

TOORX
FITNESS IN MOTION

MANUALE D'ISTRUZIONI

Codice : GRLDTOORXRWCMP

Revisione : 01

Edizione : 01/13



ROWER COMPACT



Istruzioni originali in lingua italiana.
**Leggere il manuale con la massima attenzione e
tenerlo sempre a portata di mano vicino al prodotto.**



INDICE DEGLI ARGOMENTI

1.0	AVVERTENZE DI SICUREZZA	pag.	3
1.1	USO PREVISTO E CONTROINDICATO - CONVENZIONI	pag.	4
1.2	TARGHE ADESIVE SUL PRODOTTO	pag.	5
1.3	CARATTERISTICHE TECNICHE.....	pag.	6
2.0	LOCALE DI INSTALLAZIONE DEL PRODOTTO.....	pag.	7
2.1	DISIMBALLO - CONTENUTO SCATOLA.....	pag.	8
2.2	ASSEMBLAGGIO DEL PRODOTTO.....	pag.	9
3.0	PROGRAMMA DI ALLENAMENTO	pag.	12
3.1	CONSIGLI PRATICI E SUGGERIMENTI D'USO	pag.	13
3.2	FUNZIONI DEL COMPUTER.....	pag.	14
3.3	POSIZIONE DI RIPOSO.....	pag.	15
4.0	MANUTENZIONE	pag.	16
•	PULIZIA DELL'ATTREZZO.....	pag.	16
•	SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE	pag.	16
5.0	MESSA FUORI SERVIZIO - SMALTIMENTO.....	pag.	17
6.0	CATALOGO RICAMBI - ORDINE PARTI DI RICAMBIO.....	pag.	17
6.1	ESPLOSO RICAMBI	pag.	18
6.2	LISTA DEI RICAMBI.....	pag.	19
7.0	GARANZIA CONVENZIONALE	pag.	20

COMPORAMENTI AMMESSI

- Prima del montaggio e dell'impiego, leggere con la massima attenzione questo manuale d'istruzioni 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.
- Assicurarci 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.
- Assicurarci 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 sempre scarpe da ginnastica adatte per la corsa.
- Durante le operazioni di chiusura dell'attrezzo per l'immagazzinamento, allontanate i bambini o assicuratevi che con le mani non vadano a contatto degli elementi pieghevoli.
- Quando, durante l'impiego dell'attrezzo, 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 nonché l'integrità di tutte le parti dell'attrezzo.

COMPORAMENTI NON AMMESSI

- NON installare l'attrezzo all'interno di centri fitness o in ambienti adibiti al commercio o al noleggìo, questo attrezzo non è progettato per un utilizzo intensivo in attività professionale o per scopi riabilitativi.
- NON appoggiare bicchieri o bottiglie contenenti bevande vicino o sopra all'attrezzo.
- NON rovinare il display 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 collocare l'attrezzo in scantinati, terrazzi, cantine, zone umide in genere, non lasciarlo esposto ad agenti atmosferici (pioggia, sole, ecc) .
- NON permettere a bambini o ad animali domestici di avvicinarsi all'attrezzo. È buona regola porre l'attrezzo all'interno di una stanza dedicata e dotata di porta che impedisca l'accesso a chiunque non sia autorizzato ad avvicinarsi a questo tipo di prodotto.
- NON usare mai l'attrezzo se danneggiato o non in perfette condizioni. In caso di guasto e/o cattivo funzionamento dell'attrezzo non manometterlo. Per l'eventuale riparazione rivolgersi solamente ad un centro di assistenza specializzato.
- NON indossare un abbigliamento in materiale sintetico o in misto lana che impedisca la traspirazione durante l'allenamento. L'impiego di indumenti inadeguati può comportare problemi di natura igienica ma anche la possibilità di creare cariche elettrostatiche.

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 la pratica del "rowing", simulando il particolare movimento delle vogate nel canottaggio che viene diviso in quattro fasi: attacco, spinta, finale e recupero. Con il rowing si tonificano i muscoli e si migliora la postura, prevenendo alcuni disturbi osteoarticolari e muscolo-scheletrici; coadiuvando inoltre un intenso movimento degli arti che comporta azione dimagrante su tutto il corpo.

Questa attrezzo 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 in bici o per andare ad allenarvi in un centro fitness.

E' indispensabile seguire tutte le istruzioni e le avvertenze contenute in questo manuale 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 dell'attrezzo. 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 questo manuale per poter così eseguire una installazione sicura e un impiego corretto.

Osservare le indicazioni contenute nel manuale 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.

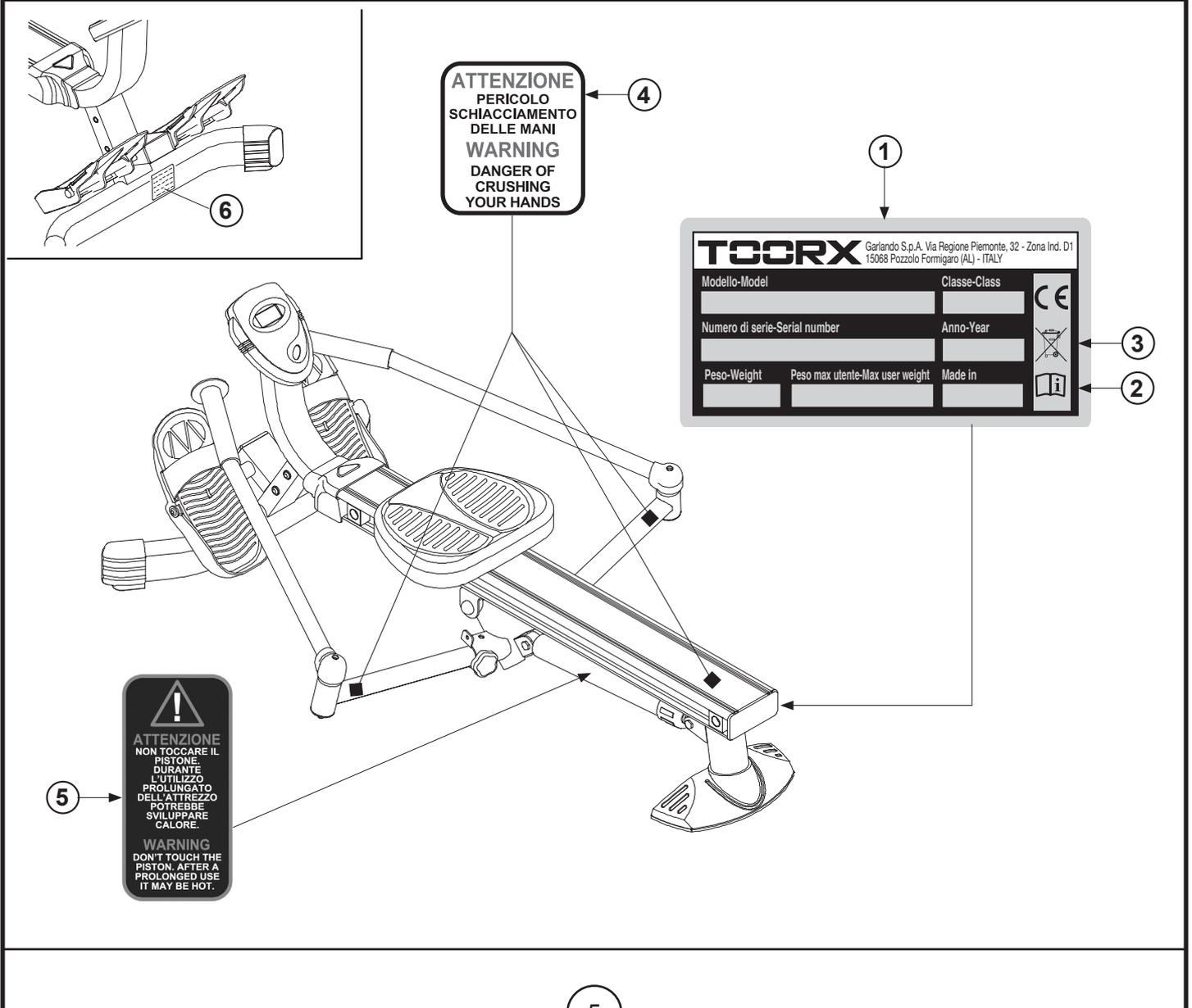
Il costruttore persegue una politica di costante sviluppo ed aggiornamento e può apportare modifiche alle parti estetiche del prodotto senza alcun preavviso.

1.2

TARGHE ADESIVE SUL PRODOTTO

- 1) La Targa di Identificazione del prodotto riporta l'indirizzo del distributore, i dati tecnici principali e il numero di serie.
- 2) Simbolo di richiamo all'obbligo di lettura del manuale d'istruzioni prima di compiere qualsiasi operazione di montaggio o qualsiasi intervento di manutenzione del prodotto.
- 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) Targa di avviso sul rischio di schiacciamento delle dita tra le leve di trazione e i bracci di estensione che avviene durante la manovra di chiusura del telaio, quando l'attrezzo viene disposto posizione di riposo.
- 5) Avvertenza di sicurezza, richiama al pericolo di ustioni provocato dal surriscaldamento del cilindro durante l'impiego.
- 6) Prescrizioni di sicurezza sull'impiego del prodotto.

La targa di identificazione non deve essere rimossa o manomessa, la sigla del modello di prodotto e il numero di serie devono essere sempre citati in caso di richiesta di parti di ricambio.



SISTEMA ANTAGONISTA DIVOGATA	tramite cilindro idraulico
REGOLAZIONE INTENSITÀ DIVOGATA	tramite ghiera a 12 livelli posta sui cilindri
INFORMAZIONI COMPUTER	vogate al minuto, vogate totali, calorie, tempo, scan
SEDILE VOGATORE	scorrevole con rulli su binario di alluminio
INGOMBRI MAX (LXPXH)	1250 x 500 x 910 mm
PESO NETTO	15 kg
PESO LORDO	17 kg
PESO MASSIMO UTENTE	110 kg
CONFORMITA'	Direttiva EMC (2004/108/CE) - Direttiva RoHS (2011/65/UE) Direttiva Prodotti (2001/95/CE) - Norme EN 957-1/7 classe HC
ALIMENTAZIONE COMPUTER	2 batterie alcaline da 1,5Vdc del tipo stilo (size AA)

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 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%.

Il prodotto NON deve essere installato all'aperto o 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:

- La zona della stanza nella quale si posiziona il prodotto non deve essere esposta al sole, se presente una grossa superficie finestrata occorre provvedere interponendo una tenda coprente di protezione.

Il prodotto deve essere tenuto lontano anche dai sistemi di condizionamento e riscaldamento dell'aria, per evitare, durante l'allenamento, di essere investiti da fonti di ventilazione.

REQUISITI DI SICUREZZA:

- È necessario installare il prodotto in una camera che disponga di porta con serratura, in modo che non sia accessibile a bambini o animali domestici.

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 chiedere l'aiuto di altre persone, nel caso di imballi voluminosi e pesanti.

Quando si deponde 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 gli eventuali punti metallici di chiusura.



Si consiglia di non danneggiare l'imballo originale e possibilmente di conservarlo; questo nell'eventualità che il prodotto presenti dei difetti e sia necessaria la riparazione o la sostituzione in garanzia.

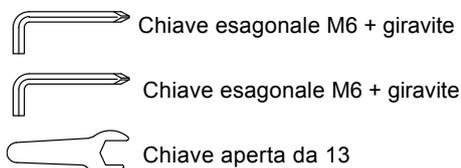
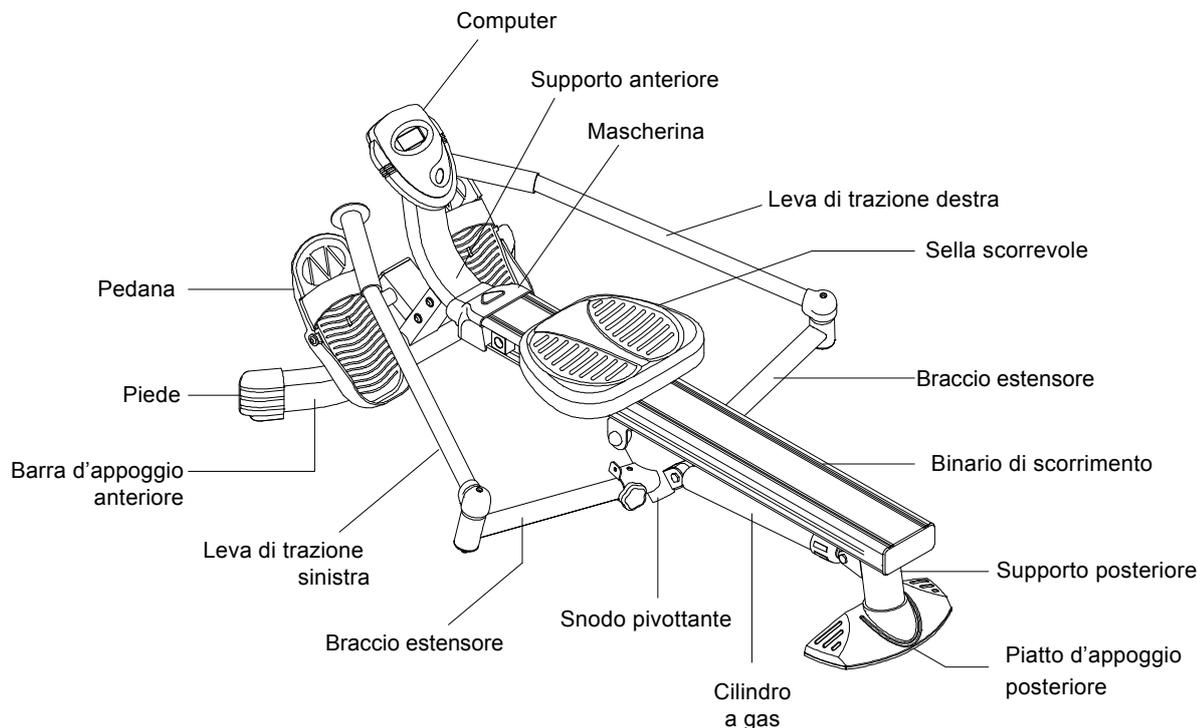


L'imballo è realizzato in materiale riciclabile; per lo smaltimento degli elementi da imballo rispettare le norme locali per il recupero dei materiali riciclabili.

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.

La figura mostra la denominazione degli elementi principali del prodotto contenuti nell'imballo, pronti per il montaggio.



2.2

ASSEMBLAGGIO DEL PRODOTTO

Dopo l'apertura dell'imballo originale nel luogo scelto per l'installazione del prodotto, per agevolare le operazioni di assemblaggio, predisporre nella stanza una zona libera da elementi d'arredo, quindi rimuovere tutto il materiale contenuto nell'imballo e distenderlo sul pavimento, pronto per essere montato.

- Sollevare il corpo **1** dell'attrezzo e adagiarlo sul pavimento, appoggiando la guida in alluminio sul terreno (Interporre tra la guida e il pavimento un foglio di cartone o uno straccio per evitare che la guida e il pavimento possano rovinarsi).
- Allineare il piatto d'appoggio posteriore **5** con il tubo di supporto posteriore **4** e quindi inserirlo a fondo rispettando il verso di montaggio illustrato, obbligato dalla scanalatura presente sul tubo di supporto posteriore.

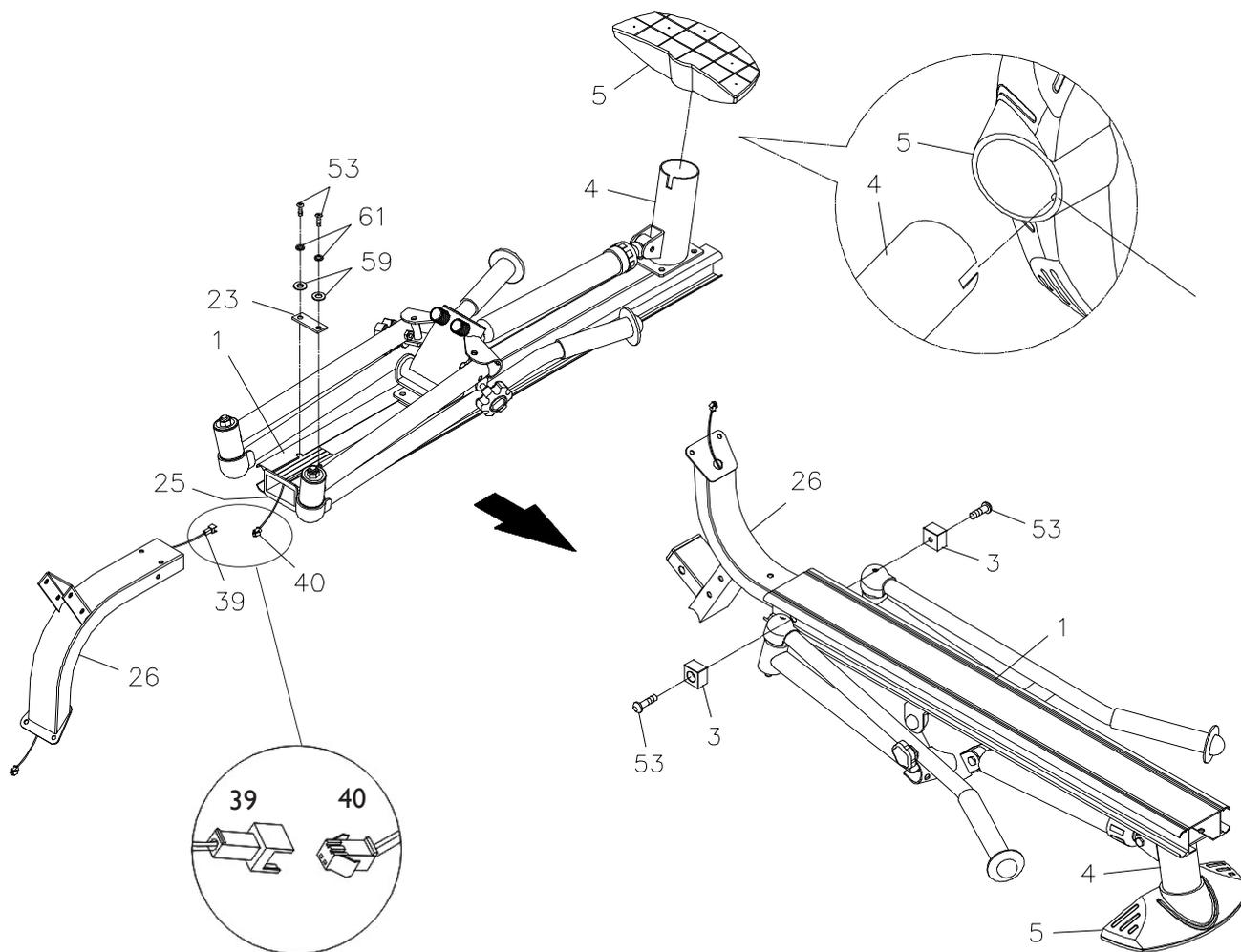
- Avvicinare il supporto anteriore **26** all'attacco nella parte anteriore del telaio.

Collegare il connettore del cablaggio di prolunga **39** al connettore del sensore conta-vogate **40** quindi infilare il supporto anteriore **26** attraverso il manicotto **25**, all'interno della guida in alluminio.

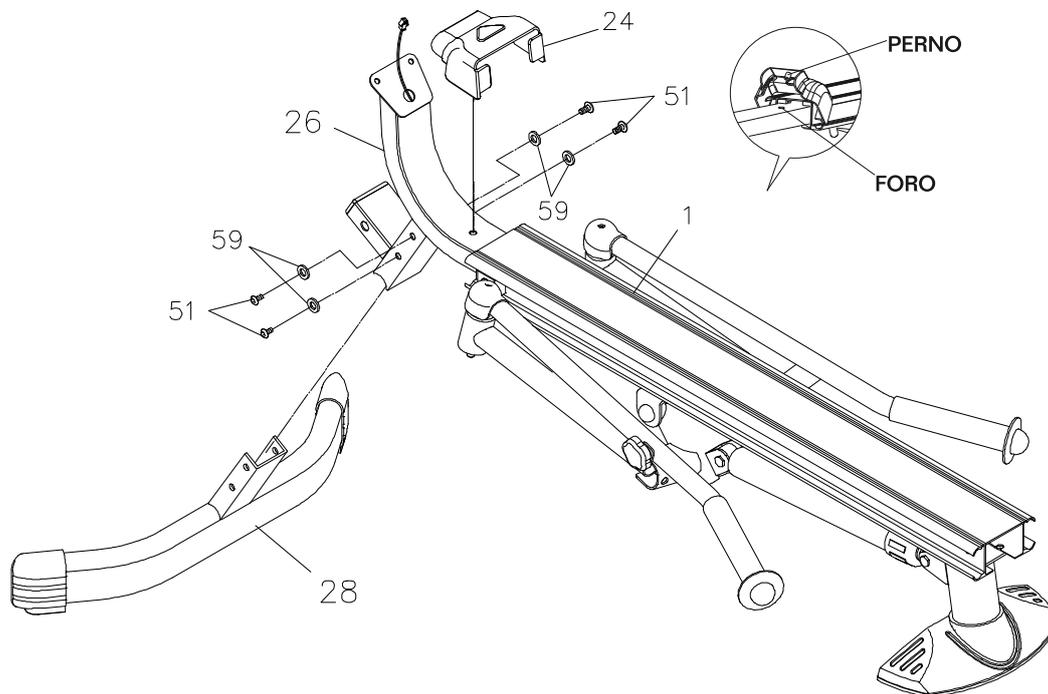
Fissare il supporto anteriore con due bulloni **23** [M8x1,25x25 mm] attraverso il piastrino **23**, interponendo due rondelle spaccate **61** [M8] e due rondelle piane **59** [M8] nella sequenza raffigurata.

- Girare l'attrezzo fino a collocarlo sulla sua posizione di lavoro, con il piatto d'appoggio posteriore disposto sul pavimento.

Fissare all'estremità anteriore del binario di alluminio due respingenti **3** di finecorsa del sedile, serrando due bulloni **53** [M8x1,25x25 mm].



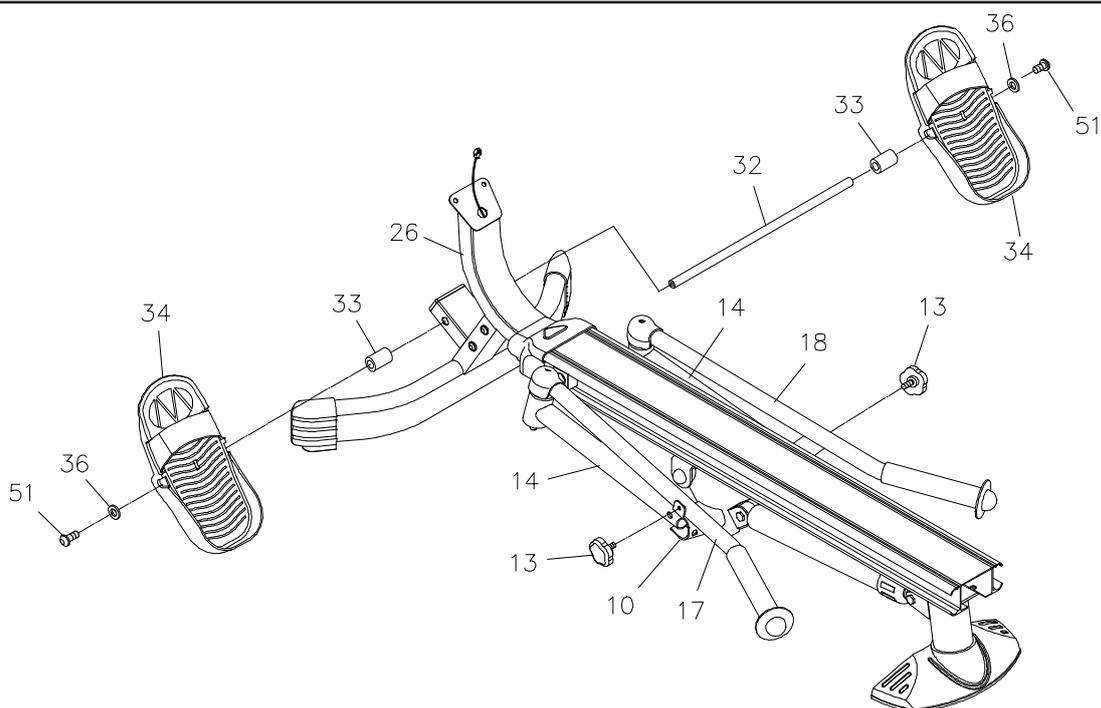
- Infilare la staffa della barra d'appoggio anteriore **28** al tubolare di supporto **26** e fissarla lateralmente serrando quattro viti **51** [M8x1,25x15 mm] e quattro rondelle piane **59** [M8]. Agganciare la mascherina **24** tra la giunzione del tubolare di supporto **26** e l'estremità anteriore della guida in alluminio **1**.



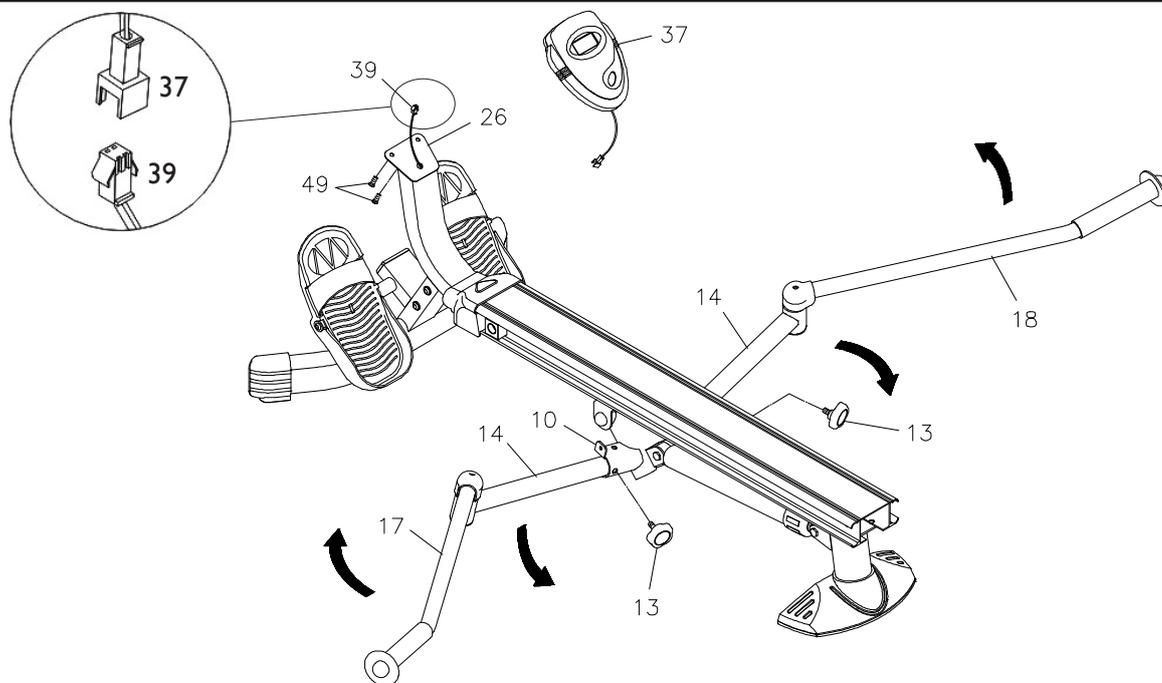
- Inserire l'albero delle pedane **32** nel tubolare di supporto **26**, quindi infilare alle estremità dell'albero i distanzieri cilindrici **33** e le pedane punta-piedi **34**. Serrare a pacchetto le estremità dell'albero, impiegando due viti **51** [M8x1,25x15 mm] complete di rondelle **36** [M8].

Note: per serrare le due viti **51** alle estremità dell'albero **32**, è necessario impiegare le due chiavi esagonali M6 e stringere contemporaneamente entrambe le viti, ruotando le chiavi in senso opposto.

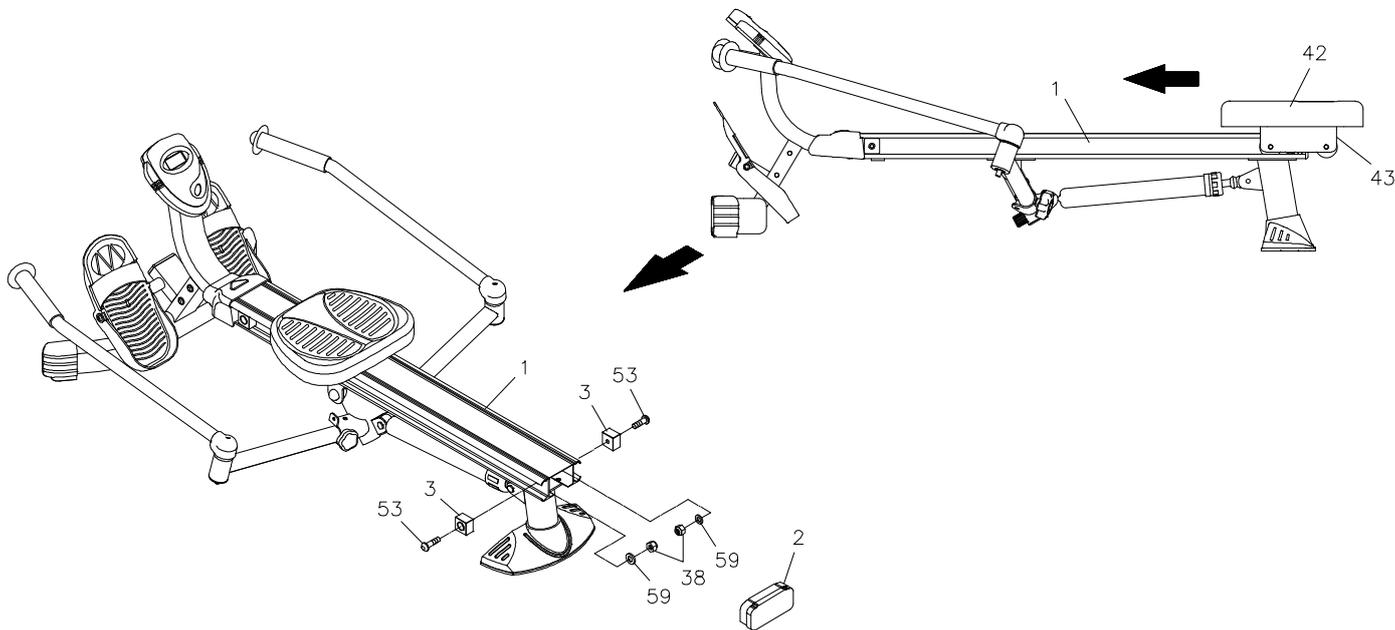
- Svitare le due manopole **13** che bloccano le leve di trazione sinistra **17** e destra **18**, quindi aprire il manubrio di trazione, tirando i bracci di estensione **14**.



- Aprire completamente le leve di trazione **17** e **18** e avvitare le manopole **13**, precedentemente rimosse, attraverso i perni di connessione **10** dei bracci di estensione **14** destro e sinistro, nei punti raffigurati.
- Inserire due batterie da 1,5Vdc tipo stilo "AA size", nel vano predisposto dal lato posteriore del computer **37**. Collegare il cavo di prolunga **39** alla spina in uscita dal computer **37** e piazzare quest'ultimo sul tubolare di supporto **26** quindi fissarlo serrando due viti **49** [M5x0,8x12 mm].



- Infilare il carrello di supporto **43** del sellino **42** sul binario di scorrimento **1**. Quindi serrare due respingenti **3** nella parte posteriore del binario **1** tramite due viti **53** [M8x1,25x25 mm] serrate su due dadi autobloccanti **38**, preceduti da due rondelle piane **59** [M8].
- Infine inserire il terminale plastico **2** all'estremità posteriore del binario **1**.
A questo punto l'attrezzo è completamente montato, prima dell'impiego controllare attentamente che siano stati serrati adeguatamente viti e bulloni.



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.

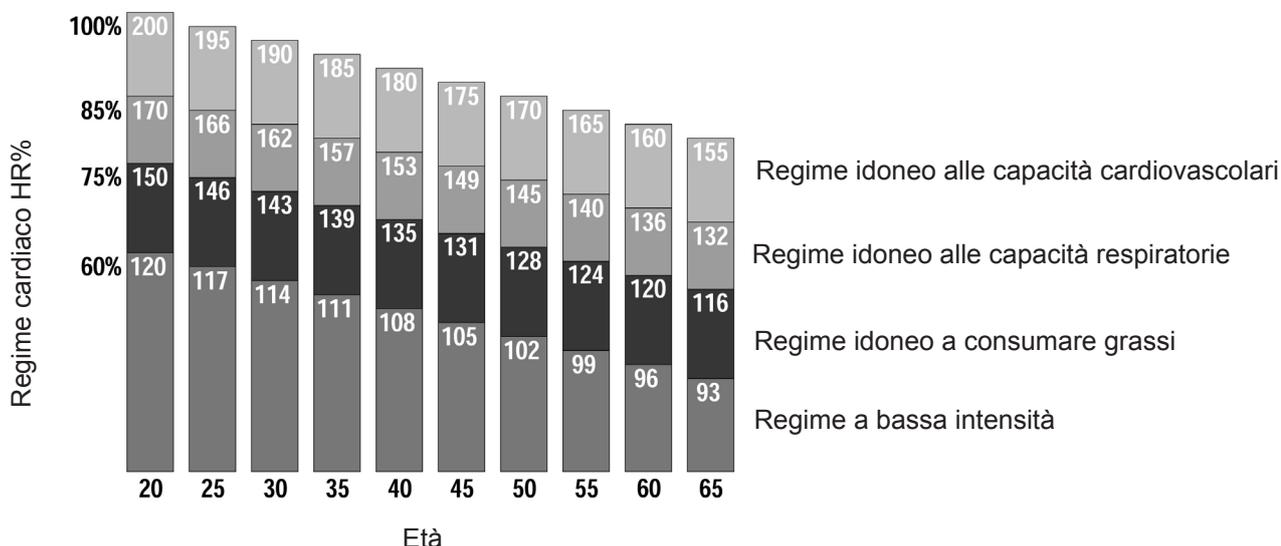
Mantenere costante la frequenza cardiaca nella fase desiderata in base al proprio "obiettivo" (dimagrimento, miglioramento capacità respiratorie oppure miglioramento capacità cardiovascolari).

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.



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



3.1

CONSIGLI PRATICI E SUGGERIMENTI D'USO



- **Procedere con cautela nell'uso dell'attrezzo. Allontanare bambini e animali durante gli esercizi.**
- **L'uso dell'attrezzo è sconsigliato per chi ha patologie alla colonna vertebrale**
- **Non utilizzare l'attrezzo per più di una persona alla volta.**
- **Cominciare l'esercizio facendo forza sui manubri di trazione, il movimento di vogata avvia il conteggio automatico dei dati del computer.**

Al primo impiego del prodotto, prima di cominciare un allenamento intenso, è necessario familiarizzarsi con la coordinazione del movimento di vogata e del sedile scorrevole.

- 1) Sedersi sul sedile **A** dell'attrezzo e regolare le fibbie **B** delle pedane per adattarle ai propri piedi.
- 2) Mantenere premuto il pulsante del computer **C** per azzerare eventuali dati memorizzati nel precedente allenamento.
- 3) Afferrare le maniglie delle leve di trazione **D** e con la schiena ben estesa, eseguire un movimento ciclico di vogata. Mantenere per qualche tempo un andamento lento, per familiarizzare con la coordinazione della vogata.

- 4) La percentuale di sforzo, deve essere regolata in rapporto alle proprie capacità e percezione personale o su controllo del battito cardiaco (si consiglia l'eventuale uso di un cardiofrequenzimetro da polso).
- 5) Durante l'allenamento coordinare movimento e respirazione e mantenere una corretta postura.

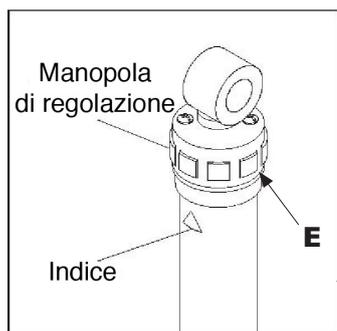
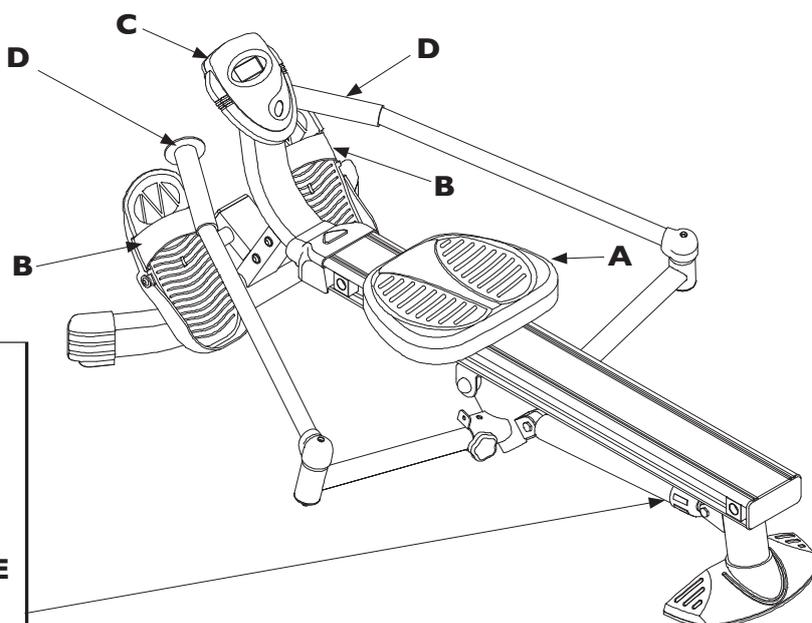


Per una buona postura sull'attrezzo è importante mantenere la schiena ben retta, evitando di sbilanciare il corpo in avanti o indietro. Spingete sempre con entrambe le gambe e le braccia, coordinando il movimento, appoggiare le mani sulle leve di trazione non produrrà alcun allenamento alla parte superiore se sfruttate solo la spinta delle gambe.

- 6) Prima di cominciare un allenamento si può aumentare o diminuire la difficoltà dell'esercizio, regolando il grado di sforzo tramite la manopola **E** di regolazione del cilindro a gas, posto sotto al binario di alluminio.



Quando l'attrezzo viene impiegato la parte esterna del cilindro a gas si surriscalda. Prima di toccare il cilindro attendere che si sia raffreddato.



Il computer è costituito principalmente da un display a cristalli liquidi che consente la visualizzazione dei seguenti dati:

SCAN

- Per selezionare la funzione SCAN, premere il pulsante MODE, fino a quando sul display il triangolo nero in alto a sinistra, si trova sotto la sigla SCAN.

Quando viene selezionata la funzione SCAN, i dati presentati sul display (Scan, Time, Count, Calories e Total Count) si susseguono in modo ciclico, evitando la pressione ripetuta del pulsante MODE, nel corso dell'esercizio, per la visualizzazione delle funzioni.

TIME

- Il display mostra la progressione del conteggio del TEMPO dell'esercizio, partendo da zero fino a 99.59 minuti con incrementi di un secondo.

COUNT

- Il display mostra il conteggio delle vogate che si effettuano nel corso dell'esercizio

T. COUNT

- Il display mostra il conteggio delle vogate effettuate, totali.

CALORIES

- Il display mostra il consumo di calorie durante l'esercizio. 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.

Pulsante MODE

Premere il pulsante durante l'esercizio per scegliere quale dato visualizzare sul display scegliendo tra:

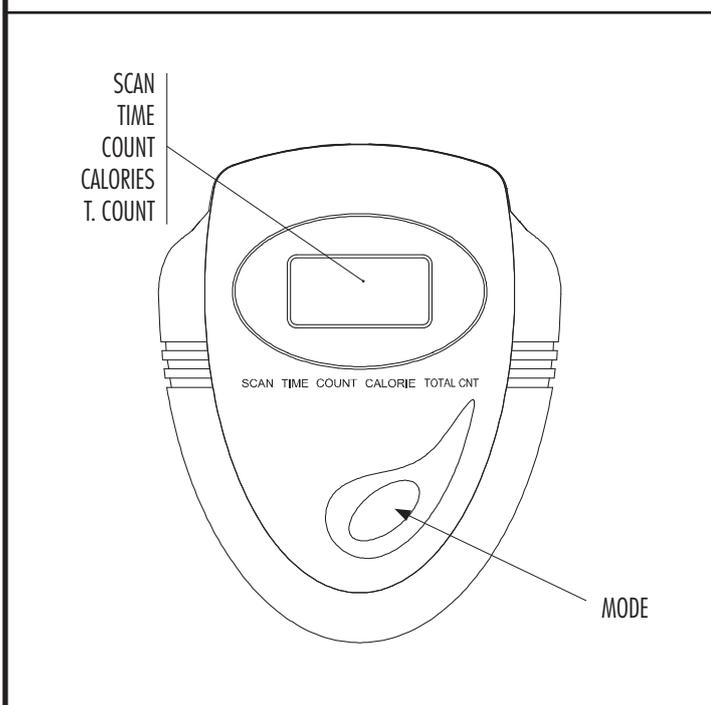
Scan, Time, Count, Calories e Total Count.

Selezionando la sigla SCAN si attiva la visualizzazione ciclica automatica dei dati senza necessità di premere il pulsante MODE.

Mantenere premuto il pulsante per 2 secondi per azzerare tutti i dati del precedente allenamento (funzione Reset).

Note sul computer:

1. Quando l'attrezzo rimane inattivo per più di quattro minuti il computer si spegne per risparmiare la batteria. Per riattivare il computer è sufficiente premere il pulsante o incominciare a pedalare.



3.3

POSIZIONE DI RIPOSO

L'attrezzo può essere portato in posizione di riposo per occupare meno spazio, e può essere riposto anche in posizione verticale (vedi figura **D**).



PERICOLO

• Per prevenire eventuali ossidazioni degli elementi metallici, si raccomanda di non lasciare l'attrezzo in scantinati o luoghi umidi. Ricoprire l'attrezzo con un telone di cotone per ripararlo dalla polvere.

• Quando si prevede di non utilizzare l'attrezzo per un lungo periodo, per evitare di danneggiare il computer, togliere le batterie.

Quando l'attrezzo non viene più utilizzato per un lungo periodo, predisporlo in posizione di riposo, eseguendo le seguenti operazioni:

- Pulire con un panno l'attrezzo.
- Utilizzando lubrificante spray, distribuire un sottile velo di olio sulle parti metalliche.



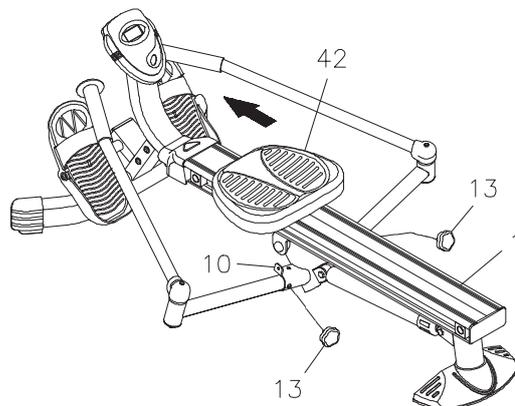
PERICOLO

Per spostare l'attrezzo afferrarlo con le mani al piede stabilizzatore anteriore oppure a quello posteriore. **NON** afferrare l'attrezzo dal sedile.

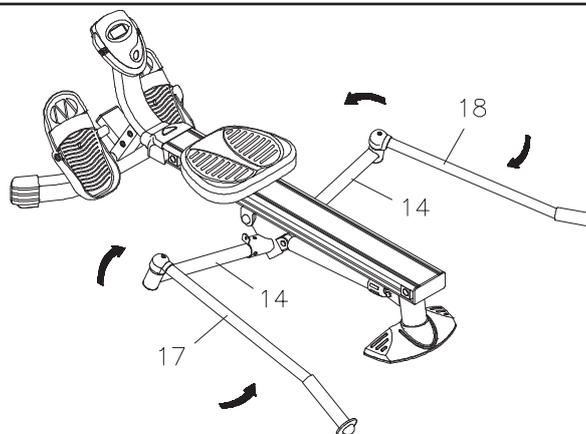
- Fare scorrere il sedile **42** verso la parte anteriore.
- Svitare le manopole **13** dai perni di collegamento dei bracci estensori, vedi figura **A**.
- Tirare le leve di trazione destra **18** e sinistra **17**, verso la parte posteriore, vedi figura **B**.
- Richiudere le leve di trazione **17** e **18** con i bracci estensori **14** verso il binario di alluminio, vedi figura **C**.
- Bloccare i bracci estensori **14** in posizione retratta, serrando le manopole **13** a destra e a sinistra, come illustrato in figura **C**.
- Per utilizzare nuovamente l'attrezzo posto a riposo è necessario togliere le manopole di bloccaggio **13** e agire con operando con procedimento inverso.

Per prima cosa svitare le manopole **13** che bloccano i bracci estensori **14** come illustrato in figura **C**, dopodichè, aprire le leve di trazione **17** e **18** e posizionare le manopole **13** nel perno **10** illustrato in figura **A**.

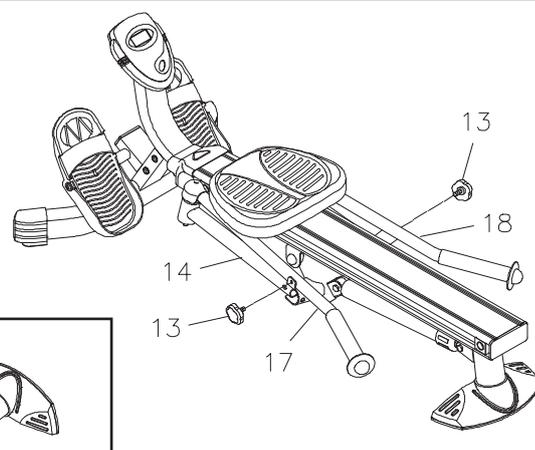
A



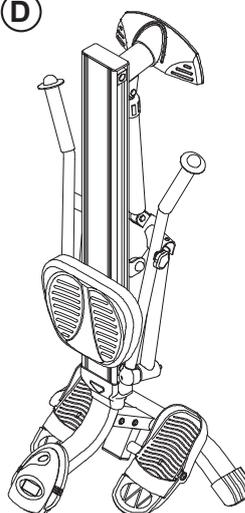
B



C



D





PERICOLO

- **Mantenere l'attrezzo sempre pulito e privo di polvere.**
- **Non utilizzare sostanze infiammabili o nocive per la pulizia. Non usare solventi per pulire le parti di plastica ma soltanto prodotti a base di acqua e panni morbidi.**
- **Solventi quali il petrolio, l'acetone, la benzina, il tetracloride di carbonio, l'ammoniaca e olio contenente sostanze cloriche possono danneggiare e corrodere le parti di plastica.**
- **Gocce di sudore rimaste sull'attrezzo dopo l'allenamento possono corrodere le parti in metallo o danneggiare le parti elettriche. Durante l'allenamento si raccomanda l'uso di salviette o tergisudore in spugna, al termine dell'esercizio pulire con cura il binario, il carrello e tutte le parti venute a contatto con il sudore.**

PULIZIA DELL'ATTREZZO

- Per pulire il telaio dell'attrezzo utilizzare un panno umido e non bagnato.
- Pulire attentamente i cuscinetti e il binario di scorrimento.
- Fare attenzione, quando si pulisce l'attrezzo a non strofinare con troppa forza sul pannello comandi.
- Utilizzare un lubrificante spray per lubrificare le parti metalliche e il binario di scorrimento del carrello con la sella.
- Controllare la regolazione del tensionamento del cilindro a gas.
- Verificare il serraggio di tutti i bulloni e delle viti.

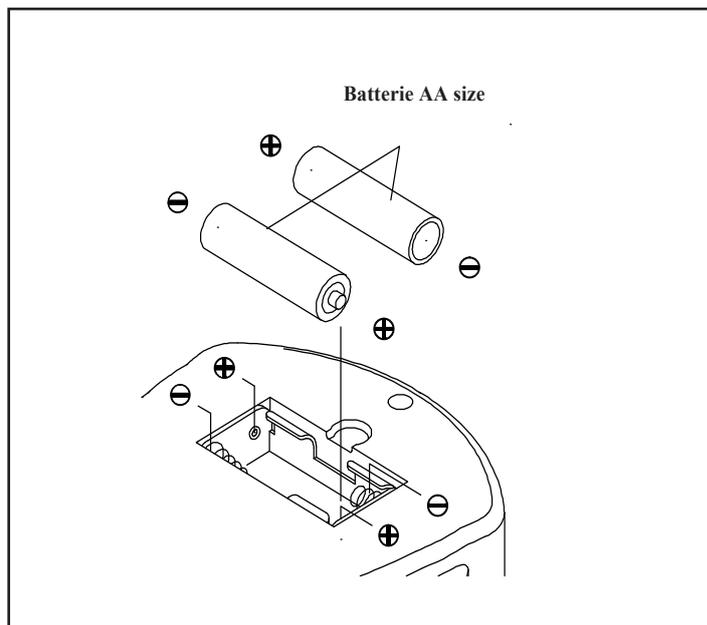
SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE



PERICOLO

- **Rispettare la polarità, controllare sulla serigrafia la posizione dei poli negativo e positivo.**
- **Non gettare le batterie esaurite sul fuoco.**
- **Non gettare le batterie esaurite insieme agli altri rifiuti domestici. Provvedere allo smaltimento differenziato negli appositi raccoglitori per batterie.**
- **Non tentare di ricaricare le batterie esaurite, utilizzare soltanto batterie nuove del tipo stilo (tipo AA).**

Quando il display inizia a visualizzare i numeri con una certa lentezza significa che è il momento di sostituire le batterie. Per compiere l'operazione è necessario rimuovere il portello posto nella parte posteriore del computer, estrarre le batterie esaurite e rimpiazzarle con due nuove batterie stilo (tipo AA).



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).

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.



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.

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, nonché 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.

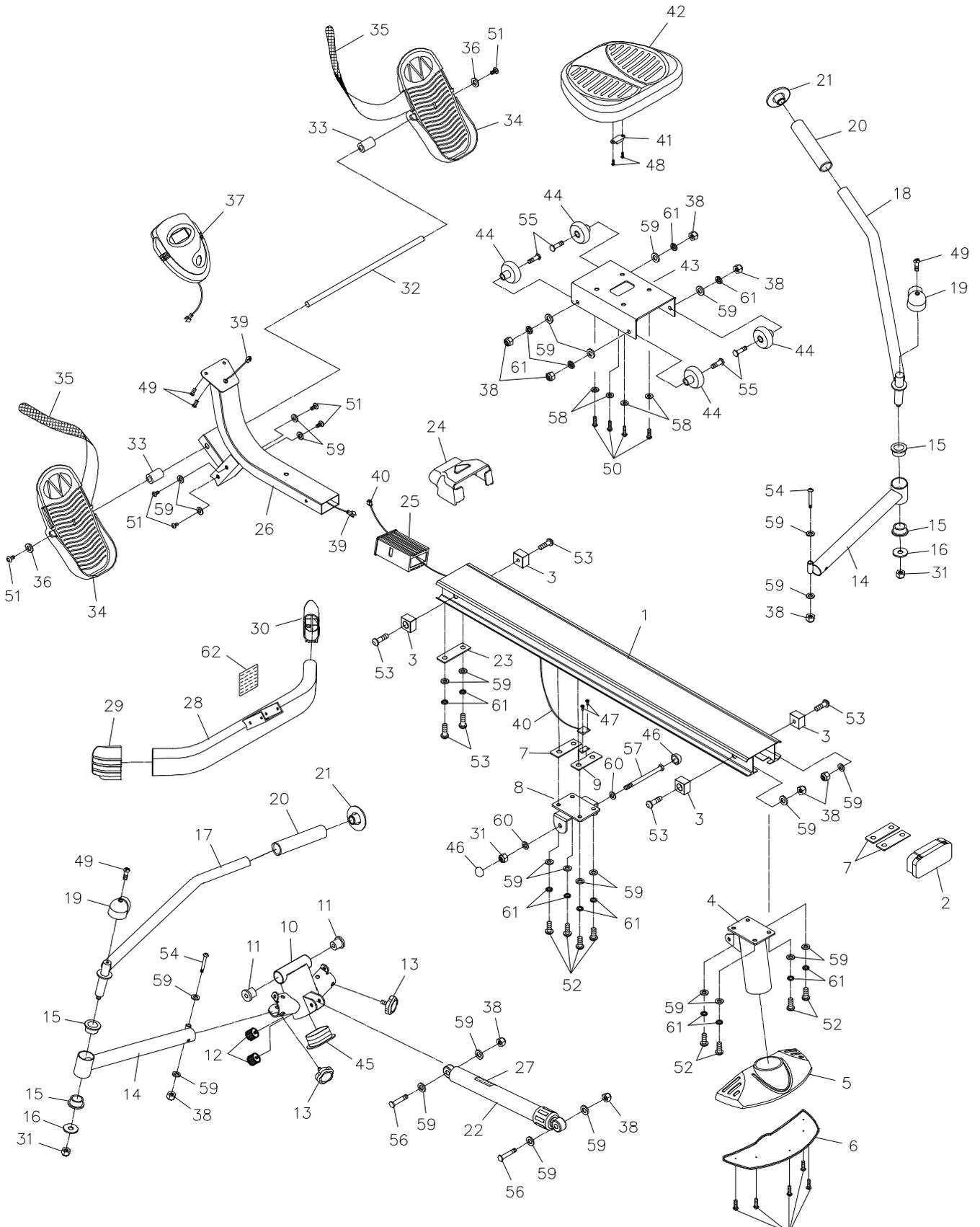
La richiesta delle parti di ricambio deve essere effettuata tramite una richiesta scritta, via fax oppure e-mail ai riferimenti di seguito riportati:

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	Pos.	Descrizione	Q.tà
1	Binario in alluminio	1	54	Bullone [M8 x 1.25 x 55mm]	2
2	Terminale plastico per binario di alluminio	1	55	Bullone [M8 x 1.25 x 32mm]	4
3	Respingente di finecorsa del sedile	4	56	Bullone [M8 x 1.25 x 41mm]	2
4	Supporto posteriore	1	57	Bullone [3/8" - 16 x 4 7/8"]	1
5	Piatto d'appoggio posteriore	1	58	Rondella M6	4
6	Soletta in PVC	1	59	Rondella M8	28
7	Staffe posteriori e centrale	3	60	Rondella 3/8"	2
8	Piastra di supporto	1	61	Rondella spaccata M8	14
9	Staffa di fissaggio sensore conta-vogate	1	62	Targa adesiva di sicurezza sul telaio	1
10	Perno di collegamento bracci estensori	1	63	Chiave esagonale M6	2
11	Boccola	2	64	Chiave aperta da 13 mm	1
12	Respingente in gomma	2	65	Manuale d'istruzioni	1
13	Manopola di bloccaggio	2			
14	Braccio estensore	2			
15	Boccola estremità braccio estensore	4			
16	Rondella larga 3/8"	2			
17	Leva di trazione sinistra	1			
18	Leva di trazione destra	1			
19	Snodo di accoppiamento	2			
20	Rivestimento impugnatura leva trazione	2			
21	Cappuccio di estremità dell'impugnatura	2			
22	Cilindro a gas	1			
23	Staffa anteriore	1			
24	Mascherina	1			
25	Manicotto plastico	1			
26	Supporto anteriore	1			
27	Targa adesiva di sicurezza sul cilindro	1			
28	Barra d'appoggio anteriore	1			
29	Piede sx	1			
30	Piede dx	1			
31	Dado autobloccante 3/8"	3			
32	Albero pedane	1			
33	Distanziere cilindrico	2			
34	Pedana di appoggio piede	2			
35	Cinghia blocca-piede	2			
36	Rondella larga M8	2			
37	Computer	1			
38	Dado autobloccante [M8x1,25]	10			
39	Cablaggio di prolunga	1			
40	Sensore conta-vogate cablato	1			
41	Magnete permanente	1			
42	Sedile	1			
43	Carrello scorrevole	1			
44	Ruote del carrello scorrevole	4			
45	Tappo ovale [40x80 mm]	1			
46	Copri-dado 3/8"	2			
47	Vite [M5x12 mm]	2			
48	Vite [M3,5x15 mm]	7			
49	Vite [M5 x 0.8 x 12mm]	4			
50	Bullone [M6 x 1 x 14mm]	4			
51	Bullone [M8 x 1.25 x 15mm]	6			
52	Bullone [M8 x 1.25 x 20mm]	8			
53	Bullone [M8 x 1.25 x 25mm]	6			

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'inedoneità 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 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. La presente Garanzia è l'unica prestata da GARLANDO SPA: nessun terzo, ivi espressamente compresi i rivenditori autorizzati ed i CAT, può modificare i termini 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 disposizioni 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 – I5068 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 – I5068 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 ir reperibile 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 DUÉ 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 idoneo ad uso terapeutico e/o riabilitativo e che l'eventuale verifica 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 SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1

15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy

www.toorx.it - info@toorx.it