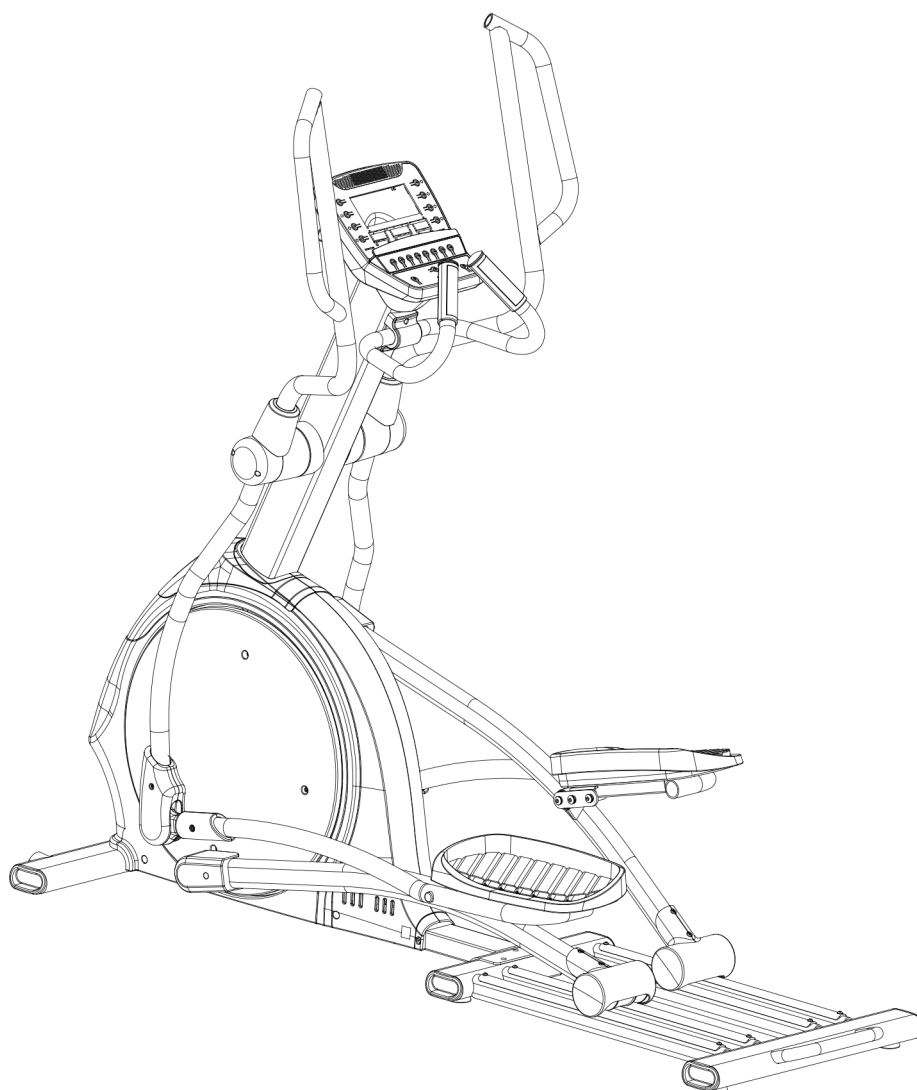


# virtuafit

*Elite FDR 2.5i Semi-Pro Crosstrainer*

## **Gebruiksaanwijzing**



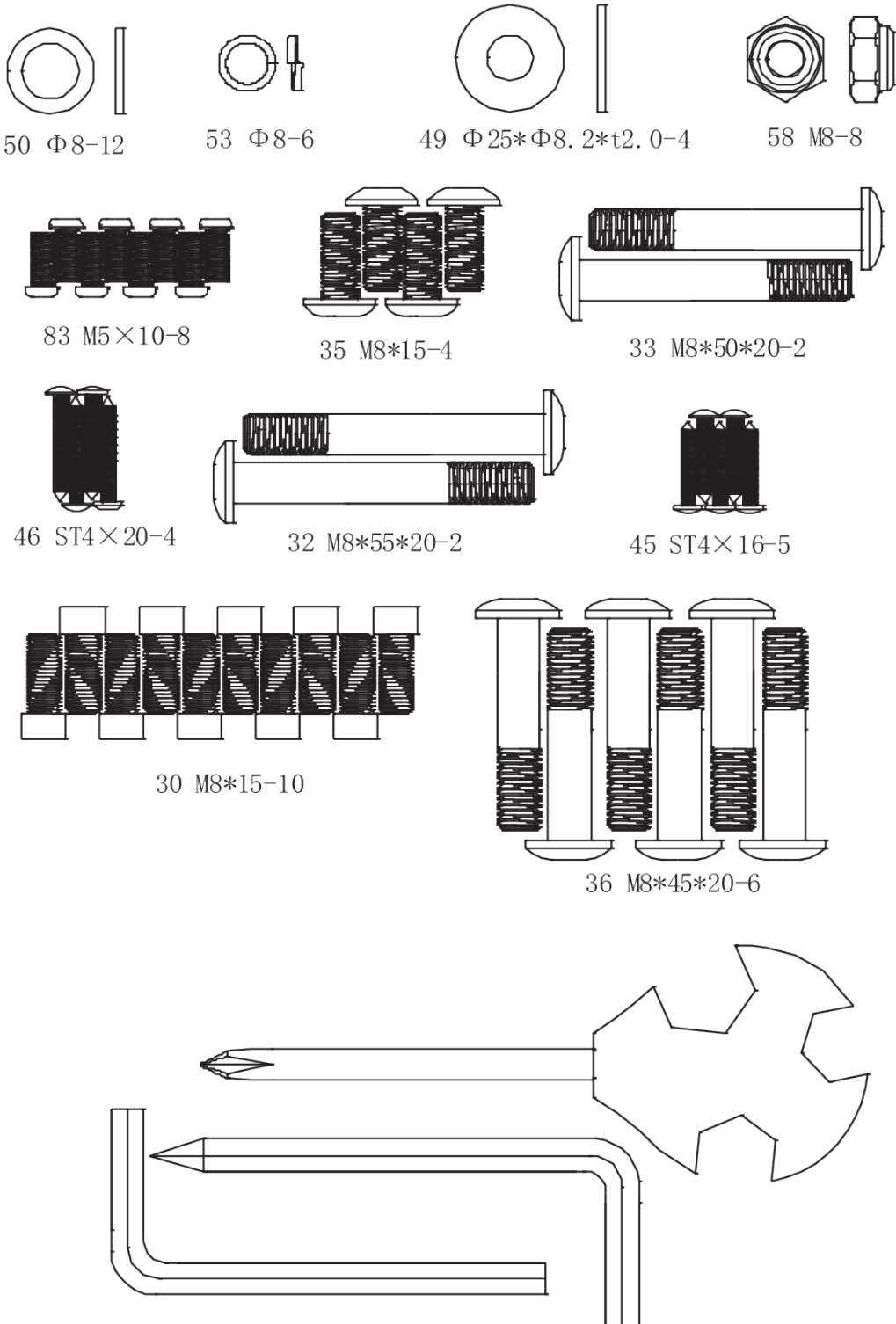
<b>Veiligheidsinstructies</b>	<b>3</b>
<b>Checklist</b>	<b>4</b>
<b>Montageinstructies</b>	<b>5-11</b>
<b>Onderhoud</b>	<b>12</b>
<b>Computerhandleiding</b>	<b>13-19</b>
<b>App Mogelijkheden</b>	<b>20</b>
<b>Technische Tekening</b>	<b>21</b>
<b>Onderdelen lijst</b>	<b>22-25</b>

**WAARSCHUWING: VOORDAT U BEGINT MET UW WORKOUT RADEN WE AAN OM EERST CONTACT OP TENEMEN MET UW GEZONDHEIDSSPECIALIST, VOORAL VOOR MENSEN BOVEN DE 35 OF MENSEN DIE ALLAST HEBBEN VAN GEZONDHEIDSPROBLEMEN. WE STELLEN ONS NIET AANSPRAKELIJK VOOR ONGEVALLENWANNEER U ONZE INSTRUCTIES NIET VOLGT.**

### ATTENTIE

- De crosstrainer is enkel gemaakt voor thuisgebruik en is geschikt voor gebruikers tot 165 kg.
- Volg de stappen van montage zorgvuldig.
- Gebruik alleen originele onderdelen die geleverd worden.
- Check na levering alles met behulp van de onderdelenlijst voordat u begint met monteren.
- Gebruikt u alleen passend gereedschap bij montage en vraag om hulp waar nodig.
- Plaats de crosstrainer op een vlakke grond en een stroeve ondergrond. Gebruik in vochtige ruimtes is niet aan te raden.
- Controleer alle onderdelen of ze vastzitten voordat u de eerste keer gaat trainen. Tevens raden wij aan om maandelijks de onderdelen te controleren. Vervang kapotte onderdelen meteen en gebruik de crosstrainer niet indien u het onderdeel nog niet vervangen heeft. Gebruik alleen originele onderdelen voor reparatie. Vraag uw dealer om advies voor reparaties.
- Vermijd het gebruik van agressieve schoonmaakmiddelen wanneer u de crosstrainer reinigt.
- Begin pas met trainen, nadat de crosstrainer volledig is gemonteerd en gecontroleerd.
- Wees ervan bewust dat alle verstelbare onderdelen een maximum aantal instellingen hebben waarop ze versteld kunnen worden.
- De crosstrainer is gemaakt voor volwassenen. Zorg dat kinderen er alleen gebruik van maken onder begeleiding van een volwassene.
- Stel de gebruikers op de hoogte van mogelijke gevaren, kijk uit voor beweeglijke onderdelen tijdens het gebruik.
- Waarschuwing: onjuiste/overmatige training kan blessures veroorzaken.

E20



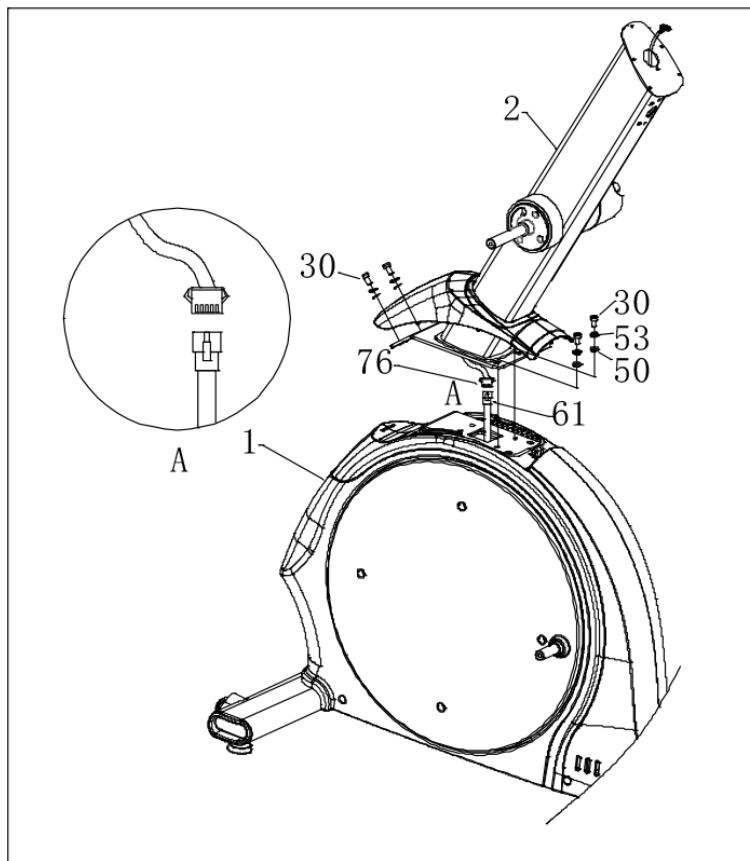
**Missende onderdelen:** Indien u denkt dat u bepaalde onderdelen mist in uw pakket, controleer dan zorgvuldig het piepschuim en het toestel zelf. Sommige onderdelen (bouten, schroeven, etc.) zitten al bevestigd aan/in het toestel.

**Foutmelding:** Let er op dat alle kabels voorzichtig worden bevestigd. De aluminium pootjes zijn zeer gevoelig en deze dienen recht te blijven. Krijgt u een foutmelding na de montage van uw crosstrainer? Dan dient u deze aluminium pootjes weer recht te buigen, dit laat de foutmelding mogelijk verdwijnen.

**Transportwieltjes:** Let er op dat de transportwieltjes aan de voorzijde van het toestel worden bevestigd.

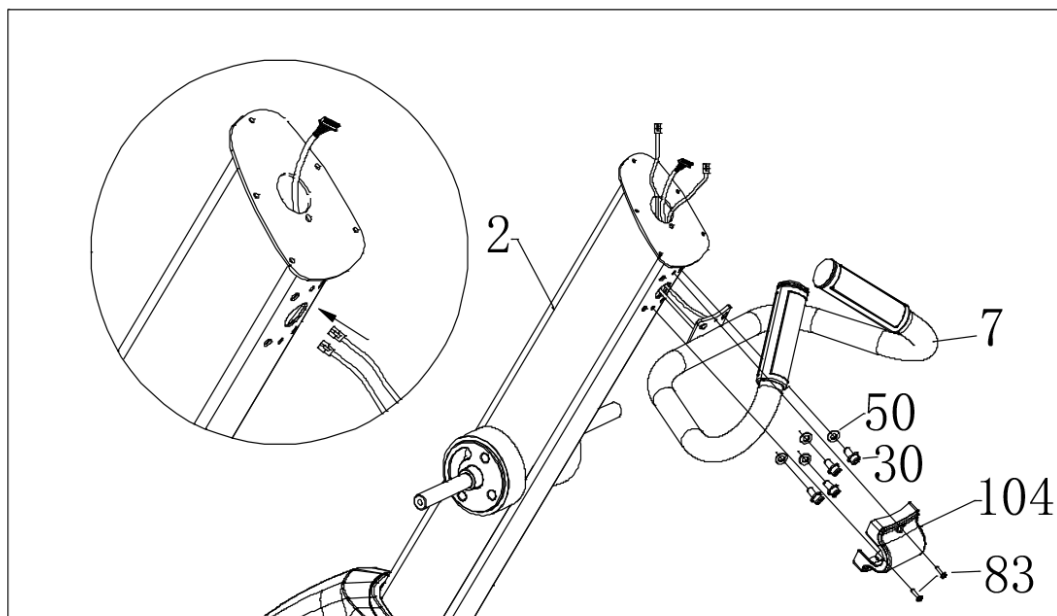
**Inbusbouten:** In de staander van crosstrainers zitten inbusbouten, zorg ervoor dat de inbussleutel goed in de bout zit voordat u kracht op de sleutel zet. Op deze manier voorkomt u dat de kop van de inbusbout wordt dolgedraaid.

## STAP 1



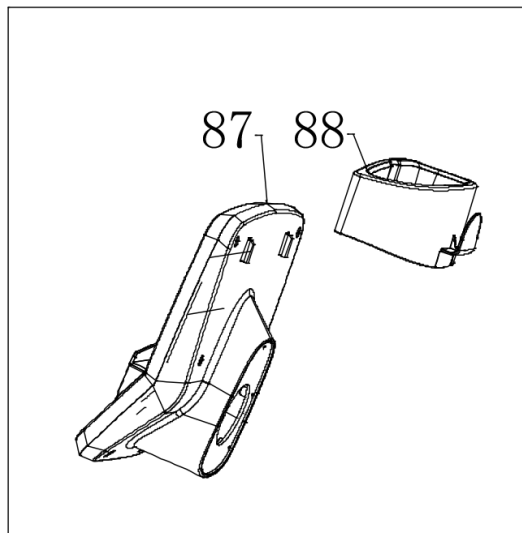
- Sluit de motorkabel (61) aan met verbindingskabel (76) in de rechtopstaande buis;
- Bevestig de staander (2) aan het hoofdframe (1) met schroef M8\*15 (30), platte ring (50) en veerring (53)

## STAP 2



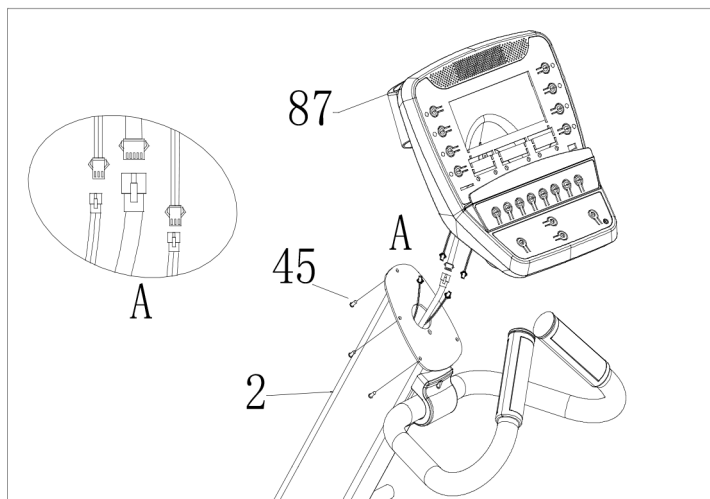
- Bevestig het stuur (7) aan de staander (2) met schroef M8\*15 (30) en platte ring (50);
- Monteer de beschermkap (104) met een kruiskopschroef M5\*10 (83) aan het stuur.

## STAP 3



- Bevestig de bidonhouder (88) aan het console (87).

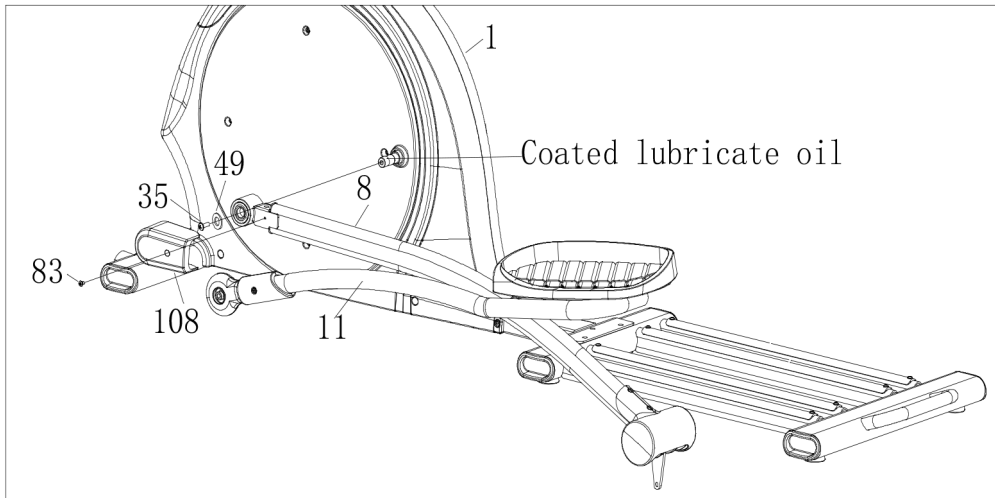
## STAP 4



- Sluit de kabels in de staander (2) aan op de kabels van het console (87);
- Bevestig het console (87) aan de staander (2) met schroef ST4\*16 (45).

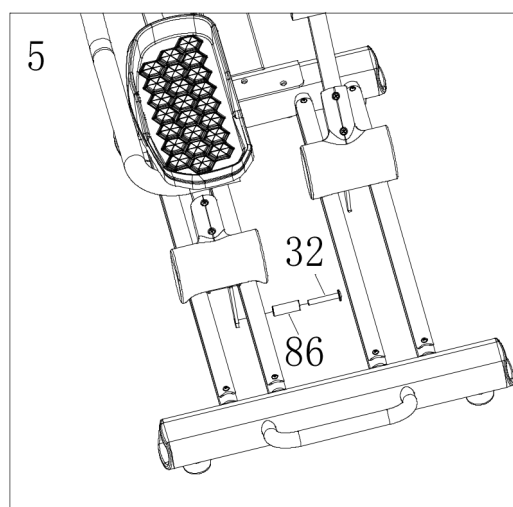


## STAP 5



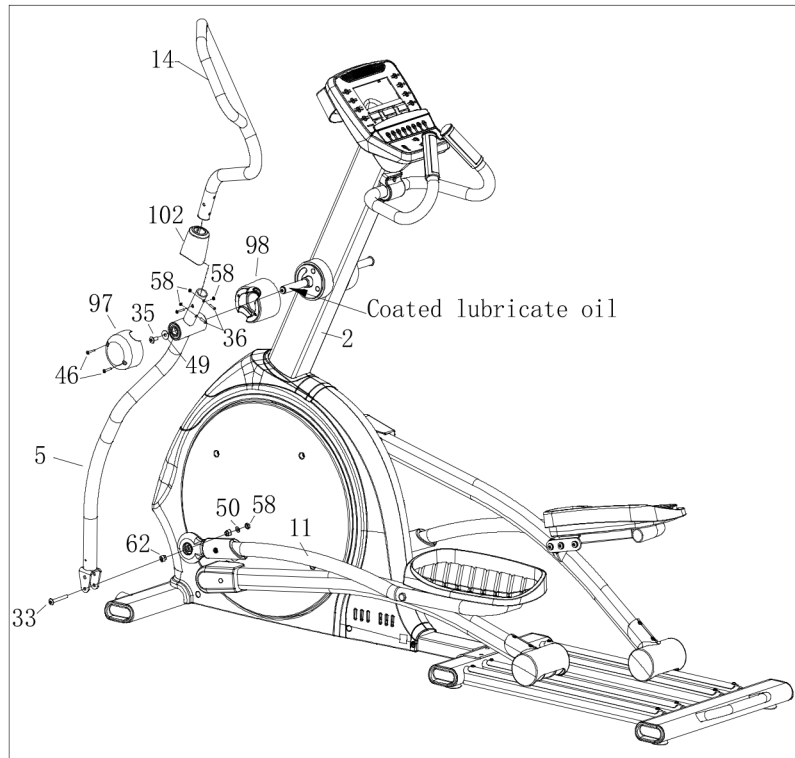
- Breng eerst smeerolie op de as aan, bevestig de linker roller arm (8) aan het hoofdframe (1) met schroef M8\*15 (35), platte ring (49) en beschermkap (108) met kruiskopschroef M5\*10 (83);
- Monteer de rechter roller arm (9) op dezelfde manier.

## STAP 6



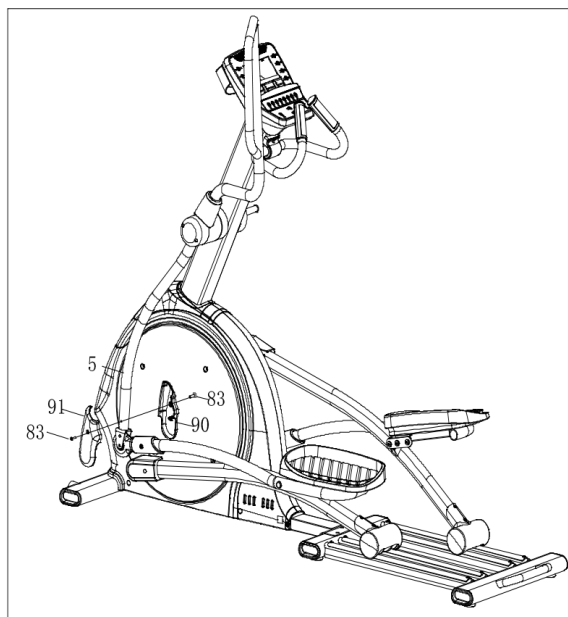
- Bevestig de bus (86) aan de arm en schroef M8\*55\*22 (32).

## STAP 7



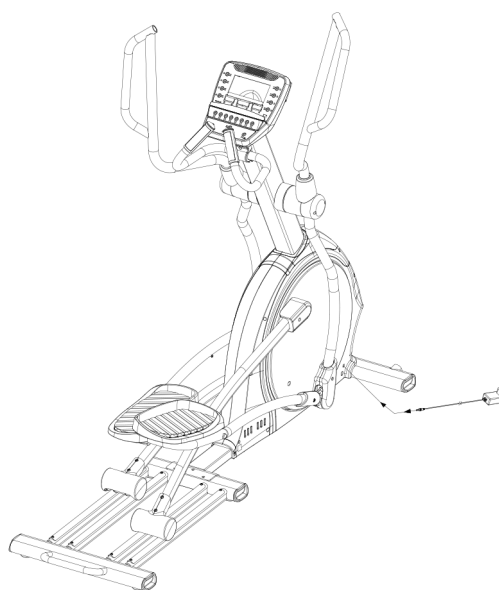
- Breng smeerolie aan op de as en plaats vervolgens beschermkap (98) over de as. Schuif vervolgens linker swing arm over de as (5). Let op: de bolle kant moet naar voren. Draai vervolgens aan met platte ring (49) en schroef M8\*15 (35);
- Verbind vervolgens de linker swing arm (5) met de pedaalarm (11) draai vast met schroef M8\*50\*20 (33), bus (62), platte ring  $\Phi 8$  (50) en zeskantmoer M8 (58)
- Monteer beschermkap (97) aan het stuur met twee kruiskopschroeven ST4\*20 (46);
- Schuif beschermkap (102) over het linker handlebar (14) met schroef M8\*45\*20 (36) en zeskantsmoer M8 (58). Draai stevig aan;
- Monteer de rechter zijde op dezelfde wijze.

## STAP 8



- Monteer beschermkap (90) en (91) door middel van kruiskopschroef M5\*10 (83);
- Monteer de rechterkant op dezelfde wijze.

## STAP 9



- Sluit de adapter aan. De adapteringang vindt u aan de voorzijde van het apparaat.

1. De staander zit vast met inbusbouten, zorg er voor dat de bouten ten allen tijde goed vastzitten. Indien de bouten niet strak genoeg meer zijn aangedraaid kan dit gekraak veroorzaken.
2. Alle bewegende delen die gemonteerd zijn aan de basis van het toestel dienen eens in de 6 maanden ingesmeerd te worden met vet. Dit kan met vaseline (zonder zuren) of met siliconen olie.
3. Na ieder gebruik dient het toestel schoongemaakt te worden met een licht vochtige doek en zachte zeep. Wanneer het zweet niet tijdig wordt verwijderd kan er roestvorming ontstaan.
4. Plaats de crosstrainer niet in een ruimte met een hoge luchtvochtigheid. Bijvoorbeeld een schuur of een ruimte waar de wasmachine staat.

## PROBLEEMOPLOSSINGEN

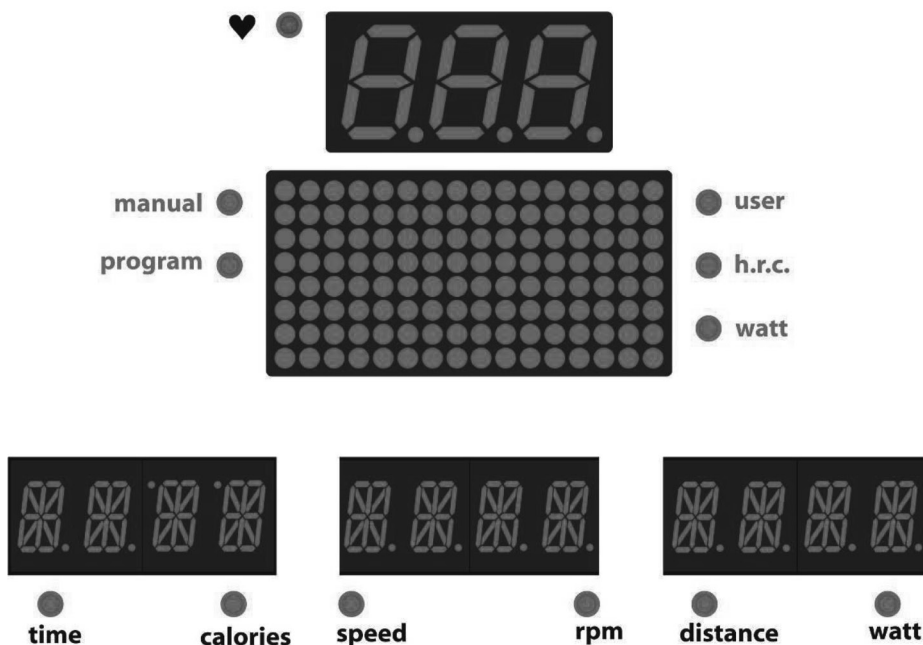
Piepende crosstrainer: Smeer allereerst alle draaiende onderdelen in met siliconenspray. Het kan ook zo zijn dat een schroef te vast of te los aangedraaid is, hierdoor ontstaat er frictie en dus een piep. Wanneer dit het geval is, probeer erachter te komen waar de piep precies vandaan komt en draai deze schroef dan iets lossener of vaster. De schroeven dienen op zo'n manier aangedraaid te zijn dat ze altijd met de hand weer los te krijgen zijn.

Geen weerstand: Controleer allereerst of u het motortje kunt horen draaien. Het motortje hoort u heel kort draaien wanneer u de weerstand verhoogt of verlaagt. Hoort u het motortje draaien dan is alle elektronica in orde, maar is de V-snaar er waarschijnlijk afgelopen. U kunt dan vervolgens de behuizing openen en de V-snaar er weer op leggen. Wanneer u het motortje niet hoort draaien kan het zo zijn dat het motortje of het display defect is. Controleer dan allereerst of de kabel die in de buis naar boven loopt nog goed is aangesloten.

Tikkend geluid: Het kan zo zijn dat het vliegwiel (in de behuizing) tegen een kabeltje aan komt bij elke trapbeweging. Dit is wellicht storend maar zal geen permanente schade aan uw crosstrainer aanbrengen. Om dit op te lossen opent u de behuizing en verlegt u het kabeltje of u kunt het vastmaken met bijvoorbeeld een tie-wrap.

Hartslagweergave functioneert niet: Dit kan verschillende oorzaken hebben. 1. De sensorkabel die van de hartslagsensor naar het display lopen zijn niet goed gemonteerd of zijn losgeraakt tijdens gebruik. 2. Het kan zijn dat de sensoren vochtig, vies of vet geworden zijn, maak deze regelmatig schoon. 3. Wanneer u veel eelt op uw handen hebt is het voor de sensoren moeilijker om te meten, wanneer dit het geval is wordt een borstband aangeraden.

FUNCTIE KNOPPEN



BODY FAT	Test lichaamsvet % (5.0%~50% en BMI (0~50).
UP	Om naar boven te gaan of de functiewaarde te verhogen.
DOWN	Om neerwaartse instelling te maken of de functie te verlagen.
RECOVERY	Test de hartslagherstelstatus
RESET	In de stopmodus of instelmodus, druk erop om terug te keren naar het hoofdmenu. Houd deze toetsen 3 sec. ingedrukt, de console zal opnieuw opstarten en starten vanaf begin modus
ENTER	Druk op deze knop om een functie te selecteren of om alle instellingswaarden te bevestigen
START/STOP	Om te starten/stoppen met uw oefening. Wanneer uw opstart of stopt drukt zal de computer dit doen, u blijft de instellingswaarden behouden

## DISPLAY FUNCTIES

TIME	Count up - geen vooraf ingesteld doel, de tijd telt vanaf 0:00. Count down - met vooraf ingesteld doel, zal de tijd aftellen van het ingestelde naar 0. Displaybereik 0:00~99:59; Instelbereik 0:00~99:00.
SPEED	Displaybereik: 0,0~maximum 99,9 KM/H of ML/H. SPEED & RPM-waarde wordt om de beurt weergegeven
RPM	Display: 0~maximum 999. SPEED & RPM-waarde wordt om de beurt weergegeven.
CALORIES	Count up - geen vooraf ingesteld doel, calorieën tellen op vanaf 0,0. Count down - met vooringesteld doel, calorieën worden dan afgeteld van het ingestelde naar 0 systeem stopt daarna. Displaybereik: 0~9999CAL; Instelbereik: 0~9999CAL
DISTANCE	Count up - geen vooraf ingesteld doel, de afstand telt vanaf 0.0. Count down - met vooringesteld doel, de afstand telt af van het vooraf ingestelde tot 0, stopt daarna. Displaybereik: 0.0~999.9km(ml); Instelbereik: 0.0~999.0km(ml).
PULSE	Gebruikershartslag weergegeven. Wanneer de puls de vooraf ingestelde doelwaarde overschrijdt zal de console herrineren met Bi-bi geluid. Displaybereik: P-30~230; Instelbereik: 0-30~230.
WATT	Display energieverbruik tijdens training. Weergavebereik: 0~230; Instelbereik: 10~230.
MANUAL	Handmatige aanpassing van de trainingsmodus.
PROGRAM	Self-select laadniveau om te trainen; 12 profielen die vooraf moeten worden geselecteerd (P1~P12).
USER	User creëert zijn eigen profiel met ingestelde weerstandsniveaus om te trainen.
H.R.C.	Ingestelde hartslagtraining.
WATT CONSTANT	Wattage trainingsmodus

POWER ON

1. Schakel in

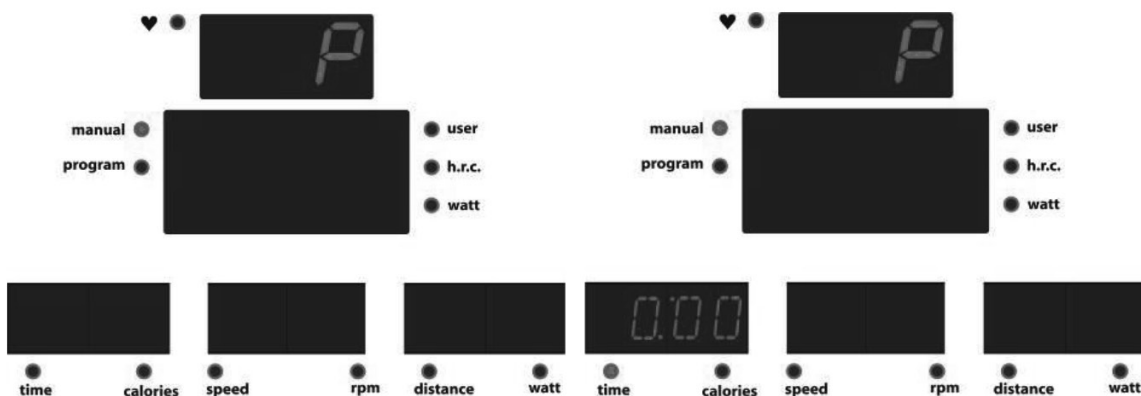
Sluit de voeding aan (druk op de RESET-toets gedurende 2 seconden), het zoemergeluid voor 1 seconde en de LED geeft 2s volledig weer (tekening 1), geef de wioldiameter weer in het TIME-venster en KM (of ML) in het SPEED-venster en "E" (of "A") in het DISTANCE-venster (tekening 2). Ga vervolgens naar de gebruikersinstellingsmodus. Systeemstandaard gebruikersgroep is U1 (tekening 3), druk op UP of DOWN om U1 ~ U4 te selecteren, druk op de MODE-knop om te bevestigen. Druk op de knoppen UP en DOWN om SEX, AGE, HEIGHT, WEIGHT in te stellen en bevestig door op MODE te drukken.

1-1-1 SEX- Vrouw / Man

1-1-2 AGE- 1~99 ( standaardwaarde is laatste invoerwaarde )

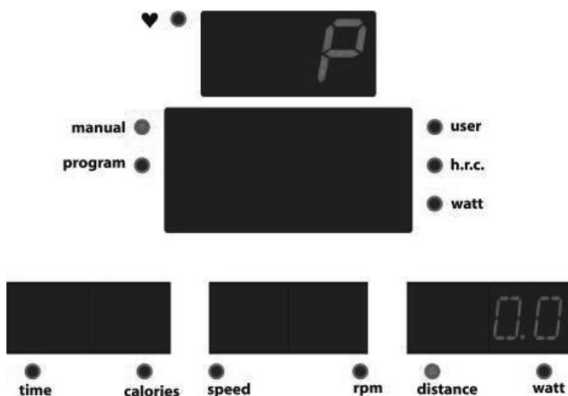
1-1-3 HEIGHT- 100~200CM ( standaardwaarde is laatste invoerwaarde )

1-1-4 WEIGHT- 20~150KG ( standaardwaarde is laatste invoerwaarde )



Drawing 4

Drawing 5

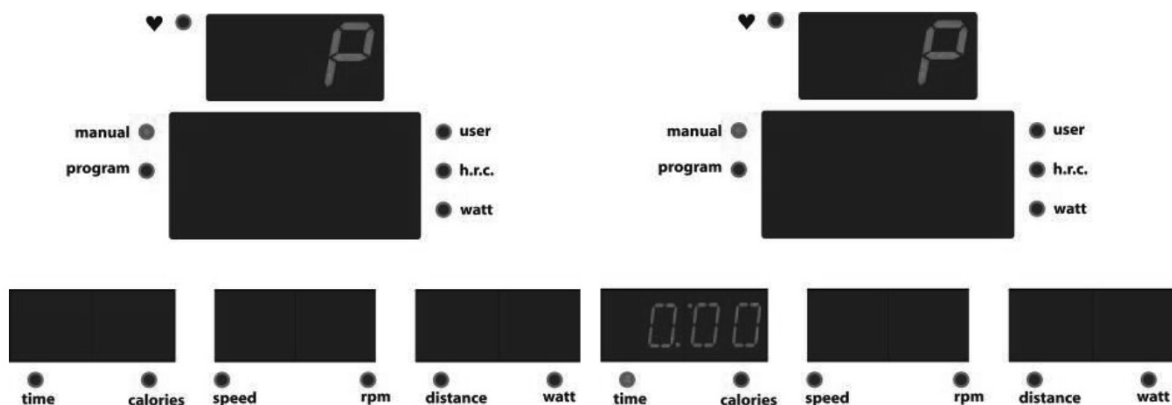


TRAININGSPROGRAMMA

Na de GEBRUIKER DATA instelling, druk MODE in het hoofdmenu: HANDMATIG, PROGRAMMA, GEBRUIKER programma, H.R.C. en WATT LED knippert om in te stellen.

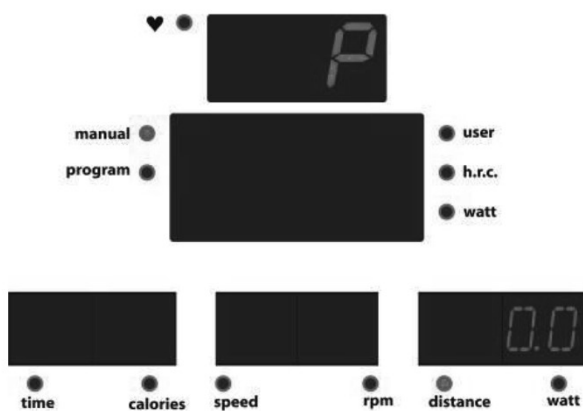
1. Handmatige modus

Druk in het hoofdmenu één keer op de DOWN-toets en druk op MODE om de TIME- instelling te openen. De gebruiker kan op de knop OMHOOG of OMLAAG drukken om de trainingsduur voor het doel in te stellen. Druk vervolgens op MODE om DISTANCE / CALORIES / PULSE in te stellen als tekening 4-6. Druk op de START / STOP-knop om te beginnen met trainen.



Drawing 4

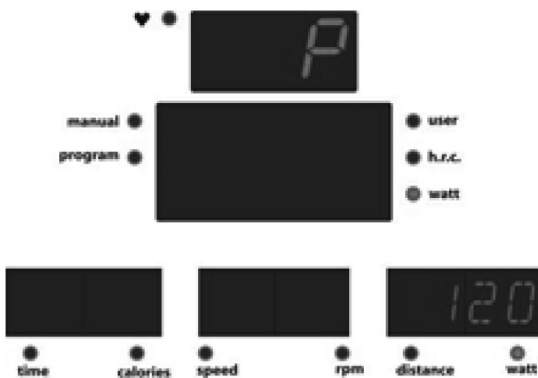
Drawing 5





**2. WATT besturingsmodus**

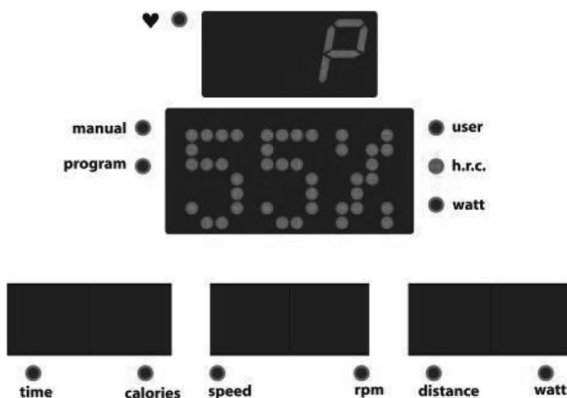
Wanneer de gebruiker in een willekeurige modus is, drukt u op de START / STOP-knop en vervolgens op RESET om naar het hoofdmenu te gaan. Druk 2 keer op de UP-toets en druk op MODE om de constante trainingsmodus van WATT te openen. Ga naar de WATT-modus en druk op de knop UP of DOWN om in te stellen (standaardbereik 10 ~ 350, preset 120 als tekening 7). Druk op MODE om de tijd in te stellen ( 1 - 90 min ) of druk START om te beginnen. Druk op UP of DOWN om de WATT tijdens de training te veranderen.



Drawing 7

**3. H.R.C. modus**

Wanneer de gebruiker H.R.C-modus selecteert, drukt u op de RESET-toets terug naar het hoofdmenu. Druk driemaal op de UP-toets om de H.R.C-modus in te voeren (afbeelding 8). Druk op MODE om in te stellen, H.R.C 55% knippert, druk op UP of DOWN om een andere doelhartfrequentie H.R.C 75%, H.R.C 90% en H.R.C. Targe te kiezen.



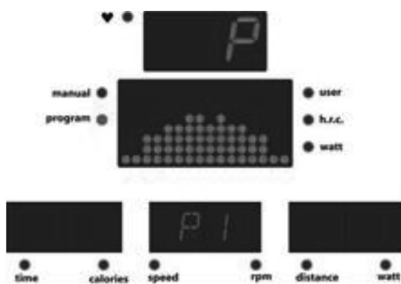
Drawing 8

## 4. Gebruikersprogrammamodus

Druk op de RESET-toets terug naar het hoofdmenu. Druk vier keer op de UP- toets, USER knippert. Druk op ENTER. De eerste kolom van het LED-profiel begint te knipperen. Druk op de knop UP of DOWN om het weerstandsniveau van 1 ~ 32 in te stellen, elke 4 niveaus licht één LED op (tekening 9), druk op ENTER om het programmaprofiel te voltooien en er zullen 16 kolommen worden ingesteld. Druk op de START / STOP-knop om te beginnen met trainen.

## 5. Programmamodus

Druk op de RESET-toets terug naar het hoofdmenu. Druk 5 keer op de UP-toets, PROGRAM knippert. Druk op ENTER om de PROGRAMMA-modus te openen. Druk op de knop UP of DOWN om PROGRAMMA 1-12 te selecteren, druk op ENTER en selecteer TIME. Druk op de knop UP of DOWN om de instelling in te stellen. Druk op de START / STOP-knop om te beginnen met trainen.



Drawing 10

## 6. BODY FAT modus

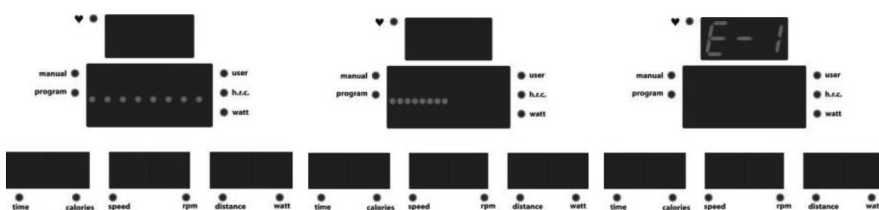
- Als de crosstrainer in werking is, drukt u op STOP en vervolgens op de knop BODY FAT om naar BODY FAT ENTER te gaan.

- Wanneer de BODY FAT-meting start, moet de gebruiker beide handen op de handgreppuls houden, waarna op het scherm "o" "o" wordt weergegeven als afbeelding 11. Na 8 seconden geeft het scherm BODY FAT-percentages en BMI weer (Body) Mass Index).

Foutcodeweergave tijdens meting : E-1 --- gebruiker houdt de handgrepen

niet goed vast (tekening 16) E-4 --- lichaamsvet% overschrijdt het instelbereik (5,0% ~ 50%).

-Druk nogmaals op de knop BODY FAT om terug te gaan naar de vorige workoutstatus.



Drawing 11

drawing 12

drawing 13

## 7. Herstel modus

- Hiermee meet u uw conditie. 1 is perfect, 6 is slecht.
- Houd twee handen aan de hendelpuls, wanneer de PULSE-waarde op het scherm wordt weergegeven en druk vervolgens op de RECOVERY-knop om de herstelmodus te openen. TIME geeft 00:60 weer en begint af te tellen, het PULS-venster geeft de PULSE-waarde weer, bij het aftellen tot 0 geeft het scherm FX weer (X-waarde 1-6 om de herstelgegevens weer te geven.) Druk op RECOVERY terug naar het hoofdmenu.

Als er geen pulssignaalvoer naar de console is, is deze ongeldig om op de RECOVERY-knop te drukken.

In de modus RECOVERY drukt u op RECOVERY om de modus te resetten.

## 8. Slaap modus

Als er binnen 4 minuten geen RPM-signaalvoer is, gaan het LED-lampje en het bedieningspaneel naar de SLEEP-modus en drukt u op een willekeurige toets om het systeem in de opstarttoestand te activeren.

Download een van de onderstaande apps in de Google Play store of AppStore.

Zet de Bluetooth aan op uw smartphone of tablet en open de app. Hierna kunt u vanuit de app verbinding maken met uw fitnessapparaat.

Start vervolgens uw training!

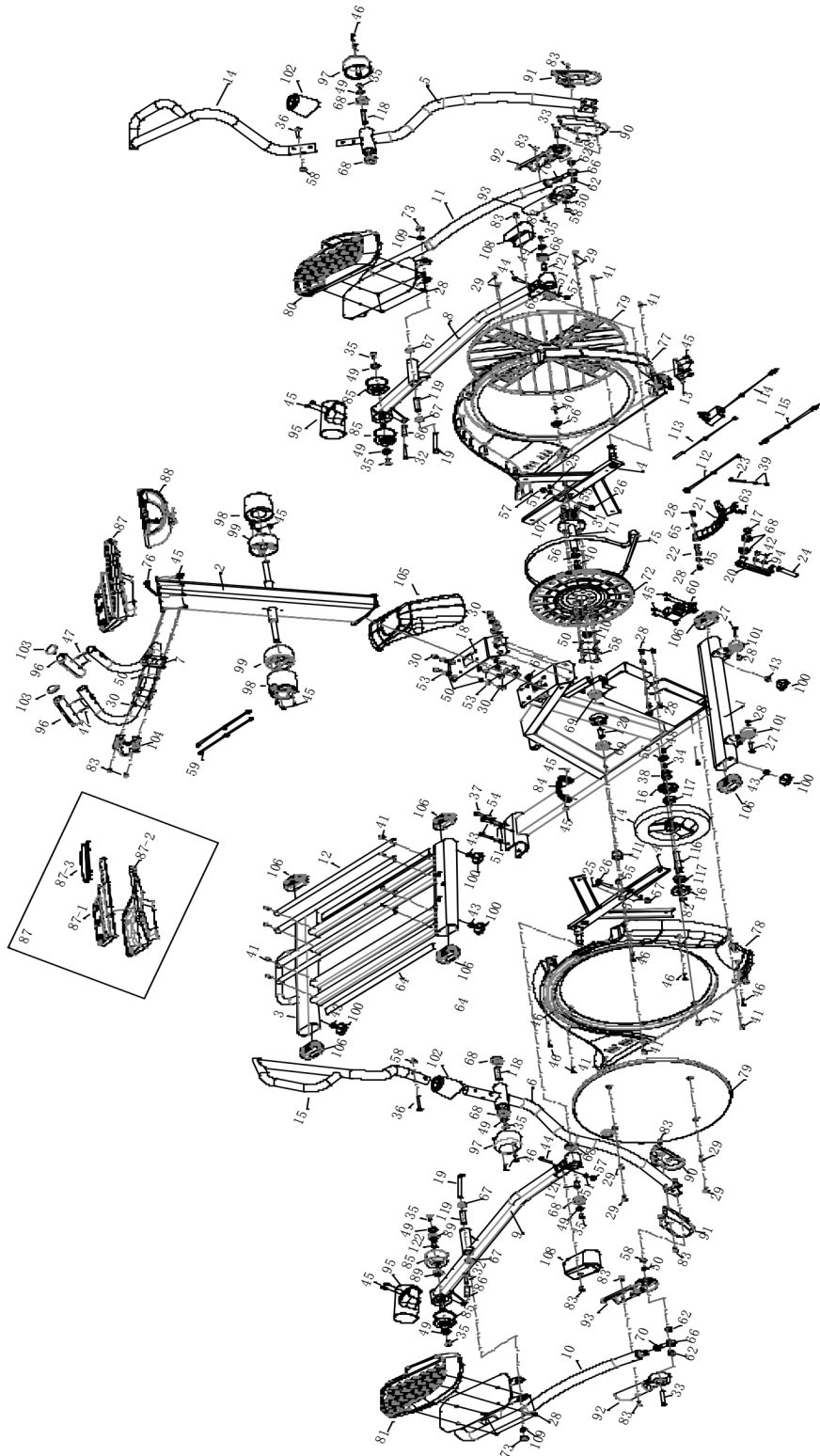
Fit Hi Way, iConsole of Kinomaps app downloaden:



**Opmerking:**

Als het console van uw fitnessapparaat is verbonden met uw smartphone of tablet via Bluetooth, zal het console uitgaan.

Als u een app verlaat en de bluetooth verbinding op uw smartphone of tablet verbreekt, zal het console automatisch weer aan gaan.



#	Description	QTY
1	Hoofdframe	1
2	Rechte staander	1
3	Rails	1
4	Crank	2
5	Linker swing arm	1
6	Rechter swing arm	1
7	Handvat	1
8	Linker roller arm	1
9	Rechter roller arm	1
10	Pedaal arm rechts	1
11	Pedaal arm links	1
12	Aluminium plaat van de rails	4
13	Afdekkap	1
14	Linker bovenste handgreep	1
15	Rechter bovenste handgreep	1
16	Kogellager klem	2
17	Borgring voor as $\Phi 20$	1
18	Bevestigingsplaat voor staander	1
19	Pedaal as	2
20	Aandrijfriem	1
21	Magneet	1
22	Magneet vaste as $\Phi 12 \times 50$	1
23	Schroef M5*60	1
24	Schroef M10*100*50	1
25	Schroef M6*15	2
26	Schroef $\Phi 33 \times M6 \times 15$	2
27	Schroef $\Phi 8 \times 33 \times M6 \times 15$	2
28	Schroef M6*15	18
29	Schroef M6*10	8
30	Schroef M8*15	13
31	Schroef M8*20	4
32	Schroef M8*55*20	2
33	Schroef M8*50*20	2

#	Description	QTY
34	Platte sleutel 5X50X20	1
35	Schroef M8*15	10
36	Schroef M8*45*20	6
37	Schroef M10*70*20	3
38	Kleine riemschrijf	1
39	Zeskantmoer M5	2
40	Schroef M8*15	2
41	Schroef M5*15	8
42	Schroef M5*15	2
43	Zeskantmoer M10	6
44	Schroef M10*50*20	2
45	Schroef ST4*16	50
46	Schroef ST4*20	13
47	Schroef ST3*30	4
48	Schroef M6*115	1
49	Platte ring $\Phi 8.2 \times \Phi 25 \times t 2.0$	8
50	Platte ring $\Phi 8$	18
51	Platte ring $\Phi 10$	8
52	Veerring $\Phi 6$	2
53	Veerring $\Phi 8$	18
54	Veerring $\Phi 19$	3
55	Platte sleutel 8*10*18	3
56	Platte ring $\Phi 8 \times \Phi 30 \times t 3.0$	3
57	Zeskantmoer M10	4
58	Zeskantmoer M8	13
59	Sensordraad	2
60	Magneet motor	1
61	Motorkabel	1
62	beschermkap	4
63	Remkrachtveer $\Phi 11.5 \times \Phi 1.2 \times 13$	1
64	EVA ring	4
65	Veerring $\Phi 12$	2
66	Lagers M12	2

#	Description	QTY
67	Kogellager 6201ZZ	4
68	Kogellager 6004ZZ	8
69	Kogellager 6005ZZ	2
70	Zeskantmoer M12*P1.75	2
71	Riemschijfas	1
72	Riemschijf	1
73	Zeskantmoer M12	2
74	Vliegwiel	1
75	Motorriem	1
76	Verbindingskabel	1
77	Buitenste beschermkap - links	1
78	Buitenste beschermkap - rechts	1
79	Crank cover	2
80	Pedaal links	1
81	Pedaal rechts	1
82	Borgring voor as $\Phi 17$	1
83	Kruiskopschroef M5*10	12
84	Dop aan buitenzijde	1
85	Pulley	4
86	Bus	2
87	Console	1
88	Bidonhouder	1
89	Kogellager R10ZZ	4
90	Onderste handlebar beschermkap A	1
91	Onderste handlebar beschermkap B	2
92	Arm beschermkap A	1
93	Arm beschermkap B	1
94	Riem	2
95	Afdekkap	2
96	Sensorset	2
97	Handgreep buitenste beschermkap	2
98	Handgreep middelste beschermkap	2
99	Handgreep binnenste beschermkap	2



#	Description	QTY
100	Antislip	6
101	Wielen	2
102	Afdekkap voor stuur	2
103	Eindkap	2
104	Handlebar bescherming	1
105	Stand postdeksel	1
106	Elliptische buisplug	6
107	Crank 3 speling set	1
108	Beschermkap	2
109	Platte schroef $\Phi 12.5 \times \Phi 22 \times t 2.0$	2
110	Crank speling set 1	1
111	Crank speling set 2	1
112	Vermogen communicatiedraad	1
113	Magnetische sensor	1
114	Oplader	1
115	Remleiding	1
116	Vlieg wiel as	1
117	Groefkogellager ( TPI ) 6203ZZ	2
118	Handgreep stuurkolom-speling set	2
119	Wissellagerset	2
120	Krukaslagers	1
121	Zwenkarm lager	2
122	Wiellager	2

# virtuafit

Voor vragen of ontbrekende onderdelen kunt u contact opnemen met Fitness Benelux:



Nederland

**T** +31 (0)74-7600219

**E** [service@fitnessbenelux.nl](mailto:service@fitnessbenelux.nl)

**W** [www.fitnessbenelux.nl](http://www.fitnessbenelux.nl)