



## Notice de montage et mode d'emploi



max. 150 kg



~ 90 Min.



131 kg

Long. 150 | Larg. 90 | H 166

CSTEX90PLUS.01.06

N° d'article: CST-EX90-PLUS

Vélo elliptique **EX90 Plus**



# Table des matières

<b>1</b>	<b>INFORMATIONS GÉNÉRALES</b>	<b>7</b>
1.1	Notes techniques	7
1.2	Sécurité personnelle	8
1.3	Sécurité électrique	9
1.4	Emplacement	10
<b>2</b>	<b>MONTAGE</b>	<b>11</b>
2.1	Instructions générales	11
2.2	Contenu de la livraison	12
2.3	Montage	14
<b>3</b>	<b>MODE D'EMPLOI</b>	<b>23</b>
3.1	Affichage de la console	23
3.2	Fonctions de touches	24
3.3	Mise en marche et premiers réglages	25
3.4	Programmes	25
3.4.1	Quick Start and Manual / Démarrage rapide et mode manuel	25
3.4.2	PROG - Programmes prédéfinis	26
3.4.3	H.R.C. - Programmes orientés sur la fréquence cardiaque	27
3.4.4	USER - Programme défini par l'utilisateur	27
3.4.5	WATT - Programme défini en watts	27
3.4.6	RECOVERY - Test de fitness	27
<b>4</b>	<b>STOCKAGE ET TRANSPORT</b>	<b>28</b>
4.1	Instructions générales	28
4.2	Roulettes de déplacement	28
<b>5</b>	<b>DÉPANNAGE, ENTRETIEN ET MAINTENANCE</b>	<b>29</b>
5.1	Instructions générales	29
5.2	Défauts et diagnostic des pannes	29
5.3	Calendrier d'entretien et de maintenance	30
<b>6</b>	<b>ÉLIMINATION</b>	<b>30</b>
<b>7</b>	<b>ACCESSOIRES RECOMMANDÉS</b>	<b>31</b>
<b>8</b>	<b>COMMANDES DE PIÈCES DE RECHANGE</b>	<b>32</b>
8.1	Numéro de série et désignation du modèle	32
8.2	Liste des pièces	33

8.3	Vue éclatée	37
9	GARANTIE	39
10	CONTACT	41

### **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](http://www.fitshop.fr). ou [www.cardiostrong.de](http://www.cardiostrong.de). Nous vous souhaitons un bon entraînement !

Pour de plus amples informations, veuillez consulter le site [www.sport-tiedje.com](http://www.sport-tiedje.com).

#### **Utilisation conforme**

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

L'appareil convient à la fois pour une utilisation à domicile et pour une utilisation semi-professionnelle (par ex. hôpitaux, clubs, hôtels, écoles etc.). L'appareil n'est pas adapté à une application commerciale ou professionnelle (par ex. salle de gym).

### **EXCLUSION DE RESPONSABILITÉ**



©2010 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

### Affichage LCD de

- + Vitesse en km/h
- + Temps de l'entraînement en min
- + Distance en km
- + Cadence (rotations par minute)
- + Dépense calorique en kcal
- + Fréquence cardiaque (à partir des capteurs tactiles ou d'une ceinture pectorale)
- + Watts
- + Niveau de résistance

Système de résistance :     Système électronique de freinage magnétique  
Niveau de résistance :     16  
Watts :                         10 - 350 watts (ajustables en incréments de 5 watts)

Mémoire d'utilisateur :                     4  
Programmes d'entraînement (au total) :     19  
Programmes manuels :                         1  
Programmes prédéfinis :                     12  
Programmes prédéfinis en watts :             1  
Programmes contrôlés par la fréquence cardiaque :     4  
Programmes définis par l'utilisateur :         1

Masse d'inertie :                             12 kg  
Longueur de pas :                             45 - 65 cm  
Largeur de pas :                             11 cm

Réglage électronique des longueurs de pas :  
De pas en continu entre 18" (45 cm) et 26" (65 cm)

### Poids et dimensions :

Poids de l'article (brut, emballage inclus) :     135,7 kg  
Poids de l'article (net, sans emballage) :     130,7 kg  
Dimensions de l'emballage (L x l x h) :     env. 1 410 mm x 1 150 mm x 500 mm  
Dimensions d'installation (L x l x h) :     env. 1 450 mm x 875 mm x 1 645 mm  
Poids maximum d'utilisateur :             150 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

- + Cet appareil n'est pas conçu pour une utilisation par les enfants de moins de 14 ans.
- + Les enfants ne doivent pas être laissés sans surveillance à proximité de l'appareil.
- + Les personnes handicapées doivent bénéficier d'une autorisation médicale et rester sous étroite surveillance lors de l'utilisation de tout appareil d'entraînement.
- + 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.

### ATTENTION

- + 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. Veillez à laisser au moins 30 cm de chaque côté, et 15 cm devant et derrière l'appareil. Il s'agit de l'espace minimum requis pour une utilisation en toute sécurité. La zone d'espace recommandée autour de l'appareil doit être d'au moins 60 cm de chaque côté, et de 45 cm à l'avant et à l'arrière.
- + 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**

- + N'ouvrez pas l'emballage sur le côté.
- + 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**

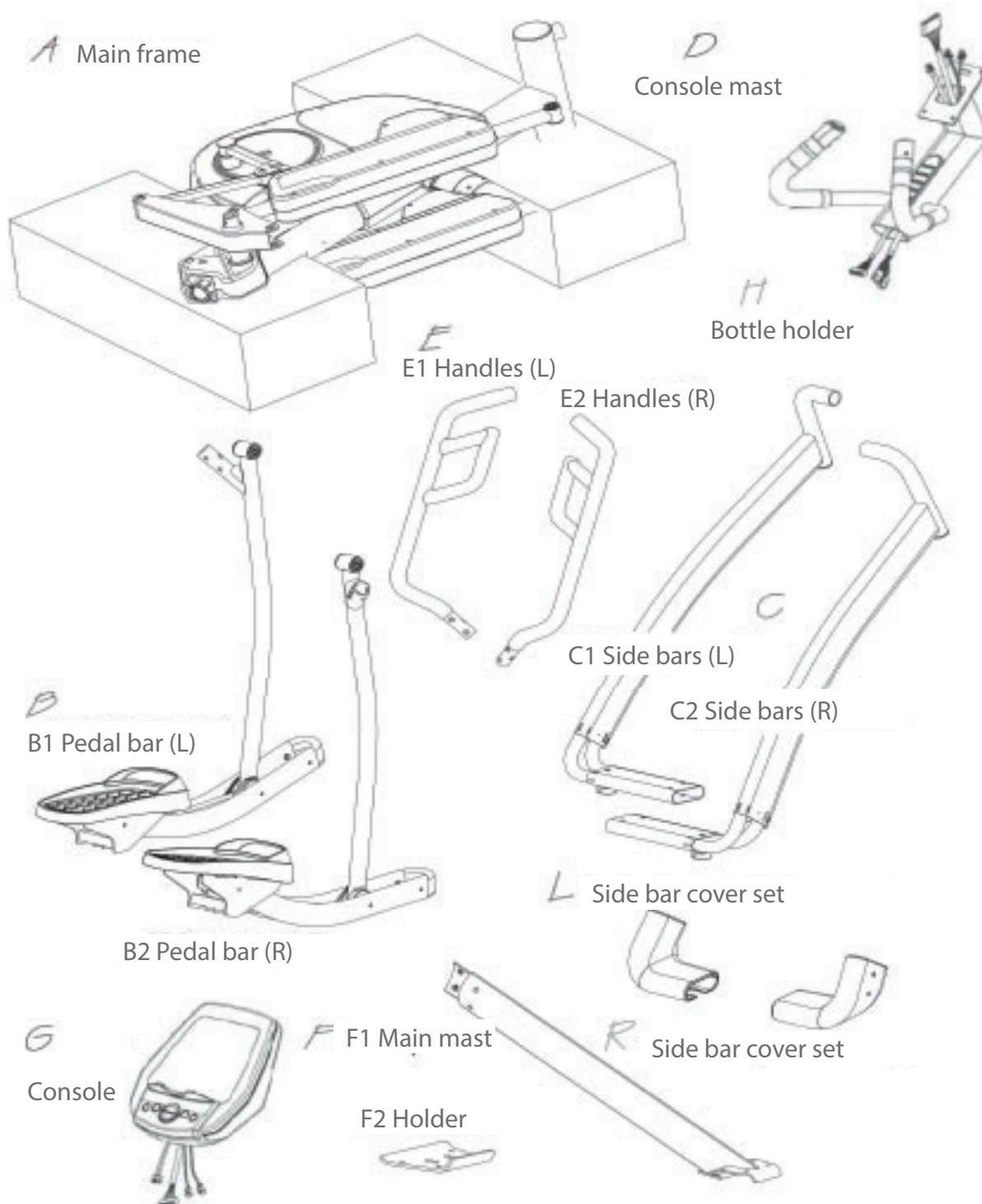
- + Pour faciliter le montage, des vis et des écrous peuvent être prémontés.
- + Assemblez l'appareil si possible sur l'emplacement qui lui est réservé.

## 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.



(J2) Screws M4x16



(J3) Screws M4x6



(J4) Screws M8x55



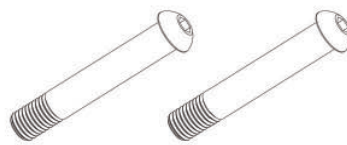
(J5) Washers M8



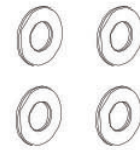
(J6) Screws M8x20



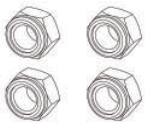
(J7) Screws M12x73



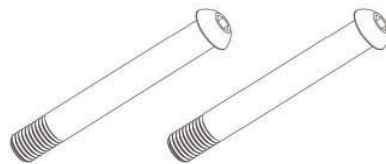
(J8) Washers M12



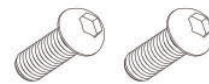
(J9) Nuts M12



(J10) Screws M12x109



(J13) Screws M8x16



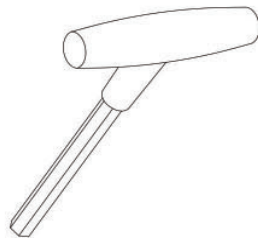
(J14) Screws M5



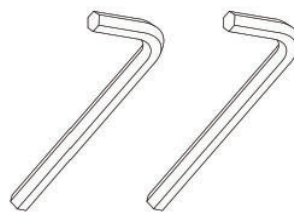
4m/m



5m/m



6m/m\*2



#19



## 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

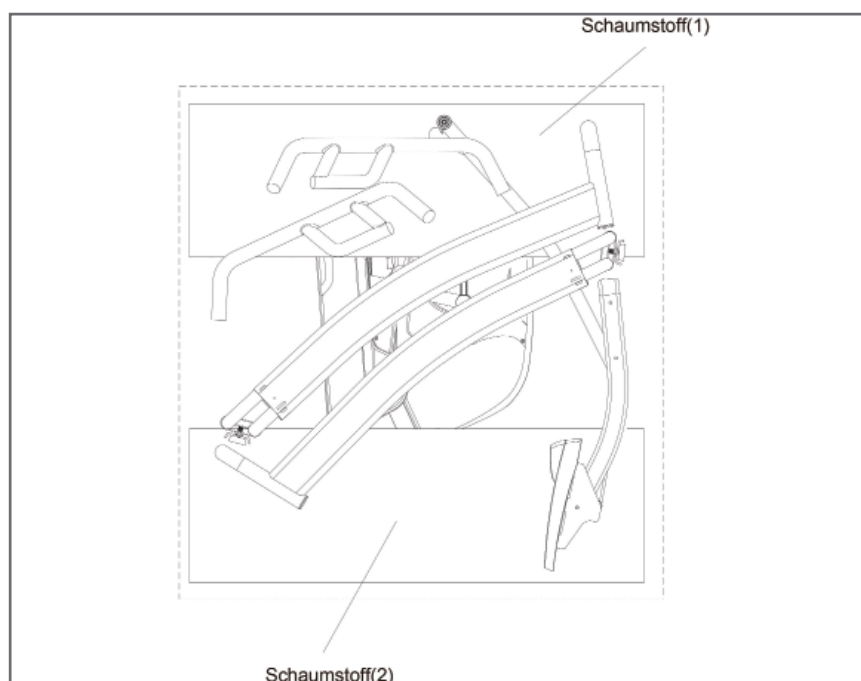
- + Vissez d'abord toutes les pièces sans les serrer et vérifiez qu'elles sont correctement ajustées. Lorsque vous y serez invité, serrez les vis à l'aide de l'outil correspondant.
- + Si vous avez des difficultés à reconnaître les graphiques, nous vous recommandons de consulter depuis votre terminal (smartphone, tablette ou PC) le mode d'emploi disponible au format PDF dans la boutique en ligne. Vous aurez ainsi la possibilité d'effectuer des zooms. Assurez vous que le programme Adobe Acrobat Reader est installé sur votre terminal pour pouvoir ouvrir le fichier.

### Étape 1 : Déballage

1. Posez d'abord le carton à plat de manière à pouvoir soulever le couvercle.
2. Sortez ensuite les poignées, les barres latérales, les barres de pédales et les instructions de montage du carton.
3. Retirez les rembourrages supérieurs en mousse (1) et (2) et laissez le cadre principal (A) ainsi que les rembourrages inférieurs en mousse (3) et (4) dans le carton jusqu'à ce que vous soyez invité à les débiller lors de l'étape 4 de montage. Sortez ensuite la console, le mât de console ainsi que les vis et les outils.

### ❶ REMARQUE

pour des raisons de sécurité, ne déverrouillez les barres de pédales avec le bouton de réglage correspondant que lorsque vous y êtes invité, à la fin de les instructions.



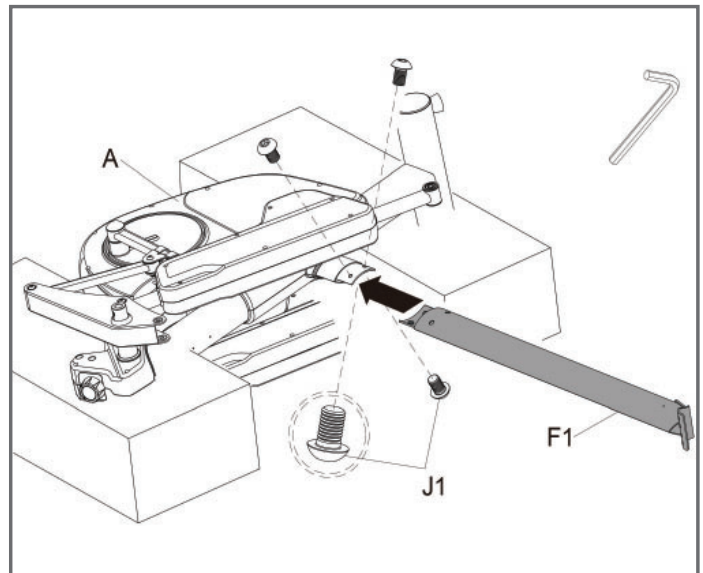
## Étape 2: Montage du mât principal (F1)

1. Desserrez deux vis (F5) du cadre principal (A) et deux vis du mât principal (F1).
2. Reliez le mât principal (F1) au cadre principal (A) à l'aide des quatre vis préalablement desserrées (J1).

### ⓘ REMARQUE

Avant de poursuivre avec l'étape 3 du montage, assurez-vous que les quatre vis (J1) sont fermement serrées.

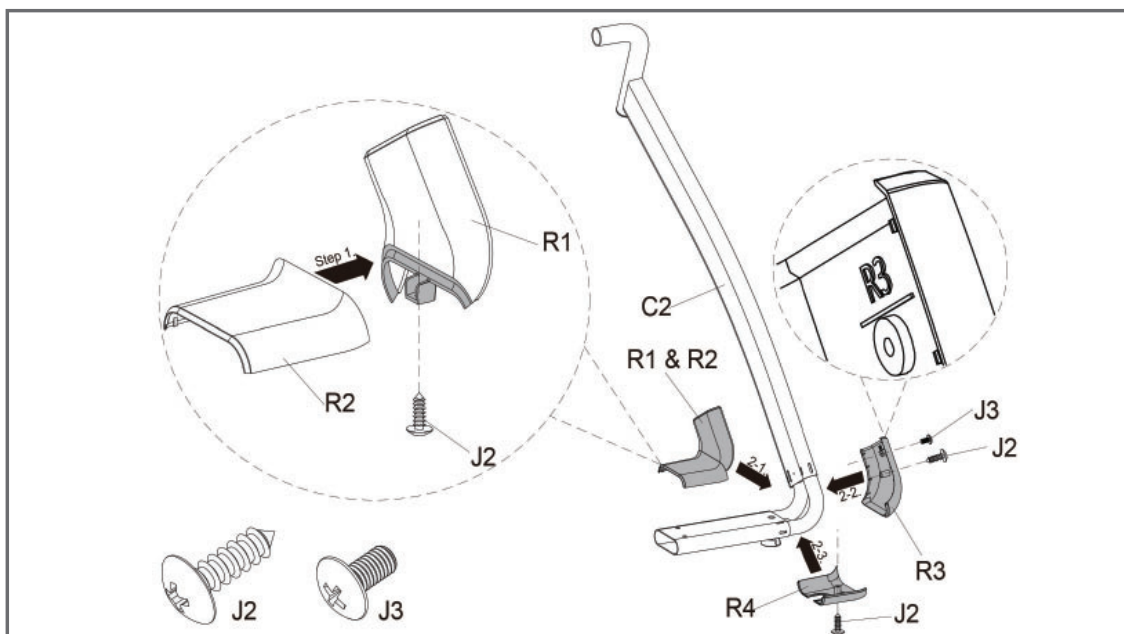
Outil : clés Allen de 6 mm



## Étape 3: Montage des jeux de revêtements des barres latérales (G+D)

1. Fixez les deux jeux de revêtements (R1 et R2) à l'aide d'une vis (J2).
2. Suivez les étapes 2-1 à 2-4 pour fixer les jeux de revêtements des barres latérales.
  - 2.1. Fixez les revêtements (R1 & R2) sur la barre de liaison droite (C2).
  - 2.2. Fixez le revêtement (R3) sur la barre (C2).
  - 2.3. Fixez le revêtement (R4) sur la barre (C2).
  - 2.4. Fixez d'abord les revêtements en toute sécurité avec la vis (J3) puis avec les 2 vis (J2), comme représenté sur la figure.
3. Répétez les opérations décrites précédemment pour le montage du jeu de revêtements de la barre latérale gauche.

Outil : 4m/m (tournevis Phillips)



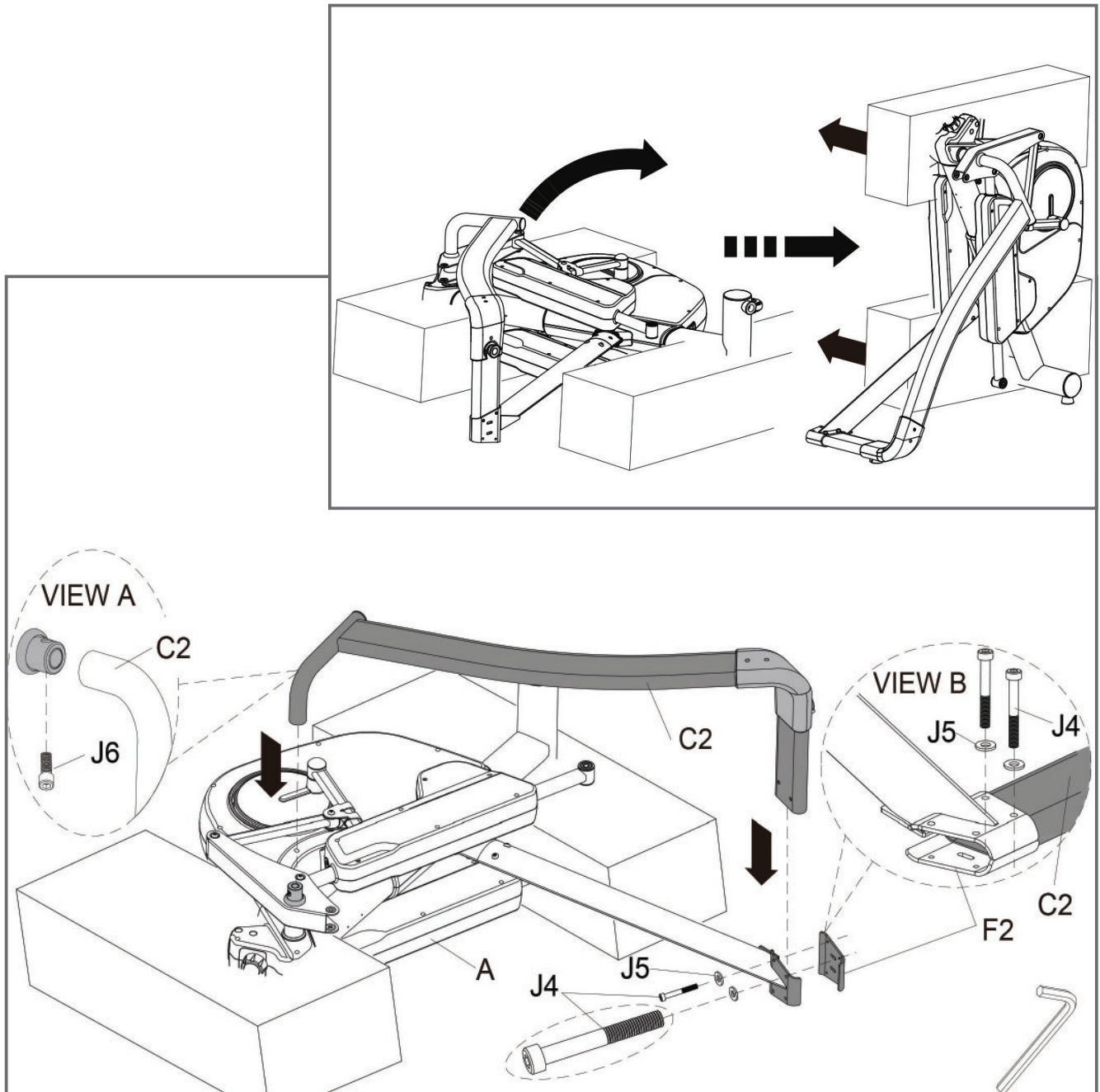
#### Étape 4: Montage de la barre latérale droite (C2)

1. Fixez la partie supérieure de la barre latérale droite (C2) sur le cadre principal (A) à l'aide d'une vis (J6) (fig. A) et la partie inférieure sur le support (F2) avec deux vis (J4), rondelles incluses (J5) (fig. B).

► **ATTENTION**

Ne serrez pas encore fermement les vis (J6 et J4).

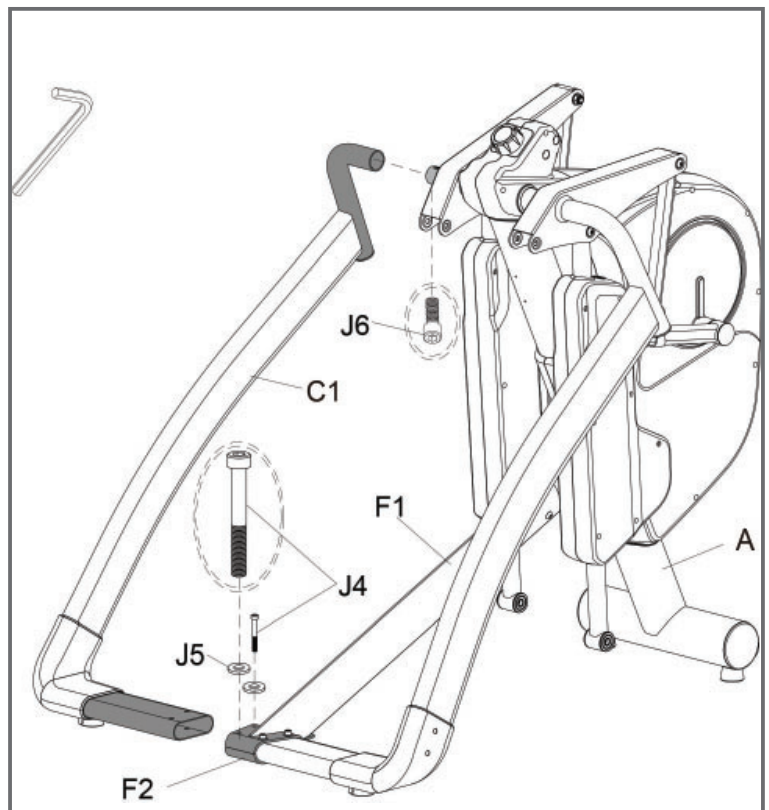
2. Relevez le cadre principal (A) avec l'aide d'une seconde personne et retirez la mousse (voir fig. de droite).





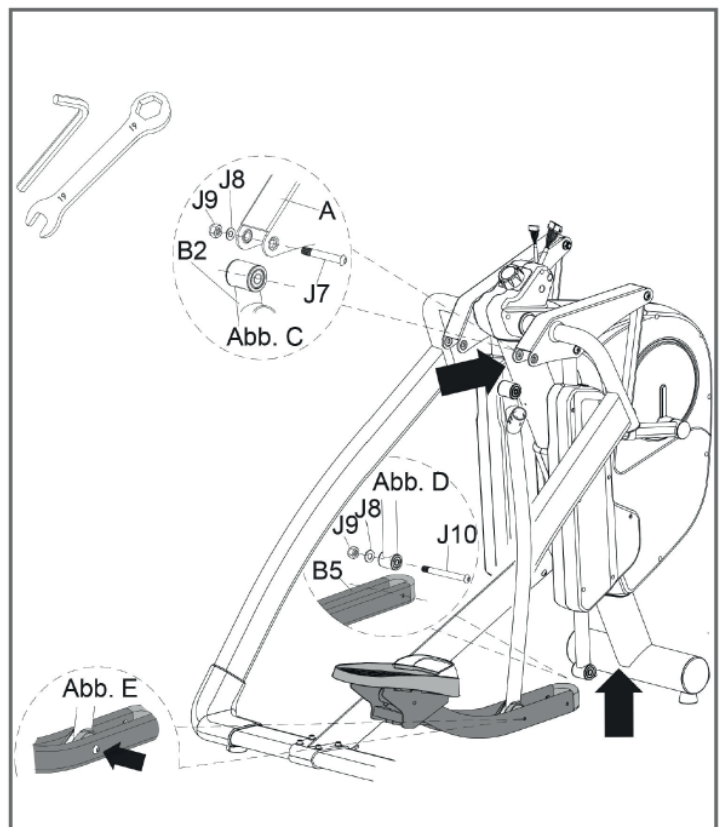
## Étape 5: Montage de la barre latérale gauche (C1)

1. Fixez la partie supérieure de la barre latérale gauche (C1) sur le cadre principal (A) avec une vis (J6) et la partie inférieure sur le support (F2) à l'aide de deux vis (J2) (voir étape 2).
2. Vous pouvez maintenant serrer fermement toutes les vis utilisées lors des étapes précédentes.



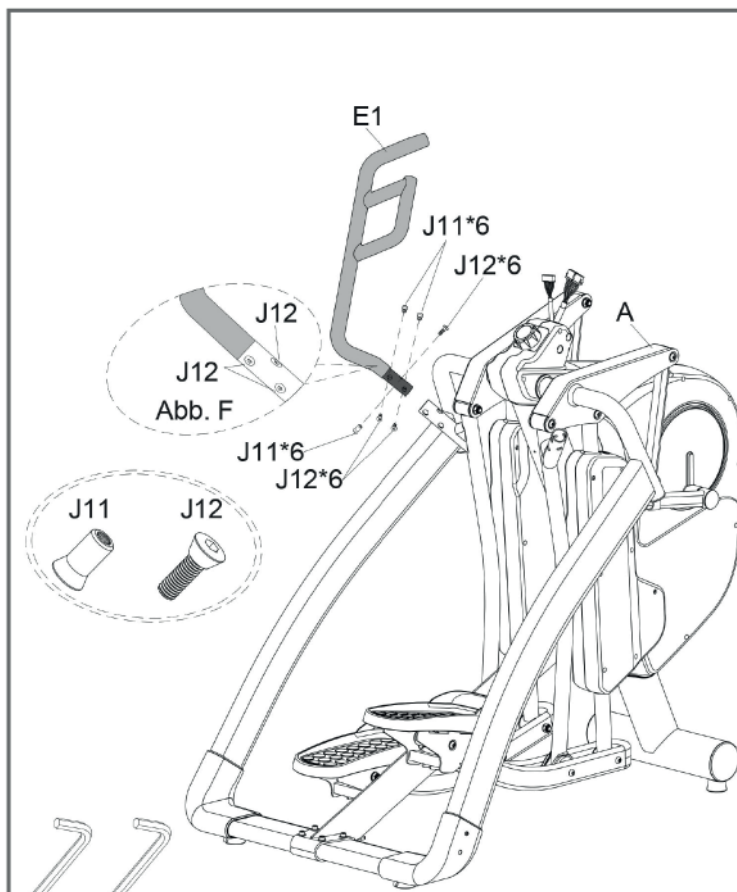
## Étape 6: Montage des barres de pédales

1. Reliez la partie supérieure de la barre de pédale droite (B2) au cadre principal (A) et fixez-la à l'aide des écrous (J9), des rondelles (J9) et des vis (J3), comme représenté sur la fig. C.
2. Fixez la partie inférieure de la barre de pédale sur le cadre principal à l'aide d'un boulon (J5), d'une rondelle (J8) et d'un écrou (J9), comme représenté sur la fig. D.
3. Serrez fermement le boulon (J5) et l'écrou (J9) ; voir fig. E.
4. Répétez l'opération pour la barre de pédale gauche (B1).



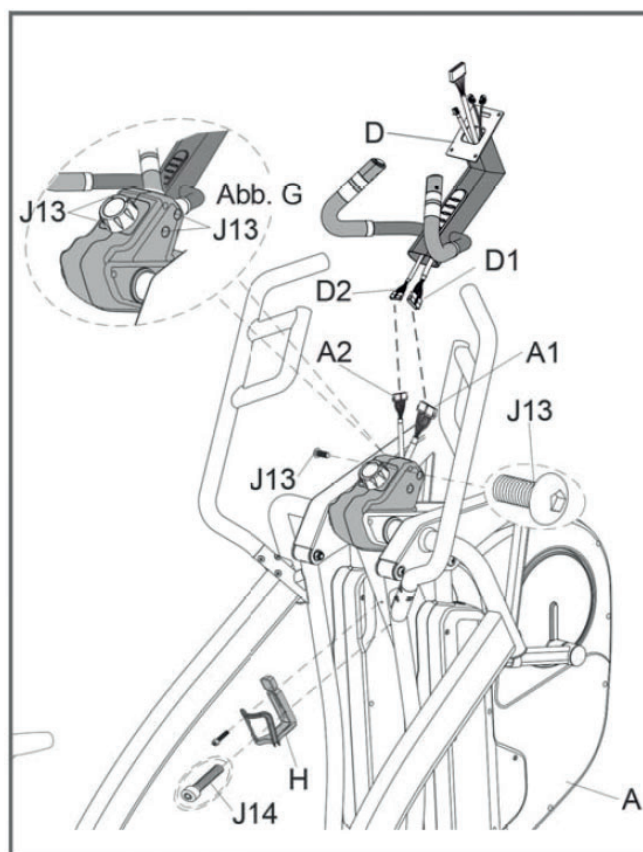
## Étape 7: Montage des poignées

1. Desserrez les six vis prémontées (J12 et J11) de la poignée gauche (E1).
2. Reliez la poignée gauche (E1) au cadre principal (A) en serrant fermement toutes les vis (J12 et J11) au moyen de deux clés Allen de 6 mm ; voir fig. F.
3. Répétez l'opération pour la poignée droite (E2).



## Étape 8: Montage du mât de console et du porte-bidon

1. Connectez les câbles (D1 et D2) du mât de console (D) aux câbles (A1 et A2) du cadre principal (A).
2. Fixez le mât de console (D) sur le cadre principal (A) à l'aide de deux vis (J13) et de deux vis prémontées (J13) ; voir fig. G.
3. Fixez le porte-bidon (H) sur le cadre principal (A) avec deux vis (J14).



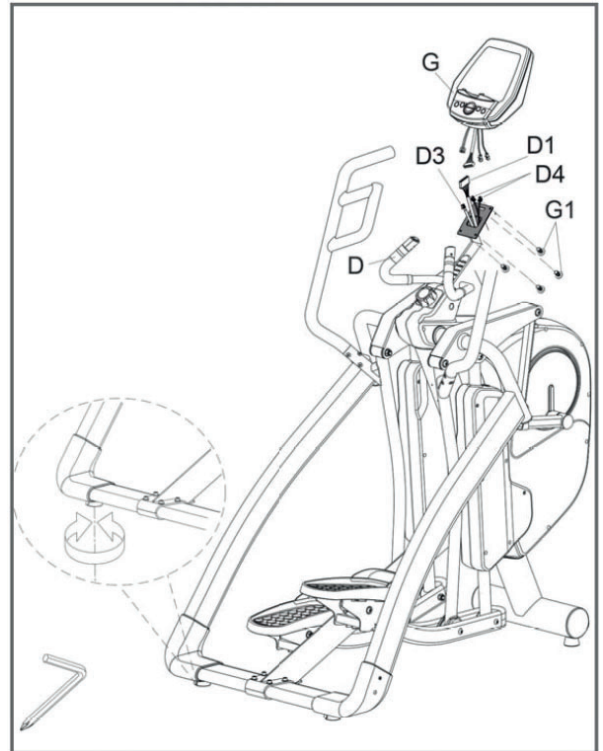
## Étape 9: Montage de la console et réglage des pieds

1. Desserrez les quatre vis prémontées (G1) de la console (G).
2. Connectez les câbles de console (D1 et D3) et les câbles de fréquence cardiaque (D4) du mât de console sur la console.

### ⓘ REMARQUE

Veillez à ce que les câbles soient correctement connectés. Poussez les excédents de câbles dans le boîtier et le mât de console (D).

3. Fixez la console (G) sur le mât de console (D) avec les quatre vis (G1).
4. Utilisez les vis de réglage situées sous les parties latérales pour compenser les inégalités du sol.

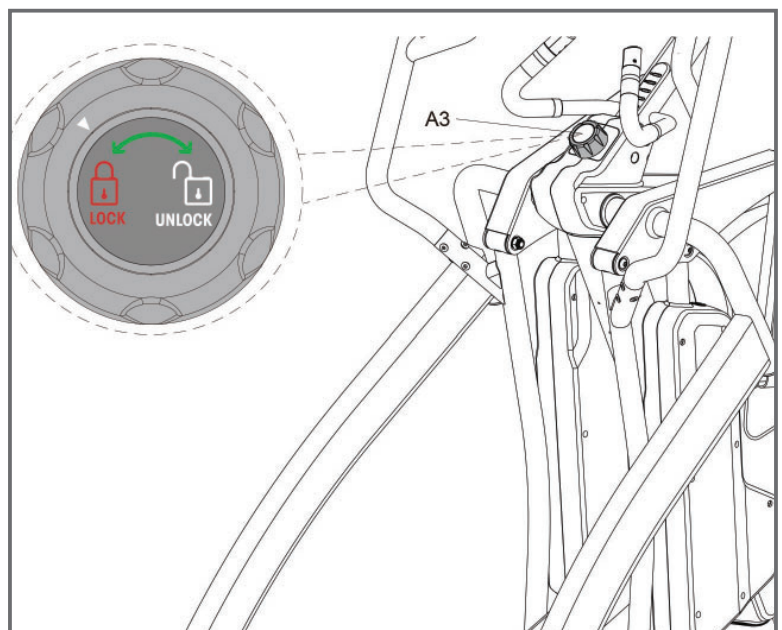


## Étape 10: Blocage des barres de pédales (B1 et B2)

### ⚠ PRUDENCE

- + Il est recommandé de toujours bloquer les barres de pédales lorsque l'appareil n'est pas utilisé.
- + Ne bloquez jamais les barres de pédales lorsque l'appareil est encore en mouvement, mais attendez qu'il se soit complètement immobilisé.

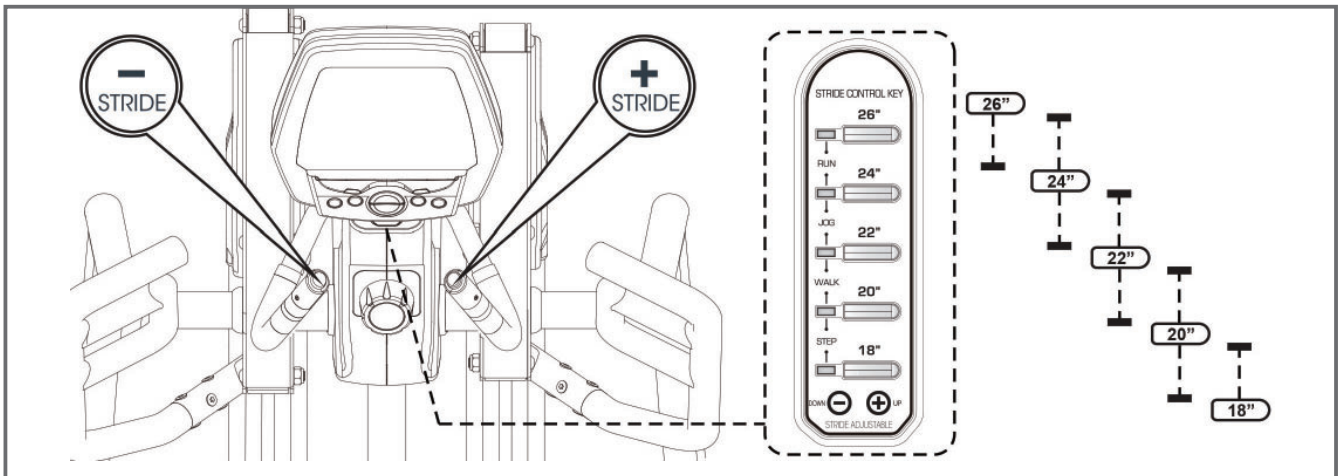
Tournez à cet effet le bouton (A3) en position « LOCK » pour bloquer les barres de pédales (B1 et B2) et éviter ainsi tout risque de blessure.



## Étape 11: Boutons de fonction permettant un ajustement précis de la longueur de pas:

1. Un bouton est prévu respectivement sur les petites poignées gauche et droite du mât de console. Le bouton gauche permet de réduire avec précision et en continu la longueur de pas actuelle. Le bouton droit permet d'augmenter avec précision et en continu la longueur de pas actuelle.
2. Lorsque vous réduisez la longueur de pas, le signal DOWN sur le bouton de fonction est allumé en vert. Lorsque vous augmentez la longueur de pas, le signal UP sur le bouton de fonction est allumé en rouge.

**Le bouton de réglage précis ne réagit pas tant que la longueur de pas est modifiée avec le bouton et que la DEL clignote. Le bouton ne fonctionne que si la DEL est allumée. Si l'entraînement est interrompu, appuyez sur l'un des boutons de réglage de la longueur de pas pour reprendre l'entraînement.**



## Étape 12: Réglage de la longueur de pas

Vous pouvez régler et modifier la longueur de pas qui vous convient le mieux en choisissant parmi les longueurs 18", 20", 22", 24" ou 26" indiquées sur l'écran à LCD. L'appareil dispose de 5 touches de sélection rapide de la longueur de pas.

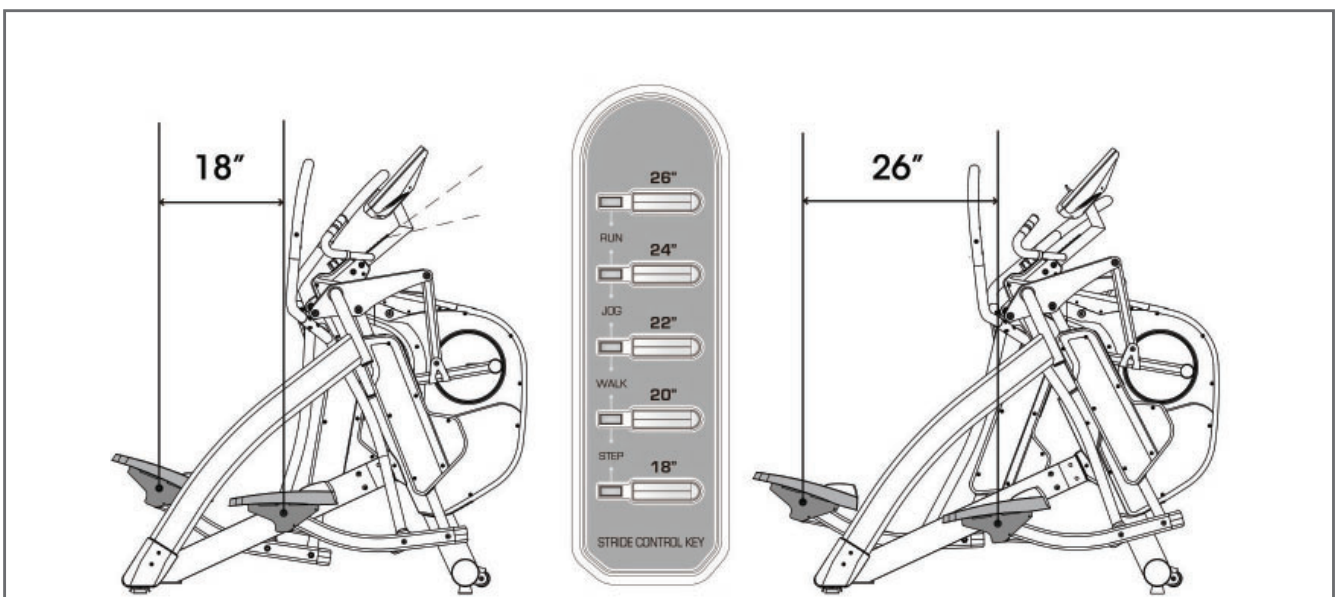
Appuyez sur UP (vers le haut) ou DOWN (vers le bas) pour ajuster la longueur de pas en continu. L'utilisateur peut vouloir modifier la longueur de pas pour différentes raisons. D'abord en raison de sa taille. Les utilisateurs de taille inférieure à 1,65 m seront éventuellement plus à l'aise avec une longueur de pas de 18" (env. 46 cm) à 22" (env. 56 cm) alors que les utilisateurs de plus de 1,65 m préféreront peut-être une longueur de pas de 22" (env. 56 cm) à 26" (env. 66 cm) pour compenser leur longueur de pas habituelle.

Par ailleurs, un ajustement de la longueur de pas peut s'avérer nécessaire à vitesse élevée, pour compenser la longueur de pas de l'utilisateur lorsqu'il court. La modification de la longueur de pas au cours de l'entraînement permet également de solliciter différents groupes de muscles ; une longueur de pas courte sollicite d'autres muscles des jambes et du corps qu'une longueur de pas plus élevée. Une longueur de pas courte semble plutôt monter des escalier, une longueur de pas longue semble plutôt le ski de fond.

L'isolation des muscles peut également être optimisée en modifiant la résistance au cours de l'entraînement ou en effectuant des flexions de genoux tout en se maintenant aux barres de poignées.

### ❗ REMARQUE

- + Il n'y a pas de longueur de pas correcte ou incorrecte. Choisissez la longueur de pas qui vous convient le mieux.
- + Lorsque le moteur de réglage de la longueur de pas est activé, il se déverrouille et effectue le réglage de manière audible. Dès que le moteur a atteint la longueur de pas souhaitée, un clic se fait entendre et le moteur s'immobilise dans la position correspondante.



### Étape 13 : 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.

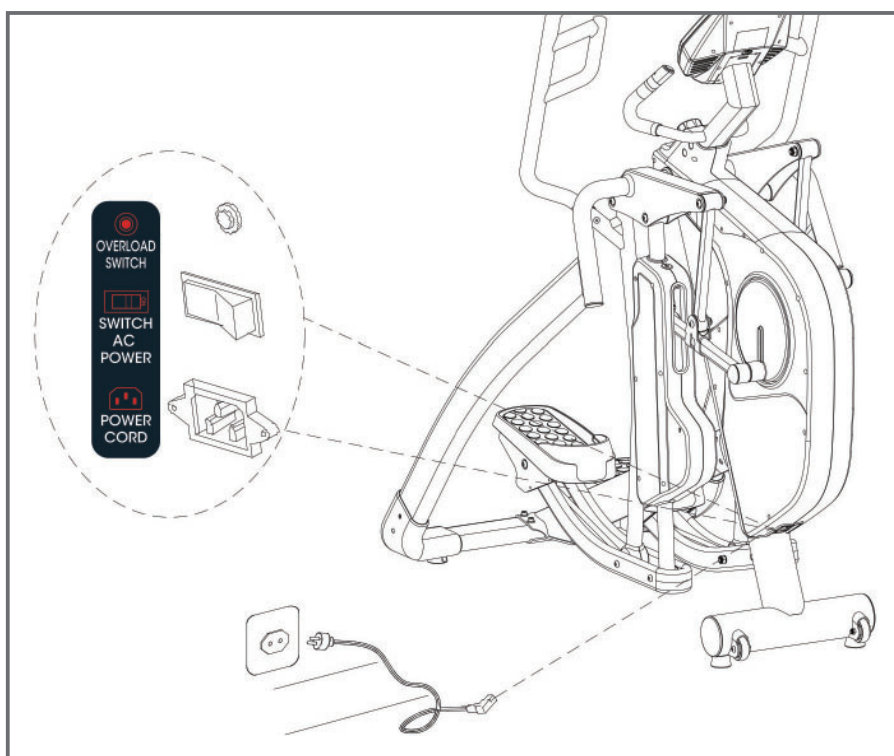
### Étape 14: Branchement de l'appareil

#### ► 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 câble dans le port prévu sur le cadre principal auparavant et branchez l'autre extrémité dans la prise après..

\*\* Le disjoncteur protège contre les courts-circuits. Le bouton saute en cas de surcharge. Coupez l'alimentation de l'appareil puis remettez-le sous tension pour le remettre en marche.



## 3 MODE D'EMPLOI

### 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



<b>Time (temps)</b>	0:00 - 99:00 minutes
<b>Speed (vitesse)</b>	0.0 - 99.9 km/h
<b>RPM (cadence ; rotations par minute)</b>	0 - 999 RPM
<b>Distance (distance)</b>	0.0 - 99.9 km
<b>Calories (dépense calorique)</b>	0 - 990 Cal
<b>Gender (sexe)</b>	Male (m) / Female (f) (masculin, féminin)

<b>Pulse (fréquence cardiaque ; Pulsations par minute)</b>	30 - 230 BPM
<b>Symbole de la fréquence cardiaque</b>	On/off- clignotant (marche - arrêt)
<b>Programmes</b>	P1 - P12
<b>Données d'utilisateur</b>	U1 - U4
<b>Watt/Load (performance/résistance)</b>	0 - 999 watts ; contrôle en watts : 10 - 350 watts
<b>Level (niveau de résistance)</b>	1 - 16
<b>H.R.C. (contrôle de la fréquence cardiaque)</b>	55 / 75 / 90 % de la fréquence cardiaque max. ; pouls manuel ciblé
<b>Age (âge)</b>	1 - 99 ans
<b>Height (taille)</b>	100 - 250 cm
<b>Weight (poids)</b>	20 - 150 kg

### 3.2 Fonctions de touches

MODE	Validation de toutes les valeurs de réglage.
RESET	Réinitialisation de toutes les valeurs de réglage Appuyez sur la touche et maintenez-la enfoncée pendant 2 secondes afin que le moteur retourne en mode Démarrage.
START/STOP	Démarrage ou arrêt de l'entraînement Lorsque le compteur à rebours à atteint 0:00, la console s'arrête automatiquement et émet un signal sonore pendant 8 secondes. La durée s'adapte ensuite automatiquement au temps préalablement réglé. Lorsque l'utilisateur met fin lui-même à l'entraînement, la console reçoit toutes les valeurs de réglage et affiche un graphe de la fréquence cardiaque.
UP	Permet d'augmenter des valeurs de réglage.
DOWN	Permet de réduire des valeurs de réglage.
RECOVERY	En mode Stop ou en mode Start ; la mesure du pouls de récupération commence dès l'actionnement du bouton.
P1 - P12	Touche de sélection rapide du profil de programme 1 - 12



### 3.3 Mise en marche et premiers réglages

#### ① REMARQUE

Si vous arrêtez de pédaler pendant plus de 4 minutes, la console passe en mode d'économie d'énergie. Tous les réglages et les données d'entraînement sont enregistrés jusqu'au prochain entraînement

1. Branchez le câble électrique. La console se met en marche en émettant un signal sonore continu et tous les segments de l'écran à LCD s'allument pendant 2 secondes (figure A).

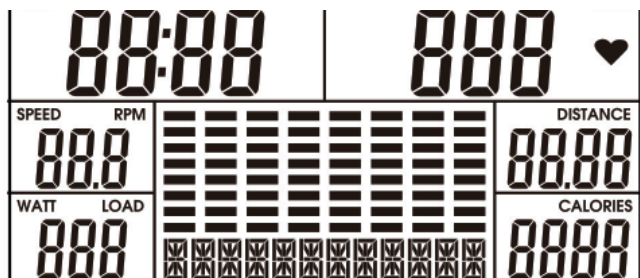


Figure A



Figure B

Le menu principal apparaît sur la console (figure B).

Le premier programme d'entraînement MANUAL s'allume dans le menu principal.

2. L'utilisateur peut toucher UP (vers le haut) et DOWN (vers le bas) pour choisir un programme.



### 3.4 Programmes

#### 3.4.1 Quick Start and Manual / Démarrage rapide et mode manuel

Avant de commencer l'entraînement en mode manuel, l'utilisateur peut régler les valeurs TIME (temps), DISTANCE (distance), CALORIES (calories) et PULSE target (fréquence cardiaque ciblée). Après la mise en marche de l'appareil, l'utilisateur peut appuyer sur le bouton START/STOP pour commencer directement l'entraînement en mode manuel sans effectuer de réglage préalable.

Vous pouvez modifier le niveau pendant l'entraînement en appuyant sur la touche UP (vers le haut) ou DOWN (vers le bas).

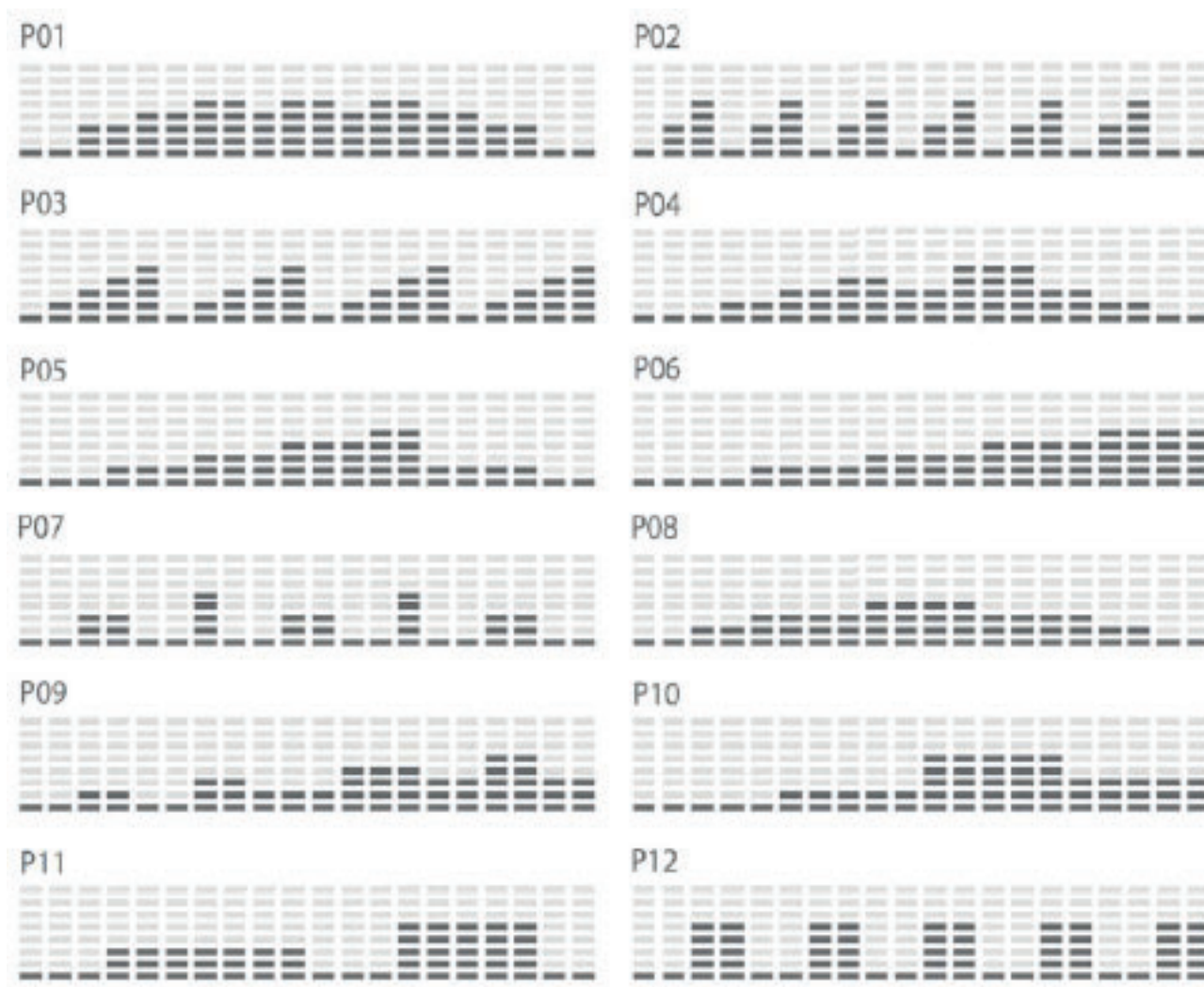
### 3.4.2 PROG - Programmes prédéfinis

En mode Stop, l'utilisateur peut appuyer sur les boutons P1-P12 pour accéder rapidement au programme sélectionné. Avant l'entraînement en mode Programme, l'utilisateur peut fixer un temps d'entraînement (TIME).

Appuyez sur le bouton UP (vers le haut) ou DOWN (vers le bas) pour sélectionner un profil de programme puis appuyez sur ENTER/MODE pour confirmer votre sélection.

Vous pouvez modifier le niveau pendant l'entraînement en appuyant sur la touche UP (vers le haut) ou DOWN (vers le bas).

#### Profils des programmes prédéfinis:



### 3.4.3 H.R.C. - Programmes orientés sur 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.

Avant de commencer l'entraînement basé sur la fréquence cardiaque, l'utilisateur peut choisir entre 55 %, 75 % et 90% de la fréquence cardiaque ciblée.

L'ordinateur calcule automatiquement la fréquence cardiaque ciblée en fonction de l'âge de l'utilisateur.

L'utilisateur peut régler le temps de l'entraînement et appuyer sur START/STOP pour commencer l'entraînement.

### 3.4.4 USER - Programme défini par l'utilisateur

L'utilisateur peut appuyer sur la touche UP, DOWN (vers le haut, vers le bas) et sur la touche MODE (mode) pour créer son propre profil. La résistance peut être réglée séparément pour chaque segment. Appuyez sur la touche MODE et maintenez-la enfoncée pendant 2 secondes pour mettre fin au réglage du profil.

### 3.4.5 WATT - Programme défini en watts

La valeur en watts prédéfinie est de 120 W ; pour modifier cette valeur, appuyez sur le bouton UP/DOWN (vers le haut/vers le bas). L'ordinateur maintient constant la puissance en watts ajustée, indépendante de la vitesse.

### 3.4.6 RECOVERY - Test de fitness

Au bout d'un certain temps d'entraînement, appuyez sur la touche RECOVERY et maintenez-la enfoncée. Toutes les fonctions d'affichage sont désactivées sauf la fonction TIME (temps) ; celle-ci lance un compte à rebours de 01:00 à 0:00. Votre valeur pouls est mesurée dans ce temps-là, parce que la récupération est un indicateur de votre fitness. Vous recevez une note de fitness de F1 à F6 basée sur votre pouls final. F1 correspond au niveau le plus haut, F6 au niveau le plus bas. L'utilisateur peut poursuivre l'entraînement pour améliorer son niveau de récupération du pouls/de la fréquence cardiaque.

Appuyez de nouveau sur la touche RECOVERY pour retourner au menu principal.

Résultat	Fitnesslevel
F1	Très bon
F2	Bon
F3	Moyen
F4	Suffisant
F5	Mauvais
F6	Très mauvais

## 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

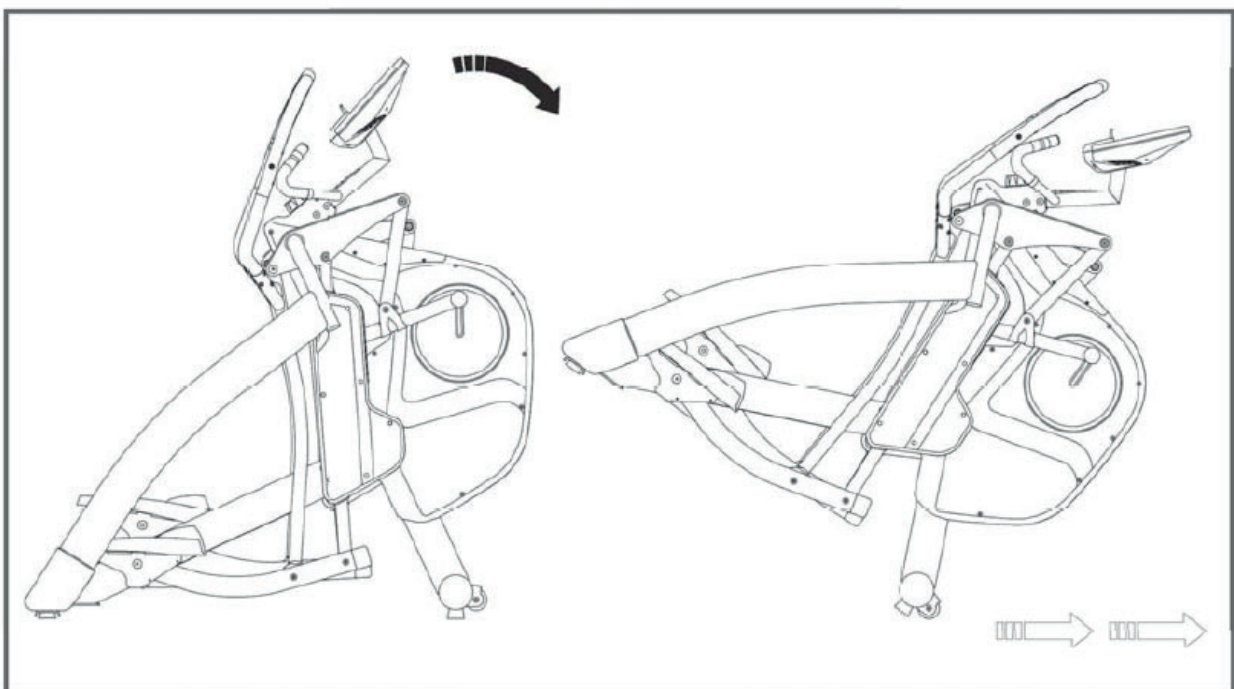
- + Veillez à ce que l'appareil soit protégé contre l'humidité, la saleté et la poussière. Le lieu de stockage doit être sec, correctement aéré et présenter une température ambiante entre 5°C et 45°C.

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

## 5.3 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.

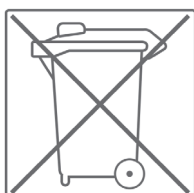
En scannant le code QR avec la fonction appareil photo ou l'application QR Code Scanner de votre smartphone, vous pouvez visionner sur YouTube une vidéo présentant des consignes générales d'entretien pour votre vélo elliptique. Cette vidéo sert à illustrer les points d'entretien décrits dans le présent 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. Pour les vélos elliptiques, un **tapis de sol** permet d'assurer plus de stabilité à votre appareil. Il protège le sol de la transpiration ainsi que des projections lors de l'utilisation d'un **spray de silicone**, idéal pour entretenir votre vélo.

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.

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 !



Ceinture pectorale



Tapis de sol



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.

### ❶ 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

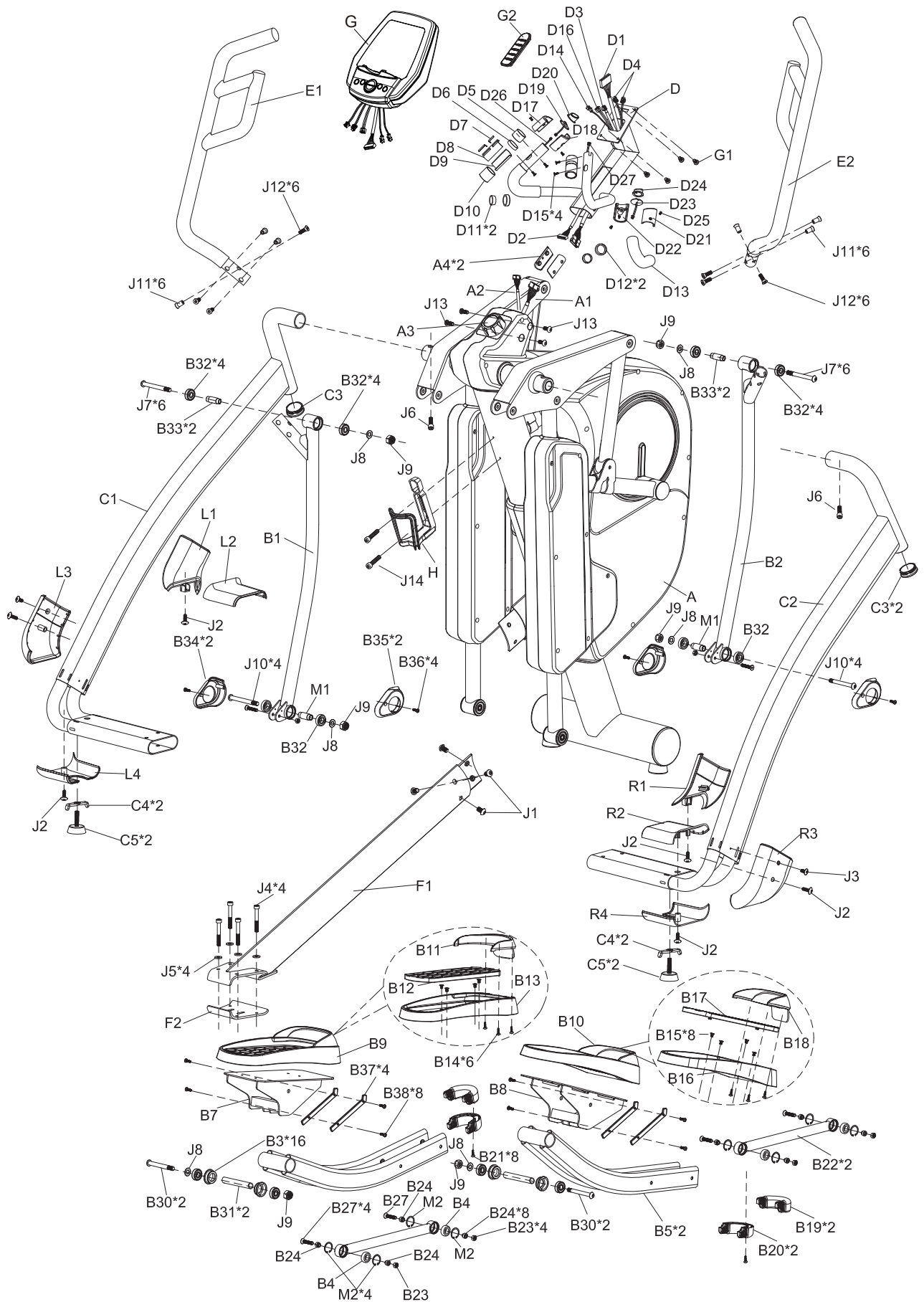
N°	Désignation (ENG)	Nbre	N°	Spécification	Nbre
A	MAIN FRAME	1	A49	AXLE $\Phi$ 25x160mm	1
A1	SENSOR WIRE 900mm	1	A50	MAGNETIC $\Phi$ 15x7	1
A2	CONTROLLER WIRE 500mm	1	A51	BELT WHEEL $\Phi$ 360 (J10)	1
A3	KONB	1	A52	BELT 530 (1355mm)Xj8	1
A4	CONNECTION SLICE 40 (4T)	4	A53	NUT M8	14
A5	INCLINE MOTOR SENSOR WIRE	2	A54	OSCILLATING AXLE BASE ( R )	1
A8	INCLINE MOTOR CONTROL BOX	1	A55	OSCILLATING AXLE BASE ( L )	1
A9	SCREW M5x10	2	A56	HANDLEBAR SUPPORTING COVER	2
A10	ADAPTOR	1	A57	BEARING 6905 (TPX)	2
A11	DC WIRE600mm	1	A58	END CAP $\Phi$ 4"	2
A12	SOCKET	2	A59	FIX CUSHION $\Phi$ 50TPR	2
A13	NUT	1	A60	WASHER M6x2Tx $\Phi$ 19	2
A14	SCREW M3x8	4	A61	SCREW3/16"x5/8	2
A15	SENSOR WIRE 100mm	1	A62	FRONT CONNECTING SHAFT	2
A15-1	SENSOR WIRE HOUSING	1	A63	END CAP	1
A15-2	SENSOR WIRE HOUSING SCREW	1	A64	BUSH $\Phi$ 12.1x $\Phi$ 16x20mm	4
A16	MOTOR	12	A65	CLIP (36)	8
A17	WIRE (OVERLOAD SWITCH TO AC POWER SWITCH)	1	A66	BEARING 6004 (TPX)	2
A18	BEARING 6005zz (TPX)	2	A67	BEARING SLEEVE $\Phi$ 42x3T	8
A19	BRAKE DEVICE (3T)	1	A68	SCREW M8x45	2
A20	SCREW M6x43	1	A69	NUT M4	10
A21	SCREW M8x16	1	A71	CRANK CONNECTING SHAFT	2
A22	WASHER M10	2	A72	BEARING 2203 (MRB)	2
A23	OVERLOAD SWITCH	1	A73	NUT M10	2
A24	WIRE (OVERLOAD SWITCH TO AC POWER SWITCH)	1	A74	CLIP (R40)	2
A25	POWER CONNECTION WIRE	1	A75	BUSH $\Phi$ 12.1x $\Phi$ 16x10.5mm	4
A26	SWITCH AC POWER	1	A76	SCREW M4x38mm	4

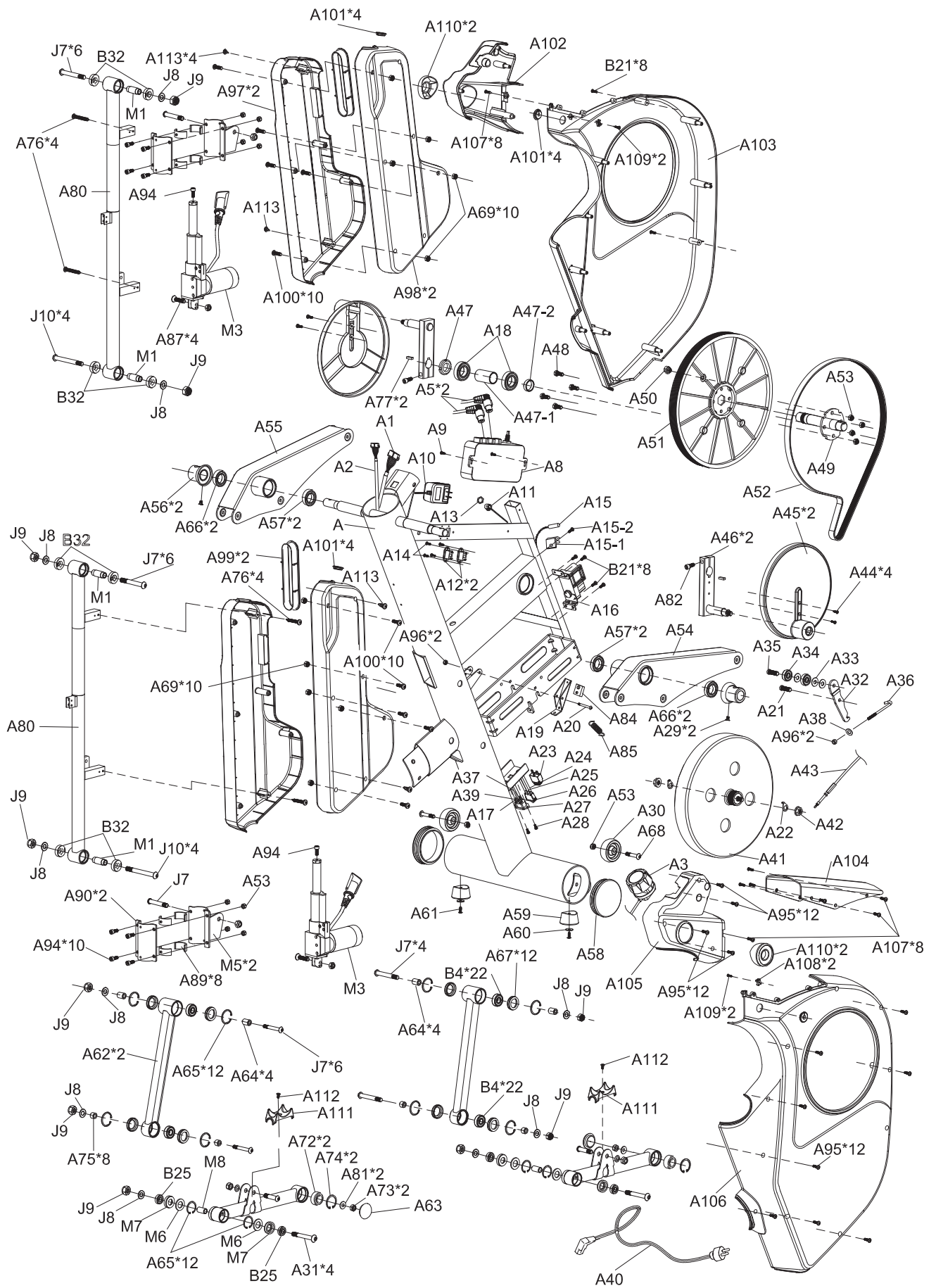
A27	POWER CORD SOCKET	1	A77	FLAT KEY 7x7x20mm	2
A28	SCREW M3x10	2	A80	FRONT PEDAL SUPPORTING TUBE	2
A29	SCREW M8x10	2	A81	WASHER M10xΦ27x2T	2
A30	TRANSPORTATION WHEEL	2	A82	SCREW M10x40mm	2
A31	SCREW M12x53	4	A83	NUT	4
A32	PRESSING PIPE	1	A84	BRAKE	1
A33	WASHER Φ10xΦ23x2T	2	A85	SPRING	1
A34	BEARING 6200 (MRB)	2	A87	AXLE FOR MOTOR PUSH ROD	2
A35	SCREW M10x30	1	A88	NUT	2
A36	JSHAPE SCREW M6	1	A89	NYLON SLEEVE	8
A37	WIRE (AC POWER SWITCH TO POWER CORD)	1	A90	PUSH ROD BRACKET (FRONT)	2
A38	WASHER M6x Φ16xΦ29.2x2T	1	A91	END CAP	1
A39	GROUND WIRE	1	A93	PUSH ROD BRACKET (REAR)	2
A40	POWER CORD	1	A94	SCREW M8x20	8
A41	FLYWHEEL Φ327	1	A95	SCREW 5/32"x3/4" (M4x19mm)	12
A42	NUT3/8"	2	A96	NUT M6	2
A43	TENSION CABLE 400mm	1	A97	SIDE DECORATION HOUSING SET ( L )	2
A44	SCREW M5x10	4	A98	SIDE DECORATION HOUSING SET ( R )	2
A45	TURING PLATE	2	A99	FRONTSIDE DECORATION COVER	2
A46	CRANK	2	A100	SCREW M4x20	10
A47	BEARING NUT	1	A101	END CAP	4
A47-1	BUSH Φ25.2xΦ29.2x54.5mm	1	A102	SMALL CHAIN COVER ( L )	1
A47-2	BUSH Φ25.2xΦ29.2x5mm	1	A103	MAIN CHAIN COVER ( L )	1
A48	SCREW M8x25	4	A104	UPPER DECORATION HOUSING	1
A105	SMALL CHAIN COVER ( R )	1	D3	SENSOR WIRE 300mm	1
A106	MAIN CHAIN COVER ( R )	1	D4	HANDLE PULSE WIRE	2
A107	SCREW M4x12	8	D5	HANDLE PULSE RING Φ31.8x0.9Tx19.5mm	2

A108	MOTOR SENSOR WIRE HOUSING	2	D6	SPACER RING $\Phi 32 \times 30.4$	2
A109	MOTOR SENSOR WIRE HOUSING SCREW	2	D7	HANDLE PULSE	4
A110	END CAP	2	D8	UPPER HANDLE PULSE HOUSING	2
A111	CRANK HOUSING	2	D9	LOWER HANDLE PULSE HOUSING	2
A112	SCREW	2	D10	HANDLE PULSE RING $\Phi 31.8 \times 0.9 \times 30.5 \text{mm}$	2
A113	SIDE DECORATION HOUSING SCREW	4	D11	PLASTIC PIPE	2
B1	PEDAL SUPPORTING TUBE ( L )	1	D12	FOAM SPACER RING $\Phi 32 \times \Phi 25.8 \times 10 \text{mm}$	2
B2	PEDAL SUPPORTING TUBE ( R )	1	D13	SPONG HDR $\Phi 23 \times 3 \times 150 \text{mm}$	2
B3	BEARING SLEEVE	4	D14	SENSOR WIRE	1
B4	BEARING 6201 (TPX)	8	D15	SCREW M3x8	4
B5	LOWER PEDAL SUPPORTING TUBE	2	D16	SENSOR WIRE	1
B7	PEDAL BRACKET ( L )	1	D17	TOGGLE COVER L1	1
B8	PEDAL BRACKET ( R )	1	D18	TOGGLE COVER L2	1
B9	PEDAL REST ( L )	1	D19	PC BOARD LOAD -	1
B10	PEDAL REST ( R )	1	D20	TOGGLE LOAD -	1
B11	FRONT COVER PEDAL ( L )	1	D21	TOGGLE COVER R1	1
B12	CUSHION PAD ( L )	1	D22	TOGGLE COVER R2	1
B13	PEDAL ( L )	1	D23	PC BOARD LOAD +	1
B14	SCREW 5/32"x5/8" (M4x15mm)	6	D24	TOGGLE LOAD +	1
B15	SCREW M6x10mm	8	D25	SCREW	4
B16	PEDAL ( R )	1	D26	SENSOR WIRE	1
B17	CUSHION PAD ( R )	1	D27	SENSOR WIRE	1
B18	FRONT COVER PEDAL ( R )	1	E1	HANDLE BAR ( L )	1
B19	UPPER CAP FOR PEDAL SUPPORTING 20x60	2	E2	HANDLE BAR ( R )	1
B20	LOWER CAP FOR PEDAL SUPPORTING 20x60	2	F1	CENTRAL SUPPORTING TUBE	1
B21	SCREW 5/32"x1/2"	8	F2	IRON BRACKET	1

B22	MIDDLE PEDAL SUPPORTING ROD	2	G	CONSOLE	1
B23	NUT M8	4	G1	CONSOLE SCREW M5x10	4
B24	BUSH $\Phi 8 \times (\Phi 12 + \Phi 15)$	1	G2	STRIDE LED SENSOR BOARD	1
B25	BEARING 6001 (TPX)	4	H	WATER BOTTLE HOLDER	1
B27	SCREW M8x45	4	J1	SCREW M10x16	4
B30	SCREW M12x133	2	J2	SCREW M4x16	6
B31	BUSH $\Phi 15 \times \Phi 12.35 \times 90 \text{mm}$	2	J3	SCREW M4x6	2
B32	BEARING 6003zz	16	J4	SCREW M8x55	4
B33	BUSH	2	J5	WASHER M8x18	4
B34	PEDAL HOUSING ( R )	2	J6	SCREW M8x20	2
B35	PEDAL HOUSING ( L )	2	J7	SCREW M12x73	6
B36	SCREW	4	J8	WASHER M12x20	18
B37	PEDAL REINFORCEMENT STRIP	4	J9	NUT M12	18
B38	SCREW	8	J10	SCREW M12x109	4
C1	SIDE CONNECTING TUBE ( L )	1	J11	HANDLE BAR SCREW	6
C2	SIDE CONNECTING TUBE ( R )	1	J12	HANDLE BAR SCREW	6
C3	END CAP	2	J13	SCREW M8x16	4
C4	ADJUSTED NUT	2	J14	WATER BOTTLE HOLDER SCREW	2
C5	ADJUSTED END $\Phi 50$	2	L1	SIDE TUBE COVER SET (L1)	1
D	CONSOLE SUPPORTING TUBE	1	L2	SIDE TUBE COVER SET (L2)	1
D1	SENSOR WIRE 350mm	1	L3	SIDE TUBE COVER SET (L3)	1
D2	SENSOR WIRE 200mm	1	L4	SIDE TUBE COVER SET (L4)	1
R1	SIDE TUBE COVER SET (R1)	1	M4	SCREW	2
R2	SIDE TUBE COVER SET (R2)	1	N1	BUSH $\Phi 12.05 \times 17 \times 21.2 \text{mm}$	4
R3	SIDE TUBE COVER SET (R3)	1	N2	CLIP (R40)	2
R4	SIDE TUBE COVER SET (R4)	1	N3	BEARING 2203(MRB)	2
M1	BUSH	6	N4	SPACER RING (L)	4
M2	CLIP R32	8	N5	SPACER RING (R)	4
M3	MOTOR	2	N6	SCREW	8

# 8.3 Vue éclatée





Les appareils d'entraînement de Taurus® 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 garantie, les frais pour les pièces de rechange, la remise en état, la réparation, l'installation et l'expédition incombent à l'acheteur.

### **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
<p><b>TECHNIK</b></p> <p> +49 4621 4210-900</p> <p> +49 4621 4210-698</p> <p> <a href="mailto:technik@sport-tiedje.de">technik@sport-tiedje.de</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p> <p><b>SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20277 (kostenlos)</p> <p> 04621 4210 - 0</p> <p> <a href="mailto:info@sport-tiedje.de">info@sport-tiedje.de</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p>	<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p> 80 90 16 50</p> <p>+49 4621 4210-945</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.dk">info@fitshop.dk</a></p> <p> Åbningstider kan findes på hjemmesiden.</p> <p><b>PL</b></p> <p><b>DZIAŁ TECHNICZNY I SERWIS</b></p> <p> 22 307 43 21</p> <p>+49 4621 42 10-948</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.pl">info@fitshop.pl</a></p> <p> Godziny otwarcia można znaleźć na stronie głównej.</p>	<p><b>TECHNIQUE &amp; SERVICE</b></p> <p> +33 (0) 189 530984</p> <p>+49 4621 42 10 933</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.fr">info@fitshop.fr</a></p> <p> Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet.</p> <p><b>BE</b></p> <p><b>TECHNIQUE &amp; SERVICE</b></p> <p> 02 732 46 77</p> <p>+49 4621 4210 933</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.be">info@fitshop.be</a></p> <p> Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet.</p>
UK	NL	INT
<p><b>CUSTOMER SUPPORT</b></p> <p> 00800 2020 2772</p> <p>+494621 4210 944</p> <p> <a href="mailto:info@sport-tiedje.co.uk">info@sport-tiedje.co.uk</a></p> <p> You can find the opening hours on our homepage.</p>	<p><b>TECHNISCHE DIENST &amp; SERVICE</b></p> <p> +31 172 619961</p> <p> <a href="mailto:service@fitshop.nl">service@fitshop.nl</a></p> <p> De openingstijden vindt u op onze homepage.</p>	<p><b>TECHNICAL SUPPORT &amp; SERVICE</b></p> <p> +49 4621 4210-944</p> <p> <a href="mailto:service-int@sport-tiedje.de">service-int@sport-tiedje.de</a></p> <p> You can find the opening hours on our homepage.</p>
ES	AT	CH
<p><b>TECNOLOGÍA Y SERVICIOS</b></p> <p> 911 238 029</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.es">info@fitshop.es</a></p> <p> Consulta nuestro horario de apertura en la página web</p>	<p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20277 (Freecall)</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> <a href="mailto:info@sport-tiedje.at">info@sport-tiedje.at</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p>	<p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 0800 202 027</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.ch">info@fitshop.ch</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p>

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](http://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](http://www.fitshop.fr)  
[www.sport-tiedje.de/blog](http://www.sport-tiedje.de/blog)



[www.facebook.com/SportTiedje](http://www.facebook.com/SportTiedje)



[www.instagram.com/sporttiedje](http://www.instagram.com/sporttiedje)



[www.youtube.com/user/sporttiedje](http://www.youtube.com/user/sporttiedje)

**TAURUS**

**cardiostrong**

**BODYCRAFT**

**cardiojump**

**DUKEFITNESS**

**DARWIN**





Vélo elliptique **EX90 Plus**