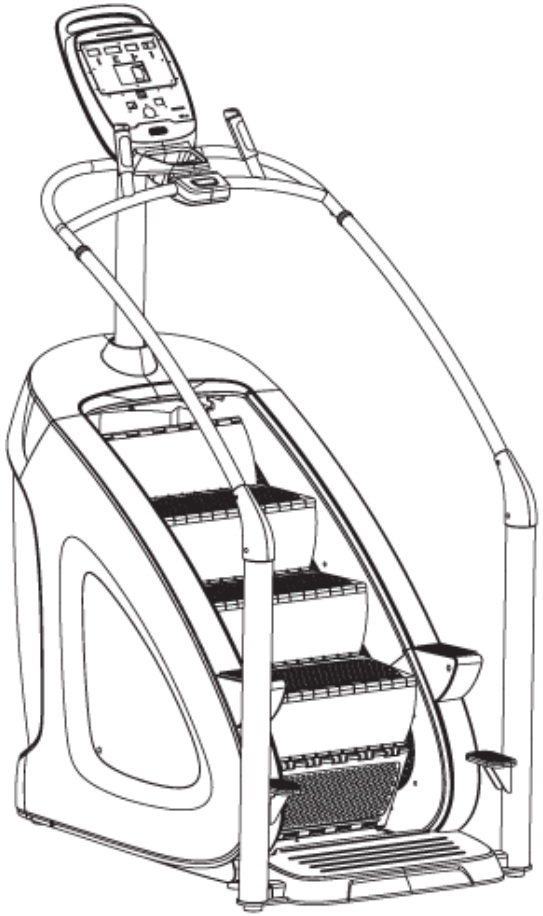
SPIRIT



EXERCISEUR ESCALADEUR

CSC900

Modèle# 16807449000

Soutien en ligne

Si vous avez besoin d'aide ou si vous rencontrez des problèmes avec votre unité Spirit, veuillez contacter le service clientèle pour obtenir de l'aide supplémentaire.

1-888-707-1880

customerservice@dyaco.ca

Table des matières

Enregistrement des produits 2

Avertissements/Instructions de sécurité

Étiquettes du produit.....3

Avertissements, conformité et avis 4

Instructions de sécurité 5

Sécurité électrique..... 6

Instructions d'utilisation importantes 7

Pièces et assemblage

Pièces incluses 8

Parties de votre exerciseur escaladeur 9

Pré-assemblage 10

Assemblage 11

Démarrage rapide 15

Technologie et caractéristiques

Caractéristiques.....16

Écran de la console - Vue d'ensemble 19

Programmes

Caractéristiques programmables ..... …..20

Programmation des tests de condition physique..... 21

Programmes préréglés …….. 25

Entretien de l'appareil ……. 35

Dépannage 37

Vue éclatée 39

Liste des pièces..... 42

Garantie

Garantie.....47

ENREGISTREMENT DES PRODUITS

Félicitations pour votre nouvel Exerciseur Escaladeur et bienvenue dans la famille Spirit Fitness !

Nous vous remercions d'avoir acheté cet appareil de qualité auprès de Dyaco Canada Inc. Votre nouvel appareil a été fabriqué par l'un des principaux fabricants d'appareils de fitness au monde et est couvert par l'une des garanties les plus complètes qui soient. Par l'intermédiaire de votre détaillant, Dyaco Canada fera tout ce qui est en son pouvoir pour rendre votre expérience de propriétaire aussi agréable que possible p e n d a n t de nombreuses années.

Le détaillant local où vous avez acheté cet appareil est votre administrateur pour tous vos besoins en matière de garantie et de service de Dyaco Canada Inc. Sa responsabilité est de vous fournir les connaissances techniques et le personnel de service nécessaires pour que vous soyez mieux informé et que les difficultés soient plus faciles à résoudre.

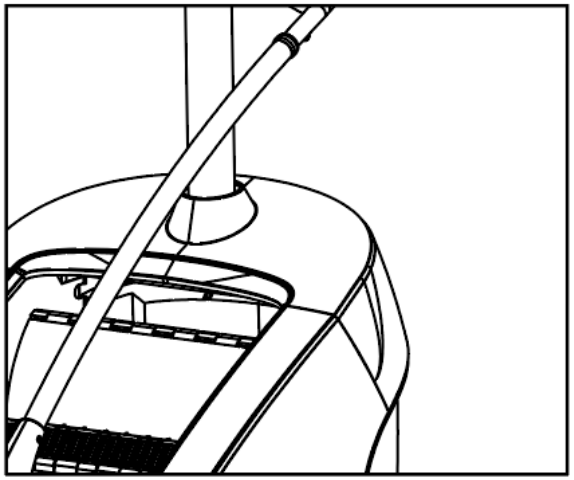
Veuillez prendre le temps d'enregistrer le nom du détaillant, son numéro de téléphone et la date d'achat ci-dessous afin de faciliter tout contact ultérieur. Nous apprécions votre soutien et nous nous souviendrons toujours que c'est grâce à vous que nous sommes en affaires.

Numéro de série	
Date d'achat	
Détaillant /Lieu d'achat	

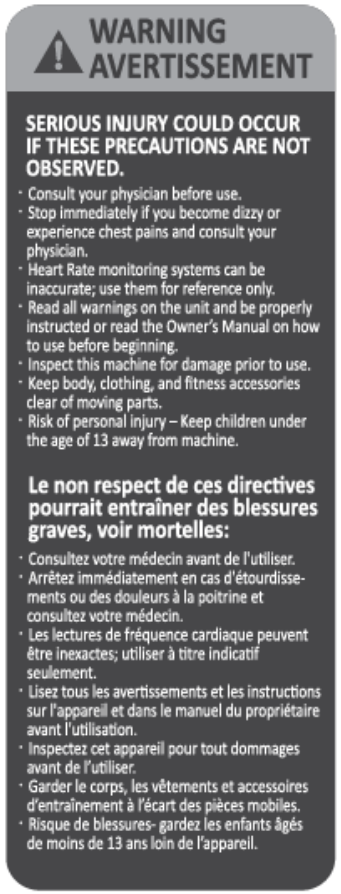
ENREGISTREMENT DE LA GARANTIE

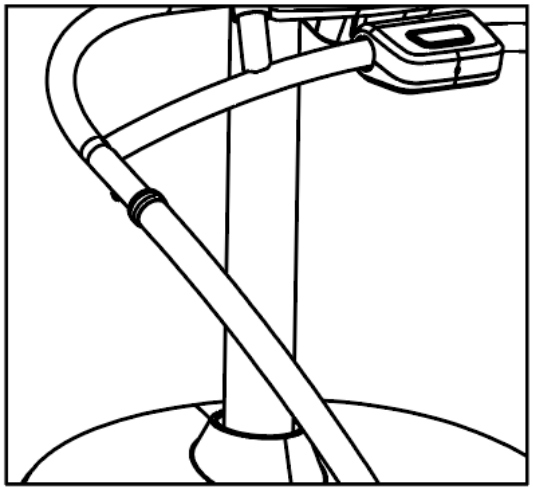
Veuillez nous rendre visite à l'adressewww.dyaco.ca/warranty.html pour enregistrer votre achat.

ÉTIQUETTES DU PRODUIT



AUTOCOLLANT DU NUMÉRO DE SÉRIE
Cet autocollant se trouve sur le cadre. Veuillez noter le numéro sous le code-barres afin d'enregistrer la garantie de votre exerciseur escaladeur.





AUTOCOLLANT D'AVERTISSEMENT DE SÉCURITÉ
Cet autocollant se trouve sur le montant de votre exerciseur escaladeur. Le même avertissement se trouve dans ce manuel. Veuillez lire et prendre connaissance des précautions avant d'utiliser votre appareil.

AVERTISSEMENTS, CONFORMITÉ ET AVIS

Ce produit a été certifié conforme aux normes suivantes :

- FCC partie 15
- UL
- Bluetooth (avec FTMS)

Cet appareil est conforme à la partie 15 des règles de la FCC.
Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes : (1) cet appareil ne doit pas provoquer d'interférences nuisibles, et (2) cet appareil ne doit pas accepter d'interférences reçues, y compris des interférences susceptibles de provoquer un fonctionnement indésirable.

REMARQUE : Cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limites imposées aux appareils numériques de classe B, conformément à la partie 15 des règles de la FCC. Ces limites sont conçues pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet équipement génère, utilise et peut émettre des fréquences radio et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut causer des interférences nuisibles aux communications radio. Cependant, il n'y a aucune garantie que des interférences ne se produiront pas dans une installation particulière. Si cet équipement provoque des interférences nuisibles à la réception de la radio ou de la télévision, ce qui peut être déterminé en éteignant et en allumant l'équipement, l'utilisateur est encouragé à essayer de corriger les interférences par une ou plusieurs des mesures suivantes :

1. Réorienter ou déplacer l'antenne de réception.
2. Augmenter la distance entre l'appareil et le récepteur.
3. Connecter l'équipement à une prise sur un circuit différent de celui sur lequel le récepteur est connecté.
4. Consulter le détaillant ou un technicien radio/TV expérimenté pour obtenir de l'aide.

ATTENTION :
- Pour respecter les exigences de conformité de la FCC en matière d'exposition aux radiofréquences, une distance de séparation d'au moins 20 cm doit être maintenue entre l'antenne de cet appareil et toute personne.
- Cet émetteur ne doit pas être installé ou fonctionner en conjonction avec une autre antenne ou un autre émetteur.

INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ

Lors de l'utilisation d'un exerciseur escaladeur électrique, des précautions de base doivent toujours être prises, notamment les suivantes :

Lisez toutes les instructions avant d'utiliser cet exerciseur escaladeur.

DANGER- Pour réduire le risque d'électrocution : débranchez toujours cet exerciseur escaladeur de la prise électrique immédiatement après l'avoir utilisé et avant de le nettoyer.

AVERTISSEMENT - Pour réduire les risques de brûlure, d'incendie, d'électrocution ou de blessure :

1. Débranchez toujours l'appareil de la prise électrique avant de le nettoyer ou de l'entretenir.
2. Cette machine n'est pas destinée à être réparée par l'utilisateur final ; confiez l'entretien à un personnel qualifié uniquement.
3. Ce produit est câblé pour une alimentation électrique nominale de 120 VAC. Il est équipé en usine d'un cordon électrique et d'une fiche spécifique permettant de le brancher sur le circuit électrique approprié. Veillez à ce que l'appareil soit connecté à une ligne électrique dédiée disposant d'une prise ayant la même configuration que celle de la fiche.
4. Une mauvaise connexion du conducteur de mise à la terre de l'équipement peut entraîner un risque d'électrocution. Vérifiez auprès d'un électricien ou d'un réparateur qualifié si vous avez des doutes quant à la mise à la terre du produit. Ne modifiez pas la fiche fournie avec le produit. Aucun adaptateur ne doit être utilisé avec ce produit.
5. Si le produit doit être rebranché pour être utilisé sur un autre type de circuit électrique, le rebranchement doit être effectué par un personnel qualifié afin d'éviter tout risque.
6. Cet exerciseur escaladeur n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou qui manquent d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles n'aient reçu une surveillance ou des instructions concernant l'utilisation de l'exerciseur escaladeur de la part d'une personne responsable de leur sécurité.
7. Tenez les enfants de moins de 13 ans à l'écart de cette machine.
8. **Limite de poids de l'utilisateur : 400 lb.**

Veillez à prendre connaissance des restrictions de poids et des besoins en énergie de votre nouvelle machine et à vous y conformer. Dans le cas contraire, vous risquez de vous blesser gravement ou d'endommager votre machine.

SÉCURITÉ ÉLECTRIQUE

AVERTISSEMENT !

- Cet appareil est conçu pour être utilisé dans un gymnase commercial ou un club de santé. Pour garantir une utilisation correcte et sûre de l'appareil, tous les utilisateurs doivent lire ce manuel avant d'utiliser l'appareil. Cet appareil doit faire partie du programme d'entraînement de votre club afin que vos membres l'utilisent en toute sécurité, comme prévu. En plus d'apprendre aux membres du club à utiliser correctement l'appareil, les membres du club doivent subir un examen physique complet auprès de leur fournisseur de soins de santé avant de commencer un programme d'exercices.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des enfants. Il n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites ou qui manquent d'expérience où de connaissances, à moins qu'une personne responsable de leur sécurité ne leur ait donné des instructions et ne les surveille personnellement pendant l'utilisation de la machine. Ne laissez pas les enfants sans surveillance à proximité de la machine.
- Assemblez et utilisez la machine sur une surface plane et solide. Placez la machine avec un minimum de 0,5 mètre (20 pouces) d'espace libre de chaque côté pour faciliter le montage et le démontage. Prévoyez un espace de 48 pouces (1,25 mètre) derrière la machine. Ces dimensions sont les distances minimales recommandées.
  La zone réelle d'accès et de passage relève de la responsabilité de l'établissement et doit tenir compte de cette enveloppe de formation et de tout autre code ou règlement national ou local.
- Tenir le cordon d'alimentation à l'écart des surfaces chauffées. Débranchez le cordon d'alimentation lorsque l'appareil n'est pas surveillé et avant toute opération de maintenance préventive telle que le nettoyage ou le remplacement d'une pièce usée.
- Familiarisez-vous avec l'emplacement du bouton ARRÊT ‘‘STOP’’ sur la console. Si vous rencontrez des difficultés pendant l'entraînement, appuyez sur le bouton ARRÊT ‘‘STOP’’ pour arrêter l'appareil.
- Ne dépassez pas la limite de poids maximale autorisée de 180 kg/ 400 livres.
- Soyez prudent lorsque vous montez ou descendez de l'appareil. Utilisez toujours les poignées. Ne descendez pas de la machine lorsqu'elle est en mouvement. Appuyez sur le bouton ARRÊT ‘‘STOP’’ et attendez l'arrêt complet de la machine avant de descendre.
- Ne vous surmenez pas pendant l'exercice. Arrêtez l'exercice si vous ressentez une douleur ou une oppression dans la poitrine, si vous êtes essoufflé ou si vous vous sentez faible. Si vous ressentez une douleur ou des symptômes anormaux, arrêtez l'exercice et consultez votre médecin.
- Portez des vêtements d'exercice et des chaussures de sport appropriés pendant la séance d'entraînement. Évitez de porter des vêtements amples. Attachez les cheveux longs et éloignez les serviettes des pièces en mouvement. Regardez toujours vers l'avant et n'essayez jamais de vous retourner lorsque l'appareil est en mouvement.
- N'utilisez pas l'appareil si le carénage du moteur a été retiré ou si le cordon d'alimentation est endommagé de quelque manière que ce soit.
- Veillez à ce que toutes les ouvertures d'air soient exemptes de saletés ou de tout matériau susceptible de bloquer le flux d'air vers le moteur.

SÉCURITÉ ÉLECTRIQUE ET INSTRUCTIONS D'UTILISATION IMPORTANTES

- La sécurité et l'intégrité de cette machine ne peuvent être maintenues que si l'équipement est régulièrement examiné pour détecter les dommages et l'usure et s'il est réparé. Il incombe au propriétaire de l'appareil de veiller à ce qu'un entretien régulier soit effectué. Les pièces usées ou endommagées doivent être remplacées immédiatement ou l'appareil doit être mis hors service jusqu'à ce que la réparation soit effectuée.
- N'exposez JAMAIS l'exerciseur escaladeur à la pluie ou à l'humidité. Ce produit n'est PAS conçu pour être utilisé à l'extérieur, près d'une piscine ou d'un spa, ou dans tout autre environnement à forte humidité. La température de fonctionnement est comprise entre 40 et 120 degrés Fahrenheit, et l'humidité est de 95 % sans condensation (aucune goutte d'eau ne se forme sur les surfaces).

INSTRUCTIONS D'UTILISATION IMPORTANTES

- N'utilisez JAMAIS cet appareil sans avoir lu et compris les résultats de tout changement opérationnel que vous demandez à la console d'ordinateur.
- Comprenez que les changements de résistance ne se produisent pas immédiatement. Réglez le niveau de résistance souhaité sur la console de l'ordinateur et relâchez le bouton de réglage. L'ordinateur obéira progressivement à la commande.
- Soyez prudent lorsque vous participez à d'autres activités tout en marchant sur l'escalier tournant, comme regarder la télévision, lire, etc. Ces distractions peuvent vous faire perdre l'équilibre et entraîner des blessures graves.
- N'exercez pas une pression excessive sur les boutons de commande de la console. Ils sont réglés avec précision pour fonctionner correctement avec une faible pression du doigt.

PIÈCES INCLUSES

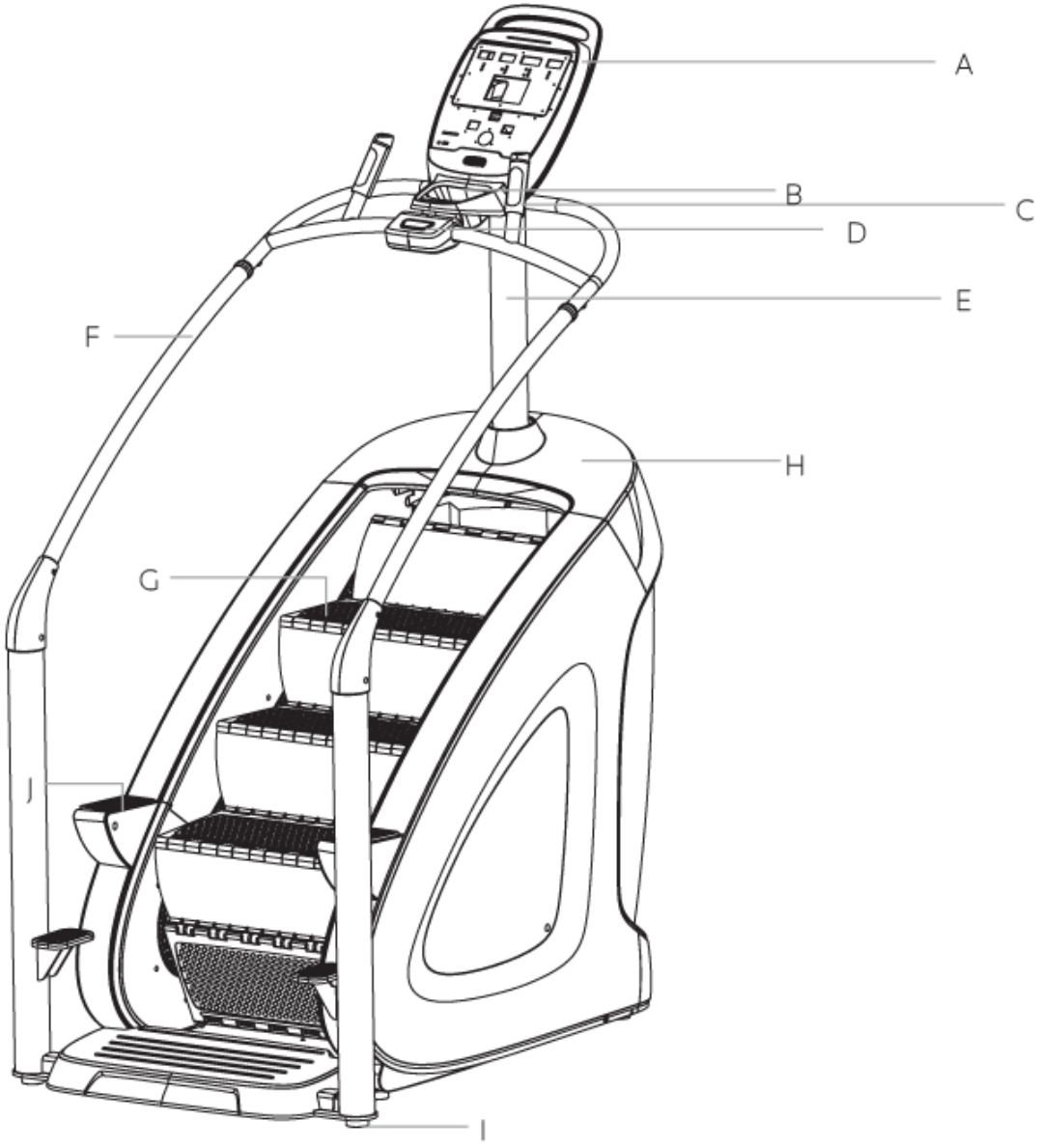
PIÈCES INCLUSES :

☐ 1 Cadre principal
☐ 1 Console
☐ 1 mât de console
☐ 1 Groupe de colonnes
☐ 1 anneau décoratif
☐ 1 groupe de guidons
☐ 2 guidons latéraux
☐ 2 anneaux décoratifs
☐ 1 Renforcement du guidon
☐ 1 ensemble de quincaillerie
☐ 2 couvercles de guidon

OUTILS

☐ 1 - Clé Allen de 5 mm
☐ 1 - Clé Allen de 6 mm

PARTIES DE VOTRE EXERCISEUR ESCALADEUR



A. Console
B. Pochette pour accessoires
C. Capteurs d'impulsion
D. Clé de sécurité
E. Mât de la console
F. Guidon
G. Marches
H. Cadre principal
I. Niveleurs
J. Marchepied

PRE-ASSEMBLAGE

1. Lisez toutes les instructions avant d'assembler l'appareil.
2. Assemblez et utilisez l’exerciseur sur une surface dure et plane, dans la zone prévue pour l'utilisation.
3. Attachez toutes les fixations et serrez-les partiellement. Ne serrez pas complètement les fixations tant que l'assemblage de tous les composants n'est pas terminé.
4. N'essayez pas de déplacer l'appareil tout seul. Demandez l'aide d'au moins une autre personne et utilisez des techniques de levage sûres.
5. Ne saisissez pas les parties en plastique de l'appareil lorsque vous le soulevez ou le déplacez. Les éléments en plastique sont des couvertures non structurelles et ne sont pas capables de supporter le poids de l'appareil. Inclinez l'appareil vers l'arrière jusqu'à ce que les roues de déplacement soient engagées. Faites ensuite rouler l'appareil jusqu'à son nouvel emplacement.
6. Localisez l'ensemble des pièces de quincaillerie. Le matériel est étiqueté avec sa spécification en tant que description. Chaque étape de l'assemblage fait référence aux descriptions afin d'éviter toute confusion pendant l'assemblage.

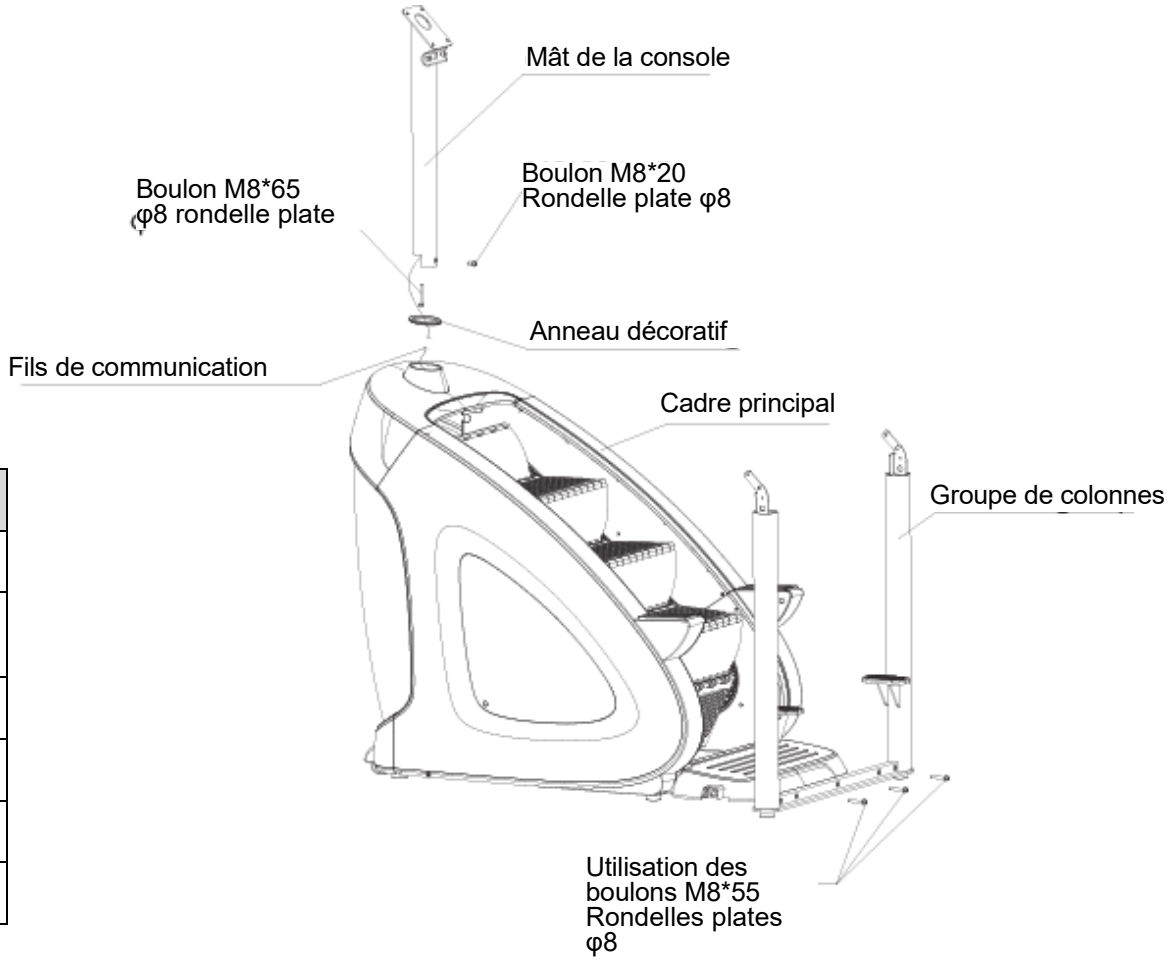
Danger !

Débranchez toujours l'appareil de la prise électrique immédiatement après l'avoir utilisé, avant de le nettoyer, d'effectuer l'entretien et de monter ou démonter des pièces.

ASSEMBLAGE - PREMIÈRE ÉTAPE

1. Insérer le fil du mât de la console dans l'anneau décoratif, puis autour pour l'insérer à l'arrière du tube. Connecter les fils de communication entre le cadre principal et le mât de la console en veillant à ne pas pincer les fils.
2. Fixez l'anneau décoratif au mât de la console à l'aide des boulons M8*20 (1 pièce), M8*65 (1 pièce) et des rondelles plates ø8 (2 pièces).
3. Fixez le groupe de colonnes au cadre principal inférieur à l'aide des boulons M8*55 (3 pièces) et des rondelles plates ø8 (3 pièces).

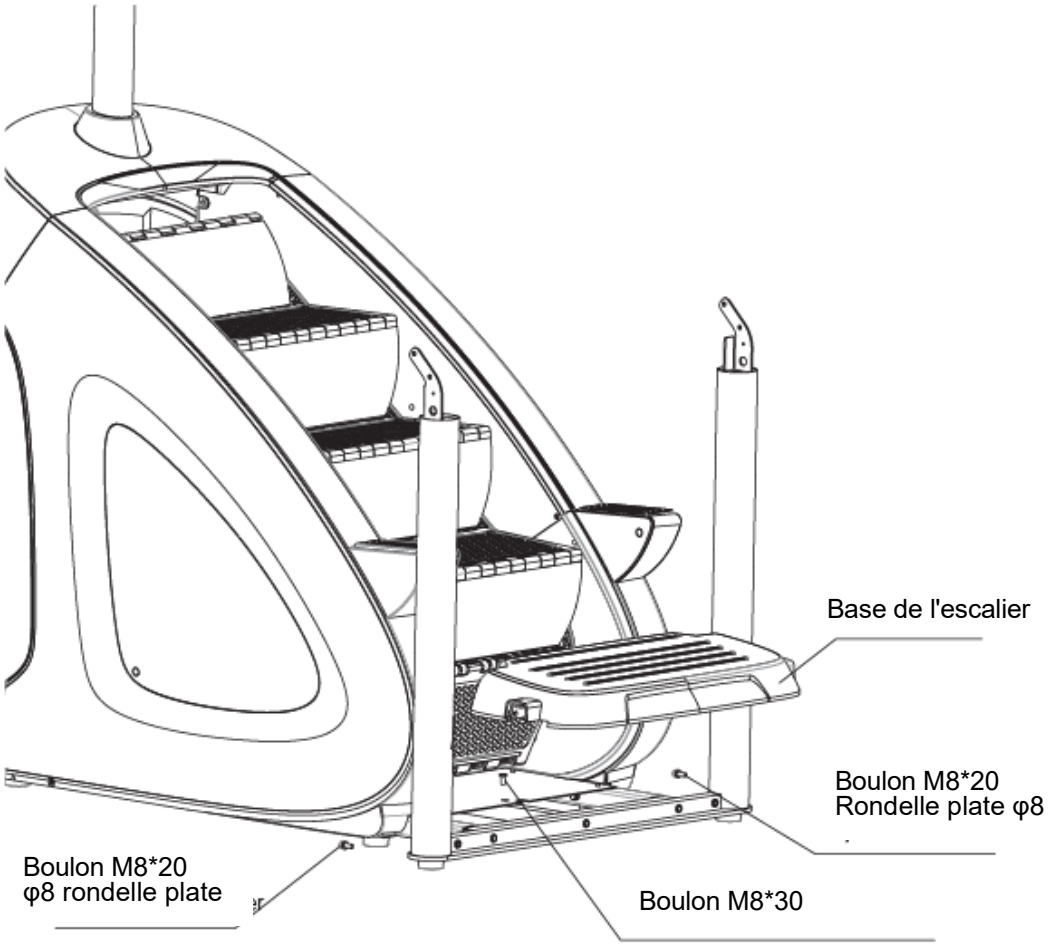
Matériel pour l'étape 1		
TYPE	**DESCRIPTION**	**QTÉ**
MÂT DE CONSOLE		1
BOULON	M8 X 20L	1
BOULON	M8 X 65L	1
BOULON	M8 X 55L	3
RONDELLE	Ø8	5



ASSEMBLAGE - DEUXIÈME ÉTAPE

1. Fixer la base de l'escalier au cadre principal inférieur à l'aide des boulons M8*20 (2 pièces), des rondelles plates ø8 (2 pièces) et du boulon M8*30 (1 pièce).

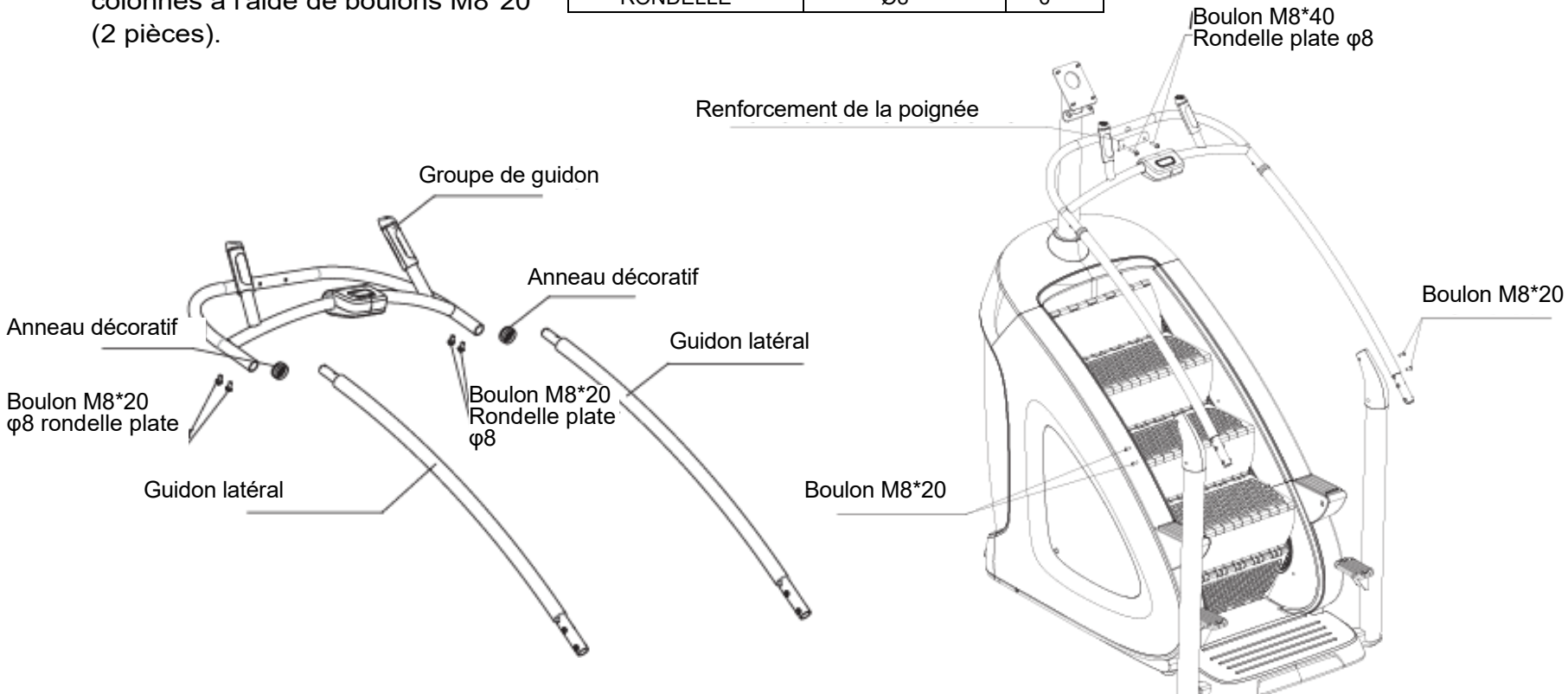
Matériel pour l'étape 2		
TYPE	**DESCRIPTION**	**QTÉ**
BASE DE L'ESCALIER		1
BOULON	M8 X 20L	2
BOULON	M8 X 30L	1
RONDELLE	Ø8	2



ASSEMBLAGE – TROISIÈME ÉTAPE

1. Connecter les fils avec la même borne.
2. Fixer les guidons latéraux au groupe de guidons et aux anneaux décoratifs à l'aide de boulons M8*20 (4 pièces) et de rondelles plates ø8 (4 pièces).
3. Fixer le groupe de guidons au mât de la console avec la plaque de renforcement à l'aide de boulons M8*40 (2 pièces), de rondelles plates ø8 (2 pièces).
4. Fixer les guidons aux groupes de colonnes à l'aide de boulons M8*20 (2 pièces).

Matériel pour l'étape 3		
TYPE	**DESCRIPTION**	**QTÉ**
GUIDON LATÉRAL		2
GROUPE DE GUIDONS		1
ANNEAUX DÉCORATIFS		2
PLAQUE DE RENFORCEMENT		1
BOULON	M8 X 20L	6
BOULON	M8 X 40L	2
RONDELLE	Ø8	6



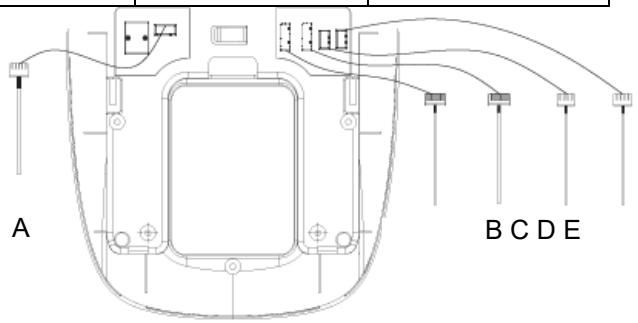
ASSEMBLAGE - QUATRIÈME ÉTAPE

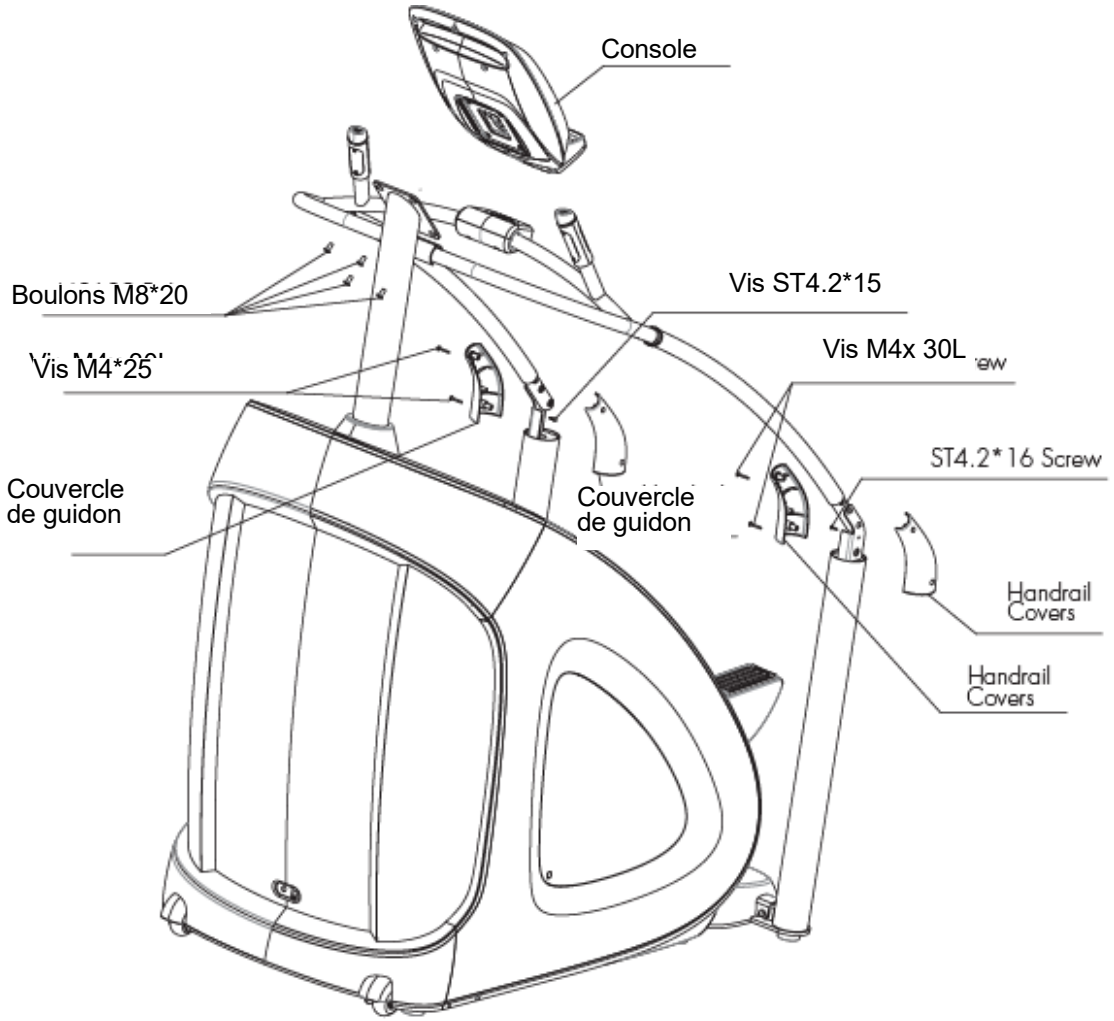
1. Connectez la console à l'aide des boulons M8*20L (4 pièces). Insérez les fils avec des broches et des couleurs différentes selon les instructions du diagramme ci-dessous.

2. Fixer les guidons de chaque côté à l'aide de vis ST4.2*15L (2 pièces).

3. Fixer les couvercles de guidon de chaque côté à l'aide de vis M4*30L (4 pièces).

Matériel pour l'étape 4		
TYPE DE MATÉRIEL	**DESCRIPTION**	**QTÉ**
CONSOLE		1
COUVERCLES DE GUIDON	ENSEMBLE	2
BOULON	M8 X 20L	4
VIS	M4 X 30L	4
VIS	ST4.2 X 15L	2



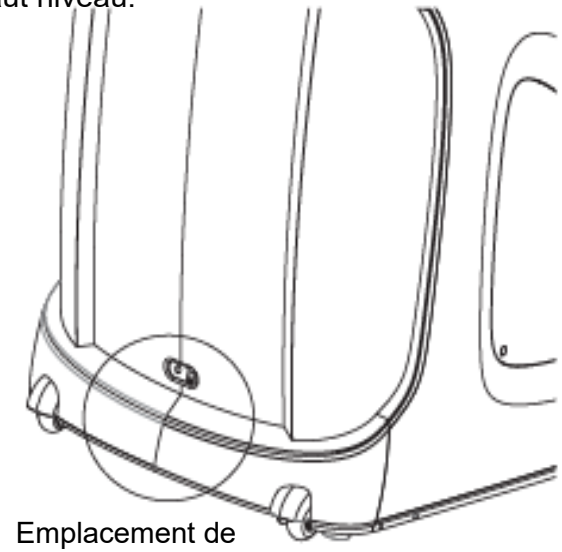


A. Fil de communication – 5 broches (blanc)
B. Fil de guidon – 7 broches (jaune)
C. Fil de guidon - 7 broches (blanc)
D. Fil d'arrêt d'urgence - 4 broches (rouge)
E. Fil de fréquence cardiaque - 4 broches (blanc)

DÉMARRAGE RAPIDE

C'est la façon la plus rapide de commencer une séance d'entraînement. Appuyez sur le bouton Démarrer/Arrêt ‘‘Star/Stop’’ pour commencer. Le mode de démarrage rapide s'enclenche. En mode Quick Start, le temps est décompté à partir de zéro, toutes les données de la séance d'entraînement commencent à s'accumuler et la charge de travail peut être ajustée manuellement en appuyant sur les boutons Haut ‘‘Up’’ + et Bas ‘‘Down’’ -. L'écran à matrice de points n'affiche que la rangée inférieure. Au fur et à mesure que vous augmentez la charge de travail, de plus en plus de lignes s'allument, ce qui indique un entraînement plus difficile. L’exerciseur devient plus difficile car les marches commencent à tourner plus facilement au fur et à mesure que les rangées augmentent, ce qui augmente le nombre de pas par minute. La matrice de points comporte 24 colonnes de lumières et chaque colonne représente une minute. À la fin de la 24e colonne (ou 24 minutes de travail), l'écran s'enroule et recommence à la première colonne.

Il y a 20 niveaux de résistance disponibles pour une grande variété. Les premiers niveaux sont des charges de travail très faciles, et les changements entre les niveaux sont réglés sur une bonne progression pour les utilisateurs déconditionnés. Au fur et à mesure que les niveaux augmentent, le freinage des escaliers rotatifs diminue, ce qui permet à l'utilisateur de faire des pas plus rapides, c'est-à-dire des pas par minute (spm). Les niveaux les plus élevés, les niveaux 15 à 20, sont extrêmement difficiles. Ces niveaux ne doivent pas être utilisés par des utilisateurs déconditionnés, car le risque de chute est plus élevé lorsque l'utilisateur ne peut pas suivre la vitesse de rotation des escaliers. Ces niveaux sont extrêmement durs et conviennent aux pics d'intervalles courts et à l'entraînement des athlètes de haut niveau.



Emplacement de
l'alimentation électrique

CARACTÉRISTIQUES

Ventilateur

Un ventilateur réglable à deux vitesses est intégré à la console pour vous aider à rester au frais pendant l'entraînement. Le ventilateur est éteint par défaut.

Appuyez une fois sur le bouton du ventilateur pour le mettre en marche, à vitesse élevée. Appuyez une deuxième fois sur le bouton du ventilateur pour passer à la vitesse basse. Appuyez une troisième fois sur le bouton du ventilateur pour l'éteindre.

Clavier numérique

Lorsque vous êtes en mode configuration des données et que vous définissez de nouvelles données telles que l'âge, le poids, etc., vous pouvez utiliser ces boutons pour saisir rapidement les chiffres.

Saisie d'un programme et modification des réglages

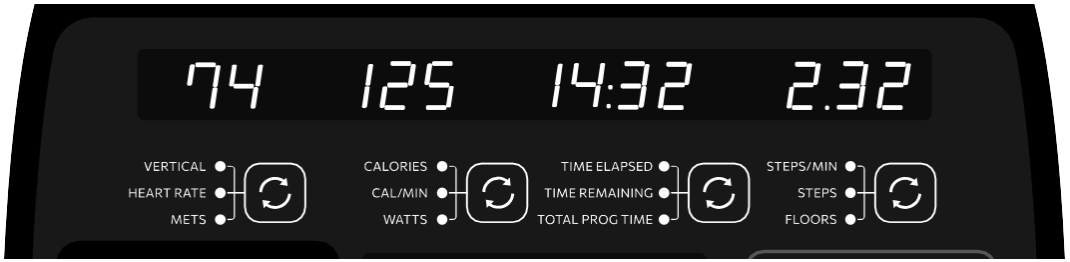
Un cordon de sécurité est fourni avec cet appareil. Il s'agit d'un simple interrupteur qui devrait toujours être utilisé. Il sert à votre sécurité si vous tombez de l’exerciseur lorsque le nombre de pas par minute (SPM) dépasse vos capacités. Le fait de tirer sur ce cordon de sécurité et d'activer l'interrupteur permet d'arrêter le mouvement de l'escalier.

Utilisation :

- Fixez le clip en plastique à votre vêtement de manière sûre pour assurer une bonne tenue. REMARQUE : l'interrupteur est suffisamment puissant pour minimiser les arrêts accidentels et inattendus. Le clip doit être fixé solidement pour s'assurer qu'il ne se détache pas. Familiarisez-vous avec sa fonction et ses limites. L’exerciseur s'arrêtera, selon le niveau, sur une ou deux marches à chaque fois que l'interrupteur est activé.
- Si, pour une raison quelconque, vous vous sentez instable sur l'escalier tournant, appuyez immédiatement sur le bouton START/STOP ou tirez sur l'interrupteur de sécurité pour arrêter l'escalier et descendre sur les marches de soutien latérales.

CARACTÉRISTIQUES

Console

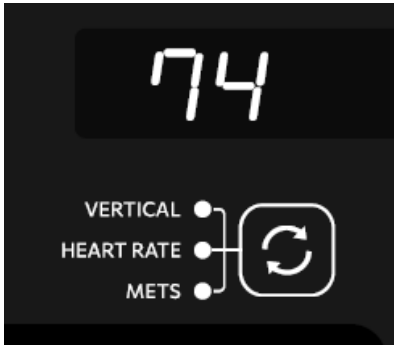


L'écran de la console est divisé en 4 fenêtres d'affichage distinctes avec 12 points de données au total. L'utilisation du bouton situé sous chaque fenêtre permet de modifier le point d'affichage comme indiqué.

FENÊTRE UN	FENÊTRE DEUX	FENÊTRE TROIS	FENÊTRE QUATRE
DISTANCE VERTICALE	CALORIES	TEMPS ÉCOULÉ	PAS PAR MINUTE
RYTHME CARDIAQUE	CALORIES / MINUTE	TEMPS RESTANT	PAS
METS	WATTS	DURÉE TOTALE DU PROGRAMME	Étages

La distance verticale compte de 0 à 999 pieds ou mètres, puis passe à 1 pour représenter 1 000. Un voyant s'allume dans l'espace décimal pour chaque incrément de 1 000 et change de position à chaque fois que la distance de 1 000 est atteinte.

Le passage de l'unité impériale à l'unité métrique s'effectue en appuyant sur 1,2,3,OK.



CARACTÉRISTIQUES

Informations de base

La matrice de points, ou fenêtre de profil, affiche le profil de la séance d'entraînement. La fenêtre Message affiche les données pertinentes de l'exercice. Quatre fenêtres permettent d'afficher une grande variété de données pertinentes pendant la séance d'entraînement. La fenêtre Vertical mesure la hauteur grimpée ainsi que la fréquence cardiaque et les METS. La fenêtre Calories mesure le nombre total de calories brûlées, ainsi que les calories/minute et les WATTS. Une fenêtre Temps écoulé avec le temps restant et la durée totale du programme. Une fenêtre Pas/minute avec le nombre total de pas et d'étages gravis.

Affichage de la fréquence cardiaque. L'exerciseur peut être équipé d'un capteur Bluetooth pour la fréquence cardiaque télémétrique et la fréquence cardiaque de contact. Si vous portez une ceinture cardiaque Bluetooth, la console détectera automatiquement le capteur le plus proche et affichera la fréquence cardiaque dans la fenêtre supérieure gauche. Pour la fréquence cardiaque de contact, il suffit de saisir les capteurs de pouls de la main pour calculer et afficher la fréquence cardiaque (cela peut prendre quelques secondes). Appuyez sur la touche de défilement jusqu'à ce que la fréquence cardiaque s'affiche. La fenêtre Fréquence cardiaque affiche votre fréquence cardiaque, ou pouls, en battements par minute.
La console dispose d'une touche **Démarrer/Arrêt** ‘‘**START/STOP**’’ avec une fonction **PAUSE**. Une fois que l'exerciseur a commencé à faire tourner l'escalier, la fonction **PAUSE** peut être activée.

En appuyant une fois sur la touche **START/STOP**, l'escalier ralentit et fait **une pause dans** sa rotation et se bloque en place. La durée de la fonction de pause est de 30 secondes. Si l'on appuie une fois sur le bouton **START/ STOP** pendant cette période, l'escalier se déverrouille et recommence à tourner lentement au niveau de résistance 1. L'utilisateur devra augmenter sa résistance jusqu'au niveau d'exercice précédent. Si le bouton **START/STOP** n'est pas actionné dans les 30 secondes, le programme se termine automatiquement et la console se réinitialise.

En appuyant deux fois sur la touche **START/STOP**, l'escalier ralentit et s'arrête de tourner, le programme se termine et la console est réinitialisée.

ÉCRAN DE LA CONSOLE - VUE D'ENSEMBLE

Écran LED blanc ultra-lumineux de première qualité

Grande fenêtre matricielle à LED pour suivre la progression de l'entraînement

Touches directes de programme

Touche de résultats d'entraînement

Fenêtre d'affichage du niveau de résistance

CARACTÉRISTIQUES PROGRAMMABLES

Programmation de la console

Chacun des programmes peut être personnalisé à l'aide de vos informations personnelles et modifié en fonction de vos besoins. Certaines des informations demandées sont nécessaires pour que les affichages soient corrects. On vous demandera votre **âge** et votre **poids**. Votre âge est également nécessaire pendant le programme de contrôle de la fréquence cardiaque pour s'assurer que les réglages du programme sont adaptés à votre **âge**. Sinon, les paramètres de travail risquent d'être trop élevés ou trop bas pour vous ; la saisie de votre **poids** permet de calculer un nombre de calories plus correct. Bien que nous ne puissions pas fournir un nombre exact de calories, nous souhaitons nous en rapprocher le plus possible.

REMARQUE SUR LES CALORIES : Les valeurs caloriques indiquées sur chaque appareil d'exercice, que ce soit dans une salle de sport ou à la maison, ne sont pas exactes et ont tendance à varier considérablement. Elles ne servent que de guide pour suivre vos progrès d'une séance d'entraînement à l'autre. Le seul moyen de mesurer avec précision votre dépense calorique est de le faire dans un environnement clinique, en utilisant une multitude d'appareils. En effet, chaque personne est différente et brûle des calories à un rythme différent.

Entrer et modifier les réglages

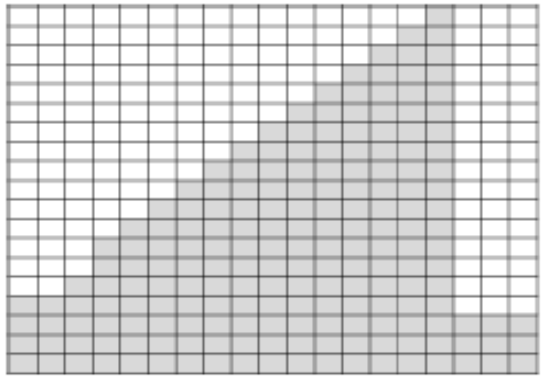
Lorsque vous entrez dans un programme, vous avez la possibilité d'entrer vos propres paramètres. Si vous souhaitez vous entraîner sans entrer de nouveaux paramètres, il vous suffit d'appuyer sur la touche Démarrer ‘‘**Start**’’. Vous éviterez ainsi la programmation des données et commencerez directement votre séance d'entraînement. Si vous souhaitez modifier vos paramètres personnels, il vous suffit de suivre les instructions du **centre de messages à matrice de points**. Si vous démarrez un programme sans modifier les réglages, les réglages par défaut ou préenregistrés seront utilisés.

PROGRAMMATION DES TESTS DE CONDITION PHYSIQUE

TESTS DE CONDITION PHYSIQUE
Protocole WFI Exerciseur Escaladeur

Le protocole WFI de l'exerciseur escaladeur a été adopté comme test de VO2 sous-maximal sur le terrain pour le personnel des services d'incendie. Le test consiste en une série d'intervalles d'une minute avec des charges de travail croissantes. L'objectif est que la fréquence cardiaque des participants atteigne une fréquence cardiaque cible et la dépasse pendant 15 secondes.

1. Appuyez sur la touche TESTS DE CONDITION PHYSIQUE ‘‘FITNESS TESTS’’.
2. La console affiche : WFI. Appuyez sur OK.
3. Entrez votre âge s'affiche à l'écran. L'âge par défaut de 35 ans clignote à plusieurs reprises. Utilisez les touches Niveau ‘‘Level’’+ ou - ou le pavé numérique pour ajuster l'âge. Appuyez sur OK.
4. Entrez votre poids s'affiche à l'écran. Le poids par défaut de 65 kg (145 lb) clignote plusieurs fois. Utilisez les touches de niveau + ou - ou le pavé numérique pour ajuster le poids. Appuyez sur OK.
5. Entrez votre taille s'affiche à l'écran. La taille par défaut est de 175 cm (70 in). Utilisez les touches Niveau + ou - ou le pavé numérique pour régler la taille. Appuyez sur OK.



6. Appuyez sur START pour commencer le test de condition physique WFI. Le test commence lorsque l'exerciseur se déverrouille et commence à tourner.
7. Les touches de niveau + ou - ne sont pas opérationnelles pendant le test.
8. Appuyer sur la touche START/STOP met fin au test immédiatement.

PROGRAMMATION DES TESTS DE CONDITION PHYSIQUE

Protocole WFI Exerciseur Escaladeur

<table>
<tr><th>NIVEAU</th><th>TEMPS</th><th>DESCRIPTION</th><th>NOTES</th></tr>
<tr><td>4</td><td>2:00</td><td>Début de l'évaluation / Echauffement</td><td>L’exerciseur se déverrouille et commence à tourner.</td></tr>
<tr><td>5</td><td>1:00</td><td>Poursuite de l'échauffement</td><td>Après 3 minutes d'échauffement, le test commence au niveau 7</td></tr>
<tr><td>7</td><td>1:00</td><td>Début du test</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4">• L'évaluation se poursuit en suivant le tableau du protocole de test (sur la page suivante) jusqu'à ce que la fréquence cardiaque (FC) des participants dépasse la fréquence cardiaque cible (FCC) pendant 15 secondes.</td></tr>
<tr><td colspan="4">• Si la FC descend en dessous de la FC cible pendant ces 15 secondes, l'évaluation se poursuit.
• L'évaluation n'est pas terminée tant que la FC du participant n'a pas dépassé la FC cible pendant 15 secondes.</td></tr>
<tr><td>3</td><td>1:00</td><td>Refroidissement</td><td rowspan="3">Une fois que les paramètres d'évaluation pour l'achèvement du test sont atteints (la FC dépasse la FCC pendant 15 secondes), le refroidissement automatique commence pendant 3 minutes. La console affiche l'estimation de la VO2 Max.</td></tr>
<tr><td>3</td><td>1:00</td><td>Refroidissement</td></tr>
<tr><td>3</td><td>1:00</td><td>Refroidissement</td></tr>
<tr><td>0</td><td>0</td><td>Arrêt de l’exerciseur</td><td>L’exerciseur s'arrête automatiquement après 3 minutes de refroidissement.</td></tr>
</table>

PROGRAMMATION DES TESTS DE CONDITION PHYSIQUE

Protocole WFI Exerciseur Escaladeur

- Fréquence cardiaque cible (FCC)
  - FCC = [208-(0,7*âge)]*85

- Test sous-maximal de l'exerciseur Estimation de la VO2
  - VO2 Max (ml/kg/min) = 57,774 + (1,757 * TT) - (0,904 X IMC)
  - Temps de montée d'escalier (TT) (Temps en minutes et secondes converti en décimales (exemple 5,87))
  - Indice de masse corporelle (IMC)

- Indice de masse corporelle (IMC)
  - IMC = Poids (kg) / Taille (m)2 z
    ou
  - IMC = 703 x Poids (livres) / Taille (pouces)2

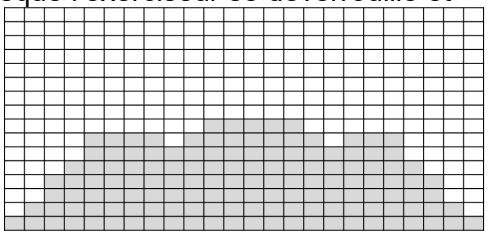
TEMPS	NIVEAU	PAS/MIN
0:00-0:00	0	0
0:00-1:00	4	46
1:01-2:00	4	46
2:01-3:00	5	53
3:01-4:00	7	65
4:01-5:00	8	75
5:01-6:00	9	82
6:01-7:00	10	89
7:01-8:00	11	97
8:01-9:00	12	104
9:01-10:00	13	111
10:01-11:00	14	118
11:01-12:00	15	126
12:01-13:00	16	133
13:01-14:00	17	140
14:01-15:00	18	147
15:01-16:00	19	155
0:00-1:00	3	39
1:01-2:00	3	39
2:01-3:00	3	39

PROGRAMMATION DES TESTS DE CONDITION PHYSIQUE

Protocole du CPAT de l’exerciseur escaladeur

Le test de l’exerciseur escaladeur a été conçu pour simuler les tâches critiques de la montée d'escaliers en tenue de protection complète tout en portant l'équipement de lutte contre l'incendie. Ce test met à l'épreuve la capacité aérobique, l'endurance musculaire du bas du corps et la capacité d'équilibre du candidat. L'objectif du test est d'effectuer un échauffement de durée fixe à 50 pas par minute, suivi immédiatement d'un segment de 3 minutes à 60 pas par minute. Le test se termine après le segment de 3 minutes. Il s'agit d'un test Réussite/Échec qui ne mesure pas la fréquence cardiaque et ne détermine pas le niveau de VO2 sous-maximal.

1. Appuyez sur la touche ENTRAÎNEMENT ‘‘TRAINING’’.
2. La console affiche : WFI. Appuyez à nouveau sur la touche Démarrer/Arrêt ‘‘START/STOP’’ pour CPAT. Appuyez sur OK.
3. Appuyez sur START pour commencer le test de condition physique du CPAT. Le test commence lorsque l’exerciseur se déverrouille et commence à tourner.
4. Les touches de niveau + ou - ne sont pas opérationnelles pendant le test.
5. Une pression sur la touche START/STOP met immédiatement fin au test.



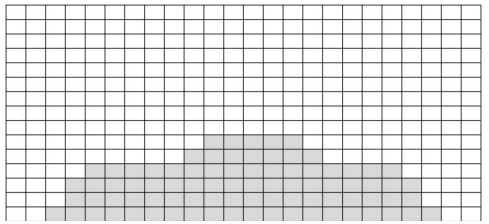
Le protocole du CPAT de l’exerciseur escaladeur est un test de 3 minutes visant à simuler un pompier montant des escaliers transportant un équipement de grande hauteur ou un ensemble de tuyaux.

- Le test ne comporte que deux segments et commence lorsque l’exerciseur escaladeur se déverrouille et commence à tourner.
- Échauffement - 20 secondes à 50 pas par minute
- Test - 3 minutes à 60 pas par minute

SEGMENT	PAS PAR MINUTE	TEMPS	DESCRIPTION	NOTES
1	50	0:20	Échauffement	L’exerciseur se déverrouille et commence à tourner.
2	60	3:00	Test	Passage automatique de l'échauffement au test
3	0	0	Test arrête, verrouillage des marches	Pas de refroidissement intégré

PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS

BRÛLAGE DES GRAISSES



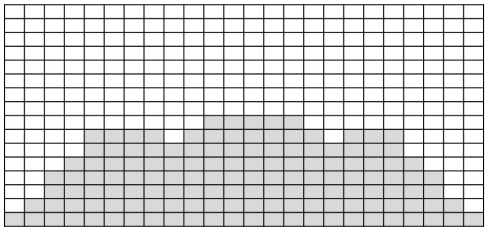
Le programme BRÛLAGE DES GRAISSES ‘‘FAT BURNING’’ maintient l'utilisateur à une intensité faible à modérée pour un entraînement prolongé. L'accent est mis sur l'endurance aérobie.

1. Appuyez sur le bouton FAT BURNING.
2. La console affiche : Démarrer ou appuyer sur OK pour configurer. Appuyez sur OK.
3. Entrez votre âge s'affiche à l'écran. L'âge par défaut de 35 ans clignote à plusieurs reprises. Utilisez les touches Niveau ‘‘Level’’+ ou - ou le pavé numérique pour ajuster l'âge. Appuyez sur OK.

4. Entrez votre poids s'affiche à l'écran. Le poids par défaut de 65 kg (145 lbs) clignote plusieurs fois.
5. Utilisez les touches Niveau ‘‘Level’’+ ou - ou le pavé numérique pour ajuster le poids. Appuyez sur OK.
6. Saisir le temps s'affiche à l'écran. La durée par défaut de 30 minutes clignote à plusieurs reprises. La durée minimale est de 5 minutes et ladurée maximale de 99 minutes. Utilisez les touches Niveau ‘‘Level’’+ ou - ou le pavé numérique pour régler la durée. Appuyer sur OK.
7. Appuyez sur DÉMARRER ‘‘START’’ pour commencer.
8. La console effectue un compte à rebours de 3 secondes, puis l'escalier se déverrouille et le programme commence. Le profil du programme s'affiche sur l'écran à matrice de points.
9. Le niveau de résistance commence à 23 pas par minute (SPM).
10. Réglez la résistance des programmes à l'aide des touches Niveau ‘‘Level’’+ ou -, du pavé numérique ou des boutons Resistance+ ou - situés aux extrémités de la poignée de la fréquence cardiaque de contact.

PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS

ENTRAÎNEMENT



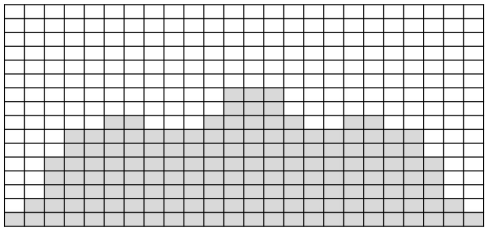
Le programme ENTRAÎNEMENT ‘‘TRAINING’’ permet à l'utilisateur d'augmenter progressivement son intensité jusqu'à atteindre un niveau d'exercice régulier. L'accent est mis sur l'endurance aérobie.

1. Appuyez sur le bouton ENTRAÎNEMENT ‘‘TRAINING’’.
2. La console affiche : Démarrer ou appuyer sur OK pour configurer. Appuyez sur OK.
3. Entrez votre âge s'affiche à l'écran. L'âge par défaut de 35 ans clignote à plusieurs reprises. Utiliser le niveau + ou - ou le pavé numérique pour ajuster l'âge. Appuyez sur OK.

4. Entrez votre poids s'affiche à l'écran. Le poids par défaut de 65 kg (145 lbs) clignote à plusieurs reprises.
5. Utilisez le niveau + ou - ou le pavé numérique pour ajuster le poids. Appuyez sur OK.
6. Saisir le temps s'affiche à l'écran. La durée par défaut de 30 minutes clignote à plusieurs reprises. La durée minimale est de 5 minutes et la durée maximale de 99 minutes. Utilisez le niveau + ou - ou le pavé numérique pour régler la durée. Appuyer sur OK.
7. Appuyez sur DÉMARRER ‘‘START’’ pour commencer.
8. La console effectue un compte à rebours de 3 secondes, puis l'escalier se déverrouille et le programme commence. Le profil du programme s'affiche sur l'écran à matrice de points.
9. Le niveau de résistance commence à 23 pas par minute (SPM).
10. Réglez la résistance des programmes à l'aide des touches + ou -, du pavé numérique ou des boutons Resistance+ ou - situés aux extrémités de la poignée de la fréquence cardiaque de contact.

PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS

COLLINES



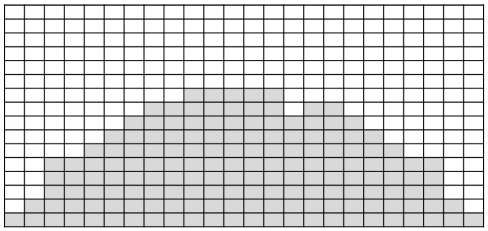
Le programme COLLINES ‘‘ROLLING HILLS’’ est un programme traditionnel qui offre à l'utilisateur des segments d'intervalles moyens et moyens-élevés. Ce programme entraîne la capacité aérobique.

1. Appuyez sur le bouton COLLINES ‘‘ROLLING HILLS’’.
2. La console affiche : Démarrer ou appuyer sur OK pour configurer. Appuyez sur OK.
3. Entrez votre âge s'affiche à l'écran. L'âge par défaut de 35 ans clignote à plusieurs reprises. Utiliser le niveau + ou - ou le pavé numérique pour ajuster l'âge. Appuyez sur OK.

4. Entrez votre poids s'affiche à l'écran. Le poids par défaut de 65 kg (145 lbs) clignote à plusieurs reprises.
5. Utilisez le niveau + ou - ou le pavé numérique pour ajuster le poids. Appuyez sur OK.
6. Saisir le temps s'affiche à l'écran. La durée par défaut de 30 minutes clignote à plusieurs reprises. La durée minimale est de 5 minutes et la durée maximale de 99 minutes. Utilisez les touches + ou - ou le pavé numérique pour régler la durée. Appuyer sur OK.
7. Appuyez sur DÉMARRER ‘‘START’’ pour commencer.
8. La console effectue un compte à rebours de 3 secondes, puis l'escalier se déverrouille et le programme commence. Le profil du programme s'affiche sur l'écran à matrice de points.
9. Le niveau de résistance commence à 23 pas par minute (SPM).
10. Réglez la résistance des programmes à l'aide des touches + ou -, du pavé numérique ou des boutons Resistance+ ou - situés aux extrémités de la poignée de la fréquence cardiaque de contact.

PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS

DÉFI



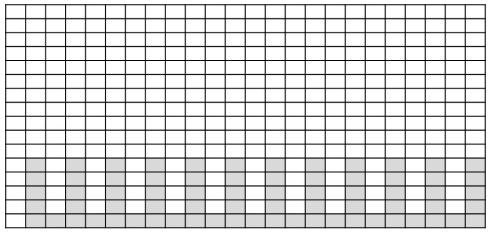
Le programme DÉFI ‘‘CHALLENGE’’ offre à l'utilisateur un échauffement progressif prolongé, suivi d'un entraînement soutenu à une intensité plus élevée. Ce programme introduit un entraînement anaérobie au sein d'une séance d'entraînement aérobie.

1. Appuyez sur le bouton DÉFI ‘‘CHALLENGE’’.
2. La console affiche : Démarrer ou appuyer sur OK pour configurer. Appuyez sur OK.
3. Entrez votre âge s'affiche à l'écran. L'âge par défaut de 35 ans clignote à plusieurs reprises. Utilisez le niveau + ou - ou le pavé numérique pour ajuster l'âge. Appuyez sur OK.

4. Entrez votre poids s'affiche à l'écran. Le poids par défaut de 65 kg (145 lbs) clignote à plusieurs reprises.
5. Utilisez les touches + ou - ou le pavé numérique pour ajuster le poids. Appuyez sur OK.
6. Entrer le temps s'affiche à l'écran. La durée par défaut de 30 minutes clignote de façon répétée. La durée minimale est de 5 minutes et la durée maximale de 99 minutes. Utilisez les touches + ou - ou le pavé numérique pour régler la durée. Appuyez sur OK.
7. Appuyez sur DÉMARRER ‘‘START’’ pour commencer.
8. La console effectue un compte à rebours de 3 secondes, puis l'escalier se déverrouille et le programme commence. Le profil du programme s'affiche sur l'écran à matrice de points.
9. Le niveau de résistance commence à 23 pas par minute (SPM).
10. Réglez la résistance du programme à l'aide des touches + ou - ou du pavé numérique ou des boutons Resistance+ ou - aux extrémités de la poignée de contact de la fréquence cardiaque.

PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS

INTERVALLE



Le programme INTERVALLE alterne des sprints anaérobies de haute intensité avec des segments de faible intensité pour la récupération. Ce programme entraîne la capacité anaérobie.

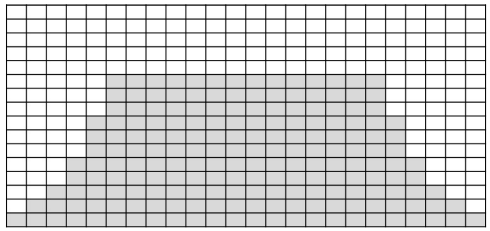
1. Appuyez sur le bouton INTERVALLE.
2. La console affiche : Démarrer ou Appuyer sur OK Pour configurer. Appuyez sur OK.
3. Entrez votre âge s'affiche à l'écran. L'âge par défaut de 35 ans clignote à plusieurs reprises. Utilisez les touches + ou - ou le pavé numérique pour ajuster l'âge. Appuyez sur OK.

4. Entrez votre poids s'affiche à l'écran. Le poids par défaut de 65 kg (145 lbs) clignote de façon répétée.
5. Utilisez les touches + ou - ou le pavé numérique pour ajuster le poids. Appuyez sur OK.
6. Saisir le temps s'affiche à l'écran. La durée par défaut de 30 minutes clignote à plusieurs reprises. La durée minimale est de 5 minutes et la durée maximale de 99 minutes. Utilisez les touches + ou - ou le pavé numérique pour régler la durée. Appuyer sur OK.
7. Appuyez sur DÉMARRER ‘‘START’’ pour commencer.
8. La console effectue un compte à rebours de 3 secondes, puis l'escalier se déverrouille et le programme commence. Le profil du programme s'affiche sur l'écran à matrice de points.
9. Le niveau de résistance commence à 23 pas par minute (SPM).
10. Réglez la résistance des programmes à l'aide des touches + ou -, du pavé numérique ou des boutons Resistance+ ou - situés aux extrémités de la poignée de la fréquence cardiaque de contact.

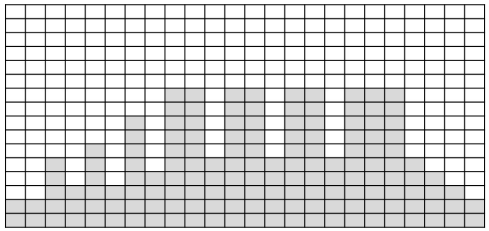
PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS

ENTRAÎNEMENT CIBLÉ

Le programme ENTRAÎNEMENT CIBLÉ ‘‘TARGET TRAINING’’ permet à l'utilisateur de choisir son propre objectif d'entraînement : durée, distance verticale ou calories. Le programme compte à rebours à partir de l'objectif de temps ou suit l'évolution de la distance verticale ou des calories.



1. Appuyez sur le bouton ENTRAÎNEMENT CIBLÉ “TARGET”.
2. 30:00 minutes clignotent continuellement dans la fenêtre d'affichage pour indiquer la durée totale du programme.
3. La console défile : Régler le temps ou entrer la cible suivante. Appuyez sur OK si vous avez terminé, ou
4. Appuyer à nouveau sur la touche ‘‘TARGET’’ pour la cible suivante.
5. 50 clignote continuellement dans la fenêtre d'affichage pour indiquer l'objectif de distance verticale.
6. La console défile : Régler la distance ou entrer la cible suivante. Appuyez sur OK si vous avez terminé, ou
7. Appuyez à nouveau sur la touche ‘‘TARGET’’ pour atteindre l'objectif suivant.
8. 50 clignote continuellement dans la fenêtre d'affichage pour indiquer l'objectif de calories.
9. La console défile : Régler les calories ou ENTRER.
10. Utilisez le pavé numérique ou les touches + ou - pour ajuster les objectifs ciblés : Minutes 5 à 99 / Calories 10 à 990 / Vertical 10 à 990.



PROGRAMME UTILISATEUR

Le programme Utilisateur permet à l'utilisateur de créer sa propre conception de programme unique, en personnalisant les 24 segments de l'affichage matriciel.

1. Appuyez sur le bouton PROGRAMME UTILISATEUR.
2. 30:00 minutes clignotent continuellement dans la fenêtre d'affichage pour indiquer la durée totale du programme.
3. La console défile : Programme Utilisateur. Appuyez sur OK.
4. La console défile : Régler le niveau Appuyer sur OK pour chaque segment.
5. Réglez la durée, puis appuyez sur OK.
6. Appuyez sur Démarrer ‘‘Start’’ pour commencer.

METTRE EN PAUSE OU TERMINER UN PROGRAMME

1. La console dispose d'un bouton DÉMARRAGE/ARRÊT ‘‘START/STOP’’ avec une fonction PAUSE. Une fois que l’exerciseur a commencé à faire tourner l'escalier, la fonction PAUSE peut être activée.
2. En appuyant une fois sur la touche DÉMARRAGE/ARRÊT ‘‘START/STOP’’, l'escalier ralentit et se met en PAUSE et se bloque en place. La durée de la fonction pause est de 30 secondes. Si l'on appuie une fois sur le bouton DÉMARRAGE/ARRÊT ‘‘START/STOP’’ pendant cette période, l'escalier se déverrouille et recommence à tourner lentement au niveau de résistance 1. L'utilisateur devra augmenter sa résistance jusqu'au niveau d'exercice précédent. Si le bouton DÉMARRAGE/ARRÊT ‘‘START/STOP’’ n'est pas actionné dans les 30 secondes, le programme se termine automatiquement et la console se réinitialise.
3. Lorsque le bouton Démarrer ‘‘Start’’ et les extrémités du guidon relatives à la fréquence cardiaque sont verts, cela indique que l'appareil est en mouvement. Lorsque l'appareil est arrêté, le voyant rouge clignote puis repasse rapidement au bleu. Si l'arrêt d'urgence a été activé, le voyant rouge reste allumé jusqu'à ce qu'il soit désactivé. Lorsque le programme redémarre, la couleur repasse au bleu, ou si le programme est terminé, la couleur passe au bleu, indiquant que la machine est prête.

4. Une fois le programme arrêté, le fait d'appuyer sur le bouton Résultats ‘‘Results’’ fait défiler les résultats de la séance d'entraînement sur l'écran.
5. Les totaux de la séance d'entraînement pour : Vertical, Calories totales, Temps écoulé et Pas s'affichent. REMARQUE : si vous appuyez deux fois sur le bouton Résultats, les résultats de la séance d'entraînement sont effacés et l'écran de départ est rétabli.
6. Pendant les résultats de la séance d'entraînement, la console permet de faire défiler les valeurs suivantes : Vertical, Cardiaque, ect.

FRÉQUENCE CARDIAQUE À L'EFFORT

La vieille devise, "pas de douleur, pas de gain", est un mythe qui a été dépassé par les avantages d'un exercice confortable. L'utilisation de cardiofréquencemètres a largement contribué à ce succès.

En utilisant correctement un cardiofréquencemètre, de nombreuses personnes découvrent que leur choix habituel d'intensité d'exercice était soit trop élevé, soit trop faible, et que l'exercice est beaucoup plus agréable en maintenant leur fréquence cardiaque dans la plage de bénéfices souhaitée.

Pour déterminer la plage de bénéfices dans laquelle vous souhaitez vous entraîner, vous devez d'abord déterminer votre fréquence cardiaque maximale. Pour ce faire, vous pouvez utiliser la formule suivante : 220 moins votre âge. Vous obtiendrez ainsi la fréquence cardiaque maximale (FCM) d'une personne de votre âge. Pour déterminer la plage de fréquence cardiaque efficace pour des objectifs spécifiques, il vous suffit de calculer un pourcentage de votre FCM. La zone d'entraînement de la fréquence cardiaque se situe entre 50 % et 90 % de la fréquence cardiaque maximale. 60 % de votre FCM est recommandé pour brûler les graisses, tandis que 85 % est recommandé pour renforcer le système cardio-vasculaire. Cette zone de 60 % à 85 % est celle dans laquelle il faut rester pour en tirer le maximum de bénéfices.

Pour une personne âgée de 35 ans, la zone de fréquence cardiaque cible est calculée comme suit

220 - 35 = 185 (fréquence cardiaque maximale)

185 x 0,6 = 111 battements par minute (60 % du maximum)

185 x 0,85 = 157 battements par minute (85 % du maximum)

Ainsi, pour une personne de 35 ans, la zone d'entraînement se situe entre 111 et 157 battements par minute.

Si vous entrez votre âge pendant la programmation, la console effectuera ce calcul automatiquement. La saisie de l'âge est utilisée pour les programmes de fréquence cardiaque. Après avoir calculé votre FCM, vous pouvez décider de l'objectif que vous souhaitez atteindre.

Les deux raisons ou objectifs les plus populaires de l'exercice sont la forme cardiovasculaire (entraînement du cœur et des poumons) et le contrôle du poids. Les colonnes noires du tableau représentent la FCM d'une personne dont l'âge est indiqué au bas de chaque colonne. La fréquence cardiaque d'entraînement, pour la forme cardiovasculaire ou la perte de poids, est représentée par deux lignes différentes qui traversent le graphique en diagonale. Une définition de l'objectif de ces lignes figure dans le coin inférieur gauche du tableau. Si votre objectif est la forme cardiovasculaire ou la perte de poids, vous pouvez l'atteindre en vous entraînant à 85 % ou 60 %, respectivement, de votre FCM, selon un programme approuvé par votre médecin. Consultez votre médecin avant de participer à un programme d'exercices.

Avec tous les programmes de fréquence cardiaque, vous pouvez utiliser la fonction de surveillance de la fréquence cardiaque sans utiliser le programme de fréquence cardiaque. Cette fonction peut être utilisée en mode manuel ou pendant l'un des neuf programmes différents.

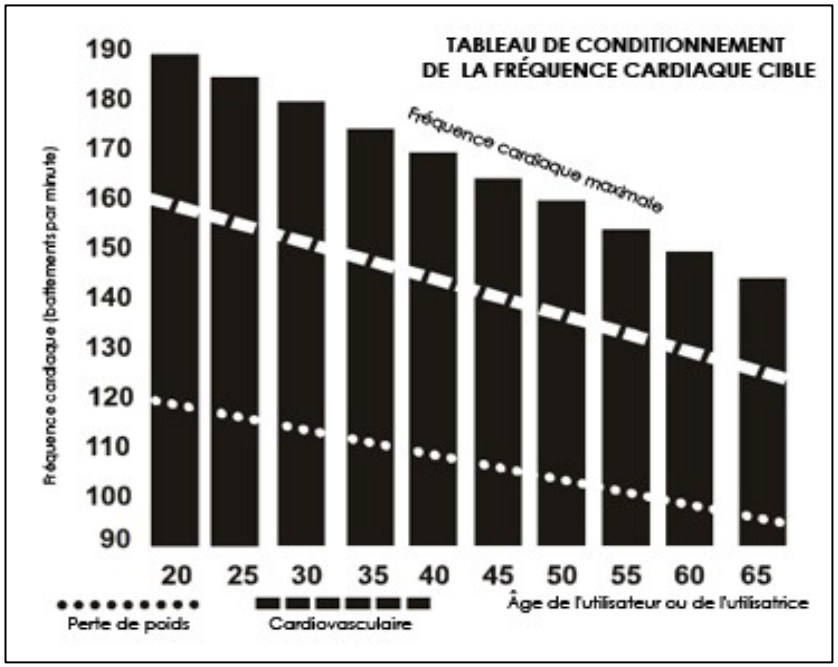


TABLEAU DE CONDITIONNEMENT
DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE
Fréquence cardiaque maximale
Fréquence cardiaque (battements par minute)
190
180
170
160
150
140
130
120
110
100
90
20 25 30 35 40 45 50 55 60 65
Âge de l'utilisateur ou de l'utilisatrice
Perte de poids
Cardiovasculaire

FRÉQUENCE CARDIAQUE - EFFORT PERÇU

La fréquence cardiaque est importante, mais écouter son corps présente également de nombreux avantages. La fréquence cardiaque n'est pas la seule variable à prendre en compte pour déterminer l'intensité de l'entraînement. Votre niveau de stress, votre santé physique, votre santé émotionnelle, la température, l'humidité, l'heure de la journée, la dernière fois que vous avez mangé et ce que vous avez mangé contribuent tous à l'intensité à laquelle vous devez vous entraîner. Si vous écoutez votre corps, il vous dira tout cela.

Le taux de perception de l'effort (RPE), également connu sous le nom d'échelle de Borg, a été mis au point par le physiologiste suédois G.A.V. Borg.
Cette échelle évalue l'intensité de l'exercice de 6 à 20 en fonction de la façon dont vous vous sentez ou de la perception de votre effort.
L'échelle est la suivante :
Vous pouvez obtenir un niveau de fréquence cardiaque approximatif pour chaque note en ajoutant simplement un zéro à chaque note. Par exemple, une note de 12 correspond à une fréquence cardiaque approximative de 120 battements par minute. Votre RPE variera en fonction des facteurs évoqués précédemment. Si votre corps est fort et reposé, vous vous sentirez fort et votre rythme sera confortable. Lorsque votre corps est dans cet état, vous êtes en mesure de vous entraîner plus intensément et le rythme est confortable.
L'EPR le confirme. Si vous vous sentez fatigué et léthargique, c'est que votre corps a besoin d'une pause. Dans ce cas, votre rythme sera difficile. Encore une fois, cela se verra dans votre RPE et vous vous entraînerez au niveau approprié pour ce jour-là.

Évaluation de la perception de l'effort

6	**Minime**
7	**Très, très léger**
8	**Très, très léger** +
9	**Très léger**
10	Très **léger**
11	**Assez léger**
12	**Confortable**
13	**Assez dur**
14	**Assez** difficile +
15	**Dur**
16	**Dur +**
17	**Très dur**
18	Très **dur+**
19	Très, très **dur**
20	**Maximal**

ENTRETIEN DE L'APPAREIL

Entretien de l'appareil après l'entraînement

Après chaque séance d'entraînement, essuyez toutes les zones de transpiration avec un chiffon humide. Si un grincement, un bruit sourd, un cliquetis ou une sensation de rugosité apparaît, la cause principale est très probablement la suivante :

1. Le matériel n'a pas été suffisamment serré lors de l'assemblage. Tous les boulons installés lors de l'assemblage doivent être serrés au maximum. Il peut être nécessaire d'utiliser une clé plus grande que celle fournie si vous ne parvenez pas à serrer suffisamment les boulons.

2. Doté de composants durables et performants, cet équipement est conçu pour un usage intensif et ne nécessite qu'un minimum d'entretien. Pour le maintenir en parfait état, effectuez les opérations d'entretien préventif quotidiennes, hebdomadaires et mensuelles décrites ci-dessous.

3. La sécurité et l'intégrité de cette machine ne peuvent être maintenues que si l'équipement est régulièrement examiné pour détecter les dommages et l'usure et s'il est réparé. Il est de la seule responsabilité du propriétaire de cet équipement de veiller à ce qu'un entretien régulier soit effectué. Les pièces usées ou endommagées doivent être remplacées immédiatement, ou l'équipement doit être mis hors service jusqu'à ce que la réparation soit effectuée

Entretien de l'appareil après l'entraînement

- Les surfaces non rembourrées à fort contact (plastiques durs) peuvent être désinfectées à l'aide d'une solution d'alcool isopropylique à 75 % et d'un chiffon propre et sec. Vaporisez les surfaces à désinfecter et utilisez le chiffon sec pour les nettoyer. Laissez les surfaces sécher avant de les utiliser.
- Pour les surfaces tapissées ou en plastique souple, utilisez un conditionneur après la désinfection. Veillez à suivre les instructions fournies par le fabricant du conditionneur pour garantir une utilisation correcte du produit.
- Vous pouvez également fabriquer votre propre spray en mélangeant la proportion adéquate d'alcool isopropylique et d'eau distillée pour obtenir une solution à 75 %.

Entretien de l'appareil après l'entraînement

1. Rangez votre appareil conformément aux instructions lorsqu'il n'est pas utilisé.

2. Utilisez un chiffon légèrement humide pour nettoyer les zones où la sueur ou l'huile sont entrées en contact avec l'appareil.

3. Utilisez un chiffon en microfibres pour nettoyer l'écran et éliminer les huiles indésirables et autres éléments susceptibles d'endommager l'écran.

4. Évitez de laisser du papier ou d'autres petits débris dans les porte-gobelets.

ENTRETIEN DE L'APPAREIL - SUITE - CALENDRIER

DÉBRANCHER L'EXERCISEUR AVANT D'EFFECTUER TOUTE OPÉRATION DE MAINTENANCE.

Objet	Quotidien	Hebdomadaire	Mensuel	Trimestrielle	Biannuel
Unité entière	Nettoyer		Inspecter		
Nettoyage détaillé		Nettoyer			
Quincaillerie de l'appareil		Inspecter			
Quincaillerie de la console				Inspecter	
Marches	Nettoyer		Inspecter		
Revêtement de la console	Nettoyer				Inspecter
Compartiment d'accessoires	Nettoyer				
Interrupteur d'arrêt	Nettoyer			Inspecter	
Interrupteur d'urgence	Nettoyer			Inspecter	

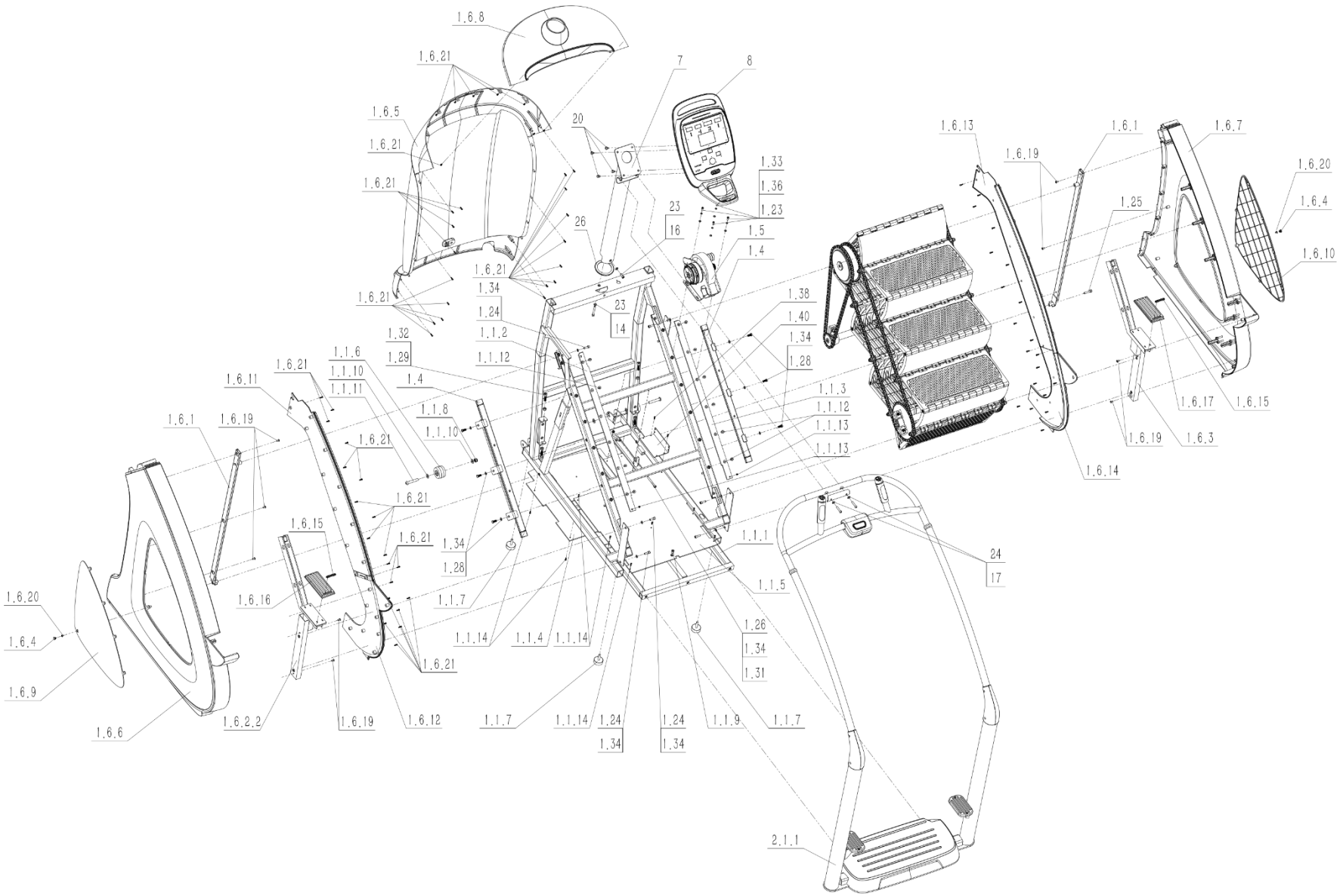
DÉPANNAGE

PROBLÈME	RAISON	MÉTHODE
Appuyer sur "START" au démarrage, la vitesse de la machine est anormale, 3 secondes après l'arrêt, les données affichées sont réinitialisées.	Défaut du capteur de lumière.	1. Vérifier si la ligne du capteur de lumière est éteinte ou endommagée. 2. Vérifier si la distance entre le capteur de lumière et la grille peut être détectée. Remplacer le capteur de lumière
Après avoir appuyé sur "START" pour démarrer, le frein ne se met pas en marche, la machine ne peut pas fonctionner.	Le frein n'est pas alimenté ou est défectueux	1. Vérifier si le fil de connexion est coupé ou endommagé 2. Fournir séparément une tension de 24 V pour vérifier si le frein est ouvert (un "clic" se fait entendre lorsqu'il est ouvert). Remplacer le frein en cas de panne de courant
	Défaillance de la carte de contrôle	**Contacter un technicien qualifié** pour qu'il utilise un multimètre afin de mesurer si la prise de frein du contrôleur a une tension de sortie de 24 V après le démarrage. Remplacer le contrôleur
Après avoir appuyé sur "START" pour démarrer, le compteur électronique affiche ER02	Défaillance de la carte de contrôle	MOS court-circuité Remplacer le contrôleur
	Le fil de connexion de la roue magnétique est déconnecté	Vérifier la roue magnétique et le fil de connexion de la commande inférieure, réinsérer le fil.
Après avoir appuyé sur "START" pour démarrer, le compteur électronique affiche ER12 (ne peut pas freiner).	La console ne reçoit pas les données du contrôleur	**Contacter un technicien qualifié** 1. Vérifier que la ligne de communication n'est pas endommagée et que l'extrusion n'est pas abîmée. Utiliser un multimètre pour mesurer les extrémités supérieure et inférieure de la connectivité, si elle n'est pas conductrice, elle est mauvaise. 2. Défaillance du contrôle inférieur a. Remplacer la ligne de communication b. Remplacer le contrôle inférieur
Après avoir appuyé sur "START", le compteur électronique ne démarre pas et affiche ER11.	Le contrôleur ne peut pas recevoir les données du compteur électronique.	**Contacter un technicien qualifié** 1. Vérifier que la ligne de communication n'est pas endommagée par l'extrusion. Utiliser un multimètre pour mesurer les extrémités supérieure et inférieure de la connectivité, si elle n'est pas conductrice, c'est qu'elle est mauvaise. 2. Défaillance du contrôle inférieur a. Remplacer la ligne de communication b. Remplacer le contrôle inférieur

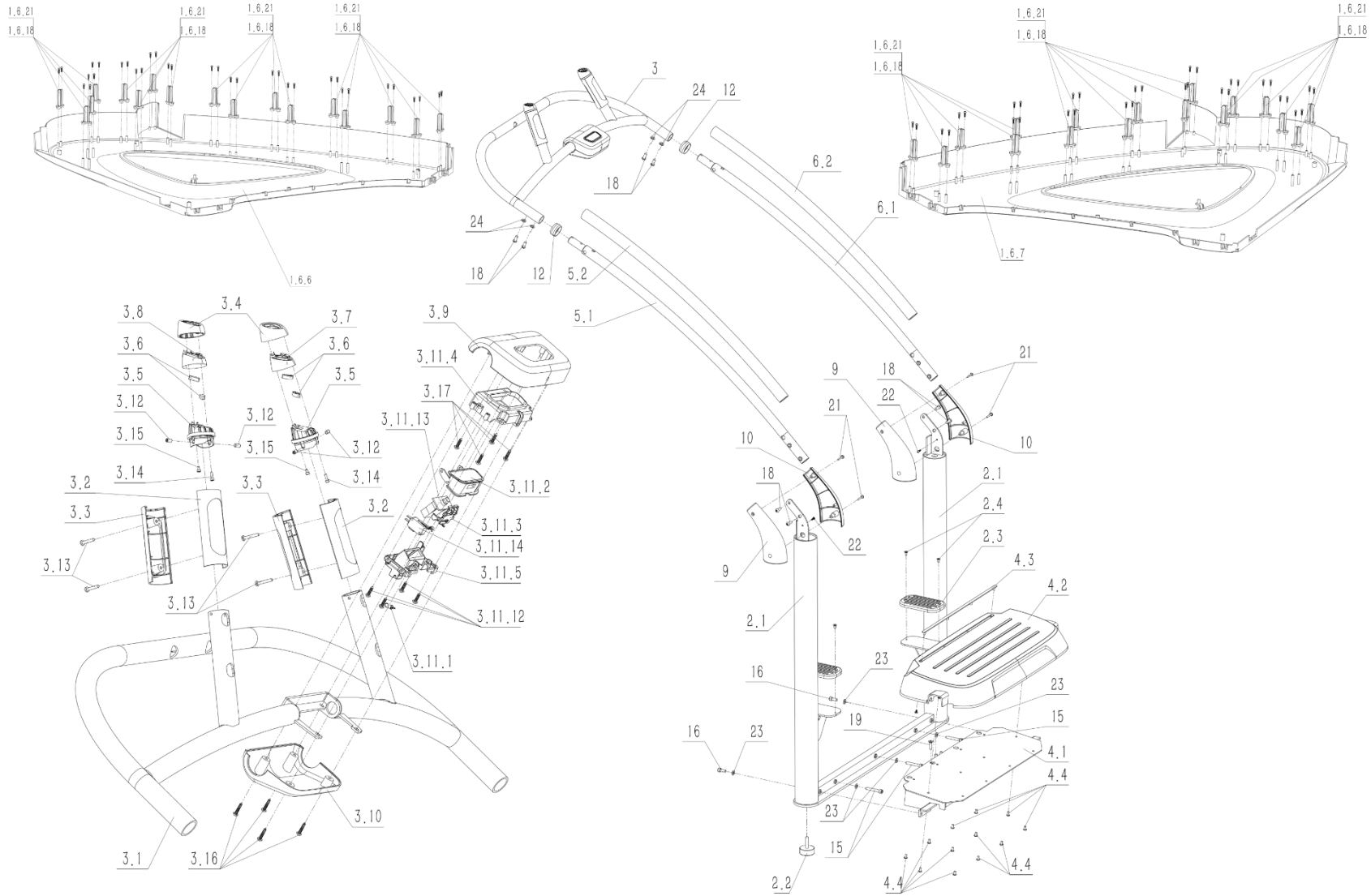
DÉPANNAGE - SUITE

PROBLÈME	RAISON	MÉTHODE
Défaillance de la touche	Défaillance de la touche à membrane	Mauvaise touche à membrane ou fil endommagé Remplacer les touches à membrane
Après la mise sous tension, la console ne s'allume pas	1. Défaillance de l'adaptateur d'alimentation 2. Défaillance du contrôleur 3. Fil de connexion défectueux 4. Défaillance de la console	**Contacter un technicien qualifié** Utilisez un multimètre pour vérifier les points suivants : 1. Mesurer si l'adaptateur a une sortie de 24V 2. Mesurer si le contrôle inférieur a une entrée de 24V et une sortie de tension au niveau de la prise de la ligne de contrôle. 3. Vérifier si la ligne de communication est activée aux deux extrémités et s'il y a une sortie de courant.
L'interrupteur d'arrêt d'urgence est défectueux ou ER07 s'affiche	L'interrupteur d'arrêt d'urgence est défectueux ou le fil de connexion de l'interrupteur d'arrêt d'urgence est desserré ou la séquence des fils est incorrecte.	Vérifier si le fil de connexion est mal branché et endommagé ou remplacer l'interrupteur d'arrêt d'urgence.
Après avoir appuyé sur "START" pour démarrer, les données de battements cardiaques ne sont pas détectées.	Problème de fil d'impulsion manuelle	**Contactez un technicien qualifié** pour vérifier que le fil d'impulsion de la main n'est pas endommagé par l'extrusion en utilisant un multimètre de tension continue pour tester le fil d'impulsion de la main. S'il n'y a pas de tension, le harnais n'est pas bon.
La console affiche ER05	Surintensité du matériel du contrôleur	1. Vérifier si le moteur est brûlé 2. Vérifier le contrôleur

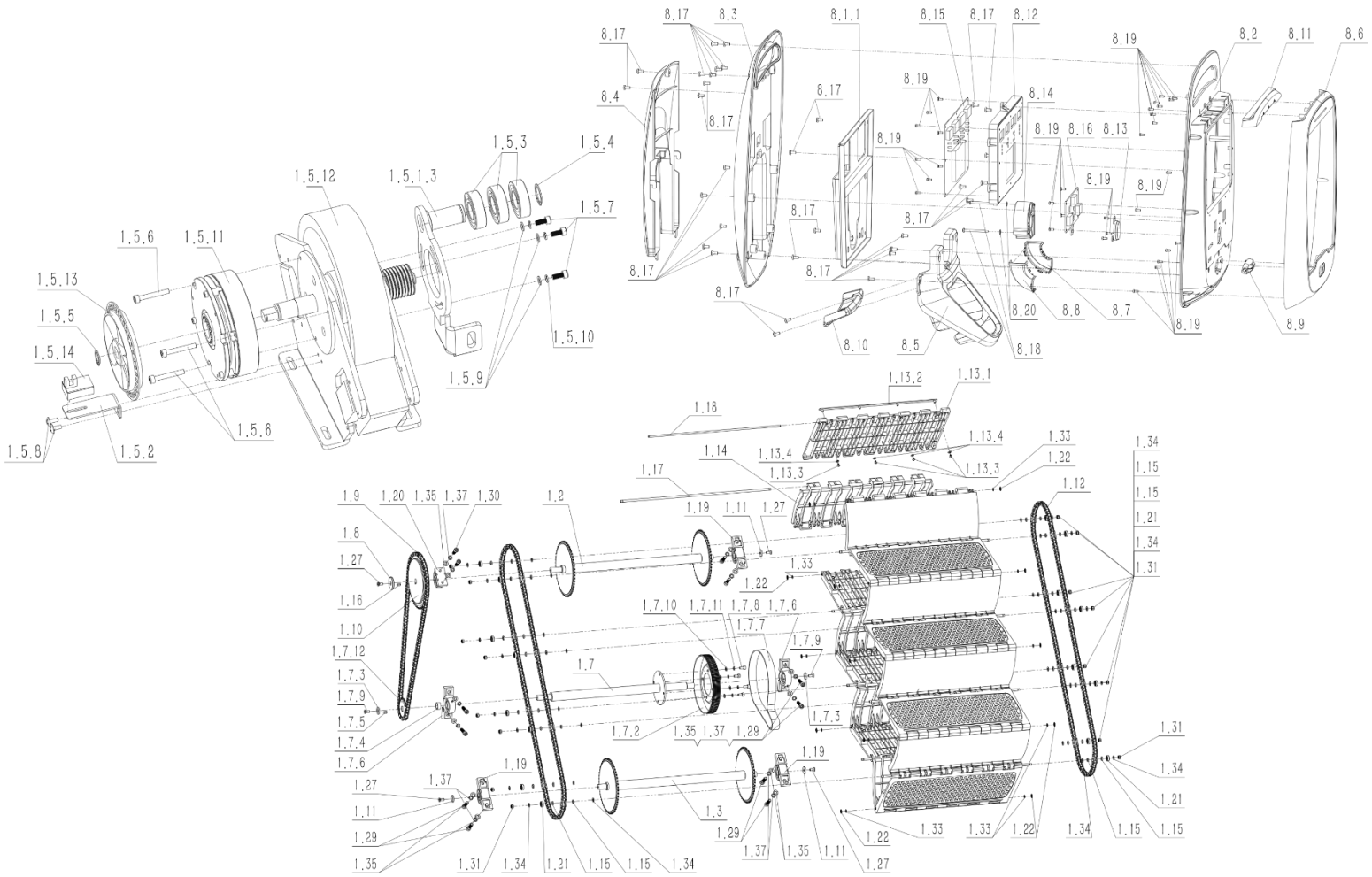
VUE ÉCLATÉE


1.6.8
1.6.21
1.6.5
1.6.21
1.6.21
1.6.21
7
8
20
26
23
16
1.33
1.36
1.23
1.5
1.4
1.6.21
1.34
1.24
1.1.2
1.1.12
23
14
1.32
1.29
1.1.6
1.1.10
1.1.11
1.4
1.1.8
1.1.10
1.6.21
1.6.11
1.6.21
1.6.1
1.6.19
1.6.21
1.6.15
1.6.21
1.6.21
1.34
1.28
1.6.16
1.1.7
1.1.14
1.1.4
1.1.14
1.6.21
1.6.20
1.6.4
1.6.9
1.6.6
1.6.2.2
1.6.19
1.6.12
1.1.7
1.1.14
1.24
1.34
1.24
1.34
1.1.9
1.1.7
1.38
1.40
1.34
1.28
1.1.3
1.1.12
1.1.13
1.1.13
1.6.13
1.6.19
1.6.1
1.6.7
1.6.20
1.6.4
1.25
1.6.10
1.6.17
1.6.15
1.6.19
1.6.3
1.6.14
1.1.1
1.1.5
1.26
1.34
1.31
24
17
2.1.1

VUE ÉCLATÉE


1.6.21
1.6.18
1.6.6
1.6.7
3
24
12
18
6.2
6.1
5.2
5.1
3.8
3.4
3.7
3.6
3.5
3.12
3.15
3.14
3.2
3.3
3.13
3.9
3.11.4
3.17
3.11.13
3.11.2
3.11.3
3.11.14
3.11.5
3.11.12
3.11.1
3.10
3.1
3.16
21
9
22
10
2.1
2.4
2.3
4.3
4.2
23
16
19
15
4.1
4.4
2.2

VUE ÉCLATÉE


1.5.6
1.5.11
1.5.12
1.5.1.3
1.5.3
1.5.4
1.5.7
1.5.13
1.5.5
1.5.14
1.5.10
1.5.9
1.5.8
1.5.2
1.5.6
8.17
8.3
8.1.1
8.15
8.12
8.4
8.14
8.19
8.16
8.13
8.2
8.11
8.6
8.20
8.8
8.7
8.10
8.5
8.18
8.9
1.13.2
1.13.1
1.18
1.13.4
1.33
1.22
1.14
1.17
1.12
1.9
1.20
1.35
1.37
1.30
1.2
1.8
1.27
1.16
1.10
1.7.12
1.7.3
1.7.9
1.7.5
1.7.4
1.7.6
1.7
1.7.10
1.7.11
1.7.8
1.7.7
1.7.9
1.7.2
1.29
1.3
1.34
1.15
1.21
1.31

LISTE DES PIÈCES

ITEM #	DESCRIPTION	SPÉCIFICATION	QTÉ
1.1.1	Soudage du cadre		1
1.1.2	Plaque gauche en acier inoxydable	39×926×6	1
1.1.3	Plaque droite en acier inoxydable	39×926×6	1
1.1.4	Plaque de protection avant	578×566×5	1
1.1.5	Protection arrière	578×622×5	1
1.1.6	Rouleaux	Φ65×40	2
1.1.7	Coussinets de pied	φ50XM10	4
1.1.8	Capuchon en nylon	M12	2
1.1.9	Ecrous	M8	19
1.1.10	Rondelles plates	Φ13×Φ24×2	4
1.1.11	Boulons	M12×70	2
1.1.12	Boulons	M8X20	12
1.1.13	Boulons	M8X8	2
1.1.14	Boulons	ST4×15	14
1.2	Soudage du pignon supérieur		1
1.3	Soudage du pignon inférieur		1
1.4	Soudage du cadre limite du palier		2
1.5	Roue de commande magnétique à deux têtes		1
1.5.1	Soudage du cadre de tension		1
1.5.2	Plaque de fixation photosensible	57x22x2	1
1.5.3	Roulement à billes à rainure profonde	6004-2Z	3
1.5.4	Anneau de retenue élastique pour arbre Φ20	Φ20	1
1.5.5	Φ14 Anneau de retenue élastique pour l'arbre	Φ14	1
1.5.6	Boulons	M5X35	1
1.5.7	Boulons	M5X12	3
1.5.8	Boulons	M4×10	2
1.5.9	Rondelle plate	Φ5.5×Φ10×1	3
1.5.10	Φ5 rondelles élastiques	Φ5	3
1.5.11	Frein	DC24V-16N	1
1.5.12	Roue de commande magnétique		1
1.5.13	Grille lumineuse	36 trous	1
1.5.14	Capteur de lumière		1
1.6.1	Soudage du groupe de tubes fixes du boîtier		2
1.6.2	Petit repose-pieds gauche		1
1.6.3	Petit repose-pieds droit		1
1.6.4	Φ11 bouchon de tuyau	11×Φ15.3×9.4	4
1.6.5	Coque avant	783.3×359×1281.3	1

LISTE DES PIÈCES

ITEM #	DESCRIPTION	SPÉCIFICATION	QTÉ
1.6.6	Coque côté gauche	1194.3×129.2×1160.8	1
1.6.7	Coque côté droit	1194.3×129.2×1160.8	1
1.6.8	Coque supérieure	94×355.2×773.5	1
1.6.9	Couvercle décoratif côté gauche	587×541×17	1
1.6.10	Couvercle décoratif côté droit	587×541×17	1
1.6.11	Carénage intérieur gauche avant	1131×384.2×36.1	1
1.6.12	Carénage intérieur gauche arrière	555.6×389.8×38.9	1
1.6.13	Carénage intérieur droit avant	1131×384.2×36.1	1
1.6.14	Carénage intérieur droit arrière	555.6×389.8×38.9	1
1.6.15	Petite étiquette d'avertissement du repose-pieds	61.1×11×5.7	2
1.6.16	Petit coussin de pédale gauche	191.8×83.4×17.4	1
1.6.17	Petit coussin de pédale droite	191.8×83.4×17.4	1
1.6.18	Poteau de connexion	66×36×18	34
1.6.19	Boulons	M6×12	10
1.6.20	Boulons	M4×10	2
1.6.21	Boulons	ST4×15	136
1.7	Assemblage de la poulie de courroie		1
1.7.1	Arbre de fixation de la poulie	Φ35x662	1
1.7.2	PK235 Poulie	PK235	1
1.7.3	Roulement plaque de pression	Φ27x4	2
1.7.4	13 anneau de retenue large	Φ27x13	1
1.7.5	6x6x14 clés plates	6x6x14	1
1.7.6	Avec roulements verticaux	UCP204	2
1.7.7	Courroie d'entraînement	PK845J8	1
1.7.8	Boulons	M8×16	4
1.7.9	Boulons	M8X20	2
1.7.10	Rondelles plates	Φ8.5×Φ16×1.5	4
1.7.11	Coussinet à ressort	Φ8	4
1.7.12	Pignon à 20 dents	08A 20 dents	1
1.8	Plaque de pression	Φ50x6	1
1.9	Chaîne auxiliaire	08A-130 joints	1
1.10	Pignon auxiliaire	08A 54 dents	1
1.11	Plaque de pression de roulement	Φ27x4	3
1.12	Chaîne d'entraînement du grand pignon	08A	2
1.13	Combinaison de pédales		8
1.13.1	Pédale	552.8×274.6×23	1
1.13.2	Bande d'avertissement	499.8×9.8×12.3	1

LISTE DES PIÈCES

ITEM #	DESCRIPTION	SPÉCIFICATION	QTÉ
1.13.3	Boulons	ST4.8×11	4
1.13.4	Rondelle plate	Φ6.5×Φ12×1.2	4
1.14	Plaque d'arc de connexion	552×225×79.4	8
1.15	Entretoise en nylon	Φ15×3	32
1.16	Clé plate 6x6x14	6x6x14	1
1.17	Arbre de support long	Φ8×634	8
1.18	Arbre de support court	Φ6×558	8
1.19	Avec roulement vertical	UCP204	3
1.20	Avec roulement vertical	UCUP204D1	1
1.21	Roulement à billes à rainure profonde	608-2Z	16
1.22	Etriers de roulement	φ6	16
1.23	Boulons	M6X16	4
1.24	Boulons	M8×25	6
1.25	Boulons	M8X40	2
1.26	Boulons	M8X75	1
1.27	Boulons	M8X20	4
1.28	Boulons	M8X20	6
1.29	Boulons	M10X40	18
1.30	Boulons	M10X30	2
1.31	Capuchons en nylon	M8	17
1.32	Ecrous hexagonaux M10	M10	8
1.33	Rondelles plates	Φ6.5×Φ12×1.2	20
1.34	Rondelles plates	Φ8.5×Φ16×1.5	46
1.35	Rondelles plates	Φ11XΦ20X2	12
1.36	Rondelles élastiques	Φ6	4
1.37	Rondelles élastiques	Φ10	12
1.38	Boulons	ST4×15	2
1.39	Contrôle inférieur		1
2	Combinaison de colonnes		1
2.1	Soudage des colonnes		1
2.2	Coussinets de pied	φ50XM10	2
2.3	Colonne de coussinets de pied	157X90X14	2
2.4	Boulons	M6X12	4
3	Assemblage du guidon horizontal		1
3.1	Soudage du guidon horizontal (B001)		1
3.2	Coque frontale de la fréquence cardiaque	120.1×43×22.8	2
3.3	Coque arrière de la fréquence cardiaque	120×21.3×43	2

LISTE DES PIÈCES

ITEM #	DESCRIPTION	SPÉCIFICATION	QTÉ
3.4	Capuchon du bouton de réglage	Φ43×26.9	2
3.5	Bouton d'éclairage pièce en plastique	Φ43×40.3	2
3.6	Bouton	13.9×8.2×5.6	4
3.7	Couvercle du bouton	R15.3×28.1×6.9	1
3.8	Couvercle du bouton de démarrage/arrêt	R15.3×28.1×7.1	1
3.9	Coque supérieure d'arrêt d'urgence	113.4×155.3×33.7	1
3.10	Coque inférieure d'arrêt d'urgence	113.4×155.3×33.7	1
3.11	Interrupteur de sécurité		1
3.11.1	Ressort de traction	Φ6.5×18×0.5	1
3.11.2	Bouton	79.6×54.4×26.6	1
3.11.3	Palette	18.5×37×16	1
3.11.4	Boîtier supérieur du commutateur	108×70×30.4	1
3.11.5	Boîtier inférieur du commutateur	105×46.7×50.5	1
3.11.6	Clip de sécurité		1
3.11.7	Boulons	ST4.2×16	4
3.11.8	Interrupteur d'alimentation		1
3.11.9	Interrupteur d'arrêt d'urgence		1
3.12	Boulons	M5X10	4
3.13	Boulons	M4×25	4
3.14	Boulons	M3×10	2
3.15	Boulons	M3×5	2
3.16	Boulons	ST4×20	4
3.17	Boulons	ST4.2×16	4
4.1	Soudage de la base de l’escalier		1
4.2	Base de l’escalier	189.6×323.6×96.9	1
4.3	Bande d'avertissement	499.8×9.8×12.3	1
4.4	Boulons	M6×12	12
4.5	Boulons	ST4.8×11	4
4.6	Rondelle plate	Φ6.5×Φ12×1.2	4
5.1	Soudage de l’assemblage du guidon gauche		1
5.2	Mousse d'accoudoir	Φ30×36×970	1
6.1	Soudage de l’assemblage du guidon droit		1
6.2	Mousse d'accoudoir	Φ30×36×970	1
7	Soudage de l'assemblage de la console		1
8	Console		1
8.1	Support de console		1
8.2	Boîtier avant de la console	510X344X59	1

LISTE DES PIÈCES

ITEM #	DESCRIPTION	SPÉCIFICATION	QTÉ
8.3	Boîtier arrière de la console	510X344X49	1
8.4	Couvercle arrière de la console	377X254X36	1
8.5	Porte-gobelet	237X236X111	1
8.6	Couvercle de décoration de la console	416X334X54	1
8.7	Conduit gauche	62X54X35	1
8.8	Conduit droit	62X52X37	1
8.9	Sortie d'air	70X27X17	1
8.10	Couvercle décoratif du porte-gobelet	199X50X45	1
8.11	Tapis antidérapant	288X27X27	1
8.12	Fenêtre LCD	186X197X17,8	1
8.13	Lumière du bouton	φ36X10	1
8.14	Ventilateur		1
8.15	Carte de contrôle supérieure		1
8.16	Petit tableau de commande		1
8.17	Boulons	ST4.8X10	32
8.18	Boulons	ST4X50	2
8.19	Boulons	ST3.5X8	31
8.20	Rondelles plates	Φ4	2
8.21	Ecrous	M8	4
9	Protection de l'accoudoir gauche	196.3×156.1×45.1	2
10	Protection de l'accoudoir droit	196.3×156.1×43.6	2
11	Renfort de guidon	140×43.2×4	1
12	Anneau décoratif	Φ43×20	2
13	Boulons	M8X65	1
14	Boulons	M8X55	3
15	Boulons	M8×20	3
16	Boulons	M8X40	2
17	Boulons	M8X20	8
18	Boulons	M8X30	1
19	Boulons	M8X20	4
20	Boulons	M4×30	4
21	Boulons	ST4.2×16	2
22	Rondelles plates	Φ8.5×Φ16×1.5	7
23	Φ8 rondelles courbes	Φ8.5×Φ16×1.5×R23.5	6
24	Anneau décoratif	Φ108×8.5	1

GARANTIE

Exerciseur escaladeur CSC900 GARANTIE LIMITÉE

Dyaco Canada Inc. garantit toutes ses pièces de l'exerciseur escaladeur à usage domestique pour la période de temps indiquée ci-dessous à partir de la date de vente au détail, tel que déterminé par le reçu de vente, ou en l'absence d'un reçu de vente, dix-huit (18) mois à partir de la date d'expédition originale de l'usine. Les responsabilités de Dyaco Canada comprennent la fourniture de pièces neuves ou remises à neuf, au choix de Dyaco Canada, et le soutien technique à nos détaillants indépendants et à nos organismes de service. En l'absence d'un détaillant ou d'un organisme de service, ces garanties seront administrées par Dyaco Canada directement au consommateur. La période de garantie s'applique aux composants suivants :

Garantie limitée

Garantie	Cadre*	Frein	Pièces	Main d'œuvre	Pièces d'usure**
Commercial (installations ne payant pas de cotisations)	10 ans	5 ans	3 ans	3 ans	6 mois

*Le cadre est défini comme la base métallique soudée de l'appareil et ne comprend pas les pièces amovibles, les éléments d'usure ou les revêtements.

**Les éléments d'usure comprennent : les couvercles en plastique, les revêtements, les poignées, la quincaillerie, les goupilles/boutons, les décalcomanies/autocollants, la prise casque, le port USB, la peinture/les revêtements/les finitions, les courroies et les pédales.

RESPONSABILITÉS DE L'ÉTABLISSEMENT

L'établissement est responsable des éléments énumérés ci-dessous :

1. L'enregistrement de la garantie doit être effectué en ligne pour valider la garantie limitée du fabricant.
2. Utilisation correcte de l'appareil de fitness conformément aux instructions fournies dans le présent manuel.
3. Installation correcte conformément aux instructions fournies avec l'appareil de fitness et à tous les codes électriques locaux.
4. Raccordement correct à une alimentation électrique mise à la terre et de tension suffisante, remplacement des fusibles grillés, réparation des connexions desserrées ou des défauts dans le câblage de la maison ou de l'installation.
5. Les frais engagés pour rendre l'appareil de fitness accessible à des fins d'entretien, y compris tout élément qui ne faisait pas partie de l'appareil de fitness au moment de son expédition de l'usine.
6. Les dommages causés à la finition de l'appareil de fitness pendant le transport, l'installation ou après l'installation.
7. L'entretien courant de l'appareil tel que spécifié dans ce manuel.

GARANTIE - SUITE

Qu'est-ce qui n'est pas couvert ?

EXCLUSIONS

La présente garantie ne couvre pas les éléments suivants

1. LES DOMMAGES CONSÉCUTIFS, COLLATÉRAUX OU ACCESSOIRES TELS QUE LES DOMMAGES MATÉRIELS ET LES FRAIS ACCESSOIRES RÉSULTANT D'UNE VIOLATION DE LA PRÉSENTE GARANTIE ÉCRITE OU DE TOUTE GARANTIE IMPLICITE.
   Remarque : Certains endroits n'autorisent pas l'exclusion ou la limitation des dommages accessoires ou indirects, de sorte que cette limitation ou exclusion peut ne pas s'appliquer à vous.
2. Remboursement des appels de service au consommateur. Remboursement au détaillant des appels de service qui n'impliquent pas de dysfonctionnement ou de défaut de fabrication ou de matériau, pour les appareils qui dépassent la période de garantie, pour les appareils qui dépassent la période de remboursement des appels de service, pour les appareils qui ne nécessitent pas le remplacement de composants, ou pour les appareils qui ne sont pas utilisés dans le cadre d'un usage domestique ordinaire ou d'un usage commercial léger.
3. Les dommages causés par des services effectués par des personnes autres que les sociétés de service autorisées par Dyaco Canada ; l'utilisation de pièces autres que les pièces d'origine Spirit Fitness ; ou des causes externes telles que la corrosion, la décoloration de la peinture ou du plastique, les altérations, les modifications, l'abus, la mauvaise utilisation, l'accident, l'entretien inadéquat, l'alimentation électrique inadéquate, ou les catastrophes naturelles.
4. Les produits dont les numéros de série d'origine ont été retirés ou modifiés.
5. Les produits qui ont été vendus, transférés, troqués ou donnés à un tiers.
6. Dyaco Canada se réserve le droit de demander une preuve d'achat si aucun dossier de garantie n'existe pour le produit.
7. CETTE GARANTIE REMPLACE EXPRESSÉMENT TOUTE AUTRE GARANTIE EXPRESSE OU IMPLICITE, Y COMPRIS LES GARANTIES DE QUALITÉ MARCHANDE ET/OU D'ADÉQUATION À UN USAGE PARTICULIER.
8. Les garanties à l'étranger peuvent varier. Veuillez contacter votre détaillant local pour plus de détails.

Les caractéristiques ou spécifications des produits décrits ou illustrés peuvent être modifiées sans préavis. Toutes les garanties sont données par Dyaco Canada, Inc. Cette garantie s'applique uniquement au Canada.

GARANTIE - SUITE

Responsabilités du propriétaire

SERVICE

Conservez votre facture d'achat. Douze (12) mois à compter de la date de l'acte de vente ou dix-huit (18) mois à compter de la date d'expédition à l'usine, telle que déterminée par le numéro de série, constituent la période de garantie de la main d'œuvre en cas de besoin d'entretien. En cas d'intervention, il est dans votre intérêt d'obtenir et de conserver tous les reçus. Cette garantie écrite vous confère des droits légaux spécifiques. Vous pouvez également bénéficier d'autres droits qui varient d'un endroit à l'autre. L'entretien au titre de cette garantie doit être effectué en suivant les étapes suivantes, dans l'ordre :

1. Contactez votre détaillant agréé Spirit Fitness. OU
2. Contacter le service après-vente agréé Spirit Fitness de votre région.
3. Si vous ne savez pas où vous adresser, contactez notre service d'assistance bilingue au numéro gratuit 1(888)707-1880.
4. L'obligation de Dyaco Canada en vertu de cette garantie se limite à la réparation ou au remplacement, à la discrétion de Dyaco Canada, du produit par l'intermédiaire de l'un de nos centres de service autorisés. Toutes les réparations doivent être préautorisées par Dyaco Canada. Si le produit est expédié à un centre de service, les frais de transport à destination et en provenance du centre de service seront à la charge du client. Pour les pièces de rechange expédiées pendant que le produit est sous garantie, le client sera responsable des frais d'expédition et de manutention.
5. Le propriétaire est responsable de l'emballage adéquat lors du retour à Dyaco Canada. Dyaco Canada n'est pas responsable des dommages causés par le transport. Faire toutes les réclamations pour les dommages causés par le transport auprès du transporteur approprié. NE PAS ENVOYER D'UNITÉ À NOTRE USINE SANS UN NUMÉRO D'AUTORISATION DE RETOUR. Toute unité arrivant sans numéro d'autorisation de retour sera refusée.

Pour toute information complémentaire ou pour contacter notre service après-vente par courrier, envoyez

votre correspondance à : Dyaco Canada Inc.

5955, rue Don Murie

Niagara Falls, ON L2G 0A9

Les caractéristiques ou spécifications des produits décrits ou illustrés peuvent être modifiées sans préavis. Toutes les garanties sont données par Dyaco Canada, Inc. Cette garantie s'applique uniquement au Canada.

5955 Don Murie Street, Niagara Falls, ON L2G 0A9 | Téléphone : 1-888-707-1880 | Fax : 905-353-8968

©2025 Tous droits réservés. CSC900 Manuel du propriétaire