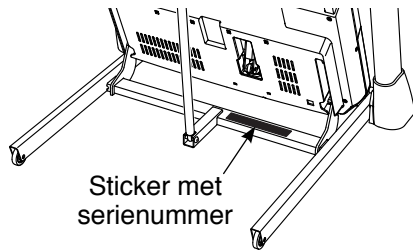


# **NordicTrack**<sup>®</sup> T 13.5

Modelnr. NETL12814.1

Serienr. \_\_\_\_\_

Schrijf het serienummer hierboven  
voor verdere raadpleging.



## KLANTENDIENST

Neem contact op met de Klantendienst (zie informatie hieronder) of neem contact op met de winkel waar u dit product gekocht heeft wanneer u nog vragen heeft of wanneer er onderdelen ontbreken of beschadigd zijn.

**4021 529 7186**

Maandag-Vrijdag 08:00-20:00  
GMT; Zaterdag 09:00-13:00 GMT

**Website:**

[www.iconsupport.eu](http://www.iconsupport.eu)

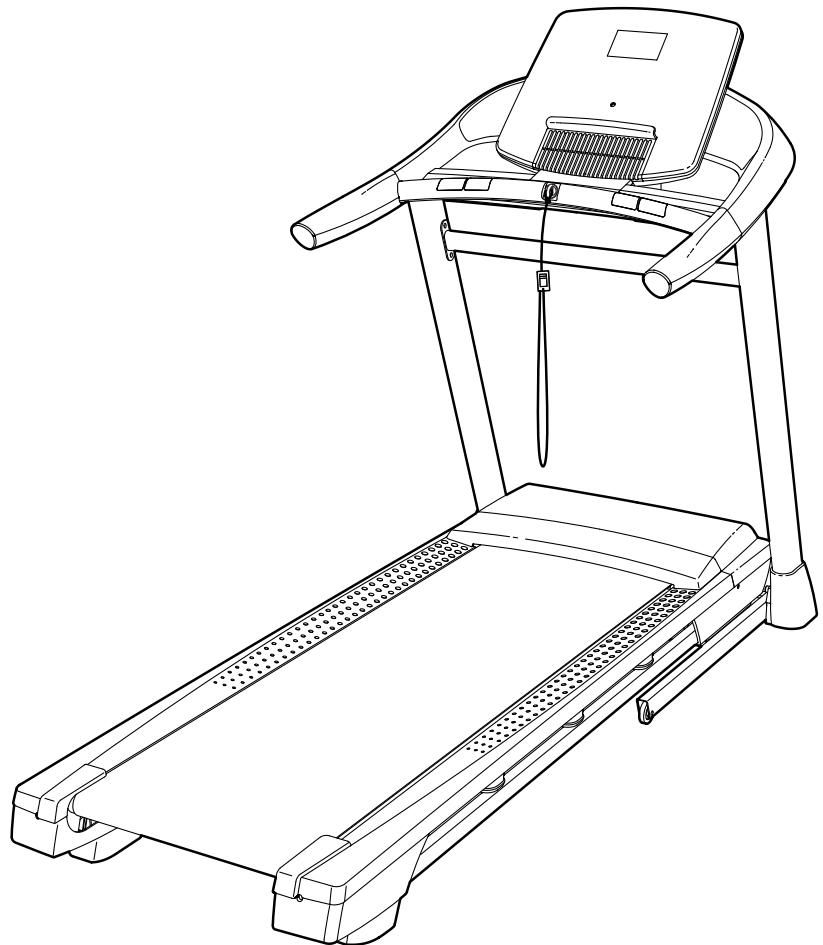
**Email:**

[csuk@iconeurope.com](mailto:csuk@iconeurope.com)

## **OPGELET**

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

## GEBRUIKERSHANDLEIDING



[www.iconeurope.com](http://www.iconeurope.com)

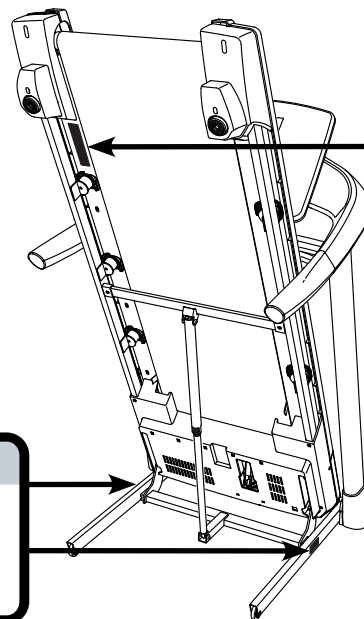
# INHOUD

DE STICKERS MET WAARSCHUWING .....	2
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN .....	3
VOORDAT U BEGINT .....	5
ONDERDEEL IDENTIFICATIESCHEMA .....	6
MONTAGE .....	7
DE HARTSLAG MONITOR .....	18
HOE DE LOOPBAND TE GEBRUIKEN .....	19
HOE DE LOOPBAND IN TE KLAPPEN EN TE VERPLAATSEN .....	29
ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN .....	30
RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN .....	33
LIJST MET ONDERDELEN .....	34
GEDETAILLEERDE TEKENING .....	36
HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN .....	Laatste pagina
RECYCLING INFORMATIE .....	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.**

**⚠ OPGELET**  
Houdt Uw Handen en Voeten tijdens het gebruik van de loopband van deze plaatsen weg.



**⚠ WAARSCHUWING**

Bescherm uzelf en andere gebruikers tegen het risico van ernstig letsel. Lees deze handleiding en!

- Ga altijd op de zijrails staan bij het starten en stoppen van de loopband.
- Stel de snelheid geleidelijk bij.
- Houdt U tijdens het gebruik van de loopband vast aan de handleuningen om te voorkomen dat U valt draag ook altijd de veiligheidsslip.
- Stop wanneer u zich niet goed voelt, duizelig of kortademig wordt.
- Sluit de stekker goed voordat u de loopband verplaatst of opbergt.
- Helling moet in ruststand gezet worden voordat de loopband opgeborgen kan worden.
- Laat kinderen niet in de buurt van of op de loopband spelen.
- Haal de sleutel uit het apparaat wanneer U deze niet gebruikt.
- Blijf met uw kleding, uw vingers en hoofdhaar uit de buurt van de lopende band.
- Probeer nooit tijdens het gebruik de loopband te repareren of bij te stellen.
- Draag altijd sportschoenen wanneer U op de loopband oefent.

# BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN

**⚠ WAARSCHUWING:** lees om het risico op brandwonden, brand, elektrische shok, of persoonlijk letsel te verminderen, alle belangrijke voorzorgsmatregelen en instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen op uw loopband voordat u de loopband gebruikt. ICON is niet verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit product.

1. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om zich ervan te vergewissen dat alle gebruikers van de loopband voldoende op de hoogte zijn van alle waarschuwingen en alle voorzorgsmatregelen.  
Suspensoirs worden voor zowel mannen als vrouwen aanbevolen. *Draag altijd gym-schoenen. Gebruik de loopband nooit op blote voeten, met alleen sokken aan of met sandalen.*
2. Raadpleeg uw huisarts voordat u met enig oefenprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen van boven de 35 jaar, of voor personen met reeds bestaande gezondheidsproblemen.
3. Gebruik de loopband alleen zoals in deze handleiding beschreven.
4. De loopband is alleen voor gebruik in huis bedoeld. Gebruik de loopband niet commercieel, niet voor verhuur of in een instelling.
5. Gebruik de loopband binnenshuis weg van vocht en stof. Plaats de loopband niet in een garage, op een overdekt terras, of bij water.
6. Plaats de loopband op een vlakke ondergrond met minstens 2,4 m ruimte achter de loopband en 0,6 m ruimte aan iedere kant van de loopband. Zorg ervoor dat de loopband geen enkele luchtopening blokkeert. Leg een matje onder de loopband om de vloer of de vloerbedekking te beschermen.
7. Gebruik de loopband niet daar waar spuitbussen gebruikt worden of waar zuurstof beheerd wordt.
8. Houd te allen tijde kinderen jonger dan 12 jaar en huisdieren bij de loopband vandaan.
9. De loopband mag alleen door personen die minder dan 150 kg wegen gebruikt worden.
10. Laat nooit meer dan één persoon tegelijkertijd op de loopband.
11. Draag geschikte kleding wanneer u de loopband gebruikt. Draag geen losse kleding die in de loopband verstrikt kan raken.
12. Steek de stroomsnoer, bij het aansluiten (zie page 19), alleen in een geaard stopcontact. Geen enkel ander apparaat mag op dezelfde groep aangesloten zijn.
13. Mocht een verlengsnoer nodig zijn gebruik dan alleen een 3-dradige geleider: snoer maat 14 (1 mm<sup>2</sup>) van 1,5 m of korter.
14. Houd de stroomsnoer bij hete oppervlaktes vandaan.
15. Laat de band nooit draaien wanneer het apparaat uit staat. Gebruik de loopband niet wanneer de stroomsnoer of de stekker beschadigd is of wanneer de loopband niet juist werkt. (Zie ONDERHOUD EN PROBLEMEN OPLOSSEN VAN op bladzijde 30 als de loopband niet goed werkt.)
16. Lees de noodstop procedure grondig door en test de procedure voordat u de loopband gebruikt (raadpleeg HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 21).
17. Start de loopband nooit wanneer u op het loopvlak staat. Houd u altijd aan de handleidingen vast wanneer u de loopband gebruikt.
18. De loopband kan hoge snelheden bereiken. Stel de snelheid geleidelijk bij om plotselinge schokkende versnellingen te voorkomen.
19. De hartslagmonitor is geen medisch instrument. Verschillende factoren, waaronder de beweging van de gebruiker, kunnen invloed hebben op de nauwkeurigheid van de hartslagwaarden. De hartslagmonitor dient slechts om de hartslag globaal te meten, als hulpmiddel bij het oefenen.

20. Laat de loopband nooit zonder toezicht ronddraaien. Verwijder altijd de sleutel, druk de schakelaar in de uit-stand (off) (zie de tekening op bladzijde 5 voor de plaats van de schakelaar) en trek de stroomsnoer uit wanneer de loopband niet gebruikt wordt.
21. Verplaats de loopband niet totdat deze correct gemonteerd is. (Zie MONTAGE op bladzijde 7 en HOE DE LOOPBAND IN TE KLAPPEN EN TE VERPLAATSEN op bladzijde 29). U moet in staat zijn om veilig 20 kg op te kunnen tillen om de loopband te verplaatsen.
22. Zorg ervoor dat de opbergvergrendeling het onderstel stevig in de opbergstand houdt bij het inklappen of het verplaatsen van de loopband.
23. Verander de helling van de loopband niet door voorwerpen onder de loopband te plaatsen.
24. Steek geen enkel onderwerp in welke opening dan ook van de loopband.
25. Controleer regelmatig alle onderdelen en draai ze dan goed vast.
26. **GEVAAR:** trek de stroomsnoer altijd direct na gebruik van de loopband uit. Doe dit ook voor het schoonmaken van de loopband, voor het plegen van onderhoud en voor het bijstellen zoals in deze handleiding beschreven. Verwijder de motorkap nooit tenzij een erkende onderhoudsmonteur dat aangeeft. Onderhoud, anders dan de procedures in deze handleiding, dient uitsluitend door een erkende onderhoudsmonteur uitgevoerd te worden.
27. Te veel oefenen kan tot ernstig letsel of tot de dood leiden. Als u tijdens het oefenen uitgeput raakt of pijn voelt, stop dan onmiddellijk en begin met af te koelen.

## BEWAAR DEZE INSTRUCTIES

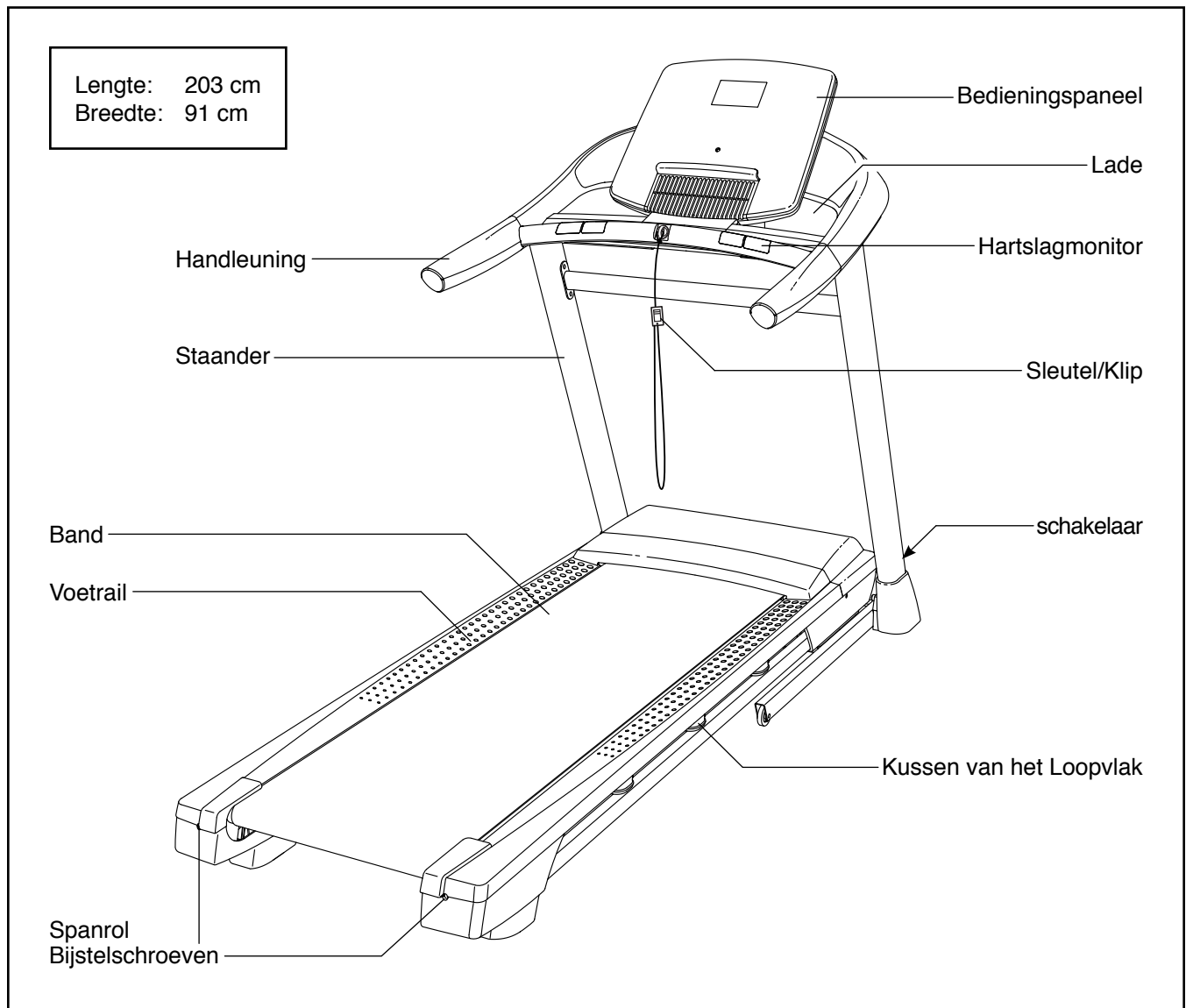
## VOORDAT U BEGINT

Fijn dat u voor de revolutionaire NORDICTRACK® T 13.5 loopband gekozen heeft. De T 13.5 loopband kent een indrukwekkende reeks mogelijkheden die ontwikkeld zijn om uw workouts thuis effectiever en leuker te maken. De unieke loopband kan, wanneer u de loopband niet gebruikt, ingeklapt worden waardoor deze minder dan de helft van de ruimte inneemt dan andere loopbanden.

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

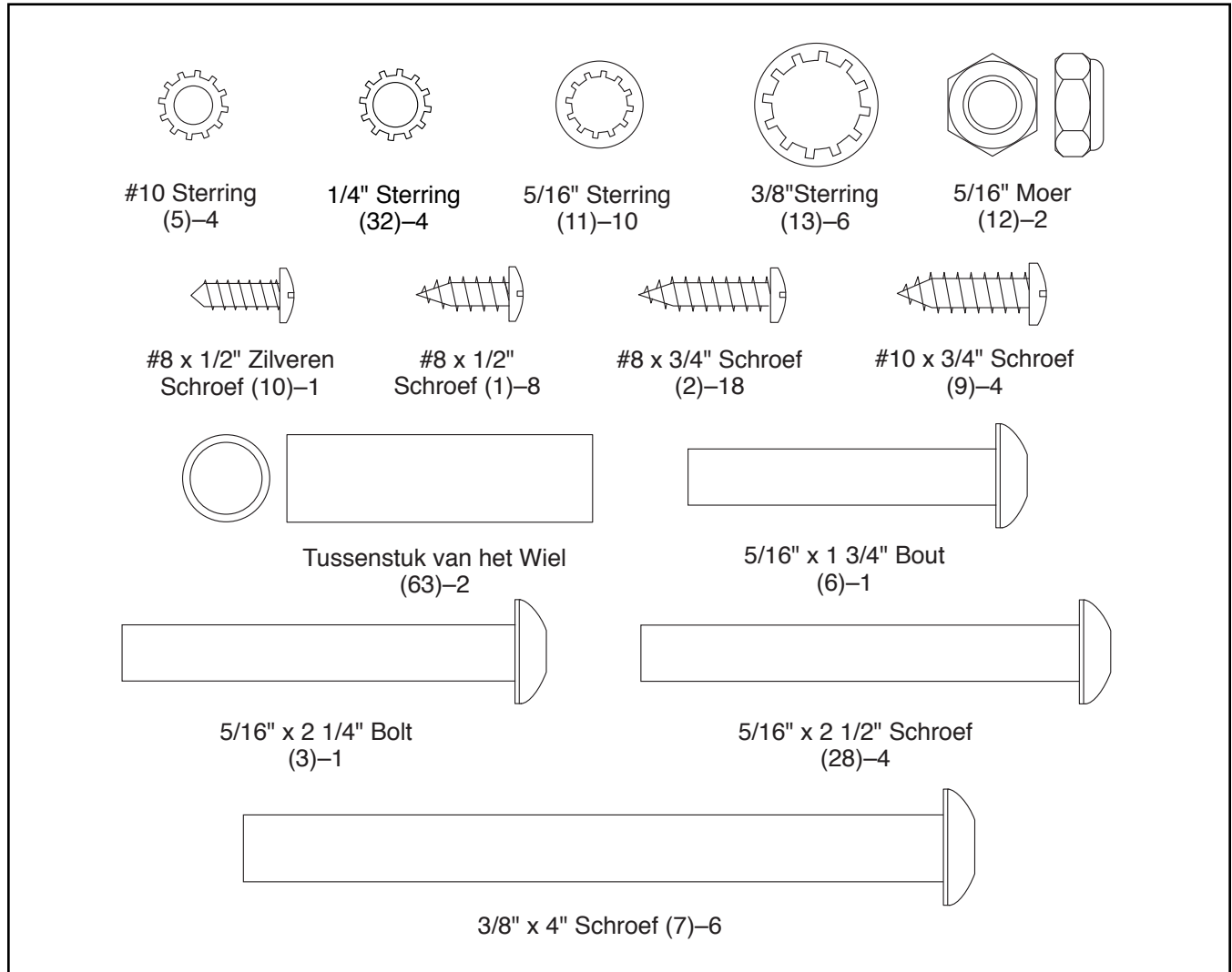
omslag van deze handleiding als u nog vragen hebt. Noteer het productnummer en het serienummer voordat u met ons contact opneemt. De plaats waar u de stickers met het productnummer en het serienummer kunt vinden wordt op de omslag van de handleiding aangegeven.

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



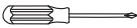


# ONDERDEEL IDENTIFICATIESHEMA

Raadpleeg de tekeningen hieronder om de kleine onderdelen voor de montage te herkennen. Het nummer tussen haakjes onder elke tekening is het nummer van het onderdeel van de LIJST MET ONDERDELEN achterin deze handleiding. Het getal tussen de haakjes is de hoeveelheid die nodig is voor de montage. **Aandacht: als een onderdeel zich niet in de hardwareset bevindt, controleert u of deze al vooraf is gemonteerd. Er zijn mogelijk extra metalen onderdelen meegeleverd.**



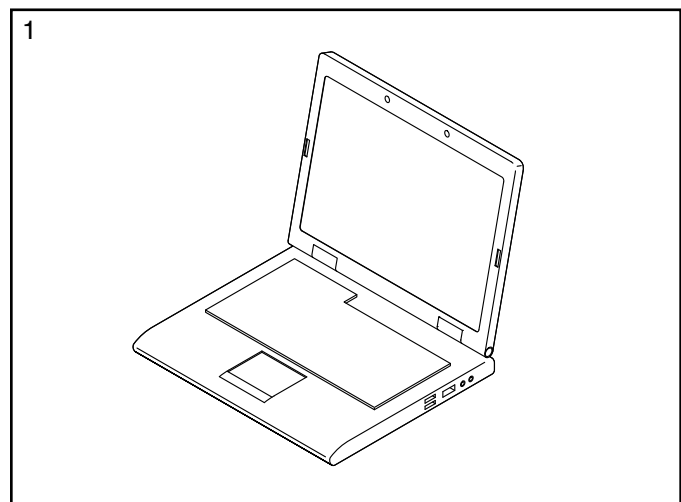
# MONTAGE

- Montage moet door twee personen worden uitgevoerd.
  - Leg alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal pas weg als u volledig met de montage klaar bent.
  - Er kan na verzending een vette substantie op de buitenkant van de loopband zitten. Dit is normaal. Mocht er een vette substantie op de loopband zitten, veeg die dan weg met een zachte doek en een zacht niet-schurend schoonmaakmiddel.
  - Linker onderdelen worden met "L" of "Left" aangegeven en rechter onderdelen worden met "R" of "Right" aangegeven.
  - Zie bladzijde 6 om kleine onderdelen te herkennen.
  - Voor montage heeft u het volgende gereedschap:
    - De meegeleverde inbussleutel 
    - Een instelbare sleutel 
    - Een kruiskopschroevendraaier 
- Gebruik geen elektrisch gereedschap om schade aan onderdelen te voorkomen.

1. **Ga naar [www.iconsupport.eu](http://www.iconsupport.eu) op uw computer en registreer uw product.**

- activeert uw garantie
- bespaart u tijd als u ooit contact moet opnemen met de Klantendienst
- hiermee kunnen wij u op de hoogte stellen van upgrades en aanbiedingen

Aandacht: indien u geen internettoegang heeft, belt u met de Klantendienst (zie de voorkant van deze handleiding) om uw product te registreren.



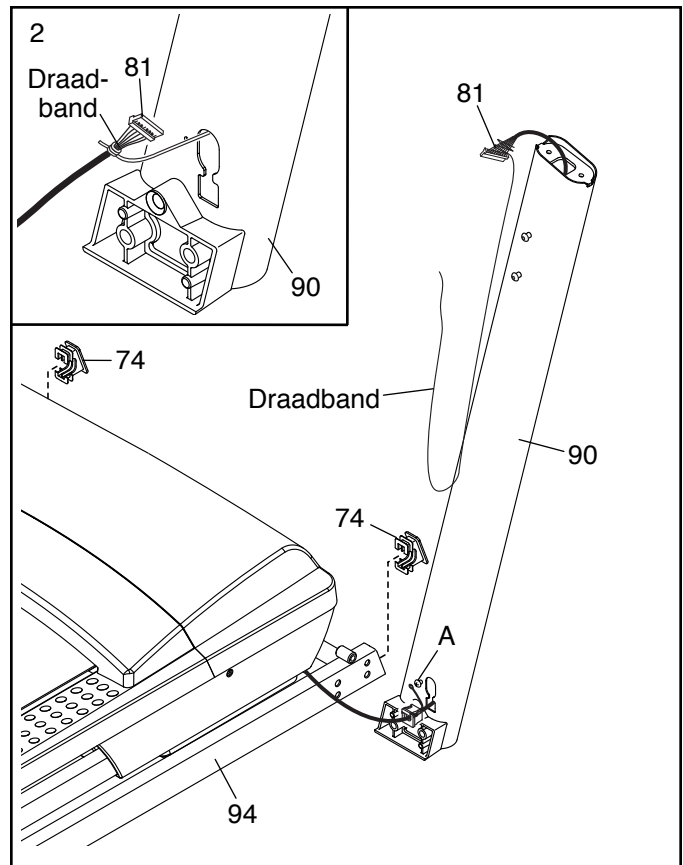
2. **Zorg ervoor dat de stroomsnoer uit getrokken is.**

Druk de twee Kappen van de Basis (74) in de Basis (94) als ze al niet in de Basis zitten.

Verwijder de draadband die de Draad van de Staander (81) aan de voorkant van de Basis (94) bevestigt.

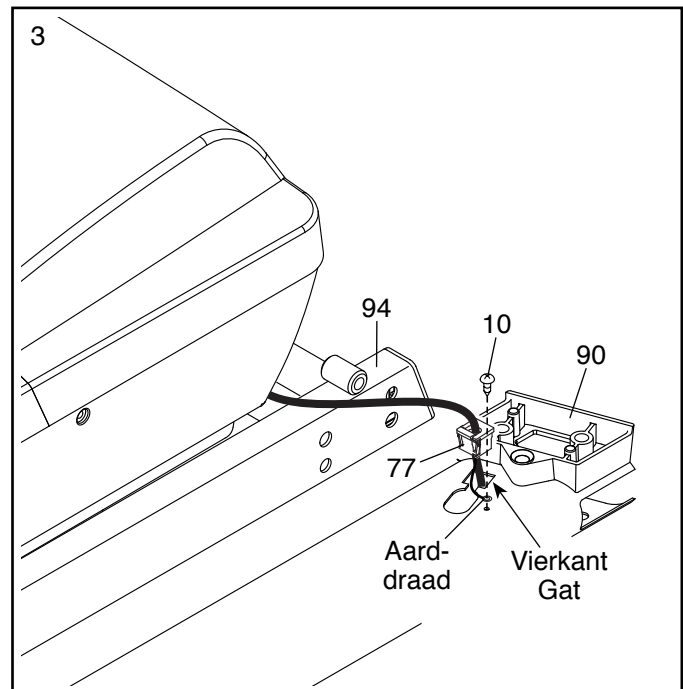
Zoek naar de Rechter Staander (90). Verwijder de aangegeven schroeven (A) en gooi ze weg. Laat een tweede persoon de Rechter Staander bij de Basis (94) houden.

**Zie de inzet-tekening.** Maak de draadband in de Rechter Staander (90) stevig rond het uiteinde van de Draad van de Staander (81) vast. Steek dan de Draad van de Staander in het onderste uiteinde van de Rechter Staander terwijl u het andere uiteinde van het draadband uit de Rechter Staander trekt.



3. Leg de Rechter Staander (90) bij de Basis (94). Druk de Doorvoehuls (77) in het vierkante gat in de Rechter Staander. **Zorg ervoor dat de aarddraad niet bekneld raakt.**

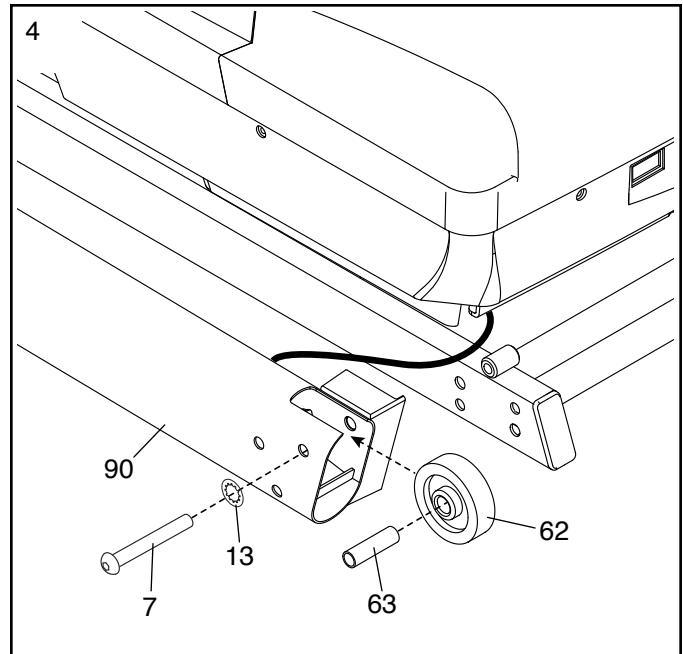
Maak vervolgens de aarddraad aan de Rechter Staander (90) vast met een #8 x 1/2" Zilveren Schroef (10) zoals afgebeeld.





4. Steek een Tussenstuk van het Wiel (63) in een Voorwiel (62). Houd het Voorwiel aan de binnenzijde van de onderkant van de Rechter Staander (90), en steek een 3/8" x 4" Schroef (7) met een 3/8" Sterring (13) in de Rechter Staander en in het Voorwiel. **Draai de Schroeven nog niet te vast.**

**Herhaal deze stap voor de Linker Staander (niet afgebeeld).**

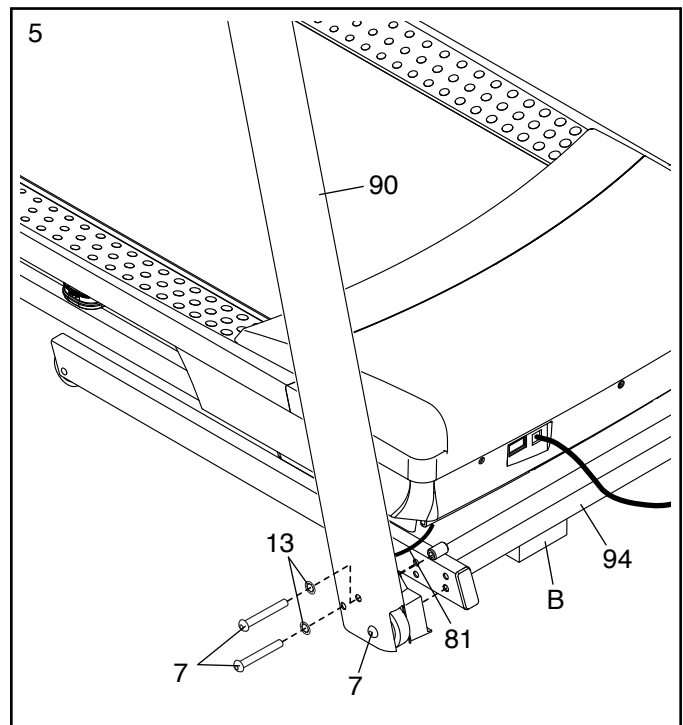


5. Leg een stuk van het verpakkingsmateriaal (A) onder de rechterkant van de Basis (94). Houd de Rechter Staander (90) tegen de Basis. **Zorg ervoor dat de Draad van de Staander (81) niet bekneld raakt.**

Steek twee 3/8" x 4" Schroeven (7) met twee 3/8" Sterringen (13) in de Rechter Staander (90) en draai alle drie de Schroeven gedeeltelijk in de Basis (94) vast. **Draai de Schroeven nog niet te vast.**

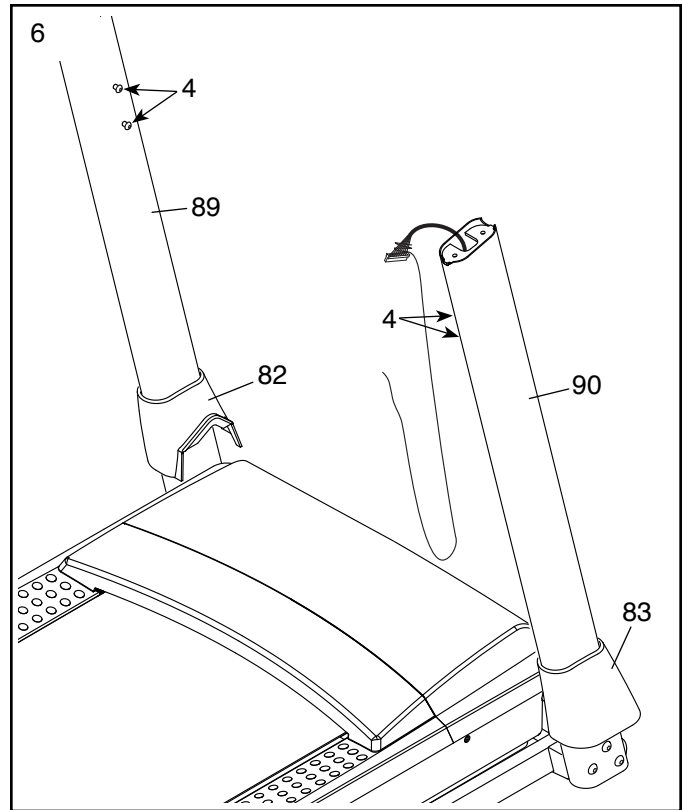
**Leg het verpakkingsmateriaal (B) links van de Basis (94) en maak de Linker Staander (niet afgebeeld) op dezelfde manier vast.** Aandacht: er zijn geen draden aan de linkerkant.

Verwijder het verpakkingsmateriaal (A) van onder de Basis (94).

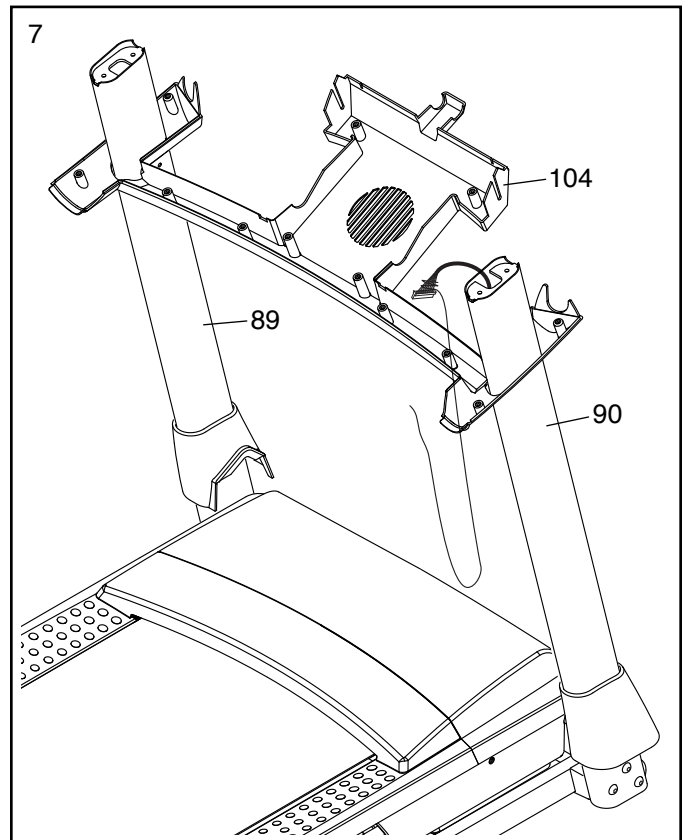


6. Verwijder de vier aangegeven 5/16" x 3/4" Schroeven (4) en bewaar ze.

Zoek naar de Linker en de Rechter Kap van de Basis (82, 83). Schuif de Linker Kap van de Basis op de Linker Staander (89) en schuif de Rechter Kap van de Basis op de Rechter Staander (90). **Druk de Kappen van de Basis nog niet op hun plaats.**



7. Draai de Achterkant van het Bedieningspaneel (104) zoals afgebeeld en schuif deze voorzichtig op de Staanders (89, 90).

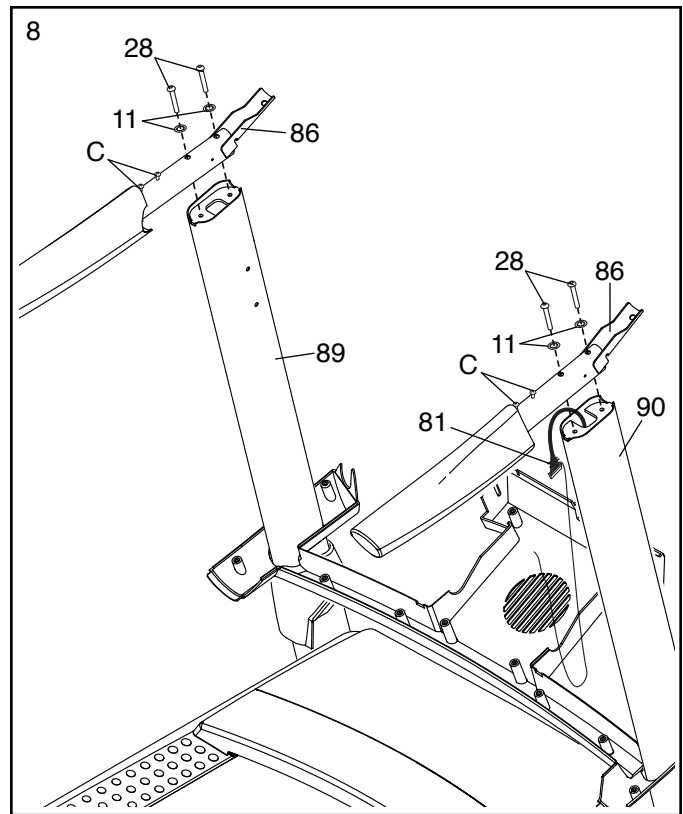


8. Maak de Handleuning (86) op de Rechter Staander (90) vast met twee 5/16" x 2 1/2" Schroeven (28) en twee 5/16" Sterringen (11). **Zorg ervoor dat de Draad van de Staander (81) niet bekneeld raakt. Draai de Schroeven nog niet te vast.**

**Maak de andere Handleuning (86) op dezelfde manier aan de Linker Staander (89) vast.**

Aandacht: Er zijn geen draden aan de linkerkant.

Verwijder de vier aangegeven schroeven (C) en gooi ze weg.



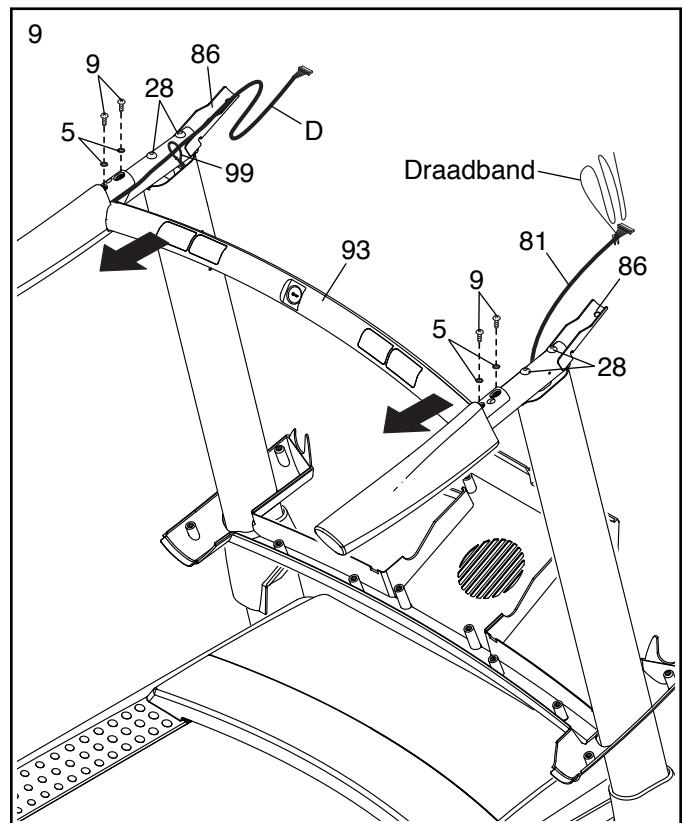
9. Plaats de Dwarsstang voor de Hartslag (93) met de draad voor de hartslag (D) links zoals afgebeeld. Begin de vier #10 x 3/4" Schroeven (9) met vier #10" Sterringen (5) aan te draaien in de Dwarsstang voor de Hartslag (5) en in de Handleuning (86).

Steek vervolgens de draad voor de hartslag (D) door de lus van de Draadband (99) op de linker Handleuning (86).

Schuif dan de Dwarsstang voor de Hartslag (93) zo ver mogelijk in de aangegeven richting, en draai de #10 x 3/4" Schroeven (9) vast. **Draai de Schroeven niet te vast.**

Verwijder dan de draadband van de Draad van de Staander (81).

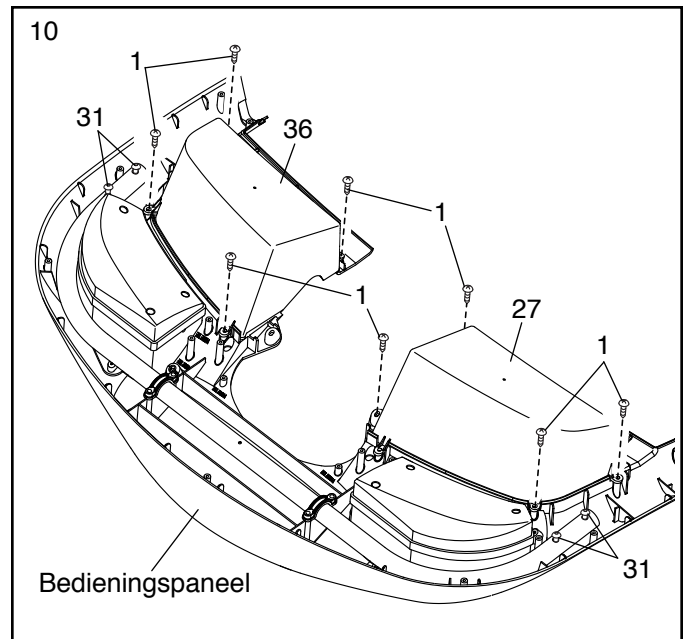
Draai de vier 5/16" x 2 1/2" Schroeven (28) vast.



10. Plaats het bedieningspaneel met de voorkant naar beneden gericht op een zachte ondergrond zodat het bedieningspaneel niet bekrast wordt.

Maak de Linker en de Rechter Lade (27, 36) met acht #8 x 1/2" Schroeven (1) vast. **Draai de Schroeven niet te vast.**

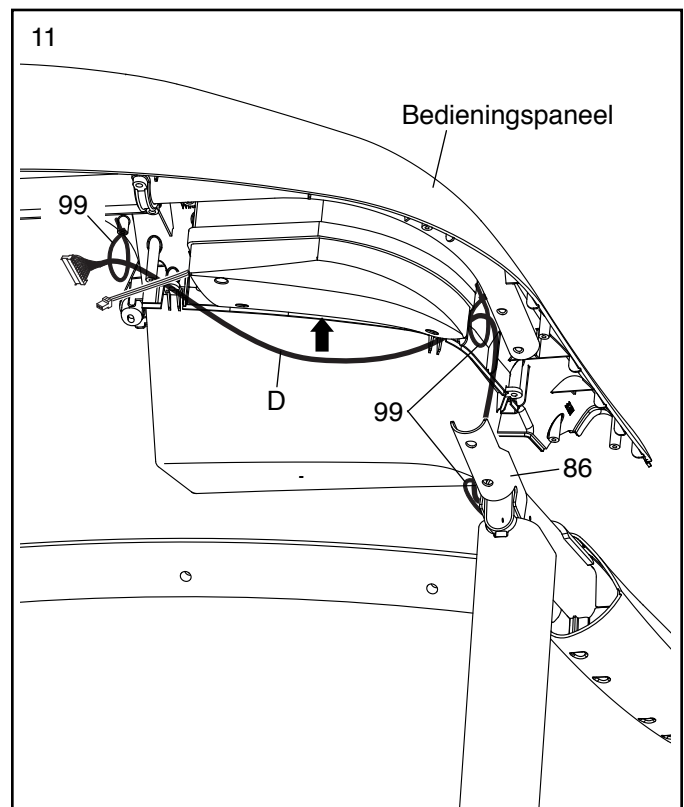
Verwijder de vier aangegeven 1/4" x 1/2" Schroeven (31) en bewaar ze.



11. Houd, met hulp van een tweede persoon, het bedieningspaneel bij de linker Handleuning (86).

Zorg ervoor dat de draad voor de hartslag (D) door de lus van de drie Draadbanden (99) gestoken wordt.

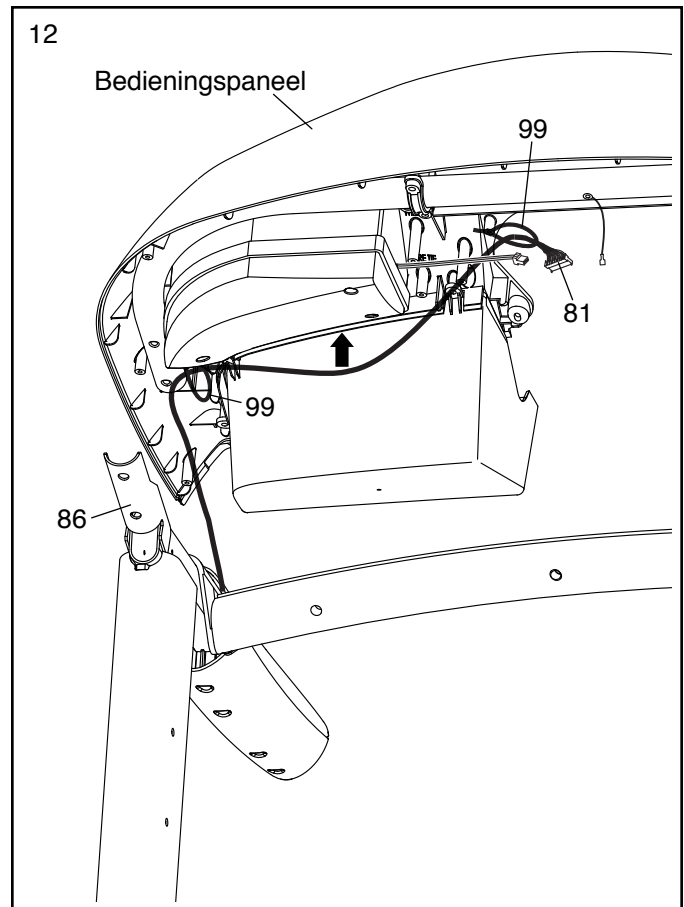
Leg de draad voor de hartslag (D) zoals afgebeeld, en steek de draad voor de hartslag in de opening aangegeven door de pijl.



12. Houd, met hulp van een tweede persoon, het bedieningspaneel bij de rechter Handleuning (86).

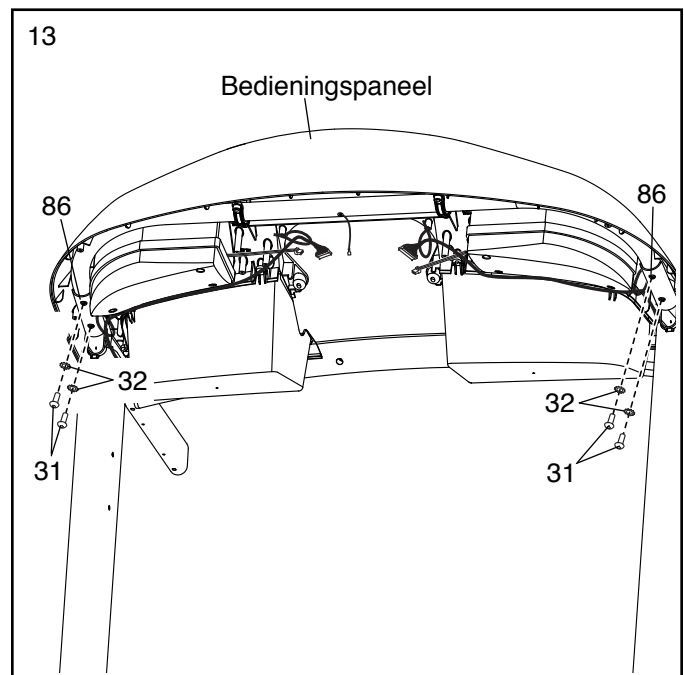
Zorg ervoor dat de Draad van de Staander (81) door de lus van de twee Draadbanden (99) gestoken wordt.

Leg de draad voor de hartslag (D) zoals afgebeeld, en steek de draad voor de hartslag in de opening aangegeven door de pijl.



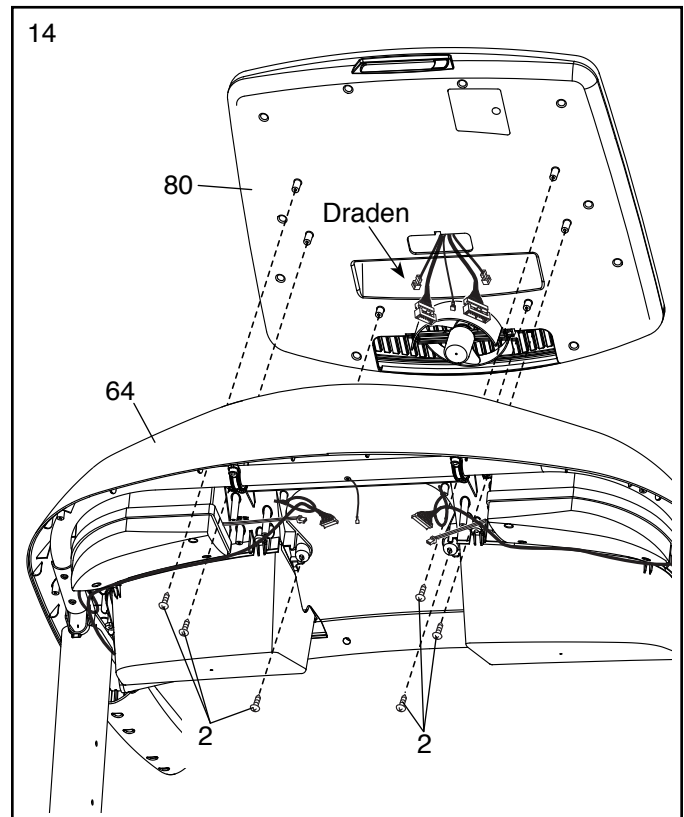
13. Zet het bedieningspaneel op de beugels van de Handleuningen (86). **Zorg ervoor dat de draden niet bekneld raken.**

Maak het bedieningspaneel vast met de vier 1/4" x 1/2" Schroeven (31) die u in stap 10 verwijderd heeft en met vier 1/4" Sterringen (32). **Begin alle vier de Schroeven aan te draaien en draai ze daarna vast.**



14. Zet het bedieningspaneel op de Basis van het Bedieningspaneel (64). **Zorg ervoor dat geen enkele draad van het Bedieningspaneel bekned raakt.**

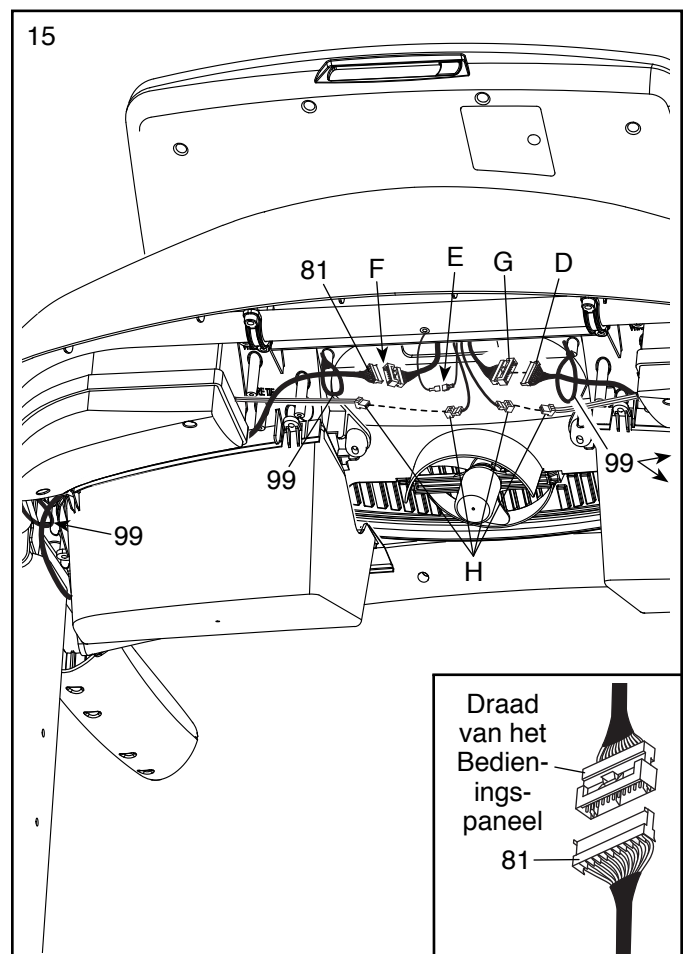
Maak het Bedieningspaneel (80) vast met vier #8 x 3/4" Schroeven (2).



15. Sluit de aarddraad (E), de 8-pin draden (F), de 5-pin draden (G) en de vier draden van de luidspreker (H) aan. Aandacht: de Draad van de Staander (81) heeft 8 pins, de draad voor de hartslag (D) heeft 5 pins, en de draden van de luidspreker (H) hebben 2 pins.

**Zie de inzet-tekening. De connectoren moeten makkelijk samen moeten glijden en op hun plaats moeten klikken. Draai aan een van de connectoren en probeer het opnieuw als dit niet gebeurt. ALS U DE CONNECTOREN NIET GOED AANSLUIT KAN HET BEDIENINGSPANEEL, WANNEER HET APPARAAT AANGEZET WORDT, BESCHADIGD RAKEN.**

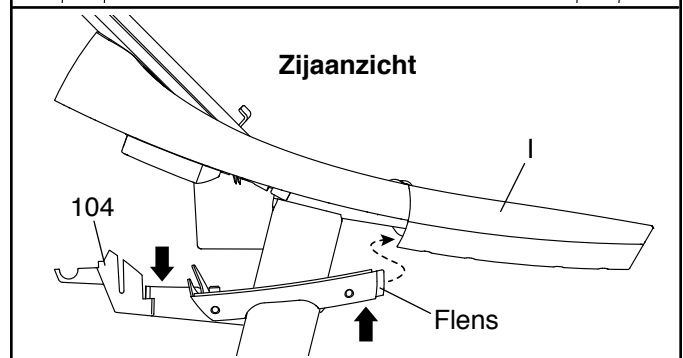
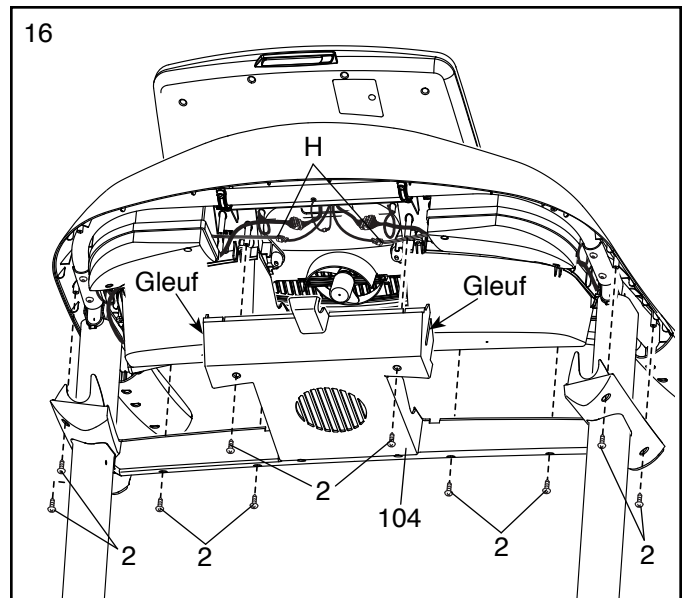
Nadat all de draden aangesloten zijn, trek de draden strak en maak de vijf Draadbanden (99) rond de draden vast. Zorg ervoor dat geen enkele draad op welke buis dan ook rust anders dan die met Draadbanden. Snij de uiteinden van de Draadbanden af.



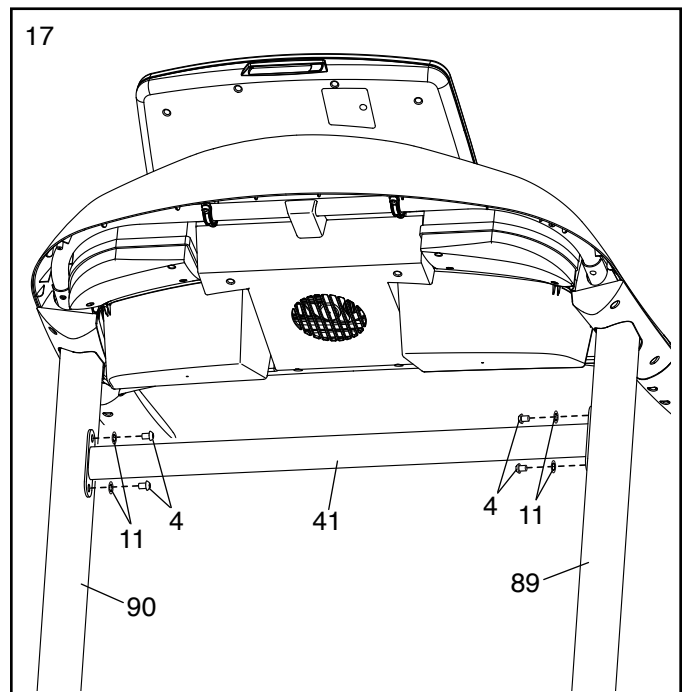
16. **Zie de zijaanzicht tekening.** Schuif de Achterkant van de Basis van het Bedieningspaneel (104) naar boven tegen de gemonteerde handleuning (I). Zorg dan de rand op de Achterkant van de Basis van het Bedieningspaneel in de handleuning schuift.

Aandacht: u zult de Achterkant van de Basis van het Bedieningspaneel (104) wat moeten kantelen zodat de flens in de gemonteerde handleuning (I) past. De draden van de luidspreker (H) moeten ook in de gleuven in de Achterkant van de Basis van het Bedieningspaneel passen.

Draai tien #8 x 3/4" Schroeven (2) vast in de aangegeven plaatsen in de Achterkant van de Basis van het Bedieningspaneel (104).

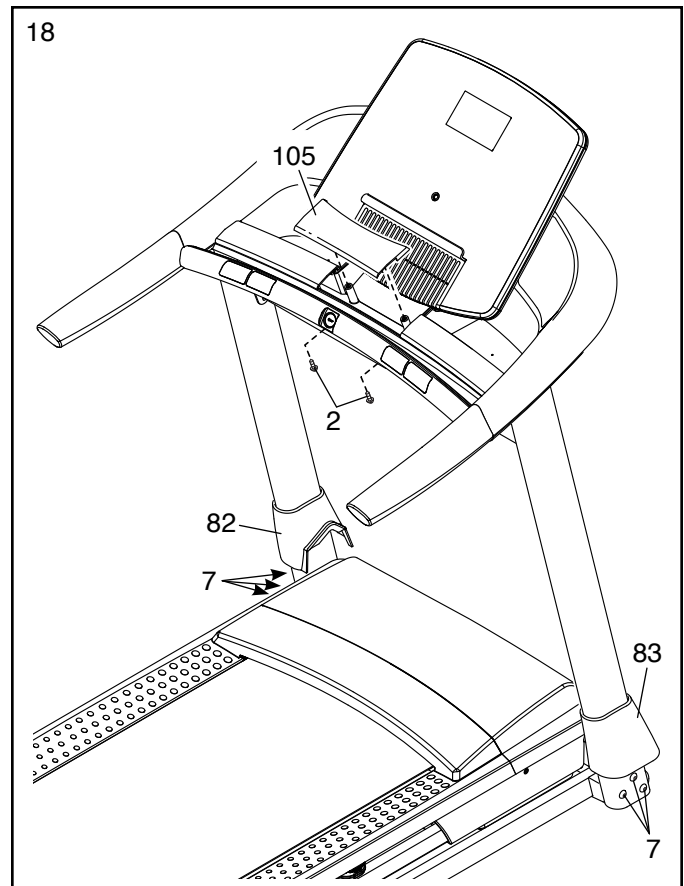


17. Schuif de Dwarsstang van de Staander (41) voorzichtig tussen de Staanders (89, 90). Maak de Dwarsstang van de Staander vast met de vier 5/16" x 3/4" Schroeven (4) die u in stap 6 verwijderd heeft en met vier 5/16" Sterringen (11). **Begin alle vier de Schroeven aan te draaien en draai ze daarna vast.**



18. Maak de Kap van het Bedieningspaneel (105) vast met twee #8 x 3/4" Schroeven (2).

Draai dan alle zes de 3/8" x 4" Schroeven (7) vast. Druk van de Kappen van de Basis (82, 83) op hun plaats.

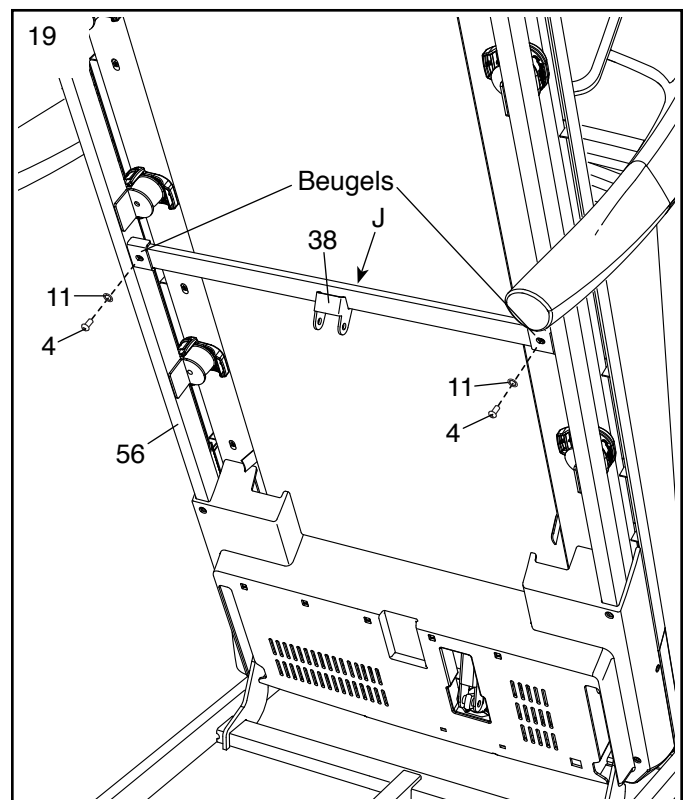


19. **Aandacht: de loopband kan tijdens deze stap naar voren rollen indien deze op een glad oppervlak gemonteerd wordt.**

Til het Onderstel (56) naar een verticale stand. **Laat een tweede persoon het Onderstel vasthouden totdat stap 21 voltooid is.**

Verwijder de twee 5/16" x 3/4" Schroeven (4) uit de Dwarsstang van de Vergrendeling (38).

Draai de Dwarsstang van de Vergrendeling (38) zoals afgebeeld. **Zorg ervoor dat de sticker (J) "This side toward belt" (deze kant naar de band) van u wijst.** Maak de Dwarsstang van de Vergrendeling op de beugels op de Onderstel (56) vast met de twee 5/16" x 3/4" Schroeven (4) en met twee 5/16" Sterringen (11).

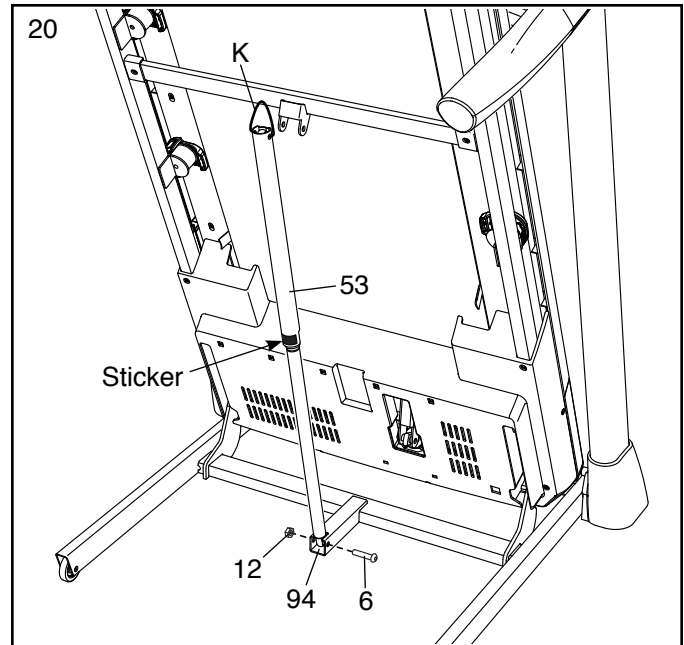




20. Draai de Opbergvergrendeling (53) zodanig dat de stickers van de loopband wijzen zoals afgebeeld.

Maak het onderste uiteinde van de Opbergvergrendeling (53) aan de beugel op de Basis (94) vast met een 5/16" x 1 3/4" Bout en een 5/16" Moer (12).

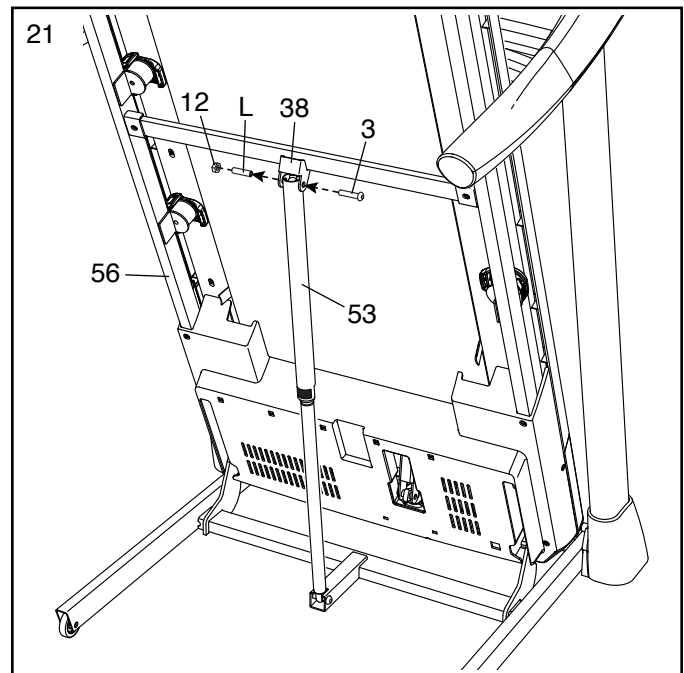
Til de Opbergvergrendeling (53) naar een verticale stand. Verwijder dan de verbinding (k) en gooi deze weg.



21. Lijn het bovenste uiteinde van de Opbergvergrendeling (53) uit met de beugel op de Dwarsstang van de Vergrendeling (38). Steek een 5/16" x 2 1/4" Bout (3) door de beugel. Dit zal een tussenstuk (L) uit het andere uiteinde duwen. Gooi het tussenstuk weg.

Maak de Opbergvergrendeling (53) met de 5/16" x 2 1/4" Bout (3), en een 5/16" Moer (12) vast.

Laat het Onderstel (56) zakken (zie HOE DE LOOPBAND NEER TE LATEN VOOR GEBRUIK op bladzijde 29).

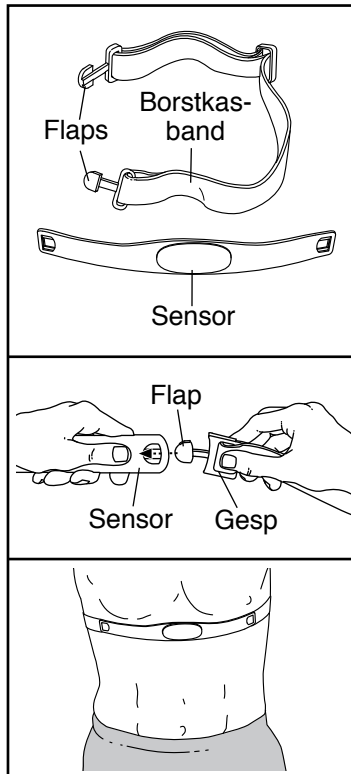


22. **Zorg ervoor dat alle onderdelen goed vast gedraaid zijn voordat u de loopband gebruikt.** Als er velletjes plastic op de stickers van de loopband zitten, verwijder die dan. Plaats een matje onder de loopband om de vloer of de vloerbedekking te beschermen. Houd de loopband weg uit direct zonlicht om schade aan de loopband te voorkomen. Berg de meegeleverde inbussleutels veilig op; een van de inbussleutels wordt gebruikt om de band bij te stellen (zie bladzijde 31 en 32). Aandacht: er kunnen extra onderdelen meegeleverd zijn.

# DE HARTSLAG MONITOR

## HOE DE HARTSLAG MONITOR TE DRAGEN

De hartslag monitor heeft een borstkas-band en een sensor. Steek de flap in ene uiteinde van de borstkas-band in het ene uiteinde van de sensor, zoals afgebeeld in de tekening. Druk dan het uiteinde van de sensor onder de gesp van de borstkas-band. De flap moet gelijk zijn met de voorkant van de sensor.



De hartslag monitor moet onder uw kleding gedragen worden, strak tegen uw huid. Draag de hartslag monitor in de aangegeven plaats rond uw borstkas. Zorg ervoor dat de logo naar buiten wijst. Maak dan het andere uiteinde van de borstkas-band op de sensor vast. Stel de lengte van de borstkas-band bij mocht dat nodig zijn.

Trek de sensor een paar centimeter van uw lichaam en zoek naar de twee elektrodes met de kleine randjes. Maak beide elektrodes nat met een zoute vloeistof, zoals wat speeksel of vloeistof voor contact lenzen. Plaats de sensor terug tegen uw huid.

## VERZORGING EN ONDERHOUD

- Droog de sensor goed af na ieder gebruik. Door vocht blijft de sensor langer dan nodig branden en zodoende zullen de batterijen sneller leeg lopen.
- Bewaar de hartslag monitor op een warme en droge plaats. Bewaar de hartslag monitor niet in een plastic zak of andere verpakking die vocht kan vasthouden.

- Stel de hartslag monitor niet langdurig bloot aan direct zonlicht, niet aan een temperatuur lager dan  $-10^{\circ}\text{C}$  of aan een temperatuur hoger dan  $50^{\circ}\text{C}$ .
- Buig en rek de sensor tijdens het gebruik of het opbergen van de hartslag monitor niet te veel.
- Maak de sensor schoon met een zachte doek en een beetje zachte zeep. Veeg dan de sensor met een zachte doek en droog deze goed af. Gebruik nooit schuurmiddelen, alcohol of chemische producten om de sensor schoon te maken. U kunt de borstkas-band met de hand wassen en dan laten drogen.

## PROBLEMEN OPLOSSEN

Loop de hieronder genoemde procedures door wanneer de hartslag monitor niet goed werkt.

- Zorg ervoor dat u de hartslag monitor goed draagt zoals hier links is beschreven. Verplaats de hartslag monitor wat naar boven of naar beneden wanneer u de borstkas-hartslag monitor niet goed werkt.
- Maak de elektrodes opnieuw nat wanneer de hartslag metingen pas verschijnen nadat u begint te transpireren.
- Voor de goede weergave van de hartslag metingen moet de gebruiker zich op minder dan een armlengte van het bedieningspaneel bevinden.
- Als er zich een batterijdekseltje aan de achterkant van de sensor bevindt, vervang dan de batterij met een batterij van hetzelfde type.
- De hartslag monitor is ontwikkeld voor mensen met een normale hartslag. Problemen met de hartslagmeting kunnen een medische oorzaak hebben zoals vroegtijdige ventriculaire samentrekking, hartkloppingen, of aritmie.
- De werking van de hartslag monitor kan beïnvloed worden door magnetische storingen die door hoogspanningsdraden en andere elektromagnetische bronnen veroorzaakt kunnen worden. Verplaats het fitness-apparaat als u vermoedt dat dit de oorzaak is.

# HOE DE LOOPBAND TE GEBRUIKEN

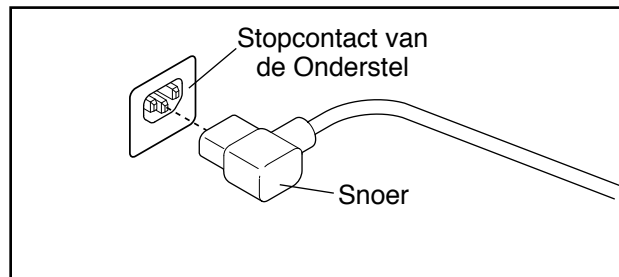
## HOE DE SNOER IN STOPCONTACT TE STEKEN

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.**

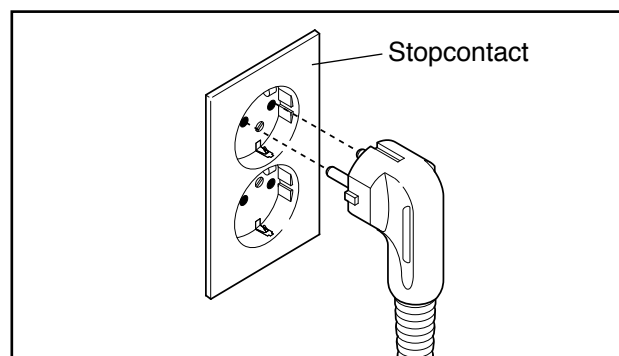
**⚠ GEVAAR:** een verkeerd stopcontact (zonder aarde) kan tot een elektrische schok leiden. Laat een elektriciën de aarding nakijken als u niet zeker weet of het stopcontact goed geaard is. Breng geen wijzigingen aan de stekker van het apparaat aan. Laat een elektriciën een nieuwe stekker monteren als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

Volg deze stappen om de snoer in stopcontact te steken.

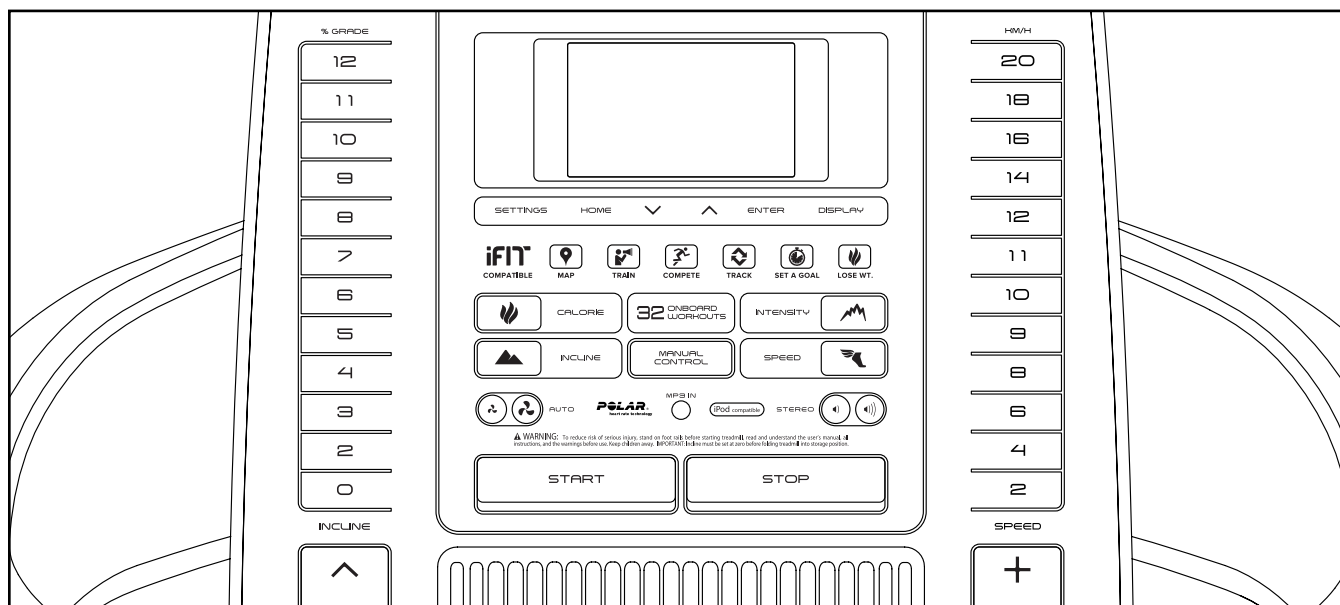
1. Steek het aangegeven uiteinde van het snoer in het stopcontact van de onderstel.



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



## DIAGRAM VAN HET BEDIENINGSPANEEL



### DE WAARSCHUWINGSTICKER OPPLAKKEN

Zoek de Engelse waarschuwingen op het bedieningspaneel. U vindt dezelfde waarschuwingen in andere talen op het meegeleverde stickervel. Plak de Nederlandse waarschuwingsticker op het bedieningspaneel.

### MOGELIJKHEDEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL

Het bedieningspaneel van de loopband biedt een indrukwekkende reeks mogelijkheden die ontwikkeld zijn om uw workouts effectiever en leuker te maken. U kunt de snelheid en de helling van de loopband door de druk op een toets veranderen wanneer u de handmatige instelling gebruikt. Het bedieningspaneel zal tijdens het oefenen meteen feedback aangeven. U kunt zelfs uw hartslag meten door gebruik te maken van de handgreep met hartslagmonitor of door middel van de borstkas hartslagmonitor.

Het bedieningspaneel heeft ook een keuze aan vooraf ingestelde workouts. Iedere workout regelt automatisch de snelheid en de helling van de loopband terwijl u door een effectieve oefensessie geleid wordt.

Het bedieningspaneel heeft ook een iFit instelling die het mogelijk maakt om de loopband, door middel van een optionele iFit-module, met uw draadloze netwerk te laten communiceren. Met de iFit instelling, kunt u uw eigen workouts downloaden, uw eigen workouts samenstellen, de resultaten van uw workouts

bijhouden, tegen andere iFit gebruikers racen en vele andere mogelijkheden gebruiken. **Ga naar [www.iFit.com](http://www.iFit.com) of bel met het telefoonnummer op de kaft van deze handleiding om een iFit-module wanneer dan ook aan te schaffen.**

U kunt zelfs, terwijl u oefent, via het geluidssysteem van het bedieningspaneel naar uw favoriete workout-muziek of audioboek luisteren.

Zie bladzijde 21 **om het apparaat aan te zetten**. Zie bladzijde 21 **om de handmatige instelling te gebruiken**. Zie bladzijde 23 **om een vooraf ingestelde workout te gebruiken**. Zie bladzijde 24 **om een steleen-doel-in workout te gebruiken**. Zie bladzijde 25 **om een iFit workout te gebruiken**. Zie bladzijde 26 **om het geluidssysteem te gebruiken**. Zie bladzijde 27 **om de instellingen te gebruiken**.

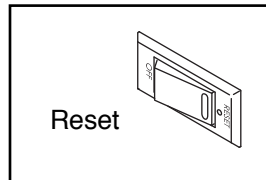
Aandacht: het bedieningspaneel kan snelheid en afstand in kilometers of mijlen aangeven. Zie DE **INSTELLINGEN** op bladzijde 27 om te ontdekken welk meeteenheid gekozen is. Om het eenvoudig te houden, verwijzen alle instructies in dit gedeelte van de handleiding naar kilometers.

**BELANGRIJK:** als er velletjes plastic op het bedieningspaneel zitten, verwijder die dan. **Draag, bij gebruik van de loopband, schone gym schoenen om beschadiging aan het loopvlak te voorkomen. Bekijk bij de eerste keer dat u de loopband gebruikt, de uitlijning van de band en leg, indien nodig, de band in het midden (zie bladzijde 32).**

## HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN

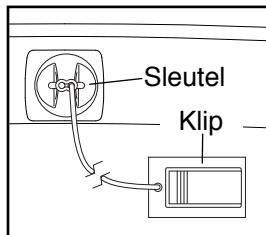
**BELANGRIJK:** laat de loopband, wanneer deze aan koude temperaturen blootgesteld is geweest, op kamertemperatuur komen voordat u het apparaat aanzet. Als u dit niet doet, kunt u de displays van het bedieningspaneel of andere elektrische onderdelen beschadigen.

Steek de stroomsnoer in (zie bladzijde 19). Zoek vervolgens naar de schakelaar bij de stroomsnoer op het onderstel van de loopband. Druk de schakelaar in de reset stand.



**BELANGRIJK:** het bedieningspaneel kent een demo instelling voor de display, die ontwikkeld is voor gebruik als de loopband in een winkel geëtaleerd wordt. De demo instelling staat aan als de displays gaan branden zodra u de stroomsnoer insteekt en de schakelaar in de reset-stand drukt. Houd de Stoptoets enkele lang seconden ingedrukt om de demo instelling uit te schakelen. Zie DE INSTELLINGEN op bladzijde 27 om de demo instelling uit te schakelen wanneer de displays blijven branden.

Ga vervolgens op de voetrails van de loopband staan. Zoek naar de klip die aan de sleutel vastzit en schuif de klip op de tailleband van uw kleding. Steek dan de sleutel in het bedieningspaneel. De displays zullen even nadien gaan branden. **BELANGRIJK:** in geval van nood kan de sleutel uit het bedieningspaneel getrokken worden, waardoor de band langzaam tot stilstand komt. Test de klip door voorzichtig een paar stappen achteruit te zetten. Stel de lengte van de klip bij als de sleutel niet uit het bedieningspaneel komt.



## HOE DE HANDMATIGE INSTELLING TE GEBRUIKEN

### 1. Steek de sleutel in het bedieningspaneel.

Zie HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN links.

### 2. Kies de handmatige instelling.

Druk op de toets Manual Control (handmatige bediening) op het bedieningspaneel als de handmatige instelling niet gekozen wordt.

### 3. Start de band.

Druk op de toets Start, op de toenametoets Speed (snelheid), of op een van de toetsen Speed (snelheid) met de nummers 2 tot en met 20 om de band te starten.

Wanneer de toets Start of de toenametoets Speed (snelheid) wordt ingedrukt zal de band met een snelheid van 2 km/u beginnen te draaien. U kunt tijdens het oefenen de snelheid van de band naar wens veranderen door op de toename- en afname-toets Speed te drukken. Steeds als u een van de toetsen indrukt zal de snelheidsinstelling met 0,1 km/u veranderen; als u een toets ingedrukt houdt dan verandert de snelheid met stapjes van 0,5 km/u. Aandacht: na het drukken op de toets kan het eventjes duren voordat de band de gekozen snelheidsinstelling bereikt.

Druk op de toets Stop om de band tot stilstand te laten komen. De tijd zal op de display opflikkeren. Druk op de toets Start of op de toenametoets Speed (snelheid) om de band opnieuw te starten.

### 4. Verander desgewenst de helling van de loopband.

Druk om de helling van de loopband te veranderen, op de toename- of afname-toets Incline (helling) of op een van de genummerde toetsen Incline (helling). Elke keer als u op een van de toetsen drukt, zal de helling van de loopband geleidelijk veranderen tot de gekozen hellinginstelling bereikt is.

## 5. Volg uw vorderingen op de display.

Wanneer u op de loopband loopt of rent kan de display de volgende workout informatie aangeven:

- De verstreken tijd
- De afstand die u gelopen of gerend heeft
- De intensiteitsbalk van de workout
- Het geschatte aantal calorieën dat u verbrand heeft
- De hellingstand van de loopband
- Het aantal verticale meters die u geklommen heeft
- De snelheid van de band
- Uw hartslag (zie stap 6)
- De matrix

De matrix kent verschillende display tabbladen. Druk op de toets Display (weergave) tot het gewenste tabblad aangegeven wordt.

Het tabblad Incline (helling) zal een profiel van de hellinginstellingen van de workout aangeven. Een nieuw segment zal aan het einde van ieder minuut verschijnen. Het tabblad Speed (snelheid) zal een profiel van de snelheidsinstellingen van de workout aangeven.

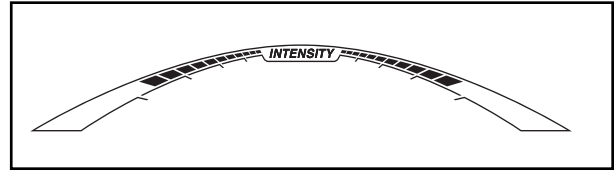
Het tabblad My Trail (mijn pad) zal een piste van 400 m (1/4 mijl) aangeven. De opflinkerende rechthoek zal uw vordering tijdens het oefenen aangeven. Het tabblad My Trail (mijn pad) zal ook het aantal afgelegde rondjes aangeven.

Het tabblad Calorie (calorieën) zal het geschatte aantal calorieën dat u verbrand heeft aangeven. De hoogte van ieder segment geeft het aantal verbrande calorieën aan dat tijdens dat segment verbrand is. Wanneer het tabblad Calorie gekozen wordt zal de calorie display het geschatte aantal calorieën dat u per uur verbrandt heeft aangeven.

De intensiteitsbalk van de workout zal tijdens het oefenen het geschatte intensiteitsniveau van uw workout aangeven.

Druk op de toets Home (thuis) om naar

het standaardmenu terug te keren (zie DE INSTELLINGEN op bladzijde 27 om het standaardmenu in te stellen). Druk, indien nodig, nogmaals op de toets Home.



Wanneer een draadloze iFit-module aangesloten is, zal het symbool draadloos aan de bovenkant van de display de sterkte van het draadloze signaal aangeven. Vier bogen geven volle sterkte aan.

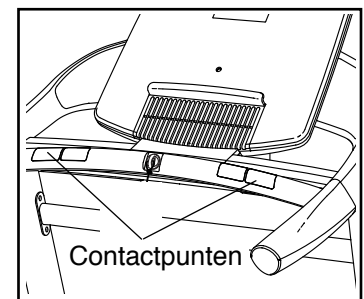


Druk op de toets Stop, verwijder de sleutel en steek de sleutel weer in om de displays te resetten.

## 6. Meet desgewenst uw hartslag.

**Aandacht: het bedieningspaneel zal uw hartslag niet nauwkeurig aangeven wanneer u de handgreep met hartslagmonitor gebruikt en tegelijkertijd de borstkas hartslagmonitor draagt.** Zie bladzijde 18 voor meer informatie over de borstkas hartslagmonitor.

Verwijder de velletjes plastic van de metalen contactpunten op de sensorstang voordat u de handgreep met hartslagmonitor gaat gebruiken. Zorg er ook voor dat uw handen schoon zijn.

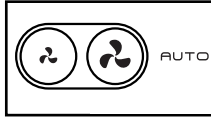


Ga, om uw hartslag te meten, **op de voetrails staan** en houd de sensorstang vast met uw handpalmen op de metalen contactpunten; **beweeg uw handen niet**. Wanneer uw hartslag gemeten kan worden, zal bij iedere hartslag een hartsymbooltje in de calorie display opflinkeren, en uw hartslag zal dan aangegeven worden. **Houd de contactpunten ongeveer 15 seconden lang vast voor de meest nauwkeurige hartslagwaarde.**

## 7. Zet desgewenst de ventilator aan.

De ventilator kent meerdere snelheidsinstellingen en een automatische instelling. Wanneer de automatische instelling gekozen wordt, zal de snelheid van de ventilator automatisch toenemen en afnemen als de snelheid van de band toeneemt en afneemt.

Druk herhaaldelijk op de ventilatoroetsen om een ventilatorsnelheid of de automatische instelling te kiezen of om de ventilator uit te zetten.



## 8. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel wanneer u klaar bent met oefenen.

Ga op de voetrails staan, druk op de toets Stop en **stel de helling van de loopband in op nul. De helling van de loopband moet, wanneer u de loopband in de opbergstand inklapt, op nul staan anders kunt u de loopband beschadigen.** Verwijder vervolgens de sleutel uit het bedieningspaneel en berg deze veilig op.

Druk dan de schakelaar in de off-stand (uit) en trek de stroomsnoer uit. **BELANGRIJK: als u dit niet doet, kunnen de elektrische onderdelen van de loopband voortijdig slijten.**

## HOE EEN VOORAF INGESTELDE WORKOUT TE GEBRUIKEN

### 1. Steek de sleutel in het bedieningspaneel.

Raadpleeg HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 21.

### 2. Kies een vooraf ingestelde workout.

Druk herhaaldelijk op de toets Calorie (calorieën), op de toets Incline (helling), op de toets Intensity (intensiteit) of op de toets Speed (snelheid) om een vooraf ingestelde workout te kiezen totdat de gewenste workout op de display verschijnt.

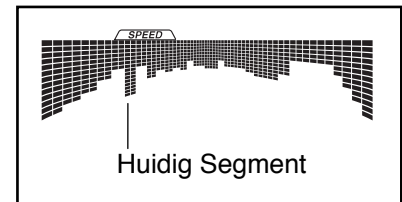
Wanneer u een vooraf ingestelde workout kiest, zal de display de tijdsduur van de workout en de naam van de workout aangeven. Bovendien zal er een profiel van de snelheidsinstellingen van de workout op de matrix verschijnen. Wanneer u voor een calorie workout kiest, zal het geschatte aantal calorieën dat u zult verbranden in de naam van de workout verschijnen.

### 3. Start de workout.

Druk op de toets Start of op de toenametoets Speed (snelheid) om met de workout te starten. Eventjes nadat u op de toets gedrukt heeft, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de eerste snelheids- en hellinginstelling van de workout. Houd de handleuning vast en begin te lopen.

Iedere workout is in segmenten verdeeld. Er is één snelheids- en één hellinginstelling voor elk segment geprogrammeerd. Aandacht: dezelfde snelheids- en/of hellinginstelling kan voor opeenvolgende segmenten geprogrammeerd worden.

De profielen op het tabblad snelheid en het tabblad helling zullen uw vordering tijdens de workout aan-



geven. Het opflinkerende segment van het profiel stelt het huidige segment van de workout voor. De hoogte van het opflinkerende segment geeft de snelheids- of hellinginstelling voor het huidige segment aan. Aan het einde van elk segment, zal een serie tonen te horen zijn en zal het volgende segment van het profiel beginnen op te flikkeren. Als een andere snelheids- en/of hellinginstelling voor het volgende segment geprogrammeerd is, dan zal de snelheids- en/of hellinginstelling een paar seconden lang in de display opflikkeren om u te waarschuwen en zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de nieuwe snelheids- en hellinginstelling.

De workout zal zo doorgaan tot het laatste segment van het profiel in de display opflikkert en het laatste segment eindigt. De band zal dan langzaam tot stilstand komen.

**Aandacht: het na te streven calorieën doel is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de workout zult verbranden. Het feitelijke aantal calorieën dat u verbrandt zal van verschillende factoren, zoals uw gewicht, afhangen. Daarnaast, heeft een handmatige wijziging van de snelheid of de helling van de loopband tijdens de workout invloed op het aantal calorieën dat u zult verbranden.**

Indien de snelheids- of hellinginstelling wanneer dan ook tijdens de workout te hoog of te laag staat, dan kunt u de instelling handmatig veranderen door op de toets Speed of op de toets Incline (helling) te drukken. **Echter, als het volgende segment van de workout begint, dan zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheids- en hellinginstelling voor het volgende segment.**

Druk op de toets Stop om de workout wanneer dan ook te stoppen. De tijd zal in de display gaan opflikkeren. Druk op de toets Start of op de toename-toets Speed om de workout te hervatten. De band zal met een snelheid van 2 km/u beginnen te draaien. Wanneer het volgende segment van de workout begint, zal de loopband zich automatisch aanpassen aan de snelheids- en hellinginstelling voor het volgende segment.

#### **4. Volg uw vorderingen op de display.**

Zie stap 5 op bladzijde 22. Wanneer u een vooraf ingestelde workout kiest, zal de display de resterende tijd in plaats van de verlopen tijd aangeven.

#### **5. Meet desgewenst uw hartslag.**

Zie stap 6 op bladzijde 22.

#### **6. Zet desgewenst de ventilator aan.**

Zie stap 7 op bladzijde 23.

#### **7. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel wanneer u klaar bent met oefenen.**

Zie stap 8 op bladzijde 23.

## **HOE EEN STEL-EEN-DOEL-IN WORKOUT TE GEBRUIKEN**

### **1. Steek de sleutel in het bedieningspaneel.**

Zie HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 21.

### **2. Kies een stel-een-doel-in workout.**

Om een stel-een-doel-in workout te kiezen, druk op de toets Set A Goal (een doel instellen) op het bedieningspaneel.

Gebruik de toename- en afname-toets naast de toets Enter (invoeren) om een calorie-, tijd- of afstandsdoel in te stellen en druk dan op de toets Enter. Druk vervolgens op de toename- en afname-toets naast de toets Enter om een om een doel te kiezen. Druk op de toets Speed (snelheid) en op de toets Incline (helling) om de snelheid en helling voor de workout te kiezen. Het scherm zal de duur en de afstand van de workout en het geschatte aantal calorieën dat u tijdens de workout zult verbranden aangeven.

### **3. Start de workout.**

Druk op de toets Start om de workout te starten. Eventjes nadat u op de toets gedrukt heeft, zal de band beginnen te draaien. Houd de handleuningenvast en begin te lopen.

De workout zal op dezelfde manier werken als de handmatige instelling (zie bladzijde 21). De workout zal zo doorgaan totdat u het ingestelde doel bereikt. De band zal dan langzaam tot stilstand komen.

**Aandacht: het na te streven calorieën doel is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de workout zult verbranden. Het feitelijke aantal calorieën dat u verbrandt zal van verschillende factoren, zoals uw gewicht, afhangen.**

### **4. Volg uw vorderingen op de display.**

Zie stap 5 op bladzijde 22.



### 5. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 6 op bladzijde 22.

### 6. Zet desgewenst de ventilator aan.

Zie stap 7 op bladzijde 23.

### 7. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel wanneer u klaar bent met oefenen.

Zie stap 8 op bladzijde 23.

## HOE EEN iFit WORKOUT TE GEBRUIKEN

Aandacht: voor een iFit workout heeft u een optionele iFit-module nodig. **Ga naar [www.iFit.com](http://www.iFit.com) of bel met het telefoonnummer op de kaft van deze handleiding om een iFit-module wanneer dan ook aan te schaffen.** U moet ook toegang hebben nodig tot een computer met een USB-poort en een internetverbinding. Daarnaast dient u ook toegang te hebben tot een draadloos netwerk inclusief een 802.11b/g/n router met geactiveerde SSID verzending (verborgen netwerken worden niet ondersteund). Een iFit.com-lidmaatschap is ook vereist.

#### 1. Steek de sleutel in het bedieningspaneel.

Raadpleeg HOE HET APPARAAT AAN TE ZETTEN op bladzijde 21.

#### 2. Steek de iFit-module in het bedieningspaneel.

Zie de instructies die met de iFit-module meegeleverd zijn om de iFit-module in te steken.

**BELANGRIJK: om te voldoen aan de blootstellingsvereisten, dienen de antenne en de zender in de iFit-module minstens 20 cm afstand te hebben van alle personen en mogen ze niet vlakbij of aangesloten zijn op een andere antenne of zender.**

### 3. Kies een gebruiker.

Als er meer dan één gebruiker geregistreerd is, kunt u vanuit het iFit-hoofdscherm van gebruiker wisselen. Druk op de toename- en afnametoets naast de toets Enter (invoeren) om een gebruiker te kiezen.

### 4. Kies een iFit workout.

Druk op een van de toetsen iFit om een iFit workout te kiezen. U moet enkele workouts aan uw lijst op [www.iFit.com](http://www.iFit.com) toevoegen, voor u ze kunt downloaden.

Druk op de toets iFit om de volgende workout op uw lijst te downloaden. Druk op de toets Map (kaart), op de toets Train (trainen) of op de toets Lose Wt. (afvallen) om de volgende workout van dat type op uw lijst te downloaden. Druk op de toets Compete (competitie) om aan een race deel te nemen die u al eerder gekozen heeft. Druk op de toets Track (piste) om een al eerdere workout opnieuw uit te voeren. **Zie [www.iFit.com](http://www.iFit.com) voor meer informatie over de iFit workouts.** Aandacht: indien er geen workouts van het gekozen type op uw lijst staan, dan zal de volgende workout op uw lijst gedownload worden.

Wanneer u een iFit workout kiest, zal de display de tijdsduur van de workout, de afstand die u zult lopen of rennen, en de geschatte aantal calorieën dat u zult verbranden aangeven. De display kan ook de naam van de workout aangeven. Als u een competitie workout kiest, kan de display aftellen tot aan het begin van de race.

Aandacht: elke iFit toets kan ook twee demo workouts uitvoeren. Om de demo workouts te gebruiken, verwijder de iFit-module uit het bedieningspaneel en druk op een van de iFit toetsen.

## 5. Start de workout.

Zie stap 3 op bladzijde 23.

Tijdens sommige workouts kan een audio coach u door uw workout leiden. U kunt een instelling voor uw audio coach kiezen (zie DE INSTELLINGEN op bladzijde 27).

Druk op de toets Stop om de workout wanneer dan ook te stoppen. De tijd zal in de display gaan opflikkeren. Druk op de toets Start of op de toename-toets Speed (snelheid) om de workout te hervatten. De band zal met de snelheidsinstelling van het eerste segment van de workout beginnen te draaien. Wanneer het volgende segment van de workout begint, zal de loopband zich automatisch aan de snelheids- en hellinginstellingen voor het volgende segment aanpassen.

## 6. Volg uw vorderingen op de display.

Zie stap 5 op bladzijde 22.

Het tabblad My Trail (mijn pad) zal een kaart van het pad waarop u loopt of rent aangeven, of het zal een piste met het aantal rondjes dat u voltooit aangeven.

Tijdens een competitie workout zal het tabblad Competition (competitie) uw voortgang in de race aangeven. Tijdens de race zal de bovenste lijn in de matrix laten zien hoeveel van de race U voltooid heeft. De andere lijnen zullen uw vier belangrijkste concurrenten aangeven. Het einde van de matrix geeft het einde van de race aan.

## 7. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 6 op bladzijde 22.

## 8. Zet desgewenst de ventilator aan.

Zie stap 7 op bladzijde 23.

## 9. Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel wanneer u klaar bent met oefenen.

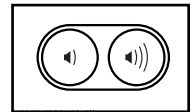
Zie stap 8 op bladzijde 23.

**Ga naar [www.iFit.com](http://www.iFit.com) voor meer informatie over de iFit instelling.**

## HOE HET GELUIDSSYSTEEM TE GEBRUIKEN

Steek een audiokabel met 3,5mm mannelijke uiteinden (niet meegeleverd) in de audioaansluiting op het bedieningspaneel en in de audioaansluiting van uw MP3-speler, CD-speler, of andere eigen audio-speler om via het geluidssysteem van het bedieningspaneel muziek of audioboeken af te spelen. **Zorg ervoor dat de audiokabel volledig ingestoken is. Aandacht: ga naar uw plaatselijke elektronikawinkel om een audiokabel aan te schaffen.**

Druk dan op de toets play van uw eigen audio-speler. Pas het volumeniveau aan met de volume toename- of afname-toetsen op het bedieningspaneel of met de volumeregelaar op uw eigen audio-speler.



Leg de CD-speler op de vloer of op een ander effen ondergrond in plaats van op het bedieningspaneel als u uw eigen CD-speler gebruikt en de CD overslaat.

## DE INSTELLINGEN

Het bedieningspaneel heeft instellingen die de informatie van de loopband bijhouden en u uw eigen instellingen voor het bedieningspaneel laat invoeren.

### 1. Kies de instellingen.

Druk op de toets Settings (instellingen) om de instellingen te kiezen. Wanneer de instellingen gekozen worden, zal de display het totaal aantal uren dat de loopband is gebruikt, en het totaal aantal kilometers of mijlen dat de band heeft afgelegd aangeven.

Het onderste gedeelte van de display zal de status van een iFit-module aangeven. De display zal de woorden WIFI MODULE aangeven als een iFit-module is aangesloten. De display zal de woorden USB/SD MODULE aangeven als een USB-module is aangesloten. De display zal de woorden NO IFIT MODULE (geen iFit-module) aangeven wanneer er geen module is aangesloten.

### 2. Kies de optionele schermen.

De display zal verschillende optionele schermen aangeven terwijl de instellingen gekozen wordt. Druk op de afnametoets naast de toets Enter (invoeren) om elk van de volgende schermen te kiezen:

**UNITS (eenheden):** druk op de toets Enter om van meeteenheid te veranderen. Kies ENGLISH (engels) om de afstand in mijlen te bekijken. Kies METRIC (metrisch) om de afstand in kilometers te bekijken.

**DEMO:** het bedieningspaneel heeft een demo instelling voor de display, die ontwikkeld is voor als de loopband in een winkel geëtaled wordt. Terwijl de demo instelling aan is, zal het bedieningspaneel normaal werken als de stroomsnoer ingestoken is, de schakelaar in de reset-stand gedrukt is, en de sleutel in het

bedieningspaneel gestoken is. Wanneer u echter de sleutel uit het bedieningspaneel verwijdert zullen de displays blijven branden alhoewel de toetsen niet meer zullen werken. Het woord ON (aan) zal op het scherm verschijnen wanneer de demo instelling aan is. Druk op de toets Enter om de demo instelling aan of uit te zetten.

**CONTRAST LVL (contrastniveau):** druk op de toename- en afnametoets Incline (helling) om het contrastniveau van de display aan te passen.

**Als een module aangesloten wordt, kunt u ook het volgende scherm kiezen:**

**AUDIO COACH:** druk op de toets Enter om de audio coach aan of uit te zetten.

**DEFAULT MENU (standaardmenu):** het standaardmenu zal verschijnen wanneer u de sleutel in het bedieningspaneel steekt, of wanneer u op de toets Home (thuis) drukt. Druk herhaaldelijk op de toets Enter (invoeren) om het handmatige hoofdscherm of het iFit scherm als het standaard menu te kiezen.

**CHECK WIFI STATUS (WiFi status controleren):** druk op de toets Enter om de status van uw iFit-module te controleren. De onderste display zal het nummer van de softwareversie, het SSID netwerk, het type van de netwerkcodering, de status van de verbinding, de draadloze signaalsterkte, het IP-adres van de module, het aantal geregistreerde gebruikers en hun namen, de resultaten van de DNS zoekopdracht en de status van de iFit server aangeven.

**SEND/RECEIVE DATA (data verzenden/ontvangen):** druk op de toets Enter (invoeren) om workouts, workout logboeken en updates te verzenden en te ontvangen. De woorden TRANSFERS DONE (transfers uitgevoerd) zullen op het scherm verschijnen wanneer het proces voltooid is.

### 3. Verlaat de instellingen.

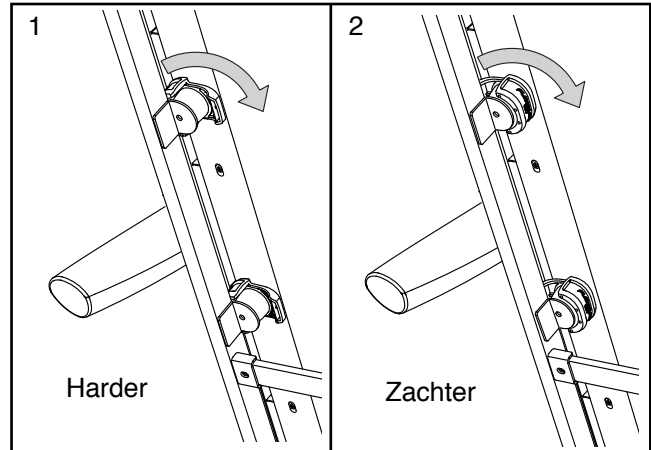
Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel om de instellingen te verlaten.

## HOE HET KUSSENSYSTEEM BIJ TE STELLEN

De loopband heeft een kussensysteem dat de impact tijdens het lopen of rennen op de loopband vermindert.

**Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel en trek de stroomsnoer uit.** Het kan zijn dat de loopband in de opbergstand geplaatst moet worden om de kussens bij te kunnen stellen (zie HOE DE LOOPBAND IN TE KLAPPEN op page 29).

Draai voor een harder kussen, het kussen tot de afgebeelde stand in tekening 1; draai voor een zachter kussen, het kussen tot de afgebeelde stand in tekening 2. Stel de andere kussens op dezelfde manier bij. **Aandacht: zorg ervoor dat de kussens zowel links als rechts van de loopband even hard ingesteld zijn. Hoe sneller u op de loopband rent, hoe meer gewicht en hoe steviger het loopvlak zou moeten zijn.**

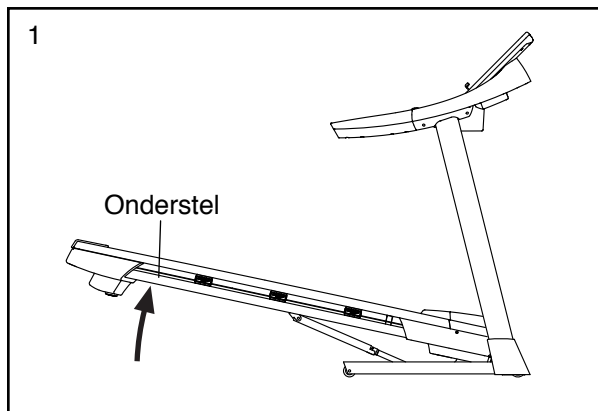


# HOE DE LOOPBAND IN TE KLAPPEN EN TE VERPLAATSEN

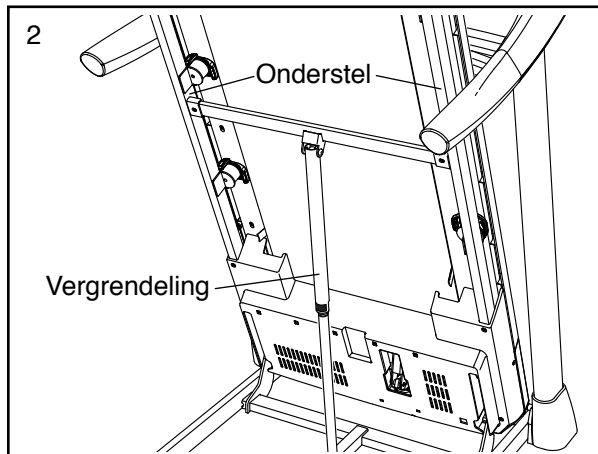
## HOE DE LOOPBAND IN TE KLAPPEN

Stel de helling op nul voordat u de loopband inklaapt om te voorkomen dat de loopband beschadigd raakt. Verwijder dan de sleutel en trek de stroomsnoer uit. **OPGELET:** u moet in staat zijn om veilig 20 kg op te kunnen optillen, om de loopband omhoog te tillen, neer te laten of te verplaatsen.

1. Houd het metalen onderstel stevig vast op de plaats die door de pijl hieronder aangegeven wordt. **OPGELET:** houd het onderstel niet bij de plastic voetrails vast. Buig uw knieën en houd uw rug recht.



2. Til het onderstel omhoog tot de opbergvergrendeling in de opbergstand vastklikt. **OPGELET:** zorg ervoor dat de opbergvergrendeling vastklikt.

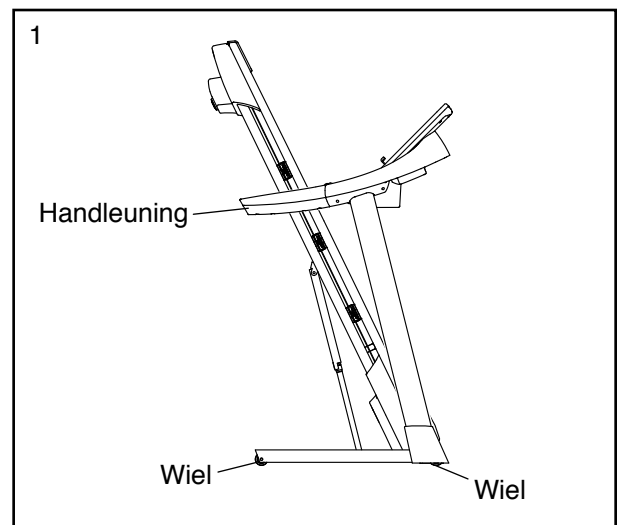


Leg een matje onder de loopband om de vloer of de vloerbedekking te beschermen. Houd de loopband weg uit direct zonlicht. Plaats de loopband in de opbergstand niet daar waar de temperatuur meer dan 30° C is.

## HOE DE LOOPBAND TE VERPLAATSEN

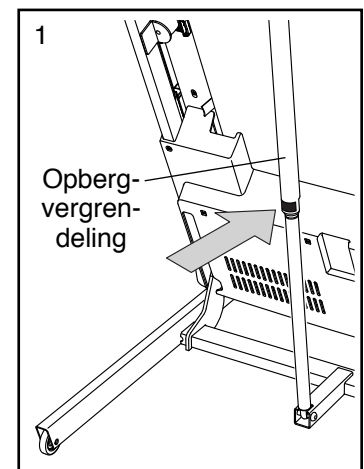
Klap de loopband eerst in zoals links beschreven voordat u deze verplaatst. **OPGELET:** zorg ervoor dat de opbergvergrendeling in de opbergstand vastgeklikt is. Er kunnen twee mensen nodig zijn om de loopband te verplaatsen.

1. Houd de handleuningen met beide handen vast en duw de loopband voorzichtig naar de gewenste plek. **OPGELET:** verplaats de loopband niet zonder deze naar achter te laten leunen, trek niet aan het onderstel en verplaats de loopband niet over een oneffen ondergrond.



## HOE DE LOOPBAND NEER TE LATEN VOOR GEBRUIK

1. Druk met uw handen op het bovenste uiteinde van het onderstel van de loopband, druk met uw voet tegen de opbergvergrendeling op de afgebeelde plaats en laat dan het onderstel op de vloer zakken.



# ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN

## ONDERHOUD

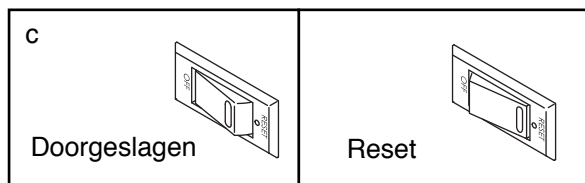
Maak de loopband regelmatig schoon en houd de band schoon en droog. Druk eerst **de schakelaar in de off-stand (uit) en trek de stroomsnoer uit**. Gebruik een vochtige doek en een klein beetje zachte zeep om de onderdelen aan de buitenkant van de loopband schoon te maken. **BELANGRIJK: spuit geen vloeistoffen rechtstreeks op de loopband. Houd vloeistoffen weg uit de buurt van het bedieningspaneel om schade aan het bedieningspaneel te voorkomen.** Maak de loopband vervolgens met een zachte doek goed droog.

## PROBLEMEN OPLOSSEN

De meeste problemen met de loopband kunnen met de onderstaande stappen eenvoudig opgelost worden. Zoek naar het symptoom dat van toepassing is en volg de vermelde stappen. Zie de kافت van deze handleiding als u meer hulp nodig heeft.

### SYMPTOOM: het apparaat gaat niet aan

- Zorg ervoor dat de stroomsnoer op de juiste wijze in een geaard stopcontact (zie page 19 ) is gestoken. Mocht een verlengsnoer nodig zijn gebruik dan alleen een 3-dradige geleider: snoer maat 14 (1 mm<sup>2</sup>) van 1,5 m of korter.
- Steek de sleutel in het bedieningspaneel nadat de stroomsnoer is ingestoken.
- Controleer de schakelaar bij de stroomsnoer op het onderstel van de loopband. De schakelaar is doorgeslagen wanneer de schakelaar uitsteekt zoals afgebeeld. Wacht vijf minuten en druk dan de schakelaar weer in om de schakelaar opnieuw te resetten.



### SYMPTOOM: het apparaat gaat tijdens het gebruik uit

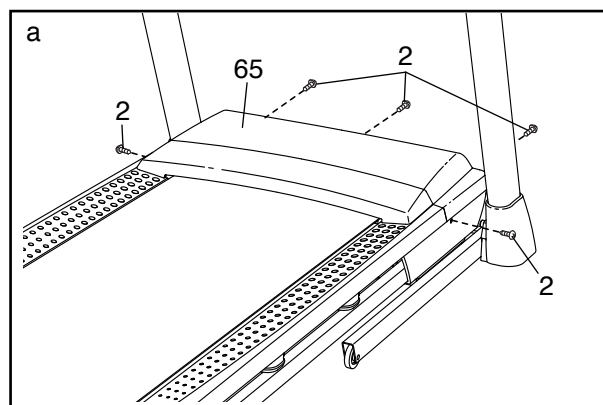
- Controleer de schakelaar (zie tekening c links). Wacht vijf minuten als de schakelaar doorgeslagen is en druk de schakelaar dan weer in.
- Zorg ervoor dat de stroomsnoer ingestoken is. Als de stroomsnoer ingestoken is, trek deze dan uit, wacht vijf minuten en steek hem dan weer in.
- Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel en steek hem er weer in.
- Raadpleeg de kافت van deze handleiding als de loopband nog steeds niet wil werken.

### SYMPTOOM: de displays van het bedieningspaneel blijven branden wanneer u de sleutel uit het bedieningspaneel verwijdert

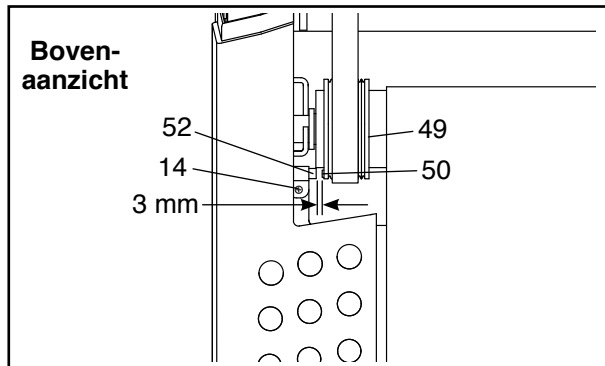
- Het bedieningspaneel beschikt over een demo instelling voor de display die ontwikkeld is voor als de loopband in een winkel geïnstalleerd wordt. De demo instelling staat aan als de displays blijven branden wanneer u de sleutel verwijdert. Houd de toets Stop enkele lang seconden ingedrukt om de demo instelling uit te schakelen. Zie DE INSTELLINGEN op bladzijde 27 om de demo instelling uit te schakelen als de displays nog steeds branden.

### SYMPTOOM: de displays van het bedieningspaneel werken niet naar behoren

- Verwijder de sleutel uit het bedieningspaneel en **TREK DE STROOMSNOER UIT**. Verwijder de vijf #8 x 3/4" Schroeven (2). Draai dan voorzichtig de Motorkap (65) eraf.



Zoek naar de Bladveerschakelaar (52) en de Magneet (50) links van de Katrol (49). Draai de Katrol tot de Magneet is uitgelijnd met de Bladveerschakelaar. **Zorg dat de ruimte tussen de Magneet en de Bladveerschakelaar ongeveer 3 mm is.** Draai, indien nodig, de #8 x 3/4" Tekschroef (14) los, verschuif de Bladveerschakelaar wat en draai de Schroef weer vast. Maak de Motorkap (niet afgebeeld) weer vast met de #8 x 3/4" Schroeven (niet afgebeeld) en laat de loopband een paar minuten draaien om te controleren of de snelheidsmeting juist is.



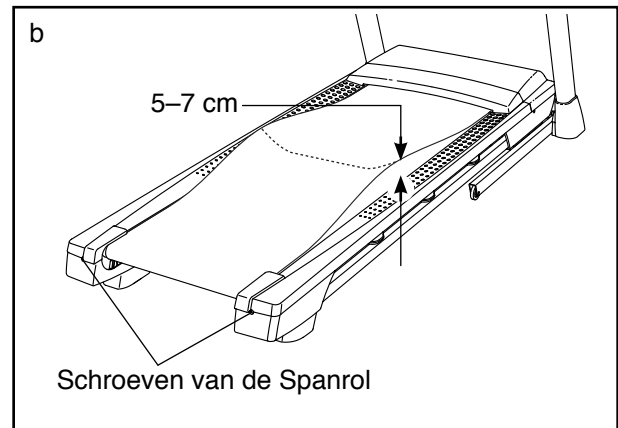
**SYMPTOOM: de helling van de loopband verandert niet goed**

- a. Druk de toets Stop en de toenametoets Speed, steek de sleutel in het bedieningspaneel en laat dan de toets Stop en de toenametoets Speed los. Druk vervolgens op de toets Stop en druk dan op de toename- of afnametoets Incline (helling). De loopband zal automatisch naar het maximale hellingniveau stijgen om dan naar het minimumniveau terug te keren. Hierdoor wordt het hellingsysteem opnieuw geijkt. Druk weer op de toets Stop en daarna opnieuw op de toename- of afnametoets Incline (helling) als het hellingsysteem niet met ijken begint. Trek de sleutel uit het bedieningspaneel als de helling geijkt is.

**SYMPTOOM: de band vertraagt wanneer er op gelopen wordt**

- a. Mocht een verlengsnoer nodig zijn gebruik dan alleen een 3-dradige geleider: snoer maat 14 (1 mm<sup>2</sup>) van 1,5 m of korter.

- b. Als de band te strak staat draait de band langzamer en kan zelfs beschadigd worden. Verwijder de sleutel en **TREK DE Stroomsnoer UIT.** Draai beide schroeven van de spanrol met de inbussleutel een kwartslag tegen de klok in. Als de band correct vastligt moet u elke rand van de band 5 tot 7 cm van het loopvlak kunnen optillen. Zorg ervoor dat de band in het midden blijft liggen. Steek dan de stroomsnoer in, steek de sleutel in en laat de loopband een paar minuten draaien. Herhaal deze procedure tot de band goed vastligt.

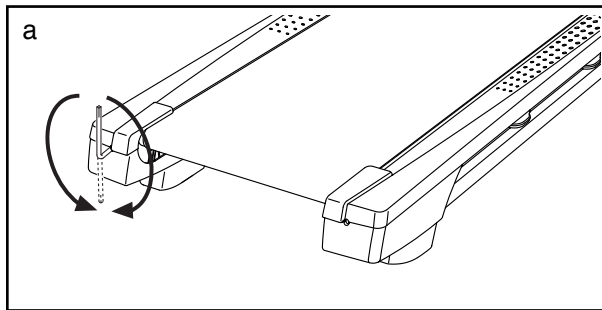


- c. Uw loopband is voorzien van een band die al met een hoogwaardig smeermiddel behandeld is. **BELANGRIJK: behandel de band of het loopvlak nooit met siliconenspray of enig andere substantie tenzij dit door een erkende onderhoudsmonteur aangeven wordt. Dergelijke substanties kunnen de kwaliteit van de band verslechteren en tot overmatige slijtage leiden.** Zie de kft van deze handleiding als u vermoedt dat de band aanvullende smering nodig heeft.
- d. Raadpleeg de kft van deze handleiding als de band nog steeds vertraagt als erop gelopen wordt.

**SYMPTOOM:** de band ligt niet in het midden tussen de voetrails.

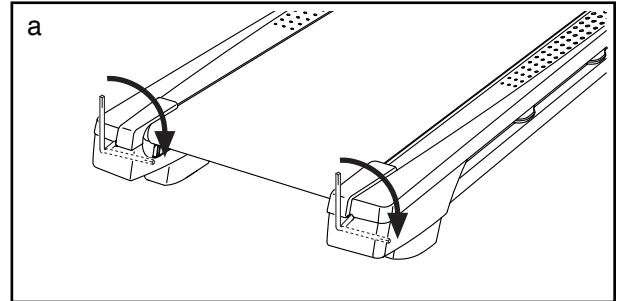
**BELANGRIJK:** als de band langs de voetrails schuurt kan de band beschadigd raken.

- a. Verwijder als eerste de sleutel en **TREK DE Stroomsnoer UIT**. Draai de linker schroef van de spanrol met de inbussleutel een halve slag met de klok mee **als de band naar links verschoven is**; draai de linker schroef van de spanrol een halve slag tegen de klok in **als de band naar rechts verschoven is**. Zorg dat u de band niet te strak draait. Steek dan de stroomsnoer in, steek de sleutel in en laat de loopband een paar minuten draaien. Herhaal deze procedure tot de band goed in het midden ligt.



**SYMPTOOM:** de band slijpt wanneer er op gelopen wordt

- a. Verwijder als eerste de sleutel en **TREK DE Stroomsnoer UIT**. Draai beide bijstelschroeven van de spanrol met de inbussleutel een kwartslag met de klok mee. Als de band goed vastligt moet u elke rand van de band 5 tot 7 cm van het loopvlak kunnen optillen. Zorg ervoor dat de band in het midden blijft liggen. Steek dan de stroomsnoer in. Steek de sleutel in en loop een paar minuten voorzichtig op de loopband. Herhaal deze procedure tot de band goed vastligt.



**SYMPTOOM:** er lopen lijnen over de display van het bedieningspaneel

- a. Zie **DE INSTELLINGEN** op bladzijde 27 als er lijnen in de display van het bedieningspaneel verschijnen en stel het contrastniveau van de display bij.



# 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 aerobic oefening.

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

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 aerobic-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.

**Aerobic-oefening**—Als het uw doel is om uw hart en vaatsysteem te versterken dan moet u een aerobic-oefening uitvoeren die zorgt voor activiteit die grote hoeveelheden zuurstof vereist gedurende langere perioden. Voor een aerobic-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 bloeddoodstroming 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. NETL12814.1 R0314B

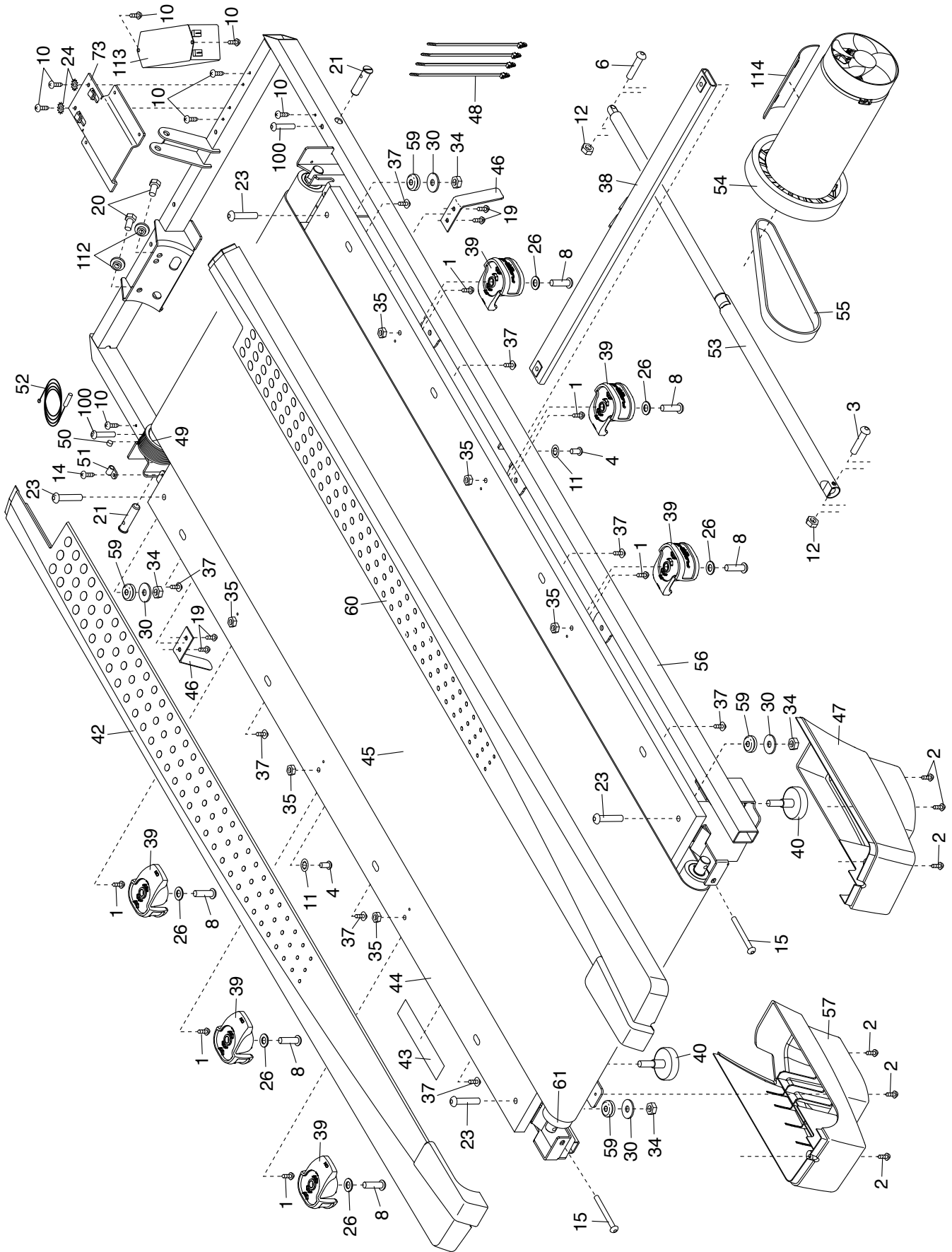
Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
1	14	#8 x 1/2" Schroef	49	1	Aandrijfroller/Katrol
2	60	#8 x 3/4" Schroef	50	1	Magneet
3	1	5/16" x 2 1/4" Bout	51	1	Klip van de Bladveerschakelaar
4	6	5/16" x 3/4" Schroef	52	1	Bladveerschakelaar
5	4	#10 Sterring	53	1	Opbergvergrendeling
6	1	5/16" x 1 3/4" Bout	54	1	Aandrijfmotor
7	6	3/8" x 4" Schroef	55	1	Riem van de Motor
8	6	1/4" x 1" Schroef	56	1	Onderstel
9	4	#10 x 3/4" Schroef	57	1	Linker Achterpoot
10	9	#8 x 1/2" Zilveren Schroef	58	1	Aarddraad van het Bedieningspaneel
11	10	5/16" Sterring			
12	2	5/16" Moer	59	4	Rubberkussen
13	6	3/8" Sterring	60	1	Rechter Voetrail
14	1	#8 x 3/4" Tekschroef	61	1	Spanrol
15	2	1/4" x 2 1/2" Schroef	62	2	Voorwiel
16	1	3/8" x 1 1/2" Bout	63	2	Tussenstuk van het Wiel
17	2	3/8" x 1 1/2" Bout van het Wiel	64	1	Basis van het Bedieningspaneel
18	1	Onderstel van het Bedieningspaneel	65	1	Motorkap
19	4	#8 x 7/16" Schroef	66	1	Kapversiering
20	2	5/16" Schroef van de Motor	67	2	Tussenstuk van het Onderstel van de Helling
21	2	3/8" Pen			
22	2	3/8" x 1" Bout	68	5	Klip van de Motorkap
23	4	5/16" x 1 3/4" Schouderbout	69	1	Motor van de Helling
24	2	#8 Sterring	70	1	Onderstel van de Helling
25	4	#8 x 1" Schroef	71	2	Tussenstuk van het Onderstel
26	6	3/8" Platte Tussenring	72	1	Reguleur
27	1	Rechter Lade	73	1	Plaat van de Reguleur
28	4	5/16" x 2 1/2" Schroef	74	2	Kap van de Basis
29	1	3/8" x 1 3/4" Bout met Inbuskop	75	1	Schakelaar
30	4	5/16" Platte Tussenring	76	1	Stroomsnoer
31	4	1/4" x 1/2" Schroef	77	2	Doorvoerhuls
32	4	1/4" Sterring	78	1	Onderste Kap
33	6	3/8" Klemmoer	79	1	Linker Bovenste Kap van de Handleuning
34	4	5/16" Moer			
35	6	1/4" Klemmoer	80	1	Bedieningspaneel
36	1	Linker Lade	81	1	Draad van de Staander
37	8	#8 x 5/8" Schroef	82	1	Linker Kap van de Basis
38	1	Dwarsstang van de Vergrendeling	83	1	Rechter Kap van de Basis
39	6	Isolator	84	1	Rechter Onderste Kap van de Handleuning
40	2	Achterpoot			
41	1	Dwarsstang van de Staander	85	1	Linker Onderste Kap van de Handleuning
42	1	Linker Voetrail			
43	1	Waarschuwingssticker	86	2	Handleuning
44	1	Loopvlak	87	1	Kap van de Linker Luidspreker
45	1	Band	88	1	Achterkant van de Linker Luidspreker
46	2	Bandgeleider			
47	1	Rechter Achterpoot	89	1	Linker Staander
48	4	Draadband	90	1	Rechter Staander

<b>Nr.</b>	<b>Aant.</b>	<b>Beschrijving</b>	<b>Nr.</b>	<b>Aant.</b>	<b>Beschrijving</b>
91	2	Waarschuingssticker	103	1	Kap van de Rechter Luidspreker
92	1	Rechter Bovenste Kap van de Handleuning	104	1	Achterkant van de Basis van het Bedieningspaneel
93	1	Dwarsstang voor de Hartslag	105	1	Kap van het Bedieningspaneel
94	1	Basis	106	2	#8 x 5/8" Schroef
95	1	Bovenste Kap van de Dwarsstang voor de Hartslag	107	2	Luidspreker
96	1	Achterkant van de Rechter Luidspreker	108	1	Hartslagmonitor
97	2	Wiel	109	2	Tussenstuk van de Motor van de Helling
98	1	Sleutel/Klip	110	8	#6 x 1/2" Schroef
99	8	Draadband	111	6	#3 x 3/8" Schroef
100	2	1/4" x 1 1/2" Schroef	112	2	Huls van de Motor
101	1	Contactdoos	113	1	Filter
102	2	Klem van het Bedieningspaneel	114	1	Plaat van de Motor
			*	–	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.

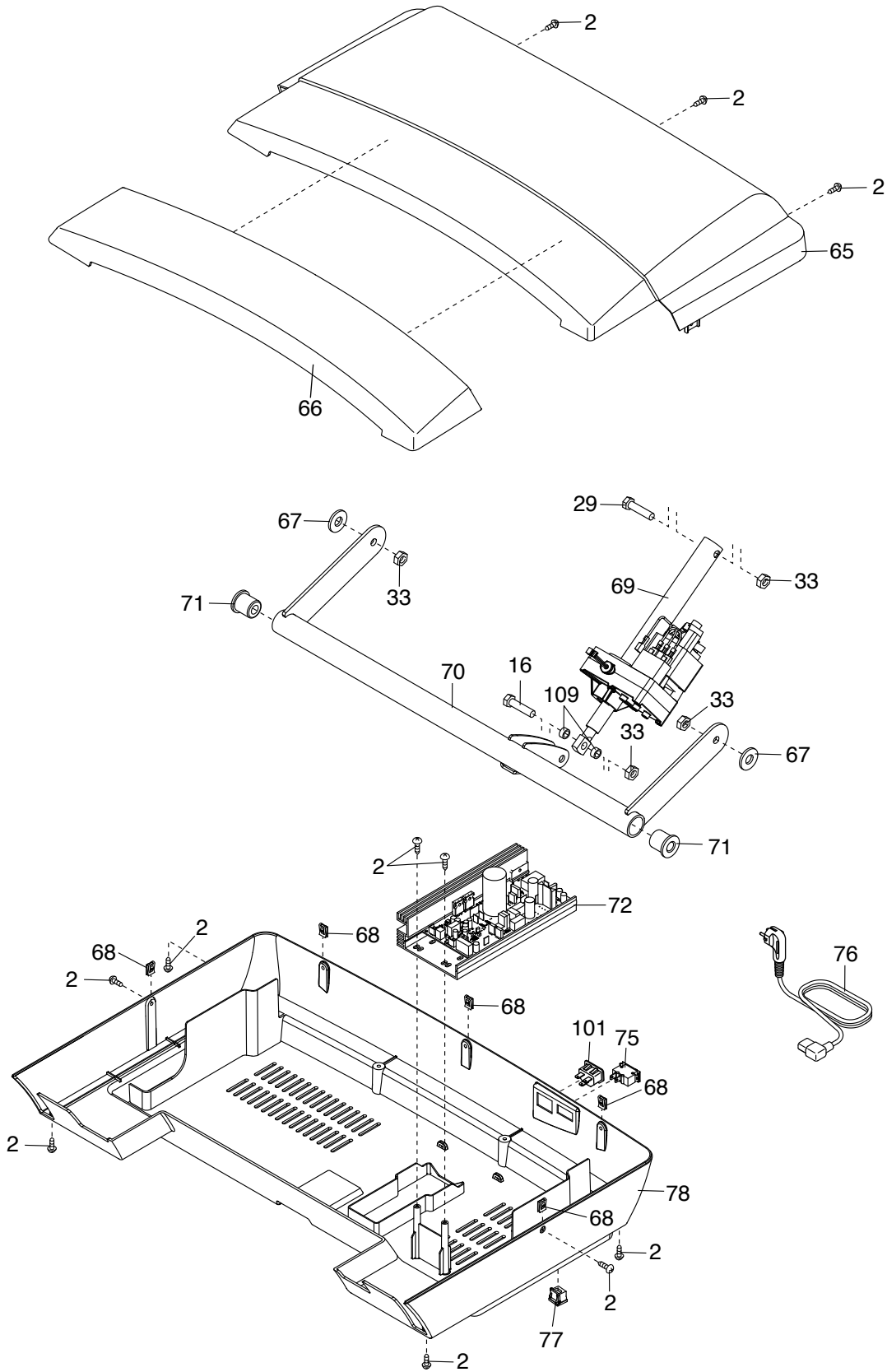
# GEDETAILLEERDE TEKENING A

Modelnr. NETL12814.1 R0314B



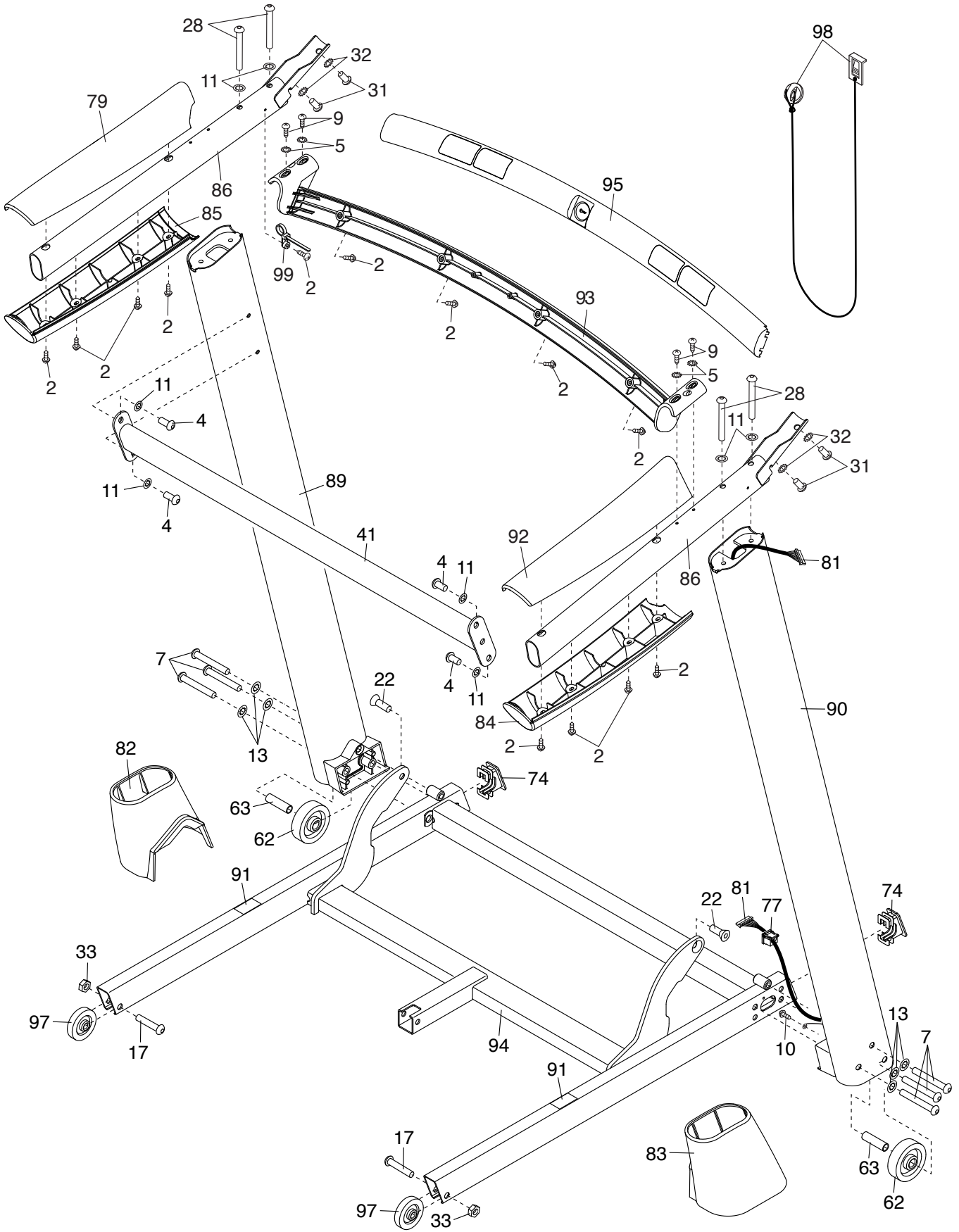
# GEDETAILLEERDE TEKENING B

Modelnr. NETL12814.1 R0314B



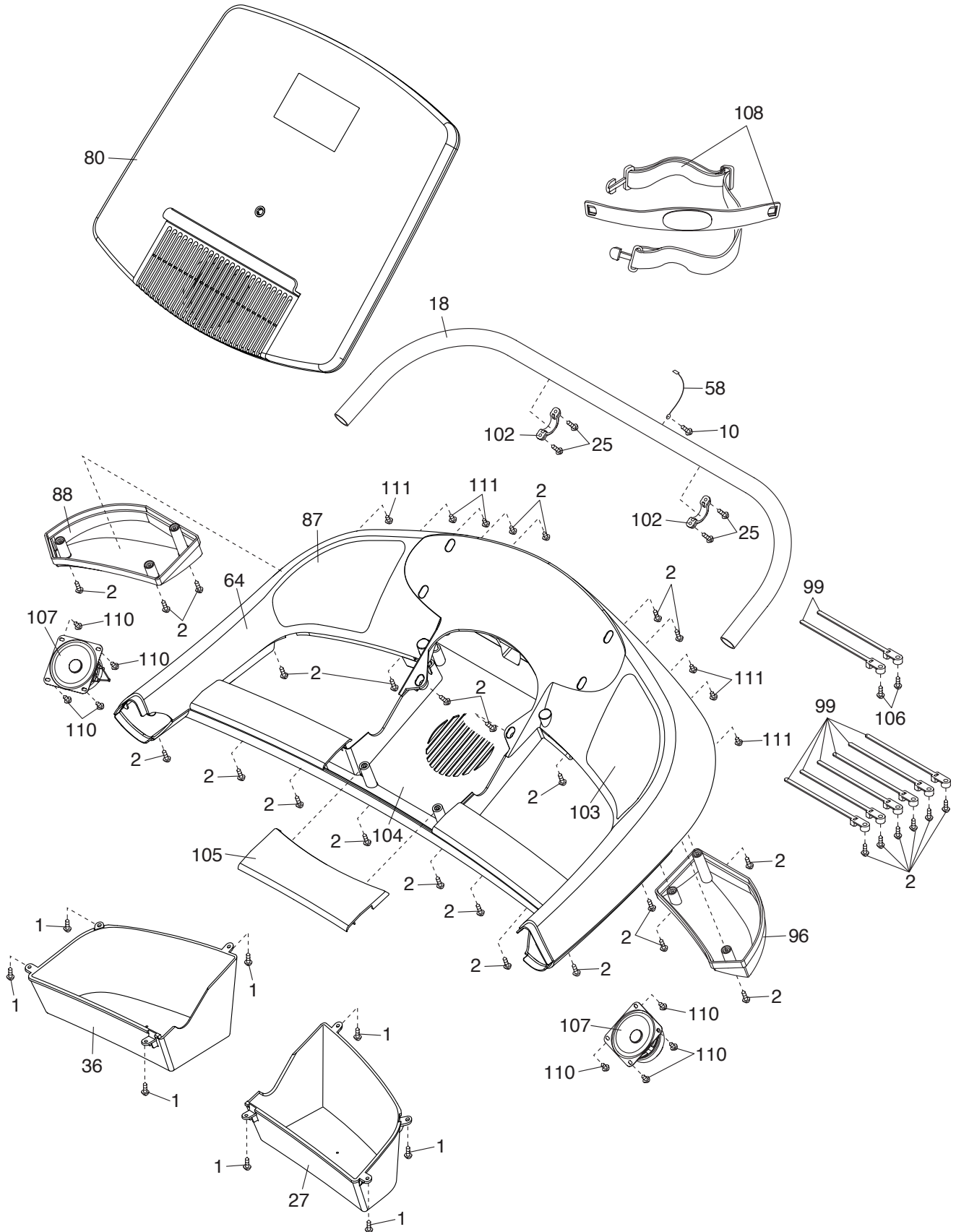
# GEDETAILEERDE TEKENING C

Modelnr. NETL12814.1 R0314B



# GEDETAILEERDE TEKENING D

Modelnr. NETL12814.1 R0314B



---

# HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN

Bekijk de omslag van deze handleiding voor het bestellen van vervangende onderdelen. Zorg ervoor dat u de volgende informatie bij de hand hebt wanneer u contact met ons opneemt:

- het modelnummer en het serienummer van het apparaat (raadpleeg de omslag van deze handleiding)
- de naam van het apparaat (raadpleeg de omslag van deze handleiding)
- het nummer van het onderdeel en de beschrijving (zie LIJST MET ONDERDELEN en GEDETAILLEERDE TEKENING aan het eind van deze handleiding)

---

## RECYCLING INFORMATIE

**Dit elektronische product mag niet bij het gemeentelijk afval worden gegooid. Om het milieu te beschermen, moet dit product volgens de wet worden gerecycleerd aan het einde van de levenscyclus.**

Maak gebruik van installaties voor hergebruik die bevoegd zijn voor het verwerken van dit soort afval in uw streek. Zo helpt u het milieu te beschermen en de Europese normen voor milieubescherming te verbeteren. Als u meer informatie nodig hebt over veilige en correcte afvalverwijdering, neem dan contact op met uw plaatselijke gemeentedienst of de winkel waar u dit product hebt gekocht.

