

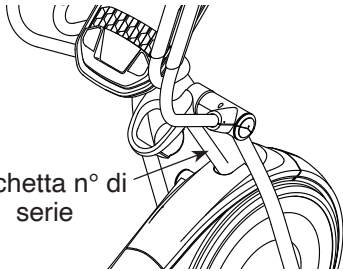
PRO-FORM[®]

CARBON EL

Modello n° PFEL55921-INT.1

N° di serie _____

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



ASSISTENZA PER I MEMBRI

Se ti serve assistenza, ti invitiamo a registrare il tuo prodotto sul nostro sito ifitsupport.eu.

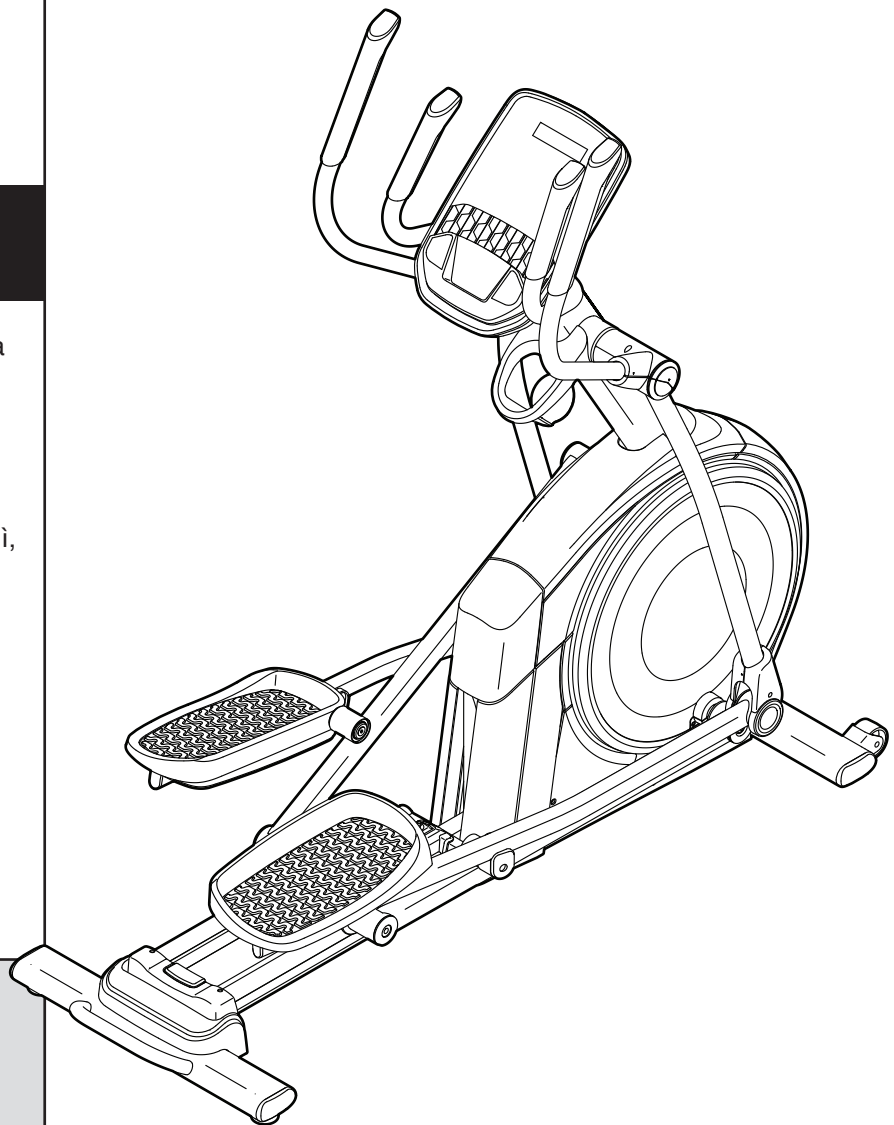
Telefono: 848 35 00 28

Orario d'ufficio: dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 19:00 CET

⚠ 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

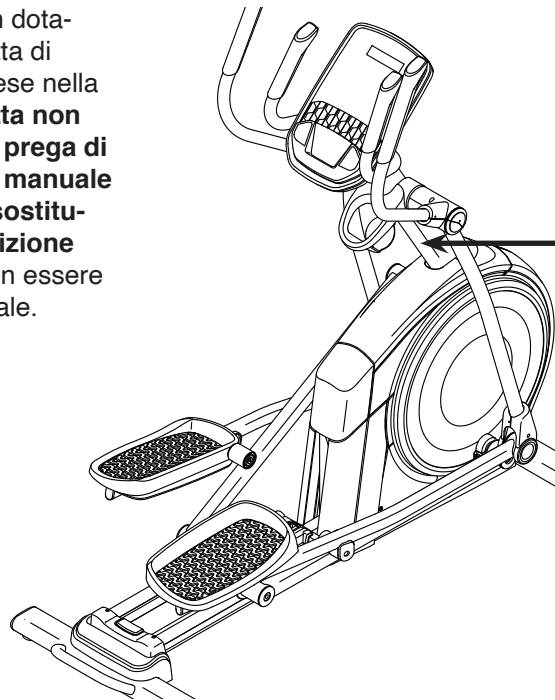


INDICE

POSIZIONE DELLE ETICHETTE DI AVVERTENZA.....	2
PRECAUZIONI IMPORTANTI.....	3
PRIMA DI INIZIARE.....	4
TABELLA IDENTIFICATIVA PEZZI.....	5
MONTAGGIO.....	6
USO DELL'ATTREZZO ELLITTICO.....	15
USO DELLA CONSOLLE.....	17
MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE GUASTI.....	24
GUIDA AGLI ESERCIZI.....	26
ELENCO PEZZI.....	27
DISEGNO ESPLOSO.....	29
ORDINAZIONE DEI PEZZI DI RICAMBIO.....	Retrocopertina
INFORMAZIONI PER IL RICICLAGGIO.....	Retrocopertina

POSIZIONE DELLE ETICHETTE DI AVVERTENZA

L'etichetta di avvertenza raffigurata è in dotazione con il prodotto. Applicare l'etichetta di avvertenza sopra all'avvertenza in inglese nella posizione indicata. **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.



- AVVERTENZA**
- L'uso scorretto potrebbe provocare lesioni gravi.
 - Leggere il manuale d'istruzioni prima dell'uso e attenersi a tutte le avvertenze e le istruzioni.
 - Non consentire ai bambini l'uso o la sosta nelle vicinanze.
 - Non adatto nei casi in cui si richiede un elevato grado di precisione.
 - Utilizzare sempre su una superficie piana.
 - I pedali continuano a girare quando si smette di pedalare.
 - I pedali che continuano a girare possono provocare lesioni.
 - Ridurre la velocità della pedalata in modo controllato.
 - Arrestare i pedali e fare attenzione quando si sale e si scende.
 - Il peso dell'utente non deve superare i 125 kg.
 - Sostituire questa etichetta se risulta danneggiata, illeggibile o mancante.

PROFORM e IFIT sono marchi registrati di ICON Health & Fitness, Inc. App Store è un marchio di Apple Inc., registrato negli Stati Uniti e in altri paesi. Android e Google Play sono marchi di Google LLC. Il marchio denominativo e i loghi Bluetooth® sono marchi registrati di proprietà di Bluetooth SIG, Inc. e ogni uso è soggetto a licenza. IOS è un marchio o un marchio registrato di Cisco negli Stati Uniti e in altri paesi e ogni uso è soggetto a licenza.

PRECAUZIONI IMPORTANTI

⚠ AVVERTENZA: per ridurre il rischio di incidenti gravi, leggere tutte le precauzioni e le istruzioni importanti contenute nel presente manuale nonché tutte le avvertenze riportate sull'attrezzo ellittico 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 accertarsi che tutti gli utenti dell'attrezzo ellittico siano opportunamente informati di tutte le precauzioni.
2. Tenere sempre l'attrezzo ellittico lontano dalla portata di minori di 16 anni e di animali domestici.
3. Consultare il fornitore di servizi sanitari prima di iniziare un qualsiasi programma di allenamento. Questa precauzione è di particolare importanza per persone di età superiore ai 35 anni o con problemi di salute preesistenti.
4. Consultare il fornitore di servizi sanitari prima di iniziare o continuare un qualsiasi programma di allenamento durante la gravidanza. Utilizzare l'attrezzo ellittico come indicato dal proprio fornitore di servizi sanitari.
5. L'attrezzo ellittico 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.
6. Utilizzare l'attrezzo ellittico esclusivamente attenendosi alle istruzioni contenute nel presente manuale.
7. L'attrezzo ellittico è indicato esclusivamente per l'uso domestico. Non utilizzare l'attrezzo ellittico in ambiente commerciale, istituzionale o in un noleggio.
8. Tenere l'attrezzo ellittico al coperto, lontano dall'umidità e dalla polvere. Non posizionare l'attrezzo ellittico in un garage, in una veranda coperta o vicino all'acqua.
9. Posizionare l'attrezzo ellittico 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 ellittico, al fine di proteggere il pavimento o la moquette.
10. Controllare e serrare regolarmente tutti i pezzi ogni volta che si utilizza l'attrezzo ellittico. Sostituire immediatamente eventuali pezzi usurati. Utilizzare esclusivamente pezzi forniti dal fabbricante.
11. Collegare sempre l'alimentatore nell'attrezzo ellittico prima di inserirlo in una presa a muro.
12. L'attrezzo ellittico non deve essere utilizzato da persone di peso superiore a 125 kg.
13. Durante gli esercizi indossare indumenti opportuni; non indossare indumenti larghi tali da poter rimanere impigliati nell'attrezzo ellittico. Durante l'allenamento indossare sempre scarpe da ginnastica per proteggere i piedi.
14. Impugnare i manubri interni o i manubri esterni quando si sale, scende o si utilizza l'attrezzo ellittico. 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.
15. L'attrezzo ellittico non è dotato di ruota libera; i pedali continueranno a muoversi fino all'arresto del volano. Ridurre la velocità di pedalata in modo controllato.
16. Mantenere la schiena dritta durante l'uso dell'attrezzo ellittico; evitare di inarcare la schiena.
17. 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 ellittico PROFORM® CARBON EL. L'attrezzo ellittico CARBON EL offre una vasta gamma di funzioni realizzate per rendere gli esercizi a casa più piacevoli ed efficaci.

Nell'interesse dell'utente, si consiglia di leggere attentamente il presente manuale prima di utilizzare l'attrezzo ellittico. 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.

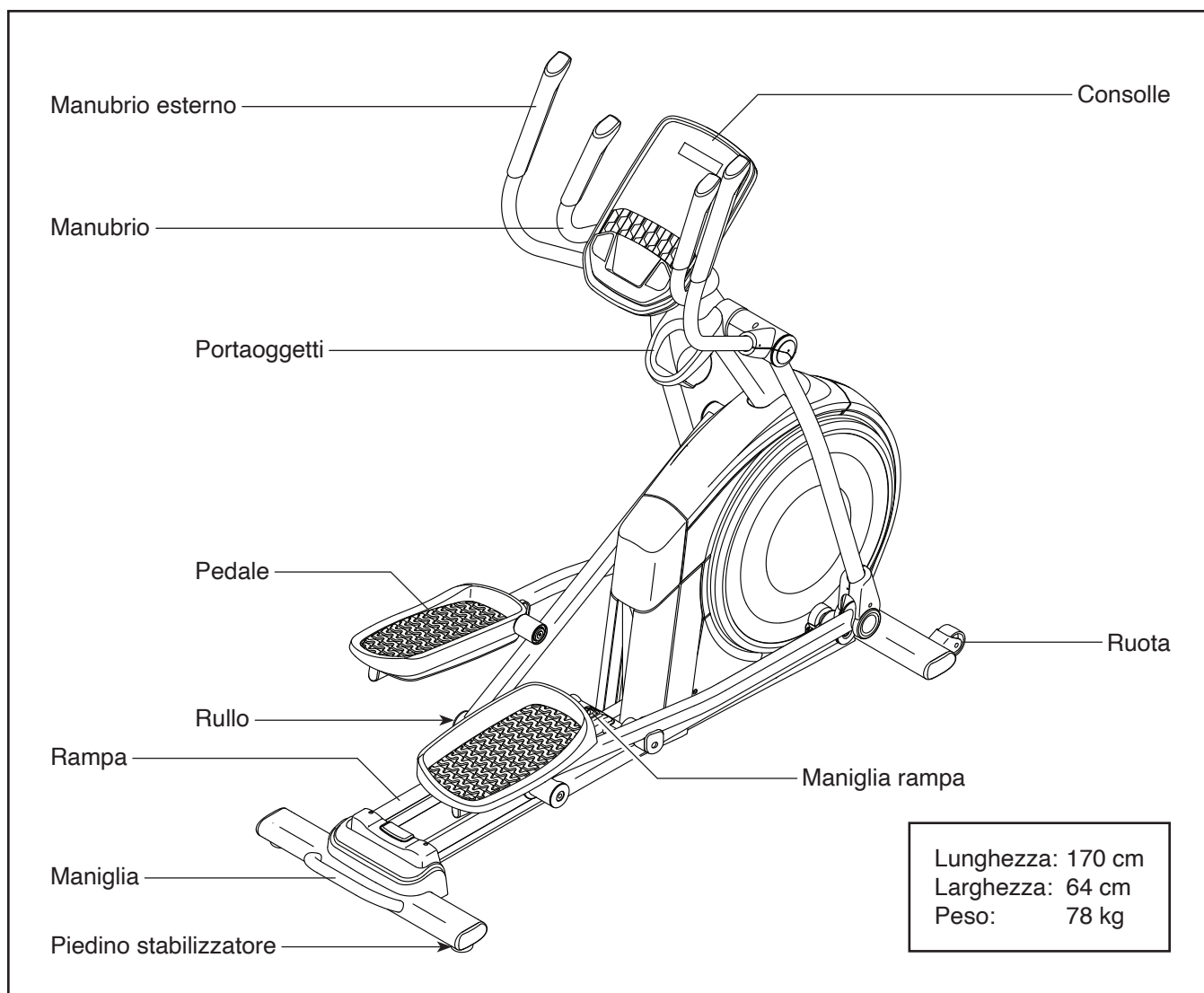
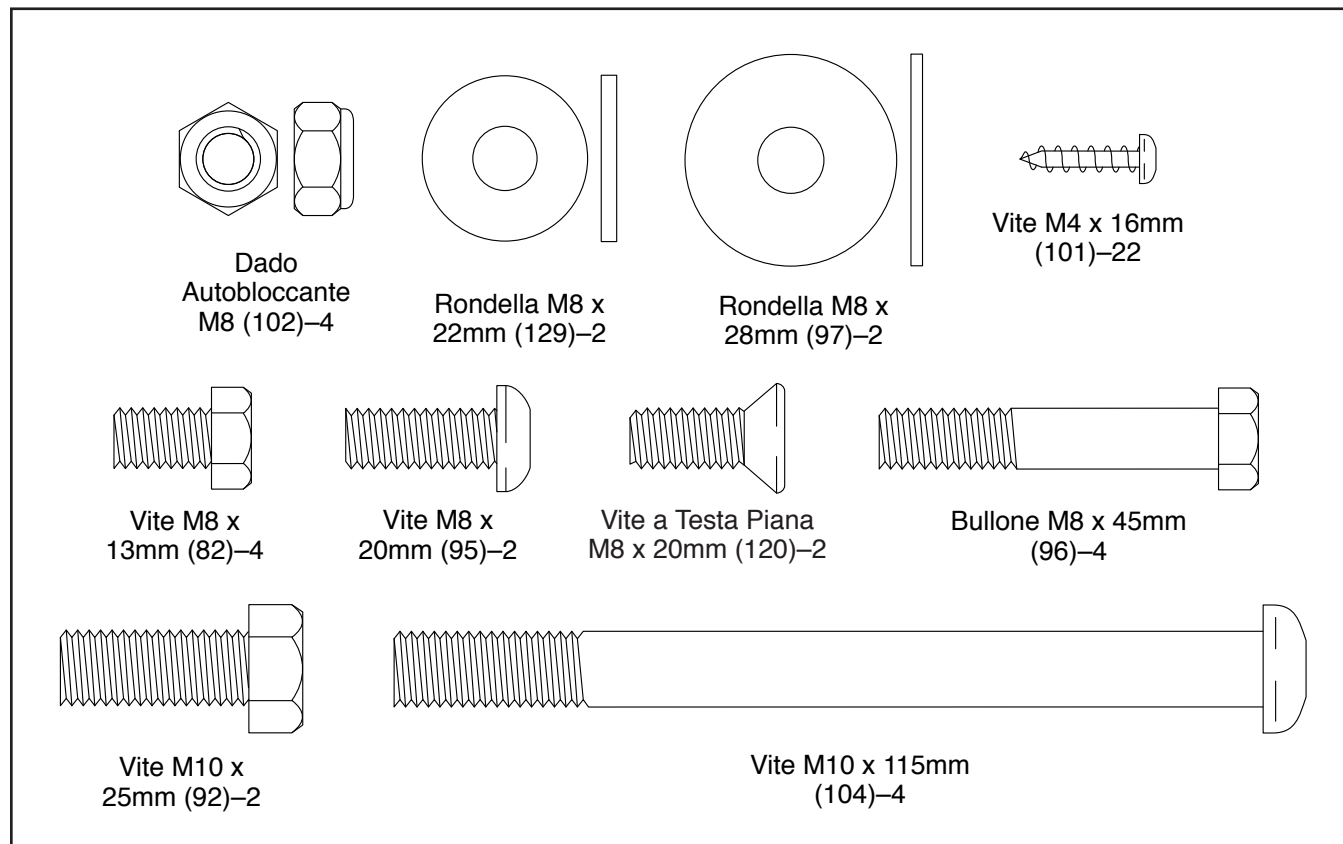


TABELLA IDENTIFICATIVA PEZZI

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.**

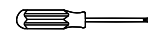


MONTAGGIO

- 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



due chiavi regolabili



un mazzuolo in gomma

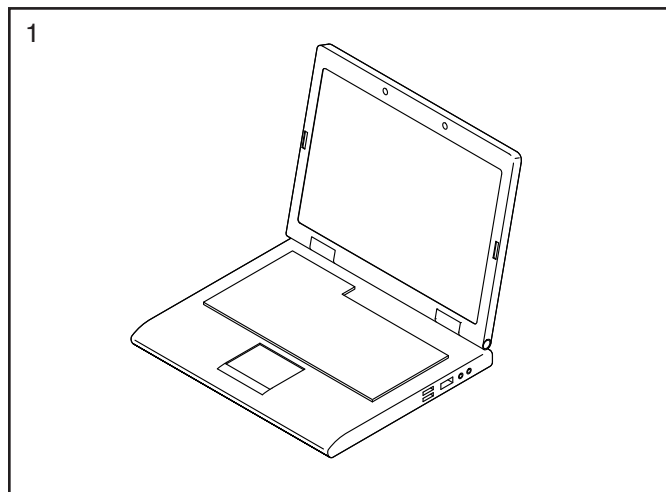


Il montaggio risulterà più semplice se si dispone di un set di chiavi. Al fine di evitare danni ai componenti, non utilizzare strumenti alimentati elettricamente.

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

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

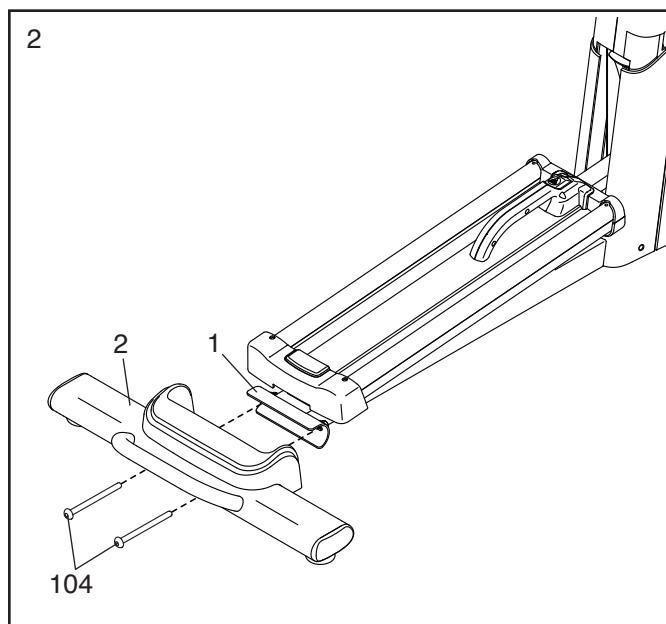
Nota: se non si dispone di una connessione internet, contattare il servizio Assistenza per i Membri (consultare la copertina del presente manuale) per registrare il prodotto.



- ## 2. Con l'aiuto di una seconda persona, posizionare parte del materiale d'imballaggio (non raffigurato) sotto la parte posteriore del Telaio (1). **Chiedere all'altra persona di reggere il Telaio per evitare che si capovolga mentre si completa questa fase.**

Fissare lo Stabilizzatore Posteriore (2) al Telaio (1) con due Viti M10 x 115mm (104).

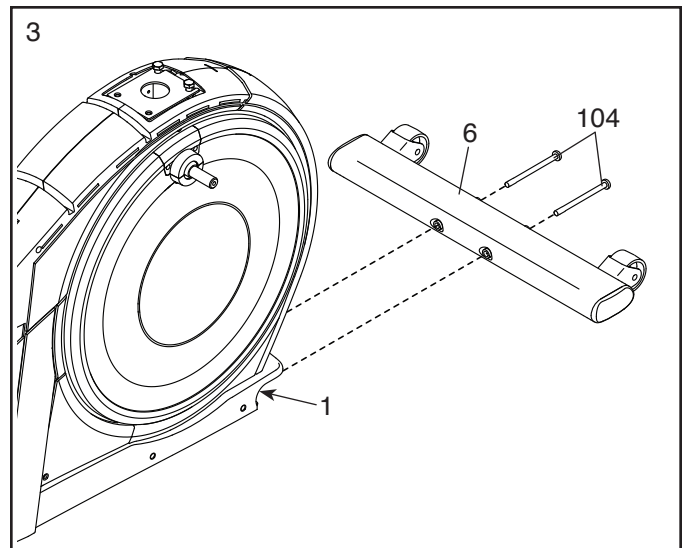
Quindi, rimuovere il materiale d'imballaggio che si trova sotto la parte posteriore del Telaio (1).



3. Con l'aiuto di una seconda persona, posizionare parte del materiale d'imballaggio (non raffigurato) sotto la parte anteriore del Telaio (1). **Chiedere all'altra persona di reggere il Telaio per evitare che si capovolga mentre si completa questa fase.**

Fissare lo Stabilizzatore Anteriore (6) al Telaio (1) con due Viti M10 x 115mm (104).

Quindi, rimuovere il materiale d'imballaggio che si trova sotto la parte anteriore del Telaio (1).

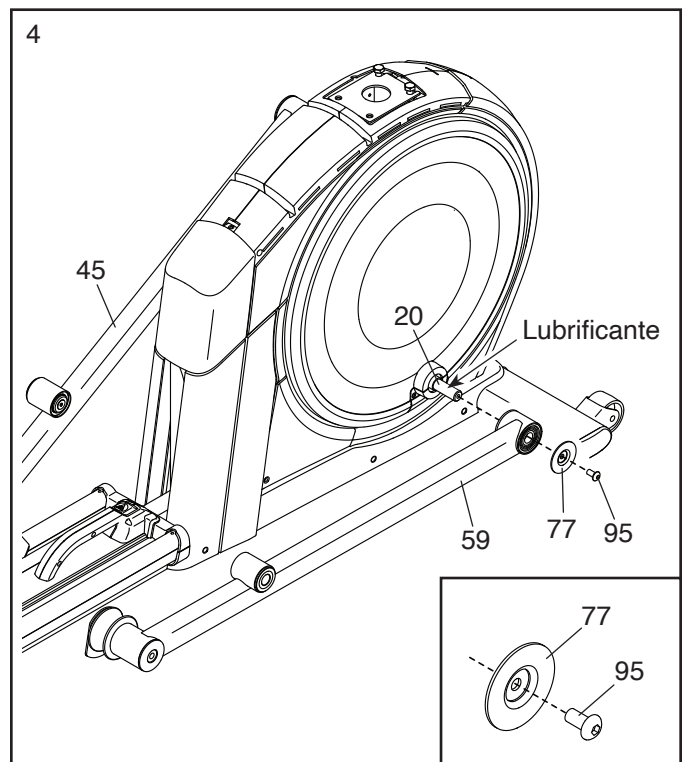


4. Applicare il lubrificante in dotazione sulla Pedivella (20) destra utilizzando una bustina di plastica per evitare di sporcarsi le dita.

Individuare il Braccio Rullo Desto (59), orientarlo come indicato e inserirlo facendolo scorrere sulla Pedivella (20) destra.

Fissare il Braccio Rullo Desto (59) con una Vite M8 x 20mm (95) e un Copri Movimento Centrale (77); **accertarsi che il Copri Movimento Centrale sia orientato come indicato nel disegno del riquadro.**

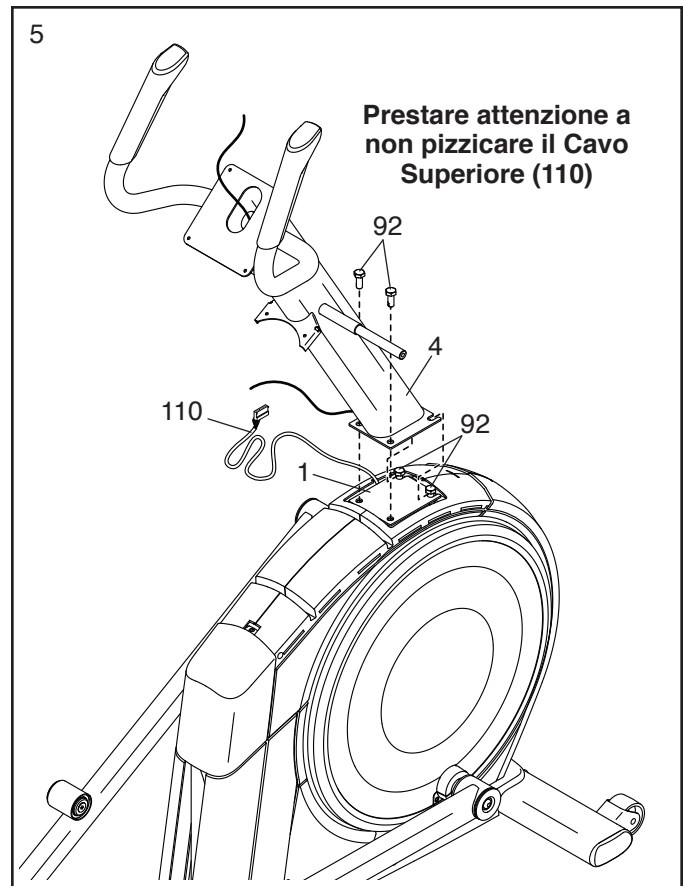
Ripetere questa operazione per il Braccio Rullo Sinistro (45).



5. **Suggerimento: attenzione a non pizzicare il Cavo Superiore (110).** Ricorrere a un'altra persona per reggere il Montante (4) sul Telaio (1).

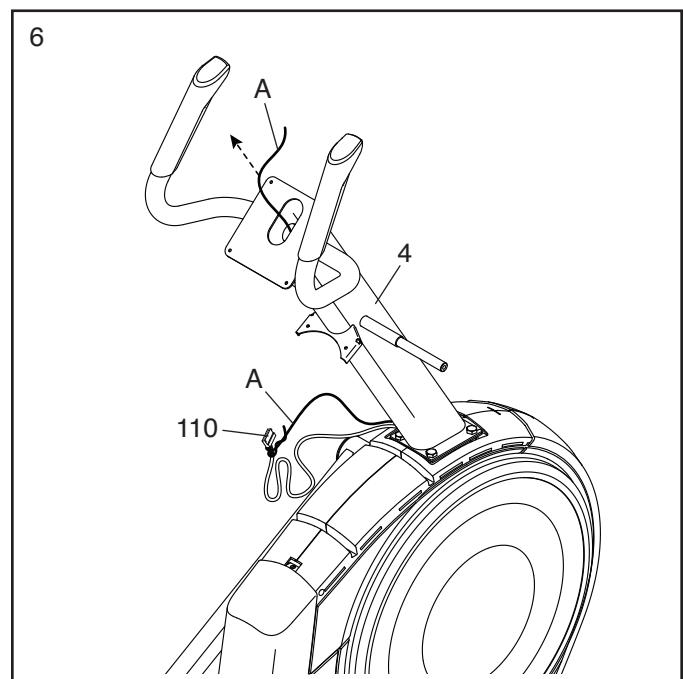
Suggerimento: due Viti M10 x 25mm (92) sono state premontate sul Telaio (1).

Fissare il Montante (4) al Telaio (1) con altre due Viti M10 x 25mm (92) supplementari; **inserire manualmente entrambe le Viti e poi serrare tutte e quattro le Viti.**



6. Localizzare la fascetta cavo (A) nell'estremità inferiore del Montante (4). Fissare la fascetta cavo al Cavo Superiore (110). Quindi, tirare l'estremità superiore della fascetta cavo finché il Cavo Superiore sarà inserito completamente nel Montante.

Suggerimento: per evitare che il Cavo Superiore (110) cada all'interno del Montante (4) fissarlo con la fascetta cavo (A).



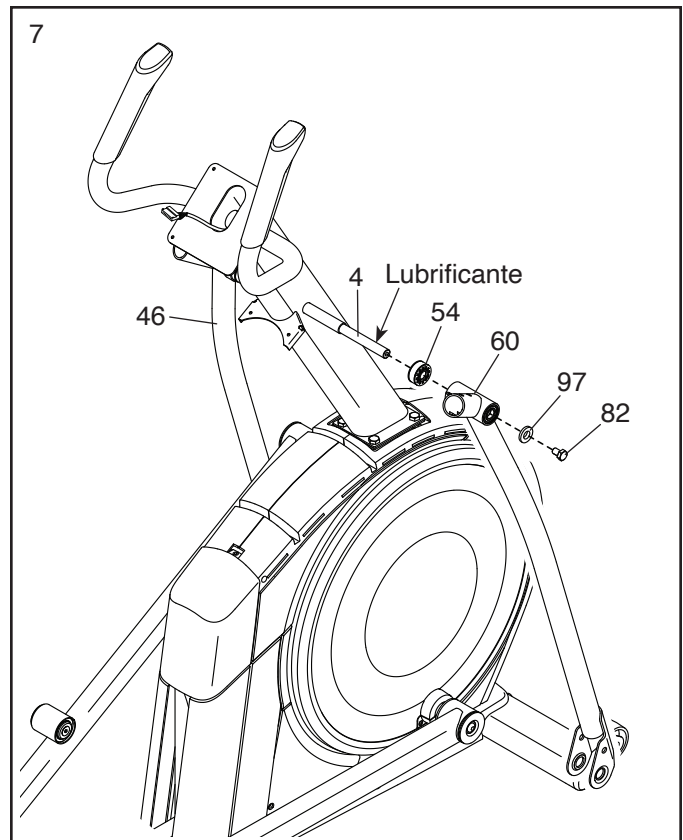
7. Applicare del lubrificante all'asse sul lato destro del Montante (4).

Inserire poi un Distanziatore Perno (54) sul lato destro del Montante (4).

Quindi, individuare il Montante Manubrio Esterno Destro (60), orientarlo come indicato e inserirlo nel lato destro del Montante (4).

Fissare il Montante Manubrio Esterno Destro (60) con una Vite M8 x 13mm (82) e una Rondella M8 x 28mm (97).

Ripetere questa operazione per il Montante Manubrio Esterno Sinistro (46).

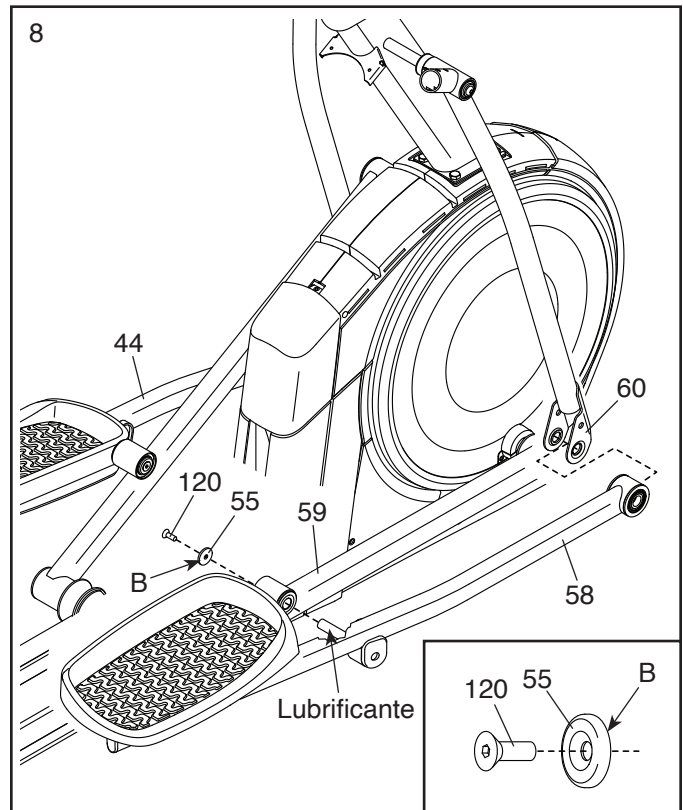


8. Orientare il Braccio Pedale Destro (58) come indicato e applicare il lubrificante all'asse.

Inserire il Braccio Pedale Destro (58) nel Montante Manubrio Esterno Destro (60) e nel Braccio Rullo Destro (59).

Fissare il Braccio Pedale Destro (58) al Braccio Rullo Destro (59) con una Vite a Testa Piana M8 x 20mm (120) e una Rosetta Sottovite (55); **accertarsi che la parte piatta (B) della Rosetta Sottovite sia rivolta verso il Braccio Rullo Destro come indicato nel disegno del riquadro.**

Ripetere questa operazione per il Braccio Pedale Sinistro (44).



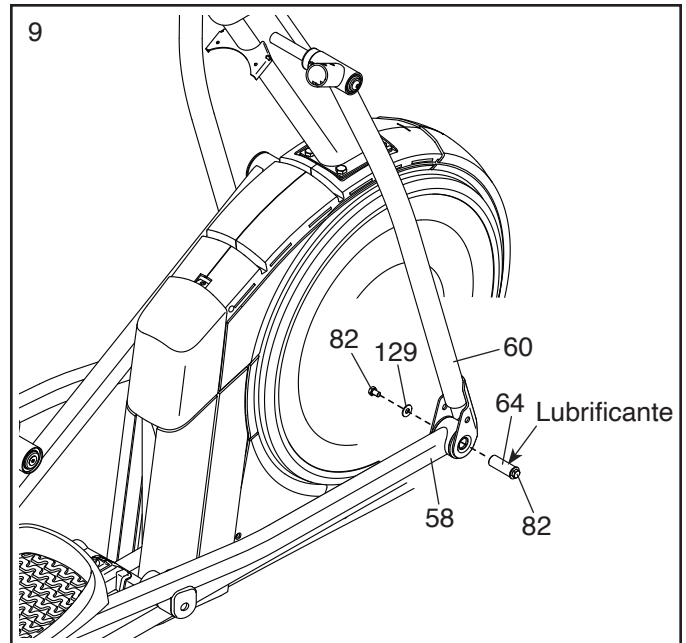
9. Lubrificare gli Assi Braccio Pedale (64).

Inserire l'Asse Braccio Pedale (64) nel Montante Manubrio Esterno Destro (60) e il Braccio Pedale Destro (58) dalla direzione indicata.

Quindi, inserire una Rondella M8 x 22mm (129) su una Vite M8 x 13mm (82) e stringere di alcuni giri la Vite nell'Asse Braccio Pedale (64).

Serrare poi entrambe le Viti M8 x 13mm (82) contemporaneamente.

Ripetere questa operazione sull'altro lato dell'attrezzo ellittico.

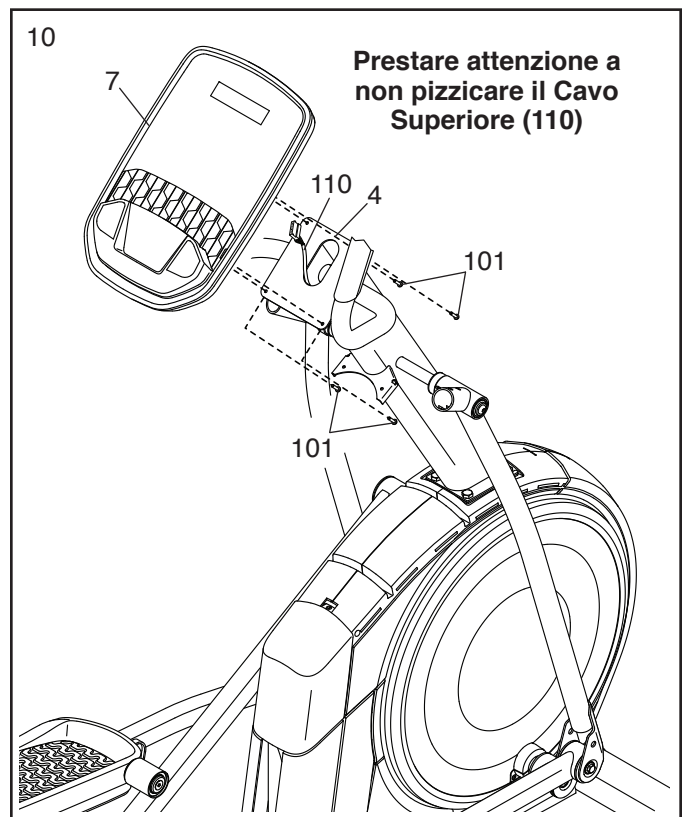


10. Slegare ed eliminare la fascetta cavo presente sul Cavo Superiore (110).

Mentre una seconda persona regge la Consolle (7) vicino al Montante (4), inserire il Cavo Superiore (110) nella presa sulla Consolle. **Suggerimento: il connettore del cavo dovrebbe inserirsi agevolmente e scattare in posizione, facendo un clic udibile. In caso contrario, ruotare il connettore e riprovare.**

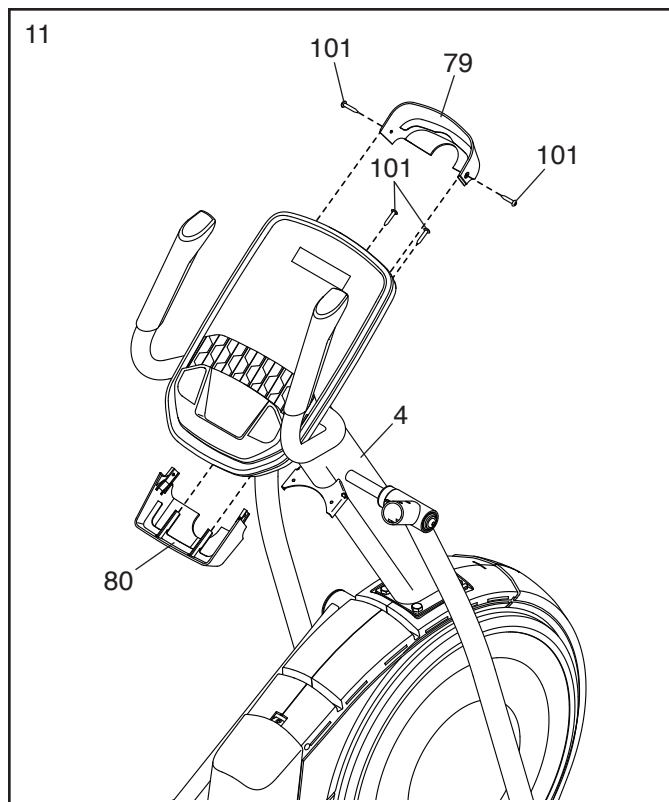
Inserire il cavo in eccesso nel Montante (4) o nella Consolle (7).

Suggerimento: attenzione a non pizzicare il Cavo Superiore (110). Fissare la Consolle (7) al Montante (4) con quattro Viti M4 x 16mm (101); **inserire manualmente tutte le Viti e poi serrarle.**

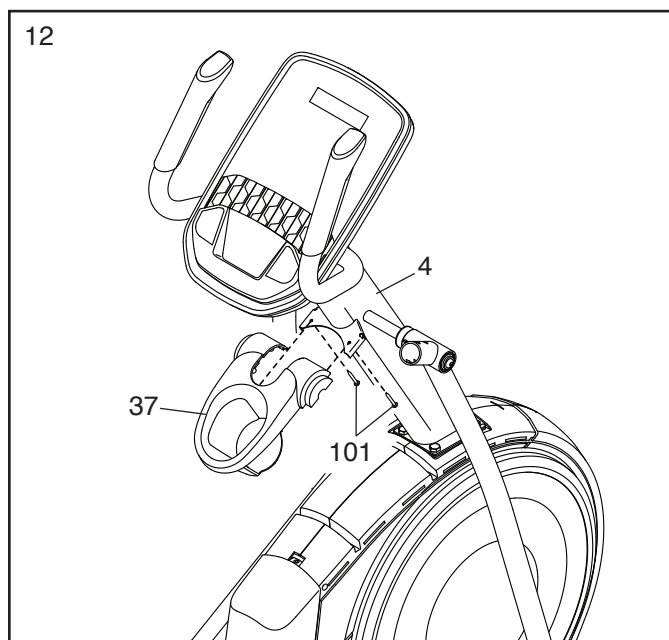


11. Orientare il Copri Consolle Posteriore (80) come indicato e fissarlo al Montante (4) con due Viti M4 x 16mm (101).

Quindi orientare il Copri Consolle Anteriore (79) come indicato e fissarlo al Copri Consolle Posteriore (80) con due Viti M4 x 16mm (101).

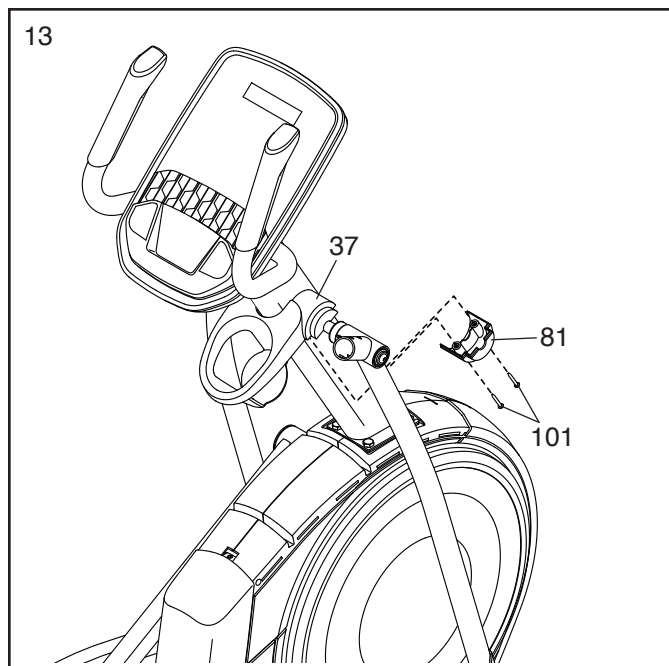


12. Orientare il Portaoggetti (37) come indicato e fissarlo al Montante (4) con due Viti M4 x 16mm (101).



13. Orientare il Copri Portaoggetti Inferiore (81) come indicato e fissarlo al lato destro del Portaoggetti (37) con due Viti M4 x 16mm (101).

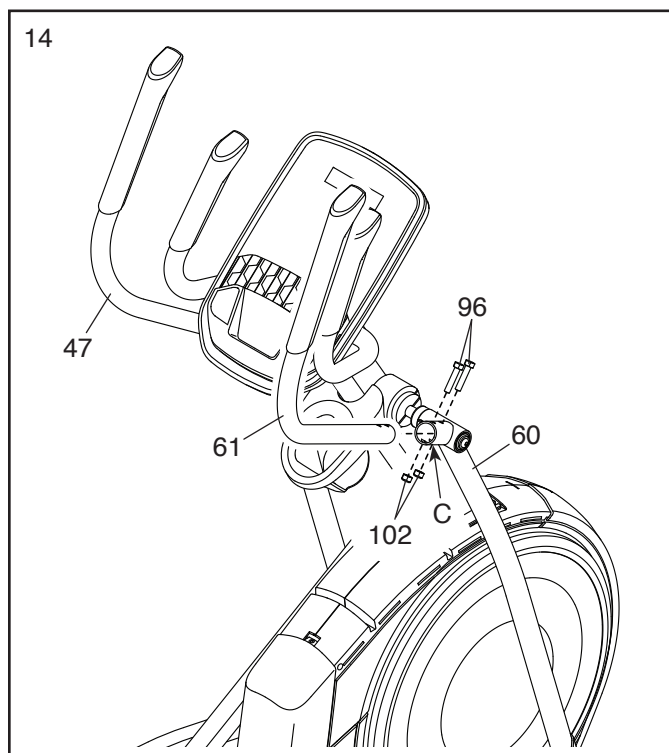
Ripetere questa operazione sull'altro lato dell'attrezzo ellittico.



14. Individuare il Manubrio Esterno Destro (61), orientarlo come indicato e inserirlo nel Montante Manubrio Esterno Destro (60).

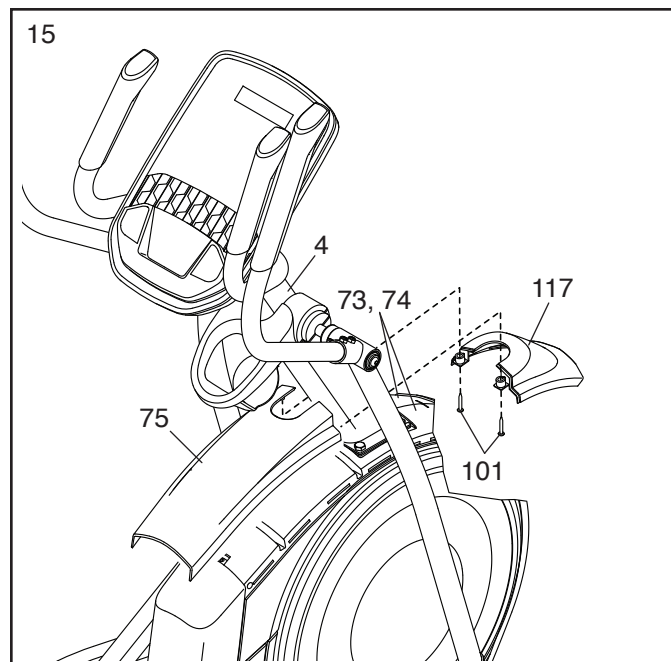
Fissare il Manubrio Esterno Destro (61) con due Bulloni M8 x 45mm (96) e due Dadi Autobloccanti M8 (102); **assicurarsi che i Dadi Autobloccanti siano inseriti nei fori esagonali (C).**

Ripetere questa operazione per il Manubrio Esterno Sinistro (47).



15. Posizionare il Copri Pannello Anteriore (117) e il Copri Pannello Centrale (75) intorno al Montante (4) come indicato. Quindi fissarli l'uno all'altro con due Viti M4 x 16mm (101).

Poi, inserire a pressione il Copri Pannello Anteriore (117) e il Copri Pannello Centrale (75) nei Pannelli Sinistro e Destro (73, 74).

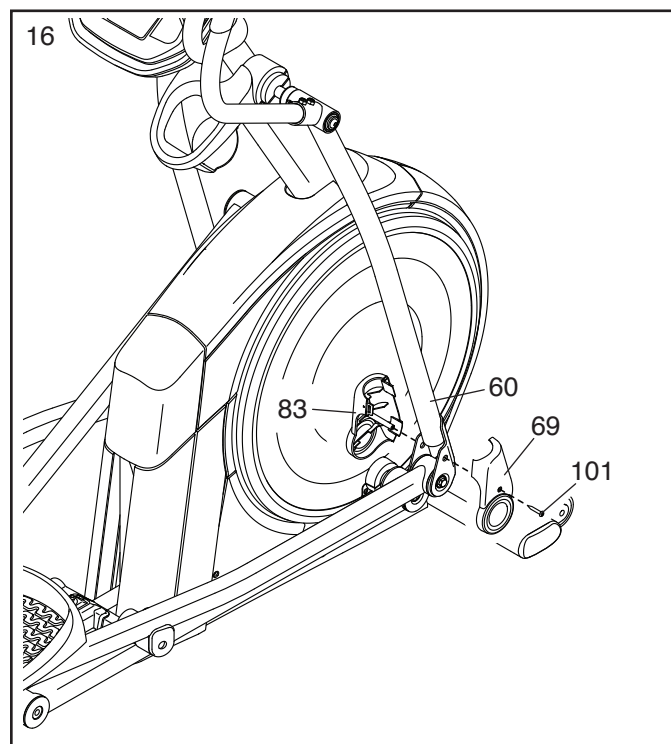


16. Individuare il Copri Montante Destro Interno (83), orientarlo come indicato e inserirlo nel Montante Manubrio Esterno Desto (60).

Individuare poi il Copri Montante Desto Esterno (69), orientarlo come indicato e inserirlo sul Copri Montante Desto Interno (83).

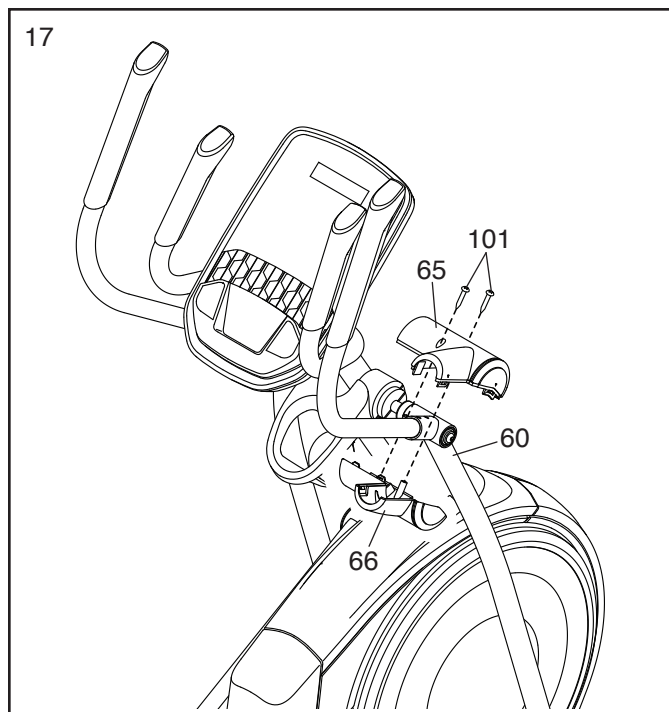
Fissare i Copri Montante Desto Esterno e Interno (69, 83) l'uno all'altro con una Vite M4 x 16mm (101).

Ripetere questa operazione sull'altro lato dell'attrezzo ellittico.



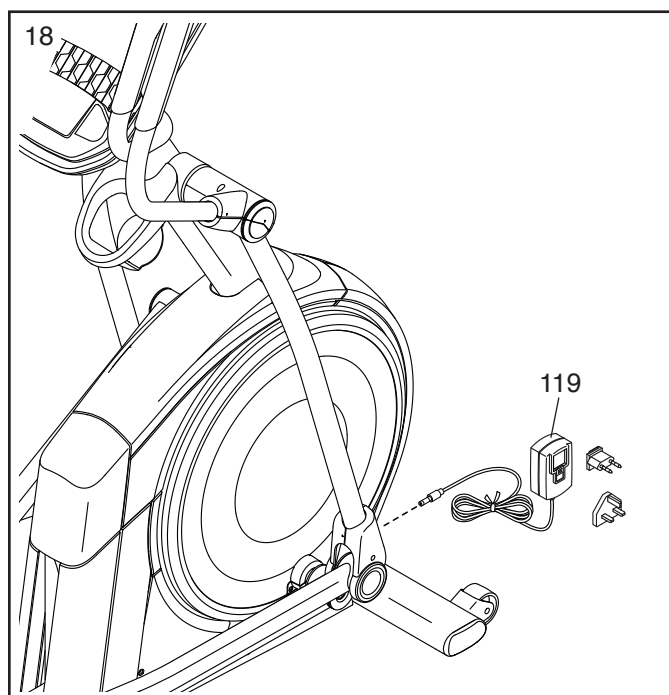
17. Posizionare i Copri Manubrio Destro Anteriore e Posteriore (65, 66) attorno al Montante Manubrio Esterno Destro (60) come indicato e unirli con due Viti M4 x 16mm (101).

Ripetere questa operazione sull'altro lato dell'attrezzo ellittico.



18. Inserire l'Alimentatore (119) nella presa presente sulla parte anteriore dell'attrezzo ellittico.

Nota: per inserire l'Alimentatore (119) in una presa a muro, consultare la sezione INSERIMENTO DELL'ALIMENTATORE a pagina 15.



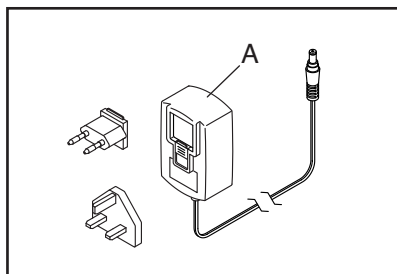
19. **Accertarsi che tutti i pezzi siano opportunamente serrati prima di utilizzare l'attrezzo ellittico.** Posizionare un tappetino sotto l'attrezzo ellittico per proteggere il pavimento. Nota: nella confezione possono essere inclusi pezzi di scorta.

USO DELL'ATTREZZO ELLITTICO

INSERIMENTO DELL'ALIMENTATORE

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

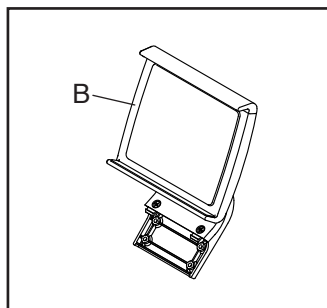
Inserire l'alimentatore (A) nella presa presente sulla parte anteriore dell'attrezzo ellittico. Inserire l'adattatore spina corretto nell'alimentatore, se necessario.



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

PORTA TABLET OPZIONALE

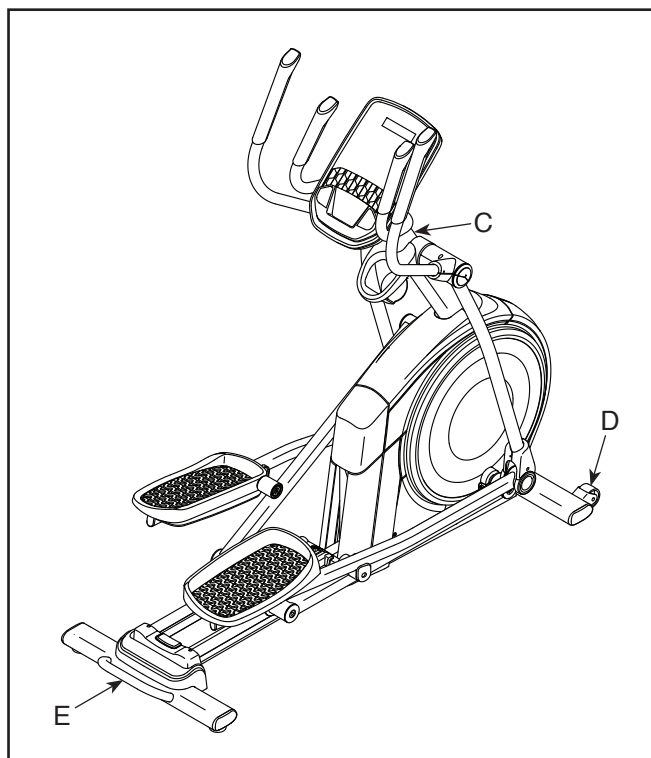
Il porta tablet opzionale (B) manterrà saldamente in posizione il tablet e consentirà di utilizzarlo durante l'allenamento. Il porta tablet opzionale è stato progettato per essere utilizzato con la maggior parte dei tablet di dimensioni standard.



Per acquistare il porta tablet, vedere la copertina del presente manuale.

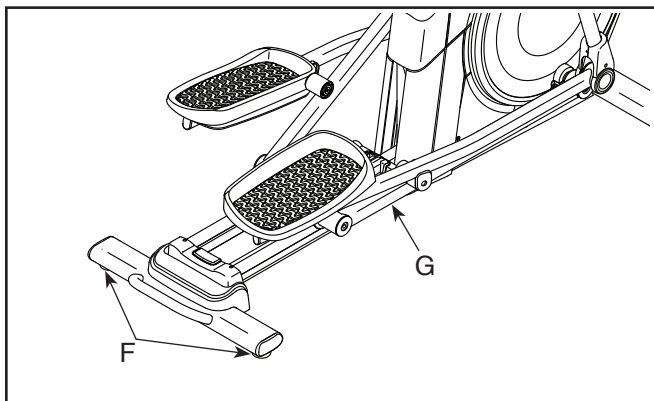
SPOSTAMENTO DELL'ATTREZZO ELLITTICO

A causa delle dimensioni e del peso dell'attrezzo ellittico, lo spostamento richiede la presenza di due persone. Adottare le misure necessarie a evitare danni al pavimento. Posizionarsi di fronte all'attrezzo ellittico, reggere il montante (C) e mettere un piede davanti a una delle ruote (D). Tirare il montante e con l'aiuto di una seconda persona sollevare la maniglia (E) fino a quando l'attrezzo ellittico scorre sulle ruote. Spostare con attenzione l'attrezzo ellittico nella posizione desiderata, quindi appoggiarlo a terra.



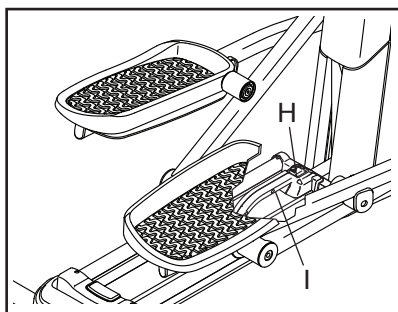
STABILIZZAZIONE DELL'ATTREZZO ELLITTICO

Qualora l'attrezzo ellittico oscilli leggermente sul pavimento durante l'uso, ruotare uno o entrambi i piedini stabilizzatori (F) sotto lo stabilizzatore posteriore o ruotare il piedino stabilizzatore (G) sotto la parte centrale del telaio fino a quando l'oscillazione scompare.



MODIFICA DELL'INCLINAZIONE DELLA RAMPA

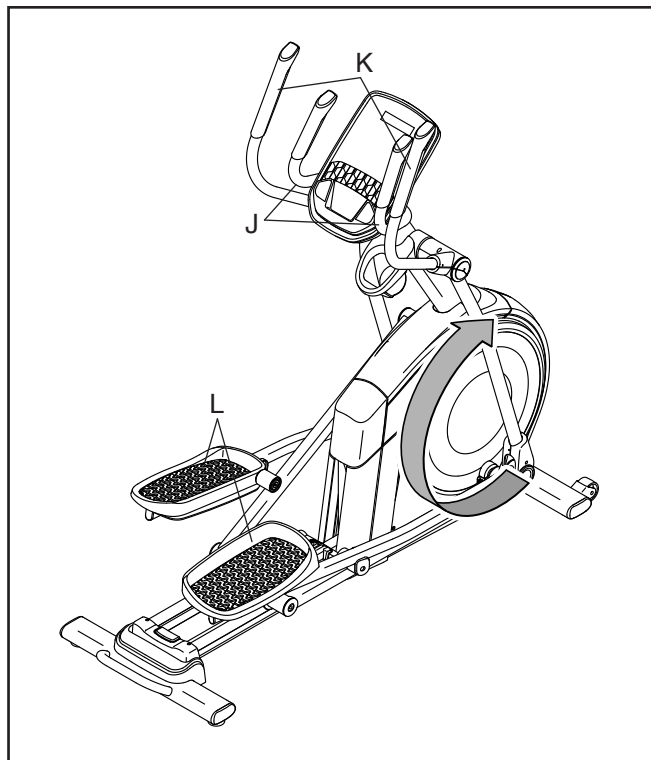
Per variare il movimento dei pedali, è possibile modificare l'inclinazione della rampa. Per sollevare la rampa, premere il pulsante di chiusura a scatto (H) e poi tirare la maniglia della rampa (I) verso l'alto al livello di inclinazione desiderato.



Per abbassare la rampa, premere il pulsante di chiusura a scatto (H), tirare la maniglia della rampa (I) e abbassare la rampa al livello di inclinazione desiderato. Poi rilasciare il pulsante chiusura a scatto e inserire il perno chiusura a scatto in uno dei fori di regolazione presenti sul telaio. **Verificare che il perno chiusura a scatto sia agganciato in uno dei fori di regolazione presenti sul telaio.**

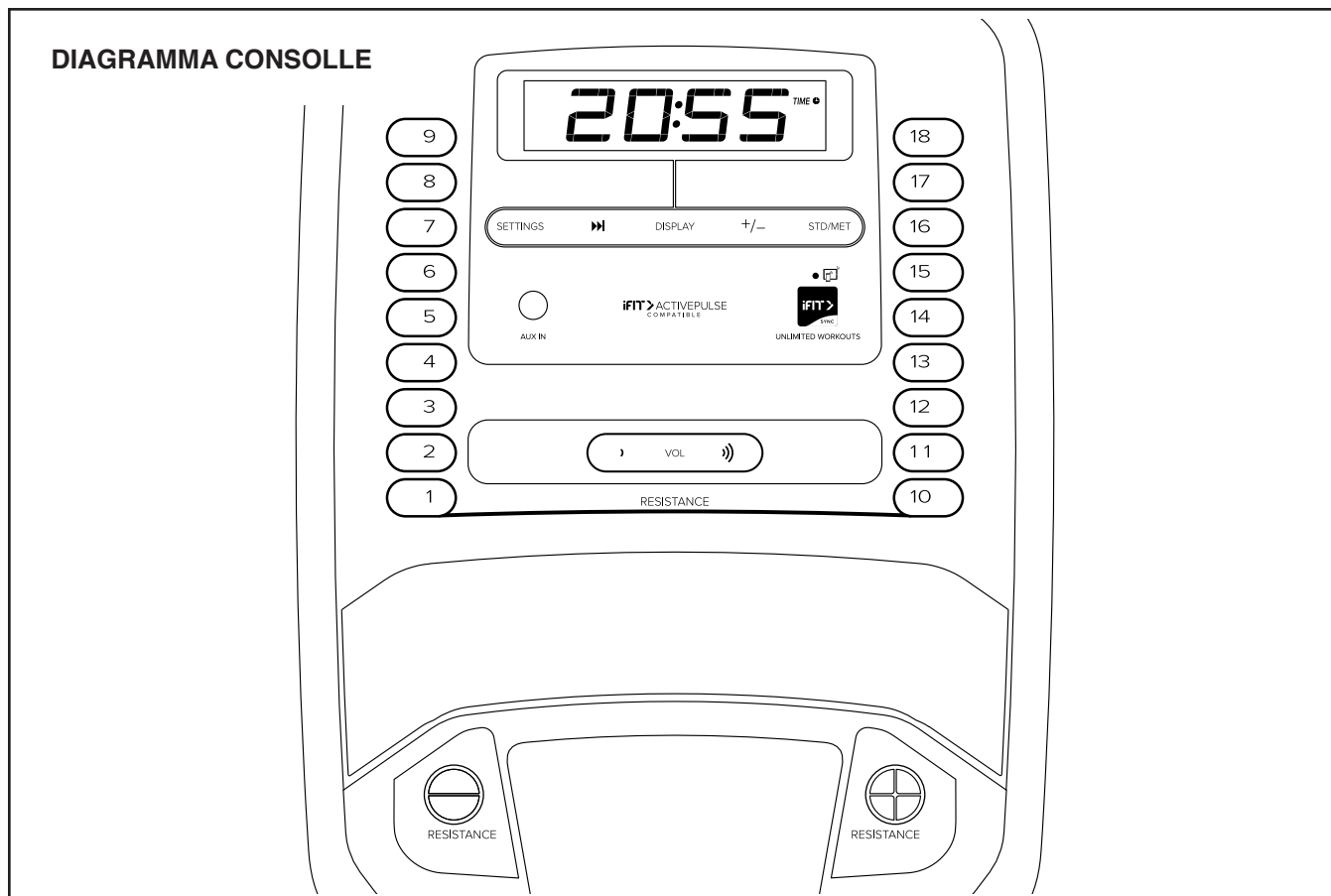
ALLENARSI SULL'ATTREZZO ELLITTICO

Per salire sull'attrezzo ellittico, afferrare i manubri interni (J) o i manubri esterni (K) e salire sul pedale (L) 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 ellittico, attendere fino all'arresto completo dei pedali (L). **Nota: l'attrezzo ellittico 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.

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 compatibile.

È anche possibile utilizzare l'impianto audio della consolle durante l'allenamento.

La consolle, inoltre, offre allenamenti illimitati 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 18. **Per utilizzare un allenamento iFIT**, vedere pagina 20.

Per collegare il proprio cardiofrequenzimetro alla consolle, vedere pagina 21. **Per utilizzare l'impianto audio**, vedere pagina 22. **Per modificare le impostazioni della consolle**, vedere pagina 23.

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

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.

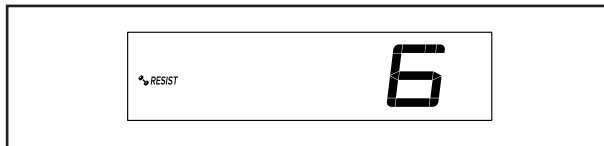
2. Selezione della modalità manuale.

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 Resistance (resistenza) oppure i pulsanti di aumento e diminuzione Resistance (resistenza).



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

4. Seguire la progressione con i 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 Std/Met (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 Std/Met (standard/metrico).

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

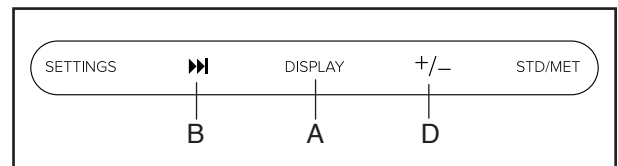
RESIST (resistenza): il livello di resistenza dei pedali.

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 Std/Met (standard/metrico).

Time (tempo): il tempo trascorso.

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 Multi-scan (ricerca multipla) (B); l'indicatore di ricerca (C) e la parola SCAN (ricerca) si accenderanno sul display.



Per avanzare manualmente nella ricerca, premere ripetutamente il pulsante Multi-scan (ricerca multipla).

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.

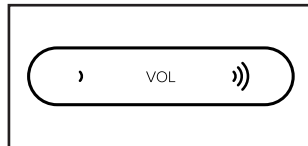
Per personalizzare la modalità ricerca, premere innanzitutto ripetutamente il pulsante Display (schermata) fino a quando l'informazione sull'allenamento che si desidera aggiungere o rimuovere dalla sequenza di ricerca compare nel display.

Poi premere il pulsante Add/Subtract (aggiungi/rimuovi) (D) 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 Multi-scan (ricerca multipla) per attivare la 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 Vol (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 compatibile. Se è compreso un cardiofrequenzimetro, per l'uso consultare la sezione IL CARDIOFREQUENZIMETRO nel presente manuale.

Se il modello non comprende un cardiofrequenzimetro compatibile e si desidera ordinarne uno, consultare le informazioni riportate a pagina 22.

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 21.

6. 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 ellittico 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 23.

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.

Eseguire la ricerca dell'app gratuita iFIT dal proprio dispositivo smart 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 21.

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 la schermata principale (pulsante Home) o la libreria allenamenti (pulsante Browse).

Per selezionare un allenamento dalla schermata principale o dalla libreria allenamenti, è sufficiente sfiorare il pulsante di 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 coinvolgente dell'allenamento. Sfiore lo schermo in qualsiasi spazio libero per visualizzare e selezionare le opzioni di musica, voce del trainer e 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 Resistance (resistenza) sulla consolle.

Per ritornare alle impostazioni di resistenza programmate dell'allenamento, sfiorare *Follow Trainer* (seguì allenatore).

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 alla schermata 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 *Finish* (fine) per tornare alla schermata 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 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 ellittico 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 23.

COLLEGAMENTO DEL CARDIOFREQUENZIMETRO ALLA CONSOLLE

La consolle è compatibile con tutti i cardiofrequenzimetri Bluetooth Smart. **Per informazioni su come ordinare un cardiofrequenzimetro compatibile, vedere pagina 22.**

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.

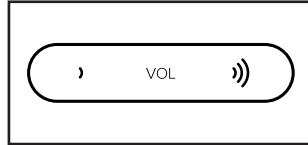
Per scollegare il cardiofrequenzimetro dalla consolle premere e mantenere premuto il pulsante iFIT Sync sulla consolle fino a quando il LED sulla consolle diventa verde.

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

USO DELL'IMPIANTO AUDIO

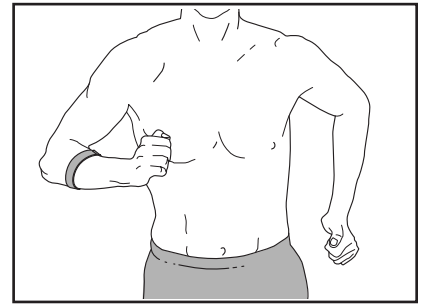
Per riprodurre musica o audiolibri sull'impianto audio della consolle durante l'allenamento, collegare un cavo audio maschio/maschio da 3,5 mm (non in dotazione) nella presa sulla consolle e in una presa del riproduttore audio personale; **accertarsi di avere inserito completamente il cavo audio. Nota: 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 Vol (volume) sulla consolle o il comando del volume sul lettore audio personale.



IL CARDIOFREQUENZIMETRO 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 opzionale consentirà di monitorare costantemente la frequenza cardiaca durante l'allenamento, permettendo di raggiungere i propri obiettivi fitness. **Per acquistare un cardiofrequenzimetro opzionale, 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.

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.

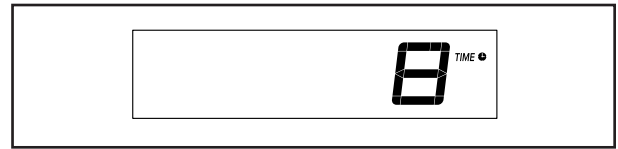
Unità di misura: l'unità di misura attualmente selezionata comparirà nel display. La consolle è in grado di visualizzare la velocità e la distanza in unità di misura standard o metrica. Per modificare l'unità di misura, premere ripetutamente il pulsante Std/Met (standard/metrico). Per visualizzare le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



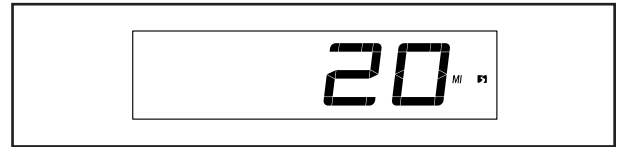
Test display: questa opzione serve ai tecnici della manutenzione per capire se il display funziona correttamente.

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

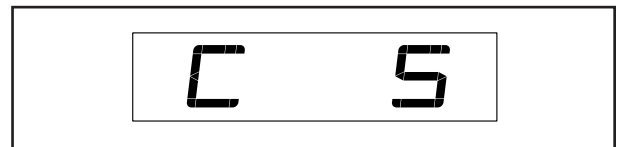
Tempo totale: la parola TIME (tempo) comparirà nel display. Il display mostrerà il numero totale di ore di utilizzo dell'attrezzo ellittico.



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 ellittico ha percorso.



Contrasto: sul display verrà visualizzato il contrasto attualmente selezionato. Premere i pulsanti di aumento e diminuzione Resistance (resistenza) 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 ellittico 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 Resistance (resistenza) 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 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 ellittico. Sostituire immediatamente eventuali pezzi usurati. Utilizzare esclusivamente pezzi forniti dal fabbricante.

Per pulire l'attrezzo ellittico 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.

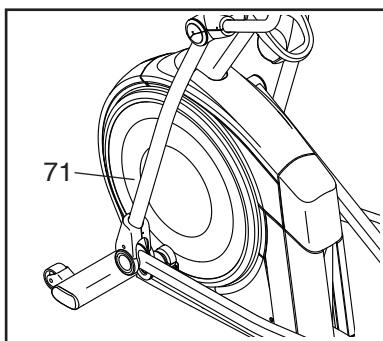
Qualora sul display della consolle vengano visualizzate delle linee, vedere la fase 3 a pagina 23 e regolare il livello di contrasto del display.

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.

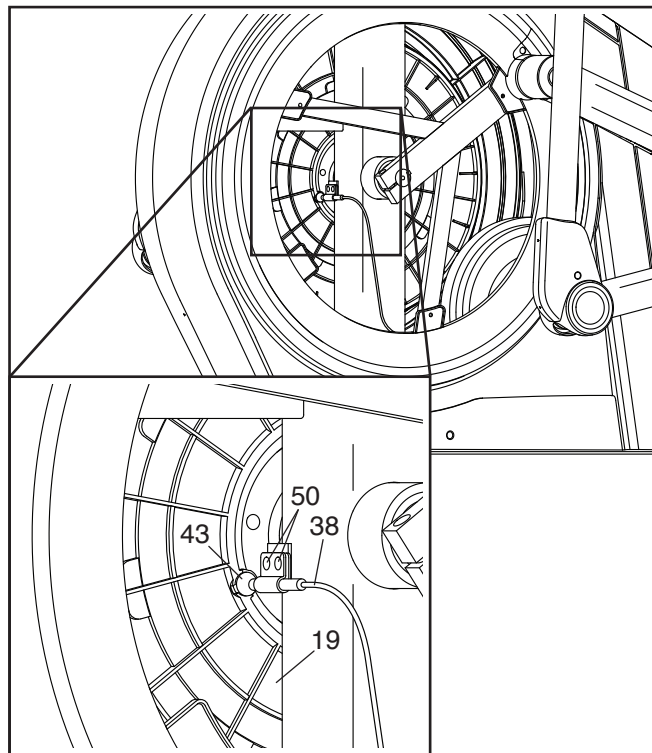
REGOLAZIONE DEL COMMUTATORE

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

Poi, utilizzando un cacciavite standard, estrarre con cautela il Disco (71) sinistro.



Individuare il Commutatore (38). Ruotare la Puleggia (19) fino a quando il Magnete (43) è allineato con il Commutatore.



Quindi allentare leggermente le due Viti #8 x 1/2" (50) indicate. Avvicinare o allontanare leggermente il Commutatore (38) dal Magnete (43), quindi serrare nuovamente le Viti.

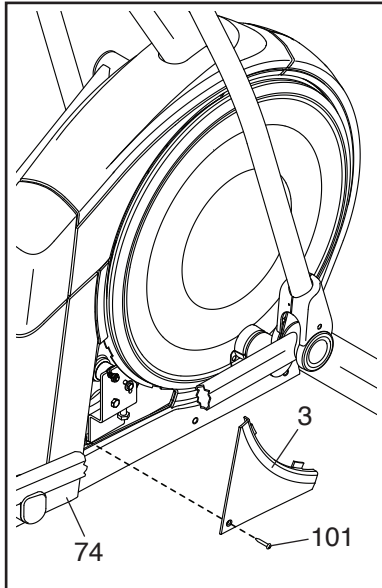
Inserire poi l'alimentatore e far oscillare la Puleggia (19) avanti e indietro per fare in modo che il Magnete (43) incroci ripetutamente il Commutatore (38). Ripetere la procedura fino a quando la consolle visualizza le informazioni corrette.

Una volta regolato correttamente il commutatore, rimontare il disco sinistro e inserire l'alimentatore.

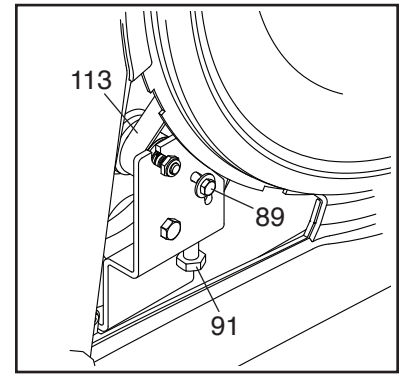
REGOLAZIONE DELLA CINGHIA TRASMISSIONE

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

Successivamente, individuare il Pannello di Accesso (3) presente nel Pannello Destro (74). Rimuovere la Vite M4 x 16mm (101) e quindi il Pannello di Accesso.



Individuare e allentare la Vite Tenditore (89). Serrare la Vite di Regolazione Cinghia Trasmissione (91) fino a quando la Cinghia Trasmissione (113) sarà tesa. Poi riserrare la Vite Tenditore.



Rimontare quindi i pezzi rimossi e inserire l'alimentatore.

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.

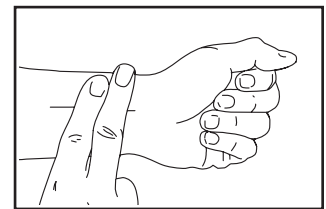
Consumo di grassi: per consumare grassi in modo efficace, è necessario eseguire un allenamento a un livello di intensità relativamente basso per parecchi minuti. Durante i primi minuti di allenamento, il corpo brucia i carboidrati semplici. Solo dopo i primi minuti di allenamento il corpo inizia a consumare 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 ALLENAMENTI

Per mantenere o migliorare la propria forma fisica, 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.

ELENCO PEZZI

Modello n° PFEL55921-INT.1 R0821A

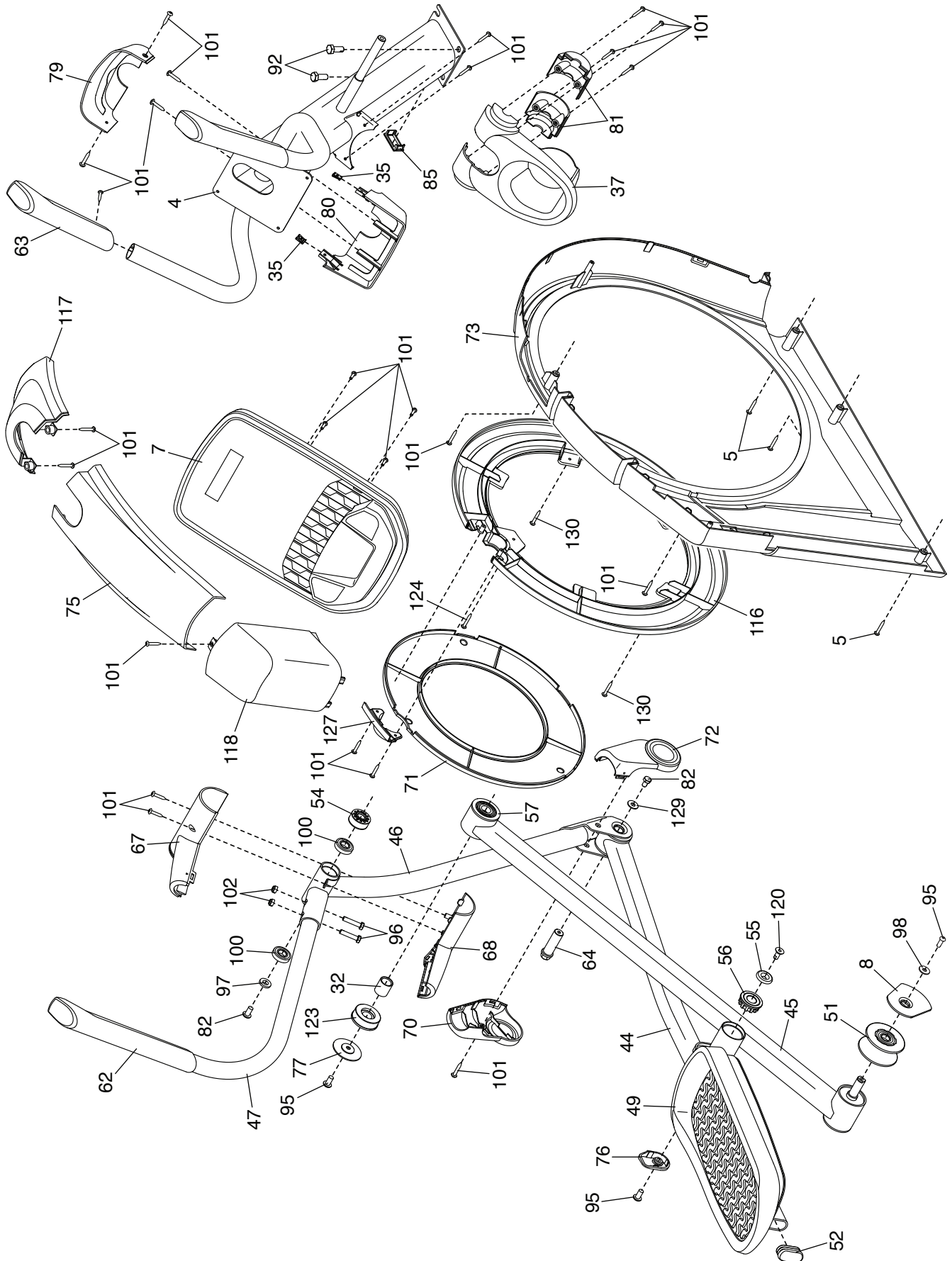
N°	Qtà	Descrizione	N°	Qtà	Descrizione
1	1	Telaio/Rampa	49	1	Pedale Sinistro
2	1	Stabilizzatore Posteriore	50	2	Vite #8 x 1/2"
3	1	Pannello di Accesso	51	2	Rullo
4	1	Montante	52	2	Cappuccio Braccio Pedale
5	6	Vite M4 x 19mm	53	2	Copri Asse
6	1	Stabilizzatore Anteriore	54	2	Distanziatore Perno
7	1	Consolle	55	2	Rosetta Sottovite
8	2	Guida Rullo	56	4	Boccola Braccio Rullo
9	1	Distanziatore Cuscinetto Movimento Centrale	57	6	Cuscinetto Braccio Grande
10	1	Copri Rampa Posteriore	58	1	Braccio Pedale Destro
11	1	Maniglia Chiusura a Scatto Sinistra	59	1	Braccio Rullo Destro
12	1	Maniglia Chiusura a Scatto Destra	60	1	Montante Manubrio Esterno Destro
13	1	Pulsante Chiusura a Scatto	61	1	Manubrio Esterno Destro
14	1	Staffa Chiusura a Scatto	62	2	Impugnatura
15	1	Copri Stabilizzatore Posteriore	63	2	Impugnatura
16	2	Binario	64	2	Asse Braccio Pedale
17	1	Perno Chiusura a Scatto	65	1	Copri Manubrio Destro Anteriore
18	1	Movimento Centrale	66	1	Copri Manubrio Destro Posteriore
19	1	Puleggia	67	1	Copri Manubrio Sinistro Anteriore
20	2	Pedivella	68	1	Copri Manubrio Sinistro Posteriore
21	2	Nastro Adesivo	69	1	Copri Montante Destro Esterno
22	1	Tenditore	70	1	Copri Montante Sinistro Esterno
23	2	Respingente Corto	71	2	Disco
24	1	Piedino Stabilizzatore Piccolo	72	1	Copri Montante Sinistro Interno
25	1	Motore Resistenza	73	1	Pannello Sinistro
26	4	Dado Autobloccante M10	74	1	Pannello Destro
27	2	Rondella M10	75	1	Copri Pannello Centrale
28	1	Meccanismo a Vortice	76	1	Cappuccio Laterale Braccio Pedale Sinistro
29	1	Pedale Destro	77	2	Copri Movimento Centrale
30	4	Cappuccio Stabilizzatore	78	2	Chiave
31	2	Vite M10 x 16mm	79	1	Copri Consolle Anteriore
32	2	Distanziatore Cuscinetto Braccio Rullo	80	1	Copri Consolle Posteriore
33	2	Piedino Stabilizzatore Grande	81	2	Copri Portaoggetti Inferiore
34	2	Ruota	82	8	Vite M8 x 13mm
35	2	Fermaglio	83	1	Copri Montante Destro Interno
36	1	Rondella Tenditore	84	1	Vite M4 x 12mm
37	1	Portaoggetti	85	1	Proteggi Cavo
38	1	Commutatore/Cavo	86	2	Bullone M10 x 58mm
39	1	Morsetto Commutatore	87	1	Cappuccio Laterale Braccio Pedale Destro
40	2	Cuscinetto Telaio	88	1	Vite Perno Tenditore
41	1	Copri Rampa Anteriore	89	1	Vite Tenditore
42	1	Manicotto	90	2	Rondella M6
43	2	Magnete	91	1	Vite di Regolazione Cinghia Trasmissione
44	1	Braccio Pedale Sinistro	92	4	Vite M10 x 25mm
45	1	Braccio Rullo Sinistro	93	4	Vite Flangiata M4 x 12mm
46	1	Montante Manubrio Esterno Sinistro	94	2	Dado M4
47	1	Manubrio Esterno Sinistro	95	8	Vite M8 x 20mm
48	1	Molla Rampa			

N°	Qtà	Descrizione	N°	Qtà	Descrizione
96	4	Bullone M8 x 45mm	115	2	Bullone M4 x 25mm
97	2	Rondella M8 x 28mm	116	2	Anello Disco
98	2	Rondella M8 x 18mm	117	1	Copri Pannello Anteriore
99	1	Distanziatore Puleggia Movimento Centrale	118	1	Copri Pannello Posteriore
100	4	Cuscinetto Montante	119	1	Alimentatore
101	50	Vite M4 x 16mm	120	2	Vite a Testa Piana M8 x 20mm
102	6	Dado Autobloccante M8	121	1	Asse Chiusura a Scatto
103	8	Vite M6 x 12mm	122	1	Molla Perno
104	4	Vite M10 x 115mm	123	2	Cuscinetto Braccio Piccolo
105	1	Vite Autofilettante M4 x 25mm	124	2	Vite Macchina M4 x 16mm
106	1	Copri Rampa Inferiore	125	2	Anello di Sicurezza
107	1	Distanziatore Movimento Centrale	126	2	Vite M4 x 38mm
108	2	Vite M6 x 13mm	127	2	Staffa Disco
109	2	Bullone M10 x 60mm	128	1	Respingente Lungo
110	1	Cavo Superiore	129	2	Rondella M8 x 22mm
111	1	Cavo Inferiore	130	4	Vite Autofilettante #8 x 1/2"
112	2	Vite Autofilettante M4 x 19mm	*	–	Attrezzo di Montaggio
113	1	Cinghia Trasmissione	*	–	Confezione di Lubrificante
114	5	Vite Macchina M4 x 10mm	*	–	Manuale d'Istruzioni

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.

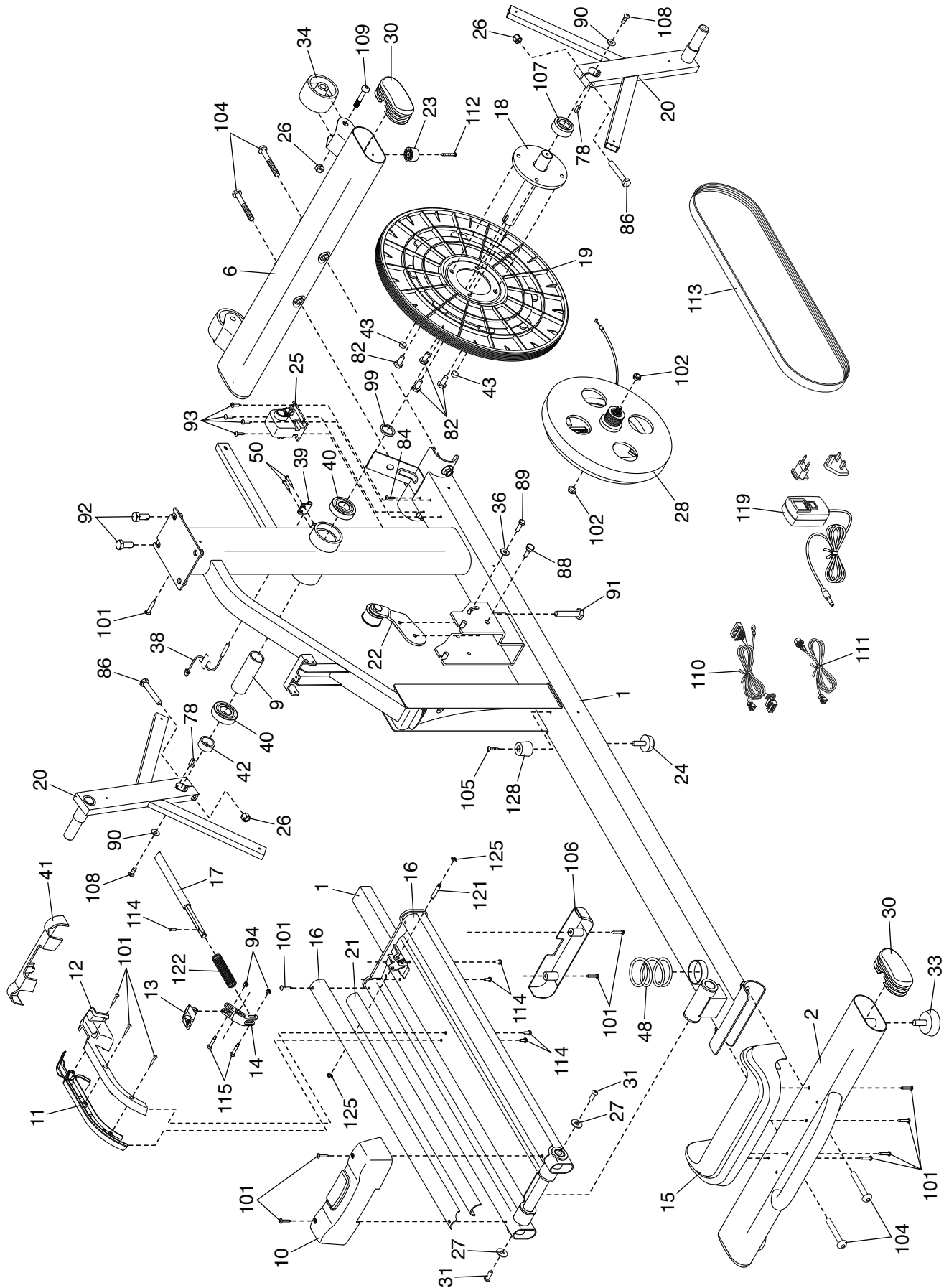
DISEGNO ESPLOSO A

Modello n° PFEL55921-INT.1 R0821A



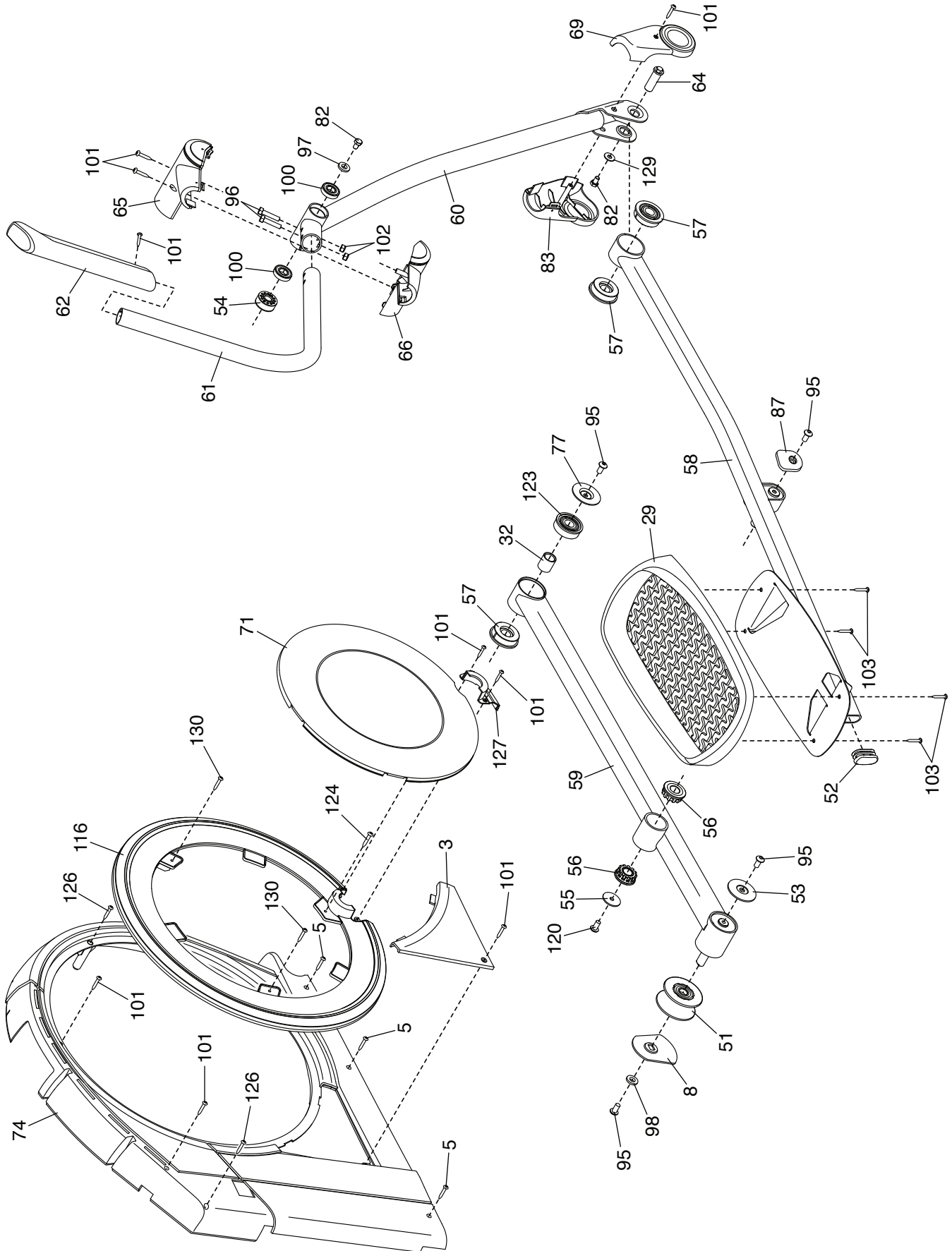
DISEGNO ESPLOSO B

Modello n° PFEL55921-INT.1 R0821A



DISEGNO ESPLOSO C

Modello n° PFEL55921-INT.1 R0821A



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:

- numero del modello e numero di serie del prodotto (consultare la copertina del presente manuale)
- nome del prodotto (consultare la copertina del presente manuale)
- numero di riferimento e 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.

