

# Aspire Cross-Trainer

Montage-instructies





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)  
Mondiale internetsite: [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com)

## Internationale kantoren

### AMERIKA

#### Noord-Amerika

##### 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](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
E-mailadres afd. Verkoop/Marktwerking:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto: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](mailto:suportebr@lifefitness.com)  
E-mail sales/marketing:  
[vendasbr@lifefitness.com](mailto: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](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
E-mailadres afd. Verkoop/Marktwerking:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

### EUROPA, MIDDEN-OOSTEN en AFRIKA (EMEA)

#### België, Nederland en Luxemburg

##### Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
NEDERLAND  
+3118064666  
Service e-mail:  
[service.benelux@lifefitness.com](mailto:service.benelux@lifefitness.com)  
Verkoop/Marketing e-mail:  
[marketing.benelux@lifefitness.com](mailto:marketing.benelux@lifefitness.com)

### Verenigd Koninkrijk

#### Life Fitness UK LTD

Unit 109<sup>a</sup>  
Lancaster Way Business Park  
Ely, Cambs, CB6 3NX  
Telefoon: Algemeen kantoor (+44)  
1353.666017  
Klantendienst (+44) 1353.665507  
Service e-mail: [uk.support@lifefitness.com](mailto:uk.support@lifefitness.com)  
Verkoop/Marketing e-mail:  
[life@lifefitness.com](mailto: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](mailto:kundendienst@lifefitness.com)  
E-mail sales/marketing:  
[vertrieb@lifefitness.com](mailto:vertrieb@lifefitness.com)

### Spanje

#### Life Fitness IBERIA

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

### Alle andere EMEA-landen en distributeurs EMEA\*

#### Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
NEDERLAND  
+3118064666  
E-mail klantendienst:  
[EMEAServiceSupport@lifefitness.com](mailto:EMEAServiceSupport@lifefitness.com)

### AZIË PACIFIC (AP)

#### 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](mailto:service.lfj@lifefitness.com)  
E-mail sales/marketing:  
[sales@lifefitnessjapan.com](mailto: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  
Telefoon: (+852) 25756262  
Fax: (+852) 25756894  
Service e-mail: [service.hk@lifefitness.com](mailto:service.hk@lifefitness.com)  
Verkoop/Marketing e-mail:  
[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

### Alle andere landen en distributeurs in 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.ap@lifefitness.com](mailto:service.ap@lifefitness.com)  
Verkoop/Marketing e-mail:  
[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

\*Raadpleeg eveneens [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com) voor informatie over plaatselijke vertegenwoordigers of leveranciers



# Inhoudsopgave

## Van start gaan

Veiligheidsvoorschriften.....	4
Waar te plaatsen en hoe de Cross-Trainer te stabiliseren.....	6
Vereiste elektrische voeding (van toepassing op eenheden met externe voeding).....	7
Controleren of de console stroom krijgt.....	7
Optie Power Assist / Externe voeding.....	7

## Productoverzicht

Producteigenschappen.....	8
Aansluitingen.....	8
Hoe de Cross-Trainer te gebruiken.....	8
Op- en afstappen van de crosstrainer.....	8

## In elkaar zetten

Hardware.....	10
Vereiste gereedschappen.....	11
Montageprocedure.....	12

## Specificaties

Product Specificaties.....	21
----------------------------	----

## Onderhoud en technische gegevens

Tips voor preventief onderhoud.....	22
Goedgekeurde en compatibele reinigingsmiddelen.....	22
Preventief onderhoudsschema.....	23
Probleemoplossing voor de Polar®-hartslagborstband.....	23
Problemen met de Lifepulse™-sensoren.....	24
Recycle de batterij.....	24
Hoe te.....	24

## Garantie

Wat wordt gedekt?.....	25
Voor wie geldt de garantie?.....	25
Duur van de garantie.....	25
Wie betaalt transport en verzekering voor onderhoud?.....	25
Wat zullen wij doen om tekortkomingen onder de garantie te corrigeren?.....	25
Wat valt niet onder de garantie.....	25
Wat moet u doen?.....	25
Onderdelen en service verkrijgen.....	25
Exclusieve garantie.....	25
Wijzigingen in garantie niet toegestaan.....	26
Nationale wetgeving.....	26
Garantievoorwaarden.....	26

Life Fitness® is een geregistreerd handelsmerk

Gym Wipes® is een geregistreerd handelsmerk van 2XL Corporation. PureGreen 24 is een handelsmerk van Pure Green. Polar® is een geregistreerd handelsmerk van Polar Electro Inc.

© Copyright 2023, 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 • 847-288-3300

[www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com) • 1021561-0005 AC • 2023

# 1. Van start gaan

## Veiligheidsvoorschriften

 Lees alle instructies vóór gebruik.

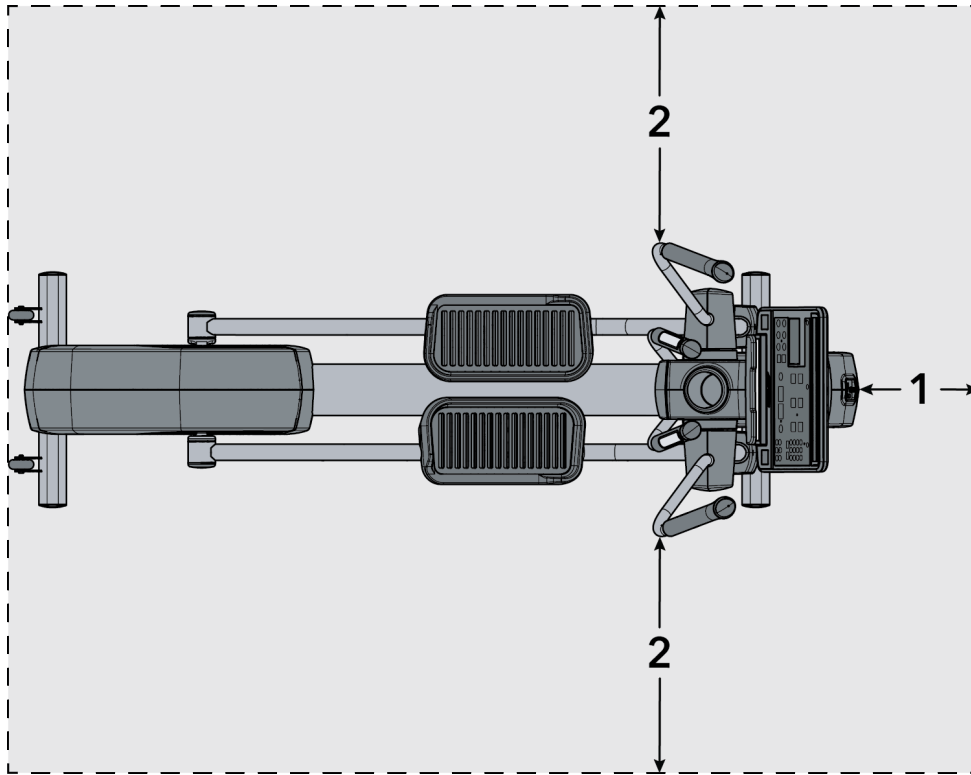
-  **LET OP!:** Alle aanpassingen of wijzigingen aan dit toestel kunnen de productgarantie ongeldig maken.
-  **ATTENTIE:** Onjuist of overmatig gebruik van trainingstoestellen kan schade aan de gezondheid veroorzaken. Life Fitness Family of Brands raadt ten ZEEERSTE aan dat u, voordat u aan een trainingsprogramma 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. Als je flauw voelt, stop dan onmiddellijk met sporten.
-  **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:** Zorg ervoor dat u aan de voorkant van de Cross-Trainer een ruimte vrijlaat van minstens 0,3 m (1 ft.) en aan de zijkant minstens 0,6 m (2 ft.).
-  **ATTENTIE:** De Cross-Trainer is niet uitgerust met een vrijwiel. Daarom kan het product niet onmiddellijk worden gestopt.
-  **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.
- Life Fitness Family of Brands garandeert niet dat de onderdelen die worden gebruikt voor de vervaardiging van de onder Life Fitness Family of Brands aangeboden producten latexvrij zijn. Gebruikers van deze producten moeten alle nodige voorzorgsmaatregelen nemen om te voorkomen dat ze per ongeluk in contact komen met latex, wat zou kunnen leiden tot een negatieve latexreactie.
- 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. Houder 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-console 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 op de plastic achterkappen van de Cross-Trainer staan of zitten.
- Ga niet op de middelste buis van de Cross-Trainer staan.
- De individuele menselijke kracht die nodig is om een oefening uit te voeren kan anders zijn dan de mechanische kracht die wordt weergegeven op de Cross-Trainer.
- Kijk nooit naar achteren terwijl u de Cross-Trainer gebruikt.
- Wees voorzichtig bij het monteren of demonteren van de Cross-Trainer. Gebruik voordat u op het toestel stapt, de bewegende armen om het dichtstbijzijnde pedaal in de laagste positie te brengen. Gebruik de vaste handgrepen als u extra houvast nodig hebt. Houd bij het trainen de bewegende armen vast.
- 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.

## Waar te plaatsen en hoe de Cross-Trainer te stabiliseren

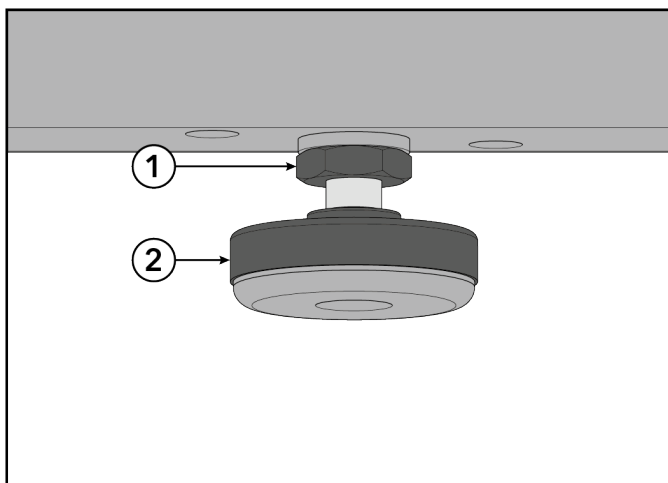
Lees de handleiding in zijn geheel door voordat u de crosstrainer opstelt. Nadat u alle veiligheidsinstructies hebt gelezen, zet u het toestel op de plek waar het zal gebruikt worden. Zorg voor een vrije ruimte van 1 ft. (0,3 m) aan de voorkant van de crosstrainer en een ruimte van ten minste 2 ft. (0,6 m) aan de zijkant. U moet gemakkelijk vanaf de zijkant op de crosstrainer kunnen stappen.

### Vrije ruimte



1	1 ft. (0.3 m)
2	2 ft. (0.6 m)


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. Draai de borgmoer los met een steeksleutel van 17 mm en draai de poot om hem te laten zakken. Controleer of het toestel stabiel is. Herhaal zo nodig de afstelling totdat het toestel niet meer wiebelt. Vergrendel de afstelling door de contramoer tegen de stabilisatiestang vast te draaien.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Contramoer	4
2	Verstelbare poot	4

## Vereiste elektrische voeding (van toepassing op eenheden met externe voeding)

- De met een SL Console uitgeruste toestellen werken op eigen stroom.
- Toestellen met SL Console kunnen worden gebruikt met een optionele aanbouwbare TV. Bij gebruik van een montagebare televisie is een externe stroomvoorziening nodig.
- Units met Discover-panels hebben een 24 VDC voeding nodig.

 **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 geschikt stopcontact met 3 pinnen.

Console	Voedingsspanning	Frequentie	Uitgangsspanning	Uitgangsstroom
SL	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	24 V DC	2.5 A
Discover SE4	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	24 V DC	3.75 A

Uitlaatspanning	Commerciële toestellen stopcontact & stroomonderbreker (ampère)
120 V AC	20 (niet meer dan 8 cross-trainers per breker voor Integrity; 4 cross-trainers per breker voor Discover)
230 V AC	12 (niet meer dan 8 crosstrainers per stroomonderbreker voor Integrity; 4 crosstrainers per stroomonderbreker voor Discover)

**OPMERKING:** Verander niets aan de meegeleverde stekker. Als de stekker niet in een beschikbaar stopcontact past, laat dan een geschikt stopcontact installeren door een gekwalificeerde elektricien.

**OPMERKING:** Zorg ervoor dat de voedingskabel veilig is bevestigd op het voetstuk. Een losse verbinding kan ertoe leiden dat het apparaat geen externe voeding ontvangt.


## Controleren of de console stroom krijgt

De SL Console wordt gevoed door een oplaadbare batterij van 6 volt. Controleer de batterij door op de knop START te drukken. De console geeft een pieptoon en licht op. Op de console wordt het logo van Life Fitness weergegeven. 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 *Life Fitness* wordt meegeleverd om onveilige situaties te voorkomen.

## Optie Power Assist / Externe voeding

De Hulpstroom-functie van de crosstrainer 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 crosstrainer willen gebruiken voor revalidatieoefeningen, fietsen met een lagere snelheid dan het minimum zonder dat de stroom naar de console uitvalt.

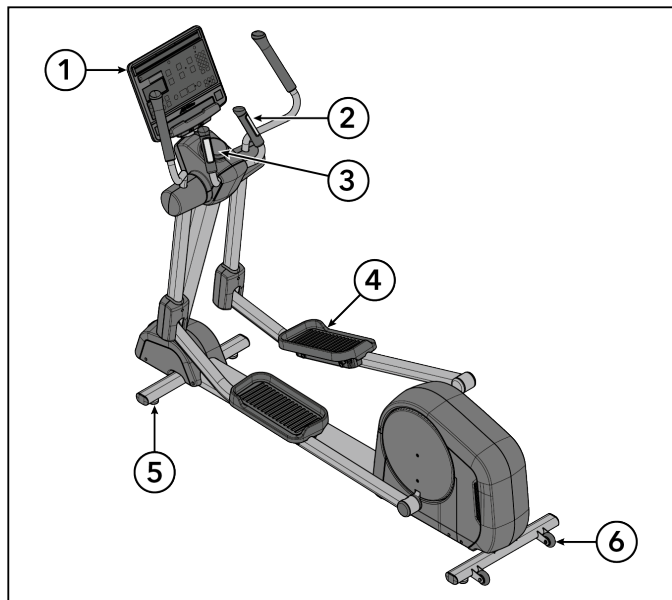
Steek de stekker in het contact voor de externe voeding op de voorkant van de crosstrainer. Steek de stekker van het snoer in een stopcontact. Gebruik alleen de externe stroomvoorziening die door *Life Fitness* wordt meegeleverd om te voorkomen dat er onveilige situaties ontstaan.

 **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 houder van de voeding niet gemakkelijk in de aansluiting past, wordt de verkeerde voeding gebruikt.

Voor de Hulpstroom-functie is een optionele kit nodig. Neem contact op met de klantendienst van Life Fitness om deze kit te bestellen.

## 2. Productoverzicht

### Producteigenschappen

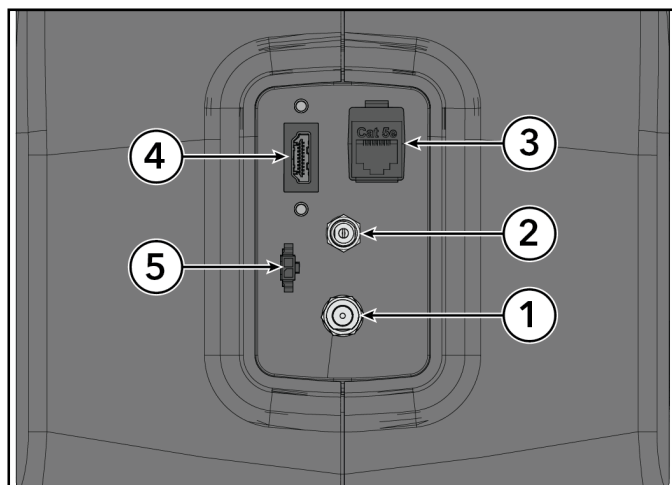


Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Contactsensoren voor hartslagmeting	2
3	Bekerhouder	1
4	Pedalen	2
5	Verstelbare poten	4
6	Transportwielen	2

**OPMERKING:** SL Console getoond ter referentie.

### Aansluitingen

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



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

### Hoe de Cross-Trainer te gebruiken

Zet uw voeten zodanig op de pedalen dat het prettig aanvoelt. Veel gebruikers zetten hun tenen op 1-2" (2,5-5 cm) van de voorste pedaalrand en op 0,5-1" (1,25-2,5 cm) van de binnenste pedaalrand. De pedalen zijn echter groot genoeg voor veel voetposities, afhankelijk van voorkeur. Gebruik een combinatie van bovenlichaamskracht bij de bewegende handgrepen en onderlichaamskracht bij de voeten en begin de pedalen naar voren te trappen alsof u loopt. De crosstrainer kan in een trage beweging worden gebruikt zoals wandelen of in een snellere beweging zoals joggen en lopen. De typische gebruikerssnelheid bedraagt 50-60 pedaalomwentelingen per minuut. De gebruiker kan meer of minder druk op de bewegende handgrepen uitoefenen om het gebruik van boven- en onderlichaamskracht te variëren. De vaste Bullhorn-handgrepen kunnen ook in plaats van de bewegende handgrepen worden gebruikt om de inspanning alleen op het onderlichaam te richten. Voor meer variatie kan de crosstrainer ook voor achteruit trappen worden gebruikt.

### Op- en afstappen van de crosstrainer

Gebruik voordat u op de crosstrainer stapt, de bewegende armen om de dichtstbijzijnde pedaal in de laagste positie te brengen. Pak de vaste handgrepen vast en stap voorzichtig op de pedalen. Om af te stappen, draait u de pedalen

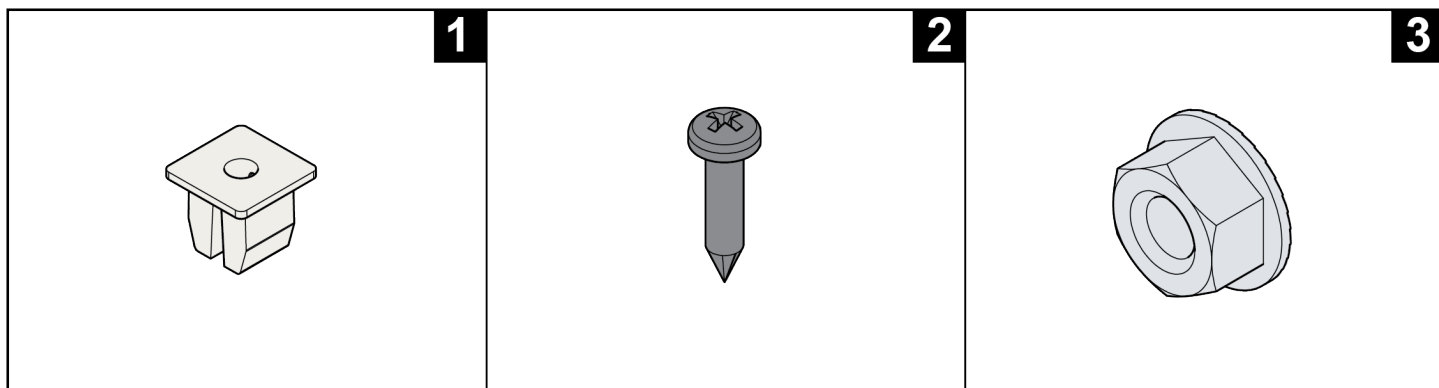
zodat de pedaal waarvan u afstapt, in de laagste positie zit. Stap van de pedalen af terwijl u de vaste handgrepen nog vasthoudt. Laat de handgrepen daarna los.

### 3. In elkaar zetten

#### Hardware

##### Hardwarepakket 1

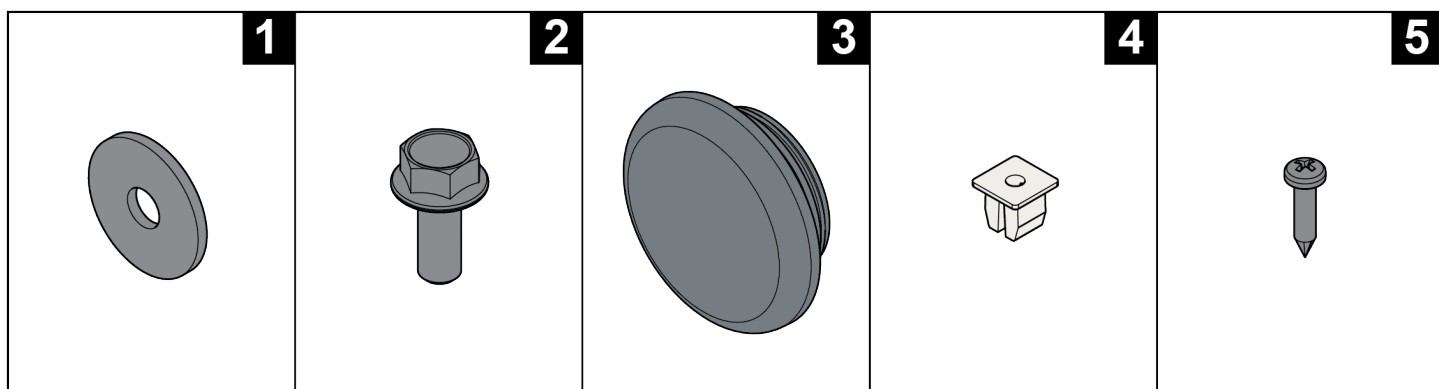
Gebruikt om te installeren: monokolom, monokolom onderste beschermkappen en achtertrekhaakjes.



Item	Beschrijving	Aantal
1	Verloopstuk	6
2	Schroef, M4,2 x 19, kruiskopschroef	6
3	Borgmoer	5

##### Hardwarepakket 2

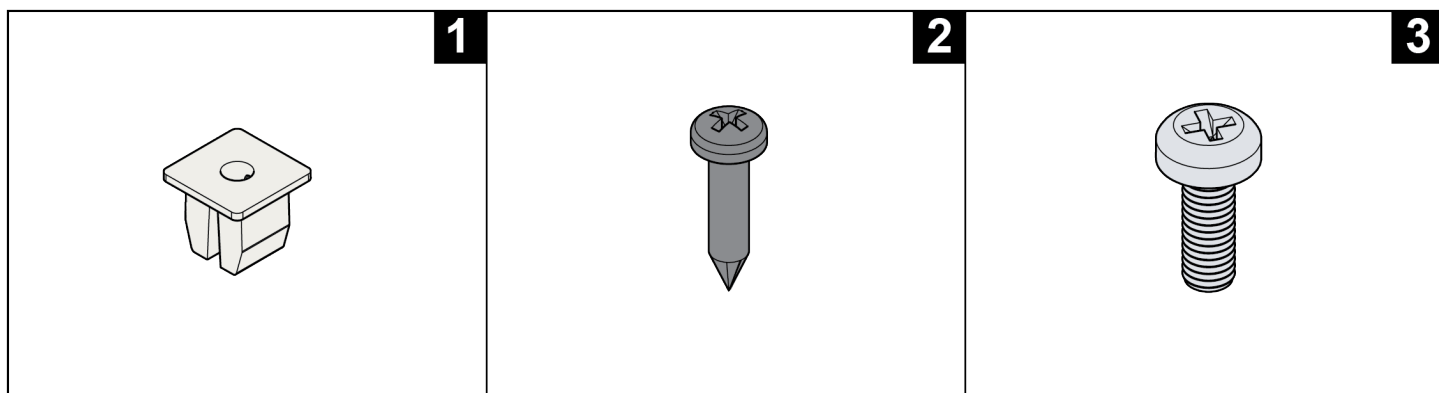
Gebruikt om te installeren: Pedaalhendels



Item	Beschrijving	Aantal
1	Sluitring, plat	1
2	Schroef, M8 x 20, Zeskantkop	1
3	Eindkap	2
4	Verloopstuk	4
5	Schroef, M4,2 x 19, kruiskopschroef	4

## Hardwarepakket 3

Gebruikt om te installeren: Console en achterconsolekap



Item	Beschrijving	Aantal
1	Verloopstuk	2
2	Schroef, M4,2 x 19, kruiskopschroef	2
3	Schroef, M5 x 14, kruiskopschroef	5

### Vereiste gereedschappen

- Inbussleutel van 7 mm
- 13 mm dopsleutel met verlenging
- 17 mm dopsleutel
- Kruiskopschroevendraaier PH-2
- Momentschroevendraaier
- Momentsleutel

**OPMERKING:** Gebruik GEEN klopschroeven.

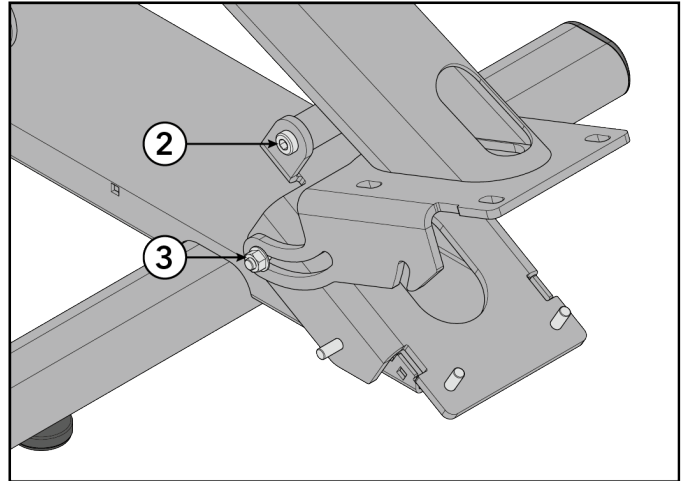
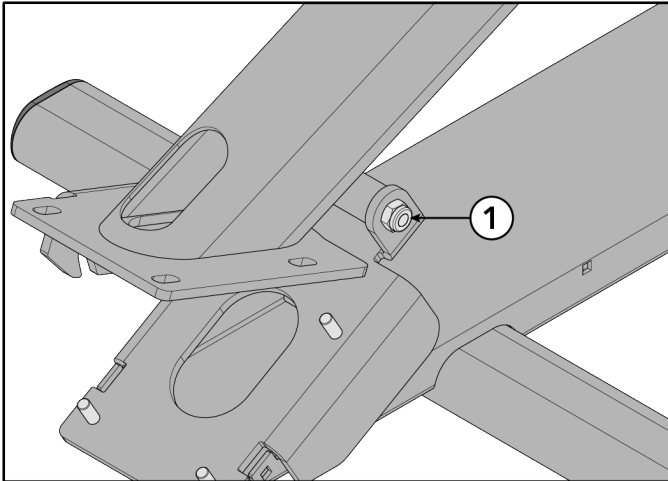
## Montageprocedure

Hiervoor worden twee personen aanbevolen.

**TIP:** Lees en begrijp alle instructies zorgvuldig voordat u dit apparaat gaat monteren. Controleer alle items zorgvuldig. Raadpleeg in geval van schade het hoofdstuk Klantenservice in deze handleiding voor de juiste procedure voor het retourneren, vervangen of opnieuw bestellen van onderdelen.

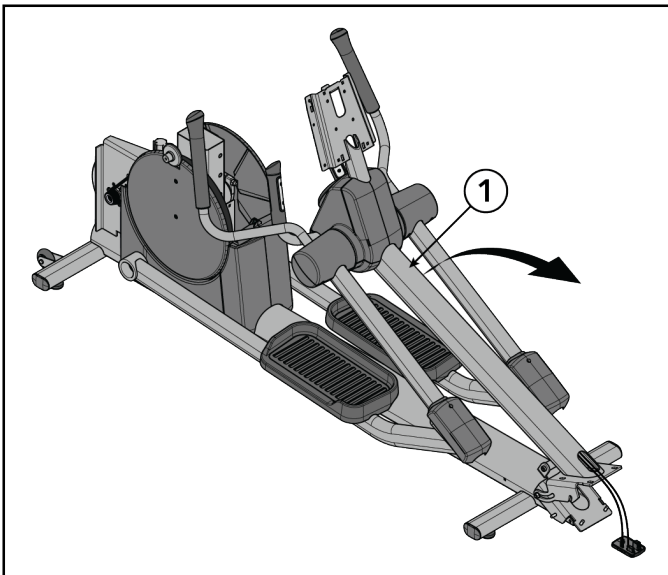
### Monokolom installeren

1. Verwijder kabelbinders, riemen en andere middelen om de monokolom vast te zetten.
2. Draai de borgmoer van de scharnierbout los met een 7 mm inbusleutel en een 17 mm sleutel. Draai de borgmoer in de scharnierbeugel onderaan de monokolom los met een 13mm sleutel.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Borgmoer, M10 x 1,50	1
2	Scharnierbout, M10 x 1,50	1
3	Borgmoer	1

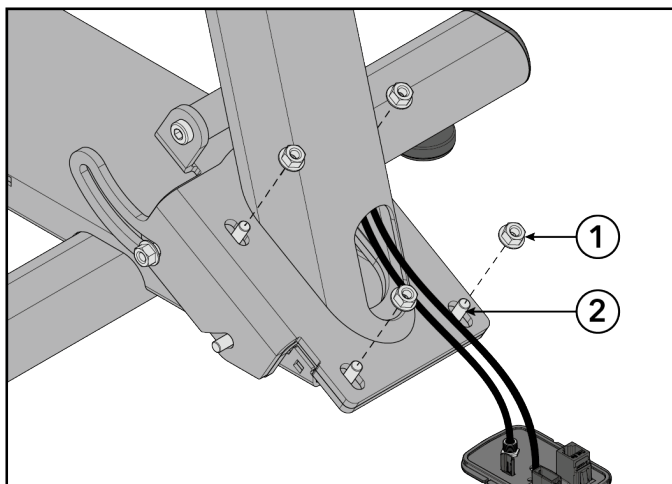
3. Pak de monokolom en zet hem rechtop.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Middenzuil	1

4. Breng borgmoeren aan op de schroeven waarmee de monokolom aan het hoofdframe is bevestigd.

**OPMERKING:** Controleer of de boven- en onderplaten gelijk liggen.

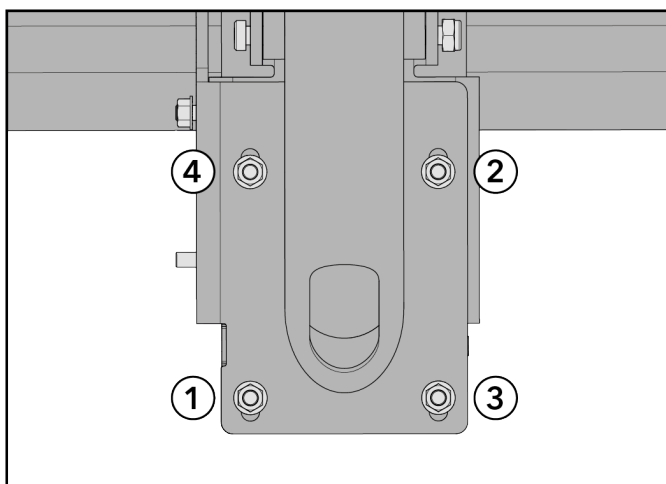


Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Borgmoer	4
2	Schroef, M8 x 1,25	4

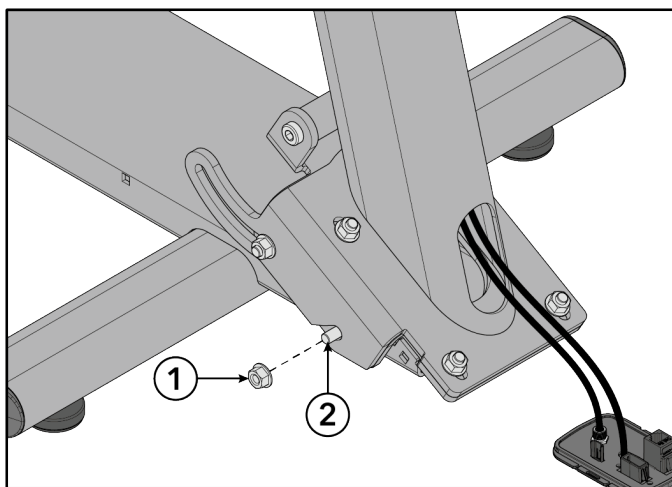


Draai de hardware met de hand vast.

**OPMERKING:** Installeer de borgmoeren in de volgende volgorde.



5. Draai met een sleutel van 13 mm de borgmoer aan van de schroef waarmee de monokolom aan het hoofdframe is bevestigd.

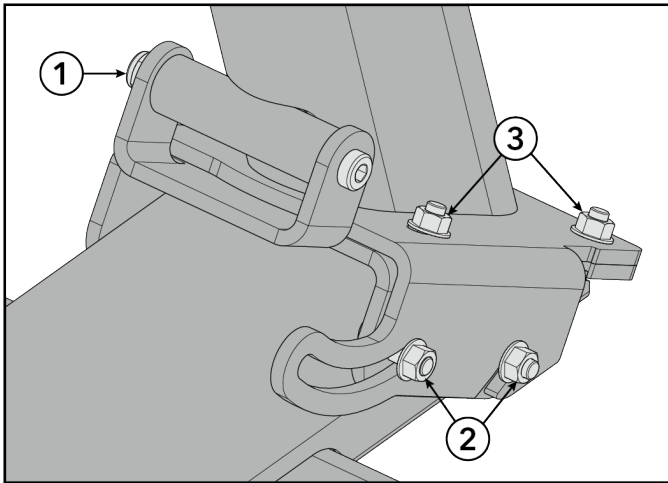


Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Borgmoer	1
2	Schroef, M8 x 1,25	1



Draai de hardware met de hand vast.

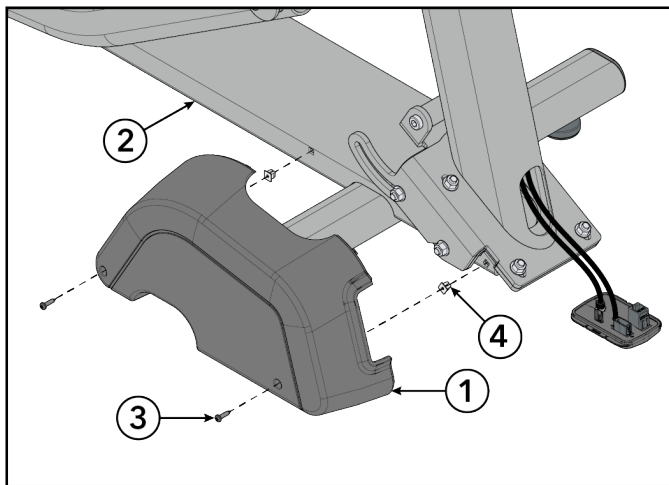
6. Draai de hardware in de volgende volgorde aan:
  - a. Scharnierbout en borgmoer met 47,5 Nm.
  - b. Twee zijborgmoeren met 27 Nm.
  - c. Vier borgmoeren bovenaan met 27 Nm.



**De onderste beschermkappen en een communicatiepoort moeten worden geïnstalleerd.**

1. Steek de tules in de rechter- en linkerzijde van het hoofdframe.
2. Gebruik een kruiskopschroevendraaier om de rechter lijkwade aan het hoofdframe te bevestigen.

**OPMERKING:** Installeer eerst de achterste schroef om te helpen bij het uitlijnen van de lijkwade.

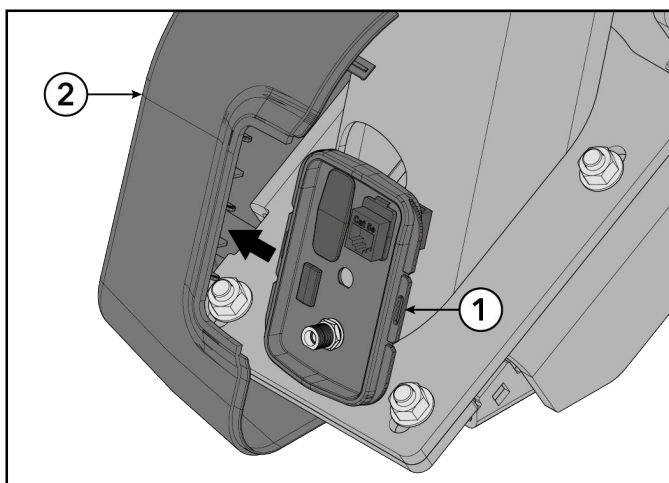


Item	Beschrijving	Aantal
1	Rechter onderkap	1
2	Hoofdframe-assemblage	1
3	Schroef, M4,2 x 19, kruiskopschroef	2
4	Verloopstuk	2



**Draai de hardware met de hand vast.**

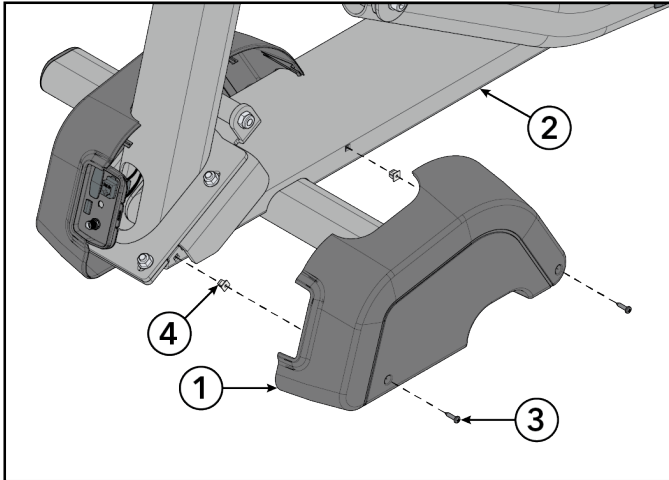
3. Lijn de communicatiepoort uit met de rechter onderkap.



Item	Beschrijving	Aantal
1	Communicatiepoort	1
2	Rechter onderkap	1

4. Installeer de schroeven waarmee de linker onderste lijkwade aan het hoofdframe is bevestigd met een kruiskopschroevendraaier terwijl u de communicatiepoort op zijn plaats houdt.

**OPMERKING:** Installeer eerst de achterste schroef om te helpen bij het uitlijnen van de lijkwade.



Item	Beschrijving	Aantal
1	Linker onderkap	1
2	Hoofdframe-assemblage	1
3	Schroef, M4,2 x 19, kruiskopschroef	2
4	Verloopstuk	2

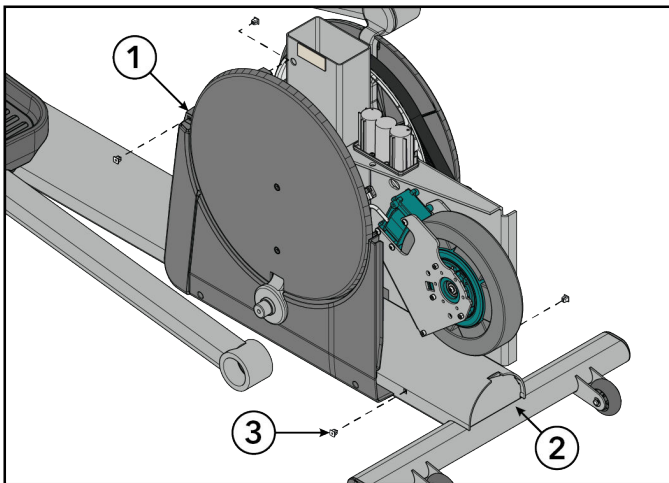


Draai de hardware met de hand vast.

5. Draai de hardware aan tot 13 in-lb (1,5 Nm).

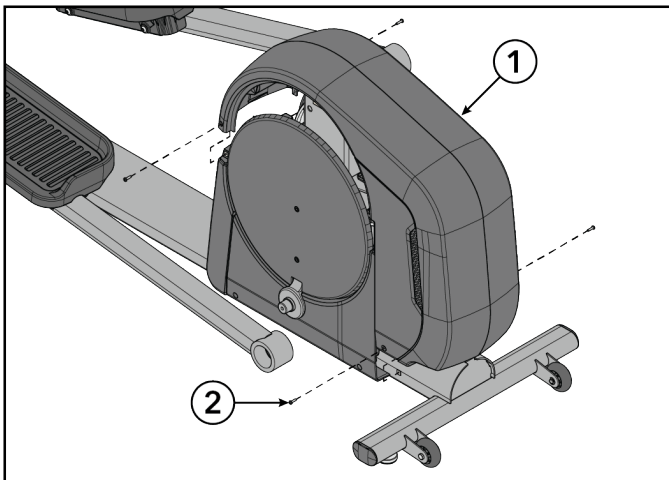
### Achterste lijkwade installeren

1. Druk de pakkingen in de achterste onderste lijkwade en het hoofdframe.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Achterste onderste lijkwade	1
2	Hoofdframe-assemblage	1
3	Pakkingring	4

2. Installeer met een kruiskopschroevendraaier de schroeven waarmee de achterste lijkwade aan de achterste onderste lijkwade en het hoofdframe is bevestigd.



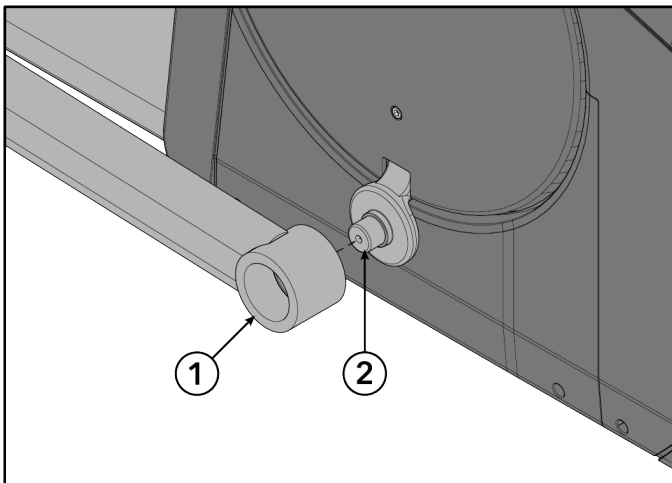
Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Achterste lijkwade	1
2	Schroef, M4,2 x 19, kruiskopschroef	4



Draai de hardware aan tot 13 in-lb (1,5 Nm).

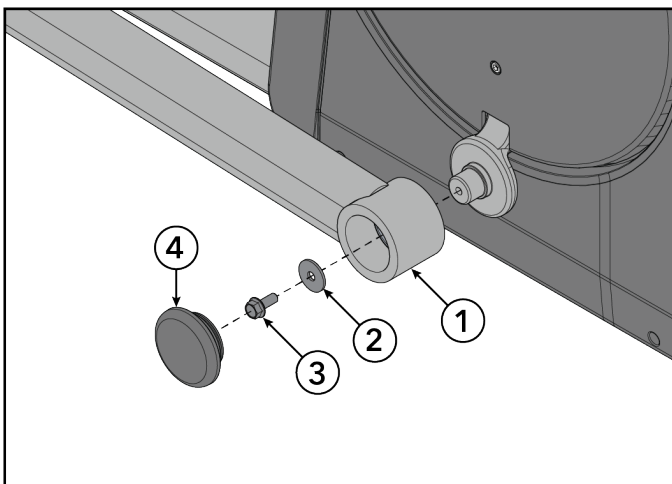
## Installeer de linker pedaalhendel

1. Draai de linker pedaalhendel zodat deze uitgelijnd is met de crankarm.



Item	Beschrijving	Aantal
1	Pedaalhendel	1
2	Trapas	1

2. Monteer de schroef en ring waarmee de linker pedaalhendel aan de crankarm bevestigd is met een 13mm sleutel met verlengstuk.



Item	Beschrijving	Aantal
1	Pedaalhendel	1
2	Sluitring, plat	1
3	Schroef, M8 x 20, Zeskantkop	1
4	Eindkap	1

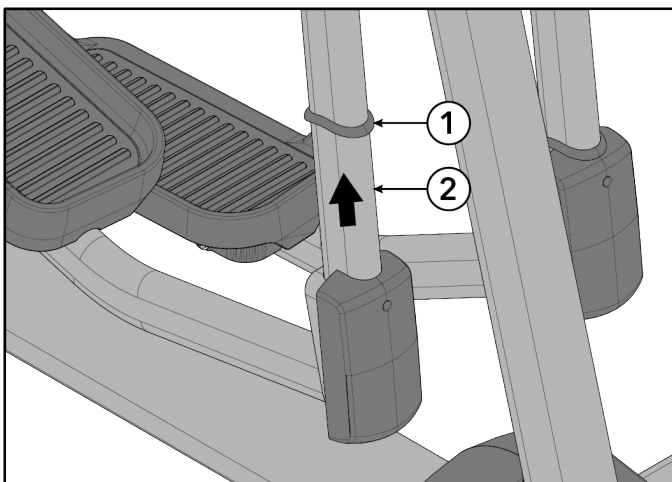


Draai de hardware vast met 34 Nm.

3. Plaats de eindkap in de linker pedaalhendel.
4. Plaats de eindkap in de rechter pedaalhendel.

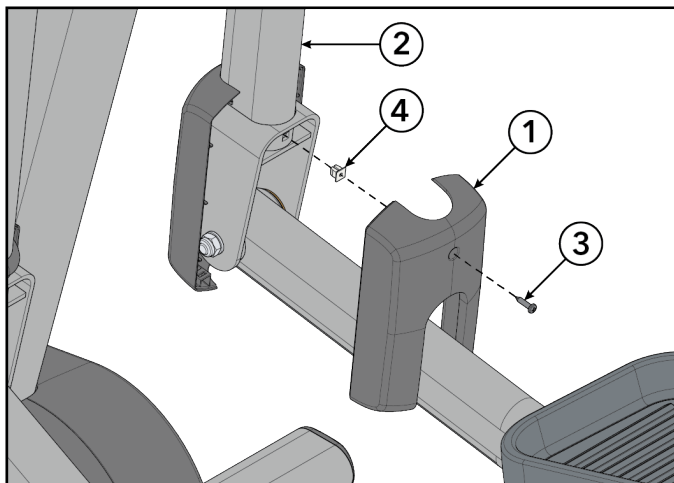
## Tandwieldeksels installeren

1. Schuif de rubberen pakking over de tuimelaar.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Rubberen pakking	1
2	Tuimelaar	1

2. Monteer de schroef en de pakkingring waarmee het achterste kleppendeksel aan de tuimelaar is bevestigd met een kruiskopschroevendraaier.

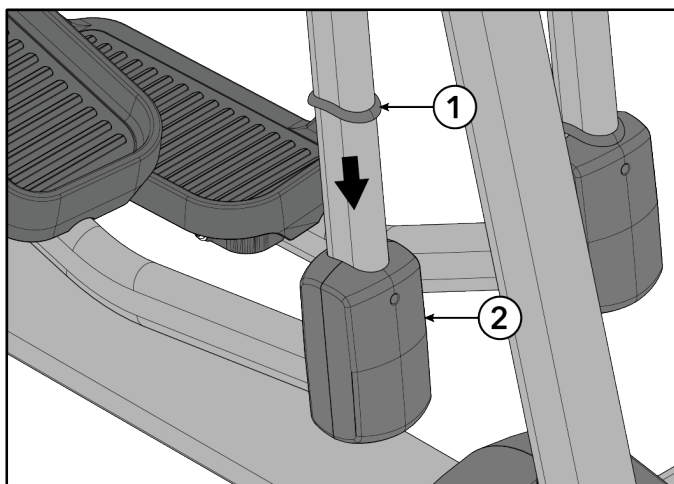


Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Achterste trekhaakdeksel	1
2	Tuimelaar	1
3	Schroef, M4,2 x 19, kruiskopschroef	1
4	Pakkingring	1



**Draai de hardware vast met 1,5 Nm.**

3. Schuif de rubberen pakking over de tuimelaar. Stel de pakking af totdat deze gelijk ligt met de bovenkant van de afdekkingen en er geen zichtbare ruimte is tussen de pakking en de afdekkingen.



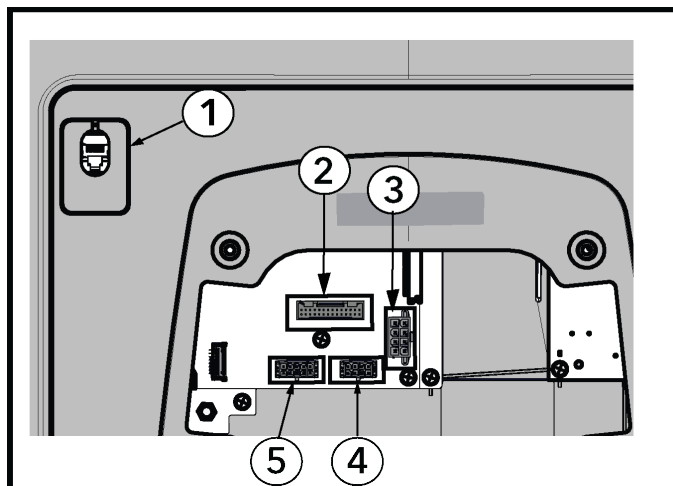
Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Rubberen pakking	1
2	Trekhaakdeksels	1

4. Herhaal stap 1-3 om de gaffelafdekkingen op de andere tuimelaar te monteren.

## Basis naar console verbindingen

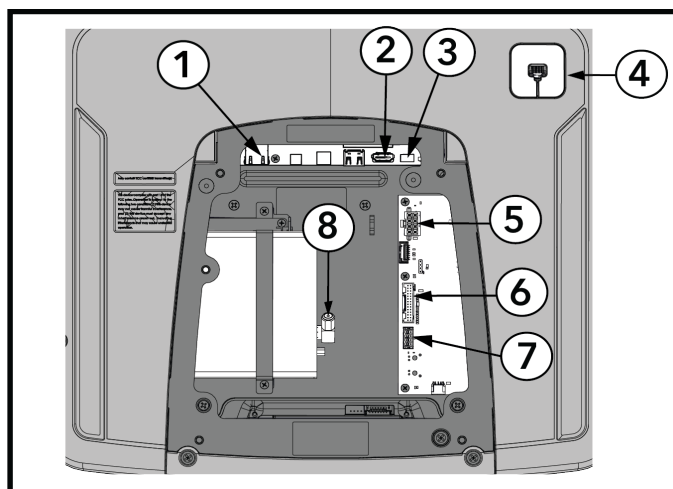
Sluit de basiskabels aan op de console.

**SL**



Item	Beschrijving
1	CSAFE
2	Voetstukschakelaar, Lifepulse
3	Stroomvoorziening voetstuk
4	Basis Com
5	TV (optioneel)

**Discover SE4**



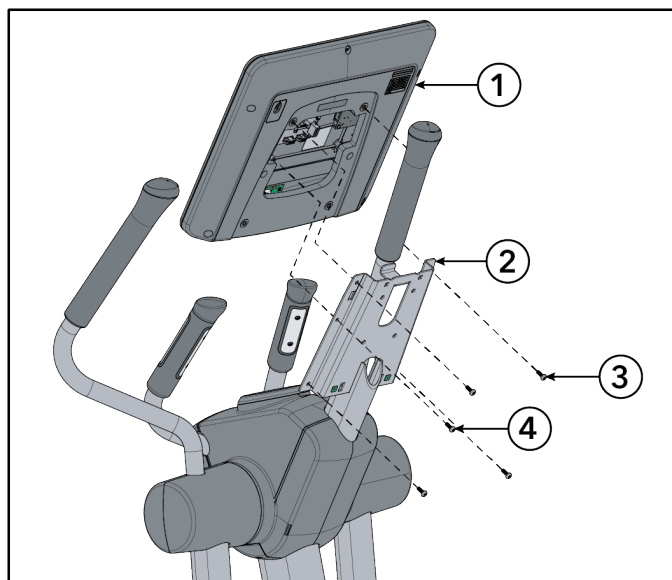
Item	Beschrijving
1	Ethernet
2	STB HDMI
3	STB IR
4	CSAFE
5	Stroomvoorziening voetstuk
6	Basissignaal (Lifepulse, Basisschakelaars)
7	Basiscomm.
8	RF Coax

## Console installeren

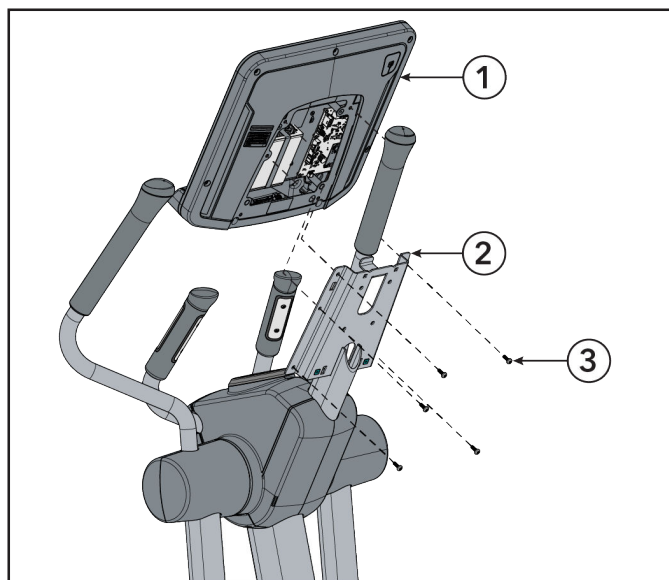
Installeer de schroeven waarmee de console aan de consolesteun is bevestigd met een kruiskopschroevendraaier.

**OPMERKING:** Gebruik de haak aan de bovenkant van de gelaste consolesteunconstructie om de installatie van de console te vergemakkelijken.

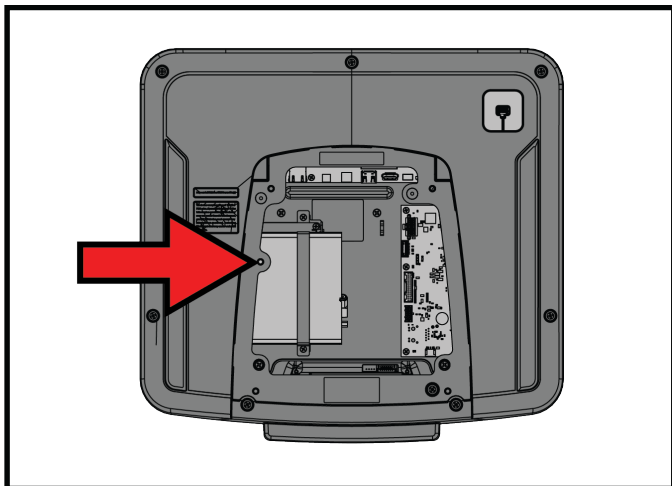
SL



Discover SE4



Discover SE4



**OPMERKING:** Installeer de schroef niet op de getoonde locatie (naast de pijl) als de Discover SE4-console een Set Top Box Sync (STB)-ontvanger heeft! De schroef raakt de STB-ontvanger in de console.

Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Gelaste consolesteunconstructie	1
3	Schroef, M5 x 14, kruiskopschroef	5
4	Massaschroef	(zie <i>Opmerking</i> )

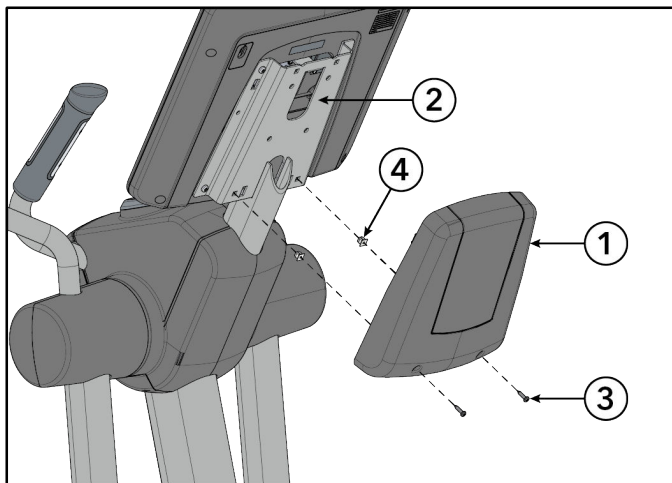
**OPMERKING:** De grondschoef is een van de M5 x 14 mm Phillips-schroeven uit de bovenstaande rij.



Draai de hardware vast met (16,8 in) 1,9 Nm.

## Installeer de achterste consolekap

1. De pakkingen moeten in twee gaten aan de achterkant van de consolesteun worden gestoken.
2. Steek de clips aan de bovenkant van de consolebehuizing in de sleuven van de consolesteun.
3. Installeer de schroeven waarmee de consolewang aan de consolesteun is bevestigd met een kruiskopschroevendraaier.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Achterste consolekap	1
2	Gelaste consolesteunconstructie	1
3	Schroef, M4,2 x 19, kruiskopschroef	2
4	Verloopstuk	2



Draai de hardware vast met 1,5 Nm (13 in-lb).

**Test het apparaat op goede werking**

# 4. Specificaties

## Product Specificaties

Beoogde gebruik	Zwaar/commercieel EN ISO 20957 klasse SA Modellen: ASPX-SL, PF-ASPX, ASPX-SE4
Maximaal gebruikersgewicht	400 lbs. / 181 kg
Type aandrijving	Generator
Snelheidsbereik pedalen	2.5 - 14 mph (4 - 22.5 km)
Weerstandsniveaus	26
Stroomvereisten	Zie het hoofdstuk Vereisten voor elektrisch vermogen
Hartslagmeetsystemen	Gepatenteerd digitaal Lifepulse™-hartslagmeetsysteem (contact) en Polar®-hartslagmeetsysteem (telemetriecompatibel)

	<b>Fysieke afmetingen (zonder console)</b>
Lengte	85.5 in. / 217.2 cm
Breedte	29.5 in. / 74.9 cm
Hoogte	64 in. / 162.5 cm
Gewicht	250 lbs./113 kg

# 5. Onderhoud en technische gegevens

## 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. Besteed speciale aandacht aan onderdelen die aan slijtage onderhevig zijn, zoals hieronder beschreven.

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.
- Maak de behuizing en de bewegende armen regelmatig grondig schoon.

**OPMERKING:** Voor het schoonmaken van het toestel worden een niet-schurend reinigingsmiddel en een zachte katoenen doek aanbevolen. Op geen enkel moment mag reinigingsmiddel rechtstreeks op enig onderdeel van de apparatuur worden toegepast.

## 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](mailto: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.

## Preventief onderhoudsschema

Item	Wekelijks	Maandelijks	Tweejaarlijks
Consoleovertrek	Schoonmaken		Inspecteren
Fleshouders/accessoireplaten	Schoonmaken	Inspecteren	
Montagebouten console			Inspecteren
Hardware			Inspecteren
Frame	Schoonmaken		Inspecteren
Plastic kappen	Schoonmaken	Inspecteren	
Lifepulse-sensoren	Schoonmaken/ inspecteren		
Verstelbare poten		Inspecteren/afstellen	
Pedalen	Schoonmaken	Inspecteren	

## 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 die zich in de bewegende handgrepen bevinden.
- de sensors stevig beetpakken.
- Oefen constante druk uit rondom de sensoren.

## Recycle de batterij

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 verwijdert. Om toegang tot de batterij te verkrijgen, verwijdert u de schroeven waarmee de achterste afdekkap aan de crosstrainer is bevestigd. De batterij bevindt zich aan de bovenkant van het frame, direct onder de achterste beschermkappen die moeten worden verwijderd. Om de batterij te verwijderen, maakt u de twee op de batterij aangesloten draden los en de twee schroeven waarmee de batterij is bevestigd. Gooi de batterij op de juiste wijze weg.

## Hoe te

### Kennisbasis

Zie [Kennisbasis](#) voor gedetailleerdere informatie.

### Hoe verkrijg ik product service

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 op met de klantendienst van Life Fitness via <http://www.lifefitness.com>.

# 6. Garantie

## Wat wordt gedekt?

Dit Life Fitness Family of Brands commerciële trainingstoestel is gegarandeerd vrij van materiaaldefecten en constructiefouten.

## Voor wie geldt de garantie?

De oorspronkelijke koper of een persoon die het product als gift van de oorspronkelijke koper heeft ontvangen. De garantie vervalt zodra het product van eigenaar verandert.

## Duur van de garantie

De dekking verschilt per product zoals beschreven in de richtlijnen vermeld in de Garantie-informatie.

## Wie betaalt transport en verzekering voor onderhoud?

Indien het product of een onderdeel ervan dat onder de garantie valt, voor reparatie naar een servicebedrijf moet worden geretourneerd, zullen wij, Life Fitness Family of Brands, alle transport- en verzekeringskosten gedurende het eerste jaar betalen. U bent verantwoordelijk voor de transport- en verzekeringskosten na het eerste jaar.

## Wat zullen wij doen om tekortkomingen onder de garantie te corrigeren?

Wij zullen een nieuw of gerepareerd vervangingsonderdeel of component naar u versturen of, naar onze keuze, het product vervangen. Voor dergelijke vervangende onderdelen geldt het resterende deel van de oorspronkelijke garantieperiode.

## Wat valt niet onder de garantie

Defecten of schade als gevolg van onderhoud door onbevoegden, misbruik, ongelukken, nalatigheid, verkeerde montage of installatie, vuil van bouwactiviteiten in de omgeving van het product, roest of corrosie als gevolg van de gebruikslocatie van het product, wijzigingen of modificaties zonder onze schriftelijke toestemming of als gevolg van nalatigheid uwerzijds om het product te gebruiken, te bedienen en te onderhouden zoals uiteengezet in uw gebruikershandleiding ("Handleiding").

Het product wordt geleverd met één uitwisselbare Fitness Entertainment-poort van het type RJ45 die netwerkklar is. Deze poorten voldoen aan de vereiste van de FitLinxx CSAFE-specificatie van 4 augustus 2004 die het volgende stelt: 4,75 VDC tot 10 VDC; maximale stroom 85 mA. Schade aan het product veroorzaakt door een belasting die deze FitLinxx CSAFE-specificatie overschrijdt, wordt niet gedekt door de garantie.

Alle voorwaarden van deze garantie komen te vervallen als dit product wordt verplaatst buiten de continentale grenzen van de Verenigde Staten van Amerika (met uitsluiting van Alaska, Hawaï en Canada), waarna de voorwaarden gelden zoals die worden geboden door de erkende *Life Fitness* vertegenwoordiger van het land in kwestie.

## Wat moet u doen?

Bewaar uw aankoopbewijs. Gebruik, bedien en onderhoud het product zoals voorgeschreven in de gebruikershandleiding; breng de plaats van aankoop op de hoogte van defecten binnen 10 dagen na het vaststellen ervan; retourneer indien dat wordt gevraagd defecte onderdelen voor vervanging of, indien nodig, het gehele product ter reparatie. *Life Fitness* behoudt zich het recht voor te bepalen of een product al dan niet voor reparatie moet worden geretourneerd.

## Onderdelen en service verkrijgen

Raadpleeg het gedeelte Hoofdkantoor van deze handleiding voor de contactgegevens van uw lokale klantendienst. Vermeld uw naam, adres en het serienummer van uw product (consoles en frames kunnen een eigen serienummer hebben). De klantendienst vertelt u hoe u een reserveonderdeel kunt krijgen of zorgt indien nodig voor de nodige dienstverlening op de plaats waar uw product zich bevindt.

## Exclusieve garantie

DEZE BEPERKTE GARANTIE VERVANGT ALLE ANDERE GARANTIES VAN WELKE AARD OOK, UITDRUKKELIJK OF IMPLICIET, INCLUSIEF MAAR NIET BEPERKT TOT IMPLICIETE GARANTIES VAN VERKOOPBAARHEID EN GESCHIKTHEID VOOR EEN BEPAALD DOEL, ALSMEDE ALLE ANDERE VERPLICHTINGEN OF AANSPRAKELIJKHEID ONZERZIJD. Wij autoriseren of nemen geen enkel persoon aan om voor ons enige verplichting of aansprakelijkheid aan te nemen met betrekking tot dit Product. Wij zijn volgens deze garantievoorwaarden of anderszins onder geen beding aansprakelijk voor lichamelijk letsel of materiële schade, inclusief winstderving of financiële verliezen, voor

speciale, indirecte, secundaire, incidentele of bijkomende schade van welke aard ook die voortvloeit uit het gebruik, of de onmogelijkheid tot gebruik, van dit toestel. In sommige rechtsgebieden is afwijzing of beperking van impliciete garanties of van aansprakelijkheid voor incidentele of bijkomende schade niet toegestaan, zodat de bovenstaande beperkingen of afwijzingen voor u mogelijk niet gelden.

## **Wijzigingen in garantie niet toegestaan**

Het is niemand toegestaan de voorwaarden van deze beperkte garantie te veranderen, te wijzigen of uit te breiden.

## **Nationale wetgeving**

Deze garantie geeft u specifieke wettelijke rechten en u hebt eventueel ook andere wettelijke rechten die van staat tot staat en van land tot land verschillen.

## **Garantievoorwaarden**

Gebruik de onderstaande link om de garantievoorwaarden voor onderdelen te bekijken:

<http://lifefitness.com/warranties>



