

SCHWINN™

590U



Handleidingen in andere talen:
<http://www.schwinnfitness.com>

MONTAGE-/GEBRUIKERSHANDLEIDING

Belangrijke veiligheidsvoorschriften	3	Bedieningen	24
Waarschuwingstekens/Serienummer	5	Afstellingen	24
Specificaties	6	Opstart/Stand-by-modus	24
Voorafgaand aan de montage	6	Handmatig programma (Quick Start)	25
Onderdelen	7	Profielprogramma's	25
Montagemateriaal	8	Weergave van trainingswaarden aanpassen	26
Gereedschap	8	Pauzeren of stoppen	26
Montage	9	Overzichtsmodus	27
De fiets nivelleren	17	Instelmodus van de console	27
De fiets verplaatsen	17	Onderhoud	29
Kenmerken	18	Onderhoudsonderdelen	30
Consolekenmerken	19	Problemen oplossen	32
Bluetooth®-hartslagmeter	22		

Bewaar het oorspronkelijke aankoopbewijs en noteer de volgende informatie om de garantieondersteuning te valideren:

Serienummer _____

Datum van aankoop _____

Indien aangekocht in de VS/Canada: Voor het registreren van uw productgarantie kunt u terecht op:

www.SchwinnFitness.com/register

Of belt u 1 (800) 605-3369.

Indien aangekocht buiten de VS/Canada: Neem contact op met uw lokale distributeur om uw productgarantie te registreren.

Voor meer informatie over uw productgarantie of als u vragen hebt of problemen ondervindt met uw product, neem dan contact op met uw lokale distributeur. Uw lokale distributeur kunt u hier vinden: **global.schwinnfitness.com**

Nautilus, Inc., 5415 Centerpoint Parkway, Groveport, OH 43125 VS, www.NautilusInc.com - Klantenservice: Noord-Amerika (800) 605- 3369, csnls@nautilus.com | Nautilus (Shanghai) Fitness Equipments Co, Ltd, Room 1701 & 1702, 1018 Changning Road, Changning District, Shanghai, China 200042, www.nautilus.cn - 86 21 6115 9668 | buiten de VS www.nautilusinternational.com | © 2021 Nautilus, Inc. | Schwinn, het Schwinn Quality-logo, Schwinn 590U, JRNY, Bowflex en Nautilus zijn handelsmerken in eigendom van of in licentie gegeven aan Nautilus, Inc. die zijn geregistreerd of anderszins zijn beschermd door het gemeen recht in de Verenigde Staten en andere landen. Andere handelsmerken zijn de eigendom van hun respectieve eigenaars. Het Bluetooth®-woordmerk en de logo's zijn geregistreerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc., en elk gebruik van deze merken door Nautilus, Inc. gebeurt onder licentie.

⚠ Dit pictogram wijst op een potentieel gevaarlijke situatie die kan leiden tot de dood of ernstig letsel.

Neem de volgende waarschuwingen in acht:

⚠ Lees aandachtig alle waarschuwingsklevers op dit toestel.

Lees aandachtig de montage-instructies.

- Houd omstanders en kinderen te allen tijde uit de buurt van het toestel dat u aan het monteren bent.
- Sluit het toestel niet op het elektriciteitsnet aan totdat u dit gevraagd wordt.
- Monteer het toestel niet buiten of in een vochtige of natte plaats.
- Zorg ervoor dat u voldoende werkruimte hebt, uit de buurt van voorbijgangers en zonder omstanders in gevaar te brengen.
- Sommige onderdelen van het toestel kunnen zwaar of moeilijk hanteerbaar zijn. Roep de hulp in van een tweede persoon wanneer u deze onderdelen monteert. Monteer geen zware of moeilijk hanteerbare onderdelen zonder de hulp van een tweede persoon.
- Installeer het toestel op een stevige, vlakke en horizontale ondergrond.
- Probeer het design of de functionaliteit van het toestel niet te wijzigen. Dit zou de veiligheid van het toestel in gevaar kunnen brengen en maakt de garantie ongeldig.
- Als u reserveonderdelen nodig hebt, gebruik dan uitsluitend originele reserveonderdelen en montage materiaal van Nautilus. Als u geen originele reserveonderdelen gebruikt, dan kan dit een risico inhouden voor de gebruikers, het toestel verhinderen om correct te werken en de garantie ongeldig maken.
- Gebruik het toestel niet totdat het volledig gemonteerd en gecontroleerd is op correcte werking in overeenstemming met de handleiding.
- Lees voor de eerste ingebruikneming aandachtig de volledige handleiding die bij dit toestel is meegeleverd. Bewaar de handleiding voor later gebruik.
- Voer alle montage stappen in de opgegeven volgorde uit. Verkeerde montage kan leiden tot lichamelijke letsels of onjuiste werking.

• BEWAAR DEZE INSTRUCTIES.

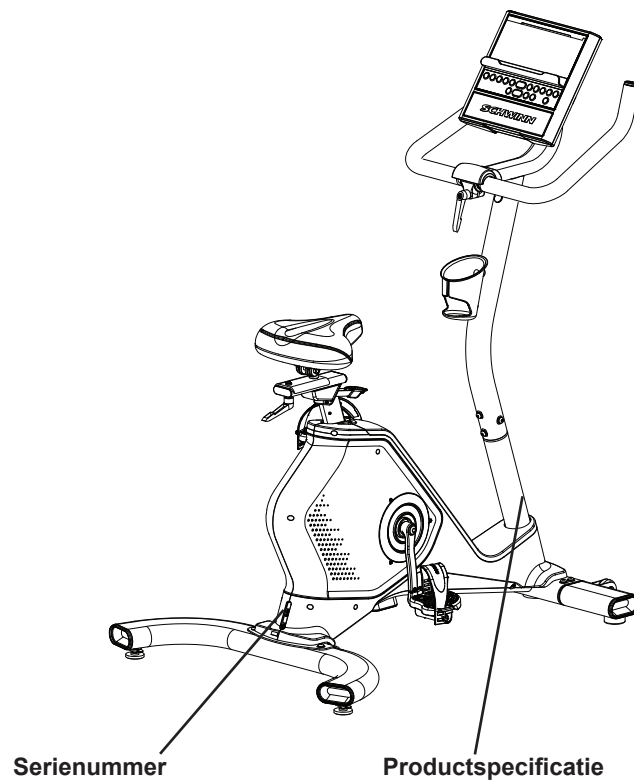
Neem de volgende waarschuwingen in acht voordat u dit toestel in gebruik neemt:

⚠ Lees aandachtig de volledige handleiding. Bewaar de handleiding voor later gebruik.

Lees aandachtig alle waarschuwingsklevers op dit toestel. Als de waarschuwingsklevers op een gegeven moment niet meer goed kleven, onleesbaar worden of loskomen, vervang ze dan. Indien aangekocht in de VS/Canada, kunt u nieuwe klevers bij de klantenservice verkrijgen. Indien aangekocht buiten de VS/Canada, kunt u nieuwe klevers bij uw lokale distributeur verkrijgen.

- Laat geen kinderen toe in de buurt van dit toestel. Bewegende delen en andere voorzieningen van het toestel kunnen gevaarlijk zijn voor kinderen.
- Niet geschikt voor gebruik door kinderen jonger dan 14 jaar. Jongeren tussen 14 en 17 jaar moeten onder toezicht staan bij het gebruik van dit toestel.
- Vraag een arts om advies voordat u een trainingsprogramma start. Staak de training als u pijn of benauwdheid op de borst voelt, kortademig wordt of u flauw voelt. Vraag uw arts om advies voordat u het toestel opnieuw begint te gebruiken. Gebruik de waarden die door de computer van het toestel worden berekend of opgemeten uitsluitend ter informatie.
- Controleer voor elk gebruik of het toestel geen losse onderdelen heeft of tekenen van slijtage vertoont. Gebruik het toestel niet als u een probleem vaststelt. Controleer de stoel, de pedalen en de crankarmen grondig. Indien aangekocht in de VS/Canada, kunt u informatie over eventuele reparaties bij de klantenservice verkrijgen. Indien aangekocht buiten de VS/Canada, kunt u informatie over eventuele reparaties bij uw lokale distributeur verkrijgen.
- Maximale gebruikersgewicht: 150 kg (330 lb). Gebruik het toestel niet wanneer u meer weegt.

- Het toestel is bedoeld voor thuisgebruik door particulieren of voor gebruik in een gedeelde of institutionele omgeving. Wanneer het toestel in een gedeelde of institutionele omgeving wordt geplaatst, mag het maximaal 3 uur per dag worden gebruikt in ruimtes waar de toegang tot en de bediening van het toestel door bevoegd personeel worden beheerd en gecontroleerd. Het beheersniveau hangt onder meer af van de specifieke omgeving waarin het toestel wordt geplaatst, de veiligheid van die omgeving en de vertrouwdheid van de gebruikers met de apparatuur. Omdat anderen het toestel mogelijk al voor u hebben gebruikt, controleert u of het zadel, de pedalen en de handgrepen correct zijn afgesteld, vastgezet en beveiligd.
- Draag geen losse kleding of sieraden. Dit toestel heeft bewegende delen. Steek uw vingers of andere voorwerpen niet in de bewegende delen van het trainingstoestel.
- Installeer en gebruik dit toestel op een stevige, vlakke en horizontale ondergrond.
- Maak de pedalen stabiel voordat u erop gaat staan. Wees voorzichtig bij het op- en afstappen van het toestel.
- Bij onderhoud zorgt u ervoor dat het toestel niet meer op het elektriciteitsnet is aangesloten.
- Gebruik dit toestel niet buiten of in vochtige of natte plaatsen. Houd de voetpedalen schoon en droog.
- Houd ten minste 0,6 m (24") vrij aan de kant die dient voor toegang tot het toestel en aan de achterkant van het toestel. Dit is de aanbevolen veiligheidsafstand voor toegang tot, doorgang langs en het afstappen bij noodgevallen van het toestel. Houd omstanders buiten deze ruimte tijdens het gebruik van het toestel.
- Span uzelf niet overdreven in tijdens het trainen. Gebruik het toestel in overeenstemming met de voorschriften in deze handleiding.
- Verstel en bevestig alle verstelbare onderdelen op een correcte en veilige manier. Zorg dat de verstelbare onderdelen de gebruiker niet kunnen raken.
- Het gebruik van dit toestel vereist coördinatie en evenwicht. Tijdens het trainen kunt u snelheids- en weerstandsveranderingen verwachten. Wees dus voorzichtig om evenwichtsverlies en mogelijk letsel te voorkomen.
- Een toestel mag nooit onbewaakt worden achtergelaten wanneer het is aangesloten. Trek de stekker uit het stopcontact wanneer het toestel niet in gebruik is en voordat u onderdelen installeert of verwijdert.
- Trap niet terug of achteruit. Hierdoor kunnen de pedalen losraken, wat kan leiden tot schade aan het toestel en/of letsel voor de gebruiker. Bedien dit toestel nooit met losse pedalen.
- Dit toestel is niet bedoeld voor gebruik door kinderen of personen met een verminderd lichamelijk, zintuiglijk of mentaal vermogen, of personen zonder kennis over en ervaring met dit toestel, tenzij dit gebruik plaatsvindt onder het toezicht van, of nadat men is geïnstrueerd over het gebruik van het toestel door, iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid.
- Houd kinderen onder toezicht om te voorkomen dat ze met het toestel gaan spelen.
- **BEWAAR DEZE INSTRUCTIES.**



Dit product voldoet aan de Europese richtlijn voor radioapparatuur 2014/53/EU.

SPECIFICATIES

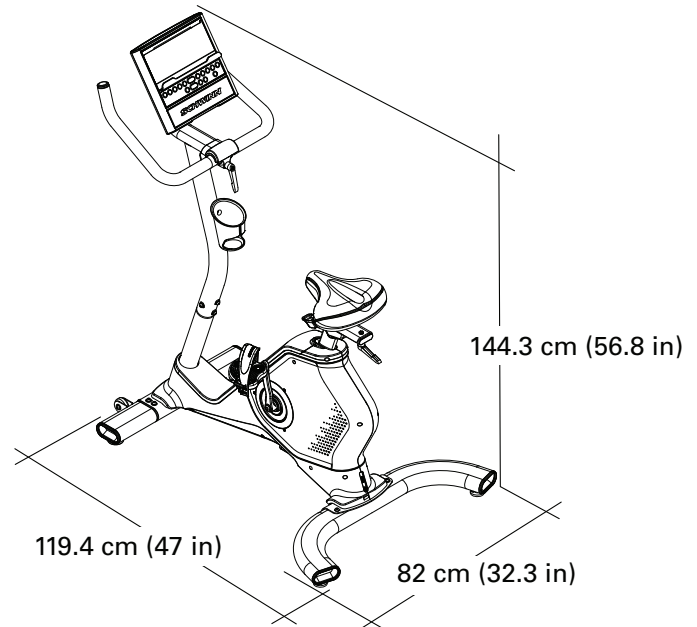
Maximale gebruikersgewicht: 150 kg (330 lb)
Totale benodigde ruimte (voetafdruk) van het toestel: 9790,8 cm²
(1518,1 in²)

Gewicht van het toestel: 36,6 kg (80,7 lb)

Stroomvereisten (AC-adapter):

Ingangsspanning: 100 - 240 V AC, 50/60 Hz, 0,5A

Uitgangsspanning: 12V DC, 3A



Zet dit toestel NIET bij het afval. Het toestel moet worden gerecycled. Volg de voorgeschreven methoden op een erkend afvalinzamelcentrum om dit product correct te recyclen.

Voorafgaand aan de montage

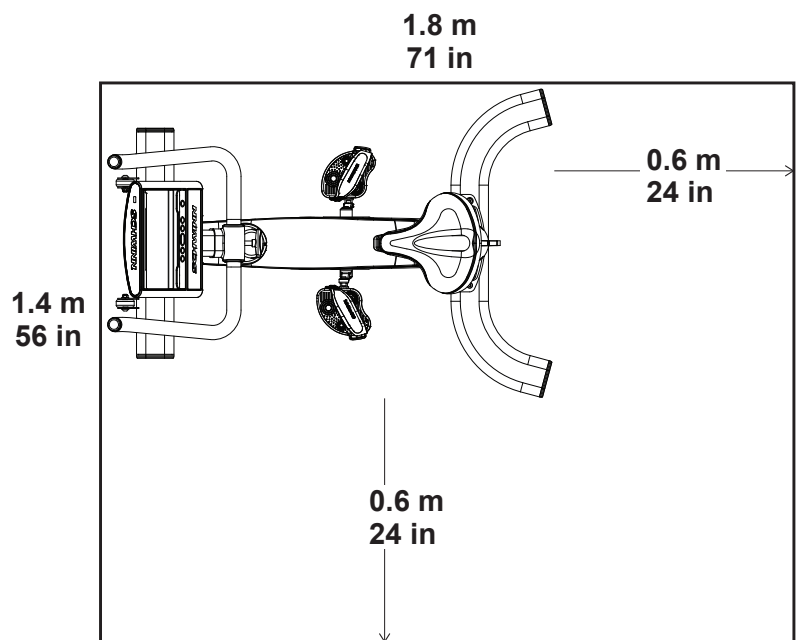
Kies de plaats waar u het toestel wilt installeren en gebruiken. Voor een veilige werking moet het toestel op een harde en vlakke ondergrond worden geïnstalleerd. We adviseren een montageruimte te voorzien van 2,4 m x 2 m (95 in x 80 in). De geschatte tijd om het toestel te monteren is 30 - 60 minuten. Voorzie een trainingsruimte van minimaal 1,8 m x 1,4 m (71 in x 56 in).

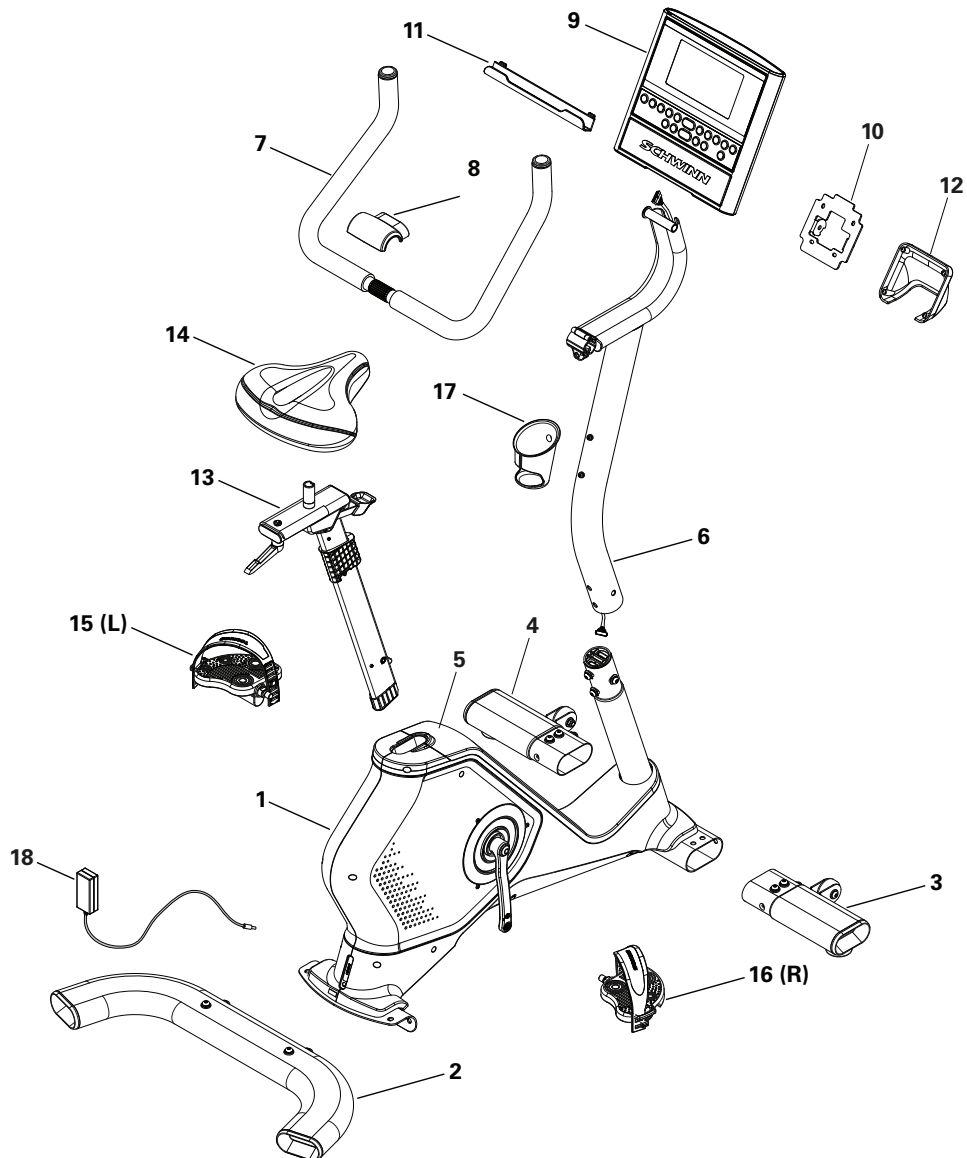
NB: Controleer het toestel op beschadigde onderdelen als gevolg van het transport. Indien u schade vaststelt, neem dan contact op met de klantenservice (als u in de VS/Canada woont) of met uw lokale distributeur (als u niet in de VS/Canada woont).

Basisprincipes bij het monteren

Volg deze basisprincipes bij het monteren van uw toestel:

1. Lees aandachtig de 'Belangrijke veiligheidsvoorschriften' voor de montage.
2. Verzamel alle onderdelen die u nodig hebt bij iedere montagestap.
3. Met behulp van de aanbevolen moersleutels draait u de bouten en moeren rechtsonder (met de klok mee) om aan te spannen en linksom (tegen de klok in) om los te draaien.
4. Wanneer u twee onderdelen vastmaakt, heft u de constructie voorzichtig op en kijkt u door de boutgaten. Op die manier kunt u de bout gemakkelijker door de gaten glijden.
5. Voor de montage zijn mogelijk twee personen nodig.

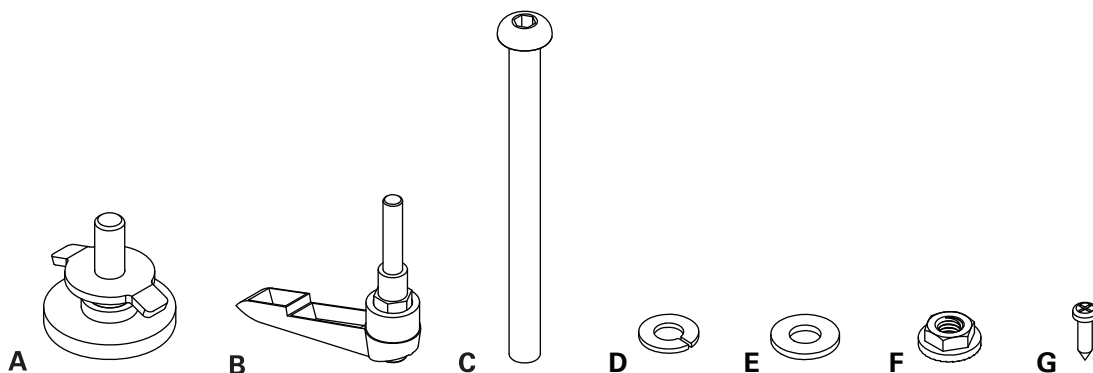




Onderdeel	Aantal	Omschrijving	Onderdeel	Aantal	Omschrijving
1	1	Hoofdframe	10	1	Consolebeugel
2	1	Achterste stabilisatiesteun	11	1	Mediadraagblad *
3	1	Voorste stabilisatiesteun, rechts	12	1	Afdekking scharnier
4	1	Voorste stabilisatiesteun, links	13	1	Zadelbuis
5	1	Bovenste beschermkap	14	1	Zadel
6	1	Consolemast (met stuurconstructie)	15	1	Linkerpedaal (L)
7	1	Stuur	16	1	Rechterpedaal (R)
8	1	Afdekking stuurconstructie	17	1	Bidonhouder
9	1	Console	18	1	Netspanningsadapter

* Dit onderdeel zit in de zak met handleidingen.

Opmerking: Alle rechtse ('R') en linkse ('L') onderdelen zijn voorzien van een zelfklever om de montage te vergemakkelijken. De richting moet worden bepaald vanuit een zithouding op de fiets.



Onderdeel	Aantal	Omschrijving	Onderdeel	Aantal	Omschrijving
A	2	Stelvoetje	E	1	Vlakke sluitring, smal, M8
B	1	Klemhendel van het stuur	F	1	Flensborgmoer, getand, M8
C	1	Bolkopinbusbout, M8x100	G	2	Cilinderkruiskopschroef, M4.2x16
D	1	Veerring, M8			

Opmerking: Bepaalde onderdelen zijn meegeleverd als reserveonderdelen op de montagekaart. De reserveschroef (*) is voor de bidonhouder. Het is dus normaal dat er na de montage van het toestel nog onderdelen overblijven.

Gereedschap

Meegeleverd



6 mm



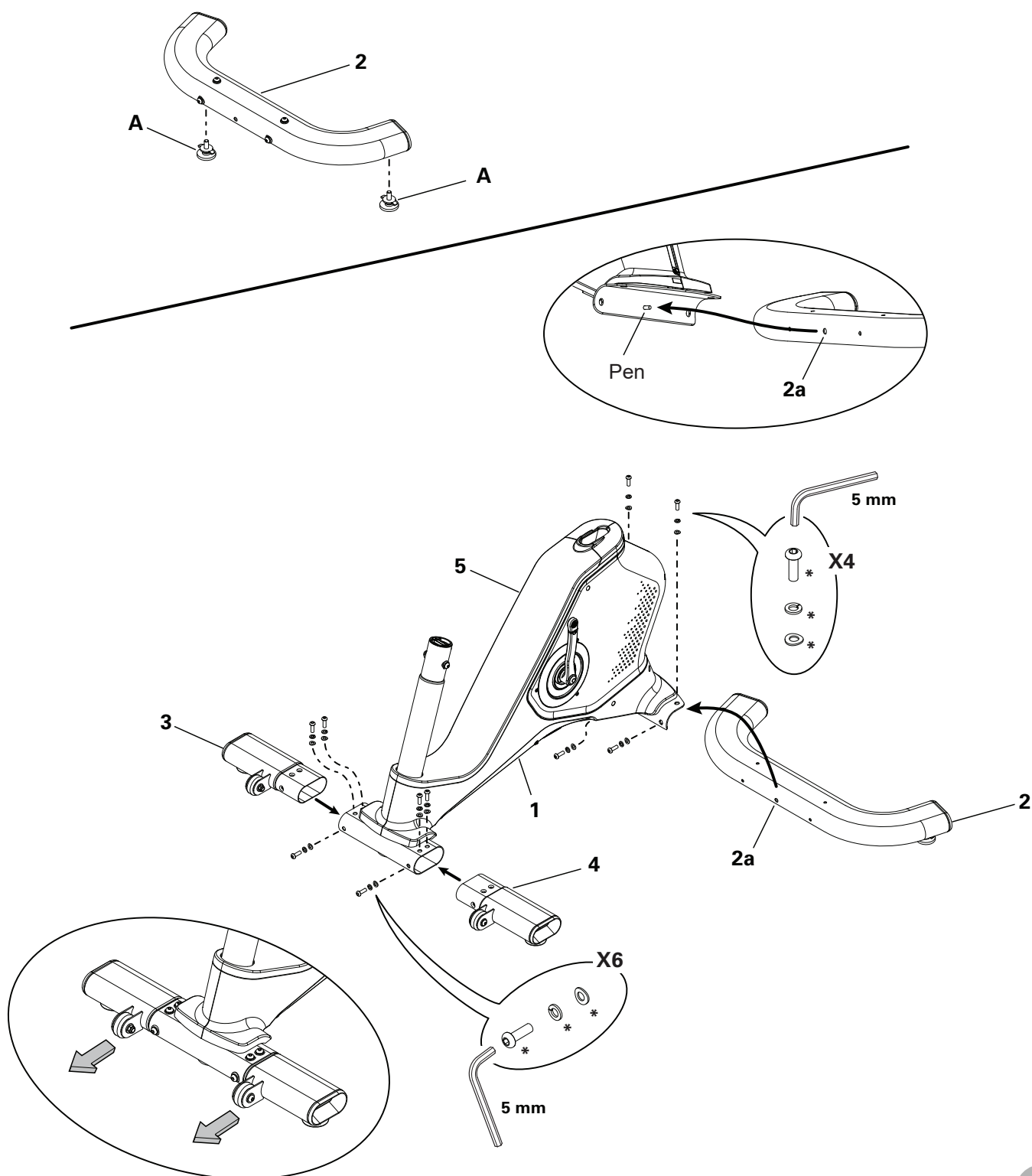
#2
13 mm
14 mm
15 mm



#2
13 mm
14 mm

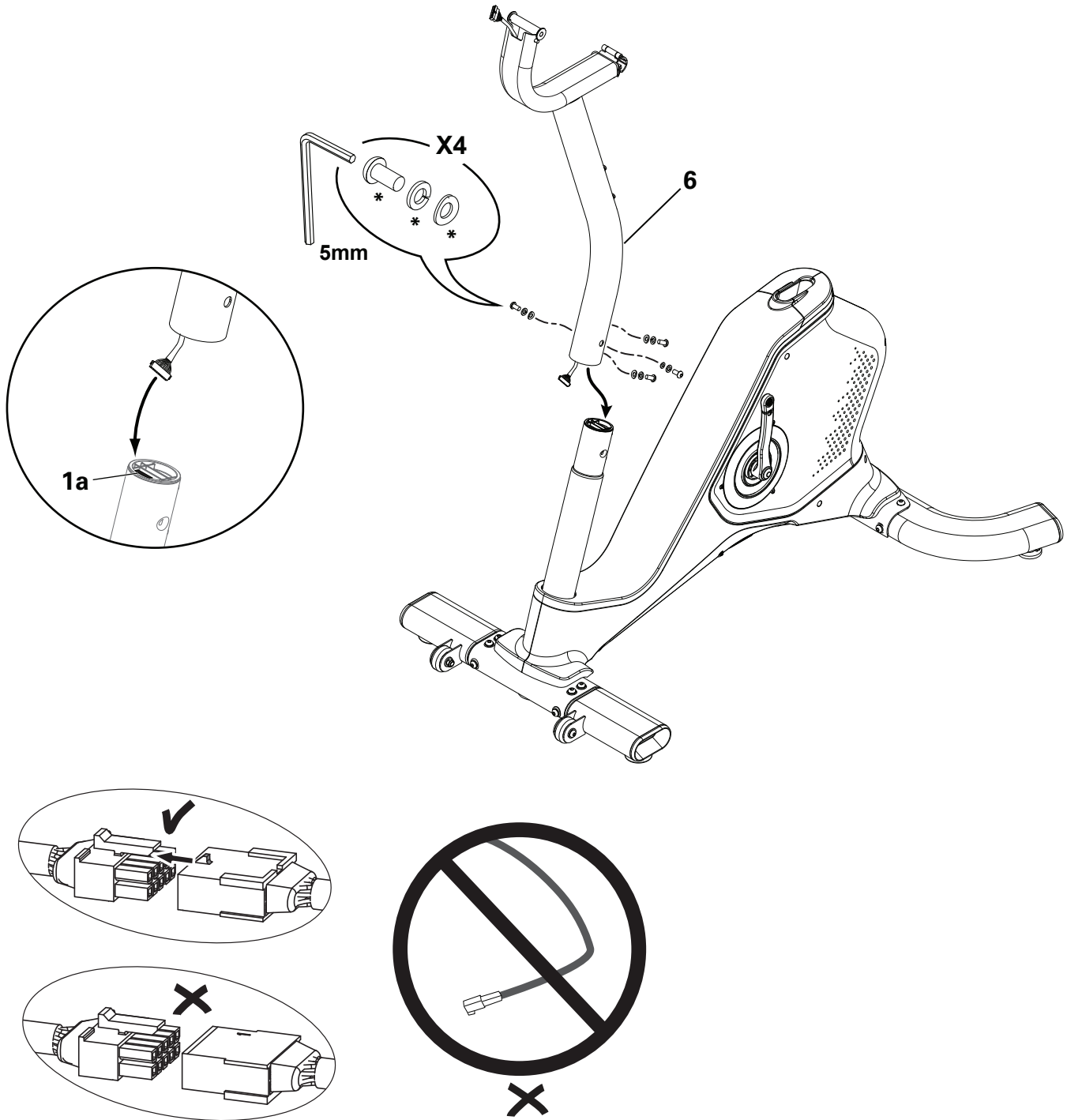
1. Bevestig de stelvoetjes aan de achterste stabilisatiesteun en bevestig de stabilisatiesteunen aan het hoofdframe

Opmerking: Het montagemateriaal(*) is vooraf geïnstalleerd op de stabilisatiesteunen en is dus niet aanwezig op de montagekaart. Verwijder voorzichtig het verpakkingsmateriaal in de beugel van de achterste stabilisatiesteun onder de bovenste beschermkap (5) en gooi het weg op een veilige manier. Zet de bovenste beschermkap momenteel nog niet vast. Plaats het middelste gat (2a) op de achterste stabilisatiesteun gelijk met de pen in de beugel van de achterste stabilisatiesteun. De pen ondersteunt de fiets tijdens de installatie van het montagemateriaal.



2. Sluit de kabels aan en installeer de consolemast op het gemonteerde frame

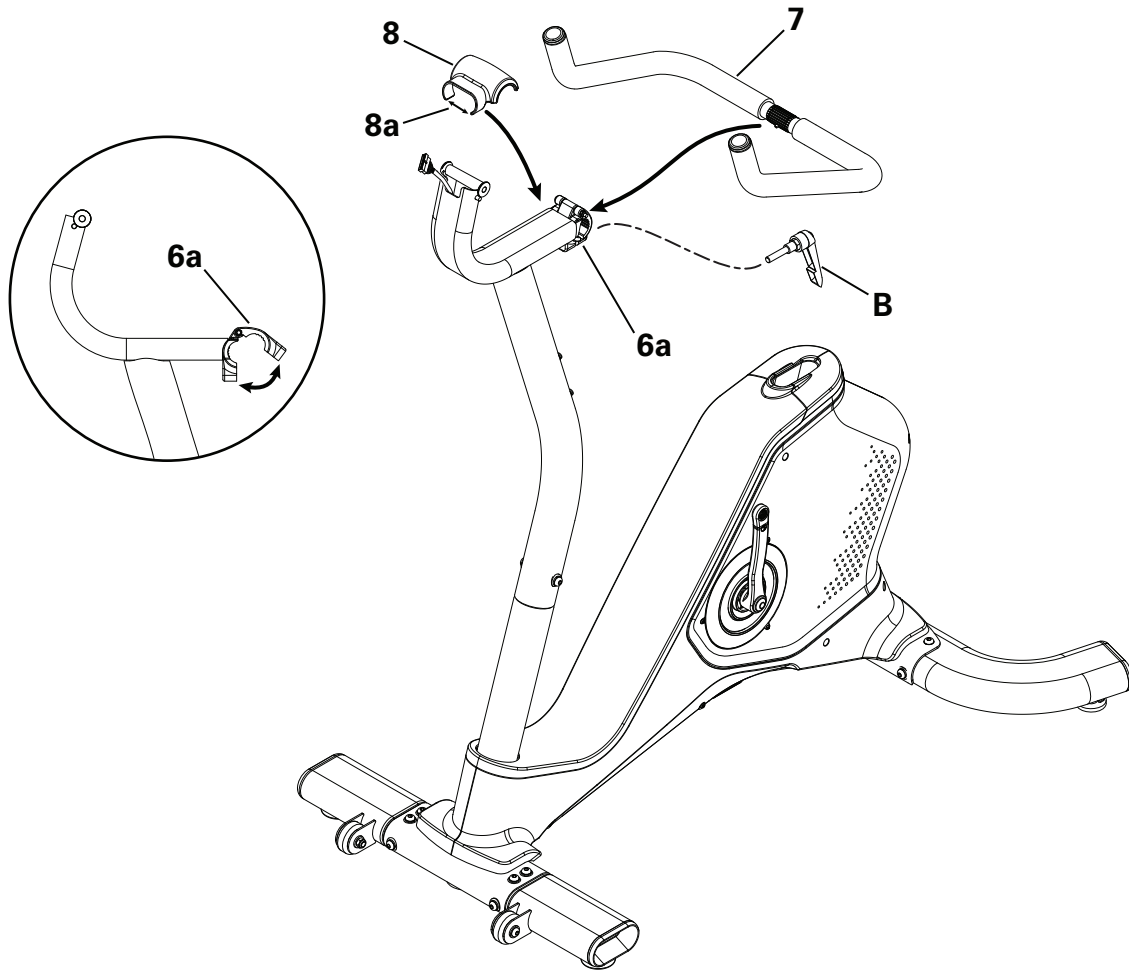
NB: Verwijder het vooraf geïnstalleerde montage materiaal (*) uit de mastconstructie. De framekabelconnector (1a) wordt bevestigd aan het plastic inzetstuk in de mastconstructie. Laat het plastic inzetstuk en de framekabelconnector op hun plaats en sluit de kabel van de consolemast voorzichtig aan. Plaats de clips op de kabelconnectoren tegenover elkaar en zorg dat de connectoren vastklikken. Snij of klem de kabels niet. Plaats de verende sluitringen tegenover elkaar, zodat het oppervlak gelijk ligt met de buis van de consolemast.



3. Installeer het stuur op de consolemast

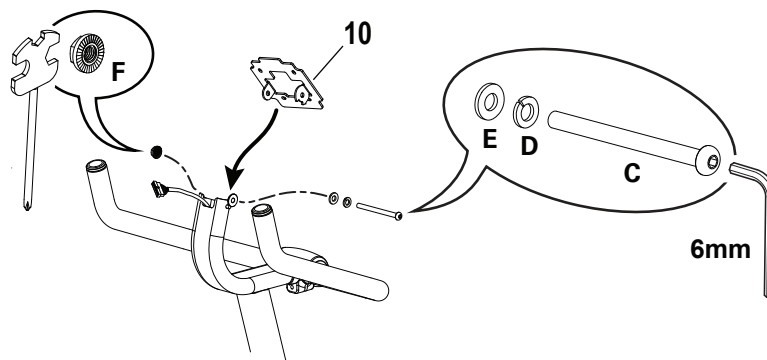
NB: Steek het stuur (7) in de klem (6a), verstel het stuur in de gewenste hoek en sluit de klem. Installeer de klemhendel van het stuur (B) door de gaten. Draai de hendel volledig vast, zodat het stuur wordt geblokkeerd.

Opmerking: Voor de installatie van de afdekking van de stuurconstructie (8), kan het nodig zijn om de opening (8a) iets te spreiden voordat u de afdekking op de stuurconstructie kunt duwen.



4. Bevestig de consolebeugel aan de consolemast

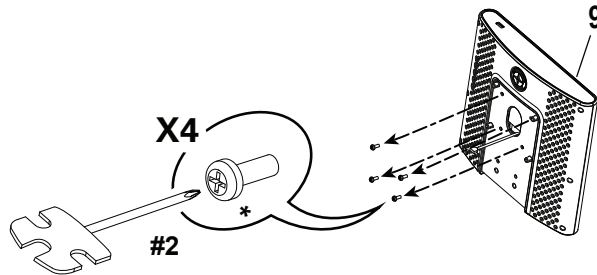
NB: Snij of klem de kabel niet.



5a. Verwijder de consoleschroeven

Opmerking: Verwijder de vooraf geïnstalleerde schroeven (*) uit de achterkant van de console.

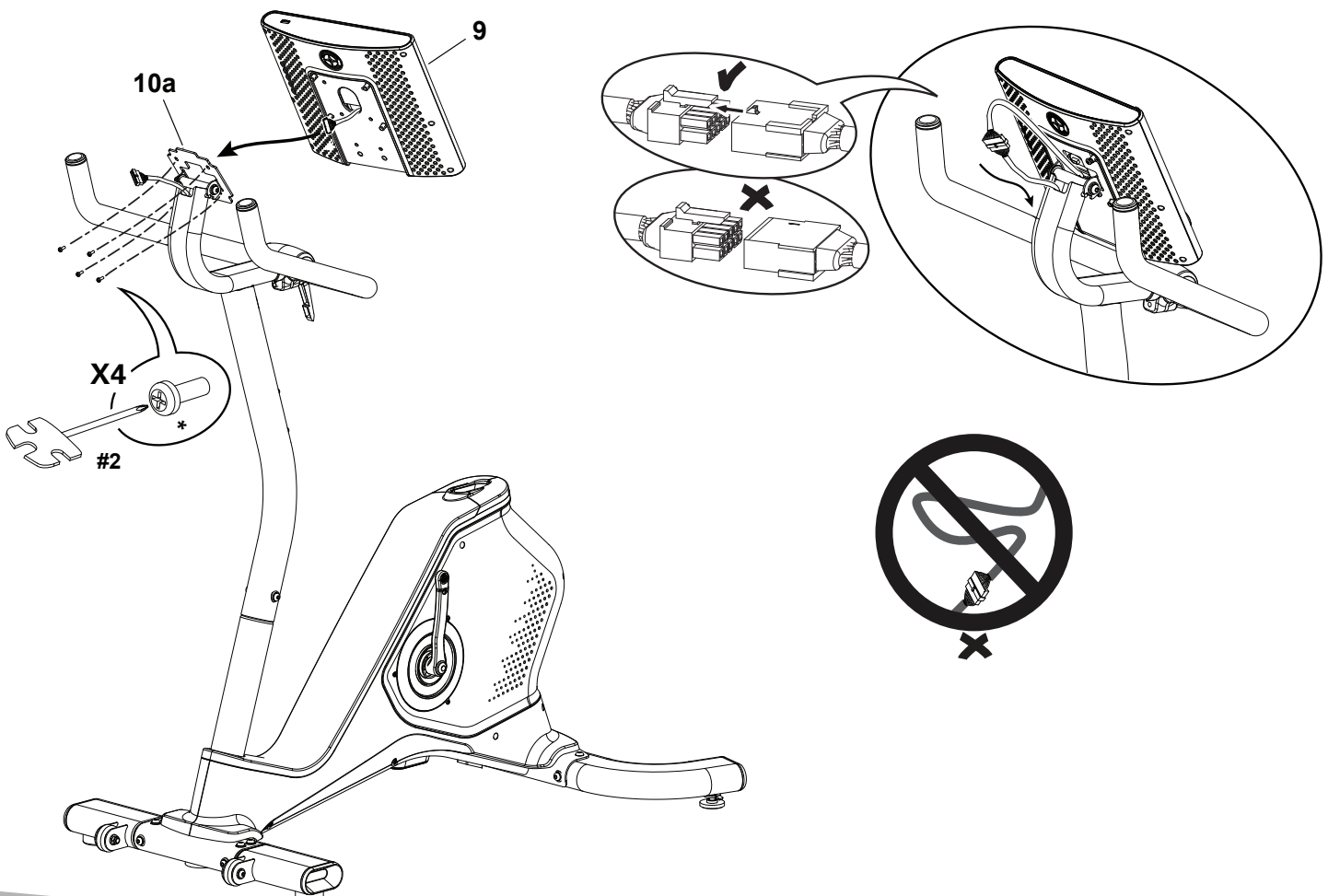
NB: Laat de schroeven niet in de console vallen. Snij of klem de kabel niet.



5b. Installeer het consoleblok op de consolemast

NB: Voor deze stap zijn twee personen nodig. Snij of klem de kabels niet.

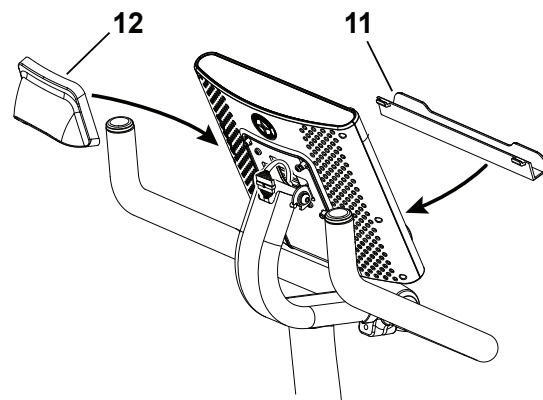
Opmerking: Kantel de console om het brede lipje (10a) aan de bovenkant van de consolebeugel te installeren. Geleid de consolekabel door de beugel. Bevestig de console aan de consolebeugel voordat u de kabels aansluit. Begin eerst met de onderste schroeven (*) en zet vervolgens alle schroeven vast. Sluit de consolekabel op de consolemastkabel aan. Plaats de clips op de kabelconnectoren tegenover elkaar en zorg dat de connectoren vastklikken. Duw het overschot aan kabel in de consolemast.



5c. Installeer het scharnierkapje en het mediadraagblad

NB: Snij of klem de kabels niet.

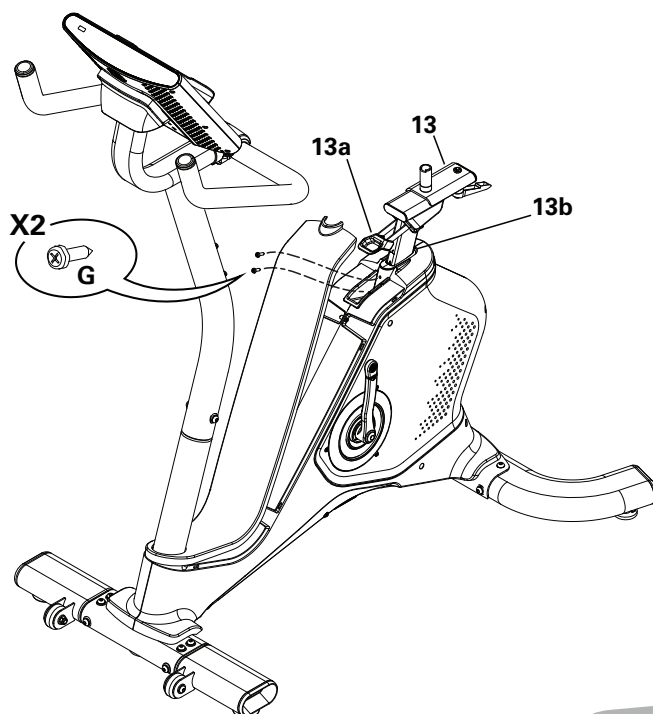
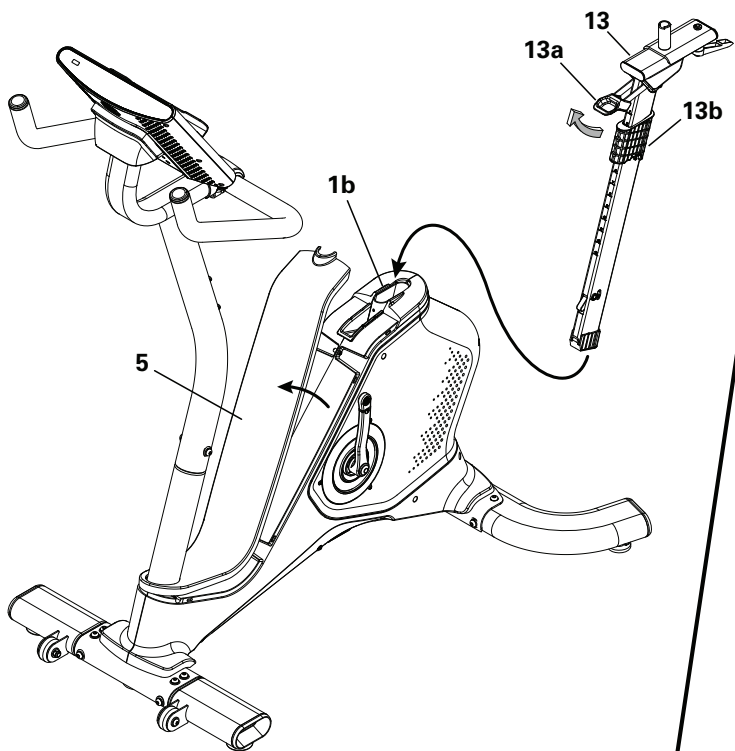
Opmerking: Verwijder de zelfklevende achterkant van het mediadraagblad. Steek de lipjes in de sleuven op de voorkant van de console en draai het mediadraagblad naar beneden. Druk het stevig en gelijkmatig tegen de voorkant van de console om het zelfklevende oppervlak goed te bevestigen.



6. Monteer de zadelpen en zet de bovenste beschermkap vast

NB: Schuif het bovenste uiteinde van de bovenste beschermkap (5) opzij om toegang te krijgen tot de zadelpenconstructie (1b). Trek de verstelhendel (13a) omhoog en schuif de zadelpen in de zadelpenconstructie. Duw de verstelhendel voorzichtig omlaag totdat deze terugveert in de vergrendelde stand. Duw de zadelpenbus (13b) omlaag in de zadelpenconstructie en zet deze vast met schroeven (G). Duw de bovenste beschermkap op zijn plaats over de zadelpenconstructie. Zorg dat de lipjes langs de randen van de bovenste beschermkap in het hoofdframe vastklikken.

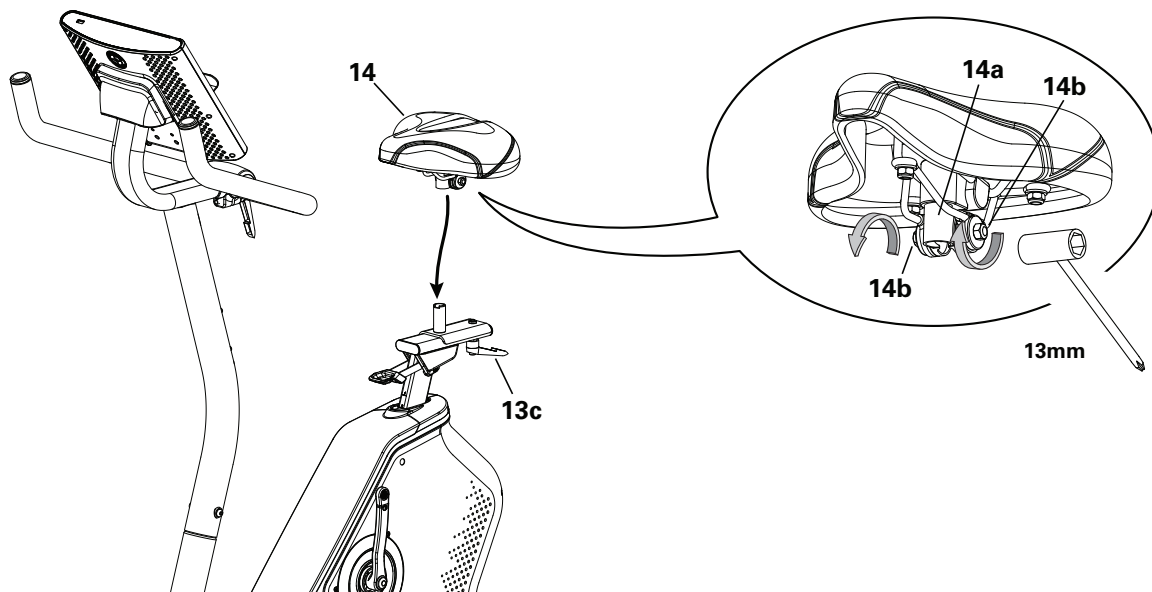
⚠ Stel de zadelpen niet hoger af dan de stopmarkering (STOP) op de buis. Zorg ervoor dat uw vingers niet bekneld kunnen raken.



7. Monteer het zadel op de zadelpen

NB: Draai de moeren (14b) van het zadel op de zadelklem (14a) niet los voordat u het zadel op de pen hebt geschoven. Zorg dat het zadel recht en waterpas staat. Houd het zadel op zijn plaats en draai beide moeren volledig vast om het zadel vast te zetten.

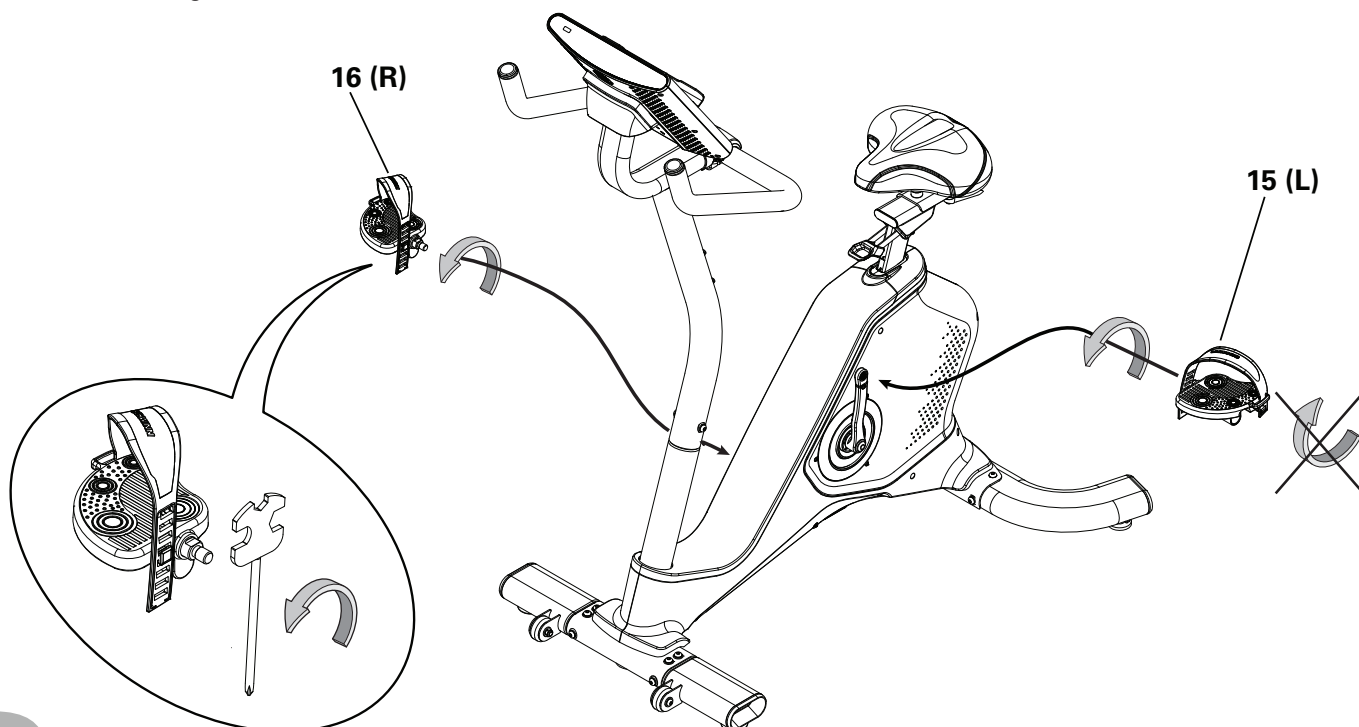
Draai de verstelhendel (13c) vast om het schuifmechanisme van het zadel vast te zetten.



8. Bevestig de pedaalriemen en monteer de pedalen

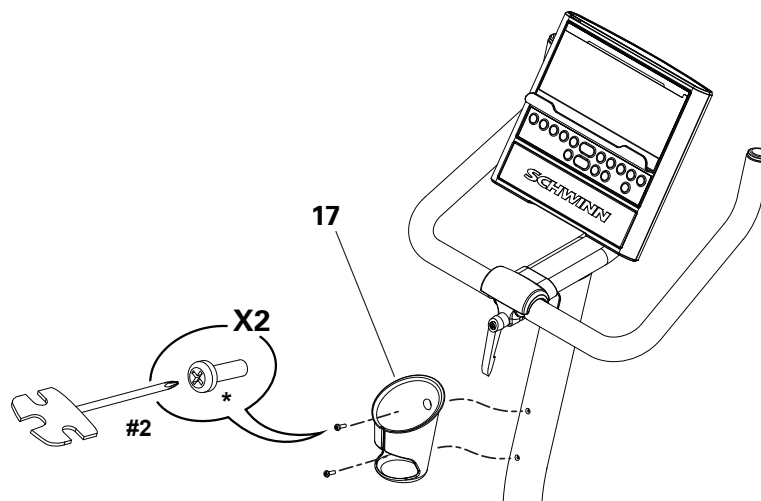
! Als de schroefdraad loskomt door onjuiste montage, kunnen de pedalen tijdens het gebruik van de fiets losraken en/of breken, wat kan leiden tot ernstig letsel voor de gebruiker.

Opmerking: Het linkerpedaal is voorzien van een omgekeerde schroefdraad. Zorg dat de pedalen aan de juiste kant van de fiets worden bevestigd. De richting moet worden bepaald vanuit een zithouding op de fiets. Het linkerpedaal is gemarkeerd met een 'L'; het rechterpedaal met een 'R'. Draai de pedalen eerst met de hand vast en vervolgens met de pedaalsleutel. De pedalen moeten volledig worden vastgedraaid.



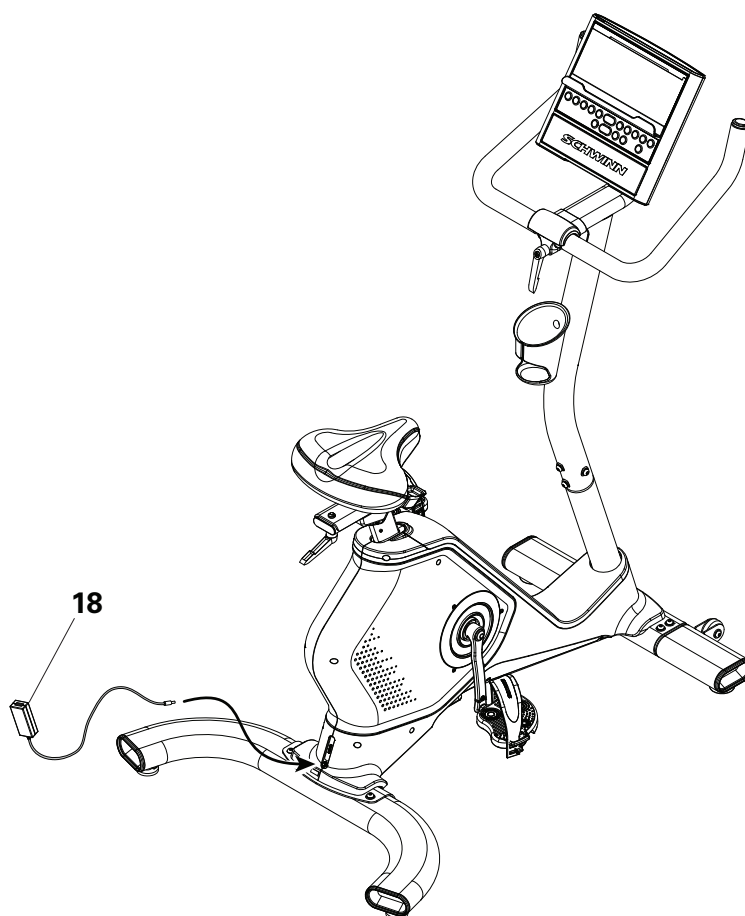
9. Monteer de bidonhouder

Opmerking: Het montagemateriaal(*) is vooraf geïnstalleerd op de consolemast.



10. Sluit het netsnoer aan

NB: Controleer of de connector helemaal in de stroomingang van het toestel is geduwd.



11. Laatste controle

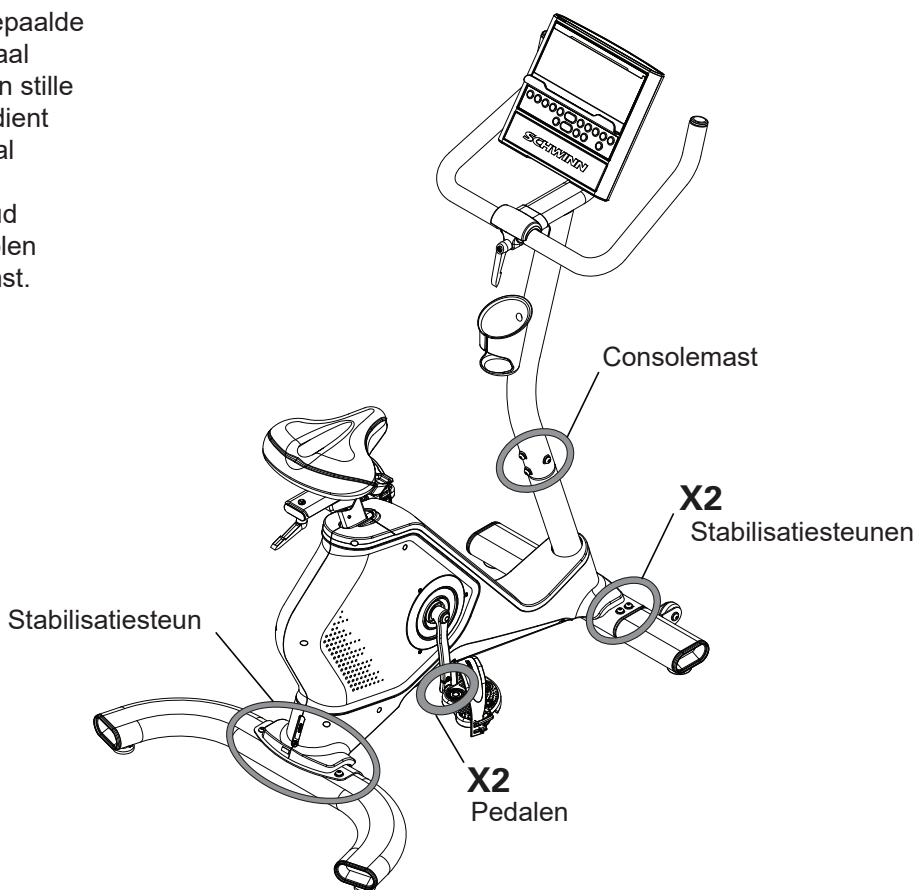
Zorg dat al het montagemateriaal goed vastzit en dat de onderdelen correct gemonteerd zijn.

Noteer het serienummer in het daarvoor bedoelde veld vooraan in deze handleiding.

Verwijder voorzichtig de beschermende plastic folie van het displayscherm, het toetsenblok en de bovenkant van de console. Als gevolg van statische elektriciteit kunnen er 'restbeelden' op het scherm verschijnen, maar deze verdwijnen na enkele minuten.

! Gebruik het toestel niet of stel het niet in werking totdat het volledig gemonteerd en gecontroleerd is op correcte werking in overeenstemming met de gebruikershandleiding.

NB: Na een aantal trainingen moeten bepaalde onderdelen van het montagemateriaal opnieuw worden vastgezet. Om een stille en soepele werking te garanderen dient u het aangegeven montagemateriaal na drie trainingen aan te draaien. Raadpleeg het hoofdstuk Onderhoud van deze handleiding voor aanbevolen onderhoudsintervallen in de toekomst.

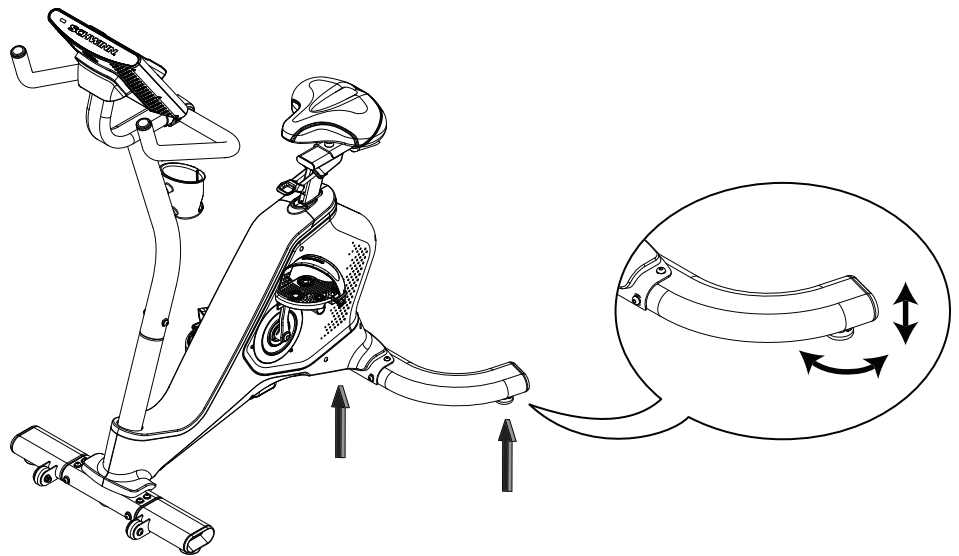


De fiets nivelleren

Aan weerszijden van de achterste stabilisatiesteun bevinden zich stelvoetjes. Draai aan de stelmoer om het stelvoetje te verstellen.

⚠ Verstel de stelvoetjes niet te hoog, zodat ze niet loskomen of van het toestel worden afgeschroefd. Hierdoor zou u zich kunnen verwonden of het toestel kunnen beschadigen.

Zorg dat de fiets waterpas staat en stabiel is voordat u begint te trainen.

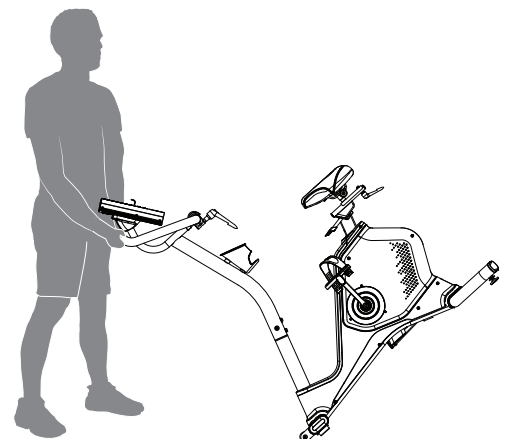


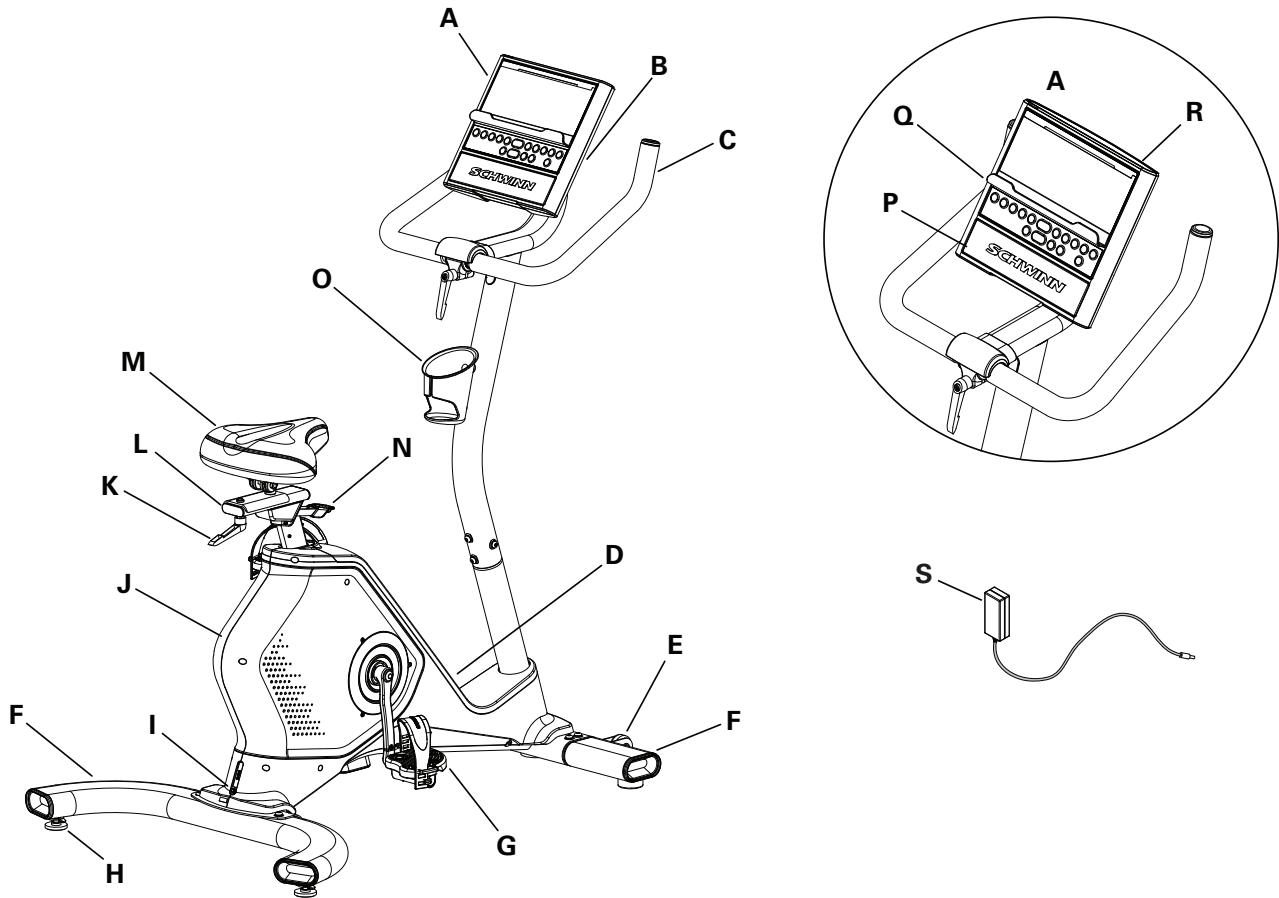
De fiets verplaatsen

⚠ Het toestel kan door één of meerdere personen worden verplaatst, afhankelijk van hun fysieke kracht en capaciteiten. Zorg dat u en de andere personen allemaal fysiek fit zijn en in staat zijn om het toestel veilig te verplaatsen.

1. Verwijder het netsnoer.
2. Kantel het stuur voorzichtig naar u toe, terwijl u de voorkant van de fiets omlaag duwt.
3. Duw het toestel naar zijn plaats.
4. Laat het toestel voorzichtig op zijn plaats zakken.

NB: Wees voorzichtig wanneer u de fiets verplaatst. Abrupte bewegingen kunnen de werking van de computer beïnvloeden.



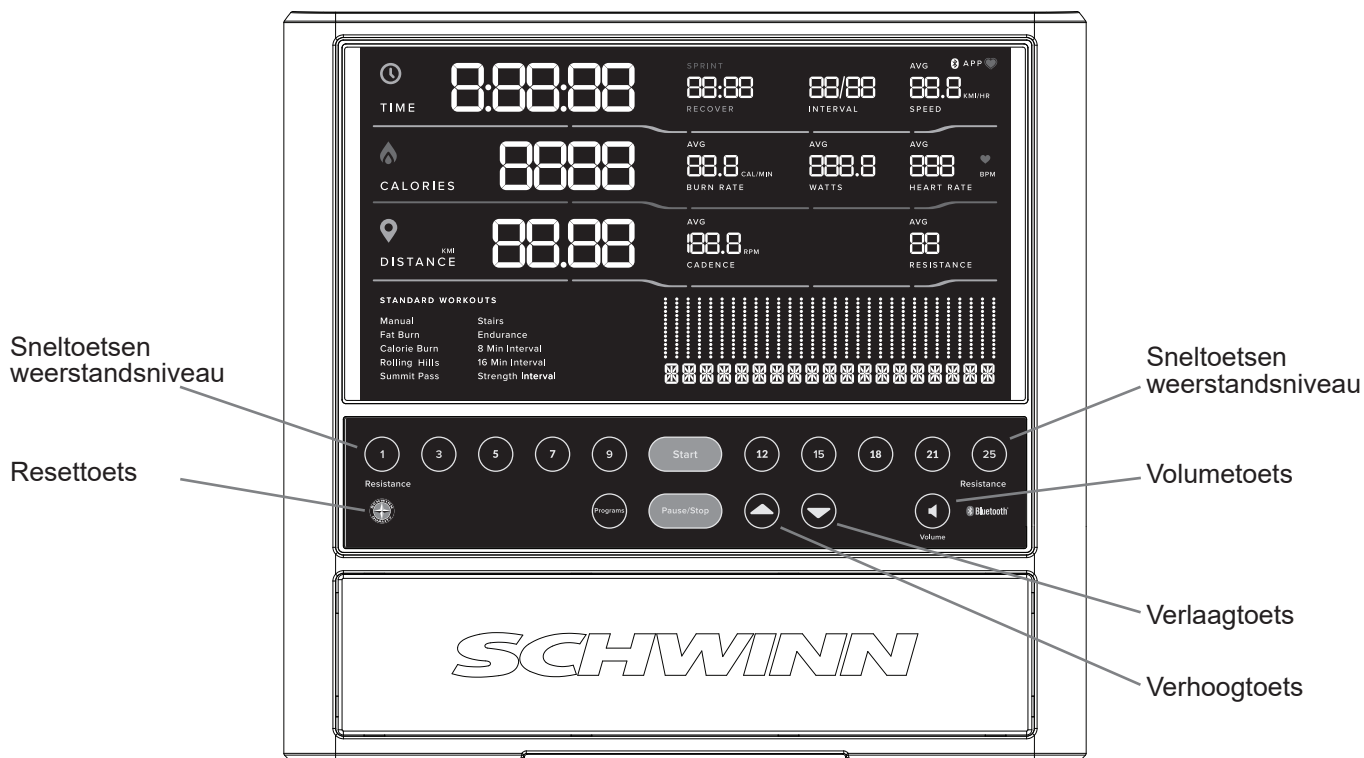


A	Console	L	Schuifmechanisme van het zadel
B	Verstelbare consolebeugel	M	Zadel
C	Stuur	N	Verstelhendel van het zadel
D	Doorstapframe	O	Bidonhouder
E	Transportwielen	P	Luidsprekers
F	Stabilisatiesteunen	Q	Mediadraagblad
G	Pedalen	R	USB-poort
H	Stelvoetjes	S	Netspanningsadapter
I	Stroomaansluiting	T	Bluetooth®-hartslagontvanger (HR) - (niet afgebeeld)
J	Volledig overkapt vliegwiel	U	Bluetooth®-connectiviteit (niet afgebeeld)
K	Verstelhendel van het schuifmechanisme van het zadel		

WAARSCHUWING! Gebruik de waarden die door de computer van het toestel worden berekend of opgemeten uitsluitend ter informatie. De hartslag die wordt weergegeven, is een benadering en mag alleen ter informatie worden gebruikt. Overmatig trainen kan ernstig letsel of de dood veroorzaken. Staak de training onmiddellijk als u zich zwak voelt.

Consolefuncties

De console verstrekt belangrijke informatie over uw training en stelt u in staat om de weerstandsniveaus tijdens uw training te regelen. De console is voorzien van aanraaktoetsen waarmee u door de trainingsprogramma's kunt navigeren.



Toetsenblokfuncties

Sneltoetsen weerstandsniveaus – Hiermee verschuift u tijdens een training de weerstandsniveaus snel naar de gewenste instelling.

Programmatoets – Tik om het menu met trainingsprogramma's te doorlopen.

Start-toets – Hiermee kunt u een programmatraining starten, informatie bevestigen of een gepauzeerde training hervatten.

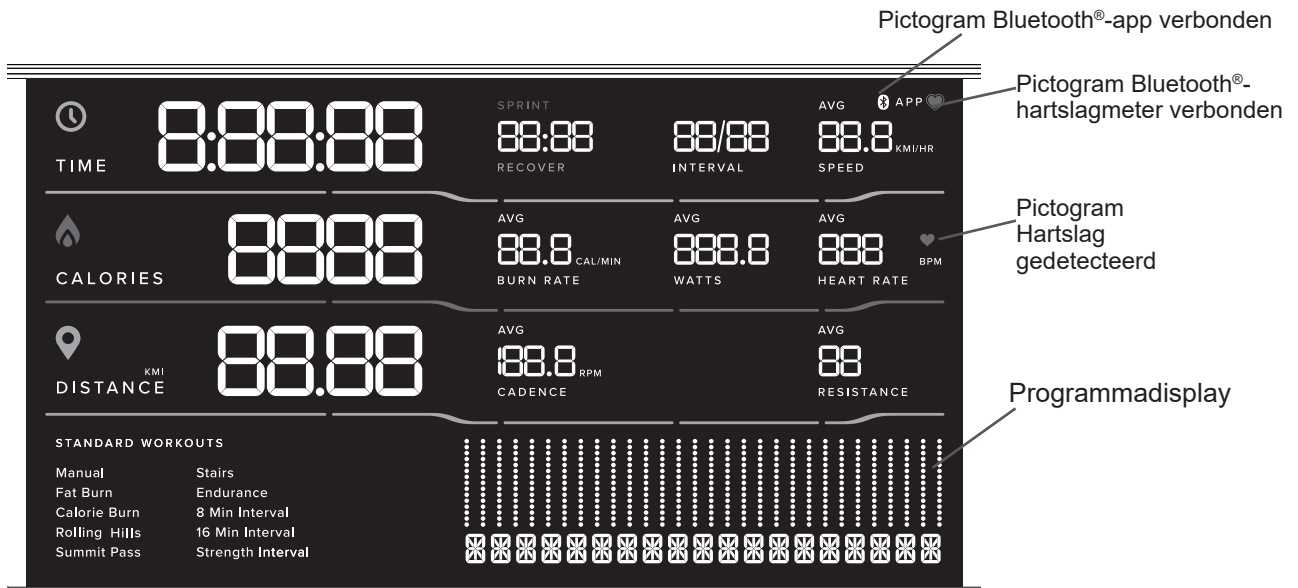
Pause/Stop-toets – Hiermee kunt u een actieve training pauzeren of een gepauzeerde training beëindigen.

Verhoogtoets (▲) – Hiermee kunt u het weerstandsniveau van de training verhogen of door opties navigeren.

Verlaagtoets (▼) – Hiermee kunt u het weerstandsniveau van de training verlagen of door opties navigeren.

Volumetoets – Hiermee stelt u het geluidsniveau van de console in. Tik om de volumeniveaus te doorlopen: Uit, 1, 2 (standaard), 3. **De volumetoets heeft geen invloed op het volume van uw eigen apparaat.**

Resettoets (Schwinn™-logo) – alleen voor gebruik door onderhoudstechnici. Als deze toets wordt ingedrukt tijdens het opstarten, worden de instellingen van de console teruggezet naar de fabrieksinstellingen. De console zal moeten worden bijgewerkt om volledig functioneel te worden. De trainingsgegevens blijven intact.



Consoledisplay

Pictogram Bluetooth®-app verbonden – Wordt weergegeven wanneer de console met de app is gekoppeld.

Pictogram Bluetooth®-hartslagmeter verbonden – Wordt weergegeven wanneer de console met een Bluetooth®-hartslagmeter is gekoppeld.

Pictogram Hartslag gedetecteerd – Wordt weergegeven wanneer de console een hartslagsignaal van een Bluetooth®-hartslagmeter ontvangt.

Tijd

Het TIJD-display toont de totale duur van de training.

Interval

Tijdens een intervaltraining worden hier het huidige actieve interval en het totale aantal intervallen voor de training weergegeven. Elk interval heeft een sprint- en een rustsegment.

Snelheid

Het SNELHEID-display toont de snelheid van het toestel in mijl per uur (mph) of kilometer per uur (km/h).

Calorieën

Het CALORIEËN-display toont het aantal calorieën dat u naar schatting tijdens het trainen hebt verbrand.

Calorieverbruik

De CALORIEVERBRUIK-display toont het aantal calorieën dat u per minuut verbruikt. Dit aantal is afhankelijk van de intensiteit, die wordt bepaald door het huidige toerental (trapsnelheid) en het weerstandsniveau. Als een van deze waarden verhoogt, dan verhoogt ook het calorieverbruik.

Watts

Het WATTS-display toont het geschatte uitgangsvermogen bij de huidige pedaalverplaatsing en intensiteitsniveau, uitgedrukt in watt (746 watt = 1 pk).

Hartslag (puls)

Het HARTSLAG-display toont het aantal slagen per minuut (BPM) vanaf de hartslagmeter. Wanneer de console een hartslagsignaal ontvangt, begint het pictogram te knipperen.

⚠ Vraag een arts om advies voordat u een trainingsprogramma start. Staak de training als u pijn of benauwdheid op de borst voelt, kortademig wordt of u flauw voelt. Vraag uw arts om advies voordat u het toestel opnieuw begint te gebruiken. De hartslag die wordt weergegeven, is een benadering en mag alleen ter informatie worden gebruikt.

Afstand

Het AFSTAND-display toont de afgelegde afstand (mijl of km) tijdens de training. De maximale afstandswaarde is 99,99. De standaardeenheid voor afstand is mijl (MI).

Opmerking: Om vóór het starten van een training te wisselen tussen kilometer en mijl houdt u de Programmatoets gedurende 3 seconden ingedrukt om de instelmodus van de console te openen. De prompt Systeemeenheden verschijnt. Druk op de verhoog-/verlaagtoetsen om de eenheden (KM/KG of MI/LB) te veranderen. Wanneer de gewenste meeteenheid wordt weergegeven, drukt u op de starttoets om de eenheid op te slaan.

Cadans

Het CADANS-display toont uw huidige trapsnelheid in omwentelingen per minuut (RPM).

Weerstand

Het WEERSTAND-display toont het huidige weerstandsniveau tijdens de training.

Programmadisplay

Het programmadisplay geeft informatie voor de gebruiker weer, en in het rasterdisplayveld wordt het programmaverloop getoond. Elke kolom in het profiel toont één interval (trainingssegment). Hoe hoger de kolom, hoe hoger de weerstand. De knipperende kolom geeft uw huidige interval weer.

Opladen via USB

Als een USB-apparaat op de USB-poort wordt aangesloten, zal het apparaat worden opgeladen indien dat mogelijk is. Afhankelijk van de stroomsterkte van het apparaat is het vermogen dat door de USB-poort wordt afgeleverd, mogelijk niet voldoende om het apparaat tegelijkertijd te gebruiken en op te laden.

Training met andere fitnessapps

Dit fitnessstoestel beschikt over geïntegreerde Bluetooth®-connectiviteit, waardoor het toestel kan worden gebruikt met een aantal fitnessapps. Voor onze meest recente lijst van ondersteunde apps gaat u naar: www.schwinnfitness.com

Uw JRNY™-abonnement gebruiken met uw toestel

Uw JRNY™ -abonnement* is toegankelijk via uw apparaat als het wordt gekoppeld met de console van dit Schwinn™-toestel. Met een JRNY™-abonnement ontvangt u begeleide trainingen die zijn aangepast aan uw mogelijkheden en handig worden weergegeven op uw apparaat en vriendelijke virtuele spraakbegeleide coaching die bedoeld is om u te helpen duurzame fitnessresultaten te behalen.

1. Download de app met de naam 'JRNY™'. De app is beschikbaar in de App Store en op Google Play™.
2. Zorg ervoor dat de Bluetooth®- en locatie-instellingen op uw apparaat geactiveerd zijn. Activeer deze instellingen indien nodig.
3. Open de app in de buurt van het toestel en volg de instructies om uw apparaat met het toestel te koppelen.

Als het niet lukt om de app met het toestel te koppelen, start u uw apparaat en het toestel opnieuw op. Herhaal stap 3.

Compatibel met Bluetooth®-hartslagmeting

Uw fitnessstoestel kan een signaal van een Bluetooth®-hartslagdetectieapparaat ontvangen. Wanneer de verbinding tot stand is gebracht, wordt het pictogram Bluetooth®-hartslagmeter verbonden op de console weergegeven. Zorg ervoor dat u de beschreven methode volgt om uw apparaat te synchroniseren.

 **Vraag uw arts om advies voordat u een Bluetooth®-borstband of een andere Bluetooth®-hartslagmeter gebruikt als u een pacemaker of een ander geïmplanteerd elektronisch apparaat draagt.**

Bluetooth®-hartslagmeter

Uw fitnessstoestel kan een signaal van een Bluetooth®-hartslagmeter (HR) ontvangen. Volg de instructies die bij uw Bluetooth®-hartslagmeter zijn geleverd.

 **Vraag uw arts om advies voordat u een Bluetooth®-armband of een andere Bluetooth®-hartslagmeter gebruikt als u een pacemaker of een ander geïmplanteerd elektronisch apparaat draagt.**

* Voor de JRNY™-ervaring hebt u een JRNY™-abonnement nodig – zie www.schwinnfitness.com/jrny voor meer informatie. Klanten uit de Verenigde Staten en Canada kunnen een JRNY™-abonnement verkrijgen door te bellen naar 800-269-4126 of naar www.schwinnfitness.com/jrny te gaan. Indien beschikbaar (inclusief de Verenigde Staten), kunt u ook een JRNY™-abonnement verkrijgen door de JRNY™-app op uw telefoon of tablet te downloaden en u in te schrijven via de gedownloade app. JRNY™-abonnementen zijn mogelijk niet in alle landen verkrijgbaar.

Opmerking: Zorg ervoor dat u vóór gebruik de beschermhoes (indien meegeleverd) van de hartslagsensor verwijderd.

1. Doe uw Bluetooth®-hartslagmeter aan en activeer hem.
2. De console zoekt actief naar hartslagmeters in de buurt, terwijl het pictogram Bluetooth®-hartslagmeter verbonden snel knippert.
3. Wanneer de verbinding tot stand is gebracht, knippert het pictogram Bluetooth®-hartslagmeter verbonden met uw hartslag en wordt uw huidige hartslagwaarde op de console weergegeven. U bent nu klaar om te gaan trainen.

Hartslagberekeringen

Uw maximale hartslag daalt doorgaans van 220 slagen per minuut (BPM) als kind tot ongeveer 160 BPM op de leeftijd van 60. Deze daling van de maximale hartslag verloopt meestal lineair, met ongeveer één BPM per jaar. Er zijn geen aanwijzingen dat de daling van de maximale hartslag door training kan worden beïnvloed. Mensen van dezelfde leeftijd kunnen verschillende maximale hartslagen hebben. Om deze waarde nauwkeurig te berekenen legt u dus beter een stresstest af in plaats van de formule op basis van de leeftijd toe te passen.

Uw hartslag in rusttoestand wordt beïnvloed door duurtraining. De doorsnee volwassene heeft een hartslag in rusttoestand van ongeveer 72 slagen per minuut, terwijl intensief getrainde lopers 40 slagen per minuut of lager kunnen halen.

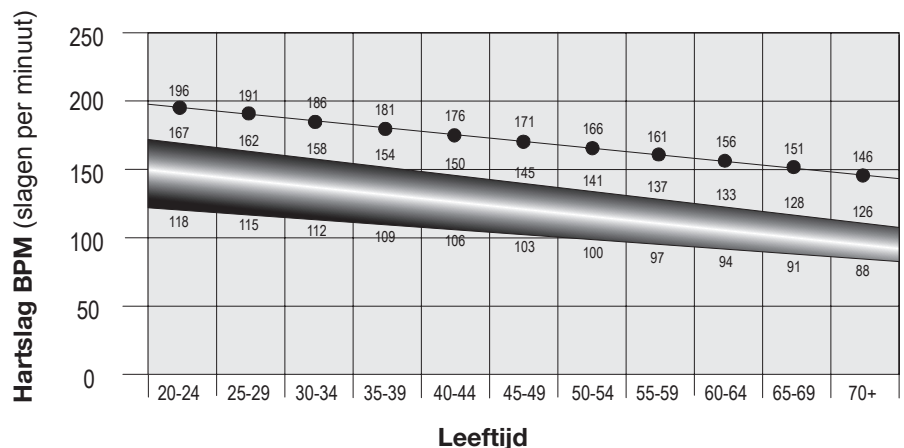
De hartslagtabel is een schatting van welke hartslagzone (HRZ) effectief is om vet te verbranden en uw cardiovasculaire conditie te verbeteren. Fysieke omstandigheden variëren. Daarom is het mogelijk dat uw individuele HRZ verschillende slagen hoger of lager ligt dan wat wordt weergegeven.

De meest efficiënte methode om vet te verbranden tijdens het trainen is te beginnen op een laag tempo en de intensiteit geleidelijk te verhogen totdat uw hartslag 60-85 % van uw maximale hartslag bereikt. Ga door op dat tempo, waarbij u uw hartslag in die doelzone houdt gedurende meer dan 20 minuten. Hoe langer u uw doelhartslag aanhoudt, hoe meer vet uw lichaam verbrandt.

De grafiek is een beknopte richtlijn met de doorgaans voorgestelde doelhartslagwaarden voor personen van uw leeftijd. Zoals we hierboven reeds vermeldden, kan uw optimale doelhartslag hoger of lager liggen. Vraag uw arts om advies in verband met uw persoonlijke doelhartslagzone.

Opmerking: Zoals dat met alle trainingen en fitnessprogramma's het geval is, moet u ook hier de intensiteit en de duur van de training naar eigen goeddunken verhogen.

Doelhartslag voor vetverbranding



Wat te dragen

Draag sportschoenen met rubberen zolen. Om te trainen hebt u geschikte kleding nodig waarin u vrij kunt bewegen.

Hoe vaak moet u trainen

⚠️ Vraag een arts om advies voordat u een trainingsprogramma start. Staak de training als u pijn of benauwdheid op de borst voelt, kortademig wordt of u flauw voelt. Vraag uw arts om advies voordat u het toestel opnieuw begint te gebruiken. Gebruik de waarden die door de computer van het toestel worden berekend of opgemeten uitsluitend ter informatie. De hartslag die op de console wordt weergegeven is slechts een benadering en mag alleen ter informatie worden gebruikt.

- 3 keer per week gedurende 30 minuten per dag.
- Plan trainingen op voorhand en probeer het schema te volgen.

Afstellen van de stoel

Het juist afstellen van de stoel helpt u maximale trainingsefficiëntie en -comfort te garanderen, terwijl u het risico op lichamelijk letsel verkleint.

1. Met één pedaal naar voren plaatst u de bal van uw voet in het midden van het pedaal. Uw been moet licht gebogen zijn ter hoogte van de knie.
2. Als uw been te gestrekt is of uw voet het pedaal niet raakt, zet het zadel van de gewone trainingsfiets dan wat lager. Als uw been te veel gebogen is, zet het zadel dan wat hoger.

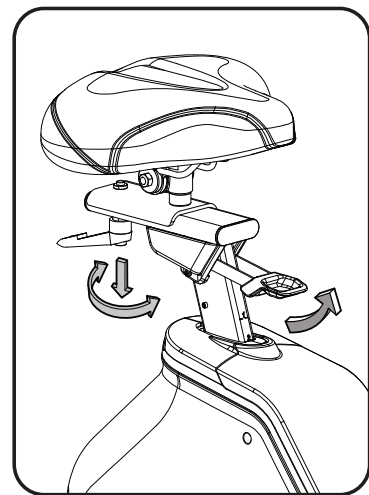
⚠️ Stap van de fiets voordat u het zadel verstelt.

3. Trek de verstelhendel omhoog. Stel het zadel op de gewenste hoogte af. De verstelhendel veert terug in de vergrendelde stand. Duw het zadel omlaag om te controleren of het vergrendelingsmechanisme volledig is ingeschakeld en het zadel vastzit.

⚠️ Stel de zadelpen niet hoger af dan de stopmarkering (STOP) op de buis.

4. Om het zadel dichterbij of verder van de console te zetten draait u de verstelhendel van het schuifmechanisme van het zadel los. Schuif het zadel in de gewenste stand en draai de hendel volledig vast. Trek de hendel naar beneden, draai hem naar achteren en laat hem vervolgens los.

Opmerking: Als de hendel niet kan worden gedraaid omdat hij contact maakt met een ander onderdeel, trek dan aan de hendel, draai eraan en duw hem terug naar binnen om hem te verzetten. Blijf draaien zolang dat nodig is.

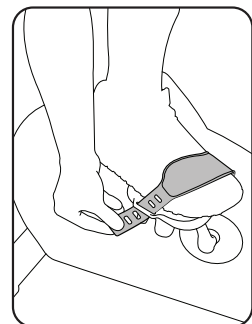


Plaatsing van de voet / Afstelling van de pedaalriem

Voetpedalen met riemen houden uw voeten veilig op de trainingsfiets.

1. Plaats de bal van elke voet op de pedalen.
2. Draai de pedalen totdat u er één kunt bereiken.
3. Maak de riem over uw schoen vast.
4. Doe hetzelfde voor de andere voet.

Richt uw tenen en knieën recht naar voren om een maximale trapkracht te garanderen. U kunt de pedaalriemen verschillende trainingen na elkaar gebruiken zonder ze te verstellen.



Opstart/Stand-by-modus / Startscherm

De console zal in de Opstart/Stand-by-modus worden geplaatst wanneer hij op een stroombron wordt aangesloten, wanneer er een toets wordt ingedrukt of wanneer hij een signaal ontvangt van de toerentalsensor als gevolg van trapbewegingen op het toestel.

Automatisch uitschakelen (slaapstand)

Als de console in een tijdspanne van ongeveer 5 minuten geen enkele input ontvangt, dan wordt hij automatisch uitgeschakeld. Het lcd-display is uitgeschakeld wanneer de console in de slaapstand staat.

Opmerking: De console heeft geen Aan/Uit-schakelaar.

Handmatig programma (Quick Start)

Met het handmatige programma (Quick Start) kunt u een training starten zonder enige informatie in te voeren.

Bij een handmatige training staat iedere kolom voor een periode van 1 minuut. De actieve kolom verschuift om de minuut verder over het scherm. Als de training langer duurt dan 18 minuten, dan wordt de actieve kolom aan de rechterkant vastgezet, waar een extra kolom wordt toegevoegd aan het trainingsprogramma.

1. Ga op het toestel zitten.
2. Druk op Start om de training te starten.

Om de weerstand te veranderen drukt u op de toetsen voor het verhogen of verlagen van de weerstand. Het huidige interval en de daaropvolgende intervallen worden ingesteld op het nieuwe niveau. De standaardwaarde van de weerstand voor het handmatige programma is 4. De klok telt op vanaf 00:00.

Opmerking: In het geval van een handmatige training van meer dan 9 uur 99 minuten en 59 seconden (9: 99:59) worden de tijdseenheden naar nul teruggezet. Denk eraan om deze waarden aan uw definitieve trainingsresultaten toe te voegen.

3. Stop met trappen en druk op Pause/Stop om de training te pauzeren wanneer u klaar bent. Druk nogmaals op Pause/Stop om de training te beëindigen.

Profielprogramma's

De profielprogramma's automatiseren verschillende weerstands- en trainingsniveaus.

1. Ga op het toestel zitten.
2. Tik op de programmatoets om door het menu met trainingsprogramma's naar de gewenste training te gaan.
3. Druk op Start om de training te starten.

Om het weerstandsniveau aan te passen drukt u op de verhoog-/verlaagtoetsen.

4. Stop met trappen en druk op Pause/Stop om de training te pauzeren wanneer u klaar bent. Druk nogmaals op Pause/Stop om de training te beëindigen.

Intervalprogramma's

Tijdens de intervalprogramma's worden intensievere 'Sprint'-periodes (meer weerstand) afgewisseld met langzamere periodes om weer op adem te komen ('Rust', of minder weerstand). Deze afwisseling tussen 'Sprint' en 'Rust' wordt gedurende de hele training herhaald. In de intervaltraining van 8 min. duurt de 'Sprint'-periode bijvoorbeeld 30 seconden en de 'Rust'-periode 90 seconden.

Opmerking: Elke 'Rust'-periode wordt weergegeven door 2 kolommen op het scherm.

! De 'Sprint'-periode van een intervalprogramma is een voorgestelde verhoging van het weerstandsniveau en de snelheid. Het verhoogde niveau mag alleen worden aangehouden als uw fysieke conditie dat toelaat.

Uithoudingsvermogen



Interval van 8 min.



Interval van 16 min.



Krachtinterval



Programma's zonder intervallen

Fat Burn



Calorie Burn



Rolling Hills



Summit Pass



Stairs



Weergave van trainingswaarden aanpassen

Om vóór het starten van een training te wisselen tussen kilometer en mijl houdt u de Programmatoets gedurende 3 seconden ingedrukt om de instelmodus van de console te openen. De prompt Systeemeenheden verschijnt. Druk op de verhoog-/verlaagtoetsen om de eenheden (KM/KG of MI/LB) te veranderen. Wanneer de gewenste meeteenheid wordt weergegeven, drukt u op de starttoets om de eenheid op te slaan.

Opmerking: De standaardmeetwaarden zijn MI/LB.

De weerstandsniveaus aanpassen

Druk op de verhoog- (▲) of verlaagtoetsen (▼) om het weerstandsniveau op ieder gewenst moment in een trainingsprogramma te wijzigen. Om het weerstandsniveau snel aan te passen drukt u op de gewenste weerstandssneltoets. De console zal de weerstand op het geselecteerde weerstandsniveau van de sneltoets instellen.

Pauzeren of stoppen

1. Druk op Pause/Stop of stop met trappen gedurende 5 seconden om uw training te pauzeren.
2. Om uw training voort te zetten drukt u op Start of begint u te trappen.

Om de training te stoppen drukt u op Pause/Stop. De console geeft dan het trainingsoverzicht weer. Druk opnieuw op PAUSE/STOP om naar het startscherm te gaan.

Het geluid van de console uitschakelen

Het geluid van de console kan worden uitgeschakeld. Om de geluidssignalen uit te schakelen tikt u op de volumetoets om de volumeniveaus te doorlopen: Uit, 1, 2 (standaard), 3. **De volumetoets heeft geen invloed op het volume van uw eigen apparaat.**

Opmerking: De console keert na elke inschakeling terug naar de laatste volume-instelling voor het geselecteerde gebruikersprofiel.

Trainingsoverzichtsmodus

Na een training verschijnt er op het consoledisplay 'Workout Complete' (Training voltooid) en vervolgens 'Saving Workout' (Training opslaan). De trainingsoverzichtswaarden worden gedurende 5 minuten op de console weergegeven. De training moet langer dan 1 minuut duren om de gegevens te kunnen opslaan.

Het overzicht bevat de totale en gemiddelde trainingswaarden. De totale trainingswaarden zijn Afstand, Tijd, Calorieën en Voltooidintervallen. De gemiddelde trainingswaarden zijn Calorieverbruik in sprint, Cadans, Hartslag (indien beschikbaar) en Weerstand.

Opmerking: Als tijdens de training geen hartslag is gedetecteerd, dan rapporteert de console geen waarde.

Het trainingsoverzicht eindigt na 5 minuten of als Pause/Stop wordt ingedrukt.

Instelmodus van de console – Systeemmenu

In de instelmodus van de console kunt u de meeteenheden instellen op Engelse of metrische maten, de helderheid van het scherm aanpassen, onderhoudsstatistieken bekijken (zoals bedrijfsuren en softwareversie – uitsluitend voor gebruik door onderhoudstechnici) of de console resetten.

1. Houd de programmatoets gedurende 3 seconden ingedrukt terwijl u in de opstartmodus bent om naar de instelmodus van de console (systeemmenu) te gaan.

Opmerking: Druk op Pause/Stop-toets om het systeemmenu te verlaten en naar het opstartscherm terug te keren.

2. Op het consoledisplay verschijnt de prompt 'System Units' (systeemeenheden) met de huidige instelling. De standaardinstelling is Engelse eenheden. Druk op de verhoog-/verlaagtoetsen om te wisselen tussen Engelse (MI/LB) en metrische maten (KM/KG).

Opmerking: Als de eenheden worden gewijzigd wanneer er in de gebruikersstatistieken gegevens aanwezig zijn, dan worden de statistieken omgezet naar de nieuwe eenheden.

3. Druk op de Programs-toets om de selectie in te stellen en door te gaan naar de volgende menuoptie.

Opmerking: Om de selectie op te slaan en het systeemmenu te verlaten drukt u op de Start-toets. Om het systeemmenu te verlaten zonder op te slaan drukt u op de Pause/Stop-toets.

4. Op het consoledisplay verschijnt de prompt 'Bluetooth-verbinding verbreken'. De standaardoptie is NEE. Met de optie JA wordt de verbinding met alle Bluetooth®-apparaten verbroken. Druk op de verhoog-/verlaagtoetsen om te wisselen tussen de opties (JA/NEE).

5. Druk op de Programs-toets om de selectie in te stellen en door te gaan naar de volgende menuoptie.

6. Op het consoledisplay verschijnt de prompt 'LCD Brightness' (helderheid LCD) met de 5 helderheidsniveaus: 100 %, 95 % (standaard), 90 %, 85 %, 80 %. Het huidige helderheidsniveau knippert. Druk op de verhoog-/verlaagtoets om naar het gewenste niveau te gaan.

7. Druk op de Programs-toets om de selectie in te stellen en door te gaan naar de volgende menuoptie.

8. Op het consoledisplay verschijnt de variant van het montagemateriaal en de firmwareversie van de console.
9. Druk op de Programs-toets om naar de volgende menuoptie te gaan.
10. Op het consoledisplay verschijnt het serienummer dat op de toestelvoet staat.
11. Druk op de Programs-toets om naar de volgende menuoptie te gaan.
12. Op het consoledisplay verschijnt de variant van het montagemateriaal (toesteltype).
13. Druk op de Programs-toets om de selectie in te stellen en door te gaan naar de volgende menuoptie.
14. Op het consoledisplay verschijnen de bedrijfsuren (totaal aantal uren training).
15. Druk op de Programs-toets om naar de volgende menuoptie te gaan.
16. Op het consoledisplay verschijnt de BLE-versie.
17. Druk op de Programs-toets om naar de volgende menuoptie te gaan.
18. Op het consoledisplay verschijnt de BTC-versie.
19. Druk op de Programs-toets om naar de volgende menuoptie te gaan.
20. Op het consoledisplay verschijnt de EX SNSR-versie.
21. Druk op de Programs-toets om naar de volgende menuoptie te gaan.
22. Op het consoledisplay verschijnt de prompt Foutmeldingen bekijken (alleen voor gebruik door onderhoudstechnici). De standaardoptie is NEE. Met de optie JA worden de huidige foutmeldingen getoond. Druk op de verhoog-/verlaagtoetsen om te wisselen tussen de opties (JA/NEE).
23. Druk op de programmatoets om naar de volgende menuoptie te gaan.
24. Op het consoledisplay verschijnt de prompt Foutmeldingen wissen (alleen voor gebruik door onderhoudstechnici). De standaardoptie is NEE. Met de optie JA wordt het foutenlogboek volledig gewist. Druk op de verhoog-/verlaagtoetsen om te wisselen tussen de opties (JA/NEE).
25. Druk op de programmatoets om naar de volgende menuoptie te gaan.
26. Op het consoledisplay verschijnt de prompt 'Reset'. De standaardoptie is NO. Druk op de Pause/Stop-toets om het menu te verlaten zonder te resetten.

Opmerking: Met de optie JA worden de systeemeenheden, de LCD-helderheid en de demomodus teruggezet naar de standaardinstellingen. De bedrijfsuren worden niet gereset.

Druk op de verhoog-/verlaagtoetsen om te wisselen tussen de opties YES/NO.
Druk op de Start-toets om de selectie in te stellen en het systeemmenu te verlaten.
27. De console geeft het opstartscherm weer.

Lees alle onderhoudsvorschriften volledig voordat u aan een reparatie begint. Sommige taken kunt u alleen met de hulp van een tweede persoon uitvoeren.

! Het toestel moet regelmatig worden geïnspecteerd om schade vast te stellen en reparaties uit te voeren. De eigenaar is verantwoordelijk voor het regelmatig uitvoeren van onderhoud. Versleten, beschadigde of losse onderdelen moeten onmiddellijk worden gerepareerd of vervangen. Er mogen uitsluitend door de fabrikant aangeleverde onderdelen worden gebruikt om het product te onderhouden en te repareren.

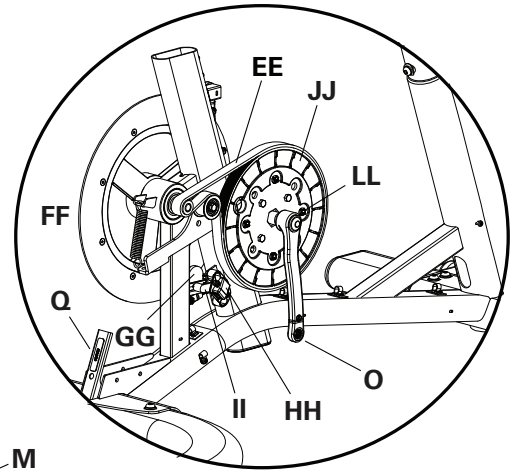
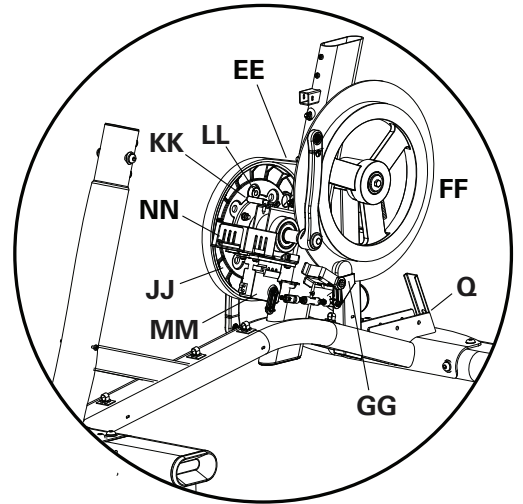
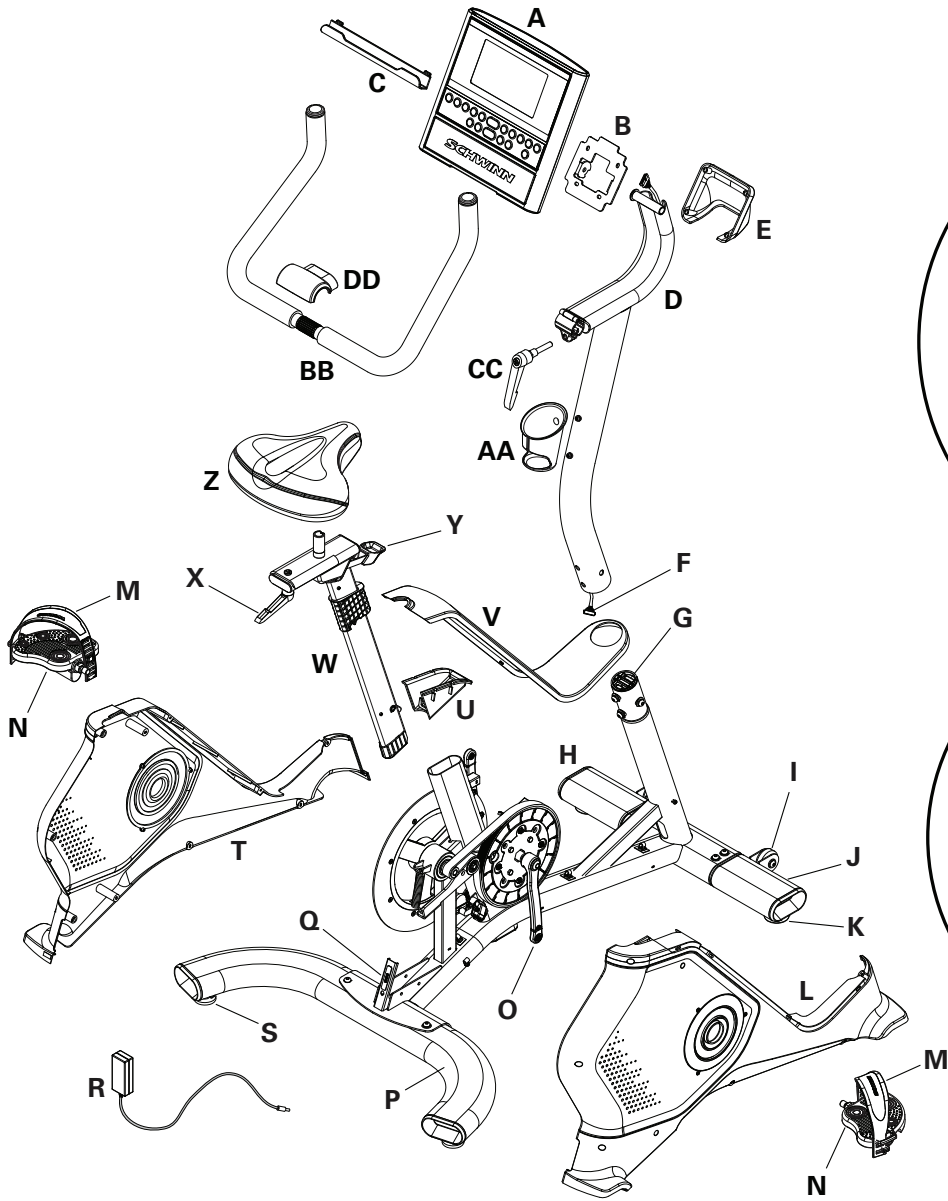
Als de waarschuwingsklevers op een gegeven moment niet meer goed kleven, onleesbaar worden of loskomen, vervang ze dan. Indien aangekocht in de VS/Canada, kunt u nieuwe klevers bij de klantenservice verkrijgen. Indien aangekocht buiten de VS/Canada, kunt u nieuwe klevers bij uw lokale distributeur verkrijgen.

Schakel de stroomtoevoer naar het toestel volledig uit voordat u onderhoud uitvoert.

- Dagelijks: Inspecteer het trainingstoestel voor elk gebruik op loszittende, defecte, beschadigde of versleten onderdelen.
Gebruik het toestel niet als u een probleem vaststelt. Repareer of vervang alle onderdelen bij de eerste tekenen van slijtage. Controleer de pedalen en zet ze zo nodig vast. Veeg na elke training vocht van het toestel en de console met behulp van een vochtige doek.
Opmerking: Gebruik voor de console niet te veel water.
NB: Gebruik zo nodig alleen een mild afwasmiddel met een zachte doek om de console schoon te maken. Maak het toestel niet schoon met een oplosmiddel op basis van aardolie of met een product dat ammoniak bevat. Maak de console niet schoon in direct zonlicht of bij hoge temperaturen. Zorg dat de console niet nat wordt.
- Wekelijks: Controleer de pedalen en crankarmen en zet ze zo nodig vast.
! **Trap niet terug of achteruit. Hierdoor kunnen de pedalen losraken, wat kan leiden tot schade aan het toestel en/of letsel voor de gebruiker. Bedien dit toestel nooit met losse pedalen**
Maak het toestel schoon om stof of vuil te verwijderen. Controleer of het schuifmechanisme van de stoel nog vlot werkt. Desnoods brengt u een zeer dun laagje smeermiddel op basis van 100 % silicone aan om de werking minder stroef te maken.
! **Smeermiddel op basis van silicone is niet bedoeld voor consumptie door de mens. Buiten het bereik van kinderen houden. Opbergen op een veilige plaats.**
Opmerking: Gebruik geen producten op basis van aardolie.
- Maandelijks of na 20 uur: Controleer of alle bouten en schroeven goed zijn aangehaald. Zet ze indien nodig beter vast.

! Wanneer het toestel in een gedeelde of institutionele omgeving wordt gebruikt, raden we aan dat de pedalen jaarlijks worden vervangen om de veiligheid van de gebruiker en de prestaties zo goed mogelijk te handhaven. **Gebruik alleen vervangingspedalen van Nautilus. Andere pedaalmerken zijn mogelijk niet geschikt voor dit product en kunnen een gevaar vormen voor gebruikers en omstanders. De garantie zal er ook door komen te vervallen.**

Onderhoudsonderdelen



A	Console	O	Crankarmen	CC	Klemhendel van het stuur
B	Consolebeugel	P	Achterste stabilisatiesteun	DD	Afdekking stuurconstructie
C	Mediadraagblad	Q	Stroomingang	EE	Aandrijfriem
D	Consolemast	R	Netspanningsadapter	FF	Vliegwielen
E	Afdekking scharnier	S	Stelvoetjes	GG	Magneetslede
F	Datakabel, bovenaan	T	Linkerbeschermkap	HH	Weerstandssensor
G	Inzetstuk, onderste mast	U	Afdekking boutpal	II	Weerstandsmagneet
H	Voorste stabilisatiesteun, links	V	Bovenste beschermkap	JJ	Aandrijfpoelie
I	Transportwielen	W	Zadelpen met schuifmechanisme	KK	TPM-sensor (snelheid)
J	Voorste stabilisatiesteun, rechts	X	Verstelhendel van het schuifmechanisme van het zadel	LL	Snelheidssensormagneet (4)
K	Stelvoetje	Y	Verstelhendel van het zadel	MM	Servomotor
L	Rechterbeschermkap	Z	Zadel	NN	PCBA-blok
M	Pedaalriemen	AA	Bidonhouder		
N	Pedalen	BB	Stuur		

Situatie/Probleem	Te controleren	Oplossing
Geen weergave/gedeeltelijke weergave/toestel wil niet opstarten	Controleer het stopcontact	Zorg dat het toestel is aangesloten op een werkend stopcontact.
	Controleer de aansluiting aan de voorkant van het toestel	De aansluiting moet goed vastzitten en onbeschadigd zijn. Vervang de adapter of aansluiting van een toestel als een van beide beschadigd is.
	Controleer de integriteit van de datakabel	Alle draden in de kabel moeten intact zijn. Vervang de kabel als u vaststelt dat er draden geklemd of doorgesneden zijn.
	Controleer de aansluitingen/oriëntatie van de datakabel	Zorg dat de kabels aan de basis van de mast en de achterkant van de console goed vastzitten en juist zijn georiënteerd. De kleine kabelsluiting op de connector moet juist zijn ingevoerd en vastklikken.
	Controleer of het consoledisplay niet beschadigd is	Zoek naar zichtbare tekenen dat het consoledisplay gebarsen of anderszins beschadigd is. Vervang de console, indien beschadigd.
	Consoledisplay	Als alle aansluitingen prima zijn en de console toch niet alles behoorlijk weergeeft, dan moet u hem vervangen.
		Als de bovenstaande stappen het probleem niet verhelpen, neem dan contact op met de klantenservice (als u in de VS/Canada woont) of met uw lokale distributeur (als u niet in de VS/Canada woont).
Het consoledisplay geeft de foutcode '0 Base Hub Comm Error' weer	Controleer de integriteit van de datakabel	Alle draden in de kabel moeten intact zijn. Vervang de kabel als u vaststelt dat er draden geklemd of doorgesneden zijn.
	Controleer de aansluitingen/oriëntatie van de datakabel	Zorg dat de kabels aan de basis van de mast en de achterkant van de console goed vastzitten en juist zijn georiënteerd. De kleine kabelsluiting op de connector moet juist zijn ingevoerd en vastklikken.
	Controleer of het consoledisplay niet beschadigd is	Zoek naar zichtbare tekenen dat het consoledisplay gebarsen of anderszins beschadigd is. Vervang de console, indien beschadigd.
		Als de bovenstaande stappen het probleem niet verhelpen, neem dan contact op met de klantenservice (als u in de VS/Canada woont) of met uw lokale distributeur (als u niet in de VS/Canada woont).
Het consoledisplay geeft de foutcode '3 Stuck Button Error' weer	Controleer het toetsenblok van de console	Controleer of er geen toetsen vastzitten op het toetsenblok van de console. Vervang de console, indien beschadigd.
		Als de bovenstaande stappen het probleem niet verhelpen, neem dan contact op met de klantenservice (als u in de VS/Canada woont) of met uw lokale distributeur (als u niet in de VS/Canada woont).
Het consoledisplay geeft de foutcode '5 NVRAM Error' weer	Console	Duidt op een probleem met het flashgeheugen van de console. Neem contact op met de klantenservice (als u in de VS/Canada woont) of met uw lokale distributeur (als u niet in de VS/Canada woont).
Het toestel werkt, maar de Bluetooth®-hartslag wordt niet weergegeven	Hartslagmeter (niet meegeleverd)	Volg de instructies voor het oplossen van problemen die bij het apparaat zijn meegeleverd.
	Batterijen hartslagmeter	Als de hartslagmeter voorzien is van vervangbare batterijen, plaats dan nieuwe batterijen.

Situatie/Probleem	Te controleren	Oplossing
	Interferentie	Probeer het toestel wat verder uit de buurt van storingsbronnen (tv, magnetron, enz.) te plaatsen.
	Vervang de hartslagmeter	Als de interferentie is verholpen en de hartslagmeting nog niet werkt, vervang dan de hartslagmeter.
	Vervang de console	Als de hartslagmeting nog altijd niet werkt, vervang dan de console.
Geen weergave van snelheid/toerental, console geeft foutmelding 'Gelieve te trappen' weer	Controleer de integriteit van de datakabel	Alle draden in de kabel moeten intact zijn. Vervang de kabel als u vaststelt dat er draden geklemd of doorgesneden zijn.
	Controleer de aansluitingen/oriëntatie van de datakabel	Zorg dat elke kabel veilig is aangesloten en goed georiënteerd is. De kleine kabelsluiting op de connector moet juist zijn ingevoerd en vastklikken.
	Controleer de positie van de magneet (hiervoor moet de beschermkap worden verwijderd)	De magneet moet op de poelie bevestigd zijn.
	Controleer de snelheidssensor (hiervoor moet de beschermkap worden verwijderd)	De snelheidssensor moet gelijk worden gezet met de magneet en met de datakabel worden verbonden. Verplaats de sensor indien nodig. Vervang de sensor als u schade vaststelt aan de sensor of de aansluitdraad.
Weerstand verandert niet (toestel kan worden ingeschakeld en werkt)	Controleer de integriteit van de datakabel	Alle draden in de kabel moeten intact zijn. Vervang de kabel als u vaststelt dat er draden geklemd of doorgesneden zijn.
	Controleer de aansluitingen/oriëntatie van de datakabel	Zorg dat de kabel veilig is aangesloten en goed georiënteerd is. Herinstalleer alle aansluitingen. De kleine kabelsluiting op de connector moet juist zijn ingevoerd en vastklikken.
	Controleer de servomotor (hiervoor moet de beschermkap worden verwijderd)	Indien de magneten bewegen, verplaats ze totdat ze zich binnen het juiste bereik bevinden. Vervang de servomotor als deze niet correct werkt.
	Controleer de console	Zoek naar zichtbare tekenen dat de console beschadigd is. Vervang de console, indien beschadigd.
		Als de bovenstaande stappen het probleem niet verhelpen, neem dan contact op met de klantenservice (als u in de VS/Canada woont) of met uw lokale distributeur (als u niet in de VS/Canada woont) voor verdere hulp.
De console wordt uitgeschakeld (slaapstand) tijdens het gebruik	Controleer het stopcontact	Zorg dat het toestel is aangesloten op een werkend stopcontact.
	Controleer de aansluiting aan de voorkant van het toestel	De aansluiting moet goed vastzitten en onbeschadigd zijn. Vervang de adapter of aansluiting van een toestel als een van beide beschadigd is.
	Controleer de integriteit van de datakabel	Alle draden in de kabel moeten intact zijn. Vervang de kabel als u vaststelt dat er draden geklemd of doorgesneden zijn.
	Controleer de aansluitingen/oriëntatie van de datakabel	Zorg dat de kabel veilig is aangesloten en goed georiënteerd is. De kleine kabelsluiting op de connector moet juist zijn ingevoerd en vastklikken.

Situatie/Probleem	Te controleren	Oplossing
	Reset het toestel	Trek de stekker uit het stopcontact gedurende 3 minuten. Steek de stekker terug in het stopcontact.
	Controleer de positie van de magneet (hiervoor moet de beschermkap worden verwijderd)	De magneet moet op de poelie bevestigd zijn.
	Controleer de snelheidssensor (hiervoor moet de beschermkap worden verwijderd)	De snelheidssensor moet gelijk worden gezet met de magneet en met de datakabel worden verbonden. Verplaats de sensor indien nodig. Vervang de sensor als u schade vaststelt aan de sensor of de aansluitdraad.
Het toestel schommelt/ staat niet gelijk	Controleer de afstelling van de stelvoetjes	Verstel de stelvoetjes totdat de fiets waterpas staat.
	Controleer de vloer onder het toestel	Het afstellen van de stelvoetjes is mogelijk niet voldoende in het geval van een extreem oneffen vloer. Verplaats de fiets naar een effen ruimte.
Losse pedalen/toestel moeilijk om te trappen	Controleer de aansluiting tussen het pedaal en de crankarm	Het pedaal moet stevig op de crank gedraaid zijn. Controleer of de aansluiting niet verkeerd is vastgeschroefd.
Klikgeluid bij het trappen	Controleer de aansluiting tussen het pedaal en de crankarm	Verwijder de pedalen. Controleer of de schroefdraad niet vuil is en monteer de pedalen opnieuw.
De zadelbuis beweegt	Controleer de borgpen	Controleer of de verstelpen in een van de afstelgaten van de zadelbuis zit.
	Controleer de verstelknop	Zorg dat de knop stevig is vastgedraaid.
De console doorloopt continu de programma-schermen	De console bevindt zich in demonstratiemodus	Houd het Schwinn™-logo gedurende 3 seconden ingedrukt. De instelling wordt van kracht nadat het toestel weer in de slaapstand gaat.



