

echelonTM STRIDE-s

INSTRUCTION MANUAL





Lou Lentine
Founder & CEO
Echelon Fitness
Multimedia, LLC


echelon™



Hello,

I am Lou Lentine, Founder and CEO of Echelon, and I would like to welcome you to the Echelon community. You've made a great decision for yourself and your family. The Echelon Experience is an innovative combination of fitness products integrated with our state-of-the-art Echelon Fit® app. This brand-new, fitness lifestyle connects your family, friends, the Echelon community, and Echelon instructors together to help you with your fitness goals. With thousands of live and on-demand classes, no matter your schedule or experience, there is always a new and exciting class for you to join.

We embrace your decision to join our Echelon family in the pursuit of living a healthier lifestyle. We are committed to continue engineering cutting edge, world-class fitness products to improve quality of life through workout experiences that make an active lifestyle more accessible and sustainable.

Thank you again for choosing Echelon and I look forward to seeing you in the next live class!

Best personal regards,

A handwritten signature in white ink, appearing to read 'Lou Lentine', written in a cursive style.

Lou Lentine
Founder & CEO, Echelon Fitness Multimedia, LLC

FEDERAL COMMUNICATIONS COMMISSION (FCC) STATEMENT

15.21

You are cautioned that changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

15.105(B)

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

FCC RF RADIATION EXPOSURE STATEMENT:

1. This Transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.
2. This equipment complies with RF radiation exposure limits set forth for an uncontrolled environment. This equipment should be installed and operated with a minimum distance of 20 cm between the radiator and your body.

THIS DEVICE COMPLIES WITH PART 15 OF THE FCC RULES. OPERATION IS SUBJECT TO THE FOLLOWING TWO CONDITIONS:

1. This device may not cause harmful interference and
2. This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

INNOVATION, SCIENCE AND ECONOMIC DEVELOPMENT CANADA (ISED) INNOVATION, SCIENCE ET DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE CANADA (ISED)

THIS CLASS B DIGITAL APPARATUS COMPLIES WITH CANADIAN ICES-003.

CET APPAREIL NUMÉRIQUE DE CLASSE B EST CONFORME À LA NORME NMB-003.

CANADIAN NOTICE

This device complies with ISED license-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause interference, and
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

AVIS CANADIEN

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :

1. L'appareil ne doit pas produire de brouillage, et
2. L'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

CAUTION: EXPOSURE TO RADIO FREQUENCY RADIATION

1. To comply with the Canadian RF exposure compliance requirements, this device and its antenna must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.
2. To comply with RSS 102 RF exposure compliance requirements, a separation distance of at least 20 cm must be maintained between the antenna of this device and all persons.

ATTENTION: EXPOSITION AU RAYONNEMENT RADIOFRÉQUENCE

1. Pour se conformer aux exigences de conformité RF canadienne l'exposition, cet appareil et son antenne ne doivent pas être co-localisés ou fonctionnant en conjonction avec une autre antenne ou transmetteur.
2. Pour se conformer aux exigences de conformité CNR 102 RF exposition, une distance de séparation d'au moins 20 cm doit être maintenue entre l'antenne de cet appareil et toutes les personnes.

CONTENTS

▲ IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS	8
WARNING LABELS	11
DESCRIPTION / PARTS LIST	12
ECHELON MEMBERSHIP ACTIVATION	13
ASSEMBLY	14
Folding Instructions/Storage	15
Belt Adjustment.	17
CONSOLE OPERATION.	18

Console Display	18
Display Definition	19
Control Button Definition	19
Features	21
Measurement for BMI Program	23
Connect to Echelon Fit® App	24
ERROR CODES & TROUBLESHOOTING	24
CUSTOMER SERVICE	26

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

The manufacturer recommends placing the Echelon® STRIDE-s treadmill in a space where you have the following minimum clearance dimensions for safe mounting and dismounting of the treadmill:

- The minimum clearance area behind the treadmill is 2.0 m (78.7 in) × the treadmill width. This area must be free of any and all obstructions.
- The minimum clearance area on each side of the treadmill is: 500 mm (19.7 in).

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS — READ BEFORE USE

- Obtain a medical exam before beginning any exercise program. If at any time during exercise you feel faint, dizzy, or experience pain, stop and consult your physician.
- Read, understand, and carefully follow all warnings, instructions, and procedures on the treadmill and in the owner's / user's manual before using the treadmill.
- Keep children away from the treadmill.
- Inspect the treadmill for incorrect, worn, or loose components and then correct, replace, or tighten prior to use.
- Read, understand, and test the emergency stop procedures before use.
- Do not operate electrically powered treadmills in damp or wet locations.
- Keep the top side of the moving surface clean and dry.
- Do not wear loose or dangling clothing while using the treadmill.
- Ensure all areas around the treadmill are clear of objects before starting any workout.

- Care should be used when mounting and dismounting the treadmill. Before mounting or dismounting, lower the incline of the treadmill all the way and ensure the treadmill has come to a complete stop.
- Disconnect all power before servicing the treadmill.

WHILE CLEANING YOUR ECHELON® STRIDE-S TREADMILL, PLEASE USE A SOFT RAG WITH MILD DETERGENT OR WATER TO WIPE DOWN THE MACHINE. DO NOT USE CORROSIVE CHEMICAL LIQUIDS WHICH MAY DAMAGE THE COVER.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

When using an electrical appliance, basic precautions should always be followed, including the following: Read all instructions before using the Echelon® STRIDE-s.

DANGER — TO REDUCE THE RISK OF ELECTRIC SHOCK:

1. Always unplug this appliance from the electrical outlet immediately after using and before cleaning.

WARNING — TO REDUCE THE RISK OF BURNS, FIRE, ELECTRIC SHOCK, OR INJURY TO PERSONS:

1. An appliance should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts.
2. Do not operate under blanket or pillow. Excessive heating can occur and cause fire, electric shock, or injury to persons.



3. This appliance is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. **Keep children under the age of 13 away from this machine.**
4. Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
5. Never operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Return the appliance to a service center for examination and repair.
6. Do not carry this appliance by supply cord or use cord as a handle.
7. Do not stack weight on the cord and keep the cord away from heated surfaces.
8. Never operate the appliance with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and the like.
9. Never drop or insert any object into any opening.
10. Do not use outdoors.
11. Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
12. When this appliance is not in use, unplug power cord and remove safety key. Refer to page 15 of this manual for auto-folding and proper storage instructions.
13. Do not use a GFCI outlet or GFCI circuit breaker. A dedicated line will assure that adequate power is available for safe operation over the life of your Echelon® product.
14. This appliance is intended for consumer use only.

BEFORE starting any fitness or strength program, consult with your physician or health official. This will ensure that you engage in the proper strength or fitness program for your age and physical condition.

Before using the Echelon® STRIDE-s, answer these questions:

- Have you been sick recently?
- Have you had prolonged dizziness recently?
- Have you been out of breath for no reason recently?
- Have you had chest pain recently?
- Do you currently have any injuries preventing you from exercise?
- Are you pregnant?
- Do you have any conditions or reasons you should NOT exercise?
- Are you over 35 years old and physically inactive?
- Have you been told by a doctor that you should NOT exercise?

If you answered “yes” to any of the above questions, you should seek further advice from your doctor prior to using the Echelon® STRIDE-s.

NEVER overexert yourself or work to exhaustion. If you feel faint, dizzy, short of breath, or if you have chest or other pains, STOP IMMEDIATELY! Consult your physician before using the Echelon® STRIDE-s again.

Read the user manual fully and follow all instructions. This ensures your safety.

- NEVER exceed the weight limit for this treadmill. The weight limit for this treadmill is 300 lbs / 135 kg. Do not use the Echelon® STRIDE-s if your body weight is in excess of 300 lbs / 135 kg.



IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS (cont'd.)

- ALWAYS use the Echelon® STRIDE-s on solid, level ground and in a well-lit and ventilated area. Do not place the treadmill on thick carpet as it may interfere with ventilation.
- ALWAYS check the treadmill for wear or loose components before use.
- NEVER use the treadmill if it is not properly / completely assembled or is damaged in any way.
- NEVER allow children or pets to play on or around the treadmill during operation. This helps protect them from injury from moving parts.
- ALWAYS set the treadmill up properly for your specific body type.
- NEVER use the Echelon® STRIDE-s when sick or fatigued.
- ALWAYS warm up / stretch before starting exercise.
- ALWAYS ensure that you have a water bottle filled with at least 12 oz. of water and a towel close by to absorb sweat from your body and the handrails.
- NEVER start the treadmill while you are standing on the running belt. After turning the power on and adjusting the speed control, there may be a pause before the running belt begins to move. Always stand on the side rails of the frame until the belt begins to move.
- ALWAYS hold the handrails when initially walking or running on the treadmill until you are familiar with the use of the treadmill.
- Do not stand or climb on the handrails.
- ALWAYS wear proper attire and footwear that fully covers your feet. Do not wear loose or dangling clothing while using the treadmill. Long hair should be tied back or tucked away. Ensure that shoelaces are tucked into your shoes.
- ALWAYS keep hands away from moving parts and ensure that hands are safely placed on handlebars during use.
- ALWAYS be cautious when getting on and off the Echelon® STRIDE-s.
- ALWAYS wait until the incline is lowered all the way and running belt comes to a complete stop before dismounting.
- NEVER use accessory attachments that have not been recommended by the manufacturer. Using such attachments may cause injury or damage to the treadmill and will affect the warranty of the treadmill.
- ALWAYS ensure that the Echelon® STRIDE-s is wiped down after each use to keep it sanitary.
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
- The pulse sensors are not medical devices. Various factors, including the user's movement, may affect the accuracy of heart rate readings. The pulse sensors are intended only as exercise aids in determining heart rate trends in general.

If any problems arise affecting the performance of the Echelon® STRIDE-s, contact the manufacturer immediately. Always ensure that parts which undergo wear are checked regularly.

THIS SAFETY INFORMATION AND USER MANUAL DO NOT REPLACE THE NEED TO BE ALERT AND TO USE COMMON SENSE WHEN USING THE ECHELON® STRIDE-S!



WARNING LABELS



Product Warning Label



Rating Label



Warning Label



Power Cord Label



Power Cord Warning Label



Tip-Over Hazard Label



Icon & Voltage Label



Lubrication Label



Pinch Warning Label



Motor Label

Review the above labels to ensure none are missing from the Echelon® STRIDE-s. If any of the above labels are missing or need replaced, contact Customer Service at cs@echelonfit.com or 833-937-2453.

IMPORTANT!

THE BELT ON THE ECHELON® STRIDE-S IS A WAXED BELT, ELIMINATING THE NEED FOR ADDING ANY LUBRICATION OVER THE LIFE OF THE TREADMILL.

DO NOT LUBRICATE.

ADDING LUBRICANT COULD DAMAGE THE BELT.



DESCRIPTION / PARTS LIST



STRIDE-S DESCRIPTION

1. Console (DM1019)
2. Smartphone Holder (DM1059)
3. Folding Joint Cover (DM1011)
4. Button Platform (DM1014)
5. Handlebar (DM1003)
6. Upright (Left: DM1048, Right: DM1049)
7. Motor Upper Cover (DM1022)
8. Side Cover (DM1021)
9. Folding Lever (DM1073)
10. Side Rail (DM1028)
11. Solid Side Rail (DM1035)
12. Running Belt (DM1055)
13. Rear Support Cover (DM1037)
14. Lift Handle (DM1047)
15. End Cap (DM1029)

PARTS LIST

16. Allen Wrench (DM1069)
17. Safety Key (DM1051)
18. (2) Safety Straps (DM1063)
19. (2) Anchors (DM1066)
20. (2) Screws (DM1066)



ECHELON MEMBERSHIP ACTIVATION

If this product was purchased on the **echelonfit.com** website, you should have received an activation email.

Go to **member.echelonfit.com** and follow the on-screen instructions to choose a plan and setup your account. This info will be needed to login to your account on the Echelon Fit® App.

All account info and plans are managed at member.echelonfit.com and use the same login. After creating your account login on member.echelonfit.com, write down your login info. This will be the same login for the app.

1. CHOOSE SIGN UP NOW

2. SELECT PURCHASE LOCATION

Select purchase location and follow the on-screen instructions.

3. CHOOSE YOUR PLAN

Monthly / 1-Year / 2-Year

4. SET UP YOUR PAYMENT METHOD

5. ENTER PERSONAL ACCOUNT INFO

6. VIEW YOUR ACCOUNT

Where you can edit your billing info, add family members, manage subscriptions, and (if on your mobile device) download the app and sign in.

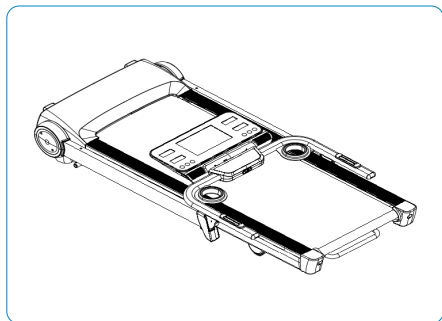
ACCOUNT ACTIVATION

If this product was purchased on the echelonfit.com website, you should have received an activation email. Click the link in the activation email and follow the on-screen instructions. Enter your information to verify your payment information.

You will not be charged until the next month.



ATTENTION: Complete the following operations after making sure all screws are tightened and secure.



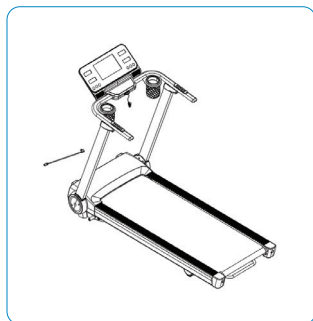
Move the treadmill unit out from the packaging box, and place on a level surface.



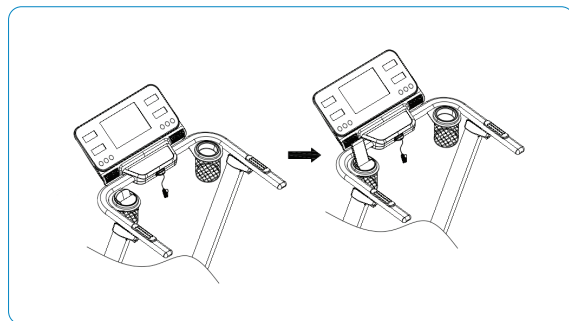
Hold left and right handlebar and lift it up until you hear a “click” to lock the left upright/right upright in the upright position.



Hold left and right handlebar and push down until you hear a “click” to lock it into position. Rotate the console set to the desired reading angle.



Plug in the power cord and insert the safety key.



For optional smartphone storage, affix the smartphone holder on top of either water bottle holder. To remove, insert fingers into the gap of the phone holder with the raised part facing you. Simultaneously pull back and up to disengage the locking tabs. Remove the phone holder.

After installation, press the start button, adjust speed level under 2 mph (3kph). Then check the running belt to see if it runs smoothly or not.

Please refer to the Belt Adjustment section if the belt is not running smoothly.

After thoroughly checking the belt, move the treadmill to an appropriate location with ample space for use.



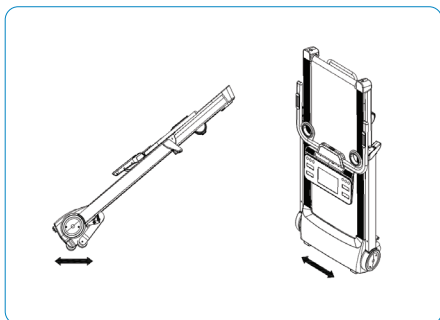
Rotate the console backwards to be horizontal with the handlebar.



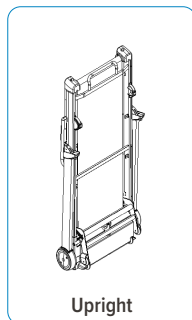
Simultaneously push down the handlebar and press the folding button. Once unlocked, rotate handlebar back to attach uprights.



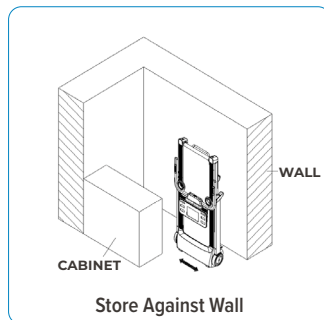
Step down on the pedal lever for auto folding process until the left upright/right upright is horizontal with the running deck.



Hold the lift handle for transportation or lift one end of the treadmill up to standing position.



Upright



Store Against Wall



Store Under Bed

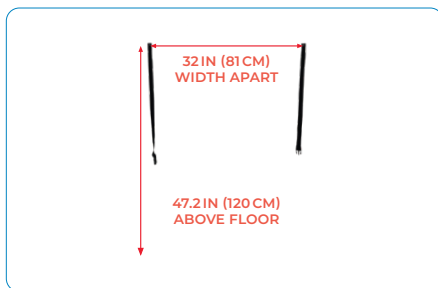
Recommended Storage: upright position using straps. Place treadmill in standing position against a wall for storage, or place it under a bed to save space. The height of the folded treadmill is 10.25 in (26 cm). If the space under your bed is less than 10.25 in (26 cm), please store the treadmill elsewhere.



FOLDING INSTRUCTIONS / STORAGE (cont'd.)



SAFETY STRAPS, ANCHORS, & SCREWS



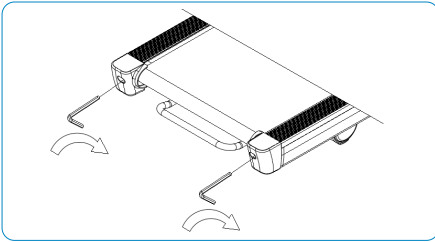
SAFETY STRAP POSITION

WHEN STORING THE TREADMILL IN AN UPRIGHT POSITION, PLEASE INSTALL SAFETY STRAPS TO THE WALL TO SECURE AND PREVENT TREADMILL FROM TIPPING OVER.

Use the provided anchors and screws to install the safety straps. For concrete walls, drill two 0.315 in (8 mm) pilot holes with 1.6 in (40 mm) depth, 32 in (81 cm) apart, and 47.2 in (120 cm) above floor.

NOTE: For wood walls, locate two wall studs 32 in (81 cm) apart and drill appropriate pilot holes. Drive screws into pilot holes without anchors.

BELT ADJUSTMENT



Place treadmill on a level surface. Make treadmill run at approximately 3-4 mph (6-8 kph), and observe the running belt deviate condition.

BELT ADJUSTMENT: If the treadmill belt is swerving to the right, unplug the safety lock and turn off the power. Turn the right adjusting bolt 1/4 turn clockwise, then insert the power switch and safety lock, make the treadmill run, observe the running belt deviate condition. Repeat the above steps until belt is centered.

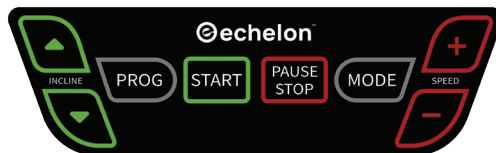
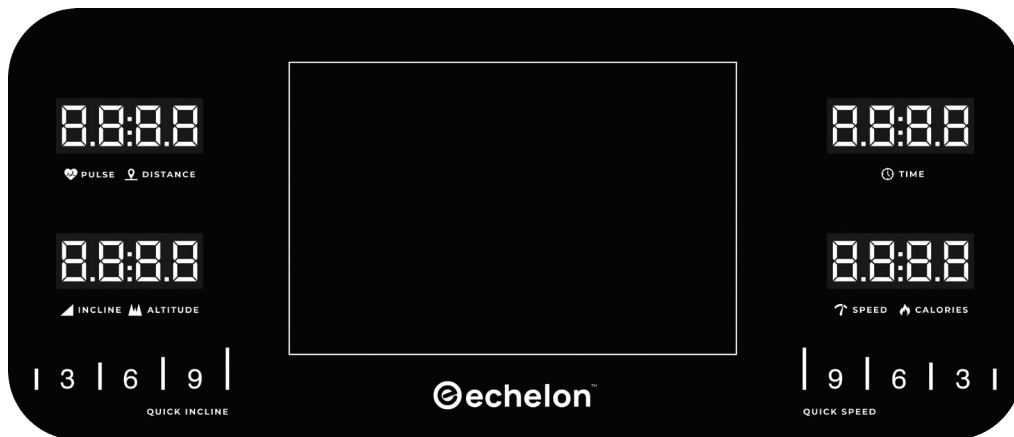
If the treadmill belt is swerving to the left, unplug the safety lock and turn off the power. Turn the left adjusting bolt 1/4 turn clockwise, then insert the power switch and safety lock, make the treadmill run, and observe the running belt deviate condition. Repeat the above steps until belt is centered. Do not tighten the rear roller more than five times. Too many tightening adjustments could damage the motor, rollers, pulleys, and belt. If you have performed this many adjustments then the procedure must be followed backwards to loosen the roller, and ensure the longevity of the treadmill and its performance.

The treadmill belt will gradually relax after above steps or after a period of use.

Unplug the safety lock and turn off the power, using the two adjusting bolts turn 1/4 turn clockwise.



CONSOLE OPERATION



CONSOLE DISPLAY

DISPLAY DEFINITION

Pulse & Distance

Show “Distance” when no heart rate detected.

Once heart rate signal is detected, display switches between “Distance” and “Pulse.”

Incline & Altitude

Display switches between “Incline” and “Altitude” every 5 seconds.

Incline unit = 0 – 12 levels.

Altitude unit = meter or feet.

Speed & Calories

Display switches between “Speed” and “Calories” every 5 seconds.

Time

Shows duration of the exercise.

CONTROL BUTTON DEFINITION

PROG (Program)

Select training program file

8 pre-set programs: P01 to P08

3 user programs: U01 to U03

1 BMI program: FAT¹ Manual

MODE

Select countdown program file:

Time Countdown

Distance Countdown

Calories Countdown

START

Press “Start” button to begin exercise after a 3-second countdown.

PAUSE/STOP

Press the “Pause/Stop” button once to temporarily stop the exercise. Both speed and incline go to zero and then stop.

When in “Pause Status,” press “Pause/Stop” again to end the exercise.

When in “Pause Status” for 10 or more minutes, console goes into “Sleep Mode” and display disappears. All data is saved at current stage.

To wake console from “Sleep Mode,” press any button on the console and the display will light up again.

Press “Start” to begin the exercise. Adjust speed and incline to appropriate setting.

¹FAT references the Body Weight Category determined by BMI as described in the BMI Data Chart.



CONSOLE OPERATION (cont'd.)

QUICK SPEED

Quick speed has 3 buttons for 3 mph, 6 mph, and 9 mph (imperial setting).

Quick speed has 3 buttons for 3 km/h, 6 km/h, and 9 km/h (metric setting).

QUICK INCLINE

Quick incline has 3 buttons for level 3, level 6, and level 9.

Speed Control Buttons & Speed Control Buttons on Right Handlebar

Press “Increase” or “Decrease” buttons to adjust up or down the speed.

Min. speed: 0.5 mph (0.8 km/h)

Max. speed: 12 mph (19.2 km/h)

EMERGENCY STOP

Always attach safety key clip to bottom of your clothes during workout. If any emergency occurs, treadmill stops automatically when the safety key is pulled out from the panel.

Incline Control Buttons & Incline Control Buttons on Left Handlebar

Press “Increase” or “Decrease” buttons to adjust up or down the incline level.

Min. incline level: level 0

Max. incline level: level 12

Switch Distance Unit

Press “PROG” and “MODE” together for over 5 seconds.

After entering the factory settings, switch from the flashing F01 display by tapping “MODE” to toggle to the increment settings. Then select Imperial or Metric from the settings indicated by the numbers below.

1 = Imperial

0 = Metric

Switch to preferred distance unit system by pressing “SPEED CONTROL BUTTONS,” and then press and hold “MODE” button to confirm the setting and restart the treadmill.



FEATURES

1. When power is on, display lights up for 2 seconds on all windows and enters standby mode.
2. To start “Manual Mode,” insert safety key firmly into correct position and press “Start” button. Console starts countdown for 3 seconds and belt starts to run at lowest speed of 0.8 km/h (0.5 m/h).

To adjust “Speed” or “Incline,” press “Quick Speed”, “Quick Incline”, “Speed Control Buttons”, and “Incline Control Buttons” for appropriate setting. To end the session, press “Stop” or fully remove safety key.

3. To start “Countdown Program,” press “Mode” button to choose countdown mode in sequence: Time Countdown, Distance Countdown, and Calories Countdown.

To adjust the default time/ distance/ calories setting, press “Speed Control Buttons” or “Incline Control Buttons” to adjust up or down the value. After the setting is completed, press “Start” button to begin the exercise. During the session, adjust the speed or incline based on your personal condition.

4. To start pre-set programs, press “Program” buttons to choose any of the 8 programs, and the corresponding program number will be displayed on “Speed & Calories Display Window”. To adjust the default time setting, press “Speed Control Buttons” or “Incline Control Buttons” to set the total time duration.

Each pre-set program has 10 segments and the time duration of each segment is the 1/10 of setting time.

When one segment is completed, console automatically runs the setting speed and incline based on the next segment. User can adjust the speed and incline to fit one’s personal condition. Press “Start” button to begin the training after setting is completed.



CONSOLE OPERATION (cont'd.)

PROGRAMS / SECTIONS		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3
	INCLINE	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2
P02	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2
P03	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4
P04	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7
	INCLINE	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3
P05	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7
P06	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4
	INCLINE	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9
P07	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8
	INCLINE	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4
P08	SPEED	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9
	INCLINE	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2

MEASUREMENTS FOR BMI PROGRAM

Under “Standby Mode,” press “Program” button and choose “FAT” program.

Press “MODE” button to enter basic data, including Gender / Age / Height / Weight. The corresponding codes for these 4 categories are F-1/ F-2 / F-3 / F-4.

To adjust the numbers under each category, press “Speed Control Button” or “Incline Control Button” to adjust up or down the value. Then press “MODE” to complete the setting of each category.

When display shows “F-5” and “---”, place both hands firmly on the pulse sensor pads for 5 seconds and display shows the calculated “FAT” numbers.

Category	Default Value	Input Range	Note
F-1 (Gender)	1	1 – 2	1 = Male 2 = Female
F-2 (Age)	25	10 – 99	
F-3 (Height)	170 cm (68 inch)	100 – 240 cm (40 – 100 inch)	
F-4 (Weight)	70 kg (150 lbs)	20 – 160 kg (40 – 350 lbs)	

BMI Data Chart**	
BMI	Body Weight Category
<19	Low
19 – 26	Normal
26 – 30	High
>30	Very High

***This chart is designed as a general guideline. Please discuss your health goals, including potential optimal weight and BMI, with your doctor.*

**FAT references the Body Weight Category determined by BMI as described in the BMI Data Chart.*



ERROR CODES & TROUBLESHOOTING

CONNECT TO ECHELON FIT® APP

To connect the Echelon Fit® app and begin a live session, search and download “Echelon Fit” from the Apple® App Store or Google® Play. Follow the prompts in the app for Bluetooth connection and registration.

ERROR CODES AND TROUBLESHOOTING

ERROR CODE	PROBLEMS	SOLUTIONS
E00	No signal detection of safety key from lower control board	<ol style="list-style-type: none">1. Check the safety key wire is connected well onto the lower control board.2. Replace a new safety wire key.
E01	Connection fails between “PCB” and “Lower Control Board”	<ol style="list-style-type: none">1. Check every wire is connected well between PCB and lower control board.2. Check if any of the wire is damaged.3. Check if PCB or lower control board is in good condition. If any chip is damaged, change PCB or lower control board.
E02	Overloading Protection	<ol style="list-style-type: none">1. Check if power outlet has low voltage supply. If so, change a power outlet.2. Check if lower control board has bad smell. If so, change a lower control board.3. Check if wires connected to motor are well connected.
E03	No signal from speed sensor	<ol style="list-style-type: none">1. Check if wire of speed sensor is well connected.2. Check if wire or speed sensor is damaged. If so, replace wire and speed sensor.
E04	Incline motor damage	Perform incline calibration <ol style="list-style-type: none">1. Remove Safety Key.2. Press and hold both “Start” and “Stop” buttons for over 3 seconds.3. After the incline calibration is completed, test the treadmill again by powering on and press “Start” button.



ERROR CODE	PROBLEMS	SOLUTIONS
E05	Over-current Protection	<ol style="list-style-type: none"> 1. Check if any part on motor is stuck. U-plug power cable and adjust motor. Plug back in the power cable and re-start to run the treadmill. 2. Check if motor has a burned smell. If so, change a motor. 3. Check if lower control board has burned smell. If so, change a lower control board. 4. Check if power outlet has low voltage supply. If so, change a power outlet.
E06	Self-checking error on controller	<ol style="list-style-type: none"> 1. Check if wires of motor are well connected and in good condition. 2. Check if IGBT on lower control board has a burned smell. If so, change a lower control board. 3. Check if PCB is in good condition.
E07	Parameter lost	Replace a lower control board. Please contact customer service at 833-937-2453.
E08	EEPROM damage (on lower control board)	Replace a lower control board. Please contact customer service at 833-937-2453.
E09	Voltage issue or IPM over-heated	Replace a lower control board. Please contact customer service at 833-937-2453.
EEP	EEPROM damage (on upper control board)	Replace a console (upper control board is assembled together with console).
NO CODE SHOWN	Motor damage or motor circuit damage	<ol style="list-style-type: none"> 1. Check if wires connected to motor are well connected. 2. Check if fuse on lower control board is damaged. If so, change a new lower control board. 3. Check if IGBT on lower control board is working by using the multimeter. If so, change a lower control board. <p>Please contact customer service at 833-937-2453.</p>



CUSTOMER SERVICE



Questions or Concerns

Our members are our priority! If you require assistance or have concerns, please contact our customer service team.

☎ (833) 937-2453

✉ cs@echelonfit.com

Submit a Request:



Warranty Information

Your Echelon STRIDE-s comes with a 1-year parts and labor warranty. Should the need arise, all you need is a proof of purchase and our customer service team will be happy to assist. Additional 1- or 3-year extended warranties are available through customer service.



MODEL: ECH-STRIDE-S
ECHELON FITNESS MULTIMEDIA, LLC
605 CHESTNUT STREET, SUITE 700
CHATTANOOGA, TN 37450
ECHELONFIT.COM



READ
INSTRUCTIONS
BEFORE
OPERATING



MADE IN
CHINA



PATENT
PENDING CONFORMS TO
EN957-1/EN957-6

REV: 03112022

echelonTM STRIDE-S

MANUAL DE INSTRUCCIONES





Lou Lentine
Fundador y Gerente General
Echelon Fitness
Multimedia, LLC


echelon


echelon



Hola,

Soy Lou Lentine, Fundador y Gerente General, y me gustaría darle la bienvenida a la comunidad Echelon. Ha tomado una gran decisión para usted y su familia. La Experiencia Echelon es una innovadora combinación de productos de acondicionamiento físico integrados con nuestra aplicación Echelon Fit de última generación. Este nuevo estilo de vida fitness conecta a su familia, amigos, la comunidad Echelon y los instructores Echelon para ayudarle con sus objetivos de fitness. Con miles de clases en vivo y a pedido, sin importar sus horarios o experiencia, siempre hay una clase nueva y emocionante a la que puede unirse.

Celebramos su decisión de unirse a nuestra familia Echelon en la búsqueda de un estilo de vida más saludable. Estamos comprometidos a continuar diseñando productos de fitness innovadores y de clase mundial para mejorar la calidad de vida mediante experiencias de entrenamiento que permiten un estilo de vida activo más accesible y sostenible.

¡Le agradecemos nuevamente por elegir Echelon y esperamos verlo en la próxima clase en vivo!

Saludos personales,

A handwritten signature in white ink, appearing to read 'Lou Lentine', written in a cursive style.

Lou Lentine
Fundador y Gerente General, Echelon Fitness Multimedia, LLC

DECLARACIÓN DE LA COMISIÓN FEDERAL DE COMUNICACIONES (FCC)

15.21

Se le advierte que cambios o modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable del cumplimiento podrían anular la autoridad del usuario para operar el equipo.

15.105(B)

Este equipo ha sido probado y cumple con los límites de un dispositivo digital de Clase B de acuerdo con la sección 15 de las normas de la FCC. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias dañinas en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede causar interferencias dañinas en las comunicaciones por radio. Sin embargo, no se puede garantizar que no se produzcan interferencias en una instalación en particular. Si este equipo causa interferencia dañina en la recepción de radio o televisión, lo que se puede determinar encendiendo y apagando el equipo, se recomienda al usuario que intente eliminar la interferencia por medio de una o más de las siguientes medidas:

- Reorientar o reubicar la antena de recepción.
- Aumentar la separación entre el equipo y el receptor.
- Conectar el equipo a una toma de corriente en un circuito diferente al que está conectado el receptor.
- Consultar con el distribuidor o con un técnico de radio y televisión con experiencia.

DECLARACIÓN DE LA FCC SOBRE LA EXPOSICIÓN A LA RADIACIÓN DE RADIOFRECUENCIA:

1. Este transmisor no debe colocarse ni operarse en conjunto con ninguna otra antena o transmisor.
2. Este equipo cumple con los límites de exposición a la radiación de RF establecidos para un entorno no controlado. Este equipo debe instalarse y utilizarse con una distancia mínima de 20 cm entre el radiador y el cuerpo.

ESTE DISPOSITIVO CUMPLE CON LA SECCIÓN 15 DE LAS NORMAS DE LA FCC. LA OPERACIÓN ESTÁ SUJETA A LAS SIGUIENTES DOS CONDICIONES:

1. Este dispositivo no debería causar interferencias dañinas y
2. Este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluidas las interferencias que puedan causar una operación no deseada.

INNOVACIÓN, CIENCIA Y DESARROLLO ECONÓMICO CANADÁ (ISED) INNOVATION, SCIENCE ET DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE CANADA (ISED)

THIS CLASS B DIGITAL APPARATUS COMPLIES WITH CANADIAN ICES-003.

ESTE DISPOSITIVO DIGITAL DE CLASE B CUMPLE CON LA NORMA CANADIENSE ICES-003.

AVISO DE CANADÁ

Este dispositivo cumple con los estándares de la especificación de normas de radio (RSS, por su sigla en inglés) exentos de licencia de ISED.

La operación está sujeta a las siguientes dos condiciones:

1. Este dispositivo no debería causar interferencias y
2. Este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluidas las interferencias que puedan causar una operación no deseada del dispositivo.

AVIS CANADIEN

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes:

1. L'appareil ne doit pas produire de brouillage, et
2. L'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

PRECAUCIÓN: EXPOSICIÓN A LA RADIACIÓN DE RADIOFRECUENCIA

1. Para cumplir con los requisitos de cumplimiento de exposición a RF de Canadá, este dispositivo y su antena no deben ubicarse ni operarse en conjunto con ninguna otra antena o transmisor.
2. Para cumplir con los requisitos de cumplimiento de exposición a RF de RSS 102, se debe mantener una distancia de separación de al menos 20 cm entre la antena del dispositivo y las personas.

ATTENTION: EXPOSITION AU RAYONNEMENT RADIOFRÉQUENCE

1. Pour se conformer aux exigences de conformité RF canadienne l'exposition, cet appareil et son antenne ne doivent pas être co-localisés ou fonctionnant en conjonction avec une autre antenne ou transmetteur.
2. Pour se conformer aux exigences de conformité CNR 102 RF exposition, une distance de séparation d'au moins 20 cm doit être maintenue entre l'antenne de cet appareil et toutes les personnes.

CONTENIDO

▲ INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES	36
ETIQUETA DE ADVERTENCIA.	39
DESCRIPCIONES / LISTA DE PIEZAS.	40
ACTIVACIÓN DE MEMBRESÍA ECHELON	41
ENSAMBLAJE.	42
Instrucciones de plegado/almacenamiento.	44
Ajuste del cinturón	45
OPERACIÓN DE LA CONSOLA	46

Pantalla de consola	46
Definición de pantalla	47
Definición del botón de control.....	47
Funciones	49
Programa de Medición para el IMC	51
Conexión a la aplicación Echelon Fit®	52
CÓDIGOS DE ERROR Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS	52
SERVICIO AL CLIENTE	54

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES

El fabricante recomienda colocar la caminadora Echelon® STRIDE-s en un espacio donde tenga las siguientes dimensiones mínimas de espacio libre para montar y desmontar la caminadora de manera segura:

- El área de espacio libre mínimo detrás de la caminadora es de 2,0 m (78,7 pulgadas) × el ancho de la caminadora. Esta área debe estar libre de todas y cada una de las obstrucciones.
- El área de espacio mínimo en cada lado de la caminadora es: 500 mm (19,7 pg).

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES — LEER ANTES DE USAR

- Hágase un examen médico antes de comenzar cualquier programa de ejercicios. Si en algún momento durante el ejercicio se siente débil, mareado o siente dolor, deténgase y consulte a su médico.
- Lea, comprenda y siga cuidadosamente todas las advertencias, instrucciones y procedimientos sobre la caminadora y en el manual del propietario/usuario antes de usar la caminadora.
- Mantenga a los niños alejados de la caminadora.
- Inspeccione la caminadora en busca de componentes incorrectos, desgastados o sueltos y luego corrija, reemplace o apriete antes de usarla.
- Lea, comprenda y pruebe los procedimientos de parada de emergencia antes de su uso.
- No opere caminadoras eléctricas en lugares húmedos o mojados.
- Mantenga la parte superior de la superficie móvil limpia y seca.
- No use ropa suelta o que cuelgue mientras usa la caminadora.
- Asegúrese de que todas las áreas alrededor de la caminadora estén libres de objetos antes de comenzar cualquier entrenamiento.
- Se debe tener cuidado al subir y bajar de la caminadora.

- Antes de montar o desmontar, baje la inclinación de la caminadora hasta el final y asegúrese de que la caminadora se haya detenido por completo.
- Desconecte toda la alimentación antes de dar servicio a la caminadora.

AL LIMPIAR LA CAMINADORA ECHELON® STRIDE-S, UTILICE UN PAÑO SUAVE CON DETERGENTE NEUTRO O AGUA PARA LIMPIAR LA MÁQUINA. NO USE LÍQUIDOS QUÍMICOS CORROSIVOS QUE PUEDAN DAÑAR LA CUBIERTA.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Cuando se utiliza un dispositivo eléctrico, siempre se deben seguir precauciones básicas, que incluyen las siguientes: Lea todas las instrucciones antes de usar la Echelon® STRIDE-s.

PELIGRO — PARA REDUCIR EL RIESGO DE DESCARGA ELÉCTRICA:

1. Siempre desenchufe la máquina del tomacorriente inmediatamente después de usarla y antes de limpiarla.

ADVERTENCIA — PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, FUEGO, DESCARGAS ELÉCTRICAS O LESIONES A LAS PERSONAS:

1. Ninguna máquina debe dejarse desatendida cuando está enchufada. Desenchufe el cable de alimentación del tomacorriente cuando no esté en uso y antes de poner o quitar piezas.
2. No utilice debajo de una manta o almohada. Se puede producir un calentamiento excesivo y provocar incendios, descargas eléctricas o lesiones a las personas.

- Esta máquina no está diseñada para que la utilicen personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimiento, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones sobre el uso de la máquina por parte de una persona responsable de su seguridad.

Mantenga a los niños menores de 13 años alejados de esta máquina.

- Utilice esta máquina solo para el uso previsto como se describe en este manual. No utilice accesorios no recomendados por el fabricante.
- Nunca utilice esta máquina si tiene un cable o enchufe dañado, si no funciona correctamente, si se ha caído o dañado o se ha caído al agua. Lleve la máquina a un centro de servicio para su revisión y reparación.
- No transporte esta máquina por el cable de alimentación ni utilice el cable como agarradera.
- No apile peso sobre el cable y mantenga el cable alejado de superficies calientes.
- Nunca utilice la máquina con los orificios de ventilación bloqueados. Mantenga los orificios de ventilación libres de pelusa, cabello y objetos similares.
- Nunca deje caer ni inserte ningún objeto en ningún orificio.
- No utilice la máquina al aire libre.
- No utilice la máquina donde se utilicen productos en aerosol (espray) o donde se esté administrando oxígeno.
- Cuando este aparato no esté en uso, desenchufe el cable de alimentación y retire la llave de seguridad. Consulte la página 15 de este manual para obtener instrucciones adecuadas de autoplegado y almacenamiento.

- No utilice un tomacorriente ni un disyuntor con interruptor de circuito con conexión a tierra. Una línea dedicada asegurará que la alimentación adecuada esté disponible para un funcionamiento seguro durante la vida útil de su producto Echelon®.
- Este aparato está diseñado para uso exclusivo del consumidor.

ANTES de comenzar cualquier programa de fitness o fuerza, consulte con su médico o funcionario de salud. Esto asegurará que usted participe en programas de fitness o entrenamiento adecuados para su edad y condición física.

Antes de usar la Echelon® STRIDE-s, responda estas preguntas:

- ¿Ha estado enfermo recientemente?
- ¿Ha tenido mareos prolongados recientemente?
- ¿Se ha quedado sin aliento sin ninguna razón recientemente?
- ¿Ha tenido dolor en el pecho recientemente?
- ¿Tiene actualmente alguna lesión que le impida hacer ejercicio?
- ¿Está embarazada?
- ¿Tiene alguna afección o motivo por el que NO deba hacer ejercicio?
- ¿Tiene más de 35 años y no hace actividad física?
- ¿Algún médico le ha recomendado NO hacer ejercicio?

Si responde “sí” a cualquiera de las preguntas anteriores, debe solicitar más información de su médico antes de utilizar la Echelon® STRIDE-S.

NUNCA se esfuerce demasiado ni haga ejercicio hasta el agotamiento. Si se siente débil, mareado, con dificultad para respirar o si tiene dolores en el pecho u otros dolores, ¡DETÉNGASE INMEDIATAMENTE! Consulte a su médico antes de volver a utilizar la Echelon® STRIDE-s.



INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES (continuación)

Lea el manual del usuario por completo y siga todas las instrucciones.

Esto garantiza su seguridad.

- SIEMPRE la Echelon® STRIDE-s en un suelo sólido y nivelado y en un área bien iluminada y ventilada. No coloque la caminadora sobre una alfombra gruesa, ya que puede interferir con la ventilación.
- SIEMPRE revise la caminadora en busca de desgaste o componentes sueltos antes de usarla.
- NUNCA utilice la caminadora si no está ensamblada de forma correcta o completa, o si está dañada de alguna manera.
- NUNCA permita que los niños ni las mascotas jueguen en la caminadora o cerca de la máquina durante el uso. Esto ayuda a protegerlos de lesiones causadas por partes en movimiento.
- SIEMPRE configure la caminadora correctamente para su tipo de cuerpo específico.
- NUNCA use la ECHELON STRIDE-s cuando esté enfermo o fatigado.
- SIEMPRE entre en calor o haga estiramientos antes de comenzar el ejercicio.
- SIEMPRE asegúrese de tener una botella con al menos 350 ml (12 oz) de agua y una toallacerca para absorber el sudor del cuerpo y de los pasamanos.
- NUNCA encienda la caminadora mientras esté parado sobre la correa. Después de encender y ajustar el control de velocidad, puede haber una pausa antes de que la correa comience a moverse. Siempre párese en las barandas laterales de la estructura hasta que la cinta comience a moverse.
- SIEMPRE sostenga los pasamanos cuando camine o corra inicialmente en la caminadora hasta que esté familiarizado con el uso de la máquina.
- No se pare ni se suba a los pasamanos.

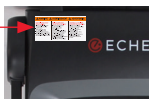
- SIEMPRE use vestimenta y calzado adecuados que cubran completamente los pies. No use ropa suelta o que cuelgue mientras usa la caminadora. El cabello largo debe estar atado o recogido. Asegúrese de que los cordones de los zapatos estén metidos dentro de los zapatos.
- SIEMPRE mantenga las manos alejadas de las partes en movimiento y asegúrese de colocar las manos de manera segura en el manillar durante el uso.
- SIEMPRE tenga cuidado al subirse y bajarse de la ECHELON STRIDE-s.
- Espere SIEMPRE hasta que la inclinación baje por completo y la correa se detenga por completo antes de bajarse.
- NUNCA utilice accesorios que no hayan sido recomendados por el fabricante. El uso de estos accesorios puede causar lesiones o daños a la caminadora y afectará la garantía de la caminadora.
- Asegúrese SIEMPRE de limpiar la Echelon® STRIDE-s después de cada uso para mantenerla higiénica.
- La limpieza y el mantenimiento del usuario no deben ser realizados por niños sin supervisión.
- Los sensores de pulso no son dispositivos médicos. Varios factores, incluido el movimiento del usuario, pueden afectar la precisión de las lecturas del ritmo cardíaco. Los sensores de pulso están diseñados únicamente como ayuda para el ejercicio en la determinación de las tendencias del ritmo cardíaco en general.

Si surge algún problema que afecte el rendimiento de la Echelon® STRIDE-s, comuníquese con el fabricante de inmediato. Asegúrese siempre de comprobar periódicamente las partes que se desgastan.

ESTA INFORMACIÓN DE SEGURIDAD Y EL MANUAL DEL USUARIO NO REEMPLAZAN LA NECESIDAD DE ESTAR ALERTA Y DE USAREL SENTIDO COMÚN AL UTILIZAR EL ECHELON® STRIDE-S.



Etiqueta de advertencia del producto



Etiqueta de clasificación



Etiqueta de advertencia



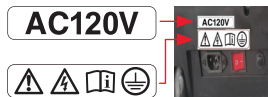
Etiqueta del cable de alimentación



Etiqueta del cable de alimentación



Etiqueta de peligro de volcado



Etiqueta e icono de voltaje



Etiqueta de lubricación



Etiqueta de advertencia de pellizcovolcado



Etiqueta del motor

Revise las etiquetas anteriores para asegurarse de que no falte ninguna en la Echelon® STRIDE-s. Si alguna de las etiquetas anteriores falta o necesita ser reemplazada, comuníquese con Servicio al Cliente a cs@echelonfit.com o al 833-937-2453.

¡IMPORTANTE!

LA CORREA DEL ECHELON® STRIDE-S ES UNA CORREA ENCEDADA, QUE ELIMINA LA NECESIDAD DE AGREGAR CUALQUIER LUBRICACIÓN DURANTE LA VIDA ÚTIL DE LA CAMINADORA.

NO LUBRICAR.

AGREGAR LUBRICANTE PODRÍA DAÑAR LA CORREA.

DESCRIPCIÓN / LISTA DE PIEZAS



DESCRIPCIÓN STRIDE-S

1. Consola (DM1019)
2. Soporte para teléfono inteligente (DM1059)
3. Cubrejuntas plegable (DM1011)
4. Plataforma de botones (DM1014)
5. Manillar (DM1003)
6. Vertical (Izquierda: DM1048, Derecha: DM1049)
7. Cubierta superior del motor (DM1022)
8. Cubierta lateral (DM1021)
9. Palanca de plegado (DM1073)
10. Riel lateral (DM1028)
11. Riel lateral sólido (DM1035)
12. Correa (DM1055)
13. Cubierta de soporte trasero (DM1037)
14. Manija de elevación (DM1047)
15. Tapa extremo (DM1029)

LISTA DE PIEZAS

16. Llave Allen (DM1069)
17. Llave de seguridad (DM1051)
18. (2) Correas de seguridad (DM1063)
19. (2) Anclas (DM1066)
20. (2) Tornillos (DM1066)



ACTIVACIÓN DE MEMBRESÍA ECHELON

Si compró este producto en el sitio web **echelonfit.com**, debería haber recibido un correo electrónico de activación.

Vaya a member.echelonfit.com y siga las instrucciones en pantalla para elegir un plan y configurar su cuenta. Esta información será necesaria para iniciar sesión en su cuenta en la aplicación Echelon Fit®

La información de la cuenta y los planes se administran en member.echelonfit.com y utilizan las mismas credenciales de inicio de sesión. Después de crear la cuenta de inicio de sesión en member.echelonfit.com, tome nota de la información de inicio de sesión. Se utilizará el mismo usuario en la aplicación.

1. ELEGIR REGISTRARSE

2. SELECCIONAR EL LUGAR DE COMPRA

Seleccione la ubicación de compra y siga las instrucciones en pantalla.

3. ELIJA SU PLAN

Mensual / 1 año / 2 años

4. CONFIGURAR SU MÉTODO DE PAGO INGRESAR

5. LA INFORMACIÓN PERSONAL DE LA CUENTA

6. VER SU CUENTA

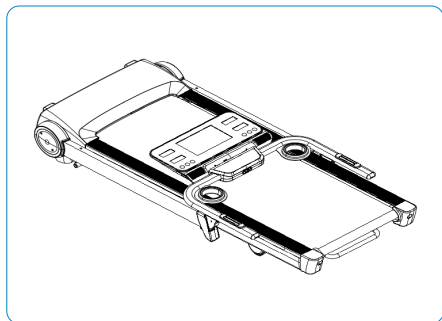
Aquí puede editar su información de facturación, agregar miembros de la familia, gestionar las suscripciones y, si lo hace desde un dispositivo móvil, descargar la aplicación e iniciar sesión.

ACTIVACIÓN DE CUENTA

Si compró este producto en el sitio web echelonfit.com, debería haber recibido un correo electrónico de activación. Haga clic en el enlace del correo electrónico de activación y siga las instrucciones en pantalla. Ingrese su información para verificar su información de pago. **No se le cobrará hasta el mes siguiente.**



ATENCIÓN: COMPLETE LAS SIGUIENTES OPERACIONES DESPUÉS DE ASEGURARSE DE QUE TODOS LOS TORNILLOS ESTÉN APRETADOS Y ASEGURADOS.



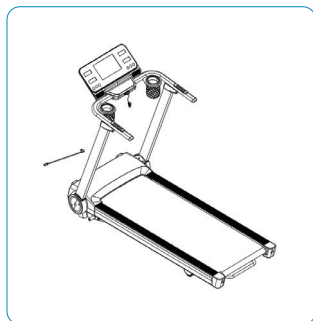
Saque la cinta de correr de la caja de embalaje y colóquela sobre una superficie nivelada.



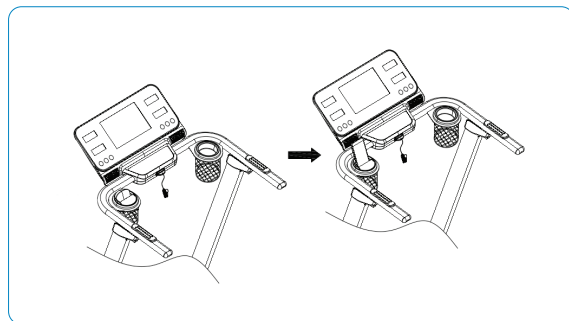
Sostenga el manillar izquierdo y derecho y levántelo hasta que escuche un "clic" para bloquear el montante izquierdo/ derecho en la posición vertical.



Sostenga el manillar izquierdo y derecho y empuje hacia abajo hasta que escuche un "clic" para bloquearlo en su posición. Gire el conjunto de consola al ángulo de lectura deseado.



Enchufe el cable de alimentación e inserte la llave de seguridad.



Para almacenamiento opcional de teléfonos inteligentes, fije el soporte del teléfono inteligente en la parte superior de cualquiera de los soportes para botellas de agua. Para quitarlo, inserte los dedos en el espacio del soporte del teléfono con la parte elevada hacia usted. Tire hacia atrás y hacia arriba simultáneamente para desenganchar las lengüetas de bloqueo. Retire el soporte de teléfono.

Después de la instalación, presione el botón de inicio, ajuste el nivel de velocidad por debajo de 2 mph (3kph). A continuación, compruebe la correa para ver si funciona sin problemas o no. Consulte la sección de Ajuste de correa si la correa no funciona correctamente. Después de revisar minuciosamente la correa, mueva la caminadora a un lugar apropiado con amplio espacio para su uso.



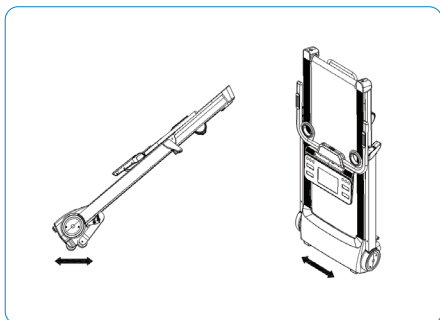
Gire la consola hacia atrás para que quede horizontal con el manillar.



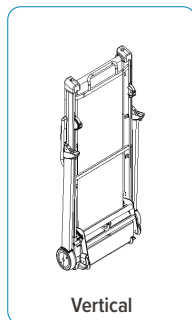
Empuje hacia abajo el manillar y presione simultáneamente el botón de plegado. Una vez desbloqueado, gire el manillar hacia atrás para unir los montantes.



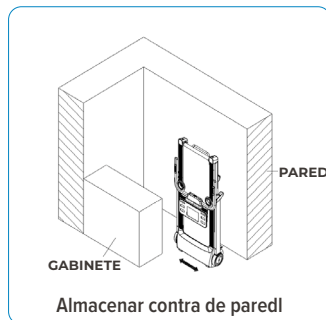
Baje la palanca del pedal para el proceso de autoplegado hasta que los montantes izquierdo/derecho estén en posición horizontal con la plataforma para correr.



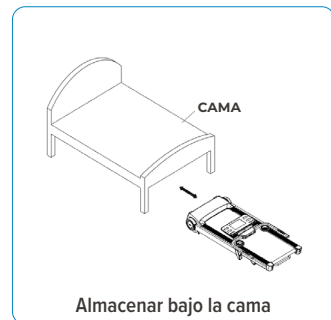
Sostenga la manija de elevación para el transporte o levante un extremo de la caminadora hasta la posición vertical.



Vertical



Almacenar contra de pared

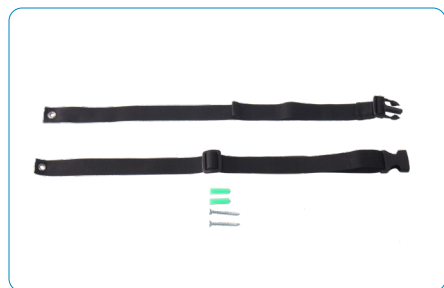


Almacenar bajo la cama

Almacenamiento recomendado: posición vertical usando correas. Coloque la caminadora en posición vertical contra una pared para guardarla o colóquela debajo de una cama para ahorrar espacio. La altura de la caminadora plegada es de 26 cm (10,25 pg). Si el espacio debajo de la cama es inferior a 26 cm (10,25 pg), guarde la caminadora en otro sitio.



INSTRUCCIONES DE PLEGADO/ALMACENAMIENTO (continuación)



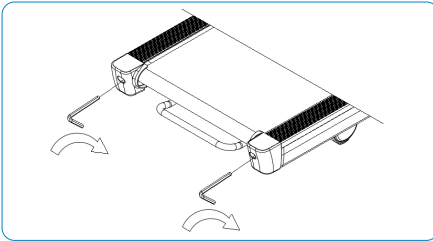
**CORREAS DE SEGURIDAD,
ANCLAJES Y TORNILLOS**



**POSICIÓN DE LA CORREA
DE SEGURIDAD**

CUANDO GUARDE LA CAMINADORA EN POSICIÓN VERTICAL, INSTALE CORREAS DE SEGURIDAD EN LA PARED PARA ASEGURAR Y EVITAR QUE LA CAMINADORA VUELQUE.

Use los anclajes y tornillos proporcionados para instalar las correas de seguridad. Para paredes de concreto, taladre dos orificios guía de 8 mm (0,315 pg) con 40 mm (1,6 pg) de profundidad, separados 81 cm (32 pg) y 120 cm (47,2 pg) por encima del piso. NOTA: Para paredes de madera, ubique dos montantes de pared separados por 81 cm (32 pg) y taladre los orificios guía apropiados. Introduzca los tornillos en los orificios guía sin anclajes.



Coloque la caminadora sobre una superficie nivelada. Haga que la caminadora funcione a aproximadamente 3-4 mph (6-8 kph) y observe la condición de desviación de la correa.

Ajuste De La Correa: Si la correa de la caminadora se está desviando hacia la derecha, desconecte el bloqueo de seguridad y desconecte la alimentación. Gire el perno de ajuste derecho 1/4 de vuelta en sentido horario, luego inserte el interruptor de encendido y el bloqueo de seguridad, haga funcionar la caminadora, observe la condición de desviación de la correa de la caminadora. Repita los pasos anteriores hasta que la correa esté centrada.

Si la correa de la caminadora se desvía hacia la izquierda, desenchufe el bloqueo de seguridad y gire el perno de ajuste izquierdo 1/4 de vuelta en sentido horario, luego inserte el interruptor de encendido y el bloqueo de seguridad, haga funcionar la caminadora y observe la condición de desviación de la correa de la caminadora. Repita los pasos anteriores hasta que la correa esté centrada.

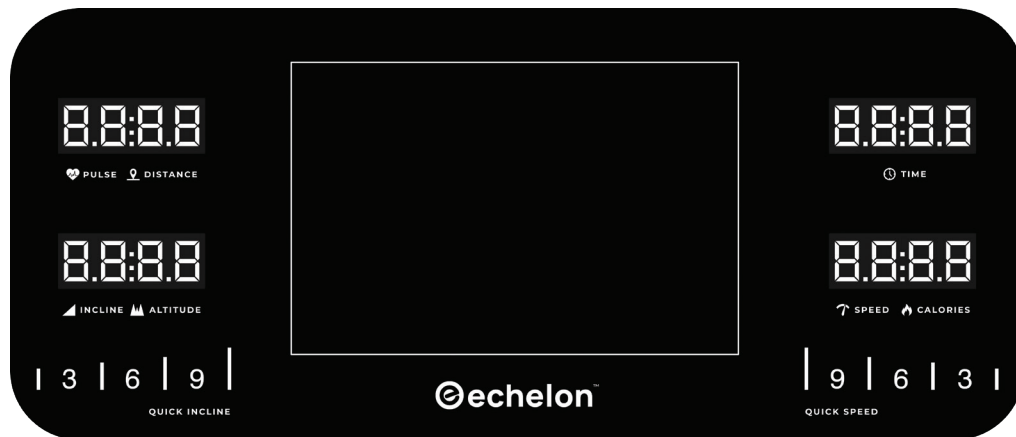
La correa de la caminadora se relajará gradualmente después de los pasos anteriores o después de un período de uso.

Desconecte el bloqueo de seguridad y desconecte la alimentación, utilizando los dos pernos de ajuste, gírelos 1/4 de vuelta en sentido horario.

Inserte el interruptor de encendido y el bloqueo de seguridad para hacer que la caminadora funcione, luego párese sobre la correa para confirmar que esté apretada. Repita los pasos anteriores hasta que el cinturón esté ajustado de forma moderada.



OPERACIÓN DE LA CONSOLA



PANTELLA DE CONSOLA

DEFINICIÓN DE PANTALLA

Pulso y Distancia

Mostrar "Distancia" cuando no se detecta ritmo cardíaco.

Una vez que se detecta la señal del ritmo cardíaco, la pantalla alterna entre "Distancia" y "Pulso".

Inclinación y altitud

La pantalla alterna entre "Inclinación" y "Altitud" cada 5 segundos.

Unidad de inclinación = 0 - 12 niveles.

Unidad de altitud = metro o pies.

Velocidad y calorías

La pantalla alterna entre "Velocidad" y "Calorías" cada 5 segundos.

Hora

Muestra la duración del ejercicio.

DEFINICIÓN DEL BOTÓN DE CONTROL

PROG (Programa)

Seleccione el archivo del programa de entrenamiento:

8 programas preestablecidos: P01 a P08

3 programas de usuario: U01 a U03

1 programa de IMC: FAT* Manual

MODOS

Seleccione el archivo del programa de cuenta regresiva:

Tiempo Cuenta regresiva

Distancia Cuenta regresiva

Calorías Cuenta regresiva

INICIO

Presione el botón "Inicio" para comenzar el ejercicio después de una cuenta regresiva de 3 segundos.

PAUSA / DETENER

Presione el botón "Pausa/Detener" una vez para detener temporalmente el ejercicio. Tanto la velocidad como la inclinación bajan a cero y se detienen.

Cuando esté en "Estado Pausa", presione "Pausa/Detener" nuevamente para finalizar el ejercicio.

Cuando está en "Estado Pausa" durante 10 minutos o más, la consola entra en "Modo de suspensión" y la pantalla desaparece. Todos los datos se guardan en la etapa actual.

Para activar la consola desde el "Modo de suspensión" presione cualquier botón en la consola y la pantalla se iluminará nuevamente.

Presione "Inicio" para comenzar el ejercicio. Ajuste velocidad y inclinación a la configuración adecuada.

**FAT hace referencia a la categoría de peso corporal determinada por el IMC según se describe en el cuadro de datos del IMC.*



OPERACIÓN DE LA CONSOLA (continuación)

VELOCIDAD RÁPIDA

La velocidad rápida tiene 3 botones para 3 mph, 6 mph y 9 mph (configuración imperial).

La velocidad rápida tiene 3 botones para 3 km/h, 6 km/h y 9 km/h (configuración métrica).

INCLINACIÓN RÁPIDA

La inclinación rápida tiene 3 botones para el nivel 3, el nivel 6 y el nivel 9.

Botones de control de velocidad y botones de control de velocidad en el manillar derecho

Presione los botones "Aumentar" o "Disminuir" para aumentar o disminuir la velocidad.

Min. velocidad: 0,5 mph (0,8 km/h)

Max. velocidad: 12 mph (19,2 km/h)

PARADA DE EMERGENCIA

Siempre coloque el clip de llave de seguridad en la parte inferior de su ropa durante el ejercicio. Si ocurre alguna emergencia, la caminadora se detiene automáticamente cuando se extrae la llave de seguridad del panel.

Botones de control de inclinación y botones de control de inclinación en el manillar izquierdo

Presione los botones "Aumentar" o "Disminuir" para aumentar o disminuir el nivel de inclinación.

Nivel de inclinación mín: nivel 0.

Nivel de inclinación máx: nivel 12.

Unidad de distancia del interruptor

Después de ingresar la configuración de fábrica, cambie de la pantalla parpadeante F01 tocando "MODE" para alternar a la configuración de incremento. Seleccione Imperial o Métrico de las configuraciones indicadas por los números a continuación.

1 = Imperial

0 = Métrico

Cambie al sistema de unidad de distancia preferido presionando "BOTONES DE CONTROL DE VELOCIDAD" y luego presione y mantenga presionado el botón "MODO" para confirmar la configuración y reiniciar la caminadora.

FUNCIONES

1. Cuando está encendida, la pantalla se ilumina durante 2 segundos en todas las ventanas y entra en modo de espera.
2. Para iniciar el “Modo manual”, inserte la llave de seguridad firmemente en la posición correcta y presione el botón “Inicio”. La consola inicia la cuenta regresiva durante 3 segundos y la correa comienza a funcionar a la velocidad mínima de 0,8 km/h (0,5 m/h). Para ajustar “Velocidad” o “Inclinación”, presione “Velocidad rápida”, “Inclinación rápida”, “Botones de control de velocidad” y “Botones de control de inclinación” para la configuración adecuada. Para finalizar la sesión, presione “Detener” o retire completamente la llave de seguridad.
3. Para iniciar el “Programa de cuenta regresiva”, presione el botón “Modo” para elegir el modo de cuenta regresiva en secuencia: Cuenta regresiva de tiempo, cuenta regresiva de distancia y cuenta regresiva de calorías. Para ajustar la configuración predeterminada de tiempo / distancia / calorías, presione los “botones de control de velocidad” o los “botones de control de inclinación” para aumentar o disminuir el valor. Una vez completada la configuración, presione el botón “Inicio” para comenzar el ejercicio. Durante la sesión, ajuste la velocidad o la inclinación según su condición personal.

Para iniciar los programas preestablecidos, presione los botones “Programa” para elegir cualquiera de los 8 programas, y el número de programa correspondiente se mostrará en la “Ventana de visualización de velocidad y calorías”. Para ajustar la configuración de tiempo predeterminada, presione “Botones de control de velocidad” o “Botones de control de inclinación” para establecer la duración total del tiempo.

Cada programa preestablecido tiene 10 segmentos y la duración de tiempo de cada segmento es 1/10 del tiempo de configuración.

Cuando se completa un segmento, la consola ejecuta automáticamente la configuración de velocidad e inclinación en función del siguiente segmento. El usuario puede ajustar la velocidad y la inclinación para adaptarse a su condición personal. Presione el botón “Inicio” para comenzar el entrenamiento después de completar la configuración.



OPERACIÓN DE LA CONSOLA (continuación)

PROGRAMAS / SECCIONES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	VELOCIDAD	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3
	INCLINACIÓN	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2
P02	VELOCIDAD	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4
	INCLINACIÓN	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2
P03	VELOCIDAD	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7
	INCLINACIÓN	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4
P04	VELOCIDAD	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7
	INCLINACIÓN	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3
P05	VELOCIDAD	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3
	INCLINACIÓN	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7
P06	VELOCIDAD	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4
	INCLINACIÓN	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9
P07	VELOCIDAD	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8
	INCLINACIÓN	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4
P08	VELOCIDAD	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9
	INCLINACIÓN	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2

MEDICIONES PARA EL PROGRAMA IMC

En "Modo de espera", presione el botón "Programa" y seleccione el programa "FAT**".

Presione el botón "MODO" para ingresar datos básicos, incluyendo género / edad/altura/peso. Los códigos correspondientes a estas 4 categorías son F-1 / F-2 / F-3 / F-4.

Para ajustar los números de cada categoría, presione el "Botón de control de velocidad" o el "Botón de control de inclinación" para aumentar o disminuir el valor. Luego presione "MODO" para completar la configuración de cada categoría.

Cuando la pantalla muestre "F-5" y "---", coloque ambas manos firmemente sobre las almohadillas del sensor de pulso durante 5 segundos y la pantalla mostrará los números "FAT*" calculados.

Categoría	Valor por defecto	Rango de entrada	Nota
F-1 (Género)	1	1 – 2	1 = Hombre 2 = Mujer
F-2 (Edad)	25	10 – 99	
F-3 (Altura)	170 cm (68 pg)	100 – 240 cm (40 – 100 pg)	
F-4 (Peso)	70 kg (150 lbs)	20 – 160 kg (40 – 350 lbs)	

Cuadro de datos de IMC**	
IMC	Categoría de peso corporal
<19	Bajo
19 – 26	Normal
26 – 30	Alto
>30	Muy Alto

**Este cuadro está diseñado como una guía general. Hable con su médico sobre sus objetivos de salud, incluido el peso óptimo potencial y el IMC. *optimal weight and BMI, with your doctor.*

*FAT hace referencia a la categoría de peso corporal determinada por el IMC según se describe en el cuadro de datos del IMC



CÓDIGOS DE ERROR Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

CONEXIÓN A LA APLICACIÓN ECHELON FIT®

Para conectar la aplicación Echelon Fit® y comenzar una sesión en vivo, busque y descargue "Echelon Fit" de Apple App Store o Google Play. Siga las indicaciones de la aplicación para la conexión Bluetooth y el registro.

CÓDIGOS DE ERROR Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

CÓDIGO DE ERROR	PROBLEMAS	SOLUCIONES
E00	No hay detección de señal de la llave de seguridad desde el tablero de control inferior.	<ol style="list-style-type: none">1. Verifique que el cable de la llave de seguridad esté bien conectado en el tablero de control inferior.2. Reemplace con una nueva llave de cable de seguridad.
E01	La conexión falla entre "PCB" y "Placa de control inferior"	<ol style="list-style-type: none">3. Verifique que todos los cables estén bien conectados entre el PCB y la placa de control4. Compruebe si alguno de los cables está dañado.5. Compruebe si la PCB o la placa de control inferior están en buenas condiciones. Si algún chip está dañado, cambie la PCB o la placa de control inferior.
E02	Protección de sobrecarga	<ol style="list-style-type: none">1. Compruebe si la toma de corriente tiene suministro de bajo voltaje. Si es así, cambie una toma de corriente.2. Compruebe si la placa de control inferior tiene mal olor. Si es así, cambie una placa de control inferior.3. Compruebe si los cables conectados al motor están bien conectados.
E03	No hay señal del sensor de velocidad	<ol style="list-style-type: none">1. Compruebe si el cable del sensor de velocidad está bien conectado.2. Compruebe si el cable o el sensor de velocidad están dañados. Si es así, reemplace el cable y el sensor de velocidad
E04	Daños en el motor de inclinación	Realice la calibración de inclinación <ol style="list-style-type: none">1. Retire la llave de seguridad2. Mantenga presionados los botones "Inicio" y "Detener" durante más de 3 segundos.3. Una vez completada la calibración de la inclinación, vuelva a probar la caminadora encendiéndola y presionando el botón "Iniciar".

CÓDIGO DE ERROR	PROBLEMAS	SOLUCIONES
E05	Protección contra sobretensión	<ol style="list-style-type: none"> 1. Compruebe si alguna pieza del motor está atascada. Desenchufe el cable de alimentación y ajuste el motor. Vuelva a enchufar el cable de alimentación y vuelva a empezar a correr la caminadora. 2. Compruebe si el motor tiene olor a quemado. Si es así, cambie el motor. 3. Compruebe si la placa de control inferior tiene olor a quemado. Si es así, cambie una placa de control inferior. 4. Compruebe si la toma de corriente tiene suministro de bajo voltaje. Si es así, cambie una toma de corriente.
E06	Error de autocomprobación en el controlador	<ol style="list-style-type: none"> 1. Compruebe si los cables del motor están bien conectados y en buenas condiciones. 2. Verifique si el IGBT en la placa de control inferior tiene olor a quemado. Si es así, cambie una placa de control inferior. 3. Compruebe si la PCB está en buenas condiciones.
E07	Parámetro perdido	Reemplace una placa de control inferior. Comuníquese con el servicio al cliente al 833-937-2453.
E08	EEPROM dañada (en la placa de control inferior)	Reemplace una placa de control inferior. Comuníquese con el servicio al cliente al 833-937-2453.
E09	Problema de voltaje o IPM sobrecalentado	Reemplace una placa de control inferior. Comuníquese con el servicio al cliente al 833-937-2453.
EEP	EEPROM dañada (en la placa de control superior)	Reemplace una consola (la placa de control superior se ensambla junto con una consola).
NO SE MUESTRA CÓDIGO	Daños en el motor o daños en el circuito del motor	<ol style="list-style-type: none"> 1. Compruebe si los cables conectados al motor están bien conectados. 2. Verifique si el fusible en la placa de control inferior está dañado. Si es así, cambie a una nueva placa de control inferior. 3. Verifique si el IGBT en la placa de control inferior está funcionando usando el multímetro. Si es así, cambie una placa de control inferior. Comuníquese con el servicio al cliente al 833-937-2453.



SERVICIO AL CLIENTE



Preguntas o inquietudes

¡Nuestros miembros son nuestra prioridad!
Si necesita ayuda o tiene inquietudes,
comúníquese con nuestro equipo de
servicio al cliente.

☎ (833) 937-2453

✉ cs@echelonfit.com

Enviar una solicitud:



Información de garantía

Su Echelon STRIDE-s viene con 1 año de garantía en piezas y mano de obra. Si surge la necesidad, todo lo que necesita es un comprobante de compra y nuestro equipo de atención al cliente estará encantado de ayudarlo. Hay disponibles garantías extendidas adicionales de 1 o 3 años a través del servicio al cliente.





MODELO: ECH-STRIDE-S
ECHELON FITNESS MULTIMEDIA, LLC
605 CHESTNUT STREET, SUITE 700
CHATTANOOGA, TN 37450
ECHELONFIT.COM



LEA LAS
INSTRUCCIONES
ANTES DE
OPERAR



HECHO
EN CHINA



PENDIENTE
DE PATENTE

DE ACUERDO A
EN957-1/EN957-6

REV: 03112022

echelonTM STRIDE-s

MANUEL D'UTILISATION





Lou Lentine
Fondateur et DG
Echelon Fitness
Multimedia, LLC


echelon™


echelon™



Bonjour,

Je suis Lou Lentine, Fondateur et DG, et je vous souhaite la bienvenue dans la communauté Echelon. Vous avez pris une grande décision pour vous et votre famille. L'expérience Echelon est une combinaison innovante de produits de remise en forme intégrée à notre application haute technologie Echelon Fit. Ce tout nouveau mode de vie de remise en forme relie votre famille, vos amis, la communauté Echelon et les instructeurs Echelon pour vous aider à atteindre vos objectifs de remise en forme. Avec des milliers de cours en direct et à la demande, quel que soit votre emploi du temps ou votre expérience, il y a toujours un nouveau cours passionnant auquel vous pouvez vous inscrire.

Nous sommes heureux que vous ayez décidé de rejoindre notre famille Echelon pour mener une vie plus saine. Nous nous engageons à continuer à concevoir des produits de remise en forme de pointe et de classe mondiale pour améliorer la qualité de vie grâce à des expériences d'entraînement qui rendent un mode de vie actif plus accessible et plus durable.

Merci encore d'avoir choisi Echelon et je suis impatient de vous voir dans le prochain cours en direct!

Bien cordialement,

A handwritten signature in white ink, appearing to read 'Lou Lentine', written in a cursive, flowing style.

Lou Lentine
Fondateur et DG, Echelon Fitness Multimedia, LLC

DÉCLARATION DE LA COMMISSION FÉDÉRALE DES COMMUNICATIONS (FCC)

15.21

Vous êtes averti que tout changement ou modification non expressément approuvé par la partie responsable de la conformité pourrait annuler le droit de l'utilisateur à utiliser l'équipement.

15.105(B)

Cet équipement a été testé et jugé conforme aux limites applicables aux appareils numériques de classe B, conformément à la partie 15 des règles de la FCC. Ces limites sont conçues pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet appareil génère, utilise et peut émettre de l'énergie de radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, il peut causer des interférences nuisibles aux communications radio. Cependant, il n'y a aucune garantie que des interférences ne se produiront pas dans une installation particulière. Si cet appareil cause des interférences nuisibles à la réception radio ou télévision, ce qui peut être vérifié en allumant et en éteignant l'appareil, l'utilisateur est encouragé à essayer de corriger l'interférence par une ou plusieurs des mesures suivantes:

- Réorientez ou déplacez l'antenne de réception.
- Augmentez la distance de séparation entre l'appareil et le récepteur.
- Branchez l'appareil sur une prise de courant d'un circuit différent de celui auquel le récepteur est connecté.
- Contactez le concessionnaire ou un technicien radio / TV expérimenté pour obtenir de l'aide.

DÉCLARATION DE LA FCC SUR L'EXPOSITION AUX RADIATIONS RF:

1. Cet émetteur ne doit pas être installé au même endroit ou fonctionner en conjonction avec une autre antenne ou un autre émetteur.
2. Cet équipement est conforme aux limites d'exposition aux radiations RF établies pour un environnement non contrôlé. Cet équipement doit être installé et utilisé avec une distance minimale de 20 cm entre le radiateur et votre corps.

CET APPAREIL EST CONFORME À LA PARTIE 15 DES RÈGLES DE LA FCC. SON FONCTIONNEMENT EST SOUMIS AUX DEUX CONDITIONS SUIVANTES:

1. Cet appareil ne doit pas produire de brouillage nocif; et
2. L'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

CET APPAREIL NUMÉRIQUE DE CLASSE B EST CONFORME À LA NORME CANADIENNE ICES-003.

CET APPAREIL NUMÉRIQUE DE CLASSE B EST CONFORME À LA NORME NMB-003.

AVIS CANADIEN

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes:

1. Cet appareil ne doit pas produire de brouillage, et
2. Cet appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

AVIS CANADIEN

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes:

1. L'appareil ne doit pas produire de brouillage, et
2. L'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

ATTENTION: EXPOSITION AU RAYONNEMENT RADIOFRÉQUENCE

1. Pour se conformer aux exigences de conformité RF canadienne l'exposition, cet appareil et son antenne ne doivent pas être placés côte-à-côte ou fonctionnant en conjonction avec une autre antenne ou transmetteur.
2. Pour se conformer aux exigences de conformité CNR 102 RF exposition, une distance de séparation d'au moins 20 cm doit être maintenue entre l'antenne de cet appareil et toutes les personnes.

ATTENTION: EXPOSITION AU RAYONNEMENT RADIOFRÉQUENCE

1. Pour se conformer aux exigences de conformité RF canadienne l'exposition, cet appareil et son antenne ne doivent pas être co-localisés ou fonctionnant en conjonction avec une autre antenne ou transmetteur.
2. Pour se conformer aux exigences de conformité CNR 102 RF exposition, une distance de séparation d'au moins 20 cm doit être maintenue entre l'antenne de cet appareil et toutes les personnes.

SOMMAIRE

▲ CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES	64
ÉTIQUETTE D'AVERTISSEMENT	67
DESCRIPTIONS / LISTE DES PIÈCES	68
ACTIVATION DE L'ABONNEMENT À ECHELON	69
ASSEMBLAGE	70
Consignes de pliage/Stockage	72
Réglage de la ceinture	73
FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE	74

Écran d'affichage de la console.....	74
Définition des informations affichées.....	75
Explications de boutons de réglage.....	75
Fonctions.....	77
Mesures pour le programme IMC.....	79
Se connecter à l'appli Echelon Fit®	80
CODES D'ERREUR ET DÉPANNAGE	80
SERVICE CLIENTÈLE	82

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Le fabricant recommande de placer le tapis de course Echelon® STRIDE-s dans un endroit permettant de disposer d'un espace suffisant pour monter et démonter le tapis en toute sécurité:

- L'espace derrière le tapis de course doit être d'au moins 78,7 po (2 mètres). L'espace doit être parfaitement dégagé.
- L'espace derrière le tapis de course doit être d'au moins: 19,7 po (500 mm).

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES — À LIRE AVANT UTILISATION

Avant de commencer un programme d'exercices, veuillez réaliser des examens médicaux. Si vous ressentez des vertiges ou des douleurs durant l'exercice, arrêtez-vous et consultez un médecin.

- Veuillez lire, comprendre et suivre attentivement tous les avertissements et l'ensemble des consignes et des procédures sur le tapis de course et dans le manuel d'utilisation avant toute utilisation.
- Tenez les enfants à distance du tapis.
- Inspectez le tapis afin de vérifier si des pièces sont usées ou desserrées et réparez, remplacez ou remettez en place les pièces avant de l'utiliser.
- Lisez, comprenez et testez les procédures d'arrêt d'urgence avant utilisation.
- Veuillez ne pas utiliser des tapis de course fonctionnant à l'électricité dans des endroits humides ou mouillés.
- Veillez à ce que la partie supérieure de la surface en mouvement reste propre et sèche.
- Évitez de porter des vêtements amples ou qui pendent lorsque vous utilisez le tapis de course.
- Veillez à ce que la zone entourant le tapis de course soit complètement dégagée avant de commencer tout exercice.
- Soyez particulièrement vigilant au moment de monter ou de démonter le tapis de course.

- Avant de monter ou de démonter le tapis, réduisez son inclinaison et assurez-vous que la bande roulante est complètement arrêtée. assurez-vous que la bande roulante est complètement arrêtée.
- Éteignez le tapis avant de procéder à l'entretien ou à une réparation.

POUR LE NETTOYAGE DE VOTRE TAPIS ROULANT ECHELON® STRIDE, VEUILLEZ UTILISER UN CHIFFON DOUX AVEC DU DÉTERGENT NON ABRASIF OU DE L'EAU. N'UTILISEZ PAS DE LIQUIDES CHIMIQUES CORROSIFS QUI POURRAIENT ENDOMMAGER LE REVÊTEMENT.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Lors de l'utilisation d'un appareil électrique, il est indispensable d'appliquer les précautions de base, notamment: Veuillez lire toutes les instructions avant d'utiliser Echelon® STRIDE-S.

DANGER - POUR RÉDUIRE LE RISQUE D'ÉLECTROCUTION:

1. Débranchez toujours cet appareil immédiatement après l'avoir utilisé et avant de le nettoyer.

AVERTISSEMENT – POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE BRÛLURES, D'INCENDIE, D'ÉLECTROCUTION OU DE BLESSURE AUX PERSONNES:

1. Un appareil électrique ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débranchez-le lorsqu'il n'est pas utilisé et avant de mettre ou de retirer des pièces.
2. Ne pas faire fonctionner l'appareil sous une couverture ou un oreiller. Une surchauffe peut se produire et provoquer un incendie ou un choc électrique ou entraîner des blessures.

3. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites ou qui manquent d'expérience et de connaissances, sauf si elles ont été supervisées ou ont reçu des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité.
Empêchez l'accès à l'appareil aux enfants de moins de 13 ans.
4. N'utilisez cet appareil que pour l'usage pour lequel il a été conçu et qui est décrit dans ce manuel. N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par le fabricant.
5. N'utilisez jamais cet appareil si son câble ou sa fiche est endommagé, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé ou endommagé, ou s'il est tombé dans l'eau. Renvoyez l'appareil à un centre de services à la clientèle pour contrôle et réparation.
6. Ne portez pas cet appareil par son câble d'alimentation ou n'utilisez pas le câble comme poignée.
7. Ne placez aucun objet lourd sur le cordon d'alimentation et éloignez-le des surfaces chauffées.
8. Ne faites jamais fonctionner l'appareil lorsque les ouvertures d'aération sont bloquées. Veillez à ce que les ouvertures d'aération ne soient pas obstruées par des peluches, des cheveux, etc.
9. Ne jetez ni n'introduisez jamais des objets dans les orifices.
10. N'utilisez pas l'appareil à l'extérieur.
11. N'utilisez pas l'appareil dans des endroits où des produits en aérosol (vaporisateurs) sont utilisés ou dans lesquels de l'oxygène est utilisé.
12. Lorsque cet appareil n'est pas utilisé, débranchez le câble d'alimentation et retirez la clé de sécurité. Reportez-vous à la page 15 de ce guide pour lire les consignes de pliage automatique et de stockage.
13. N'utilisez pas de prise ou de disjoncteur différentiel de fuite à la terre. Une ligne dédiée permettra de fournir suffisamment d'électricité au tapis roulant Echelon® pour pouvoir l'utiliser en toute sécurité pendant sa durée de vie.
14. Cet appareil est exclusivement destiné à être utilisé par des particuliers

AVANT de commencer un programme de remise en forme ou de musculation, consultez votre médecin ou un responsable de santé.

Cela vous permettra de vous engager dans un programme de force ou de remise en forme adapté à votre âge et à votre condition physique.

Avant d'utiliser le tapis ECHELON STRIDE-s, veuillez répondre à ces questions:

- Avez-vous été malade récemment?
- Avez-vous eu des étourdissements prolongés récemment?
- Avez-vous été essoufflé sans raison récemment?
- Avez-vous eu des douleurs thoraciques récemment?
- Avez-vous actuellement des blessures qui vous empêchent de faire de l'exercice?
- Êtes-vous enceinte?
- Avez-vous des raisons ou un état physique qui vous empêchent de faire de l'exercice?
- Avez-vous plus de 35 ans et êtes-vous physiquement inactif?
- Un médecin vous a-t-il dit que vous NE devriez PAS faire de l'exercice?

Si vous répondez « oui » à l'une des questions ci-dessus, vous devez demander d'autres conseils à votre médecin avant d'utiliser Echelon® STRIDE-s.

Ne vous surmenez JAMAIS et ne vous entraînez jamais jusqu'à l'épuisement. Si vous vous sentez faible, étourdi(e), essoufflé(e) ou si vous avez des douleurs à la poitrine, ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT!

Consultez votre médecin avant d'utiliser à nouveau Echelon® STRIDE.

Lisez attentivement le manuel d'utilisation et suivez toutes les instructions. Cela garantira votre sécurité.

- NE dépassez JAMAIS la limite de poids pour ce tapis de course. La limite de poids pour ce tapis de course est de 300 livres



CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES (suite)

- (135 kg). N'utilisez pas le tapis Echelon® STRIDE-s si vous pesez plus de 300 livres / 135 kg
 - Utilisez TOUJOURS ECHELON STRIDE-s sur un sol ferme et régulier et dans un endroit parfaitement éclairé et aéré. Ne placez pas le tapis de course sur un tapis épais car cela peut gêner la ventilation.
 - Vérifiez TOUJOURS si des pièces du tapis de course présentent des signes d'usure ou sont desserrées avant utilisation.
 - N'utilisez JAMAIS le tapis de course s'il n'est pas correctement / complètement monté ou s'il est endommagé.
 - NE laissez JAMAIS des enfants ou des animaux domestiques jouer sur le tapis ou autour lorsqu'il est utilisé, pour ne pas qu'ils soient blessés par des pièces en mouvement.
 - Réglez TOUJOURS le tapis à votre morphologie.
 - N'utilisez JAMAIS le tapis roulant ECHELON STRIDE-s lorsque vous êtes malade ou fatigué.
 - Veillez TOUJOURS à vous échauffer avant de commencer l'exercice.
 - Vérifiez TOUJOURS que vous avez une bouteille d'eau d'une contenance de 12 oz. et une serviette à portée de main pour nettoyer la sueur libérée par votre corps et les barres d'appui.
 - NE démarrez JAMAIS le tapis de course lorsque vous vous trouvez sur la bande roulante. Après avoir allumé l'appareil et réglé la vitesse, il se peut qu'il y ait un temps de latence avant que la bande roulante ne se mette en marche. Tenez-vous toujours aux barres d'appui placées de chaque côté du châssis jusqu'à ce que la bande commence à bouger.
 - Tenez TOUJOURS les barres d'appui lorsque vous marchez ou courez sur le tapis de course jusqu'à ce que vous vous soyez familiarisé avec l'utilisation du tapis de course.
 - Évitez de vous appuyer ou de grimper sur les barres d'appui.
 - Portez TOUJOURS des vêtements et des chaussures appropriés qui couvrent entièrement vos pieds. Évitez de porter des vêtements amples ou qui pendent lorsque vous utilisez le tapis de course. Si vous avez des cheveux longs, ils doivent être attachés. Veillez à ce que les lacets soient bien rentrés dans vos chaussures.
 - Tenez TOUJOURS vos mains à distance des parties en mouvement et assurez-vous que vos mains sont placées sur les barres de maintien prévues à cet effet pendant l'utilisation.
 - Soyez TOUJOURS prudent lorsque vous montez et descendez du tapis de course Echelon® STRIDE-S.
 - Attendez TOUJOURS que le tapis soit abaissé au maximum et que la bande roulante soit complètement à l'arrêt avant de descendre.
 - N'utilisez JAMAIS d'accessoires qui n'ont pas été recommandés par le fabricant. L'utilisation de ces accessoires peut comporter un risque de blessure ou d'endommager le tapis de course et entraîner l'annulation de sa garantie.
 - Par mesure d'hygiène, veillez à TOUJOURS nettoyer ECHELON STRIDE-s chaque utilisation.
 - Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.
 - Les capteurs de fréquence cardiaque ne sont pas des dispositifs médicaux. Différents facteurs, tels que les mouvements de l'utilisateur, peuvent altérer la précision des mesures de la fréquence cardiaque. Les capteurs de fréquence cardiaque sont uniquement destinés à vous aider pour vos exercices pour déterminer les tendances concernant la fréquence cardiaque.
- En cas de problèmes altérant les performances du tapis de course ECHELON STRIDE-s, veuillez contacter immédiatement le fabricant. Veillez toujours à ce que les pièces usées soient contrôlées régulièrement.**
- CES PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ ET CE MODE D'EMPLOI NE VOUS DISPENSENT PAS D'ÊTRE VIGILANT(E) ET DE FAIRE PREUVE DE BON SENS LORSQUE VOUS UTILISEZ LE TAPIS ROULANT ECHELON® STRIDE-s!**

ÉTIQUETTE D'AVERTISSEMENT



Étiquette d'avertissement du produit



Étiquette des caractéristiques



Étiquette d'avertissement



Étiquette du câble d'alimentation



Étiquette du câble d'alimentation



Étiquette Risque de basculement



icône + étiquette tension



Étiquette lubrification



Étiquette risque de pincement



Étiquette du moteur

Vérifiez les étiquettes ci-dessus pour vous assurer qu'il n'en manque aucune sur le tapis roulant Echelon® STRIDE-S. Si l'une des étiquettes ci-dessus est manquante ou doit être remplacée, contactez le service clientèle à l'adresse suivante cs@echelonfit.com or 833-937-2453.

IMPORTANT !

LA BANDE DU TAPIS DE COURSE ECHOLON® STRIDE-S EST PRÉLUBRIFIÉE, CE QUI ÉVITE D'AVOIR À AJOUTER DU LUBRIFIANT PENDANT LA DURÉE DE VIE DU TAPIS.

NE PAS LUBRIFIER.

L'AJOUT DE LUBRIFIANT EST SUSCEPTIBLE D'ENDOMMAGER LA BANDE.



DESCRIPTION / LISTE DES PIÈCES



DESCRIPTION DE STRIDE-S

1. Console (DM1019)
2. Support pour téléphone portable (DM1059)
3. Cache charnière (DM1011)
4. Plateforme à boutons (DM1014)
5. Guidon (DM1003)
6. Vertical (La gauche: DM1048, Droite: DM1049)
7. Cache supérieur du moteur (DM1022)
8. Cache latéral (DM1021)
9. Levier de pliage (DM1073)
10. Rampe latérale (DM1028)
11. Rampe latérale solide (DM1035)
12. Bande roulante (DM1055)
13. Cache de support arrière (DM1037)
14. Poignée de surélévation (DM1047)
15. Embout (DM1029)

LISTE DES PIÈCES

16. Clé Allen (DM1069)
17. Clé de sécurité (DM1051)
18. (2) Sangles de sécurité (DM1063)
19. (2) Fixations (DM1066)
20. (2) Vis (DM1066)

ACTIVATION DE L'ABONNEMENT À ECHELON

Si ce produit a été acheté sur le site **echelonfit.com**, vous avez dû recevoir un courriel d'activation.

Rendez-vous sur member.echelonfit.com et suivez les instructions à l'écran pour choisir un plan et configurer votre compte. Vous aurez besoin de ces informations pour vous connecter à votre compte dans l'application Echelon Fit®.

Toutes les informations relatives au compte et les forfaits sont gérés sur member.echelonfit.com et utilisent le même identifiant. Après avoir créé votre compte sur member.echelonfit.com, notez vos données de connexion. Ce seront les mêmes pour l'application.

1. CHOISISSEZ « S'INSCRIRE MAINTENANT »

2. CHOISISSEZ LE LIEU DE L'ACHAT

Sélectionnez le lieu d'achat et suivez les instructions qui s'affichent à l'écran.

3. CHOISISSEZ VOTRE FORFAIT

Mensuel / 1 an / 2 ans

4. CHOISISSEZ VOTRE MÉTHODE DE PAIEMENT SAISISSEZ

5. LES INFORMATIONS RELATIVES AU COMPTE PERSONNEL

6. CONSULTEZ VOTRE COMPTE

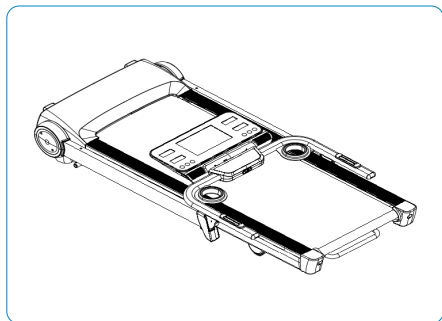
Vous pouvez y modifier vos informations de facturation, ajouter des membres de votre famille, gérer les abonnements et (si vous utilisez votre appareil mobile) télécharger l'application et vous connecter.

ACTIVATION DE COMPTE

Si ce produit a été acheté sur le site echelonfit.com, vous avez dû recevoir un courriel d'activation. Cliquez sur le lien dans le courriel d'activation et suivez les instructions sur l'écran. Entrez vos informations pour vérifier les informations de paiement. **Votre carte ne sera pas chargée avant le mois prochain.**



ATTENTION: RÉALISEZ LES OPÉRATIONS SUIVANTES APRÈS AVOIR VÉRIFIÉ QUE TOUTES LES VIS SONT SERRÉES ET PARFAITEMENT FIXÉES.



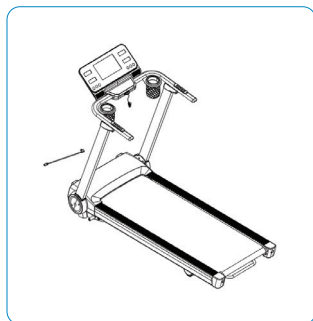
Sortez le tapis de course de la boîte d'emballage et placez-le sur une surface plane.



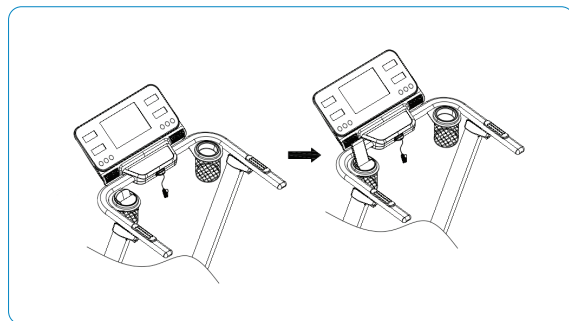
Tenez les barres d'appui gauche et droite et soulevez-les jusqu'à ce que vous entendiez un « clic » pour verrouiller le montant gauche/droit en position verticale.



Tenez les barres d'appui gauche et droite et poussez vers le bas jusqu'à ce que vous entendiez un « clic » pour le fixer. Faites pivoter la console sur l'angle de lecture souhaité.



Branchez le fil d'alimentation et insérez la clé de sécurité.



Pour un stockage optionnel du Smartphone, fixez le support du Smartphone sur le dessus de l'un ou l'autre des porte-gourde. Pour le retirer, insérez les doigts dans l'espace du support du téléphone avec la partie surélevée face à vous. Pivotez vers l'arrière et vers le haut pour retirer les languettes de verrouillage. Retirez le support du téléphone.

Après installation, appuyez sur le bouton de démarrage, réglez le niveau de la vitesse sous 2 mph (3 km/h). Vérifiez ensuite si la bande roulante fonctionne. Veuillez vous référer au chapitre Réglage de la bande

Si elle ne fonctionne pas correctement. Une fois que vous avez inspecté la bande, placez le tapis roulant dans un endroit approprié avec suffisamment d'espace pour pouvoir l'utiliser.



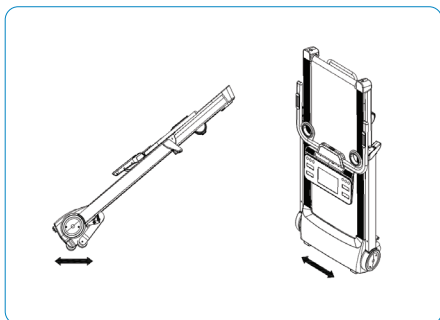
Faites pivoter la console vers l'arrière afin de l'aligner sur la barre d'appui.



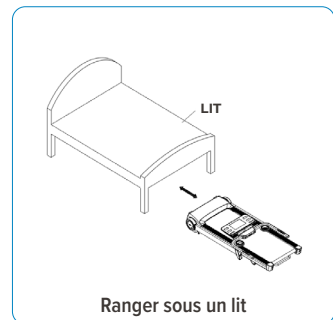
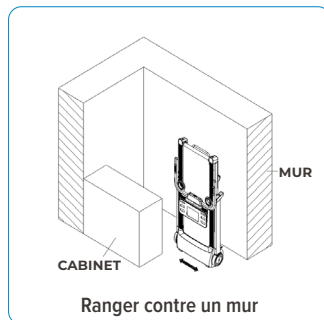
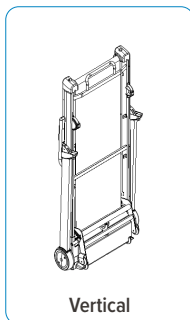
Appuyez sur les barres d'appui et sur le bouton de pliage en même temps. Une fois débloquée, faites pivoter la barre d'appui vers l'arrière pour la fixer sur le montant droit.



Posez votre pied sur le levier de la pédale pour actionner le pliage automatique jusqu'à ce que le montant droit et le montant gauche soient alignés à l'horizontale sur le châssis du tapis de course.



Tenez la poignée de surélévation pour transporter le tapis ou soulevez une extrémité du tapis de course pour le mettre en position verticale.



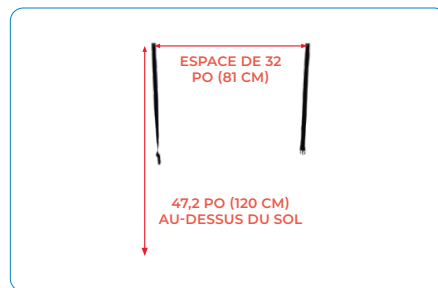
Position de rangement recommandée: en position verticale à l'aide de sangles. Placez le tapis de course à la verticale contre un mur pour le ranger ou placez-le sous un lit afin de gagner de l'espace. La hauteur du tapis de course est de 10,25 po (26 cm). Si vous disposez de moins de 10,25 po (26 cm), de hauteur sous votre lit, veuillez le ranger ailleurs.



CONSIGNES DE PLIAGE/STOCKAGE (suite)



SANGLES DE SÉCURITÉ, FIXATIONS ET VIS

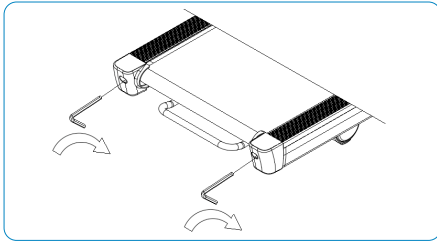


POSITION DES SANGLES

LORSQUE VOUS RANGEZ LE TAPIS DE COURSE À LA VERTICALE, VEUILLEZ INSTALLER LES SANGLES DE SÉCURITÉ SUR LE MUR POUR FIXER LE TAPIS ET ÉVITER QU'IL NE BASCULE.

Les fixations et les vis fournies pour installer les sangles de sécurité. Pour les murs en béton, percez deux trous pilotes de 0,31 po (8 mm) d'une profondeur de 1,6 po (40 mm), à une distance de 32 po (81 cm) et 47,2 po (120 cm) au-dessus du sol.

REMARQUE: pour les murs en bois, placez deux chevilles murales à une distance de 32 po (81 cm) et percez deux trous pilotes. Vissez les vis dans les trous sans les fixations.



Placez votre tapis de course sur une surface plane. Mettez le tapis roulant en route à une vitesse d'environ 3-4 mi/h (6-8 km/h) et vérifiez la position de la bande.

RÉGLAGE DE LA CEINTURE: Si la bande a glissé vers la gauche, retirez le verrou de sécurité et éteignez l'appareil. Tournez le boulon de réglage droit d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, puis insérez l'interrupteur électrique et la clé de sécurité, actionnez le tapis de course et vérifiez la position de la bande. Répétez les étapes ci-dessus jusqu'à ce que la bande roulante soit centrée.

Si la bande a glissé vers la gauche, retirez le verrou de sécurité et éteignez l'appareil. Tournez le boulon de réglage gauche d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, puis insérez l'interrupteur électrique et la clé de sécurité, actionnez le tapis de course et vérifiez la position de la bande. Répétez les étapes ci-dessus jusqu'à ce que la bande roulante soit centrée.

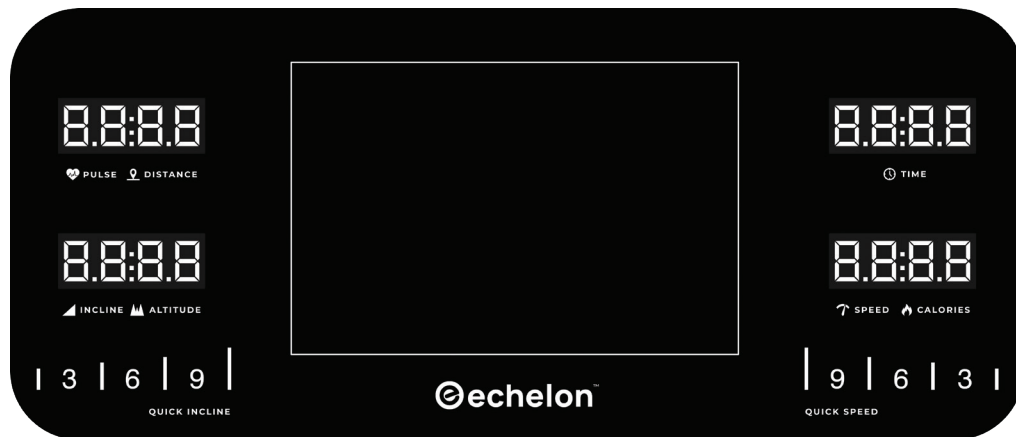
La bande du tapis de course se détendra progressivement une fois les étapes ci-dessus ou après une période d'utilisation.

Retirez la clé de sécurité et coupez le courant ; utilisez les deux boulons de réglage pour tourner d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre.

Insérez l'interrupteur de courant et la clé de sécurité pour mettre en route le tapis de course, puis montez sur la bande pour vérifier la tension. Répétez les étapes ci-dessus jusqu'à ce que la bande soit légèrement tendue.



ÉCRAN D’AFFICHAGE DE LA CONSOLE



CONSOLE D’AFFICHAGE

DÉFINITION DES INFORMATIONS AFFICHÉES

Pouls et distance

La « Distance » est affichée lorsque la fréquence cardiaque n'est pas détectée.

Une fois que le signal de la fréquence cardiaque est détecté, l'écran alterne entre la « Distance » et le « Pouls ».

Inclinaison et hauteur

L'écran alterne entre « Inclinaison » et « Hauteur » toutes les 5 secondes.

Unité d'inclinaison = 0-12 niveaux.
Unité de hauteur = mètre ou pied.

Vitesse et calories

L'écran alterne entre « vitesse » et « calories » toutes les 5 secondes.

Temps

Affiche la durée de l'exercice.

EXPLICATIONS DE BOUTONS DE RÉGLAGE

PROG (programme)

Sélectionnez le fichier du programme d'entraînement:

8 programmes pré-réglés: P01 à P08

3 programmes de l'utilisateur: U01 à U03

1 programme IMC: Manuel FAT*

MODE

Sélectionnez le fichier du programme de compte-à-rebours:

Compte-à-rebours temps

Compte-à-rebours distance

Compte-à-rebours calories

DÉMARRER

Appuyez sur le bouton « Démarrer » pour commencer l'exercice après un compte-à-rebours de 3 secondes.

PAUSE / ARRÊTER

Appuyez une fois sur le bouton « Pause / Arrêter » pour arrêter temporairement l'exercice. La vitesse et l'inclinaison se règlent sur zéro et s'arrêtent.

Lorsque le tapis est en « mode Pause », appuyez sur le bouton « Pause / Arrêter » une deuxième fois pour terminer l'exercice.

Lorsqu'il est en pause pendant plus de 10 minutes, la console passe en « Mode veille » et l'écran s'éteint. Toutes les données sont enregistrées à l'étape actuelle.

Pour rallumer la console, appuyez sur n'importe quel bouton et l'écran se rallumera.

Appuyez sur « Démarrer » pour commencer l'exercice. Réglez la vitesse et l'inclinaison

**FAT fait référence à la catégorie de poids corporel déterminée par l'IMC, comme décrit dans le tableau de données de l'IMC.*



ÉCRAN D’AFFICHAGE DE LA CONSOLE (suite)

VITESSE RAPIDE

Vitesse Rapide comprend 3 boutons pour 3 mph, 6 mph et 9 mph (mesures impériales).

Vitesse Rapide comprend 3 boutons pour 3 km/h, 6 km/h et 9 km/h (mesures impériales).

PENTE RAPIDE

Pente Rapide comprend 3 boutons pour les niveaux 3, 6 et 9.

Boutons de réglage de la vitesse sur la barre d’appui droite

Appuyez sur les boutons « Augmenter » ou « Diminuer » pour régler la vitesse.

Vitesse min.: 0,5 mph (0,8 km/h)

Vitesse max.: 12 mph (19,2 km/h)

ARRÊT D’URGENCE

Fixez toujours la pince de fixation de la clé de sécurité au bas de vos vêtements pendant votre séance d’entraînement. En cas d’urgence, le tapis de course s’arrête automatiquement lorsque la clé de sécurité est enlevée du panneau.

Boutons de réglage de l’inclinaison et boutons de réglage de l’inclinaison sur la barre d’appui gauche

Appuyez sur « Augmenter » ou « Diminuer » pour régler le niveau d’inclinaison.

Niveau d’inclinaison min.: niveau 0

Niveau d’inclinaison max.: niveau 12

Changer l’unité de distance

Appuyez sur « PROG » et « MODE » en même temps pendant plus de 5 secondes.

Après avoir saisi les paramètres d’usine, passez de l’affichage clignotant F01 en appuyant sur « MODE » pour basculer aux réglages d’incrément. Sélectionnez ensuite l’unité de mesure impériale ou métrique dans les paramètres indiqués par les chiffres ci-dessous.

1 = Système impérial

0 = Système métrique

Passez au système d’unité de distance de votre choix en appuyant sur les boutons « CONTRÔLE DE VITESSE », puis maintenez enfoncé le bouton « MODE » pour confirmer le réglage et redémarrer le tapis de course.

FONCTIONS

1. Lorsque le tapis est sous tension, l'écran s'allume pendant 2 secondes sur toutes les fenêtres et passe en mode veille.
2. Pour activer le « Mode manuel », insérez la clé de sécurité dans la rainure puis appuyez sur le bouton « Démarrer ». La console lance le compte-à-rebours de 3 secondes et la bande commence à se mettre en mouvement à la vitesse la plus faible, 0.5 m / h (0,8 km / h). Pour régler la vitesse et l'inclinaison, appuyez sur les boutons « Quick Speed », « Quick Incline », « Speed Control » et « Incline Control » et « Incline Control ». Pour terminer la session, appuyez sur « Stop » ou retirez complètement la clé de sécurité.
3. Pour démarrer le « Programme de compte-à-rebours », appuyez sur le bouton « Mode » pour choisir le mode compte-à-rebours dans la séquence suivante: Compte-à-rebours temps, Compte-à-rebours temps et Compte-à-rebours calories. Pour régler le temps / la distance / les calories par défaut, appuyez sur les boutons « Incline Control » pour régler la valeur. Une fois le réglage terminé, appuyez sur le bouton « Démarrer » pour commencer l'exercice. Pendant la session, réglez la vitesse ou l'inclinaison selon votre condition physique.
4. Pour démarrer des programmes pré-réglés, appuyez sur les boutons « Programmes » pour sélectionner l'un des 8 programmes, et le numéro du programme correspondant s'affichera dans la fenêtre « Speed & Calories Display ». Pour régler le temps par défaut, appuyez sur « Incline Control Buttons » ou « Speed Control Buttons » pour régler la durée totale.

Chaque programme pré-réglé compte 10 segments et la durée de chaque segment représente un dixième du temps réglé.

Lorsqu'un segment est terminé, la console active automatiquement la vitesse et l'inclinaison en fonction du segment suivant. L'utilisateur peut régler la vitesse et l'inclinaison en fonction de sa morphologie et de sa condition physique. Appuyez sur le bouton « Démarrer » pour commencer l'exercice, une fois les réglages terminés.



ÉCRAN D’AFFICHAGE DE LA CONSOLE (suite)

PROGRAMMES / SECTIONS		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	VITESSE	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3
	INCLINAISON	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2
P02	VITESSE	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4
	INCLINAISON	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2
P03	VITESSE	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7
	INCLINAISON	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4
P04	VITESSE	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7
	INCLINAISON	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3
P05	VITESSE	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3
	INCLINAISON	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7
P06	VITESSE	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4
	INCLINAISON	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9
P07	VITESSE	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8
	INCLINAISON	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4
P08	VITESSE	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9
	INCLINAISON	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2

MESURES POUR LE PROGRAMME IMC

Dans le « Mode veille », appuyez sur le bouton « Programme » et choisissez le programme « FAT ».

Appuyez sur le bouton « MODE » pour saisir des données de base, dont le sexe, l'âge, la taille et le poids. Les codes correspondants pour ces 4 catégories sont F-1/F-2/F-3 et F-4.

Pour régler les valeurs dans chaque catégorie, appuyez sur le bouton « Speed Control » ou « Incline Control » pour régler la valeur. Puis appuyez sur « MODE » pour effectuer les réglages dans chaque catégorie.

Lorsque l'écran affiche « F-5 » et « --- », placez vos deux mains sur les électrodes du capteur de pouls pendant 5 secondes et l'écran affiche les valeurs « FAT » calculées.

Catégorie	Valeur par défaut	Plage d'entrée	Remarque
F-1 (Sexe)	1	1 – 2	1 = Homme 2 = Femme
F-2 (Âge)	25	10 – 99	
F-3 (Hauteur)	68 po (170 cm)	100 – 240 cm (40 – 100 po)	
F-4 (Poids)	70 kg (150 lbs)	20 – 160 kg (40 – 350 lbs)	

Graphique de données IMC**	
l'IMC	Catégorie de poids
<19	Bas
19 – 26	Normal
26 – 30	Élevé
>30	Très élevé

**Ce graphique est conçu à titre indicatif. Veuillez discuter de vos objectifs de santé avec votre médecin, y compris de votre poids optimal potentiel et de l'IMC.

*FAT fait référence à la catégorie de poids corporel déterminée par l'IMC, comme décrit dans le tableau de données de l'IMC.



CODES D'ERREUR ET DÉPANNAGE

SE CONNECTER À L'APPLI ECHELON FIT®

Pour se connecter à l'application Echelon et commencer une session en direct, recherchez et téléchargez « Echelon Fit ». depuis Google® Play Store ou Apple® App Store. Suivez les instructions de l'application pour une connexion Bluetooth et vous enregistrer.

CODES D'ERREUR ET DÉPANNAGE

CODE D'ERREUR	PROBLÈMES	SOLUTIONS
E00	Aucun signal de la clé de sécurité de la carte de contrôle inférieure n'est détecté.	<ol style="list-style-type: none">1. Vérifiez si le câble de la clé de sécurité est relié à la carte de contrôle inférieure.2. Remplacez le câble par un neuf.
E01	Échec de la connexion entre le « circuit imprimé » et la « carte de contrôle inférieure »	<ol style="list-style-type: none">3. Vérifiez que tous les fils sont bien branchés entre le circuit imprimé et la carte de contrôle.4. Vérifiez si des fils sont abîmés.5. Vérifiez si le circuit imprimé ou la carte de contrôle inférieure est en bon état. Si une puce est endommagée, remplacez le circuit imprimé ou la carte de contrôle inférieure.
E02	Protection contre les surcharges	<ol style="list-style-type: none">1. Vérifiez si la prise de courant possède une tension faible. Le cas échéant, changez de prise.2. Vérifiez si la carte de contrôle inférieure dégage une mauvaise odeur. Si c'est le cas, changez-la.3. Vérifiez si les fils reliés au moteur sont bien branchés.
E03	Le capteur de vitesse n'émet aucun signal	<ol style="list-style-type: none">1. Vérifiez si le fil du capteur de vitesse est bien branché.2. Vérifiez si le fil du capteur de vitesse est endommagé. Si c'est le cas, remplacez le fil et le capteur de vitesse.
E04	Domage sur le moteur d'inclinaison	Réaliser le calibrage de l'inclinaison <ol style="list-style-type: none">1. Retirer la clé de sécurité.2. Appuyez sur les boutons « Démarrer » et « Stop » pendant plus de 3 secondes.3. Une fois l'inclinaison calibrée, testez de nouveau le tapis de course en l'allumant puis en appuyant sur le bouton « Démarrer ».



CODE D'ERREUR	PROBLÈMES	SOLUTIONS
E05	Protection contre les surintensités	<ol style="list-style-type: none"> Vérifiez si des pièces du moteur sont bloquées. Débranchez le câble d'alimentation et réglez le moteur. Rebranchez le câble d'alimentation et redémarrez l'appareil pour mettre le tapis en route. Vérifiez si le moteur dégage une odeur de brûlé. Si c'est le cas, changez le moteur. Vérifiez si la carte de contrôle inférieure dégage une odeur de brûlé. Si c'est le cas, changez-la. Vérifiez si la prise de courant possède une tension faible. Le cas échéant, changez de prise.
E06	Auto-vérification de l'erreur sur le contrôleur	<ol style="list-style-type: none"> Vérifiez si les fils du moteur sont correctement branchés et en bon état. Vérifiez si le transistor bipolaire à grille isolée sur la carte de contrôle inférieure dégage une odeur de brûlé. Si c'est le cas, changez-le. Vérifiez si le circuit imprimé est en bon état.
E07	Paramètre perdu	Remplacez la carte de contrôle inférieure. Veuillez contacter le service client au numéro suivant: 833-937-2453.
E08	Mémoire EEPROM endommagée (sur la carte de contrôle inférieure)	Remplacez la carte de contrôle inférieure. Veuillez contacter le service client au numéro suivant: 833-937-2453.
E09	Problème de tension ou IPM en surchauffe	Remplacez la carte de contrôle inférieure. Veuillez contacter le service client au numéro suivant: 833-937-2453.
EEP	Mémoire EEPROM endommagée (sur la carte de contrôle supérieure)	Remplacez une console (la carte de contrôle supérieure est montée sur la console).
AUCUN CODE	Moteur endommagé ou circuit de moteur endommagé	<ol style="list-style-type: none"> Vérifiez si les fils reliés au moteur sont bien branchés. Vérifiez si le fusible de la carte de contrôle inférieure est endommagé. Si c'est le cas, remplacez-la par une carte neuve. Vérifiez si le transistor bipolaire à grille isolée sur la carte de contrôle inférieure fonctionne en utilisant le multimètre. Si c'est le cas, changez la carte de contrôle inférieure. Veuillez contacter le service client au numéro suivant : 833-937-2453.



SERVICE CLIENTÈLE



Questions ou doutes

Nos membres sont notre priorité! Si vous avez des questions ou des doutes, veuillez contacter notre service à la clientèle.

☎ (833) 937-2453

✉ cs@echelonfit.com

Envoyer une demande:



Informations de garantie

Votre Echelon STRIDE-s Connect est livré avec une garantie d'un (1) an sur les pièces et la main-d'œuvre. En cas de besoin, il vous suffit de présenter une preuve d'achat et notre équipe du service à la clientèle se fera un plaisir de vous aider.

Des garanties prolongées supplémentaires de 1 ou 3 ans sont disponibles auprès du service à la clientèle.





MODÈLE: ECH-STRIDE-S
ECHELON FITNESS MULTIMEDIA, LLC
605 CHESTNUT STREET, SUITE 700
CHATTANOOGA, TN 37450
ECHELONFIT.COM



LIRE LES
INSTRUCTIONS
AVANT
UTILISATION



FABRIQUÉ
EN CHINE



BREVET EN
INSTANCE

CONFORME À
EN957-1/EN957-6

REV: 03112022