

Cybex - Ligfiets R Series

Montage Instructies



Onderdeelnummer
1008128-0005 AC



Hoofdkantoor

10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • U.S.A.

847.288.3300 • FAX: 847.288.3703

Telefoonnummer klantendienst: 800.351.3737 (gratis nummer in de VS, Canada)

Algemene website: www.cybexintl.com

Internationale kantoren

NOORD- EN ZUID-AMERIKA

Noord-Amerika

Cybex International Inc.

10601 W Belmont Ave
Franklin Park, IL 60131 U.S.A.
Tel. nr.: (847) 288 3300
E-mail klantendienst: customersupport@lifefitness.com
E-mailadres afd. Verkoop/Marktbewerking:
commercialsales@lifefitness.com

Brazilië

Life Fitness Brasil

Av. Rebouças, 2315
Pinheiros
São Paulo, SP 05401-300
BRAZILIË
SAC: 0800 773 8282 optie 2
Telefoon: +55 (11) 3095 5200 optie 2
E-mail klantendienst: suportebr@lifefitness.com
E-mail sales/marketing: vendasbr@lifefitness.com

Latijns-Amerika en Caribisch gebied*

Life Fitness, LLC

10601 W Belmont Ave
Franklin Park, IL 60131 U.S.A.
Tel. nr.: (847) 288 3300
E-mail klantendienst: customersupport@lifefitness.com
E-mailadres afd. Verkoop/Marktbewerking:
commercialsales@lifefitness.com

EUROPA, MIDDEN-OOSTEN en AFRIKA (EMEA)

Nederland en Luxemburg

Life Fitness Atlantic BV

Bijddorpplein 25-31
2992 LB Barendrecht
NEDERLAND
Telefoon: (+31) 180 646 666
E-mail service: service.benelux@lifefitness.com
E-mail sales/marketing:
marketing.benelux@lifefitness.com

Verenigd Koninkrijk

Life Fitness UK LTD

Queen Adelaide
Ely, Cambs, CB7 4UB
Telefoon: algemeen kantoor (+44) 1353.666017
Klantendienst (+44) 1353.665507
Service Email: uk.support@lifefitness.com
E-mail sales/marketing: life@lifefitness.com

Duitsland, Oostenrijk en Zwitserland

Life Fitness Europe GMBH

Neuhofweg 9
85716 Unterschleißheim
DUITSLAND
Telefoon:
+49 (0) 89 / 31775166 Duitsland
+43 (0) 1 / 6157198 Oostenrijk
+41 (0) 848 / 000901 Zwitserland
E-mail klantendienst: kundendienst@lifefitness.com
E-mail sales/marketing: vertrieb@lifefitness.com

Spanje

Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1ª^a
08960 Sant Just Desvern Barcelona
SPAIN
Telefoon: (+34) 93.672.4660
E-mail klantendienst: servicio.tecnico@lifefitness.com
E-mail sales/marketing: info.iberia@lifefitness.com

België

Life Fitness Benelux NV

Parc Industriel de Petit-Rechain
4800 Verviers
BELGIUM
Telefoon: (+32) 87 300 942
E-mail klantendienst: service.benelux@lifefitness.com
E-mail sales/marketing:
marketing.benelux@lifefitness.com

Alle overige EMEA-landen en distributeuraangelegenheden EMEA*

Life Fitness Atlantic BV

Bijddorpplein 25-31
2992 LB Barendrecht
NEDERLAND
Telefoon: (+31) 180 646 644
E-mail klantendienst:
EMEAServiceSupport@lifefitness.com

AZIË EN DE PACIFIC

Japan

Life Fitness Japan, Ltd

4-17-33 Minami Aoyama 1F/B1F
Minato-ku - Tokyo 107-0062
Japan
Telefoon: (+81) 0120.114.482
Fax: (+81) 03-5770-5059
E-mail klantendienst: service.lfj@lifefitness.com
E-mail sales/marketing: sales@lifefitnessjapan.com

Hong Kong

Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square
21 Wong Chuk Hang Road
Wong Chuk Hang
Hong Kong
Telephone: (+852) 25756262
Fax: (+852) 25756894
Service e-mail: service.hk@lifefitness.com
Sales/Marketing e-mail: hongkong.sales@lifefitness.com

Alle overige Azië Pacific-landen en distributeuraangelegenheden Azië Pacific*

Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square
21 Wong Chuk Hang Road
Wong Chuk Hang
Hong Kong
Telefoon: (+852) 25756262
Fax: (+852) 25756894
Service e-mail: service.hk@lifefitness.com
Sales/Marketing e-mail: hongkong.sales@lifefitness.com

*Zie tevens www.cybexintl.com voor informatie over plaatselijke distributeurs of vertegenwoordigers

Link gebruikers- en servicedocumenten

<https://lifefitness9512.zendesk.com/hc/en-us>

<https://lfworld.lifefitness.com>

Additional information is available online using the links above.

تتوفر معلومات إضافية على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه.

点击上面的链接可在线获取更多信息。

Flere oplysninger er tilgængelige online gennem linket ovenfor.

Bijkomende informatie is online beschikbaar via bovenstaande link.

Vous trouverez plus d'informations en ligne à l'aide du lien ci-dessus.

Zusätzliche Informationen finden Sie online über den oben angegebenen Link.

Ulteriori informazioni sono disponibili online utilizzando il link sopra riportato.

追加情報は上記リンクを使用してオンラインで利用可能です。

상기 링크를 통해 온라인에서 추가 정보를 볼 수 있습니다.

Informações adicionais estão disponíveis on-line, através do link acima.

Дополнительная информация доступна в интернете по ссылке, указанной выше.

Mediante el enlace anterior podrá acceder a información adicional en línea.

Ytterligare information finns online genom att använda länken ovan.

İnternet üzerinden daha fazla bilgi edinmek için yukarıdaki bağlantıyı kullanabilirsiniz.

هناك معلومات إضافية متاحة على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه.

Informazio osagarria eskuragarri dago goiko estekaren bidez.

Допълнителна информация можете да намерите онлайн, като използвате връзката по-горе.

Mitjançant l'enllaç anterior podreu accedir a informació addicional en línia.

使用上面的連結線上提供額外資訊。

Dodatne informacije možete pronaći na internetu sljedeći vezu iznad.

ከላይ የተቀመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ፡፡

Lisätietoja on saatavissa verkosta käyttämällä yllä olevaa linkkiä.

Wubetumi anya nsem afoforo aka ho wo websait so denam asem a ewo atifi ho a wubemia so so.

Πρόσθετες πληροφορίες είναι διαθέσιμες online χρησιμοποιώντας το σύνδεσμο παραπάνω.

מידע נוסף זמין באינטרנט באמצעות הקישור לעיל.

További információ elérhető online, a fenti hivatkozás segítségével.

Viðbótarupplýsingar eru fáanlegar á netinu með því að smella á tengilinn hér fyrir ofan.

Plus indicium per superum situm potes invenire.

മുകളിലുള്ള ലിങ്ക് ഉപയോഗിച്ച് ഓൺലൈനിൽ കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്.

Ytterligere informasjon er tilgjengelig på nettet via linken ovenfor.

Dodatkowe informacje są dostępne online pod powyższym odnośnikiem.

Informações adicionais estão disponíveis online a usar o link acima.

Informații suplimentare sunt disponibile online, utilizând link-ul de mai sus.

Dodatne informacije dostupne su na mreži putem gornjeg linka.

Ďalšie informácie sú dostupné online na vyššie uvedenom odkaze.

Inhoudsopgave

Veiligheid

Veiligheidsinstructies.....	4
-----------------------------	---

Van start gaan

Plaatsen en stabiliseren van de ligfiets.....	6
Stroom vereisten (van toepassing op eenheden die een externe stroomvoorziening gebruiken).....	7
Optionele externe stroomvoorziening.....	7
Stroomvoorziening van de console controleren - 50L-console.....	8
Specificaties.....	8

Overzicht

Producteigenschappen.....	9
Aansluitingen.....	9
Afstellen van de pedaalriemen.....	10
Afstellen van de stoel.....	10

Onderhoud en technische gegevens

Preventief onderhoudsschema.....	11
Tips voor preventief onderhoud.....	11
Goedgekeurde en compatibele reinigingsmiddelen.....	11
Probleemoplossing voor de Polar®-hartslagborstband.....	12
Problemen met de Lifepulse™-sensoren.....	13
Productservice.....	13
De accu recycleren.....	13

In elkaar zetten

Materiaal en vereist gereedschap.....	14
Voordat u begint.....	15
De rugleuning bevestigen.....	15
De achterste afdekkingen van de onderzitting bevestigen.....	16
De rugleuning en de afdekking van de rugleuning bevestigen.....	16
Middenzuil op het voetstuk bevestigen.....	17
Linkerafdekking van de middenzuil stevig vastmaken aan de middenzuil.....	17
Rechteraafdekking van de middenzuil aan de linkerafdekking vastmaken.....	17
Kabelaansluitingen van voetstuk naar console - 50L.....	18
Kabelaansluitingen van voetstuk naar console - 70T.....	18
De console aanbrengen.....	18

Cybex® en het Cybex-logo zijn geregistreerde handelsmerken van Cybex International, Inc.

NIET-AANSPRAKELIJKHEIDSVERKLARING: Cybex International, Inc. doet geen beloftes en geeft geen garantie wat betreft de inhoud van deze handleiding. We behouden ons het recht voor om dit document op elk willekeurig moment te herzien of veranderingen door te voeren aan het product dat hier beschreven wordt zonder tegenbericht of verplichting om wie dan ook op de hoogte te stellen van dergelijke revisies of wijzigingen.

© Copyright 2022, Life Fitness, LLC. All Rights Reserved. Life Fitness, Hammer Strength, Cybex, ICG and SCIFIT are registered trademarks of Life Fitness, LLC and its affiliated companies and subsidiaries. Disclaimer: Images and specifications are current as of the date of publication and are subject to change.

10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • 800-351-3737 • 847-288-3700

www.cybexintl.com • 1008128-0005 AC • 2022

Veiligheid

Veiligheidsinstructies

 Lees alle instructies vóór gebruik.



LET OP!: Alle aanpassingen of wijzigingen aan dit toestel kunnen de productgarantie ongeldig maken.



ATTENTIE: Onjuist of overmatig gebruik van trainingstoestellen kan schade aan de gezondheid veroorzaken. Life Fitness Family of Brands raadt ten ZEERSTE aan dat u, voordat u aan een trainingsprogramma begint, eerst een arts bezoekt voor een volledig medisch onderzoek (in het bijzonder indien er in uw familie personen met een hoge bloeddruk of een hartziekte voorkomen of indien u ouder bent dan 45 jaar, rookt, een hoog cholesterolgehalte hebt, zwaarlijvig bent of indien u in het afgelopen jaar niet regelmatig hebt gesport). Indien u tijdens de training het gevoel hebt het bewustzijn te gaan verliezen, duizelig of kortademig wordt of pijn hebt, stop de training dan onmiddellijk.



ATTENTIE: Om de kans op brandwonden, brand, elektrische schokken of letsel te beperken, is het van groot belang dat elk toestel op een geaard stopcontact wordt aangesloten.



ATTENTIE: De controlesystemen voor de hartslag kunnen onnauwkeurig zijn. Overmatig trainen kan ernstig letsel of de dood veroorzaken. Wanneer u zich flauw voelt, stop dan onmiddellijk met trainen.



ATTENTIE: Niet gebruiken voor stretching en hang er geen riemen of andere toestellen aan.



ATTENTIE: Houd de batterijen buiten bereik van kinderen.

Sommige borstbanden kunnen een verwijderbare batterij bevatten.

- Inslikken kan ernstig letsel of zelfs overlijden tot gevolg hebben in slechts 2 uur, als gevolg van chemische brandwonden en mogelijke perforatie van de slokdarm.
- Als u vermoedt dat uw kind een batterij heeft ingeslikt, neem dan onmiddellijk contact op met uw lokale antigifcentrum voor snel en deskundig advies.
- Onderzoek apparaten en controleer of het batterijcompartiment goed is afgesloten, d.w.z. dat de schroef of een ander mechanisch bevestigingsmiddel vastzit. Gebruik niet als het compartiment niet goed is afgesloten.
- Verwijder gebruikte knoopbatterijen onmiddellijk en veilig. Batterijen die bijna leeg zijn, vormen nog steeds een risico.
- Vertel anderen over het risico dat knoopbatterijen met zich meebrengen en hoe men hun kinderen in veiligheid kan houden.



ATTENTIE: Laat aan beide kanten 41 cm (16 inch) ruimte tussen het breedste deel van de fiets en andere voorwerpen. Voorzie minstens 90 cm vrije ruimte tussen de voorkant of de achterkant van de fiets en gelijk welke ander voorwerp en 60 cm in de richting van waaruit de apparatuur wordt benaderd.



GEVAAR!: Trek altijd de stekker uit het stopcontact vóór u toestellen reinigt of onderhoudt om de kans op elektrische schokken of letsel door bewegende delen te beperken.

- Gebruik het product niet als het netsnoer of de stekker beschadigd is, of als het toestel gevallen of beschadigd is of zelfs maar gedeeltelijk in water ondergedompeld is geweest. Neem contact op met de klantendienst.
- Plaats het toestel zodanig dat de stekker goed bereikbaar is voor de gebruiker. Zorg ervoor dat het netsnoer niet gedraaid of in de knoop zit en dat het nergens gekneld wordt door of onder een toestel of voorwerp.
- Als het netsnoer beschadigd is, moet het worden vervangen door de fabrikant, een erkend onderhoudstechnicus of een soortgelijke deskundige om gevaren te voorkomen.
- Volg voor een goede werking steeds de instructies op de console.
- Dit toestel is niet bedoeld voor gebruik door kinderen of personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of mentale vermogens, of personen zonder kennis over en ervaring met dit toestel, tenzij dit gebruik plaatsvindt onder toezicht of nadat men is geïnformeerd over het gebruik van het toestel door iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid.
- Gebruik dit product niet buitenshuis, naast een zwembad of in een vochtige ruimte.
- Gebruik een toestel nooit als de luchtgaten geblokkeerd zijn. Zorg dat de luchtgaten vrij zijn van stof, haar of ander blokkerend materiaal.
- Steek nooit voorwerpen in de openingen van deze producten. Als er een voorwerp in het toestel valt, zet dan de stroom uit, trek de stekker uit het stopcontact en haal het voorwerp er voorzichtig uit. Neem contact op met de klantendienst als u het voorwerp niet kunt bereiken.
- Plaats nooit vloeistoffen van welk type dan ook rechtstreeks op het toestel, behalve op een accessoireblad of -houder. Houders met een deksel of dop worden aanbevolen.

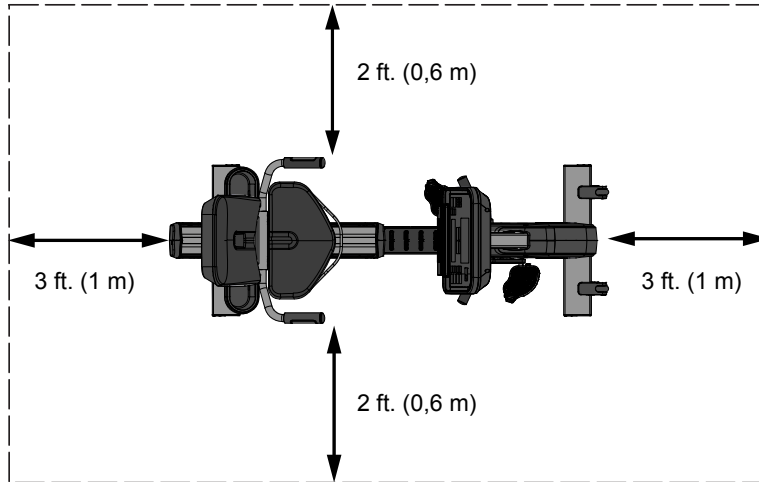
- Gebruik deze producten niet met blote voeten. Draag altijd schoenen. Draag schoenen met rubber- of antislipzolen. Gebruik geen schoenen met hakken, leren zolen, noppen of spikes. Zorg ervoor dat er geen steentjes in de zolen zitten.
- Houd losse kleding, schoenveters en handdoeken uit de buurt van bewegende onderdelen.
- Grijp tijdens het gebruik niet in of onder het toestel en laat het niet kantelen.
- Dit toestel is niet bedoeld voor gebruik door kinderen. Houd het toestel buiten bereik van kinderen die jonger zijn dan 14 jaar.
- Laat andere personen niet met de gebruiker of het toestel in contact komen tijdens een training.
- Laat de lcd-consoles een uur lang afkoelen voor ze opnieuw te gebruiken.
- Als het product niet gebruikt wordt, raadt Life Fitness aan om de stekker uit het stopcontact te trekken. Haal de stekker uit het stopcontact als het apparaat niet wordt gebruikt en voordat u onderdelen monteert of loshaalt.
- Gebruik dit toestel alleen voor het in deze handleiding beschreven doel. Gebruik geen accessoires die niet door de fabrikant zijn aanbevolen.
- Vrijstaande toestellen moeten op een stabiele en gelijke ondergrond worden geïnstalleerd.
- Ga niet zitten of staan op plastic afdekkappen.
- Wees voorzichtig bij het op- en afstappen van de fiets. Gebruik de vaste handgreep als u extra houvast nodig hebt.
- Lees alle waarschuwingen op elk product voor u met een training begint.
- Indien waarschuwingstickers ontbreken of beschadigd zijn, neem dan onmiddellijk contact op met de klantenservice voor nieuwe waarschuwingstickers. Bij elk toestel worden waarschuwingstickers geleverd, die aangebracht moeten worden voor het toestel in gebruik wordt genomen. Life Fitness Family of Brands is niet verantwoordelijk voor ontbrekende of beschadigde waarschuwingstickers.

Van start gaan

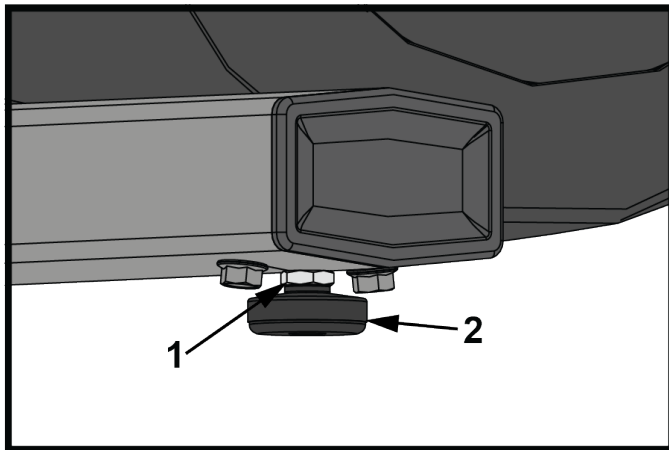
Plaatsen en stabiliseren van de ligfiets

Lees de volledige handleiding voordat u begint met het opstellen van de fiets. Nadat u alle veiligheidsinstructies hebt gelezen, zet u de fiets op de plek waar hij zal worden gebruikt. Zorg voor een vrije ruimte van 2 ft. (0,6 m) in de richting van waaruit de fiets wordt benaderd en voor 3 ft. (1 m) tussen de voor- en achterkant van de fiets of andere voorwerpen.

Vrije ruimte



Controleer de stabiliteit van het toestel nadat u het op zijn plaats hebt gezet door te proberen het van links naar rechts de duwen. Als het toestel ook maar iets beweegt, moet het waterpas gezet worden. Bepaal welke stelpoot de vloer niet goed raakt. Maak de contramoer los met een M17-steeksleutel en draai het stelpootje om het omlaag te brengen. Controleer of de fiets stabiel staat en stel de stelpoot zo nodig bij tot de fiets niet meer beweegt. Vergrendel de afstelling door de contramoer tegen de stabilisatiestang vast te draaien.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Contramoer	4
2	Stabilisatiepoot	4

Stroom vereisten (van toepassing op eenheden die een externe stroomvoorziening gebruiken)

- Eenheden die alleen zijn voorzien van de 50L-console zijn zelfaangedreven.
- Eenheden met de 50L-console kunnen worden gebruikt met een optionele externe voeding van 12 VDC. Bij gebruik van een monteerbare televisie is een externe voeding van 12 VDC nodig.
- Eenheden met 70T-console moeten gebruikmaken van een externe voeding van 24 VDC.



ATTENTIE: Gebruik uitsluitend de meegeleverde voedingsklem en stroomkabel. Verander het toestel niet om een tweepolig stopcontact aan te kunnen sluiten. Het product moet worden aangesloten op een goed aangesloten driepolig stopcontact.

Console	Voedingsspanning	Frequentie	Uitgangsspanning	Uitgangsstroom
50L	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	12 VDC	3 A
50L met monteerbare televisie	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	12 VDC	5 A
70T	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	24 V DC	3,5 A

Uitlaatspanning	Commerciële toestellen stopcontact & stroomonderbreker (ampère)
120 V AC	20 (maximaal 10 fietsen per stroomonderbreker)
230 V AC	12 (maximaal 10 fietsen per stroomonderbreker)

OPMERKING: Verander niets aan de meegeleverde stekker. Als de stekker niet in het aanwezige stopcontact past, laat dan een erkende elektricien een geschikt stopcontact installeren.

OPMERKING: Zorg ervoor dat de voedingskabel veilig is bevestigd op het voetstuk. Een losse verbinding kan ervoor zorgen dat het toestel geen externe voeding krijgt.

Optionele externe stroomvoorziening

De externe stroomvoorzieningsfunctie van de fiets maakt het mogelijk om de console van externe elektrische voeding te voorzien. Hierdoor is het niet meer nodig om te fietsen met een minimale snelheid om de console voortdurend van stroom te voorzien. Met deze optie kunnen degenen die de fiets gebruiken voor revalidatieoefeningen onder de minimumsnelheid fietsen zonder dat de stroom naar de console uitvalt.

1. Steek de stekker in het contact voor de externe voeding op de voorkant van de fiets.
2. Maak de connector vast aan het toestel totdat deze stevig op zijn plaats zit.
3. Steek de stekker van het snoer in een stopcontact.

Gebruik alleen de externe stroomvoorziening die door *Cybex* wordt meegeleverd om te voorkomen dat er onveilige situaties ontstaan.

OPMERKING: Eenheden met de 50L-console gebruiken voeding van 12 VDC. De 70T-console gebruikt voeding van 24 VDC. De basiselektronica is zodanig ontworpen dat deze het consoletype kan identificeren voordat de voeding van de console wordt ingeschakeld, en zal geen onjuist voltage toepassen op een console.



LET OP!: De aansluitingen moeten moeiteloos in de aansluitpunten passen. Als u een connector met geweld insteekt, kan dit de connector en/of het contact beschadigen en de garantie van het product ongeldig maken. Als de stroomvoorzieningsadapter niet gemakkelijk in het contact past, wordt de foute stroomvoorziening gebruikt.

Voor deze optie is een optionele kit nodig. Neem contact op met de klantendienst om de kit te bestellen.

Stroomvoorziening van de console controleren - 50L-console

The 50L-console werkt op een oplaadbare batterij van 6 volt of een optionele voedingseenheid van 12 VDC. De 70T-console hoeft alleen te worden aangesloten gebruik van de voedingseenheid van 24 VDC.

Controleer de batterij door op **Go of op de groene pijl** te drukken. De console geeft een pieptoon en licht op. Als er geen bericht verschijnt, stapt u op het toestel en begint u te fietsen. De console hoort dan verlicht te worden zodat u een training kunt programmeren. Fiets tijdens de training 10-20 minuten lang met 50 tpm of sneller zodat de batterij optimaal wordt opgeladen. De batterij blijft opgeladen door de beweging van de pedalen tijdens de trainingen. Het gebruik van een optionele externe stroomvoorziening is mogelijk. Als het toestel extern wordt gevoed, vindt het laden van de batterij automatisch plaats en hoeft u hiervoor niet te fietsen. Gebruik uitsluitend de stroomvoorziening die door Cybex wordt meegeleverd om onveilige situaties te voorkomen.

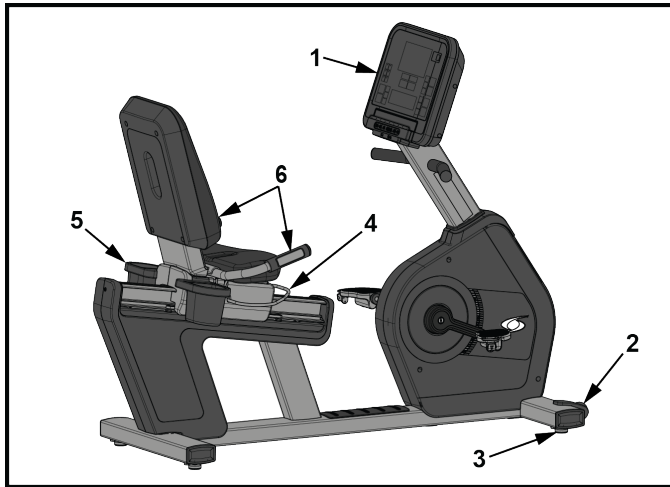
Specificaties

Beoogde gebruik	Zwaar/commercieel EN ISO 20957 klasse SA
Maximaal gebruikersgewicht	400 lbs. / 181 kg
Pedaalgrootte	5 in. x 5,5 in. / 12,7 cm x 14 cm
Type aandrijving	Band
Stroomvereisten	- Eenheden die alleen zijn voorzien van de 50L-console zijn zelfaangedreven. - Eenheden met de 50L-console kunnen worden gebruikt met een optionele externe voeding van 12 VDC. Bij gebruik van een montagebare televisie is een externe voeding van 12 VDC nodig. - Eenheden met 70T-console moeten gebruikmaken van een externe voeding van 24 VDC.
Hartslagmeetsystemen	Gepatenteerd digitaal Lifepulse™-hartslagmeetsysteem (contact) en Polar®-hartslagmeetsysteem (telemetriecompatibel)

	Fysieke afmetingen	Transportafmetingen
Lengte	67 in. / 170,2 cm	71,5 in. / 181,6 cm
Breedte	26 in. / 66 cm	28 in. / 71 cm
Hoogte (zonder console)	47,5 / 120,7 cm	44 in. / 112 cm
Gewicht (zonder console)	180 lbs. / 81,6 kg	250 lbs./113 kg

Overzicht

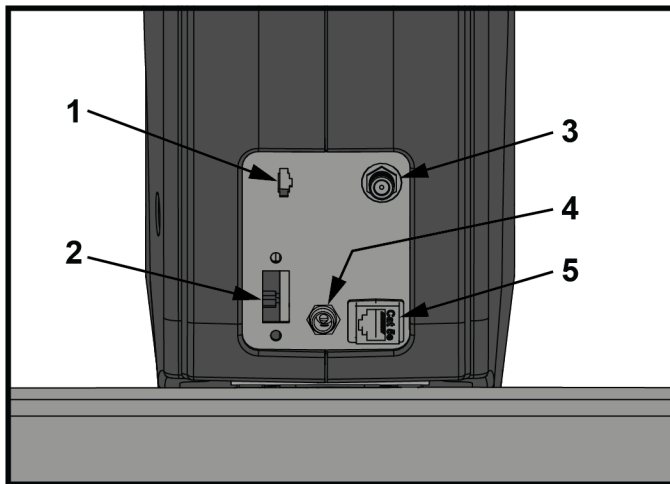
Producteigenschappen



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Wiel	2
3	Verstelbare poot	4
4	Afstelstang van de zitting	1
5	Bekerhouder	2
6	Contactsensoren voor hartslagmeting	2

Aansluitingen

Op de voorkant van de fiets zijn de volgende contacten aangebracht.

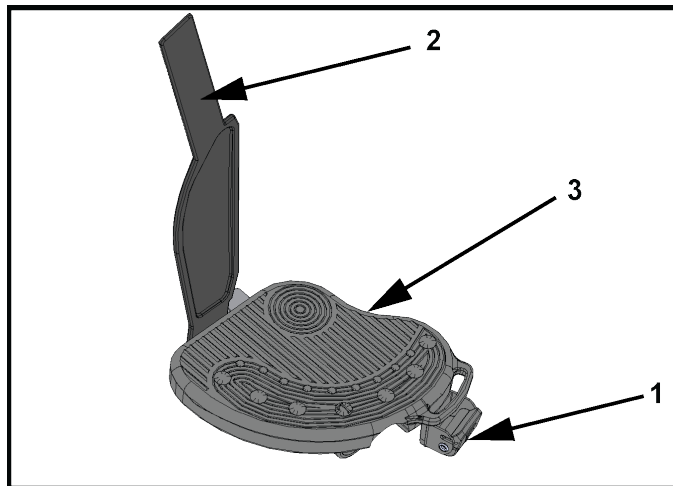


Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	IR-aansluiting	1
2	HDMI-aansluiting	1
3	Coaxverbinding	1
4	Stroomingang	1
5	CAT5e-netwerk/ethernet	1

Afstellen van de pedaalriemen

De pedaalriemen van de fiets zorgen ervoor dat de schoenen van de gebruiker gedurende de training op de pedalen blijven. De riemen moeten comfortabel zitten, maar strak genoeg zijn om te voorkomen dat de schoenen tijdens het fietsen wegglijden. De gebruiker moet testen of de riemen strak genoeg zijn en ze zo nodig bijstellen vóór de training.

Druk de riemgesp met een hand omhoog om het geribbelde bandje losser te maken. Trek het geribbelde bandje met uw andere hand van onder de riemgesp uit. Plaats uw voet op de pedaal. Wikkel het geribbelde bandje over uw voet om de gewenste lengte te bepalen. Druk de gesp omhoog en steek het geribbelde bandje door de gesp om de juiste gleuf te selecteren. Laat de gesp los om het bandje op zijn plaats vast te zetten.



Onderdeel	Beschrijving	Hoeveelheid
1	Riemgesp	2
2	Riem	2
3	Pedaal	2

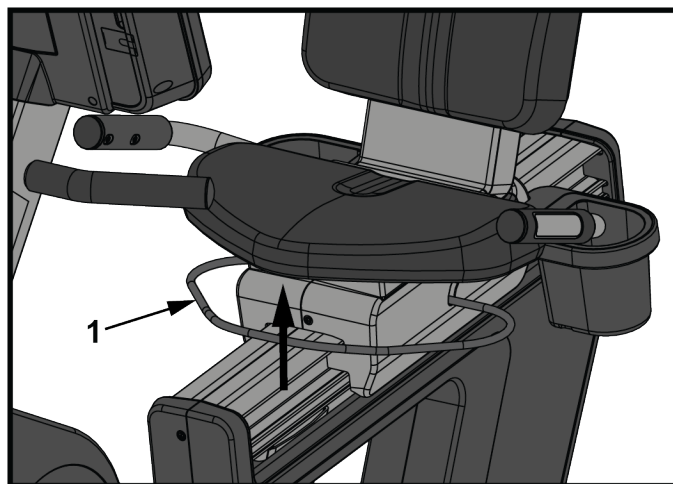
Afstellen van de stoel

Een correct afgestelde stoel is belangrijk bij elke fietstrainingsactiviteit. Als het stoel te laag staat, wordt er overmatige druk op de knieën en quadriceps uitgeoefend. Als het stoel te ver staat en u te ver naar de handgrepen moet reiken, vormt dit een belasting voor de voeten, enkels, heupen en knieën.

Ga op het stoel zitten en plaats de bal van uw voeten op de pedalen. Bij een optimale positie kunt u de hele slag maken zonder de knieën volledig te strekken of in het stoel te verschuiven. De knieën moeten licht gebogen zijn wanneer de benen zo ver mogelijk gestrekt zijn.

Til de grendelstang onder het stoel omhoog als deze anders moet worden afgesteld. Houd met uw ene hand de stang vast en met uw andere hand de achterkant van het stoel. Schuif het stoel zo ver naar voren of achteren tot deze in de juiste positie staat. Laat de stang los om de zitting vast te zetten. Schuif het stoel voorzichtig een klein eindje naar voren en achteren om de vergrendeling te controleren. Controleer de afstand van het stoel nogmaals en stel deze zo nodig verder bij.

 **LET OP!:** Probeer het zadel niet te verstellen terwijl u fietst. Dat kan letsel veroorzaken of resulteren in een oncomfortabele training.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Grendelstang van de zitting	1

Onderhoud en technische gegevens

Preventief onderhoudsschema

Onderdeel	Wekelijks	Maandelijks	Tweejaarlijks
Consoleovertrek	Schoonmaken		Inspecteren
Fleshouders/accessoireplaten	Schoonmaken	Inspecteren	
Montagebouten console			Inspecteren
Materiaal			Inspecteren
Frame/Zadelbuis	Schoonmaken		Inspecteren
Plastic kappen	Schoonmaken	Inspecteren	
Lifepulse-sensoren	Schoonmaken/inspecteren		
Verstelbare poten		Inspecteren/afstellen	
Pedalen/riemen	Schoonmaken	Inspecteren	

Tips voor preventief onderhoud

OPMERKING: Het toestel kan alleen veilig blijven werken als het regelmatig op beschadiging en slijtage wordt gecontroleerd. Gebruik het toestel niet totdat defecte onderdelen gerepareerd of vervangen zijn. Let vooral op onderdelen die slijtagegevoelig zijn zoals hieronder aangegeven.

Met de volgende tips voor preventief onderhoud blijft het product optimaal werken:

- Zet het product op een koele, droge plaats weg.
- Reinig het scherm van de console en alle externe oppervlakken met een goedgekeurd of compatibel schoonmaakmiddel (zie Goedgekeurde en compatibele schoonmaakmiddelen) en een microvezeldoek.
- Lange nagels kunnen het oppervlak van de console beschadigen of krassen maken; zorg dat uw nagels de console niet raken als u op de keuzeknoppen drukt.
- Maak de bovenkant van de pedalen regelmatig schoon.

OPMERKING: Voor het schoonmaken van het toestel worden een niet-schurend reinigingsmiddel en een zachte katoenen doek aanbevolen. Reinigingsmiddel mag nooit direct worden aangebracht op welk onderdeel van de apparatuur dan ook.

Goedgekeurde en compatibele reinigingsmiddelen

Door de betrouwbaarheidsexperts van zijn twee reinigingsmiddelen goedgekeurd: PureGreen 24 en Gym Wipes. Beide reinigingsmiddelen verwijderen vuil, vet en zweet van de toestellen op een veilige en effectieve wijze. PureGreen 24 en de Antibacterial Force-formule van Gym Wipes zijn beiden desinfecterende middelen die effectief zijn tegen MRSA en H1N1.

PureGreen 24 is verkrijgbaar als spray, wat gemakkelijk is voor medewerkers van de fitnessclub. Breng de spray aan op een microvezeldoek en veeg de toestellen schoon. Laat PureGreen 24 minstens 2 minuten inwerken voor algemene desinfectie en minstens 10 minuten voor de bestrijding van schimmels en virussen.

Gym Wipes zijn grote, sterke, vooraf bevochtigde doeken die voor en na de training op de toestellen kunnen worden gebruikt. Gebruik de Gym Wipes minstens 2 minuten op de toestellen voor algemene desinfectie.

Neem contact op met de klantendienst om deze reinigingsmiddelen te bestellen (1-800-351-3737 of via e-mail: customersupport@lifefitness.com).

Voor het schoonmaken van het scherm en alle externe oppervlakken kunt u ook gebruikmaken van zachte zeep en water of een zacht, niet-schurend huishoudelijk reinigingsmiddel. Gebruik uitsluitend een zachte microvezeldoek. Breng het reinigingsmiddel vóór het schoonmaken aan op de microvezeldoek. Gebruik geen ammonia of bijtende reinigingsmiddelen. Gebruik geen agressieve reinigingsmiddelen. Gebruik geen papieren doekjes. Breng de reinigingsmiddelen niet rechtstreeks aan op het oppervlak van het toestel.

Probleemoplossing voor de Polar®-hartslagborstband

De hartslagmeting is onregelmatig of volledig afwezig

Mogelijke oorzaak	Oplossing
De elektroden van de borstband zijn niet nat genoeg om nauwkeurige hartslagwaarden te registreren.	Bevochtig de elektroden van de borstband.
De elektroden van de borstband liggen niet goed tegen de huid.	Controleer of de elektroden van de zender in de borstband plat op de huid liggen (
De band moet worden schoongemaakt.	Was de bandzender met een zacht zeepsopje.
De borstbandzender is niet goed ingesteld.	U kunt de borstbandzender instellen door hem eerst binnen 1 ft (30,5 cm) van de ontvanger te brengen. De ontvanger bevindt zich in de console. Als de hartslag wordt weergegeven op de console, wordt het bereik vergroot tot 3 ft (91,5 cm).
De batterij van de borstband is leeg.	Neem contact op met de klantendienst voor instructies over het vervangen van de borstband.

Abnormaal hoge hartslagwaarden

Mogelijke oorzaak	Oplossing
Elektromagnetische storing door televisies en/of antennes.	Verplaats het trainingstoestel enkele centimeters van de mogelijke oorzaak af of verplaats de mogelijke oorzaak enkele centimeters van het trainingstoestel, totdat de hartslagwaarden juist zijn.
Elektromagnetische storing door mobiele telefoons.	
Elektromagnetische storing door computers.	
Elektromagnetische storing door auto's.	
Elektromagnetische storing door hoogspanningsleidingen.	
Elektromagnetische storing van door een motor aangedreven trainingstoestellen.	

Problemen met de Lifepulse™-sensoren

Ga als volgt te werk als de hartslagmeting onregelmatig is of ontbreekt:

- Droog uw handen af om afglijden te voorkomen.
- Leg uw handen op de sensoren in de handgrepen.
- de sensors stevig beetpakken.
- Oefen constante druk uit rondom de sensoren.

Productservice

1. Stel het symptoom vast en lees de bedieningsvoorschriften. Het probleem kan zijn dat u niet vertrouwd bent met het toestel en zijn functies en trainingen.
2. Zoek het serienummer van het toestel op en noteer het. U kunt het vinden bovenaan op de voorste poot.
3. Neem contact *Cybex* op met de klantendienst via <http://www.lifefitness.com>.

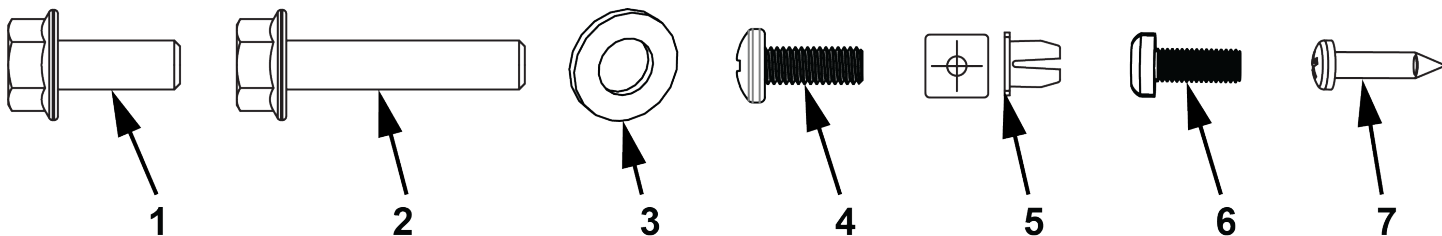
De accu recyclen

Verwijder en recycle de oplaadbare batterij voordat u dit product weggooit aan het einde van zijn gebruiksduur. Koppel de voeding los (*indien van toepassing*) voordat u de batterij verwijderd. Verwijder de rechterzwengel, de afdekkingen van de middenzuil en de centrale rechteraafdekking om toegang te verkrijgen tot de batterij. Koppel de kabel los en verwijder de twee schroeven waarmee de batterij aan de steun vastzit om de batterij te verwijderen.

In elkaar zetten

Materiaal en vereist gereedschap

Materiaal



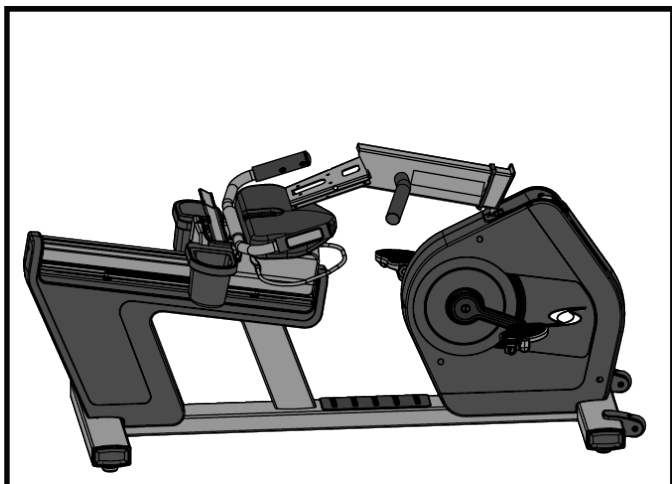
Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	M8 X 20 inbuskopschroef met flens	8
2	M8 X 40 inbuskopschroef met flens	4
3	Sluitring, M8	4
4	M6 X 16 ronde kruiskopschroef	6
5	Pakkingring	2
6	M5 X 14 ronde kruiskopschroef	5
7	M4,2 X 19 ronde kruiskopschroef	2

Vereist gereedschap:

- Dop van 13 mm
- Kruiskopschroevendraaier

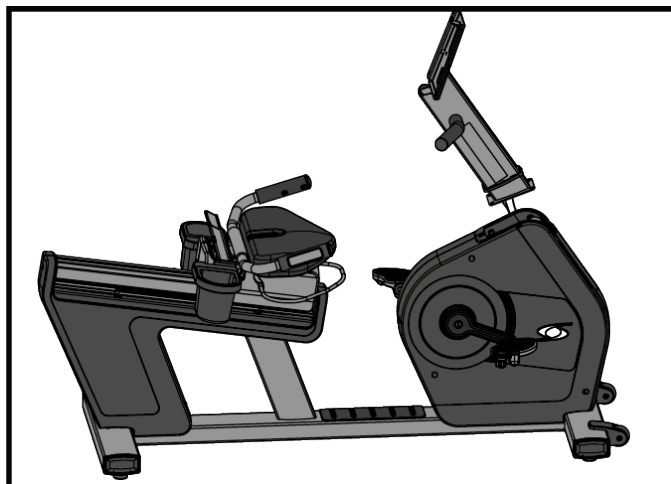
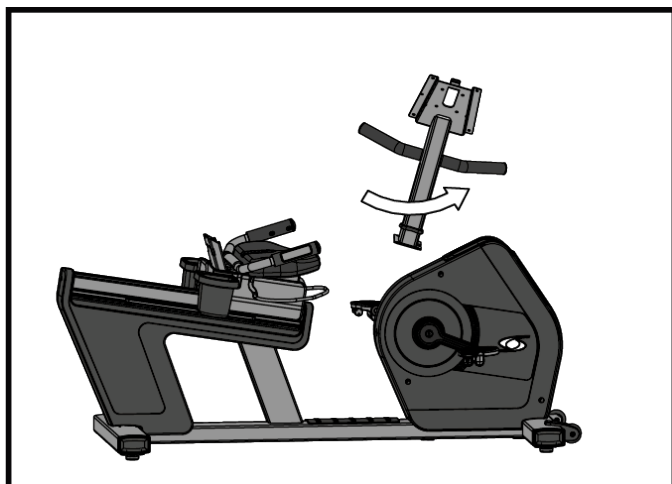
Voordat u begint

De middenzuil met console verbonden is gepositioneerd met de achterkant van de console liggend op de fietsstoel. De stoel is zover mogelijk naar voren geplaatst.



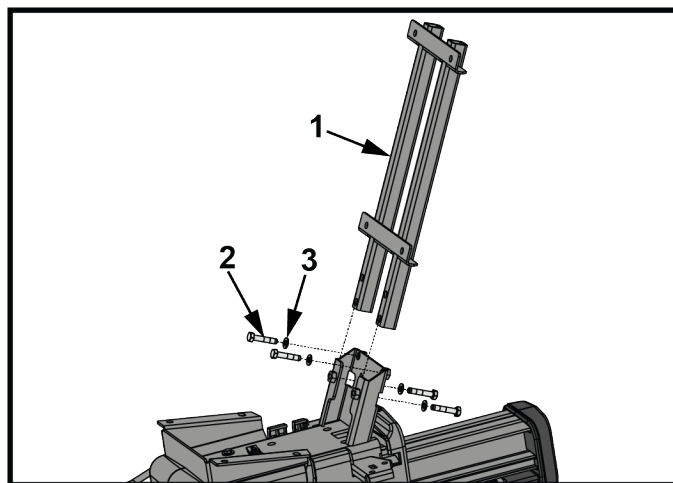
1. Verwijder de klittenband en gooi deze weg.
2. Til de middenzuil op en draai **TEGEN DE KLOK MEE**.

OPMERKING: Draai de middenzuil **NIET** met de klok mee! Hierdoor kunnen kabels in elkaar gedraaid raken.



De rugleuning bevestigen

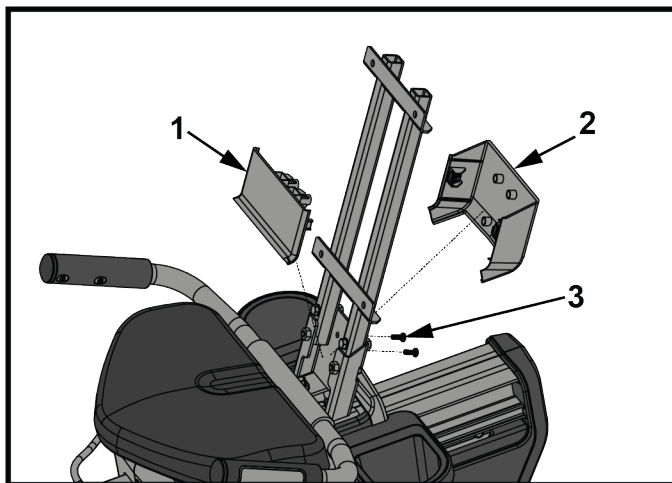
Maak de gelaste rugleuningconstructie vast met vier schroeven en sluitringen.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Gelaste rugleuningconstructie	1
2	M8 X 40 zeskantbout	4
3	Sluitring, M8	4
	13,5 Nm (10 ft. lbs.)	

De achterste afdekkingen van de onderzitting bevestigen

1. Bevestig de voorkant van de achterste afdekking van de onderzitting met twee schroeven.

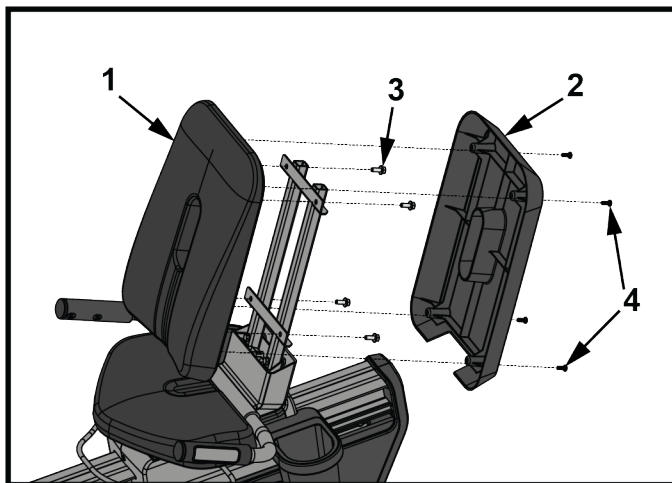


Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Achterste afdekking van de onderzitting, voorkant	1
2	Achterste afdekking van de onderzitting, achterkant	1
3	M6 X 16 ronde kruiskopschroef	2
	4 Nm (35 in. lbs.)	

2. Bevestig de achterkant van de achterste afdekking van de onderzitting door deze op zijn plaats vast te klikken.

De rugleuning en de afdekking van de rugleuning bevestigen

1. Maak de afdekking van de rugleuning stevig vast aan de gelaste zitconstructie door middel van vier schroeven.



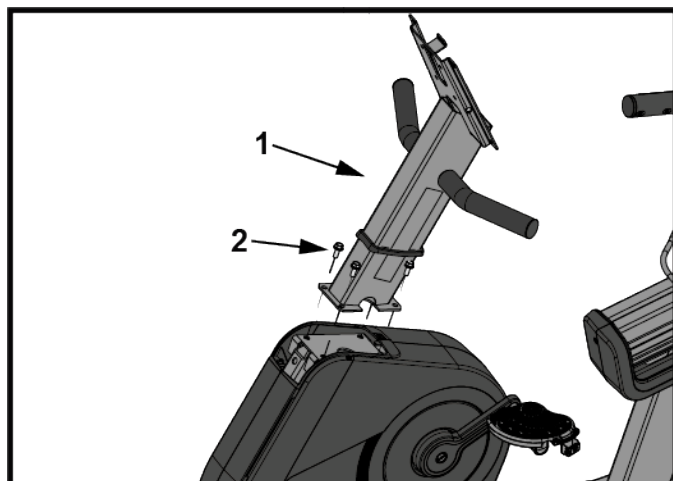
Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Rugleuning	1
3	Afdekking van de rugleuning	1
3	M8 X 20 flenskopdopschroef	4
	13,5 Nm (10 ft. lbs.)	
4	M6 X 16 ronde kruiskopschroef	4
	4 Nm (35 in. lbs.)	

2. Maak de afdekking van de rugleuning stevig vast door middel van vier schroeven.

Middenzuil op het voetstuk bevestigen

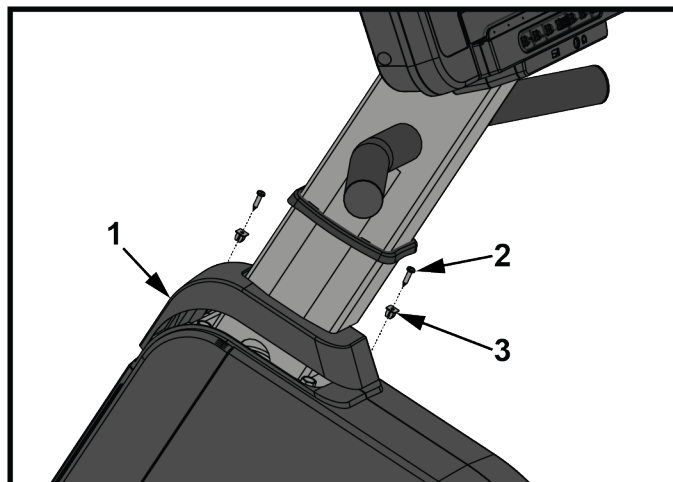


LET OP!: Verwijder de beschermende afdekkingen/tape van de middenzuil en de gelaste consolesteunconstructie alvorens deze aan de basis te bevestigen! Indien de beschermende afdekkingen niet worden verwijderd, kan dit een onjuiste aarding veroorzaken!



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Middenzuil	1
2	M8 X 20 flenskopdopschroef	4
	34 Nm (25,1 ft. lbs.)	

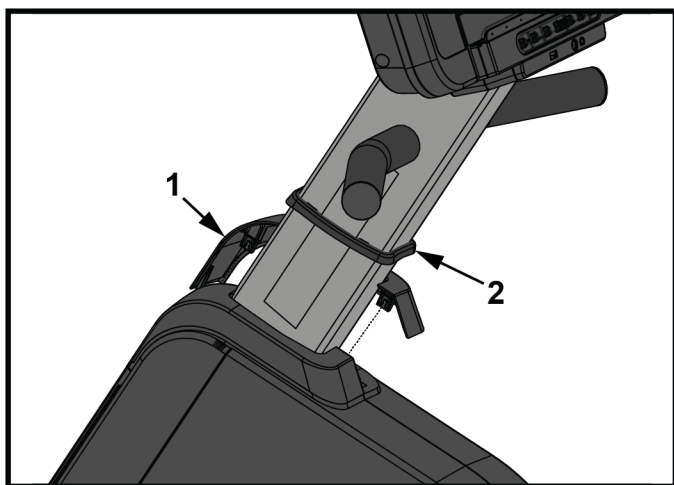
Linkerafdekking van de middenzuil stevig vastmaken aan de middenzuil



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Afdekking van de middenzuil, links	1
2	M4,2 X 19 ronde kruiskopschroef	2
3	Pakkingring	2
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

Rechteraafdekking van de middenzuil aan de linkerafdekking vastmaken

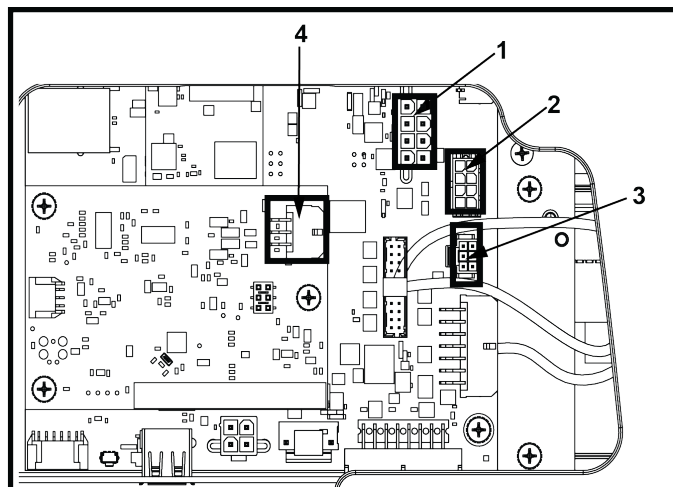
1. Plaats de clips, op de rechteraafdekking van de middenzuil, op de linkerafdekking.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Afdekking van de middenzuil, rechts	1
2	Pakking (verbonden met de middenzuil)	1

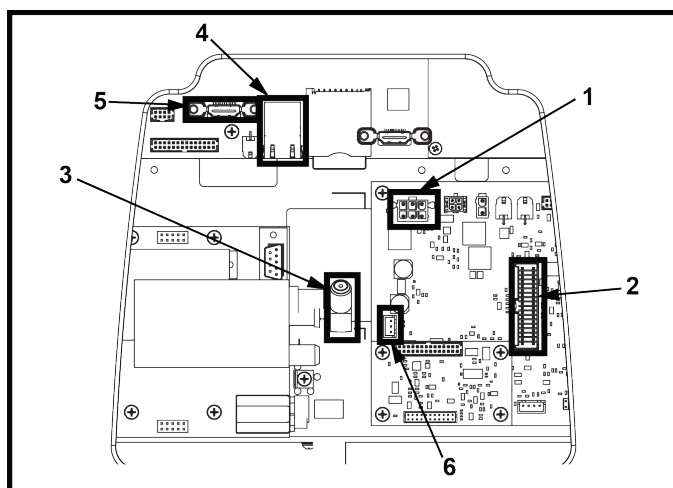
2. Duw de pakking naar beneden op de afdekkingen.

Kabelaansluitingen van voetstuk naar console - 50L



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Stroomvoorziening van console naar voetstuk	1
2	Voetstuksignaal	1
3	stuur toetsenbordschakelaars (weerstand)	1
4	Lifepulse	1

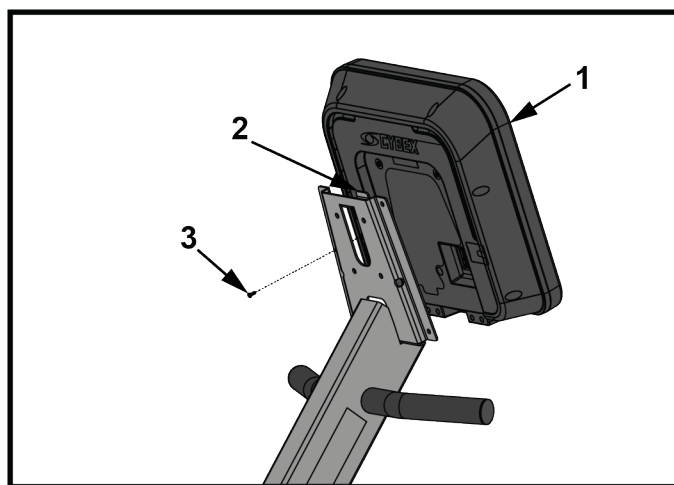
Kabelaansluitingen van voetstuk naar console - 70T



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Externe voeding	1
2	PCB naar consolekabel	1
3	Coaxkabel	1
4	CAT5e	1
5	HDMI (optioneel)	1
6	IR (optioneel)	1

De console aanbrengen

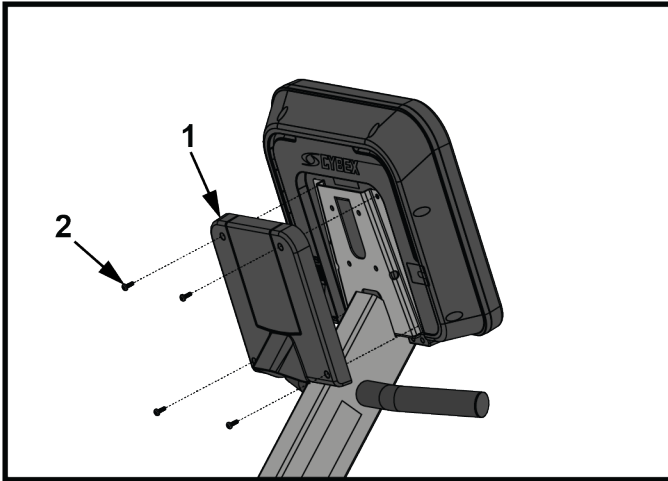
1. Plaats de console op het bevestigingslipje op de middenzuil.



Onderdeel	Beschrijving	Hoeveelheid
1	Console	1
2	Bevestigingslipje	1
3	M5 X 14 ronde kruiskopschroef	1
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

2. Gebruik de aardingsschroef om de consoleconstructie op de middenzuil te bevestigen.

3. Schroef vier schroeven door de middenzuil om de achterste afdekking van de consoleconstructie op de console te bevestigen.



Onderdeel	Beschrijving	Hoeveelheid
1	Achterste consoleafdekkingsconstructie	1
2	M5 X 14 ronde kruiskopschroef	4
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	



10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • 800-351-3737 • 847-288-3700

www.cybexintl.com