

TOORX
PROFESSIONAL LINE

MANUALE D'ISTRUZIONI



SKX
AIRMAG 7000



Istruzioni originali in lingua italiana.
**Leggere il manuale con la massima attenzione e
tenerlo sempre a portata di mano vicino al prodotto.**

Codice : GRDLTOORXSKXAM7

Revisione : 00

Edizione : 10/24



INDICE DEGLI ARGOMENTI

1.0	AVVERTENZE DI SICUREZZA	pag.	3
1.1	USO PREVISTO E CONTROINDICATO - CONVENZIONI	pag.	4
1.2	TARGHE ADESIVE SUL PRODOTTO	pag.	5
1.3	CARATTERISTICHE TECNICHE.....	pag.	6
1.4	LIVELLO DI RUMORE.....	pag.	7
2.0	LOCALE DI INSTALLAZIONE DEL PRODOTTO.....	pag.	8
2.1	DISIMBALLO - CONTENUTO SCATOLA	pag.	8
2.2	ASSEMBLAGGIO DEL PRODOTTO.....	pag.	11
2.3	REGOLAZIONI DEL PRODOTTO.....	pag.	19
2.4	SPOSTAMENTO DEL PRODOTTO.....	pag.	20
3.0	PROGRAMMA DI ALLENAMENTO	pag.	21
3.1	USO DEL TRASMETTITORE A FASCIA (OPTIONAL).....	pag.	22
3.2	FUNZIONI DELLA CONSOLE (DISPLAY-SX).....	pag.	23
•	FUNZIONI DELLA CONSOLE (DISPLAY-DX)	pag.	24
3.3	FUNZIONI DELLA CONSOLE (PULSANTI).....	pag.	25
3.4	MODALITÀ QUICSTART - PROGRAMMI COUNTDOWN.....	pag.	26
3.5	PROGRAMMI INTERVALLO.....	pag.	27
3.6	MODALITÀ MEMORIA RISULTATI ALLENAMENTI	pag.	28
4.0	MANUTENZIONE	pag.	29
•	PULIZIA DELL'ATTREZZO	pag.	29
•	SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE	pag.	30
5.0	MESSA FUORI SERVIZIO - SMALTIMENTO.....	pag.	31
6.0	CATALOGO RICAMBI - ORDINE PARTI DI RICAMBIO.....	pag.	31
6.1	ESPLOSO RICAMBI	pag.	32
6.2	LISTA DEI RICAMBI.....	pag.	33
6.3	RICAMBI E LISTA PARTI SISTEMI DI FISSAGGIO.....	pag.	34
7.0	GARANZIA CONVENZIONALE	pag.	35

- **Prima del montaggio e dell'impiego, leggere con la massima attenzione questo manuale d'istruzioni e gli eventuali altri fogli di istruzione allegati.**
- **L'attrezzo è certificato in classe S ed è idoneo per essere installato sia all'interno di palestre, che all'interno di hotel o centri benessere per un uso collettivo.**
Quando l'attrezzo viene installato all'interno di centri fitness, hotel, circoli o club privati è obbligatorio che gli utilizzatori siano in possesso di certificato medico per fini sportivi comprovante l'idoneità all'attività fisica.
- **Usare l'attrezzo solo su una superficie piana e ricoprire il pavimento o la moquette sotto l'attrezzo per evitare danneggiamenti.**
- **Assicurarsi che chi usa l'attrezzo abbia capito bene le istruzioni, sorvegliando le prime fasi dell'allenamento. Il manuale d'istruzioni deve trovarsi sempre vicino all'attrezzo per una rapida consultazione, in caso di necessità.**
- **Assicurarsi che l'attrezzo venga usato solo da persone di età superiore a 16 anni, e da persone che siano in buone condizioni fisiche.**
- **Indossare sempre un abbigliamento adeguato all'attività sportiva, che non ostacoli i movimenti.**
Utilizzare sempre scarpe da ginnastica adatte per la corsa.
- **Quando, durante l'impiego dell'attrezzo, si avvertono giramenti di testa, dolore toracico o sensazione di affanno, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare il proprio medico.**
- **Controllare periodicamente il serraggio della bulloneria nonché l'integrità di tutte le parti dell'attrezzo.**
- **NON installare l'attrezzo all'interno di centri medici; il prodotto non è adatto per scopi riabilitativi.**
- **NON rovinare il display e le parti plastiche dell'attrezzo, con oggetti appuntiti, spazzole o spugne abrasive, o sostanze chimiche aggressive.**
- **NON smontare parti dell'attrezzo, tranne nel caso in cui l'operazione sia specificata nel manuale d'istruzioni.**
- **NON collocare l'attrezzo in scantinati, terrazzi, cantine, zone umide in genere, non lasciarlo esposto ad agenti atmosferici (pioggia, sole, ecc) .**
- **NON permettere a bambini o ad animali di avvicinarsi all'attrezzo. È buona regola porre l'attrezzo all'interno di una stanza dedicata e dotata di porta che impedisca l'accesso a chiunque non sia autorizzato ad avvicinarsi a questo tipo di prodotto.**
- **NON usare mai l'attrezzo se danneggiato o non in perfette condizioni. In caso di guasto e/o cattivo funzionamento dell'attrezzo non manometterlo. Per l'eventuale riparazione rivolgersi solamente ad un centro di assistenza specializzato.**
- **NON indossare un abbigliamento in materiale sintetico o in misto lana che impedisca la traspirazione durante l'allenamento. L'impiego di indumenti inadeguati può comportare problemi di natura igienica ma anche la possibilità di creare cariche elettrostatiche.**

L'attrezzo per uso sportivo descritto in questo manuale permette un allenamento aerobico intenso e sicuro, mobilitando gli arti superiori in simulazione del particolare movimento dello sci nordico, permettendo così il movimento sincrono e ciclico delle braccia, in maniera da potersi mantenere in forma attraverso un allenamento costante e ad alta intensità per un efficace miglioramento delle capacità cardiovascolari e della forza resistente.

Il prodotto è progettato e certificato in classe 'S', per un utilizzo collettivo in ambito professionale (centri fitness e palestre) e può eventualmente essere impiegato anche in circoli, hotel centri benessere, per chi desidera completare l'offerta con un prodotto unico, robusto e conforme agli standard di qualità dell'attrezzatura professionale.

Il prodotto descritto non utilizzabile per fini medici o terapeutici.

È indispensabile seguire tutte le istruzioni e le avvertenze contenute in questo manuale d'istruzioni per poter essere sicuri di allenarsi in sicurezza, sforzi intensi e prolungati richiedono una buona condizione fisica e per questo motivo occorre valutare le controindicazioni d'uso elencate di seguito.

L'impiego del prodotto è vietato nelle seguenti condizioni:

- **utilizzatore di età inferiore a 16 anni;**
- **utilizzatore di peso superiore al limite indicato nella targa e nei dati tecnici;**
- **utilizzatore in stato di gravidanza;**
- **utilizzatore con diabete;**
- **utilizzatore con patologie legate a cuore, ai polmoni, o ai reni.**

La garanzia sul prodotto e la responsabilità del distributore vengono a decadere nei seguenti casi:

- **uso improprio del prodotto diverso da quello specificato nel manuale d'istruzioni;**
- **mancato rispetto degli intervalli e delle modalità della manutenzione;**
- **manomissione del prodotto**
- **impiego di ricambi non originali;**
- **inosservanza degli avvisi di sicurezza riportati nei pittogrammi e nel manuale d'istruzioni;**
- **mancato controllo medico e assenza del certificato per uso sportivo che attesti l'idoneità dell'utilizzatore alla pratica sportiva sotto sforzo.**

Questo manuale contiene tutte le informazioni per l'installazione, la manutenzione e l'uso corretto dell'attrezzo. Gli utilizzatori del prodotto hanno l'obbligo di leggere con la massima attenzione le informazioni contenute in questo manuale per poter così eseguire una installazione sicura e un impiego corretto.

Osservare le indicazioni contenute nel manuale garantisce la massima sicurezza personale ed una maggiore durata del prodotto stesso.

Le avvertenze di sicurezza e le parti di testo rilevanti sono state evidenziate in neretto e sono precedute da simboli qui di seguito illustrati e definiti.



Le informazioni evidenziate da questo simbolo segnalano PERICOLO, prestate la massima attenzione per evitare lesioni personali.



Le informazioni evidenziate da questo simbolo segnalano CAUTELA, prestate la massima attenzione per evitare danni al prodotto

NOTA:

I disegni contenuti nel manuale hanno lo scopo di semplificare e rendere più intuitivi gli argomenti trattati.

Tuttavia, a causa di un costante aggiornamento dei prodotti, è possibile che taluni di questi disegni siano differenti dal prodotto acquistato; in tale eventualità si ricorda che si tratta di aspetti estetici e che la sicurezza e le informazioni sulla stessa restano comunque garantite.

Il costruttore persegue una politica di costante sviluppo ed aggiornamento e può apportare modifiche alle parti estetiche del prodotto senza alcun preavviso.

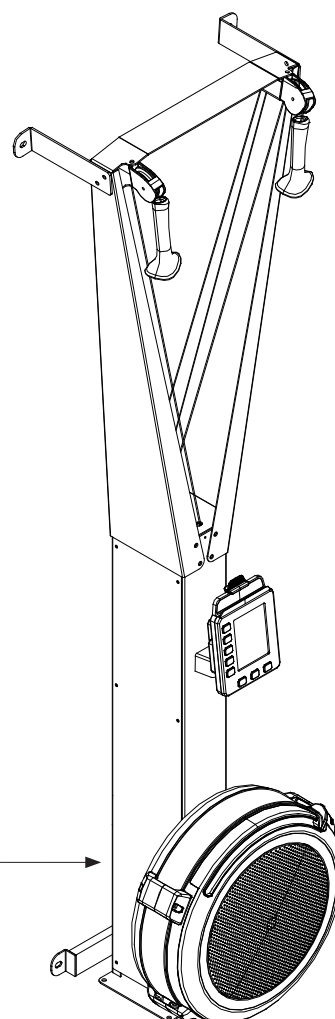
1.2

TARGHE ADESIVE SUL PRODOTTO

- 1) La Targa di Identificazione del prodotto riporta l'indirizzo del distributore, i dati tecnici principali e il numero di serie.
- 2) Simbolo di richiamo all'obbligo di lettura del manuale d'istruzioni prima di compiere qualsiasi operazione di montaggio o qualsiasi intervento di manutenzione del prodotto.
- 3) Simboli di indicazione di conformità del prodotto alle direttive comunitarie che riguardano il trattamento e lo smaltimento di sostanze pericolose in apparecchiature elettriche ed elettroniche.

La targa di identificazione non deve essere rimossa o manomessa, la sigla del modello di prodotto e il numero di serie devono essere sempre citati in caso di richiesta di parti di ricambio.

TCORX Garlando S.p.A. Via Regione Piemonte, 32 - Zona Ind. D1 15068 Pozzolo Formigaro (AL) - ITALY		
Modello-Model	Classe-Class	CE
Numero di serie-Serial number	Anno-Year	✕
Peso-Weight	Peso max utente-Max user weight	Made in



1.3

CARATTERISTICHE TECNICHE

SISTEMA ANTAGONISTA ALLA TRAZIONE	sistema frenante ad aria e magnetico
REGOLAZIONE INTENSITÀ	regolazione manuale su 16 livelli - L1 ÷ L10 con regolatore flusso aria L11 ÷ L16 con sistema combinato: flusso aria + magnetico
INFORMAZIONI CONSOLE	trazioni/minuto, trazioni totali, calorie, calorie/h, tempo, tempo/500 m, tempo medio/500, distanza, distanza/30 minuti, distanza/trazioni, pulsazioni, Watt, Watt medi, livello intensità, ciclo programma, split tempo/500, split calorie, calendario, memoria risultati allenamenti
PROGRAMMI DISPONIBILI	QuickStart, 3 programmi Countdown, 3 programmi a Intervallo
MANIGLIE DI PRESA	ergonomiche con superficie anti sudore e sistema di rotazione a 180°
INGOMBRI PRODOTTO DA PARETE	430 x 540 x 2150 mm
INGOMBRI PRODOTTO + PIATTAFORMA	1270 x 590 x 2178 mm (*)
INGOMBRI PIATTAFORMA	1270 x 590 x 40 mm (*)
PESO PRODOTTO	37,25 kg (peso prodotto imballato: 47,25 kg)
PESO PIATTAFORMA	16 kg (peso piattaforma imballata: 17,20 kg) (*)
RILEVAZIONE CARDIACA	ricevitore HR wireless (**)
CONFORMITA'	Norme : EN ISO 20957-1 (classe S) Direttive : 2001/95/CE - 2014/30/UE - 2014/35/UE - 2011/65/UE
ALIMENTAZIONE	parzialmente auto alimentato tramite generatore elettrico batterie tampone: due batterie da 1,5V di tipo torcia (size D)

(*) Piattaforma Optional

(**) Il ricevitore HR wireless che equipaggia il prodotto è compatibile con trasmettitore a fascia toracica della del tipo non codificato da 5.3 kHz.
Il trasmettitore a fascia toracica non viene fornito con il prodotto, è disponibile su richiesta.

Nella progettazione del prodotto sono state seguite tutte le linee guida per il contenimento delle emissioni sonore bilanciando dinamicamente tutte le parti rotanti.

Il livello di rumore effettivo generato dal prodotto in postazione utente è compreso tra 75 dB(A) e 85 dB(A) a seconda del grado di intensità dell'allenamento.

Altri elementi che possono influenzare e interagire con il livello complessivo del rumore sono:

- la durata di esposizione;
- altri attrezzi in funzione adiacenti al prodotto;
- tipo e caratteristiche dello stabile entro il quale opera il prodotto;
- utilizzo di apposite protezioni acustiche.

Le emissioni del rumore si possono contenere:

- regolando adeguatamente l'intensità dell'esercizio;
- eseguendo la regolare prevista manutenzione degli elementi meccanici, in particolare occorre mantenere libera dalla polvere la grata e il regolatore del flusso dell'aria;
- installando appositi tappeti fonoassorbenti.

Risulta utile ricordare che un'esposizione al rumore prolungata può provocare disturbi alla salute e quindi è obbligatorio adottare opportuni dispositivi di protezione individuale (ad esempio tappi auricolari, cuffie, ecc.).

In questi casi è utile ricordare che il responsabile del centro fitness ha l'obbligo per legge di adottare i seguenti provvedimenti:

- limitare il tempo di esposizione prevedendo una durata massima di utilizzo del prodotto,
- fornire dispositivi di protezione individuale, provvedendo inoltre ad istruire gli utenti sull'uso dei medesimi,
- informare gli utenti sui rischi derivanti da una prolungata esposizione al rumore.

2.0

LOCALE DI INSTALLAZIONE DEL PRODOTTO

CARATTERISTICHE DELL'AMBIENTE:

- L'ambiente idoneo per l'installazione e la conservazione del prodotto deve essere:
 - coperto e sufficientemente ampio,
 - dotato di illuminazione artificiale e naturale adatta,
 - dotato di una o più finestre di aerazione,
 - con temperatura operativa tra 5°C e 32°C,
 - con umidità relativa percentuale tra 20% e 90%.

Il prodotto **NON** deve essere installato all'aperto o in locali umidi o esposti ad atmosfera salina.

CARATTERISTICHE DEL PAVIMENTO:

- Il suolo idoneo per la collocazione del prodotto deve essere:
 - con pavimentazione perfettamente in piano,
 - con solaio di portata adeguata al peso del prodotto.

La pavimentazione realizzata in materiali di pregio (ad esempio: moquettes o parquet) deve essere protetta con una lastra di gomma o dei ritagli di feltro nelle zone d'appoggio.

REQUISITI DEL LOCALE D'INSTALLAZIONE:

- La zona della stanza nella quale si posiziona il prodotto non deve essere esposta al sole, se presente una grossa superficie finestrata occorre provvedere interponendo una tenda coprente di protezione. Il prodotto deve essere tenuto lontano anche dai sistemi di condizionamento e riscaldamento dell'aria, per evitare, durante l'allenamento, di essere investiti da fonti di ventilazione.

REQUISITI DI SICUREZZA:

- Assicurarsi che il supporto sulla quale si intende fissare il prodotto sia liscio e piano e soprattutto adeguatamente solido, tale da sostenere il carico e le sollecitazioni che vengono impresse sullo stesso, inoltre lo strato di intonaco non deve essere friabile o presentare crepe.
- Non fissare mai l'attrezzo su supporti in gasbeton o cartongesso.
- Prima di perforare la parete idonea al supporto del prodotto assicurarsi che in essa non siano presenti tubazioni dell'acqua oppure cavi elettrici.

2.1

DISIMBALLO - CONTENUTO SCATOLA

L'imballo è costituito da una scatola in cartone chiusa con punti metallici e nastri di reggiatura.

Per sollevare e spostare la scatola chiedere l'aiuto di altre persone, nel caso di imballi voluminosi e pesanti.

Quando si depone la scatola sul pavimento rispettare l'indicazione "Lato Alto", segnalato dalla freccia apposita stampata sul cartone. Per aprire la scatola, tagliare i nastri di reggiatura con delle forbici, poi con una pinza rimuovere ed eliminare gli eventuali punti metallici di chiusura.



Si consiglia di non danneggiare l'imballo originale e possibilmente di conservarlo; questo nell'eventualità che il prodotto presenti dei difetti e sia necessaria la riparazione o la sostituzione in garanzia.

Dopo aver tolto il prodotto dalla scatola, verificate eventuali danni subiti durante il trasporto e controllate la presenza di tutte le parti illustrate alla pagina seguente.



L'imballo è soggetto alle disposizioni del Regolamento (UE) 2025/40; per lo smaltimento degli elementi da imballo rispettare le norme locali per il recupero e il riciclaggio dei materiali. Gli elementi dell'imballo (cartone e sacchetti), non devono essere lasciati alla portata dei bambini, in quanto potenziali fonti di pericolo.

Elenco materiali dell'imballo e loro conferimento:



Cartone ondulato - (imballo esterno)
smaltimento carta cartone



Polistirolo - (imballo di protezione)
smaltimento plastica

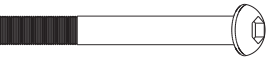
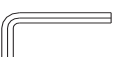
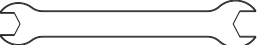


Buste in plastica - (contenimento accessori)
smaltimento plastica

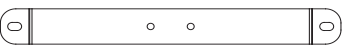
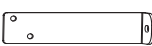
- Blister termoformato – indifferenziata

FERRAMENTA DI MONTAGGIO

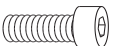
Ferramenta di montaggio struttura portante :

Disegno componente	nr. comp.	Descrizione	Q.tà
	#71	Rondella piana M8	13
	#72	Dado autobloccante M8	1
	#82	Vite a esagono incassato M8x75 mm	1
	#87	Vite a esagono incassato M8x15 mm	12
	#89	Chiave a brugola 6mm	1
	#88	Chiave aperta 13-15	1

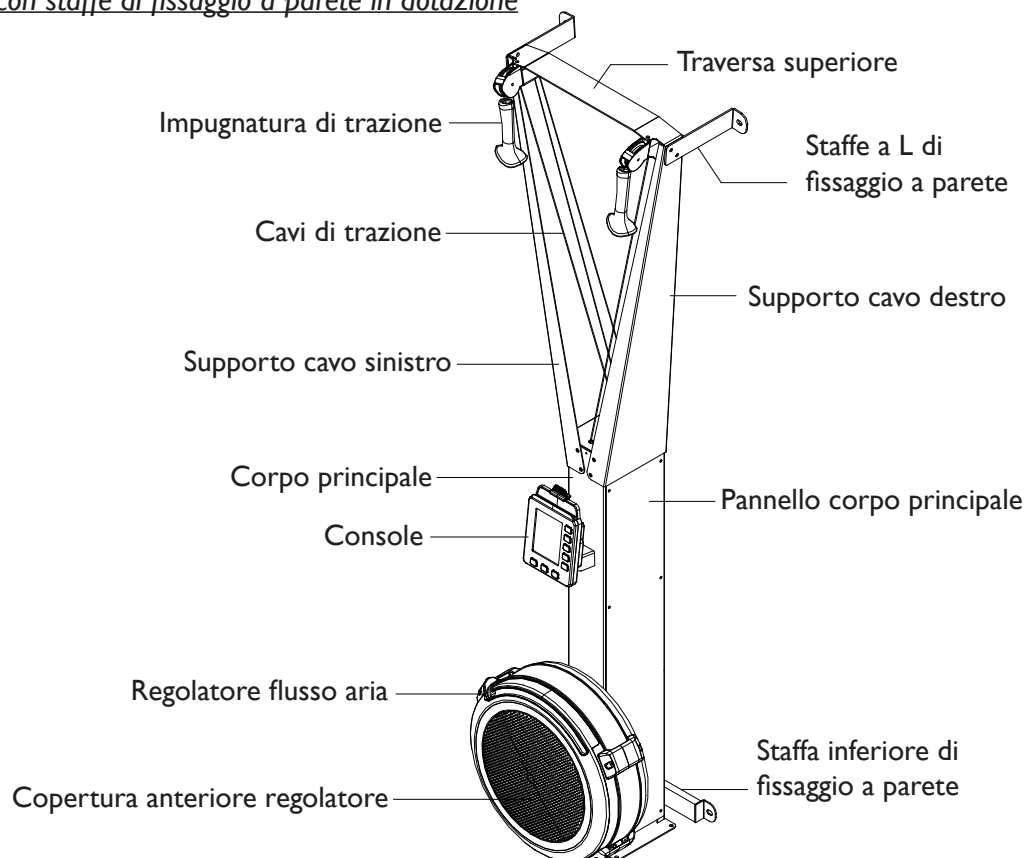
Ferramenta di montaggio elementi di fissaggio a parete :

Disegno componente	nr. comp.	Descrizione	Q.tà
	8	Lower Wall Mounting Bracket	1
	9L	Upper Left Wall Mounting Bracket	1
	9R	Upper Right Wall Mounting Bracket	1
	54	Vite autofilettante ST8x50 mm	4
	53	Vite a t. esagonale M8x35 mm	2
	71	Rondella piana M8	2
	55	Rondella piana Ø22xØ9x2.0 mm	4

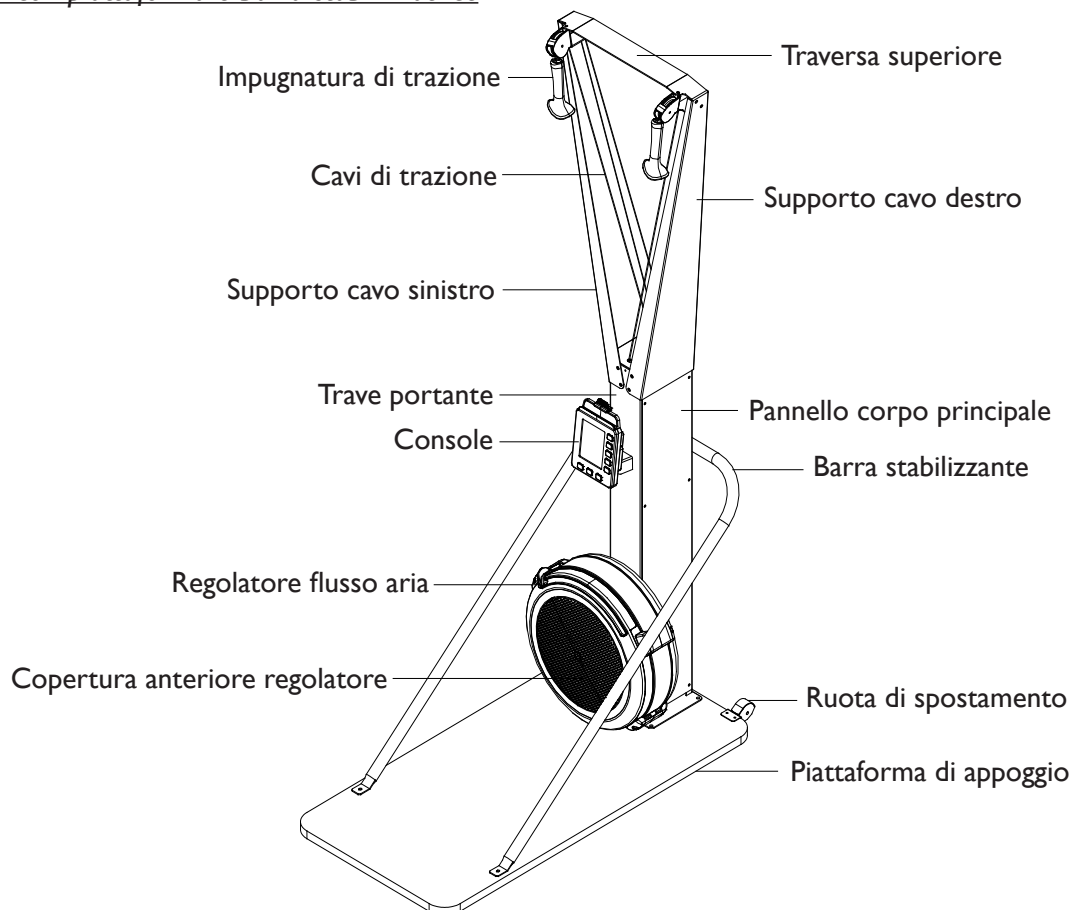
Ferramenta di montaggio piattaforma autoportante (optional) :

Disegno componente	nr. comp.	Descrizione	Q.tà
	#71	Rondella piana M8	6
	#83	Vite a esagono incassato M8x30 mm	6
	#84	Vite a esagono incassato M8x50 mm	2
	#85	Rondella curva M8	2
	#90	Chiave a brugola 5mm	1

Configurazione STANDARD con staffe di fissaggio a parete in dotazione



Configurazione OPTIONAL con piattaforma e barra stabilizzatrice



2.2

ASSEMBLAGGIO DEL PRODOTTO

Dopo l'apertura dell'imballo originale nel luogo scelto per l'installazione del prodotto, per agevolare le operazioni di assemblaggio, predisporre nella stanza una zona libera da elementi d'arredo o altri attrezzi; quindi rimuovere prima la traversa superiore con le annesse impugnature, poi il corpo principale (sollevato da due persone) e distenderlo sul pavimento orientando il regolatore aria verso il soffitto.



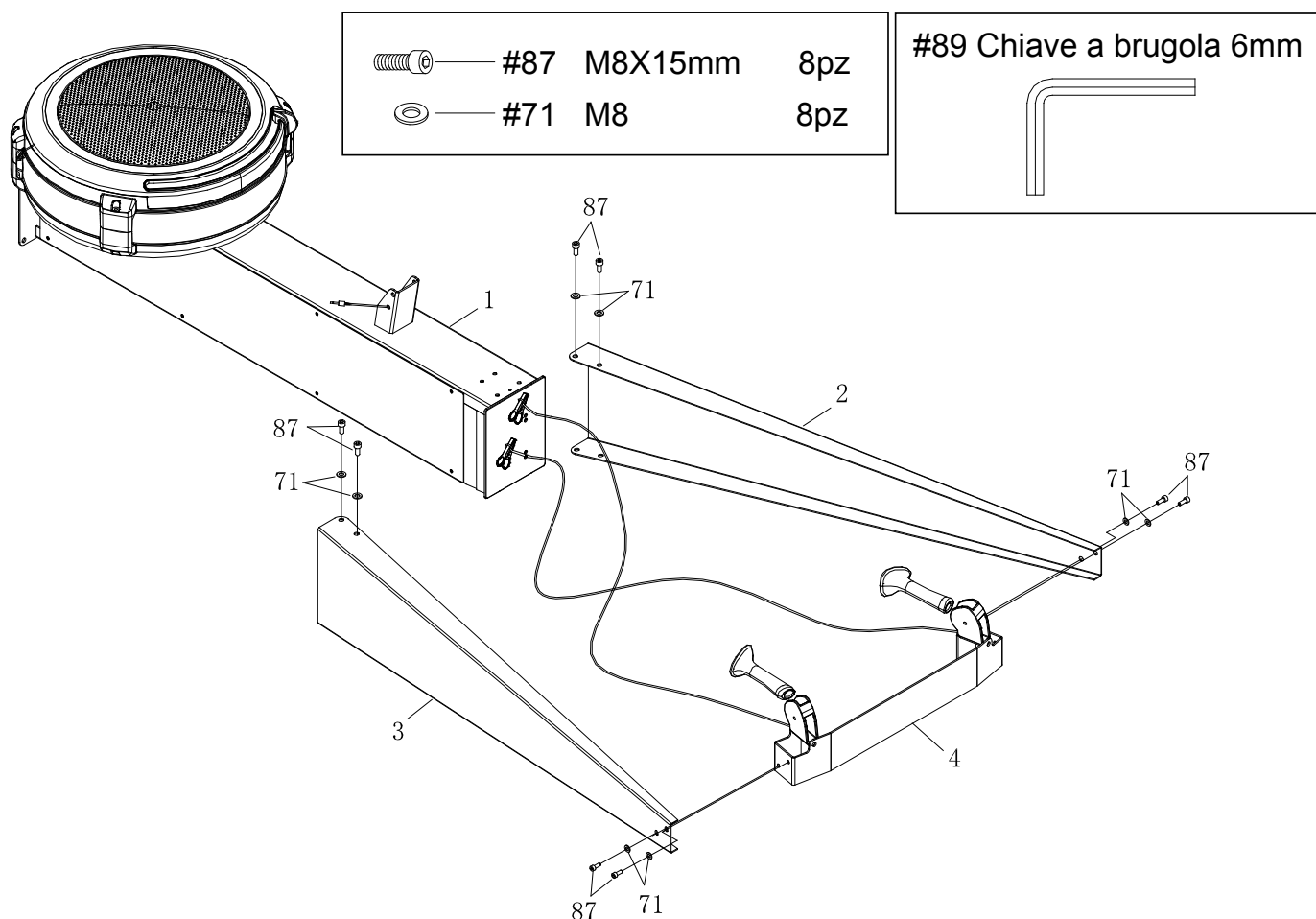
Il corpo principale non deve mai essere appoggiato con il regolatore flusso aria rivolto verso pavimento per evitare che si possa danneggiare lo stesso.

Montaggio supporti cavi di trazione e traversa superiore

- Dopo aver disteso sul pavimento il corpo principale **1** accoppiare ai suoi lati i due supporti cavi di trazione di destra **3** e sinistra **2** serrando in ciascuno due viti **87** [M8x15 mm] corredate di rondelle piane **71** [M8].

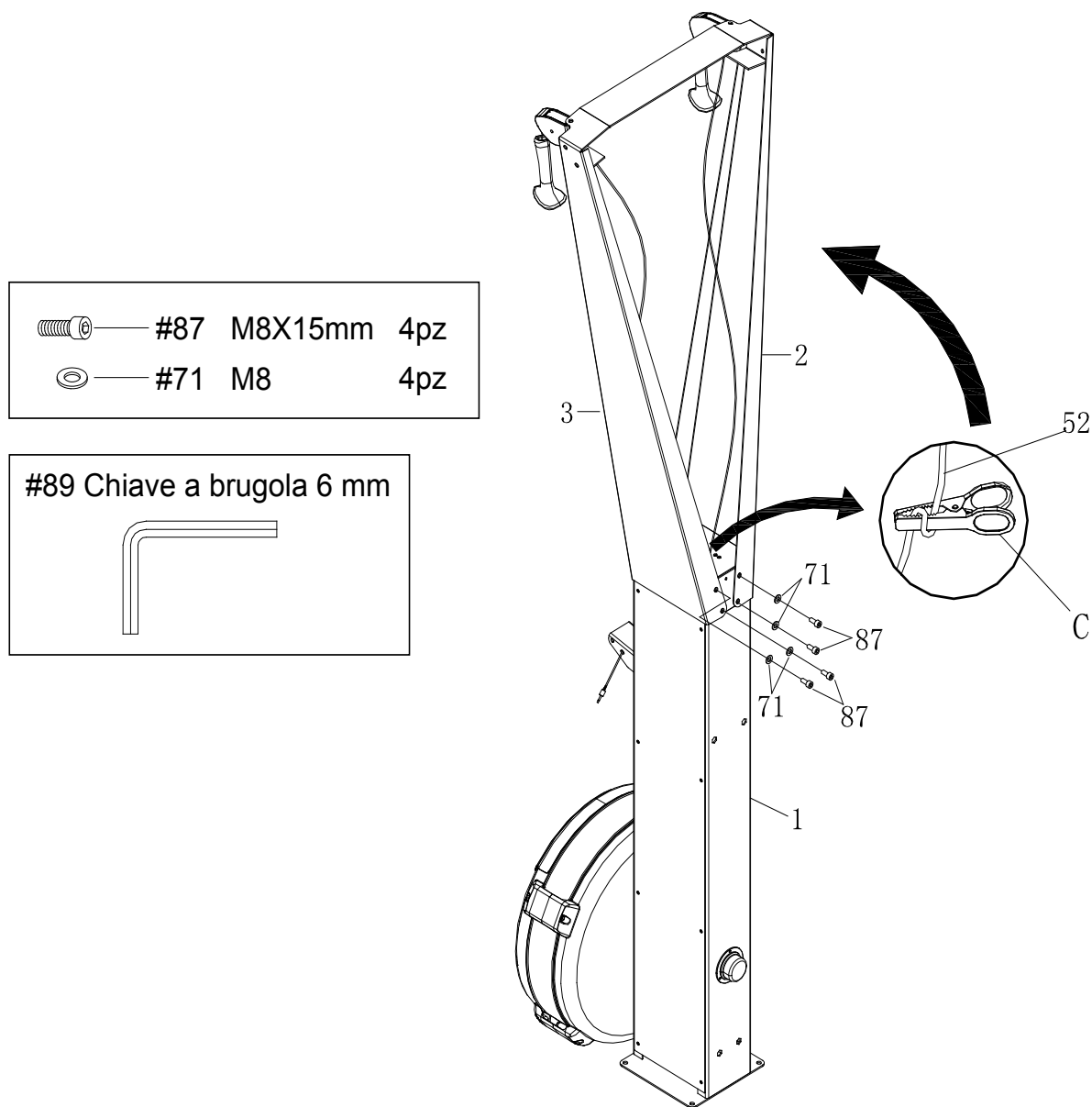
NOTA: prima di procedere all'assemblaggio verificare che i cavi di trazione non siano annodati tra loro.

- Fissare la traversa superiore **4** ai due supporti cavi di trazione di destra **3** e sinistra **2** serrando quattro viti **87** [M8x15 mm] corredate ciascuna di una rondella piana **71** [M8].



Completamento montaggio supporti cavi di trazione

- Con l'aiuto di una seconda persona sollevare il corpo principale e mantenerlo in verticale mentre vengono assicurati i due supporti cavi di trazione di destra **3** e sinistra **2** serrando nella parte posteriore due viti **87** [M8x15 mm] corredate di rondelle piane **71** [M8].
- Dopo aver assemblato i supporti dei cavi di trazione, rimuovere le due pinze **C** di bloccaggio due cavi di trazione **52**.



Montaggio console

- Installare due batterie (da 1,5Vdc size D, tipo torcia) nel lato posteriore della console, per l'installazione riferirsi alle istruzioni descritte nel capitolo della Manutenzione, Sostituzione batterie.
- Fissare la console **14** sulla slitta di supporto del corpo principale **1** serrando una vite **82** [M8x75 mm] con un dado autobloccante **72** [M8] completo di rondella piana **71** [M8].
- Collegare il connettore del cavo **123** del sensore conta trazioni alla presa dedicata posta nel retro della console **14**.



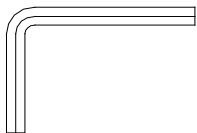
PERICOLO

Durante le operazioni di montaggio svolte con il corpo principale in posizione verticale una seconda persona deve mantenere in sicurezza il corpo principale per evitare che possa cadere.

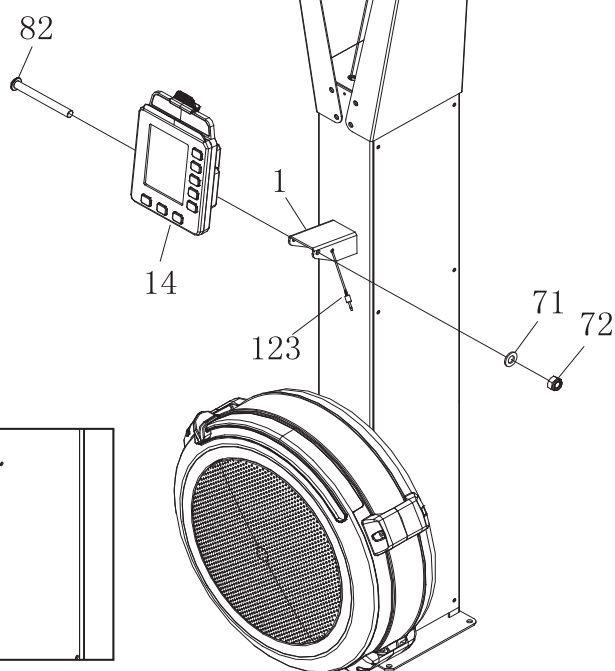
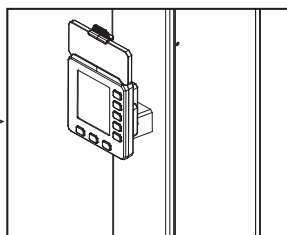
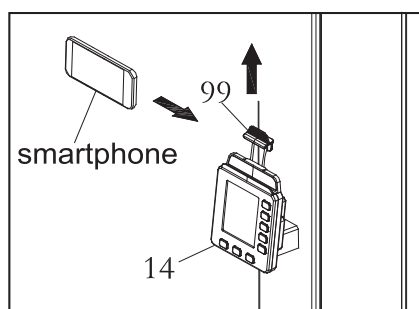
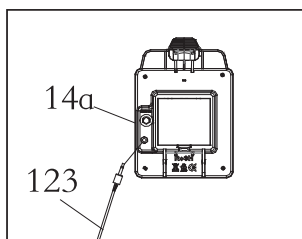
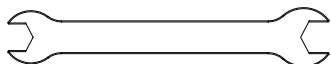
- Lo stand di supporto smartphone **99** può adattarsi per ospitare dispositivi di diversa dimensione. Sollevare lo stand **99** e fare scorrere lo smartphone nello spazio tra lo stand e la console **14**, nel modo raffigurato. Abbassare lo stand **99** per agganciare lo smartphone e bloccarlo in posizione.

	#82	M8X75mm	1pz
	#71	M8	1pz
	#72	M8	1pz

#89 Chiave a brugola 6mm



#88 Chiave aperta 13-15



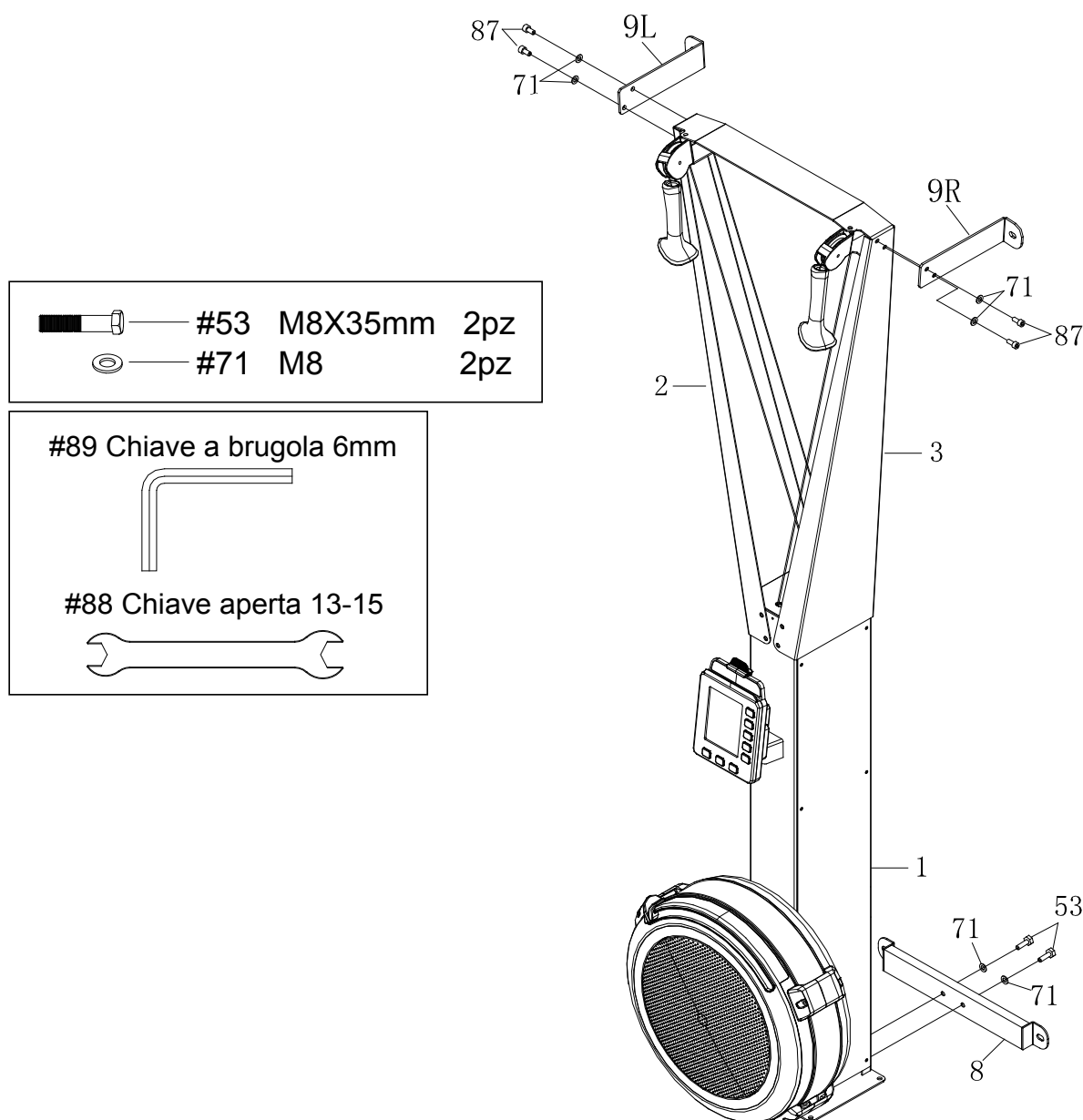
Montaggio ancoraggi di fissaggio a parete

- Mantenendo l'orientamento illustrato in figura allineare la staffa inferiore di fissaggio a parete **8** sui due fori preposti nella parte posteriore del corpo principale **1**, quindi serrare due viti **53** [M8x35 mm] corredate di rondelle piane **71** [M8].
- Rimuovere dall'estremità superiore del supporto cavo di trazione di sinistra **2** due viti **87** [M8x15 mm] con le annesse rondelle piane **71** [M8], quindi posizionare nei medesimi fori e nel modo raffigurato la staffa superiore SX **9L** e fissarla serrando nuovamente le viti **87** [M8x15 mm] corredate di rondella piana **71** [M8].

- Rimuovere dall'estremità superiore del supporto cavo di trazione di destra **3** due viti **87** [M8x15 mm] con le annesse rondelle piane **71** [M8], quindi posizionare nei medesimi fori e nel modo raffigurato la staffa superiore DX **9R** e fissarla serrando nuovamente le viti **87** [M8x15 mm] corredate di rondelle piane **71** [M8].



Durante le operazioni di montaggio svolte con il corpo principale in posizione verticale una seconda persona deve mantenere in sicurezza il corpo principale per evitare che possa cadere.



Fissaggio a parete

- Il fissaggio del prodotto alla parete deve essere eseguito tenendo conto dello specifico materiale di supporto presente nella parete scelta per l'installazione.

È obbligatorio rivolgersi a specialisti di settore per conoscere la soluzione più idonea per poter fissare in sicurezza il prodotto allo scopo di non arrecare danni al supporto o peggio, realizzare un attacco inaffidabile per la propria incolumità.

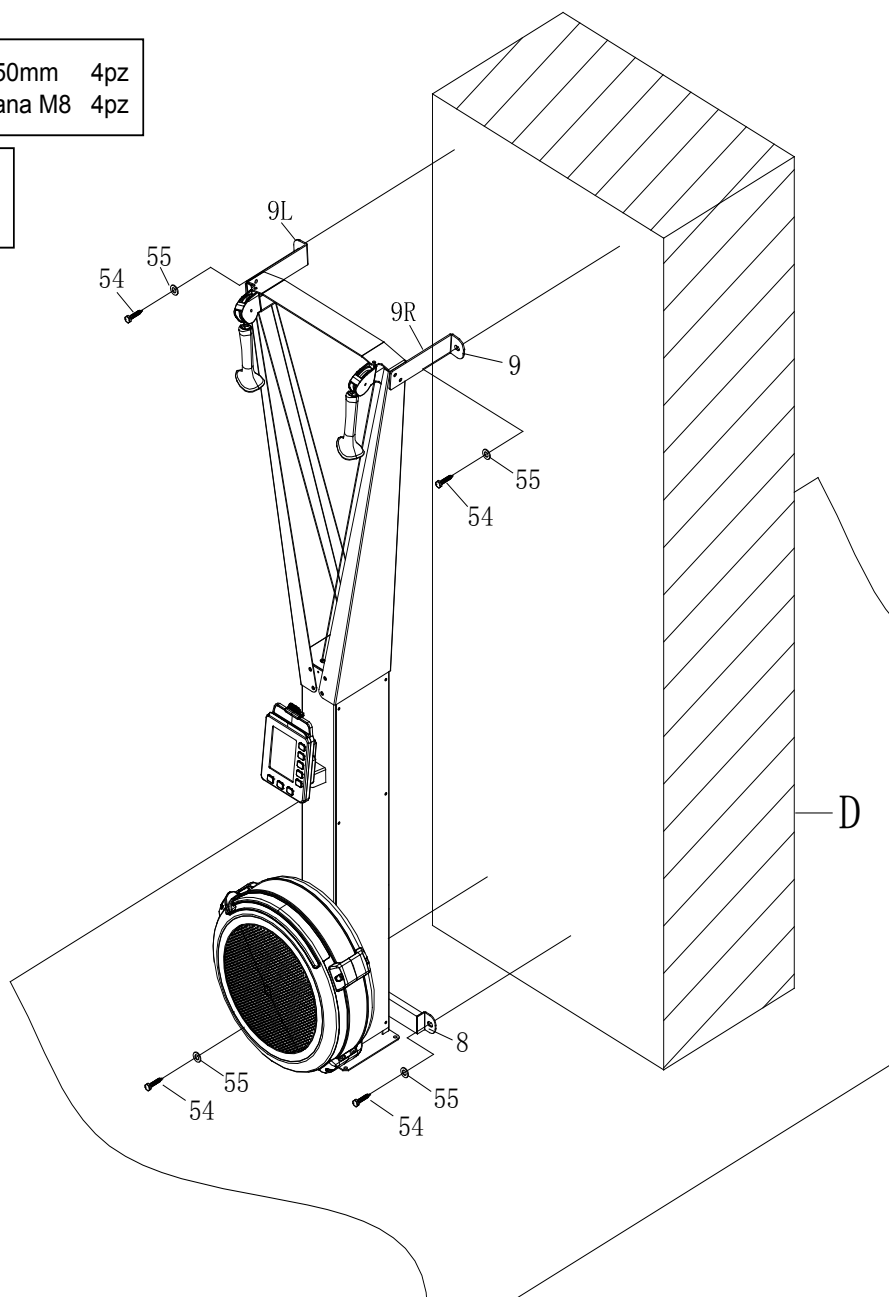
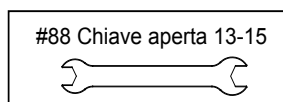
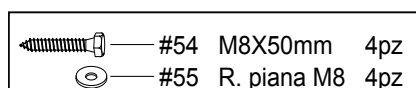
- Accostare l'attrezzo alla parete idonea **D**, prevista per il fissaggio e con una matita tracciare la sagoma dei punti nei quali praticare i fori di fissaggio.

- Praticare i fori nei punti di fissaggio, inserire i tasselli idonei, secondo le indicazioni di personale qualificato del settore, quindi allineare i fori delle asole nei punti di fissaggio della staffe e avvitare quattro viti **54** [M8x50 mm] corredate di rondelle piane **55** [M8].



PERICOLO

Durante le operazioni di montaggio svolte con il corpo principale in posizione verticale una seconda persona deve mantenere in sicurezza il corpo principale per evitare che possa cadere.

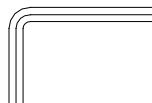


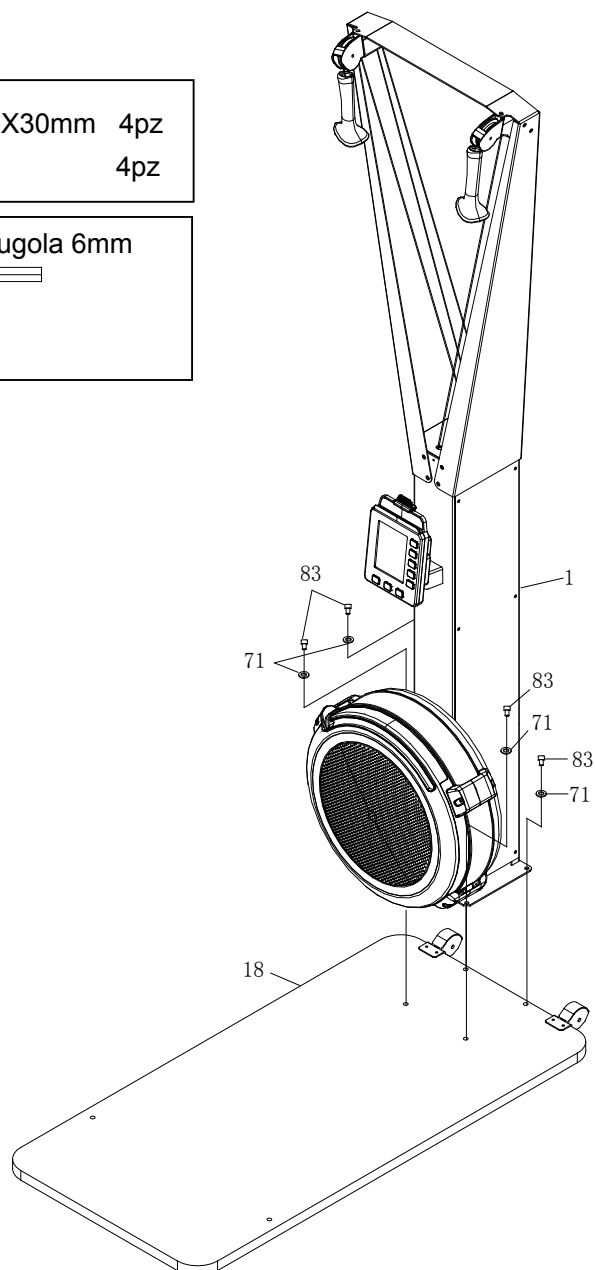
Montaggio piattaforma autoportante optional

- Sollevare e allineare il corpo principale **1** sui quattro fori predisposti ad una estremità della piattaforma opzionale **18**, quindi serrare quattro viti **83** [M8x30 mm] corredate di rondelle piane **71** [M8].



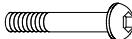
L'operazione di sollevamento e montaggio del corpo principale deve essere eseguito da almeno tre persone.

	#83	M8X30mm	4pz
	#71	M8	4pz
#89 Chiave a brugola 6mm			
			

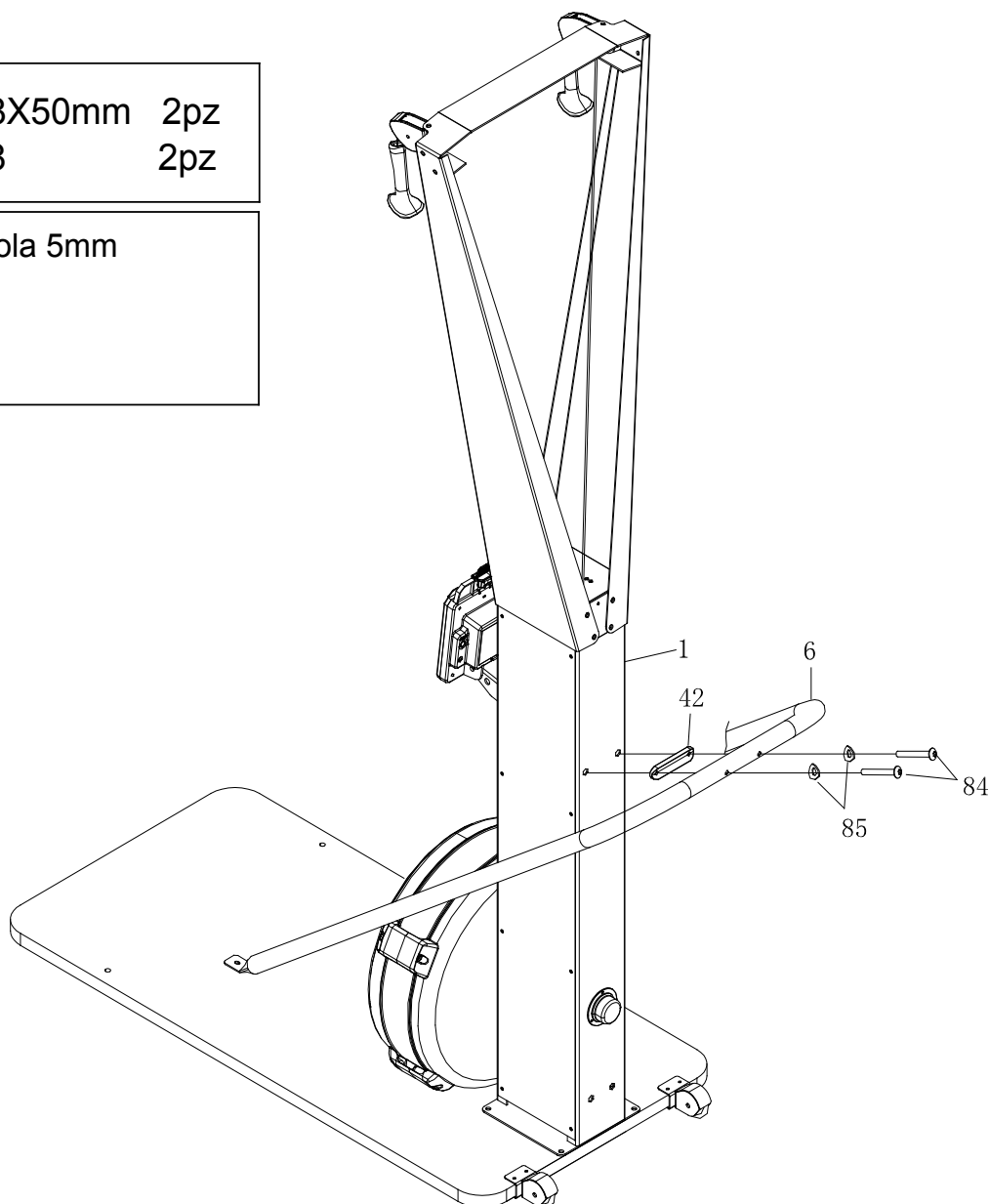
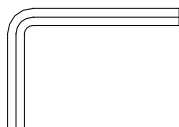


Montaggio barra stabilizzante

- Accoppiare la barra stabilizzante **6** nella parte posteriore del corpo principale **1** attraverso il distanziale **42**, fissare la barra stabilizzante **6** serrando due viti **84** [M8x50 mm] corredate di rondelle piane **85** [M8].

	#84	M8X50mm	2pz
	#85	M8	2pz

#90 Chiave a brugola 5mm

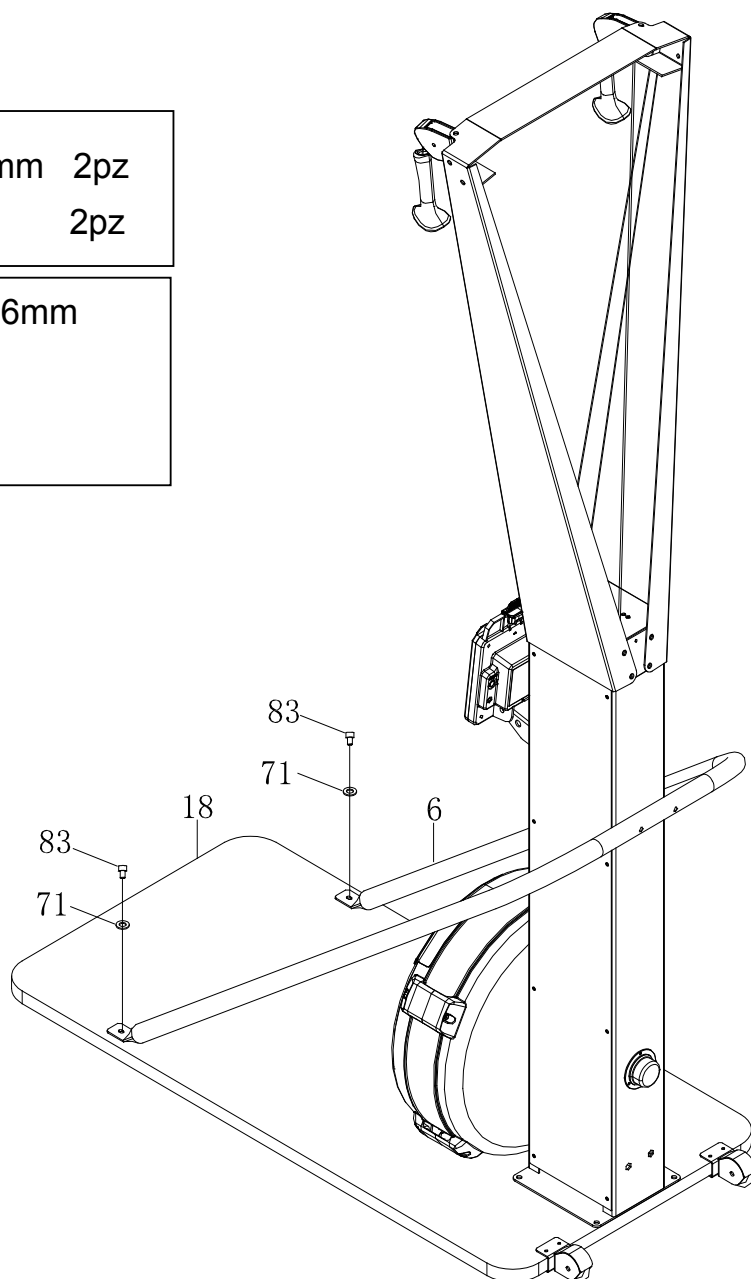
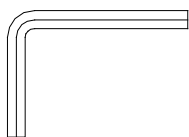


Completamento montaggio piattaforma

- Accoppiare la parte anteriore delle barre stabilizzanti **6** sulla piattaforma **18**, fissare le barre stabilizzanti **6** serrando due viti **83** [M8x30 mm] corredate di rondelle piane **71** [M8].

	#83	M8X30mm	2pz
	#71	M8	2pz

#89 Chiave a brugola 6mm



2.3

REGOLAZIONE INTENSITÀ

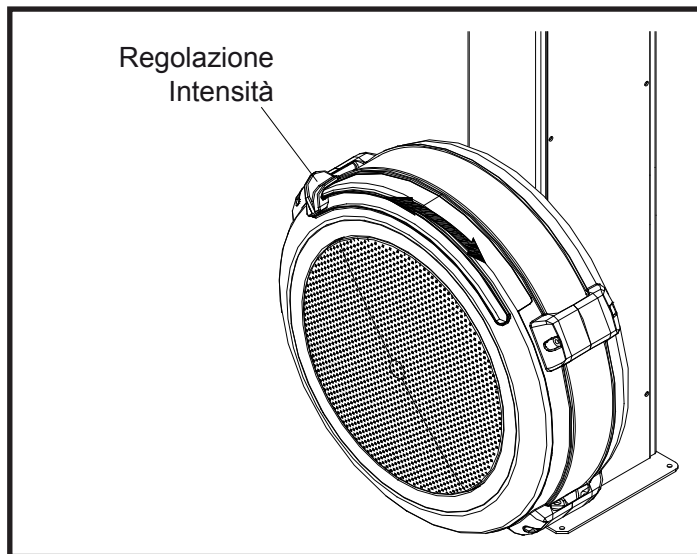
Per regolare l'intensità delle trazioni ai cavi si deve agire manualmente prima di compiere un esercizio ruotando il regolatore flusso aria sul livello desiderato (su una scala di 16 livelli. L1 = bassa intensità - L16 = alta intensità).

I livelli da L1 a L10 sono regolati con sistema puramente ad aria, mentre i livelli da L11 a L16 combinato il sistema ad aria con sistema a induzione magnetica.

Ecco alcuni suggerimenti per regolare il livello di resistenza appropriato. Per ottenere un allenamento cardiovascolare efficace occorre provare diversi livelli di resistenza e trovare la forza di allenamento adatta che può durare la maggior parte dell'allenamento. L'intervallo di impostazione del livello di resistenza inferiore si concentra maggiormente sulla resistenza, mentre un intervallo di impostazione del livello di resistenza più elevato si concentra maggiormente sulla potenza.

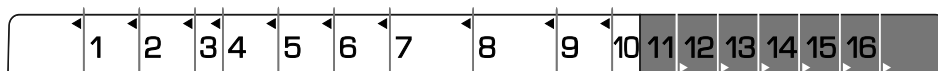
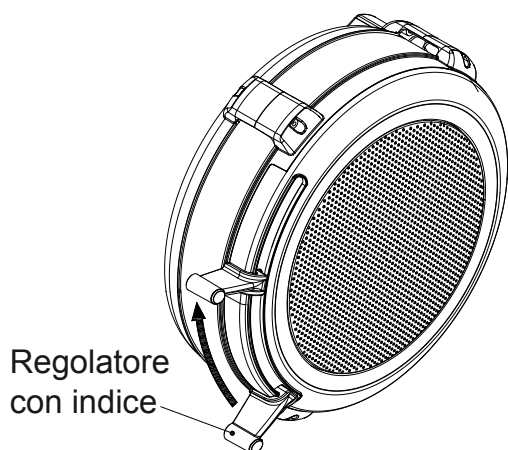
Per impostare l'intensità desiderata, sul regolatore sono presenti sedici numeri indicanti il livello di intensità corrispondente che vanno allineati all'indice di riferimento.

Nota: la posizione della freccia del livello di resistenza è solo di riferimento. Si prega di ricontrollare che il livello di resistenza effettivo venga visualizzato sulla console.



Dal livello 1 al 10, la posizione del livello di resistenza si trova sull'indice della freccia, leggermente sotto ogni numero di livello. Spostare la leva del regolatore di intensità sulla freccia sotto il numero del livello preferito.

Dal livello 11 al 16, la posizione del livello di resistenza si trova sul segno della freccia leggermente sopra ogni numero di livello. Si prega di spostare la leva del regolatore di intensità sulla freccia sopra il numero del livello rosso preferito.



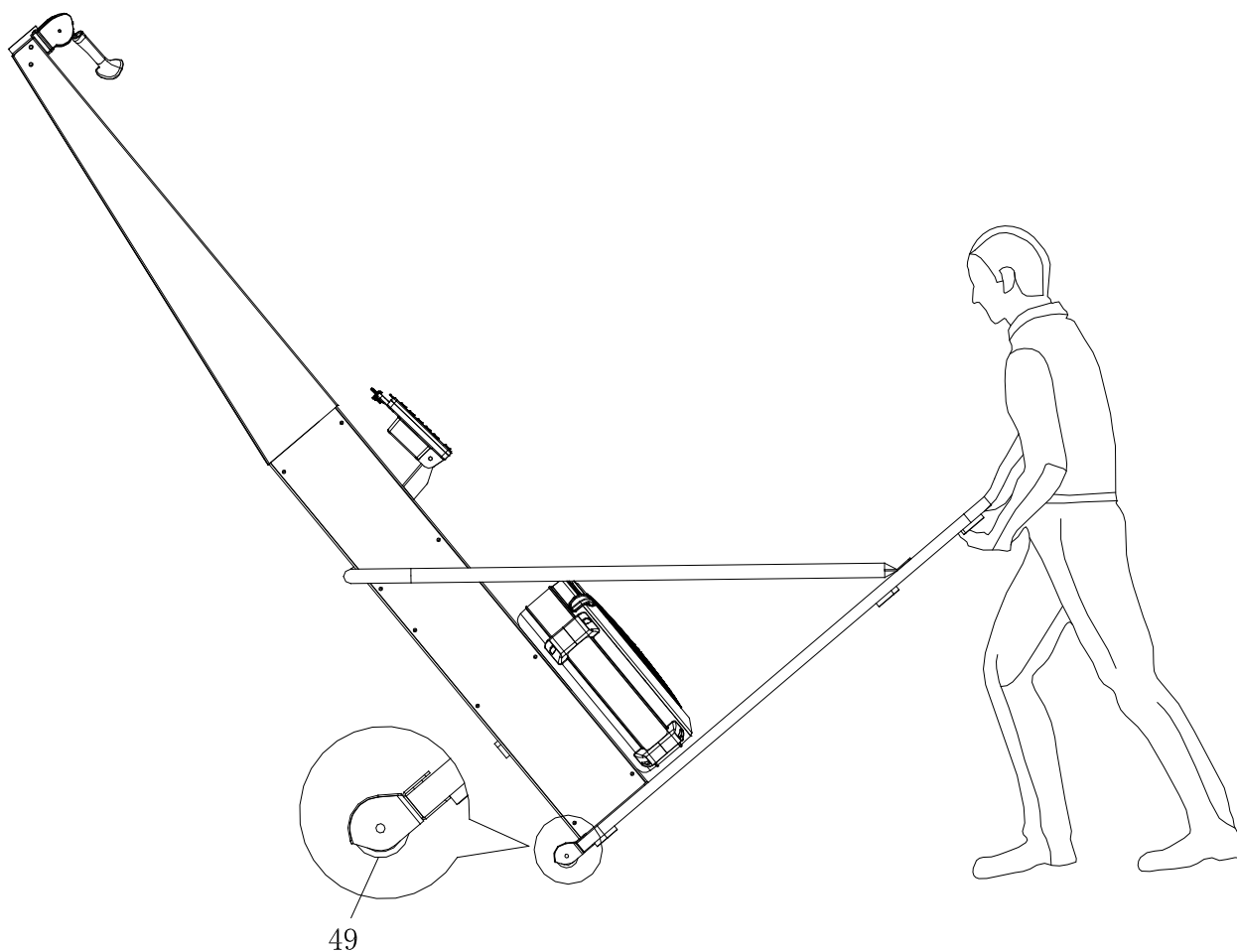
2.4

SPOSTAMENTO DEL PRODOTTO

- Per i piccoli spostamenti all'interno della stanza occorre afferrare con le mani la base della piattaforma dal lato posteriore e facendo forza con le braccia inclinare l'attrezzo fino a portarlo in equilibrio sulle ruote di spostamento anteriori **49**.
- Spingere l'attrezzo in avanti facendolo scorrere sulle due ruote fino al punto desiderato, dopodichè abbassarlo accompagnando delicatamente la piattaforma di appoggio a contatto sul pavimento.



Per lo spostamento del prodotto non utilizzare mai la barra stabilizzatrice per sollevare la piattaforma, questo per evitare di danneggiare il prodotto.



3.0

PROGRAMMA DI ALLENAMENTO

Prima di cominciare ad utilizzare il prodotto è consigliato consultare il proprio medico per una verifica delle condizioni fisiche e per valutare con lui particolari precauzioni conseguenti alla pratica di questa attività fisica.

Per coloro che iniziano ad utilizzare il prodotto senza alcun allenamento, è necessario un approccio tranquillo, limitando le sedute di utilizzo a non più di tre settimanali e mantenendo dei tempi e delle velocità minime, sia per prendere confidenza con i comandi della console che per distaccarsi lentamente dalla sedentarietà.

Per coloro che già praticano attività sportiva ed intendono utilizzare il prodotto come coadiuvante dei loro esercizi, si consiglia di rivolgersi ad un personal trainer per la programmazione delle sessioni allenanti e la realizzazione della scheda di allenamento.

Monitorando le pulsazioni cardiache durante l'allenamento si può finalizzare la propria attività per 3 obiettivi:

- **dimagrimento:** mantenendo un regime cardiaco tra **60% e 75%** si possono consumare calorie senza dover fare sforzi;
- **miglioramento capacità respiratorie:** mantenendo un regime cardiaco tra **75% e 85%** si possono allenare i polmoni, lavorando a regime aerobico;
- **miglioramento capacità cardiovascolari:** mantenendo un regime cardiaco tra **85% e 95%** si può allenare il cuore lavorando, a regime anaerobico.

L'uso del prodotto deve essere coadiuvato in tre fasi.

RISCALDAMENTO: prima di affrontare un allenamento servendosi del prodotto è sempre bene fare alcuni esercizi per il riscaldamento e lo scioglimento dei muscoli, giusto per portare il corpo in temperatura e preparare cuore e polmoni.

ALLENAMENTO: partire a regime ridotto e dopo il riscaldamento aumentare progressivamente l'intensità dell'esercizio fino a quando il battito cardiaco raggiunge il valore di soglia desiderato.

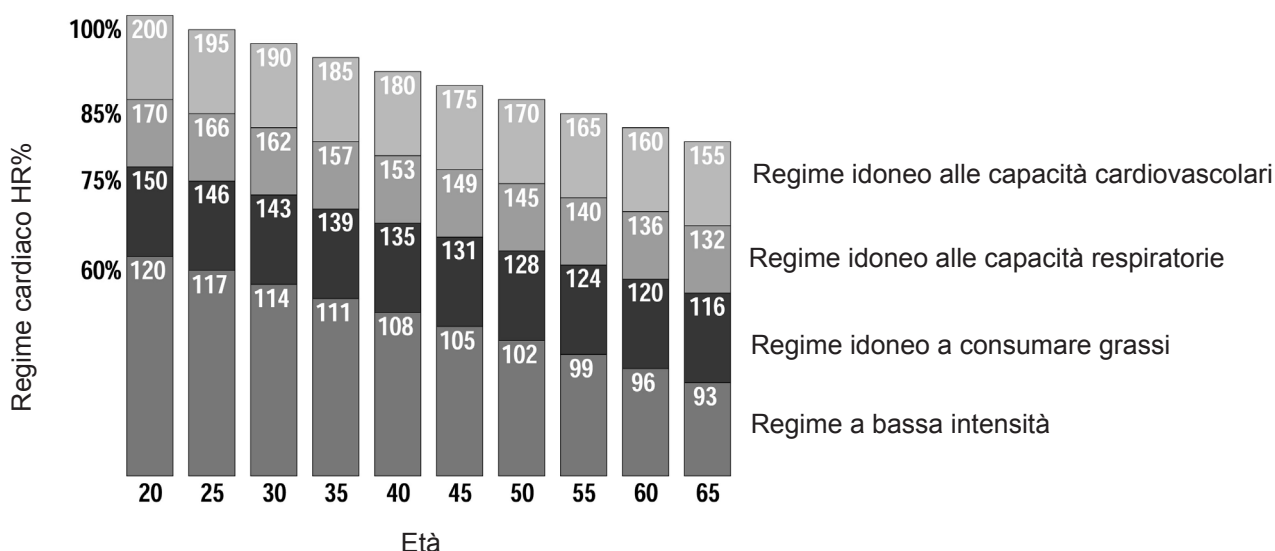
Mantenere costante la frequenza cardiaca nella fase desiderata in base al proprio "obiettivo" (dimagrimento, miglioramento capacità respiratorie oppure miglioramento capacità cardiovascolari).

Durante le prime settimane d'impiego, le sedute di allenamento non devono essere protratte per più di 20 minuti; una volta acquisita confidenza e capacità, le sedute possono essere portate fino a 60 minuti.

RAFFREDDAMENTO: al termine della seduta di utilizzo del prodotto, rilassarsi praticando il defaticamento per alcuni minuti con degli esercizi di stretching.



L'attività in regime di allenamento anaerobico è consentita solo da sportivi professionisti bene allenati.



3.1

USO DEL TRASMETTITORE A FASCIA (OPTIONAL)



- **Prima di utilizzare il trasmettitore a fascia leggere con attenzione le istruzioni di questa pagina e quelle eventuali fornite dal costruttore.**
- **Dopo ogni utilizzo staccare il trasmettitore dalla fascia elastica, pulirli dal sudore e asciugarli accuratamente.**
- **Pulire il trasmettitore con un panno umido e sapone neutro, la fascia elastica deve venire lavata regolarmente, si consiglia il lavaggio in lavatrice, assieme agli indumenti sportivi, ad una temperatura inferiore a 40°.**
- **Fascia e trasmettitore devono essere conservati fuori da cassetti, buste chiuse o altri contenitori, si consiglia di appenderli ad una parete, in modo che sia garantita la perfetta asciugatura.**

Il trasmettitore a fascia toracica non viene fornito con il prodotto, è disponibile su richiesta.

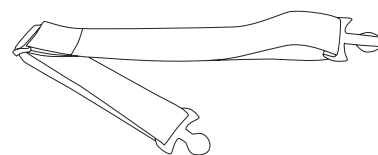
Il trasmettitore è del tipo non codificato, con range di frequenza compatibile con prodotti Polar® ed è costituito da due elementi: il trasmettitore che invia i segnali radio alla console e la fascia elastica che permette il bloccaggio del trasmettitore al torace.

Per le istruzioni specifiche del trasmettitore a fascia toracica, riferirsi ai fogli di istruzione presenti all'interno della confezione del prodotto stesso.

- 1) Agganciare un'estremità del trasmettitore alla fascia elastica.
- 2) Regolare la lunghezza della fascia elastica (in base al proprio torace), agendo sull'apposita fibbia.
Posizionare la fascia elastica appena sotto ai pettorali, come mostrato, quindi agganciare l'altro capo della fascia elastica al trasmettitore.
- 3) Sollevare il trasmettitore e inumidire con le dita bagnate d'acqua gli elettrodi posti sul retro.
- 4) Verificare che la superficie con gli elettrodi aderisca bene sulla pelle.

L'indicazione delle pulsazioni cardiache misurate tramite la fascia è soltanto un valore di riferimento utile a monitorare la frequenza del cuore a seconda del regime di allenamento che si intende svolgere e per ottenere un riferimento per il consumo calorico.

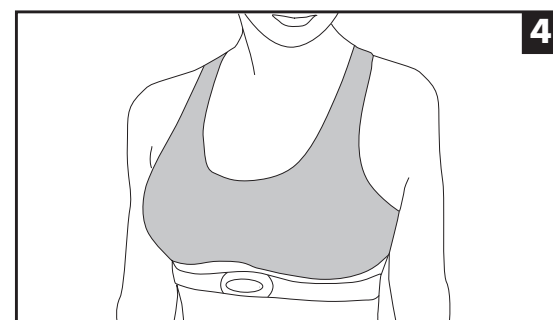
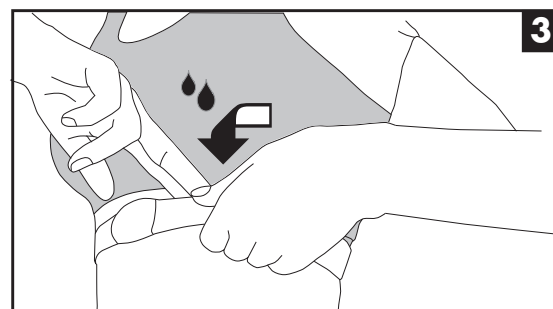
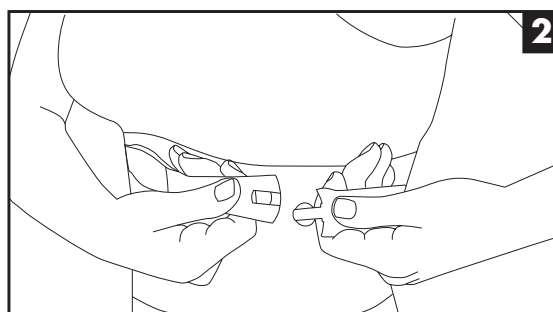
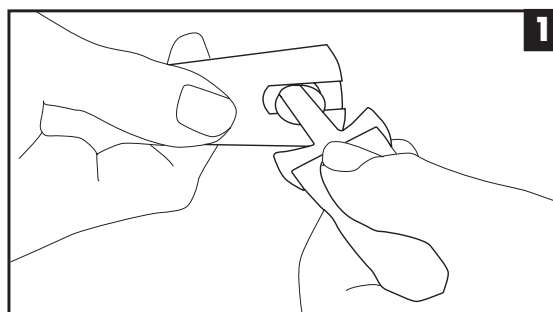
In nessun caso la misura rilevata dal trasmettitore può essere considerata come dato medico.



Fascia elastica



Trasmettitore



3.2

FUNZIONI DELLA CONSOLE (DISPLAY- SX)

DURATA - CALENDARIO OROLOGIO

- Il tempo di durata viene accumulato in tutte le modalità di allenamento; il display visualizza il tempo di durata dell'esercizio partendo da zero fino a 17h:59m:59s (in modalità QuickStart è limitato a 02h:34m:59s).
- Nel Programma Tempo Countdown, il display visualizza il conteggio alla rovescia dal tempo impostato fino a zero.
- Il calendario con orologio viene visualizzato solo nelle modalità Risparmio Energia e in Memoria Allenamenti.

TEMPO/500 - TEMPO MEDIO/500 - TEMPO RIPOSO

- Il tempo istantaneo rilevato per trazioni corrispondenti ad una distanza di 500 metri.
- Il tempo medio calcolato per trazioni corrispondenti ad una distanza di 500 metri.
- Il tempo di riposo impostato nei Programmi a Intervallo.

NUMERO CICLI - LIVELLO INTENSITÀ

- Cycles viene visualizzato solo nel Programma a Intervallo. Viene accumulato per indicare in quale ciclo di intervallo ti trovi (range 0 ÷ 35 cicli).
- Visualizza il livello di resistenza attuale per l'esercizio. Il livello da 1 a 10 avviene tramite il sistema di resistenza dell'aria, mentre il livello da 11 a 16 avviene tramite il sistema combinato aria e resistenza magnetica.

DISTANZA - DISTANZA STIMATA PER 30min

- Mostra la distanza percorsa nel Programma a Intervallo. Il display torna a zero se si supera il valore massimo di 99999 calorie (range 0 ÷ 99999).

- Nel Programma Distanza Countdown: il display visualizza il conteggio alla rovescia dalla distanza impostata fino a zero (range 100 ÷ 50000 m).
- Mostra la distanza stimata per 30 minuti con la frequenza di trazioni attuale.

CALORIE - CALORIE/ORA

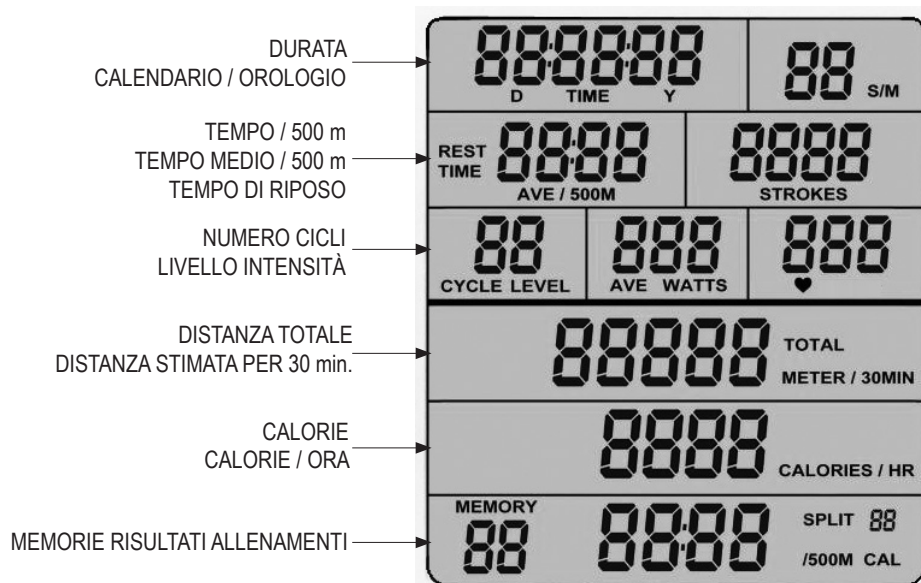
- Mostra le calorie consumate nel Programma a Intervallo. Il display torna a zero se si supera il valore massimo di 9999 calorie (range 0 ÷ 9999).
- Nel Programma Calorie Countdown, il display visualizza il conteggio alla rovescia del consumo calorico impostato fino a zero (range 10 ÷ 5000 Cal).
- Il consumo calorico orario rappresenta la stima delle calorie bruciate in un'ora con la frequenza di trazioni attuale.

Nota: ricordiamo che la misura fornita è soltanto un dato di riferimento approssimativo e in nessun caso può essere considerato come un dato di riferimento medico.

MEMORIE RISULTATI ALLENAMENTI

- Visualizza i dati dell'allenamento e degli allenamenti precedenti, elencati per data; vengono memorizzati fino a un massimo di 35 allenamenti.

Nota: i dati vengono memorizzati in maniera progressiva, dopo che sono state salvate 35 sessioni, le sessioni di allenamento successive vengono salvate cancellando automaticamente i salvataggi meno recenti.



FUNZIONI DELLA CONSOLE (DISPLAY- DX)

TRAZIONI AL MINUTO

- Il conteggio corrente delle trazioni al minuto nell'esercizio in corso (range 1÷99).

TRAZIONI TOTALI

- Il numero totale di trazioni effettuate nell'esercizio in corso (range 0÷9999).

FREQUENZA CARDIACA

- La frequenza cardiaca, misurata tramite il trasmettitore a fascia toracica (optional).

Il valore viene misurato in bpm (battiti al minuto).

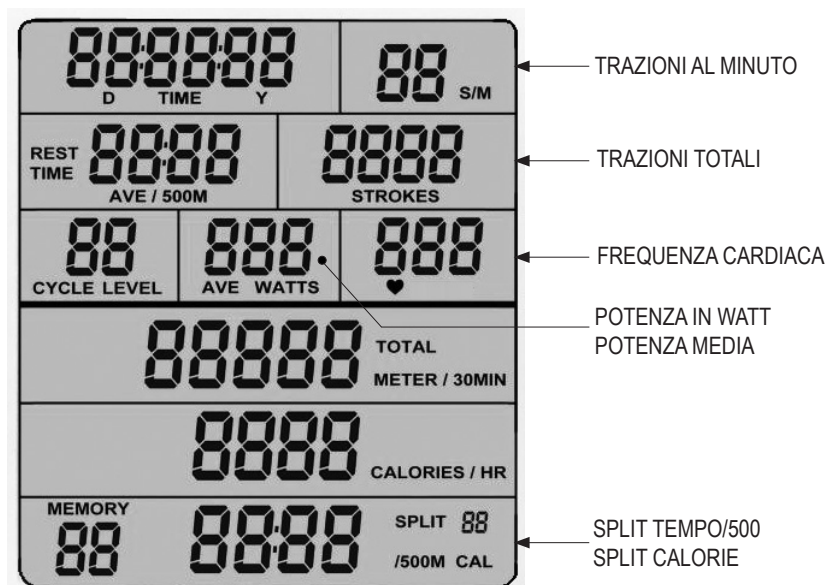
Nota: ricordiamo che la misura fornita è soltanto un dato di riferimento approssimativo e in nessun caso può essere considerato come un dato di riferimento medico.

POTENZA IN WATT - POTENZA MEDIA

- Mostra il valore corrente di potenza espressa in Watt, nell'esercizio in corso (range 0 ÷ 999).
- Mostra la potenza media totale espressa in Watt, sviluppata nell'intero esercizio.

SPLIT TEMPO/500 - SPLIT CALORIE - SPLIT XX

- Mostra il tempo medio/500 del tempo parziale attuale (range 00:00 ÷ 99:59).
- Mostra il consumo calorico medio del tempo parziale attuale (range 0 ÷ 9999).
- SPLIT XX viene visualizzato nelle modalità Riepilogo allenamento e Memoria Allenamento.



3.3

FUNZIONI DELLA CONSOLE (PULSANTI)

Pulsante PROG

In modalità stand-by, premere più volte il pulsante PROG per scorrere l'elenco dei programmi fino a selezionare il programma desiderato tra quelli disponibili:

- Modalità QuickStart
- Programmi Countdown: Distanza, Tempo e Calorie.
- Programmi a Intervallo: Distanza, Tempo e Calorie.
- Modalità Memoria risultati allenamenti.

Pulsante DISPLAY

- In qualsiasi modalità di allenamento, premendo il pulsante DISPLAY viene emesso un segnale acustico singolo e si alterna la visualizzazione dei dati sui display a doppia funzione. Premendo nuovamente il pulsante viene emesso un segnale acustico doppio che segnala l'attivazione della sequenza automatica tra i 2 set di dati.
- Durante la visualizzazione del Riepilogo dati Allenamento o in Modalità Memoria, premere il pulsante DISPLAY per alternare i due distinti set di dati sui display a doppia funzione.

Pulsanti UP e DOWN

- Agire sui pulsanti Up e Down per impostare tutti i dati di allenamento. Premendo i pulsanti Up/Down il dato viene incrementato o decrementato di una unità, mantenendo premuto il pulsante il dato varia velocemente di più unità.
- In modalità Memoria agire sui pulsanti Up e Down per scorrere gli allenamenti salvati in memoria.

Pulsante STOP

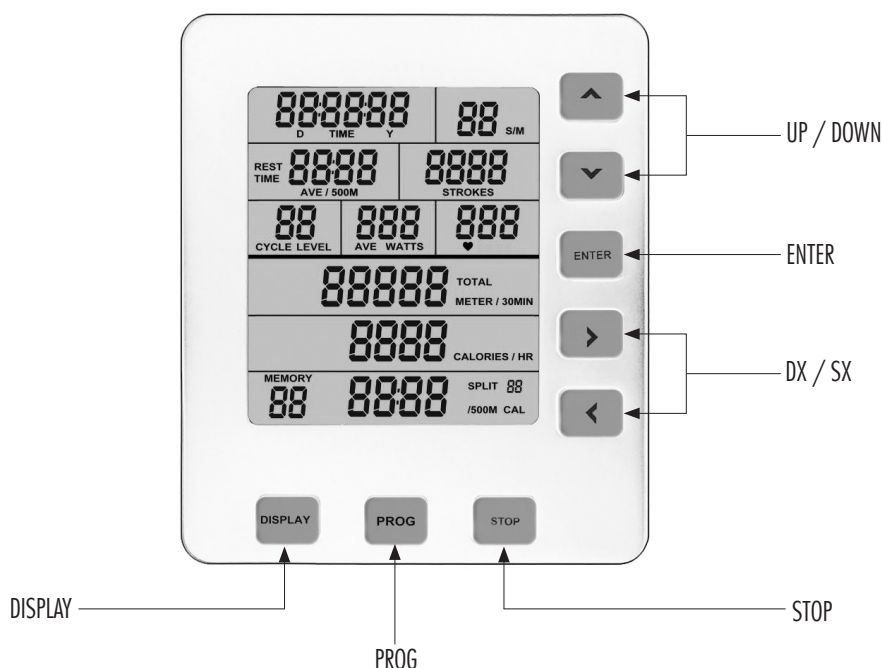
- Durante la selezione programmi o l'impostazione dei parametri di un programma, premere il pulsante STOP per tornare indietro alla precedente impostazione.
- Durante qualsiasi modalità di allenamento, premendo il pulsante STOP una volta si interromperà l'allenamento. Calorie e Watt torneranno a 0. Premendo il pulsante STOP per la seconda volta viene visualizzato il riepilogo dell'allenamento. Premendo il pulsante STOP per la terza volta, la console tornerà alla modalità stand-by.
- Durante l'esecuzione di programmi, ad esclusione della modalità QuickStart, occorre premere il pulsante STOP per salvare in memoria i dati dell'allenamento.
- Mantenere premuto il pulsante STOP per cancellare tutti i dati e tornare alla condizione di stand-by.

Pulsante ENTER

Durante la selezione programmi o l'impostazione dei parametri di un programma, premere il pulsante ENTER per confermare il dato introdotto e passare al successivo.

Pulsanti DX e SX

- Agire sui pulsanti Dx e Sx per spostarsi tra le cifre per un'impostazione più rapida del valore desiderato.
- Agire sui pulsanti Dx e Sx nelle modalità Memoria Allenamento e Riepilogo dati Allenamento, per visualizzare diversi tempi parziali.



3.4 MODALITÀ QUICKSTART - PROGRAMMI COUNTDOWN

Accensione della Console

- Premendo un pulsante qualsiasi oppure agendo sulle impugnature di trazione si può accendere la console e cominciare l'allenamento con la modalità QuickStart.
- Alla prima accensione della console occorre impostare DATA e ORA correnti; utilizzare i pulsanti freccia per impostare data e ora, quindi premere il pulsante ENTER per confermare.
- Per modificare DATA e ORA in un secondo momento, occorre premere contemporaneamente i pulsanti PROG e DISPLAY dalla condizione di stand-by.

Spegnimento della Console

- In condizione di stand-by, la console si spegne automaticamente dopo 20 secondi di inattività.
- Quando si esegue un Programma a Intervallo, la console si spegne automaticamente dopo 2 minuti di inattività.
- In tutti gli altri programmi si spegne automaticamente dopo 30 secondi di inattività.

Arresto dei Programmi (escluso QuickStart)

- Premere una volta il pulsante STOP per interrompere il conteggio e i valori di Calorie e Watt, verranno visualizzati a "0". Premere nuovamente il pulsante STOP e la console mostrerà il riepilogo dell'allenamento. Dai dati di Riepilogo, premere il STOP per la terza volta per salvare l'allenamento in modalità Memoria.

Modalità QuickStart

QuickStart è il modo più semplice e veloce per usare subito l'attrezzo. Una volta afferrati i cavi di trazione e aver assunto la postura corretta per l'esecuzione dell'esercizio si può partire subito con l'allenamento sia con console spenta che in condizione stand-by.

- Nella modalità QuickStart tutti i display dati della console cominciano subito il conteggio partendo da zero e per tutta la durata dell'esercizio.
- Premendo il pulsante DISPLAY si possono visualizzare i dati dei display a doppia funzione, premendo due volte il pulsante DISPLAY si può attivare la sequenza automatica che alterna la visualizzazione dei dati sui display a doppia funzione.
- Premendo il pulsante STOP la sessione di allenamento si arresta e i display mostrano il riepilogo dei dati dell'allenamento svolto.

Nota: i dati di allenamento della modalità QuickStart non possono essere salvati nella Memoria Risultati Allenamenti.

Programma Distanza CountDown

- Premere il pulsante PROG fino a selezionare il programma Distanza CountDown, confermare con ENTER e agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare la distanza desiderata (100 ÷ 50000 metri). Per avviare il programma agire sulle impugnature di trazione.
- Quando il programma Distanza CountDown è in esecuzione, il display relativo esegue il conteggio alla rovescia dal valore impostato fino a zero, mentre gli altri display eseguono il conteggio in avanti in funzione della reale velocità di trazione esercitata alle impugnature.
- Al termine del programma la console mostra i dati di riepilogo dell'allenamento effettuato. Premendo il pulsante STOP la sessione di allenamento può essere salvata nella modalità Memoria della console.

Programma Tempo CountDown

- Premere il pulsante PROG fino a selezionare il programma Tempo CountDown, confermare con ENTER e agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare la durata desiderata (fino a 09h:59m:59s). Per avviare il programma agire sulle impugnature di trazione.
- Quando il programma Durata CountDown è in esecuzione, il display relativo esegue il conteggio alla rovescia dal valore impostato fino a zero, mentre gli altri display eseguono il conteggio in avanti in funzione della reale velocità di trazione esercitata alle impugnature.
- Al termine del programma la console mostra i dati di riepilogo dell'allenamento effettuato. Premendo il pulsante STOP la sessione di allenamento può essere salvata nella modalità Memoria della console.

Programma Calorie CountDown

- Premere il pulsante PROG fino a selezionare il programma Calorie CountDown, confermare con ENTER e agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare il valore desiderato (10 ÷ 5000 Cal). Per avviare il programma agire sulle impugnature di trazione.
- Quando il programma Calorie CountDown è in esecuzione, il display relativo esegue il conteggio alla rovescia dal valore impostato fino a zero, mentre gli altri display eseguono il conteggio in avanti in funzione della reale velocità di trazione esercitata alle impugnature.
- Al termine del programma la console mostra i dati di riepilogo dell'allenamento effettuato. Premendo il pulsante STOP la sessione di allenamento può essere salvata nella modalità Memoria della console.

Programma a Intervallo di Tempo

- Premere il pulsante PROG fino a selezionare il programma a Intervallo di Tempo, confermare con ENTER. I display *TIME* e *TIME REST* si accendono: il primo in modo lampeggiante.
- Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare sul display *TIME* il tempo di attività dell'esercizio per ogni intervallo (tra 00:00:20 e 09h:59m:59s), confermare con ENTER.
- Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare sul display *TIME REST* il tempo di recupero dell'esercizio per ogni intervallo (tra 00:10 ÷ 30m:00s), confermare con ENTER, quindi afferrare le impugnature per avviare l'esercizio.
- Quando il programma è in esecuzione sui display si alternano il tempo di attività per singolo intervallo e il tempo di recupero, secondo la durata impostata per i reciproci valori.
- Il programma esegue fino a 35 cicli (o intervalli) che alternano il tempo di attività con il tempo di pausa. Concluso il programma, sul display vengono mostrati i dati di riepilogo dell'allenamento effettuato. Dal Riepilogo dati, premendo il pulsante STOP, la sessione di allenamento viene salvata nella modalità Memoria della console.

Programma a Intervallo di Distanza

- Premere il pulsante PROG fino a selezionare il programma a Intervallo di Distanza, confermare con ENTER. I display *TOTAL METER* e *TIME REST* si accendono: il primo in modo lampeggiante.
- Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare sul display *TOTAL METER* la distanza da percorrere ad ogni intervallo (tra 100 e 50000 m), confermare con ENTER.
- Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare sul display *TIME REST* il tempo di recupero dell'esercizio per ogni intervallo (tra 00:10 ÷ 30m:00s), confermare con ENTER, quindi afferrare le impugnature per avviare l'esercizio.
- Quando il programma è in esecuzione sui display si alternano la Distanza per singolo intervallo e il tempo di recupero, secondo i parametri impostati per i reciproci valori.
- Il programma esegue fino a 35 cicli (o intervalli) che alternano la distanza impostata per singolo intervallo con il tempo di pausa. Concluso il programma, sul display vengono mostrati i dati di riepilogo dell'allenamento ef-

fettuato. Dal Riepilogo dati, premendo il pulsante STOP, la sessione di allenamento viene salvata nella modalità Memoria della console.

Programma a Intervallo di Calorie

- Premere il pulsante PROG fino a selezionare il programma a Intervallo di Calorie, confermare con ENTER. I display *CALORIES* e *TIME REST* si accendono: il primo in modo lampeggiante.
- Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare sul display *CALORIES* le Calorie da consumare ad ogni intervallo (tra 10 e 5000 Cal), confermare con ENTER.
- Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare sul display *TIME REST* il tempo di recupero dell'esercizio per ogni intervallo (tra 00:10 ÷ 30m:00s), confermare con ENTER, quindi afferrare le impugnature per avviare l'esercizio.
- Quando il programma è in esecuzione sui display si alternano le Calorie per singolo intervallo e il tempo di recupero, secondo i parametri impostati per i reciproci valori.
- Il programma esegue fino a 35 cicli (o intervalli) che alternano le calorie impostate per singolo intervallo con il tempo di pausa. Concluso il programma, sul display vengono mostrati i dati di riepilogo dell'allenamento effettuato. Dal Riepilogo dati, premendo il pulsante STOP, la sessione di allenamento viene salvata nella modalità Memoria della console.

3.6

MODALITÀ MEMORIA RISULTATI ALLENAMENTI

- Premere il pulsante PROG fino a selezionare la modalità MEMORY, confermare premendo il pulsante ENTER. Sul display vengono mostrati i risultati dell'ultimo allenamento salvato in memoria; agendo sui pulsanti UP/DOWN si possono scorrere tutti gli allenamenti salvati precedentemente. La finestra TIME presenterà la sequenza automatica ogni 5 secondi tra la data riferita all'allenamento selezionato (giorno / mese / anno) e l'orario al quale si è svolto (È possibile premere il pulsante DISPLAY per cambiare la visualizzazione della finestra).
- Dopo aver selezionato uno degli allenamenti in memoria tramite i pulsanti UP/DOWN premere il pulsante ENTER per visualizzare tutti i dati dell'allenamento selezionato. Una volta visualizzati i dati, è possibile premere i pulsanti DX/SX per visualizzare i dati suddivisi (dei display a doppia funzione).
Premere il pulsante STOP per tornare indietro e fino a scorrere l'elenco degli allenamenti in memoria.
Nota: solamente i dati di riepilogo di allenamento dei programmi possono essere salvati nella modalità Memoria; i dati di allenamento nella modalità QuickStart non possono essere salvati.
- La memoria della console può salvare al massimo 80 serie di dati di allenamento o 80 Split di dati di allenamento. La console salverà solo fino a 35 allenamenti. Esempio: quando esegui un programma Distanza Countdown per 1000 metri, salverai tre serie di dati che comprendono i valori medi totali e due sessioni di dati suddivisi per i display a doppia funzione.
- Quando la console avrà esaurito lo spazio in memoria, ad ogni nuovo salvataggio di dati, cancellerà automaticamente i dati dell'allenamento più vecchio per salvare in memoria l'allenamento più recente (gli allenamenti più recenti salvati in memoria, hanno il numero progressivo inferiore; ad esempio l'allenamento 1 è l'ultimo salvato, il 2 è il penultimo, ecc).
- Quando il display SPLIT visualizza "00", significa che la media totale dell'allenamento non ha suddivisioni. Le tabelle a lato mostrano il modo in cui la console suddivide i dati.

Nota: se si imposta il valore dell'allenamento su un valore diverso da quello dei dati parziali, l'ultimo parziale non verrà visualizzato quando si visualizzano i parziali. Ma verrà aggiunto al totale dell'allenamento SPLIT "00".

Esempio: impostando 1200 m, a fine allenamento, SPLIT "00" mostrerà la media totale di 1200 m, ma visualizzando gli intertempi ci saranno solo 2 sessioni da 500 m e non una terza di 200 m. Avverrà lo stesso fermandosi a metà allenamento.

Programma DURATA Countdown

Regola	Divisione
10 ore > Durata > 5 ore	30min
5 ore >= Durata > 200min	15min
200min >= Durata > 100min	10min
100min >= Durata > 60min	5min
60min >= Durata > 20min	3min
20min >= Durata > 5min	1min
5min >= Durata > 1min	30sec
1min >= Durata	20sec

Programma DISTANZA Countdown

Regola	Divisione
500 >= Distanza > 250	20km
250 >= Distanza > 100	10km
100 >= Distanza > 50	5km
50 >= Distanza > 20	2km
20 >= Distanza	1km

Programma CALORIE Countdown

Regola	Divisione
5000 >= Calorie > 4000	250cal
4000 >= Calorie > 3000	200cal
3000 >= Calorie > 2000	150cal
2000 >= Calorie > 1000	100cal
1000 >= Calorie > 500	50cal
500 >= Calorie > 100	20cal
100 >= Calorie	10cal

Programmi a Intervallo

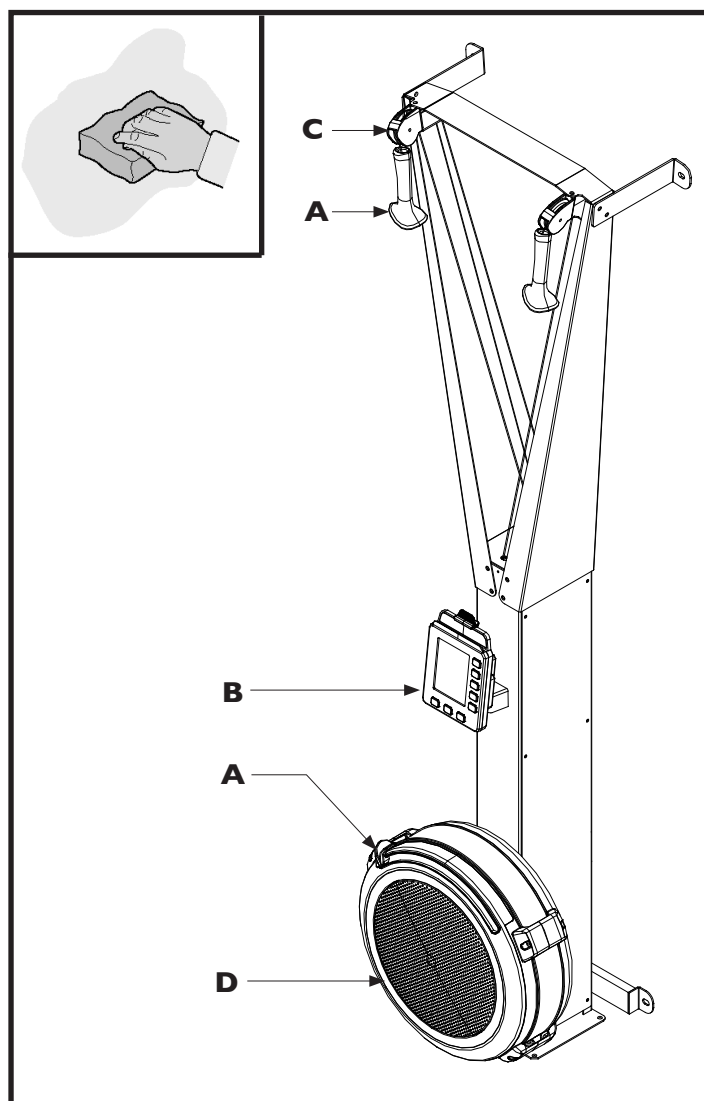
Regola	Divisione
1 Intervallo = 1 Divisione	Fino 35



- **Mantenere l'attrezzo sempre pulito e privo di polvere.**
- **Non utilizzare sostanze infiammabili o nocive per la pulizia. Non usare solventi per pulire le parti di plastica ma soltanto prodotti a base di acqua e panni morbidi.**
- **Solventi quali il petrolio, l'acetone, la benzina, il tetracloride di carbonio, l'ammoniaca e olio contenente sostanze cloriche possono danneggiare e corrodere le parti di plastica.**
- **Gocce di sudore rimaste sull'attrezzo dopo l'allenamento possono corrodere le parti in metallo o danneggiare le parti elettriche. Durante l'allenamento si raccomanda l'uso di salviette o tergi-sudore in spugna, al termine dell'esercizio pulire con cura tutte le parti venute a contatto con il sudore.**

PULIZIA DELL'ATTREZZO

- Dopo ogni utilizzo** rimuovere ogni traccia di sudore pulendo le impugnature, la carena del regolatore la pavimentazione oppure la piattaforma (se presente) utilizzando un panno carta inumidito con uno spray detergente o una miscela acqua e sapone neutro.
- Pulire la console con uno straccio in cotone asciutto o appena inumidito facendo attenzione a non strofinare con troppa energia.
- Dopo ogni mese** verificare lo stato dei cavi e pulire la sede delle pulegge di guida ai lati della traversa superiore.
- Pulire con un aspirapolvere la griglia di ingresso dell'aria del regolatore di flusso.



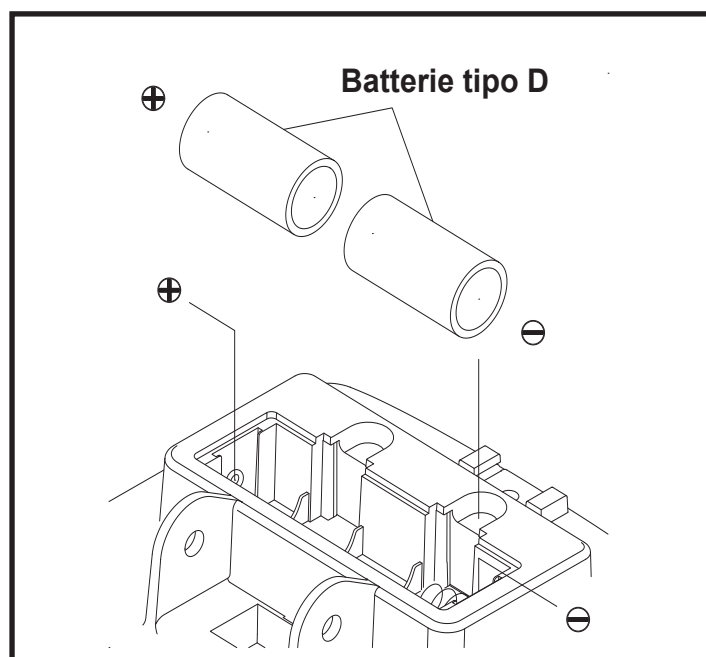
SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE



- Rispettare la polarità, controllare sulla serigrafia la posizione dei poli negativo e positivo.
- Non gettare le batterie esaurite sul fuoco.
- Non gettare le batterie esaurite insieme agli altri rifiuti domestici. Provvedere allo smaltimento differenziato negli appositi raccoglitori per batterie.
- Non tentare di ricaricare le batterie esaurite, utilizzare soltanto batterie nuove del tipo torcia (tipo D).

Dopo circa un anno e mezzo e in ogni caso quando il display visualizza i numeri con una certa lentezza e le cifre non sono più contrastate, significa che è il momento di sostituire le batterie.

Per compiere l'operazione è necessario rimuovere il portello posto nella parte posteriore della console, estrarre le batterie esaurite e rimpiazzarle con due nuove batterie mezza torcia (tipo D).



5.0

MESSA FUORI SERVIZIO - SMALTIMENTO



Il simbolo del cestino dei rifiuti con una croce sopra indica che i prodotti commercializzati rientrano nel campo di applicazione della Direttiva europea RoHS per lo smaltimento dei rifiuti di natura elettrica ed elettronica (RAEE).



La marcatura CE indica che il prodotto è totalmente conforme alla direttiva RoHS 2011/65/UE e nessuna delle componenti elettriche ed elettroniche incorporate al prodotto contiene livelli superiori a quelli previsti di talune sostanze ritenute pericolose per la salute umana.

Questo prodotto NON deve essere smaltito come rifiuto urbano, ma deve essere smaltito separatamente (nelle nazioni dell'Unione Europea), conferendolo negli appositi centri di raccolta preposti per lo smaltimento e il riciclaggio di tali prodotti.

Garlando S.p.A. raccomanda, anche al di fuori dell'Unione Europea, di seguire le regole locali per lo smaltimento e il riciclaggio, utilizzando, quando possibile, la raccolta differenziata delle apparecchiature elettriche ed elettroniche, nonché dei numerosi componenti (quali ferro, rame, plastiche, ecc...) che possono essere recuperati e riutilizzati.

6.0

CATALOGO RICAMBI - ORDINE PARTI DI RICAMBIO

Per ordinare parti di ricambio riferirsi al disegno in esploso che si trova alla pagina seguente.

L'ordine delle parti di ricambio deve riportare le seguenti indicazioni:

1. Marca e modello del prodotto - vedi targhetta prodotto
2. Nome del particolare da sostituire - vedi lista ricambi
3. Numero di riferimento del particolare - vedi disegno esploso
4. Quantità richiesta.
5. Recapito e informazioni per la spedizione.

La richiesta delle parti di ricambio deve essere effettuata tramite una richiesta scritta, via fax oppure e-mail ai riferimenti di seguito riportati:

fax: 0143/318594

e-mail: assistenza.toorxprofessional@garlando.it

Il presente catalogo può presentare talune piccole differenze dal prodotto posseduto; possono mancare eventuali aggiornamenti che il costruttore ha applicato nel contempo. In caso di difficoltà nella comprensione di disegni e descrizioni contattare il Centro Assistenza Tecnica al numero :

0143/318540 dalle ore 9:00 alle 12:00 dal lunedì al venerdì

[illegible]

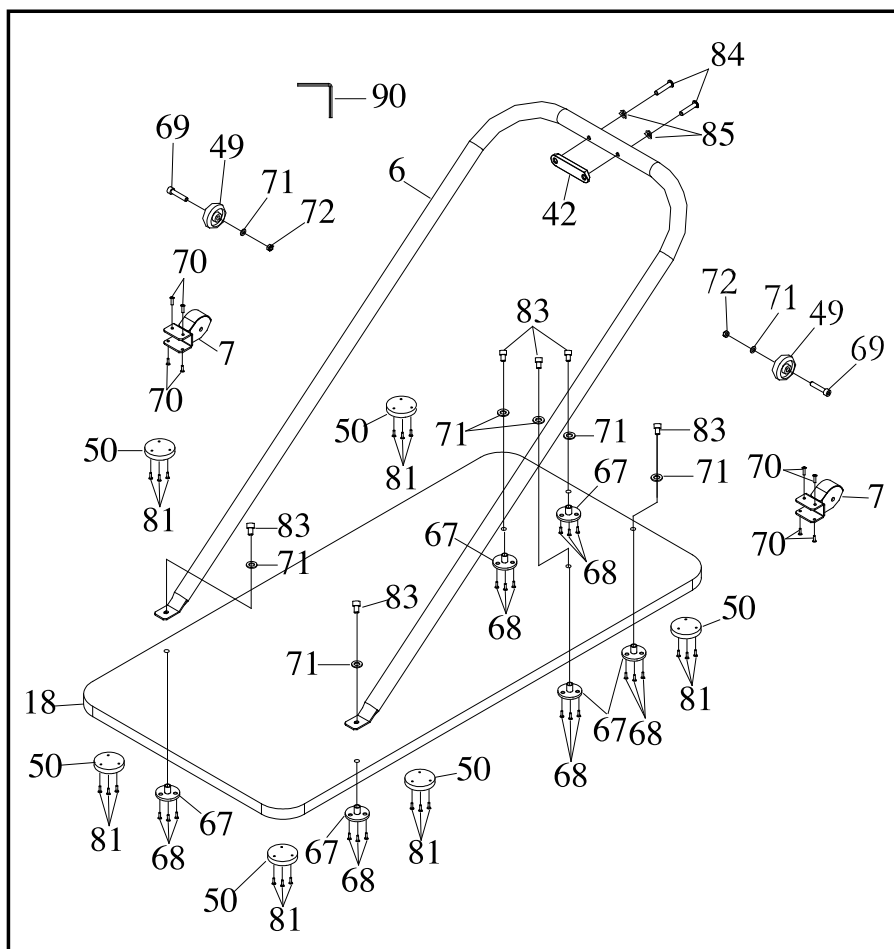
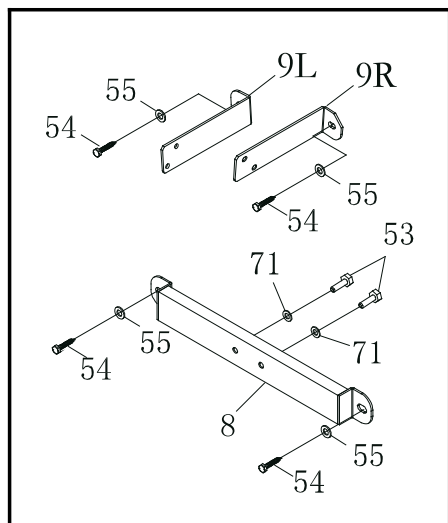
6.2

LISTA DEI RICAMBI

Pos.	Descrizione	Q.tà	Pos.	Descrizione	Q.tà
1	Corpo principale	1	80	Dado M8	4
2	Supporto cavo sx	1	81	Vite ST4.2x16 mm	7
3	Supporto cavo dx	1	82	Vite M8x75 mm	3
4	Traversa superiore	1	87	Vite M8x15 mm	12
5	Striscia adesiva in EVA	2	88	Chiave doppia	1
10	Pannello laterale corpo principale	2	89	Chiave a bugola 6mm	1
11	Volano ad aria	1	94	Vite M4x12 mm	3
12	Anello di rivestimento ventola	1	95	Scatola generatore elettrico, parte inferiore	1
13	Distanziale puleggia console	8	96	Distanziale Ø6.2xØ10x15.5 mm	2
14	Console	1	97	Puleggia in alluminio	2
16	Generatore elettrico	1	98	Anello elastico Ø26 mm	2
19	Albero ventola	1	99	Stand di supporto smartphone	1
20	Cuscinetto 6001RS	6	100	Bordo in gomma per appoggio smartphone	1
21	Cuscinetto a una via HFI212,12t	2	101	Bordo in gomma di appoggio su console	1
22	Anello magnetico	1	102	Bordino di appoggio su morsetto	1
23	Pesi di equilibratura	3	103	Vite M6x16 mm	1
24	Pesi di equilibratura piccoli	2	104	Rondella spaccata M6	1
25	Puleggia cavo di trazione	2	111	Perno magnetico	2
26	Distanziale puleggia	2	112	Supporto perno magnetico	2
27	Puleggia guida cavo	2	113	Staffa porta magneti	2
28	Cuscinetto 6000ZZ	4	114	Distanziale in acciaio	6
29	Puleggia	8	115	Piastra in alluminio	1
30	Cuscinetto 606ZZ	8	116	Magnete permanente tondo	4
35	Piastrino di collegamento	2	117	Staffa di fissaggio variatore	1
36	Cuscinetto 6001	2	118	Anello	1
37	Passacavo in gomma	2	119	Scheda elettronica adattatore	1
39	Copertura puleggia	1	120	Variatore	1
40	Supporto puleggia	2	121	Cablaggio variatore	1
41	Pannello superiore corpo principale	1	122	Cablaggio generatore	1
43	Scatola generatore elettrico, parte superiore	1	123	Sensore cadenza cablato	1
44	Impugnatura	2	125	Attenuatore	1
45	Tappo impugnatura con aggancio cavo	2	126	Copertura anteriore ventola	1
46	Distanziale corto	1	127	Copertura posteriore ventola	1
47	Distanziale lungo	2	128	Regolatore con indicatore livello intensità	1
48	Distanziale puleggia guida cavo	8	129	Grata frontale ventola	1
51	Cavo elastico (grigio)	2	130	Base porta magneti	1
52	Cavo di trazione (bianco)	2	133	Rondella si spessoramento	3
56	Vite M5x92 mm	4	134	Vite autofilettante ST4.2x10 mm	6
57	Dado M5	4	135	Vite autofilettante ST3.0x8 mm	2
58	Vite ST4.2x6 mm	6	137	Vite M6x12 mm	4
59	Vite M4x45 mm	1	138	Vite M6x20 mm	6
60	Dado M4	1	139	Vite M6x40 mm	6
62	Vite M6x10 mm	8	140	Vite M6x16 mm	4
63	Rondella spaccata M6	8	141	Vite autofilettante ST4.2x16 mm	6
64	Rondella piana M6	6	150	Vite autofilettante ST3.5x16 mm	4
65	Rondella piana Ø16xØ6.2x1.5mm	1	151	Vite M4x6 mm	2
71	Rondella piana M8	17	152	Rondella spaccata M4	2
72	Dado autobloccante M8	3			
73	Vite M6x35 mm	6			
74	Vite M6x20 mm	8			
75	Dado autobloccante M6	20			
76	Vite ST4.2x13 mm	5			
77	Vite ST3.0x20 mm	2			
79	Vite M5x8 mm	16			

6.3

RICAMBI E LISTA PARTI SISTEMI DI FISSAGGIO



Componenti barre di fissaggio a parete in dotazione

Pos.	Descrizione	Q.tà
8	Staffa inferiore di fissaggio a parete	1
9L	Staffa superiore SX di fissaggio a parete	1
9R	Staffa superiore DX di fissaggio a parete	1
53	Vite M8x35 mm	2
54	Vite ST8.0x50 mm	4
55	Rondella piana Ø22xØ9x2.0 mm	4
71	Rondella piana M8	2

Componenti piattaforma autoportante (optional)

Pos.	Descrizione	Q.tà
6	Barra stabilizzante	1
7	Copri ruota	2
18	Piattaforma in legno	1
42	Distanziale	1
49	Ruota di trasporto	2
50	Appoggi ammortizzanti in legno	6
67	Dado M8	6
68	Vite ST4.2x16 mm	22
69	Vite M8x40 mm	2
70	Vite ST4.2x25 mm	26
71	Rondella piana M8	8
72	Dado autobloccante M8	2
83	Vite M8x30 mm	6
84	Vite M8x50 mm	2
85	Rondella curva M8	2

DURATA DELLA GARANZIA CONDIZIONI DELLA SUA VALIDITÀ E DECADENZE

GARLANDO SPA garantisce l'idoneità del Prodotto all'uso per il quale esso è stato specificamente concepito e progettato, ossia all'uso sportivo.

Per garanzia si intende la sostituzione o riparazione gratuita delle parti componenti l'attrezzo riconosciute difettose all'origine per vizi di fabbricazione durante il periodo di tempo prescritto dalla legge o per un periodo di tempo più esteso se contrattualmente previsto.

La presente Garanzia è valida ed efficace con riferimento al Prodotto di GARLANDO SPA acquistato dall'Acquirente in Italia esclusivamente presso un rivenditore autorizzato e lascia impregiudicati i diritti riconosciuti all'Acquirente dalla Legge italiana e dalle disposizioni delle direttive europee.

L'Acquirente è tenuto a comprovare, mediante documento rilasciato dal rivenditore autorizzato (ad esempio: scontrino fiscale o fattura) la data in cui è stata effettuata la consegna del Prodotto, il nominativo del rivenditore autorizzato e gli estremi identificativi del Prodotto. Ai fini dell'operatività della Garanzia pertanto è necessario che la documentazione di cui sopra unitamente alla presente Garanzia sia debitamente conservata.

L'Acquirente è tenuto a verificare attentamente il prodotto al momento della consegna. Eventuali contestazioni dovranno essere comunicate per iscritto sul documento di trasporto con evidenza specifica di quanto riscontrato. In mancanza di questa comunicazione, il ritiro della merce equivarrà a tutti gli effetti di Legge, ad accettazione senza riserve del prodotto.

È obbligo dell'Acquirente comunicare ogni difetto di conformità entro 2 mesi dalla sua evidenza, pena decadenza di ogni garanzia.

Trascorsi 6 mesi dall'installazione, per tutti gli interventi tecnici effettuati su prodotti, anche in garanzia, saranno dovuti i costi del "Diritto di chiamata". I costi di manodopera e trasferta verranno invece addebitati negli interventi in garanzia, a decorrere dal secondo anno di vita del prodotto. GARLANDO SPA fornirà all'Acquirente un preventivo per tali costi e comunque adeguata assistenza telefonica o web.

In caso di mancato utilizzo causa difettosità del prodotto, l'Acquirente non avrà diritto alla risoluzione del contratto, né al risarcimento dei danni subiti (lucro cessante e/o danno emergente). Avrà diritto unicamente all'intervento in garanzia.

Le parti di ricambio sostituite sul prodotto in garanzia non determineranno un prolungamento della durata della stessa e saranno a loro volta garantite per 12 mesi, se installate dal personale autorizzato da GARLANDO SPA. Le spese di trasporto, i costi di trasferta e di manodopera per la sostituzione di parti di ricambio in garanzia saranno a carico dell'Acquirente.

È onere dell'Acquirente istruire il personale sul corretto utilizzo delle attrezzature, tali informazioni dovranno essere trasferite di conseguenza a tutti gli utilizzatori.

ESCLUSIONI DELLA GARANZIA

La Garanzia è espressamente esclusa nei casi di:

- mancata osservanza delle istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione/montaggio ed il regolare funzionamento del Prodotto;
- trascuratezza e/o negligenza nell'uso e nella manutenzione del Prodotto;
- uso improprio del Prodotto;
- manomissioni del Prodotto;
- uso del Prodotto per finalità diverse da quelle per le quali il Prodotto è stato specificatamente concepito/progettato;
- danni causati dal trasporto o dalla spedizione del Prodotto;
- danni causati da difetti della rete di distribuzione elettrica: sovracorrenti, sovratensioni, causate anche da scariche atmosferiche;
- riparazione eseguita da centri assistenza non autorizzati da GARLANDO SPA;
- riparazione del prodotto da parte dell'utilizzatore stesso, tranne il caso

in cui l'operazione di riparazione/sostituzione parti è autorizzata da GARLANDO SPA;

- difetti di conformità che, per qualsiasi motivo, non possono in alcun modo farsi risalire ad azioni od omissioni del produttore.

Le regole di corretta installazione/montaggio, uso e manutenzione del Prodotto sono contenute nel manuale d'istruzioni, allegato alla presente Garanzia, di cui costituisce parte integrante.

Si intende che l'usura conseguente al normale utilizzo del Prodotto e dei suoi componenti NON può in alcun modo configurare difetto di conformità e non può pertanto essere coperta dalla presente Garanzia.

- Con riferimento al Prodotto TAPIS ROULANT, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti: rulli, piano di corsa, nastro, grip, cinghia, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
- Con riferimento al Prodotto BIKE ed ELLITTICHE, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti (ove presenti): pedali e cinghietti, pedane poggipiedi, grip, sella, cinghia di trasmissione, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.

La Garanzia NON copre gli interventi inerenti all'installazione del Prodotto ed all'allacciamento agli impianti di alimentazione.

UTILIZZO PREVISTO E UTILIZZO IMPROPRIO DEL PRODOTTO

In considerazione dell'idoneità all'uso esclusivamente sportivo del presente Prodotto, GARLANDO SPA consente il suo utilizzo a seguito del rilascio da parte di un medico di apposito certificato di idoneità fisica.

GARLANDO SPA declina ogni responsabilità per eventuali danni che possano, direttamente o indirettamente, derivare a persone, animali domestici e cose in conseguenza dell'inosservanza di tutte le istruzioni, indicazioni ed avvertenze contenute nell'apposito manuale d'istruzioni.

In particolare si dichiara che il Prodotto è assolutamente non idoneo ad uso terapeutico e/o riabilitativo e che l'eventuale verificarsi di infortuni od insorgenza di patologie correlate a tale indebito utilizzo non potrà in alcun modo essere imputata al produttore.

GARLANDO SPA si riserva di apportare modifiche costruttive al prodotto.

DANNI CAUSATI DAL PERSONALE DEI CENTRI ASSISTENZA TECNICA

GARLANDO SPA non sarà responsabile per i danni a persone, animali domestici e cose eventualmente causati dal Centro Assistenza Tecnica, in occasione dell'intervento di riparazione del Prodotto e/o sostituzione dello stesso o di un suo componente; per l'effetto l'Acquirente si impegna ad indirizzare eventuali richieste risarcitorie direttamente al Centro Assistenza Tecnica, rinunciando a qualunque azione e/o pretesa nei confronti di GARLANDO SPA.

TERMINE FINALE DELLA GARANZIA

Trascorso il tempo indicato dalla legge o dalle più favorevoli condizioni contrattuali, se previste, l'attrezzo non sarà più in garanzia e ogni intervento di riparazione e/o sostituzione di componenti del Prodotto sarà posto totalmente a carico dell'Acquirente.

Importato da:



GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale DI

I 5068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy

www.toorxprofessional.it

contact@toorxprofessional.it