

CROSS-TRAINER ELLITTICO TOTAL-BODY X1

Manuale per l'utente

9061101 REV. A-1



LifeFitness
WHAT WE LIVE FOR

SEDE CENTRALE

5100 River Road
Schiller Park, Illinois 60176 • U.S.A.
+1 847.288.3300 • FAX: +1 847.288.3703
Numero di telefono assistenza: +1 800.351.3737 (Numero verde per U.S.A. e Canada)
Sito Web globale: www.lifefitness.com

SEDI INTERNAZIONALI

AMERICHE

Nord America Life Fitness Inc.

5100 N River Road
Schiller Park, IL 60176 U.S.A.
Telefono: +1 (847) 288 3300
Fax: +1 (847) 288 3703
Telefono assistenza: (800) 351 3737
E-mail assistenza: customersupport@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing:
consumerproducts@lifefitness.com
Orario di apertura: 7.00 -18.00 (fuso orario della zona centrale degli Stati Uniti)

Brasile Life Fitness Brasil

Av. Cidade Jardim, 900
Jd. Paulistano
San Paolo, SP 01454-000
BRASILE
SAC: 0800 773 8282
Telefono: +55 (11) 3095 5200
Fax: +55 (11) 3095 5201
E-mail assistenza: suporte@lifefitness.com.br
E-mail vendite/marketing: lifefitness@lifefitness.com.br
Orario di apertura per l'assistenza:
9.00 - 17.00 (fuso orario del Brasile) (lunedì-venerdì)
Orario di apertura negozi:
9.00 - 20.00 (fuso orario del Brasile) (lunedì-venerdì)
10.00 - 16.00 (fuso orario del Brasile) (sabato)

America Latina e Caraibi* Life Fitness Inc.

5100 N River Road
Schiller Park, IL 60176 U.S.A.
Telefono: +1 (847) 288 3300
Fax: +1 (847) 288 3703
E-mail assistenza: customersupport@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing:
commercialsales@lifefitness.com
Orario di apertura: 7.00 - 18.00 (fuso orario della zona centrale degli Stati Uniti)

EUROPA, MEDIO ORIENTE E AFRICA (EMEA)

Paesi Bassi e Lussemburgo Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31
2992 LB Barendrecht
PAESI BASSI
Telefono: (+31) 180 646 666
Fax: (+31) 180 646 699
E-mail assistenza: service.benelux@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing:
marketing.benelux@lifefitness.com
Orario di apertura: 9.00 - 17.00 (fuso orario dell'Europa centrale)

Regno Unito e Irlanda Life Fitness UK LTD

Queen Adelaide
Ely, Cambs, CB7 4UB
Telefono: Sede generale (+44) 1353.666017
Assistenza clienti: (+44) 1353.665507
Fax: (+44) 1353.666018
E-mail assistenza: uk.support@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing: life@lifefitness.com
Orario di apertura:
Sede generale: 9.00 - 17.00 (fuso orario di Greenwich)
Assistenza clienti: 8.30 - 17.00 (fuso orario di Greenwich)

Germania e Svizzera Life Fitness Europe GMBH

Siemensstraße 3
85716 Unterschleißheim
GERMANIA
Telefono: (+49) 89.31 77 51,0 (Germania)
(+41) 0848 000 901 (Svizzera)
Fax: (+49) 89.31 77 51.99 (Germania)
(+41) 043 818 07 20 (Svizzera)
E-mail assistenza: kundendienst@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing:
kundenberatung@lifefitness.com
Orario di apertura: 8.30 - 16.30 (fuso orario dell'Europa centrale)

Austria Life Fitness Austria

Vertriebs G.m.b.H.
Dückerstraße 7-9/3/36
1220 Vienna
AUSTRIA
Telefono: (+43) 1.61.57.198
Fax: (+43) 1.61.57.198.20
E-mail assistenza: kundendienst@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing:
kundenberatung@lifefitness.com
Orario di apertura: 8.30 - 16.30 (fuso orario dell'Europa centrale)

Spagna Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1ª^a
08960 Sant Just Desvern Barcellona
SPAGNA
Telefono: (+34) 93.672.4660
Fax: (+34) 93.672.4670
E-mail assistenza: servicio.tecnico@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing: info.iberia@lifefitness.com
Orario di apertura:
9.00 - 18.00 (lunedì-giovedì)
8.30 - 15.00 (venerdì)

Belgio Life Fitness Benelux NV

Parc Industriel de Petit-Rechain
4800 Verviers
BELGIO
Telefono: (+32) 87 300 942
Fax: (+32) 87 300 943
E-mail assistenza: service.benelux@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing:
marketing.benelux@lifefitness.com
Orario di apertura: 9.00 - 17.00 (fuso orario dell'Europa centrale)

Italia Life Fitness Europe GmbH

Siemensstraße 3
85716 Unterschleißheim
GERMANIA
Telefono: (+39) 02-55378611
Assistenza: 800438836 (in Italia)
Fax: (+39) 02-55378699
E-mail assistenza: assistenzatecnica@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing: info@lifefitnessitalia.com
Orario di apertura: 8.30 - 16.30 (fuso orario dell'Europa centrale)

Tutti gli altri paesi EMEA e attività di distribuzione in C-EMEA*

Bijdorplein 25-31
2992 LB Barendrecht
PAESI BASSI
Telefono: (+31) 180 646 644
Fax: (+31) 180 646 699
E-mail assistenza: service.db.cemea@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing:
marketing.db.cemea@lifefitness.com
Orario di apertura: 9.00 - 17.00 (fuso orario dell'Europa centrale)

ASIA PACIFICO (AP)

Giappone Life Fitness Japan

Nippon Brunswick Bldg., #8F
5-27-7 Sendagaya
Shibuya-Ku, Tokyo
Giappone 151-0051
Telefono: (+81) 3.3359.4309
Fax: (+81) 3.3359.4307
E-mail assistenza: service@lifefitnessjapan.com
E-mail vendite/marketing: sales@lifefitnessjapan.com
Orario di apertura: 9.00 - 17.00 (GIAPPONE)

Cina e Hong Kong Life Fitness Asia Pacific LTD

Room 2610, Miramar Tower
132 Nathan Road
Tsimshatsui, Kowloon
HONG KONG
Telefono: (+852) 2891.6677
Fax: (+852) 2575.6001
E-mail assistenza: HongKongEnquiry@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing: ChinaEnquiry@lifefitness.com
Orario di apertura: 9.00 - 18.00

Tutti gli altri paesi dell'Asia Pacifico e attività di distribuzione in Asia Pacifico*

Room 2610, Miramar Tower
132 Nathan Road
Tsimshatsui, Kowloon
HONG KONG
Telefono: (+852) 2891.6677
Fax: (+852) 2575.6001
E-mail assistenza: HongKongEnquiry@lifefitness.com
E-mail vendite/marketing: ChinaEnquiry@lifefitness.com
Orario di apertura: 9.00 - 18.00

Grazie per aver acquistato un cross-trainer ellittico total-body Life Fitness. Prima di utilizzare questo prodotto si raccomanda di leggere per intero questo manuale per l'utente per assicurarsi di aver capito come attivare in modo sicuro e corretto tutte le funzioni del cross-trainer. Ci auguriamo che il prodotto soddisfi le Sue aspettative, ma se si verificassero problemi di manutenzione, La preghiamo di consultare la sezione Assistenza tecnica che contiene le informazioni su come ottenere assistenza.

Avviso FCC - Possibili interferenze radiotelevisive

Nota: questa attrezzatura è stata collaudata ed è risultata conforme ai limiti per i dispositivi digitali di classe B, ai sensi dell'articolo 15 del regolamento FCC. Tali limiti sono stati stabiliti per fornire una ragionevole protezione contro eventuali interferenze dannose in aree residenziali. Questa attrezzatura genera, utilizza e può irradiare energia a radiofrequenza e pertanto, se non viene installata e utilizzata conformemente a quanto indicato nel presente manuale, può causare interferenze dannose alle comunicazioni radio. Non vi è tuttavia alcuna garanzia che le interferenze non si verifichino in una specifica installazione. Se questa attrezzatura causa interferenze dannose alla ricezione radiotelevisiva, che possono essere verificate accendendo e spegnendo l'attrezzatura stessa, l'utente viene incoraggiato a cercare di correggere l'interferenza adottando le seguenti precauzioni:

- Riorientare o riposizionare l'antenna ricevente.
- Aumentare la distanza tra l'attrezzatura e il ricevitore.
- Collegare l'attrezzatura a una presa su un circuito diverso da quello al quale è collegato il ricevitore.
- Consultare il rivenditore o un tecnico radiotelevisivo per assistenza.

Classe HB (domestico): per uso domestico.



ATTENZIONE: qualsiasi cambiamento o modifica apportato a questa attrezzatura potrebbe invalidare la garanzia del prodotto.

Qualsiasi intervento di manutenzione, tranne le operazioni di pulizia e di manutenzione per l'uso, deve essere effettuato da un tecnico autorizzato. Non vi sono componenti riparabili dall'utente.

INDICE

1.	Importanti istruzioni di sicurezza	5
2.	Descrizione generale del cross-trainer ellittico total-body X1	7
3.	Montaggio	8
3.1	Utensili e bulloneria	8
3.2	Imballaggio	9
3.3	Montaggio dello stabilizzatore	9
3.4	Montaggio del montante della console	9
3.5	Collegamento dei cavi della base	9
3.6	Montaggio dei bracci oscillanti	10
3.7	Montaggio dei bracci oscillanti sui bracci dei pedali	11
3.8	Montaggio della protezione della base anteriore - Montaggio della staffa della console sul montante	12
3.9	Collegamento di tutti i cavi della console - Montaggio della console sulla relativa staffa - Montaggio della copertura di plastica posteriore	13
3.10	Collegamento dell'unità all'alimentazione	13
4.	Installazione iniziale	14
5.	Assistenza e manutenzione	16
5.1	Risoluzione dei problemi	16
5.2.	Suggerimenti per la manutenzione preventiva	18
5.3	Assistenza tecnica	18
6.	Caratteristiche tecniche	19
7.	Informazioni relative alla garanzia	20

Il presente manuale descrive il funzionamento del seguente prodotto:

Cross-trainer Life Fitness modello:

X1

Uso previsto: il cross-trainer ellittico total-body Life Fitness è un attrezzo ginnico che consente di allenare in modo efficiente ed efficace l'intero corpo, poiché integra la pedalata ellittica a basso impatto, in cui la resistenza non dipende dalla velocità, con il movimento di spinta/trazione degli arti superiori.



ATTENZIONE: un uso scorretto o eccessivo dell'attrezzatura può provocare traumi e lesioni. Life Fitness raccomanda **CALDAMENTE** di sottoporsi a una visita medica completa prima di intraprendere un programma di attività fisica, in particolare in caso di predisposizione genetica all'alta pressione sanguigna e a malattie cardiovascolari, o se l'utente ha un'età superiore a 45 anni, fuma, ha un alto livello di colesterolo, è obeso o non ha effettuato alcuna attività fisica regolare nel corso dell'ultimo anno. Life Fitness raccomanda inoltre di consultare un allenatore professionista circa l'uso corretto di questo prodotto.

Se in qualsiasi momento durante l'utilizzo dell'attrezzatura si avvertono vertigini, capogiro, dolore o mancanza di respiro, interrompere immediatamente l'attività.



1 IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

AVVERTENZA: prima di utilizzare il cross-trainer ellittico total-body, leggere tutte le istruzioni. Conservare le istruzioni.

AVVERTENZA: i sistemi di monitoraggio della frequenza cardiaca possono essere inaccurati. Un allenamento eccessivo potrebbe provocare infortuni gravi o mortali.

AVVERTENZA: non lasciare nelle vicinanze eventuali dispositivi di regolazione che potrebbero intralciare il movimento dell'utente.

PERICOLO: per ridurre il rischio di scosse elettriche, scollegare sempre il prodotto Life Fitness prima di effettuare qualsiasi operazione di pulizia o manutenzione.



AVVERTENZA DI SICUREZZA: l'attrezzatura può essere considerata sicura soltanto se sottoposta a ispezioni regolari. Per dettagli in merito, vedere la sezione Manutenzione preventiva.



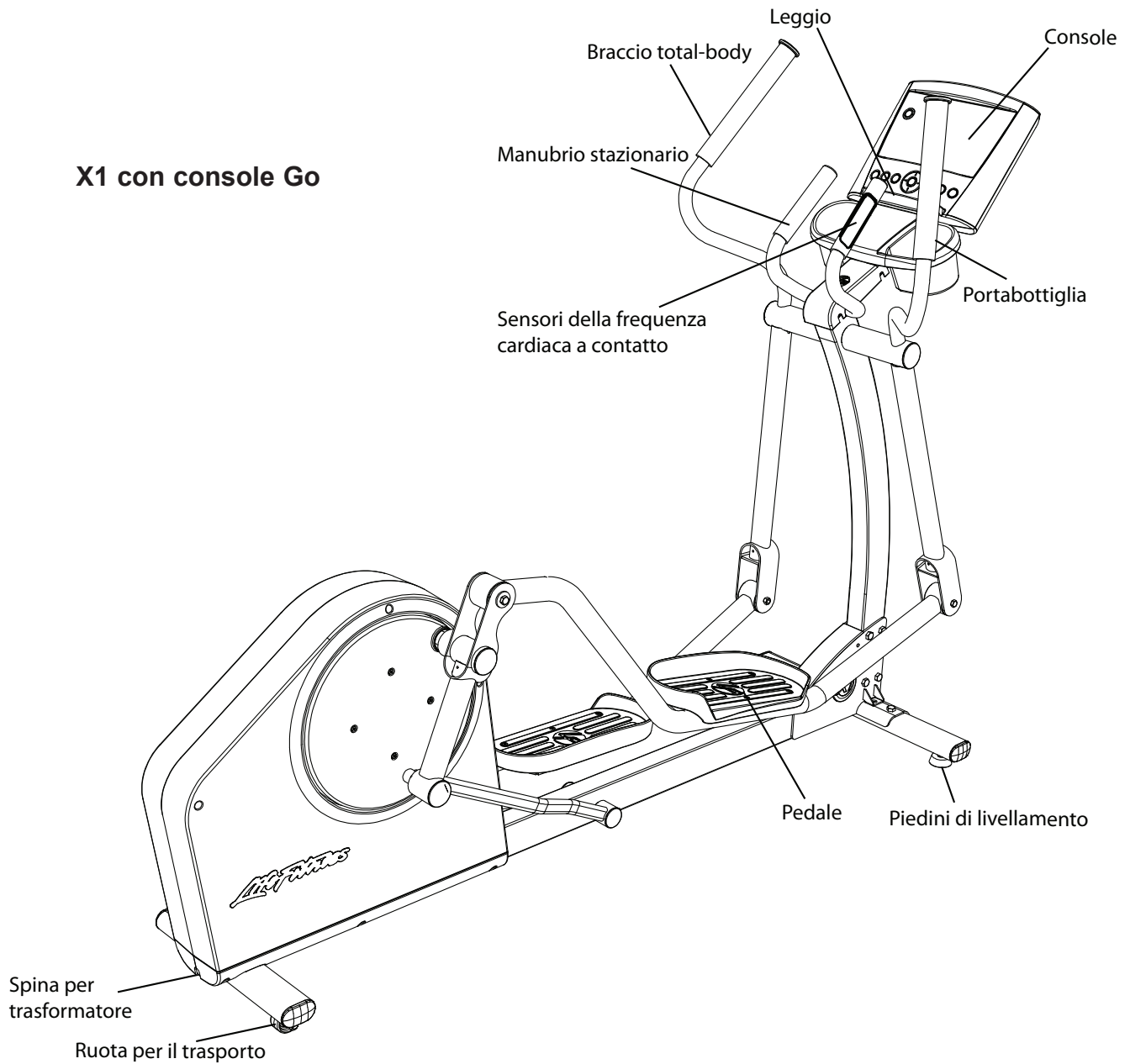
I sensori della frequenza cardiaca dell'impugnatura indicano un valore approssimativo; non sono dei dispositivi medici e non si devono utilizzare in nessun tipo di applicazione medica.

- Prima di utilizzare questo prodotto si raccomanda di leggere PER INTERO questo manuale di funzionamento e TUTTE le istruzioni di installazione. Il cross-trainer ellittico total-body deve essere utilizzato soltanto per l'uso descritto nel presente manuale.
- Affinché il prodotto funzioni correttamente, seguire sempre le istruzioni fornite sulla console.
- Questa attrezzatura non deve essere utilizzata da persone, compresi i bambini, con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali, o con mancanza di esperienza e consapevolezza, salvo nel caso in cui una persona responsabile della loro sicurezza controlli o informi tali persone su come usare l'attrezzatura.
- I bambini devono essere tenuti sotto controllo per assicurarsi che non giochino con l'attrezzatura.
- Non inserire oggetti nelle bocchette. Se un oggetto vi cade dentro, spegnere l'alimentazione, scollegare il cavo elettrico dalla presa e recuperare l'oggetto con cautela. Se non si riesce a recuperare l'oggetto, contattare il servizio assistenza clienti Life Fitness.
- Non poggiare mai bevande di qualsiasi tipo direttamente sul prodotto, tranne sul porta accessori. Si raccomanda di utilizzare contenitori con coperchio.
- Non collocare il cross-trainer ellittico total-body all'aperto, in prossimità di piscine o in aree altamente umide.
- Tenere indumenti non aderenti, lacci da scarpe e asciugamani lontano dai pedali.
- Mantenere l'area circostante il cross-trainer ellittico total-body sgombra di ostacoli, compresi mobili e pareti.
- Scendere e salire dal cross-trainer ellittico total-body con cautela. Durante l'allenamento, reggersi ai bracci oscillanti o al manubrio stazionario.
- Non utilizzare mai alcun prodotto Life Fitness se è stato fatto cadere, danneggiato o immerso in acqua anche soltanto parzialmente. In tal caso, contattare il servizio assistenza clienti Life Fitness.
- Tenere il cavo di alimentazione lontano da superfici calde. Non tirare l'attrezzatura usando il cavo di alimentazione, né usare il cavo come impugnatura.
- Non far correre il cavo sul pavimento lungo i lati del cross-trainer ellittico total-body.
- Indossare scarpe con suola di gomma o ad alta trazione. Non usare scarpe con tacchi, soles di cuoio, con tacchetti o chiodate. Non usare il cross-trainer ellittico total-body a piedi nudi.
- Non inclinare lateralmente il cross-trainer ellittico total-body quando è in funzione.
- Tenere mani e piedi lontano da tutte le parti mobili.
- Per garantire il corretto funzionamento di questo prodotto, non installare parti o accessori che non sono stati forniti o consigliati da Life Fitness.
- Usare il prodotto in un'area ben ventilata.
- Usare il prodotto su una superficie solida e piana.
- Accertarsi che tutte le parti siano ben fissate.
- Non si deve mai lasciare incustodita un'attrezzatura quando è collegata alla corrente. Scollegare dalla presa di rete quando non in uso e prima di montare o smontare dei pezzi.

- Non utilizzare con una coperta o un cuscino. Si potrebbe sviluppare calore eccessivo causando incendi, scosse elettriche o lesioni alle persone.
- Non utilizzare mai questa attrezzatura se il cavo o la spina sono danneggiati, se non funziona correttamente, se è stata fatta cadere o danneggiata, o immersa in acqua. In tal caso, contattare il servizio assistenza clienti Life Fitness.
- Non utilizzare mai l'attrezzatura se le bocchette dell'aria sono ostruite. Mantenere le bocchette per l'aria libere da polvere, lanugine, capelli o altro materiale simile.
- Per scollegare l'attrezzatura, portare tutti i comandi su spento e quindi scollegare la spina dalla presa.
- Consentire alle console LCD di adattarsi alla temperatura ambiente per un'ora prima di collegare alla corrente e/o utilizzare l'unità.

CONSERVARE QUESTE ISTRUZIONI PER USO DOMESTICO.

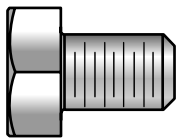
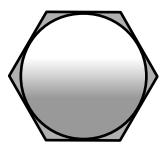
2 DESCRIZIONE GENERALE DEL CROSS-TRAINER ELLITTICO TOTAL-BODY X1



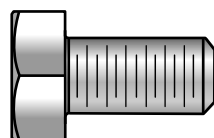
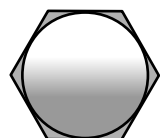
3 MONTAGGIO

3.1 UTENSILI E BULLONERIA

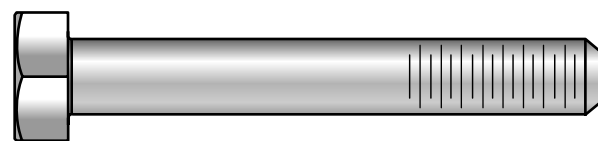
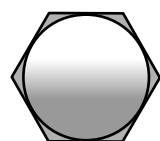
Individuare i seguenti componenti dopo aver disimballato il cross-trainer:



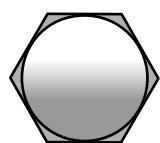
**BULLONE A TESTA ESAGONALE
M10 x 15 mm ARGENTO (QTÀ 4)**



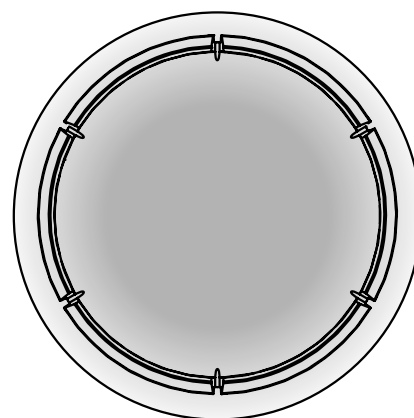
**BULLONE A TESTA ESAGONALE
M10 x 20 mm IN ZINCO PULITO (QTÀ 3)**



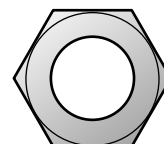
BULLONE A TESTA ESAGONALE M10 x 70 mm ARGENTO (QTÀ 3)



BULLONE A TESTA ESAGONALE M10 x 74 mm NERO (QTÀ 2)



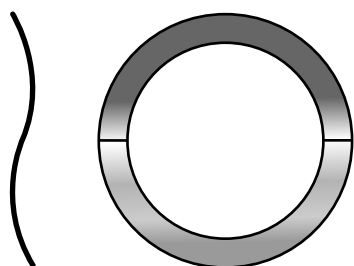
**CAPPUCCIO TERMINALE
DI PLASTICA (QTÀ 2)**



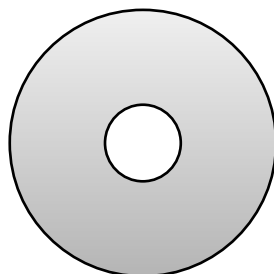
DADO ESAGONALE M10 (QTÀ 2)



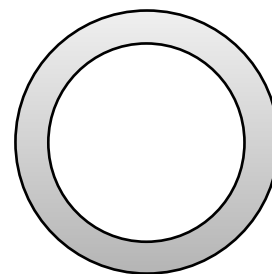
**VITE A CROCE M5 x 12 mm
IN ZINCO PULITO (QTÀ 4)**



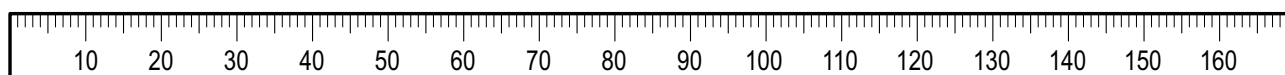
RONDELLA ONDULATA (QTÀ 2)



**RONDELLA PIANA
D.I. 10 mm (QTÀ 2)**



**RONDELLA PIANA
GRANDE (QTÀ 2)**



Utensili necessari per l'assemblaggio:

- Cacciavite a croce
- Chiave a bussola da 17 mm
- Chiave fissa doppia da 17 mm

3.2 IMBALLAGGIO

Parti: nessuna

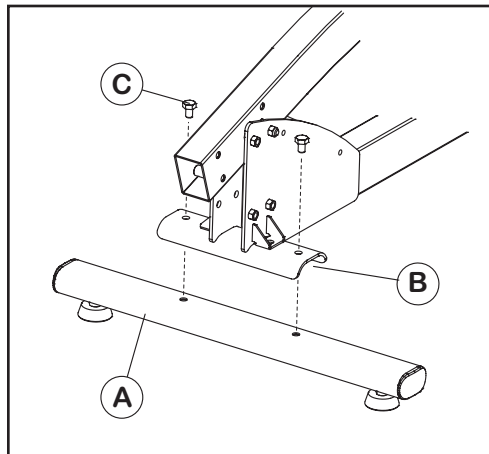
Rimuovere tutto il materiale di imballaggio e collocare i componenti principali a lato della scatola. Piegare la scatola premendo sui quattro angoli.

3.3 MONTAGGIO DELLO STABILIZZATORE

Parti: sacchetto della bulloneria n. 1 (2 bulloni a testa esagonale M10 x 15 mm argento)

Utensili: chiave a bussola da 17 mm

Montare il tubo stabilizzatore (piede) (A) alla staffa della base (B) con due bulloni a testa esagonale M10 x 15 mm argento (C).



3.4 MONTAGGIO DEL MONTANTE DELLA CONSOLE

Parti: sacchetto della bulloneria n. 2 (3 bulloni a testa esagonale lunghi M10 x 70 mm argento)
(1 bullone a testa esagonale M10 x 20 mm in zinco pulito)

Utensili: chiave a bussola da 17 mm

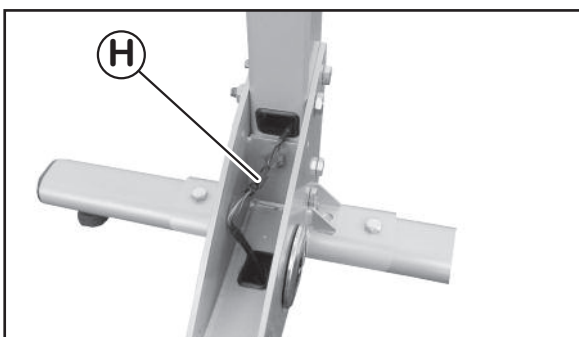
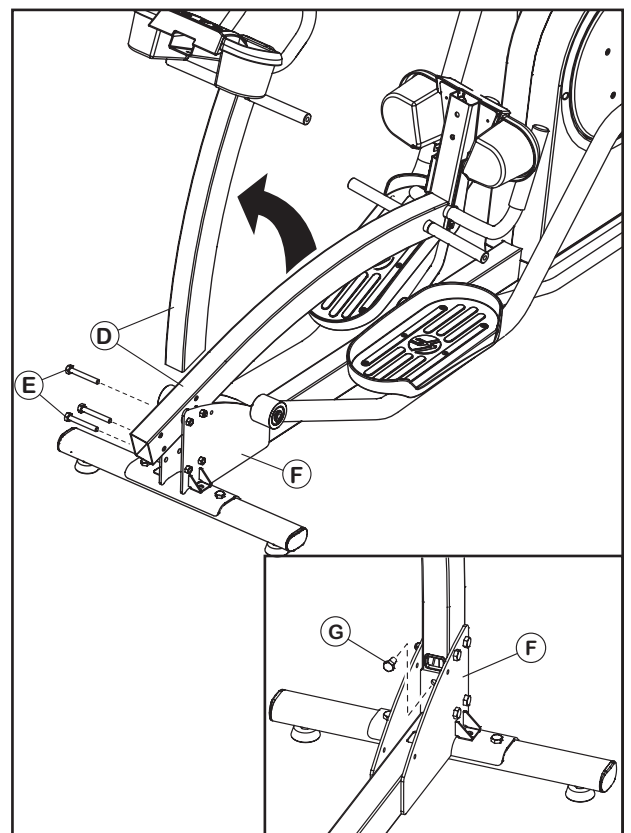
Il tubo del montante della console (D) è pre-assemblato con un bullone, per cui basta sollevare il montante in posizione ruotandolo verso l'alto. Reggere il montante in posizione e installare tre bulloni a testa esagonale lunghi M10 x 70 mm argento (E) sul lato della staffa principale (F). Inserire un bullone a testa esagonale M10 x 20 mm in zinco pulito (G) nella parte anteriore della staffa.

ATTENZIONE: pizzicare i cavi durante il montaggio del montante.

3.5 COLLEGAMENTO DEI CAVI DELLA BASE

Parti: nessuna

Collegare le due spine (H) sulla base del montante.



3.6 MONTAGGIO DEI BRACCI OSCILLANTI

Parti: sacchetto della bulloneria n. 3 (2 rondelle ondulate, 2 rondelle piane grandi)
(2 rondelle piane)
(2 bulloni a testa esagonale M10 x 20 mm)
(2 cappucci terminali di plastica)

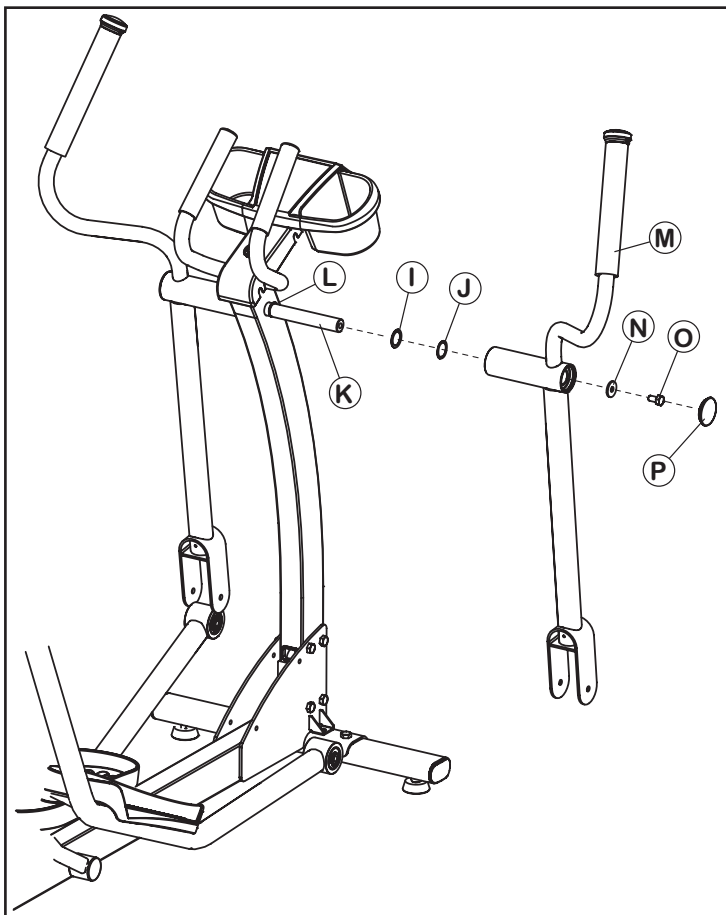
Utensili: chiave a bussola da 17 mm, cacciavite a croce, mazzetta di gomma

Infilare una rondella piana grande (I) e una rondella ondolata (J) sull'albero di snodo destro (K). Spingere le rondelle completamente sull'albero fino ad appoggiarle contro l'anello di arresto pre-installato (L).

Individuare il gruppo del braccio oscillante destro (M) contrassegnato con una "R". Con l'impugnatura superiore rivolta verso la parte anteriore dell'unità, infilare il gruppo del braccio oscillante destro sul corrispondente albero di snodo fino a fare battuta contro le rondelle.

Fissare il gruppo del braccio oscillante all'albero di snodo con una rondella piana (N) e un bullone a testa esagonale M10 x 20 mm (O). Serrare a fondo il bullone. Ripetere la procedura per il gruppo del braccio oscillante sinistro.

Con una mazzetta di gomma battere l'estremità rotonda dei cappucci terminali di plastica (P) per inserirle sul lato dei bracci oscillanti.

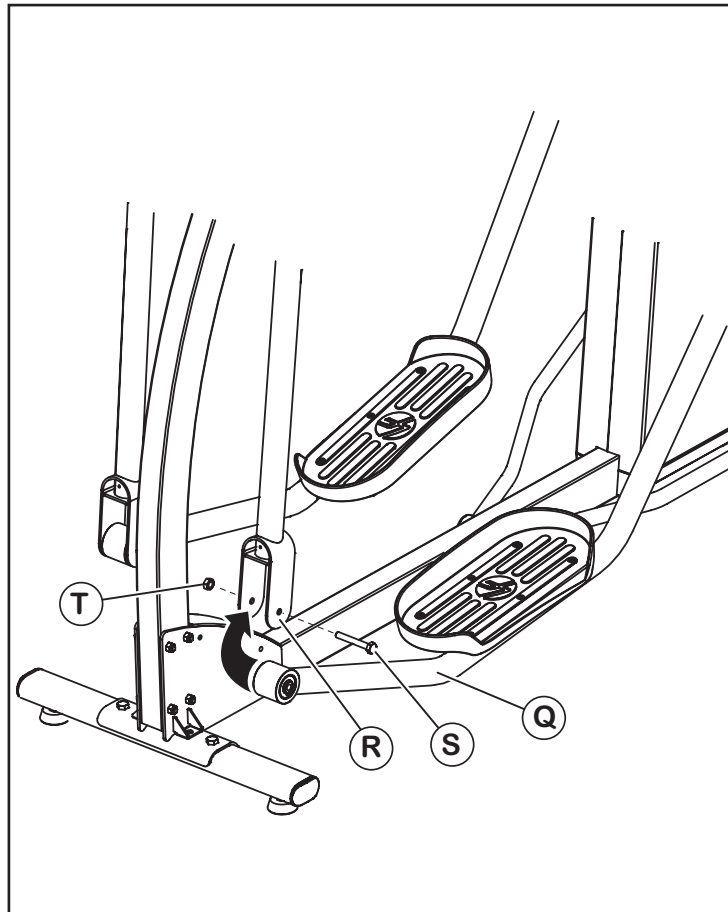


3.7 MONTAGGIO DEI BRACCI OSCILLANTI SUI BRACCI DEI PEDALI

Parti: sacchetto della bulloneria n. 4 (2 bulloni a testa esagonale M10 x 74 mm neri)
(2 dadi esagonali M10)

Utensili: chiave a bussola da 17 mm, cacciavite a croce

Solleverre l'estremità anteriore della leva del pedale sinistro (Q) fino ad arrivare al maniglione del braccio oscillante sinistro (R). Fissare la leva del pedale al maniglione del braccio oscillante con un bullone a testa esagonale M10 x 74 mm nero (S) e un dado esagonale M10 (T). Serrare a fondo il bullone e il dado. Ripetere la procedura per la leva del pedale destro e il braccio oscillante relativo.



3.8 MONTAGGIO DELLA PROTEZIONE DELLA BASE ANTERIORE - MONTAGGIO DELLA STAFFA DELLA CONSOLE SUL MONTANTE

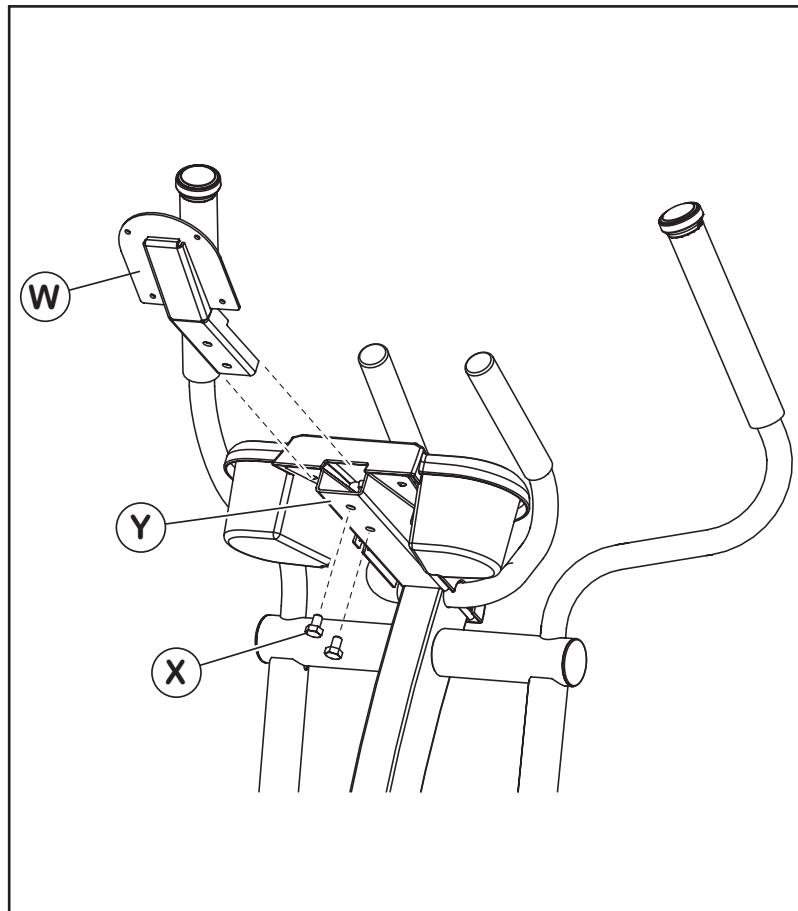
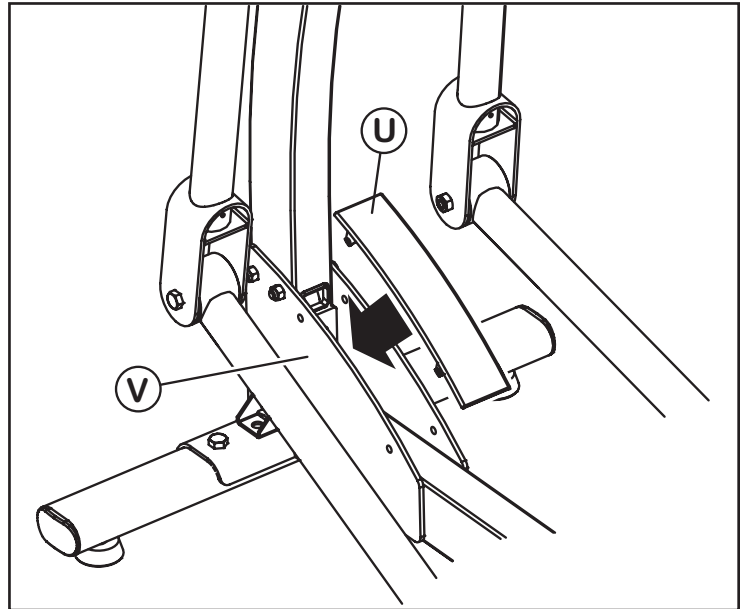
Parti: sacchetto della bulloneria n. 5 (2 bulloni a testa esagonale M10 x 15 mm argento)

Utensili: cacciavite a croce, chiave a bussola da 17 mm

Posizionare la protezione della base anteriore (U) sopra la staffa principale (V). Allineare le quattro alette della protezione ai quattro fori della staffa e farle scattare in posizione.

Infilare la staffa della console (W) nel montante. Usare due bulloni a testa esagonale M10 x 15 mm argento (X) per fissare la staffa al montante (Y).

Nota: evitare di pizzicare i cavi della console.



3.9 COLLEGAMENTO DI TUTTI I CAVI DELLA CONSOLE - MONTAGGIO DELLA CONSOLE SULLA RELATIVA STAFFA - MONTAGGIO DELLA COPERTURA DI PLASTICA POSTERIORE

Parti: sacchetto della bulloneria n. 6 (4 viti a croce M5 x 12 mm argento)

Utensili: cacciavite a croce

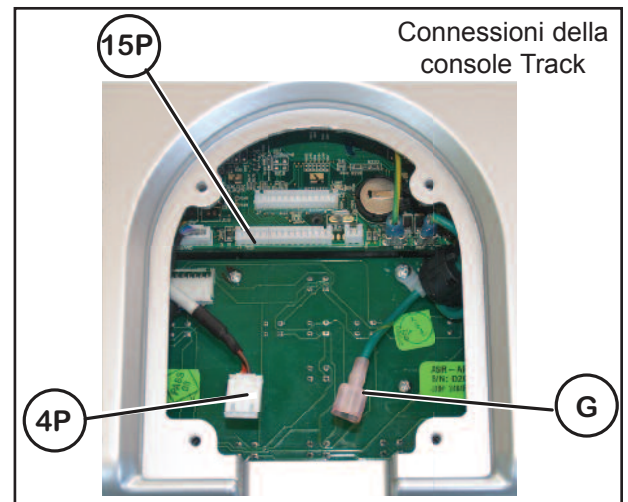
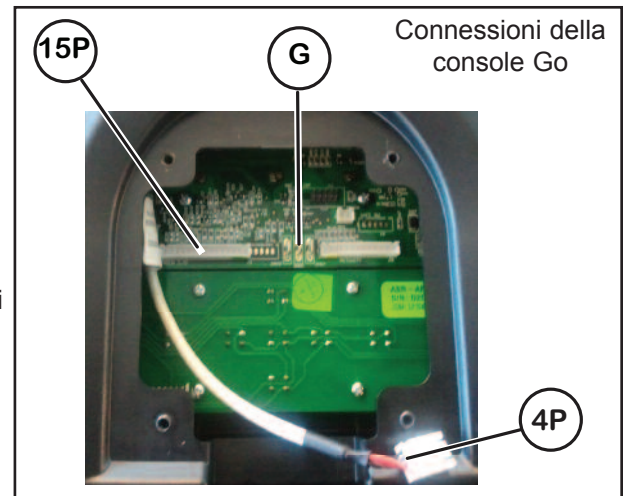
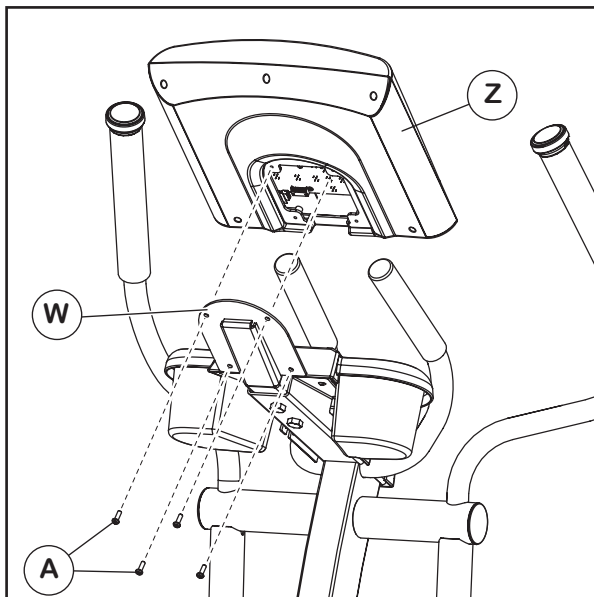
Posizionare la console (Z) vicino alla relativa staffa (W) e seguire le istruzioni indicate di seguito per collegare tutti i cavi.

Inserire i cavi sul retro della console:

1. Inserire il connettore a 15 piedini all'estremità del cablaggio superiore nel connettore a 15 piedini (15P) sul retro della console. Accertarsi che il connettore si inserisca bene.
2. Inserire il connettore a 4 piedini all'estremità del cavo del sensore della frequenza cardiaca a contatto al cavo a 4 piedini (4P) che si trova nella console.
3. Inserire il cavo di messa a terra (verde, a forcella singolo) dalla base del prodotto a uno dei tre terminali metallici di terra (G) nella console Go oppure nel connettore (G) che fuoriesce dal retro della console Track.
4. Inserire eventuale cavo in eccesso nell'apertura del tubo del montante.

Allineare i quattro fori della staffa della console ai quattro fori sul retro della console. Fissare la console con quattro viti a croce M5 x 12 mm argento (A). Fare attenzione a non pizzicare i cavi tra la console e la staffa. Assicurarsi che ogni vite sia avviata correttamente prima di serrare a fondo.

Nota: per evitare di spanare le viti, non serrare eccessivamente.



3.10 COLLEGAMENTO DELL'UNITÀ ALL'ALIMENTAZIONE

Parti: trasformatore

Collegare il cavo nero al retro della macchina e in una presa di corrente domestica.

4 INSTALLAZIONE INIZIALE

Leggere interamente il manuale per l'utente prima di installare il cross-trainer ellittico total-body.

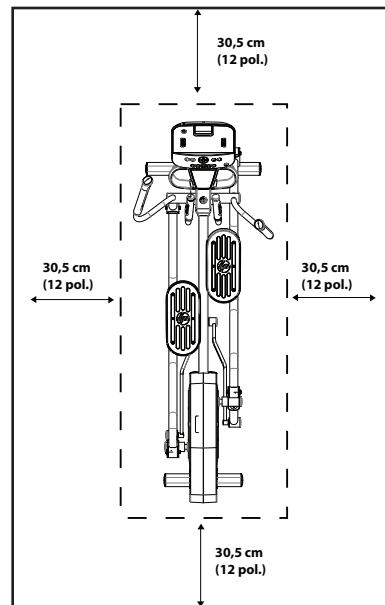
Nota: questo cross-trainer ellittico total-body è indipendente dalla velocità e la resistenza può essere regolata in base a criteri diversi dalla velocità.

COLLOCAMENTO DEL CROSS-TRAINER ELLITTICO TOTAL-BODY

Dopo aver seguito tutte le istruzioni di sicurezza, posizionare il cross-trainer ellittico total-body nel luogo in cui si intende utilizzarlo. Lasciare uno spazio libero di almeno 30,5 cm (12 pol.) intorno al prodotto. Per le dimensioni, consultare le caratteristiche tecniche. Il cross-trainer ellittico total-body è dotato di rotelle posteriori per consentire di spingerlo o tirarlo senza fatica fino alla destinazione finale. Per spostarlo basta sollevare la parte anteriore del cross-trainer. Una volta collocato il cross-trainer ellittico total-body nella posizione voluta, lasciare davanti alla macchina spazio sufficiente per consentire il movimento delle leve dei pedali. Assicurarsi anche di lasciare spazio lateralmente per poter salire facilmente sull'unità dai lati.

ATTENZIONE: assicurarsi di aver spazio a sufficienza per il movimento di oscillazione dei bracci.

ATTENZIONE: collocare il cross-trainer ellittico total-body in un luogo asciutto. Non collocarlo in zone ad elevata umidità, come in prossimità di piscine, in quanto potrebbe verificarsi ruggine o corrosione dei materiali.



STABILIZZAZIONE DEL CROSS-TRAINER ELLITTICO TOTAL-BODY

Una volta collocato il cross trainer nella stanza prescelta, regolare i piedini di livellamento dello stabilizzatore anteriore. I piedini di livellamento mantengono l'unità fissata al pavimento durante l'utilizzo.

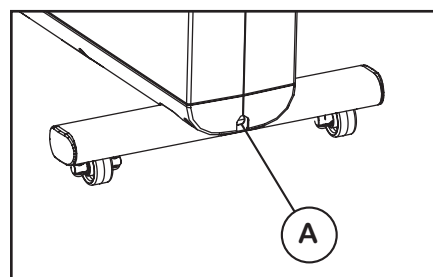
ATTENZIONE: non usare il cross-trainer ellittico total-body se i piedini di livellamento non toccano il pavimento.

Dopo aver collocato il cross-trainer ellittico total-body nel punto in cui sarà utilizzato, controllare che sia stabile. Se si riscontra anche una minima oscillazione o se l'unità non è stabile, si devono regolare i piedini di livellamento. Controllare quale piedino di livellamento non aderisce perfettamente al pavimento. Per abbassare l'altezza dei piedini, girarne la porzione di gomma in senso antiorario; per regolarla verso l'alto, girare la porzione di gomma in senso orario. Controllare che ci siano almeno 5 mm di filettatura visibili tra il piedino e il suo controdado.

Nota: dopo aver livellato il cross-trainer, ricordarsi di serrare il dado sul piedino contro il tubo dello stabilizzatore. In caso contrario, farà rumore.

ACCENSIONE DEL CROSS-TRAINER ELLITTICO TOTAL-BODY

Il cross-trainer ellittico total-body Life Fitness può avere in dotazione un alimentatore per gli Stati Uniti o uno dei vari alimentatori internazionali. Inserire il jack dell'adattatore di corrente appropriato nel connettore (A) sul retro del cross-trainer ellittico total-body. Quindi inserire la spina nella presa a muro, assicurandosi che il cavo sia disposto in modo che non si pieghi e non venga calpestato. Controllare che la console si illumini. In caso contrario, controllare nuovamente la spina e i collegamenti elettrici assicurandosi che la presa di rete riceva corrente.



SALITA SULLA MACCHINA

Quando si monta sulla macchina è consigliabile che il pedale più vicino all'utente sia nella posizione più bassa. Per far ciò, spingere i bracci per far girare il pedale fino a quando si trova di lato all'utente nella posizione più bassa. Se l'utente si trova sul lato sinistro della macchina, rivolto verso la console, deve collocare il piede sinistro sul pedale più vicino e quindi portare la gamba destra sul pedale destro. Per stabilizzarsi usare il manubrio stazionario.

DISCESA DALLA MACCHINA

Arrestare la macchina. Si consiglia di portare il pedale nella posizione più bassa sul lato dell'unità da cui si desidera scendere. Se si scende dal lato sinistro, guardando la console, scendere prima con la gamba destra e quindi con quella sinistra. Per stabilizzarsi usare il manubrio stazionario.

SENSORE DELLA FREQUENZA CARDIACA A CONTATTO

Il modello X1 include dei sensori d'impulsi dell'impugnatura che rappresentano un sistema di monitoraggio della frequenza cardiaca incorporato sul manubrio stazionario. Durante un allenamento posizionare le mani sui sensori per controllare la frequenza cardiaca. Durante gli allenamenti consigliamo di usare la fascia toracica telemetrica allegata alla console e di usare i sensori d'impulsi dell'impugnatura solo per controllare la frequenza cardiaca occasionalmente quando non si utilizza la fascia toracica. Inoltre quando si vogliono eseguire allenamenti con controllo della frequenza cardiaca si deve sempre usare la fascia. Affinché la lettura della frequenza cardiaca sia accurata, occorre avere una salda presa sui sensori, ma non stringere eccessivamente. La console visualizza i valori della frequenza cardiaca dopo circa 15-20 secondi.

I sensori d'impulsi dell'impugnatura possono funzionare in modo diverso con tipi di corporatura diversi. Con certe persone potrebbe essere molto difficile ricavare i valori della frequenza cardiaca. Per migliorare la lettura dei valori seguire i consigli sotto indicati:

- Togliere le mani dai sensori e attendere che sul display della frequenza cardiaca non appaia nessun valore. Riposizionare le mani sui sensori.
- Assicurarsi che le mani siano interamente a contatto con i sensori.
- Durante l'uso asciugarsi periodicamente le mani.
- Limitare i movimenti.
- Pulire i sensori.

Nota: *i sensori della frequenza cardiaca dell'impugnatura indicano un valore approssimativo; non sono dei dispositivi medici e non si devono utilizzare in nessun tipo di applicazione medica.*

5 ASSISTENZA E MANUTENZIONE

5.1 RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Problema	Causa / Soluzione
Assenza di alimentazione.	Verificare che un'estremità del cavo di alimentazione sia completamente inserita nella presa elettrica e l'altra nel ricettacolo sul lato posteriore del cross-trainer ellittico total-body. Verificare che il cavo di alimentazione sia completamente inserito nel ricettacolo sul lato posteriore del cross-trainer ellittico total-body.
	L'utente potrebbe essere in modalità di risparmio energetico. Premere il pulsante "Energy Saver" (Risparmio energetico) per vedere se la console si illumina.
	Controllare che tutte le connessioni effettuate dal cliente funzionino correttamente. Per fare ciò, scollegare e ricollegare tutte le connessioni. Controllare che durante il montaggio non si siano pizzicati dei cavi.
I bracci total-body sembrano allentati.	Togliere le coperture dello snodo del braccio oscillante e controllare che il bullone di fissaggio del braccio sia serrato a fondo. Se i bracci continuano a sembrare allentati, potrebbe essere necessario smontarli e accertarsi che siano stati usati tutti i bulloni corretti in base alle istruzioni.
I pedali fanno rumore.	Un certo rumore proveniente dai pedali è normale e varia in base al peso dell'utente. Controllare le viti sotto il pedale per assicurarsi che siano ben serrate.
Con l'aumentare della velocità il cross-trainer fa rumore.	È normale per qualsiasi dispositivo meccanico che il rumore aumenti con l'aumentare della velocità.
La resistenza all'avvio sembra eccessiva.	La macchina potrebbe trovarsi in modalità di sicurezza. Consultare il manuale della console per sapere come disattivare questa impostazione
	Spegnere l'unità e poi riaccenderla.
Nei livelli iniziali non si avverte un cambiamento di resistenza.	La curva di resistenza del cross-trainer ellittico total-body è progettata in modo che l'utente avverta una maggior differenza in resistenza ai livelli superiori.
La frequenza cardiaca wireless non funziona.	Tra i possibili motivi per cui la frequenza cardiaca wireless non funziona rientrano: <ol style="list-style-type: none">1. La funzione di monitoraggio della frequenza cardiaca wireless è OFF nel menu Settings (Impostazioni). Andare al menu Settings (Impostazioni) e controllare che WIRELESS HR (FREQ CARD WIRELESS) sia su ON.2. Il contatto tra la fascia toracica telemetrica e la pelle è scarso.3. C'è un'interferenza con la fascia toracica proveniente da apparecchiature elettriche come lampade al neon, elettrodomestici, ecc. Spostare il cross-trainer ellittico total-body in una posizione diversa o allontanare le apparecchiature elettriche dal cross-trainer.4. Si deve sostituire la pila della fascia toracica telemetrica. La pila è una CR2032 (3 V).

Problema	Causa / Soluzione
Gli stabilizzatori cigolano.	È molto importante che il dado del piedino di livellamento sia serrato contro il tubo dello stabilizzatore dopo aver livellato il prodotto. Assicurarsi che il dado sia ben serrato.
Sulla finestra LEVEL (LIVELLO) della console si legge "OFF".	Spegnerne l'unità e poi riaccenderla.
	Se anche così il prodotto non funziona, si tratta di un problema del sistema di resistenza. Contattare il servizio assistenza clienti.
I sensori della frequenza cardiaca a contatto non leggono la frequenza cardiaca in modo corretto.	Accertarsi di impugnare i sensori con fermezza e di mantenere le mani ferme. Se la frequenza cardiaca sembra sostanzialmente più alta o più bassa del previsto, allontanare le mani dai sensori fino a quando il segnale scompare.
	<p>Consigli per rilevare la frequenza cardiaca tramite i sensori a contatto:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Asciugarsi le mani per evitare che scivolino dai sensori. 2. Far aderire le mani a tutti e quattro i sensori (due per mano). 3. Impugnare i sensori saldamente. 4. Applicare pressione costante sui sensori. 5. Potrebbe essere necessario attendere più a lungo per la visualizzazione della frequenza cardiaca. <p>Nota: i sensori della frequenza cardiaca dell'impugnatura indicano un valore approssimativo: non sono dei dispositivi medici e non si devono utilizzare in nessun tipo di applicazione medica.</p>
L'iPod non viene riconosciuto. Nota: solo per la console Track.	Questo accade se la versione del lettore iPod dell'utente non è supportata dal cross-trainer. Potrebbe anche indicare che il connettore sull'unità o l'iPod è danneggiato.
L'iPod non si ricarica in modalità di risparmio energetico. Nota: solo per la console Track.	Se il cross-trainer si trova in modalità di risparmio energetico l'iPod non si ricarica. Ciò è normale.
Il messaggio Low Battery (Batteria scarica) appare sulla console. Nota: solo per la console Track.	La console è dotata di una batteria interna che fa funzionare l'orologio in tempo reale quando il cross-trainer non è collegato all'alimentazione. Questo orologio serve soltanto quando si utilizza il sito web Virtual Trainer di Life Fitness. Se non si utilizza tale sito, non occorre sostituire la pila dell'orologio. Contattare l'assistenza clienti per istruzioni su come cambiare la pila. La pila è una CR1632 (3 V).
Quando si cerca di salvare un allenamento sulla chiavetta USB viene visualizzato il seguente messaggio: UNABLE TO SAVE SEE MANUAL. (IMPOSSIBILE SALVARE, VEDERE MANUALE). Nota: solo per la console Track.	La console potrebbe non aver riconosciuto la chiavetta USB. Provare a scollegare la chiavetta e a ricollegarla. La memoria della chiavetta USB potrebbe essere piena. La chiavetta USB potrebbe non essere compatibile con il prodotto. Provare a usare una chiavetta USB diversa.

5.2 SUGGERIMENTI PER LA MANUTENZIONE PREVENTIVA

Il cross-trainer ellittico total-body della Life Fitness è stato realizzato con la massima competenza tecnica, offre affidabilità poiché reca il nome Life Fitness ed è uno degli apparecchi aerobici più resistenti e sicuri disponibili attualmente sul mercato.

Nota: l'attrezzatura può essere considerata sicura soltanto se sottoposta a ispezioni regolari per verificare l'esistenza di eventuali danni o segni di usura. L'attrezzatura deve rimanere inutilizzata in caso sia necessario riparare o sostituire parti difettose. Tenere sotto particolare controllo i componenti soggetti a usura, come indicato di seguito.

Affinché il cross-trainer ellittico total-body Life Fitness continui a fornire prestazioni ottimali, attenersi ai seguenti suggerimenti per la manutenzione preventiva:

Importante: spegnere il cross-trainer e staccare dalla presa di corrente prima di eseguire qualsiasi operazione di manutenzione.	
Settimanalmente	Controllare il cavo di alimentazione. Se appare danneggiato, rivolgersi all'assistenza tecnica. Assicurarsi che il cavo si trovi in una posizione in cui non viene danneggiato.
Mensilmente	Pulire la superficie dei pedali.
	Pulire la console e tutte le superfici esterne con detergente delicato, acqua e un panno di cotone morbido oppure usare un detergente approvato da Life Fitness. Nota: non usare carta assorbente, ammoniaca o detersivi a base di acidi. Non applicare mai direttamente il prodotto detergente all'attrezzatura; applicarlo su un panno morbido e poi passare il panno sull'attrezzatura.
	Controllare le parti esterne per segni di usura e che i bulloni montati dall'utente siano ancora ben serrati.

Nota: le unghie lunghe possono danneggiare o graffiare la superficie della console; per premere i tasti della console usare i polpastrelli.

DETERGENTI APPROVATI DA LIFE FITNESS

Gli esperti di Life Fitness hanno approvato due detersivi in particolare: PureGreen 24 e Gym Wipes. Entrambi questi detersivi toglieranno efficacemente e in modo sicuro sporcizia e sudore dall'attrezzatura. PureGreen 24 e la formula antibatterica Force di Gym Wipes sono disinfettanti efficaci contro le infezioni MRSA e H1N1.

PureGreen 24 è disponibile in una pratica confezione spray. Applicare lo spray su un panno di microfibra e pulire l'attrezzatura. Usare PureGreen 24 sull'attrezzatura per almeno 2 minuti per una disinfezione generale e per almeno 10 minuti per il controllo di funghi e virus.

Gym Wipes sono salviette preinumidite, di grandi dimensioni e resistenti, da usare sull'attrezzatura prima e dopo gli allenamenti. Usare le salviette Gym Wipes sull'attrezzatura per almeno 2 minuti per una disinfezione generale.

Contattare il servizio assistenza clienti Life Fitness per ordinare i detersivi.

Telefonare al numero +1-800-351-3737 ((+39) 02-55378611) o inviare un'e-mail all'indirizzo: customersupport@lifefitness.com (assistenzatecnica@lifefitness.com).

DETERGENTI LIFE FITNESS COMPATIBILI

Per pulire il display e tutte le superfici esterne si possono anche usare un detersivo delicato e acqua o un detersivo delicato per uso domestico non abrasivo. Usare soltanto un panno di cotone morbido. Versare il detergente sul panno di cotone prima della pulizia. NON usare ammoniaca o detersivi a base di acidi. NON usare detersivi abrasivi. NON usare carta assorbente. NON versare il detergente direttamente sulle superfici dell'attrezzatura.

5.3 ASSISTENZA TECNICA

1. Contattare il distributore locale o l'assistenza clienti Life Fitness al numero +1-800-351-3737 ((+39) 02-55378611).
2. Verificare l'esistenza del problema e rivedere le istruzioni di funzionamento e la sezione sulla risoluzione dei problemi.
3. Individuare e annotare il numero di serie dell'unità. La targhetta con il numero di serie si trova sul telaio principale davanti ai pannelli posteriori. Si prega anche di tenere a portata di mano le informazioni sull'acquisto.

6 CARATTERISTICHE TECNICHE

SPECIFICHE DEL CROSS-TRAINER X1 LIFE FITNESS

Uso previsto:	domestico
Peso massimo utente:	159 chilogrammi (350 libri).
Massima altezza gradino:	16,5 centimetri (6.5 pol.)
Sistema di resistenza:	corrente parassita
Falcata:	50,80 cm (20 pol.)
Alimentazione:	120 V (U.S.A.), 220 V (Europa), 240+ V (Australia)

DIMENSIONI DEL PRODOTTO ASSEMBLATO/IN FUNZIONE:

Lunghezza	206 centimetri / 81 pol.
Larghezza	76 centimetri / 30 pol.
Altezza	150 centimetri / 59 pol.
Peso	98 chilogrammi / 215 libri

DIMENSIONI IMBALLAGGIO:

Lunghezza	206 centimetri / 81 pol.
Larghezza	51 centimetri / 21 pol.
Altezza	81 centimetri / 32 pol.
Peso	110 chilogrammi / 242 libri

7 INFORMAZIONI RELATIVE ALLA GARANZIA

Modello	Durata limitata	3 anni	1 anno
Base del cross-trainer X1	Telaio	Parti elettriche e meccaniche	Manodopera

COSA PREVEDE LA COPERTURA:

Si garantisce che questo prodotto ("Prodotto") per l'esercizio Life Fitness è privo di difetti di materiali e di manodopera.

A CHI È RIVOLTA LA COPERTURA:

L'acquirente originale o qualsiasi persona che riceva il Prodotto appena acquistato quale dono da parte dell'acquirente originale. La garanzia non vale per successivi trasferimenti del Prodotto.

DURATA DELLA COPERTURA:

Residenziale: tutti i componenti elettrici e meccanici e la manodopera sono coperti, dopo la data di acquisto, come sopra indicato.

Non residenziale: la garanzia non vale (il Prodotto è inteso esclusivamente per uso residenziale).

SPESE DI TRASPORTO E ASSICURAZIONE PER LA MANUTENZIONE:

Se il Prodotto, o qualsiasi componente coperto dalla garanzia, deve essere restituito a un centro di assistenza per la riparazione, la Life Fitness si assumerà gli oneri di trasporto e assicurazione durante il periodo della garanzia (soltanto entro gli Stati Uniti). L'acquirente è responsabile delle spese di spedizione e assicurazione dopo la scadenza della garanzia.

MISURE CORRETTIVE PER I DIFETTI COPERTI:

Life Fitness si occuperà della spedizione di parti o componenti nuovi o ricostruiti o, a scelta dell'acquirente, della sostituzione del Prodotto. Tali componenti sostitutivi sono coperti da garanzia per il periodo rimanente della copertura di garanzia originale.

LA COPERTURA NON INCLUDE:

Eventuali guasti o danni causati da manutenzione non autorizzata, utilizzo inappropriato, incidente, negligenza, montaggio o installazione non adeguati, detriti risultanti da attività di costruzione nell'ambiente in cui si trova il Prodotto, ruggine o corrosione quale conseguenza della posizione del Prodotto, alterazioni o modifiche senza l'autorizzazione scritta oppure dalla mancata osservanza delle istruzioni relative a uso, funzionamento e manutenzione del Prodotto contenute nel Manuale per l'utente ("Manuale") in dotazione. Tutti i termini di questa garanzia saranno resi invalidi se il Prodotto verrà portato oltre i confini continentali degli Stati Uniti d'America (esclusi Alaska, Hawaii e Canada) e saranno quindi soggetti ai termini forniti dal rappresentante Life Fitness autorizzato di zona per tale paese.

OBBLIGHI PER L'ACQUIRENTE:

Conservare prova dell'acquisto. Usare, far funzionare ed eseguire la manutenzione del Prodotto secondo quanto specificato nel Manuale; notificare il servizio assistenza clienti di eventuali difetti entro 10 giorni dalla comparsa del difetto; se richiesto, restituire eventuali parti difettose per la sostituzione o, se necessario, l'intero Prodotto per la riparazione. Life Fitness si riserva il diritto di decidere se un prodotto deve essere restituito o meno per la riparazione.

MANUALE PER L'UTENTE:

È DI FONDAMENTALE IMPORTANZA LEGGERE IL MANUALE prima di utilizzare il Prodotto. Ricordarsi di eseguire la manutenzione periodica secondo i requisiti specificati nel Manuale al fine di assicurare il funzionamento corretto del Prodotto e la soddisfazione dell'utente.

REGISTRAZIONE DEL PRODOTTO:

Registrare il prodotto online all'indirizzo www.lifefitness.com/home/product-registration.html. La nostra ricevuta assicura che il nome, l'indirizzo e la data dell'acquisto sono registrati e qualificano l'acquirente quale proprietario registrato del Prodotto. La condizione di proprietario registrato assicura la copertura in caso di smarrimento della prova d'acquisto. Si prega di conservare la prova di acquisto, come la fattura d'acquisto o la ricevuta.

PER OTTENERE PEZZI DI RICAMBIO E ASSISTENZA:

Consultare pagina uno del presente manuale per le informazioni di contatto del servizio di assistenza locale. Riferire il proprio nome e cognome, indirizzo e il numero di serie del Prodotto (console e telaio possono avere numeri di serie diversi). Vi verrà spiegato come ottenere un pezzo di ricambio o, se necessario, come organizzare la riparazione nella località in cui si trova il Prodotto.

GARANZIA ESCLUSIVA:

QUESTA GARANZIA LIMITATA SOSTITUISCE TUTTE LE ALTRE GARANZIE DI QUALSIASI TIPO, SIANO ESSE ESPRESSE O IMPLICITE, INCLUSE, A TITOLO ESPLICATIVO MA NON ESAUSTIVO, EVENTUALI GARANZIE IMPLICITE DI COMMERCIALIZZABILITÀ E DI IDONEITÀ PER UNO SCOPO PARTICOLARE, NONCHÉ TUTTI GLI ALTRI OBBLIGHI E LE RESPONSABILITÀ DA PARTE DI LIFE FITNESS. Life Fitness non assume né autorizza terzi ad assumersi alcun altro obbligo o responsabilità in relazione alla vendita di questo Prodotto. In nessuna circostanza Life Fitness potrà essere ritenuta responsabile ai sensi della presente garanzia o in altro modo, di eventuali danni a persone o cose, inclusa la perdita di profitti o di risparmi, per eventuali danni speciali, indiretti, secondari, accidentali o consequenziali di qualsiasi natura derivanti dall'uso o dall'impossibilità di usare questo Prodotto. Alcune giurisdizioni non consentono l'esclusione o la limitazione di garanzie implicite o di responsabilità per danni accidentali o consequenziali; in tali giurisdizioni le limitazioni o esclusioni sopra descritte non saranno applicabili. Le garanzie al di fuori degli Stati Uniti possono variare. Contattare la Life Fitness per dettagli.

MODIFICHE NON AUTORIZZATE ALLA GARANZIA:

Life Fitness non autorizza alcuna entità a modificare, cambiare o estendere i termini di questa garanzia limitata.

EFFETTO DELLE NORME STATALI U.S.A.:

Questa garanzia fornisce diritti legali specifici e potrebbero sussistere altri diritti che variano da stato a stato.