



CE4.3

ELLIPTICAL OWNER'S MANUAL MANUEL DU PROPRIÉTAIRE DE L'EXERCISEUR ELLIPTIQUE MANUAL DEL PROPIETARIO DE LA MÁQUINA ELÍPTICA



Read the ELLIPTICAL GUIDE before using this OWNER'S MANUAL.

Lire le GUIDE D'UTILISATION DE L'EXERCISEUR ELLIPTIQUE avant de se servir du présent MANUEL DU PROPRIÉTAIRE.

Lea la GUÍA DEL USUARIO DE LA MÁQUINA ELÍPTICA antes de usar este MANUAL DEL PROPIETARIO.

3	ENGLISH
28	FRANÇAIS
54	ESPAÑOL

IMPORTANT PRECAUTIONS



SAVE THESE INSTRUCTIONS

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

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



DANGER

TO REDUCE THE RISK OF ELECTRICAL SHOCK:

Always unplug the elliptical from the electrical outlet immediately after using, before cleaning, performing maintenance and putting on or taking off parts.



WARNING

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

- If you experience any kind of pain, including but not limited to chest pains, nausea, dizziness, or shortness of breath, stop exercising immediately and consult your physician before continuing.
- When exercising, always maintain a comfortable pace. Do not sprint above 80 RPMs on this machine.
- To maintain balance, it is recommended to keep a grip on the handlebars while exercising, mounting or dismounting the machine.
- Do not turn pedal arms by hand.
- Make sure handlebars are secure before each use.
- Keep the topside of the foot support clean and dry.
- Care should be taken when mounting or dismounting the equipment. Before mounting or dismounting, move the pedal on the mounting or dismounting side to its lowest position and bring the machine to a complete stop.
- Do not wear clothes that might catch on any part of the elliptical.
- Always wear athletic shoes while using this equipment.
- Do not jump on the elliptical.
- At no time should more than one person be on the elliptical while in operation.
- This elliptical should not be used by persons weighing more than the specified user capacity in the OWNER'S MANUAL WARRANTY SECTION. Failure to comply will void the warranty.
- This elliptical is intended for in-home use only. Do not use this elliptical in any commercial, rental, school or institutional setting. Failure to comply will void the warranty.
- Do not use elliptical in any location that is not temperature controlled, such as but not limited to garages, porches, pool rooms, bathrooms, car ports or outdoors. Failure to comply will void the warranty.
- To prevent electrical shock, never drop or insert any object into any opening.
- Connect this exercise product to a properly grounded outlet only.

WARNING

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

- Keep power cord away from heated surfaces. Do not carry this unit by its supply cord or use the cord as a handle.
- Do not use other attachments that are not recommended by the manufacturer. Attachments may cause injury.
- Do not operate where aerosol (spray) products are being used or when oxygen is being administered.
- Use the elliptical only as described in the elliptical guide and owner's manual.
- Disconnect all power before servicing or moving the equipment. To clean, wipe surfaces down with soap and slightly damp cloth only; never use solvents. (See MAINTENANCE)
- The elliptical should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts.
- Do not operate under blanket or pillow. Excessive heating can occur and cause fire, electric shock, or injury to persons.
- At NO time should children under the age of 13 or pets be within 10 feet of the machine.
- At NO time should children under the age of 13 use the elliptical.
- Children over the age of 13 or disabled persons should not use the elliptical without adult supervision.
- Never operate the elliptical if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or immersed in water. Contact tech support at the number on the back panel to schedule service.
- Keep power cord away from heated surfaces. Do not carry this unit by its supply cord or use the cord as a handle.
- To disconnect, turn all controls to the off position, then remove plug from outlet.
- Do not remove the console covers unless instructed by Customer Tech Support. Service should only be done by an authorized service technician

It is essential that your elliptical is used only indoors, in a climate controlled room. If your elliptical has been exposed to colder temperatures or high moisture climates, it is strongly recommended that the elliptical is warmed up to room temperature before first time use. Failure to do so may cause premature electronic failure.

WARNING

This product contains chemicals known to the State of California to cause cancer and birth defects or other reproductive harm.



ASSEMBLY



WARNING

There are several areas during the assembly process that special attention must be paid. It is very important to follow the assembly instructions correctly and to make sure all parts are firmly tightened. If the assembly instructions are not followed correctly, the elliptical could have frame parts that are not tightened and will seem loose and may cause irritating noises. To prevent damage to the elliptical, the assembly instructions must be reviewed and corrective actions should be taken.

Before proceeding, find your elliptical's serial number located on a white barcode sticker on the front stabilizer tube and enter it in the space provided below.

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

SERIAL NUMBER:

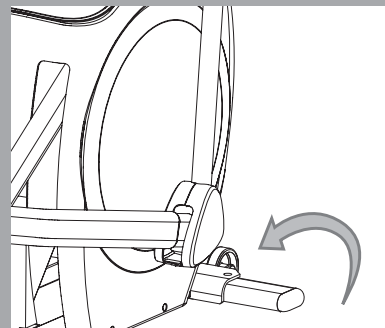
EP	
----	--

MODEL NAME: **HORIZON**

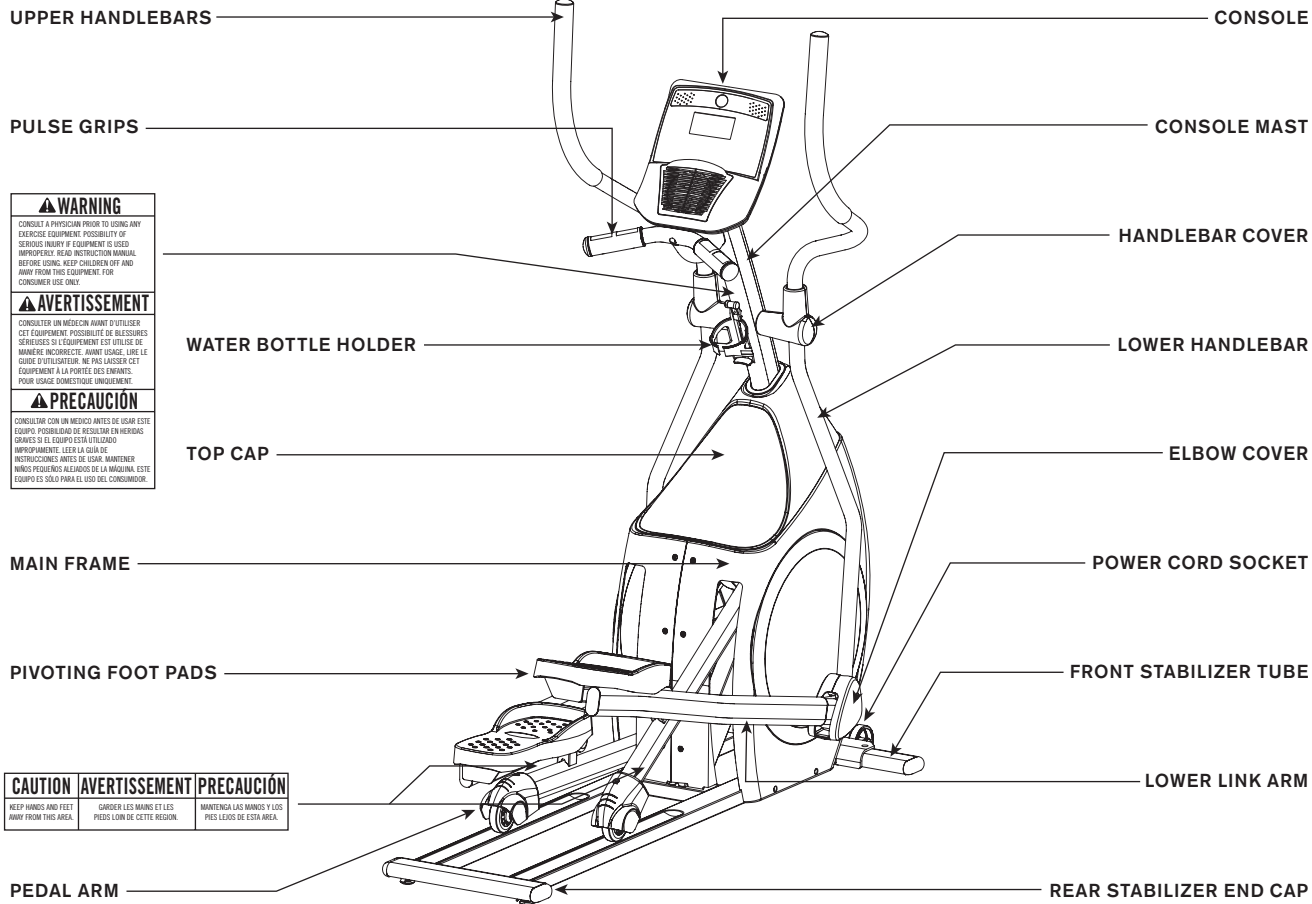
--

ELLIPTICAL

SERIAL NUMBER LOCATION



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



⚠ WARNING
CONSULT A PHYSICIAN PRIOR TO USING ANY EXERCISE EQUIPMENT. POSSIBILITY OF SERIOUS INJURY IF EQUIPMENT IS USED IMPROPERLY. READ INSTRUCTION MANUAL BEFORE USING. KEEP CHILDREN OFF AND AWAY FROM THIS EQUIPMENT. FOR CONSUMER USE ONLY.
⚠ AVERTISSEMENT
CONSULTEZ UN MÉDECIN AVANT D'UTILISER CET ÉQUIPEMENT. POSSIBILITÉ DE BLESSURES SÉRIEUSES SI L'ÉQUIPEMENT EST UTILISÉ DE MANIÈRE INCORRECTE. AVANT USAGE, LIRE LE GUIDE D'UTILISATION. NE PAS LASSER CET ÉQUIPEMENT À LA PORTÉE DES ENFANTS. POUR USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT.
⚠ PRECAUCIÓN
CONSULTAR CON UN MÉDICO ANTES DE USAR ESTE EQUIPO. POSIBILIDAD DE RESULTAR EN HERIDAS GRAVES SI EL EQUIPO SE USA UTILIZANDO IMPROPIAMENTE. LEER LA GUÍA DE INSTRUCCIONES ANTES DE USAR. MANTENER NIÑOS FUERTES ALCANZOS DE LA MÁQUINA. ESTE EQUIPO ES SÓLO PARA EL USO DEL CONSUMIDOR.

CAUTION	AVERTISSEMENT	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA.	GARDEZ LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE RÉGION.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA ÁREA.

TOOLS INCLUDED:

- ☐ 5 mm Allen Wrench
- ☐ 6 mm Allen Wrench
- ☐ 13/15 mm Flat Wrench
- ☐ Screwdriver

PARTS INCLUDED:

- ☐ 1 Console
- ☐ 1 Console Mast
- ☐ 1 Front Stabilizer Tube
- ☐ 2 Upper Handlebars
- ☐ 2 Lower Handlebars
- ☐ 2 Lower Link Arms
- ☐ 1 Top Front Cover
- ☐ 1 Top Rear Cover
- ☐ 2 Rear Stabilizer End Caps
- ☐ 2 Elbow Cover Sets
- ☐ 2 Handle Bar Cover Sets
- ☐ 1 Water Bottle Holder
- ☐ 1 Console Mast Boot
- ☐ 1 Hardware Kit
- ☐ 1 Audio Adapter Cable
- ☐ 1 Power Adapter

PRE ASSEMBLY

UNPACKING

Unpack the product where you will be using it. Place the elliptical carton on a level flat surface. It is recommended that you place a protective covering on your floor. Never open box when it is on its side.

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

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



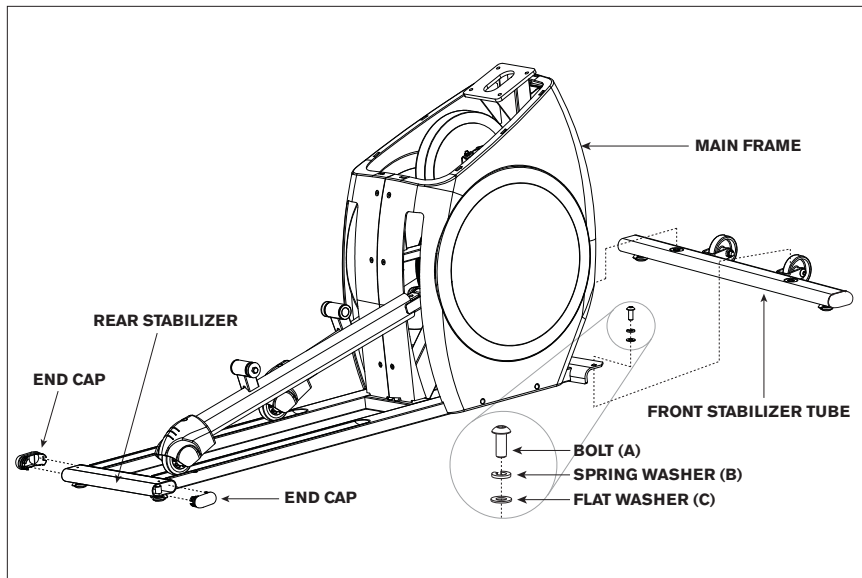
NEED HELP?

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





ASSEMBLY STEP 1



HARDWARE FOR STEP 1:



BOLT (A)
20 mm
Qty: 2



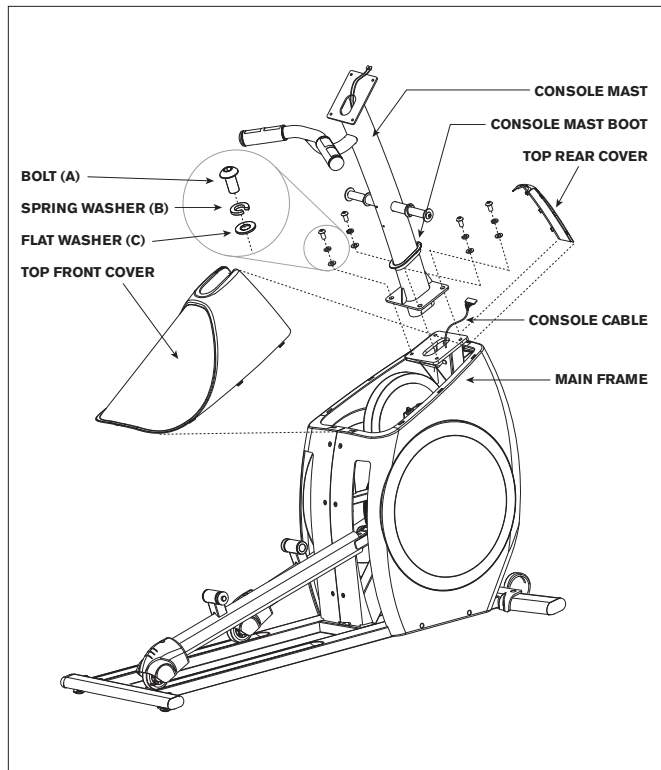
SPRING WASHER (B)
18 mm
Qty: 2



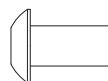
FLAT WASHER (C)
20 mm
Qty: 2

- A Open **HARDWARE BAG FOR STEP 1**.
- B Attach the **FRONT STABILIZER TUBE** to the **MAIN FRAME** using 2 **BOLTS (A)**, 2 **SPRING WASHERS (B)** and 2 **FLAT WASHERS (C)**.
- C Fit both **END CAPS** into **REAR STABILIZER TUBE**.

ASSEMBLY STEP 2



HARDWARE FOR STEP 2:



BOLT (A)
20 mm
Qty: 4



SPRING WASHER (B)
18 mm
Qty: 4



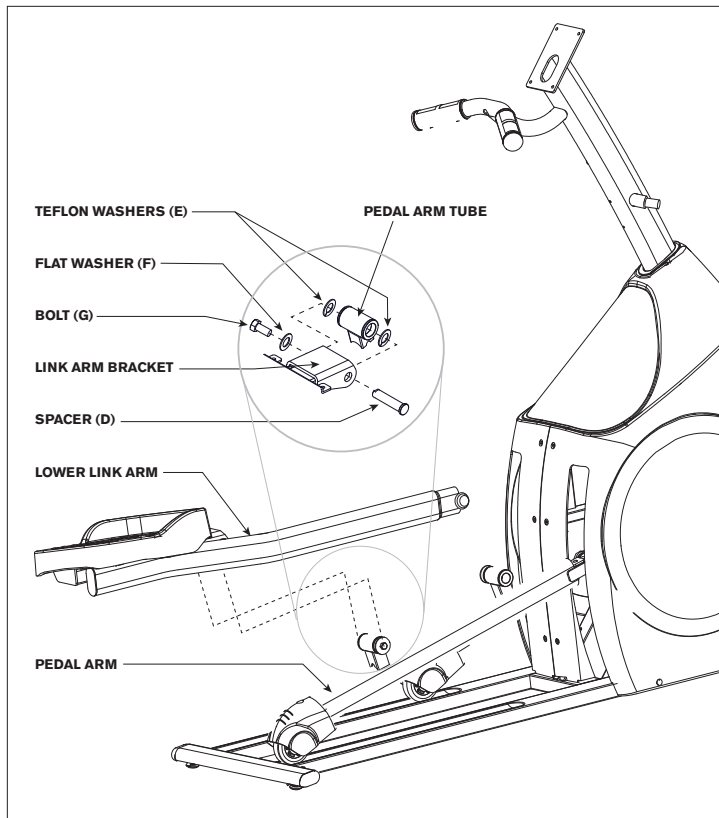
FLAT WASHER (C)
20 mm
Qty: 4

- A Open **HARDWARE BAG FOR STEP 2**.
- B Carefully pull the **CONSOLE CABLE** through the **CONSOLE MAST** using the twist tie located inside the **CONSOLE MAST**.
- C Attach the **CONSOLE MAST** to the **MAIN FRAME** using 4 **BOLTS (A)**, 4 **SPRING WASHERS (B)** and 4 **FLAT WASHERS (C)**.
- D Attach the **TOP FRONT COVER**, followed by the **TOP REAR COVER** and snap them together.
- E Slide **CONSOLE MAST BOOT** down to seal the console mast hole.

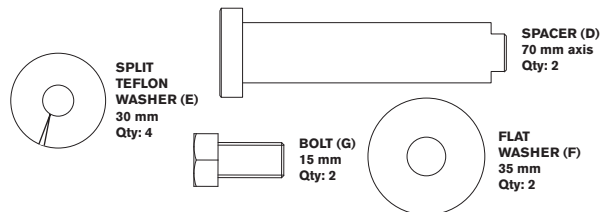
NOTE: Be careful not to pinch any wires while attaching the console mast.



ASSEMBLY STEP 3

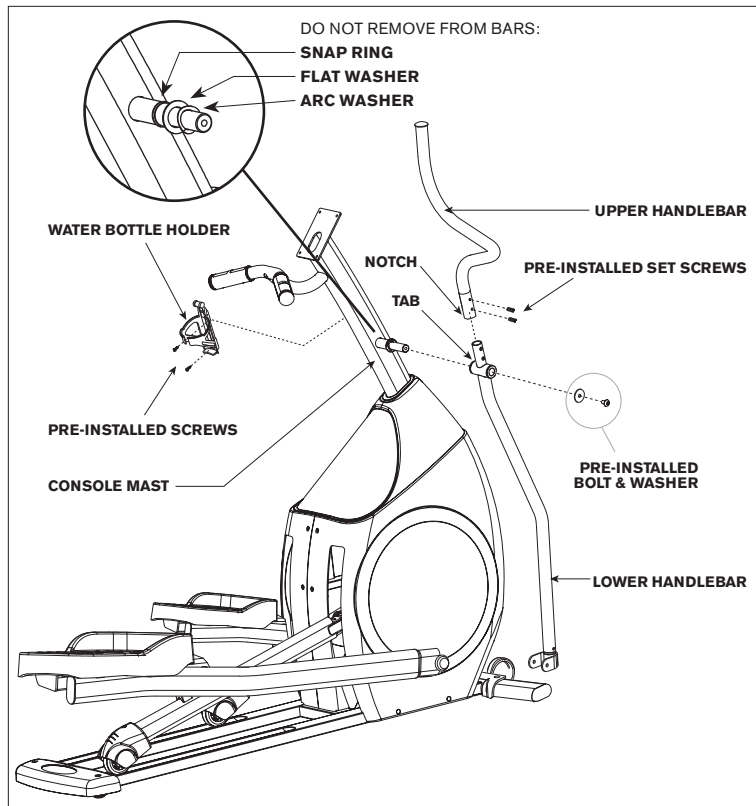


HARDWARE FOR STEP 3:



- A Open **HARDWARE FOR STEP 3**.
- B Align the bracket on the **LEFT LOWER LINK ARM** with the tube on the **LEFT PEDAL ARM**.
- C Slide the **SPACER (D)** through the **LINK ARM BRACKET** and the **PEDAL ARM** so it can't rotate.
- D Insert 2 **TEFLON WASHERS (E)** between the **PEDAL ARM** and the **LINK ARM BRACKET**.
- E Secure the joint with a **FLAT WASHER (F)** and **BOLT (G)**.
- F Repeat on the other side.

ASSEMBLY STEP 4



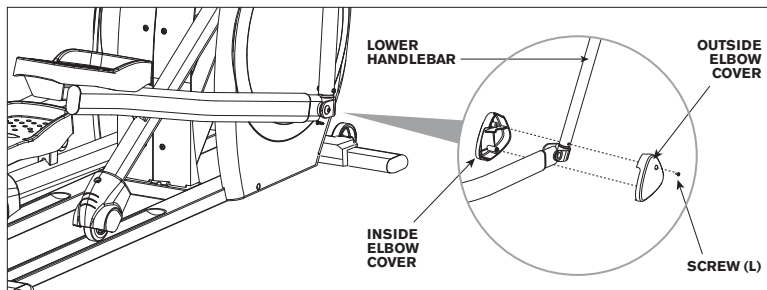
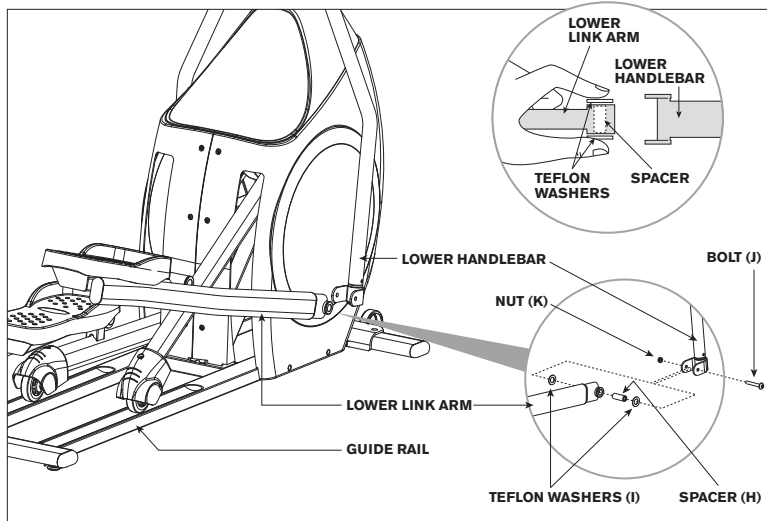
NOTE: The hardware for this step is pre-installed.

- A Remove **PRE-INSTALLED BOLT & WASHERS** from **CONSOLE MAST**.
- B Slide **LOWER HANDLEBARS** onto **CONSOLE MAST** and attach by re-inserting **PRE-INSTALLED BOLT & WASHERS**.
- C Slide **UPPER HANDLEBARS** onto **LOWER HANDLEBARS** and align **NOTCH** with **TAB** making sure handlebars are joined together completely. Secure **UPPER HANDLEBARS** to **LOWER HANDLEBARS** using **PRE-INSTALLED SET SCREWS**.
- D Repeat on other side.
- E Attach **WATER BOTTLE HOLDER** to **CONSOLE MAST** using **PRE-INSTALLED SCREWS**.

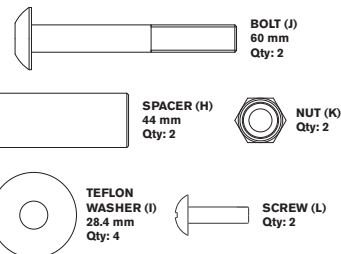
NOTE: After handlebars are assembled they will rotate freely – be cautious. Until the machine is fully assembled, do not grab the handlebars for support.



ASSEMBLY STEP 5

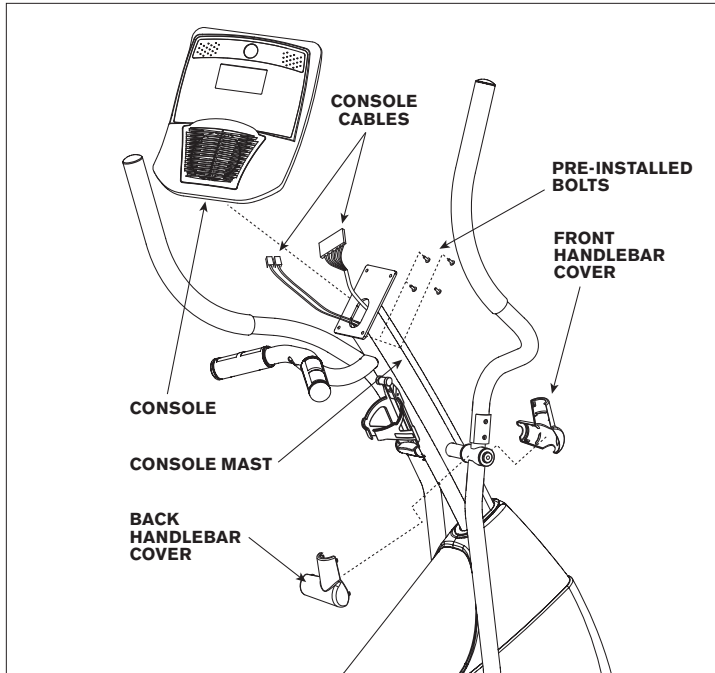


HARDWARE FOR STEP 5:



- A Open **HARDWARE BAG FOR STEP 5**.
- B Slide **SPACER (H)** into **LOWER LINK ARM**.
- C Place **TEFLON WASHERS (I)** on either side of **SPACER (H)**. While holding **TEFLON WASHERS (I)** slide **LOWER LINK ARM** into bottom end of **LOWER HANDLEBAR**.
- D Insert **BOLT (J)** into **LOWER HANDLEBAR** and secure using **NUT (K)**.
- E Attach the outside **ELBOW COVER** to elbow joint using 1 **SCREW (L)**.
- F Snap the **INSIDE ELBOW COVER** onto the outside elbow cover. Note the position of the snap tabs before snapping into position.
- G Repeat on other side.

ASSEMBLY STEP 6



NOTE: The hardware for this step is pre-installed.

- A Snap the **FRONT AND BACK HANDLEBAR COVERS** together onto the upper handlebars. Note the position of the snap tabs on the covers before snapping into position.
- B Remove the 4 **PRE-INSTALLED BOLTS** from the back of the **CONSOLE**.
- C Attach the **CONSOLE CABLES** to the **CONSOLE**.
- D Carefully tuck the **CONSOLE CABLES** into the **CONSOLE MAST** before attaching the **CONSOLE** to the **CONSOLE MAST** using 4 **PRE-INSTALLED BOLTS**.

NOTE: Be careful not to pinch cables while attaching the console.

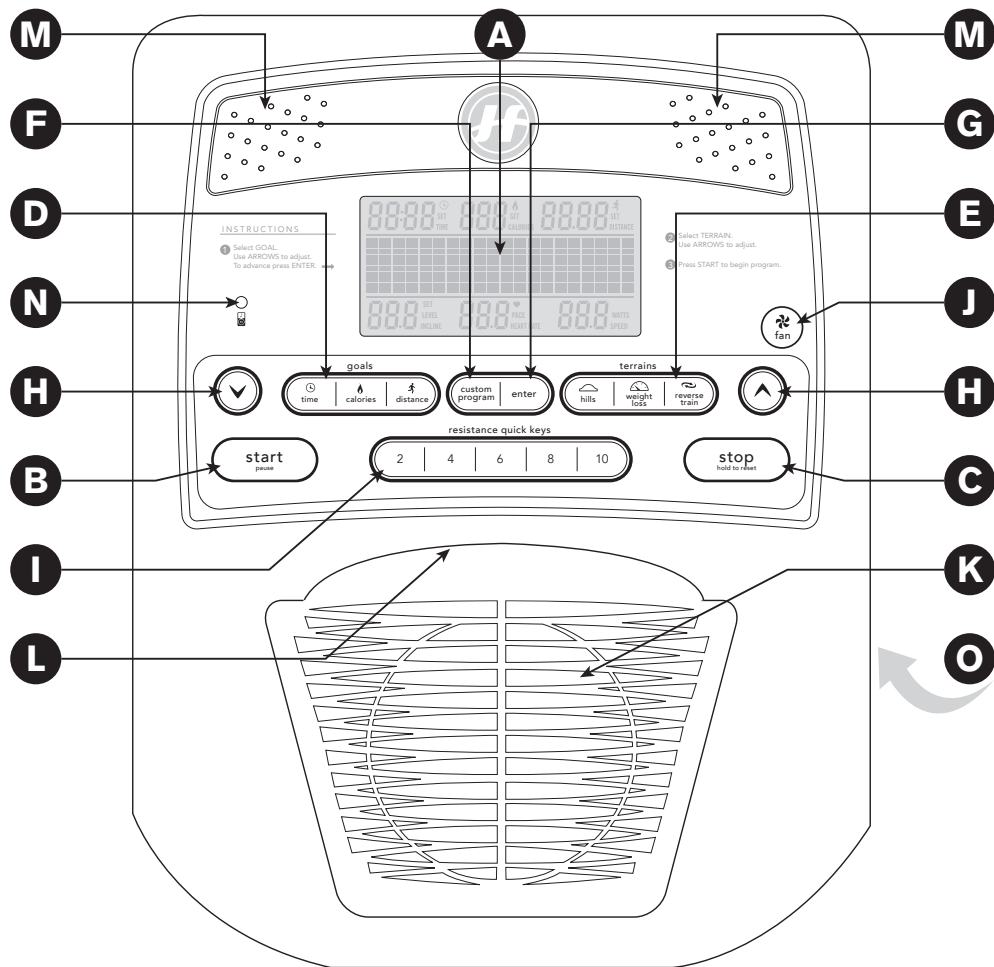
ASSEMBLY COMPLETE!

ELLIPTICAL OPERATION



This section explains how to use your elliptical's console and programming.
The BASIC OPERATION section in the ELLIPTICAL GUIDE has instructions for the following:

- **LOCATION OF THE ELLIPTICAL**
- **POWER/GROUNDING INSTRUCTIONS**
- **FOOT POSITIONING**
- **MOVING THE ELLIPTICAL**
- **LEVELING THE ELLIPTICAL**
- **USING THE HEART RATE FUNCTION**



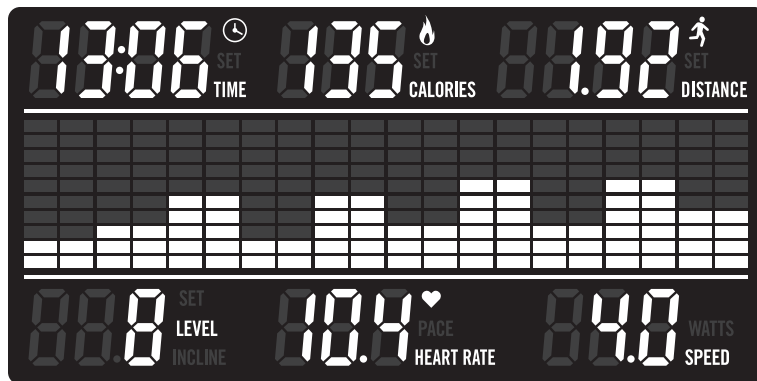
CONSOLE OPERATION

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

- A) **LCD DISPLAY:** time, level, heart rate, distance, calories, speed, program profiles.
- B) **START:** press to begin exercising, start your workout, pause or resume exercising.
- C) **STOP:** press to pause/end your workout. Hold for 3 seconds to reset the console.
- D) **GOALS:** press to select your desired goal.
- E) **TERRAINS:** press to select your desired terrain.
- F) **CUSTOM PROGRAM:** press to select custom program.
- G) **ENTER:** used to choose your program and confirm program settings.
- H) **▼ ▲ KEYS:** used to select / adjust your program and program settings.
- I) **QUICK KEYS:** used to reach desired resistance level more quickly.
- J) **FAN KEY:** used to adjust fan to 3 speed levels.
- K) **FAN:** personal workout fan.
- L) **READING RACK:** holds reading material or media player.
- M) **SPEAKERS:** music plays through speakers when your media player is connected to console.
- N) **AUDIO IN:** plug your media player into the console using the included audio adaptor cable.
- O) **ON/OFF SWITCH:** located on back of console.

Decals are included if you would prefer French text on your console.





DISPLAY INFORMATION

- **TIME:** Shown as minutes : seconds. View the time remaining or the time elapsed in your workout.
- **CALORIES:** Total calories burned or calories remaining left to burn during your workout.
- **DISTANCE:** Shown as miles. Indicates distance traveled or distance remaining during your workout.
- **LEVEL:** Shows the current level of resistance.
- **HEART RATE:** Shown as BPM (beats per minute). Used to monitor your heart rate (displayed when contact is made with both pulse grips).
- **WATTS:** Displays current user power output.
- **SPEED:** Shown as MPH. Indicates how fast the foot pedals are moving.



GETTING STARTED

- 1) Check to make sure no objects are nearby that will hinder the movement of the elliptical.
- 2) Plug in the power cord located at the bottom-front of the elliptical.

A) QUICK START UP

Simply press the START key to begin working out.

The time will count up from 0:00, the resistance level will default to level 1. OR...

B) SELECT A GOAL AND TERRAIN

- 1) Press one of the GOAL KEYS to select a GOAL and press ENTER.
- 2) Adjust the GOAL settings using ▼▲ and press ENTER to advance.
- 3) Press one of the TERRAIN KEYS to select a TERRAIN.
- 4) Press START to begin workout.

NOTE: You can adjust the resistance level during your workout.

NOTE: If no GOAL nor TERRAIN is selected, the program will function as a MANUAL program. All changes in resistance level or incline will need to be from the user in this setting.

C) FINISHING YOUR WORKOUT

When your workout is complete, the monitor display will flash "FINISHED" and beep. Your workout information will stay displayed on the console for 30 seconds and then reset.

TO RESET THE CONSOLE

Hold STOP key for 3 seconds.

USING A MEDIA PLAYER

- 1) Connect the included AUDIO ADAPTOR CABLE to the AUDIO IN JACK next to the console display and to the headphone jack on your media player.
- 2) Use your media player to adjust volume and song settings.
- 3) Remove the AUDIO ADAPTOR CABLE when not in use.



GOAL PROGRAM INFORMATION

The programs on your elliptical allow you to exercise towards the goal of your choice, either TIME, number of CALORIES or a certain DISTANCE, while allowing you to choose the “terrain.”



GOAL: TIME

Allows you to work towards a time-based goal.

- 1) Press TIME key once.
- 2) Use ▼▲ to select the desired duration of workout and press ENTER.
- 3) Choose desired terrain by pressing HILLS, WEIGHT LOSS or REVERSE TRAIN keys and press ENTER.
- 4) Press START to begin your workout.

NOTE: If you'd like to set a goal without choosing a terrain, press the start key after step 2. Your goal will count down and you can set the resistance manually.



GOAL: CALORIES

Allows you to work towards a calorie-based goal.

- 1) Press CALORIE key once.
- 2) Use ▼▲ to select the desired caloric expenditure for the workout and press ENTER.
- 3) Choose desired terrain by pressing HILLS, WEIGHT LOSS or REVERSE TRAIN keys and press ENTER.
- 4) Press START to begin your workout.



GOAL: DISTANCE

Allows you to work towards a distance-based goal.

- 1) Press DISTANCE key once.
- 2) Use ▼▲ to select the desired mileage of workout and press ENTER.
- 3) Choose desired terrain by pressing HILLS, WEIGHT LOSS or REVERSE TRAIN keys and press ENTER.
- 4) Press START to begin your workout.

PROGRAM INFORMATION



HILLS

Motivates with different combinations of RESISTANCE.

HILLS																
	Warm-Up				Program Segments - Repeat											
Seconds	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Segments	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Level	1	1	1	2	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4



WEIGHT LOSS

Promotes weight loss by raising and lowering the resistance level, while keeping you in your fat burning zone.

WEIGHT LOSS																
	Warm-Up				Program Segments - Repeat											
Seconds	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Segments	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Level	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2



REVERSE TRAIN

Program cues you to pedal forward (F) and backwards (R) for an exciting and challenging workout.

REVERSE TRAIN																
	Warm-Up				Program Segments - Repeat											
Seconds	60	60	60	60	30	45	60	30	90	60	30	45	60	30	90	60
Segment	Warm-Up				F	R	F	R	F	R	F	R	F	R	F	R
Level	1	1	1	2	4	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4



CUSTOM

Design and store your own custom exercise program. Allows you to customize your workout by letting you create the terrain.

- 1) Press CUSTOM key once.
- 2) Choose a GOAL by pressing TIME, CALORIES or DISTANCE key.
- 3) Use ▼ ▲ to select the desired duration, caloric expenditure or mileage of workout and press ENTER.
- 4) Set the RESISTANCE PROFILES using the ▼ ▲ and press ENTER after each RESISTANCE SEGMENT is set to the desired level. (Repeat until all 15 segments are set.)
NOTE: If STOP key is pressed, it will take you back to the previous segment.
- 5) Press START to begin your program.
NOTE: to reset the memory, press and hold the enter button for 5 seconds.



LIMITED HOME-USE WARRANTY





WEIGHT CAPACITY = 275 lbs (125 kilograms).

FRAME • LIFETIME

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

ELECTRONICS & PARTS • 1 YEAR

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

LABOR • 1 YEAR

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

EXCLUSIONS AND LIMITATIONS

Who IS covered:

- The original owner and is not transferable.

What IS covered:

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

What IS NOT covered:

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

costs, including but not limited to gym membership fees, work time lost, diagnostic visits, maintenance visits or transportation.

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

SERVICE/RETURNS

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



FRANÇAIS

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES



CONSERVEZ CES DIRECTIVES

Lisez ce GUIDE DE L'EXERCISEUR ELLIPTIQUE avant de vous référer au MANUEL DU PROPRIÉTAIRE. Lorsque vous utilisez un produit électrique, des précautions de base doivent toujours être respectées, y compris les suivantes : Lisez toutes les directives avant d'utiliser cet exerciceur elliptique. Il incombe au propriétaire de veiller à ce que tous les utilisateurs de cet exerciceur elliptique soient adéquatement informés de toutes les mises en garde et précautions. Si vous avez des questions, communiquez avec le soutien technique à la clientèle au numéro indiqué au verso de ce MANUEL DU PROPRIÉTAIRE.

Cet exerciceur elliptique est destiné à un usage domestique seulement. N'utilisez pas cet exerciceur elliptique dans un milieu commercial, locatif, scolaire ou institutionnel. Ne pas se conformer à cette directive annulera la garantie.



DANGER

POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE CHOC ÉLECTRIQUE :

Débranchez toujours l'exerciseur elliptique de la prise de courant immédiatement après l'avoir utilisé, avant de le nettoyer et d'effectuer un entretien ainsi qu'avant d'ajouter ou d'enlever des pièces.



AVERTISSEMENT

POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE BRÛLURES, D'INCENDIE, DE CHOC ÉLECTRIQUE OU DE BLESSURES :

- Si vous éprouvez une douleur quelconque, notamment une douleur à la poitrine, de la nausée, des étourdissement ou un essoufflement, cessez immédiatement l'exercice et consultez un médecin avant de continuer à utiliser le tapis roulant.
- Durant l'exercice, adoptez toujours un rythme confortable. Ne dépassez pas 80 tr/min sur cet appareil.
- Pour garder l'équilibre, il est recommandé de tenir les poignées pendant les exercices, lorsqu'on monte sur l'appareil ou qu'on en descend.
- Ne tournez pas les pédales manuellement.
- Assurez-vous que les poignées sont bien fixées avant chaque utilisation.
- Gardez la partie supérieure du soutien des pieds propre et sèche.
- Soyez prudent lorsque vous montez sur l'appareil et lorsque vous en descendez. Avant de monter sur l'appareil ou d'en descendre, déplacez la pédale correspondante à sa position la plus basse et arrêtez complètement l'appareil.
- Ne portez pas de vêtements qui pourraient se prendre dans un des composants de l'exerciseur elliptique.
- Portez toujours des chaussures athlétiques lorsque vous utilisez cet équipement.
- Ne sautez pas sur l'exerciseur elliptique.
- En aucun temps, plus d'une personne ne doit se trouver sur l'exerciseur elliptique lorsqu'il fonctionne.
- L'exerciseur elliptique ne doit pas être utilisé par des personnes pesant plus que la capacité indiquée dans la SECTION de la GARANTIE DU MANUEL DU PROPRIÉTAIRE. Ne pas se conformer à cette directive annulera la garantie.
- Cet exerciseur elliptique est destiné à un usage domestique seulement. N'utilisez pas cet exerciseur elliptique dans un milieu commercial, locatif, scolaire ou institutionnel. Ne pas se conformer à cette directive annulera la garantie.
- N'utilisez pas l'exerciseur elliptique dans un endroit où la température n'est pas contrôlée, notamment dans les garages, les vérandas, les salles de billard, les salles de bain, les abris d'auto ou à l'extérieur. Ne pas se conformer à cette directive annulera la garantie.
- Pour éviter tout choc électrique, n'échappez ni n'insérez jamais un objet dans toute ouverture de l'équipement.
- Branchez cet exerciseur uniquement à une prise appropriée de mise à la terre.

AVERTISSEMENT

POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE BRÛLURES, D'INCENDIE, DE CHOC ÉLECTRIQUE OU DE BLESSURES :

- Tenez le cordon d'alimentation loin des surfaces chauffées. Ne transportez pas cet appareil par son cordon d'alimentation et n'utilisez pas le cordon comme poignée.
- N'utilisez pas d'autres accessoires qui ne sont pas recommandés par le fabricant. Les accessoires peuvent causer des blessures.
- N'utilisez pas le tapis roulant dans un endroit où des produits (pulvérisation) aérosols sont utilisés ou si de l'oxygène est administré.
- Utilisez l'exerciseur elliptique selon les directives du guide de l'exerciseur elliptique et du manuel du propriétaire.
- Mettez l'équipement hors tension avant d'effectuer un entretien ou de le déplacer. Pour nettoyer, essuyez les surfaces avec du savon et un chiffon légèrement humide : n'utilisez jamais de solvants. (Reportez-vous à la section ENTRETIEN)
- L'exerciseur elliptique ne doit pas être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débranchez le tapis roulant de la prise lorsqu'il n'est pas utilisé, et avant d'installer ou d'enlever des pièces.
- N'utilisez pas le tapis roulant sous une couverture ou un oreiller. Une chaleur excessive peut alors se produire et causer un incendie, un choc électrique ou des blessures.
- En AUCUN temps, les enfants de moins de 13 ans ainsi que les animaux de compagnie ne devraient se tenir à moins de 3 m (10 pi) de l'exerciseur elliptique.
- En AUCUN temps, les enfants de moins de 13 ans ne devraient utiliser l'exerciseur elliptique.
- Les enfants de plus de 13 ans ou les personnes souffrant d'un handicap ne doivent pas utiliser l'exerciseur elliptique sans la supervision d'un adulte.
- N'utilisez jamais l'exerciseur elliptique si le cordon ou la fiche sont endommagés, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il a été échappé ou endommagé ou encore s'il a été immergé dans l'eau. Communiquez avec le soutien technique au numéro indiqué au verso de du manuel pour prendre un rendez-vous.
- Tenez le cordon d'alimentation loin des surfaces chauffées. Ne transportez pas cet appareil par son cordon d'alimentation et n'utilisez pas le cordon comme poignée.
- Pour débrancher l'équipement, réglez toutes les commandes à la position « OFF » (Arrêt), puis retirez la fiche de la prise.
- N'enlevez pas les garnitures de console à moins d'en avoir reçu les directives du Soutien technique à la clientèle. L'entretien et les réparations ne doivent être effectués que par un technicien en entretien et en réparation autorisé.

Il est essentiel de n'utiliser l'exerciseur elliptique qu'à l'intérieur, dans une pièce climatisée. Si votre exerciseur elliptique a été exposé à des températures basses ou à un climat très humide, il est fortement recommandé de le laisser réchauffer à la température ambiante avant la première utilisation. Ne pas se conformer à cette directive peut causer une défaillance électronique prématurée.

AVERTISSEMENT

Ce produit contient des produits chimiques reconnus par l'État de Californie pour causer le cancer et des malformations congénitales ou autres problèmes de reproduction.



ASSEMBLAGE



AVERTISSEMENT

Le processus d'assemblage comporte certaines étapes au cours desquelles il faut faire particulièrement attention. Il importe de suivre les instructions d'assemblage à la lettre et de s'assurer que toutes les pièces sont bien serrées. Si on ne suit pas correctement les instructions d'assemblage, certaines parties de l'exerciseur elliptique pourraient être mal serrées et bouger et elles pourraient causer des bruits irritants. Pour éviter les dommages à l'exerciseur elliptique, relisez les instructions d'assemblage et prenez les mesures correctives qui s'imposent.

Avant de continuer, recherchez le numéro de série de votre exerciseur elliptique qui figure sur un autocollant de code à barres blanc sur le tube de stabilisation avant et inscrivez-le dans l'espace prévue ci-dessous.

INSCRIVEZ LE NUMÉRO DE SÉRIE ET LE NOM DU MODÈLE DANS L'ESPACE CI-DESSOUS :

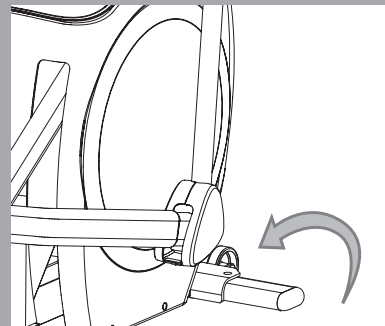
NUMÉRO DE SÉRIE :

EP

NOM DU MODÈLE : **EXERCISEUR
ELLIPTIQUE**

DE HORIZON

**EMPLACEMENT DU
NUMÉRO DE SÉRIE**



» Référez-vous au NUMÉRO DE SÉRIE et au NOM DU MODÈLE lorsque vous appelez pour le service.



GUIDON SUPÉRIEUR

CONSOLE

POIGNÉES DU
CARDIO-FRÉQUENCEMÈTRE

MÂT DE LA CONSOLE

⚠ WARNING
CONSULT A PHYSICIAN PRIOR TO USING ANY EXERCISE EQUIPMENT. POSSIBILITY OF SERIOUS INJURY IF EQUIPMENT IS USED IMPROPERLY. READ INSTRUCTION MANUAL BEFORE USING. KEEP CHILDREN OFF AND AWAY FROM THIS EQUIPMENT FOR CONSUMER USE ONLY.
⚠ AVERTISSEMENT
CONSULTEZ UN MÉDECIN AVANT D'UTILISER CET ÉQUIPEMENT. POSSIBILITÉ DE BLESSURES SÉRIEUSES SI L'ÉQUIPEMENT EST UTILISÉ DE MANIÈRE INCORRECTE. GARDEZ LES ENFANTS LOIN DE CET ÉQUIPEMENT. NE FAITES PAS LAISSEZ CET ÉQUIPEMENT À LA PORTÉE DES ENFANTS. POUR USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT.
⚠ PRECAUCIÓN
CONSULTAR CON UN MÉDICO ANTES DE USAR ESTE EQUIPO. POSIBILIDAD DE RESULTAR EN HERIDAS GRAVES SI EL EQUIPO ESTÁ UTILIZADO IMPROPIAMENTE. LEER LA GUÍA DE INSTRUCCIONES ANTES DE USAR. MANTENER NIÑOS POSIBLES ALEJADOS DE LA MÁQUINA. ESTE EQUIPO ES SÓLO PARA EL USO DEL CONSUMIDOR.

PORTE-BOUTEILLE

COUVERCLE DU GUIDON

GUIDON INFÉRIEUR

CAPUCHON
SUPÉRIEUR

COUVERCLE
DU COUDE

CADRE PRINCIPAL

PRISE DU CORDON
D'ALIMENTATION

PATINS PIVOTANTS

TUBE STABILISATEUR AVANT

CAUTION	AVERTISSEMENT	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA.	GARDEZ LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE RÉGION.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA ÁREA.

BARRE DE LIAISON INFÉRIEURE

BARRE DE LA PÉDALE

CAPUCHON DU STABILISATEUR ARRIÈRE

OUTILS COMPRIS:

- ☐ Clé Allen de 5 mm
- ☐ Clé Allen de 6 mm
- ☐ Clé hexagonale 13/15 mm
- ☐ Tournevis

PIÈCES COMPRISSES :

- ☐ 1 console
- ☐ 1 mât de console
- ☐ 1 tube stabilisateur avant
- ☐ 2 guidons supérieurs
- ☐ 2 guidons inférieurs
- ☐ 2 barres de liaison inférieures
- ☐ 1 couvercle supérieur avant
- ☐ 1 couvercle supérieur arrière
- ☐ 2 capuchons pour stabilisateur arrière
- ☐ 2 ensembles de couvercles pour coudes
- ☐ 2 ensembles de couvercles pour guidons
- ☐ 1 porte-bouteille d'eau
- ☐ 1 capuchon du mât de console
- ☐ 1 trousse de quincaillerie
- ☐ 1 câble adaptateur audio
- ☐ 1 adaptateur d'alimentation

PRÉ ASSEMBLAGE

DÉBALLAGE

Déballiez l'appareil là où il sera utilisé. Placez l'emballage de l'exerciseur elliptique sur une surface plane. Il est conseillé de placer une toile de protection sur le sol. N'ouvrez jamais la boîte lorsqu'elle se trouve sur le côté.

REMARQUE : À chaque étape de l'assemblage, assurez-vous que TOUS les boulons et les vis sont en place et partiellement vissés avant de visser complètement TOUT boulon ou TOUTE vis.

REMARQUE : Une légère application de graisse peut faciliter l'installation de la quincaillerie. Toute graisse, comme la graisse au lithium pour vélos, est recommandée.



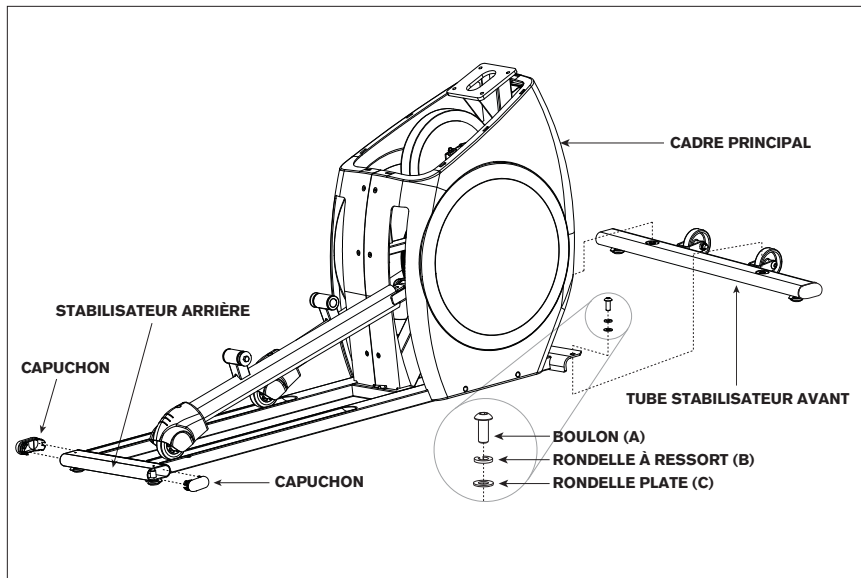
BESOIN D'AIDE ?

Si vous avez des questions ou s'il manque des pièces, communiquez avec le soutien technique à la clientèle. Les coordonnées figurent au verso de ce manuel.





ASSEMBLAGE ÉTAPE 1



QUINCAILLERIE POUR ÉTAPE 1 :



BOULON (A)
20 mm
Qté : 2



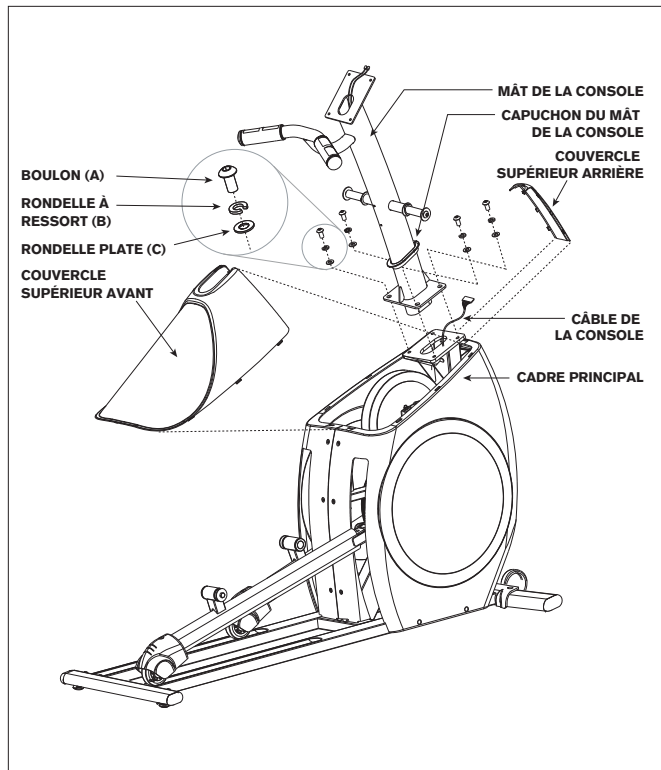
RONDELLE À RESSORT (B)
18 mm
Qté : 2



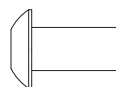
RONDELLE PLATE (C)
20 mm
Qté : 2

- A Ouvrez la **TROUSSE DE QUINCAILLERIE POUR L'ÉTAPE 1**.
- B Fixez le **TUBE DE STABILISATION AVANT** au **CADRE PRINCIPAL** à l'aide de 2 **BOULONS (A)**, 2 **RONDELLES À RESSORT (B)** et 2 **RONDELLES PLATES (C)**.
- C Placez les deux **CAPUCHONS** sur les **TUBES DE STABILISATION ARRIÈRES**.

ASSEMBLAGE ÉTAPE 2



QUINCAILLERIE POUR ÉTAPE 2 :



BOULON (A)
20 mm
Qté : 4



RONDELLE À RESSORT (B)
18 mm
Qté : 4



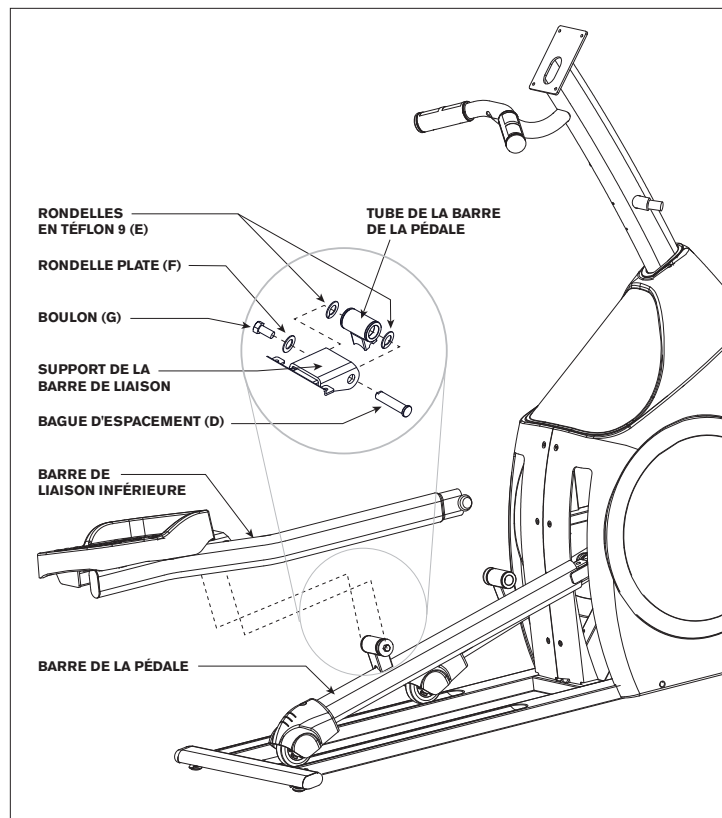
RONDELLE PLATE (C)
20 mm
Qté : 4

- A Ouvrez la **TROUSSE DE QUINCAILLERIE POUR L'ÉTAPE 2**.
- B Tirez soigneusement le **CÂBLE DE LA CONSOLE** à travers le **MÂT DE LA CONSOLE** à l'aide de l'attache torsadée située à l'intérieur du **MÂT DE LA CONSOLE**.
- C Fixez le **MÂT DE LA CONSOLE** au **CADRE PRINCIPAL** à l'aide de 4 **BOULONS (A)**, 4 **RONDELLES À RESSORT (B)** et 4 **RONDELLES PLATES (C)**.
- D Fixez le **COUVERCLE SUPÉRIEUR AVANT** et le **COUVERCLE SUPÉRIEUR ARRIÈRE** et enclenchez-les ensemble.
- E Glissez **LE CAPOT DU MÂT DE LA CONSOLE** sur le mât pour sceller le trou dans le mât de la console.

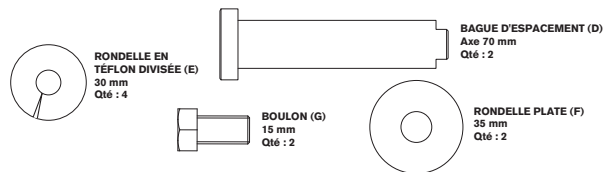
REMARQUE : Prenez garde de ne pas pincer les câbles lorsque vous fixez le mât de la console.



ASSEMBLAGE ÉTAPE 3

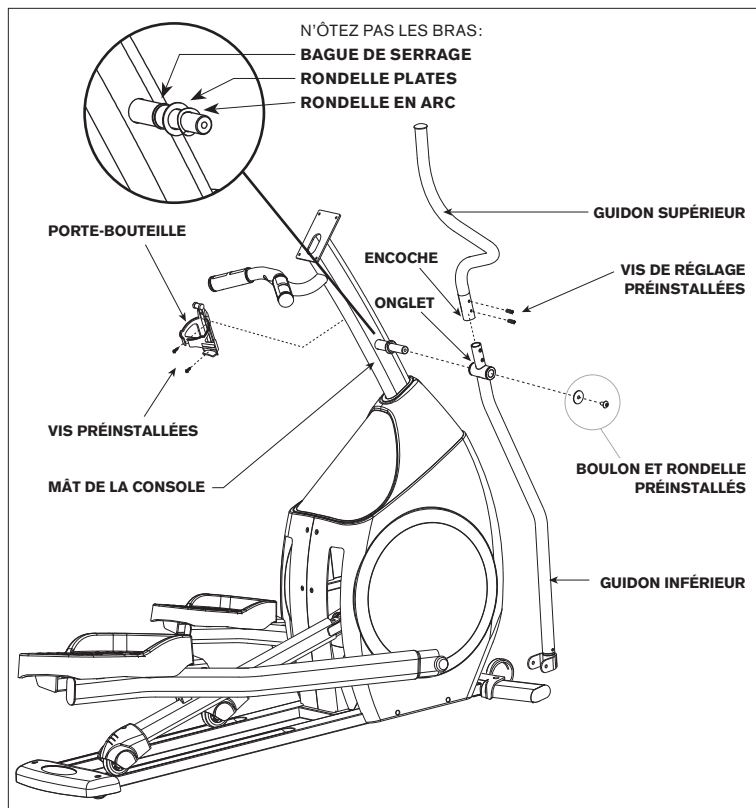


QUINCAILLERIE POUR ÉTAPE 3 :



- A Ouvrez la **TROUSSE DE QUINCAILLERIE POUR L'ÉTAPE 3**.
- B Alignez le support sur la **BARRE DE LIAISON INFÉRIEURE GAUCHE** avec le tube sur la **BARRE DE LA PÉDALE DE GAUCHE**.
- C Glissez la **BAGUE D'ESPACEMENT** dans le **SUPPORT DE LA BARRE DE LA PÉDALE** et la **BARRE DE LA PÉDALE** pour empêcher la rotation.
- D Insérez les **RONDELLES EN TÉFLON (E)** entre la **BARRE DE LA PÉDALE** et le **SUPPORT DE LA BARRE DE LIAISON**.
- E Sécurisez le joint avec une **RONDELLE PLATE (F)** et un **BOULON (G)**
- F Répéter l'opération de l'autre côté.

ASSEMBLAGE ÉTAPE 4



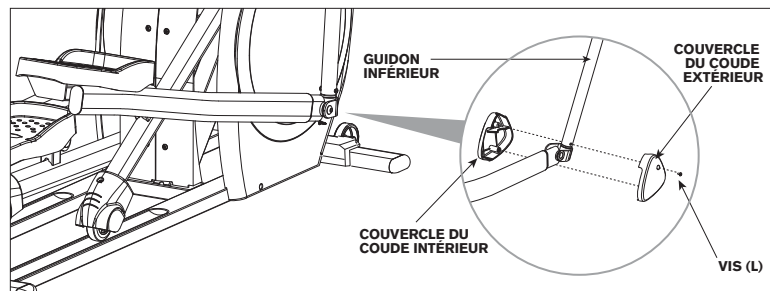
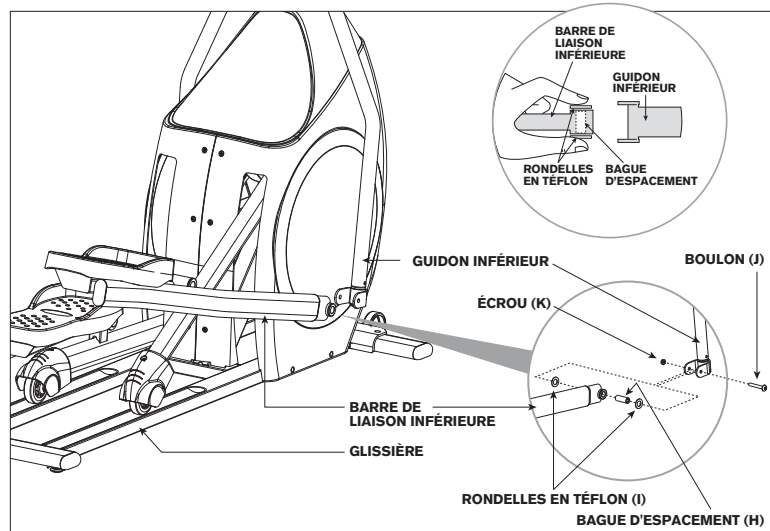
REMARQUE : La quincaillerie nécessaire pour cette étape est préinstallée.

- A Enlevez les **BOULONS ET RONDELLES PRÉINSTALLÉS** du **MÂT DE LA CONSOLE**.
- B Glissez les **GUIDONS INFÉRIEURS** sur le **MÂT DE LA CONSOLE** et fixez en insérant les 4 **BOULONS ET RONDELLES PRÉINSTALLÉS**.
- C Glissez les **GUIDONS SUPÉRIEURS** sur les **GUIDONS INFÉRIEURS** et alignez la **FENTE** avec l'**ONGLET** en assurant que les guidons sont complètement joints ensembles. Fixez les **GUIDONS SUPÉRIEURS** aux **GUIDONS INFÉRIEURS** à l'aide des **VIS PRÉINSTALLÉES**.
- D Répétez l'opération de l'autre côté
- E Fixez le **PORTE-BOUEILLE D'EAU** sur le **MÂT DE LA CONSOLE** à l'aide des **VIS PRÉINSTALLÉES**.

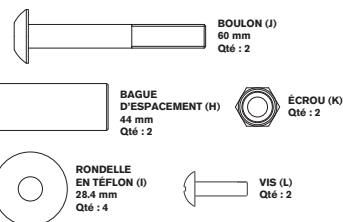
REMARQUE : Une fois les guidons assemblés, ils pourront tourner librement – soyez attentif. Ne saisissez pas les guidons pour le support avant que la machine soit entièrement assemblée.



ÉTAPE D'ASSEMBLAGE 5

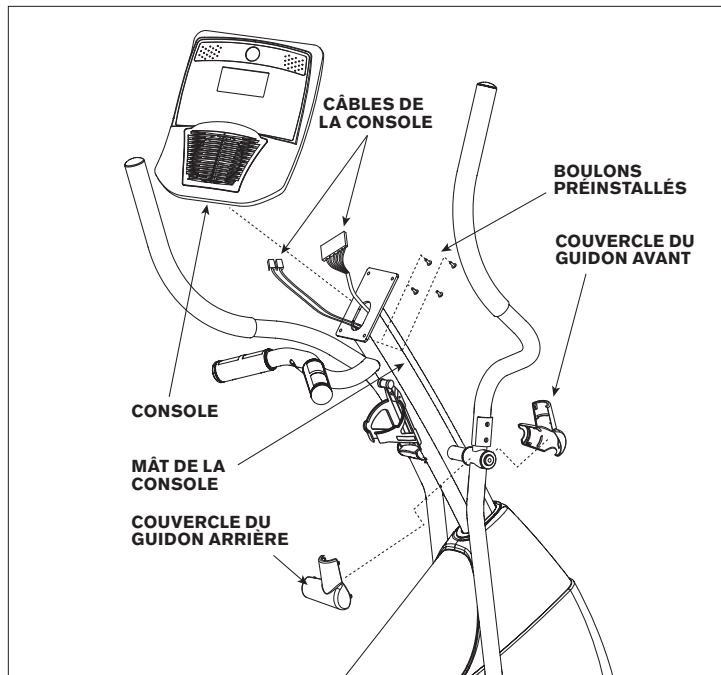


ASSEMBLAGE ÉTAPE 5 :



- Ouvrez la **TROUSSE DE QUINCAILLERIE POUR L'ÉTAPE 5**.
- Glissez la **BAGUE D'ESPACEMENT** dans la **BARRE DE LIAISON INFÉRIEURE**.
- Placez des **RONDELLES EN TÉFLON (I)** sur chaque côté de la **BAGUE D'ESPACEMENT (H)**. Tout en tenant les rondelles en Téflon, glissez le bar de liaison sur l'extrémité inférieure du guidon inférieur.
- Insérez le **BOULON (J)** dans le **GUIDON INFÉRIEUR** et sécurisez-le à l'aide d'un **BOULON (K)**.
- Fixez le **COUVERCLE DU COUDE EXTERIEUR** au joint du coude à l'aide de 1 **VIS (L)**.
- Enclenchez le **COUVERCLE DU COUDE INTERIEUR** sur le couvercle du coude extérieur. Remarquez les positions des onglets enclenchables sur les couvercles avant de les enclencher en place.
- Répétez l'opération de l'autre côté.

ASSEMBLAGE ÉTAPE 6



REMARQUE : La quincaillerie nécessaire pour cette étape est préinstallée.

- A Enclenchez les **COUVERCLES DES GUIDONS AVANT ET ARRIÈRE** ensemble sur les guidons supérieurs.
Remarquez les positions des onglets enclenchables sur les couvercles avant de les enclencher en place.
- B Enlevez les 4 **BOULONS PRÉINSTALLÉS** de l'arrière de la **CONSOLE**.
- C Branchez les **CÂBLES DE CONSOLE** à la **CONSOLE**.
- D Insérez soigneusement les **CÂBLES DE LA CONSOLE** dans les **MÂTS DE LA CONSOLE** avant de fixer la **CONSOLE** au **MÂT DE LA CONSOLE** à l'aide des 4 **BOULONS PRÉINSTALLÉS**.

REMARQUE : Prenez garde de ne pas pincer les câbles lorsque vous fixez la console.

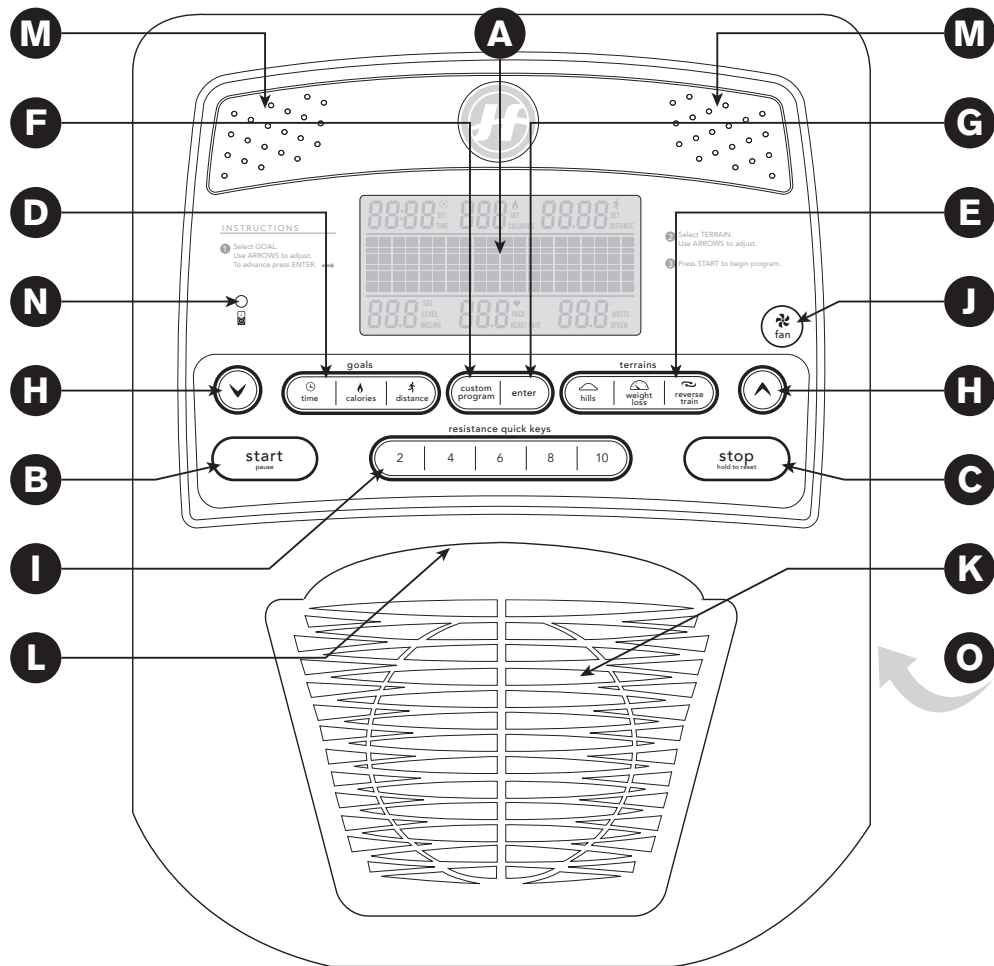
ASSEMBLAGE TERMINÉ !

FONCTIONNEMENT DE L'EXERCISEUR ELLIPTIQUE



Cette section explique comment utiliser la console de votre exerciceur elliptique et comment la programmer.
La section des FONCTIONNEMENTS DE BASE dans le GUIDE DE L'EXERCISEUR ELLIPTIQUE comprend des directives sur les points suivants :

- **EMPLACEMENT DE L'EXERCISEUR ELLIPTIQUE**
- **INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE/POUR L'ALIMENTATION**
- **POSITIONNEMENT DES PIEDS**
- **DÉPLACEMENT DE L'EXERCISEUR ELLIPTIQUE**
- **MISE AU NIVEAU DE L'EXERCISEUR ELLIPTIQUE**
- **UTILISATION DU CARDIO-FRÉQUENCEMÈTRE**



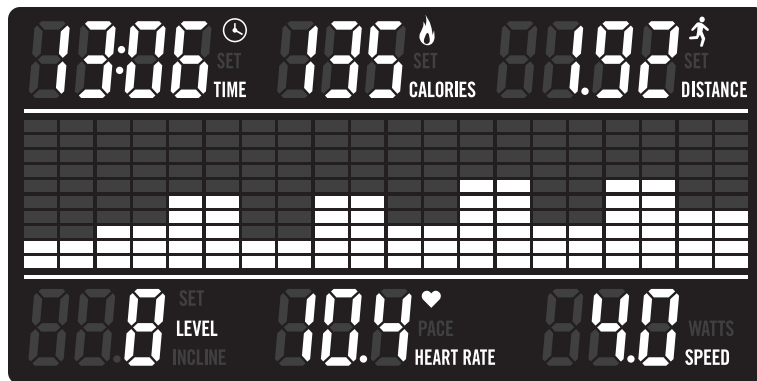
FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE

Remarque : Il y a une fine pellicule protectrice en plastique transparent sur la console que vous devez enlever avant d'utiliser la machine.

- A) AFFICHAGE ACL** : durée, niveau, fréquence cardiaque, distance, calories, vitesse, profils des programmes.
- B) START (Démarrer)** : Appuyez pour commencer une séance d'exercice, commencer un entraînement ou poursuivre l'exercice suite à une pause.
- C) STOP (Arrêt)** : Appuyez pour mettre en pause ou terminer la séance d'entraînement. Tenez pendant 3 secondes pour réinitialiser la console.
- D) GOALS (Objectifs)** : Appuyez pour sélectionner votre objectif désiré.
- E) TERRAINS** : Appuyez pour sélectionner votre terrain désiré.
- F) PROGRAMME PERSONNALISÉ** : Appuyez pour sélectionner une séance d'entraînement personnalisée.
- G) ENTRER (Entrer)** : Utilisé pour choisir votre programme et pour confirmer les paramètres du programme.
- H) ▼▲ TOUCHES** : Utilisé pour sélectionner ou ajuster votre programme et les paramètres du programme.
- I) TOUCHES RAPIDES** : Utilisées pour obtenir le niveau de résistance désirée plus rapidement.
- J) TOUCHE DU VENTILATEUR** : Utilisé pour ajuster les 3 niveaux des vitesses du ventilateur.
- K) VENTILATEUR** : Ventilateur de conditionnement physique personnel.
- L) SUPPORT DE LECTURE** : Retient les matériaux de lecture ou les lecteurs de média.
- M) HAUT-PARLEURS** : Diffuse la musique par les haut-parleurs lorsque votre lecteur de média est branché à la console.
- N) ENTRÉE AUDIO** : Branchez votre lecteur de média dans la console à l'aide du câble adaptateur audio inclus.
- O) INTERRUPTEUR ON/OFF (Marche/Arrêt)** : Situé à l'arrière de la console.

Des décalques sont inclus si vous préférez avoir le texte sur la console en français.





INFORMATIONS AFFICHÉES

- **DURÉE** : Indiquée en minutes : secondes. Visualisez le temps restant ou le temps écoulé dans votre entraînement.
- **CALORIES** : Le total des calories brûlées ou les calories qui restent à brûler au cours de votre entraînement.
- **DISTANCE** : Shown as miles. Indique la distance parcourue ou la distance restante de votre entraînement.
- **NIVEAU** : Affiche le niveau de résistance actuel.
- **FRÉQUENCE CARDIAQUE** : Indiquée en BPM (battements par minute). Utilisé pour suivre la fréquence cardiaque (s'affiche lorsque le contact est établi avec les deux poignées du cardiofréquencemètre).
- **WATTS** : Affiche la sortie de puissance actuelle de l'utilisateur.
- **VITESSE** : Indiquée en mi/hIndique la vitesse des pédales.



POUR COMMENCER

- 1) Assurez-vous qu'il n'y aucun objet près de l'exerciseur elliptique qui pourrait nuire aux déplacements.
- 2) Branchez le cordon situé sur la partie inférieure avant de l'exerciseur elliptique.

A) MISE EN MARCHÉ RAPIDE

Appuyez simplement sur la touche START (Démarrer) pour commencer une séance d'exercice.
Le temps commencera à 0:00, le niveau de résistance par défaut est 1. OU...

B) SÉLECTIONNEZ UN OBJECTIF ET UN TERRAIN

- 1) Appuyez sur une des TOUCHES D'OBJECTIF pour sélectionner un OBJECTIF et appuyez sur ENTER (Entrer).
- 2) Ajustez les paramètres de L'OBJECTIF à l'aide de ▼ ▲ et appuyez sur ENTER (Entrer) pour avancer.
- 3) Appuyez sur une des TOUCHES DE TERRAIN pour sélectionner un TERRAIN.
- 4) Appuyez sur START (Démarrer) pour commencer une séance d'exercice.

REMARQUE : Vous pouvez aussi ajuster le niveau de résistance de votre entraînement.

REMARQUE : Si aucun OBJECTIF ni TERRAIN est sélectionné, le programme fonctionnera en mode MANUEL. Dans ce mode, tous les changements dans les niveaux de résistance ou d'inclinaison devront être effectués par l'utilisateur.

C) TERMINER VOTRE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

Lorsque votre entraînement est complet, l'affichage « TERMINÉ » clignotera et la console émettra un bip. Vos renseignements d'entraînement resteront affichés sur la console pendant 30 secondes et se remettront à zéro par la suite.

POUR RÉINITIALISER LA CONSOLE

Tenez LA TOUCHE stop (arrêt) pendant 3 secondes.

UTILISATION D'UN LECTEUR DE MÉDIA

- 1) Branchez le CÂBLE D'ADAPTATEUR AUDIO inclus dans la PRISE AUDIO près de l'afficheur de la console et la prise des écouteurs dans votre lecteur de média.
- 2) Utilisez votre lecteur de média pour ajuster le volume et les paramètres des chansons.
- 3) Débranchez le CORDON D'ADAPTATEUR AUDIO si non utilisé.



RENSEIGNEMENTS SUR LE PROGRAMME DES OBJECTIFS

Les programmes de votre exerciceur elliptique vous permettent d'effectuer de l'exercice vers un objectif de votre choix, soit selon une DURÉE, un nombre de calories ou une DISTANCE, tout en vous donnant le choix de « terrains ».



OBJECTIF : DURÉE

vous permet de travailler vers un objectif de durée.

- 1) Appuyez une fois sur la touche TIME (Durée).
- 2) Utilisez ▼▲ pour sélectionner la durée désirée de la séance d'entraînement et appuyez sur ENTER (Entrer).
- 3) Choisissez le terrain désiré en appuyant sur HILLS (Collines), WEIGHT LOSS (Perte De Poids) ou REVERSE TRAIN (Marche arrière) et appuyez sur ENTER (Entrer).
- 4) Appuyez sur START (Démarrer) pour commencer votre entraînement.

REMARQUE : Si vous désirez fixer un objectif sans choisir un terrain, appuyez sur la touche start (démarrer) après l'étape 2. Votre objectif fera le décompte et vous pourrez régler la résistance manuellement.



OBJECTIF : CALORIES

vous permet de travailler vers un objectif de calories.

- 1) Appuyez une fois sur la touche CALORIE.
- 2) Utilisez ▼▲ pour sélectionner la dépense calorique désirée pour la séance d'entraînement et appuyez sur ENTER (Entrer).
- 3) Choisissez le terrain désiré en appuyant sur HILLS (Collines), WEIGHT LOSS (Perte de poids) ou REVERSE TRAIN (Marche arrière) et appuyez sur ENTER (Entrer).
- 4) Appuyez sur START (Démarrer) pour commencer votre entraînement.



OBJECTIF : DISTANCE

vous permet de travailler vers un objectif de distance.

- 1) Appuyez une fois sur la touche DISTANCE.
- 2) Utilisez ▼▲ pour sélectionner le millage désiré de la séance d'entraînement et appuyez sur ENTER (Entrer).
- 3) Choisissez le terrain désiré en appuyant sur HILLS (Collines), WEIGHT LOSS (Perte de poids) ou REVERSE TRAIN (Marche arrière) et appuyez sur ENTER (Entrer).
- 4) Appuyez sur START (Démarrer) pour commencer votre entraînement.

RENSEIGNEMENTS SUR LE PROGRAMME



COLLINES

Motive selon différentes combinaisons de RÉSISTANCE.

COLLINES																
	Réchauffement				Segments de programmes - Répéter											
Secondes	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Segments	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Niveau	1	1	1	2	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4



PERTE DE POIDS

Favorise la perte de poids en augmentant et en diminuant la résistance tout en vous tenant dans la zone pour brûler de la graisse.

PERTE DE POIDS																
	Réchauffement				Segments de programmes - Répéter											
Secondes	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Segments	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Niveau	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2



MARCHE ARRIÈRE

Le programme vous dit quand faire marche avant (F) ou marche arrière (R) pour un entraînement excitant et stimulant.

MARCHE ARRIÈRE																
	Réchauffement				Segments de programmes - Répéter											
Secondes	60	60	60	60	30	45	60	30	90	60	30	45	60	30	90	60
Segment	Réchauffement				F	R	F	R	F	R	F	R	F	R	F	R
Niveau	1	1	1	2	4	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4



PERSONNALISER

Créez et enregistrez votre programme d'exercice personnalisé. Vous permet de personnaliser votre séance d'entraînement en créant le terrain.

- 1) Appuyez de nouveau sur la touche CUSTOM (Personnaliser).
- 2) Sélectionnez un OBJECTIF en appuyant sur la touche de DURÉE, CALORIES ou DISTANCE.
- 3) Utilisez ▼ ▲ pour sélectionner la durée désirée, la dépense calorique ou le nombre de milles et appuyez sur ENTER (Entrer).
- 4) Réglez les PROFILS DE RÉSISTANCE à l'aide de ▼ ▲ et appuyez sur ENTER (Entrer) une fois que chaque SEGMENT DE RÉSISTANCE est réglé au niveau désiré. (Répétez jusqu'à ce que les 15 segments soient réglés.)
REMARQUE : Si vous appuyez sur la touche STOP (Arrêt), vous retournerez au segment précédent.
- 5) Appuyer sur la touche START (Démarrer) pour commencer votre programme.
REMARQUE : Pour réinitialiser la mémoire, appuyez sur la touche ENTER (Entrer) et tenez-la pendant 5 secondes.



GARANTIE LIMITÉE D'USAGE RÉSIDENTIEL





CAPACITÉ DU POIDS = 125 kilogrammes (275 lbs)

CADRE • À VIE

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

COMPOSANTS ÉLECTRONIQUES ET PIÈCES • 1 AN

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

MAIN D'ŒUVRE • 1 AN

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

EXCLUSIONS ET LIMITES

Qui EST couvert :

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

Qu'est-ce qui EST couvert :

- La réparation ou le remplacement du moteur défectueux, de composants électroniques défectueux ou de pièces défectueuses constituent les seuls correctifs au titre de la garantie.

Ce qui n'est PAS couvert :

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

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

- Les équipements utilisés à des fins commerciales ou à toutes autres fins que celles d'une famille unique ou d'un foyer, sauf acceptation de la couverture par Horizon Fitness .
- Équipement opéré ou dont le propriétaire demeure à l'extérieur des États-Unis et le Canada.
- La livraison, l'assemblage, l'installation, le réglage des unités d'origine ou de remplacement ou la main-d'œuvre et les autres frais associés à l'enlèvement ou au remplacement de l'unité couverte.
- Toute tentative de réparation de cet équipement crée un risque de blessure. Horizon Fitness n'est pas responsable des dommages, pertes ou responsabilités découlant de toute blessure subie lors de ou du fait de toute réparation ou tentative de réparation de l'équipement de conditionnement physique par quiconque autre qu'un technicien accrédité. Toutes les tentatives de réparation de l'équipement de conditionnement physique par l'utilisateur sont effectuées À SES RISQUES ET PÉRILS et Horizon Fitness décline toute responsabilité en matière de blessures ou de dommages quels qu'ils soient causés par de telles réparations.
- Si la garantie du fabricant n'est plus valide mais que vous avez une garantie prolongée, référez-vous à cette garantie prolongée pour les coordonnées de contact concernant les demandes de service ou de réparation sous garantie.

SERVICE/RETOURS

- Le service à domicile est disponible à l'intérieur de 240 km (150 milles) du Détaillant de service autorisé le plus près (pour une distance de plus de 240 km (150 milles) du détaillant de service le plus près, le service sera la responsabilité du consommateur).
- Tous les retours doivent être préautorisés par Horizon Fitness.
- Les obligations de Horizon Fitness en vertu de cette garantie se limitent à la réparation ou au remplacement de l'équipement, à la discrétion de Horizon Fitness, par le même modèle ou un modèle comparable.
- Horizon Fitness peut exiger que les composantes défectueuses soient retournées à Horizon Fitness une fois la garantie terminée accompagnées d'une étiquette de retour prépayée. Si on vous a demandé de retourner des pièces et vous n'avez pas reçu d'étiquette, veuillez communiquer avec le soutien technique à la clientèle.
- Les appareils de rechange, les pièces et les composants électroniques remis à neuf par Horizon Fitness ou ses fournisseurs peuvent parfois être fournis comme pièces de rechange et constituent une parfaite application des dispositions de la garantie.
- Cette garantie vous confère des droits légaux précis et vos droits peuvent varier d'une province à l'autre.



ESPAÑOL

PRECAUCIONES IMPORTANTES



CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES

Lea la GUÍA DE LA MÁQUINA ELÍPTICA antes de utilizar este MANUAL DEL PROPIETARIO. Cuando se usa un producto eléctrico, se deben tener precauciones básicas, incluidas las siguientes: Lea las instrucciones antes de utilizar esta máquina elíptica. Es responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios de esta máquina elíptica están informados adecuadamente de todas las advertencias y las precauciones. Si tiene preguntas, comuníquese con el Servicio de asistencia técnica a clientes al número indicado en la contratapa de este MANUAL DEL PROPIETARIO.

El uso convencional de esta máquina elíptica es únicamente doméstico. No utilice la máquina elíptica en ningún entorno comercial, de alquiler, escolar o institucional. El incumplimiento de este requisito invalidará la garantía.



PELIGRO

PARA REDUCIR EL RIESGO DE DESCARGA ELÉCTRICA:

Desconecte siempre la máquina elíptica del tomacorriente inmediatamente después de su uso, antes de limpiarla, al realizar trabajos de mantenimiento y al añadirle o quitarle piezas.



ADVERTENCIA

PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIOS, DESCARGA ELÉCTRICA O LESIONES:

- Si experimenta algún tipo de dolor, de manera enunciativa mas no limitada: dolores de pecho, náusea, mareos o dificultad para respirar, pare el ejercicio de inmediato y consulte a su médico antes de continuar.
- Al hacer ejercicio, siempre mantenga un paso cómodo. No se ejercite a más de 80 RPM en esta máquina.
- Para mantener el equilibrio, se recomienda mantenerse sujetado de los bastones cuando se ejercita, se sube o se baja de la máquina.
- No gire los brazos de los pedales a mano.
- Asegúrese de que los bastones estén firmes antes de cada uso.
- Mantenga la superficie del apoyo del pie limpia y seca.
- Se debe tener cuidado al subirse al equipo o bajar. Antes de subirse a la máquina o bajar de ella, mueva el pedal en el lado para el ascenso o descenso a su posición más baja y deténgala por completo.
- No use ropa que pudiera quedar atrapada en cualquier parte de la máquina elíptica.
- Utilice siempre tenis deportivos al utilizar este equipo.
- No salte sobre la máquina elíptica.
- En ningún momento debe haber más de una persona sobre la máquina elíptica mientras esté en funcionamiento.
- La máquina elíptica no debe ser utilizada por personas que pesen más de la capacidad de usuario especificada en la SECCIÓN DE GARANTÍA DEL MANUAL DEL PROPIETARIO. El incumplimiento de este requisito invalidará la garantía.
- El uso convencional de esta máquina elíptica es únicamente doméstico. No utilice la máquina elíptica en ningún entorno comercial, de alquiler, escolar o institucional. El incumplimiento de este requisito invalidará la garantía.
- No utilice la máquina elíptica en lugares donde no haya control de temperatura, como cocheras, pórticos, zonas de albercas cubiertas, baños, cobertizos o en exteriores, entre otros. El incumplimiento de este requisito invalidará la garantía.
- Para evitar descargas eléctricas, nunca deje caer ni introduzca ningún tipo de objetos en ninguna abertura.
- Conecte este producto para ejercitarse a un tomacorriente debidamente conectado a tierra únicamente.

ADVERTENCIA

PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIOS, DESCARGA ELÉCTRICA O LESIONES:

- Mantenga el cable de corriente alejado de superficies calientes. No jale la unidad con el cable de suministro eléctrico ni utilice el cable como agarradera.
- No utilice otros accesorios que no estén recomendados por el fabricante. Los accesorios podrían generar lesiones.
- No ponga la máquina en funcionamiento donde se utilicen productos en aerosol o cuando se administre oxígeno.
- Utilice la máquina elíptica únicamente como se describe en la guía y en el manual del propietario.
- Desconecte la corriente antes de darle servicio o mover el equipo. Para limpiar, pase un paño apenas húmedo con jabón únicamente; nunca utilice disolventes. (Consulte MANTENIMIENTO)
- La máquina elíptica nunca debe quedar desatendida cuando esté conectada. Desconecte la unidad del tomacorriente cuando no la utilice y después de añadirle o quitarle piezas.
- Nunca la ponga a funcionar bajo un cobertor o cojín. Puede generar calor excesivo y provocar incendio, descarga eléctrica o lesiones.
- Las mascotas o los niños menores de 13 años no deben acercarse en NINGÚN momento a una distancia menor de 10 pies (3,05 metros) de la máquina elíptica.
- Los niños menores de 13 años NUNCA deben utilizar la máquina elíptica.
- Los niños mayores de 13 años o las personas minusválidas no deben utilizar la máquina elíptica sin la supervisión de un adulto.
- Nunca ponga en funcionamiento la máquina elíptica si tiene un cable o enchufe dañados, si no está funcionando bien, si se ha caído, dañado o se ha sumergido en agua. Comuníquese con el Servicio de asistencia técnica al número en la contratapa para programar el servicio técnico.
- Mantenga el cable de corriente alejado de superficies calientes. No jale la unidad con el cable de suministro eléctrico ni utilice el cable como agarradera.
- Para desconectarla, apague todos los controles y póngalos en la posición "Off" [apagado]; después, saque el enchufe del tomacorriente.
- No quite las cubiertas de la consola, a menos que así lo indique el Servicio de asistencia técnica a clientes. Solo un técnico de servicio autorizado debe realizar el servicio técnico.

Es esencial que la máquina elíptica sea utilizada en interiores únicamente, en una sala con la temperatura controlada. Si la máquina elíptica ha sido expuesta a temperaturas más frías o a climas de mucha humedad, se recomienda templarla a temperatura ambiente antes del primer uso. De lo contrario, podría generarse una falla electrónica prematura.

ADVERTENCIA

Este producto contiene sustancias químicas sobre las cuales el Estado de California sabe que pueden causar cáncer y defectos congénitos y otros daños reproductivos.



ENSAMBLAJE



⚠ ADVERTENCIA

Durante el proceso de ensamblaje de la caminadora, hay varias áreas a las que se debe poner atención especial. Es muy importante seguir las instrucciones de ensamblaje correctamente y asegurarse de que todas las piezas estén apretadas con firmeza. Si no se siguen correctamente las instrucciones de ensamblaje, algunas piezas de la máquina elíptica podrían quedar sueltas y causar ruidos irritantes. Para evitar daños a la máquina elíptica, es necesario repasar las instrucciones de ensamblaje y hacer las correcciones necesarias.

Antes de seguir adelante busque el número de serie de la máquina elíptica, que se encuentra ubicado en una etiqueta adhesiva blanca con código de barras en el tubo del estabilizador frontal e ingréselo en el espacio provisto a continuación.

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

NÚMERO DE SERIE:

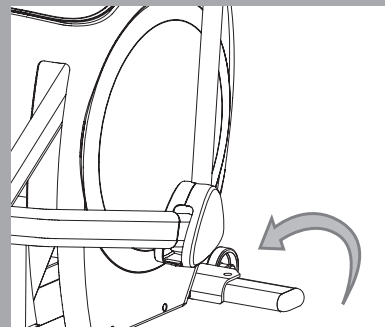
EP	
----	--

NOMBRE DE MODELO: **MÁQUINA
ELÍPTICA**

--

HORIZON

UBICACIÓN DEL NÚMERO DE SERIE



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



BARRAS DE SUJECIÓN SUPERIORES

CONSOLA

EMPUÑADURAS
CON SENSOR DE PULSO

POSTE DE LA CONSOLA

⚠ WARNING
CONSULT A PHYSICIAN PRIOR TO USING ANY EXERCISE EQUIPMENT. POSSIBILITY OF SERIOUS INJURY IF EQUIPMENT IS USED IMPROPERLY. READ INSTRUCTION MANUAL BEFORE USING. KEEP CHILDREN OFF AND AWAY FROM THIS EQUIPMENT. FOR CONSUMER USE ONLY.

⚠ AVERTISSEMENT
CONSULTEZ UN MÉDECIN AVANT D'UTILISER CET ÉQUIPEMENT. POSSIBILITÉ DE BLESSURES SÉRIEUSES SI L'ÉQUIPEMENT EST UTILISÉ DE MANIÈRE INCORRECTE. AVANT USAGE, LIRE LE GUIDE D'UTILISATEUR. NE PAS LAISSER CET ÉQUIPEMENT À LA PORTÉE DES ENFANTS. POUR USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT.

⚠ ADVERTENCIA
CONSULTE A UN MÉDICO ANTES DE USAR CUALQUIER EQUIPO DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO. EXISTE LA POSIBILIDAD DE SUFRIR LESIONES GRAVES SI EL EQUIPO SE USA INCORRECTAMENTE. LEA EL MANUAL DEL PROPIETARIO ANTES DE USAR EL EQUIPO. NO DEJE QUE LOS NIÑOS SE ACERCEN A ESTE EQUIPO. ESTE EQUIPO ES SÓLO PARA EL USO DEL CONSUMIDOR.

SOPORTE PARA
BOTELLA DE AGUA

CUBIERTA DE LA
BARRA DE SUJECIÓN

BARRA DE SUJECIÓN
INFERIOR

TAPA SUPERIOR

CUBIERTA DE CODO

BASTIDOR PRINCIPAL

TOMA DEL CABLE
DE CORRIENTE

PEDALES GIRATORIOS

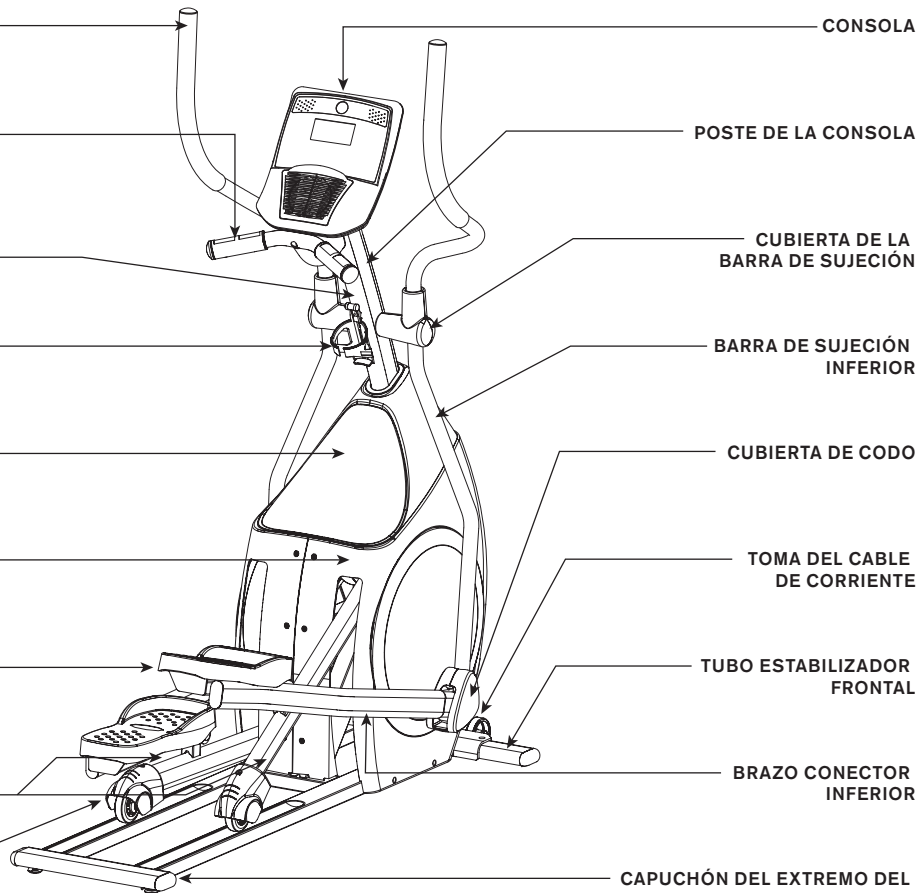
TUBO ESTABILIZADOR
FRONTAL

CAUTION	AVERTISSEMENT	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE RÉGION.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA ÁREA.

BRAZO CONECTOR
INFERIOR

BRAZO DEL PEDAL

CAPUCHÓN DEL EXTREMO DEL
ESTABILIZADOR TRASERO



HERRAMIENTAS INCLUIDAS:

- ☐ Llave Allen de 5 mm
- ☐ Llave Allen de 6 mm
- ☐ Llave plana de 13/15 mm
- ☐ Destornillador

PIEZAS INCLUIDAS:

- ☐ 1 consola
- ☐ 1 poste de la consola
- ☐ 1 tubo estabilizador frontal
- ☐ 2 barras de sujeción superiores
- ☐ 2 barras de sujeción inferiores
- ☐ 2 brazos conectores inferiores
- ☐ 1 cubierta delantera superior
- ☐ 1 cubierta trasera superior
- ☐ 2 capuchones de los extremos del estabilizador trasero
- ☐ 2 juegos de cubiertas de codo
- ☐ 2 juegos de cubiertas de barras de sujeción
- ☐ 1 soporte para botella de agua
- ☐ 1 accesorio de transición del poste de la consola
- ☐ 1 juego de tornillería
- ☐ 1 cable adaptador de audio
- ☐ 1 adaptador de corriente

PRE ENSAMBLAJE

DESEMPAQUE

Extraiga el producto del paquete en el lugar donde lo utilizará. Coloque la caja de la máquina elíptica sobre una superficie plana y nivelada. Se recomienda que coloque una cubierta protectora sobre el piso. Nunca abra la caja cuando la misma esté sobre su lado.

NOTA: Durante cada paso del ensamblaje asegúrese de que TODAS las tuercas y los pernos estén en su lugar y enroscados parcialmente antes de apretar por completo CUALQUIERA de ellos.

NOTA: Una ligera capa de grasa podría facilitar la instalación de la tornillería. Se recomienda cualquier tipo de grasa, como la grasa de litio para bicicletas.



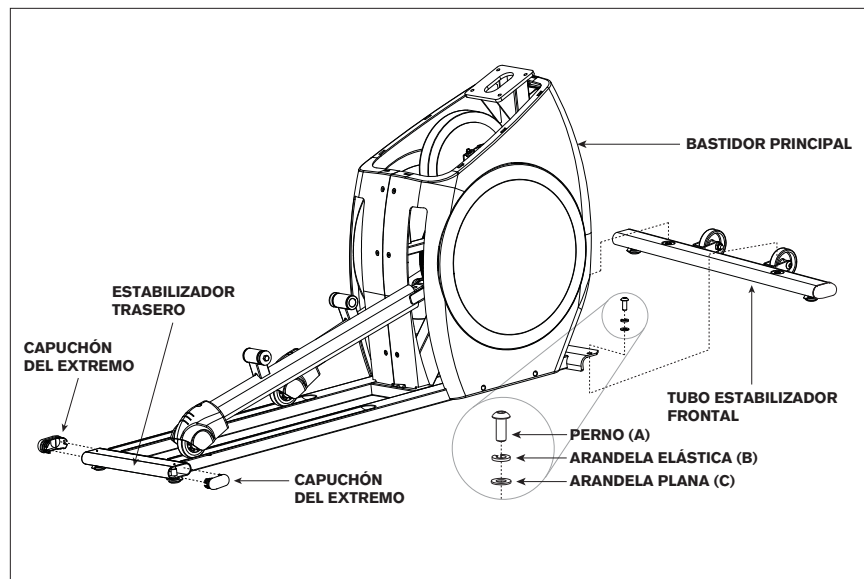
¿NECESITA AYUDA?

Si tiene preguntas o hay piezas faltantes, comuníquese con el Servicio de asistencia técnica a clientes. La información de contacto se encuentra en la contratapa de este manual.

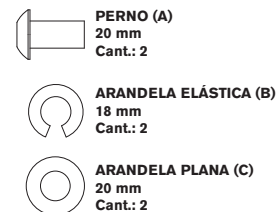




ENSAMBLAJE PASO 1

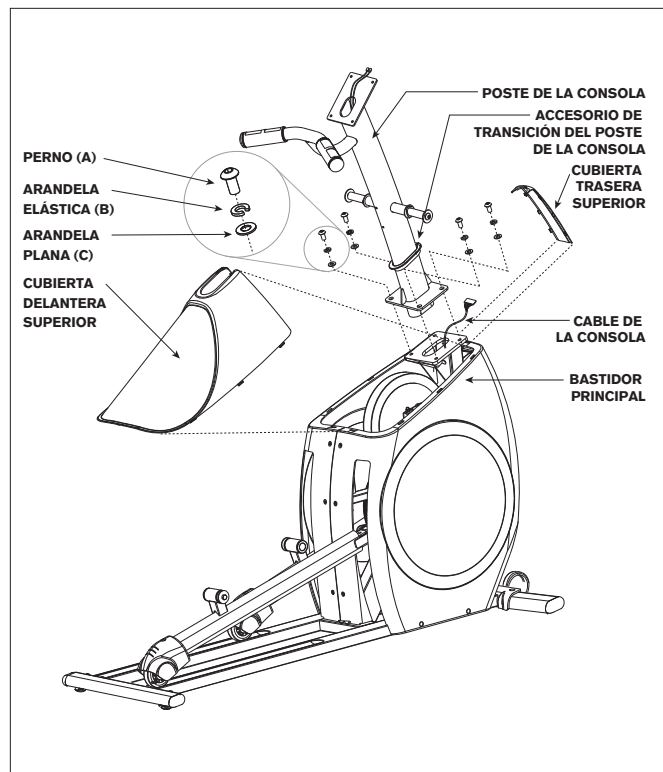


TORNILLERÍA PARA EL PASO 1:

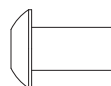


- A Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 1**.
- B Una el **TUBO DEL ESTABILIZADOR FRONTAL** al **BASTIDOR PRINCIPAL** usando 2 **PERNOS (A)**, 2 **ARANDELAS ELÁSTICAS (B)** y 2 **ARANDELAS PLANAS (C)**.
- C Encaje ambos **CAPUCHONES DE LOS EXTREMOS** en el **TUBO DEL ESTABILIZADOR TRASERO**.

ENSAMBLAJE PASO 2



TORNILLERÍA PARA EL PASO 2:



PERNO (A)
20 mm
Cant.: 4



ARANDELA
ELÁSTICA (B)
18 mm
Cant.: 4



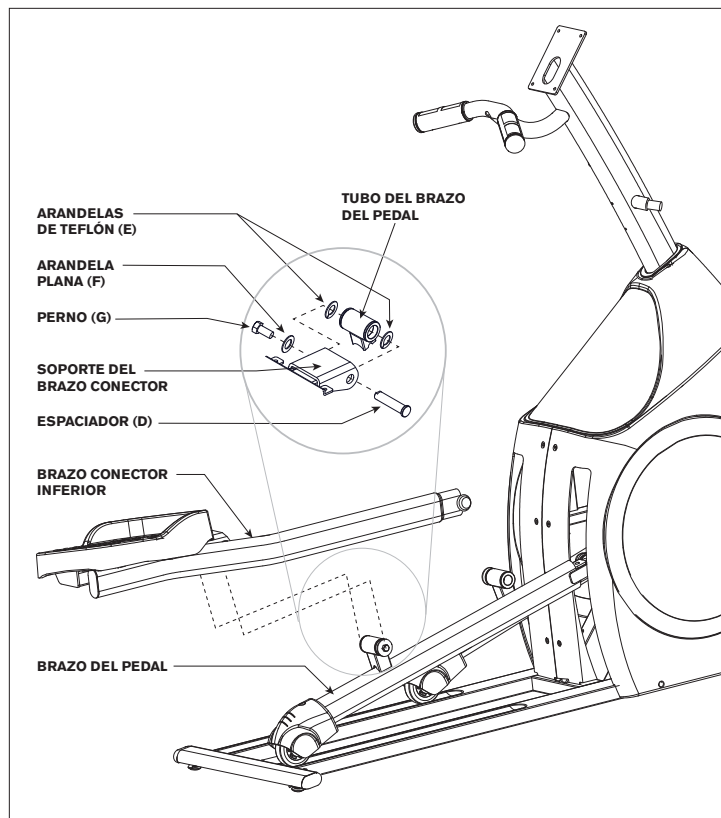
ARANDELA
PLANA (C)
20 mm
Cant.: 4

- A Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 2**.
- B Jale con cuidado el **CABLE DE LA CONSOLA** a través del **POSTE DE LA CONSOLA** usando el lazo de torcedura ubicado dentro del **POSTE DE LA CONSOLA**.
- C Una el **POSTE DE LA CONSOLA** al **BASTIDOR PRINCIPAL** usando 4 **PERNOS (A)**, 4 **ARANDELAS ELÁSTICAS (B)** y 4 **ARANDELAS PLANAS (C)**.
- D Una la **CUBIERTA DELANTERA SUPERIOR**, seguida por la **CUBIERTA TRASERA SUPERIOR** y fíjelas juntas a presión.
- E Deslice el **ACCESORIO DE TRANSICIÓN DEL POSTE DE LA CONSOLA** hacia abajo para sellar el orificio del poste de la consola.

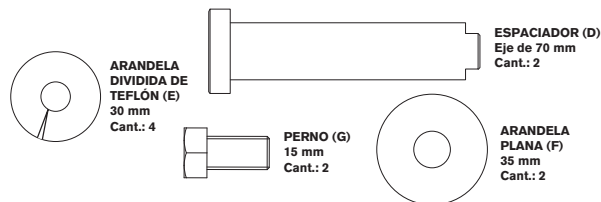
NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar ningún cable mientras conecta el poste de la consola.



ENSAMBLAJE PASO 3

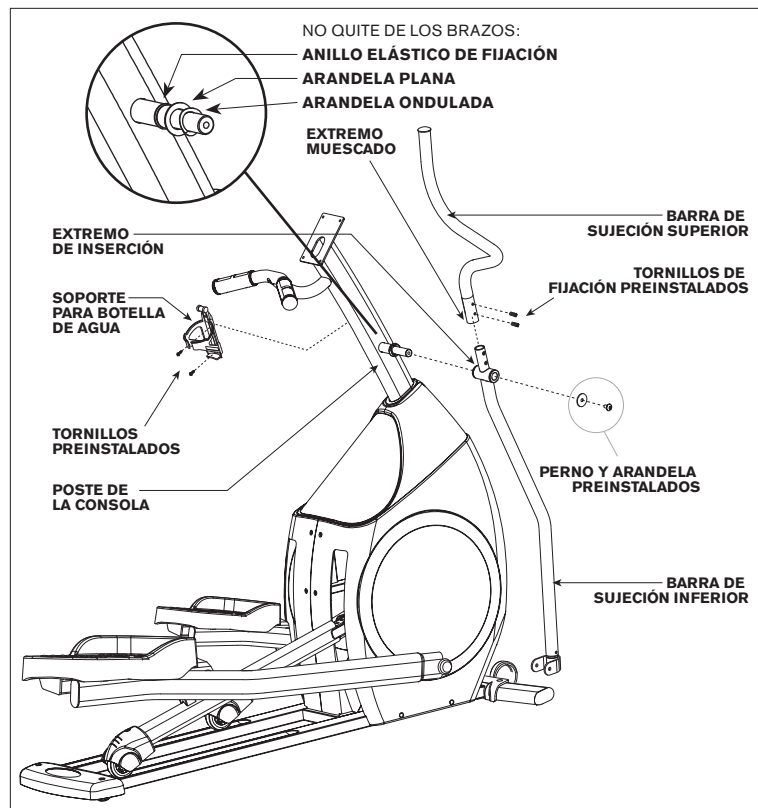


TORNILLERÍA PARA EL PASO 3:



- A Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 3**.
- B Alinee la ménsula en el **BRAZO CONECTOR INFERIOR** con el tubo en el **BRAZO DEL PEDAL IZQUIERDO**.
- C Deslice el **ESPACIADOR (D)** a través de la **MÉNSULA DEL BRAZO CONECTOR** y el **BRAZO DEL PEDAL** para que no pueda girar.
- D Inserte 2 **ARANDELAS DE TEFLÓN (E)** entre el **BRAZO DEL PEDAL** y la **MÉNSULA DEL BRAZO CONECTOR**.
- E Asegure la junta con una **ARANDELA PLANA (F)** y un **PERNO (G)**.
- F Repita del otro lado.

ENSAMBLAJE PASO 4



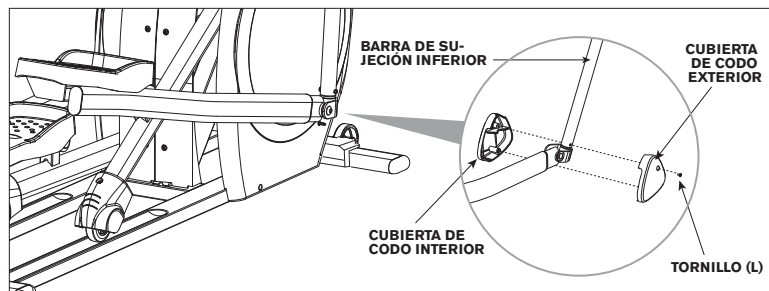
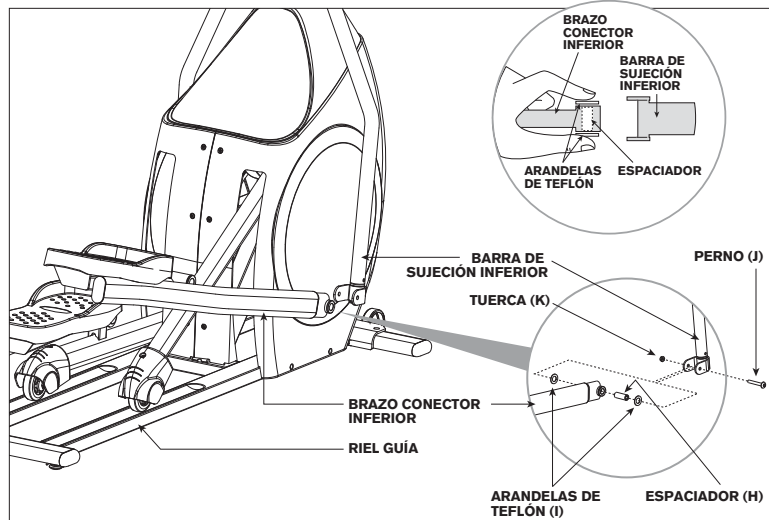
NOTA: La tornillería para este paso está preinstalada.

- A Quite los **PERNOS Y LAS ARANDELAS PREINSTALADOS** del **POSTE DE LA CONSOLA**.
- B Deslice las **BARRAS DE SUJECCIÓN INFERIORES** en el **POSTE DE LA CONSOLA** y únalas reinsertando los **PERNOS Y LAS ARANDELAS PREINSTALADOS**.
- C Deslice las **BARRAS DE SUJECCIÓN SUPERIORES** en las **BARRAS DE SUJECCIÓN INFERIORES** y alinee el **EXTREMO MUESCADO** con el **EXTREMO DE INSERCIÓN** asegurándose de que las barras de sujeción se unan entre sí por completo. Asegure las **BARRAS DE SUJECCIÓN SUPERIORES** a las **BARRAS DE SUJECCIÓN INFERIORES** usando los **TORNILLOS DE FIJACIÓN PREINSTALADOS**.
- D Repita del otro lado.
- E Una el **SOPORTE PARA BOTELLA DE AGUA** al **POSTE DE LA CONSOLA** usando los **PERNOS PREINSTALADOS**.

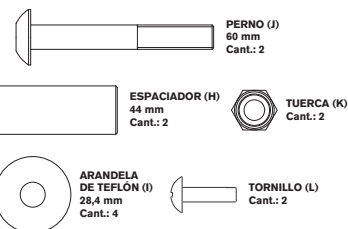
NOTA: Después de ensamblar las barras de sujeción, estas girarán libremente: sea cauteloso. No tome las barras de sujeción para apoyarse hasta que la máquina esté completamente ensamblada.



ENSAMBLAJE PASO 5



TORNILLERÍA PARA EL PASO 5:



- A Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 5**.
- B Deslice el **ESPACIADOR (H)** en el **BRAZO CONECTOR INFERIOR**.
- C Coloque las **ARANDELAS DE TEFLÓN (I)** en cualquiera de los lados del **ESPACIADOR (H)**. Mientras sostiene las **ARANDELAS DE TEFLÓN (I)** deslice el **BRAZO CONECTOR INFERIOR** en el extremo inferior de la **BARRA DE SUJECIÓN INFERIOR**.
- D Inserte el **PERNO (J)** en la **BARRA DE SUJECIÓN INFERIOR** y fíjelo usando la **TUERCA (K)**.
- E Una la **CUBIERTA DE CODO** exterior a la junta de codo usando 1 **TORNILLO (L)**.
- F Fije a presión la **CUBIERTA DE CODO INTERIOR** en la cubierta de codo exterior. Observe la posición de las pestañas de fijación a presión antes de fijarlas en su posición.
- G Repita del otro lado.

ENSAMBLAJE PASO 6



NOTA: La tornillería para este paso está preinstalada.

- A Fije a presión las **CUBIERTAS FRONTALES Y TRASERAS DE LAS BARRAS DE SUJECIÓN** juntas en las barras de sujeción superiores. Observe la posición de las pestañas de fijación a presión en las cubiertas antes de fijarlas en su posición.
- B Quite los 4 **PERNOS PREINSTALADOS** desde la parte trasera de la **CONSOLA**.
- C Una los **CABLES DE LA CONSOLA** a la **CONSOLA**.
- D Meta con cuidado los **CABLES DE LA CONSOLA** en el **POSTE DE LA CONSOLA** antes de unir la **CONSOLA** al **POSTE DE LA CONSOLA** usando 4 **PERNOS PREINSTALADOS**.

NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar los cables mientras conecta la consola.

¡ENSAMBLAJE COMPLETO!

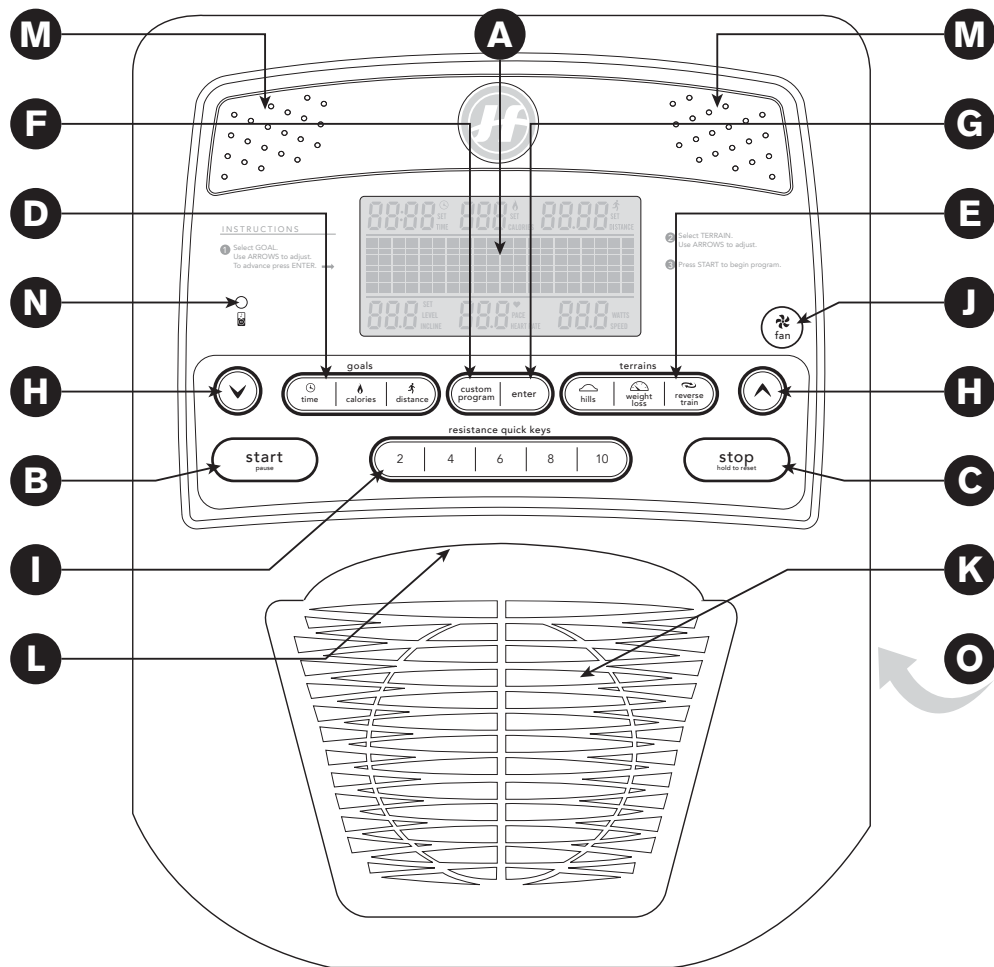
FUNCIONAMIENTO DE LA MÁQUINA ELÍPTICA



Esta sección explica cómo utilizar la consola y la programación de la máquina elíptica.

La sección FUNCIONAMIENTO BÁSICO en la GUÍA DE LA MÁQUINA ELÍPTICA tiene instrucciones para lo siguiente:

- **UBICACIÓN DE LA MÁQUINA ELÍPTICA**
- **INSTRUCCIONES DE CORRIENTE / CONEXIÓN A TIERRA**
- **POSICIÓN DE LOS PIES**
- **CÓMO MOVER LA MÁQUINA ELÍPTICA**
- **CÓMO NIVELAR LA MÁQUINA ELÍPTICA**
- **USO DE LA FUNCIÓN DE RITMO CARDÍACO**



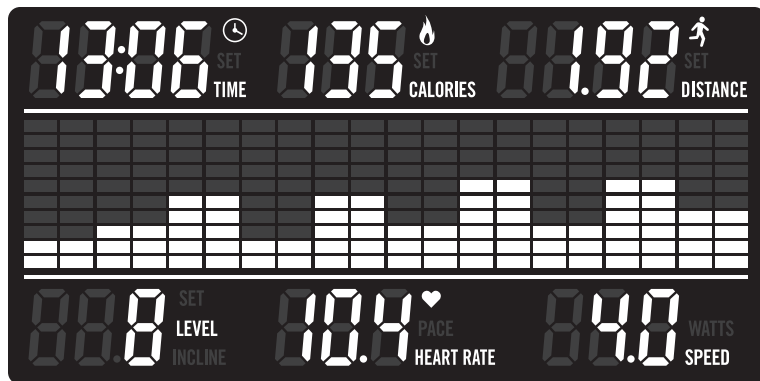
FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA

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

- A) PANTALLA LCD:** tiempo, nivel, ritmo cardíaco, distancia, calorías, velocidad, perfiles de programa.
- B) START (Iniciar):** oprímalo para comenzar a hacer ejercicio, para iniciar una sesión de ejercicio, para poner en pausa o para reiniciar el ejercicio.
- C) STOP (Parar):** oprima para hacer una pausa o terminar su sesión de ejercicio. Mantenga oprimida esta tecla durante 3 segundos para poner en cero la consola.
- D) GOALS (Objetivos):** oprímalos para seleccionar su objetivo deseado.
- E) TERRAINS (Terrenos):** oprímalos para seleccionar su terreno deseado.
- F) CUSTOM PROGRAM (Programa personalizado):** oprímalo para seleccionar un programa personalizado.
- G) ENTER (Aceptar):** se utiliza para escoger su programa y confirmar los parámetros del programa.
- H) TECLAS: ▼▲** se utilizan para seleccionar/ajustar su programa y los parámetros del programa.
- I) TECLAS RÁPIDAS:** se utilizan para alcanzar el nivel de resistencia deseado con mayor rapidez.
- J) TECLA DE VENTILADOR:** se utiliza para ajustar el ventilador en 3 niveles de velocidad.
- K) FAN (Ventilador):** ventilador personal para la sesión de ejercicio.
- L) ESTANTE DE LECTURA:** sostiene material de lectura o el reproductor.
- M) ALTAVOCES:** la música se reproduce a través de los altavoces cuando su reproductor está conectado a la consola.
- N) ENTRADA DE AUDIO:** conecte su reproductor en la consola utilizando el cable adaptador de audio incluido.
- O) INTERRUPTOR DE ENCENDIDO/APAGADO:** ubicado en la parte trasera de la consola.

Hay calcomanías disponibles en el caso de que prefiera texto en francés en su consola.





INFORMACIÓN DE LA PANTALLA

- **TIME (Tiempo):** Aparece en minutos: segundos. Indica el tiempo restante o el que ha pasado en su sesión de ejercicio.
- **CALORIES (Calorías):** Total de calorías quemadas o que restan por quemar durante su sesión de ejercicio.
- **DISTANCE (Distancia):** Aparece en millas. Indica la distancia recorrida o la distancia por recorrer durante su sesión de ejercicio.
- **LEVEL (Nivel):** Muestra el nivel de resistencia actual.
- **HEART RATE (Ritmo cardíaco):** Aparece como latidos/minuto (BPM, por sus siglas en inglés). Se utiliza para monitorear su ritmo cardíaco (se muestra cuando se sujetan ambas empuñaduras con sensor de pulso).
- **WATTS (Vatios):** Muestra el uso de energía para el usuario actual.
- **SPEED (Velocidad):** Aparece en mph. Indica a qué velocidad se mueven los pedales.



PARA EMPEZAR

- 1) Verifique que no haya ningún objeto cercano que dificulte el movimiento de la máquina elíptica.
- 2) Enchufe el cable de corriente que se encuentra en la parte inferior frontal de la máquina elíptica.

A) INICIO RÁPIDO

Simplemente oprima la tecla de inicio START para comenzar a hacer ejercicio.

El tiempo se contará desde 0:00, el nivel de resistencia predeterminado es el nivel 1. O bien...

B) SELECCIONE UN OBJETIVO Y EL TERRENO

- 1) Oprima una de las TECLAS DE OBJETIVOS (Goals) para seleccionar un OBJETIVO y oprima ENTER (Aceptar).
- 2) Ajuste los parámetros del OBJETIVO usando ▼ ▲ y oprima ENTER (Aceptar) para avanzar.
- 3) Oprima una de las TECLAS DE TERRENOS (Terrains) para seleccionar un TERRENO.
- 4) Oprima START (Iniciar) para comenzar la sesión de ejercicio.

NOTA: Usted puede ajustar el nivel de resistencia durante su sesión de ejercicio.

NOTA: Si no se selecciona un OBJETIVO ni un TERRENO, el programa funciona como un programa MANUAL. Todos los cambios en el nivel de resistencia o la inclinación deben ser indicados por el usuario en esta configuración.

C) FINALIZACIÓN DE SU SESIÓN DE EJERCICIO

Cuando se complete su sesión de ejercicio, en la pantalla del monitor parpadeará la palabra "FINISHED" (Terminado) y emitirá un pitido. La información de su sesión de ejercicio aparece en la consola durante 30 segundos y luego se borra.

PARA PONER EN CERO LA CONSOLA

Mantenga oprimida la tecla STOP (Parar) por 3 segundos.

CÓMO USAR UN REPRODUCTOR

- 1) Conecte el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO incluido a la TOMA DE ENTRADA DE AUDIO que está al lado de la pantalla de la consola y a la toma de los auriculares en su reproductor.
- 2) Utilice su reproductor para ajustar el volumen y los parámetros de las canciones.
- 3) Quite el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO cuando no lo utilice.



INFORMACIÓN DE LOS PROGRAMAS GOAL (OBJETIVO)

Los programas en su máquina elíptica le permiten ejercitarse para llegar a su objetivo de elección, ya sea TIEMPO, número de CALORÍAS o una DISTANCIA determinada, al tiempo que le permite escoger el “terreno”.



GOAL (Objetivo): TIME (Tiempo)

Le permite trabajar para alcanzar un objetivo basado en el tiempo.

- 1) Oprima la tecla TIME (Tiempo) una vez.
- 2) Use ▼▲ para seleccionar la duración deseada de la sesión de ejercicio y oprima ENTER (Aceptar).
- 3) Escoja el terreno deseado oprimiendo las teclas HILLS (Colinas), WEIGHT LOSS (Control de peso) o REVERSE TRAIN (Inversión de pedaleo) y oprima ENTER (Aceptar).
- 4) Oprima START (Iniciar) para comenzar su sesión de ejercicio.

NOTA: Si desea establecer un objetivo sin escoger un terreno, oprima la tecla de inicio Start después del paso 2. Su objetivo realizará una cuenta regresiva y usted puede establecer la resistencia manualmente.



GOAL (Objetivo): CALORIES (Calorías)

Le permite trabajar para alcanzar un objetivo basado en las calorías.

- 1) Oprima la tecla CALORIE (Caloría) una vez.
- 2) Use ▼▲ para seleccionar el gasto de calorías deseado de la sesión de ejercicio y oprima ENTER (Aceptar).
- 3) Escoja el terreno deseado oprimiendo las teclas HILLS (Colinas), WEIGHT LOSS (Control de peso) o REVERSE TRAIN (Inversión de pedaleo) y oprima ENTER (Aceptar).
- 4) Oprima START (Iniciar) para comenzar.



GOAL (Objetivo): DISTANCE (Distancia)

Le permite trabajar para alcanzar un objetivo basado en la distancia.

- 1) Oprima la tecla DISTANCE (Distancia) una vez.
- 2) Use ▼▲ para seleccionar el kilometraje deseado de la sesión de ejercicio y oprima ENTER (Aceptar).
- 3) Escoja el terreno deseado oprimiendo las teclas HILLS (Colinas), WEIGHT LOSS (Control de peso) o REVERSE TRAIN (Inversión de pedaleo) y oprima ENTER (Aceptar).
- 4) Oprima START (Iniciar) para comenzar.

INFORMACIÓN DE LOS PROGRAMAS



HILLS (Colinas)

Motiva con diferentes combinaciones de RESISTENCIA.

HILLS (Colinas)																
	Calentamiento				Segmentos del programa: repetición											
Segundos	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Segmentos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Nivel	1	1	1	2	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4



WEIGHT LOSS

(Control de peso)

Promueve el control de peso al subir y bajar el nivel de resistencia, al tiempo que lo mantiene dentro de su zona óptima para quemar grasa.

WEIGHT LOSS (Control de peso)																
	Calentamiento				Segmentos del programa: repetición											
Segundos	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Segmentos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Nivel	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2



REVERSE TRAIN

(Inversión de pedaleo)

El programa le indica pedalear hacia adelante (F) y hacia atrás (R) para producir una sesión de ejercicio emocionante y estimulante.

REVERSE TRAIN (Inversión de pedaleo)																
	Segmentos del programa: repetición															
Segundos	60	60	60	60	30	45	60	30	90	60	30	45	60	30	90	60
Segmento	Calentamiento				F	R	F	R	F	R	F	R	F	R	F	R
Nivel	1	1	1	2	4	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4



CUSTOM (Personal)

Diseñe y almacene su propio programa de ejercicios personalizado. Le permite personalizar su sesión de ejercicio dejándolo crear el terreno.

- 1) Oprima la tecla CUSTOM (Personal) una vez.
- 2) Escoja un OBJETIVO oprimiendo la tecla TIME (Tiempo), CALORIES (Calorías) o DISTANCE (Distancia).
- 3) Use ▼ ▲ para seleccionar la duración, el gasto de calorías y el kilometraje deseados de la sesión de ejercicio y oprima ENTER (Aceptar).
- 4) Indique los RESISTANCE PROFILES (Perfiles de resistencia) usando ▼ ▲ y oprima ENTER (Aceptar) después de que se ajuste cada SEGMENTO DE RESISTENCIA (Resistance segment) al nivel deseado. (Repita hasta que se ajusten los 15 segmentos).
NOTA: Si se oprime la tecla de parada STOP, volverá al segmento anterior.
- 5) Oprima la tecla de inicio START para comenzar su programa.
NOTA: para reiniciar la memoria, oprima y mantenga oprimido el botón "enter" (aceptar) por 5 segundos.



GARANTÍA LIMITADA DE USO EN EL HOGAR





CAPACIDAD DE PESO = 275 libras (125 kilogramos).

BASTIDOR • DE POR VIDA

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

PARTES ELECTRÓNICAS Y PIEZAS • 1 AÑO

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

MANO DE OBRA • 1 AÑO

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

EXCLUSIONES Y LIMITACIONES

Quién ESTÁ cubierto:

- El propietario original; la cobertura no es transferible.

Qué ESTÁ cubierto:

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

Qué NO ESTÁ cubierto:

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

sustitución, incluidos, a título enunciativo y no limitativo, tarifas de membresía de gimnasio, tiempo de trabajo perdido, visitas de diagnóstico, visitas de mantenimiento o transporte.

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

SERVICIO/DEVOLUCIONES

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





CUSTOMER TECH SUPPORT

DO NOT RETURN TO THE RETAILER

if you have any problems during assembly or if parts are missing.

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

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

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



SOUTIEN TECHNIQUE À LA CLIENTÈLE

NE PAS RETOURNER L'APPAREIL AU DÉTAILLANT

en cas de difficulté lors de l'assemblage ou si des pièces manquent.

Pour obtenir un service rapide et amical, communiquer avec un de nos techniciens d'expérience par téléphone, par courriel ou par notre site Web.

Nous voulons savoir si vous avez un problème et nous voulons avoir l'occasion de le résoudre pour vous.

REMARQUE : Lire la section DÉPANNAGE dans le GUIDE DE L'EXERCISEUR ELLIPTIQUE avant de communiquer avec le service de soutien technique à la clientèle. Des renseignements supplémentaires sur le produit sont disponibles sur notre site Web.



SERVICIO DE ASISTENCIA TÉCNICA A CLIENTES

NO VUELVA AL VENDEDOR MINORISTA si tiene problemas durante el ensamble o si faltan piezas.

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

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

NOTA: Lea la sección de RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS en la GUÍA DE LA MÁQUINA ELÍPTICA antes de comunicarse con el Servicio de asistencia técnica a clientes. En nuestro sitio web hay información adicional sobre el producto.



USA: 1-800-244-4192 comments@horizonfitness.com

CAN: 1-877-922-6234 ctsupport@horizonfitness.com

www.horizonfitness.com

Horizon Fitness

**1600 Landmark Drive,
Cottage Grove WI, 53527**