

I MANUALE UTENTE



Codice : SPADOCPREMS3

Revisione : 00

Edizione : 08/18



PREMIUM S3



Istruzioni originali in lingua italiana.
**Leggere il manuale con la massima attenzione e tenerlo
sempre a portata di mano vicino al prodotto.**





INDICE DEGLI ARGOMENTI

• AVVERTENZE	pag. 3
• USO PREVISTO - REQUISITI UTENTE	pag. 4
• SIMBOLI - SIGNIFICATO E IMPIEGO	pag. 4
• DATI TECNICI	pag. 5
• ETICHETTE ADESIVE	pag. 6
• REQUISITI DI INSTALLAZIONE	pag. 7
• DISIMBALLO - CONTENUTO SCATOLA.....	pag. 7
• MONTAGGIO	pag. 8
• PRINCIPI DI ALLENAMENTO	pag. 11
• CARDIOFREQUENZIMETRO A FASCIA	pag. 12
• CONSIGLI PRATICI	pag. 13
• COMPUTER.....	pag. 14
• MANUTENZIONE.....	pag. 15
• SOSTITUZIONE BATTERIE.....	pag. 16
• SMALTIMENTO	pag. 16
• ESPLOSO RICAMBI	pag. 17
• LISTA RICAMBI	pag. 18
• ORDINE RICAMBI.....	pag. 19
• SCHEDA PER L'ORDINE DEI RICAMBI.....	pag. 19
• GARANZIA	pag. 20



AVVERTENZE

OBBLIGHI

- È obbligatorio, prima di ogni operazione sul prodotto, leggere con la massima attenzione il manuale utente e tenerlo sempre a portata di mano vicino all'attrezzo.
- È obbligatorio che il prodotto sia impiegato soltanto all'interno di ambienti domestici oppure in ambienti di tipo commerciale quali: circoli privati, hotel, Centri benessere, per un uso promiscuo del prodotto ma non continuativo. Le istruzioni sull'uso corretto del prodotto e le avvertenze d'impiego devono essere spiegate a tutte le persone alle quali viene permesso di usare questo attrezzo.
- È obbligatorio che il prodotto sia impiegato soltanto da persone in perfette condizioni fisiche e di età superiore a 16 anni.
- È obbligatorio fornire istruzioni sull'uso corretto del prodotto agli eventuali utilizzatori, quali amici e familiari.
- È obbligatorio che il prodotto sia impiegato indossando un abbigliamento comodo composto da scarpe e tuta da ginnastica oppure leggero, adatto alla corsa. Indumenti che impediscono la traspirazione oppure scarpe rigide o inadatte all'uso sportivo sono dannosi.
- È obbligatorio allontanare bambini e animali domestici durante l'impiego del prodotto; le parti in movimento dell'attrezzo possono diventare la causa di ferite agli arti.
- È obbligatorio interrompere immediatamente l'esercizio e chiamare un medico qualora, durante l'allenamento con l'attrezzo, si avverte senso di svenimento, dolore toracico o sensazione di affanno.
- È obbligatorio controllare periodicamente il serraggio della viteria e il buono stato di tutte le parti del prodotto.
- 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.
- È consigliato, prima di affrontare un allenamento con questo prodotto, effettuare alcuni esercizi di riscaldamento e di allungamento muscolare.

DIVIETI

- È vietato impiegare l'attrezzo in centri medici o palestre, questo attrezzo non è progettato per un utilizzo intensivo e un esercizio continuo in ambito professionale o in ambito medico.
- È vietato impiegare l'attrezzo per test massimali oppure per scopi terapeutici e/o riabilitativi.
- È vietata la presenza di bambini o animali domestici in prossimità del prodotto in funzione, durante l'allenamento.
- È vietato avvicinare contenitori con liquidi vicino o sopra l'attrezzo.
- È vietato impiegare per la pulizia del prodotto sostanze chimiche aggressive, spazzole o spugne abrasive.
- È vietato smontare parti dell'attrezzo, ad esclusione dei casi espressamente indicati nel manuale utente.
- È vietato l'impiego del prodotto in caso di guasto o cattivo funzionamento. In caso di malfunzionamenti, spegnere l'attrezzo e non manometterlo. Contattare il servizio assistenza per la riparazione.
- È vietato l'impiego del prodotto adottando una scorretta messa a punto, costringendo così l'uso con una postura inadeguata alla corporatura dell'utilizzatore.
- È vietato indossare un abbigliamento in materiale sintetico o misto lana, durante l'allenamento. L'impiego di indumenti inadeguati può comportare problemi di natura igienica e la possibilità di creare pericolose cariche elettrostatiche.



USO PREVISTO REQUISITI UTENTE

La serie dei prodotti *Premium* della Get-Fit introduce nuovi orizzonti di qualità ed ergonomia espresse in linee sobrie dai robusti contenuti meccanici e da un equipaggiamento elettronico sofisticato e completo.

La Speed Bike **Premium S3** documentata in questo Manuale Utente è realizzata con sistema di regolazione dell'intensità dipendente dal numero di giri ed è progettato e certificato per un utilizzo semi-professionale, sia in ambito domestico per l'utilizzo privato, che in ambito commerciale per l'utilizzo collettivo non continuativo in ambienti quali: Circoli o associazioni private, Hotel, Centri benessere, SPA, ecc. L'attrezzo NON è idoneo per l'utilizzo in campo medico e/o riabilitativo. Il prodotto è un attrezzo per uso sportivo che simula il movimento specifico della bicicletta tradizionale per potersi mantenere in forma attraverso un allenamento costante e in qualunque stagione, quando il troppo caldo, il troppo freddo o la pioggia non permettono di uscire, oppure per brevi pause da dedicare all'attività fisica quando non si ha modo o tempo per frequentare una palestra o per intraprendere un programma di allenamento.

Allenarsi in sicurezza e in modo consapevole, entro i limiti della propria età e della propria condizione fisica è un fattore importante che deve essere valutato attraverso un esame di controllo presso il proprio medico curante, prima di cominciare ad utilizzare il prodotto.



L'impiego del prodotto è vietato nelle seguenti condizioni:

- utilizzatore di età inferiore a 16 anni;
- utilizzatore di peso superiore al limite indicato nella targa e nei dati tecnici;
- utilizzatore in stato di gravidanza;
- utilizzatore con diabete;
- utilizzatore con patologie legate a cuore, ai polmoni, o ai reni.



La garanzia sul prodotto e la responsabilità del distributore vengono a decadere nei seguenti casi:

- uso improprio del prodotto diverso da quello specificato nel manuale utente;
- mancato rispetto degli intervalli e delle modalità della manutenzione;
- manomissione del prodotto
- impiego di ricambi non originali;
- inosservanza degli avvisi di sicurezza riportati nei pittogrammi e nel manuale utente.

Questo manuale contiene tutte le informazioni per l'installazione, la manutenzione e l'uso corretto dell'attrezzo.

Tutti gli utilizzatori che faranno uso di questo attrezzo, devono essere adeguatamente informati sulle capacità del prodotto da un istruttore ed hanno l'obbligo di leggere con la massima attenzione le informazioni contenute in questo manuale per un impiego corretto e sicuro.



SIMBOLI SIGNIFICATO E IMPIEGO

Istruzioni e avvertenze contenute nel manuale utente garantiscono la massima sicurezza d'uso ed la migliore durata del prodotto.

Avvisi e particolari richiami che comportano delle operazioni a rischio sono stati evidenziati in testo grassetto e sono precedute dai simboli qui di seguito illustrati e definiti.



PERICOLO: una operazione che comporta il rischio di ferite personali o a persone nelle vicinanze. Attenersi scrupolosamente alle istruzioni indicate.



AVVERTENZA: una operazione che comporta il rischio di danneggiamento al prodotto. Prestare massima attenzione!



NOTA: un avviso o una nota su funzioni chiave o informazioni utili.

Le illustrazioni presenti nel manuale utente rendono più chiari concetti e informazioni. Un continuo aggiornamento dei prodotti può comportare lievi differenze tra il disegno riportato e il prodotto acquistato.

Nel caso le illustrazioni nel manuale non corrispondano per qualche dettaglio al prodotto in vostro possesso, ricordiamo che tali differenze sono a carattere estetico e non riguardano le istruzioni per la sicurezza che sono comunque garantite.

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



DATI TECNICI

SISTEMA DI RALLENTAMENTO :	freno a tampone con feltri
REGOLAZIONE DELLA RESISTENZA :	regolazione manuale tramite manopola
REGOLAZIONE SELLA :	regolazione verticale e orizzontale
REGOLAZIONE MANUBRIO :	regolazione verticale e orizzontale
PRESTAZIONI COMPUTER :	velocità, RPM, tempo, distanza, calorie, pulsazioni
TRASMISSIONE :	a cinghia
PESO GRUPPO VOLANO :	24 kg
INGOMBRI MAX (LxPxh) :	1220 x 510 x 1150 mm
PESO NETTO :	61 kg
PESO LORDO :	69 kg
PESO MASSIMO UTENTE :	140 kg
ALIMENTAZIONE COMPUTER:	2 batterie AA-size da 1,5 VDC
RILEVAZIONE CARDIACA:	ricevitore HR wireless (*)
CONFORMITA'	Norme : EN ISO 20957-1-10 (classe HC)
	Direttive : 2001/95/CE - 2014/30/UE - 2014/35/UE - 2011/65/UE

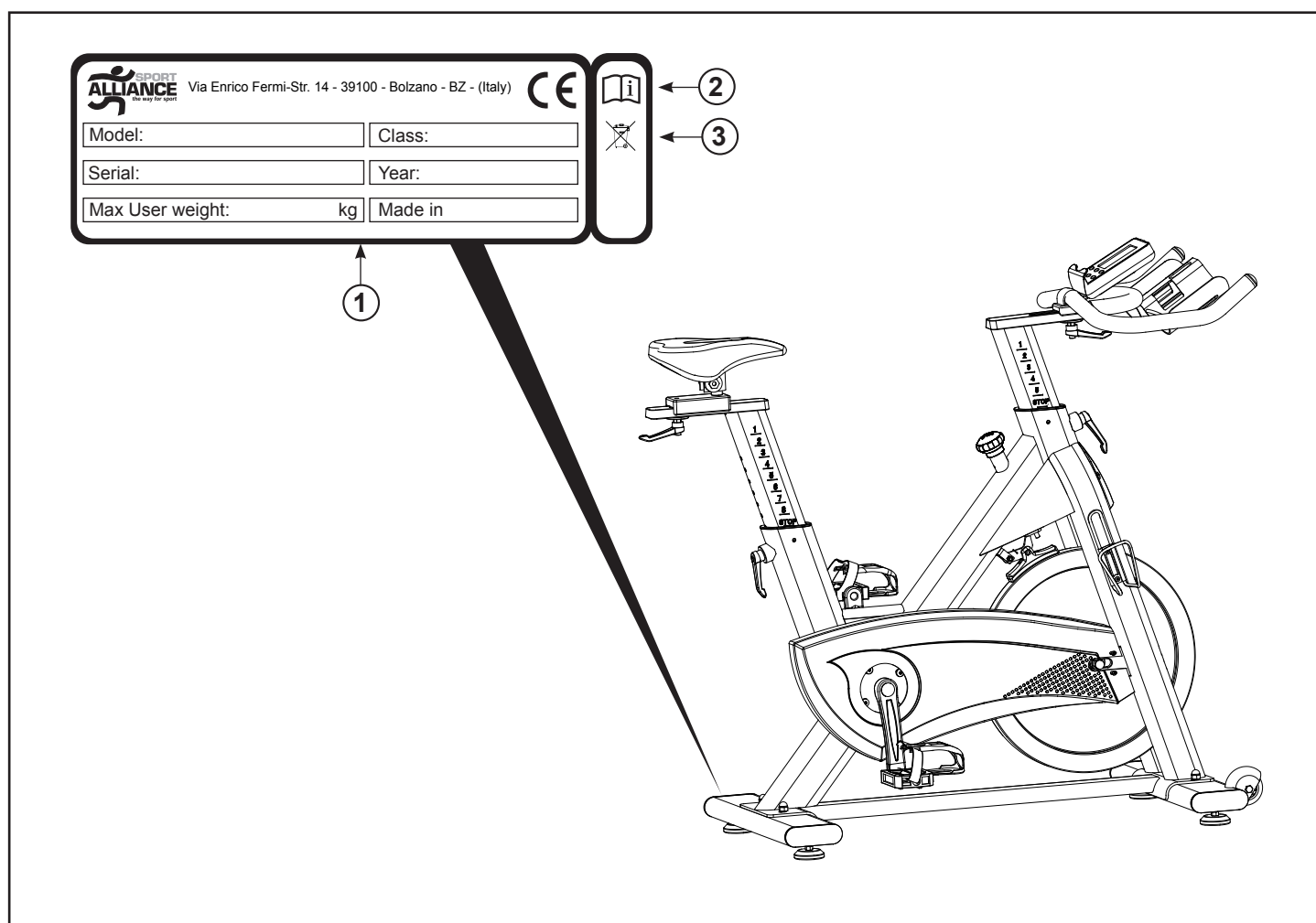
(*) il ricevitore HR wireless è compatibile con i trasmettitori marcati Polar® del tipo non codificato con protocollo di frequenza a 5 kHz (testato su modelli T31 e T34).

Il trasmettitore a fascia toracica non è incluso con il prodotto ed è disponibile su richiesta.



ETICHETTE ADESIVE

- 1) La Targa di Identificazione del prodotto riporta i dati tecnici, e il numero di serie.
- 2) Simbolo di richiamo all'obbligo di lettura del manuale utente prima dell'impiego.
- 3) Simboli di indicazione di conformità del prodotto alle direttive comunitarie che riguardano il trattamento e lo smaltimento di sostanze pericolose in apparecchiature elettriche ed elettroniche.





REQUISITI DI INSTALLAZIONE

Scegliere la stanza nella quale installare il prodotto.

- L'ambiente dove si installa e si impiega il prodotto dev'essere coperto (il prodotto non può essere installato all'aperto, come ad esempio su un terrazzo) ma deve essere aerato e bene illuminato.
- La zona della stanza nella quale si posiziona il prodotto non deve essere esposta al sole o troppo vicino ad un termosifone o a un impianto di climatizzazione e possibilmente deve disporre di una presa elettrica.
- La pavimentazione deve essere piana e priva di irregolarità; nel caso di pavimenti rivestiti con materiali pregiati quali ad esempio moquettes o parquet, consigliamo di provvedere a proteggere i punti di contatto con materiale morbido.
- È preferibile installare il prodotto in una camera che disponga di porta, in modo che non sia accessibile a bambini o animali domestici.



Si consiglia di non danneggiare l'imballo originale ed eventualmente di custodirlo nell'eventualità il prodotto presenti dei difetti e sia necessaria la riparazione in garanzia.




DISIMBALLO CONTENUTO SCATOLA

L'imballo è costituito da una scatola in cartone chiusa con punti metallici e nastri di reggiatura.

Il sollevamento e lo spostamento della scatola deve essere effettuato da almeno due persone.

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.

Prima di depositare a terra la scatola contenente il prodotto, verificare sui disegni del cartone la freccia con l'indicazione "LATO ALTO". 



Nel caso in cui la scatola sia stata depositata sul pavimento dal lato errato, evitare di aprirla danneggiando l'imballo ma girarla sul lato corretto.



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.

Durante le operazioni riferirsi alle illustrazioni con le fasi di montaggio ed eventualmente servirsi anche del disegno in esplosione nel catalogo ricambi.

Il Catalogo Ricambi completo di lista delle parti che si trova in fondo alla guida utente, è un ulteriore aiuto nell'identificazione dei componenti di piccole dimensioni.



Dopo aver tolto il prodotto dalla scatola, verificate eventuali danni subiti durante il trasporto e controllate la presenza di tutte le parti illustrate.



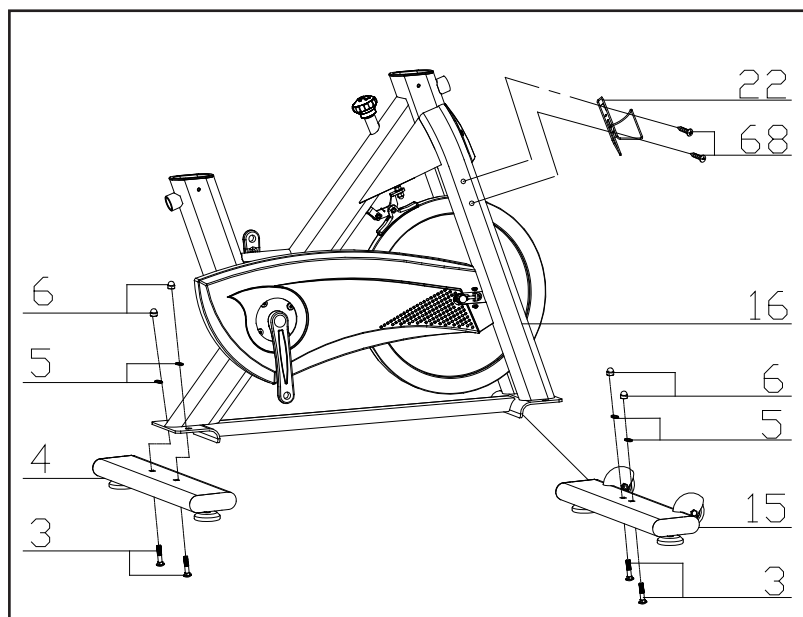
Si consiglia di conservare l'imballo originale nell'eventualità che il prodotto presenti dei difetti e sia necessaria la riparazione in garanzia.



MONTAGGIO

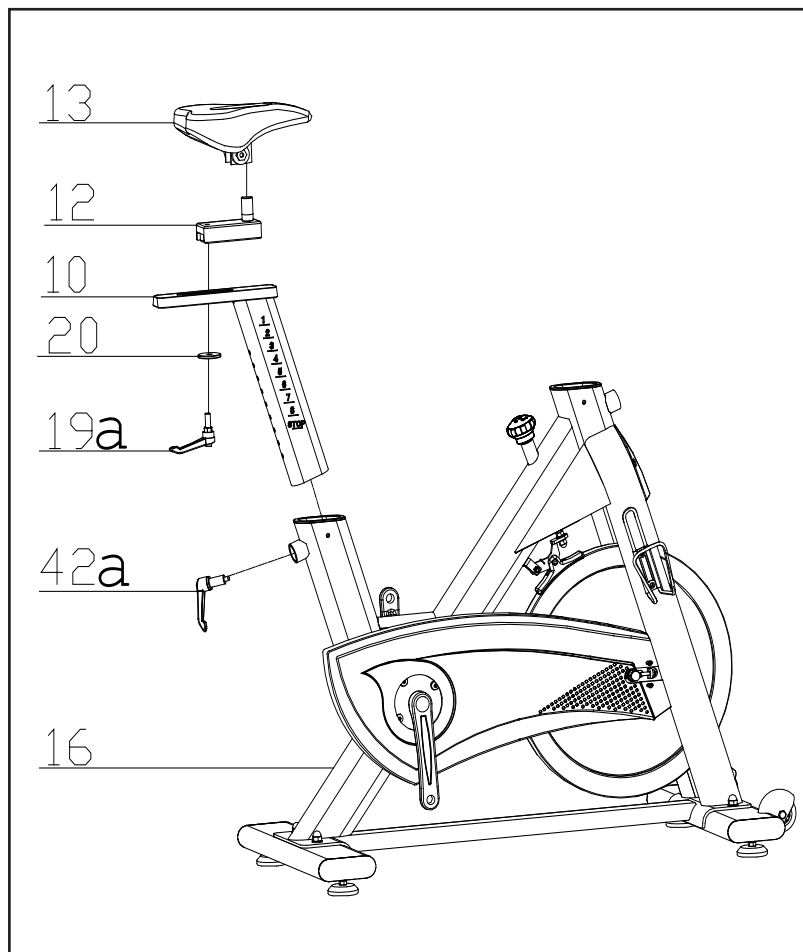
Montaggio barre di appoggio

- Fissare la barra di appoggio anteriore **15** al telaio principale **16**, serrando due bulloni a incasso **3** [M10x55] con due dadi a calotta **6** [M10] insieme a due rondelle piane **5** [Ø10 mm].
- Fissare la barra di appoggio posteriore **4** al telaio principale **16**, serrando due bulloni a incasso **3** [M10x55] con due dadi a calotta **6** [M10] insieme a due rondelle piane **5** [Ø10 mm].




Montaggio sella

- Inserire il tubo di regolazione altezza sella **10** nel fodero predisposto sul telaio principale **16**, quindi regolare l'altezza desiderata (sopra la tacca di riferimento 'STOP' stampata sul tubo di regolazione altezza) e avvitare la leva a ripresa **42a** di registrazione altezza, fino a bloccare il tubo in posizione.
- Fissare la sella **13** sul perno della slitta di regolazione orizzontale **12** serrando il morsetto di fissaggio posto immediatamente sotto la sella.
- Posizionare la slitta **12** sull'estremità superiore del tubo di regolazione altezza sella **10**, quindi bloccare la slitta avvitando la leva a ripresa **19a** completa di rondella piana **20** [Ø45xØ10.5x5].

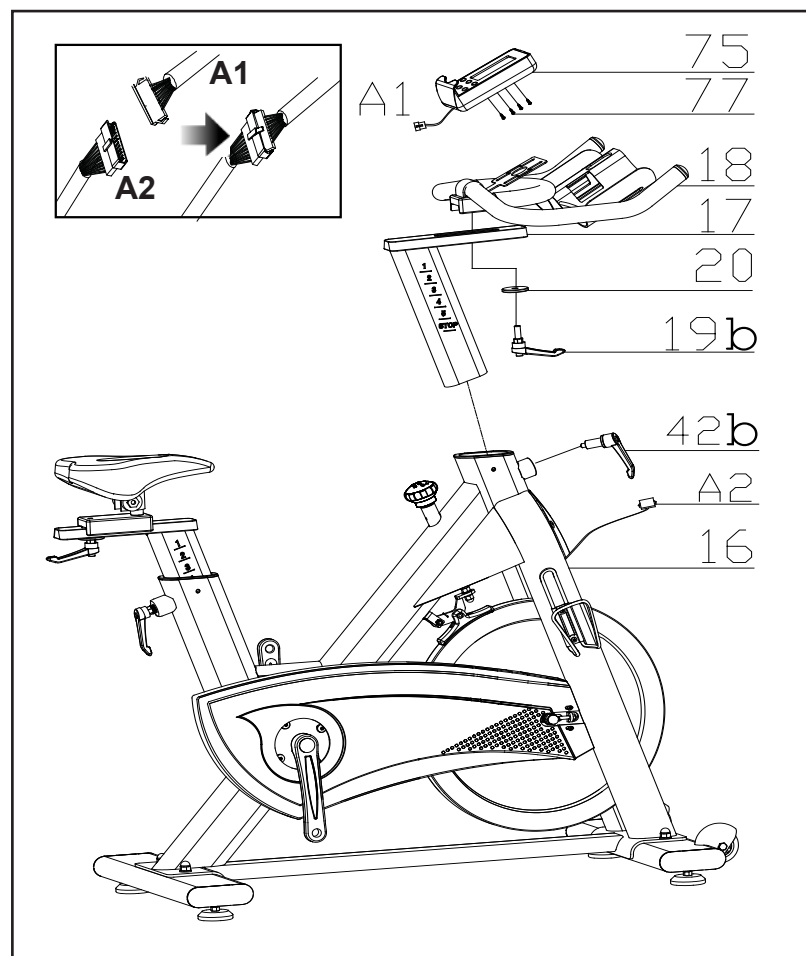


Montaggio manubrio e computer

- Inserire il tubo supporto manubrio **17** nella sede predisposta del telaio **16** quindi avvitare e serrare la leva a ripresa **42b**.
- Collegare il manubrio **18** sopra al tubo supporto **17** e fissarlo serrando la leva a ripresa **19b** corredata di rondella **20** [Ø45xØ10.5x5].

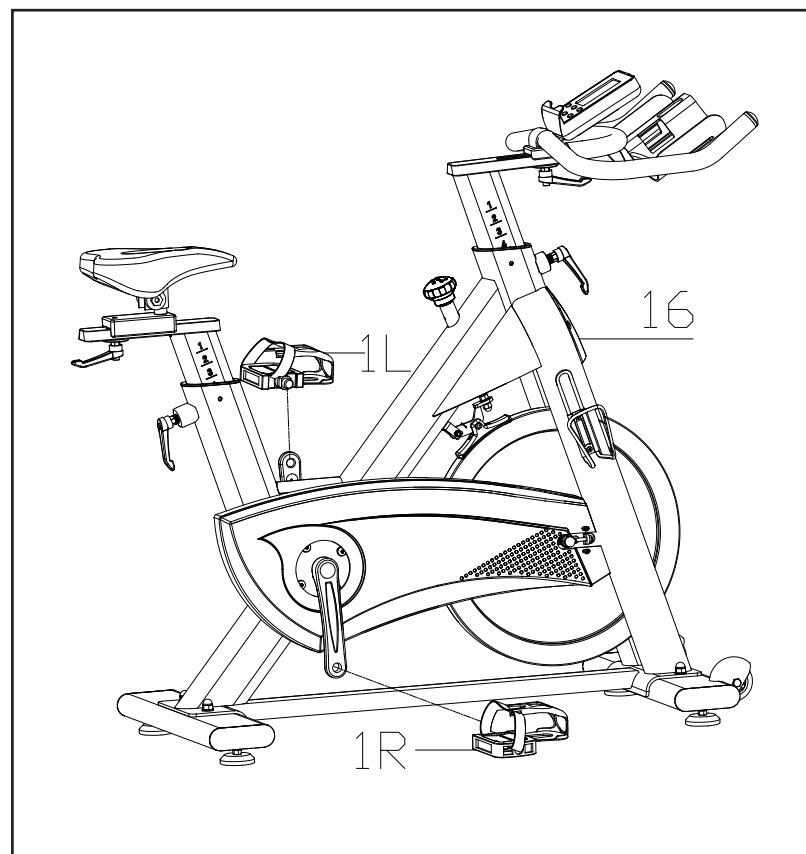
 **È importante serrare con forza le leve a ripresa per garantire il fissaggio sicuro del manubrio.**

- Posizionare il computer **75** sulla piastra di fissaggio del manubrio **18** e bloccarlo serrando quattro viti **77** [M5x10 mm].
- Collegare il connettore del sensore di velocità **A2** alla presa **A1** che fuoriesce dal computer.



Montaggio pedali

- Avvitare il pedale sinistro **1L**, contrassegnato con (L), alla pedivella di sinistra, ruotando la chiave in senso antiorario. Dal lato opposto, avvitare il pedale destro **1R**, contrassegnato con (R), alla pedivella di destra, ruotando la chiave in senso orario.
- Qualora non siano precedentemente montate di fabbrica: inserire le cinghie puntapiedi in gomma nei pedali destro (R) e sinistro (L), aggan-ciando le asole nei punti appositi, rispettare il verso di montaggio.



Completamento

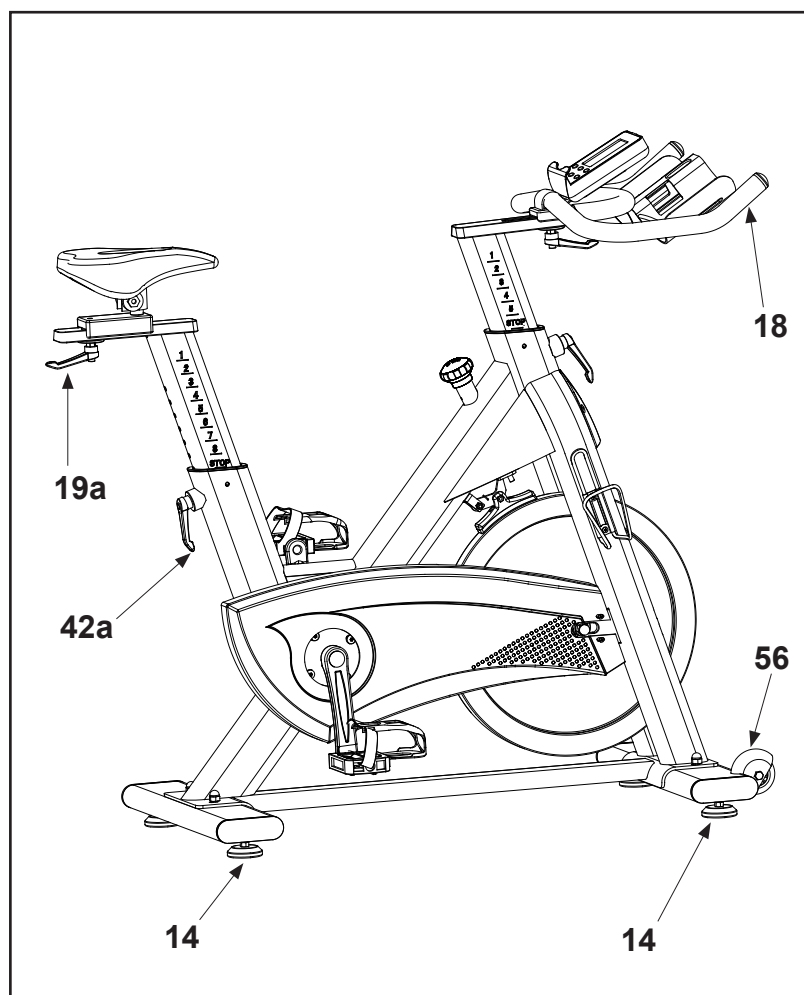
- Per compensare eventuali dislivelli del pavimento agire ruotando i piedi di livellamento **14** posti sotto lo stabilizzatore posteriore e quello anteriore.
- A questo punto l'assemblaggio del prodotto è concluso.
Prima dell'impiego leggere le restanti parti del manuale per apprendere tutte le informazioni sull'uso in sicurezza del prodotto.



Per evitare che la sella possa muoversi quando si pedala sull'attrezzo, è importante che sia ben bloccata con le leve e ripresa 19a e 42a.



*Per i piccoli spostamenti all'interno della stanza, afferrare le prese anteriori del manubrio **18** e sollevare la parte posteriore facendo fulcro sulla barra di appoggio anteriore. Una volta portate le ruote **56** contatto sul terreno, spingere l'attrezzo nella direzione desiderata.*





PRINCIPI 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 tutti coloro che sono poco allenati si deve cominciare ad utilizzare il prodotto poco per volta, con sessioni di allenamento di breve durata ai primi approcci, e aumentare i tempi di allenamento giornaliero gradualmente, cercando di rimanere costanti.

Si consiglia di preparare i muscoli interessati al movimento effettuando adatti esercizi di stretching e di riscaldamento prima di ogni sessione di allenamento.

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

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



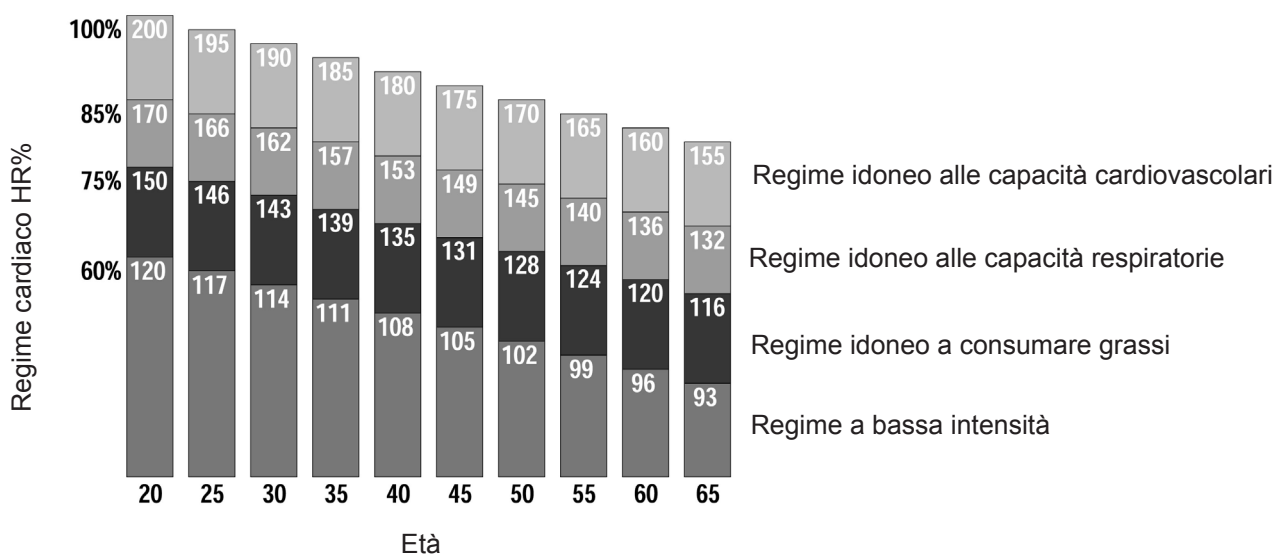
L'attività in regime di allenamento anaerobico è consentita solo a sportivi professionisti bene allenati.

Una seduta di allenamento comprende tre fasi.

Riscaldamento: fare alcuni esercizi per il riscaldamento e lo scioglimento dei muscoli, per portare il corpo in temperatura e preparare cuore e polmoni.

Attività sull'attrezzo: partire con una intensità moderata e aumentare gradualmente l'intensità dell'esercizio fino a quando il battito cardiaco raggiunge il valore di soglia desiderato. Mantenere più costante possibile la frequenza cardiaca sul valore di soglia.

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





CARDIOFREQUENZIMETRO A FASCIA (OPTIONAL)



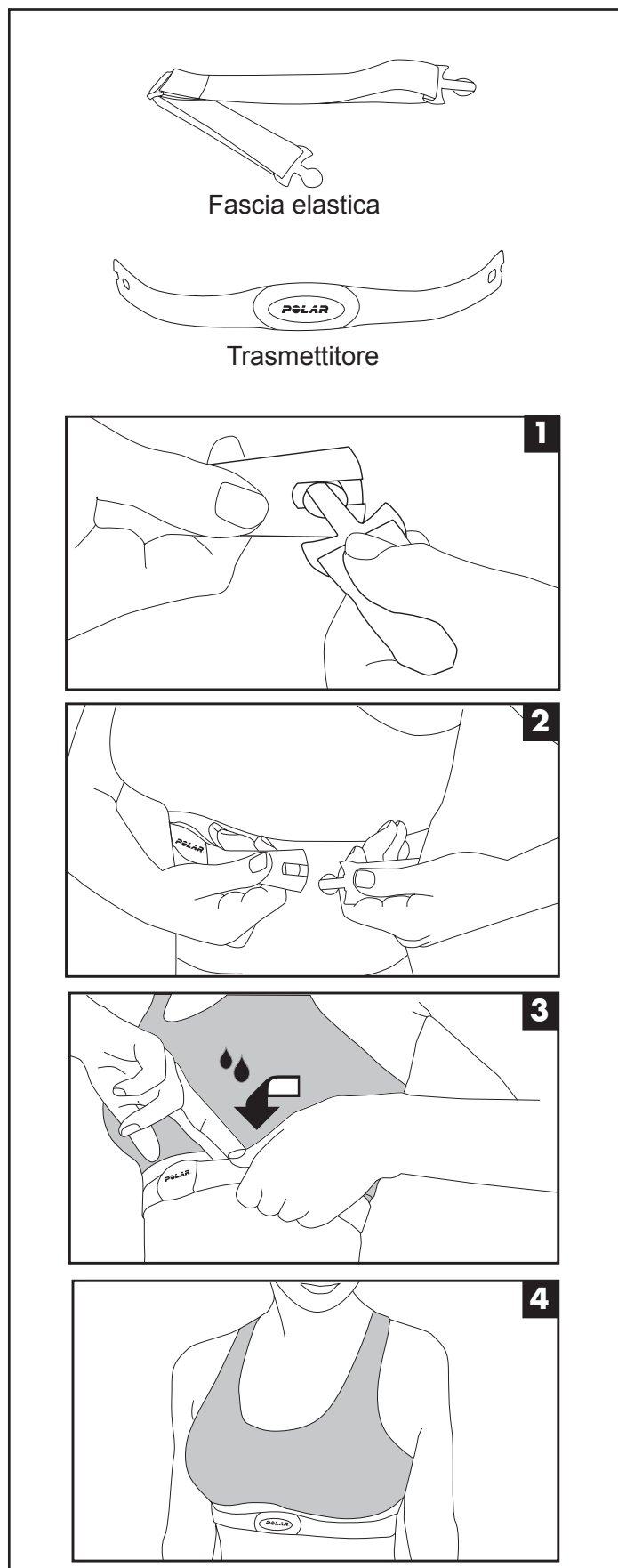
AVVERTENZE PER IL CARDIOFREQUENZIMETRO

- È **obbligatorio** prima di utilizzare il cardiofrequenzimetro a fascia, leggere con la massima attenzione le istruzioni di questa pagina e quelle eventuali fornite dal costruttore.
- È **obbligatorio** dopo ogni utilizzo pulire e asciugare accuratamente il trasmettitore e la fascia elastica, per evitare una scarica precoce della batteria, quindi staccare il trasmettitore e riporlo separato dalla fascia elastica.
- È **obbligatorio** pulire il trasmettitore con un panno umido e sapone neutro, la fascia elastica deve venire lavata a mano con normale detergente.
- È **obbligatorio** conservare fascia e trasmettitore fuori da cassetti, buste chiuse o altri contenitori, si consiglia di appenderli ad una parete, in modo da garantirne la buona asciugatura.

Il cardiofrequenzimetro Polar® T34, compatibile con il ricevitore installato nell'attrezzo, 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, dopodiché è necessario sostituire il cardiofrequenzimetro.

- 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 o sotto i seni, 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 il cardiofrequenzimetro 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 cardiofrequenzimetro può essere considerata come dato medico.





CONSIGLI PRATICI

Regolazione della sella

La sella dell'attrezzo può essere adattata alle diverse corporature, regolandola nel modo seguente.



Prima di impiegare l'attrezzo verificate la regolazione della sella, una posizione troppo alta o troppo bassa obbliga ad un movimento scorretto degli arti, causando spesso dolori muscolari.

Posizionate un pedale verso l'alto, mettete poi il piede nel fermapièdi e centrate l'avampiede sopra al centro del pedale. La gamba deve essere leggermente piegata verso il ginocchio.

Se la gamba è troppo dritta o il piede non tocca il pedale, dovrete abbassare la sella. Se la gamba è troppo piegata, dovrete alzare la sella.

Per regolare la posizione verticale della sella (a seconda dell'altezza dell'utilizzatore), scendere dall'attrezzo ed allentare la leva a ripresa **42a** ruotandola in senso antiorario. Sollevare o abbassare la sella sull'altezza desiderata, quindi serrare nuovamente la leva a ripresa **42a** avvitando in senso orario.

Per regolare la posizione orizzontale della sella, scendere dall'attrezzo ed allentare la leva a ripresa **19a** ruotandola in senso antiorario e spostare avanti o indietro la sella sulla posizione desiderata, quindi serrare nuovamente la leva a ripresa **19a** ruotandola in senso orario per bloccare la sella.



Prima di salire sulla sella accertarsi sempre che le leve a ripresa **42a e **19a** siano serrate (per serrare, ruotare in senso orario), fare forza muovendo la sella per accertarsi che sia ben bloccata.**

Regolazione del manubrio

Per sollevare o abbassare il manubrio, allentate la leva a ripresa **42b**, e regolare la posizione del manubrio sul punto desiderato quindi serrare nuovamente la leva a ripresa **42b**; mentre per la posizione orizzontale agire sulla la leva a ripresa **19b**.



Considerare che per una buona regolazione il manubrio deve essere posto alla stessa altezza della sella.

Regolazione delle cinghiette sui puntapièdi

Posizionate il piede destro nella gabbietta del pedale destro, spingete il piede in fondo fino a quando la parte anteriore della scarpa tocca il puntapièdi.

Con una mano tirare la parte libera della cinghietta dalla fibbia, fino a far stringere la gabbietta del puntapièdi tutt'intorno al piede stesso, quindi bloccare la cinghia nella fibbia. Ripetete l'operazione per il piede sinistro. Puntate i piedi e le ginocchia direttamente in avanti per garantire la massima efficienza di pedalata.

Regolazione dell'intensità dell'esercizio

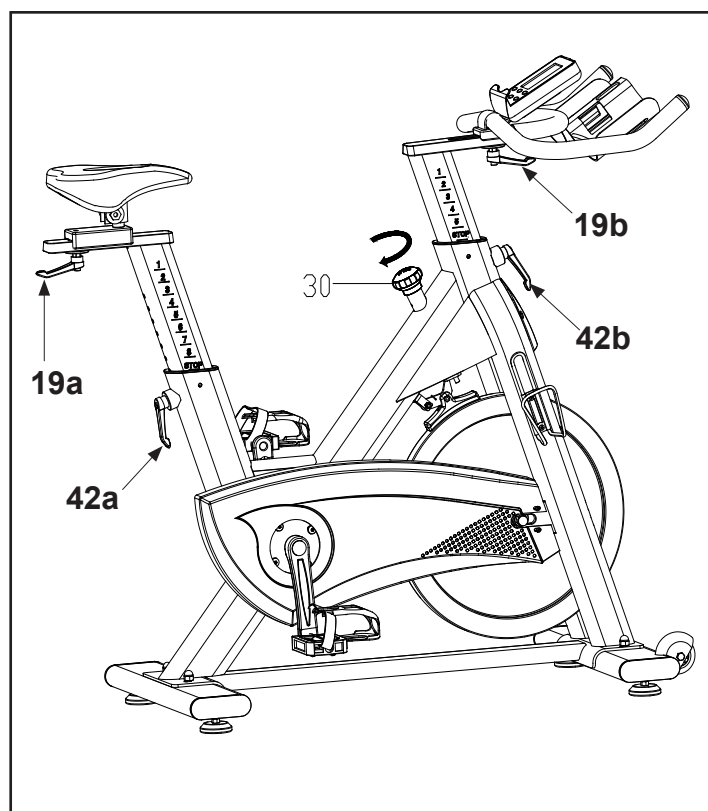
L'intensità dell'esercizio viene regolata tramite la manopola **30** del sistema frenante, posta sotto al manubrio:

- ruotando in senso orario si otterrà una maggiore resistenza alla pedalata.
- ruotando in senso antiorario si otterrà una minore resistenza alla pedalata.

La regolazione della resistenza può essere effettuata anche nel corso della pedalata.



Integrata alla manopola di regolazione della intensità **30, si trova un dispositivo di arresto di emergenza che si aziona spingendo la manopola verso il basso: azionamento del freno di emergenza.**





COMPUTER

Il computer attraverso un ampio display a cristalli liquidi visualizza le informazioni di seguito elencate.

L'accensione del display e contemporaneamente l'avvio dell'esercizio, avviene nel momento in cui si inizia a pedalare.

Funzioni dei display:

- **(SPEED):** la VELOCITÀ istantanea che si raggiunge durante l'esercizio in km/h (valore max=99.9 km/h).
- **(RPM):** Il NUMERO DI PEDALATE AL MINUTO che vengono effettuate durante l'esercizio (cadenza).
- **(TIME):** il TEMPO di durata dell'esercizio, partendo da zero fino a 99.59 minuti con incrementi di 1 secondo. In modalità di allenamento a tempo programmato il display presenterà il conteggio alla rovescia dal tempo impostato fino a zero.
- **(DISTANCE):** la DISTANZA parziale percorsa dall'inizio dell'esercizio (valore max= 999.9 km). In modalità di allenamento con calorie programmate il display presenterà il conteggio alla rovescia dal valore di calorie impostato fino a zero.
- **(CALORIES):** il consumo di CALORIE durante l'esercizio. In modalità di allenamento con calorie programmate il display presenterà il conteggio alla rovescia dal valore di calorie impostato fino a zero (*).
- **(PULSE):** la FREQUENZA CARDICA, misurata indossando una fascia toracica compatibile (optional). il valore viene espresso in bpm (battiti al minuto) (*). In modalità di allenamento con valore di soglia cardiaca programmato il display visualizza il valore della frequenza cardiaca in forma lampeggiante fino al raggiungimento della soglia impostata (*).
- **(SCAN):** tramite la funzione SCAN, sul display superiore viene visualizzato in modo ciclico il carosello di tutti i tutti i dati dell'esercizio in corso (Rpm, Speed, Time, Distance, Calorie, Pulse), senza la necessità di premere il pulsante MODE.

NOTE :

- (*) Ricordiamo che la misura fornita è soltanto un dato di riferimento approssimativo e in nessun caso può essere considerato come un riferimento medico.
- Quando l'attrezzo rimane inattivo per più di quattro minuti il computer si spegne e tutti i dati dell'esercizio in svolgimento vengono azzerati; per riattivare il computer è sufficiente ricominciare a pedalare.
- Per visualizzare la lettura del battito cardiaco occorre indossare il trasmettitore a fascia toracica (optional).

Funzioni dei pulsanti

Pulsante MODE / ENTER

- Prima dell'esercizio premere MODE per scegliere la modalità di allenamento: Time, Distance, Calories o Pulse.
- Durante l'esercizio premere MODE per scorrere manualmente i dati sul display superiore (Scan manuale).
- Mantenendo premuto il pulsante MODE per più di 2 secondi si azzerano tutti i dati impostati, (RESET).

Pulsante SET

Dopo la selezione della modalità di allenamento tramite il pulsante MODE, agire sul pulsante SET per impostare il dato della variabile selezionata: durata, distanza, calorie e il range del battito cardiaco, fino al valore desiderato.

Pulsante RECOVERY

Recovery funziona tramite l'uso della fascia toracica (optional) e permette di ottenere un indice di riscontro dei miglioramenti acquisiti della capacità cardiovascolare, in funzione del progredire del programma di allenamento.

Per questa funzione, si suggerisce di effettuare un test ogni settimana, dopo un esercizio a durata costante di 30 minuti, al termine del quale occorre smettere di pedalare e premere il pulsante "Recovery" indossando la fascia toracica.

Dopo un conteggio alla rovescia della durata di 60 secondi sul display verrà visualizzato l'indice di performance rilevato, contraddistinto da sei livelli.

F1 = OTTIMO indice di performance

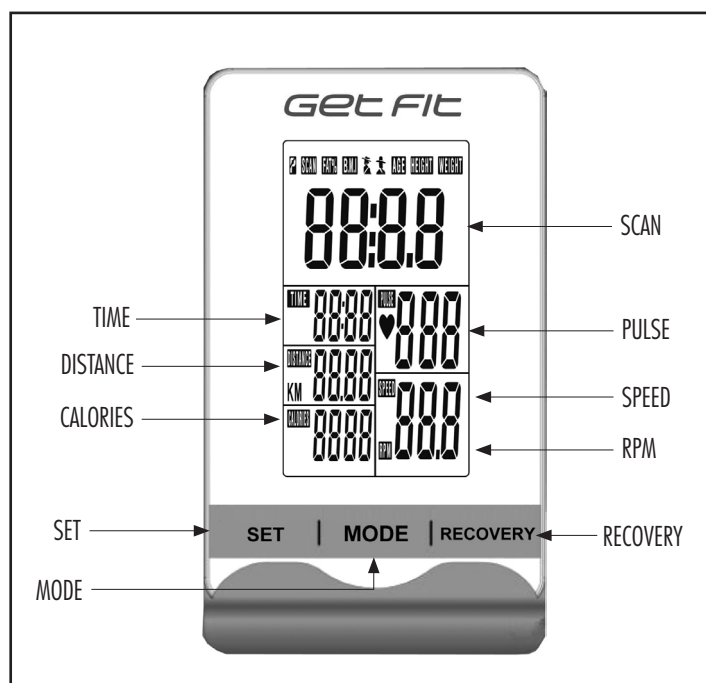
F2 = ECCELLENTE indice di performance

F3 = BUON indice di performance

F4 = DISCRETO indice di performance

F5 = SUFFICIENTE indice di performance

F6 = INSODDISFACENTE indice di performance.





MANUTENZIONE



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.

PULIZIA DELL'ATTREZZO

Dopo ogni utilizzo è necessario asciugare e pulire con cura il telaio per rimuovere tracce di sudore e umidità.

Si consiglia di utilizzare un pulitore non abrasivo o aggressivo e una soluzione acquosa come detergente, utilizzate panni morbidi in cotone per asciugare oppure carta assorbente. Risciacquate tutte le superfici in modo da rimuovere i residui dei detergenti.



Evitare di bagnare o insaponare la cinghia. Evitate di bagnare o lubrificare i pattini del freno durante la pulizia.

Le parti principali da detergere e lubrificare, sia per motivi igienici sia per prevenire ossidazioni sono:

- manubrio e sella con le rispettivi tubi, sedi di scorrimento e manopole di bloccaggio,
- pedali e pedivelle,
- telaio e carter copri-catena, prestando particolare attenzione alla manopola del variatore di intensità,
- il volano, con l'accorgimento di detergere bene la parte superiore che entra a contatto con il pattino freno e le parti laterali cromate,
- il perno di rotazione del volano e i relativi dadi distanziatori e di ancoraggio,
- altre viti e bulloni esposte all'azione ossidante con particolare riguardo ai due bulloni tendi-cinghia, posti simmetricamente sulla parte retrostante delle forcelle anteriori su cui è ancorato il volano.



Per pulire e lubrificare le parti si consiglia di spruzzare olio al silicone spray su uno strofinaccio pulito e agire; evitando di spruzzare e far colare lubrificante su altre superfici.

TENSIONAMENTO CINGHIA

Controllare periodicamente la corretta tensione della cinghia in modo da evitare slittamenti.

Per tendere la cinghia occorre allentare leggermente i due dadi di ancoraggio dell'asse volano, quindi agire sui bulloni di tensionamento nella parte anteriore delle forcelle su cui è ancorato il volano, avvitando in senso orario per tendere e in senso antiorario per allentare.

A operazione conclusa avvitarre nuovamente i dadi di ancoraggio del volano.

CONTROLLI OGNI 3 MESI

- Pulire con cura tutti gli angoli del telaio e delle parti mobili che potrebbero essere intaccate da sporco, gli angoli, le viti i bulloni.
- Prestare la massima attenzione allo stato di pulizia del pattino freno, al fine di prevenirne l'usura occorre pulire e lubrificare la parti del volano che entra in attrito con il freno. In caso si notasse un particolare grado di sporco si consiglia di estrarlo dalla propria sede e provvedere alla sua pulizia o sostituzione.
- Controllare con attenzione la corretta regolazione dei piedini di livellamento.
- Controllare il serraggio dei pedali e dei dadi di bloccaggio delle pedivelle.
- Verificare il tensionamento della cinghia. Rimontare il carter copri-cinghia a operazioni ultimate.







È VIETATO IMPIEGARE L'ATTREZZO PRIVO DEL CARTER COPRI-CINGHIA MONTATO CORRETTAMENTE.

Quando sul telaio compaiono graffi o abrasioni si consiglia di intervenire con una pennellata di vernice smaltata antiruggine che previene la formazione e la successiva estensione di ruggine sulle parti in metallo.

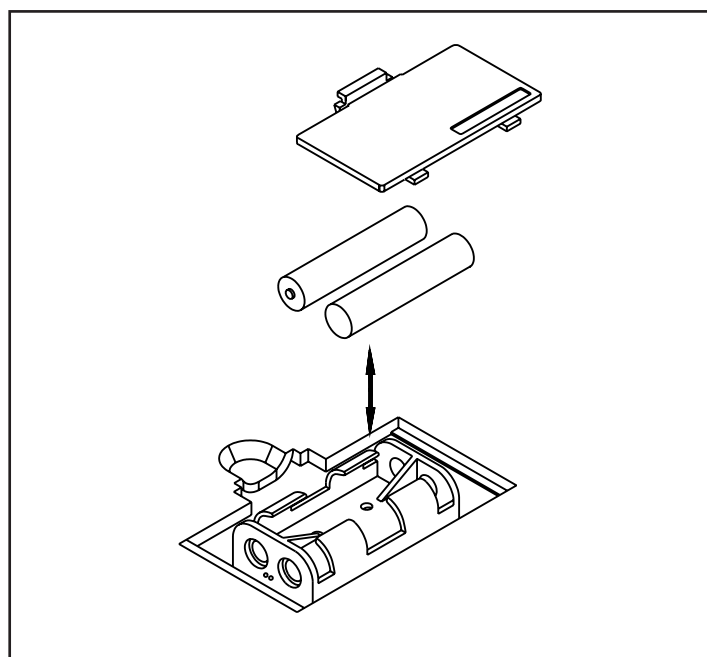


SOSTITUZIONE BATTERIE

-  **Rispettare la polarità, controllare sulla serigrafia la posizione dei poli negativo e positivo.**
-  **Non gettare le batterie esaurite sul fuoco.**
-  **Non gettare le batterie esaurite insieme agli altri rifiuti domestici. Provvedere allo smaltimento differenziato negli appositi raccoglitori per batterie.**
-  **Non tentare di ricaricare la batteria esaurita, utilizzare soltanto batterie nuove del tipo a bottone CR2032.**

Quando sul display i numeri vengono visualizzati chiari e con molta lentezza, occorre sostituire le batterie.

Per compiere l'operazione è necessario rimuovere il portello posto dietro al computer, estrarre le batterie esaurite e rimpiazzarle con nuove batterie del tipo stilo AA size.



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 piombo, mercurio, cadmio, cromo esavalente, bifenili polibromurati (PBB) o eteri di difenile polibromurati (PBDE).

Questo prodotto NON deve essere smaltito come rifiuto urbano, ma deve essere smaltito separatamente, conferendolo negli appositi centri di raccolta preposti per lo smaltimento e il riciclaggio di tali prodotti.



Per informazioni più dettagliate sul riciclaggio di questo prodotto, rivolgersi agli enti locali preposti, al fornitore del servizio di smaltimento dei rifiuti domestici, oppure direttamente al negozio in cui è stato acquistato il prodotto.



LISTA RICAMBI

Pos.	Descrizione	Q.tà	Pos.	Descrizione	Q.tà
1L/R	Pedale sx/dx	1/1	53	Boccola Ø14xØ15 mm	1
2	Anello manopola freno Ø20x3 mm	2	54	Piastra freno di emergenza	1
3	Bullone a incasso M10x55 mm	4	55	Vite M6x30 mm	1
4	Barra di appoggio posteriore	1	56	Ruota di spostamento	2
5	Rondella piana Ø10 mm	4	57	Tappo ovale barre di appoggio	4
6	Dado a calotta M10	4	58	Copertura anteriore	1
7	Dado M8	1	59	Perno freno di emergenza	1
8	Bullone M8x40 mm	2	60	Anello in plastica Ø20xØ9x3	2
9	Cuscinetto 608ZZ	4	61	Volano	1
10	Tube regolazione altezza sella	1	62	Albero volano	1
11	Vite M6x6 mm	1	63	Rondella piana Ø6 mm	1
12	Slitta reg. orizzontale sella	1	64	Vite M6x20 mm	1
13	Sella	1	65	Tube di fissaggio Ø21.4xØ13x45	1
14	Piedino di livellamento	4	66	Dado M20	2
15	Barra di appoggio anteriore	1	67	Boccola Ø10xØ6.2x5.5	1
16	Telaio principale	1	68	Vite autofilettante ST4.8x19	2
17	Tube regolazione altezza manubrio	1	69	Tampone freno	1
18	Manubrio	1	70	Porta tampone freno	1
19a	Leva a ripresa reg. orizzontale sella	1	71	Tube di fissaggio Ø25xØ20.2x48.2	1
19b	Leva a ripresa reg. orizzontale manubrio	1	72	Tazza metallica volano	1
20	Rondella piana Ø45xØ10.5x5	2	73	Dado M20	1
21	Anello plastico 100x50x2	2	74	Tappo tondo Ø14 mm	2
22	Porta borraccia	1	75	Computer	1
23	Vite autofilettante ST4.2x19 mm	6	76	Sensore di velocità	1
24	Rondella piana Ø12 mm	2	77	Vite M5x10	4
25	Tappo ovale 80x40x1.5	2			
26	Tappo tondo Ø22 mm	1			
27	Bullone M8x16 mm	4			
28	Dado M12x1.25	2			
29	Tappo tondo pedivella	2			
30	Manopola regolazione tampone freno	1			
31	Dado autobloccante M8	8			
32	Fine corsa freno	1			
33	Pedivella sx	1			
34	Tazza copertura pedivella	1			
35	Cuscinetto 6004ZZ	4			
36	Pedivella dx	1			
37	Molla di regolazione	1			
38	Dado M12x1.25	2			
39	Vite a occhiello M6x60 mm	2			
40	Dado M6	4			
41	Vite autofilettante ST4.2x19	11			
42a	Leva a ripresa reg. verticale sella	1			
42b	Leva a ripresa reg. verticale manubrio	1			
43	Vite M6x16 mm	2			
44	Carter cinghia esterno	1			
45	Staffa carter cinghia	1			
46	Albero movimento centrale	1			
47	Distanziale cilindrico Ø25xØ20.2x41.2	1			
48	Distanziale cilindrico Ø25xØ20.5x12	1			
49	Carter cinghia interno	1			
50	Cinghia	1			
51	Puleggia	1			
52	Molla freno di emergenza	1			



ORDINE RICAMBI

Per ordinare parti di ricambio riferirsi al disegno in esploso che si trova alla pagina precedente.

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.



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 al numero verde:

800.046.137 (☎ 9:00 AM → 12:00 AM)

SCHEDA PER L'ORDINE DEI RICAMBI

Denominazione

Nome

Cognome

Indirizzo

Tel

Fax

E-mail

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

Invio della scheda per l'ordine dei ricambi:

fax +39 0471.208310

e-mail: assistenzagetfit@sportalliance.it

NB: conferma d'ordine e tempo di consegna viene comunicata telefonicamente dal centro assistenza.



GARANZIA

SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL s.p.a. garantisce la conformità del Prodotto contro i difetti di fabbricazione e la sua idoneità all'uso per il quale è stato specificamente concepito e progettato, ossia per l'esercizio fisico del corpo in ambiente domestico o commerciale e per un uso esclusivamente sportivo e non terapeutico e/o riabilitativo.

DURATA E VALIDITÀ DELLA GARANZIA

- La Garanzia Convenzionale prestata da SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A. è valida all'interno dei paesi dell'Unione Europea per un periodo di 24 mesi dalla consegna del Prodotto in caso di utilizzo privato (acquisto tramite scontrino e impiego in ambito domestico), oppure di 12 mesi dalla consegna, in caso di utilizzo collettivo (acquisto tramite fattura e impiego in ambito commerciale).
- La presente Garanzia è riferita ai prodotti commercializzati e distribuiti da SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A. e i suoi partners acquistati dal Consumatore esclusivamente presso un Venditore autorizzato, ed è prestata a titolo meramente convenzionale e nei limiti qui stabiliti; restano salvi ed impregiudicati i rimedi stabiliti dalla legge a favore del consumatore in materia di vendita di beni di consumo di cui alla Parte IV, Titolo III del d.lgs. 6 settembre 2005, n. 206 (Codice del consumo).
- Per le richieste di intervento in Garanzia, il Consumatore deve dichiarare la data di consegna del Prodotto tramite lo scontrino fiscale (o altro documento compatibile), deve inoltre comunicare il nominativo del Venditore e gli estremi identificativi del Prodotto (modello e numero di matricola).

Nota: per la validità della Garanzia è pertanto necessario conservare con cura lo scontrino fiscale (o altro documento compatibile) riportante gli estremi dell'acquisto.

- Per registrare il prodotto e fruire della Garanzia Convenzionale, si richiede al Consumatore di provvedere alla compilazione online del form di registrazione in internet all'indirizzo: www.sportalliance.it o eventualmente all'invio tramite posta (Sport Alliance International S.p.A. - Via E. Fermi, 14 - 39100 - Bolzano - BZ - Italia), fax (+39 0471 208310), oppure e-mail (assistenzagetfit@sportalliance.it) del Tagliando di Garanzia, allegato al Manuale Utente, debitamente compilato. La registrazione deve essere effettuata entro un mese dall'acquisto del Prodotto.
- 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 tramite l'avvio della pratica di intervento in garanzia accordata con il nostro Servizio Assistenza al numero verde: **800.046.137** 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.
- La sostituzione dell'intero Prodotto o di un suo componente non comporta una proroga della Garanzia Convenzionale. La Garanzia avrà termine alla scadenza del periodo previsto riferito alla data di consegna del Prodotto originario. Trascorso tale periodo di copertura, ogni intervento di riparazione e/o sostituzione di componenti del Prodotto è totalmente a carico del Consumatore.

ESCLUSIONI DELLA GARANZIA

- La Garanzia è **esclusa** nei casi seguenti:
 - a. mancata osservanza delle istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione/montaggio ed il regolare funzionamento del Prodotto (le regole di corretta installazione/montaggio, uso e manutenzione del Prodotto sono contenute nel Manuale Utente, allegato alla presente Garanzia, di cui costituisce parte integrante);

- b. uso del Prodotto per finalità diverse da quelle per le quali il Prodotto è stato specificatamente concepito/progettato;
 - c. manomissioni del Prodotto;
 - d. trascuratezza e/o negligenza nell'uso e nella manutenzione del Prodotto;
 - e. danni causati dal trasporto o dalla spedizione del Prodotto;
 - f. riparazione eseguita da centri assistenza non autorizzati;
 - g. riparazione del prodotto da parte dell'utilizzatore stesso, tranne il caso in cui l'operazione di riparazione/sostituzione parti è autorizzata dal Servizio Assistenza SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A.;
 - h. difetti di conformità che, per qualsiasi motivo, non possono in alcun modo farsi risalire ad azioni od omissioni del Produttore e/o Distributore;
 - i. la Garanzia NON comprende gli interventi inerenti all'installazione del Prodotto ed all'allacciamento agli impianti di alimentazione.
- 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.

Elenco componenti soggetti a normale usura:

- TAPIS ROULANT, elementi soggetti ad usura per normale utilizzo: rulli, piano di corsa, nastro, grip, cinghia, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
- HOME BIKE, elementi soggetti ad usura per normale utilizzo: pedali e cinghietti, sella, cinghia di trasmissione, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.

MODALITÀ DI ESECUZIONE INTERVENTI IN GARANZIA

Durante il periodo coperto dalla Garanzia, le prestazioni oggetto della stessa saranno effettuate a titolo completamente gratuito dal Servizio Assistenza del Distributore secondo le modalità e i tempi concordati telefonicamente con il tecnico contattato tramite il numero verde.

È facoltà Consumatore richiedere le eventuali parti di ricambio coperte da garanzia e provvedere alla sostituzione delle stesse secondo le istruzioni concordate con i tecnici del servizio assistenza, mentre nell'eventualità in cui il Prodotto o suoi componenti fossero da sottoporre a riparazione presso la stessa sede di Sport Alliance International S.p.A. (indirizzo), sarà cura e spese del Consumatore provvedere alla spedizione del Prodotto da ripararsi o sostituirsi presso la suddetta sede.

Nota: In tale eventualità tutti i rischi correlati al trasporto del Prodotto saranno posti a carico del Consumatore ed in ogni caso SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A. 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 SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A., 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.

<p>9:00 AM</p> <p>12:00 AM</p>	<p>SERVIZIO ASSISTENZA</p> <p>Numero Verde</p> <p>800.046.137</p>
--------------------------------	---

DISTRIBUTORI EUROPEI

Italy: *Sport Alliance International Spa* - www.sportalliance.it

Austria, Czechoslovakia, Slovenia, Slovakia: *Giga Sport* - www.gigasport.at



Sport Alliance International S.p.A. - Via Enrico Fermi, 14 - 39100 - Bolzano - BZ - (Italia) - info@sportalliance.it