

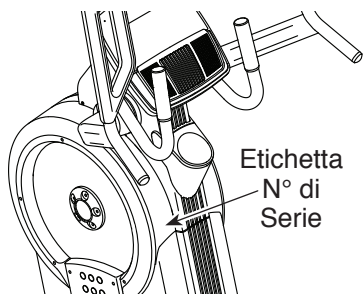
PRO-FORM®

HIT L6

Modello N° PFEL07920-INT.0

N° di Serie _____

Riportare il numero di serie nello spazio soprastante per eventuali comunicazioni future.



SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI

Per domande, pezzi mancanti o danneggiati, contattare il Servizio Assistenza Clienti (consultare le informazioni sottostanti) o contattare il rivenditore dove è stato acquistato il prodotto.

848 35 00 28

Lunedì–venerdì, 9.00–19.00 CET

Sito Internet:

iconsupport.eu/it

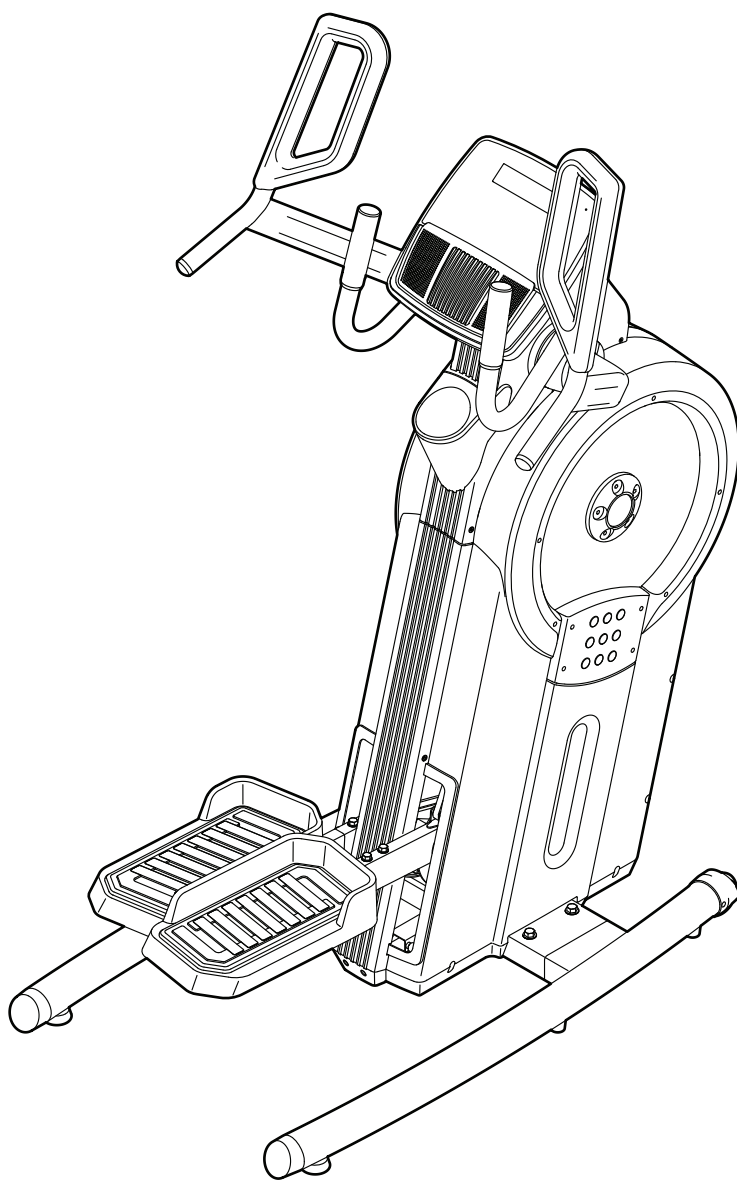
E-mail:

csitaly@iconeurope.com

⚠ ATTENZIONE

Leggere tutte le istruzioni e precauzioni elencate in questo manuale prima di utilizzare l'attrezzatura. Conservare il presente manuale per qualsiasi riferimento futuro.

MANUALE D'ISTRUZIONI



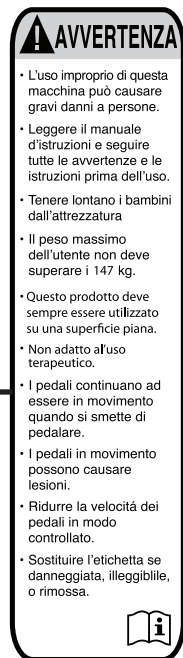
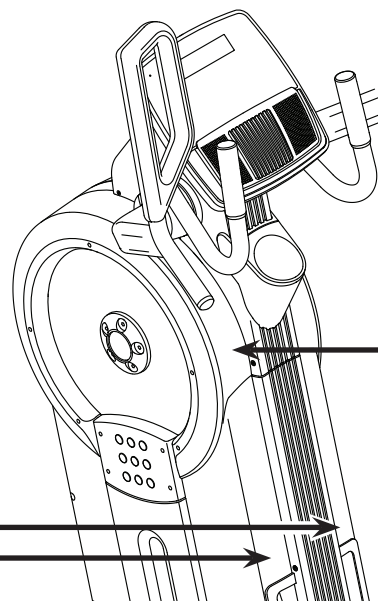
iconeurope.com

INDICE

POSIZIONE DELLE ETICHETTE DI AVVERTENZA.....	2
PRECAUZIONI IMPORTANTI.....	3
PRIMA DI INIZIARE.....	4
TABELLA IDENTIFICATIVA PEZZI.....	5
MONTAGGIO.....	6
USO DELL'ATTREZZO DA ALLENAMENTO.....	12
USO DELLA CONSOLLE.....	14
MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE DEI GUASTI.....	20
GUIDA AGLI ESERCIZI.....	22
ELENCO PEZZI.....	24
DISEGNO ESPLOSO.....	26
ORDINAZIONE DEI PEZZI DI RICAMBIO.....	Retrocopertina
INFORMAZIONI PER IL RICICLAGGIO.....	Retrocopertina

POSIZIONE DELLE ETICHETTE DI AVVERTENZA

Le etichette di avvertenza raffigurate sono in dotazione con il prodotto. Applicare le etichette di avvertenza sopra le avvertenze in inglese nelle posizioni indicate. **Qualora un'etichetta non fosse presente o fosse illeggibile, si prega di consultare la copertina del presente manuale per ordinarne gratuitamente una in sostituzione. Applicare l'etichetta nella posizione indicata.** Nota: le etichette possono non essere rappresentate nella loro dimensione reale.



PROFORM e IFIT sono marchi registrati di ICON Health & Fitness, Inc. Il marchio denominativo e i loghi Bluetooth® sono marchi registrati di proprietà della Bluetooth SIG, Inc. e ogni uso è soggetto a licenza. Google Maps è un marchio di Google LLC. Wi-Fi è un marchio registrato di Wi-Fi Alliance. WPA e WPA2 sono marchi di Wi-Fi Alliance.

PRECAUZIONI IMPORTANTI

⚠ AVVERTENZA: per ridurre il rischio di incidenti gravi, leggere tutte le precauzioni importanti e le istruzioni contenute nel presente manuale nonché tutte le avvertenze riportate sull'attrezzo da allenamento prima di iniziare a utilizzarlo. ICON declina ogni responsabilità per lesioni personali o danni a beni subiti a causa o mediante l'uso di questo prodotto.

1. È responsabilità del proprietario accertare che tutti gli utenti dell'attrezzo da allenamento siano opportunamente informati di tutte le precauzioni.
2. Consultare un medico prima di iniziare qualsiasi programma di esercizio fisico. Questa precauzione è di particolare importanza per persone di età superiore ai 35 anni o con problemi di salute preesistenti.
3. L'attrezzo da allenamento non può essere utilizzato da persone con ridotte capacità motorie, sensoriali e mentali o da persone senza esperienza e competenza a meno che un responsabile della loro sicurezza le controlli o le abbia istruite sull'uso dello stesso.
4. Utilizzare l'attrezzo da allenamento esclusivamente attenendosi alle istruzioni contenute nel presente manuale.
5. L'attrezzo da allenamento è indicato esclusivamente per l'uso domestico. Non utilizzare l'attrezzo da allenamento in ambiente commerciale, istituzionale o in un noleggio.
6. Tenere l'attrezzo da allenamento all'interno, lontano da polvere e umidità. Non posizionare l'attrezzo da allenamento in un garage, in una veranda coperta o vicino all'acqua.
7. Posizionare l'attrezzo da allenamento su una superficie piana, con almeno 0,9 m di spazio davanti e dietro e 0,6 m ai lati. Posizionare un tappetino sotto l'attrezzo da allenamento, al fine di proteggere il pavimento o la moquette.
8. Controllare e serrare regolarmente tutti i pezzi ogni volta che si utilizza l'attrezzo da allenamento. Sostituire immediatamente eventuali pezzi usurati.
9. Tenere sempre l'attrezzo da allenamento lontano dalla portata di minori di 16 anni e di animali domestici.
10. L'attrezzo da allenamento non deve essere utilizzato da persone di peso superiore a 147 kg.
11. Durante gli esercizi indossare indumenti opportuni; non indossare indumenti larghi tali da poter rimanere impigliati nell'attrezzo da allenamento. Durante l'allenamento indossare sempre scarpe da ginnastica per proteggere i piedi.
12. Tenersi ai manubri o alle impugnature per salire, scendere o utilizzare l'attrezzo da allenamento. Prima di salire o scendere, portare i pedali in posizione di arresto con il pedale sul lato di salita o discesa nella posizione più bassa.
13. L'attrezzo da allenamento non è dotato di ruota libera; i pedali continueranno a muoversi fino all'arresto del volano. Ridurre la velocità di pedalata in modo controllato.
14. Mantenere la schiena dritta durante l'uso dell'attrezzo da allenamento; evitare di inarcare la schiena.
15. Un allenamento eccessivo può provocare lesioni gravi o la morte. Qualora si manifestino vertigini, mancanza di fiato o dolore durante l'allenamento, fermarsi immediatamente e iniziare il defaticamento.

PRIMA DI INIZIARE

Grazie per aver scelto il rivoluzionario attrezzo da allenamento PROFORM® HIIT L6. L'attrezzo da allenamento HIIT L6 offre una vasta gamma di funzioni realizzate per rendere gli esercizi a casa più piacevoli ed efficaci.

Onde evitare problemi, si consiglia di leggere attentamente il presente manuale prima di utilizzare l'attrezzo da allenamento. Per ulteriori informazioni, vedere la copertina di questo manuale.

Per agevolare l'assistenza, annotare il codice modello e il numero di serie del prodotto prima di contattare l'ufficio competente. Il codice modello e la posizione dell'etichetta che riporta il numero di serie sono indicati sulla copertina del presente manuale.

Prima di proseguire con la lettura si prega di osservare il disegno sottostante per poter familiarizzare con i pezzi contrassegnati.

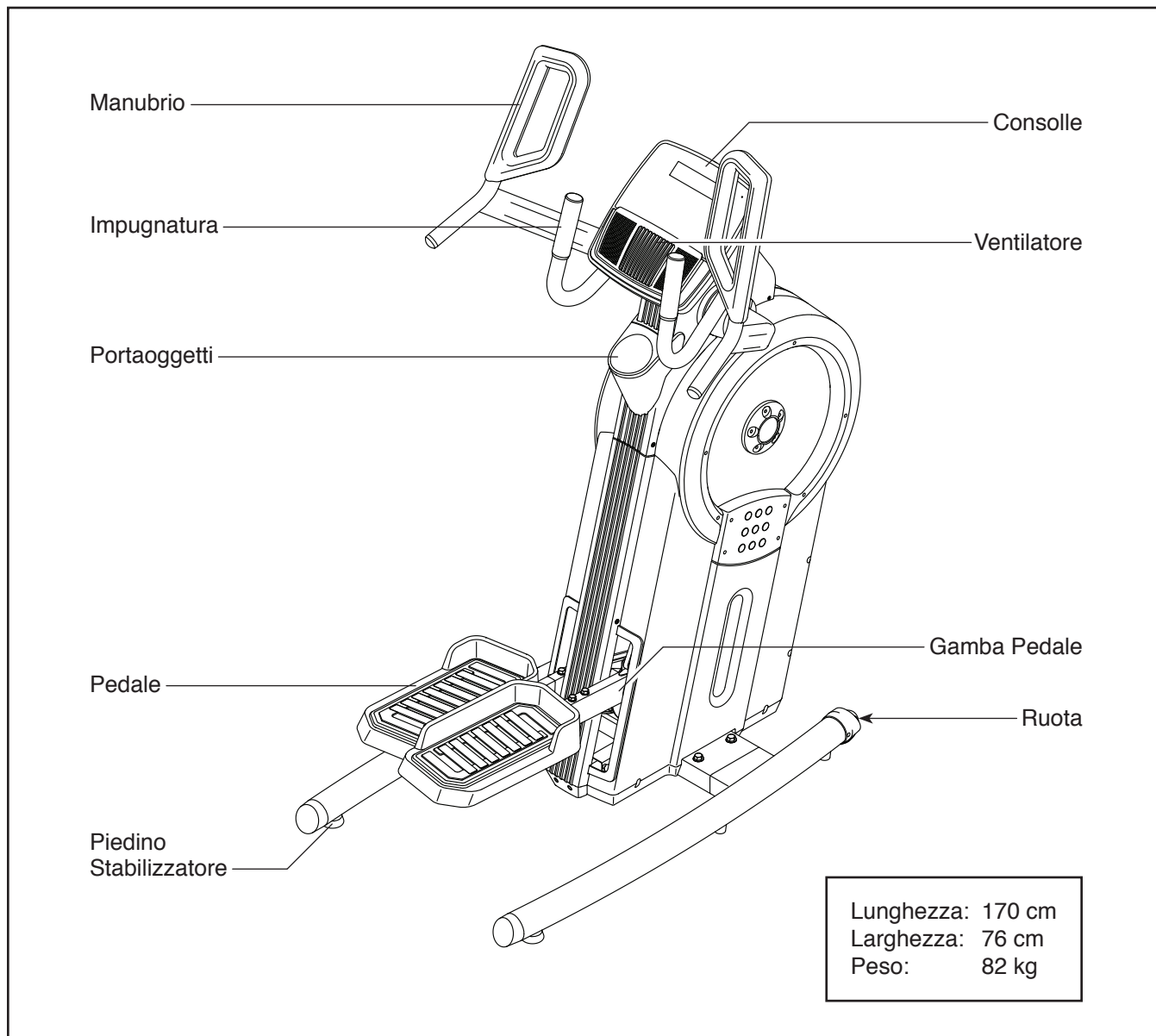
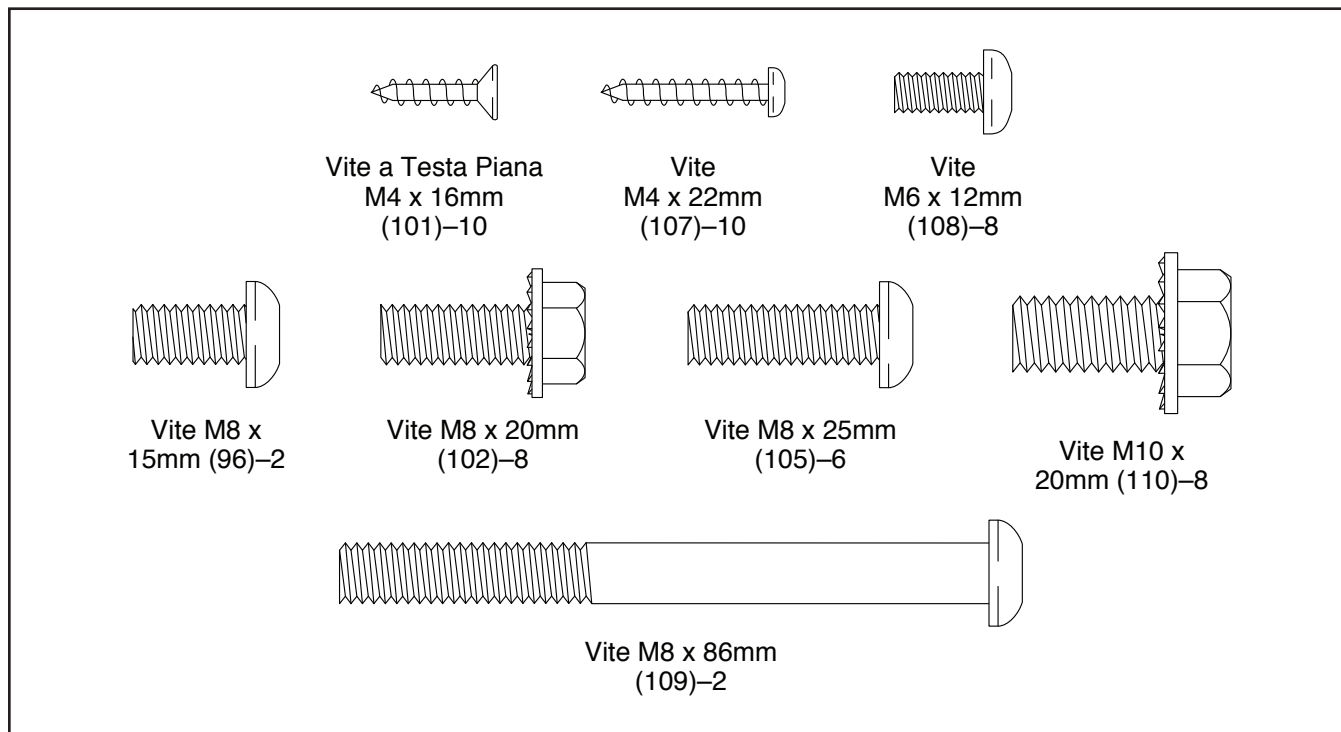


TABELLA IDENTIFICATIVA PEZZI

Utilizzare i disegni sottostanti per identificare i pezzi piccoli necessari per il montaggio. Il numero tra parentesi sotto ciascun disegno si riferisce al numero di riferimento del pezzo, come da ELENCO PEZZI alla fine del presente manuale. La quantità utilizzata per il montaggio viene indicata dopo il numero di riferimento. **Nota: qualora un pezzo non fosse rintracciabile nel kit pezzi, verificare se è stato preassemblato. Nella confezione possono essere inclusi pezzi di scorta.**

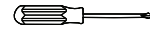


MONTAGGIO

- Il montaggio richiede la presenza di due persone.
- Posizionare tutti i pezzi in uno spazio libero ed eliminare gli imballaggi. Non gettare il materiale d'imballaggio fino al completamento delle fasi di montaggio.
- I pezzi di sinistra sono contrassegnati con "L" o "Left" e quelli di destra con "R" o "Right".
- Per identificare i pezzi piccoli, vedere pagina 5.

- Oltre agli utensili in dotazione, per il montaggio sono necessari:

un cacciavite Phillips



una chiave inglese

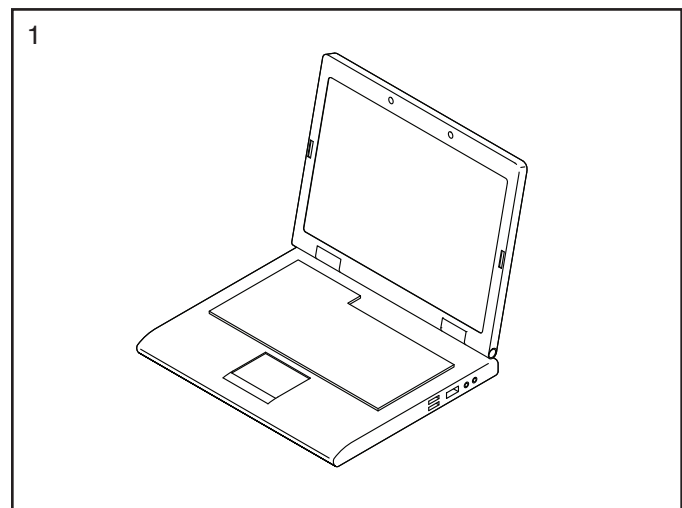


Il montaggio risulterà più semplice se si dispone di un set di chiavi. Al fine di evitare danni ai componenti, non utilizzare strumenti alimentati elettricamente.

1. Collegarsi al sito iconsupport.eu e registrare il prodotto.

- registra il prodotto
- attiva la garanzia
- assicurati il supporto cliente privilegiato in caso ti serva assistenza

Nota: se non si dispone di una connessione internet, contattare il Servizio Assistenza Clienti (consultare la copertina del presente manuale) per registrare il prodotto.



2. Individuare gli Stabilizzatori Destro e Sinistro (8, 9) e orientarli nel modo indicato.

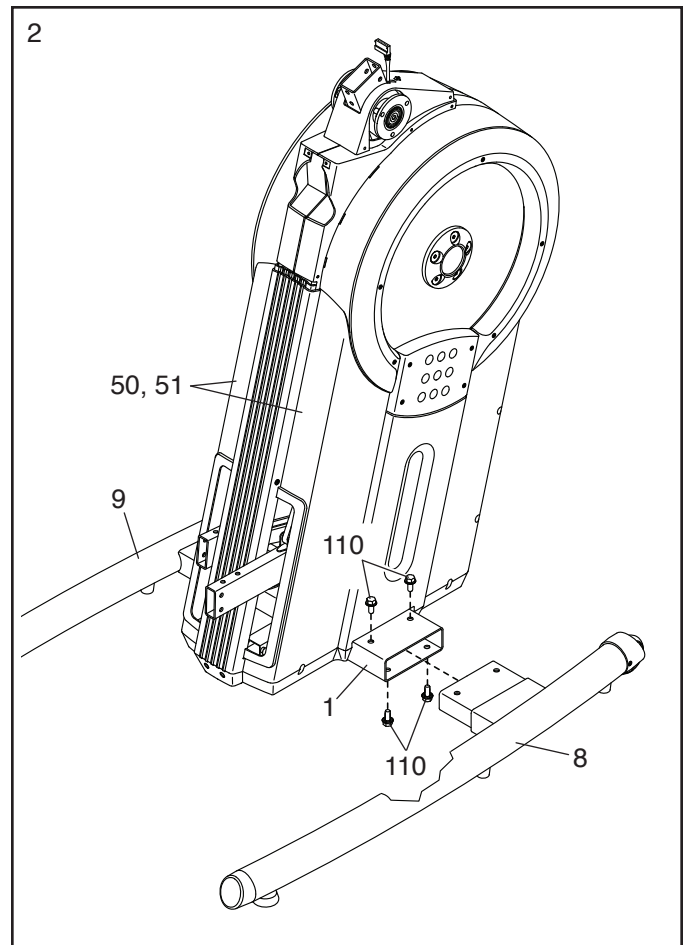
Con l'aiuto di una seconda persona reggere il Telaio (1) e inclinarlo leggermente verso sinistra. **IMPORTANTE: attenzione a non danneggiare i Pannelli (50, 51).**

Fissare lo Stabilizzatore Destro (8) al Telaio (1) con quattro Viti M10 x 20mm (110); **inserire manualmente tutte le Viti e poi serrarle.** Nota: non considerare i due fori non filettati nella parte sottostante il Telaio.

IMPORTANTE: verificare di serrare saldamente e completamente le Viti M10 x 20mm (110).

Con l'aiuto di una seconda persona, abbassare il Telaio (1) sul pavimento. **IMPORTANTE: attenzione a non danneggiare i Pannelli (50, 51).**

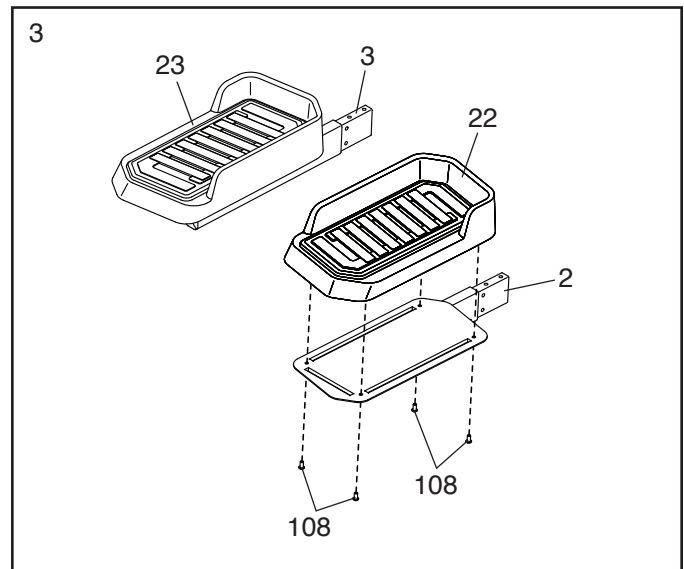
Fissare lo Stabilizzatore Sinistro (9) nel medesimo modo.



3. Individuare le Basi Pedale Destro e Sinistro (2, 3) e i Pedali Destro e Sinistro (22, 23) e orientarli come indicato.

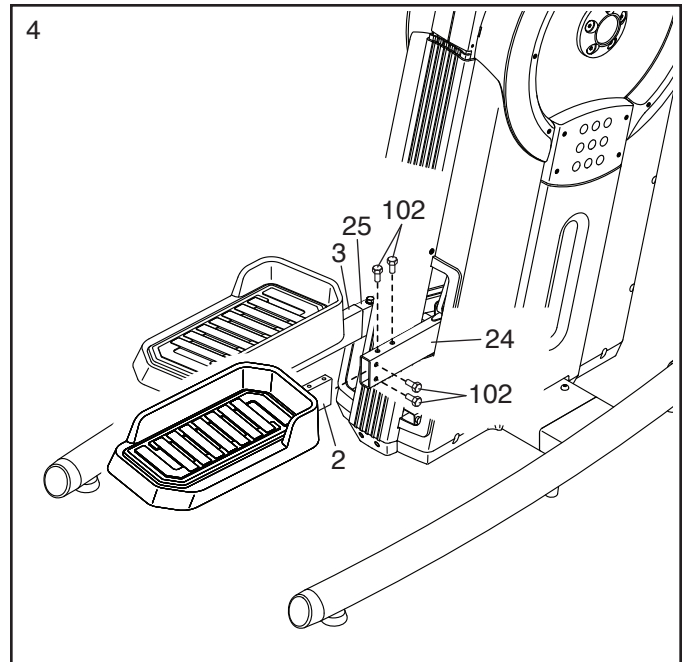
Fissare il Pedale Destro (22) alla Base Pedale Destro (2) con quattro Viti M6 x 12mm (108); **inserire manualmente tutte le Viti e poi serrarle.**

Fissare il Pedale Sinistro (23) alla Base Pedale Sinistro (3) nel medesimo modo.



4. Fissare la Base Pedale Destro (2) alla Gamba Pedale Destro (24) con quattro Viti M8 x 20mm (102); **inserire manualmente tutte le Viti e poi serrarle.**

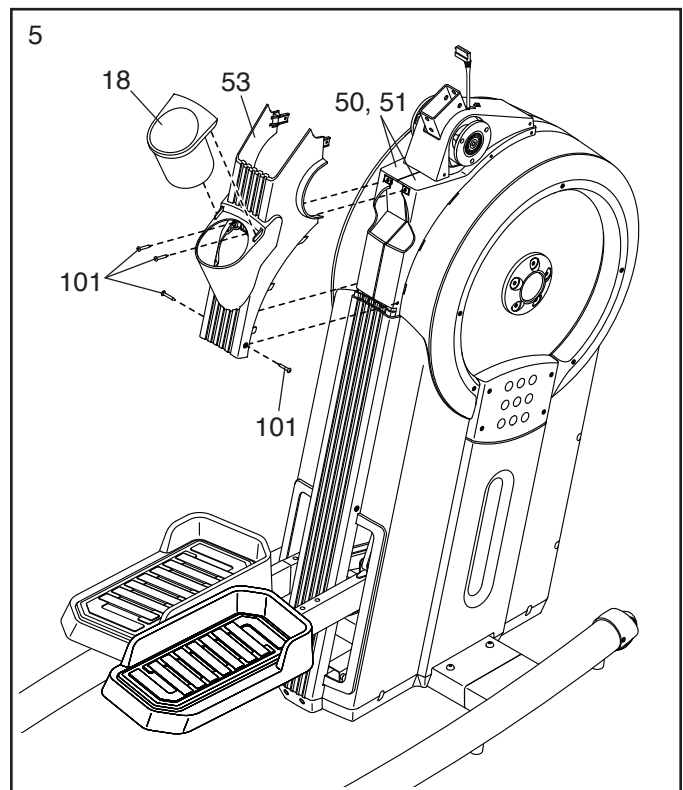
Fissare la Base Pedale Sinistro (3) alla Gamba Pedale Sinistro (25) nel medesimo modo.



5. Premere il Coperchio Posteriore (53) sui Pannelli Sinistro e Destro (50, 51).

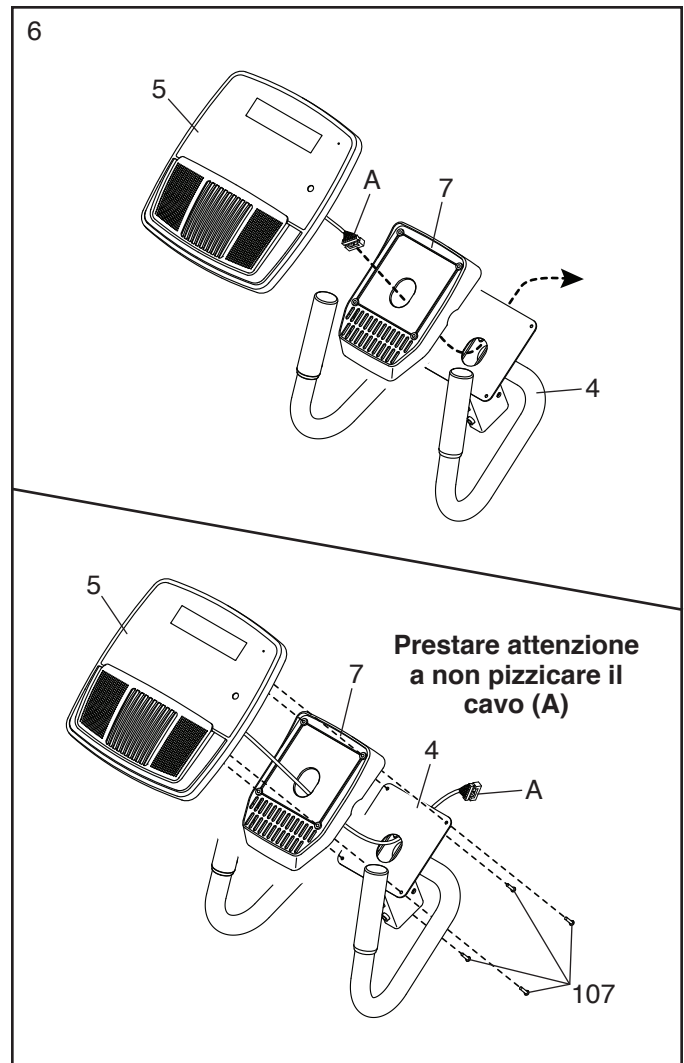
Fissare il Coperchio Posteriore (53) con quattro Viti a Testa Piana M4 x 16mm (101); **inserire manualmente tutte le Viti a Testa Piana e poi serrarle.**

Inserire poi il Portaoggetti (18) nel Coperchio Posteriore (53).



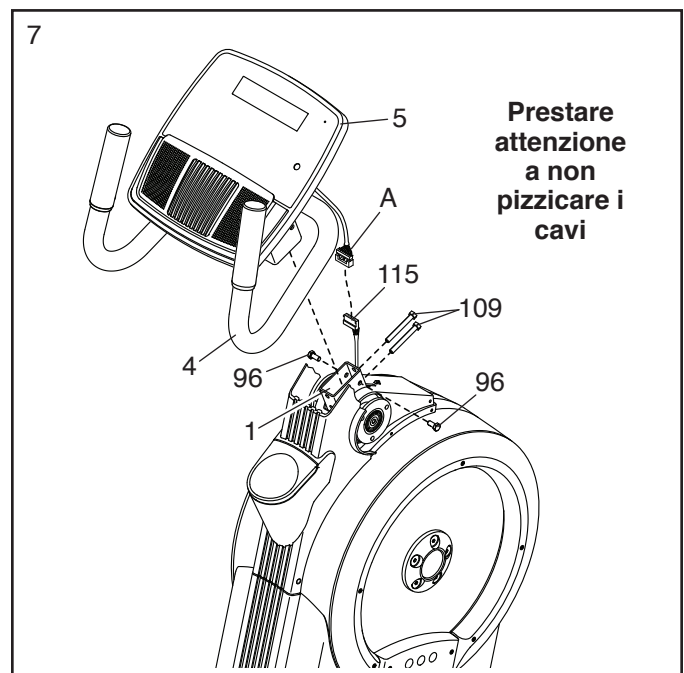
6. **Vedere il disegno in alto.** Con l'aiuto di una seconda persona, orientare la Consolle (5), il Copri Consolle (7) e la Staffa Consolle (4) come indicato. Quindi dirigere il cavo (A) sulla Consolle attraverso il Copri Consolle e la Staffa Consolle.

Vedere il disegno in basso. Suggerimento: prestare attenzione a non pizzicare il cavo (A). Fissare la Consolle (5) e il Copri Consolle (7) alla Staffa Consolle (4) con quattro Viti M4 x 22mm (107); **inserire manualmente tutte le Viti e poi serrarle.**



7. Mentre una seconda persona regge la Staffa Consolle (4) vicino al Telaio (1), collegare il cavo (A) sulla Consolle (5) al Cavo Principale (115).

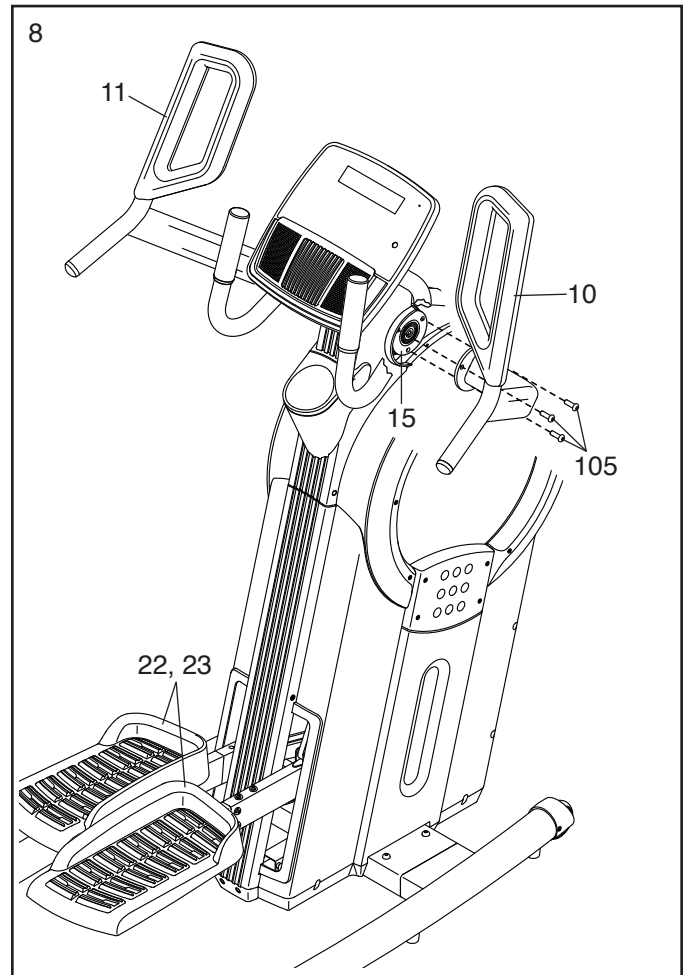
Suggerimento: prestare attenzione a non pizzicare i cavi. Fissare la Staffa Consolle (4) al Telaio (1) con due Viti M8 x 86mm (109) e due Viti M8 x 15mm (96); **inserire manualmente tutte le Viti e poi serrarle.**



8. Identificare i Manubri Destro e Sinistro (10, 11).

Accertare che i Pedali (22, 23) siano allo stesso livello. Fissare il Manubrio Destro (10) al Braccio Manubrio Destro (15) con tre Viti M8 x 25mm (105); **inserire manualmente tutte le Viti e poi serrarle. Suggerimento: potrebbe essere utile ruotare il Manubrio Destro per avere un accesso migliore per serrare le Viti.**

Fissare il Manubrio Sinistro (11) nel medesimo modo.

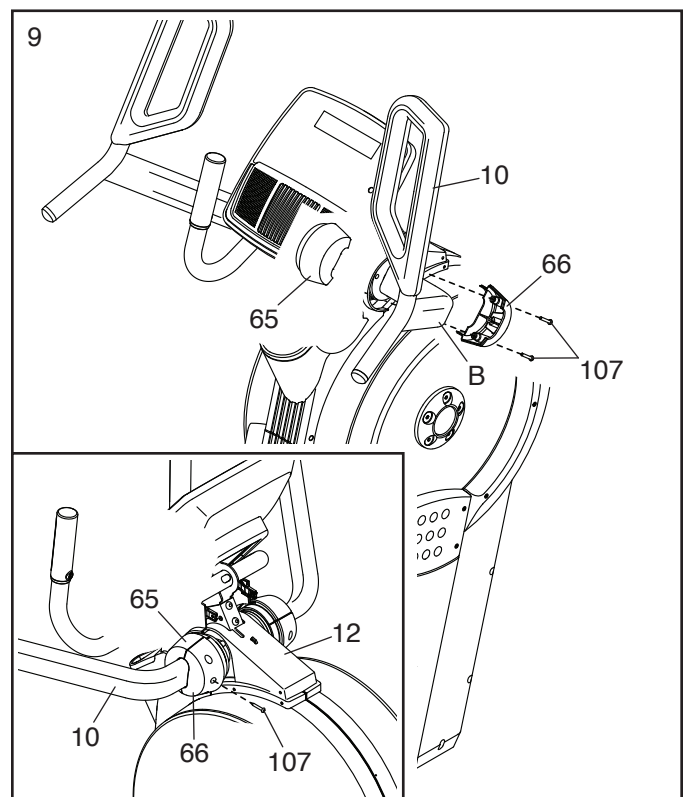


9. Identificare i Copri Perni Posteriore e Anteriore (65, 66).

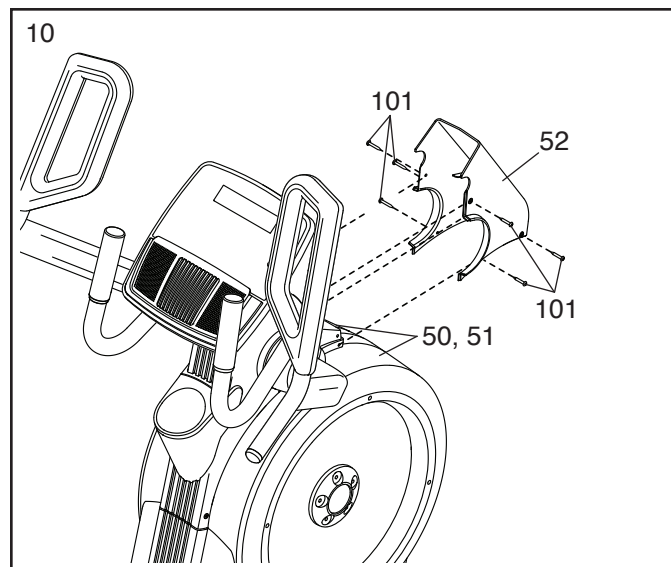
Premere il set di Copri Perni Posteriore e Anteriore (65, 66) posizionandoli attorno al Manubrio Destro (10) vicino alla curvatura (B). Quindi fissarli l'uno all'altro con due Viti M4 x 22mm (107).

Si veda il disegno nel riquadro. Far scorrere i Copri Perni Posteriore e Anteriore (65, 66) verso il Copri Pannello (12). Fissare il Copri Perno Anteriore al Manubrio Destro (10) con una Vite M4 x 22mm (107).

Ripetere questa operazione sull'altro lato dell'attrezzo da allenamento.

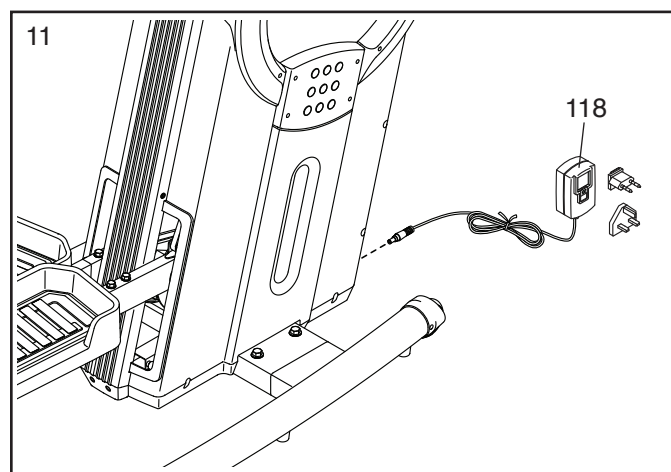


10. Fissare il Coperchio Anteriore (52) ai Pannelli Sinistro e Destro (50, 51) con sei Viti a Testa Piana M4 x 16mm (101); **inserire manualmente tutte le Viti a Testa Piana e poi serrarle.**



11. Inserire l'Alimentatore (118) nella presa presente sulla parte anteriore dell'attrezzo da allenamento.

Nota: per inserire l'Alimentatore (118) in una presa a muro, consultare la sezione INSERIMENTO DELL'ALIMENTATORE a pagina 12.



12. **Accertare che tutti i pezzi siano opportunamente serrati.** Nella confezione possono essere inclusi pezzi di scorta. Posizionare un tappetino sotto l'attrezzo da allenamento per proteggere il pavimento.

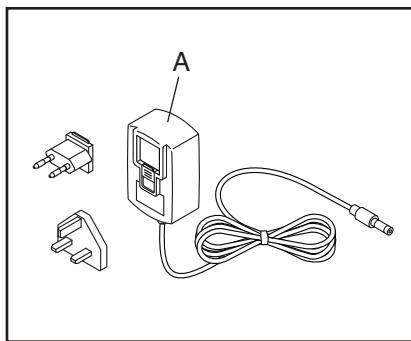
USO DELL'ATTREZZO DA ALLENAMENTO

INSERIMENTO DELL'ALIMENTATORE

IMPORTANTE: qualora l'attrezzo da allenamento sia rimasto esposto a basse temperature, riportarlo a temperatura ambiente prima di inserire l'alimentatore. In caso contrario, i display della consolle o altri componenti elettronici potranno risultrne danneggiati.

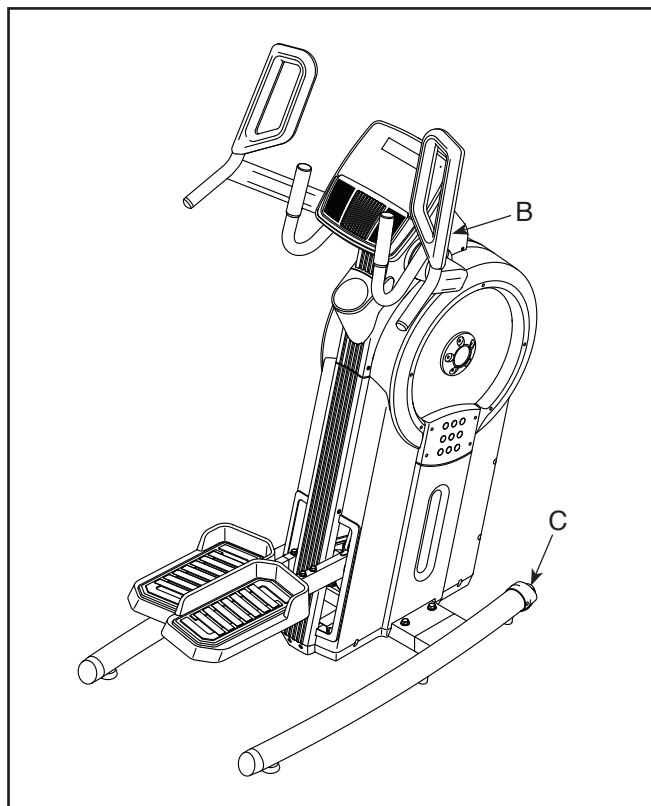
Inserire l'alimentatore (A) nella presa presente sulla parte anteriore dell'attrezzo da allenamento. Inserire l'adattatore spina corretto nell'alimentatore, se necessario.

Inserire poi l'alimentatore in una presa a muro adeguata, opportunamente installata in conformità con tutte le normative e i regolamenti locali.



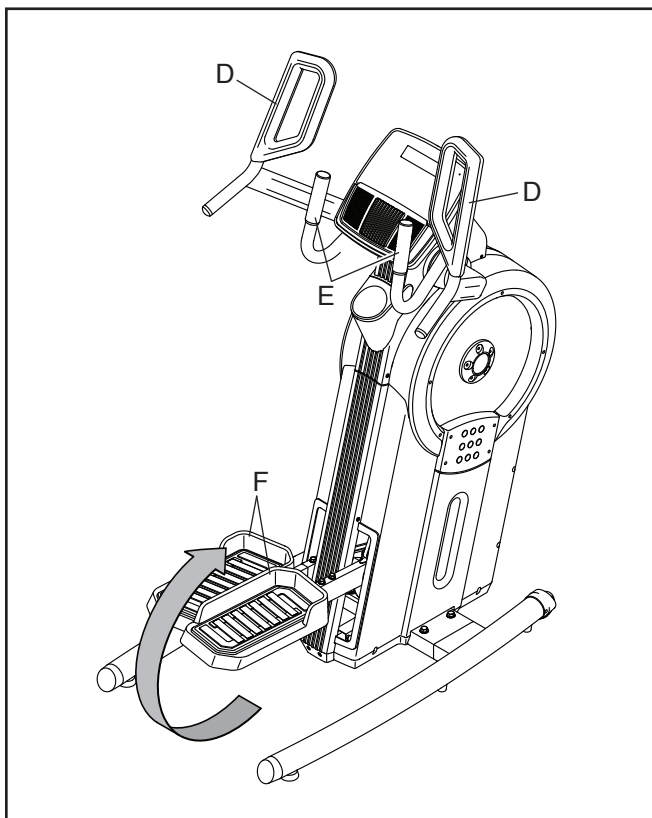
SPOSTAMENTO DELL'ATTREZZO DA ALLENAMENTO

A causa delle dimensioni e del peso dell'attrezzo da allenamento, lo spostamento richiede la presenza di due persone. Posizionarsi di fronte all'attrezzo da allenamento, reggere la staffa consolle (B) e mettere un piede davanti a una delle ruote (C). Con l'aiuto di una seconda persona tirare la staffa consolle fino a fare scorrere l'attrezzo da allenamento sulle ruote. Spostare con attenzione l'attrezzo da allenamento nella posizione desiderata, quindi appoggiarlo a terra.



ALLENARSI SULL'ATTREZZO DA ALLENAMENTO

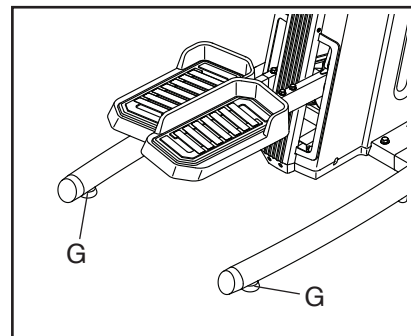
Per salire sull'attrezzo da allenamento, afferrare i manubri (D) o le impugnature (E) e salire sul pedale (F) che si trova nella posizione più bassa. Quindi, poggiare l'altro piede sull'altro pedale. Spingere sui pedali fino a quando iniziano a muoversi con movimento continuo. **Nota: i pedali possono ruotare in entrambe le direzioni. Si consiglia di far ruotare i pedali nella direzione indicata dalla freccia; tuttavia, per cambiare, è possibile far ruotare i pedali nella direzione opposta.**



Per scendere dall'attrezzo da allenamento, attendere fino all'arresto completo dei pedali (F). **Nota: l'attrezzo da allenamento non è dotato di ruota libera; i pedali continueranno a muoversi fino all'arresto del volano.** Quando i pedali sono fermi, scendere prima dal pedale più alto. Quindi scendere da quello più basso.

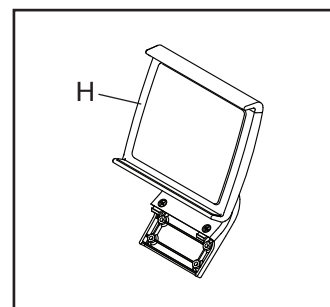
STABILIZZAZIONE DELL'ATTREZZO DA ALLENAMENTO

Qualora l'attrezzo da allenamento oscilli leggermente sul pavimento durante l'uso, ruotare uno o entrambi i piedini stabilizzatori (G) sotto gli stabilizzatori fino a quando l'oscillazione scompare.

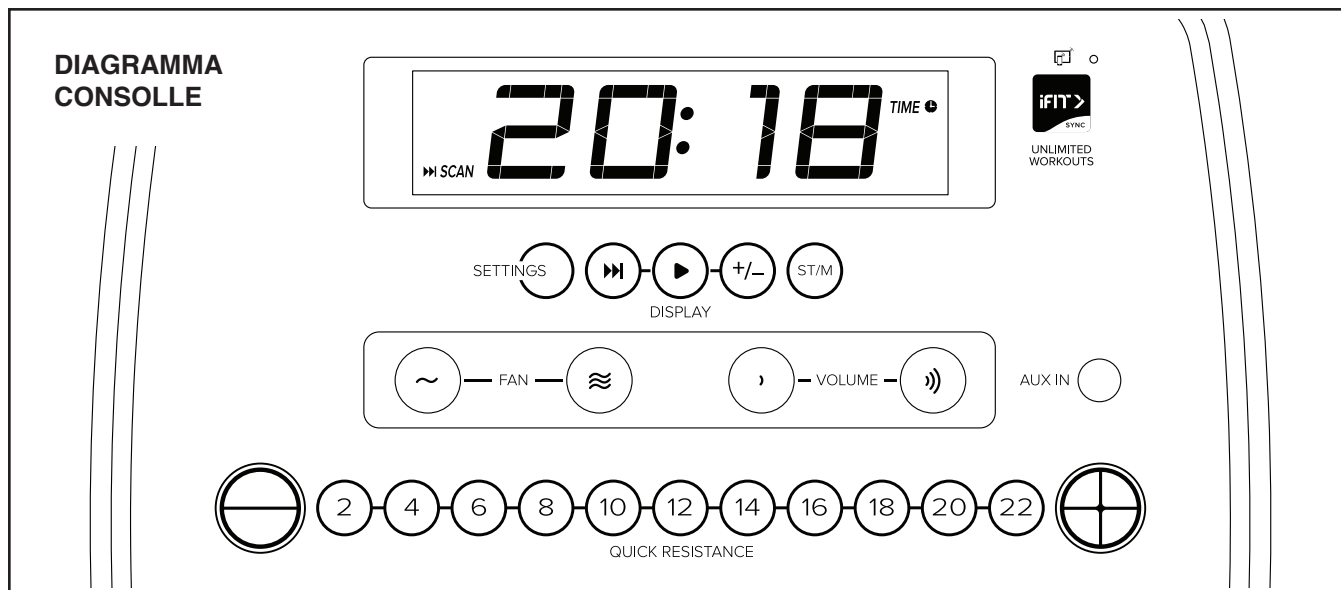


PORTA TABLET OPZIONALE

Il porta tablet opzionale (H) manterrà in posizione il tablet e consentirà di utilizzarlo durante l'allenamento. Il porta tablet opzionale è stato progettato per essere utilizzato con la maggior parte dei tablet di dimensioni standard. **Per acquistare il porta tablet, vedere la copertina del presente manuale.**



USO DELLA CONSOLLE



CARATTERISTICHE DELLA CONSOLLE

La consolle offre una gamma di funzioni che consentono di rendere gli allenamenti più efficaci e gradevoli.

Quando la consolle viene usata in modalità manuale, è possibile modificare la resistenza dei pedali premendo un pulsante. Durante l'allenamento, la consolle visualizzerà un continuo aggiornamento dell'esercizio. È inoltre possibile misurare la frequenza cardiaca mediante un cardiofrequenzimetro a impugnatura compatibile.

È anche possibile collegare il lettore audio personale all'impianto audio della consolle e ascoltare la musica o gli audio libri preferiti durante l'allenamento.

La consolle offre in più una serie illimitata di allenamenti iFit quando si scarica l'app iFit sul proprio dispositivo smart e lo si collega alla consolle.

Con l'app iFit è possibile accedere a una libreria ampia e varia di allenamenti video iFit, creare i propri allenamenti, monitorare i risultati dei propri allenamenti e accedere a molte altre funzionalità.

Ogni allenamento iFit controlla automaticamente la resistenza dei pedali mentre un coach iFit guiderà l'utente in un allenamento video coinvolgente ed efficace.

Per utilizzare la modalità manuale, vedere pagina 15. Per utilizzare l'impianto audio, vedere pagina 17.

Per utilizzare un allenamento iFit, vedere pagina 17. Per collegare il proprio cardiofrequenzimetro alla consolle, vedere pagina 18. Per modificare le impostazioni della consolle, vedere pagina 19.

Nota: qualora sul display fosse presente una pellicola di plastica trasparente, rimuoverla.

Nota: la consolle può visualizzare velocità e distanza in unità di misura standard o metrica. Per modificare l'unità di misura, premere ripetutamente il pulsante St/M (standard/metrico). Per semplicità tutte le informazioni presenti in questa sezione fanno riferimento all'unità di misura standard.

USO DELLA MODALITÀ MANUALE

1. Iniziare a pedalare o premere un pulsante qualsiasi della consolle per avviarla.

All'accensione della consolle il display si illumina. La consolle sarà così pronta per l'uso.

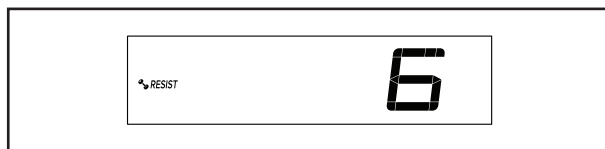
2. Selezione della modalità manuale.

All'accensione della consolle, verrà selezionata automaticamente la modalità manuale.

3. Modifica della resistenza dei pedali nel modo desiderato.

Per avviare la modalità manuale iniziare a pedalare.

È possibile modificare la resistenza dei pedali mentre si pedala. Per modificare la resistenza, premere uno dei pulsanti numerati Quick Resistance (resistenza a scelta rapida) oppure uno dei pulsanti di aumento e diminuzione Quick Resistance (resistenza a scelta rapida).



Nota: dopo aver premuto un pulsante, ci vorranno alcuni secondi prima che i pedali raggiungano il livello di resistenza selezionato.

4. Seguire la progressione sul display.

Il display è in grado di visualizzare le seguenti informazioni relative all'allenamento:

CALS (calorie): la quantità approssimativa di calorie consumate.

CALS/HR (calorie/ora): la quantità approssimativa di calorie consumate ogni ora.

MI o KM (distanza): la distanza percorsa in miglia o chilometri. Per modificare l'unità di misura, premere il pulsante St/M (standard/metrico).

Pace (ritmo): la velocità di pedalata espressa in minuti per miglio o minuti per chilometro. Per modificare l'unità di misura, premere il pulsante St/M (standard/metrico).

BPM e simbolo del cuore (pulsazioni): la frequenza cardiaca quando si utilizza il cardiofrequenzimetro compatibile (vedere la fase 5).

RESIST (resistenza): il livello di resistenza dei pedali.

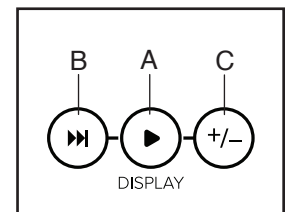
RPM (giri al minuto): la velocità di pedalata in giri al minuto (RPM).

MPH o KPH (velocità): la velocità di pedalata espressa in miglia o chilometri orari. Per modificare l'unità di misura, premere il pulsante St/M (standard/metrico).

Time (tempo): il tempo trascorso.

Vertical Distance (distanza in salita): la distanza in salita percorsa dall'utente in piedi o metri.

Per visualizzare le informazioni desiderate dell'allenamento sul display premere ripetutamente il pulsante Display (schermata) (A).



Modalità ricerca: la consolle dispone anche di una modalità ricerca che visualizza le informazioni sull'allenamento a scorrimento continuo. Per attivare la modalità ricerca, premere il pulsante Scan (ricerca) (B); l'indicatore ricerca (D) e la parola SCAN (ricerca) si accenderanno sul display.



Per avanzare manualmente nella sequenza di ricerca, premere ripetutamente il pulsante Scan (ricerca).

Per arrestare la modalità ricerca, premere il pulsante Display (schermata); l'indicatore di ricerca e la parola SCAN (ricerca) si spegneranno.

È inoltre possibile personalizzare la modalità ricerca in modo tale da visualizzare solo le informazioni di allenamento desiderate in sequenza continua.

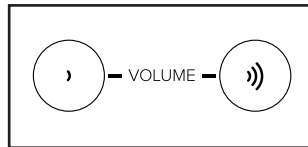
Per personalizzare la modalità ricerca, premere innanzitutto ripetutamente il pulsante Display (schermata) fino a quando l'informazione sull'allenamento che si desidera aggiungere o rimuovere dalla sequenza di ricerca compare nel display.

Poi premere il pulsante Add/Remove (aggiungi/rimuovi) (C) per aggiungere o rimuovere quell'informazione sull'allenamento dalla sequenza di ricerca. **Quando viene aggiunta un'informazione sull'allenamento**, l'indicatore relativo si accenderà sul display. **Quando viene rimossa un'informazione sull'allenamento**, l'indicatore relativo si spegnerà.

Quindi, premere il pulsante Scan (ricerca) per tornare alla modalità ricerca.

Nota: la consolle mostrerà le pulsazioni automaticamente nella sequenza di ricerca ogni volta che individua la frequenza cardiaca da un cardiofrequenzimetro.

Per cambiare il livello del volume della consolle premere i pulsanti di aumento e diminuzione Volume.



Per mettere la consolle in pausa, smettere semplicemente di pedalare. Quando la consolle è in pausa, sul display lampeggerà il tempo. Per continuare l'allenamento ricominciare semplicemente a pedalare.

5. Se lo si desidera, indossare un cardiofrequenzimetro compatibile e misurare la frequenza cardiaca.

È possibile indossare un cardiofrequenzimetro compatibile per misurare la frequenza cardiaca. Nota: la consolle è compatibile con tutti i cardiofrequenzimetri Bluetooth® Smart.

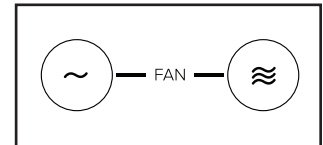
Alcuni modelli sono dotati di un cardiofrequenzimetro a torace compatibile. Se un cardiofrequenzimetro a torace è compreso, per l'uso consultare la sezione IL CARDIOFREQUENZIMETRO A TORACE nel presente manuale.

Se il modello non comprende un cardiofrequenzimetro compatibile e si desidera ordinarne uno, consultare le informazioni riportate a pagina 18.

Per collegare un cardiofrequenzimetro compatibile alla consolle, premere il pulsante iFit Sync sulla consolle; il numero di accoppiamento della consolle comparirà sul display. Una volta stabilita la connessione, il LED sulla consolle lampeggerà rosso due volte. Una volta rilevate le pulsazioni, verrà visualizzata la frequenza cardiaca. Per maggiori informazioni consultare la sezione COLLEGAMENTO DEL CARDIOFREQUENZIMETRO ALLA CONSOLLE a pagina 18.

6. Se lo si desidera, attivare il ventilatore.

Il ventilatore è dotato di varie impostazioni di velocità. Premere ripetutamente il pulsante di aumento e diminuzione Fan (ventilatore) per selezionare la velocità o per spegnerlo.



Nota: se i pedali non vengono azionati per circa 30 secondi, il ventilatore si spegnerà automaticamente.

7. Una volta terminato l'allenamento, la consolle si spegnerà automaticamente.

Qualora i pedali non vengano azionati per alcuni secondi, la consolle entrerà in pausa e il tempo lampeggerà nel display. Per riprendere l'allenamento ricominciare semplicemente a pedalare.

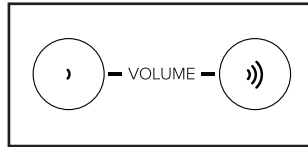
Qualora i pedali non vengano azionati per alcuni minuti e non si preme alcun pulsante, la consolle si spegnerà e il display si azzererà.

Nota: la consolle è dotata di una modalità demo, concepita per l'uso dell'attrezzo da allenamento quando viene esposto in un negozio. Qualora la modalità demo sia attivata, la consolle non si spegnerà e il display non sarà resettato quando si termina l'allenamento. Per disattivare la modalità demo, consultare la sezione MODIFICA DELLE IMPOSTAZIONI DELLA CONSOLLE a pagina 19.

USO DELL'IMPIANTO AUDIO

Per riprodurre musica o audiolibri sull'impianto audio della consolle durante l'allenamento, collegare un cavo audio maschio/maschio da 3,5 mm (non in dotazione) nella presa sulla consolle e nella presa del riproduttore audio personale; **accertare di avere inserito completamente il cavo audio nelle prese. Nota: per acquistare un cavo audio, rivolgersi al proprio fornitore di componenti elettronici locale.**

Successivamente premere il pulsante di riproduzione sul proprio lettore audio. Regolare il volume premendo i pulsanti di aumento e diminuzione volume sulla consolle o il comando del volume sul proprio lettore audio.



USO DI UN ALLENAMENTO IFIT

La consolle offre l'accesso a un'ampia e varia libreria di allenamenti iFit quando si scarica l'app iFit sul proprio dispositivo smart e lo si collega alla consolle.

Nota: la consolle supporta connessioni Bluetooth ai dispositivi smart mediante l'app iFit e ai cardiofrequenzimetri compatibili. Altre connessioni Bluetooth non sono supportate.

1. Scaricare e installare l'app iFit sul proprio dispositivo smart.

Eeguire la ricerca dell'app gratuita iFit dal proprio dispositivo iOS® o Android™ aprendo l'App StoreSM o il Google Play™ store e successivamente installare l'app sul proprio dispositivo smart. **Assicurarsi di avere attivato sul proprio dispositivo smart l'opzione Bluetooth.**

Quindi aprire l'app iFit e seguire le istruzioni per impostare un account iFit e personalizzare le impostazioni.

Prendersi il tempo necessario per esplorare l'app iFit e familiarizzare con le sue caratteristiche e impostazioni.

2. Se lo si desidera, collegare il proprio cardiofrequenzimetro alla consolle.

Se alla consolle si collega sia il cardiofrequenzimetro sia il dispositivo smart, **è necessario collegare il cardiofrequenzimetro prima del dispositivo smart.** Consultare la sezione COLLEGAMENTO DEL CARDIOFREQUENZIMETRO ALLA CONSOLLE a pagina 18.

3. Collegare il proprio dispositivo smart alla consolle.

Premere il pulsante iFit Sync sulla consolle; il numero di accoppiamento della consolle comparirà sul display. Quindi, attenersi alle istruzioni contenute nell'app iFit per collegare il proprio dispositivo smart alla consolle.

Una volta stabilita la connessione, il LED sulla consolle si stabilizzerà sul blu.

4. Selezione di un allenamento iFit.

Nell'app iFit sfiorare i pulsanti in fondo allo schermo per selezionare il menu principale (pulsante Home) o la libreria allenamenti (pulsante Browse).

Per selezionare un allenamento dal menu principale o dalla libreria allenamenti, è sufficiente sfiorare il pulsante allenamento desiderato sullo schermo. Per scorrere le opzioni verso l'alto o verso il basso, sfiorare lo schermo o trascinare il dito sullo schermo.

Quando si seleziona un allenamento, lo schermo visualizzerà una panoramica dell'allenamento che include dettagli come la durata e la distanza dell'allenamento e la quantità approssimativa di calorie che si consumeranno durante l'allenamento.

5. Avvio dell'allenamento.

Per avviare l'allenamento sfiorare *Start Workout* (avvio allenamento).

Durante alcuni allenamenti, un coach iFit illustrerà all'utente un video dell'allenamento. Sfiore il pulsante del suono (simbolo note musicali) per selezionare la musica, la voce del trainer e le opzioni volume dell'allenamento.

Durante alcuni allenamenti lo schermo mostrerà una mappa del percorso e un indicatore dei progressi fatti. Sfiore i pulsanti sullo schermo per selezionare le opzioni desiderate della mappa.

Qualora l'impostazione di resistenza del segmento corrente dell'allenamento risulti eccessiva o insufficiente, è possibile escludere l'impostazione manualmente premendo i pulsanti Quick Resistance (resistenza a scelta rapida) sulla consolle. **IMPORTANTE: quando il segmento corrente del programma termina, la resistenza si regolerà automaticamente in base all'impostazione di resistenza programmata per il segmento successivo.**

Nota: l'obiettivo calorie mostrato nella descrizione dell'allenamento è una stima delle calorie che verranno consumate durante l'allenamento. La quantità effettiva di calorie consumate dipenderà da vari fattori, come il peso dell'utente. Inoltre, qualora il livello di resistenza venga modificato manualmente durante l'allenamento, la quantità di calorie consumate varierà.

Per mettere in pausa l'allenamento è sufficiente sfiorare lo schermo o smettere di pedalare. Per continuare l'allenamento ricominciare semplicemente a pedalare.

Per terminare l'allenamento, sfiorare lo schermo per mettere in pausa l'allenamento, quindi seguire le indicazioni sullo schermo per interrompere l'allenamento e ritornare al menu principale.

Quando l'allenamento termina, sullo schermo comparirà un riepilogo dell'allenamento. Se lo si desidera, è possibile selezionare opzioni quali l'aggiunta dell'allenamento alla lista personale o l'aggiunta dell'allenamento all'elenco dei preferiti. Sfiore poi *Save Workout* (salva allenamento) per tornare al menu principale.

6. Scollegare il proprio dispositivo smart dalla consolle.

Per scollegare il proprio dispositivo smart dalla consolle, selezionare innanzitutto l'opzione scollega nell'app iFit. Quindi premere e mantenere premuto il pulsante iFit Sync sulla consolle fino a quando il LED sulla consolle diventa verde.

Nota: tutte le connessioni Bluetooth tra la consolle e altri dispositivi (incluso qualsiasi dispositivo smart, i cardiofrequenzimetri, ecc.) saranno scollegate.

7. Una volta terminato l'allenamento, la consolle si spegnerà automaticamente.

Qualora i pedali non vengano spostati per alcuni secondi, la consolle entrerà in pausa.

Qualora i pedali non vengano azionati per alcuni minuti e non si preme alcun pulsante, la consolle si spegnerà e il display si azzererà.

COLLEGAMENTO DEL CARDIOFREQUENZIMETRO ALLA CONSOLLE

La consolle è compatibile con tutti i cardiofrequenzimetri Bluetooth Smart.

Per collegare il proprio cardiofrequenzimetro Bluetooth Smart alla consolle, premere il pulsante iFit Sync sulla consolle; il numero di accoppiamento della consolle comparirà sul display. Una volta stabilita la connessione, il LED sulla consolle lampeggerà rosso due volte.

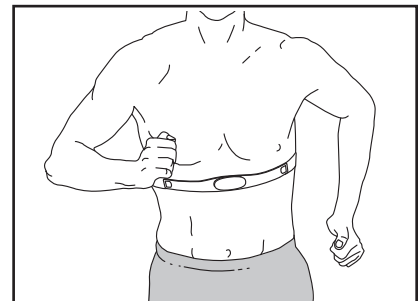
Nota: se vi è più di un cardiofrequenzimetro compatibile vicino alla consolle, la consolle si collegherà al cardiofrequenzimetro che ha il segnale più forte.

Per scollegare il cardiofrequenzimetro premere e mantenere premuto il pulsante iFit Sync sulla consolle fino a quando il LED sulla consolle diventa verde.

Nota: tutte le connessioni Bluetooth tra la consolle e altri dispositivi (incluso qualsiasi dispositivo smart, i cardiofrequenzimetri, ecc.) saranno scollegate.

IL CARDIOFREQUENZIMETRO A TORACE OPZIONALE

Qualunque sia l'obiettivo, consumare grassi o potenziare il sistema cardiovascolare, la chiave per raggiungere i risultati desiderati è allenarsi a un livello di intensità corretto. Il cardiofrequenzimetro a torace opzionale consentirà di monitorare costantemente la frequenza cardiaca durante l'allenamento, permettendo di raggiungere i propri obiettivi fitness. **Per acquistare un cardiofrequenzimetro a torace, consultare la copertina del presente manuale.**



Nota: la consolle è compatibile con tutti i cardiofrequenzimetri Bluetooth Smart.

MODIFICA DELLE IMPOSTAZIONI DELLA CONSOLLE

1. Selezione della modalità impostazioni.

Per selezionare la modalità impostazioni, premere il pulsante Settings (impostazioni). Nel display comparirà la prima schermata impostazioni.

Nota: se si sta utilizzando la modalità manuale o un allenamento iFit, terminare l'allenamento prima di premere il pulsante Settings (impostazioni).

2. Navigazione nella modalità impostazioni.

In modalità impostazioni, è possibile navigare nelle varie schermate impostazioni. Premere ripetutamente il pulsante Display (schermata) per selezionare la schermata impostazioni desiderata.

3. Modifica delle impostazioni nel modo desiderato.

Numero Versione Software: il numero della versione del software comparirà nel display.

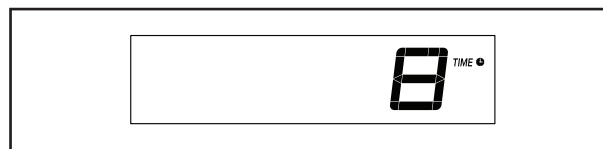
Unità di Misura: l'unità di misura attualmente selezionata comparirà nel display. La consolle è in grado di visualizzare la velocità e la distanza in unità di misura standard o metrica. Per modificare l'unità di misura, premere ripetutamente il pulsante St/M (standard/metrico). Per visualizzare le informazioni dell'allenamento in unità standard, selezionare STD (standard). Per visualizzare le informazioni dell'allenamento in unità di misura metrica, selezionare MET (metrico).



Test Display: questa opzione serve ai tecnici della manutenzione per capire se il display funziona correttamente.

Test Pulsante: questa opzione serve ai tecnici della manutenzione per capire se un determinato pulsante funziona correttamente.

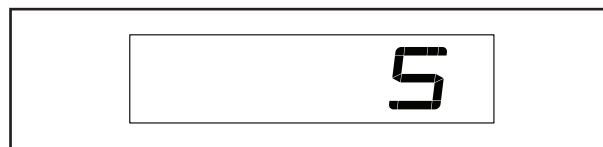
Tempo Totale: la parola TIME (tempo) comparirà nel display. Il display mostrerà il numero totale di ore di utilizzo dell'attrezzo da allenamento.



Distanza Totale: le abbreviazioni MI (miglia) o KM (chilometri) compariranno sul display. Il display visualizzerà la distanza complessiva (in miglia o chilometri) che l'attrezzo da allenamento ha percorso.



Contrasto: sul display verrà visualizzato il contrasto attualmente selezionato. Premere i pulsanti di aumento e diminuzione Quick Resistance (resistenza a scelta rapida) per regolare il contrasto.



Modalità Demo: l'opzione modalità demo attualmente selezionata comparirà nel display. La consolle è dotata di una modalità demo, concepita per l'uso dell'attrezzo da allenamento quando viene esposto in un negozio. Qualora la modalità demo sia attivata, la consolle non si spegnerà e il display non sarà resettato quando si termina l'allenamento. Premere ripetutamente il pulsante di aumento Quick Resistance (resistenza a scelta rapida) per selezionare l'opzione modalità demo. Per attivare la modalità demo, selezionare DON (demo attivata). Per disattivare la modalità demo, selezionare DOFF (demo disattivata).



4. Uscita dalla modalità impostazioni.

Premere il pulsante Settings (impostazioni) per uscire dalla modalità impostazioni.

MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE DEI GUASTI

MANUTENZIONE

Al fine di ottenere prestazioni ottimali e ridurre l'usura è necessaria una manutenzione regolare. Controllare e serrare regolarmente tutti i pezzi ogni volta che si utilizza l'attrezzo da allenamento. Sostituire immediatamente eventuali pezzi usurati.

Per pulire l'attrezzo da allenamento utilizzare un panno umido e una piccola quantità di sapone neutro. **IMPORTANTE: per evitare di danneggiare la consolle, proteggerla da liquidi e dalla luce solare diretta.**

LOCALIZZAZIONE GUASTI CONSOLLE

Se la consolle non si accende, verificare che l'alimentatore sia inserito completamente.

Qualora fosse necessario sostituire l'alimentatore, chiamare il numero di telefono riportato sulla copertina del presente manuale. IMPORTANTE: per evitare di danneggiare la consolle, utilizzare esclusivamente un alimentatore fornito dal fabbricante.

Qualora sul display della consolle vengano visualizzate delle linee, vedere la fase 3 a pagina 19 e regolare il livello di contrasto del display.

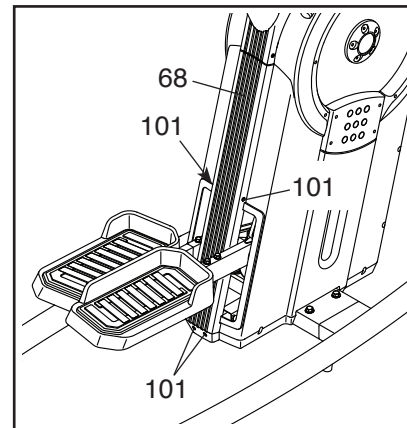
LOCALIZZAZIONE GUASTI PEDALE

Se i pedali si bloccano mentre ci si sta allenando e diventa difficile muoverli, spostarsi con il peso in avanti e indietro sui pedali fino a quando iniziano a muoversi facilmente e il volano all'interno dell'attrezzo da allenamento inizia a girare nuovamente.

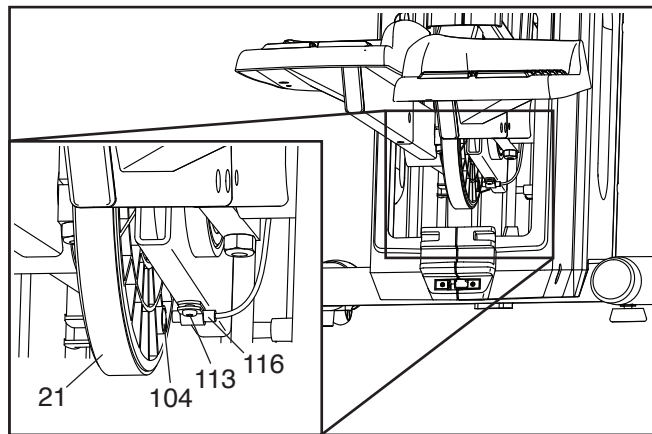
REGOLAZIONE DEL COMMUTATORE

Se la consolle non visualizza i dati corretti, è necessario regolare il commutatore. Per regolare il commutatore **disinserire prima di tutto l'alimentatore.**

Rimuovere poi le quattro Viti a Testa Piana M4 x 16mm (101) indicate e il Copri Pannello Posteriore Inferiore (68).



Ruotare quindi la Puleggia Grande (21) fino a quando il Magnete Puleggia (104) è allineato con il Commutatore (116). Allentare poi la Vite M4 x 19mm (113), avvicinare o allontanare leggermente il Commutatore dal Magnete Puleggia e serrare nuovamente la Vite.

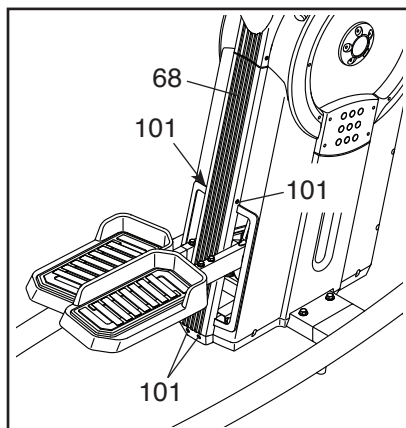


Collegare poi l'alimentatore e ruotare per un attimo la Puleggia Grande (21). Se necessario ripetere la procedura fino a quando la consolle visualizza le informazioni corrette. Infine rimontare il copri pannello posteriore inferiore.

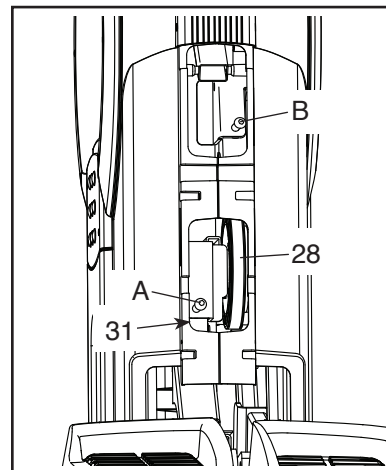
REGOLAZIONE DELLA CINGHIA TRASMISSIONE

Nel caso i pedali slittassero mentre si sta pedalando, anche se il livello di resistenza è al massimo, significa che è necessario regolare le cinghie di trasmissione. Per regolare le cinghie di trasmissione **disinserire prima di tutto l'alimentatore.**

Rimuovere poi le quattro Viti a Testa Piana M4 x 16mm (101) indicate e il Copri Pannello Posteriore Inferiore (68).



Individuare quindi la Vite di Regolazione inferiore (A). Serrare la Vite di Regolazione inferiore di quattro giri; in questo modo verrà serrata la Cinghia Trasmissione Grande (31).



Salire sull'attrezzo da allenamento e sul pedale e restarvi per alcuni istanti. Se i pedali continuano a slittare, scendere dall'attrezzo da allenamento e individuare la Vite di Regolazione superiore (B). Serrare la Vite di Regolazione superiore di due giri; in questo modo verrà serrata la Cinghia Trasmissione Piccola (28).

Salire di nuovo sull'attrezzo da allenamento e sul pedale e restarvi per alcuni istanti. Se anche questa volta i pedali continuano a slittare, scendere dall'attrezzo da allenamento e serrare la Vite di Regolazione inferiore (A) di quattro giri; in questo verrà serrata ancora una volta la Cinghia Trasmissione Grande (31).

Una volta correttamente regolate le cinghie di trasmissione, rimontare il copri pannello posteriore inferiore.

GUIDA AGLI ESERCIZI

AVVERTENZA: prima di iniziare questo programma di esercizi o altri, consultare il medico. Questa precauzione è di particolare importanza per persone di età superiore ai 35 anni o con problemi di salute preesistenti.

I consigli che seguono sono un supporto per pianificare il programma di allenamento. Per informazioni più dettagliate relative agli esercizi, si consiglia di acquistare un libro specializzato o di consultare il proprio medico. Si ricorda che una corretta alimentazione e un riposo adeguato sono essenziali per ottenere dei risultati positivi.

INTENSITÀ ESERCIZIO

Qualunque sia l'obiettivo, consumare grassi o potenziare il sistema cardiovascolare, la chiave per raggiungere i risultati desiderati è allenarsi a un livello di intensità corretto. È possibile determinare il livello di intensità corretto prendendo come punto di riferimento la propria frequenza cardiaca. La tabella sottostante mostra le frequenze cardiache consigliate per consumare i grassi o per un allenamento aerobico.

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
<hr/>							
20	30	40	50	60	70	80	

Per determinare la frequenza cardiaca più adatta al proprio fisico, individuare la propria età in fondo alla tabella (le età sono arrotondate alla decina più prossima). I tre numeri riportati sopra alla propria età determinano la "zona di allenamento". Il valore più basso rappresenta la frequenza cardiaca per consumare grassi; il valore medio rappresenta la frequenza cardiaca per un consumo massimo di grassi, mentre quello più alto rappresenta la frequenza cardiaca per l'allenamento aerobico.

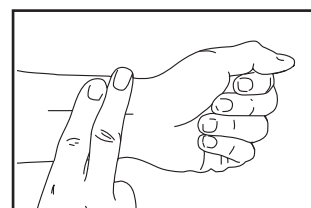
Consumo di Grassi: per consumare grassi in modo efficace, è necessario eseguire un allenamento a un livello di intensità relativamente basso per parecchi minuti. Durante i primi minuti di allenamento, il corpo brucia i carboidrati semplici. Solo dopo i primi minuti di allenamento il corpo inizia a consumare i grassi accumulati. Qualora l'obiettivo fosse consumare grassi, regolare l'intensità dell'allenamento fino a quando la frequenza cardiaca raggiunge il valore più basso della

propria zona di allenamento. Per un consumo di grassi massimo, allenarsi con la frequenza cardiaca prossima al valore medio della propria zona di allenamento.

Allenamento Aerobico: qualora l'obiettivo fosse potenziare il sistema cardiovascolare, è necessario svolgere un allenamento aerobico, un'attività che richiede un apporto di ossigeno elevato per periodi prolungati. Per l'allenamento aerobico, regolare l'intensità del proprio allenamento fino a quando la frequenza cardiaca raggiunge il valore più alto della propria zona di allenamento.

MISURAZIONE DELLA FREQUENZA CARDIACA

Per misurare la frequenza cardiaca, allenarsi per almeno quattro minuti. Successivamente, fermarsi e posizionare due dita sul polso come indicato. Misurare il battito per sei secondi e poi moltiplicare il risultato per 10 per ottenere la propria frequenza cardiaca. Per esempio, se il battito durante i sei secondi è di 14, la frequenza cardiaca è pari a 140 battiti al minuto.



GUIDA ALL'ALLENAMENTO

Riscaldamento: iniziare l'allenamento con 5–10 minuti di stretching ed esercizi leggeri. Il riscaldamento aumenta la temperatura del corpo, la frequenza cardiaca e la circolazione in preparazione all'allenamento.

Esercizio Zona di Allenamento: allenarsi per 20–30 minuti rispettando la frequenza cardiaca della propria zona di allenamento. (Durante le prime settimane del programma di allenamento, mantenere la propria frequenza cardiaca nella zona di allenamento per un massimo di 20 minuti.) Durante l'allenamento respirare regolarmente e profondamente, senza mai trattenere il respiro.

Defaticamento: terminare con 5–10 minuti di stretching. Lo stretching aumenta la flessibilità dei muscoli e aiuta a prevenire i problemi dopo gli esercizi.

FREQUENZA ESERCIZI

Per mantenere o migliorare la propria condizione, eseguire tre allenamenti alla settimana, con almeno un giorno di riposo tra ogni sessione. Dopo alcuni mesi di esercizio costante, sarà anche possibile effettuare cinque allenamenti a settimana, se lo si desidera. La chiave del successo è rendere l'allenamento una parte costante e divertente della vita di tutti i giorni.

ESERCIZI DI STRETCHING CONSIGLIATI

La corretta esecuzione dei vari esercizi di stretching di base è mostrata qui a destra. Durante lo stretching muoversi lentamente senza mai dondolare.

1. Toccare i Piedi con le Mani

In piedi, ma con le ginocchia leggermente piegate, piegare il busto in avanti. Rilassare schiena e spalle mentre si cerca di toccare la punta dei piedi con le mani. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio 3 volte. Stretching: bicipiti femorali, retro delle ginocchia e schiena.

2. Stretching del Bicipite Femorale

Sedersi con una gamba stesa. Portare la pianta del piede opposto verso di sé e appoggiarla contro la parte interna della coscia della gamba stesa. Cercare di raggiungere la punta del piede della gamba stesa. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio 3 volte con entrambe le gambe. Stretching: bicipiti femorali, zona lombare ed inguine.

3. Stretching Polpaccio/Tendine di Achille

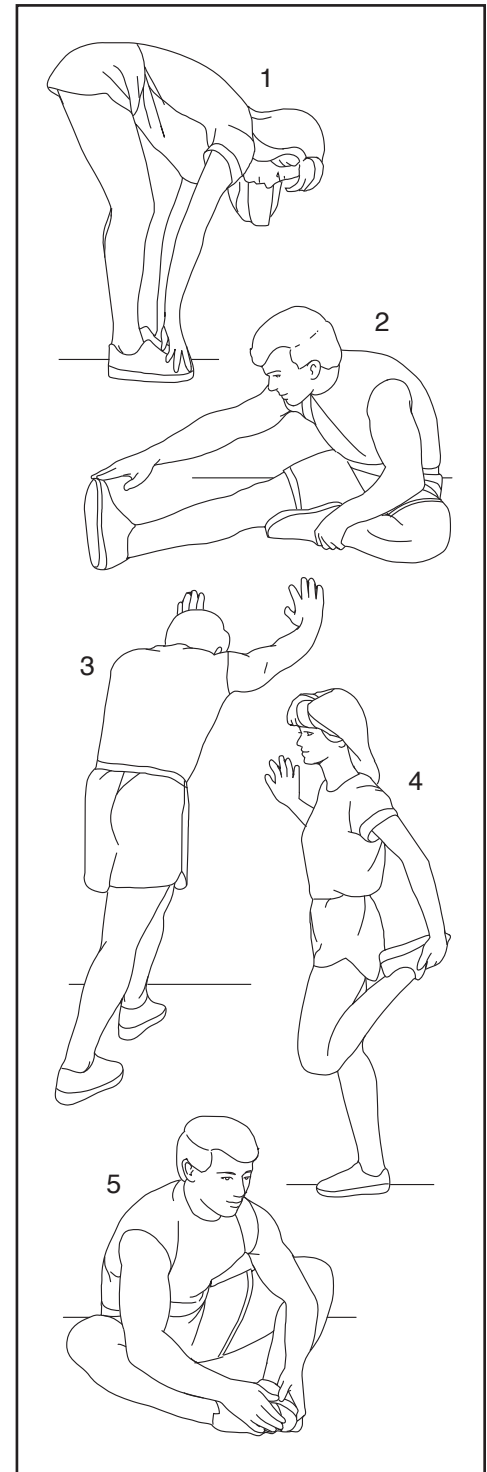
Mettere una gamba di fronte all'altra, sporgersi in avanti e posizionare le mani sulla parete. Tenere la gamba dietro dritta con il piede completamente appoggiato a terra. Piegare la gamba davanti, sporgersi in avanti e spostare i fianchi verso la parete. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio 3 volte con entrambe le gambe. Per allungare maggiormente i tendini di Achille, piegare anche la gamba dietro. Stretching: polpacci, tendini di Achille e caviglie.

4. Stretching Quadricipiti

Appoggiando una mano alla parete per non perdere l'equilibrio, afferrare il piede esterno (rispetto alla parete) e piegando la gamba portare il tallone contro il gluteo. Portare il tallone il più vicino possibile ai glutei. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio 3 volte con entrambe le gambe. Stretching: quadricipiti e muscoli dell'anca.

5. Stretching dell'Interno Coscia

Sedersi, piegare le ginocchia verso l'esterno e unire le piante dei piedi. Tirare i piedi verso l'inguine il più vicino possibile. Mantenere questa posizione per 15 secondi poi rilassarsi. Ripetere l'esercizio 3 volte. Stretching: quadricipiti e muscoli dell'anca.



ELENCO PEZZI

Modello n° PFEL07920-INT.0 R1120A

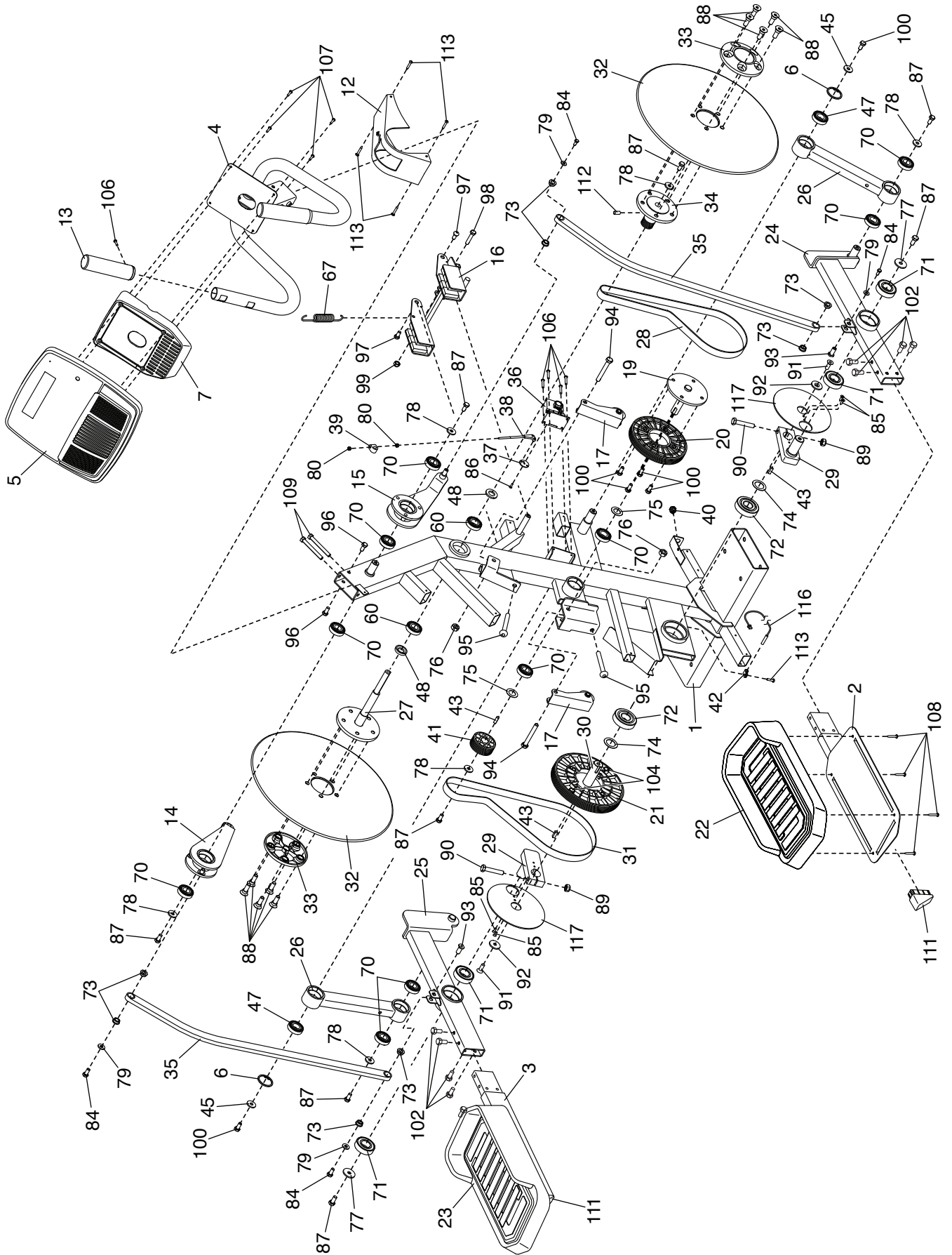
N°	Qtà	Descrizione	N°	Qtà	Descrizione
1	1	Telaio	51	1	Pannello Destro
2	1	Base Pedale Destro	52	1	Coperchio Anteriore
3	1	Base Pedale Sinistro	53	1	Coperchio Posteriore
4	1	Staffa Consolle	54	1	Base Portaoggetti
5	1	Consolle	55	2	Cappuccio Stabilizzatore
6	2	Anello di Sicurezza	56	4	Piedino
7	1	Copri Consolle	57	2	Ruota
8	1	Stabilizzatore Destro	58	1	Copri Ruota Destro
9	1	Stabilizzatore Sinistro	59	2	Cappuccio Manubrio
10	1	Manubrio Destro	60	2	Cuscinetto Asse Disco
11	1	Manubrio Sinistro	61	1	Copri Manubrio Posteriore Sinistro
12	1	Copri Pannello	62	1	Copri Manubrio Anteriore Sinistro
13	2	Impugnatura	63	1	Copri Manubrio Posteriore Destro
14	1	Braccio Manubrio Sinistro	64	1	Copri Manubrio Anteriore Destro
15	1	Braccio Manubrio Destro	65	2	Copri Perno Posteriore
16	1	Staffa Magnete	66	2	Copri Perno Anteriore
17	2	Tenditore	67	1	Molla
18	1	Portaoggetti	68	1	Copri Pannello Posteriore Inferiore
19	1	Asse Scambio	69	2	Piedino Stabilizzatore
20	1	Puleggia Media	70	10	Cuscinetto Piccolo
21	1	Puleggia Grande	71	4	Cuscinetto Medio
22	1	Pedale Destro	72	2	Cuscinetto Grande
23	1	Pedale Sinistro	73	8	Boccola
24	1	Gamba Pedale Destro	74	2	Distanziatore Grande
25	1	Gamba Pedale Sinistro	75	2	Distanziatore Piccolo
26	2	Braccio Connettore	76	2	Controdado M10
27	1	Asse Disco	77	2	Rondella Movimento Centrale
28	1	Cinghia Trasmissione Piccola	78	6	Rondella M8
29	2	Pedivella	79	4	Rondella M6
30	1	Movimento Centrale	80	2	Dado M5
31	1	Cinghia Trasmissione Grande	81	2	Bullone con Collare M10
32	2	Disco	82	5	Vite M4 x 42mm
33	2	Mozzo Disco	83	8	Fermaglio
34	1	Pignone	84	4	Vite M6 x 14mm
35	2	Braccio di Collegamento	85	4	Vite M5 x 16mm
36	1	Motore Resistenza	86	1	Vite M3,5 x 12mm
37	1	Disco Resistenza	87	8	Vite M8 x 16mm
38	1	Braccio Resistenza	88	10	Vite Disco
39	1	Blocco Resistenza	89	2	Dado Autobloccante M10
40	1	Presa/Cavo	90	2	Bullone Esagonale M10 x 55mm
41	1	Puleggia Piccola	91	2	Vite Asse
42	1	Morsetto	92	2	Flangia
43	3	Chiave	93	2	Perno
44	2	Copri Magnete	94	2	Bullone M10 x 55mm
45	2	Rondella Piccola M8	95	2	Vite di Regolazione
46	1	Copri Ruota Sinistro	96	2	Vite M8 x 15mm
47	2	Cuscinetto Auto Allineante	97	2	Vite a Perno M8
48	2	Boccola Asse Disco	98	1	Bullone M8 x 30mm
49	2	Anello Disco	99	3	Dado Autobloccante M8
50	1	Pannello Sinistro	100	6	Vite M8 x 23mm

N°	Qtà	Descrizione	N°	Qtà	Descrizione
101	14	Vite a Testa Piana M4 x 16mm	112	1	Vite M10
102	8	Vite M8 x 20mm	113	25	Vite M4 x 19mm
103	18	Vite Cappuccio	114	3	Vite M4 x 12mm
104	2	Magnete Puleggia	115	1	Cavo Principale
105	6	Vite M8 x 25mm	116	1	Commutatore/Cavo
106	10	Vite M4 x 16mm	117	2	Disco Copri Pedivella
107	20	Vite M4 x 22mm	118	1	Alimentatore
108	8	Vite M6 x 12mm	*	–	Manuale d'Istruzioni
109	2	Vite M8 x 86mm	*	–	Attrezzo di Montaggio
110	8	Vite M10 x 20mm	*	–	Confezione di Lubrificante
111	2	Cappuccio Inclinato			

Nota: le specifiche sono soggette a modifiche senza previo avviso. Si veda la retrocopertina del presente manuale per informazioni relative all'ordinazione di pezzi di ricambio. *Questi pezzi non sono raffigurati.

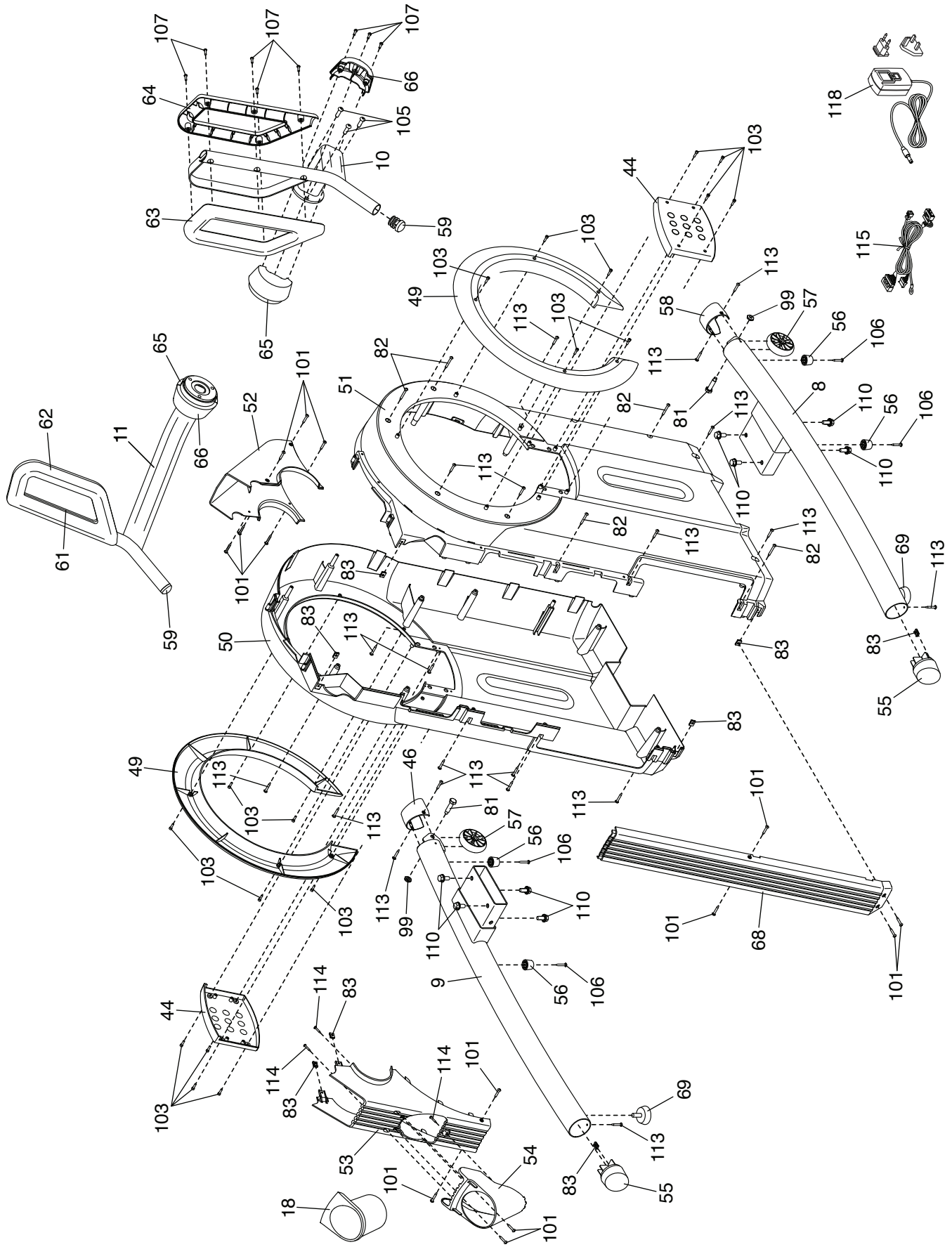
DISEGNO ESPLOSO A

Modello n° PFEL07920-INT.0 R1120A



DISEGNO ESPLOSO B

Modello n° PFEL07920-INT.0 R1120A



ORDINAZIONE DEI PEZZI DI RICAMBIO

Per ordinare i pezzi di ricambio, consultare la copertina del presente manuale. Per agevolare l'assistenza, annotare le seguenti informazioni prima di contattare l'ufficio competente:

- del numero del modello e del numero di serie del prodotto (consultare la copertina del presente manuale)
- del nome del prodotto (consultare la copertina del presente manuale)
- del numero di riferimento e della descrizione dei pezzi di ricambio (consultare il capitolo ELENCO PEZZI e DISEGNO ESPLOSO alla fine del presente manuale)

INFORMAZIONI PER IL RICICLAGGIO

Questo prodotto elettronico non deve essere smaltito con i rifiuti urbani. Al fine della conservazione dell'ambiente, questo prodotto deve essere riciclato al termine del suo utilizzo come previsto dalla legge.

Rivolgersi alle opportune strutture locali per il riciclaggio autorizzate al ritiro di questo tipo di rifiuti. In questo modo, si contribuisce alla preservazione delle risorse naturali e al miglioramento degli standard europei di protezione ambientale. Qualora si necessiti di ulteriori informazioni sui metodi sicuri e corretti per lo smaltimento, rivolgersi all'ufficio locale preposto o all'azienda da cui è stato acquistato questo prodotto.

