

HAMMER STRENGTH®

HAMMER STRENGTH®

HD SPARC

Eigenaarshandleiding

PT-SC



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

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
E-mailadres afd. Verkoop/Marktbewerking:
commercialsales@lifefitness.com

Brazilië

Life Fitness Brasil

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

Latijns-Amerika en Caribisch gebied*

Life Fitness, LLC

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

EUROPA, MIDDEN-OOSTEN en AFRIKA (EMEA)

België, Nederland en Luxemburg

Life Fitness Atlantic BV

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

Verenigd Koninkrijk

Life Fitness UK LTD

Unit 109^a
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
Verkoop/Marketing e-mail:
life@lifefitness.com

Duitsland, Oostenrijk en Zwitserland

Life Fitness Europe GMBH

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

Spanje

Life Fitness IBERIA

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

Alle andere EMEA-landen en distributeurs EMEA*

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31
2992 LB Barendrecht
NEDERLAND
+3118064666
Service Email:
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
E-mail sales/marketing:
sales@lifefitnessjapan.com

Hong Kong

Life Fitness Asia Pacific LTD

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

*Raadpleeg eveneens www.lifefitness.com voor informatie over plaatselijke vertegenwoordigers of leveranciers

Link voor gebruikers- en servicedocumentatie

<https://fn.fit/KnowledgeBase>

<https://fn.fit/SupportDocuments>

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.

Ytterligere information finns online genom att använda länken ovan.

İnternet üzerinden daha fazla bilgi edinmek için yukarıdaki bağlantıyı kullanabilirsiniz.

هناك معلومات إضافية متاحة على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه.

Informazio osagarria eskuragarri dago goiko estekaren bidez.

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

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

使用上面的連結線上提供額外資訊。

Dodatne informacije možete pronaći na internetu sljedeći vezu iznad.

ከላይ የተቀመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ።

Lisätietoja on saatavissa verkosta käyttämällä yllä olevaa linkkiä.

Wubetumi anya nsem afoforo aka ho wa 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

Veiligheid

Veiligheidsinstructies.....	7
-----------------------------	---

In elkaar zetten

Een locatie kiezen en klaarmaken.....	9
Montageprocedure.....	10
Opstelling.....	15
Het weerstandsniveau kalibreren.....	16
Testhandeling.....	16

Bediening

Individuele menselijke kracht ten opzichte van mechanische kracht.....	18
Bedoeld gebruik.....	18
Termen die gebruikt worden.....	18
Regelknoppen voor de gebruiker.....	18
Weerstandshendel.....	19
Opstappen en afstappen van apparaat.....	19
Gids voor snelle bediening.....	20
Gedetailleerde gids voor bediening.....	20
Resultaten.....	22
Hoe vermogensingang versus weergegeven waarde wordt berekend.....	23

Onderhoud

Waarschuwingen.....	24
Schoonmaakeenheden.....	24
Batterijen.....	24
Schema voor service.....	27

Productspecificaties

Garantie

Garantie-informatie.....	29
--------------------------	----

Life Fitness® is een geregistreerd handelsmerk

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

© Copyright 2025, 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 • 1018738-0005 AB • 2025

Informatie inzake de naleving van FCC

Wijzigingen of modificaties aan deze eenheid die niet expliciet goedgekeurd zijn door de partij die verantwoordelijk is voor compliantie, kan de toestemming van de gebruiker om met de apparatuur te werken ongeldig maken!

De apparatuur is getest en goed bevonden als klasse B digitale apparatuur volgens de voorschriften van hoofdstuk 15 van het FCC-reglement. Deze limieten zijn ontworpen om redelijke bescherming te bieden tegen schadelijke interferentie bij installatie in het gewone huishouden. Deze installatie genereert en gebruikt radiofrequentie-energie en kan die eveneens uitzenden. Ze kan schadelijke interferentie met radioverbindingen veroorzaken (als ze niet geïnstalleerd en gebruikt wordt in overeenstemming met de instructies). Er is echter geen garantie dat er bij een specifieke installatie nooit storing zal optreden. Als deze installatie toch schadelijke interferentie veroorzaakt met de radio- of televisieontvangst, hetgeen vastgesteld kan worden door de installatie in en uit te schakelen, dan wordt de gebruiker aangemoedigd om te trachten om de interferentie weg te werken aan de hand van een of meer van de volgende maatregelen:

- Oriënteer de ontvangstantenne anders of zet hem op een andere plek.
- Vergroot de scheiding tussen de apparatuur en de ontvanger.
- De apparatuur aansluiten op een stopcontact op een ander circuit dan dat waarop de ontvanger is aangesloten.
- Raadpleeg de leverancier of een ervaren technicus op het gebied radio/tv voor hulp.













1. Veiligheid

Veiligheidsinstructies

 Lees alle instructies vóór gebruik.

Let vooral op de volgende veiligheidsinstructies en belangrijke punten voordat u een plaats kiest en met de montage van het product begint.

Waarschuwingen voor gebruik

-  **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:** Verkrijg instructies vóór gebruik.
-  **WAARSCHUWING:** Het niet naleven van deze voorzorgsmaatregelen kan leiden tot ernstige letsels of de dood.
-  **WAARSCHUWING:** Zorg ervoor dat er minimaal 60 cm (23,6") vrije ruimte is achter het toestel en minimaal 30 cm (12") aan de zijkanten.
-  **WAARSCHUWING:** Inspecteer het toestel. Indien beschadigd, verwittig het vloerpersoneel. NIET GEBRUIKEN.
-  **WAARSCHUWING:** Het maximale gebruikersgewicht bedraagt 350 lbs. (158 kg).
-  **WAARSCHUWING:** Niet gebruiken voor stretching en hang er geen riemen of andere toestellen aan.
-  **WAARSCHUWING:** Gebruik de leuningen voor steun en om uw evenwicht te bewaren.
-  **WAARSCHUWING:** Dit toestel is niet uitgerust met een vrijwiel. Daardoor kan het toestel niet onmiddellijk tot stilstand gebracht worden.
-  **WAARSCHUWING:** Gevaar voor bewegende delen en vallen.
 - Om ernstig letsel te vermijden wacht u totdat de voetplaten volledig stil staan voordat u van de eenheid afstapt.
 - De bewegende onderdelen kunnen niet onmiddellijk worden gestopt, de eenheid is niet voorzien van een vrijloop.
-  **WAARSCHUWING:** Houd het oppervlak van de voetplaat schoon en droog.
-  Houd alle lichaamsdelen, losse kleding, veters en handdoeken uit de buurt van bewegende onderdelen.
 - Life Fitness garandeert niet dat de onderdelen die worden gebruikt voor de vervaardiging van de onder Life Fitness 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 allergische reactie op latex.
 - Het is de verantwoordelijkheid van de koper van Life Fitness producten om de gebruikershandleiding en waarschuwingsstickers te lezen en alle personen, zowel eindgebruikers als toezichthoudende medewerkers, te instrueren over het correcte gebruik van het toestel.
 - Het is uitsluitend de verantwoordelijkheid van de koper om zijn eindgebruikers en toezichthoudend personeel naar behoren te instrueren over de juiste bedieningsprocedures van alle Life Fitnessapparatuur.
 - Gebruik apparatuur nooit op andere wijze dan zoals bedoeld door de fabrikant. Het is belangrijk dat Life Fitness-apparatuur correct wordt gebruikt om letsel te voorkomen.
 - Plaats het toestel tijdens gebruik op een stabiele, vlakke ondergrond en in horizontale positie voor maximale stabiliteit.
 - De individuele menselijke kracht die nodig is om een oefening uit te voeren, kan verschillen van de mechanische kracht die wordt weergegeven op het toestel.
 - Wees voorzichtig bij het op- en afstappen van het product. Gebruik vóór het installeren de bewegende armen om de voetplaat die het dichtst bij u is in de laagste positie te brengen. Gebruik de vaste handgrepen als u extra houvast nodig hebt. Houd tijdens het oefenen de bewegende armen vast.
 - Ga nooit achterstevoren staan wanneer u het toestel gebruikt.
 - 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.
 - Deze apparatuur is niet bedoeld om door kinderen gebruikt te worden. Houd het toestel buiten bereik van kinderen die jonger zijn dan 14 jaar.

- Gebruik dit toestel niet buiten, 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 klantenservice als u het voorwerp niet kunt bereiken.
- Plaats nooit vloeistoffen van welk type dan ook rechtstreeks op het toestel, behalve op een accessoireblad of -houder. Houders met een deksel of dop worden aanbevolen.
- Gebruik deze producten niet met blote voeten. Draag altijd schoenen. Draag schoenen met rubber- of antislipzolen. Gebruik geen schoenen met hakken, leren zolen, noppen of spikes. Zorg ervoor dat er geen steentjes in de zolen zitten.
- Grijp tijdens het gebruik niet in of onder het toestel en laat het niet kantelen.
- Laat andere personen niet met de gebruiker of het toestel in contact komen tijdens een training.
- Gebruik deze toestellen alleen voor het in deze handleiding beschreven doel. Gebruik geen accessoires die niet door de fabrikant zijn aanbevolen.

Waarschuwingen en aandachtspunten

- Lees alle waarschuwingen op elk toestel voor u met een training begint.
- Waarschuwinglabels geven een mogelijk gevaarlijke situatie aan, die als de voorzorgsmaatregelen niet nageleefd worden, zou kunnen leiden tot de dood of ernstig letsel.
- Veiligheidslabels geven een mogelijk gevaarlijke situatie aan, die als de voorzorgsmaatregelen niet nageleefd worden, zou kunnen leiden tot ernstig letsel of aanzienlijke schade.
- 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 is niet verantwoordelijk voor ontbrekende of beschadigde waarschuwingstickers.
- Neem contact op met de [klantenservice](#) om versleten, beschadigde of onleesbare labels te vervangen en om ervoor te zorgen dat u altijd de nieuwste versie van labels gebruikt.

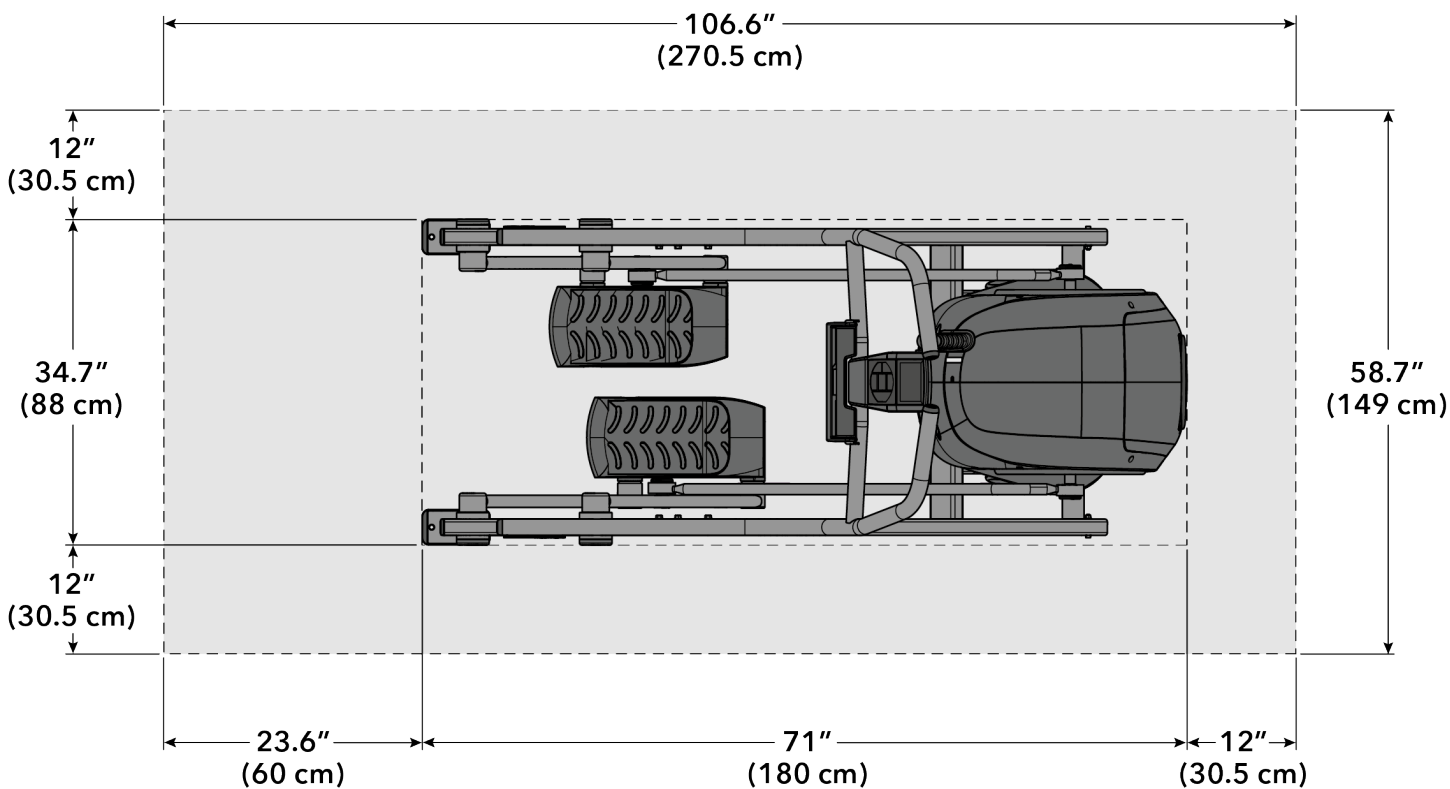
2. In elkaar zetten

Een locatie kiezen en klaarmaken

Productafmetingen:

Afmetingen (L x B x H)	inch = 71 x 34,7 x 60,6	cm = 180 x 88 x 154
Vrijgebied (L x B x H)	in. = 106,6 x 58,7 x 60,6	cm = 270,5 x 149 x 154

Vrije ruimte



Voor assembleren van het apparaat, controleer of de gekozen grootte voldoet aan de volgende criteria:

- Ruimte is goed verlicht en heeft goede ventilatie.
- Structuur oppervlakte is goed en correct vlak.
- Vrij gebied voor toegang van het apparaat en verlaten bij noodgevallen. Minimum vrije afstand is 23,6 inches (0,6 meters).
- Aangrenzende apparaten mogen het vrije gebied delen.

Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar van de faciliteit van de apparatuur om te zorgen dat er voldoende tussenruimte is rond elke machine om voor veilig gebruik en veilige doorvoer mogelijk te maken.

In overeenstemming met de ADA (American Disabilities Act) moet er een vrije vloerruimte zijn van minstens 30 bij 48 inches en moet toegankelijk zijn via een toegestane route voor elk type oefenmateriaal. Wanneer de vrije ruimte ingesloten is aan drie zijden (b.v., door muren of het apparaat zelf), moet de vrije ruimte 36 bij 48 inches zijn.

Alle andere machines moeten een vrije vloerruimte van 23" hebben voor alle toegangspunten op de machine.

De afmetingen aangegeven in de montage instructies van deze gebruiksaanwijzing zijn inclusief de maximum voetstappen (in gebruik) afmetingen.

Montageprocedure

Twee mensen zijn nodig voor deze procedure.

TIP: Lees en begrijp alle instructies zorgvuldig voordat u dit apparaat gaat monteren. Controleer alle items zorgvuldig. Als er schade is, kijk dan in de sectie Klantenservice van deze handleiding voor de juiste procedure om onderdelen te retourneren, te vervangen of opnieuw te bestellen.

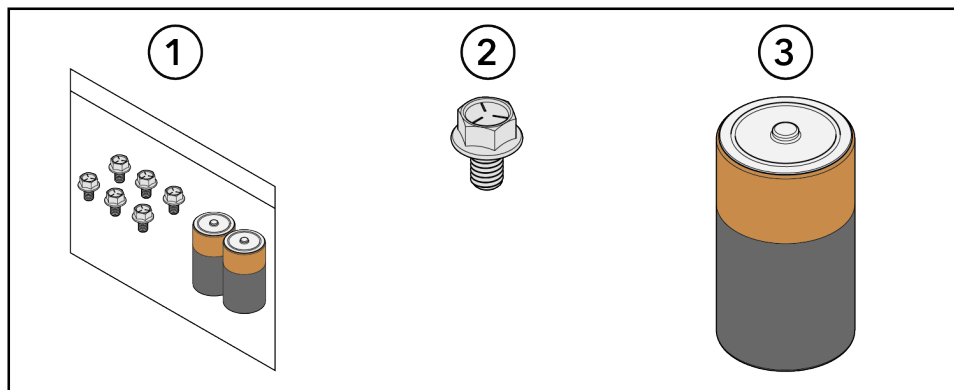
Staat van onderdelen en apparaten

Onderdelen

Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Basisconstructie	1
2	Leuningconstructie	1
3	Voetsteun	2
4	Gebruikershandleiding	1

Materiaal

Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Hardwareset, HD, SPARC	1
2	Bout, 312-18 x 5 HXS	6
3	Batterij, D-cel 1,5 V alkalisch	2



Vereiste gereedschappen

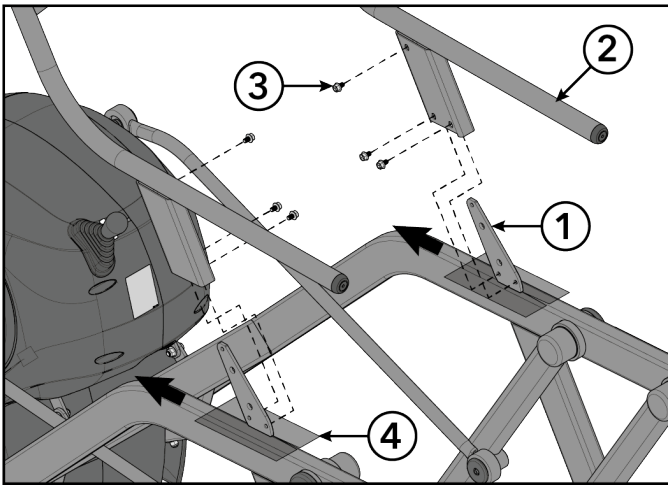
- Schroevendraaier met platte kop
- 1/2" dopsleutel met Momentsleutel
- 9/16" steeksleutel
- Inbussleutel van 4 mm
- 17 mm steeksleutel

Het toestel optillen en verplaatsen

1. Verwijder lagerschroeven en transportsteunen. Laat het verpakkingsmateriaal voorlopig nog op de koppelingsarmen. Dit zal de verf beschermen tegen krassen tijdens in elkaar zetten.
2. Grijp elke poot van de achtersteunt stevig vast en til met één persoon naar elke kant.
3. Til de onderste steunpoten op zodat de voorste transportwielen in staat zijn op de grond te rollen.
Gebruik veilige tilmethoden.
4. Verplaats het toestel naar de bedoelde locatie.
5. Breng de achterste steunbenen naar beneden.

De leuningconstructie monteren

1. Plaats de leuningen in positie op de basisconstructie.
2. Installeer de bouten waarmee de leuningconstructie aan de basisconstructie wordt vastgemaakt met een dopsleutel van 1/2 inch en een moersleutel.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Basisconstructie	1
2	Leuningconstructie	1
3	Bout, 312-18 x 5 HXS	6
4	Kunststof plaat	2

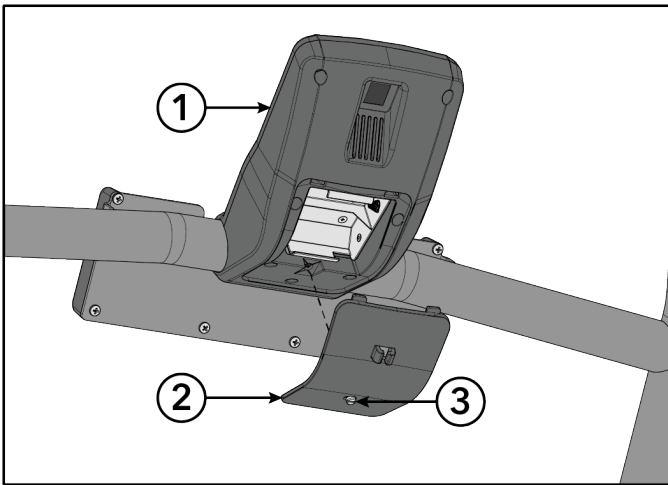


Draai aan tot 13 ft.-lbs. (17,6 Nm).

3. Verwijder de kunststof platen van de basis.

Installeer batterijen

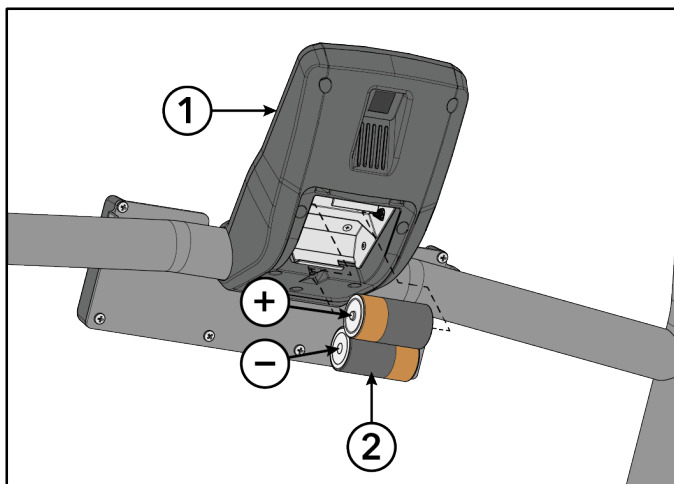
1. Verwijder het batterijdeksel door de schroef los te zetten met behulp van een schroevendraaier met platte kop. De schroef zal in het batterijdeksel blijven zitten.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Batterijdeksel	1
3	Schroef	1

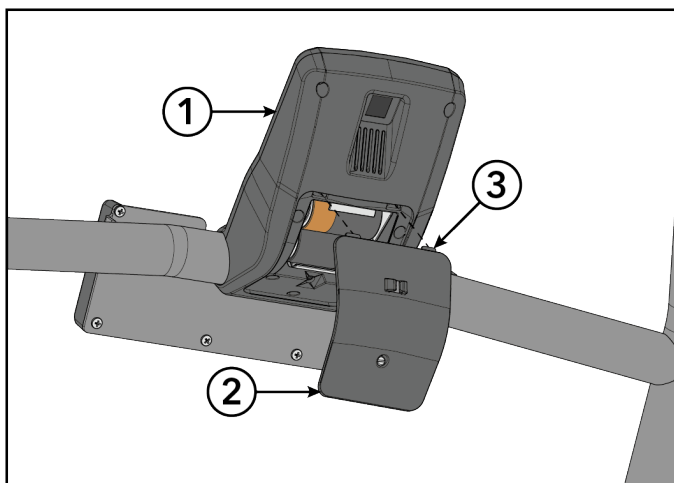
2. Plaats de twee batterijen zoals aangegeven.

OPMERKING: De batterijen moeten in de juiste richting worden geplaatst.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Batterij, D-cel 1,5 V alkalisch	2

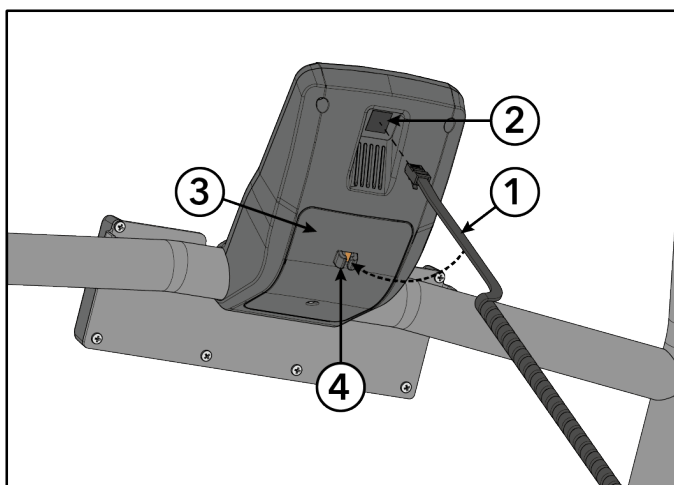
3. Plaats de twee batterijdeksellipjes in de console.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Batterijdeksel	1
3	Lipjes	2

4. Draai de batterijdekselschroef aan met behulp van een schroevendraaier met platte kop.

5. Steek de consolekabel van de afdekking in de console.

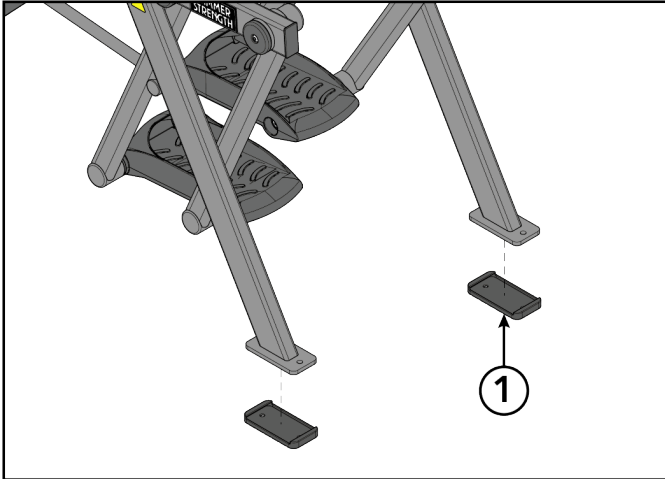


Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Consolekabel	1
2	Console	1
3	Batterijdeksel	1
4	Bevestigingslipje	2

6. Plaats de consolekabel in de bevestigingslipjes op het batterijdeksel.

Installeer voetsteunen

Laat één persoon de eenheid optillen, terwijl een tweede persoon een voetkussentje onder elk van de twee voeten achter aanbrengt.



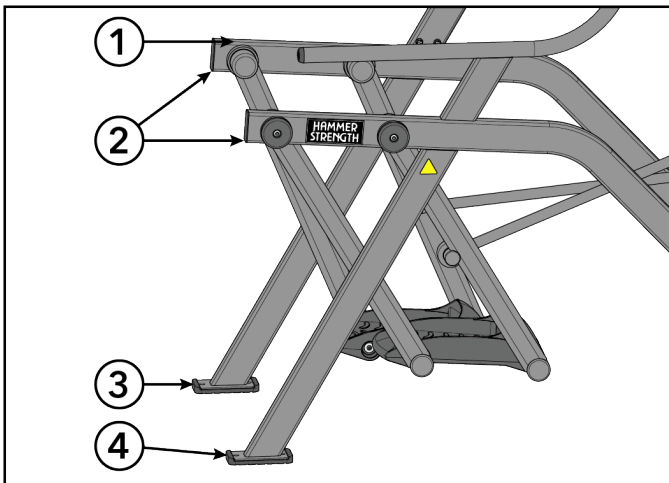
Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Voetsteun	2

Plaats de eenheid waterpas

Deze procedure zorgt ervoor dat de eenheid waterpas komt te staan door het gewicht gelijkmatig te verdelen over de achterste stelvoeten. Nivellering van het toestel zal het schommelen tijdens het gebruik voorkomen.

OPMERKING: De verwijzingen naar links en rechts zijn van de gebruikers perspectief tijdens het gebruik.

1. Controleer of de voetplaten volledig gestopt zijn.
2. Pak één zijde van het frame vast en til langzaam de achterste stelvoet van de vloer. Zet de achterste stelvoet op de grond.

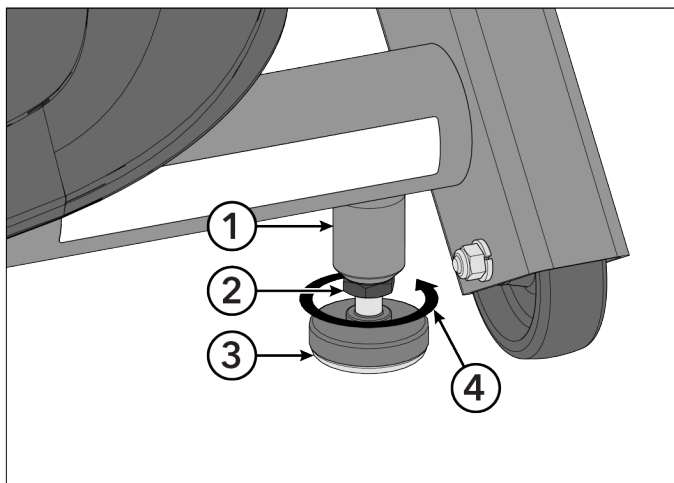


Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Frame	2
2	Hier optillen	2
3	Voet linksachter	1
4	Voet rechtsachter	1

3. Pak de andere zijde van het frame vast en til langzaam de achterste stelvoet van de vloer. Zet de achterste stelvoet op de grond.

OPMERKING: Let erop of een van de achterste stelvoeten gemakkelijker van de vloer komt dan de andere.

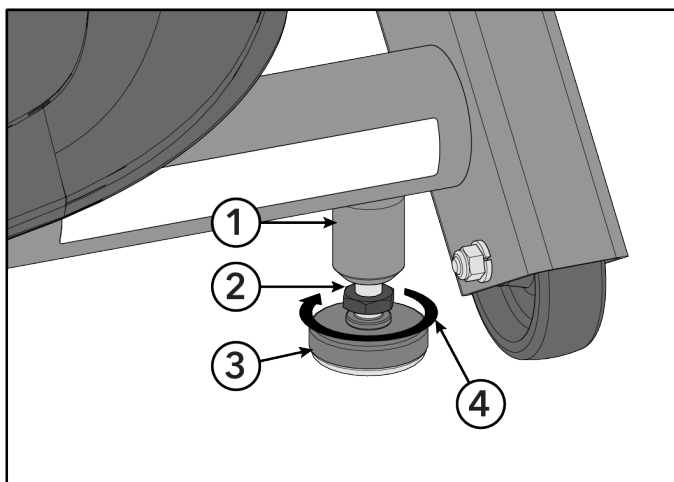
Als beide achterste stelvoeten gelijkmatig van de vloer komen, zet dan beide borgmoeren van de stelvoeten vast tegen de framepalen met een steeksleutel van 17 mm. Het toestel is genivelleerd.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Framepaal	1
2	Contramoer	1
3	Stelvoetje	1
4	Draai tegen de klok in om vast te zetten	

4. Stel het gewicht van de achterste stelvoeten af met een steeksleutel van 17 mm.

- Indien de **linker** achtervoet gemakkelijker kan worden opgetild, draait u de **rechter** moer van het stelvoetje omlaag.
- Indien de **rechter** achtervoet gemakkelijker kan worden opgetild, draait u de **linker** moer van het stelvoetje omlaag.



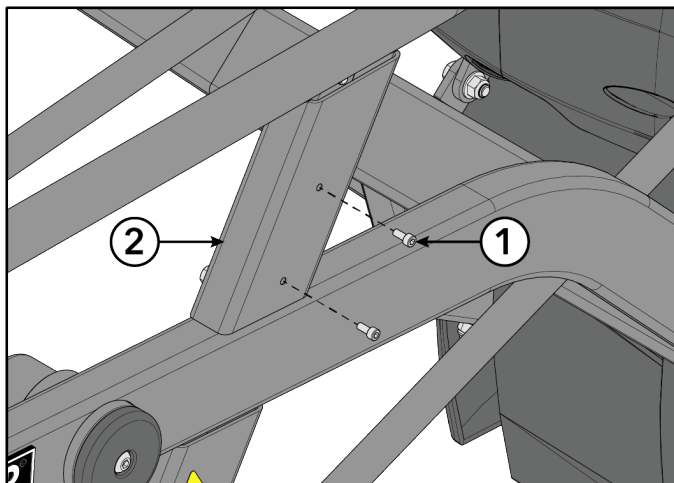
Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Framepaal	1
2	Moer van stelvoetje	1
3	Stelvoetje	1
4	Draai met de klok mee om het stelvoetje naar beneden aan te passen	

5. Test het toestel opnieuw op ongelijk gewicht van de achtervoeten. Pas de moeren van het stelvoetje aan totdat elke achtervoet met gelijke kracht kan worden opgetild.
6. Zet de borgmoeren vast met een steeksleutel van 17 mm. Het toestel is genivelleerd.

Installeer bidonhouder

Standaard bidonhouders kunnen op het frame worden gemonteerd. Bidonhouder worden niet geleverd door Hammer Strength.

1. Verwijder de schroeven aan de zijkant van de leuningconstructie met een 4 mm imbusleutel. Bespaar schroeven.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Schroeven, M5 x 0,8, HXS, 16 mm	2
2	Leuningconstructie	1

2. Installeer de schroeven om de bidonhouder te bevestigen op de leuningconstructie met een 4 mm imbusleutel.

Inspecteer de eenheid visueel

1. Verwijder al het verpakkingsmateriaal van de eenheid.
2. Controleer de eenheid om ervoor te zorgen dat de constructie juist en volledig is.

Opstelling

Gebruik de volgende instructies om het toestel in te stellen.

1. Houd de leuning goed vast bij het stappen op de voetplaten.
2. Begin met lopen.

Instelopties

1. Houd de pijl Omhoog ▲ en Omlaag ▼ gedurende 3 seconden ingedrukt.
2. Druk op de **GO/Enter**-toets.
3. Navigeer naar boven en naar beneden in het instelmenu met de naar Boven ▲ pijl en naar Beneden ▼ pijl.
4. Navigeer vooruit in het instelmenu met de **GO/Enter** toets.
5. Navigeer achteruit in het instelmenu met de **STOP/Review** toets.

Instellingenmenu

TAAL	Kiest u uit de beschikbare talen
PAUZE TRAINING	INSTELLEN STANDAARDINSTELLING TRAINING: Stel de standaard trainingspauze in. Keuzes zijn 10 tot 180 in stappen van 10 seconden. INSTELLEN STANDAARDINSTELLING RUST: Stel de standaard rustinterval in. Keuzes zijn 10 tot 180 in stappen van 10 seconden.

Instellingenmodus verlaten

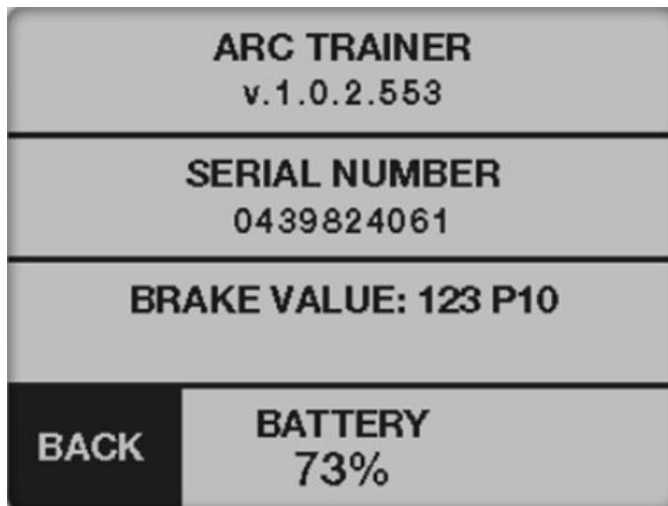
1. Selecteer **TERUG** in het instelmenu.
2. Druk op de **GO/Enter**-toets.
3. Selecteer **VERLATEN** in het instelmenu.
4. Druk op de **GO/Enter**-toets.

Instelling voltooid

Het weerstandsniveau kalibreren

Voer deze kalibratieprocedure uit om de juiste weerstand niveaus weer te geven door het gehele bereik van de weerstand hendel. Dit is vereist bij het installeren van het apparaat, bij het vervangen van de bedieningspaneel of sensor bord, of als het apparaat gedemonteerd is.

1. Houd de pijl Omhoog ▲ en Omlaag ▼ gedurende 3 seconden ingedrukt.
2. Navigeer in het **Gereedschapskist**-menu naar **DIAGNOSTIEKEN** met de pijl naar ▼ beneden.
3. Drukt u op de **GO/Enter** toets om naar **DIAGNOSTIEKEN** te gaan.



4. Duw de weerstandshendel naar voren tot het hoogste weerstandsniveau.
5. Druk en houd de Pijl ▲ naar boven voor drie seconden in totdat de **REMWAARDE** sectie knippert. De hoogste waarde wordt opgeslagen.
6. Drukt u de weerstand hendel naar achteren op het laagste weerstandsniveau.
7. Druk en houd de Pijl ▼ naar beneden voor drie seconden in totdat de **REMWAARDE** sectie knippert. De laagste waarde is opgeslagen.
8. Drukt u op de **GO/Enter** toets om **TERUG** te gaan naar het toolbox menu.
9. Druk op de pijl ▼ naar beneden om **VERLATEN** in het instellingenmenu te selecteren.
10. Drukt u op de **GO/Enter** toets om de **Toolbox** te verlaten.


Diagnosemenu

ARC TRAINER	Software revisienummer.
DRUK/TEMP	Druk: Geeft barometerdruk aan in HPA (hectopascal). Temperatuur : Geeft de lokale temperatuur in graden Celsius aan.
REMWAARDE	Geeft remstand waarde aan. Het bereik is P1 tot P10.
BATTERIJ	Geeft het batterijniveau van 0 to 100% aan in stappen van 10%. BATTERIJ BIJNA LEEG scherm zal worden weergegeven bij 10%.

Testhandeling

Volg de volgende instructies op om het volledige weerstandsvermogen van de eenheid te testen.

1. Verplaats de weerstand hendel naar beneden naar de laagste weerstand.
2. Controleer of de voetplaten volledig gestopt zijn.
3. Houd de leuning goed vast bij het stappen op de voetplaten.
4. Begin met lopen.
5. Controleer of het bedieningspaneel gaat branden

6. Druk op de **GO/Enter**-toets.
7. Controleer of de niveaumeter op **NIVEAU 1** staat en de weerstand laag is.
8. Controleer of de **WATTS** zijn weergegeven op het beeldscherm.
9. Verplaats de weerstand hendel naar **NIVEAU 5**.
Controleer of de weerstand hoger is dan **NIVEAU 1**.
10. Verplaats de weerstand hendel naar **NIVEAU 10**.
Controleer of de weerstand hoger is dan **NIVEAU 5**.
11. Verplaats de weerstand omlaag naar **NIVEAU 1**.
12. Druk op de **STOP/Review** toets om het te verlaten.
13. Wacht totdat de voetplaten volledig stilstaan voordat men afstapt.
 **WAARSCHUWING:** Gevaar voor bewegende delen en vallen.
 - Om ernstig letsel te vermijden wacht u totdat de voetplaten volledig stil staan voordat u van de eenheid afstapt.
 - De bewegende onderdelen kunnen niet onmiddellijk worden gestopt, de eenheid is niet voorzien van een vrijloop.

Houd de rails vast om zelf stabiel te staan, als men van de eenheid afstapt.

Het testen is voltooid.

3. Bediening

Individuele menselijke kracht ten opzichte van mechanische kracht

⚠ WAARSCHUWING: Krachtverschil.

De individuele menselijke kracht die vereist is om een oefening te doen, kan verschillen van de weergegeven mechanische kracht.

Bedoeld gebruik

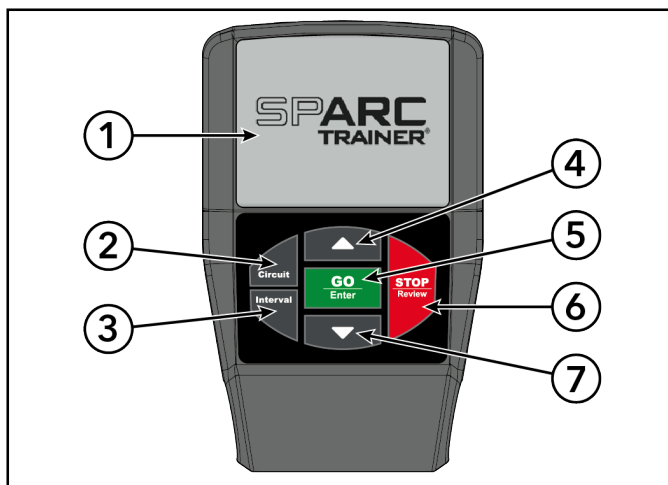
Het bedoelde commerciële gebruik van deze machine is het helpen bij de training en het verbeteren van de algemene lichamelijke conditie.




Termen die gebruikt worden

Deze sectie somt enkele van de meest voorkomende termen en sybmlen die in dit hoofdstuk worden gebruikt op. Andere termen en symbolen worden in dit hoofdstuk vermeld, als ze relevant zijn.

- Parcour** Circuit Modus functies als een telling tijd klok uitermate geschikt voor gebruik binnen kleine groepslessen met meerdere gebruikers die voor korte periodes gebruik van de machine. Het kan ook gebruikt worden als een Snelstart voor trainingen van een langere duur.
- Interval** De Intervaltijd Modus stelt de gebruiker in staat om de duur van de training vooraf te definiëren en rust tussenpozen en het aantal reeksen kan worden uitgevoerd.
- Rust** De periode van een pauze van del trainingssessie dat wordt uitgevoerd bij een lagere intensiteit, te voorzien in herstel na de training in een pauze Intervaltijd Modus van de trainingssessie.
- Resultaten** Aan het eind van elke trainingssessie zal er een overzicht gegeven worden van de verzamelde trainingsgegevens.
- Stelt in** De totale tijd van een Training: Rust pauze moet worden uitgevoerd.
- Werk** De periode van hoge intensiteit inspanningen in een pauze van de trainingssessie.

Regelknoppen voor de gebruiker



Onderdeel	Regeling	Naam	Beschrijving
1		BEELDSCHERM	Geeft alle informatie weer.
2		CIRCUIT TOETS	Selecteert Circuit training.
3		PAUZE TOETS	Selecteert Pauze training.

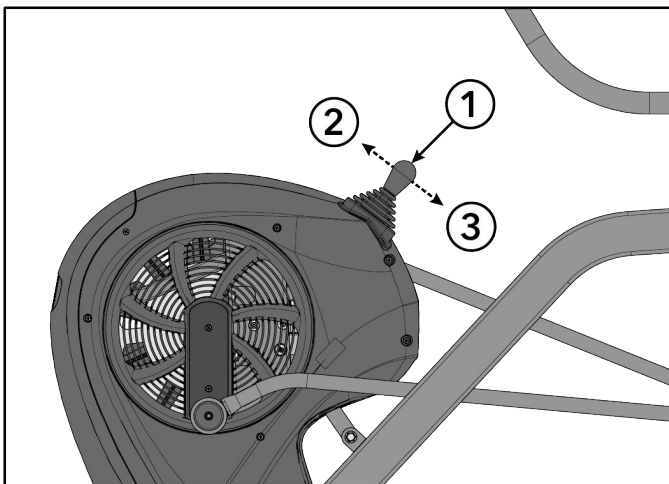
Onderdeel	Regeling	Naam	Beschrijving
4		PIJL OMHOOG	Past waarden aan naar boven. Navigeren in de menu's, talen, standaardinstellingen, en andere instellingen.
5		START/ENTER TOETS	Start Circuit training. De instellingen invoeren tijdens de Pauze training opzet. Selecteer instellingen in Toolbox scherm, beweegt zich vooruit in het menu.
6		STOP/HERSTELTOETS	Einde van een training. Stelt de console opnieuw in. Navigeert terug in Instellingen menu.
7		PIJL NAAR BENEDEN	Past de waarden naar beneden aan. Navigeren naar beneden in menu's, talen, standaardinstellingen en andere instellingen.

Weerstandshendel

De weerstand wordt gewijzigd met de weerstandshendel. Het bereik is 1 tot 10 in stappen van 1. Wijzigingen van de weerstand worden weergegeven op het beeldscherm met de **NIVEAU** meter.



1. Trek de weerstandshendel naar achteren om het weerstandsniveau te verlagen.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Weerstandshendel	1
2	Vooruit	1
3	Achterwaarts	1

2. Trek de weerstandshendel naar voren om het weerstandsniveau te verhogen.

Opstappen en afstappen van apparaat

Beklim de eenheid op veilige manier

1. Controleer of de voetplaten volledig gestopt zijn.
2. Pak de handrailing en stap voorzichtig op voetplaten.

Veilig van de eenheid afstappen

⚠ WAARSCHUWING: Gevaar voor bewegende delen en vallen.

- Om ernstig letsel te vermijden wacht u totdat de voetplaten volledig stil staan voordat u van de eenheid afstapt.

- De bewegende onderdelen kunnen niet onmiddellijk worden gestopt, de eenheid is niet voorzien van een vrijloop.

1. Neem de leuning vast ter ondersteuning.
2. Stop met lopen.
3. Wacht totdat de voetplaten volledig tot stilstand zijn gekomen.
4. Houd de leuning vast en stap voorzichtig van de eenheid af.

Gids voor snelle bediening

Het maximale gebruikersgewicht bedraagt 350 lbs. (158 kg).

Hierna volgt een beknopt overzicht over de bediening van het toestel.

1. Controleer of de voetplaten volledig gestopt zijn.
2. Pak de handrailing en stap voorzichtig op voetplaten.
Begin met lopen.
3. Druk op de **Parcour**-toets.
4. Druk op de **GO/Enter**-toets.
5. Pas de weerstand hendel aan om de weerstand op elk moment te veranderen. De niveaumeter zal het huidige weerstandsniveau weergeven.
6. Druk te allen tijde de toets **STOP/Review** in om de training te beëindigen.

Resultaten van de training worden weergegeven.

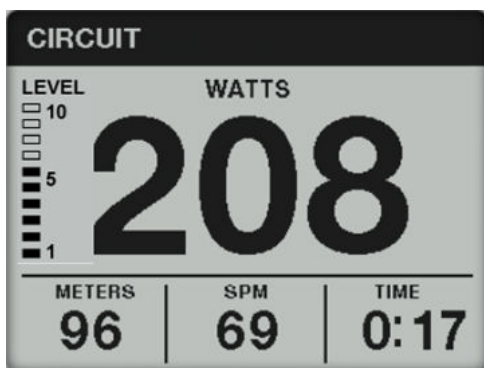
Gedetailleerde gids voor bediening

Het maximale gebruikersgewicht bedraagt 350 lbs. (158 kg).

1. Controleer of de voetplaten volledig gestopt zijn.
2. Pak de handrailing en stap voorzichtig op voetplaten.
Begin met lopen.
3. Kiest u een **Parcour** of **Interval** training.

Circuit Trainingsoverzicht

Circuit Modus functies als een telling tijd klok uitermate geschikt voor gebruik binnen kleine groepslessen met meerdere gebruikers die voor korte periodes gebruik van de machine. Het kan ook gebruikt worden als een Snelstart voor trainingen van een langere duur.



Display (Weergave)	Beschrijving
NIVEAU	Geeft het huidige weerstandsniveau weer
WATT	Geeft de huidige watts weer
METER/KM	Geeft de totale meters of kilometers weer
SPM	Geeft de huidige stappen per minuut weer
TIJD	Geeft totale tijd van de training weer

Circuit Training

1. Druk op de **Parcour**-toets.
2. Druk op de **GO/Enter**-toets.
3. Pas de weerstand hendel aan om de weerstand op elk moment te veranderen. De niveaumeter zal het huidige weerstandsniveau weergeven.

- Druk te allen tijde de toets **STOP/Review** in om de training te beëindigen.

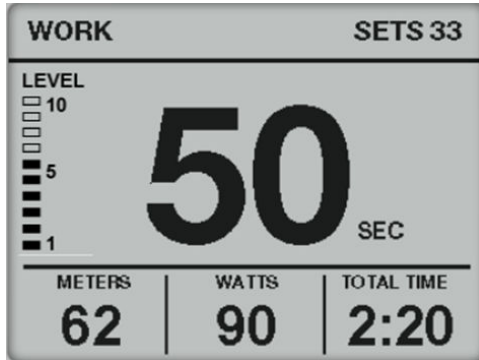
Resultaten van de training worden weergegeven.

- Druk de Omhoog ▲ pijl of Naar Beneden ▼ pijl in om de **Resultaten te evalueren**.

- Druk hierop **STOP/Review** om de training te verlaten.

Intervaltijd van het Trainingsoverzicht

De Intervaltijd Modus stelt de gebruiker in staat om de duur van de training vooraf te definiëren en rust tussenpozen en het aantal reeksen kan worden uitgevoerd.

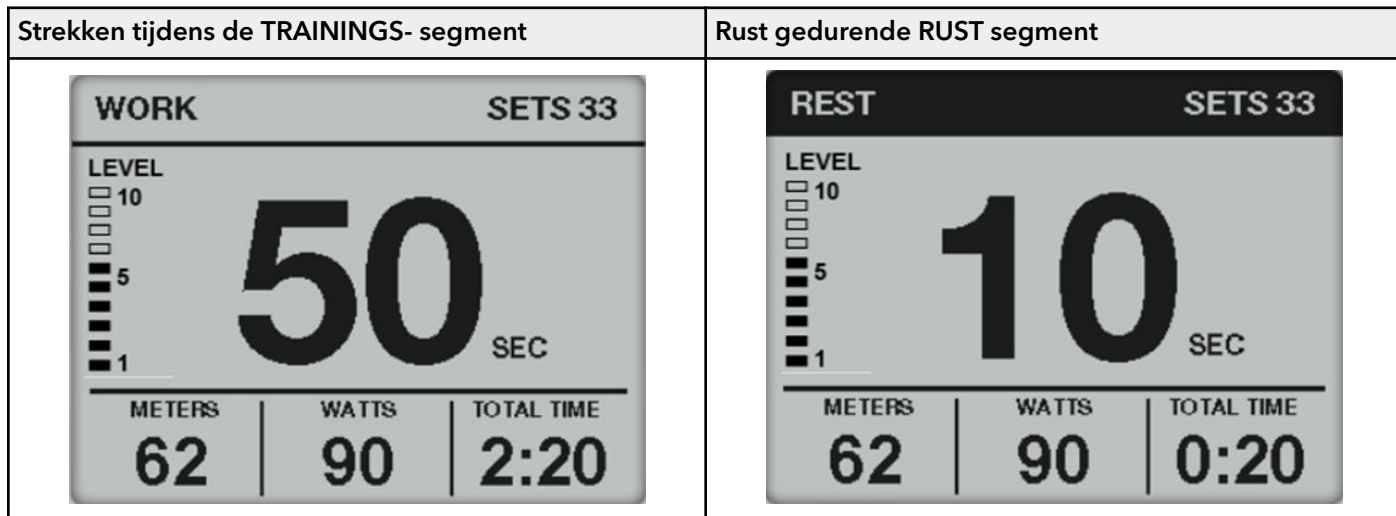


Display (Weergave)	Beschrijving
WERK	Lichaamsbeweging tijdens deze pauze
RUST	Rust tijdens deze pauze
Stelt in	Het resterende aantal reeksen in de training
NIVEAU	Geeft het huidige weerstandsniveau weer
SEC	Aftelprocedure tijd klok naar de volgende pauze.
METER/KM	Geeft de totale meters of kilometers weer
WATT	Geeft de huidige watts weer
TOTALE TIJD	Geeft totale tijd van de training weer

Pauze van de training

- Druk op de **Interval**-toets.
- Past u de **TRAININGSTIJD** aan door gebruik te maken van de Pijl naar boven ▲ of Pijl naar beneden ▼. Het bereik is 10-180 in stappen van 10 seconden.
- Druk op de **GO/Enter**-toets.
- Past u de **RUSTTIJD** aan door gebruik te maken van de Pijl naar boven ▲ of Pijl naar beneden ▼. Het bereik is 10-180 in stappen van 10 seconden.
- Druk op de **GO/Enter**-toets.
- Past u het **TOTAAL AANTAL PAUZES** aan door gebruik te maken van de Pijl naar boven ▲ of Pijl naar beneden ▼. Het bereik is 1 tot 30 in stappen van 1 pauze. **TOTALE TIJD** van de training zal worden weergegeven.
- Druk op de **GO/Enter**-toets. Aftellen van drie seconden 3 . . . 2 . . . 1 wordt weergegeven. De pauze van de training begint met de eerste **TRAININGS**- sessie.

8. Begin met lopen. Het beeldscherm zal omschakelen tussen **TRAINING** en **RUST** schermen. De tijd klok telt af naar volgende pauze.



9. Pas de weerstand hendel aan om de weerstand op elk moment te veranderen. De niveaumeter zal het huidige weerstandsniveau weergeven.
10. Druk te allen tijde de toets **STOP/Review** in om de training te beëindigen.
Resultaten van de training worden weergegeven.
11. Druk de Omhoog ▲ pijl of Naar Beneden ▼ pijl in om de **Resultaten te evalueren**.
12. Druk op de **STOP/Review**-toets.

Resultaten

Als de gebruiker oefent, houdt het toestel de volgende gegevens bij en geeft deze weer:

WATT-PIEK	Hoogste energieverbranding tijdens de belasting.
GEMIDDELDE WATTS	Gemiddelde energieverbranding tijdens de belasting.
Gemiddelde SPM (Stappen per minuut)	Het gemiddelde aantal stappen per minuut.
TIJD	De totale tijd die u getraind hebt. De tijd wordt weergegeven als minuten:seconden .

MM:SS	Minuten:Seconden	00:01 tot 99:99
MMMM	Minuten	100 minuten of meer

METER/KM	Totale afstand in meter of kilometer. Geeft METER weer tot maximaal 499 meter en geeft vervolgens KM weer vanaf 0,5 km.
CALORIEËN	Het totale aantal verbrande calorieën tijdens training.

Druk de Omhoog ▲ pijl of Naar Beneden ▼ pijl in om de **Resultaten te evalueren**.

RESULTATEN scherm 1	RESULTS (Resultaten) scherm 2																								
<table border="1"> <tr> <td>RESULTS</td> <td>216</td> <td>PEAK WATTS</td> </tr> <tr> <td></td> <td>198</td> <td>AVG WATTS</td> </tr> <tr> <td></td> <td>87</td> <td>AVG SPM</td> </tr> <tr> <td></td> <td>▼</td> <td></td> </tr> </table>	RESULTS	216	PEAK WATTS		198	AVG WATTS		87	AVG SPM		▼		<table border="1"> <tr> <td>RESULTS</td> <td>▲</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>0:59</td> <td>TIME</td> </tr> <tr> <td></td> <td>143</td> <td>METERS</td> </tr> <tr> <td></td> <td>267</td> <td>CALORIES</td> </tr> </table>	RESULTS	▲			0:59	TIME		143	METERS		267	CALORIES
RESULTS	216	PEAK WATTS																							
	198	AVG WATTS																							
	87	AVG SPM																							
	▼																								
RESULTS	▲																								
	0:59	TIME																							
	143	METERS																							
	267	CALORIES																							

Hoe vermogensingang versus weergegeven waarde wordt berekend

Totaalvermogen, zoals weergegeven in Watts op het bedieningspaneel, wordt berekend uit het gemeten toerental van de ventilator en de weerstand die door de wervelstroomrem. Veranderlijkheid van de ventilator stroom als gevolg van atmosferische omstandigheden wordt gecompenseerd door de integratie van feedback vanuit een on-board barometrische druk- en temperatuursensoren.

4. Onderhoud

Alle preventieve onderhoudsactiviteiten moeten op regelmatige basis worden uitgevoerd. Het uitvoeren van routinematig preventief onderhoud kan helpen bij het zorgen voor veilig, probleemloos werken van alle Life Fitness-toestellen.

Life Fitness is niet verantwoordelijk voor het uitvoeren van regelmatig inspectie en onderhoud voor uw machines. Instrueer al het personeel bij de inspectie en het onderhoud van de toestellen en ook bij het rapporteren/optekenen van ongevallen. Vertegenwoordigers van Life Fitness zijn beschikbaar om eventuele vragen te beantwoorden.

Waarschuwingen

TIP: Lees alle waarschuwingen in dit hoofdstuk.

⚠ WAARSCHUWING: Voor onderhoud, service en reparatie:

- Alle inspecties en reparaties mogen alleen worden uitgevoerd door opgeleid servicepersoneel
- Alleen reserveonderdelen van gebruiken
- Houd water en vloeistoffen uit de buurt van elektrische onderdelen.

⚠ WAARSCHUWING: Gevaar van materiaal.

Vervang om ernstig letsel of de dood te vermijden versleten of beschadigde componenten onmiddellijk en gebruik het toestel niet totdat de reparatie volledig voltooid is.

Schoonmaakeenheden

Vereiste gereedschappen

- Reinigingsoplossing
- Alcohol
- Schone doek
- Stofzuigen

Na elk gebruik

Droog alle vloeistofvlekken onmiddellijk op. Na elke training gebruikt u een doek om eventuele achtergebleven zweet van de handrailingen en geverfde oppervlakken te vegen.

Wees voorzichtig om niet excessief vocht tussen de rand van het display-paneel en de console te morsen. Dit kan een elektrisch gevaar betekenen of kan de elektronica fout laten werken.

Indien nodig

Zuig alle stof of vuil dat zich mogelijk onder of rond de eenheid ophoopt weg. Men dient dit gebied schoon te maken zo vaak als aangeduid in het serviceschema.

Reinigen van het bedieningspaneel

LET OP: Sproei niet direct schoonmaakmiddel op de console.

Direct sproeien kan schade veroorzaken aan de elektronica en kan de garantie doen vervallen.

- Sproei een mild reinigingsmiddel op een schone doek.
- Reinig het bedieningspaneel en bekerhouder met een vochtige doek.

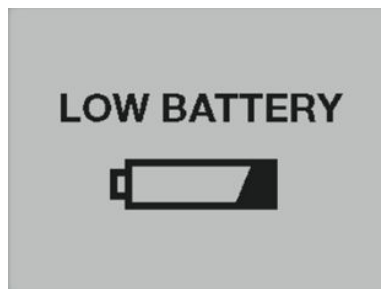
Basis reinigen

- Sproei een mild reinigingsmiddel op een schone doek.
- Maak de basis van de eenheid schoon met een vochtige doek.

Batterijen

Het bedieningspaneel wordt gevoed met twee, D cel, alkaline batterijen.

Indien de batterijlading 10% of lager is, Het bedieningspaneel zal **BATTERIJ BIJNA LEEG** weergeven bij het opstarten.



Vervang de batterijen als **BATTERIJ BIJNA LEEG** wordt weergegeven bij het opstarten,

Opslag of lange perioden van niet-gebruik

Wanneer u voor meer dan zes maanden geen gebruik maakt van het product, moeten de batterijen worden verwijderd om lekkage te voorkomen

Controleer het batterijniveau

Het batterijniveau kan worden gecontroleerd door middel van het bedieningspaneel.

1. Houd de pijl Omhoog ▲ en Omlaag ▼ gedurende 3 seconden ingedrukt.
2. Navigeer in het **Gereedschapskist**-menu naar **DIAGNOSTIEKEN** met de pijl naar ▼ beneden.
3. Drukt u op de **GO/Enter** toets om naar **DIAGNOSTIEKEN** te gaan.
 1. Het **BATTERIJ** niveau wordt weergegeven op het **DIAGNOSTIEK** beeldscherm.
 - Niveaus 20-100% -Batterijen zijn goed.
 - Niveaus 0-10% - Batterijen moeten worden vervangen.
 4. Drukt u op de **GO/Enter** toets om **TERUG** te gaan naar het toolbox menu.
 5. Druk op de pijl ▼ naar beneden om **VERLATEN** in het instellingenmenu te selecteren.
 6. Drukt u op de **GO/Enter** toets om de **Toolbox** te verlaten.

Verwachte batterijduur

Tests tonen een gemiddelde batterijduur van rond de 1.080 uur (45 dagen) continu 24 uur per dag, wat neerkomt op:

1.080 dagen met 1 uur per dag (bijna 3 jaar)

540 dagen met 2 uur per dag

360 dagen met 3 uur per dag

De gemiddelde batterijduur is ongeveer 3 jaar.

Aanbevolen 18.000 mAh alkalische D-cell batterijen:

Energizer E95

Energizer Max

Duracell MN1300

Duracell PC1300 Pro

Panasonic LR20-D

De OEM-batterijen hebben allemaal A/u (zie hierboven), terwijl generieke alternatieven niet zo goed zullen zijn.

OPMERKING: Lithium en oplaadbare batterijen zijn niet getest. De meeste oplaadbare batterijen zijn 1,2 V (tegenover 1,5 V van een alkalische batterij) dus het gecombineerde startvoltage is maximaal maar 2,4 V en zorgt waarschijnlijk dat de melding **BATTERIJ LEGE** continu blijft branden.

Vervanging van batterij

Vervang de batterijen door twee nieuwe, D cel, alkaline batterijen. Indien vervangende batterijen zwak zijn en een batterijniveau van 40% of lager hebben, het **BATTERIJ BIJNA LEEG** scherm zal worden weergegeven bij het opstarten.

OPMERKING: Gebruik geen oplaadbare batterijen.

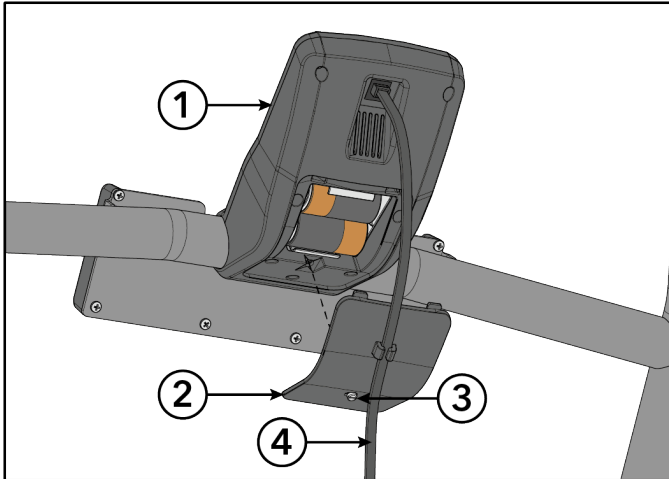
Vereist gereedschap:

- Schroevendraaier met platte kop

LET OP: Componentbeschadiging.

Vervangen door twee, D cel, alleen alkaline batterijen. Gebruik steeds twee nieuwe gelijke batterijen van dezelfde huidige waardering en fabrikant.

1. Verwijder het batterijdeksel door de schroef los te zetten met behulp van een schroevendraaier met platte kop. De schroef zal in het batterijdeksel blijven zitten.

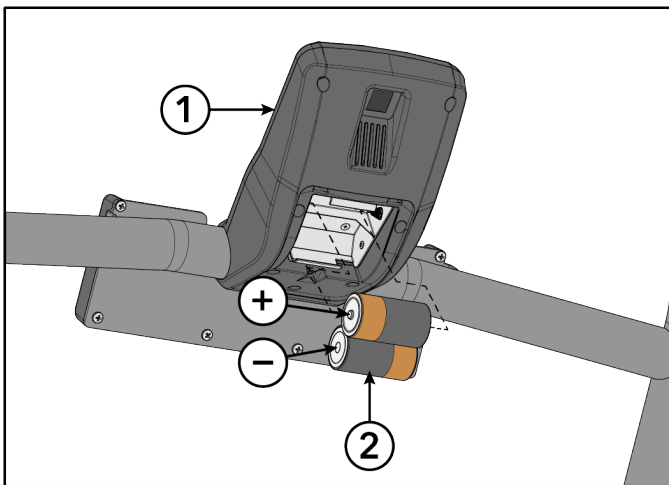


Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Batterijdeksel	1
3	Schroef	1
4	Consolekabel	1

- De schroef van de batterijdeksel blijft in de toegang tot de batterijdeksel.
- Het batterijdeksel zal op de consolekabel blijven.

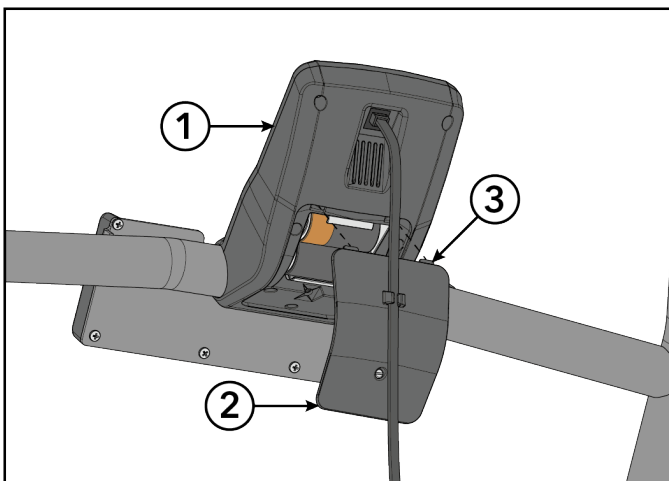
2. Verwijder de twee batterijen uit de console.
3. **OPMERKING:** De batterijen moeten in de juiste richting worden geplaatst.

Plaats de twee batterijen zoals aangegeven.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Batterij, D-cel 1,5 V alkalisch	2

4. Plaats de twee batterijdeksellipjes in de console.



Onderdeel	Beschrijving	Aantal
1	Console	1
2	Batterijdeksel	1
3	Lipjes	2

5. Draai de batterijdekselschroef aan met behulp van een schroevendraaier met platte kop.

OPMERKING: Verwijder de batterijen veilig na het vervangen of vóór het verwijderen van het toestel.

Schema voor service

Alle onderhoudsactiviteiten moeten uitgevoerd worden door gekwalificeerd personeel. Als men dit niet doet, kan dit ernstig letsel tot gevolg hebben.

Dit is de minimaal aanbevolen service.

Bepaal de afstand

1. Controleer of de voetplaten volledig gestopt zijn.
2. Pak de handrailing en stap voorzichtig op voetplaten.
3. Houd de pijl Omhoog ▲ en Omlaag ▼ gedurende 3 seconden ingedrukt.
4. Navigeer in het **Toolbox** menu om **STATS** met de Pijl ▼ naar beneden.
5. Drukt u op de **GO/Enter** toets om de **STATS** te openen.

1. De **TOTALE TIJD** en **TOTALE LOOPTIJD** wordt weergegeven op het **STATS** beeldscherm.

De tijd wordt weergegeven als ### : ## : ## (Dagen: Uren: Minuten).

OPMERKING: Een **Dag** wordt geregistreerd als 24 uur gebruik. Het is niet dagen gebruikt of dagen sinds de installatie.

6. Registreer de **TOTALE LOOPTIJD**.
7. Drukt u op de **GO/Enter** toets om **TERUG** te gaan naar het toolbox menu.
8. Druk op de pijl ▼ naar beneden om **VERLATEN** in het instellingenmenu te selecteren.
9. Drukt u op de **GO/Enter** toets om de **Toolbox** te verlaten.

Dagelijkse procedures

Bekijk gedetailleerde procedures in de [Reinigen Apparaat](#) sectie.

1. Reinigen van het bedieningspaneel
2. Basis reinigen

Iedere 6 Maanden

De **TOTALE LOOPTIJD** gedurende 6 maanden bedraagt circa 6 dagen.

1. Verplaats eenheid en zuig er onder. Til de achterkant van de eenheid op en rol deze terug uit de huidige positie. Zuig eronder en laat de eenheid in de normale positie terugkeren.
2. [Controleer het batterijniveau.](#)

Iedere 12 Maanden

De **TOTALE LOOPTIJD** gedurende 12 maanden bedraagt circa 12 dagen.

Neem contact op met gekwalificeerd technicus om de volgende procedures uit te voeren.

1. Inspecteren van de helling montage.
2. Vervanging van alle versleten onderdelen.
3. Smeren van helling lagerbussen.

5. Productspecificaties

Classificatie	EN ISO 20957 klasse S (Studio)
Nauwkeurigheid	A
Lengte in elkaar gezet	71" (180 cm)
Breedte in elkaar gezet	34,7" (88 cm)
Hoogte in elkaar gezet	60,6" (154 cm)
Gewicht van product	265 lbs. (120 kg)
Gewicht bij verzending	330 lbs. (150 kg)
Weerstandsniveaus	1-10 level(s) aan remweerstand
Weerstandsbereik	Ventilator 0-1000 watt, weerstandshendel (ECB) voegt extra 0-400 watt bij
Remsysteem	Borstelloze wervelstroomrem, snelheidonafhankelijk
Paslengte	24" (61 cm) vaste lengte
Trainingen	Circuit and interval
Beeldscherm	LCD - Liquid Crystal Display
Functies van de console	Grafisch display: niveaumeter remweerstand Numeriek display: meters/ km, seconden (aftelling), SPM (stappen per minuut), tijd, totale tijd, watt.
Framekleuren	Casino Black Wrinkle
Maximaal gebruikersgewicht	350 lbs. (158 kg)
Voeding	Alkalische D-Cell batterijen van 1,5 V twee stuks

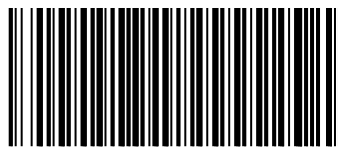
6. Garantie

Garantie-informatie

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

<http://lifefitness.com/warranties>





1018738-0005