

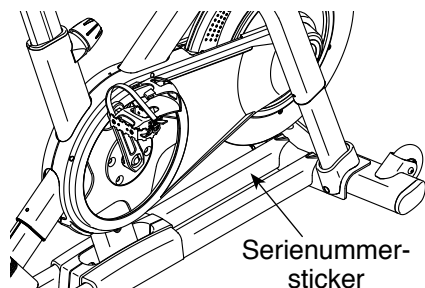
NordicTrack®

COMMERCIAL S10i STUDIO CYCLE

Modelnr. NTEX03121-INT.2

Serienr. _____

Schrijf het serienummer in het vakje hierboven voor latere raadpleging.



KLANTENSERVICE

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

207 082 883

Maandag–Vrijdag 08:00–17:00

Website:

iconsupport.eu/nl

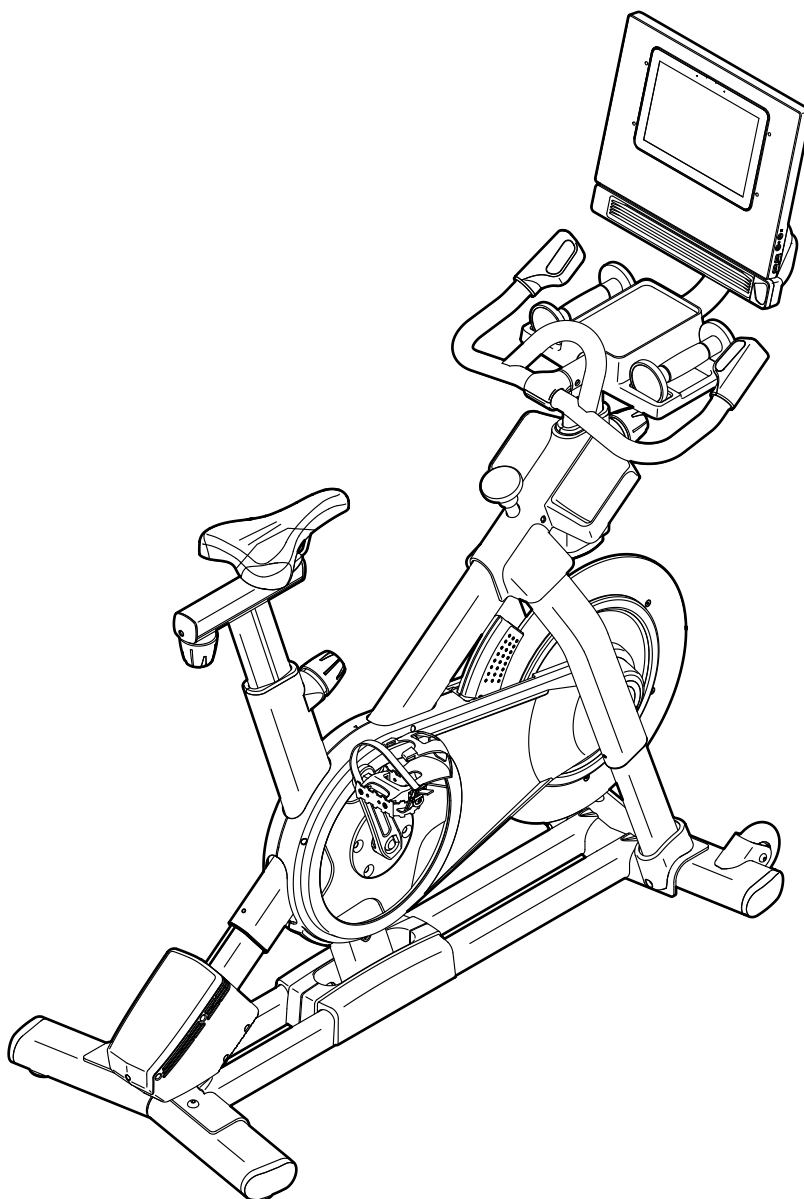
Email:

csuk@iconeurope.com

⚠ OPGELET

Lees alle voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding door voordat u deze apparatuur gebruikt. Bewaar deze handleiding voor latere raadpleging.

GEBRUIKERSHANDLEIDING



iconeurope.com

INHOUDSOPGAVE

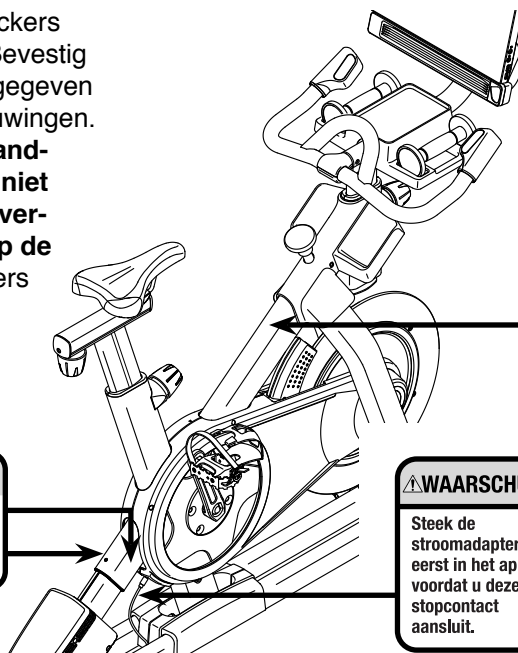
PLAATSING WAARSCHUWINGSSTICKER	2
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN	3
VOORDAT U BEGINT	4
ONDERDELENOVERZICHT	5
MONTAGE	6
DE STUDIOFIETS GEBRUIKEN	14
HET BEDIENINGSPANEEL GEBRUIKEN	17
ONDERHOUD EN PROBLEEMOPLOSSING	28
TRAININGSRICHTLIJNEN	31
ONDERDELENLIJST	32
GEDETAILLEERDE TEKENING	34
VERVANGINGSONDERDELEN BESTELLEN	Achterkant
RECYCLINGINFORMATIE	Achterkant

PLAATSING WAARSCHUWINGSSTICKER

De hier afgebeelde waarschuwingsstickers worden bij dit product meegeleverd. Bevestig de waarschuwingsstickers op de aangegeven locatie bovenop de Engelse waarschuwingen.

Raadpleeg de voorkant van deze handleiding als een sticker ontbreekt of niet leesbaar is en vraag om een gratis vervangende sticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats. Let op: De stickers worden mogelijk niet op ware grootte weergegeven.

⚠WAARSCHUWING
Houdt u handen en voeten tijdens gebruik bij de hellingbaan weg.



⚠WAARSCHUWING
Steek de stroomadapter altijd eerst in het apparaat voordat u deze op een stopcontact aansluit.

⚠WAARSCHUWING

- Foutief gebruik van deze machine kan leiden tot ernstig letsel.
- Lees de gebruikershandleiding voor gebruik en volg alle waarschuwingen en instructies.
- Houd kinderen uit de buurt van de machine.
- Pedalen blijven draaien als u stopt met stappen.
- Draaiende pedalen kunnen letsel veroorzaken.
- Verlaag de pedaalsnelheid op een gecontroleerde manier.
- Gebruiker mag niet meer wegen dan 150 kg.
- Dit product dient altijd te worden gebruikt op een vlakke ondergrond.
- Dit product is niet bedoeld voor therapeutisch gebruik.
- Vergrendel de fiets voor de veiligheid wanneer u deze niet gebruikt.
- Vervang het label indien het beschadigd, onleesbaar of verwijderd is.

NORDICTRACK en IFIT zijn geregistreerde handelsmerken van ICON Health & Fitness, Inc. Het woordmerk Bluetooth® en de logo's zijn geregistreerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc. en worden onder licentie gebruikt. Google Maps is een handelsmerk van Google LLC. Wi-Fi is een geregistreerd handelsmerk van Wi-Fi Alliance. WPA en WPA2 zijn handelsmerken van Wi-Fi Alliance.

BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN

⚠ WAARSCHUWING: Lees alle belangrijke voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding, en alle waarschuwingen op uw studiofiets, voordat u uw studiofiets gebruikt om het risico op ernstig letsel te verminderen. ICON is niet verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of schade opgelopen door dit product of tijdens het gebruik van dit product.

1. De eigenaar moet zich te ervan vergewissen dat allen die gebruik maken van de studiofiets voldoende op de hoogte zijn van alle voorzorgsmaatregelen.
2. Raadpleeg uw huisarts voordat u met een trainingsprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen ouder dan 35 jaar of met bestaande gezondheidsproblemen.
3. De studiofiets is niet bedoeld om gebruikt te worden door personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of verstandelijke vermogens of met een gebrek aan ervaring en kennis, tenzij er toezicht is of tenzij zij instructie hebben ontvangen over het gebruik van de studiofiets door iemand die voor hun veiligheid verantwoordelijk is.
4. Gebruik de studiofiets alleen zoals in deze handleiding beschreven wordt.
5. Deze studiofiets is alleen voor huiselijk gebruik bedoeld. Gebruik de studiofiets niet commercieel of voor verhuur.
6. Gebruik de studiofiets uitsluitend binnenshuis en uit de buurt van vocht en stof. Plaats de studiofiets niet in een garage, op een overdekt terras of bij water.
7. Plaats de studiofiets op een vlakke ondergrond met een matje eronder om uw vloer(bedekking) te beschermen. Zorg dat er tenminste 0,6 m ruimte is rond de studiofiets.
8. Controleer steeds bij gebruik alle onderdelen van de studiofiets en draai ze goed vast. Vervang versleten onderdelen meteen.
9. Sluit de stroomadapter altijd aan op de studiofiets voordat u deze op een stopcontact aansluit.
10. Houd te allen tijde kinderen jonger dan 16 en huisdieren bij de studiofiets vandaan.
11. De studiofiets kan alleen door mensen die minder dan 150 kg wegen worden gebruikt.
12. Draag geschikte kleding tijdens het oefenen. Draag nooit losse kleding die in de studiofiets bekneld kunnen raken. Draag altijd sportschoenen voor voetbescherming.
13. Wees voorzichtig bij het op- en afstappen van de studiofiets.
14. Houdt tijdens het gebruik van de studiofiets uw rug recht. Krom uw rug niet.
15. De studiofiets heeft geen vrijloop; de pedalen blijven ronddraaien totdat het vliegwiel stopt. Verlaag op beheerste wijze uw fietssnelheid.
16. Om het vliegwiel snel te stoppen, drukt u de remknop omlaag.
17. Wanneer de studiofiets niet wordt gebruikt, drukt u de remknop omlaag en zet u hem stevig vast.
18. Te veel trainen kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Stop onmiddellijk en begin met afkoelen als u tijdens het trainen uitgeput raakt, kortademig wordt of pijn voelt.

VOORDAT U BEGINT

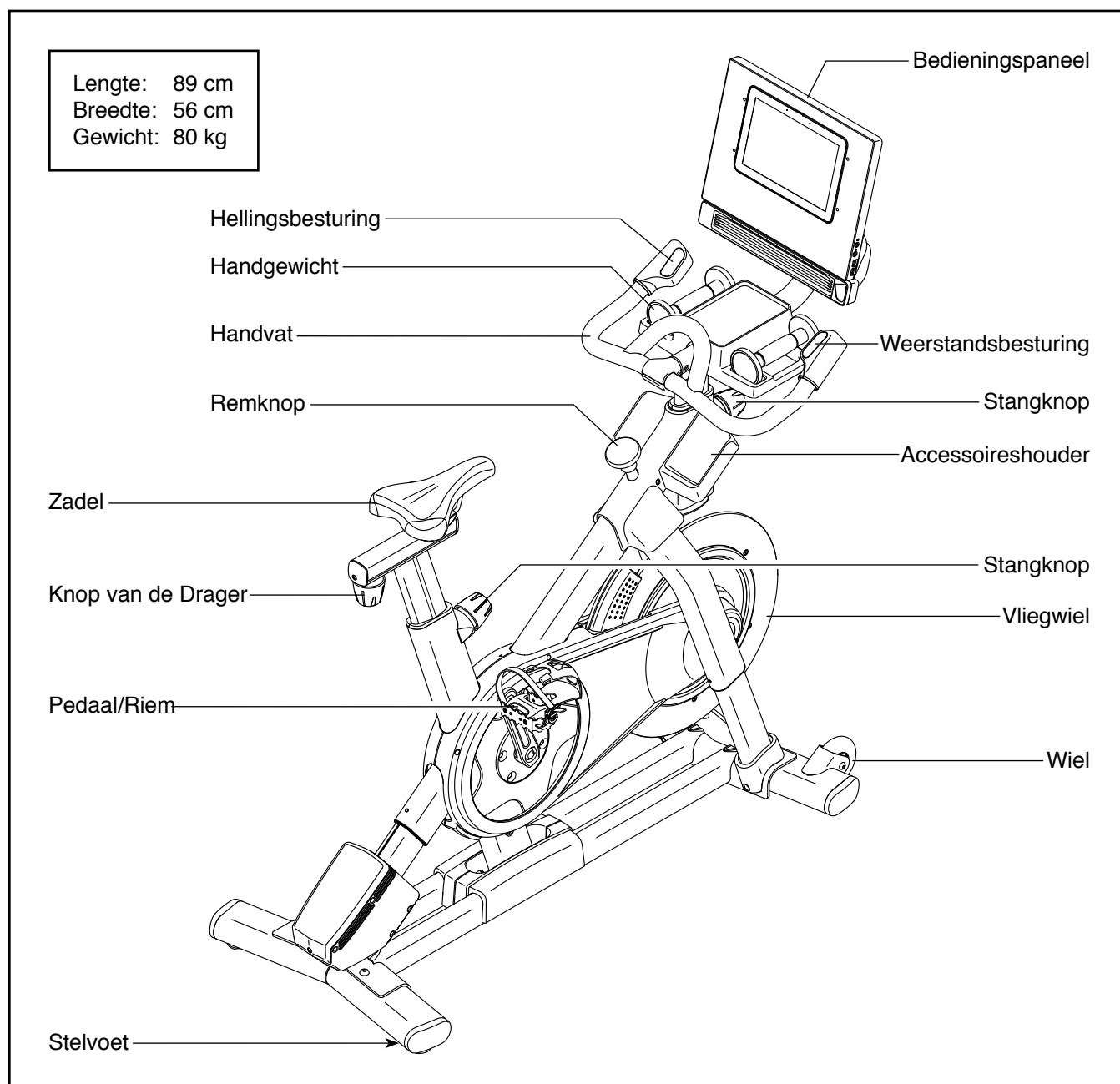
Gefeliciteerd met uw keuze voor het revolutionaire NORDICTRACK® COMMERCIAL S10I STUDIO CYCLE. De COMMERCIAL S10I STUDIO CYCLE is anders dan elke gewone trainingsfiets.

Met volledige aanpasbaarheid, een interactief draadloos bedieningspaneel met touchscreen, een hellingsysteem dat een echt terrein simuleert, en een reeks andere functies, biedt de COMMERCIAL S10I STUDIO CYCLE een meeslepende thuis-studio-fietservaring.

Lees voor uw eigen welzijn deze handleiding zorgvuldig door voordat u de studiofiets gebruikt.

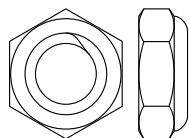
Raadpleeg de voorkant van deze handleiding als u na het doorlezen van deze handleiding nog vragen hebt. Noteer het productmodel- en serienummer voordat u contact met ons opneemt, zodat wij u van dienst kunnen zijn. U vindt het modelnummer en de locatie van de serienummersticker op de voorkant van deze handleiding.

Voordat u verder leest, dient u zich vertrouwd te maken met de onderdelen die in de onderstaande tekening zijn aangeduid.



ONDERDELENOVERZICHT

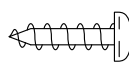
Raadpleeg de onderstaande afbeeldingen voor een overzicht van de kleine onderdelen die nodig zijn voor montage. Het nummer tussen haakjes onder elke tekening is het referentienummer van het onderdeel. U vindt alle onderdelen terug in de ONDERDELENLIJST achterin deze handleiding. Het getal volgend op het referentienummer geeft het aantal te monteren onderdelen aan. **Let op: Als er een onderdeel van de kit met bevestigingsonderdelen lijkt te ontbreken, controleer dan eerst of het vooraf al is gemonteerd. Er kunnen extra onderdelen zijn meegeleverd.**



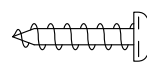
M10 Tegenmoer
(95)–1



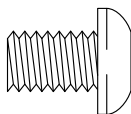
M4 x 10mm
Machineschroef
(12)–2



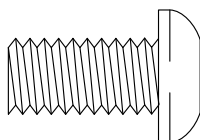
M4 x 14mm
Schroef
(17)–4



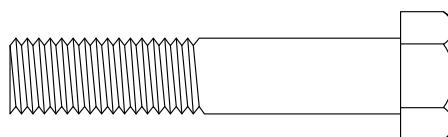
M4 x 16mm
Schroef
(83)–4



M8 x 12mm
Vleeschroef
(93)–4



M10 x 20mm
Schroef (105)–12

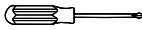


M10 x 52mm Bout (94)–1

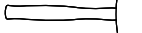
MONTAGE

- De montage moet door twee personen worden uitgevoerd.
- Plaats alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal niet weg tot u volledig klaar bent met alle montagestappen.
- Voor het vaststellen van de kleine onderdelen, kijkt u op bladzijde 5.
- Gebruik geen elektrisch gereedschap om schade aan onderdelen te voorkomen.

- U hebt behalve het meegeleverde gereedschap ook het volgende gereedschap nodig:

een kruiskopschroevendraaier 

een verstelbare moersleutel 

een rubberhamer 

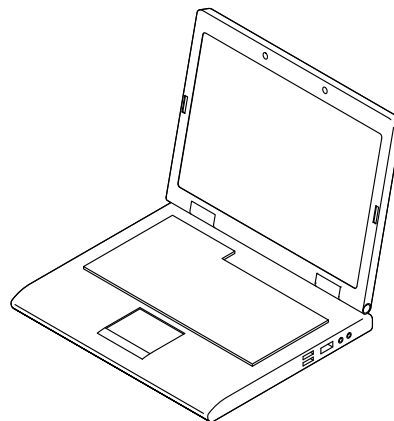
Het monteren gaat mogelijk eenvoudiger met uw eigen set sleutels.

1. Ga naar iconsupport.eu op uw computer en registreer uw product om:

- uw eigendom vast te leggen
- uw garantie te activeren
- prioriteit bij klantondersteuning te krijgen als u ooit hulp nodig heeft

Let op: Indien u geen toegang tot internet heeft, kunt u bellen met de Klantenservice (zie de voorkant van deze handleiding) en uw product registreren.

1

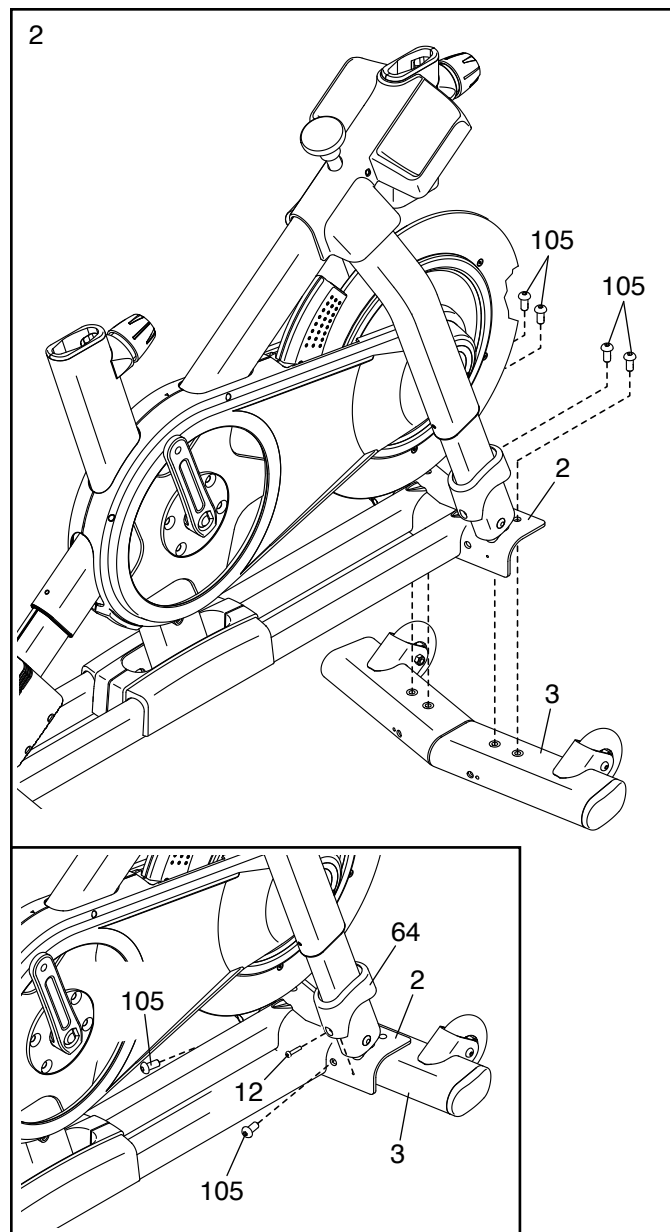


2. Bevestig de Voorste Stabilisator (3) aan de Basis (2) met vier M10 x 20mm Schroeven (105); **draai de Schroeven nog niet volledig vast.**

Zie de inzettekening. Voltooi het bevestigen van de Voorste Stabilisator (3) met twee aanvullende M10 x 20mm Schroeven (105).

Draai dan alle zes M10 x 20mm Schroeven (105) volledig vast.

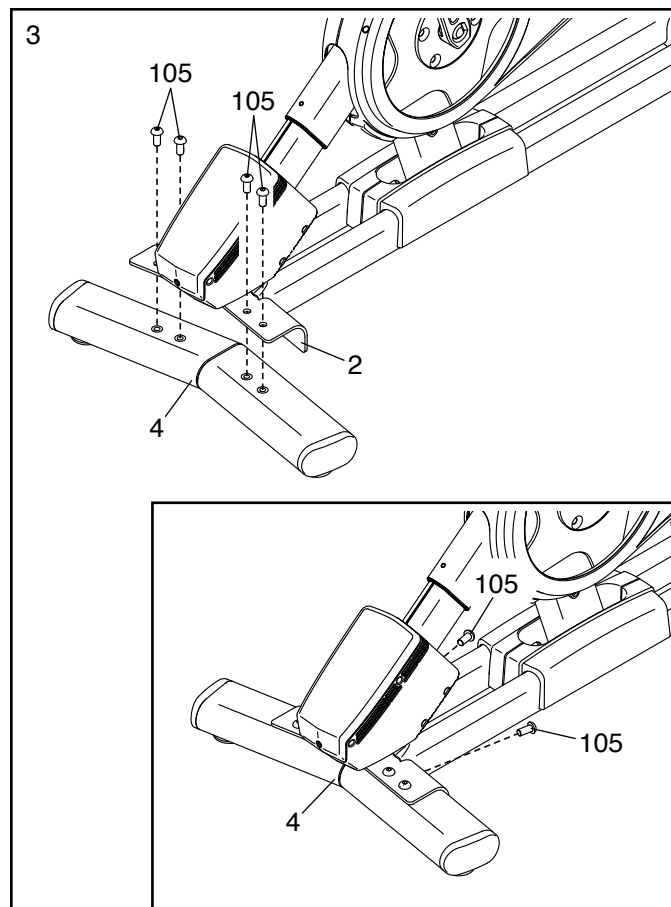
Zie de inzettekening. Druk de rechter Beenkap (64) omlaag en bevestig hem aan de Basis (2) met een M4 x 10mm Machineschroef (12). **Maak vervolgens de linker Beenkap (niet getoond) op dezelfde manier vast.**



3. Bevestig de Achterste Stabilisator (4) aan de Basis (2) met vier M10 x 20mm Schroeven (105); **draai de Schroeven nog niet volledig vast.**

Zie de inzettekening. Voltooi het bevestigen van de Achterste Stabilisator (4) met twee aanvullende M10 x 20mm Schroeven (105).

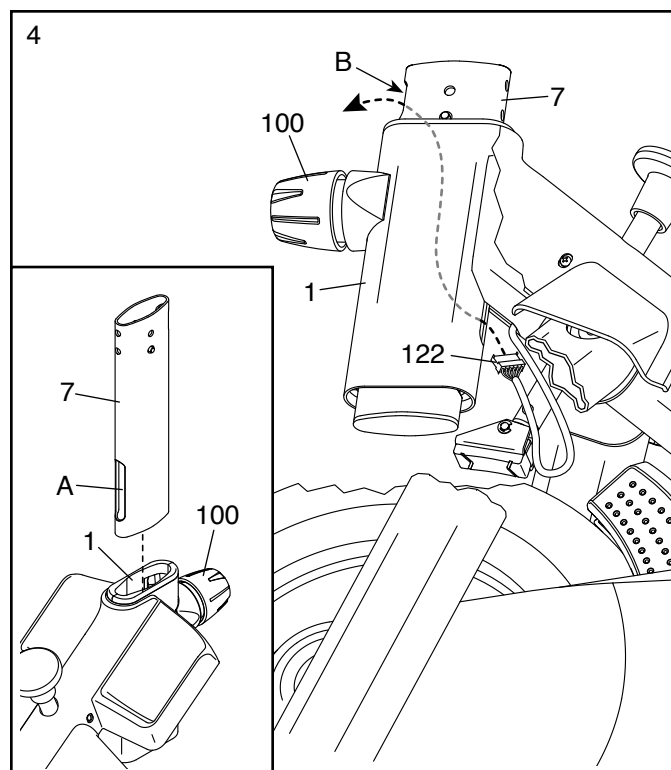
Draai dan alle zes M10 x 20mm Schroeven (105) volledig vast.



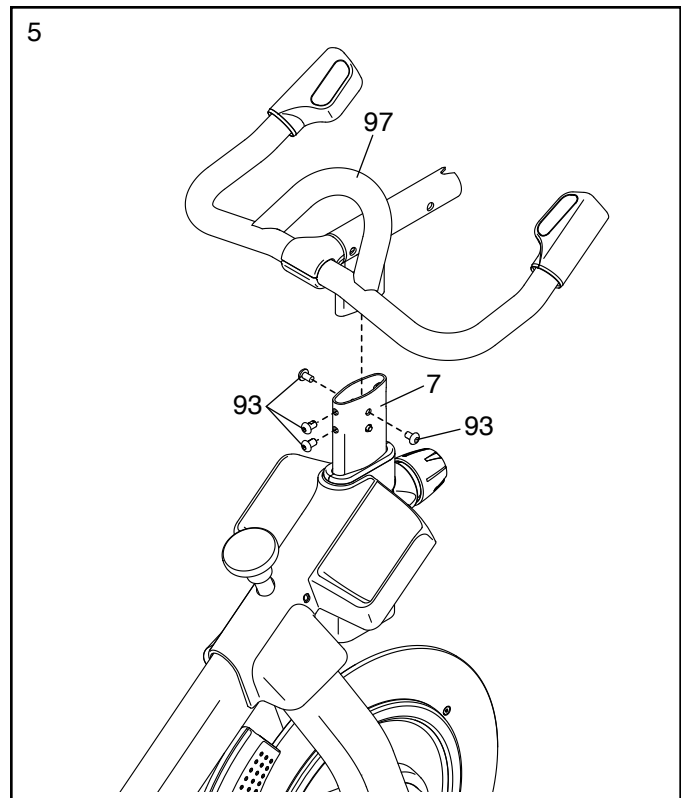
4. **Zie de inzettekening.** Richt de Handvatstang (7) zo dat de onderste sleuf (A) zich aan de afgebeelde kant bevindt.

Maak vervolgens de aangegeven Stangknop (100) los en steek de Handvatstang (7) in het Onderstel (1) totdat het onderste uiteinde van de Handvatstang onderin het Onderstel zit. Maak vervolgens de Stangknop vast.

Steek dan het uiteinde van de Onderste Draad (122) in het Onderstel (1) en de Handvatstang (7) en trek het uit de bovenste gleuf (B) in de Handvatstang zoals aangegeven door de streepjeslijn rechts.

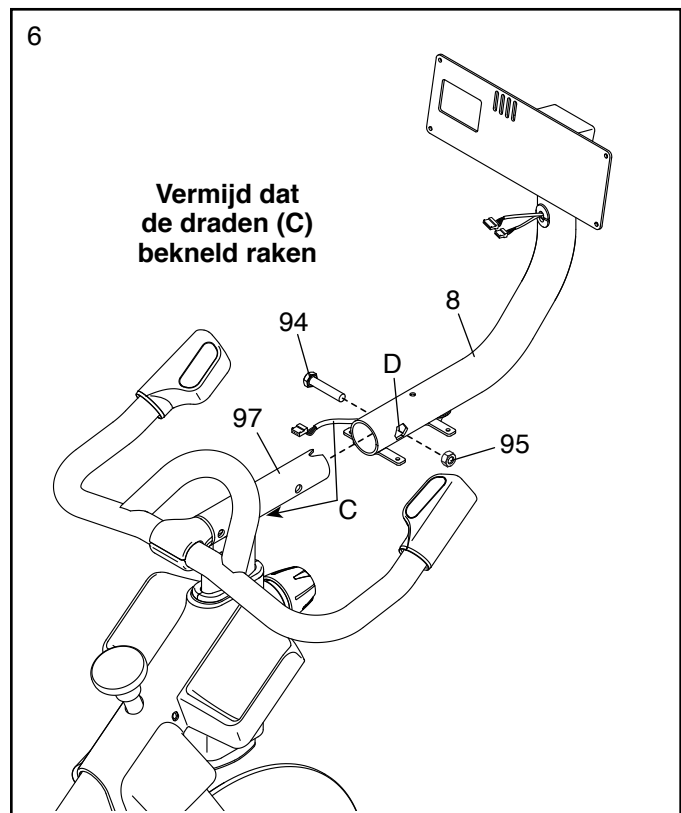


5. Stop het Handvat (97) in de Handvatstang (7). Bevestig het Handvat met vier M8 x 12mm Vlekschroeven (93); **draai alle Vlekschroeven aan en draai ze daarna vast.**



6. **Tip: Vermijd dat de draden (C) bekneeld raken.** Schuif de Bedieningspaneelsteun (8) op het Handvat (97).

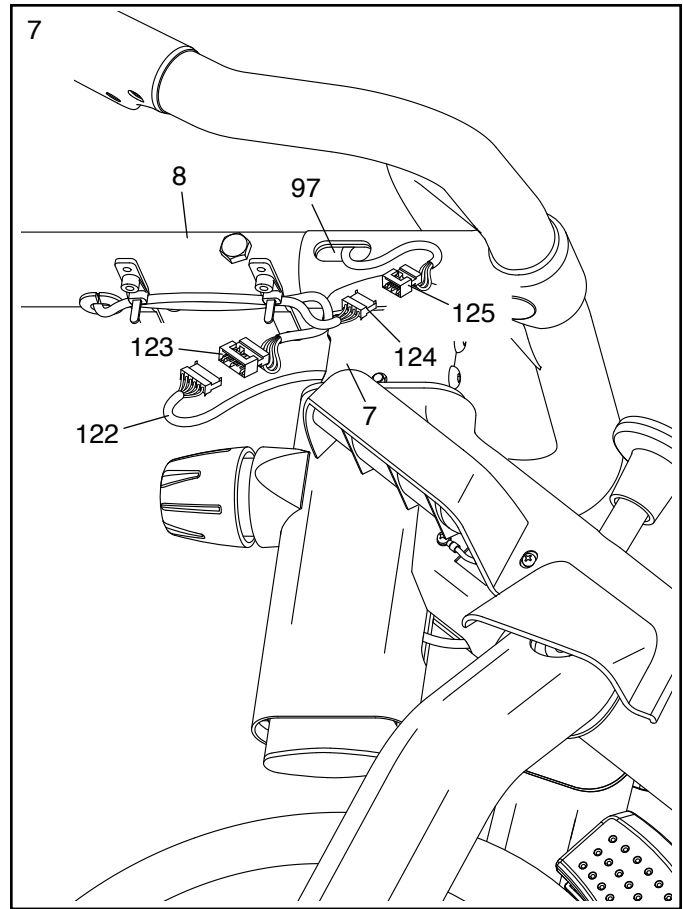
Bevestig de Bedieningspaneelsteun (8) met een M10 x 52mm Bout (94) en een M10 Tegenmoer (95); **zorg ervoor dat de Tegenmoer in het zeskantige gat (D) valt. Maak de Bout nog niet volledig vast.**



7. Kijk onder de Bedieningspaneelsteun (8) en identificeer de Bovenste Draad (123), die een grotere connector heeft dan de Verlengdraad (124).

Verbind de Bovenste Draad (123) met de Onderste Draad (122) die uit de Handvatstang (7) steekt. Steek dan de connectoren op beide Draden in de Handvatstang.

Verbind vervolgens de Verlengdraad (124) met de Besturingsdraad (125) die uit het Handvat (97) steekt. Steek vervolgens de connectoren op beide Draden in het Handvat.

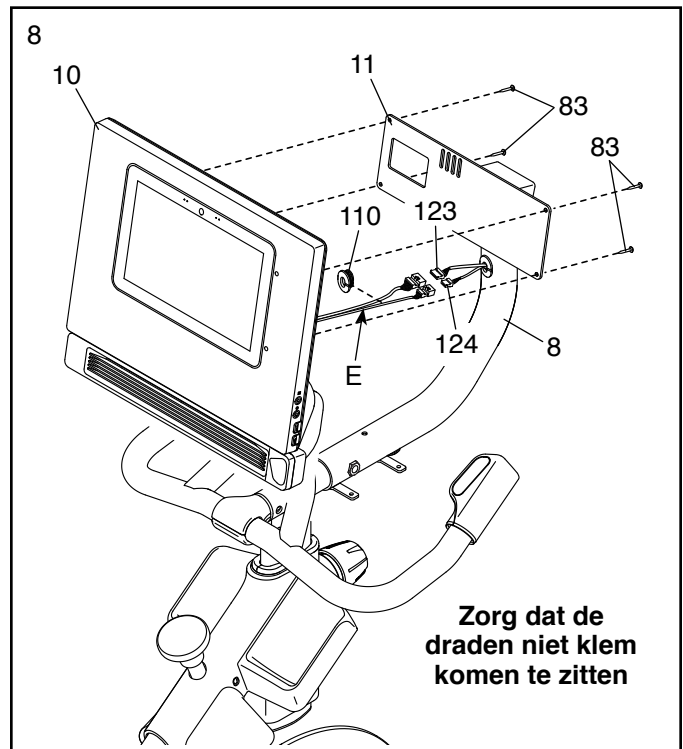


8. Laat iemand het Bedieningspaneel (10) bij de Beugel van het Bedieningspaneel (11) houden. Sluit de Bovenste Draad (123) en de Verlengdraad (124) aan op de bijbehorende draden (E) aan de achterkant van het Bedieningspaneel. Druk vervolgens de Draadbeschermmer (110) rond de draden in de weergegeven locatie.

Steek vervolgens de aansluitingen in de Bedieningspaneelsteun (8) en druk dan de Draadbeschermmer (110) in de Bedieningspaneelsteun.

Tip: Het kan handig zijn om de connectoren één voor één in de Bedieningspaneelsteun te steken.

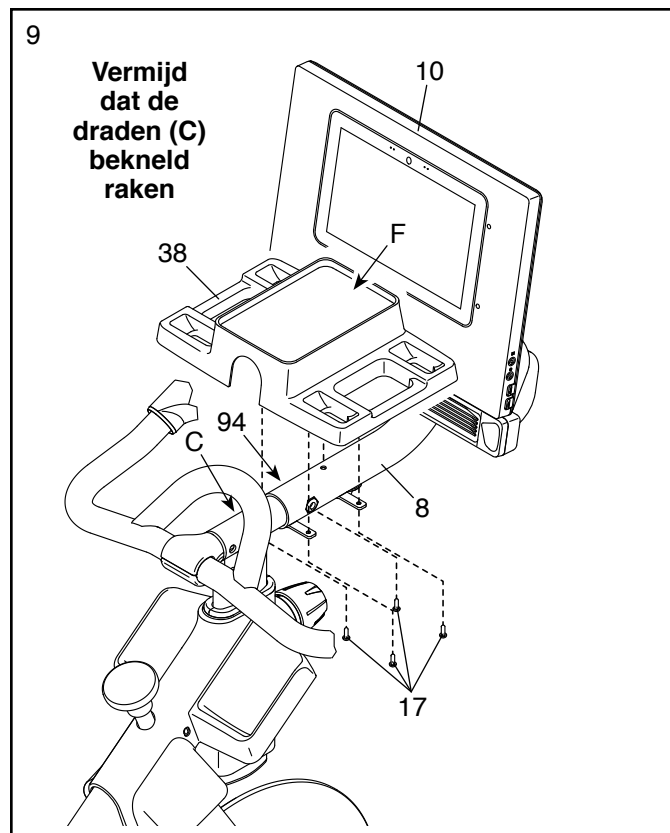
Tip: Zorg dat de draden niet klem komen te zitten. Pas indien nodig de kanteling van de Beugel van het Bedieningspaneel (11) aan om deze stap gemakkelijker te maken. Bevestig het Bedieningspaneel (10) aan de Beugel van het Bedieningspaneel met vier M4 x 16mm Schroeven (83). Draai alle Schroeven aan en draai ze daarna vast.



9. **BELANGRIJK:** Laat een tweede persoon het Bedieningspaneel (10) van de ene kant naar de andere kant verplaatsen zodat het waterpas staat. Draai de M10 x 52mm Bout (94) stevig vast terwijl de tweede persoon het Bedieningspaneel stil houdt.

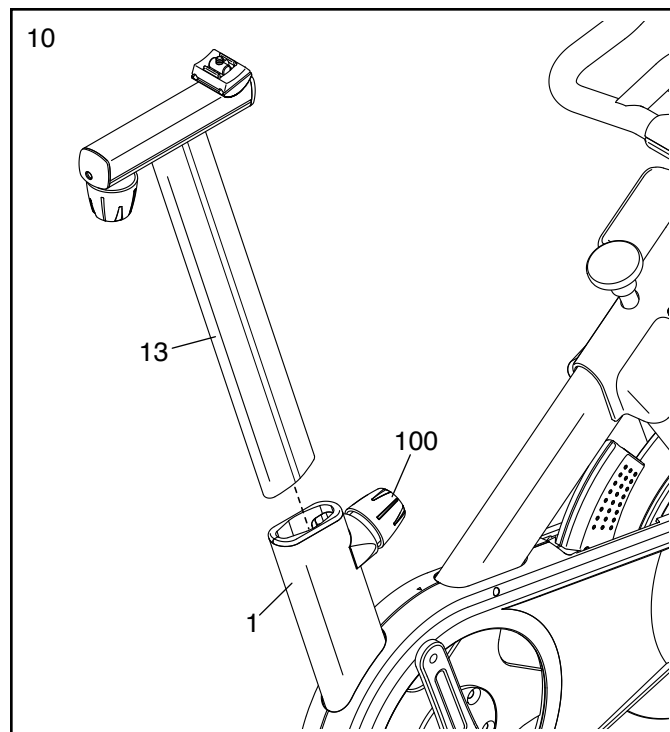
Richt vervolgens de Handgewichthouder (38) zodat de oriëntatiesticker (F) zich op de aangegeven plaats bevindt.

Tip: Vermijd dat de draden (C) bekneld raken. Bevestig de Handgewichthouder (38) aan de Bedieningspaneelsteun (8) met vier M4 x 14mm Schroeven (17); draai alle Schroeven eerst aan en draai ze daarna vast.



10. Richt de Zadelstang (13) zoals getoond.

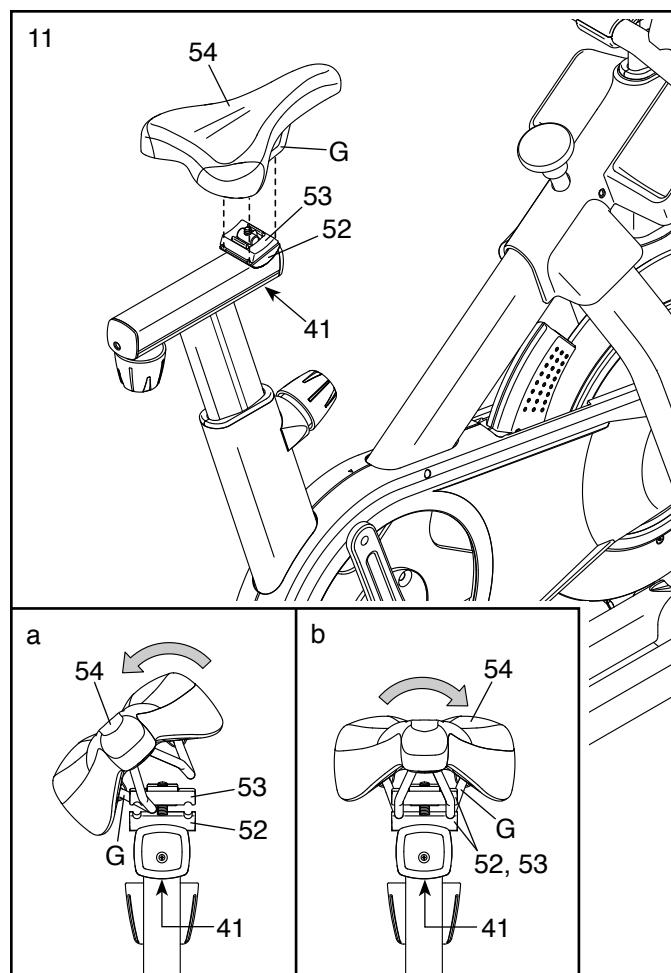
Maak de aangegeven Stangknop (100) los. Steek vervolgens de Zadelstang (13) in het Onderstel (1) en stel de Zadelstang af op de gewenste hoogte. Maak vervolgens de Stangknop vast.



11. **Let op: U kunt desgewenst uw eigen zadel bevestigen.**

Zie inzettekening a. Kantel het Zadel (54) naar één kant en schuif een van de rails (G) zo ver mogelijk tussen de Onderste Zadelklem (52) en de Bovenste Zadelklem (53). Maak de M8 Zadelschroef (41) indien nodig, losser.

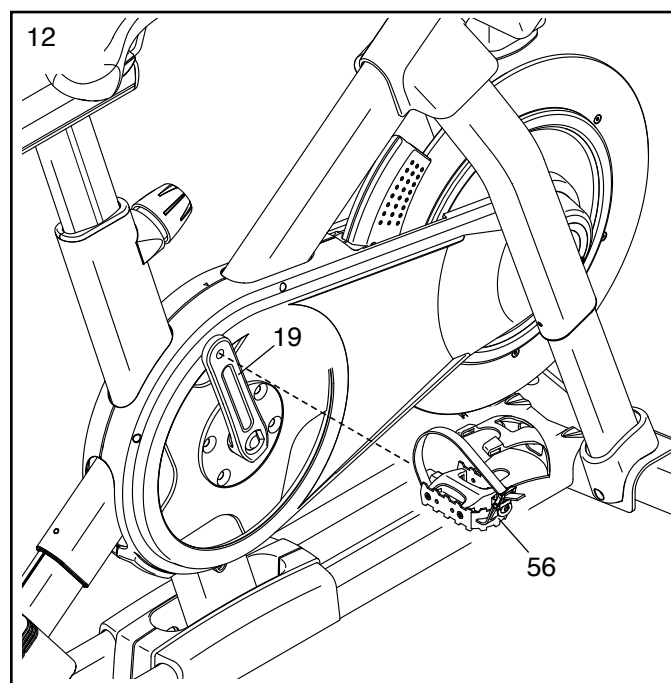
Zie inzettekening b. Kantel het Zadel (54) omlaag zoals afgebeeld en schuif de andere rail (G) tussen de Zadelklemmen (52, 53). **Zorg ervoor dat beide rails in de groeven in de Zadelklemmen zitten en dat het Zadel recht en waterpas is.** Maak vervolgens de Zadelschroef (41) stevig vast.



12. **Let op: U kunt desgewenst uw eigen pedalen bevestigen.**

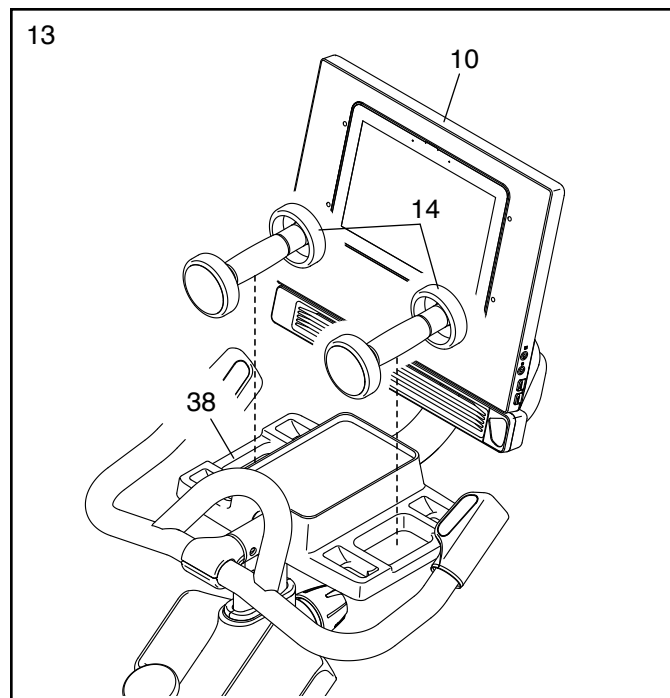
Zoek naar het rechter Pedaal (56). Draai met gebruik van een Engelse sleutel of het meegeleverde gereedschap het rechter Pedaal **naar rechts stevig vast** in de Rechtercrankarm (19).

Draai het linker Pedaal (niet getoond) stevig naar links in de Linkercrankarm (niet getoond). **BELANGRIJK: U moet het linker Pedaal naar links draaien om het te bevestigen.**



13. Plaats de twee Handgewichten (14) in de Handgewichthouder (38).

BELANGRIJK: Zorg ervoor dat u het Bedieningspaneel (10) niet met de Handgewichten (14) raakt wanneer u de Handgewichten na elk gebruik in de Handgewichthouder (38) plaatst.

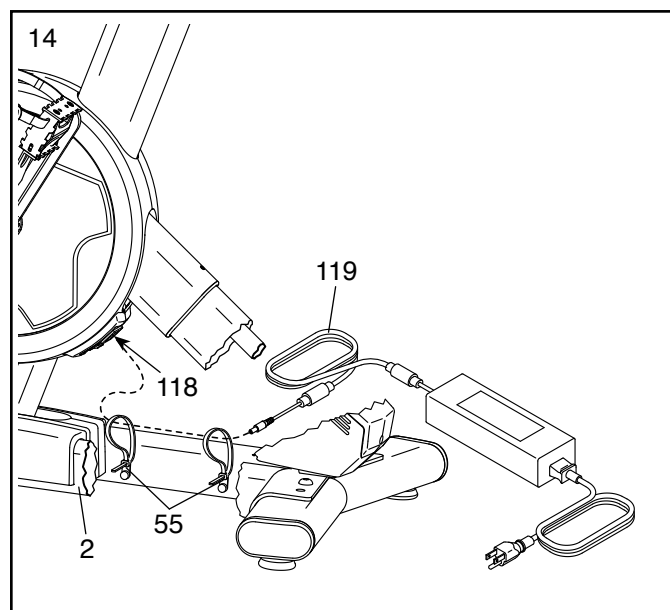


14. **BELANGRIJK:** Sluit de Stroomadapter (119) altijd aan op de studiofiets voordat u deze op een stopcontact aansluit.

Leid de Stroomadapter (119) door de twee Verankerde Tiewraps (55) op de Basis (2).

Steek vervolgens de Stroomadapter (119) in de Stroomaansluiting (118) op de studiofiets. **Plaats ongeveer 20 cm van de Stroomadapter tussen de Stroomaansluiting en de dichtstbijzijnde Verankerde Tiewrap (55).** Trek dan aan beide Verankerde Tiewraps tot ze gesloten zijn.

Let op: Bekijk DE STROOMADAPTER INSTEKEN op bladzijde 14 om de Stroomadapter (119) in een stopcontact te steken.



15. **Nadat de studiofiets is gemonteerd, controleert u of deze juist is gemonteerd en goed werkt. Zorg ervoor dat alle onderdelen van de studiofiets goed vastgedraaid worden.** Er kunnen extra onderdelen zijn meegeleverd. Leg een matje onder de studiofiets om de vloer niet te beschadigen.

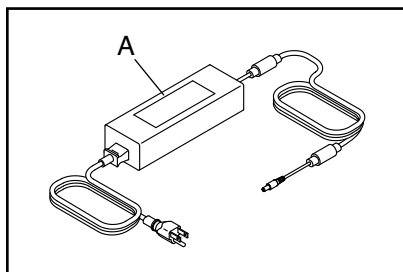
DE STUDIOFIETS GEBRUIKEN

DE STROOMADAPTER INSTEKEN

BELANGRIJK: Laat, wanneer de studiofiets aan koude temperaturen is blootgesteld, deze op kamertemperatuur komen voordat u de stroomadapter (A) insteekt. Doet u dit niet, dan kunnen de displays van het bedieningspaneel of andere elektrische componenten beschadigd raken.

BELANGRIJK: Sluit de stroomadapter (A) altijd aan op de studiofiets voordat u deze op een stopcontact aansluit.

Zorg ervoor dat de stroomadapter (A) in de aansluiting op de studiofiets is aangesloten. Steek vervolgens de stroomadapter in een geschikt stopcontact dat op de juiste wijze is geïnstalleerd volgens de lokale codes en verordeningen.



FUNCTIES VAN DE STUDIOFIETS

Watt Meten

Elke studiofiets wordt gekalibreerd om het uitgangsvermogen te meten en u in staat te stellen uw watt en tpm direct op het bedieningspaneel te controleren.

Door uw watt en tpm te controleren, kunt u zien hoe hard u traint en ervoor zorgen dat u uzelf blijft uitdagen en verbeteren.

Het Hellingsysteem

De studiofiets kan stijgen en dalen om op realistische wijze een buitenterrein te simuleren. Wanneer u kaarttrainingen van trainingsroutes gebruikt of maakt met iFit® (zie de bedieningspaneelinstructies vanaf bladzijde 17 voor meer informatie), zal de studiofiets automatisch stijgen en dalen om overeen te komen met het echte terrein.

Interactief Draadloos Bedieningspaneel met Touchscreen

Het draadloze bedieningspaneel met touchscreen werkt samen met iFit om een interactieve en meeslepende thuis-studio-ervaring te bieden waarmee u virtueel kunt deelnemen aan groepsstudio-lessen onder leiding van personal trainers en om trainingen over de hele wereld te ervaren.

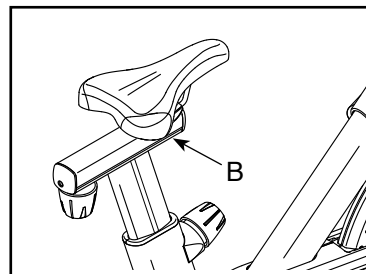
DE GEOMETRIE VAN DE STUDIOFIETS AFSTELLEN

De studiofiets kan worden afgesteld op de geometrie van uw gewone fiets om een juiste vorm te promoten en om zeker te zijn van een juiste training van de spieren. **Maak afstellingen in kleine stapjes en fiets op de studiofiets om de afstellingen te testen.**

De Hoek van het Zadel Afstellen

U kunt de hoek van het zadel afstellen in de meest comfortabele positie. U kunt het zadel ook naar voren of achteren schuiven om uw comfort te verhogen, of om de afstand tot het handvat af te stellen.

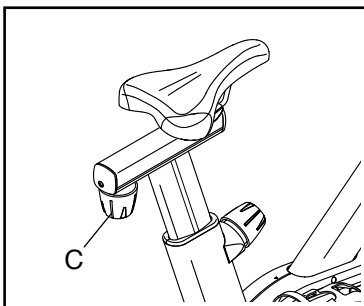
Om de positie van het zadel af te stellen, dient u de zadelschroef (B) in de drager een paar slagen los te draaien. Kantel vervolgens het zadel omhoog of omlaag of schuif het zadel naar voren of naar achteren naar de gewenste positie. Maak dan de zadelschroef weer vast.



Let op: U kunt het zadel verwijderen en desgewenst uw eigen zadel op de studiofiets bevestigen.

De Drager van het Zadel Afstellen

Om de stand van de drager aan te passen, draait u de knop van de drager (C) los, beweegt u de drager naar voren of naar achteren naar de gewenste positie en draait u de knop van de drager weer stevig vast.

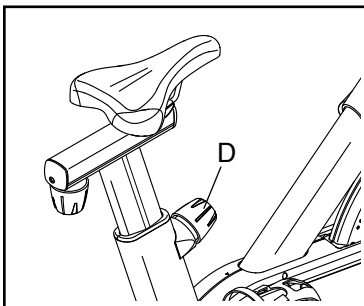


De Zadelstang Afstellen

Voor een effectieve training moet het zadel op de juiste hoogte zijn. Wanneer de pedalen in de laagste stand staan, moeten uw knieën tijdens het fietsen licht gebogen zijn.

Om de zadelstang aan te passen, maakt u de stangknop (D) los, beweegt u de zadelstang omhoog of omlaag en maakt u de stangknop stevig vast.

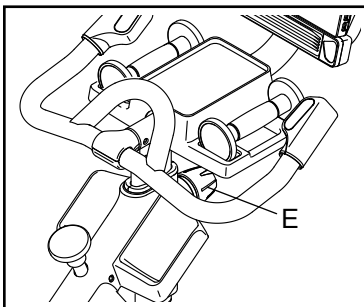
BELANGRIJK: Pas de zadelstang niet verder aan dan het teken "MAX" (maximum) op de zadelstang.



De Handvatstang Afstellen

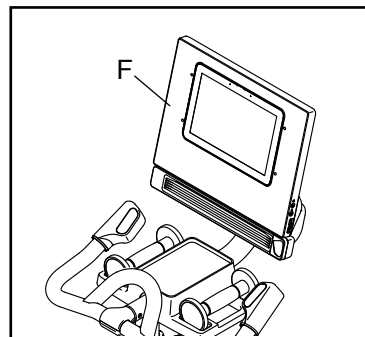
Om de handvatstang aan te passen, maakt u de stangknop (E) los, beweegt u de handvatstang omhoog of omlaag en maakt u de stangknop weer stevig vast.

BELANGRIJK: Verhoog de handvatstang niet verder dan het teken "MAX" (maximum) op de handvatstang.



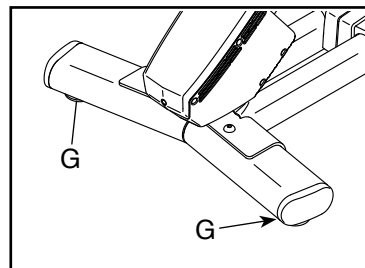
De Positie van het Bedieningspaneel Afstellen

Het bedieningspaneel (F) kan omhoog, omlaag of opzij worden afgesteld. Om de positie van het bedieningspaneel aan te passen, houdt u gewoon de zijkanten van het bedieningspaneel vast en drukt u op de gewenste positie. U kunt het bedieningspaneel helemaal naar de zijkant zwenken zodat u deze kunt bekijken terwijl u naast de studiofiets staat om handgewichtoefeningen of andere vloeroefeningen uit te voeren.



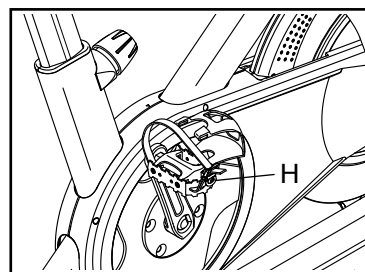
DE STUDIOFIETS WATERPAS ZETTEN

Draai, wanneer de studiofiets tijdens het gebruik wat wiebelt op de vloer, aan een of aan beide stelvoeten (G) onder de achterste stabilisator totdat het wiebelen is verdwenen.



DE PEDALEN GEBRUIKEN

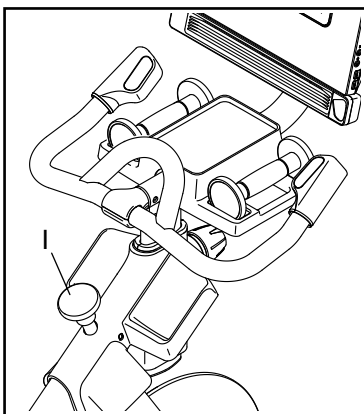
Om pedalen te gebruiken, steekt u uw schoenen in de teenkooien en trekt u aan de uiteinden van de teenriemen. Om de teenriemen af te stellen, houdt u de lipjes (H) op de gespen ingedrukt, stelt u de teenriemen af op de gewenste stand en laat u de lipjes los.



Let op: U kunt de pedalen verwijderen en desgewenst uw eigen pedalen op de studiofiets bevestigen.

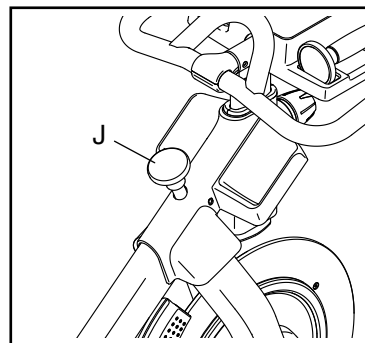
DE REMKNOP GEBRUIKEN

Om de weerstand van de pedalen te wijzigen, drukt u op de toetsen op het rechterhandvat (zie stap 3 op bladzijde 20). **Om het vliegwiel te stoppen, drukt u op de remknop (I).** Het vliegwiel zal snel tot volledige stilstand gebracht worden.

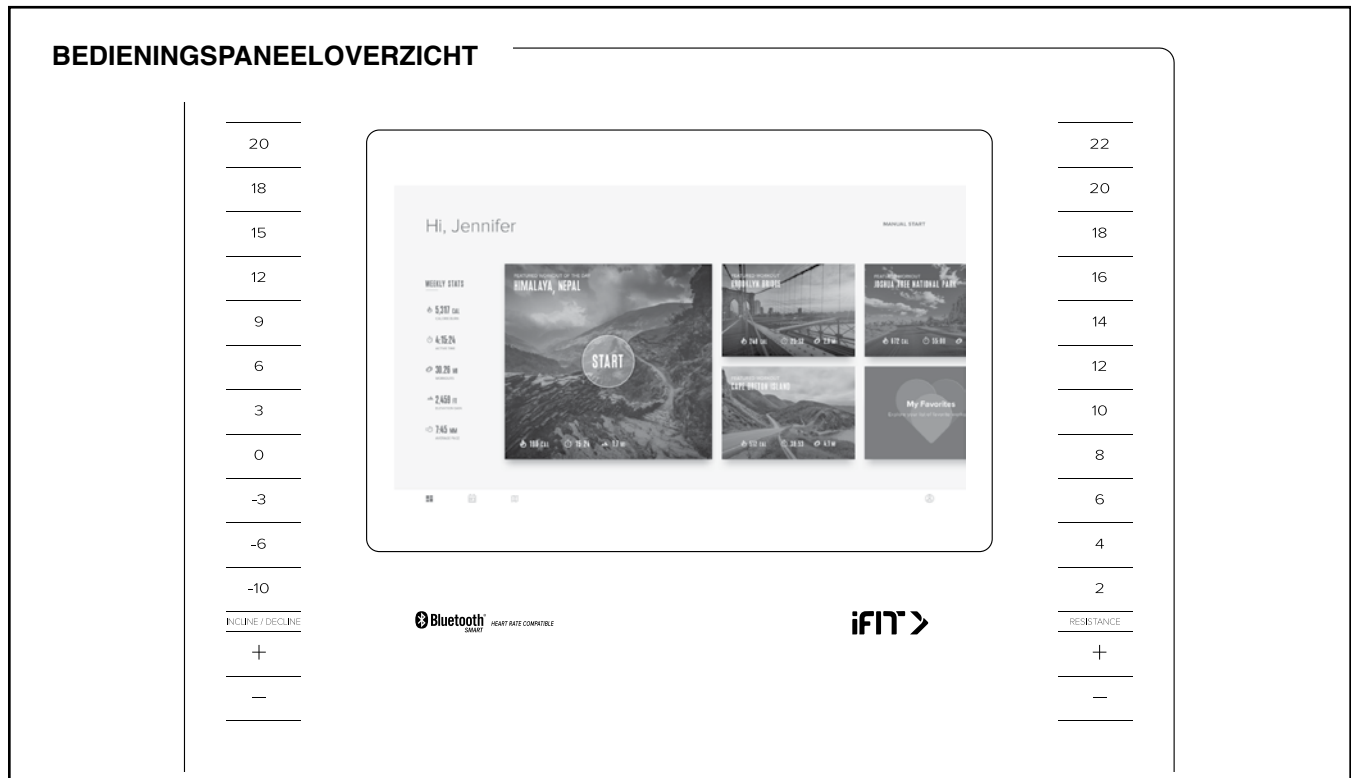


DE STUDIOFIETS VERGRENDELEN

BELANGRIJK: Vergrendel de studiofiets wanneer deze niet in gebruik is. Om de studiofiets te vergrendelen, drukt u de remknop (J) omlaag en zet u deze stevig vast. Hierdoor wordt de studiofiets vergrendeld waardoor het vliegwiel niet meer kan draaien. Om de studiofiets te ontgrendelen, maakt u de remknop los.



HET BEDIENINGSPANEEL GEBRUIKEN



BEDIENINGSPANEELFUNCTIES

Het geavanceerde bedieningspaneel bevat bepaalde keuzes om uw trainingen effectiever en leuker te maken.

Het bedieningspaneel heeft draadloze technologie waarmee het bedieningspaneel verbinding kan maken met iFit. Met iFit krijgt u toegang tot een grote en gevarieerde trainingsbibliotheek, kunt u eigen trainingen maken, uw trainingsresultaten bijhouden en heeft u toegang tot vele andere functies.

Daarnaast bevat het bedieningspaneel ook een selectie aanbevolen trainingen. De weerstand van de pedalen en de helling van het onderstel worden tijdens iedere effectieve training automatisch veranderd.

Gebruikt u de handmatige modus van het bedieningspaneel, dan kunt u de weerstand van de pedalen en de helling van het onderstel met een druk op de toets bijstellen.

Het bedieningspaneel geeft tijdens uw training doorlopend trainingsinformatie weer. U kunt zelfs uw hartslag meten met gebruik van een compatibele hartslagmonitor.

U kunt terwijl u traint ook naar uw favoriete trainingsmuziek of -audioboeken luisteren via het geluidssysteem van het bedieningspaneel.

Zie bladzijde 18 **voor het in- en uitschakelen van het bedieningspaneel**. Zie bladzijde 18 **voor informatie over het gebruik van het touchscreen**. Zie bladzijde 19 **voor het instellen van het bedieningspaneel**.

HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN

De meegeleverde stroomadapter moet worden gebruikt om de studiofiets te gebruiken. Zie DE STROOMADAPTER INSTEKEN op bladzijde 14. Als u de stroomadapter hebt ingestoken, drukt u op het scherm of drukt op een toets op het bedieningspaneel om het bedieningspaneel in te schakelen.

Let op: Als u het bedieningspaneel voor de eerste keer aanzet, wordt het hellingsysteem mogelijk automatisch gekalibreerd. Tijdens het kalibreren beweegt het onderstel omhoog en omlaag. Als het onderstel stopt met bewegen, is het hellingsysteem gekalibreerd.

BELANGRIJK: Bekijk stap 6 op bladzijde 19 als het hellingsysteem niet automatisch kalibreert en kalibreer het hellingsysteem handmatig.

HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN

Beweegt u de pedalen enkele seconden niet, dan wordt het bedieningspaneel gepauzeerd.

Beweegt u de pedalen enkele minuten niet, drukt u niet op het scherm en drukt u op geen van de toetsen, dan schakelt het bedieningspaneel uit.

Trek de stroomadapter uit het stopcontact als u klaar bent met uw training. **BELANGRIJK: Als u dit niet doet, kunnen de elektrische onderdelen op de studiofiets voortijdig slijten.**

HET TOUCHSCREEN GEBRUIKEN

Het bedieningspaneel bevat een tablet met een kleurentouchscreen. Hieronder volgt meer informatie over het gebruik van het touchscreen:

- Het bedieningspaneel werkt net als andere tablets. U kunt met uw vinger schuiven of tikken op het scherm om bepaalde beelden op het scherm, zoals de displays in een training, te bewegen.
- Als u informatie in een tekstvak wilt typen, drukt u op het tekstvak om het toetsenbord te zien. Druk op *?123* om nummers of andere tekens op het toetsenbord te gebruiken. Druk op *~[<* om meer tekens te bekijken. Druk opnieuw op *?123* om terug te keren naar het nummertoeetsenbord. Druk op *ABC* om terug te keren naar het lettertoetsenbord. Druk op de shift-toets (omhoogwijzend pijl-symbool) voor een hoofdletter. Druk een tweede keer op de shift-toets voor meerdere hoofdletters. Druk een derde keer op de shift-toets om terug te keren naar het toetsenbord met kleine letters. Druk op de wissen-toets (terugwijzend pijltje met een x-symbool) om het laatste teken te wissen.

HET BEDIENINGSPANEEL INSTELLEN

Stel het bedieningspaneel in voordat u de studiofiets voor de eerste keer gaat gebruiken.

1. Verbind het bedieningspaneel met uw draadloze netwerk.

U moet het bedieningspaneel op een draadloos netwerk aansluiten om iFit-trainingen en verschillende andere functies van het bedieningspaneel te gebruiken. Volg de instructies op het scherm om het bedieningspaneel met uw draadloze netwerk te verbinden.

2. Instellingen aanpassen.

Volg de instructies op het scherm om de gewenste meeteenheid en uw tijdzone in te stellen.

Let op: Om deze instellingen later te kunnen wijzigen, bekijkt u DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN op bladzijde 25.

3. Inloggen of een iFit-account aanmaken.

Volg de instructies op het scherm om met uw iFit-account in te loggen of om een iFit-account aan te maken.

4. De rondleiding van het bedieningspaneel volgen.

Als u het bedieningspaneel voor het eerst gebruikt, wordt u via een rondleiding door de functies van het bedieningspaneel geleid.

5. Controleren op firmware-updates.

Druk eerst op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen), dan op *Settings* (instellingen), dan op *Maintenance* (onderhoud) en vervolgens op *Update*. Het bedieningspaneel controleert of er firmware-updates zijn. Zie DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN op bladzijde 25 voor meer informatie.

6. Kalibreer het hellingsysteem.

Druk eerst op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen), dan op *Settings* (instellingen),

dan op *Maintenance* (onderhoud) en vervolgens op *Calibrate Incline* (helling kalibreren). Tijdens het kalibreren beweegt het onderstel omhoog en omlaag. Zie DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN op bladzijde 25 voor meer informatie.

Het bedieningspaneel is nu gereed. U kunt nu met uw training beginnen. De volgende bladzijden geven uitleg over de trainingen en andere functies van het bedieningspaneel.

Voor gebruik van de handmatige modus, zie bladzijde 19. **Voor gebruik van een aanbevolen training**, zie bladzijde 21. **Voor het maken van een teken-uw-eigen-kaart-training**, zie bladzijde 23. **Voor gebruik van een iFit-training**, zie bladzijde 24.

Voor het wijzigen van bedieningspaneelinstellingen, zie bladzijde 25. **Voor het verbinden met een draadloos netwerk**, zie bladzijde 26. **Voor gebruik van het geluidssysteem**, zie bladzijde 27.

Let op: Als er een velletje plastic op het scherm zit, moet u dat verwijderen.

DE HANDMATIGE MODUS GEBRUIKEN

1. Druk op het scherm of een toets op het bedieningspaneel om het bedieningspaneel in te schakelen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 18. Let op: Het kan even duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.

2. Kies het hoofdmenu.

Als u het bedieningspaneel aanzet, wordt het hoofdmenu op het scherm weergegeven, nadat het bedieningspaneel is opgestart.

Als u in een training bent, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het hoofdmenu. Als u in de instellingenmenu's bent, drukt u op de terug-toets (pijl-symbool) en dan op de afsluittoets (x-symbool) om terug te keren naar het hoofdmenu.

3. Wijzig naar wens de weerstand van de pedalen en de helling van het onderstel.

Druk op *Manual Start* (handmatige start) en begin te fietsen.

U kunt de weerstand van de pedalen wijzigen door te drukken op de toetsen Resistance (weerstand) op het bedieningspaneel of op de toenametoets en afnametoets op het rechterhandvat.

U kunt ook de helling van het onderstel wijzigen door te drukken op de toetsen Incline/Decline (helling) op het bedieningspaneel of op de toenametoets en afnametoets op het linkerhandvat.

Let op: Als u een toets hebt ingedrukt, duurt het even voordat de pedalen en het onderstel op de gewenste weerstand en helling zijn.

Let op: Wanneer de studiofiets op afdaling of extreme helling staat, kan het bereik aan weerstandsniveaus afnemen.

4. Uw voortgang bijhouden.

Het bedieningspaneel biedt verschillende weergavemodi. Welke trainingsinformatie wordt weergegeven, is afhankelijk van de weergavemodus die u kiest.

Sleep omhoog over het scherm om de weergavemodus volledig scherm te openen. Sleep omlaag op het scherm om de trainingsinformatie-displays te bekijken.

Druk op de verschillende trainingsinformatie-displays om meer opties te bekijken. Druk op de meer-toets (symbool +) om statistieken of overzichten te zien. Druk op het midden van het scherm om nog meer opties voor de weergavemodus te bekijken.

Indien gewenst kunt u ook de volume bijstellen door op de volume-toenametoets en -afnametoets op de rechterkant van het bedieningspaneel te drukken.

Druk eenvoudigweg op het scherm of stop met fietsen om de training te pauzeren. Begin weer te fietsen om door te gaan met uw training.

Als u de trainingssessie wilt stoppen, drukt u op het scherm en pauzeert u de training. Vervolgens drukt

u op *End* (einde) waarna een samenvatting van de training op het scherm verschijnt. Via een van de opties op het scherm kunt u desgewenst uw resultaten publiceren. Druk dan op *Finish* (voltooien) om terug te keren naar het hoofdmenu.

5. Draag indien gewenst een compatibele hartslagmonitor en meet uw hartslag.

U kunt een compatibele hartslagmonitor dragen om uw hartslag te meten. Let op: Het bedieningspaneel ondersteunt alle Bluetooth® Smart hartslagmonitoren.

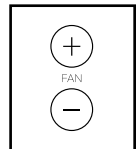
Een compatibele borstkas-hartslagmonitor is bij sommige modellen meegeleverd. Als een borstkas-hartslagmonitor is meegeleverd, zie DE BORSTKAS-HARTSLAGMONITOR in deze handleiding om te weten te komen hoe u hem moet gebruiken.

Als er bij dit model geen compatibele hartslagmonitor is meegeleverd, zie bladzijde 27 voor informatie over hoe u deze kunt bestellen.

Het bedieningspaneel zal automatisch verbinding maken met uw compatibele hartslagmonitor. Uw hartslag wordt weergegeven wanneer uw hartslag wordt gedetecteerd.

6. Zet indien gewenst de ventilator aan.

De ventilator heeft meerdere snelheidsinstellingen waaronder een automatische modus. Als de automatische modus is geselecteerd, wordt de snelheid van de ventilator automatisch verhoogd of verlaagd als uw fietssnelheid toe- of afneemt. Druk herhaaldelijk op de toenametoets en afnametoets Fan (ventilator) om een ventilatorsnelheid te kiezen of om de ventilator uit te zetten.



Let op: De ventilator gaat automatisch uit als u in het hoofdmenu bent en de pedalen enige tijd niet bewegen.

7. Het bedieningspaneel gaat automatisch uit als u klaar bent met uw training.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN op bladzijde 18.

EEN AANBEVOLEN TRAINING GEBRUIKEN

1. Druk op het scherm of een toets op het bedieningspaneel om het bedieningspaneel in te schakelen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 18. Let op: Het kan even duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.

2. Kies het hoofdmenu of de trainingsbibliotheek.

Als u het bedieningspaneel aanzet, wordt het hoofdmenu op het scherm weergegeven, nadat het bedieningspaneel is opgestart.

Als u in een training bent, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het hoofdmenu. Als u in de instellingenmenu's bent, drukt u op de terug-toets (pijl-symbool) en dan op de afsluittoets (x-symbool) om terug te keren naar het hoofdmenu.

Druk op de toetsen onderaan het scherm voor het selecteren van het hoofdmenu (toets Home) of de trainingsbibliotheek (toets Browse).

3. Kies een training.

Als u een training uit het hoofdmenu of de trainingsbibliotheek wilt selecteren, drukt u eenvoudigweg op de gewenste trainingstoets op het scherm. Veeg of tik met uw vinger over het scherm om omhoog of omlaag te scrollen.

Let op: Het bedieningspaneel heeft toegang tot een draadloos netwerk nodig (zie VERBINDEN MET EEN DRAADLOOS NETWERK op bladzijde 26) om een aanbevolen training te gebruiken.

De aanbevolen trainingen op uw bedieningspaneel veranderen periodiek. Om een van de aanbevolen trainingen voor toekomstig gebruik op te slaan, kunt u deze als favoriet toevoegen door te drukken op de favorieten-toets (hart-symbool). U moet bij uw iFit-account zijn ingelogd om een aanbevolen training op te slaan (zie stap 3 op bladzijde 24).

Als u voor een training uw eigen kaart wilt tekenen, bekijkt u EEN TEKEN-UW-EIGEN-KAART-TRAINING CREËREN op bladzijde 23.

Als u een training kiest, geeft het scherm een overzicht van de training weer met informatie over de duur en de afstand van de training, en het geschatte aantal calorieën dat u tijdens de training verbrandt.

4. Start de training.

Druk op *Start Workout* (training starten) om de training te starten.

De training werkt op dezelfde manier als de handmatige modus (zie bladzijde 19).

Tijdens sommige trainingen zal een iFit-coach u begeleiden tijdens een videotraining. Druk op de geluidstoets (muzieknoten-symbool) om muziek-, trainerstem- en volume-opties voor de training te selecteren.

Tijdens sommige trainingen geeft het scherm een kaart van de route en toont een marker uw voortgang. Druk op de toetsen op het scherm om de gewenste kaartopties te selecteren.

Tijdens sommige trainingen kan het scherm een doelsnelheid weergeven. Houd tijdens het oefenen uw fietssnelheid in de buurt van de doelsnelheid, die wordt weergegeven op het scherm. Er kan een bericht verschijnen waarin u wordt gevraagd uw fietssnelheid te verhogen, te verlagen of te handhaven.

BELANGRIJK: De doelsnelheid is uitsluitend bedoeld om u te motiveren. Uw werkelijke fietssnelheid kan en mag langzamer zijn dan de doelsnelheid. Fiets op een tempo dat voor u aangenaam is.

Als het weerstandsniveau of het hellingsniveau te hoog of te laag is, kunt u de instellingen handmatig wijzigen door op de toetsen Resistance (weerstand) of Incline/Decline (helling) te drukken. **Als u op een toets Resistance (weerstand) drukt**, dan kunt u handmatig de weerstand instellen (zie stap 3 op bladzijde 20). **Als u op een toets Incline/Decline (helling) drukt**, kunt u handmatig het hellingsniveau regelen (zie stap 3 op bladzijde 20). Druk op *Follow Workout* (training volgen) om terug te keren naar de geprogrammeerde weerstands- en hellingsinstelling van de training.

Let op: Het caloriedoel dat in de trainingsbeschrijving wordt weergegeven, is een schatting van het aantal calorieën dat u tijdens de training verbrandt. Het daadwerkelijke aantal calorieën dat u verbrandt hangt af van verschillende factoren, waaronder uw gewicht. Als u bovendien het weerstands- of hellingsniveau van het onderstel tijdens de training handmatig wijzigt, heeft dat invloed op het aantal calorieën dat verbrandt.

Druk eenvoudigweg op het scherm of stop met fietsen om de training te pauzeren. Begin weer te fietsen om door te gaan met uw training.

Als u de training wilt beëindigen, drukt u op het scherm om de training te pauzeren en volgt u de aanwijzingen op het scherm om de training te beëindigen en terug te keren naar het hoofdmenu.

Als de training stopt, wordt een samenvatting van de training op het scherm weergegeven. Desgewenst kunt u opties selecteren, zoals het toevoegen van de training aan uw schema (zie EEN IFIT-TRAINING GEBRUIKEN op bladzijde 24) of de training toevoegen aan uw lijst met favorieten. Druk dan op *Save Workout* (training opslaan) om terug te keren naar het hoofdmenu.

5. Uw voortgang bijhouden.

Zie stap 4 op bladzijde 20.

6. Draag indien gewenst een compatibele hartslagmonitor en meet uw hartslag.

Zie stap 5 op bladzijde 20.

7. Zet indien gewenst de ventilator aan.

Zie stap 6 op bladzijde 20.

8. Het bedieningspaneel gaat automatisch uit als u klaar bent met uw training.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN op bladzijde 18.

EEN TEKEN-UW-EIGEN-KAART-TRAINING CREËREN

1. Druk op het scherm of een toets op het bedieningspaneel om het bedieningspaneel in te schakelen.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 18. Let op: Het kan even duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.

2. Kies een teken-uw-eigen-kaart-training.

Als u het bedieningspaneel aanzet, wordt het hoofdmenu op het scherm weergegeven, nadat het bedieningspaneel is opgestart.

Als u in een training bent, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het hoofdmenu. Als u in de instellingenmenu's bent, drukt u op de terug-toets (pijl-symbool) en dan op de afsluittoets (x-symbool) om terug te keren naar het hoofdmenu.

Druk onderaan het scherm op de toets Create (creëren) om een teken-uw-eigen-kaart-training te selecteren.

3. Teken uw eigen kaart.

Schuif met uw vingers over het scherm of typ in het tekstvak om naar het gebied op de kaart te navigeren waar u uw training wilt tekenen. Druk op het scherm om het startpunt van uw training toe te voegen. Druk vervolgens op het scherm om het eindpunt van uw training toe te voegen.

Als het startpunt van uw training ook het stoppunt is, drukt u op *Close Loop* (rondje sluiten) of *Out & Back* (naar buiten en terug) in de kaartopties. U kunt ook selecteren of u wilt dat uw training over de weg gaat.

Als u een fout maakt, drukt u op *Undo* (ongedaan maken) in de kaartopties.

Het scherm geeft de hoogte- en afstandsstatistieken voor uw training weer.

4. Uw training opslaan.

Druk op *Save New Workout* (nieuwe training opslaan) om uw training op te slaan. Voer een titel en beschrijving voor uw training in. Druk dan op de doorgaan-toets (symbool >).

5. Start de training.

Druk op *Start Workout* (training starten) om de training te starten. De training werkt op dezelfde manier als een aanbevolen training (zie bladzijde 20).

6. Uw voortgang bijhouden.

Zie stap 4 op bladzijde 20.

7. Draag indien gewenst een compatibele hartslagmonitor en meet uw hartslag.

Zie stap 5 op bladzijde 20.

8. Zet indien gewenst de ventilator aan.

Zie stap 6 op bladzijde 20.

9. Het bedieningspaneel gaat automatisch uit als u klaar bent met uw training.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN op bladzijde 18.

EEN IFIT-TRAINING GEBRUIKEN

Het bedieningspaneel moet zijn aangesloten op een draadloos netwerk (zie VERBINDEN MET EEN DRAADLOOS NETWERK op bladzijde 26) om een iFit-training te gebruiken. U hebt hiervoor ook een iFit-account nodig.

1. Voeg trainingen aan uw schema op iFit.com toe.

Open op uw computer, smartphone, tablet, of ander apparaat een internetbrowser, ga naar iFit.com, en log in op uw account.

Navigeer vervolgens naar Menu > Library (bibliotheek) op de website. Bekijk de trainingsprogramma's in de bibliotheek en volg de gewenste trainingen.

Ga vervolgens naar Menu > Schedule (schema) om uw schema te bekijken. Alle gekozen trainingen worden op uw schema weergegeven. U kunt desgewenst de trainingen op het schema rangschikken of verwijderen.

Kijk ook nog even rond op de website iFit.com voordat u uitlogt.

2. Kies het hoofdmenu.

Als u het bedieningspaneel aanzet, wordt het hoofdmenu op het scherm weergegeven, nadat het bedieningspaneel is opgestart.

Als u in een training bent, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het hoofdmenu. Als u in de instellingenmenu's bent, drukt u op de terug-toets (pijl-symbool) en dan op de afsluittoets (x-symbool) om terug te keren naar het hoofdmenu.

3. Log in op uw iFit-account.

Als u dit nog niet hebt gedaan, drukt u op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen) op het scherm en tikt u vervolgens op *Log in* (inloggen) om in te loggen op uw iFit-account. Volg de aanwijzingen op het scherm om uw gebruikersnaam en wachtwoord in te voeren.

Als u binnen uw iFit-account van gebruiker wilt wisselen, drukt u de menu-toets, drukt u op *Settings* (instellingen) en vervolgens op *Manage Accounts* (accounts beheren). Als het account meerdere gebruikers heeft, wordt er een lijst met gebruikers weergegeven. Druk op de naam van de gewenste gebruiker.

4. Kies een iFit-training die u eerder aan uw lijst op iFit.com hebt toegevoegd.

BELANGRIJK: De iFit-trainingen worden pas geladen, nadat u ze aan uw schema op iFit.com (zie stap 1) hebt toegevoegd.

Als u een iFit-training van iFit.com op het bedieningspaneel wilt laden, drukt u op de toets Calendar (kalender) aan de onderkant van het scherm.

Als u een training laadt, geeft het scherm een overzicht van de training weer met informatie over de duur en de afstand van de training, en het geschatte aantal calorieën dat u tijdens de training verbrandt.

5. Start de training.

Druk op *Start Workout* (training starten) om de training te starten. De training werkt op dezelfde manier als een aanbevolen training (zie bladzijde 20).

6. Uw voortgang bijhouden.

Zie stap 4 op bladzijde 20.

7. Draag indien gewenst een compatibele hartslagmonitor en meet uw hartslag.

Zie stap 5 op bladzijde 20.

8. Zet indien gewenst de ventilator aan.

Zie stap 6 op bladzijde 20.

9. Het bedieningspaneel gaat automatisch uit als u klaar bent met uw training.

Zie HET BEDIENINGSPANEEL UITZETTEN op bladzijde 18.

Ga naar iFit.com voor meer informatie over iFit.

DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN

BELANGRIJK: Een aantal van de instellingen en de beschreven functies is mogelijk niet ingeschakeld.

Soms kan een firmware-update ertoe leiden dat uw bedieningspaneel een beetje anders functioneert.

1. Kies het hoofdmenu van de instellingen.

Schakel het bedieningspaneel eerst in (zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 18). Let op: Het kan even duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.

Kies vervolgens het hoofdmenu (toets Home). Als u het bedieningspaneel aanzet, wordt het hoofdmenu op het scherm weergegeven, nadat het bedieningspaneel is opgestart. Als u in een training bent, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het hoofdmenu. Als u in de instellingenmenu's bent, drukt u op de terug-toets (pijl-symbool) en dan op de afsluittoets (x-symbool) om terug te keren naar het hoofdmenu.

Druk vervolgens op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen) op het scherm en druk dan op *Settings* (instellingen). Het instellingenmenu wordt op het scherm weergegeven.

2. Navigeer door de instellingenmenu's en wijzig desgewenst de instellingen.

Schuif of tik op het scherm om indien gewenst omhoog of omlaag te scrollen. Als u het menu van een instelling wilt bekijken, drukt u simpelweg op de naam van het menu. Druk op de terug-toets (pijl-symbool) om een menu te verlaten. In de volgende instellingenmenu's kunt u instellingen bekijken en wijzigen:

Account

- My Profile (mijn profiel)
- In Workout (in training)
- Manage Accounts (accounts beheren)

Equipment (apparatuur)

- Equipment Info (apparatuur-informatie)
- Equipment Settings (apparatuur-instellingen)
- Maintenance (onderhoud)
- Wi-Fi

About (algemene informatie)

- Legal (juridische informatie)

3. Trainingsinstellingen afstellen.

Om trainingsinstellingen af te stellen, drukt u op *In Workout* (in training) en drukt u vervolgens op de gewenste instellingen. Het wordt aanbevolen dat u de optie om de schuifregelaars op het scherm weer te geven, indien beschikbaar, inschakelt.

4. Pas de meeteenheid en andere instellingen aan.

Druk op *Equipment Info* (apparatuur-informatie) of *Equipment Settings* (apparatuur-instellingen) en vervolgens op de gewenste instellingen om de meeteenheid, tijdzone of andere instellingen aan te passen.

Het bedieningspaneel kan snelheid en afstand in standaard of in metrische meeteenheden weergeven.

5. Apparaat-informatie of bedieningspaneel-app-informatie bekijken.

Druk op *Equipment Info* (apparatuur-informatie) en vervolgens op *Machine Info* (apparaat-informatie) of *App Info* (app-informatie) om informatie over uw studiofiets of over de bedieningspaneel-app te zien.

6. Werk de firmware van het bedieningspaneel bij.

Controleer regelmatig op firmware-updates voor de beste resultaten. Druk op *Maintenance* (onderhoud) en vervolgens op *Update* om via uw draadloze netwerk te controleren of er firmware-updates zijn. De update begint automatisch. **BELANGRIJK: Om schade aan de studiofiets te vermijden, dient u de stroomadapter niet uit het stopcontact te halen totdat de firmware is bijgewerkt.**

Het scherm geeft de voortgang van de update weer. Als de update is voltooid, gaat de studiofiets uit en weer aan. Als dat niet gebeurt, haal de stroomadapter uit het stopcontact, wacht enkele seconden en steek de stroomadapter weer in. Let op: Het kan enkele minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.

Let op: Soms kan een firmware-update ertoe leiden dat uw bedieningspaneel een beetje anders functioneert. Deze updates worden altijd ontwikkeld om uw trainingsservaring te verbeteren.

7. Kalibreer het hellingsstelsel.

Als u het hellingsstelsel wilt kalibreren, drukt u op *Maintenance* (onderhoud), dan op *Calibrate Incline* (helling kalibreren) en dan op *Begin*. Het ondersteel stijgt automatisch naar het maximale hellingsniveau, daalt naar het minimale hellingsniveau en keert dan terug naar de startpositie. Zo wordt het hellingsstelsel gekalibreerd. Als het hellingsstelsel is gekalibreerd, drukt u op *Finish* (voltooien).

BELANGRIJK: Houd huisdieren, voeten en andere voorwerpen uit de buurt van de studio-fiets als u het hellingsstelsel kalibreert.

8. Verlaat het hoofdmenu van de instellingen.

Druk op de terug-toets als u in een instellingenmenu bent. Druk vervolgens op de afsluittoets (x-symbool) om het hoofdmenu van de instellingen te verlaten.

VERBINDEN MET EEN DRAADLOOS NETWERK

U moet het bedieningspaneel op een draadloos netwerk aansluiten om iFit-trainingen en verschillende andere functies van het bedieningspaneel te gebruiken.

1. Kies het hoofdmenu.

Schakel het bedieningspaneel eerst in (zie HET BEDIENINGSPANEEL INSCHAKELEN op bladzijde 18). Let op: Het kan even duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.

Kies vervolgens het hoofdmenu (toets Home). Als u het bedieningspaneel aanzet, wordt het hoofdmenu op het scherm weergegeven, nadat het bedieningspaneel is opgestart. Als u in een training bent, drukt u op het scherm en volgt u de aanwijzingen om de training te beëindigen en om terug te keren naar het hoofdmenu. Als u in de instellingenmenu's bent, drukt u op de terug-toets (pijl-symbool) en dan op de afsluittoets (x-symbool) om terug te keren naar het hoofdmenu.

2. Selecteer het draadloze-netwerkmenu.

Druk op de menu-toets (symbool van drie horizontale lijnen) en druk vervolgens op *Wi-Fi* om het draadloze netwerkmenu te selecteren.

3. Schakel Wi-Fi in.

Zorg ervoor dat Wi-Fi® is ingeschakeld. Als dit niet het geval is, druk dan op de wisseltoets *Wi-Fi* om het in te schakelen.

4. Een draadloze netwerkverbinding instellen en beheren.

Als Wi-Fi is ingeschakeld, geeft het scherm een lijst met beschikbare netwerken weer. Let op: Het kan even duren voordat de lijst met draadloze netwerken wordt weergegeven.

Let op: U hebt een eigen draadloos netwerk nodig en een 802.11b/g/n router met SSID-broadcast (verborgen netwerken worden niet ondersteund).

Als een lijst met netwerken wordt weergegeven, drukt u op het gewenste netwerk. Let op: Zorg dat u uw netwerknaam weet (SSID). Als uw netwerk beveiligd is met een wachtwoord, moet u ook het wachtwoord weten.

Volg de aanwijzingen op het scherm om uw wachtwoord in te voeren en verbinding te maken met het geselecteerde draadloze netwerk. (Zie HET TOUCHSCREEN GEBRUIKEN op bladzijde 18 voor meer informatie over het gebruik van het toetsenbord.)

Als het bedieningspaneel met uw draadloze netwerk is verbonden, wordt er een vinkje naast de naam van het draadloze netwerk weergegeven.

Als u problemen ondervindt bij het verbinden met een gecodeerd netwerk, controleert u of uw wachtwoord juist is. Let op: Wachtwoorden zijn hoofdlettergevoelig.

Let op: Het bedieningspaneel ondersteunt onbeveiligde en beveiligde (WEP, WPA™ en WPA2™) codering. Een breedbandverbinding wordt aanbevolen; de werking hangt af van de verbindingssnelheid.

Let op: Als u vragen heeft na het volgen van deze instructies, gaat u naar support.iFit.com voor hulp.

5. Verlaat het draadloze-netwerkmenu.

Druk op de terug-toets (pijl-symbool) om het draadloze-netwerkmenu te verlaten.

HET GELUIDSSYSTEEM GEBRUIKEN

Aansluiten met een Audiokabel

Om muziek of audioboeken af te spelen via het geluidssysteem van het bedieningspaneel terwijl u traint, steekt u een 3,5 mm mannetje tot 3,5 mm mannetje audiokabel (niet meegeleverd) in de aansluiting aan de rechterkant van het bedieningspaneel en in een aansluiting op uw persoonlijke audiospeler; **zorg ervoor dat de audiokabel goed aangesloten is. Let op: Ga naar uw plaatselijke elektronicawinkel om een audiokabel aan te schaffen.**

Druk vervolgens op de afspeeltoets van uw persoonlijke audiospeler. Pas het volume aan door te drukken op de volume-toenametoets en -afnametoets aan de rechterkant van het bedieningspaneel of de volumeregelpop op uw persoonlijke audiospeler.

Uw Apparaat Aansluiten met Bluetooth

Als het bedieningspaneel een Bluetooth Audio toets heeft, kunt u uw Bluetooth-geschikte apparaat aansluiten om audio af te spelen via het geluidssysteem van het bedieningspaneel.

1. **Plaats of houd uw Bluetooth-geschikte apparaat in de buurt van het bedieningspaneel.**
2. **Schakel de Bluetooth-instelling in op uw apparaat.**
3. **Koppel uw apparaat aan het bedieningspaneel.**

Houd de Bluetooth Audio toets op het bedieningspaneel 3 seconden ingedrukt. De Bluetooth Audio toets zal beginnen te knipperen en het bedieningspaneel gaat over in koppelingsmodus. Als uw apparaat en het bedieningspaneel succesvol zijn gekoppeld, wordt de audio van uw apparaat via het geluidssysteem van het bedieningspaneel afgespeeld.

Let op: Het bedieningspaneel kan 8 apparaten opslaan in het geheugen. Als u uw apparaat al eens met het bedieningspaneel heeft gekoppeld, hoeft u alleen maar op de Bluetooth Audio toets te drukken om uw apparaat met het bedieningspaneel te verbinden.

4. **Wis indien nodig het apparaatgeheugen in het bedieningspaneel.**

Wanneer u alle Bluetooth-geschikte apparaten die zijn opgeslagen in het geheugen van het bedieningspaneel wilt wissen, houdt u de Bluetooth Audio toets 10 seconden ingedrukt.

Uw Hoofdtelefoon Aansluiten

Indien het bedieningspaneel is uitgerust met een hoofdtelefoonaansluiting, kunt u uw hoofdtelefoon aansluiten op de hoofdtelefoonaansluiting om naar audio te luisteren vanaf het bedieningspaneel via uw hoofdtelefoon.

Uw Hoofdtelefoon Aansluiten met Bluetooth

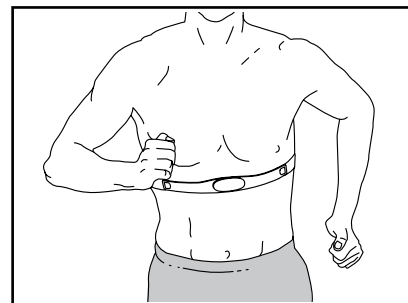
Indien het bedieningspaneel is uitgerust met deze functie, kunt u uw Bluetooth-geschikte hoofdtelefoon aansluiten om naar audio te luisteren vanaf uw bedieningspaneel via uw hoofdtelefoon.

Om uw hoofdtelefoon op het bedieningspaneel aan te sluiten, zet u eerst uw hoofdtelefoon aan en plaatst u deze nabij het bedieningspaneel. Selecteer vervolgens een aanbevolen training (zie bladzijde 21) of een iFit-training (zie bladzijde 24). Druk vervolgens op *Connect Bluetooth Headphones* (Bluetooth-hoofdtelefoon aansluiten) wanneer deze optie op het scherm verschijnt.

Om uw hoofdtelefoon te koppelen met het bedieningspaneel, selecteert u uw hoofdtelefoon uit de lijst op het scherm. Als uw hoofdtelefoon en het bedieningspaneel met succes zijn gekoppeld, wordt de audio van het bedieningspaneel via uw hoofdtelefoon afgespeeld.

DE OPTIONELE BORSTKAS-HARTSLAGMONITOR

Het maakt niet uit of u vet wilt verbranden of uw hart- en vaatstelsel wilt verbeteren: De beste resultaten behaalt u door de juiste hartslag tijdens uw training te behouden. Met de optionele borstkas-hartslagmonitor kunt u tijdens de training voortdurend uw hartslag meten. Dat zal u helpen uw persoonlijke fitnessdoelen te behalen. **Kijk op de voorkant van deze handleiding om een borstkas-hartslagmonitor aan te schaffen.**



Let op: Het bedieningspaneel ondersteunt alle Bluetooth Smart hartslagmonitoren.

ONDERHOUD EN PROBLEEMOPLOSSING

ONDERHOUD

Regelmatig onderhoud is belangrijk voor een optimale werking en om slijtage te verminderen. Controleer steeds bij gebruik alle onderdelen van de studiofiets en draai ze goed vast. Vervang versleten onderdelen meteen.

Gebruik een zachte doek en een niet agressief schoonmaakmiddel om de studiofiets schoon te maken. **BELANGRIJK: Houd vloeistoffen uit de buurt van het bedieningspaneel om schade aan het bedieningspaneel te voorkomen en houd het bedieningspaneel uit direct zonlicht.**

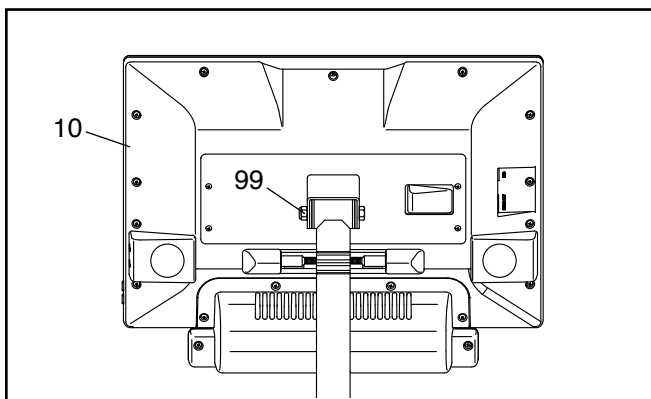
BEDIENINGSPANEELPROBLEMEN OPLOSSEN

Controleer of de stroomadapter volledig is ingestoken als het bedieningspaneel niet aan gaat.

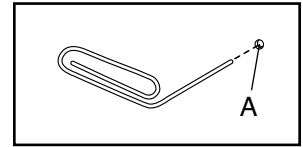
Bel met het telefoonnummer op de voorkant van deze handleiding als een vervangende stroomadapter nodig is. BELANGRIJK: Gebruik alleen een door de fabrikant geleverde gereguleerde stroomadapter om schade aan het bedieningspaneel te voorkomen.

Als u problemen ondervindt bij het verbinden van het bedieningspaneel met een draadloos netwerk of als u problemen ondervindt bij uw iFit-account of -trainingen, gaat u naar support.iFit.com.

Als het Bedieningspaneel (10) niet op zijn plaats blijft wanneer het naar de gewenste positie wordt bewogen, draait u de aangegeven M8 Borgmoer (99) iets aan totdat het Bedieningspaneel op zijn plaats blijft.



Als het bedieningspaneel niet op de juiste wijze opstart of als het blokkeert en niet reageert, reset u het bedieningspaneel naar de standaard



fabrieksinstellingen. **BELANGRIJK: Hiermee wist u al uw aanpassingen in de instellingen van het bedieningspaneel.** U hebt twee mensen nodig om het bedieningspaneel te resetten. Haal eerst de stroomadapter uit het stopcontact. Zoek vervolgens de kleine reset-opening (A) aan de zijkant of de achterkant van het bedieningspaneel. Houd met een gebogen paperclip de reset-knop in de opening ingedrukt en laat een tweede persoon de stroomadapter insteken. Houd de reset-knop ingedrukt tot het bedieningspaneel aan gaat. Als de reset is voltooid, schakelt het bedieningspaneel uit en opnieuw weer aan. Als dat niet gebeurt, haal de stroomadapter uit het stopcontact en steek deze weer in. Als het bedieningspaneel aangaat, controleert u op firmware-updates (zie DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN op bladzijde 25). Let op: Het kan enkele minuten duren voordat het bedieningspaneel klaar is voor gebruik.

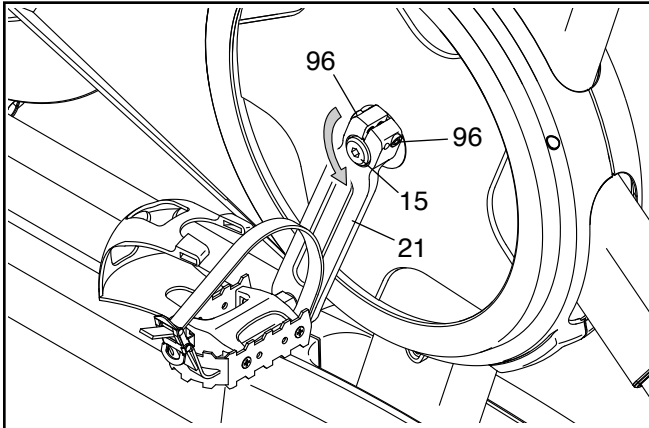
PROBLEMEN VAN HET HELLINGSYSTEEM OPLOSSEN

Als het onderstel niet naar het juiste hellingsniveau beweegt, zie dan DE INSTELLINGEN VAN HET BEDIENINGSPANEEL WIJZIGEN op bladzijde 25 en kalibreer het hellingsstelsel.

Let op: Wanneer de studiofiets op afdaling of extreme helling staat, kan het bereik aan weerstandsniveaus afnemen.

DE LINKERCRANKARM AFSTELLEN

Als de Linkercrankarm (21) los voelt terwijl u fietst, draait u eerst de twee M6 x 25mm Schroeven (96) los. Volg dan de stappen hieronder. Let op: Als u een momentsleutel heeft, draai dan de Schroeven (15, 96) vast volgens de vermelde aanhaalmomenten. Als u geen momentsleutel heeft, draait u de Schroeven gewoon zo stevig mogelijk vast.

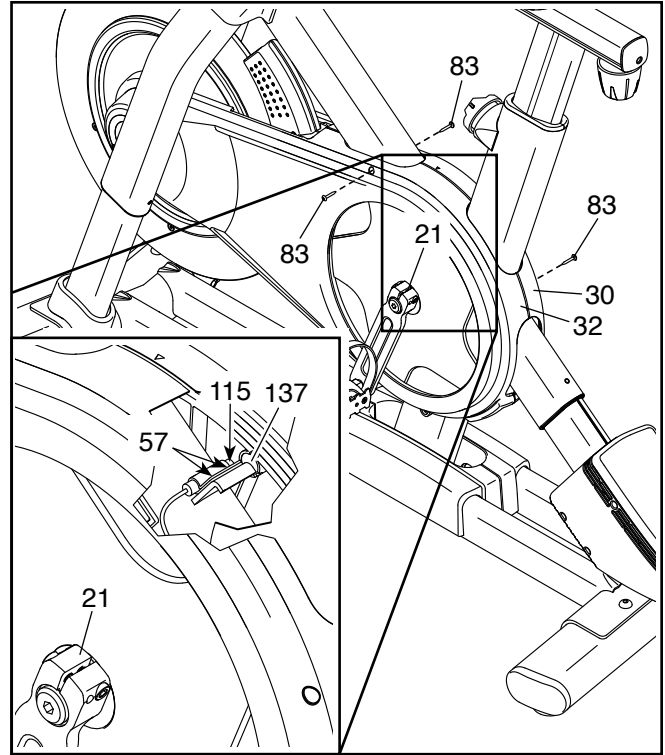


1. Draai de M12 Crankschroef (15) **naar links** vast tot 7 Nm.
2. Draai elke M6 x 25mm Schroef (96) vast tot 20 Nm. Draai vervolgens elke M6 x 25mm Schroef een tweede keer vast tot 20 Nm in dezelfde volgorde.
3. Draai tot slot de M12 Crankschroef (15) **naar links** vast tot 50 Nm.

DE SNELHEIDSSENSOR AFSTELLEN

Als het bedieningspaneel gegevens niet goed weer-geeft, moet u de snelheidssensor afstellen.

Trek eerst de stroomadapter uit om de snelheids-sensor bij te stellen. Verwijder vervolgens de drie aangegeven M4 x 16mm Schroeven (83) van het Rechter- en het Linkerscherm (30, 32).



Trek vervolgens voorzichtig de bovenkant van het Rechter- en Linkerscherm (30, 32) een paar centimeter uit elkaar.

Zie de inzettekening. Draai de twee aangegeven #8 x 1/2" Schroeven (57) wat los. Draai vervolgens aan de Linkercrankarm (21) totdat een Katrolmagneet (137) op gelijke hoogte komt met de Snelheidssensor (115). Schuif de Snelheidssensor wat dichters naar of verder van de Magneet. Maak de Schroeven weer vast.

Steek de stroomadapter in het stopcontact en draai de Linkercrankarm (21) even. Herhaal deze acties tot het bedieningspaneel de juiste informatie weergeeft.

Maak, wanneer de snelheidssensor goed is bijgesteld, het Rechter- en Linkerscherm (30, 32) weer vast.

DE AANDRIJFRIEM AFSTELLEN

De aandrijfriem moet mogelijk worden bijgesteld als u voelt dat de pedalen zelfs op de hoogste instelling van de weerstand tijdens het trappen slippen.

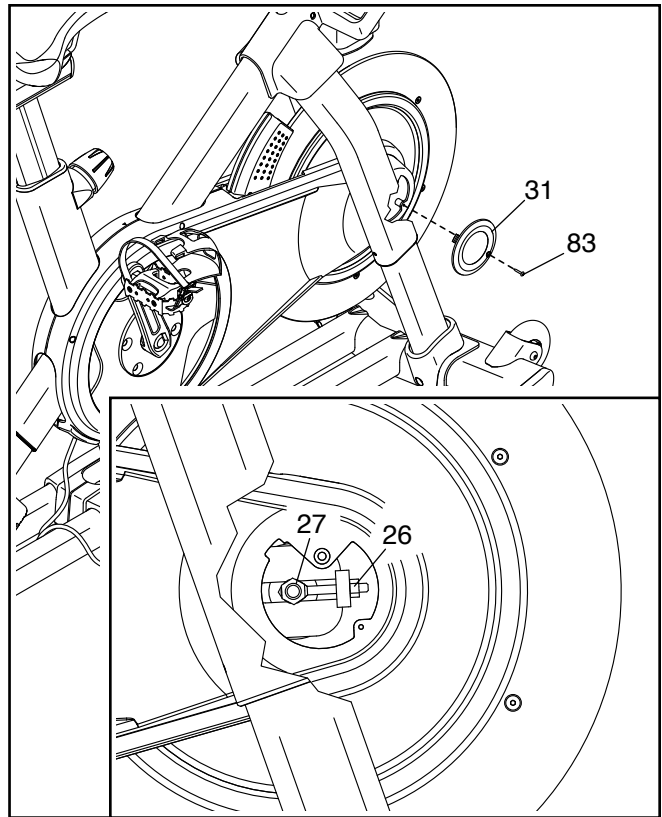
Trek eerst de stroomadapter uit het stopcontact om de aandrijfriem bij te stellen. Volg dan de instructies hieronder. Let op: De tekeningen laten alleen de rechterkant van de studiofiets zien.

Verwijder de aangegeven M4 x 16mm Schroef (83) en de Schermkap (31) aan elke kant van de studiofiets.

Maak vervolgens de M10 Asmoer (27) aan elke kant van de studiofiets los en draai de Afstelmoer (26) aan elke kant van de studiofiets **een halve slag** aan. Maak vervolgens de M10 Asmoeren stevig vast.

Steek de stroomadapter in het stopcontact en fiets op de studiofiets om de afstelling te testen. Herhaal indien nodig de bovenstaande acties tot de pedalen niet meer wegslippen.

Wanneer de aandrijfriem juist is afgesteld, maakt u de schermkappen weer vast.



TRAININGSRICHTLIJNEN

⚠ WAARSCHUWING:

Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of een ander trainingsprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen ouder dan 35 jaar of met bestaande gezondheidsproblemen.

Deze richtlijnen helpen u bij het uitvoeren van uw trainingsprogramma. Raadpleeg een goed aangeschreven boek of maak een afspraak met uw huisarts voor gedetailleerde trainingsinformatie. Onthoud dat goede voeding en voldoende rust essentieel zijn voor succesvolle resultaten.

TRAININGSINTENSITEIT

Het maakt niet uit of u vet wilt verbranden of uw hart- en vaatstelsel wilt verbeteren: De beste resultaten behaalt u door op de juiste intensiteit te trainen. U kunt het juiste intensiteitsniveau bepalen door uw hartslag als leidraad te gebruiken. Het diagram hieronder geeft de aanbevolen hartslagen aan voor vetverbranding en voor aerobische oefeningen.

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

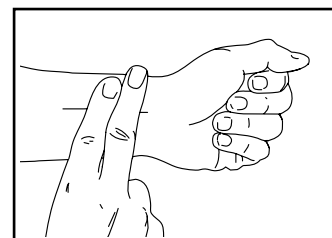
Zoek uw leeftijd (leeftijden zijn afgerond op de dichtstbijzijnde tien jaar) onderaan het overzicht om het juiste intensiteitsniveau te bepalen. De drie getallen boven uw leeftijd bepalen uw "trainingszone". Het laagste getal is de hartslag voor vetverbranding, het middelste getal is de hartslag voor maximale vetverbranding en het hoogste getal is de hartslag voor aerobische oefeningen.

Vet Verbranden – U moet gedurende een langere tijd op een lage intensiteit trainen om vet effectief te verbranden. Tijdens de eerste minuten training verbruikt uw lichaam koolhydraten voor energie. Pas na de eerste minuten training begint uw lichaam met het verbranden van opgeslagen vetcalorieën voor energie. Als het uw doel is om vet te verbranden, stelt u de intensiteit van uw training in totdat uw hartslag rond het laagste getal van uw trainingszone zit. Als u maximaal vet wilt verbranden, traint u totdat uw hartslag rond het middelste getal van uw trainingszone ligt.

Aerobic-oefening – Als het uw doel is om uw hart- en vaatstelsel te versterken, moet u een aerobische oefening uitvoeren wat een activiteit is die grote hoeveelheden zuurstof vereist gedurende langere perioden. Stel de intensiteit van uw oefening af totdat uw hartslag rond het hoogste getal van uw trainingszone ligt als u een aerobische oefening wilt uitvoeren.

UW HARTSLAG METEN

U moet minstens vier minuten trainen om uw hartslag te kunnen meten. Stop dan met trainen en plaats twee vingers op uw pols zoals is afgebeeld.



Neem uw hartslag gedurende zes seconden op en vermenigvuldig het resultaat met 10 om uw hartslag te weten. Als u bijvoorbeeld 14 hartslagen in zes seconden tijd voelt, dan is uw hartslag 140 slagen per minuut.

TRAININGSRICHTLIJNEN

Warming Up – Begin gedurende 5 tot 10 minuten met strekken en lichte trainingen. Een juiste warming up verhoogt uw lichaamstemperatuur en uw hartslag en bevordert uw bloedsomloop als voorbereiding op uw training.

Trainingszone-oefening – Train gedurende 20 tot 30 minuten en houd uw hartslag in de trainingszone. (Houd tijdens de eerste paar weken van uw trainingsprogramma uw hartslag niet langer dan 20 minuten in uw trainingszone.) Adem regelmatig en diep in tijdens het trainen. Houd nooit uw adem in.

Afkoelen – Eindig met 5 tot 10 minuten strekken. Strecken bevordert de soepelheid van uw spieren en helpt problemen voorkomen na de training.

TRAININGSFREQUENTIE

Voer per week drie trainingen uit en houd ten minste één dag rust tussen de trainingen om uw conditie op peil te houden of te verbeteren. Na een aantal maanden regelmatig trainen, kunt u dit desgewenst uitbouwen naar vijf trainingen per week. Onthoud dat het dagelijks regelmatig oefeningen doen en hier plezier in hebben, de sleutel tot uw succes is.

ONDERDELENLIJST

Modelnr. NTEX03121-INT.2 R0321A

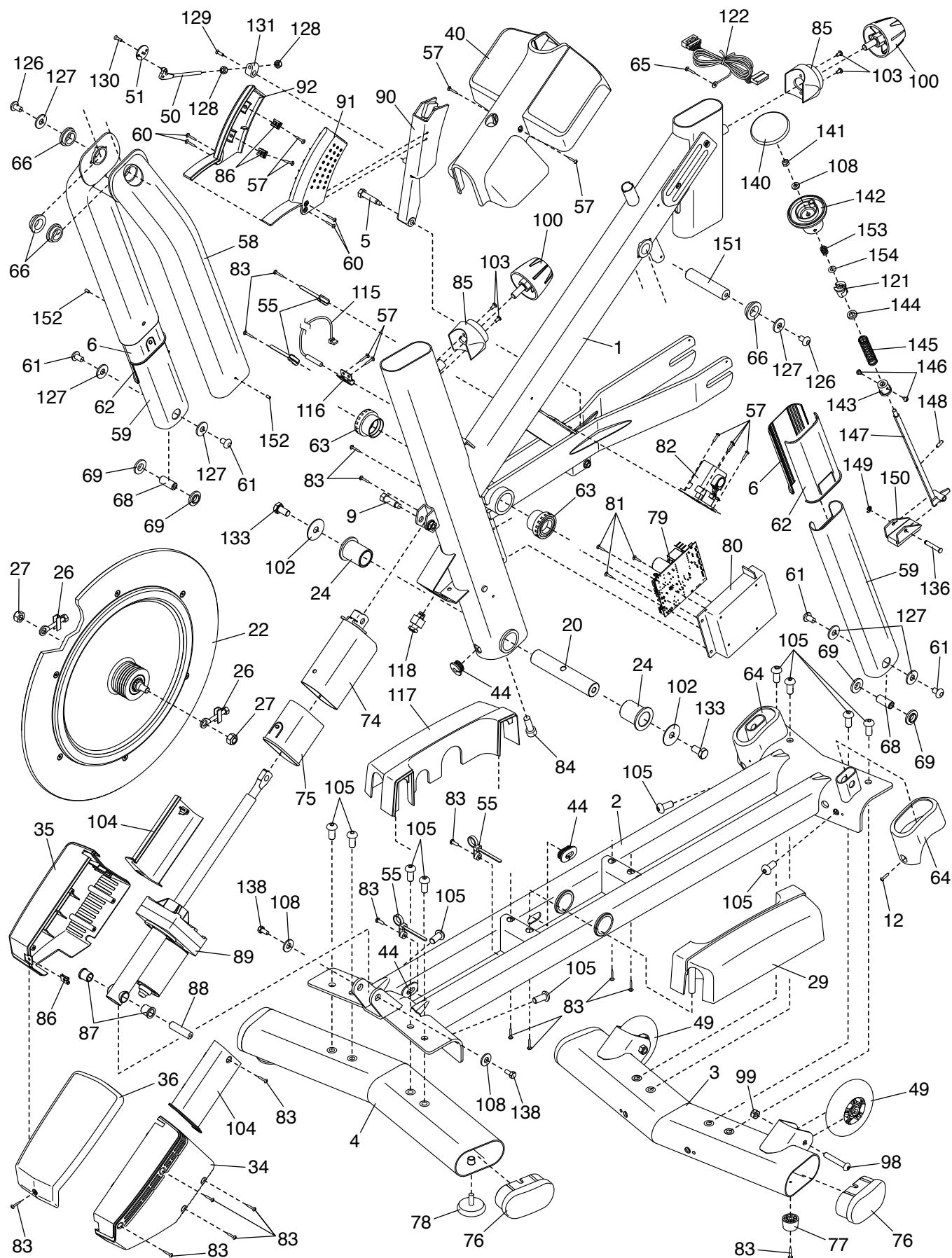
Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
1	1	Onderstel	51	1	Weerstandsschijf
2	1	Basis	52	1	Onderste Zadelklem
3	1	Voorste Stabilisator	53	1	Bovenste Zadelklem
4	1	Achterste Stabilisator	54	1	Zadel
5	1	M6 Schouderschroef	55	6	Verankerde Tiewrap
6	2	Binnenhuls van het Been	56	1	Pedaalset
7	1	Handvatstang	57	18	#8 x 1/2" Schroef
8	1	Bedieningspaneelsteun	58	1	Bovenste Been
9	1	M8 x 32mm Schroef	59	2	Onderste Been
10	1	Bedieningspaneel	60	4	#8 x 1/3" Schroef
11	1	Beugel van het Bedieningspaneel	61	4	M8 x 15mm Schroef
12	2	M4 x 10mm Machineschroef	62	2	Buitenhuls van het Been
13	1	Zadelstang	63	2	Onderstellager
14	2	Handgewicht	64	2	Beenkap
15	1	M12 Crankschroef	65	1	Aardeschroef
16	1	Katrol	66	4	Grote Huls van het Been
17	4	M4 x 14mm Schroef	67	1	Drager
18	4	M10 x 20mm Bout met Platte Kop	68	2	Tussenstuk van het Been
19	1	Crank/Rechtercrankarm	69	4	Kleine Huls van het Been
20	1	Zwenkas	70	1	Rechtergreep
21	1	Linkercrankarm	71	1	Linkergreep
22	1	Vliegwielmodule	72	1	Rechterregelknop
23	1	Handvatdop	73	1	Linkerregelknop
24	2	Zwenkashuls	74	1	Schachtkap
25	1	Aandrijfriem	75	1	Huls van de Schachtkap
26	2	Afstelmodule	76	4	Stabilisatordop
27	2	M10 Asmoer	77	2	Voet
28	2	Stangklem	78	2	Stelvoet
29	1	Rechterbasiskap	79	1	Controller
30	1	Rechterscherm	80	1	Controllerkap
31	2	Schermkap	81	3	M3 x 6mm Machineschroef
32	1	Linkerscherm	82	1	Weerstandsmotor
33	1	Rechterschijf	83	34	M4 x 16mm Schroef
34	1	Rechterkap van de Hellingsmotor	84	1	M12 x 25mm Dopschroef
35	1	Linkerkap van de Hellingsmotor	85	2	Dop van de Stangknop
36	1	Bovenste Kap van de Hellingsmotor	86	3	Klemmoer
37	1	Linkerschijf	87	2	Huls van de Hellingsmotor
38	1	Handgewichthouder	88	1	Inzetstuk van de Hellingsmotor
39	1	Dop van de Handvatstang	89	1	Hellingsmotor
40	1	Accessoireshouder	90	1	Magneetbeugel
41	1	M8 Zadelschroef	91	1	Rechterkap van de Magneetbeugel
42	1	Zadelmoer	92	1	Linkerkap van de Magneetbeugel
43	2	Dop van de Drager	93	4	M8 x 12mm Vlekschroef
44	3	Doorvoerhuls voor één Draad	94	1	M10 x 52mm Bout
45	1	Rechterhuls van de Zadelstang	95	1	M10 Tegenmoer
46	1	Linkerhuls van de Zadelstang	96	2	M6 x 25mm Schroef
47	1	Rechterhuls van de Handvatstang	97	1	Handvat
48	1	Linkerhuls van de Handvatstang	98	2	M8 x 50mm Bout
49	2	Wiel	99	3	M8 Borgmoer
50	1	Afstelarm	100	2	Stangknop

Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
101	1	Knop van de Drager	129	1	M5 x 8mm Schroef
102	2	M10 x 38mm Sluitring	130	1	#6 x 5/8" Schroef
103	4	M4 x 8mm Machineschroef	131	1	Afstelblok
104	2	Huls van de Hellingsmotor	132	2	Botte M4 x 10mm Schroef
105	12	M10 x 20mm Schroef	133	2	M10 x 20mm Zeshoekschroef
106	1	M8 x 83mm Bout	134	1	Plastic Tussenstuk
107	2	M4 x 15mm Machineschroef	135	5	M10 Borgmoer
108	3	M6 Sluitring	136	1	Schoenpen
109	1	Beugelmodule	137	2	Katrolmagneet
110	2	Draadbeschermer	138	2	M6 x 15mm Schroef
111	2	Bovenste/Onderste Draaischijf	139	1	Drukkring
112	1	Middelste Draaischijf	140	1	Dop van de Remknop
113	2	Binnenste Draaischijf	141	1	M6 Borgmoer
114	2	Buitenste Draaischijf	142	1	Onderste Remknop
115	1	Snelheidssensor/Draad	143	1	Onderste Rembus
116	1	Clip van de Snelheidssensor	144	1	Veerstop
117	1	Linkerbasiskap	145	1	Remveer
118	1	Stroomaansluiting	146	2	M4 x 6mm Schroef
119	1	Stroomadapter	147	1	Remas
120	1	Stroomsnoer	148	1	Rolpin
121	1	Bovenste Rembus	149	1	E-ring
122	1	Onderste Draad	150	1	Remschoen
123	1	Bovenste Draad	151	1	Bovenste Beenas
124	1	Verlengdraad	152	2	M4 Stelschroef
125	1	Besturingsdraad	153	1	Stopveer
126	2	M8 x 12mm Schroef	154	1	M6 x 10mm Sluitring
127	8	Grote M8 Sluitring	*	–	Gebruikershandleiding
128	2	M5 Moer	*	–	Montagegereedschap

Let op: Technische gegevens zijn onderhevig aan wijzigingen zonder voorafgaande kennisgeving. Zie de achterkant van deze handleiding voor informatie over het bestellen van vervangingsonderdelen. *Deze onderdelen worden niet weergegeven.

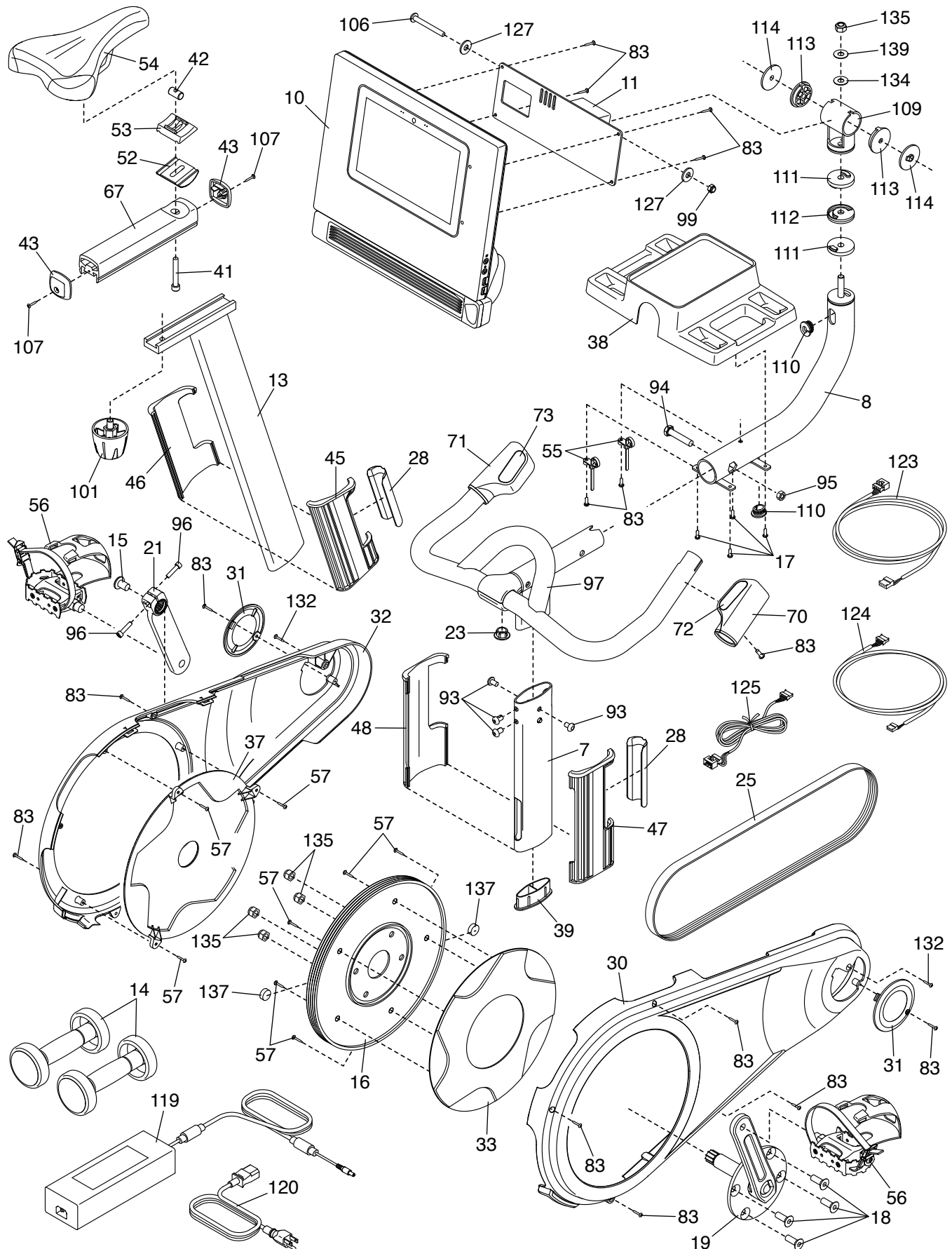
GEDETAILEERDE TEKENING A

Modelnr. NTEX03121-INT.2 R0321A



GEDETAILEERDE TEKENING B

Modelnr. NTEX03121-INT.2 R0321A



VERVANGINGSONDERDELEN BESTELLEN

Raadpleeg de voorkant van deze handleiding voor het bestellen van reserveonderdelen. Houd de volgende informatie bij de hand als u contact met ons opneemt, zodat wij u van dienst kunnen zijn:

- het modelnummer en serienummer van het product (raadpleeg de voorkant van deze handleiding)
- de naam van het product (raadpleeg de voorkant van deze handleiding)
- het referentienummer en de beschrijving van de vervangingsonderdelen (zie LIJST MET ONDERDELEN en GEDETAILLEERDE TEKENING aan het eind van deze handleiding)

RECYCLINGINFORMATIE

Dit elektronische product mag niet bij het normale huishoudelijke afval worden weggegooid. Om het milieu te beschermen moet dit product na afloop van de levensduur overeenkomstig de wetgeving worden gerecycled.

Neem contact op met een recyclingfaciliteit die bevoegd is om dit type afval in uw regio in te zamelen. Hiermee helpt u mee aan het behoud van natuurlijke bronnen en verbetert u de Europese normen van milieubescherming. Als u meer informatie nodig heeft over veilige en correcte verwijderingsmethoden, kunt u contact opnemen met de plaatselijke gemeentedienst of de winkel waar u dit product heeft gekocht.

