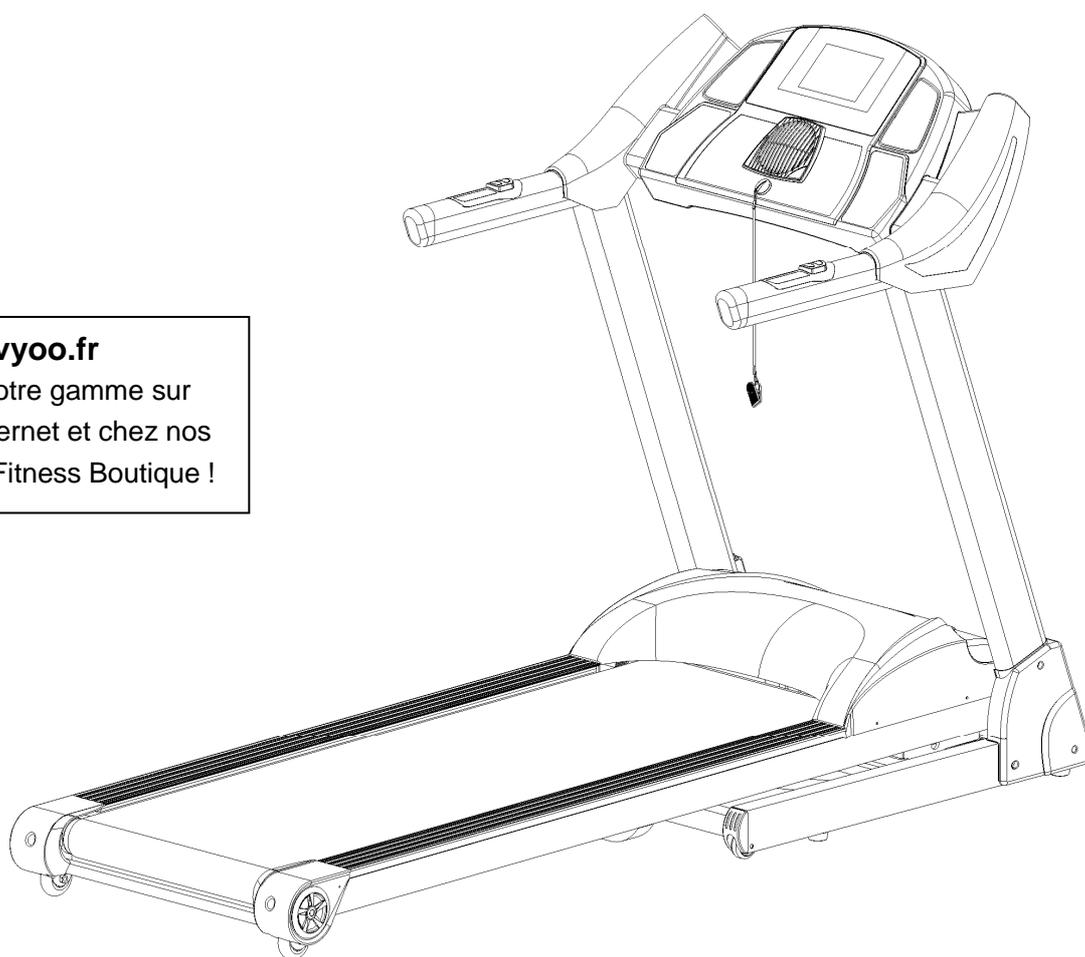


moovyoo

LYNX 2.0

Tapis de course



www.moovyoo.fr

Retrouvez notre gamme sur
notre site internet et chez nos
revendeurs Fitness Boutique !

ATTENTION

Veillez lire attentivement ces instructions avant d'assembler et d'utiliser ce produit.
Veillez conserver ce manuel pour toute référence ultérieure.

MESURES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

1. Branchez directement le câble d'alimentation du tapis de course dans une prise avec mise à la terre qui lui est réservée. Ce produit doit être correctement mis à la terre. En cas de panne, le raccordement à la terre fournit un chemin de moindre résistance au courant électrique pour réduire le risque d'électrocution.
2. Placez le tapis de course sur une surface propre et plane et dans une zone d'au moins 2 x 1 m. Ne placez pas le tapis de course sur une moquette épaisse car cela pourrait nuire à sa bonne ventilation. En outre, ne placez pas le tapis de course à proximité d'un point d'eau ou à l'extérieur.
3. Placez le tapis de course près d'une prise murale visible et accessible.
4. **NE mettez JAMAIS** le tapis de course en marche lorsque vous vous trouvez sur la bande de course. Après avoir allumé l'appareil et ajusté la vitesse, il est possible que la bande de course ne démarre pas immédiatement, veuillez **TOUJOURS** placer vos pieds sur les rails latéraux du cadre jusqu'à ce que la bande soit en mouvement.
5. Portez une tenue appropriée pour vous entraîner sur le tapis de course. Ne portez pas de vêtements longs et amples qui pourraient se coincer dans le tapis de course. Portez toujours des chaussures de course ou d'entraînement dotées d'une semelle en caoutchouc.
6. Débranchez toujours le câble d'alimentation avant de retirer le capot du moteur du tapis de course.
7. Tenez les enfants en bas âge éloignés du tapis de course pendant que vous l'utilisez.
8. Tenez en permanence les poignées du tapis de course au début de l'exercice de marche ou de course jusqu'à ce que vous vous y sentiez à l'aise.
9. Attachez toujours la clé de sécurité à vos vêtements lorsque vous utilisez le tapis de course. Si la vitesse du tapis de course augmente soudainement en raison d'une défaillance électronique ou si la vitesse est augmentée par inadvertance, le tapis de course s'arrêtera d'un seul coup et la clé de sécurité sera désengagée de la console.
10. Le câble d'alimentation doit être débranché et la clé de sécurité doit être retirée lorsque le tapis de course n'est pas utilisé.

11. Avant de démarrer un programme d'exercices, consultez votre médecin ou un professionnel de santé. Il ou elle pourra déterminer la fréquence, l'intensité (zone cardiaque cible) et la durée appropriées de vos exercices selon votre âge et votre condition physique. Si vous ressentez une douleur ou une compression au niveau de la poitrine, un rythme cardiaque irrégulier, un souffle court, des vertiges ou une gêne pendant votre exercice, **ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT !** Consultez votre médecin avant de continuer.

12. Si vous constatez que la prise électrique ou une partie de la prise est endommagée ou usée, veuillez faire immédiatement remplacer les pièces défectueuses par un électricien qualifié. N'essayez pas de la remplacer ou de la réparer vous-même.

13. Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son agent de maintenance ou toute autre personne qualifiée, afin d'éviter tout danger.

14. Placez vos pieds sur les rails latéraux avant d'utiliser le tapis de course. Et attachez toujours la clé de sécurité à vos vêtements. Tenez le guidon avant que la bande de course soit bien lancée (ressentez la vitesse de course à l'aide d'un de vos pieds avant de l'utiliser). Pour éviter de perdre l'équilibre, diminuez la vitesse à son niveau le plus bas ou retirez la goupille de sécurité. Tenez le guidon pour sauter sur les rails latéraux en cas d'urgence ou si la clé de sécurité n'est pas fixée.



Pour toute question technique, ou si vous avez besoin de pièces détachées, merci de contacter notre service après-vente :

SAV MOOVYOO

Netquattro / FitnessBoutique

ZI centr'alp

1450 rue Aristide Bergès

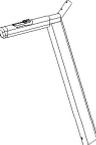
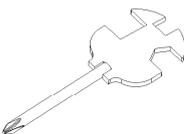
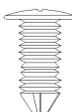
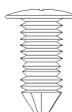
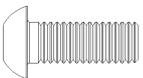
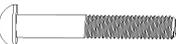
38430 Moirans

Tél : 04 76 50 69 71

e-mail : savnetquattro@netquattro.com

CONSIGNES DE MONTAGE

Vous trouverez les pièces détachées ci-dessous à l'ouverture du carton :

				
1	2	3	4	18
				
19	50	51	68	71
				
81	91	93	94	97
				
98	121			

Liste des pièces détachées :

N°	DESCRIPTION	SPÉC.	Qté	N°	DESCRIPTION	SPÉC.	Qté
1	Cadre principal		1	71	Clé Allen 6#	6 mm	1
2	Console		1	81	Vis	ST4.2*13	8
3	Montant gauche		1	91	Vis	ST4.2*12	6
4	Montant droit		1	93	Boulon	M10*25	8
18	Couvercle gauche du guidon		1	94	Rondelle d'arrêt	10	8
19	Couvercle droit du guidon		1	97	Rondelle d'arrêt	8	4
50	Couvercle du montant gauche		1	98	Boulon	M8*52	4
51	Couvercle du montant droit		1	121	Clé Allen 5#	5 mm	1
68	Tournevis Allen	S = 13, 14, 15	1				

Outils d'assemblage :

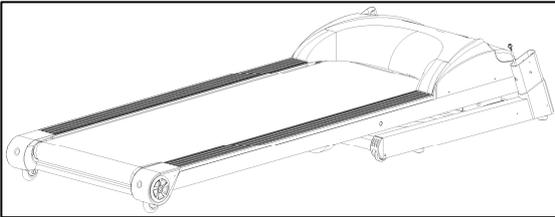
Clé Allen : 5 mm 1 pc, 6 mm 1 pc

Tournevis Allen : S = 13, 14, 15 1 pc

ÉTAPES D'ASSEMBLAGE

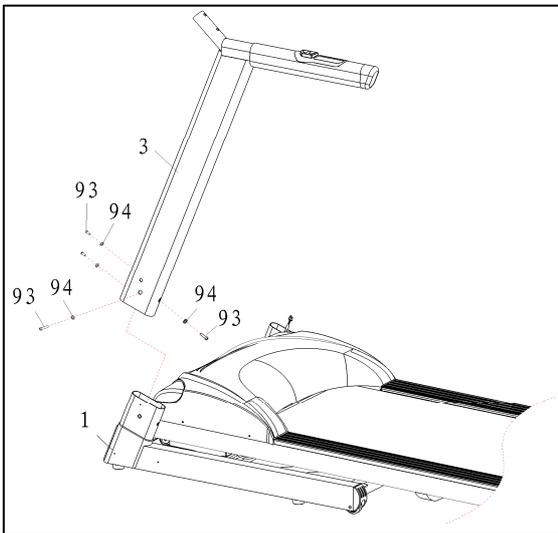
Mise en garde : Ne pas mettre l'appareil en marche avant que l'assemblage soit terminé.

Étape 1 :



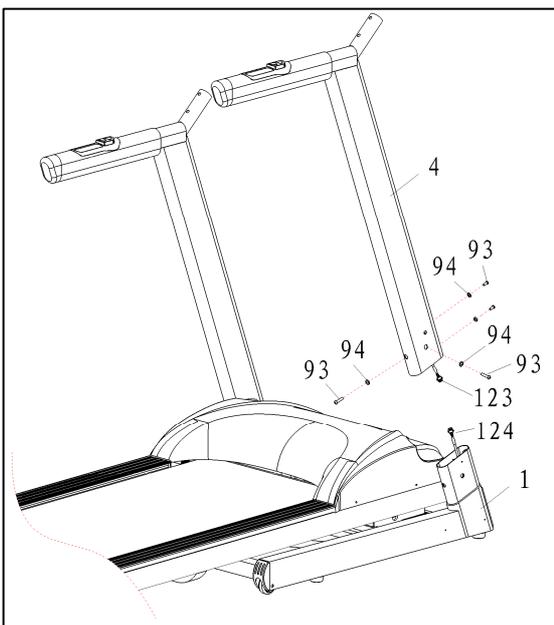
Ouvrez le carton, sortez-en les pièces détachées énumérées ci-dessus et placez le CADRE PRINCIPAL au sol.

Étape 2 :



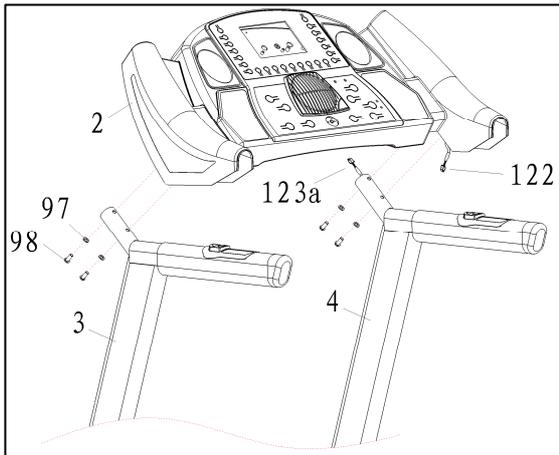
Insérez le montant gauche (3) dans le cadre principal et utiliser la clé Allen 6# (71), le boulon M10*25 (93) et la rondelle d'arrêt (94) pour fixer le montant gauche au cadre principal

Étape 3 :



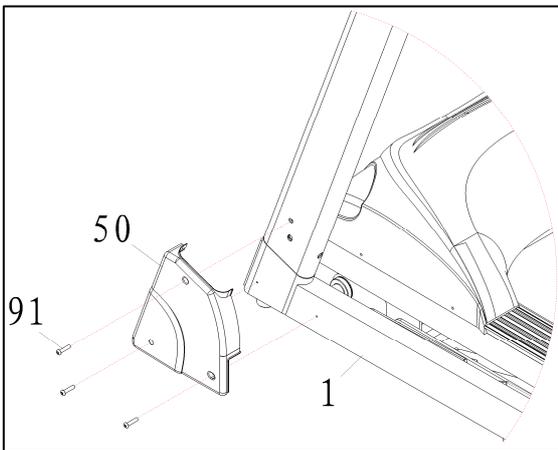
Connectez le câble du milieu (123) dans le montant (4) au câble inférieur (124) dans le cadre principal (1). Insérez ensuite le montant droit (4) dans le cadre principal et utilisez la clé Allen 6# (71), le boulon M10*25 (93) et la rondelle d'arrêt (94) pour fixer le montant droit au cadre principal.

Étape 4 :



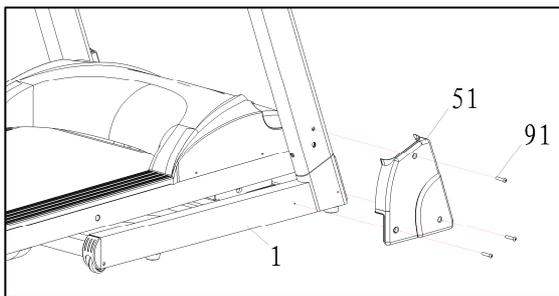
Connectez le câble supérieur de la console au câble du milieu (122) dans le montant droit (123a). Utilisez ensuite la clé Allen 5# (121), le boulon M8*52 (98) et la rondelle d'arrêt (97) pour fixer la console aux montants gauche et droit (3, 4).

Étape 5 :



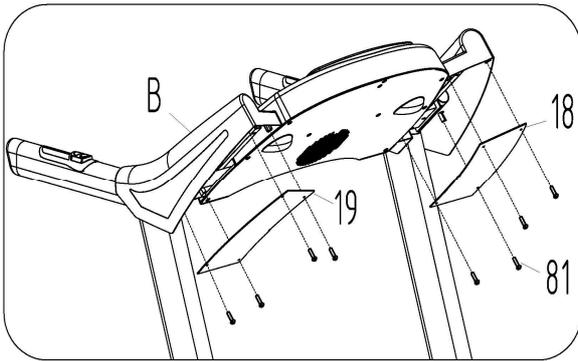
Utilisez le tournevis Allen et la vis ST4.2*12 (91) pour fixer le couvercle du montant gauche (50) au cadre principal. (1)

Étape 6:



Utilisez le tournevis Allen et la vis ST4.2*12 (91) pour fixer le couvercle du montant droit (51) au cadre principal (1)

Étape 7 :

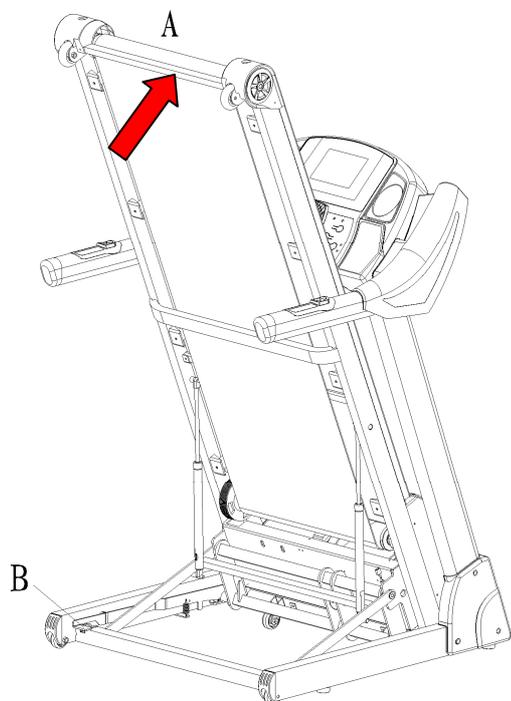


Utilisez le tournevis Allen et la vis ST4.2*13 (81) pour fixer le montant (18, 19) à la console (B).

Attention : Veuillez ne pas mettre l'appareil en marche avant d'être certain que les étapes ci-dessous ont bien été suivies et que tous les boulons sont correctement serrés. Veuillez également lire l'ensemble des instructions suivantes sur l'utilisation du tapis de course.

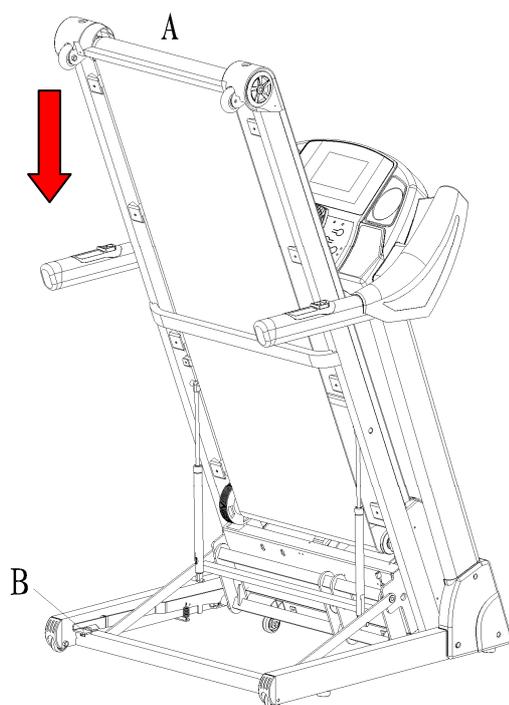
INSTRUCTION DE PLIAGE

Redressement :



1. Maintenez la partie A et redressez le cadre principal comme indiqué par la flèche jusqu'à ce que le crochet de la pédale émette un son.

Abaissement :



2. Maintenez la partie A et maintenez le crochet de la pédale (partie B). Le cadre principal s'abaisse automatiquement.

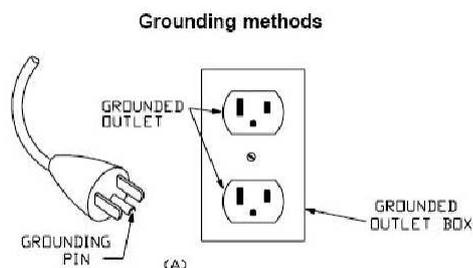
PARAMÈTRES TECHNIQUES

DIMENSIONS APPAREIL DÉPLIÉ (mm)	1990*920*1350 mm		
DIMENSIONS APPAREIL PLIÉ (mm)	960*920*1770 mm		
TAPIS DE COURSE (mm)	1520*510 mm		
POIDS NET DE L'UNITÉ	110 KG	NIVEAUX D'INCLINAISON	0-20 niveaux
POIDS MAX. DE L'UTILISATEUR	135 KG	VITESSE	1.0-22 KM/h
1 GRAND ÉCRAN LCD	VITESSE, DURÉE, DISTANCE, CALORIES, PULSATIONS, INCLINAISON		

GUIDE DE RACCORDEMENT À LA TERRE

Ce produit doit être raccordé à la terre. En cas de dysfonctionnement ou de panne, le raccordement à la terre permet un chemin de moindre résistance au courant électrique afin de réduire le risque d'électrocution. L'appareil est équipé d'un câble équipé d'un conducteur de terre et d'une fiche de terre. La fiche doit être branchée dans une prise appropriée qui est correctement installée et reliée à la terre conformément à la réglementation locale et à la législation en vigueur.

DANGER – Un raccordement incorrect à la terre de l'appareil peut entraîner un risque d'électrocution. En cas de doute sur le raccordement à la terre de cet appareil, veuillez demander l'avis d'un électricien qualifié. Ne modifiez pas la fiche fournie avec l'appareil – si elle ne correspond pas à la prise d'alimentation, faites installer une prise d'alimentation qui convient par un électricien qualifié. Cet appareil est destiné à un circuit nominal de 220 volts et il dispose d'une fiche de terre similaire à la fiche illustrée sur le schéma A de l'image suivante. Assurez-vous que l'appareil est branché à une prise d'alimentation ayant la même configuration que la fiche. N'utilisez pas d'adaptateur avec cet appareil.



GUIDE D'UTILISATION



ÉCRAN :

1. Écran « SPEED » : Lorsque l'appareil est en fonctionnement, il affichera la vitesse actuelle, et la plage de vitesse : 1,0-22 km/h ;
2. Écran « INCL » : Affiche le niveau actuel d'inclinaison et la plage est comprise entre 0 et 20 niveaux.
3. Écran « PULSE » : Affiche le rythme cardiaque du coureur. Lorsque le coureur touche les poignées avec prise de pulsations cardiaques, son rythme cardiaque après 5 secondes et les données apparaîtront à l'écran. Le voyant lumineux s'allumera au même moment. La fréquence cardiaque est de 50 à 200 battements/min. (Ces données ne sont indiquées que pour référence. Ne les utilisez pas comme données médicales).
4. Écran « TIME » : Indique le temps de course. Lorsque le temps de course dont la plage est comprise entre 0:00 et 99:59, atteint 99:59, la vitesse du tapis de course ralentira progressivement. Après arrêt complet du tapis de course, l'unité se mettra en mode STANDBY 5 secondes plus tard. Lorsque le temps de course dont les données cibles sont décomptées jusque 0:00, la vitesse du tapis de course ralentira progressivement. Après arrêt complet du tapis de course, l'unité se mettra en mode STANDBY.
5. Écran « DIS. » : Indique la distance parcourue, de 0.0 à 99.9. Si elle dépasse 99.9, l'écran se réinitialisera à 0.00 et le décompte recommencera de 0.0 à 99.9. Lorsque le décompte de la distance à parcourir atteint 0.0, la vitesse du tapis de course ralentira également progressivement. Après arrêt complet du tapis de course, l'unité se mettra en mode STANDBY.
6. Écran « CAL. » : Affiche les calories perdues par le coureur. Lorsque l'écran qui affiche les calories, comprises entre 0 et 999, indique que le nombre de calories a dépassé les 999 calories, l'écran se réinitialisera et le décompte recommencera de 0 à 999. Lorsque le décompte de la distance à parcourir

atteint 0.0, la vitesse du tapis de course ralentira également progressivement. Après arrêt complet du tapis de course, l'unité se mettra en mode STANDBY.

7. Écran « LAPS ». Affiche des cercles représentant les tours de piste virtuels de 400 m lorsque l'appareil fonctionne ; affiche P1-P52, U1-U3, HRC 1 – HRC 3, FAT en mode réglage

7. Écran « INCLINE+SPEED ». Lorsque « INCLINE » clignote, l'écran affiche l'inclinaison du programme sélectionné ; lorsque « SPEED » clignote, l'écran affiche la vitesse du programme sélectionné ; le cercle indique la piste de course virtuelle de 400 m.

FONCTIONS DES BOUTONS :

1. Bouton « POWER » : Appuyez sur le bouton pour allumer le tapis de course après avoir branché la prise. L'écran TIME affichera le poids de l'utilisateur (70 kg). L'utilisateur peut modifier la vitesse et le niveau d'inclinaison selon son poids. Lorsque vous êtes prêt, appuyez sur le bouton « ENTER » pour enregistrer les données et passer à l'étape suivante ou recommencer l'entraînement.

2. Bouton « ENTER » : Appuyez sur ce bouton pour passer à l'étape suivante ou enregistrer les paramètres.

3. Bouton « SELECT » : Lorsque le tapis de course est allumé, appuyez sur le bouton SELECT pour choisir et paramétrer la durée d'exercice et le programme (« 15:00 », « 1.0 », « 50 », « P1-.....P52 » « U1-U2-U3 » « HRC 1 – HRC 3 », FAT). Le mode Manuel est le programme par défaut (0:00 est le mode manuel, 15:00 est le mode de compte à rebours du temps ; 1.0 est le mode de compte à rebours de la distance ; 50 est le mode de compte à rebours des calories ; les programmes pré-réglés sont : P1-P52 ; les programmes utilisateurs sont : U1-U3; HRC 1-HRC 3 est le programme de contrôle du rythme cardiaque).

4. Bouton « START/ STOP » : Lorsque vous démarrez ou arrêtez le tapis de course, vous pouvez appuyer sur ce bouton. Allumez l'appareil et fixez la partie aimantée de la clé de sécurité à la console, puis appuyez sur le bouton START à tout moment. Le moteur se met en marche immédiatement. Appuyez sur le bouton STOP durant la course pour arrêter le moteur et mettre le programme par défaut. Si vous êtes en mode manuel, l'appareil fonctionne à la vitesse lente de 1,0Km/h avec un niveau d'inclinaison de 0.

5. Boutons « SPEED+ » et « SPEED- » : Après avoir mis le tapis de course en marche, appuyez sur le bouton « SPEED » pour régler la vitesse. La plage du réglage est de 0,1 km à chaque fois. En appuyant sur le bouton « SPEED » pendant plus de 0,5 seconde, la vitesse augmentera ou diminuera progressivement.

6. Boutons « INC+ » et « INC- » : Après avoir mis en marche le tapis de course, appuyer sur le bouton « INCLINE » peut permettre de régler le niveau d'inclinaison du tapis. La plage de réglage de l'inclinaison est d'une section à chaque fois. En appuyant sur le bouton « INCLINE » pendant plus de 0,5 seconde, le

niveau d'inclinaison augmentera ou diminuera progressivement.

7. Bouton d'accès rapide « INCLINE : 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20 » : il vous permet de régler rapidement l'inclinaison.

8. Bouton d'accès rapide « SPEED : 1/2, 2/4, 3/6, 4/8, 6/9, 7/10, 8/12, 9/14, 10/16, 11/18 » : il vous permet de régler rapidement la vitesse.

9. Interrupteur du ventilateur : Permet de mettre en marche ou d'arrêter le ventilateur. 

10. Lorsque le tapis de course est en mode Standby, appuyez à la fois sur les boutons SPEED+ et INCLINE+ pendant environ 3 secondes. Vous entendrez un avertisseur sonore émettre le son « BI ». La conversion Kilomètre-mile sera terminée.

DÉMARRAGE RAPIDE (MANUEL) :

1. Allumez l'interrupteur et fixez ensuite la clé de sécurité à la console.
2. Appuyez sur le bouton START/STOP. Le système entame un décompte de 3 secondes, l'avertisseur sonore émettra le son « BIP » et l'écran TIME commencera le décompte. Le tapis tournera à la vitesse de 1,0 km/h après 3 secondes.
3. Après le démarrage rapide, vous pouvez utiliser les boutons de réglage + et - pour augmenter ou diminuer la vitesse.

Fonctionnement du processus d'entraînement :

1. Appuyez sur le bouton SPEED- pour diminuer la vitesse de course.
2. Appuyez sur le bouton SPEED+ pour augmenter la vitesse de course.
3. Appuyez sur le bouton INCL- pour réduire le niveau d'inclinaison.
4. Appuyez sur le bouton INCL+ pour augmenter le niveau d'inclinaison.
5. Appuyez sur START/STOP et la vitesse et l'inclinaison diminueront jusqu'à l'arrêt.
6. Lorsque l'utilisateur tient la poignée avec prise de pulsations cardiaques durant 5 secondes, l'écran affiche le rythme cardiaque.
7. Appuyez sur le bouton POWER et le tapis de course s'arrêtera.

Mode manuel :

1. Lorsque le tapis de course est en mode standby, appuyez sur le bouton START/STOP et le tapis de course redémarrera à une vitesse de 1,0 km/h et au niveau d'inclinaison 0. Les autres écrans démarreront le décompte à partir de 0. Appuyez sur « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- » pour modifier l'inclinaison et la vitesse.

2. Réglage du temps : appuyez sur le bouton « MODE » pour régler le décompte de temps. L'écran TIME affiche « 15:00 » et clignote. Appuyez sur « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- »

pour régler le temps souhaité. Le réglage est de 5:00 à 99:00.

3. En mode réglage TIME, appuyez sur le bouton « SELECT » pour régler le décompte de distance. L'écran DISTANCE affichera « 1.0 » et clignotera. Appuyez sur « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- » pour régler la distance souhaitée. Le réglage est de 0,5 à 99,9.

4. Pour régler les CALORIES, appuyez sur le bouton « SELECT » pour entrer le décompte des calories. L'écran CAL affichera « 50 » et clignotera. Appuyez sur « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- » pour régler les calories souhaitées. Le réglage est de 10 à 999.

5. Lorsque les réglages sont terminés, appuyez sur le bouton « START ». Le tapis de course démarrera après 3 secondes. Appuyez sur « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- » pour régler la vitesse et le niveau d'inclinaison ; appuyez sur START/STOP et le tapis de course s'arrêtera.

Programmes pré-réglés :

Ce tapis de course possède 52 programmes pré-réglés. Lorsque l'appareil est en mode standby, appuyez sur le bouton « SELECT ». L'écran « LAPS » indiquera P1-P52. Après avoir choisi le programme souhaité, appuyez sur ENTER pour entrer la durée choisie, l'écran TIME clignotera et affichera le temps par défaut 10:00. Appuyez sur « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- » pour régler la durée souhaitée de l'entraînement. Appuyez sur le bouton « START » pour lancer le programme pré-réglé. Le programme pré-réglé est divisé en 10 sections. Chaque durée d'exercice = la durée réglée/10. Lorsque le système atteint la section suivante, il émettra 3 fois le son « Bip—Bip—Bip ». La vitesse et l'inclinaison seront ensuite modifiées conformément à la vitesse et à l'inclinaison du programme réglé. Appuyez ensuite sur « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- » pour définir l'inclinaison et la vitesse désirées. Lorsque le programme atteint de nouveau la section suivante, le système émettra 3 fois le son « Bip—Bip—Bip ». La vitesse et l'inclinaison redeviendront automatiquement la vitesse et l'inclinaison du programme pré-réglé. À la fin du programme, le système émettra 3 fois le son « Bip—Bip—Bip ». La vitesse du tapis de course diminuera lentement jusqu'à l'arrêt complet. Le tapis de course se mettra en mode standby au bout de 5 secondes.

Tableau des programmes d'exercice :

Chaque programme est divisé en 10 sections de durée de l'exercice. Chaque section de durée est associée à une vitesse et une inclinaison.

DURÉE MODE		Forme 1 : INTERVALLE DE TEMPS (kilomètre)									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VITESSE	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	INCLINAISON	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	VITESSE	2,5	4,5	3,5	4,5	3,5	5,5	4,5	2,5	5,5	3,5
	INCLINAISON	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P3	VITESSE	3	5	4	5	4	6	5	3	6	4
	INCLINAISON	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P4	VITESSE	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	INCLINAISON	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P5	VITESSE	2,5	5,5	4,5	6,5	4,5	6,5	4,5	2,5	4,5	2,5
	INCLINAISON	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P6	VITESSE	3	6	5	7	5	7	5	3	5	3
	INCLINAISON	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P7	VITESSE	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	INCLINAISON	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P8	VITESSE	2,5	5,5	4,5	5,5	4,5	5,5	4,5	2,5	3,5	2,5
	INCLINAISON	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P9	VITESSE	3	6	5	6	5	6	5	3	4	3
	INCLINAISON	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P10	VITESSE	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	INCLINAISON	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P11	VITESSE	3,5	6,5	7,5	5,5	8,5	5,5	9,5	6,5	4,5	3,5
	INCLINAISON	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P12	VITESSE	4	7	8	6	9	6	10	7	5	4
	INCLINAISON	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P13	VITESSE	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	INCLINAISON	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P14	VITESSE	3,5	6,5	7,5	5,5	8,5	6,5	7,5	6,5	4,5	3,5
	INCLINAISON	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P15	VITESSE	4	7	8	6	9	7	8	7	5	4
	INCLINAISON	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P16	VITESSE	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	INCLINAISON	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P17	VITESSE	2,5	8,5	6,5	4,5	5,5	9,5	7,5	5,5	4,5	3,5
	INCLINAISON	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P18	VITESSE	3	9	7	5	6	10	8	6	5	4
	INCLINAISON	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1

P19	VITESSE	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINAISON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P20	VITESSE	2,5	6,5	7,5	4,5	4,5	7,5	4,5	2,5	4,5	2,5
	INCLINAISON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P21	VITESSE	3	7	8	5	5	8	5	3	5	3
	INCLINAISON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P22	VITESSE	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINAISON	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P23	VITESSE	2,5	4,5	6,5	8,5	7,5	8,5	6,5	2,5	3,5	2,5
	INCLINAISON	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P24	VITESSE	3	5	7	9	8	9	7	3	4	3
	INCLINAISON	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P25	VITESSE	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINAISON	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P26	VITESSE	2,5	4,5	5,5	5,5	6,5	5,5	6,5	3,5	3,5	2,5
	INCLINAISON	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P27	VITESSE	3	5	6	6	7	6	7	4	4	3
	INCLINAISON	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P28	VITESSE	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	INCLINAISON	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P29	VITESSE	2,5	3,5	5,5	3,5	3,5	5,5	3,5	6,5	3,5	3,5
	INCLINAISON	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P30	VITESSE	3	4	6	4	4	6	4	7	4	4
	INCLINAISON	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P31	VITESSE	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	INCLINAISON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P32	VITESSE	3,5	5,5	8,5	8,5	9,5	5,5	7,5	6,5	3,5	2,5
	INCLINAISON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P33	VITESSE	4	6	9	9	10	6	8	7	4	3
	INCLINAISON	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P34	VITESSE	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	INCLINAISON	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3
P35	VITESSE	2,5	5,5	5,5	4,5	4,5	6,5	4,5	2,5	3,5	4,5
	INCLINAISON	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3
P36	VITESSE	3	6	6	5	5	7	5	3	4	5
	INCLINAISON	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3
P37	VITESSE	2	7	4	7	8	9	4	5	3	2
	INCLINAISON	5	6	6	4	6	5	8	9	4	2
P38	VITESSE	2,5	7,5	4,5	7,5	8,5	9,5	4,5	5,5	3,5	2,5
	INCLINAISON	5	6	6	4	6	5	8	9	4	2
P39	VITESSE	3	8	5	8	9	10	5	6	4	3
	INCLINAISON	5	6	6	4	6	5	8	9	4	2
P40	VITESSE	2	6	5	4	8	6	5	2	3	3

	INCLINAISON	5	6	5	8	4	5	5	10	6	3
P41	VITESSE	2,5	6,5	5,5	4,5	8,5	6,5	5,5	2,5	3,5	3,5
	INCLINAISON	5	6	5	8	4	5	5	10	6	3
P42	VITESSE	3	7	6	5	9	7	6	3	4	4
	INCLINAISON	5	6	5	8	4	5	5	10	6	3
P43	VITESSE	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	INCLINAISON	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P44	VITESSE	2,5	6,5	5,5	4,5	8,5	7,5	5,5	3,5	3,5	2,5
	INCLINAISON	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P45	VITESSE	3	7	6	5	9	8	6	4	4	3
	INCLINAISON	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P46	VITESSE	3	5	5	6	7	7	10	7	5	2
	INCLINAISON	1	3	4	4	3	3	2	2	3	2
P47	VITESSE	3,5	5,5	5,5	6,5	7,5	7,5	10,5	7,5	5,5	2,5
	INCLINAISON	1	3	4	4	3	3	2	2	3	2
P48	VITESSE	4	6	6	7	8	8	11	8	6	3
	INCLINAISON	1	3	4	4	3	3	2	2	3	2
P49	VITESSE	3	4	5	6	7	10	6	4	3	3
	INCLINAISON	2	3	4	5	3	3	1	4	3	2
P50	VITESSE	3	4	5	6	7	10	6	4	3	3
	INCLINAISON	2	3	4	5	3	3	1	4	3	2
P51	VITESSE	3	4	5	6	7	10	6	4	3	3
	INCLINAISON	2	3	4	5	3	3	1	4	3	2
P52	VITESSE	4	5	10	8	9	7	8	5	4	3
	INCLINAISON	4	3	4	5	6	2	6	8	4	2

PROGRAMME D'UTILISATEUR :

U1, U2, U3 : En plus des 52 programmes préréglés, cet appareil vous propose également 3 programmes d'utilisateur pour les besoins de chaque utilisateur : U1, U2 et U3.

1. Réglage des programmes d'utilisateur :

Appuyez sur le bouton « SELECT » jusqu'à ce que s'affiche sur l'écran le programme d'utilisateur (U1-U3). Appuyez ensuite sur « ENTER » pour procéder au réglage. Pour la première section, appuyez sur « SPEED+ », « SPEED- » pour modifier la vitesse et appuyez sur « INCLINE+ », « INCLINE- » pour modifier l'inclinaison. Appuyez sur « ENTER » pour terminer le réglage de la première section et procéder au réglage de la section suivante et ainsi de suite jusqu'à ce que les 10 sections soient toutes réglées. Les données réglées seront sauvegardées jusqu'au prochain réglage même en cas de coupure de courant.

2. Démarrage du programme d'utilisateur :

Lorsque l'appareil est en mode standby, appuyez sur « SELECT » jusqu'à ce que s'affiche le programme

d'utilisateur (U1-U3). Réglez le temps de course souhaité et appuyez sur le bouton « START » pour mettre le tapis de course en marche.

3. Instructions sur le réglage du programme d'utilisateur :

Chaque programme d'utilisateur divise chaque exercice en dix sections. Le tapis de course ne fonctionne pas tant que la vitesse et l'inclinaison des 10 sections ne sont pas correctement réglées. Le temps de course peut également être réglé.

Programme du rythme cardiaque (HRC) (OPTION) :

Programme HRC1				Programme HRC2				Programme HRC3			
Âge	Zone cible (B-H)			Âge	Zone cible (B-H)			Âge	Zone cible (B-H)		
	Le plus faible	Par défaut	Le plus élevé		Le plus faible	Par défaut	Le plus élevé		Le plus faible	Par défaut	Le plus élevé
15	128	133	138	15	149	154	159	15	169	174	179
16	128	133	138	16	148	153	158	16	168	173	178
17	127	132	137	17	147	152	157	17	168	173	178
18	126	131	136	18	147	152	157	18	167	172	177
19	126	131	136	19	146	151	156	19	166	171	176
20	125	130	135	20	145	150	155	20	165	170	175
21	124	129	134	21	144	149	154	21	164	169	174
22	124	129	134	22	144	149	154	22	163	168	173
23	123	128	133	23	143	148	153	23	162	167	172
24	122	127	132	24	142	147	152	24	162	167	172
25	122	127	132	25	141	146	151	25	161	166	171
26	121	126	131	26	141	146	151	26	160	165	170
27	120	125	130	27	140	145	150	27	159	164	169
28	120	125	130	28	139	144	149	28	158	163	168
29	119	124	129	29	138	143	148	29	157	162	167
30	119	124	129	30	138	143	148	30	157	162	167
31	118	123	128	31	137	142	147	31	156	161	166
32	117	122	127	32	136	141	146	32	155	160	165
33	117	122	127	33	135	140	145	33	154	159	164
34	116	121	126	34	135	140	145	34	153	158	163
35	115	120	125	35	134	139	144	35	152	157	162
36	115	120	125	36	133	138	143	36	151	156	161
37	114	119	124	37	132	137	142	37	151	156	161
38	113	118	123	38	132	137	142	38	150	155	160
39	113	118	123	39	131	136	141	39	149	154	159
40	112	117	122	40	130	135	140	40	148	153	158
41	111	116	121	41	129	134	139	41	147	152	157
42	111	116	121	42	129	134	139	42	146	151	156
43	110	115	120	43	128	133	138	43	145	150	155
44	109	114	119	44	127	132	137	44	145	150	155
45	109	114	119	45	126	131	136	45	144	149	154

46	108	113	118
47	107	112	117
48	107	112	117
49	106	111	116
50	106	111	116
51	105	110	115
52	104	109	114
53	104	109	114
54	103	108	113
55	102	107	112
56	102	107	112
57	101	106	111
58	100	105	110
59	100	105	110
60	99	104	109
61	98	103	108
62	98	103	108
63	97	102	107
64	96	101	106
65	96	101	106
66	95	100	105
67	94	99	104
68	94	99	104
69	93	98	103
70	93	98	103
71	92	97	102
72	91	96	101
73	91	96	101
74	90	95	100
75	89	94	99
76	89	94	99
77	88	93	98
78	87	92	97
79	87	92	97
80	86	91	96

46	126	131	136
47	125	130	135
48	124	129	134
49	123	128	133
50	123	128	133
51	122	127	132
52	121	126	131
53	120	125	130
54	120	125	130
55	119	124	129
56	118	123	128
57	117	122	127
58	117	122	127
59	116	121	126
60	115	120	125
61	114	119	124
62	114	119	124
63	113	118	123
64	112	117	122
65	111	116	121
66	111	116	121
67	110	115	120
68	109	114	119
69	108	113	118
70	108	113	118
71	107	112	117
72	106	111	116
73	105	110	115
74	105	110	115
75	104	109	114
76	103	108	113
77	102	107	112
78	102	107	112
79	101	106	111
80	100	105	110

46	143	148	153
47	142	147	152
48	141	146	151
49	140	145	150
50	140	145	150
51	139	144	149
52	138	143	148
53	137	142	147
54	136	141	146
55	135	140	145
56	134	139	144
57	134	139	144
58	133	138	143
59	132	137	142
60	131	136	141
61	130	135	140
62	129	134	139
63	128	133	138
64	128	133	138
65	127	132	137
66	126	131	136
67	125	130	135
68	124	129	134
69	123	128	133
70	123	128	133
71	122	127	132
72	121	126	131
73	120	125	130
74	119	124	129
75	118	123	128
76	117	122	127
77	117	122	127
78	116	121	126
79	115	120	125
80	114	119	124

Le tableau ci-dessus est uniquement donné à titre indicatif. Le programme HRC 1 est recommandé pour les personnes qui s'entraînent de manière modérée, et les programmes HRC 2 et 3 sont destinés aux utilisateurs qui souhaitent perdre du poids. Veuillez consulter votre médecin si vous avez une tension artérielle élevée, un taux de cholestérol élevé, des problèmes cardiaques, si vous faites de l'asthme ou si vous avez d'autres problèmes de santé.

INSTRUCTION SUR LE FONCTIONNEMENT DU PROGRAMME HRC

1. Lorsque l'appareil est en mode STANDBY, appuyez sur la touche « SELECT » jusqu'à ce que l'écran « SPEED » affiche « HRC1, HRC2 ou HRC3 ». Lorsque l'appareil est en mode HRC, appuyez directement sur « START » et le système choisira automatiquement pour vous des données HRC qui sont illustrées comme indiqué ci-dessous :

Programme « HCR1 » : la vitesse la plus élevée est 8,0 km/h ; âge : 30 ; pulsation par défaut : 124/minute ;

Programme « HCR2 » : la vitesse la plus élevée est 9,0 km/h ; âge : 30 ; pulsation par défaut : 143/minute ;

Programme « HCR3 » : la vitesse la plus élevée est 10,0 km/h ; âge : 30 ; pulsation par défaut : 162/minute ;

2. Appuyez sur le bouton « ENTER » pour régler l'âge. L'écran TIME affichera l'âge par défaut : 30. L'utilisateur peut appuyer sur les boutons « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- » pour choisir la tranche d'âge appropriée, la plage de réglage est comprise entre 15 et 80 (le graphique HRC présentera le détail à titre indicatif)

3. Après avoir réglé l'âge, appuyez de nouveau sur le bouton « ENTER » et le système proposera un rythme cardiaque approprié sur l'écran. Vous pouvez choisir le rythme cardiaque à l'aide des boutons « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- ». la plage est comprise entre 86 et 179.

4. Après avoir choisi l'âge et le rythme cardiaque, appuyez de nouveau sur le bouton « ENTER » pour régler la durée et l'écran « TIME » affichera la durée par défaut : 10:00. Vous pouvez appuyer sur les boutons « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- » pour modifier la durée. La plage est comprise entre 10:00 et 99:00.

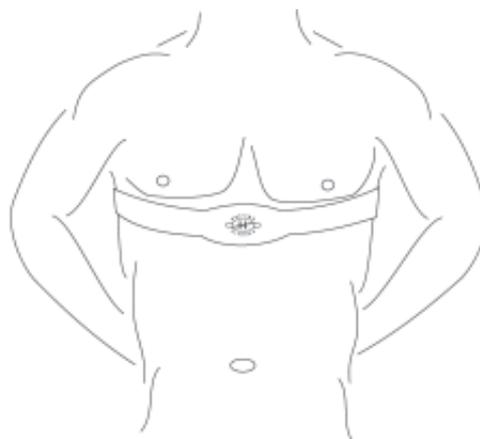
5. Appuyez sur le bouton « ENTER » pour sauvegarder les données et pour mettre l'appareil en mode STAND BY ou appuyez sur le bouton « START » pour démarrer l'appareil directement.

6. Dans le programme HRC, vous pouvez appuyer sur les boutons « INCLINE+ », « INCLINE- », « SPEED+ », « SPEED- » pour modifier la vitesse et le niveau d'inclinaison, mais le programme change automatiquement la vitesse et le niveau d'inclinaison selon votre objectif.

7. La première minute constitue la phase d'échauffement. Le système ne changera pas automatiquement la vitesse ou le niveau d'inclinaison. Vous devrez procéder à ce changement manuellement. Une minute plus tard, le système augmente la vitesse automatiquement de 0,5 km ou 0,5 miles selon votre rythme cardiaque. Lorsque la vitesse atteint la vitesse la plus élevée du programme HRC, et qu'il ne peut pas atteindre votre objectif, le système augmentera le niveau d'inclinaison (1 section chaque fois) pour augmenter le niveau des exercices afin d'atteindre le rythme cardiaque cible. Lorsqu'il s'agit du rythme cardiaque cible, la vitesse et le niveau d'inclinaison conserveront le même niveau et ne seront pas modifiés.

Pour le programme HRC, il faut utiliser la ceinture thoracique afin de contrôler votre fréquence cardiaque. Veillez à ce que la ceinture thoracique soit bien en contact avec la peau

de votre poitrine.



Plage de programme :

	AFFICHAGE	DÉBUT	RÉGLAGE	PLAGE D'AFFICHAGE
DURÉE (MIN:SECONDE)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00 - 99:59
INCLINAISON (niveaux)	0	0	0-20	0-20
VITESSE (K/H)	1,0	1,0	1,0-22,0	1,0-22,0
DISTANCE (K)	0	1,0	0,5-99,9	0,00 - 99,9
PULSATION (BPM)	P	N/A	N/A	50-200
CALORIE (THERM)	0	50	10-999	0 - 999

Fonction de verrouillage de sécurité :

Retirez la clé de sécurité. Le tapis de course s'arrête immédiatement. Tous les écrans affichent «— — —», le buzzer émettra 3 fois le son « Bip-Bip-Bip ». Le tapis de course s'arrête. Fixez l'extrémité aimantée de la clé de sécurité à la console. Le tapis de course commencera la course.

Fonction Économie d'énergie :

Le système est équipé de la fonction Économie d'énergie. Lorsque l'appareil est en mode standby, et qu'il n'a pas fonctionné pendant 10 minutes, la fonction économie d'énergie sera disponible, et l'écran

s'éteindra. Vous pouvez appuyer sur n'importe quel bouton pour activer l'affichage.

MP3 :

Lorsque le MP3 est connecté, la console est en mesure de lire de la musique. Le volume est contrôlé depuis le MP3. Veillez à régler le volume correctement de sorte que la qualité de son soit la meilleure possible et que le circuit à fréquences vocales interne soit protégé.

Extinction :

Éteignez l'appareil : Vous pouvez couper l'alimentation pour arrêter le tapis de course. Cette procédure n'endommagera pas l'appareil.

Attention :

1. Nous vous recommandons de conserver une vitesse basse au début d'une séance et de maintenir les poignées jusqu'à ce que vous maîtrisiez l'utilisation du tapis de course.
2. Fixez l'extrémité aimantée de la clé de sécurité à la console et fixez le clip à vos vêtements.
3. Pour terminer vos exercices en toute sécurité, appuyez sur le bouton STOP ou tirez sur la clé de sécurité. Le tapis de course s'arrête immédiatement.

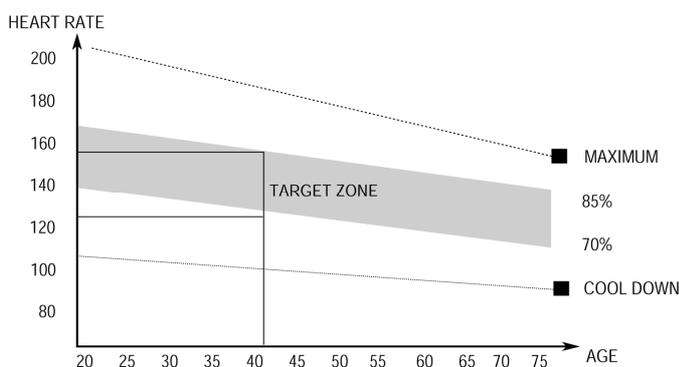
Instructions d'entraînement

1. La phase d'échauffement

La phase d'échauffement permet au sang de circuler correctement à travers tout le corps et aux muscles de travailler convenablement. Cela réduira également le risque de crampes et de blessures musculaires. Il est conseillé d'effectuer quelques exercices d'étirement comme illustré ci-dessous. Chaque étirement doit durer environ 30 secondes. Ne forcez et ne brusquez pas les muscles durant l'étirement. En cas de douleur, **ARRÊTEZ**.

2. La phase d'exercices

Il s'agit de la phase où vous réalisez les efforts physiques. Après une utilisation régulière, les muscles de vos jambes seront plus robustes. Il est très important de maintenir un rythme régulier lorsque vous vous exercez. Les exercices doivent être suffisants pour augmenter votre rythme cardiaque jusqu'à la zone cible indiquée sur le schéma ci-dessous.



Cette étape doit durer au moins 12 minutes.

3. La phase de refroidissement

Cette période permet de refroidir votre système cardiovasculaire et les muscles. Il s'agit d'un exercice similaire à l'exercice d'échauffement qui permet de réduire le rythme cardiaque et qui dure environ 5 minutes. Les exercices d'étirement doivent être répétés en évitant de forcer ou de brusquer les muscles.

Plus votre condition physique est bonne, plus vos exercices doivent être longs et difficiles. Il est conseillé de s'entraîner au moins trois fois par semaine et, si possible, d'espacer les exercices sur la semaine.

Pour tonifier les muscles à l'aide de votre tapis de course, vous devez déterminer le niveau de résistance approprié afin de proposer une résistance à vos muscles. Cela provoquera une tension au niveau de vos jambes et signifie que vous ne pourrez peut-être pas vous exercer aussi longtemps que souhaité. Si vous souhaitez améliorer votre condition physique, vous devez modifier votre programme d'exercices. Vous devez vous exercer normalement durant les phases d'échauffement et de refroidissement, mais, vers la fin de l'exercice, vous devez augmenter le niveau de résistance afin que vos jambes travaillent plus durement. Vous pouvez également réduire la vitesse afin que votre rythme cardiaque reste dans la zone cible. Le facteur essentiel est le niveau de l'effort. Plus vous vous exercez durement et longtemps, plus vous brûlez de calories. Il en va de même lorsque vous vous exercez pour améliorer votre condition physique. La seule différence réside dans l'objectif fixé.

INSTRUCTIONS DE MAINTENANCE

CENTRAGE DE LA BANDE DE COURSE ET RÉGLAGE DE LA TENSION

NE SERREZ PAS TROP la bande de course. Cela pourrait permettre de réduire la performance du moteur et d'user trop rapidement le galet.

CENTRAGE DU TAPIS :

- Placez le tapis de course sur une surface plane
- Utilisez le tapis de course à une vitesse d'environ 3,5 Km/h
- Si la bande a glissé vers la droite, tournez le boulon de réglage de droite d'un demi-tour dans le sens des aiguilles d'une montre et le boulon de réglage de gauche d'un demi-tour dans le sens inverse des aiguilles
- Si la bande a glissé vers la gauche, tournez le boulon de réglage de gauche d'un demi-tour dans le sens des aiguilles d'une montre et le boulon de réglage de droite d'un demi-tour dans le sens inverse des aiguilles

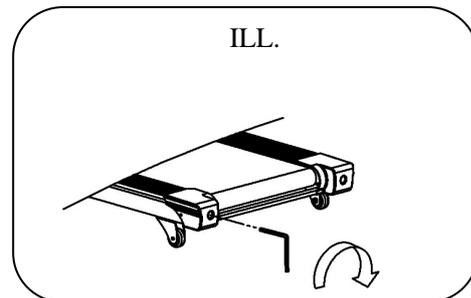
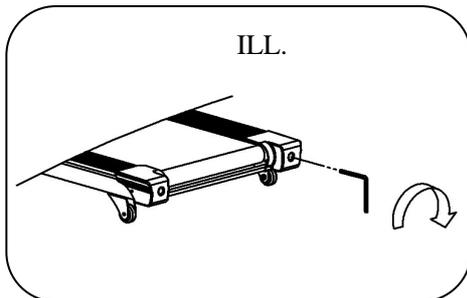


Illustration A : Si la bande a glissé vers la droite **Illustration B :** Si le tapis a glissé vers la gauche

ATTENTION : DÉBRANCHEZ TOUJOURS LE TAPIS DE COURSE DE LA PRISE ÉLECTRIQUE AVANT DE NETTOYER OU DE RÉPARER L'UNITÉ.

NETTOYAGE

Le nettoyage du tapis de course permet de prolonger sa durée de vie. Gardez le tapis de course propre en le dépoussiérant régulièrement. Veillez à nettoyer les parties exposées du support de chaque côté du tapis ainsi que sur les rails latéraux. Cela réduira le regroupement de matières étrangères sous le tapis.

La partie supérieure du tapis peut être nettoyée avec un tissu humide et du savon. Veillez à évacuer tout liquide de l'intérieur du cadre du tapis de course et sous le tapis.

Attention : débranchez toujours le tapis de course de la prise électrique avant de retirer le capot

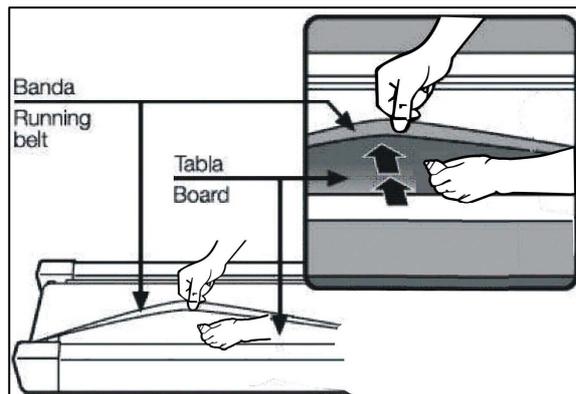
du moteur. Au moins une fois par an, retirez le couvercle du moteur et aspirez sous le capot du moteur.

LUBRIFICATION DE LA COURROIE ET DU SUPPORT

Ce tapis de course est équipé d'un système de support pré-lubrifié et à faibles besoins de maintenance. La friction de la courroie / support peut altérer le fonctionnement et la durée de vie de votre tapis de course, ce qui nécessite une lubrification régulière. Nous vous recommandons une inspection régulière du support.

Nous vous recommandons de lubrifier le support conformément au planning ci-dessous :

- Utilisateur occasionnel (moins de 3 heures/semaines) Tous les ans
- Utilisateur fréquent (3 à 5 heures/semaine) Tous les six mois
- Utilisateur très fréquent (plus de 5 heures/semaine) Tous les trois mois



LISTE DES PIÈCES :

N°	DESCRIPTION	Qté	N°	DESCRIPTION	Qté
1	CADRE PRINCIPAL DE LA CONSOLE	1	71	CLÉ ALLEN 6#	1
2	MONTANT GAUCHE	1	72	BASE MAGNÉTIQUE	1
3	MONTANT DROIT	1	73	ANNEAU MAGNÉTIQUE	1
4	UNITÉ D'AJUSTAGE	1	74	CÂBLE UNIQUE AC	1
5	CADRE DE SUPPORT	1	75	CÂBLE UNIQUE 1	2
6	CADRE DE BASE	1	76	CÂBLE UNIQUE 2	2
7	CHÂSSIS DE PÉDALE	1	77	PLAQUE MÉTALLIQUE DE LA GOUPILLE DE SÉCURITÉ	1
8	CADRE PRINCIPAL	1	78	BILLE À RESSORT DE LA GOUPILLE DE SÉCURITÉ	1
9	CHÂSSIS TUBULAIRE AMÉLIORÉ	1	79	CAPTEUR DE LA GOUPILLE DE SÉCURITÉ	1
10	COUVERCLE INFÉRIEUR DE L'ORDINATEUR	1	80	VIS ST2.9*9.5	9
11	TAMPON PLAT	4	81	VIS ST4,2*12	26
12	AUTOCOLLANT	1	82	VENTILATEUR DE REFROIDISSEMENT	1
13	COUVERCLE SUPÉRIEUR DE L'ORDINATEUR	1	83	VIS ST2.9*6.5	40
14	COUVERCLE SUPÉRIEUR DU VENTILATEUR 1	1	84	VIS ST4,2*13	12
15	COMMUTATEUR DU VENTILATEUR	1	85	VIS ST2.9*8	2
16	PANNEAU DE L'ORDINATEUR	1	86	ÉCROU M10	6
17	POIGNÉE GAUCHE COUVERCLE DE PROTECTION	1	87	VIS ST4,2*55	4
18	COUVERCLE GAUCHE DU GUIDON	1	88	BOULON M5*12	4
19	COUVERCLE DROIT DU GUIDON	1	89	BOULON M5*6	4
20	POIGNÉE DROITE COUVERCLE DE PROTECTION	1	90	BOULON M10*62	1
21	TOUCHE PCB	1	91	vis ST4,2*12	22
22	CONSOLE	1	92	BOULON M6*16	4
23	FIN COUVERCLE GAUCHE DU MOTEUR	1	93	BOULON M10*25	8
24	FIN COUVERCLE DROIT DU MOTEUR	1	94	RONDELLE D'ARRÊT 10	11
25	CAPOT DU MOTEUR	1	95	BOULON M8*25	7
26	PULSATION AVEC BOUTON VITESSE	1	96	RONDELLE C 8	2
27	PULSATION AVEC BOUTON INCLINAISON	1	97	RONDELLE D'ARRÊT 8	15
28	POIGNÉE EN MOUSSE	2	98	BOULON M8*52	4
29	CAPUCHON	2	99	ÉCROU M8	8
30	MOTEUR DU PLAN INCLINÉ	1	100	BOULON M8*50	2
31	TRANSFORMATEUR	1	101	BOULON M6*12	2
32	CARTE DE CONTRÔLE	1	102	BOULON M8*42	2
33	COURROIE J220-8	1	103	BOULON M8*35	2

34	ROULEAU AVANT	1	104	BOULON M3*10	2
35	RAIL LATÉRAL	2	105	ÉCROU M3	2
36	BOULON M10*45	1	106	CÂBLE SUPÉRIEUR DE LA POIGNÉE AVEC PRISE DE PULSATIONS CARDIAQUES	1
37	PLATEAU DE COURSE	1	107	RONDELLE DE VERROUILLAGE 10	4
38	BANDE DE COURSE	1	108	RONDELLE PLACE C 10	8
39	CAPOT SUPÉRIEUR DU MOTEUR	1	109	RONDELLE PLATE C 8	3
40	MOTEUR DC	1	110	RONDELLE DE VERROUILLAGE 8	2
41	BASE DU MOTEUR	1	111	BOULON M8*30	2
42	COULISSEAU	2	112	CÂBLE SUPÉRIEUR DE LA POIGNÉE AVEC PRISE DE PULSATIONS CARDIAQUES	1
43	ROULEMENT EN PLASTIQUE	2	113	BOULON M10*30	4
44	CAPUCHON D'EXTRÉMITÉ INFÉRIEURE	4	114	BOULON M10*90	1
45	COUSSIN DE BANDE	2	115	BAGUE DU PÉDALIER	1
46	ESSIEU DU RAIL DE GLISSIÈRE	1	116	BOULON M8*40	1
47	EMPLACEMENT DE L'AXE DE CONTRÔLE	1	117	BOULON M6*25	8
48	VÉRIN	2	118	BOULON M8*65	2
49	GRAISSE À MANCHON D'AXE	2	119	ROULEAU ARRIÈRE	1
50	BAS GAUCHE DÉCORATION DU COUVERCLE	1	120	BOULON M5*8	4
51	BAS DROIT COUVERCLE DÉCORATIF	1	121	CLÉ ALLEN 5#	1
52	ANNEAU DU BOUCHON PROTECTEUR	1	122	CÂBLE SUPÉRIEUR DE L'ORDINATEUR	1
53	RESSORT D'EXTENSION	1	123	CÂBLE INTERMÉDIAIRE DE L'ORDINATEUR	1
54	ROUE DE TRANSPORT BAGUE DU CAPUCHON D'EXTRÉMITÉ	4	124	CÂBLE INFÉRIEUR DE L'ORDINATEUR	1
55	ROUE DE TRANSPORT	4	125	ÉCROU M6	8
56	ROUE DE TRANSPORT CAPUCHON	2	126	INDUCTION	1
57	COUSSIN EVA	1	127	RÉACTANCE	1
58	CAPTEUR MAGNÉTIQUE	1	128	Vis	2
59	COUSSIN ROND	8	129	CONTRÔLE DU PANNEAU DE FIXATION	1
60	RONDELLE DU RAIL LATÉRAL	8	130	FILET AUDIO GAUCHE	1
61	ROUE À INERTIE	2	131	PANNEAU GAUCHE DE CONNEXION AUDIO	1
62	COUVERCLE DU CAPUCHON D'EXTRÉMITÉ	2	132	HAUT-PARLEUR	2
63	CAPUCHON GAUCHE	1	133	FILET AUDIO DROIT	1
64	CAPUCHON DROIT	1	134	PANNEAU DROIT DE CONNEXION AUDIO	1

65	PRISE D'ALIMENTATION ÉLECTRIQUE	1	135	CONNECTEUR MP3	1
66	INTERRUPTEUR ROND	1	136	PANNEAU DE CONNEXION GAUCHE POUR BOUTEILLE D'EAU	1
67	PROTECTION ANTI-SURCHARGE	1	137	PANNEAU DE CONNEXION DROIT POUR BOUTEILLE D'EAU	1
68	CLÉ ALLEN AVEC TOURNEVIS	1	138	RÉCEPTEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE	1
69	CÂBLE D'ALIMENTATION STANDARD	1	139	CEINTURE DE POITRINE	1
70	CLÉ DE SÉCURITÉ	1			

Guide de dépannage

1. Aucun affichage sur la console après mise en marche :

Il est possible que le câble reliant la console au tableau de contrôle inférieur ne soit pas correctement branché ou que le transformateur soit grillé. Ôtez les tubes des montants et contrôlez tous les éléments de connexion des câbles reliant la console au tableau de contrôle inférieur et assurez-vous que tous les câbles sont correctement branchés. Si le problème est dû à des câbles défectueux ou au transformateur défectueux, veuillez remplacer ceux-ci par de nouveaux câbles ou un nouveau transformateur.

2. E01—Défaillance de communication :

Il est possible que la communication entre la console et le tableau de contrôle inférieur soit interrompue. Contrôlez tous les éléments de connexion des câbles reliant la console au tableau de contrôle inférieur et assurez-vous que tous les câbles sont correctement branchés. Si le problème est dû à des câbles défectueux, veuillez remplacer ceux-ci par de nouveaux câbles.

3. E02—Protection contre les variations de tension :

Contrôlez la tension, si elle est inférieure à 50% de la tension normale, effectuez un nouveau contrôle avec la bonne tension. Contrôlez le tableau de contrôle, si une odeur étrange s'en dégage, veuillez le remplacer par un nouveau tableau de contrôle. Contrôlez les câbles du moteur, si vous détectez une anomalie, rebranchez les câbles du moteur correctement.

4. E03—Aucun signal du capteur :

Il est possible que le signal du capteur de vitesse n'ait pas été reçu durant 10 minutes. Vérifiez que la lumière de signal du capteur du panneau de contrôle inférieur clignote. Dans le cas contraire, veuillez procéder au remplacement. Vérifiez que la prise du détecteur soit correctement branchée ou que le capteur magnétique ne soit pas cassé. Si nécessaire, rebranchez la prise du détecteur ou remplacez le capteur magnétique.

5. E04—Problème d'inclinaison :

Vérifiez que le câble VR du moteur d'inclinaison soit bien branché, rebranchez-le si nécessaire. Vérifiez que le câble AC du moteur d'inclinaison soit bien branché, branchez-le correctement selon la position correcte du tableau de contrôle. Vérifiez que les câbles de connexion du moteur ne soient pas cassés, si nécessaire, remplacez-les par de nouveaux câbles ou remplacez le moteur d'inclinaison. Appuyez sur la touche du tableau de contrôle inférieur afin de reprendre l'exercice après avoir procédé à toutes les vérifications.

6. E05—Protection contre la surcharge de courant :

Il est probable que le poids de l'utilisateur dépasse la limite autorisée et génère un excès de courant. De ce fait, le dispositif lance son système d'autoprotection. Si un élément du tapis de course en particulier est bloqué, le moteur peut être dans l'incapacité de tourner, la charge dépasse la limite et le courant est trop important. Réglez le tapis de course correctement et redémarrez le dispositif. De plus, vérifiez que le moteur n'émette pas un bruit caractéristique d'une surcharge de courant ou qu'il ne dégage pas odeur de combustion. Si tel est le cas, remplacez le moteur par un nouveau moteur. Vérifiez que le tableau de contrôle ne dégage pas une odeur de combustion. Si tel est le cas, remplacez-le par un nouveau tableau de contrôle. Vérifiez que la tension ne soit pas trop faible ou trop forte, effectuez un nouveau contrôle avec la bonne tension.

7. Si le moteur ne tourne pas après avoir appuyé sur la touche START, vérifiez que les câbles du moteur ne soient pas cassés, que les fusibles du tableau de contrôle inférieur ne soient pas endommagés ou délogés, que les câbles du moteur soient correctement branchés et que l'IGBT (Transistor bipolaire à grille isolée) du tableau de contrôle inférieur ne soit pas grillé. Vérifiez que tous les câbles du moteur soient correctement branchés et que les fusibles soient en bon état. Dans le cas contraire, replacez-les correctement ou remplacez-les. Vérifiez que rien ne se détache du moteur. Branchez correctement les câbles du moteur. Utilisez un multimètre afin de vérifier que l'IGBT du tableau de contrôle inférieur ne soit pas grillé. Si nécessaire, remplacez l'IGBT ou l'ensemble du tableau de contrôle inférieur.

