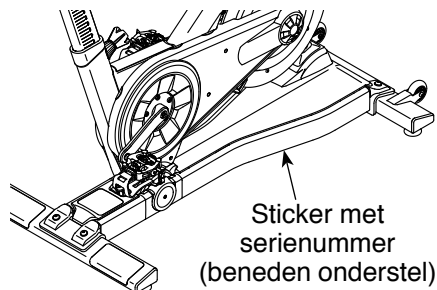


Modelnr. FMEX81912.0

Serienr \_\_\_\_\_

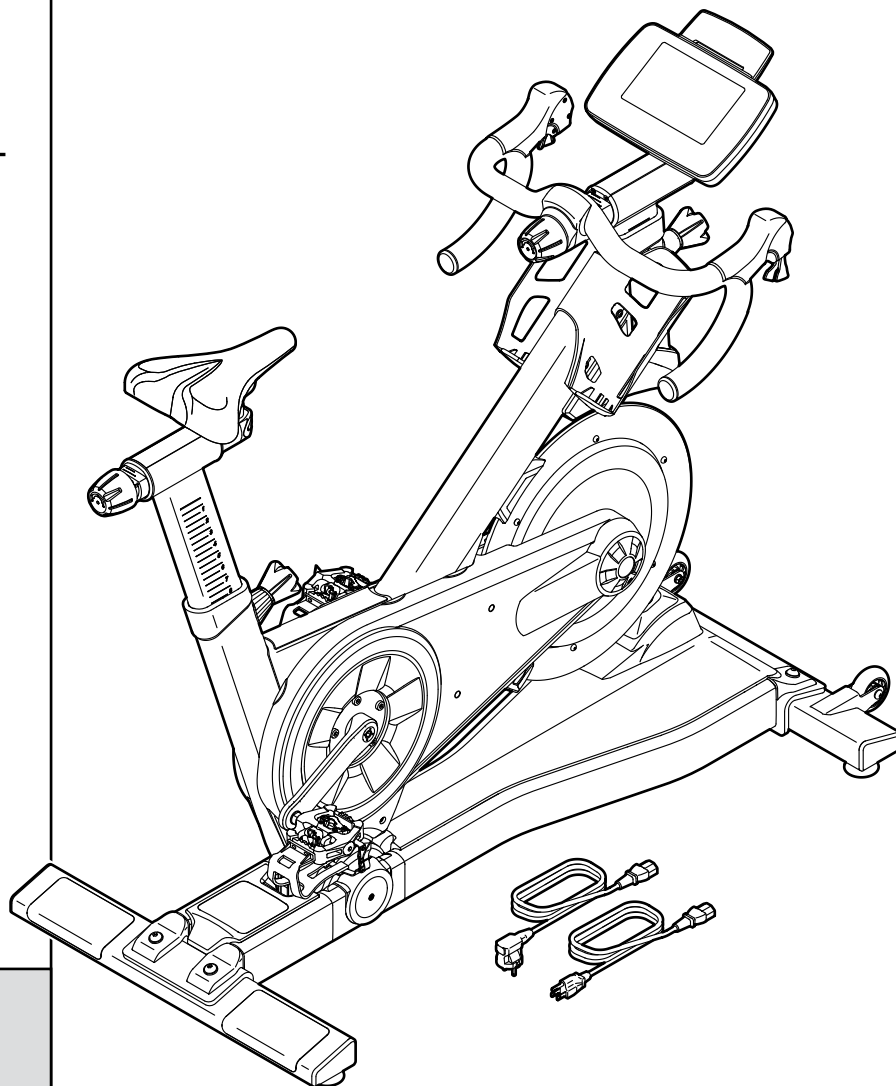
Schrijf het serienummer hierboven  
voor verdere raadpleging.



## GEBRUIKERSHANDLEIDING

### VRAGEN?

Indien u vragen hebt of  
onderdelen beschadigd zijn of  
ontbreken, raadpleeg dan HOE  
CONTACT OPNEMEN MET DE  
KLANTENDIENST aan de achter-  
kant van deze handleiding.



### ⚠ OPGELET

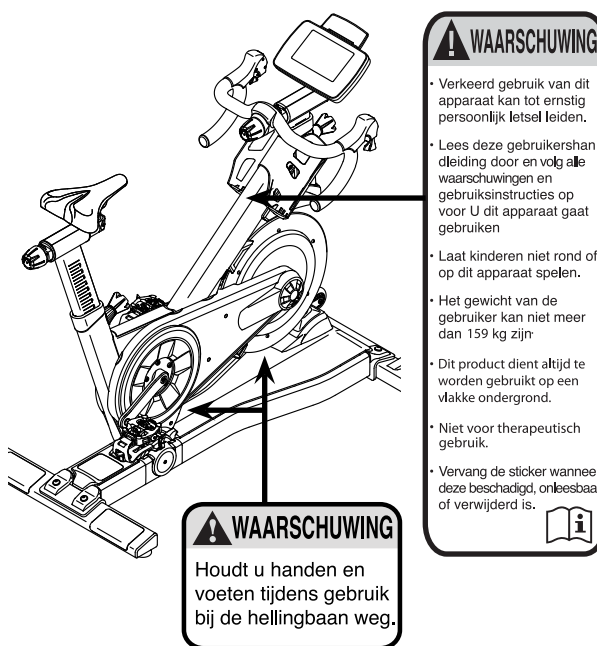
Lees voor gebruik van dit  
apparaat alle instructies en  
voorzorgsmaatregelen in deze  
handleiding. Bewaar deze hand-  
leiding voor verdere raadpleging.

# INHOUD

|                                                |                |
|------------------------------------------------|----------------|
| DE STICKERS MET WAARSCHUWING .....             | 2              |
| BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN .....         | 3              |
| VOORDAT U BEGINT .....                         | 4              |
| MONTAGE .....                                  | 5              |
| HOE DE TRAININGSFIETS TE GEBRUIKEN .....       | 8              |
| RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN .....             | 23             |
| LIJST MET ONDERDELEN .....                     | 24             |
| GEDETAILLEERDE TEKENING .....                  | 26             |
| HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTENDIENST ..... | Laatste pagina |
| BEPERKTE GARANTIE .....                        | Laatste pagina |

## DE STICKERS MET WAARSCHUWING

De waarschuwingsticker hier afgebeeld is met uw dit product inbegrepen. Plak de sticker op de aangegeven plaats over de Engelse waarschuwing heen. De hier getoonde sticker(s) met waarschuwing is/zijn op de aangegeven plaats(en) geplakt. **Raadpleeg de laatste pagina van deze handleiding wanneer een sticker ontbreekt of niet leesbaar is en vraag om een vervangende sticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats.** Aandacht: de sticker(s) worden niet op ware grootte weergegeven.



# BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN

**⚠ WAARSCHUWING:** lees, om het risico tot ernstig letsel te verminderen, alle belangrijke voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen op uw trainingsfiets voordat u deze gebruikt. FreeMotion Fitness is niet verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit product.

1. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om ervoor te zorgen dat alle gebruikers van de trainingsfiets goed zijn geïnformeerd over alle voorzorgsmaatregelen.
2. Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of enig ander oefenprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen boven de 35 jaar, of personen met bestaande gezondheidsproblemen.
3. Gebruik de trainingsfiets alleen zoals in deze handleiding beschreven wordt.
4. Deze trainingsfiets is alleen voor huishoudelijk gebruik in een omgeving met toezicht bedoeld.
5. Gebruik de trainingsfiets uitsluitend binnenshuis en uit de buurt van vocht en stof. Plaats de trainingsfiets niet in een garage, op een overdekt terras of bij water.
6. Plaats de trainingsfiets op een vlakke ondergrond met minstens 0,6 m vrije ruimte rondom de fiets. Leg een matje onder de trainingsfiets om uw vloer of vloerbedekking niet te beschadigen.
7. Controleer en draai alle delen regelmatig aan. Vervang versleten onderdelen direct.
8. Houd te allen tijde kinderen jonger dan 12 en huisdieren bij de trainingsfiets vandaan.
9. Steek, bij het insteken van de stekker (zie bladzijde 7), de stekker alleen in een geaard stopcontact.
10. Pas de stroomadapter niet aan en gebruik geen adapter om de stroomadapter op een onjuist stopcontact aan te sluiten. Houd de stekker bij hete oppervlaktes vandaan. Gebruik geen verlengsnoer.
11. Gebruik de trainingsfiets niet wanneer het elektrische snoer of de stekker beschadigd is. Gebruik de trainingsfiets niet als hij niet goed werkt.
12. **GEVAAR:** verwijder altijd de sleutel, trek de stekker uit het stopcontact, en druk de aan/uitschakelaar in de uitstand wanneer u de trainingsfiets niet gebruikt en voordat u de trainingsfiets reinigt. Onderhoud, anders dan de procedures in deze handleiding, dient uitsluitend te worden uitgevoerd door een erkende onderhoudsvertegenwoordiger.
13. Draag geschikte kleding wanneer u de trainingsfiets gebruikt. Draag nooit losse kleding die in de fiets bekneld kan raken. Draag altijd sportschoenen voor voetbescherming.
14. De trainingsfiets kan alleen worden gebruikt door mensen die minder wegen dan 159 kg.
15. Wees voorzichtig bij het monteren en demonteren van de trainingsfiets.
16. De hartslagmonitor is geen medisch instrument. Verschillende factoren, waaronder bewegingen van de gebruiker, kunnen de nauwkeurigheid van de hartslagmetingen beïnvloeden. De hartslagmonitor dient slechts om de hartslag globaal te meten, als hulpmiddel bij uw oefeningen.
17. Houd tijdens het gebruik van de trainingsfiets uw rug recht. Krom uw rug niet.
18. Te veel oefeningen doen kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Als u pijn voelt of duizelig wordt tijdens het oefenen, dient u onmiddellijk te stoppen en af te koelen.

## BEWAAR DEZE INSTRUCTIES

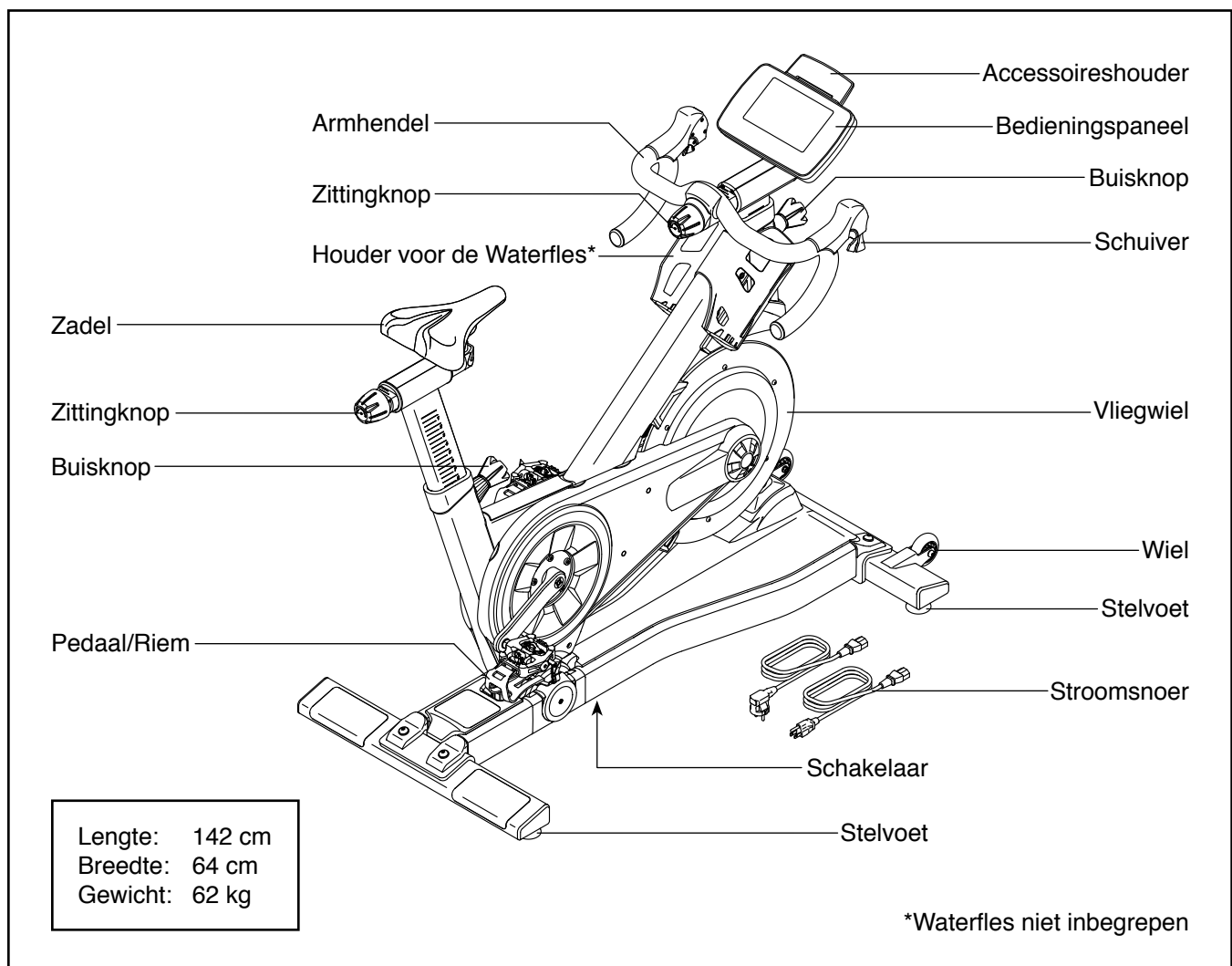
# VOORDAT U BEGINT

Gefeliciteerd met uw keuze voor de revolutionaire LE TOUR DE FRANCE® trainingsfiets. De LE TOUR DE FRANCE trainingsfiets is anders dan elke gewone trainingsfiets. LE TOUR DE FRANCE trainingsfiets is ontwikkeld om u te laten genieten van een fietservaring buiten, volledig instelbaar, met Wi-Fi fietsbedieningspaneel, een hellingsysteem dat een echt wegterrein simuleert en een reeks innovatieve functies.

**Lees, voor uw welzijn, deze handleiding zorgvuldig door voor gebruik van de trainingsfiets. Raadpleeg**

de laatste pagina van deze handleiding als u nog vragen hebt. Noteer het productnummer en het serienummer voordat u met ons contact opneemt. De plaats waar u de stickers met het productnummer en het serienummer kunt vinden wordt op de omslag van de handleiding aangegeven.

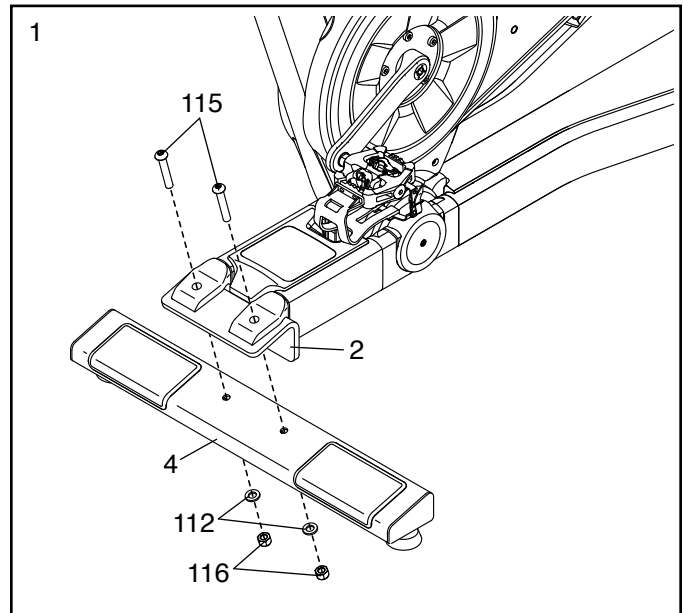
Bekijk eerst aandachtig de tekening hieronder en de verschillende onderdelen, voordat u verder leest.



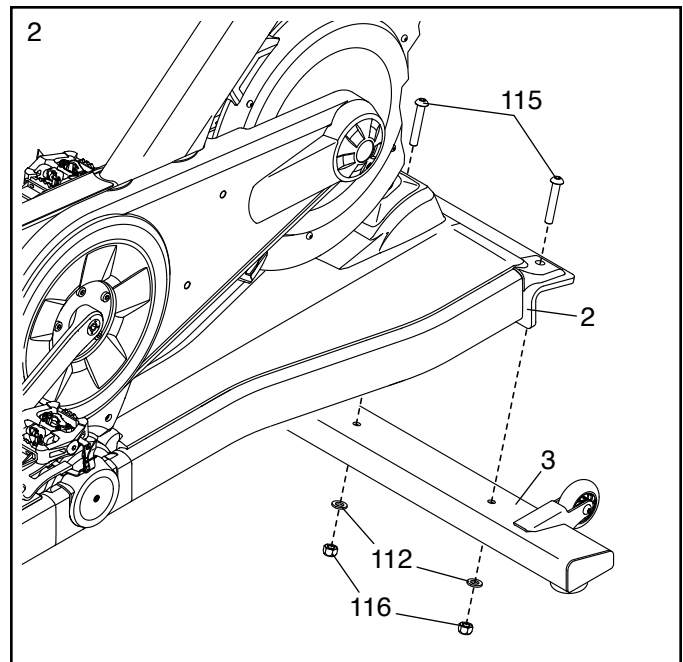
# MONTAGE

- De montage moet door twee personen uitgevoerd worden.
  - Plaats alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal niet weg tot u volledig klaar bent met alle montageschappen.
  - Wanneer u een onderdeel niet in de zak met onderdelen kunt vinden, bekijk dan het apparaat om te zien of het al gemonteerd is.
  - Om schade aan de onderdelen te vermijden, dient u geen gebruik te maken van elektrisch gereedschap.
- Montage vereist het volgende gereedschap (niet meegeleverd):
    - 3 mm inbussleutel
    - 6 mm inbussleutel
    - een Philips schroevendraaier
    - een 17 mm dopsleutel

1. Bevestig de Achterste Stabilisator (4) aan de Basis (2) met twee M10 x 60mm Bouten (115) twee M10 Tussenringen (112) en een M10 Slotmoer (116).

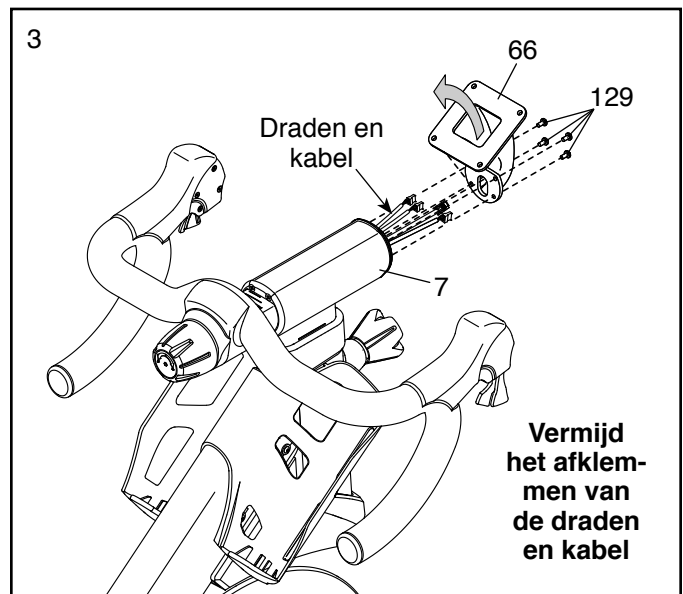


2. Bevestig de Voorste Stabilisator (3) aan de Basis (2) met twee M10 x 60mm Bouten (115) twee M10 Tussenringen (112) en een M10 Slotmoer (116).



3. Steek de bedrading van het onderstel en de kabel omhoog door de Bedieningspaneelmodule terwijl een tweede persoon de Bedieningspaneel-module (66) vlakbij de Buis van het Handvat (7) houdt.

**Vermijd het afklemmen van de draden en kabel.** Maak de Bedieningspaneelmodule (66) aan de Buis van het Handvat (7) vast met vier M4 x 6mm Schroeven (129).

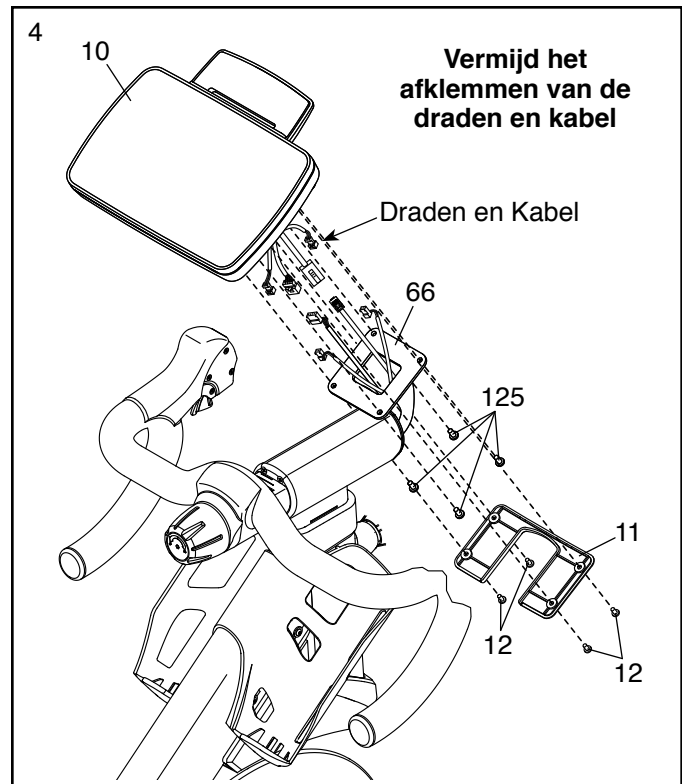


4. Verbind, terwijl een tweede persoon het Bedieningspaneel (10) bij de Bedieningspaneelmodule (66) houdt, de draden en de kabel met de bijbehorende draden en kabel van het onderstel; **let erop dat u het draad van het bedieningspaneel met label verbindt met het draad van het onderstel met label.**

Steek de overmatige draden en kabel in het Bedieningspaneel (10) en de Bedieningspaneelmodule (66).

**Tip: vermijd het afklemmen van de draden en kabel.** Maak het Bedieningspaneel (10) vast aan de Bedieningspaneelmodule (66) met vier M5 x 10mm Schroeven met Ronde Koppen (125).

Maak dan de Kap van het Bedieningspaneel (11) vast aan de Bedieningspaneelmodule (66) met vier M4 x 8mm Schroeven (12).



5. **Nadat de trainingsfiets is gemonteerd, controleert u of deze juist is gemonteerd en goed werkt. Zorg ervoor dat alle onderdelen van de trainingsfiets goed vastgedraaid worden.** Aandacht: er kunnen extra onderdelen zijn meegeleverd. Leg een matje onder de trainingsfiets om uw vloer niet te beschadigen.

# HOE DE TRAININGSFIETS TE GEBRUIKEN

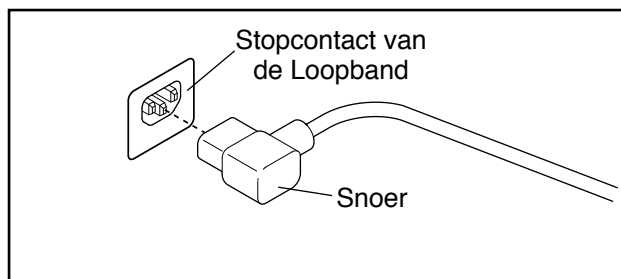
## HOE DE SNOER IN STOPCONTACT TE STEKEN

**De snoer moet geaard zijn.** Als het niet goed functioneert geeft de aarding de laagste weerstandspad voor de elektriciteit om zodoende het risico van elektrische schok te verminderen. Een snoer en een geaarde stekker zijn bijgeleverd. **BELANGRIJK: als het snoer beschadigd is moet u het vervangen voor een door de fabrikant aanbevolen snoer.**

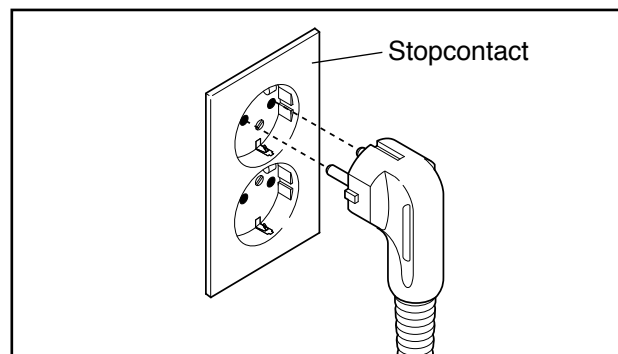
**⚠ GEVAAR:** een verkeerd stopcontact (zonder aarde) kan tot een elektrische schok leiden. Laat een elektriciën de aarding nakijken als u niet zeker weet of het stopcontact goed geaard is. Breng geen wijzigingen aan de stekker van het apparaat aan. Laat een elektriciën een nieuwe stekker monteren als de stekker niet in het stopcontact past.

**Volg deze stappen om de snoer in stopcontact te steken.**

1. Steek het aangegeven uiteinde van het snoer in het stopcontact van de loopband.



2. Steek het snoer in een goed geïnstalleerd en geaard stopcontact die overeenkomt met alle plaatselijke regelingen.



## GARANTIE-INFORMATIE

De garantie op dit product dekt geen schade of defect aan de apparatuur die is veroorzaakt door elektrische bedrading of het niet naleven van de elektrische bepalingen of de specificaties in deze handleiding, of het niet uitvoeren van het nodige onderhoud zoals staat beschreven in deze handleiding. Defecten of schade die zijn veroorzaakt door onbevoegd onderhoud, misbruik, ongeval, nalatigheid, onjuiste montage of installatie, afval door destructieve activiteiten in de omgeving van het product, roest of corrosie door de locatie van het product, wijzigingen of modificaties zonder schriftelijke toestemming, of het door u nalaten van het gebruiken, bedienen en onderhouden van het product zoals dat staat beschreven in deze handleiding, zullen de garantie ongeldig maken.

## FUNCTIES VAN DE TRAININGSFIETS

### Watt Meten

Elke trainingsfiets wordt individueel gekalibreerd om het uitgangsvermogen te meten en u in staat te stellen uw watt en tpm direct op het bedieningspaneel te controleren.

Door uw watt en tpm te controleren, kunt u zien hoe hard u traint en ervoor zorgen dat u uzelf blijft uitdagen en verbeteren.

### Het Hellingsysteem

De trainingsfiets kan stijgen en dalen om op realistische wijze een buitenterrein te simuleren. Wanneer u kaarten van uw daadwerkelijke trainingsroutes op iFit.com creëert (zie de bedieningspaneelinstructies die starten op bladzijde 11 voor meer informatie), zal de trainingsfiets automatisch stijgen en dalen om overeen te komen met het terrein van uw trainingsroutes.

### De Handvatverschuivers

Met de trainingsfiets kunt u van versnelling veranderen zoals u dat doet op een normale fiets. De linker- en rechterhandvatverschuivers simuleren de voorste en achterste versnellingen zodat u deze kunt instellen als de instelling van uw normale fiets (zie de bedieningspaneelinstructies die starten op bladzijde 11 voor meer informatie).

### Fietsvormfuncties

De trainingsfiets heeft meerdere functies om u te helpen de juiste fietsvorm te ontwikkelen:

**Freewheel**—De trainingsfiets heeft een freewheel die een gewone fiets simuleert in plaats van een spin-fiets op een vaste plaats beweegt. Dit ontmoedigt u om uw voeten niet meer in te spannen tijdens een fietsbeweging.

**Flywheel**—Het flywheel op de trainingsfiets heeft een correcte rotatietraagheid zodat u soepel kunt fietsen en u wordt aangemoedigd om een goede fietsvorm te gebruiken.

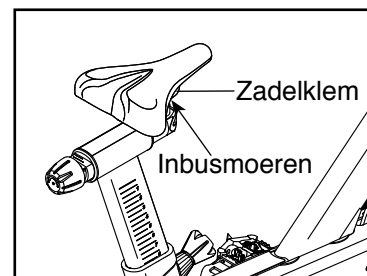
## DE GEOMETRIE VAN DE TRAININGSFIETS AFSTELLEN

De trainingsfiets kan worden afgesteld op de geometrie van uw gewone fiets om een juiste vorm te promoten en om zeker te zijn van een juiste training van de spieren. **Aandacht: maak afstellingen in kleine stapjes en fiets op de trainingsfiets om de afstellingen te testen.**

### De Hoek van het Zadel Afstellen

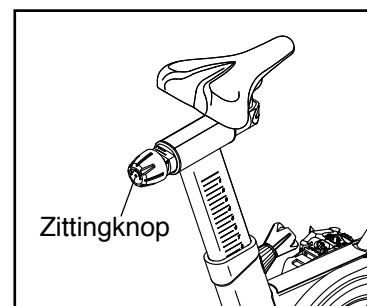
U kunt de hoek van het zadel afstellen in de meest comfortabele positie. U kunt het zadel ook naar voren of achteren schuiven om uw comfort te verhogen, of om de afstand tot het handvat af te stellen.

Om de positie van het zadel bij te stellen, dient u de inbusmoeren op de klem van het zadel een paar slagen los te draaien. Kantel vervolgens het zadel omhoog of omlaag of schuif het zadel naar voren of naar achteren naar de gewenste positie. Maak de inbusmoeren weer vast.



### De Drager van het Zadel Afstellen

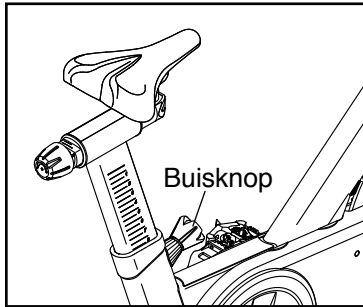
Om de stand van de drager van het zadel aan te passen, draait u de dragerknop los, beweegt u de drager van het zadel naar voren of naar achteren naar de gewenste positie en draait u de dragerknop weer stevig vast.



## De Stang van het Zadel Afstellen

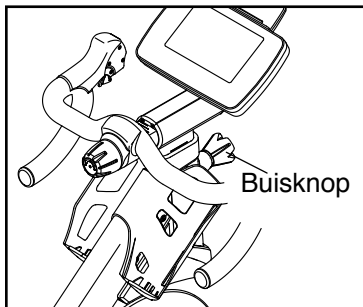
Voor een effectieve oefening moet het zadel op de juiste hoogte zijn. Wanneer de pedalen in de laagste stand staan moeten uw knieën tijdens het fietsen wat gebogen zijn.

Om de stang van het zadel af te stellen, draait u de stangknop eerst los en duwt u het naar buiten. Beweeg de stang van het zadel omhoog of omlaag, laat de stangknop in een van de afstelgaten in de stang van het zadel los en draai de stangknop opnieuw vast. Zorg ervoor dat de buisknop goed vastzit in een afstelgat. **BELANGRIJK:** pas de stang van het zadel niet verder aan dan het stopteken op de stang van het zadel.



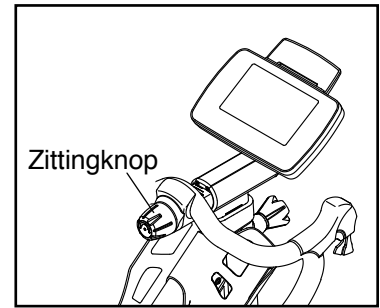
## De Buis van het Handvat Afstellen

Om de buis van de armhendel af te stellen, draait u de buisknop eerst los en duwt u het naar buiten. Beweeg de buis van de armhendel omhoog of omlaag, laat de buisknop in een van de afstelgaten in de buis van de armhendel los en draai de buisknop opnieuw vast. **Zorg ervoor dat de buisknop goed vastzit in een afstelgat. BELANGRIJK:** pas de buis van het handvat niet verder aan dan het stopteken op de buis van het handvat



## De Drager van het Handvat Afstellen

Om de stand van het handvat aan te passen, draait u de dragerknop los, beweegt u het handvat naar voren of naar achteren naar de gewenste positie en draait u de dragerknop weer stevig vast.



## DE TRAININGSFIETS GOED VLAK STELLEN

Indien de trainingsfiets enigszins schommelt op de vloer tijdens gebruik, dient u één of beide stelpoten onder de voorste of achterste stabilisator te draaien tot de speling weg is (zie de tekening op bladzijde 4).

## DE PEDALEN GEBRUIKEN

Om de teenkooikant van de pedalen te gebruiken (zie de tekening op bladzijde 4), steekt u uw schoenen in de teenkooien en trekt u aan de uiteinden van de teenriemen. Om de teenriemen af te stellen, houdt u de lipjes op de gespen ingedrukt, stelt u de teenriemen af op de gewenste stand en laat u de lipjes los.

Om de klemkant van de pedalen te gebruiken dient u fietsschoenen te dragen. Om u vast te klemmen aan de pedalen, drukt u de klemmen op uw fietsschoenen stevig in de sleuven van de pedalen totdat deze op hun plek vastklikken. Om de pedalen los te maken, draait u uw fietsschoenen naar buiten vanaf de pedalen.

## DE TRAININGSFIETS ONDERHOUDEN

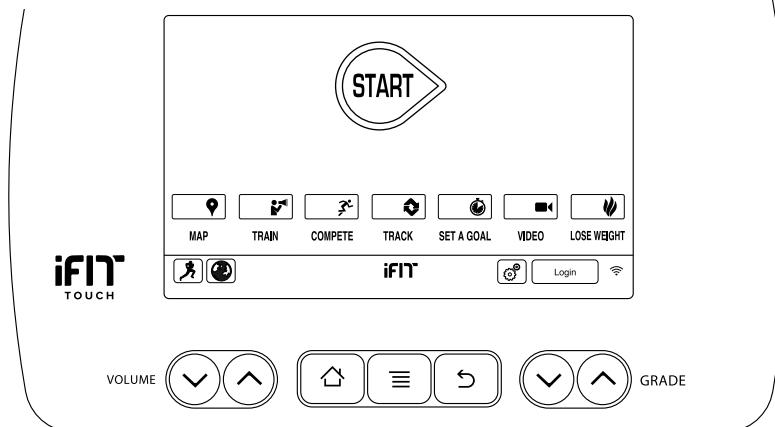
Bekijk de onderdelen van de trainingsfiets regelmatig en draai ze goed vast. Vervang versleten onderdelen direct.

Gebruik een vochtige doek en een klein beetje milde zeep om de trainingsfiets te reinigen.

Voor maximale resultaten en veiligheid dient u de pedalen elk jaar te vervangen. **Voor het kopen van pedalen, kijkt u op de achterkant van deze handleiding.**

**BELANGRIJK:** om schade aan de trainingsfiets en letsel voor de gebruiker te voorkomen, dient u alleen door de producent geleverde pedalen te gebruiken. Andere pedalen zijn mogelijk niet ontwikkeld voor gebruik in fitnessclubs of spinstudio's en kunnen gevaarlijk zijn.

## BEDIENINGSPANEELDIAGRAM



### MAAK UW FITNESSDOELEN WERKELIJKHEID MET IFIT.COM

Met uw nieuw iFit-compatibele fitnessapparatuur, kunt u een diversiteit aan functies gebruiken op iFit.com om uw fitnessdoelen werkelijkheid te maken:



Doe overal ter wereld oefeningen met aanpasbare Google Maps.



Download trainingsoefeningen die zijn ontwikkeld om u te helpen uw persoonlijke doelen te behalen.



Meet uw vooruitgang door tegen andere gebruikers in de iFit-gemeenschap te strijden.



Upload uw oefeningsresultaten naar de iFit cloud en volg uw vooruitgang.



Stel voor uw oefeningen doelen in ten aanzien van calorieën, tijd of afstand.



Bekijk high-definition video's met gesimuleerde oefeningen.



Kies en download sets afvaloefeningen.

**Ga naar iFit.com voor meer informatie.**

## FUNCTIES VAN HET BEDIENINGSPANEEL

Het bedieningspaneel bevat bepaalde keuzen om uw oefeningen thuis effectiever en leuker te maken.

U kunt de helling (weerstand) van de trainingsfiets en de versnelling wijzigen wanneer de handmatige instelling van het bedieningspaneel gekozen wordt.

Het bedieningspaneel toont doorlopende oefeningfeedback tijdens het oefenen, inclusief feedback over watt en ritme.

Tijdens uw oefening kunt u op elk moment intervallen gebruiken om uw prestaties voor korte tijdsperiodes te meten. Het bedieningspaneel registreert en toont uw resultaten voor elke interval.

U kunt ook uw hartslag meten met een optionele hartslagmonitor.

Daarnaast biedt het bedieningspaneel vierentwintig Le Tour de France oefeningen. Elke oefening wijzigt automatisch de helling (weerstand) van de trainingfiets net als een echt terrein van de Tour de France waardoor u van versnelling kunt wijzigen om uw gewenste pedaalritme te behouden.

Het bedieningspaneel heeft ook nieuwe iFit-technologie zodat het bedieningspaneel kan communiceren met uw draadloze netwerk. Met de iFit-technologie, kunt u persoonlijke oefeningen downloaden, eigen oefeningen creëren, uw oefeningsresultaten bijhouden en toegang krijgen tot andere functies. **Zie [www.iFit.com](http://www.iFit.com) voor aanvullende informatie.**

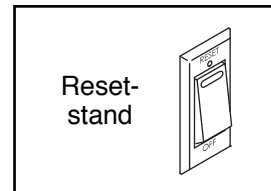
U kunt zelfs uw MP3-speler of CD-speler aansluiten op het geluidssysteem van het bedieningspaneel en luisteren naar uw favoriete muziek of audioboeken terwijl u oefeningen doet.

**Om het apparaat aan te zetten**, kijkt u op deze pagina. **Voor meer informatie over het gebruik van het tiptoetsscherm**, zie bladzijde 13. **Voor het instellen van het bedieningspaneel**, zie bladzijde 13.

## HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN

**BELANGRIJK:** laat, wanneer de trainingsfiets aan koude temperaturen blootgesteld is geweest, de loopband tot kamertemperatuur komen voordat u de elektriciteit inschakelt. Als u dit niet doet, kunt u het bedieningspaneel of andere elektrische componenten beschadigen.

Steek het stroomsnoer in (zie HOE DE SNOER IN STOPCONTACT TE STEKEN op bladzijde 8). Zoek vervolgens naar de schakelaar aan de onderkant van het onderstel bij het stroomsnoer. Druk de schakelaar in de reset stand.



Het display gaat dan aan en het bedieningspaneel is klaar voor gebruik.

**Aandacht:** wanneer u het apparaat voor de eerste keer aanzet, wordt het hellingsysteem automatisch gekalibreerd. Tijdens het kalibreren, beweegt de trainingsfiets omhoog en omlaag. Wanneer de trainingsfiets stopt met bewegen, is het hellingsysteem gekalibreerd.

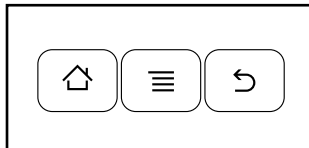
**BELANGRIJK:** als het hellingsysteem niet automatisch kalibreert, zie dan stap 4 op bladzijde 21 en kalibreer het hellingsysteem handmatig.

**BELANGRIJK:** het bedieningspaneel heeft een demo-instelling, die ontwikkeld is voor als de trainingsfiets in een winkel uitgesteld wordt. Als de demo-instelling aan staat, gaat het bedieningspaneel niet uit en reset de display niet als u klaar bent met oefenen. Om de demo-instelling uit te zetten kijkt u bij stap 8 op bladzijde 19.

## DE TOUCHSCREEN GEBRUIKEN

Het bedieningspaneel bevat een tablet met een full-color tiptoetsscherm. De volgende informatie zorgt ervoor dat u bekend raakt met de geavanceerde technologie van de tablet:

- De functies van het bedieningspaneel werken op dezelfde wijze als andere tablets. U kunt met uw vinger schuiven of tikken op het scherm om bepaalde beelden op het scherm, zoals de displays in een oefening te bewegen. U kunt echter niet in- of uitzoomen door met uw vinger over het scherm te schuiven.
- Om informatie in een tekstvak te typen, drukt u eerst op het tekstvak om het toetsenbord te kunnen zien. Om nummers of andere tekens op het toetsenbord te gebruiken, drukt u op de toets 123. Om meer tekens te zien, drukt u op de Alt-toets. Druk opnieuw op de Alt-toets om terug te gaan naar het nummertoeetsenbord. Om terug te keren naar het lettertoetsenbord, raakt u de toets ABC aan. Om een teken met een hoofdletter te gebruiken, raakt u de toets aan met de pijl omhoog. Om meerdere tekens met een hoofdletter te gebruiken, raakt u de pijltoets opnieuw aan. Om terug te keren naar het lettertoetsenbord, raakt u de pijltoets een derde keer aan. Om het laatste teken te wissen, raakt u de toets aan met de pijl terug en een X.
- Gebruik deze toetsen op het bedieningspaneel om op de tablet te navigeren. Druk dan op de toets Home om terug te keren naar het hoofdmenu. Druk op de middentoets voor toegang tot het instellingenmenu (zie bladzijde 19). Druk op de toets terug om terug te gaan naar het vorige scherm.
- Als het moeilijk voor u is om de juiste toetsen te raken op het scherm, dan is het scherm mogelijk niet goed gekalibreerd. Voor het kalibreren van het scherm, zie stap 5 op bladzijde 21.



## HET BEDIENINGSPANEEL INSTELLEN

Voordat u de trainingsfiets voor de eerste keer kunt gebruiken, dient u het bedieningspaneel in te stellen met onderstaande stappen.

### 1. Maak verbinding met een draadloos netwerk.

Aandacht: u moet op een draadloos netwerk aangesloten zijn, om toegang tot internet te krijgen, om

iFit-oefeningen te downloaden, en om andere functies van het bedieningspaneel te gebruiken. Zie DE DRAADLOZE NETWERKMODUS GEBRUIKEN op bladzijde 22, om het bedieningspaneel aan te sluiten op uw draadloze netwerk.

### 2. Controleer voor firmware updates.

Bekijk eerst stap 1 op bladzijde 19 en stap 2 op bladzijde 21 en selecteer de onderhoudsmodus. Raadpleeg dan stap 3 op bladzijde 21 en controleer op firmware updates.

### 3. Het hellingsysteem kalibreren.

Bekijk eerst stap 1 op bladzijde 19 en stap 2 op bladzijde 21 en selecteer de onderhoudsmodus. Zie vervolgens stap 4 op bladzijde 21 en kalibreer het hellingsysteem van de trainingsfiets.

### 4. Creëer een iFit-account.

Open op uw computer, smartphone, tablet, of ander internetgeschikt apparaat een internet browser en ga naar [www.iFit.com](http://www.iFit.com). Volg dan de informatie op de website om u te registreren voor uw iFit-lidmaatschap. Indien u een activeringscode heeft, selecteert u de code-activeringsoptie.

Het bedieningspaneel is nu klaar zodat u met oefenen kunt beginnen. De volgende pagina's geven uitleg over de verschillende oefeningen en andere functies die het bedieningspaneel biedt.

**Om de handmatige instelling te gebruiken**, kijkt u op bladzijde 14. **Voor gebruik van een Le Tour de France oefening**, zie bladzijde 15. **Om een oefening met een ingesteld doel te gebruiken**, zie bladzijde 16. **Om een iFit-oefening te gebruiken**, raadpleeg bladzijde 17.

**Om het geluidssysteem te gebruiken**, zie bladzijde 18. **Om de internetbrowser te gebruiken**, zie bladzijde 18. **Om de apparaatinstellingenmodus te gebruiken**, zie bladzijde 19. **Om de onderhoudsmodus te gebruiken**, zie bladzijde 21. **Voor gebruik van de draadloze netwerkmodus**, zie bladzijde 22.

Aandacht: als er een laagje plastic op het display ligt, moet u dat verwijderen.

Het bedieningspaneel kan de snelheid en de afstand in kilometers of mijlen weergeven. Om te zien welk meetsysteem is gekozen, kijkt u naar stap 14 op bladzijde 20.

## DE HANDMATIGE INSTELLING GEBRUIKEN

### 1. Druk op het scherm of begin met fietsen om het bedieningspaneel te activeren.

Zie HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 12.

### 2. Kies het hoofdmenu.

Wanneer u het apparaat aan zet, zal het hoofdmenu verschijnen nadat het bedieningspaneel is opgestart.

Raak de toets home aan onderaan op het scherm om te allen tijde terug te keren naar het hoofdmenu.

Druk op de toets Start om met de handmatige oefening te starten.

### 3. De helling (weerstand) van de trainingsfiets veranderen zoals gewenst.

Tijdens het fietsen kunt u de helling (weerstand) van de trainingsfiets veranderen door op de toetsen Grade (rang) toename- en afname te drukken.

U kunt ook de helling van de trainingsfiets wijzigen door te drukken op de schuivertoetsen. Druk voor toename van de helling tegelijkertijd op de voorste en achterste toetsen op de rechterschuiver; voor afname van de helling drukt u tegelijkertijd op de voorste en achterste toetsen op de linkerschuiver.

Aandacht: als u een toets hebt gedrukt, zal het een tijdje duren voordat de trainingsfiets het geselecteerde hellingniveau bereikt. **U hoort de hellingmotor terwijl de helling wijzigt. Dit is normaal.**

**OPGELET: de trainingsfiets kan een breed scala aan hellingniveaus doorlopen. Houd de handvaten vast en wees erop voorbereid dat de trainingsfiets beweegt als u van helling wisselt.**

### 4. Wijzig desgewenst van versnelling.

**U kunt de trainingsfiets zo instellen dat hij een gewone fiets simuleert. Om de versnellingsopties voor de trainingsfiets te selecteren, zie stap 7 op bladzijde 19.**

Aandacht: de trainingsfiets simuleert versnellingen; er is geen echte versnelling.

Wijzig van versnelling door te drukken op de toetsen op de schuivers. Aandacht: als u een toets hebt gedrukt, zal het een tijdje duren voordat de trainingsfiets de geselecteerde versnelling bereikt. **Om schade aan de schuivers te voorkomen, dient u niet te trekken aan, of te knijpen in de schuivers.**

Druk op de toetsen op de linkerschuiver om de voorste versnelling te wijzigen; druk op de toetsen op de rechterschuiver om de achterste versnelling te wijzigen.

Druk op de voorste toets op de linkerschuiver voor het verhogen van de weerstand, druk op de achterste toets voor het verlagen van de weerstand.

Druk op de voorste toets op de rechterschuiver voor het verhogen van de weerstand, druk op de achterste toets voor het verlagen van de weerstand.

De nummers van de momenteel geselecteerde voorste en achterste versnellingen verschijnen in de display op het scherm.

### 5. Controleer uw voortgang.

Het bedieningspaneel biedt verschillende display-opties. De gekozen display mode zal aangeven welke informatie wordt weergegeven.

Tik op of schuif over het scherm om de gewenste displaymodus te kiezen. U kunt ook aanvullende oefeninginformatie zien door licht te drukken op de rode vakjes op het scherm.

Indien gewenst kunt ook de volume bijstellen door op de Volume verhogen of verlagen toetsen op het bedieningspaneel te drukken.

Om de oefening te pauzeren, stopt u met fietsen of drukt u op de toets terug of home onderaan het scherm. Om verder te gaan met de oefening drukt u op de toets Resume (hervatten). Om de oefeningssessie te stoppen, drukt u lichtjes op de toets End Workout (oefening beëindigen).

Indien u drukt op de toets End Workout, verschijnt een samenvatting van de oefening op het scherm. Druk lichtjes op de toets Finish (beëindigen) om terug te keren naar het hoofdscherm als u het oefeningoverzicht hebt bekeken. U kunt ook uw resultaten bewaren of publiceren met een van de opties op het scherm.

## 6. Gebruik desgewenst intervals.

Tijdens een oefening kunt u het scherm met intervals gebruiken om uw prestaties voor korte tijdsperiodes te meten. Tik op of schuif over het scherm om het gewenste interval scherm te kiezen.

Druk op de toets Start om met een interval te beginnen. Om de huidige interval te stoppen, drukt u lichtjes op de toets Lap (ronde). U kunt zoveel intervallen aan uw oefening toevoegen als gewenst.

Het bedieningspaneel registreert gegevens voor elke interval die u op elk moment tijdens de oefening kunt bekijken. Het interval scherm toont een lijst met geregistreerde intervallen. Blader op het scherm naar beneden om de gegevens van de gewenste interval te zien.

## 7. Draag desgewenst een hartslagmonitor en meet uw hartslag.

U kunt een optionele hartslagmonitor dragen om uw hartslag te meten. Aandacht: het bedieningspaneel is compatibel met ANT + en POLAR hartslagmonitoren.

Als uw hartslag wordt gedetecteerd, zal uw hartslag worden getoond op het display op het scherm.

## 8. Wanneer u klaar bent met trainen, trek dan de stekker uit het stopcontact.

Wanneer u klaar bent met trainen, zet u de schakelaar op de stand uit en trekt u de stekker uit. **BELANGRIJK: als u dit niet doet, kunnen de elektrische onderdelen van de trainingsfiets voortijdig slijten.**

## EEN LE TOUR DE FRANCE OEFENING GEBRUIKEN

### 1. Druk op het scherm of begin met fietsen om het bedieningspaneel te activeren.

Zie HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 12.

### 2. Kies het hoofdmenu.

Zie stap 2 op bladzijde 14.

### 3. Selecteer een Le Tour de France-oefening.

Om een Le Tour de France oefening te kiezen, drukt u op het fietserkje onderaan het scherm. Het oefeningenmenu zal op het scherm verschijnen.

Druk vervolgens op de toets Tour de France. Kies dan de gewenste oefening. Aandacht: het kan nodig zijn om het scherm naar beneden te bladeren om alle oefeningsopties te zien.

Het scherm toont ook de naam, geschatte duur en de afstand van de oefening. Het scherm toont ook het geschatte aantal calorieën dat u tijdens de oefening zal verbranden en een kaart van de oefening. Aandacht: u kunt mogelijk andere variabelen kiezen voor de oefening op dit scherm.

### 4. Begin met de oefening.

Druk lichtjes op de toets Start Workout (start oefening) om de oefening te laten beginnen.

De oefening kan een warm-up segment hebben. Druk op de toets Skip (overslaan) om het warm-up segment over te slaan. Om de warm-up segmentopties voor de trainingsfiets te selecteren, zie stap 15 op bladzijde 20.

Elke oefening is in verschillende onderdelen ingedeeld. Er wordt één hellingsniveau (weerstand) voor ieder segment geprogrammeerd. Aandacht: hetzelfde hellingniveau kan voor meerdere opeenvolgende segmenten geprogrammeerd zijn.

Tijdens de oefening toont het scherm een kaart van de route en een markering die uw voortgang weergeeft. Druk op de toetsen op het scherm om de gewenste mapopties te selecteren.

Het oefeningdisplay geeft uw vorderingen weer. Tik of schuif op het scherm om uw profieldisplay te bekijken.

Aan het einde van het eerste onderdeel van de oefening, zal de helling zich automatisch aanpassen aan het hellingniveau voor het volgende onderdeel.

Wanneer de helling verandert, zal ook de weerstand van de pedalen veranderen. Om een gelijkmatig pedaalritme te behouden, wijzigt u van versnelling door te drukken op de toetsen op de verschuivers.

Aandacht: u kunt handmatig de hellinginstellingen overschrijven door te drukken op de toetsen Grade (rang). **Om terug te keren naar de geprogrammeerde hellinginstelling van de oefening**, raakt u de toets Follow Workout (volg oefening) aan.

**Aandacht: het calorieëndoel is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de oefening zult verbranden. Het feitelijke aantal calorieën dat u verbrandt hangt af van verschillende factoren zoals uw gewicht. Daarnaast heeft het pedaalritme invloed op het aantal calorieën dat u verbrandt.**

Om de oefening te pauzeren, stopt u met fietsen of drukt u op de toets terug of home onderaan het scherm. Om verder te gaan met de oefening drukt u op de toets Resume (hervatten). Om de oefening te stoppen, drukt u lichtjes op de toets End Workout (oefening beëindigen).

De oefening gaat zo verder tot het laatste onderdeel is uitgevoerd. Een oefeningsamenvatting zal dan op het scherm verschijnen. Druk lichtjes op de toets Finish (beëindigen) om terug te keren naar het hoofdscherm als u het oefeningoverzicht hebt bekeken. U kunt ook uw resultaten bewaren of publiceren met een van de opties op het scherm.

## 5. Controleer uw voortgang.

Zie stap 5 op bladzijde 14.

## 6. Gebruik desgewenst intervals.

Zie stap 6 op bladzijde 15.

## 7. Draag desgewenst een hartslagmonitor en meet uw hartslag.

Zie stap 7 op bladzijde 15.

## 8. Wanneer u klaar bent met trainen, trek dan de stekker uit het stopcontact.

Zie stap 8 op bladzijde 15.

## EEN VOORAF INGESTELDE DOELOEFENING GEBRUIKEN

### 1. Druk op het scherm of begin met fietsen om het bedieningspaneel te activeren.

Zie HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 12.

### 2. Kies het hoofdmenu.

Zie stap 2 op bladzijde 14.

### 3. Selecteer een ingestelde doeloefening.

Voor het selecteren van een oefening met een ingesteld doel, drukt u lichtjes op de toets Set A Goal (ingesteld doel) op het scherm.

Om een aangepast doel voor uw oefening in te stellen, drukt u op de toets voor het gewenste doel. Druk vervolgens lichtjes op de toetsen verhogen en verlagen op het scherm om uw doel en andere variabelen voor de oefening te selecteren. Het scherm zal de duur en de afstand van de oefening weergeven en het geschatte aantal calorieën dat u tijdens de oefening zult verbranden.

### 4. Begin met de oefening.

De oefening kan een warm-up segment hebben. Druk op de toets Skip (overslaan) om het warm-up segment over te slaan. Om de warm-up segmentopties voor de trainingsfiets te selecteren, zie stap 15 op bladzijde 20.

Druk op de toets Start om met de oefening te starten.

De oefening werkt op dezelfde wijze als de handmatige modus (zie bladzijde 14).

Aandacht: u kunt handmatig de hellinginstellingen overschrijven door te drukken op de toetsen Grade (rang). **Om terug te keren naar de geprogrammeerde hellinginstelling van de oefening**, raakt u de toets Follow Workout (volg oefening) aan.

De oefening duurt zolang tot u uw ingestelde doel bereikt. Een oefeningsamenvatting zal dan op het scherm verschijnen. Druk lichtjes op de toets Finish (beëindigen) om terug te keren naar het hoofdscherm als u het oefeningoverzicht hebt bekeken. U kunt ook uw resultaten bewaren of publiceren met een van de opties op het scherm.

**Aandacht: het calorieëndoel is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de oefening zult verbranden. Het feitelijke aantal calorieën dat u verbrandt hangt af van verschillende factoren zoals uw gewicht. Daarnaast heeft een handmatige wijziging van de versnelling of de helling tijdens de oefening effect op het aantal calorieën dat u zult verbranden.**

**5. Controleer uw voortgang.**

Zie stap 5 op bladzijde 14.

**6. Gebruik desgewenst intervals.**

Zie stap 6 op bladzijde 15.

**7. Draag desgewenst een hartslagmonitor en meet uw hartslag.**

Zie stap 7 op bladzijde 15.

**8. Wanneer u klaar bent met trainen, trek dan de stekker uit het stopcontact.**

Zie stap 8 op bladzijde 15.

## **EEN IFIT-OEFENING GEBRUIKEN**

Aandacht: om een iFit-oefening te gebruiken, heeft u toegang nodig tot een draadloos netwerk (zie DE DRAADLOZE NETWERKMODUS GEBRUIKEN op bladzijde 22). Een iFit-account is ook vereist.

**1. Druk op het scherm of begin met fietsen om het bedieningspaneel te activeren.**

Zie HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 12.

**2. Kies het hoofdmenu.**

Zie stap 2 op bladzijde 14.

**3. Log in op uw iFit-account.**

Raak, indien u dat nog niet heeft gedaan de toets Login (inloggen) aan om in te loggen op uw iFit-account. Het scherm zal u vragen om uw iFit-com gebruikersnaam en wachtwoord. Vul ze in en druk opnieuw lichtjes op de toets Inloggen. Raak de Cancel (annuleren) toets aan om het inlogschermb te verlaten. Aandacht: gebruikersnamen en wachtwoorden zijn hoofdlettergevoelig.

Om van gebruiker te wisselen binnen uw iFit-account, drukt u op de toets gebruiker onderaan het scherm. Indien het account meerdere gebruikers heeft, verschijnt er een lijst met gebruikers. Druk op de naam van de gewenste gebruiker.

**4. Kies een iFit-oefening.**

Voor het downloaden van een iFit-oefening in uw schema, drukt u lichtjes op de toets Map (kaart), Train, Video of Lose Wt. (afvallen) om de volgende oefening van dat type in uw schema te downloaden. Aandacht: u heeft mogelijk toegang tot demo-oefeningen via deze opties, zelfs als u niet inlogt op een iFit-account.

Druk op de toets Compete (competitie) om aan een race deel te nemen die u al eerder gekozen heeft. Druk lichtjes op de toets Track (volgen) om uw oefeningengeschiedenis te zien. Druk op de toets Set A Goal (doel instellen) om een oefening met een doel in te stellen (zie bladzijde 16).

U moet enkele oefeningen aan uw lijst op iFit.com toevoegen voordat sommige oefeningen gedownload kunnen worden.

**Voor meer informatie over de iFit oefeningen, kijkt u op [www.iFit.com](http://www.iFit.com).**

Wanneer u een iFit-oefening selecteert toont het scherm de naam, geschatte duur en afstand van de oefening. Het scherm geeft bij benadering ook het aantal calorieën dat u zult verbranden tijdens de oefening. De display zal, als u een competitie oefening kiest, aftellen totdat de race begint.

**5. Begin met de oefening.**

Zie stap 4 op bladzijde 15.

Een audio coach kan u door een aantal van de oefeningen begeleiden (zie DE GELUIDSINSTALLATIE GEBRUIKEN op bladzijde 18).

Aandacht: u kunt handmatig de hellinginstellingen overschrijven door te drukken op de toetsen Grade (rang). **Om terug te keren naar de geprogrammeerde hellinginstelling van de oefening, raakt u de toets Follow Workout (volg oefening) aan.**

## 6. Controleer uw voortgang.

Zie stap 5 op bladzijde 14. Het scherm zal een kaart van de route waarop u wandelt of loopt aangeven. Druk op de toetsen op het scherm om de gewenste mapopties te selecteren.

Tijdens een competitie-oefening, toont het scherm de snelheid van de hardlopers en de afstanden die ze hebben afgelegd. Het scherm toont ook het aantal seconden dat u voor of achter loopt op de andere hardlopers.

## 7. Gebruik desgewenst intervals.

Zie stap 6 op bladzijde 15.

## 8. Draag desgewenst een hartslagmonitor en meet uw hartslag.

Zie stap 7 op bladzijde 15.

## 9. Wanneer u klaar bent met trainen, trek dan de stekker uit het stopcontact.

Zie stap 8 op bladzijde 15.

**Voor meer informatie over iFit, gaat u naar [www.iFit.com](http://www.iFit.com).**

## DE GELUIDSINSTALLATIE GEBRUIKEN

Steek uw hoofdtelefoon in de audioaansluiting op het bedieningspaneel, om naar de audio van het bedieningspaneel, uw persoonlijke hoofdtelefoon of oortjes te luisteren.

## DE INTERNETBROWSER GEBRUIKEN

Aandacht: om de browser te kunnen gebruiken dient u toegang te hebben tot een draadloos netwerk inclusief een 802.11b/g/n draadloze router met geactiveerde SSID broadcast (verborgen netwerken worden niet ondersteund).

Om de internetbrowser te openen, drukt u op het toets met het wereldbolletje onderaan het scherm. Kies dan de gewenste website.

Druk op de toetsen Back (terug), Refresh (vernieuwen) en Forward (vooruit) op het scherm om te navigeren in de internet browser. Druk op de toets Return (terugkeren) op het scherm om de internet browser te verlaten.

Zie HET TOUSCHSCREEN GEBRUIKEN op bladzijde 13, om het toetsenbord te gebruiken.

Voor het invoeren van een ander webadres in de URL-balk, schuift u eerst met uw vinger over het scherm omlaag om, indien nodig, de URL-balk te zien. Druk daarna lichtjes op de URL-balk, gebruik het toetsenbord voor het invoeren van het adres en druk vervolgens lichtjes op de toets Go (ga).

Aandacht: de toetsen helling, versnelling en volume zullen nog steeds werken wanneer u de internetbrowser gebruikt, maar de toetsen workout (oefeningen) werken niet.

**Aandacht: indien u vragen heeft na het volgen van deze instructies, gaat u naar [www.support.iFit.com](http://www.support.iFit.com) voor hulp.**

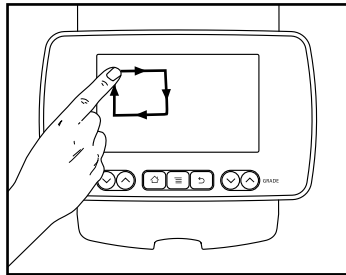
## DE STAND APPARATUURINSTELLINGEN GEBRUIKEN

Aandacht: een aantal van de beschreven functies is mogelijk niet ingeschakeld. Soms kan een firmware update ertoe leiden dat uw bedieningspaneel iets anders functioneert.

### 1. Selecteer het hoofdmenu van de instellingen.

Zet eerst het bedieningspaneel aan en selecteer het hoofdmenu (zie stappen 1 en 2 op bladzijde 14).

Teken vervolgens een vierkant naar rechts op het scherm voor toegang tot het hoofdmenu van de instellingen.



Aandacht: u kunt ook op de middelste toets op het bedieningspaneel drukken voor toegang tot het hoofdmenu met instellingen.

### 2. Selecteer de stand apparatuurinstellingen.

Raak in het hoofdmenu van de instellingen, lichtjes de toets Equipment Settings (apparatuurinstellingen) aan.

Aandacht: het kan nodig zijn om het scherm naar beneden te bladeren om alle menu-opties te zien.

### 3. De functie automatisch opnieuw inloggen in- of uitschakelen.

Schakel deze functie in als u wilt dat uw bedieningspaneel automatisch inlogt op uw iFit account wanneer u het apparaat aanzet. Aandacht: deze functie wordt alleen aanbevolen voor privé-eigenaren van de trainingsfiets.

Voor het in- of uitschakelen van de functie voor automatisch opnieuw inloggen, drukt u eerst op de toets Auto Relogin (automatisch opnieuw inloggen). Druk vervolgens op het keuzevakje Enable of Disable (aan of uit). Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

### 4. Automatische bedieningspaneel-updates in- of schakelen.

Voor het in- of uitschakelen van automatische bedieningspaneel-updates, drukt u eerst op de toets Auto Update (automatisch updaten). Druk

vervolgens op het keuzevakje Enable of Disable. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

Aandacht: voor het selecteren van een tijd voor automatische bedieningspaneel-updates, zie stap 13.

### 5. Schakel de internetbrowser in of uit.

Voor het in- of uitschakelen van de internetbrowser, drukt u eerst op de toets Browser. Druk vervolgens op het keuzevakje Enable of Disable. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

### 6. Stel een tijd in voor de ritme-timeout.

Het bedieningspaneel heeft een automatische ritme-timeoutfunctie; als er geen toetsen worden aangeraakt of ingedrukt en de pedalen niet bewegen voor een bepaalde ingestelde tijd, dan zal het bedieningspaneel u berichten om door te gaan met de oefening of deze te beëindigen.

Om de hoeveelheid tijd te selecteren die het bedieningspaneel moet wachten voordat het een bericht geeft om te stoppen of door te gaan met de oefening, drukt u op de toets Cadence Timeout (ritme-timeout) en drukt u op de gewenste tijd. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

### 7. De versnellingsopties selecteren.

**De versnelling op de trainingsfiets kan worden ingesteld om een diversiteit aan versnellingsopties die op gewone fietsen worden gebruikt, te simuleren.**

**Voor het selecteren van een voorste versnellingsoptie**, drukt u eerst op de toets Choose Front Gears (voorste versnelling kiezen). Selecteer vervolgens de gewenste voorste versnellingsoptie voor de trainingsfiets. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

**Voor het selecteren van een achterste versnellingsoptie**, drukt u eerst op de toets Choose Rear Gears (Achterste versnelling kiezen). Selecteer vervolgens de gewenste achterste versnellingsoptie voor de trainingsfiets. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

**BELANGRIJK:** voor gedetailleerde informatie over versnellingsopties, raadpleegt u het wegenfietsboek of een andere wegenfietsbron.

## 8. De display demo-modus aan of uitzetten.

Het bedieningspaneel heeft een demo-instelling, die ontwikkeld is voor als de trainingsfiets in een winkel uitgesteld wordt. Als de demostand aan staat, vertoont het scherm een demopresentatie.

Om de display demostand aan of uit te zetten, drukt u eerst lichtjes op de toets Demo mode(demostand). Druk vervolgens op het keuzevakje On of Off (aan of uit). Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

## 9. Selecteer een taal.

Raak, om een taal te kiezen, de Language (taal) toets aan en kies de gewenste taal. Volg vervolgens de richtlijnen op het scherm. Aandacht: deze functie is mogelijk niet geactiveerd.

## 10. Schakel het wachtwoord in of uit.

Het bedieningspaneel heeft een kinderveiligheidsinlogcode ontworpen om onbevoegde gebruik van de trainingsfiets te voorkomen.

Om een inlogcode in- of uit te schakelen, drukt u op de toets Passcode (inlogcode). Druk lichtjes op het keuzevakje Enable om een inlogcode in te schakelen. Voer dan een 4-cijferige inlogcode in naar keuze. Druk lichtjes op de toets Save (opslaan) om deze inlogcode op te slaan. Druk op de toets Cancel (annuleren) om terug te keren naar de instellingsmodus van de apparatuur zonder een inlogcode te gebruiken. Druk op het keuzevakje Disable om de inlogcode uit te schakelen. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

Aandacht: indien een inlogcode is uitgeschakeld, zal het bedieningspaneel regelmatig om een inlogcode vragen. Het bedieningspaneel blijftvergrendeld tot de juiste inlogcode wordt ingevoerd. **BELANGRIJK: als u uw inlogcode vergeet, dient u de volgende master inlogcode in te vullen om het bedieningspaneel te ontgrendelen: 1985.**

## 11. Straatzicht in- of uitschakelen.

Tijdens sommige oefeningen kan het scherm een kaart weergeven. Voor het in- of uitschakelen van straatzicht, drukt u eerst op de toets Street View (straatzicht). Druk vervolgens op het keuzevakje Enable of Disable. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

## 12. Selecteer een tijdzone.

Raak, om een tijd te kiezen, de Timezone (tijdzone) toets aan en kies de gewenste tijdzone. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

## 13. Selecteer een updatetijd.

Druk op de toets Update Time (tijd bijwerken) en selecteer de gewenste tijd om een tijd voor de automatische update van het bedieningspaneel te selecteren. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

**Wanneer u een bijwerktijd selecteert, dient u ook automatische bedieningspaneelupdates inschakelen (zie step 4).**

**BELANGRIJK: u dient nog steeds het stroomsnoer uit het stopcontact te halen na gebruik van uw trainingsfiets. Stel de tijd voor een update in op een tijdstip dat u normaal gesproken de trainingsfiets gebruikt en u de stekker, na een update, eruit kunt trekken.**

## 14. Selecteer de meeteenheid.

Druk lichtjes op de toets US/Metric (VS/Metrisch) om de geselecteerde meeteenheid te bekijken. Druk vervolgens op het vakje voor de gewenste meeteenheid. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

## 15. Selecteer een warm-up segmentoptie.

Wanneer u een oefening selecteert kan er een warm-up segment zijn voordat u met de oefening begint. Voor het selecteren van een tijd voor het warm-up segment of voor het uitschakelen van het warm-up segment, drukt u op de toets Warm Up Time (warm-up tijd) en selecteert u de gewenste optie. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm.

## 16. Verlaat de stand equipment settings (apparatuurinstellingen).

Druk op de toets terug op het scherm om de stand apparatuurinstellingen te verlaten.

## DE ONDERHOUDSMODUS GEBRUIKEN

Aandacht: een aantal van de beschreven functies is mogelijk niet ingeschakeld. Soms kan een firmware update ertoe leiden dat uw bedieningspaneel iets anders functioneert.

### 1. Selecteer het hoofdmenu van de instellingen.

Zie stap 1 op bladzijde 19.

### 2. Kies de onderhoudsmodus.

In het hoofdmenu van de instellingen, drukt u lichtjes op de toets Maintenance (onderhoud) om naar de onderhoudsmodus te gaan.

Het hoofdscherm van de onderhoudsmodus toont informatie over het bedieningspaneel en het draadloze netwerk.

### 3. Werk de firmware van het bedieningspaneel bij.

Controleer voor de beste resultaten regelmatig op firmware updates.

Druk lichtjes op de toets Firmware Update voor firmware updates met gebruik van uw draadloze netwerk. De update begint automatisch. Aandacht: als er geen firmware updates beschikbaar zijn, drukt u op de toets terug op het scherm.

**BELANGRIJK: om te voorkomen dat u de trainingsfiets beschadigt dient u het apparaat niet uit te zetten totdat de firmware is bijgewerkt.**

Het scherm toont de voortgang van de update. Als de update is voltooid, gaat de trainingsfiets uit en weer aan. Als dat niet gebeurt, drukt u de schakelaar in de stand off (uit). Wacht enkele seconden en zet de aan-uit-schakelaar in de resetstand. Aandacht: het kan een paar minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.

Aandacht: soms kan een firmware update ertoe leiden dat uw bedieningspaneel iets anders functioneert. Deze updates worden altijd zo ontwikkeld om uw oefeningervaring te verbeteren.

### 4. Het hellingsstelsel van de trainingsfiets kalibreren.

Druk lichtjes op de toets Calibrate Incline (helling kalibreren). Druk vervolgens zachtjes op de toets Begin (beginnen) om het hellingsstelsel te kalibreren.

De trainingsfiets stijgt automatisch naar de maximale hellingstand, daalt naar de minimale hellingstand en keert dan terug naar de uitgangstand. Hierdoor wordt het hellingsstelsel gekalibreerd.

**BELANGRIJK: houd huisdieren, voeten en andere voorwerpen uit de buurt van de trainingsfiets als u het hellingsstelsel kalibreert.**

Als het hellingsstelsel is gekalibreerd drukt u lichtjes op de toets terug.

### 5. Het scherm kalibreren.

Als het scherm niet goed is gekalibreerd, zal het moeilijk voor u zijn om lichtjes op de juiste toetsen op het scherm te drukken. Om het scherm te kalibreren, drukt u op de toets Calibrate Screen (scherm kalibreren). Er zal een klein doel op het scherm verschijnen.

Gebruik een gum of ander klein voorwerp om te drukken op het midden van het kleine doel. Druk dan lichtjes op de rest van de doelen. Na enkele seconden zal het bedieningspaneel het scherm kalibratiemodus verlaten. Aandacht: deze functie is mogelijk niet geactiveerd.

### 6. Machine-informatie bekijken.

Druk lichtjes op de toets Machine Info om informatie te zien over uw trainingsfiets. Druk daarna lichtjes op de toets terug op het scherm als u de informatie hebt gezien.

### 7. Sleutelcodes vinden.

Deze optie is bedoeld om te worden gebruikt door onderhoudsspecialisten om te onderzoeken of een bepaalde toets goed werkt.

### 8. Een aangepast IP-adres invoeren.

Indien uw netwerk niet automatisch IP-adressen genereert, drukt u op de toets Custom IP (aangepast IP-adres) om een aangepast IP-adres in te voeren. Aandacht: deze functie is mogelijk niet geactiveerd.

### 9. Verlaat de onderhoudsmodus.

Druk op de toets terug op het scherm om de onderhoudsmodus te verlaten.

## DE DRAADLOZE NETWERKMODUS GEBRUIKEN

Het bedieningspaneel bevat een draadloze netwerkmodus waarmee u een draadloze netwerkverbinding kunt instellen.

Aandacht: u hebt ook een eigen draadloos netwerk nodig, inclusief een 802.11b/g/n router met geactiveerde SSID broadcast (verborgen netwerken worden niet ondersteund).

### 1. Selecteer het hoofdmenu van de instellingen.

Zie stap 1 op bladzijde 19.

### 2. Selecteer de draadloze netwerkmodus.

In het hoofdmenu van de instellingen, drukt u lichtjes op de toets Network Setup (netwerk instellen) om naar de draadloze netwerkmodus te gaan.

Aandacht: u kunt ook drukken op de toets met het draadloos netwerk symbooltje onderaan het scherm om naar de draadloze netwerkmodus te gaan.

### 3. Wi-Fi inschakelen.

Zorg dat het vakje Wi-Fi is aangevinkt met een groen vinkje. Druk lichtjes één keer op de Wi-Fi menuoptie als dat niet het geval is, en wacht een paar seconden. Het bedieningspaneel zoekt naar beschikbare draadloze netwerken.

### 4. Een draadloze netwerkverbinding instellen en beheren.

Als Wi-Fi is ingeschakeld vertoont het scherm een lijst met beschikbare netwerken. Aandacht: het kan een paar seconden duren voordat de lijst met draadloze netwerken verschijnt.

Zorg dat het keuzevakje op het Netwerknificatiemenu-optie een groen vinkje heeft om het bedieningspaneel in te lichten als een draadloos netwerk binnen het bereik is en beschikbaar.

Als een lijst met netwerken verschijnt, drukt u lichtjes op het gewenste netwerk. Aandacht: u dient uw netwerknaam te kennen (SSID). Als uw netwerk een wachtwoord heeft, dient u ook het wachtwoord te kennen.

Een informatievakje vraagt u of u verbinding wilt maken met het draadloze netwerk. Druk dan op de toets Connect (verbinden) om verbinding te maken met het netwerk of druk lichtjes op de toets Cancel (annuleren) om terug te keren naar de lijst met netwerken. Als het netwerk een wachtwoord heeft, drukt u lichtjes op het vakje voor het wachtwoord. Er zal een toetsenbord op het scherm verschijnen. Om het wachtwoord tijdens het typen te zien, dient u lichtjes te drukken op het keuzevakje Show Password (toon wachtwoord).

Voor gebruik van het toetsenbord, zie DE TOUCHSCREEN GEBRUIKEN op bladzijde 13.

De Wi-Fi menu optie informeert u wanneer het bedieningspaneel is aangesloten op uw draadloze netwerk.

Om het contact met een draadloos netwerk te verbreken, selecteert u het draadloze netwerk en drukt vervolgens op de toets Forget (vergeten).

Indien u problemen ervaart bij het verbinding maken met een gecodeerd netwerk, zorg er dan voor dat uw wachtwoord juist is. Aandacht: wachtwoorden zijn hoofdlettergevoelig.

Aandacht: de iFit-modus ondersteunt onbeveiligde en beveiligde (WEP, WPA en WPA2) codering. Een breedbandverbinding wordt aanbevolen, de werking hangt af van de verbindingssnelheid.

**Aandacht: indien u vragen heeft na het volgen van deze instructies, gaat u naar [www.support.iFit.com](http://www.support.iFit.com) voor hulp.**

### 5. Verlaat de draadloze netwerkmodus.

Druk op de toets terug op het scherm om de draadloze netwerkmodus te verlaten.

# RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN

## ⚠ WAARSCHUWING:

voordat u begint met dit of een ander oefeningenprogramma, dient u een arts te consulteren. Dit is vooral belangrijk voor personen boven de 35 jaar of personen met bestaande gezondheidsproblemen.

De polssensor is geen medisch apparaat. Diverse factoren kunnen invloed hebben op nauwkeurigheid van de hartslagwaarden. De polssensor is alleen bedoeld als hulpmiddel bij de oefening voor het bepalen van de hartslag over het algemeen.

Deze richtlijnen helpen u bij het plannen van uw oefeningenprogramma. Voor meer gedetailleerde oefeninginformatie, dient u een erkend boek te kopen of uw arts te consulteren. Onthoud dat goede voeding en voldoende rust essentieel zijn voor succesvolle resultaten.

## INTENSITEIT VAN OEFENINGEN

Of het nu uw doel is om vet te verbranden of om uw hart en vaatsysteem te versterken, het uitvoeren van oefeningen met de juiste intensiteit is de sleutel voor het bereiken van resultaten. U kunt uw hartslag gebruiken als gids voor het vinden van het juiste intensiteitsniveau. De grafiek hieronder toont de aanbevolen hartslagen voor het verbranden van vet en voor een aerobische oefening.

|     |     |     |     |     |     |     |   |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---|
| 165 | 155 | 145 | 140 | 130 | 125 | 115 | ♥ |
| 145 | 138 | 130 | 125 | 118 | 110 | 103 | ♥ |
| 125 | 120 | 115 | 110 | 105 | 95  | 90  | ♥ |
| 20  | 30  | 40  | 50  | 60  | 70  | 80  |   |

Voor het vinden van het juiste intensiteitsniveau, zoekt u uw leeftijd onderaan de grafiek (leeftijden worden afgerond naar het dichtstbijzijnde tiental). De drie getallen boven uw leeftijd bepalen uw "trainingszone." Het laagste nummer is uw hartslag voor het verbranden van vet, het middelste nummer is uw hartslag voor het maximaal verbranden van vet en het hoogste nummer is de hartslag voor de aerobische oefening.

**Vet verbranden**—Om op doeltreffende wijze vet te verbranden, moet u gedurende een aanhoudende periode oefeningen doen op een laag intensiteitsniveau. Tijdens de eerste minuten van de oefening gebruikt uw lichaam *koolhydraatcalorieën* voor de energie. Pas na de eerste minuten van de oefening gebruikt uw lichaam opgeslagen *vetcalorieën* voor de energie. Als het uw doel is om vet te verbranden dient u de intensiteit van de oefening aan te passen tot uw hartslag zich bij het laagste nummer in uw trainingszone bevindt. Voor maximale vetverbranding, dient u te oefenen met uw hartslag in het middelste nummer van uw trainingszone.

**Aerobische oefening**—Als het uw doel is om uw hart en vaatsysteem te versterken dan moet u een aerobische oefening uitvoeren die zorgt voor activiteit die grote hoeveelheden zuurstof vereist gedurende langere periodes. Voor een aerobische oefening past u de intensiteit van uw oefening aan tot uw hartslag in de buurt is van het hoogste nummer van uw trainingszone.

## RICHTLIJNEN VOOR EEN TRAINING

**Warming up**—Start met strekken en lichte oefeningen gedurende 5 tot 10 minuten. Een warming-up zorgt dat u uw lichaamstemperatuur, hartslag en bloeddoorstroming verhoogt in voorbereiding op de training.

**Trainingszone-oefening**—Oefen gedurende 20 tot 30 minuten met uw hartslag in uw trainingszone. (Gedurende de eerste weken van uw oefeningenprogramma, dient u uw hartslag niet langer dan 20 minuten in uw trainingszone te houden.) Adem regelmatig en diep bij het uitvoeren van de oefening; houd uw adem niet in.

**Afkoelen**—Eindig met 5 tot 10 minuten strekken. Strecken verhoogt de flexibiliteit van de spieren en helpt problemen na de oefening voorkomen.

## FREQUENTIE VAN DE OEFENINGEN

Om uw conditie te behouden of te verbeteren, dient u drie trainingen per week te doen, met ten minste één rustdag tussen de trainingen. Na een aantal maanden regelmatig oefeningen doen, kunt u desgewenst maximaal vijf trainingen per week doen. Onthoud dat het dagelijks regelmatig en met plezier doen van oefeningen de sleutel tot uw succes is.

# LIJST MET ONDERDELEN

Modelnr. FMEX81912.0 R0414A

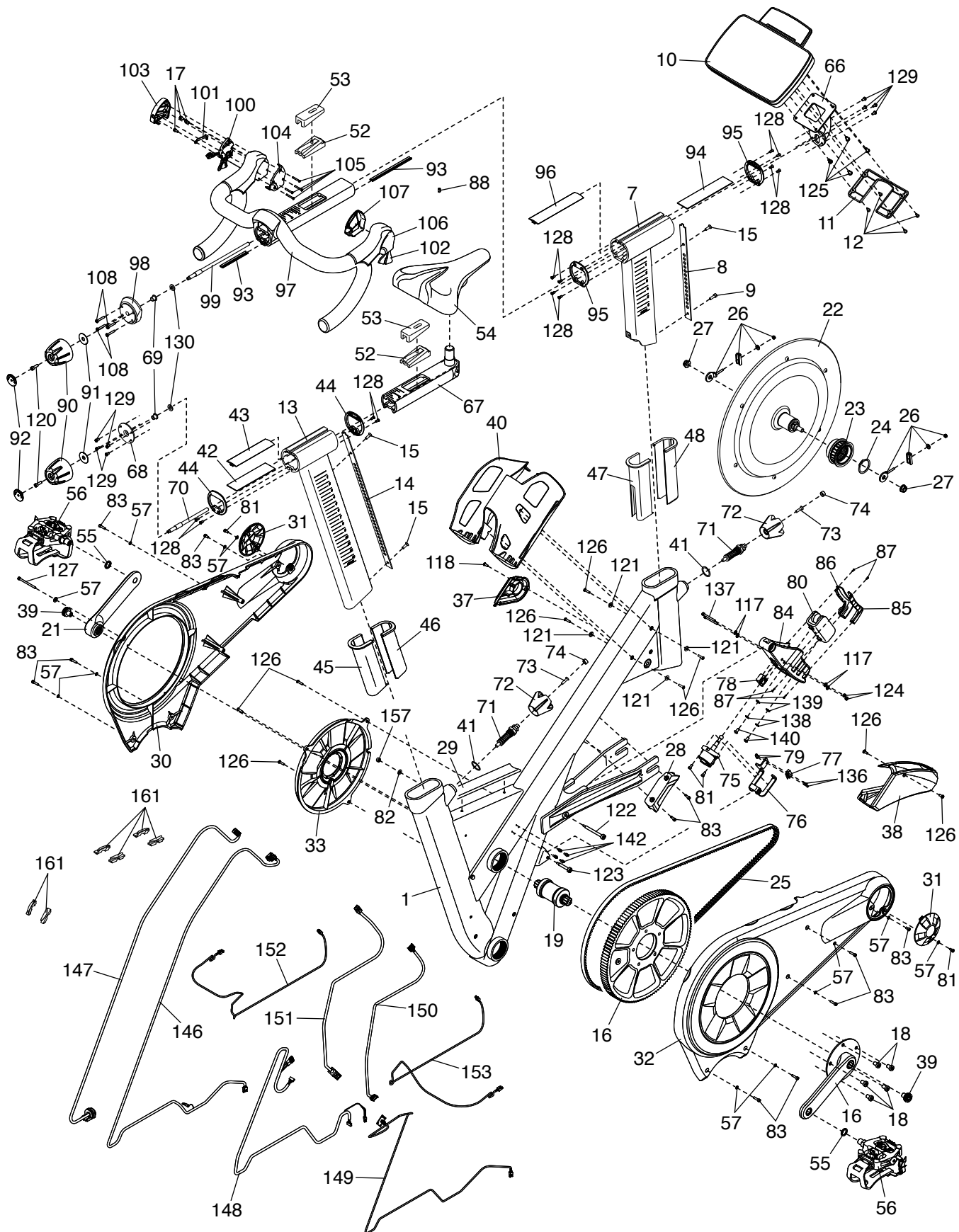
| Nr. | Aant. | Beschrijving                                 | Nr. | Aant. | Beschrijving                  |
|-----|-------|----------------------------------------------|-----|-------|-------------------------------|
| 1   | 1     | Onderstel                                    | 48  | 1     | Voorste Kraag van het Handvat |
| 2   | 1     | Basis                                        | 49  | 2     | Wielmodule                    |
| 3   | 1     | Voorste Stabilisator                         | 50  | 2     | Kapje A                       |
| 4   | 1     | Achterste Stabilisator                       | 51  | 2     | Kapje B                       |
| 5   | 2     | Stabilisatorscherm                           | 52  | 2     | Onderste Wig                  |
| 6   | 2     | Draaiklem                                    | 53  | 2     | Bovenste Wig                  |
| 7   | 1     | Buis van het Handvat                         | 54  | 1     | Zadel                         |
| 8   | 1     | Selector van het Handvat                     | 55  | 2     | Pedaaltussenring              |
| 9   | 1     | M5 x 16mm Schroef                            | 56  | 1     | Pedaalset                     |
| 10  | 1     | Bedieningspaneel                             | 57  | 29    | M4 x 8mm Tussenring           |
| 11  | 1     | Kap van het Bedieningspaneel                 | 58  | 1     | Liftmodule                    |
| 12  | 4     | M4 x 8mm Schroef                             | 59  | 1     | Liftboot                      |
| 13  | 1     | Stang van het Zadel                          | 60  | 1     | Linkerzwenkscherm             |
| 14  | 1     | Selector van het Zadel                       | 61  | 1     | Rechterzwenkscherm            |
| 15  | 3     | M5 x 16mm Schroef met Platte Kop             | 62  | 1     | Liftscherm                    |
| 16  | 1     | Katrol/Crank                                 | 63  | 1     | Linker Schermring             |
| 17  | 6     | M4 x 12mm Schroef                            | 64  | 1     | Rechter Zwenkschermkap        |
| 18  | 5     | M8 x 12mm Schroef                            | 65  | 1     | Linker Zwenkschermkap         |
| 19  | 1     | Onderste Beugel                              | 66  | 1     | Bedieningspaneelmodule        |
| 20  | 1     | Zwenkasbeugel                                | 67  | 1     | Drager van het Zadel          |
| 21  | 1     | Linker crank                                 | 68  | 1     | Zadelafstelbeugel             |
| 22  | 1     | Vliegwielm module                            | 69  | 2     | Beugelbus                     |
| 23  | 1     | Kleine Katrol                                | 70  | 1     | Zadelafstelschacht            |
| 24  | 1     | Borgring van het Vliegwiel                   | 71  | 2     | Knop Pen                      |
| 25  | 1     | Koolstof Aandrijfriem                        | 72  | 2     | Knop van de Stang             |
| 26  | 2     | Afstelmodule                                 | 73  | 2     | M5 x 20mm Schroef             |
| 27  | 2     | 3/8" Asmoer                                  | 74  | 2     | Kap van de Knop               |
| 28  | 1     | Stootrand                                    | 75  | 1     | Weerstandmotor                |
| 29  | 1     | Onderstelscherm                              | 76  | 1     | Motorbeugel                   |
| 30  | 1     | Scherm van de Linkerriem                     | 77  | 1     | Limietschakelaar              |
| 31  | 2     | Schermkap                                    | 78  | 1     | Remas                         |
| 32  | 1     | Scherm van de Rechterriem                    | 79  | 2     | Limietschakelaarmoer          |
| 33  | 1     | Magneet/Kap                                  | 80  | 1     | Remmagneet                    |
| 34  | 1     | Voorste Basisscherm                          | 81  | 6     | M4 x 7mm Schroef              |
| 35  | 1     | Achterste Basisscherm                        | 82  | 1     | M5 Kleine Tussenring          |
| 36  | 2     | Draaikap                                     | 83  | 22    | M4 x 16mm Schroef             |
| 37  | 1     | Liftkap                                      | 84  | 1     | Rembeugel                     |
| 38  | 1     | Hoofdkap                                     | 85  | 1     | Rechter Remkap                |
| 39  | 2     | Crankschroef                                 | 86  | 1     | Linker Remkap                 |
| 40  | 1     | Accessoireshouder                            | 87  | 4     | Achterste kapschroef          |
| 41  | 2     | Knop pen Tussenring                          | 88  | 1     | M3 x 6mm Schroef              |
| 42  | 1     | Slijtagestrip van het Zadel                  | 89  | 4     | Stelvoet                      |
| 43  | 1     | Kap van de Drager van het Zadel              | 90  | 2     | Dragerknop                    |
| 44  | 2     | Kap van de Stang van het Zadel               | 91  | 2     | 30mm Drukring                 |
| 45  | 1     | Achterste Kraag van de Stang van het Zadel   | 92  | 2     | Knopkap                       |
| 46  | 1     | Voorste Kraag van de Stang van het Zadel     | 93  | 1     | Slijtagestripset              |
| 47  | 1     | Achterste Kraag van de Stang van het Handvat | 94  | 1     | Slijtagestrip van het Handvat |
|     |       |                                              | 95  | 2     | Stangkap van het Handvat      |
|     |       |                                              | 96  | 1     | Kap van het Handvat/Drager    |
|     |       |                                              | 97  | 1     | Handvat/Drager                |

| <b>Nr.</b> | <b>Aant.</b> | <b>Beschrijving</b>                | <b>Nr.</b> | <b>Aant.</b> | <b>Beschrijving</b>             |
|------------|--------------|------------------------------------|------------|--------------|---------------------------------|
| 98         | 1            | Beugel van het Handvat/Drager      | 130        | 2            | M8 x 16mm Tussenring            |
| 99         | 1            | Afstelschacht van het Handvat      | 131        | 4            | M4 Schroef                      |
| 100        | 1            | Module van de Linker Schuiver      | 132        | 4            | M6 Tussenring                   |
| 101        | 2            | Schuiverbeugel                     | 133        | 2            | M6 Slotmoer                     |
| 102        | 1            | Module van de Rechter Schuiver     | 134        | 2            | M10 x 30mm Bout                 |
| 103        | 1            | Dop van de Linker Schuiver         | 135        | 2            | M4 x 12mm Pankopschroef         |
| 104        | 1            | Kap van de Linker Schuiver         | 136        | 2            | M2 x 4mm Schroef                |
| 105        | 8            | M5 x 25mm Schroef                  | 137        | 2            | M4 x 40mm Schroef               |
| 106        | 1            | Rechter Schuiverdop                | 138        | 2            | M5 Sterring                     |
| 107        | 1            | Rechter Schuiverkap                | 139        | 2            | M5 Grote Tussenring             |
| 108        | 4            | M4 x 25mm Schroef                  | 140        | 2            | M5 x 10mm Schroef               |
| 109        | 4            | M4 x 20mm Schroef                  | 141        | 2            | M3 x 35mm Schroef               |
| 110        | 1            | M8 x 12mm Tussenring               | 142        | 12           | Standoff                        |
| 111        | 1            | Onderste Draaibout                 | 143        | 1            | Stopcontact                     |
| 112        | 4            | M10 Tussenring                     | 144        | 1            | Schakelaar                      |
| 113        | 1            | M8 Borgmoer                        | 145        | 1            | Schakelbord                     |
| 114        | 1            | Bovenste Draaibout                 | 146        | 1            | Stroomdraad                     |
| 115        | 4            | M10 x 60mm Bout                    | 147        | 1            | Ethernetkabel                   |
| 116        | 4            | M10 Slotmoer                       | 148        | 1            | Bedrading van de Weerstandmotor |
| 117        | 6            | M4 x 11mm Tussenring               | 149        | 1            | Snelheidssensordraad            |
| 118        | 1            | M4 x 12mm Schroef met Platte Kop   | 150        | 1            | Stroomdraad van het Handvat     |
| 119        | 4            | M8 x 35mm Schroef                  | 151        | 1            | Ethernetkabel van het Handvat   |
| 120        | 2            | M5 x 16mm Hechtschroef             | 152        | 1            | Linker Schuiverdraad            |
| 121        | 4            | M4 Tussenring                      | 153        | 1            | Rechter Schuiverdraad           |
| 122        | 1            | Remdraaischroef                    | 154        | 1            | Noord-Amerikaans Stroomsnoer    |
| 123        | 1            | Weerstand Draaibout                | 155        | 4            | M8 Tussenring van Elasticiteit  |
| 124        | 2            | M4 Slotmoer                        | 156        | 2            | M3 Moer                         |
| 125        | 4            | M5 x 10mm Schroef met<br>Ronde Kop | 157        | 1            | M5 Slotmoer                     |
| 126        | 9            | M4 x 16mm Schroef met<br>Ronde Kop | 158        | 1            | Stroomdraad                     |
| 127        | 1            | M4 x 55mm Schroef                  | 159        | 1            | Europees Stroomsnoer            |
| 128        | 12           | M4 x 9mm Schroef                   | 160        | 1            | Borgring                        |
| 129        | 8            | M4 x 6mm Schroef                   | 161        | 6            | Doorvoerhuls                    |
|            |              |                                    | *          | –            | Gebruikershandleiding           |

Aandacht: deze technische gegevens kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd. Kijk op de achterkant van deze gebruiksaanwijzing voor informatie over te bestellen onderdelen. \*Deze onderdelen worden niet getoond.

## GEDETAILEERDE TEKENING A

Modelnr. FMEX81912.0 R0414A



Modelnr. FMEX81912.0 R0414A



---

# HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTDIENST

Indien u vragen heeft na het lezen van deze handleiding, of indien onderdelen beschadigd zijn of ontbreken, neem dan contact op met de Klantendienst via de telefoonnummers of adressen die hieronder staan vermeld. **Let op het model- en serienummer van het apparaat en de naam van het product (raadpleeg de kft van deze handleiding) voordat u contact opneemt met de Klantendienst. Indien u vervangende onderdelen bestelt, let dan op het nummer van het onderdeel en de beschrijving (zie LIJST MET ONDERDELEN en GEDETAILEERDE TEKENING aan het eind van deze handleiding).**

## in de Verenigde Staten

Bel: 1-800-201-2109, Ma-Vrij. 06.00 uur-18.00 uur MT  
Email: [customercare@freemotionfitness.com](mailto:customercare@freemotionfitness.com)

Schrijf naar:

FreeMotion Fitness  
1500 South 1000 West  
Logan, UT 84321-9813  
Verenigde Staten

## Buiten de Verenigde Staten

Bel: 001-800-527-5417 of 001-435-786-3521,  
Ma - Vrij. 08.00 uur - 18.00 uur VS Mountain Time  
Email: [intlcustomercare@freemotionfitness.com](mailto:intlcustomercare@freemotionfitness.com)

---

## BEPERKTE GARANTIE

### GARANTIEPERIODES EN DEKKING

FreeMotion Fitness garandeert dat dit apparaat bij normaal gebruik en bij normaal gepleegd onderhoud geen werkingsfouten en fouten in het materiaal kent. Er is garantie op onderdelen en werking voor één (1) jaar, tenzij anders staat vermeld op de factuur.

De garantieperiode gaat in op de datum van de aankoopbon. Onderdelen die tijdens deze garantieperiode worden gerepareerd of vervangen vallen onder de resterende lopende garantie.

### VOORWAARDEN EN BEPERKINGEN

Garantie op het apparaat komt te vervallen in de volgende gevallen:

1. Deze garantie is alleen geldig voor de eerste eigenaar en is niet overdraagbaar.
2. De gebruiksgarantie is alleen geldig op apparaten die in de VS en Canada verkocht zijn. Neem contact op met uw erkende FreeMotion Fitness dealer voor details over de gebruiksgarantie in uw eigen land.
3. Ieder vorm van verkeerd gebruik, misbruik, of onjuist onderhoud.
4. Gebruikers met een hoger gewicht dan het gewicht dat staat vermeld in deze handleiding.
5. Beschadiging veroorzaakt door het verplaatsen van het apparaat of het onjuist op zijn zijkant verplaatsen of opslaan van het apparaat.
6. Het gebruik of het opslaan van het apparaat buitenshuis of in heel vochtige omgevingen zoals whirlpools en zwembaden.
7. Schade veroorzaakt door verkeerde bedrading of verkeerd elektrische voltage. Aandacht: dit product heeft mogelijk geen bedrading.

Deze garantie geldt niet voor het volgende:

1. Sieronderdelen zoals grepen, zittingen, en stickers en labels.
2. Ophaal-, aflever-, of verzendkosten i.v.m. een reparatie.
3. Ieder probleem veroorzaakt door onjuiste montage of aflevering.

### WAT TE DOEN WANNEER SERVICE NODIG IS

FreeMotion Fitness garantie service kan worden aangevraagd door contact op te nemen met de erkende dealer bij wie u dit apparaat gekocht hebt. Zorg ervoor dat u de originele factuur en de informatie m.b.t. het serienummer bewaart. FreeMotion Fitness zal, wanneer dit apparaat een probleem heeft welke onder deze garantie valt, naar keuze repareren, vervangen of de aankoopprijs terugbetalen. FreeMotion vergoedt de servicemonteurs die service verlenen voor het werk wat onder de garantie valt, uitgevoerd binnen het servicegebied. Het kan zijn dat u extra kosten moet betalen voor gevraagde service buiten het servicegebied.

FreeMotion Fitness is niet aansprakelijk of verantwoordelijk voor directe, speciale of voortvloeiende schade resulterend uit of verband houdend met het gebruik of de werking van het product; schade betreffende economisch verlies, verlies van eigendom, verlies van omzet of winst, verlies van gebruikssplezier of kosten voor verwijdering of installatie; of voortvloeiende schades. In sommige regio's is het uitsluiten of beperken van voortvloeiende schades niet toegestaan. Derhalve is de bovenstaande beperking mogelijk niet op u van toepassing. Deze garantie geeft u specifieke rechten en u heeft mogelijk andere rechten die van regio tot regio verschillen.

### CONTACT OPNEMEN MET FREEMOTION FITNESS

Zie HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTDIENST hierboven.