

NordicTrack®

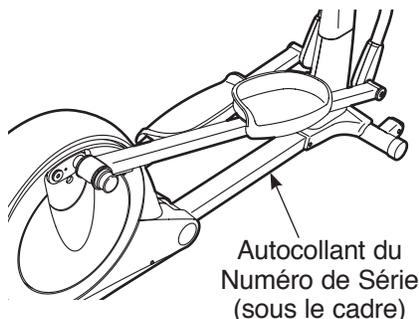
E5_{vi}

www.nordictrack.com

N°. du Modèle NTEL05609.2

N°. de Série _____

Écrivez le numéro de série sur la ligne ci-dessus pour référence.



MANUEL DE L'UTILISATEUR

QUESTIONS ?

Si vous avez des questions ou si des pièces sont endommagées ou manquantes, **VEUILLEZ NOUS CONTACTER AU SERVICE À LA CLIENTÈLE DIRECTEMENT.**

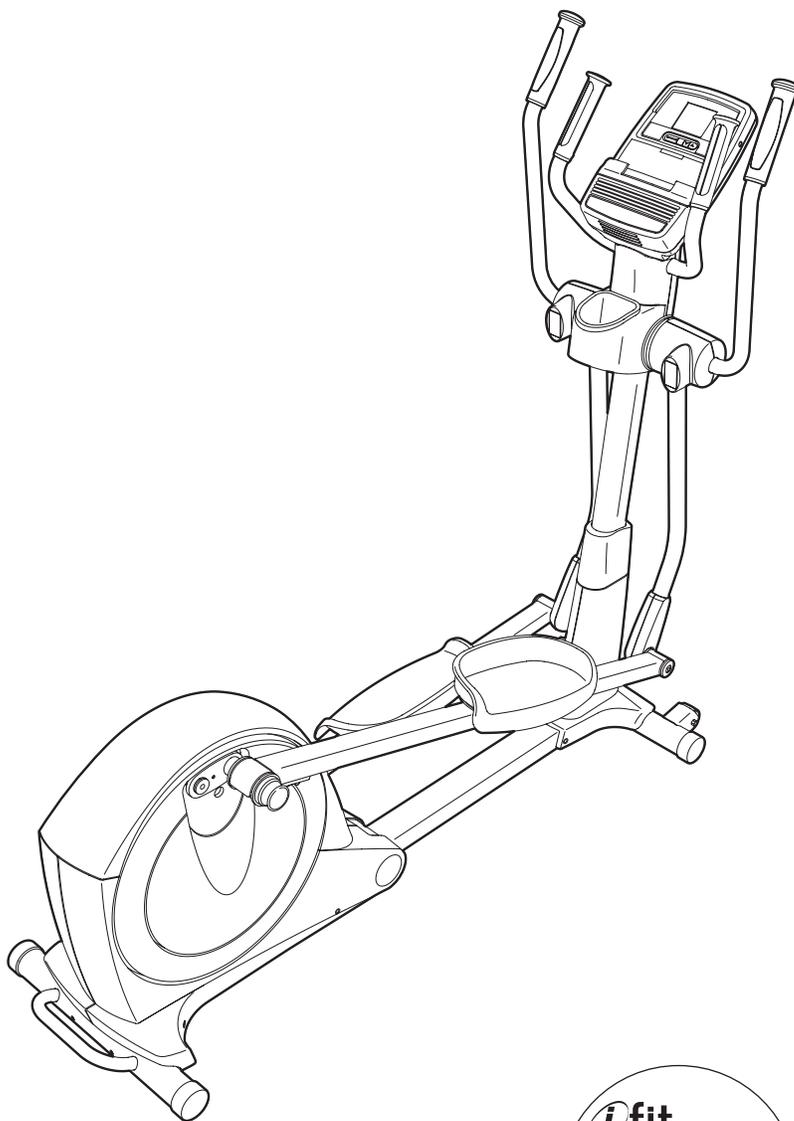
APPUYEZ SANS FRAIS :

1-888-936-4266

du lundi au vendredi de 7h30 à 16h30, heure de l'est (exceptés les jours fériés)

OU PAR COURRIEL :

customerservice@iconcanada.ca



⚠ ATTENTION

Lisez toutes les précautions et les instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser cet appareil. Gardez ce manuel pour vous y référer ultérieurement.



TABLE DES MATIÈRES

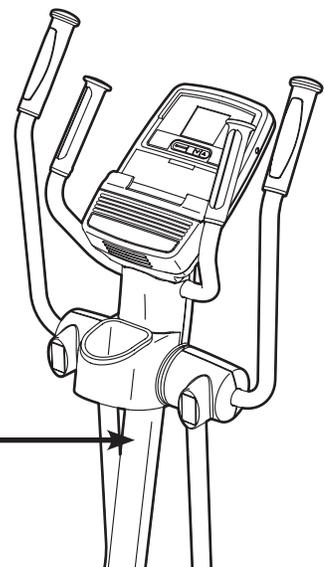
EMPLACEMENT DE L'AUTOCOLLANT D'AVERTISSEMENT	2
PRÉCAUTIONS IMPORTANTES	3
AVANT DE COMMENCER	4
ASSEMBLAGE	5
COMMENT UTILISER L'ELLIPTIQUE	13
ENTRETIEN ET PROBLÈMES	21
CONSEILS POUR L'EXERCICE	23
LISTE DES PIÈCES	24
SCHÉMA DÉTAILLÉ	26
POUR COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE	Dernière Page
GARANTIE LIMITÉE	Dernière Page

EMPLACEMENT DE L'AUTOCOLLANT D'AVERTISSEMENT

L'autocollant d'avertissement illustré ci-contre est inclus avec cet appareil. Collez l'autocollant d'avertissement sur l'avertissement en anglais à l'endroit indiqué. Ce schéma indique l'emplacement de l'autocollant d'avertissement. **Si l'autocollant est manquant ou illisible, référez-vous à la page de couverture de ce manuel pour commander un nouvel autocollant gratuit. Placez le nouvel autocollant à l'endroit indiqué.** Remarque : l'autocollant n'est peut-être pas illustré à l'échelle.

WARNING

- Misuse of this machine may result in serious injury.
- Read user's manual prior to use and follow all warnings and instructions.
- Do not allow children on or around machine.
- Pedals continue to spin when you stop pedaling.
- Spinning pedals can cause injury.
- Reduce pedal speed in a controlled manner.
- User weight must not exceed 300 pounds.
- Replace label if damaged, illegible, or removed.



PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

⚠ AVERTISSEMENT : pour réduire les risques de blessures graves, lisez toutes les précautions importantes et les instructions contenues dans ce manuel, ainsi que les avertissements se trouvant sur l'appareil, avant d'utiliser votre elliptique. ICON ne peut être tenu responsable de toute blessure ou tout dégât matériel résultant directement ou indirectement de l'utilisation de cet appareil.

1. Consultez votre médecin avant d'entreprendre un programme d'exercice. Ceci s'adresse tout particulièrement aux personnes de plus de 35 ans et aux personnes ayant des problèmes de santé.
2. N'utilisez l'elliptique que de la manière décrite dans ce manuel.
3. Il est de la responsabilité du propriétaire d'assurer que tous les utilisateurs de l'elliptique sont correctement informés de toutes les précautions.
4. L'elliptique est conçu pour l'utilisation à domicile seulement. N'utilisez pas l'elliptique à des fins commerciales, locatives ou institutionnelles.
5. Utilisez et gardez l'elliptique à l'intérieur, à l'abri de l'humidité et de la poussière. N'installez pas l'elliptique dans un garage, ni sur une terrasse couverte ou près de l'eau.
6. Installez l'elliptique sur une surface à niveau, avec au moins 0,9 m (3 pi) d'espace à l'avant et l'arrière de l'appareil, et 0,6 m (2 pi) de chaque côté. Pour protéger le revêtement de sol, placez un petit tapis sous l'elliptique.
7. Inspectez régulièrement et serrez correctement toutes les pièces. Remplacez immédiatement toutes les pièces usées.
8. Gardez les enfants de moins de 12 ans et les animaux domestiques à l'écart de l'elliptique en tout temps.
9. L'elliptique ne doit pas être utilisé par les personnes dont le poids dépasse 136 kg (300 livres).
10. Portez des vêtements appropriés lors de l'exercice; ne portez pas de vêtements amples qui pourraient se coincer dans l'elliptique. Pour la protection de vos pieds, portez toujours des chaussures de sport lors de vos exercices.
11. Tenez les guidons ou les bras pour la partie supérieure du corps (PSC) lorsque vous montez sur l'elliptique, et pour en descendre ou l'utiliser.
12. Le détecteur de pouls n'est pas un instrument médical. Divers facteurs peuvent avoir une incidence sur la précision des lectures de votre fréquence cardiaque. Le détecteur de pouls n'est qu'un matériel d'exercice vous permettant de déterminer les tendances générales de votre fréquence cardiaque.
13. L'elliptique ne comporte pas de roue libre; les pédales continueront à s'articuler jusqu'à l'immobilisation du volant. Diminuez graduellement votre cadence de pédalage.
14. Gardez toujours le dos droit lors de l'utilisation de l'elliptique; n'arquez pas le dos.
15. Un excès d'exercice physique peut entraîner des blessures graves et la mort. Si vous avez des étourdissements ou si vous ressentez de la douleur quand vous faites des exercices, arrêtez-vous immédiatement et reposez-vous.

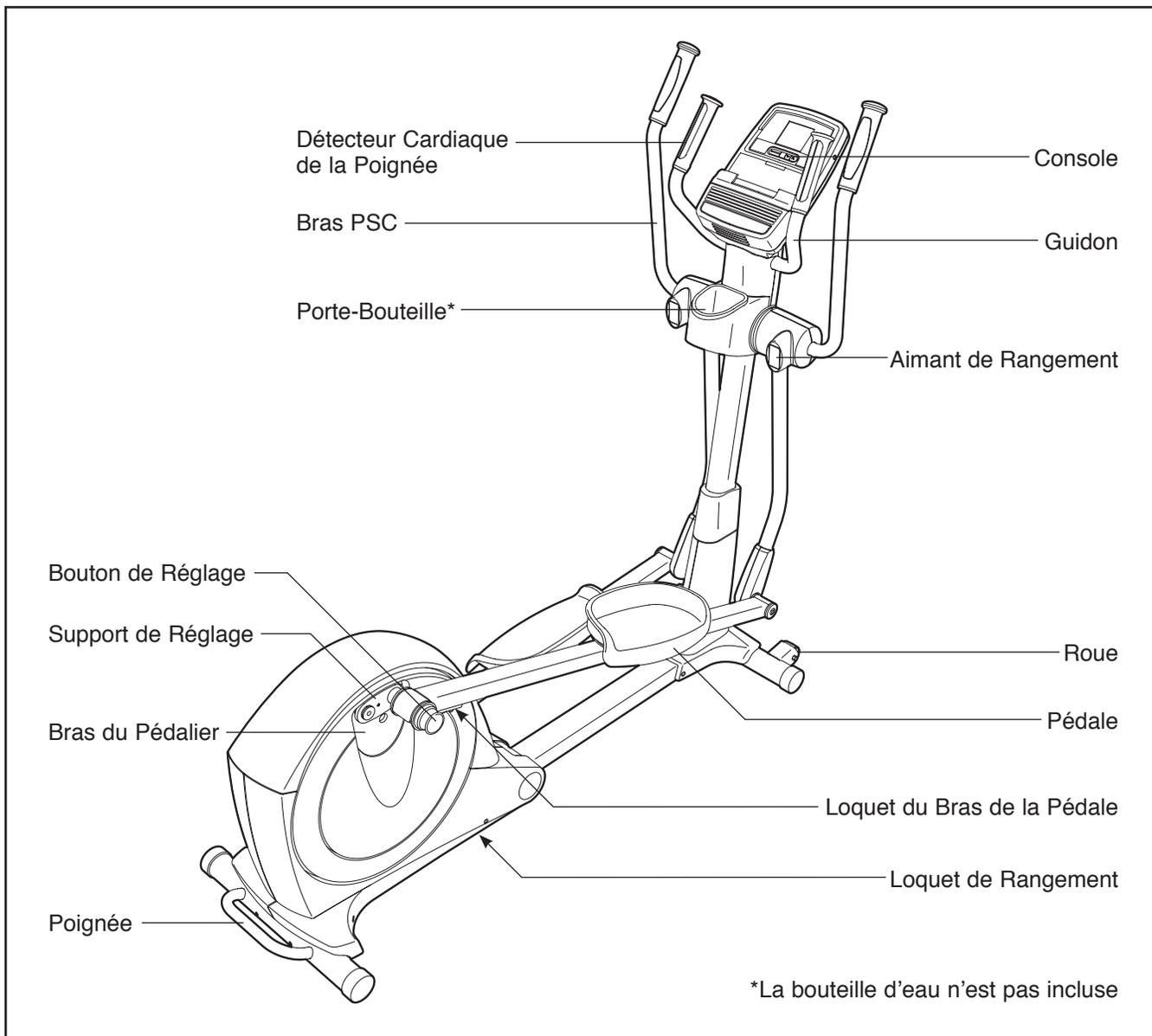
AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir choisi l'elliptique NordicTrack® E5 VI révolutionnaire. L'elliptique E5 VI est équipé d'un choix impressionnant de fonctionnalités conçues pour rendre vos entraînements chez vous plus efficaces et plus agréables.

Nous vous conseillons de lire attentivement ce manuel avant d'utiliser l'elliptique. Si vous avez des questions après avoir lu ce manuel, veuillez vous référer à la page de couverture de ce manuel pour

nous contacter. Pour nous permettre de mieux vous assister, notez le numéro du modèle et le numéro de série de l'appareil avant de nous appeler. Le numéro du modèle et l'emplacement de l'autocollant du numéro de série sont indiqués sur la page de couverture de ce manuel.

Familiarisez-vous avec les pièces sur le schéma ci-dessous avant de continuer la lecture de ce manuel.

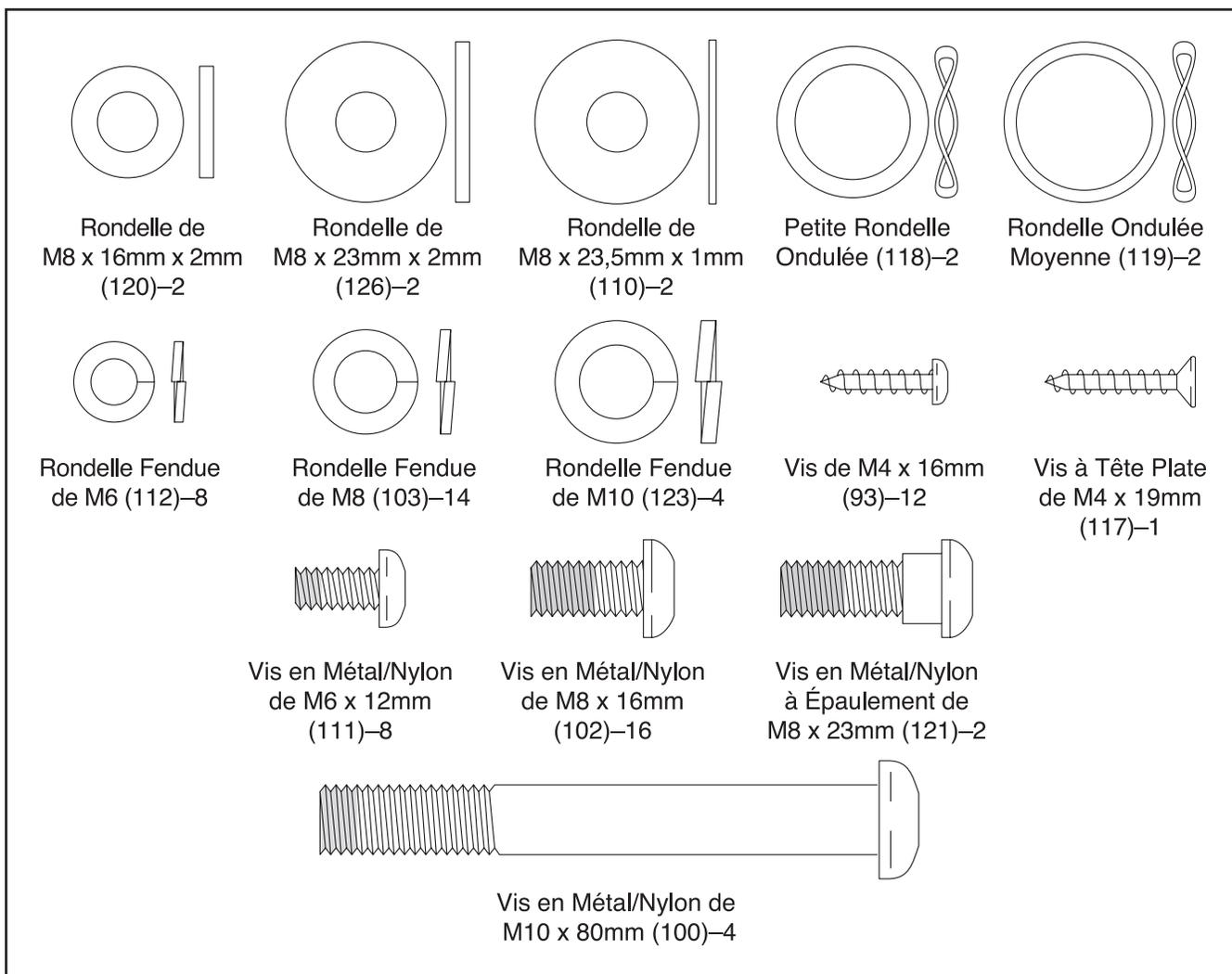


ASSEMBLAGE

L'assemblage requiert deux personnes. Placez toutes les pièces de l'elliptique sur une surface dégagée et retirez tous les emballages. Ne jetez pas les emballages avant la fin de l'assemblage.

En plus des outils inclus, l'assemblage requiert un tournevis cruciforme  , et un maillet en caoutchouc  .

Consultez les dessins ci-dessous pour identifier les petites pièces nécessaires à l'assemblage. Le nombre entre parenthèses au-dessous de chaque dessin correspond au numéro clé de la pièce indiqué dans la LISTE DES PIÈCES vers la fin de ce manuel. Le numéro après les parenthèses est la quantité nécessaire pour le montage. **Remarque : Si une pièce n'est pas dans le sac de quincaillerie, vérifiez qu'elle peut être déjà fixée. Pour éviter d'abîmer des pièces, n'utilisez aucun outil à commande mécanique pour l'assemblage.**

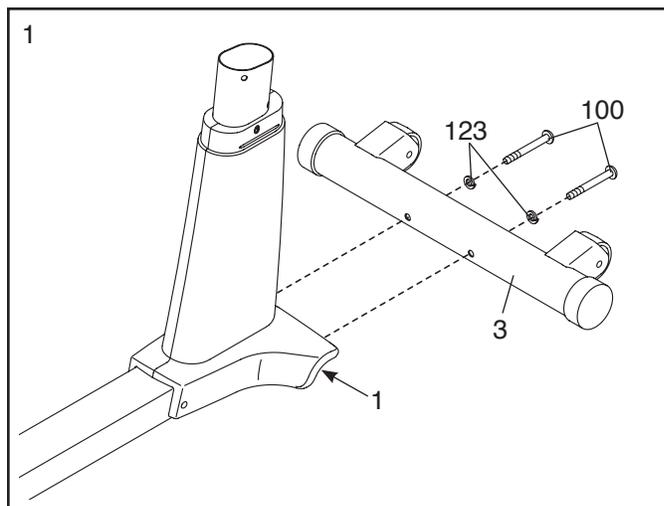


1.

Pour faciliter l'assemblage, lisez les informations à la page 5 avant de commencer.

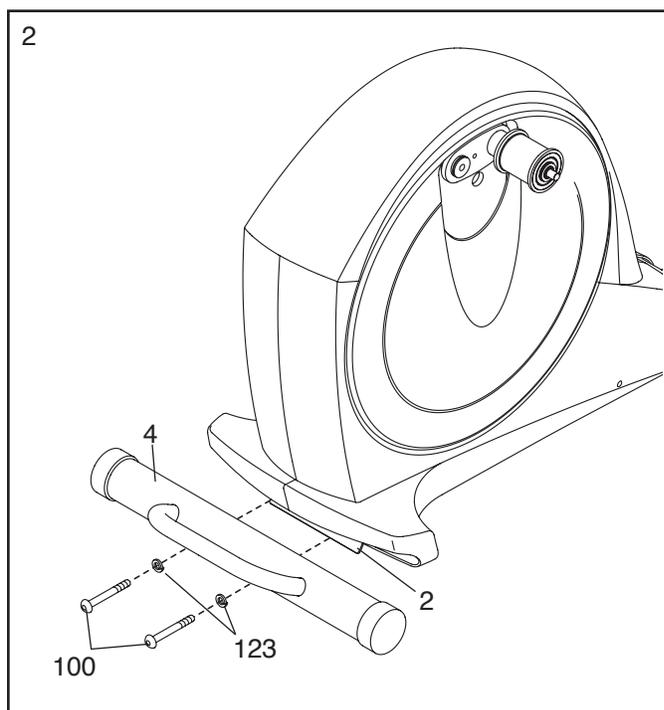
Localisez le Stabilisateur Avant (3) et orientez-le comme indiqué.

Pendant qu'une autre personne soulève le Cadre (1), fixez le Stabilisateur Avant (3) au Cadre à l'aide de deux Vis en Métal/Nylon de M10 x 80mm (100) et de deux Rondelles Fendues de M10 (123).



2. Localisez le Stabilisateur Arrière (4) et orientez-le comme indiqué.

Pendant qu'une autre personne soulève le Cadre Repliable (2), fixez le Stabilisateur Arrière (4) au Cadre Repliable à l'aide de deux Vis en Métal/Nylon de M10 x 80mm (100) et de deux Rondelles Fendues de M10 (123).



3. Localisez et orientez le Montant (5) ainsi que le Couvercle Supérieur (23) comme illustré. Faites glisser le Couvercle Supérieur vers le haut par-dessus le Montant.

Demandez à une autre personne de tenir le Montant (5) ainsi que le Couvercle Supérieur (23) près du Cadre (1).

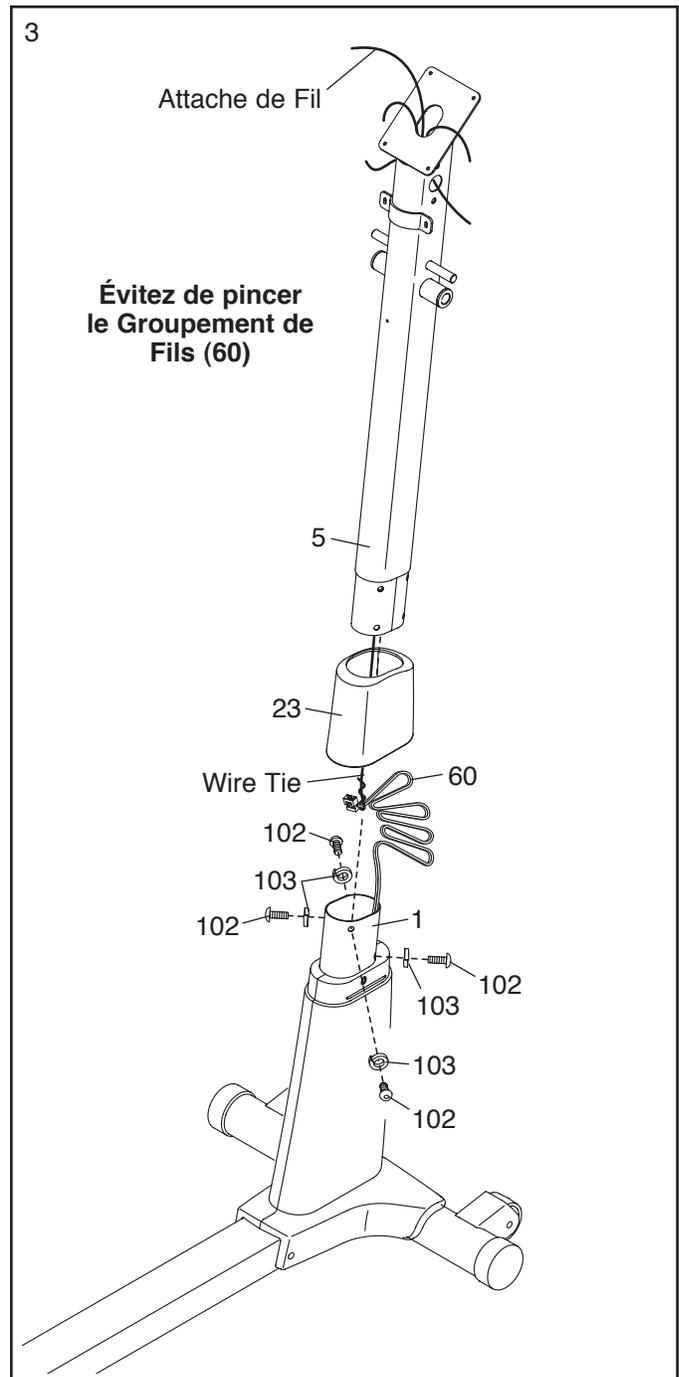
Localisez l'attache de fil dans le Montant (5). Attachez l'extrémité inférieure de l'attache de fil au Groupement de Fils (60). Puis, tirez l'extrémité supérieure de l'attache de fil vers le haut hors du sommet du Montant.

Conseil : pour éviter que le Groupement de Fils (60) ne tombe à l'intérieur du Montant (5), attachez le Groupement de Fils avec un élastique ou un ruban adhésif.

Conseil : évitez de pincer le Groupement de Fils (60) durant cette étape. Insérez le Montant (5) à l'intérieur du Cadre (1).

Fixez le Montant (5) à l'aide de quatre Vis en Métal/Nylon de M8 x 16mm (102) et de quatre Rondelles Fendues de M8 (103). **Ne serrez pas encore les Vis en Métal/Nylon.**

Faites glisser le Couvercle Supérieur (23) vers le bas. **N'enfoncez pas encore le Couvercle Supérieur dans le Cadre (1).**



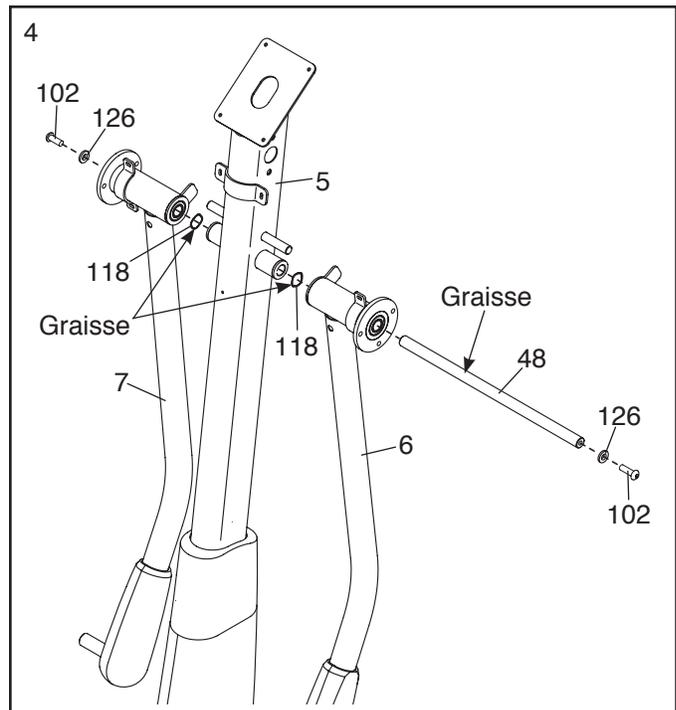
4. Appliquez une bonne quantité de la graisse fournie sur l'axe du Montant (48) ainsi que sur deux Petites Rondelles Ondulées (118).

Insérez l'axe du Montant (48) dans le Montant (5) puis centrez-le. Faites glisser une Petite Rondelle Ondulée (118) sur chaque extrémité de l'axe du Montant.

Localisez les Jambes PSC Droite et Gauche (6, 7), portant des autocollants marqués « Right » et « Left », puis orientez-les comme indiqué (L ou Left indique gauche ; R ou Right indique droite).

Faites glisser les Jambes PSC Droite et Gauche (6, 7) sur l'axe du Montant (48).

Serrez en même temps deux Vis en Métal/Nylon de M8 x 16mm (102) avec deux Rondelles de M8 x 23mm x 2mm (126) à l'intérieur des extrémités de l'axe du Montant (48).
Serrez fermement les Vis en Métal/Nylon.



5. **Reportez-vous au dessin du haut.** Appliquez un peu de la graisse fournie sur l'essieu de la Jambe PSC Droite (6) ainsi que sur une Rondelle Ondulée Moyenne (119).

Faites glisser une Bague d'Espacement de la Jambe (55) ainsi que la Rondelle Ondulée Moyenne (119) sur la Jambe PSC Droite (6) ; **veillez à ce que le côté plat de la Bague d'Espacement soit tourné vers l'extérieur.**

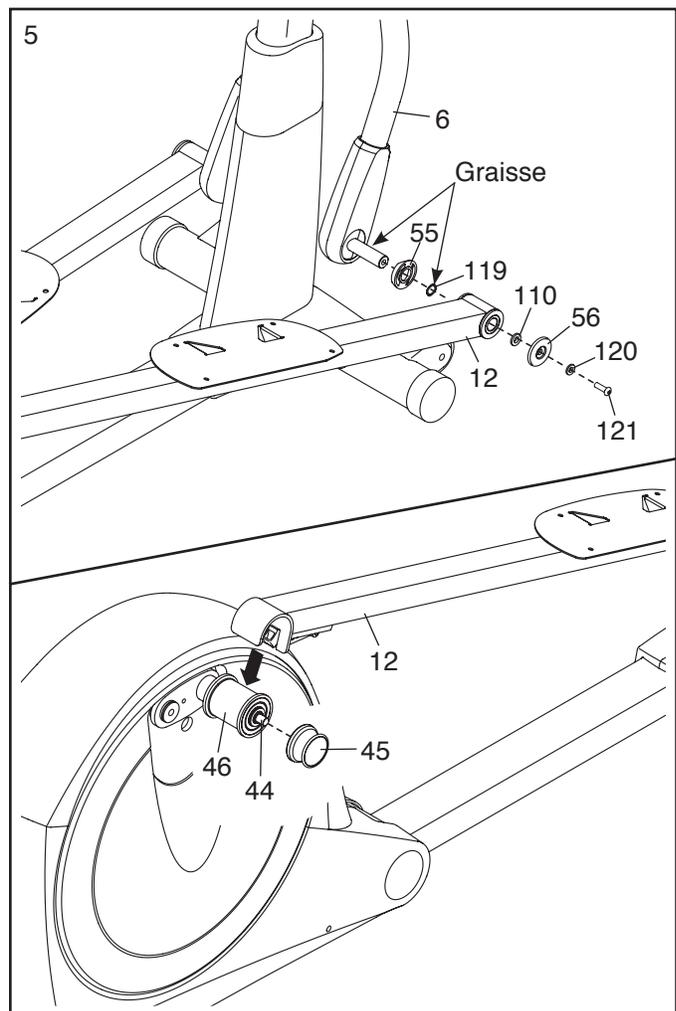
Localisez le Bras de la Pédale Droite (12), portant un autocollant marqué « Right » et orientez-le comme indiqué (L ou Left indique gauche ; R ou Right indique droite). Faites glisser le Bras de la Pédale Droite par-dessus la Jambe PSC Droite (6).

Fixez le Bras de la Pédale Droite (12) à l'aide d'une Vis en Métal/Nylon à Épaulement de M8 x 23mm (121), d'une Rondelle de M8 x 16mm x 2mm (120), d'un Couvercle de l'Essieu (56), et d'une Rondelle de M8 x 23,5mm x 1mm (110).

Reportez-vous au dessin du bas. Enfoncez le Bras de la Pédale Droite (12) dans le Manchon de Réglage (46). **Veillez à ce que le Bras de la Pédale Droite se verrouille en place.**

Serrez un Bouton de Réglage (45) sur la Goupille de Réglage droite (44).

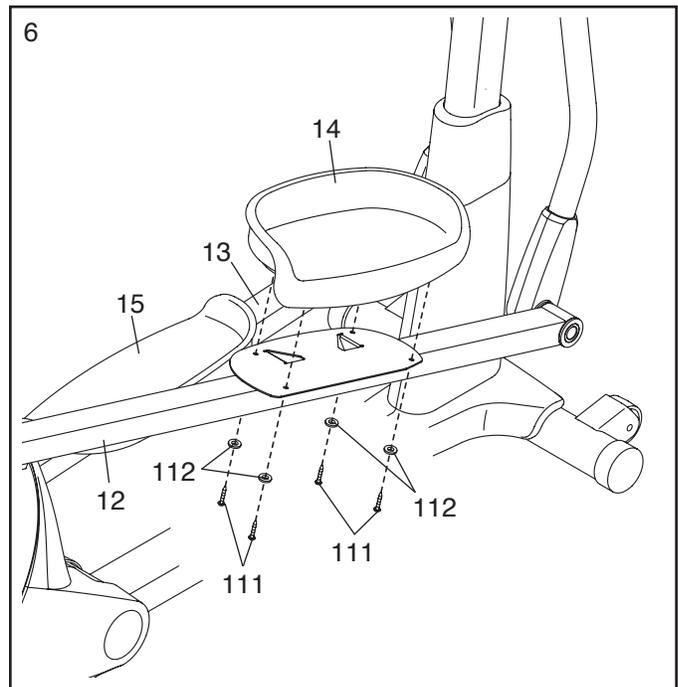
Répétez cette étape de l'autre côté de l'elliptique.



6. Localisez la Pédale Droite (14), portant un autocollant marqué « Right » et orientez-la comme indiqué (L ou Left indique gauche ; R ou Right indique droite).

Fixez la Pédale Droite (14) au Bras de la Pédale Droite (12) à l'aide de quatre Vis en Métal/Nylon de M6 x 12mm (111) et de quatre Rondelles Fendues de M6 (112).

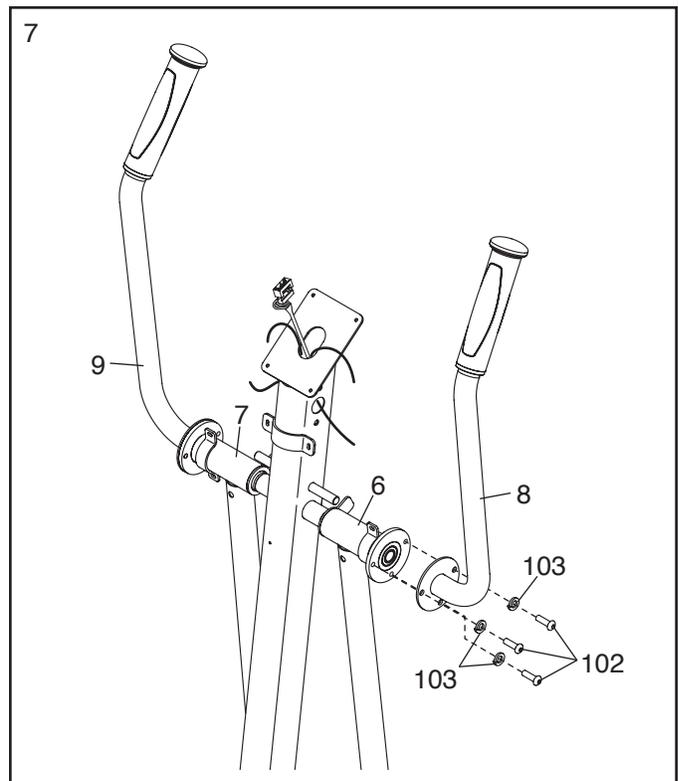
Fixez la Pédale Gauche (15) au Bras de la Pédale Gauche (13), de la même manière.



7. Localisez le Bras PSC Droit (8), portant un autocollant marqué « Right » et orientez-le comme indiqué (L ou Left indique gauche ; R ou Right indique droite).

Fixez le Bras PSC Droit (8) à la Jambe PSC Droite (6) à l'aide de trois Vis en Métal/Nylon de M8 x 16mm (102) et de trois Rondelles Fendues de M8 (103).

Fixez le Bras PSC Gauche (9) à la Jambe PSC Gauche (7), de la même manière.



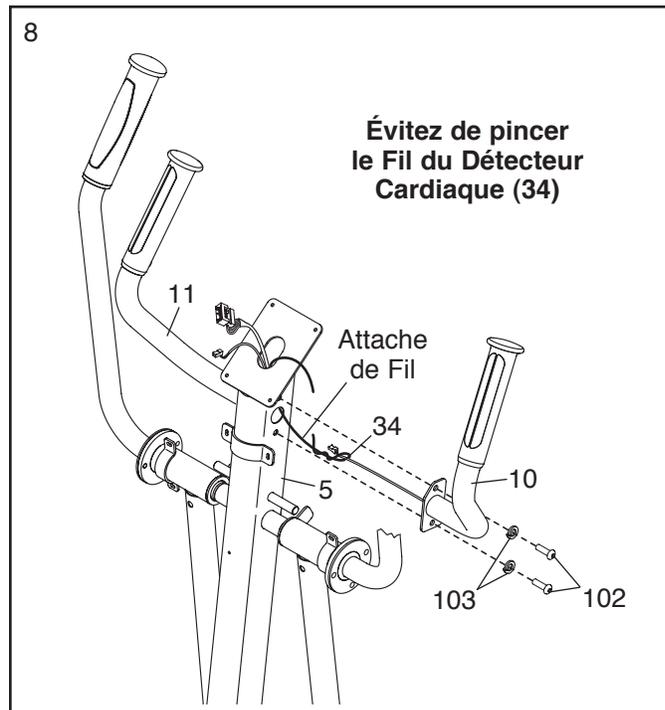
8. Localisez le Guidon Droit (10), portant un autocollant marqué « Right » et orientez-le comme indiqué (L ou Left indique gauche ; R ou Right indique droite).

Demandez à une autre personne de tenir le Guidon Droit (10) près du côté droit du Montant (5).

Localisez l'attache de fil indiqué dans le Montant (5). Attachez l'extrémité inférieure de l'attache de fil au Fil du Détecteur Cardiaque (34) à l'intérieur du Guidon Droit (10). Puis, tirez l'extrémité supérieure de l'attache de fil vers le haut jusqu'à ce qu'elle sorte du sommet du Montant. Ensuite, détachez et jetez l'attache de fil.

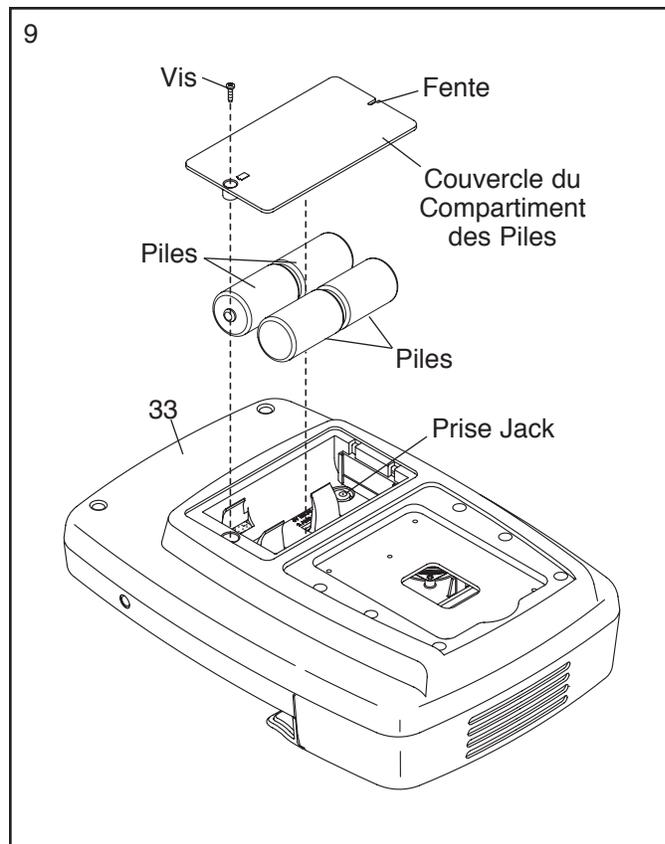
Conseil : évitez de pincer le Fil du Détecteur Cardiaque (34). Fixez le Guidon Droit (10) au Montant (5) à l'aide de deux Vis en Métal/Nylon de M8 x 16mm (102), et de deux Rondelles Fendues de M8 (103).

Fixez le Guidon Gauche (11), de la même manière.



9. La Console (33) peut fonctionner avec quatre piles « D » (non incluses) ; des piles alcalines sont conseillées. **IMPORTANT : Si la Console a été exposée à des températures froides, laissez-la revenir à la température ambiante avant d'insérer les piles. Autrement, les écrans de la console ou d'autres composants électroniques risquent de s'endommager.** Retirez les vis et les couvercles des piles, puis installez les piles dans les compartiments des piles. **Assurez-vous que les piles sont orientées comme indiqué sur le schéma placé à l'intérieur du compartiment des piles.** Réinstallez par la suite le couvercle des piles.

Pour acheter un bloc d'alimentation optionnel, composez le numéro de téléphone indiqué sur la couverture avant du manuel. Pour éviter d'endommager la console, n'utilisez qu'un bloc d'alimentation provenant du fabricant. Enlevez le couvercle du compartiment des piles, enlevez les piles, et branchez l'une des extrémités de l'adaptateur CA dans la prise jack située à l'intérieur du compartiment des piles de la console ; branchez l'autre extrémité dans une prise installée conformément aux codes et règlements locaux. Passez le fil de l'adaptateur CA à travers la fente du couvercle du compartiment des piles, puis remettez le couvercle du compartiment des piles.

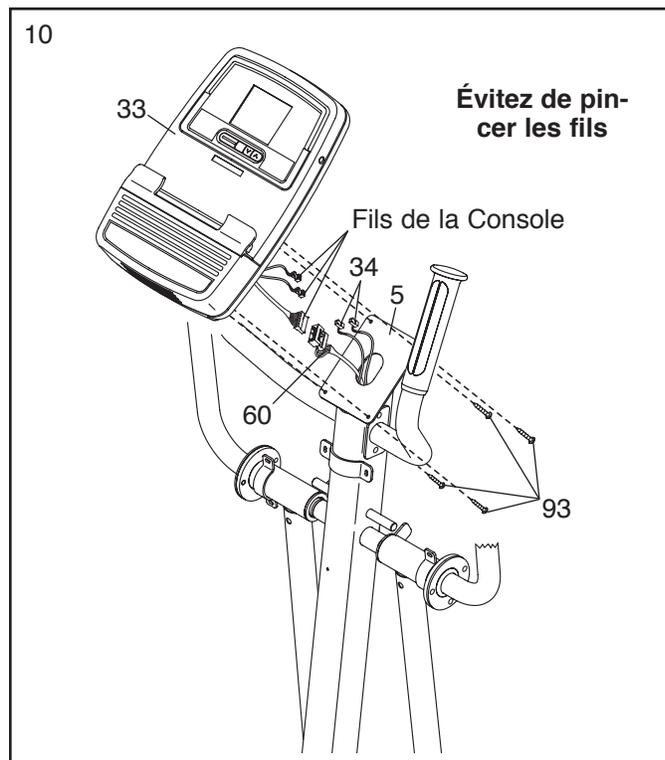


10. Retirez l'attache-fil du Groupement de Fils (60) et jetez l'attache-fil.

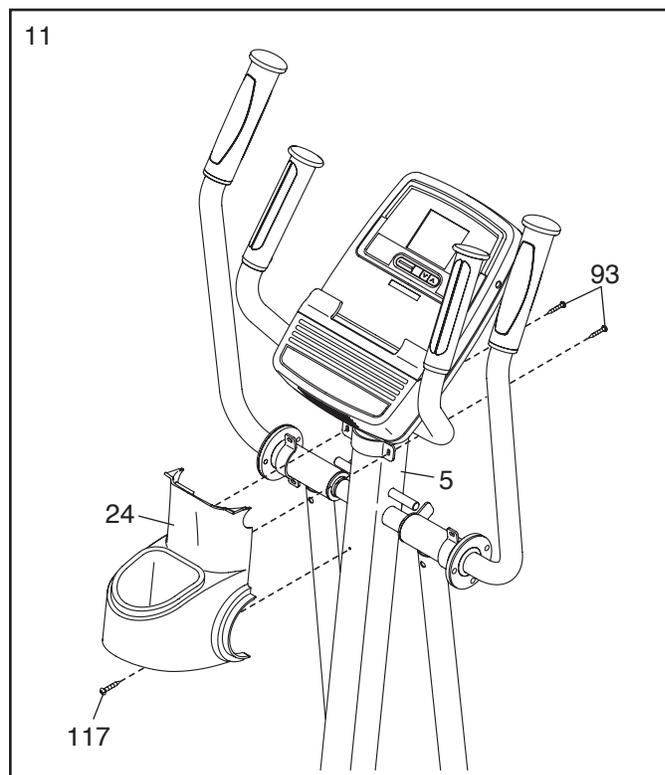
Pendant qu'une autre personne tient la Console (33) près du Montant (5), branchez les fils de la console au Groupement de Fils (60) et aux Fils du Détecteur Cardiaque (34).

Insérez l'excédent de fils à l'intérieur de la Console (33).

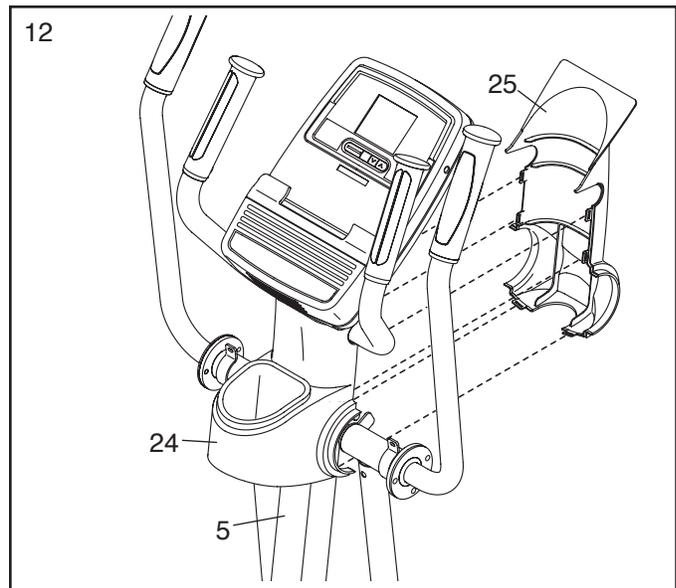
Conseil : évitez de pincer les fils. Fixez la Console (33) au Montant (5) à l'aide de quatre Vis de M4 x 16mm (93).



11. Fixez le Couvercle Arrière du Montant (24) au Montant (5) à l'aide de deux Vis de M4 x 16mm (93) et d'une Vis à Tête Plate de M4 x 19mm (117).



12. Fixez le Couvercle Avant du Montant (25) autour du Montant (5) en enfonçant les languettes situées sur le Couvercle Avant du Montant à l'intérieur du Couvercle Arrière du Montant (24).



13. Localisez les Couvercles Arrière et Avant de la Jambe Droite (29, 30) portant des autocollants avec l'inscription « Right » (L ou Left indique gauche ; R ou Right indique droite).

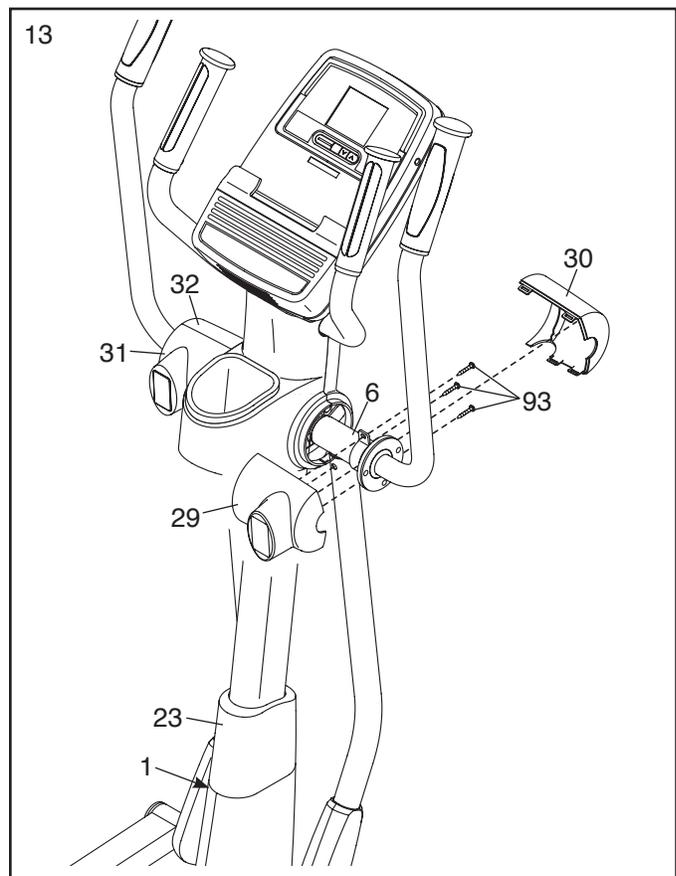
Fixez le Couvercle Arrière de la Jambe Droite (29) à la Jambe PSC Droite (6) à l'aide de trois Vis de M4 x 16mm (93).

Fixez le Couvercle Avant de la Jambe Droite (30) autour de la Jambe PSC Droite (6) en enfonçant les languettes du Couvercle Avant de la Jambe Droite à l'intérieur du Couvercle Arrière de la Jambe Droite (29).

Fixez les Couvercles Arrière et Avant de la Jambe Gauche (31, 32), de la même manière.

Reportez-vous à l'étape 3. Serrez les quatre Vis en Métal/Nylon de M8 x 16mm (102).

Puis, faites glisser vers le bas le Couvercle Supérieur (23) et enfoncez-le dans le Cadre (1).

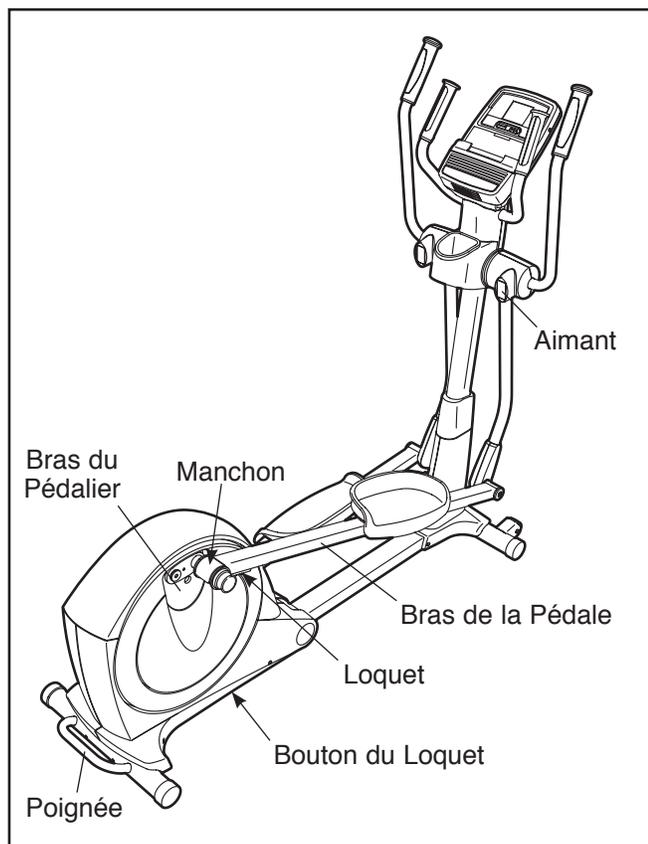


14. **Assurez-vous que toutes les pièces de l'elliptique sont correctement serrées.** Remarque : il risque de rester quelques visseries à la fin de l'assemblage. Afin d'éviter d'endommager le plancher ou la moquette, installez une natte en dessous de l'elliptique.

COMMENT UTILISER L'ELLIPTIQUE

COMMENT PLIER ET DÉPLIER L'ELLIPTIQUE

Lorsque l'elliptique n'est pas utilisé, le cadre peut être plié pour libérer le passage. Soulevez d'abord le loquet situé en-dessous de chaque bras de pédale, et enlevez les bras des pédales hors des manchons de réglage des bras du pédalier.



Ensuite, soulevez les bras des pédales jusqu'à ce qu'ils touchent les aimants situés sur les jambes PSC ; les aimants des bras maintiendront les bras des pédales en place. Puis, tenez la poignée et soulevez le cadre jusqu'à ce que celui-ci se verrouille en position verticale.

Pour utiliser l'elliptique, tenez d'abord la poignée, appuyez sur le bouton du loquet, puis abaissez le cadre.

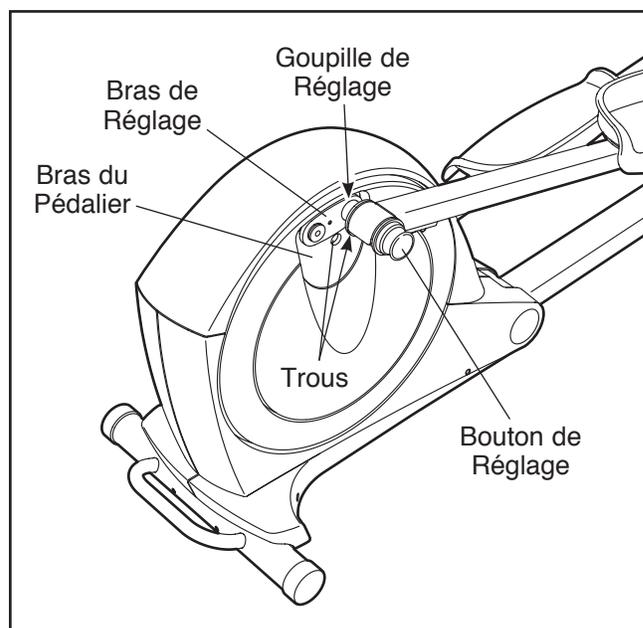
Ensuite, tirez les bras des pédales hors des aimants des jambes PSC. Puis, **soulevez les loquets situés en-dessous des bras des pédales**, et placez les bras des pédales sur les manchons de réglage des bras du pédalier. Relâchez les loquets, et assurez-vous que les bras des pédales sont fermement reliés aux manchons de réglage.

COMMENT DÉPLACER L'ELLIPTIQUE

Pour déplacer l'elliptique, pliez-le d'abord comme décrit sur la gauche. Ensuite, tenez-vous debout devant l'elliptique, tenez le montant, et placez un pied contre l'une des roues. Tirez vers l'arrière le montant jusqu'à ce que l'elliptique commence à rouler sur les roues avant. Déplacez doucement l'elliptique jusqu'à l'emplacement souhaité et ensuite abaissez-le jusqu'au sol.

COMMENT RÉGLER LA LONGUEUR D'ENJAMBÉE DE L'ELLIPTIQUE

Pour régler la longueur d'enjambée de l'elliptique, tirez d'abord l'un des boutons de réglage jusqu'à ce que le bras de réglage pivote librement. Faites pivoter le bras de réglage jusqu'à ce que le bouton de réglage soit aligné avec l'un des trous du bras du pédalier, puis relâchez doucement le bouton à l'intérieur du trou.



Faites pivoter doucement le bras de réglage vers l'avant et vers l'arrière pour vous assurer que la goupille de réglage est bien engagée dans l'un des trous du bras du pédalier.

Réglez la longueur des enjambées de l'autre côté de l'elliptique de la même manière. **Assurez-vous que les deux côtés de l'elliptique sont réglés à la même longueur d'enjambée.**

COMMENT PRATIQUER DES EXERCICES SUR L'ELLIPTIQUE

Pour monter sur l'elliptique, tenez les bras PSC ou les guidons et montez sur la pédale la qui est dans la position la plus basse. Ensuite, montez sur l'autre pédale. Appuyez sur les pédales jusqu'à ce qu'elles commencent à bouger de façon continue. **Remarque : les bras du pédalier peuvent tourner dans les deux sens. Il est recommandé de tourner les bras du pédalier dans le sens indiqué par la flèche ; cependant, pour varier les exercices, vous pouvez tourner les bras du pédalier dans le sens opposé.**

Pour descendre de l'elliptique, attendez que les pédales s'immobilisent complètement. **Remarque : l'elliptique n'a pas de roue libre ; les pédales continueront à bouger jusqu'à l'arrêt du volant.** Lorsque les pédales se sont immobilisées, descendez d'abord de la pédale la plus élevée. Puis, descendez de la pédale la plus basse.

COMMENT ÉLIMINER LA FLEXION AU CENTRE DE L'ELLIPTIQUE

Si l'elliptique fléchit au niveau de son centre durant l'utilisation, tournez le pied de nivellement situé en dessous du cadre jusqu'à l'élimination de la flexion.

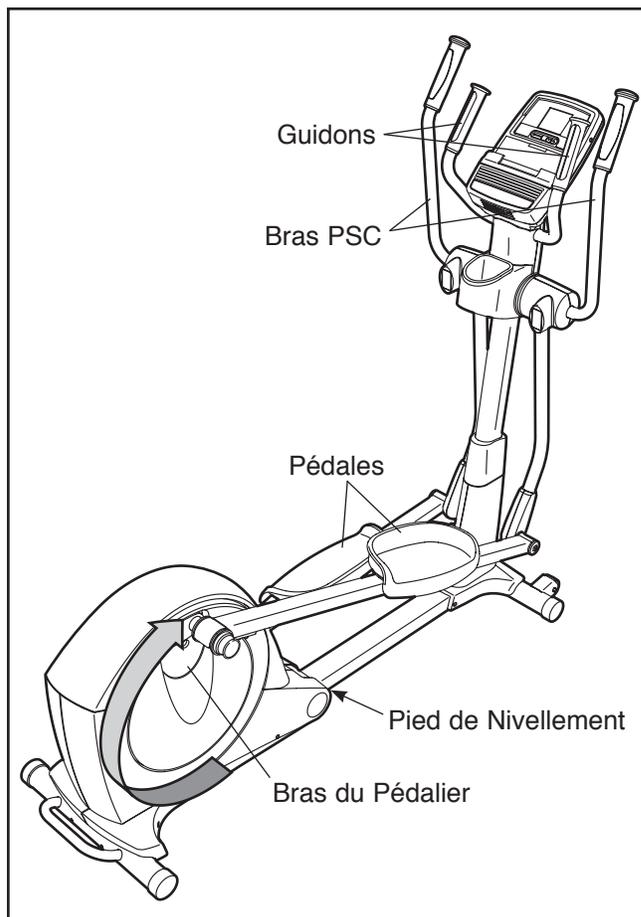
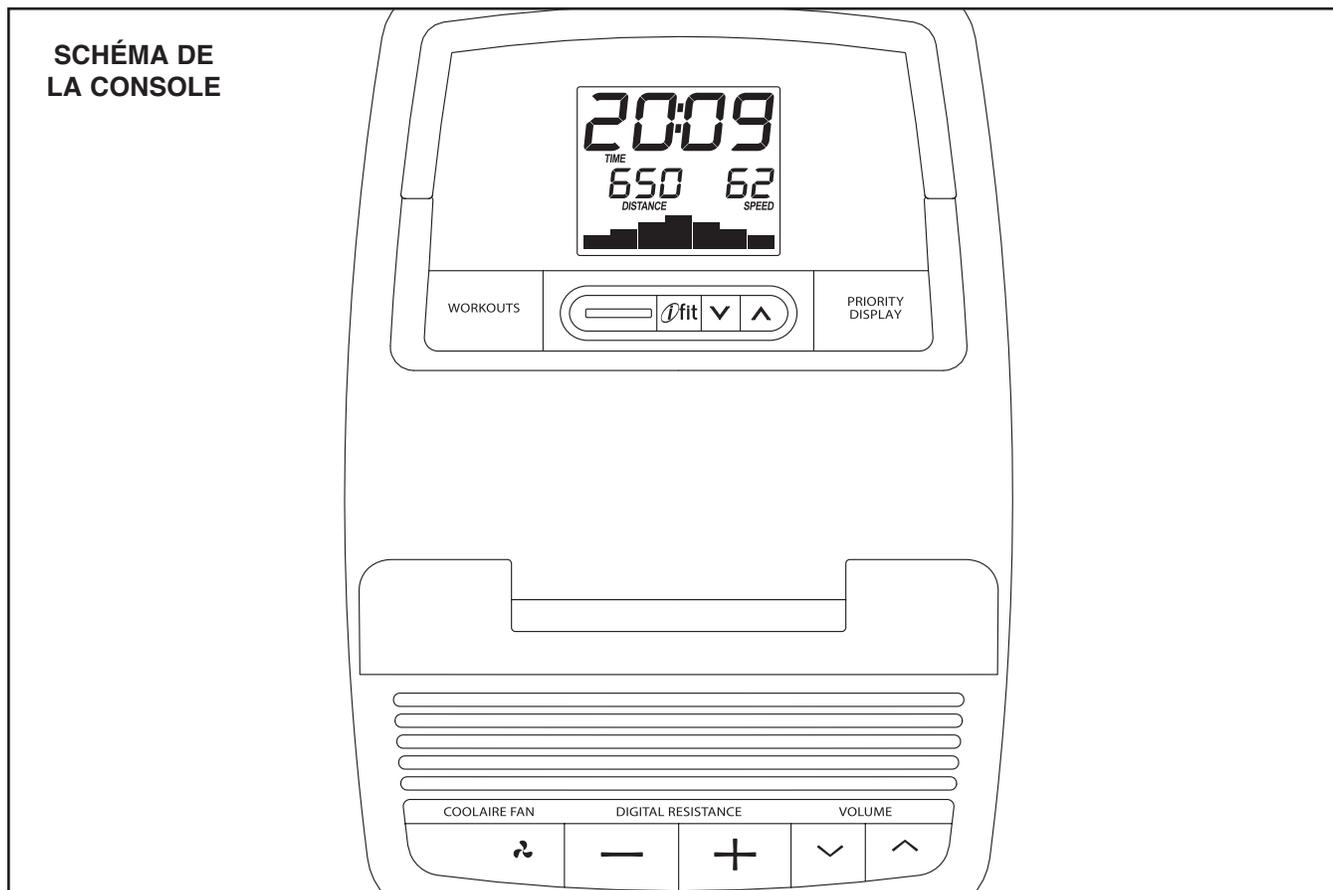


SCHÉMA DE LA CONSOLE



CARACTÉRISTIQUES DE LA CONSOLE

Cette console offre toute une série de fonctions conçues pour rendre vos entraînements plus efficaces et plus agréables.

Lors de l'utilisation du mode manuel de la console, vous avez la possibilité de modifier la résistance des pédales au simple toucher d'un bouton. Pendant la pratique de vos exercices, la console affiche en continu des informations concernant ces exercices. Vous pouvez également mesurer votre rythme cardiaque à l'aide du détecteur de pouls de la poignée.

La console propose huit entraînements prédéfinis. Chaque entraînement change automatiquement la résistance des pédales tout en vous apportant des informations utiles pour un entraînement efficace.

La console propose également huit entraînements à objectif calorie conçus pour vous aider une certaine quantité de calories. Chaque entraînement contrôle automatiquement la résistance des pédales tout en comptabilisant la quantité approximative de calories que vous brûlez.

La console comporte également un système d'entraînement interactif iFit, ce qui lui permet d'accepter des cartes iFit comportant des entraînements conçus pour vous aider à atteindre vos objectifs spécifiques

de fitness. Par exemple, perdez quelques kilos indésirables à l'aide de l'Entraînement visant la perte de poids en 8 semaines. Les entraînements iFit contrôlent la résistance des pédales pendant que la voix d'un entraîneur personnel vous aide au cours de votre entraînement. Les cartes iFit sont vendues séparément. **Pour acheter des cartes iFit, allez sur le site Internet www.iFit.com ou appelez au numéro de téléphone indiqué sur la page de couverture de ce manuel. Les cartes iFit sont également disponibles dans des magasins spécialisés.**

Vous pourrez même brancher votre lecteur MP3 ou lecteur CD au système audio de la console et écouter vos musiques ou vos livres audio préférés pendant votre séance d'exercices.

Pour utiliser le mode manuel, reportez-vous à la page 16. **Pour utiliser un entraînement prédéfini**, reportez-vous à la page 18. **Pour utiliser un entraînement à objectif calorie**, reportez-vous à la page 19. **Pour utiliser un entraînement iFit**, reportez-vous à la page 20. **Pour utiliser le système audio**, reportez-vous à la page 20. **Pour modifier les réglages de la console**, reportez-vous à la page 20.

Remarque : avant d'utiliser la console, assurez-vous que les piles sont installées (reportez-vous à l'étape 9 de l'assemblage à la page 10). S'il y a une feuille de plastique transparent sur l'écran, enlevez-la.

COMMENT UTILISER LE MODE MANUEL

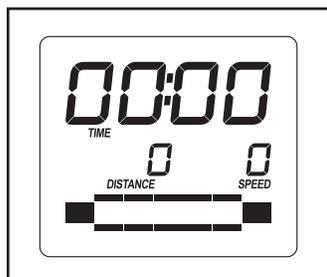
1. **Commencez à pédaler ou appuyez sur n'importe quel bouton de la console pour activer la console.**

L'écran s'allume quelques secondes après le début du pédalage ou l'appui sur une touche.

2. **Sélectionnez le mode manuel.**

Chaque fois que vous allumez la console, le mode manuel est automatiquement sélectionné.

Si vous avez sélectionné un entraînement, sélectionnez à nouveau le mode manuel en appuyant plusieurs fois sur la touche Entraînements [WORKOUTS] jusqu'à ce que des zéros apparaissent à l'écran.



3. **Changez à volonté la résistance des pédales.**

A mesure que vous pédalez, changez la résistance des pédales en appuyant sur les touches d'augmentation et de diminution de Résistance Numérique [DIGITAL RESISTANCE]. Remarque : après avoir appuyé sur les touches, il faudra quelques minutes aux pédales pour atteindre le niveau de résistance sélectionné.



4. **Suivez votre progression à l'écran.**

L'écran inférieur gauche—A mesure que vous progressez dans vos exercices, l'écran inférieur gauche indique le temps [TIME] écoulé ainsi que la distance [DISTANCE] (nombre total de tours) que vous avez parcourue en pédalant. Remarque : lorsqu'un entraînement prédéfini est sélectionné, l'écran indique le temps restant de l'entraînement au lieu du temps écoulé.



L'écran inférieur droit—L'écran inférieur droit peut afficher votre vitesse [SPEED] de pédalage en tours par minute (tr/mn)

ainsi que la quantité approximative de calories [CALORIES] que vous avez brûlées. Remarque : quand un entraînement à objectif calorie est sélectionné, l'écran décompte la quantité approximative de calories qui doit être brûlée.



L'écran affiche également votre fréquence cardiaque lorsque vous utilisez le détecteur cardiaque de la poignée (reportez-vous à l'étape 5 à la page 17).

L'écran supérieur

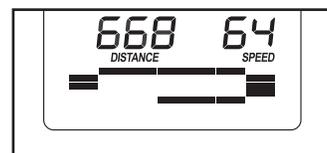
—L'écran supérieur peut afficher le temps écoulé, la distance que vous avez parcourue en pédalant, votre vitesse de pédalage ainsi que la quantité approximative de calories que vous avez brûlées.



Appuyez plusieurs fois sur la touche Affichage des Priorités [PRIORITY DISPLAY] jusqu'à ce que l'écran supérieur affiche les informations qui vous intéressent le plus. Remarque : si les informations sont affichées à l'écran supérieur, elles ne le seront pas à l'écran inférieur gauche ou droit.

L'écran inférieur

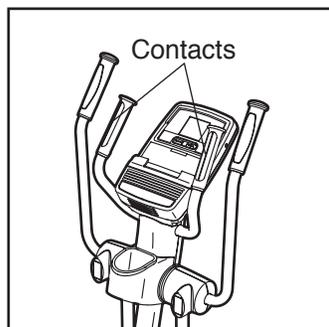
—L'écran inférieur affichera une piste correspondant à 640 tours (400 mètres). A mesure que vous pratiquez vos exercices, des indicateurs apparaissent successivement autour de la piste jusqu'à ce que la totalité de la piste apparaisse. La piste disparaît alors et les indicateurs recommencent à apparaître successivement.



Réglez le niveau du volume de la console en appuyant sur les touches d'augmentation et de diminution de Volume [VOLUME].

5. **Mesurez votre fréquence cardiaque, le cas échéant.**

S'il y a des feuilles de plastique transparent sur les plaques métalliques du détecteur de pouls des poignées, enlevez-les. Pour mesurer votre fréquence cardiaque, tenez le détecteur cardiaque des poignées avec les paumes de la main reposant sur les plaques métalliques. **Évitez de déplacer les mains ou de trop serrer les plaques métalliques.**



Lorsque votre pouls a été détecté, un symbole en forme de cœur clignotant apparaît à l'écran, puis votre fréquence cardiaque s'affiche. Pour une lecture plus précise de votre fréquence cardiaque, tenez les plaques métalliques pendant au moins 15 secondes. Remarque : Si vous continuez à tenir le détecteur cardiaque des poignées, l'écran affichera votre fréquence cardiaque pendant près de 30 secondes.



Si l'écran n'affiche pas votre fréquence cardiaque, assurez-vous que vos mains sont positionnées comme décrit. Veillez à ne pas trop bouger les mains ni trop serrer les plaques métalliques. Pour une performance optimale, nettoyez les plaques métalliques avec un chiffon doux ; **n'utilisez jamais d'alcool, de produits abrasifs ni de produits chimiques pour nettoyer les plaques métalliques.**

6. **Allumez le ventilateur, si nécessaire.**

Appuyez plusieurs fois sur la touche Ventilateur [COOLAIRE FAN] pour allumer ou éteindre le ventilateur. Remarque : si les pédales ne bougent pas pendant trente secondes, le ventilateur s'éteint automatiquement.

7. **Une fois que vous avez terminé vos exercices, la console s'éteint automatiquement.**

Si les pédales ne bougent pas pendant plusieurs secondes, une tonalité se fait entendre et la console se met en pause.

Si les pédales ne bougent pas pendant quelques minutes et si aucune touche n'est appuyée, la console s'éteint et les écrans se réinitialisent.

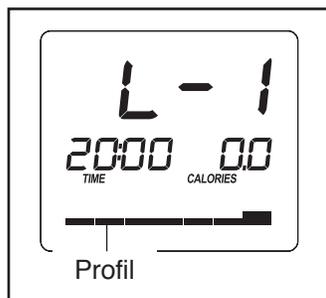
COMMENT UTILISER UN ENTRAÎNEMENT PRÉDÉFINI

1. **Commencez à pédaler ou appuyez sur n'importe quel bouton de la console pour activer la console.**

Reportez-vous à l'étape 1 à la page 16.

2. **Sélectionnez un entraînement prédéfini.**

Pour sélectionner un entraînement prédéfini, appuyez plusieurs fois sur la touche Entraînements [WORKOUTS] jusqu'à ce que ce que le nom de l'entraînement souhaité apparaisse à l'écran. La durée de l'entraînement ainsi qu'un profil des niveaux de résistance pour l'entraînement apparaîtront également à l'écran.



3. **Commencez à pédaler pour démarrer l'entraînement.**

Chaque entraînement est divisé en 20 ou 30 segments d'une minute. Un niveau de résistance est programmé pour chaque segment. Remarque : le même niveau de résistance peut être programmé pour plusieurs segments consécutifs.

Le niveau de résistance pour le premier segment apparaîtra à l'écran pendant quelques secondes. Durant l'entraînement, le profil de cet entraînement indique votre progression (reportez-vous au dessin ci-dessus). Le segment clignotant du profil représente le segment en cours de l'entraînement. La hauteur du segment clignotant indique le niveau de résistance du segment en cours.

A la fin de chaque segment de l'entraînement, une série de tonalités se fait entendre et le prochain segment du profil se met à clignoter. Si un niveau de résistance différent est programmé pour le prochain segment, le niveau de résistance apparaît à l'écran pendant quelques secondes pour vous en avertir. La résistance des pédales changera en conséquence.

Si le niveau de résistance du segment en cours est trop élevé ou trop bas, vous pouvez annuler manuellement le réglage en appuyant sur les touches Résistance Numérique [DIGITAL RESISTANCE]. **IMPORTANT : a la fin du segment en cours de l'entraînement, les pédales se règlent automatiquement au niveau de la résistance programmé pour le prochain segment.**

L'entraînement continuera de cette façon jusqu'à la fin du dernier segment. Pour arrêter l'entraînement à n'importe quel moment, arrêtez de pédaler. Un signal sonore se fera entendre et le décompte du temps cessera. Pour recommencer l'entraînement, reprenez simplement le pédalage.

4. **Suivez votre progression à l'écran.**

Reportez-vous à l'étape 4 à la page 16.

5. **Mesurez votre fréquence cardiaque, le cas échéant.**

Reportez-vous à l'étape 5 à la page 17.

6. **Allumez le ventilateur, si nécessaire.**

Reportez-vous à l'étape 6 à la page 17.

7. **Une fois que vous avez terminé vos exercices, la console s'éteint automatiquement.**

Reportez-vous à l'étape 7 à la page 17.

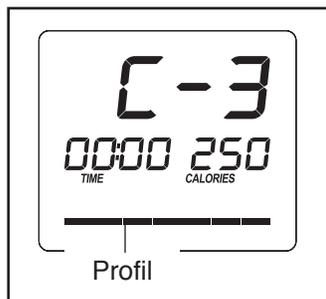
COMMENT UTILISER UN ENTRAÎNEMENT À OBJECTIF CALORIE

1. **Commencez à pédaler ou appuyez sur n'importe quel bouton de la console pour activer la console.**

Reportez-vous à l'étape 1 à la page 16.

2. **Sélectionnez un entraînement à objectif calorie.**

Pour sélectionner un entraînement à objectif calorie, appuyez plusieurs fois sur la touche Entraînements [WORKOUTS] jusqu'à ce que le nom de l'entraînement souhaité apparaisse à l'écran. La quantité de calories à brûler, ainsi qu'un profil des niveaux des résistances pour l'entraînement s'afficheront également à l'écran.



3. **Commencez à pédaler pour démarrer l'entraînement.**

Chaque entraînement de perte de poids vous permettra de brûler 150, 200, 250, 300, 350, 400, 450, ou 500 calories. Durant chaque entraînement, la console décomptera la quantité approximative de calories à brûler.

Chaque entraînement est divisé en segments d'une minute. Un niveau de résistance est programmé pour chaque segment. Remarque : le même niveau de résistance peut être programmé pour plusieurs segments consécutifs.

Le niveau de résistance pour le premier segment apparaîtra à l'écran pendant quelques secondes. Durant l'entraînement, le profil de cet entraînement indique votre progression (reportez-vous au dessin ci-dessus). Le segment clignotant du profil représente le segment en cours de l'entraînement. La hauteur du segment clignotant indique le niveau de résistance du segment en cours.

A la fin de chaque segment de l'entraînement, une série de tonalités se fait entendre et le prochain segment du profil se met à clignoter. Si un niveau de résistance différent est programmé pour le prochain segment, le niveau de résistance apparaît à l'écran pendant quelques secondes pour vous en avertir. La résistance des pédales changera en conséquence.

Si le niveau de résistance du segment en cours est trop élevé ou trop bas, vous pouvez annuler manuellement le réglage en appuyant sur les touches Résistance Numérique [DIGITAL RESISTANCE]. **IMPORTANT : A la fin du segment en cours de l'entraînement, les pédales se règlent automatiquement au niveau de la résistance programmé pour le prochain segment.**

L'entraînement se poursuivra ainsi jusqu'à ce que vous atteigniez l'objectif de calorie et la quantité de calories à brûler est égale à zéro. Pour arrêter l'entraînement à n'importe quel moment, arrêtez de pédaler. Un signal sonore se fera entendre et le décompte du temps cessera. Pour recommencer l'entraînement, reprenez simplement le pédalage.

Remarque : lorsque vous atteindrez l'objectif de calorie, la console cessera de compter le temps écoulé ; mais si vous continuez à pédaler, la console continuera à afficher votre vitesse de pédalage et la distance que vous avez parcourue en pédalant.

4. **Suivez votre progression à l'écran.**

Reportez-vous à l'étape 4 à la page 16.

5. **Mesurez votre fréquence cardiaque, le cas échéant.**

Reportez-vous à l'étape 5 à la page 17.

6. **Allumez le ventilateur, si nécessaire.**

Reportez-vous à l'étape 6 à la page 17.

7. **Une fois que vous avez terminé vos exercices, la console s'éteint automatiquement.**

Reportez-vous à l'étape 7 à la page 17.

COMMENT UTILISER UN ENTRAÎNEMENT IFIT

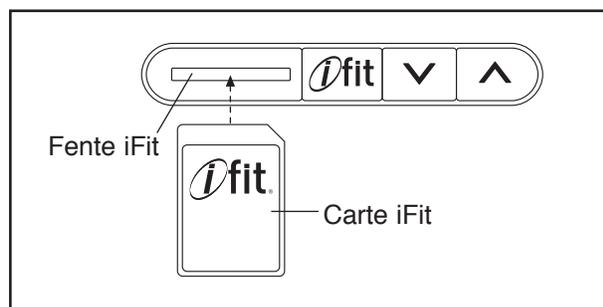
Les cartes iFit sont disponibles séparément. Pour acheter des cartes iFit, allez sur le site Internet ou reportez-vous à la page de couverture de ce manuel. Les cartes iFit sont également disponibles dans des magasins spécialisés.

1. **Commencez à pédaler ou appuyez sur n'importe quel bouton de la console pour activer la console.**

Reportez-vous à l'étape 1 à la page 16.

2. **Insérez une carte iFit puis sélectionnez un entraînement.**

Pour utiliser un entraînement iFit, insérez une carte iFit dans la fente iFit ; assurez-vous que les plaques métalliques de la carte iFit sont orientées vers le bas et font face à la fente. Lorsque la carte iFit est insérée correctement, l'indicateur situé près de la fente s'allume et des mots apparaissent à l'écran.



Puis, sélectionnez l'entraînement de votre choix sur la carte iFit en appuyant sur les touches d'augmentation et de diminution situées près de la fente iFit.

Quelques minutes après avoir sélectionné un entraînement, la voix d'un entraîneur personnel commence à vous donner des informations utiles pour votre entraînement. Les entraînements iFit fonctionnent de la même manière que les entraînements prédéfinis. Pour utiliser l'entraînement, reportez-vous aux étapes 3 à 7 à la page 18.

3. **Une fois que vous avez terminé votre séance d'exercices, enlevez la carte iFit.**

Enlevez la carte iFit dès que vous avez terminé votre séance d'exercices. Rangez la carte iFit dans un lieu sûr.

COMMENT UTILISER LE SYSTÈME AUDIO

Pour écouter de la musique ou des livres audio grâce au système audio de la console pendant vos exercices, branchez le câble audio à la prise jack de la console

ainsi qu'à la prise jack de votre lecteur MP3 ou CD ; **assurez-vous que le câble audio est bien enfoncé.**

Puis, appuyez sur la touche Lecture [PLAY] de votre lecteur MP3 ou CD. Réglez le niveau du volume en utilisant le bouton de réglage du volume de votre lecteur MP3 ou CD ou appuyez sur les touches d'augmentation et de diminution de Volume [VOLUME] sur la console.

COMMENT MODIFIER LES RÉGLAGES DE LA CONSOLE

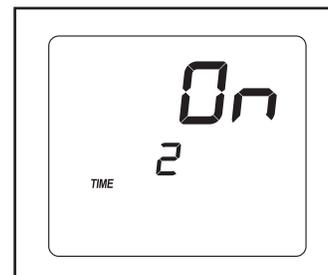
La console comporte un mode utilisateur qui vous permet de choisir un rétro-éclairage pour la console et également d'afficher des informations sur l'utilisation de la console.

1. **Sélectionnez le mode utilisateur.**

Pour sélectionner le mode utilisateur, maintenez enfoncée la touche Affichage des Priorités [PRIORITY DISPLAY] pendant quelques secondes jusqu'à ce que les informations du mode utilisateur apparaissent à l'écran.

2. **Le cas échéant, choisissez une option de rétro-éclairage.**

La console propose trois options de rétro-éclairage. L'option *ON* (Activer) conserve le rétro-éclairage pendant que la console est en marche. L'option *AUTO* conserve le rétro-éclairage uniquement quand vous pédalez. L'option *OFF* (Désactiver) éteint le rétro-éclairage.



L'écran supérieur affichera l'option de rétro-éclairage actuellement sélectionnée. Appuyez plusieurs fois sur la touche de diminution de Résistance Numérique [DIGITAL RESISTANCE] pour sélectionner l'option de rétro-éclairage souhaitée.

3. **Au besoin, affichez les informations sur l'utilisation de la console.**

L'écran inférieur gauche affichera le nombre total d'heures d'utilisation de la console depuis l'achat de l'elliptique.

4. **Quittez le mode utilisateur.**

Appuyez sur la touche Affichage des Priorités pour sauvegarder les paramètres de la console et pour quitter le mode utilisateur.

ENTRETIEN ET PROBLÈMES

Inspectez et serrez régulièrement toutes les pièces de l'elliptique. Remplacez immédiatement toutes les pièces usées.

Pour nettoyer l'elliptique, utilisez un chiffon humide et une petite quantité de savon doux. **IMPORTANT : pour éviter d'endommager la console, gardez les liquides éloignés de la console et évitez d'exposer la console aux rayons directs du soleil.**

DÉPANNAGE DE LA CONSOLE

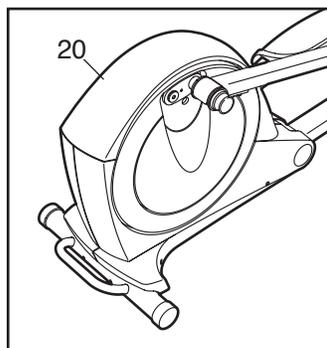
Si l'écran de la console devient sombre, alors les piles devraient être remplacées ; la plupart des problèmes de la console sont essentiellement dus à des piles faibles. Reportez-vous à l'étape 9 à la page 10 pour des instructions relatives au remplacement.

Si la console n'affiche pas votre fréquence cardiaque lorsque vous utilisez le détecteur cardiaque de la poignée, reportez-vous à l'étape 5 à la page 17.

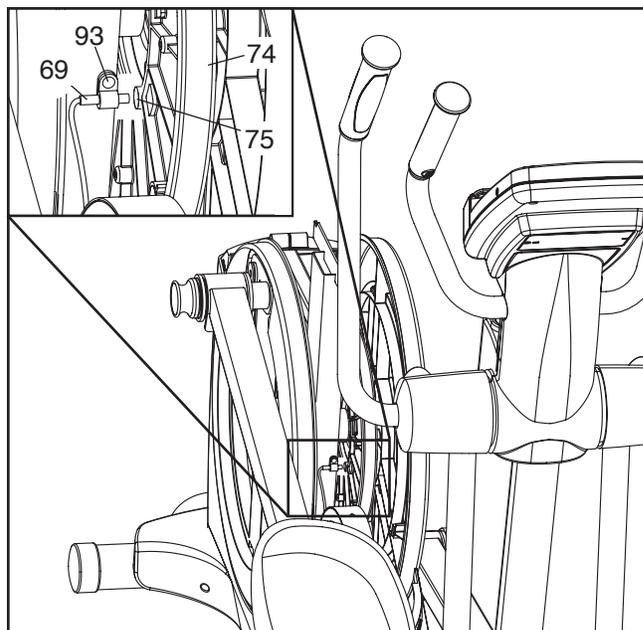
COMMENT RÉGLER LE DÉTECTEUR MAGNÉTIQUE

Si la console n'affiche pas des informations exactes, il faut alors régler le détecteur magnétique.

Pour régler le détecteur magnétique, vous devez d'abord enlever le Capot Supérieur (20). A l'aide d'un tournevis à tête plate, dévissez les languettes situées sur l'avant et l'arrière du Capot Supérieur, puis enlevez le Capot Supérieur.



Ensuite, localisez le Détecteur Magnétique (69). Desserrez, mais sans l'enlever, la Vis de M4 x 16mm (93).



Ensuite, tournez la Grande Poulie (74) jusqu'à ce qu'un Aimant (75) soit aligné avec le Détecteur Magnétique (69). Faites glisser légèrement le Détecteur Magnétique vers l'Aimant ou dans la direction opposée. Puis, resserrez la Vis de M4 x 16mm (93).

Tournez la Grande Poulie (74) pendant quelques secondes. Répétez ces opérations jusqu'à ce que la console affiche la réponse appropriée.

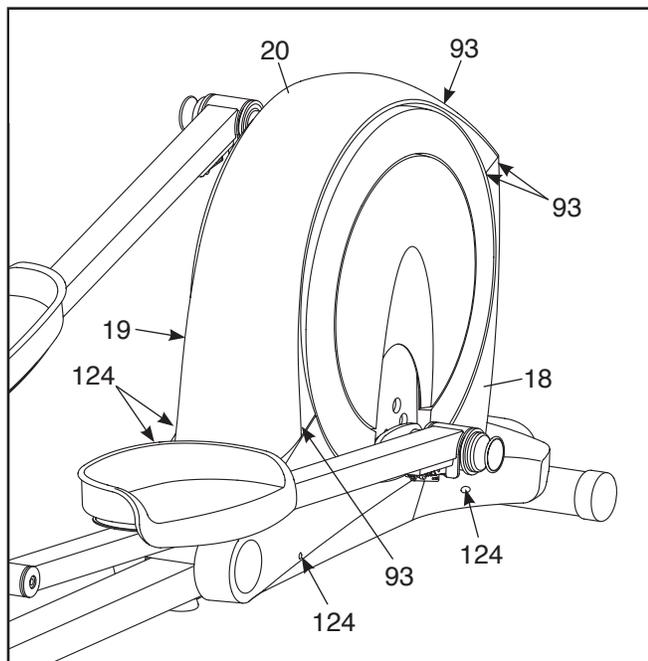
Après avoir réglé correctement le détecteur magnétique, fixez à nouveau le capot supérieur.

COMMENT RÉGLER LA COURROIE DE TRACTION

Si vous sentez que les pédales glissent pendant le pédalage, même lorsque la résistance est réglée sur le réglage le plus élevé, il est alors nécessaire de régler la courroie de traction.

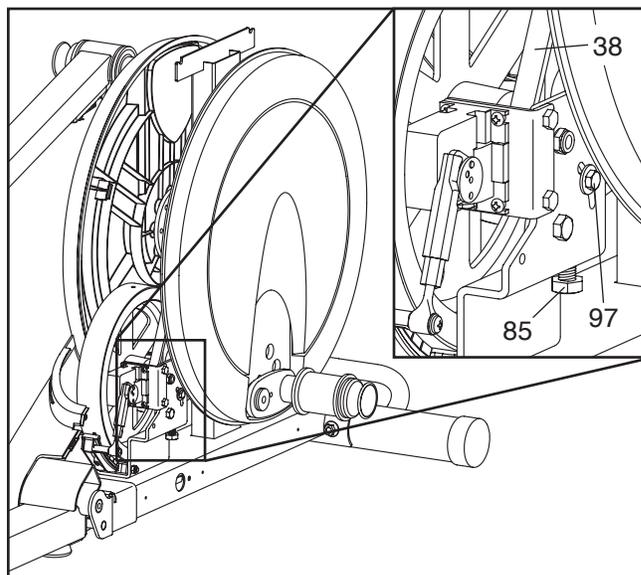
Pour régler la courroie de traction, vous devez d'abord enlever le capot supérieur ainsi que le capot gauche (voir les instructions ci-dessous).

A l'aide d'un tournevis à tête plate, dévissez les languettes situées sur l'avant et l'arrière du Capot Supérieur (20), puis enlevez le Capot Supérieur.



Ensuite, enlevez la Vis de M4 x 16mm (93) ainsi que les Vis de M4 x 42mm (124) des Capots Droit et Gauche (18, 19). **Veillez à noter la taille des Vis que vous retirez de chaque trou. Puis, enlevez délicatement le Capot Gauche.**

Desserrez la Vis Pivot (97). Puis, serrez la Vis de Réglage de la Courroie (85) jusqu'à ce que la Courroie de Traction (38) soit tendue.



Une fois que la Courroie de Traction (38) est tendue, serrez la Vis Pivot (97).

Ensuite, remplacez le capot gauche et le capot droit..

CONSEILS POUR L'EXERCICE

⚠ AVERTISSEMENT : avant de commencer ce programme d'exercice ou tout autre programme, consultez votre médecin. Ceci est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans ou les personnes ayant des problèmes de santé.

Le détecteur cardiaque n'est pas un appareil médical. De nombreux facteurs peuvent affecter la lecture du rythme cardiaque. Le détecteur cardiaque est uniquement un outil pour l'exercice pour déterminer les fluctuations générales du rythme cardiaque.

Ces conseils pour l'exercice vous aideront à planifier votre programme d'exercice. Pour plus de détails sur l'exercice, procurez-vous un livre réputé sur le sujet ou consultez votre médecin. Gardez en tête qu'une alimentation équilibrée et un repos adéquat sont essentiels pour de bons résultats.

INTENSITÉ DE L'EXERCICE

Que votre but soit de brûler de la graisse ou de fortifier votre système cardio-vasculaire, la clé pour obtenir des résultats est de s'entraîner à la bonne intensité. Vous pouvez utiliser votre rythme cardiaque comme repère pour trouver le niveau d'intensité adapté à vos objectifs. Le tableau ci-dessous indique les rythmes cardiaques recommandés pour brûler de la graisse et pour des exercices aérobics.

165	155	145	140	130	125	115	❤
145	138	130	125	118	110	103	❤
125	120	115	110	105	95	90	❤
<hr/>							
20	30	40	50	60	70	80	

Pour trouver le niveau d'intensité correct, trouvez votre âge en bas du tableau (les âges sont arrondis à la dizaine). Les trois nombres listés au-dessus de votre âge définissent votre « zone d'entraînement ». Le nombre le plus bas est le rythme cardiaque pour brûler de la graisse, le nombre du milieu est le rythme cardiaque pour brûler un maximum de graisse, et le nombre le plus haut est le rythme cardiaque pour des exercices aérobics.

Brûler de la Graisse—Pour brûler efficacement de la graisse, vous devez vous entraîner à une intensité faible pendant une longue période de temps. Durant les premières minutes d'exercice, votre corps utilise des calories de glucide comme carburant. Votre corps ne commence à puiser dans ses réserves de graisse qu'après plusieurs minutes d'effort. Si votre but est de brûler de la graisse, réglez l'intensité de votre exercice jusqu'à ce que votre rythme cardiaque soit proche du nombre le plus bas de votre zone d'entraînement. Pour brûler un maximum de graisse, entraînez-vous avec votre rythme cardiaque proche du nombre du milieu de votre zone d'entraînement.

Exercices Aérobics—Si votre but est de renforcer votre système cardio-vasculaire, vous devez faire des exercices aérobics, ce qui veut dire de l'exercice qui requiert de grandes quantités d'oxygène pendant une période de temps prolongée. Pour des exercices aérobics, réglez votre intensité jusqu'à ce que votre rythme cardiaque soit proche du nombre le plus haut dans votre zone d'entraînement.

CONSEILS POUR L'ENTRAÎNEMENT

Échauffement—Commencez avec 5 à 10 minutes d'étirements et d'exercices légers. L'échauffement fait monter la température de votre corps, augmente les battements de votre cœur, et accélère votre circulation pour vous préparer à l'effort.

Exercices dans la Zone d'Entraînement—Entraînez-vous pendant 20 à 30 minutes avec votre rythme cardiaque dans votre zone d'entraînement. (Durant les premières semaines de votre programme d'exercice, ne maintenez pas votre rythme cardiaque dans votre zone d'entraînement pendant plus de 20 minutes.) Respirez profondément et de manière régulière quand vous vous entraînez—ne retenez jamais votre souffle.

Retour à la Normale—Finissez avec 5 à 10 minutes d'étirements. Les étirements rendent vos muscles plus flexibles et aident à prévenir les problèmes qui surviennent après l'entraînement.

FRÉQUENCE DE L'EXERCICE

Pour maintenir ou améliorer votre forme physique, effectuez trois entraînements par semaine, avec au moins un jour de repos entre chaque entraînement. Après quelques mois d'exercice régulier, vous pouvez effectuer jusqu'à cinq entraînements par semaine, si désiré. Gardez à l'esprit que la clé du succès est de faire de vos entraînements un élément agréable et régulier de votre vie de tous les jours.

LISTE DES PIÈCES

N°. du Modèle NTEL05609.2 R0411A

N°.	Qté.	Description	N°.	Qté.	Description
1	1	Cadre	47	4	Bague du Manchon
2	1	Cadre Repliable	48	1	Axe du Montant
3	1	Stabilisateur Avant	49	2	Gaine du Loquet
4	1	Stabilisateur Arrière	50	2	Loquet
5	1	Montant	51	2	Ressort du Loquet
6	1	Jambe PSC Droite	52	2	Insert du Loquet
7	1	Jambe PSC Gauche	53	2	Ressort du Bras de Réglage
8	1	Bras PSC Droit	54	4	Ensemble Roulement à Billes Jambe
9	1	Bras PSC Gauche			
10	1	Guidon Droit	55	2	Bague d'Espacement de la Jambe
11	1	Guidon Gauche	56	2	Couvercle de l'Essieu
12	1	Bras de la Pédale Droite	57	2	Bague du Montant
13	1	Bras de la Pédale Gauche	58	4	Bague du Bras de la Pédale
14	1	Pédale Droite	59	1	Câble Audio
15	1	Pédale Gauche	60	1	Groupement de Fils
16	2	Disque	61	1	Volant
17	2	Couvercle du Disque	62	1	Roulement à Billes 6000ZZ
18	1	Capot Droit	63	1	Axe du Cadre
19	1	Capot Gauche	64	2	Bague du Cadre
20	1	Capot Supérieur	65	1	Axe du Support du Loquet
21	1	Couvercle Droit du Cadre	66	1	Ressort du Support du Loquet
22	1	Couvercle Gauche du Cadre	67	1	Bouton du Loquet
23	1	Couvercle Supérieur	68	1	Logement du Bouton
24	1	Couvercle Arrière du Montant	69	1	Fil du Détecteur Magnétique
25	1	Couvercle Avant du Montant	70	1	Collier
26	1	Porte-Bouteille	71	1	Moyeu du Pédalier
27	2	Couvercle Intérieur de la Jambe	72	1	Pédalier
28	2	Couvercle Extérieur de la Jambe	73	1	Bague d'Espacement du Pédalier
29	1	Couvercle Arrière de la Jambe Droite	74	1	Grande Poulie
30	1	Couvercle Avant de la Jambe Droite	75	2	Aimant
31	1	Couvercle Arrière de la Jambe Gauche	76	2	Roulement à Billes du Cadre Repliable
32	1	Couvercle Avant de la Jambe Gauche	77	1	Tendeur
33	1	Console	78	1	Moteur de Résistance
34	2	Fil du Détecteur Cardiaque	79	1	Bras de Résistance
35	2	Prise	80	1	Roue de la Résistance
36	2	Roue	81	1	Support de Résistance
37	4	Embout du Stabilisateur	82	1	Support du Moteur
38	1	Courroie de Traction	83	1	Support de l'Aimant en C
39	1	Bras Droit du Pédalier	84	1	Axe du Volant
40	1	Bras Gauche du Pédalier	85	1	Vis de Réglage de la Courroie
41	1	Pied de nivellement	86	12	Vis en Métal/Nylon de M8 x 28mm
42	1	Support du Loquet	87	2	Petite Bague d'Attache
43	2	Bras de Réglage	88	1	Boulon du Support de l'Aimant en C
44	2	Goupille de Réglage	89	4	Vis du Moteur de Résistance
45	2	Bouton de Réglage	90	1	Vis de M5 x 7mm
46	2	Manchon de Réglage	91	1	Vis de M3,5 x 12mm
			92	1	Écrou de Verrouillage de M6
			93	33	Vis de M4 x 16mm

N°.	Qté.	Description	N°.	Qté.	Description
94	2	Écrou de Blocage de M8	115	2	Grande Rondelle Ondulée
95	1	Vis de Terre	116	2	Grande Bague d'Attache
96	1	Rondelle de M6	117	5	Vis à Tête Plate de M4 x 19mm
97	1	Vis Pivot	118	2	Petite Rondelle Ondulée
98	2	Vis du Support du Moteur	119	2	Rondelle Ondulée Moyenne
99	1	Boulon du Tendeur	120	2	Rondelle de M8 x 16mm x 2mm
100	4	Vis en Métal/Nylon de M10 x 80mm	121	2	Vis en Métal/Nylon à Épaulement de M8 x 23mm
101	1	Attache à Glissière d'Ancrage			
102	16	Vis en Métal/Nylon de M8 x 16mm	122	1	Vis à Collet de 3/8" x 1"
103	14	Rondelle Fendue de M8	123	4	Rondelle Fendue de M10
104	2	Vis en Bouton de M10 x 60mm	124	4	Vis de M4 x 42mm
105	2	Écrou de Verrouillage de M10	125	4	Vis à Tête Plate de M4 x 42mm
106	–	Non Utilisé	126	2	Rondelle de M8 x 23mm x 2mm
107	2	Vis en Bouton de M10 x 25mm	127	2	Longue Goupille en C
108	2	Rondelle de M10 x 32mm	128	2	Courte Goupille en C
109	2	Vis en Bouton de M8 x 16mm	129	2	Écrou de Réglage
110	4	Rondelle de M8 x 23,5mm x 1mm	130	1	Rondelle de M5
111	8	Vis en Métal/Nylon de M6 x 12mm	131	1	Bague d'Attache
112	8	Rondelle Fendue de M6	*	–	Manuel de l'Utilisateur
113	2	Vis en Bouton de M8 x 18mm	*	–	Outil d'Assemblage
114	2	Rondelle de M8 x 32mm			

Remarque : les spécifications sont sujettes à des changements sans notification. Référez-vous au dos de ce manuel pour commander des pièces de rechange. *Indique qu'une pièce n'est pas illustrée.

SCHÉMA DÉTAILLÉ A

N°. du Modèle NTEL05609.2 R0411A

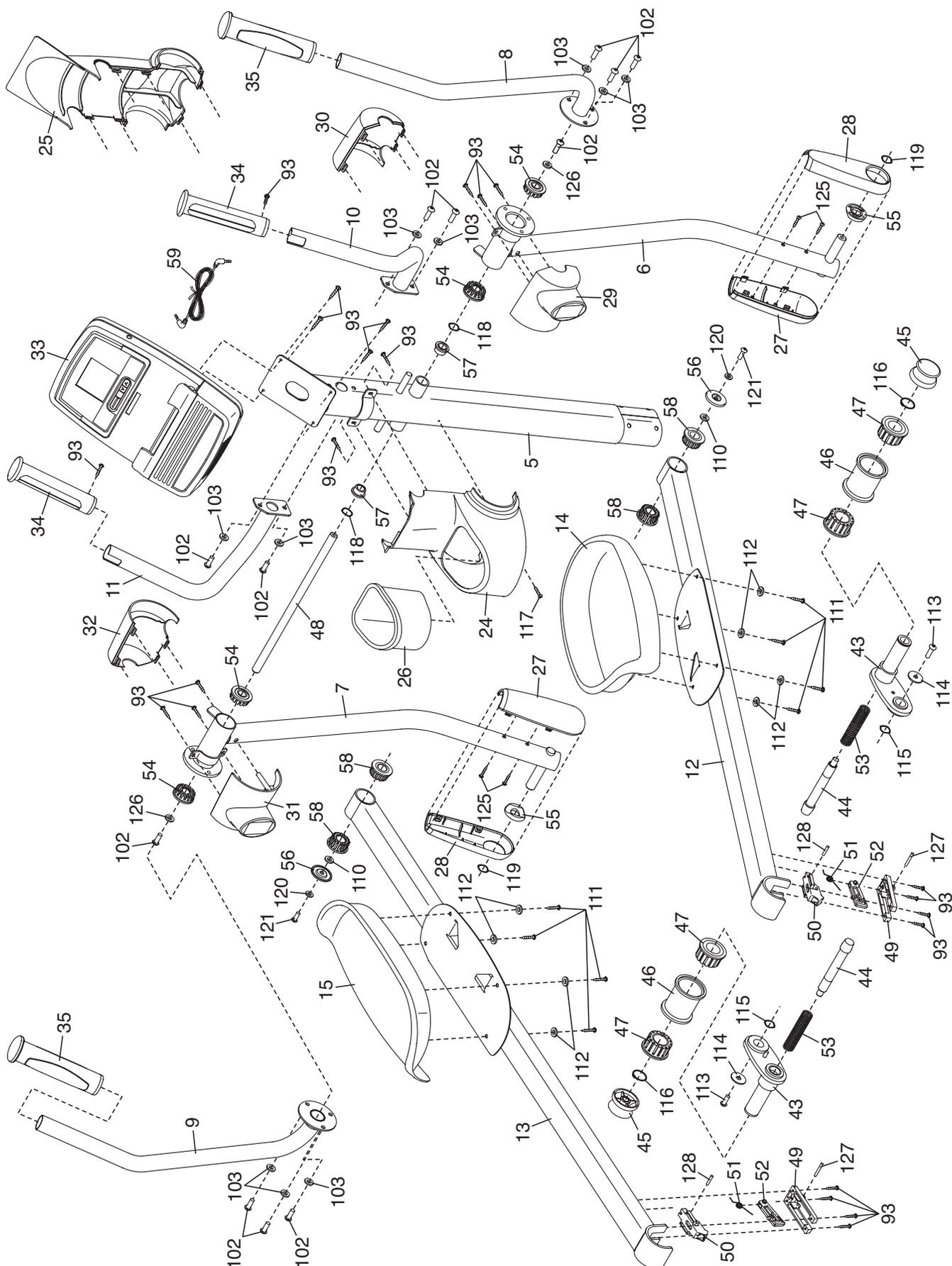
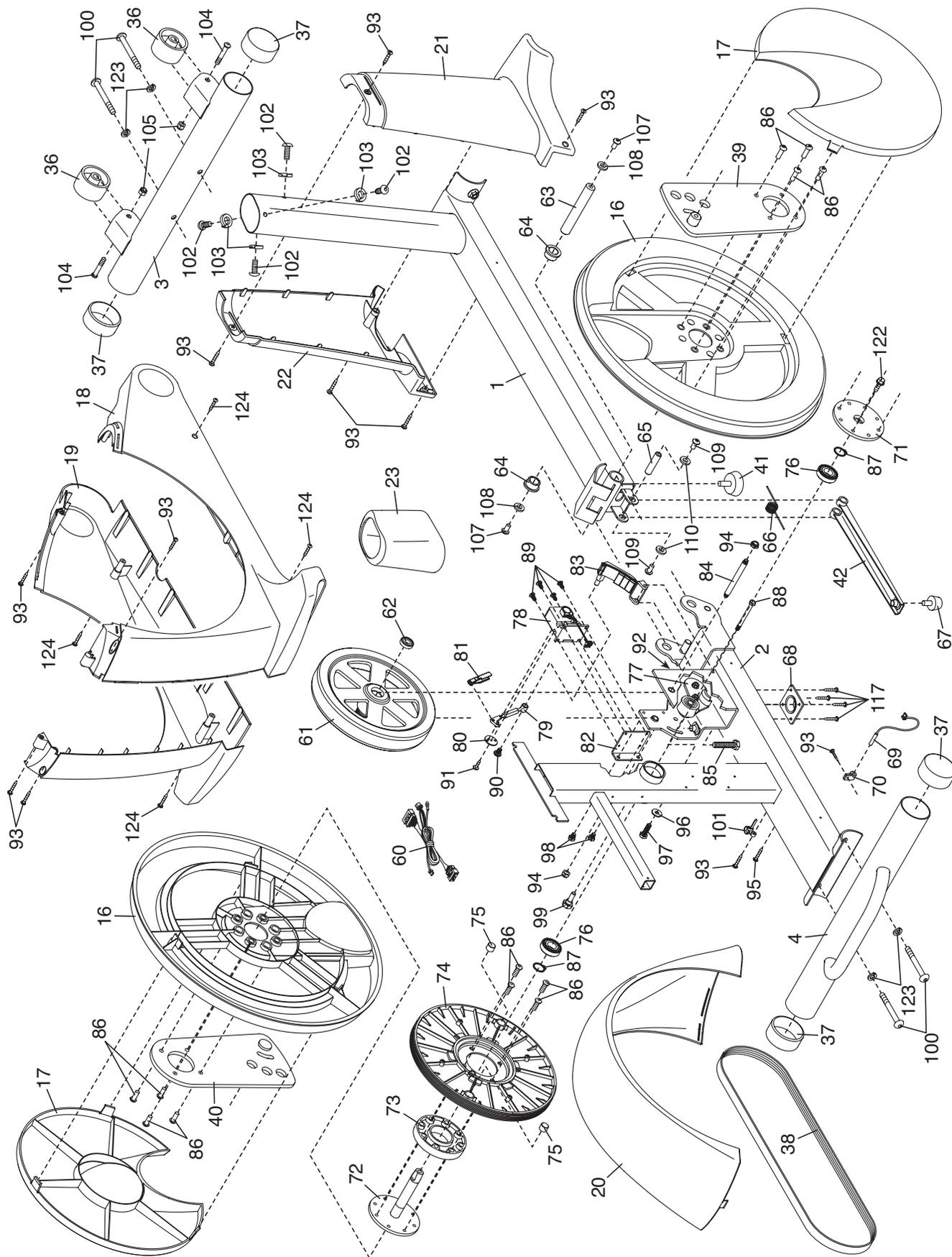


SCHÉMA DÉTAILLÉ B

N°. du Modèle NTEL05609.2 R0411A



POUR COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE

Pour commander des pièces de rechange, référez-vous à la page de couverture de ce manuel. Pour que nous puissions mieux vous assister, merci de préparer les informations suivantes avant de nous appeler :

- le numéro du modèle et le numéro de série de l'appareil (voir la page de couverture de ce manuel)
- le nom de l'appareil (voir la page de couverture de ce manuel)
- le numéro de la pièce et la description de la/des pièce(s) de remplacement (voir la LISTE DES PIÈCES et le SCHÉMA DÉTAILLÉ vers la fin de ce manuel)

GARANTIE LIMITÉE

ICON of Canada, Inc. (ICON) garantit que cet équipement est exempt de tout vice de matériau et de fabrication dans les conditions normales d'utilisation et d'entretien. Le cadre est garanti à vie. Les pièces et la main d'œuvre sont garantie pendant un (1) an à compter de la date d'achat.

La présente garantie est accordée uniquement à l'acquéreur initial. L'obligation d'ICON, en vertu des clauses de la présente garantie, est limitée, à sa discrétion, au remplacement ou à la réparation de l'équipement dans l'un de ses centres de réparation agréés. Toutes les réparations, pour lesquelles sont présentées des réclamations au titre de la garantie, doivent préalablement être autorisées par ICON. La présente garantie ne couvre pas les équipements dans le cas de dommages subis durant le transport, de dommages causés suite à un emploi abusif ou inapproprié ou dans le cas de réparations non effectuées par un centre de réparation agréé ICON ; les équipements utilisés à des fins commerciales ou de location ; ou les équipements qui servent de modèle de démonstration. ICON n'autorise aucune autre garantie que celle expressément énoncée ci-dessus.

ICON n'est pas responsable et ne peut être tenu responsable des dommages indirects, particuliers ou consécutifs survenant ou en relation avec l'utilisation ou le fonctionnement de l'équipement ; ou des dommages résultant de pertes économiques, de pertes de propriétés, de pertes de revenus ou de profits, de perte de jouissance ou d'utilisation ou de coûts de retrait, d'installation ; ou de tout autre dommage indirect de quelque nature que ce soit. Certains provinces n'autorisent pas l'exclusion ou la limitation des dommages accessoires ou indirects. Par conséquent, les limitations mentionnées ci-dessus peuvent ne pas vous concerner.

La garantie fournie à la présente remplace toute autre garantie, et toute garantie implicite de commercialité ou de qualité pour un usage particulier est limitée dans sa portée et sa durée aux conditions énoncées dans le présent document. Certains provinces n'autorisent pas de limitations sur la durée d'une garantie implicite. Par conséquent, les limitations mentionnées ci-dessus peuvent ne pas vous concerner.

La présente garantie vous accorde des droits spécifiques reconnus par la loi. Vous pouvez également avoir d'autres droits qui varient d'une province à l'autre.

ICON of Canada, Inc., 900 de l'Industrie, St. Jérôme, QC J7Y 4B8