

# CROSS-TRAINER TOTAL-BODY ELLIPTIQUE E1, E3 ET E5

MANUEL DE L'UTILISATEUR

M051-00K102-0004 RÉV. A





# SIÈGE SOCIAL

Columbia Centre III, 9525 West Bryn Mawr Avenue, Rosemont, Illinois 60018 • États-Unis

847.288.3300 • FAX : 847.288.3703

Numéro de téléphone du service entretien : 800.351.3737 (numéro d'appel gratuit aux États-Unis et au Canada)

Site Web mondial : [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com)

## BUREAUX INTERNATIONAUX

### AMÉRIQUES

#### Amérique du Nord

##### Life Fitness, Inc.

Columbia Centre III  
9525 West Bryn Mawr Avenue  
Rosemont, IL 60018 U.S.A  
Téléphone : (847) 288 3300  
Fax : (847) 288 3703  
E-mail du service entretien :  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
Site Internet du service entretien :  
[www.lifefitness.com/parts](http://www.lifefitness.com/parts)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[consumerproducts@lifefitness.com](mailto:consumerproducts@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture : 7:00-18:00 (CST)

#### Brésil

##### Life Fitness Brasil

Av. Cidade Jardim, 900  
Jd. Paulistano  
São Paulo, SP 01454-000  
BRÉSIL  
SAC : 0800 773 8282  
Téléphone : +55 (11) 3095 5200  
Fax : +55 (11) 3095 5201  
E-mail du service entretien : [suporte@lifefitness.com.br](mailto:suporte@lifefitness.com.br)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[lifefitness@lifefitness.com.br](mailto:lifefitness@lifefitness.com.br)  
Heures d'ouverture du service entretien :  
9:00-17:00 (BRT) (Lundi-Vendredi)  
Heures d'ouverture du magasin :  
9:00-20:00 (BRT) (du lundi au vendredi)  
10:00-16:00 (BRT) (samedi)

#### Amérique latine et Caraïbes\*

##### Life Fitness Inc.

Columbia Centre III  
9525 West Bryn Mawr Avenue  
Rosemont, IL 60018 U.S.A  
Téléphone : (847) 288 3300  
Fax : (847) 288 3703  
E-mail du service entretien :  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[consumerproducts@lifefitness.com](mailto:consumerproducts@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture : 7:00-18:00 (CST)

### EUROPE, MOYEN-ORIENT ET AFRIQUE (EMEA)

#### Pays-Bas et Luxembourg

##### Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
PAYS-BAS  
Téléphone : (+31) 180 646 666  
Fax : (+31) 180 646 699  
E-mail du service entretien :  
[service.benelux@lifefitness.com](mailto:service.benelux@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[marketing.benelux@lifefitness.com](mailto:marketing.benelux@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture : 9:00-17:00 (CET)

#### Royaume-Uni et Irlande

##### Life Fitness UK LTD

Queen Adelaide  
Ely, Cambs, CB7 4UB  
Téléphone : Bureau général (+44)  
1353.666017  
Service à la clientèle (+44) 1353.665507  
Fax : (+44) 1353.666018  
E-mail du service entretien : [uk.support@lifefitness.com](mailto:uk.support@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[life@lifefitness.com](mailto:life@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture :  
Bureau général : 9:00-17:00 (GMT)  
Service à la clientèle : 8:30-17:00 (GMT)

#### Allemagne et Suisse

##### Life Fitness Europe GMBH

Siemensstraße 3  
85716 Unterschleißheim  
ALLEMAGNE  
Téléphone : (+49) 89.31 77 51.0 (Allemagne)  
(+41) 0848 000 901 (Suisse)  
Fax : (+49) 89.31 77 51.99 (Allemagne)  
(+41) 043 818 07 20 (Suisse)  
E-mail du service entretien : [kundendienst@lifefitness.com](mailto:kundendienst@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[kundenberatung@lifefitness.com](mailto:kundenberatung@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture : 08:30-16:30 (CET)

#### Autriche

##### Life Fitness Austria

Vertriebs G.m.b.H.  
Dückerstraße 7-9/3/36  
1220 Vienne  
AUTRICHE  
Téléphone : (+43) 1.61.57.198  
Fax : (+43) 1.61.57.198.20  
E-mail du service entretien : [kundendienst@lifefitness.com](mailto:kundendienst@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[kundenberatung@lifefitness.com](mailto:kundenberatung@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture : 08:30-16:30 (MEZ)

#### Espagne

##### Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1<sup>o</sup>1<sup>a</sup>  
08960 Sant Just Desvern Barcelone Espagne  
Téléphone : (+34) 93.672.4660  
Fax : (+34) 93.672.4670  
E-mail du service entretien :  
[servicio.tecnico@lifefitness.com](mailto:servicio.tecnico@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[info.iberia@lifefitness.com](mailto:info.iberia@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture :  
9.00-18.00 (du lundi au jeudi)  
8.30-15.00 (Vendredi)

#### Belgique

##### Life Fitness Benelux NV

Parc Industriel de Petit-Rechain  
4800 Verviers  
BELGIQUE  
Téléphone : (+32) 87 300 942  
Fax : (+32) 87 300 943  
E-mail du service entretien :  
[service.benelux@lifefitness.com](mailto:service.benelux@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[marketing.benelux@lifefitness.com](mailto:marketing.benelux@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture : 9:00-17:00 (CET)

#### Tous les autres pays de la zone EMEA et affaires relatives aux distributeurs C-EMEA\*

Bijdorplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
PAYS-BAS  
Téléphone : (+31) 180 646 644  
Fax : (+31) 180 646 699  
E-mail du service entretien :  
[service.db.cemea@lifefitness.com](mailto:service.db.cemea@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[marketing.db.cemea@lifefitness.com](mailto:marketing.db.cemea@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture : 9:00-17:00 (CET)

### ASIE PACIFIQUE (AP)

#### Japon

##### Life Fitness Japan

Japan Nippon Brunswick Bldg., #8F  
5-27-7 Sendagaya  
Shibuya-Ku, Tokyo  
Japon 151-0051  
Téléphone : (+81) 3.3359.4309  
Fax : (+81) 3.3359.4307  
E-mail du service entretien : [service@lifefitnessjapan.com](mailto:service@lifefitnessjapan.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[sales@lifefitnessjapan.com](mailto:sales@lifefitnessjapan.com)  
Heures d'ouverture : 9:00-17:00 (JAPON)

#### Chine et Hong Kong

##### Life Fitness Asia Pacific LTD

Room 2610, Miramar Tower  
132 Nathan Road  
Tsimshatsui, Kowloon  
HONG KONG  
Téléphone : (+852) 2891.6677  
Fax : (+852) 2575.6001  
E-mail du service entretien :  
[HongKongEnquiry@lifefitness.com](mailto:HongKongEnquiry@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[ChinaEnquiry@lifefitness.com](mailto:ChinaEnquiry@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture : 9:00-18:00

#### Tous les autres pays de l'Asie-Pacifique et entreprises de distribution de la région Asie-Pacifique\*

Room 2610, Miramar Tower  
132 Nathan Road  
Tsimshatsui, Kowloon  
HONG KONG  
Téléphone : (+852) 2891.6677  
Fax : (+852) 2575.6001  
E-mail du service entretien :  
[HongKongEnquiry@lifefitness.com](mailto:HongKongEnquiry@lifefitness.com)  
E-mail du service commercial/marketing :  
[ChinaEnquiry@lifefitness.com](mailto:ChinaEnquiry@lifefitness.com)  
Heures d'ouverture : 9:00-18:00

**Remarque :** cet équipement a été testé et jugé conforme aux limites des dispositifs numériques de classe B, définies dans l'article 15 du règlement de la FCC. Ces limites sont conçues pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans un milieu résidentiel. Cet équipement produit, utilise et peut émettre une énergie à fréquence radio et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions du manuel d'utilisation, peut provoquer des interférences nuisibles aux communications radio. Cependant, il n'y a aucune garantie que les interférences ne se produiront pas dans une installation particulière. Si cet appareil provoque des interférences nuisibles avec la réception radio ou télévision, ce qui peut être vérifié en allumant et en éteignant l'appareil, nous vous conseillons d'entreprendre une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Réorientez ou repositionnez l'antenne de réception.
- Augmentez la distance entre l'appareil et le récepteur.
- Branchez l'appareil sur une prise de courant d'un circuit différent de celui sur lequel le récepteur est branché.
- Consultez le revendeur ou un technicien radio/TV expérimenté pour vous aider.

Classe HB (appareils domestiques) : appareil destiné à un usage domestique. La Classe B ne convient pas aux usages thérapeutiques.



**ATTENTION : toute modification apportée à cet appareil peut en annuler la garantie.**

Toute réparation, à l'exception du nettoyage et de l'entretien qui sont à la charge de l'utilisateur, doit être effectuée par un technicien agréé. Aucune pièce ne peut être remplacée par l'utilisateur.

# **TABLE DES MATIÈRES**

<b>Section</b>	<b>Page</b>
1. Précautions de sécurité	4
2. Cross-trainer Total-Body elliptique E1, E3 et E5 - Présentation	7
3. Paramétrage initial	8
4. Fonctionnalités principales	11
4.1 Mesure de la fréquence cardiaque par contact	11
4.2 Accessoires	11
4.3 Pédales amorties (E3 et E5 uniquement)	11
5. CoachZone™ (E3 uniquement)	12
5.1 Présentation de CoachZone™	12
5.2 Description de la console CoachZone™	12
5.3 ArmToner™	13
5.4 GluteToner™	14
5.5 Chronomètre	15
5.6 Niveau de résistance et niveau d'intensité	15
5.7 Configuration de CoachZone™	15
6. Activity Zone (E5 uniquement)	16
6.1 Fonction Longueur de foulée	16
6.2 Fonctions Niveau de résistance et Niveau d'intensité	17
6.3 Total Body Trainer	17
6.4 Fonction du mode Leg Sculptor	17
7. Menu de paramétrage de la zone d'activités (E5 uniquement)	18
7.1 Parcourir le menu de paramétrage	18
7.2 Options du menu de paramétrage	19
8. Assistance et maintenance	23
8.1 Dépannage	23
8.2 Conseils de maintenance préventive	26
8.3 Calendrier de maintenance préventive	27
8.4 Assistance	27
9. Caractéristiques	28
10. Garantie	29


# 1 PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ

 **ATTENTION :** toute modification apportée à cet appareil peut en annuler la garantie.

 **AVERTISSEMENT :** veuillez lire toutes les instructions avant d'utiliser votre machine.

 **AVERTISSEMENT :** les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexacts. Un exercice trop intensif pourrait se ponctuer par des blessures graves, voire mortelles. Si vous ressentez une impression de malaise, interrompez immédiatement l'entraînement.

 **AVERTISSEMENT :** le cross-trainer Total-Body elliptique E5 doit être branché sur une prise électrique correctement mise à la terre.

 **DANGER :** pour réduire les risques de décharges électriques, cet appareil Life Fitness doit toujours être débranché avant tout nettoyage ou travail d'entretien.

 **Les poignées capteurs de fréquence cardiaque calculent la valeur approximative de la fréquence cardiaque. Ces appareils ne sont pas destinés à un usage médical.**

- Avant d'utiliser votre appareil, veuillez lire ce manuel dans sa totalité, ainsi que l'ensemble des instructions d'installation. Cette machine ne doit pas être utilisée en dehors des instructions fournies dans ce manuel.
- N'utilisez pas ce produit dans des zones où vous employez des aérosols ou administrez de l'oxygène. Ces substances pourraient entraîner des risques d'incendie et d'explosion.
- Placez l'appareil de façon à ce que l'utilisateur ait accès à la fiche du cordon d'alimentation. Vérifiez que le cordon d'alimentation n'est pas noué, tordu ni coincé dans un appareil ou des objets quelconques.
- Si le cordon d'alimentation électrique est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, par un réparateur agréé ou par une personne qualifiée afin d'éviter tout danger.
- Suivez toujours les instructions s'affichant sur la console.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes ou des enfants présentant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf en cas de supervision ou d'instructions relatives à son utilisation par une personne responsable de leur sécurité.
- Ne laissez pas les enfants jouer avec l'appareil.
- N'insérez jamais d'objet dans les ouvertures de ce type d'appareils. Si un objet tombe dans l'appareil, mettez ce dernier hors tension, débranchez le cordon d'alimentation et récupérez l'objet avec précaution. Si vous ne pouvez pas l'atteindre, consultez le Service à la clientèle de Life Fitness.
- Ne placez jamais de liquides quelconques directement sur l'appareil, sauf sur le plateau à accessoires. Il est conseillé d'utiliser des conteneurs munis de couvercles.
- N'utilisez pas votre machine à l'extérieur, près d'une piscine ou dans des endroits très humides.
- Éloignez les vêtements lâches, lacets de chaussure et serviettes des parties mobiles de l'appareil.
- Ne placez pas votre cross-trainer près de murs, meubles ou autres équipements qui pourraient en obstruer l'accès. Prévoyez 0,6 m/2 pi de chaque côté du cross-trainer.
- Soyez prudent lorsque vous montez et descendez de l'appareil.

- Ne faites jamais fonctionner d'appareil Life Fitness qui serait tombé ou qui aurait été endommagé ou partiellement immergé. Contactez le Service à la clientèle de Life Fitness.
- Conservez le cordon d'alimentation à l'écart des surfaces chaudes. Ne tirez pas l'appareil par son cordon et n'utilisez pas ce dernier comme poignée.
- Ne laissez pas traîner le cordon d'alimentation sur le sol, le long de la machine ou sous cette dernière.
- Portez toujours des chaussures de sport à semelles en caoutchouc ou à haute traction. N'utilisez pas de chaussures à talon, à semelle en cuir, à crampons ou à pointes. N'utilisez pas cet appareil pieds nus.
- Ne faites pas basculer le cross-trainer sur le côté durant son fonctionnement.
- Gardez les mains et les pieds éloignés des parties mobiles.
- Pour un fonctionnement optimal de votre machine, n'utilisez que les fixations et accessoires fournis ou recommandés par Life Fitness.
- Entraînez-vous dans une pièce bien ventilée.
- N'installez l'appareil que sur une surface plane et solide.
- Assurez-vous que tous les composants sont bien fixés.
- Ne laissez jamais vos appareils électriques sans surveillance lorsqu'ils sont branchés. Débranchez-les systématiquement après leur utilisation, et avant l'ajout et le retrait de pièces.
- Ne faites pas fonctionner l'appareil à proximité de couvertures ou d'oreillers. Un chauffage excessif peut causer des incendies, chocs électriques et blessures.
- N'utilisez pas votre appareil si le cordon ou la prise sont endommagés, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il a été heurté ou endommagé durant une chute, ou encore immergé. Contactez le Service à la clientèle de Life Fitness.
- Ne bloquez jamais le système d'aération de votre appareil. Le système d'aération doit être propre et ne contenir aucun résidu de tissus, cheveux ou autres matières.
- Pour débrancher l'appareil, mettez toutes les commandes sur la position OFF (arrêt), puis retirez la fiche de la prise électrique.
- Laissez les consoles LCD à température ambiante une heure avant de brancher l'appareil ou de l'utiliser.
- Ne laissez personne gêner l'utilisateur ou le fonctionnement de l'appareil pendant l'entraînement.
- Lisez les avertissements avant de commencer à vous entraîner.



**MISE EN GARDE : une utilisation incorrecte ou excessive de l'appareil peut entraîner des blessures. LIFE FITNESS recommande vivement aux utilisateurs de passer un examen médical complet avant d'entamer un programme d'entraînement, et tout particulièrement dans les cas suivants : antécédents familiaux d'hypertension (pression sanguine trop élevée) ou de pathologies cardiaques, utilisateurs de 45 ans ou plus, tabagisme, hypercholestérolémie (taux de cholestérol sanguin trop élevé), obésité, absence d'exercice physique depuis un an ou plus.**

Arrêtez immédiatement votre entraînement si vous ressentez l'un des signes suivants lors de l'utilisation de votre appareil : étourdissements, vertiges, douleur ou essoufflement.

**CONSERVEZ PRÉCIEUSEMENT CES INSTRUCTIONS AFIN DE POUVOIR VOUS Y RÉFÉRER ULTÉRIEUREMENT.**

Le présent manuel détaille le fonctionnement du produit suivant :

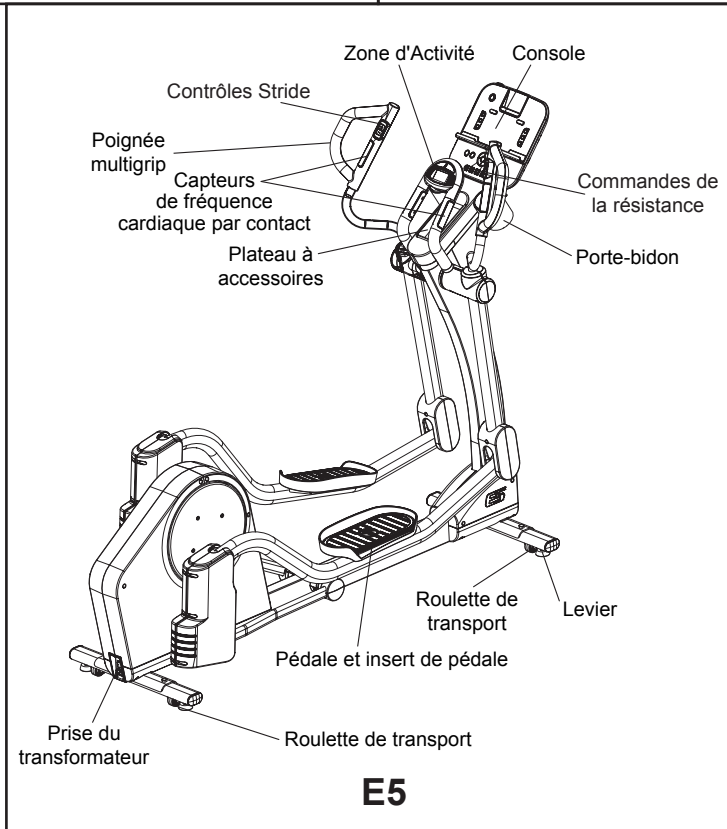
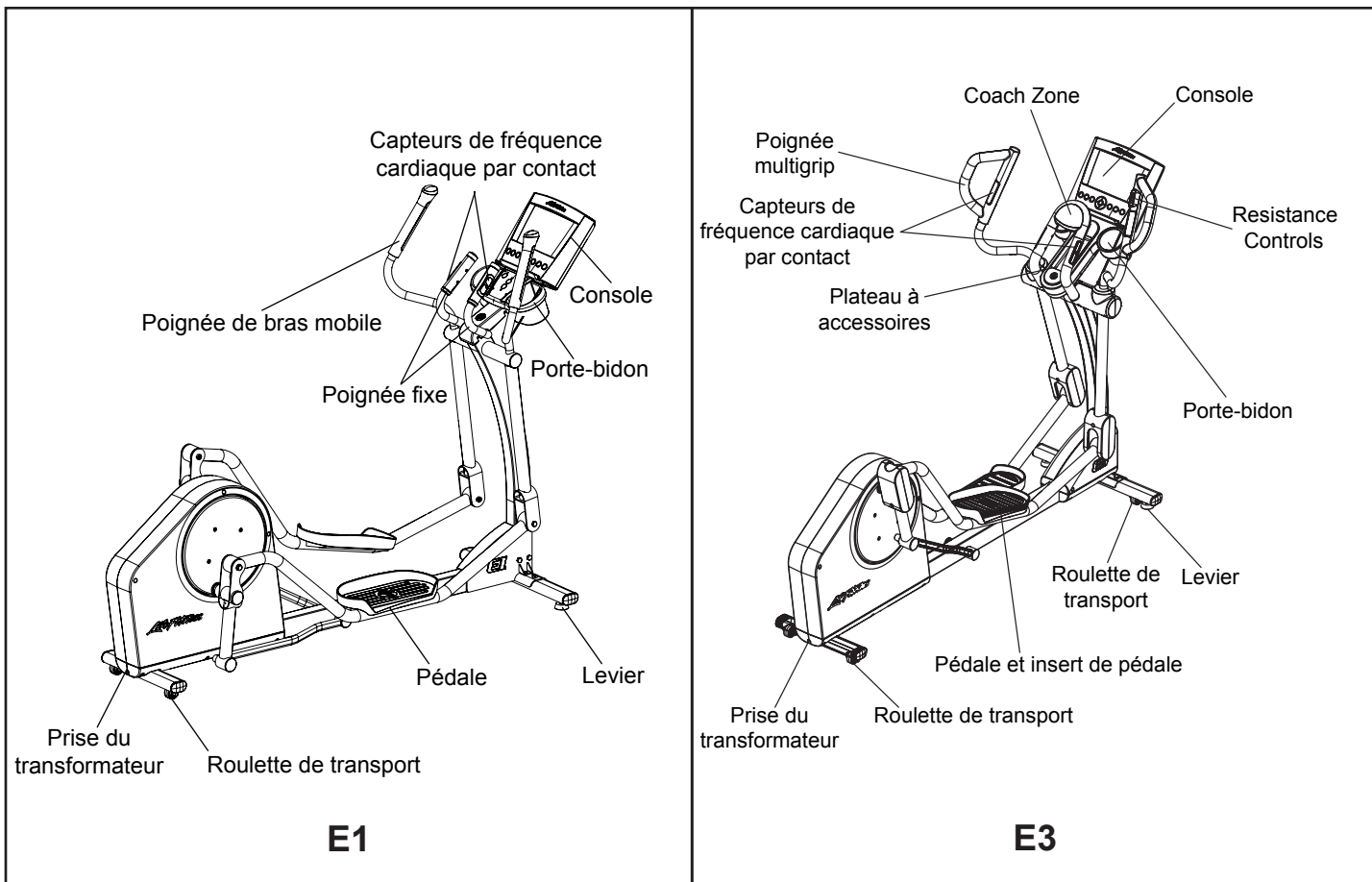
Modèles de cross-trainer® Total-Body elliptique Life Fitness :  
**E1, E3, E5**

Nous vous remercions d'avoir choisi ce cross-trainer Total-Body elliptique Life Fitness. Avant de vous servir de votre appareil, veuillez lire ce manuel dans sa totalité afin de savoir comment utiliser en toute sécurité l'ensemble de ses fonctionnalités. Nous espérons que ce produit saura répondre à vos attentes. Si vous rencontrez toutefois des difficultés, veuillez vous référer à la rubrique Assistance afin de contacter nos services d'assistance nationaux et internationaux. La rubrique Caractéristiques de ce manuel détaille les fonctionnalités spécifiques de votre appareil.

**Définition et utilisation** : le cross-trainer Total-Body elliptique Life Fitness combine un travail de pédalage à faible impact propre aux elliptiques dont la résistance ne dépend pas de la vitesse, à un mouvement de pulsion/traction garantissant un travail efficace de la totalité des groupes musculaires.



# 2 CROSS-TRAINER TOTAL-BODY ELLIPTIQUE E1, E3 ET E5 - PRÉSENTATION



# 3 PARAMÉTRAGE INITIAL

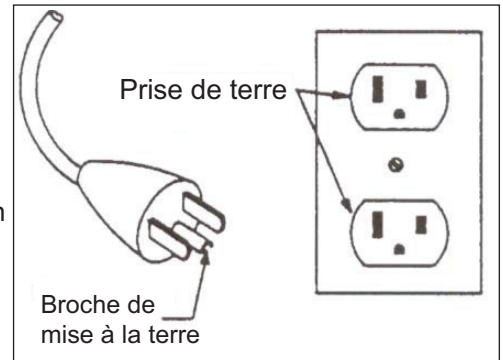
Lisez le manuel de l'utilisateur dans son intégralité avant d'installer votre cross-trainer Total-Body elliptique.

**Remarque :** sur ce modèle, la résistance ne dépend pas de la vitesse, mais peut être ajustée par d'autres moyens.

**DANGER :** une connexion inappropriée de cet équipement relié à la terre peut causer des chocs électriques. En cas de doute quelconque, demandez à un électricien qualifié ou à un technicien. Ne modifiez pas la fiche fournie avec l'appareil. Si cette dernière n'entre pas dans la prise, faites effectuer l'installation par un technicien qualifié.

## INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE (E5 UNIQUEMENT)

Cet équipement doit être raccordé à la terre. En cas de dysfonctionnement ou de défaillance, la mise à la terre offre un trajet de moindre résistance au courant électrique et réduit le risque de choc électrique. Cet équipement est équipé d'un cordon électrique doté d'un conducteur de protection et d'une prise de mise à la terre. La fiche doit être reliée à une prise correctement installée et raccordée à la terre, conformément à la réglementation de votre pays.



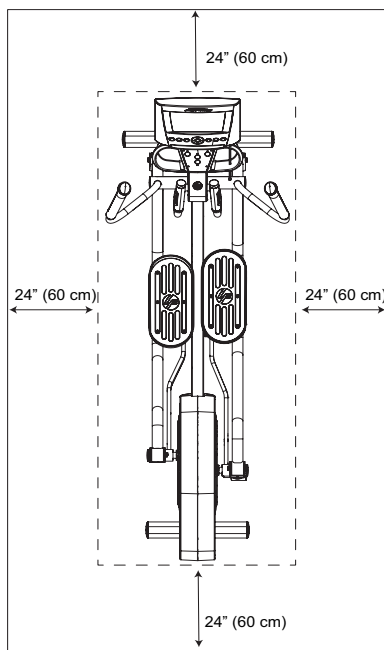
## PUISSANCE ÉLECTRIQUE (E5 UNIQUEMENT)

La plupart des cross-trainers Life Fitness sont conçus pour une utilisation normale sur circuit de 120 V aux États-Unis et au Canada. Le tableau ci-dessous indique le courant nominal requis en fonction de la tension électrique. Assurez-vous que votre modèle soit compatible avec la tension de secteur de votre pays avant de brancher l'appareil. La tension de ligne est indiquée sur l'étiquette de série du produit.

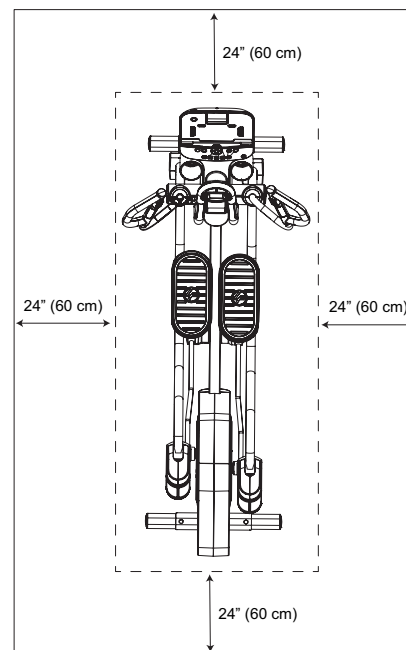
Tension électrique (V c.a.)	Fréquence (Hz)	Courant maximum (A)
120	50/60	2.5
230	50/60	1.1

## OÙ PLACER LE CROSS-TRAINER TOTAL-BODY ELLIPTIQUE

Une fois toutes les instructions de sécurité observées, placez le cross-trainer Total-Body elliptique à l'endroit où vous souhaitez l'utiliser. Consultez les schémas ci-dessous pour les distances de sécurité à respecter autour de la machine. La rubrique Caractéristiques détaille les dimensions requises.



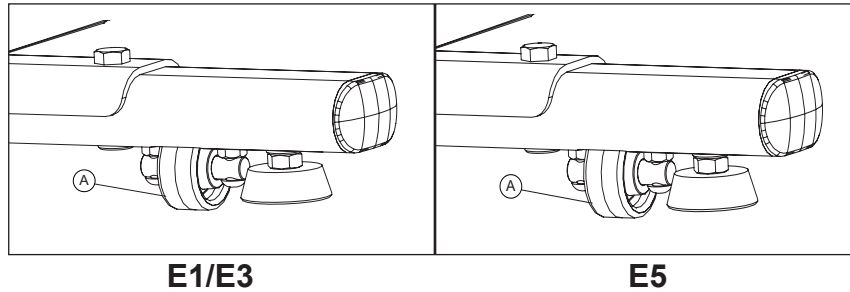
**E1/E3**



**E5**

Le cross-trainer Total-Body elliptique est doté de roulettes à l'avant et à l'arrière, ce qui facilite le déplacement de l'appareil vers sa destination finale. Les patins réglables doivent être suffisamment relevés pour que les roulettes (A) touchent le sol.

Une fois le cross-trainer Total-Body elliptique positionné correctement, veillez à disposer de suffisamment d'espace à l'avant de l'appareil pour le mouvement des pédales. Vérifiez également que l'espace latéral est suffisant pour monter et descendre de l'appareil.



**ATTENTION** : prévoyez suffisamment de place afin de ne pas entraver le mouvement des bras mobiles. **E5 UNIQUEMENT** : testez toutes les longueurs de foulée du cross-trainer avant de choisir son emplacement final.

**ATTENTION** : placez l'appareil dans un endroit sec. Évitez les endroits très humides, comme la proximité d'une piscine par exemple, afin de ne pas provoquer de phénomène de corrosion.

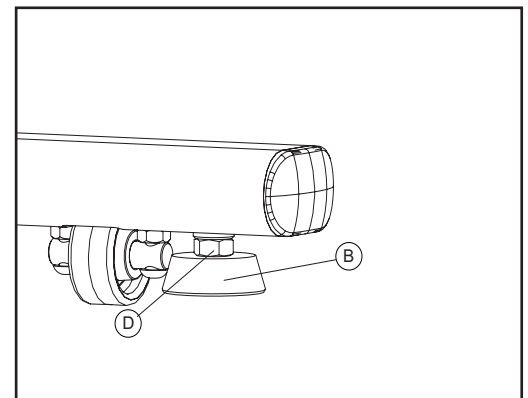
#### COMMENT STABILISER LE CROSS-TRAINER TOTAL-BODY ELLIPTIQUE

Une fois le cross-trainer correctement positionné, abaissez les patins réglables (B) du stabilisateur avant de sorte qu'ils soient en contact avec le sol. Les quatre roulettes ne doivent plus toucher le sol. Les patins réglables permettent de fixer la machine au sol pendant son utilisation.

**ATTENTION** : n'utilisez pas le cross-trainer si les patins réglables ne touchent pas le sol.

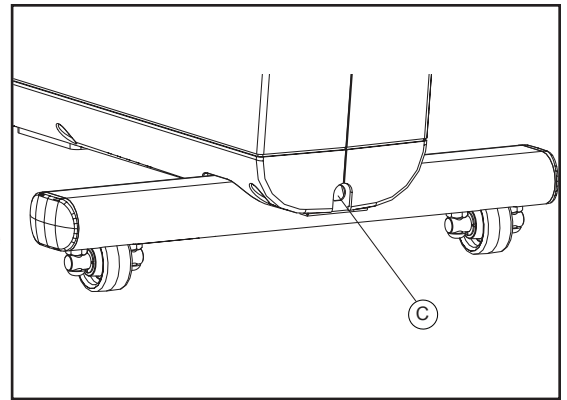
Lorsque vous avez placé l'appareil à l'emplacement convenu, vérifiez qu'il est bien stable. Si vous percevez le moindre mouvement de balancement de l'appareil ou une quelconque instabilité, vérifiez chaque patin réglable. Déterminez quel patin réglable n'est pas parfaitement en contact avec le sol. Pour abaisser les patins réglables, tournez la partie en caoutchouc du pied dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Pour ajuster les patins réglables vers le haut, tournez la partie en caoutchouc du pied dans le sens des aiguilles d'une montre. Après ce réglage, serrez les contre-écrous (D) contre le stabilisateur pour bloquer les patins.

**Remarque** : une fois le cross-trainer mis à niveau, serrez l'écrou du patin réglable contre le tube du stabilisateur. S'il n'est pas bien serré, le cross-trainer émettra un bruit.



### MISE SOUS TENSION DU CROSS-TRAINER TOTAL-BODY ELLIPTIQUE (E1 ET E3 UNIQUEMENT)

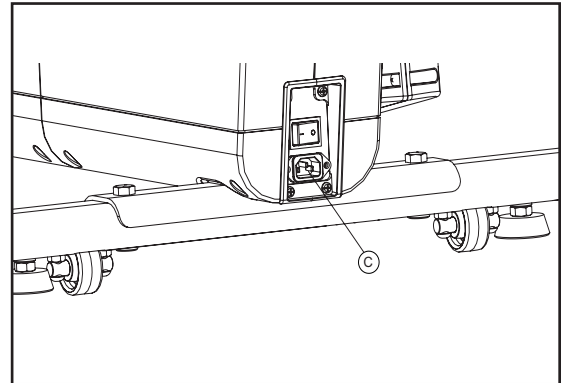
Votre cross-trainer est livré avec un cordon d'alimentation approprié à votre pays. Insérez la fiche d'alimentation appropriée dans le connecteur (C) situé à l'arrière de l'appareil. Insérez ensuite la fiche dans la prise murale. Vérifiez que le cordon n'est pas plié et que les utilisateurs ne risquent pas de marcher dessus. Vérifiez ensuite que la console s'allume. Dans le cas contraire, vérifiez la fiche et la prise murale. Assurez-vous que cette dernière est alimentée en courant électrique.



E1/E3

### MISE SOUS TENSION DU CROSS-TRAINER TOTAL-BODY ELLIPTIQUE (E5 UNIQUEMENT)

Votre cross-trainer est livré avec un cordon d'alimentation approprié à votre pays. Insérez la fiche d'alimentation appropriée dans le connecteur (C) situé à l'arrière de l'appareil. Insérez ensuite la fiche dans la prise murale. Vérifiez que le cordon n'est pas plié et que les utilisateurs ne risquent pas de marcher dessus. Placez l'interrupteur sur ON. Une fois l'appareil sous tension, la longueur de foulée du cross-trainer est automatiquement calibrée. Laissez le calibrage se terminer (durée : une minute). Vérifiez ensuite que l'écran LCD principal et l'écran de la zone d'activités s'allument. Dans le cas contraire, vérifiez la fiche et la prise murale. Assurez-vous que cette dernière est alimentée en courant électrique. S'ils ne fonctionnent toujours pas, vérifiez les branchements.



E5

### COMMENT MONTER SUR LA MACHINE

Nous vous recommandons de placer la pédale proche de vous en position basse. Pour ce faire, actionnez les bras de sorte à faire bouger les pédales. (**E5 UNIQUEMENT** : Nous vous recommandons en outre de régler la longueur de foulée à 18 po (46 cm). La pédale se place ainsi en position basse. Si vous vous trouvez sur le côté gauche de la machine (quand vous êtes face à la console), placez d'abord le pied gauche sur la pédale gauche, puis le pied droit sur la pédale droite. Aidez-vous de la poignée fixe.

### COMMENT DESCENDRE DE LA MACHINE

L'appareil doit être à l'arrêt. Nous vous recommandons de placer la pédale du côté où vous descendez en position basse. Ainsi, si vous descendez à gauche (quand vous êtes face à la console), levez d'abord le pied droit, puis le pied gauche. Aidez-vous de la poignée fixe.

### LONGUEUR DE FOULÉE DES UTILISATEURS (E5 UNIQUEMENT)

Le E5 offre 7 longueurs de foulée différentes, de 18 à 24 po (46-61 cm). L'utilisateur peut choisir n'importe quelle longueur de foulée. Les recherches ont démontré qu'il est préférable que les utilisateurs de petite taille choisissent une longueur de foulée plus courte que les utilisateurs de grande taille.

# 4 FONCTIONNALITÉS PRINCIPALES

## 4.1 FRÉQUENCE CARDIAQUE PAR CONTACT

Le modèle E1 possède des capteurs de fréquence cardiaque sur les poignées fixes. Ces derniers font partie du système de contrôle de fréquence cardiaque intégré. Les modèles E3 et E5 sont pourvus de capteurs sur les poignées fixes et mobiles. Durant l'entraînement, placez les mains sur les capteurs afin de contrôler votre fréquence cardiaque. Nous vous recommandons toutefois le port d'une sangle thoracique, les capteurs étant préférables pour une utilisation occasionnelle. En outre, la sangle thoracique est impérative pour les programmes cardio. Pour obtenir une valeur précise, placez bien les mains sur les capteurs. La console affiche la fréquence cardiaque au bout de 15 à 20 secondes.

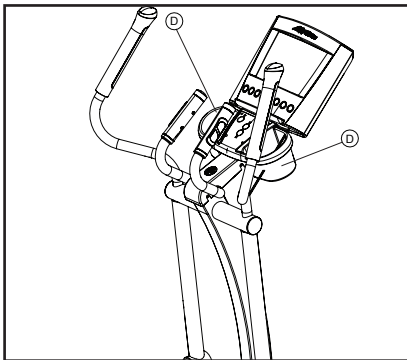
Les capteurs peuvent donner des résultats différents en fonction des personnes. Il est en effet difficile d'obtenir des valeurs fiables pour certains individus. Afin d'obtenir les valeurs les plus fiables possibles, nous vous recommandons de suivre les conseils ci-après :

- Ôtez les mains des capteurs et attendez que l'écran n'affiche plus aucun valeur. Placez de nouveau les mains sur les poignées.
- Vérifiez que vos paumes sont bien en contact avec les capteurs.
- Essuyez-vous régulièrement les mains.
- Evitez de les bouger.
- Nettoyez les capteurs.

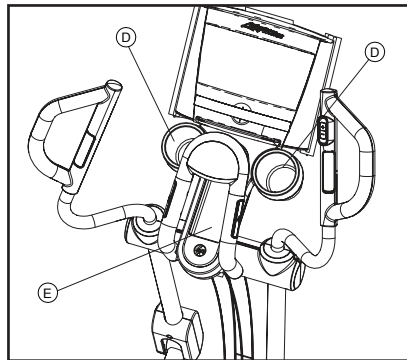
**Remarque :** les poignées capteurs de fréquence cardiaque calculent la valeur approximative de la fréquence cardiaque. Ces appareils ne sont pas destinés à un usage médical.

## 4.2 ACCESSOIRES

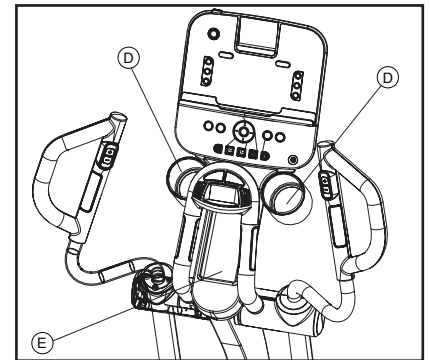
Les modèles E1, E3 et E5 sont fournis avec deux porte-bidons (D) et un plateau à accessoires (E). **E5 UNIQUEMENT :** Le plateau à accessoires et les porte-bidons peuvent être ôtés en toute facilité et placés dans le compartiment supérieur d'un lave-vaisselle.



E1



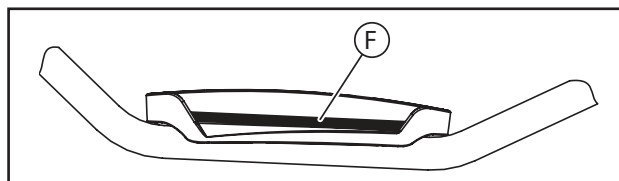
E3



E5

## 4.3 PÉDALES AMORTIES (E3 & E5 UNIQUEMENT)

Les modèles E3 et E5 sont équipés d'une garniture d'amortissement des pédales(F) pour un confort accru pendant les exercices.



# 5 COACHZONE™ (E3 UNIQUEMENT)

## 5.1 PRÉSENTATION DE COACHZONE™

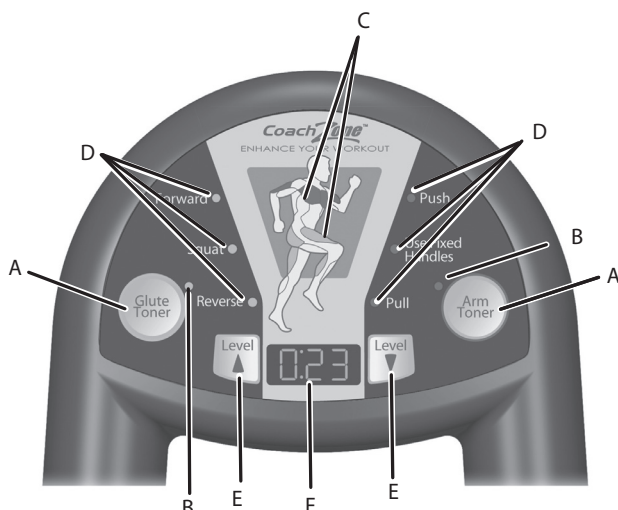
CoachZone™ est conçu pour étoffer la gamme d'exercices disponibles et stimuler la motivation de l'utilisateur au moyen d'instructions et de feedbacks complémentaires. Les exercices ciblés ArmToner et GluteToner aident les utilisateurs à se concentrer sur des groupes musculaires spécifiques et à diviser l'exercice en parties faciles à gérer. Les indicateurs correspondant aux groupes musculaires que vous devez utiliser s'allument lorsque vous effectuez des mouvements spécifiques. Les flèches vers le HAUT/BAS permettent à l'utilisateur de changer facilement de niveau de difficulté.

### UTILISATION DE COACHZONE™

- Sélectionnez un exercice sur la console principale.
- Commencez l'exercice.
- À n'importe quel moment de l'exercice, choisissez un exercice ciblé de CoachZone : ArmToner ou GluteToner.
- Suivez les consignes d'entraînement données par l'écran des indicateurs lumineux.

## 5.2 DESCRIPTION DE LA CONSOLE COACHZONE™

Cette section répertorie et décrit les fonctions associées aux touches et indicateurs lumineux de la console CoachZone.



- A. TOUCHES DE SELECTION DES EXERCICES CIBLES :  
Sélectionnez ArmToner ou GluteToner pour vous concentrer spécialement sur les muscles du haut du corps ou du bas du corps.
- B. INDICATEURS LUMINEUX DE SELECTION :  
Un indicateur s'allume à côté de l'exercice ciblé sélectionné.
- C. INDICATEURS LUMINEUX DES MUSCLES :  
Les indicateurs lumineux des muscles indiquent quels muscles doivent travailler pendant l'exécution des mouvements. Biceps, poitrine, triceps, quadriceps, mollets, ischio-jambiers ou fessiers s'allument en fonction de votre sélection.
- D. INDICATEURS LUMINEUX D'ENTRAÎNEMENT :  
Les indicateurs lumineux d'entraînement vous invitent à vous concentrer sur un ou plusieurs des mouvements suivants : vers l'avant, squats, vers l'arrière, pousser, utilisation des poignées fixes ou tirer.
- E. TOUCHES FLECHÉES DE NIVEAUX HAUT/BAS :  
Appuyez sur la touche de niveau vers le haut ou vers le bas pour augmenter ou diminuer la résistance ou le niveau de difficulté.
- F. MINUTERIE :  
L'indicateur orangé du minuteur affiche le temps restant dans chaque intervalle d'exercice (de 15 à 60 secondes).

**Remarque :** Le minuteur de CoachZone est indépendant du minuteur de la console.

### 5.3 ARMTONER™

ArmToner utilise une série d'invites et d'intervalles préprogrammés axés sur les muscles du haut du corps.

#### ACTIVATION D'ARMTONER™

Appuyez sur la touche ArmToner pendant l'exercice pour activer cette fonction.

#### MISE EN PAUSE D'ARMTONER

Rappuyez sur la touche ArmToner pour sortir de la fonction. PAU s'affiche sur le minuteur CoachZone. Appuyez de nouveau sur la touche ArmToner pour reprendre l'exercice. CoachZone s'arrête automatiquement si la touche ArmToner n'est pas actionnée dans les 5 minutes.

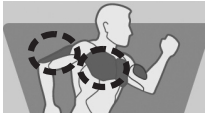


#### ARRÊT D'ARMTONER

Maintenez enfoncée la touche ArmToner. Le minuteur et l'entraîneur sont désactivés. CoachZone s'arrête automatiquement au bout de 5 minutes d'inactivité.

#### AFFICHAGE DES INFORMATIONS

Les indicateurs d'entraînement bleus suivants s'allument et vous invitent à vous concentrer sur certains mouvements du haut du corps : pousser, tirer et usage des poignées fixes. Les indicateurs bleus des muscles correspondants s'allument pour afficher les muscles utilisés. Voir l'entraîneur ArmToner et le tableau des indicateurs de muscles pour plus d'informations.

ENTRAÎNEUR ARMTONER™ ET TABLEAU DES INDICATEURS DE MUSCLES

Indicateur d'entraînement	Indicateur des muscles
Pousser	Poitrine ; triceps 
Tirer	Biceps 
Utiliser les poignées fixes	Repos du haut du corps 

**Remarque :** les mouvements du haut du corps sont toujours coordonnés au mouvements du bas du corps.

## 5.4 GLUTETONER™

GluteToner utilise une série d'invites et d'intervalles préprogrammés axés sur les muscles du haut du corps et des fessiers.

### ACTIVATION DE GLUTETONER

Appuyez sur la touche GluteToner pendant l'exercice.

### MISE EN PAUSE DE GLUTETONER

Rappuyez sur la touche GluteToner. PAU s'affiche sur le minuteur CoachZone. Appuyez une nouvelle fois sur la touche GluteToner pour reprendre.


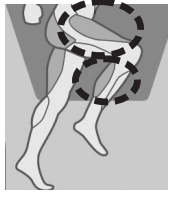

### ARRÊT DE GLUTETONER

Maintenez enfoncée la touche GluteToner. Le minuteur et l'entraîneur sont désactivés. CoachZone s'arrête automatiquement au bout de 5 minutes d'inactivité.

### AFFICHAGE DES INFORMATIONS

Les indicateurs d'entraînement orangés suivants s'allument et vous invitent à vous concentrer sur certains mouvements du bas du corps : vers l'avant, vers l'arrière et squats. Les indicateurs orangés des muscles sollicités s'allument. Voir l'entraîneur GluteToner et le tableau d'indicateurs des muscles pour plus d'informations.

GLUTETONER™ ET TABLEAU D'INDICATEURS DES MUSCLES

Indicateur d'entraînement	Indicateur des muscles
Vers l'avant	Ischio-jambiers ; fessiers 
Vers l'arrière	Quadriceps ; mollets 
Squats	Fessiers ; quadriceps ; ischio-jambiers 

**Remarque :** les squats ne doivent être exécutés qu'en pédalage arrière, en tenant les poignées fixes.



## **5.5 MINUTERIE**

L'indicateur orangé du minuteur divise les exercices en paliers faciles à gérer en affichant un compte à rebours du temps pendant lequel l'utilisateur doit effectuer des mouvements spécifiques. Lorsque le minuteur atteint zéro, les indicateurs de l'entraîneur changent. Ralentissez vos mouvements jusqu'à l'arrêt complet et commencez l'intervalle suivant.

## **5.6 NIVEAU DE RÉSISTANCE ET NIVEAU D'INTENSITÉ**

### **TOUCHES**

Les touches de niveau de résistance HAUT/BAS ne fonctionnent que lorsque l'utilisateur a sélectionné et commencé un exercice à l'aide de la console principale E3. Les touches fléchées de niveau HAUT/BAS contrôlent le niveau de résistance des freins (1 à 20) lors d'un exercice en mode Départ rapide ou manuel. Les touches fléchées HAUT/BAS contrôlent le niveau de difficulté générale (1 à 20 avec les plages correspondantes) au cours des exercices suivants : Random (aléatoires), Hill (colline), EZ Incline (inclinaison douce) et Sports Training (entraînement sportif).

### **AFFICHAGE DES INFORMATIONS SUR LA CONSOLE PRINCIPALE**

L'affichage numérique de la résistance ou du niveau de difficulté change sur la console principale lorsque l'utilisateur appuie sur la touche fléchée HAUT/BAS de CoachZone.

## **5.7 CONFIGURATION DE COACHZONE™**

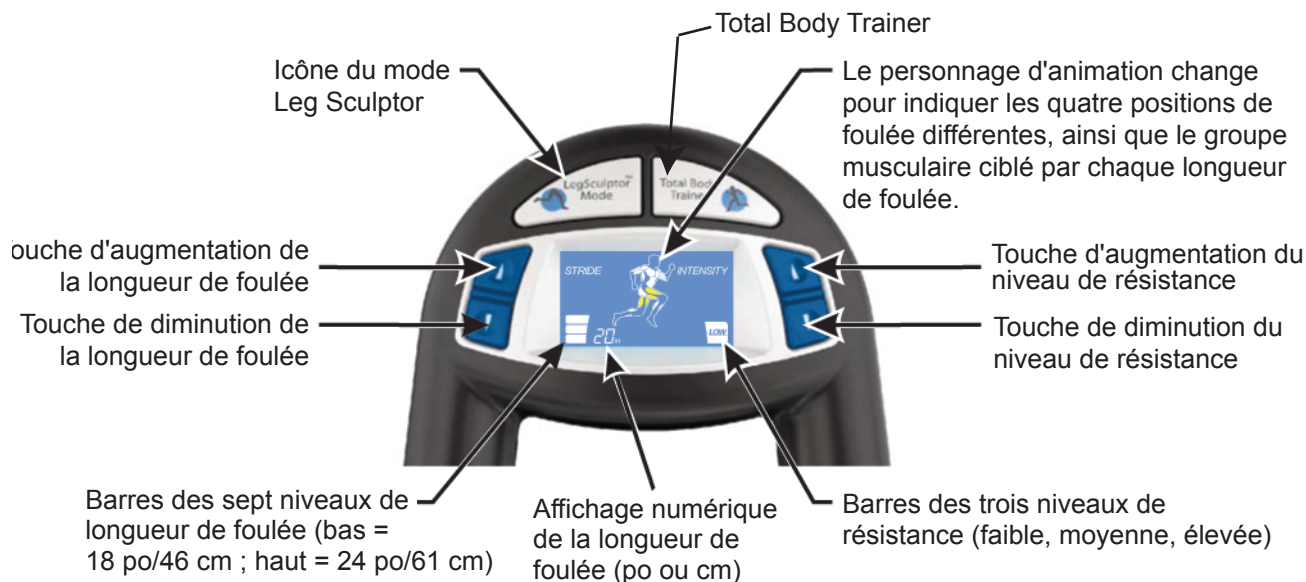
### **INSTRUCTIONS DE RÉGLAGE AUDIO**

Un bip sonore retentit chaque fois que le minuteur atteint zéro ou qu'un nouveau programme est sélectionné. L'utilisateur peut désactiver le bip en maintenant enfoncée la touche GluteToner pendant sept secondes. Un bip retentit alors pour confirmer les changements de configuration.

**Remarque :** les paramètres ne peuvent être modifiés que lorsque CoachZone est à l'arrêt. Ils ne peuvent pas être modifiés lors de l'exécution d'un exercice ciblé.

# 6 ZONE D'ACTIVITÉS (E5 UNIQUEMENT)

La zone d'activités du modèle E5 permet un accès immédiat aux touches et attributs d'affichage les plus fréquemment utilisés, pour un réglage simple durant l'entraînement. La zone d'activités est comparable au régulateur de vitesse automatique d'une voiture. Les commandes sont faciles d'accès, pour un pilotage pratique et en toute sécurité. Vous vous entraînez ainsi de manière conviviale et sans danger. La zone d'activités propose les touches suivantes : Haut/Bas (niveau), Haut/Bas (longueur de foulée), Leg Sculptor Mode et Total Body Trainer Mode.



## 6.1 FONCTION LONGUEUR DE FOULÉE

### TOUCHE

Vous pouvez appuyer à tout moment sur les touches HAUT et BAS de réglage de la foulée. Ces dernières permettent d'ajuster la longueur de la foulée, de 18 à 24 pouces (46-61 cm). L'ajustement s'effectue par incréments d'un pouce (2,5 cm). Il existe 7 ajustements possibles (18 po/46 cm, 19 po/48 cm, 20 po/51 cm, 21 po/53 cm, 22 po/56 cm, 23 po/58 cm, 24 po/61 cm).

**Remarque :** appuyez une fois sur la touche pour passer d'un ajustement à l'autre. La foulée n'est pas modifiée si vous maintenez la touche enfoncée.



### AFFICHAGE DES INFORMATIONS

Quand la foulée s'ajuste, la zone d'activités affiche trois zones distinctes. La première zone affiche la longueur de foulée sous une forme numérique. La valeur indiquée est par exemple 46 cm. La deuxième zone affiche la longueur de foulée sous une forme graphique matérialisée par des barres situées à droite de l'écran. La barre inférieure représente une longueur de foulée de 18 po (46 cm) et la barre supérieure une longueur de foulée de 24 po (61 cm). La troisième zone représente la longueur de foulée matérialisée par un personnage. Quand la longueur de foulée s'ajuste, la position des jambes de ce dernier est modifiée et le groupe musculaire sollicité clignote. Bien que tous les groupes musculaires de la partie inférieure du corps soient engagés durant l'exercice, certains groupes sont davantage sollicités en fonction de la longueur de foulée choisie. Pour les longueurs de foulée courtes, de 18-19 po (46-48 cm), les mollets et les quadriceps sont davantage sollicités. Pour les longueurs de foulée moyennes, de 20-22 po (51-56 cm), les quadriceps et les ischio-jambiers effectuent un travail plus important. Les longueurs de foulée plus longues, de 23-24 po (58-61 cm), permettent un travail accru des ischio-jambiers et des fessiers.



**Remarque :** l'affichage du pédalage vers l'avant est identique à celui du pédalage vers l'arrière. Le pédalage vers l'avant sollicite davantage les mollets et les quadriceps, alors que le pédalage vers l'arrière engage davantage les ischio-jambiers et les fessiers.

## 6.2 FONCTIONS NIVEAU DE RÉSISTANCE ET NIVEAU D'INTENSITÉ

### TOUCHES

Les touches HAUT et BAS ne sont actives que lorsque la console principale est activée et qu'un programme d'entraînement a été sélectionné. Elles permettent de régler le niveau de résistance réel (de 1 à 20) durant un entraînement en mode DEMARRAGE RAPIDE or MANUEL et de sélectionner un niveau de difficulté (de 1 à 20 avec les fourchettes correspondantes de chaque niveau) pour les programmes RANDOM (ALÉATOIRE), HILL (COLLINE), EZ INCLINE (INCLINAISON DOUCE) et SPORTS TRAINING (ENTRAÎNEMENT SPORTIF).



### AFFICHAGE DES INFORMATIONS DE LA CONSOLE SUPÉRIEURE

Quand les touches HAUT et BAS sont actionnées, la valeur numérique du niveau de résistance ou de difficulté (selon le programme choisi) s'affiche sur la console principale.

### AFFICHAGE DES INFORMATIONS DE LA ZONE D'ACTIVITÉS

La zone d'activités affiche les données relatives au niveau d'entraînement indépendamment de la console principale. Le niveau d'intensité affiché dans la zone d'activités peut avoir trois valeurs possibles : LOW, MID et HIGH (faible, moyenne, élevée). Il donne ainsi une indication sur le niveau d'intensité de l'entraînement.



## 6.3 TOTAL BODY TRAINER

L'exercice Total Body Trainer, le plus complet de la gamme, guide l'utilisateur à travers divers exercices qui font travailler tous les principaux groupes musculaires.

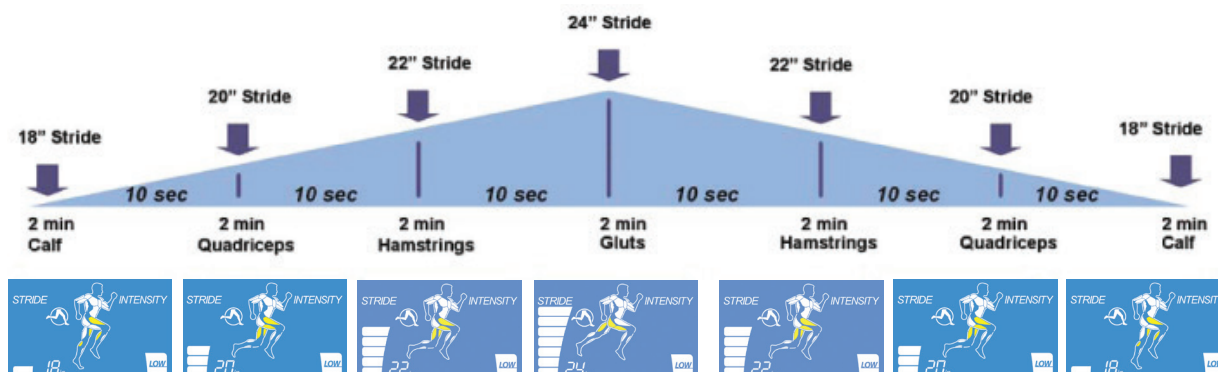
Pour un travail du haut du corps qui sollicite tous les muscles des bras, la console indique à l'utilisateur de pousser et de tirer les poignées à divers moments. La console alterne entre des exercices sollicitant tout le corps et des exercices ciblant le bas du corps uniquement. Les exercices sollicitant exclusivement le bas du corps permettent à l'utilisateur de poser les mains sur la poignée fixe. Les mouvements avant et arrière alternés pendant le travail du bas du corps permettent d'optimiser l'effet de l'exercice et d'utiliser tous les muscles des cuisses et des jambes.

**Remarque :** pour activer Total Body Trainer, appuyez sur la touche Total Body de la zone d'activités après avoir lancé un programme RANDOM (ALÉATOIRE), HILL (COLLINE), EZ INCLINE (INCLINAISON DOUCE) ou SPORTS TRAINING (ENTRAÎNEMENT SPORTIF) sur la console principale. L'exercice Total Body Trainer ne peut commencer que si la console principale a terminé la phase d'échauffement. Suivez les invites de la console principale. Le fait d'appuyer à nouveau sur la touche Total Body désactive l'exercice sans toutefois affecter le programme initial commencé sur la console principale. L'appareil sort automatiquement du mode Total Body lorsque la console principale entre dans la phase de récupération.

## 6.4 FONCTION DU MODE LEG SCULPTOR

Le mode Leg Sculptor, conçu pour le travail des groupes musculaires inférieurs, ajuste automatiquement la longueur de foulée. La touche Leg Sculptor Mode se situe en haut à gauche de la zone d'activités. Appuyez une fois dessus pour activer ce mode. Appuyez deux fois pour le désactiver. Le mode Leg Sculptor peut se superposer à tous les exercices. Il ajuste automatiquement la foulée toutes les deux minutes (par incréments de 2 po/5 cm). Ce mode ne permet pas l'ajustement manuel de la foulée à l'aide des touches HAUT et BAS.

**Remarque :** si vous ne pédalez pas ou appuyez sur la touche pendant 30 secondes, le mode Leg Sculptor se désactive automatiquement.



## TOUCHE

La touche Leg Sculptor Mode permet d'activer/désactiver le mode Leg Sculptor. Vous pouvez appuyer dessus à tout moment, mais il est recommandé d'utiliser le mode Leg Sculptor après avoir sélectionné un exercice. Veuillez consulter la section relative au mode Leg Sculptor pour de plus amples informations.



**Remarque** : si vous arrêtez de pédaler pendant 30 secondes, le mode Leg Sculptor est désactivé.

## AFFICHAGE DES INFORMATIONS

Lorsque le mode Leg Sculptor est activé, la zone d'activités affiche une icône symbolisant la partie inférieure du corps de l'utilisateur. Quand le mode est désactivé, l'icône disparaît.

# 7 MENU DE PARAMÉTRAGE DE LA ZONE D'ACTIVITÉS (E5 UNIQUEMENT)

Le menu de paramétrage de la zone d'activités contient les options de personnalisation de la machine. Les options de configuration sont les suivantes : Contrast (contraste, CO), Units (unités, Un), Language (langue, LA), Audio (AU) et Duty Cycle (cycle opératoire, STRIDE). L'affichage étant restreint, seules les abréviations CO, Un, LA, AU, STRIDE (à gauche) et INTENSITY (à droite) sont indiquées dans la zone d'affichage numérique de la foulée.

## 7.1 PARCOURIR LE MENU DE PARAMÉTRAGE

### ACCÉDER AU MENU DE PARAMÉTRAGE

Pour accéder au menu de paramétrage, la zone d'activités doit être allumée et AUCUN programme ne doit être en cours. Maintenez enfoncées les touches Leg Sculptor et BAS du réglage de la foulée pendant 3 secondes au moins. L'écran émet trois signaux sonores consécutifs et affiche le message Settings (paramètres) dans la partie inférieure gauche.

### AJUSTER LES OPTIONS DU MENU DE PARAMÉTRAGE

Ajustez les options du menu de paramétrage à l'aide des touches HAUT et BAS de réglage de la foulée.

### FAIRE DÉFILER LES OPTIONS DU MENU DE PARAMÉTRAGE

Appuyez sur la touche Leg Sculptor pour valider un réglage ou une valeur et passer à l'option de menu suivante.

### FONCTION AUTO-ENTER (SAISIE AUTOMATIQUE)

La fonction Auto-Enter (saisie automatique) est toujours active dans le menu de paramétrage. Elle enregistre automatiquement les données et passe à l'option de menu suivante au bout de 20 secondes, sans que l'utilisateur n'ait à activer d'autres touches.

### LIMITE DE FOULÉE ATTEINTE

STRIDE (foulée) clignote jusqu'à ce que la durée d'inactivité soit écoulée.

## QUITTER LE MENU DE PARAMÉTRAGE

Appuyez sur la touche Leg Sculptor pour faire défiler toutes les options de menu. Appuyez de nouveau sur la touche Leg Sculptor de la dernière option du menu de paramétrage, soit Language (langue, LA), pour quitter le menu de paramétrage. Si vous n'appuyez sur aucune touche pendant 20 secondes au sein de l'option Language (langue, LA), vous quitterez automatiquement le menu de paramétrage.

### Touche Leg Sculptor

Permet d'enregistrer les modifications et d'accéder à l'option de paramétrage suivante. Appuyez sur la touche Leg Sculptor à la dernière option du menu pour quitter le menu de paramétrage.

### Touche d'augmentation de la foulée (vers le haut)

Permet d'augmenter les valeurs ou les paramètres du menu de paramétrage.

### Touche de diminution de la foulée (vers le bas)

Permet de diminuer les valeurs ou les paramètres du menu de paramétrage. Maintenez enfoncée la touche Leg Sculptor pendant 3 secondes au moins, puis appuyez sur la touche de diminution de la foulée pour accéder au menu de paramétrage.



## 7.2 OPTIONS DU MENU DE PARAMÉTRAGE

### AUDIO

L'option Audio permet d'activer/désactiver le son émis lorsque les touches Leg Sculptor et HAUT/BAS du réglage de la foulée sont activées. Afin de désactiver la fonction Audio des touches Leg Sculptor et HAUT/BAS du réglage de la foulée, vous devez désactiver la fonction Audio de la console principale. C'est en effet la console principale qui émet un son lorsque ces touches sont actionnées et non la zone d'activités. Ainsi, si vous souhaitez désactiver tous les sons, vous devez désactiver la fonction Audio à partir de la console principale et à partir de la zone d'activités. Veuillez vous référer au manuel de l'utilisateur pour de plus amples informations sur l'activation et la désactivation de la fonction Audio à partir de la console principale. Suivez les instructions ci-après pour activer ou désactiver la fonction Audio des touches Leg Sculptor et HAUT/BAS du réglage de la foulée.

**Remarque :** les étapes 1-4 ne concernent que la console Go. L'audio se paramètre sur la console pour le modèle Track+.

### INSTRUCTIONS DE RÉGLAGE DE L'AUDIO

**Étape 1.** Maintenez enfoncées les touches Leg Sculptor et BAS du réglage de la foulée pendant 3 secondes au moins.

**Étape 2.** La première option s'affichant est Audio (AU).

Pour activer ou désactiver la fonction Audio, appuyez sur la touche HAUT ou BAS du réglage de la foulée. Si la fonction est activée, une barre s'affiche au bas de l'écran. À l'inverse, si la fonction est désactivée, la barre s'affiche en haut.

**Étape 3.** Pour sélectionner l'ajustement de votre choix, appuyez une fois sur la touche Leg Sculptor. Les modifications apportées au réglage sont enregistrées, puis l'option de menu suivante s'affiche.

**Étape 4.** Pour sortir du menu de paramétrage, appuyez sur la touche Leg Sculptor afin de faire défiler toutes les options de menu. Une fois la dernière option atteinte, vous sortez du menu de paramétrage.



## CONTRASTE

Le contraste est la différence d'apparence entre les éléments activés et désactivés sur l'écran LCD. Si vous avez du mal à distinguer ou à lire les graphiques activés, vous pouvez ajuster le contraste à partir du menu de paramétrage. Les possibilités d'ajustement sont au nombre de trois : LOW, MID et HIGH (bas, moyen, haut). Suivez les instructions ci-après afin d'ajuster le contraste.

### INSTRUCTIONS DE RÉGLAGE DU CONTRASTE

**Etape 1.** Maintenez enfoncées les touches Leg Sculptor et BAS du réglage de la foulée pendant 3 secondes au moins.

**Etape 2.** La première option s'affichant est Audio (AU). Appuyez une fois sur la touche Leg Sculptor pour afficher l'option Contrast (contraste). L'option Contrast (contraste, CO) s'affiche.

**Etape 3.** Les barres situées à gauche de l'écran matérialisent le réglage du contraste. Si vous souhaitez modifier le contraste, appuyez sur la touche HAUT ou BAS de réglage de la foulée et choisissez entre LOW, MID et HIGH (bas, moyen, haut). L'apparence de l'écran diffère en fonction de chaque ajustement.

**Etape 4.** Pour sélectionner l'ajustement de votre choix, appuyez une fois sur la touche Leg Sculptor. Les modifications apportées au réglage sont enregistrées, puis l'option de menu suivante s'affiche.

**Etape 5.** Pour sortir du menu de paramétrage, appuyez sur la touche Leg Sculptor afin de faire défiler toutes les options de menu. Une fois la dernière option atteinte, vous sortez du menu de paramétrage.





## UNITÉS

L'option Units (unités) permet de modifier l'unité d'affichage de la longueur de foulée des pouces aux centimètres et vice versa. Suivez les instructions ci-après afin d'ajuster les unités.

**Remarque :** les étapes 1-4 ne concernent que la console Go. Les unités se paramètrent sur la console pour le modèle Track+.

### INSTRUCTIONS DE RÉGLAGE DES UNITÉS

**Étape 1.** Maintenez enfoncées les touches Leg Sculptor et BAS du réglage de la foulée pendant 3 secondes au moins.

**Étape 2.** La première option s'affichant est Audio (AU). Appuyez deux fois sur la touche Leg Sculptor pour afficher l'option suivante. L'option Units (unités, Un) s'affiche.

**Étape 3.** Pour modifier l'unité affichée, appuyez sur la touche HAUT ou BAS du réglage de la foulée. L'affichage alterne entre in (pouces) et cm (centimètres).

**Étape 4.** Pour sélectionner l'ajustement de votre choix, appuyez une fois sur la touche Leg Sculptor. Les modifications apportées au réglage sont enregistrées, puis l'option de menu suivante s'affiche.

**Étape 5.** Pour sortir du menu de paramétrage, appuyez sur la touche Leg Sculptor afin de faire défiler toutes les options de menu. Une fois la dernière option atteinte, vous sortez du menu de paramétrage.



## LANGUE

L'option Language (langue) permet de modifier la langue d'affichage du texte relatif à l'INTENSITÉ et à la FOULÉE. Suivez les instructions ci-après afin d'ajuster la langue.

**Remarque :** les étapes 1-4 ne concernent que la console Go. La langue se paramètre sur la console pour le modèle Track+.

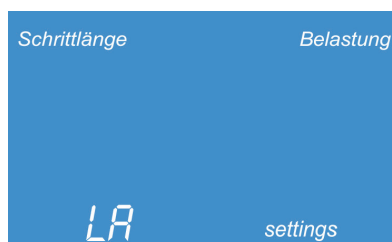
### INSTRUCTIONS DE RÉGLAGE DE LA LANGUE

**Étape 1.** Maintenez enfoncées les touches Leg Sculptor et BAS du réglage de la foulée pendant 3 secondes au moins.

**Étape 2.** La première option s'affichant est Audio (AU). Appuyez trois fois sur la touche Leg Sculptor pour afficher l'option Units. L'option Language (langue, LA) s'affiche.

**Étape 3.** Pour modifier l'option Language (langue) de l'anglais à l'allemand et vice versa, appuyez sur la touche HAUT ou BAS du réglage de la foulée. L'affichage alterne entre les langues disponibles.

**Étape 4.** Pour sélectionner l'ajustement de votre choix, appuyez une fois sur la touche Leg Sculptor. Les modifications apportées au réglage sont enregistrés, puis vous sortez du menu de paramétrage.



## CYCLE OPÉRATEUR

Le cycle opératoire est programmé dans l'unité. Il permet d'éviter que le dispositif de commande de la foulée ne surchauffe du fait d'une surutilisation de l'appareil. Par défaut, le cycle opératoire est désactivé, mais vous pouvez l'activer à partir du menu de paramétrage. Pour chaque seconde de fonctionnement du moteur, le cycle opératoire du dispositif de commande impose 8 secondes d'inactivité. Cette fonctionnalité évite ainsi la surutilisation du dispositif de commande.

Le modèle E5 est pourvu de 6 incréments de longueur de foulée, qui nécessitent chacun 6 secondes pour passer de l'un à l'autre. La zone d'activités contrôlant les moteurs de foulée, elle contrôle également le cycle opératoire du moteur afin d'éviter sa surutilisation.

La zone d'activités fonctionne selon la durée maximale d'activités autorisée pour la machine (saisie dans les paramètres, soit 45 secondes par défaut), qui correspond au temps pendant lequel le moteur est autorisé à fonctionner avant d'être coupé pour son refroidissement. Pour chaque seconde d'activités du moteur, la durée est retranchée de 1. Toutes les 8 secondes (par défaut) le moteur est coupé.

Chaque fois que vous appuyez sur la touche STRIDE (foulée), la zone d'activités contrôle la minuterie d'activités et vérifie si elle dispose d'assez de temps pour passer à l'incrément suivant (6 secondes). Si le temps est suffisant, le moteur est activé. Dans le cas contraire, la zone d'activités ignore la commande et STRIDE (foulée) se met à clignoter. STRIDE (foulée) clignote jusqu'à ce que la durée d'inactivité soit terminée. Vos commandes continuent d'être ignorées et STRIDE (foulée) clignote jusqu'à ce que la machine dispose du temps nécessaire pour passer à l'incrément suivant. Si vous changez la position de fonctionnement pendant la marche, la minuterie vérifie également si la machine dispose de suffisamment de temps. Si la nouvelle position n'est pas validée, le moteur continue et la minuterie d'activités requiert moins de temps.

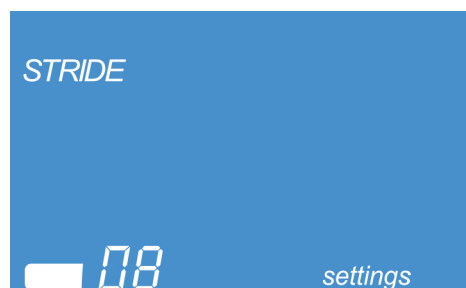
### LIMITATION MAXIMALE DE LA FOULÉE.

**Etape 1.** Maintenez enfoncées les touches Leg Sculptor et BAS du réglage de la foulée pendant 3 secondes au moins. Appuyez quatre fois sur la touche Leg Sculptor pour afficher l'option Stride Max Limitation (limitation maximale de la foulée). Le mode par défaut est -- ou 0.



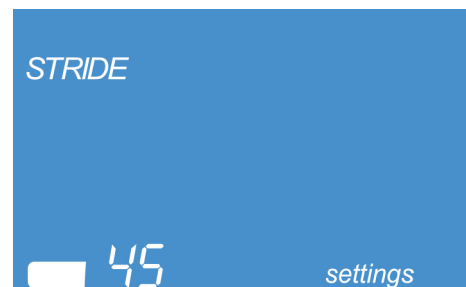
Valeur par défaut (Off)

**Etape 2.** Pour ajuster la durée d'activités, appuyez sur la touche HAUT ou BAS de réglage de la foulée. La durée d'activités par défaut est 0 ou OFF. Vous pouvez choisir une valeur entre 0 et 8 secondes.



8 secondes - On

**Etape 3.** Pour régler la durée d'inactivité, appuyez une fois sur la touche HAUT ou BAS de réglage de la foulée. La durée d'inactivité peut être définie une fois la durée d'activité sélectionnée. Vous pouvez choisir entre 45 et 60 secondes.



45 secondes - Off



# 8 ASSISTANCE ET MAINTENANCE

## 8.1 DÉPANNAGE

PROBLÈME	CAUSE/SOLUTION
<i>Pas d'alimentation électrique.</i>	Vérifiez que le cordon d'alimentation électrique est correctement branché à l'arrière de l'appareil ainsi qu'au niveau de la prise murale. Vérifiez que le cordon d'alimentation est branché à fond à l'arrière de l'appareil.
	Vous vous trouvez peut-être en mode Energy Saver (économie d'énergie). Appuyez sur la touche Energy Saver (économie d'énergie) pour vérifier si la console s'allume.
	Vérifiez que toutes les connexions client sont bonnes. Pour ce faire, débranchez et rebranchez chacune d'elles. Vérifiez qu'aucun câble n'a été pincé lors de l'assemblage.
<i>Les bras de la machine semblent lâches.</i>	Ôtez les caches des pivots des bras mobiles et vérifiez que le boulon maintenant les bras est bien serré. Si les bras mobiles semblent toujours lâches, désassemblez-les et vérifiez que vous avez bien utilisé la visserie indiquée dans la notice.
<i>Les pédales sont bruyantes.</i>	Il est normal que les pédales émettent un bruit. Ce dernier varie en fonction du poids de l'utilisateur. Vérifiez que la visserie située sous les pédale est correctement arrimée.
<i>Plus la vitesse est élevée, plus le bruit augmente</i>	Il est normal qu'un dispositif mécanique, quel qu'il soit, devienne plus bruyant à mesure que sa vitesse augmente.
<i>La résistance au démarrage est trop importante.</i>	Vous êtes peut-être en mode Safety (sécurité). Référez-vous au manuel de la console afin de désactiver ce mode.
	Placez l'interrupteur sur OFF, puis de nouveau sur ON.
<i>Le changement de résistance est imperceptible pour les niveaux les plus faciles.</i>	La courbe de résistance du cross-trainer Total-Body elliptique est en effet conçue de manière à ce que l'utilisateur ressente une différence de résistance d'autant plus grande que le niveau est élevé.
<i>La mesure sans fil de la fréquence cardiaque ne fonctionne pas.</i>	Il existe différentes raisons qui peuvent justifier le mauvais fonctionnement de la mesure sans fil de la fréquence cardiaque :  <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La mesure sans fil de la fréquence cardiaque est désactivée dans le menu de paramétrage. Accédez au menu de paramétrage et vérifiez que l'option WIRELESS HR (FC sans fil) est activée.</li> <li>2. Il existe un mauvais contact entre la sangle thoracique de la fréquence cardiaque et la peau.</li> <li>3. Les interférences électriques causées par des appareils électriques (lumières fluorescentes, appareils ménagers, etc.) gênent le fonctionnement de la sangle. Déplacez le tapis de course ou éloignez les appareils électriques de celui-ci.</li> <li>4. La pile de la sangle doit être remplacée. Cette pile est de type CR2032 (3 V).</li> </ol>
<i>Les stabilisateurs émettent des craquements.</i>	Vérifier que l'écrou du patin réglable est bien ajusté contre le tube du stabilisateur une fois la machine mise à niveau. Vérifiez que l'écrou est bien serré.
<i>La fenêtre LEVEL (niveau) affiche OFF.</i>	Placez l'interrupteur sur OFF, puis de nouveau sur ON.
	Si l'appareil ne se met pas sous tension, le système de résistance est en cause. Appelez le Service à la clientèle de Life Fitness pour obtenir de l'assistance.

<p><i>Les capteurs de fréquence cardiaque affichent une valeur incorrecte.</i></p>	<p>Veillez à saisir fermement les capteurs et à garder les mains immobiles. Si la fréquence cardiaque semble beaucoup plus haute ou plus basse que prévue, retirez les mains des capteurs jusqu'à ce qu'elle ne s'affiche plus.</p> <p>Conseils relatifs à la mesure de la fréquence cardiaque par contact :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Essuyez-vous les mains pour éviter qu'elles ne glissent sur les capteurs.</li> <li>2. Placez bien les mains sur les quatre capteurs (deux pour chaque main).</li> <li>3. Serrez bien les capteurs.</li> <li>4. Appliquez une pression constante sur les capteurs.</li> <li>5. Il se peut que le délai d'affichage des valeurs soit un peu plus long.</li> </ol> <p><b>Remarque :</b> les poignées capteurs de fréquence cardiaque calculent la valeur approximative de la fréquence cardiaque. Ces appareils ne sont pas destinés à un usage médical.</p>
<p><i>STRIDE (foulée) clignote (E5)</i></p>	<p>Le cycle opératoire est activé afin d'éviter une surutilisation de la machine. Référez-vous à la section 7.2 pour plus d'informations sur la façon de le désactiver.</p>
<p><i>L'écran de la zone d'activités s'éteint sans cesse. (E5)</i></p>	<p>La zone d'activités passe en mode Energy Saver (économie d'énergie) en même temps que la console.</p>
<p><i>CoachZone reste désactivé. (E3)</i></p>	<p>CoachZone est pré-réglé pour que les indicateurs s'éteignent au bout de 5 minutes d'inactivité pour économiser l'énergie.</p>
<p><i>L'ajustement de la foulée ne fonctionne pas. (E5)</i></p>	<p>Mettez le cross-trainer hors tension. Remplacez l'interrupteur sur ON après 30 secondes et essayez de nouveau d'ajuster la foulée. <b>Remarque :</b> le cycle opératoire peut empêcher l'ajustement de la foulée. Référez-vous à la section 6.1 pour plus d'informations sur la façon de le modifier.</p>
<p><i>La longueur de foulée change automatiquement. (E5)</i></p>	<p>Vérifiez que le mode Leg Sculptor est activé. Si tel est le cas, l'icône Leg Sculptor est activée. Le mode Leg Sculptor règle automatiquement la foulée toutes les 2 minutes pendant un exercice. Pour désactiver le mode Leg Sculptor, appuyez sur la touche Leg Sculptor.</p>
<p><i>L'ajustement de la foulée est bruyant. (E5)</i></p>	<p>Il est normal que l'ajustement de la foulée émette un bruit. Le son des moteurs varie en fonction de la charge.</p>
<p><i>La foulée semble plus longue d'un côté que de l'autre. (E5)</i></p>	<p>Placez l'interrupteur sur OFF. Rallumez l'appareil au bout de 30 secondes. Essayez de nouveau.</p>
<p><i>La foulée est modifiée au sortir du mode Energy Saver (économie d'énergie). (E5)</i></p>	<p>Lorsque le modèle E5 quitte le mode Energy Saver (économie d'énergie), la longueur de foulée s'ajuste à la position initiale.</p>
<p><i>La zone d'activités affiche E5. (E5)</i></p>	<p>L'une des touches de la zone d'activités est restée enfoncée. Vérifiez les touches Leg Sculptor et HAUT/BAS du réglage de la foulée. Si la touche est débloquée, E5 ne s'affiche plus.</p>
<p><i>La zone d'activités affiche le message Settings (paramètres) et ne fonctionne pas. (E5)</i></p>	<p>Vous êtes dans le menu de paramétrage. Pour quitter le menu de paramétrage, appuyez sur la touche Leg Sculptor jusqu'à ce que vous ayez quitté de ce menu.</p>
<p><i>La zone d'activités affiche des informations non pertinentes. (E5)</i></p>	<p>Vous êtes sans doute dans le menu de paramétrage ou de diagnostics. Pour sortir de ces menus, maintenez la touche Leg Sculptor enfoncée.</p>
<p><i>Des erreurs s'affichent dans la zone d'activités. (E5)</i></p>	<p>Éteignez puis rallumez l'unité afin de réinitialiser la zone d'activités.</p>

<p>Mon iPod n'est pas reconnu. <b>Remarque</b> : console Track+ uniquement.</p>	<p>Ce message s'affiche si la version de l'iPod Player n'est pas prise en charge par l'appareil. Il peut également s'afficher si le connecteur de l'appareil ou l'iPod sont endommagés.</p>
<p>L'iPod ne se charge pas en mode Energy Saver (économie d'énergie). <b>Remarque</b> : console Track+ uniquement.</p>	<p>Votre iPod ne se charge pas lorsque le cross-trainer passe en mode Energy Saver (économie d'énergie), ce qui est tout à fait normal.</p>
<p>Le message Low Battery (batterie faible) s'affiche sur la console. <b>Remarque</b> : console Track+ uniquement.</p>	<p>La console est équipée d'une pile interne assurant le fonctionnement de l'horloge en temps réel lorsque le cross-trainer est débranché. Cette horloge n'est utile que si vous utilisez le site web Entraîneur virtuel de Life Fitness. Si vous n'utilisez pas le site, vous n'avez pas besoin de remplacer la pile. Pour plus d'informations sur le remplacement de la pile, contactez le Service à la clientèle. Cette pile est de type CR1632 (3 V).</p>
<p>Le message suivant s'affiche lorsque j'essaie d'enregistrer un exercice sur ma clé USB : UNABLE TO SAVE SEE MANUAL (enregistrement impossible, voir manuel). <b>Remarque</b> : console Track+ uniquement.</p>	<p>La console n'a peut-être pas reconnu la clé USB. Ôtez la clé USB et rebranchez-la. La clé USB est peut-être pleine. La clé USB n'est peut-être pas compatible avec l'unité. Essayez une autre clé USB.</p>

## 8.2 CONSEIL DE MAINTENANCE PRÉVENTIVE

Le cross-trainer Total-Body elliptique Life Fitness, qui bénéficie de l'excellence et de la fiabilité technique de Life Fitness, est l'un des appareils d'exercice les plus robustes et les plus stables du marché.

**Remarque :** pour conserver un matériel sûr, il convient de l'inspecter régulièrement afin de déceler tout signe d'usure ou d'endommagement. N'utilisez pas l'appareil tant que les pièces défectueuses n'ont pas été réparées ou remplacées. Prêtez une attention particulière aux pièces sujettes à usure, tel que décrit ci-dessous.

Les conseils de maintenance préventive suivants vous permettront de profiter au mieux des capacités de votre cross-trainer Life Fitness.

<b>Important :</b> mettez le cross-trainer hors tension et débranchez-le avant d'effectuer toute opération d'entretien.	
Une fois par semaine	Inspectez le cordon d'alimentation. Si le cordon est endommagé, contactez le service d'assistance technique. Assurez-vous que le cordon est positionné à un endroit où il ne risque pas d'être endommagé.
Une fois par mois	Nettoyez la surface supérieure des pédales.
	Nettoyez la console d'affichage et toutes les surfaces externes à l'eau, au savon doux et avec un chiffon en coton doux, ou avec un produit de nettoyage approuvé par Life Fitness.
	<b>Remarque :</b> n'utilisez pas de serviettes en papier, d'ammoniaque, ni de nettoyeurs à base d'acide. N'appliquez jamais de nettoyeur directement sur l'appareil. Pulvérisez le produit de nettoyage sur un chiffon doux, puis essuyez l'appareil.
	Vérifiez que les pièces extérieures ne sont pas usées et que les vis d'assemblage utilisateur sont bien serrées.

**Remarque :** les ongles longs risquent d'endommager ou de rayer la surface de la console. Appuyez sur les touches du bout des doigts.

### Produits nettoyants homologués par LIFE FITNESS

Les experts Life Fitness ont retenu deux produits nettoyants en particulier : le nettoyant PureGreen 24 et les lingettes Gym Wipes. Ces deux produits nettoient de manière sûre et efficace les saletés et la transpiration déposées sur vos appareils. Le PureGreen 24 et la formule antibactérienne des lingettes Gym Wipes sont tous deux des produits désinfectants agissant efficacement contre le staphylocoque doré et le H1N1.

Le PureGreen 24 est disponible sous forme de spray. Pulvérisez le produit sur un chiffon microfibre et essuyez l'équipement. Laissez agir le PureGreen 24 sur l'équipement pendant 2 minutes minimum pour une désinfection générale, ou 10 minutes minimum pour traiter l'appareil contre les champignons et les virus.

Les lingettes pré-imprégnées Gym Wipes ont été conçues dans un format large et résistant, pratique pour un nettoyage avant et après l'utilisation de la machine. Utilisez les lingettes Gym Wipes sur l'équipement pendant 2 minutes minimum pour une désinfection générale.

Pour commander ces produits, veuillez contacter le Service à la clientèle de Life Fitness. Appelez le 1-800-351-3737 ou envoyez un email à : [customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com).

### Produits de nettoyage compatibles avec les appareils LIFE FITNESS

Vous pouvez également utiliser une solution d'eau et de savon doux ou un produit d'entretien ménager non abrasif pour nettoyer les écrans et les surfaces extérieures. Utilisez uniquement un chiffon en microfibres. Appliquez le nettoyant sur le chiffon en microfibres avant de le passer sur la machine. N'UTILISEZ PAS d'ammoniaque, ni de nettoyeurs à base d'acide. N'UTILISEZ PAS de nettoyeurs abrasifs. N'UTILISEZ PAS de serviettes en papier. N'APPLIQUEZ PAS de produits de nettoyage directement sur la surface des équipements.

### 8.3 CALENDRIER DE MAINTENANCE PRÉVENTIVE

Pièce	Une fois par semaine	Une fois par mois	Tous les 6 mois
Console	Nettoyer		Inspecter
Porte-bidons	Nettoyer	Inspecter	
Boulons de la console			Inspecter
Cadre	Nettoyer		Inspecter
Caches en plastique	Nettoyer	Inspecter	Inspecter
Capteurs Lifepulse	Nettoyer/Inspecter		
Pédales et sangles	Nettoyer	Inspecter	

### 8.4 ASSISTANCE

1. Contactez votre revendeur ou le Service à la clientèle de Fitness au 1-800-391-3737.
2. Vérifiez les symptômes et consultez le mode d'emploi, ainsi que le tableau de dépannage.
3. Localisez les numéros de série de l'unité. La plaque signalétique est située sur le stabilisateur arrière. Ayez également à portée de main une preuve d'achat.

# 9 SPÉCIFICATIONS

	E5	E3	E1
<b>Usage prévu</b>	Domestique	Domestique	Domestique
<b>Poids maximal de l'utilisateur</b>	400 lb/181 kg	400 lb/181 kg	400 lb/181 kg
<b>Système de résistance</b>	Courant de Foucault	Courant de Foucault	Courant de Foucault
<b>Longueur de foulée</b>	18-24 po (46-61 cm) (ajustable par incréments d'un pouce, [2,5 cm])	20 po (51 cm) (foulée fixe)	20 po (51 cm) (foulée fixe)
<b>Commandes utilisateur</b>	Zone d'activités	Coach Zone	Aucun
<b>Fréquence cardiaque par contact</b>	Sur les poignées multigrips, fixes et mobiles	Sur les poignées multigrips, fixes et mobiles	Sur les poignées fixes uniquement
<b>Accessoires</b>	2 porte-bidons et un plateau à accessoires amovibles	2 porte-bidons et un plateau à accessoires	2 porte-bidons et un plateau à accessoires
<b>Bloc d'alimentation</b>	120 V c. a. ; 60 Hz ; 12 A ou 230 V c. a. ; 50 Hz ; 6,3 A	120 V (E-U), 220 V (Europe), 240+ V (Australie)	120 V (E-U), 220 V (Europe), 240+ V (Australie)

<b>Dimensions totales</b>	<b>E5</b>	<b>E3</b>	<b>E1</b>
Longueur	84,1 po/214 cm	81,7 po/214 cm	81,7 po/214 cm
Largeur	34,1 po/87 cm	34,1 po/87 cm	30 po/76,2 cm
Hauteur	65,6 po/167 cm	61,1 po/155 cm	58,9 po/150 cm
Poids	250,8 lb/114 kg	222 lb/101 kg	211 lb/96 kg
<b>Dimensions à l'expédition</b>			
Longueur	83 po/210 cm	81 po/207 cm	81 po/207 cm
Largeur	20 po/51 cm	20 po/51 cm	20 po/51 cm
Hauteur	32 po/81 cm	32 po/81 cm	32 po/81 cm
Poids	292,6 lb/133 kg	253 lb/115 kg	242 lb/110 kg

Les manuels de l'utilisateur et d'autres informations produits sont disponibles à l'adresse  
<https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents>

# 10 GARANTIE

Modèle	À vie limitée	5 ans	5 ans	1 an
Base de cross-trainer E5	Cadre	Système de résistance	Pièces électriques et pièces mécaniques	Main-d'œuvre
Base du cross-trainer E3	Cadre	Système de résistance	Pièces électriques et pièces mécaniques	Main-d'œuvre
Base du cross-trainer E1	Cadre	Système de résistance	Pièces électriques et pièces mécaniques	Main-d'œuvre

## EXCLUSIONS DE LA GARANTIE :

Le produit de consommation Life Fitness (« le Produit ») est garanti contre tout vice de matériau ou de fabrication.

## BÉNÉFICIAIRE DE LA GARANTIE :

L'acheteur d'origine ou toute personne recevant un Produit nouvellement acheté comme cadeau par l'acheteur d'origine. La garantie s'annule en cas de transfert.

## DURÉE DE LA GARANTIE :

Usage privé : Tous les composants électriques et mécaniques, ainsi que la main-d'œuvre, sont couverts à partir de la date d'achat, comme indiqué dans le tableau ci-dessus.

Usage public : Garantie nulle (ce Produit est destiné à un usage privé uniquement).

## PARTIE S'ACQUITTANT DES FRAIS D'EXPÉDITION ET D'ASSURANCE EN CAS D'ASSISTANCE REQUISE :

Si le Produit ou toute pièce garantie doivent être retournés pour réparation, Life Fitness prend en charge les frais d'expédition et d'assurance durant la période de garantie (aux États-Unis seulement). L'acheteur doit prendre en charge les frais d'expédition et d'assurance au-delà de la période de garantie.

## NOTRE ENGAGEMENT EN CAS DE DÉFAUTS COUVERTS PAR LA GARANTIE :

Nous vous enverrons des pièces de rechange neuves ou reconstruites ou, à notre discrétion, nous remplacerons le produit. Les pièces ainsi remplacées sont garanties durant la période restante de la garantie d'origine.

## EXCLUSIONS DE LA GARANTIE :

Toute défaillance et tout dommage ayant les origines suivantes : services non autorisés, usage inapproprié, accident, négligence, installation ou assemblage incorrects, débris résultant de travaux de construction à proximité du Produit, rouille ou corrosion dus à l'emplacement du Produit, altérations ou modifications sans notre autorisation écrite ou non-respect de votre part des instructions d'utilisation, de fonctionnement et d'entretien du Produit, comme indiqué dans le Manuel d'utilisation (« Manuel »). Les conditions de cette garantie sont nulles si le Produit est expédié hors des États-Unis d'Amérique (à l'exception de l'Alaska, Hawaii et du Canada). Le Produit est soumis aux conditions établies par le représentant Life Fitness autorisé du pays dans lequel le Produit est installé.

## MARCHE À SUIVRE :

Conserver une preuve d'achat. Utiliser, exploiter entretenir le produit comme indiqué dans le présent manuel. Signaler au Service à la clientèle tout défaut dans les 10 jours du constat ; si vous y êtes invité, retourner toute pièce défectueuse ou, si nécessaire, le Produit entier, pour obtenir une pièce de rechange. Life Fitness se réserve le droit de décider si le Produit doit être retourné pour réparation.

## MANUEL DE L'UTILISATEUR :

VOUS DEVEZ IMPÉRATIVEMENT LIRE LE MANUEL avant de faire fonctionner le Produit. N'oubliez pas d'appliquer les conditions d'entretien périodique définies dans le manuel pour garantir un fonctionnement correct et assurer votre satisfaction continue.

**ENREGISTREMENT DU PRODUIT :**

Enregistrez votre produit à l'adresse suivante : [www.lifefitness.com/home/product-registration.html](http://www.lifefitness.com/home/product-registration.html). Dès réception, vous serez enregistré comme le propriétaire du Produit avec votre nom, adresse et date d'achat. L'enregistrement en tant que propriétaire garantit votre couverture en cas de perte de preuve d'achat. Veuillez conserver une preuve d'achat, comme la facture ou un reçu.

**COMMANDE DE PIÈCES DE RECHANGE ET DEMANDE D'ENTRETIEN :**

Référez-vous à la page 1 de ce manuel pour les informations de contact des coordonnées du centre de réparation le plus proche. Indiquez votre nom, votre adresse, ainsi que le numéro de série de votre Produit (les consoles et les cadres ont leur propre numéro de série). Ils vous diront comment obtenir une pièce de rechange ou, si nécessaire, organiser un service à l'endroit où se trouve votre produit

**GARANTIE EXCLUSIVE :**

CETTE GARANTIE LIMITÉE REMPLACE TOUTE AUTRE GARANTIE QUELCONQUE, EXPRESSE ET IMPLICITE, NOTAMMENT, MAIS NON EXCLUSIVEMENT LES GARANTIES IMPLICITES DE QUALITÉ MARCHANDE OU D'ADÉQUATION À UNE UTILISATION PARTICULIÈRE, ET TOUTE AUTRE OBLIGATION OU RESPONSABILITÉ DE NOTRE PART. Nous n'autorisons aucun tiers à assumer à notre place les obligations ou responsabilités relatives à la vente de ce Produit. En aucun cas nous ne serons responsables en vertu de cette garantie, ou autrement, de dommages corporels ou matériels, pertes de profits ou d'économies comprises, de dommages particuliers, indirects, secondaires, accessoires ou collatéraux, de quelque nature qu'ils soient, dus à l'utilisation du produit ou à l'incapacité de l'utiliser. Certains États n'autorisant pas l'exclusion ou la limitation de garanties implicites ou de dommages accidentels ou consécutifs, il se peut que les limitations et exclusions susmentionnées ne vous concernent pas. Les garanties peuvent différer hors des États-Unis. Contactez Life Fitness pour de plus amples informations.

**LA GARANTIE N'EST PAS MODIFIABLE :**

Nul n'est autorisé à changer, modifier ou étendre les conditions de cette garantie limitée.

**EFFETS DE LA LOI S'APPLIQUANT AUX ÉTATS-UNIS D'AMÉRIQUE :**

Cette garantie vous accorde des droits légaux spécifiques ; il est cependant possible que vous disposiez d'autres droits, selon votre pays.