

PRO-FORM®

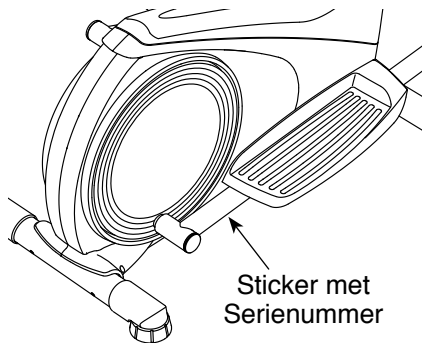
225 CSE

www.proform.com

Modelnr. PFEL02915.0

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

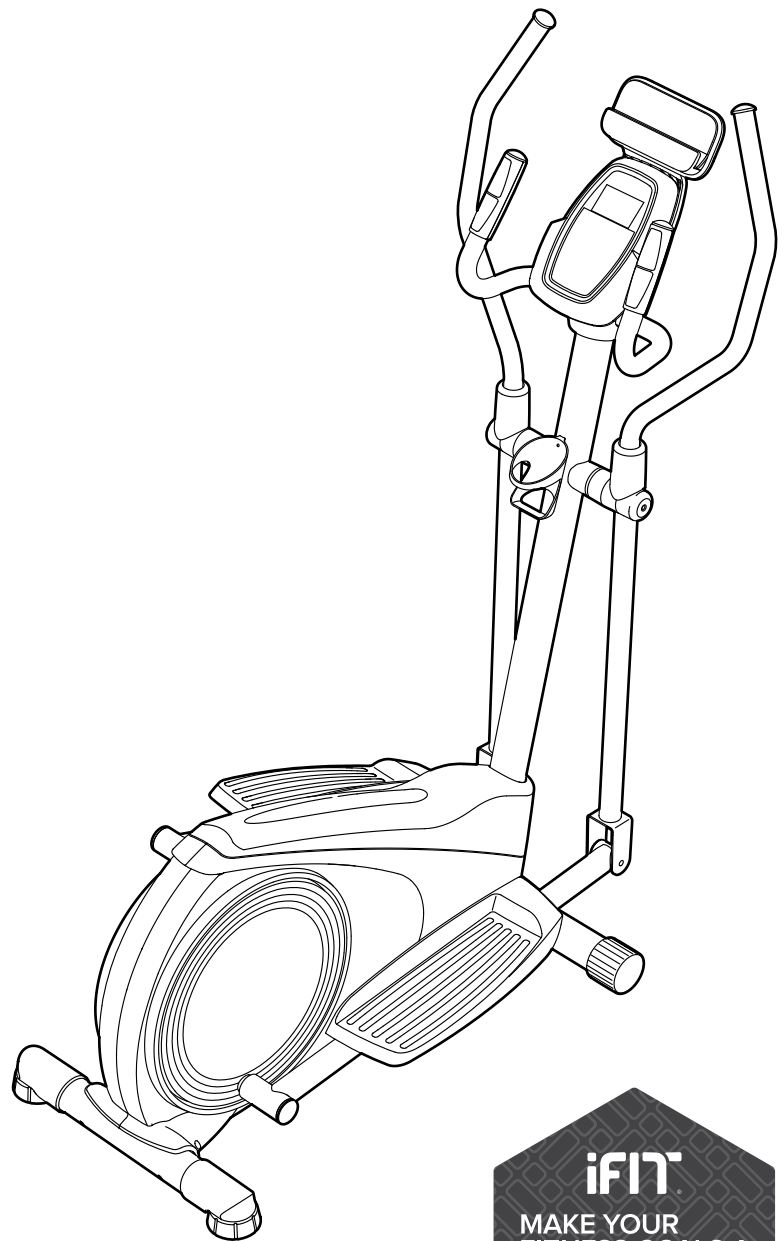
Email:

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



INHOUD

BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN	3
DE STICKER MET WAARSCHUWING	4
VOORDAT U BEGINT	5
ONDERDEEL IDENTIFICATIESHEMA	6
MONTAGE	7
HOE DE ELLIPTISCHE TRAINER TE GEBRUIKEN	16
ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN	24
RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN	26
LIJST MET ONDERDELEN	29
GEDETAILLEERDE TEKENING	30
HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN	Achterzijde
RECYCLING INFORMATIE	Achterzijde

PROFORM is een geregistreerd handelsmerk van ICON Health & Fitness, Inc. IFIT is een geregistreerd handelsmerk van ICON Health & Fitness, Inc. App Store is een handelsmerk van Apple Inc., geregistreerd in de VS en andere landen. Android en Google Play zijn handelsmerken van Google Inc. Het woordmerk BLUETOOTH® en de logo's zijn geregistreerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc. en in licentie worden gebruikt. IOS is een handelsmerk of een geregistreerd handelsmerk van Cisco in de VS en andere landen en wordt onder licentie gebruikt.

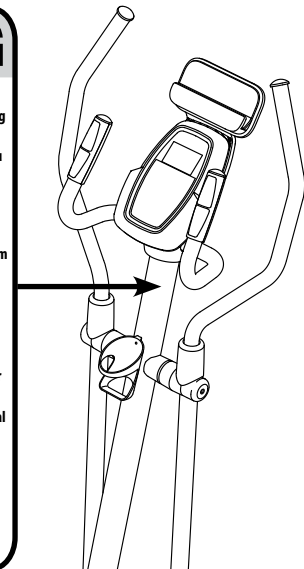
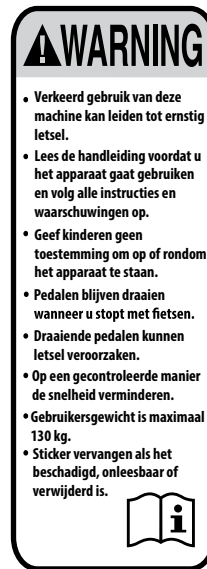
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN

⚠ WAARSCHUWING: Lees, om het risico tot ernstig letsel te verminderen, alle belangrijke voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen op uw elliptische trainer voordat u deze 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 elliptische trainer voldoende op de hoogte zijn van 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. Het is niet de bedoeling dat de elliptische trainer wordt gebruikt door mensen met mentale, sensitieve of fysieke beperkingen of gebrek aan ervaring en kennis, tenzij zij onder supervisie of instructie staan betreffende het gebruik van de elliptische trainer door iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid.
4. Gebruik de elliptische trainer alleen zoals in deze handleiding beschreven.
5. De elliptische trainer is alleen voor thuisgebruik bedoeld. Gebruik de elliptische trainer niet commercieel, voor verhuur of institutionele situatie.
6. Gebruik de elliptische trainer enkel binnenshuis en uit de buurt van vocht en stof. Plaats de elliptische trainer niet in een garage, op een overdekt terras of bij water.
7. Plaats de elliptische trainer op een vlakke ondergrond en zorg ervoor dat er minstens 0,9 m vrije ruimte voor en achter en 0,6 m vrije ruimte aan zijkanten van de elliptische trainer is. Leg een matje onder de elliptische trainer om uw vloer of de vloerbedekking te beschermen.
8. Controleer steeds bij gebruik alle onderdelen van de elliptische trainer en draai ze goed vast. Vervang versleten onderdelen meteen.
9. Houd kinderen jonger dan 13 jaar en huisdieren uit de buurt van de elliptische trainer.
10. De elliptical is niet geschikt voor gebruik door personen die meer dan 130 kg wegen.
11. Draag geschikte kleding wanneer u de elliptische trainer gebruikt; draag geen losse kleding die vast kan komen te zitten in de elliptische trainer. Draag altijd gymshoenen tijdens het oefenen om uw voeten te beschermen.
12. Houd de handgrepen of de armen van het bovendeeel vast bij het opstappen, het afstappen of tijdens het gebruik van de elliptische trainer.
13. De hartslagmonitor is geen medisch instrument. Diverse factoren kunnen invloed hebben op nauwkeurigheid van de hartslagwaarden. De hartslagmonitor dient slechts om de hartslag globaal te meten, als hulpmiddel bij het oefenen.
14. Met de elliptische trainer kan men niet free-wheelen; de pedalen blijven ronddraaien totdat het vliegwiel stopt. Verlaag uw fiets-snelheid op een gecontroleerde manier.
15. Houd tijdens het gebruik van de elliptische trainer uw rug recht. Krom uw rug niet.
16. Te veel oefeningen doen kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Als u pijn voelt, kortademig of duizelig wordt tijdens het oefenen, dient u onmiddellijk te stoppen en af te koelen.

DE STICKER MET WAARSCHUWING

De hier getoonde sticker(s) met waarschuwing is/zijn op de aangegeven plaats(en) geplakt. **Raadpleeg de achterzijde van deze handleiding wanneer een sticker ontbreekt of niet leesbaar is en vraag om een vervangende sticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats.** Let op: De sticker(s) worden niet op ware grootte weergegeven.



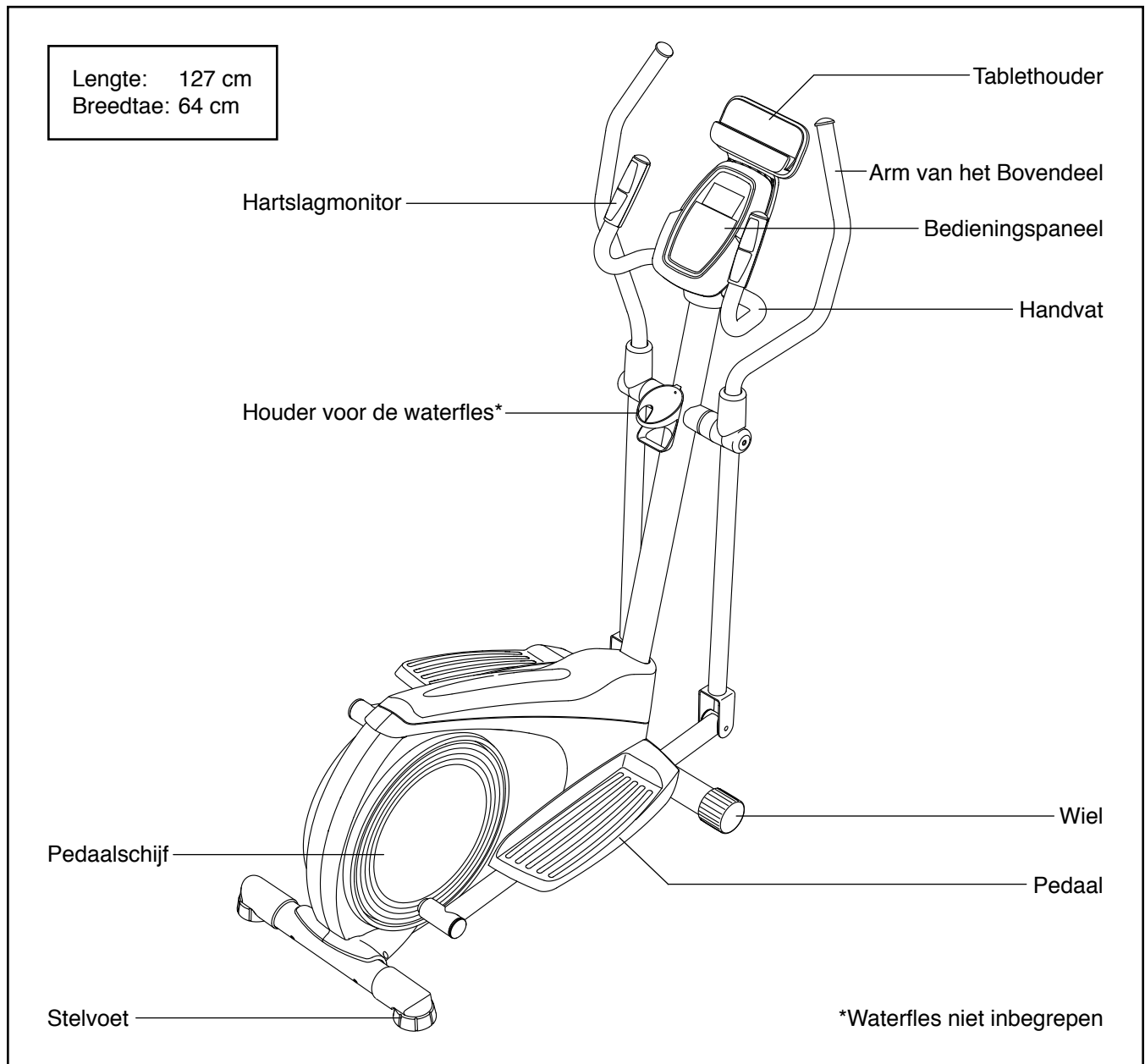
VOORDAT U BEGINT

Dank u dat u hebt gekozen voor de nieuwe PROFORM® 225 CSE elliptische trainer. De 225 CSE elliptische trainer biedt een reeks functies die zijn ontwikkeld om uw oefeningen thuis effectiever en leuker te maken.

Lees, voor uw welzijn, deze handleiding zorgvuldig door voor gebruik van de elliptische trainer. Raadpleeg de omslag van deze handleiding als u nog

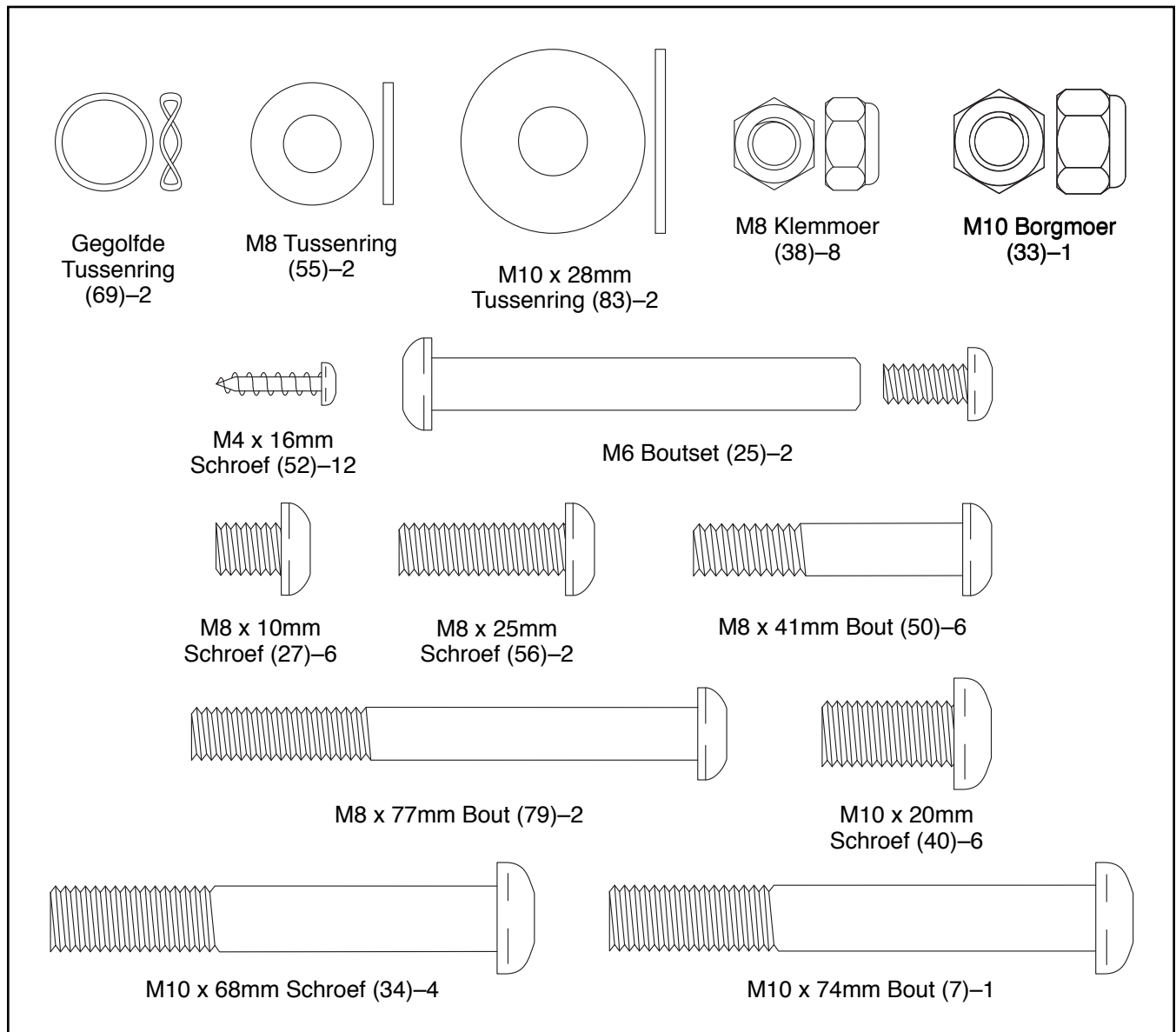
vragen hebt. Noteer het productnummer en het serienummer voordat u met ons contact opneemt. De plaats waar u de stickers met het productnummer en het serienummer kunt vinden wordt op de omslag van de handleiding aangegeven.

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


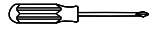



ONDERDEEL IDENTIFICATIESCHEMA

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. **Let op: Als een onderdeel zich niet in de hardwareset bevindt, controleert u of deze al vooraf is gemonteerd. Er zijn mogelijk extra metalen onderdelen meegeleverd.**



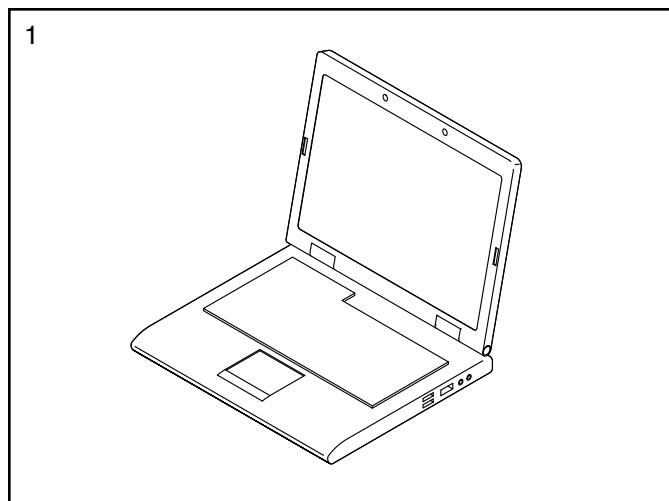
MONTAGE

- 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 de montage.
 - De linkeronderdelen staan aangegeven met "L" of "Left" en de rechteronderdelen staan aangegeven met "R" of "Right".
 - Zie bladzijde 6 om kleine onderdelen te kunnen herkennen.
- Naast het meegeleverde gereedschap heeft u het volgende gereedschap nodig:
 - een instelbare sleutel 
 - een kruiskopschroevendraaier 
 - een rubber hamer 
- Montage is makkelijker met een set sleutels. Gebruik geen elektrisch gereedschap om schade aan onderdelen te voorkomen.

1. Ga naar 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

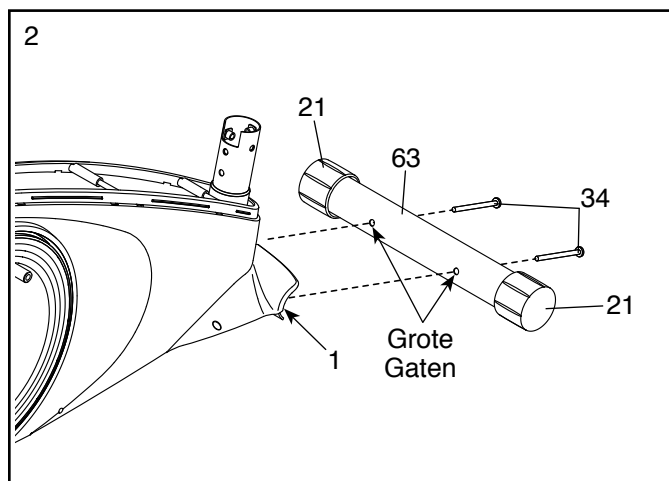
Let op: Indien u geen internettoegang heeft, belt u met de Klantendienst (zie de voorkant van deze handleiding) om uw product te registreren.



2. Zoek naar de Voorste Stabilisator (63), deze is voorzien van Wiel (21).

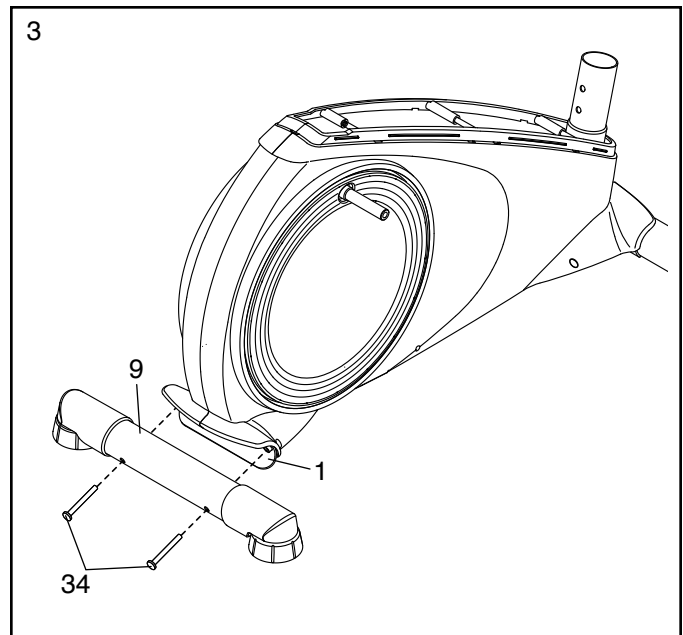
Draai de Voorste Stabilisator (63) zoals op de sticker afgebeeld. **Zorg ervoor dat de grote gaten in de Voorste Stabilisator gericht zijn naar het Onderstel (1).**

Maak, terwijl een tweede persoon de voorkant van het Onderstel (1) optilt, de Voorste Stabilisator (63) aan het Onderstel vast met twee M10 x 68mm Schroeven (34).



3. Draai de Achterste Stabilisator (9) zoals op de sticker afgebeeld.

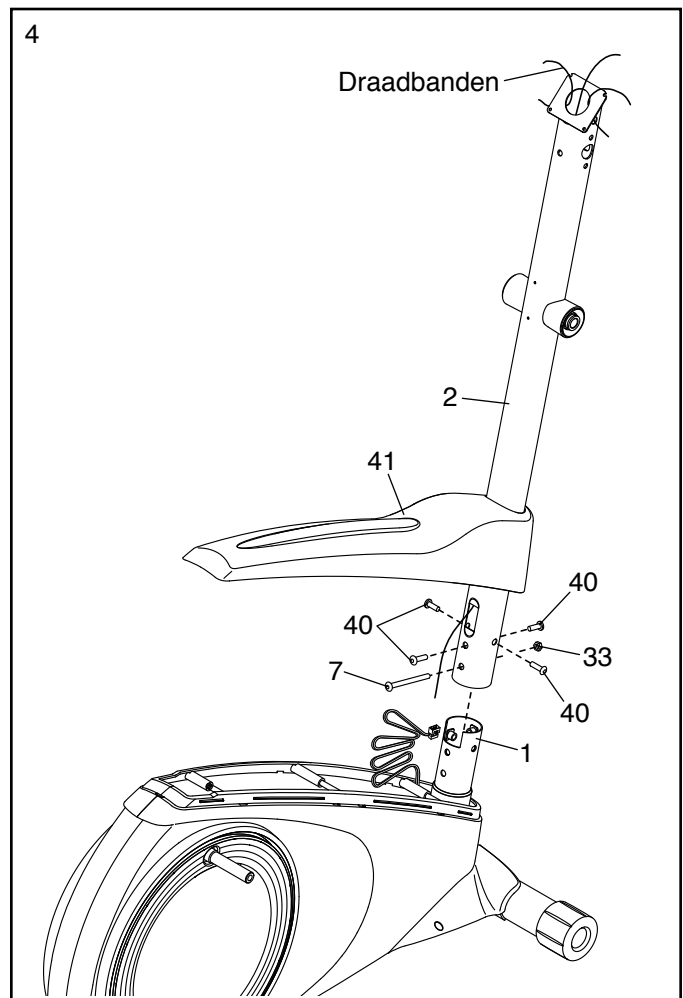
Maak, terwijl een tweede persoon de achterkant van het Onderstel (1) wat optilt, de Achterste Stabilisator (9) aan het Onderstel vast met twee M10 x 68mm Schroeven (34).



4. Draai de Staander (2) en de Bovenste Scherm (41) zoals afgebeeld. Schuif de Bovenste Scherm naar boven op de Staander. **Verwijder niet de draadband uit de Staander.**

Schuif vervolgens de Staander (2) op het Onderstel (1).

Bevestig de Staander (2) met vier M10 x 20mm Schroeven (40), een M10 x 74mm Bout (7) en een M10 Borgmoer (33). **Draai de Schroeven en de Bout nog niet vast.**

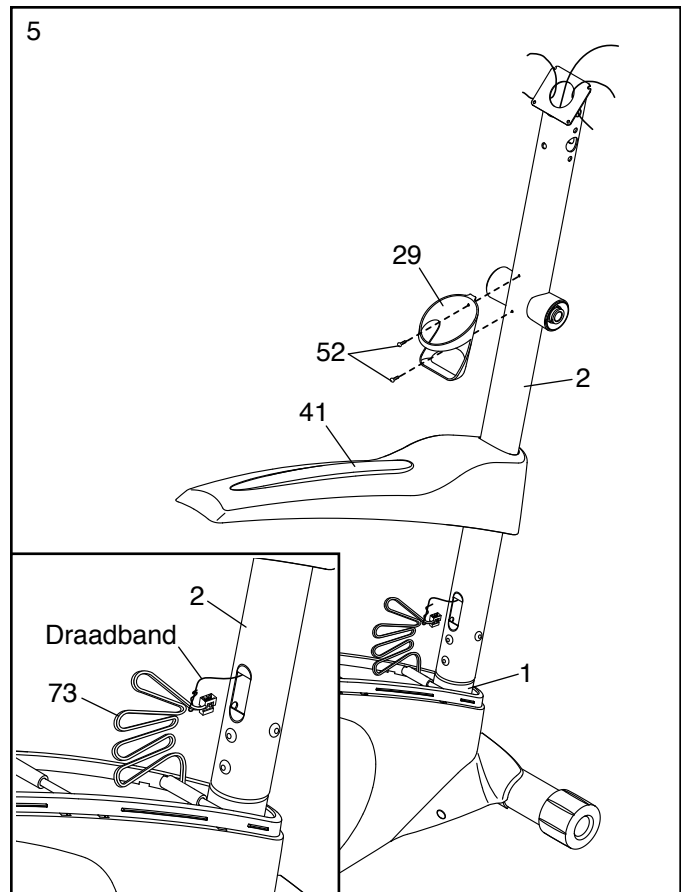


5. **Raadpleeg de inzet-tekening.** Zoek de draadband in de onderkant van de Staander (2). Verbind de draadband met de Draadkoker (73). Trek vervolgens aan de bovenkant van kabelbinder tot de Draadkoker door de Staander.

Tip: Om te voorkomen dat de Kabelbundel (73) in de Verticale Stang (2) valt, zet u de Kabelbundel vast met de kabelbinder.

Schuif vervolgens het Bovenste Scherm (41) naar beneden op het Onderstel (1). **Druk het Bovenste Scherm nog niet op zijn plaats.**

Maak vervolgens de Waterfleshouder (29) aan de Staander (2) vast met twee M4 x 16mm Schroeven (52).

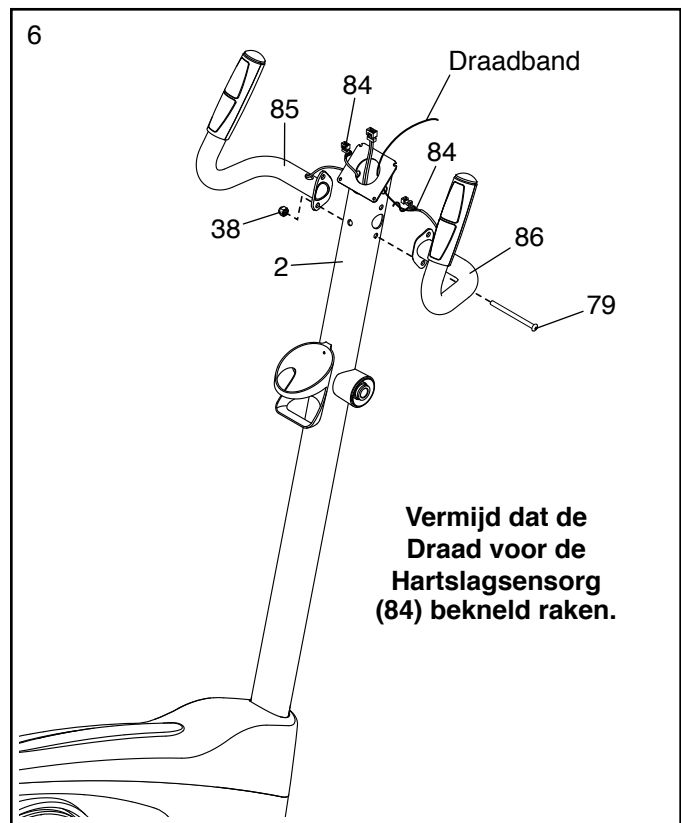


6. Zoek het Linker en Rechter Hendel (85, 86).

Tip: Vermijd dat de Draad voor de Hartslagsensor (84) bekneld raken. Maak het Linker en de Rechter Hendel (85, 86) aan de Staander (2) vast met een M8 x 77mm Bout (79) en een M8 Klemmoer (38). **Draai de Bout nog niet vast.**

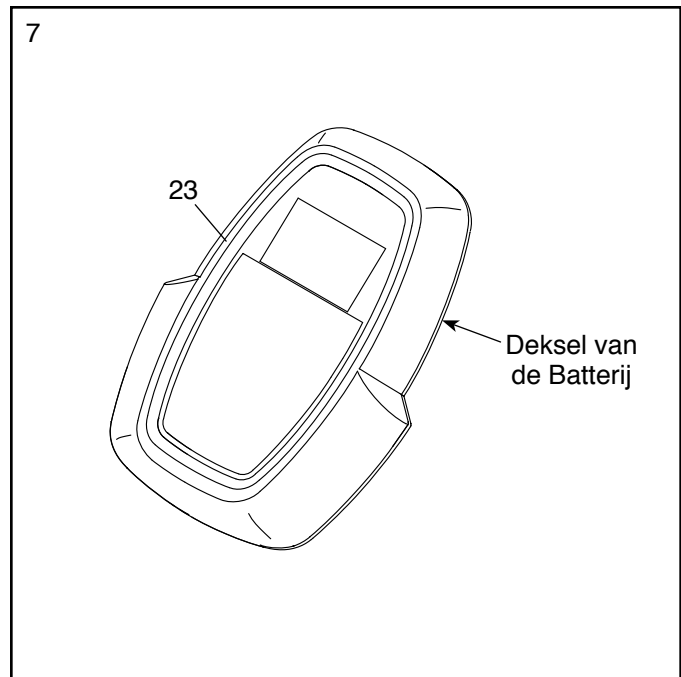
Zorg ervoor dat de M8 x 77mm Bout (79) door het onderste gat in het Linker en het Rechter Hendel (85, 86) en in de Staander (2) gestoken wordt.

Zoek vervolgens naar de draadbanden in de Staander (2). Bevestig de onderkant van het draadband aan de Draad voor de Hartslagsensor (84). Trek vervolgens aan de bovenkant van de draadband tot de Draad voor de Hartslagsensor helemaal door de Staander lopen.



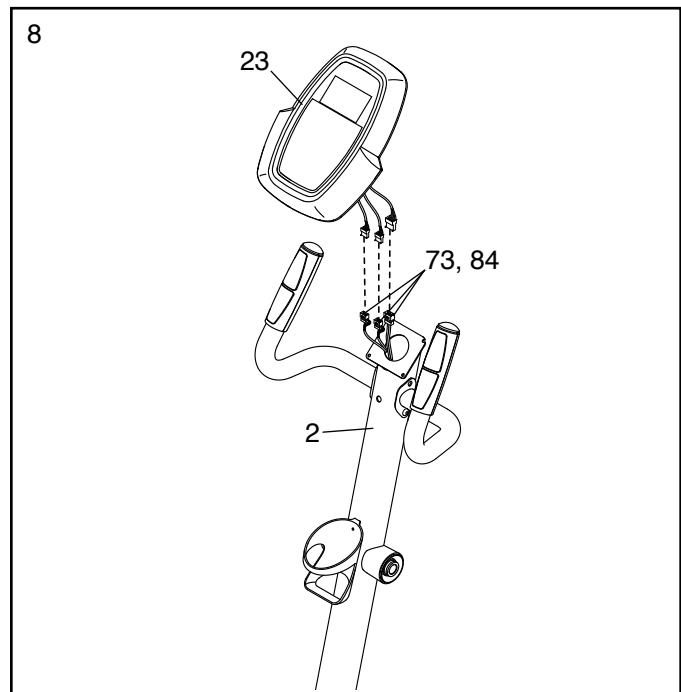
7. Het Bedieningspaneel (23) werkt met vier AA-batterijen (niet afgebeeld); alkalinebatterijen worden aanbevolen. Gebruik geen oude en nieuwe batterijen of alkaline, standaard en oplaadbare batterijen samen. **BELANGRIJK: Als het Bedieningspaneel aan koude temperaturen is blootgesteld geweest, laat deze dan eerst op kamertemperatuur komen voordat u er batterijen insteekt. Anders kunt u de displays van het bedieningspaneel of andere elektrische onderdelen beschadigen.**

Verwijder het batterijdeksel van de achterkant van het Bedieningspaneel (23), en steek de batterijen in het batterijvakje. **Richt de batterijen zoals wordt aangegeven met de markeringen aan de binnenkant van het batterijvak.** Maak dan de batterijklep opnieuw vast.



8. Maak de binddraden op de Draadkoker (73) en de Draad voor de Hartslagsensoren (84) los en gooi ze weg.

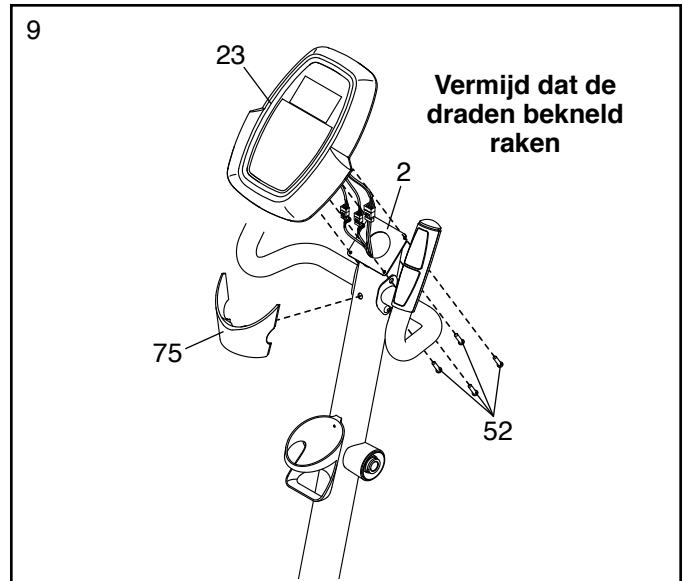
Sluit, terwijl een tweede persoon het Bedieningspaneel (23) bij de Staander (2) vasthoudt, de draden van het bedieningspaneel aan op de Draadkoker (73) en de Draad voor de Hartslagsensoren (84).



9. Stop het overschot aan draad in de Staander (2) of in het Bedieningspaneel (23).

Druk de Achterste Kap van de Staander (75) in de Staander (2). Laat een tweede persoon de Achterste Kap van de Staander vasthouden.

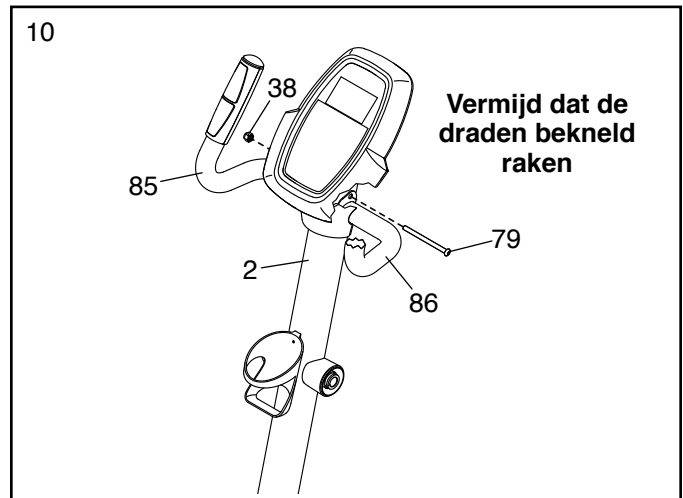
Tip: Vermijd dat de draden bekneeld raken. Bevestig het Bedieningspaneel (23) aan de Staander (2) met vier M4 x 16mm Schroeven (52); draai alle Schroeven eerst aan en draai ze daarna vast.



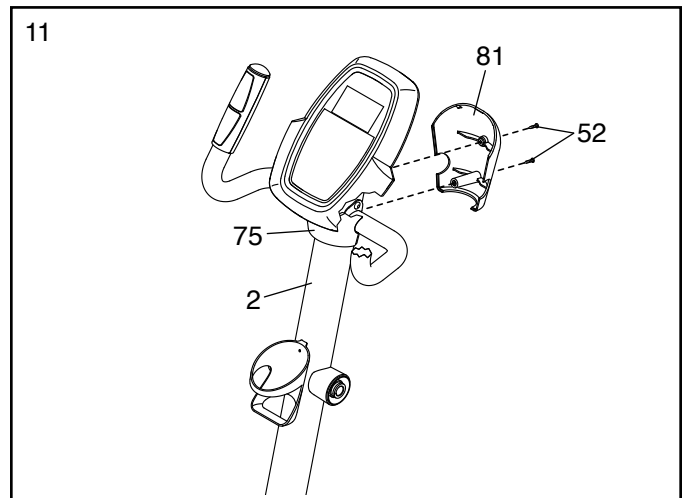
10. Eindig met het vastmaken van het Linker en de Rechter Hendel (85, 86) aan de Staander (2) met een M8 x 77mm Bout (79) en een M8 Klemmoer (38).

Tip: Zorg ervoor dat tijdens het insteken van de M8 x 77mm Bout (79) de draden aan de binnenkant van de Staander (2) niet bekneeld of beschadigd raken.

Zie stap 6. Draai de M8 x 77mm Bout (79) vast.



11. Maak de Voorste Kap van de Staander (81) aan de Staander (2) en aan de Achterste Kap van de Staander (75) vast met twee M4 x 16mm Schroeven (52).



12. Zoek de Rechterarm van het Bovendeel (8).

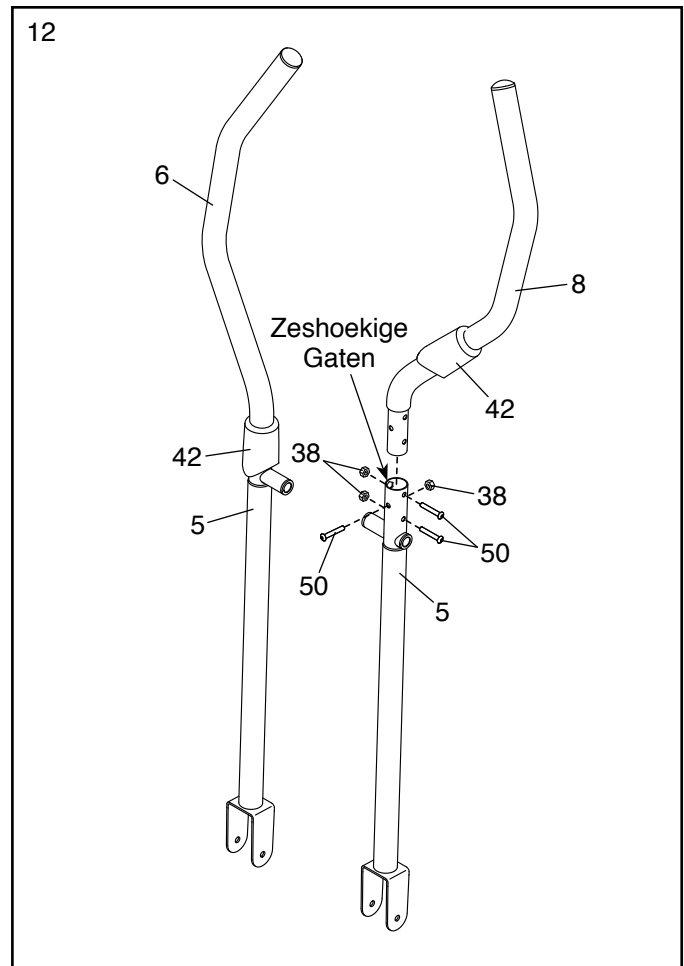
Schuif een Kapje van de Armhendel (42) omhoog op de Rechterarm van het Bovendeel (8).

Schuif de Rechterarm van het Bovendeel (8) op het Been van het Bovendeel (5).

Tip: Laat een tweede persoon de Kap van de Kapje van de Armhendel (42) vasthouden terwijl u de volgende procedure uitvoert:

Bevestig de Rechterarm van het Bovendeel (8) aan het Been van het Bovendeel (5) met drie M8 x 41mm Bouten (50) en drie M8 Klrmmoer(38). **Zorg dat de Slotmoeren zich bevinden in de zeskantige gaten.**

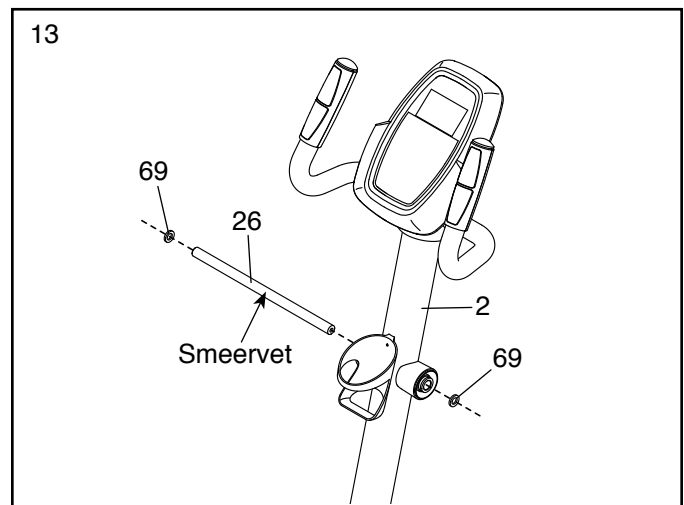
Schuif de Linkerarm van het Bovendeel (6) op dezelfde manier op het been van het Bovendeel (5).



13. Steek de Zwenkas (26) in de Staander (2) en plaats de Zwenkas in het midden.

Smeer, door een klein plastic zakje te gebruiken om uw vingers schoon te houden, wat van het meegeleverd smeervet om beide uiteinden van de Zwenkas (26).

Schuif vervolgens een Gegolfde Tussenring (69) op elke kant van de Zwenkas (26).



14. Richt een Tussenstuk van de Arm het Bovendeel (47) zoals is afgebeeld. Schuif het Tussenstuk van de Arm het Bovendeel op de rechterkant van de Zwenkas (26).

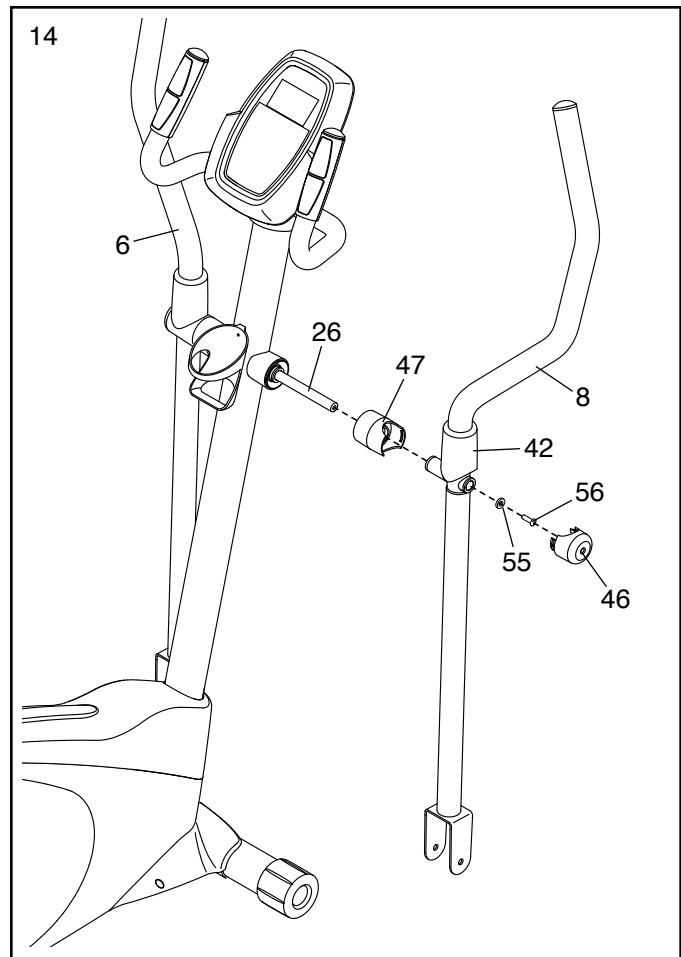
Schuif de Rechterarm van het Bovendeel (8) op de Rechterkant van de As van de Zwenkas (26).

Herhaal deze stappen aan de andere kant van de elliptische trainer.

Draai een M8 x 25mm Schroef (56) en een M8 Tussenring (55) **tegelijktijd** in ieder uiteinde van de Zwenkas (26).

Schuif vervolgens de Kapje van de Armhendel (42) omhoog. Druk dan de lipjes op het Armkapje (46) van de as in het Tussenstuk van de Arm van het Bovendeel (47). **Herhaal deze stap aan de andere kant van de elliptical.**

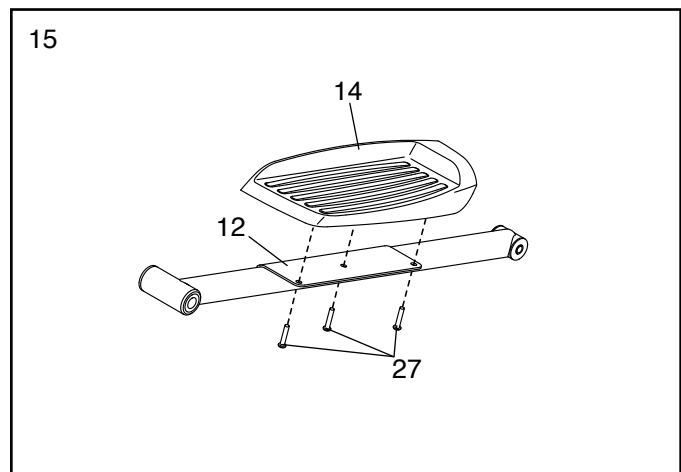
Schuif de Kap van de Kapje van de Armhendel (42) naar beneden om de M8 x 41mm Bouten (niet afgebeeld) te verbergen. **Herhaal deze stap aan de andere kant van de elliptical.**



15. Zoek het Rechter Pedaal (14) en de Rechter Pedaalarm (12).

Bevestig het Rechter Pedaal (14) aan de Rechter Pedaalarm (12) met drie M8 x 10mm Schroeven (27); **draai alle Schroeven eerst aan en draai ze daarna vast.**

Bevestig het Linkerpedaal (niet afgebeeld) op dezelfde manier op de Linkerpedaalarm (niet afgebeeld).



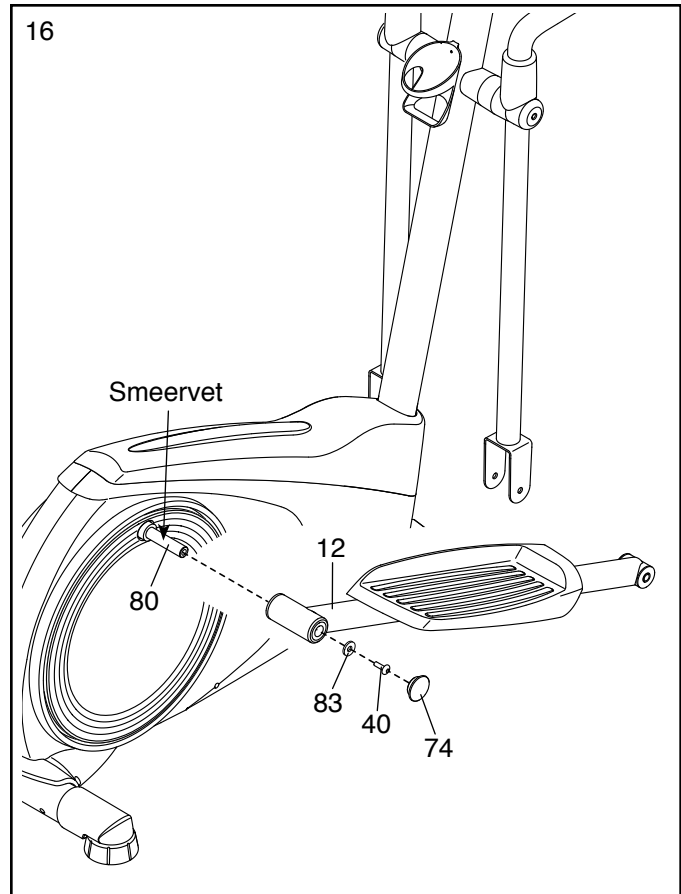
16. Breng een klein beetje van het smeervet aan op de as van de Rechter Crankarm (80).

Schuif de Rechter Pedalarm (12) op de as van de Rechter Crankarm (80).

Schuif vervolgens een M10 x 28mm Tussenring (83) op een M10 x 20mm Schroef (40), en draai de Schroef in de as vast.

Druk dan een Kap van de Pedalarm (74) op de Rechter Pedalarm (12).

Herhaal deze stap aan de andere kant van de elliptische trainer.



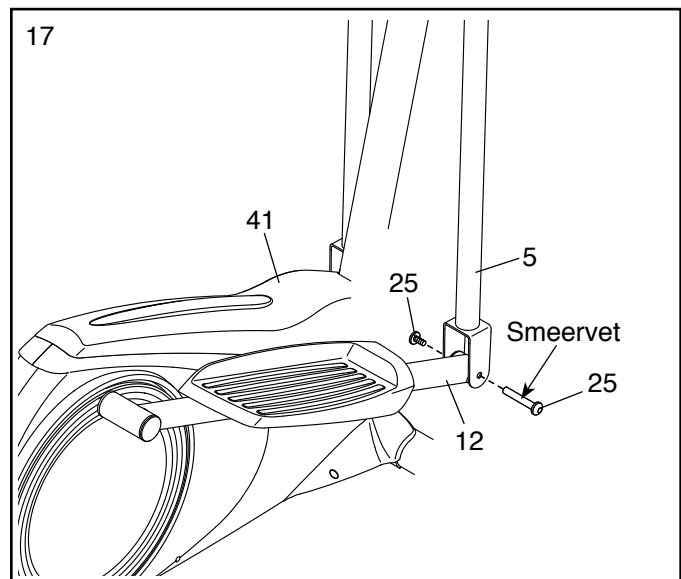
17. **Zie montagestappen 4 en 5.** Draai de twee M10 x 20mm Schroeven (40) en de twee M10 x 74mm Bout (7) vast. Druk vervolgens het Bovenste Scherm (41) op zijn plaats.

Breng een kleine hoeveelheid van het smeervet aan op een M6 Boutset (25).

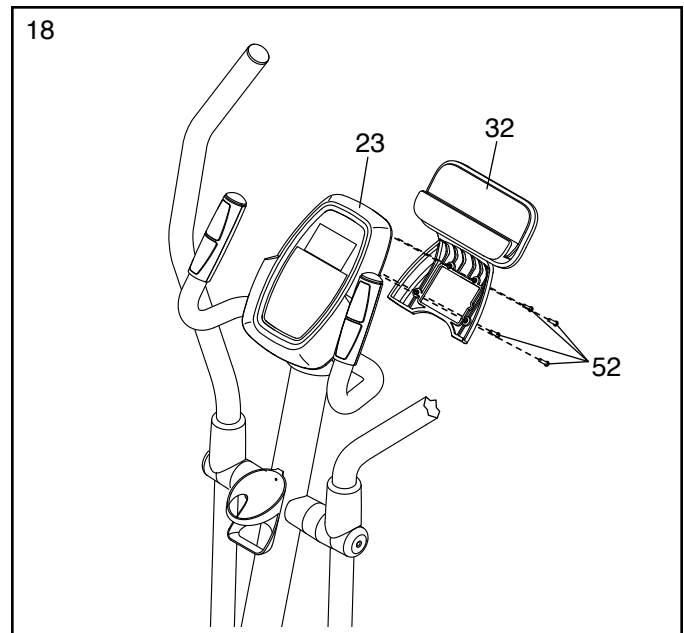
Laat een andere persoon de Rechter Pedalarm (12) vasthouden in de beugel op het Rechterbeen van het Bovendeel (5).

Schuif het rechter Been van het Bovendeel (5) op dezelfde manier op de Rechter Pedalarm (12) met de M6 Boutenset (25).

Herhaal deze stap aan de andere kant van de elliptische trainer.



18. Bevestig de Tablethouder (32) aan de achterkant van het Bedieningspaneel (23) met vier M4 x 16mm Schroeven (52); **draai alle Schroeven aan en draai ze vast.**

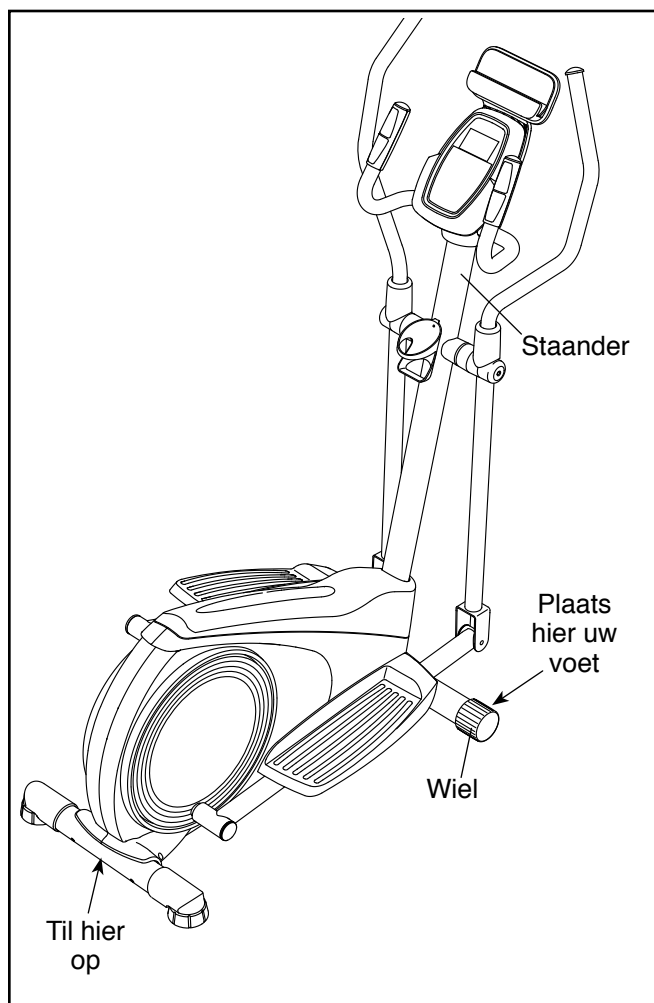


19. **Zorg ervoor dat alle onderdelen van de elliptische trainer goed vastgedraaid worden.** Let op: Er kunnen extra onderdelen zijn meegeleverd. Leg een matje onder de elliptische trainer om uw vloer of de vloerbedekking te beschermen.

HOE DE ELLIPTISCHE TRAINER TE GEBRUIKEN

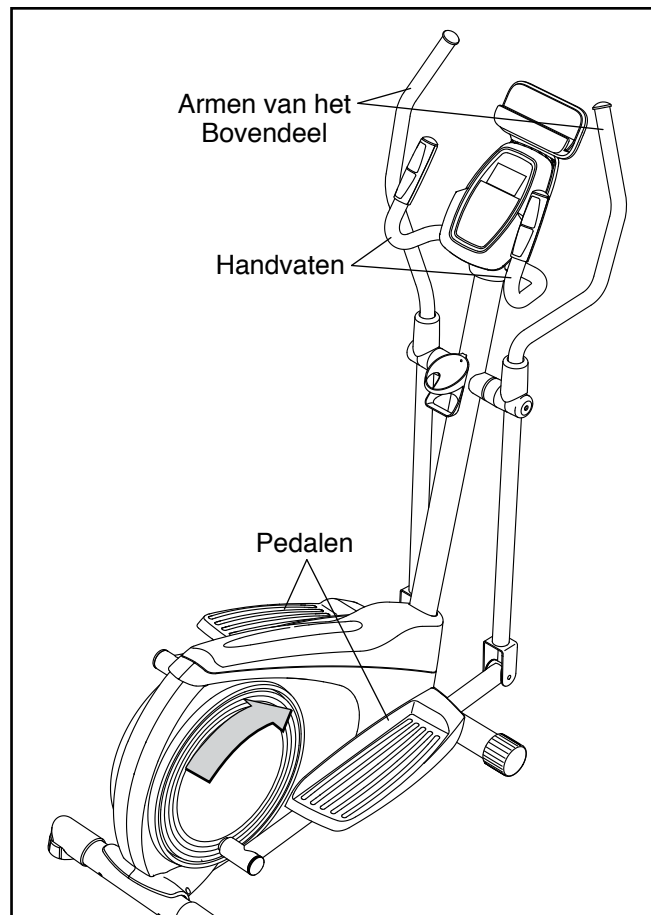
DE ELLIPTISCHE TRAINER VERPLAATSEN

Gezien de afmetingen en de zwaarte van de elliptische trainer, moet deze door twee personen verplaatst worden. Ga aan de voorzijde van de elliptische trainer staan, houd de staander vast en plaats een voet tegen een van de voorwielen. Trek aan de staander en laat een tweede persoon de achterste stabilisator optillen totdat de elliptische trainer op de wielen rolt. Verplaats de elliptische trainer voorzichtig naar de gewenste plaats en laat hem dan op de vloer zakken.



OEFENINGEN DOEN OP DE ELLIPTISCHE TRAINER

Om de elliptische trainer te monteren houdt u de handvaten of de armen van het bovendeeel vast en stapt u op het pedaal dat zich in de laagste positie bevindt. Stap vervolgens op het andere pedaal.

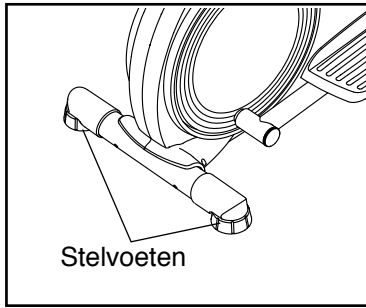


Duw op de pedalen tot u een vloeiende beweging bereikt. **Let op: De pedaalschijven kunnen in beide richtingen draaien. Het wordt aanbevolen om de pedaalschijven in de richting van onderstaande pijl te bewegen. Om af te wisselen, kunt u de pedalen ook in de tegenovergestelde richting bewegen.**

Wacht tot de pedalen helemaal gestopt zijn voordat u van de elliptische trainer afstapt. **Let op: Met de elliptische trainer kan men niet freewheelen; de pedalen blijven ronddraaien totdat het vliegwiel stopt.** Stap eerst van de hoogste pedaal af wanneer de pedalen tot stilstaan zijn gekomen. Stap vervolgens van de laagste pedaal af.

DE ELLIPTISCHE TRAINER WATERPAS STELLEN

Als de elliptische trainer enigszins schommelt tijdens het gebruik, draai dan aan één of beide stelvoeten achter de achterste stabilisator tot het toestel niet meer schommelt.



DE TABLEHOUDER GEBRUIKEN

BELANGRIJK: De tablethouder is ontwikkeld om te gebruiken met de meest gebruikte formaten tablets en smartphones. Plaats geen ander elektronisch apparaat of object in de tablethouder.

Plaats de onderste rand van de tablet of smartphone in de houder om een tablet of smartphone in de tablethouder te steken. **Zorg ervoor dat de tablet of smartphone stevig vastzit in de tablethouder.** Doe deze handelingen in omgekeerde volgorde om de tablet of de smartphone uit de tablethouder te halen.

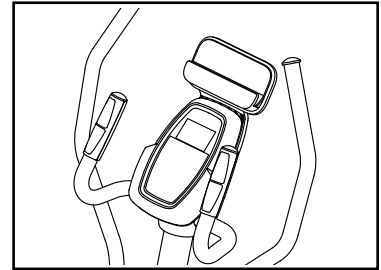
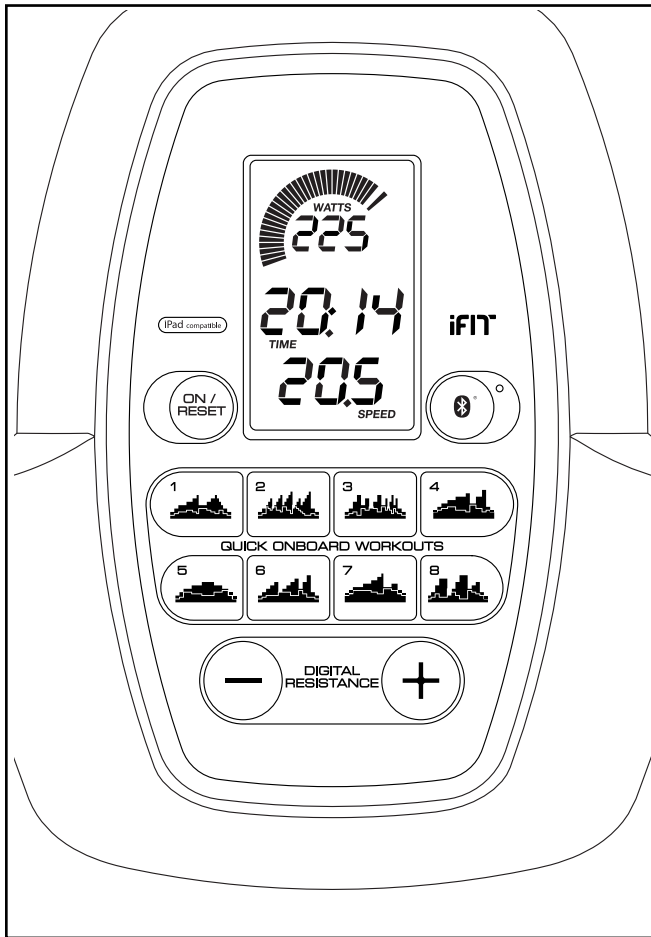


DIAGRAM VAN HET BEDIENINGSPANEEL



FUNCTIES VAN HET BEDIENINGSPANEEL

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

U kunt de weerstand van de pedalen door een druk op de toets bijstellen wanneer de handmatige instelling van het bedieningspaneel gekozen wordt. Het bedieningspaneel zal tijdens uw oefening constant informatie geven. U kunt zelfs uw hartslag meten door gebruik te maken van de handgreep met hartslagmonitor of door middel van een compatibele borstkas hartslagmonitor. **Zie bladzijde 22 voor informatie over het kopen van een borstkas hartslagmonitor.**

Het bedieningspaneel biedt ook diverse vooraf ingestelde oefeningen die automatisch de weerstand van de pedalen aanpassen en zal aangeven wanneer u uw snelheid moet aanpassen terwijl u door een effectieve oefening geleid wordt.

U kunt ook uw smart-toestel op het bedieningspaneel aansluiten en een iFit® app gebruiken om uw oefening-informatie vast te leggen en bij te houden.

Voor gebruik van de handmatige modus, zie bladzijde 19. **Voor gebruik van een snelle ingestelde oefening**, zie bladzijde 21.

Om uw smart-toestel aan te sluiten op het bedieningspaneel, zie bladzijde 22. **Om uw hartslagmonitor aan te sluiten op het bedieningspaneel**, zie bladzijde 22. **Voor het wijzigen van de bedieningspaneelinstellingen**, zie bladzijde 23.

Zorg ervoor voordat u het bedieningspaneel gebruikt dat de batterijen goed zijn geïnstalleerd (zie montage stap 7 op pagina 10). Als er een laagje plastic op het display ligt, moet u dat verwijderen.

HOE DE HANDMATIGE INSTELLING TE GEBRUIKEN

1. Zet het bedieningspaneel aan.

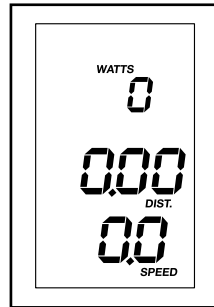
Druk op welke toets dan ook of begin gewoon te stappen om het bedieningspaneel in te schakelen.

Wanneer u het bedieningspaneel aanzet zullen de displays aangaan en is het bedieningspaneel klaar voor gebruik.

2. Kies de handmatige instelling.

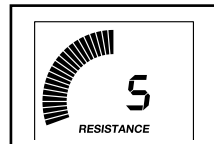
Wanneer u het bedieningspaneel aanzet zal de handmatige instelling automatisch gekozen worden.

U kunt, als u een oefening gekozen heeft, de handmatige instelling opnieuw kiezen door op de toets On/Reset (aan/resetten) te drukken.



3. Begin te trappen en verander de weerstand als u dat wilt.

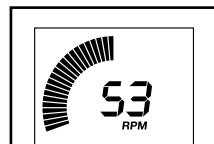
Verander tijdens het stappen de weerstand van de pedalen door op de toenametoets en de afnametoets Digital Resistance (digitale weerstand) te drukken.



Let op: Wanneer u de knoppen indrukt, duurt het even voordat de gewenste weerstand wordt ingeschakeld.

4. Volg uw voortgang met de displays.

De snelheidsmeter: Deze display toont een visuele weergave van uw trapsnelheid. Er zullen balkjes op de snelheidsmeter verschijnen of verdwijnen wanneer u uw trapsnelheid verhoogt of verlaagt.

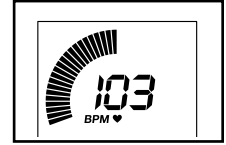


Let op: Tijdens een snelle ingestelde oefening geeft dit scherm een doelsnelheidszone aan voor ieder segment van de oefening.

De bovenste display: Deze display toont uw trapsnelheid in rotaties per minuut (RPM) en uw tempo in watt. De display zal iedere paar seconden veranderen.

Deze display toont ook het weerstandsniveau van de trappers gedurende enkele seconden telkens wanneer het weerstandsniveau verandert.

Deze display toont uw hartslag (BPM) als u de hartslagmonitor met handgreep gebruikt of een geschikte hartslagmonitor (zie stap 5).

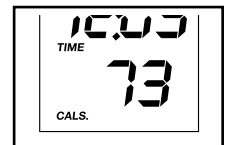


De middelste display: Deze display toont de afstand (Dist.) die u heeft gefietst in mijlen of kilometer en de verstreken tijd. De display zal iedere paar seconden veranderen.



Let op: Tijdens een snelle ingestelde oefening, zal het display de resterende tijd in de oefening weergeven in plaats van de verstreken tijd.

De onderste display: Deze display toont uw fietsnelheid in mijlen per uur of kilometer per uur en het geschatte aantal calorieën (Cals) dat u heeft verbrand. De display zal iedere paar seconden veranderen.



Stop met het stappen om het bedieningspaneel tot stilstand te brengen. Wanneer het bedieningspaneel wordt stilgezet, stopt de display. Om met uw oefening door te gaan, begin gewoon weer te stappen.

Druk op de toets On/Reset om de displays op nul te resetten.

Let op: Het bedieningspaneel kan de gestapte snelheid en afstand in mijlen of kilometers aangeven. Zie DE INSTELLINGSMODUS op bladzijde 23 om van eenheid te wisselen.

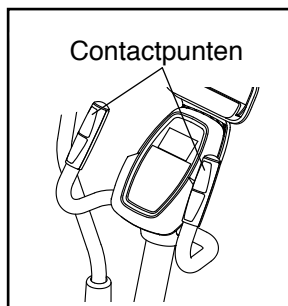
5. Meet desgewenst uw hartslag.

U kunt uw hartslag meten door gebruik te maken van de ingebouwde handgreep met hartslagmonitor of door middel van de bijbehorende borstkas hartslagmonitor. **Zie bladzijde 22 voor informatie over het kopen van een optionele borstkas hartslagmonitor.**

Het bedieningspaneel is compatibel met BLUETOOTH® Smart hartslagmonitoren. Om uw hartslagmonitor aan te sluiten op het bedieningspaneel, zie bladzijde 22.

Let op: Wanneer u beide hartslagmonitoren tegelijkertijd gebruikt dan zal de BLUETOOTH Smart hartslagmonitor prioriteit krijgen.

Als er velletjes plastic op de metalen contactpunten van de handgreep met hartslagmonitor zitten, verwijder het plastic dan. Zorg er ook voor dat uw handen schoon zijn. Om uw hartslag te meten, houd uw handen op de hartslagmonitor met de palmen van uw hand leunend tegen de contactpunten. **Beweeg uw handen niet en houd de contacten niet te stevig vast.**



Als uw hartslag wordt gedetecteerd, zal uw hartslag worden getoond op de bovenste display. **Voor een correcte hartslagmeting, houdt u de contactpunten ongeveer 15 seconden vast.**

Als uw hartslag niet weergegeven wordt, zorg er dan voor dat u uw handen geplaatst zijn zoals beschreven. Zorg ervoor dat u uw handen niet te veel beweegt of houd de contacten niet te stevig vast. Voor de beste werking maakt u de contactpunten schoon met een zachte doek; **gebruik nooit alcohol, schuur- of chemische middelen om de contactpunten schoon te maken.**

6. Het bedieningspaneel zal automatisch uitgaan wanneer u klaar bent met uw oefening.

Indien de pedalen enkele seconden lang niet bewegen zal een serie tonen te horen zijn, zal het bedieningspaneel stilvallen en stoppen de displays.

Als de pedalen een paar minuten lang niet bewegen zal het bedieningspaneel uitgaan en zullen de displays zich resetten.

EEN SNELLE INGESTELDE OEFENING GEBRUIKEN

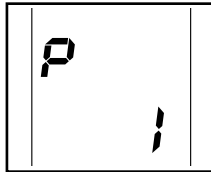
1. Zet het bedieningspaneel aan.

Druk op welke toets dan ook of begin gewoon te stappen om het bedieningspaneel in te schakelen.

Wanneer u het bedieningspaneel aanzet zullen de displays aangaan en is het bedieningspaneel klaar voor gebruik.

2. Kies een snel vooraf ingestelde oefening.

Om een snelle ingestelde oefening te selecteren, drukt u op de gewenste Quick Onboard Workouts (snelle ingestelde oefeningen) toets. De naam van de oefening zal op de display verschijnen.



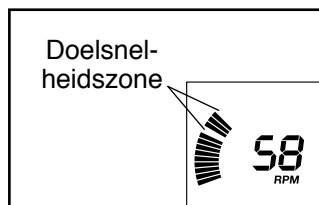
3. Start de oefening.

Begin met trappen om de oefening te starten.

Elke oefening is verdeeld in 1 minuut-segmenten. Een weerstandsniveau en een na te streven snelheid zijn voor elk segment geprogrammeerd. Let op: U kunt hetzelfde weerstand- en/of doeltemponiveau programmeren voor opeenvolgende segmenten.

Aan het einde van het eerste segment van de oefening, zullen een aantal tonen te horen zijn en zal het weerstandsniveau voor het tweede segment een paar seconden verschijnen in het display om u te waarschuwen. De weerstand van de pedalen zal dan veranderen.

De snelheidsmeter toont twee knipperende balkjes die de doelsnelheidszone voor dat segment vertegenwoordigen; de doelsnelheidszone omvat een reeks snelheden die zich binnen een aantal RPMs van de doelsnelheid van het segment bevinden. De niet knipperende balkjes vertegenwoordigen uw feitelijke trapsnelheid.



Als u traint, dient u uw trapsnelheid binnen de doelsnelheidszone te houden voor het huidige segment door uw trapsnelheid te verhogen of verlagen of door het verhogen of verlagen van de weerstand van de pedalen.

BELANGRIJK: De doelsnelheid is uitsluitend bedoeld om u te motiveren. Zorg ervoor dat u op een tempo stapt en een weerstandsniveau hebt dat aangenaam voor u is.

Wanneer het weerstandsniveau voor het huidige segment te hoog of te laag ligt, kunt u de instelling handmatig veranderen door op de toetsen Digital Resistance (digitale weerstand) drukken.

BELANGRIJK: De pedalen zullen, wanneer het huidig segment van de oefening eindigt, automatisch aan de geprogrammeerde weerstandsinstelling van het volgend segment aangepast worden.

Als u enkele seconden lang stopt met stappen, dan zal een serie tonen te horen zijn en zal de oefening stilvallen.

Begin gewoon weer te stappen om de oefening opnieuw te starten. De oefening zal zo doorgaan totdat het laatste segment van de oefening is voltooid.

4. Volg uw voortgang met de displays.

Zie stap 4 op bladzijde 19.

5. Meet desgewenst uw hartslag.

Zie stap 5 op bladzijde 20.

6. Het bedieningspaneel zal automatisch uitgaan wanneer u klaar bent met uw oefening.

Zie stap 6 op bladzijde 20.

HOE UW SMART-TOESTEL OP HET BEDIENINGSPANEEL AAN TE SLUITEN

Het bedieningspaneel ondersteunt BLUETOOTH-verbindingen naar smart-toestellen via de iFit app en naar compatibele hartslagmonitoren. Let op: Andere BLUETOOTH-verbindingen worden niet ondersteund.

1. Download en installeer de iFit-app op uw smart-toestel.

Open op uw iOS® of Android™ smart-toestel, de App StoreSM of de Google Play™ winkel, zoek naar de gratis iFit app, en installeer dan de app op uw smart-toestel. **Zorg ervoor dat de BLUETOOTH-optie op uw smart-toestel is ingeschakeld.**

Open dan de iFit app en volg de instructies om een iFit account aan te maken en instellingen aan te passen.

2. Uw smart-toestel aansluiten op het bedieningspaneel.

Volg de instructies op de iFit app om uw smart-toestel op het bedieningspaneel aan te sluiten.

Als er een verbinding tot stand is gekomen dan zal de LED verlichting op het bedieningspaneel blauw knipperen. Druk op de toets Bluetooth Smart op het bedieningspaneel om de verbinding te bevestigen; de LED-verlichting zal dan stevig blauw kleuren.

3. Leg uw oefeninginformatie vast en houd die bij.

Volg de instructies op de iFit app om uw oefeninginformatie vast te leggen en bij te houden.

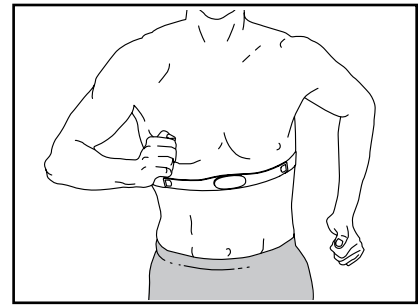
4. Ontkoppel desgewenst uw smart-toestel van het bedieningspaneel.

Houd de toets Bluetooth Smart op het bedieningspaneel 5 seconden lang ingedrukt om uw smart-toestel te ontkoppelen van het bedieningspaneel. De LED op het bedieningspaneel zal gaan branden terwijl de toets is ingedrukt en zal uitgaan wanneer de toets wordt losgelaten.

Let op: Alle BLUETOOTH-verbindingen tussen het bedieningspaneel en andere toestellen (inclusief smart-toestellen, hartslag monitoren etc.) zullen losgekoppeld worden.

DE OPTIONELE BORSTKAS HARTSLAGMONITOR

Of uw doel is om vet te verbranden of om uw cardiovasculair systeem te verbeteren, de sleutel tot het bereiken van de beste resultaten is het behouden van de juiste



hartslagwaarde tijdens uw oefening. De optionele hartslagmonitor stelt u in staat om tijdens het oefenen voortdurend uw hartslag te meten, en dat zal u helpen om uw persoonlijke fitnessdoelen te behalen. **Voor aankoop van de optionele borstkas hartslagmonitor kijkt u op de voorkant van deze handleiding.**

Let op: Het bedieningspaneel is compatibel met alle BLUETOOTH Smart-hartslagmonitoren.

UW HARTSLAGMONITOR AANSLUITEN OP HET BEDIENINGSPANEEL

Het bedieningspaneel is compatibel met alle BLUETOOTH Smart-hartslagmonitoren.

Druk op de toets Bluetooth Smart op het bedieningspaneel om uw BLUETOOTH Smart hartslagmonitor met het bedieningspaneel te verbinden. Wanneer een verbinding tot stand is gekomen zal de LED verlichting op het bedieningspaneel tweemaal rood knipperen.

Let op: Als er zich meer dan één compatibele hartslagmonitor in de nabijheid van het bedieningspaneel bevindt, dan zal het bedieningspaneel verbinding maken met de hartslagmonitor met het sterkste signaal.

Houd de toets Bluetooth Smart op het bedieningspaneel 5 seconden ingedrukt om uw hartslagmonitor los te koppelen van het bedieningspaneel; de LED-verlichting op het bedieningspaneel zal oplichten terwijl de toets wordt ingedrukt en zal uitgaan als de toets wordt losgelaten.

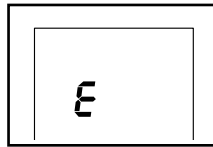
Let op: Alle BLUETOOTH-verbindingen tussen het bedieningspaneel en andere toestellen (inclusief smart-toestellen, hartslag monitoren etc.) zullen losgekoppeld worden.

DE INSTELLINGENMODUS

Het bedieningspaneel heeft een instellingenmodus zodat u een meeteenheid voor het bedieningspaneel kunt kiezen en om de gebruikersinformatie van het bedieningspaneel te kunnen bekijken.

Houd de toets On/Reset (aan/resetten) een paar seconden ingedrukt om de instellingenmodus te selecteren, tot de instellingenmodus op het scherm verschijnt.

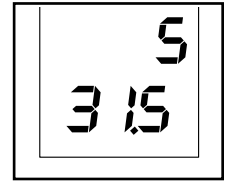
Het bedieningspaneel kan de gestapte snelheid en afstand in mijlen of kilometers aangeven. De bovenste display zal de gekozen meeteenheid aangeven. Er verschijnt een M voor metrische kilometers of een E voor Engelse mijlen op de display. Druk om van meeteenheid te wisselen herhaaldelijk



op de de toets 2 Quick Onboard Workouts (2 snelle ingestelde oefeningen).

Let op: U moet wanneer u de batterijen vervangt opnieuw een eenheid kiezen.

Druk op de toets 1 Quick Onboard Workouts (1 snelle ingestelde oefening) om de totale afstand en tijd te zien. De middelste display zal de totale tijd (in uren) aangeven dat het bedieningspaneel sinds de aankoop van de elliptische trainer in gebruik is. De onderste display zal de totale afstand (in mijlen of kilometers) op de elliptische trainer aangeven.



Druk twee keer op de toets On/Reset om de instellingenmodus te verlaten.

ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN

ONDERHOUD

Regelmatig onderhoud is belangrijk voor optimale werking en vermindering van slijtage. Controleer steeds bij gebruik alle onderdelen van de elliptische trainer en draai ze goed vast. Vervang versleten onderdelen meteen.

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

BELANGRIJK: Houd vloeistoffen en direct zonlicht uit de buurt van het bedieningspaneel. Haal de batterijen uit het bedieningspaneel als u het apparaat opbergt.

PROBLEMEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL OPLOSSEN

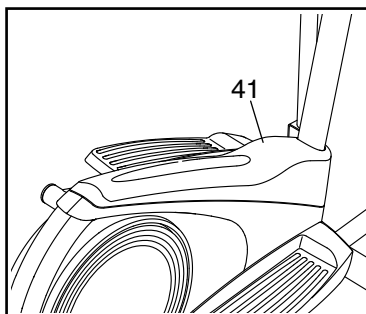
De meeste problemen met het bedieningspaneel ontstaan door lege batterijen. Raadpleeg montagestap 7 op bladzijde 10 om de batterijen te vervangen.

Als de handgreep van de hartslagmonitor niet goed werkt, raadpleegt u stap 5 op bladzijde 20.

DE SNELHEIDSSENSOR AFSTELLEN

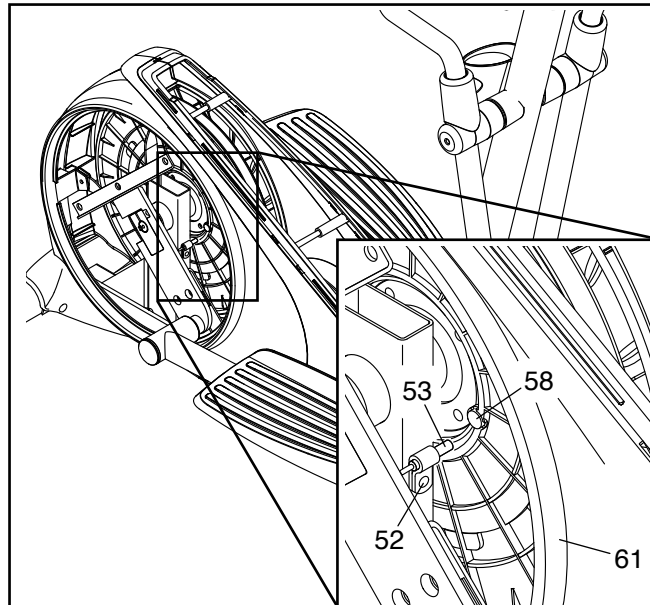
Wanneer het bedieningspaneel gegevens niet goed weergeeft, moet u de snelheidssensor afstellen.

Gebruik een standaard schroevendraaier om het Bovenste Scherm (41) te verwijderen.



Let op: Voor de duidelijkheid: de rechter pedaalschijf is niet weergegeven in de onderstaande tekening.

Zoek naar de Snelheidssensor (53). Maak de M4 x 16mm Schroef (52) los, maar verwijder deze niet.



Draai vervolgens aan de Katrol (61) totdat een Magneet (58) op gelijke hoogte komt met de Snelheidssensor (53). Schuif de Snelheidssensor wat dichters naar of verder van de Magneet. Draai dan de M4 x 16mm Schroef (52) weer vast. Draai de Katrol even.

Herhaal deze procedure tot het bedieningspaneel de juiste informatie weergeeft.

Maak de bovenste kap weer vast wanneer de snelheidssensor goed bijgesteld is.

DE AANDRIJFRIEM AFSTELLEN

Het kan zijn dat de drijfriem moet worden bijgesteld wanneer u de pedalen voelt slippen zelfs wanneer de weerstand in de hoogste stand staat.

U moet om de aandrijfriem bij te stellen, de pedaalarmen, de pedaalschijven en het linkerscherm verwijderen.

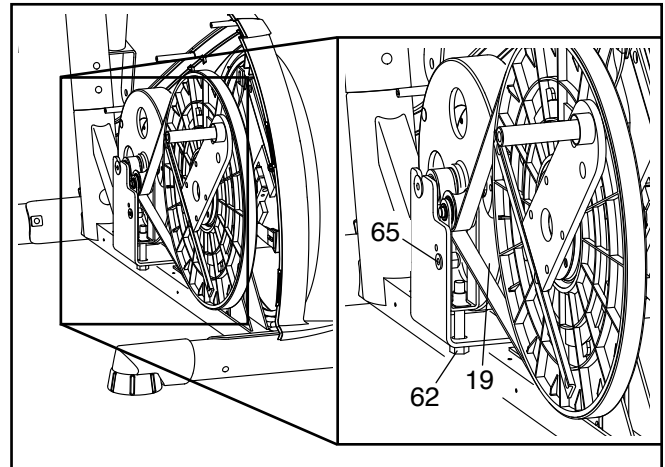
Zie eerst stap 17 op bladzijde 14 en stap 16 op bladzijde 14 en verwijder de Linker en Rechter Pedaalarmen (11, 12).

Zie vervolgens de GEDETAILEERDE TEKENING A op bladzijde 30. Gebruik een standaard schroevendraaier om de Linker en Rechter Pedaalschijven (15) te verwijderen.

Verwijder vervolgens alle M4 x 16mm Schroeven (52) van de Linker en Rechter Schermen (4).

Verwijder vervolgens de twee M6 x 18mm Schroeven (43). Verwijder dan het Linker Scherm (3).

Draai vervolgens de M8 x 22mm Schroef (65) los en draai de M10 x 60mm Bout (62) aan totdat de Aandrijfriem (19) goed vastligt.



Als de Aandrijfriem (19) vastzit, draait u de M8 x 22mm Schroef (65) aan.

Maak dan de schermen, de pedaalschijven en de pedaalarmen weer vast.

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 hartslagmonitor is geen medisch apparaat. Diverse factoren kunnen invloed hebben op nauwkeurigheid van de hartslagwaarden. De hartslagmonitor 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.

AANBEVOLEN STREKOEFFENINGEN

De juiste manier voor verschillende basisstrekoefeningen wordt rechts getoond. Beweeg langzaam bij het strekken—spring nooit op.

1. Teen Aanraken Strekoefening

Sta met lichtgebogen knieën en buig langzaam vanuit uw heupen naar voren. Houd uw rug en schouders ontspannen als u zover mogelijk naar beneden reikt, richting uw tenen. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer. Strekken: Achillespees, achterkant van de knieën en rug.

2. Strekken van de Achillespees

Ga zitten met één uitgestrekt been. Breng de zool van de andere voet naar u toe en laat deze rusten tegen de binnenkant van de dij van uw uitgestrekte been. Probeer zover mogelijk naar uw teen te reiken. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer voor elk been. Strekken: Achillespezen, onderrug en liezen.

3. Strekken van Kuiten/Achillespees

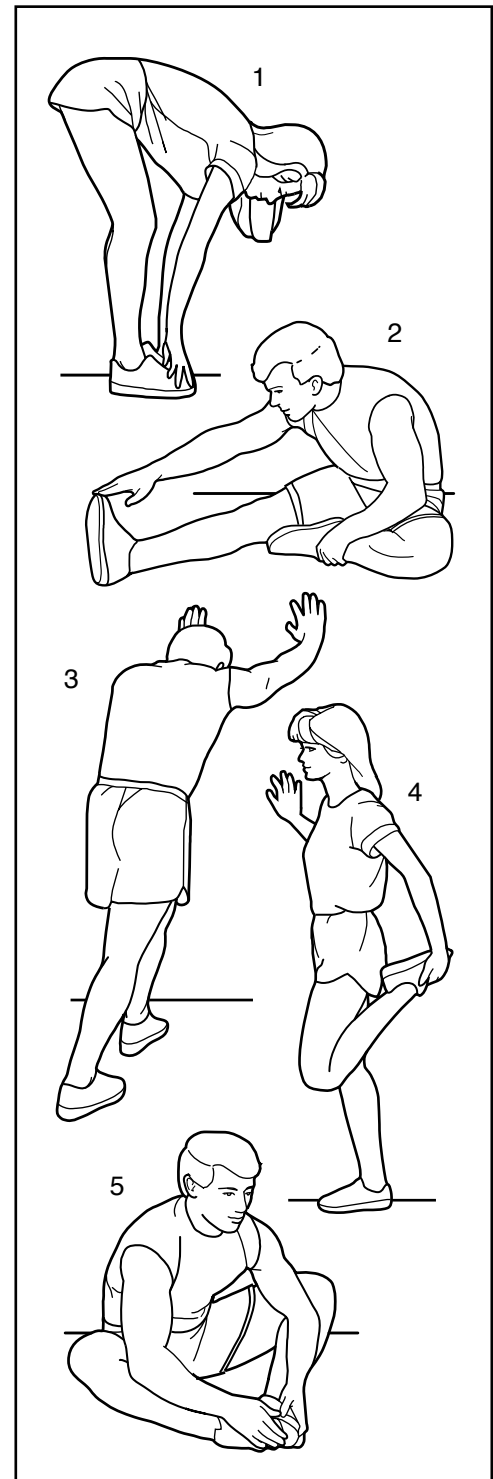
Reik naar voren met het ene been voor de ander en plaats uw handen tegen een muur. Houd uw achterbeen gestrekt en uw achtervoet plat op de vloer. Buig uw voorbeen, leun naar voren en beweeg uw heupen in de richting van de muur. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer voor elk been. Voor het nog verder strekken van de achillespezen, kunt u ook uw achterbeen buigen. Strekken: Kuiten, achillespezen en enkels.

4. Strekken van de Dijbeenspier

Leun met een hand tegen de muur voor balans en reik met de andere hand naar achteren en grijp uw voet. Breng uw hiel zo dicht mogelijk bij uw billen. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer voor elk been. Strekken: Dijbeenspier en heupspiieren.

5. Strekken Binnenkant Dijbeen

Zit met de zolen van uw voeten tegen elkaar aan en uw knieën naar buiten gericht. Trek uw voeten zover mogelijk naar uw liezen. Houd deze positie gedurende 15 seconden aan en ontspan dan weer. Herhaal dit drie keer. Strekken: Dijbeenspier en heupspiieren.



AANTEKENINGEN

LIJST MET ONDERDELEN

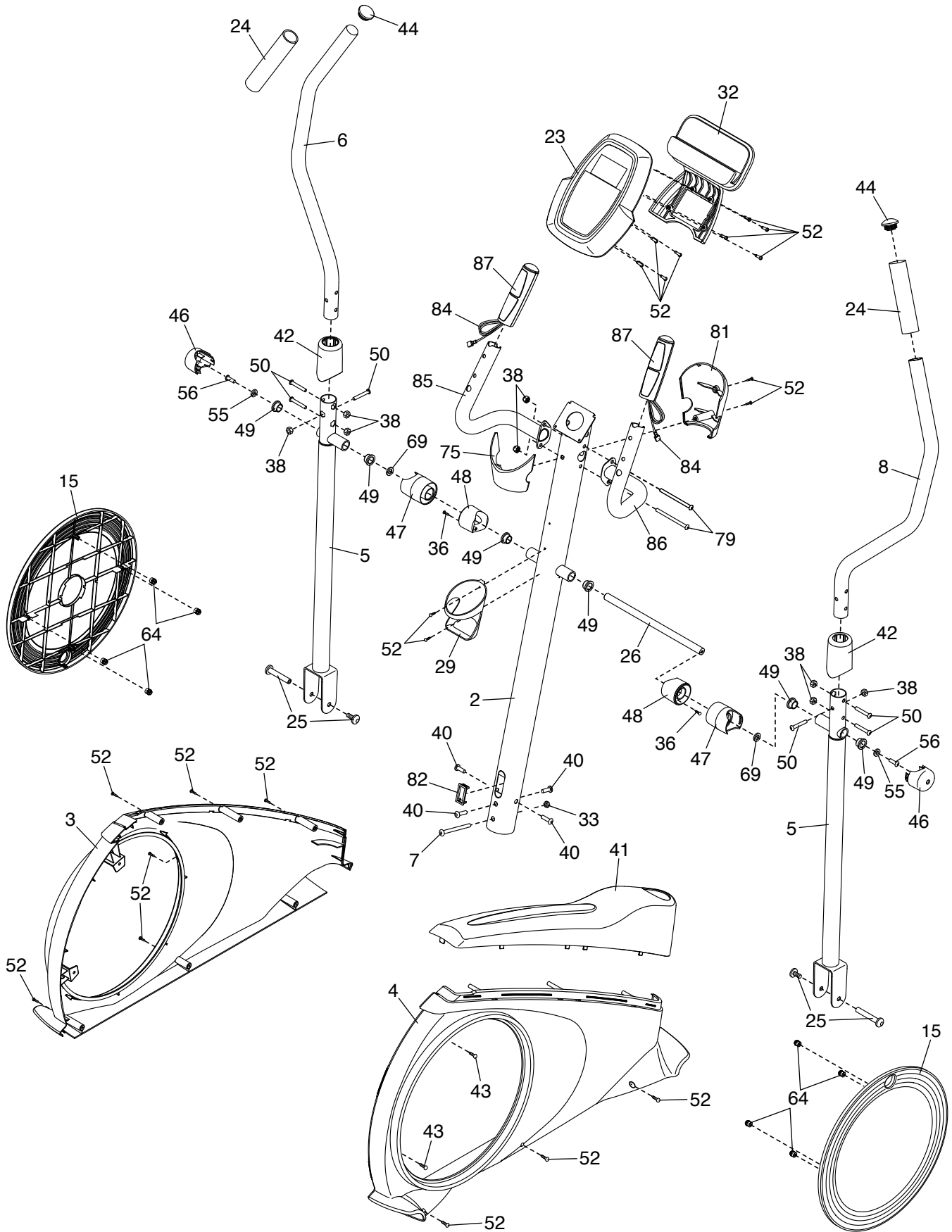
Modelnr. PFEL02915.0 R0716A

Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
1	1	Onderstel	46	2	Askap
2	1	Staander	47	2	Tussenstuk van de Arm van het Bovendeel
3	1	Linker Scherm	48	2	Tussenstuk van het Onderstel
4	1	Rechter Scherm	49	6	Bus van de arm van het Bovendeel
5	2	Been van het Bovendeel	50	6	M8 x 41mm Bout
6	1	Linkerarm van het Bovendeel	51	4	M10 x 22mm Tussenring
7	1	M10 x 74mm Bout	52	32	M4 x 16mm Schroef
8	1	Rechterarm van het Bovendeel	53	1	Snelheidssensor/Draad
9	1	Achterste Stabilisator	54	1	Klem
10	1	Sleutel	55	3	M8 Tussenring
11	1	Linker Pedaalarm	56	2	M8 x 25mm Schroef
12	1	Rechter Pedaalarm	57	1	As van het Mechanisme
13	1	Linker Pedaal	58	2	Magneet
14	1	Rechter Pedaal	59	2	Klem van het Draad
15	2	Pedaalschijf	60	4	Voorste Bus van de Pedaalarm
16	1	Linker Crankarm	61	1	Katrol
17	1	Eddymechanisme	62	1	M10 x 60mm Bout
18	1	Schermbegel	63	1	Voorste Stabilisator
19	1	Aandrijfriem	64	8	Paddestoelbinder
20	2	Achterste Kap van de Stabilisator	65	1	M8 x 22mm Schroef
21	2	Wiel	66	2	M6 Slotmoer
22	1	Bandgeleider	67	2	M10 dunne slotmoer
23	1	Bedieningspaneel	68	1	Tussenstuk van de Rechter Crank
24	2	Schuimgreep	69	2	Gegolfde Tussenring
25	2	M6 Boutset	70	2	Stelvoet
26	1	Zwenkas	71	1	M8 Borgmoer
27	6	M8 x 10mm Schroef	72	1	Weerstandmotor
28	1	M6 Tussenring	73	1	Draadkoker
29	1	Waterfleshouder	74	2	Kap van de Pedaalarm
30	1	Tussenstuk van de Crank	75	1	Achterste Kap van de Staander
31	2	Lager	76	4	M8 x 10mm Inbusschroef
32	1	Tablethouder	77	1	Weerstandkabel
33	1	M10 Borgmoer	78	1	M4 x 16mm Heldere Schroef
34	4	M10 x 68mm Schroef	79	2	M8 x 77mm Bout
35	1	M10 x 25mm Schroef	80	1	Rechter Crankarm
36	2	M3 x 16mm Schroef	81	1	Voorste Kap van de Staander
37	2	Buitenste Bus van de Pedaalarm	82	1	Draadbus
38	8	M8 Klemmoer	83	2	M10 x 28mm Tussenring
39	2	Binnenste Bus van de Pedaalarm	84	2	Draad voor de Hartslagsensor
40	6	M10 x 20mm Schroef	85	1	Linker Hendel
41	1	Bovenste Scherm	86	1	Rechter Hendel
42	2	Kapje van de Armhendel	87	2	Greep voor de Hartslagsensor
43	2	M6 x 18mm Schroef	*	–	Gereedschap voor het Monteren
44	2	Kleine kap van de Arm van het Bovendeel	*	–	Pakje Smeervet
45	1	M6 x 14mm Schroef	*	–	Gebruikershandleiding

Let op: 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.

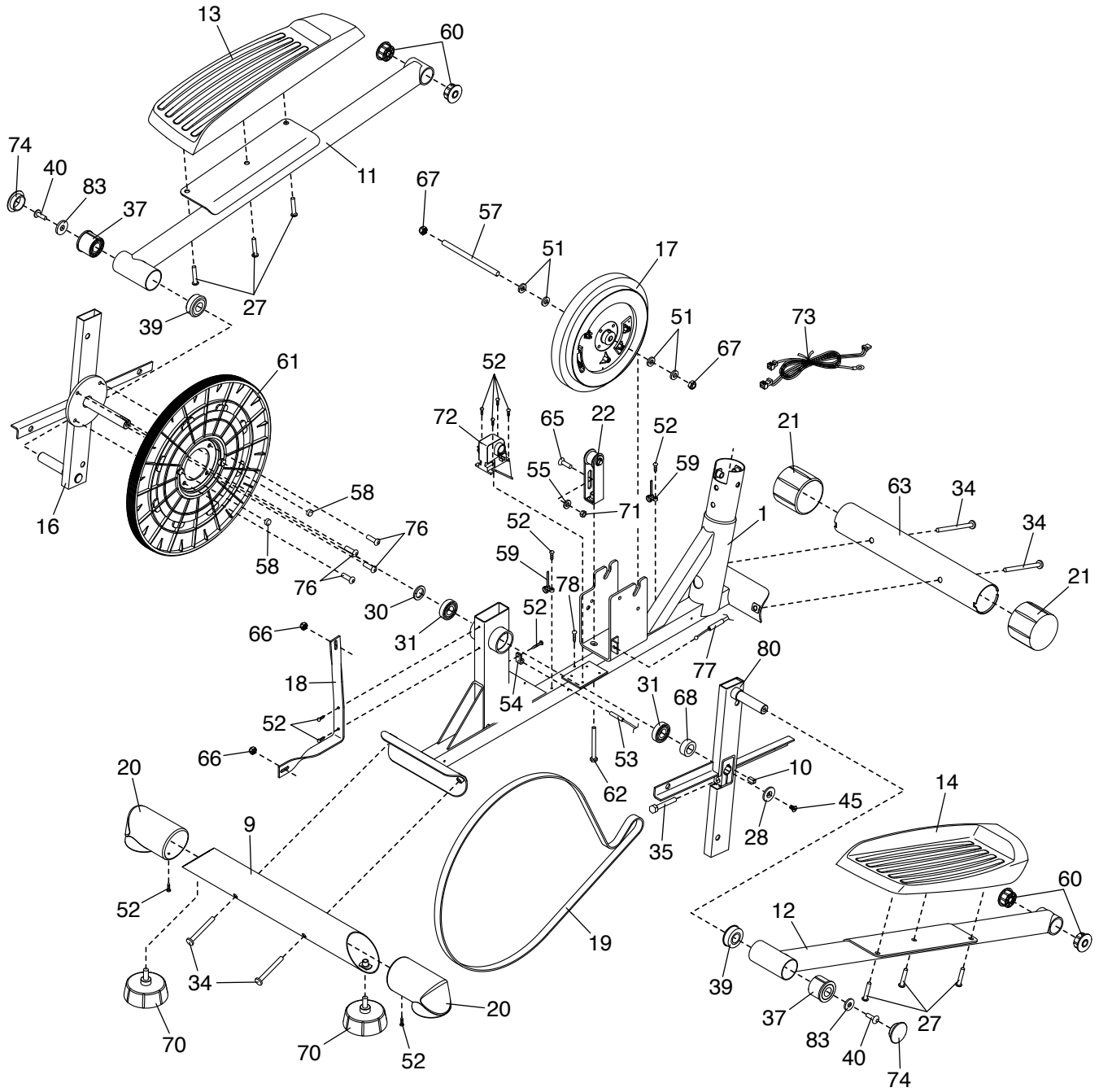
GEDETAILEERDE TEKENING A

Modelnr. PFEL02915.0 R0716A



GEDETAILEERDE TEKENING B

Modelnr. PFEL02915.0 R0716A



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.

