SCHWINN®

815 Treadmill

TREADMILL OWNER'S MANUAL

MANUEL DU PROPRIÉTAIRE DU TAPIS ROULANT

MANUAL DEL PROPIETARIO DE LA CAMINADORA

ENGLISH

3 IMPORTANT PRECAUTIONS
7 ASSEMBLY
19 TREADMILL SETUP & USE
33 MAINTENANCE & TROUBLESHOOTING
43 WARRANTY

FRANÇAIS

47 PRÉCAUTIONS IMPORTANTES
51 ASSEMBLAGE
63 CONFIGURATION ET UTILISATION DU TAPIS ROULANT
77 ENTRETIEN ET DÉPANNAGE
87 GARANTIE

ESPAÑOL

91 PRECAUCIONES IMPORTANTES
95 MONTAJE
107 CONFIGURACIÓN Y USO DE LA CINTA DE CORRER
121 MANTENIMIENTO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS
131 GARANTÍA

IMPORTANT PRECAUTIONS



SAVE THESE INSTRUCTIONS

When using an electrical product, basic precautions should always be followed, including the following:
Read all instructions before assembly or use of this treadmil. It is the responsibility of the owner to ensure that all users of this treadmill are adequately informed of all warnings and precautions. If you have any questions after reading this guide, contact Customer Tech Support at the number listed on the back panel of the OWNER'S MANUAL.

This treadmill is intended for in-home use only. Do not use this treadmill in any commercial, rental, school or institutional setting. Failure to comply will void the warranty.

DANGER

TO REDUCE THE RISK OF ELECTRICAL SHOCK:

Always unplug the equipment from the electrical outlet before cleaning, performing maintenance and putting on or taking off parts.

WARNING

TO REDUCE THE RISK OF BURNS, FIRE, ELECTRICAL SHOCK OR INJURY TO PERSONS:

- Use this equipment only for its intended use as described in this Owner's Manual.
- At NO time should children under the age of 14 use the equipment.
- At NO time should pets or children under the age of 14 be closer to the equipment than 10 feet / 3 meters.
- This equipment is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they are supervised or have been given instruction concerning use of the equipment by a person responsible for their safety.
- Always wear athletic shoes while using this equipment. NEVER operate the exercise equipment with bare feet.
- Do not wear any clothing that might catch on any moving parts of this equipment.
- Heart rate monitoring systems may be inaccurate. Over exercising may result in serious injury or death.
- Incorrect or excessive exercise may result in serious injury or death. If you experience any kind of pain, including but not limited to chest pains, nausea, dizziness, or shortness of breath, stop exercising immediately and consult your physician before continuing.
- Do not jump on the equipment.
- At no time should more than one person be on the equipment.
- Set up and operate this equipment on a solid level surface.
- Never operate the equipment if it is not working properly or if it has been damaged.
- Use handlebars to maintain balance when mounting and dismounting, and for additional stability while exercising.
- To avoid injury, do not expose any body parts (for example, fingers, hands, arms or feet) to the drive mechanism or other potentially moving parts of the equipment.
- Connect this exercise product to a properly grounded outlet only.
- This equipment should never be left unattended when plugged in. When not in use, and prior to servicing, cleaning, or moving equipment, turn off power, then unplug from outlet.
- Do not use any equipment that is damaged or has worn or broken parts. Use only replacement parts supplied by Customer Technical Support or an authorized dealer.
- Never operate this equipment if it has been dropped, damaged, or is not working properly, has a damaged cord or plug, is located in a damp or wet environment, or has been immersed in water.

⚠ WARNING

TO REDUCE THE RISK OF BURNS, FIRE, ELECTRICAL SHOCK OR INJURY TO PERSONS:

- Keep power cord away from heated surfaces. Do not pull on this power cord or apply any mechanical loads to this cord.
- Do not remove any protective covers unless instructed by Customer Technical Support. Service should only be done by an authorized service a technician.
- To prevent electrical shock, never drop or insert any object into any opening.
- Do not operate where aerosol (spray) products are being used or when oxygen is being administered.
- This equipment should not be used by persons weighing more than the specified maximum weight capacity as listed in the equipment Owner's Manual. Failure to comply will void the warranty.
- This equipment must be used in an environment that is both temperature and humidity controlled. Do not use this equipment in locations such as, but not limited to: outdoors, garages, car ports, porches, bathrooms, or located near a swimming pool, hot tub, or steam room. Failure to comply will void the warranty.
- Contact Customer Technical Support or an authorized dealer for examination, repair and/or service.
- Never operate this exercise equipment with the air opening blocked. Keep the air opening and internal components clean, free of lint, hair, and the like.
- Do not modify this exercise device or use unapproved attachments or accessories. Modifications to this equipment or use of unapproved attachments or accessories will void your warranty and may cause injury.
- To clean, wipe surfaces down with soap and slightly damp cloth only; never use solvents.
- When exercising, always maintain a comfortable and controlled pace.
- To avoid injury, use extreme caution when stepping onto or off of a moving belt. Stand on the siderails when starting the treadmill.
- To avoid injury, attach safety clip to clothing before use.
- Disconnect the safety key from treadmill when not using to prevent uncontrolled usage by third parties.
- Ensure that the edge of the belt is parallel with the lateral position of the side rail and does not move under the side rail. If the belt is not centered, it must be adjusted before use.
- When there is no user on the treadmill (unloaded condition) and when the treadmill is running at 12 km/ hour (7.5 mph), the A-weighted sound pressure level is no greater than 70 dB when sound level is measured at typical head height.
- Noise emission measurement of treadmill under load is higher than with no load.
- When lowering the treadmill deck, wait until rear feet are firmly on the floor before stepping on the deck.
- Make sure the treadmill comes to complete stop before folding. Do not operate the treadmill when it is folded.
- When moving the treadmill, DO NOT lift treadmill or turn it upside down or place treadmill on its side. Treadmill is equipped with high-pressure springs which can cause the lower base frame to spring open if mishandled, potentially causing injury. Transport unit ONLY on the ground, and ONLY after it is fully assembled and in the upright folded position with the lock latch secured.

GROUNDING INSTRUCTIONS

This product must be grounded. If a treadmill should malfunction or breakdown, grounding provides a path of least resistance for electrical current to reduce the risk of electrical shock. This product is equipped with a cord having an equipment-grounding conductor and a grounding plug. The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with local codes and ordinances.

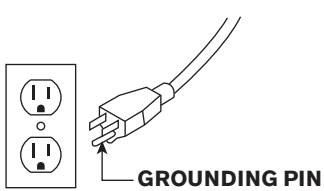
⚠ DANGER

Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in a risk of electric shock. Check with a qualified electrician or service provider if you are in doubt as to whether the product is properly grounded. Do not modify the plug provided with the product. If it will not fit the outlet, have a proper outlet installed by a qualified electrician.

This product is for use on a nominal 110-120 Volt circuit and has a grounding plug that looks like the plug in the illustration. Make sure that the product is connected to an outlet having the same configuration as the plug. No adapter should be used with this product.

This product must be used on a dedicated circuit. To determine if you are on a dedicated circuit, shut off the power to that circuit and observe if any other devices lose power. If so, move devices to a different circuit. Note: There are usually multiple outlets on one circuit. This treadmill should be used with a minimum 15-amp circuit.

IMPORTANT: THE TREADMILL IS NOT COMPATIBLE WITH GFCI-EQUIPPED OUTLETS.



⚠ WARNING

Connect this exercise product to a properly grounded outlet only.

Never operate product with a damaged cord or plug even if it is working properly. Never operate any product if it appears damaged, or has been immersed in water. Contact Customer Tech Support for replacement or repair.

ASSEMBLY

⚠ WARNING

There are several steps during the assembly process where special attention must be paid. It is very important to follow the assembly instructions and to ensure the product is assembled correctly to reduce the risk of injury. Make sure all parts are firmly tightened before using the treadmill to ensure that the treadmill is stable and structurally sound.

Before proceeding, find your treadmill's serial number located on a white barcode sticker near the on/off power switch and power cord and enter it in the space provided below.

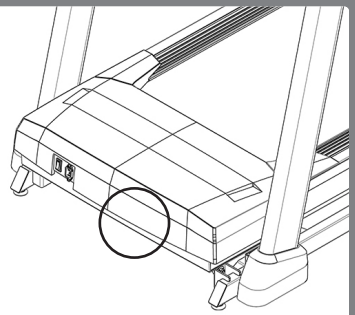
ENTER YOUR SERIAL NUMBER AND MODEL NAME IN THE BOXES BELOW:

SERIAL NUMBER:

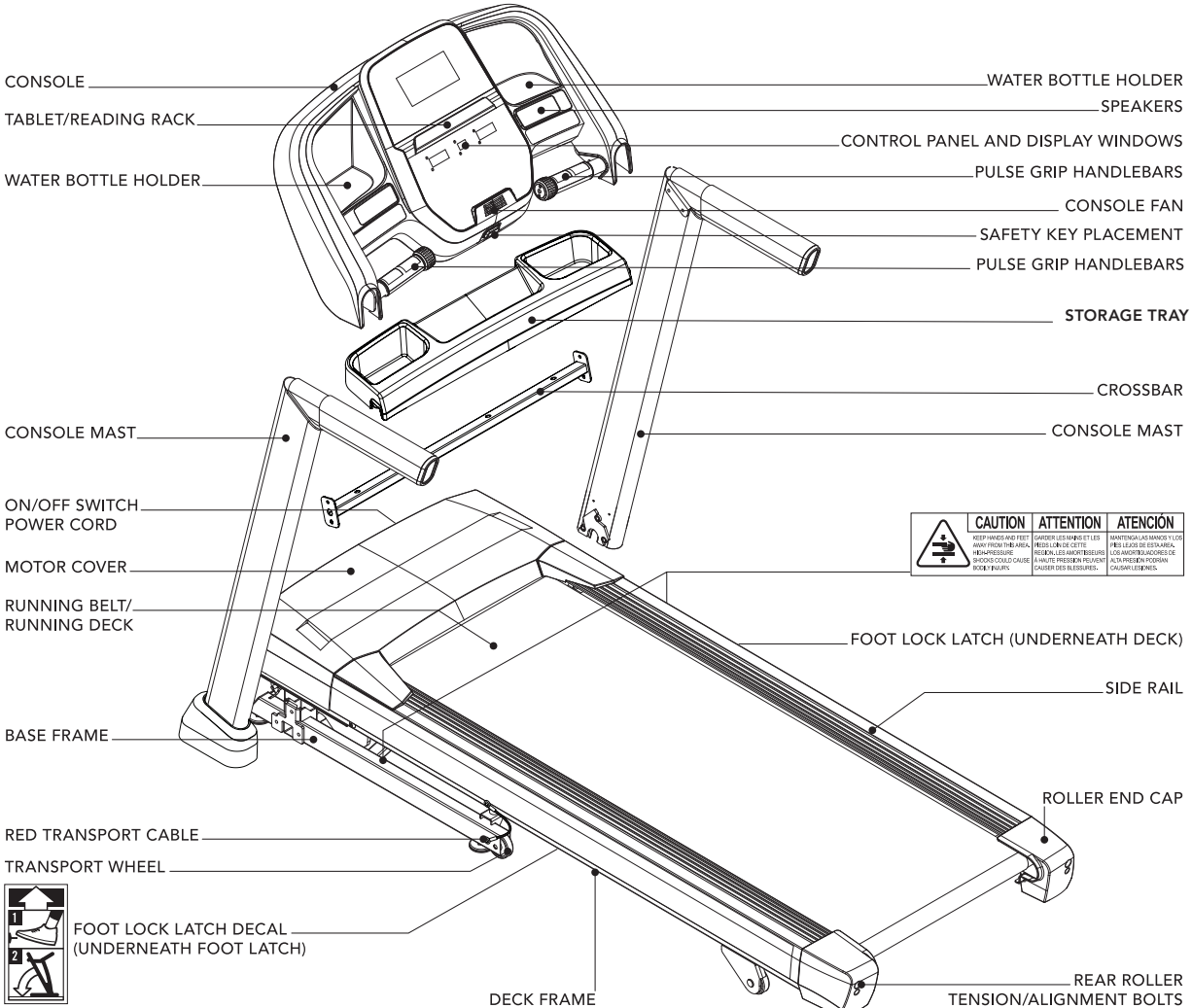
TM	

MODEL NAME: **SCHWINN** _____ **TREADMILL**

SERIAL NUMBER LOCATION



» Refer to the SERIAL NUMBER and MODEL NAME when calling for service.


CONSOLE
TABLET/READING RACK
WATER BOTTLE HOLDER
WATER BOTTLE HOLDER
SPEAKERS
CONTROL PANEL AND DISPLAY WINDOWS
PULSE GRIP HANDLEBARS
CONSOLE FAN
SAFETY KEY PLACEMENT
PULSE GRIP HANDLEBARS
STORAGE TRAY
CROSSBAR
CONSOLE MAST
CONSOLE MAST
ON/OFF SWITCH
POWER CORD
MOTOR COVER
RUNNING BELT/
RUNNING DECK
CAUTION
ATTENTION
ATENCIÓN
FOOT LOCK LATCH (UNDERNEATH DECK)
SIDE RAIL
BASE FRAME
ROLLER END CAP
RED TRANSPORT CABLE
TRANSPORT WHEEL
FOOT LOCK LATCH DECAL
(UNDERNEATH FOOT LATCH)
DECK FRAME
REAR ROLLER
TENSION/ALIGNMENT BOLTS

TOOLS INCLUDED:

- ☐ 6 mm T-Wrench
- ☐ 6 mm L-Wrench
- ☐ 5 mm L-Wrench

PARTS INCLUDED:

- ☐ 1 Console Assembly
- ☐ 2 Console Masts
- ☐ 1 Crossbar
- ☐ 1 Hardware Kit
- ☐ 1 Safety Key
- ☐ 1 Audio Adapter Cable
- ☐ 1 Bottle of Silicone Lubricant (for 2 applications)

NEED HELP?

If you have questions or if there are any missing parts, contact Customer Tech Support. Contact information is located on the back panel of this manual.

⚠ WARNING

FAILURE TO FOLLOW THESE INSTRUCTIONS COULD RESULT IN INJURY!

⚠ WARNING

DO NOT ATTEMPT TO LIFT THE TREADMILL! Do not move or lift treadmill from packaging until specified to do so in the assembly instructions. You may remove the plastic wrap from console masts.

⚠ WARNING

Never open box when it is positioned upside-down or on its side.

Unpack and assemble the unit where it will be used.

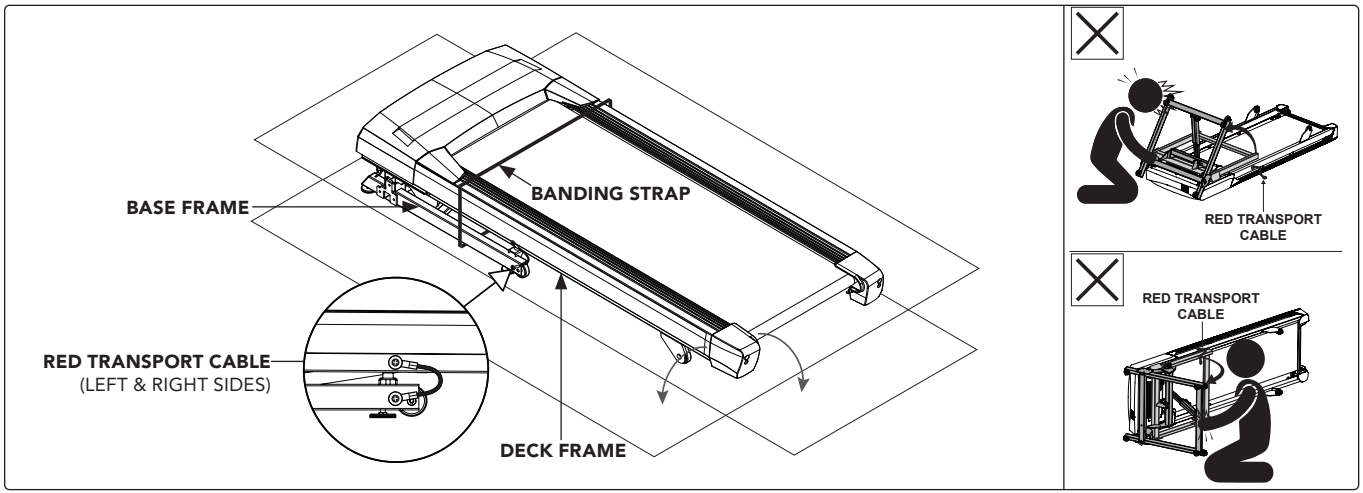
The enclosed treadmill is equipped with high-pressure springs which can cause the lower base frame to spring open if mishandled.

The red transport cables are installed between the upper deck frame and the lower base frame to prevent the movement of the lower base frame. DO NOT remove red transport cables until instructed to do so.

NOTE: During each assembly step, ensure that ALL nuts and bolts are in place and partially threaded in before completely tightening any ONE bolt.

NOTE: A light application of grease may aid in the installation of hardware. Any grease, such as lithium bike grease is recommended.

ASSEMBLY **STEP- UNPACKING**



A Place the treadmill carton on a level flat surface with the bottom of the box on the ground.

B Cut banding straps on outside of box and remove box lid.

C DO NOT lift treadmill out of the box. Instead, tear down corners of bottom of treadmill box as shown. Treadmill should be assembled on flattened treadmill box as shown to protect floor surface.

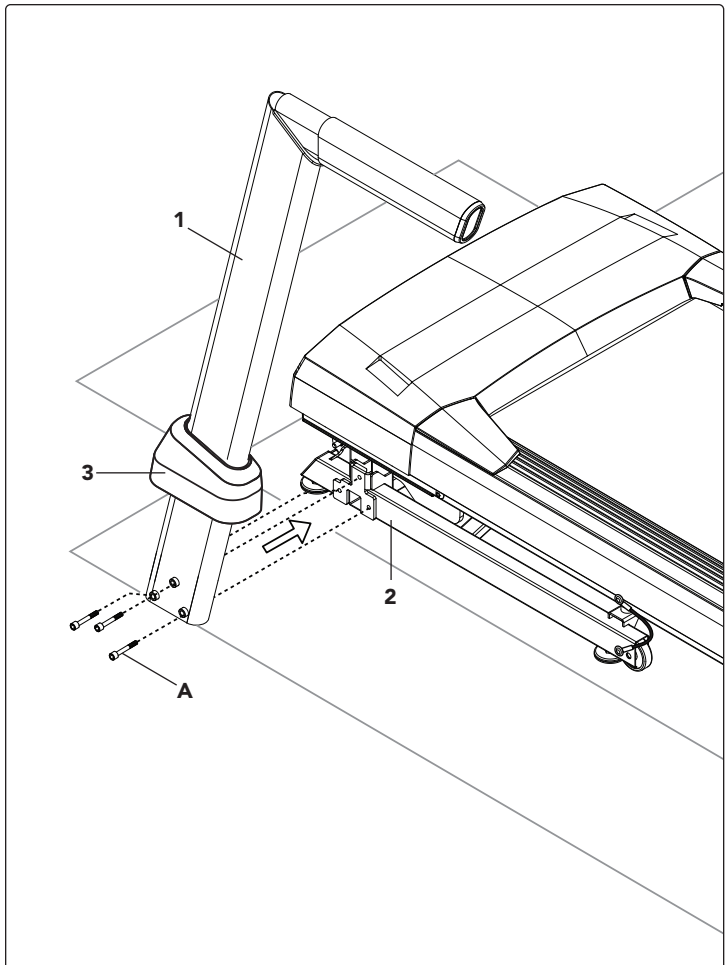
D Cut the banding straps inside the box and remove everything but the treadmill frame.

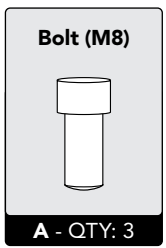
E Partially lift the running deck upward from the rear to remove all contents from underneath the running deck. Red transport cables on either side of treadmill will prevent the treadmill deck from fully lifting.

⚠ WARNING

NEVER tip treadmill upside-down or on its side. DO NOT use tools to remove the red transport cables until instructed to do so. If a component requires tools to remove, wait until the Assembly Instructions instructs you how to safely remove the component.

ASSEMBLY **STEP 1**



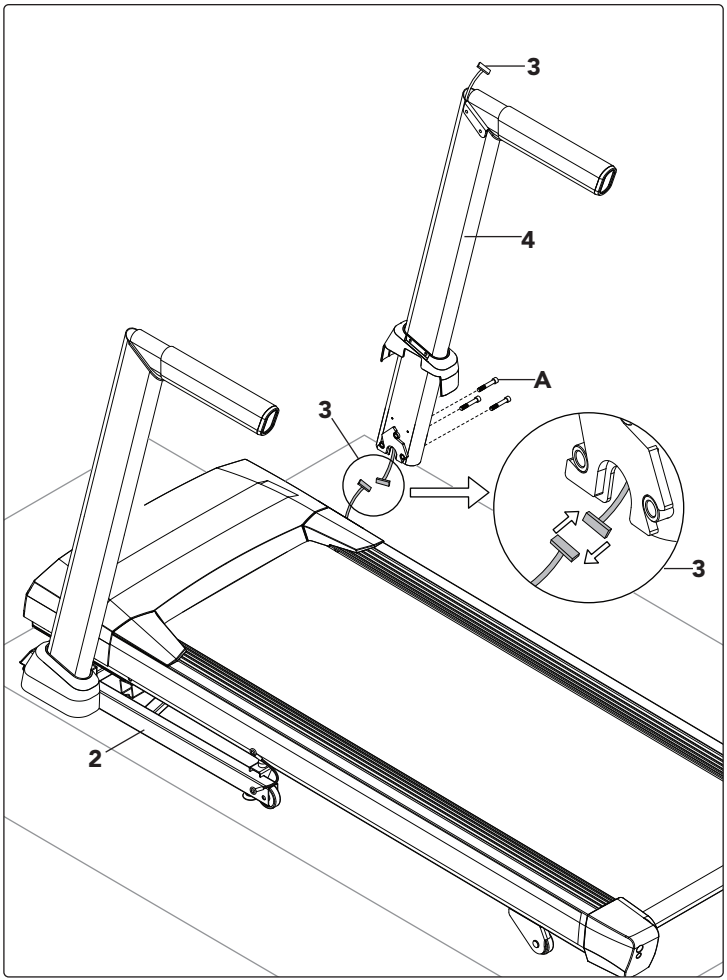


1.1 Open **HARDWARE FOR STEP 1**.

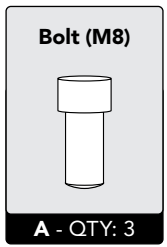
1.2 Slide **LEFT CONSOLE MAST BOOT (3)** on to **LEFT CONSOLE MAST (1).**

1.3 Attach the **LEFT CONSOLE MAST (1)** to the **BASE FRAME (2)** using **3 BOLTS (A).**

NOTE: Do not fully tighten bolts until the end of **STEP 4.**



ASSEMBLY **STEP 2**



2.1 Open **HARDWARE FOR STEP 2.**

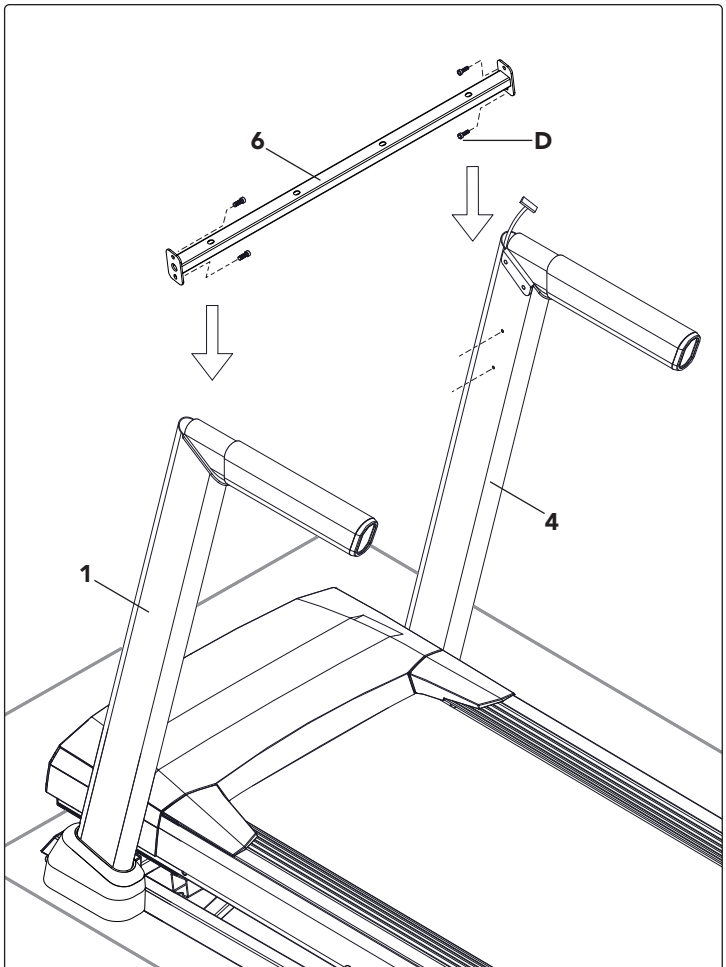
2.2 Slide **RIGHT CONSOLE MAST BOOT (5)** on to **RIGHT CONSOLE MAST (4).**

2.3 Pull the **CONSOLE CABLE (3)** away from the treadmill base frame. Connect the **CONSOLE CABLE (3)** from the **MAIN FRAME (2)** to the **CONSOLE CABLE (3)** in the bottom of the **RIGHT CONSOLE MAST (4)**. The other end of the **CONSOLE CABLE (3)** should be located at the top of the mast.

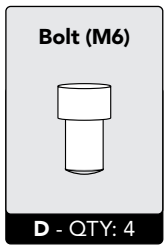
2.4 Attach **RIGHT CONSOLE MAST (4)** to **MAIN FRAME (2)** using **3 BOLTS (A)**.

NOTE: Be careful not to pinch any wires while assembling the console.

NOTE: Do not fully tighten bolts until the end of **STEP 4.**



ASSEMBLY **STEP 3**



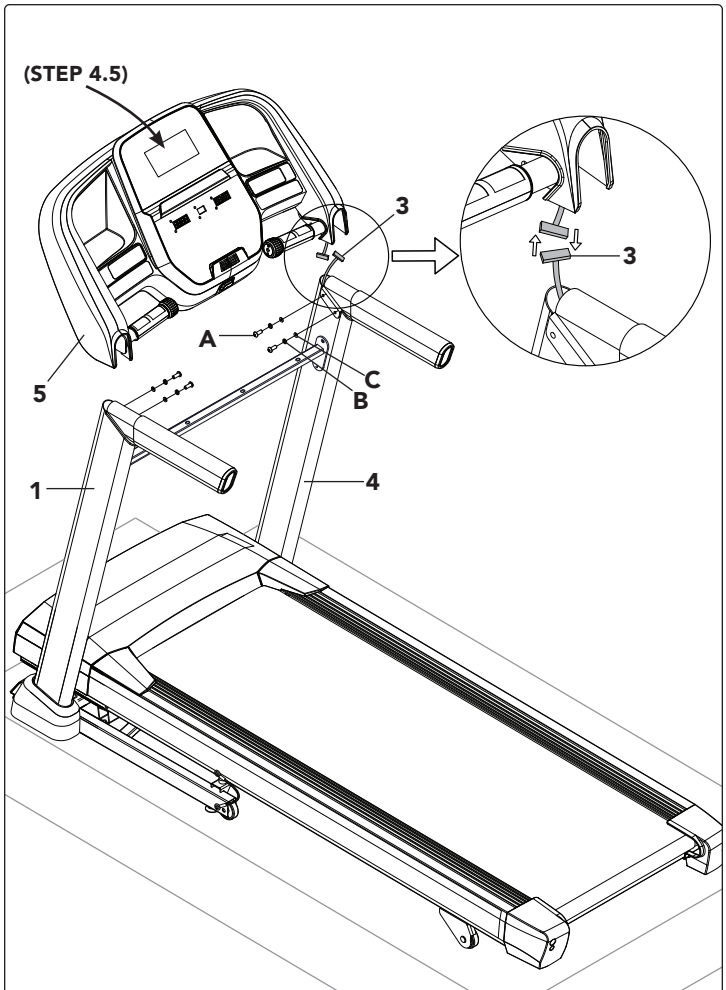
3.1 Open **HARDWARE FOR STEP 3**.

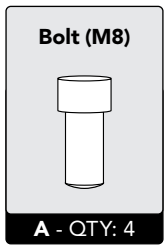
3.2 Attach **LEFT SIDE** of the **CROSSBAR (6)** to the **UPRIGHT MAST (1)** loosely using **2 BOLTS (A)**.

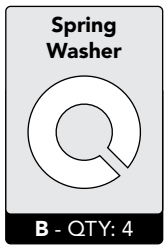
3.3 Attach **RIGHT SIDE** of the **CROSSBAR (6)** to the **UPRIGHT MAST (4)** loosely using **2 BOLTS (D)**.

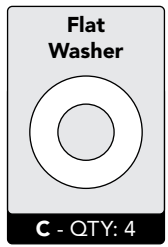
NOTE: Do not fully tighten bolts until the end of **STEP 4.**

ASSEMBLY **STEP 4**









NOTE: Be careful not to pinch any wires while assembling the console.

4.1 Open **HARDWARE FOR STEP 4.**

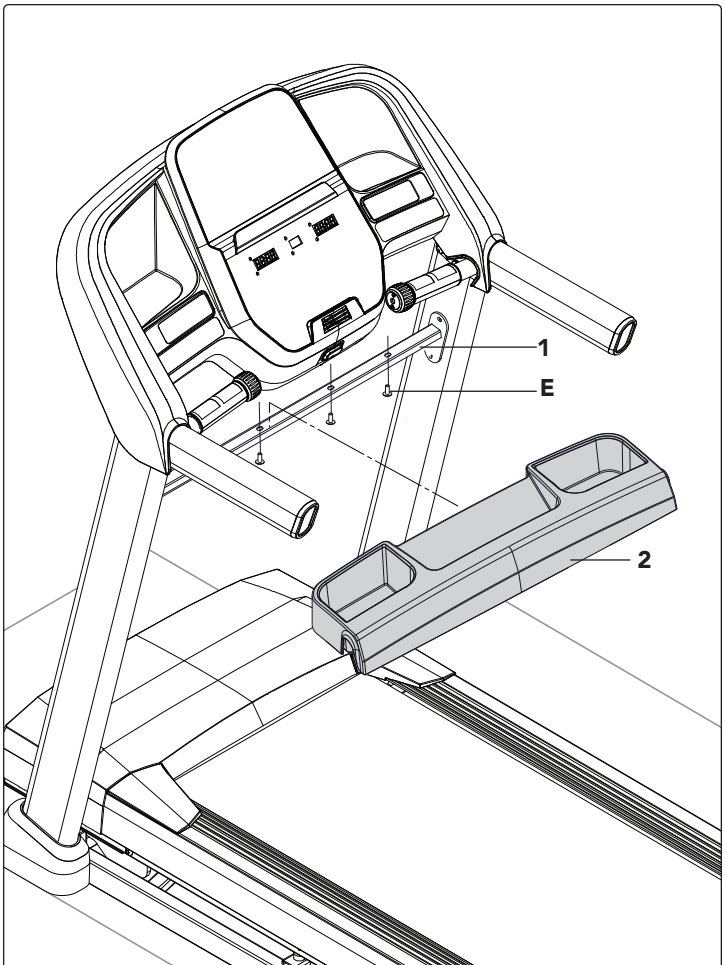
4.2 Gently place the **CONSOLE (5)** on top of the **CONSOLE MASTS (1&4)**. Attach the **LEFT SIDE** first using **2 BOLTS (A), 2 SPRING WASHERS (B)** and **2 FLAT WASHERS (C).**

4.3 The **CONSOLE CABLES (3)** are tucked into the **RIGHT CONSOLE MAST (4)**. Using the lead wire carefully pull the **CONSOLE CABLE (3)** out of the **RIGHT CONSOLE MAST (4)**. Detach and and discard the **LEAD WIRE.** Connect the **CONSOLE CABLES (3)** and carefully tuck wires in masts to avoid damage.

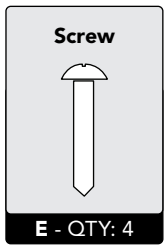
4.4 Attach the **RIGHT SIDE** of the **CONSOLE (5)** using **2 BOLTS (A), 2 SPRING WASHERS (B)** and **2 FLAT WASHERS (C).**

4.5 Pull the top of the **CONSOLE (5)** towards the back of the treadmill and **HOLD** while **TIGHTENING THE LEFT AND RIGHT SIDE BOLTS (A).**

4.6 **REMEMBER** to tighten **ALL BOLTS & SCREWS** completely now that assembly is finished.



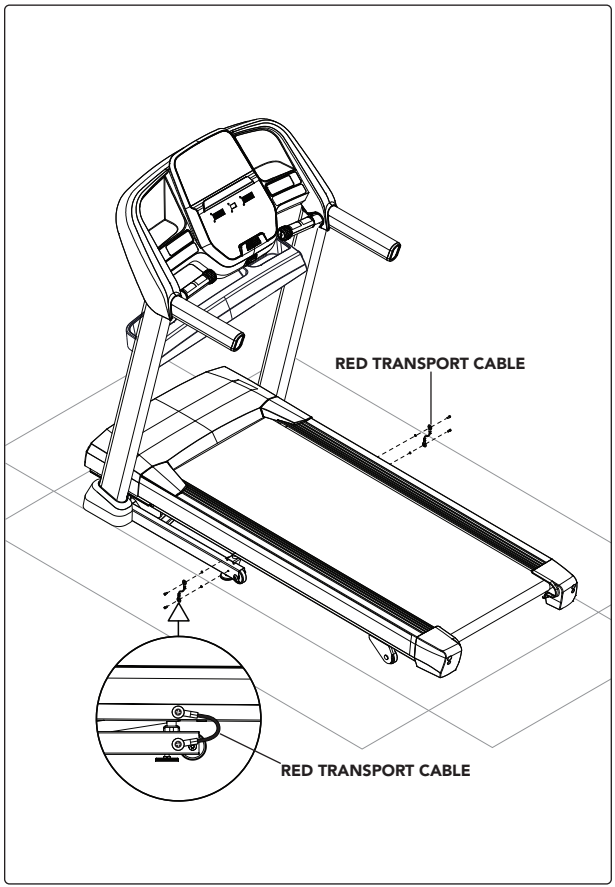
ASSEMBLY **STEP 5**



5.1 Open **HARDWARE FOR STEP 5**.

5.2 Attach the **ACCESSORY TRAY (1)** to the **CROSSBAR (2)** using **4 SCREWS (E)**.

ASSEMBLY **STEP 6 - REMOVAL OF RED TRANSPORT CABLES**



⚠ WARNING

FAILURE TO FOLLOW THESE INSTRUCTIONS COULD RESULT IN INJURY!

Once the red transport cables have been detached from the treadmill, high pressure springs can cause the lower base frame to spring open. NEVER tip treadmill upside-down or on its side, and NEVER lift this unit if red transport cables are not connecting the upper deck frame to the lower base frame.

6.1 Ensure that treadmill is resting with all wheels supported by the floor.

6.2 On left side of treadmill, use the 5mm L-wrench (provided in box) to remove the two bolts connecting the red transport cable to the upper deck frame and the lower base frame.

6.3 Replace both bolts (one in the upper deck frame and one in the lower base frame) and fully tighten to lock in place. Note that to prevent the lower base frame from springing open during transport or disassembly of the treadmill in the future, the red transport cable can be reattached to the treadmill using these same bolts.

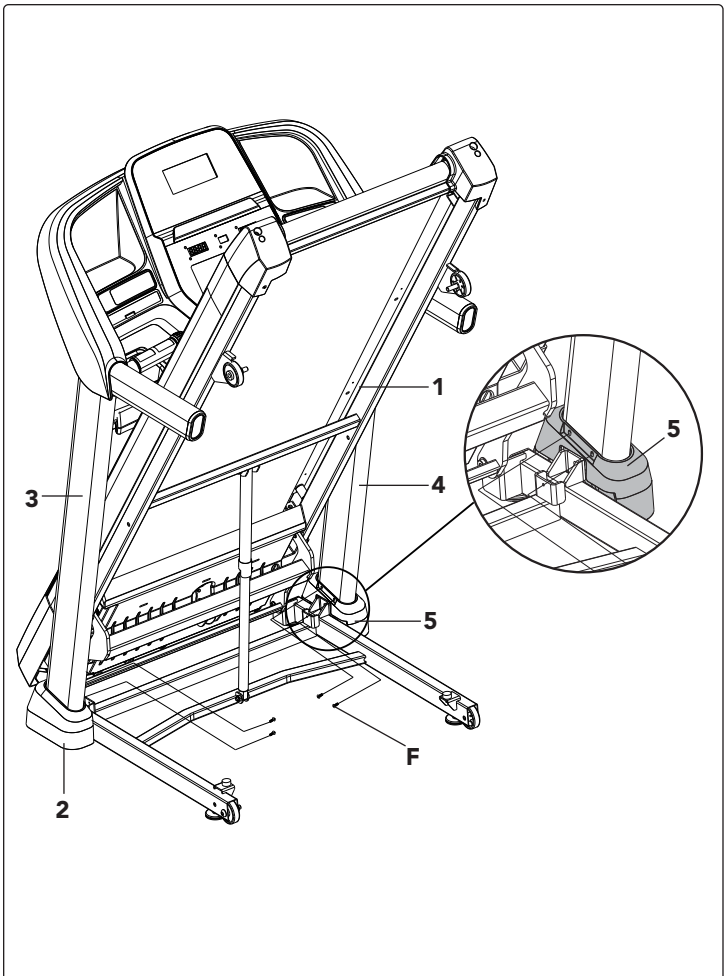
6.4 Perform same operation on right side of treadmill to remove the two bolts connecting the red transport cable to the upper deck frame and the lower base frame.

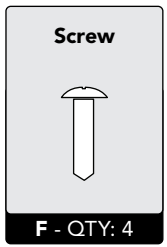
6.5 Replace both bolts and fully tighten to lock in place.

6.6 Save both red transport cables for future use by placing cables into clear poly bag alongside the owner's manual.

6.7 When red transport cables are not installed, transport unit ONLY on the ground, and ONLY after it is fully assembled and in the upright folded position with the lock latch secured.

ASSEMBLY **STEP 7**





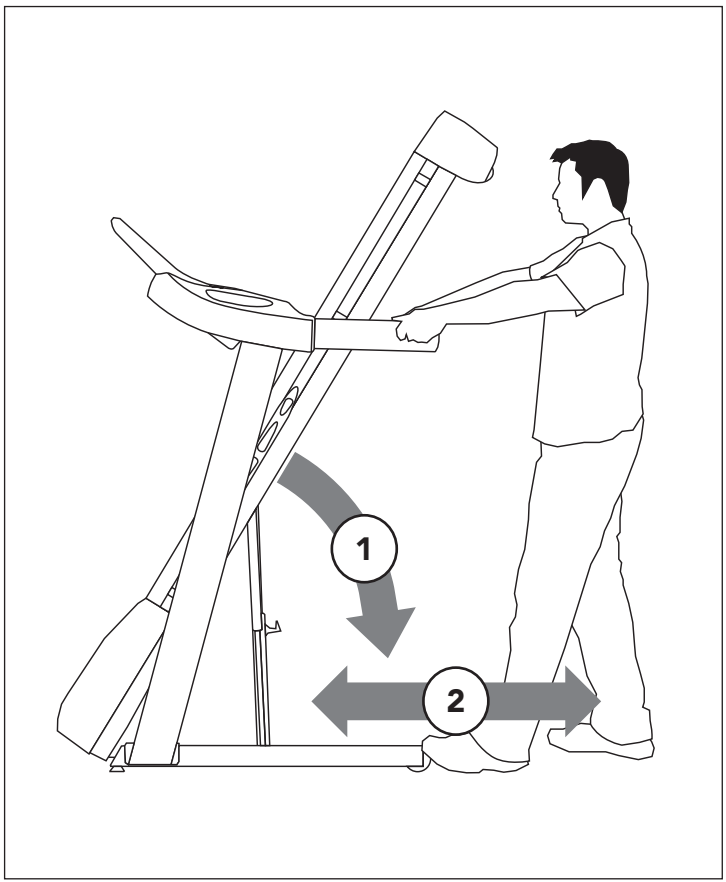
7.1 Open **HARDWARE FOR STEP 7.**

7.2 **REMEMBER** to tighten **CROSSBAR BOLTS** into the **CONSOLE MASTS(3&4)** completely now that assembly is finished. Lift **DECK (1)** to upright and locked position.

7.3 Slide **LEFT CONSOLE BOOT (2)** to the bottom of the **LEFT CONSOLE MAST (3)**. Attach with **2 BOLTS (F)** through the holes in **LEFT CONSOLE BOOT (2)** into **LEFT UPRIGHT MAST (3)**.

7.4 Slide **RIGHT CONSOLE BOOT (5)** to the bottom of the **RIGHT CONSOLE MAST (4)**. Attach with **2 BOLTS (F)** through the holes in **RIGHT CONSOLE BOOT (5)** into **RIGHT UPRIGHT MAST (4)**.

ASSEMBLY **STEP 8 - MOVING TREADMILL**



8.1 To move, make sure the treadmill is folded and securely latched. Then firmly grasp the handlebars, tilt the treadmill back (1) and roll (2).

8.2 Move treadmill off flattened box and into its final position, ready for use. Dispose of cardboard box.

NOTE: If treadmill must be disassembled or lifted in the future, use the 5mm L-wrench to re-attach red transport cables to the upper deck frame and lower base frame on both the left side and right side of the treadmill. Check to ensure that the lower base frame cannot spring open before lifting or disassembling treadmill.

ASSEMBLY COMPLETE!

Before the first use, lubricate the treadmill deck by following the instructions in the MAINTENANCE section in the TREADMILL GUIDE.

TREADMILL SETUP & USE



This section explains how to setup and use your treadmill.

NOTE:

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna of the other device, where possible.
- Increase the separation between this equipment and the receiver of the other device, where possible.
- Consult the dealer or manufacturer for help.

Any changes or modifications not expressly approved by the manufacturer may void the warranty for this equipment.

FCC RF RADIATION EXPOSURE STATEMENT:

This equipment complies with FCC RF radiation exposure limits set forth for an uncontrolled environment. This equipment should be installed and operated with a minimum distance of 20 centimeters (8 inches) between the radiator and your body.

PROPER USAGE

Your treadmill is capable of reaching high speeds. Always start off using a slower speed and adjust the speed in small increments to reach a higher speed level. Never leave the treadmill unattended while it is running. When not in use, remove the safety key, turn the on/off switch to off and unplug the power cord. Make sure to follow the MAINTENANCE schedule in this OWNER'S MANUAL to maintain optimal performance and prevent premature electronic failure. Keep your body and head facing forward. Do not attempt to turn around or look backwards while the treadmill is running. Stop your workout immediately if you feel pain, faint, dizzy or are short of breath.

WARNING!

BELT SPEED MAY BE FASTER AT INCLINE THAN DISPLAYED. IF THE BELT SPEEDS UP, IMMEDIATELY REDUCE THE INCLINE.

SPEED RANGE ERROR DURING HIGH-INCLINE WORKOUTS

During workouts with a high incline setting, the belt may speed up.

- If the belt exceeds your set speed, the alphanumeric display will show: "SPEED RANGE ERROR INCLINE DECREASED"
- The incline will automatically decrease by **3%.**
- The machine will continue lowering the incline by **3%** until the belt slows to your target speed.
- If the incline reaches 0% but the belt speed is still more than the set speed, the machine will:
  - Display **Eb** error code in the alphanumeric display
  - Slow the belt down to a complete stop.
  - End the workout

Next Steps for the User:

· If Eb error code appears and the workout stops, please contact Customer Service for assistance and troubleshooting.

CAUTION – RISK OF INJURY TO PERSONS

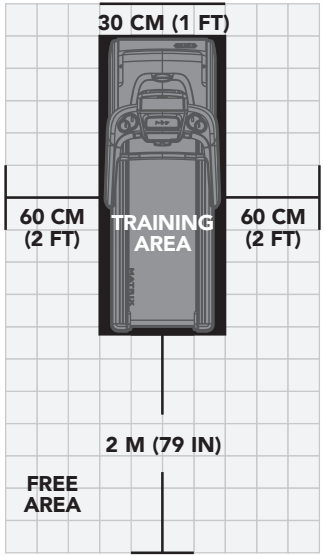
While you are preparing to use the treadmill, do not stand on the belt. Place your feet on the side rails before starting the treadmill. Start walking on the belt only after the belt has begun to move. Never start the treadmill at a fast running speed and attempt to jump on!

LOCATION OF THE TREADMILL

Place the treadmill on a level and stable surface. there should be one foot of clearance in front of the treadmill for the power cord. Please leave a clear zone behind the treadmill that is at least the width of the treadmill and at least 79" (2 meters) long. This zone must be clear of any obstruction and provide the user a clear exit path from the machine. In case of an emergency, place both hands on the side arm rests to hold yourself up and place your feet onto the side rails.

For ease of access, there should be an accessible space preferentially on both sides of the treadmill equal to 2 ft (.6 meters) to allow a user access to the treadmill from either side.

Do not place the treadmill in any area that will block any vent or air openings. The treadmill should not be located in a garage, covered patio, near water or outdoors.



WARNING!

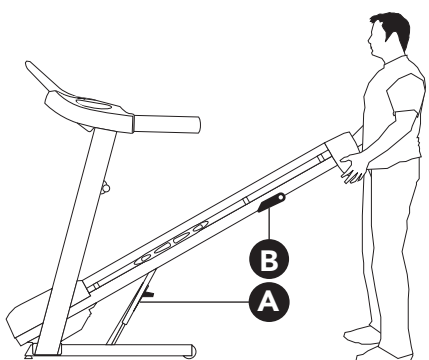
Our treadmills are heavy; use care and additional help if necessary when moving. Do not attempt to move or transport treadmill unless it is in the upright, folded position with the lock latch secured. Failure to follow these instructions could result in injury.

FOLDING TREADMILLS

Some treadmills have a deck that can fold for storage and transport. To fold, firmly grasp the back end of the treadmill. Carefully lift the end of the treadmill deck into the upright position until the lock latch engages and securely locks the deck into position. Make sure the deck is securely latched before letting go.

UNFOLDING

Firmly grasp and lightly lift up on the back end of the treadmill while disengagiong the LOCK LATCH. If your treadmill has a FOOT LOCK LATCH (A), to unfold, gently press down on the foot lock latch with your foot until the lock latch disengages. If your treadmill has a DECK LOCK LATCH (B), pull the deck lock latch to release the deck. Carefully lower the deck to the ground.



Connect your device with the JRNY™ app for more dynamic workouts

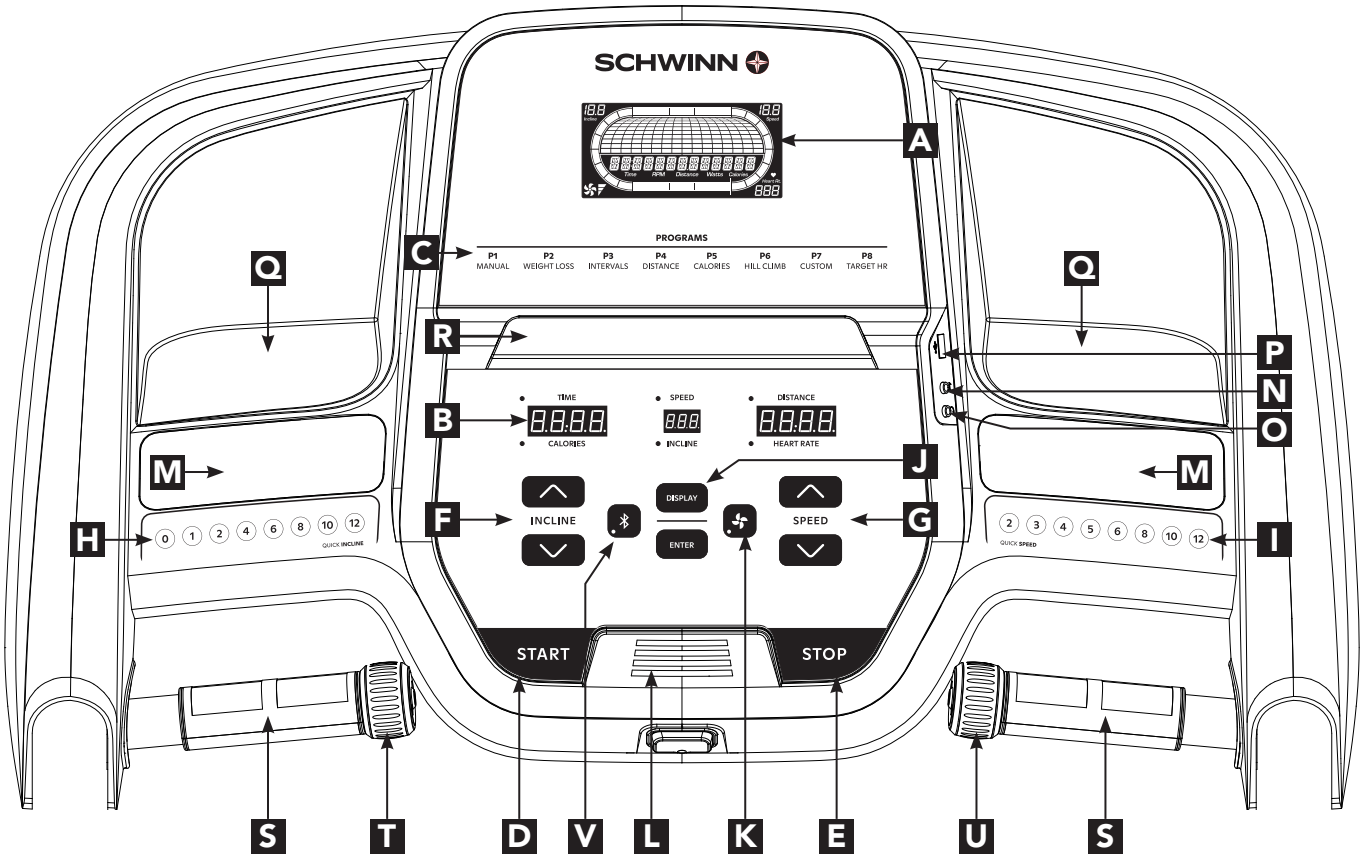
If you have a JRNY™ membership*, it can be accessed through your device when synced to the console of this machine. With that JRNY™ membership, you receive guided workouts adapted to your capabilities, conveniently displayed on your device, and friendly virtual voice coaching designed to support you on your journey to long-term fitness success.

1. Download the app, named "JRNY™".
The app is available on the App Store and Google Play™.

2. Be sure that the Bluetooth® and Location Settings are active on your device. Activate them if necessary.

3. Open the app near the machine, and follow the instructions to sync your device to the machine. If the app will not sync to the machine, restart your device and the machine. Repeat Step 3.

**A JRNY™ membership is required for the JRNY™ experience – see www.bowflex.com/jrny for details. For United States and Canada customers, you can obtain a JRNY™ membership by calling 800-269-4126 or visiting www.bowflex.com/jrny. Where available (including the United States), you can also obtain a JRNY™ membership by downloading the JRNY™ app onto your phone or tablet and signing up within the downloaded app. JRNY™ memberships may not be available in all countries.*


SCHWINN
PROGRAMS
P1 MANUAL
P2 WEIGHT LOSS
P3 INTERVALS
P4 DISTANCE
P5 CALORIES
P6 HILL CLIMB
P7 CUSTOM
P8 TARGET HR
TIME
CALORIES
SPEED
INCLINE
DISTANCE
HEART RATE
INCLINE
DISPLAY
ENTER
SPEED
START
STOP
QUICK INCLINE
QUICK SPEED
A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V

CONSOLE OPERATION

Note: There is a thin protective sheet of clear plastic on the overlay of the console that should be removed before use.

A) LCD DISPLAY: Time, RPM, Distance, Watts, Calories, Incline, Speed, Heart Rate, Fan Speed.

B) LED DISPLAY: Time, Speed, Distance, Calories, Incline, Heart Rate.

C) WORKOUT PROGRAMS: Lists each program available during your workout.

D) START: press to begin exercising, start your workout, or resume exercising after pause.

E) STOP: press to pause/end your workout. Hold for 3 seconds to reset the console.

F) INCLINE +/- KEYS: used to adjust incline in small increments (0.5% increments).

G) SPEED +/- KEYS: used to adjust speed in small increments (0.1 mph increments).

H) INCLINE QUICK KEYS: used to reach desired incline more quickly.

I) SPEED QUICK KEYS: used to reach desired speed more quickly.

J) CHANGE DISPLAY: press to change display feedback during workout.

K) FAN KEY: press to turn fan on and off.

L) FAN: personal workout fan.

M) SPEAKERS: music plays through speakers when your CD / MP3 player is connected to the console.

N) AUDIO IN JACK: plug your CD / MP3 player into the console using the included audio adaptor cable.

O) AUDIO OUT / HEADPHONE JACK: plug your headphones into this jack to listen to your music through the headphones. Note: when headphones are plugged into the headphone jack the sound will no longer come out through the speakers.

P) USB INPUT: 1A/5V USB output power.

Q) WATER BOTTLE POCKETS: holds personal workout equipment.

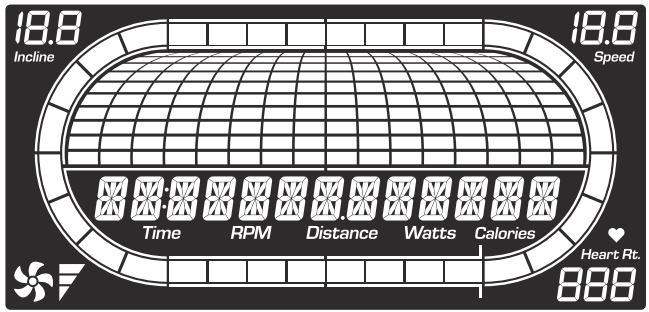
R) TABLET/READING RACK: holds tablet or reading material.

S) HEART RATE PULSE GRIPS: used to measure heart rate.

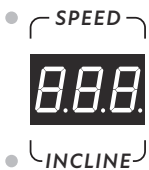
T) INCLINE SCROLL WHEEL: used to adjust incline in small increments (.5%).

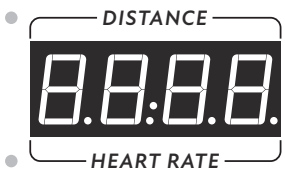
U) SPEED SCROLL WHEEL: used to adjust speed in small increments (.1 MPH).

V) BLUETOOTH: Used to switch between Bluetooth App mode and Heart Rate mode. LED will illuminate when a Bluetooth device is connected









DISPLAY WINDOWS

- **TIME:** Shown as minutes : seconds. View the time remaining or the time elapsed in your workout.
- **SPEED:** Shown as MPH. Indicates how fast your walking or running surface is moving.
- **DISTANCE:** Shown as miles. Indicates distance traveled or distance remaining during your workout.
- **CALORIES:** Total calories burned or calories remaining left to burn during your workout.
- **INCLINE:** Shown as percent. Indicates the incline of your walking or running surface.
- **HEART RATE:** Shown as BPM (beats per minute). Used to monitor your heart rate (displayed when contact is made with both pulse grips).

GETTING STARTED

1) Check to make sure no objects are placed on the belt that will hinder the movement of the treadmill.
2) Plug in the power cord and turn the treadmill ON. (The ON/OFF switch is next to the power cord.)
3) Stand on the side rails of the treadmill.
4) Attach the safety key clip to part of your clothing making sure that it is secure and will not become detached during operation.
5) Insert the safety key into the safety keyhole in the console.
6) You have two options to start your workout:

A) QUICK START UP

Simply press the START key to begin working out.
Time, distance, and calories will all count up from zero. OR...

B) SELECT A WORKOUT OR TARGET

1) Select your PROGRAM with the +/- buttons and press ENTER when your desired PROGRAM is displayed.
2) Adjust the SETTING with the +/- buttons and press ENTER when your desired SETTING is displayed.
3) Press START to begin.

SPECIFICATION FOR PROGRAMS WITH MULTIPLE SEGMENTS

1) The user can increase speed and incline in a certain segment and it **ONLY INCREASES FOR THAT SEGMENT.** For the following segments, the machine will follow the values in the provided table.

2) The user can decrease the speed and incline in any segment and it will decrease the same amount for the following segments.

SCHWINN CONNECTED FITNESS SYSTEM

Your Schwinn machine is Bluetooth ready, allowing you to use Bluetooth 4.0 technology to wirelessly connect your device and other apps to your Schwinn treadmill.

WORKOUT PROFILES

P1) MANUAL: Adjust your speed and incline manually during your workout.

P2) WEIGHT LOSS: A workout designed specifically to target weight. Promotes weight loss by increasing and decreasing incline, while keeping you in your fat burning zone. Includes 20 levels.

WEIGHT LOSS (12%incline Max)

Segment = workout time / 16

Level	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Segment	INCLINE																			
1	0	0	0	0	0	0	1	2	2	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	3.5	5	5	5	5	5
2	0	0	1	2	2.5	3.5	3.5	3.5	4.5	5.5	6	7	7.5	8.5	9.5	11	11	11	11.5	12
3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4.5	4.5	4.5	5.5	7	7.5	8.5	9	10
4	1.5	3.5	4	5	5	5	5	5	6	7	7.5	8.5	9	10	11	12	12	12	12	12
5	1	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4	4.5	4.5	4.5	5.5	7	7.5	8.5	8.5	8.5	9.5	11
6	1.5	3.5	3.5	3.5	5	6.5	7.5	8.5	9	10	10	10	10.5	11.5	12	12	12	12	12	12
7	1	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4	4.5	5	5.5	5.5	5.5	7	8.5	8.5	8.5	9	10
8	1.5	3.5	4	5	5	5	5.5	6.5	7.5	8.5	9	10	10.5	11.5	11.5	12	12	12	12	12
9	1.5	3.5	3.5	3.5	3.5	3.5	4	5	5	5.5	6	7	7	7	8.5	10	10.5	11	11.5	12
10	1	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4	4.5	4.5	4.5	4.5	4.5	6.5	8.5	8.5	8.5	9	10
11	1.5	3.5	3.5	3.5	4	5	5	5	6	7	8.5	10	10.5	11.5	12	12	12	12	12	12
12	1	2	2	2	2	2	2	2	3	4.5	5.5	7	7	7	7.5	8.5	9	10	10	10
13	1.5	3.5	4	5	5.5	6.5	7.5	8.5	8.5	8.5	9	10	10	10	11	12	12	12	12	12
14	1	2	2	2	2.5	3.5	4	5	5	5.5	5.5	5.5	7	8.5	9	10	10.5	11	11.5	12
15	0	0	0	0	1	2	2.5	3.5	4	4.5	4.5	4.5	5	5.5	7	8.5	9	10	10	10
16	0	0	0	0	0	0	1	2	2	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	3.5	5	5	5	5	5

P3) INTERVALS: Improves your strength, speed and endurance by increasing and decreasing the incline throughout your workout to involve your heart and other muscles. Includes 20 levels.

Segment =workout time/16

Intervals (12%Incline)

Level	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Segment	INCLINE																			
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	1	1	1	1	1	1	1	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5
3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	1.5	2	2	2.5	3	3	3.5	3.5	4	4.5	5	5.5	5.5	6	6	6.5	7	7	8	8.5
5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	2.5	2.5	3	3.5	4	4.5	4.5	5	5.5	6	7	7.5	8	8	8.5	9.5	9.5	10	11	11.5
7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10.5	11	12	12	12	12	12
9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10.5	11	12	12	12	12	12
11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
12	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10.5	11	12	12	12	12	12
13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10.5	11	12	12	12	12	12
15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10.5	11	12	12	12	12	12

P4) DISTANCE: Push yourself and go further during your workout with 13 distance workouts. Choose from 1 mile, 2 miles, 5k, 5 miles, 10k, 8 miles, 15k, 10 miles, 20k, half marathon, 15 miles, 20 miles and marathon goals. User sets starting speed levels.

P5) CALORIES: Set goals for burning calories. Calories burned are calculated using distance and speed.

P6) HILL CLIMB: Simulates a hill ascent and descent. This program helps tone muscle and improve cardiovascular ability. Incline changes and segments repeat every 30 seconds.

Segment	Warm Up		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Time	4:00 Mins		30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec
Level 1	0	0	1	1.5	2	2.5	3	3	2.5	2	1.5	1
Level 2	0	0	1.5	2	2.5	3	3.5	3.5	3	2.5	2	1.5
Level 3	0	1	2	2.5	3	3.5	4	4	3.5	3	2.5	2
Level 4	0	1.5	2.5	3	3.5	4	4.5	4.5	4	3.5	3	2.5
Level 5	0	1.5	3	3.5	4	4.5	5	5	4.5	4	3.5	3
Level 6	0	1.5	3.5	4	4.5	5	5.5	5.5	5	4.5	4	3.5
Level 7	0	1.5	4	4.5	5	5.5	6	6	5.5	5	4.5	4
Level 8	0	2	4.5	5	5.5	6	6.5	6.5	6	5.5	5	4.5
Level 9	0	2	5	5.5	6	6.5	7	7	6.5	6	5.5	5
Level 10	0	2	5.5	6	6.5	7	7.5	7.5	7	6.5	6	5.5

P7) CUSTOM: Allows you to create and reuse your perfect workout with a combination of a specific speed, incline and time or distance. The ultimate in personal programming. This is a time or distance based goal program.

P8) TARGET HEART RATE: This program is designed for you to improve your overall cardiovascular fitness levels. You simply set your target heart rate. The program will then monitor and adjust the intensity level to maintain your heart rate within your targeted range while you exercise – a proven method to maximize your weight loss and fitness goals. A chest strap is required and must be worn during the duration of this program. See below for calculating your target heart rate.

Calculating Your Target Heart Rate:

The first step in knowing the right intensity for your training is to find out your maximum heart rate (max HR = 220 – your age). The age-based method provides an average statistical prediction of your max HR and is a good method for the majority of people, especially those new to heart rate training.

The most precise and accurate way of determining your individual max HR is to have it clinically tested by a cardiologist or exercise physiologist through the use of a maximal stress test. If you are over the age of 40, overweight, have been sedentary for several years, or have a history of heart disease in your family, clinical testing is recommended.

This chart gives examples of the heart rate range for a 30 year old exercising at 5 different heart rate zones. For example, a 30-year-old's max HR is 220 – 30 = 190 bpm and 90% max HR is 190 × 0.9 = 171 bpm.

Target Heart Rate Zone	Workout Duration	Example THR (age 30)	Your THR	Recommend For
VERY HARD 90 - 100%	< 5 min	171-190 BPM		Fit persons for athletic training
HARD 80 - 90%	2-10 min	152-171 BPM		Shorter Workouts
MODERATE 70 - 80%	10-40 min	133-152 BPM		Moderately long Workouts
LIGHT 60 - 70%	40-80 min	114-133 BPM		Longer and frequently repeated shorter exercises
VERY LIGHT 50 - 60%	20-40 min	104-114BPM		Weight management and active recovery

Additional target heart rate notes:
1). The treadmill incline will automatically adjust to bring you near your specified heart rate.
2). If there is no heart rate detected, the unit will not change the incline.
3). If your heart rate is 25 beats over your target zone the program will shut down.



TO RESET THE CONSOLE
Hold stop key for 3 seconds.

FINISHING YOUR WORKOUT
When your workout is complete, the unit will beep. Your workout information will stay displayed on the console for 30 seconds and then reset.

CONNECTING VIA BLUETOOTH 4.0LE
1) Check to ensure that your music device is Bluetooth 4.0 compatible
2) Go into your device's Bluetooth settings and scan for devices.
3) On your music device, locate the Bluetooth device list. Select your treadmill or elliptical unit that appears on this list.
   Wait for your music device to finish pairing with the unit.
4) You will know when pairing is successful when your music device shows the treadmill or elliptical unit as now being a paired device.

USING MULTIPLE MUSIC DEVICES
If multiple devices are being paired with the unit (i.e.: multiple users are using the treadmill or elliptical unit and pairing their music devices with it) then you will need to un-pair the current paired device and then re-pair your device through the pairing procedure noted above.

CONNECTING VIA AN AUDIO CABLE
1) Connect the included AUDIO ADAPTOR CABLE to the AUDIO IN JACK on the right side of the console and the headphone jack on your media device.
2) Use your media device buttons to adjust song settings.
3) Remove the AUDIO ADAPTOR CABLE when not in use.
4) If you don't want to use the SPEAKERS, you can plug your headphones into the AUDIO OUT JACK at the right side of the console. This ensures that if you accidentally catch the headphone line while running, you won't drop your device to the ground.

MAINTENANCE & TROUBLESHOOTING



This section explains how to properly maintain your treadmill.

MAINTENANCE

Preventative maintenance is the key to smooth operating equipment, as well as keeping the users' liability to a minimum. Equipment needs to be inspected at regular intervals. Defective components must be replaced immediately. Improperly working equipment must be kept out of use until it is repaired. Ensure that any person(s) making adjustments or performing maintenance or repair of any kind is qualified to do so.

WARNING

To remove power from the treadmill, the power cord must be disconnected from the wall outlet.

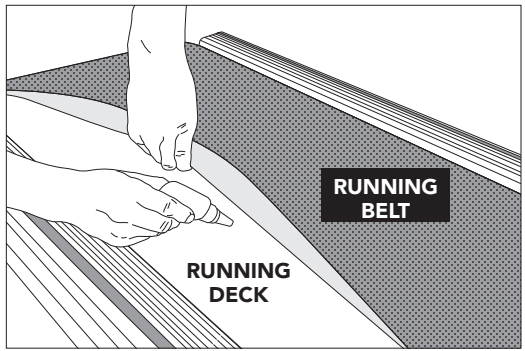
MAINTENANCE SCHEDULE

ACTION	FREQUENCY
Clean and inspect the treadmill: • Turn off the treadmill with the ON/OFF switch, then unplug the power cord at the wall outlet. • Wipe down the running belt, deck, motor cover and console casing with a damp cloth. Never use solvents, as they can cause damage to the treadmill. • Inspect the power cord. If the power cord is damaged, please contact Customer Tech Support at the number listed on the back panel of the OWNER'S MANUAL. • Make sure the power cord is not underneath the treadmill or in any other area where it can become pinched or cut during storage or use. • Check the tension and alignment of the running belt. Make sure that the treadmill belt will not damage any other components on the treadmill by being misaligned. • If any labels are damaged or illegible, please contact Customer Tech Support at the number listed on the back panel of the OWNER'S MANUAL for replacement.	DAILY
Clean underneath the treadmill: • Turn off the treadmill with the ON/OFF switch, then unplug the power cord at the wall outlet. • Fold the treadmill into the upright position, making sure that the lock latch is secure. • Move the treadmill. • Wipe or vacuum any dust particles or other objects that may have accumulated underneath the treadmill. • Return the treadmill to its previous position.	WEEKLY
IMPORTANT! • Turn off the treadmill with the ON/OFF switch, then unplug the power cord at the wall outlet. Wait 60 seconds. • Inspect all assembly bolts of the machine for proper tightness. • Remove the motor cover. Wait until ALL display screens turn off. • Clean the motor and lower board area to eliminate any lint or dust particles that may have accumulated. Failure to do so may result in premature failure of key electrical components. • Wipe down the belt with a damp cloth. Vacuum any black/white particles that may accumulate around the unit. These particles may accumulate from normal treadmill use. • If your treadmill has air shocks under the deck for lift assistance, lubricate the silver air shock tube with Teflon-based spray found at your local hardware or bike store.	MONTHLY

LUBRICATING THE RUNNING BELT

EVERY 3 MONTHS OR 150 MILES

It is necessary to lubricate your treadmill running deck every three months or 150 miles to maintain optimal performance. Once the treadmill records 150 miles it will display the message "LUBE" or "LUBE BELT." The treadmill will not operate while the message is showing. Your treadmill came with a bottle of 100% silicone lubricant, which can be used for two applications.



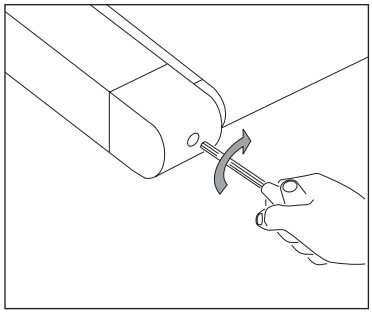
Tools Needed:
- Blue-handled T-wrench or Allen wrench
- 100% silicone oil

PROCEDURE:

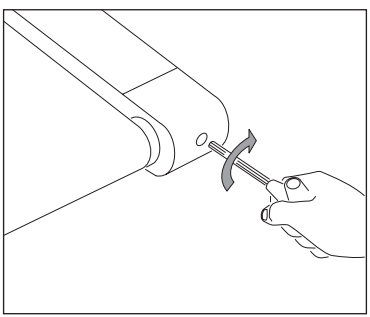
1. Turn off the treadmill with the on/off switch and unplug the power cord at the wall outlet.
2. Using the T-wrench or Allen wrench, loosen the rear roller bolts 10-15 counter-clockwise turns. This should give the belt enough slack for you to lift it.
3. Lift the belt as far as you can and squirt the silicone oil in a zigzag pattern across the entire running deck surface. Use 1/2 bottle of silicone lubricant. Do not apply the silicone oil on top of the running belt. Lay the running belt down and then tighten both rear roller bolts clockwise the same number of turns loosened.
4. After you have applied lubricant, plug in the power cord, and insert the safety key. Reset the Lube Belt message by first pressing and holding the SPEED UP button, then STOP button and hold BOTH buttons for 5-7 seconds.
5. Stay off of the machine and press START. Allow the belt to run at 3 mph for 3 minutes to begin spreading the silicone. Then walk on the machine at a comfortable speed for 3 minutes to complete spreading the silicone and to check the running belt for proper tension and alignment.
6. Once the belt is centered and tensioned, stop the belt. Wipe any excess oil from the sides with a damp cloth.

Press any key to suspend the lubrication warning message until after your next workout. Note: Some older models may require you to hold stop for 5 seconds to suspend message for 5 miles of use.

Please contact Customer Tech Support with questions about applying lubricant to your treadmill.



TIGHTENS LEFT SIDE OF ROLLER



TIGHTENS RIGHT SIDE OF ROLLER

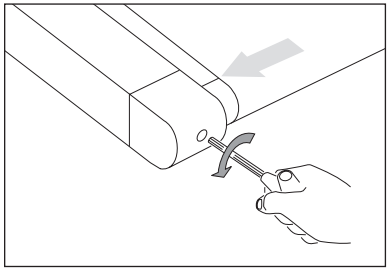
TENSIONING THE RUNNING BELT

For more information and/or how-to videos, visit our Service Videos link in the SUPPORT section of our website. Contact information is located on the back page of this owner's manual.

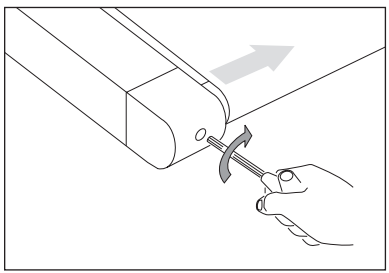
WARNING

Running belt should NOT be moving during tensioning. Overtightening the running belt can cause excessive wear on the treadmill as well as its components. Never over-tighten the belt.

If you can feel a slipping sensation when running on the treadmill, the running belt must be tightened. In most cases, the belt has stretched from use, causing the belt to slip. This is a normal and common adjustment. To eliminate this slipping, turn the treadmill off and tension both the rear roller bolts using the supplied Allen wrench, turning them ¼ turn to the right (clockwise) as shown. Turn the treadmill on and check for slipping. Repeat if necessary, but never turn the roller bolts more than ¼ turn at a time. Belt is properly tensioned when the slipping sensation is gone.



BELT IS TOO FAR TO THE RIGHT SIDE



BELT IS TOO FAR TO THE LEFT SIDE

CENTERING THE RUNNING BELT

For more information and/or how-to videos, visit our Service Videos link in the SUPPORT section of our website. Contact information is located on the back page of this owner's manual.

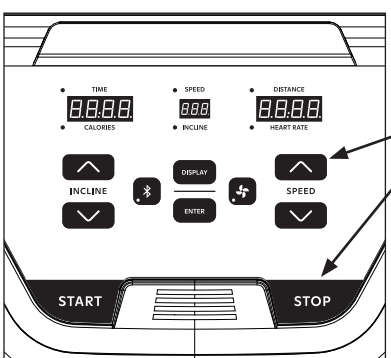
CAUTION

Do not run belt faster than 1 mph while centering. Keep fingers, hair and clothing away from belt at all times.

If the running belt is too far to the right side: Using the supplied Allen wrench and with the treadmill running at 1 mph turn the LEFT adjustment bolt counter-clockwise a ¼ turn and wait for the belt to adjust itself. Repeat if necessary, until the belt remains centered during use.

If the running belt is too far to the left side: Using the supplied Allen wrench and with the treadmill running at 1 mph turn the LEFT adjustment bolt clockwise a ¼ turn and wait for the belt to adjust itself. Repeat if necessary, until the belt remains centered during use.

- If you find the belt is slipping because it is too loose, center it then tension as needed.
- For easier adjustment bolt access, remove the end caps.



TO RESET THE LUBE BELT WARNING

The treadmill will flash "LUBE BELT" reminder every 150 mi. After lubricating belt, reset warning by holding down STOP and SPEED UP buttons for 3-5 seconds.

TROUBLESHOOTING

COMMON PRODUCT QUESTIONS

ARE THE SOUNDS MY TREADMILL MAKES NORMAL?

All treadmills make a certain type of thumping noise due to the belt riding over the rollers especially new treadmills. This noise will diminish over time, although it may not totally go away. Over time, the belt will stretch, causing the belt to ride smoother over the rollers.

WHY IS THE TREADMILL I PURCHASED LOUDER THAN THE ONE AT THE STORE?

All fitness products seem quieter in a large store showroom because there is generally more background noise than in your home. Also, there will be less reverberation on a carpeted concrete floor than on a wood overlay floor. Sometimes a heavy rubber mat will help reduce reverberation through the floor. If a fitness product is placed close to a wall, there will be more reflected noise.

WHEN SHOULD I BE WORRIED ABOUT A NOISE?

As long as the sounds your treadmill makes are no louder than a normal conversational tone of voice, it is considered normal noise.

BASIC TROUBLESHOOTING

PROBLEM: The console does not light up.

SOLUTION: Verify the following: Does the red light on the ON/OFF switch light up?

NOTE: Some treadmill models do not have a switch that lights up. If this is the case, please proceed with the yes and no solutions below.

If yes:

- Turn the power off, unplug the power cable and wait 60 seconds. Remove motor cover. Wait until all red LED lights have gone off on the motor control board before proceeding. Next verify that none of the wires connecting to the lower board are loose or disconnected.
- Double-check that all connections are secure, especially the console cable. Unplug and reconnect the console cable to verify.
- Make sure the console cable is not pinched or damaged in any way.
- Plug the treadmill in, turn the power switch on and look for any lit LEDs on the motor control board.

If no:

- Verify that the outlet the machine is plugged into is functional. Double-check that the breaker has not tripped, it is on a dedicated 15-amp circuit, it is not on a GFCI-equipped outlet, and it is not plugged into a power strip/surge protector or extension cord.
- Verify that the power cord is not pinched or damaged and is properly plugged into the outlet AND the machine.
- Verify that the power switch is turned to the ON position.

PROBLEM: The console reads SAFETY KEY OFF or only displays dashes.

SOLUTION: Verify the following:

- Verify the safety key is securely in place.
- If using a magnetic key, make sure the key is magnetized.

FOR TREADMILLS WITH SPEAKERS:

PROBLEM: There is no sound coming from the speakers.

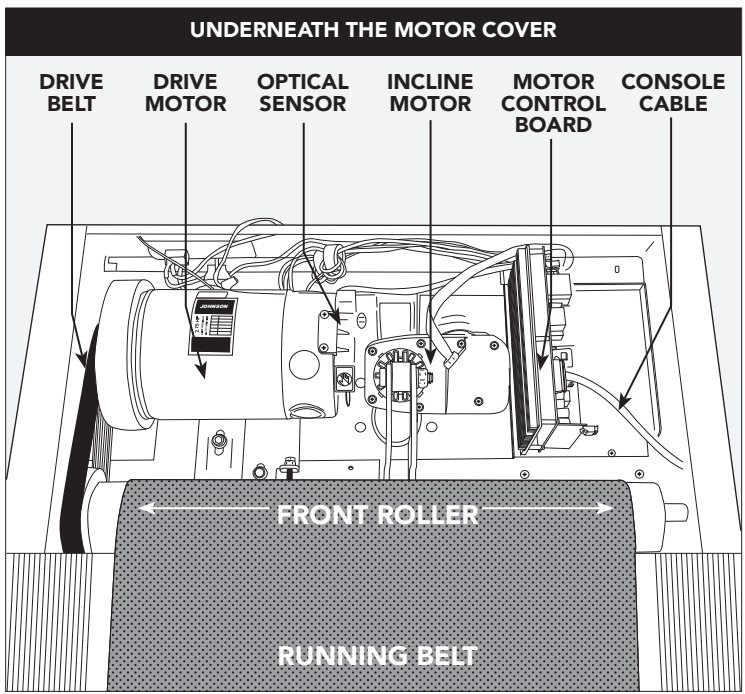
SOLUTION: Verify the following:

- Make sure the volume of audio player is turned up.
- Confirm the correct device is connected via bluetooth.

PROBLEM: The belt does not move or moves briefly, but the console works.

SOLUTION: Verify the following:

- Make sure you are following the recommendations and power guidelines of this OWNER'S MANUAL. The unit should be on a dedicated 15-amp circuit and not on a GFCI-equipped outlet. Do not plug the machine into a power strip/surge protector or extension cord.
- Check for any belt movement. If so, make note of how far or how long it moves before stopping.
- Try to move the belt by hand. If not, the drive belt may have come off or the motor bearings may have seized.
- Turn the treadmill off and unplug it from the outlet. Remove the plastic motor cover located in front of the machine by taking out the Phillips screws. Check the drive belt for proper alignment.
- With the cover still off, check over the wire and cable connections, as they may have become loose or disconnected during shipping or assembly. Make sure connections are secure and no wires are crimped, damaged, disconnected or burnt.



PROBLEM: For treadmills with an incline motor, the incline does not move, won't go down or does not seem to be at the right level.
SOLUTION: Verify the following:

- Make sure you are following the recommendations and power guidelines on this OWNER'S MANUAL. The unit should be on a dedicated 15-amp circuit and not on a GFCI-equipped outlet. Do not plug the machine into a power strip/surge protector or extension cord.
- Make sure the console shows a change on the display when the elevation buttons are pressed.
- Turn the treadmill off and unplug it from the outlet. Verify the console cable connections at the top of the mast are connected securely. Make sure all of the multicolored wires are fully inserted into the cable harness.
- Remove the plastic motor cover located in front of the machine by taking out the Phillips screws. Check over the wire and cable connections, as they may have become loose or disconnected during shipping or assembly. Make sure connections are secure and no wires are crimped, damaged, disconnected or burnt.

PROBLEM: The treadmill circuit breaker trips during a workout.
SOLUTION: Verify the following:

- Make sure the treadmill is plugged into a dedicated 15-amp circuit.
- Verify that you do not have the machine on an extension cord or surge protector.
- Confirm that the machine is not plugged into a GFCI-equipped outlet or on a circuit that has a GFCI-equipped outlet on it.

PROBLEM: The running belt does not stay centered during a workout.
SOLUTION: Verify the following:

- Make sure the treadmill is on a level surface.
- Verify that the belt is properly tightened and centered (Refer to the TENSIONING and CENTERING THE RUNNING BELT sections for detailed directions).

PROBLEM: Operating speed appears inaccurate.
SOLUTION:

- Turn the treadmill off and unplug it from the wall.
- Remove the screws from the motor cover screws using a Phillips screwdriver.
- Verify that the optical sensor is plugged into the motor control board.
- Inspect the speed sensor cable/connection for any visible damage.

TROUBLESHOOTING HEART RATE (GRIP-PULSE ONLY)

Check your exercise environment for sources of interference such as fluorescent lights, computers, underground fencing, home security systems or appliances containing large motors. These items may cause erratic heart rate readouts.

You may experience an erratic readout under the following conditions:

- Gripping the heart rate handlebars too tight. Try to maintain moderate pressure while holding onto the heart rate handlebars.
- Constant movement and vibration due to constantly holding the heart rate handlebars while exercising. If you are receiving erratic heart rate readouts, try to only hold the grips long enough to monitor your heart rate.
- When you are breathing heavily during a workout.
- When your hands are constricted by wearing a ring.
- When your hands are dry or cold. Try to moisten your palms by rubbing them together to warm.
- Anyone with heavy arrhythmia.
- Anyone with arteriosclerosis or peripheral circulation disorder.
- Anyone whose skin on the measuring palm is especially thick.

NEED ASSISTANCE?

If this troubleshooting section does not remedy the problem, discontinue use and turn the power off.

Please reference contact Customer Tech Support at the number listed on the back panel of the OWNER'S MANUAL.

The following information may be asked of you when you call. Please have these items readily available:

- Model Name
- Serial Number
- Proof of Purchase

Some common troubleshooting questions that may be asked are:

- How long has this problem been occurring?
- Does this problem occur with every use? With every user?
- If you are hearing a noise, does it come from the front or the back? What kind of noise is it (thumping, grinding, squeaking, chirping etc.)?
- Has the machine been maintained per the MAINTENANCE schedule?

Answering these and other questions will give the technicians the ability to send proper replacement parts and the service necessary to get you and your treadmill running again!

LIMITED HOME-USE WARRANTY



WEIGHT CAPACITY = 325 lbs (147 kilograms)

FRAME • LIFETIME

Schwinn Fitness warrants the frame against defects in workmanship and materials for the lifetime of the original owner, so long as the device remains in the possession of the original owner. (The frame is defined as the welded metal base of the unit and does not include any parts that can be removed.)

MOTOR • LIFETIME

Schwinn Fitness warrants the original motor against defects in workmanship and materials for the lifetime of the original owner, so long as the device remains in the possession of the original owner. Labor or installation of motor is not covered under the motor warranty. Defects in workmanship and/or materials in the original motor must be confirmed and identified as the cause of the product malfunction by Schwinn Fitness or by one of its certified technicians before a replacement motor will be authorized under warranty. Only one (1) replacement motor is authorized under this warranty.

ELECTRONICS & PARTS • 1 YEAR

Schwinn Fitness warrants the electronic components, finish and all original parts for a period of one year from the date of original purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner.

LABOR • 1 YEAR

Schwinn Fitness shall cover the labor cost for the repair of the device for a period of one year from the date of the original purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner.

EXCLUSIONS AND LIMITATIONS

Who IS covered:

- The original owner and is not transferable.

What IS covered:

- Repair or replacement of a defective motor, electronic component, or defective part and is the sole remedy of the warranty.

What IS NOT covered:

- Normal wear and tear, improper assembly or maintenance, or installation of parts or accessories not originally intended or compatible with the equipment as sold.
- Damage or failure due to accident, abuse, corrosion, discoloration of paint or plastic, neglect, theft, vandalism, fire, flood, wind, lightning, freezing, or other natural disasters of any kind, power reduction, fluctuation or failure from whatever cause, unusual atmospheric conditions, collision, introduction of foreign objects into the covered unit, or modifications that are unauthorized or not recommended by Schwinn Fitness.
- Incidental or consequential damages. Schwinn Fitness is not responsible or liable for indirect, special or consequential damages, economic loss, loss of property, or profits, loss of enjoyment or use, or other consequential damages of whatsoever nature in connection with the purchase, use, repair or

maintenance of the equipment. Schwinn Fitness does not provide monetary or other compensation for any such repairs or replacement parts costs, including but not limited to gym membership fees, work time lost, diagnostic visits, maintenance visits or transportation.

- Equipment used for commercial purposes or any use other than a single family or Household, unless endorsed by Schwinn Fitness for coverage.
- Equipment owned or operated outside the US and Canada.
- Delivery, assembly, installation, setup for original or replacement units or labor or other costs associated with removal or replacement of the covered unit.
- Any attempt to repair this equipment creates a risk of injury. Schwinn Fitness is not responsible or liable for any damage, loss or liability arising from any personal injury incurred during the course of, or as a result of any repair or attempted repair of your fitness equipment by other than an authorized service technician. All repairs attempted by you on your fitness equipment are undertaken AT YOUR OWN RISK and Schwinn Fitness shall have no liability for any injury to the person or property arising from such repairs.
- If you are out of the manufacturer's warranty but have an extended warranty, refer to your extended warranty contract for contact information regarding requests for extended warranty service or repair.

SERVICE/RETURNS

- In-home service is available within 150 miles of the nearest authorized Service Provider (Mileage beyond 150 miles from an authorized service center is the responsibility of the consumer).
- All returns must be pre-authorized by Schwinn Fitness.
- Schwinn Fitness' obligation under this warranty is limited to replacing or repairing, at Schwinn Fitness' option, the same or comparable model.
- Schwinn Fitness may request defective components be returned to Schwinn Fitness upon completion of warranty service using a prepaid return shipping label. If you have been advised to return parts and did not receive a label, please contact Customer Tech Support.
- Replacement units, parts and electronic components reconditioned to as-new condition by Schwinn Fitness or its vendors may sometimes be supplied as warranty replacement and constitute fulfillment of warranty terms.
- This warranty gives you specific legal rights, and your rights may vary from state to state.

FRANÇAIS

41 PRÉCAUTIONS IMPORTANTES
45 ASSEMBLAGE
55 CONFIGURATION ET UTILISATION DU TAPIS ROULANT
65 ENTRETIEN ET DÉPANNAGE
75 GARANTIE

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES



CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

Lors de l'utilisation d'un appareil électrique, il faut toujours prendre certaines précautions de base, dont la suivante : lire toutes les instructions avant d'utiliser ce tapis roulant. Il incombe au propriétaire de veiller à ce que tous ceux qui utilisent ce tapis roulant soient bien informés de tous les avertissements et de toutes les précautions à prendre. Si vous avez des questions après la lecture de ce guide, communiquez avec l'assistance technique au numéro indiqué au verso du MANUEL DU PROPRIÉTAIRE.

Ce tapis roulant est destiné à un usage à domicile uniquement. N'utilisez pas ce tapis roulant dans un environnement commercial, de location, scolaire ou institutionnel. Le non-respect de ces instructions annulera la garantie.

⚠ DANGER

POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE DÉCHARGES ÉLECTRIQUES :

Débranchez toujours l'équipement de la prise électrique avant de le nettoyer, d'en effectuer l'entretien ou d'installer ou retirer des pièces.

⚠ AVERTISSEMENT

POUR RÉDUIRE LES RISQUES DE BRÛLURES, D'INCENDIE, DE DÉCHARGES ÉLECTRIQUES ET DE BLESSURES :

- N'utilisez cet équipement que pour l'usage auquel il est destiné, tel que décrit dans ce Manuel du propriétaire.
- L'équipement ne doit JAMAIS être utilisé par des enfants de moins de 14 ans.
- À AUCUN moment des animaux domestiques ou des enfants de moins de 14 ans ne doivent s'approcher à moins de 3 mètres (10 pieds) de l'équipement.
- Cet équipement n'est pas conçu pour être utilisé par des personnes avec des capacités physiques, sensorielles ou intellectuelles réduites, ou avec un manque d'expérience ou de connaissances, à moins qu'elles ne soient supervisées ou qu'elles aient reçu des instructions quant à l'utilisation de l'équipement par une personne responsable de leur sécurité.
- Portez toujours des chaussures de sport lorsque vous utilisez cet équipement. N'utilisez JAMAIS l'équipement d'exercice pieds nus.
- Ne portez pas de vêtements qui pourraient s'accrocher aux pièces mobiles de cet équipement.
- Les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexacts. Un exercice excessif peut entraîner des blessures graves ou la mort.
- Un exercice incorrect ou excessif peut entraîner des blessures graves ou la mort. Si vous ressentez une quelconque douleur, y compris, mais sans s'y limiter, des douleurs thoraciques, des nausées, des étourdissements ou un essoufflement, arrêtez immédiatement l'exercice et consultez votre médecin avant de continuer.
- Ne sautez pas sur l'équipement.
- À aucun moment, plus d'une personne ne doit se trouver sur l'équipement.
- Installez et utilisez cet équipement sur une surface plane et ferme.
- N'utilisez jamais l'équipement s'il ne fonctionne pas correctement ou s'il est endommagé.
- Utilisez le guidon pour maintenir votre équilibre tandis que vous montez sur ou descendez de l'équipement, ainsi que pour obtenir une meilleure stabilité pendant l'exercice.
- Pour éviter les blessures, n'exposez aucune partie de votre corps (par exemple, les doigts, les mains, les bras ou les pieds) au mécanisme d'entraînement ou à d'autres pièces potentiellement mobiles de l'équipement.
- Branchez ce produit d'exercice uniquement à une prise correctement mise à la terre.
- Cet équipement ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Arrêtez l'équipement et débranchez-le de la prise lorsqu'il n'est pas utilisé et avant toute intervention d'entretien ou de nettoyage, ou avant de déplacer l'équipement.
- N'utilisez pas l'équipement s'il est endommagé ou s'il a des pièces usées ou cassées. N'utilisez que des pièces de rechange fournies par l'assistance technique à la clientèle ou par un revendeur agréé.
- N'utilisez jamais cet équipement s'il est tombé, s'il est endommagé ou s'il ne fonctionne pas correctement, si sa fiche ou son cordon est endommagé, s'il est installé dans un environnement humide ou mouillé, ou s'il a été immergé dans l'eau.

AVERTISSEMENT

PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIOS, DESCARGAS ELÉCTRICAS O LESIONES A LAS PERSONAS:

- Mantenga el cable de alimentación alejado de superficies calientes. No hale ni tensione el cable de alimentación.
- No retire ninguna cubierta protectora a menos que se lo indique Asistencia Técnica al Cliente. El servicio solo debe ser realizado por un técnico de servicio autorizado.
- Para evitar descargas eléctricas, nunca deje caer ni inserte ningún objeto en ninguna abertura.
- No lo opere donde se estén usando productos en aerosol (spray) o cuando se esté administrando oxígeno.
- Este equipo no debe ser utilizado por personas que pesen más de la capacidad de peso máxima especificada en el Manual del propietario. El incumplimiento anulará la garantía.
- Este equipo debe utilizarse en un ambiente con temperatura y humedad controladas. No utilice este equipo en lugares como: exteriores, garajes, cocheras, porches, baños, o cerca de piscinas, jacuzzis, saunas, etc. El incumplimiento anulará la garantía.
- Comuníquese con Asistencia Técnica al Cliente o con un distribuidor autorizado para solicitar revisiones, reparaciones o servicio.
- Nunca opere este equipo de ejercicio con la abertura de aire bloqueada. Mantenga la abertura de aire y los componentes internos limpios y sin pelusa, cabello o elementos similares.
- No modifique este dispositivo de ejercicio ni utilice accesorios o aditamentos no aprobados. Modificar el equipo o usar aditamentos o accesorios no aprobados anulará la garantía y puede causar lesiones.
- Limpie las superficies con jabón y un paño ligeramente humedecido únicamente. Nunca utilice disolventes.
- Al hacer ejercicio, mantenga siempre un ritmo cómodo y controlado.
- Para evitar lesiones, tenga mucho cuidado al subir o bajar de una banda en movimiento. Párese en las barandillas cuando encienda la caminadora.
- Para evitar lesiones, coloque el clip de seguridad en la ropa antes de usarla.
- Desconecte la llave de seguridad de la caminadora cuando no la use para evitar que otras personas la utilicen sin supervisión.
- Asegúrese de que el borde la banda esté paralela a la posición lateral del riel lateral y no se mueva debajo de este. Si la banda no está centrada, debe ajustarse antes de su uso.
- Cuando no hay ningún usuario en la caminadora (sin carga) y cuando está funcionando a 12 km/h (7,5 mph), el nivel de presión sonora ponderado A no es mayor de 70 dB cuando el nivel de sonido se mide a la altura típica de la cabeza.
- La medición de la emisión de ruido de la caminadora es mayor con carga que sin carga.
- Al bajar la plataforma de la caminadora, espere hasta que las patas traseras estén firmemente en el piso antes de subirse a la plataforma.
- Asegúrese de que la caminadora se detenga por completo antes de plegarla. No opere la caminadora plegada.
- Cuando mueva la caminadora, NO la levante, no la ponga boca abajo y no la coloque de lado. La caminadora está equipada con resortes de alta presión que pueden hacer que el armazón de la base inferior se abra por un resorte si se manipula mal, lo que puede causar lesiones. Transporte la unidad ÚNICAMENTE en el suelo, y ÚNICAMENTE después de que esté completamente ensamblada y en la posición vertical plegada con el pestillo de bloqueo asegurado.

INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE

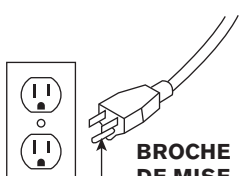
Cet appareil doit être mis à la terre. Si le tapis roulant ne fonctionne pas correctement ou s'il se brise, la mise à la terre offre un passage de résistance moindre au courant électrique, réduisant ainsi le risque d'électrocution. Cet appareil est équipé d'un cordon d'alimentation avec conducteur de mise à la terre et d'une fiche mise à la terre pour protéger l'équipement. La fiche doit être branchée dans une prise de courant correctement installée et mise à la terre et qui est conforme aux codes et règlements locaux.

⚠ DANGER

Un raccord inapproprié du conducteur de mise à la terre de l'équipement présente un risque d'électrocution. Faites appel à un électricien ou à un fournisseur de service qualifié si vous n'êtes pas certain que l'appareil est correctement mis à la terre. Ne modifiez pas la fiche d'alimentation fournie avec l'appareil. Si elle ne convient pas à votre prise de courant, faites installer une prise de courant appropriée par un électricien qualifié.

Ce produit doit être utilisé sur un circuit nominal de 110-120 V et comporte une fiche de mise à la terre semblable à la fiche qui apparaît sur l'illustration. Assurez-vous que le produit est branché dans une prise dont la configuration est la même que celle de la fiche. Aucun adaptateur ne doit être utilisé avec ce produit.

Cet appareil doit être alimenté par un circuit dédié. Pour déterminer si c'est bien le cas, coupez l'alimentation de ce circuit et observez si d'autres appareils s'éteignent. Si oui, branchez ces appareils sur un autre circuit. Remarque : un même circuit comporte habituellement plusieurs prises. Ce tapis roulant doit être branché sur un circuit d'au moins 15 A.



⚠ AVERTISSEMENT

Ne branchez cet exerciseur que dans une prise de mise à la terre adéquate.

Ne faites jamais fonctionner l'appareil si le cordon d'alimentation ou la fiche est endommagé, et ce, même s'il fonctionne correctement. Ne faites jamais fonctionner un produit qui semble endommagé ou qui a été plongé dans l'eau. Communiquez avec l'assistance technique pour obtenir des pièces de remplacement ou une réparation.

ASSEMBLAGE

⚠ AVERTISSEMENT

Plusieurs étapes du processus d'assemblage demandent une attention particulière. Il est très important de respecter les instructions de montage et de s'assurer que l'appareil est monté correctement pour réduire le risque de blessure. Assurez-vous que toutes les pièces sont bien serrées avant d'utiliser l'appareil afin de garantir que ce dernier est stable et structurellement solide.

Avant de commencer, repérez le numéro de série de votre tapis roulant qui se trouve sur un autocollant de code à barres blanc situé près de l'interrupteur marche/arrêt et du cordon d'alimentation et inscrivez-le dans l'espace ci-dessous.

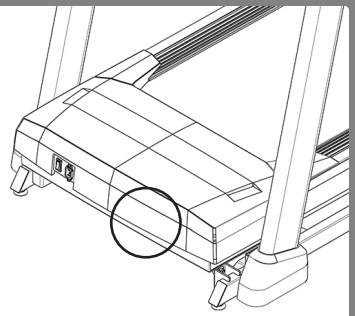
INSCRIVEZ LE NUMÉRO DE SÉRIE ET LE NOM DU MODÈLE DANS LES CASES CI-DESSOUS :

NUMÉRO DE SÉRIE :

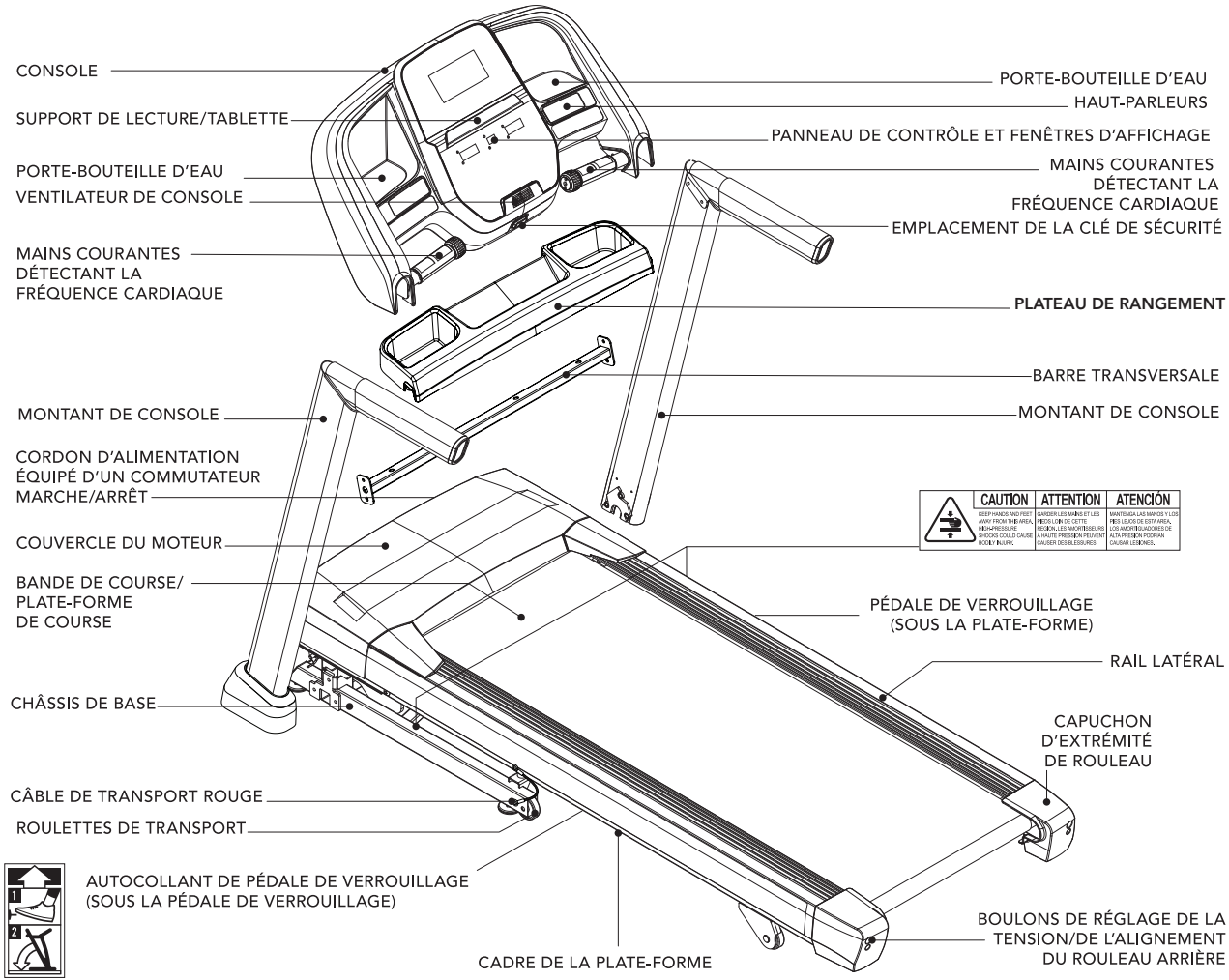
TM	

NOM DE MODÈLE : **SCHWINN** | **TAPIS ROULANT**

EMPLACEMENT DU NUMÉRO DE SÉRIE



» Faites référence au NUMÉRO DE SÉRIE et au NOM DU MODÈLE lors de tout appel à un service de réparations.


CONSOLE
SUPPORT DE LECTURE/TABLETTE
PORTE-BOUTEILLE D'EAU
VENTILATEUR DE CONSOLE
MAINS COURANTES DÉTECTANT LA FRÉQUENCE CARDIAQUE
MONTANT DE CONSOLE
CORDON D'ALIMENTATION ÉQUIPÉ D'UN COMMUTATEUR MARCHE/ARRÊT
COUVERCLE DU MOTEUR
BANDE DE COURSE/ PLATE-FORME DE COURSE
CHÂSSIS DE BASE
CÂBLE DE TRANSPORT ROUGE
ROULETTES DE TRANSPORT
AUTOCOLLANT DE PÉDALE DE VERROUILLAGE (SOUS LA PÉDALE DE VERROUILLAGE)
CADRE DE LA PLATE-FORME
PORTE-BOUTEILLE D'EAU
HAUT-PARLEURS
PANNEAU DE CONTRÔLE ET FENÊTRES D'AFFICHAGE
MAINS COURANTES DÉTECTANT LA FRÉQUENCE CARDIAQUE
EMPLACEMENT DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ
PLATEAU DE RANGEMENT
BARRE TRANSVERSALE
MONTANT DE CONSOLE
CAUTION
ATTENTION
ATENCIÓN
PÉDALE DE VERROUILLAGE (SOUS LA PLATE-FORME)
RAIL LATÉRAL
CAPUCHON D'EXTRÉMITÉ DE ROULEAU
BOULONS DE RÉGLAGE DE LA TENSION/DE L'ALIGNEMENT DU ROULEAU ARRIÈRE

OUTILS INCLUS :

- ☐ Clé en T de 6 mm
- ☐ Clé en L de 6 mm
- ☐ Clé en L de 5 mm

PIÈCES INCLUSES :

- ☐ 1 console
- ☐ 2 montants de console
- ☐ 1 barre transversale
- ☐ 1 ensemble de pièces de quincaillerie
- ☐ 1 clé de sécurité
- ☐ 1 câble d'adaptateur audio
- ☐ 1 bouteille de lubrifiant à la silicone (suffisante pour 2 applications)

BESOIN D'AIDE?

En cas de questions ou s'il manque des pièces, adressez-vous à l'assistance technique. Les informations pour communiquer avec ce service figurent au verso du présent manuel.

⚠ AVERTISSEMENT

LE NON-RESPECT DE CES CONSIGNES POURRAIT ENTRAÎNER DES BLESSURES!

⚠ AVERTISSEMENT

N'ESSAYEZ PAS DE SOULEVER LE TAPIS ROULANT! Ne déplacez pas et ne soulevez pas le tapis roulant de l'emballage avant que cela ne soit demandé dans les instructions de montage. Vous pouvez retirer le film plastique des montants de la console.

⚠ AVERTISSEMENT

N'ouvrez jamais la boîte d'emballage lorsqu'elle est tournée à l'envers ou sur le côté.

Déballez et assemblez l'appareil là où il sera utilisé.

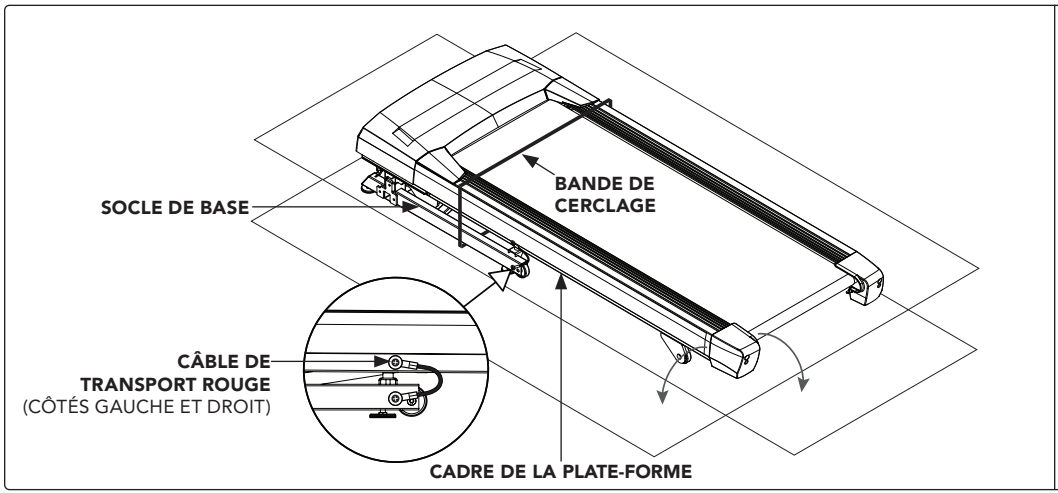
Le tapis roulant ci-joint est équipé de ressorts à haute pression qui pourraient provoquer l'ouverture soudaine de la partie inférieure du socle si le tapis roulant est mal manipulé.

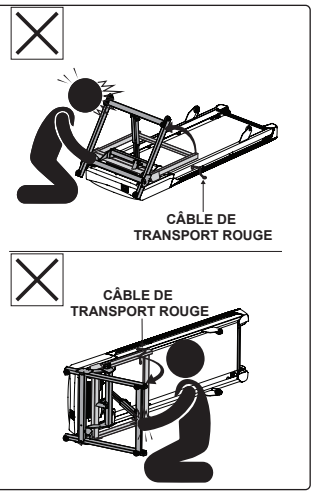
Des câbles de transport rouges sont installés entre le cadre supérieur de la plate-forme et le cadre inférieur de la plate-forme pour empêcher tout mouvement du cadre inférieur de la plate-forme. Ne retirez PAS les câbles de transport rouges avant d'y être invité.

REMARQUE : Lors de chaque étape de l'assemblage, assurez-vous que TOUS les écrous et boulons sont en place et partiellement filetés avant de serrer complètement UN seul boulon.

REMARQUE : Une légère application de graisse peut faciliter l'installation du matériel. Toute graisse, telle que la graisse pour vélo au lithium, est recommandée.

ÉTAPE **D'ASSEMBLAGE - DÉBALLAGE**





A Placez le carton du tapis roulant sur une surface plane avec le fond de la boîte reposant sur le sol.

B Coupez les sangles de cerclage à l'extérieur de la boîte, puis retirez le couvercle de la boîte.

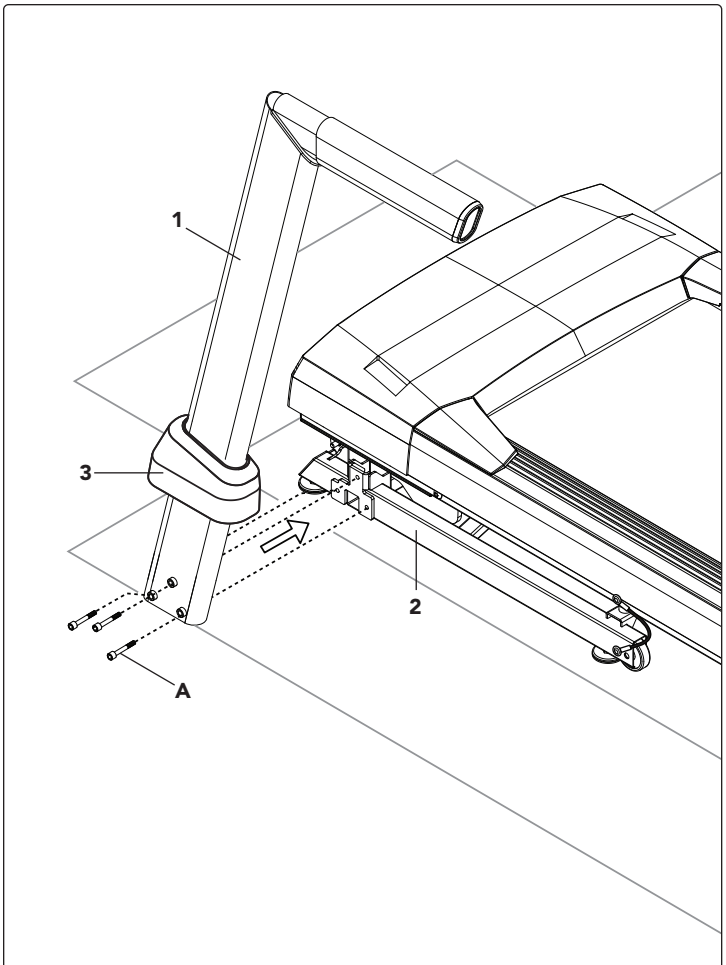
C Ne soulevez PAS le tapis roulant hors de la boîte. Au lieu de cela, abattez les coins de la boîte du tapis roulant comme illustré. Le tapis roulant doit être assemblé sur sa boîte aplatie, comme illustré, afin de ne pas abîmer la surface du sol.

D Coupez les sangles de cerclage à l'intérieur de la boîte, puis retirez tout sauf le cadre du tapis roulant.

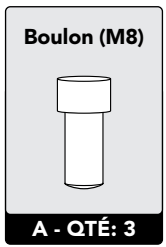
E Soulevez partiellement la plate-forme du tapis roulant vers le haut, par l'arrière, pour retirer tout le contenu du dessous de la plate-forme du tapis roulant. Des câbles de transport rouges de chaque côté du tapis roulant empêchent la plate-forme du tapis roulant de se soulever complètement.

⚠ AVERTISSEMENT

Ne tournez JAMAIS le tapis roulant à l'envers ou sur le côté. N'utilisez PAS d'outils pour retirer les câbles de transport rouges avant d'y être invité. Si un composant nécessite des outils pour être retiré, attendez que les instructions de montage vous indiquent comment retirer ce composant de manière sécuritaire.



ASSEMBLAGE **ÉTAPE 1**

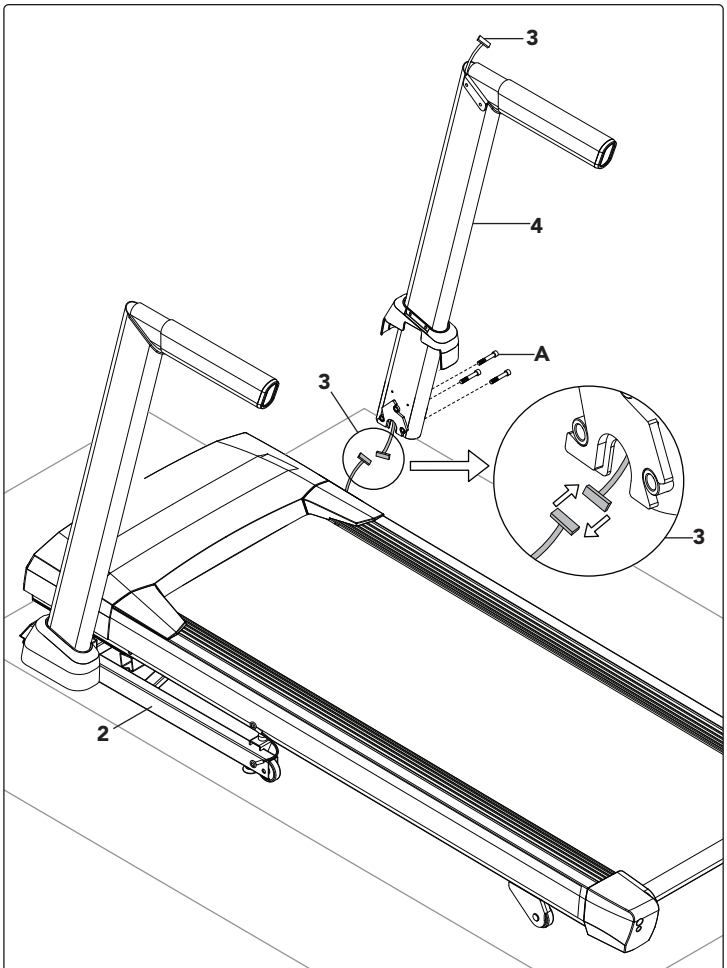


1.1 Ouvrez **LE SACHET CONTENANT LA QUINCAILLERIE À UTILISER LORS DE L'ÉTAPE 1**

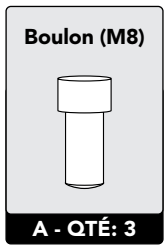
1.2 Glissez la **BOTTE DE MÂT DE CONSOLE GAUCHE (3)** sur le **MÂT DE CONSOLE GAUCHE (1).**

1.3 Attachez le **MONTANT DE CONSOLE GAUCHE (1)** au **CADRE DE LA BASE (2)** avec **3 BOULONS (A).**

REMARQUE : ne serrez complètement les boulons qu'après **ASSEMBLAGE ÉTAPE 4.**



ASSEMBLAGE **ÉTAPE 2**



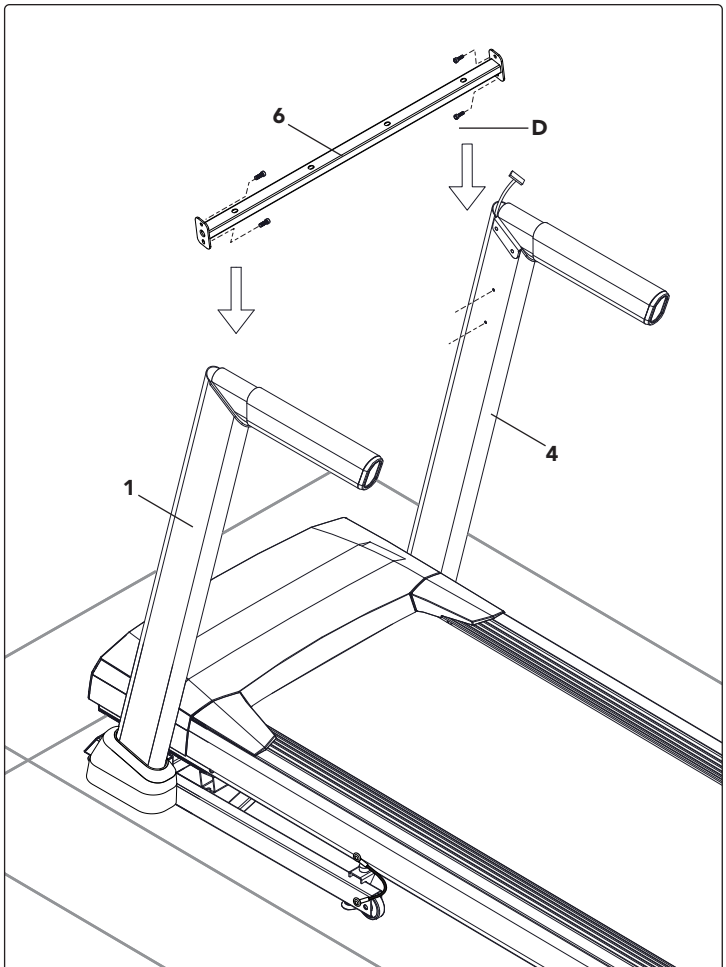
2.1 Ouvrez **LE SACHET CONTENANT LA QUINCAILLERIE À UTILISER LORS DE L'ÉTAPE 2.**

2.2 Tirez le **CÂBLE DE LA CONSOLE (3)** à l'écart du cadre de la base du tapis roulant. Branchez le **CÂBLE DE LA CONSOLE (3)** du **CADRE PRINCIPAL (2)** au **CÂBLE DE LA CONSOLE (3)** dans le bas du **MONTANT DROIT DE LA CONSOLE (4)**. L'autre extrémité du **CÂBLE DE LA CONSOLE (3)** doit être située sur le dessus du montant.

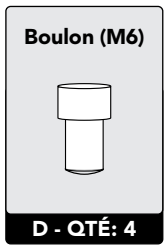
2.3 Fixez le **MONTANT DROIT DE LA CONSOLE (4)** au **CADRE PRINCIPAL (2)** à l'aide de **3 BOULONS (A)**.

REMARQUE : Veillez à ne pincer aucun des fils pendant l'assemblage de la console.

REMARQUE : ne serrez complètement les boulons qu'après **ASSEMBLAGE ÉTAPE 4.**



ASSEMBLAGE **ÉTAPE 3**

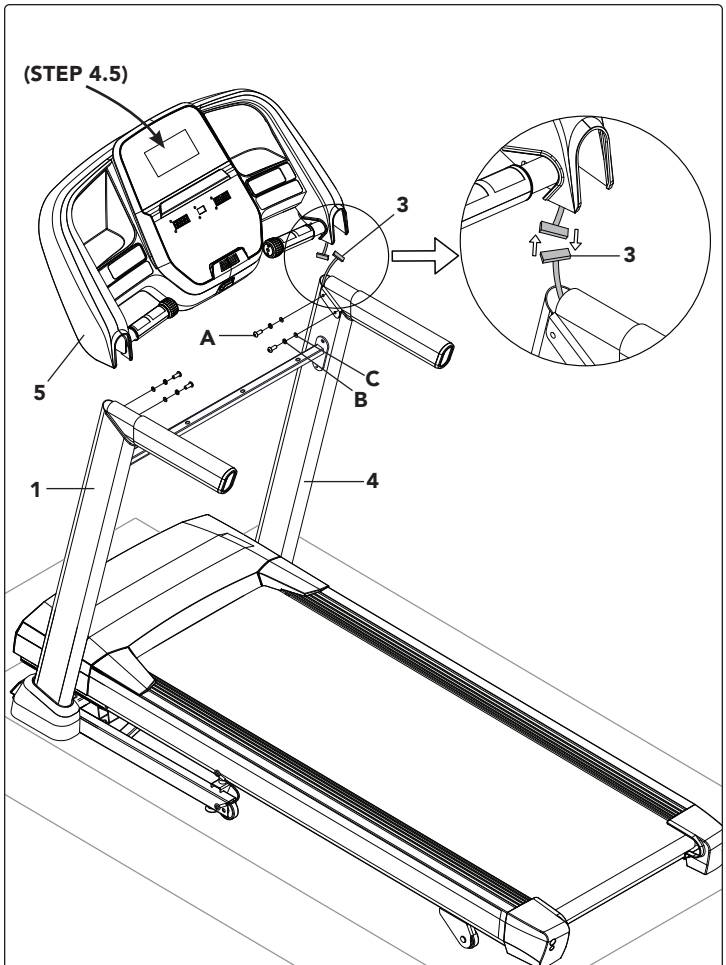


3.1 Ouvrez **LE SACHET CONTENANT LA QUINCAILLERIE À UTILISER LORS DE L'ÉTAPE 3.**

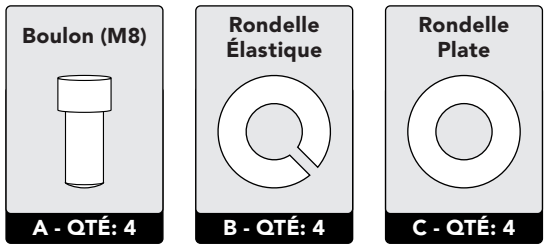
3.2 Fixez le **CÔTÉ GAUCHE** de la **BARRE TRAVERSALE (6)** au **MONTANT VERTICAL (1)** à l'aide de **2 BOULONS (A)** sans les serrer.

3.3 Fixez le **CÔTÉ GAUCHE** de la **BARRE TRAVERSALE (6)** au **MONTANT VERTICAL (4)** à l'aide de **2 BOULONS (D)** sans les serrer.

REMARQUE : ne serrez complètement les boulons qu'après **ASSEMBLAGE ÉTAPE 4.**



ASSEMBLAGE **ÉTAPE 4**



REMARQUE : Veillez à ne pincer aucun des fils pendant l'assemblage de la console.

4.1 Ouvrez **LE SACHET CONTENANT LA QUINCAILLERIE À UTILISER LORS DE L'ÉTAPE 4**.

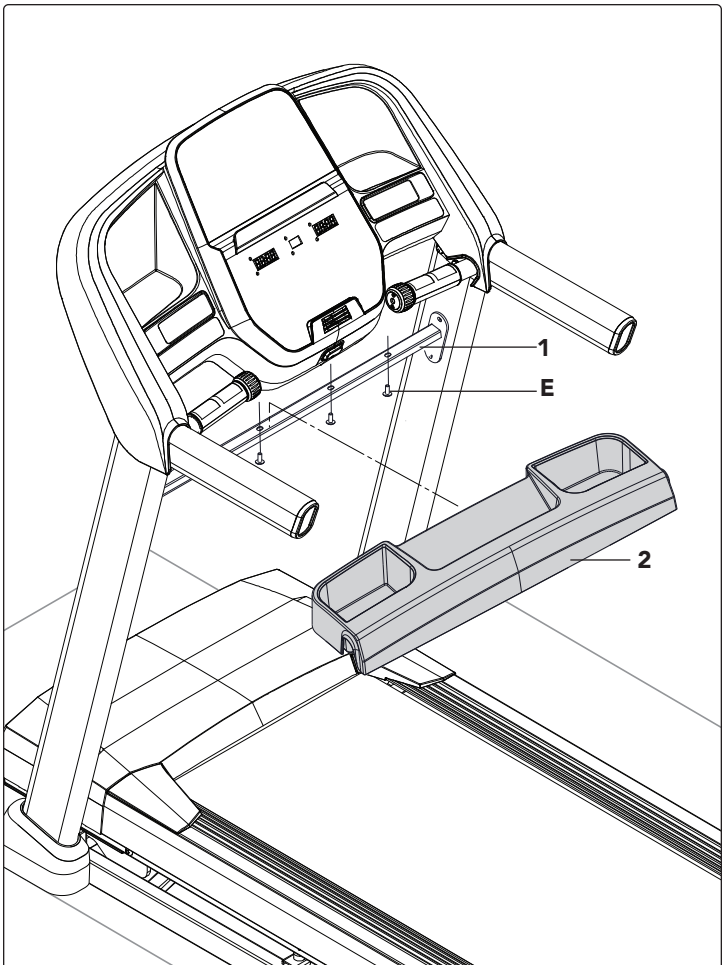
4.2 Déposez délicatement la **CONSOLE (5)** sur les **MONTANTS DE LA CONSOLE (1 ET 4)**. Fixez d'abord le **CÔTÉ GAUCHE** à l'aide de **2 BOULONS (A), 2 RONDELLES ÉLASTIQUES (B)** et **2 RONDELLES PLATES (C)**.

4.3 Les **CÂBLES DE LA CONSOLE (3)** doivent être glissés dans le **MONTANT DE LA CONSOLE (4)**. À l'aide du fil de guidage, tirez soigneusement sur le **CÂBLE DE LA CONSOLE (3)** pour l'extraire du **MONTANT DE LA CONSOLE (4)**. Détachez le **FIL DE GUIDAGE et jetez-le.** Branchez les **CÂBLES DE LA CONSOLE (3)** et mettez soigneusement les fils dans les montants pour éviter les dommages.

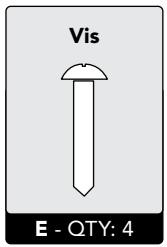
4.4 Fixez ensuite le **CÔTÉ DROIT** de la **CONSOLE (5)** à l'aide de **2 BOULONS (A), 2 RONDELLES ÉLASTIQUES (B)** et **2 RONDELLES PLATES (C)**.

4.5 Tirez le haut de la **CONSOLE (5)** vers l'arrière du tapis roulant et **MAINTENEZ** tout en **SERRANT LES VIS LATÉRALES GAUCHE ET DROITE (A)**.

4.6 **N'OUBLIEZ PAS** de serrer complètement **TOUS LES BOULONS ET VIS** maintenant que l'assemblage est terminé.



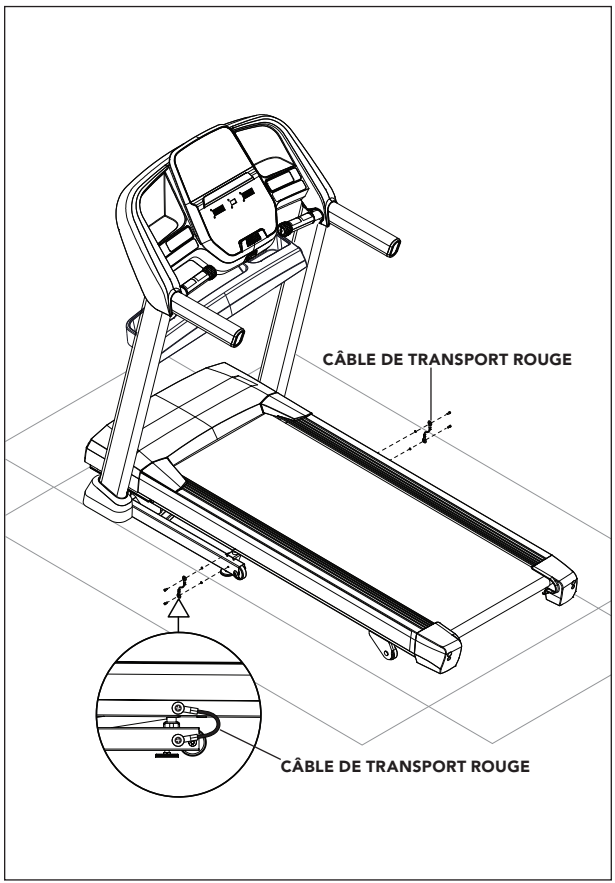
ASSEMBLAGE **ÉTAPE 5**



5.1 Ouverture du **MATÉRIEL POUR L'ÉTAPE 5.**

5.2 Attachez le **PLATEAU D'ACCESSOIRES (1)** à la **BARRE TRANSVERSALE (2)** à l'aide de **4 VIS (E)**.

ASSEMBLAGE **ÉTAPE 6 - RETRAIT DES CÂBLES DE TRANSPORT ROUGES**



⚠ AVERTISSEMENT

LE NON-RESPECT DE CES CONSIGNES POURRAIT ENTRAÎNER DES BLESSURES!

Une fois que les câbles de transport rouges ont été détachés du tapis roulant, des ressorts à haute pression pourraient provoquer l'ouverture soudaine de la partie inférieure du socle. Ne tournez JAMAIS le tapis roulant à l'envers ou sur le côté et ne soulevez JAMAIS cet appareil si les câbles de transport rouges ne relient pas le cadre supérieur de la plate-forme à la partie inférieure du socle.

6.1 Assurez-vous que toutes les roues du tapis roulant reposent sur le sol.

6.2 Sur le côté gauche du tapis roulant, utilisez la clé en L de 5 mm (fournie dans la boîte) pour retirer les deux boulons reliant le câble de transport rouge au cadre supérieur de la plate-forme et à la partie inférieure du socle.

6.3 Replacez les deux boulons (un dans le cadre supérieur de la plate-forme et un dans la partie inférieure du socle) et serrez-les complètement en place. Notez que pour éviter que la partie inférieure du socle ne s'ouvre lors du transport ou du démontage du tapis roulant à l'avenir, le câble de transport rouge peut être rattaché au tapis roulant à l'aide des mêmes boulons.

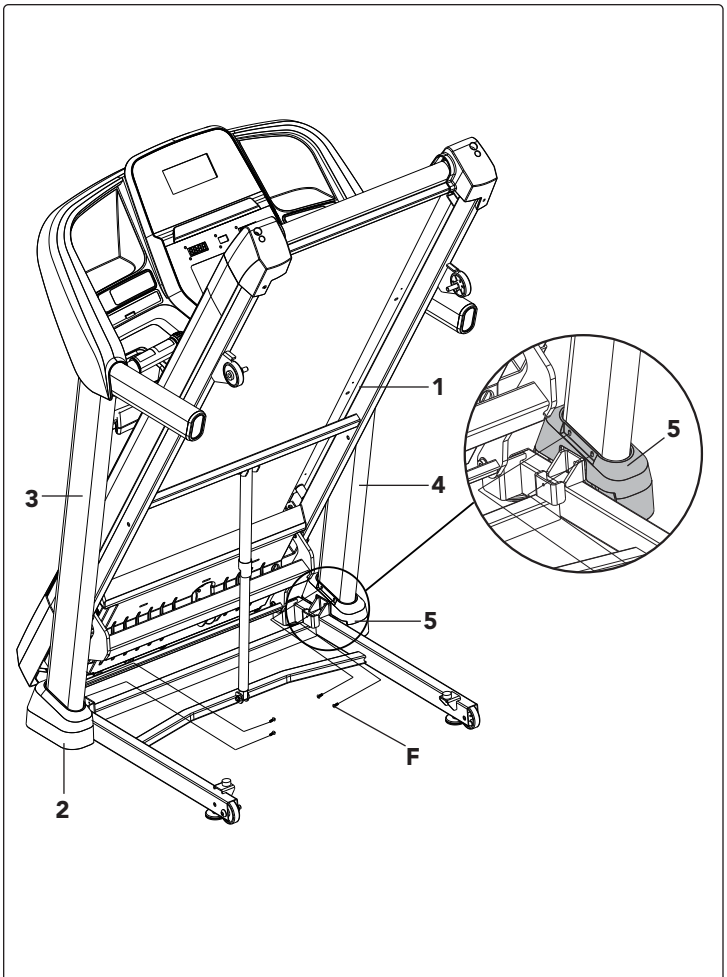
6.4 Effectuez la même opération sur le côté droit du tapis roulant pour retirer les deux boulons reliant le câble de transport rouge au cadre supérieur de la plate-forme et à la partie inférieure du socle.

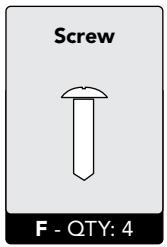
6.5 Remettez les deux boulons en place et serrez-les complètement en place.

6.6 Conservez les deux câbles de transport rouges pour une utilisation future en plaçant les câbles dans un sac en polyéthylène transparent avec le Manuel du propriétaire.

6.7 Lorsque les câbles de transport rouges ne sont pas installés, transportez l'appareil UNIQUEMENT sur le sol et UNIQUEMENT après qu'il soit complètement assemblé et replié en position verticale avec le loquet de verrouillage sécurisé.

ASSEMBLAGE **ÉTAPE 7**





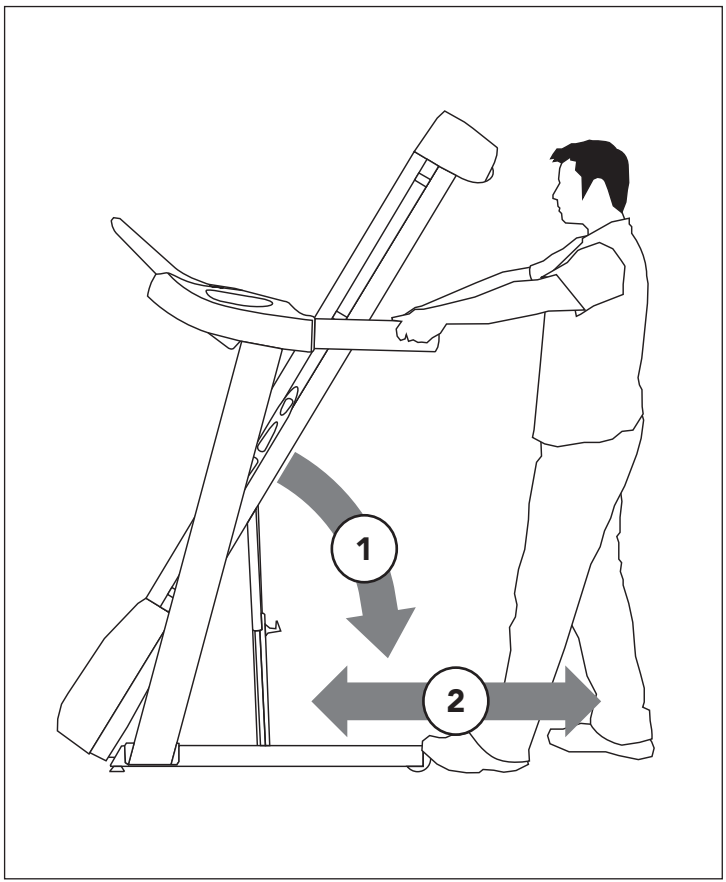
7.1 Ouverture du **MATÉRIEL POUR L'ÉTAPE 6.**

7.2 **N'OUBLIEZ PAS** de serrer les **BOULONS DE LA BARRE TRANSVERSALE** dans les **MÂTS DE CONSOLE (3&4)** complètement maintenant que l'assemblage est terminé. Soulevez la **PLATEFORME (1)** en position verticale et verrouillée.

7.3 Faites glisser **LA BOTTE DE CONSOLE GAUCHE (2)** au **BAS DU MÂT DE CONSOLE GAUCHE (3).** Fixez avec **2 BOULONS (A)** à travers les trous de **LA BOTTE DE CONSOLE GAUCHE (2)** dans **LE MÂT VERTICAL GAUCHE (3).**

7.4 Faites glisser **LA BOTTE DE CONSOLE DROIT (5)** au **BAS DU MÂT DE CONSOLE DROIT (4).** Fixez avec **2 BOULONS (A)** à travers les trous de la **BOTTE DE CONSOLE DROIT (5)** dans le **MÂT VERTICAL DROIT (4).**

ASSEMBLAGE **ÉTAPE 8 - TAPIS ROULANT MOBILE**



8.1 Pour déplacer l'appareil, assurez-vous que le tapis roulant est replié et bien verrouillé. Saisissez ensuite fermement le guidon, inclinez le tapis roulant vers l'arrière (1) et roulez (2).

8.2 Déplacez le tapis roulant de la boîte aplatie dans sa position finale, prêt à l'emploi. Jetez la boîte en carton.

REMARQUE : Si le tapis roulant doit être démonté ou levé à l'avenir, utilisez la clé en L de 5 mm pour rattacher les câbles de transport rouges au cadre supérieur de la plate-forme et à la partie inférieure du socle sur les côtés gauche et droit du tapis roulant. Assurez-vous que la partie inférieure du socle ne peut pas s'ouvrir avant de soulever ou de démonter le tapis roulant.

L'ASSEMBLAGE EST TERMINÉ!

Avant la première utilisation, lubrifiez la plate-forme du tapis roulant en suivant les instructions de la section d'entretien du guide du tapis roulant.

FONCTIONNEMENT DU TAPIS ROULANT



Cette section explique comment utiliser la console de votre tapis roulant et comment la programmer.

REMARQUE :

Cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limites applicables aux appareils numériques de classe B, conformément à la partie 15 des règles de la FCC. Ces limites sont conçues pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet équipement génère, utilise et peut émettre une énergie de fréquence radio et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut provoquer des interférences nuisibles aux communications radio. Cependant, rien ne garantit que des interférences ne se produiront pas dans une installation spécifique.

Si cet équipement cause des interférences nuisibles à la réception radio ou télévision, ce qui peut être déterminé en éteignant puis en rallumant l'équipement, l'utilisateur est invité à essayer de corriger l'interférence par une ou plusieurs des mesures suivantes :
- Réorientez ou déplacez l'antenne de réception de l'autre appareil, si possible.
- Augmentez la distance entre cet équipement et le récepteur de l'autre appareil, si possible.
- Consultez le revendeur ou le fabricant pour obtenir de l'aide.

Tout changement ou modification non expressément approuvé par le fabricant peut annuler la garantie de cet équipement.

DÉCLARATION D'EXPOSITION AUX RADIATIONS RF DE LA FCC :

Cet équipement est conforme aux limites d'exposition aux rayonnements RF établies par la FCC pour un environnement non contrôlé. Cet équipement doit être installé et utilisé avec une distance minimale de 20 centimètres (8 pouces) entre le radiateur et votre corps.

RÈGLES D'UTILISATION

Votre tapis de course peut atteindre des vitesses élevées. Commencez toujours par une vitesse faible puis réglez la vitesse par petits incréments pour atteindre un niveau de vitesse plus élevé. Ne laissez jamais l'appareil en marche sans surveillance lorsque vous ne l'utilisez pas. Lorsque le tapis de course n'est pas utilisé, retirez la clé de sécurité, mettez l'interrupteur sur arrêt puis débranchez le cordon d'alimentation. Veillez à respecter le programme d'ENTRETIEN présenté dans ce MANUEL DU PROPRIÉTAIRE pour maintenir une performance optimale et éviter l'usure prématurée des composants électroniques. Maintenez votre corps et votre tête orientés vers l'avant. Ne vous tournez pas ou ne regardez pas vers l'arrière lorsque le tapis de course est en marche. Arrêtez les exercices immédiatement en cas de douleur, de faiblesse, de vertige ou d'essoufflement.

AVERTISSEMENT !

LA VITESSE DU TAPIS PEUT ÊTRE PLUS ÉLEVÉE QUE L'INDIQUE LORSQUE L'INCLINAISON EST ACCÉLÉRÉE. SI LE TAPIS ACCÉLÈRE,

RÉDUISEZ IMMÉDIATEMENT L'INCLINAISON.

Erreur de plage de vitesse pendant les entraînements à forte inclinaison Lors des entraînements avec une inclinaison élevée, le tapis peut accélérer.

- Si le tapis dépasse la vitesse définie, l'écran alphanumérique affichera :

« ERREUR DE PLAGE DE VITESSE_INCLINAISON DIMINUÉE »

- L'inclinaison diminuera automatiquement de 3 %.
- L'appareil continuera de réduire l'inclinaison de 3 % jusqu'à ce que le tapis ralentisse à la vitesse cible.
- Si l'inclinaison atteint 0 % mais que la vitesse du tapis reste supérieure à la vitesse définie, l'appareil :
  - Affichera le code d'erreur Eb sur l'écran alphanumérique
  - Ralentira le tapis jusqu'à l'arrêt complet.
  - Terminer l'entraînement

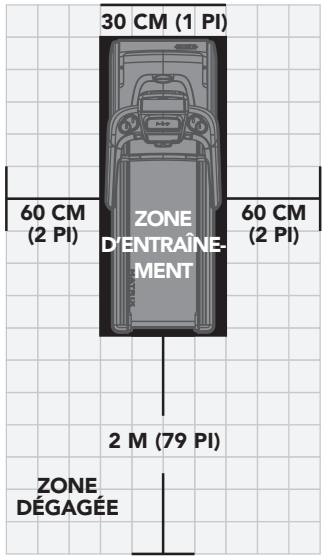
Prochaines étapes pour l'utilisateur :

- Si le code d'erreur Eb s'affiche et que l'entraînement s'arrête, veuillez contacter le service client pour obtenir de l'aide et un dépannage.

ATTENTION – RISQUE DE BLESSURE

Ne mettez jamais en marche le tapis de course pendant que vous vous tenez debout sur la bande de course. Placez les pieds sur les rails latéraux avant de faire fonctionner le tapis de course. Montez sur le tapis uniquement lorsque la bande de course se met à défiler. Ne démarrez pas le tapis à une vitesse de course rapide en essayant de sauter dessus !

EMPLACEMENT DU TAPIS DE COURSE



Installez votre tapis de course sur une surface plane et stable. Prévoyez un dégagement de 30 cm devant le tapis de course pour le câble d'alimentation. Veillez à laisser un espace libre d'au moins 2 m de long derrière le tapis de course, dont la largeur correspond au minimum à celle du tapis de course. Cet espace doit être exempt de tout obstacle et doit permettre à l'utilisateur de descendre de l'appareil sans encombre. En cas d'urgence, prenez appui en posant les mains de chaque côté des accoudoirs et placez vos pieds sur les rails latéraux.

Afin de faciliter l'accès à l'appareil, un espace libre large de 60 cm doit être prévu de préférence des deux côtés du tapis de course pour permettre à l'utilisateur d'accéder au tapis aussi bien d'un côté que de l'autre.

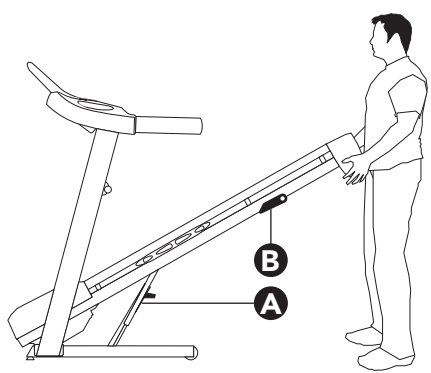
Ne placez pas le tapis de course de façon à bloquer la circulation d'air ou les grilles d'aération. Le tapis de course ne doit pas être placé dans un garage, une véranda, près d'une source d'eau ni à l'extérieur.

AVERTISSEMENT !

Les tapis de course sont très lourds, soyez prudent et appelez quelqu'un pour vous aider à transporter votre appareil si nécessaire. Ne déplacez ou ne transportez pas le tapis de course si la plateforme n'est pas repliée en position verticale et que le loquet de verrouillage n'est pas enclenché. Le non-respect de ces instructions peut provoquer des blessures.

REPLIER LES TAPIS DE COURSE

Certains tapis de course sont équipés d'une plateforme qui peut se replier pour le transport et le stockage. Pour replier l'appareil, saisissez fermement l'arrière du tapis de course. Soulevez l'extrémité de la plateforme du tapis de course avec précaution, positionnez la plateforme à la verticale, jusqu'à ce que le loquet de verrouillage s'enclenche et que la plateforme se bloque. Assurez-vous que la plateforme est bien verrouillée avant de la lâcher.



DÉPLIER LES TAPIS DE COURSE

Saisissez fermement l'arrière du tapis de course. Si votre tapis de course est équipé d'une PÉDALE DE VERROUILLAGE (A), appuyez doucement sur la pédale avec votre pied pour débloquer la plateforme et la déplier. Si votre tapis de course est équipé d'un LOQUET DE VERROUILLAGE SUR LA PLATEFORME (B), tirez ce loquet pour débloquer la plateforme. Abaissez la plateforme avec précaution jusqu'au sol.

Connectez votre appareil à l'application JRNY™ pour des entraînements plus dynamiques

Si vous disposez d'un abonnement JRNY™*, vous pouvez y accéder via votre appareil lorsqu'il est synchronisé avec la console de cette machine. Avec cet abonnement JRNY™, vous recevez des entraînements guidés adaptés à vos capacités, affichés de manière pratique sur votre appareil, etun coaching vocal virtuel convivial conçu pour vous accompagner dans votre cheminement vers une réussite sportive à long terme.

1. Téléchargez l'application nommée « JRNY™ ».

L'application est disponible sur l'App Store et Google Play™.

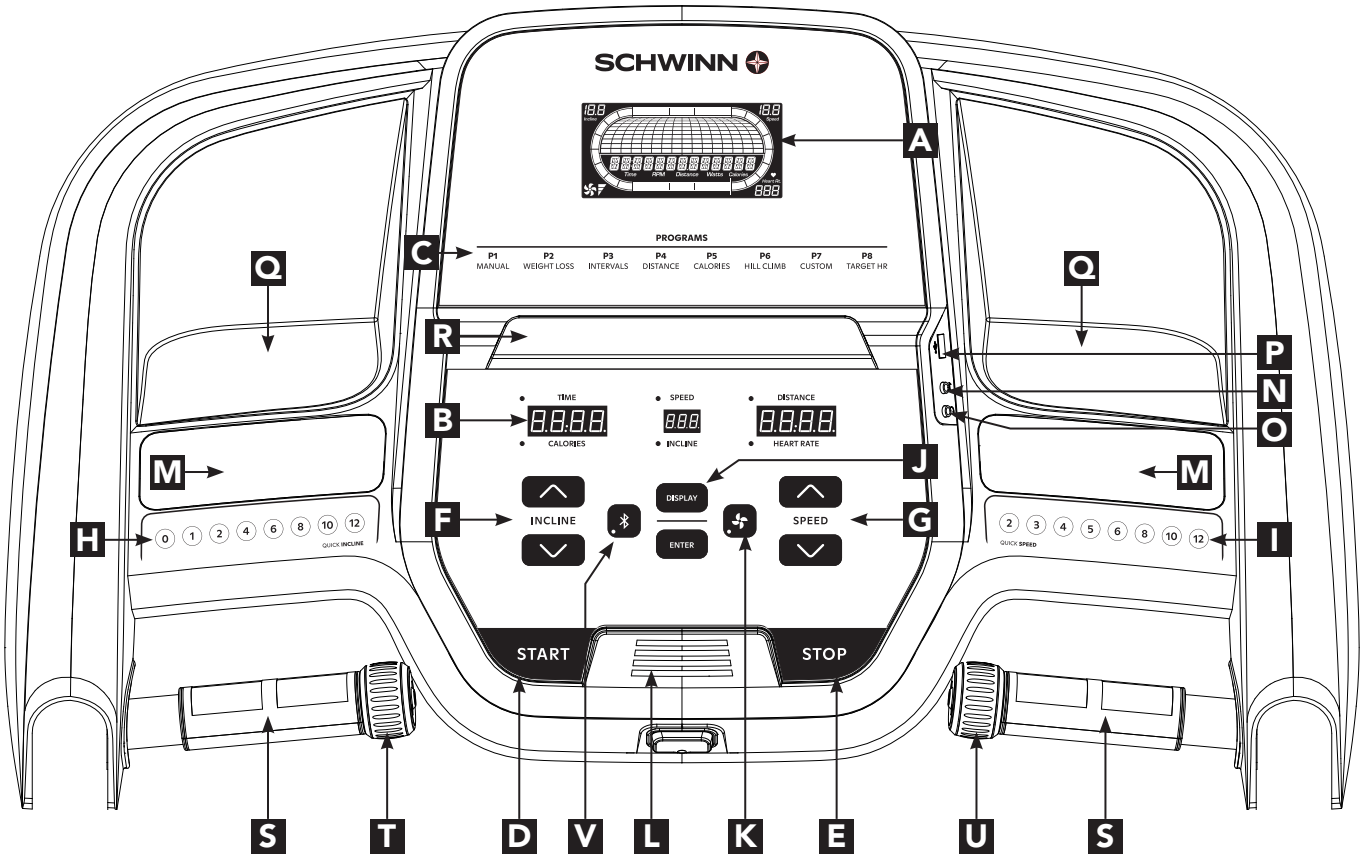
2. Assurez-vous que les paramètres Bluetooth® et de localisation sont actifs

sur votre appareil. Activez-les si nécessaire.

3. Ouvrez l'application à proximité de la machine et suivez les instructions

pour synchroniser votre appareil avec la machine.
Si l'application ne se synchronise pas avec la machine, redémarrez votre appareil et la machine. Répétez l'étape 3.

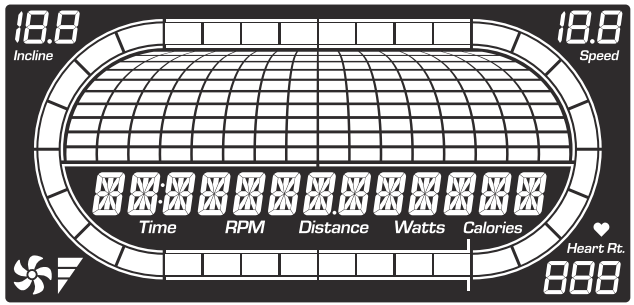
**Un abonnement JRNY™ est requis pour l'expérience JRNY™ – voir www.bowflex.com/jrny pour plus de détails. Pour les clients des États-Unis et du Canada, vous pouvez obtenir un abonnement JRNY™ en appelant le 800-269-4126 ou en visitant www.bowflex.com/jrny. Lorsqu'elle est disponible (y compris aux États-Unis), vous pouvez également obtenir un abonnement JRNY™ en téléchargeant l'application JRNY™ sur votre téléphone ou votre tablette et en vous inscrivant dans l'application téléchargée. Les adhésions JRNY™ peuvent ne pas être disponibles dans tous les pays.*

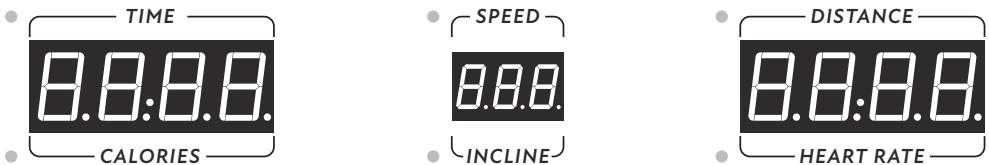

SCHWINN
PROGRAMS
P1 MANUAL
P2 WEIGHT LOSS
P3 INTERVALS
P4 DISTANCE
P5 CALORIES
P6 HILL CLIMB
P7 CUSTOM
P8 TARGET HR
TIME
CALORIES
SPEED
INCLINE
DISTANCE
HEART RATE
INCLINE
DISPLAY
ENTER
SPEED
START
STOP
QUICK INCLINE
QUICK SPEED
A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V

FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE

Remarque : Avant d'utiliser la console, enlevez la fine pellicule protectrice en plastique transparent qui la recouvre.

A) **FENÊTRES D'AFFICHAGE LCD :** Temps, régime, distance, watts, calories, inclinaison, vitesse, fréquence cardiaque, vitesse du ventilateur.
B) **ÉCRAN DEL :** Temps, Vitesse, Distance, Calories, Inclinaison, Fréquence cardiaque.
C) **INDICATEURS D'ENTRAÎNEMENT :** indique quel entraînement est réglé pour le programme en cours.
D) **DÉMARRAGE :** appuyez sur ce bouton pour commencer une séance d'exercice, commencer un entraînement ou poursuivre l'exercice après une pause.
E) **ARRÊT :** appuyez sur ce bouton pour mettre sur pause ou arrêter votre entraînement. Maintenez-le enfoncé pendant 3 secondes pour réinitialiser la console.
F) **TOUCHES D'INCLINAISON +/- :** servent à régler l'inclinaison par petits incréments (incréments de 0,5 %).
G) **TOUCHES DE VITESSE +/- :** servent à régler la vitesse par petits incréments (incréments de 0,16 km/h ou 0,1 mi/h).
H) **TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE L'INCLINAISON :** servent à atteindre l'inclinaison désirée plus rapidement.
I) **TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE LA VITESSE :** servent à atteindre la vitesse désirée plus rapidement.
J) **CHANGEMENT DE L'AFFICHAGE :** appuyez sur cette touche pour changer l'affichage des résultats pendant une séance d'entraînement.
K) **TOUCHE VENTILATEUR :** appuyez sur cette touche pour allumer ou arrêter le ventilateur.
L) **VENTILATEUR :** ventilateur de conditionnement physique personnel.
M) **HAUT-PARLEURS :** diffusent la musique par les haut-parleurs lorsque votre lecteur de CD/MP3 est branché à la console.
N) **PRISE D'ENTRÉE AUDIO :** branchez votre lecteur de CD OU MP3 dans la console à l'aide du câble adaptateur audio inclus.
O) **PRISE DE SORTIE AUDIO/PRISE POUR ÉCOUTEURS :** branchez vos écouteurs dans cette prise pour écouter votre musique par l'entremise des écouteurs. Remarque : lorsque les écouteurs sont branchés dans la prise correspondante, le son n'est plus diffusé par les haut-parleurs.
P) **PORT USB :** puissance de sortie USB de 1 A/5 V.
Q) **COMPARTIMENTS POUR BOUTEILLE D'EAU :** permettent à l'utilisateur de ranger son matériel d'entraînement.
R) **SUPPORT DE LECTURE/TABLETTE :** sert à poser une tablette ou un livre/périodique.
S) **POIGNÉES DÉTECTANT LA FRÉQUENCE CARDIAQUE :** utilisées pour mesurer la fréquence cardiaque.
T) **MOLETTE D'INCLINAISON :** utilisé pour régler l'inclinaison par petits incréments (.5%).
U) **MOLETTE DE VITESSE :** utilisé pour régler la vitesse par petits incréments (.1 MPH).
V) **BLUETOOTH :** Permet de basculer entre le mode application Bluetooth et le mode fréquence cardiaque. La DEL s'allume lorsqu'un appareil Bluetooth est connecté.





FENÊTRES D'AFFICHAGE

- **TEMPS :** indiqué selon le format minutes:secondes. Affichage de la durée restante ou écoulée de votre séance d'entraînement.
- **VITESSE :** indiquée en mi/h. Affichage de la vitesse de déplacement de la surface de marche ou de course.
- **DISTANCE :** indiquée en miles. Affichage de la distance parcourue ou de la distance restante à parcourir durant votre séance d'entraînement.
- **CALORIES :** nombre total de calories brûlées ou de calories restant à brûler au cours de votre séance d'entraînement.
- **INCLINAISON :** indiquée en pourcentage. Indique le degré d'inclinaison de la surface de course ou de marche.
- **FRÉQUENCE CARDIAQUE :** indique les BPM (battements par minute). Permet à l'utilisateur de surveiller sa fréquence cardiaque (s'affiche lorsqu'un contact est établi avec les deux poignées détectant la fréquence cardiaque).

POUR COMMENCER

1) Assurez-vous qu'il n'y a aucun objet placé sur la courroie qui risquerait de gêner les mouvements du tapis roulant.
2) Branchez le cordon d'alimentation et mettez le tapis roulant sous tension. (L'interrupteur MARCHE/ARRÊT est situé près du cordon d'alimentation.)
3) Tenez-vous sur les glissières latérales du tapis roulant.
4) Attachez la pince de sécurité sur l'un de vos vêtements et assurez-vous qu'elle est bien fixée et qu'elle ne se détachera pas pendant la séance.
5) Insérez la clé de sûreté dans la serrure de la console.
6) Vous avez deux options pour commencer votre entraînement :

A) MISE EN MARCHE RAPIDE

Appuyez simplement sur la touche DÉMARRAGE pour commencer une séance d'entraînement.
Le temps écoulé, la distance parcourue et les calories brûlées seront calculés à partir de zéro. OU...

B) SÉLECTIONNEZ UN ENTRAÎNEMENT OU UN OBJECTIF

1) Sélectionnez le PROGRAMME avec les boutons +/- et appuyez sur ENTRÉE lorsque le PROGRAMME souhaité est affiché.
2) Ajustez le RÉGLAGE avec les boutons +/- et appuyez sur ENTRÉE lorsque le RÉGLAGE souhaité est affiché.
3) Appuyez sur DÉMARRAGE pour commencer.

SPÉCIFICATIONS POUR LES PROGRAMMES AVEC PLUSIEURS SEGMENTS

1) L'utilisateur peut augmenter la vitesse et l'inclinaison dans un certain segment et cela augmente **UNIQUEMENT POUR CE SEGMENT**. Pour les segments suivants, la machine suivra les valeurs du tableau fourni.
2) L'utilisateur peut diminuer la vitesse et l'inclinaison dans n'importe quel segment et cela diminuera du même montant pour les segments suivants.

SYSTÈME DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE CONNECTÉ SCHWINN

Votre machine Schwinn est compatible Bluetooth, ce qui vous permet d'utiliser la technologie Bluetooth 4.0 pour connecter sans fil votre appareil et d'autres applications à votre tapis roulant Schwinn.

PROFILS D'ENTRAÎNEMENT

P1) MANUEL : ajustez la vitesse et l'inclinaison manuellement pendant votre entraînement.

P2) PERTE DE POIDS : Un entraînement conçu spécifiquement pour cibler le poids. Favorise la perte de poids en augmentant et en diminuant l'inclinaison, tout en vous maintenant dans votre zone de combustion des graisses. Comprend 20 niveaux.

WEIGHT LOSS (12%incline Max)

Segment = workout time / 16

Level	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Segment	INCLINE																			
1	0	0	0	0	0	0	1	2	2	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	3.5	5	5	5	5	5
2	0	0	1	2	2.5	3.5	3.5	3.5	4.5	5.5	6	7	7.5	8.5	9.5	11	11	11	11.5	12
3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4.5	4.5	4.5	5.5	7	7.5	8.5	9	10
4	1.5	3.5	4	5	5	5	5	5	6	7	7.5	8.5	9	10	11	12	12	12	12	12
5	1	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4	4.5	4.5	4.5	5.5	7	7.5	8.5	8.5	8.5	9.5	11
6	1.5	3.5	3.5	3.5	5	6.5	7.5	8.5	9	10	10	10	10.5	11.5	12	12	12	12	12	12
7	1	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4	4.5	5	5.5	5.5	5.5	7	8.5	8.5	8.5	9	10
8	1.5	3.5	4	5	5	5	5.5	6.5	7.5	8.5	9	10	10.5	11.5	11.5	12	12	12	12	12
9	1.5	3.5	3.5	3.5	3.5	3.5	4	5	5	5.5	6	7	7	7	8.5	10	10.5	11	11.5	12
10	1	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4	4.5	4.5	4.5	4.5	4.5	6.5	8.5	8.5	8.5	9	10
11	1.5	3.5	3.5	3.5	4	5	5	5	6	7	8.5	10	10.5	11.5	12	12	12	12	12	12
12	1	2	2	2	2	2	2	2	3	4.5	5.5	7	7	7	7.5	8.5	9	10	10	10

P3) INTERVALLES : augmentent votre force, votre vitesse et votre endurance en augmentant et en diminuant la vitesse tout au long de votre séance d'entraînement pour faire travailler votre coeur et vos autres muscles. Comprend 10 niveaux

La vitesse et l'inclinaison varient et les segments se répètent toutes les 30 secondes.

Level	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Segment	INCLINE																			
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	1	1	1	1	1	1	1	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5
3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	1.5	2	2	2.5	3	3	3.5	3.5	4	4.5	5	5.5	5.5	6	6	6.5	7	7	8	8.5
5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	2.5	2.5	3	3.5	4	4.5	4.5	5	5.5	6	7	7.5	8	8	8.5	9.5	9.5	10	10	10
7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10
9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10
11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
12	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10
13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10
15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10

P4) DISTANCE : allez toujours plus loin lors de l'entraînement avec 13 entraînements basés sur la distance. Choisissez parmi un entraînement de 1 mile, 2 miles, 5 km, 5 miles, 10 km, 8 miles, 15 km, 10 miles, 20 km, un semi-marathon, 15 miles, 20 miles ou un entraînement basé sur des objectifs de marathon. L'utilisateur règle la vitesse de départ.

P5) CALORIES : fixez des objectifs pour brûler des calories. Les calories brûlées sont calculées en fonction de la distance et de la vitesse.

P6) MONTÉE : simule la montée et la descente d'une colline. Ce programme aide à tonifier les muscles et à améliorer la capacité cardiovasculaire.

La vitesse et l'inclinaison varient et les segments se répètent toutes les 30 secondes.

Segment	Échauffement		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Temps	4:00 min		30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s
Niveau 1	0	0	1	1,5	2	2,5	3	3	2,5	2	1,5	1
Niveau 2	0	0	1,5	2	2,5	3	3,5	3,5	3	2,5	2	1,5
Niveau 3	0	1	2	2,5	3	3,5	4	4	3,5	3	2,5	2
Niveau 4	0	1,5	2,5	3	3,5	4	4,5	4,5	4	3,5	3	2,5
Niveau 5	0	1,5	3	3,5	4	4,5	5	5	4,5	4	3,5	3
Niveau 6	0	1,5	3,5	4	4,5	5	5,5	5,5	5	4,5	4	3,5
Niveau 7	0	1,5	4	4,5	5	5,5	6	6	5,5	5	4,5	4
Niveau 8	0	2	4,5	5	5,5	6	6,5	6,5	6	5,5	5	4,5
Niveau 9	0	2	5	5,5	6	6,5	7	7	6,5	6	5,5	5
Niveau 10	0	2	5,5	6	6,5	7	7,5	7,5	7	6,5	6	5,5

P7) PERSONNALISÉ: vous permet de créer et de refaire la séance d'entraînement idéale pour vous avec une vitesse, une inclinaison et une durée ou une distance spécifiques. Ce qu'il y a de mieux en matière de programmation personnalisée. Ce programme est basé sur un objectif de temps ou de distance.

P8) FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE: ce programme est conçu pour vous aider à améliorer votre santé cardiovasculaire globale. Vous réglez simplement votre fréquence cardiaque cible. Le programme surveille et ajuste ensuite le niveau d'intensité afin de maintenir votre fréquence cardiaque dans votre plage cible pendant votre exercice, une méthode éprouvée pour maximiser vos objectifs de perte de poids et de conditionnement physique. Une ceinture cardio-fréquencemètre doit être portée pendant toute la durée du programme. Voir ci-dessous pour calculer votre fréquence cardiaque cible.

Calcul de votre fréquence cardiaque cible

La première étape pour connaître la bonne intensité pour votre entraînement est de trouver la fréquence cardiaque maximale de l'utilisateur (FC max. = 220 – âge de l'utilisateur). La méthode basée sur l'âge offre une prévision statistique moyenne de votre FC maximale et convient à la majorité des gens, particulièrement à ceux qui sont nouvellement initiés à l'entraînement en fonction de la fréquence cardiaque.

La façon la plus précise et juste de déterminer la FC maximale d'un individu est de la faire tester en clinique par un cardiologue ou un physiologiste de l'exercice qui lui fera passer un test à l'effort maximal. Si l'utilisateur a plus de 40 ans, présente un surpoids, a été sédentaire pendant plusieurs années ou a des antécédents de maladies cardiaques dans sa famille, il est recommandé d'effectuer un test clinique.

Ce tableau contient des exemples de plages de fréquence cardiaque pour une personne de 30 ans qui fait de l'exercice selon 5 zones de fréquence cardiaque différentes. Par exemple, la FC maximale d'un homme de 30 ans est de 220 – 30 = 190 bpm, et 90 % de la FC maximale équivaut à 190 x 0,9 = 171 bpm.

Zone de fréquence cardiaque cible	Durée de la séance d'entraînement	Exemple de FCC (30 ans)	Votre FCC	Recommandé pour
TRÈS DIFFICILE 90 – 100 %	< 5 min	171 - 190 BPM		Personnes en bonne forme physique pour un entraînement athlétique
DIFFICILE 80 – 90 %	2 - 10 min	152 - 171 BPM		Séances d'entraînement plus courtes
MODÉRÉE 70 – 80 %	10 - 40 min	133 - 152 BPM		Séances d'entraînement modérément longues
LÉGÈRE 60 – 70 %	40 - 80 min	114 - 133 BPM		Séances d'entraînement plus longues et avec des exercices de routine plus courts
TRÈS LÉGÈRE 50 – 60 %	20 - 40 min	104 - 114 BPM		Gestion du poids et récupération active

Autres remarques sur la fréquence cardiaque cible :
1). L'inclinaison du tapis roulant s'ajustera automatiquement pour vous rapprocher de votre fréquence cardiaque spécifiée.
2). Si aucune fréquence cardiaque n'est détectée, l'appareil ne changera pas d'inclinaison.
3). Si votre fréquence cardiaque est à 25 battements au-dessus de la zone cible, le programme s'arrêtera.

POUR RÉINITIALISER LA CONSOLE :
Maintenez la touche ARRÊT enfoncée pendant 3 secondes.

FIN D'UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT
Une fois votre séance terminée, l'appareil émet un bip. Les informations concernant la séance d'entraînement restent affichées sur la console pendant 30 secondes avant d'être réinitialisées.

CONNEXION VIA LA TECHNOLOGIE BLUETOOTH 4.0LE

1) Vérifiez que votre appareil de musique est compatible avec la technologie Bluetooth 4.0
2) Rendez-vous dans les paramètres Bluetooth de votre appareil et recherchez les appareils à proximité.
3) Sur votre appareil de musique, localisez la liste des appareils Bluetooth à proximité. Sur cette liste, sélectionnez votre tapis roulant ou votre exerciseur elliptique. Attendez que votre appareil de musique finisse de se jumeler avec la machine.
4) Une fois que votre appareil de musique affiche le tapis roulant ou l'exerciseur elliptique en tant qu'appareil jumelé, cela signifie que la connexion est établie.

UTILISATION DE PLUSIEURS APPAREILS DE MUSIQUE

Si plusieurs appareils sont jumelés avec la machine (par exemple si plusieurs personnes utilisent le tapis roulant ou l'exerciseur elliptique et y connectent leur appareil de musique) vous devrez déconnecter le jumelage de musique avec lequel elle est actuellement jumelée et la jumeler à nouveau avec votre appareil en suivant les instructions ci-dessus.

CONNEXION À L'AIDE D'UN CÂBLE AUDIO

1) Branchez le CÂBLE D'ADAPTATEUR AUDIO inclus dans la PRISE D'ENTRÉE AUDIO sur le côté droit de la cosole et la prise pour écouteurs de votre appareil de musique.
2) Utilisez les boutons sur le appareil multimédia pour ajuster les paramètres des chansons.
3) Débranchez le CÂBLE D'ADAPTATEUR AUDIO lorsqu'il n'est pas utilisé.
4) Si vous ne voulez pas utiliser les HAUT-PARLEURS, vous pouvez brancher vos écouteurs dans la PRISE DE SORTIE AUDIO sur le côté droit de la cosole. Ainsi, si vous débranchez accidentellement le fil des écouteurs en courant, votre appareil ne tombera pas au sol.

ENTRETIEN ET DÉPANNAGE



Cette section explique comment entretenir correctement votre tapis de course.

ENTRETIEN

Réaliser un entretien préventif est essentiel au bon fonctionnement de l'appareil tout en limitant la responsabilité des utilisateurs en cas d'incident. L'appareil doit être vérifié régulièrement. Faites remplacer les pièces défectueuses immédiatement. Cessez d'utiliser l'appareil défectueux jusqu'à ce qu'il soit réparé. Assurez-vous que l'entretien, les réglages ou les réparations sont effectués par un personnel qualifié.

AVERTISSEMENT

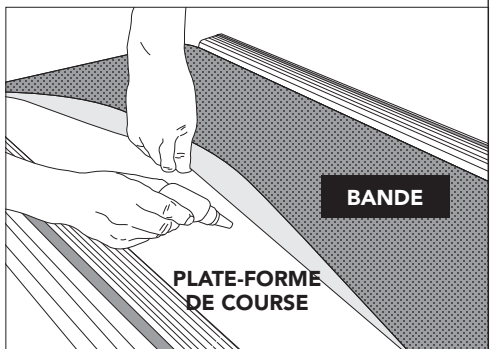
Pour que le tapis de course ne soit plus alimenté en électricité, le câble d'alimentation doit être débranché de la prise murale.

PROGRAMME D'ENTRETIEN

ACTION	FRÉQUENCE
Nettoyez et inspectez le tapis de course : • Mettez le tapis de course hors tension à l'aide de l'interrupteur MARCHE/ARRÊT puis débranchez le câble d'alimentation de la prise murale. • Nettoyez la bande de course, la plateforme, le couvercle du moteur et le boîtier de la console à l'aide d'un chiffon humide. N'utilisez jamais de solvants car ceux-ci pourraient détériorer le tapis de course. • Vérifiez le cordon d'alimentation. Si le cordon d'alimentation est endommagé, contactez le soutien technique à la clientèle au numéro apparaissant au verso du MANUEL DU PROPRIÉTAIRE. • Assurez-vous que le câble d'alimentation ne se trouve pas sous le tapis de course ou à un endroit où il risquerait d'être pincé ou coupé au cours du stockage ou de l'utilisation. • Vérifiez que la bande de course est tendue et centrée correctement. Si la bande est décalée, elle risque d'endommager d'autres composants du tapis de course. • Si des étiquettes sont endommagées ou illisibles, veuillez contacter le service d'assistance technique à la clientèle au numéro indiqué sur le panneau arrière du MANUEL DU PROPRIÉTAIRE pour en obtenir d'autres.	QUOTIDIEN
Nettoyez le dessous du tapis de course : • Mettez le tapis de course hors tension à l'aide de l'interrupteur MARCHE/ARRÊT puis débranchez le câble d'alimentation de la prise murale. • Repliez la plateforme en position verticale et assurezvous que le loquet de verrouillage est enclenché. • Déplacez le tapis de course. • Nettoyez ou aspirez les particules de poussière et autres corps étrangers ayant pu s'accumuler sous le tapis de course. • Replacez le tapis de course à son emplacement initial.	HEBDOMADAIRE
IMPORTANT ! • Mettez le tapis de course hors tension à l'aide de l'interrupteur MARCHE/ARRÊT puis débranchez le câble d'alimentation de la prise murale. Attendez 60 secondes. • Contrôlez tous les boulons d'assemblage de l'appareil et vérifiez qu'ils sont bien serrés. • Ôtez le couvercle du moteur. Attendez l'extinction de TOUS les écrans d'affichage. • Nettoyez le moteur et le panneau inférieur pour enlever toutes les peluches ou les particules de poussière ayant pu s'accumuler. Le manquement à cette obligation peut entraîner une défaillance prématurée des composants électroniques essentiels. • Nettoyez la bande de course avec un chiffon humide. Aspirez toutes les particules blanches/noires ayant pu s'accumuler autour de l'appareil. Ces particules peuvent s'amasser suite à un usage normal du tapis de course. • Si votre tapis de course est équipé d'amortisseurs pneumatiques sous la plateforme pour faciliter le levage de celle-ci, lubrifiez le tube gris métallisé des amortisseurs à l'aide d'un lubrifiant en spray à base de Teflon que vous trouvez en quincaillerie ou dans un magasin de cycles.	MENSUEL

LUBRIFICATION DE LA BANDE

TOUS LES 3 MOIS OU TOUS LES 241 KM (150 MILES)
Il est nécessaire de lubrifier la plate-forme du tapis roulant tous les trois mois ou tous les 483 km (150 milles) pour lui conserver son rendement optimal. Lorsque le tapis roulant atteint 483 km (150 milles), il affiche le message « LUBE » (lubrifier) ou « LUBE BELT » (lubrifier la bande). Le tapis roulant ne fonctionnera pas tant que ce message est affiché. Votre tapis roulant est livré avec une bouteille de lubrifiant à la silicone 100 %, suffisante pour deux applications.

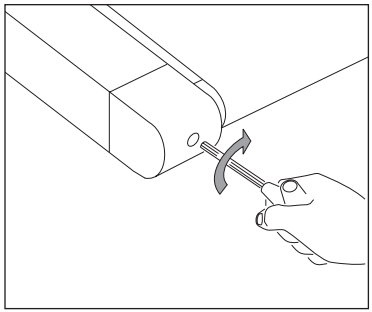


Outils nécessaires :
- Clé à manche en T bleu ou clé hexagonale
- Huile silicone 100 %

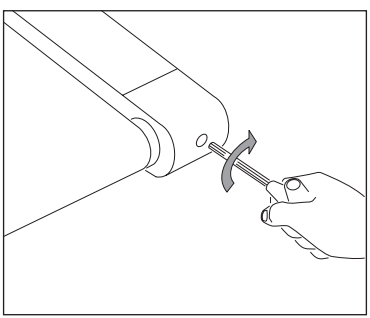
MARCHE À SUIVRE :

1. Placez le tapis roulant hors tension à l'aide du bouton de « ON/OFF » (marche/arrêt), et débranchez le cordon d'alimentation de la prise murale.
2. À l'aide de la clé à manche en T ou de la clé hexagonale, desserrez les boulons des rouleaux arrière en les tournant de 10 à 15 tours dans le sens antihoraire. Cela devrait donner assez de jeu à la bande pour permettre de la soulever.
3. Soulevez la bande autant que possible et versez l'huile silicone en zigzags sur toute la surface de la plate-forme. Utilisez 1/2 bouteille de lubrifiant au silicone. N'appliquez pas d'huile sur la bande. Reposez la bande, puis serrez les deux boulons du rouleau arrière en les tournant dans le sens horaire du même nombre de tours que vous les avez desserrés.
4. Après avoir fait la lubrification du tapis, connecter la machine à la prise murale et insérrer la clé magnétique. Effacer le message "Lube Belt" en appuyant sur la touche SPEED (+) et ensuite sur la touche STOP. Garder les doigts dessus pour 5 à 7 secondes.
5. Descendez de la machine et appuyez sur la touche « START » (démarrer). Laissez la bande fonctionner à 5 k/h (3 mi/h) pendant 3 minutes pour faire répandre le silicone. Puis marchez sur l'appareil à une vitesse confortable pendant 3 minutes pour achever la distribution du silicone et vérifiez que la tension et l'alignement de la bande sont satisfaisants.
6. Une fois la bande centrée et tendue, arrêtez l'appareil. Essuyez l'excès d'huile sur les côtés avec un chiffon humide.

Appuyer sur n'importe quelle touche pour suspendre qu'après votre exercice subséquent le message d'avertissement de la lubrification. Notez : Certains anciens modèles peuvent exiger qu'on tienne la touche STOP pour 5 secondes pour suspendre pour une autre utilisation de 5 miles le message d'avertissement. Pour toute question relative à la lubrification du tapis roulant, communiquer avec le service de soutien technique à la clientèle.



RESSERRAGE DU CÔTÉ GAUCHE DU ROULEAU



RESSERRAGE DU CÔTÉ DROIT DU ROULEAU

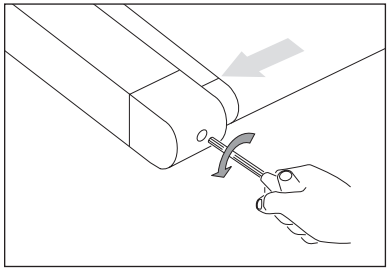
RÉGLAGE DE LA TENSION DE LA BANDE DE COURSE

Pour plus d'informations et/ou des vidéos pratiques, consultez notre lien Vidéos sur les services dans la section ASSISTANCE de notre site Web. Les coordonnées sont situées sur l'endos de ce manuel du propriétaire.

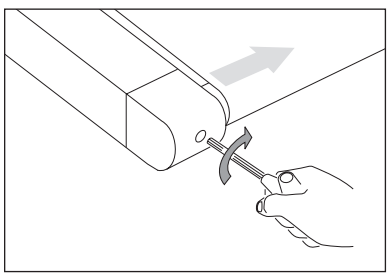
AVERTISSEMENT

Ne faites JAMAIS défiler la bande de course pendant le réglage de la tension. Une tension excessive de la bande de course peut entraîner une usure prématurée du tapis de course et de ses composants. Ne tendez pas excessivement la bande de course.

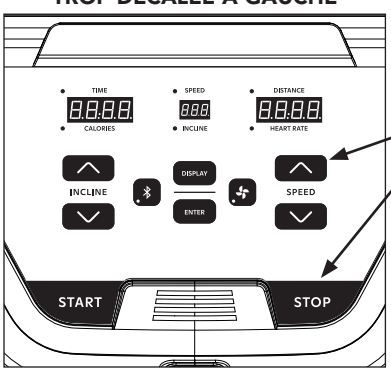
Si vous remarquez que la bande glisse lors d'un exercice sur le tapis, c'est le signe qu'elle doit être retendue. Avec l'usage, la bande de course s'est étirée en longueur et s'est relâchée. Il s'agit d'un réglage normal et courant. Pour éviter que la bande ne glisse, mettez le tapis de course hors tension et resserrez les boulons du rouleau arrière à l'aide de la clé Allen fournie, en tournant les vis de ¼ de tour vers la droite (dans le sens des aiguilles d'une montre) comme illustré. Mettez l'appareil en marche afin de vérifier si la bande glisse de nouveau. Répétez l'opération si nécessaire mais ne tournez jamais les boulons du rouleau de plus de ¼ de tour à la fois. La bande de course est correctement tendue lorsqu'elle ne glisse plus.



LA BANDE DE COURSE EST TROP DÉCALÉE À DROITE



LA BANDE DE COURSE EST TROP DÉCALÉE À GAUCHE



CENTRAGE DE LA BANDE DE COURSE

Pour plus d'information et/ou des tutoriels vidéo, consultez la rubrique Assistance client de notre site Internet. Les coordonnées de l'assistance technique se trouvent au dos de la CARTE D'INFORMATION.

ATTENTION
Ne faites pas tourner la bande à plus de 1,6 km/h lors du centrage. Tenez toujours les mains, les cheveux et les vêtements éloignés de la bande de course.

Lorsque la bande est trop décalée à droite, effectuez les réglages suivants : faites fonctionner le tapis de course à 1,6 km/h et, à l'aide de la clé Allen fournie, tournez la vis de réglage de GAUCHE d'¼ tour dans le sens inverse des aiguilles d'une montre et attendez que la bande se mette en place. Répétez l'opération si nécessaire, jusqu'à ce que la bande reste centrée correctement lors de l'utilisation du tapis de course.

Lorsque la bande est trop décalée à gauche, effectuez les réglages suivants : faites fonctionner le tapis de course à 1,6 km/h et, à l'aide de la clé Allen fournie, tournez la vis de réglage de GAUCHE d'¼ tour dans le sens des aiguilles d'une montre et attendez que la bande se mette en place. Répétez l'opération si nécessaire, jusqu'à ce que la bande reste centrée correctement lors de l'utilisation du tapis de course.

- Si vous trouvez que la bande de course glisse car elle est trop lâche, centrez-la puis réglez la tension correctement.
- Pour accéder plus facilement aux vis de réglage, retirez les embouts.

POUR RÉINITIALISER L'AVERTISSEMENT DE LUBRIFICATION DU TAPIS ROULANT

Le tapis roulant fera clignoter le rappel « LUBE BELT » tous les 150 milles. Après avoir lubrifié le tapis roulant, réinitialisez l'avertissement en maintenant les boutons STOP et PLAY/PAUSE enfoncés pendant 5 secondes.

DÉPANNAGE

QUESTIONS FRÉQUENTES RELATIVES AU PRODUIT

LES SONS QU'ÉMET MON TAPIS DE COURSE SONT-ILS NORMAUX ?
Tous les tapis de course, surtout neufs, émettent un bruit sourd dû au passage de la bande sur les rouleaux. Ce bruit diminuera au fil du temps mais ne disparaîtra jamais complètement. La bande aura tendance à s'étirer avec le temps et glissera plus facilement sur les rouleaux.

POURQUOI LE TAPIS DE COURSE QUE J'AI ACHETÉ EST-IL PLUS BRUYANT QUE CELUI PRÉSENTÉ EN MAGASIN ?
Tous les produits de remise en forme exposés dans un grand magasin semblent toujours être plus silencieux car le bruit de fond y est plus élevé que chez vous. La réverbération acoustique est également moindre sur un sol en béton recouvert de moquette que sur un parquet. L'installation d'un tapis épais en caoutchouc sous l'appareil peut aider à réduire la réverbération sur le sol. Si un appareil de remise en forme est placé près d'un mur, cela risque d'amplifier les bruits par un effet tambour.

À QUEL MOMENT DOIS-JE M'INQUIÉTER DU BRUIT ?
Tant que le niveau sonore de votre tapis de course n'est pas plus élevé que celui d'une conversation normale, le bruit émis par l'appareil est considéré comme normal.

PROCÉDURES DE DÉPANNAGE DE BASE

PROBLÈME : la console ne s'allume pas.
SOLUTION : effectuez les vérifications suivantes : Le voyant rouge sur l'interrupteur MARCHE/ARRÊT est-il allumé ?

REMARQUE : certains modèles de tapis de course ne possèdent pas d'interrupteur avec voyant lumineux. Si c'est le cas de votre modèle, veuillez suivre les étapes « oui » et « non » indiquées ci-après pour trouver des solutions à votre problème.

Si « oui » :
- Mettez l'appareil hors tension, débranchez la prise de courant et attendez 60 secondes. Ôtez le couvercle du moteur. Attendez que tous les voyants lumineux DEL rouges sur la carte électronique moteur soient éteints avant de procéder à l'étape suivante. Vérifiez ensuite qu'aucun fil connecté au panneau inférieur n'est mal raccordé ou débranché.
- Vérifiez toutes les connexions, en particulier le câble de la console. Pour ce faire, débranchez et rebranchez le câble de la console.
- Assurez-vous que le câble de la console n'est pas pincé ou endommagé.
- Branchez le tapis de course, mettez l'interrupteur est position MARCHE et observez si des voyants lumineux DEL s'allument sur la carte électronique moteur.

Si « non » :
- Vérifiez que la prise de courant sur laquelle est branché l'appareil fonctionne correctement. Assurez-vous que le disjoncteur ne s'est pas déclenché, que l'appareil est branché sur un circuit de 15 ampères distinct, qu'il n'est pas branché sur une prise équipée d'un disjoncteur différentiel de fuite à la terre et qu'il n'est pas branché sur une multiprise / un parasurtenseur ou une rallonge électrique.
- Vérifiez que le câble d'alimentation n'est pas pincé ou endommagé et qu'il est correctement raccordé à la prise de courant ET à l'appareil.
- Vérifiez que l'interrupteur est position MARCHE.

PROBLÈME : la console indique SAFETY KEY OFF (CLÉ DE SÉCURITÉ NON CONNECTÉE) ou n'affiche que des tirets.
SOLUTION : effectuez les vérifications suivantes :

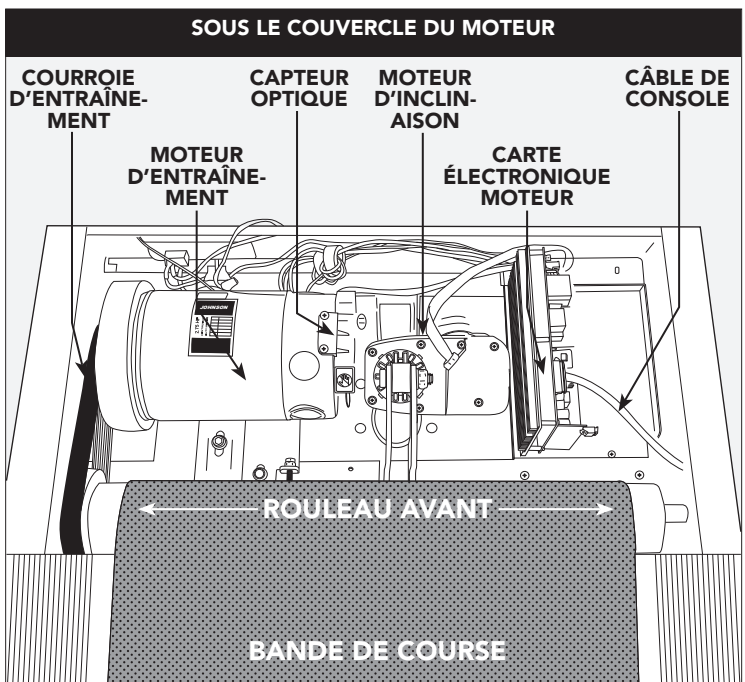
- Vérifiez que la clé de sécurité est fermement en place.
- Si vous utilisez une clé magnétique, assurez-vous que la clé est magnétisée.

POUR LES TAPIS DE COURSE ÉQUIPÉS DE HAUT-PARLEURS :

PROBLÈME : lorsque le lecteur audio est connecté, aucun son ne sort deshaut-parleurs ou le son est très mauvais.
SOLUTION : assurez-vous que le câble audio est branché correctement à la fois sur le connecteur de la console et sur le connecteur du lecteur audio.

PROBLÈME : la console fonctionne mais la bande de course reste immobile ou défile un bref instant.
SOLUTION : effectuez les vérifications suivantes :

- Vérifiez que les recommandations et les directives relatives à l'alimentation, qui sont présentées du présent MANUEL DU PROPRIÉTAIRE sont bien respectées. L'unité doit être branchée sur un circuit de 15 ampères distinct et ne pas être raccordée à une prise équipée d'un disjoncteur différentiel de fuite à la terre. Ne branchez pas l'appareil sur une multiprise / un parasurtenseur ou une rallonge électrique.
- Vérifiez si la bande de course défile. Si oui, notez la distance sur laquelle elle a défilé ou le temps pendant lequel elle a défilé avant de s'arrêter.
- Essayez de faire défiler la bande de course à la main. Si cela est impossible, la courroie d'entraînement peut être sortie de son logement ou les roulements du moteur peuvent être grippés.
- Mettez le tapis de course hors tension et débranchez la prise. Retirez le couvercle en plastique du moteur, situé à l'avant de l'appareil, en retirant les vis à l'aide d'un tournevis cruciforme. Vérifiez le bon alignement de la courroie d'entraînement.
- Avant de remettre le couvercle, vérifiez les connexions des fils et des câbles car ceux-ci pourraient être mal raccordés ou avoir été débranchés au cours du transport ou du montage. Assurez-vous que les fils et câbles sont connectés correctement et qu'aucun câble n'est enroulé, endommagé, déconnecté ou brulé.



PROBLÈME : l'inclinaison ne fonctionne pas, ne descend pas ou ne semble pas être à la bonne hauteur.
SOLUTION : effectuez les vérifications suivantes :

- Vérifiez que les recommandations et les directives relatives à l'alimentation, qui sont présentées en présent MANUEL DU PROPRIÉTAIRE sont bien respectées. L'unité doit être branchée sur un circuit de 15 ampères distinct et ne pas être raccordée à une prise équipée d'un disjoncteur différentiel de fuite à la terre. Ne branchez pas l'appareil sur une multiprise / un parasurtenseur ou une rallonge électrique.
- Assurez-vous que la console indique un changement sur l'écran lorsque l'on appuie sur les boutons commandant l'élévation.
- Mettez le tapis de course hors tension et débranchez la prise. Vérifiez que les câbles de la console sont connectés correctement sur le dessus du montant. Assurez-vous que tous les fils multicolores sont entièrement insérés dans le faisceau de câblage.
- Retirez le couvercle en plastique du moteur, situé à l'avant de l'appareil, en retirant les vis à l'aide d'un tournevis cruciforme. Vérifiez les connexions des fils et des câbles car ceux-ci pourraient être mal enclenchés ou avoir été débranchés au cours du transport ou du montage. Assurez-vous que les fils et câbles sont connectés correctement et qu'aucun câble n'est enroulé, endommagé, déconnecté ou brulé.

PROBLÈME : le disjoncteur du tapis roulant se déclenche lors d'un exercice.
SOLUTION : effectuez les vérifications suivantes :

- Vérifiez que l'appareil est branché sur un circuit de 15 ampères distinct.
- Assurez-vous que l'appareil n'est pas branché sur une rallonge électrique ou un parasurtenseur.
- Assurez-vous que l'appareil n'est pas branché sur une prise équipée d'un disjoncteur différentiel de fuite à la terre ou sur un circuit qui intègre une prise équipée d'un disjoncteur différentiel de fuite à la terre.

PROBLÈME : la bande de course ne reste pas centrée durant un exercice.
SOLUTION : effectuez les vérifications suivantes :

- Assurez-vous que votre tapis de course est installé sur une surface plane.
- Vérifiez que la bande est correctement tendue et centrée (reportez-vous aux sections RÉGLAGE DE LA TENSION et CENTRAGE DE LA BANDE DE COURSE pour des indications plus détaillées).

PROBLÈME : la vitesse de fonctionnement semble incorrecte.
SOLUTION :

- Mettez le tapis de course hors tension et débranchez la fiche de la prise murale.
- Retirez les vis du couvercle du moteur à l'aide d'un tournevis cruciforme.
- Vérifiez que le capteur optique est raccordé à la carte électronique moteur.
- Vérifiez que le câble du capteur de vitesse est en bon état et qu'il est connecté correctement.

DÉPANNAGE DU MONITEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE (POIGNÉES À CAPTEURS TACTILES CARDIAQUES UNIQUEMENT)
Contrôlez l'endroit où vous vous entraînez et recherchez des sources possibles d'interférence, telles que des lumières fluorescentes, des ordinateurs, des clôtures électriques, des systèmes d'alarme ou des installations équipées de gros moteurs. Ces appareils peuvent causer des lectures erronées de la fréquence cardiaque.

Des mesures incohérentes de la fréquence cardiaque peuvent également se produire dans les cas suivants :
- Une pression excessive sur les poignées équipées de capteurs tactiles. Essayez d'exercer une pression modérée sur ces poignées.
- Des vibrations et un mouvement constants lorsque vous tenez les poignées pendant les exercices. Si l'écran affiche des mesures incohérentes, saisissez les poignées le temps nécessaire afin que votre rythme cardiaque soit enregistré.
- Lorsque vous êtes essoufflé durant un entraînement.
- Lorsque vos doigts sont comprimés par des bagues.
- Lorsque vos mains sont sèches ou froides. Frottez-vous les mains afin de les hydrater et de les réchauffer.
- Lorsque vous souffrez d'arythmie grave.
- Lorsque vous êtes atteint d'artériosclérose ou de troubles de la circulation périphérique.
- Lorsque la peau des paumes de vos mains est particulièrement épaisse.

BESOIN D'UNE ASSISTANCE TECHNIQUE ?

Si le problème subsiste, arrêtez d'utiliser le tapis et mettez-le hors tension.

Veuillez contacter le service d'assistance technique à la clientèle au numéro indiqué sur le panneau arrière du MANUEL DU PROPRIÉTAIRE.

Lors de votre appel, vous devrez probablement fournir les renseignements ci-après. Veuillez préparer les informations suivantes :
- Nom du modèle
- Numéro de série
- Preuve d'achat

Les questions fréquemment posées sont les suivantes :
- Depuis combien de temps rencontrez-vous ce problème ?
- Le problème se répète-t-il à chaque utilisation ? Avec tous les utilisateurs ?
- Si vous entendez un bruit gênant, provient-il de l'avant ou de l'arrière de l'appareil ? De quel type de bruit s'agitil (bruit sourd, grincement, son aigu, sifflement, etc.) ?
- L'appareil a-t-il été entretenu conformément au programme D'ENTRETIEN ?

Les réponses à ces questions et à d'autres questions permettront aux techniciens d'envoyer les pièces de rechange adéquates et d'effectuer la révision nécessaire au bon fonctionnement de votre tapis de course et vous faire reprendre votre entraînement !

GARANTIE LIMITÉE - USAGE DOMESTIQUE



CAPACITÉ DE POIDS = 147 kilogrammes (325 lb)

CADRE • À VIE

Schwinn Fitness garantit le cadre contre les vices de fabrication ou de matériau pendant toute la durée de vie de l'acheteur, à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil. (Le cadre désigne la base en métal soudé de l'appareil et ne comporte aucune pièce amovible.)

MOTEUR • À VIE

Schwinn Fitness garantit le moteur d'origine contre les défauts de fabrication et de matériaux pendant toute la vie du propriétaire initial, tant que l'appareil reste en possession de ce dernier. La main-d'œuvre ou l'installation du moteur n'est pas couverte par la garantie du moteur. Les défauts de fabrication et/ou de matériaux du moteur d'origine doivent être confirmés et identifiés comme étant la cause du dysfonctionnement du produit par Schwinn Fitness ou par un de ses techniciens certifiés avant qu'un moteur de remplacement ne soit autorisé sous garantie. Un (1) seul remplacement du moteur est autorisé pendant cette garantie.

ÉLÉMENTS ÉLECTRONIQUES ET PIÈCES • 1 AN

Schwinn Fitness garantit les composants électroniques, la finition et toutes les pièces d'origine pendant un an à compter de la date d'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil.

MAIN-D'ŒUVRE • UN AN

Schwinn Fitness couvrira les frais de main-d'œuvre pour la réparation de l'appareil pendant une période d'un an à compter de la date originale d'achat, tant que l'appareil demeurera en la possession du propriétaire original.

EXCLUSIONS ET LIMITATIONS

Qui EST couvert :

- Le propriétaire initial; la garantie n'est pas transférable.

Ce qui EST couvert :

- La réparation ou le remplacement d'un moteur, de composants électroniques ou de pièces défectueux, ce qui constitue l'unique recours au titre de la garantie.

Ce qui n'est PAS couvert :

- L'usure normale, l'assemblage ou l'entretien incorrects ou l'installation de pièces ou d'accessoires incompatibles ou non destinés à l'équipement tel qu'il a été vendu.
- Les dommages ou la défaillance dus à un accident, l'utilisation abusive, la corrosion, la décoloration de la peinture ou du plastique, la négligence, le vol, le vandalisme, l'incendie, l'inondation, le vent, la foudre, le gel ou d'autres catastrophes naturelles quelle qu'en soit la nature, une réduction, fluctuation ou défaillance d'alimentation de quelque origine que ce soit, des conditions atmosphériques inhabituelles, une collision, l'introduction d'objets étrangers dans l'unité ou des modifications non autorisées ou non recommandées par Schwinn Fitness.
- Les dommages accessoires ou indirects. Schwinn Fitness n'est pas responsable des dommages indirects, spéciaux ou accessoires, des pertes économiques, des pertes matérielles ou de profits, des privations de jouissance ou d'utilisation, ou d'autres dommages accessoires de quelque nature que ce soit en relation avec l'achat, l'utilisation, la réparation ou l'entretien de l'appareil. Schwinn Fitness ne consent aucune compensation monétaire ou autre pour de telles réparations ou le

coût des pièces de rechange, y compris notamment les cotisations d'organismes sportifs, pertes de temps de travail, visites de diagnostic, visites d'entretien ou frais de transport.

- Les équipements utilisés à des fins commerciales ou à toutes autres fins que celles d'une famille unique ou d'un foyer, sauf acceptation de la couverture par Schwinn Fitness.
- Les équipements détenus ou utilisés hors des États-Unis et du Canada.
- La livraison, l'assemblage, l'installation, l'assemblage des unités d'origine ou de rechange ou la main-d'œuvre et les autres frais associés à l'enlèvement ou au remplacement de l'unité couverte.
- Toute personne qui tente de réparer cet équipement s'expose à un risque de blessure. Schwinn Fitness n'est pas responsable des dommages, pertes ou responsabilités découlant de toute blessure subie lors de ou du fait de toute réparation ou tentative de réparation de l'équipement de conditionnement physique par toute personne autre qu'un technicien certifié. Toutes les tentatives de réparation de l'équipement de conditionnement physique par l'utilisateur sont effectuées À SES RISQUES ET PÉRILS et Schwinn Fitness décline toute responsabilité en matière de blessures ou de dommages quels qu'ils soient causés par de telles réparations.
- Si la garantie du fabricant est expirée, mais que vous avez acheté une garantie prolongée, consultez le contrat de la garantie prolongée pour les ressources relatives aux demandes d'entretien ou de réparation lorsque l'utilisateur détient une garantie prolongée.

RÉPARATIONS/RETOURS

- Un service à domicile est assuré dans un rayon de 240 km par le prestataire de services agréé le plus proche (au-delà de cette distance, le kilométrage parcouru à partir d'un centre de services agréé est à la charge du client).
- Tous les retours doivent être préautorisés par Schwinn Fitness.
- Les obligations d'Schwinn Fitness en vertu de cette garantie se limitent à la réparation ou au remplacement de l'équipement, à la discrétion d'Schwinn Fitness, par le même modèle ou un modèle comparable.
- Schwinn Fitness peut exiger que les composantes défectueuses soient retournées à Schwinn Fitness une fois la garantie terminée, accompagnées d'une étiquette de retour prépayée. S'il vous est demandé de retourner des pièces et que nous n'avez pas reçu d'étiquette, veuillez communiquer avec l'assistance technique à la clientèle.
- Les appareils de rechange, les pièces et les composants électroniques remis à neuf par Schwinn Fitness ou ses fournisseurs peuvent parfois être fournis comme pièces de rechange et constituent une parfaite application des dispositions de la garantie.
- Cette garantie vous donne des droits juridiques spécifiques, et vos droits peuvent varier d'une province à l'autre.

ESPAÑOL

79 PRECAUCIONES IMPORTANTES
83 MONTAJE
93 FUNCIONAMIENTO DE LA CAMINADORA
102 MANTENIMIENTO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS
113 GARANTÍA

PRECAUCIONES IMPORTANTES



CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES

Cuando se usa un producto eléctrico, siempre se deben tomar precauciones básicas, incluidas las siguientes: Lea todas las instrucciones antes de utilizar esta caminadora. Es responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios de esta caminadora estén debidamente informados sobre todas las advertencias y precauciones. Si tiene preguntas después de leer esta guía, comuníquese con el Servicio de Asistencia Técnica para Clientes al número indicado en la contratapa del MANUAL DEL PROPIETARIO.

Esta caminadora está destinada únicamente para uso doméstico. No utilice la caminadora en ningún entorno comercial, de alquiler, escolar ni institucional. El incumplimiento de ese requisito invalidará la garantía.

⚠ PELIGRO

PARA REDUCIR EL RIESGO DE DESCARGA ELÉCTRICA:

Desenchufe siempre el equipo del tomacorrientes antes de limpiarlo, realizar el mantenimiento y colocar o quitar piezas.

⚠ ADVERTENCIA

PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIOS, DESCARGAS ELÉCTRICAS O LESIONES A LAS PERSONAS:

- Utilice este equipo solo para el uso previsto como se describe en este Manual del propietario.
- El equipo no debe ser usado NUNCA por niños menores de 14 años.
- En NINGÚN momento las mascotas o niños menores de 14 años deben a menos de 3 metros (10 pies) del equipo.
- Este equipo no está diseñado para ser utilizado por personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimiento, a menos que estén supervisadas o hayan recibido instrucciones sobre el uso del equipo por la persona responsable de su seguridad.
- Siempre use calzado deportivo al utilizar este equipo. NUNCA opere el equipo de ejercicio descalzo.
- No use ropa que pueda engancharse en las partes móviles del equipo.
- Los sistemas de monitoreo de frecuencia cardíaca pueden ser inexactos. El ejercicio excesivo puede provocar lesiones graves o muerte.
- El ejercicio incorrecto o excesivo puede provocar lesiones graves o muerte. Si experimenta cualquier tipo de dolor, como, entre otros, dolor de pecho, náuseas, mareos o dificultad para respirar, suspenda el ejercicio de inmediato y consulte a su médico antes de continuar.
- No salte sobre el equipo.
- En ningún momento debe haber más de una persona en el equipo.
- Instale y opere este equipo sobre una superficie sólida y nivelada.
- Nunca opere el equipo si no está funcionando correctamente o si ha sufrido daños.
- Utilice el manubrio para mantener el equilibrio al subir y bajar, y para lograr más estabilidad mientras hace ejercicio.
- Para evitar lesiones, no exponga ninguna parte del cuerpo (por ejemplo, dedos, manos, brazos o pies) al mecanismo de transmisión u otras partes del equipo que se puedan mover.
- Conecte este producto de ejercicio únicamente a un tomacorrientes debidamente conectado a tierra.
- Este equipo nunca debe dejarse desatendido cuando está enchufado. Cuando no esté en uso, y antes de repararlo, limpiarlo o moverlo, apague la energía y luego desconéctelo del tomacorrientes.
- No utilice ningún equipo que esté dañado o tenga piezas gastadas o rotas. Utilice únicamente piezas de repuesto suministradas por Asistencia Técnica al Cliente o por un distribuidor autorizado.
- Nunca opere este equipo si se ha caído, dañado, no funciona correctamente, tiene un cable o enchufe dañado, está ubicado en un ambiente húmedo o mojado, o ha sido sumergido en agua.

⚠ ADVERTENCIA

PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIOS, DESCARGAS ELÉCTRICAS O LESIONES A LAS PERSONAS:

- Mantenga el cable de alimentación alejado de superficies calientes. No hale ni tensione el cable de alimentación.
- No retire ninguna cubierta protectora a menos que se lo indique Asistencia Técnica al Cliente. El servicio solo debe ser realizado por un técnico de servicio autorizado.
- Para evitar descargas eléctricas, nunca deje caer ni inserte ningún objeto en ninguna abertura.
- No lo opere donde se estén usando productos en aerosol (spray) o cuando se esté administrando oxígeno.
- Este equipo no debe ser utilizado por personas que pesen más de la capacidad de peso máxima especificada en el Manual del propietario. El incumplimiento anulará la garantía.
- Este equipo debe utilizarse en un ambiente con temperatura y humedad controladas. No utilice este equipo en lugares como: exteriores, garajes, cocheras, porches, baños, o cerca de piscinas, jacuzzis, saunas, etc. El incumplimiento anulará la garantía.
- Comuníquese con Asistencia Técnica al Cliente o con un distribuidor autorizado para solicitar revisiones, reparaciones o servicio.
- Nunca opere este equipo de ejercicio con la abertura de aire bloqueada. Mantenga la abertura de aire y los componentes internos limpios y sin pelusa, cabello o elementos similares.
- No modifique este dispositivo de ejercicio ni utilice accesorios o aditamentos no aprobados. Modificar el equipo o usar aditamentos o accesorios no aprobados anulará la garantía y puede causar lesiones.
- Limpie las superficies con jabón y un paño ligeramente humedecido únicamente. Nunca utilice disolventes.
- Al hacer ejercicio, mantenga siempre un ritmo cómodo y controlado.
- Para evitar lesiones, tenga mucho cuidado al subir o bajar de una banda en movimiento. Párese en las barandillas cuando encienda la caminadora.
- Para evitar lesiones, coloque el clip de seguridad en la ropa antes de usarla.
- Desconecte la llave de seguridad de la caminadora cuando no la use para evitar que otras personas la utilicen sin supervisión.
- Asegúrese de que el borde la banda esté paralela a la posición lateral del riel lateral y no se mueva debajo de este. Si la banda no está centrada, debe ajustarse antes de su uso.
- Cuando no hay ningún usuario en la caminadora (sin carga) y cuando está funcionando a 12 km/h (7,5 mph), el nivel de presión sonora ponderado A no es mayor de 70 dB cuando el nivel de sonido se mide a la altura típica de la cabeza.
- La medición de la emisión de ruido de la caminadora es mayor con carga que sin carga.
- Al bajar la plataforma de la caminadora, espere hasta que las patas traseras estén firmemente en el piso antes de subirse a la plataforma.
- Asegúrese de que la caminadora se detenga por completo antes de plegarla. No opere la caminadora plegada.
- Cuando mueva la caminadora, NO la levante, no la ponga boca abajo y no la coloque de lado. La caminadora está equipada con resortes de alta presión que pueden hacer que el armazón de la base inferior se abra por un resorte si se manipula mal, lo que puede causar lesiones. Transporte la unidad ÚNICAMENTE en el suelo, y ÚNICAMENTE después de que esté completamente ensamblada y en la posición vertical plegada con el pestillo de bloqueo asegurado.

INSTRUCCIONES DE CONEXIÓN A TIERRA

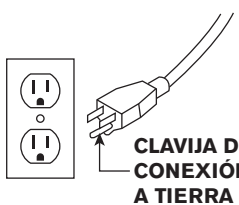
Este producto debe conectarse a tierra. En el caso de que una caminadora se averíe o funcione incorrectamente, la conexión a tierra proporciona un camino de menor resistencia para la corriente eléctrica a fin de reducir el riesgo de descarga eléctrica. Este producto está equipado con un cable que tiene un conductor de conexión a tierra del equipo y un enchufe de conexión a tierra. El enchufe debe conectarse a un tomacorriente adecuado que esté debidamente instalado y conectado a tierra de acuerdo con los códigos y las ordenanzas locales.

⚠ PELIGRO

Una mala conexión del conductor de conexión a tierra del equipo puede generar riesgo de descarga eléctrica. Consulte a un electricista cualificado o a un proveedor de servicios si tiene dudas en cuanto a si la conexión a tierra del producto es apropiada. No modifique el enchufe suministrado con el producto. Si no entra en el tomacorriente, pídale a un electricista cualificado que instale uno apropiado.

Este producto deberá utilizarse en un circuito de 110-120 voltios nominales y tiene un enchufe de conexión a tierra como el de la ilustración. Asegúrese de que el producto esté conectado a un tomacorriente que tenga la misma configuración que el enchufe. No debe usarse ningún adaptador con este producto.

Este producto se debe utilizar con un circuito dedicado. Para determinar si está en un circuito dedicado, desconecte la alimentación a ese circuito y observe si algún otro dispositivo pierde energía. Si así fuera, mueva los dispositivos a un circuito diferente. Nota: Generalmente, existen varios tomacorrientes en un circuito. Esta caminadora debe ser utilizada con un circuito de 15 amperios como mínimo.



⚠ ADVERTENCIA

Solo conecte este producto para ejercicios a tomacorrientes debidamente conectados a tierra.

Nunca ponga en funcionamiento el producto con un cable o enchufe dañado, incluso si funciona correctamente. Nunca ponga en funcionamiento ningún producto si parece dañado o ha sido sumergido en agua. Para sustituciones o reparaciones, comuníquese con el Servicio de Asistencia Técnica para Clientes.

MONTAJE

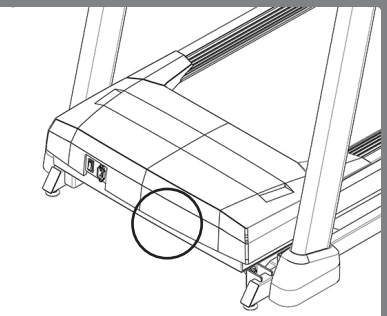
⚠ ADVERTENCIA

Durante el proceso de montaje, hay varios pasos a los que se debe prestar especial atención. Es muy importante seguir las instrucciones de montaje y asegurarse de que el producto se ha montado correctamente para reducir el riesgo de lesiones. Asegúrese de apretar bien todas las piezas antes de usar el equipo para garantizar que dicho equipo se encuentra estable y firme desde el punto de vista estructural.

Antes de seguir adelante, busque el número de serie de la caminadora, que se encuentra ubicado en una etiqueta adhesiva blanca con código de barras cerca del interruptor de encendido/apagado y del cable de alimentación, e ingréselo en el espacio provisto abajo.

INTRODUZCA SU NÚMERO DE SERIE Y NOMBRE DE MODELO EN EL ESPACIO DEBAJO:

UBICACIÓN DEL NÚMERO DE SERIE

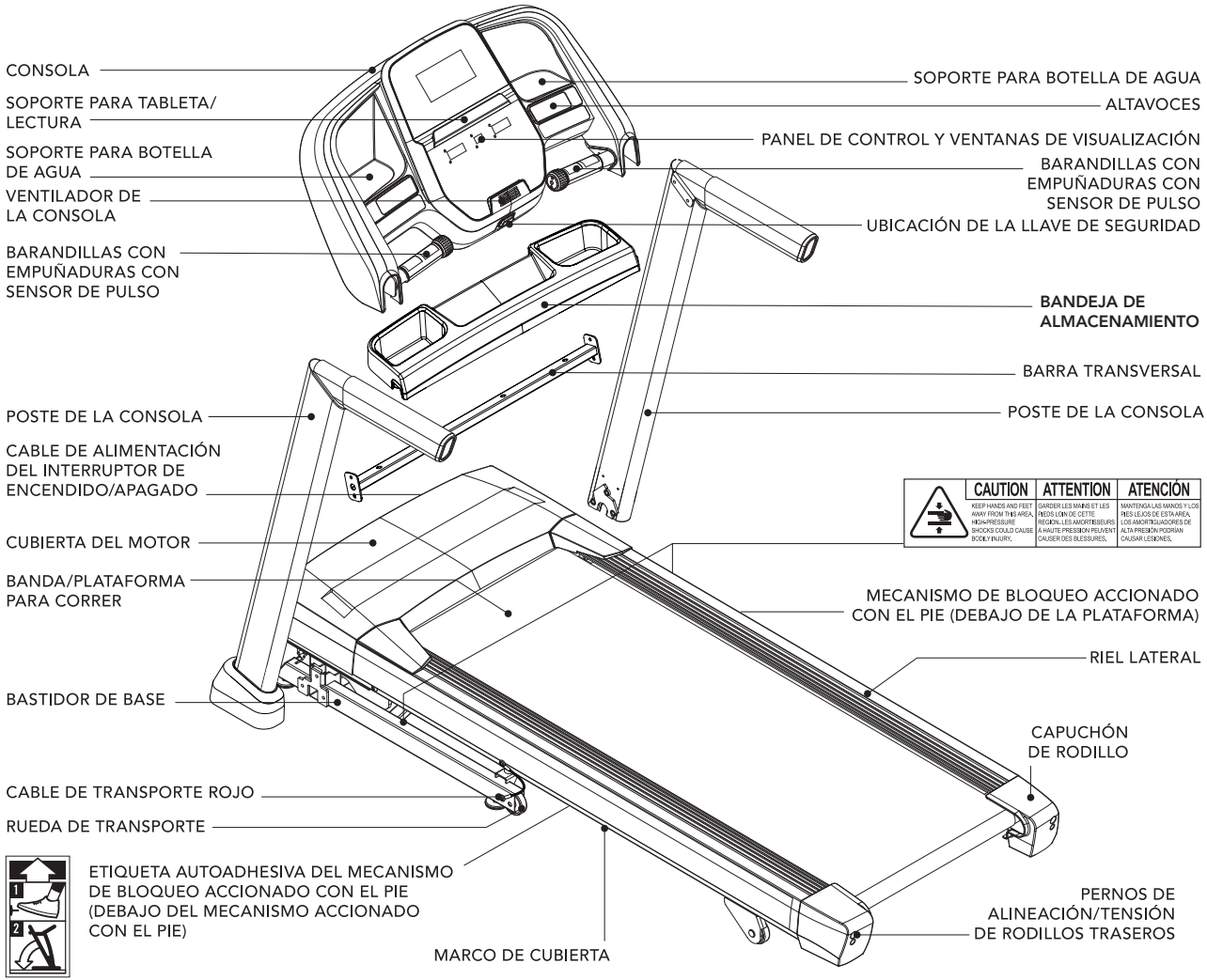


NÚMERO DE SERIE:

TM	

NOMBRE DEL MODELO: **CAMINADORA** | **SCHWINN**

» Cuando llame para solicitar servicio técnico, haga referencia al NÚMERO DE SERIE y al NOMBRE DE MODELO.


CONSOLA
SOPORTE PARA TABLETA/ LECTURA
SOPORTE PARA BOTELLA DE AGUA
VENTILADOR DE LA CONSOLA
BARANDILLAS CON EMPUÑADURAS CON SENSOR DE PULSO
POSTE DE LA CONSOLA
CABLE DE ALIMENTACIÓN DEL INTERRUPTOR DE ENCENDIDO/APAGADO
CUBIERTA DEL MOTOR
BANDA/PLATAFORMA PARA CORRER
BASTIDOR DE BASE
CABLE DE TRANSPORTE ROJO
RUEDA DE TRANSPORTE
ETIQUETA AUTOADHESIVA DEL MECANISMO DE BLOQUEO ACCIONADO CON EL PIE (DEBAJO DEL MECANISMO ACCIONADO CON EL PIE)
MARCO DE CUBIERTA
SOPORTE PARA BOTELLA DE AGUA
ALTAVOCES
PANEL DE CONTROL Y VENTANAS DE VISUALIZACIÓN
BARANDILLAS CON EMPUÑADURAS CON SENSOR DE PULSO
UBICACIÓN DE LA LLAVE DE SEGURIDAD
BANDEJA DE ALMACENAMIENTO
BARRA TRANSVERSAL
POSTE DE LA CONSOLA
CAUTION
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA. HIGH-PRESSURE SHOCKS COULD CAUSE BODILY INJURY.
ATTENTION
GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION. LES AMORTISSEURS A HAUTE PRESSION PEUVENT CAUSER DES BLESSURES.
ATENCIÓN
MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA AREA. LOS AMORTIGUADORES DE ALTA PRESIÓN PODRÍAN CAUSAR LESIONES.
MECANISMO DE BLOQUEO ACCIONADO CON EL PIE (DEBAJO DE LA PLATAFORMA)
RIEL LATERAL
CAPUCHÓN DE RODILLO
PERNOS DE ALINEACIÓN/TENSIÓN DE RODILLOS TRASEROS

HERRAMIENTAS INCLUIDAS:

- ☐ Llave en T de 6 mm
- ☐ Llave en L de 6 mm
- ☐ Llave en L de 5 mm

PIEZAS INCLUIDAS:

- ☐ 1 conjunto de consola
- ☐ 2 postes de consola
- ☐ barra transversal
- ☐ 1 juego de tornillería
- ☐ 1 llave de seguridad
- ☐ 1 cable adaptador de audio
- ☐ 1 botella de lubricante de silicona (para 2 aplicaciones)

¿NECESITA AYUDA?

Si tiene preguntas o faltan piezas, comuníquese con el Servicio de Asistencia Técnica para Clientes. La información de contacto se encuentra en la contratapa de este manual.

⚠ ADVERTENCIA

¡NO SEGUIR ESTAS INSTRUCCIONES PUEDE RESULTAR EN LESIONES!

⚠ ADVERTENCIA

¡NO INTENTE LEVANTAR LA CAMINADORA! No mueva ni levante la caminadora del embalaje hasta que se indique en las instrucciones de montaje. Puede quitar la envoltura de plástico de los mástiles de la consola.

⚠ ADVERTENCIA

Nunca abra la caja cuando esté colocada boca abajo o de lado.

Desembale y monte la unidad en el lugar donde se utilizará.

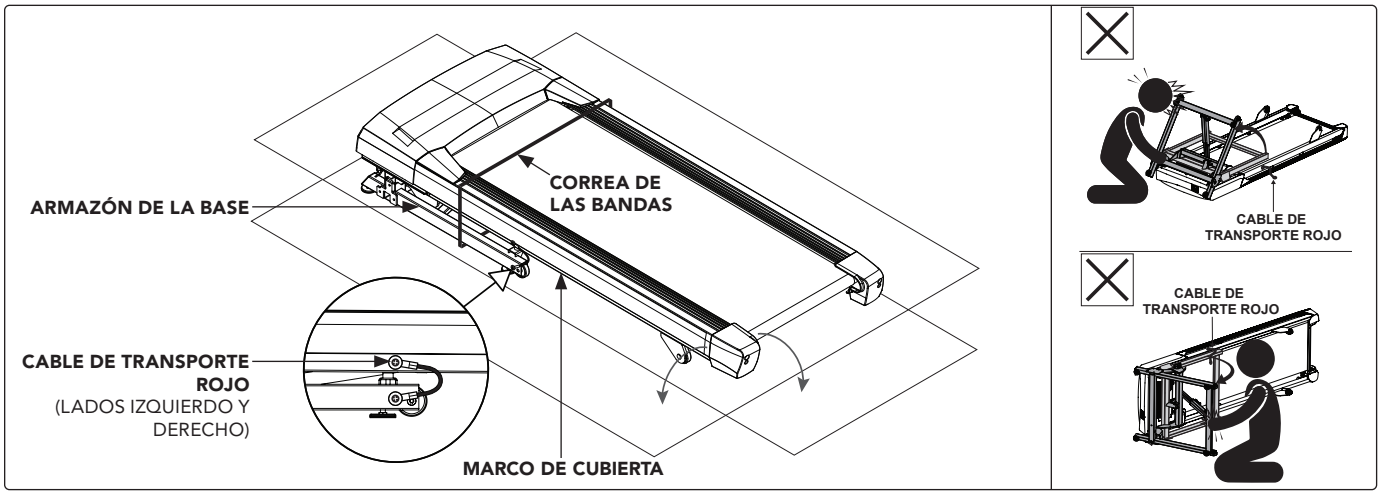
La caminadora incluida está equipada con resortes de alta presión que pueden hacer que el armazón de la base inferior se abra si no se manipula correctamente.

Los cables de transporte rojos se instalan entre el armazón de la plataforma superior y el armazón de la base inferior para evitar el movimiento del marco de la base inferior. NO quite los cables de transporte rojos hasta que se le indique.

NOTA: Durante cada uno de los pasos del ensamblaje, asegúrese de que TODAS las tuercas y pernos estén en su lugar y parcialmente enroscados antes de apretar NINGÚN perno.

NOTA: Aplicar una capa de grasa ligera puede ayudar a instalar las piezas. Se recomienda usar cualquier grasa, como grasa de litio para bicicletas.

PASO DE MONTAJE - **DESEMBALAJE**



A Coloque la caja de cartón de la caminadora sobre una superficie plana nivelada con la parte inferior de la caja en el suelo.

B Corte las correas de las bandas en el exterior de la caja y retire la tapa de la caja.

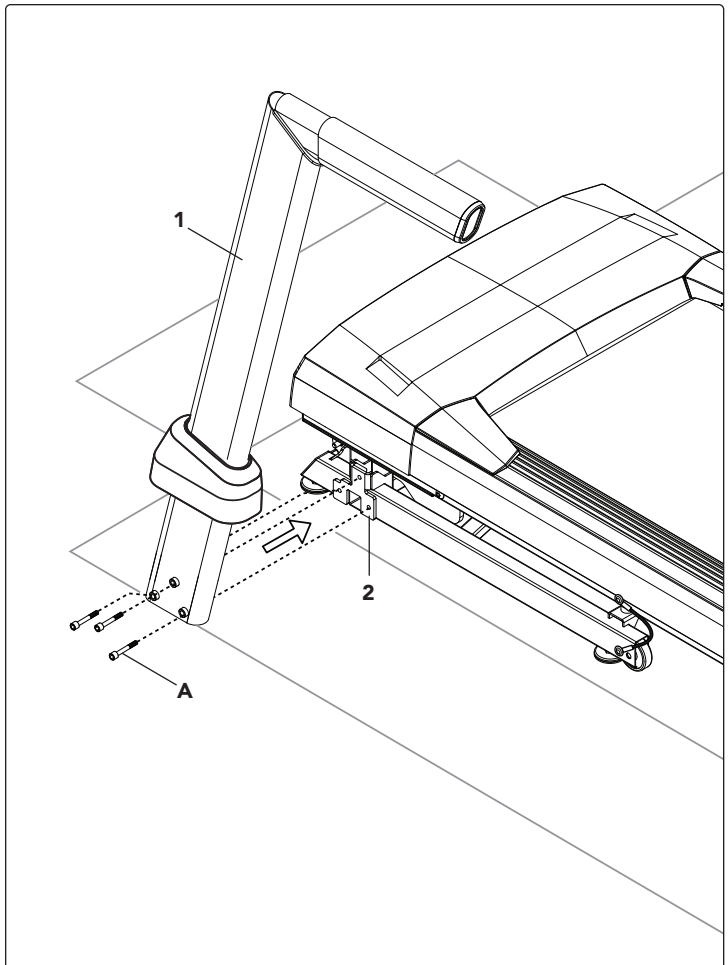
C NO saque la caminadora de la caja. En su lugar, rompa las esquinas de la parte inferior de la caja de la caminadora como se muestra. La caminadora debe montarse en una caja aplanada como se muestra para proteger la superficie del piso.

D Corte las correas de las bandas dentro de la caja y retire todo menos el armazón de la caminadora.

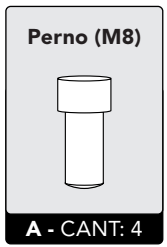
E Levante parcialmente la plataforma de la caminadora hacia arriba desde la parte trasera para quitar todo el contenido que está debajo de esta. Los cables de transporte rojos a ambos lados de la caminadora evitarán que la plataforma de la caminadora se levante por completo.

⚠ ADVERTENCIA

NUNCA incline la caminadora boca abajo o de costado. NO use herramientas para quitar los cables de transporte rojos hasta que se le indique. Si para quitar un componente se necesitan herramientas, espere hasta que las Instrucciones de ensamblaje le indiquen cómo quitarlo de manera segura.



PASO 1 DE MONTAJE

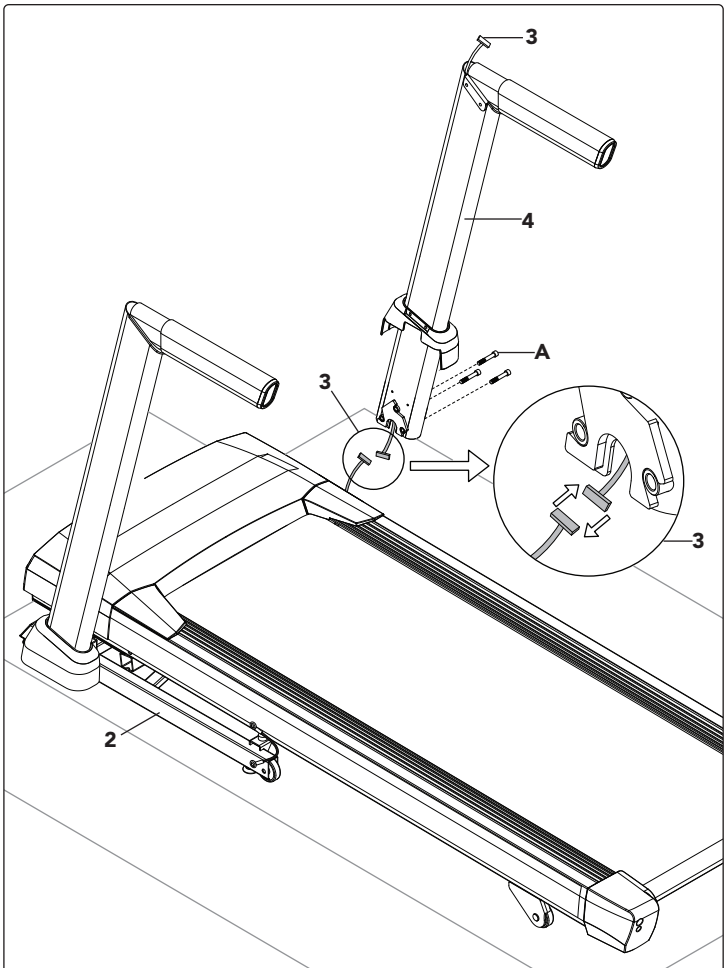


1.1 Abra **EL PAQUETE DE PIEZAS DE TORNILLERÍA PARA LLEVAR A CABO EL PASO 1**.

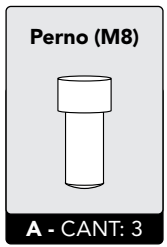
1.2 Deslice el **PIE DEL POSTE IZQUIERDO DE LA CONSOLA (3)** sobre el **POSTE IZQUIERDO DE LA CONSOLA (1).**

1.3 Fije el **POSTE IZQUIERDO DE LA CONSOLA (1)** al **BASTIDOR PRINCIPAL (2)** con **3 PERNOS (A)**.

NOTA: No apriete completamente los pernos hasta después del **PASO 4 DE MONTAJE.**



PASO 2 DE MONTAJE



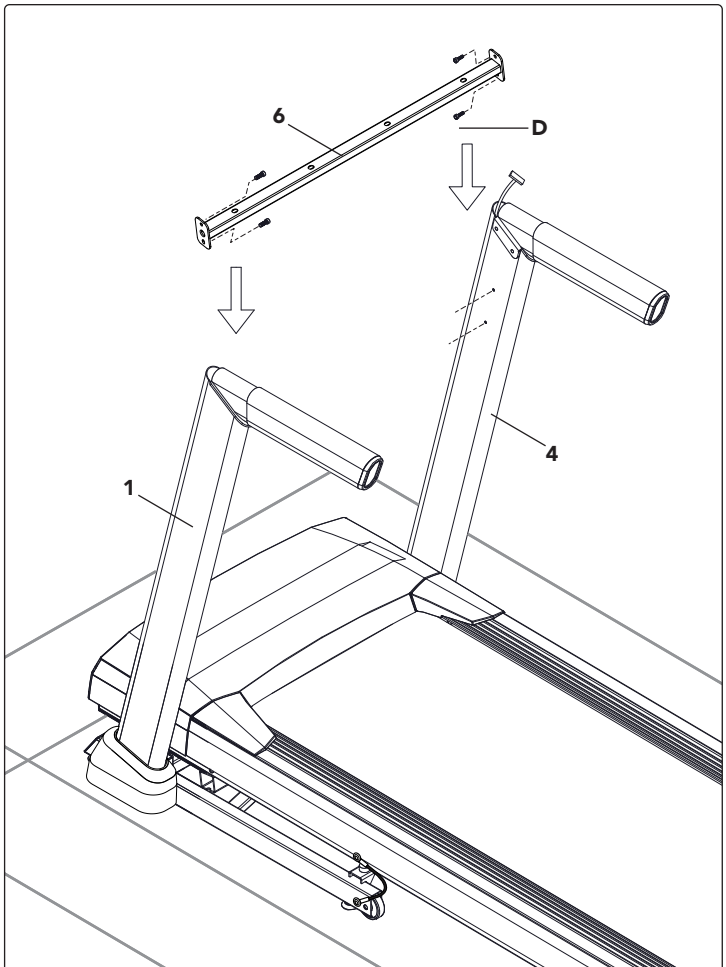
2.1 Abra la **BOLSA DE LA TORNILLERÍA PARA EL PASO 2.**

2.2 Conectar el **ALAMBRE DE ALIMENTACIÓN DEL CABLE** al final del **CABLE DE LA CONSOLA (3)**. Meta el **ALAMBRE DE ALIMENTACIÓN DEL CABLE** por el **POSTE DERECHO DE LA CONSOLA (4)**. Una vez que haya pasado todo el alambre de alimentación del cable a través del poste, la punta superior del **CABLE DE LA CONSOLA (3)** debe quedar en la parte superior del poste.

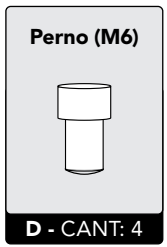
2.3 Una el **POSTE DERECHO DE LA CONSOLA (4)** al **BASTIDOR PRINCIPAL (2)** con **3 PERNOS (A)**.

NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar ningún cable mientras conecta la consola.

NOTA: No apriete completamente los pernos hasta después del **PASO 4 DE MONTAJE**.



PASO 3 DE MONTAJE

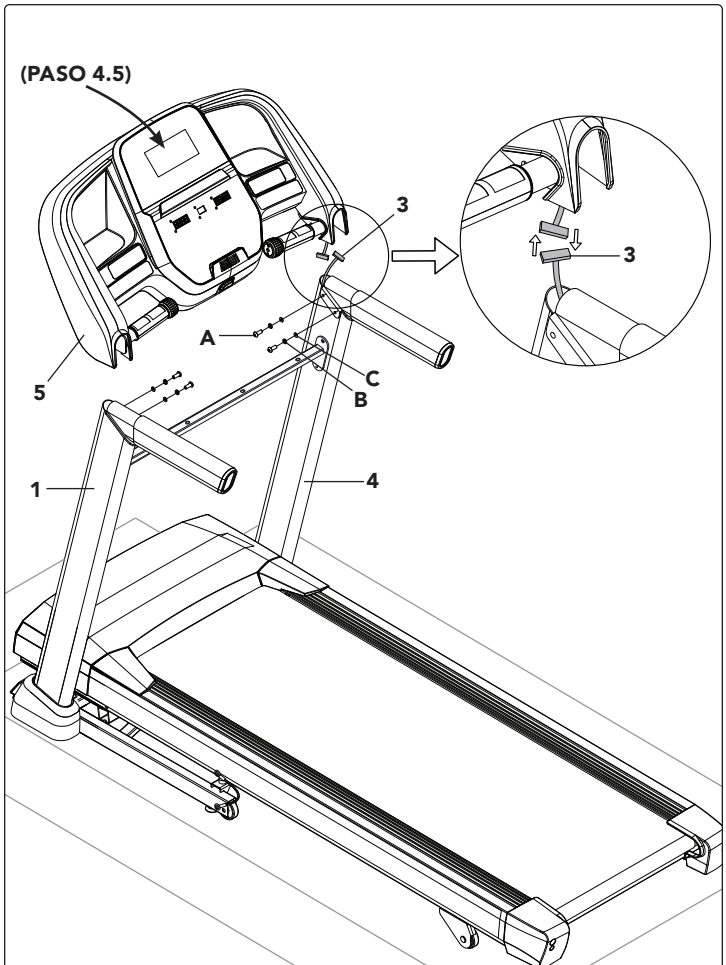


3.1 Abra la **BOLSA DE LA TORNILLERÍA PARA EL PASO 3.**

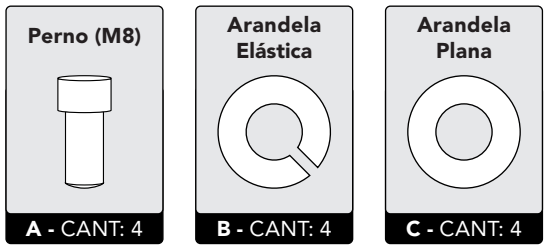
3.2 Una el **LADO IZQUIERDO** de la **BARRA TRANSVERSAL (6)** al **POSTE VERTICAL (1)** sin ajustarlos demasiado con **2 PERNOS (A)**.

3.3 Una el **LADO DERECHO** de la **BARRA TRANSVERSAL (6)** al **POSTE VERTICAL (4)** sin ajustarlos demasiado con **2 PERNOS (D)**.

NOTA: No apriete completamente los pernos hasta después del **PASO 4 DE MONTAJE.**



PASO 4 DE MONTAJE



NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar ningún cable mientras conecta la consola.

4.1 Abra la **BOLSA DE LA TORNILLERÍA PARA EL PASO 4**.

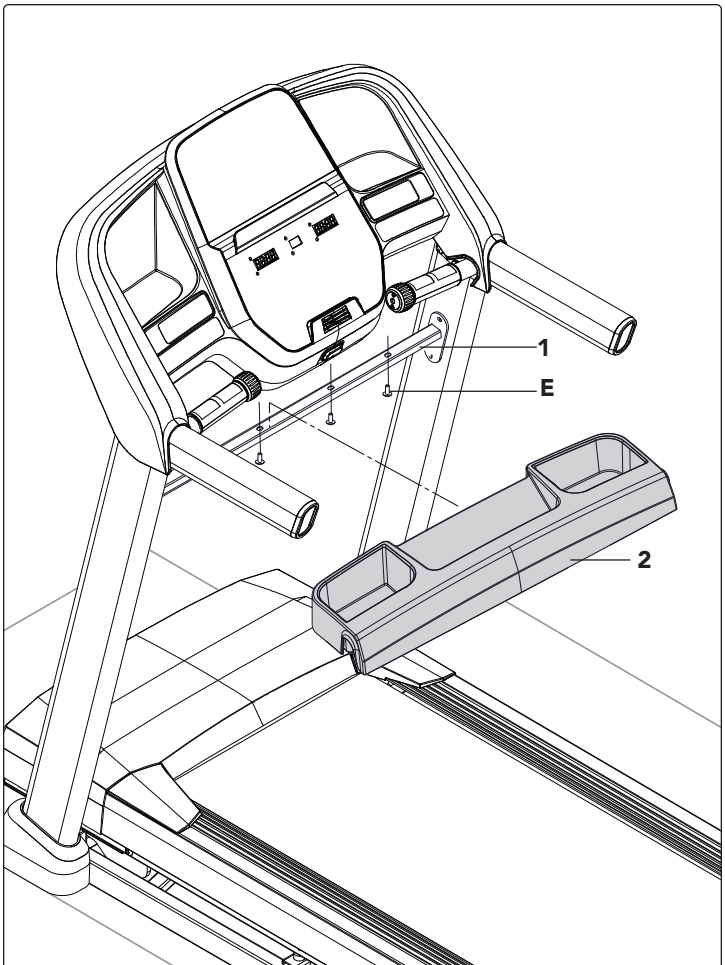
4.2 Coloque suavemente la **CONSOLA (5)** encima de los **POSTES DE LA CONSOLA (1 Y 4)**. Una el **LADO IZQUIERDO** primero con **2 PERNOS (A), 2 ARANDELAS ELÁSTICAS (B)** y **2 ARANDELAS PLANAS (C).**

4.3 Los **CABLES DE LA CONSOLA (3)** están ubicados dentro del **POSTE DE LA CONSOLA (4)**. Con el cable conductor extraiga con cuidado el **CABLE DE LA CONSOLA (3)** del **POSTE DE LA CONSOLA (4)**. Separe y deseche el **CABLE CONDUCTOR.** Conecte los **CABLES DE LA CONSOLA (3)** y coloque con cuidado los cables en los postes para evitar dañarlos.

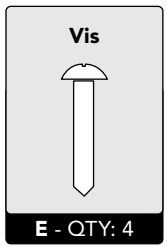
4.4 Una el **LADO DERECHO** de la **CONSOLA (5)** con **2 PERNOS (A), 2 ARANDELAS ELÁSTICAS (B)** y **2 ARANDELAS PLANAS (C).**

4.5 Tire de la parte superior de la **CONSOLA (5)** hacia la parte posterior de la caminadora y **MANTENGA LA POSICIÓN** mientras **APRIETA LOS PERNOS A LA IZQUIERDA Y DERECHA (A).**

4.6 **RECUERDE** apretar por completo **TODOS LOS PERNOS Y TORNILLOS** ahora que se terminó el montaje.



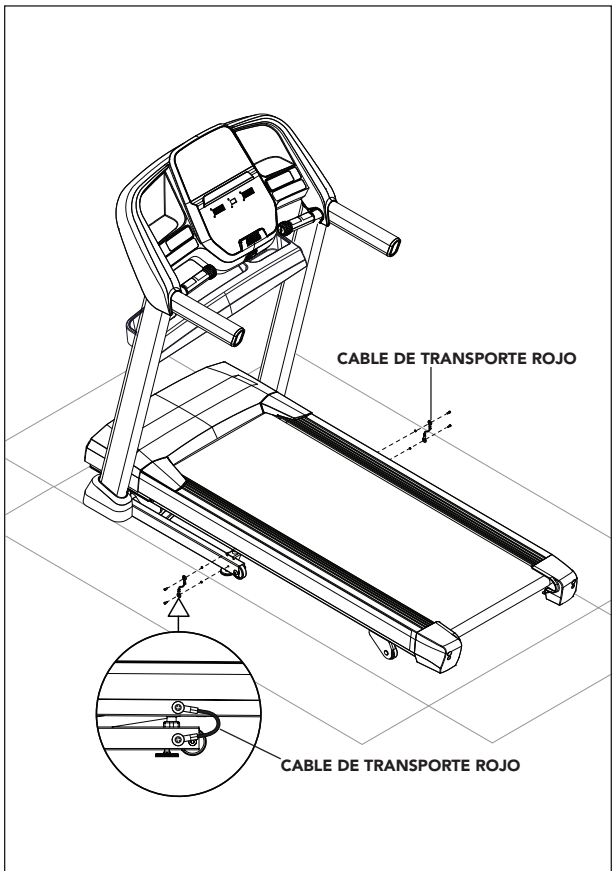
PASO 5 DE MONTAJE



5.1 Abra **EL PAQUETE DE PIEZAS DE TORNILLERÍA PARA LLEVAR A CABO EL PASO 5.**

5.2 Fije la **BANDEJA PARA ACCESORIOS (1)** a la **BARRA (2)** mediante **4 TORNILLOS (A).**

PASO 6 DE MONTAJE - **QUITAR LOS CABLES DE TRANSPORTE ROJOS**



⚠ ADVERTENCIA

¡NO SEGUIR ESTAS INSTRUCCIONES PUEDE RESULTAR EN LESIONES!

Una vez que los cables de transporte rojos se han desconectado de la caminadora, los resortes de alta presión pueden hacer que el armazón de la base inferior se abra. NUNCA incline la caminadora boca abajo o de costado, y NUNCA la levante si los cables de transporte rojos no están conectando al armazón de la plataforma superior con el armazón de la base inferior.

6.1 Asegúrese de que la caminadora esté apoyada en el piso por todas las ruedas.

6.2 En el lado izquierdo de la caminadora, use la llave en L de 5 mm (incluida en la caja) para quitar los dos pernos que conectan el cable de transporte rojo al armazón de la plataforma superior y al armazón de la base inferior.

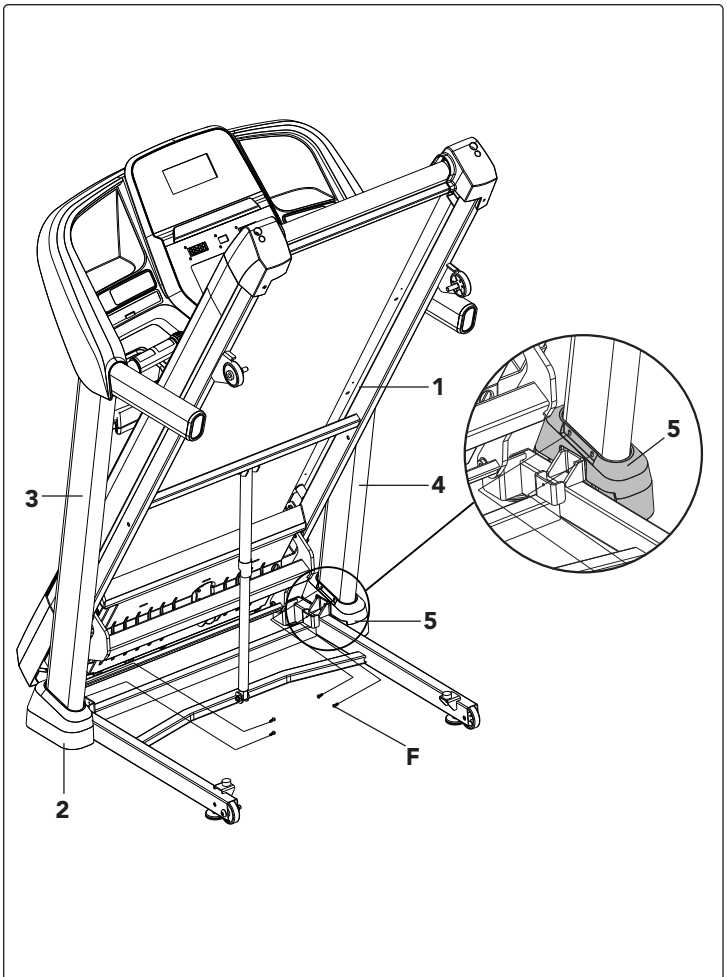
6.3 Reemplace ambos pernos (uno en el armazón de la plataforma superior y otro en el armazón de la base inferior) y apriételos completamente para bloquearlos en su lugar. Tenga en cuenta que para evitar que posteriormente el armazón de la base inferior se abra durante el transporte o el desmontaje de la caminadora, el cable de transporte rojo se puede volver a conectar a la caminadora con estos mismos pernos.

6.4 Realice la misma operación en el lado derecho de la caminadora para quitar los dos pernos que conectan el cable de transporte rojo al armazón de la plataforma superior y al armazón de la base inferior.

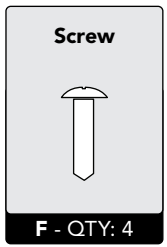
6.5 Coloque de nuevo los dos pernos y apriételos completamente para bloquearlos en su lugar.

6.6 Guarde los dos cables de transporte rojos para uso futuro colocándolos en una bolsa de polietileno transparente junto con el manual del propietario.

6.7 Cuando los cables de transporte rojos no estén instalados, transporte la unidad ÚNICAMENTE en el suelo y ÚNICAMENTE después de que esté completamente ensamblada y en la posición vertical plegada con el pestillo de bloqueo asegurado.



PASO 7 DE MONTAJE



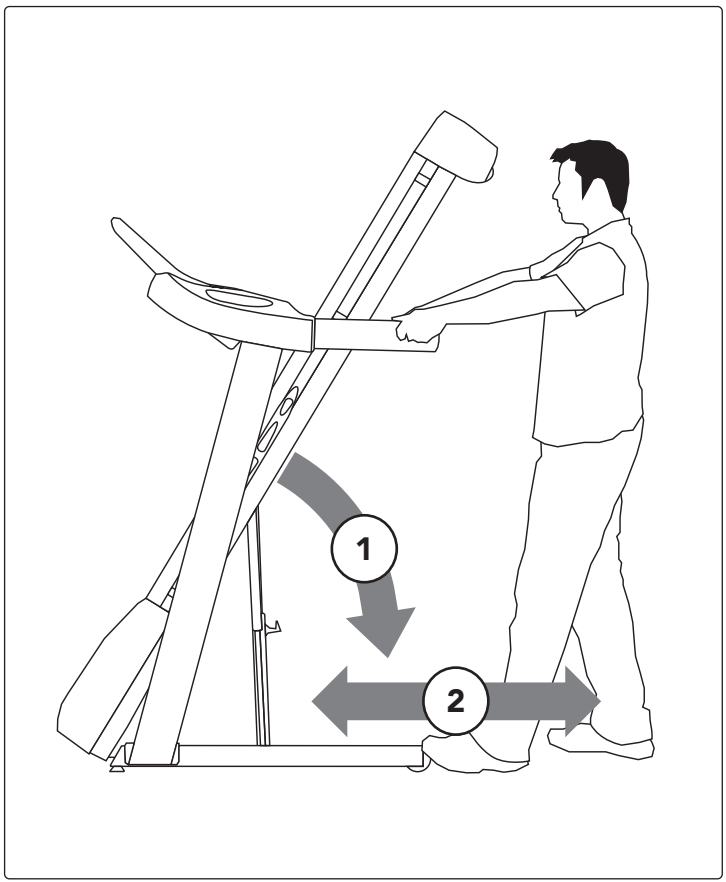
7.1 Abra **EL PAQUETE DE PIEZAS DE TORNILLERÍA PARA LLEVAR A CABO EL PASO 6.**

7.2 **NO OLVIDE** apretar por completo los **PERNOS DE LA BARRA** en los **POSTES DE LA CONSOLA (3 y 4)** cuando finalice el montaje. Levante la **PLATAFORMA (1)** y colóquela en posición vertical y de bloqueo.

7.3 Deslice el **PIE IZQUIERDO DE LA CONSOLA (2)** hacia la parte inferior del **POSTE IZQUIERDO DE LA CONSOLA (3)**. Fíjelo con 2 **PERNOS (A)** en los orificios del **PIE IZQUIERDO DE LA CONSOLA (2)** al **POSTE VERTICAL IZQUIERDO (3)**.

7.4 Deslice el **PIE DERECHO DE LA CONSOLA (5)** a la parte inferior del **POSTE DERECHO DE LA CONSOLA (4)**. Fíjelo con **2 PERNOS (A)** en los orificios del **PIE DERECHO DE LA CONSOLA (5)** al **POSTE VERTICAL DERECHO (4)**.

PASO 8 DE MONTAJE **- MOVER LA CAMINADORA**



8.1 Para cambiarla de lugar, asegúrese de que esté doblada y con los pestillos bien cerrados. Luego agarre firmemente los manubrios, incline la caminadora hacia atrás (1) y ruédela (2).

8.2 Mueva la caminadora para quitarla de la caja aplanada y colóquela en su posición final, lista para usar. Deseche la caja de cartón.

NOTA: Si posteriormente la caminadora debe desmontarse o levantarse, use la llave en L de 5 mm para volver a conectar los cables de transporte rojos al armazón de la plataforma superior y al armazón de la base inferior en los lados izquierdo y derecho de la caminadora. Compruebe que el armazón de la base inferior no pueda abrirse antes de levantar o desarmar la caminadora.

¡MONTAJE COMPLETO!

Antes de usarla por primera vez, lubrique la plataforma de la caminadora siguiendo las instrucciones en la sección de mantenimiento en la guía de la caminadora.

FUNCIONAMIENTO DE LA CAMINADORA



Esta sección explica cómo utilizar la consola y la programación de la caminadora.

NOTA:

Tras la realización de pruebas en este equipo, se ha determinado que respeta los límites de los dispositivos digitales de clase B, de conformidad con el apartado 15 de las normas de la Comisión Federal de Comunicaciones de los Estados Unidos (FCC, por sus siglas en inglés). Estos límites se han concebido para ofrecer una protección razonable contra las interferencias perjudiciales en instalaciones residenciales. Este equipo genera, utiliza y puede radiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de conformidad con las instrucciones, puede ocasionar interferencias perjudiciales en las radiocomunicaciones. Sin embargo, no se puede garantizar que no se vayan a producir interferencias en una instalación concreta.

Si este equipo causa interferencias perjudiciales en la recepción de radio o televisión, lo cual puede determinarse apagando y encendiendo el equipo, se recomienda al usuario que trate de corregir las interferencias a través de una o varias de las siguientes medidas:
- Si es posible, reoriente la antena receptora o colóquela en un sitio diferente.
- Si es posible, aumente la separación entre el equipo y el receptor del otro dispositivo.
- Pida ayuda al distribuidor o fabricante.

Cualquier cambio o modificación que el fabricante no haya aprobado de forma expresa puede anular la garantía de este equipo.

DECLARACIÓN DE EXPOSICIÓN A LA RADIACIÓN DE RADIOFRECUENCIA DE LA FCC:

Este equipo respeta los límites de exposición a la radiación de radiofrecuencia de la FCC establecidos para un entorno no controlado. Este equipo debe instalarse y utilizarse de tal manera que entre el emisor de radiación y su cuerpo haya una distancia mínima de 20 centímetros (8 pulgadas).

USO CORRECTO

La cinta puede alcanzar velocidades altas. Comience siempre a una velocidad más baja y ajústela en pequeños incrementos hasta alcanzar una velocidad más alta. Nunca deje la cinta sin supervisión cuando esté en funcionamiento. Cuando no la esté usando, quite la llave de seguridad, ponga el interruptor en posición de apagado y desconecte el cable de alimentación. Asegúrese de seguir el plan de MANTENIMIENTO de la MANUAL DEL PROPIETARIO para obtener un rendimiento óptimo continuo y evitar fallos prematuros del sistema electrónico. Mantenga siempre tanto su cuerpo como su cabeza mirando hacia adelante. No trate de darse la vuelta ni mirar hacia atrás mientras la cinta está en movimiento. Detenga inmediatamente su entrenamiento si siente dolor, sensación de desmayo, mareos o falta de aliento.

¡ADVERTENCIA!

LA VELOCIDAD DE LA BANDA PUEDE SER MAYOR EN INCLINACIÓN QUE LA QUE SE MUESTRA. SI LA BANDA ACELERA, REDUZCA INMEDIATAMENTE LA INCLINACIÓN.

ERROR DE RANGO DE VELOCIDAD DURANTE ENTRENAMIENTOS CON ALTA INCLINACIÓN

Durante entrenamientos con una inclinación alta, la banda puede acelerarse.

- Si la banda supera la velocidad establecida, la pantalla alfanumérica mostrará:
"ERROR DE RANGO DE VELOCIDAD_INCLINACIÓN DISMINUIDA"
- La inclinación disminuirá automáticamente un **3%.**
- La máquina continuará reduciendo la inclinación un **3%** hasta que la banda alcance su velocidad objetivo.
- Si la inclinación llega al 0%, pero la velocidad de la banda sigue siendo superior a la velocidad establecida, la máquina:
  - Mostrará el código de error **Eb** en la pantalla alfanumérica
  - Disminuirá la velocidad de la banda hasta detenerla por completo.
  - Finalizar el entrenamiento

Próximos pasos para el usuario:

- Si aparece el código de error Eb y el entrenamiento se detiene, contacte con el servicio de atención al cliente para obtener ayuda y solucionar el problema.

PRECAUCIÓN: RIESGO DE LESIONES

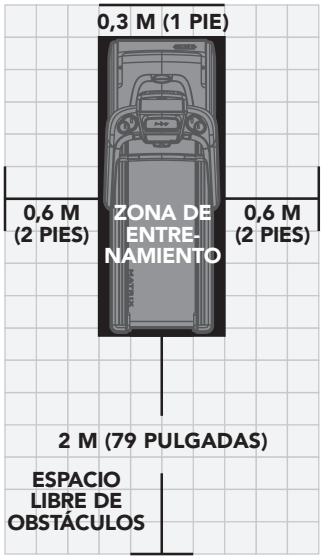
No se coloque sobre la banda cuando se esté preparando para emplear la cinta. Coloque los pies sobre los reposapiés laterales antes de encender la cinta. Solo debe comenzar a caminar sobre la cinta cuando la banda haya comenzado a moverse. No encienda nunca la cinta a velocidad alta ni trate de saltar sobre ella.

UBICACIÓN DE LA CAMINADORA

Coloque la caminadora sobre un nivel estable superficie. Debe haber 0,3 m (un pie) de separación entre el enchufe para el cable de alimentación y la parte delantera de la cinta. Deje una zona libre detrás de la cinta cuya anchura sea como mínimo equivalente a la cinta y cuya longitud mínima sea de 2 m (79 pulgadas). Esta zona debe quedar libre de cualquier obstáculo y permitir al usuario bajarse de la máquina con comodidad. En caso de emergencia, coloque ambas manos en las asas laterales para elevarse y coloque los pies en los reposapiés laterales.

Para facilitar el acceso, debe garantizarse un espacio, preferentemente en ambas partes de la cinta, de 0,6 m (2 pies), de tal modo que el usuario pueda acceder a la cinta desde un lado u otro.

No coloque la cinta en un lugar donde bloquee una rejilla de ventilación o salida de aire. No se debe instalar la cinta en un garaje, en un patio cubierto, cerca del agua o al aire libre.



ADVERTENCIA

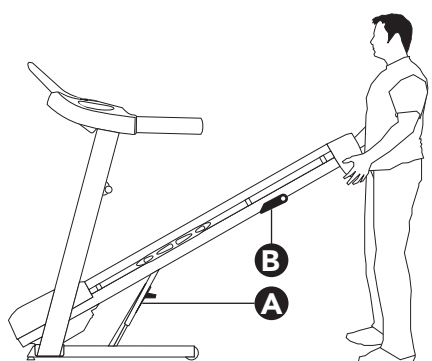
Nuestras caminadoras son pesadas, desplácelas con cuidado y solicite ayuda si es necesario. No intente desplazar la caminadoras si no está en posición vertical, plegada y con el pestillo bloqueado. Si no sigue estas instrucciones pueden producirse lesiones.

PLEGADO DE LA CAMINADORAS

Algunas caminadoras disponen de una plataforma que se puede plegar para su almacenamiento o transporte. Para plegarla, sujete firmemente la parte trasera de la cinta. Levante con cuidado el extremo de la plataforma de la caminadoras en posición vertical hasta que el pestillo quede enganchado y bloquee la plataforma de forma segura. Asegúrese de que la plataforma está enganchada de forma segura antes de soltarla.

DESPLIEGUE

Sujete firmemente la parte trasera de la caminadoras. Si la caminadoras tiene un PESTILLO DE PIE (A), para desplegarla, presiónelo suavemente con el pie hasta que se suelte. Si la cinta tiene un PESTILLO DE SEGURIDAD DE LA PLATAFORMA (B), tire de este para soltar la plataforma. Deje caer con cuidado la plataforma hasta el suelo.



Conecta tu dispositivo con la aplicación JRNY™ para entrenamientos más dinámicos

Si tienes una membresía de JRNY™*, puedes acceder a ella a través de tu dispositivo cuando esté sincronizado con la consola de esta máquina. Con esa membresía de JRNY™, recibes entrenamientos guiados adaptados según sus capacidades, que se muestran cómodamente en su dispositivo, y Entrenamiento de voz virtual amigable diseñado para ayudarlo en su viaje hacia el éxito del fitness a largo plazo.

1. Descargue la aplicación llamada "JRNY™".

La aplicación está disponible en App Store y Google Play™.

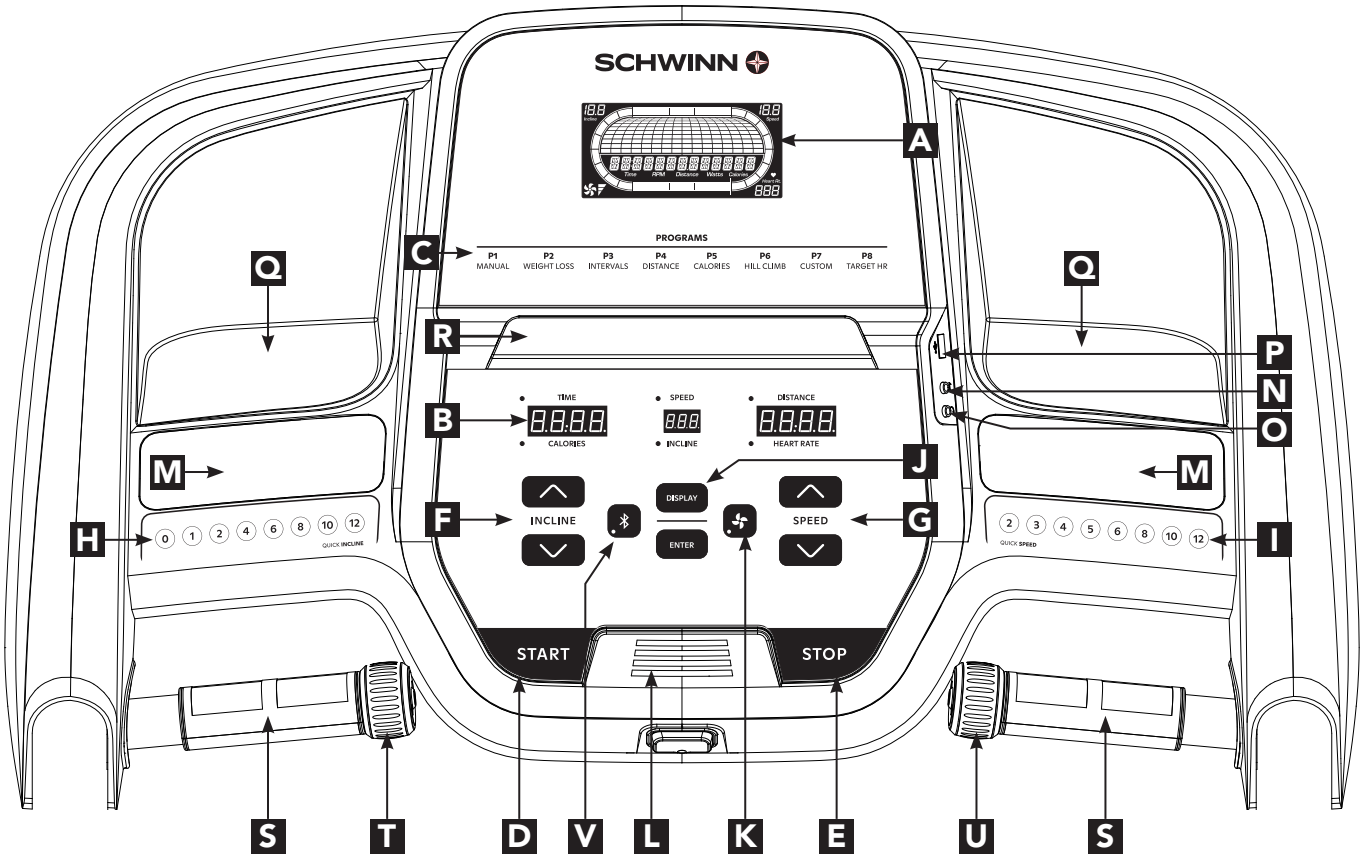
2. Asegúrese de que Bluetooth® y la configuración de ubicación estén activos

ensu dispositivo. Actívalos si es necesario.

3. Abra la aplicación cerca de la máquina y siga las instrucciones

para Sincronice su dispositivo con la máquina. Si la aplicación no se sincroniza con la máquina, reinicie su dispositivo y el máquina. Repita el paso 3.

**Se requiere una membresía JRNY™ para la experiencia JRNY™ – consulta www.bowflex.com/jrny para más detalles. Para los clientes de Estados Unidos y Canadá, puedes obtener una membresía JRNY™ llamando al 800-269-4126 o visitando www.bowflex.com/jrny. Donde esté disponible (incluyendo Estados Unidos), también puedes obtener una membresía JRNY™ descargando la aplicación JRNY™ en tu teléfono o tableta y registrándote dentro de la aplicación descargada. Es posible que las membresías de JRNY™ no estén disponibles en todos los países.*


SCHWINN
PROGRAMS
P1 MANUAL
P2 WEIGHT LOSS
P3 INTERVALS
P4 DISTANCE
P5 CALORIES
P6 HILL CLIMB
P7 CUSTOM
P8 TARGET HR
TIME
CALORIES
SPEED
INCLINE
DISTANCE
HEART RATE
INCLINE
DISPLAY
ENTER
SPEED
START
STOP
QUICK INCLINE
QUICK SPEED
A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V

FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA

Nota: Hay una lámina protectora delgada de plástico transparente en el revestimiento de la consola que debe quitarse antes de usarla.

A) VENTANAS DE LA PANTALLA LCD: Tiempo, RPM, Distancia, Vatios, Calorías, Inclinación, Velocidad, Frecuencia Cardíaca, Velocidad del Ventilador.

B) INDICADORES LED: Tiempo, Velocidad, Distancia, Calorías, Inclinación, Frecuencia cardíaca.

C) INDICADORES DE ENTRENAMIENTO: indica qué entrenamiento está configurado para el programa actual.

D) START (INICIO): oprima para comenzar a hacer ejercicio, para comenzar una sesión específica de ejercicio o para reiniciar el ejercicio después de una pausa.

E) STOP (PARAR): oprima para hacer una pausa o terminar su sesión de ejercicio. Mantenga oprimida esta tecla durante 3 segundos para poner en cero la consola.

F) TECLAS +/- INCLINACIÓN: se utilizan para ajustar la inclinación en pequeños incrementos (incrementos de 0,5 %).

G) TECLAS +/- VELOCIDAD: se utilizan para ajustar la velocidad en pequeños incrementos (incrementos de 0,1 mph).

H) TECLAS RÁPIDAS DE INCLINACIÓN: se utilizan para alcanzar el nivel de inclinación deseado con mayor rapidez.

I) TECLAS RÁPIDAS DE VELOCIDAD: se utilizan para alcanzar la velocidad deseada con mayor rapidez.

J) CHANGE DISPLAY (CAMBIAR PANTALLA): Oprima esta tecla para cambiar la información de pantalla durante la sesión de ejercicio.

K) TECLA DE VENTILADOR: oprímala para encender o apagar el ventilador.

L) VENTILADOR: ventilador personal para la sesión de ejercicio.

M) ALTAVOCES: la música se reproduce a través de los altavoces cuando su reproductor de CD/MP3 está conectado a la consola.

N) TOMA DE ENTRADA DE AUDIO: conecte su reproductor de CD/MP3 a la consola utilizando el cable adaptador de audio incluido.

O) ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO/AURICULAR: conecte los auriculares en esta toma para escuchar música con ellos. Nota: Cuando los auriculares están conectados a la toma de auriculares, el sonido ya no se escucha a través de los altavoces.

P) PUERTO USB: corriente de puerto USB 1A/5V.

Q) BOLSILLOS PARA BOTELLA DE AGUA: contiene equipos personales para la sesión de ejercicios.

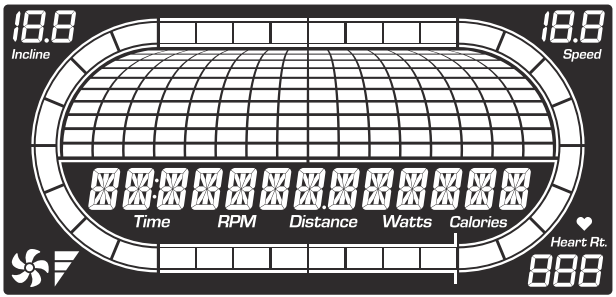
R) SOPORTE PARA TABLETA/LECTURA: sostiene la tableta o el material de lectura.

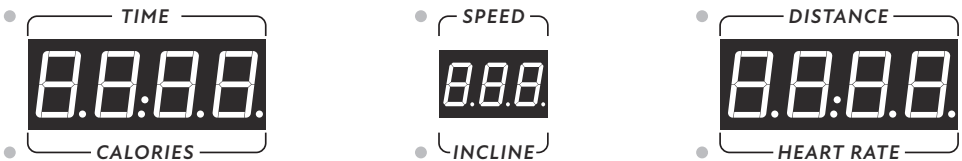
S) EMPUÑADURAS PARA LA MEDICIÓN DE LA FRECUENCIA CARDÍACA: utilizadas para medir la frecuencia cardíaca.

T) RUEDA DE DESPLAZAMIENTO DE LA INCLINACIÓN : se utiliza para ajustar la inclinación en pequeños incrementos (.5%).

U) DE MARCACIÓN RÁPIDA : utilizado para ajustar la velocidad en pequeños incrementos (.1MPH).

V) BLUETOOTH: Se utiliza para alternar entre el modo de aplicación Bluetooth y el modo de frecuencia cardíaca. El LED se iluminará cuando se conecte un dispositivo Bluetooth.





VENTANAS DE VISUALIZACIÓN

- **TIME (TIEMPO):** se muestra en minutos:segundos. Indica el tiempo restante o el que ha pasado en su sesión de ejercicio.
- **SPEED (VELOCIDAD):** aparece en MPH. Indica a qué velocidad se mueve la superficie para caminar o correr.
- **DISTANCE (DISTANCIA):** aparece en millas. Indica la distancia recorrida o la distancia por recorrer durante su sesión de ejercicio.
- **CALORIES (CALORÍAS):** total de calorías quemadas o que restan por quemar durante su sesión de ejercicio.
- **INCLINE (INCLINACIÓN):** aparece como porcentaje. Indica la inclinación de la superficie para caminar o correr.
- **HEART RATE (FRECUENCIA CARDÍACA):** aparece como latidos por minuto (BPM, por sus siglas en inglés). Se utiliza para monitorear la frecuencia cardíaca (se muestra cuando se sujetan ambas empuñaduras con sensor de pulso).

PARA EMPEZAR

1) Verifique que no haya ningún objeto ubicado en la banda que dificulte el movimiento de la caminadora.
2) Enchufe el cable de corriente y ENCIENDA la caminadora. (El interruptor de ENCENDIDO/APAGADO está al lado del cable de corriente).
3) Párese sobre los rieles laterales de la caminadora.
4) Sujete el broche de la llave de seguridad en alguna parte de su ropa y asegúrese de que quede bien agarrado y de que no se pueda soltar durante el funcionamiento de la caminadora.
5) Introduzca la llave de seguridad en su lugar en la consola.
6) Tiene dos opciones para comenzar su sesión de ejercicios.

A) INICIO RÁPIDO

Simplemente oprima la tecla de inicio START para comenzar a hacer ejercicio.
El tiempo, la distancia y las calorías comenzarán de cero. O…

B) SELECCIONE UN EJERCICIO U OBJETIVO

1) Seleccione su PROGRAMA con los botones +/- y presione ENTER cuando aparezca el PROGRAMA deseado.
2) Ajuste la CONFIGURACIÓN con los botones +/- y presione ENTER cuando aparezca la configuración deseada.
3) Presione START (INICIO) para comenzar.

ESPECIFICACIÓN PARA PROGRAMAS CON MÚLTIPLES SEGMENTOS

1) El usuario puede aumentar la velocidad y la inclinación en un determinado segmento y **SÓLO AUMENTA PARA ESE SEGMENTO**. Para los siguientes segmentos, la máquina seguirá los valores de la tabla proporcionada.

2) El usuario puede disminuir la velocidad y la inclinación en cualquier segmento y disminuirá la misma cantidad para los siguientes segmentos.

SISTEMA DE FITNESS CONECTADO Schwinn

Su máquina Schwinn está preparada para Bluetooth, lo que le permite utilizar la tecnología Bluetooth 4.0 para conectar de forma inalámbrica su dispositivo y otras aplicaciones a su caminadora Schwinn.

PERFILES DE SESIÓN DE EJERCICIOS

P1) MANUAL: ajuste la velocidad y la inclinación de forma manual durante el ejercicio.

P2) PÉRDIDA DE PESO: ejercicio diseñado específicamente para alcanzar el peso. Promueve la pérdida de peso aumentando y disminuyendo la inclinación, mientras te mantiene en tu zona de quema de grasa. Incluye 20 niveles. Los cambios de velocidad e inclinación se repiten cada 30 segundos.

WEIGHT LOSS (12%incline Max)

Segment = workout time / 16

Level	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Segment	INCLINE																			
1	0	0	0	0	0	0	1	2	2	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5	3.5	5	5	5	5	5
2	0	0	1	2	2.5	3.5	3.5	3.5	4.5	5.5	6	7	7.5	8.5	9.5	11	11	11	11.5	12
3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4.5	4.5	4.5	5.5	7	7.5	8.5	9	10
4	1.5	3.5	4	5	5	5	5	5	6	7	7.5	8.5	9	10	11	12	12	12	12	12
5	1	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4	4.5	4.5	4.5	5.5	7	7.5	8.5	8.5	8.5	9.5	11
6	1.5	3.5	3.5	3.5	5	6.5	7.5	8.5	9	10	10	10	10.5	11.5	12	12	12	12	12	12
7	1	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4	4.5	5	5.5	5.5	5.5	7	8.5	8.5	8.5	9	10
8	1.5	3.5	4	5	5	5	5.5	6.5	7.5	8.5	9	10	10.5	11.5	11.5	12	12	12	12	12
9	1.5	3.5	3.5	3.5	3.5	3.5	4	5	5	5.5	6	7	7	7	8.5	10	10.5	11	11.5	12
10	1	2	2	2	2	2	2.5	3.5	4	4.5	4.5	4.5	4.5	4.5	6.5	8.5	8.5	8.5	9	10
11	1.5	3.5	3.5	3.5	4	5	5	5	6	7	8.5	10	10.5	11.5	12	12	12	12	12	12
12	1	2	2	2	2	2	2	2	3	4.5	5.5	7	7	7	7.5	8.5	9	10	10	10

P3) INTERVALOS: mejora su fuerza, velocidad y resistencia al aumentar y reducir la velocidad durante toda su sesión de ejercicio para que participen tanto su corazón como otros músculos. Incluye 10 niveles.

Los cambios de velocidad y los segmentos se repiten cada 90 segundos y 30 segundos.

Level	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Segment	INCLINE																			
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	1	1	1	1	1	1	1	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5
3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	1.5	2	2	2.5	3	3	3.5	3.5	4	4.5	5	5.5	5.5	6	6	6.5	7	7	8	8.5
5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	2.5	2.5	3	3.5	4	4.5	4.5	5	5.5	6	7	7.5	8	8	8.5	9.5	9.5	10	10	10
7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10
9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10
11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
12	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10
13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10
15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	8	9	9.5	10	10	10	10	10	10	10	10

P4) DISTANCIA: Esfuércese y llegue más lejos durante la sesión de ejercicio con 13 distancias. Seleccione entre las metas de 1 milla, 2 millas, 5 kilómetros, 5 millas, 10 kilómetros, 8 millas, 15 kilómetros, 10 millas, 20 kilómetros, media maratón, 15 millas, 20 millas y maratón. El usuario establece los niveles de velocidad iniciales.

P5) CALORÍAS: Establezca metas para quemar calorías. Las calorías quemadas se calculan utilizando la distancia y la velocidad.

P6) SUBIDA DE COLINA: Simula el ascenso y descenso de una colina. Este programa ayuda a tonificar los músculos y mejorar la capacidad cardiovascular.

La inclinación cambia y los segmentos se repiten cada 30 segundos.

Segmento	Calentamiento		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tiempo	4:00 minutos		30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s
Nivel 1	0	0	1	1,5	2	2,5	3	3	2,5	2	1,5	1
Nivel 2	0	0	1,5	2	2,5	3	3,5	3,5	3	2,5	2	1,5
Nivel 3	0	1	2	2,5	3	3,5	4	4	3,5	3	2,5	2
Nivel 4	0	1,5	2,5	3	3,5	4	4,5	4,5	4	3,5	3	2,5
Nivel 5	0	1,5	3	3,5	4	4,5	5	5	4,5	4	3,5	3
Nivel 6	0	1,5	3,5	4	4,5	5	5,5	5,5	5	4,5	4	3,5
Nivel 7	0	1,5	4	4,5	5	5,5	6	6	5,5	5	4,5	4
Nivel 8	0	2	4,5	5	5,5	6	6,5	6,5	6	5,5	5	4,5
Nivel 9	0	2	5	5,5	6	6,5	7	7	6,5	6	5,5	5
Nivel 10	0	2	5,5	6	6,5	7	7,5	7,5	7	6,5	6	5,5

P7) PERSONALIZADO: Le permite crear y reutilizar la sesión de ejercicio perfecta para usted con una combinación específica de velocidad, inclinación y tiempo o distancia. Lo máximo en programación personal. Se trata de un programa de metas en base a tiempo o distancia.

P8) FRECUENCIA CARDÍACA OBJETIVO: Este programa está diseñado para la mejora de los niveles de su capacidad de acondicionamiento cardiovascular. Simplemente tiene que establecer su frecuencia cardíaca objetivo. El programa, luego, controla y ajusta el nivel de intensidad para mantener su frecuencia cardíaca dentro de su rango objetivo mientras hace ejercicio, lo cual representa un método comprobado para maximizar sus metas de pérdida de peso y de acondicionamiento físico. Necesita una correa para pecho y debe usarla durante todo este programa. Consulte lo siguiente para calcular su frecuencia cardíaca objetivo.

Cálculo de la frecuencia cardíaca objetivo

El primer paso para determinar la intensidad adecuada para su acondicionamiento físico es determinar su frecuencia cardíaca máxima (FC máx.= 220 – su edad). El método basado en la edad es una predicción estadística promedio de su frecuencia cardíaca máxima y es una buena técnica para la mayoría de las personas, especialmente para los novatos en el entrenamiento basado en la frecuencia cardíaca.

La forma más precisa y exacta de determinar su frecuencia cardíaca máxima individual es que un cardiólogo o un fisiólogo experto en ejercicio la determinen clínicamente por medio de una prueba de esfuerzo máximo. Si tiene más de 40 años de edad, si tiene exceso de peso, si su vida ha sido sedentaria durante varios años o si tiene antecedentes de enfermedades cardíacas en su familia, es recomendable que se realice pruebas clínicas.

Esta tabla muestra ejemplos del rango de frecuencia cardíaca para una persona de 30 años de edad que hace ejercicio en 5 zonas de frecuencia cardíaca distintas. Por ejemplo, la frecuencia cardíaca máxima de una persona de 30 años de edad es 220 – 30 = 190 latidos/minuto, y el 90 % de la frecuencia cardíaca máxima es 190 × 0,9 = 171 latidos/minuto.

Zona de frecuencia cardíaca objetivo	Duración de la sesión de ejercicio	Ejemplo de frecuencia cardíaca objetivo (30 años de edad)	Su frecuencia cardíaca objetivo	Recomendado para
MUY FUERTE 90 – 100 %	< 5 min	171-190 LPM		Personas con buen estado físico para entrenamiento atlético
FUERTE 80 – 90 %	2-10 min	152-171 LPM		Sesiones de ejercicio más cortas
MODERADO 70 – 80 %	10-40 min	133-152 LPM		Sesiones de ejercicio moderadamente largas
LIGERO 60 – 70 %	40-80 min	114-133 LPM		Sesiones de ejercicio más cortas con repeticiones frecuentes más prolongadas
MUY LIGERO 50 – 60 %	20-40 min	104-114 LPM		Control de peso y recuperación activa

Notas adicionales sobre la frecuencia cardíaca objetivo:
1). La inclinación de la caminadora se regulará automáticamente para que alcance su frecuencia cardíaca específica.
2). Si no se detecta ninguna frecuencia cardíaca, la unidad no cambiará la inclinación.
3). Si su frecuencia cardíaca está 25 latidos por encima de su zona objetivo, el programa se apagará.

PARA REINICIAR LA CONSOLA
Mantenga presionada la tecla stop (PARAR) durante 3 segundos.

FINALIZACIÓN DE SU SESIÓN DE EJERCICIO
Al finalizar su rutina, la unidad emitirá un pitido. La información del ejercicio aparecerá en la consola durante 30 segundos y, luego, se borrará.

CONEXIÓN A TRAVÉS DE BLUETOOTH 4.0 LE
1) Compruebe que su dispositivo de música es compatible con Bluetooth 4.0.
2) Vaya a la configuración de Bluetooth del dispositivo y busque los dispositivos al alcance.
3) En su dispositivo de música, busque la lista de dispositivos Bluetooth. Seleccione su caminadora o máquina elíptica que aparecen en esta lista. Espere a que su dispositivo de música finalice el emparejamiento con la unidad.
4) Usted sabrá cuándo el emparejamiento es satisfactorio cuando el dispositivo de música muestra que la caminadora o la máquina elíptica es ahora un dispositivo emparejado.

USO DE DIVERSOS DISPOSITIVOS DE MÚSICA
Si está emparejando varios dispositivos con la unidad (es decir: varios usuarios están usando la caminadora o máquina elíptica y realizan el enlazamiento de sus dispositivos de música con esta) entonces tendrá que desvincular el dispositivo emparejado actualmente y, luego, volver a acoplar su dispositivo a través del proceso de emparejamiento indicado anteriormente.

CONEXIÓN A TRAVÉS DE UN CABLE DE AUDIO
1) Conecte el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO que se incluye a la TOMA DE ENTRADA DE AUDIO en el lado derecho de la consola y la toma de los auriculares en su dispositivo de música.
2) Utilice los botones de dispositivo multimedia para ajustar los parámetros de las canciones.
3) Retire el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO cuando no lo utilice.
4) Si no desea utilizar los ALTAVOCES, puede enchufar sus auriculares en la TOMA DE SALIDA DE AUDIO en el lado derecho de la consola. Esto asegura que si accidentalmente tira del cable de los auriculares mientras corre, no tire el dispositivo al suelo.

MANTENIMIENTO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS



Esta sección explica cómo mantener correctamente su máquina para correr.

MANTENIMIENTO

El mantenimiento preventivo es la clave para que un equipo funcione correctamente, así como para reducir al mínimo la responsabilidad del usuario. El equipo se debe someter a una inspección de forma periódica. Los componentes defectuosos deben sustituirse inmediatamente. Si un equipo no funciona correctamente, debe mantenerse fuera de servicio hasta que se repare. Asegúrese de que todas las personas que realizan ajustes o efectúan tareas de mantenimiento o reparación de cualquier tipo estén cualificadas para ello.

ADVERTENCIA

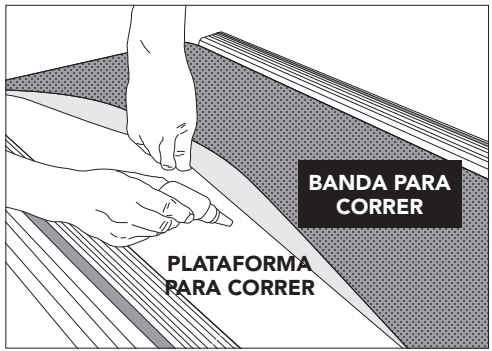
Para retirar la fuente de alimentación de la cinta, el cable de alimentación debe estar desconectado de la toma de corriente.

PLAN DE MANTENIMIENTO

TAREA	FRECUENCIA
Limpiar y comprobar la cinta: • Apague la caminadora utilizando el interruptor ON/OFF (ENCENDIDO/APAGADO) y desconecte el cable de alimentación de la toma de corriente. • Limpie la cinta, la plataforma, la cubierta del motor y la carcasa de la consola con un trapo húmedo. No emplee nunca disolventes, puesto que podrían dañar la cinta. • Inspeccione el cable de alimentación. Si el cable de alimentación está dañado, comuníquese con el equipo de soporte técnico mediante el número que se proporciona en la parte posterior del MANUAL DEL PROPIETARIO. • Asegúrese de que el cable de alimentación no ha quedado bajo la caminadora o en ningún otro lugar en el que pueda estrangularse o seccionarse. • Compruebe la tensión y la alineación de la cinta. Asegúrese de que la banda de rodadura no dañará otros componentes de la cinta al estar desalineada. • Si cualquiera de las etiquetas está dañada o es ilegible, comuníquese con el equipo de soporte técnico mediante el número que se proporciona en la parte posterior del MANUAL DEL PROPIETARIO para solicitar un reemplazo.	DIARIA
Limpiar la zona bajo la cinta: • Apague la cinta utilizando el interruptor ON/OFF (ENCENDIDO/APAGADO) y desconecte el cable de alimentación de la toma de corriente. • Coloque la caminadora en posición vertical y asegúrese de que el pestillo está bloqueado. • Desplace la caminadora. • Limpie o aspire las partículas de polvo u otros objetos que puedan haberse depositado bajo la cinta. • Vuelva a colocar la caminadora en su ubicación previa.	SEMANAL
IMPORTANTE • Apague la caminadora utilizando el interruptor ON/OFF (ENCENDIDO/APAGADO) y desconecte el cable de alimentación de la toma de corriente. Espere 60 segundos. • Examine si todos los pernos de montaje de la máquina están apretados adecuadamente. • Retire la cubierta del motor. Espere a que se apaguen TODAS las pantallas. • Limpie el motor y el área de la placa inferior para retirar cualquier partícula de polvo o fibras que se haya acumulado. Si no lleva a cabo esta acción, pueden aparecer fallos prematuros en componentes eléctricos importantes. • Limpie la banda con un trapo húmedo. Aspire cualquier partícula de color blanco o negro que pueda acumularse alrededor de la cinta. Estas partículas pueden acumularse por el uso normal de la cinta. • Si la caminadora dispone de amortiguadores de aire debajo de la plataforma para ayudarle a levantarla, lubrique el tubo plateado del amortiguador con un espray de teflón (puede encontrarlo en una ferretería local o tienda de bicicletas).	MENSUAL

CÓMO LUBRICAR LA BANDA

CADA 3 MESES O 150 MILLAS (483 KM)
Es necesario lubricar la plataforma para correr de la caminadora cada tres meses o 150 millas (483 km) a fin de mantener el rendimiento óptimo. Cuando la caminadora registre 150 millas (483 km), mostrará el mensaje "LUBE" (lubricar) o "LUBE BELT" (lubricar banda). La caminadora no funciona mientras se muestra el mensaje. Su caminadora vino con una botella de lubricante 100 % silicona, que puede utilizarse para dos aplicaciones.



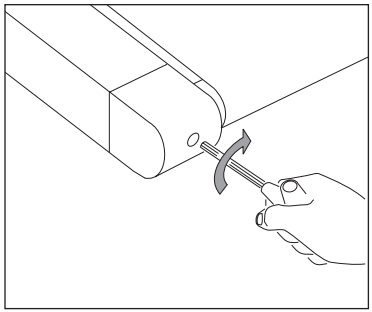
Herramientas necesarias:
- Llave en T de mango azul o llave Allen
- Aceite 100 % silicona

PROCEDIMIENTO :

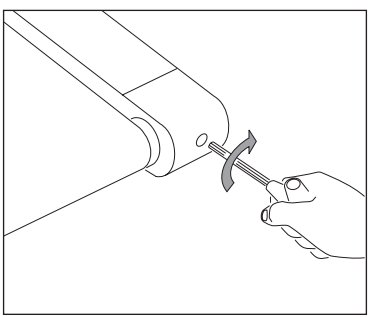
1. Apague la caminadora con el interruptor de encendido/apagado y desenchufe el cable de corriente en el tomacorriente de pared.
2. Con la llave en T o la llave Allen, afloje los pernos de rodillos traseros con 10-15 vueltas en el sentido contrario al de las agujas del reloj. Esto debe aflojar la banda lo suficiente para que usted la levante.
3. Levante la banda todo lo que pueda y aplique el aceite de silicona en zigzag en toda la superficie de la plataforma para correr. Utilice 1/2 botella de lubricante de silicona. No aplique el aceite de silicona encima de la banda para correr. Apoye la banda para correr y luego apriete los pernos de rodillos traseros en el sentido de las agujas del reloj la misma cantidad de vueltas que usó para aflojarlos.
4. Después de haber hecho la lubricación de la banda, conecte la caminadora en el tomacorriente, y conecte la llave de seguridad. Borre el mensaje "Lube Belt" al empujar primeramente sobre SPEED (+) y luego sobre STOP. Guarde sus dedos sobre las dos teclas por 5 a 7 segundos.
5. Sin subirse a la máquina, presione START (Inicio). Deje que la banda avance a 3 millas por hora (4,8 kilómetros por hora) durante tres minutos para comenzar a esparcir la silicona. Luego, camine sobre la máquina a una velocidad cómoda durante 3 minutos para completar la dispersión de la silicona y verificar la tensión y la alineación adecuadas de la banda para correr.
6. Cuando la banda esté centrada y tensa, deténgala. Limpie cualquier exceso de aceite de los lados con un paño húmedo.

Oprima cualquier tecla para suspender hasta su próximo ejercicio el mensaje de advertencia de la lubrificación. Note: ciertos modelos pueden exigir que oprima la tecla STOP por 5 minutos para suspender el mensaje de advertencia para una otra utilización de 5 millas.

Comuníquese con el Servicio de asistencia técnica a clientes con preguntas acerca de la aplicación de lubricante a la caminadora.



TENSADO DE LA PARTE IZQUIERDA DEL RODILLO



TENSADO DE LA PARTE DERECHA DEL RODILLO

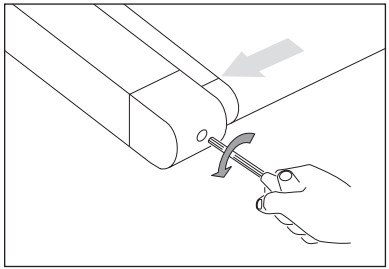
TENSADO DE LA CINTA

Para obtener más información y/o videos instructivos, visite nuestro enlace Videos de servicio en la sección SOPORTE de nuestro sitio web. La información de contacto se encuentra en la contraportada de este manual.

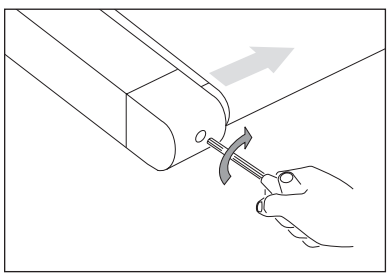
ADVERTENCIA

La cinta NO debe estar en funcionamiento al tensarla. Tensar en exceso la cinta puede provocar un desgaste excesivo de la máquina y de sus componentes. Nunca tense la banda en exceso.

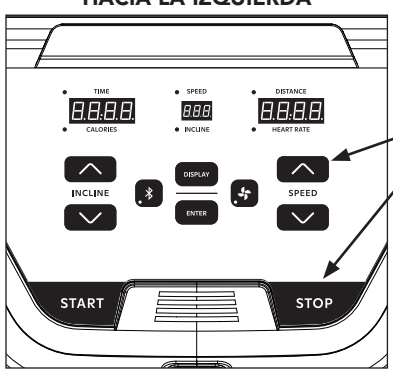
Si siente que se desliza al correr, debe tensar la cinta. En la mayoría de los casos, la banda se ensancha por el uso, lo que provoca el deslizamiento. Este es un ajuste normal y corriente. Para eliminar el deslizamiento, apague la cinta y tense los pernos de ambos rodillos traseros empleando la llave Allen que se suministra y girándolos hacia la derecha (en el sentido de las agujas del reloj) un cuarto de vuelta tal y como se muestra en las ilustraciones. Encienda la cinta y compruebe que si experimenta una sensación de deslizamiento. Repita la operación si es necesario, pero no gire nunca los pernos de los rodillos más de un cuarto de vuelta cada vez. La banda tiene una tensión adecuada si no experimenta sensación de deslizamiento.



LA BANDA ESTÁ DEMASIADO HACIA LA DERECHA



LA BANDA ESTÁ DEMASIADO HACIA LA IZQUIERDA



CENTRADO DE LA CINTA

Para obtener más información y/o videos instructivos, visite nuestro enlace Videos de servicio en la sección SOPORTE de nuestro sitio web. La información de contacto se encuentra en la contraportada de este manual.

PRECAUCIÓN

No haga funcionar la banda a más de 1 mi/h mientras la centra. Mantenga los dedos, el pelo y la ropa siempre lejos de la banda.

Si la cinta está demasiado hacia la derecha: Con ayuda de la llave Allen suministrada y con la cinta funcionando a 1 mi/h, gire el perno de ajuste IZQUIERDO un cuarto en el sentido contrario al de las agujas del reloj y espere a que la cinta se ajuste sola. Repita los pasos si es necesario hasta que la banda permanezca centrada durante su utilización.

Si la cinta está demasiado hacia la izquierda: Con ayuda de la llave Allen suministrada y con la cinta funcionando a 1 mi/h, gire el perno de ajuste IZQUIERDO un cuarto en el sentido de las agujas del reloj y espere a que la cinta se ajuste sola. Repita los pasos si es necesario hasta que la banda permanezca centrada durante su utilización.

- Si la banda se desplaza porque está demasiado aflojada, céntrela y ténsela cuanto sea necesario.
- Para acceder con mayor facilidad al perno de ajuste, retire las tapas.

PARA RESTABLECER LA ADVERTENCIA "LUBRICAR BANDA"

La caminadora destellará el recordatorio "LUBRICAR BANDA" cada 241 kilómetros (150 millas). Después de lubricar la banda, restablezca la advertencia manteniendo presionados los botones STOP y PLAY/PAUSE (DETENER y REPRODUCIR/PAUSA) durante 5 segundos.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PREGUNTAS HABITUALES SOBRE EL PRODUCTO

¿SON NORMALES LOS RUIDOS DE MI CINTA?
Todas las cintas, especialmente las nuevas, emiten algún tipo de zumbido debido a que la banda pasa por encima de los rodillos. El ruido disminuirá con el paso del tiempo, aunque puede que no desaparezca totalmente. Con el paso del tiempo, la banda se ensanchará y rodará suavemente sobre los rodillos.

¿POR QUÉ LA CINTA QUE HE ADQUIRIDO HACE MÁS RUIDO QUE LA QUE HABÍA EN LA TIENDA?
Todos los equipos de deporte parecen más silenciosos en una sala de exposición de una tienda grande porque normalmente hay más ruido de fondo que en su casa. También habrá menos reverberación en un suelo de hormigón enmoquetado que en uno recubierto con paneles de madera. A veces, una esterilla pesada de goma contribuirá a reducir la reverberación por el suelo. Si un equipamiento deportivo se coloca cerca de una pared, habrá más ruido reflejado.

¿CUÁNDO DEBERÍA PREOCUPARME EL RUIDO?
Mientras los ruidos de su cinta no sean más altos que el tono de voz de una conversación habitual, puede considerarse que el ruido es normal.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS BÁSICOS

PROBLEMA: La consola no se enciende.
SOLUCIÓN: Verifique lo siguiente: ¿Se enciende la luz roja del interruptor ON/OFF (ENCENDIDO/APAGADO)?
NOTA: Algunos modelos de cinta no tienen un interruptor que se encienda. Si este es el caso, por favor consulte las respuestas sí o no más abajo.

Sí:
- Apague el equipo, desconecte el cable de alimentación y espere 60 segundos. Retire la cubierta del motor. Espere a que se apaguen todas las luces LED rojas del cuadro de control del motor antes de proceder. A continuación, verifique que ninguno de los cables conectados al cuadro inferior está suelto o desconectado.
- Compruebe si todas las conexiones son correctas, especialmente el cable de la consola. Desconecte y vuelva a conectar el cable de la consola para verificarlo.
- Asegúrese de que el cable de la consola no está estrangulado ni dañado.
- Enchufe la caminadora, accione el interruptor y observe si algún LED se ilumina en el panel de control del motor.

Sí No:
- Verifique que la toma de corriente a la que la cinta está conectada funciona. Compruebe que el disyuntor del circuito no ha saltado, está conectado a un circuito específico de 15 amperios y no a una toma de corriente con GFCI, así como que no está enchufado a una regleta protección contra sobretensiones, ni a un alargador.
- Verifique que el cable de alimentación no está estrangulado ni dañado y está conectado adecuadamente a la toma de corriente Y a la máquina.
- Verifique que el interruptor está en posición de ON (ENCENDIDO).

PROBLEMA: En la consola se puede leer SAFETY KEY OFF (LLAVE DE SEGURIDAD DESACTIVADA) o solo muestra guiones.

SOLUCIÓN: Verifique lo siguiente:

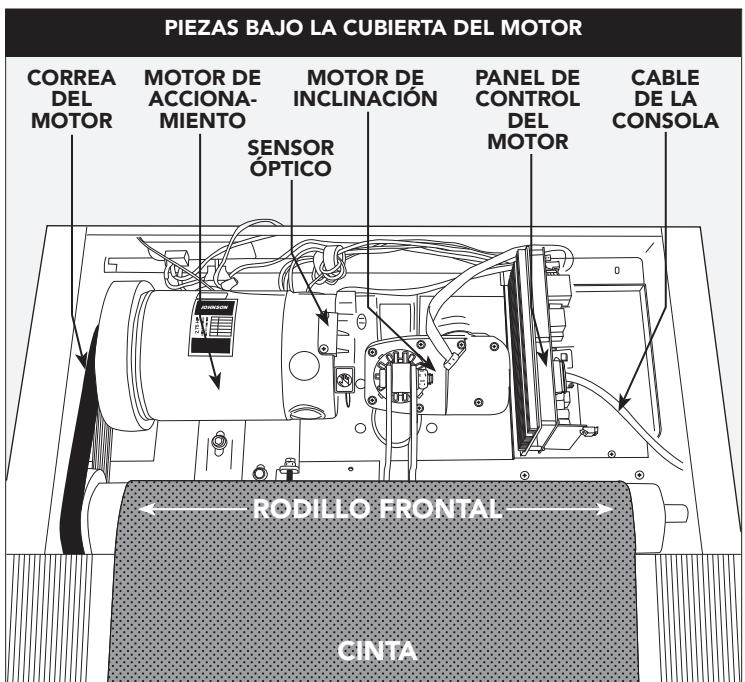
- Verifique que la llave de seguridad está correctamente en su lugar.
- Si utiliza una llave magnética, asegúrese de que la llave está magnetizada.

PARA CINTAS CON ALTAVOCES:

PROBLEMA: Cuando se conecta un reproductor de MP3, los altavoces no suenan o emiten un sonido distorsionado.
SOLUCIÓN: Asegúrese de que el cable de audio está bien enchufado tanto a la consola como a la toma del reproductor de MP3.

PROBLEMA: La banda se mueve muy poco o no se mueve, pero la consola funciona.
SOLUCIÓN: Verifique lo siguiente:

- Asegúrese de que sigue las recomendaciones y directrices de alimentación eléctrica de las páginas 98 y 111 de esta MANUAL DEL PROPIETARIO. La unidad debe estar conectada a un circuito específico de 15 amperios y no a una toma de corriente con GFCI. No enchufe la máquina a una regleta o una protección contra sobretensiones, ni a un alargador.
- Compruebe si la banda se mueve. Si es así, anote la distancia o el tiempo que se mueve antes de detenerse.
- Intente mover la banda con la mano. Si no puede, es posible que la correa del motor se haya soltado o que los cojinetes del motor se hayan bloqueado.
- Apague la cinta y desconéctela de la toma de corriente. Quite los tornillos de estrella para retirar la cubierta de plástico del motor situada en la parte frontal de la máquina. Compruebe que la correa del motor está alineada correctamente.
- Con la cubierta aún retirada, compruebe las conexiones de los cables, ya que se pueden haber aflojado o desconectado durante el envío o el montaje. Asegúrese de que las conexiones son correctas y que ningún cable esté engarzado, dañado, desconectado o quemado.



PROBLEMA: La inclinación no se mueve, no baja ni parece estar al nivel adecuado.
SOLUCIÓN: Verifique lo siguiente:
- Asegúrese de que sigue las recomendaciones y directrices de alimentación eléctrica de las páginas 4 y 5 de esta MANUAL DEL PROPIETARIO. La unidad debe estar conectada a un circuito específico de 15 amperios y no a una toma de corriente con GFCI. No enchufe la máquina a una regleta o una protección contra sobretensiones, ni a un alargador.
- Asegúrese de que la consola muestra un cambio en la pantalla cuando presione los botones de elevación.
- Apague la cinta y desconéctela de la toma de corriente. Verifique que las conexiones de cable de la consola de la parte superior del mástil están conectadas correctamente. Asegúrese de que todos los cables multicolores están insertados en su totalidad en el arnés del cable.
- Quite los tornillos de estrella para retirar la cubierta de plástico del motor situada en la parte frontal de la máquina. Compruebe las conexiones de los cables, ya que se pueden haber aflojado o desconectado durante el envío o el montaje. Asegúrese de que las conexiones son correctas y que ningún cable esté engarzado, dañado, desconectado o quemado.

PROBLEMA: El disyuntor del circuito de la cinta se dispara durante un ejercicio.
SOLUCIÓN: Verifique lo siguiente:
- Asegúrese de que la cinta está conectada a un circuito específico de 15 amperios.
- Verifique que la cinta no está conectada a un alargador ni a una protección contra sobretensiones.
- Compruebe que la máquina no está conectada a una toma de corriente con GFCI ni a un circuito que tenga dicha salida.

PROBLEMA: La cinta no permanece centrada durante el entrenamiento.
SOLUCIÓN: Verifique lo siguiente:
- Asegúrese de que la cinta está colocada sobre una superficie llana.
- Verifique que la banda está tensada y centrada adecuadamente (consulte las secciones TENSADO y CENTRADO DE LA CINTA para ver instrucciones más detalladas).

PROBLEMA: La velocidad de funcionamiento no parece precisa.
SOLUCIÓN:
- Apague la cinta y desconéctela del enchufe.
- Quite los tornillos de la cubierta del motor con un destornillador de estrella.
- Verifique que el sensor óptico está conectado al panel de control del motor.
- Realice una inspección de la conexión y del cable del sensor de velocidad para detectar cualquier daño posible.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS SOBRE MEDICIONES DEL RITMO CARDIACO (SOLO AGARRES DE MEDICIÓN)
Compruebe la zona donde se está entrenando para ver si hay fuentes de interferencia como tubos fluorescentes, ordenadores, vallado subterráneo, sistemas de seguridad del hogar o equipos eléctricos con motores de gran tamaño. Estos dispositivos pueden provocar lecturas irregulares de la frecuencia cardiaca.

Puede experimentar lecturas irregulares bajo las siguientes condiciones:
- Agarrar en exceso las asas de medición de la frecuencia cardiaca. Trate de mantener una presión moderada al sujetar las asas de medición de la frecuencia cardíaca.
- Movimiento y vibración constantes debido al agarre permanente de las asas de medición mientras se entrena. Si recibe lecturas irregulares de su frecuencia cardiaca, trate de agarrar las asas únicamente lo necesario para monitorizar su frecuencia cardíaca.
- Si respira fuertemente durante un entrenamiento.
- Si tiene las manos oprimidas por llevar un anillo.
- Si tiene las manos secas o frías. Trate de humedecer las palmas frotándolas para calentarlas.
- Cualquier persona con una arritmia severa.
- Cualquier persona con arteriosclerosis u otro problema de circulación sanguínea periférica.
- Cualquier persona con la piel especialmente gruesa en la palma donde se efectúa la medición.

¿NECESITA AYUDA?

Si esta sección no pone remedio al problema, deje de usar el equipo y apáguelo.

Comuníquese con el servicio de soporte técnico mediante el número que se proporciona en el panel posterior del MANUAL DEL PROPIETARIO.

Puede que se le solicite la siguiente información cuando llame. Tenga esta información a su disposición:
- Nombre de modelo
- Número de serie
- Prueba de compra

Estas son algunas de las preguntas que suelen hacerse para la solución de problemas:
- ¿Cuánto tiempo lleva experimentado este problema?
- ¿Ocurre este problema siempre que la utiliza? ¿Con cualquier usuario?
- Si escucha un ruido, ¿este viene de la parte delantera o trasera? ¿Qué tipo de ruido es (zumbido, chirrido, etc.)?
- ¿El mantenimiento de la máquina se ha realizado de acuerdo con el plan de MANTENIMIENTO?

La respuesta a estas y a otras preguntas permitirá a los técnicos enviar los recambios adecuados y prestar el servicio necesario para que la cinta vuelva a funcionar y pueda volver a hacer ejercicio.

GARANTÍA LIMITADA PARA EL USO DOMÉSTICO



CAPACIDAD DE PESO = 325 libras (147 kilogramos)

BASTIDOR • DE POR VIDA

Schwinn Fitness ofrece al propietario original, de por vida, la garantía del bastidor contra defectos de fabricación y materiales, siempre y cuando el dispositivo permanezca en posesión del propietario original. (El bastidor se define como la base de metal soldada de la unidad y no incluye ninguna pieza que pueda extraerse).

MOTOR • DE POR VIDA

Schwinn Fitness ofrece una garantía del motor original frente a los defectos de mano de obra y del material durante toda la vida del propietario original, siempre y cuando el dispositivo siga estando en posesión del propietario original. La garantía del motor no cubre la mano de obra ni la instalación del motor. Schwinn Fitness o uno de sus técnicos acreditados debe confirmar los defectos de mano de obra y del material del motor original e identificarlos como la causa de la avería del producto antes de autorizar un motor de repuesto por garantía. Esta garantía solo autoriza un (1) motor de repuesto.

PIEZAS Y CIRCUITOS ELECTRÓNICOS • 1 AÑO

Schwinn Fitness garantiza los componentes electrónicos, el acabado y todas las piezas originales por un período de un año desde la fecha de la compra original, siempre y cuando el dispositivo permanezca en posesión del propietario original.

MANO DE OBRA • 1 AÑO

Schwinn Fitness cubrirá el costo de mano de obra para la reparación del dispositivo por un período de un año desde la fecha de la compra original, siempre y cuando el dispositivo permanezca en posesión del propietario original.

EXCLUSIONES Y LIMITACIONES

Quién ESTÁ cubierto:

- El propietario original; la cobertura no es transferible.

Qué ESTÁ cubierto:

- La reparación o la sustitución de un motor, un componente electrónico defectuoso o una pieza defectuosa y es el único resarcimiento de la garantía.

Qué NO está cubierto:

- El desgaste normal por el uso, el montaje o el mantenimiento inadecuados, la instalación de piezas o accesorios no destinados originalmente al equipo o que no sean compatibles con este en las condiciones en que se lo vendió.
- Los daños o las fallas ocasionados por accidente, maltrato, corrosión, decoloración de la pintura o el plástico, negligencia, robo, vandalismo, incendio, inundación, viento, rayos, congelación u otros desastres naturales de cualquier tipo, reducción de la energía, fluctuación o falla de cualquier causa, condiciones atmosféricas inusuales, colisión, introducción de objetos extraños en la unidad cubierta o modificaciones que no estén autorizadas o no estén recomendadas por Schwinn Fitness.
- Daños incidentales o emergentes. Schwinn Fitness no es responsable de los daños indirectos, especiales o emergentes, pérdida económica, pérdida de la propiedad o ganancias, pérdida de disfrute o uso ni otros daños emergentes de cualquier naturaleza en relación con la compra, el uso, la reparación o el mantenimiento del equipo. Schwinn Fitness no suministra compensación

monetaria ni de otro tipo para tales reparaciones o costos de piezas de sustitución, incluidos, a título enunciativo y no limitativo, tarifas de membresía de gimnasio, tiempo de trabajo perdido, visitas de diagnóstico, visitas de mantenimiento o transporte.

- El equipo utilizado para fines comerciales o cualquier otro uso distinto del uso de una familia o un hogar, a menos que Schwinn Fitness autorice la cobertura.
- El equipo que se tenga u opere fuera de los EE. UU. y Canadá.
- Entrega, montaje, instalación, configuración para unidades originales o de sustitución o mano de obra u otros costos asociados con la remoción o la sustitución de la unidad cubierta.
- Cualquier intento de reparar este equipo implica un riesgo de lesión. Schwinn Fitness no es responsable de ningún daño, pérdida u obligación que surja de cualquier lesión personal producida durante el transcurso o como resultado de cualquier reparación o intento de reparación de su equipo de ejercicio por una persona que no sea un técnico de servicio autorizado. Todos los intentos de reparación realizados por usted sobre su equipo de ejercicio se realizan BAJO SU PROPIO RIESGO y Schwinn Fitness no será responsable de ninguna lesión a la persona o la propiedad que surja de tales reparaciones.
- Si la garantía del fabricante se venció pero cuenta con una extensión de garantía, consulte su contrato de extensión de garantía para obtener información de contacto para solicitudes de servicio técnico o reparación bajo la extensión de la garantía.

MANTENIMIENTO/DEVOLUCIONES

- Existe un servicio técnico a domicilio dentro de las 150 millas (240 km) del proveedor de mantenimiento autorizado más cercano (las distancias mayores a 150 millas [240 km] de un centro de servicio autorizado son responsabilidad del cliente).
- Todas las devoluciones deben ser autorizadas previamente por Schwinn Fitness.
- La obligación de Schwinn Fitness de acuerdo a esta garantía se limita a sustituir o a reparar, a opción de Schwinn Fitness, el producto por el mismo modelo o por uno similar.
- Schwinn Fitness puede solicitar que los componentes defectuosos sean devueltos a Schwinn Fitness una vez que se complete el servicio técnico bajo garantía por medio de una etiqueta de devolución prepagada. Si le han recomendado devolver piezas y no recibió una etiqueta, comuníquese con el Servicio de Asistencia Técnica para Clientes.
- Las unidades de sustitución, las piezas y los componentes electrónicos reacondicionados a un estado semejante al nuevo por parte de Schwinn Fitness o sus distribuidores a veces pueden suministrarse como sustitución de garantía y constituyen la satisfacción de los términos de la garantía.
- Esta garantía le otorga derechos legales específicos, y sus derechos varían según el estado.



CUSTOMER TECH SUPPORT

DO NOT RETURN TO THE RETAILER if you have any problems during assembly or if parts are missing.

For fast and friendly service, please contact one of our trained customer technicians via phone, email or our website.

We want to know if you have a problem and we want to have an opportunity to correct it for you.

NOTE: Please read the TROUBLESHOOTING section in the TREADMILL GUIDE before contacting Customer Tech Support. Additional product information is available on our website.



SERVICE DE SOUTIEN TECHNIQUE À LA CLIENTÈLE

NE PAS RETOURNER L'APPAREIL AU DÉTAILLANT en cas de difficulté lors de l'assemblage ou si des pièces manquent.

Pour obtenir un service rapide et utile, veuillez communiquer avec un de nos techniciens formés au soutien à la clientèle par téléphone, courriel ou notre site Web.

Si vous avez un problème, n'hésitez pas à nous contacter afin que nous puissions vous aider à le résoudre.

REMARQUE : lire la section DÉPANNAGE du GUIDE D'UTILISATION DU TAPIS ROULANT avant de communiquer avec le service de soutien technique à la clientèle. Des renseignements supplémentaires sur le produit sont disponibles sur notre site Web.



SERVICIO DE ASISTENCIA TÉCNICA PARA CLIENTES

NO DEVOLVER AL VENDEDOR si tiene algún inconveniente durante el armado o si faltan piezas.

Para obtener un servicio rápido y grato, comuníquese con uno de nuestros técnicos capacitados para la atención de clientes vía teléfono, correo electrónico o nuestro sitio web.

Queremos saber si tiene un problema y queremos tener la oportunidad de corregirlo para usted.

NOTA: Antes de comunicarse con el Servicio de asistencia técnica para clientes, lea la sección de RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS en la GUÍA DE LA CAMINADORA. En nuestro sitio web hay información adicional sobre el producto.



USA & CANADA:
1-800-605-3369
techsupport@Schwinnfitness.com
www.Schwinnfitness.com

For technical support, how-to videos and more, please visit:
Pour obtenir une assistance technique, des vidéos pratiques et plus encore, veuillez vous rendre sur le site:
Para obtener soporte técnico, videos instructivos y más, visite:
http://www.schwinnfitness.com/support

Schwinn 815 Treadmill 10312025 © 2021 Schwinn Fitness - Material Code: 1000522979

Designed & Engineered in the U.S.A. • Made in Vietnam | Conçu et élaboré aux États-Unis. • Fabriqué en Vietnam | Diseñado en los EE. UU. • Fabricado en Vietnam