

# HAMMER STRENGTH®

# HAMMER STRENGTH®

## HD SPARC

Manuale utente

PT-SC





## Sede principale

Columbia Centre III, 9525 Bryn Mawr Avenue, Rosemont, Illinois 60018 • U. S. A.

847.288.3300 • Fax: 847 288 3703

Numero di telefono per assistenza: 800.351.3737 (numero verde per Stati Uniti e Canada)

Sito Web internazionale: [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com)

## Sedi internazionali

### AMERICHE

#### Nord America

##### Life Fitness, LLC

Columbia Centre III  
9525 Bryn Mawr Avenue  
Rosemont, IL 60018 U.S.A.  
Telefono: +1 (847) 288 3300  
E-mail assistenza:  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
E-mail vendite/marketing:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

#### Brasile

##### Life Fitness Brasile

Av. Rebouças, 2315  
Pinheiros  
São Paulo, SP 05401-300  
BRAZIL  
SAC: 0800 773 8282 opzione 2  
Telefono: +55 (11) 3095 5200 opzione 2  
E-mail assistenza:  
[suportebr@lifefitness.com](mailto:suportebr@lifefitness.com)  
E-mail vendite/marketing:  
[vendasbr@lifefitness.com](mailto:vendasbr@lifefitness.com)

#### America Latina e Caraibi\*

##### Life Fitness, LLC

Columbia Centre III  
9525 Bryn Mawr Avenue  
Rosemont, IL 60018 U.S.A.  
Telefono: +1 (847) 288 3300  
E-mail assistenza:  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
E-mail vendite/marketing:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

### EUROPA, MEDIO ORIENTE e AFRICA (EMEA)

#### Belgio, Paesi Bassi e Lussemburgo

##### Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
PAESI BASSI  
+3118064666  
E-mail assistenza:  
[service.benelux@lifefitness.com](mailto:service.benelux@lifefitness.com)  
E-mail ufficio vendite/marketing:  
[marketing.benelux@lifefitness.com](mailto:marketing.benelux@lifefitness.com)

#### Regno Unito

##### Life Fitness UK LTD

Unit 109<sup>a</sup>  
Lancaster Way Business Park  
Ely, Cambs, CB6 3NX  
Telefono sede generale (+44) 1353.666017  
Assistenza clienti: (+44) 1353.665507  
E-mail assistenza:  
[uk.support@lifefitness.com](mailto:uk.support@lifefitness.com)  
E-mail vendite/marketing:  
[life@lifefitness.com](mailto:life@lifefitness.com)

#### Germania, Austria e Svizzera

##### Life Fitness Europe GMBH

Neuhofweg 9  
85716 Unterschleißheim  
Germania  
Telefono:  
+49 (0) 89 / 31775166 Germania  
+43 (0) 1 / 6157198 Austria  
+41 (0) 848 / 000901 Svizzera  
E-mail assistenza:  
[kundendienst@lifefitness.com](mailto:kundendienst@lifefitness.com)  
E-mail vendite/marketing:  
[vertrieb@lifefitness.com](mailto:vertrieb@lifefitness.com)

#### Spagna

##### Life Fitness IBERIA

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

### Tutti gli altri Paesi dell'EMEA e attività di distribuzione EMEA\*

##### Life Fitness Atlantic BV

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

### ASIA PACIFICO (AP)

#### Giappone

##### Life Fitness Japan, Ltd

4-17-33 Minami Aoyama 1F/B1F  
Minato-ku - Tokyo 107-0062  
Giappone  
Telefono: (+81) 0120.114.482  
Fax: (+81) 03-5770-5059  
E-mail assistenza: [service.lfj@lifefitness.com](mailto:service.lfj@lifefitness.com)  
E-mail vendite/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  
Telefono: (+852) 2575.6262  
Fax: (+852) 2575.6894  
E-mail assistenza:  
[service.hk@lifefitness.com](mailto:service.hk@lifefitness.com)  
E-mail vendite/marketing:  
[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

### Tutti gli altri paesi dell'Asia Pacifico e attività di distribuzione della zona Asia Pacifico\*

##### Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square  
21 Wong Chuk Hang Road  
Wong Chuk Hang  
Hong Kong  
Telefono: (+852) 2575.6262  
Fax: (+852) 2575.6894  
Email di assistenza:  
[service.ap@lifefitness.com](mailto:service.ap@lifefitness.com)  
E-mail vendite/marketing:  
[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

\*Per informazioni relative al rappresentante o al distributore/concessionario di zona, consultare anche il sito [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com)

## Link dokumenti utente e assistenza

---

<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.

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.

# Sommario

## Sicurezza

Istruzioni di sicurezza.....	7
------------------------------	---

## Assemblaggio

Scelta e preparazione del sito.....	9
Procedura di assemblaggio.....	10
Impostazione.....	15
Calibrare il livello di resistenza.....	16
Test di funzionamento.....	16

## Funzionamento

Potenza umana individuale contro potenza meccanica.....	18
Impiego previsto.....	18
Termini utilizzati.....	18
Comandi integrati.....	18
Leva di resistenza.....	19
Come montare e scendere dall'unità.....	19
Guida operativa rapida.....	20
Guida operativa dettagliata.....	20
Risultati.....	22
Calcolo del valore di potenza visualizzato a partire dalla potenza di ingresso.....	23

## Manutenzione

Avvertenze.....	24
Pulire l'unità.....	24
Batterie.....	24
Pianificazione della manutenzione.....	27

## Caratteristiche tecniche dei prodotti

### Garanzia

Informazioni sulla garanzia.....	29
----------------------------------	----

Life Fitness® è un marchio registrato.

Gym Wipes® è un marchio registrato di 2XL Corporation. PureGreen 24 è un marchio registrato di 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](http://www.lifefitness.com) • 1018738-0008 AB • 2025

## ***Informazioni sulla conformità FCC***

---


Le modifiche apportate a questa unità non espressamente approvate dalla parte responsabile per la conformità potrebbero invalidare l'autorità dell'utente a utilizzare l'apparecchio.

Questa apparecchiatura è stata collaudata ed è risultata conforme ai limiti per i dispositivi digitali di classe B, ai sensi dell'articolo 15 del regolamento FCC. Tali limiti sono stati stabiliti per fornire una ragionevole protezione contro eventuali interferenze dannose in aree residenziali. Questo apparecchio genera, utilizza e può irradiare energia di radiofrequenza. Se non viene installato ed utilizzato conformemente a quanto indicato nelle istruzioni, può causare interferenze alle comunicazioni radio. Non vi è tuttavia alcuna garanzia che le interferenze non si verifichino in una installazione particolare. Se questo apparecchio causa interferenze dannose alla ricezione di radio o televisione, che possono essere verificate accendendo e spegnendo l'apparecchio stesso, l'utente viene incoraggiato a cercare di correggere l'interferenza adottando le seguenti precauzioni:

- Riorientare o riposizionare le antenne riceventi.
- Aumentare la distanza tra l'apparecchio ed il ricevitore.
- Collegare l'apparecchio ad una presa su un circuito diverso da quello al quale è collegato il ricevitore.
- Per aiuto, consultare il rivenditore o un tecnico radio/TV con esperienza.


# 1. Sicurezza


## Istruzioni di sicurezza


 Leggere le istruzioni prima dell'uso.


Leggere con attenzione le istruzioni di sicurezza e le avvertenze riportate di seguito prima di scegliere il punto in cui posizionare il prodotto e iniziare la procedura di montaggio.


### Avvertenze sul funzionamento


 **AVVERTENZA:** Un uso scorretto o eccessivo dell'apparecchiatura può provocare traumi e lesioni. Life Fitness Raccomanda CALDAMENTE di sottoporsi ad una visita medica completa prima di intraprendere un programma di attività fisica, in particolare in caso di predisposizione genetica all'alta pressione cardiaca e a malattie cardiovascolari, o se l'utente ha un'età superiore a 45 anni, fuma, ha un alto livello di colesterolo, è obeso o non ha effettuato alcuna attività fisica regolare nel corso dell'ultimo anno. Se in qualsiasi momento durante l'utilizzo dell'apparecchiatura si avvertono vertigini, capogiri, dolore o mancanza di respiro, interrompere immediatamente l'attività.


 **AVVERTENZA:** Leggere le istruzioni prima dell'uso.


 **AVVERTENZA:** Se non si seguono le seguenti precauzioni e istruzioni di sicurezza, si possono verificare lesioni gravi o mortali.

 **AVVERTENZA:** Assicurarsi che ci siano almeno 0,6 m (23,6") di spazio libero dietro al prodotto e almeno 30 cm (12") su ciascun lato.

 **AVVERTENZA:** Ispezionare l'unità. Se presenta danni, avvisare il personale al piano. **NON USARE.**

 **AVVERTENZA:** Peso massimo utente: 158 kg (350 lb).


 **AVVERTENZA:** Non utilizzare per attività di stretching e non collegare fascette o altri dispositivi.

 **AVVERTENZA:** Utilizzare il manubrio per sorreggersi e mantenersi in equilibrio.

 **AVVERTENZA:** Il prodotto non è dotato di ruote libere. Pertanto, non è possibile arrestarlo immediatamente.

 **AVVERTENZA:** Parti mobili e rischio di caduta.

- Per evitare gravi lesioni, prima di scendere dall'apparecchiatura attendere finché le pedane di appoggio non siano completamente ferme.
- È impossibile arrestare immediatamente le parti mobili; l'apparecchiatura non è dotata di ruote libere.

 **AVVERTENZA:** Tenere pulita e asciutta la superficie della pedana.



Tenere tutte le parti del corpo ed eventuali indumenti ampi, lacci di scarpe ed asciugamani lontani dalle parti mobili.

- Life Fitness non garantisce che i componenti utilizzati nella fabbricazione dei prodotti offerti nell'ambito di Life Fitness siano privi di lattice. Gli utilizzatori di questi prodotti devono prendere tutte le precauzioni necessarie per evitare contatti accidentali che potrebbero causare una reazione avversa al lattice.
- È responsabilità esclusiva dell'acquirente dei Life Fitness prodotti leggere il manuale per l'utente e le etichette di avvertenza, nonché fornire istruzioni sull'uso corretto dell'apparecchiatura a tutti i singoli utenti, che si tratti di utenti finali o di personale addetto alla supervisione
- È responsabilità esclusiva dell'acquirente fornire istruzioni adeguate agli utenti finali e al personale addetto alla supervisione in relazione alle procedure corrette di funzionamento di tutte le apparecchiature Life Fitness.
- Non usare l'apparecchiatura per scopi diversi da quelli progettati o intesi dal produttore. Per evitare l'insorgere di infortuni, è fondamentale che Life Fitness l'apparecchiatura venga usata in maniera adeguata.
- Per ottenere la massima stabilità dell'apparecchiatura durante l'uso, posizionarla su una superficie orizzontale piana e stabile.
- La potenza necessaria a ciascun utente per eseguire un esercizio può essere diversa dalla potenza meccanica visualizzata sul prodotto.
- Prestare cautela quando si sale o si scende dal prodotto. Prima di salire, utilizzare le impugnature mobili per portare la pedana più vicino a sé in posizione bassa. Utilizzare il manubrio stazionario ogniqualvolta si necessita di una maggiore stabilità. Durante l'allenamento, reggersi alle impugnature mobili.
- Non utilizzare mai il prodotto stando rivolti all'indietro.
- Per garantire un funzionamento corretto del prodotto, seguire sempre le istruzioni visualizzate sulla console.
- Questo prodotto non è destinato all'uso da parte di persone (inclusi i bambini) con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte, oppure da parte di persone che non abbiano esperienza o conoscenza a meno che non siano supervisionate o non ricevano le giuste istruzioni sull'uso dell'apparecchio da una persona responsabile della loro sicurezza.

- Questa apparecchiatura non è destinata all'uso da parte dei bambini. Tenere lontano dalla macchina i bambini di età inferiore a 14 anni.
- Non utilizzare questo prodotto all'aperto, in prossimità di piscine o in aree caratterizzate da un elevato tasso di umidità.
- Non utilizzare mai il prodotto se le bocchette per l'aria sono bloccate. Mantenere le bocchette dell'aria libere da lanugine, capelli o altro materiale ostruente.
- Non inserire mai oggetti in nessuna delle bocchette di questi prodotti. Qualora cadano oggetti all'interno del prodotto, scollegare l'alimentazione, disconnettere il cavo elettrico dalla presa di corrente e recuperare con cautela l'oggetto caduto. Se non si riesce ad accedere all'oggetto, contattare il servizio di assistenza clienti.
- Non appoggiare mai bevande di qualsiasi tipo direttamente sull'unità; appoggiarle su un ripiano portaoggetti o su un apposito supporto. Si raccomanda di utilizzare contenitori con coperchio.
- Non utilizzare questi prodotti a piedi nudi. Indossare sempre le scarpe. Utilizzare scarpe con suola in gomma o ad alta trazione. Non usare scarpe con tacchi, soles di cuoio, con tacchetti o chiodate. Assicurarsi che nelle soles non sia presente della ghiaia.
- Durante il funzionamento dell'unità non toccare le parti interne o il lato inferiore, né inclinare l'apparecchiatura su un lato.
- Non lasciare che altre persone interferiscano con l'utente o con l'apparecchiatura nel corso di una sessione di allenamento.
- Questi prodotti devono essere utilizzati soltanto come descritto nel presente manuale. Non utilizzare accessori non raccomandati dal produttore.

### **Avvertenze e precauzioni**

- Prima di iniziare un allenamento, leggere tutte le avvertenze relative a ciascun prodotto.
- Le etichette di avvertenza indicano una situazione di potenziale pericolo che può causare infortuni gravi o mortali se non si osservano le dovute precauzioni.
- Le etichette di attenzione indicano una situazione di potenziale pericolo che può causare infortuni gravi o danni alla macchina se non si osservano le dovute precauzioni.
- In caso di avvertenze mancanti o danneggiate, contattare immediatamente il Servizio di Assistenza Clienti per richiedere etichette di avvertenza di ricambio. Le etichette di avvertenza vengono fornite in dotazione con ogni prodotto e devono essere applicate prima del suo utilizzo. Life Fitness declina ogni responsabilità in caso di etichette di avvertenza mancanti o danneggiate.
- contattare il [Servizio Assistenza Clienti](#), al fine di garantire l'utilizzo della versione più recente delle etichette.

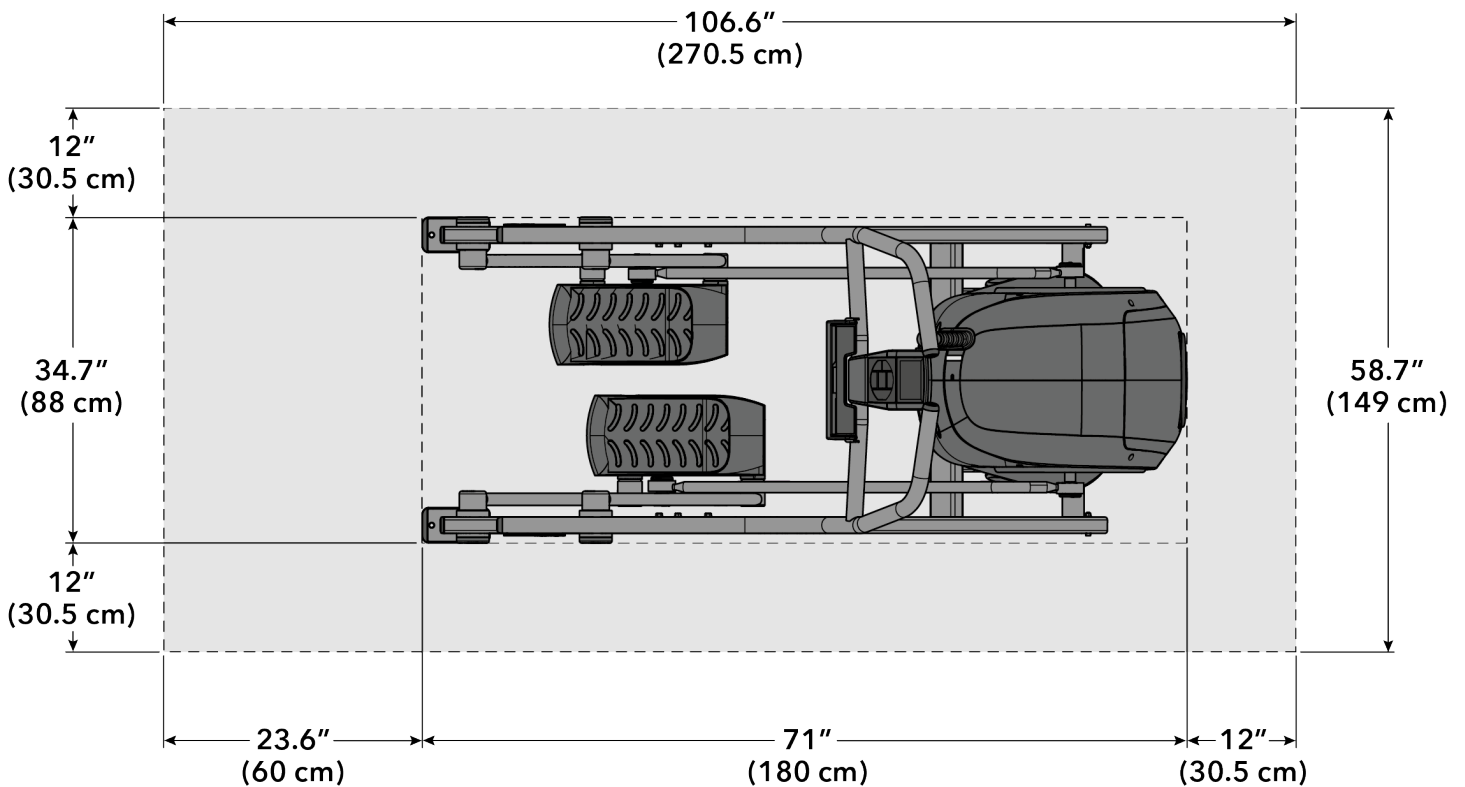
## 2. Assemblaggio

### Scelta e preparazione del sito

#### Dimensioni del prodotto

Dimensioni (L x P x H)	in. = 71 x 34,7 x 60,6	cm = 180 x 88 x 154
Area libera (L x P x H)	in. = 106,6 x 58,7 x 60,6	cm = 270,5 x 149 x 154

#### Area libera



#### Prima di procedere all'assemblaggio dell'unità, controllare che il sito prescelto sia conforme ai seguenti criteri:

- Area ben illuminata e ventilata.
- Superficie piana e strutturalmente solida.
- Spazio libero per accedere all'apparecchiatura e in caso di emergenza. Distanza minima di 0,6 metri.
- Le apparecchiature adiacenti possono condividere lo spazio libero.

È responsabilità del proprietario della struttura o dell'attrezzatura assicurarsi che vi sia spazio sufficiente intorno alla macchina, che ne consenta l'utilizzo e permetta il passaggio in totale sicurezza.

Conformemente a quanto stabilito dall'American Disabilities Act (ADA), deve essere assicurato uno spazio libero ampio almeno 0,76x1,2 metri con un percorso accessibile per raggiungere almeno un'attrezzatura per ogni tipo. Se lo spazio libero è chiuso su tre lati (ad esempio dalle pareti o dalla stessa attrezzatura), le sue dimensioni dovranno essere di 1x1,2 metri.

Tutte le altre macchine devono prevedere uno spazio libero di 23" (58 cm) per tutti i punti di accesso della macchina.

Le dimensioni indicate nelle istruzioni di montaggio del presente manuale includono le dimensioni massime di ingombro (in uso).

## Procedura di assemblaggio

Per eseguire questa procedura sarà necessario l'intervento di due persone.

**SUGGERIMENTO:** Leggere attentamente tutte le istruzioni prima di montare l'unità. Controllare con attenzione tutti i componenti. In caso di danni, consultare la sezione Assistenza clienti per poter effettuare la corretta procedura di restituzione, sostituzione o nuova ordinazione dei componenti.

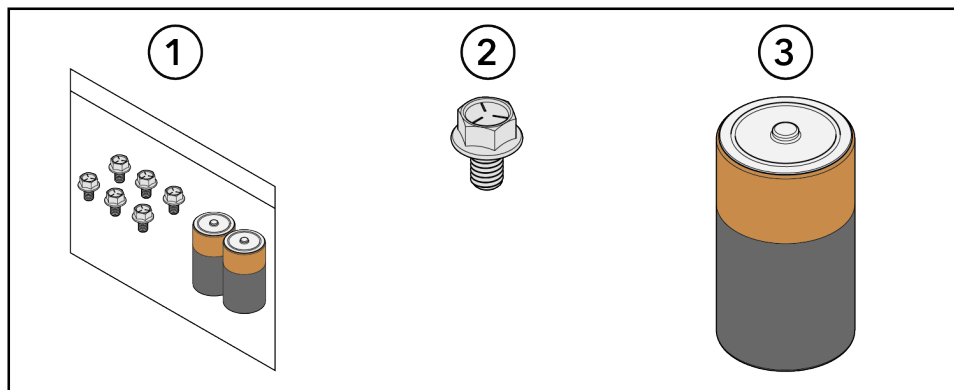
## Elenco dei componenti e dei dispositivi di fissaggio

### Componenti

Componente	Descrizione	Qtà.
1	Gruppo base	1
2	Gruppo corrimano	1
3	Poggiapiedi	2
4	Manuale d'uso	1

### Ferramenta

Componente	Descrizione	Qtà.
1	Kit hardware, HD SPARC	1
2	Bullone, .312-18 x .5, HXS	6
3	Batteria, a celle D 1.5V alcalina	2



### Attrezzi necessari

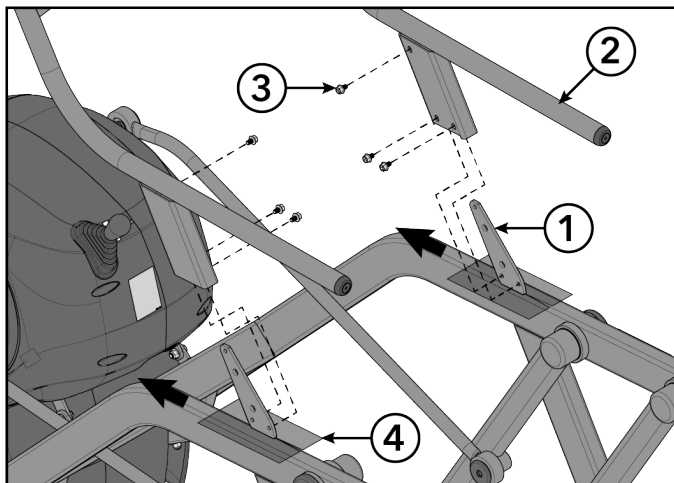
- Cacciavite a testa piatta
- Bussola da 1/2" con Chiave dinamometrica
- Chiave fissa da 9/16 pollici (circa 14 mm)
- Chiave a brugola da 4 mm
- Chiave fissa da 17 mm

### Sollevarre e spostare l'apparecchiatura

1. Rimuovere i tirafondi e i supporti di imballaggio. Non togliere ancora il materiale di imballaggio dai bracci di collegamento. In questo modo si eviterà di graffiare la vernice durante il montaggio.
2. Impugnare saldamente ciascun piede di supporto posteriore e con l'aiuto di un altro operatore, sollevare ciascun lato.
3. Sollevare i piedi posteriori inferiori per poter consentire il funzionamento delle ruote anteriori per il trasporto. Utilizzare metodi di sollevamento appropriati.
4. Spostare l'apparecchiatura nella posizione desiderata.
5. Abbassare i piedi di supporto posteriori.

## Montaggio del gruppo corrimano

1. Posizionare il gruppo corrimano sul gruppo base.
2. Installare i bulloni che fissano il gruppo corrimano al gruppo base utilizzando una bussola da 12,7 mm (1/2 pollici) con chiave dinamometrica.



Componente	Descrizione	Qtà.
1	Gruppo base	1
2	Gruppo corrimano	1
3	Bullone, .312-18 x .5, HXS	6
4	Pellicola di plastica	2

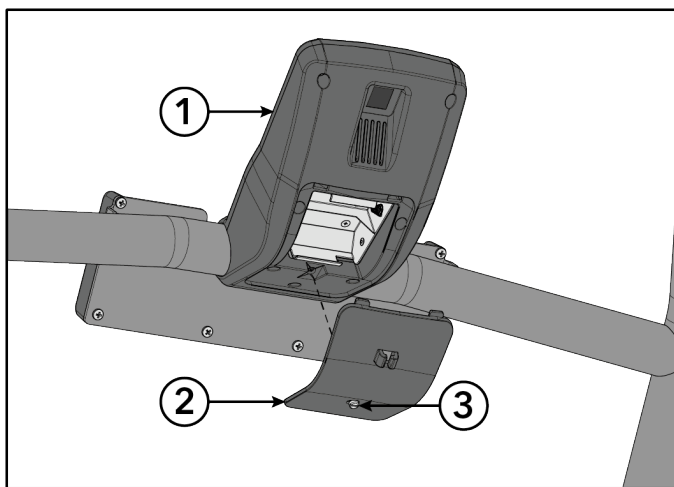


Stringere la bulloneria a 17,6 Nm.

3. Rimuovere le pellicole di plastica dal gruppo base.

## Installazione delle batterie

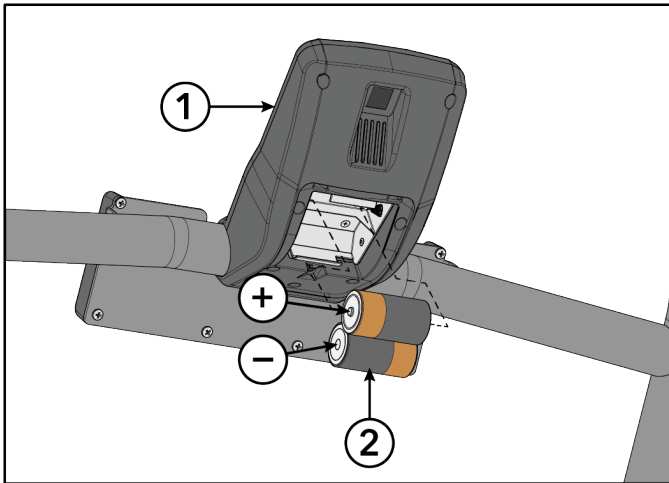
1. Rimuovere il coperchio di accesso alla batteria allentando la vite con un cacciavite a testa piatta. La vite rimarrà nel coperchio di accesso alla batteria.



Componente	Descrizione	Qtà.
1	Console	1
2	Coperchio di accesso alla batteria	1
3	Vite	1

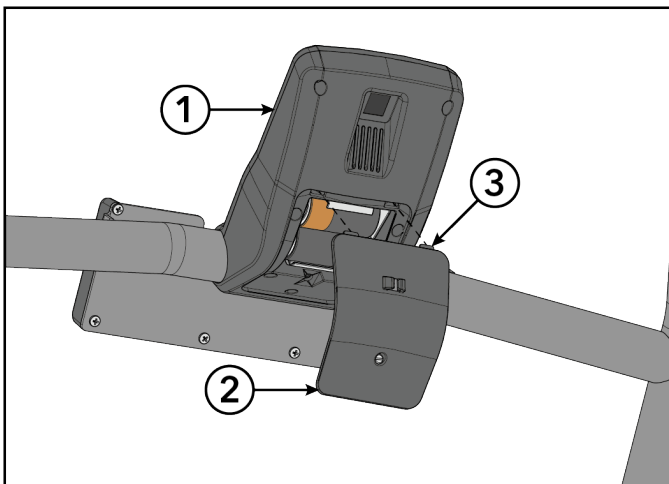
2. Installare le due batterie come mostrato.

**NOTA:** Le batterie devono essere installate nella direzione corretta.



Componente	Descrizione	Qtà.
1	Console	1
2	Batteria, a celle D 1.5V alcalina	2

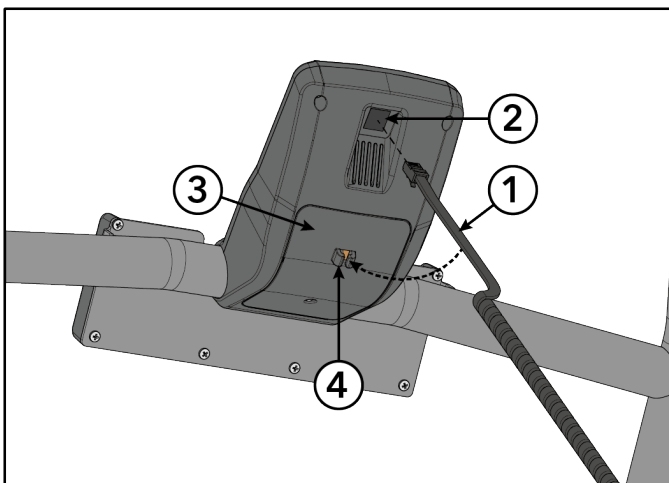
3. Inserire le due linguette del coperchio di accesso alla batteria nella console.



Componente	Descrizione	Qtà.
1	Console	1
2	Coperchio di accesso alla batteria	1
3	Linguetta	2

4. Serrare la vite del coperchio di accesso alla batteria con un cacciavite a testa piatta.

5. Inserire il cavo della console dalla copertura protettiva alla console.

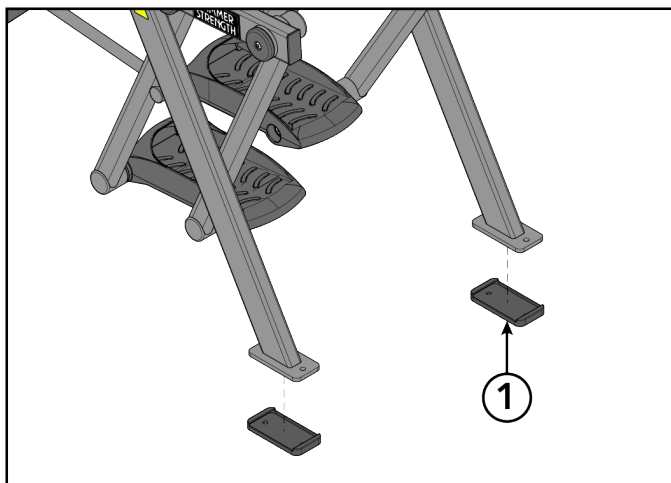


Componente	Descrizione	Qtà.
1	Cavi console	1
2	Console	1
3	Coperchio di accesso alla batteria	1
4	Linguetta di montaggio	2

6. Inserire il cavo della console nelle linguette di montaggio sul coperchio di accesso alla batteria.

## Montaggio dei poggiapiedi

Mentre un operatore solleva l'unità, posizionare un poggiapiedi sotto ciascuno dei due piedi posteriori.



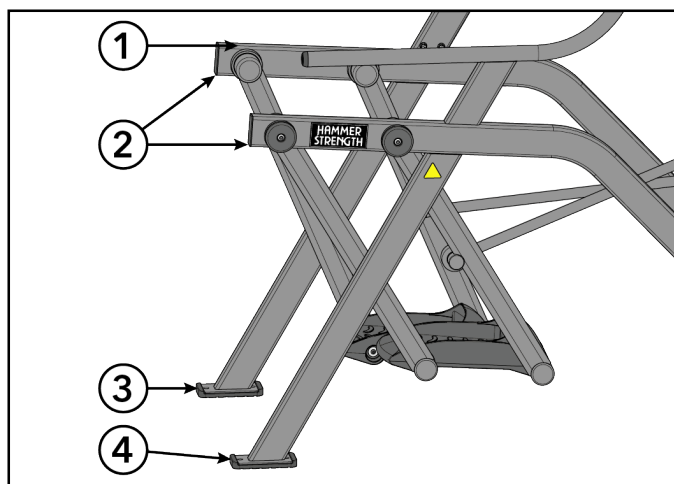
Componente	Descrizione	Qtà.
1	Poggiapiedi	2

## Messa a livello dell'unità.

Questa procedura consente di mettere a livello l'unità distribuendo il peso in modo uniforme sui piedi posteriori. La messa a livello dell'unità serve a impedire le oscillazioni durante l'utilizzo dell'attrezzatura.

**NOTA:** Quando si usano indicazioni come "a sinistra" e "a destra" si fa riferimento al punto di vista dell'utente durante l'utilizzo dell'unità.

1. Controllare che le pedane siano completamente ferme.
2. Afferrare il telaio da un lato e sollevare lentamente il piede posteriore da terra. Abbassare il piede posteriore fino ad appoggiarlo a terra.

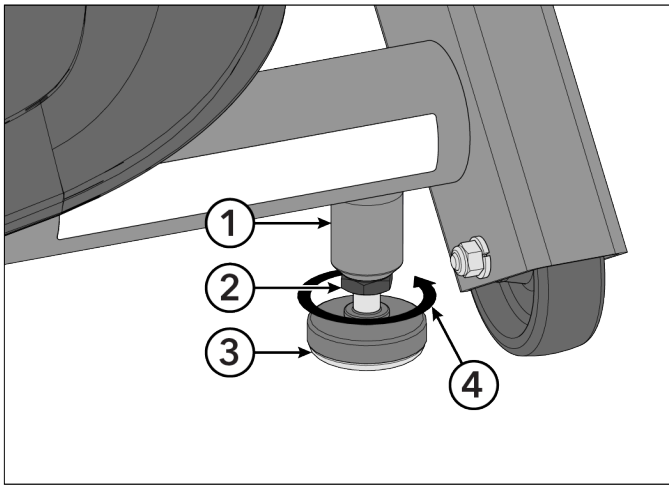


Elemento	Descrizione	Qtà.
1	Telaio	2
2	<b>Sollevare qui</b>	2
3	Piede posteriore sinistro	1
4	Piede posteriore destro	1

3. Afferrare il telaio dall'altro lato e sollevare lentamente il piede posteriore da terra. Abbassare il piede posteriore fino ad appoggiarlo a terra.

**NOTA:** Osservare se il sollevamento di uno dei due piedi posteriori da terra avviene con maggiore facilità rispetto all'altro.

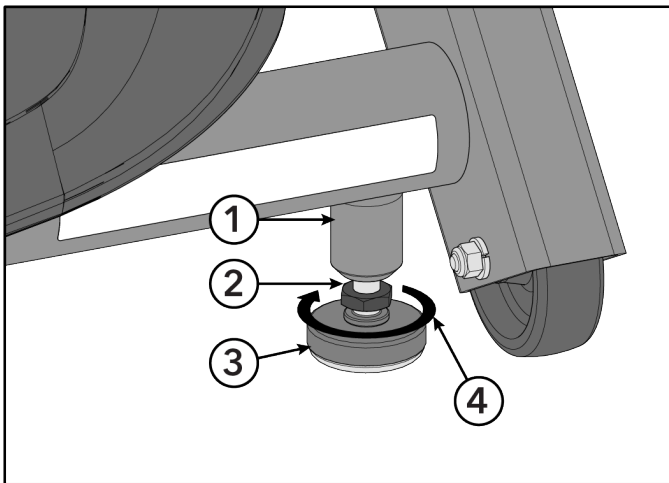
Se entrambi i piedini posteriori si sollevano dal pavimento in modo uniforme, serrare entrambi i controdadi dei piedini di livellamento contro il montante del telaio utilizzando una chiave fissa da 17 mm. L'unità è stata ora messa a livello.



Elemento	Descrizione	Qtà.
1	Perno di appoggio del telaio	1
2	Controdado	1
3	Piedino di Livellamento	1
4	<b>Girare il piede di messa a livello in senso antiorario per fissarlo</b>	

4. Regolare il carico sui piedini posteriori utilizzando una chiave fissa da 17 mm.

- Se il piede posteriore **sinistro** si solleva con maggiore facilità, regolare il dado del piede di messa a livello **destro** spostandolo verso il basso.
- Se il piede posteriore **destro** si solleva con maggiore facilità, regolare il dado del piede di messa a livello **sinistro** spostandolo verso il basso.



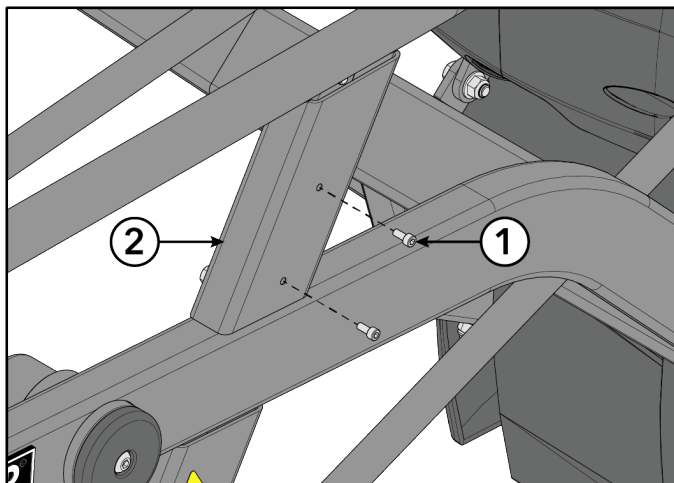
Elemento	Descrizione	Qtà.
1	Perno di appoggio del telaio	1
2	Dado del piede di messa a livello	1
3	Piedino di Livellamento	1
4	<b>Girare il piede di messa a livello in senso orario per regolarlo verso il basso</b>	

5. Testare nuovamente l'unità per assicurarsi che il peso sia distribuito in modo uniforme sui piedi posteriori. Regolare i dadi dei piedi di messa a livello finché ciascun piede posteriore si solleva applicando la medesima forza.
6. Serrare i controdadi utilizzando una chiave fissa da 17 mm. L'unità è stata ora messa a livello.

## Montare il portabottiglie

È possibile montare sul telaio dei portabottiglie standard per biciclette. I portabottiglie non sono forniti da Hammer Strength.

1. Rimuovere le viti sul lato del gruppo corrimano usando una chiave a brugola da 4 mm. Conservare le viti.



Componente	Descrizione	Qtà.
1	Vite, M5 x 0,8, HXS, 16mm	2
2	Gruppo corrimano	1

2. Applicare le viti che fissano il portabottiglie al corrimano usando una chiave a brugola da 4 mm.

## Controllare l'apparecchiatura visivamente

1. Rimuovere il materiale di imballaggio dall'apparecchiatura.
2. Esaminare l'apparecchiatura per assicurarsi che il montaggio sia completo e corretto.

## Impostazione

Utilizzare le seguenti istruzioni per configurare l'unità

1. Appoggiarsi ai corrimano per stabilizzare il corpo mentre si sale sulle pedane.
2. Iniziare a pedalare.

## Opzioni di impostazione

1. Tenere premute le frecce su ▲ e giù ▼ per 3 secondi.
2. Premere il tasto **Vai/invio**.
3. Navigare su e giù nel menu di configurazione con la freccia su ▲ e la freccia giù ▼.
4. Navigare in avanti nel menu impostazioni con il tasto **Vai/invio**.
5. Navigare all'indietro nel menu impostazioni con il tasto **Stop/controllo**.

## Menu impostazioni

LINGUA	Selezionare una delle lingue disponibili.
ALLENAMENTO A INTERVALLI	<b>IMPOSTARE IL LAVORO PREDEFINITO:</b> impostare l'intervallo di lavoro predefinito. Le opzioni vanno da 10 a 180 in incrementi di 10 secondi. <b>IMPOSTARE IL RIPOSO PREDEFINITO:</b> impostare l'intervallo di riposo predefinito. Le opzioni vanno da 10 a 180 in incrementi di 10 secondi.

## Uscire dal modo impostazione.

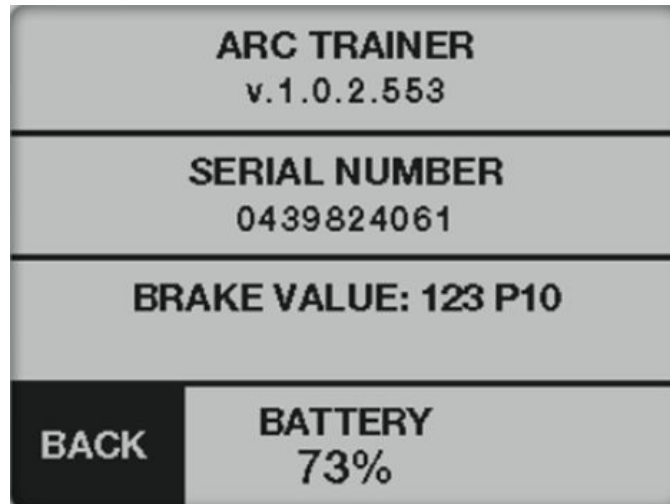
1. Selezionare **INDIETRO** nel menu delle impostazioni.
2. Premere il tasto **Vai/invio**.
3. Selezionare **ESCI** nel menu delle impostazioni.
4. Premere il tasto **Vai/invio**.

## Impostazione completa

### Calibrare il livello di resistenza

Eeguire questa procedura di calibrazione per visualizzare i livelli di resistenza corretti su tutta la portata della leva di resistenza. Tale procedura è necessaria quando si installa l'unità, si sostituisce la console o la scheda del sensore, o se si smonta l'unità.

1. Tenere premute le frecce su ▲ e giù ▼ per 3 secondi.
2. Nel menu **Casella degli strumenti**, andare su **DIAGNOSTICA** con la freccia verso giù ▼.
3. Premere il tasto **Vai/invio** per accedere alla sezione **DIAGNOSTICA**.



4. Spingere la leva della resistenza in avanti fino al livello di resistenza più alto.
5. Tenere premuta la freccia su ▲ per tre secondi finché la sezione **VALORE DEL FRENO** non lampeggia. Il valore più alto viene memorizzato.
6. Tirare la leva della resistenza all'indietro fino al livello di resistenza più basso.
7. Tenere premuta la freccia giù ▼ per tre secondi finché la sezione **VALORE DEL FRENO** non lampeggia. Il valore più basso viene memorizzato.
8. Premere il tasto **Vai/invio** per tornare **INDIETRO** al menu Casella degli strumenti.
9. Premere la freccia giù ▼ per selezionare **ESCI** nel menu di impostazione.
10. Premere il tasto **Vai/invio** per uscire dal **menu Casella degli strumenti**.


### Menu Diagnostica

<b>ARC TRAINER</b>	Numero revisione software.
<b>PRESSIONE/TEMP</b>	<b>Pressione:</b> visualizza la pressione barometrica in HPA (hectopascal). <b>Temperatura:</b> visualizza la temperatura locale in gradi Celsius.
<b>VALORE DEL FRENO</b>	Visualizza il valore della posizione del freno. L'intervallo è da P1 a P10.
<b>BATTERY (Batteria)</b>	Visualizza il livello della batteria da 0 a 100% con incrementi del 10%. La schermata <b>BATTERIA BASSA</b> verrà visualizzata al 10%.

### Test di funzionamento

Osservare le seguenti istruzioni per testare l'intera gamma dei valori di resistenza dell'unità:

1. Spostare la leva della resistenza verso il basso fino alla resistenza più bassa.
2. Controllare che le pedane siano completamente ferme.
3. Appoggiarsi ai corrimano per stabilizzare il corpo mentre si sale sulle pedane.
4. Iniziare a pedalare.
5. Verificare che il pannello di controllo sia illuminato.

6. Premere il tasto **Vai/invio**.
7. Verificare che il misuratore di livello sia sul **LIVELLO 1** e che la resistenza sia bassa.
8. Verificare che i **WATT** siano visualizzati sullo schermo.
9. Spostare la leva della resistenza fino al **LIVELLO 5**.  
Verificare che la resistenza sia superiore al **LIVELLO 1**.
10. Spostare la leva della resistenza fino al **LIVELLO 10**.  
Verificare che la resistenza sia superiore al **LIVELLO 5**.
11. Spostare la leva della resistenza fino al **LIVELLO 1**.
12. Premere il tasto **Stop/controllo** per uscire
13. Attendere che le pedane siano completamente ferme prima di scendere dall'unità.  
 **AVVERTENZA:** Parti mobili e rischio di caduta.
  - Per evitare gravi lesioni, prima di scendere dall'apparecchiatura attendere finché le pedane di appoggio non siano completamente ferme.
  - È impossibile arrestare immediatamente le parti mobili; l'apparecchiatura non è dotata di ruote libere.

Appoggiarsi ai corrimano per stabilizzare il corpo mentre si scende dall'unità.

Controllo completato.

# 3. Funzionamento

## Potenza umana individuale contro potenza meccanica

**⚠ AVVERTENZA:** Differenza di potenza.

La potenza necessaria a ciascun utente per eseguire un esercizio può essere diversa dalla potenza meccanica visualizzata.

### Impiego previsto

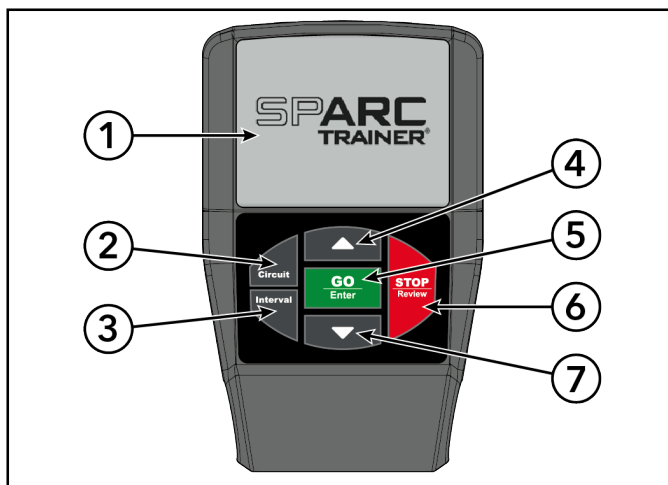
L'impiego commerciale previsto per questa macchina è quello di favorire l'allenamento per migliorare la forma fisica generale.

### Termini utilizzati





In questa sezione vengono elencati alcuni dei termini e dei simboli comuni usati nel presente capitolo. Altri termini e simboli vengono presentati man mano nel corso del capitolo.

- Interruttore** La modalità Interruttore funziona come un cronometro e viene utilizzata soprattutto in sessioni di piccoli gruppi in cui più utenti utilizzano la macchina per brevi periodi di tempo. Può essere utilizzata anche come Avvio rapido per sessioni di allenamento più lunghe.
- Intervalli** La modalità Intervallo consente all'utente di predefinire la durata degli intervalli di lavoro e pausa, come pure il numero totale di serie da eseguire.
- Riposo** Il periodo di una sessione di allenamento a intervalli che viene eseguito a un'intensità inferiore per consentire il recupero dopo un intervallo di lavoro nell'ambito di una sessione di allenamento in modalità Intervallo.
- Risultati** Al termine di ogni sessione di allenamento viene avviata una revisione dei dati di allenamento accumulati.
- Serie** Il numero di volte in cui deve essere eseguito un intervallo Lavoro:Riposo.
- Lavoro** Il periodo di sforzo a intensità elevata nell'ambito di una sessione di allenamento a intervalli.

### Comandi integrati



Compo nente	Comando	Nome e cognome	Descrizione
1		SCHERMATA DEL DISPLAY	Visualizza tutte le informazioni.
2		TASTO CIRCUIT	Seleziona l'allenamento <b>Circuit</b> .
3		TASTO INTERVALLO	Seleziona l'allenamento <b>Intervalli</b> .

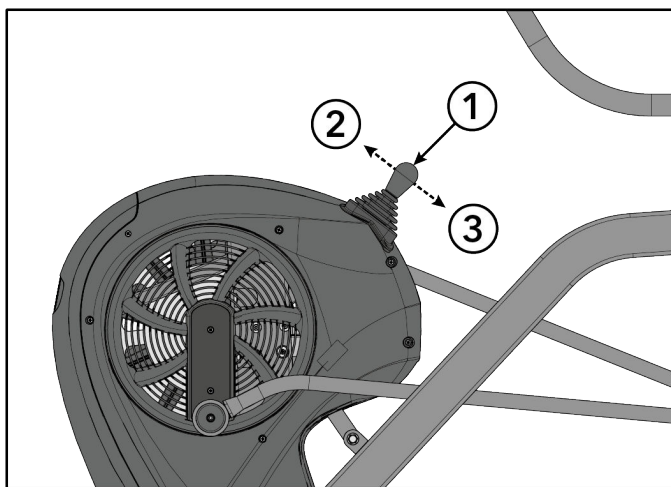
Componente	Comando	Nome e cognome	Descrizione
4		FRECCIA SU	Regola i valori verso l'alto. Naviga verso l'alto nei menu, nelle lingue, nelle impostazioni predefinite e in altre impostazioni.
5		TASTO INVIO	Inizia l'allenamento <b>Circuit</b> . Immette le impostazioni durante la configurazione dell'allenamento <b>Intervalli</b> . Seleziona le impostazioni nella schermata <b>Casella degli strumenti</b> , si sposta in avanti nel menu.
6		TASTO STOP/CONTROLLO	Termina un allenamento Ripristina la console. Torna indietro nel menu <b>Impostazioni</b> .
7		FRECCIA GIÙ	Regola i valori verso il basso. Naviga verso il basso nei menu, nelle lingue, nelle impostazioni predefinite e in altre impostazioni.

## Leva di resistenza

Si modifica la resistenza con la leva di resistenza. L'intervallo è da 1 a 10 in incrementi di 1 intervallo. Le modifiche alla resistenza sono visualizzate sullo schermo del display con l'indicatore **LIVELLO**.



1. Tirare la leva della resistenza all'indietro per diminuire il livello di resistenza.



Componente	Descrizione	Qtà.
1	Leva di resistenza	1
2	Avanti	1
3	Indietro	1

2. Spingere la leva della resistenza in avanti per aumentare il livello di resistenza.

## Come montare e scendere dall'unità

### Come montare sull'unità in modo sicuro

1. Controllare che le pedane siano completamente ferme.
2. Afferrare il corrimano e salire sulle pedane facendo attenzione.

## Come scendere dall'unità in modo sicuro

⚠ **AVVERTENZA:** Parti mobili e rischio di caduta.

- Per evitare gravi lesioni, prima di scendere dall'apparecchiatura attendere finché le pedane di appoggio non siano completamente ferme.
- È impossibile arrestare immediatamente le parti mobili; l'apparecchiatura non è dotata di ruote libere.

1. Appoggiarsi ai corrimano.
2. Smettere di pedalare.
3. Attendere che le pedane siano completamente ferme.
4. Continuando ad afferrare i corrimano, scendere con attenzione dall'unità.

## Guida operativa rapida

Peso massimo utente: 158 kg (350 lb).

Di seguito viene fornita una breve descrizione generale del funzionamento dell'unità.

1. Controllare che le pedane siano completamente ferme.
2. Afferrare il corrimano e salire sulle pedane facendo attenzione.  
Iniziare a pedalare.
3. Premere il tasto **Interruttore**.
4. Premere il tasto **Vai/invio**.
5. Regolare la leva della resistenza per modificare la resistenza in qualsiasi momento. Il misuratore di livello visualizzerà il livello di resistenza attuale.
6. Premere in qualsiasi momento il tasto **Stop/controllo** per terminare l'allenamento.

Vengono visualizzati i **risultati** dell'allenamento.

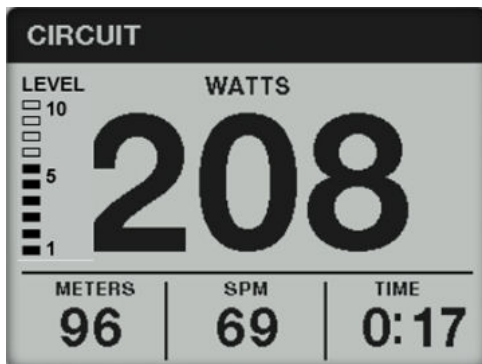
## Guida operativa dettagliata

Peso massimo utente: 158 kg (350 lb).

1. Controllare che le pedane siano completamente ferme.
2. Afferrare il corrimano e salire sulle pedane facendo attenzione.  
Iniziare a pedalare.
3. Scegli un allenamento **Interruttore** o **Intervalli**.

## Panoramica dell'allenamento Circuit

La modalità Interruttore funziona come un cronometro e viene utilizzata soprattutto in sessioni di piccoli gruppi in cui più utenti utilizzano la macchina per brevi periodi di tempo. Può essere utilizzata anche come Avvio rapido per sessioni di allenamento più lunghe.



Display	Descrizione
LIVELLO	Visualizza il livello di resistenza corrente.
WATT	Visualizza i watt correnti
METRI/KM	Visualizza i metri o i chilometri totali
Vogate/min.	Mostra i passi al minuto correnti
TEMPO	Visualizza il tempo totale dell'allenamento

### Allenamento Circuit

1. Premere il tasto **Interruttore**.
2. Premere il tasto **Vai/invio**.

3. Regolare la leva della resistenza per modificare la resistenza in qualsiasi momento. Il misuratore di livello visualizzerà il livello di resistenza attuale.
4. Premere in qualsiasi momento il tasto **Stop/controllo** per terminare l'allenamento.  
Vengono visualizzati i **risultati** dell'allenamento.
5. Premere la freccia su ▲ o giù ▼ per rivedere i **risultati**.
6. Premere **Stop/controllo** per terminare l'allenamento.

## Panoramica allenamento Intervalli

La modalità Intervallo consente all'utente di predefinire la durata degli intervalli di lavoro e pausa, come pure il numero totale di serie da eseguire.

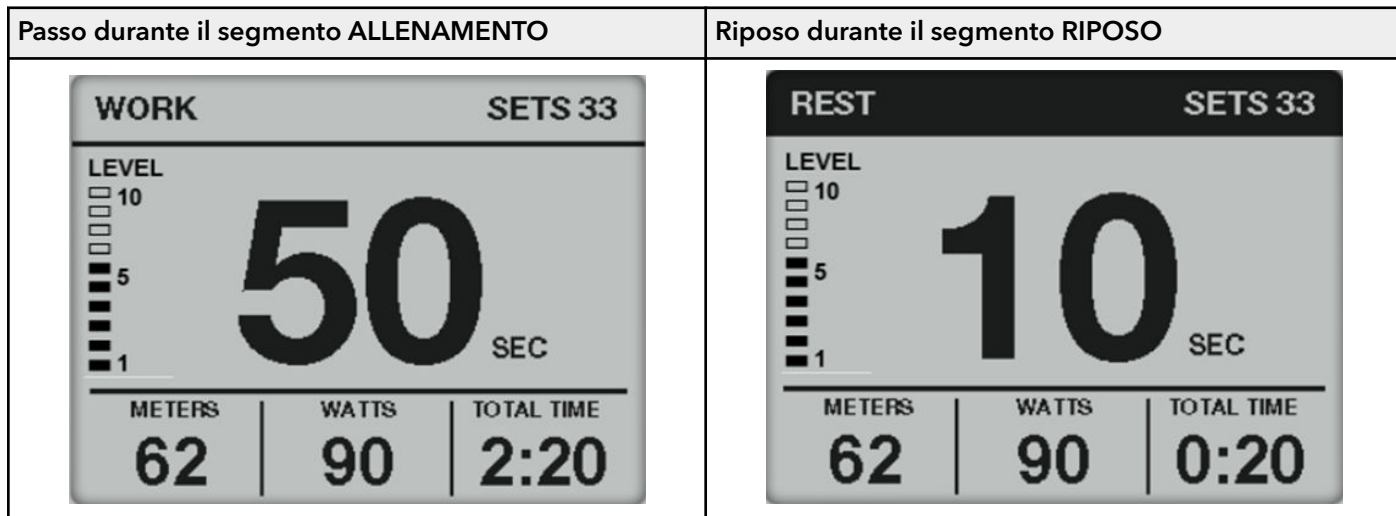


Display	Descrizione
LAVORO	Fare esercizio durante questo intervallo
RIPOSO	Riposare durante questo intervallo
SERIE	Numero rimanente di serie nell'allenamento
LIVELLO	Visualizza il livello di resistenza corrente.
SEC	Conto alla rovescia per il prossimo intervallo.
METRI/KM	Visualizza i metri o i chilometri totali
WATT	Visualizza i watt correnti
TEMPO TOTALE	Visualizza il tempo totale dell'allenamento

## Allenamento Intervalli

1. Premere il tasto **Intervalli**.
2. Regolare il **TEMPO DI ALLENAMENTO** usando la freccia su ▲ o la freccia giù ▼. L'intervallo va da 10 a 180 in incrementi di 10 secondi.
3. Premere il tasto **Vai/invio**.
4. Regolare il **TEMPO DI RIPOSO** usando la freccia su ▲ o la freccia giù ▼. L'intervallo va da 10 a 180 in incrementi di 10 secondi.
5. Premere il tasto **Vai/invio**.
6. Regolare il **TOTALE INTERVALLI** usando la freccia su ▲ o la freccia giù ▼. L'intervallo è da 1 a 30 in incrementi di 1 intervallo.  
Verrà visualizzato il **TEMPO TOTALE** dell'allenamento.
7. Premere il tasto **Vai/invio**.  
Viene visualizzato un conto alla rovescia di tre secondi 3...2...1. L'allenamento Intervalli inizia con la prima sessione di **ALLENAMENTO**.

8. Iniziare a pedalare. Lo schermo del display si alternerà tra le schermate **ALLENAMENTO** e **RIPOSO**. Il timer fa un conto alla rovescia fino al prossimo intervallo.



9. Regolare la leva della resistenza per modificare la resistenza in qualsiasi momento. Il misuratore di livello visualizzerà il livello di resistenza attuale.
10. Premere in qualsiasi momento il tasto **Stop/controllo** per terminare l'allenamento.  
Vengono visualizzati i **risultati** dell'allenamento.
11. Premere la freccia su ▲ o giù ▼ per rivedere i **risultati**.
12. Premere il tasto **Stop/controllo**.

## Risultati

Mentre l'utente si esercita, l'unità monitora e visualizza i seguenti dati:

**PICCO WATT** Sforzo energetico con carico di lavoro massimo.

**MEDIA WATT** Sforzo energetico con carico di lavoro medio.

**MEDIA SPM (falcate al minuto)** Il numero medio di falcate al minuto.

**TEMPO** Il tempo totale in cui ci si è allenati. Viene visualizzato in **minuti:secondi**.

MM:SS	Minuti:Secondi	Da 00:01 a 99:99
MMMM	Minuti	100 minuti o più

**METRI/KM** Distanza complessiva espressa in metri o chilometri. Visualizza le distanze in **METRI** fino a 499 metri, quindi in **KM** a partire da 0,5 km.

**CALORIE** Il totale delle calorie bruciate durante l'allenamento.

Premere la freccia su ▲ o giù ▼ per rivedere i **risultati**.

RISULTATI schermata 1	RISULTATI schermata 2																								
<table border="1"> <tr> <td data-bbox="167 111 581 216">RESULTS</td> <td data-bbox="394 121 557 205">216</td> <td data-bbox="589 111 735 216">PEAK WATTS</td> </tr> <tr> <td data-bbox="167 216 581 321"></td> <td data-bbox="394 226 557 310">198</td> <td data-bbox="589 216 735 321">AVG WATTS</td> </tr> <tr> <td data-bbox="167 321 581 426"></td> <td data-bbox="443 331 540 415">87</td> <td data-bbox="589 321 735 426">AVG SPM</td> </tr> <tr> <td colspan="3" data-bbox="167 426 735 531" style="text-align: center;">▼</td></tr> </table>	RESULTS	216	PEAK WATTS		198	AVG WATTS		87	AVG SPM	▼			<table border="1"> <tr> <td data-bbox="881 111 1295 216">RESULTS</td> <td colspan="2" data-bbox="1125 132 1206 184" style="text-align: center;">▲</td> </tr> <tr> <td data-bbox="881 216 1295 321"></td> <td data-bbox="1084 226 1271 310">0:59</td> <td data-bbox="1304 216 1450 321">TIME</td> </tr> <tr> <td data-bbox="881 321 1295 426"></td> <td data-bbox="1109 331 1263 415">143</td> <td data-bbox="1304 321 1450 426">METERS</td> </tr> <tr> <td data-bbox="881 426 1295 531"></td> <td data-bbox="1109 436 1263 520">267</td> <td data-bbox="1304 426 1450 531">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																							

### Calcolo del valore di potenza visualizzato a partire dalla potenza di ingresso

La potenza totale visualizzata in watt sulla console si calcola confrontando la velocità misurata della ventola e dalla resistenza fornita dal freno a correnti parassite. La variabilità della potenza della ventola dovuta alle condizioni atmosferiche è compensata mediante l'incorporazione di una retroazione tramite un sensore di pressione barometrica e di temperatura integrato.

## 4. Manutenzione

Tutte le attività di manutenzione preventiva devono essere eseguite su base regolare. L'esecuzione di azioni ordinarie di manutenzione preventiva contribuisce a mantenere sicuro e regolare il funzionamento di tutte le Life Fitness apparecchiature.

Life Fitness non è responsabile dell'esecuzione di un'ispezione regolare e delle azioni di manutenzione delle macchine dell'operatore. Istruire tutto il personale a ispezionare le apparecchiature, eseguire le azioni di manutenzione e segnalare e registrare gli incidenti. Life Fitness I rappresentanti sono a disposizione per rispondere a qualsiasi domanda.

### Avvertenze

**SUGGERIMENTO:** Leggere tutte le avvertenze presenti in questo capitolo.

**⚠ AVVERTENZA:** Per la manutenzione, l'assistenza e la riparazione:

- Devono essere eseguiti solo da personale specializzato.
- Utilizzare solo pezzi di ricambio .
- Tenere lontano acqua e sostanze liquide dai componenti elettrici.

**⚠ AVVERTENZA:** Pericolo attrezzature.

Per evitare gravi lesioni e incidenti mortali, sostituire immediatamente i componenti usurati o danneggiati e utilizzare l'attrezzatura solo dopo aver portato a termine le riparazioni.

### Pulire l'unità

#### Attrezzi necessari

- Soluzione detergente
- Alcol etilico
- Panno per pulizia
- Aspirapolvere

#### Dopo l'uso

Pulire immediatamente eventuali versamenti di liquidi. Dopo ogni allenamento, usare un panno per eliminare il sudore residuo dai corrimano e dalle superfici verniciate.

Fate attenzione a non versare liquidi o a non far entrare troppa umidità tra il bordo del pannello del display e la console, perché questo potrebbe costituire un pericolo elettrico o causare un guasto all'elettronica.

#### Quando necessario

Aspirare qualsiasi polvere o sporcizia che potrebbe accumularsi sotto o intorno all'unità. La pulizia di quest'area deve essere fatta con la frequenza indicata nel programma di manutenzione.

#### Pulizia della console

**AVVISO:** Non spruzzare la soluzione detergente direttamente sulla console.

Spruzzi diretti possono danneggiare i componenti elettronici e rendere nulla la garanzia.

- Spruzzare un detergente delicato su un panno pulito.
- Pulire la console e il portabicchieri con un panno umido.

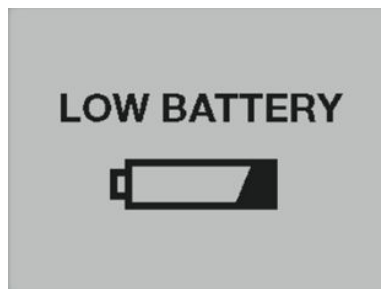
#### Pulizia della base

- Spruzzare un detergente delicato su un panno pulito.
- Pulire la base con un panno umido.

### Batterie

La console è alimentata con due batterie alcaline a celle D.

Se il livello della batteria è del 10% o inferiore, la console visualizzerà **BATTERIA BASSA** all'avvio.



Sostituire le batterie se all'avvio appare **BATTERIA BASSA**

### **Stoccaggio o periodi prolungati di non utilizzo**

Quando non si usa il prodotto per più di sei mesi, le batterie devono essere rimosse per evitare perdite.

### **Controllare il livello di carica della batteria.**

Il livello della batteria può essere controllato attraverso la console.

1. Tenere premute le frecce su ▲ e giù ▼ per 3 secondi.
2. Nel menu **Casella degli strumenti**, andare su **DIAGNOSTICA** con la freccia verso giù ▼.
3. Premere il tasto **Vai/invio** per accedere alla sezione **DIAGNOSTICA**.
1. Il livello di carica della **BATTERIA** viene visualizzato nella schermata **DIAGNOSTICA**.
  - Livello 20-100% - Le batterie funzionano bene.
  - Livello 0-10% - Le batterie devono essere sostituite.
4. Premere il tasto **Vai/invio** per tornare **INDIETRO** al menu Casella degli strumenti.
5. Premere la freccia giù ▼ per selezionare **ESCI** nel menu di impostazione.
6. Premere il tasto **Vai/invio** per uscire dal **menu Casella degli strumenti**.

### **Aspettativa di durata della batteria**

I test tecnici mostrano una durata media della batteria di circa 1.080 ore (45 giorni) ininterrottamente a 24 ore al giorno, il che si traduce in:

- 1.080 giorni con 1 ora di utilizzo al giorno (quasi 3 anni)
  - 540 giorni con 2 ore di utilizzo al giorno
  - 360 giorni con 3 ore di utilizzo al giorno
- La durata media della batteria dovrebbe essere di circa 3 anni.

Si raccomanda l'uso di batterie alcaline da 18.000 mAh Batterie a celle D:

- Energizer E95
- Energizer Max
- Duracell MN1300
- Duracell PC1300 Pro
- Panasonic LR20-D

Tutte le batterie OEM sono molto performanti A/Hr (vede sopra), dove i sostituti generici non saranno altrettanto buoni.

**NOTA:** Il reparto ingegneria non ha testato batterie al litio o ricaricabili. La maggior parte delle batterie ricaricabili sono da 1.2v (vs. 1.5v su una batteria alcalina) quindi la loro tensione di partenza combinata completamente carica è solo di 2.4v e probabilmente farà scattare il messaggio **BATTERIA SCARICA** all'infinito.

### **Sostituzione della batteria**

Sostituire con due nuove batterie alcaline a celle D Se le batterie di ricambio sono insufficienti e hanno un livello di batteria del 40% o inferiore, la schermata **BATTERIA BASSA** continuerà ad essere visualizzata all'avvio.

**NOTA:** Non utilizzare batterie ricaricabili

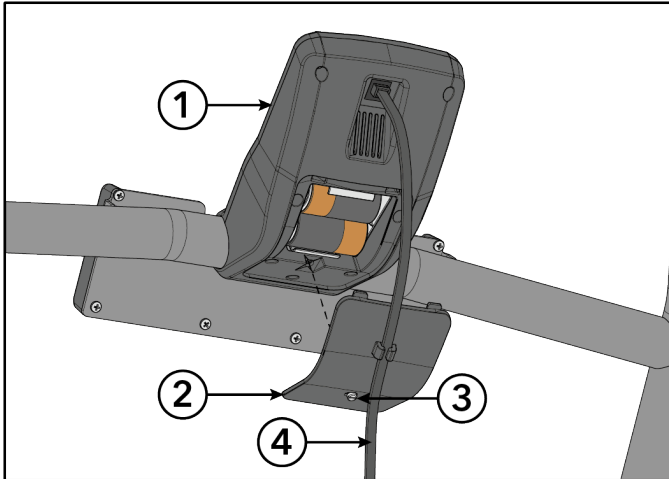
#### **Attrezzi necessari:**

- Cacciavite a testa piatta

**AVVISO:** Danni ai componenti.

Sostituire solo con due batterie alcaline D-Cell da 1,5 V. Utilizzare sempre due batterie nuove e uguali, con la stessa potenza e della stessa marca.

1. Rimuovere il coperchio di accesso alla batteria allentando la vite con un cacciavite a testa piatta. La vite rimarrà nel coperchio di accesso alla batteria.



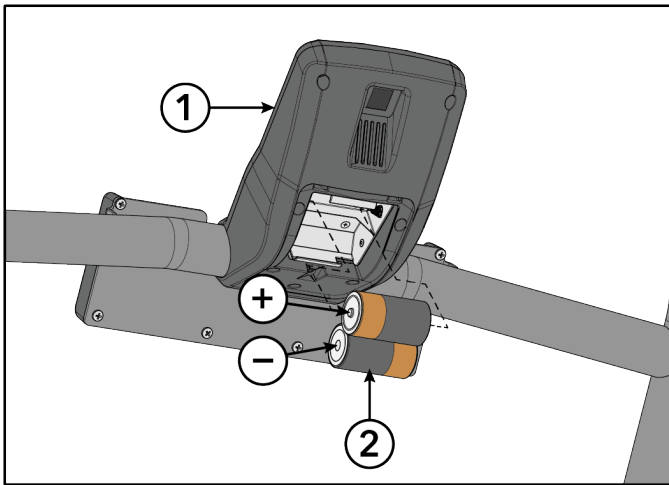
Componente	Descrizione	Qtà.
1	Console	1
2	Coperchio di accesso alla batteria	1
3	Vite	1
4	Cavi console	1

- La vite del coperchio di accesso alla batteria rimarrà nel coperchio di accesso alla batteria.
- Il coperchio di accesso alla batteria rimarrà nel cavo della console.

2. Rimuovere le due batterie dalla console.

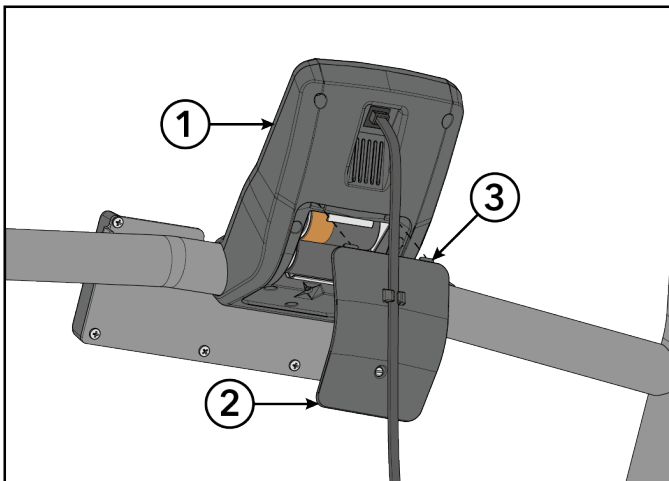
3. **NOTA:** Le batterie devono essere installate nella direzione corretta.

Installare le due batterie come mostrato.



Componente	Descrizione	Qtà.
1	Console	1
2	Batteria, a celle D 1.5V alcalina	2

4. Inserire le due linguette del coperchio di accesso alla batteria nella console.



Componente	Descrizione	Qtà.
1	Console	1
2	Coperchio di accesso alla batteria	1
3	Linguetta	2

5. Serrare la vite del coperchio di accesso alla batteria con un cacciavite a testa piatta.

**NOTA:** Smaltire le batterie correttamente dopo la sostituzione o prima dello smaltimento dell'unità.

## Pianificazione della manutenzione

Tutte le attività di manutenzione dovranno essere eseguite da personale qualificato. In caso contrario, si possono provocare gravi lesioni.

Questo è il servizio minimo raccomandato.

### Determinare la distanza

1. Controllare che le pedane siano completamente ferme.
2. Afferrare il corrimano e salire sulle pedane facendo attenzione.
3. Tenere premute le frecce su ▲ e giù ▼ per 3 secondi.
4. Nel menu **Casella degli strumenti**, andare su **STATISTICHE** con la freccia verso giù ▼.
5. Premere il tasto **Vai/invio** key per entrare nelle **STATISTICHE**.

1. Il **TOTALE ORE DI ACCENSIONE** e il **TOTALE ORE DI FUNZIONAMENTO** sono visualizzati nella schermata **STATISTICHE**.

La durata viene visualizzata come ### : ## : ## (Giorni:Ore:Minuti).

**NOTA:** Un **giorno** è registrato come 24 ore di utilizzo. Non si tratta di giorni usati o di giorni dall'installazione.

6. Registrare il **TOTALE ORE DI FUNZIONAMENTO**.
7. Premere il tasto **Vai/invio** per tornare **INDIETRO** al menu Casella degli strumenti.
8. Premere la freccia giù ▼ per selezionare **ESCI** nel menu di impostazione.
9. Premere il tasto **Vai/invio** per uscire dal **menu Casella degli strumenti**.

### Procedure giornaliere

Vedere le procedure dettagliate nella sezione [Pulire l'unità](#).

1. Pulizia della console
2. Pulizia della base.

### Ogni sei mesi

Il **TOTALE ORE DI FUNZIONAMENTO** per 6 mesi è di circa 6 giorni.

1. Spostare l'unità e passare l'aspirapolvere sotto. Sollevare la parte posteriore dell'unità e spingerla all'indietro rispetto alla sua posizione attuale. Aspirare sotto e riportare l'unità in posizione normale.
2. [Controllare il livello di carica della batteria](#).

### Ogni dodici mesi

Il **TOTALE ORE DI FUNZIONAMENTO** per 12 mesi è di circa 12 giorni.

Contattare un servizio tecnico qualificato per eseguire le seguenti procedure.

1. Ispezionare il montaggio della pendenza.
2. Sostituire i componenti usurati.
3. Lubrificare le boccole della pendenza.

## 5. Caratteristiche tecniche dei prodotti

Classificazione	EN ISO 20957 classe S (Studio)
Precisione	A
Lunghezza montata	71" (180 cm)
Larghezza montata	34,7" (88 cm)
Altezza montata	60,6" (154 cm)
Peso del prodotto	120 kg (265 lb)
Peso di spedizione	150 kg (330 lb)
Livelli di resistenza	Livelli di resistenza del freno da 1 a 10
Gamma di resistenza	Ventola 0-1000 watt, la leva di resistenza (ECB) aggiunge altri 0-400 watt
Sistema freni	Freno a correnti parassite senza spazzole, indipendente dalla velocità
Falcata	Lunghezza fissa di 24" (61 cm)
Allenamenti	Circuito e intervallo
Schermata del display	LCD - schermo a cristalli liquidi
Funzionalità della console	Display grafico: misuratore di livello di resistenza del freno Display numerico: m/km, secondi (conto alla rovescia), passi al minuto (SPM), tempo trascorso, tempo complessivo, watt.
Colori telaio	Casino Black Wrinkle
Peso massimo dell'utilizzatore	158 kg (350 lb)
Alimentatore	Batteria, a celle D 1.5V alcalina (x2)

## 6. Garanzia

### Informazioni sulla garanzia

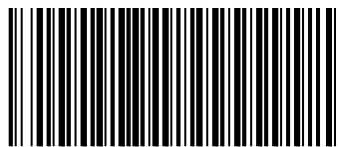
Utilizzare il link qui sotto oppure scansionare il codice QR per accedere alle informazioni sulla garanzia:

<http://lifefitness.com/warranties>









1018738-0008