

# Atmos Cross-Trainer

Handleiding voor de eigenaar / Montage-instructies





Columbia Centre III, 9525 Bryn Mawr Avenue, Rosemont, IL 60018 • 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

Columbia Centre III  
9525 Bryn Mawr Avenue  
Rosemont, IL 60018 U.S.A.  
Tel. nr.: (847) 288 3300  
E-mail klantendienst:  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
E-mailadres afd. Verkoop/Marktbewerking:  
[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

Columbia Centre III  
9525 Bryn Mawr Avenue  
Rosemont, IL 60018 U.S.A.  
Tel. nr.: (847) 288 3300  
E-mail klantendienst:  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
E-mailadres afd. Verkoop/Marktbewerking:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

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

#### België, Nederland en Luxemburg

##### Life Fitness (Atlantic) B.V.

Fascinatio Boulevard 230, 4<sup>th</sup> Fl - Bldg B  
3065WB, Rotterdam  
Nederland  
+31 88 646 6666  
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>o</sup><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) B.V.

Fascinatio Boulevard 230, 4<sup>th</sup> Fl - Bldg B  
3065WB, Rotterdam  
Nederland  
+31 88 646 6666  
Service-e-mailadres:  
[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

## Link naar gebruikers- en servicedocumentatie

---

<https://fn.fit/KnowledgeBase>

<https://fn.fit/PartStore>

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 የተመጠውን 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 אפשר לקבל 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

## Bijkomende informatie

<a href="#">Link naar aanvullende online-informatie</a> .....	6
---	---

## Van start gaan

<a href="#">Veiligheidsinstructies</a> .....	7
<a href="#">Waar de cross-trainer te plaatsen en hoe deze te stabiliseren</a> .....	9
<a href="#">Elektrische voedingsvereisten (van toepassing op units met externe voeding)</a> .....	10
<a href="#">Controleer de voeding van de console</a> .....	10
<a href="#">Optie vermogensondersteuning / externe voeding</a> .....	10

## Productoverzicht

<a href="#">Productkenmerken</a> .....	11
<a href="#">Productlabels</a> .....	12
<a href="#">Locaties van labels</a> .....	12
<a href="#">Aansluitingen</a> .....	12
<a href="#">Hoe de cross-trainer te gebruiken</a> .....	13
<a href="#">Op- en afstappen van de cross-trainer</a> .....	13

## In elkaar zetten

<a href="#">Link naar aanvullende online-informatie</a> .....	14
<a href="#">Hardawre</a> .....	15
<a href="#">Benodigd gereedschap</a> .....	16
<a href="#">Montageprocedure</a> .....	16

## Specificaties

<a href="#">Productspecificaties</a> .....	29
--	----

## Onderhoud en technische gegevens

<a href="#">Tips voor preventief onderhoud</a> .....	30
<a href="#">Goedgekeurde en compatibele reinigingsmiddelen</a> .....	30
<a href="#">Preventief onderhoudsschema</a> .....	31
<a href="#">Probleemoplossing Polar®-hartsflagborstband</a> .....	31
<a href="#">Recycleer de batterij - SL-console</a> .....	31
<a href="#">Hoe te</a> .....	32
<a href="#">Software-updates</a> .....	32

## Garantie

<a href="#">Garantie-informatie</a> .....	33
---	----

## Release-opmerkingen

<a href="#">Updates van de handleiding</a> .....	34
--	----

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 2026, 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.

Columbia Center III - 9525 Bryn Mawr Ave., Rosemont, IL 60018 • 847-288-3300

[www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com) • 1028281-0005 AB • 2026

# 1. Bijkomende informatie

## Link naar aanvullende online-informatie

Als toevoeging op de inhoud van deze gebruikshandleiding, gelieve de QR-code te scannen voor verdere en geüpdatet informatie.

Life Fitness Atmos Cross-Trainer










<https://fn.fit/AtmosXinstall>

## 2. Van start gaan

### Veiligheidsinstructies

De eigenaar van het toestel is verantwoordelijk voor het verstrekken van alle waarschuwingen en instructies.

 Lees alle instructies vóór gebruik.

-  **VOORZICHTIG:** Alle aanpassingen of wijzigingen aan dit toestel kunnen de productgarantie ongeldig maken.
-  **WAARSCHUWING:** Onjuist of overmatig gebruik van trainingstoestellen kan schade aan de gezondheid veroorzaken. Life Fitness 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). Als u tijdens de training het gevoel hebt dat u gaat flauwvallen, duizelig of kortademig wordt of pijn hebt, stop de training dan onmiddellijk.
-  **WAARSCHUWING:** Om het risico op brandwonden, brand, elektrische schokken of letsel te verminderen, moet elk toestel worden aangesloten op een correct geaard stopcontact.
-  **WAARSCHUWING:** Hartslagmeetsystemen kunnen onnauwkeurig zijn. Overmatige inspanning kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Als u zich duizelig voelt, stop dan onmiddellijk met trainen.
-  **WAARSCHUWING:** Niet gebruiken voor stretching en hang er geen riemen of andere toestellen aan.
-  **WAARSCHUWING:** Houd de batterijen buiten bereik van kinderen.

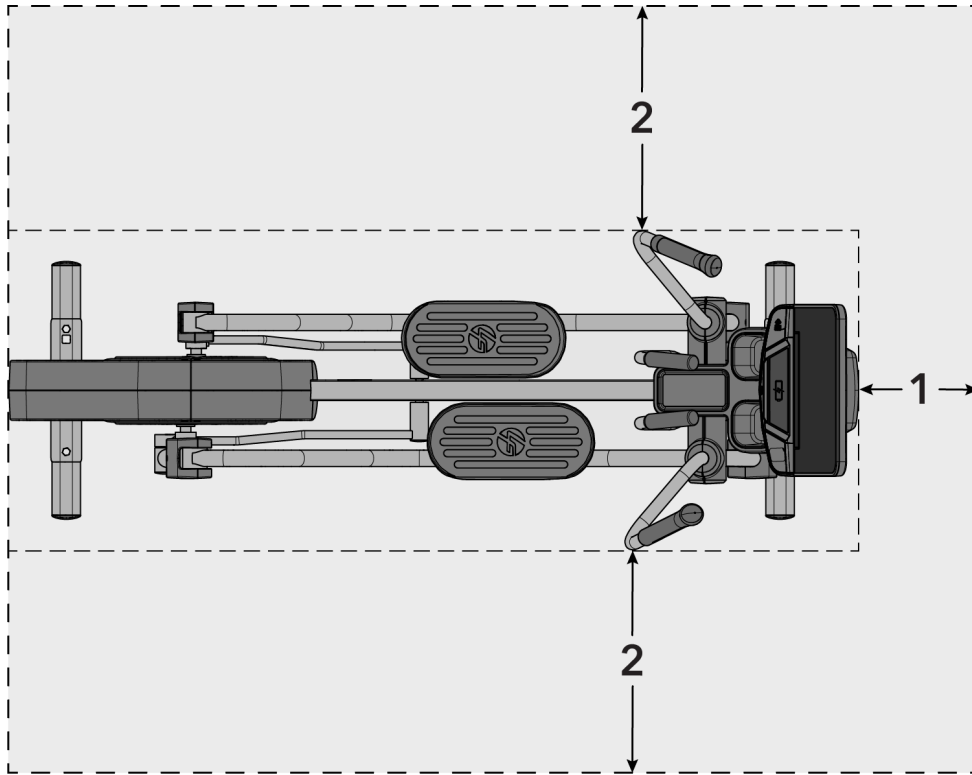
Sommige borstbanden kunnen een verwisselbare batterij bevatten.

- 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 knoopp batterijen onmiddellijk en veilig. Batterijen die bijna leeg zijn, vormen nog steeds een risico.
- Vertel anderen over de risico's van knoopp batterijen en hoe ze hun kinderen kunnen beschermen.
-  **WAARSCHUWING:** Zorg voor minstens 1 ft / 0,3 m vrije ruimte vóór de Cross-Trainer en minstens 2 ft / 0,6 m aan de zijkant.
-  **WAARSCHUWING:** De Cross-Trainer heeft geen vrijlooptoestand. Daarom kan het toestel niet onmiddellijk worden gestopt.
-  **GEVAAR:** Om het risico op elektrische schokken of letsel door bewegende delen te verminderen, altijd het toestel loskoppelen voordat u reinigt of onderhoud uitvoert.
- Life Fitness geen garantie dat onderdelen in producten onder dit Life Fitness merk volledig latexvrij zijn. Gebruikers moeten alle nodige voorzorgsmaatregelen nemen om onbedoeld contact te voorkomen dat een latexreactie kan veroorzaken.
- Gebruik het product nooit indien het netsnoer of de stekker beschadigd is, of indien het toestel is gevallen, beschadigd of zelfs gedeeltelijk in water is ondergedompeld. Neem contact op met de klantendienst.
- het product zo dat de stekker van het netsnoer in het stopcontact toegankelijk is voor de gebruiker. Zorg ervoor dat het netsnoer niet geknoopt of gedraaid is en niet onder toestellen of andere voorwerpen geklemd zit.
- Indien het netsnoer beschadigd is, moet het worden vervangen door de fabrikant, een erkende servicedienst of een gelijkwaardig gekwalificeerde persoon om gevaar te vermijden.
- Volg altijd de instructies van de console voor een correcte werking.
- Dit toestel is niet bedoeld voor personen (ook kinderen) met beperkte fysieke, sensorische of mentale capaciteiten, of met onvoldoende ervaring of kennis, tenzij zij onder toezicht staan of instructie kregen van iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid.
- Gebruik dit toestel niet buiten, niet bij zwembaden en niet in zeer vochtige ruimtes.
- Gebruik het product nooit wanneer de luchtopeningen geblokkeerd zijn. Houd de luchtopeningen vrij van stofpluis, haar of ander obstruerend materiaal.
- voorwerpen in openingen van deze producten. Indien een voorwerp in het toestel valt, schakel de stroom uit, trek de stekker uit het stopcontact en verwijder het voorzichtig. Indien het voorwerp niet bereikbaar is, neem contact op met de klantendienst
- Plaats nooit vloeistoffen rechtstreeks op het toestel, behalve in een accessoirebakje of houder. Gebruik bij voorkeur afsluitbare containers.

- niet op blote voeten. Draag altijd schoenen. Draag schoenen met rubberen zolen of zolen met hoge grip. Gebruik geen schoenen met hakken, lederen zolen, noppen of spikes. Zorg dat er geen steentjes in uw zolen vastzitten
- Houd loszittende kleding, veters en handdoeken uit de buurt van bewegende onderdelen.
- Reik tijdens gebruik nooit in of onder het toestel en kantel het niet opzij.
- Dit toestel is niet bedoeld voor gebruik door kinderen. Houd kinderen jonger dan 14 jaar uit de buurt van het toestel.
- Laat andere personen de gebruiker of het toestel tijdens een training niet hinderen.
- Laat LCD-panels gedurende één uur op temperatuur komen alvorens het toestel aan te sluiten en te gebruiken.
- het product niet in gebruik is, Life Fitness raadt aan het toestel los te koppelen. Trek de stekker uit het stopcontact wanneer het toestel niet in gebruik is en vóór het aanbrengen of verwijderen van onderdelen.
- toestellen uitsluitend zoals beschreven in deze handleiding. Gebruik geen accessoires die niet door de fabrikant zijn goedgekeurd.
- Vrijstaand toestel moet op een vlakke, stabiele en horizontale ondergrond worden geplaatst.
- Ga niet op de achterste kunststof afdekkingen van de Cross-Trainer staan of zitten.
- Ga niet op de middenbuis van de Cross-Trainer staan.
- Het menselijke vermogen dat nodig is voor een oefening kan verschillen van het mechanische vermogen dat op de Cross-Trainer wordt weergegeven.
- Kijk nooit achterom tijdens gebruik van de Cross-Trainer.
- voorzichtig bij het op- of afstappen van de Cross-Trainer. Breng vóór het opstappen met de bewegende armen het dichtstbijzijnde pedaal in de laagste stand. Gebruik de vaste handgrepen wanneer extra stabiliteit nodig is. Houd tijdens het trainen de bewegende armen vast.
- Lees alle waarschuwingen op het toestel vóór aanvang van de training.
- beschadigd zijn. Waarschuwingslabels worden bij elk toestel geleverd en moeten worden aangebracht vóór gebruik. De fabrikant Life Fitness is niet verantwoordelijk voor ontbrekende of beschadigde labels.

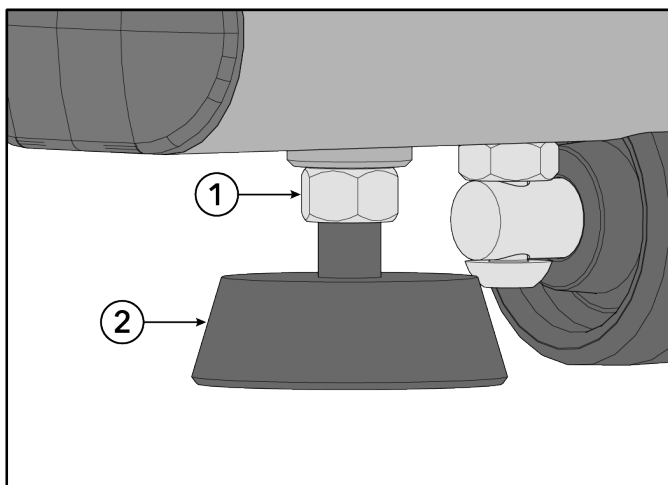
## Waar de cross-trainer te plaatsen en hoe deze te stabiliseren

Lees de volledige handleiding voordat u de cross-trainer opstelt. Verplaats het toestel, nadat alle veiligheidsinstructies zijn opgevolgd, naar de plaats waar het zal worden gebruikt. Voorzie 1 ft (0,3 m) vrije ruimte vóór de cross-trainer en minstens 2 ft (0,6 m) aan de zijkant. Het moet gemakkelijk zijn om vanaf de zijkant op het toestel te stappen.



1	1 ft. / 0.3 m
2	2 ft. / 0.6 m

Controleer na het plaatsen van de unit de stabiliteit door te proberen deze van links naar rechts te wiegen. Elke lichte schommeling geeft aan dat de unit waterpas moet worden gesteld. Bepaal welke voet niet volledig op de vloer rust. Maak de contraoer los met een open ringsleutel van 17 mm en draai de stelvoet om deze te verlagen. Controleer of de unit stabiel staat. Herhaal de afstelling indien nodig totdat de unit niet meer schommelt. Vergrendel de afstelling door de contraoer tegen de stabilisatiestang aan te draaien.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Contraoer	4
2	Stelvoet	4

## Elektrische voedingsvereisten (van toepassing op units met externe voeding)

- Toestellen die zijn uitgerust met SL-consoles zijn zelfvoorzienend. Een optionele externe voedingsadapter is indien gewenst afzonderlijk verkrijgbaar.
- Toestellen met SE4-consoles vereisen een voedingsspanning van 24 VDC.

**⚠ WAARSCHUWING:** Gebruik alleen de meegeleverde voedingsadapter en het netsnoer. Gebruik geen enkele aanpassing om het toestel aan te sluiten op een tweepolig stopcontact. Het toestel moet worden aangesloten op een correct geclassificeerd stopcontact met randaarde.

Console	Voedingsspanning	Frequentie	Uitgangsspanning	Uitgangsstroom
SL	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	24 VDC	2,5 A
SE4	95 - 264 VAC	47 - 63 Hz	24 VDC	3,75 A

Stopcontactspanning	Stopcontact en stroomonderbreker voor commerciële units (ampère)	Netspanning en stroomonderbreker voor residentiële units (ampère)
120 VAC	20 (maximaal 8 cross-trainers per stroomonderbreker voor SL; 4 fietsen per stroomonderbreker voor SE4)	15 (maximaal 8 cross-trainers per stroomonderbreker voor SL; 4 cross-trainers per stroomonderbreker voor SE4)
230 VAC	12 (maximaal 8 cross-trainers per stroomonderbreker voor SL; 4 cross-trainers per stroomonderbreker voor SE4)	12 (maximaal 8 cross-trainers per stroomonderbreker voor SL; 4 cross-trainers per stroomonderbreker voor SE4)

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

**OPMERKING:** Zorg ervoor dat de kabel van de voedingsadapter stevig is aangesloten op de basisunit. Een losse verbinding kan ervoor zorgen dat het toestel geen externe voeding ontvangt.

## Controleer de voeding van de console

De SL-console wordt gevoed door een oplaadbare 6-voltaccu. Controleer de accu door op de GO-knop te drukken. De console moet een pieptoon geven en oplichten. De console toont het Life Fitness-logo. Als er geen melding verschijnt, neem plaats op het toestel en begin te trappen. De console moet oplichten en het programmeren van een training moet mogelijk zijn. Trap tijdens een training 10-20 minuten aan 50 omw/min of sneller voor een optimale acculading. De trapbeweging tijdens trainingen houdt de accu opgeladen. Een optionele externe voeding kan worden gebruikt. Bij externe voeding gebeurt het accubeheer automatisch en is trappen niet vereist. Gebruik uitsluitend de door Life Fitness geleverde voeding om onveilige werking te voorkomen.

## Optie vermogensondersteuning / externe voeding

De optionele functie Vermogensondersteuning van de cross-trainer maakt het mogelijk de console via een externe elektrische voedingsbron van stroom te voorzien. Hierdoor is het niet langer nodig met een minimale snelheid te trappen om de console continu van stroom te voorzien. Met deze optie kunnen gebruikers die de cross-trainer voor revalidatie-oefeningen gebruiken trappen met een snelheid onder het minimum zonder dat de console stroom verliest.

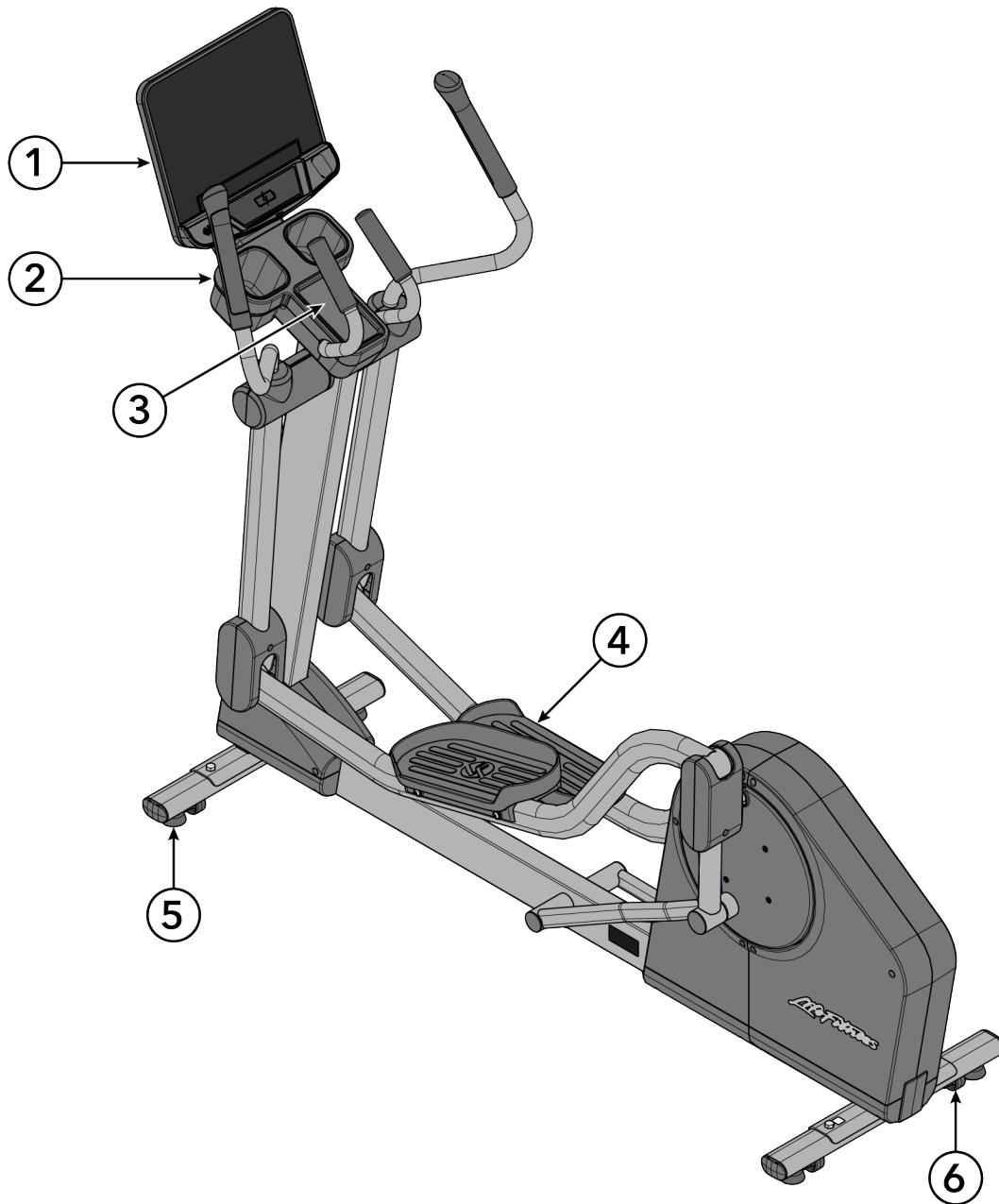
Sluit de voeding aan op de externe voedingsaansluiting aan de voorzijde van de cross-trainer. Steek de stekker in een stopcontact. Gebruik uitsluitend de externe voeding die door Life Fitness wordt geleverd om onveilig gebruik te voorkomen.

**⚠ VOORZICHTIG:** Connectoren moeten zonder kracht in de aansluitingen passen. Het forceren van een aansluiting kan schade veroorzaken aan de connector en/of de aansluiting en kan de garantie ongeldig maken. Als de voedingsconnector niet gemakkelijk past, wordt de verkeerde voedingsadapter gebruikt.

Voor de optie Vermogensondersteuning is een optionele kit vereist. Neem contact op met de klantenservice van Life Fitness om de kit te bestellen.

# 3. Productoverzicht

## Productkenmerken

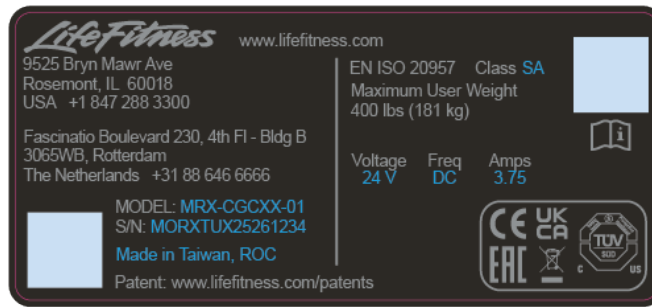


Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Bekerhouder	2
3	Accessoirebak	1
4	Pedalen	2
5	Stelvoeten	4
6	Transportwielen	4

**OPMERKING:** SE4-console weergegeven ter referentie.

## Productlabels

### Conformiteit / serienummer



## Locaties van labels

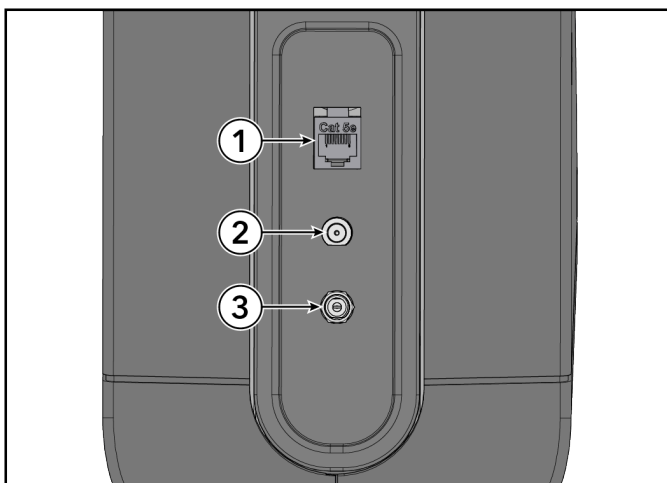
**BELANGRIJK:** Controleer of alle labels/decals die worden genoemd op het product en op de weergegeven locatie zijn geplaatst. Vervang eventuele ontbrekende of beschadigde labels.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Label, conformiteit, consument en commercieel	1

## Aansluitingen

De volgende aansluitingen bevinden zich aan de voorzijde van de cross-trainer.



Artikel	Beschrijving
1	CAT5e-netwerk / Ethernet
2	COAX
3	Voedingsingang

## **Hoe de cross-trainer te gebruiken**

Plaats uw voeten op een comfortabele positie op de pedalen. Veel gebruikers plaatsen hun tenen 1-2 inch van de voorrand van de pedalen en 0,5-1 inch van de binnenrand van de pedalen. De pedalen zijn echter groot genoeg om, afhankelijk van de voorkeur, verschillende voetposities toe te laten. Gebruik een combinatie van kracht in het bovenlichaam via de bewegende handgrepen en kracht in het onderlichaam via de voeten om de pedalen in een voorwaartse beweging te laten draaien, vergelijkbaar met wandelen. De cross-trainer kan worden gebruikt in een langzame beweging zoals wandelen of in een snellere beweging zoals joggen en lopen. Een typische gebruikssnelheid is 50-60 pedaalomwentelingen per minuut. De gebruiker kan meer of minder kracht uitoefenen op de bewegende handgrepen om de mate van inzet van boven- en onderlichaam te variëren. De vaste handgrepen kunnen ook worden gebruikt in plaats van de bewegende handgrepen om de inspanning uitsluitend op het onderlichaam te richten. Voor extra variatie kan de cross-trainer ook achterwaarts worden gebruikt.

## **Op- en afstappen van de cross-trainer**

Gebruik vóór het opstappen de bewegende armen om het dichtstbijzijnde pedaal in de laagste stand te brengen. Neem de vaste handgrepen vast en stap voorzichtig op de pedalen. Draai bij het afstappen de pedalen zodat het pedaal waarop u afstapt zich in de laagste stand bevindt. Stap van de pedalen terwijl u de vaste handgrepen vasthoudt. Laat daarna de handgrepen los.

## 4. In elkaar zetten

### Link naar aanvullende online-informatie

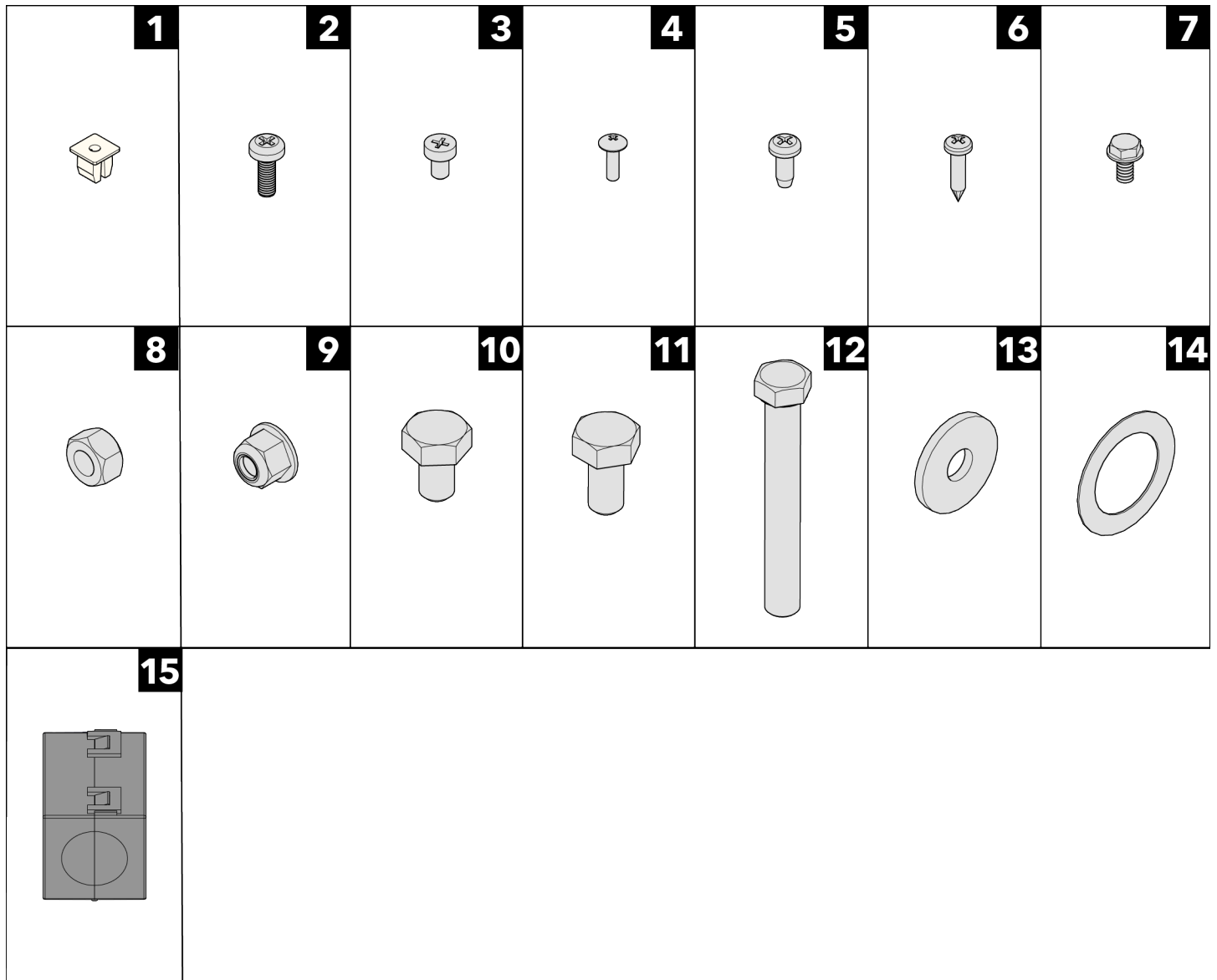
Als toevoeging op de inhoud van deze gebruikshandleiding, gelieve de QR-code te scannen voor verdere en geüpdatet informatie.

Life Fitness Atmos Cross-Trainer



<https://fn.fit/AtmosXinstall>

## Hardawre



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Doorvoertule	2
2	Schroef, M5 x 0,8 x 14, PHL, PAN, MS, ST, ZN	5
3	Schroef, CSL PAN M5 x 0,8-8	4
4	Schroef, PHL PAN M3,5 x 18-12	4
5	Schroef, PHL PAN M5 x 0,8-12	9
6	Schroef, M4.2 x 0,7 6G6G x 19, DIN, PHL, PAN, AB, ST, ZB	2
7	Schroef, #10 x 6 UNS, HXW, L, B, ST, GR	1
8	Moer, zeskant M10 x 1,5 x 8 mm	2
9	Moer, M8 x 1,25-6H, DIN, UNF, zeskant, borgmoer	4
10	Bout, zeskant; M10 x 1,5-16	4
11	Bout, zeskant, M10 x 1,5-20	3
12	Bout, zeskant, HD M10 x 1,5-74	3
13	Ring, 35 mm buitendiameter x 10 mm binnendiameter x 3 mm dikte	2
14	Ring, 1,0 x 1,5, axiaal, staal	2
15	Ferriet; ontstoring, kern-behuizing	1

## Benodigd gereedschap

- 5 mm-inbussleutel
- 8 mm-dopsleutel
- 11 mm-sleutel
- 13 mm-sleutel
- 17 mm-sleutel
- 17 mm-dopsleutel
- Kruiskopschroevendraaier
- Momentschroevendraaier
- Momentsleutel
- Stanley mes

**OPMERKING:** Gebruik GEEN slagschroevendraaiers om bevestigingsmiddelen te monteren.

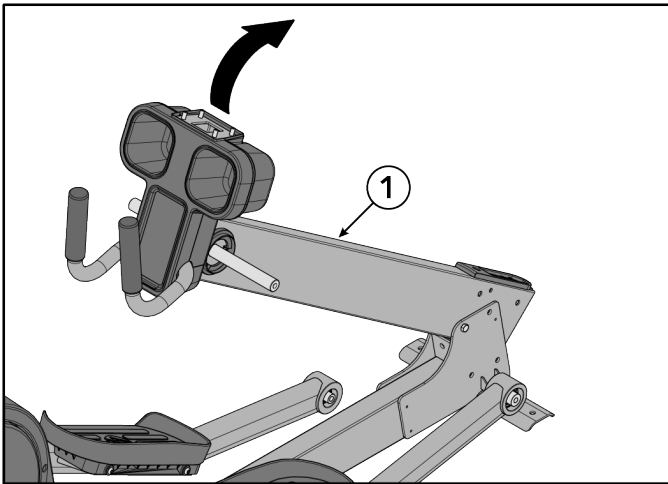
## Montageprocedure

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.

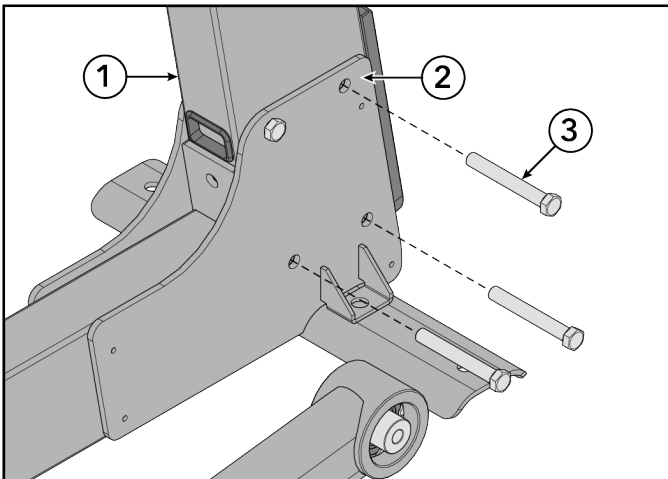
### Monteer monokolom

1. Neem de monokolom vast en zet deze rechtop.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Monokolom	1

2. Monteer de bouten waarmee de zijkant van de monokolom aan het basisframe wordt bevestigd met een 17-mm dopsleutel.

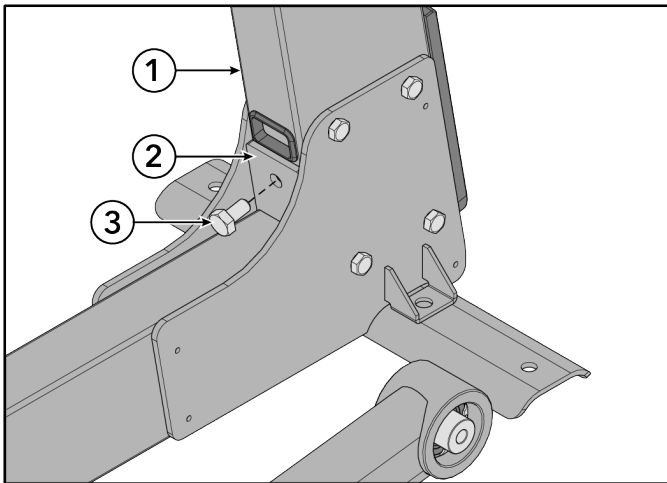


Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Monokolom	1
2	Basisframe	1
3	Bout, zeskant, HD M10 x 1,5-74	3



**Draai de bevestigingsmiddelen handvast aan.**

3. Monteer de bout waarmee de achterzijde van de monokolom aan het basisframe wordt bevestigd met een 17-mm dopsleutel.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Monokolom	1
2	Basisframe	1
3	Bout, zeskant, M10 × 1,5-20	1

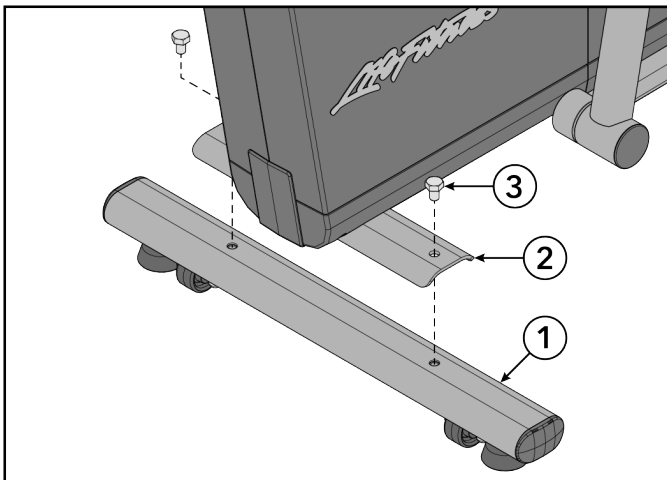


Draai de bevestigingsmiddelen handvast aan.

4. Draai alle losse bevestigingsmiddelen aan tot 25 ft-lb / (34 Nm) in de volgende volgorde.
- Bout, zeskant, M10 × 1,5-20 (×1) aan de achterzijde van de monokolom.
  - Bout, zeskant, HD M10 × 1,5-74 (×3) aan de zijkant van de monokolom.
5. Verwijder de resterende verpakking van het toestel.

### Monteer de stabilisatoren

- Verwijder de houten verpakingssteun onder de achterzijde van het hoofdframe.
- Monteer de bouten waarmee de achterstabilisator aan het basisframe wordt bevestigd met een 17-mm dopsleutel.



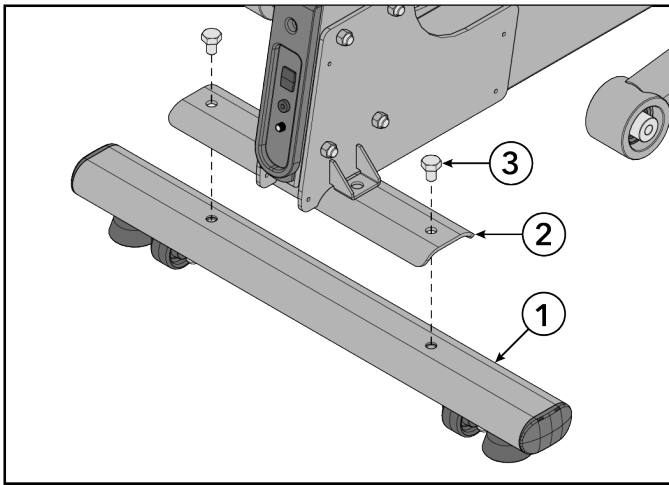
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Achterstabilisator	1
2	Hoofdframe	1
3	Bout, zeskant; M10 × 1,5-16	2



Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 25 ft-lb / 34 Nm.

- Verwijder de houten verpakingssteun onder de voorzijde van het hoofdframe.

4. Monteer de bouten waarmee de voorste stabilisator aan het basisframe wordt bevestigd met een 17-mm dopsleutel.



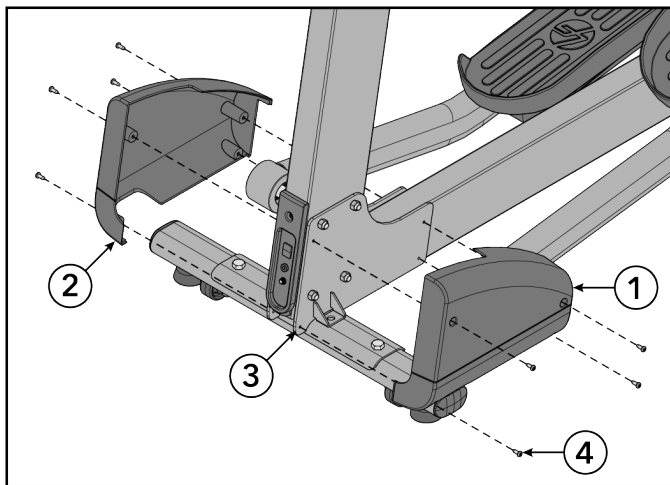
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Achterstabilisator	1
2	Hoofdframe	1
3	Bout, zeskant; M10 × 1,5-16	2



Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 25 ft-lb / 34 Nm.

### Monteer de afdekkingen van de monokolom

Monteer de schroeven waarmee de afdekkingen van de monokolom aan het basisframe worden bevestigd met een kruiskopschroevendraaier.



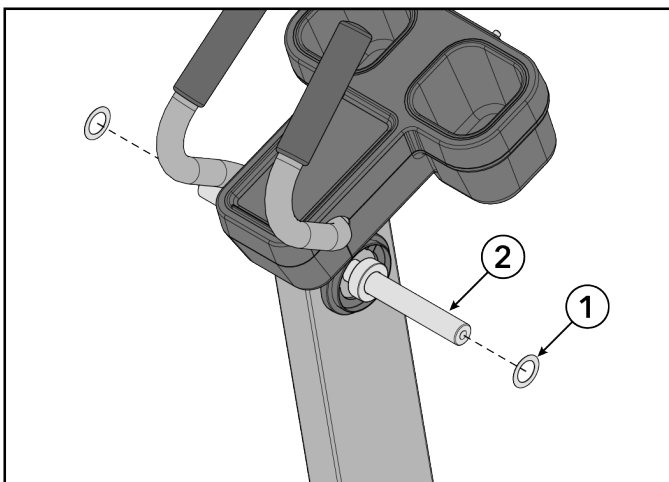
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Afdekking monokolom, links	1
2	Afdekking monokolom, rechts	1
3	Basisframe	1
4	Schroef, PHL PAN M5 x 0,8-12	8



Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 13 in-lb / 1,5 Nm.

### Monteer de schommelarmen

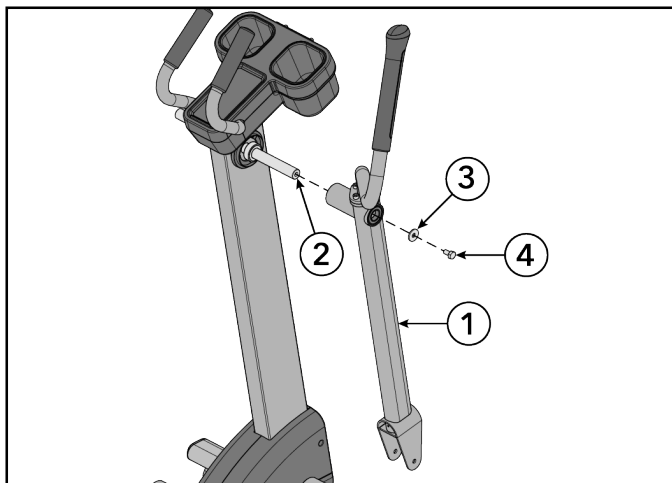
1. Schuif een ring aan beide zijden van de draaipen.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Ring, 1,0 × 1,5, axiaal, staal	2
2	Draaipen	1

2. Schuif de schommelarm op de draaipen.

3. Monteer de bout en ring waarmee de schommelarm aan de draaipen wordt bevestigd met een 17-mm dopsleutel.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Schommelarm, rechts	1
2	Draaipen	1
3	Ring, 35 mm buitendiameter × 10 mm binnendiameter × 3 mm	1
4	Bout, zeskant M10 × 1,5-20	1

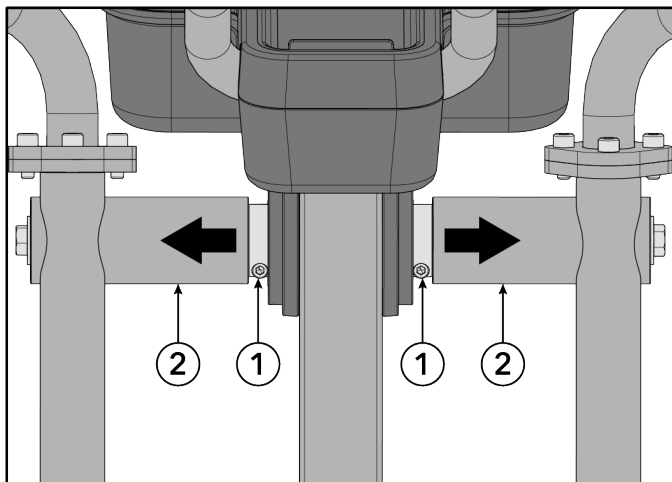


Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 25 ft-lb / 34 Nm.

4. Herhaal stappen 2-3 om de tegenoverliggende schommelarm te monteren.

5. Controleer of de schommelarmen zijdelings kunnen bewegen.

- Als de schommelarmen niet zijdelings langs de draaipen bewegen, ga dan verder met de volgende stap.
- Als de schommelarmen zijdelings langs de draaipen bewegen, draai dan de stelschroeven los met een inbussleutel van 5 mm. Schuif de asklemmen strak tegen de schommelarmen en draai de stelschroeven vast.



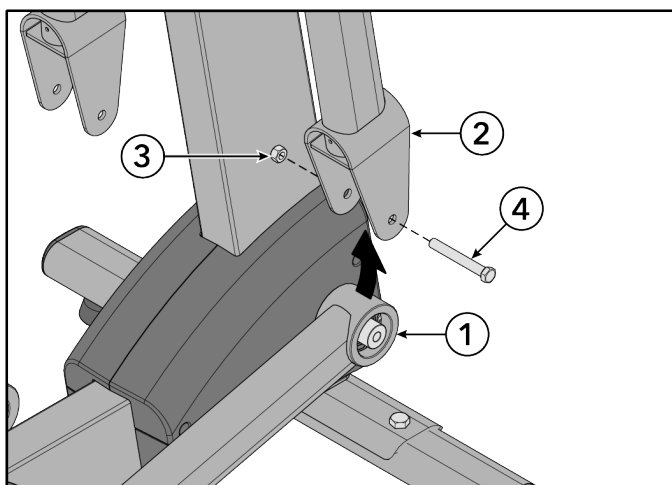
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Asklem	2
2	Schommelarm	2



Draai het bevestigingsmateriaal aan tot 40 in-lb / 4,5 Nm.

6. Hef de pedaalhefboom op en lijn deze uit met de schommelarm.

7. Monteer de bout en moer waarmee de pedaalhefboom aan de schommelarm wordt bevestigd met een steeksleutel van 17 mm en een 17-mm dopsleutel.

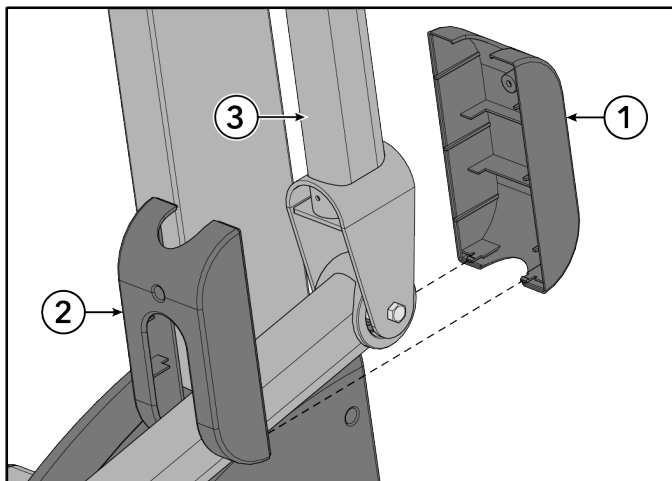


Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Pedaalhefboom	1
2	Schommelarm	1
3	Moer, zeskant M10 × 1,5 × 8 mm	1
4	Bout, zeskant, HD M10 × 1,5-74	1



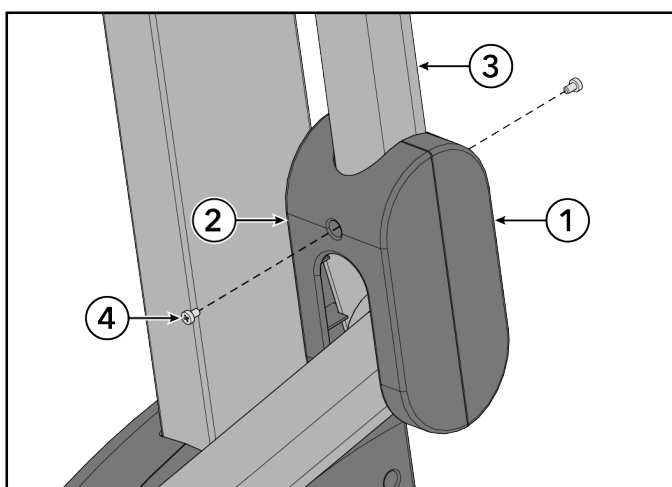
Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 25 ft-lb / 34 Nm.

8. Lijn de vorkafdekkingen uit over de schommelarm. Druk de vorkafdekkingen tegen elkaar.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Vorkafdekking, voor	1
2	Vorkafdekking, achter	1
3	Schommelarm	1

9. Monteer de schroeven waarmee de vorkafdekkingen aan de schommelarm worden bevestigd met een kruiskopschroevendraaier.



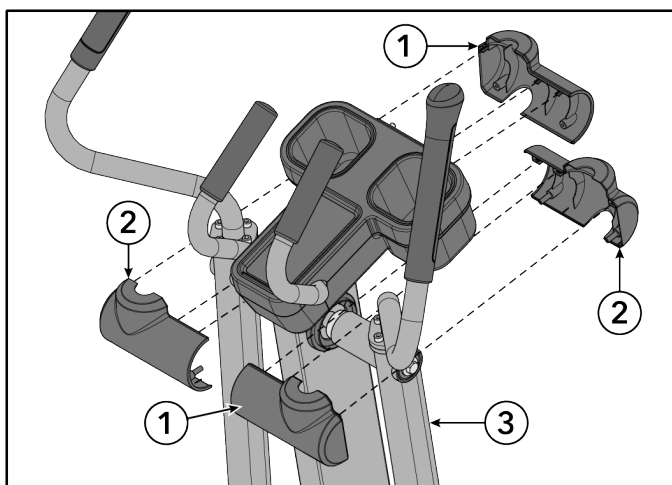
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Vorkafdekking, voor	1
2	Vorkafdekking, achter	1
3	Schommelarm	1
4	Schroef, CSL PAN M5 × 0,8-8	2



**Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 13 in-lb / 1,5 Nm.**

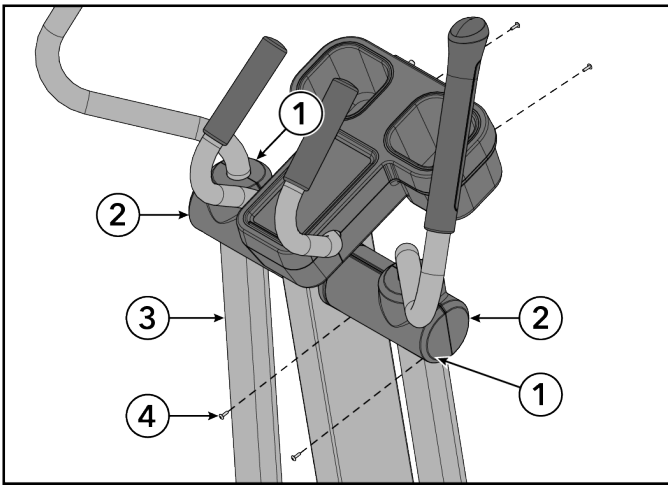
10. Herhaal stappen 6-9 om de tegenoverliggende pedaalhefboom en vorkafdekkingen te monteren.

11. Lijn de schommelarmafdekkingen uit over de schommelarmen. Druk de schommelarmafdekkingen tegen elkaar.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Schommelarmafdekking, A	2
2	Schommelarmafdekking, B	2
3	Schommelarm	2

12. Monteer de schroeven waarmee de schommelarmafdekkingen aan de schommelarmen worden bevestigd met een kruiskopschroevendraaier.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Schommelarmafdekking, A	2
2	Schommelarmafdekking, B	2
3	Schommelarm	2
4	Schroef, PHL PAN M3,5 × 18-12	4

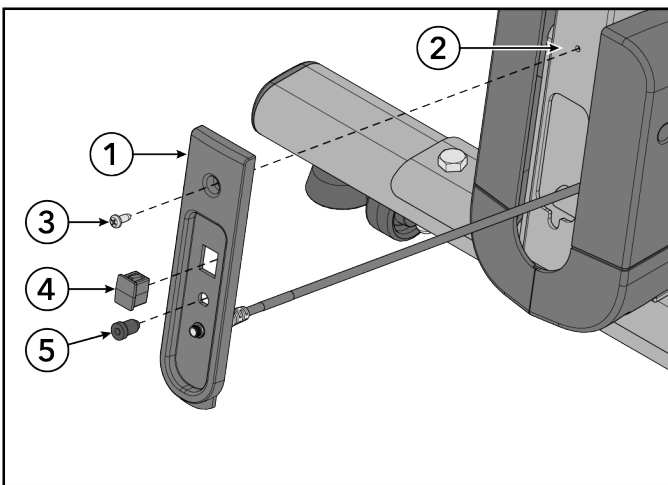


Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 13 in-lb / 1,5 Nm.

## Monteer SE4-kabels

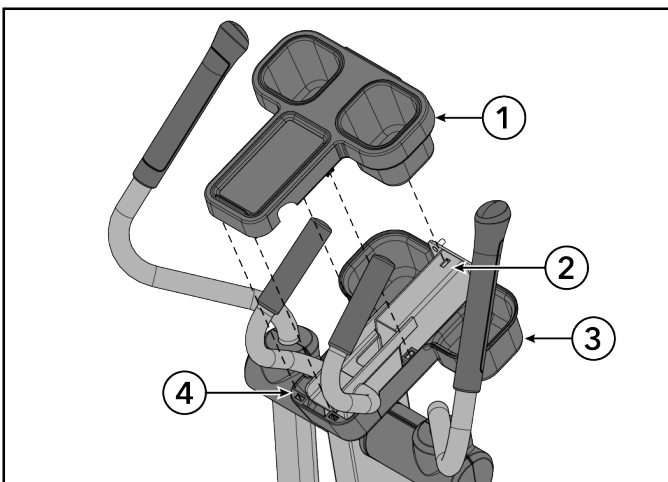
De volgende procedure toont hoe de kabels voor de SE4-console worden gemonteerd. Als een SL-console wordt geïnstalleerd, ga dan verder naar het onderwerp [Console-lasconstructie monteren](#).

1. Verwijder de schroef waarmee het doorvoerpaneel aan het basisframe is bevestigd met een kruiskopschroevendraaier.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Doorvoerpaneel	1
2	Basisframe	1
3	Schroef, PHL PAN M5 x 0,8-12	1
4	Plug, RJ45-connector	1
5	Plug, COAX	1

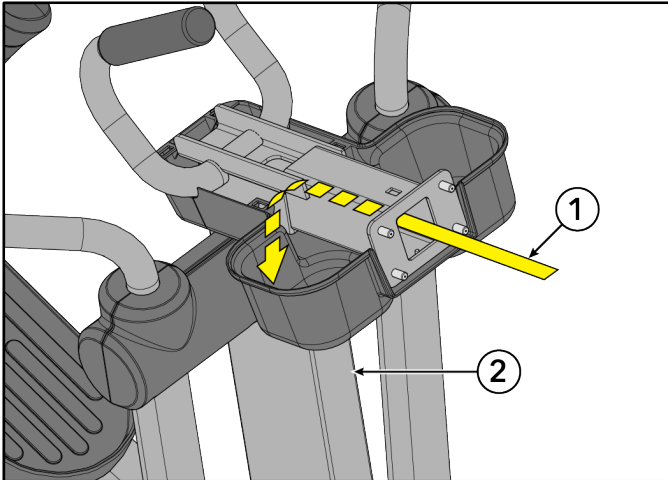
2. Verwijder de pluggen uit het doorvoerpaneel.
3. Verwijder de bovenste afdekking van de bekerhouders van de monokolom en de afdekkingen door deze recht omhoog te trekken.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Bovenste afdekking van de bekerhouders	1
2	Monokolom	1
3	Onderste afdekking van de bekerhouders	1
4	Voorste onderste brugafdekking	1

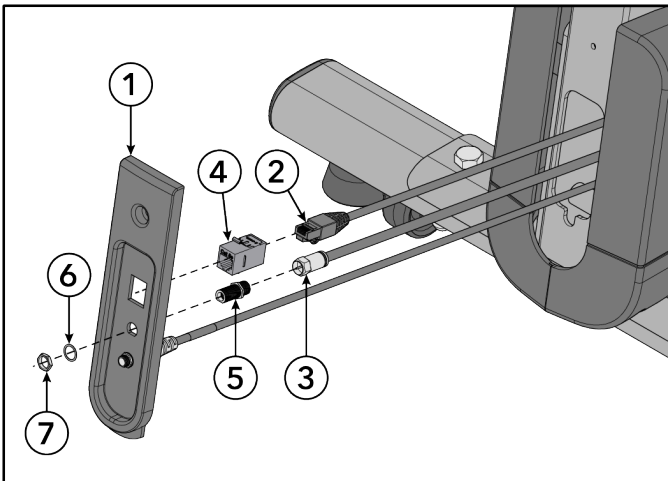
4. Leid de SE4-kabels langs de monokolom naar beneden en naar buiten via het basisframe.

**TIP:** Er is een trekdraad vooraf in het frame geïnstalleerd om de installatie van de SE4-kabels te vergemakkelijken. Draai de trekdraad rond de uiteinden van de SE4-kabels en trek aan de andere zijde om de kabels door het frame te voeren.



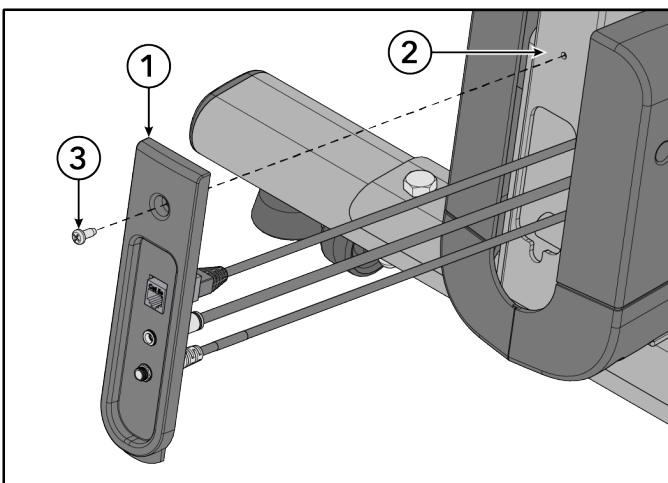
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Kabels	2
2	Monokolom	1

5. Sluit de kabels aan op de koppelingen. Monteer de koppelingen in het doorvoerpaneel. Monteer de ring en moer waarmee de coaxkoppeling aan het doorvoerpaneel wordt bevestigd met een steeksleutel van 11 mm.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Doorvoerpaneel	1
2	Kabel, CAT5e	1
3	Kabel, COAX	1
4	Koppeling, CAT5e	1
5	Koppeling, COAX	1
6	Ring	1
7	Moer	1

6. Monteer de schroef waarmee het doorvoerpaneel aan het basisframe wordt bevestigd met een kruiskopschroevendraaier.



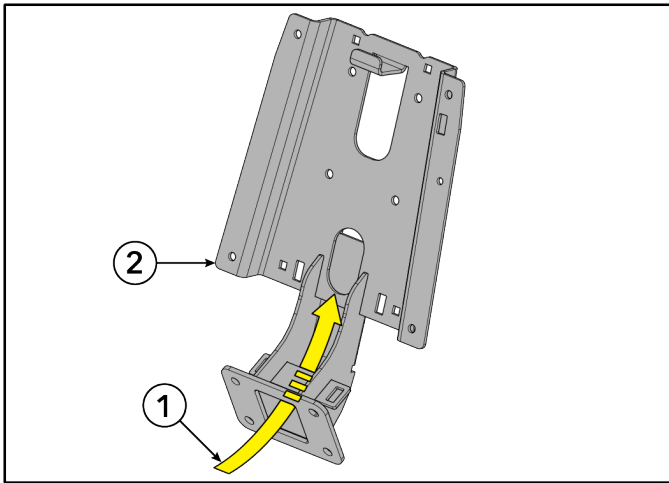
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Doorvoerpaneel	1
2	Basisframe	1
3	Schroef, PHL PAN M5 x 0,8-12	1



Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 13 in-lb / 1,5 Nm.

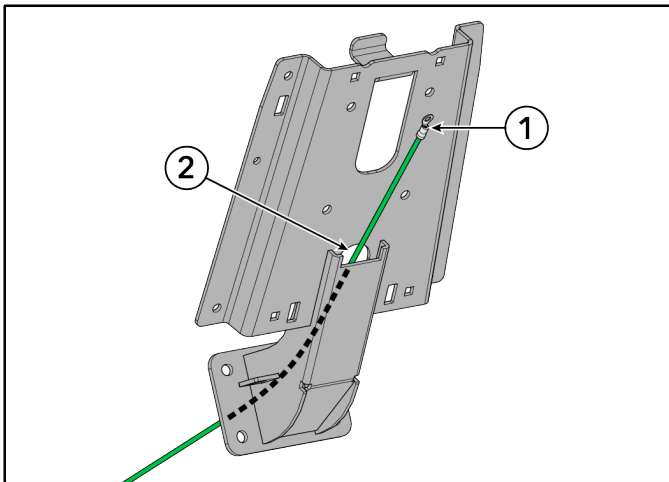
## Monteer console-lasconstructie

1. Leid de kabels omhoog door de console-lasconstructie.



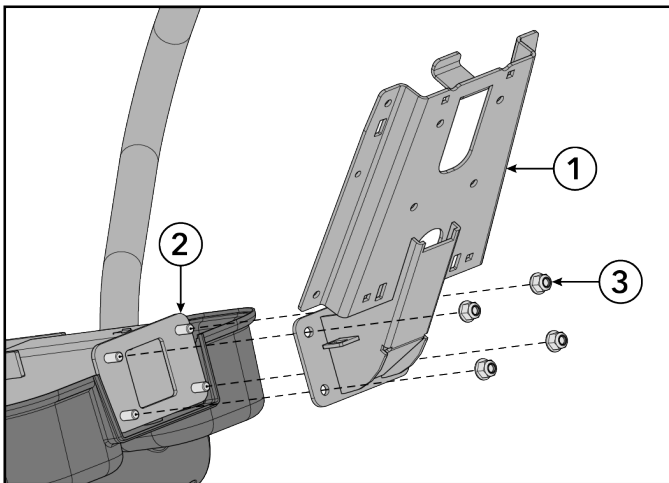
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Kabels	-
2	Console-lasconstructie	1

**OPMERKING:** De ardkabel loopt omhoog door en komt aan de achterzijde uit de console-lasconstructie.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Aardkabel	1
2	Console-lasconstructie	1

2. Monteer de moeren waarmee de console-lasconstructie aan de monokolom wordt bevestigd met een steeksleutel van 13 mm.

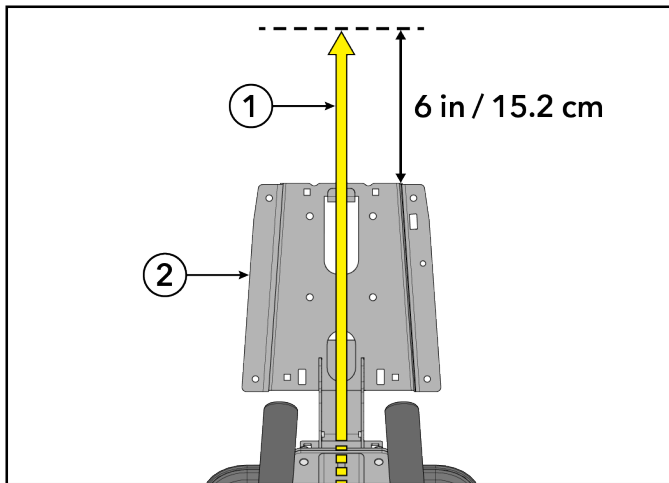


Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Console-lasconstructie	1
2	Monokolom	1
3	Moer, M8 × 1,25-6H, DIN, UNF, zeskant, borgmoer	4



Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 25 ft-lb / 34 Nm.

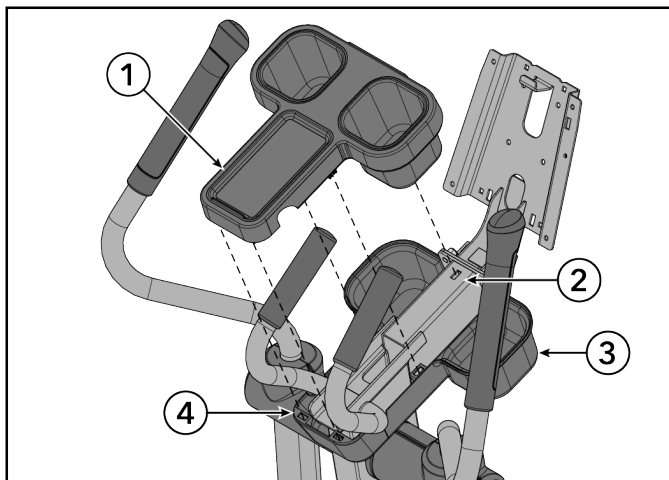
3. Trek de kabels door de console-lasconstructie totdat ze ongeveer 6 in / 15,2 cm boven de bovenzijde van de lasconstructie uitsteken. Duw de resterende kabellengte naar beneden in de console-lasconstructie en de monokolom.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Kabels	-
2	Console-lasconstructie	1

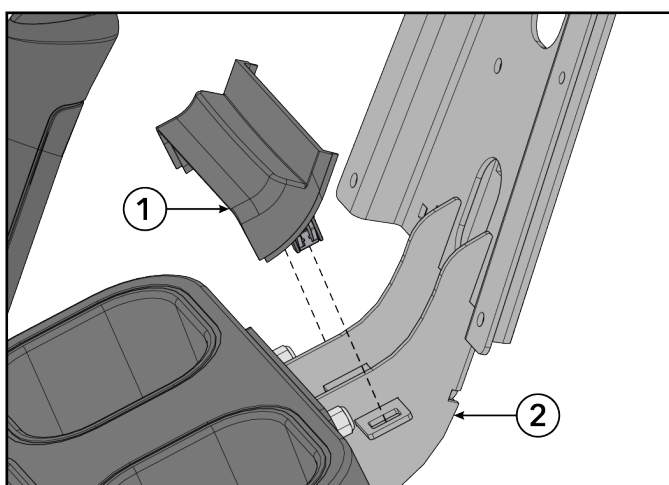
4. **OPMERKING:** De volgende stap is uitsluitend van toepassing op toestellen met een SE4-console. Als een SL-console wordt geïnstalleerd, ga verder met stap 5.

Druk de bovenste afdekking van de bekerhouders in de monokolom en de afdekkingen.



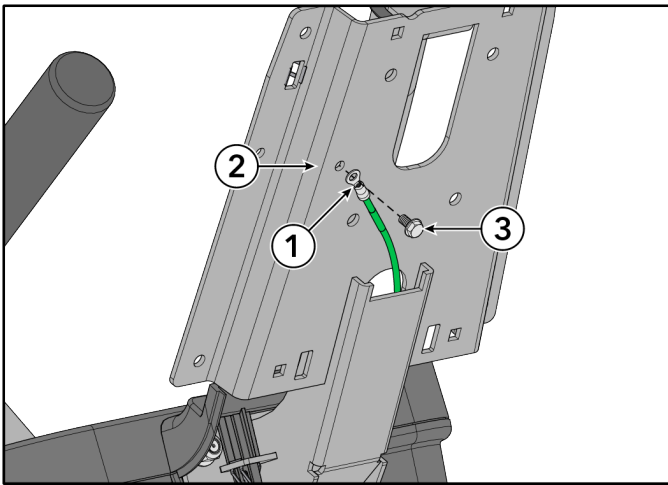
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Bovenste afdekking van de bekerhouders	1
2	Monokolom	1
3	Onderste afdekking van de bekerhouders	1
4	Voorste onderste brugafdekking	1

5. Druk de voorste vulafdekking van de console in de console-lasconstructie.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Opvulafdekking aan de voorzijde van de console	1
2	Console-lasconstructie	1

6. Monteer de schroef waarmee de aardkabel aan de console-lasconstructie wordt bevestigd met een 8-mm dopsleutel.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Aardkabel	1
2	Console-lasconstructie	1
3	Schroef, #10 x 6 UNS, HXW, L, B, ST, GR	1

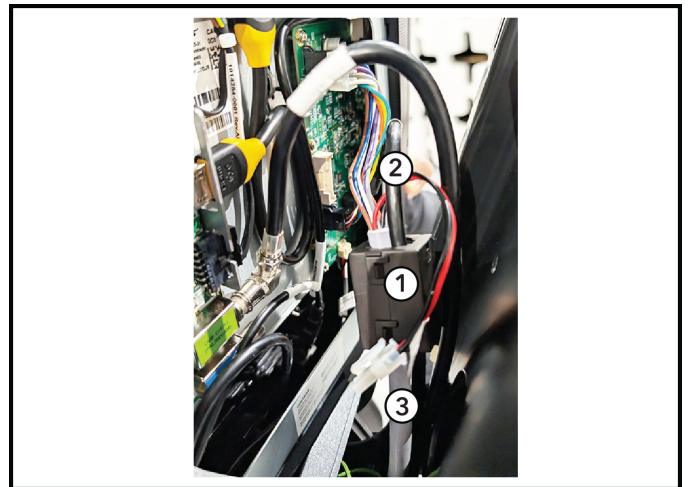
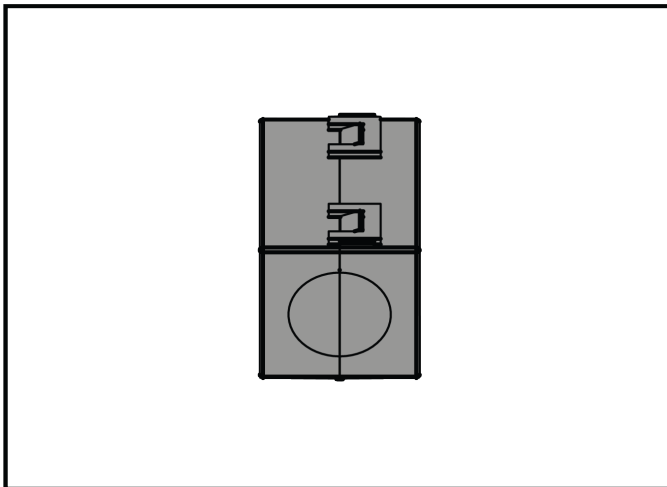


Draai het bevestigingsmateriaal aan tot 2,6 ft-lb / 3,5 Nm.

## Ferrietinstallatie

Monteer de ferriet op de basisvoedingskabel en de basissignaalkabel aan de onderzijde van de console-lasconstructie.

### Ferriet

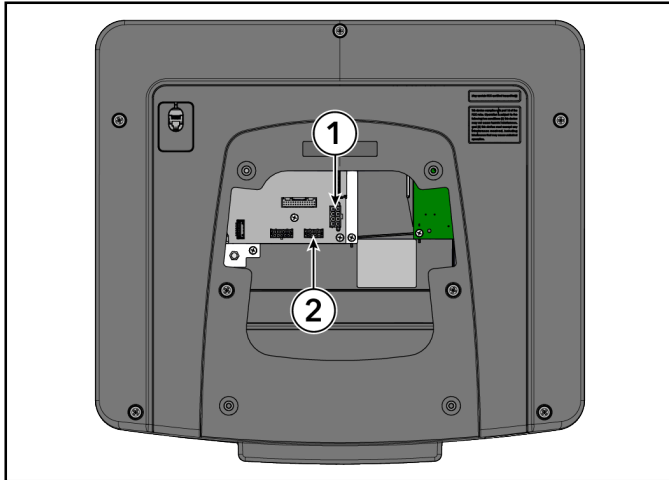


Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Ferriet: Ontstoring, kern-behuizing	1
2	Kabel, console naar basis (signaal)	1
3	Kabel, console naar basis, voeding	1

## Verbindingen van basis naar console

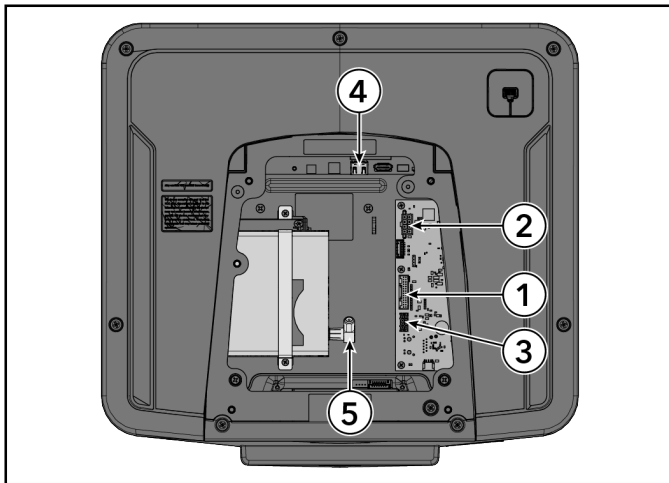
Sluit de basiskabels aan op de console.

### SL



Artikel	Beschrijving
1	Basisvoeding
2	Basiscommunicatie

### SE4



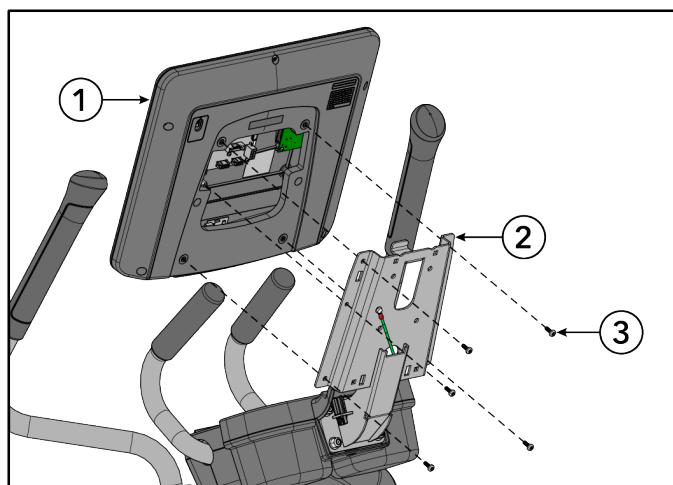
Artikel	Beschrijving
1	Basis-interfacekabel
2	Basisvoeding
3	Basiscommunicatie
4	Ethernet
5	COAX

## Monteer de console: SL of SE4

Monteer de schroeven waarmee de console aan de console-ondersteuningslasconstructie wordt bevestigd met een kruiskopschroevendraaier.

**OPMERKING:** Gebruik de haak bovenaan de console-ondersteuningslasconstructie om de montage van de console te vergemakkelijken.

### SL-console

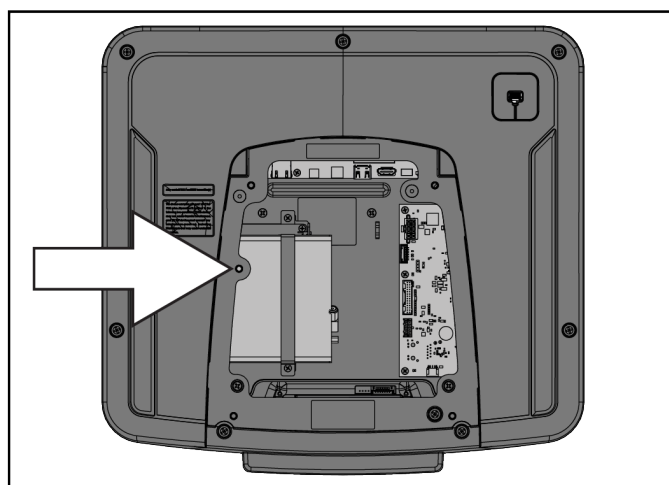
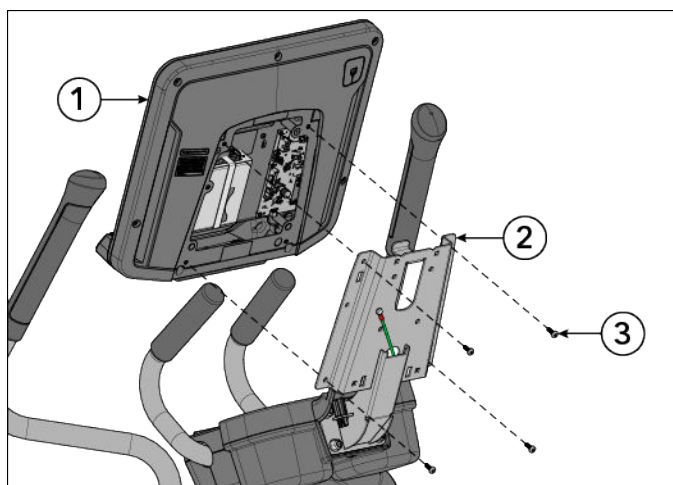


Artikel	Beschrijving	Aantal
1	SL-console	1
2	Console-ondersteuningslasconstructie	1
3	Schroef, M5 x 0,8 x 14, PHL, PAN, MS, ST, ZN	5



Draai het bevestigingsmateriaal aan tot 16,8 in-lb / 1,9 Nm.

### SE4-console



**OPMERKING:** Monteer de schroef niet op de getoonde positie (naast de pijl) als de SE4-console een Set-Top-Box-Sync (STB) ontvanger heeft! De schroef zal de STB-ontvanger binnen in de console raken.

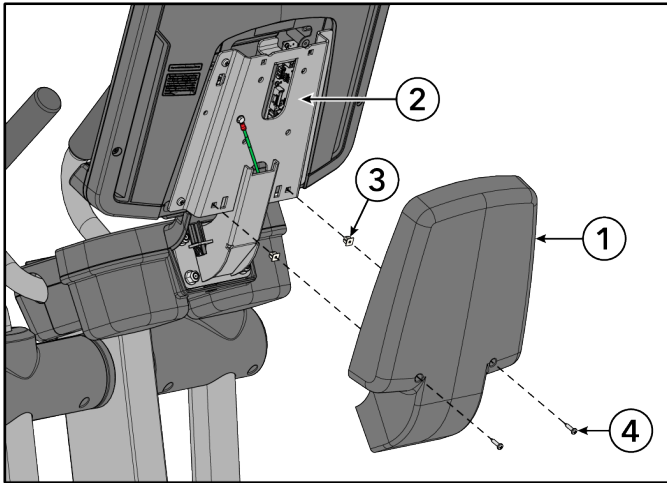
Artikel	Beschrijving	Aantal
1	SE4-console	1
2	Console-ondersteuningslasconstructie	1
3	Schroef, M5 x 0,8 x 14, PHL, PAN, MS, ST, ZN	4



Draai het bevestigingsmateriaal aan tot 16,8 in-lb / 1,9 Nm.

## Monteer console-achterafdekking

1. Plaats doorvoertules in twee gaten aan de achterkant van het console-lasconstructie.
2. Duw de clips bovenaan de console-achterafdekking in de overeenkomstige sleuven van het console-lasconstructie.
3. Monteer de schroeven die de console-achterafdekking aan het console-lasconstructie bevestigen met een kruiskopschroevendraaier.



Artikel	Beschrijving	Aantal
1	Console-achterafdekking	1
2	Console-lasconstructie	1
3	Doorvoertule	2
4	Schroef, M4.2 x 0,7 6G6G x 19, DIN, PHL, PAN, AB, ST, ZB	2

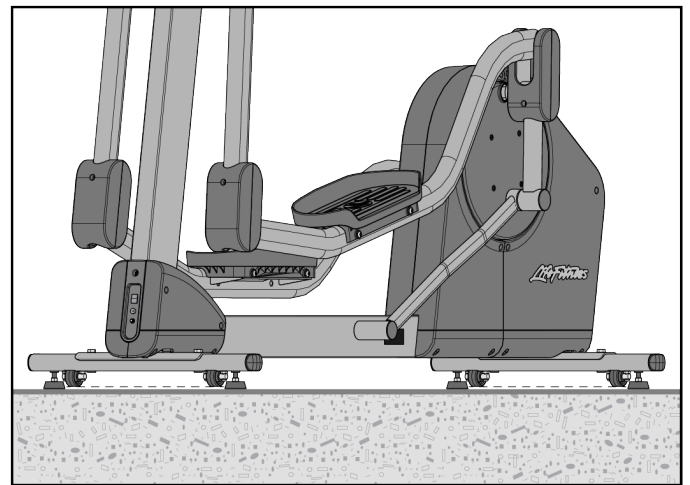
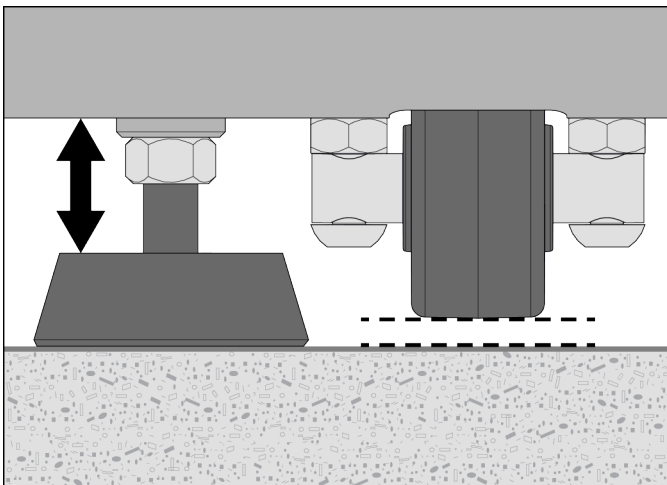


Draai de bevestigingsmiddelen aan tot 13 in-lb / 1,5 Nm.

## Plaats het toestel op zijn positie.

Zie [Waar de cross-trainer te plaatsen en hoe deze te stabiliseren](#) voor meer informatie

1. Plaats het toestel op zijn positie.
2. raai de stelvoeten omlaag tot de transportwielen geen contact meer maken met de grond met een steeksleutel van 17 mm.



## Test het apparaat op goede werking

# 5. Specificaties

## Productspecificaties

Beoogd gebruik	Zwaar / commercieel EN ISO 20957 klasse S
	Thuisgebruik EN ISO 20957 klasse H
Maximaal gebruikersgewicht	400 lbs / 181 kg
Aandrijftype	Generator
Weerstandsniveaus	26
Voedingsvereisten	Zie de sectie <a href="#">Elektrische voedingsvereisten</a>
Draadloos opladen (alleen SE4-console)	<p>Qi draadloos inductief opladen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Oplaadgebied: 50 mm x 80 mm (ongeveer 2 in. x 3 in.)</li><li>• Reactietijd opladen: minder dan 3 seconden</li><li>• Maximaal uitgangsvermogen: 10 W</li><li>• Compatibiliteit oplaadprotocol: Qi Fast Charging</li></ul>
Draadloze communicatie	BT, NFC, compatibiliteit met Apple- en Samsung-horloges, ANT+, RFID, draadloze connectiviteit

	Fysieke afmetingen (zonder console)
Lengte	81.9 in. / 208 cm
Breedte	30.7 in. / 78 cm
Hoogte	65.2 in. / 165.6 cm
Gewicht	262,3 lbs / 119 kg

# 6. Onderhoud en technische gegevens

## Tips voor preventief onderhoud

**OPMERKING:** De veiligheid van het toestel kan alleen worden gewaarborgd als het regelmatig wordt gecontroleerd op schade of slijtage. Gebruik het toestel niet totdat defecte onderdelen zijn gerepareerd of vervangen. Besteed bijzondere 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. Breng reinigingsmiddel nooit direct aan op welk onderdeel van de apparatuur 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](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

Artikel	Wekelijks	Maandelijks	Halfjaarlijks
Console-overlays	Reinigen		Inspecteren
Flessenhouders / accessoirebakken	Reinigen	Inspecteren	
Consolebevestigingsschroeven			Inspecteren
Hardawre			Inspecteren
Frame	Reinigen		Inspecteren
Kunststof afdekkingen	Reinigen	Inspecteren	
Stelvoeten		Inspecteren / afstellen	
Pedalen	Reinigen	Inspecteren	

## Probleemoplossing 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 borstband moet worden schoongemaakt.	Was de borstband met een mild 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 (91,4 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 interferentie door: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Televisies en/of antennes</li> <li>• Mobiele telefoons</li> <li>• Computers</li> <li>• Auto's</li> <li>• Hoogspanningsleidingen</li> <li>• Gemotoriseerde trainingsapparatuur</li> </ul>	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.

## Recycleer de batterij - SL-console

Verwijder en recycleer de oplaadbare batterij voordat dit product aan het einde van zijn levensduur wordt weggegooid. Koppel de voeding los (*indien van toepassing*) voordat u de batterij verwijdert. Om toegang te krijgen tot de batterij verwijdert u de schroeven waarmee de bovenste achterafdekking aan de achterzijde van de cross-trainer is bevestigd. De batterij bevindt zich nabij de bovenzijde van het frame, direct onder de achterafdekkingen die moeten worden verwijderd. Om de batterij te verwijderen, koppelt u de twee op de batterij aangesloten draden los en verwijdert u de twee schroeven waarmee de batterij is bevestigd. Voer de batterij op correcte wijze af.

## Hoe te Kennisbasis

Zie <https://lfn.fit/KnowledgeBase> voor meer gedetailleerde 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>.

### Software-updates

Het toestel bevat ingebedde software die essentieel is voor een correcte werking en veiligheid. Om functionaliteit, beveiliging en garantie te behouden, moet de software van het toestel up-to-date worden gehouden met alle door de fabrikant uitgegeven updates, patches en upgrades ("Updates").

1. Kennisgeving en monitoring - De eigenaar/gebruiker moet (a) een geldig e-mailadres registreren en onderhouden bij de fabrikant om updateberichten te ontvangen, of (b) regelmatig de door de fabrikant aangewezen website controleren op gepubliceerde updateberichten. Het niet naleven van een van beide verplichtingen ontslaat de eigenaar/gebruiker niet van de plicht om updates te installeren.
2. Updatemethode - Updates worden beschikbaar gesteld via het beveiligde elektronische distributiekanaal van de fabrikant. De eigenaar/gebruiker moet de verstrekte instructies volgen voor een correcte installatie en implementatie.
3. Verantwoordelijkheid voor naleving - De verantwoordelijkheid om op de hoogte te blijven van updates ligt uitsluitend bij de eigenaar/gebruiker. De meldingsplicht van de fabrikant wordt vervuld door een bericht te sturen naar het geregistreerde e-mailadres of door een bericht te plaatsen op de aangewezen updatewebsite.
4. Gevolgen van niet-naleving - Het niet installeren van updates kan leiden tot:
  - Verval of beperking van de garantie;
  - Opschorting van technische ondersteuning;
  - Verminderde prestaties van het toestel of veiligheidsrisico's; en
  - Afwijzing van aansprakelijkheid door de fabrikant voor daaruit voortvloeiend letsel, schade of verlies.

# 7. Garantie

## Garantie-informatie

Gebruik de onderstaande link of scan de QR-code om toegang te krijgen tot informatie over de garantie:

<http://lifefitness.com/warranties>



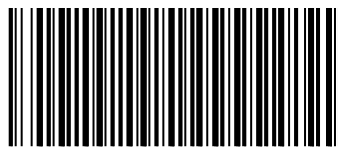
# 8. Release-opmerkingen

## Updates van de handleiding

1 februari 2026 (Rev. AB)

Onderwerp	Wijzigingen
Link naar aanvullende online-informatie	Toegevoegd
Voorpaneel	Toegevoegd: Gebruikershandleiding
Veiligheidsinstructies	Toegevoegd: De eigenaar van het toestel is verantwoordelijk voor het verstrekken van alle waarschuwingen en instructies aan de gebruikers van het toestel.
	Bijgewerkte formulering: vrijstaand toestel moet worden geplaatst op een vlakke, stabiele en horizontale ondergrond.
Elektrische vereisten	Tabel bijgewerkt om consument toe te voegen
Productoverzicht	Toegevoegd: Productlabels
Hardawre	Toegevoegd: Ferriet
Ferrietinstallatie	Nieuwe assemblagestap
Monteer SE4-kabels	Tekst bijgewerkt bij de TIP voor de trekdraadkabel.
Bevestig de console	Afbeelding en onderwerp voor SE4-console bijgewerkt naar 4 schroeven.
Service en technische gegevens	Toegevoegd: Onderwerp software-update
Specificaties	Verwijderd: Bereik van pedaalsnelheid





1028281-0005