



Notice de montage et mode d'emploi



max. 130 kg



~ 60 Min. 



 56 kg

L 150 | L 67 | H 155

CSTEX20B.01.02

N° d'article CST-EX20-B

Vélo elliptique **EX20**

Table des matières

1	INFORMATIONS GÉNÉRALES	7
1.1	Notes techniques	7
1.2	Sécurité personnelle	8
1.3	Sécurité électrique	9
1.4	Emplacement	10
2	MONTAGE	11
2.1	Instructions générales	11
2.2	Contenu de la livraison	12
2.3	Montage	13
3	MODE D'EMPLOI	20
3.1	Affichage de la console	20
3.2	Fonctions de touches	22
3.3	Sélection et réglage du compte de l'utilisateur	23
3.4	Programmes	24
3.4.1	Programme manuel	24
3.4.2	Programme d'entraînement	25
3.4.3	Programme défini par l'utilisateur	26
3.4.4	Programme pré-réglé par la fréquence cardiaque	26
3.4.5	Programme réglé par les watts	27
3.4.6	Programme Body fat	27
3.5	Mesure de la fréquence cardiaque	30
4	STOCKAGE ET TRANSPORT	32
4.1	Instructions générales	32
4.2	Roulettes de déplacement	32
5	DÉPANNAGE, ENTRETIEN ET MAINTENANCE	33
5.1	Instructions générales	33
5.2	Défauts et diagnostic des pannes	33
5.3	Codes de défauts et dépannage	34
5.4	Calendrier d'entretien et de maintenance	35
6	ÉLIMINATION	35
7	ACCESSOIRES RECOMMANDÉS	36

8	COMMANDES DE PIÈCES DE RECHANGE	37
8.1	Numéro de série et désignation du modèle	37
8.2	Liste des pièces	38
8.3	Vue éclatée	40
9	GARANTIE	41
10	CONTACT	43

Chère cliente, cher client,

Nous vous remercions d'avoir opté pour un appareil d'entraînement de qualité de la marque cardiostrong®. cardiostrong propose des appareils de fitness haut de gamme parfaitement conçus pour une utilisation à domicile. Entraînez-vous à la maison quel que soit le temps ou l'heure de la journée. Les appareils de fitness de cardiostrong proposent des programmes d'entraînement pour tous les niveaux et les objectifs d'entraînement. Vous trouverez de plus amples informations sur le site www.fitshop.fr ou www.cardiostrong.de. Nous vous souhaitons un bon entraînement !

Pour de plus amples informations, veuillez consulter le site www.sport-tiedje.com.

Utilisation conforme

L'appareil doit être utilisé uniquement aux fins auxquelles il est destiné.

L'appareil est destiné exclusivement à une utilisation à domicile. L'appareil n'est pas adapté à un usage semi-professionnel (par ex. hôpitaux, clubs, hôtels, établissements scolaires etc.) ni à une application commerciale ou professionnelle (par ex. salle de gym).

MENTIONS LÉGALES

Sport-Tiedje GmbH
N°1 du fitness à domicile en Europe

International Headquarters
Flensburger Straße 55
24837 Schleswig
Deutschland

Directeur :
Christian Grau
Sebastian Campmann
Bernhard Schenkel
N° de registre de commerce HRB 1000 SL
Tribunal d'instance de Flensburg
N° d'identification de TVA : DE813211547

EXCLUSION DE RESPONSABILITÉ



©2011 cardiostrong est une marque déposée de la société Sport-Tiedje GmbH. Tous droits réservés. Toute utilisation de cette marque sans l'autorisation écrite de Sport-Tiedje est interdite.

Le produit et le manuel peuvent faire l'objet de modifications. Les données techniques sont sujettes à changement sans préavis.

À PROPOS DE CE MODE D'EMPLOI

Veillez lire attentivement le présent mode d'emploi dans son intégralité avant le montage de l'appareil et sa première utilisation. Le présent mode d'emploi est là pour vous aider à monter rapidement l'appareil et à le manipuler en toute sécurité. Veillez impérativement à ce que tous les utilisateurs de l'appareil (notamment les enfants et les personnes présentant un handicap physique, sensoriel, mental ou moteur) aient préalablement pris connaissance du présent mode d'emploi et de son contenu. En cas de doute, l'appareil doit être utilisé sous la surveillance d'une personne responsable.

En raison des modifications et mises à jour effectuées en continu sur les logiciels, il se peut que le mode d'emploi nécessite d'être adapté en conséquence. Si vous constatez des divergences pendant le montage ou l'utilisation de l'appareil, vous pouvez consulter le mode d'emploi dans la boutique en ligne. La version la plus récente y est toujours disponible.



Cet appareil a été conçu conformément aux dernières avancées en matière de sécurité. Il est protégé au mieux de toute source de danger susceptible de provoquer des blessures. Assurez-vous que l'appareil a bien été monté conformément aux instructions fournies et que toutes les pièces de l'appareil sont correctement fixées. Si nécessaire, remédiez aux défauts éventuels en vous reportant au mode d'emploi.

Veillez respecter scrupuleusement les consignes de sécurité et de maintenance indiquées. Toute autre utilisation peut causer des blessures, endommager l'appareil et provoquer des accidents dont le fabricant et le distributeur ne peuvent assumer aucune responsabilité.

Lors de votre lecture, vous serez amené à rencontrer les notes de sécurité suivantes :

► **ATTENTION**

Ce symbole indique des situations dans lesquelles le non-respect des consignes peut entraîner des dommages matériels.

⚠ **PRUDENCE**

Ce symbole indique des situations dans lesquelles le non-respect des consignes peut entraîner des blessures légères !

⚠ **AVERTISSEMENT**

Ce symbole indique des situations dans lesquelles le non-respect des consignes peut entraîner des blessures graves, voire mortelles !

⚠ **DANGER**

Ce symbole indique des situations dans lesquelles le non-respect des consignes peut entraîner des blessures très graves, voire mortelles !

ⓘ **REMARQUE**

Vous trouverez ici d'autres informations utiles.

Conservez soigneusement ce mode d'emploi de sorte qu'il soit accessible pour toute information sur les travaux de maintenance et les commandes de pièces de rechanges.

1.1 Notes techniques

LCD - affichage de

- + Vitesse en km/h / fréquence de pas (tour par minute)
- + Temps d'entraînement en minute
- + Parcours d'entraînement en kms
- + Dépenses caloriques en kcal
- + Fréquence cardiaque (avec utilisation des capteurs tactiles ou d'une ceinture pectorale)
- + Watt/retour au niveau

Système de résistance :	Système magnétique de freinage wélectronique
Niveau de résistance :	16
Watt :	10 – 350 watt (réglable tous les 5 watt)

Programme général d'entraînement :	19
Programme manuel :	1
Entraînement préprogrammé :	12
Entraînement préprogrammé en watt :	1
Fréquence cardiaque préprogrammée :	4
Programme défini par l'utilisateur :	1

Masse d'inertie :	24 kg
Ratios :	1 : 8,82
Longueur du pas :	38 cm
Largeur du pas :	18 cm
Hauteur du pas :	23 cm
Position réglable de pédale :	3
Réglage de la longueur de la pédale :	4

Poids et dimensions :

Poids de l'article : (brut, incl. emballage) :	62 kg
Poids de l'article : (net, sans emballage) :	56 kg
Dimensions de l'emballage (Lxlxh) env. :	132 cm x 38 cm x 65 cm
Dimensions de l'appareil (L x l x h) env. :	150 cm x 67 cm x 155 cm
Poids maximum de l'utilisateur :	130 kg

1.2 Sécurité personnelle

DANGER

- + Avant la première utilisation de l'appareil, nous vous recommandons de demander l'avis d'un médecin afin qu'il juge de la possibilité ou non de vous entraîner avec cet appareil. Ces dispositions sont particulièrement applicables aux personnes qui ont une prédisposition génétique à l'hypertension ou aux maladies cardiaques, sont âgées de plus de 45 ans, fument, présentent un taux de cholestérol élevé, sont en surpoids et/ou n'ont pas pratiqué régulièrement de sport au cours de l'année passée. Si vous prenez un traitement médicamenteux susceptible de générer des troubles du rythme cardiaque, l'avis d'un médecin est impératif.
- + Nous vous rappelons qu'un entraînement excessif peut sérieusement compromettre votre santé. Veuillez noter également que les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque ne sont pas toujours précis. Dès que vous percevez des sensations de faiblesse, de nausée, de vertiges, de douleurs, d'essoufflement ou d'autres symptômes anormaux, interrompez votre entraînement et consultez votre médecin en cas d'urgence.

AVERTISSEMENT

- + L'utilisation de cet appareil est interdite aux enfants de moins de 14 ans.
- + Les enfants ne doivent pas être laissés sans surveillance à proximité de l'appareil.
- + Les personnes handicapées doivent présenter un certificat médical et rester sous étroite surveillance lors de l'utilisation de tout appareil d'entraînement.
- + Attention : votre appareil n'a pas de roue libre. Les pièces en mouvement ne peuvent donc pas être stoppées immédiatement.
- + Notez que les performances individuelles requises pour l'exécution d'un exercice peuvent différer des performances mécaniques indiquées.
- + Avant de monter ou de descendre de l'appareil, vérifiez que l'une des pédales se trouve dans sa position la plus basse.
- + L'appareil ne doit pas être utilisé simultanément par plusieurs personnes.
- + Maintenez éloignés les mains, les pieds et autres parties du corps ainsi que les cheveux, vêtements, bijoux et autres objets des pièces mobiles.
- + Évitez de porter des vêtements amples ou volants pendant l'entraînement. Préférez une tenue de sport adaptée. Portez des chaussures de sport adaptées, de préférence avec des semelles en caoutchouc ou autre matériau antidérapant. Évitez de porter des chaussures à talon, avec semelles en cuir, à clous ou à crampons. Ne vous entraînez jamais pieds nus.

PRUDENCE

- + Si vous devez brancher votre appareil avec un câble d'alimentation sur le secteur, veillez à disposer le câble de manière à ce que personne ne risque de trébucher.
- + Durant l'entraînement, assurez-vous que personne ne se trouve dans la zone de mouvement de l'appareil.
- + Ne placez aucun objet dans les ouvertures de l'appareil.

1.3 Sécurité électrique

DANGER

- + Pour limiter les risques de choc électrique, débranchez toujours le câble de l'appareil de la prise de courant dès que vous avez terminé l'entraînement, avant d'assembler ou de désassembler l'appareil ainsi qu'avant de procéder à une maintenance ou à un nettoyage de l'appareil. Ne tirez pas sur le câble.

AVERTISSEMENT

- + Ne laissez pas l'appareil sans surveillance tant que le cordon d'alimentation reste branché dans la prise murale. Débranchez le cordon d'alimentation de la prise murale pendant votre absence afin d'éviter toute utilisation impropre de l'appareil par des tiers ou des enfants.
- + Si le câble d'alimentation ou le cordon d'alimentation est endommagé ou défectueux, adressez-vous à votre revendeur. Jusqu'à la réparation, l'appareil ne doit pas être utilisé.

ATTENTION

- + L'appareil doit être branché sur une prise électrique de 220 - 230V à une fréquence de 50 Hertz
- + L'appareil doit toujours être branché directement sur une prise de terre avec le câble d'alimentation fourni. Les rallonges doivent être conformes aux directives VDE. Déroulez toujours entièrement le câble d'alimentation.
- + La prise de courant doit être protégée par un fusible à action retardée de 16 ampères au minimum.
- + N'effectuez aucune modification sur le câble d'alimentation ni sur le cordon d'alimentation.
- + Protégez le câble d'alimentation de l'eau, de la chaleur, de l'huile et des arêtes vives. Ne laissez pas le câble d'alimentation passer sous l'appareil ou sous un tapis et ne posez aucun objet dessus.
- + Si l'appareil que vous avez acheté dispose d'une console TFT, des mises à jour du logiciel doivent être effectuées régulièrement. Suivez les instructions indiquées à l'écran pour procéder à la mise à jour.
- + Les systèmes et logiciels des appareils équipés de consoles TFT sont spécialement conçus pour fonctionner avec les applis préinstallées. N'installez pas d'autres applis sur la console.

REMARQUE

- + Les applis préinstallées des consoles TFT proviennent de fabricants externes. Fitshop décline toute responsabilité quant à la disponibilité, la fonctionnalité ou le contenu de ces applis.

1.4 Emplacement

AVERTISSEMENT

- + Évitez de placer l'appareil dans un passage principal ou sur une échappée.

PRUDENCE

- + Choisissez le lieu d'installation afin de disposer de suffisamment d'espace autour de l'appareil afin de pouvoir circuler autour de celui-ci.
- + Assurez-vous que la salle d'entraînement soit correctement aérée pendant l'entraînement et qu'elle ne soit pas exposée aux courants d'air.
- + Choisissez l'emplacement de manière à disposer d'un espace libre suffisant (zone de sécurité) à l'avant, à l'arrière et sur les côtés de l'appareil.
- + L'appareil doit se trouver sur une surface plane, résistante et solide.

ATTENTION

- + L'appareil doit être utilisé uniquement dans un local suffisamment aéré et sec (température ambiante entre 10°C et 35°C). L'utilisation de l'appareil est interdite en plein air ou dans des locaux présentant un taux d'humidité élevé (plus de 70 %) tels que les piscines.
- + Utiliser un tapis de protection pour ne pas endommager les sols de qualité supérieure (parquet, stratifié, lièges, tapis) par des marques de pression ou des taches de transpiration et pour compenser les légères inégalités du sol.

2.1 Instructions générales



DANGER

- + Ne laissez pas les outils ainsi que les matériaux d'emballage, comme les films de protection, sans surveillance : ils représentent un danger pour les enfants (risque d'étouffement). Tenez les enfants éloignés de l'appareil pendant le montage.



AVERTISSEMENT

- + Respectez les consignes apposées sur l'appareil pour réduire les risques de blessures.



PRUDENCE

- + Pendant l'assemblage, veillez à disposer d'un espace suffisant pour vous déplacer tout autour de l'appareil.
- + L'assemblage de l'appareil doit être effectué par au moins deux adultes. En cas de doute, demandez l'aide supplémentaire d'une tierce personne ayant de bonnes connaissances techniques.



ATTENTION

- + Pour éviter tout endommagement de l'appareil et du sol, procédez au montage de l'appareil sur un tapis de sol ou sur le carton d'emballage.



REMARQUE

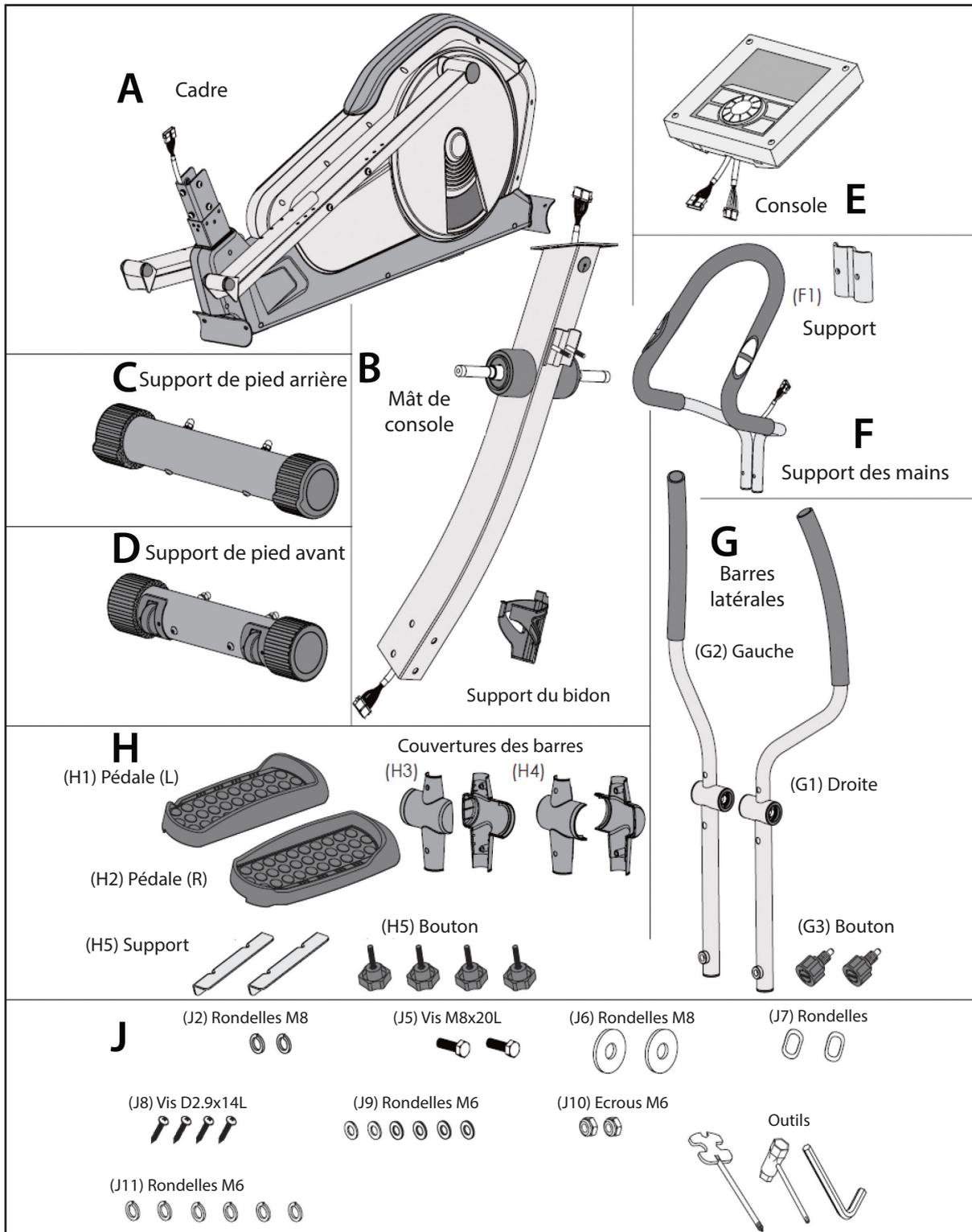
- + Pour faciliter le montage, des vis et des écrous peuvent être prémontés.
- + Assemblez l'appareil si possible sur l'emplacement qui lui est réservé.

2.2 Contenu de la livraison

L'emballage comprend les pièces représentées ci-après. Vérifiez que l'ensemble des pièces et outils appartenant à l'appareil sont compris dans la livraison et assurez-vous que l'appareil n'a pas été endommagé pendant le transport. En cas de réclamation, veuillez contacter immédiatement votre contractant.

PRUDENCE

Si le contenu de la livraison est incomplet ou si des pièces sont endommagées, ne montez pas l'appareil.



2.3 Montage

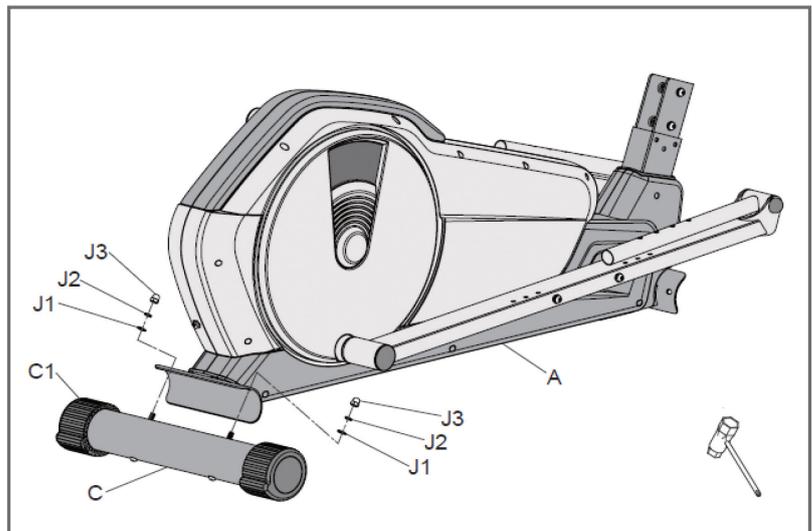
Avant de procéder à l'assemblage de l'appareil, observez bien attentivement les étapes de montage représentées et effectuez-les dans l'ordre indiqué.

❶ REMARQUE

- + Vissez d'abord toutes les pièces sans les serrer et vérifiez qu'elles sont correctement ajustées. Lorsque vous y serez invité, serrez les vis à l'aide de l'outil correspondant.

Étape 1: Montage – Pied arrière

1. Ôtez d'abord la rondelle inférieure (J1) la rondelle (J2) et l'écrou (J3) du pied arrière (C).
2. Accrochez le pied arrière (C) au support du cadre (A) avec la vis préinstallée et la rondelle (J1) et rondelle (J2) et l'écrou dévissés.



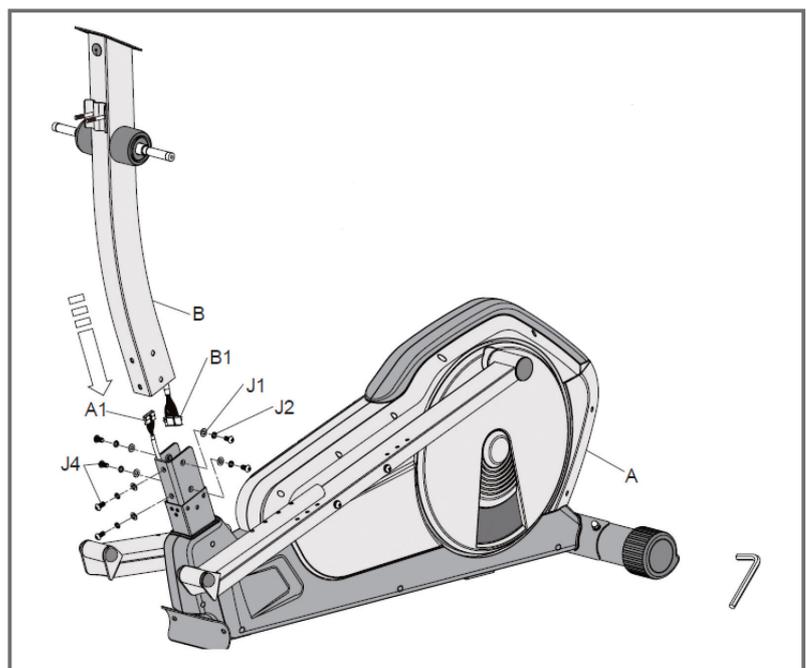
Étape 2: Montage du mât de la console

1. Ôtez d'abord la vis (J4) la rondelle (J2) et la rondelle inférieure (J1) du cadre.
2. Reliez alors le câble capteur (A1) avec le câble capteur (B1).

► ATTENTION

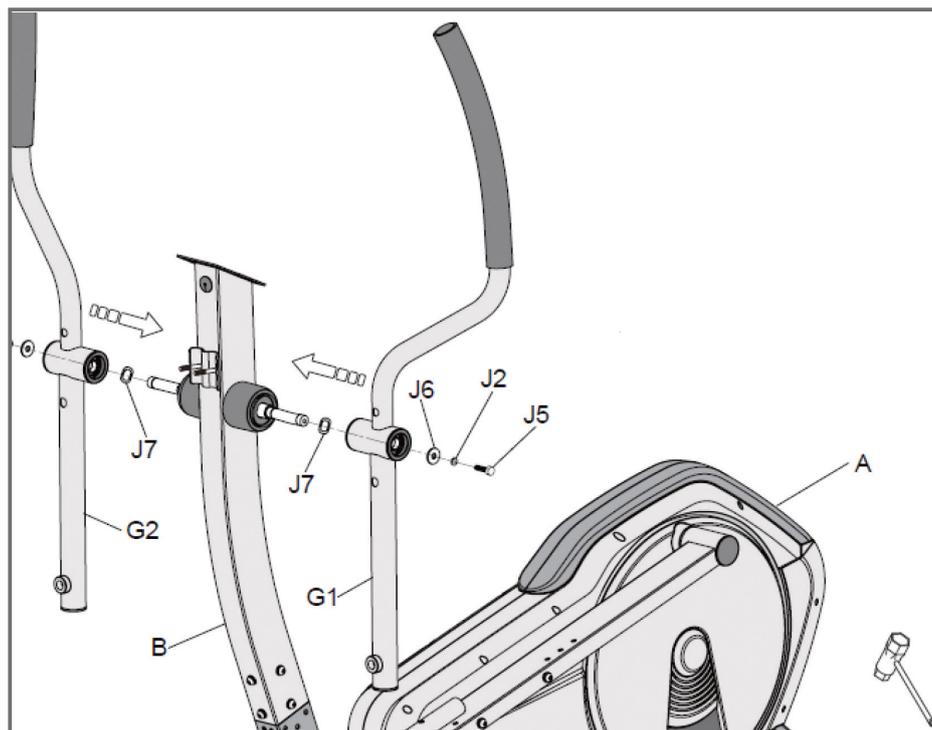
Faites attention que le câble ne se coince pas lors de la mise en place.

3. Montez le mât de console (B) au cadre (A) avec les vis (J4) rondelles (J2) et rondelles (J1).



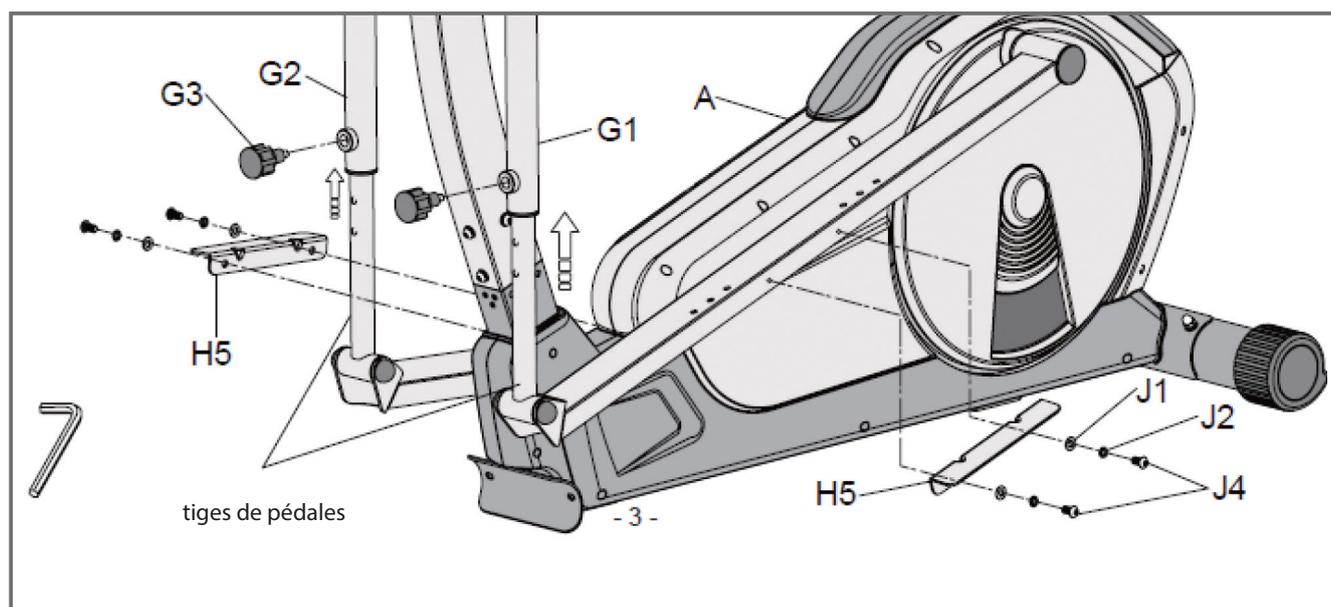
Étape 3: Montage des bras

1. Mettez la rondelle (J7) dans l'axe du mât de la console(B).
2. Poussez le bras gauche (G1) dans l'axe et fixez le avec la rondelle inférieure (J6), rondelle (J2) et la vis (J5).
3. Répétez l'opération pour le bras droit (G2).



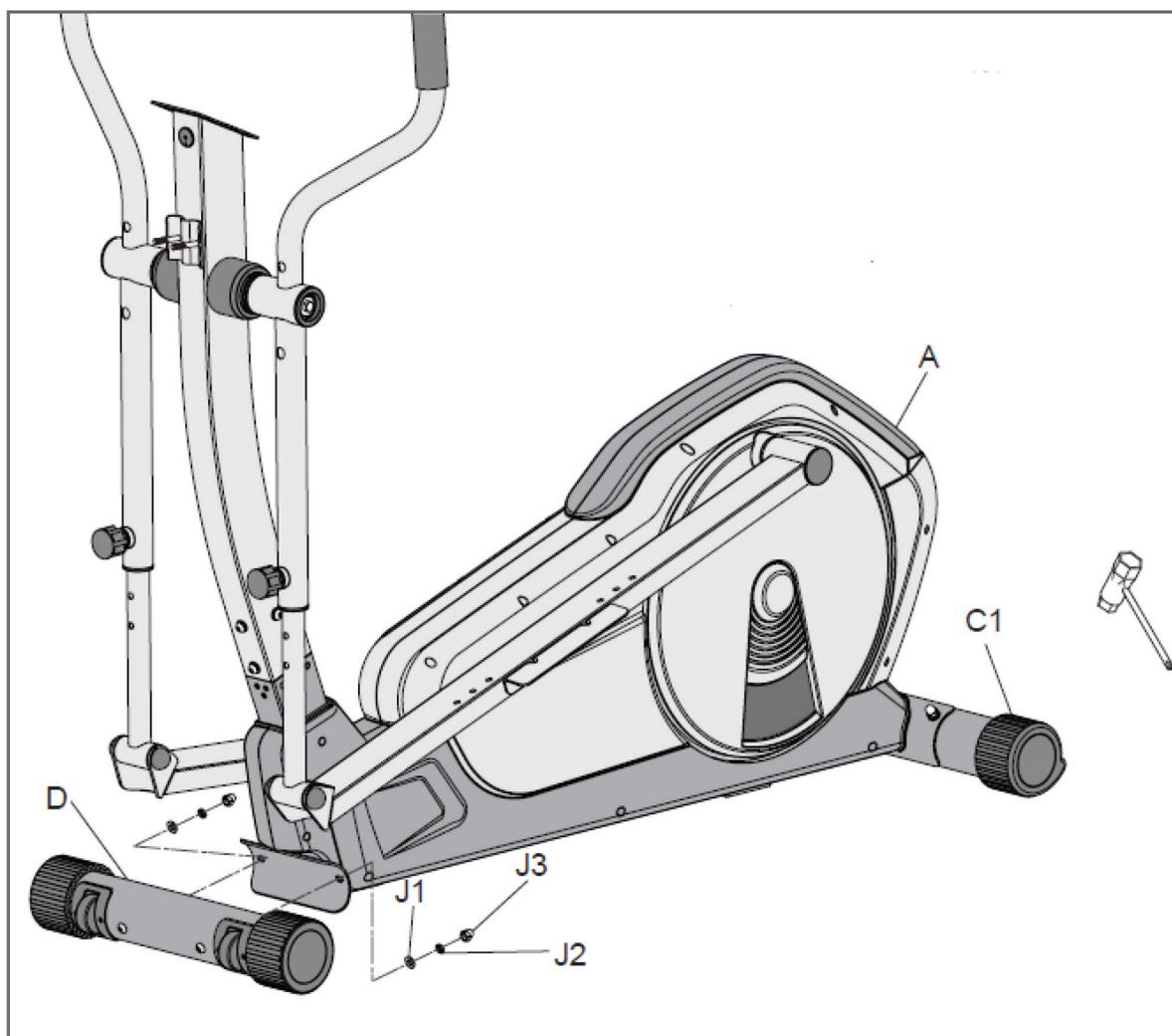
Étape 4: Montage des tiges de pédales

1. Enlevez la vis préinstallée (J4) rondelle (J2) et rondelle inférieure (J1).
2. Attachez la fixation (H5) à la pédale avec la vis (J4) rondelle (J2) et rondelle (J1).
3. Renouvelez l'opération pour l'autre côté.
4. Fixez la partie inférieure des poignées (G1 & G2) aux tiges de pédales à l'aide d'un bouton (G3) pour chacune d'entre elles.



Étape 5: Montage – Pied avant

1. Ôtez d'abord la rondelle (J1) rondelle (J2) et l'écrou (J3) du pied avant.
2. Attachez le pied avant (D) à la fixation du cadre (A) avec la vis, la rondelle (J1) rondelle (J2) et l'écrou (J3).



Étape 6: Montage pédales

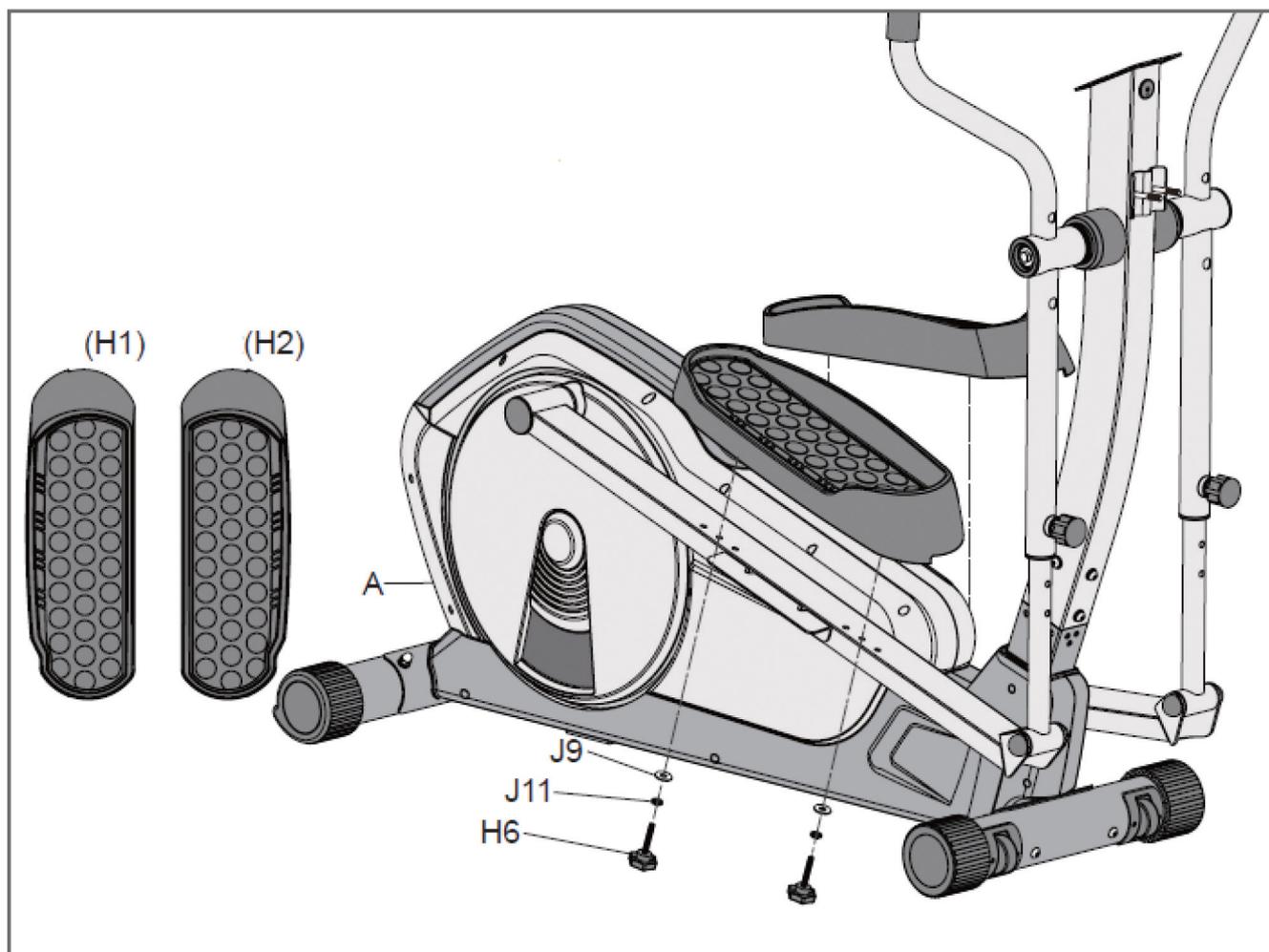
❗ REMARQUE

Il y a trois positions variables pour la pédale.

1. Attachez la pédale droite (H2) avec la rondelle (J9) rondelle (J11) et le bouton tournant (H6).
2. Renouvelez l'opération pour la pédale gauche (H1).

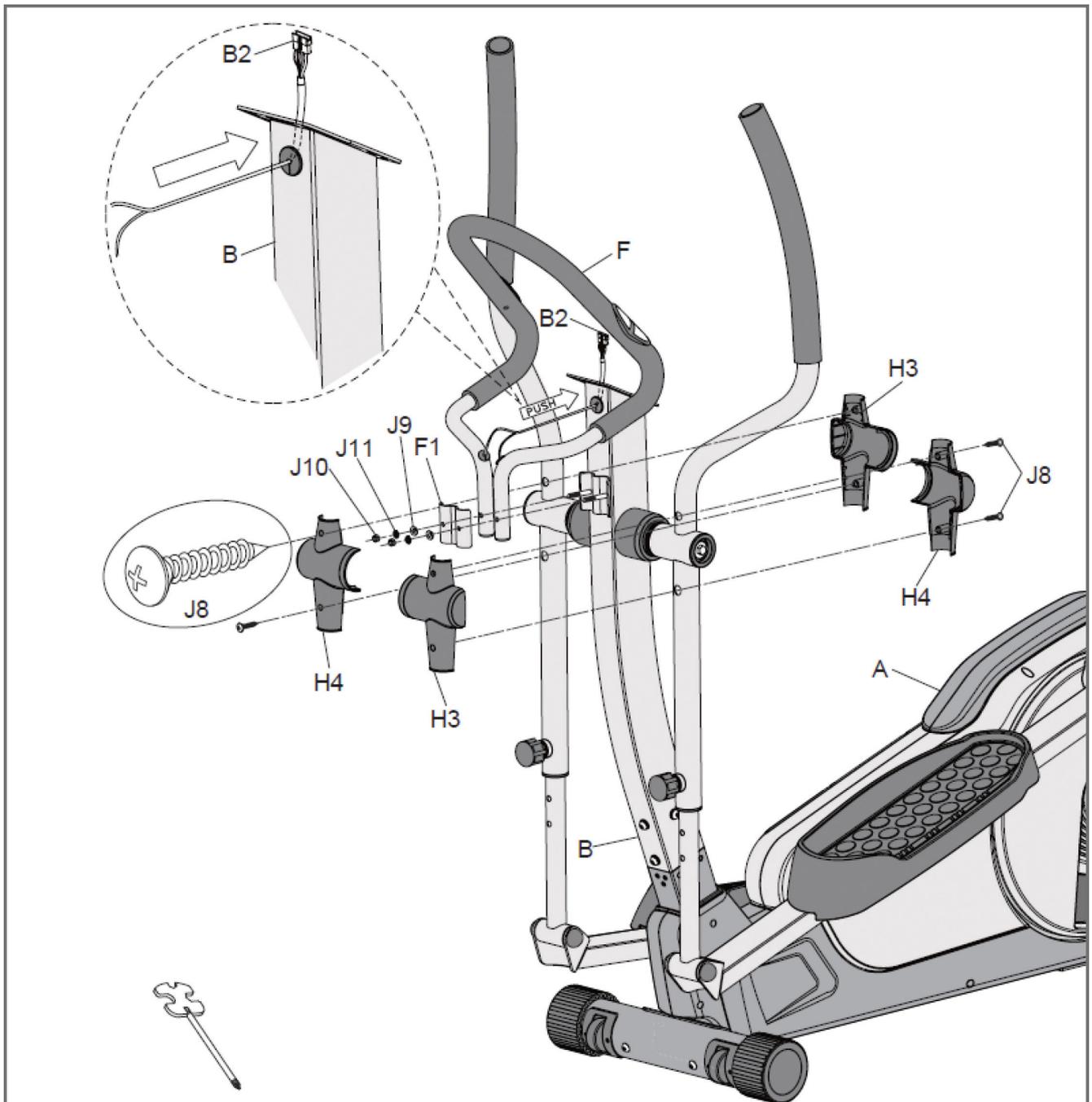
▶ ATTENTION

Assurez-vous que le bouton tournant soit bien vissé.



Étape 7: Montage du support des mains

1. Attachez le support des mains (F) sur le mât de la console (B) avec la fixation (F1) rondelle (J9) rondelle (J11) et écrou (J10).
2. Ensuite enflez le câble capteur de pulsations (B2) dans l'ouverture sur le mât de console (B) comme sur le dessin ci-dessous.
3. Fixez les deux protections (H3) et (H4) sur le manche gauche avec quatre vis (J8).
4. Renouvelez l'opération pour le côté droit.



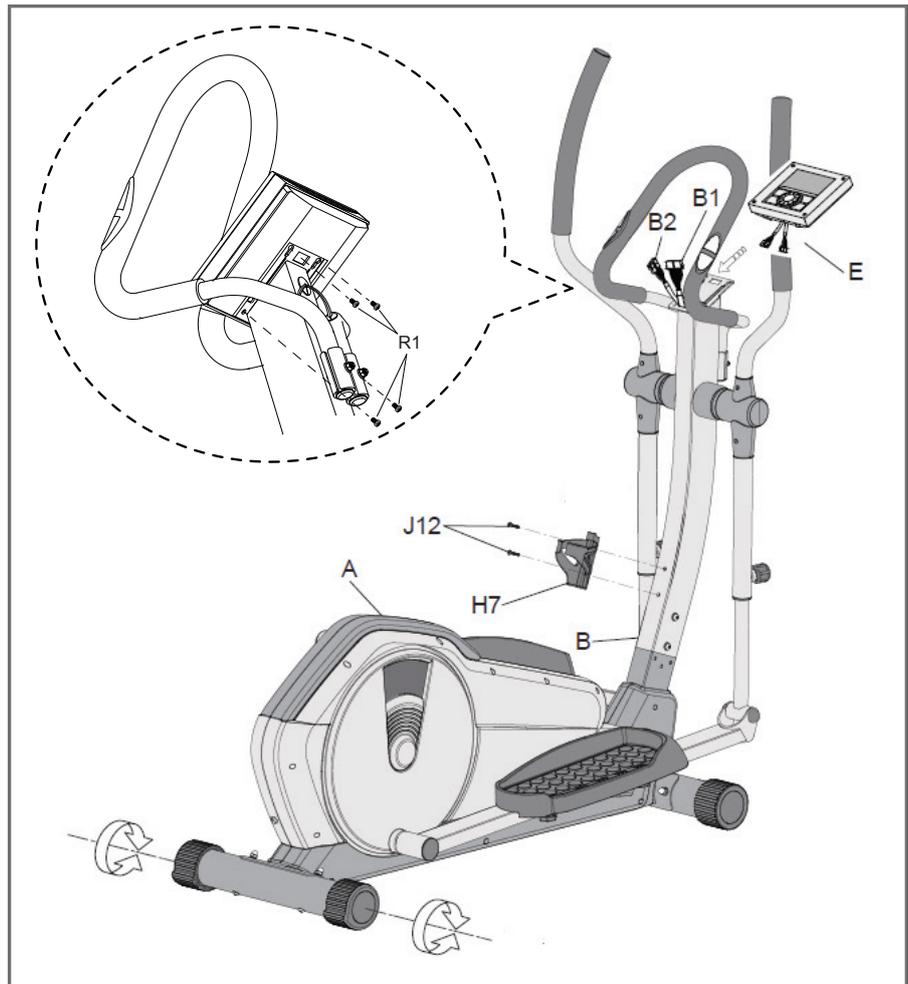
Étape 8: Montage – Console et porte-bidon

1. Reliez le câble capteur (B1 et B2) avec les câbles de la console et enfoncez la console sur la plaque prévue à cet effet.
2. Enlevez d'abord les vis préinstallées (J12).
3. Fixez le porte-bidon (H7) sur le mât de la console (B) avec les vis (J12).

Étape 9 : Ajustement des pieds

Si le sol présente des inégalités, vous pouvez stabiliser de l'appareil en tournant les deux vis de réglage situées sous le cadre principal.

1. Soulevez de l'appareil du côté souhaité et tournez la vis de réglage sous le cadre principal.
2. Tournez la vis dans le sens des aiguilles d'une montre pour la desserrer et relever de l'appareil.
3. Tournez la vis dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour abaisser de l'appareil.



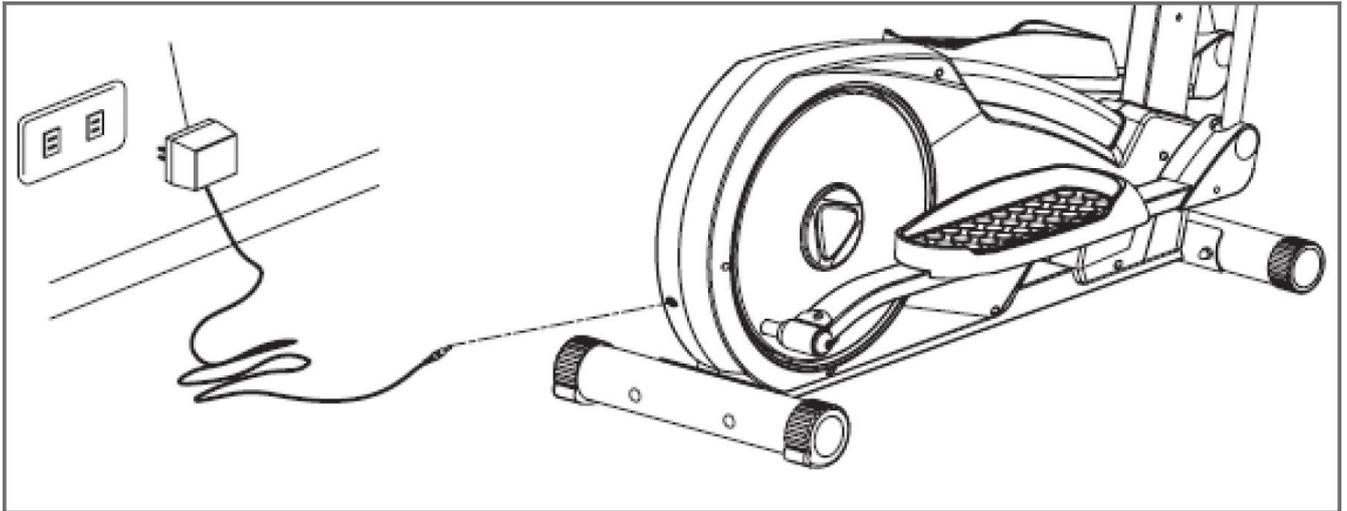
Vérifiez de nouveau après le montage complet si toutes les vis sont bien serrées!

Étape 10 : Branchement de l'appareil

► ATTENTION

Ne branchez pas l'appareil sur une multiprise ; il risque sinon de ne pas être suffisamment alimenté en courant. Cela risque de provoquer des dysfonctionnements.

Branchez le codon d'alimentation dans une prise conforme aux prescriptions indiquées dans le chapitre Sécurité électrique.



① REMARQUE

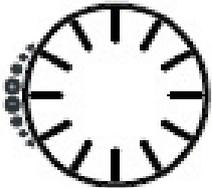
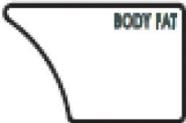
Avant de commencer l'entraînement, familiarisez-vous avec toutes les fonctions et possibilités de réglage de l'appareil. Pour savoir comment utiliser correctement ce produit, demandez les conseils d'un spécialiste.

3.1 Affichage de la console



Time (Temps)	Le temps s'écoule de façon croissante de 0:00-99:59 minutes. Si vous donnez un temps d'entraînement, celui-ci défile de façon décroissante jusqu'à 0:00.
Speed (Vitesse)	Affiche la vitesse actuelle entre 0.0 – 99.9 kmh/mi.
RPM (Fréquence de pas Rotation par minute)	Affiche le nombre de rotation par minute.
Distance	La distance s'affiche de façon croissante de 0.00-99.90 km/mi. Si vous donnez une distance d'entraînement, celle-ci défile de façon décroissante jusqu'à 0:00.
Calories	Les calories s'affichent de façon croissante 0-999. Si vous donnez un nombre de calories, celles-ci s'affichent de façon décroissante.
Pouls (fréquence cardiaque par minute)	Dès que vous serrez les senseurs des poignées, la console affiche votre fréquence cardiaque.
Recovery	Appuyez sur la touche RECOVERY et empoignez les capteurs tactiles. Commence ensuite un compte à rebours de 60 secondes. Après celui-ci, votre fréquence cardiaque de récupération s'affiche dont la valeur F1 est la meilleure et la F6 la plus mauvaise. En appuyant de nouveau sur la touche RECOVERY vous revenez au menu initial.
Température	En standby la température de la pièce s'affiche.
Date	En standby la date s'affiche.
Horloge	En standby l'heure s'affiche.

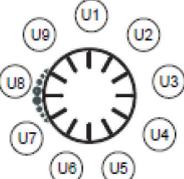
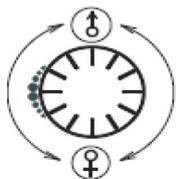
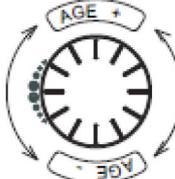
3.2 Fonctions de touches

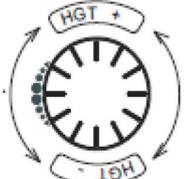
	ENTER (Appuyez sur la touche)	Avec cette touche, vous confirmez tous les réglages.
	ENTER (Tournez la touche)	Avec cette touche, vous pouvez régler la résistance.
	RESET	Appuyez sur la touche pour retourner aux valeurs initiales et revenir au menu.
	START/STOP	Avec cette touche, vous pouvez commencer ou arrêter l'entraînement.
	BODY FAT	Appuyez sur cette touche pour commencer le programme Body Fat.
	RECOVERY	Appuyez sur cette touche pour avoir la mesure de fréquence cardiaque de récupération.

1. Allumez l'appareil et un signal sonore de deux secondes s'émet. Choisissez avec le bouton l'utilisateur U1-U9 et enregistrez les valeurs : Sexe, âge, taille et poids. Tournez le bouton sur les différentes valeurs et appuyez sur le bouton pour confirmation.
2. Réglez la date et l'heure avec le bouton Enter.
3. Choisissez avec la touche Enter un mode d'entraînement (manuel, programme d'entraînement pré-réglé, programme d'entraînement personnalisé, programme réglé par le pouls, ou en watts) et appuyez sur Enter pour confirmer.

3.3 Sélection et réglage du compte de l'utilisateur

La console dispose de 9 comptes utilisateur U1-U9 . Tournez le bouton pour sélectionner un utilisateur et appuyez sur la touche Enter pour confirmer. Continuez ainsi pour les autres paramètres (sexe, taille, poids, âge).

Sélection Utilisateur U1-U9		Sélection Sexe		Sélection âge	
					
Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter

Sélection Taille		Sélection Poids	
			
Links oder Rechts drehen	Appuyez Enter	Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter

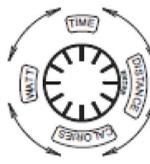
3.4 Programmes

Après avoir entré toutes les données de l'utilisateur, vous pouvez avec la flèche choisir un des programmes suivants :

- Programme d'entraînement manuel : 1
- Programme d'entraînement préréglé : 12
- Programme d'entraînement personnalisé : 1
- Programme d'entraînement réglé par le pouls : 1
- Programme d'entraînement en watts : 4

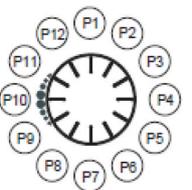
3.4.1 Programme manuel

1. Sélectionnez la touche "Manuel" et appuyez sur Enter pour confirmer.
2. Ensuite utilisez la touche Enter pour sélectionner le niveau de résistance entre 1 et 16.
3. Après avoir sélectionné le niveau de résistance, vous pouvez entrer les données du temps, distance, calories, et fréquence cardiaque. Tournez pour cela le bouton Enter et appuyez pour confirmer.
4. Appuyez sur la touche Start pour commencer l'entraînement.

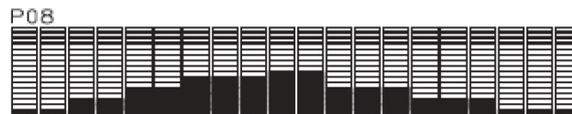
Sélection du programme		Réglage résistance		Réglage des données d'entraînement		
						
Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Start

3.4.2 Programme d'entraînement

1. Sélectionnez avec la touche Enter "Programm" et appuyez sur Enter pour confirmer.
2. Sélectionnez ensuite un programme d'entraînement entre P1 -P12 et confirmez avec la touche Enter. Après deux secondes le profil d'entraînement s'affiche.
3. Après avoir choisi votre programme d'entraînement, vous pouvez sélectionner la résistance entre 1 et 16 qui peut toujours être corrigée pendant l'entraînement.
4. Appuyez sur la touche Start pour commencer l'entraînement.

Sélection du programme		Sélection du programme d'entraînement		
				
Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Start

Profils d'entraînement



3.4.3 Programme défini par l'utilisateur

1. Sélectionnez avec la touche Enter "user Programm" et appuyez pour confirmer.
2. Vous pouvez ensuite ajuster le niveau de résistance pour les 20 segments. Choisissez la résistance en tournant le bouton et appuyez sur "Enter" pour confirmer.

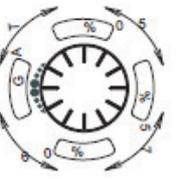
Sélection du programme		Réglage de la résistance des 20 segments		
				
Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Start

3.4.4 Programme pré-réglé par la fréquence cardiaque

AVERTISSEMENT

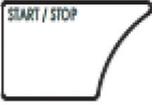
Votre appareil d'entraînement n'est pas un dispositif médical. La mesure de la fréquence cardiaque n'est pas toujours précise. La précision de la fréquence cardiaque indiquée peut être altérée par différents facteurs. L'affichage de la fréquence cardiaque sert uniquement de référence pour votre entraînement.

1. Choisissez avec la touche Enter "HRC Programm" et appuyez pour confirmer.
2. Ensuite entrez l'âge avec la touche Enter et appuyez pour confirmer. La console calcule automatiquement votre fréquence cardiaque maximale.
3. Choisissez maintenant votre entraînement basé sur la fréquence cardiaque (55%, 75%, 90% ou votre fréquence cardiaque ciblée).

Sélection du programme		Réglage de l'entraînement basé sur la fréquence cardiaque		
				
Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Start

3.4.5 Programme réglé par les watts

1. Choisissez avec la touche Enter “watt programm” et appuyez sur Enter pour confirmer.
2. Réglez en tournant le bouton sur le nombre de watt avec lequel vous voulez vous entraîner (10 jusque 350).

Sélection du programme		Réglage du nombre de watt		
				
Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Tournez à droite ou gauche	Appuyez Enter	Start

3.4.6 Programme Body fat

1. Assurez vous que toutes les données de l'utilisateur soient entrées.
2. Appuyez sur la touche Body Fat et empoignez les capteurs cardiaques tactiles.
3. Pendant le test, il sera affiché pendant 8 secondes “.....”, après 8 secondes votre pourcentage de graisse corporelle sera affiché en pourcentage (*1) et votre BMI (*2).

► **ATTENTION**

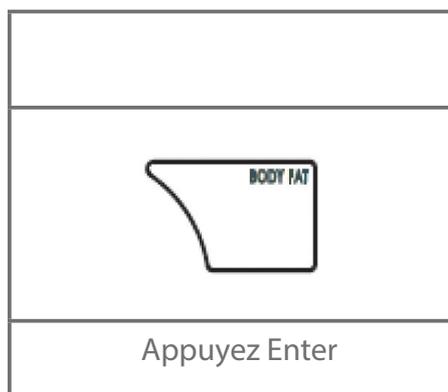
Si sur le display “E-1” s’affiche, vous n’avez pas correctement empoigné les capteurs tactiles.

Appuyez ensuite sur la touche Body Fat pour revenir au mode entraînement. Les mesures ne seront plus affichées. Si vous voulez tester une autre personne, appuyez sur la touche Reset pour 4 secondes. Ensuite vous pouvez sélectionner d’autres données d’utilisateur et refaire le test.

*1 - BODY FAT – Grâce aux capteurs tactiles, la console mesure avec les données de l'utilisateur et des mesures votre pourcentage de graisse corporelle.

*2 - BMI – l'index de masse corporelle est calculé selon le poids et la taille de la personne.

Cette valeur vous donne une ligne directrice approximative pour l'évaluation de votre santé.



REMARQUE

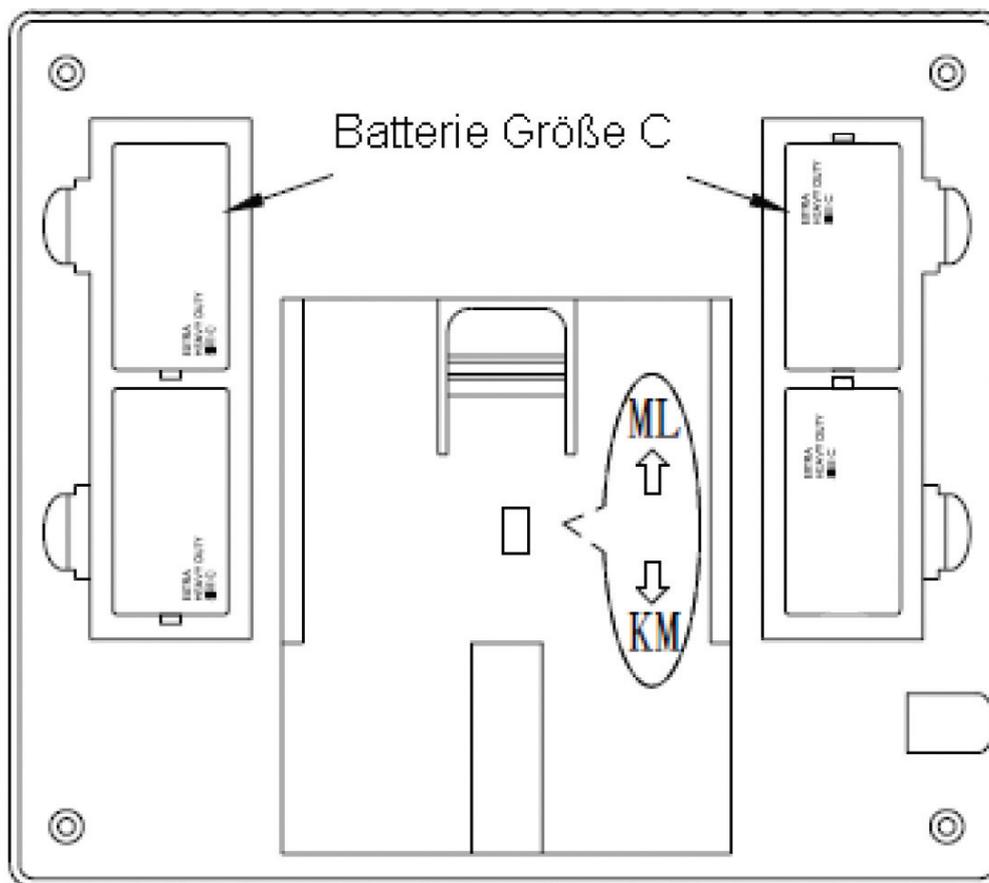
- + Si la console ne reçoit pas de signal pendant 4 minutes, elle s'éteint automatiquement, mais garde en mémoire toutes les données. Appuyez sur n'importe quelle touche pour rallumer la console.
- + La console peut enregistrer les valeurs d'entraînement de 4 utilisateurs. Lorsque vous rallumez la console. Celle-ci affiche le dernier utilisateur. Pour les utilisateurs U1-U4 les valeurs d'entraînement temps, distance, calories et watt (entraînement manuel) ou la fréquence cardiaque s'afficheront. Pour les utilisateurs U5-U9, seul l'utilisateur est affiché.

Tableau des graisses corporelles.

Symbole				
Sexe / Graisse corporelle	Faible	Faible/Moyen	Moyen	Moyen/Haut
Male (Masculin)	<13%	13%-25,8%	26%-30%	>30%
Female (Féminin)	<23%	23%-35,8%	36%-40%	>40%

Installation des piles

Quatre piles de grosseur C sont nécessaires et doivent être installées au verso de la console comme suit :



KM/ML Interrupteur :

Grâce à cet interrupteur vous pouvez changer l'unité métrique ou unité anglaise. Vous devez ensuite retirer la prise de courant et rallumez la console.

3.5 Mesure de la fréquence cardiaque

Mesure avec les capteurs cardiaques tactiles

Les capteurs tactiles intégrés dans la console ou dans les mains courantes permettent la mesure des pulsations cardiaques. Votre fréquence cardiaque sera mesurée lorsque vous posez doucement vos mains autour des capteurs cardiaques tactiles. Grâce aux battements du cœur, il y a une variabilité de la pression artérielle. Les changements de la résistance cutanée électrique qui en résultent sont mesurés avec les capteurs. Ceux-ci sont réunis en une donnée moyenne et affichée sur l'écran de la console comme fréquence cardiaque.

Remarque :

Chez une partie de la population, le changement de la résistance cutanée est tellement minimal que les résultats de mesure ne fournissent pas de données utilisables. De même, la haute production de callosité ou de sueur dans les mains ne permettent pas une mesure correcte. Dans ce cas, le pouls ne peut pas être affiché ou seulement de façon incorrecte.

Veillez vérifier dans le cas d'une mesure incorrecte si cela se produit uniquement sur une personne ou sur plusieurs. Si l'affichage du pouls ne fonctionne pas au cas par cas, il ne s'agit pas d'un défaut de l'appareil. Dans ce cas, nous vous conseillons l'emploi d'une ceinture pectorale Sport Tiedje (122kHz) pour un affichage correct des pulsations cardiaques.

Attention : Cet appareil n'est pas un appareil médical. Plusieurs facteurs peuvent influencer l'exactitude de la mesure de la fréquence cardiaque. L'affichage de la fréquence cardiaque sert uniquement comme aide pour l'entraînement.

Mesure télémétrique

Votre vélo- cross elliptique est déjà équipé en série d'un capteur de fréquence cardiaque. L'utilisation d'une ceinture pectorale permet la mesure des pulsations cardiaques sans fil. Grâce à cette façon optimal de mesurer la fréquence cardiaque avec la précision d'un électrocardiogramme, la fréquence cardiaque est prise directement sur la peau. La ceinture pectorale émet des impulsions au travers d'un réseau électro-magnétique au récepteur intégré dans la console.

Positionnement de la ceinture pectorale et humidification des électrodes :

Portez directement la ceinture en dessous de la base de la poitrine. Le capteur doit être placé au milieu de la poitrine. La ceinture doit être confortable mais pas trop lâche. Si la ceinture est trop lâche, le contact avec les électrodes peut être interrompu ou la ceinture peut glisser pendant l'entraînement. Le capteur s'allume automatiquement lors du port. Pour rendre possible une mesure exacte, il faut humidifier les électrodes en caoutchouc. Vous optimiserez cette mesure grâce à un gel conducteur pour ceinture pectorale qui est aussi utilisé pour les échographies.

Remarque :

Si vous n'avez pas été sportivement actif pendant un long laps de temps, vous devez consulter votre médecin afin d'élaborer avec lui un entraînement. En cas de problèmes cardiaques, d'une tension artérielle trop basse ou trop haute, de surpoids, vous devez consulter impérativement votre médecin.

Entraînement réglé par la fréquence cardiaque

Le réglage par la fréquence cardiaque vous garantit un entraînement extrêmement efficace et bon pour la santé. A l'aide du tableau suivant et de votre âge, vous pouvez le consulter et déterminer votre fréquence cardiaque optimale pour votre entraînement. Un signal sonore est émis lorsque votre fréquence cardiaque dépasse les valeurs données de votre pouls. Avec quelle fréquence cardiaque votre entraînement ciblé est bénéfique ? vous le verrez ci-dessous.

Brûlage des graisses (régulation du poids) : L'objectif principal consiste à brûler des graisses. Pour atteindre ce but, *un niveau d'intensité bas* (environ 55% de la fréquence cardiaque max.) et *une durée d'entraînement plus longue* sont utiles.

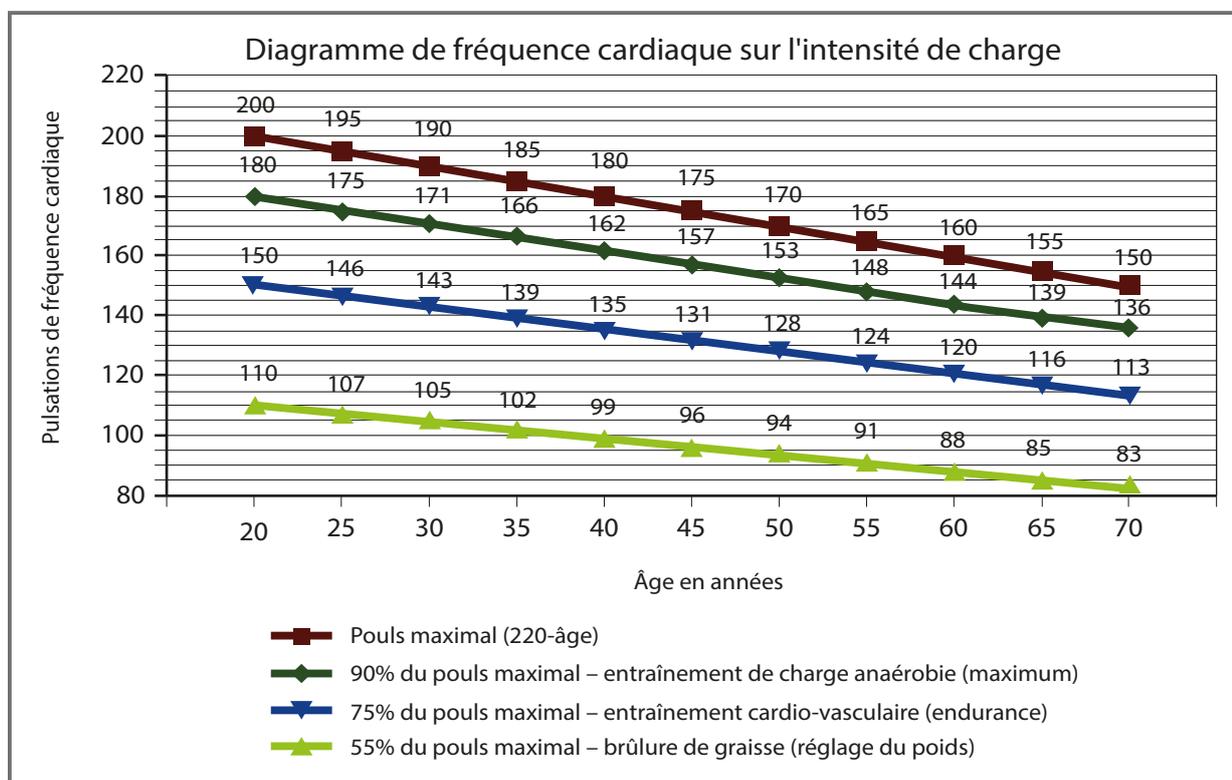
Entraînement cardio-vasculaire (entraînement d'endurance) : Le but primaire consiste à augmenter la résistance et le fitness grâce à l'amélioration de la mise à disposition de l'oxygène par le système cardiovasculaire. Pour atteindre ce but d'entraînement, *une intensité moyenne* (environ 75 % de la fréquence cardiaque max.) pour *une durée d'entraînement moyenne* est indispensable.

Intensité d'entraînement anaérobique (maximal) : Le but principal de l'intensité d'entraînement maximale consiste à améliorer la récupération après des périodes d'intensités courtes afin de retourner le plus rapidement possible dans la zone anaérobique. Pour atteindre ce but d'entraînement, *une haute intensité* (environ 90% de la fréquence cardiaque max.) est nécessaire pendant *une petite durée de charge intensive* qui suit une phase de récupération afin d'empêcher une fatigue de la musculature.

Exemple :

Pour une personne de 45 ans, la fréquence cardiaque est 175 ($220 - 45 = 175$).

- La zone de brûlage de graisse ciblée (55%) est d'environ 96 coups/min = $(220 - \text{âge}) \times 0,55$.
- La zone d'endurance ciblée (75%) est d'environ 131 coups/min = $(220 - \text{âge}) \times 0,75$.
- La fréquence cardiaque maximale pour un entraînement de charge anaérobique (90%) est d'environ 157 coups/min = $(220 - \text{âge}) \times 0,9$.



4.1 Instructions générales

⚠ AVERTISSEMENT

- + Stockez l'appareil dans un lieu où il reste hors de portée de tiers ou d'enfants.
- + Si votre appareil ne dispose pas de roulettes de déplacement, il convient de le démonter avant son transport.

▶ ATTENTION

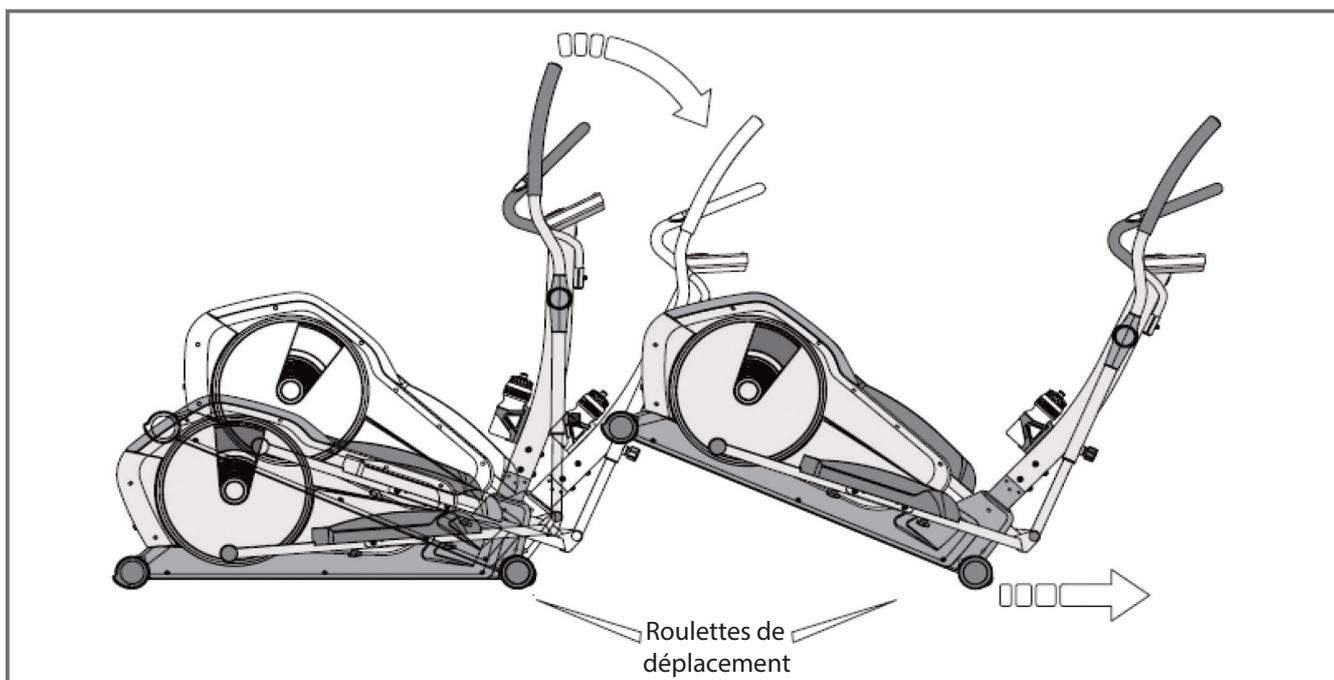
- + Veillez à ce que l'appareil soit protégé contre l'humidité, la saleté et la poussière. Le lieu de stockage doit être sec, correctement aéré et présenter une température ambiante entre 10°C et 35°C.

4.2 Roulettes de déplacement

▶ ATTENTION

Si vous devez déplacer votre appareil sur un revêtement de sol particulièrement sensible et souple (parquet, stratifié ou planchers), recouvrez le sol de carton ou d'un matériau similaire afin d'éviter tout risque d'endommagement.

1. Placez-vous derrière l'appareil et soulevez-le jusqu'à ce que son poids soit reporté sur les roulettes de déplacement. Vous pouvez ensuite déplacer facilement l'appareil vers l'endroit souhaité. Si vous devez déplacer l'appareil sur une plus longue distance, veuillez démonter l'appareil et l'emballer en toute sécurité.
2. Choisissez le nouvel emplacement de l'appareil en respectant les consignes mentionnées dans le chapitre 1.4 du mode d'emploi.



5.1 Instructions générales



AVERTISSEMENT

+ Ne procédez à aucune modification non conforme sur l'appareil.



PRUDENCE

+ Toute pièce endommagée ou usée peut compromettre votre sécurité et affecter la durée de vie de l'appareil. Remplacez par conséquent immédiatement les composants endommagés ou usés. Adressez-vous à cet effet à votre contractant. N'utilisez pas l'appareil tant qu'il n'est pas remis en état. Si vous devez remplacer des pièces, utilisez exclusivement des pièces de rechange d'origine.

ATTENTION

+ Outre les instructions et recommandations de maintenance et d'entretien mentionnées dans le présent mode d'emploi, des prestations de service et/ou de réparation peuvent être nécessaires ; ces opérations ne doivent être effectuées que par des techniciens SAV habilités.

5.2 Défaits et diagnostic des pannes

L'appareil a fait l'objet de contrôles de qualité réguliers tout au long de sa production. Il peut toutefois arriver que l'appareil présente des défauts ou des dysfonctionnements. Les pièces détachées sont souvent à l'origine de ces défaillances, auquel cas un remplacement de ces pièces est suffisant. Vous trouverez ci-après un aperçu des défauts les plus fréquents ainsi que les solutions de dépannage adéquates. Si l'appareil ne fonctionne toutefois toujours pas correctement, veuillez vous adresser à votre contractant.

Défaut	Cause	Remède
Les poulies d'entraînement oscillent ou font du bruit.	Poulie d'entraînement desserrée	Resserrez l'écrou (tenez compte du filetage à gauche/à droite)
L'écran est noir/ne fonctionne pas.	Câbles mal branchés	Contrôlez les câblages
L'appareil vacille	L'appareil n'est pas droit	Ajustez les pieds
Les marchepieds grincent	Marchepieds desserrés	Resserrez les vis des marchepieds
Bruits de grincement	Vissages desserrés ou trop serrés	Contrôlez les vissages
Les rails de roulement crissent	Rails de roulement / roulettes encrassés ou rails de roulement secs	Nettoyez les rails de roulement et lubrifiez avec du silicone sans graisse

<p>La fréquence cardiaque ne s'affiche pas</p>	<ul style="list-style-type: none"> + Interférences dans la pièce + Ceinture pectorale incompatible + Ceinture pectorale mal positionnée + Ceinture pectorale défectueuse ou pile usée + Affichage du pouls défectueux 	<ul style="list-style-type: none"> + Éliminez les interférences (par ex. téléphone portable, Wi-Fi, tondeuse ou aspirateur, etc. ...) + Utilisez une ceinture pectorale adaptée (voir ACCESSOIRES RECOMMANDÉS) + Positionnez correctement la ceinture pectorale et/ou humidifiez les électrodes + Changez les piles + Vérifiez que l'affichage de la fréquence cardiaque est possible via les capteurs tactiles
--	--	--

5.3 Codes de défauts et dépannage

Le système électronique de l'appareil procède à des tests en continu. En cas d'écarts, un code de défaut apparaît à l'écran et le fonctionnement normal de l'appareil est arrêté pour votre sécurité.

Veillez vous adresser à votre contractant pour prendre contact avec l'assistance technique.

5.4 Calendrier d'entretien et de maintenance

Pour éviter tout endommagement causé par la transpiration, il convient de nettoyer l'appareil avec une serviette humide (sans solvant !) après chaque séance d'entraînement.

Les opérations d'entretien suivantes sont à effectuer dans les intervalles de temps indiqués :

Pièce	Une fois par semaine	Une fois par mois	Tous les trois mois
Écran de console	N	I	
Rail de roulement*			N
Lubrification du rail de roulement et des pièces mobiles*			I
Revêtements en plastique	N	I	
Vis et câbles		I	
Légende : N = nettoyage ; I = inspection			

*Veillez à toujours nettoyer les rails de roulement et les pièces mobiles avant de les regraisser.

En scannant le code QR avec la fonction appareil photo ou l'application QR Code Scanner de votre smartphone, vous pouvez visionner sur YouTube une vidéo présentant des consignes générales d'entretien pour votre vélo elliptique. Cette vidéo sert à illustrer les points d'entretien décrits dans le présent mode d'emploi. Il est possible que la vidéo ne soit pas disponible dans votre langue ou avec les sous-titres correspondants.



Si vous ne pouvez pas scanner les codes QR, vous avez la possibilité d'accéder à toutes les vidéos de Sport-Tiedje disponibles sur YouTube. Ouvrez d'abord YouTube puis tapez « Sport-Tiedje » dans le champ de saisie.

6 ÉLIMINATION

À la fin de sa durée de vie, l'appareil ne doit pas être éliminé avec les déchets ménagers. Il doit être confié à un centre de collecte spécialisé dans le recyclage des appareils électriques et électroniques. Pour de plus amples informations, contactez le centre compétent d'élimination des déchets le plus proche de chez vous.



Les matériaux sont recyclables, conformément à leur marquage. Par le recyclage des matières, la réutilisation ou d'autres formes de valorisation des anciens appareils, vous prenez activement part à la protection de notre environnement.

7 ACCESSOIRES RECOMMANDÉS

Pour rendre votre entraînement encore plus agréable et efficace, nous vous recommandons de compléter votre appareil de fitness par des accessoires adéquats. Un **tapis de sol** vous permettra de poser votre appareil de fitness en toute sécurité, tout en protégeant votre sol des taches de transpiration. Vous pouvez également vous procurer des mains courantes supplémentaires pour votre tapis de course ou un **spray à base de silicone** pour entretenir les pièces mobiles.

Si votre appareil de fitness propose un entraînement basé sur la fréquence cardiaque, nous vous recommandons vivement l'utilisation d'une ceinture pectorale compatible afin de garantir une transmission optimale de votre fréquence cardiaque. Vous pouvez également compléter votre appareil de musculation par des **poignées de traction** ou des **poids supplémentaires**.



Notre gamme d'accessoires offre une qualité optimale pour rendre votre entraînement encore plus efficace. Pour toute information sur nos accessoires compatibles, rendez-vous sur notre boutique en ligne et consultez le descriptif détaillé de nos produits. Il suffit à cet effet de saisir le numéro d'article correspondant en haut dans le champ de recherche. Vous serez alors dirigé vers les accessoires recommandés. Vous pouvez également utiliser le code QR mis à disposition. Vous avez bien sûr également la possibilité de contacter notre service clientèle par téléphone, par mail, dans l'un de nos magasins ou via les réseaux sociaux. C'est avec plaisir que nous vous conseillerons !



Tapis de sol



Ceinture pectorale



Serviettes



Spray à base de silicone



Gel de contact

8.1 Numéro de série et désignation du modèle

Afin de vous assurer le meilleur service possible, nous devons connaître la désignation du modèle, le numéro d'article, le numéro de série, la vue éclatée et la liste des pièces. Vous trouverez les données de contact correspondantes au chapitre 10 du mode d'emploi.

❗ REMARQUE

Le numéro de série de votre appareil est unique. Il se trouve sur un autocollant blanc. La position exacte de l'autocollant est indiquée sur la figure ci-après.



Entrez le numéro de série dans le champ correspondant.

Numéro de série :

Marque / catégorie :

Désignation du modèle :

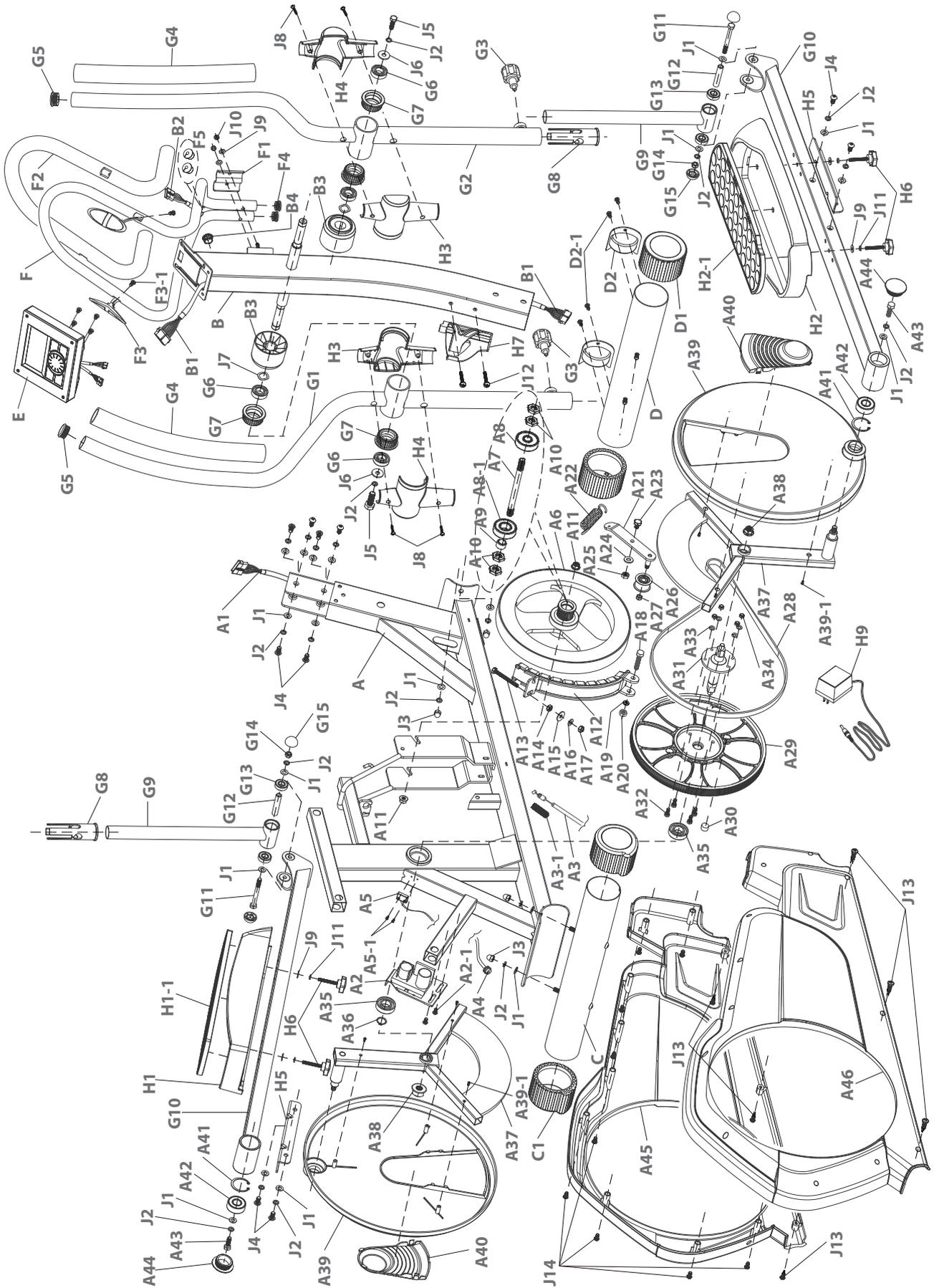
Référence article :

8.2 Liste des pièces

N°	Nbre	Désignation (ENG)	N°	Nbre	Désignation (ENG)
A	1	Main Frame	A27	1	Nylon Nut
A1	1	Sensor Wire 1500Mm	A28	1	Belt
A2	1	Motor	A29	1	Driving Pully
A2-1	2	Motor-Screw	A30	1	Magnetic
A3	1	Tension Cable	A31	1	Crank Axle
A3-1	1	Spring	A32	4	Bolt M6x16l
A4	1	Dc Line 350Mm	A33	4	Spring Washer M6
A5	1	Sensor Wire 350Mm	A34	4	Nylon Nut M6
A5-1	2	Sensor Screw	A35	2	Bearing 6004Zz
A6	1	Flywheel	A36	2	C-Clip
A7	1	Axle	A37	2	Crank
A8	1	Bearing 6000Z	A38	2	Flange Nut M10
A8-1	1	Bearing 6300Z	A39	2	Plate Cover
A9	1	Bush M10x14x9t	A39-1	6	Screw
A10	4	Nut M10	A39-2	6	Washer
A11	2	Flange Nut M8	A40	2	Plastic Cover
A12	1	Magnetic Housing	A41	2	C-Clip
A13	1	Bolt M6x55l	A42	2	Bearing 2203Zz
A14	1	Nut M6	A43	2	Bolt M8
A15	1	Washer M6x19x1.5t	A44	2	End Cap
A16	1	Washer M6x14x1.2t	A45	1	Left Chain Cover
A17	1	Nylon Nut M6	A46	1	Right Chain Cover
A18	1	Bolt M8x45l	B	1	Central Support Tube
A19	1	Washer M8	B1	1	Sensor Wire 900Mm
A20	1	Nylon Nut M8	B2	1	Hand Pulse Wire 650Mm
A21	1	Pressing Tagger	B3	2	End Cap
A22	1	Spring	B4	1	End Plug
A23	1	Bolt M8x20l	C	1	Rear Stabilizer
A24	1	Washer M8x22x1t	C1	2	End Cap
A25	1	Nylon Nut M8	D	1	Front Stabilizer
A26	1	Pressing Pully			

D1	2	End Cap	H7	1	Bottle Holder
D2	2	Transportation Wheel	H9	1	Adopter
D2-1	4	Screw	J1	20	Washer M8
E	1	Console	J2	16	Spring Washer M8
F	1	Front Handle Bar	J3	4	Nut M8
F1	1	Iron Bracket	J4	10	Screw M8x16l
F2	1	Sponge	J5	2	Bolt M8x20l
F3	2	Hand Pulse Sensor	J6	2	Washer M8x25x2.3t
F3-1	2	Sensor Screw	J7	2	Wave Washer
F4	2	End Cap	J8	4	Screw D2.9x14l
F5	2	End Plug	J9	6	Washer M6
G1	1	Left Side Handle Bar	J10	2	Nylon Nut M6
G2	1	Right Side Handle Bar	J11	6	Spring Washer M6
G3	2	Knob	J12	2	Bottle Holder Screw M5
G4	2	Sponge	J13	6	Chain Cover Screw
G5	2	End Cap	J14	9	Chain Cover Screw
G6	4	Bearing 6003Zz			
G7	4	Bearing Housing			
G8	2	Plastic Insert			
G9	2	Pedal Connect Tube			
G10	2	Pedal Tube			
G11	2	Bolt M8x80l			
G12	2	Bush M8x12x58.8t			
G13	4	Bearing 6001Zz			
G14	2	Nylon Nut M8			
G15	4	End Cap			
H1	1	Left Pedal			
H1-1	1	Left Pedal Pad			
H2	1	Right Pedal			
H2-1	1	Right Pedal Pad			
H3	2	Handle Bar Join Cover			
H4	2	Handle Bar Join Cover			
H5	2	Iron Bracket			
H6	4	Knob			

8.3 Vue éclatée



Les appareils d'entraînement de cardiostrong® sont soumis à un contrôle de qualité rigoureux. Si, malgré les soins apportés, votre appareil de fitness ne fonctionnait pas de manière irréprochable, nous le regrettons vivement et nous vous invitons à prendre contact avec notre service clientèle. Notre ligne d'assistance technique se tient volontiers à votre disposition par téléphone.

Descriptions de défauts

Votre appareil d'entraînement a été conçu pour vous garantir en permanence un entraînement de haut niveau. Toutefois, en cas de problème, veuillez d'abord lire le mode d'emploi. Si vous ne parvenez pas à résoudre vous-même le problème, adressez-vous à votre contractant ou à notre ligne d'assistance gratuite. Pour pouvoir résoudre vos problèmes dans les meilleurs délais, veuillez décrire le défaut le plus précisément possible.

Outre la garantie légale, nous accordons une garantie sur tous les appareils de fitness achetés chez nous dans la mesure des dispositions suivantes.

Cela n'affecte en aucune façon vos droits légaux.

Bénéficiaire de la garantie

Le bénéficiaire de la garantie est le premier acheteur ou toute personne ayant reçu en cadeau un produit neuf acheté d'un premier acheteur.

Délais de garantie

Dès la livraison de l'appareil, nous vous offrons une garantie dessus, dont la durée est précisée sur notre boutique en ligne. Vous trouverez la durée de la garantie de votre appareil sur la page du produit correspond de notre site internet.

Frais de remise en état

L'indemnisation garantie se fait selon notre choix par réparation, par échange des pièces endommagées ou par échange de l'intégralité de l'appareil. Les pièces de rechange à monter soi-même lors de l'assemblage de l'appareil doivent être remplacées par le bénéficiaire de la garantie lui-même et ne sont pas prévues dans la remise en état. Après expiration de la période de garantie pour les frais de remise en état, une garantie sur les pièces est accordée mais elle n'inclut pas les frais de réparation, de montage et d'expédition.

Les périodes d'utilisation sont définies comme suit :

- + Utilisation à domicile : exclusivement usage privé à domicile jusqu'à 3 heures par jour
- + Usage semi-professionnel : jusqu'à 6 heures par jour (par ex. centres de rééducation, hôtels, clubs, salle de fitness en entreprise)
- + Usage professionnel : plus de 6 heures par jour (par ex. en salle de gym)

Service Garantie

Durant la période de garantie, les appareils présentant des dysfonctionnement dûs à des défauts du matériel utilisé ou des défauts de fabrication seront, à notre appréciation, réparés ou remplacés. Les pièces ou appareils échangés deviennent notre propriété. Les prestations de la garantie n'entraînent ni une prolongation ni un renouvellement du délai de garantie.

Conditions de garantie

Pour pouvoir faire usage de la garantie, il convient de procéder comme suit :

Prenez contact par courriel ou par téléphone avec le service clientèle. Si le produit sous garantie doit être envoyé pour réparation, les frais encourus sont à la charge du vendeur. Après expiration de la garantie, les frais de transport et d'assurance sont à la charge de l'acheteur. Si le défaut entre dans le cadre de notre prestation de garantie, un appareil réparé ou un appareil neuf vous sera envoyé.

Les droits à la garantie sont exclus dans le cas de dommages causés par :

- + une utilisation incorrecte ou non conforme
- + les influences environnementales (humidité, chaleur, poussière etc.)
- + le non-respect des consignes de sécurité applicables à l'appareil
- + le non-respect des consignes figurant dans le mode d'emploi
- + des violences (par ex. chocs, coups, chutes)
- + des interventions effectuées par un service après-vente autre que ceux agréés
- + des tentatives de réparation effectuées par l'acheteur

Justificatif d'achat et numéro de série

Assurez-vous d'être en mesure de présenter la facture correspondante en cas de recours à la garantie. Afin de pouvoir identifier clairement la version de votre modèle et pour notre contrôle de qualité, nous devons connaître, pour toute intervention S.A.V, le numéro de série de votre appareil. Notez si possible le numéro de série ainsi que votre numéro client avant d'appeler notre ligne d'assistance. Cela facilitera le traitement de votre demande.

Si vous avez des difficultés à trouver le numéro de série de votre appareil d'entraînement, demandez de l'aide auprès de nos collaborateurs du service après-vente.

Service hors garantie

En cas de défectuosité de votre appareil d'entraînement après expiration de la garantie ou si le défaut n'entre pas dans le cadre de la prestation de garantie (par ex. dommages dûs à une usure normale), nous nous tenons à votre disposition pour vous proposer une offre personnalisée. Veuillez vous adresser à notre service clientèle afin de trouver une solution rapide et économique à votre problème. Dans ce cas, les frais d'envoi seront à votre charge.

Communication

Un entretien avec nos spécialistes suffit dans de nombreux cas à remédier à vos problèmes. Nous savons combien il est important pour vous que les problèmes soient résolus rapidement et simplement afin que vous puissiez profiter des joies de l'entraînement sans subir de longues périodes d'interruption. Il est également dans notre intérêt de trouver une solution rapide et non bureaucratique à votre demande. Gardez donc à portée de main votre numéro client ainsi que le numéro de série de l'appareil défectueux.

DE		DK	FR
TECHNIQUE +49 4621 4210-900 +49 4621 4210-698 technik@sport-tiedje.de Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00		TECHNIQUE & SERVICE 80 90 1650 +49 4621 4210-945 info@fitshop.dk Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00	TECHNIQUE & SERVICE +33 (0) 172 770033 +49 4621 4210-933 service-france@fitshop.fr Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00
SERVICE 0800 20 20 277 (gratuit) info@sport-tiedje.de Lu - ve 08h00 - 21:00 Sa 09h00 - 21:00 Dim 10h00 - 18h00		PL	
		TECHNIQUE & SERVICE 22 307 43 21 +49 4621 42 10-948 info@fitshop.pl Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00	BE
			TECHNIQUE & SERVICE 02 732 46 77 +49 4621 42 10-932 info@fitshop.be Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00

UK	NL	INT
TECHNIQUE +44 141 876 3986 support@powerhousefitness.co.uk SERVICE +44 141 876 3972 Lu - ve 9h00 - 17h00	TECHNIQUE & SERVICE +31 172 619961 info@fitshop.nl Lu - Jeu 09h00 - 17h00 Ve 09h00 - 21h00 Sa 10h00 - 17h00	TECHNIQUE & SERVICE +49 4621 4210-944 service-int@sport-tiedje.de Lu - ve 8h00 - 18h00 Sa 9h00 - 18h00
	AT	
	TECHNIQUE & SERVICE 0800 20 20 277 (gratuit) +49 4621 42 10-0 info@sport-tiedje.at Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00	CH
		TECHNIQUE & SERVICE 0800 202 027 +49 4621 42 10-0 info@sport-tiedje.ch Lu - ve 08h00 - 18h00 Sa 09h00 - 18h00

Vous trouverez sur cette page web une liste détaillée de tous les magasins du Groupe Sport-Tiedje en France et à l'étranger, avec leur adresse et leurs horaires d'ouverture.

www.fitshop.fr/aperçu-de-nos-succursales

NOUS VIVONS LE FITNESS

BOUTIQUE EN LIGNE ET RÉSEAUX SOCIAUX

Avec plus de 70 succursales, Fitshop est le plus grand marché spécialisé d'appareils de fitness à domicile en Europe et compte parmi les sociétés de vente en ligne les plus renommées dans le domaine de l'équipement de fitness. Plus de 25 boutiques en ligne sont disponibles pour les particuliers dans la langue de leur pays. Des magasins vous accueillent également pour composer l'appareil de votre choix. La société fournit également les salles de gym, hôtels, clubs de sports, entreprises et cabinets de kinésithérapie en appareils d'endurance et de musculation conçus pour un usage professionnel.

Fitshop offre une large gamme d'appareils de fitness de fabricants renommés, ainsi que ses propres produits et des prestations de service complètes (service de montage et conseils de professionnels avant et après l'achat de votre appareils). L'entreprise emploie à cet effet de nombreux spécialistes scientifiques du sport, entraîneurs de fitness et athlètes de compétition.

N'hésitez pas à nous rendre visite sur les réseaux sociaux ou sur notre blog !



www.fitshop.fr
www.sport-tiedje.de/blog



www.facebook.com/SportTiedje



www.instagram.com/sporttiedje



www.youtube.com/user/sporttiedje

TAURUS

 cardiostrong

BODYCRAFT

 cardiojump

 DUKEFITNESS

DARWIN

Notes

Notes



Vélo elliptique **EX20**