46	17:27
55-59	17:10	18:35
60-64	18:53	19:44
65+	20:36	20:53

Voor meer informatie ga naar:
<http://bit.ly/SF-Navy>

MARINES

Een getimede 3 mijl run. U regelt de snelheid handmatig.
Maximale toegestane tijd om te slagen voor de test:

Age	Male	Female
17-26	28:00	31:00
27-39	29:00	32:00
40-45	30:00	33:00
46+	33:00	36:00

Voor meer informatie ga naar:
<http://bit.ly/SF-Marines>

GERKIN

Deze conditietest, ook bekend als The Fireman's Protocol, is gebaseerd op het Gerkin-protocol en is een submax Vo2 test (zuurstofvolume). De snelheid en hoogte worden afwisselend verhoogd tot 85% van het hartslagdoel is bereikt. De tijd die nodig is om de 85% van het hartslagdoel te bereiken, bepaalt de testscore (VO2max) zoals weergegeven in de onderstaande tabel.

Stage	Time	Speed	Grade	VO2 Max
1	0 to 1:00	4.5mph	0%	31.15
2.1	1:00	4.5mph	2%	32.55
2.2	1:30	4.5mph	2%	33.6
2.3	1:45	4.5mph	2%	34.65
2.4	2:00	5.0mph	2%	35.35
3.1	2:15	5.0mph	2%	37.45
3.2	2:30	5.0mph	2%	39.55
3.3	2:45	5.0mph	2%	41.3
3.4	3:00	5.0mph	4%	43.4
4.1	3:15	5.0mph	4%	44.1
4.2	3:30	5.0mph	4%	45.15
4.3	3:45	5.0mph	4%	46.2
4.4	4:00	5.5mph	4%	46.5
5.1	4:15	5.5mph	4%	48.6
5.2	4:30	5.5mph	4%	50
5.3	4:45	5.5mph	4%	51.4
5.4	5:00	5.5mph	6%	52.8
6.1	5:15	5.5mph	6%	53.9
6.2	5:30	5.5mph	6%	54.9
6.3	5:45	5.5mph	6%	56
6.4	6:00	6.0mph	6%	57
7.1	6:15	6.0mph	6%	57.7
7.2	6:30	6.0mph	6%	58.8
7.3	6:45	6.0mph	6%	60.2
7.4	7:00	6.0mph	8%	61.2
8.1	7:15	6.0mph	8%	62.3
8.2	7:30	6.0mph	8%	63.3
8.3	7:45	6.0mph	8%	64
8.4	8:00	6.5mph	8%	65
9.1	8:15	6.5mph	8%	66.5
9.2	8:30	6.5mph	8%	68.2
9.3	8:45	6.5mph	8%	69
9.4	9:00	6.5mph	10%	70.7
10.1	9:15	6.5mph	10%	72.1
10.2	9:30	6.5mph	10%	73.1
10.3	9:45	6.5mph	10%	73.8
10.4	10:00	7.0mph	10%	74.9
11.1	10:15	7.0mph	10%	76.3
11.2	10:30	7.0mph	10%	77.7
11.3	10:45	7.0mph	10%	79.1
11.4	11:00	7.0mph	10%	80

WFI

De WFI-test is een aangepast **Gerkin**-protocol. De daadwerkelijke test is hetzelfde als de bovenstaande Gerkin-grafiek, maar de score wordt anders berekend.

Vóór de Gerkin / WFI-test:

1. een goede gezondheid is een must. Raadpleeg uw arts voor u deze oefening uitvoert als u ouder bent dan 35 of u reeds bestaande gezondheidsproblemen heeft.
2. Zorg ervoor dat u bent opgewarmd en uitgerekt voordat u de test uitvoert.
3. Neem GEEN cafeïne in vóór de test.
4. Houd de handgrepen normaal vast, niet gespannen.

Tijdens de test:

1. Zorg voor een constante hartslag vóór u met de test begint. Gebruik de hartslagsensoren of draag een hartslagband.
2. De test begint met een opwarming van 3 minuten bij 3 MPH
3. Getoonde gegevens tijdens de test zijn:
 - a. Totale verstreken tijd aan
 - b. Helling in percentage
 - c. Afstand in mijlen of kilometers afhankelijk van de vooraf ingestelde parameter.
 - d. Snelheid in MPH of KPH afhankelijk van vooraf ingestelde parameter.
 - e. Doelhartslag en werkelijke hartslag

Na de test:

1. Koel ongeveer 3 minuten af.
2. Noteer uw score, want de console keert na enkele minuten automatisch terug naar de opstartmodus.

DE BETEKENIS VAN DE SCORE:

VO2max voor mannen en getrainde vrouwen

	18-25	26-35	36-45	46-55	56-65	65+
	years old	years old	years old	years old	years old	years old
excellent	>60	>56	>51	>45	>41	>37
good	52-60	49-56	43-51	39-45	36-41	33-37
above average	47-51	43-48	39-42	35-38	32-35	29-32
average	42-46	40-42	35-38	32-35	30-31	26-28
below average						
poor	37-41	35-39	31-34	29-31	26-29	22-25
	30-36	30-34	26-30	25-28	22-25	20-21
very poor	<30	<30	<26	<25	<22	<20

VO2max voor vrouwen en niet getrainde mannen

	18-25	26-35	36-45	46-55	56-65	65+
	years old	years old	years old	years old	years old	years old
excellent	56	52	45	40	37	32
good	47-56	45-52	38-45	34-40	32-37	28-32
above average	42-46	39-44	34-37	31-33	28-31	25-27
average	38-41	35-38	31-33	28-30	25-27	22-24
below average	33-37	31-34	27-30	25-27	22-24	19-22
poor	28-32	26-30	22-26	20-24	18-21	17-18
very poor	<28	<26	<22	<20	<18	<17

CALORIEPROGRAMMA

Snelheid: dit programma volgt een progressie tot de maximale snelheid (standaard of gebruikersinuitniveau) dat 2/3 van de training aanhoudt. Dit programma daagt uit om uw energie-output voor een langere periode te behouden.

Helling: de verhoging van de loopband is een snelle en langdurige progressie tot de maximale waarde (standaard of gebruikersinvoer) gedurende 90% van de trainingsduur.

10K RUN

Zowel de snelheid als de helling worden gestuurd door de gebruiker. Verhoog of verlaag de niveaus op elk moment tijdens uw training. De trackweergave stelt de afstand van 1 ronde in op 10 kilometer (metrisch) of 6,2 mijl (standaardmeting).

HARTSLAGPROGRAMMA

Heart Rate Control (HRC) gebruikt het hellingsysteem om uw hartslag te regelen via informatie van de hartslagsensoren of draadloze borstband. Verhoging van de helling beïnvloedt de hartslag veel efficiënter dan verhoging van de snelheid alleen. Het **HRC**-programma verhoogt geleidelijk de helling om de geprogrammeerde doelhartslag te bereiken.

Een hartslagcontroleprogramma selecteren

U hebt tijdens de instellingsmodus de optie om het programma Weight Control (HR 1) of het Cardiovascular (HR 2) -programma te kiezen. Het programma Gewichtscntrole probeert uw hartslag op 60% van uw maximale hartslag te houden. Het cardiovasculaire programma zal proberen uw hartslag op 85% van uw maximale hartslag te houden. Uw maximale hartslag is gebaseerd op een formule die uw leeftijd aftrekt van een constante van 220. Uw HR-instelling wordt automatisch berekend tijdens de instellingsmodus wanneer u uw leeftijd invoert.

Hartslagregeling programmeren:

1. Druk op de **HR**-toets om het hartslagprogramma te openen.
2. Het berichtvenster toont **DRUK OP ENTER OM TE WIJZIGEN OF OP START OM MET DE TRAINING TE BEGINNEN**. Druk op **ENTER** om instellingen aan te passen of op **START** om het programma uit te voeren.
3. Wanneer op **ENTER** wordt gedrukt, vraagt het berichtvenster **DRUK 1 OF 2 EN DRUK OP ENTER OM TE SELECTEREN**. Tegelijkertijd toont het dotmatrixvenster "1". Selecteer 1 of 2 en druk vervolgens op **ENTER**.
4. Het berichtvenster toont **AANPASSING TIJD EN DRUK OP ENTER** met knipperend tijdvenster. Gebruik de **UP/DOWN**-toetsen of het numeriek toetsenbord om aan te passen. Druk op **ENTER** om verder te gaan.
5. Het berichtvenster toont **AANPASSEN LEEFTIJD EN DRUK OP ENTER** met knipperend hellingsvenster. Gebruik de **UP/DOWN**-toetsen of het numeriek toetsenbord om aan te passen. Het aanpassen van de leeftijd zal de HR-waarde veranderen (zoals de eerder beschreven HR-formule). Druk op **ENTER** om verder te gaan.
6. Het berichtvenster toont **LICHAAMSGEWICHT AANPASSEN EN DRUK OP ENTER** met knipperend hellingsvenster. Gebruik de **UP/DOWN**-toetsen of het numeriek toetsenbord om aan te passen. Druk op **ENTER** om verder te gaan.
7. Het berichtvenster toont **HARTSLAG AANPASSEN EN DRUK OP ENTER** met knipperend snelheidsvenster. Gebruik de **UP/DOWN**-toetsen of het numeriek toetsenbord om aan te passen. Druk op **ENTER** om verder te gaan.
8. Het berichtvenster toont **DRUK OP START OM TE TRAINEN OF OP ENTER OM TE WIJZIGEN**. Druk op **START** om met de training te beginnen of op **STOP** om terug te keren naar het vorige scherm.

OPMERKING: wanneer het berichtvenster CHECK PULSE toont, is er geen hartslagsignaal ontvangen en kan het programma niet worden uitgevoerd. Controleer en zorg ervoor dat de hartslagband normaal functioneert.

ONDERHOUD LOOPBAND

Band en dek

Bij een loopband glijdt de band als het ware over een vlakke plaat heen. De band moet soepel, dus met weinig wrijving, over deze plaat heen kunnen glijden zodat er geen slijtage aan de band zal ontstaan en de band soepel zal blijven draaien. Daarom dient u de loopband zo schoon mogelijk te houden. Gebruik een zachte, vochtige doek of papieren handdoek om de rand van de band en het gedeelte tussen de band en het frame af te vegen. Ga ook zo ver mogelijk onder de bandrand. Dit moet ééns per twee maanden worden gedaan om de levensduur van de band en het dek te verlengen. Gebruik alleen water, geen reinigingsmiddelen of schuurmiddelen.

Een milde zeep en wateroplossing, samen met een nylon scrubborstel, maakt de bovenkant van de getextureerde band schoon. **Laat de riem drogen voordat u hem gebruikt.**

Houdt de motor van de loopband vrij van stof

De motor van een loopband heeft de vervelende eigenschap dat deze stof aanzuigt. Doordat de motor vrijwel geheel is afgedekt kan het aangezogen stof niet weg en het stof zal zich gaan hechten aan de elektronische delen (printplaten) van de motor. Als er zich teveel stof op deze printplaten ophoopt, worden de elektrische signalen verstoort en kan dit ervoor zorgen dat de motor stopt.

Om dit te voorkomen dien je de motor ca. 1x per 2 maanden even goed stofvrij te maken. Dit kan je het beste doen door de motorkap te verwijderen welke met een paar schroeven los te maken is. Vervolgens voorzichtig de stof uit de motor wegzuigen met een stofzuiger. Probeer hierbij geen of minimaal contact te maken met de printplaten zodat er niets beschadigd kan worden. **ONTKOPPEL STEEDS SNOERKABEL VOOR DEZE TAAK.**

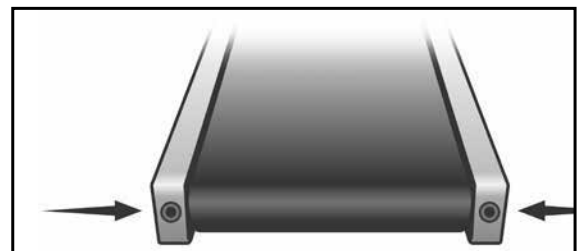
Er is een onderhoudsschema op pagina 2 waarop u de data van onderhoud kunt bijhouden.

Bandaanpassingen

Wanneer een loopband een tijdje in gebruik is, kan de spanning op de band verminderen. Als de spanning te laag wordt, gaat de loopband 'slippen'. Dat betekent dat de band stil blijft staan terwijl de rollen gewoon in beweging zijn. Controleer daarom regelmatig de spanning zoals beschreven staat in de handleiding van uw loopband.

Hierbij verplaatst u de achterste rol als het ware naar achteren waardoor de loopband weer strak komt te staan. Stel de achterste rol af met de inbussleutel van 6 mm die is meegeleverd in het pakket met onderdelen. De afstelbouten bevinden zich aan het einde van de opstaprails, zoals weergegeven in het schema.

Draai de achterste rol voldoende vast om wegglijden bij de voorste roller te voorkomen. Draai de afstelbouten van de bandspanning elk 1/4 slag en controleer de spanning door op de riem te lopen en ervoor te zorgen dat deze niet wegglijdt of aarzelt. Wanneer de bandspanning wordt aangepast, moet u ervoor zorgen dat de bouten aan beide zijden gelijkmatig worden afgesteld zodat de band niet naar één kant gaat trekken.

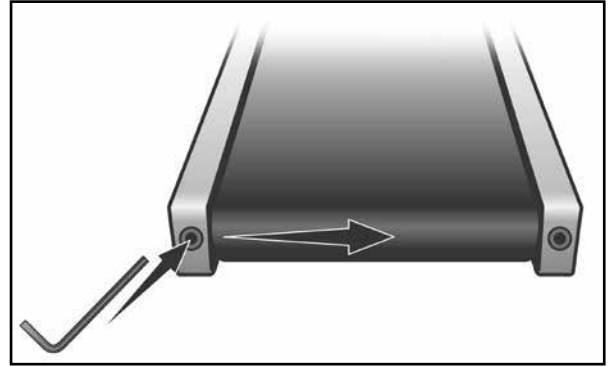


NIET TE VAST AANDRAAIEN - Het te strak aandraaien veroorzaakt bandbeschadiging en voortijdige uitvallen van de lagers. Als de band na aanspannen nog steeds slipt, kan het probleem aan de aandrijfriem liggen. Deze bevindt zich onder de motorkap en verbindt de motor met de voorste rol. Het aanspannen van de motorriem moet worden uitgevoerd door een getrainde onderhoudsmonteur.

BANDAANPASSING

De loopband is zo ontworpen dat de loopvlakband redelijk gecentreerd blijft tijdens gebruik. Maar het kan gebeuren dat de band naar één kant gaat trekken, afhankelijk van de manier van gebruik van de loopband. Voor deze aanpassing is een inbussleutel van 6 mm voorzien.

Voer de aanpassing uit aan de linkerkant van de bout. Stel de bandsnelheid in op 3 mph of 5km/u. Als de riem te dicht bij de linkerkant is, draai dan de bout slechts een 1/4 draai naar rechts (met de klok mee) en wacht een paar minuten totdat de riem zich aanpast. Blijf dit herhalen tot de band weer in mooi in het midden staat. Als de riem te dicht bij de rechterkant zit, draait u de bout 1/4 draai tegen de klok in.



AANDACHT

Correcte bandaanpassing is de verantwoordelijkheid van de eigenaar, zoals bij alle loopbanden. Schade aan de loopband als gevolg van onjuiste bandspanningsaanpassingen valt niet onder de SPIRIT Fitness-garantie.

PROBLEEMOPLOSSING

Lees de onderstaande informatie voordat u contact met ons opneemt voor hulp. Het kan u tijd en kosten besparen. Deze lijst bevat veel voorkomende problemen die mogelijk niet worden gedekt door de garantie van de loopband.

<p>Display licht niet op.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Veiligheidssleutel niet in positie. 2. Stroomonderbreker op voorste grill geactiveerd. Druk de stroomonderbreker in totdat deze vastklikt. 3. De stekker is losgekoppeld. Zorg ervoor dat de plug stevig is ingedrukt in het 115 VAC stopcontact. 4. Stroomonderbreker is misschien geactiveerd. 5. Loopband defect. Neem contact op met FITNESS TRADING.
<p>De loopband loopt uit het midden. De loopband slijt wanneer er op gelopen wordt.</p>	<p>Zie ALGEMEEN ONDERHOUD op pagina 21-23.</p>
<p>De motor reageert niet nadat op Start is gedrukt.</p>	<p>Ontkoppel het stroomsnoer en sluit het opnieuw aan. Indien het probleem zich blijft voordoen, contacteer onze servicedienst +32 11 76 12 70.</p>
<p>Stroomonderbreker schakelt uit, maar niet de stroomonderbreker van de loopband</p>	<p>De stroomonderbreker moet worden vervangen door een "High In-rush current" stroomonderbreker (zie pagina 3 voor details)</p>
<p>Loopband zal slechts ongeveer 7 mph/ 8.5 km/u bereiken maar toont een hogere snelheid op display.</p>	<p>Dit geeft aan dat de motor stroom moet krijgen om te werken (lage AC-spanning op de loopband). Gebruik géén verlengsnoer. Als er toch een verlengsnoer nodig is, houdt deze zo kort mogelijk. Er is minimaal 110 volt wisselstroom vereist.</p>
<p>De loopband stopt snel/plotseling wanneer aan de veiligheidssleutel wordt getrokken.</p>	<p>Dit betekent hoge bandwrijving. Zie het gedeelte ALGEMEEN ONDERHOUD over het reinigen van het dek. Indien het probleem na het schoonmaken terugkeert, controleer dan het dek op slijtage. Als dit het geval is, moet het dek mogelijk worden omgedraaid.</p>
<p>Treadmill trips on board 20 amp circuit.</p>	<p>Dit betekent hoge bandwrijving. Zie het gedeelte ALGEMEEN ONDERHOUD over het reinigen van het dek. Indien het probleem na het schoonmaken terugkeert, controleer dan de ampèrekracht van de motor. Indien het probleem na het schoonmaken terugkeert, controleer dan het dek op slijtage. Als dit het geval is, moet het dek mogelijk worden omgedraaid.</p>
<p>De computer wordt uitgeschakeld bij het aanraken van de console tijdens het wandelen/lopen (tijdens een koude dag).</p>	<p>Loopband is mogelijk niet geaard. Statische elektriciteit "crasht" de computer. Raadpleeg Aardingsinstructies op pagina 3.</p>

ALGEMEEN ONDERHOUD

Koppel de loopband los voordat u onderhoud uitvoert.

Taak	Hoe	Dagelijks	Wekelijks	Maandelijks	Elke 6 maanden	Elk jaar
Veeg het apparaat schoon	Vochtige doek met water	●				
Reinig onder de riem	Handdoek of stofzuiger			●		
Controleer riemspanning / tracking	Voelen of visueel		●			
Reinig onder motorkap	Stofzuig voorzichtig			●		
Hardware controle	moersleutel			●		
Inspecteer slijtage van het dek	visueel				●	
Inspecteer de aandrijfriem	visueel				●	

NORMALE VERANTWOORDELIJKHEDEN VAN DE GEBRUIKER

De gebruiker is verantwoordelijk voor de onderstaande items:

1. De garantieregistratiekaart moet binnen 10 dagen worden ingevuld en teruggestuurd naar het adres dat op de kaart vermeld staat om de beperkte garantie van de fabrikant te valideren.
2. Correct gebruik van de fitnessapparatuur in overeenstemming met de instructies in deze handleiding
3. Juiste installatie in overeenstemming met de instructies die bij de fitnessapparatuur zijn geleverd en met alle lokale elektrische codes.
4. Kosten voor het toegankelijk maken van de fitnessapparatuur voor onderhoud, inclusief elk item dat geen deel uitmaakte van de fitnessapparatuur op het moment dat het uit de fabriek werd verzonden.
5. Schade aan de fitnessstoestellen tijdens de verzending, installatie of na installatie.
6. Routineonderhoud van dit toestel zoals gespecificeerd in deze handleiding.

UITSLUITINGEN

Deze garantie dekt niet het volgende:

FITNESSTRADING

PREMIUM QUALITY, EXCELLENT SERVICE

Stadsheide 3, 3500 Hasselt, Belgium

Tel: +32 (0) 11 76.12 .70

E-mail: info@fitnesstrading.com