TOORX

FITNESS IN MOTION

MANUALE D'ISTRUZIONI

TRX 90 S

Istruzioni originali in lingua italiana.

Leggere il manuale con la massima attenzione e tenerlo sempre a portata di mano vicino al prodotto.

Codice : GRLDTOORXTRX90S

Revisione : 03

Edizione : 02/17

CE

INDICE DEGLI ARGOMENTI

1.0 AVVERTENZE DI SICUREZZA ..... pag. 3
1.1 USO PREVISTO E CONTROINDICATO - CONVENZIONI ..... pag. 4
1.2 DISPOSITIVI DI SICUREZZA ..... pag. 5
1.3 TARGHE ADESIVE SUL PRODOTTO ..... pag. 6
1.4 CARATTERISTICHE TECNICHE ..... pag. 7

2.0 LOCALE DI INSTALLAZIONE DEL PRODOTTO ..... pag. 8
2.1 DISIMBALLO - CONTENUTO SCATOLA ..... pag. 9
2.2 FERRAMENTA DI MONTAGGIO ..... pag. 10
2.3 ASSEMBLAGGIO DEL PRODOTTO ..... pag. 11
2.4 PIANO DI CORSA IN POSIZIONE VERTICALE ..... pag. 14
2.5 PIANO DI CORSA IN POSIZIONE ORIZZONTALE ..... pag. 15
2.6 SPOSTAMENTO DEL PRODOTTO ..... pag. 16
2.7 ALLACCIAMENTO ELETTRICO ..... pag. 17

3.0 PROGRAMMA DI ALLENAMENTO ..... pag. 18
3.1 TRASMETTITORE A FASCIA TORACICA ..... pag. 19
3.2 CONSIGLI PRATICI E SUGGERIMENTI D'USO ..... pag. 20
3.3 CONSOLE DI CONTROLLO - (DISPLAY) ..... pag. 21
3.4 CONSOLE DI CONTROLLO - (PULSANTI) ..... pag. 22
3.5 ACCENSIONE - PAUSA - STOP - ARRESTO DI EMERGENZA ..... pag. 23
3.6 PROGRAMMA MANUALE ..... Pag. 24
3.7 PROGRAMMI PRE-IMPOSTATI ..... Pag. 25
3.8 PROGRAMMA HRC (HR1 ÷ HR2) ..... Pag. 26

4.0 MANUTENZIONE - LUBRIFICAZIONE PIANO DI CORSA ..... pag. 27
4.1 TENSIONAMENTO - CENTRATURA NASTRO ..... pag. 28

5.0 MESSA FUORI SERVIZIO - SMALTIMENTO ..... pag. 29

6.0 CATALOGO RICAMBI - ORDINE PARTI DI RICAMBIO ..... pag. 29
6.1 ESPLOSO RICAMBI ..... pag. 30
6.2 LISTA DEI RICAMBI ..... pag. 31

7.0 GARANZIA CONVENZIONALE ..... pag. 33

1.0 AVVERTENZE DI SICUREZZA

COMPORTAMENTI AMMESSI

- Prima del montaggio e dell'impiego, leggere con la massima attenzione questa guida e gli eventuali altri fogli di istruzione allegati.
- Usare l'attrezzo solamente all'interno di ambienti domestici. Le modalità e le avvertenze d'impiego devono essere spiegate a tutti i componenti della famiglia o agli amici ai quali viene permesso di usare questo attrezzo.
- Usare l'attrezzo solo su una superficie piana e ricoprire il pavimento o la moquette sotto l'attrezzo per evitare danneggiamenti.
- Assicurarsi che chi usa l'attrezzo abbia capito bene le istruzioni, sorvegliando le prime fasi dell'allenamento. Il manuale d'istruzioni deve trovarsi sempre vicino all'attrezzo per una rapida consultazione, in caso di necessità.
- Assicurarsi che l'attrezzo venga usato solo da persone di età superiore a 16 anni, e da persone che siano in buone condizioni fisiche.
- Indossare sempre un abbigliamento adeguato all'attività sportiva, che non ostacoli i movimenti. Utilizzare comunque scarpe da ginnastica adatte per la corsa. Evitare di indossare indumenti che impediscano la traspirazione o scarpe con suola in cuoio o altro materiale rigido.
- Mantenere mani e piedi lontano dalle parti in movimento (quali nastro e puleggia posteriore), quando l'attrezzo è in funzione.
- Quando, durante la corsa, si avvertono giramenti di testa, dolore toracico o sensazione di affanno, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare il proprio medico.
- Controllare periodicamente il serraggio della bulloneria dei montanti e del corrimano, nonché l'integrità di tutte le parti dell'attrezzo.

COMPORTAMENTI NON AMMESSI

- NON installare l'attrezzo all'interno di centri fitness o in ambienti adibiti al commercio o al noleggio, questo attrezzo non è progettato per un utilizzo intensivo in attività professionale o per scopi riabilitativi.
- NON collegare l'attrezzo alla rete elettrica prima di avere completato tutte le procedure di montaggio.
- NON appoggiare bicchieri o bottiglie contenenti bevande vicino o sopra all'attrezzo.
- NON rovinare il pannello e le parti plastiche dell'attrezzo, con oggetti appuntiti, spazzole o spugne abrasive, o sostanze chimiche aggressive.
- NON smontare parti dell'attrezzo, tranne nel caso in cui l'operazione sia specificata nel manuale d'istruzioni.
- NON spostare l'apparecchio con la spina di alimentazione inserita.
- NON tirare il cavo di alimentazione per staccare la spina dalla presa di corrente.
- NON collocare l'attrezzo all'esterno dell'abitazione, non lasciarlo esposto ad agenti atmosferici (pioggia, sole, ecc).
- NON permettere a bambini o ad animali domestici di avvicinarsi all'attrezzo. È buona regola rimuovere la chiave di sicurezza dalla console dopo ogni utilizzo.
- NON usare mai l'attrezzo se danneggiato o con il cavo di alimentazione rovinato. In caso di guasto e/o cattivo funzionamento dell'attrezzo spegnerlo e non manometterlo. Per l'eventuale riparazione rivolgersi solamente ad un centro di assistenza specializzato.
- NON usare l'attrezzo per lunghi periodi come simulatore di camminata (pedometro a bassa velocità - 3 km/h), pericolo di surriscaldamento e rottura del motore.
- NON indossare un abbigliamento in materiale sintetico o in misto lana, durante l'allenamento. L'impiego di indumenti inadeguati può comportare problemi di natura igienica ma anche la possibilità di creare cariche elettrostatiche.

1.1 USO PREVISTO E CONTROINDICATO - CONVENZIONI

Il prodotto descritto in questo manuale è progettato e certificato per un utilizzo privato all'interno di un ambiente domestico ed è un attrezzo per uso sportivo che consente di simulare il movimento della corsa a piedi su strada con il vantaggio però di disporre di un piano di corsa che riduce i traumi da impatto con il suolo agli arti inferiori, tipici della pratica della corsa.
Questo simulatore di corsa permette di fare attività sportiva senza spostarsi da casa, in questo modo potrete praticare sport anche quando le condizioni meteorologiche non lo consentono, oppure più semplicemente quando non avete voglia e tempo di uscire di casa per andare a correre o recarvi in un centro fitness.
E' indispensabile seguire tutte le istruzioni e le avvertenze contenute in questa guida per poter essere sicuri di allenarsi in sicurezza, sforzi intensi e prolungati richiedono una buona condizione fisica e per questo motivo occorre valutare le controindicazioni d'uso elencate di seguito.

L'impiego del prodotto è vietato nelle seguenti condizioni:

- **utilizzatore di età inferiore a 16 anni;**
- **utilizzatore di peso superiore al limite indicato nella targa e nei dati tecnici;**
- **utilizzatore in stato di gravidanza;**
- **utilizzatore con diabete;**
- **utilizzatore con patologie legate a cuore, ai polmoni, o ai reni.**

La garanzia sul prodotto e la responsabilità del distributore vengono a decadere nei seguenti casi:

- **uso improprio del prodotto diverso da quello specificato nel manuale d'istruzioni;**
- **mancato rispetto degli intervalli e delle modalità della manutenzione;**
- **manomissione del prodotto**
- **impiego di ricambi non originali;**
- **inosservanza degli avvisi di sicurezza riportati nei pittogrammi e nel manuale d'istruzioni.**

Questo manuale contiene tutte le informazioni per l'installazione, la manutenzione e l'uso corretto del tappeto simulatore di corsa.
L'utilizzatore del prodotto e gli eventuali altri amici e componenti della famiglia che ne faranno uso, hanno l'obbligo di leggere con la massima attenzione le informazioni contenute in questa guida per poter così eseguire una installazione sicura e un impiego corretto.

Osservare le indicazioni contenute nella guida garantisce la massima sicurezza personale ed una maggiore durata del prodotto stesso.
Le avvertenze di sicurezza e le parti di testo rilevanti sono state evidenziate in neretto e sono precedute da simboli qui di seguito illustrati e definiti.

Le informazioni evidenziate da questo simbolo segnalano PERICOLO, prestate la massima attenzione per evitare lesioni personali.

Le informazioni evidenziate da questo simbolo segnalano CAUTELA, prestate la massima attenzione per evitare danni al prodotto

NOTA:
I disegni contenuti nel manuale hanno lo scopo di semplificare e rendere più intuitivi gli argomenti trattati.
Tuttavia, a causa di un costante aggiornamento dei prodotti, è possibile che taluni di questi disegni siano differenti dal prodotto acquistato; in tale eventualità si ricorda che si tratta di aspetti estetici e che la sicurezza e le informazioni sulla stessa restano comunque garantite.
Il costruttore persegue una politica di costante sviluppo ed aggiornamento e può apportare modifiche alle parti estetiche del prodotto senza alcun preavviso.

1.2 DISPOSITIVI DI SICUREZZA

PERICOLO

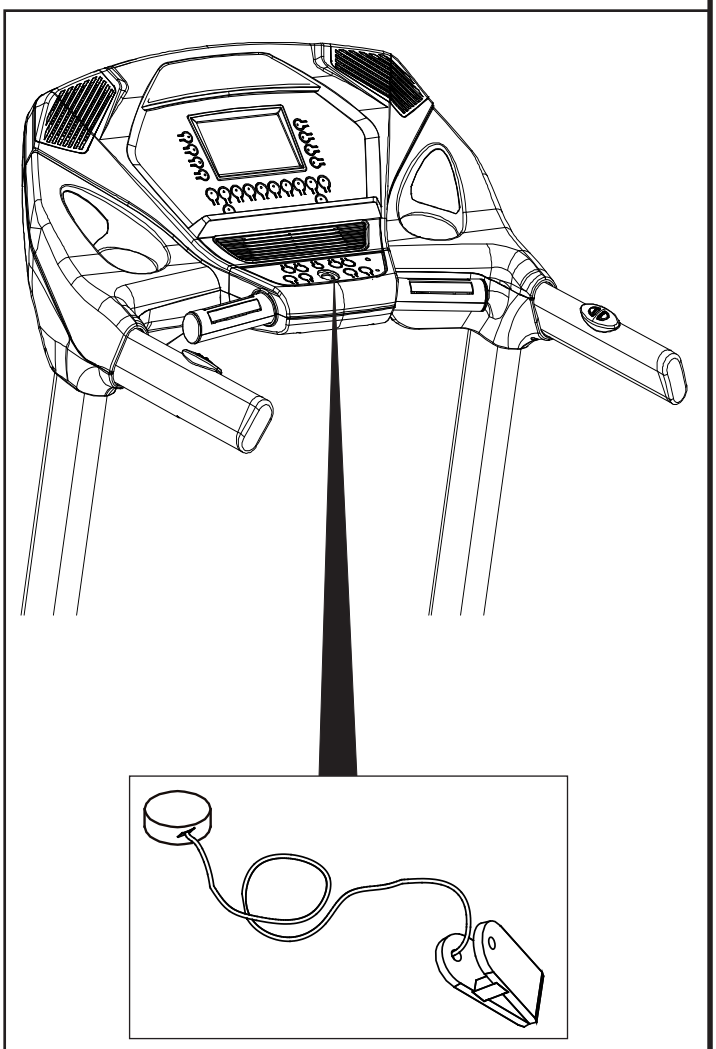
- **Prima di cominciare un allenamento posizionare la chiave di sicurezza nell'apposito alloggiamento sulla console e allacciare l'apposita clip a molla ai propri indumenti.**
- **Dopo ogni utilizzo del tappeto staccare la chiave di sicurezza dalla console. Togliere la chiave di sicurezza dalla sua sede è importante per evitare azionamenti improvvisi da parte di amici o bambini.**

Collegare la chiave di sicurezza sulla console per poter azionare l'attrezzo e cominciare un esercizio.

Staccare la chiave di sicurezza dalla console per fermare immediatamente l'esercizio e azzerare tutti i dati in memoria.

PERICOLO

- **Per i modelli dotati di inclinazione elettrica del piano di corsa, quando viene staccata la chiave di sicurezza, il nastro si ferma e il piano di corsa rimane sul livello di inclinazione al quale si stava svolgendo l'esercizio. Quando viene riposizionata la chiave di sicurezza il piano di corsa tornerà automaticamente a livello zero.**



Chiave di sicurezza

1.3 TARGHE ADESIVE SUL PRODOTTO

1) La Targa di Identificazione del prodotto riporta i dati tecnici, e il numero di serie.

2) Simbolo di richiamo all'obbligo di lettura del manuale d'istruzioni prima dell'impiego.

3) Simboli di indicazione di conformità del prodotto alle direttive comunitarie che riguardano il trattamento e lo smaltimento di sostanze pericolose in apparecchiature elettriche ed elettroniche.

4) Segnale di avviso: richiamo alla necessità di lubrificare periodicamente il piano di corsa secondo gli intervalli e le modalità indicate sul manuale d'istruzioni.

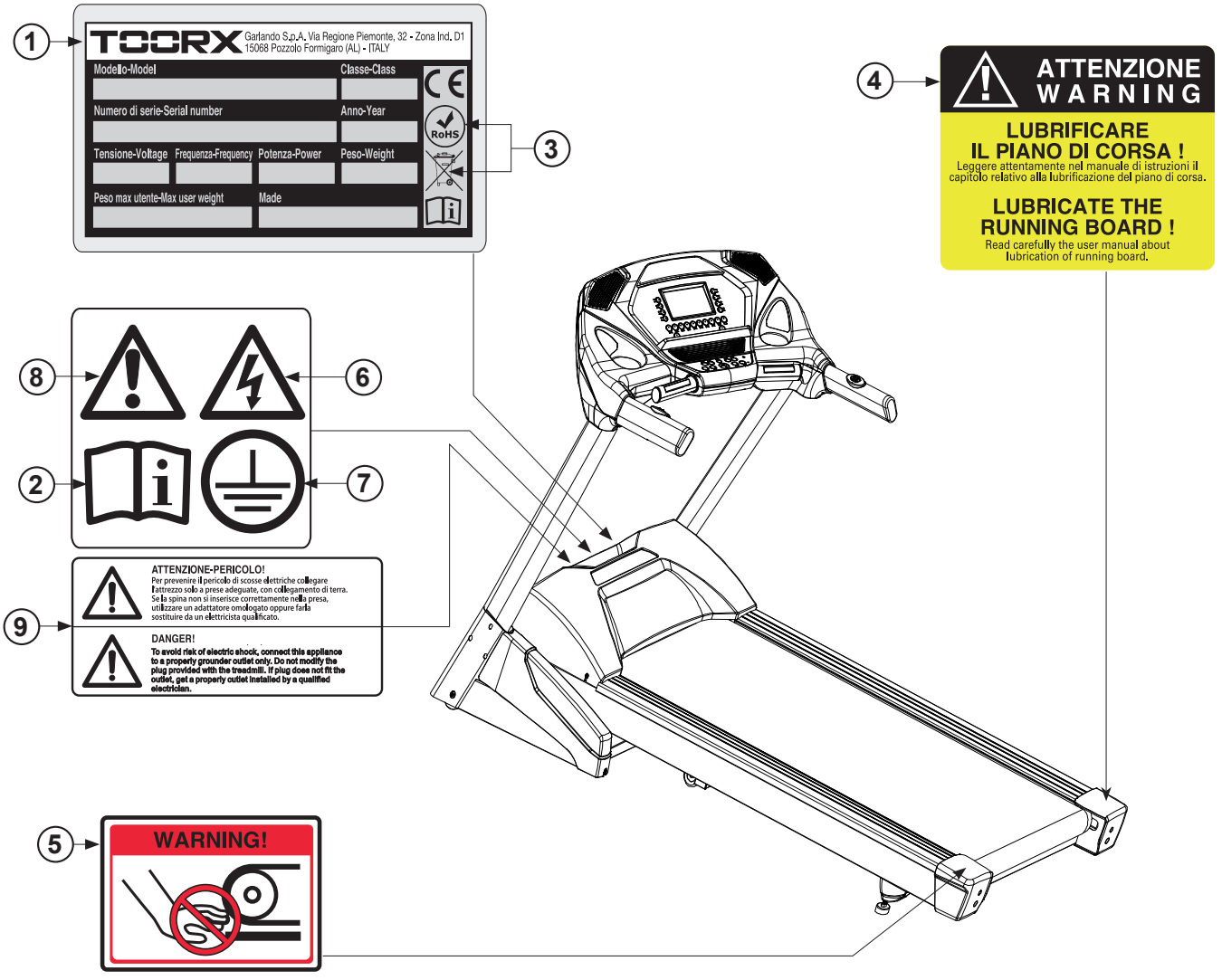
5) Segnale di sicurezza: indica il pericolo di intrappolamento e schiacciamento delle dita tra la puleggia posteriore e il piano di corsa quando il nastro è in funzione.

6) Segnale di sicurezza: pericolo di scossa elettrica. È vietato smontare il prodotto o accedere all'interno del vano motore.

7) Segnale di sicurezza: obbligo di collegare il prodotto ad una presa elettrica dotata di "messa a terra". Per garantire l'impiego in sicurezza del prodotto è necessario verificare la qualità del collegamento di terra dell'impianto al quale viene collegata la presa di rete.

8) Segnale di avviso: indica la presenza di pericoli insiti nel prodotto. È obbligatoria la lettura delle istruzioni per l'uso prima di compiere qualsiasi operazione di montaggio o qualsiasi intervento di manutenzione del prodotto.

9) Segnale di sicurezza: obbligo di impiegare adattatori idonei al tipo di spina elettrica.



1.4 CARATTERISTICHE TECNICHE

VELOCITÀ NASTRO	1 km/ora (min.) ÷ 22 km/ora (max)
INCLINAZIONE PIANO	12 LIVELLI A REGOLAZIONE ELETTRICA
SUPERFICIE PIANO DI CORSA	540 x 1510 mm
SPESSORE PIANO DI CORSA	25 mm con rivestimento phenolic e 6 elastomeri ammortizzanti
SPESSORE NASTRO DI CORSA	2,5 mm
INGOMBRO APERTO (LXPXH)	2010 x 885 x 1445 mm
INGOMBRO CHIUSO (LXPXH)	1160 x 885 x 1740 mm
DIMENSIONE IMBALLO (LXPXH)	2115 x 900 x 385 mm
POTENZA MOTORE	3,75 HP (continui) - 6,5 HP (valore di picco)
GARANZIA MOTORE	5 anni
PESO NETTO	113 kg
PESO LORDO	124 kg
PESO MASSIMO UTENTE	150 kg
TENSIONE DI RETE	230 V AC
FREQUENZA DI RETE	50/60 Hz
POTENZA MAX (in assenza di peso utente)	1850 W
RUMORE EMESSO (velocità < 10km/ora)	70 dB(A)
RILEVAZIONE CARDIACA	Sensori sui corrimano e fascia toracica in dotazione
CONFORMITA'	Norme : EN 957-1/6 (classe HB)
	Direttive : 2001/95/CE - 2006/95/CE - 2004/108/CE - 2011/65/UE

2.0 LOCALE DI INSTALLAZIONE DEL PRODOTTO

CARATTERISTICHE DELL'AMBIENTE:

- L'ambiente idoneo per l'installazione e la conservazione del prodotto deve essere:
  - un ambiente domestico,
  - coperto e sufficientemente ampio,
  - dotato di una presa elettrica adatta,
  - dotato di illuminazione artificiale e naturale adatta,
  - dotato di una o più finestre di aerazione,
  - con temperatura operativa tra 5°C e 32°C,
  - con umidità relativa percentuale tra 20% e 90%.

La macchina NON deve essere installata all'aperto o in in locali umidi o esposti ad atmosfera salina.

CARATTERISTICHE DEL PAVIMENTO:

- Il suolo idoneo per la collocazione del prodotto deve essere:
  - con pavimentazione perfettamente in piano,
  - con solaio di portata adeguata al peso del prodotto.

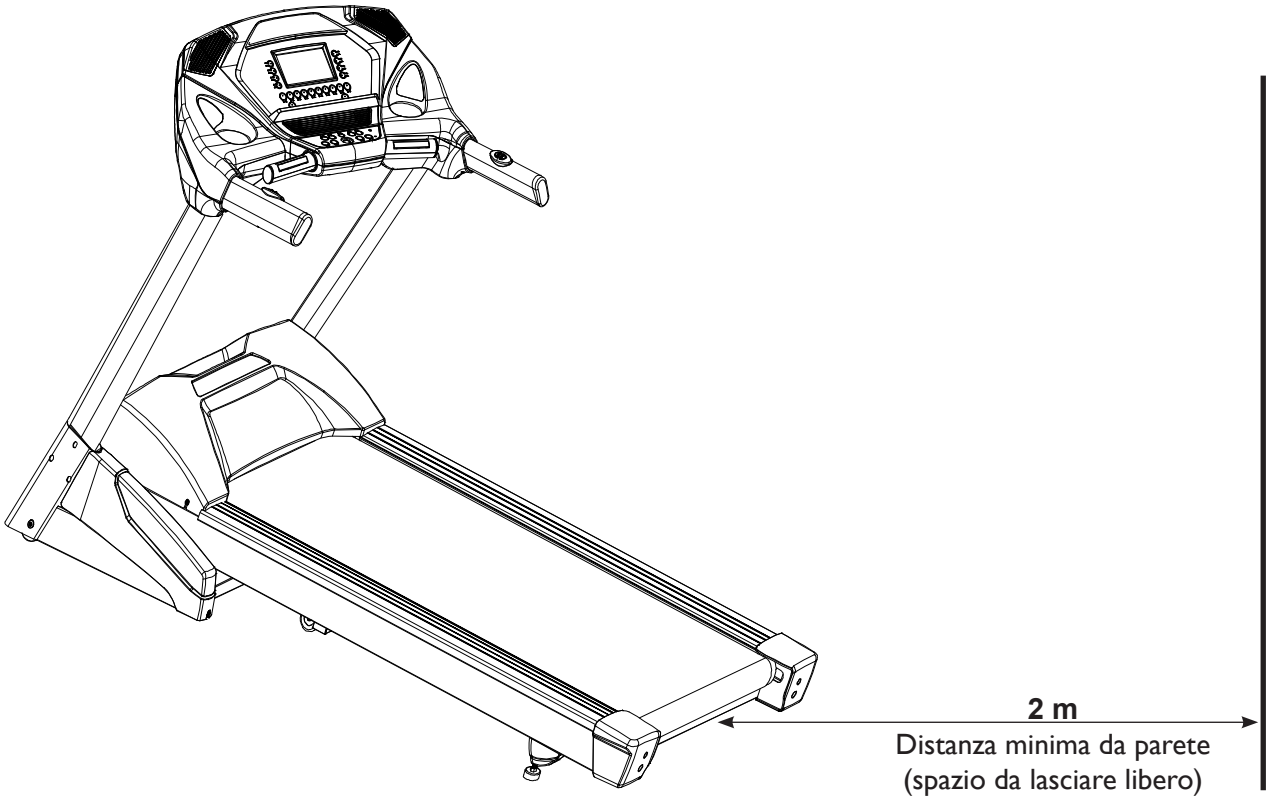
La pavimentazione realizzata in materiali di pregio (ad esempio: moquettes o parquet) DEVE essere protetta con una lastra di gomma o dei ritagli di feltro nelle zone d'appoggio.

REQUISITI DEL LOCALE D' INSTALLAZIONE:

- Il locale prescelto per l'installazione NON deve contenere :
  - fonti di disturbo e interferenza elettromagnetica quali: televisori, motori elettrici, antenne, linee di alta tensione, trasmettitori in radiofrequenza, reti Wi-Fi, ecc...;
  - fonti di calore (ad esempio vicino ad un termosifone o nei pressi di una finestra).

REQUISITI DI SICUREZZA:

- È OBBLIGATORIO lasciare uno spazio di sicurezza libero di almeno 2 metri tra la parte posteriore del tappeto e la parete.
  NON devono essere collocati oggetti di alcun genere all'interno dello spazio libero di sicurezza dietro al tappeto.



2.1 DISIMBALLO - CONTENUTO SCATOLA

L'imballo è costituito da una scatola in cartone chiusa con punti metallici e nastri di reggiatura.
Per sollevare e spostare la scatola è necessario chiedere aiuto ad almeno altre tre persone; quando si depone la scatola sul pavimento rispettare l'indicazione "Lato Alto", segnalato dalla freccia apposita stampata sul cartone.
Per aprire la scatola, tagliare i nastri di reggiatura con delle forbici, poi con una pinza rimuovere ed eliminare i punti metallici di chiusura.

PERICOLO

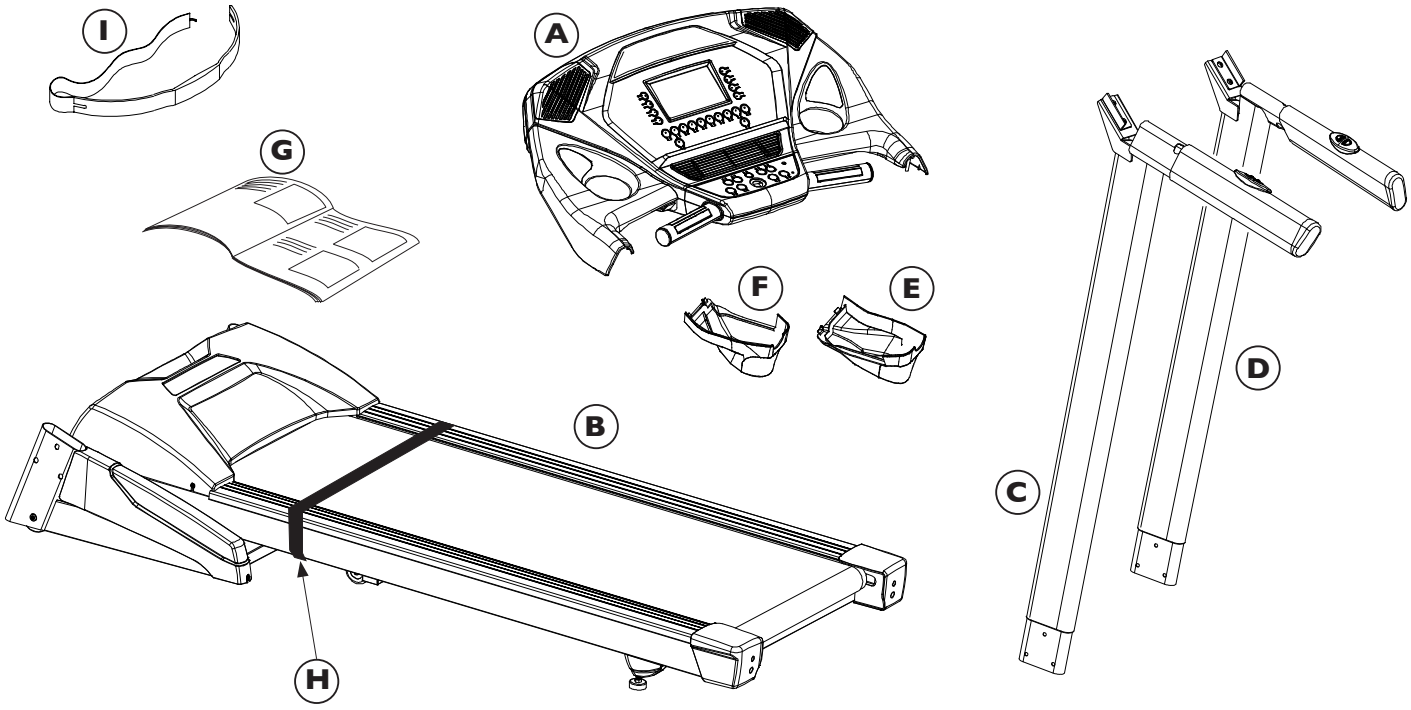
È importante depositare la scatola sul pavimento rispettando l'indicazione "LATO ALTO" indicata da una freccia sull'imballo. Nel caso in cui la scatola sia stata depositata sul pavimento dal lato errato, evitare di aprirla danneggiando l'imballo ma girarla sul lato corretto.

Identificazione parti da montare :

A.	Console	(1 pz.)
B.	Piano di corsa assemblato	(1 pz.)
C.	Montante sinistro	(1 pz.)
D.	Montante destro	(1 pz.)
E.	Mascherina superiore copri montante SX	(1 pz.)
F.	Mascherina superiore copri montante DX	(1 pz.)
G.	Manuale di istruzioni	(1 pz.)
H.	Cinta di sicurezza imballo	(1 pz.)
I.	Fascia toracica	(1 pz.)

PERICOLO

IMPORTANTE: Il piano di corsa B deve rimanere avvolto nella sua busta protettiva e la cinta di sicurezza H non deve essere rimossa fino al completo assemblaggio del prodotto.



2.2 FERRAMENTA DI MONTAGGIO

Durante le operazioni riferirsi alle illustrazioni con le fasi di montaggio ed eventualmente servirsi anche del disegno in esploso nel catalogo ricambi.
Il Catalogo Ricambi completo di lista delle parti che si trova in fondo al manuale d'istruzioni è un ulteriore aiuto nell'identificazione dei componenti di piccole dimensioni.

Elenco utensili di montaggio :

33.	Safety key (chiave di sicurezza)	(1 pz.)
58.	Olio al silicone (pipetta)	(1 pz.)
96.	Chiave esagonale M5 + giravite	(1 pz.)
97.	Chiave esagonale M6	(1 pz.)
122.	Giravite a stella	(1 pz.)

Elenco ferramenta di montaggio :

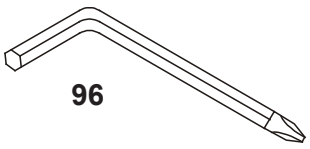
93.	Bullone esag. incassato [5/16"x15 mm]	(8 pz.)
94.	Rondella ondulata [5/16"x1,5T]	(2 pz.)
90.	Bullone esag. incassato [3/8"x1-3/4"]	(4 pz.)
82.	Rondella spaccata [3/8"x2.0T]	(4 pz.)
89.	Vite autofilettante [ST3,5x12 mm]	(10 pz.)

PERICOLO

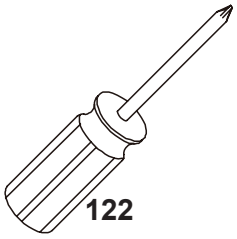
Si consiglia di non danneggiare l'imballo originale ed eventualmente di mantenerlo; questo nell'eventualità che il prodotto presenti dei difetti e sia necessario la riparazione in garanzia.

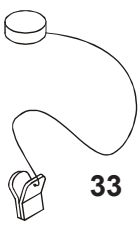
L'imballo è realizzato in materiale riciclabile; per lo smaltimento degli elementi da imballo rispettare le norme locali per il recupero dei materiali riciclabili.
Gli elementi dell'imballo (cartone e sacchetti), non devono essere lasciati alla portata dei bambini, in quanto potenziali fonti di pericolo.

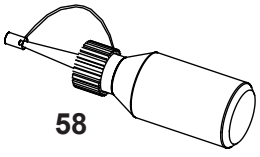
Dopo aver tolto il prodotto dalla scatola, verificate eventuali danni subiti durante il trasporto e controllate la presenza di tutte le parti illustrate ed elencate.

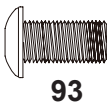

96

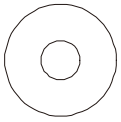
97


122

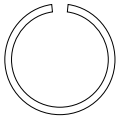

33

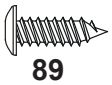

58


93


94

90


82

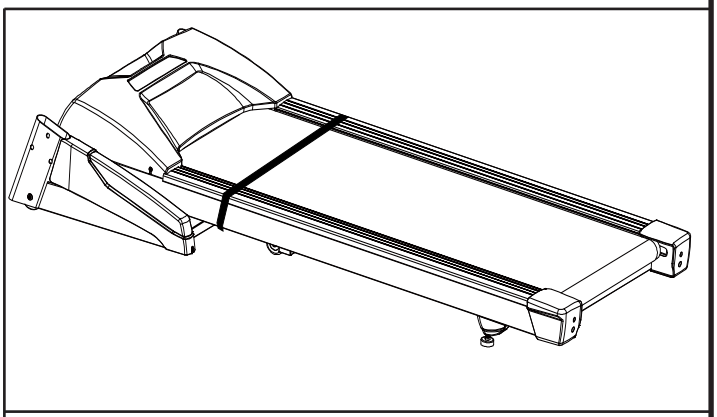

89

2.3 ASSEMBLAGGIO DEL PRODOTTO

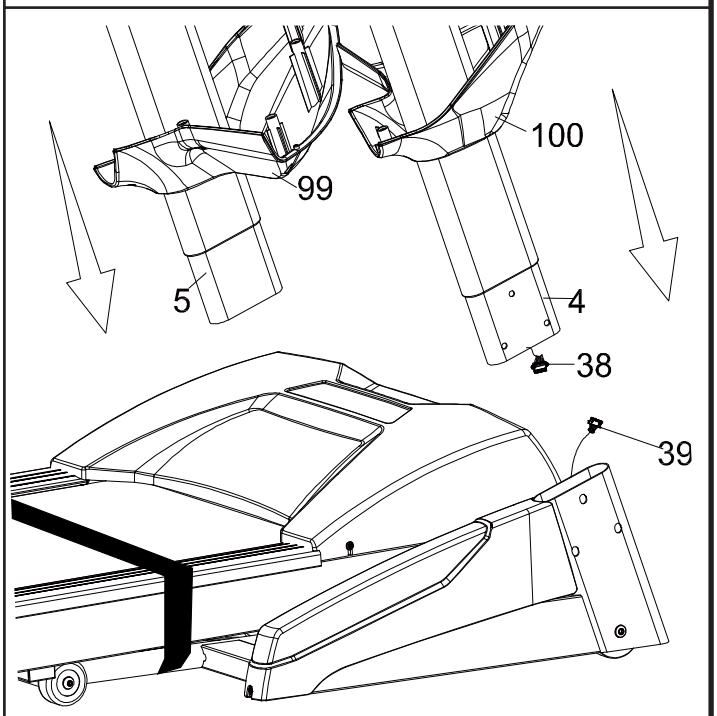
PERICOLO

• Il sollevamento del piano di corsa deve essere eseguito da almeno quattro persone.
È importante che il piano di corsa rimanga avvolto nella sua busta protettiva e che non venga rimossa la cinta di sicurezza fino al completo assemblaggio del prodotto.

• Strappare la busta protettiva del piano di corsa nella parte alta, in modo da rendere accessibili le sedi di montaggio dei montanti. La cinta di sicurezza non deve essere rimossa fino al completo montaggio del prodotto.



- Dopo avere aperto l'imballo originale del prodotto, con l'aiuto di altre persone, sollevare il piano di corsa assemblato e posizionarlo sul pavimento (come mostrato in figura) nel luogo scelto per l'installazione del prodotto. Togliere tutto il materiale contenuto nel cartone e distenderlo sul pavimento, pronto per essere montato.



- Assemblare i montanti destro **4** e sinistro **5** sul piano di corsa; il montante destro 4 è riconoscibile grazie alla presenza del cavo intermedio di collegamento **38** della console. Prima del montaggio occorre infilare la mascherina copri-montante superiore di sinistra **99** e di destra **100** nei rispettivi montanti, rispettando il verso illustrato nel disegno a lato.

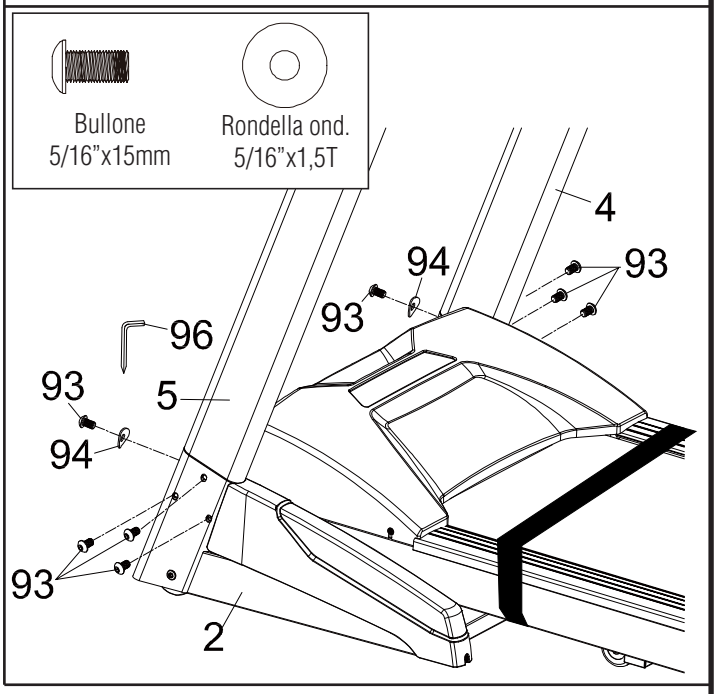
- Avvicinare i montanti destro **4** e sinistro **5** alle sedi sul piano di corsa.
  Collegare il connettore del cavo intermedio **38**, in uscita dal montante di destra, al connettore del cavo inferiore **39**, in uscita dal piano di corsa.

ATTENZIONE

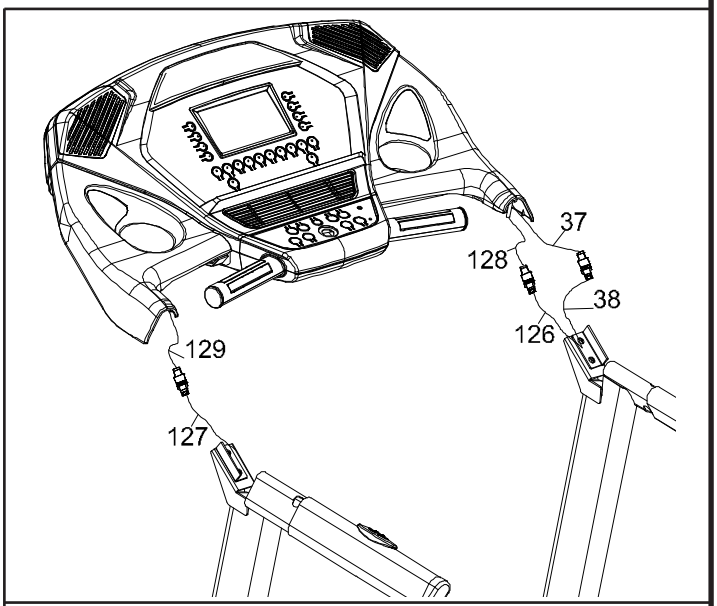
Durante il fissaggio del montante di destra, fare attenzione che non vengano schiacciati o tagliati i cavi elettrici.

- Infilare i montanti destro **4** e sinistro **5** alle sedi sul piano di corsa.

- Fissare i montanti destro **4** e sinistro **5** alle sedi sul piano di corsa serrando ai lati ciascuno con quattro bulloni a testa tonda **93** (5/16"x15 mm); corredare il bullone di testa con una rondella ondulata **94** (5/16"x1,5T); utilizzare la chiave esagonale **96** fornita in dotazione.



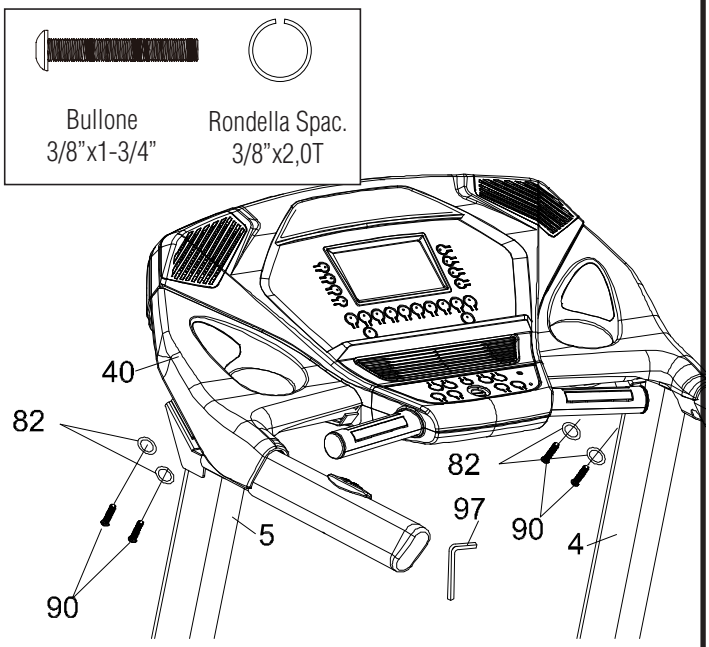
- Avvicinare la console **40** agli attacchi sul corrimano
  - Collegare il connettore **38** del cavo intermedio proveniente dal corrimano, al connettore **37** in uscita dalla console.
  - Collegare il connettore **126** del cavo proveniente dal corrimano di destra (pulsanti 'velocità +/-' su corrimano), al connettore **128** in uscita dalla console.
  - Collegare il connettore **127** del cavo proveniente dal corrimano di sinistra (pulsanti 'inclinazione up/down' su corrimano), al connettore **129** in uscita dalla console.



ATTENZIONE

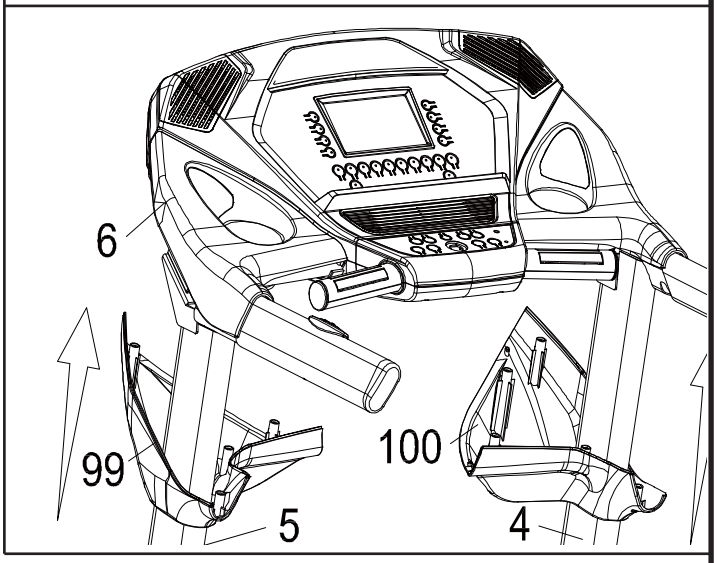
Durante il fissaggio della console, infilare con cura cavi e connettori nel recesso dei corrimano e fare attenzione che i cavi non vengano schiacciati o tagliati tra i tubulari.

- Inserire la console **40** negli appositi attacchi dei corrimano sui montanti destro **4** e sinistro **5**.

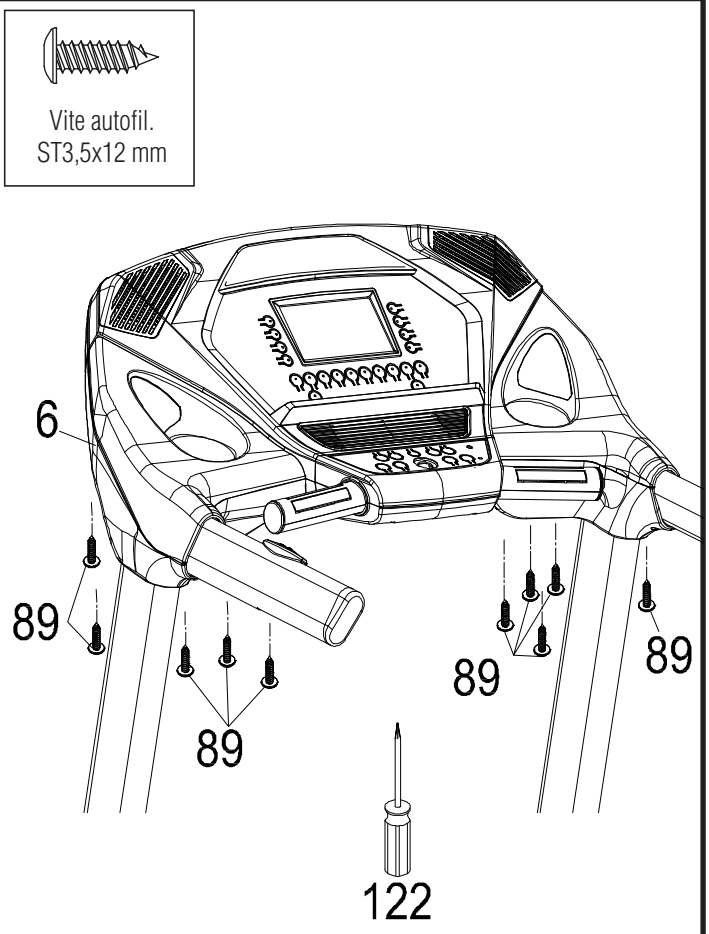


- Fissare la console **40** sul montante di sinistra **5**, serrando due bulloni **90** [5/16"x15 mm] corredati di rondelle spaccate **82** [3/8"x2,0T].
  Ripetere l'operazione di serraggio sul montante di destra **4**.
  Per il serraggio dei bulloni, impiegare la chiave **97** [chiave esagonale M6], fornita in dotazione.

- Facendole scorrere lungo il montante di destra **4** e di sinistra **5**, avvicinare le due mascherine superiori, rispettivamente **100** e **99**, ai supporti di fissaggio **6** posti sotto la console.



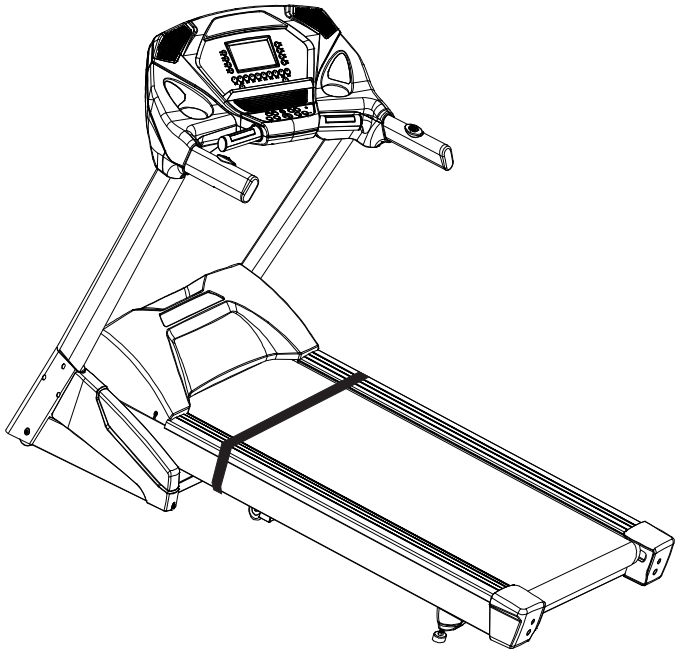
- Fissare le due mascherine superiori **99** e **100** agli attacchi **6**, sotto la console, bloccando ciascuna con cinque viti autofilettanti **89** [3,5 x 12 mm].
  Per il serraggio delle viti, impiegare il giravite **122**, fornito in dotazione.



- Ora l'attrezzo è assemblato, leggete le restanti parti del manuale per le informazioni sull'uso in sicurezza.

ATTENZIONE

Terminato l'assemblaggio del prodotto rimuovere la cinta di sicurezza secondo le istruzioni riportate sul foglio posto sulla cinta stessa.



2.4 PIANO DI CORSA IN POSIZIONE VERTICALE

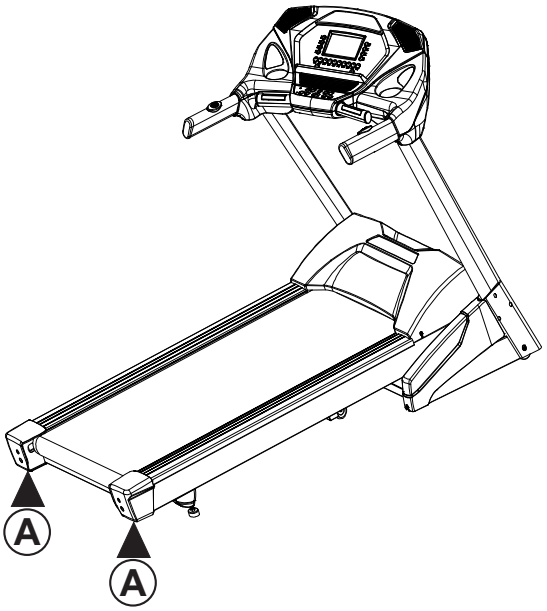
Il tappeto può essere portato in posizione verticale per occupare meno spazio quando non viene utilizzato, per effettuare tale operazione attenersi alle seguenti operazioni.

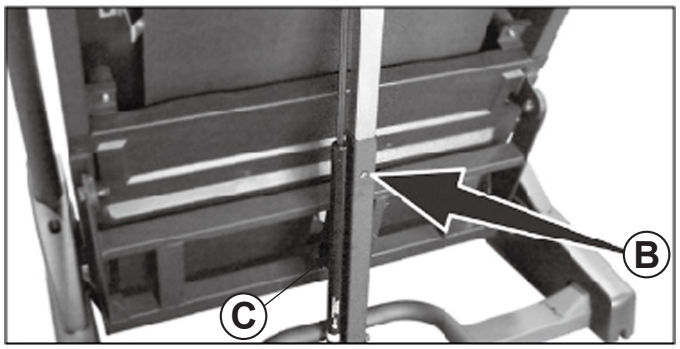
PERICOLO

• Portare la posizione del piano di corsa al livello minimo di inclinazione, altrimenti il piano non può essere chiuso.

• Spegnere l'attrezzo e staccare la spina dalla presa di corrente a lato dell'interruttore di rete.

- Afferrare le estremità posteriori del piano di corsa, inserendo le mani sotto agli angolari **A**.
- Sollevare con entrambe le mani il piano di corsa fino a portarlo in prossimità dei corrimano, continuare a sollevare fino all'inserimento del gancio di sicurezza **B**, posto al centro dell'asta telescopica.
- Il cilindro a gas **C** posto alla base aiuterà le fasi di salita e discesa del piano.





PERICOLO

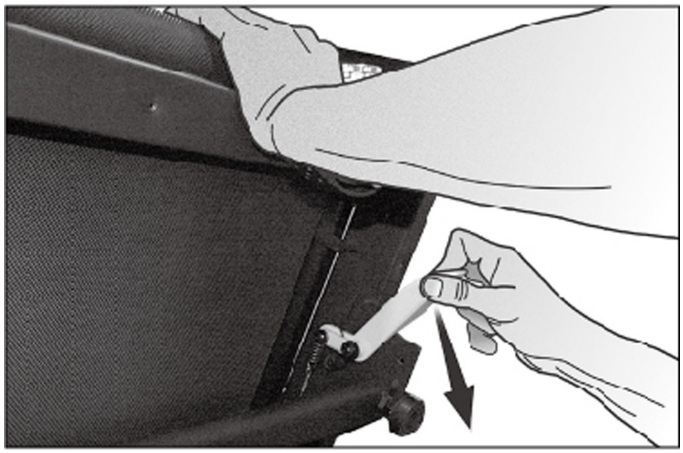
Dopo la chiusura, prima di lasciare la presa dal piano di corsa, assicurarsi che il gancio di sicurezza sia ben inserito, tirando con le mani verso il basso il piano.

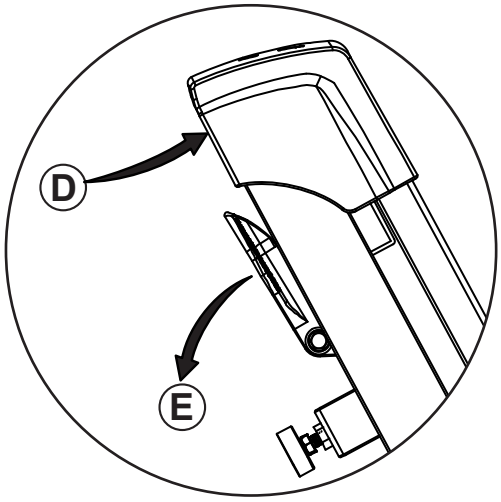
2.5 PIANO DI CORSA IN POSIZIONE ORIZZONTALE

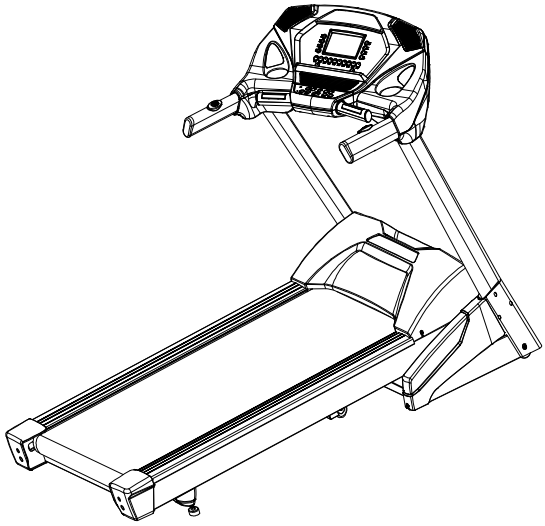
PERICOLO

Prima di portare il tappeto in posizione orizzontale, togliere eventuali oggetti presenti sul pavimento nella superficie che viene occupata dal piano di corsa. Assicurarsi inoltre che nelle vicinanze non ci siano animali domestici o bambini che giocano.

- Per portare il tappeto in posizione orizzontale premere in avanti con la mano sinistra l'estremità posteriore del piano di corsa punto **D**, contemporaneamente con la mano destra tirare la leva **E** del gancio di sicurezza per sbloccare il piano, dopodiché accompagnare lentamente con entrambe le mani poste agli angoli il piano di corsa fino a distenderlo completamente sul terreno.





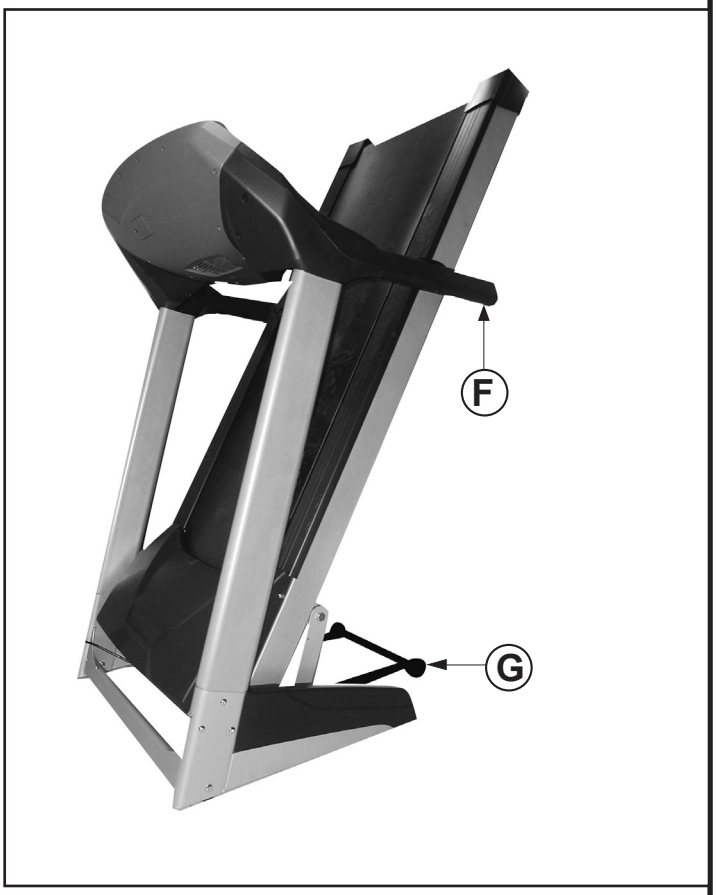


2.6 SPOSTAMENTO DEL PRODOTTO

PERICOLO

- **Prima di spostare l'attrezzo staccare la spina dalla presa di corrente posta a lato dell'interruttore di rete.**
- **Controllare che la leva del gancio di sicurezza sia ben inserita prima di procedere con lo spostamento.**
- **L'operazione di spostamento dell'attrezzo deve essere eseguita da due persone a causa dell'elevato ingombro e peso.**

Il tappeto monta quattro ruote nella parte anteriore, indispensabili per lo spostamento.
Per compiere l'operazione, posizionarsi dietro al piano di corsa posto in verticale e afferrare con le mani i corrimano **F.**
Le quattro ruote **G** di spostamento sono in appoggio sul terreno, quindi spingere il tappeto nella direzione desiderata.



2.7 ALLACCIAMENTO ELETTRICO

ATTENZIONE

PRIMA DI COLLEGARE LA SPINA ELETTRICA

Verificare che l'impianto abbia caratteristiche idonee verificando i dati tecnici riportati sulla targhetta.

Verificare che la presa al muro sia adatta per il tipo di spina e che disponga di "presa di terra".

Verificare che l'interruttore di rete di colore rosso sia in posizione "O" - Off.

ATTENZIONE

PRECAUZIONI PER SPINA E CAVO DI RETE

Collegare la spina elettrica ad una presa da parete che sia sufficientemente distante dal prodotto per evitare cortocircuiti che potrebbero venire causati da gocce di sudore e dall'acqua.

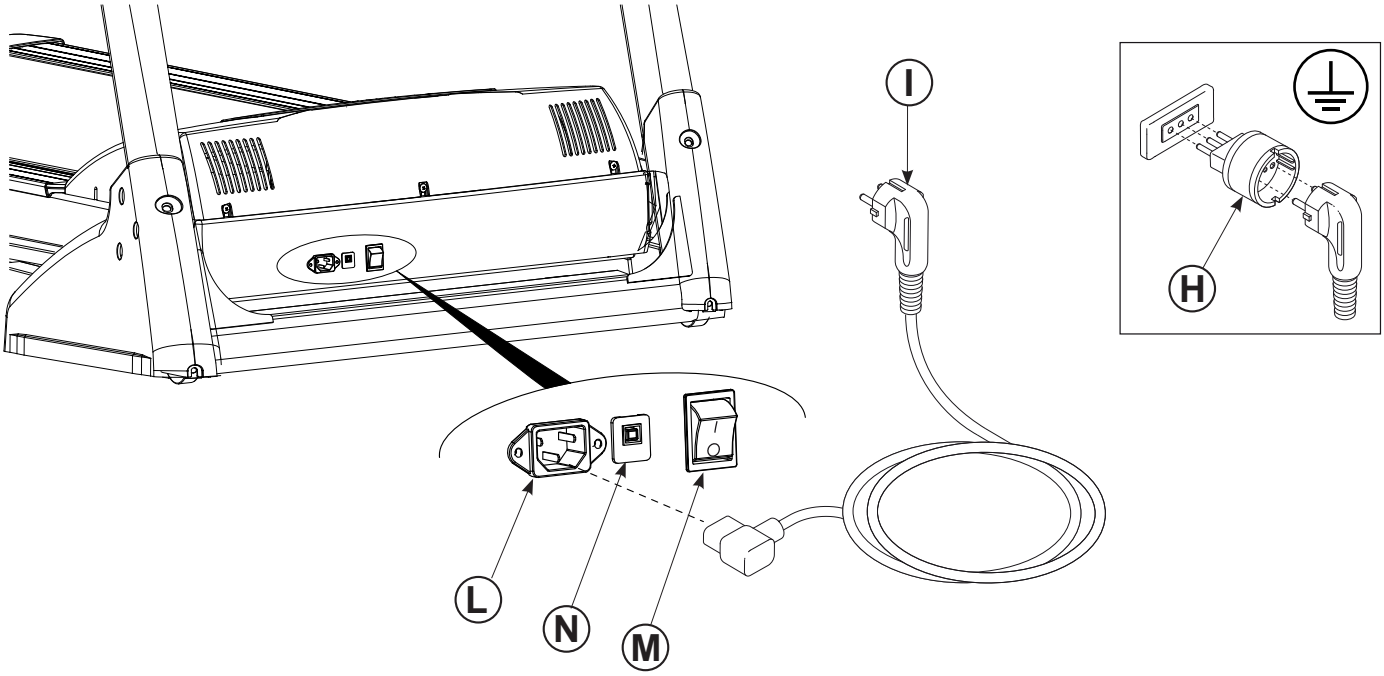
NON fare passare il cavo di rete sotto al telaio e tra gli elementi mobili del sistema di inclinazione.

NON utilizzare prese multiple o prolunghe, utilizzare solamente adattatori conformi H.

Il prodotto è corredato di cavo elettrico di rete con spina elettrica **I** di tipo Schuko che deve essere collegata ad una appropriata presa a muro con tensione nominale fino a 230 VAC, dotata di messa a terra.

Nel lato anteriore del vano motore, si trovano la presa **L** alla quale viene allacciato il cavo di rete e l'interruttore generale **M** con il quale si accende e si spegne il prodotto, ed infine un dispositivo di protezione **N** contro gli sbalzi di tensione.

In caso di intervento del dispositivo di protezione i display e la spia rossa dell'interruttore di rete si spengono immediatamente.
Per ripristinare il normale funzionamento occorre attendere almeno cinque minuti, dopodiché riattivare il dispositivo di protezione premendo il pulsante di riarmo **N**.



3.0 PROGRAMMA DI ALLENAMENTO

Prima di cominciare ad utilizzare il prodotto è consigliato consultare il proprio medico per una verifica delle condizioni fisiche e per valutare con lui particolari precauzioni conseguenti alla pratica di questa attività fisica.
Per coloro che iniziano ad utilizzare il prodotto senza alcun allenamento, è necessario un approccio tranquillo, limitando le sedute di utilizzo a non più di tre settimanali e mantenendo dei tempi e delle velocità minime, sia per prendere confidenza con i comandi della console che per distaccarsi lentamente dalla sedentarietà.
Per coloro che già praticano attività sportiva ed intendono utilizzare il prodotto come coadiuvante dei loro esercizi, si consiglia di rivolgersi ad un personal trainer per la programmazione delle sessioni allenanti e la realizzazione della scheda di allenamento.
Monitorando le pulsazioni cardiache durante l'allenamento si può finalizzare la propria attività per 3 obiettivi:

- **dimagrimento:** mantenendo un regime cardiaco tra il **60%** e il **75%** si possono consumare calorie senza dover fare sforzi;
- **miglioramento capacità respiratorie:** mantenendo un regime cardiaco tra il **75%** e l' **85%** si possono allenare i polmoni, lavorando a regime aerobico;
- **miglioramento capacità cardiovascolari:** mantenendo un regime cardiaco tra il **85%** e l' **100%** si può allenare il cuore lavorando, a regime anaerobico.

L'uso del prodotto deve essere coadiuvato in tre fasi.

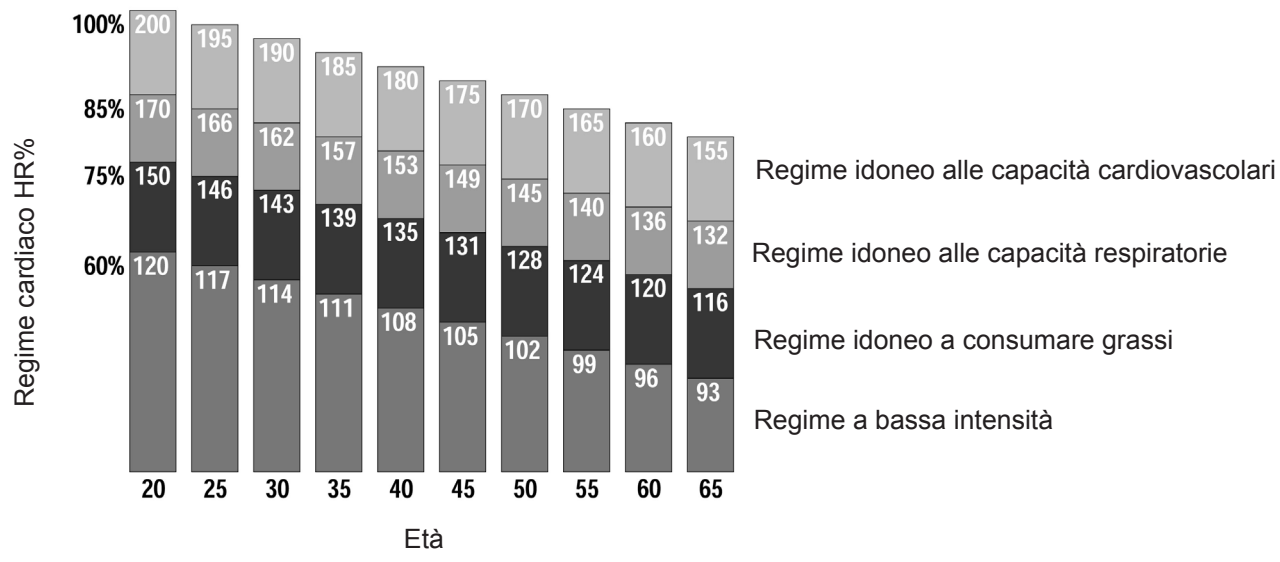
RISCALDAMENTO: prima di affrontare un allenamento servendosi del prodotto è sempre bene fare alcuni esercizi per il riscaldamento e lo scioglimento dei muscoli, giusto per portare il corpo in temperatura e preparare cuore e polmoni.

ALLENAMENTO: partire a regime ridotto e dopo il riscaldamento aumentare progressivamente l'intensità dell'esercizio fino a quando il battito cardiaco raggiunge il valore di soglia desiderato.
Mantenere costante la frequenza cardiaca nella fase desiderata in base al proprio "obiettivo" (dimagrimento, miglioramento capacità respiratorie oppure miglioramento capacità cardiovascolari).
Durante le prime settimane d'impiego, le sedute di allenamento non devono essere protratte per più di 20 minuti; una volta acquisita confidenza e capacità, le sedute possono essere portate fino a 60 minuti.

RAFFREDDAMENTO: al termine della seduta di utilizzo del prodotto, rilassarsi praticando il defaticamento per alcuni minuti con degli esercizi di stretching.

PERICOLO

L'attività in regime di allenamento anaerobico è consentita solo da sportivi professionisti bene allenati.



3.1 TRASMETTITORE A FASCIA TORACICA

ATTENZIONE

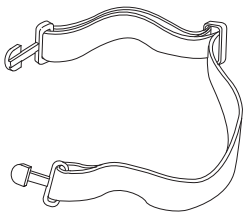
- **Prima di utilizzare il trasmettitore a fascia leggere con attenzione le istruzioni di questa pagina e quelle eventuali fornite dal costruttore.**
- **Dopo ogni utilizzo pulire e asciugare accuratamente il trasmettitore e la fascia elastica, per evitare una scarica precoce della batteria, quindi staccare il trasmettitore e riporlo separato dalla fascia elastica.**
- **Pulire il trasmettitore con un panno umido e sapone neutro, la fascia elastica deve venire lavata a mano con normale detergente.**
- **Fascia e trasmettitore devono essere conservati fuori da cassetti, buste chiuse o altri contenitori, si consiglia di appenderli ad una parete, in modo che sia garantita la perfetta asciugatura.**

Il prodotto viene fornito completo di trasmettitore a fascia toracica modello Polar® T34.
Esso è costituito da due elementi: il trasmettitore che invia i segnali radio alla console e la fascia elastica che permette il bloccaggio del trasmettitore al torace.
Il trasmettitore è del tipo 'sigillato', la batteria integrata ha una durata dichiarata di 2500 ore in condizioni di servizio, dopodiché è necessario sostituirlo con un modello uguale.

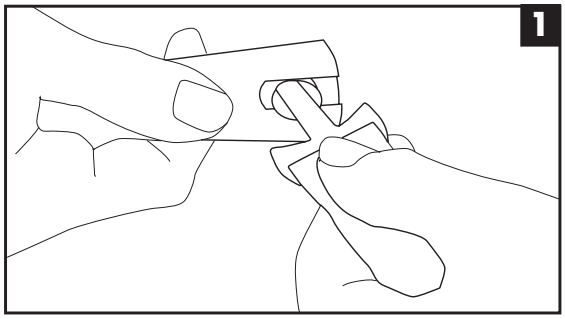
1) Agganciare un'estremità del trasmettitore alla fascia elastica.
2) Regolare la lunghezza della fascia elastica (in base al proprio torace), agendo sull'apposita fibbia.
Posizionare la fascia elastica appena sotto ai pettorali o sotto i seni, come mostrato, quindi agganciare l'altro capo della fascia elastica al trasmettitore.
3) Sollevare il trasmettitore e inumidire con le dita bagnate d'acqua gli elettrodi posti sul retro.
4) Verificare che la superficie con gli elettrodi aderisca bene sulla pelle.

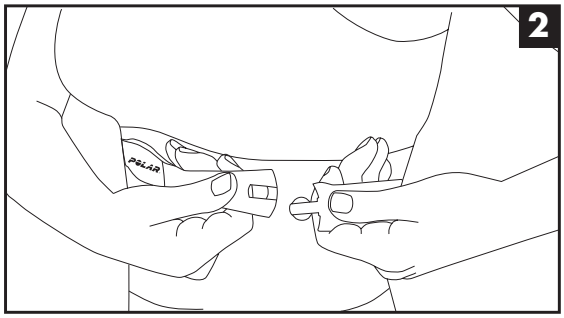
ATTENZIONE

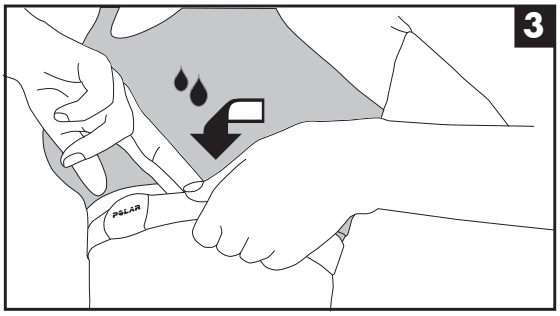
L'indicazione delle pulsazioni cardiache misurate tramite la fascia toracica è soltanto un valore di riferimento utile a monitorare la frequenza del cuore a seconda del regime di allenamento che si intende svolgere e per ottenere un riferimento per il consumo calorico. In nessun caso la misura rilevata dal sull'attrezzo può essere considerata come dato medico.

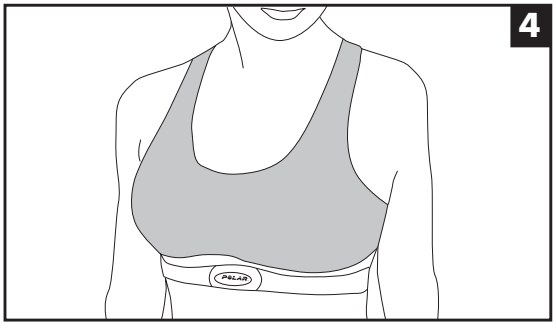

Fascia elastica

Trasmettitore









3.2 CONCIGLI PRATICI E SUGGERIMENTI D'USO

PERICOLO

• Prima di cominciare un allenamento, agganciare correttamente la chiave di sicurezza attaccando la clip ai vestiti del girovita. Nel caso in cui vogliate arrestare immediatamente il nastro, tirare semplicemente la corda per staccare la chiave magnetica di sicurezza dalla console. Per riprendere l'allenamento riposizionare la chiave nella sede sulla console.

• Quando il tappeto non viene utilizzato, togliere la chiave di sicurezza e conservarla al sicuro. Tenere la chiave di sicurezza lontano dai bambini.

• Procedere gradualmente nell'utilizzo dell'attrezzo. Usare i corrimano quando è necessario. Andare a passo lento quando la velocità del tappeto è bassa. Non rimanere fermi quando il nastro è in movimento.

• Non cercare di cambiare direzione e tenere sia il viso che la parte frontale del corpo verso la console di controllo.

• Non accendere mai l'attrezzo mentre qualcuno si trova sopra al nastro.

• Non utilizzare l'attrezzo per più di una persona alla volta.

• Avviare l'esercizio rimanendo con i piedi sulle pedane laterali; dopo che il nastro ha iniziato a scorrere a velocità minima, iniziate a camminarvi sopra lentamente.

Chi si accinge ad utilizzare il tappeto per la prima volta dovrà anzitutto familiarizzare con la consolle di comando e verificare il funzionamento del tappeto prima di avventurarsi in un programma di allenamento.

a. Accendere l'attrezzo agendo sull'interruttore di rete, la spia rossa dell'interruttore si illumina, inserire la chiave di sicurezza nell'apposito alloggiamento, la consolle per un istante esegue il test accendendo tutti i display, quindi emette un suono prolungato.

b. Salire sul tappeto da un lato e porsi in posizione centrale mantenendo i piedi sulle pedane laterali.

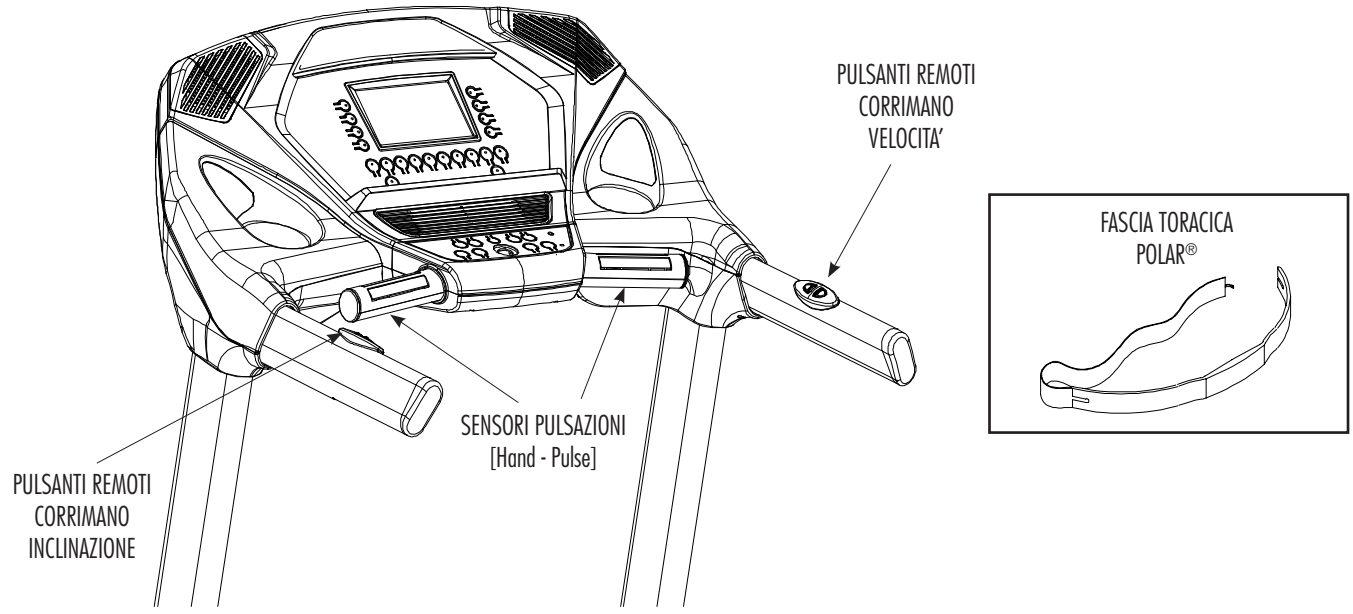
c. Premere il pulsante START per partire immediatamente con l'allenamento alla velocità minima, appoggiandosi ai corrimano, iniziare a camminare con cadenza normale e passo sciolto, mantenere per qualche tempo una velocità bassa così da familiarizzare con la sensazione del tappeto rotante.

d. Quando ci si sente a proprio agio aumentare la velocità di rotazione del tappeto premendo il pulsante VELOCITÀ FAST e abbandonare la presa delle mani fino a muoversi con tranquillità. Per una maggiore comodità si consiglia di usare i pulsanti remoti, velocità e inclinazione, posti sui corrimano.

e. Durante l'allenamento è importante mantenere una adeguata concentrazione per evitare incidenti.

f. E' consigliabile mantenere una corretta postura di corsa con sguardo in avanti e non modificare la propria posizione soprattutto alle velocità più elevate.

g. Durante l'esercizio valutare spesso il battito cardiaco, impugnando con entrambe le mani i sensori pulsazioni sui corrimano oppure indossando la fascia toracica, il dato verrà visualizzato sul display 'PULSE'.



3.3 CONSOLE DI CONTROLLO (display)

TIME
- Mostra i minuti trascorsi dall'inizio dell'esercizio, oppure, quando viene impostata la durata dell'esercizio, mostra i minuti al termine dell'esercizio.

PACE
- Mostra il Ritmo Medio di camminata o corsa al minuto per chilometro.

CALORIES
- Mostra le calorie consumate dall'inizio dell'allenamento (*).

PULSE
- Quando vengono impugnate entrambe le maniglie Hand Pulse oppure quando viene indossato il trasmettitore a fascia, il display visualizza i battiti cardiaci al minuto (*).

SPEED - Velocità del nastro
- Mostra la velocità del nastro in km/ora.

INCLINE - Inclinazione piano di corsa
- Mostra il grado di inclinazione del piano di corsa.

DISTANCE - Distanza percorsa
- Nel corso dell'esercizio, il display mostra la distanza totale percorsa dall'inizio dell'allenamento.

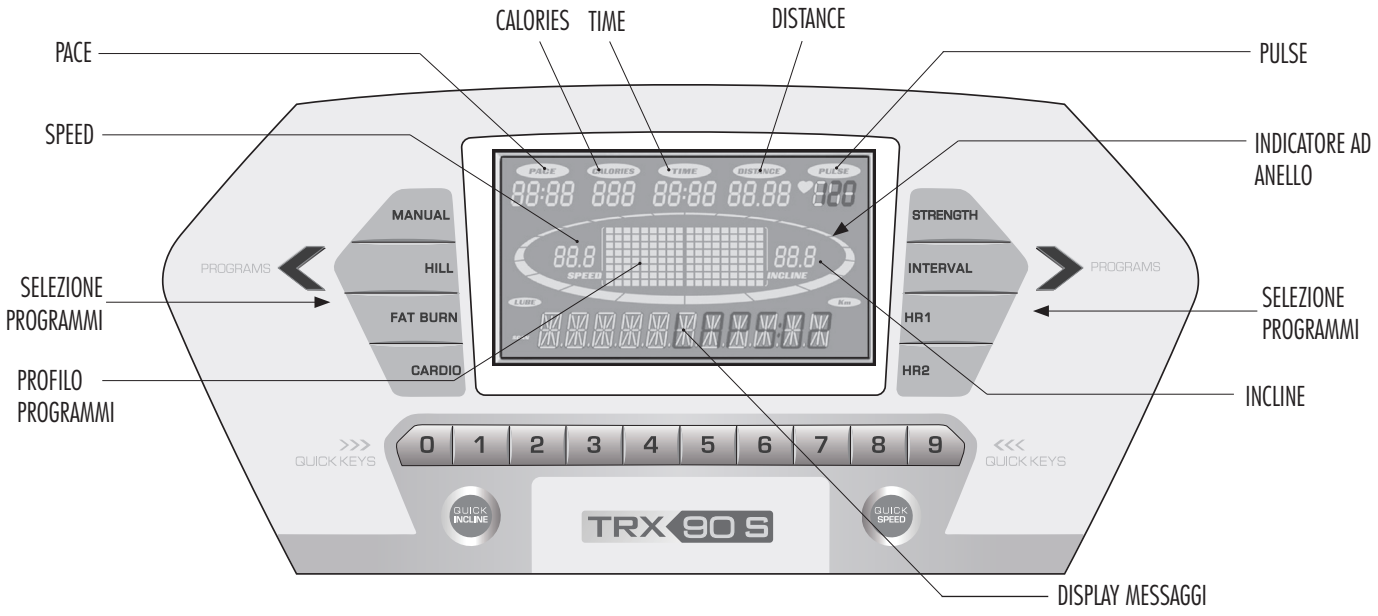
(*) Ricordiamo che la misura fornita è soltanto un dato di riferimento approssimativo e in nessun caso può essere considerato come un dato di riferimento medico.

PROFILO PROGRAMMI
- Il display centrale è costituito da una matrice grafica che mostra la visualizzare del profilo dell'allenamento in corso illustrandone la progressione in base a inclinazione e velocità.

INDICATORE LUMINOSO AD ANELLO
La finestra ad anello è posta nella parte superiore del display a matrice ed è costituita da una serie di spie che si accendono progressivamente durante l'esercizio, ed ha lo scopo di simulare la pista da 400 metri di un circuito di atletica leggera.

DISPLAY PROGRAMMI E MESSAGGI
Il display alfanumerico posto nella parte inferiore visualizza tutti i messaggi di aiuto per l'uso e la preparazione dei programmi, visualizza eventuali anomalie e mostra le fasi di svolgimento del programma.

AUTO SPEGNIMENTO
Trascorsi trenta minuti di inattività dell'attrezzo la console si spegne automaticamente per il massimo risparmio energetico.



3.4 CONSOLE DI CONTROLLO (pulsanti)

START
Premere il pulsante verde per avviare l'esercizio e fare partire il nastro in tutte le modalità d'uso dell'attrezzo.

STOP
Premere il pulsante STOP per fermare l'esercizio in esecuzione (i dati dell'esercizio vengono mantenuti per alcuni minuti in Pausa). Per riprendere l'esercizio in pausa premere START. Per terminare l'esercizio premere una seconda volta STOP; premere la terza volta STOP per resettare tutti i dati e tornare alla condizione di avvio.

SPEED +/- (Velocità del nastro)
- Agire sui pulsanti SPEED per aumentare o diminuire la velocità del nastro.
- Durante l'impostazione dei dati di programma agire sui pulsanti per selezionare il programma di allenamento e impostare la durata dell'esercizio.

INCLINE Up/Down (Inclinazione piano di corsa)
- Agire sui pulsanti INCLINE per aumentare o diminuire l'inclinazione del piano: premere una volta per piccole variazioni, mantenere premuto il pulsante per variare velocemente il valore.

TASTI SELEZIONE PROGRAMMI
- Per la selezione dei programmi pre-impostati oppure del programma di allenamento manuale, premere i singoli pulsanti a lato del display.

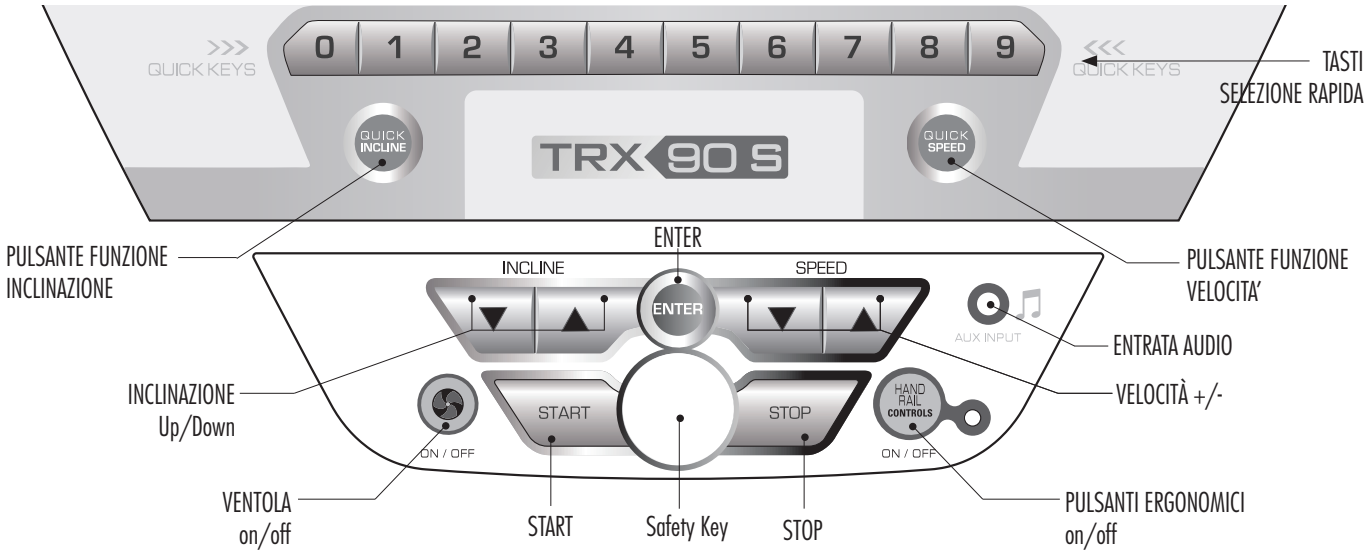
FAN
Premere il pulsante FAN on/off per accendere o spegnere la ventola di raffrescamento integrata alla console.

ENTER
- Premere ENTER per la conferma dei dati impostati durante la messa a punto dei programmi e per confermare tutte le modalità di allenamento.

TASTI SELEZIONE RAPIDA VELOCITÀ/INCLINAZIONE
Al centro della console si trovano 10 tasti di selezione rapida. Tramite i due pulsanti di funzione Velocità o Inclinazione si può cambiare la funzione dei tasti di selezione rapida verso l'una o l'altra funzione d'impiego. I tasti di selezione rapida funzionano a doppio digit, ad esempio:
- premere Quick Speed: tasti rapidi 3 e 8 = 3,8 km/ora
- premere Quick Speed: tasti rapidi 9 e 9 = 9,9 km/ora
- premere Quick Incline: tasti rapidi 4 e 5 = 4,5 inclinz. %

PULSANTI ERGONOMICI on/off
Sul corrimano si trovano replicati i pulsanti per il controllo agevole di velocità nastro (corrimano dx) e inclinazione piano (corrimano sx). I pulsanti posti sui corrimano si possono escludere tramite il pulsante "handrail controls on/off" sulla console.

CHIAVE DI SICUREZZA
La chiave di sicurezza è un dispositivo di sicurezza molto importante.
Staccare la chiave dopo ogni utilizzo del prodotto.
Collegare la chiave di sicurezza prima di cominciare l'allenamento con il prodotto; quando la chiave non è inserita la console rimane spenta.
La chiave di sicurezza ha una corda e una clip che deve essere fissata alla cintura dei pantaloncini.



3.5 ACCENSIONE - PAUSA - STOP - ARRESTO DI EMERGENZA

ACCENSIONE ATTREZZO

- Per accendere l'attrezzo premere l'interruttore generale di rete su I=ON, si accende la spia rossa integrata per segnalare che l'attrezzo è alimentato . L'interruttore è posto nella parte anteriore, a fianco della presa elettrica. Dopo l'accensione della console i display eseguono l'autotest per la verifica dei segmenti e per un breve periodo tutti i segmenti del display si accendono, quindi per alcuni secondi vengono visualizzate le ore complessive d'impiego dell'attrezzo sul display Time e la distanza totale percorsa (ODO) sul display Distance, il display messaggi riporta la versione del firmware.
  Dopo questa fase il display grafico presenta il carosello dei vari profili riferiti ai programmi disponibili e si predispone per l'avviamento (modalità di avvio).

- La console si spegne dopo un periodo di inattività di 30 minuti (modalità risparmio energetico).

MODO QUICKSTART

- Accendere il prodotto mettendo l'interruttore di rete su ON e collegando la chiave di sicurezza.

- Salire sul tappeto e premere START, dopo 3 secondi il tappeto parte a minima velocità.

- Agire sui pulsanti SPEED e INCLINE per regolare in tempo reale velocità e inclinazione, indicate sui display relativi.

- TIME, DISTANCE, CALORIES incrementano i valori in base allo svolgersi dell'esercizio.

- Agendo sui pulsanti a selezione rapida, si può passare velocemente ai relativi valori di velocità o inclinazione indicati dai pulsanti.

PAUSA E ARRESTO ESERCIZIO

- Quando il nastro è in funzione, premere una volta il pulsante STOP per fermarlo e mettere in pausa l'esercizio. I dati correnti vengono mantenuti per cinque minuti, entro i quali è possibile riprendere l'esercizio da dove lo si era interrotto premendo il pulsante START.
  Quando lo stato di Pausa permane per più di cinque minuti, l'esercizio viene automaticamente terminato.

Quando si riprende un allenamento in Pausa, prepararsi all'accelerazione del nastro che si riporterà alle condizioni di velocità e inclinazione precedenti allo stato di Pausa.

- Per annullare un esercizio in corso, premere due volte il pulsante STOP, il nastro si ferma e la console mostra un riassunto dei dati dell'esercizio svolto.
- Per azzerare tutti i dati e tornare alla condizione di avvio, premere tre volte il pulsante STOP.

ARRESTO DI EMERGENZA

- Per fermare immediatamente un esercizio ed arrestare il tappeto, estrarre la chiave di sicurezza dalla sua sede.

3.6 PROGRAMMA MANUALE

- Accendere l'attrezzo salire sul piano di corsa e collegare la chiave di sicurezza sulla console.

Per la modalità manuale riferirsi alle procedure seguenti:

1) Premere il pulsante MANUAL sulla tastiera a lato del display (programma allenamento manuale) quindi Enter;

2) il display Messaggi presenta la sigla AGE, tramite i pulsanti Speed impostare l'Età dell'utilizzatore e premere il pulsante Enter per confermare;

3) il display Messaggi presenta la sigla WEIGHT, tramite i pulsanti Speed impostare il Peso corporeo dell'utilizzatore e premere il pulsante Enter per confermare;

4) il display Messaggi presenta la sigla TIME (valore iniziale 30 minuti), tramite i pulsanti Speed impostare la Durata dell'esercizio e premere il pulsante Enter per confermare;

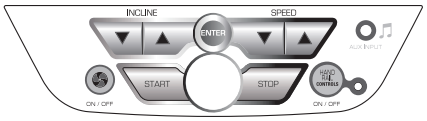
5) il display Messaggi presenta la sigla MAX SPEED, tramite i pulsanti Speed impostare la Velocità Max del programma e premere il pulsante Enter per confermare;

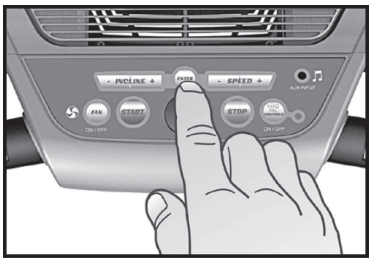
6) terminata l'impostazione dei dati di base premere il pulsante Start per avviare l'allenamento manuale; dopo 3 secondi il tappeto parte a minima velocità;

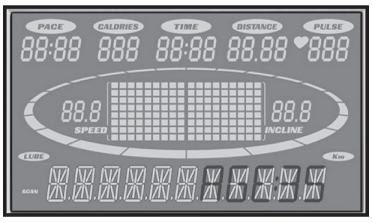
7) Agire sui pulsanti SPEED e INCLINE per regolare in tempo reale velocità e inclinazione, indicate sui display relativi.

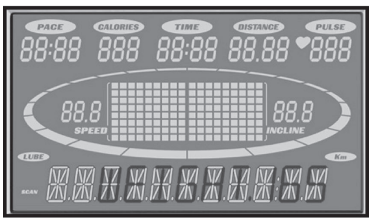
8) TIME visualizza il conteggio alla rovescia partendo dal tempo impostato, mentre DISTANCE E CALORIES incrementano i valori in base allo svolgersi dell'esercizio.

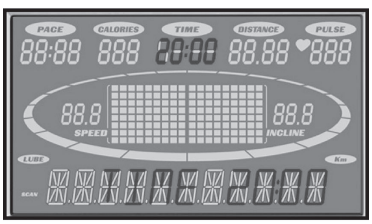
9) L'esercizio può essere fermato in qualunque momento premendo il pulsante Stop.
Terminato l'esercizio il display Informazioni visualizzerà un resoconto dell'allenamento dopodichè e la console ritorna in modalità di avvio.

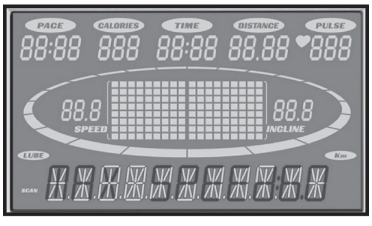












3.7 PROGRAMMI PRE-IMPOSTATI

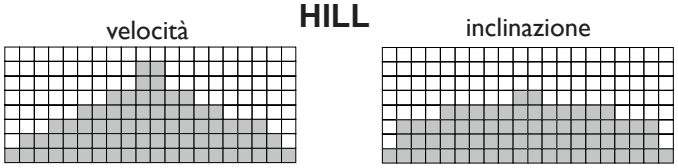
Modalità Programmi pre-impostati:
Dopo la fase di autotest dei display selezionare uno dei programmi pre-impostati disponibili premendo il relativo pulsante a lato del display grafico.
I programmi pre-impostati rappresentano un approccio immediato per un uso dell'attrezzo più evoluto.
Esistono 5 distinti programmi pre-impostati, ogni programma è studiato per obiettivi di allenamento differenti e dopo avere impostato il valore massimo di intensità del programma la console gestisce l'esercizio in maniera del tutto autonoma (vedi profili in figura).

Per la modalità Programmi pre-impostati riferirsi alle procedure seguenti (procedimenti analoghi al programma Manuale):

1) Premere uno dei 5 pulsanti dei programmi pre-impostati sulla tastiera a lato del displa, quindi Enter, (Nota: è possibile premere Start in ogni momento della sessione di impostazioni successive, in tal caso vengono assunte le impostazioni di default).
2) il display Messaggi presenta la sigla AGE, tramite i pulsanti Speed impostare l'Età dell'utilizzatore e premere il pulsante Enter per confermare;
3) il display Messaggi presenta la sigla WEIGHT, tramite i pulsanti Speed impostare il Peso corporeo dell'utilizzatore e premere il pulsante Enter per confermare;
4) il display Messaggi presenta la sigla TIME (valore iniziale 30 minuti), tramite i pulsanti Speed impostare la Durata dell'esercizio e premere il pulsante Enter per confermare;
5) il display Messaggi presenta la sigla MAX SPEED, tramite i pulsanti Speed impostare la Velocità Max del programma e premere il pulsante Enter per confermare;6) terminata l'impostazione dei dati di base premere il pulsante Start per avviare l'allenamento oppure premere Stop per modificare eventuali impostazioni.
7) Il programma comincia secondo il profilo selezionato, in ogni momento è possibile aumentare o diminuire l'intensità dell'esercizio agendo sui pulsanti Speed o Incline.
9) L'esercizio può essere fermato in qualunque momento premendo il pulsante Stop.

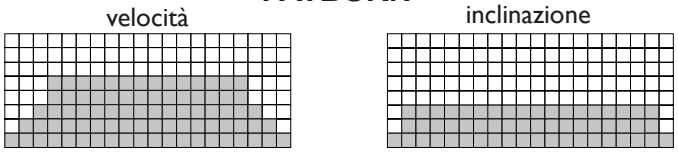
   Terminato l'esercizio il display Informazioni visualizzerà un resoconto dell'allenamento dopodichè e la console ritorna in modalità di avvio.

HILL



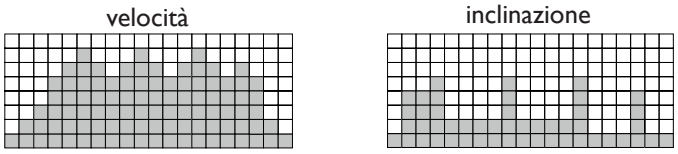
Il programma Hill simula un allenamento in collina, con una fase di discesa ed una di salita

FATBURN



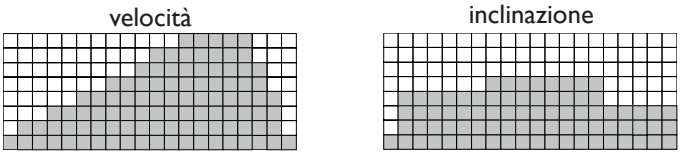
Il programma Fatburn è stato pensato per uno sforzo intenso e prolungato, ideale per bruciare velocemente i grassi. Per massimizzare l'obiettivo di questo programma, è necessario lavorare ad un valore di soglia cardiaca durante questo allenamento deve essere compreso tra il 60% e il 70%.

CARDIO



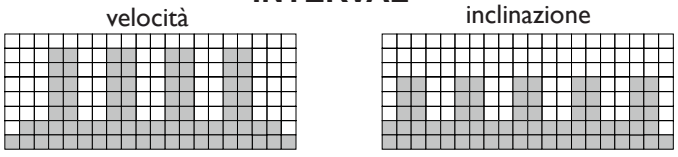
Il programma Cardio è stato pensato per migliorare le funzioni cardiovascolari ideale quindi per allenare cuore e flusso sanguigno. Come mostrato dal grafico il programma ha un andamento variabile ma sostenuto.

STRENGTH



Il programma Strenght è stato pensato per migliorare la resistenza e prevede un graduale incremento della velocità fino al massimo per una durata pari a un quarto della durata della sessione. L'inclinazione è rapida ma moderata e costante.

INTERVAL



Il programma Interval è stato pensato per migliorare le capacità aerobiche, alternando sessioni ad alta intensità con sessioni a bassa intensità, senza una continuità progressiva.

3.8 PROGRAMMI HRC (HR1 ÷ HR2)

Il programma HRC è un sistema di allenamento nel quale la console regola automaticamente l'inclinazione del piano di corsa a seconda della frequenza cardiaca rilevata.
Il programma HRC prevede l'impiego della fascia toracica poiché i sensori sui corrimano non garantiscono il rilevamento continuo della frequenza cardiaca e in più costringono a mantenere l'impugnatura sui corrimano riducendo la libertà di movimento e impedendo il corretto bilanciamento durante la corsa.
È importante che l'utilizzatore imposti il valore di soglia cardiaca attenendosi alle indicazioni e alla tabella di riferimento riportata nella sezione:"Programma di allenamento".

- Accendere l'attrezzo, salire sul piano di corsa e collegare la chiave di sicurezza sulla console.

Per la modalità Programmi pre-impostati riferirsi alle procedure seguenti:

1) Premere il pulsante HR1 (60% della frequenza cardiaca massima - allenamento dimagrante),
   oppure il pulsante HR2 (80% della frequenza cardiaca massima - allenamento cardiorespiratorio)
   quindi premere il pulsante Enter,

2) il display Messaggi presenta la sigla AGE, tramite i pulsanti Speed impostare l'Età dell'utilizzatore e premere il pulsante Enter per confermare;

3) il display Messaggi presenta la sigla WEIGHT, tramite i pulsanti Speed impostare il Peso corporeo dell'utilizzatore e premere il pulsante Enter per confermare;

4) il display Messaggi presenta la sigla TIME (valore iniziale 30 minuti), tramite i pulsanti Speed impostare la Durata dell'esercizio e premere il pulsante Enter per confermare;

5) il display 'Speed' lampeggia, tramite i pulsanti Speed impostare il valore di soglia cardiaca HR al quale si desidera lavorare (riferirsi al alla sezione "Programma di allenamento") e premere il pulsante Enter per confermare,

6) terminata l'impostazione dei dati di base premere il pulsante Start per avviare l'allenamento oppure premere Stop per modificare eventuali impostazioni.

7) In ogni momento è possibile variare l'impostazione del valore di soglia cardiaca (Heart rate Level) agendo sui pulsanti Incline Speed, in questo modo la console modificherà anche l'intensità dell'allenamento.

8) Nel corso dell'esercizio si possono visualizzare i dati corrispondenti all'allenamento in corso sul display Informazioni premendo il pulsante Enter.

9) L'esercizio può essere fermato in qualunque momento premendo il pulsante Stop.
   Quando nel corso dell'esercizio viene mantenuto un regime di pulsazioni cardiache superiore al valore di soglia cardiaca (Heart rate Level) impostata, la console emette un avviso sonoro e termina l'esercizio.
   Terminato l'esercizio il display Informazioni visualizzerà un resoconto dell'allenamento dopodichè e la console ritorna in modalità di avvio.

4.0 MANUTENZIONE - LUBRIFICAZIONE PIANO DI CORSA

PERICOLO

Prima di effettuare qualsiasi operazione di pulizia o di manutenzione, spegnere l'attrezzo agendo sull'interruttore di rete e staccare la spina di alimentazione dalla presa a muro.

ATTENZIONE

NON utilizzare sostanze infiammabili, tossiche o nocive per la pulizia, ma soltanto prodotti a base di acqua e panni morbidi.

NON utilizzare solventi contenenti derivati del petrolio come acetone, benzene oppure oli conteneti sostanze cloriche, il tetracloruro di carbonio, l'ammoniaca che possono danneggiare e corrodere le parti di plastica.

- Ogni settimana pulire il piano di corsa e le pedane laterali, utilizzando una spugna inumidita di acqua e sapone neutro, inoltre portare l'inclinazione al massimo livello e con un aspirapolvere pulire il pavimento sottostante.
- Per pulire la console utilizzare un panno umido e non bagnato.
- Fare attenzione, quando si pulisce l'attrezzo a non strofinare con troppa forza sul pannello comandi.

LUBRIFICAZIONE PIANO DI CORSA

ATTENZIONE

Il piano di corsa deve essere lubrificato con l'apposito lubrificante siliconico ogni circa 30÷40 ore di utilizzo o dopo un lungo periodo di inattività e in ogni caso tutte le volte che il piano di corsa vi sembra asciutto.

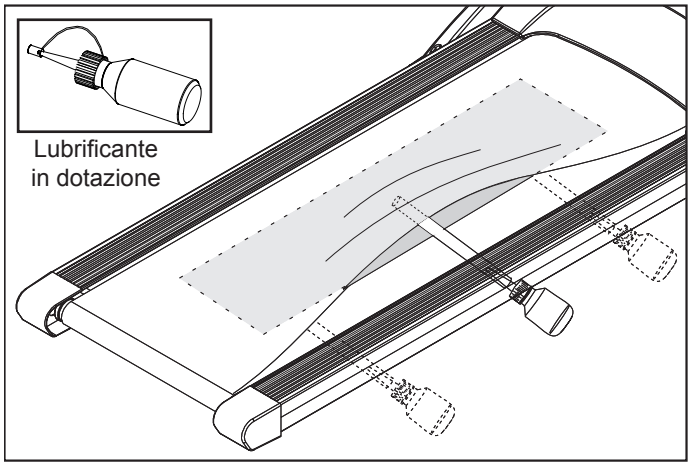
ATTENZIONE

• La lubrificazione del piano di corsa è una operazione importante e deve essere effettuata prima dell'uso.
La mancata lubrificazione del piano di corsa porta alla rottura del motore e invalida la garanzia.

• Al primo utilizzo è necessaria una dose abbondante di lubrificante: utilizzando lubrificante siliconico spray almeno 10 spruzzi, mentre impiegando la pipetta in dotazione instillare una quantità tale da abbassare di 1 cm il livello di olio.

Procedure per la lubrificazione periodica del piano di corsa:

- Arrestare il nastro.
- Sollevare il bordo del nastro dal lato sinistro.
- Cercando di irrorare il lubrificante quanto più possibile al centro del piano di corsa, instillare sotto al nastro con la pipetta in dotazione dieci gocce di lubrificante (oppure quattro spruzzi, tramite una bomboletta di olio siliconico spray).
- Ripetere l'operazione sulla parte destra del nastro.
- Fare partire il nastro alla minima velocità e camminare per alcuni minuti per distribuire il lubrificante sul piano di corsa.



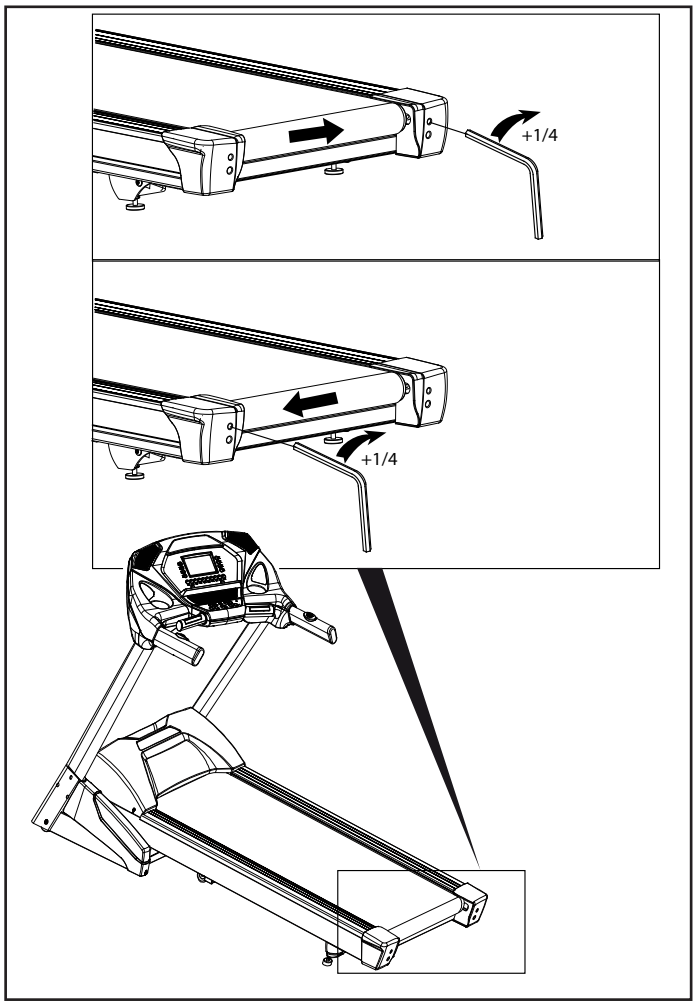
SOLLEVARE IL TAPPETO DA AMBO I LATI
E LUBRIFICARE
LA ZONA CENTRALE DEL PIANO

4.1 TENSIONAMENTO - CENTRATURA NASTRO

PERICOLO

Prima delle operazioni di centratura o tensionamento, spegnere l'attrezzo agendo sull'interruttore di rete e staccare la spina di alimentazione dalla presa a muro.

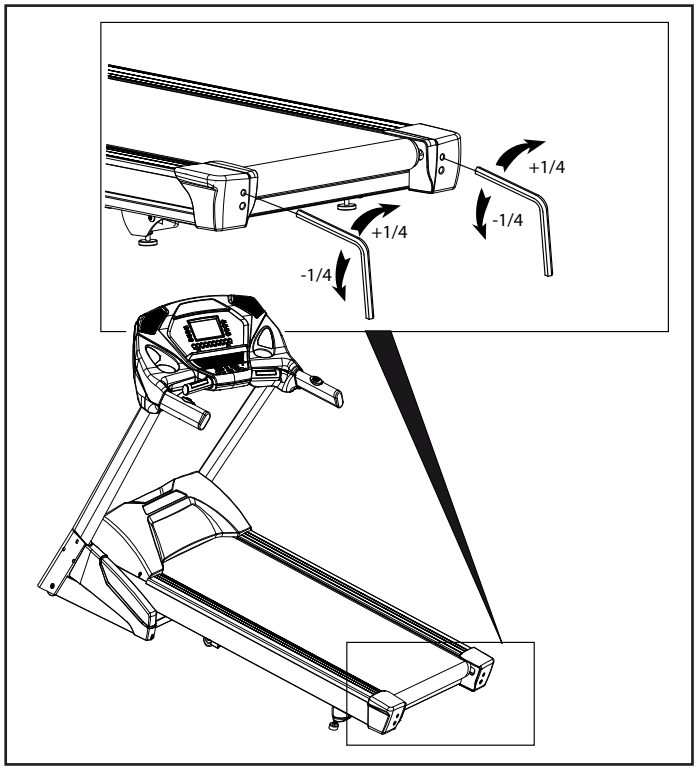
- Nel caso il nastro scorrevole tenda ad andare, durante il rotolamento, verso destra è necessario intervenire sulla vite di regolazione destra, girando in senso orario un quarto di giro per volta.
- Dopo ogni regolazione fate funzionare il nastro per verificare l'efficacia dell'intervento.
- Se continuasse ad andare verso destra, semplicemente regolare la vite a sinistra di un quarto di giro in senso anti orario. Le stesse regole valgono nel caso il nastro tenda ad andare verso sinistra.



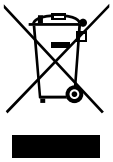
ATTENZIONE

Ruotare le viti di tensionamento per non più di 1/4 di giro alla volta.
Una eccessiva tensione del nastro può causare un precoce deterioramento delle pulegge, dei cuscinetti e del motore.

- Nel caso il nastro dovesse risultare poco teso, avvitare in senso orario entrambe le viti di un quarto di giro; se al contrario il nastro risultasse troppo teso svitare le viti di un quarto di giro in senso antiorario.



5.0 MESSA FUORI SERVIZIO - SMALTIMENTO



Il simbolo del cestino dei rifiuti con una croce sopra indica che i prodotti commercializzati rientrano nel campo di applicazione della Direttiva europea RoHS per lo smaltimento dei rifiuti di natura elettrica ed elettronica (RAEE).

La marcatura CE indica che il prodotto è totalmente conforme alla direttiva RoHS 2011/65/UE e nessuna delle componenti elettriche ed elettroniche incorporate al prodotto contiene livelli superiori a quelli previsti di talune sostanze ritenute pericolose per la salute umana.

Questo prodotto NON deve essere smaltito come rifiuto urbano, ma deve essere smaltito separatamente (nelle nazioni dell'Unione Europea), conferendolo negli appositi centri di raccolta preposti per lo smaltimento e il riciclaggio di tali prodotti.

Garlando S.p.A. incoraggia il rispetto della natura e della salute umana anche al di fuori dell'Unione Europea e auspica che vengano seguite le regole locali per lo smaltimento e il riciclaggio, utilizzando, quando possibile, la raccolta differenziata delle apparecchiature elettriche ed elettroniche, nonchè dei numerosi componenti (quali ferro, rame, plastiche, ecc...) che possono essere recuperati e riutilizzati.

6.0 CATALOGO RICAMBI - ORDINE PARTI DI RICAMBIO

Per ordinare parti di ricambio riferirsi al disegno in esploso che si trova alla pagina seguente.

L'ordine delle parti di ricambio deve riportare le seguenti indicazioni:
1. Marca e modello del prodotto - vedi targhetta prodotto
2. Nome del particolare da sostituire - vedi lista ricambi
3. Numero di riferimento del particolare - vedi disegno esploso
4. Quantità richiesta.
5. Recapito e informazioni per la spedizione - vedi scheda per ordine ricambi, allegata al manuale

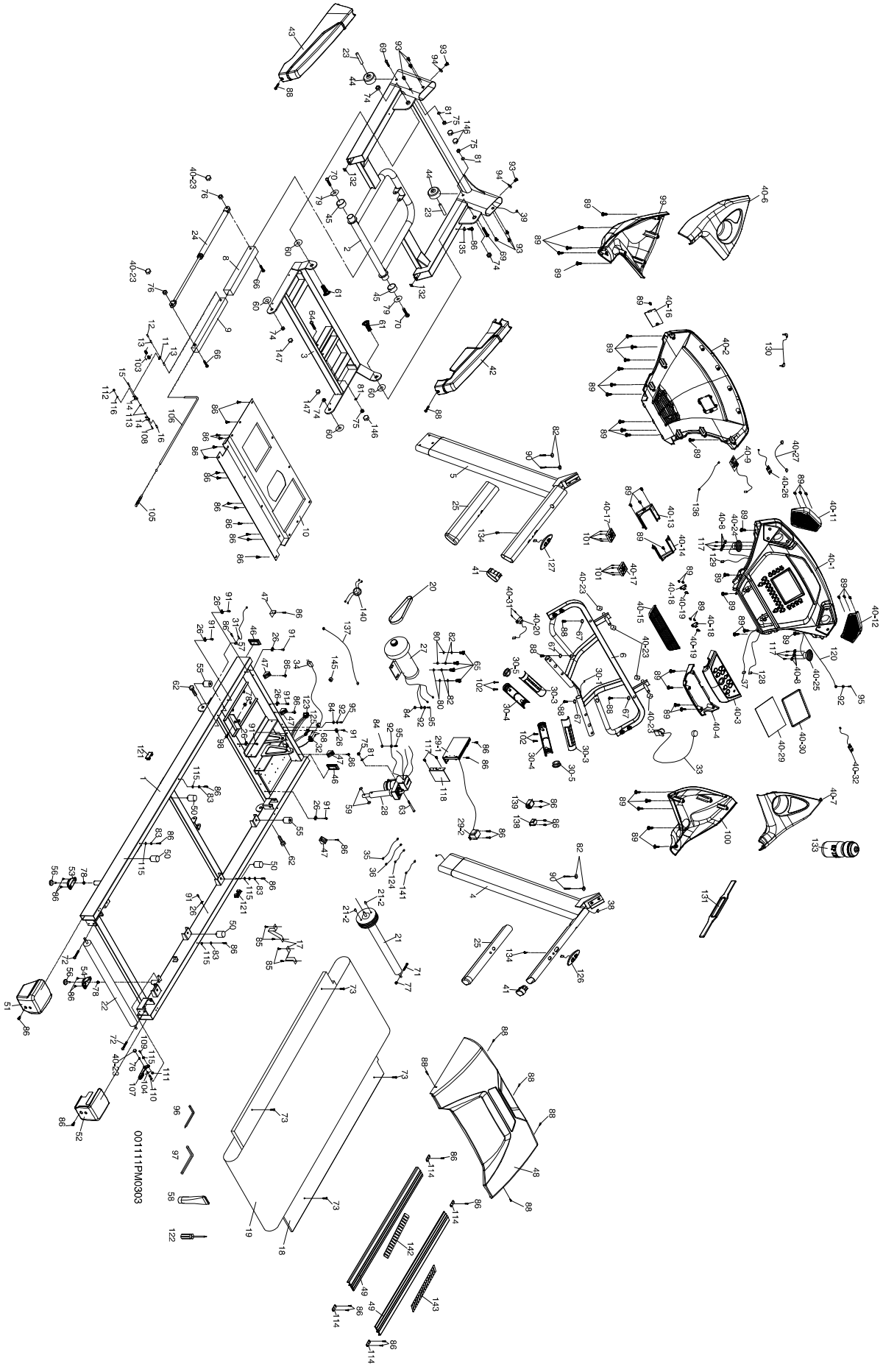
Per maggiore chiarezza effettuare l'ordine utilizzando una copia della scheda per ordine ricambi riportata nel cartoncino allegato al presente manuale, assieme al Certificato di Garanzia.

La richiesta delle parti di ricambio deve essere effettuata tramite una richiesta scritta, via fax oppure e-mail ai riferimenti di seguito riportati:

fax +39 0143.318594
e-mail: assistenza.toorx@garlando.it

Il presente catalogo può presentare talune piccole differenze dal prodotto posseduto; possono mancare eventuali aggiornamenti che il costruttore ha applicato nel contempo. In caso di difficoltà nella comprensione di disegni e descrizioni contattare il Centro Assistenza Tecnica al numero : +39 0143/318500

6.1 ESPLOSO RICAMBI



6.2 LISTA DEI RICAMBI

Pos.	Descrizione	Q.tà
1	Telaio piano di corsa	1
2	Telaio vano motore	1
3	Braccio inclinazione	1
4	Montante destro	1
5	Montante sinistro	1
6	Supporto console	1
8	Asta scorrevole esterna	1
9	Asta scorrevole interna	1
10	Copertura inferiore vano motore	1
11	Giunto	1
12	Albero di giunzione aste scorrevoli	1
13	Boccola albero	2
14	Braccetto	2
15	Perno Clevis	1
16	Boccola	1
17	Guida nastro	2
18	Piano di corsa	1
19	Nastro di corsa	1
20	Cinghia motrice	1
21	Puleggia anteriore [motrice]	1
21-2	Magnete	2
22	Puleggia posteriore [rinvio]	1
23	Albero ruota anteriore	2
24	Cilindro a gas	1
25	Manopola PVC antisudore	2
26	Dado a Clip	8
27	Motore trasmissione	1
28	Motore inclinazione	1
29	Scheda elettronica di potenza assemblata	1
29-1	Scheda elettronica di potenza	1
29-2	Adattatore	1
30	Piastre rilevazione pulsaz. cardiache complete	2
30-1	Cavo piastre rilevazione pulsaz. [800mm]	1
30-3	Piastre rilevazione pulsaz. cardiache (A)	2
30-4	Piastre rilevazione pulsaz. cardiache (B)	2
30-5	Coperchio tondo manubrio	2
31	Sensore velocità cablato [1200mm]	1
32	Presa di rete	1
33	Chiave di sicurezza	1
34	Cavo di rete	1
35	Cablaggio (bianco) [200mm]	1
36	Cablaggio (nero) [2000mm]	1
37	Cablaggio superiore al computer [800mm]	1
38	Cablaggio medio al computer [1300mm]	1
39	Cablaggio inferiore al computer [1150mm]	1
40	Console assemblata	1
41	Tappo corrimano	2
42	Mascherina corpi-montante inferiore dx	1
43	Mascherina corpi-montante inferiore sx	1
44	Ruota anteriore	2
45	Ruota posteriore	2
46	Tappo quadro	2
47	Clip filettata fissaggio coperchio motore	5
48	Copertura superiore vano motore	1

Pos.	Descrizione	Q.tà
49	Pedana laterale	2
50	Supporti ammortizzanti	4
51	Copri-puleggia posteriore sinistro	1
52	Copri-puleggia posteriore destro	1
53	Piede posteriore sx	1
54	Piede posteriore dx	1
55	Respingente	2
56	Piedino di livellamento	2
57	Porta sensore	1
58	Olio lubrificante piano di corsa	1
59	Rondella Ø10 × Ø24 × 3T	2
60	Rondella Ø50 × Ø13 × 3T	4
61	Bullone 1/2" × 1-1/4"	2
62	Bullone 1/2" × 1"	2
63	Bullone 3/8" × 4"	1
64	Bullone 3/8" × 92mm	1
65	Bullone 3/8" × 1"	4
66	Bullone 5/16" × 2-3/4"	2
67	Bullone Ø1/4" × 19 × 1.5T	2
68	Vite 3 × 10mm	2
69	Bullone 3/8" × 2"	2
70	Bullone 5/16" × 1"	2
71	Bullone M8 × 60mm	1
72	Bullone M8 × 60mm	2
73	Vite M8 × 35mm	4
74	Dado autobloccante 1/2" × 8T	4
75	Dado autobloccante 3/8" × 7T	4
76	Dado autobloccante 5/16" × 6T	3
77	Dado autobloccante M8 × 8T	1
78	Dado 3/8" × 7T	3
79	Rondella piana Ø35 × 5/16" × 1.5T	2
80	Rondella piana Ø25 × Ø10 × 2.0T	4
81	Rondella piana Ø19 × Ø 10 × 1.5T	4
82	Rondella spaccata 3/8" × 2T	8
83	Rondella concava Ø6.5 × 25 × 1T	4
84	Rondella zigrinata M5	3
85	Vite 4 × 12mm	4
86	Vite autofilettante 5 × 16mm	45
88	Vite autofilettante 5 × 16mm	11
89	Vite 3.5 × 12m/m	45
90	Bullone a t. esagonale 3/8" × 1-3/4"	4
91	Vite 3.5 × 16m/m	8
92	Rondella M5	4
93	Bullone 5/16" × 15m/m	8
94	Rondella ondulata Ø5/16" × 19 × 1.5T	2
95	Vite M5 × 10m/m	4
96	Chiave esagonale M5 + giravite	1
97	Chiave esagonale M6	1
98	Bullone 3/8" × 2"	1
99	Mascherina corpi-montante superiore sx	1
100	Mascherina corpi-montante superiore dx	1
101	Vite 3.5 × 32m/m	8
102	Vite autofilettante 3 × 12m/m	4
103	Molla a doppia torsione	1

Pos.	Descrizione	Q.tà
104	Molla di torsione	1
105	Cavo d'acciaio tendi-molla	1
106	Cavo d'acciaio	1
107	Leva di sblocco tappeto	1
108	Vite M3 × 10mm	1
109	Vite M5 × 20mm	1
110	Bullone 5/16" × 2"	1
111	Dado M5	1
112	Dado M3	1
113	Rondella piana Ø5 × Ø10 × 1.0T	2
114	Rondella concava Ø6.5×25×50×1.5T×2.5H	4
115	Rondella piana Ø5 × Ø13 × 1.0T	5
116	Rondella spaccata M3	1
117	Vite 3 × 10m/m	8
118	Piastra supporto scheda di potenza	1
120	Cavo di terra 400 mm	1
121	Tappo quadro	2
122	Giravite a stella	1
123	Interruttore di rete	1
124	Cablaggio (nero) [100mm]	1
125	Termico di protezione	1
126	Pulsantiera corrimano cablata - velocità	1
127	Pulsantiera corrimano cablata - inclinazione	1
128	Cavo velocità prolunga sup. 800 mm	1
130	Cavo inclinazione prolunga sup. 800 mm	1
131	Fascia toracica	1
132	Dado a clip M5	2
133	Borraccia	1
134	Vite 4 × 50m/m	2
135	Ferma cavo	1
136	Cablaggio di messa a terra [300mm]	1
137	Cablaggio di messa a terra [1000mm]	1
138	Trasformatore	1
139	Filtro di rete	1
140	Cablaggio di messa a terra motore [600mm]	1
141	Cablaggio (bianco) [200mm]	1
142	Adesivo anti-slittamento sx	1
143	Adesivo anti-slittamento dx	1
145	Nucleo in ferrite	1
146	Cappuccio per bullone 14mm	3
147	Cappuccio per bullone 19mm	2

7.0 GARANZIA CONVENZIONALE

Art.1 **DEFINIZIONI**

1.1 **Prodotti**: per Prodotti si intendono i Prodotti Fitness Home ossia le apparecchiature sportive commercializzate da GARLANDO SPA con il marchio Toorx, per l'esercizio fisico del corpo per uso domestico e per un uso esclusivamente sportivo ed assolutamente NON terapeutico e/o riabilitativo.

1.2 **Garanzia:** per Garanzia si intende la garanzia convenzionale proposta da GARLANDO SPA alle condizioni di seguito riportate.

1.3 **Difetto di Conformità:** l'inidoneità del Prodotto all'uso per il quale esso è stato specificatamente progettato e realizzato.

1.4 **Consumatore:** si intende per Consumatore qualsiasi persona fisica che acquisti i Prodotti per utilizzo privato.

1.5 **CAT:** si intende il Centro di Assistenza Tecnica autorizzato ad interventi di riparazione e/o sostituzione del Prodotto da parte di GARLANDO SPA.

1.6 **Tagliando di Garanzia:** si intende il modulo da compilarsi online sul sito www.toorx.it o, in caso di impossibilità di utilizzo del servizio online, il modulo cartaceo allegato al presente manuale da compilarsi e spedire a GARLANDO SPA.

1.7 **Richiesta di intervento:** si intende la procedura di denuncia di difetto di conformità e richiesta di intervento, effettuata compilando l'apposito modulo sul portale www.assistenza.garlando.it o, in caso di impossibilità di utilizzo del servizio online, contattando il numero 0143/318540 dalle ore 9 alle ore 12, dal lunedì al venerdì.

1.8 **Manuale d'Istruzioni:** si intende per Manuale d'istruzioni il libretto consegnato al Consumatore in cui sono descritte le istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione ed il regolare funzionamento del Prodotto, nonché della sua manutenzione.

Art.2 **DURATA DELLA GARANZIA CONDIZIONI DELLA SUA VALIDITÀ E DECADENZE**

2.1 GARLANDO SPA garantisce l'idoneità del Prodotto all'uso per il quale esso è stato specificamente concepito e progettato, ossia all'uso sportivo, ed in particolare garantisce il Prodotto contro gli eventuali difetti di conformità per 24 mesi dalla consegna, salvo estensioni specificate nella sezione Caratteristiche Tecniche.
La presente Garanzia è l'unica prestata da GARLANDO SPA: nessun terzo, ivi espressamente compresi i rivenditori autorizzati ed i CAT, può modificare i term ini della Garanzia o rilasciare, in qualsiasi forma, altre dichiarazioni di garanzia.

2.2 La presente Garanzia è valida ed efficace con riferimento al Prodotto della GARLANDO SPA acquistato dal Consumatore in Italia esclusivamente presso un rivenditore autorizzato e lascia impregiudicati i diritti riconosciuti al Consumatore dalla Legge italiana e dalle disposizione delle direttive europee.

2.3 Fatto salvo quanto previsto dai successivi punti 2.10, 2.11, 2.12 in tema di denuncia di eventuali difetti di conformità, il Consumatore è tenuto a comprovare, mediante documento rilasciato dal rivenditore autorizzato (ad esempio: scontrino fiscale) la data in cui è stata effettuata la consegna del Prodotto, il nominativo del rivenditore autorizzato e gli estremi identificativi del Prodotto. Ai fini dell'operatività della Garanzia, pertanto, è necessario che la documentazione di cui sopra, unitamente alla Garanzia allegata al presente manuale, sia debitamente conservata.

2.4 Al fine di permettere la migliore operatività della Garanzia convenzionale, si richiede al Consumatore di provvedere alla compilazione online del tagliando di Garanzia sul sito www.toorx.it o, in caso di impossibilità di utilizzo del servizio online, alla spedizione del tagliando di Garanzia cartaceo, debitamente compilato, via posta all'indirizzo GARLANDO SPA – Via Regione Piemonte, 32 , Zona Industriale, D1 – 15068 Pozzolo Formigaro (AL).

2.5 La Garanzia comprende la riparazione o la sostituzione gratuita delle parti componenti il Prodotto, che presentino difetti di conformità regolarmente e tempestivamente denunciati dal Consumatore mediante il tempestivo invio della Richiesta di Intervento debitamente compilata e sottoscritta, riscontrati dal personale del CAT ed imputabili ad un'azione o ad un'omissione del produttore. Si provvederà alla sostituzione dell'intero Prodotto, in luogo della riparazione o della sostituzione di singoli componenti, nel caso in cui tali ultimi rimedi siano oggettivamente impossibili o eccessivamente onerosi.

2.6 Conformemente alle indicazioni del "Codice del Consumo", si presume che i difetti di conformità manifestatisi entro SEI mesi dalla consegna del Prodotto esistessero già a tale data, a meno che tale ipotesi sia incompatibile con la natura del Prodotto o del difetto di conformità. Decorso tale termine resta onere del Consumatore fornire elementi di prova circa l'esistenza del difetto di conformità al tempo della consegna del Prodotto.

2.7 La sostituzione dell'intero Prodotto o di un suo componente non comporta una proroga della Garanzia. La Garanzia avrà termine alla scadenza dei 24 mesi dalla data di consegna del Prodotto originario.

2.8 Nel periodo coperto dalla Garanzia, le prestazioni oggetto della stessa saranno effettuate integralmente ed a titolo completamente gratuito dai CAT.

2.9 Qualora non fosse possibile provvedere alla riparazione direttamente presso il domicilio del Consumatore, nell'eventualità in cui il Prodotto o suoi componenti fossero da sottoporre a riparazione presso la stessa sede di GARLANDO SPA – Via Regione Piemonte, 32 – D1 – 15068 Pozzolo Formigaro (AL), sarà cura e spese del Consumatore provvedere alla spedizione del Prodotto da ripararsi o sostituirsi presso la suddetta sede. In tale eventualità tutti i rischi correlati al trasporto del Prodotto saranno posti a carico del Consumatore ed in ogni caso GARLANDO SPA non risponderà di eventuali danni arrecati al Prodotto o ai suoi componenti dal trasporto effettuato dal Corriere e/o Vettore. Qualora il Consumatore risulti irreperibile al momento della consegna presso il suo domicilio del Prodotto riparato o sostituito da parte del Corriere e/o del Vettore incaricato da GARLANDO SPA, saranno posti a suo carico i corrispettivi dovuti a Corriere/Vettore relativi alle successive spedizioni, corrispettivi che dovranno essere liquidati al Corriere/Vettore direttamente dal Consumatore all'atto della consegna del Prodotto.

2.10 Il Consumatore decade dai diritti di cui alla Garanzia, ove non denunci il difetto di conformità entro il termine di DUE mesi dalla scoperta dello stesso. secondo le modalità descritte all'Art. 1.7 - "Richiesta di Intervento".

2.11 Ricevuta la denuncia, e verificata la ricorrenza dei presupposti per l'operatività della Garanzia, il CAT prenderà contatto con il Consumatore fissando apposito appuntamento presso il suo domicilio, ove sarà effettuato il relativo intervento entro un congruo termine. A tal fine la congruità del termine è valutata in relazione ai tempi normalmente occorrenti per provvedere all'intervento da parte del CAT presso il domicilio del Consumatore e/o alle eventuali occorrenti spedizioni di Prodotti o di componenti dei medesimi.

2.12 E' obbligo del Consumatore rendersi reperibile presso il proprio domicilio in occasione dell'appuntamento prefissato con il CAT. Nell'eventualità in cui tale obbligo non fosse rispettato GARLANDO SPA si riserva di ripetere le spese e competenze da essa corrisposte al proprio CAT in relazione all'intervento programmato e non eseguito per fatto imputabile al Consumatore.

Art.3 **ESCLUSIONI DELLA GARANZIA**

3.1 La Garanzia è espressamente **esclusa** nei casi di:

- mancata osservanza delle istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione/montaggio ed il regolare funzionamento del Prodotto;
- trascuratezza e/o negligenza nell'uso e nella manutenzione del Prodotto;
- uso del Prodotto a scopi terapeutici e/o riabilitativi;
- uso improprio del Prodotto;
- manomissioni del Prodotto;
- uso del Prodotto per finalità diverse da quelle per le quali il Prodotto è stato specificatamente concepito/progettato;
- danni causati dal trasporto o dalla spedizione del Prodotto;
- danni causati da difetti della rete di distribuzione elettrica: sovracorrenti, sovratensioni, causate anche da scariche atmosferiche;
- riparazione eseguita da centri assistenza non autorizzati da GARLANDO SPA;
- riparazione del prodotto da parte dell'utilizzatore stesso, tranne il caso in cui l'operazione di riparazione/sostituzione parti è autorizzata dal Centro Assistenza GARLANDO SPA;
- difetti di conformità che, per qualsiasi motivo, non possono in alcun modo farsi risalire ad azioni od omissioni del produttore.

3.2 Le regole di corretta installazione/montaggio, uso e manutenzione del Prodotto sono contenute nel presente manuale d'istruzioni, che costituisce parte integrante della Garanzia.

3.3 Si intende che l'usura conseguente al normale utilizzo del Prodotto e dei suoi componenti NON può in alcun modo configurare difetto di conformità e non può pertanto essere coperta dalla presente Garanzia.

- Con riferimento al Prodotto TAPIS ROULANT, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti: rulli, piano di corsa, nastro, grip, cinghia, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
- Con riferimento al Prodotto BIKE, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti: pedali e cinghietti, sella, cinghia di trasmissione, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.

3.4 La Garanzia NON copre gli interventi inerenti all'installazione del Prodotto ed all'allacciamento agli impianti di alimentazione.

Art.4 **UTILIZZO PREVISTO E UTILIZZO IMPROPRIO DEL PRODOTTO**

4.1 In considerazione dell'idoneità all'uso esclusivamente sportivo del presente Prodotto, GARLANDO SPA raccomanda il suo utilizzo a seguito del rilascio da parte di un medico di apposito certificato di idoneità fisica.

4.2 GARLANDO SPA declina ogni responsabilità per eventuali danni che possano, direttamente o indirettamente, derivare a persone, animali domestici e cose in conseguenza dell'inosservanza di tutte le istruzioni, indicazioni ed avvertenze contenute nell'apposito manuale d'istruzioni.

4.3 In particolare si dichiara che il Prodotto è assolutamente inidoneo ad uso terapeutico e/o riabilitativo e che l'eventuale verificazione di infortuni od insorgenza di patologie correlate a tale indebito utilizzo non potrà in alcun modo essere imputata al produttore.

Art.5 **DANNI CAUSATI DAI CAT**

5.1 GARLANDO SPA non sarà responsabile per i danni a persone, animali domestici e cose eventualmente causati da uno dei CAT, in occasione dell'intervento di riparazione del Prodotto e/o sostituzione dello stesso o di un suo componente; per l'effetto il Consumatore si impegna ad indirizzare eventuali richieste risarcitorie direttamente ai CAT, rinunciando a qualunque azione e/o pretesa nei confronti di GARLANDO SPA.

Art.6 **TERMINE FINALE DELLA GARANZIA**

6.1 Salvo quanto previsto dalle precedenti clausole, trascorso il periodo di ventiquattro mesi di garanzia, ogni intervento di riparazione e/o sostituzione di componenti del Prodotto sarà posto totalmente a carico del Consumatore.

Garlando

GARLANDO SPA
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorx.it - info@toorx.it