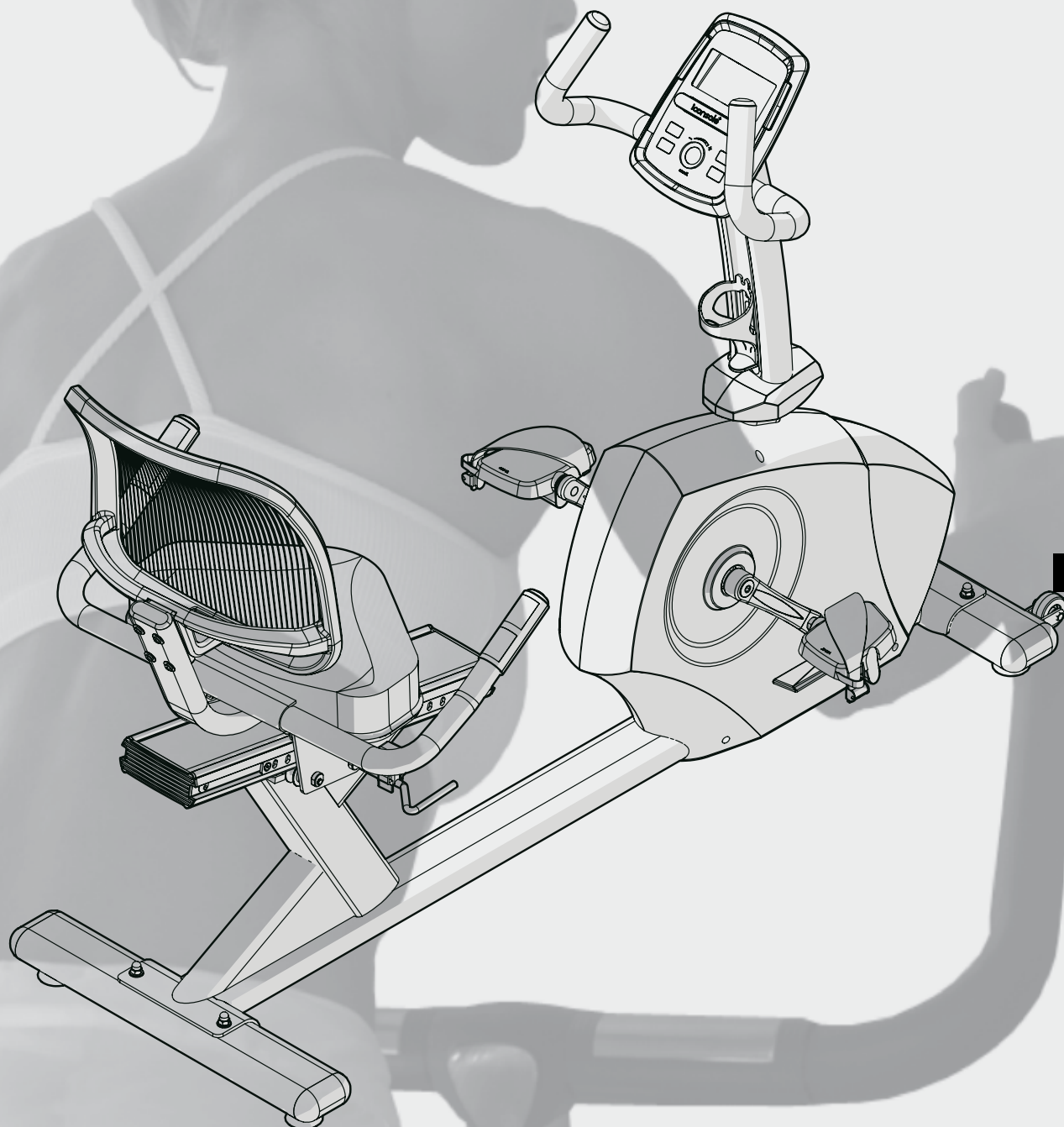


MAXXUS 4.2 R

Vélo



FRA

MAXXUS®

Index

Index	2
Consignes de sécurité	3
Vue d'ensemble de l'appareil	4
Contenu de la livraison	4
Matériel de fixation	5
Outils inclus dans la livraison	5
Assemblage	6 – 10
Réglage du siège	11
Mise à niveau	11
Transport, lieu et stockage	12
Entretien, nettoyage et maintenance	12
Câbles d'alimentation	13
Cockpit	14 – 21
Pulsations et rythme cardiaque	22 – 23
Informations d'entraînement	24 – 25
Caractéristiques techniques	26
Traitement des déchets	26
FAQ	27
Accessoires recommandés	27
Vue éclatée	28
Liste des pièces détachées	29
Garantie	30
Contrat de service	31

© 2019 par MAXXUS Group GmbH & Co. Société en commandite
Tous droits réservés

Ce document ne peut être reproduit, conservé dans un système de recherche ou transmis en tout ou en partie, sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit, électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre, sans l'autorisation écrite préalable de Maxxus Group GmbH & Co. KG.

La reproduction, y compris sous forme électronique, n'est autorisée qu'avec l'autorisation écrite préalable et directe de MAXXUS Group GmbH & Co. KG. Sous réserve de modifications techniques, de couleurs et d'erreurs.

Avant de commencer à vous entraîner, assurez-vous d'avoir lu le manuel d'utilisation en entier. Une attention particulière doit être accordée aux consignes de sécurité, de maintenance et d'entretien, et d'entraînement. Assurez-vous également que toute personne utilisant l'appareil d'entraînement se soit familiarisée avec ces consignes.

Il est essentiel de suivre toujours soigneusement les consignes de sécurité et de maintenance contenues dans ce manuel. Cet équipement sportif ne doit être utilisé qu'à ses fins prévues. Une utilisation de cet équipement à d'autres fins que celles prévues peut entraîner un risque d'accident, une atteinte à la santé ou un endommagement de l'appareil, pour lesquels le fournisseur ne pourra être tenu responsable.

Raccordement électrique (ne s'applique qu'aux appareils possédant un raccordement électrique externe)

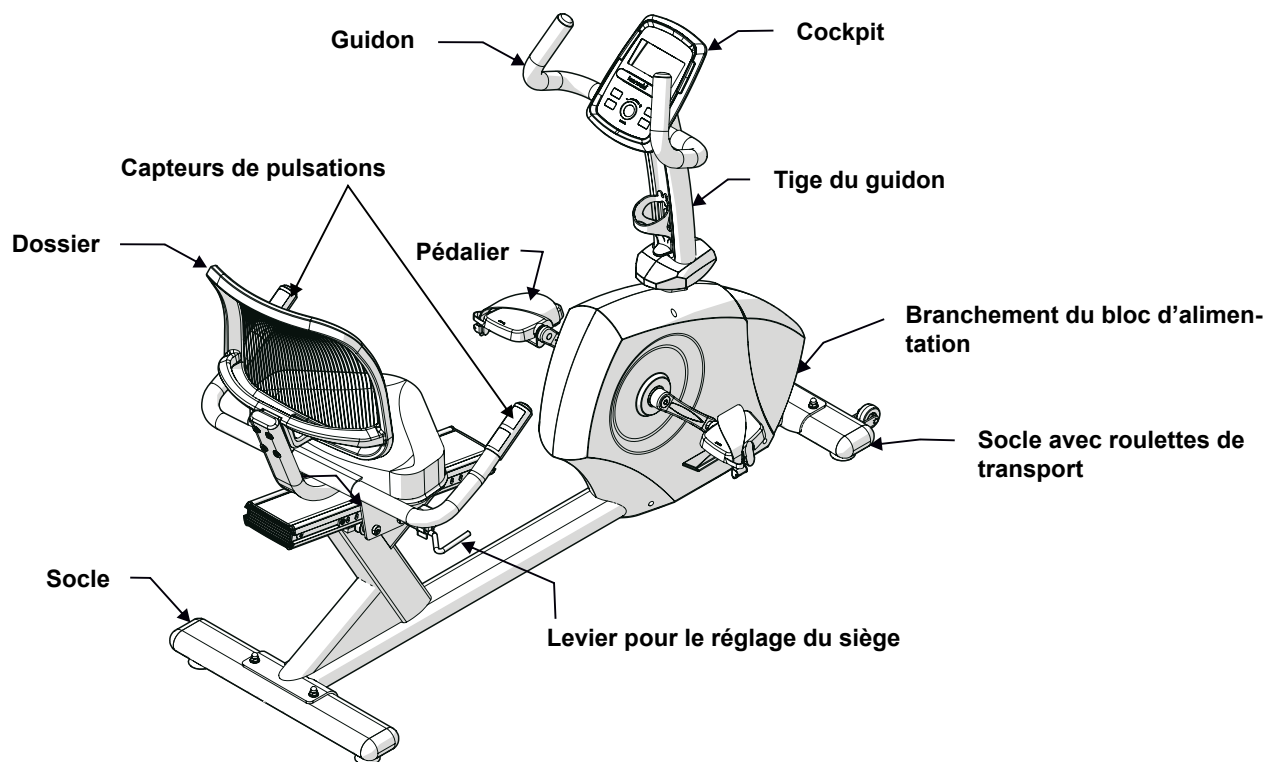
- Une tension de secteur de 220-230V est nécessaire pour utiliser cet appareil d'entraînement.
- L'appareil d'entraînement ne doit être branché au secteur qu'avec les câbles électriques fournis en utilisant une prise 16A individuellement munie d'un fusible et mise à la masse, et installée par un électricien qualifié.
- Débranchez toujours le câble d'alimentation de la prise avant de déplacer l'appareil.
- Débranchez le câble d'alimentation de la prise avant de commencer tout travail d'entretien, de maintenance ou autre.
- Ne branchez pas le câble d'alimentation sur une multiprise ou sur un enrouleur de câble.
- Si vous utilisez une rallonge, assurez-vous qu'elle soit conforme aux standards DIN, aux règlements et directives VDE, et aux règlements techniques établis par les autres Etats de l'Union Européenne.
- Placez toujours le câble de manière à ce qu'il ne puisse pas être endommagé ou causer un risque de trébuchement.
- En mode de fonctionnement ou de veille, les appareils électriques, comme les téléphones portables, les PC, les télévisions (LCD, plasma, cathodiques, etc.), les consoles de jeu, etc. émettent des ondes électro-magnétiques. Pour cette raison, tous ces types d'appareil doivent être éloignés de votre appareil d'entraînement car ils pourraient entraîner un mauvais fonctionnement, des interférences ou des résultats erronés du cardio fréquencemètre.
- Pour des raisons de sécurité, débranchez toujours la fiche électrique de la prise quand l'appareil n'est pas utilisé.

Environnement d'entraînement

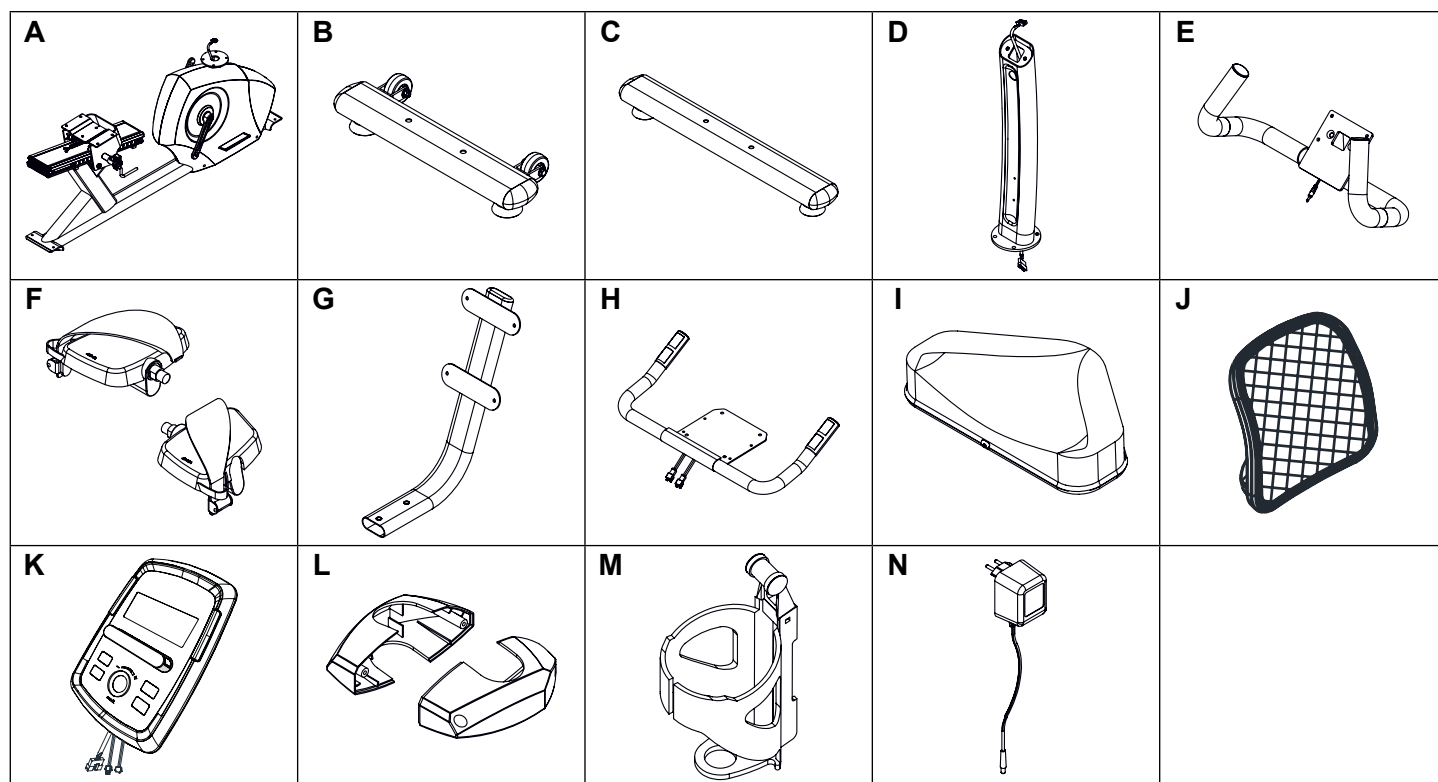
- Choisissez un emplacement adéquat pour votre appareil sportif offrant un espace libre optimal et une sécurité maximale. Vous devez disposer d'un espace libre d'au moins 100 cm devant et derrière l'appareil et d'au moins 100 cm de chaque côté.
- Assurez-vous que l'endroit soit bien aéré et que l'apport en oxygène lors de l'entraînement soit suffisant. Evitez les courants d'air.
- Votre appareil ne convient pas pour une utilisation en extérieur. Il doit être utilisé et rangé uniquement dans un environnement tempéré, sec et propre.
- L'intervalle de température, pour utiliser ou ranger cet appareil, se situe entre 10° et 30°.
- L'appareil ne peut être utilisé ou rangé dans un endroit humide, comme une piscine, un sauna, etc.
- Assurez-vous que votre appareil soit sur un sol fixe, plat et propre, qu'il soit utilisé ou non. Toute inégalité du sol doit être enlevée ou compensée.
- Afin de protéger les sols fragiles tels que le parquet, le stratifié, le carrelage, etc., il est recommandé de toujours placer un tapis de protection MAXXUS® sous l'appareil. Assurez-vous que le tapis de protection utilisé ne puisse pas glisser.
- Ne placez pas l'appareil sur une moquette ou un tapis de couleurs claires car les pieds de celui-ci peuvent laisser des traces.
- Assurez-vous que votre appareil ainsi que le câble secteur ne soient pas en contact avec des objets chauds et qu'ils soient placés à une distance sûre de toute source de chaleur, telle qu'un radiateur, un poêle, une cheminée ouverte, etc.
- Consignes de sécurité de la personne lors de l'entraînement
- Retirez le câble d'alimentation de l'appareil lorsque celui-ci n'est pas utilisé afin de prévenir une utilisation inappropriée ou incontrôlée par un tiers, par exemple un enfant.
- Il est conseillé d'effectuer une visite médicale avant de commencer l'entraînement.
- Interrompez immédiatement l'entraînement si vous ressentez un malaise ou des difficultés respiratoires.
- Commencez toujours vos séances par un effort moindre et augmentez progressivement et régulièrement l'intensité. Réduisez à nouveau l'intensité vers la fin de votre séance d'entraînement.
- Assurez-vous de porter des vêtements et des chaussures adéquates. Veuillez noter que des vêtements larges pourraient se coincer dans la bande de course ou les rouleaux.
- Votre équipement sportif ne peut être utilisé que par une seule personne à la fois.
- Vérifiez toujours que votre appareil est en parfait état avant de commencer votre séance. Ne l'utilisez jamais s'il présente une anomalie ou s'il est défectueux.
- Vous n'êtes autorisé à effectuer des réparations qu'avec l'autorisation préalable de notre service de réparation. Vous devez utiliser exclusivement les pièces de rechange originales.
- Votre appareil doit être nettoyé après chaque utilisation. Veillez particulièrement à nettoyer les impuretés dues à la transpiration ou autres liquides.
- Assurez-vous qu'aucun liquide (boisson, transpiration, etc.) n'entre en contact avec les plaques de vibration ou le cockpit, cela pourrait endommager les éléments mécaniques et électroniques.
- Votre appareil d'entraînement n'est pas adapté aux enfants.
- Les tiers, et particulièrement les enfants et les animaux, doivent être tenus à une distance de sécurité raisonnable pendant vos séances d'entraînement.
- Vérifiez avant chaque séance si des objets se trouvent sous l'appareil et retirez-les absolument. N'utilisez jamais l'appareil si des objets se trouvent dessous.
- N'autorisez jamais des enfants à grimper sur l'appareil ou à l'utiliser comme un jouet.
- Assurez-vous qu'aucune partie de votre corps ou de celui d'un tiers n'entre en contact avec le mécanisme de mouvement.

La construction de cet appareil d'entraînement est basée sur une technologie de pointe et des standards techniques de sécurité modernes. Cet appareil doit être utilisé exclusivement par des adultes !
Cet appareil sportif n'est pas conçu à des fins thérapeutiques.

Vue d'ensemble de l'appareil

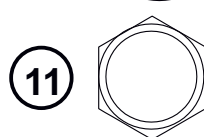
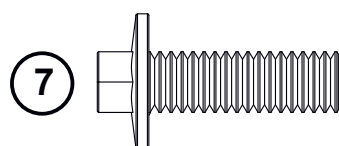
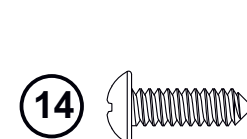
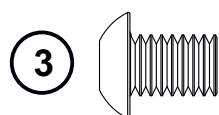
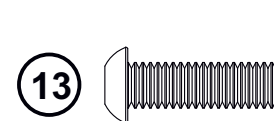
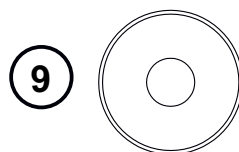
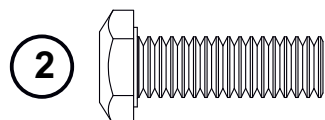
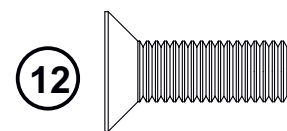
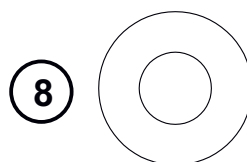
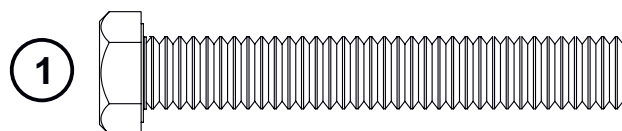


Contenu de la livraison



Elément	Description	Qté
A	Cadre de base	1
B	Support, avant	1
C	Support, arrière	1
D	Tige du guidon	1
E	Guidon	1
F	Pédales	2
G	Cadre du siège	1
H	Socle du siège avec poignées	1

Elément	Description	Qté
I	Siège	1
J	Dossier	1
K	Cockpit	1
L	Couvercles du guidon	1
M	Porte-bouteille	1
N	Bloc d'alimentation - 9V/1.00mA	1

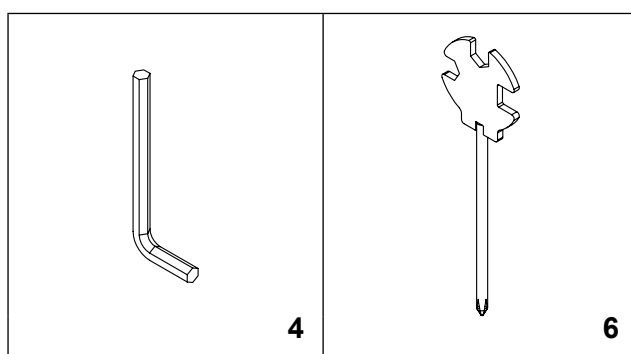


N.	Description	Qté
1	Vis à tête hex, 3/8"	4
2	Ecrou à tête hex, M8x25	4
3	Vis à six pans creux, M8x12	4
7	Boulons à tête hexagonale à rebord	2
8	Rondelle, 3/8"	8
9	Rondelle, 1/4"	4

N.	Description	Qté
10	Rondelle, M8	4
11	Ecrou capuchon, 3/8"	4
12	Vis à six pans creux, M8x25	6
13	Vis à tête cylindrique, 1/4"x2"	4
14	Vis auto-taraudeuse, M5x16	2

Outils inclus dans la livraison

FRA



N.	Description	Qté
4	Clé Allen, M5	1
6	Outil combiné	1

Ces outils peuvent être complétés ou remplacés par vos propres outils. Assurez-vous qu'ils sont adaptés.

Assemblage

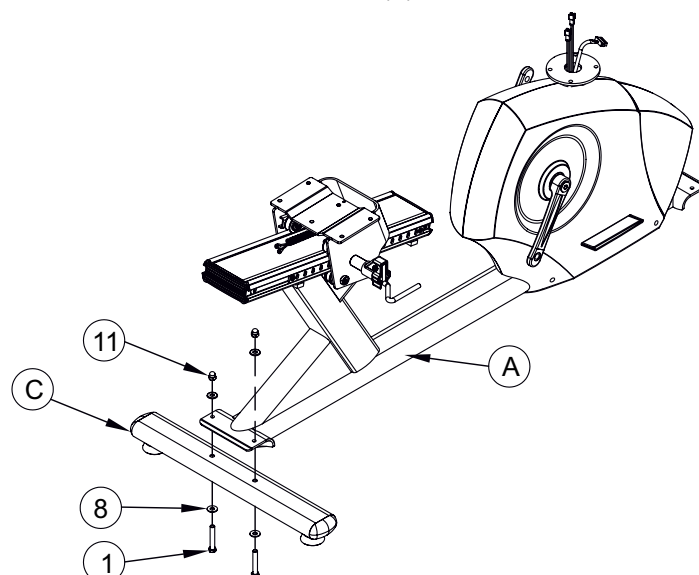
Déballez soigneusement toutes les pièces fournies. Ayez quelqu'un pour vous aider, certaines pièces de l'appareil d'entraînement sont volumineuses et lourdes. Avant de commencer, vérifiez que tout le matériel de fixation (vis, écrous, etc.) et tous les éléments figurant sur la liste des pièces et du matériel, sur la page précédente de ce manuel, ont été livrés.

Assemblez les pièces avec soin, tout dommage ou défaut survenant en raison d'erreurs commises au moment de l'assemblage ne sont pas couverts par la garantie. Lisez attentivement les consignes d'assemblage avant de commencer, suivez chaque étape d'assemblage exactement comme décrit et suivez l'ordre d'assemblage comme indiqué. L'assemblage de l'appareil d'entraînement doit être effectué seulement par des adultes responsables.

Assemblez l'appareil d'entraînement sur un lieu plat, propre et dégagé d'obstacles. 2 personnes sont nécessaires pour effectuer l'assemblage. L'entraînement ne peut commencer qu'une fois l'appareil d'entraînement assemblé entièrement.

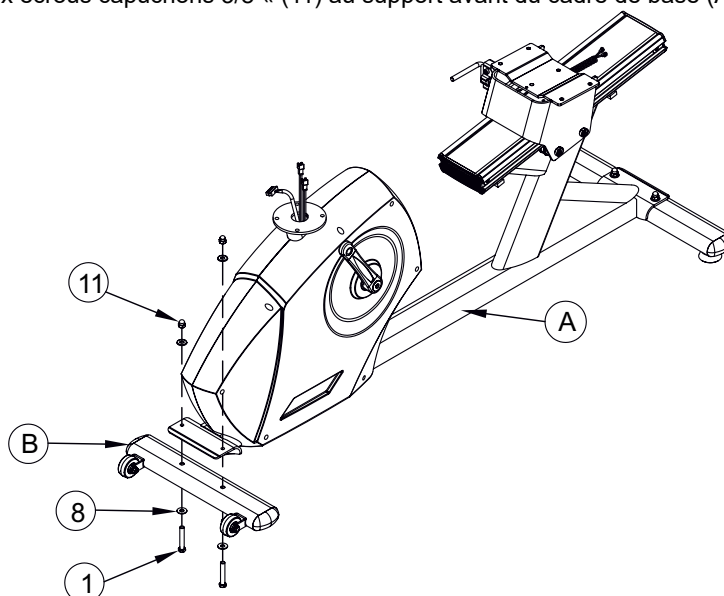
Etape 1 : Assembler le support arrière

Fixez le support arrière (C) avec deux vis à tête hexagonale 3/8» (1), quatre rondelles 3/8» (8) et deux écrous capuchons 3/8 « (11) au support arrière du cadre de base (A).



Etape 2 : Assembler le support avant

Fixez le support avant avec les roulettes de transport (B) avec deux vis à tête hexagonale 3/8» (1), quatre rondelles 3/8» (8) et deux écrous capuchons 3/8 « (11) au support avant du cadre de base (A).



Etape 3 : Assembler la tige du guidon

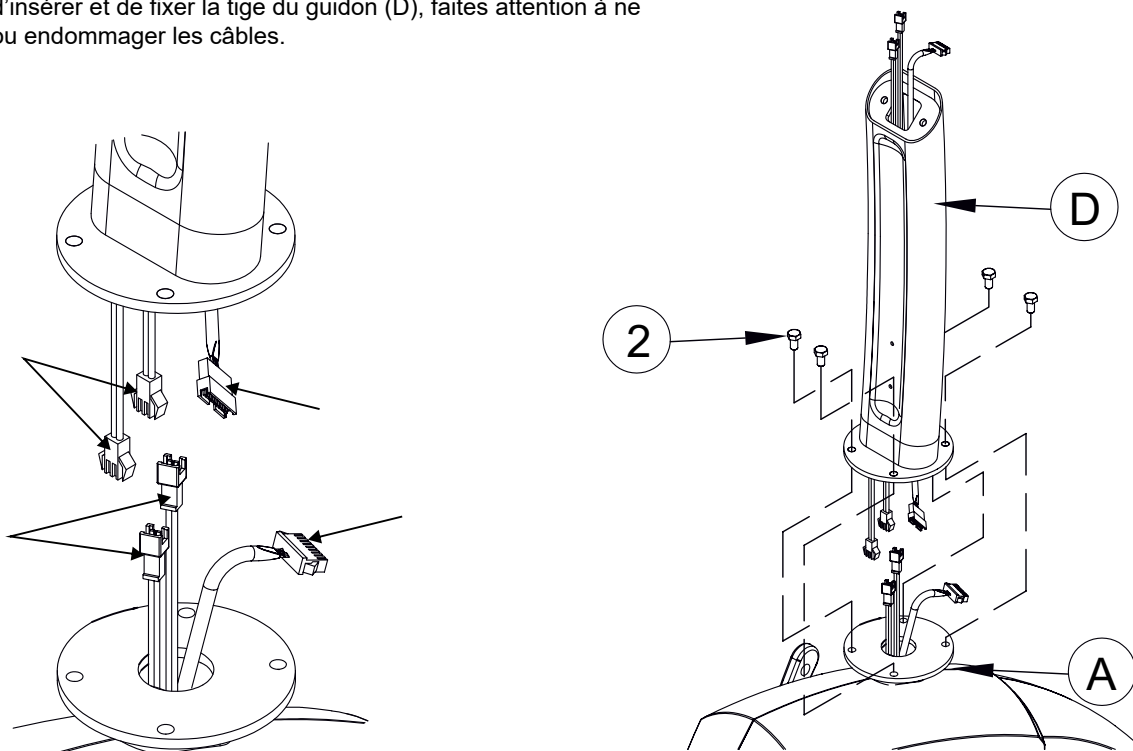
Branchez l'extrémité des trois câbles qui dépassent du bas de la tige du guidon (D) aux raccords des trois câbles qui dépassent du cadre de base (A).

⚠ ATTENTION :

Parmi les trois câbles, deux ont des connections identiques. Comme il s'agit des câbles des capteurs de pulsations, il n'est pas possible de les mélanger. Maintenant, placez la tige du guidon (D) sur le support du cadre de base (A) et fixez-le avec quatre vis à tête hexagonale M8x25 (2) .

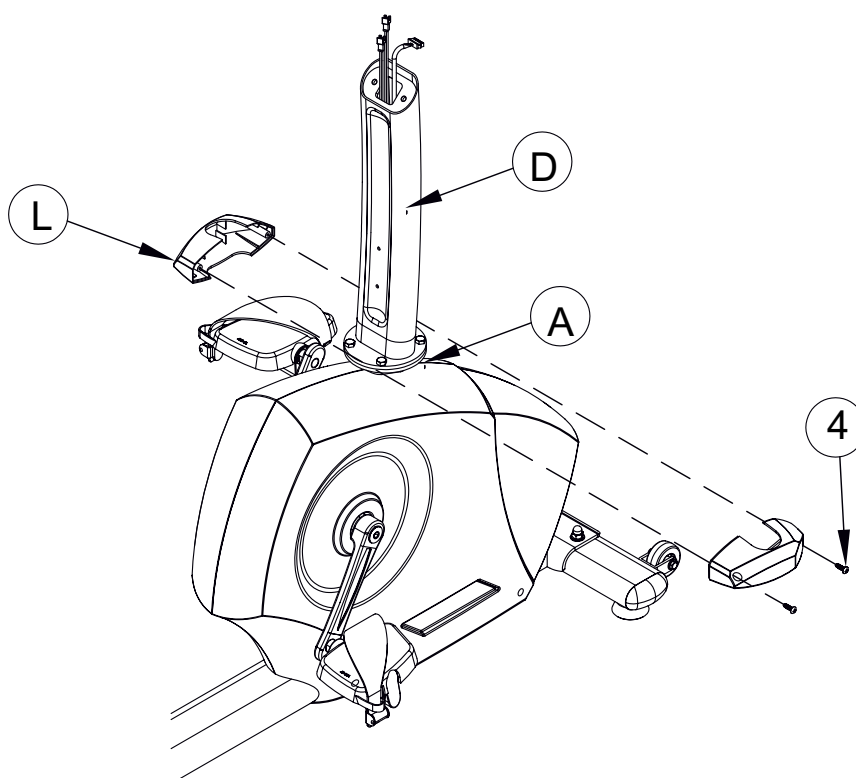
⚠ ATTENTION :

Au moment d'insérer et de fixer la tige du guidon (D), faites attention à ne pas coincer ou endommager les câbles.



Etape 4 : Assemblage du couvercle de la tige du guidon

Placez les deux parties du couvercle de la tige du guidon (L) à droite et à gauche de la liaison entre la tige du guidon (D) et le cadre de base (A). Fixez à l'aide de deux vis auto-taraudeuses M5x16 (4).

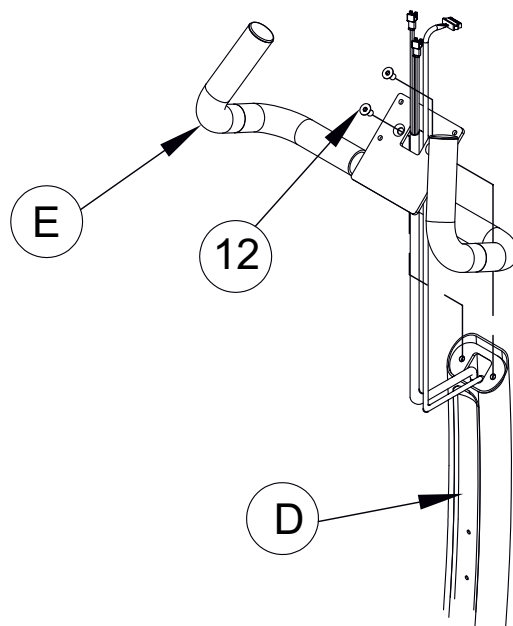


Etape 5 : Assemblage du guidon

Passez les câbles du capteur de pulsations et du cockpit, dépassant du haut du guidon (D), par le bas et dans l'ouverture supérieure du guidon (E). Maintenant, tirez l'extrémité des câbles, suffisamment pour pouvoir les brancher au cockpit. Ensuite, fixez le guidon (E) à la tige du guidon (D), en utilisant deux vis à six pans creux M8x25 (12).

⚠ ATTENTION :

Au moment de fixer le guidon (E), faites attention à ne pas coincer ou endommager les câbles.

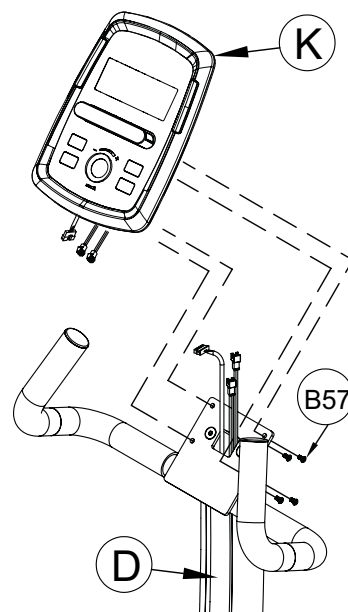


Etape 6 : Assemblage du cockpit

Desserrez et retirez les quatre vis à tête cylindrique (B57) préassemblées au dos du cockpit (K). Branchez les câbles qui dépassent du cockpit (K) avec les câbles qui dépassent du guidon. Vérifiez soigneusement les connexions des câbles et placez soigneusement le surplus de câble dans la tige du guidon (D). Maintenant, fixez le cockpit (K) à la tige du guidon (D) avec les quatre vis à tête cylindrique (B57) que vous avez desserrées.

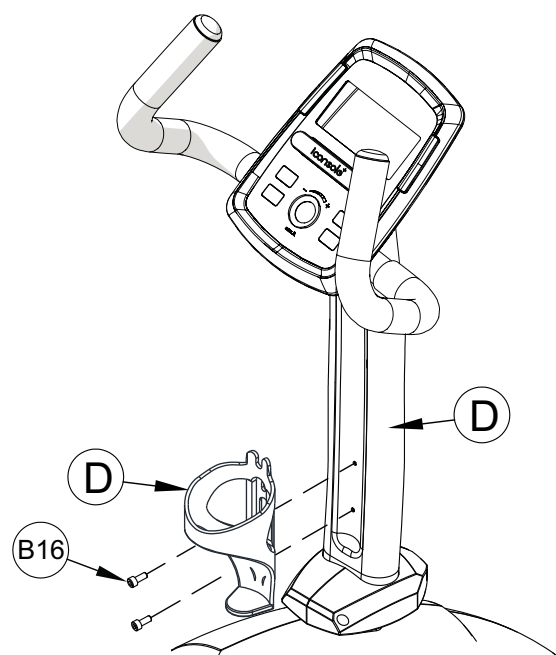
⚠ ATTENTION :

Au moment de fixer le cockpit (K), faites attention à ne pas coincer ou endommager les câbles.



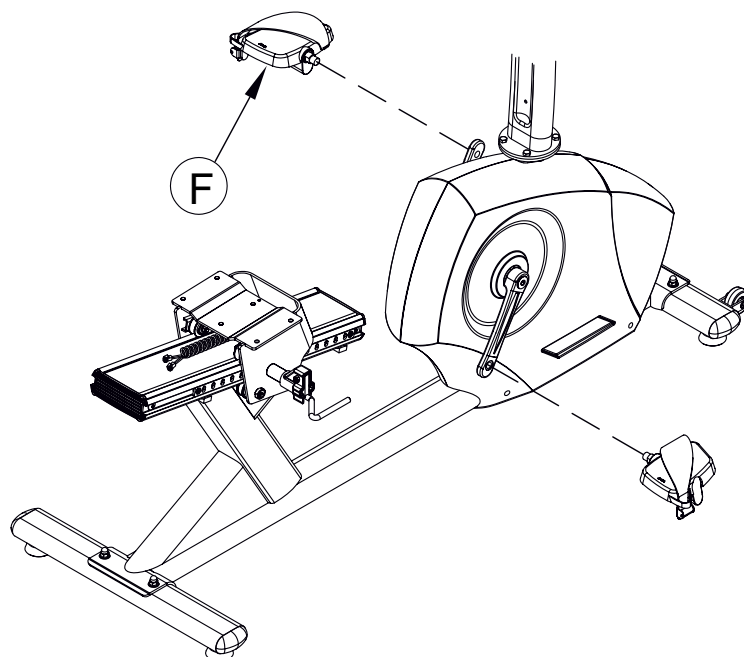
Etape 7 : Assemblage du porte-bouteille

Desserrez et retirez les deux vis Allen (B16) préassemblées sur la tige du guidon (D) et utilisez-les pour fixer le porte-bouteille (M) à la tige du guidon (D).



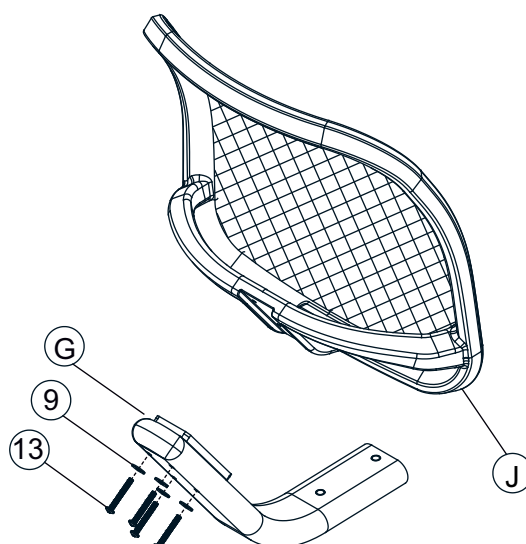
Etape 8 : Assemblage des pédales

Insérez la pédale droite (F) dans le bras de pédale droit et serrez-la dans le sens horaire. Insérez la pédale gauche (F) dans le bras de pédale gauche et serrez-la dans le sens anti-horaire.



Etape 9 : Assemblage du dossier

Fixez le dossier (J) au cadre du siège, en utilisant quatre à tête bombée $\frac{1}{4}$ "x 2" (13) et quatre rondelles $\frac{1}{4}$ " (9).



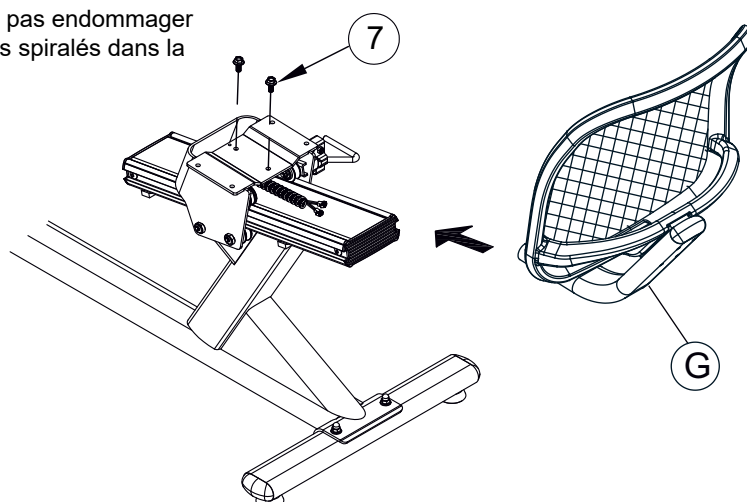
FRA

Etape 10 : Assemblage cadre du siège

Insérez le cadre du siège (G) dans le rail coulissant et fixez-le avec deux boulons à tête hexagonale à rebord (7).

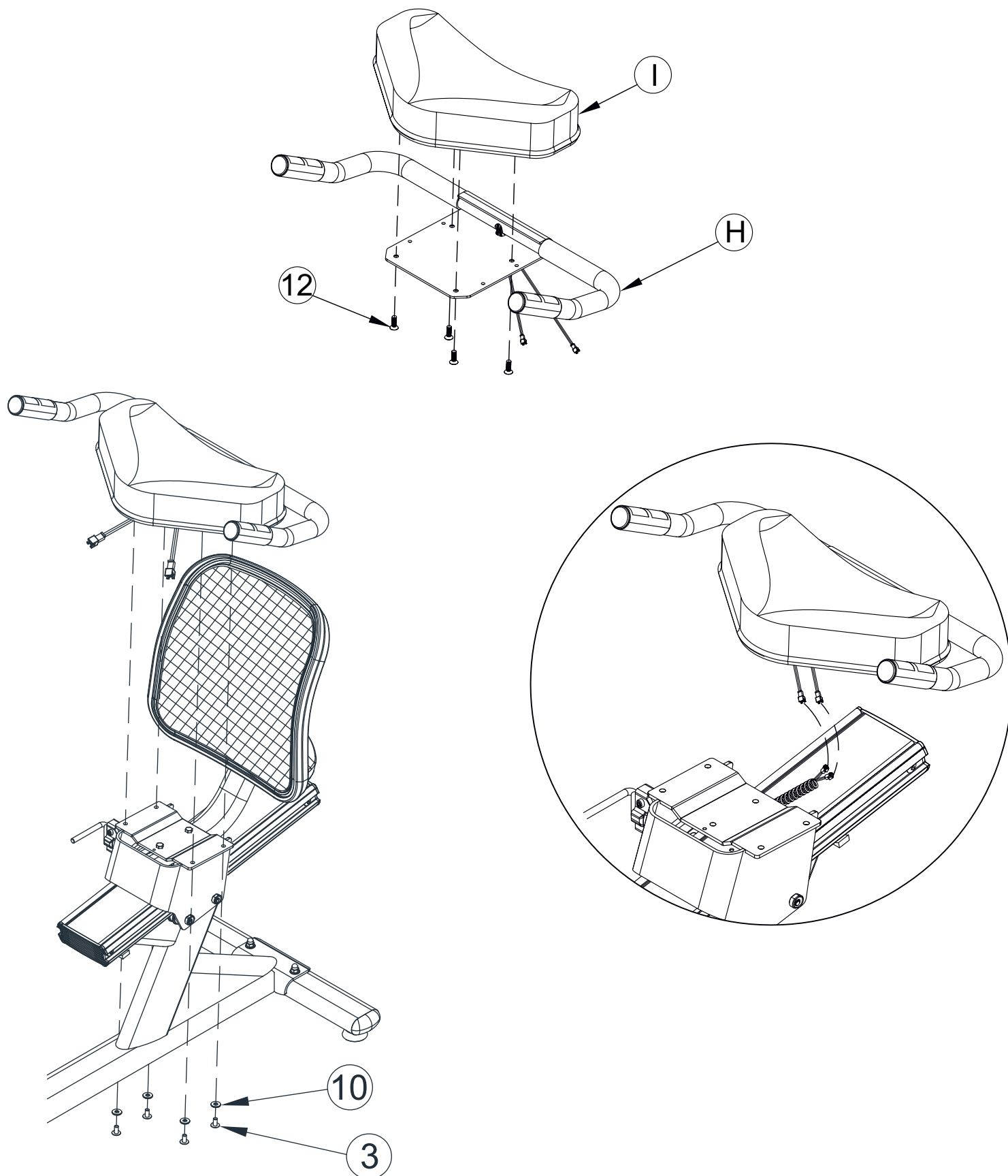
⚠ ATTENTION :

Assurez-vous de ne pas endommager ou coincer les câbles spiralés dans la glissière.



Etape 11 : Assemblage du siège

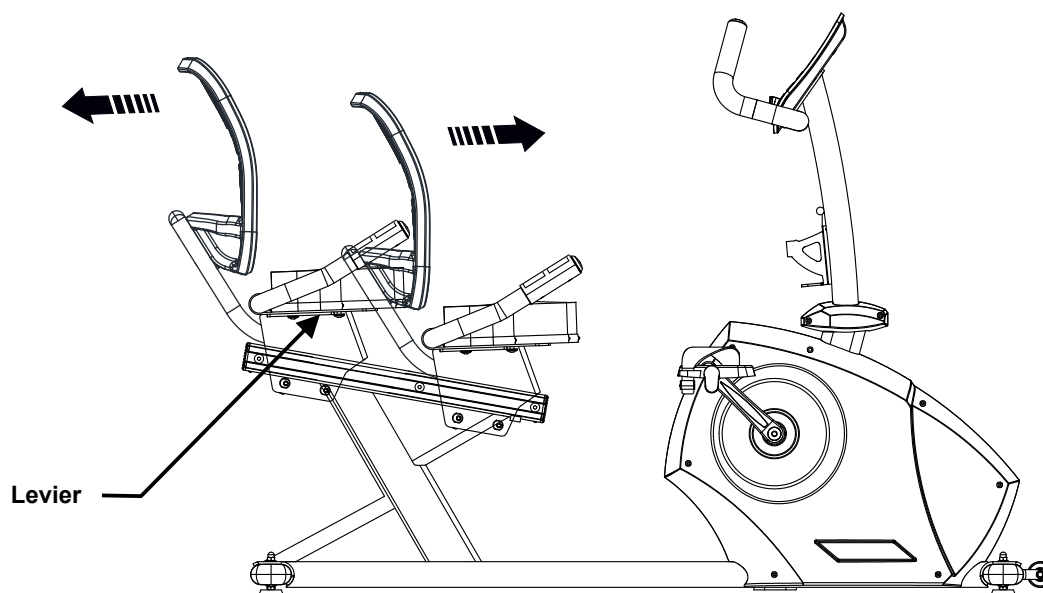
Fixez le siège (I) sur le socle des poignées (H) en utilisant quatre vis à six pans creux M8x25 (12). Ensuite, branchez les deux câbles des capteurs de pulsations, dépassant des poignées (H), avec le branchement sur le câble spiralé – il est impossible de mal les brancher. Maintenant, fixez les poignées (H) à la glissière en utilisant quatre vis à six pans creux M8x12 (3) et quatre rondelles M8 (10).



Réglage horizontal

Vous pouvez régler la position horizontale de votre appareil d'entraînement, selon votre besoin. Desserrez le verrou du siège en tirant le levier manuel, situé à droite sous le siège, vers le haut. Appuyez avec vos pieds sur les pédales, pour déplacer le siège vers l'arrière ou vers l'avant. Lorsque vous avez trouvé la position idéale, appuyez sur le levier pour verrouiller le siège. À titre indicatif, voici la position idéale :

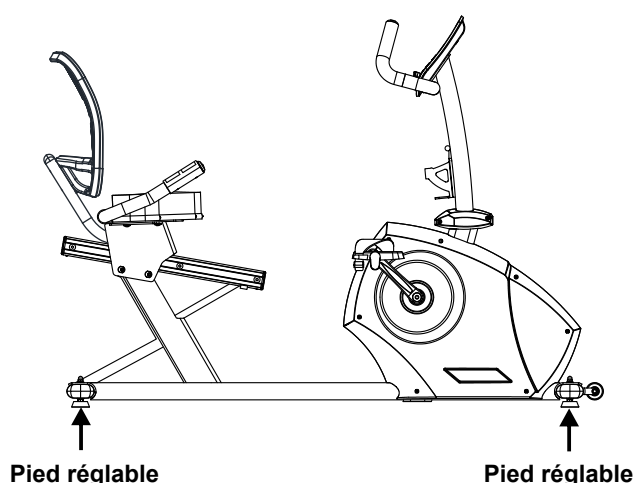
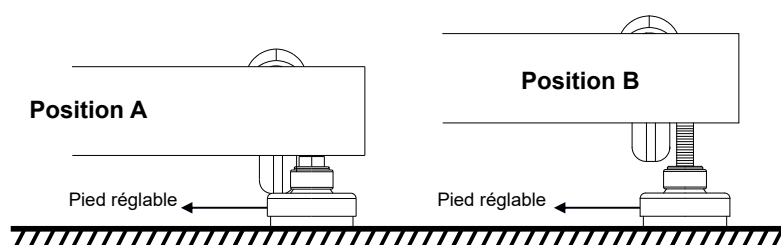
Pendant l'entraînement, vos genoux doivent être légèrement fléchis lorsque les pédales sont le plus éloignées de vous. Assurez-vous que vos genoux ne sont jamais totalement tendus dans cette position.



Mise à niveau

Assurez-vous que votre appareil d'entraînement soit toujours à niveau. Pour compenser de légères aspérités ou inclinaisons du sol, l'appareil est équipé de pieds réglables, à droite et à gauche des supports avant et arrière, et sur le support du cadre coulissant. Pour vous assurer que l'appareil reste horizontal, placez d'abord tous les pieds sur la position la plus basse (position A). Si nécessaire, réglez les pieds, pour que l'appareil d'entraînement soit horizontal et stable.

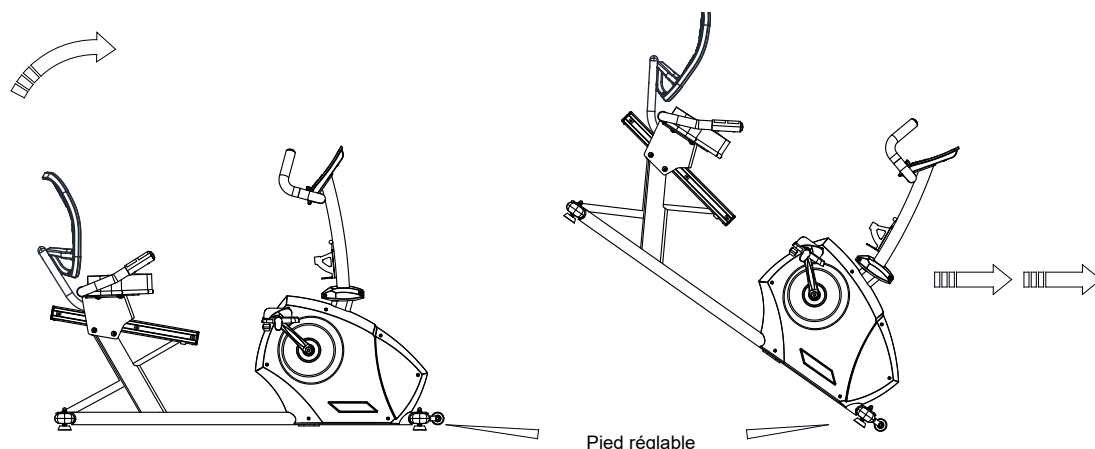
Si l'amplitude de réglage des pieds n'est pas suffisante pour permettre la mise à niveau de l'appareil d'entraînement, veuillez vérifier la surface du lieu. Si nécessaire, choisissez un autre endroit, où une position horizontale et sécurisée de l'appareil est assurée.



FRA

Transport

Dans le but de transporter votre appareil d'entraînement facilement et en toute sécurité, le support avant est équipé de roulettes de transport. Pour déplacer l'appareil, placez-vous devant le guidon et saisissez-le avec les deux mains. Tirez doucement l'appareil d'entraînement vers l'avant et baissez le guidon jusqu'à ce que le support arrière ne soit plus en contact avec le sol et le poids de l'appareil repose sur les roulettes de transport. Maintenant, vous pouvez déplacer tout simplement l'appareil sur les roulettes de transport, dans la position désirée. Lorsque vous soulevez, transportez et positionnez l'appareil, assurez-vous de toujours avoir les pieds fermement posés au sol.



Lieu et stockage

Cet appareil d'entraînement a été conçu pour une utilisation dans un intérieur sec et bien aéré.

L'appareil ne peut être utilisé ou rangé dans un endroit humide, comme une piscine, un sauna, etc. et en extérieur, comme les balcons, les terrasses, les jardins, les garages, etc.

Ces lieux peuvent causer des dégâts électroniques, de corrosion ou d'oxydation à cause de l'humidité élevée et des températures basses qui y règnent. La garantie ne couvre pas ce type de dégâts.

Veuillez choisir un lieu de stockage sec, plat et bien aéré pour votre appareil d'entraînement. Pour votre bien, assurez-vous également que le lieu où vous vous entraînez est suffisamment aéré pendant l'effort, pour une oxygénation optimale.

Avant d'utiliser votre appareil d'entraînement après une longue période de pause, assurez-vous d'abord que toutes les pièces sont bien fixées.

Entretien, nettoyage et maintenance

⚠ ATTENTION

Avant de commencer le nettoyage, la maintenance et / ou le travail de réparation, l'appareil doit être complètement débranché de l'alimentation électrique. Ce ne sera le cas que si le câble d'alimentation est débranché de la prise électrique et de l'appareil. Par conséquent, débranchez d'abord la fiche de la prise électrique et ensuite débranchez le câble d'alimentation de l'appareil. Les câbles électriques ne peuvent être rebranchés à l'appareil et à la prise qu'après avoir terminé le travail et s'être assuré que l'appareil est en parfait état de fonctionnement.

Nettoyage

Nettoyez l'appareil après chaque entraînement avec un chiffon humide et du savon. Ne pas utiliser de solvant.

Un nettoyage régulier aide à maintenir votre appareil en bon état et contribue à allonger sa durée de vie.

Les dommages causés par la transpiration du corps et d'autres liquides ne seront en aucun cas couverts par la garantie. Assurez-vous qu'aucun liquide ne s'infiltre dans l'appareil ou dans l'ordinateur, pendant l'entraînement.

Maintenance

Des roulements étanches sont utilisés dans votre appareil d'entraînement. La lubrification des roulements n'est pas nécessaire.

Contrôle des fixations

Vérifiez au moins une fois par mois la fixation des vis et des écrous, et serrez-les, si nécessaire.

Contrôle des éléments

Avant chaque entraînement, vérifiez que le siège, le support du siège, le guidon et les pédales sont fixés solidement.

ATTENTION :

Ne pas vous entraîner si l'un ou plusieurs de ces éléments sont desserrés.

Câble d'alimentation

Insérez la fiche du câble d'alimentation, fourni avec l'appareil, dans la prise située à l'arrière du bloc principal. Ensuite, branchez le câble d'alimentation à une prise électrique.

NOTE :

Le port USB sur le cockpit de cet appareil d'entraînement n'est pas fait pour le branchement du bloc d'alimentation !! Ce port USB n'est fait que pour le branchement d'un câble de chargement USB (non inclus dans la livraison) pour les smartphones, tablettes PC, Ebooks, etc.

⚠ ATTENTION

Cet appareil doit être branché au secteur, à une prise mise à la masse et installée par un électricien qualifié. N'utilisez pas de multiprise pour brancher l'appareil. Si vous utilisez une rallonge, assurez-vous qu'elle soit conforme aux standards DIN, aux règlements et directives VDE, aux règlements techniques établis par d'autres Etats membres de l'Union européenne ou d'autres Etats faisant partie de l'Espace économique européen.

Brancher l'appareil**⚠ ATTENTION :**

Avant de brancher le bloc d'alimentation à l'appareil, vérifiez toujours qu'il s'agisse du bloc d'alimentation fourni avec l'appareil. L'utilisation d'un autre bloc d'alimentation pourrait endommager les composants électroniques de l'appareil, le fabricant déclinant toute responsabilité pour de tels dommages.

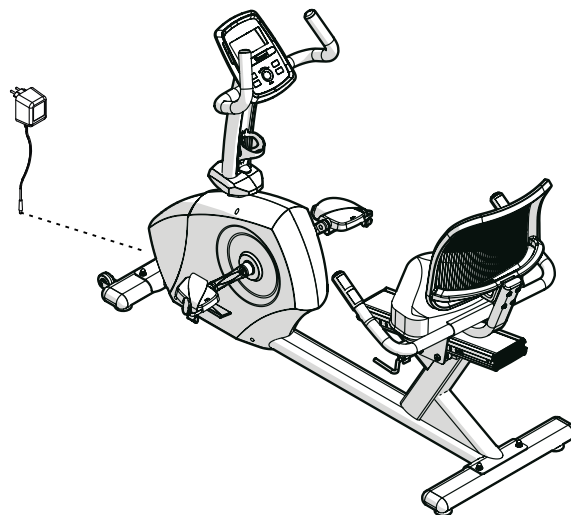
Branchez toujours le câble d'alimentation à l'appareil avant de le brancher à une prise électrique. Si vous souhaitez débrancher votre appareil, débranchez toujours en premier le câble d'alimentation du secteur.

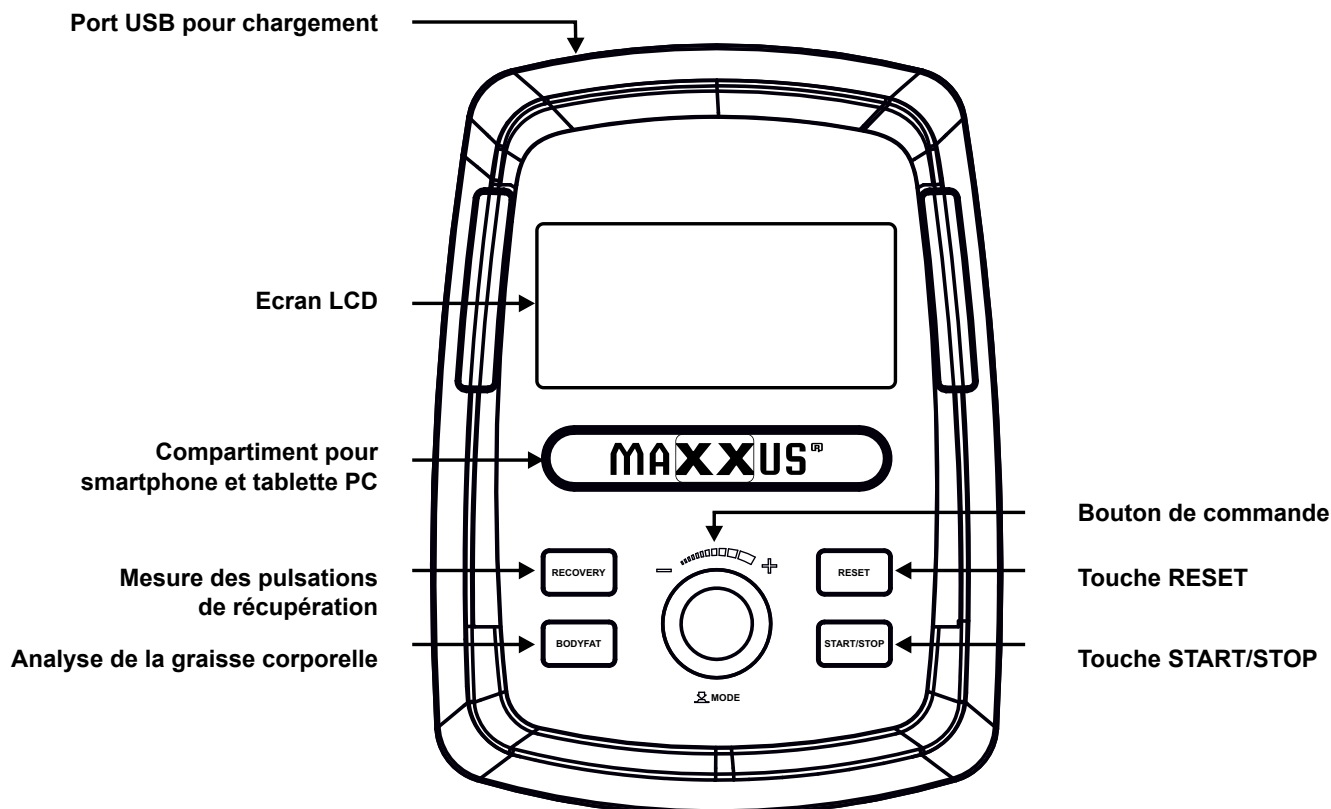
Allumer l'appareil

Branchez d'abord le câble d'alimentation à l'appareil et ensuite à la prise électrique. Le cockpit s'allumera automatiquement. Si l'appareil électrique est déjà branché au secteur et le cockpit en mode veille, activez le cockpit en appuyant sur une touche ou en bougeant les pédales.

Eteindre l'appareil

Lorsque le cockpit est inactif pendant plus de 4 minutes, il passe automatiquement est en mode veille. Après avoir fini votre entraînement, débranchez toujours l'appareil du secteur. Débranchez toujours le câble d'alimentation de la prise murale et ensuite de l'appareil.





Le cockpit affiche de façon continue les données d'entraînement.

Temps - TIME

Définition du temps d'entraînement. Pour une séance d'entraînement donnée, l'ordinateur démarre le décompte jusqu'à atteindre «00:00». Le temps d'entraînement peut être défini de 01:00 à 99:00 minutes, par paliers d'une minute. Si le temps d'entraînement n'a pas été défini, l'ordinateur démarre le compte à partir de 00:00 jusqu'à 99:00 minutes au maximum.

Distance - DISTANCE

Définition de la distance d'entraînement en kilomètres. Pour une séance d'entraînement donnée, l'ordinateur démarre le décompte jusqu'à atteindre «0.00». La distance d'entraînement peut être définie de 1.00 à 99.0 kilomètres, par paliers de 1.0 kilomètre, jusqu'à 99.0 kilomètres au maximum. Si la distance d'entraînement n'a pas été définie, l'ordinateur démarre le compte à partir de 0.00 jusqu'à 99.0 kilomètres au maximum.

Calories - CALORIES*

Indique la consommation de calories en Kcal. Pour une consommation de calories donnée, l'ordinateur démarre le décompte jusqu'à atteindre 0. La consommation de calories peut être définie de 10 à 990 kcal, par paliers de 10 kcal. Si la consommation de calories n'a pas été définie, l'ordinateur démarre le compte à partir de 0 jusqu'à 990 kcal au maximum.

Pulsations - Affichage des pulsations ou du rythme cardiaque - PULSE

Lorsque vous utilisez les capteurs de pulsations manuels, ils affichent les pulsations cardiaques en battements par minute. Lorsque vous utilisez une ceinture pectorale de transmission (non inclus), disponible en option, elle affiche la fréquence cardiaque en battements par minute.

Vitesse - SPEED

Affiche la vitesse en km / h. La valeur est affichée alternativement avec les TPM dans la même fenêtre.

Tours par minute – RPM

Affiche le nombre de tours de roue par minute (RPM). La valeur est affichée alternativement avec la vitesse dans la même fenêtre.

Résistance - LEVEL

Affiche le niveau de résistance sélectionné de 1 à 16.

Puissance - WATT**

Affiche la puissance en watts.

* Avertissement à propos du calcul des calories

Le calcul de la consommation énergétique est fait à l'aide d'une formule générale. Il n'est pas possible de déterminer avec exactitude la consommation énergétique individuelle, celle-ci nécessitant un nombre important de données personnelles. La consommation d'énergie affichée est approximative et ne constitue pas une valeur exacte.

** Avertissement à propos du wattage

Etant donné que cet équipement sportif n'est pas conçu à des fins thérapeutiques, le wattage affiché est une valeur approximative. La puissance affichée peut être différente de la puissance réelle.

Clavier

Touche START/STOP

Fonction DEMARRER :

- Démarrer le programme ou le profil d'entraînement sélectionné
- Activer la fonction DEMARRAGE RAPIDE

Fonction PAUSE :

Si vous appuyez sur la touche START / STOP pendant l'entraînement, l'affichage des données d'entraînement s'arrête et le mode pause est activé. Cela permet l'interruption de l'entraînement. Pour mettre fin au mode pause, appuyez une nouvelle fois sur la touche START / STOP.

RESET Key

If the key is pressed constantly for more than 5 seconds, all values are automatically reset to zero. To change the user, exit the current program by pressing the START / STOP key. Then press the RESET until the display switches on again.

Touche RESET

Si vous appuyez sur la touche pendant plus de 5 secondes, toutes les valeurs sont automatiquement remises à zéro. Pour changer d'utilisateur, sortez du programme actuel en appuyant sur la touche START / STOP. Appuyez et maintenez ensuite la touche RESET jusqu'à ce que l'écran se rallume.

Bouton de commande

Fonction rotation :

- Définition des valeurs d'entraînement
- Entrée de données (ex. âge)
- Réglage du niveau de résistance

Fonction appuyer :

- Confirmer les entrées

Récupération - RECOVERY

Touche pour démarrer la mesure des pulsations de récupération.

Mesure de la masse grasseuse - FAT

Touche pour démarrer la mesure de la masse grasseuse

Paramètres de l'utilisateur

Après avoir allumé le cockpit, l'écran affiche «U1». Il existe quatre profils utilisateur disponibles U1 ~ U4. Ils sont fixes, i.e. que les données de l'utilisateur sont stockées de façon permanente.

Sélectionner un profil utilisateur

Tournez le bouton de commande pour sélectionner le profil utilisateur désiré et confirmez votre sélection en appuyant dessus.

Entrer le sexe

Tournez le bouton de commande pour sélectionner votre sexe et confirmez votre sélection en appuyant dessus.

Entrer l'âge

Entrez votre âge en tournant le bouton de commande et confirmez votre sélection en appuyant dessus.

Entrer la taille

Entrez votre taille en tournant le bouton de commande et confirmez votre sélection en appuyant dessus.

Entrer le poids

Entrez votre poids en tournant le bouton de commande et confirmez votre sélection en appuyant dessus. Après avoir confirmé l'entrée du poids du corps, l'affichage passe automatiquement au menu entraînement.

Si vous avez déjà créé un profil utilisateur, sélectionnez-le en tournant le bouton de commande aussitôt après avoir allumé le cockpit. Ensuite, les informations sur le sexe, l'âge, la taille et le poids sont vérifiées. Si les données sont toujours correctes, confirmez-les en appuyant sur le bouton de commande. Si certaines données ont changé, corrigez-les en conséquence et confirmez en appuyant sur le bouton de commande.

Démarrage rapide

Allumez l'appareil d'entraînement et appuyez sur la touche START / STOP. Le temps d'entraînement se lance et vous pouvez commencer votre entraînement. À tout moment pendant l'entraînement, vous pouvez modifier le niveau de résistance de 1 à 16 en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Etant donné qu'aucune valeur cible ne peut être définie pour ce type d'entraînement, vous devez arrêter l'entraînement vous-même.

Entraînement manuel - MANUAL

Etape 1 : Sélection du programme

Allumez l'appareil d'entraînement. La lettre "M" clignote dans la partie supérieure de l'écran. Si un autre symbole clignote, sélectionnez la lettre «M» en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Confirmez votre sélection en appuyant sur le bouton de commande.

Etape 2 : Sélection du programme – Niveau de résistance

La valeur clignote dans la fenêtre «LEVEL». Définissez le niveau de résistance désiré de 1 à 16 en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Il peut être modifié à tout moment pendant l'entraînement. Confirmez votre sélection en appuyant sur le bouton de commande.

Etape 3 : Définition des valeurs cibles

Vous avez le choix entre 3 objectifs différentes :

Temps d'entraînement (TIME) :

La valeur clignote dans la fenêtre «TIME». Si vous souhaitez définir le temps d'entraînement, entrez-le en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Vous pouvez régler le temps d'entraînement de 1:00 à 99:00 minutes, par paliers de 1 minute. Confirmez votre sélection en appuyant sur le bouton de commande.

Si vous ne souhaitez pas définir le temps d'entraînement, appuyez directement sur le bouton de commande pour confirmer. La valeur «00:00» s'affiche dans la fenêtre «TIME».

Distance d'entraînement (DISTANCE) :

La valeur clignote dans la fenêtre «DISTANCE». Si vous souhaitez définir la distance d'entraînement, entrez-la en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Vous pouvez régler la distance d'entraînement de 1.0 à 99.0 kilomètres, par paliers de 1 kilomètre. Confirmez votre sélection en appuyant sur le bouton de commande.

Si vous ne souhaitez pas définir la distance d'entraînement, appuyez directement sur le bouton de commande pour confirmer. La valeur «0.00» s'affiche dans la fenêtre «DISTANCE».

Consommation de calories (CALORIES) :

La valeur clignote dans la fenêtre «CALORIES». Si vous souhaitez définir la consommation de calories, entrez-la en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Vous pouvez régler la consommation de calories de 10 à 990 Kcal, par paliers de 10 Kcal. Confirmez votre sélection en appuyant sur le bouton de commande.

Si vous ne souhaitez pas définir la consommation de calories, appuyez directement sur le bouton de commande pour confirmer. La valeur «0» s'affiche dans la fenêtre «CALORIES».

Note :

Ne définissez pas plus d'un objectif d'entraînement par séance. Si vous le faites, l'entraînement s'arrêtera après avoir atteint la première valeur cible.

Etape 4 : Définition de la limite maximale de pulsations

La valeur clignote dans la fenêtre «PULSE». Vous pouvez maintenant définir une limite maximale de pulsations entre 30 et 230 battements / minute, en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Si votre rythme cardiaque atteint cette limite pendant l'entraînement, un signal d'alerte retentit.

Si vous ne souhaitez pas définir de limite maximale de pulsations, appuyez directement sur le bouton pour confirmer. La valeur «0» s'affiche dans la fenêtre «PULSE».

Etape 5 : Début de l'entraînement

Appuyez sur la touche START / STOP pour commencer l'entraînement.

Fin de l'entraînement

Après que l'objectif d'entraînement prédéterminé a été atteint, l'entraînement s'arrête automatiquement.

Réglage du niveau de résistance

Pendant l'entraînement, vous pouvez à tout moment changer le niveau de résistance sélectionné, en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire.

Profils d'entraînement P1 – P12

Dans ce type d'entraînement, l'utilisateur peut choisir entre douze profils d'entraînement préprogrammés. Le profil ne peut pas être modifié. Cependant, l'utilisateur peut régler l'intensité pour le profil correspondant, pour s'adapter à son état de forme.

Etape 1 : Sélection du programme

Allumez l'appareil d'entraînement. La lettre "M" clignote dans la partie supérieure de l'écran. Sélectionnez le profil d'entraînement désiré en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire.

Etape 2 : Définition du niveau d'entraînement

Sélectionnez le profil d'entraînement désiré en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Confirmez votre sélection en appuyant sur le bouton de commande.

Etape 3 : Définition du temps d'entraînement

La valeur clignote dans la fenêtre «TIME». Entrez le temps d'entraînement en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Vous pouvez régler le temps d'entraînement de 1:00 à 99:00 minutes, par paliers de 1 minute. Confirmez votre sélection en appuyant sur le bouton de commande.

Etape 4 : Début de l'entraînement

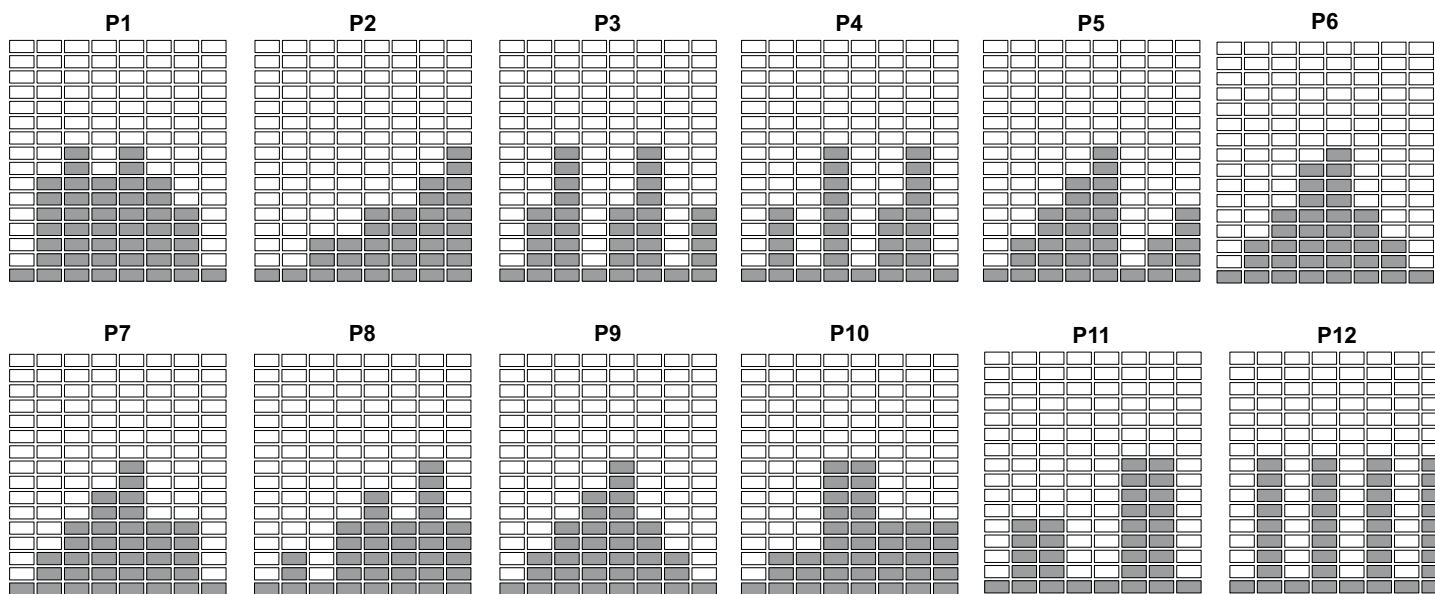
Appuyez sur la touche START / STOP pour commencer l'entraînement.

Fin de l'entraînement

Après que le temps d'entraînement défini est écoulé, l'entraînement s'arrête automatiquement.

Réglage du niveau d'entraînement

Pendant l'entraînement, vous pouvez à tout moment changer le niveau d'entraînement sélectionné, dans le cadre prévu, en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire.



Profil d'entraînement libre (USER)

Ici, vous pouvez créer un profil d'entraînement pour votre profil utilisateur et le sauvegarder.

Etape 1 : Sélection du programme

Allumez l'appareil d'entraînement. La lettre "M" clignote dans la partie supérieure de l'écran. Sélectionnez le programme «U» en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire et confirmez votre sélection en appuyant dessus.

Etape 2 : Programmer les segments d'entraînement

Le premier des huit segments d'entraînement clignote sur l'écran. Définissez le niveau de résistance souhaité de 1 à 16 pour le premier segment d'entraînement en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire et confirmez votre entrée en appuyant sur le bouton dessus.

Maintenant, le deuxième segment clignote. Procédez avec les segments 2 à 8 comme décrit pour le premier segment.

Après avoir confirmé l'entrée pour le 8ème segment en appuyant sur le bouton de commande, ce profil d'entraînement est sauvegardé.

Etape 3 : Définition du temps d'entraînement

Le premier segment clignote de nouveau. Appuyez sur le bouton de commande jusqu'à ce que la valeur clignote dans la fenêtre «TIME». Entrez ensuite le temps d'entraînement en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Vous pouvez régler le temps d'entraînement de 1:00 à 99:00 minutes, par paliers de 1 minute.

Etape 4 : Début de l'entraînement

Appuyez sur la touche START / STOP pour commencer l'entraînement.

Fin de l'entraînement

Après que le temps d'entraînement défini est écoulé, l'entraînement s'arrête automatiquement.

Note :

Si vous souhaitez modifier le programme d'entraînement sauvegardé, allumez le cockpit. Sélectionnez le programme «U» en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire et confirmez votre sélection en appuyant dessus. Le premier segment clignote de nouveau. Appuyez sur le bouton de commande jusqu'à ce que la valeur clignote dans la fenêtre «TIME». Entrez le temps d'entraînement en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Vous pouvez régler le temps d'entraînement de 1:00 à 99:00 minutes, par paliers de 1 minute. Appuyez sur la touche START / STOP, pour commencer l'entraînement.

Programmes commandés par le rythme cardiaque (HRC)

Ces programmes sont des programmes d'entraînement commandés par le rythme cardiaque. L'utilisateur définit le rythme cardiaque cible. Il est continuellement comparé au rythme cardiaque de l'utilisateur par le cockpit. Si le rythme cardiaque est plus bas que celui visé, le cockpit augmente automatiquement la résistance. Si la valeur est plus haute, le cockpit réduit automatiquement la résistance.

La principale exigence pour ces programmes est une transmission permanente et précise du rythme cardiaque. Pour cette raison, ces programmes ne peuvent être réalisés qu'en utilisant une ceinture pectorale cardio fréquencemètre non-codée, disponible comme accessoire additionnel. La réalisation de ces programmes avec les capteurs de pulsations manuels n'est pas possible. Veuillez lire également le chapitre "Mesure du rythme cardiaque" dans ce manuel.

Etape 1 : Sélection du programme

Allumez l'appareil d'entraînement. La lettre "M" clignote dans la partie supérieure de l'écran. Sélectionnez le symbole en forme de cœur en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire et confirmez votre sélection en appuyant dessus.

Etape 2 : Entrer l'âge

La lettre "A" s'affiche dans la partie supérieure de l'écran et la valeur «25» clignote. Entrez votre âge de 1 à 99 ans en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire et confirmez votre sélection en appuyant dessus.

Etape 3 : Sélection du mode HRC

En appuyant sur les touches UP / DOWN, vous pouvez maintenant choisir entre les modes HRC suivants :

50% - Entraînement avec un rythme cardiaque cible égal à 50% du rythme cardiaque maximal

75% - Entraînement avec un rythme cardiaque cible égal à 75% du rythme cardiaque maximal

90% - Entraînement avec un rythme cardiaque cible égal à 90% du rythme cardiaque maximal

TA – Entraînement avec un rythme cardiaque cible personnalisé

Veuillez lire également le chapitre "Avertissement concernant la mesure des pulsations et du rythme cardiaque" dans ce manuel.

Sélectionnez le mode désiré en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire.

Si vous sélectionnez 55%, 75% ou 90%, le rythme cardiaque cible correspondant s'affiche directement. Confirmez votre sélection en appuyant sur le bouton de commande.

Pour vous entraîner avec un rythme cardiaque cible personnalisé, sélectionnez le mode TA en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire et confirmez la sélection en appuyant dessus. La valeur "100" clignote dans la fenêtre "PULSE". Entrez maintenant le rythme cardiaque cible, entre 30 et 230 battements / minute, en tournant de nouveau le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire et confirmez votre entrée en appuyant dessus.

Etape 4 : Définition du temps d'entraînement

La valeur clignote dans la fenêtre «TIME». Entrez le temps d'entraînement en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Vous pouvez régler le temps d'entraînement de 1:00 à 99:00 minutes, par paliers de 1 minute.

Etape 5 : Début de l'entraînement

Appuyez sur la touche START / STOP pour commencer l'entraînement.

Fin de l'entraînement

Après que le temps d'entraînement défini est écoulé, l'entraînement s'arrête automatiquement.

Déroulement du programme

Le cockpit détermine le rythme cardiaque de l'utilisateur et le compare continuellement au rythme cardiaque cible. Si le rythme cardiaque est plus bas ou plus haut que celui visé, le cockpit augmente ou réduit automatiquement le niveau de résistance.

Si le rythme cardiaque se situe +/- 5 battements / minute en-dessous ou au-dessus du rythme cardiaque visé, le cockpit maintient le niveau de résistance.

Si le cockpit ne peut pas déterminer le rythme cardiaque de l'utilisateur, l'écran affiche «?». Dans ce cas, vérifiez que la ceinture pectorale est correctement positionnée et chargée, et assurez-vous qu'il s'agisse d'une ceinture non-codée à fréquence de transmission de 5 kHz.

Exemple :

Le rythme cardiaque cible est 120. Pas de changement du niveau de résistance à un rythme cardiaque compris entre 115 et 125 battements / minute.

Entraînement commandé par les watts (WATT)

Avec ce type d'entraînement, la puissance en watts, sélectionnée par l'utilisateur, est maintenue à une valeur constante par le cockpit. La performance de l'utilisateur (watts) est le résultat du niveau de résistance et de la vitesse de pédalage. Pour maintenir une puissance constante, le cockpit diminue le niveau de résistance aussitôt que l'utilisateur augmente la vitesse de pédalage. Si l'utilisateur réduit la vitesse de pédalage, le cockpit augmente automatiquement le niveau de résistance. Cet entraînement est aussi appelé entraînement indépendant de la vitesse.

L'utilisateur peut choisir parmi trois profils d'entraînement-watt prédéfinis et un programme à watt-constant.

Etape 1 : Sélection du programme

Allumez l'appareil d'entraînement. La lettre "M" clignote dans la partie supérieure de l'écran. Sélectionnez le programme «W» en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire et confirmez votre sélection en appuyant dessus.

Etape 2 : Définition du wattage

La valeur clignote dans la fenêtre «WATT». Entrez le wattage désiré en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire. Vous pouvez régler le wattage de 10 à 350 watts, par paliers de 5 watts. Confirmez votre entrée en appuyant sur le bouton de commande.

Etape 3 : Définition du temps d'entraînement

La valeur clignote dans la fenêtre «TIME». Entrez le temps d'entraînement désiré en tournant le bouton de commande dans le sens horaire / anti-horaire et confirmez votre sélection en appuyant dessus.

Etape 4 : Début de l'entraînement

Appuyez sur la touche START / STOP pour commencer l'entraînement.

Fin de l'entraînement

Après que le temps d'entraînement défini est écoulé, l'entraînement s'arrête automatiquement.

Rythme cardiaque de récupération (RECOVERY)

Le test de récupération mesure à quelle vitesse vous récupérez, i.e. à quelle vitesse et dans quelle proportion votre rythme cardiaque diminue après l'entraînement.

Après avoir terminé un entraînement, ou après avoir arrêté l'entraînement en appuyant sur la touche STOP, appuyez sur la touche RECOVERY et placez immédiatement vos mains sur les capteurs de pulsations manuels. Si vous portez une ceinture pectorale, vous n'avez pas besoin de tenir les capteurs de pulsations manuels. Maintenant le cockpit va tenter de déterminer votre pouls pendant 10 secondes. Si cela échoue, le test est automatiquement annulé.

Si le cockpit a détecté votre pouls, un compte à rebours de 60 secondes débute pendant lequel vous devez tenir les capteurs de pulsations manuels (ce n'est pas nécessaire si vous portez une ceinture pectorale).

Après que les 60 secondes se sont écoulées, vous pouvez lire le résultat sur l'écran et le comparer avec le tableau suivant.

Résultat	Évaluation
F1	Excellent
F2	Très Bien
F3	Bon
F4	Satisfaisant
F5	Suffisant
F6	Défectueux

Analyse de la masse grasseuse (Body Fat)

Ce programme détermine le pourcentage de masse grasseuse et l'IMC de l'utilisateur.

Appuyez sur la touche FAT. Le profil utilisateur sélectionné est affiché en tant que «U1». Si le mauvais profil utilisateur a été sélectionné, appuyez sur la touche RESET et sélectionnez le bon profil utilisateur. Ensuite, appuyez de nouveau sur la touche FAT et saisissez les capteurs de pulsations manuels avec les mains. Après la réussite de la mesure, le pourcentage de masse grasseuse est affiché avec le symbole et l'IMC correspondants.

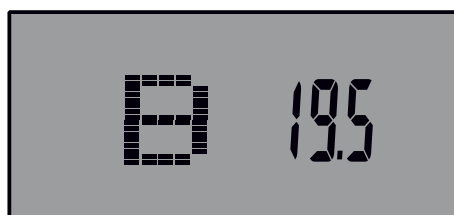
Indice de masse corporelle (BMI)

Cette valeur est calculée à partir du rapport entre le poids et la taille du corps, et est utilisée pour évaluer la masse corporelle d'une personne par rapport à sa taille. Veuillez noter que l'IMC n'est qu'une indication sommaire, comme il ne prend pas en compte le physique et le sexe ou la composition individuelle de la masse corporelle d'une personne, faite de tissus gras et musculaires. L'IMC «idéal» dépend de l'âge.

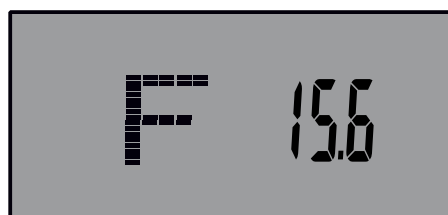
Le tableau présente les valeurs de l'IMC pour différents groupes d'âge.

Edad	BMI
19 – 24 años	19 - 24
25 – 34 años	20 - 25
35 – 44 años	21 - 26
45 – 54 años	22 - 27
55 – 64 años	23 - 28
> 64 años	24 - 29

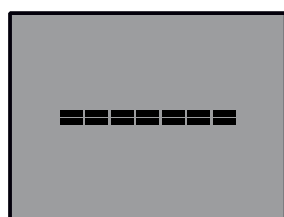
IMC



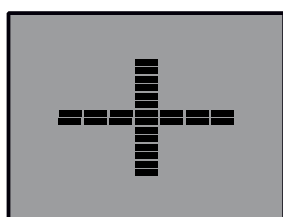
Pourcentage de masse grasseuse %



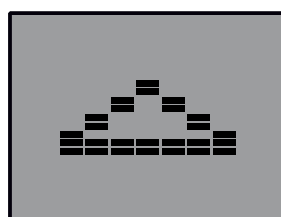
Symboles représentant le pourcentage de masse grasseuse



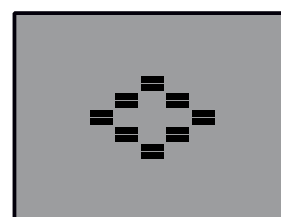
Faible



Normal



Elevé



Très élevé

USB - Fonction chargement

Le cockpit est équipé d'un port USB situé sur le haut du cockpit. Cette connexion ne doit être utilisée que pour le chargement de smartphones ou de tablettes PC pendant l'entraînement. Le câble USB n'est pas inclus à la livraison.



Utilisation de l'iconsole + App

Le cockpit de votre appareil d'entraînement est équipé en série d'un récepteur Bluetooth. Ce récepteur Bluetooth permet de contrôler l'appareil avec un smartphone ou une tablette PC.

Connectez l'iC+ Training App avec votre appareil d'entraînement comme suit :

Etape 1

Téléchargez l'iC+ Training sur votre smartphone ou votre tablette à partir du store approprié :



Informez-vous à propos des versions de l'appareil et du logiciel requises sur le store approprié.

*Note : Si les liens ne sont plus valides, recherchez sur le store approprié "iC+ Training" ou "iconsole".
Le logo de l'App présente le mot "iconsole" en lettres orange sur fond blanc.



Etape 2

Activez la fonction Bluetooth sur votre smartphone ou votre tablette PC et ouvrez ensuite l'iC+ Training App.

Etape 3

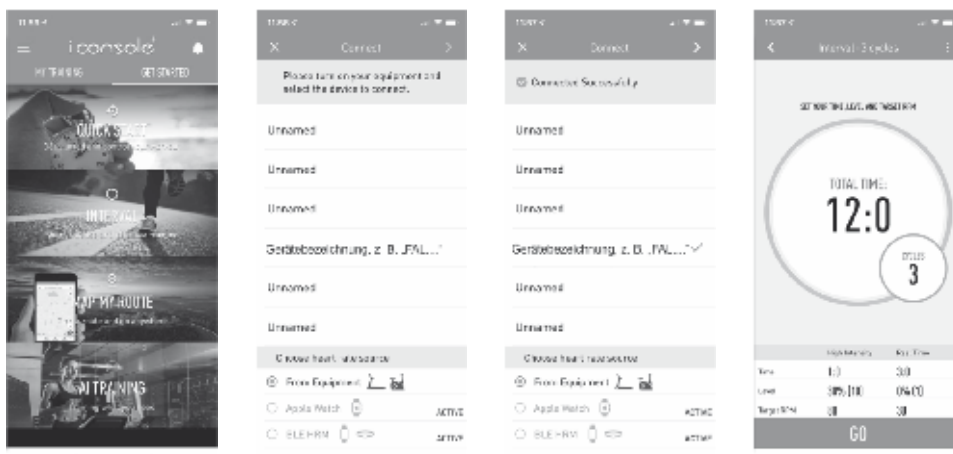
Sélectionnez « GET STARTED » dans le menu en haut à droite et le type d'entraînement désiré, par ex. « QUICK START ».

Etape 4

Une liste d'appareil Bluetooth disponibles apparaît sur votre smartphone ou votre tablette PC. Assurez-vous que votre appareil d'entraînement est allumé. Sélectionnez votre appareil d'entraînement dans la liste. Le nom de l'appareil commence par « FAL-SPORTS... » ou « MAXXUS ». Lorsque la connexion est établie, une coche apparaît. L'App IC+ Training sauvegardera votre appareil d'entraînement après la première connexion, la prochaine fois vous pouvez donc commencer directement votre entraînement.

Etape 5

Après avoir connecté avec succès l'App à l'appareil d'entraînement, vous pouvez commencer immédiatement l'entraînement en cliquant sur la flèche dans le coin droit de l'écran.



Notez que MAXXUS group GmbH & Co. KG n'est pas le concepteur de l'App iC+ Training et, par conséquent, n'est pas responsable de son contenu ou de son fonctionnement.

 Fréquence cardiaque par minute	200														
	150	195													
	130	146	190												
	110	127	143	185											
		107	124	139	180										
			105	120	135	175									
				102	117	131	170								
					99	114	128	165							
						96	111	124	160						
							94	107	120	155					
								91	104	116	150				
									88	101	113	145			
										85	98	109	140		
											83	94	105	135	
												80	91	101	100
													77	88	98
														74	85
															72
Âge	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90

Calcul de la fréquence cardiaque d'entraînement individuelle

Votre fréquence cardiaque d'entraînement individuelle est calculée comme suit :

220 - Âge = fréquence cardiaque maximale

Cette valeur définit votre fréquence cardiaque maximale et sert de base au calcul de la fréquence cardiaque d'entraînement individuelle. Pour ce faire, réglez la fréquence cardiaque maximale calculée à 100%.

Bien-être et santé - Zone cible = 50 à 60 % de la fréquence cardiaque maximale

Cette zone d'entraînement est idéale pour les débutants en surpoids et / ou plus âgés, ou les utilisateurs reprenant l'exercice après une pause d'entraînement plus longue. Pendant l'exercice dans cette zone, le corps brûle environ 4-6 calories par minute. Le pourcentage par calorie est d'environ 70 % de matières grasses, 25 % de glucides et 5 % de protéines.

Consommation de graisses - Zone cible = 60 à 70 % de la fréquence cardiaque maximale

Cette zone d'entraînement est idéale pour les athlètes dont le but est la perte de poids. Pendant l'exercice dans cette zone, le corps brûle environ 6-10 calories par minute. Le pourcentage par calorie est d'environ 85% de matières grasses, 10% de glucides et 5% de protéines.

Condition physique - Zone cible = 70 à 80 % de la fréquence cardiaque maximale

Cette zone d'entraînement est idéale pour les athlètes dont le but est d'améliorer leur endurance ou leur condition physique. Pendant l'exercice dans cette zone, le corps brûle environ 10-12 calories par minute. Le pourcentage par calorie est d'environ 35 % de matières grasses, 60 % de glucides et 5 % de protéines.

Pour un résultat d'entraînement optimal et efficace, vous devez calculer la valeur moyenne de la zone cible souhaitée (voir aussi tableau) :

Bien-être et santé - Moyenne de la zone cible	= 55 % de la fréquence cardiaque maximale
Consommation de graisses - moyenne de la zone cible	= 65 % de la fréquence cardiaque maximale
Condition physique - Moyenne de la zone cible	= 75 % de la fréquence cardiaque maximale

Avertissement concernant le calcul des pulsations et du rythme cardiaque

ATTENTION

Les systèmes de surveillance du pouls et de la fréquence cardiaque peuvent être imprécis. Un entraînement excessif peut causer des blessures graves ou même la mort. Si vous ne vous sentez pas bien et/ou si vous vous évanouissez, arrêtez immédiatement l'entraînement. Assurez-vous que tous les utilisateurs de votre appareil sportif connaissent bien ces informations, les comprennent et les appliquent sans exception.

Contrôle des pulsations à l'aide des capteurs manuels

La plupart des équipements sportifs sont équipés de capteurs de pouls manuels. Généralement, ceux-ci se situent au niveau de la console ou sont intégrés aux rampes. Les capteurs au niveau des mains sont intégrés aux rampes et permettent de mesurer le pouls à court-terme. Pour cela, tenez simultanément un capteur dans chaque main. Au bout d'un instant, le pouls actuel s'affiche à l'écran. Ce système de surveillance du pouls se base sur les variations de la pression sanguine causées par les battements cardiaques. Les variations de la pression sanguine entraînent une fluctuation de la résistance électrique de la peau, qui est ensuite mesurée par les capteurs. Ces fluctuations sont alors converties en une valeur moyenne et affichées à l'écran comme la fréquence de pouls actuelle.

ATTENTION

Pour un pourcentage élevé de la population, les fluctuations de la résistance de la peau causées par les battements cardiaques sont si infimes que les mesures ne peuvent être suffisamment précises. Des zones de peau calleuse sur les mains, des mains moites et les vibrations inévitables lors de l'entraînement peuvent faire obstacle à une mesure correcte. Dans ce cas, il est possible que la fréquence du pouls ne s'affiche pas ou qu'elle soit erronée.

Veuillez vérifier si ces défauts de mesure apparaissent également avec plusieurs autres utilisateurs. Si les mesures erronées n'apparaissent qu'avec une seule personne, alors l'appareil n'est pas défectueux. Nous vous recommandons dans ce cas d'utiliser la ceinture pectorale afin de vous fournir un affichage constant et correct de la fréquence du pouls. La ceinture pectorale est disponible comme accessoire en option.

Mesure du rythme cardiaque à l'aide d'une ceinture pectorale

De nombreux équipements sportifs MAXXUS® sont déjà équipés de récepteurs.

Les ceintures pectorales (nous recommandons seulement l'utilisation d'une ceinture pectorale POLAR® non-coodée) permettent une mesure sans fil du rythme cardiaque. Les ceintures pectorales sont disponibles comme accessoires en option.

Cette méthode de surveillance du rythme cardiaque est optimale et aussi précise qu'un ECG. Elle mesure le rythme cardiaque directement par la peau grâce aux transmetteurs de la ceinture pectorale. La ceinture pectorale envoie des signaux électromagnétiques au récepteur intégré à la console.

Nous vous recommandons de toujours utiliser une ceinture pectorale pour la surveillance du rythme cardiaque lors de vos entraînements avec un programme commandé par le rythme cardiaque.

ATTENTION :

La surveillance du rythme cardiaque actuel à l'aide d'une ceinture pectorale ne sert qu'à obtenir un aperçu du rythme cardiaque au cours de l'entraînement. Ces valeurs ne donnent aucune information sur un rythme cardiaque sain ou efficace pour l'entraînement. Ce système de surveillance ne peut en aucun cas être utilisé pour un diagnostic médical ou à d'autres fins.

Avant de commencer l'entraînement, veuillez parler à votre médecin de la meilleure façon d'élaborer et de mettre en place un plan d'entraînement adapté à votre condition physique.

Ceci s'applique particulièrement aux personnes :

- n'ayant pas pratiqué de sport durant une période prolongée,
- présentant un surpoids,
- étant âgées de plus de 35 ans,
- ayant une tension artérielle basse ou élevée,
- ayant des problèmes cardiaques.

Si vous portez un pacemaker ou un appareil similaire, veuillez impérativement consulter le spécialiste qui vous suit, avant d'utiliser une ceinture pectorale.

Préparation avant l'entraînement

Avant de commencer l'entraînement, vous ne devez pas seulement vous assurer que votre équipement est en parfait état, mais également que votre corps a lui aussi été correctement préparé à l'entraînement. C'est pourquoi, si vous n'avez pas fait d'exercice d'endurance depuis longtemps, il vous est conseillé de consulter votre médecin pour un examen de votre forme physique. Discutez également avec lui de vos objectifs d'entraînement. Il vous fournira sûrement des conseils et des informations précieuses. Ceci s'applique particulièrement aux personnes âgées de plus de 35 ans, présentant un surpoids ou souffrant de problèmes cardiovasculaires.

Plan d'entraînement

Un plan d'entraînement prédictif est essentiel pour un entraînement efficace, ciblé et motivant.

Intégrez votre plan de mise en forme à votre routine quotidienne. Si vous ne prévoyez pas de plan fixe, l'entraînement peut rapidement entraver vos engagements habituels ou être repoussé indéfiniment.

Créez si possible un plan mensuel à long-terme et non au jour le jour ou de semaine en semaine. Un plan d'entraînement doit aussi prévoir suffisamment de distraction et de motivation lors des séances. Par exemple, regarder la télévision pendant l'entraînement est une solution idéale, offrant une distraction visuelle et auditive. Pensez à vous récompenser et à vous fixer des objectifs réalistes, comme perdre 1 à 2 kg en quatre semaines, ou prolonger votre durée d'entraînement de 10 minutes en deux semaines. Si vous parvenez à atteindre vos objectifs, récompensez-vous en vous accordant votre repas préféré, auquel vous renoncez depuis le début de votre entraînement.

Echauffez-vous avant l'entraînement

Echauffez-vous sur votre tapis de course pendant 3 à 5 minutes au niveau de résistance minimal. Cela permet de préparer au mieux votre corps à l'exercice à venir.

Prenez le temps de récupérer après l'entraînement

Ne descendez pas de votre tapis de course immédiatement, une fois la séance terminée. Comme pour la phase d'échauffement, il est conseillé de continuer pendant 3 à 5 minutes au niveau de résistance minimal pour récupérer. Après l'entraînement, étirez-vous rigoureusement.



Muscles quadriceps

Appuyez-vous à un mur ou à votre équipement sportif avec votre main droite. Pliez le genou et soulevez votre pied gauche vers l'arrière afin de l'attraper avec votre main gauche. Votre genou doit pointer vers le sol. Tirez votre jambe vers l'arrière jusqu'à ce que vous ressentiez un étirement dans les muscles de votre cuisse. Maintenez cette position durant 10 à 15 secondes. Lâchez votre pied et reposez-le au sol. Répétez cet exercice avec votre jambe droite.



Adducteurs

Asseyez-vous par terre. Joignez la plante de vos pieds devant vous en soulevant légèrement vos genoux. Attrapez la partie supérieure de vos pieds et placez vos coudes sur vos cuisses. Appuyez sur vos cuisses jusqu'à ce que vous ressentiez un étirement dans les muscles de vos cuisses. Maintenez cette position durant 10 à 15 secondes. Assurez-vous de maintenir le haut de votre corps bien droit pendant toute la durée de cet exercice. Relâchez la pression et étendez lentement vos jambes devant vous. Relevez-vous lentement et sans à-coup.



Jambes, mollets et fessiers

Asseyez-vous par terre. Étendez votre jambe droite et repliez votre jambe gauche afin de placer la plante de votre pied sur l'intérieur de votre cuisse droite. Inclinez le haut de votre corps et étendez votre bras droit de manière à toucher vos orteils droits. Maintenez cette position durant 10 à 15 secondes. Relâchez vos orteils et redressez-vous lentement et sans à-coup. Répétez cet exercice avec votre jambe gauche.



Jambes et muscles lombaires

Asseyez-vous par terre, les jambes étendues devant vous. Penchez-vous en avant et essayez d'attraper le bout de vos orteils avec vos deux mains. Maintenez cette position durant 10 à 15 secondes. Relâchez vos orteils et relevez-vous lentement et sans à-coup.

Hydratation

Il est vital de s'hydrater suffisamment avant et pendant l'entraînement. Au cours d'une séance d'entraînement de 30 minutes, il est possible de perdre jusqu'à un litre de liquide. Afin de compenser cette perte, vous pouvez boire un mélange d'un tiers de jus de pomme avec deux tiers d'eau, pour renouveler toutes les électrolytes et les minéraux perdus par le corps par la transpiration. 30 minutes avant le début de l'entraînement, il est conseillé de boire environ 330 ml. Assurez-vous également de boire suffisamment pendant votre séance d'entraînement.

Fréquence d'entraînement

Les experts recommandent d'effectuer un entraînement d'endurance 3 à 4 fois par semaine, afin de conserver un système cardiovasculaire en bonne santé. Vous atteindrez naturellement vos objectifs d'entraînement plus rapidement si vous vous entraînez plus fréquemment.

Prévoyez aussi suffisamment de pauses dans votre plan d'entraînement pour permettre à votre corps de récupérer et se régénérer. Après chaque unité d'entraînement, il est conseillé de prendre au moins un jour de repos. La règle « less is often more » (il est souvent mieux d'en faire moins) s'applique aussi aux entraînements d'endurance et de santé physique.

Intensité d'entraînement

D'autres erreurs courantes, en plus d'une fréquence d'entraînement trop soutenue, concernent l'intensité de l'entraînement.

Si votre objectif est de vous préparer à un triathlon ou un marathon, l'intensité de vos entraînements sera sûrement très élevée. Mais ce n'est pas le cas de la plupart des utilisateurs, qui ont plus généralement pour objectif une perte de poids, l'entretien du système cardiovasculaire, l'amélioration de l'endurance, la réduction du stress, etc. L'intensité d'entraînement doit donc être adaptée en conséquence. Il est plus judicieux d'appliquer à chaque objectif d'entraînement une fréquence cardiaque appropriée. Les informations du paragraphe de ce manuel consacré au rythme cardiaque et le tableau correspondant vous seront d'une aide précieuse.

Durée des séances d'entraînement

Pour les entraînements ayant pour objectif l'endurance ou la perte de poids, la durée idéale d'une séance est comprise entre 25 et 60 minutes. Il est conseillé aux débutants ou aux personnes reprenant un exercice après une longue période de pause de commencer par des séances plus courtes, de 10 minutes maximum, durant la première semaine et d'augmenter cette durée progressivement de semaine en semaine.

Rapports d'entraînement

Afin d'optimiser vos entraînements et de les rendre le plus efficaces possibles, il vous est conseillé avant de commencer les séances d'élaborer un plan d'entraînement, que vous remplirez à la main ou sur votre ordinateur. Indiquez dans ce rapport les données de vos séances, comme la distance parcourue, la durée, le réglage de la résistance, la fréquence du pouls, mais aussi vos données personnelles, par exemple votre poids, tension artérielle, pouls au repos (pris le matin au réveil). Précisez également comment vous vous sentez à chaque séance.

FRA

Vous trouverez ci-après un exemple recommandé de plan d'entraînement hebdomadaire.

Semaine n° : ____ Année : 20__						
Date	Jour	Durée d'entraînement	Distance d'entraînement	Consommation calorique	Ø Rythme cardiaque	Commentaires
	Lundi					
	Mardi					
	Mercredi					
	Jeudi					
	Vendredi					
	Samedi					
	Dimanche					
Résultats hebdomadaires :						

Caractéristiques techniques

Cockpit

Affichage de :

- Temps
- Vitesse
- Distance
- Tours par minute
- Consommation de calories
- Fréquence du pouls (en utilisant les capteurs manuels)
- Watts
- Rythme cardiaque (en utilisant la ceinture pectorale qui est disponible en option)
- Niveau de résistance

Caractéristiques techniques

Système de freinage :	Système de freinage à aimant permanent commandé par un moteur
Niveau de résistance :	niveaux 1 à 16, réglables électroniquement
Type de transmission :	courroies à arêtes longitudinale à deux niveaux
Roue libre :	approx. 9 kg
Dimensions de l'installation :	approx. 1567 x 676 x 1143 mm (LxIxh)
Poids total : approx.	57 kg
Poids maximal de l'utilisateur :	160 kg
Commande :	via pavé numérique
Alimentation électrique :	220-230V - 50Hz
Intervalle de température :	10 ° à 30 ° pour l'utilisation et le stockage

Zone d'utilisation : usage domestique *
n'est pas conçu à des fins thérapeutiques

Traitement des déchets



Directive européenne relative aux déchets d'équipements électriques et électroniques

Ne mettez jamais votre appareil d'entraînement au rebut avec les ordures ménagères ordinaires. Tous les consommateurs sont tenus légalement de déposer les appareils usagés séparément des ordures ménagères. Veuillez porter votre appareil à la déchargé communale ou le confier à un service de mise au rebut certifié. La mise au rebut de cet appareil est gratuite. C'est la seule manière de s'assurer que votre appareil usagé est mis au rebut de façon professionnelle et d'éviter des effets négatifs pour l'environnement. Respectez les directives en vigueur. En cas de doute, renseignez-vous dans votre mairie sur une mise au rebut de votre appareil appropriée et conforme aux impératifs écologiques.



Piles / Batteries rechargeables (si présentes dans l'appareil)

Selon la directive relative aux piles, vous, en tant qu'utilisateur final, êtes tenu légalement de rapporter les piles et batteries usagées. **La mise au rebut avec les ordures ménagères ordinaires constitue une infraction.** La plupart des piles disposent d'un symbole pour vous rappeler cette réglementation. En plus de ce symbole, la contraction de métaux lourds est aussi indiquée. De tels métaux doivent être mis au rebut conformément aux impératifs écologiques. Cela signifie que les consommateurs sont tenus légalement de déposer les piles et les batteries dans les centres de collecte, prévus à cet effet par les villes et les communes, ou dans certains commerces.

En cas de doute, renseignez-vous dans votre mairie sur la mise au rebut appropriée et conforme aux impératifs écologiques. Vous pouvez également rapporter les piles et batteries usagées à notre siège social ou nous les envoyer par voie postale, à condition de payer l'affranchissement. Après réception, nous les mettrons au rebut de façon appropriée et conformément à la directive relative aux piles et aux batteries rechargeables. Ne rapportez ou ne mettez au rebut les piles et batteries rechargeables que lorsqu'elles sont complètement déchargées.

Mon appareil d'entraînement fait des bruits pendant l'entraînement. Est-ce normal ?

Votre appareil d'entraînement MAXXUS® est équipé d'une courroie rainurée à roulements à billes de qualité supérieure. De plus, il dispose d'un système de freinage magnétique de haute qualité antifriction et anti-usure. Tous ces éléments de qualité supérieure garantissent une diminution des bruits de fonctionnement. Votre appareil d'entraînement MAXXUS® est l'un des produits les plus silencieux disponibles sur le marché de la remise en forme. Cependant, il est possible et normal que des bruits mécaniques légers soient perceptibles pendant l'entraînement. Ces bruits mécaniques, continus ou ponctuels, sont créés par une rotation à grande Vitesse de la roue libre. Déplacer des pièces peut également produire du bruit pendant l'entraînement, qui est amplifié par les tubes métalliques et creux du cadre. Il est aussi normal que le bruit de fonctionnement soit plus élevé pendant votre entraînement. Cela peut s'expliquer par une augmentation de la vitesse d'entraînement, et par le fait que les éléments de l'appareil montent en température et se dilatent pendant l'entraînement.

Le cockpit n'affiche rien à l'écran quand je l'allume.

Vérifiez si le câble d'alimentation est à la fois branché correctement à l'appareil et à la prise électrique, et /ou si il est endommagé. Vérifiez si le câble de commande s'est coincé pendant l'assemblage et / ou si la fiche est lâche.

La valeur des pulsations ne s'affiche pas ou est incorrecte.

Veuillez consulter les chapitres "Calcul du rythme cardiaque" dans ce manuel.

Les capteurs manuels de pulsations ne fonctionnent pas.

Vérifiez si les câbles des capteurs se sont coincés pendant l'assemblage.

Les valeurs de la vitesse et de la distance indiquent "0" pendant l'entraînement.

Vérifiez si le câble de commande s'est coincé pendant l'assemblage et / ou si la fiche est lâche.

Mon appareil d'entraînement fait des bruits de grincement pendant l'entraînement.

Vérifiez si l'appareil repose de à plat et horizontalement sur le sol. Si ce n'est pas le cas, réglez de nouveau les pieds. Vérifiez si les vis du joint articulé, entre les tubes de balancier et les bras de pédale, sont serrées fermement.

J'ai des fourmis dans les pieds pendant l'entraînement.

La raison vient souvent du fait que les chaussures sont trop serrées. Vos pieds se dilatent lors de l'effort, c'est pourquoi il vaut mieux serrer légèrement vos chaussures. Vous pouvez aussi demander conseil auprès des magasins de sport ou spécialistes des chaussures de running.

Accessoires recommandés

Ces accessoires sont le meilleur complément à votre appareil d'entraînement. Tous les produits sont disponibles sur notre boutique en ligne www.maxxus.com.

POLAR® Ceinture pectorale - émetteur T34 (non-codée)

Ceinture pectorale avec portée de transmission optimisée, pour calculer le rythme cardiaque. Cet accessoire est nécessaire pour l'utilisation des programmes commandés par le rythme cardiaque et pour la mesure de façon continue du rythme cardiaque actuel.

MAXXUS® Plateforme vibrante - Tapis de protection

Grace à son extrême densité et à son épaisseur de 0,5 cm, ces tapis offre une protection parfaite des planchers contre les dégâts, les rayures et les salissures dues à la transpiration. Le bruit causé par le fonctionnement et le mouvement de l'appareil est réduit de façon significative.

Disponibles dans les tailles suivantes :

- 160 x 90 cm
- 210 x 100 cm
- 240 x 100 cm

MAXXUS® Spray dégraissant – Nettoyant parfait pour retirer la poussière et entretenir les tubes de guidage, les rouleaux et les surfaces.

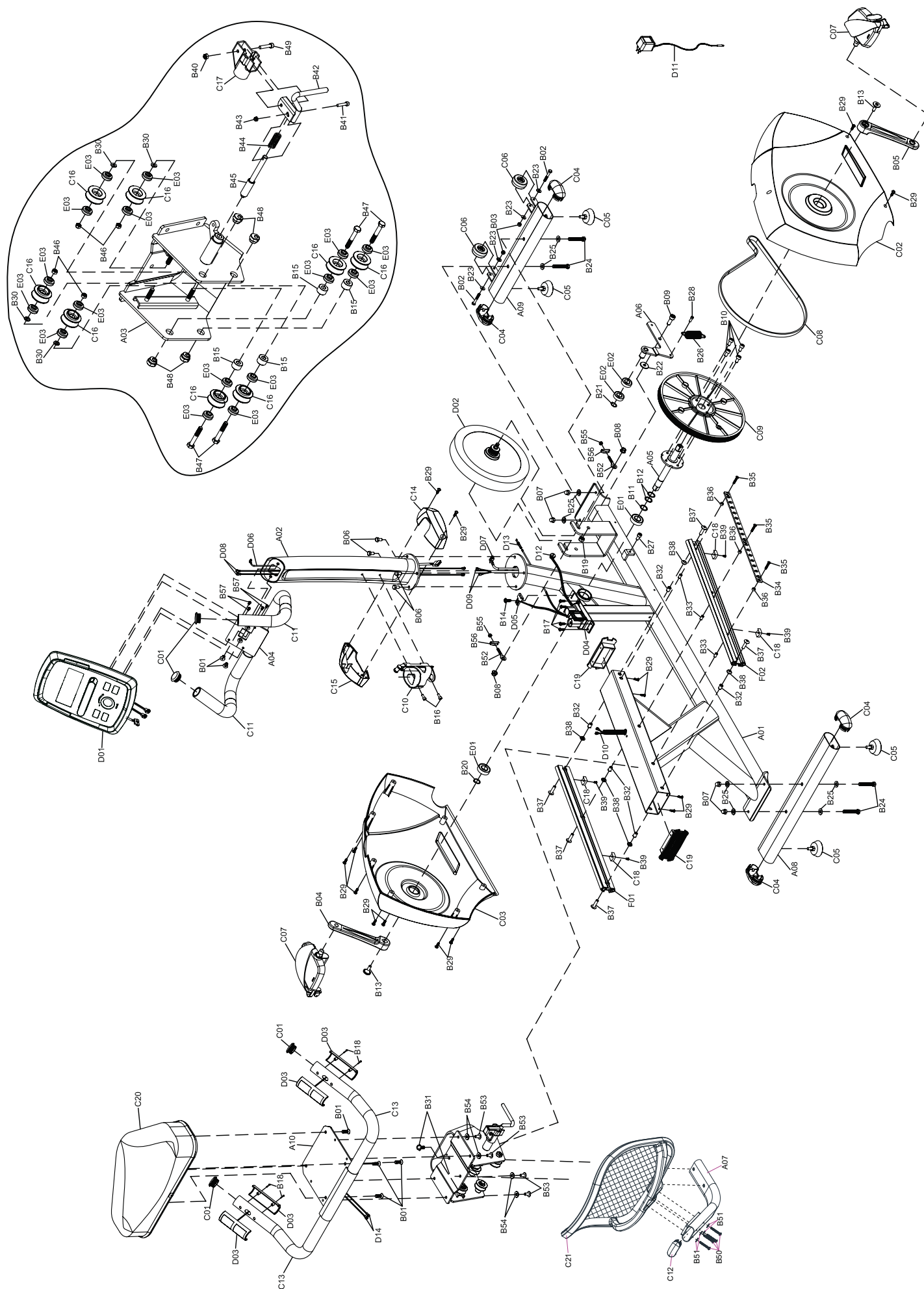
MAXXUS® Spray lubrifiant – Le lubrifiant parfait

MAXXUS® Spray antistatique – Efficace contre l'électricité statique produite par les cadres de l'appareil, les vêtements et les ordinateurs d'entraînement. Les appareils situés sur des tapis ou des sols synthétiques se chargent en électricité statique. Le spray antistatique MAXXUS® permet d'éviter cette situation.

Les surfaces synthétiques traitées avec le spray antistatique MAXXUS® n'attirent pas la poussière aussi rapidement et restent propres plus longtemps.

MAXXUS® Mousse spéciale de nettoyage – Utilisée pour un nettoyage régulier de votre appareil d'entraînement. Les protections en plastique et les cadres métallique peuvent être facilement et parfaitement entretenus avec la mousse spéciale nettoyante MAXXUS®. Elle est aussi adaptée au nettoyage des ceintures cardio fréquence-mètre et autres accessoires d'entraînement.





N.	Description	Qté
A01	Welded,Main Frame	1
A02	Welded,Upright Tube	1
A03	Welded,Slide Assembly	1
A04	Welded,Hand Bar	1
A05	Welded,Shaft Pulley	1
A06	Welded,Pressure Assembly	1
A07	Welded,Back Tube	1
A08	Stabilizer-Behind	1
A09	Welded,Stabilizer-Front	1
A10	Welded,Seat Assembly	1
B01	M8 Hex Screw	6
B02	1/4" Hex Screw	2
B03	1/4" Locknut	2
B04	crank	1
B05	crank	1
B06	M8 Hex Screw	4
B07	3/8" Dome Nut	4
B08	3/8" UNC-26 Nut	2
B09	M10 Hex Screw	1
B10	M8 Hex Screw	4
B11	Ø20 Washer	1
B12	Ø20 Wave Washer	2
B13	M8 Hex Screw	2
B14	M5 Philips Self Drive Screw	1
B15	Pulley Space	4
B16	M5 Socket Screw	2
B17	M4 Philips Self Drive Screw	4
B18	M3 Philips Screw	4
B19	M10 Locknut	1
B20	C clip	1
B21	C clip	1
B22	Ø10 Washer	1
B23	Ø1/4" Washer	4
B24	3/8" Hex Bolt	4
B25	Ø3/8" Washer	8
B26	Extension Spring M	1
B27	M8 Socket Screw	1
B28	M6 Hex Screw	1
B29	M5 Philips Self Drive Screw	15
B30	Ø5/16" Washer	4
B31	M8 Hex Screw	2
B32	M8 Pulls Hat	5
B33	M6 Pulls Hat	3
B34	Lock Pin Plate	1
B35	M6 Screw	3
B36	Lock Pin Space	3
B37	M8 Socket Screw	5
B38	Space	5
B39	M4 Philips Screw	4
B40	M6 Locknut	1
B41	M5 Socket Screw	1
B42	Welded,Fixed Seat	1
B43	M5 Locknut	1
B44	Spring	1

N.	Description	Qté
B45	Lock Pin	1
B46	M8 Locknut	4
B47	M8 Hex Screw	4
B48	Pulley Shaft	4
B49	M6 Socket Screw	1
B50	M6 Hex Screw	4
B51	Ø1/4" Washer	4
B52	M6 Screw	2
B53	M8 Hex Screw	4
B54	Ø8 Washer	4
B55	M6 Lock Nut	2
B56	Tension Adjustment Screw	2
B57	Screws for Computer	4
C01	Ø1.8 Plug	4
C02	Main Cover-Right	1
C03	Main Cover-Left	1
C04	50x100 Plug	4
C05	Height Adjuster Foot M8	4
C06	Wheel-Stabilizer Front	2
C07	Pedal	1
C08	Belt	1
C09	Drive Pulley	1
C10	Water Bottle Holder	1
C11	Rubber grip	2
C12	30x70 Plug	1
C13	rubber grip	2
C14	Upright Cover-Right	1
C15	Upright Cover-Left	1
C16	Plastic Pulley	8
C17	Gripping Sheath	1
C18	Pvc Pad	4
C19	Plug	2
C20	Upholstered,Seatrest	1
C21	Upholstered,Backrest	1
C22	Water Bottle	1
D01	Computer 81470	1
D02	Magnetic Flywheel	1
D03	Hand Pulse Sensor	1
D04	Motor with cable	1
D05	Sensor Cable	1
D06	Cable	1
D07	Cable	1
D08	Hand Pulse Cable-Upside	2
D09	Hand Pulse Cable-Center	2
D10	Hand Pulse Cable-Lower	1
D11	AC Adaptor	1
D12	AC Plug Cable	1
D13	Motor Tension Cable	1
D14	Hand Pulse Cacle	1
E01	Bearing 6004	2
E02	Bearing 6003	2
E03	Bearing 608	16
F01	Aluminum track left	1
F02	Aluminum track right	1

FRA

Pour que le service clientèle de MAXXUS® puisse vous aider aussi vite que possible, nous aurons besoin de certaines informations au sujet de vous et de votre appareil d'entraînement. Pour trouver les pièces de rechange adaptées, nous aurons besoin du nom du produit, de la date de l'achat et du numéro de série. Nous vous invitons à visiter notre rubrique Service sur le site www.maxxus.com pour plus d'informations.

Si nécessaire, veuillez remplir le formulaire du Contrat de service joint au présent Manuel d'utilisation ou disponible en ligne.

Zones d'utilisation et périodes de garantie

Selon le modèle, les appareils d'entraînement de MAXXUS® sont adaptés à une utilisation dans différentes zones. Trouvez la zone adaptée à l'utilisation de votre appareil d'entraînement, à partir des «données techniques» de ce manuel d'utilisation.

Usage domestique :

Uniquement pour un usage personnel

Période de garantie : 2 ans

Usage semi-professionnel :

Utilisation, selon les instructions, dans les hôtels, les cabinets de physiothérapie, etc.

L'utilisation dans une salle de gym ou un établissement similaire est strictement interdit !

Période de garantie : 1 an

Usage professionnel :

Utilisation dans une salle de gym ou un établissement similaire, sous la supervision d'un entraîneur personnel.

Période de garantie : 1 an

L'utilisation de votre appareil d'entraînement dans une zone non appropriée entraînera l'extinction immédiate de sa garantie et annulera votre droit à revendiquer la garantie !

L'usage personnel exclusif et la période de garantie de 2 ans supposent que la facture d'achat est établie pour l'utilisateur final.

Preuve d'achat et numéro de série

Pour réclamer votre droit de bénéficier de notre service durant la période de garantie, nous demanderons dans tous les cas une preuve d'achat. Conservez votre preuve ou facture d'achat en lieu sûr et en cas de recours à la garantie, envoyez-nous une copie en même temps que votre Contrat de service. Cela nous permettra d'engager notre service aussi vite que possible. Pour pouvoir identifier quelle version du modèle nécessite d'être réparé correctement, nous vous demanderons : le nom du produit, le numéro de série et la date d'achat.

Termes et conditions de garantie :

La période de garantie de votre appareil d'entraînement débute à la date de l'achat et s'applique uniquement aux produits qui ont été achetés directement auprès de MAXXUS Group GmbH & Co. KG ou auprès de l'un des distributeurs partenaires, certifié directement par MAXXUS Group GmbH & Co. KG.

La garantie couvre les défauts de production et de matériel, et s'applique uniquement aux appareils achetés en Allemagne.

La garantie ne s'applique pas aux dommages ou défauts causés par une utilisation inappropriée et coupable, une négligence ou une destruction délibérée, un manque ou une insuffisance dans l'entretien et/ou le nettoyage, la force majeure, l'utilisation et l'usure normale, les dommages causés par la pénétration de liquides, des réparations ou des modifications faites avec des pièces de rechange d'un autre fournisseur. La garantie ne s'applique pas aux dommages dus à une erreur d'assemblage ou qui apparaissent à cause d'une erreur d'assemblage. Certaines pièces vont s'user pendant l'utilisation ou du fait de l'usure normale. Cela comprend, par exemple :

Roulements à billes ▪ Coussinet de palier ▪ Roulements ▪ Courroies d'entraînement
▪ Interrupteurs et touches ▪ Tapis roulants (tapis de course) ▪ Plateforme de course (tapis de course) ▪ Rouleaux

Les signes d'usure sur les pièces usées ne font pas partie des éléments couverts par la garantie.

Pour obtenir l'aide du service de garantie ou pour des demandes de réparation sous garantie pour des appareils ne se trouvant pas en Allemagne, veuillez contacter notre SAV à MAXXUS Group GmbH & Co KGM, en envoyant un email à : service@maxxus.de et nous serons ravis de vous aider.

IMPORTANT :

Veuillez mentionner le nom du produit, votre nom et votre adresse postale, et un numéro de téléphone auquel nous pouvons vous contacter.

Service en dehors de la garantie et commande de pièces de rechanges

Le service client de MAXXUS® est heureux de vous assister pour résoudre les problèmes liés aux défauts qui pourraient apparaître après l'expiration de la période de la garantie ou dans les cas de défauts non couverts par la garantie.

Dans ce cas, veuillez nous contacter par email à cette adresse :

service@maxxus.de

Les commandes pour des pièces de rechange ou usées doivent être envoyées, accompagnées des informations sur le nom du produit, la description et le numéro des pièces de rechanges, et la quantité requise, à l'adresse suivante :

spareparts@MAXXUS.de

Veuillez noter que le matériel de fixation, tel que les vis, les boulons, les rondelles, etc. n'est pas fournis dans la livraison de pièces détachées. Il doit être commandé séparément.



Informations sur le produit

Nom du produit : **MAXXUS 4.2 R**

Catégorie de produit : **Vélo / Ergomètre**

Numéro de série : _____

Numéro de facture : _____

Date d'achat : _____

Lieu de l'achat : _____

Accessoires : _____

Domaine d'utilisation :

☐ Usage domestique

☐ Usage commercial

Détails personnels

Entreprise : _____

Interlocuteur : _____

Prénom : _____

Nom : _____

Rue : _____

Numéro : _____

Code postal / ville : _____

Pays : _____

E-Mail: _____

Tel. : _____

Fax.* : _____

Mobile* : _____

*Ces informations sont optionnelles ; tous les autres champs d'information sont obligatoires et doivent être renseignés.

Description du défaut

Veuillez décrire le défaut de manière concise et aussi précise que possible :

(Par ex. Quand, où et comment est apparu le défaut, est-ce un problème récurrent, persistant sur une courte/longue durée, au cours de quel genre d'utilisation, etc.).

FRA

☐ Je joins une copie de la preuve d'achat / facture / reçu.

☐ Je reconnais avoir pris connaissance des conditions générales de vente de la société MAXXUS® Group GmbH & Co. KG.

Je demande par la présente à la société MAXXUS® Group GmbH & Co. KG d'effectuer les réparations concernant le défaut mentionné ci-dessus.

En cas de garantie, les frais ne me seront pas facturés. Les frais de réparation engendrés par un défaut exclu de la garantie des vices matériels me seront facturés et doivent être réglés immédiatement. En cas de réparations effectuées sur place, notre personnel est autorisé à percevoir les paiements. Je confirme cet accord par ma signature.

Date

Lieu

Signature

Veuillez noter que les demandes ne peuvent être traitées seulement si ce formulaire est dûment et entièrement complété. Assurez-vous de fournir la copie de votre facture d'achat. Veuillez envoyer votre Contrat de maintenance pour dommages à :

Poste*: Maxxus Group GmbH & Co KG, Service Department, Nordring 80, D-64521 Gross-Gerau, Allemagne

Fax: +49 (0) 6151 39735 400

E-Mail**: service@maxxus.de

* Veuillez affranchir suffisamment – les lettres non affranchies ne pourront malheureusement pas être acceptées.

** Une soumission par E-Mail n'est possible que par document scanné, présentant la signature originale.

Nous vous invitons à utiliser le formulaire «Contrat de maintenance», que vous trouverez sous le chapitre «Service», à www.maxxus.com

MAXXUS®



Maxxus Group GmbH & Co. KG
Nordring 80
D-64521 Gross-Gerau
Allemagne
E-Mail: info@maxxus.de
www.maxxus.com