

SOLE

FITNESS



E95s

Elliptical

GUIDA UTENTE



Istruzioni originali in lingua italiana.
Leggere con attenzione e conservare per futuri riferimenti.

Codice : SPLCSOLEE95S

Edizione : 10/2019



INDICE DEGLI ARGOMENTI

•	INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA.....	Pag. 4
•	USO PREVISTO E NON PREVISTO - CONTROINDICAZIONI.....	Pag. 5
•	CARATTERISTICHE TECNICHE PRODOTTO.....	Pag. 6
•	TARGHETTE SUL PRODOTTO	Pag. 7
•	DOVE INSTALLARE IL PRODOTTO.....	Pag. 8
•	APRIRE LA SCATOLA.....	Pag. 9
•	FERRAMENTA DI MONTAGGIO.....	Pag. 10
•	MONTAGGIO DEL PRODOTTO	Pag. 11
•	LIVELLAMENTO.....	Pag. 16
•	SPOSTAMENTO.....	Pag. 16
•	ALLACCIAMENTO ELETTRICO	Pag. 17
•	IL PROGRAMMA DI ALLENAMENTO	Pag. 18
•	USO DEL TRASMETTITORE A FASCIA TORACICA.....	Pag. 19
•	CONSIGLI PRATICI E SUGGERIMENTI	Pag. 20
•	CONSOLE DI CONTROLLO (DISPLAY).....	Pag. 21
•	CONSOLE DI CONTROLLO (PULSANTI)	Pag. 22
•	ACCENSIONE E MODALITÀ QUICK START	Pag. 23
•	PROGRAMMA MANUALE.....	Pag. 24
•	PROGRAMMI PRE-IMPOSTATI.....	Pag. 25
•	PROGRAMMI UTENTE.....	Pag. 26
•	PROGRAMMI HRC	Pag. 27
•	MENU DI MANUTENZIONE E DOTAZIONI DI SERIE.....	Pag. 28
•	ASSOCIAZIONE SOLE APP VIA BLUETOOTH®	Pag. 30
•	ASSOCIAZIONE FASCIA TORACICA VIA BLUETOOTH®	Pag. 31
•	RILASSAMENTO E STRETCHING.....	Pag. 33
•	MANUTENZIONE	Pag. 34
•	MESSA FUORI SERVIZIO - SMALTIMENTO.....	Pag. 35
•	ESPLOSO DELLE PARTI.....	Pag. 36
•	LISTA DELLE PARTI	Pag. 37
•	ORDINE DI PARTI DI RICAMBIO	Pag. 40
•	CONDIZIONI DI GARANZIA	Pag. 41

INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA

- Prima del montaggio e dell'impiego, leggere con la massima attenzione questa guida e gli eventuali altri fogli di istruzione allegati.
- Usare l'attrezzo solamente all'interno di ambienti domestici. Le modalità e le avvertenze d'impiego devono essere spiegate a tutti i componenti della famiglia o agli amici ai quali viene permesso di usare questo attrezzo.
- Usare l'attrezzo solo su una superficie piana e ricoprire il pavimento o la moquette sotto l'attrezzo per evitare danneggiamenti.
- Assicurarsi che chi usa l'attrezzo abbia capito bene le istruzioni, sorvegliando le prime fasi dell'allenamento. La guida utente deve trovarsi sempre vicino all'attrezzo per una rapida consultazione, in caso di necessità.
- Assicurarsi che l'attrezzo venga usato solo da persone di età superiore a 16 anni, e da persone che siano in buone condizioni fisiche.
- Indossare sempre un abbigliamento idoneo all'attività sportiva e che non ostacoli i movimenti.
- Utilizzare scarpe da ginnastica o da corsa con suola pulita, priva di terra o sassi.
- Quando l'attrezzo viene impiegato da un utilizzatore, coloro che sostano accanto devono mantenere mani e piedi lontano dalle parti in movimento.
- Quando, durante la corsa, si avvertono giramenti di testa, dolore toracico o sensazione di affanno, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare il proprio medico.
- Controllare periodicamente il serraggio della bulloneria, nonché l'integrità di tutte le parti dell'attrezzo.
- È consigliato, prima di affrontare un allenamento con questo prodotto, togliere i gioielli quali: braccialetti, anelli, collane, orologi e orecchini. Questo per prevenire eventuali interferenze con le prese del manubrio, o eventuali reazioni allergiche in presenza di sudorazione.
- NON installare l'attrezzo all'interno di centri fitness o in ambienti adibiti al commercio o al noleggio, questo attrezzo non è progettato per un utilizzo intensivo in attività professionale o per scopi riabilitativi.
- NON appoggiare bicchieri o bottiglie contenenti bevande vicino o sopra all'attrezzo.
- NON rovinare la console e le parti plastiche dell'attrezzo, con oggetti appuntiti, spazzole o spugne abrasive, o sostanze chimiche aggressive.
- NON smontare parti dell'attrezzo, tranne nel caso in cui l'operazione sia specificata nella guida utente.
- NON spostare l'apparecchio con la spina di alimentazione inserita.
- NON tirare il cavo di alimentazione per staccare la spina dalla presa di corrente.
- NON collocare l'attrezzo in scantinati, terrazzi, cantine, zone umide in genere, non lasciarlo esposto ad agenti atmosferici (pioggia, sole, ecc).
- NON permettere a bambini o ad animali domestici di avvicinarsi all'attrezzo. Collocare l'attrezzo all'interno di una stanza chiusa a chiave quando questi non viene utilizzato.
Durante l'uso è vietato l'avvicinamento di animali domestici o bambini. Il movimento a forbice delle pedane e il movimento ellittico possono comportare rischi di schiacciamento per le mani e i piedi.
- NON usare mai l'attrezzo se danneggiato o con il cavo di alimentazione rovinato. In caso di guasto e/o cattivo funzionamento dell'attrezzo spegnerlo e non manometterlo. Per l'eventuale riparazione rivolgersi solamente ad un centro di assistenza specializzato.
- NON indossare un abbigliamento in materiale inadatto e che impedisca la traspirazione durante l'allenamento. L'impiego di indumenti inadeguati può comportare problemi di natura igienica e anche la possibilità di creare cariche elettrostatiche.
- NON utilizzare mai scarpe sporche e utilizzate per correre in ambiente esterno oppure scarpe con suola scolpita normalmente impiegate per trekking o trail running.

USO PREVISTO E NON PREVISTO - CONTROINDICAZIONI

Questo attrezzo per uso sportivo consente di riprodurre un allenamento articolare simile al quello della marcia nordica o allo sci da fondo, grazie ad un movimento fluido e morbido che evita alle articolazioni traumi da impatto col suolo, sollecitando in modo armonico sia la parte inferiore del corpo che la parte superiore, compreso il tronco e la schiena, permettendo un allenamento adatto a tutti i livelli.

E' indispensabile seguire tutte le istruzioni e le avvertenze contenute in questa guida per poter essere sicuri di allenarsi in sicurezza, sforzi intensi e prolungati richiedono una buona condizione fisica e per questo motivo **l'uso dell'attrezzo è vietato alle seguenti persone:**



- a coloro che non si sono rivolti al proprio medico curante per la verifica dello stato fisico prima di cominciare un programma di allenamento al simulatore di corsa;
- ai minori di 16 anni;
- a coloro il cui peso sia superiore a quello indicato sulla targhetta di identificazione e nei dati tecnici;
- alle donne al sesto mese di gravidanza;
- a coloro che soffrono o hanno sofferto di malattie del cuore e/o dei reni;
- ai diabetici;
- ai portatori di malattie dell'apparato respiratorio.

Prima di iniziare un programma di allenamento consultare il medico, indipendentemente dall'età e soprattutto in caso di sovrappeso, pressione alta e malattie cardiache.



Nei seguenti casi, il costruttore/distributore del prodotto si ritiene sollevato da ogni responsabilità:

- utilizzo improprio non contemplato sulla guida
- irregolarità della tensione di rete
- carenze nella manutenzione programmata;
- interventi non autorizzati;
- utilizzo di ricambi non originali;
- inosservanza delle istruzioni.

Questa guida contiene tutte le informazioni per l'installazione, la manutenzione e l'uso corretto del prodotto. L'utilizzatore del prodotto e gli eventuali altri amici e componenti della famiglia che ne faranno uso, hanno l'obbligo di leggere con la massima attenzione le informazioni contenute in questa guida per poter così eseguire una installazione sicura e un impiego corretto.

Osservare le indicazioni contenute nella guida garantisce la massima sicurezza personale ed una maggiore durata del prodotto stesso.

Le avvertenze di sicurezza e le parti di testo rilevanti sono state evidenziate in neretto e sono precedute da simboli qui di seguito illustrati e definiti.



Le informazioni evidenziate da questo simbolo segnalano PERICOLO, prestate la massima attenzione per evitare lesioni personali.



Le informazioni evidenziate da questo simbolo segnalano CAUTELA, prestate la massima attenzione per evitare danni al prodotto

NOTA:

I disegni contenuti nella guida hanno lo scopo di semplificare e rendere più intuitivi gli argomenti trattati.

Tuttavia, a causa di un costante aggiornamento dei prodotti, è possibile che taluni di questi disegni siano differenti dal prodotto acquistato; in tale eventualità si ricorda che si tratta di aspetti estetici e che la sicurezza e le informazioni sulla stessa restano comunque garantite.

Il costruttore persegue una politica di costante sviluppo ed aggiornamento e può apportare modifiche alle parti estetiche del prodotto senza alcun preavviso.

CARATTERISTICHE TECNICHE DEL PRODOTTO

SISTEMA DI FRENAGGIO :	a induzione magnetica con volano integrato
REGOLAZIONE DELLA RESISTENZA :	20 livelli a regolazione elettrica
PRESTAZIONI DELLA CONSOLE :	tempo, distanza, intensità, calorie, pulsazioni, watt, RPM, Pace
	5 programmi pre-impostati, programma Manuale, 2 programmi Utente, 2 programmi HRC
VALORE MASSA VOLANICA :	13,5 + 14,5 kg
PASSO :	457 ÷ 610 mm
PESO NETTO :	125.2 kg
PESO LORDO :	142.6 kg
PESO MASSIMO UTENTE :	150 kg
DIMENSIONI PRODOTTO (LxPxh) :	2145 x 815 x 1800 mm
DIMENSIONI IMBALLO (LxPxh) :	1930 x 570 x 1000 mm
ALIMENTAZIONE :	230 VAC - 50 Hz - 500 W
RILEVAZIONE CARDIACA :	sensori rilevazione pulsazioni cardiache e ricevitore HR (*1)
INTERFACCIA BLUETOOTH :	modulo integrato v. 4.0 - Disponibile Sole Fitness App (*2)
INGRESSO AUDIO :	presa jack Ø2.5 + interfaccia Bluetooth
USCITA AUDIO :	presa jack Ø2.5 per cuffia
PRESA USB :	presa di ricarica dispositivi con alimentazione USB compatibile
CONFORMITA' :	Norme : ISO EN 20957-1 - EN 957-9 (classe HB)
	Direttive: 2001/95/CE, 2014/30/UE, 2014/35/UE, 2011/65/UE

(*1) il ricevitore HR wireless è compatibile con i trasmettitori marcati Polar® del tipo non codificato mod. T34. Un trasmettitore a fascia toracica Sole Fitness viene fornito con il prodotto. In alternativa, è possibile impiegare una fascia toracica bluetooth.

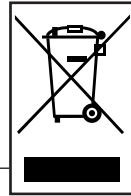
(*2) APP compatibili: Fitbit, Health, Record, MapMyFitness, MyFitnessPal, Kinomap.

TARGHETTE SUL PRODOTTO

La targhetta di identificazione del prodotto riporta i dati principali, e il numero di serie che occorre comunicare in caso di richiesta assistenza.

INTERGYM Via Emilia, 72/A - 47921 - Rimini - (RN) - ITALY			
Modello		Classe	
Numero di serie		Anno	
Tensione	Frequenza	Potenza	Peso
VAC	Hz	W	kg
Peso utente max		Made	
kg			

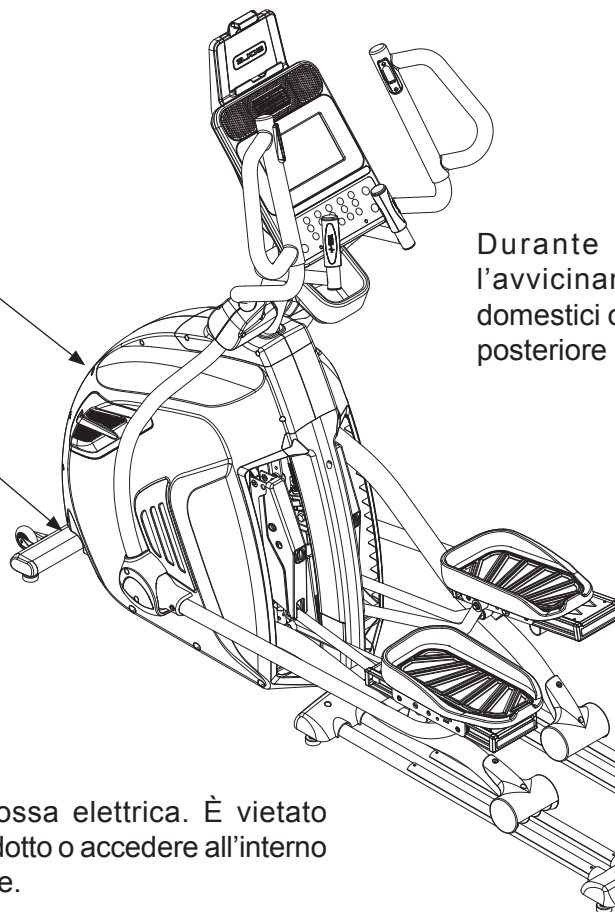
CE
RoHS
compliant



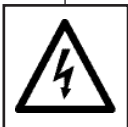
Il simbolo di cestino dei rifiuti barrato, indica che il prodotto è realizzato in conformità alle direttive comunitarie per il trattamento e lo smaltimento di sostanze pericolose in apparecchiature elettriche ed elettroniche. Lo smaltimento del prodotto deve essere effettuato separatamente dai rifiuti urbani.



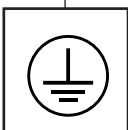
Prima di utilizzare il prodotto leggere attentamente questa guida contenente le istruzioni per l'uso in sicurezza.



Durante l'uso è vietato l'avvicinamento di animali domestici o bambini nell'area posteriore dell'attrezzo.



Pericolo di scossa elettrica. È vietato smontare il prodotto o accedere all'interno del vano motore.



La presa elettrica di rete deve essere adatta alla spina fornita con il prodotto (di tipo Schuko) e deve disporre del terminale di messa a terra.



Prima di utilizzare il prodotto verificare il proprio stato di salute consultando il medico personale.

DOVE INSTALLARE IL PRODOTTO

CARATTERISTICHE DELL'AMBIENTE:

- L'ambiente idoneo per l'installazione e la conservazione del prodotto deve essere:
 - un ambiente domestico,
 - coperto e sufficientemente ampio,
 - dotato di una presa elettrica adatta,
 - dotato di illuminazione artificiale e naturale adatta,
 - dotato di una o più finestre di aerazione,
 - con temperatura operativa tra 5°C e 32°C,
 - con umidità relativa percentuale tra 20% e 90%.

L'attrezzo NON deve essere installato all'aperto o in locali umidi o esposti ad atmosfera salina.

CARATTERISTICHE DEL PAVIMENTO:

- Il suolo idoneo per la collocazione del prodotto deve essere:
 - con pavimentazione perfettamente in piano,
 - con solaio di portata adeguata al peso del prodotto.

La pavimentazione realizzata in materiali di pregio (ad esempio: moquettes o parquet) DEVE essere protetta con una lastra di gomma o dei ritagli di feltro nelle zone d'appoggio.

REQUISITI DEL LOCALE D'INSTALLAZIONE:

- Il locale prescelto per l'installazione NON deve contenere :
 - fonti di disturbo e interferenza elettromagnetica quali: televisori, motori elettrici, antenne, linee di alta tensione, trasmettitori in radiofrequenza, reti Wi-Fi, ecc...;
 - fonti di calore (ad esempio vicino ad un termosifone o nei pressi di una finestra).

REQUISITI DI SICUREZZA:

- È necessario installare il prodotto in una camera che disponga di porta con serratura, in modo che non sia accessibile a bambini o animali domestici.

APRIRE LA SCATOLA

L'imballo è costituito da una scatola in cartone chiusa con punti metallici e nastri di reggiatura montata su pallet. Il prodotto imballato può essere sollevato da 4 persone poste alle estremità, ma dato il peso elevato, per il sollevamento e la movimentazione è consigliato impiegare adatti dispositivi meccanici o elettromeccanici, a tal scopo è opportuno che il trasporto, il sollevamento e la movimentazione del prodotto sia eseguito da aziende specializzate nella movimentazione dei carichi.

Quando si depone la scatola sul pavimento rispettare l'indicazione "Lato Alto", segnalato dalla freccia apposita stampata sul cartone.

Per aprire la scatola, tagliare i nastri di reggiatura con delle forbici, poi con una pinza rimuovere ed eliminare i punti metallici di chiusura.



Si consiglia di non danneggiare l'imballo originale ed eventualmente di mantenerlo; questo nell'eventualità che il prodotto presenti dei difetti e sia necessario la riparazione in garanzia.

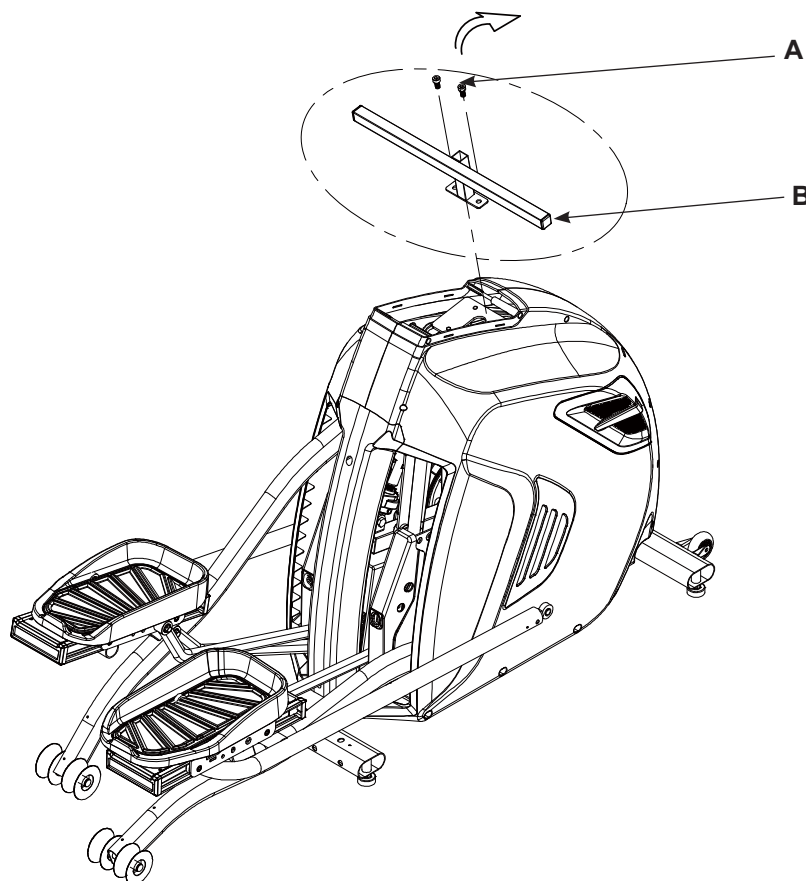


L'imballo è realizzato in materiale riciclabile; per lo smaltimento degli elementi da imballo rispettare le norme locali per il recupero dei materiali riciclabili. Gli elementi dell'imballo (cartone e sacchetti), non devono essere lasciati alla portata dei bambini, in quanto potenziali fonti di pericolo.

Dopo aver tolto il prodotto dalla scatola, verificate eventuali danni subiti durante il trasporto e controllate la presenza di tutta la ferramenta di montaggio illustrata nella pagina successiva.

Prima di eseguire le operazioni di montaggio è necessario rimuovere dal corpo principale la staffa a impiegata per il bloccaggio degli elementi mobili durante la fase di trasporto del prodotto.

Svitare le due viti **A** tramite il giravite fornito quindi rimuovere la staffa **B**.



FERRAMENTA DI MONTAGGIO

1



186. Rondella spaccata
3/8"x2T (4 pz.)



150. Vite
M5 x 10 mm (6 pz.)



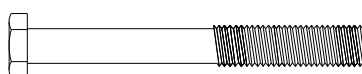
176. Rondella piana
3/8"x19x1.5T (6 pz.)



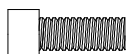
137. Bullone
3/8"x2-1/4" (2 pz.)



187. Rondella curva
3/8"x23x2T (4 pz.)



139. Bullone
3/8"x3-3/4" (4 pz.)

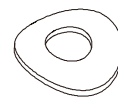


145. Vite
3/8"x3/4" (4 pz.)

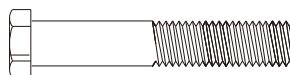
3



176. Rondella piana
3/8"x19x1.5T (8 pz.)



187. Rondella curva
3/8"x23x2T (4 pz.)



138. Bullone
3/8"x2-1/4" (6 pz.)

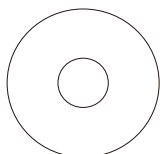


165. Dado autobloccante
3/8"x 7T (6 pz.)

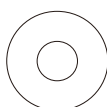


97. Passacavo (2 pz.)

2



175. Rondella piana
3/8"x30x2.0T (2 pz.)



180. Rondella piana
5/16"x20x1.5T (2 pz.)



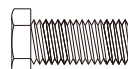
204. Rondella elastica
Ø25 mm (2 pz.)



168. Dado autobloccante
5/16"x 9T (2 pz.)



134. Bullone
5/16"x1-1/4" (2 pz.)



136. Bullone
3/8"x 3/4" (2 pz.)

4



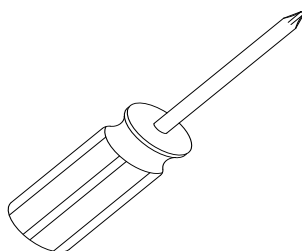
153. Vite autofilettante
Ø3.5x12 mm (12 pz.)



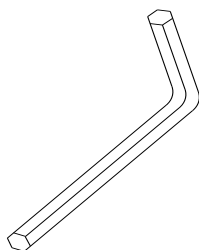
154. Vite
Ø4x15 mm (2 pz.)



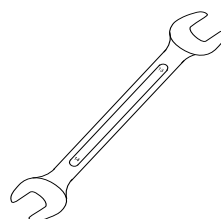
152. Vite
M5x15 mm (14 pz.)



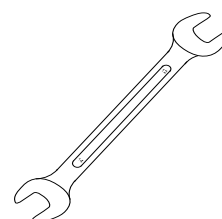
192. Giravite a croce



193. Chiave esagonale M8



194. Chiave aperta 13/14



195. Chiave aperta 12/14

MONTAGGIO DEL PRODOTTO

1a) Montaggio guide, montante manubrio e console

- Dopo avere aperto l'imballo originale del prodotto, con l'aiuto di altre due persone, sollevare il corpo principale pre-assemblato e posizionarlo sul pavimento nel luogo scelto per l'installazione del prodotto. Togliere tutto il materiale di montaggio contenuto nel cartone e distenderlo sul pavimento, pronto per essere assemblato.
- Rispettando l'orientamento illustrato, collegare le guide posteriori **2** alla barra d'appoggio centrale del corpo principale, allineando i fori di fissaggio e portando in appoggio le ruote di scorrimento.
- Fissare le guide posteriori serrando lateralmente attraverso la barra d'appoggio centrale, quattro bulloni **139** [3/8"×3-3/4"] corredati di rondelle piane **187** [3/8"×23×2T] e serrando dalla parte superiore due bulloni **137** [3/8"×2-1/4"] corredati di rondelle piane **176** [3/8"×19×1.5T].

1a



176. Rondella piana
3/8"×19×1.5T - (2 pz.)



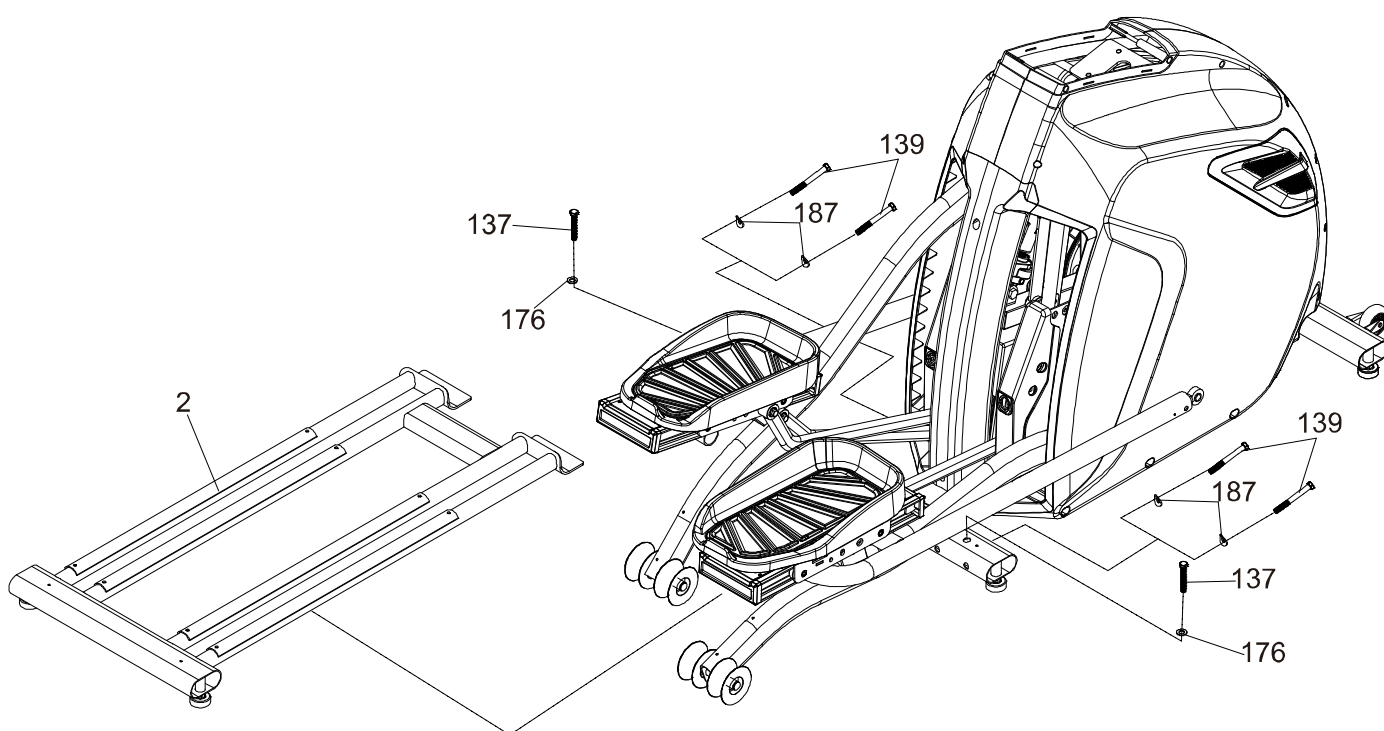
137. Bullone
3/8"×2-1/4" (2 pz.)



187. Rondella curva
3/8"×23×2T (4 pz.)



139. Bullone
3/8"×3-3/4" (4 pz.)



1b) Montaggio tubo di supporto manubrio e console



Durante le operazioni per il fissaggio del tubo di supporto del manubrio al corpo principale, fate attenzione a non schiacciare o tagliare tra i tubolari, il cavo di collegamento della console.

- Avvicinare il tubo di supporto manubrio **12** all'attacco predisposto sul corpo principale e infilare il connettore **68** con il cablaggio di collegamento della console attraverso il tubo di supporto **12** fino a farlo fuoriuscire dall'estremità superiore, come illustrato.

*Per guidare agevolmente il connettore **68** attraverso il tubo di supporto, si consiglia di legarlo ad un cavo rigido (lungo almeno 80 cm), così da poterlo tirare dal foro superiore del tubo di supporto.*

- Fissare il montante manubrio **12** nell'attacco predisposto sul corpo principale tramite quattro viti **145** [3/8"x3/4"] corredate da rondelle spaccate **186** [3/8"x2T] e da rondelle piane **176** [3/8"x19x1.5T] impiegando la chiave esagonale **193**.
- Fissare il porta-borraccia **206** sotto la piastra di fissaggio della console serrando due viti **150** [M5 x 10mm] impiegando il giravite a croce **192**.

*Il porta-borraccia **206** deve essere fissato prima della console **55**.*

- Avvicinare la console **55** e collegare sul lato posteriore il connettore **68** del cablaggio principale e i due connettori dei sensori di rilevazione pulsazioni cardiache **58**. Collegare anche i connettori dei pulsanti remoti di regolazione intensità **61** (cavo rosso) e lunghezza falcata **62** (cavo bianco).
- Fissare la console **55** sulla piastra di fissaggio sull'estremità del tubo di supporto **12** serrando quattro viti **150** [M5 x 10mm], impiegando il giravite a croce **192**.

1b



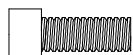
186. Rondella spaccata
3/8"x2T (4 pz.)



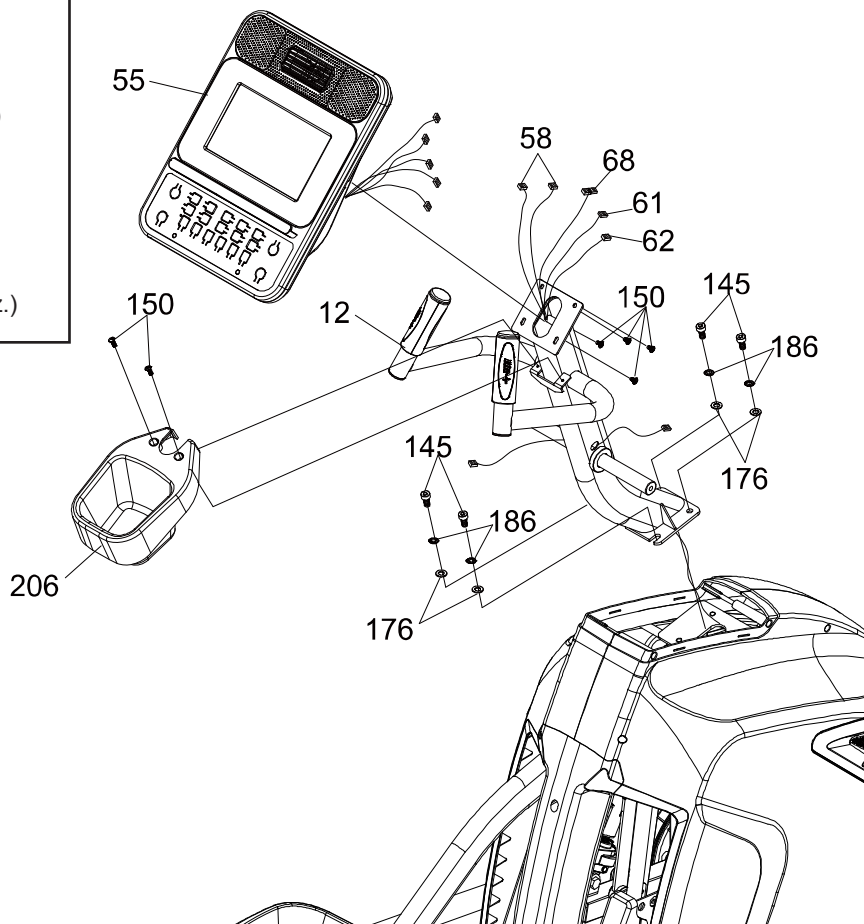
150. Vite
M5 x 10 mm (6 pz.)



176. Rondella piana
3/8"x19x1.5T - (4 pz.)



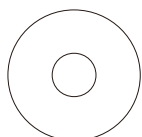
145. Vite
3/8"x3/4" (4 pz.)



2) Montaggio braccio destro e braccio sinistro

- Inserire una rondella elastica **204** [Ø25 mm] in ciascuno dei due perni fulcro di rotazione dei bracci, posti al centro del tubo di supporto manubrio **12**.
- Rispettando l'orientamento illustrato, inserire nei due perni al centro del manubrio **12**, il braccio destro **14** e sinistro **13**. Inserire poi in ciascun perno una rondella **175** [3/8"×30×2.0T], fissare quindi ciascun braccio serrando un bullone **136** [3/8"×3/4"].
- Allineare il foro di fissaggio dell'estremità inferiore del braccio destro **14** con la gamba di collegamento destra **9**, quindi unire i due elementi serrando un bullone **134** [5/16"× 1-1/4"] con un dado autobloccante **168** [5/16"×9T] corredato da una rondella piana **180** [5/16"×20×1.5T].
- Ripetere l'operazione precedentemente eseguita anche per il fissaggio del braccio sinistro **13** con la gamba di collegamento sinistra **8**.

2



175. Rondella piana
3/8"×30×2.0T (2 pz.)



180. Rondella piana
5/16"×20×1.5T (2 pz.)



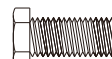
204. Rondella elastica
Ø25 mm (2 pz.)



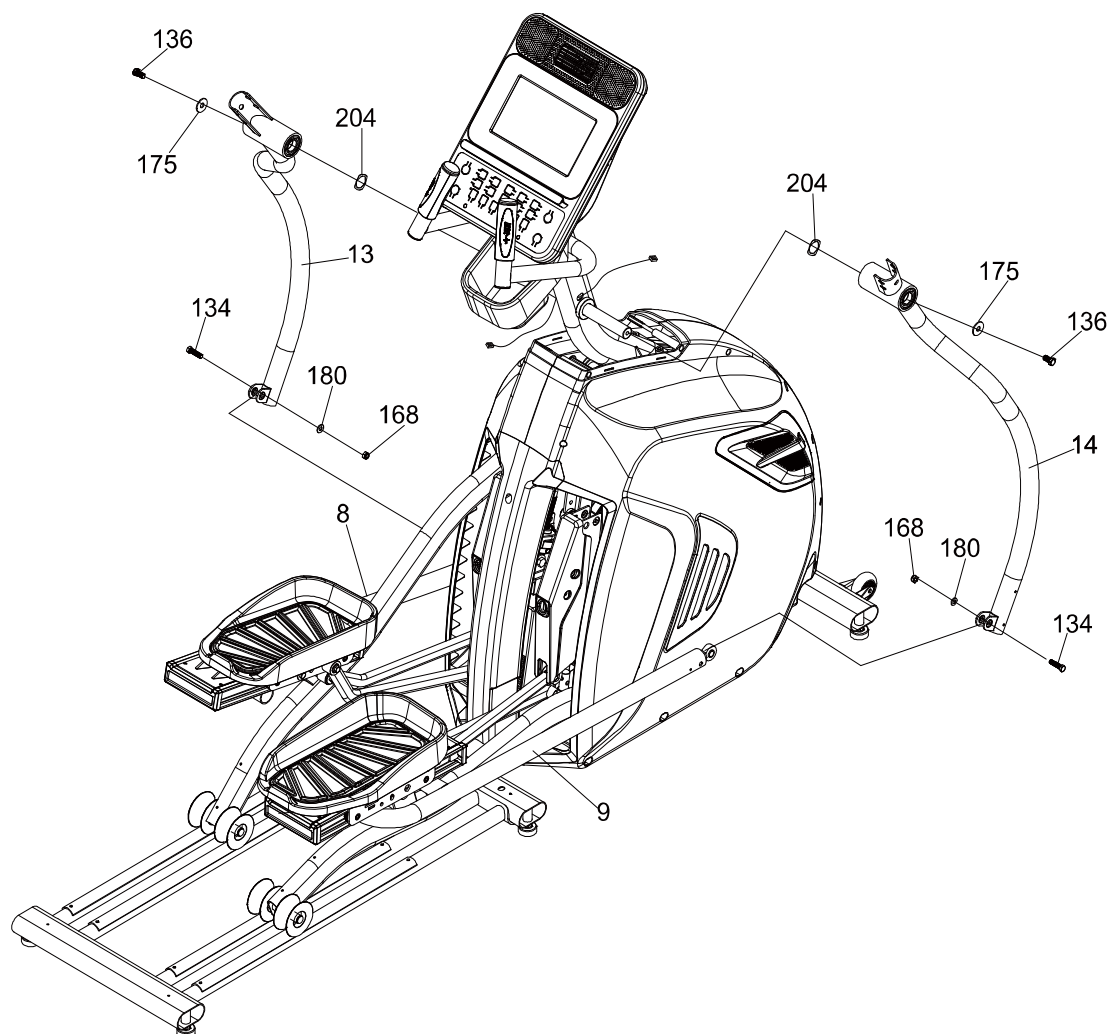
168. Dado autobloccante
5/16"× 9T (2 pz.)



134. Bullone
5/16"×1-1/4" (2 pz.)

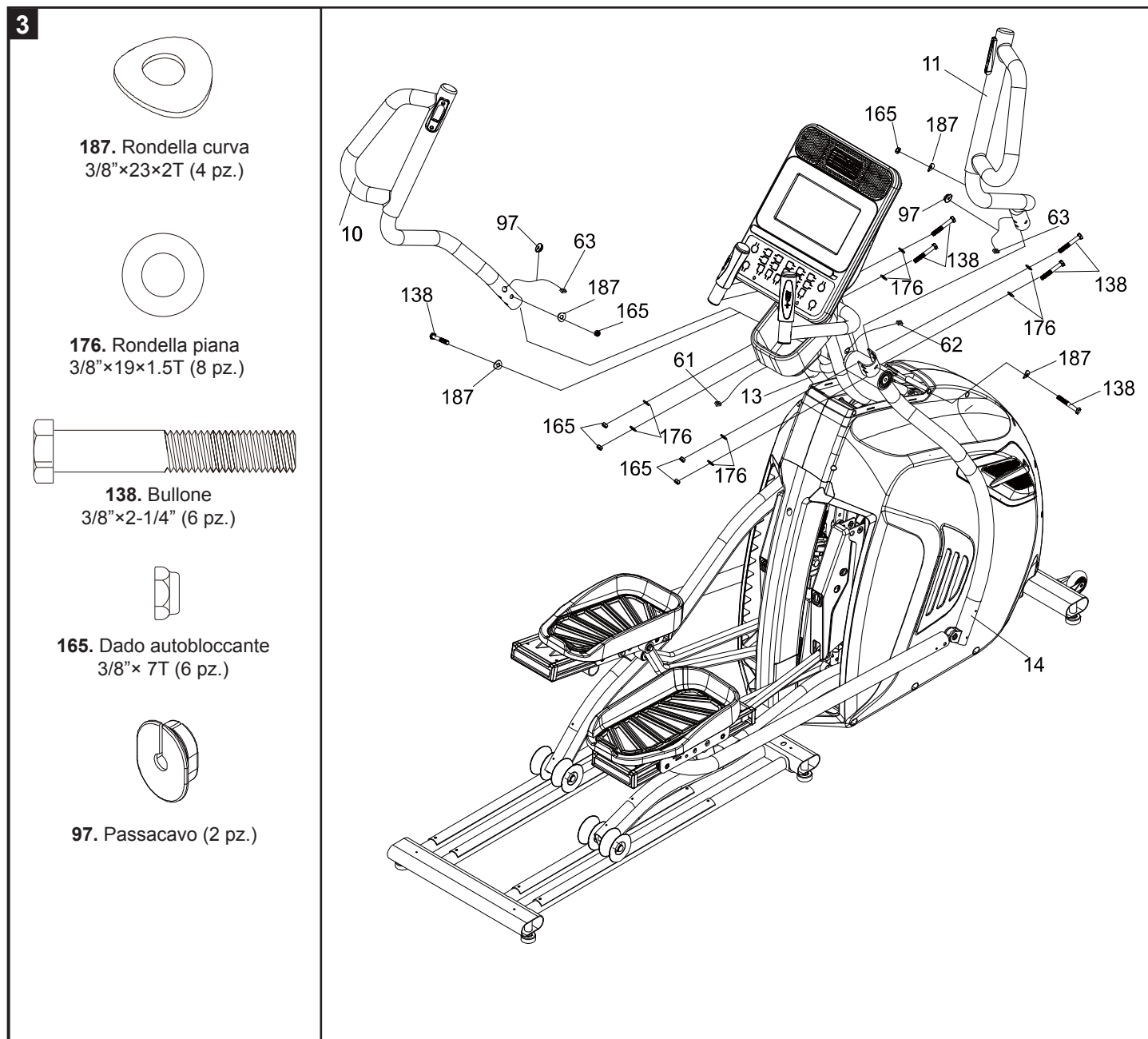


136. Bullone
3/8"× 3/4" (2 pz.)



3) Montaggio impugnature

- Collegare l'impugnatura destra **11** nello scasso all'estremità superiore del braccio destro **14**, quindi fissarla serrando nel modo raffigurato un bullone **138** [3/8"x2-1/4"] corredato di rondella curva **187** [3/8"x23x2T] con un dado autobloccante **165** [3/8"x7T] corredato di rondella curva **187** [3/8"x23x2T]. Serrare inoltre due bulloni **138** [3/8"x2-1/4"] corredati ciascuno di una rondella piana **176** [3/8"x19x1.5T] con due dadi autobloccanti **165** [3/8"x7T] corredati ciascuno di una rondella piana **176** [3/8"x19x1.5T].
- Ripetere le procedure di fissaggio dell'impugnatura destra **11** per il fissaggio dell'impugnatura sinistra **10**.
- Collegare il connettore **63**, dell'impugnatura sinistra (pulsanti regolazione intensità), al connettore **62**, in uscita dalla console. Collegare il connettore **63**, dell'impugnatura destra (pulsanti regolazione falcata), al connettore **61**, in uscita dalla console.
- I connettori accoppiati, **63/62** e **63/61**, vanno infilati nei fori ai lati del tubo di supporto **12** e ben nascosti all'interno assieme ai rispettivi cablaggi. Far passare il due cavi **63** nello scasso dei passacavi **97** quindi innestare i due passacavi nei fori del supporto **12**.

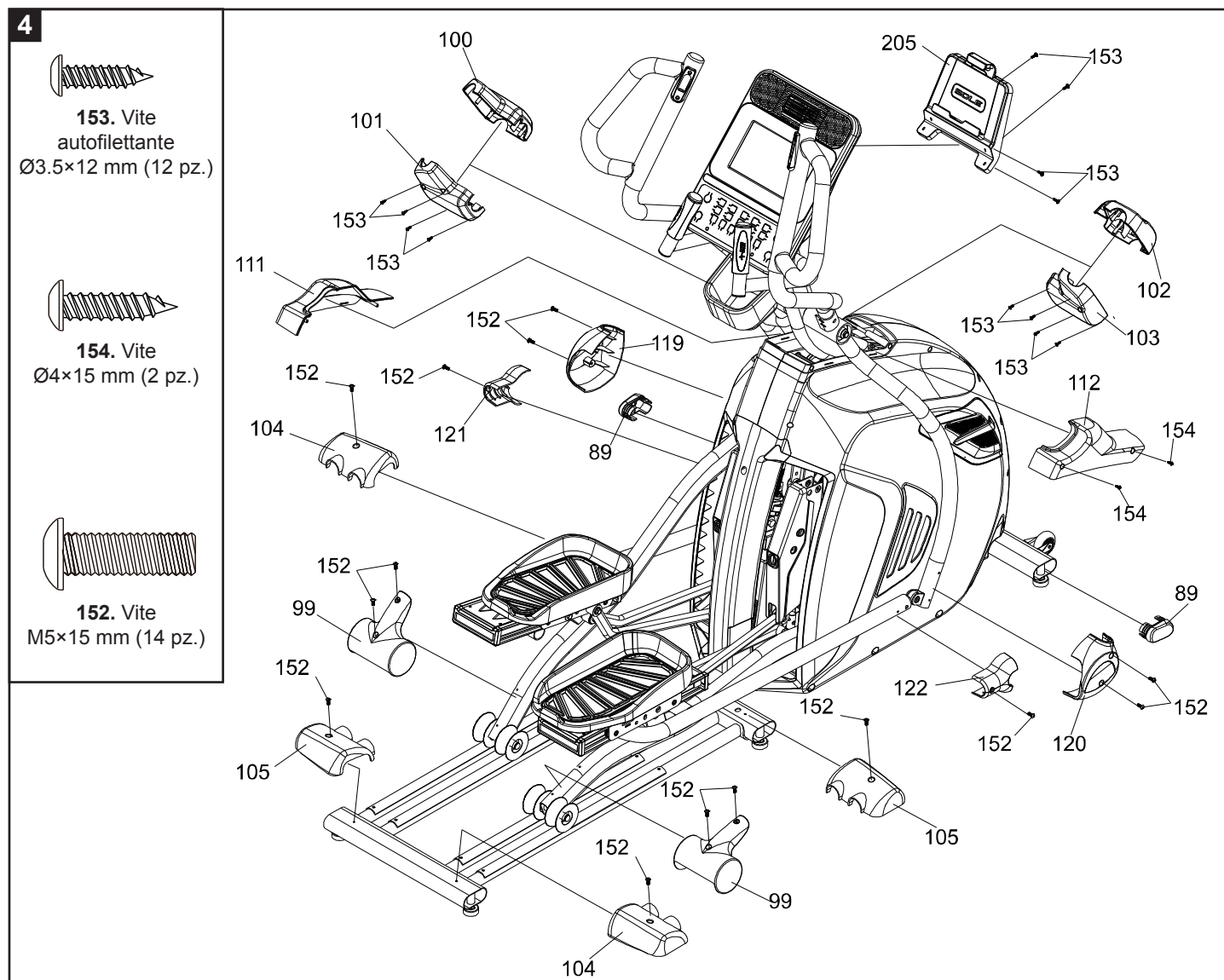


4) Montaggio rivestimenti e coperture plastiche

- Fissare il rivestimento **122** alla gamba dx **9** serrando una vite **152** [M5x15 mm] e fissare il rivestimento superiore **120** allo snodo con il braccio dx **14** serrando due viti **152** [M5x15 mm]. Ripetere l'operazione di montaggio del rivestimento inferiore **121** sx e del rivestimento superiore sx **119** serrandoli rispettivamente alla gamba sx **8** e allo snodo con il braccio sx **13**.
- Montare le coperture **104** e **105** orientate nel verso illustrato alle estremità della barra d'appoggio centrale e fissarle con due viti **152** [M5x15 mm].
- Montare le coperture **104** e **106** orientate nel verso illustrato alle estremità della barra d'appoggio posteriore e fissarle con due viti **152** [M5x15 mm].
- Montare i rivestimenti **99** di copertura delle ruote

di scorrimento fissando ciascuno con due viti **152** [M5x15 mm].

- Montare i coperchi **102** e **103** nel fulcro del braccio destro **14** e fissarli serrando quattro viti **153** [Ø3.5x12mm]. Montare i coperchi **100** e **101** nel fulcro del braccio sinistro **13** e fissarli serrando quattro viti **153** [Ø3.5x12mm].
- Montare a pressione due tappi ovali **89** alle estremità della barra di appoggio anteriore.
- Accoppiare ai lati della console, la mascherina dx **112** e la mascherina sx **111** e fissarli con due viti **154** [Ø4x15mm].
- Fissare il supporto tablet **205** in testa alla console **55** serrando quattro viti autofilettanti **153** [ST3,5x12 mm]; impiegare il giravite a croce **192**.



LIVELLAMENTO

- Per compensare eventuali dislivelli del pavimento agire sui piedini di livellamento **A** nel modo seguente:
 - posizionare una livella a bolla d'aria posta sulle guide **B**;
 - livellare l'attrezzo agendo prima sui piedini di livellamento posteriori;
 - una volta raggiunta la messa in bolla trasversale regolare i due piedini centrali registrando il livellamento longitudinale;
 - a livellamento ultimato controllare la stabilità dell'attrezzo anche a inclinazione massima, infine serrare il controdado di arresto di cui è fornito ciascun piedino.



Un corretto livellamento è necessario al buon funzionamento dell'attrezzo e per una maggior durata dei componenti meccanici.

SPOSTAMENTO

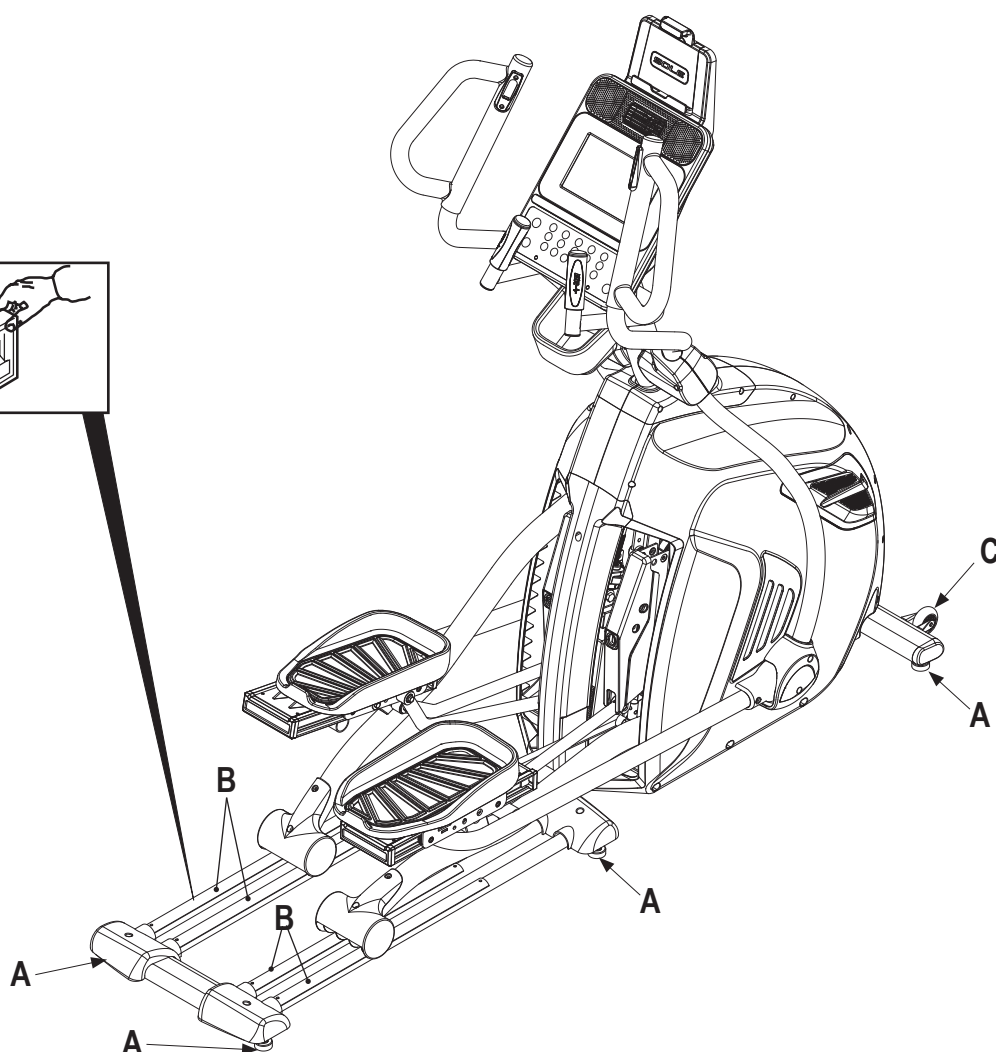
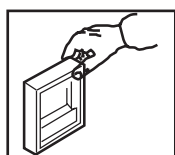
Alle estremità del piede anteriore sono alloggiati due ruote **C**.

Per i piccoli spostamenti all'interno della stanza, afferrare l'attrezzo sotto le guide posteriori sollevare la coda dell'attrezzo fino a portare le ruote in appoggio sul terreno, quindi spingere l'attrezzo in avanti.



• Dato l'elevato peso del prodotto si consiglia di eseguire l'operazione di sollevamento della coda posteriore e spostamento del prodotto sempre con l'aiuto di una seconda persona.

• Durante l'operazione di sollevamento della coda dell'attrezzo fare forza sulle gambe per evitare dolori lombari.



COLLEGAMENTO ELETTRICO

• PRIMA DI COLLEGARE LA SPINA ELETTRICA :



- controllare che l'impianto abbia caratteristiche idonee verificando i dati tecnici riportati sulla targhetta;
- controllare che la presa al muro sia adatta per il tipo di spina e che disponga di "presa di terra";
- controllare che l'interruttore di rete I sia in posizione "O" - Off.

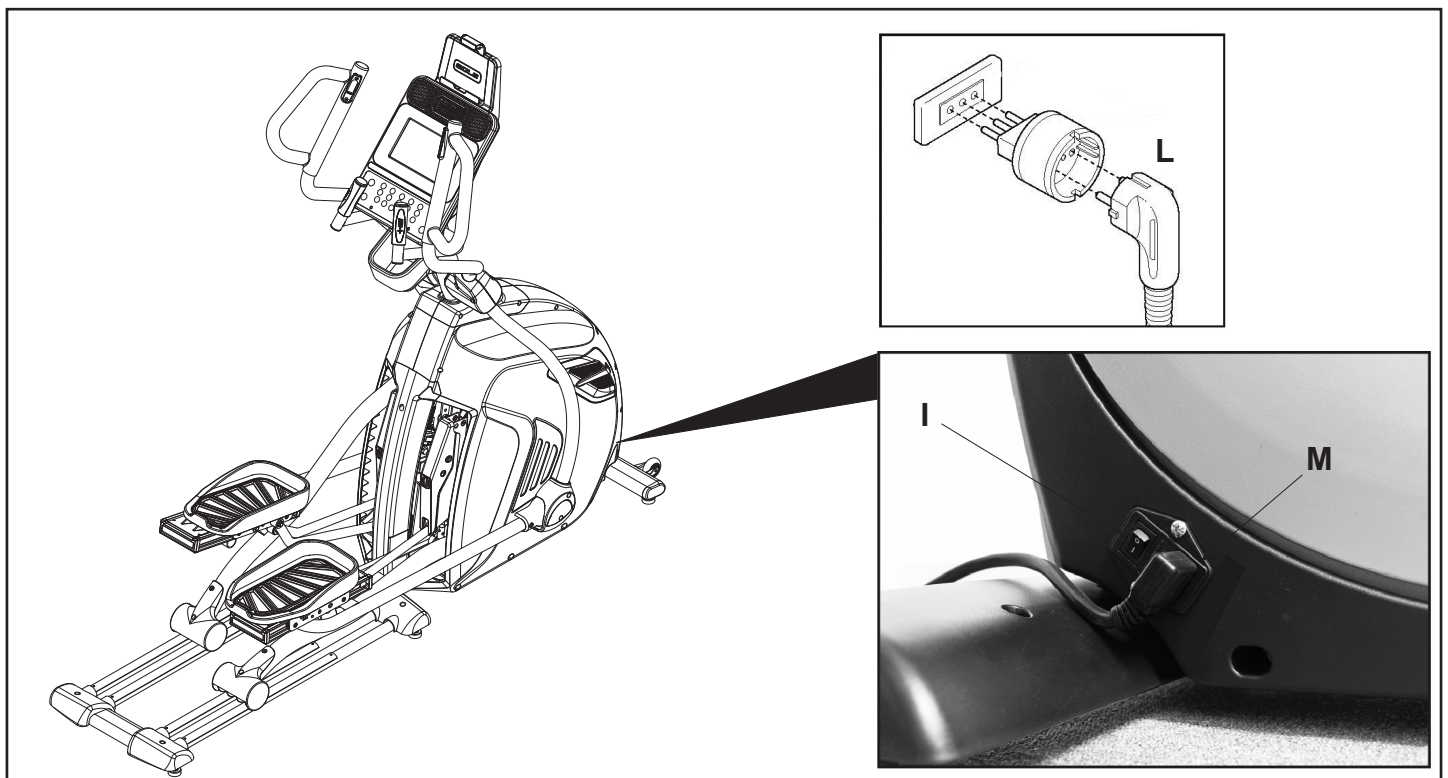
Il prodotto è corredato di cavo elettrico di alimentazione con spina elettrica di tipo Schuko **L** che deve essere collegata ad una appropriata presa a muro con tensione nominale fino a 230 VAC, dotata di messa a terra.

Nella parte anteriore dell'attrezzo si trova la presa **M** alla quale viene allacciato il cavo di rete e a fianco l'interruttore di alimentazione **I** con il quale si accende e si spegne il prodotto.

• PRECAUZIONI PER LA SPINA ELETTRICA E IL CAVO DI RETE :



- collegare la spina elettrica ad una presa da parete che sia sufficientemente distante dal prodotto per evitare cortocircuiti che potrebbero venire causati da gocce di sudore e dall'acqua;
- **NON** fare passare il cavo di rete sotto al telaio tra gli elementi mobili del sistema di inclinazione;
- **NON** utilizzare prese multiple, utilizzare solamente adattatori conformi del tipo rappresentato in figura.



IL PROGRAMMA DI ALLENAMENTO

Prima di cominciare ad utilizzare il prodotto è consigliato consultare il proprio medico per una verifica delle condizioni fisiche e per valutare con lui particolari precauzioni conseguenti alla pratica di questa attività fisica.

Per coloro che iniziano ad utilizzare il prodotto senza alcun allenamento, è necessario un approccio tranquillo, limitando le sedute di utilizzo a non più di tre settimanali e mantenendo dei tempi e delle velocità minime, sia per prendere confidenza con i comandi della plancia che per distaccarsi lentamente dalla sedentarietà.

Per coloro che già praticano attività sportiva ed intendono utilizzare il prodotto come coadiuvante dei loro esercizi, si consiglia di rivolgersi ad un personal trainer per la programmazione delle sessioni allenanti e la realizzazione della scheda di allenamento.

Monitorando le pulsazioni cardiache durante l'allenamento si può finalizzare la propria attività per 3 obiettivi:

- dimagrimento: mantenendo un regime cardiaco **tra il 60% e il 75%** si possono consumare calorie senza dover fare sforzi;
- miglioramento capacità respiratorie: mantenendo un regime cardiaco **tra il 75% e l' 85%** si possono allenare i polmoni, lavorando a regime aerobico;
- miglioramento capacità cardiovascolari: mantenendo un regime cardiaco **tra il 85% e l' 100%** si può allenare il cuore lavorando, a regime anaerobico.

L'uso del prodotto deve essere coadiuvato in tre fasi.

Riscaldamento: prima di affrontare un allenamento servendosi del prodotto è sempre bene fare alcuni esercizi per il riscaldamento e lo scioglimento dei muscoli, giusto per portare il corpo in temperatura e preparare cuore e polmoni.

Allenamento: partire a regime ridotto e dopo il riscaldamento aumentare progressivamente l'intensità dell'esercizio fino a quando il battito cardiaco raggiunge il valore di soglia desiderato.

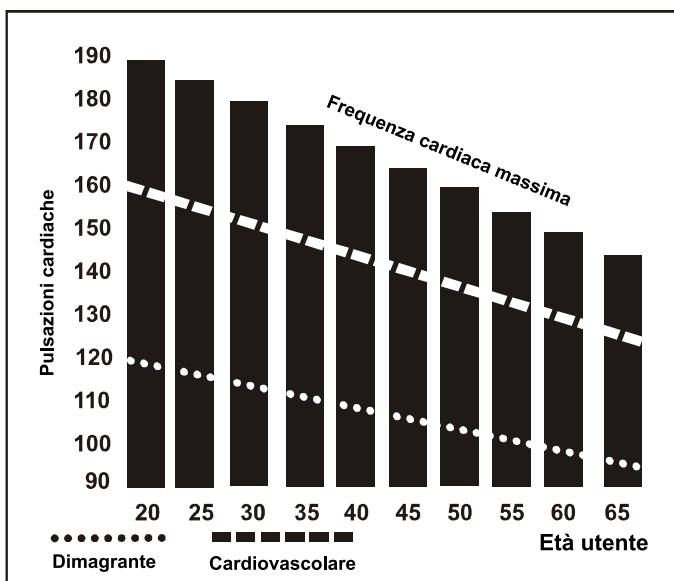
Mantenere costante la frequenza cardiaca nella fase desiderata in base al proprio "obiettivo" (dimagrimento, miglioramento capacità respiratorie oppure miglioramento capacità cardiovascolari).

Durante le prime settimane d'impiego, le sedute di allenamento non devono essere protratte per più di 20 minuti; una volta acquisita confidenza e capacità, le sedute possono essere portate fino a 60 minuti.

Raffreddamento: al termine della seduta di utilizzo del prodotto, rilassarsi praticando il defaticamento per alcuni minuti con degli esercizi di stretching.



ATTENZIONE: l'attività in regime di allenamento anaerobico è consentita solo da sportivi professionisti bene allenati.



USO DEL TRASMETTITORE A FASCIA TORACICA



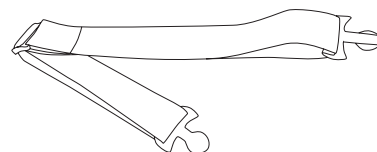
- Prima di utilizzare il trasmettitore a fascia toracica (opt) leggere con attenzione le istruzioni di questa pagina e quelle eventuali fornite dal costruttore.
- Dopo ogni utilizzo staccare il trasmettitore dalla fascia elastica, pulirli dal sudore e asciugarli accuratamente.
- Pulire il trasmettitore con un panno umido e sapone neutro, la fascia elastica deve venire lavata regolarmente, si consiglia il lavaggio in lavatrice, assieme agli indumenti sportivi, ad una temperatura inferiore a 40°.
- Fascia e trasmettitore devono essere conservati fuori da cassetti, buste chiuse o altri contenitori, si consiglia di appenderli ad una parete, in modo che sia garantita la perfetta asciugatura.
- Nel caso sul display **Pulse** compaiano cifre anomale, a causa di radiodisturbi oppure a causa di malfunzionamento della fascia o del ricevitore, è necessario evitare di utilizzare programmi HR.

Il trasmettitore a fascia toracica disponibile su richiesta è costituito da due elementi: il trasmettitore che invia i segnali radio alla plancia e la fascia elastica che permette il bloccaggio del trasmettitore al torace. Il trasmettitore è del tipo 'sigillato', la batteria integrata ha una durata dichiarata di 2500 ore in condizioni di servizio.

- 1) Agganciare un'estremità del trasmettitore alla fascia elastica.
- 2) Regolare la lunghezza della fascia elastica (in base al proprio torace), agendo sull'apposita fibbia. Posizionare la fascia elastica appena sotto ai pettorali, come mostrato, quindi agganciare l'altro capo della fascia elastica al trasmettitore.
- 3) Sollevare il trasmettitore e inumidire con le dita bagnate d'acqua gli elettrodi posti sul retro.
- 4) Verificare che la superficie con gli elettrodi aderisca bene sulla pelle.

L'indicazione delle pulsazioni cardiache misurate tramite la fascia è soltanto un valore di riferimento utile a monitorare la frequenza del cuore a seconda del regime di allenamento che si intende svolgere e per ottenere un riferimento per il consumo calorico.

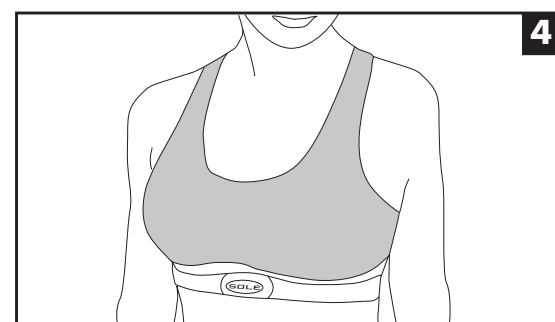
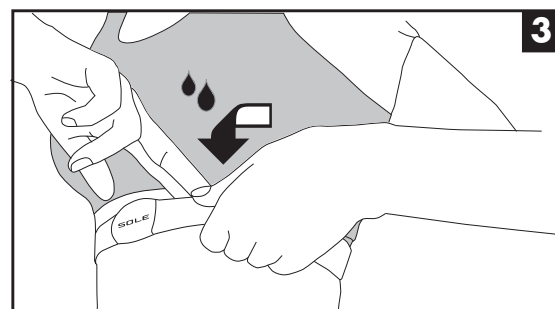
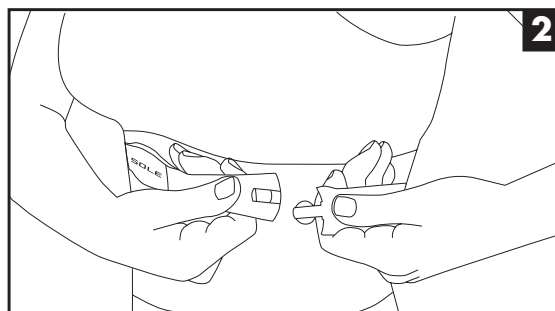
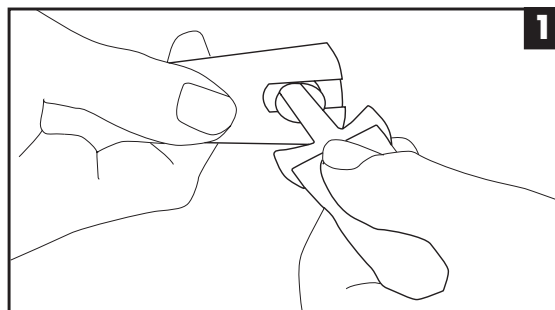
In nessun caso la misura rilevata dal trasmettitore può essere considerata come dato medico.



Fascia elastica



Trasmettitore



CONSIGLI PRATICI E SUGGERIMENTI

- Chi si accinge ad utilizzare il prodotto per la prima volta dovrà anzitutto familiarizzare con la console e studiarne il funzionamento, ma è anche importante abituarsi al particolare movimento dell'attrezzo per raggiungere un controllo muscolare corretto così da mantenere un movimento sempre fluido e continuo. All'inizio è meglio cominciare con sedute di allenamento brevi, soprattutto se si è poco allenati.
- Salire sull'attrezzo dalla parte posteriore afferrando con le mani il manubrio **A**, quindi salire con un piede sulla prima pedana **B** ed il secondo sull'altra **C**.



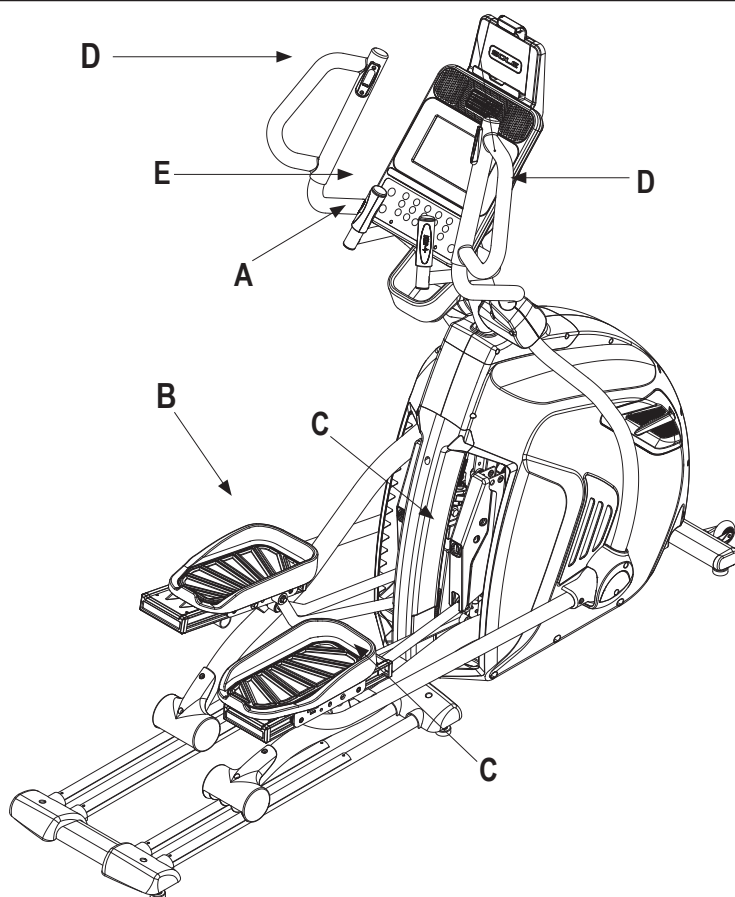
Attenzione a non perdere l'equilibrio nel momento in cui si sale sulle pedane, assicuratevi sempre una presa sicura al manubrio.

- Portare a contatto la punta dei piedi con parte anteriore delle pedane, quindi abbandonare la presa sul manubrio e afferrare le impugnature **D**, cominciare poi a spingere con le gambe sulle pedane per prendere confidenza con il ritmo dell'attrezzo.



Per una buona postura sull'attrezzo è importante mantenere la schiena ben retta, mai piegati, evitando di sbilanciare il corpo in avanti o indietro. Spingete sempre con entrambe le gambe e le braccia, coordinando il movimento, appoggiare le mani alle impugnature non produrrà alcun allenamento alla parte superiore se sfruttate solo la spinta delle gambe.

- Tramite i pulsanti sulla console si può regolare l'intensità dell'esercizio in maniera rapida e precisa. Durante l'esercizio valutare spesso il battito cardiaco, impugnando con entrambe le mani i sensori **E** per il rilevamento pulsazioni cardiache oppure indossando il trasmettitore a fascia toracica fornito su richiesta.
- Con il movimento delle impugnature si allenano i muscoli delle braccia e anche i pettorali per coadiuvare un ottimo allenamento cardiovascolare, eseguito con un ritmo armonioso e continuo.



CONSOLE DI CONTROLLO - DISPLAY

L'energia elettrica che permette il funzionamento della console e del freno magnetico di regolazione intensità proviene dall'alimentatore di rete esterno. La console è costituita principalmente da un ampio display LCD retroilluminato che consente la visualizzazione dei seguenti dati:

- **TIME** - Il TEMPO di durata dell'esercizio, partendo da zero, oppure il conteggio alla rovescia dal tempo impostato fino a zero.
- **DISTANCE** - La DISTANZA parziale accumulata dall'inizio dell'esercizio.
- **LEVEL** - Indica il LIVELLO DI INTENSITA' dell'esercizio riferito alla forza antagonista presentata dal volano sulle pedane, può essere regolato su 20 differenti livelli e viene anche mostrato sul display grafico.
- **STRIDE** - Indica la LUNGHEZZA DELLA FALCATA regolabile elettronicamente entro un range tra 18 e 24 pollici (457 e 610 mm).
- **CALORIES** - il consumo di CALORIE durante l'esercizio. (*)
- **PACE** - Mostra il RITMO MEDIO di falcate al minuto per chilometro.
- **SPEED - RPM** - la VELOCITÀ (SPEED) in km/ora e il numero delle falcate al minuto (RPM).

- **WATT** - indica l'ENERGIA sviluppata nel corso dell'esercizio.
- **PULSE** - la FREQUENZA CARDICA, rilevata impugnando i sensori posti sul manubrio centrale o tramite il trasmettitore a fascia toracica optional. Il valore viene misurato in bpm (battiti al minuto) (*).

(*) Ricordiamo che la misura indicata sul display è solamente un dato di riferimento approssimativo e in nessun caso può essere considerato come un dato di riferimento medico.

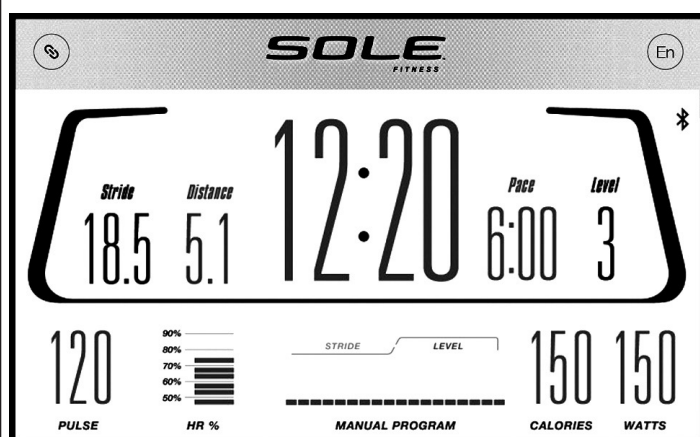
• SCHERMATA DI LAVORO

La schermata di lavoro viene visualizzata durante l'allenamento e mostra i dati relativi all'esercizio in corso, il profilo dei programmi visualizzando un grafico con l'indicazione approssimata del livello di intensità dell'allenamento e l'anello luminoso con l'indicazione dei "Giri di Pista", costituita da una serie di spie che si accendono progressivamente durante l'esercizio, a simulazione della pista da 400 metri del circuito di atletica leggera e infine il regime cardiaco indicato dalla barra HR%.

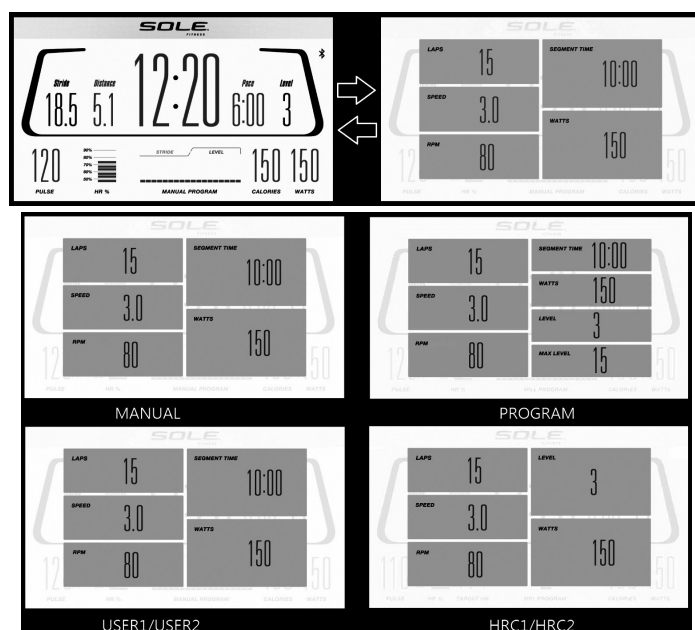
• SCHERMATA DETTAGLI

La schermata Dettagli viene mostrata in alternativa alla schermata di lavoro quando viene premuto il pulsante DISPLAY. La schermata Dettagli cambia a seconda del programma in uso e visualizza in modo chiaro i principali dati dell'esercizio in corso.

SCHERMATA DI LAVORO



SCHERMATE DETTAGLI



CONSOLE DI CONTROLLO - PULSANTI

START

Quando si vuole cominciare un esercizio in qualunque modalità, premere il pulsante "START" per fare partire il conteggio dei display e le funzioni del programma di allenamento selezionato.

STOP

- Durante l'esercizio, premere una volta il pulsante per bloccare la progressione dei dati e fare una breve pausa.

I dati relativi all'esercizio in corso vengono mantenuti memorizzati per 5 minuti.

Per ripartire con l'esercizio in pausa è sufficiente cominciare con le falcate o premere il pulsante Start.

- Durante l'esercizio, premere due volte il pulsante per terminare il programma in corso, il display Messaggi riassume i dati dell'esercizio svolto; è anche possibile salvare il profilo dell'esercizio svolto come programma *Utente (User)*.
- Mantenere premuto per qualche secondo il pulsante per azzerare tutti i dati in memoria.
- Durante la fase di impostazione dei parametri di programma, premere il pulsante per tornare indietro all'impostazione precedentemente effettuata.

PULSANTI PROGRAMMI

Premere uno dei pulsanti sulla tastiera centrale per selezionare uno dei dieci programmi di allenamento.

PULSANTE ASSOCIAZIONE FASCIA TORACICA BT

Premere il pulsante per l'associazione rapida di una fascia toracica bluetooth con la console. Quando la fascia toracica BT è associata alla console si accende la spia integrata al pulsante; in questa funzionalità non è possibile associare la App Sole Fitness.

PULSANTI UP/DOWN LIVELLO INTENSITÀ

- Durante l'allenamento agire sui pulsanti Level Up/Down per aumentare o diminuire l'intensità dell'esercizio (controllo della forza resistente).
- Durante l'impostazione dei dati agire sui pulsanti Up/Down per impostare le variabili di programma: Età, Peso, Durata e i tutti i parametri dei programmi.

PULSANTI UP/DOWN LUNGHEZZA FALCATA

- Durante l'allenamento agire sui pulsanti Up/Down per aumentare o diminuire la lunghezza della falcata regolabile elettronicamente.

ENTER

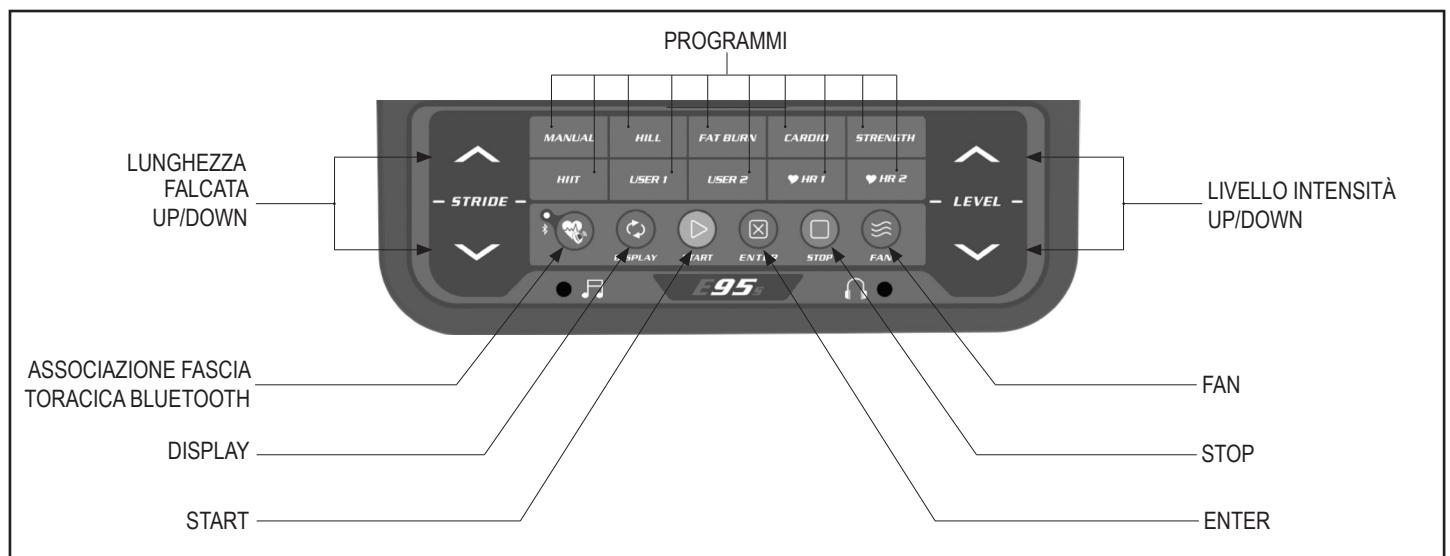
- Premere il pulsante ENTER, dopo la selezione di un programma di allenamento, per poter impostare i propri dati personali (età e peso) e l'eventuale durata del programma selezionato.
- Premere il pulsante ENTER durante l'impostazione dei programmi speciali per salvare una impostazione e passare all'impostazione successiva.

PULSANTE DISPLAY

Premendo il pulsante Display durante l'allenamento si può passare dalla schermata di lavoro a schermate di dettaglio, distinte secondo il programma selezionato; premendo una seconda volta il pulsante Display oppure attendendo 3 secondi il display ritorna alla schermata di lavoro.

FAN

Premere FAN per accendere e spegnere la ventola montata sulla testa della console.

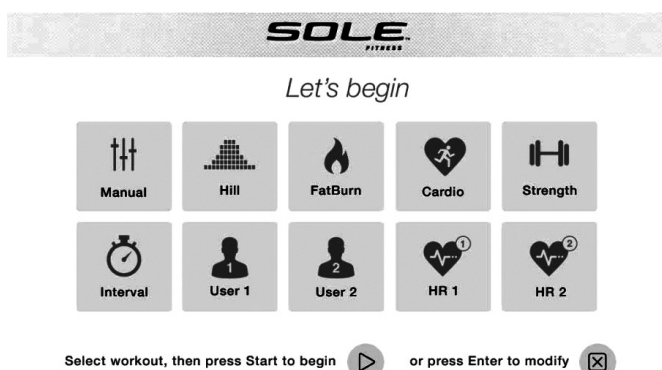
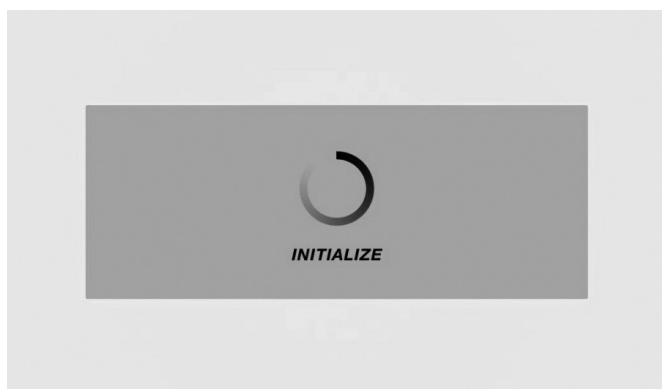


ACCENSIONE E MODALITÀ QUICK START

Collegamento alla rete elettrica e accensione:

- Inserire la spina di rete nella presa a muro più vicina all'attrezzo e accendere l'attrezzo premendo su I (ON) l'interruttore di alimentazione.
- Dopo l'accensione il display visualizza i dati relativi al tempo totale di impiego dell'attrezzo, al numero totale di chilometri percorsi e alla versione del firmware della console, quindi viene visualizzata la schermata principale che riproduce le icone dei programmi di lavoro dell'attrezzo.

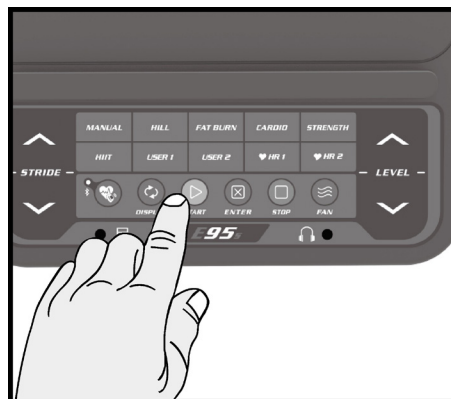
SOLE FITNESS	
TOTAL TIME	20:01:30
TOTAL DISTANCE	153.5
SOFTWARE VER.	20151111 V 1.0



Modalità Quick Start:

La modalità Quick Start è il modo più semplice e veloce per usare subito l'attrezzo.

Una volta saliti sulle pedane premere il pulsante START, per partire subito con l'allenamento.



- In modalità Quick Start i display Time, Distance, Calories, cominciano subito il conteggio partendo da zero e per tutta la durata dell'esercizio.
- Nel corso dell'allenamento, per variare l'intensità, agire sui pulsanti LEVEL UP/DOWN entro una scala di 20 livelli, oppure agire sui pulsanti STRIDE per intervenire sulla lunghezza della falcata.



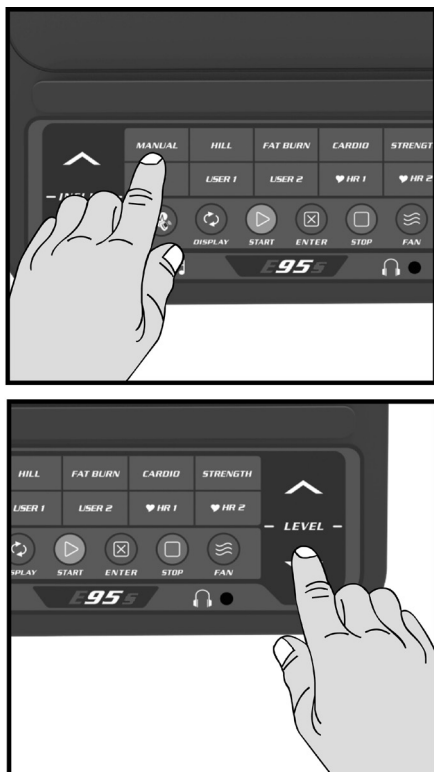
- Nel corso dell'allenamento, per alternare la visualizzazione dei dati della schermata di lavoro con quelli della schermata di dettaglio premere il pulsante DISPLAY, dopo 3 secondi il display tornerà alla schermata di lavoro.

NOTA: Il display Pulse visualizza le pulsazioni al minuto quando vengono impugnati i sensori di rilevazione pulsazioni sul manubrio oppure quando viene indossata la fascia toracica (optional).

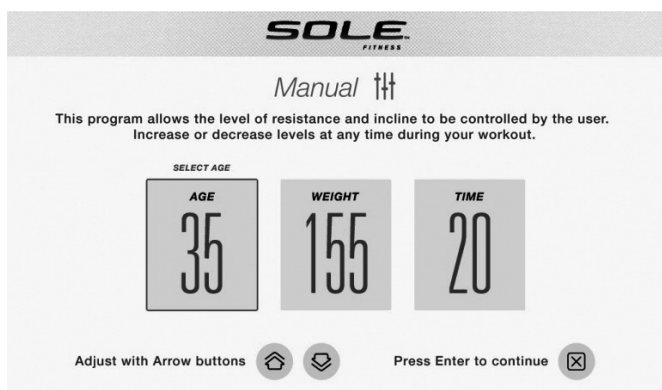
- Nel corso dell'allenamento la schermata di lavoro visualizza il profilo dell'esercizio e l'anello con i "Giri di Pista".

MODALITÀ MANUALE

In modalità manuale l'esercizio non viene gestito dalla console ed è possibile effettuare variazioni in qualunque momento.



- Dalla schermata principale premere il pulsante **MANUAL** e premere **ENTER** per confermare. Si può partire immediatamente con il programma premendo **START**, verranno così assunti i dati di età, peso, durata riferiti all'ultima impostazione, oppure impostare nuovamente i dati richiesti:

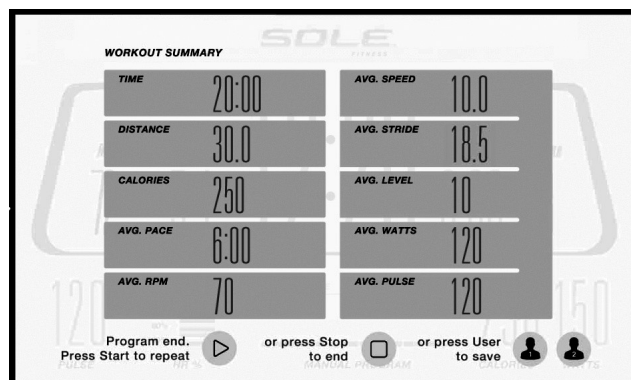


- Impostare i campi di **AGE** (età), **WEIGHT** (peso) e **TIME** (durata) tramite i pulsanti **LEVEL UP/DOWN** e premere il pulsante **ENTER** per confermare.
- Terminata l'impostazione dei dati di programma premere il pulsante **START** per avviare l'esercizio.

- Il programma Manuale parte con un livello di intensità basso (livello 1), questo permette di cominciare con la fase di "Riscaldamento" nella quale si preparano i muscoli per l'esercizio che deve essere mantenuta per almeno 2 minuti. In ogni momento è possibile aumentare o diminuire l'intensità dell'esercizio agendo sui pulsanti **LEVEL UP/DOWN** e **STRIDE UP/DOWN**.
- Nel corso dell'allenamento, per alternare la visualizzazione dei dati della schermata di lavoro con quelli della schermata di dettaglio premere il pulsante **DISPLAY**, dopo 3 secondi il display tornerà alla schermata di lavoro.
- L'esercizio può essere fermato in modalità **PAUSA** in qualunque momento premendo il pulsante **STOP**.



- Terminato l'esercizio viene visualizzato un sommario con i dati complessivi dell'allenamento, quindi si può ripartire con un nuovo esercizio premendo il pulsante **START**, oppure potete memorizzare l'allenamento appena svolto e trasformarlo in un programma personalizzato premendo il pulsante **CUSTOM** oppure tornare alla schermata principale premendo il pulsante **STOP**.



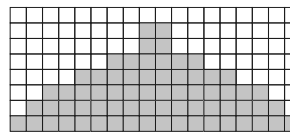
PROGRAMMI PRE-IMPOSTATI

Esistono 5 distinti programmi pre-impostati, ogni programma è studiato per obiettivi di allenamento differenti e dopo avere impostato il valore massimo di intensità del programma la console gestisce l'esercizio in maniera del tutto autonoma (vedi profili in figura).

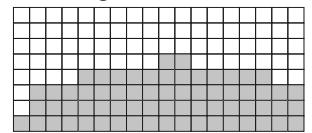
- Dalla schermata principale premere uno dei 5 pulsanti dei programmi pre-impostati (Hill, Fatburn, Cardio, Strength, Interval) il display visualizza il profilo grafico dell'intensità, quindi premere ENTER per confermare.
Premendo ora il pulsante START, il programma assumerà i dati di età, peso, durata e intensità massima riferiti all'ultima impostazione, in alternativa occorre impostare nuovamente i dati richiesti dal programma:
- Impostare i campi di **AGE** (età), **WEIGHT** (peso), **TIME** (durata) e **MAX LEVEL** (intensità massima) tramite i pulsanti LEVEL UP/DOWN e premere il pulsante ENTER per confermare.
- Terminata l'impostazione dei dati di programma premere il pulsante START per avviare l'esercizio oppure premere STOP per modificare eventuali impostazioni.
- Il programma comincia secondo il profilo selezionato, in ogni momento è possibile aumentare o diminuire l'intensità dell'esercizio agendo sui pulsanti LEVEL UP/DOWN, oppure si può modificare la lunghezza della falcata agendo sui pulsanti STRIDE UP/DOWN.
- Nel corso dell'allenamento, per alternare la visualizzazione dei dati della schermata di lavoro con quelli della schermata di dettaglio premere il pulsante DISPLAY, dopo 3 secondi il display tornerà alla schermata di lavoro.
- L'esercizio può essere fermato in modalità PAUSA in qualunque momento premendo il pulsante STOP. Terminato l'esercizio viene visualizzato un sommario con i dati complessivi dell'allenamento, premendo il pulsante STOP il display ritorna alla schermata principale.

HILL

intensità



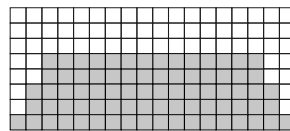
lunghezza falcata



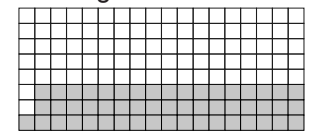
Il programma Hill simula un allenamento in collina, con aumento progressivo di velocità e falcata e successivamente in graduale decremento.

FATBURN

intensità



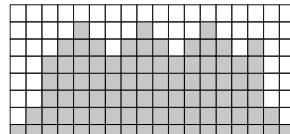
lunghezza falcata



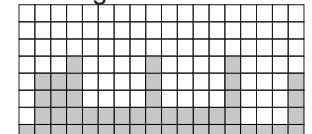
Il programma Fatburn è stato pensato per uno sforzo intenso e prolungato, ideale per bruciare velocemente i grassi. Per massimizzare l'obiettivo di questo programma, è necessario lavorare ad un valore di soglia cardiaca durante questo allenamento deve essere compreso tra il 60% e il 70%.

CARDIO

intensità



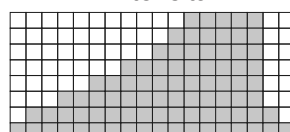
lunghezza falcata



Il programma Cardio è stato pensato per migliorare le funzioni cardiovascolari ideali quindi per allenare cuore e flusso sanguigno. Come mostrato dal grafico il programma ha un andamento variabile ma sostenuto.

STRENGTH

intensità



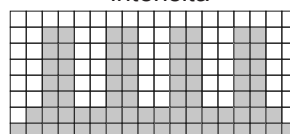
lunghezza falcata



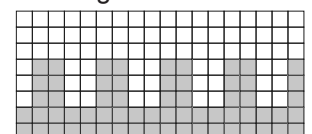
Il programma Strength è stato pensato per migliorare la resistenza e la forza muscolare di gambe e glutei e prevede un graduale incremento della velocità fino al valore massimo sostenuto per il 25% della durata dell'allenamento. L'inclinazione è rapida ma moderata e costante per l'intera sessione.

HIIT

intensità



lunghezza falcata



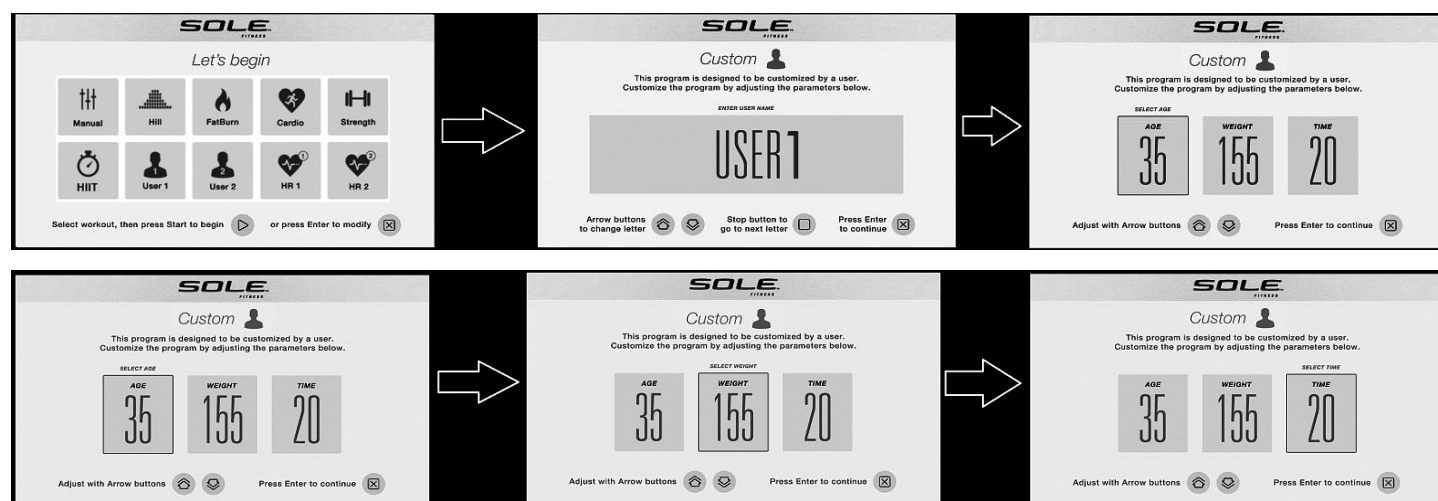
Il programma HiIT è stato pensato per migliorare le capacità aerobiche, alternando sessioni ad alta intensità con sessioni a bassa intensità, senza una continuità progressiva.

PROGRAMMI UTENTE

Tramite i programmi *User1* e *User2* è possibile costruirsi due profili di allenamento personalizzato oppure memorizzare allenamenti svolti in modalità manuale e assegnargli una sigla.

- Dalla schermata principale premere il pulsante USER1 O USER2 e premere ENTER per confermare.

- Terminata l'impostazione dell'intero profilo premere il pulsante ENTER per completare la procedura e memorizzare il programma. Dopo la pressione del pulsante ENTER viene visualizzato il messaggio: "Program Saved" e viene fornita l'opzione per avviare il programma oppure effettuare delle modifiche.



- Nel caso non sia stato memorizzato alcun programma, viene richiesto l'inserimento del nome del programma Custom e il display visualizza la sigla: 'USER' (il nome deve essere di max 7 caratteri). Nel caso si desideri modificare un nome presente agire sui pulsanti LEVEL UP/DOWN per modificare la prima lettera lampeggiante e premere ENTER per passare alla lettera successiva; una volta terminato l'impostazione del nome da assegnare al programma, premere il pulsante STOP per memorizzare il nome e passare alle fasi seguenti.
- Impostare i campi di **AGE** (età), **WEIGHT** (peso) e **TIME** (durata) tramite i pulsanti LEVEL UP/DOWN e premere il pulsante ENTER per confermare.
- Terminata l'impostazione dei dati di base il display grafico visualizza la prima colonna lampeggiante, alla quale si deve assegnare un livello di intensità. Tramite i pulsanti LEVEL UP/DOWN impostare il livello di intensità per la prima colonna e premere ENTER per passare alla successiva colonna.
- La seconda colonna si presenta lampeggiante e con il medesimo livello di intensità assegnato alla precedente colonna; ripetere le impostazioni riportate per la prima colonna e premere ENTER per continuare; impostare il livello di intensità per tutte le colonne, fino alla ventesima.
- Premere STOP per tornare alla modalità per tornare alla schermata principale.
- Il programma viene eseguito secondo il profilo impostato e in ogni momento è possibile aumentare o diminuire l'intensità dell'esercizio agendo sui pulsanti LEVEL, oppure si può modificare la lunghezza della falcata agendo sui pulsanti STRIDE. La modifica del livello di intensità avviene solo per lo step in corso, ovvero nell'ambito della colonna alla quale si trova il programma in quel momento, quando poi l'allenamento si sposta sullo step successivo (la successiva colonna del display grafico), viene ripreso il livello memorizzato.
- Nel corso dell'esercizio si possono visualizzare i dati corrispondenti all'allenamento in corso sul display messaggi. Per fare questo è necessario premere il relativo pulsante DISPLAY. Sulla schermata di lavoro viene riprodotto il profilo dell'esercizio e l'anello "Giri di pista" fornisce sempre la posizione corrispondente in simulazione di un circuito da 400 m.
- L'esercizio può essere fermato in modalità PAUSA in qualunque momento premendo il pulsante STOP. Terminato l'esercizio viene visualizzato un sommario con i dati complessivi dell'allenamento, premendo il pulsante STOP il display ritorna alla schermata principale.

PROGRAMMI HRC

Il programma HR è un sistema di allenamento nel quale la console regola automaticamente l'intensità dell'esercizio a seconda del battito cardiaco rilevato.

Il programma HR prevede l'impiego della fascia toracica optional poiché i sensori di rilevazione pulsazioni non garantiscono il rilevamento continuo della frequenza cardiaca e in più costringono a mantenere le mani sull'impugnatura del manubrio riducendo la libertà di movimento e impedendo il corretto bilanciamento.



È importante che l'utilizzatore imposti il valore di soglia cardiaca attenendosi alle indicazioni e alla tabella di riferimento riportata nella sezione: "Il Programma di allenamento".



Qualora la rilevazione della frequenza cardiaca mostri sul display valori incoerenti e non attendibili, è necessario interrompere immediatamente il programma di allenamento HR e risolvere il problema di lettura delle pulsazioni cardiache probabilmente dovute a fonti di disturbo elettromagnetico nelle vicinanze

- Terminata l'impostazione dei dati di base premere il pulsante Start per avviare l'allenamento oppure premere STOP per modificare eventuali impostazioni.
- In ogni momento è possibile variare l'impostazione del valore di soglia cardiaca (Target Heart Rate) agendo sui pulsanti LEVEL UP/DOWN, in questo modo la console modificherà anche l'intensità dell'allenamento.
- Nel corso dell'allenamento, per alternare la visualizzazione dei dati della schermata di lavoro con quelli della schermata di dettaglio premere il pulsante DISPLAY, dopo 3 secondi il display tornerà alla schermata di lavoro.
- L'esercizio può essere fermato in qualunque momento premendo il pulsante STOP.
Quando nel corso dell'esercizio viene mantenuto un regime di pulsazioni cardiache superiore al valore di soglia cardiaca (Heart rate Level) impostata, la console termina immediatamente l'esercizio.
- Premere il pulsante **HR1** (60% della frequenza cardiaca massima - allenamento dimagrante), oppure il pulsante **HR2** (80% della frequenza cardiaca massima - allenamento cardiorespiratorio) quindi premere il pulsante ENTER per confermare.
- Premendo ora il pulsante START, il programma assumerà i dati di età, peso, durata e livello di soglia cardiaca riferiti all'ultima impostazione, in alternativa occorre impostare nuovamente i dati richiesti dal programma.
- Impostare i campi di **AGE** (età), **WEIGHT** (peso), **TIME** (durata) e **TARGET HEART RATE** (livello di soglia cardiaca entro 60% (HR1) o entro 80% (HR2)) tramite i pulsanti LEVEL UP/DOWN e premere il pulsante ENTER per confermare.

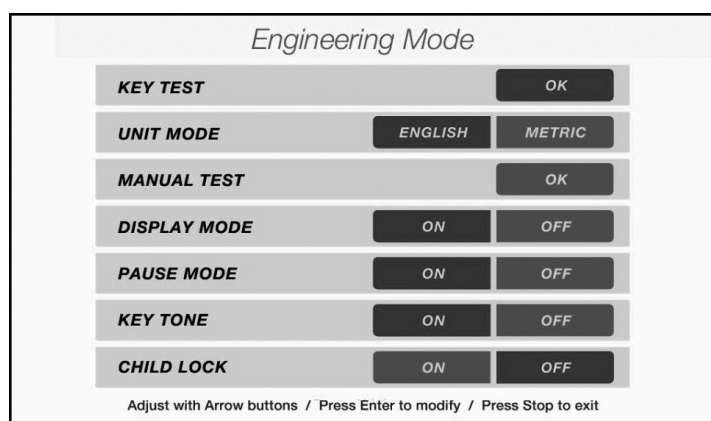
MENU MANUTENZIONE E DOTAZIONI DI SERIE

Menu Manutenzione

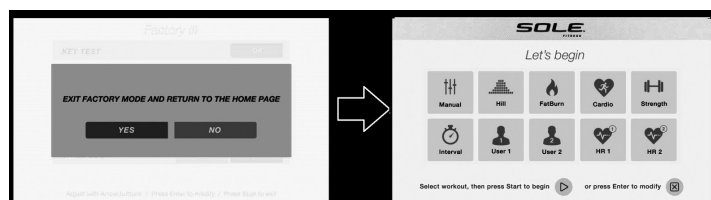
Per accedere al menu Manutenzione mantenere premuto il pulsante STOP fino al reset della console, avvenuto il quale premere e mantenere premuti per almeno 5 secondi i pulsanti STOP + START + ENTER.

Per selezionare una delle voci del menu agire sui pulsanti LEVEL UP/DOWN e quindi premere ENTER. Di seguito sono specificate le funzioni del menu Manutenzione.

- KEY TEST (effettua il controllo della funzionalità di tutti i pulsanti presenti sulla console).
- UNIT MODE (selezione unità di misura della console, sistema metrico internazionale o anglosassone).
- MANUAL TEST (aziona in continuo il motore di regolazione intensità).
- DISPLAY MODE (*su ON* abilita lo spegnimento automatico della console dopo che sono trascorsi 30 minuti di inattività).
- PAUSE MODE (*su ON* abilita lo stato di pausa della durata massima di 5 minuti, trascorsi i quali avviene il reset).
- KEY TONE (*su ON* abilita il segnalatore acustico durante la sessione).
- CHILD LOCK (blocca la tastiera per usi non autorizzati. Per ripristinare l'uso della tastiera occorre premere contemporaneamente START + ENTER per almeno 3 secondi).

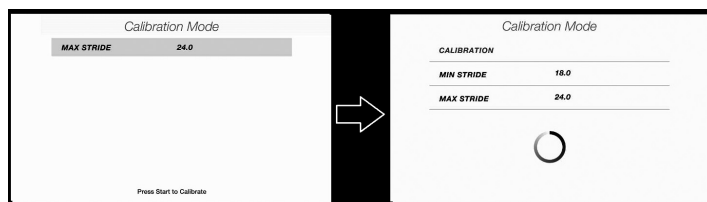


Per uscire dalla schermata di Manutenzione premere il pulsante STOP; il display mostra la finestra "Exit factory mode and return to the home page", premere YES per tornare alla schermata principale.



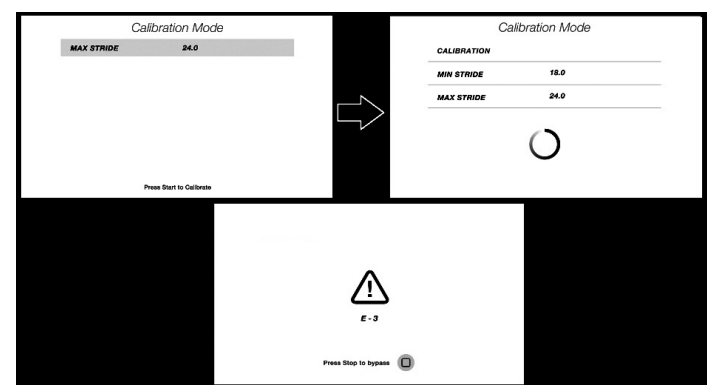
Calibrazione lunghezza falcata

Per ripristinare la corretta calibrazione del sistema di regolazione della lunghezza della falcata occorre accedere alla schermata di Calibrazione premendo e mantenendo premuti per almeno 5 secondi i pulsanti START + STRIDE/UP, il display visualizzerà la schermata: "Calibration Mode" indicando il limite massimo di falcata.



La procedura di calibrazione è automatica, per avviare la procedura premere il pulsante START. In caso di mancata pertenza del sistema di calibrazione per uscire dalla procedura è necessario spegnere l'attrezzo premendo su OFF l'interruttore di alimentazione.

Nel caso si verificano errori dovuti al motore di gestione del sistema di regolazione della lunghezza della falcata, verrà visualizzato l'errore E-3, per resettare l'errore premere il pulsante STOP.



Nel caso la calibrazione si concluda con esito positivo il display ritorna alla schermata principale.



Dotazioni di serie

- FAN

La ventola integrata nella plancia permette di rinfrescare il viso dell'utilizzatore durante l'esercizio. Per accendere e spegnere la ventola premere sul pulsante Fan.



Si consiglia l'uso della ventola dall'inizio dell'esercizio, è sconsigliato accendere la ventola quando si è già accaldati e sudati. È vietato inserire oggetti tra le grate della ventola.

- TRASMETTITORE A FASCIA TORACICA

L'attrezzo viene fornito corredato di trasmettitore a fascia toracica idoneo al ricevitore HR di cui è fornito l'attrezzo. Il ricevitore è compatibile anche con i modelli di trasmettitore Polar® del tipo T34 non codificato.

- INGRESSO E USCITA AUDIO

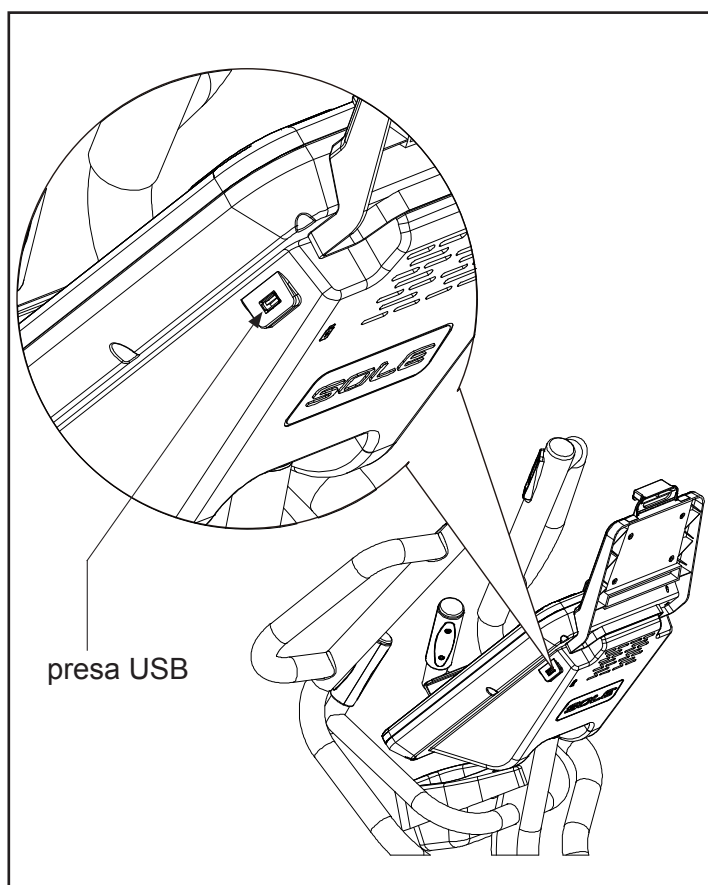
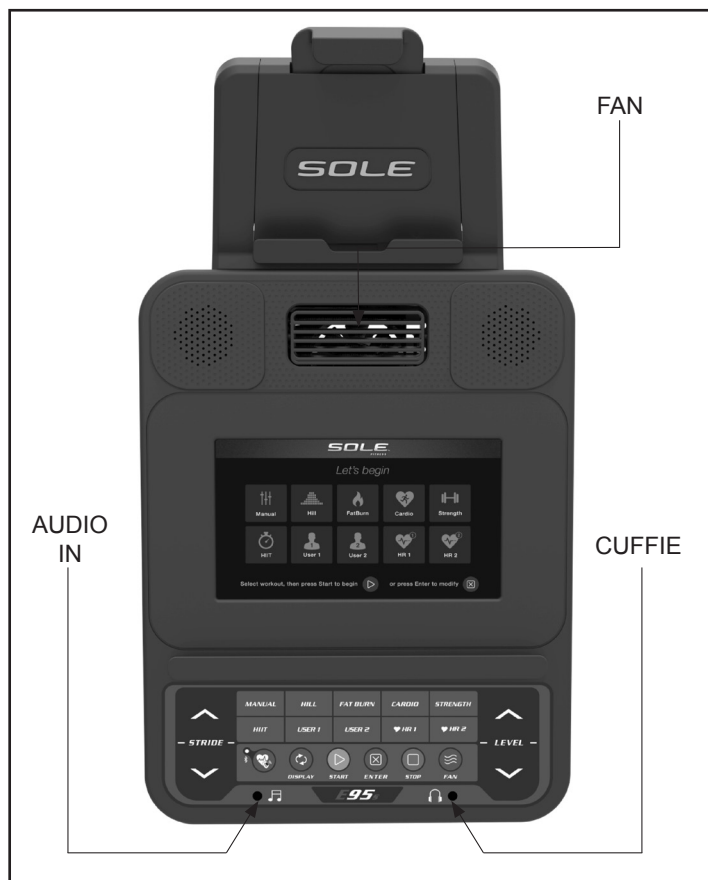
La plancia dispone di due prese jack stereo. Una presa d'ingresso per riproduttori musicali MP3 (smartphone, dvd-player, ecc...) che tramite l'amplificatore integrato pilota i due altoparlanti che si trovano sulla parte superiore della plancia e la seconda presa alla quale si può collegare le cuffiette (l'inserimento del jack nella presa cuffie automaticamente esclude gli altoparlanti).

- PRESA USB

La presa USB posta sul lato della console permette di collegare un dispositivo (quale smartphone o tablet) con alimentazione compatibile allo standard USB 2.0 per effettuare la ricarica della batteria interna quando il dispositivo stesso viene usato come riproduttore musicale o di filmati video durante gli allenamenti.

1. Posizionare lo smartphone o tablet sull'apposito supporto presente nella parte superiore della console.
2. Collegare alla presa di alimentazione dello smartphone o tablet il cavo specifico del dispositivo utilizzato, quindi collegare il connettore USB all'apposita presa di ricarica sul lato della console.
3. Verificare che si accenda correttamente la spia di ricarica sul display dello smartphone o tablet.

NB: il cavo USB non viene fornito.



ASSOCIAZIONE SOLE APP VIA BLUETOOTH®

I nuovi prodotti della linea Sole sono dotati di interfaccia Bluetooth® (BLE 4.0) che permette il collegamento senza fili tra la console e dispositivi elettronici quali tablet e smartphone per gestire il prodotto e offrire nuove sorprendenti funzionalità tramite l'applicazione Sole Fitness App, disponibile per il download sui market di dispositivi dotati di sistema Android o iOS (*).

(*) Requisiti minimi di sistema per utilizzare Sole Fitness App: Android 4.4, iOS 7.

Scaricare gratuitamente l'applicazione "Sole App fitness" da Apple Store oppure Google Play e quindi seguire le istruzioni in linea della App per l'associazione del tablet/smartphone con la console del prodotto.

L'applicazione permette di visualizzare sul display del dispositivo i dati relativi all'allenamento in differenti schermate. Premendo le corrispondenti icone si può facilmente passare dalla schermata relativa all'allenamento a quella di internet / social media / e-mail.

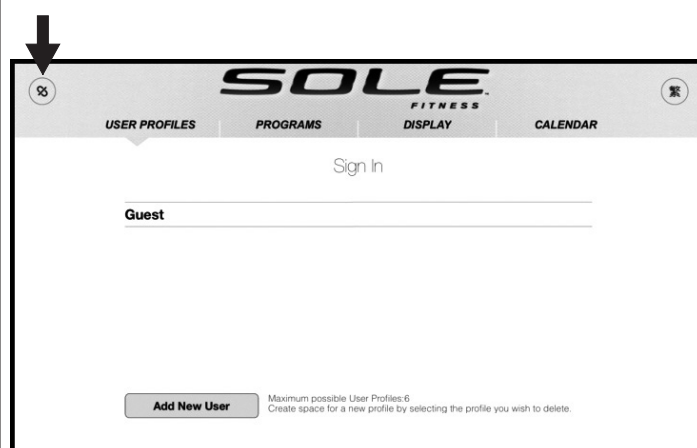
L'applicazione Sole Fitness App permette anche di sincronizzare i dati di allenamento con uno dei tanti siti cloud di fitness, sono supportati: iHealth, MapMyFitness, Record, MyFitnessPal, Fitbit, Kinomap.

Tramite il dispositivo tablet/smartphone associato alla console si possono visualizzare e regolare in remoto la velocità e l'intensità di lavoro, inoltre tutti i dati delle sessioni di allenamento vengono trasferiti alla App per essere memorizzati ed eventualmente richiamati in un secondo momento (la console non offre la possibilità di conservare in memoria i dati delle sessioni di allenamento).

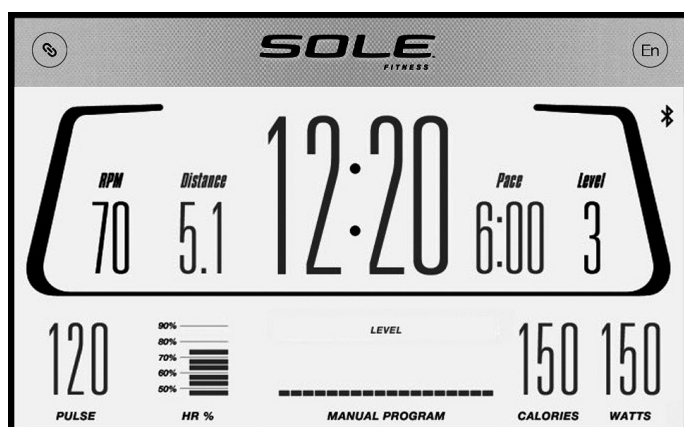
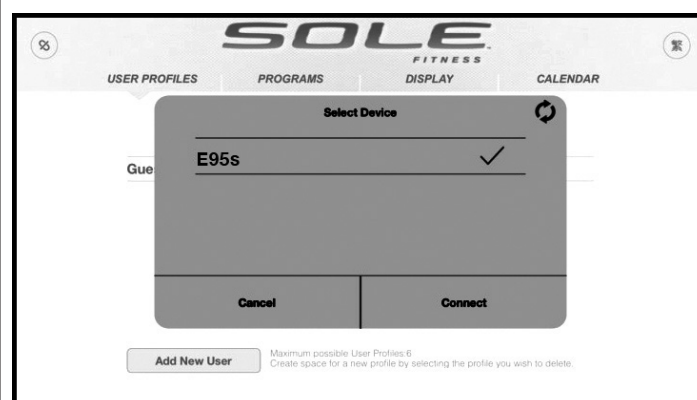
Per conoscere tutte le funzionalità della App consultare la sezione help online.

Istruzioni per associare Sole Fitness App con la console del prodotto

Dopo l'installazione e l'avviamento della App assicurarsi che il bluetooth sia abilitato sul dispositivo tablet/smartphone, quindi premere sull'icona nell'angolo in alto a sinistra per ricercare la console dell'attrezzo Sole dalla lista dei dispositivi compatibili, entro il campo di azione del ricevitore integrato.



Dopo il rilevamento della console, premere su "Connect". Quando il dispositivo e la console dell'attrezzo sono associati, l'icona bluetooth sulla console si accende e si può quindi utilizzare l'interfaccia di Sole Fitness App attraverso uno smartphone o un tablet.



ASSOCIAZIONE FASCIA TORACICA VIA BLUETOOTH®

Istruzioni per associare la console con una fascia toracica BT via bluetooth

Sulla tastiera, in basso a sinistra, si trova il pulsante di associazione fascia toracica BT via bluetooth.

A lato del pulsante una spia a LED indica:

- spia accesa **ON**: fascia toracica BT associata alla console;
- spia spenta **OFF**: fascia toracica BT non collegata.

NOTE: quando la spia rossa è accesa la fascia toracica BT è associata alla console ma in questa funzionalità non è possibile associare anche la Sole App Fitness.

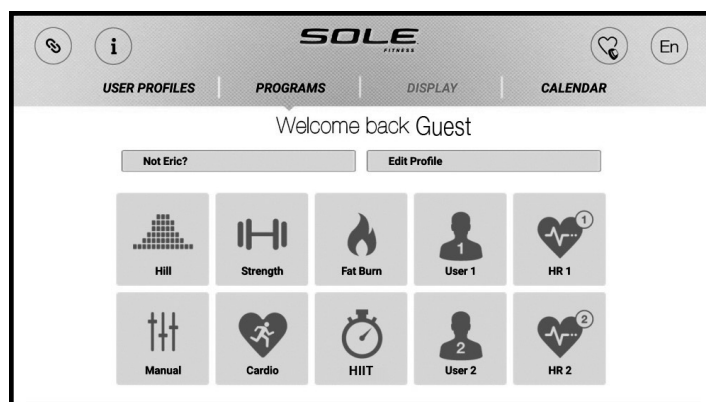
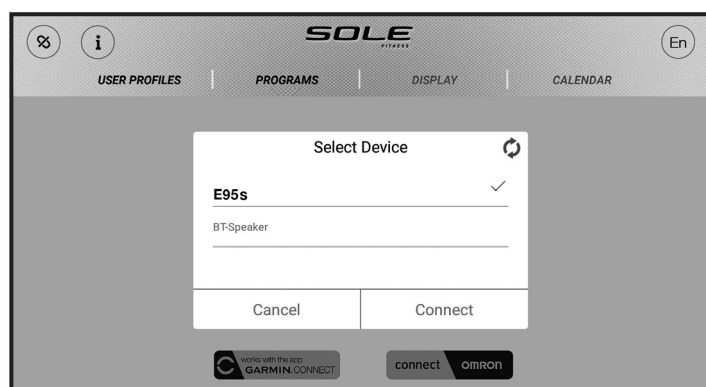
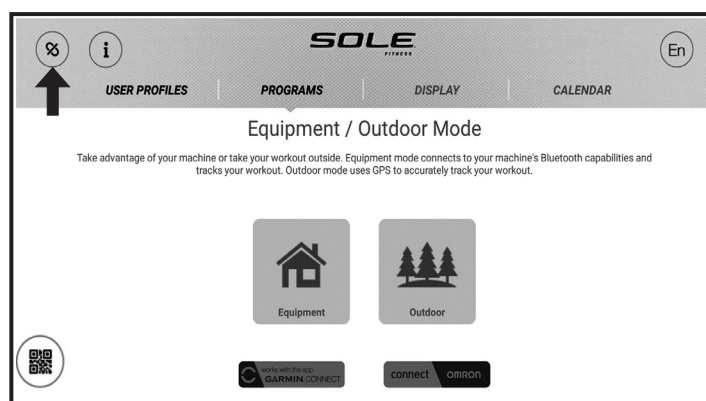
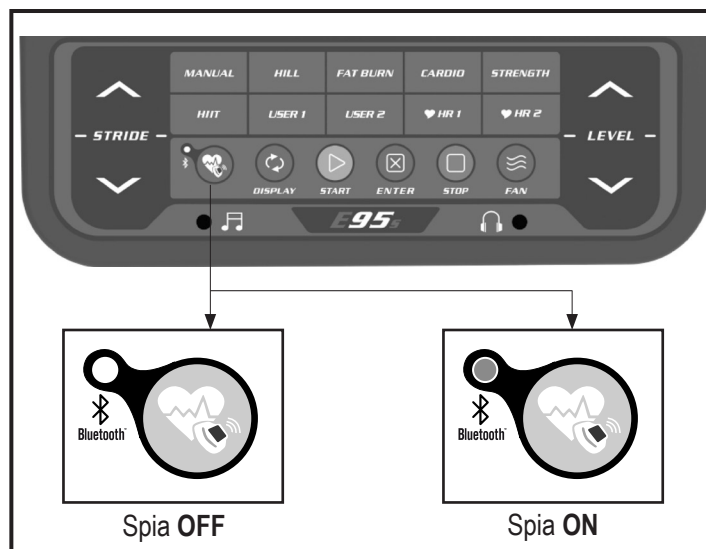
Istruzioni per associare Sole Fitness App ed una fascia toracica BT alla console via bluetooth

Dopo aver lanciato la App premere il pulsante nell'angolo in alto a sinistra per ricercare la console dell'attrezzo Sole tra i dispositivi da associare.

Dopo il rilevamento della console, premere su "Connect". Quando il dispositivo e la console sono associati, l'icona bluetooth sulla console si accende e si può quindi utilizzare l'interfaccia di Sole Fitness App attraverso uno smartphone o un tablet.

NOTE: nella schermata di selezione premendo sul campo "BT-speaker" si può collegare via bluetooth l'uscita audio dello smartphone/tablet al sistema di diffusione integrato nella console dell'attrezzo.

Selezionare uno dei programmi di allenamento, per esempio selezionare il programma HILL.



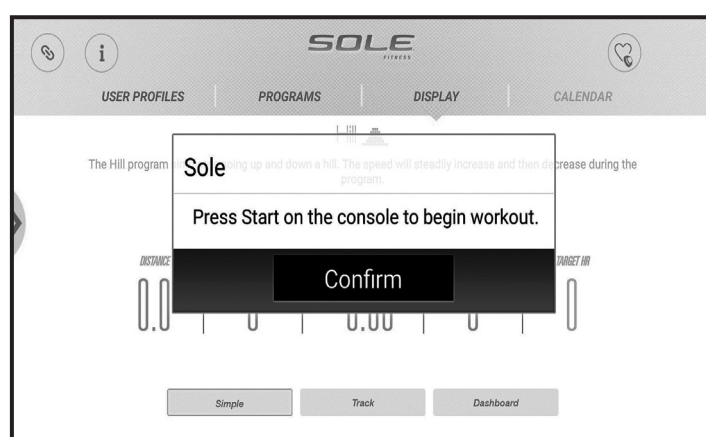
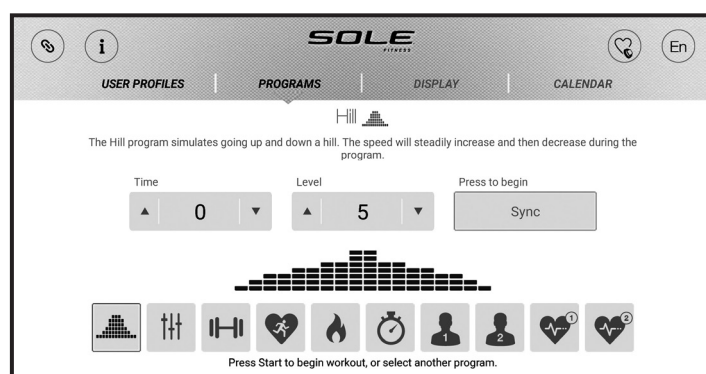
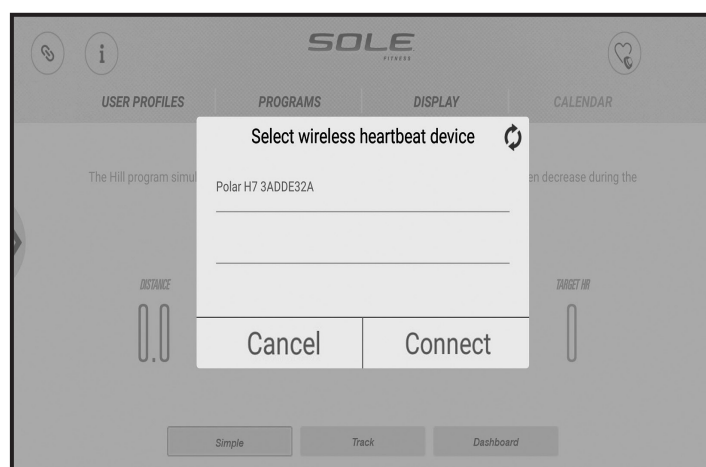
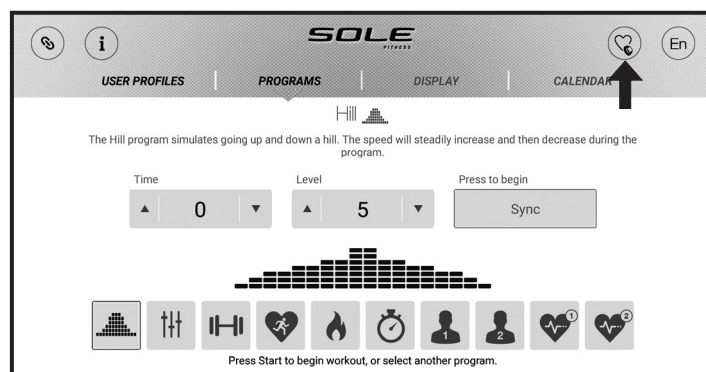
Indossare correttamente la fascia toracica BT al petto e premere sul pulsante di associazione in alto a destra.

Dopo il rilevamento della fascia toracica BT premere su “Connect” per associare la fascia alla console.

A questo punto la fascia toracica BT è associata alla console.

Premere sul pulsante “Sync”, il logo in alto a destra si accende indicando il collegamento avvenuto tra i dispositivi, quindi prepararsi ad avviare l’esercizio.

Dopo aver premuto “Sync” e aver sincronizzato la console con la App premere il pulsante di conferma nella schermata successiva quindi premere il pulsante START dalla console per avviare il programma di allenamento.



RILASSAMENTO E STRETCHING

Dopo ogni allenamento praticare il defaticamento per 5 o 10 minuti con degli esercizi di stretching. In questo modo aumenta la flessibilità dei muscoli e si alleviano i dolori tipici del dopo allenamento.

1 - Piegamento del tronco

Piegarsi in avanti fino ad arrivare con le dita delle mani ai piedi, le gambe tese.

2 - Stretching dei polpacci

Appoggiarsi al muro inclinati in avanti e, sorretti dalle mani, portare la gamba dx in avanti e la sx tesa dietro.

3 - Stretching delle cosce

Sedersi con le suole delle scarpe unite e le ginocchia disposte verso l'esterno. Spingere lentamente le ginocchia verso il suolo.

4 - Stretching delle gambe

Sedersi con la gamba dx stesa. Portare la suola della scarpa sx contro l'interno coscia della gamba dx. Stendersi verso il piede dx. Rilassarsi, quindi invertire la posizione.

5 - Rotazione del collo

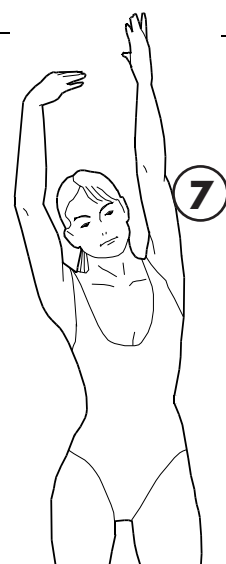
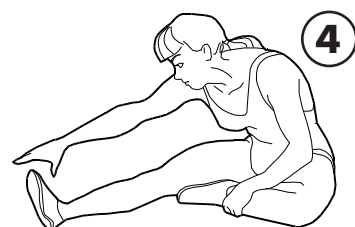
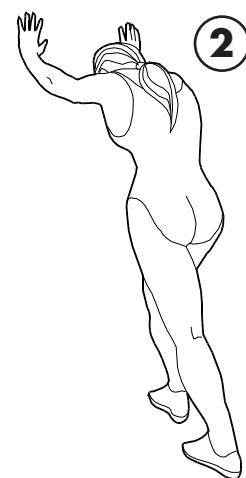
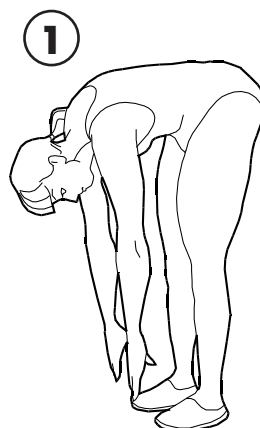
Ruotare la testa verso dx, sentendo i muscoli del collo allungarsi, ripetete verso sx, poi in avanti ed indietro, sempre molto lentamente.

6 - Esercizi delle spalle

Alzare la spalla dx verso l'orecchio e contare fino a 3. Cambiare spalla e ripetere.

7 - Stretching delle braccia

Aprire e sollevare le braccia fino a portarle sopra la testa. Cercare di portare il braccio dx verso il soffitto quanto più possibile, sentite l'allungamento della parte dx. Cambiare spalla, quindi ripetere.



MANUTENZIONE

- È buona norma mantenere l'attrezzo sempre pulito e privo di polvere.

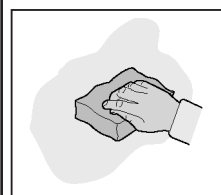
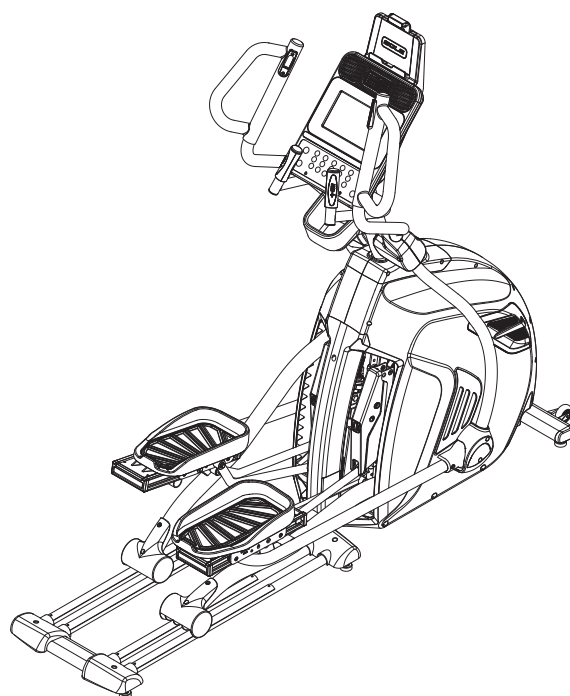
- Non utilizzare sostanze infiammabili o nocive per la pulizia. Non usare solventi per pulire le parti di plastica ma soltanto prodotti a base di acqua e panni morbidi.



- Solventi quali il petrolio, l'acetone, la benzina, il tetracloride di carbonio, l'ammoniaca e olio contenente sostanze cloriche possono danneggiare e corrodere le parti di plastica.

- Ogni settimana pulire le superfici esterne, utilizzando una spugna inumidita di acqua e sapone neutro:
 - pulire la plancia utilizzando un panno asciutto e facendo attenzione a non strofinare con troppa forza;
 - pulire il manubrio, le impugnature, le carene laterali, le pedane e tutte le restanti parti venute a contatto con il sudore;
 - pulire accuratamente la fascia elastica e il corpo del trasmettitore con un panno umido e sapone neutro.

- **Una volta all'anno:** controllare il serraggio della bulloneria dei leverismi del sistema di rotazione ellittica.
 - *Pulizia guide:* pulire le guide e le ruote di scorrimento con un panno asciutto in modo da rimuovere i residui di polvere accumulata.
 - *Lubrificazione guide:* soltanto in caso di rumore persistente proveniente dalle ruote di scorrimento, è consentita la lubrificazione delle guide con un sottile velo di lubrificante spray al silicone.



Utilizzare solamente lubrificanti al silicone, altri tipi di lubrificante possono contenere sostanze come la lanolina o altri additivi che attirano polvere e sporcizia pregiudicando la vita delle ruote.

MESSA FUORI SERVIZIO - SMALTIMENTO



Il simbolo del cestino dei rifiuti con una croce sopra indica che i prodotti commercializzati rientrano nel campo di applicazione della Direttiva europea RoHS per lo smaltimento dei rifiuti di natura elettrica ed elettronica (RAEE).

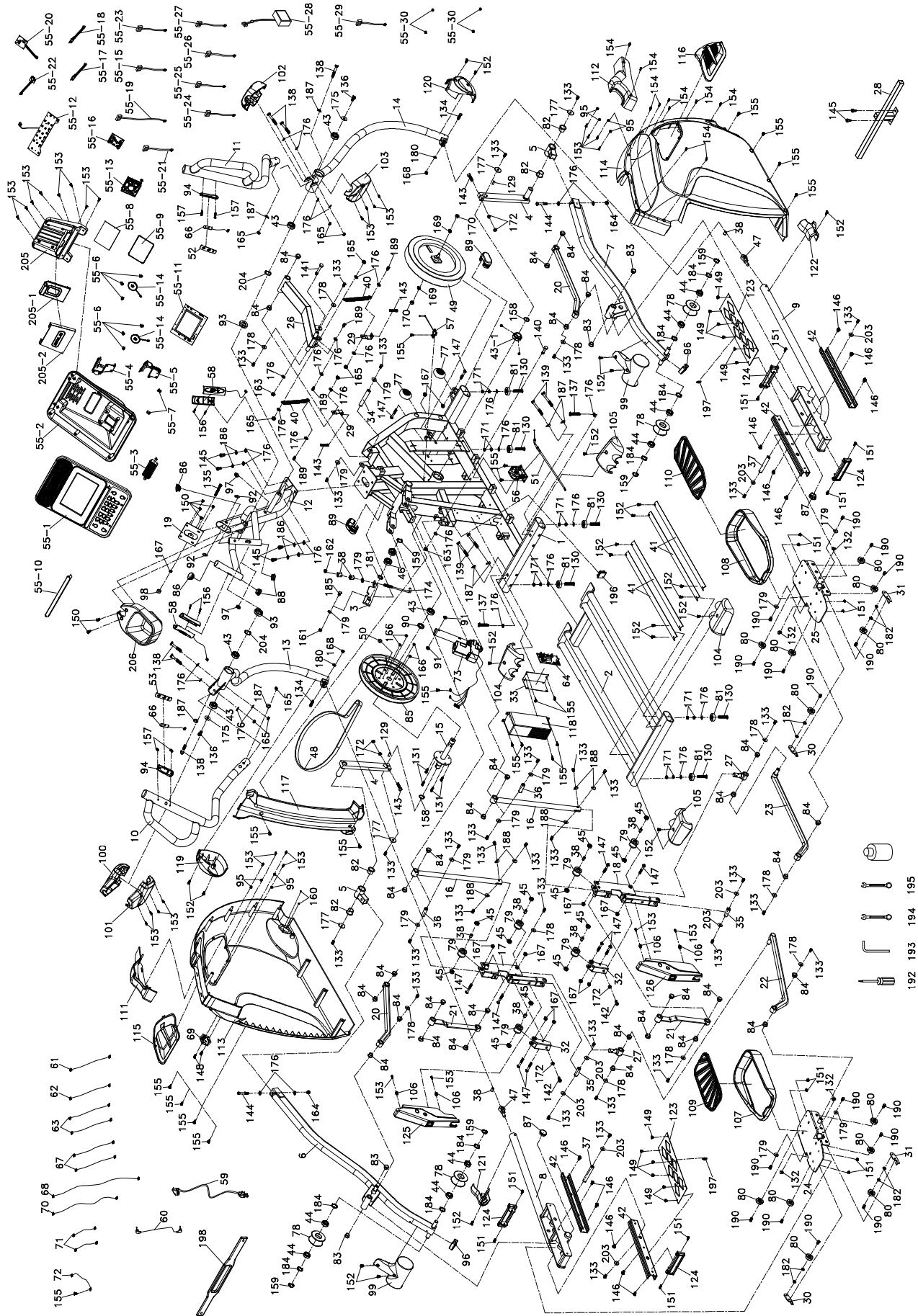


La marcatura CE indica che il prodotto è totalmente conforme alla direttiva RoHS 2011/65/UE e nessuna delle componenti elettriche ed elettroniche incorporate al prodotto contiene livelli superiori a quelli previsti di talune sostanze ritenute pericolose per la salute umana.

Questo prodotto NON deve essere smaltito come rifiuto urbano, ma deve essere smaltito separatamente (nelle nazioni dell'Unione Europea), conferendolo negli appositi centri di raccolta preposti per lo smaltimento e il riciclaggio di tali prodotti.

Intergym incoraggia il rispetto della natura e della salute umana anche al di fuori dell'Unione Europea e auspica che vengano seguite le regole locali per lo smaltimento e il riciclaggio, utilizzando, quando possibile, la raccolta differenziata delle apparecchiature elettriche ed elettroniche, nonché dei numerosi componenti (quali ferro, rame, plastiche, ecc...) che possono essere recuperati e riutilizzati.

ESPLOSO DELLE PARTI



LISTA DELLE PARTI

Pos.	Descrizione	Q.tà
1	Corpo principale	1
2	Guide	1
3	Staffa per ruota tendi cinghia	1
4	Pedivella	2
5	Porta boccole	2
6	Gamba sx	1
7	Gamba dx	1
8	Barra pedana sx	1
9	Barra pedana dx	1
10	Impugnatura sx	1
11	Impugnatura dx	1
12	Montante manubrio	1
13	Braccio sx	1
14	Braccio dx	1
15	Movimento centrale	1
16	Asta oscillante	2
17	Regolatore slitta sx	1
18	Regolatore slitta dx	1
19	Piastra di fissaggio console	1
20	Barra di giunzione	2
21	Leva di regolazione	2
22	Barra di guida sx	1
23	Barra di guida dx	1
24	Base pedana sx	1
25	Base pedana dx	1
26	Staffa mobile	1
27	Occhiello di collegamento	2
28	Elemento a T per fase di trasporto	1
29	Piastra fissa	2
30	Piastra di regolazione ruota sx	2
31	Piastra di regolazione ruota dx	2
32	Base ruota	2
33	Piastra di raffreddamento in alluminio	1
34	Albero rotazione	1
35	Albero A Ø17x34L	2
36	Albero B Ø17x41L	2
37	Albero pedana	2
38	Distanziale Ø11,9 x Ø8.5 vx 15 mm	10
40	Molla	2
41	Guida in alluminio	4
42	Binario	4
43	Cuscinetto 6005	5
43-1	Cuscinetto 6005-2RS	1
44	Cuscinetto 6003	8
45	Cuscinetto 608ZZ	12
46	Cuscinetto 6203	2
47	Occhiello di collegamento M12	2
48	Cinghia	1
49	Volano	1

Pos.	Descrizione	Q.tà
50	Magnete	1
51	Cavo d'acciaio regolazione intensità	1
52	Rivestimento impugnatura dx (falcata)	1
53	Rivestimento impugnatura sx (intensità)	1
55	Console completa	1
55-1	Console coperchio superiore	1
55-2	Console coperchio inferiore	1
55-3	Deflettore ventola frontale	1
55-4	Condotta aria sx	1
55-5	Condotta aria dx	1
55-6	Ancora bloccaggio rete altoparlante	6
55-7	Ancora bloccaggio griglia ventola	2
55-8	Mascherina in plexiglass 10.1"	1
55-9	Guarnizione di tenuta 10.1"	1
55-10	Profilo porta libro	1
55-11	Scheda elettronica display	1
55-12	Tastiera	1
55-13	Ventola	1
55-14	Altoparlante cablato 500 mm	2
55-15	Cablaggio di collegamento 300 mm (b/r)	1
55-16	Scheda elettronica ricevitore HR	1
55-17	Cavo 300 mm (rosso)	1
55-18	Cavo 300 mm (bianco)	1
55-19	Cablaggio amplificatore 400 mm	1
55-20	Ricevitore BT	1
55-21	Cablaggio di collegamento 300 mm	1
55-22	Presa USB con cablaggio 400 mm	1
55-23	Cablaggio console 300 mm	1
55-24	Cablaggio pulsanti Level 350 mm	1
55-25	Cablaggio pulsanti Stride 350 mm	1
55-26	Cavo di collegamento 350 mm - bianco	1
55-27	Cavo di collegamento 350 mm - rosso	1
55-28	Amplificatore audio 2W + interfaccia BT	1
55-29	Cablaggio ricevitore BT 400 mm	1
55-30	Clip bloccaggio rete altoparlante	4
56	Motore regolazione intensità	1
57	Sensore cablato 850 mm	1
58	Cablaggio sensori pulsazioni 850 mm	2
59	Cavo di rete	1
60	Cavetto audio con doppio jack	1
61	Cablaggio 450mm impugnatura dx, Level	1
62	Cablaggio 450mm impugnatura sx, Stride	1
63	Cablaggio 900mm inferiore Level/Stride	2
64	Controllo sistema regolazione falcata	1
66	Pulsanti remoti impugnature Leve l- Stride	2
67	Cavo di collegamento 1400 mm	2
68	Cablaggio console 2250 mm	1
69	Modulo AC	1
70	Cablaggio console 650 mm	1

Pos.	Descrizione	Q.tà
71	Cavo di collegamento 80 mm (bianco)	2
72	Cavo di messa a terra 200 mm	1
73	Motore regolazione falcata	1
77	Ruota di spostamento ant. Ø65 mm	2
78	Ruota di scorrimento gamba Ø78 mm	4
79	Ruota di spostamento post. Ø40 mm	6
80	Ruota di scorrimento pedana Ø38 mm	12
81	Piedino di appoggio in plastica	6
82	Boccola WFM-2528-21	4
83	Boccola WFM-1719-12	4
84	Boccola J4FM-1719-09	30
85	Puleggia motrice Ø330 mm	1
86	Tappo tondo Ø38 manubrio	2
87	Tappo tondo Ø32 barra pedana	2
88	Cappuccio tondo Ø32 x 2.0T	2
89	Tappo ovale barre di appoggio	2
90	Distanziale	1
91	Rondella in plastica-A Ø25 x Ø10 x 3T	2
92	Rondella in plastica-B 5/16" x 25 x 3T	2
93	Rondella isolante	2
94	Pulsantiera su impugnature	2
95	Clip per pannello a rete altoparlante	8
96	Tappo ovale	2
97	Passacavo in plastica	2
98	Copri bullone in plastica Ø13mm	1
99	Copertura ruota di scorrimento	2
100	Coperchio anteriore sx manubrio	1
101	Coperchio posteriore sx manubrio	1
102	Coperchio anteriore dx manubrio	1
103	Coperchio posteriore dx manubrio	1
104	Copertura (A) appoggio posteriore	2
105	Copertura (B) appoggio posteriore	2
106	Respingente di fine corsa	4
107	Pedana sx	1
108	Pedana dx	1
109	Inserito pedana sx in foam	1
110	Inserito pedana dx in foam	1
111	Mascherina sx console	1
112	Mascherina dx console	1
113	Carena sx	1
114	Carena dx	1
115	Pannello laterale sx	1
116	Pannello laterale dx	1
117	Pannello posteriore	1
118	Contenitore scheda elettronica potenza	1
119	Rivestimento superiore sx (A)	1
120	Rivestimento superiore dx (A)	1
121	Rivestimento superiore sx (B)	1
122	Rivestimento superiore dx (B)	1

Pos.	Descrizione	Q.tà
123	Piastra di copertura	2
124	Copertura quadra barra pedana	4
125	Copertura slitta sx	1
126	Copertura slitta dx	1
129	Chiavetta 7 x 7 x 19L	2
130	Vite a testa svasata 3/8" x 2"	6
131	Bullone esagonale 1/4" x 3/4"	4
132	Bullone esagonale 1/4" x 1/2"	4
133	Bullone esagonale 5/16" x 1/2"	34
134	Bullone esagonale 5/16" x 1-1/4"	2
135	Bullone esagonale 5/16" x 2-1/2"	1
136	Bullone esagonale 3/8" x 3/4"	2
137	Bullone esagonale 3/8" x 2-1/4"	2
138	Bullone esagonale 3/8" x 2-1/4"	6
139	Bullone esagonale 3/8" x 3-3/4"	4
140	Vite Ø10 x 40L	1
141	Vite Ø10 x 62L	1
142	Bullone esagono incassato M8 x 20L	2
143	Bullone esagono incassato M8 x 40L	4
144	Bullone 3/8" x 2-1/4"	2
145	Bullone 3/8" x 3/4"	6
146	Bullone 5/16" x 1/2"	12
147	Bullone 5/16" x 1-3/4"	10
148	Vite M4 x 12L	2
149	Vite M5 x 6L	12
150	Vite M5 x 10L	6
151	Vite M5 x 10L	16
152	Vite M5 x 15L	22
153	Vite filettata Ø3.5 x 12L	28
154	Vite filettata Ø4 x 15L	10
155	Vite autofilettante Ø5 x 19L	21
156	Vite autofilettante Ø3 x 20L	4
157	Vite M5 x 20L	4
158	O-ring Ø25	2
159	O-ring Ø17	5
160	Dado autobloccante M4 x 5T	2
161	Dado autobloccante M8 x 7T	1
162	Dado autobloccante M8 x 9T	1
163	Dado autobloccante M10 x 8T	2
164	Dado autobloccante 3/8" x 11T	2
165	Dado autobloccante 3/8" x 7T	10
166	Dado autobloccante 1/4" x 8T	4
167	Dado autobloccante 5/16" x 7T	11
168	Dado autobloccante 5/16" x 9T	2
169	Dado 3/8" x UNF26 x 4T	2
170	Dado 3/8" x UNF26 x 11T	2
171	Dado 3/8" x 7T	12
172	Dado M8 x 6.3T	6
174	Bullone M8 x 155L	1

ORDINE DI PARTI DI RICAMBIO

Per ordinare parti di ricambio riferirsi al disegno in esploso che si trova in fondo alla guida utente. In alternativa è possibile scaricare la guida utente oppure soltanto il catalogo ricambi direttamente sul sito: www.intergym.com

L'ordine delle parti di ricambio deve riportare le seguenti indicazioni:

- 1) Marca e modello del prodotto.
- 2) Nome del particolare da sostituire.
- 3) Numero di riferimento del particolare.
- 4) Quantità richiesta.
- 5) Recapito e informazioni per la spedizione.

Per maggiore chiarezza si consiglia di effettuare l'ordine utilizzando una copia della scheda di seguito proposta.

NOTA:

Il presente catalogo può presentare talune piccole differenze dal prodotto posseduto; possono mancare eventuali aggiornamenti che il costruttore ha applicato nel contempo. In caso di difficoltà nella comprensione di disegni e descrizioni contattare il Centro Assistenza Tecnica Intergym al numero: 0541/326190.

SCHEDA PER L'ORDINE DEI RICAMBI

Denominazione del prodotto

Nome

Cognome

Indirizzo

Tel

Fax

E-mail

Pos.	Descrizione del pezzo	Q.tà	Prezzo cad.	Totale
Costi di trasporto				

Inviare una copia della scheda ricambi via telefax al numero 0541 1642036 oppure tramite e-mail all'indirizzo: assistenza@intergym.com

Il Centro Assistenza Tecnica provvederà a contattarvi per confermare l'ordine e informarvi sulla tempistica e modalità di ricezione dei ricambi.

CONDIZIONI DI GARANZIA

Art.1 DEFINIZIONI

- 1.1 Prodotti:** per Prodotti si intendono i Prodotti Fitness Home ossia le apparecchiature sportive commercializzate da INTERGYM SRL con i marchi SynchronAction e iGSport per l'esercizio fisico del corpo per uso domestico e NON professionale e per un uso esclusivamente sportivo ed assolutamente NON terapeutico e/o riabilitativo.
- 1.2 Garanzia:** per Garanzia si intende la garanzia convenzionale proposta da INTERGYM SRL alle condizioni di seguito riportate.
- 1.3 Difetto di Conformità:** l'inidoneità del Prodotto all'uso per il quale esso è stato specificatamente progettato e realizzato, in relazione alle definizioni di cui all'art. 129 D.Lgs. n° 206/2005.
- 1.4 Consumatore:** si intende per Consumatore qualsiasi persona fisica che acquisti i Prodotti per scopi estranei all'attività imprenditoriale o professionale eventualmente svolta.
- 1.5 CAT:** si intende il Centro di Assistenza Tecnica autorizzato ad interventi di riparazione e/o sostituzione del Prodotto da parte di INTERGYM SRL.
- 1.6 Tagliando di Garanzia:** si intende il modulo, allegato alla presente Garanzia e consegnato al Consumatore, da inviarsi per la migliore operatività della Garanzia. Il tagliando di garanzia, con la relativa procedura di attivazione è eventualmente disponibile anche online; per la registrazione riferirsi alle indicazioni sul sito: www.intergym.com.
- 1.7 Richiesta di Intervento:** si intende la procedura di denuncia di difetto di conformità e richiesta di intervento, effettuata tramite contatto telefonico al numero 0541/326190 e formalizzata via telefax al numero 0541/1642036, oppure tramite e-mail: assistenza@intergym.com.
- 1.8 Guida Utente:** si intende per Guida Utente il manuale consegnato al Consumatore in cui sono descritte le istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione ed il regolare funzionamento del Prodotto, nonché della sua manutenzione.

Art.2 DURATA DELLA GARANZIA CONDIZIONI DELLA SUA VALIDITÀ E DECADENZE

- 2.1** INTERGYM SRL garantisce l'idoneità del Prodotto all'uso per il quale esso è stato specificamente concepito e progettato, ossia all'uso sportivo, ed in particolare garantisce il Prodotto contro gli eventuali difetti di conformità, come definiti dall'art. 129 D.Lgs. n° 206/2005, i quali si manifestino sino al ventiquattresimo mese dalla data della sua consegna, salvo quanto previsto dal successivo comma II e dall'art. 132 D.Lgs. n° 206/2005. La presente Garanzia è l'unica prestata da INTERGYM SRL: nessun terzo, ivi espressamente compresi i rivenditori autorizzati ed i CAT, può modificare i termini della Garanzia o rilasciare, in qualsiasi forma, altre dichiarazioni di garanzia.
- 2.2** La presente Garanzia è valida ed efficace con riferimento al Prodotto della INTERGYM SRL acquistato dal Consumatore in Italia esclusivamente presso un rivenditore autorizzato e lascia impregiudicati i diritti riconosciuti al Consumatore dalla Legge italiana, ed in particolare dagli artt. 128 e ss. del D.Lgs. n° 206/2005 ("Codice del Consumo").
- 2.3** Fatto salvo quanto previsto dai successivi punti 2.10, 2.11, 2.12 in tema di denuncia di eventuali difetti di conformità, il Consumatore è tenuto a comprovare, mediante documento rilasciato dal rivenditore autorizzato (ad esempio: scontrino fiscale) la data in cui è stata effettuata la consegna del Prodotto, il nominativo del rivenditore autorizzato e gli estremi identificativi del Prodotto. Ai fini dell'operatività della Garanzia, pertanto, è necessario che la documentazione di cui sopra, unitamente alla presente Garanzia, sia debitamente conservata.
- 2.4** In funzione di permettere la migliore operatività della Garanzia convenzionale, si richiede al Consumatore di provvedere alla spedizione, anche via telefax al n. 0541/1642036, o per via postale all'indirizzo INTERGYM SRL – Via Emilia, 72/A – 47921 Rimini (RN) del Tagliando di Garanzia debitamente compilato, entro e non oltre 14 giorni dall'acquisto (o dalla consegna) del Prodotto. Per tutti coloro che dispongono di un collegamento internet, il tagliando di garanzia può eventualmente essere compilato anche online, seguendo le istruzioni riportate sul sito www.intergym.com.
- 2.5** La Garanzia comprende la riparazione o la sostituzione gratuita delle parti componenti il Prodotto, che presentino difetti di conformità regolarmente e tempestivamente denunciati dal Consumatore mediante il tempestivo invio della Richiesta di Intervento debitamente compilata e sottoscritta, riscontrati dal personale del CAT ed imputabili ad un'azione o ad un'omissione del produttore. Si provvederà alla sostituzione dell'intero Prodotto, in luogo della riparazione o della sostituzione di singoli componenti, nel caso in cui tali ultimi rimedi siano oggettivamente impossibili o eccessivamente onerosi.
- 2.6** Conformemente alla previsione di cui all'art. 132 comma III D.Lgs. n° 206/2005, salvo prova contraria, si presume che i difetti di conformità manifestatisi entro SEI mesi dalla consegna del Prodotto esistessero già a tale data, a meno che tale ipotesi sia incompatibile con la natura del Prodotto o del difetto di conformità. Decorso tale termine resta onere del Consumatore fornire elementi di prova circa l'esistenza del difetto di conformità al tempo della consegna del Prodotto.
- 2.7** La sostituzione dell'intero Prodotto o di un suo componente non comporta una proroga della Garanzia. La Garanzia avrà termine alla scadenza dei 24 mesi dalla data di consegna del Prodotto originario.
- 2.8** Nel periodo coperto dalla Garanzia, le prestazioni oggetto della stessa saranno effettuate integralmente ed a titolo completamente gratuito dai CAT.
- 2.9** Qualora non fosse possibile provvedere alla riparazione direttamente presso il domicilio del Consumatore, nell'eventualità in cui il Prodotto o suoi componenti fossero da sottoporre a riparazione presso la stessa sede di INTERGYM SRL – Via Emilia, 72/A – 47921 Rimini (RN), sarà cura e spese del Consumatore provvedere alla spedizione del Prodotto da ripararsi o sostituirsi presso la suddetta sede. In tale eventualità tutti i rischi correlati al trasporto del Prodotto saranno posti a carico del Consumatore ed in ogni caso INTERGYM SRL non risponderà di eventuali danni arrecati al Prodotto o ai suoi componenti dal trasporto effettuato

dal Corriere e/o Vettore. Qualora il Consumatore risulti irreperibile al momento della consegna presso il suo domicilio del Prodotto riparato o sostituito da parte del Corriere e/o del Vettore incaricato da INTERGYM SRL, saranno posti a suo carico i corrispettivi dovuti a Corriere/Vettore relativi alle successive spedizioni, corrispettivi che dovranno essere liquidati al Corriere/Vettore direttamente dal Consumatore all'atto della consegna del Prodotto.

- 2.10** Il Consumatore decade dai diritti di cui alla Garanzia, ove non denunci il difetto di conformità entro il termine di **DUE** mesi dalla scoperta dello stesso. La denuncia viene effettuata anzitutto a mezzo di comunicazione al numero 0541/326190, a seguito della quale sarà cura del Consumatore provvedere alla spedizione via telefax al numero 0541/1642036, o tramite e-mail: assistenza@intergym.com della Richiesta di Intervento.
- 2.11** Ricevuta la denuncia, e verificata la ricorrenza dei presupposti per l'operatività della Garanzia, il CAT prenderà contatto con il Consumatore fissando apposito appuntamento presso il suo domicilio, ove sarà effettuato il relativo intervento entro un congruo termine. A tal fine la congruità del termine è valutata in relazione ai tempi normalmente occorrenti per provvedere all'intervento da parte del CAT presso il domicilio del Consumatore e/o alle eventuali occorrenze spedizioni di Prodotti o di componenti dei medesimi.
- 2.12** E' obbligo del Consumatore rendersi reperibile presso il proprio domicilio in occasione dell'appuntamento prefissato con il CAT. Nell'eventualità in cui tale obbligo non fosse rispettato INTERGYM SRL si riserva di ripetere le spese e competenze da essa corrisposte al proprio CAT in relazione all'intervento programmato e non eseguito per fatto imputabile al Consumatore.

Art.3 ESCLUSIONI DELLA GARANZIA

- 3.1** La Garanzia è espressamente **esclusa** nei casi di:
- mancata osservanza delle istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione/montaggio ed il regolare funzionamento del Prodotto;
 - trascuratezza e/o negligenza nell'uso e nella manutenzione del Prodotto;
 - uso del Prodotto a scopi terapeutici e/o riabilitativi;
 - uso improprio del Prodotto;
 - manomissioni del Prodotto;
 - uso non domestico del Prodotto, o comunque uso per finalità diverse da quelle per le quali il Prodotto è stato specificatamente concepito/progettato, con particolare riferimento all'ipotesi di uso collettivo (in via puramente esemplificativa: uso del Prodotto presso palestre, associazioni sportive, circoli privati, alberghi ecc.);
 - danni causati dal trasporto o dalla spedizione del Prodotto;
 - riparazione eseguita da centri assistenza non autorizzati da INTERGYM SRL;
 - riparazione del prodotto da parte dell'utilizzatore stesso, tranne il caso in cui l'operazione di riparazione/sostituzione parti è autorizzata dal Centro Assistenza INTERGYM SRL;
 - difetti di conformità che, per qualsiasi motivo, non possono in alcun modo farsi risalire ad azioni od omissioni del produttore.
- 3.2** Le regole di corretta installazione/montaggio, uso e manutenzione del Prodotto sono contenute nella Guida Utente, allegata alla presente Garanzia, di cui costituisce parte integrante.
- 3.3** Si intende che l'usura conseguente al normale utilizzo del Prodotto e dei suoi componenti **NON** può in alcun modo configurare difetto di conformità e non può pertanto essere coperta dalla presente Garanzia.
- Con riferimento al Prodotto TAPIS ROULANT, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti: rulli, piano di corsa, nastro, grip, cinghia, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
 - Con riferimento al Prodotto BIKE, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti: pedali e cinghietti, sella, cinghia di trasmissione, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
- 3.4** La Garanzia **NON** copre gli interventi inerenti all'installazione del Prodotto ed all'allacciamento agli impianti di alimentazione.

Art.4 UTILIZZO PREVISTO E UTILIZZO IMPROPRIO DEL PRODOTTO

- 4.1** In considerazione dell'idoneità all'uso esclusivamente sportivo del presente Prodotto, INTERGYM SRL raccomanda il suo utilizzo a seguito del rilascio da parte di un medico di apposito certificato di idoneità fisica.
- 4.2** INTERGYM SRL declina ogni responsabilità per eventuali danni che possano, direttamente o indirettamente, derivare a persone, animali domestici e cose in conseguenza dell'inosservanza di tutte le istruzioni, indicazioni ed avvertenze contenute nell'apposita Guida Utente.
- 4.3** In particolare si dichiara che il Prodotto è assolutamente inidoneo ad uso terapeutico e/o riabilitativo e che l'eventuale verifica di infortuni od insorgenza di patologie correlate a tale indebito utilizzo non potrà in alcun modo essere imputata al produttore.

Art.5 DANNI CAUSATI DAI CAT

- 5.1** INTERGYM SRL non sarà responsabile per i danni a persone, animali domestici e cose eventualmente causati da uno dei CAT, in occasione dell'intervento di riparazione del Prodotto e/o sostituzione dello stesso o di un suo componente; per l'effetto il Consumatore si impegna ad indirizzare eventuali richieste risarcitorie direttamente ai CAT, rinunciando a qualunque azione e/o pretesa nei confronti di INTERGYM SRL.

Art.6 TERMINE FINALE DELLA GARANZIA

- 6.1** Salvo quanto previsto dalle precedenti clausole, trascorso il periodo di ventiquattro mesi di garanzia, ogni intervento di riparazione e/o sostituzione di componenti del Prodotto sarà posto totalmente a carico del Consumatore.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

IMPORTANTE !! INFORMAZIONI PER LA GARANZIA

Da compilare (stampatello) e conservare a cura del Consumatore, assieme alla fotocopia dello scontrino fiscale oppure altro documento riportante la data di acquisto.

NOME E COGNOME DEL CONSUMATORE _____

RIVENDITORE _____

DATA DI ACQUISTO _____

NOME DEL MODELLO **SOLE - E95s**

NUMERO DI SERIE _____

Quando si effettua la richiesta per un intervento in garanzia è necessario fornire al Centro Assistenza Tecnica i dati sopra riportati. È altresì importante fotocopiare e trattenere una copia dello scontrino fiscale (o altro documento equivalente) attestante la data di acquisto (la fotocopia è necessaria poichè lo scontrino fiscale viene stampato su carta termica e le informazioni riportate svaniscono con il passare del tempo).

TAGLIANDO DI GARANZIA da compilare e spedire a Intergym

TAGLIANDO DI GARANZIA INTERGYM

(Art. 2.4 delle Condizioni Generali di Garanzia) - Da compilare (stampatello) e spedire a:
INTERGYM S.r.l. - via Emilia, 72/A - 47921 - Rimini (RN) - (Fax 0541 1642036)

NOME E COGNOME DEL CONSUMATORE _____

INDIRIZZO _____

RIVENDITORE _____

DATA DI ACQUISTO _____

MARCA E MODELLO **SOLE - E95s**

NUMERO DI SERIE _____

Il sottoscritto dichiara, che ha letto con attenzione le Condizioni di Garanzia in ogni loro parte e clausola e per l'effetto dichiara di averne pienamente inteso il significato e di conseguenza di accettare quanto previsto e disposto dalle Condizioni di Garanzia.

Per presa conoscenza ed accettazione delle CONDIZIONI DI GARANZIA - FIRMA DEL CONSUMATORE _____

La informiamo, ai sensi del D.Lgs. n° 196 del 30/06/2003 che i suoi dati anagrafici saranno oggetto di trattamento, con modalità prevalentemente informatiche, ai soli fini di usufruire della garanzia prestata da Intergym S.r.l..

Lei può inoltre decidere di fornire il consenso al trattamento dei dati personali ai fini di ricerche di mercato, informazione e promozione di Prodotti Fitness Home della Intergym S.r.l. mediante annunci pubblicitari inseriti nelle comunicazioni periodiche ai clienti.

☐ presta il proprio consenso

☐ nega il proprio consenso

FIRMA DEL
CONSUMATORE _____

DISTRIBUITO DA:

INTERGYM

www.intergym.com
via Emilia, 72/A - Rimini
47921 - RN - (Italia)

TAGLIANDO DI GARANZIA INTERGYM



Spett.le INTERGYM S.r.l.
Via Emilia, 72/A
47921 - Rimini
RN - (Italia)