

Guide d'utilisation

No du modèle

16807098000

CVC800

- Assemblage
- Fonctionnement
- Guide de dépannage
- Pièces
- Garantie

AVERTISSEMENT

Vous devez lire et comprendre le guide d'utilisation avant d'utiliser cet exerciceur escaladeur.

SPIRIT



**Prière de garder
aux fins de
consultation**

Table des matières

Enregistrement du produit	2
Renseignements importants en matière de sécurité	4
Information sur l'opération de l'équipement	7
Renseignements importants en matière de fonctionnement	8
Liste de préassemblage	10
Assemblage	12
Fonctionnement de votre exerciceur escaladeur	17
Utilisation de l'émetteur de fréquence cardiaque	23
Plan détaillé	24
Liste des pièces	25
Mode d'ingénierie	28
Guide d'entraînement	29
Étirement	33
Garantie limitée du fabricant	35

Merci d'avoir acheté notre produit, veuillez conserver ces instructions. Veuillez ne pas effectuer ou tenter de personnalisation, de réglage, de réparation ou d'entretien qui ne sont pas décrits dans ce manuel.

SPIRIT

FÉLICITATIONS POUR L'ACHAT DE VOTRE NOUVEL EXERCISEUR ESCALADEUR

Merci d'avoir acheté cet exerciceur escaladeur de qualité de Dyaco Canada, Inc. Votre nouvel exerciceur escaladeur a été fabriqué par l'un des meilleurs fabricants mondiaux de produits de conditionnement et est accompagné de l'une des meilleures garanties sur le marché. Par l'entremise de votre détaillant, Dyaco Canada, Inc. fera tout en son possible pour que votre expérience, en tant que propriétaire, soit des plus satisfaisantes au cours des prochaines années. Le détaillant local où vous avez acheté cet exerciceur escaladeur répondra à tous vos besoins en matière de garantie et de service. Sa responsabilité est de vous offrir les connaissances techniques et un service personnalisé pour que votre expérience soit plus informée et que les problèmes soient plus faciles à résoudre.

Prenez quelques minutes pour noter le nom du détaillant, son numéro de téléphone et la date d'achat ci-dessous pour faciliter toute communication ultérieure. Nous apprécions votre support et nous nous souviendrons toujours que vous êtes la raison d'être de notre entreprise.

S'il vous plaît aller www.dyaco.ca/warranty.html et compléter l'enregistrement de garantie en ligne.

Nom du détaillant _____

Numéro de téléphone du détaillant _____

Date d'achat _____

Enregistrement du produit

ENREGISTREZ VOTRE NUMÉRO DE SÉRIE

Veillez enregistrer le numéro de série de ce produit de conditionnement dans l'espace ci-dessous.

Numéro de série _____

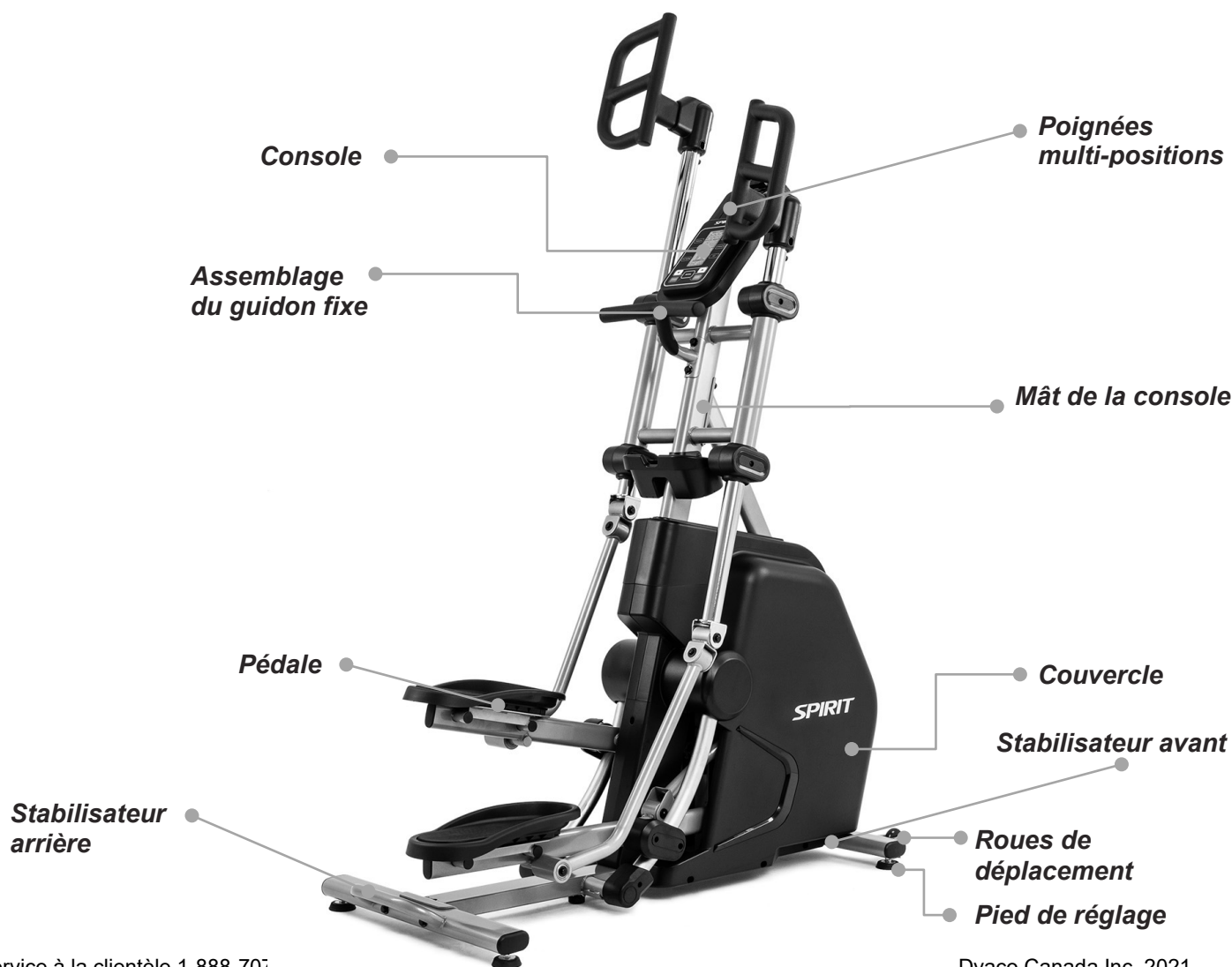
ENREGISTREZ VOTRE ACHAT

Veillez nous visiter à www.dyaco.ca/warranty.html afin d'enregistrer votre achat.

AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir choisi l'exerciseur escaladeur SPIRIT CVC800. Nous sommes très fiers de produire ce produit de qualité et espérons qu'il vous fournira de nombreuses heures d'exercices de qualité pour vous faire sentir mieux, avoir une meilleure apparence et profiter pleinement de la vie. C'est un fait prouvé qu'un programme d'exercice régulier peut améliorer votre santé physique et mentale. Trop souvent, nos modes de vie occupés limitent notre temps et nos possibilités d'exercice. L'exerciseur escaladeur SPIRIT CVC800 offre une méthode pratique et simple pour commencer votre assaut pour mettre votre corps en forme et atteindre un mode de vie plus heureux et plus sain. Avant de poursuivre votre lecture, veuillez revoir le dessin ci-dessous et vous familiariser avec les pièces qui sont étiquetées.

Lisez attentivement ce manuel avant d'utiliser l'exerciseur escaladeur SPIRIT CVC800. Bien que Dyaco Canada Inc. fabrique ses produits avec les meilleurs matériaux et utilise les normes de fabrication et de contrôle de la qualité les plus élevées, il peut parfois y avoir des pièces manquantes ou des pièces mal dimensionnées. Si vous avez des questions ou des problèmes avec les pièces fournies avec votre exerciseur escaladeur SPIRIT CVC800, veuillez ne pas retourner le produit. Contactez-nous **D'ABORD** ! Si une pièce est manquante ou défectueuse, appelez-nous sans frais au 1-888-707-1880. Notre service clientèle est disponible pour vous aider à partir de 8h30. à 17h00 (heure de l'Est) du lundi au vendredi. Assurez-vous d'avoir le nom et le numéro de modèle du produit à portée de main lorsque vous nous contactez.



RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

CET APPAREIL A ÉTÉ CONÇU UNIQUEMENT AUX FINS D'USAGE PERSONNEL
VEUILLEZ LIRE TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT D'UTILISER CET EXERCISEUR ESCALADEUR

ATTENTION : Consultez un médecin avant d'entreprendre tout programme de conditionnement physique. Merci d'avoir acheté notre produit. Nous nous efforçons en tout temps d'assurer la qualité de chacun de nos produits, mais des erreurs occasionnelles ou des omissions peuvent se glisser. Si ce produit comporte une pièce défectueuse ou manquante, prière de communiquer avec nous pour la remplacer.

Cet appareil a été conçu et construit pour promouvoir un conditionnement physique en toute sécurité. Cependant, certaines mesures de sécurité doivent être observées lors de son utilisation de cet appareil et il faut s'assurer de lire le guide en entier avant de l'assembler et de l'utiliser.

Prière de suivre les mesures de sécurité ci-dessous :

1. Lisez le guide d'utilisation ainsi que toute la documentation connexe et suivez-les attentivement avant d'utiliser votre appareil.
2. Le propriétaire doit s'assurer que tous les utilisateurs et toutes les utilisatrices de cet exerciceur escaladeur sont renseignés adéquatement sur toutes les mises en garde et les précautions.
3. Arrêtez la séance d'entraînement immédiatement en cas d'étourdissements, de nausées, de douleurs à la poitrine ou autres symptômes anormaux en utilisant cet exerciceur escaladeur. **CONSULTEZ UN MÉDECIN IMMÉDIATEMENT.**
4. Inspectez l'appareil de conditionnement avant son utilisation. Assurez-vous que tous les écrous et boulons sont serrés fermement.
5. Vérifiez régulièrement l'exerciseur escaladeur pour repérer les signes d'usure et les dommages. Remplacez ses pièces défectueuses avec les pièces du fabricant.
6. Un appareil de conditionnement doit toujours être installé sur une surface plate. Ne le placez pas sur un tapis instable ou une surface inégale pour l'empêcher de se déplacer lors de l'utilisation, ce qui pourrait égratigner ou endommager le plancher. Gardez l'exerciseur escaladeur à l'intérieur à l'épreuve de l'humidité et de la poussière.
7. N'effectuez aucun changement qui risque de compromettre la sécurité de l'équipement.
8. Gardez au moins 1 pi d'espace libre autour de l'appareil pendant son utilisation.
9. Éloignez les enfants et les animaux familiers de l'appareil en tout temps pendant l'exercice.
10. Réservez une période d'échauffement de 5 à 10 minutes avant la séance d'entraînement et une période de récupération de 5 à 10 minutes après pour permettre à la fréquence cardiaque d'accélérer et de se rétablir graduellement et prévenir l'atrophie des muscles.
11. Ne retenez jamais la respiration pendant l'exercice. La respiration doit garder un rythme normal selon le niveau d'exercice en cours.
12. Portez toujours des vêtements et des chaussures convenables pendant la séance d'entraînement. Ne portez pas de vêtements amples qui pourraient s'entremêler dans les pièces mobiles de l'exerciseur escaladeur.
13. Tenez toujours les supports en montant et en descendant de l'exerciseur escaladeur, ou en l'utilisant.
14. Gardez le dos droit en utilisant l'exerciseur escaladeur, ne l'arquez pas.

MISE EN GARDE

Consultez un médecin avant d'entreprendre tout programme de conditionnement physique, ce qui est particulièrement important pour les personnes âgées de 35 ans et plus ou les personnes éprouvant des problèmes de santé. Lisez toutes les instructions avant d'utiliser l'appareil de conditionnement physique. Nous n'acceptons aucune responsabilité pour les blessures personnelles ou les dommages à la propriété encourus pendant l'utilisation de cet exerciceur escaladeur.

VEUILLEZ SAUVEGARDER CES INSTRUCTIONS

RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

MISE EN GARDE – Lisez toutes les instructions avant d'utiliser cet appareil.

DANGER : Pour réduire le risque d'électrocution, débranchez toujours l'exerciseur escaladeur de la prise de courant immédiatement après l'avoir utilisé ou avant de le nettoyer ou d'en faire l'entretien.

MISE EN GARDE – Pour réduire le risque de brûlures, d'incendie, d'électrocution ou de blessures aux personnes, installez l'exerciseur escaladeur sur une surface plane de niveau offrant accès à une prise murale de 120-volts, 15 ampères. Assurez-vous également que seulement l'exerciseur escaladeur est branché dans cette prise murale.

N'UTILISEZ PAS DE RALLONGE À MOINS QU'ELLE AIT UN CALIBRE DE 14 AWG OU SUPÉRIEUR, AVEC SEULEMENT UNE FICHE À L'EXTRÉMITÉ. N'ESSAYEZ PAS DE DÉSACTIVER LA FICHE MISE À LA TERRE EN UTILISANT DES ADAPTATEURS INAPPROPRIÉS OU EN MODIFIANT DE QUELQUE MANIÈRE QUE CE SOIT LE CORDON.

- N'utilisez jamais l'exerciseur escaladeur sur un tapis épais en peluche et à poil long. Des dommages au tapis et à l'exerciseur escaladeur pourraient s'ensuivre.
- Éloignez les enfants de l'exerciseur escaladeur qui comprend plusieurs endroits évidents où ils pourraient se blesser.
- Éloignez les mains des pièces mobiles.
- N'utilisez jamais l'exerciseur escaladeur si le cordon d'alimentation ou la fiche sont endommagés. Si l'exerciseur escaladeur ne fonctionne pas correctement, communiquez avec votre commerçant.
- Éloignez le cordon d'alimentation de toute surface chauffée.
- N'utilisez pas l'exerciseur escaladeur dans un endroit où des produits émettant un jet d'aérosol sont utilisés ou dans un endroit où de l'oxygène est administré. Des étincelles provenant du moteur peuvent allumer un environnement gazeux à teneur élevée.
- N'échappez pas ou n'insérez pas d'objets dans les ouvertures.
- N'utilisez pas l'exerciseur escaladeur à l'extérieur.
- Fermez tous les contrôles avant de débrancher la fiche de la prise murale.
- Assurez-vous que le cordon d'alimentation et l'adaptateur sont placés dans un endroit sec et à l'abri de la chaleur.
- Utilisez l'exerciseur escaladeur uniquement aux fins pour lesquelles il a été conçu.
- Le capteur du pouls manuel n'est pas un instrument médical. Divers facteurs, incluant les mouvements de l'utilisateur ou de l'utilisatrice, peuvent influencer les données de la fréquence cardiaque. Le capteur du pouls est conçu uniquement pour vous aider au cours de la séance d'exercices en déterminant les tendances de la fréquence cardiaque en général.
- Portez des chaussures appropriées. Les souliers à talons hauts, les chaussures de tenue, les sandales ou les pieds nus ne sont pas convenables pour utiliser l'exerciseur escaladeur. Les chaussures athlétiques sont recommandées pour éviter de fatiguer les jambes.
- Éloignez les enfants âgés de moins de 13 ans de cet appareil.
- Cet appareil n'est pas conçu pour être utilisé par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou manquant d'expérience et de connaissances.
- Avant de commencer un programme d'exercices, consultez un médecin. Ceci est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans ou les personnes ayant des problèmes de santé préexistants.
- Une surveillance étroite est nécessaire lorsque cet appareil est utilisé par, ou à proximité d'enfants, de personnes invalides ou de personnes handicapées.
- Débranchez toujours l'appareil de la prise de courant immédiatement après l'avoir utilisé et avant de le nettoyer.
- Un appareil ne devrait jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débranchez-le de la prise de courant s'il n'est pas utilisé et avant d'installer des pièces ou de les enlever.

- Ne faites pas fonctionner cet appareil sur une couverture ou une oreiller. Un excès de chaleur peut se produire et causer un incendie, produire un choc électrique ou blesser des personnes.
- Utilisez l'appareil uniquement aux fins décrites dans ce guide. N'utilisez pas d'accessoires qui ne sont pas recommandés par le fabricant.
- Ne déplacez pas cet appareil en le tenant par le cordon d'alimentation ou n'utilisez pas le cordon d'alimentation en tant que poignée.
- Ne faites jamais fonctionner l'appareil si les bouches d'air sont bloquées. Nettoyez les bouches d'air du peluche, des cheveux et de la poussière.
- N'utilisez pas l'appareil là où des produits aérosols sont utilisés ou de l'oxygène est administré.
- Éloignez les enfants des extensions des pédales ou des autres pièces du genre.

VEUILLEZ SAUVEGARDER CES INSTRUCTIONS – PENSEZ SÉCURITÉ!

INFORMATION SUR L'OPÉRATION DE L'ÉQUIPEMENT

Pour commencer à utiliser l'exerciseur escaladeur CVC800, suivez les étapes ci-dessous.

Première étape : Tenez les guidons dans la position A1 ou A2.

Deuxième étape : Tenez-vous debout sur les pédales dans la position B.

Pour arrêter d'utiliser l'exerciseur escaladeur CVC800, suivez les étapes ci-dessous.

Première étape : Mettez fin à la séance d'exercices.

Deuxième étape : Enlevez le pied de la pédale dans la position B tout en continuant de tenir les guidons dans la position A1 ou A2.

Troisième étape : Lâchez les guidons seulement lorsque vous êtes debout par terre.

ENTRETIEN GÉNÉRAL

Essuyez la sueur qui se trouve sur les surfaces C et D avec un chiffon humide après avoir utilisé l'appareil pour éviter qu'il ne rouille.

Chaque semaine, appliquez un peu d'huile sur un chiffon sec pour essuyer les pièces mobiles (assemblage D).

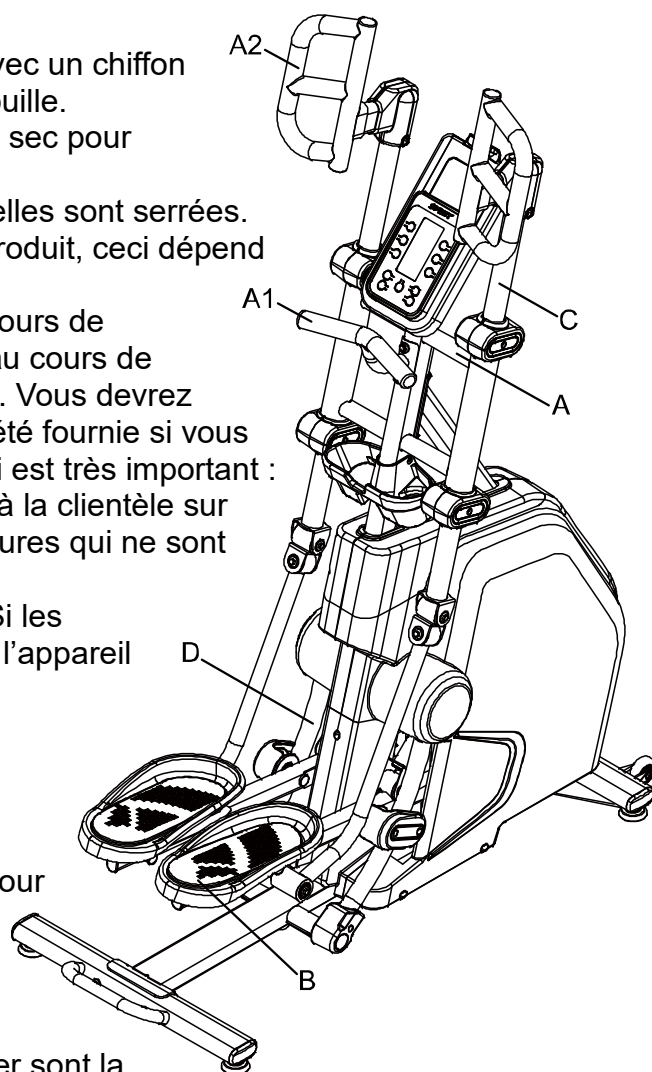
Chaque mois, vérifiez les pédales pour vous assurer qu'elles sont serrées.

Si vous entendez un grincement ou si un frottement se produit, ceci dépend probablement de deux choses :

1. Les ferrures n'ont pas été serrées suffisamment au cours de l'assemblage. Tous les boulons qui ont été installés au cours de l'assemblage doivent être serrés autant que possible. Vous devrez peut-être utiliser une plus grosse clé que celle qui a été fournie si vous ne pouvez pas serrer les boulons suffisamment. Ceci est très important : 90 % des appels téléphoniques faits à notre Service à la clientèle sur les questions de bruits peuvent être retracés aux ferrures qui ne sont pas suffisamment serrées.
2. Les guidons et les pédales doivent être resserrés. Si les grincements et les autres bruits persistent, vérifiez si l'appareil est au niveau.

MISE EN GARDE

1. Le niveau de sécurité de l'équipement peut être maintenu seulement s'il est examiné régulièrement pour repérer les dommages et l'usure.
2. Remplacez les composantes défectueuses immédiatement; n'utilisez pas l'équipement tant et aussi longtemps qu'il n'a pas été réparé.
3. Les composantes qui sont les plus susceptibles d'user sont la courroie, l'essieu, les coussinets, le renvoi intermédiaire et les pédales.



RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS EN MATIÈRE D'ÉLECTRICITÉ

MISE EN GARDE!

N'enlevez JAMAIS le couvercle sans avoir déconnecté au préalable l'alimentation en courant alternatif. Si la tension varie de dix pourcent (10 %) ou plus, la performance de votre exerciceur l'exerciseur escaladeur peut être affectée. De telles conditions ne sont pas couvertes par la garantie. Si vous soupçonnez que la tension est basse, communiquez avec votre compagnie locale de pouvoir électrique ou un électricien qualifié pour évaluer le courant électrique.

N'exposez JAMAIS votre exerciceur escaladeur à la pluie ou à l'humidité. Ce produit n'est PAS conçu pour être utilisé à l'extérieur, près d'une piscine, d'un bain tourbillon ou dans tout autre environnement très humide. La température spécifiée pour le fonctionnement se situe entre 5 et 48 degrés (40 et 120 degrés Fahrenheit), et l'humidité est à 95 % sans condensation, c'est-à-dire qu'il n'y a aucune formation de gouttelettes d'eau sur les surfaces.

Disjoncteurs : Certains disjoncteurs utilisés dans les installations de conditionnement physique ou les résidences, ne sont pas conçus pour les courants d'appel élevés qui peuvent se produire lorsqu'un tapis roulant démarre initialement ou même au cours de son utilisation. Si le tapis roulant fait déclencher le disjoncteur de l'installation de conditionnement physique ou de la résidence, même s'il s'agit du courant approprié et que le disjoncteur du tapis roulant ne déclenche pas, vous devrez remplacer le disjoncteur de l'installation de conditionnement physique ou de la résidence par un type de calibre plus élevé. Il ne s'agit pas d'un défaut de la garantie, mais plutôt d'une condition hors de notre contrôle à l'usine. Cette pièce est disponible dans la plupart des magasins d'accessoires électriques.

RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS EN MATIÈRE DE FONCTIONNEMENT

- N'utilisez **JAMAIS** cet exerciceur escaladeur sans lire et comprendre complètement les résultats de tout changement opérationnel que vous demandez d'effectuer à votre ordinateur.
- Comprenez que les changements dans la résistance ne se produisent pas immédiatement. Réglez le niveau de résistance désiré sur la console de l'ordinateur et dégagez le bouton de réglage. L'ordinateur effectuera la demande graduellement.
- N'utilisez **JAMAIS** l'exerciseur escaladeur pendant un orage électrique. Des surtensions peuvent se produire dans l'alimentation électrique de votre maison, ce qui peut endommager les composantes de l'exerciseur escaladeur. Débranchez l'exerciseur escaladeur pendant un orage électrique par mesure de précaution.
- Faites attention en participant à d'autres activités lorsque vous utilisez votre exerciceur escaladeur, par exemple, regarder la télévision, lire, etc. Ces distractions peuvent vous faire perdre l'équilibre et vous infliger des blessures graves.
- N'exercez pas de pression excessive sur les boutons de contrôle de la console. Ils sont réglés de précision pour fonctionner convenablement avec un peu de pression des doigts.

COMMENT MONTER ET DESCENDRE DE VOTRE EXERCISEUR ESCALADEUR

IMPORTANT

L'exerciseur escaladeur vous est offert avec deux guidons à mouvement double et un guidon fixe. Tenez toujours le guidon fixe en montant et en descendant de l'exerciseur escaladeur. Si vous l'utilisez pour la première fois, familiarisez-vous avec l'appareil en tenant le guidon fixe avant de passer aux guidons à mouvement double.

Une fois que vous êtes familier avec l'utilisation de l'appareil, utilisez graduellement les guidons à mouvement double pour profiter d'un conditionnement physique pour tout le corps. Vos mains peuvent tenir les guidons à mouvement double à l'endroit approprié à votre taille et à la longueur de vos bras.

1. Suivez toutes les mesures de sécurité en montant et en descendant de l'exerciseur escaladeur. Observez celles qui sont décrites ci-dessous.
2. Assurez-vous que la pédale gauche est dans la position la plus basse et tenez le guidon fixe à deux mains.
3. Si vous êtes placé à droite de l'appareil, mettez le pied gauche sur la pédale gauche et montez lentement.
4. Levez le pied droit au-dessus de l'appareil et placez-le sur la pédale droite. Demeurez en équilibre et commencez la séance d'exercices.

Important

Pour descendre de l'exerciseur escaladeur, arrêtez-le complètement et suivez les étapes ci-dessus à l'inverse.

Portez toujours des chaussures avec une semelle en caoutchouc, telles que des souliers de tennis.

Il est recommandé de garder au moins une main sur le guidon fixe en tout temps, surtout en montant et en descendant de l'appareil. Si vous effectuez une allure de marche avec les bras, ou si vous faites des exercices d'entraînement musculaire, assurez-vous de demeurer en équilibre.

Tout appareil devrait être installé et utilisé sur une surface solide au niveau.

Position appropriée

Votre corps doit être en position verticale pour que votre dos soit droit. Gardez la tête haute pour minimiser les tensions au niveau du cou et du haut du dos. Essayez toujours d'utiliser le grimpeur dans un mouvement rythmique et fluide. Si vous vous sentez mal à l'aise ou si vous ressentez une sensation de type déferlement, il y a probablement trop de tension. En marche arrière, pliez un peu plus les genoux. L'accent est mis davantage sur les fesses et les ischio-jambiers dans le mouvement.

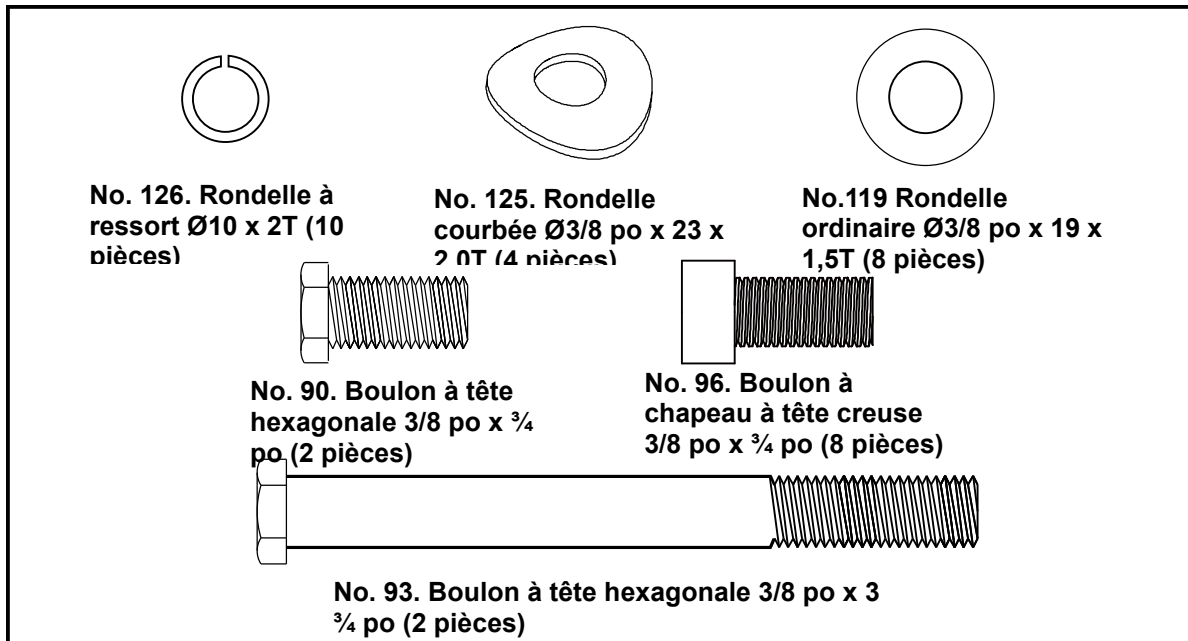
Déplacement de l'exerciseur escaladeur

L'exerciseur escaladeur peut facilement être déplacé d'une pièce à l'autre.

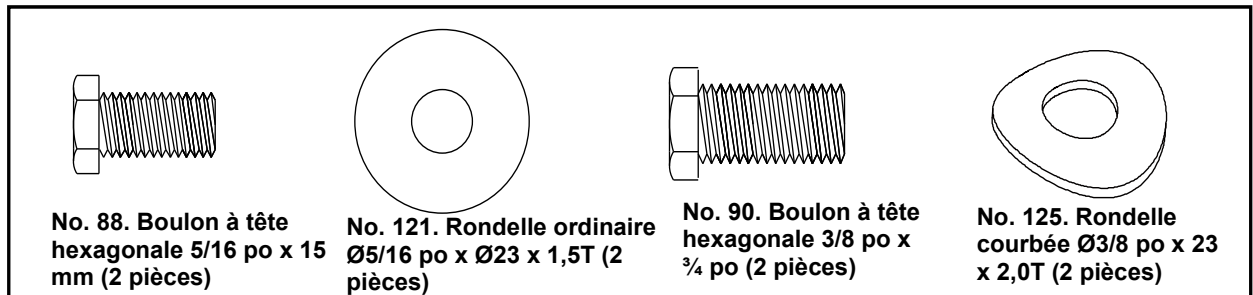
1. Pour déplacer l'appareil, tenez-vous debout à l'arrière et assurez-vous qu'un bras pivotant est en haut du disque et que l'autre est en bas. Accroupissez-vous et prenez la poignée du stabilisateur arrière.
2. Levez l'appareil et transportez-le à l'endroit désiré.

LISTE DE PRÉASSEMBLAGE

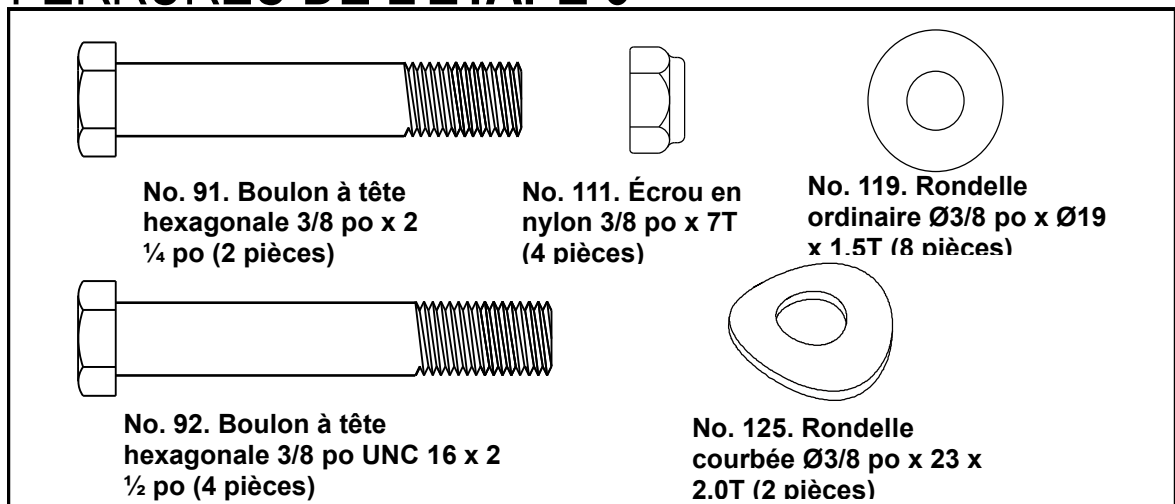
1 FERRURES DE L'ÉTAPE 1



2 FERRURES DE L'ÉTAPE 2



3 FERRURES DE L'ÉTAPE 3



4 FERRURES DE L'ÉTAPE 4

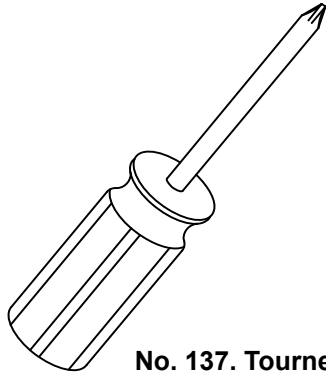


No. 100. Vis à tête M5 x 10 mm (18 pièces)

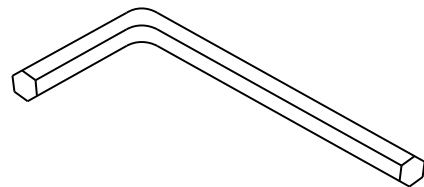


No. 102. Vis à tête 3,5 x 12 mm (6 pièces)

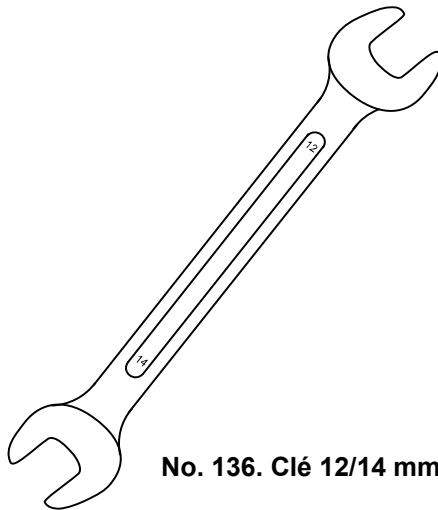
OUTILS NÉCESSAIRE



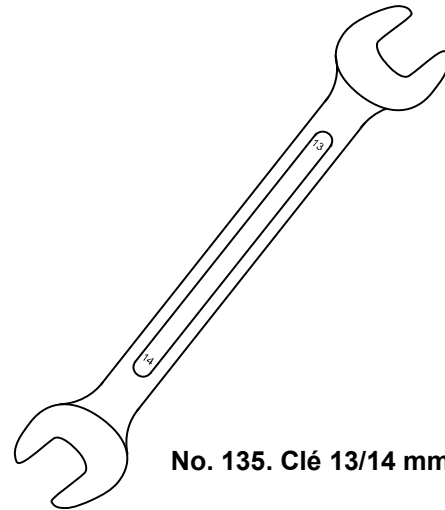
No. 137. Tournevis Phillips



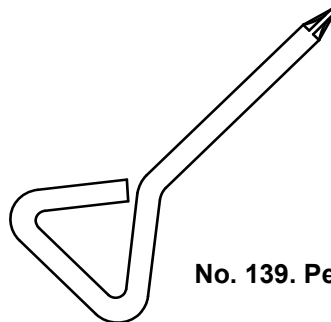
No. 138. Clé Allen M8 en L



No. 136. Clé 12/14 mm



No. 135. Clé 13/14 mm



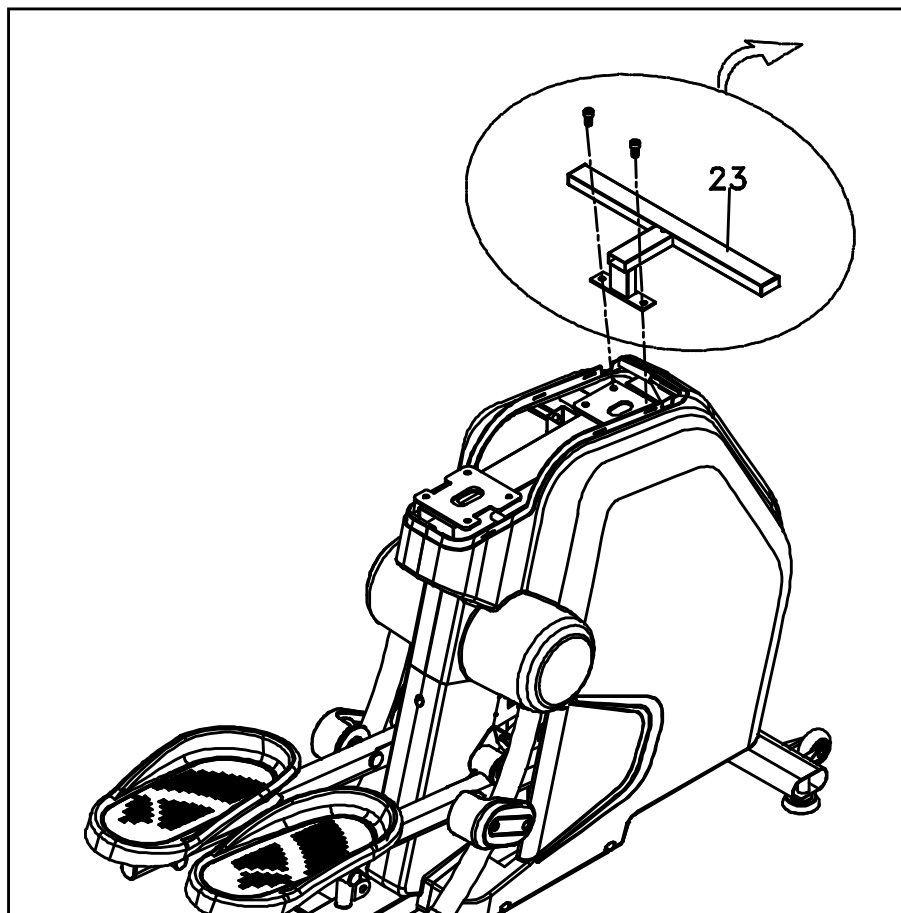
No. 139. Petit tournevis Phillips

ASSEMBLAGE

PRÉASSEMBLAGE

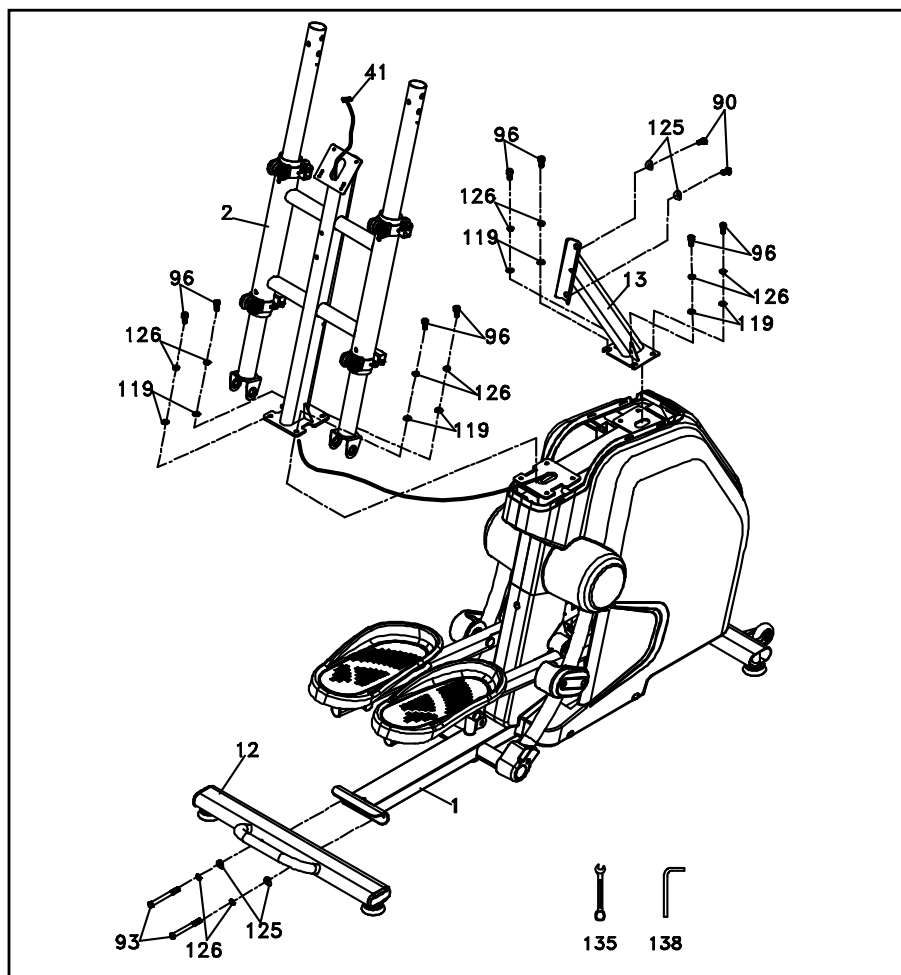
1. Enlevez attentivement toutes les pièces du carton et inspectez si des pièces sont endommagées ou s'il en manque. Si des pièces sont endommagées ou s'il en manque, communiquez immédiatement avec votre marchand.
2. Prenez le sac des ferrures. Les ferrures sont séparées en quatre étapes. Enlevez d'abord les outils. Enlevez les ferrures du sac une étape à la fois pour éviter de les mêler. Les nombres qui sont entre parenthèses (#) dans les instructions sont les numéros des items pour les illustrations d'assemblage à titre de référence.

ENLEVEZ LE STABILISATEUR D'EXPÉDITION



1. À l'aide de la clé allen M8 en L (no. 138), enlevez les deux boulons à chapeau à tête creuse (no. 96) qui retiennent la pièce protectrice (no. 23) de la plaque de montage située sur le cadre principal. Placez les boulons et la pièce protectrice de côté pour le moment.

1 STABILISATEUR ARRIÈRE/TABLEAU DE CONSOLE



FERRURES DE L'ÉTAPE 1

No. 90. Boulon à tête hexagonale 3/8 po x 3/4 po (2 pièces)

No. 93. Boulon à tête hexagonale 3/8 po x 3 3/4 po (2 pièces)

No. 96. Boulon à chapeau à tête creuse 3/8 po x 3/4 po (8 pièces)

No. 119. Rondelle ordinaire Ø3/8 po x 19 x 1,5T (8 pièces)

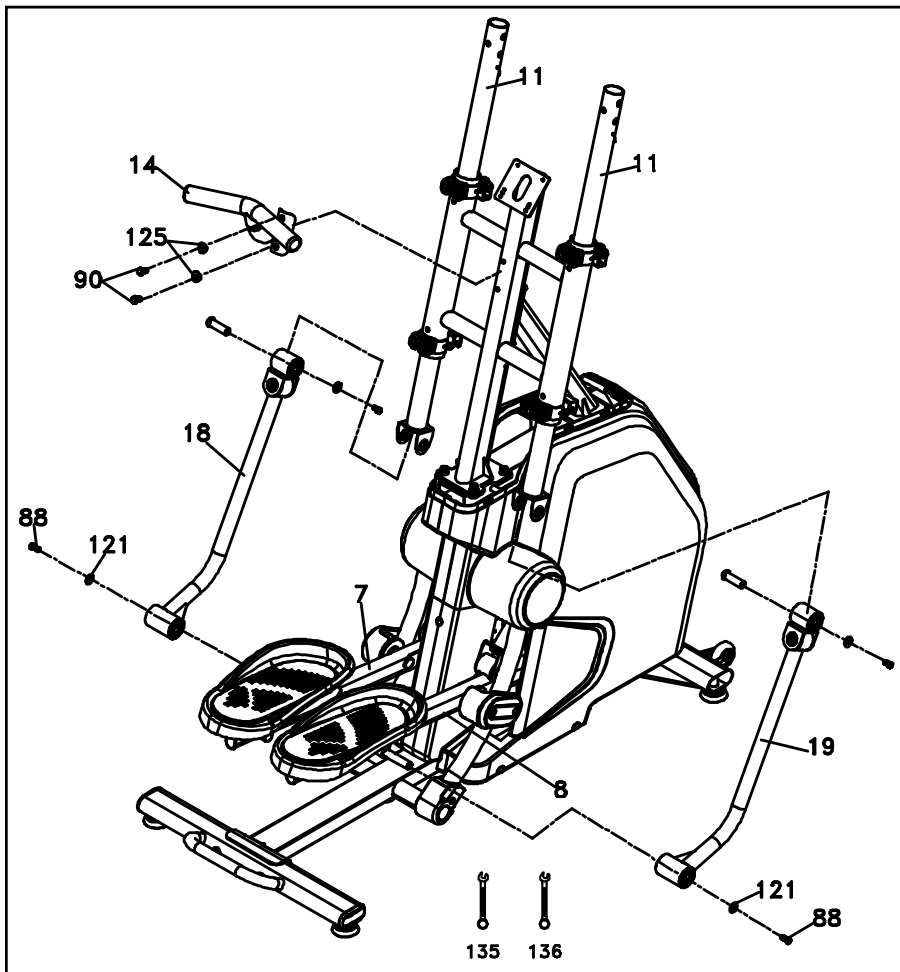
No. 125. Rondelle courbée Ø3/8 po x 23 x 2,0T (4 pièces)

No. 126. Rondelle à ressort Ø10 x 2T (10 pièces)

1. Attachez le stabilisateur arrière muni d'une poignée (no. 12) à la plaque de montage sur le cadre principal (no. 1). Serrez-les avec deux boulons à tête hexagonale (no. 93), deux rondelles à ressort (no. 126) et deux rondelles courbées (no. 125) à l'aide de la clé (no. 135).
2. Tirez sur le lien situé sur le tableau de la console (no. 2) pour faire passer le câble de l'ordinateur (no. 41) à travers la partie inférieure du tableau de la console en le faisant sortir de la partie supérieure. Serrez le tableau de la console (no. 2) sur la plaque de montage et sur le cadre principal (no. 1) avec quatre boulons à chapeau à tête creuse (no. 96), quatre rondelles à ressort (no. 126) et quatre rondelles ordinaires (no. 119) à l'aide de la clé allen M8 en L (no. 138).
3. Serrez le support du tableau de la console (no. 13) sur le cadre principal (no. 1) avec quatre boulons à chapeau à tête creuse (no. 96), quatre rondelles à ressort (no. 126) et quatre rondelles ordinaires (no. 119). Serrez le dispositif d'ancrage de la courroie (no. 2) au support du tableau de la console (no. 13) avec deux boulons à tête hexagonale (no. 90) et deux rondelles courbées (no. 125)

2

ASSEMBLAGE DES TUBES LATÉRAUX



FERRURES DE L'ÉTAPE 2

No. 88. Boulon à tête hexagonale 5/16 po x 15 mm (2 pièces)

No. 90. Boulon à tête hexagonale 3/8 po x 3/4 po (2 pièces)

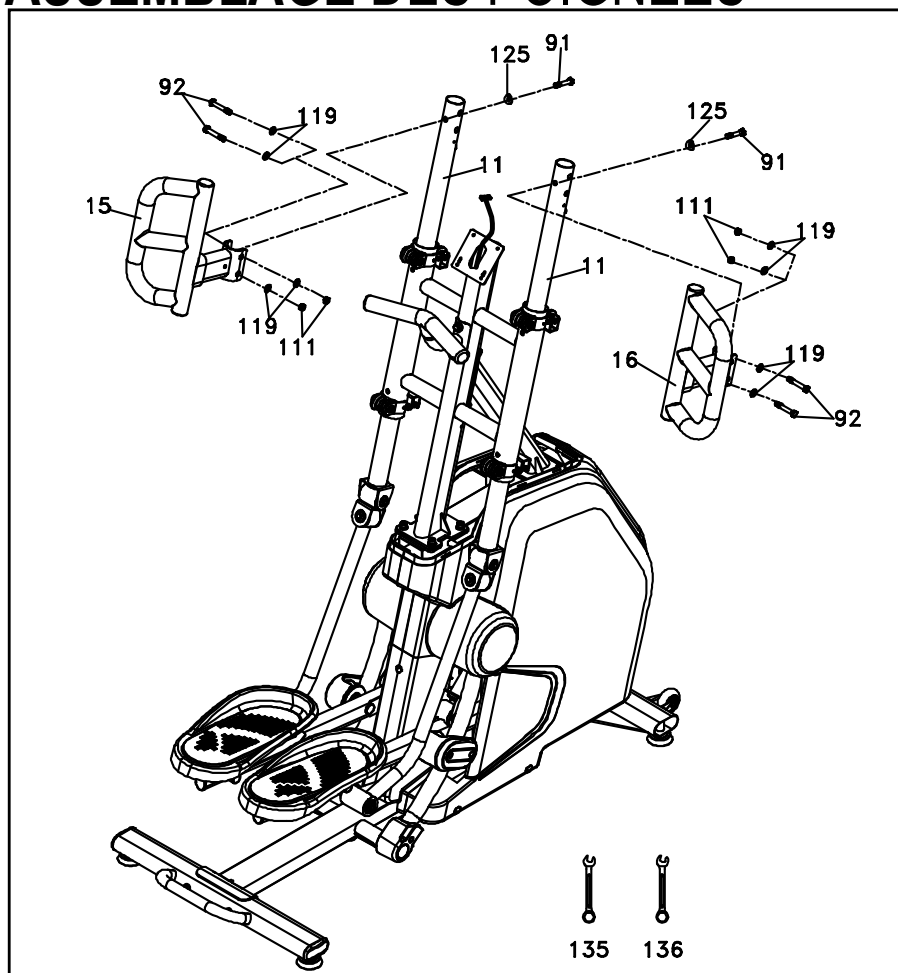
No. 121. Rondelle ordinaire Ø5/16 po x Ø23 x 1,5T (2 pièces)

No. 125. Rondelle courbée Ø3/8 po x 23 x 2,0T (2 pièces)

1. Enlevez l'essieu et la vis de l'assemblage d'entraînement droit (no. 19), installez l'ouverture inférieure de l'assemblage d'entraînement droit à l'essieu de la tringle de connexion droite (R - no. 8) pour les connecter ensemble. Serrez-les avec un boulon à tête hexagonale (no. 88) et une rondelle ordinaire (no. 121) à l'aide de la clé (no. 136).
2. En passant à travers l'ouverture supérieure, installez l'assemblage d'entraînement à la plaque inférieure en U située sur l'assemblage du guidon du stabilisateur (no. 11). Insérez l'essieu dans l'ouverture supérieure à travers la plaque inférieure en U et serrez-les avec les boulons que vous avez enlevés au no. 1 à l'aide de la clé (no. 136). Répétez les mêmes étapes pour installer le côté gauche.
3. Installez l'assemblage des guidons du tableau (no.14) sur le tableau de la console (no.2). Serrez-les avec deux boulons à tête hexagonale (no.90) et deux rondelles courbées (no.125) à l'aide de la clé (no.135).

3

ASSEMBLAGE DES POIGNÉES



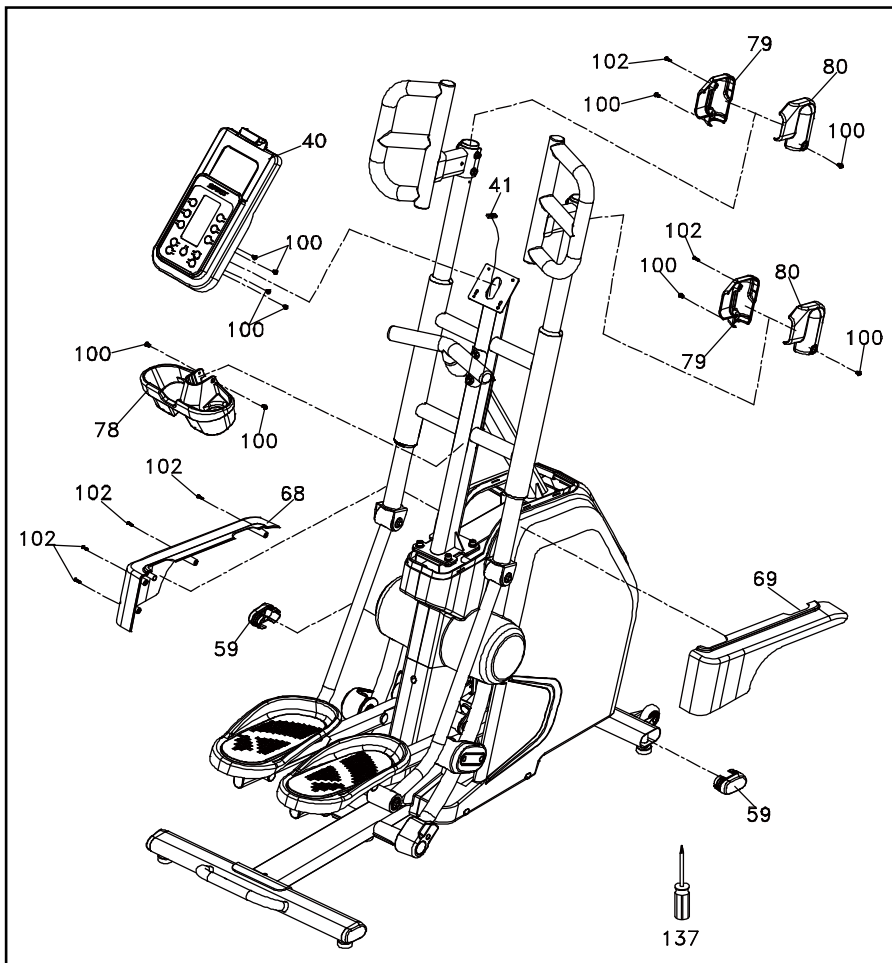
FERRURES DE L'ÉTAPE 3

- No. 91.** Boulon à tête hexagonale 3/8 po x 2 1/4 po (2 pièces)
- No. 92.** Boulon à tête hexagonale 3/8 po UNC 16 x 2 1/2 po (4 pièces)
- No. 111.** Écrou en nylon 3/8 po x 7T (4 pièces)
- No. 119.** Rondelle ordinaire Ø3/8 po x Ø19 x 1,5T (8 pièces)
- No. 125.** Rondelle courbée Ø3/8 po x 23 x 2,0T (2 pièces)

1. Installez le guidon gauche (no. 15L) à l'assemblage des guidons supérieurs du stabilisateur (no. 11). Serrez-les avec un boulon à tête hexagonale (no. 91) et une rondelle courbée (no. 125) à l'aide de la clé (no. 135). Serrez-les ensuite avec deux boulons à tête hexagonale (no. 92), quatre rondelles ordinaires (no. 119), deux écrous en nylon (no. 111) à l'aide de la clé (no. 136). Répétez les mêmes étapes pour installer le côté droit.

4

ASSEMBLAGE CONSOLE / COUVERCLES



FERRURES DE L'ÉTAPE 3

No. 100. Vis à tête M5 x 10 mm (18 pièces)
No. 102. Vis à tête 3,5 x 12 mm (6 pièces)

1. Branchez le câble de l'ordinateur (no. 41) à l'assemblage de la console (no. 40). Installez l'assemblage de la console dans la partie supérieure du tableau de la console (no. 2), poussez le reste des câbles dans le tube du tableau et serrez-les fermement avec quatre vis à tête (no. 100) à l'aide de la clé (no. 137).
2. Installez le couvercle gauche du tableau de la console (no. 68L) et le couvercle droit du tableau de la console (no. 69R) au garde-chaîne gauche (no. 70L) et au garde-chaîne droit (no. 71R). Serrez-les fermement avec quatre vis à tête (no. 102) à l'aide de la clé (no. 137).
3. Installez le couvercle gauche des guidons (no. 79L) et le couvercle droit des guidons (no. 80R) sur l'assemblage du guidon supérieur gauche du stabilisateur (no. 11). Serrez-les fermement avec deux vis à tête (no. 100) et une vis à tête (no. 102) à l'aide de la clé (no. 137). Répétez les mêmes étapes pour installer le couvercle gauche des guidons (no. 79L), le couvercle droit des guidons (no. 80R) et l'assemblage du guidon supérieur droit du stabilisateur (no. 11).
4. Placez les embouts ovales (no. 59) dans les extrémités du tube du stabilisateur avant du cadre principal (no. 1).
5. Installez le couvercle A de la roue coulissante du rail latéral (no. 66) et le couvercle B de la roue coulissante du rail latéral (no. 67) sur le dispositif d'ancrage supérieur gauche de la courroie (no. 2) avec deux vis à tête (no. 100) à l'aide du tournevis (no. 139). Répétez les mêmes étapes pour installer les trois autres ensembles de dispositifs d'ancrage de la courroie (no. 2) : inférieur gauche, supérieur droite et inférieur droite.
6. Installez le porte-bouteille (no. 78) sur le dispositif d'ancrage de la courroie (no. 2) avec deux vis à tête (no. 100).

FONCTIONNEMENT DE VOTRE EXERCISEUR ESCALADEUR



ALIMENTATION

Lorsque l'affichage est alimenté, tous les caractères s'allument. La fenêtre tuteur des données LCD affiche la version du logiciel et le temps total que l'utilisateur ou l'utilisatrice a utilisé l'exerciseur escaladeur depuis qu'il est neuf. Après trois secondes, la console passe à l'affichage de démarrage et votre appareil est prêt à être utilisé.

DÉMARRAGE RAPIDE

Pour commencer votre séance d'exercices dans le mode QUICK START (démarrage rapide), appuyez simplement sur le bouton START après avoir alimenté la console. Dans le mode QUICK START, le temps compte en progressant à partir de zéro et la charge de travail/résistance peut être ajustée manuellement en appuyant sur les boutons ▲ et ▼. Appuyez une fois sur le bouton STOP pour pauser la séance d'exercices; appuyez une fois sur le bouton START pour la continuer; appuyez deux fois sur le bouton STOP pour mettre fin à la séance d'exercices.

Remarque : FLS (étages représentatifs), FPM (étages par minute)

Utilisation de l'application Spirit+

Afin de vous aider à atteindre vos objectifs d'exercice, votre nouvel appareil d'exercice est équipé d'un émetteur-récepteur Bluetooth® qui lui permettra d'interagir avec certains téléphones ou tablettes

via l'application Spirit+. Téléchargez simplement l'application gratuite Spirit+ sur l'Apple Store ou Google Play, puis suivez les instructions de l'application pour synchroniser avec votre appareil d'exercice. Synchroniser l'application avec votre machine d'exercice : 1. Téléchargez l'application. 2. Ouvrez l'application sur votre appareil (téléphone ou tablette) et assurez-vous que Bluetooth® est activé sur votre appareil (téléphone ou tablette). 3. Dans l'application, cliquez sur l'icône dans le coin supérieur droit pour rechercher votre équipement Spirit. 4. Une fois l'équipement détecté, cliquez sur Connecter. Lorsque l'application et l'équipement sont synchronisés, l'icône Bluetooth® sur l'écran de la console de l'équipement s'allume. Vous pouvez maintenant commencer à utiliser votre nouveau produit Spirit Fitness. 5. Lorsque votre entraînement est terminé, les données sont automatiquement enregistrées.

Remarque : Votre appareil devra fonctionner sur un système d'exploitation minimum d'iOS 13 ou Android 8.0 pour que l'application Spirit+ fonctionne correctement.

CARACTÉRISTIQUES PROGRAMMABLES

PROGRAMME MANUEL

Le programme manuel fonctionne tel que le nom le laisse entendre, manuellement. Ceci veut dire que vous contrôlez la charge de travail vous-même et non l'ordinateur.

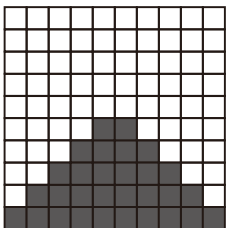
1. Appuyez sur le bouton du programme MANUAL, ensuite sur le bouton ENTER.
2. Entrez votre âge avec les boutons ▲ et ▼, et appuyez sur le bouton ENTER pour accepter le nouveau nombre et continuer.
3. Entrez votre poids avec les boutons ▲ et ▼, et appuyez sur le bouton ENTER pour continuer. Ces renseignements ont pour but de vous aider à produire un affichage calorique plus précis.
4. Entrez la durée de la séance d'exercices avec les boutons ▲ et ▼, et appuyez sur le bouton ENTER pour continuer.
5. Appuyez sur le bouton START pour commencer la séance d'exercices. Pour changer un paramètre, appuyez sur le bouton STOP pour reculer d'une étape et répétez les étapes mentionnées ci-dessus.
6. Le programme commence au niveau 1 avec une période de réchauffement. Appuyez sur les boutons ▲ et ▼ pour augmenter et réduire la charge de travail.
7. Dans le programme manuel, vous pouvez ajuster le niveau manuellement en appuyant sur les boutons ▲ et ▼.
8. Dans le programme manuel, appuyez une fois sur le bouton STOP pour entrer dans le mode de veille, appuyez sur le bouton START pour continuer la séance d'exercices ou appuyez deux fois sur le bouton STOP pour sortir du programme.
9. Lorsque le programme prend fin, l'affichage présente un sommaire de votre séance d'exercices pendant quelques secondes avant de retourner à l'affichage de démarrage.

PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS

L'exerciseur escaladeur offre cinq différents programmes qui ont été conçus pour une variété de séances d'exercices. Ces cinq programmes ont des profils préréglés à l'usine pour atteindre différents buts.

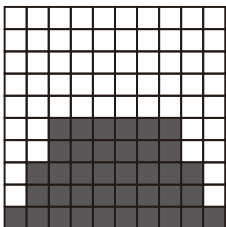
PROGRAMME « COLLINES » (HILL)

Ce programme simule un parcours qui monte et descend une colline. La résistance dans les pédales augmente et diminue continuellement au cours du programme.



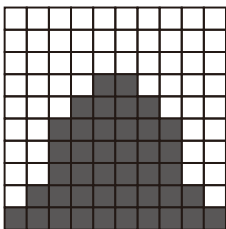
PROGRAMME « PERTE DE GRAISSE » (FAT BURN)

Ce programme est conçu, tel que le nom l'indique, pour maximiser la perte de graisse. Il y a plusieurs écoles de pensée sur la meilleure façon de perdre la graisse, mais la plupart des experts s'entendent pour dire qu'un niveau d'effort moindre et continu est préférable. La meilleure façon de perdre la graisse est de garder votre fréquence cardiaque entre 60 et 70 % de son potentiel maximal. Ce programme n'utilise pas la fréquence cardiaque mais simule une séance d'exercices moindre et continu.



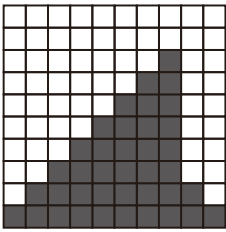
PROGRAMME « CARDIO » (CARDIO)

Ce programme est conçu pour augmenter le fonctionnement et l'endurance de votre système cardiovasculaire. Il vous offre des exercices pour le cœur et les poumons. Il améliore le muscle du cœur, la circulation sanguine et la capacité pulmonaire. Ceci est accompli en incorporant un niveau d'effort plus élevé avec une légère fluctuation dans la charge de travail.



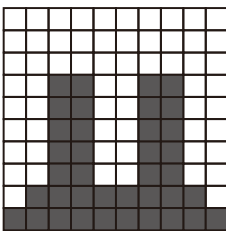
LE PROGRAMME « FORCE » (STRENGTH)

Ce programme est conçu pour améliorer la force et l'endurance musculaire dans les parties inférieures du corps. Il augmente continuellement la résistance à un niveau plus élevé et vous encourage à le garder. Ce programme est également conçu pour renforcer et tonifier les jambes et les muscles du fessier.



PROGRAMME « HIIT » (HIIT)

Ce programme vous fait progresser dans des niveaux d'intensité élevés suivis de périodes de récupération à intensité basse. Il améliore votre endurance en épuisant votre niveau d'oxygène, suivi de périodes de récupération pour vous réapprovisionner en oxygène. Votre système cardiovasculaire est alors programmé pour utiliser l'oxygène de façon plus efficace. Ce programme encourage aussi votre corps à devenir plus efficace en vous offrant des poussées dans la fréquence cardiaque entre les périodes de récupération. Ceci aide à la récupération de la fréquence cardiaque suite à des activités intenses.



PROGRAMMES DE FRÉQUENCE CARDIAQUE

Avant de commencer, un mot au sujet de la fréquence cardiaque :

Le vieil adage « pas de gain sans douleur » est un mythe qui a été prouvé faux par les bienfaits d'un exercice régulier dans le cadre de certaines limites. Une grande partie de ce succès est due à l'utilisation des moniteurs de fréquence cardiaque. En utilisant convenablement le moniteur de fréquence cardiaque, plusieurs personnes trouvent que leur choix d'intensité d'exercice est trop élevé ou trop bas. L'exercice est plus agréable en maintenant la fréquence cardiaque dans la gamme souhaitable des avantages.

Pour déterminer la gamme des bienfaits dans laquelle vous désirez vous entraîner, vous devez d'abord

déterminer votre fréquence cardiaque maximale, ce qui peut être réalisé en utilisant la formule suivante : 220 moins votre âge. Pour déterminer la gamme efficace de fréquence cardiaque pour des buts spécifiques, calculez simplement le pourcentage de votre fréquence cardiaque maximale. Votre zone de conditionnement pour la fréquence cardiaque varie de 50 à 90 % de votre fréquence cardiaque maximale. 60 % de votre fréquence cardiaque maximale est la zone qui fait perdre la graisse alors que 85 % vise à renforcer le système cardiovasculaire. Alors si vous demeurez dans la zone entre 60 et 85, vous en profiterez au maximum.

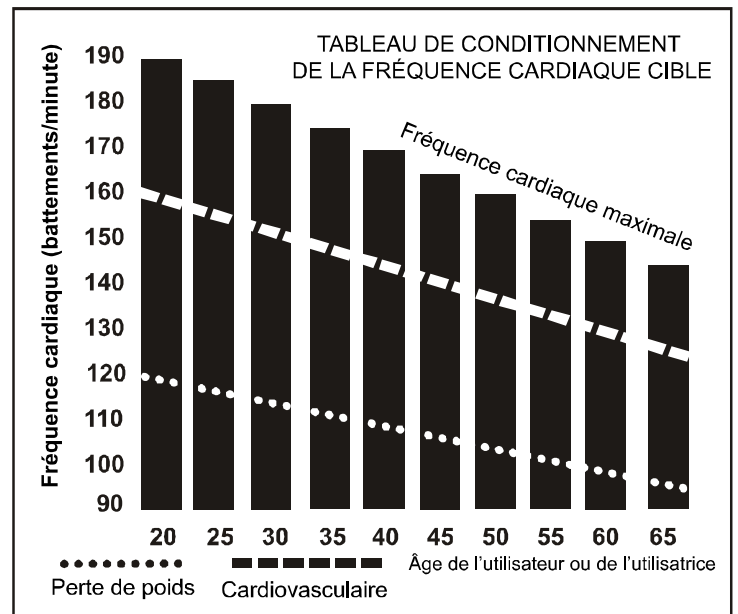
Pour une personne âgée de 40 ans, la zone cible de fréquence cardiaque est calculée de la façon suivante :

$200 - 40 = 180$ (fréquence cardiaque maximale)
 $180 \times 0,6 = 108$ battements/minute (60 % du maximum)
 $180 \times 0,85 = 153$ battements/minute (85 % du maximum)

Donc, pour une personne âgée de 40 ans, la zone de conditionnement est entre 108 et 153 battements/minute.

Si vous entrez votre âge pendant la programmation, ce calcul est effectué automatiquement. L'entrée de votre âge sert aux programmes de contrôle de la fréquence cardiaque et aussi pour le diagramme en barres de la fréquence cardiaque. Après avoir calculé votre fréquence cardiaque maximale, vous pouvez décider du but que vous voulez poursuivre. Les deux raisons les plus populaires, ou les buts de l'exercice, sont le conditionnement cardiovasculaire (conditionnement pour développer le cœur et les poumons) et le contrôle du poids. Les colonnes noires sur le tableau ci-dessous représentent la fréquence cardiaque maximale pour une personne dont l'âge est précisé au bas de chaque colonne. La fréquence cardiaque maximale, pour le conditionnement cardiovasculaire ou pour le contrôle du poids, est représentée par deux différentes lignes qui traversent le tableau en diagonale. Une définition du but des lignes se trouve dans le coin inférieur gauche du tableau. Si votre but est le conditionnement cardiovasculaire ou le contrôle du poids, il peut être atteint en vous entraînant à 85 ou à 60 %, respectivement, de votre fréquence cardiaque maximale sur un programme approuvé par votre médecin. Consultez votre médecin avant de participer dans tout programme d'exercices.

MISE EN GARDE : Le système de surveillance de la fréquence cardiaque peut ne pas être précis. Si vous vous entraînez trop, vous risquez de vous blesser ou même de mourir. Si vous sentez que vous allez vous évanouir, cessez immédiatement la séance d'exercices.



TAUX D'EFFORT PERÇU

Plus de variables sont impliquées sur l'intensité de votre séance d'exercices que sur la fréquence cardiaque seulement. Le degré de stress, la santé du corps, la santé émotionnelle, la température, l'humidité, le temps de la journée, la dernière fois que vous avez mangé et ce que vous avez mangé, contribuent tous à l'intensité à laquelle vous pouvez vous exercer.

Le taux d'effort perçu (RPE), aussi connu en tant que l'échelle de Borg, a été développé par le physiologue suédois G.A.V. Borg. L'échelle vous aide à déterminer un niveau de fréquence cardiaque approximatif lorsqu'un moniteur de fréquence cardiaque n'est pas utilisé. Suivez l'échelle ci-dessous pour évaluer le niveau d'intensité de votre séance d'exercices ou la perception de votre effort au cours de la séance d'exercices. Une fois que le taux a été déterminé, ajoutez un « 0 » au taux pour obtenir une fréquence cardiaque approximative. Par exemple, si vous avez été confortable tout au long de la séance d'exercices, vous pouvez l'évaluer à « 12 ». Ajoutez ensuite un « 0 » pour obtenir une fréquence cardiaque approximative de 120 battements par minute pour votre séance d'exercices.

L'échelle se présente de la façon suivante :

Classement de la perception de votre effort

6	Minimum
7	Très, très léger
8	Très, très léger+
9	Très léger
10	Très léger+
11	Moyennement léger
12	Confortable
13	Assez difficile
14	Assez difficile+
15	Difficile
16	Difficile+
17	Très difficile
18	Très difficile+
19	Très, très difficile
20	Maximum

UTILISATION DE L'ÉMETTEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE (OPTIONNEL)

Comment porter votre émetteur à sangle sans fil :

1. Fixez l'émetteur à la sangle élastique au moyen des pièces de blocage.
2. Ajustez la sangle aussi serrée que possible, mais sans négliger le confort.
3. Placez l'émetteur en mettant le logo SPIRIT au milieu de votre corps et en l'orientant dans le sens opposé à la poitrine (certaines personnes le placent légèrement à la gauche du centre). Fixez l'autre extrémité du tapis élastique à l'extrémité de l'émetteur en insérant l'extrémité arrondie au moyen des pièces de blocage et serrez l'émetteur et la sangle autour de votre poitrine.
4. Placez l'émetteur immédiatement sous les muscles pectoraux.
5. Certaines personnes ont des problèmes avec l'émetteur qui ne veut pas détecter de signal de leur peau. Si vous éprouvez des problèmes, essayez de porter l'émetteur à l'envers. Normalement l'émetteur est orienté de sorte que le logo est affiché vers le haut.
6. Your workout must be within range - distance between transmitter/receiver – to achieve a strong steady signal. The length of range may vary somewhat but generally stay close enough to the console to maintain good, strong, reliable readings. Wearing the transmitter immediately against bare skin assures you of proper operation. If you wish, you may wear the transmitter over a shirt. To do so, moisten the areas of the shirt that the electrodes will rest upon.
6. L'antenne qui capte votre fréquence cardiaque est très sensible. S'il y a une autre source de bruit à l'extérieur, tournez l'exerciseur escaladeur à 90 degrés pour éliminer l'interférence.
7. Un autre individu qui porte un émetteur à moins de 3 pi de la console de l'exerciseur escaladeur peut causer de l'interférence.



Note : L'émetteur est activé automatiquement lorsqu'il détecte une activité provenant du cœur de l'utilisateur ou de l'utilisatrice et s'éteint lorsqu'il n'y a plus d'activité. Même si l'émetteur est à l'épreuve de l'eau, l'humidité peut créer de faux signaux. Assurez-vous de sécher entièrement l'émetteur après l'avoir utilisé pour prolonger la vie de la pile estimée à 2500 heures. La pile de rechange est une pile Panasonic CR2032 standard.

OPÉRATION IRRÉGULIÈRE

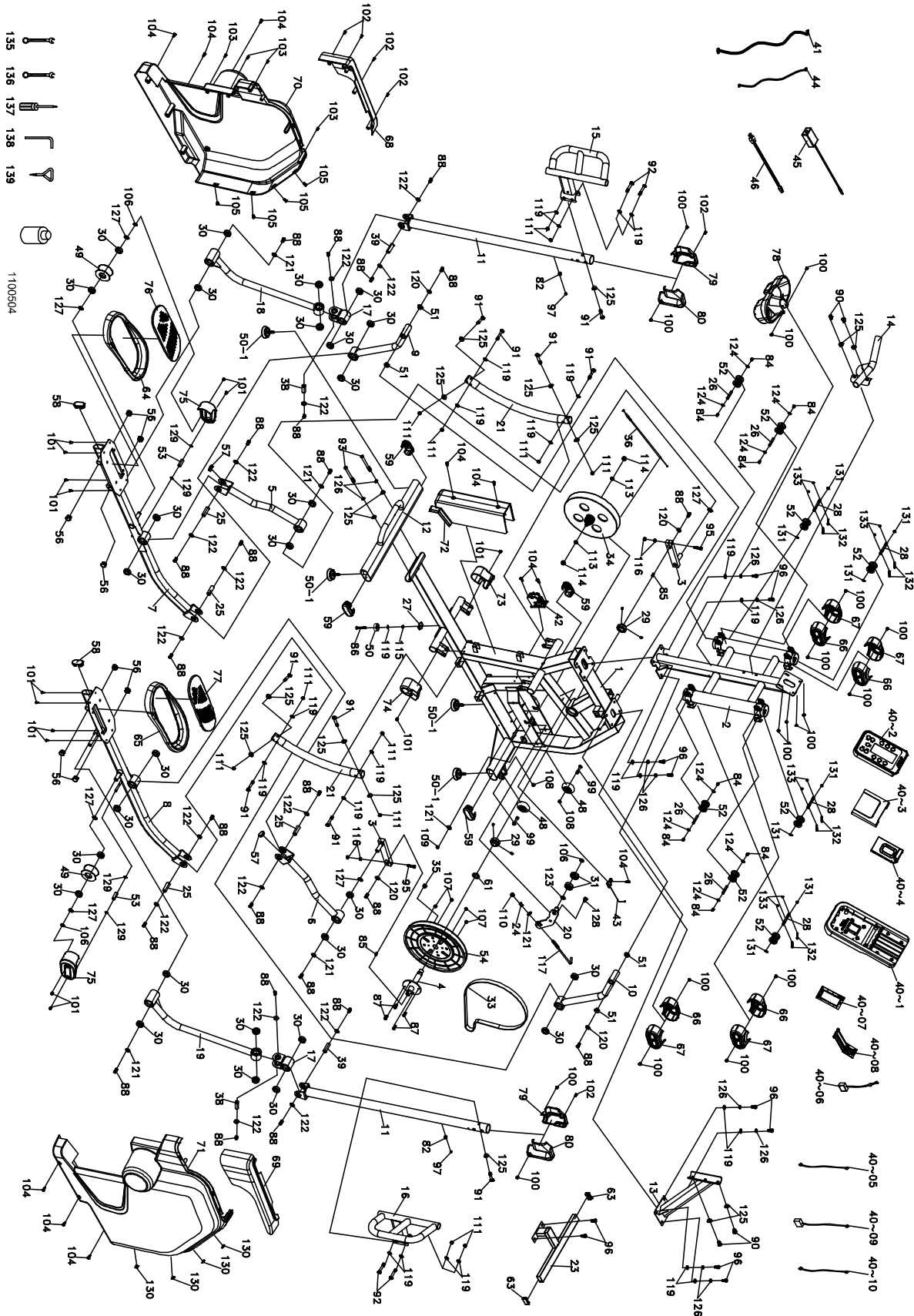
ATTENTION! N'utilisez pas ce tapis roulant pour les programmes de la fréquence cardiaque à moins qu'une valeur actuelle de la fréquence cardiaque soit affichée! Si des chiffres élevés, extravagants et aléatoires sont affichés, ils indiquent un problème.

Domaines à considérer en cas d'interférence :

1. Des fours à micro-ondes, télévisions, petits appareils ou autres
2. Des lumières fluorescentes
3. Certains systèmes de sécurité domestiques
4. Clôture électrique pour un animal de compagnie.
5. Certaines personnes ont des problèmes parce que leur émetteur ne capte pas de signal de leur peau. Si vous avez ce problème, essayez de porter l'émetteur en l'orientant vers le bas. Normalement, l'émetteur est orienté vers le haut.
6. L'antenne qui reçoit votre fréquence cardiaque est très sensible. S'il se trouve une source de bruit à l'extérieur, tournez le tapis roulant à 90 degrés et notez si l'interférence est annulée.
7. La console ou les boulons des tubes des montants ne sont pas assez serrés.
8. Une autre personne porte un émetteur à moins de trois mètres de la console de votre tapis roulant.

Si vous continuez d'éprouver des problèmes, communiquez avec votre commerçant.

PLAN DÉTAILLÉ



LISTE DES PIÈCES

N°	N° DE PIÈCE	DESCRIPTION	QTÉ
1	CC010113-S13	Cadre principal	1
2	CC040083-S13	Mât	1
3	CC060160-Q2	Bras de manivelle	2
4	RC140032-01	Axe du pédalier	1
5	RCC060161-S13	Assemblage articulé gauche (L)	1
6	RCC060162-S13	Assemblage articulé droit (R)	1
7	RCC060184-S13	Tringle de connexion gauche (L)	1
8	RCC060185-S13	Tringle de connexion droite (R)	1
9	RCC060165-S13	Assemblage pivotant gauche	1
10	RCC060166-S13	Assemblage pivotant droit	1
11	CC060186-Z2	Assemblage des guidons du stabilisateur	2
12	CC050035-S13	Stabilisateur arrière	1
13	CC060168-S13	Groupe de soudure de connexion	1
14	CC030107-S13-A	Assemblage du guidon fixe	1
15	CC030101-Q2-A	Guidon gauche (L)	1
16	CC030102-Q2-A	Guidon droit (R)	1
17	CC060194-S13	Assemblage d'entraînement	2
18	RCC060195-S13	Assemblage d'entraînement gauche	1
19	RCC060196-S13	Assemblage d'entraînement droit	1
20	RB140024-Q2-03	Assemblage de la poulie de renvoi	1
21	A060210-Z2	Rail du tube	2
23	CC060173-Q2	Lèvre arrière	1
24	C080008-Z1	Manchon de l'embout de bielle	1
25	C050082	Essieu	4
26	C030055-Z1	Essieu de fixation de la roue coulissante	4
27	B130435	Plaque de réglage de la pédale	1
28	C030056-Z1	Essieu de réglage de la roue coulissante	4
29	K056005D	Coussinet 6005	2
30	K056003-A8	Coussinet 6003	28
31	K056203-A1	Coussinet 6203	2
33	N010002	Courroie d'entraînement	1
34	K500040	Volant	1
35	N040002	Aimant	1
36	K020046	Câble en acier	1
38	C060018-Z4	Essieu de la roue coulissante	2
39	C050108	Essieu	2
40		Assemblage de la console	1
41	E022308	Câble de l'ordinateur, 1350 mm	1
42	F090320	Moteur à engrenages	1
43	F030158E	Capteur avec câble, 300 mm	1
44	E060722	Cordon d'alimentation, 970 mm	1
45	F080048-03	Adaptateur de courant	1
46	E061004L	Cordon d'alimentation du transformateur	1
48	P050021-A1	Roue de déplacement	2

N°	N° DE PIÈCE	DESCRIPTION	QTÉ
49	RP050051-D5-02	Roue coulissante en uréthane	2
50	P060256-A1	Pied en caoutchouc, Ø35 x 10 mm	1
50-1	P270036	Pied de réglage	4
51	P060440	Bague	4
52	P050065-A1	Roue du rail	8
53	P060633B-A1	Manchon	2
54	PP060090-A1-B	Poulie motrice	1
56	P040136-A1	Capuchon rond 25,4 x 2,0T	8
57	P040052-A1	Capuchon rond Ø32 x 1,8T	2
58	P040219-A1	Embout ovale (30×60×2.5T)	2
59	P040228-A1	Embout ovale (Ø40 x Ø80)	4
61	P060273-A1	Bague de l'entretoise	1
63	P040038-A1	Embout carré 20 mm x 40 mm	2
64	PP130015A-A1	Pédale gauche (L)	1
65	PP130016A-A1	Pédale droite (R)	1
66	PP200027-A1	Couvercle A de la roue coulissante du rail	4
67	PP200028-A1	Couvercle B de la roue coulissante du rail	4
68	PP100299-A1	Couvercle gauche du tableau de la console (L)	1
69	PP100300-A1	Couvercle droit du tableau de la console (R)	1
70	RPP100301-A1-01	Garde-chaîne gauche (L)	1
71	RPP100302-A1-01	Garde-chaîne droit (R)	1
72	PP100303-A1	Boîtier arrière	1
73	P180134-A1	Couvercle gauche du coulisseau	1
74	P180135-A1	Couvercle droit du coulisseau	1
75	PP200026-A1	Couvercle de la roue coulissante	2
76	P120025-A1	Mousse de la pédale gauche (L)	1
77	P120026-A1	Mousse de la pédale droite (R)	1
78	P220041-A1	Porte-bouteille	1
79	PP180178-A1	Couvercle du guidon gauche (L)	2
80	PP180179-A1	Couvercle du guidon droit (R)	2
82	P060788-A1	Pièce de fixation	2
84	J012001-YV	Boulon à tête hexagonale M5 x P0,8 x 10L	8
85	J320012-ZF	Clavette woodruff 7 x 7 x 19 mm	2
86	J341008-Y3	Boulon à tête plate à calotte 3/8 po x 2 po	1
87	J010002-ZH	Boulon à tête hexagonale ¼ po x UNC20 x ¾ po	4
88	J010520-XB	Boulon à tête hexagonale 5/16 po x 15 mm	24
90	J011002-Y3	Boulon à tête hexagonale 3/8 po x ¾ po	4
91	J011009E-Y3	Boulon à tête hexagonale 3/8 po x 2 ¼ po	10
92	J011010J-Y3	Boulon à tête hexagonale 3/8 po x UNC16 x 2 ½ po	4
93	J011015AG-Y3	Boulon à tête hexagonale 3/8 po x 3 ¾ po	2
95	J033007-Y3	Boulon à chapeau à tête creuse M8 x 35 mm	2
96	J031002-Y3	Boulon à chapeau à tête creuse 3/8 po x ¾ po	10
97	J032014-Y3	Boulon à chapeau à tête creuse M5 x P0,8 x 6L	2
99	J020507AB-Y3	Boulon à tête creuse 5/6 po x UNC18 x 1 ¾ po	2
100	J372001-Y3	Vis à tôle M5 x 10 mm	18
101	J092001-YN	Vis à empreinte cruciforme M5 x 10 mm	14

N°	N° DE PIÈCE	DESCRIPTION	QTÉ
102	J396804-Y3	Vis à tôle 3,5 x 12 mm	6
103	J396805-Y3	Vis à tôle 3,5 x 16 mm	4
104	J367114-Y3	Vis à tôle 5 x 19 mm	11
105	J377105-Y3	Vis à tôle 5 x 16 mm	4
106	J310002-Z4	Anneau de retenue en forme de croissant Ø17	3
107	J139461-Z1	Écrou en nylon ¼ po x 8T	4
108	J139062-Y3	Écrou en nylon 5/16 po x 7T	2
109	J139261-ZF	Écrou en nylon M8 x 7T	1
110	J139262-Z4	Écrou en nylon (noir de fonderie) M8 x 9T	1
111	J139011-Y3	Écrou en nylon 3/8 po x 7T	12
113	J129031-Z1	Écrou 3/8 po x UNF26 x 4T	2
114	J160028-Z1	Écrou 3/8 po x UNF26 x 11T	2
115	J129021-Y3	Écrou 3/8 po x 7T	1
116	J129272-ZS	Écrou M8 x 6,3T	4
117	J080071M-Z1	Crochet fileté M8 x P1,25 x 155L	1
119	J210003-Y3	Rondelle ordinaire Ø3/8 po x Ø19 x 1,5T	25
120	J210042-Y3	Rondelle ordinaire Ø8,5 x Ø26 x 2,0T	4
121	J210009-Y3	Rondelle ordinaire Ø5/16 x Ø23 x 1,5T	6
122	J210090-Y3	Rondelle ordinaire Ø5/16 po x Ø23 x 3T	16
123	J210011-Z1	Rondelle ordinaire Ø17 x Ø23,5 x 1,0T	1
124	J210019-Y3	Rondelle ordinaire Ø5 x Ø15 x 1,5T	8
125	J220004-Y3	Rondelle courbée Ø3/8 po x 23 x 2,0T	16
126	J260003-Y3	Rondelle à ressort Ø10 x 2T	10
127	J250002-Z4	Rondelle ondulée Ø17	6
128	J073004-Z1	Boulon mécanique M8 x 20 mm	1
129	J590003-Z4	Pince en E, 7 x 14 x 0,8T	4
130	J160001-Z4	Pince-écrou rapide M5	4
131	J310003-Z4	Anneau de retenue en forme de croissant Ø10	8
132	J032007-Z4	Boulon à chapeau à tête creuse M5 x 35 mm	8
133	J139161-Z4	Écrou en nylon M5 x 5T	8
135	J330025-Z1	Clé 13/14 mm	1
136	J330026-Z1	Clé 12/14 mm	1
137	J330008-Z1	Tournevis Phillips	1
138	J330012-Z1	Clé allen M8 en L	1
139	J330007-Z1	Petit tournevis Phillips	1

MODE D'INGÉNIERIE

La console contient un menu d'entretien et de diagnostics encastré dans son logiciel. Le logiciel vous permet de changer les paramètres de la console du système anglais au système métrique et d'arrêter le signal audible qui est émis du haut-parleur en appuyant sur un bouton, par exemple. Pour entrer dans le menu d'entretien (peut s'intituler *mode d'ingénierie* tout dépendant de la version), appuyez simultanément sur les boutons START, STOP et ENTER pendant environ deux secondes. La fenêtre tuteur affichera alors le menu du mode d'ingénierie. Appuyez sur le bouton ENTER pour avoir accès au menu suivant.

Appuyez sur les boutons ▲ et ▼ pour naviguer dans le menu, et appuyez ensuite sur le bouton ENTER pour choisir les fonctions suivantes :

- A. *Key Test* (Essai des boutons) – Vous permet d'essayer tous les boutons pour vous assurer qu'ils fonctionnent.
- B. *Display Test* (Essai de l'affichage) - Teste automatiquement tous les LCDs.
- C. *Functions* (Fonctions) – Appuyez sur le bouton ENTER pour avoir accès à tous les paramètres et sur les boutons ▲ et ▼ pour faire défiler les données.
 - i. *ODO reset* (Remise à zéro de l'odomètre) – Vous permet de remettre l'odomètre à zéro.
 - ii. *Units* (Unités) - Vous permet de régler l'affichage pour obtenir la lecture des mesures dans le système anglais (milles, livres, pieds, etc.) ou dans le système métrique (kilomètres, kilogrammes, mètres, etc.).
 - iii. *Sleep Mode* (Mode de veille) - Vous permet de faire dormir automatiquement la console après 30 minutes d'inactivité.
 - iv. *Motor Test* (Essai du moteur) – Appuyez sur le bouton pour faire fonctionner continuellement la mise sous tension du moteur à engrenages.
 - v. *Manual* (Manuel) - Vous permet de régler manuellement le moteur à engrenages.
 - vi. *Pause Mode* (Mode *pause*) – Vous permet de mettre l'exerciseur escaladeur dans le mode *pause* pendant cinq minutes; désactivez-la pour mettre l'exerciseur escaladeur dans le mode *pause* pendant une période indéfinie.
 - vii. *Key Tone* (Tonalité) - Vous permet d'activer ou de désactiver le signal audible.
- D. *Factory Set* (Réglage à l'usine)
- E. *Exit* (Sortie) - Vous permet de sortir du mode d'entretien.

GUIDE D'ENTRAÎNEMENT

Exercice

L'exercice compte parmi l'un des facteurs les plus importants de la santé générale d'une personne. Parmi ses avantages, il faut noter :

- une meilleure capacité pour le travail physique (force et endurance);
- une efficacité supérieure des systèmes cardiovasculaire (coeur et artères/veines) et respiratoire;
- une réduction des risques d'insuffisance coronarienne;
- des changements métaboliques, par exemple, perte de poids;
- un retardement des effets physiologiques du vieillissement;
- des effets physiologiques, par exemple, réduction du stress, meilleure confiance en soi.

Composantes fondamentales de la condition physique

La condition physique renferme quatre composantes. Il est important de les définir, même brièvement, et d'expliquer le rôle de chaque composante.

La **force** est la capacité que possède un muscle d'exercer une force contre une résistance. La force contribue à la puissance et à la vitesse. Elle est un atout important pour la plupart des athlètes.

L'**endurance musculaire** est la capacité d'exercer une force répétitive sur une période de temps, par exemple, la capacité de parcourir, en marchant, un trajet continu de 10 kilomètres.

La **flexibilité** est l'amplitude articulaire d'une articulation. L'amélioration de la flexibilité exige l'assouplissement des muscles et des tendons pour garder et augmenter la souplesse et la résistance aux blessures et à la douleur musculaires.

L'**endurance du système cardiovasculaire** est la composante la plus importante de la forme physique et se résume au fonctionnement efficace du coeur et des poumons.

Conditionnement aérobique

Lorsque vous faites de l'exercice, la plus grande quantité d'oxygène que vous pouvez utiliser en une minute est l'**absorption maximale d'oxygène**. On fait souvent référence à la **capacité aérobie** d'une personne.

L'effort que vous pouvez exercer sur une période de temps prolongée est limité par votre capacité à transmettre l'oxygène aux muscles qui travaillent. L'exercice rigoureux régulier produit un effet d'entraînement qui peut augmenter votre capacité aérobie de 20 à 30 %. Une absorption d'oxygène accrue indique que le coeur a une plus grande capacité à pomper du sang, les poumons à ventiler l'oxygène et les muscles à absorber l'oxygène.

Entraînement anaérobie

L'adjectif *anaérobie* signifie *sans oxygène*. Voilà le type d'énergie de sortie lorsque l'alimentation en oxygène est insuffisante pour répondre à la demande d'énergie à long terme du corps (par exemple, une course de vitesse de 100 mètres).

Seuil d'entraînement

Le seuil d'entraînement correspond au niveau minimum d'exercice nécessaire pour produire une

amélioration importante de la condition physique.

Progression

Au fur et à mesure que votre condition physique s'améliore, une intensité plus élevée d'exercice est nécessaire pour créer une réserve et produire simultanément une amélioration continue.

Réserve

Lorsque vous vous exercez à un niveau supérieur de ce qui peut être effectué aisément, vous créez une réserve. L'intensité, la durée et la fréquence de l'exercice doivent être supérieures au seuil d'entraînement et doivent être augmentées peu à peu et ce, au fur et à mesure que le corps s'adapte aux demandes croissantes. Votre forme physique et votre seuil d'entraînement s'améliorent. Il est important de progresser à l'intérieur de votre programme et d'augmenter peu à peu le facteur réserve.

Spécificité

Différentes formes d'exercices produisent différents résultats. Le type d'exercice qui est effectué est spécifique à la fois aux groupes de muscles qui travaillent et à la source d'énergie utilisée.

Les effets de l'exercice sont difficilement transférables, par exemple, de l'entraînement-musculation au conditionnement physique cardiovasculaire. C'est pourquoi il est important d'avoir un programme de conditionnement physique approprié à vos besoins spécifiques.

Réversibilité

Si vous cessez les exercices ou si vous ne les faites pas régulièrement, les résultats s'en ressentiront. Les séances d'entraînement régulières sont la clé du succès.

Exercices de réchauffement

Chaque programme de conditionnement physique doit commencer par des exercices de réchauffement où le corps se prépare pour ce qui suit. Les exercices se font en douceur et devraient mettre l'accent sur les muscles qui seront mis au défi plus tard.

Des exercices d'étirement devraient accompagner les exercices de réchauffement et les exercices de récupération. Les exercices d'étirement devraient suivre 3 ou 5 minutes d'activité aérobique ou d'exercices au sol de faible intensité.

Exercices de récupération

Les exercices de récupération a pour but de réduire peu à peu l'intensité de la séance d'entraînement. Après avoir fait de l'exercice, une grande quantité de sang demeure dans les muscles. S'il ne retourne pas au système sanguin central, des réserves de sang peuvent s'accumuler dans les muscles.

Fréquence du pouls ou rythme cardiaque

Pendant que vous faites de l'exercice, les battements de coeur augmentent proportionnellement, ce qui est souvent utilisé pour mesurer l'intensité d'exercice requise. Votre programme de conditionnement physique devrait vous permettre de conditionner votre système circulatoire et d'augmenter modérément votre rythme cardiaque sans fatiguer démesurément le coeur.

Votre niveau initial de forme physique est important pour mettre sur pied un programme de conditionnement physique qui vous convient. Si vous êtes un débutant ou une débutante, un rythme cardiaque de 110 à 120 battements à la minute peut s'avérer un bon effet d'entraînement. Si vous êtes en meilleure condition physique, vous aurez besoin d'un seuil de stimulation plus élevé.

Pour commencer, vous devez faire des exercices qui élèveront votre rythme cardiaque à environ 65 à 70 % de son maximum. Si c'est trop facile, augmentez-le, mais faites preuve de prudence à cet égard.

Généralement, le rythme cardiaque maximum est de 220 pulsations moins votre âge. Au fil des années, votre cœur et les autres muscles vieillissent et perdent une partie de leur efficacité. Cette perte naturelle peut s'améliorer grâce à un meilleur conditionnement physique.

Le tableau suivant peut servir de guide aux personnes débutantes.

Âge	25	30	35	40	45	50	55	60	65
Rythme cardiaque visé									
Battements/10 secondes	23	22	22	21	20	19	19	18	18
Battements/60 secondes	138	132	132	126	120	114	114	108	108

Pouls

Vérifiez votre pouls sur le poignet ou sur l'artère carotide dans le cou avec les deux index. Comptez le nombre de battements pendant 10 secondes et ce, quelques secondes après que vous avez fini votre séance d'entraînement. Dix secondes vous donneront amplement de temps pour obtenir un compte précis. De plus, ce compte a pour but de donner une mesure approximative de votre rythme cardiaque, à la minute, pendant votre entraînement. Puisque le rythme cardiaque ralentit pendant les exercices de récupération, un compte plus long manquerait de précision.

Le but visé n'est pas un nombre magique, mais un guide général. Si votre conditionnement physique est supérieur, vous pouvez faire de l'exercice quelque peu au-dessus de la norme suggérée pour votre groupe d'âge.

Le tableau suivant est un guide pour les personnes qui sont en bonne forme physique. Ici, l'entraînement est à 80 % de son maximum.

Âge	25	30	35	40	45	50	55	60	65
Rythme cardiaque visé									
Battements/10 secondes	26	26	25	24	23	22	22	21	20
Battements/60 secondes	156	156	150	144	138	132	132	126	120

Ne vous surmenez pas pour atteindre les chiffres que vous propose ce tableau. Vous ne vous sentirez pas bien si vous dépassez la mesure. Allez-y peu à peu et naturellement tout en suivant votre programme. Rappelez-vous que le but visé est un guide plutôt qu'une règle absolue. Les écarts minimes sont acceptables.

En terminant, rappelez-vous que votre rythme cardiaque peut varier d'une journée à l'autre, par exemple, suite à un manque de sommeil ou à la pression au travail. Votre rythme cardiaque n'est qu'un guide, n'en devenez pas l'esclave.

Entraînement en circuit pour promouvoir l'endurance

L'endurance cardiovasculaire ainsi que la force, la flexibilité et la coordination des muscles contribuent à une excellente condition physique. Le principe sous-jacent à l'entraînement en circuit est de donner un programme qui comprend tout ce dont à une personne a besoin. Elle doit donc se déplacer aussi rapidement que possible d'un exercice à l'autre, ce qui a comme résultat d'augmenter le rythme cardiaque et de le garder élevé et d'améliorer le niveau de conditionnement physique. L'entraînement en circuit ne doit pas être entrepris tant que vous n'avez pas atteint le niveau avancé de votre programme.

Musculation

La musculation est souvent utilisée comme synonyme de l'entraînement-musculation. Le principe fondamental ici est la RÉSERVE. Ici, le muscle travaille contre des charges plus lourdes que d'habitude. Ceci peut être fait en augmentant la charge avec laquelle vous vous exercez.

Périodisation

Votre programme de conditionnement physique devrait être varié pour en retirer des avantages physiologiques et psychologiques. Vous devriez varier la charge de travail, la fréquence et l'intensité de votre programme général. Le corps répond mieux à une certaine variété, tout comme vous. De plus, si vous perdez intérêt, faites des exercices plus légers pendant quelques jours pour permettre à votre corps de récupérer et de rétablir ses réserves. Vous aimerez davantage votre programme et continuerez d'en retirer tous les avantages possibles.

Douleurs musculaires

Pendant la première semaine, les douleurs musculaires peuvent être le seul résultat de votre programme de conditionnement physique. Ceci, bien sûr, dépend de votre forme physique générale. Si vous ressentez de légères douleurs dans la plupart des groupes de muscles importants, voilà la meilleure indication que vous suivez le bon programme. Ces douleurs musculaires sont normales et disparaîtront en quelques jours.

Si vous ressentez des douleurs atroces, votre programme de conditionnement physique est probablement trop avancé pour vous ou vous avez augmenté la difficulté de votre programme trop rapidement.

Si vous ressentez des DOULEURS pendant et après l'exercice, votre corps vous donne un avertissement. Ne l'ignorez pas! Arrêtez les exercices et consultez votre médecin.

Vêtements

Portez des vêtements qui ne gêneront pas vos mouvements et qui doivent permettre à votre corps de refroidir lorsque vous faites de l'exercice. Des vêtements trop chauds vous font transpirer plus que d'habitude et ne vous offrent aucun avantage. En effet, le poids de surplus que vous perdez est le liquide du corps qui sera remplacé dès que vous boirez votre prochain verre d'eau. Il est préférable de porter des espadrilles.

Respiration pendant l'exercice

Ne retenez pas votre respiration pendant l'exercice. Respirez normalement et rappelez-vous que la respiration comprend l'aspiration et la distribution de l'oxygène qui nourrit les muscles au travail.

Période de repos

Quand vous commencez un programme de conditionnement physique, vous devez le continuer jusqu'à la fin. N'arrêtez pas en plein milieu pour recommencer au même endroit un peu plus tard sans reprendre, une fois de plus, les exercices de réchauffement.

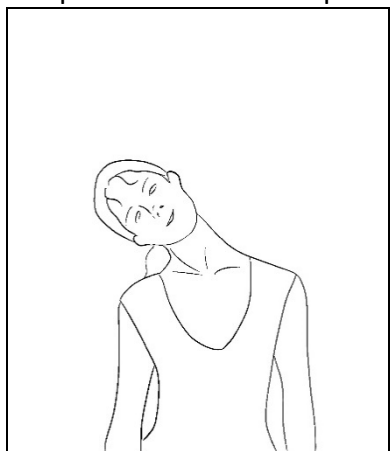
La période de repos nécessaire entre l'entraînement-musculation peut varier d'une personne à l'autre et dépend surtout de votre propre conditionnement physique et du programme choisi. Reposez-vous entre les exercices, mais pas plus de deux minutes. La plupart des personnes se reposent de 30 à 60 secondes.

ÉTIREMENT

Des exercices d'étirement devraient faire partie des exercices de réchauffement et de récupération et devraient suivre 3 à 5 minutes d'activité aérobique à faible intensité ou les exercices physiques habituels. Les mouvements doivent être lents et légers, sans mouvement brusque ou sautillerment. Étirez-vous jusqu'à ce que vous ressentiez une légère tension dans le muscle, pas une douleur, et maintenez cette position de 20 à 30 secondes. La respiration doit être lente, rythmique et contrôlée, sans jamais la retenir.

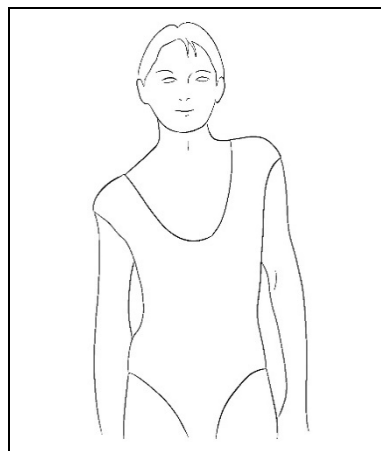
Rotation de la tête

Tournez la tête vers la droite une fois, suffisamment pour sentir un étirement au niveau du côté gauche du cou. Ensuite, tournez la tête vers l'arrière en étirant le menton vers le plafond et en ouvrant la bouche. Tournez la tête vers la gauche et finalement penchez la tête sur la poitrine.



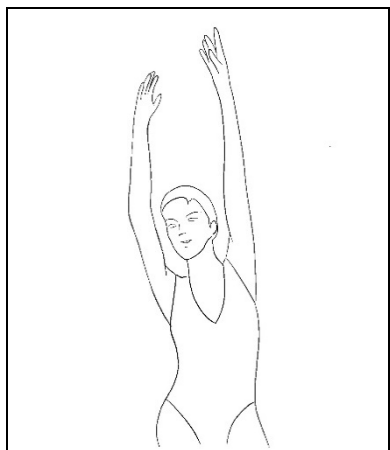
Haussement des épaules

Soulevez l'épaule droite vers l'oreille une fois. Soulevez l'épaule gauche vers l'oreille une fois tout en abaissant l'épaule droite.



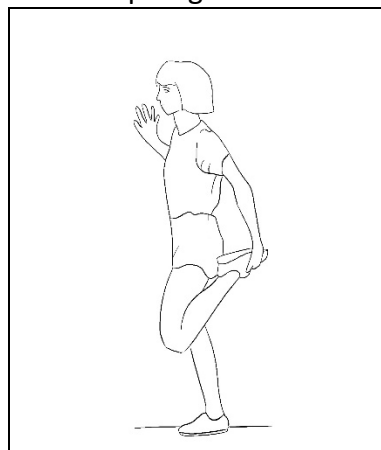
Étirements latéraux

Ouvrez les mains sur les côtés et continuez de les élever jusqu'à ce qu'elles soient au-dessus de la tête. Levez le bras droit une fois aussi haut que possible. Concentrez sur l'étirement du côté droit. Répétez l'exercice avec le bras gauche.



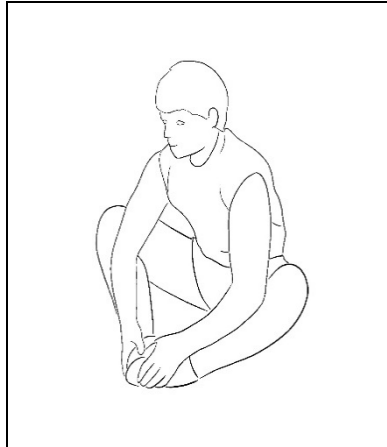
Étirement des quadriceps

Appuyez la main gauche contre le mur pour garder l'équilibre, prenez le pied droit derrière vous avec la main droite et tirez-le vers le haut. Portez le talon aussi près que possible de la fesse droite. Maintenez cette position pendant 15 secondes. Répétez l'exercice avec le pied gauche.



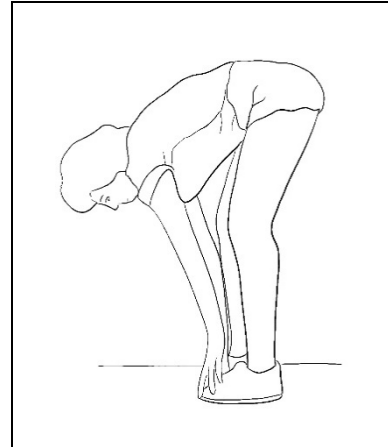
Étirement des muscles intérieurs des cuisses

En position assise, collez ensemble la plante des pieds. Essayez de ramener les pieds le plus près possible de l'aine. Délicatement, poussez les genoux vers le sol avec les coudes. Maintenez cette position pendant 15 secondes.



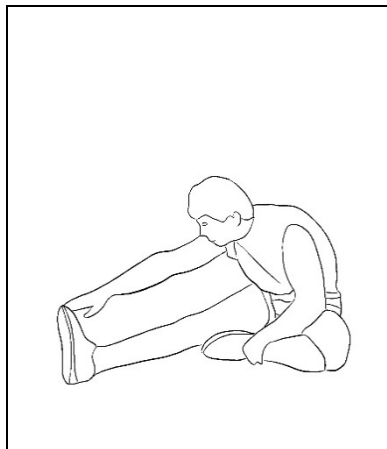
Flexion avant

Penchez lentement le tronc vers l'avant en gardant le dos et les épaules détendus. Essayez de toucher les orteils. Maintenez cette position pendant 15 secondes.



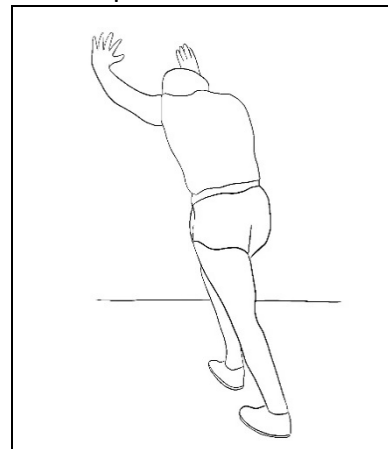
Étirement des tendons du jarret

En position assise, tendez la jambe droite. Appuyez la plante du pied gauche contre l'intérieur de la cuisse droite. Étirez le tronc aussi loin possible vers l'avant. Maintenez cette position pendant 15 secondes. Détendez-vous et répétez le mouvement avec la jambe gauche tendue.



Étirement des mollets / tendons d'Achille

En appui contre un mur, placez la jambe gauche en avant de la jambe droite. Gardez la jambe droite tendue et le pied gauche à plat sur le sol. Ensuite, pliez la jambe gauche. Inclinez le tronc vers l'avant en déplaçant les hanches vers le mur. Gardez cette position pendant 15 secondes et répétez de l'autre côté.



GARANTIE LIMITÉE DU FABRICANT

Dyaco Canada Inc. offre une garantie sur toutes les pièces de l'exerciseur escaladeur pendant les périodes de temps énumérées ci-dessous, à partir de la date de vente au détail. La responsabilité de Dyaco Canada Inc. comprend l'approvisionnement de nouvelles pièces ou de pièces fabriquées, au choix de Dyaco Canada Inc., et le soutien technique de nos concessionnaires indépendants et de nos compagnies d'entretien. En l'absence de concessionnaires ou de compagnies d'entretien, Dyaco Canada Inc. s'occupera directement de la gestion de ces garanties. La période de garantie s'applique aux composantes suivantes :

Résidentielle		Commerciale (installation sans cotisation)	
Cadre	À vie	Cadre	À vie
Frein	10 ans	Frein	5 ans
Pièces	10 ans	Pièces	5 ans
Main d'œuvre	2 ans	Main d'œuvre	2 ans

La présente garantie n'est pas transférable et seul le propriétaire initial peut s'en prévaloir.

RESPONSABILITÉS NORMALES DE L'INSTALLATION

L'installation est responsable des items suivants :

1. Veuillez nous visiter à www.dyaco.ca/warranty.html afin d'enregistrer votre achat.
2. L'exerciseur escaladeur doit être utilisé de façon appropriée conformément aux instructions fournies dans ce guide.
3. L'exerciseur escaladeur doit être installé de façon appropriée conformément aux instructions fournies avec l'appareil et aux codes électriques locaux.
4. L'exerciseur escaladeur doit être branché à un bloc d'alimentation équipé d'une mise à la terre avec suffisamment de tension; les fusibles grillés doivent être remplacés; les connexions défectueuses dans les câbles du circuit doivent être réparées.
5. Les dépenses encourues pour faire l'entretien de l'exerciseur escaladeur, incluant tout item qui ne fait pas partie de l'appareil au moment de son expédition de l'usine.
6. Les dommages au revêtement de l'exerciseur escaladeur au cours de l'expédition et de l'installation ou suivant l'installation.
7. L'entretien régulier de l'exerciseur escaladeur tel que mentionné dans ce guide.

EXCLUSIONS

Cette garantie ne couvre pas les items suivants

1. LES DOMMAGES CONSÉCUTIFS, COLLATÉRAUX OU INDIRECTS TELS QUE LES DOMMAGES AUX BIENS OU LES DÉPENSES ACCESSOIRES RÉSULTANT DE TOUTE INTRUSION DE CETTE GARANTIE ÉCRITE OU TOUTE AUTRE GARANTIE IMPLICITE.
Note : Puisque certains endroits ne permettent pas l'exclusion ou les délimitations des dommages consécutifs ou collatéraux, cette délimitation ou exclusion peut ne pas s'appliquer à vous.
2. Le remboursement au consommateur pour les appels de service. Le remboursement au commerçant pour les appels de service qui n'ont pas rapport au fonctionnement défectueux ou aux défauts dans la main d'œuvre ou le matériel, pour les appareils qui ne sont plus sur la garantie, pour les appareils qui ont dépassé la période de remboursement pour les appels de service, pour les appareils qui n'ont pas besoin de composantes de rechange.
3. Les dommages causés par l'entretien effectué par les personnes autres que celles autorisées par les compagnies d'entretien de Dyaco Canada Inc.; l'usage de pièces autres que les pièces originales de Dyaco Canada Inc.; les causes externes telles que la corrosion, la décoloration de la peinture ou du plastique, les altérations, les modifications, l'abus, l'usage inapproprié, l'entretien inapproprié, l'alimentation électrique inappropriée ou les actes de la nature.
4. Les produits avec des numéros de série originaux qui ont été enlevés ou transformés.
5. Les produits qui ont été vendus, transférés, troqués ou donnés à une tierce partie.
6. Les produits dont la carte d'enregistrement de la garantie ne se trouve pas dans les dossiers de Dyaco Canada Inc. Dyaco Canada Inc. se réserve le droit de demander une preuve d'achat si aucun record de garantie existe pour ce produit.
7. CETTE GARANTIE REMPLACE EXPRESSÉMENT TOUTES LES AUTRES GARANTIES EXPRIMÉES OU IMPLICITES, INCLUANT LES GARANTIES DES COMMERÇANTS ET/OU LE CONDITIONNEMENT DANS UN BUT PARTICULIER.
8. Les garanties à l'extérieur de l'Amérique du Nord peuvent varier. Veuillez communiquer avec votre commerçant pour les détails.

ENTRETIEN

Le reçu de vente établit la période de garantie pour tout entretien demandé. Si un entretien quelconque est effectué, demandez et gardez tous les reçus. Cette garantie écrite vous donne des droits légaux particuliers. Vous pouvez aussi avoir d'autres droits qui varient d'un état à l'autre.

L'entretien sous cette garantie doit être demandé en suivant, en ordre, les étapes ci-dessous :

1. Communiquez avec votre commerçant autorisé ou Dyaco Canada.
2. Pour toute question concernant votre nouveau produit ou la garantie, communiquez avec Dyaco Canada Inc. en composant le 1-888-707-1880.
3. Si aucun service local n'est disponible, Dyaco Canada Inc. réparera ou remplacera les pièces, au choix de Dyaco Canada Inc., à l'intérieur de la période de garantie sans aucun frais. Tous les coûts de transport, si l'appareil est expédié à notre usine ou retourné au propriétaire, sont la responsabilité du propriétaire.
Le propriétaire est responsable de l'emballage adéquat en acheminant l'appareil chez Dyaco Canada Inc. Dyaco Canada Inc. n'est pas responsable des dommages encourus au cours de l'expédition. Faites demande pour toute indemnisation auprès de l'expéditeur approprié. N'ACHEMINEZ PAS L'APPAREIL À NOTRE USINE SANS AVOIR OBTENU AU PRÉALABLE UN NUMÉRO D'AUTORISATION. Tous les appareils qui nous arriveront sans un numéro d'autorisation seront refusés.
4. Pour plus d'information, ou pour communiquer par courrier avec notre service à la clientèle, acheminez votre correspondance à :

Dyaco Canada Inc.
5955 Don Murie Street
Niagara Falls, ON
L2G 0A9

Les caractéristiques et les spécifications du produit telles que décrites ou illustrées sont sujettes à changer sans préavis. Toutes les garanties sont offertes par Dyaco Canada Inc.

service à la clientèle 1-888-707-1880
courriel: customerservice@dyaco.ca

dyaco

Pour recevoir plus d'information concernant les autres marques et produits fabriqués et distribués par Dyaco Canada Inc., veuillez nous visiter en direct.

SPIRIT

spiritfitness.ca

X XTERRA

xterrafitness.ca

UFC

dyaco.ca/UFC/UFC-home.html

SOLE
FITNESS

solefitness.ca

EVERLAST

dyaco.ca/products/everlast.html

 Johnny G
by SPIRIT

spiritfitness.ca/johnnyg.html

TRAINOR
SPORTS

trainorsports.ca

For more information, please contact Dyaco Canada Inc.

T: 1-888-707-1880 | 5955 Don Murie St., Niagara Falls, Ontario L2G 0A9 | sales@dyaco.ca

Dyaco Canada Inc. dyaco.ca