

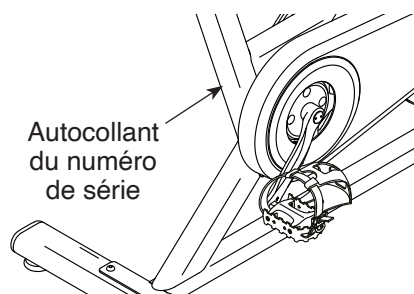
PRO-FORM[®]

PRO TRAINER 500

N° du modèle PFEX30124-INT.0

N° de série _____

Écrivez le numéro de série sur la ligne ci-dessus pour référence.



SERVICE AUX MEMBRES

Si vous avez besoin d'aide, veuillez enregistrer votre produit sur notre site web **iFITsupport.eu**.

FRANCE

Téléphone : 08 00 00 12 65

BELGIQUE

Téléphone : 08-005 80 95

Heures d'ouverture : du lundi au vendredi, de 9h00 à 18h00

⚠ ATTENTION

Lisez toutes les précautions et les instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser cet équipement. Gardez ce manuel pour vous y référer ultérieurement.

MANUEL DE L'UTILISATEUR

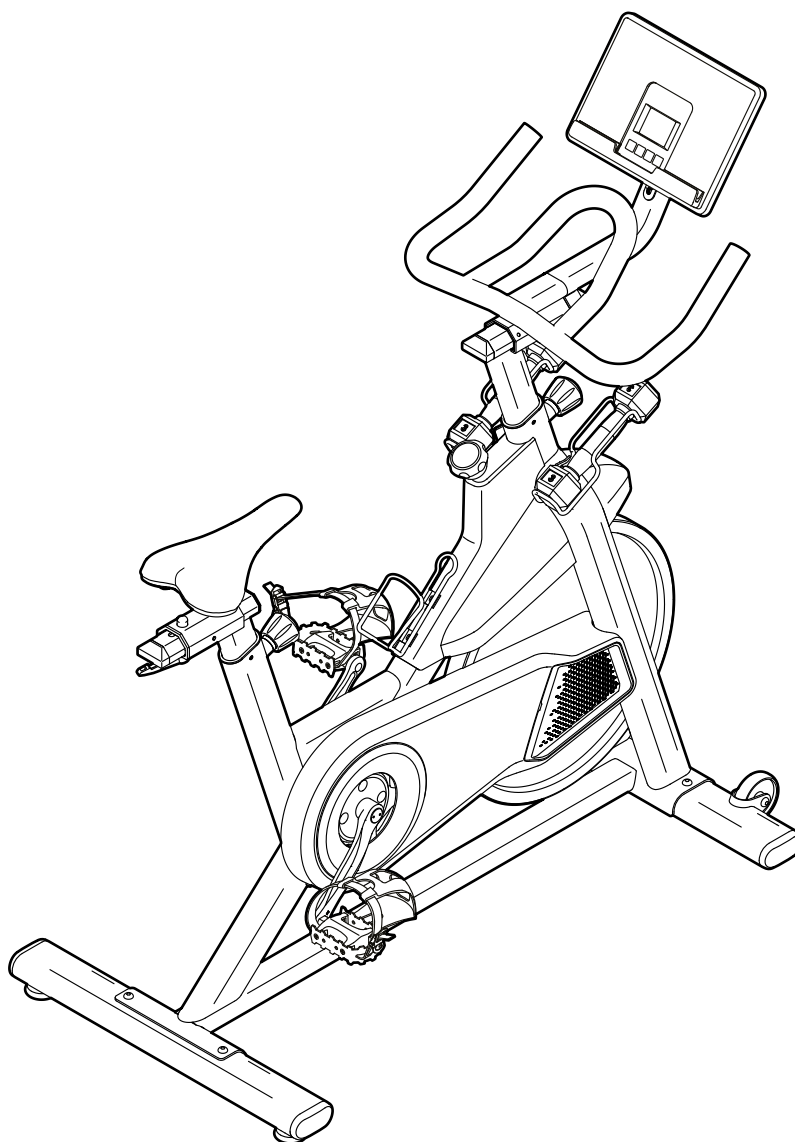


TABLE DES MATIÈRES

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES	3
EMPLACEMENT DE L'AUTOCOLLANT D'AVERTISSEMENT	4
AVANT DE COMMENCER	5
TABEAU D'IDENTIFICATION DES PIÈCES	6
ASSEMBLAGE	7
COMMENT UTILISER LE VÉLO D'EXERCICE	13
COMMENT UTILISER LA CONSOLE	15
ENTRETIEN ET RÉOLUTION DES PROBLÈMES	20
CONSEILS POUR LES EXERCICES	22
LISTE DES PIÈCES	25
SCHÉMA DÉTAILLÉ	26
COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE	Dos du manuel
INFORMATIONS SUR LE RECYCLAGE	Dos du manuel
DÉCLARATION DE CONFORMITÉ R-U./UE	Dos du manuel

PROFORM et IFIT sont des marques déposées d'IFIT Inc. App Store est une marque d'Apple Inc., déposée aux États-Unis et dans d'autres pays. Android et Google Play sont des marques de Google LLC. Le mot et les logos Bluetooth® sont des marques déposées de Bluetooth SIG, Inc. et sont utilisés sous licence. IOS est une marque commerciale ou une marque déposée de Cisco aux États-Unis et dans d'autres pays, et est utilisée sous licence.

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

⚠️ AVERTISSEMENT : pour réduire les risques de blessures graves, lisez toutes les précautions importantes et toutes les instructions présentées dans ce manuel, ainsi que tous les avertissements apposés sur votre vélo d'exercice avant de l'utiliser. iFIT ne peut être tenu responsable des blessures ou des dommages directs ou indirects liés à l'utilisation de ce produit.

1. Le propriétaire est responsable de s'assurer que tous les utilisateurs du vélo d'exercice ont été informés de manière satisfaisante de toutes les précautions d'utilisation.
2. Gardez toujours les enfants de moins de 16 ans et les animaux domestiques éloignés du vélo d'exercice.
3. Consultez votre fournisseur de soins de santé avant de commencer tout programme d'exercice. Ceci est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans ou celles ayant déjà des problèmes de santé.
4. Consultez votre fournisseur de soins de santé avant de commencer ou de poursuivre tout programme d'exercice pendant la grossesse. Utilisez uniquement le vélo d'exercice de la manière autorisée par votre fournisseur de soins de santé.
5. Le vélo d'exercice n'est pas conçu pour être utilisé par des personnes avec un handicap moteur, sensoriel ou mental, ou qui manquent d'expérience et de connaissance, à moins qu'elles ne soient supervisées ou informées sur l'utilisation du vélo d'exercice par une personne responsable de leur sécurité.
6. Utilisez uniquement le vélo d'exercice de la manière décrite dans ce manuel.
7. Le vélo d'exercice est conçu uniquement pour une utilisation privée. N'utilisez pas le vélo d'exercice dans un cadre commercial, locatif ou institutionnel.
8. Gardez le vélo d'exercice à l'intérieur, à l'abri de l'humidité et de la poussière. N'installez pas le vélo d'exercice dans un garage, sur un patio couvert, ni près d'une source d'eau.
9. Installez le vélo d'exercice sur une surface plane et sur un tapis pour protéger votre sol ou votre moquette. Assurez-vous qu'il y a au moins 60 cm d'espace libre autour du vélo d'exercice.
10. Vérifiez et serrez correctement toutes les pièces chaque fois que le vélo d'exercice est utilisé. Remplacez immédiatement toute pièce usée. Utilisez uniquement des pièces fournies par le fabricant.
11. Portez des vêtements de sport quand vous faites de l'exercice ; ne portez pas des vêtements amples qui pourraient se coincer dans le vélo d'exercice. Portez toujours des chaussures de sport pour protéger vos pieds.
12. Le vélo d'exercice ne doit pas être utilisé par des personnes dont le poids est supérieur à 114 kg.
13. Soyez prudent lorsque vous montez ou descendez du vélo d'exercice.
14. Gardez toujours le dos droit quand vous utilisez le vélo d'exercice ; ne vous cambrez pas.
15. Le vélo d'exercice n'est pas équipé d'une roue libre ; les pédales continueront à tourner jusqu'à l'immobilisation de la roue d'inertie. Réduisez votre vitesse de pédalage de manière contrôlée.
16. Pour arrêter rapidement la roue d'inertie, poussez le bouton de frein vers le bas.
17. Pour ne pas endommager les patins de frein, ne les lubrifiez pas.
18. Un excès d'exercice peut entraîner des blessures graves, voire la mort. Si vous ressentez des étourdissements ou de la douleur, ou si vous avez du mal à respirer durant votre entraînement, arrêtez-vous immédiatement et retrouvez votre calme.

EMPLACEMENT DE L'AUTOCOLLANT D'AVERTISSEMENT

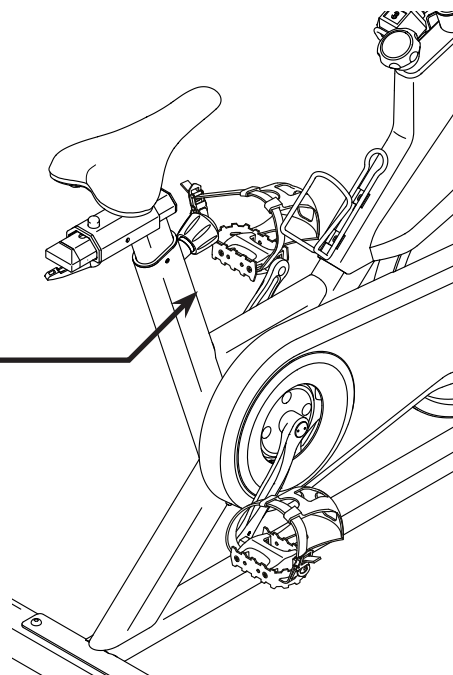
Ce schéma indique le ou les emplacements du ou des autocollants d'avertissement.

Si un autocollant est manquant ou illisible, référez-vous à la page de couverture de ce manuel pour commander un nouvel autocollant gratuit. Placez le nouvel autocollant à l'endroit indiqué.

Remarque : les autocollants ne sont peut-être pas illustrés à leur taille réelle.

⚠ AVERTISSEMENT

- Une mauvaise utilisation peut entraîner des blessures graves.
- Lisez le manuel de l'utilisateur avant l'utilisation, et respectez tous les avertissements et instructions.
- N'autorisez pas les enfants sur ou autour.
- Ne convient pas aux mesures de haute précision.
- Utilisez toujours sur une surface plane.
- Les pédales continuent de tourner quand vous arrêtez de pédaler.
- Des pédales en mouvement peuvent causer des blessures.
- Réduisez la vitesse des pédales de manière contrôlée.
- Arrêtez les pédales et soyez prudent quand vous montez ou descendez.
- Verrouillez ou placez la résistance sur le niveau maximal quand inutilisé.
- Le poids de l'utilisateur ne doit pas dépasser 114 kg.
- Remplacez cette étiquette si elle est endommagée, illisible ou a été retirée.



AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir choisi le nouveau vélo d'exercice PROFORM® PRO TRAINER 500. La pratique du vélo est un exercice efficace pour améliorer le système cardiovasculaire, développer l'endurance et raffermir le corps. Le vélo d'exercice PROFORM® PRO TRAINER 500 offre un choix de fonctionnalités conçues pour rendre vos entraînements chez vous plus efficaces et plus agréables.

Il est important de lire attentivement ce manuel avant d'utiliser le vélo d'exercice. Si vous avez des

questions après avoir lu ce manuel, référez-vous à la page de couverture de ce manuel. Pour une assistance plus efficace, notez le numéro du modèle et le numéro de série du produit avant de nous contacter. Le numéro du modèle et l'emplacement de l'autocollant du numéro de série sont indiqués sur la page de couverture de ce manuel.

Avant de poursuivre la lecture du manuel, familiarisez-vous avec les pièces identifiées sur le schéma ci-dessous.

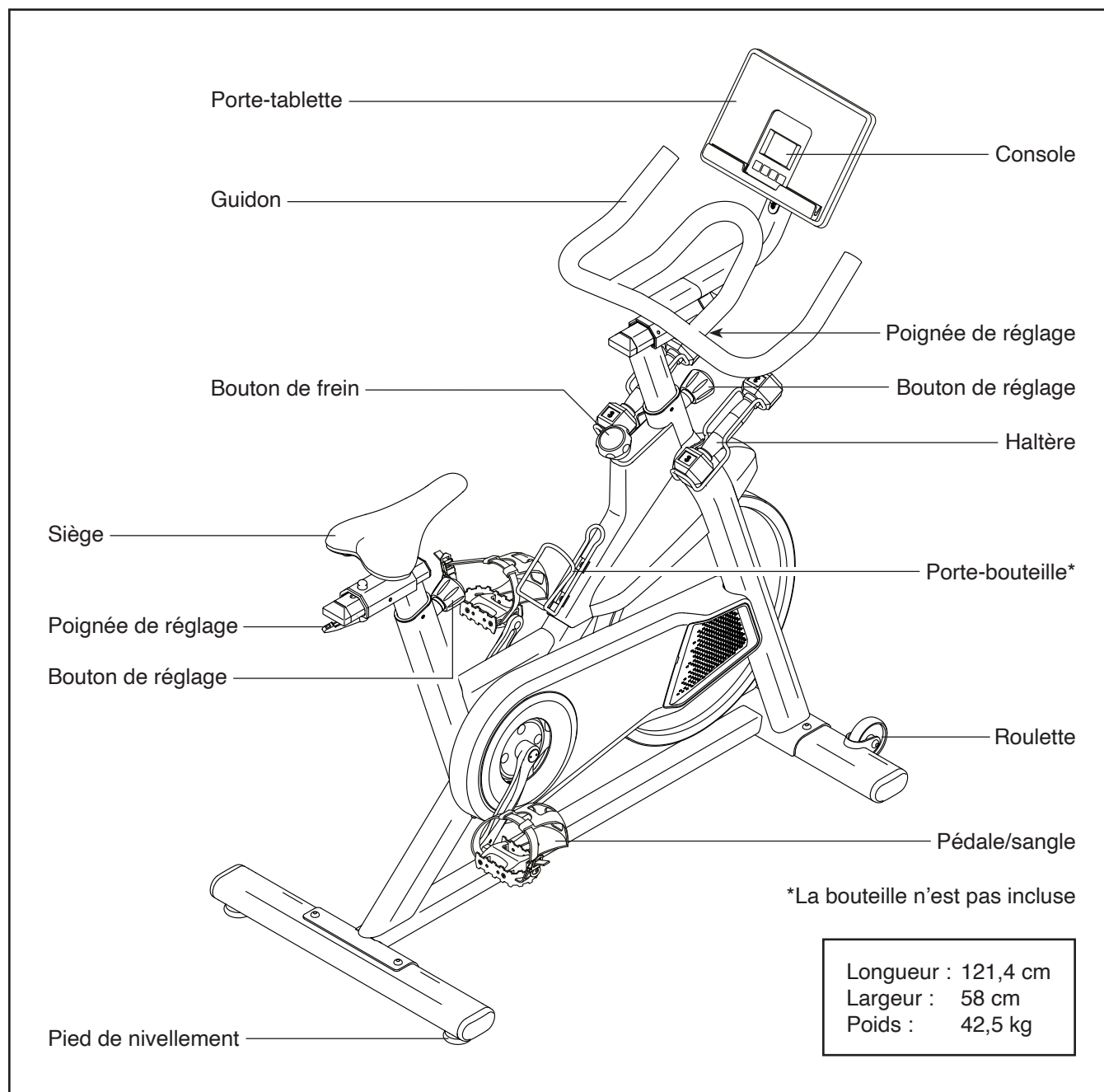
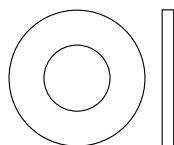
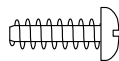


TABLEAU D'IDENTIFICATION DES PIÈCES

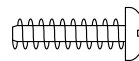
Utilisez les illustrations ci-dessous pour identifier les petites pièces nécessaires à l'assemblage. Le nombre entre parenthèses sous chaque pièce est le numéro-clé de la pièce dans la LISTE DES PIÈCES à la fin de ce manuel. Le nombre après le numéro-clé indique la quantité nécessaire à l'assemblage. **Remarque : si vous ne trouvez pas une pièce dans le kit de quincaillerie, vérifiez qu'elle n'est pas pré-assemblée. Des pièces supplémentaires sont peut-être incluses.**



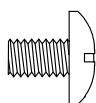
Rondelle M8
(40)–2



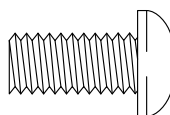
Vis Plate
M4 x 12mm
(74)–4



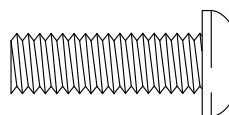
Vis Plate
M4 x 15mm
(94)–1



Vis M5 x 8mm
(83)–4



Vis M8 x 16mm
(79)–2



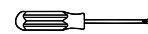
Vis M8 x 25mm
(69)–4

ASSEMBLAGE

- Il faut être deux personnes pour effectuer l'assemblage.
- Placez toutes les pièces sur une surface dégagée et retirez tout le matériel d'emballage. Ne jetez pas le matériel d'emballage avant d'avoir terminé toutes les étapes de l'assemblage.
- Les pièces gauche portent l'indication « L » ou « Left » et les pièces droite portent l'indication « R » ou « Right ».

- En plus de(s) l'outil(s) inclus, l'assemblage requiert le(s) outil(s) suivant(s) :

un tournevis cruciforme



un maillet en caoutchouc

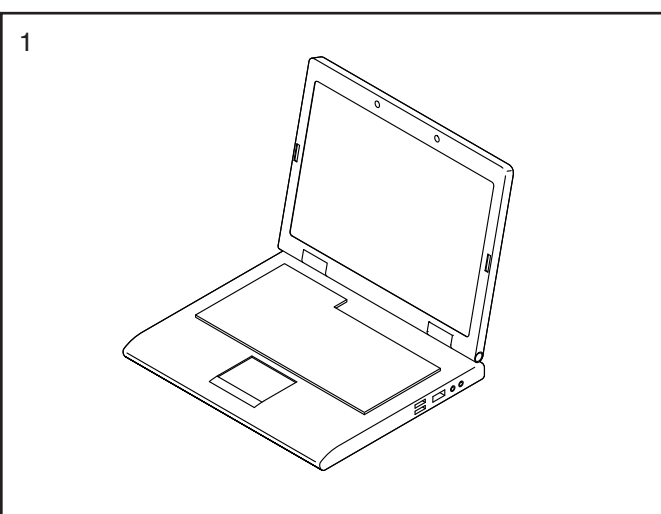


L'assemblage sera plus facile si vous avez un jeu de clés. Pour ne pas abîmer les pièces, n'utilisez pas d'outils électriques.

1. Allez sur le site Internet iFITsupport.eu depuis votre ordinateur pour enregistrer votre produit.

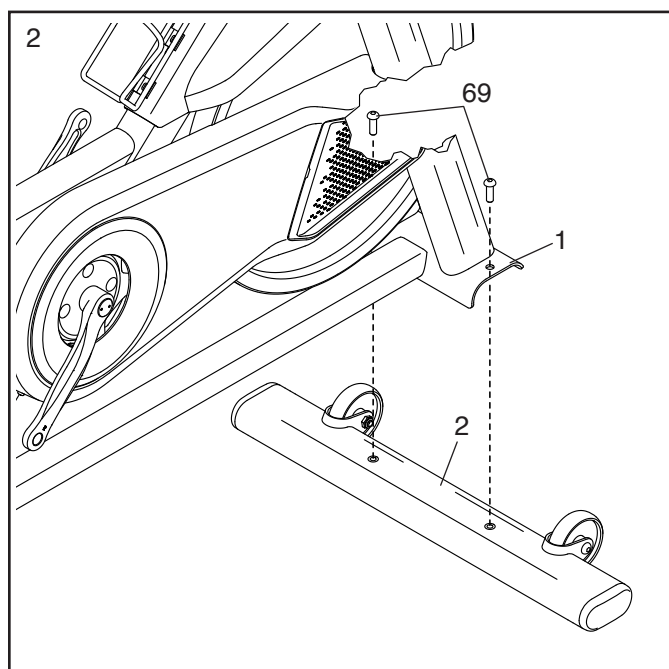
- atteste que vous êtes propriétaire du produit
- active votre garantie
- assure un support client prioritaire en cas de besoin d'assistance

Remarque : si vous n'avez pas d'accès Internet, appelez le Service aux Membres (voir la page de couverture de ce manuel) pour enregistrer votre produit.

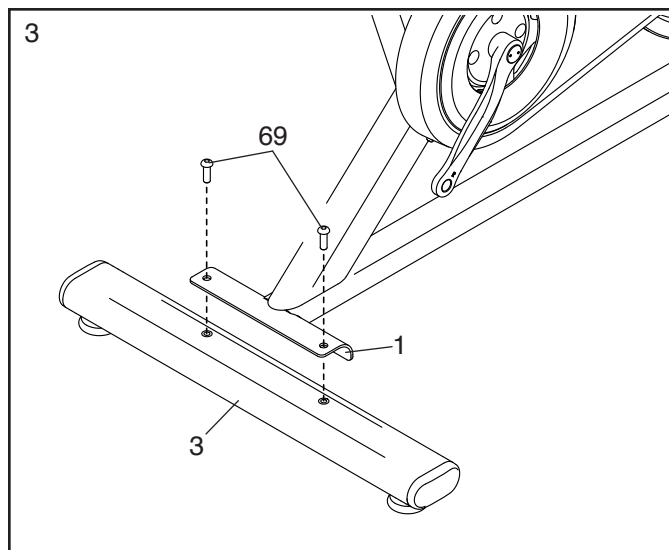


2. Si des tubes de transport (non illustrés) sont attachés sur l'avant et l'arrière du Cadre (1), retirez les boulons qui maintiennent les tubes de transport, puis jetez les boulons et les tubes de transport.

Orientez le Stabilisateur Avant (2) comme sur le schéma. Attachez le Stabilisateur Avant sur le Cadre (1) à l'aide de deux Vis M8 x 25mm (69).



3. Attachez le Stabilisateur Arrière (3) sur le Cadre (1) à l'aide de deux Vis M8 x 25mm (69).

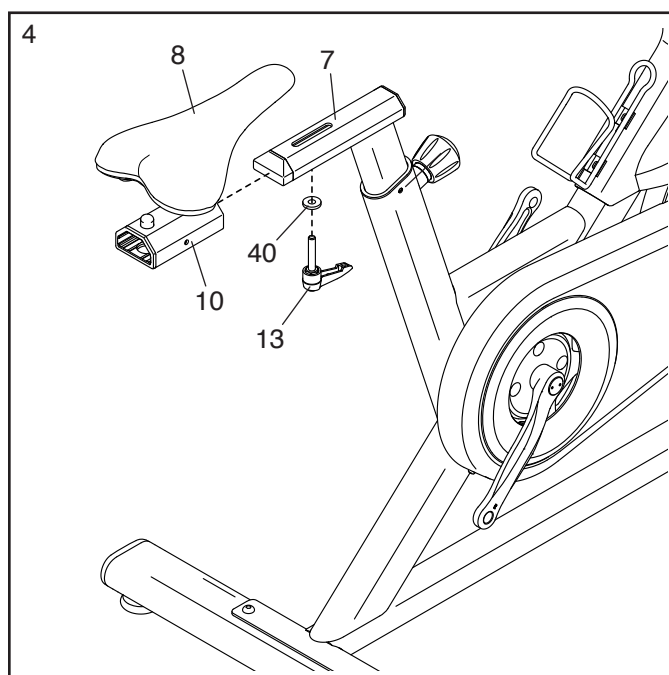


4. Glissez le Chariot du Siège (10) sur le Montant du Siège (7).

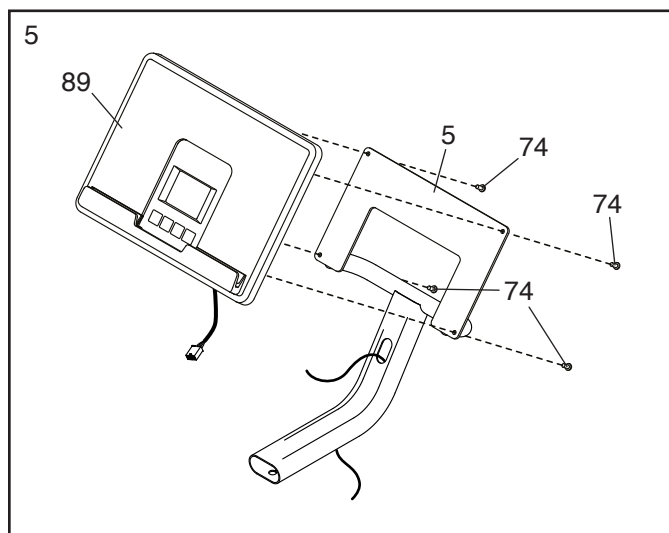
Ensuite, glissez une Rondelle M8 (40) sur une Poignée de Réglage (13), insérez la Poignée de Réglage dans le Montant du Siège (7), vers le haut, puis serrez la Poignée de Réglage dans le Chariot du Siège (10).

Remarque : la Poignée de Réglage (13) fonctionne comme une clé à rochet. Tournez la Poignée de Réglage dans la direction désirée, tirez-la vers le bas, tournez-la dans la direction opposée, poussez-la vers le haut, puis tournez-la à nouveau dans la direction désirée. Répétez cette procédure autant de fois que nécessaire.

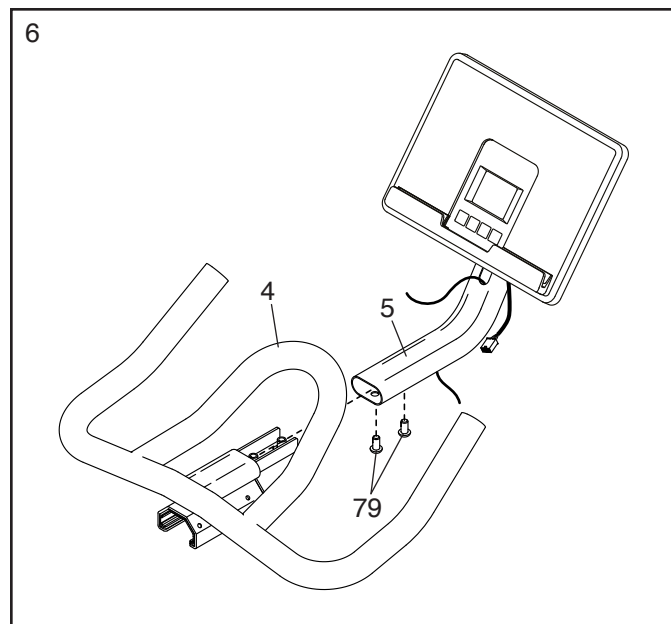
Remarque : pour régler le Siège (8) après avoir assemblé le vélo d'exercice, référez-vous aux pages 13 et 14.



5. Attachez le Plateau de la Console (89) sur la Barre de la Console (5) à l'aide de quatre Vis Plates M4 x 12mm (74) ; **vissez les quatre Vis Plates de quelques tours chacune avant de toutes les serrer.**



6. Glissez la Barre de la Console (5) dans le Guidon (4). Attachez la Barre de la Console à l'aide de deux Vis M8 x 16mm (79).



7. Retirez l'attache de fil (non illustrée) qui maintient le Fil Supérieur (90) sur le Cadre (1).

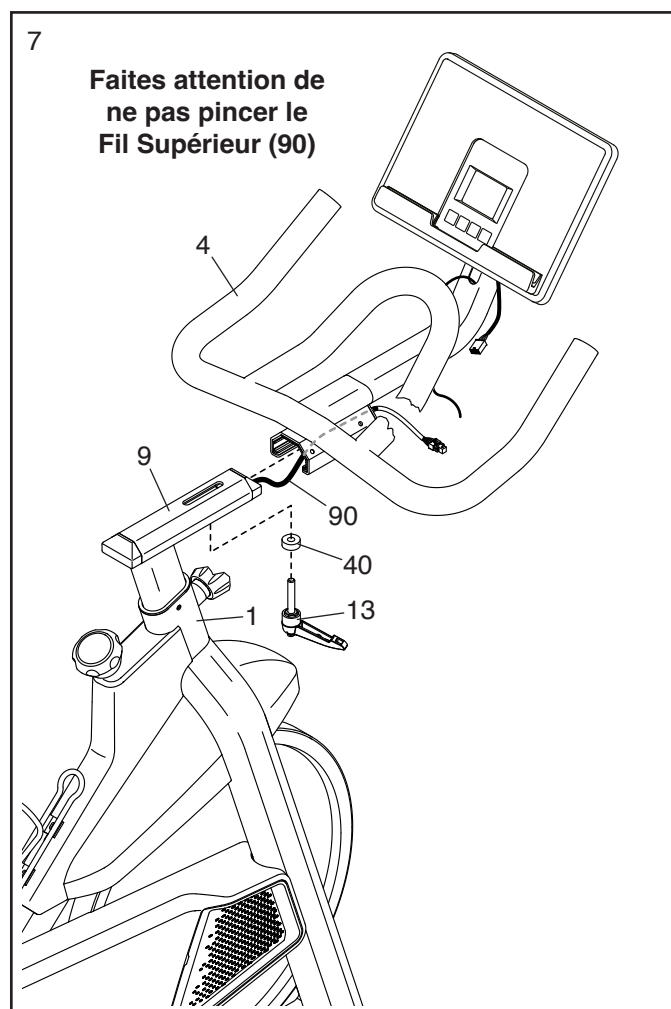
Ensuite, tenez le Guidon (4) près du Montant du Guidon (9), et faites passer le Fil Supérieur (90) dans le Guidon, comme sur le schéma.

Faites attention de ne pas pincer le Fil Supérieur (90). Glissez le Guidon (4) dans le Montant du Guidon (9).

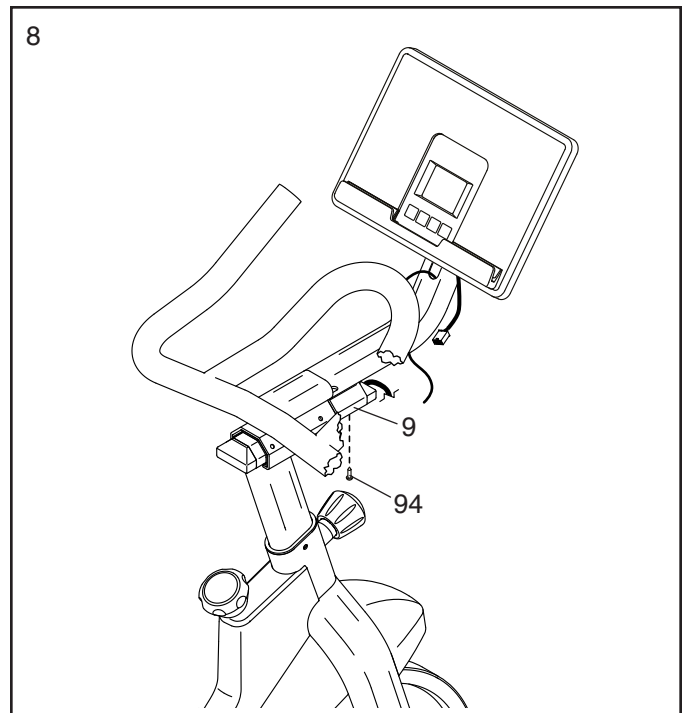
Ensuite, glissez une Rondelle M8 (40) sur une Poignée de Réglage (13), insérez la Poignée de Réglage dans le Montant du Guidon (9) vers le haut, puis serrez la Poignée de Réglage dans le Guidon (4).

Remarque : la Poignée de Réglage (13) fonctionne comme une clé à rochet. Tournez la Poignée de Réglage dans la direction désirée, tirez-la vers le bas, tournez-la dans la direction opposée, poussez-la vers le haut, puis tournez-la à nouveau dans la direction désirée. Répétez cette procédure autant de fois que nécessaire.

Remarque : pour régler le Guidon (4) après avoir assemblé le vélo d'exercice, référez-vous à la page 14.

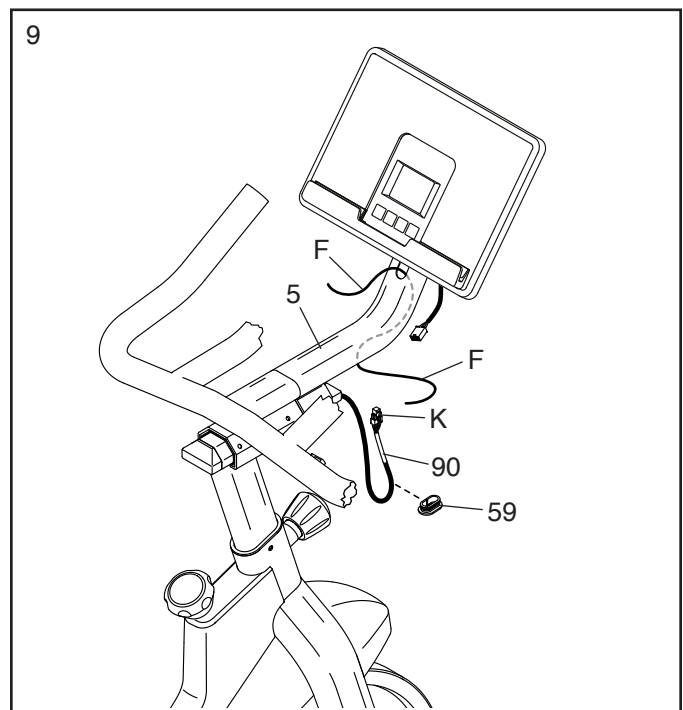


8. Vissez une Vis Plate M4 x 15mm (94) sous le Montant du Guidon (9).



9. Trouvez l'attache de fil (F) à l'intérieur de la Barre de la Console (5). Attachez la partie inférieure de l'attache de fil sur le Fil Supérieur (90). Ensuite, tirez la partie supérieure de l'attache de fil jusqu'à ce que le Fil Supérieur sorte par le haut de la Barre de la Console.

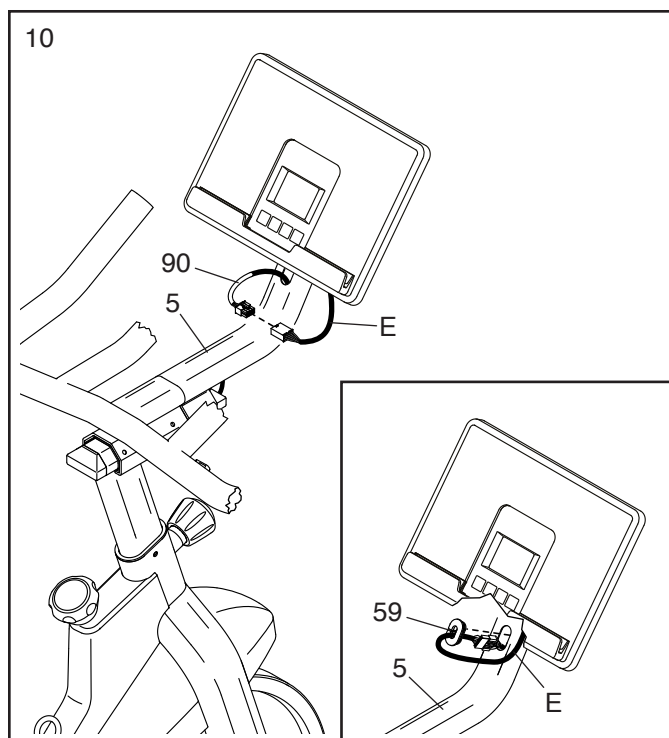
Enfin, glissez un Passe-fil (59) sur le Fil Supérieur (90), puis enfoncez le Passe-fil sous la Barre de la Console (5).



10. Branchez le Fil Supérieur (90) dans le fil de la console (E).

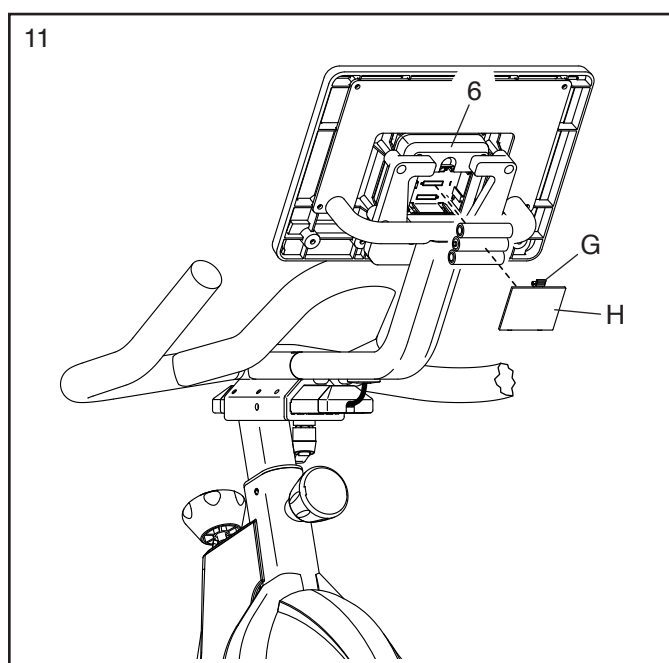
Les connecteurs de fil devraient glisser facilement l'un dans l'autre et s'enclencher en place avec un bruit sec. Si ce n'est pas le cas, tournez un des connecteurs et essayez de nouveau. Vous devez brancher les fils correctement pour que la console fonctionne comme il faut. Ensuite, insérez les connecteurs dans la Barre de la Console (5).

Référez-vous au schéma encadré. Glissez un Passe-fil (59) sur le fil de la console (E), puis enfoncez le Passe-fil dans la Barre de la Console (5).



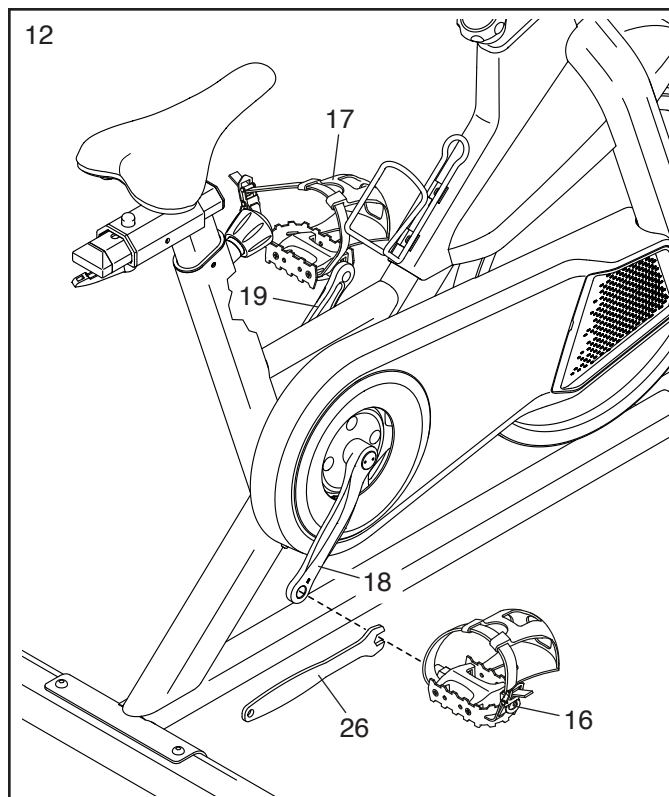
11. La Console (6) fonctionne avec trois piles AA (non incluses) ; nous recommandons des piles alcalines. Évitez de mélanger des piles anciennes et des piles neuves, ou des piles alcalines, standards ou rechargeables. **IMPORTANT : si la Console a été exposée à des températures froides, laissez-la se réchauffer à la température ambiante avant d'y mettre les piles. Si vous ne suivez pas cette précaution, vous risquez d'endommager les affichages ou d'autres composantes électroniques de la console.**

Appuyez sur la languette (G) sur le couvercle des piles (H), puis retirez le couvercle des piles. Ensuite, insérez trois piles dans le compartiment des piles ; **assurez-vous d'orienter les piles comme indiqué sur le schéma à l'intérieur du compartiment des piles.** Ensuite, réattachez le couvercle des piles.



12. Identifiez la Pédale Droite (16). Avec vos doigts, enfoncez et tournez la Pédale Droite dans le sens des aiguilles d'une montre, à peu près à mi-chemin, dans le Bras Droit du Péda lier (18). Ensuite, utilisez la Clé de la Pédale (26) fournie pour **SERRER FERMEMENT** la Pédale Droite.

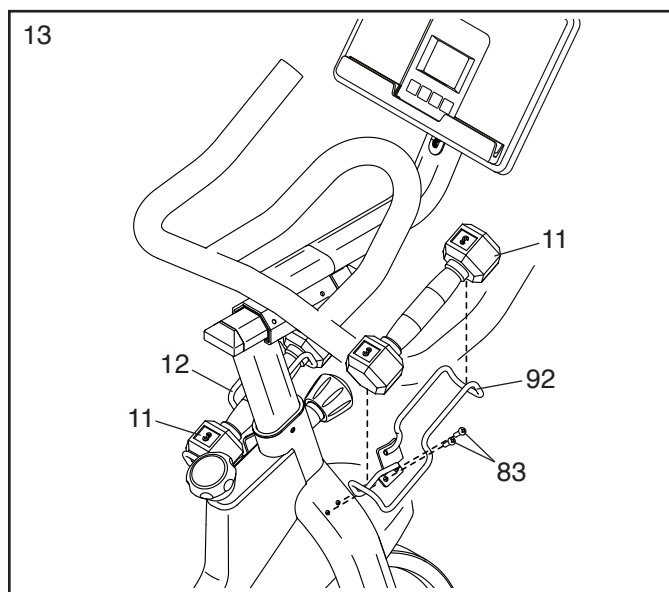
Attachez la Pédale Gauche (17) sur le Bras de la Pédale Gauche (19) de la même manière. IMPORTANT : vous devez tourner la Pédale Gauche dans le sens CONTRAIRE DES AIGUILLES D'UNE MONTRE pour la l'attacher.



13. Identifiez le Porte-haltère Droit (92). Attachez le Porte-haltère Droit sur le Cadre (1) à l'aide de deux Vis M5 x 8mm (83).

Attachez le Porte-haltère Gauche (12) de la même manière.

Ensuite, placez les Haltères (11) sur les Porte-haltères (12, 92).

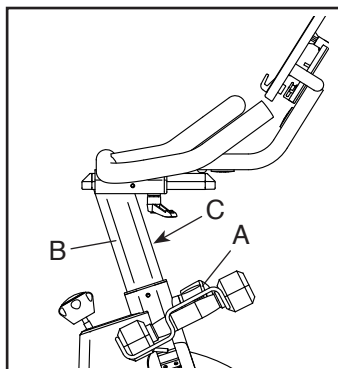


14. **Une fois le vélo d'exercice assemblé, inspectez-le pour vous assurer qu'il est correctement assemblé, qu'il fonctionne comme il devrait, et que toutes les pièces sont correctement serrées.** Des pièces supplémentaires sont peut-être incluses. Placez un tapis sous le vélo d'exercice pour protéger le sol ou la moquette.

COMMENT UTILISER LE VÉLO D'EXERCICE

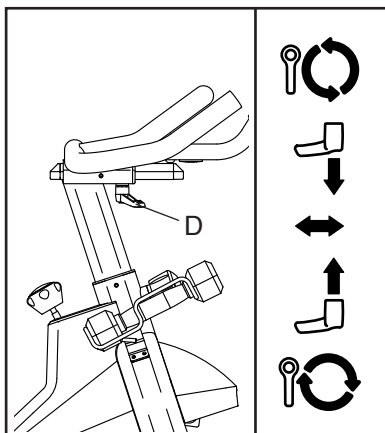
COMMENT RÉGLER LA HAUTEUR DU GUIDON

Pour régler la hauteur du guidon, desserrez d'abord le bouton de réglage (A) indiqué de quelques tours, puis tirez-le vers l'extérieur. Ensuite, glissez le montant du guidon (B) vers le haut ou vers le bas jusqu'à la position désirée. Enfin, relâchez le bouton de réglage dans un des trous de réglage (C) sur le montant du guidon, puis serrez le bouton de réglage. **Soulevez ou baissez légèrement le montant du guidon pour vous assurer que le bouton de réglage est bien enfoncé dans un trou de réglage.**



COMMENT RÉGLER LA POSITION HORIZONTALE DU GUIDON

Pour régler la position horizontale du guidon, desserrez d'abord la poignée de réglage (D) indiquée de quelques tours. Ensuite, avancez ou reculez le guidon, puis serrez fermement la poignée de réglage.

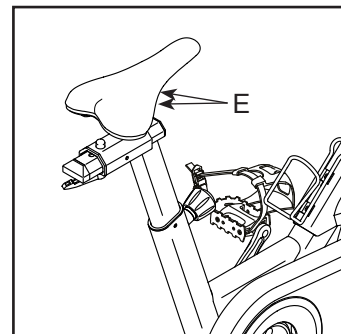


Remarque : la poignée de réglage (D) fonctionne comme une clé à cliquet. Tournez la poignée de réglage dans la direction désirée, tirez-la vers le bas, tournez-la dans la direction opposée, poussez-la vers le haut, puis tournez-la de nouveau dans la direction désirée. Répétez cette procédure autant de fois que nécessaire.

COMMENT RÉGLER L'ANGLE DU SIÈGE

Vous pouvez régler l'angle du siège pour obtenir la position la plus confortable.

Pour régler le siège, desserrez d'abord les écrous (E) sur la pince du siège. Ensuite, inclinez ou redressez le siège, ou avancez-le ou reculez-le jusqu'à la position désirée. Enfin, resserrez les écrous.

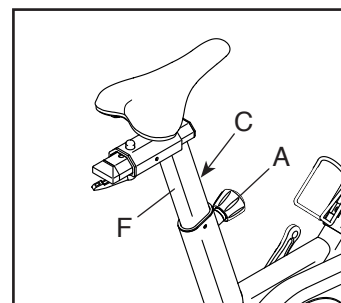


COMMENT RÉGLER LA HAUTEUR DU SIÈGE

Pour des exercices efficaces, le siège doit être réglé à la bonne hauteur. Quand vous pédalez, vos genoux devraient être légèrement pliés lorsque les pédales se trouvent dans la position la plus basse.

Pour régler la hauteur du siège, desserrez d'abord le bouton de réglage (A) indiqué de quelques tours, puis tirez-le vers l'extérieur. Ensuite, glissez le montant du siège (F) vers le haut ou vers le bas jusqu'à la position désirée.

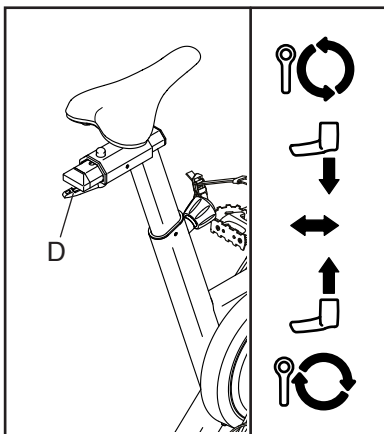
Enfin, relâchez le bouton de réglage dans un des trous de réglage (C) sur le montant du siège, puis serrez le bouton de réglage. **Soulevez ou baissez légèrement le montant du siège pour vous assurer que le bouton de réglage est bien enfoncé dans un trou de réglage.**



COMMENT RÉGLER LA POSITION HORIZONTALE DU SIÈGE

Vous pouvez régler le siège vers l'avant ou vers l'arrière pour plus de confort, ou pour ajuster la distance entre le siège et le guidon.

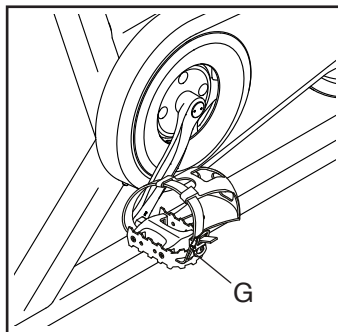
Pour régler la position horizontale du siège, desserrez d'abord la poignée de réglage (D) indiquée de quelques tours. Ensuite, avancez ou reculez le siège, puis serrez fermement la poignée de réglage.



Remarque : la poignée de réglage (D) fonctionne comme une clé à cliquet. Tournez la poignée de réglage dans la direction désirée, tirez-la vers le bas, tournez-la dans la direction opposée, poussez-la vers le haut, puis tournez-la de nouveau dans la direction désirée. Répétez cette procédure autant de fois que nécessaire.

COMMENT UTILISER LES PÉDALES

Pour utiliser les pédales (G), insérez vos chaussures dans les cale-pieds, puis tirez les extrémités des sangles des cale-pieds. Pour régler les sangles des cale-pieds, appuyez sur les languettes des boucles et tenez-les, réglez les sangles des cale-pieds à la position souhaitée, puis relâchez les languettes.

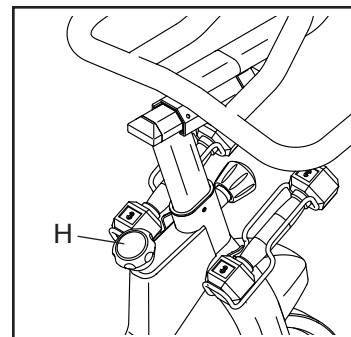


Remarque : vous pouvez attacher vos propres pédales sur le vélo d'exercice si vous le désirez.

COMMENT UTILISER LE BOUTON DE FREIN

Pour changer la résistance des pédales, appuyez sur les touches sur la console (voir l'étape 3 à la page 16).

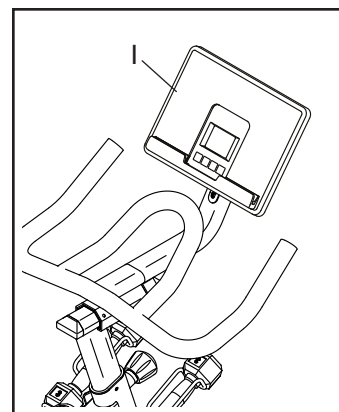
Pour arrêter la roue d'inertie, poussez le bouton de frein (H) vers le bas. La roue d'inertie devrait s'arrêter rapidement et complètement.



COMMENT UTILISER LE PORTE-TABLETTE

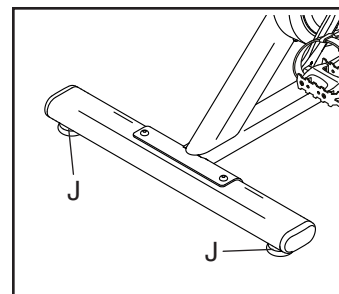
Pour utiliser votre tablette pendant que vous vous entraînez, placez simplement le rebord inférieur de votre tablette dans le porte-tablette (I).

IMPORTANT : le porte-tablette est conçu pour accueillir la plupart des tablettes de taille normale. Ne placez pas d'autres appareils électroniques dans le porte-tablette.

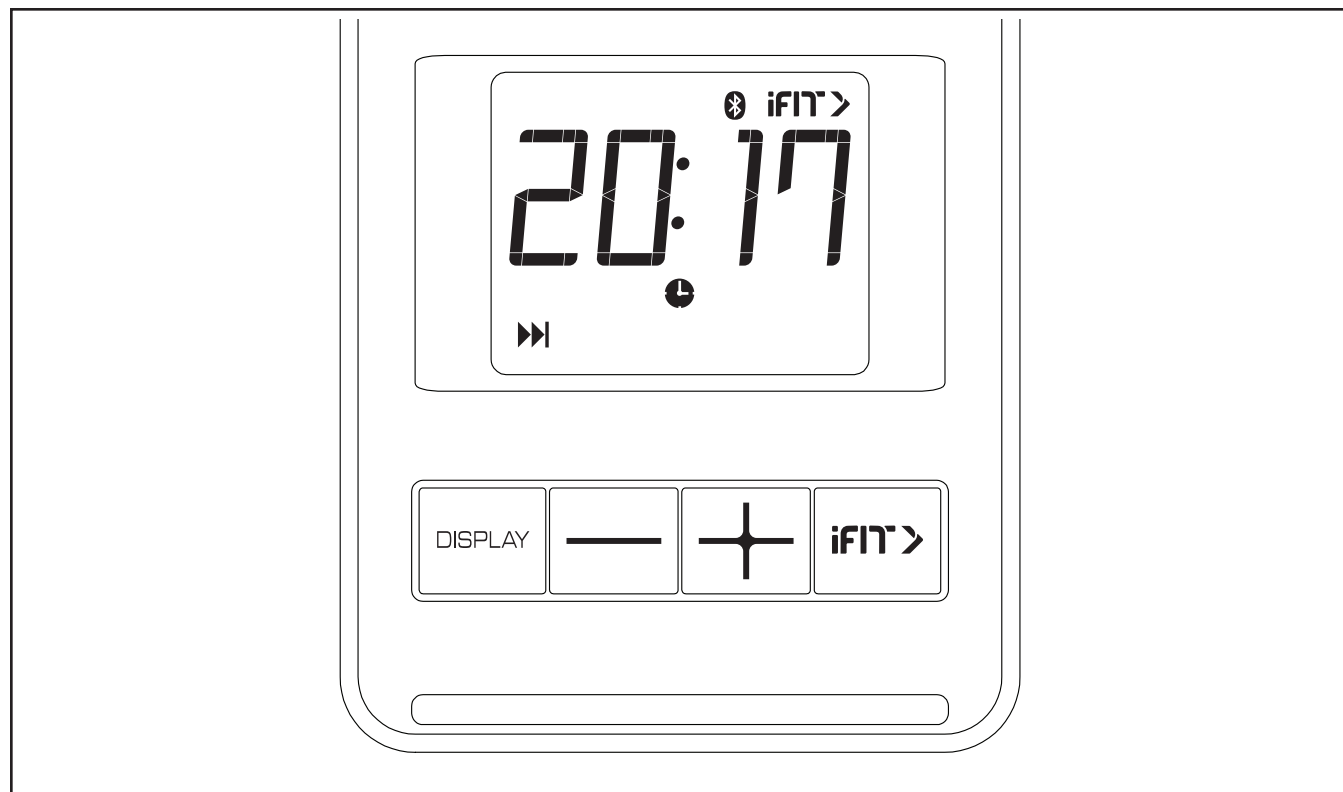


COMMENT NIVELER LE VÉLO D'EXERCICE

Si le vélo d'exercice est légèrement bancal sur votre sol durant son utilisation, tournez un ou les deux pieds de nivellement (J) sous le stabilisateur arrière jusqu'à ce que le vélo soit stable.



COMMENT UTILISER LA CONSOLE



FONCTIONNALITÉS DE LA CONSOLE

La console, facile à utiliser, vous permet de changer la résistance des pédales d'une simple pression de touche. Pendant que vous vous entraînez, la console affichera en continu des données sur votre entraînement.

La console est également équipée de la technologie sans fil qui lui permet de se connecter à iFIT®. Avec l'application iFIT sur votre appareil intelligent, vous pouvez choisir parmi une sélection d'entraînements proposés qui changeront régulièrement ; puis laissez-vous guider par des entraîneurs iFIT tout au long de séances d'exercices immersives.

Avec un abonnement iFIT, vous pouvez accéder à une bibliothèque variée de milliers d'entraînements dans des destinations à la demande et en studio.

Vous pourrez même suivre votre rythme cardiaque quand vous utilisez un détecteur cardiaque compatible. **Pour acheter un détecteur cardiaque compatible, référez-vous à la page 19.**

Pour utiliser le mode manuel, référez-vous à la page 16. **Pour utiliser un entraînement iFIT**, référez-vous à la page 17.

Remarque : si l'écran est recouvert d'un film en plastique, retirez le film.

COMMENT UTILISER LE MODE MANUEL

1. **Commencez à pédaler ou appuyez sur n'importe quelle touche de la console pour allumer la console.**

Quand vous allumez la console, l'écran s'allumera également. La console sera alors prête à l'utilisation.

2. **Préparez-vous pour l'entraînement.**

Pour porter un détecteur cardiaque, référez-vous à COMMENT UTILISER UN DÉTECTEUR CARDIAQUE EN OPTION à la page 19.

3. **Changez la résistance des pédales comme vous le désirez.**

Pendant que vous pédalez, changez la résistance des pédales en appuyant sur les touches d'augmentation et de diminution.

Remarque : quand vous appuyez sur une touche, les pédales prendront quelques instants pour atteindre le niveau de résistance sélectionné.

Si le message CH0 ou CH1 apparaît sur l'écran quand vous appuyez sur les touches d'augmentation et de diminution, vous devez recalibrer le système de la résistance. Tout d'abord, référez-vous à l'étape 11 de l'assemblage à la page 11 et retirez les piles de la console. Ensuite, appuyez sur n'importe quelle touche sur la console et maintenez-la enfoncée pendant 20 secondes. Enfin, relâchez la touche et remettez les piles dans la console ; le vélo d'exercice se réglera sur le niveau le plus bas de la résistance.

4. **Suivez votre progression sur l'écran.**

L'écran peut afficher les informations suivantes sur votre entraînement :

Le mode balayage (icône flèche de balayage)

– Ce mode affiche les modes vitesse, rythme cardiaque, RPM, temps et distance, quelques minutes chacun, en boucle.

La vitesse (icône lapin) – Ce mode affiche votre vitesse de pédalage, en miles par heure.

Le rythme cardiaque (icône cœur) – Ce mode affiche votre rythme cardiaque, en battements par minute, quand vous utilisez un détecteur cardiaque en option (voir COMMENT UTILISER UN DÉTECTEUR CARDIAQUE EN OPTION à la page 19).

Les RPM (icône flèche en boucle) – Ce mode affiche votre vitesse de pédalage, en rotations par minute (RPM).

Le temps (icône horloge) – Ce mode affiche le temps que vous avez passé à pédaler durant votre entraînement.

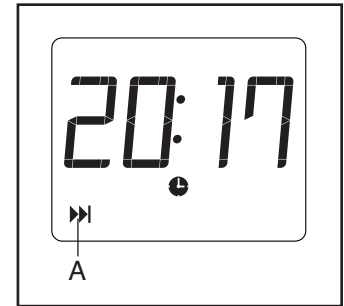
La distance (icône route) – Ce mode affiche la distance parcourue en pédalant durant votre entraînement, en miles.

Le mode balayage

– Quand la console est allumée, le mode balayage est sélectionné automatiquement.

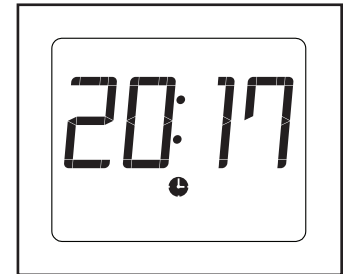
L'icône flèche de balayage (A) apparaîtra sur l'écran quand le mode balayage est sélectionné.

Remarque : si un mode différent est sélectionné, sélectionnez de nouveau le mode balayage en appuyant plusieurs fois sur la touche Display (affichage).



Les modes vitesse, rythme cardiaque, RPM, temps et distance

– Pour sélectionner un de ces modes pour un affichage en continu, appuyez plusieurs fois sur la touche Display (affichage). Les icônes des modes indiqueront quel mode est sélectionné. **Assurez-vous que l'icône flèche de balayage n'est pas affichée.**



5. **Mettre en pause ou arrêter l'entraînement.**

Pour mettre la console en pause, arrêtez simplement de pédaler. La console se met en pause jusqu'à quelques minutes. Pour reprendre l'entraînement, recommencez simplement à pédaler.

Pour mettre fin à l'entraînement et remettre les affichages à zéro, arrêtez simplement de pédaler et attendez quelques minutes pour que l'écran de la console se réinitialise.

6. Lorsque vous avez terminé vos exercices, la console s'éteindra automatiquement.

La console est équipée d'un mode qui éteint la console automatiquement. Si les pédales restent immobiles et que les touches de la console ne sont pas utilisées pendant quelques minutes, la console s'éteindra automatiquement.

IMPORTANT : quand vous avez fini de vous entraîner, assurez-vous de déconnecter votre appareil intelligent et/ou votre détecteur cardiaque de la console (voir l'étape 7 à la page 18 et COMMENT UTILISER UN DÉTECTEUR CARDIAQUE EN OPTION à la page 19). Si vous ne suivez pas cette consigne, la console pourrait ne pas s'éteindre et les piles s'useront plus rapidement.

COMMENT UTILISER UN ENTRAÎNEMENT IFIT

La console donne accès à une large bibliothèque d'entraînements iFIT variés lorsque vous téléchargez l'application iFIT sur votre appareil intelligent et que vous connectez ce dernier à la console.

Remarque : la console accepte les connexions Bluetooth avec les appareils intelligents par le biais de l'application iFIT, et avec les détecteurs cardiaques compatibles. Les autres connexions Bluetooth ne sont pas acceptées.

1. Téléchargez et installez l'application iFIT sur votre appareil intelligent.

Sur votre appareil intelligent iOS® ou Android™, ouvrez l'App StoreSM ou la boutique Google Play™, cherchez l'application iFIT gratuite, puis installez-la sur votre appareil intelligent. **Assurez-vous que l'option Bluetooth est activée sur votre appareil intelligent.**

Ensuite, ouvrez l'application iFIT et suivez les instructions pour créer un compte iFIT et personnaliser les paramètres.

Prenez le temps d'explorer l'application iFIT et de vous renseigner sur ses fonctionnalités et ses paramètres.

2. Préparez-vous pour l'entraînement.

Pour porter un détecteur cardiaque, référez-vous à COMMENT UTILISER UN DÉTECTEUR CARDIAQUE EN OPTION à la page 19.

Remarque : si vous connectez votre détecteur cardiaque et votre appareil intelligent à la console, **vous devez connecter votre détecteur cardiaque avant de connecter votre appareil intelligent.**

3. Connectez votre appareil intelligent à la console.

Appuyez sur la touche iFIT sur la console ; le numéro de couplage de la console s'affichera sur l'écran. Ensuite, suivez les instructions dans l'application iFIT pour connecter votre appareil intelligent à la console. Quand votre appareil intelligent est connecté, l'icône du Bluetooth apparaîtra sur l'écran.

4. Sélectionnez un entraînement iFIT.

Dans l'application iFIT, appuyez sur les touches en bas de l'écran pour sélectionner l'écran d'accueil (touche Home) ou la bibliothèque d'entraînements (touche Browse).

Remarque : les entraînements proposés sur l'écran d'accueil sont toujours disponibles et changeront régulièrement. Il faut avoir un abonnement iFIT pour accéder aux entraînements dans la bibliothèque d'entraînements.

Pour sélectionner un entraînement sur l'écran d'accueil ou dans la bibliothèque d'entraînements, appuyez tout simplement sur la touche de l'entraînement désiré sur l'écran. Glissez le doigt vers le haut ou vers le bas sur l'écran pour faire défiler les options, si nécessaire.

Quand vous sélectionnez un entraînement, l'écran affichera une vue d'ensemble de l'entraînement ; elle comprend des détails comme la durée et la distance de l'entraînement, ainsi que le nombre approximatif de calories que vous brûlerez durant cet entraînement.

5. Commencez l'entraînement.

Touchez *Start Workout* (commencer l'entraînement) pour commencer l'entraînement.

Durant certains entraînements, un entraîneur iFIT vous guidera tout au long d'une vidéo d'entraînement immersive. Touchez n'importe quel espace vide sur l'écran pour afficher et sélectionner les options de musique, de la voix de l'entraîneur et du volume pour l'entraînement.

Durant certains entraînements, l'écran affichera une carte de votre parcours avec une balise indiquant votre progression. Appuyez sur les touches sur l'écran pour sélectionner les options de la carte qui vous intéressent.

Si le niveau de résistance pour le segment de l'entraînement en cours est trop élevé ou trop faible, vous pouvez le changer manuellement en appuyant sur les touches d'augmentation et de diminution sur la console.

Pour revenir aux paramètres de résistance programmés pour l'entraînement, appuyez sur *Follow Workout* (suivre l'entraînement).

Remarque : l'objectif de calories indiqué dans la description de l'entraînement est une estimation du nombre de calories que vous brûlerez durant l'entraînement. Le nombre réel de

calories que vous brûlerez dépendra de divers facteurs, dont votre poids. De plus, si vous changez le niveau de résistance durant l'entraînement, cela modifiera le nombre de calories que vous brûlerez.

6. Mettre en pause ou arrêter l'entraînement.

Pour suspendre l'entraînement, touchez simplement l'écran. Pour continuer l'entraînement, touchez l'option de mise en marche sur l'écran.

Pour arrêter l'entraînement, touchez l'écran pour le mettre en pause, puis suivez les instructions sur l'écran pour arrêter l'entraînement et revenir à l'écran d'accueil.

À la fin de l'entraînement, un résumé de l'entraînement s'affichera sur l'écran. Si vous le souhaitez, vous pouvez sélectionner des options comme ajouter l'entraînement à votre liste d'attente ou à votre liste de favoris. Enfin, touchez *Finish* (finir) pour revenir à l'écran d'accueil.

7. Déconnectez votre appareil intelligent de la console.

Pour déconnecter votre appareil intelligent de la console, sélectionnez d'abord l'option de déconnexion dans l'application iFIT. Ensuite, appuyez sur la touche iFIT sur la console et maintenez-la enfoncée.

Remarque : toutes les connexions Bluetooth entre la console et d'autres appareils (notamment les appareils intelligents, les détecteurs cardiaques, etc) seront rompues.

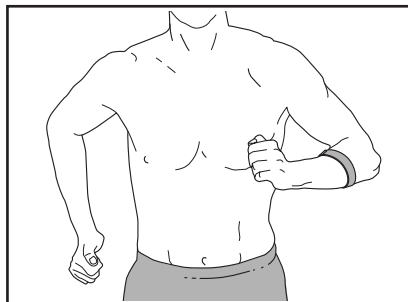
8. Lorsque vous avez terminé vos exercices, la console s'éteindra automatiquement.

La console est équipée d'une fonction qui éteint la console automatiquement. Si les pédales restent immobiles et que les touches de la console ne sont pas utilisées pendant quelques minutes, la console s'éteindra automatiquement.

IMPORTANT : quand vous avez terminé votre entraînement, assurez-vous de déconnecter votre appareil intelligent et/ou votre détecteur cardiaque de la console (voir l'étape 7 ci-dessus et COMMENT CONNECTER VOTRE DÉTECTEUR CARDIAQUE À LA CONSOLE à la page 19). Si vous ne suivez pas cette consigne, la console pourrait ne pas s'éteindre et les piles s'useront plus rapidement.

COMMENT UTILISER UN DÉTECTEUR CARDIAQUE EN OPTION

Que votre objectif soit de brûler de la graisse ou de renforcer votre système cardiovasculaire, la clé pour obtenir les meilleurs résultats est de maintenir un rythme cardiaque approprié durant vos entraînements. Le détecteur cardiaque en option vous permettra de contrôler en permanence votre rythme cardiaque pendant vos exercices, et vous aidera ainsi à atteindre vos objectifs personnels de remise en forme. **Pour acheter un détecteur cardiaque en option, veuillez vous référer à la page de couverture de ce manuel.**



La console est compatible avec tous les détecteurs cardiaques Bluetooth® Smart.

Pour connecter votre détecteur cardiaque Bluetooth Smart à la console, appuyez sur la touche iFIT sur la console ; le numéro de couplage de la console s'affichera sur l'écran. Quand votre détecteur cardiaque est connecté, l'icône du Bluetooth apparaîtra sur l'écran.

Remarque : s'il y a plus d'un détecteur cardiaque compatible près de la console, la console se connectera au détecteur cardiaque avec le signal le plus puissant.

Pour rompre la connexion entre votre détecteur cardiaque et la console, appuyez sur la touche iFIT sur la console et maintenez-la enfoncée.

Remarque : toutes les connexions Bluetooth entre la console et d'autres appareils (notamment les appareils intelligents, les détecteurs cardiaques, etc) seront rompues.

ENTRETIEN ET RÉOLUTION DES PROBLÈMES

ENTRETIEN

Un entretien régulier est important pour obtenir des performances optimales et limiter l'usure. Vérifiez et serrez correctement toutes les pièces chaque fois que le vélo d'exercice est utilisé. **Remplacez immédiatement toute pièce usée.** Utilisez uniquement des pièces fournies par le fabricant.

Pour nettoyer le vélo d'exercice, utilisez un chiffon humide et une petite quantité de détergent doux. **IMPORTANT : pour ne pas endommager la console, maintenez-la à l'écart de tout liquide et protégez-la des rayons directs du soleil.**

ENTRETIEN DES PÉDALES

Serrez les pédales chaque semaine. Serrez la pédale **droite** dans le sens des aiguilles d'une montre, et serrez la pédale **gauche** dans le sens contraire des aiguilles d'une montre.

RÉSOLUTION DES PROBLÈMES

La plupart des problèmes peut être résolue en suivant les étapes simples dans cette section. Si vous avez besoin d'aide supplémentaire, veuillez vous référer à la couverture de ce manuel.

RÉSOLUTION DES PROBLÈMES DE CONSOLE

Si l'affichage de la console s'estompe, changez les piles (voir l'étape 11 de l'assemblage page 11) ; la plupart des problèmes de console est due à des piles usées.

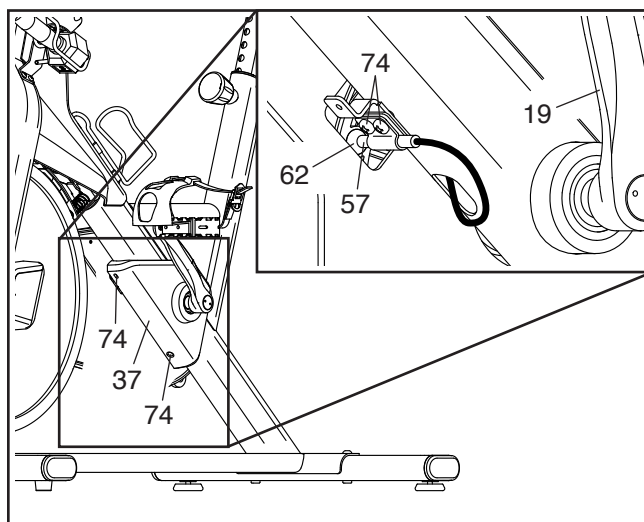
Si le vélo d'exercice ne va pas être utilisé pendant une longue période de temps, retirez les piles de la console.

Si le message CH0 ou CH1 apparaît sur l'écran quand vous appuyez sur les touches d'augmentation et de diminution, vous devez recalibrer le système de la résistance. Tout d'abord, référez-vous à l'étape 11 de l'assemblage à la page 11 et retirez les piles de la console. Ensuite, appuyez sur n'importe quelle touche sur la console et maintenez-la enfoncée pendant 20 secondes. Enfin, relâchez la touche et réinsérez les piles dans la console ; le vélo d'exercice se réglera sur le niveau de résistance le plus bas.

COMMENT AJUSTER LE CAPTEUR MAGNÉTIQUE

Si les données affichées sur la console semblent inexactes, le capteur magnétique doit être ajusté.

Pour ajuster le capteur magnétique, retirez d'abord les deux Vis Plates M4 x 12mm (74) du Boîtier du Pédalier (37), puis retirez le Boîtier du Pédalier.



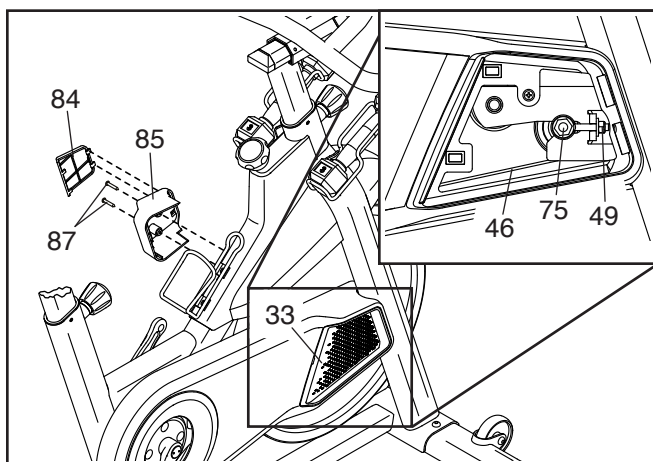
Ensuite, trouvez le Capteur Magnétique (57). Desserrez légèrement les deux Vis Plates M4 x 12mm (74) indiquées. Ensuite, tournez le Bras Gauche du Pédalier (19) jusqu'à ce qu'un Aimant (62) soit aligné avec le Capteur Magnétique. Glissez le Capteur Magnétique légèrement plus près ou plus loin de l'Aimant. Ensuite, resserrez les Vis Plates.

Tournez le Bras Gauche du Pédalier (19) pendant quelques instants. Répétez le processus ci-dessus, si nécessaire, jusqu'à ce que la console affiche des données correctes. Enfin, réattachez le Boîtier du Pédalier (37).

COMMENT AJUSTER LA COURROIE DE TRACTION

Si vous sentez que les pédales glissent quand vous pédalez, même quand la résistance est réglée sur le niveau le plus élevé, la courroie de traction a besoin d'être ajustée.

Pour ajuster la courroie de traction, commencez par soulever doucement le Boîtier Droit du Moyeu (33) et le Boîtier Gauche du Moyeu (84) à l'aide d'un tourne-vis plat. Ensuite, retirez les deux Vis M4 x 19mm (87) indiquées et le Capot du Moyeu (85).



Déserrez, mais ne retirez pas, l'Écrou à Collette M10 (75) qui se trouve de chaque côté du vélo d'exercice (seul un côté est illustré).

Ensuite, serrez l'Écrou de Réglage (49) de chaque côté du vélo d'exercice (seul un côté est illustré) jusqu'à ce que la Courroie de Traction (46) soit tendue.

Enfin, serrez fermement les Écrous à Collette M10 (75).

Pédalez sur le vélo d'exercice et testez l'ajustement. Répétez la procédure ci-dessus si nécessaire. Lorsque que la courroie de traction est correctement tendue, réattachez les pièces que vous avez retirées.

CONSEILS POUR LES EXERCICES

⚠️ AVERTISSEMENT : consultez votre médecin avant de commencer tout programme d'exercices. Ceci est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans ou celles ayant déjà des problèmes de santé.

Les conseils suivants vous aideront à planifier votre programme d'exercice. Pour des informations détaillées sur les exercices, procurez-vous un livre réputé sur le sujet ou consultez votre médecin. Gardez en tête qu'une alimentation équilibrée et un repos adéquat sont essentiels pour de bons résultats.

INTENSITÉ DES EXERCICES

Que votre objectif soit de brûler de la graisse ou de renforcer votre système cardiovasculaire, la clé pour obtenir des résultats est de s'entraîner à la bonne intensité. Vous pouvez utiliser votre rythme cardiaque comme repère pour trouver le niveau d'intensité adapté à vos objectifs. Le tableau ci-dessous indique les rythmes cardiaques recommandés pour brûler de la graisse et pour des exercices aérobiques.

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

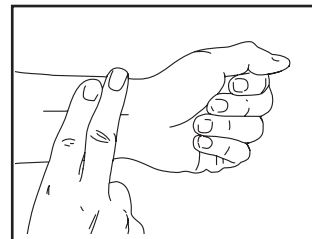
Pour déterminer le niveau d'intensité adapté, trouvez votre âge en bas du tableau (les âges sont arrondis à la dizaine). Les trois nombres listés au-dessus de votre âge définissent votre « zone d'entraînement ». Le nombre le plus bas est le rythme cardiaque pour brûler de la graisse, le nombre du milieu est le rythme cardiaque pour brûler un maximum de graisse, et le nombre le plus haut est le rythme cardiaque pour des exercices aérobiques.

Brûler de la graisse – Pour brûler efficacement de la graisse, vous devez vous entraîner à une intensité faible pendant une longue période de temps. Durant les premières minutes d'exercice, votre corps utilise des calories de glucide comme carburant. Votre corps ne commence à puiser dans ses réserves de graisse qu'après plusieurs minutes d'effort. Si votre objectif est de brûler de la graisse, réglez l'intensité de votre exercice jusqu'à ce que votre rythme cardiaque soit proche du nombre le plus bas de votre zone d'entraînement. Pour brûler un maximum de graisse, entraînez-vous avec votre rythme cardiaque proche du nombre du milieu de votre zone d'entraînement.

Exercices aérobiques – Si votre objectif est de renforcer votre système cardiovasculaire, vous devez faire des exercices aérobiques, c'est à dire des exercices qui nécessitent de grandes quantités d'oxygène pendant des périodes de temps prolongées. Pour des exercices aérobiques, réglez l'intensité de votre exercice jusqu'à ce que votre rythme cardiaque soit proche du nombre le plus haut dans votre zone d'entraînement.

COMMENT MESURER VOTRE RYTHME CARDIAQUE

Pour mesurer votre rythme cardiaque, entraînez-vous pendant au moins quatre minutes. Ensuite, arrêtez-vous et placez deux doigts sur votre poignet, comme indiqué sur le schéma. Comptez les battements de votre cœur pendant six secondes, puis multipliez ce nombre par 10 pour trouver votre rythme cardiaque. Par exemple, si vous comptez 14 battements de cœur pendant 6 secondes, votre rythme cardiaque est de 140 battements par minute.



CONSEILS POUR LES ENTRAÎNEMENTS

Échauffement – Commencez avec 5 à 10 minutes d'étirements et d'exercices de faible intensité. L'échauffement fait monter la température de votre corps, augmente les battements de votre cœur, et accélère votre circulation pour vous préparer à l'effort.

Exercices dans la zone d'entraînement – Entraînez-vous pendant 20 à 30 minutes avec votre rythme cardiaque dans votre zone d'entraînement. (Durant les premières semaines de votre programme d'exercice, ne maintenez pas votre rythme cardiaque dans votre zone d'entraînement pendant plus de 20 minutes). Respirez profondément et de manière régulière quand vous vous entraînez ; ne retenez jamais votre souffle.

Retour à la normale – Terminez avec 5 à 10 minutes d'étirements. Les étirements augmentent la flexibilité de vos muscles et aident à prévenir les problèmes qui surviennent après l'exercice.

FRÉQUENCE DES EXERCICES

Pour maintenir ou améliorer votre forme physique, effectuez trois entraînements par semaine, avec au moins un jour de repos entre chaque entraînement. Après quelques mois d'exercice régulier, vous pouvez effectuer jusqu'à cinq entraînements par semaine, si désiré. Gardez à l'esprit que la clé du succès est de faire de vos entraînements un élément agréable et régulier de votre vie de tous les jours.

SUGGESTION D'ÉTIREMENTS

La position correcte pour plusieurs étirements de base est illustrée à droite. Faites des mouvements lents quand vous vous étirez ; ne faites pas de rebonds.

1. Étirement vers les orteils

Debout, les genoux légèrement pliés, penchez-vous vers l'avant au niveau des hanches. Laissez votre dos et vos épaules se détendre alors que vous tendez les mains vers vos orteils, aussi loin que possible. Tenez la position en comptant jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez trois fois. Zones ciblées : cuisses, arrière des genoux, dos.

2. Étirement des cuisses

Asseyez-vous sur le sol avec une jambe tendue. Ramenez la plante du pied opposé vers vous et placez-la contre l'intérieur de la cuisse de la jambe tendue. Essayez de toucher vos orteils autant que possible. Tenez la position en comptant jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez trois fois pour chaque jambe. Zones ciblées : cuisses, bas du dos, aine.

3. Étirement des mollets et tendons d'Achille

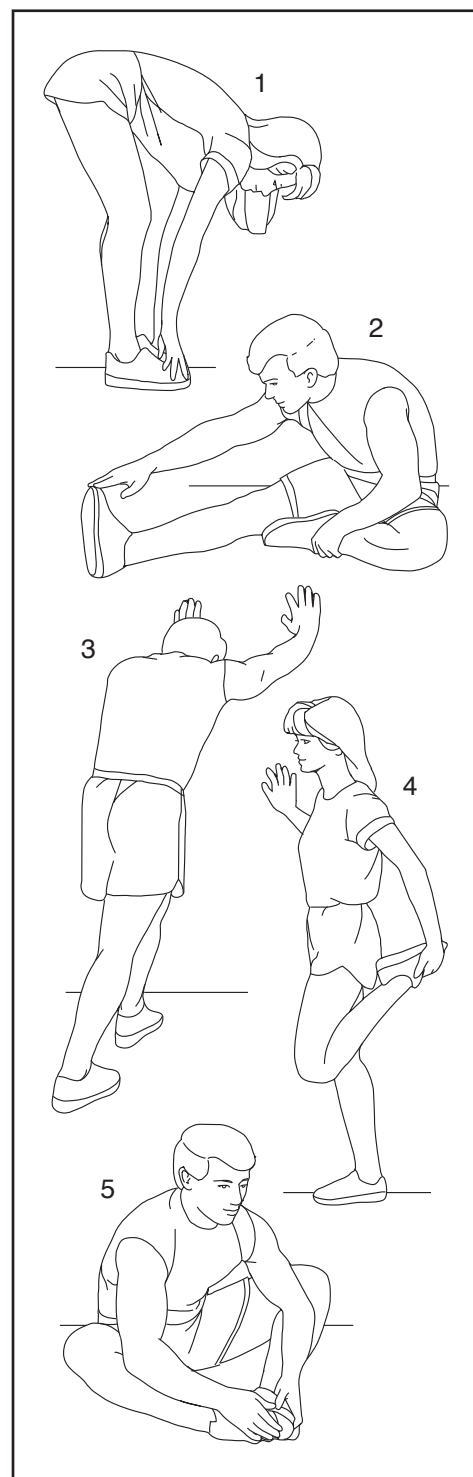
Avec une jambe devant l'autre, tendez les mains vers l'avant et placez-les contre un mur. Gardez la jambe arrière bien droite et le pied arrière à plat sur le sol. Pliez la jambe avant, penchez-vous vers l'avant et poussez les hanches vers le mur. Tenez la position en comptant jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez trois fois pour chaque jambe. Pour un étirement supplémentaire des tendons d'Achille, pliez aussi la jambe arrière. Zones ciblées : mollets, tendons d'Achille, chevilles.

4. Étirement des quadriceps

Avec une main contre un mur pour garder votre équilibre, attrapez un de vos pieds derrière vous avec l'autre main. Tirez votre pied pour ramener votre talon le plus près possible de vos fesses. Tenez la position en comptant jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez trois fois pour chaque jambe. Zones ciblées : quadriceps et muscles des hanches.

5. Étirement de la cuisse intérieure

Asseyez-vous par terre, les pieds joints par la plante, les genoux vers l'extérieur. Tirez vos pieds vers la région de l'aine, autant que possible. Tenez la position en comptant jusqu'à 15 puis détendez-vous. Répétez trois fois. Zones ciblées : quadriceps et muscles des hanches.



NOTES

LISTE DES PIÈCES

N° du Modèle PFEX30124-INT.0 R1123A

N° clé	Qté	Description	N° clé	Qté	Description
1	1	Cadre	50	1	Bague d'Espacement Gauche de la
2	1	Stabilisateur Avant			Roue d'Inertie
3	1	Stabilisateur Arrière	51	2	Roulette
4	1	Guidon	52	2	Pied
5	1	Barre de la Console	53	2	Pied de Nivellement
6	1	Console	54	4	Embout
7	1	Montant du Siège	55	2	Embout du Montant
8	1	Siège	56	1	Embout du Montant du Siège
9	1	Montant du Guidon	57	1	Capteur Magnétique/Fil
10	1	Chariot du Siège	58	1	Pince
11	2	Haltère	59	2	Passe-fil
12	1	Porte-haltère Gauche	60	1	Bague d'Espacement Droite de la
13	2	Poignée de Réglage			Roue d'Inertie
14	2	Bouton de Réglage	61	2	Écrou de la Pince
15	1	Porte-bouteille	62	2	Aimant
16	1	Pédale Droite	63	4	Vis à Tête Plate M8 x 20mm
17	1	Pédale Gauche	64	4	Écrou de Verrouillage M8
18	1	Bras Droit du Pédalier/ Pédalier	65	1	Boîtier Intérieur Gauche du Moyen
19	1	Bras Gauche du Pédalier	66	1	Pince de Maintien en Métal
20	1	Câble de la Résistance	67	1	Écrou du Frein
21	1	Support de la Résistance	68	3	Écrou de Blocage M8
22	1	Ressort de la Résistance	69	4	Vis M8 x 25mm
23	1	Aimant de la Résistance	70	2	Tube du Montant
24	1	Moteur de la Résistance	71	2	Pince de Maintien en Plastique
25	1	Bouton de Frein	72	2	Boulon M8 x 42mm
26	1	Clé de la Pédale	73	2	Vis à Épaulement M6 x 45mm
27	1	Arbre du Frein	74	24	Vis Plate M4 x 12mm
28	1	Ressort du Frein	75	3	Écrou à Colletette M10
29	1	Support du Frein	76	1	Écrou de Verrouillage M5
30	2	Bague d'Espacement du Frein	77	1	Boulon M5 x 35mm
31	1	Tendeur	78	1	Bague du Frein
32	1	Boîtier de la Poulie	79	2	Vis M8 x 16mm
33	1	Boîtier Droit du Moyeu	80	2	Vis M4 x 16mm
34	1	Boîtier Extérieur de la Courroie	81	1	Tube du Montant du Guidon
35	1	Boîtier Intérieur de la Courroie	82	1	Fil Inférieur
36	1	Boîtier du Tendeur	83	4	Vis M5 x 8mm
37	1	Boîtier du Pédalier	84	1	Boîtier Gauche du Moyeu
38	1	Boîtier du Moteur	85	1	Capot du Moyeu
39	1	Boîtier du Frein	86	1	Logement de la Console
40	2	Rondelle M8	87	6	Vis M4 x 19mm
41	1	Tube du Montant du Siège	88	1	Vis de Terre
42	2	Embout du Bras du Pédalier	89	1	Plateau de la Console
43	2	Bague-attache	90	1	Fil Supérieur
44	2	Roulement à Billes du Pédalier	91	1	Embout du Montant du Guidon
45	1	Poulie	92	1	Porte-haltère Droit
46	1	Courroie de Traction	93	1	Vis Mécanique M4 x 16mm
47	1	Roue d'Inertie	94	3	Vis Plate M4 x 15mm
48	2	Rondelle M10	95	2	Vis Plate M4 x 10mm
49	2	Boulon de Réglage/Rondelle/Écrou	*	—	Outil d'Assemblage
			*	—	Manuel de l'Utilisateur

Remarque : les caractéristiques sont susceptibles de changer sans notification. Pour commander des pièces de rechange, référez-vous au dos de ce manuel. *Ces pièces ne sont pas illustrées.

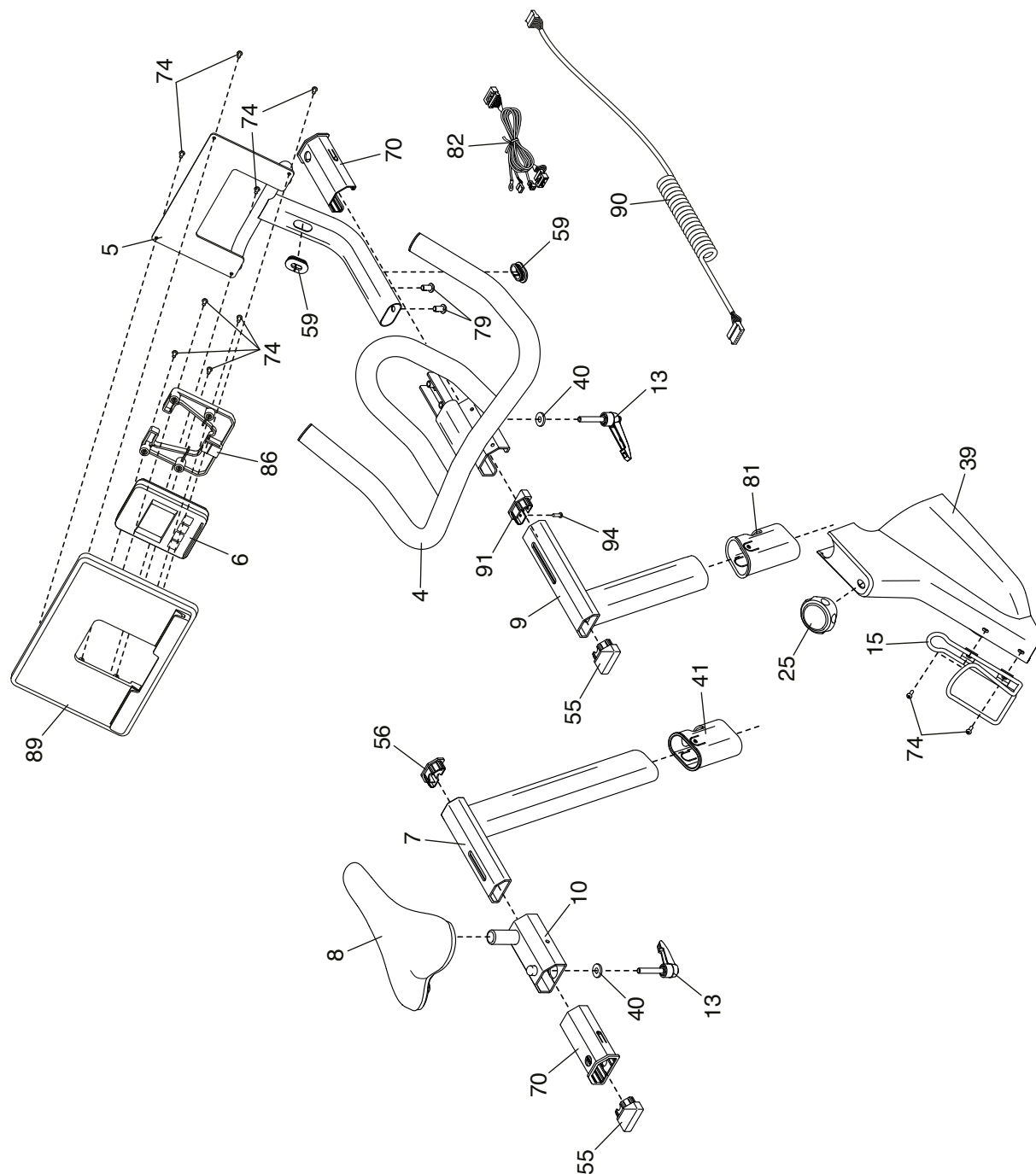
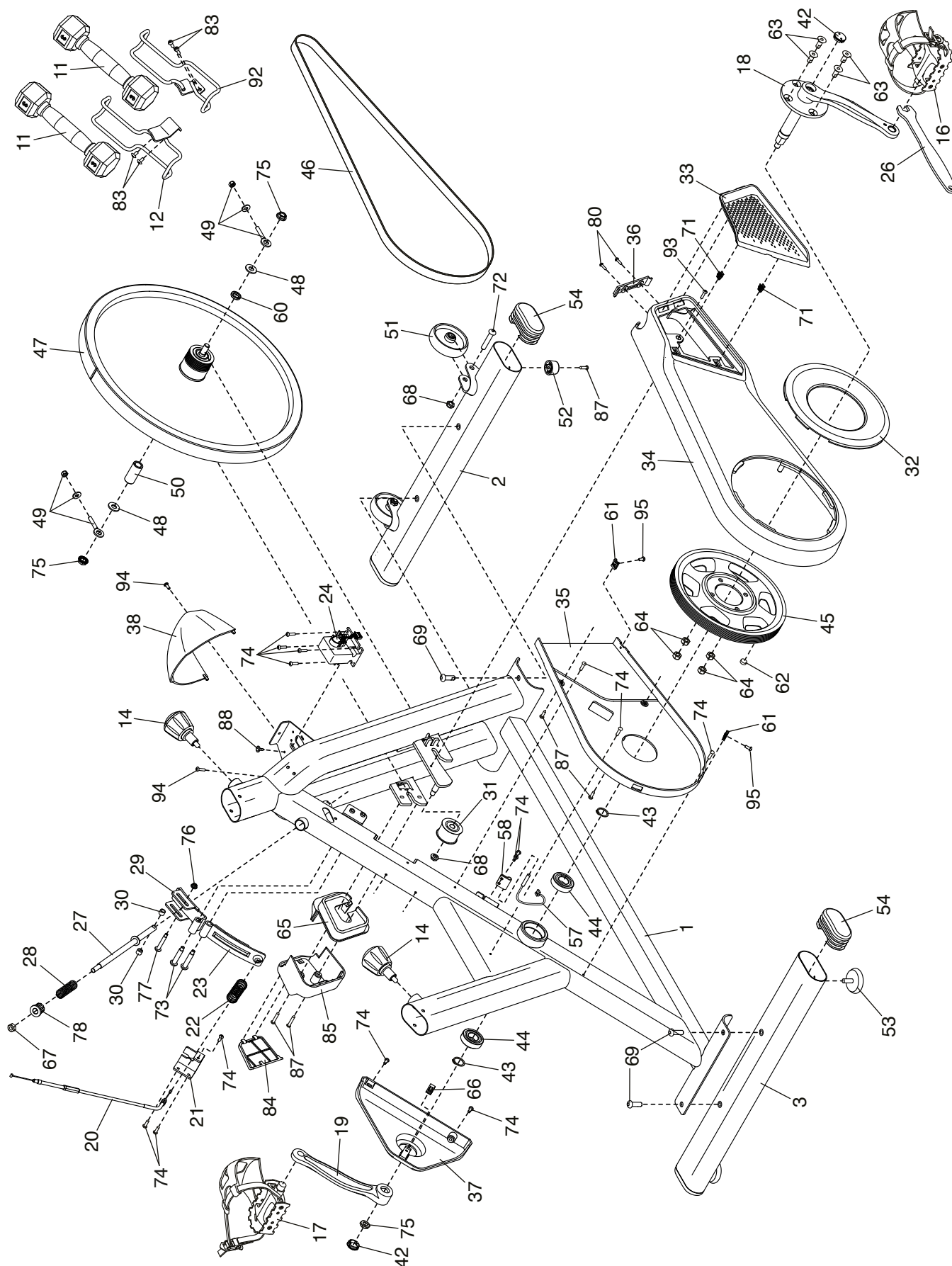


SCHÉMA DÉTAILLÉ B

N° du Modèle PFEX30124-INT.0 R1123A



COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE

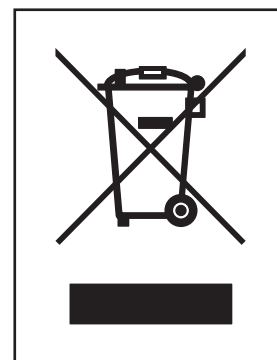
Pour commander des pièces de rechange, veuillez vous référer à la page de couverture de ce manuel. Pour nous aider à vous assister, préparez les informations suivantes avant de nous contacter :

- le numéro du modèle et le numéro de série du produit (voir la page de couverture de ce manuel)
- le nom du produit (voir la page de couverture de ce manuel)
- le numéro-clé et la description des pièces de rechange (voir la LISTE DES PIÈCES et le SCHÉMA DÉTAILLÉ figurant à la fin de ce manuel)

INFORMATIONS SUR LE RECYCLAGE

Ce produit électronique ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères. Pour préserver l'environnement, ce produit doit être recyclé après sa durée d'utilisation selon la réglementation locale.

Veuillez utiliser les installations de recyclage qui sont autorisées à collecter ce type de déchets dans votre région. En faisant cela, vous aider à préserver les ressources naturelles et à améliorer les normes Européennes de protection de l'environnement. Si vous avez besoin de plus d'information concernant les méthodes de traitement des déchets sûres et appropriées, veuillez contacter votre mairie ou le magasin où vous avez acheté ce produit.



DÉCLARATION DE CONFORMITÉ R-U./UE

Le PFEX30124-INT est équipé du module Bluetooth BMD-ICN-1.

Par la présente, iFIT Health & Fitness déclare que l'équipement radio de type BMD-ICN-1 est conforme au Règlement sur les Équipements Directive 2014/53/UE et aux autres directives d'harmonisation de l'Union Européenne en vigueur.

iFIT Health & Fitness, 1500 S 1000 W, Logan, UT 84320, États-Unis

Cette déclaration de conformité est émise sous la responsabilité unique du fabricant.

Objet de la déclaration : FCCID OMCBMD1- Fréquence de transmission : 2,402 GHz à 2,480 GHz Puissance de diffusion : +4 dBm

Certification : Article 3.1a – Sécurité EN 62479:2010, EN 62368-1:2014/AC:2015, Article 3.1b – EMC EN 301 489-17 V3.2.4, Article 3.2 – Paramètres radio EN 300 328 V2.2.2

Représentant au Royaume-Uni : ICON Health & Fitness Ltd, Unit 1D The Gateway, Fryers Way, Silkwood Park, Ossett, WF5 9TJ, Royaume Uni

Représentant pour l'Europe : iFIT Health & Fitness SAS, Business Park, 5 rue Alfred de Vigny
78112 Fourqueux, France

