

# NuStep<sup>®</sup> T6

Recumbent Cross Trainer

GEBRUIKERSHANDLEIDING



Transforming Lives<sup>®</sup>



# Inhoud

Inleiding .....	4
Veiligheidsinstructies .....	5–6
Installatie en opstelling .....	7
Gebruik van netspanningsadapter .....	8
Overzicht van de functies van de T6 .....	9
T6 StrideLock® .....	10
Aanpassingen aanbrengen .....	11–13
Juiste rijstand .....	13
Beeldschermen.....	14–16
Pauzefunctie .....	17
Systeeminstellingen .....	18–19
Gebruikersinstellingen.....	20
Gebruikersprofielgegevens exporteren.....	21
Trainingssamenvatting exporteren.....	22
Preventief onderhoud .....	23
Informatie over serienummer.....	24
Regelgevingsinformatie over de T6.....	24
Klantenservice en onderdelen aanvragen .....	25
Garantie-informatie voor de T6 .....	25
Technische gegevens .....	26
Veiligheidsinformatie.....	27–28
EMC-tabellen.....	29–31
Naleving van Amerikaanse FCC-regels en IEC/EN 55011.....	32

# Inleiding

---




Bedankt voor de aankoop van de NuStep T6 Recumbent Cross Trainer.


Als de maker van de Recumbent Cross Trainer is NuStep de leider wat betreft de ontwikkeling van allesomvattende, effectieve en gebruiksvriendelijke, zittende trainingssystemen voor het hele lichaam. Onze producten worden wereldwijd gebruikt in zorginstellingen, wellnesscentra en woongemeenschappen voor senioren.

De T6 is een mijlpaal in het voortdurende streven van NuStep naar vooruitgang, klanttevredenheid en de beste kwaliteit in zijn klasse. Als klantgericht bedrijf heeft NuStep zich tot zijn klanten gewend, waaronder professionals in de gezondheidszorg en fitness-experts, om inzicht te krijgen in de functies die in het product moesten worden opgenomen. De T6 is het eindresultaat van deze waardevolle feedback.

Hartelijk dank voor uw aanschaf en welkom bij het steeds groter wordende netwerk van NuStep-gebruikers.

## Veiligheidsinstructies

	 <b>LET OP</b>	 <b>WAARSCHUWING</b>
<p>Dit is het veiligheidssymbool. Het wordt gebruikt om te wijzen op instructies die betrekking hebben op persoonlijke veiligheid. Lees en volg alle veiligheidsrelevante informatie die na dit symbool wordt gegeven om mogelijk (dodelijk) letsel door misbruik te voorkomen.</p>	<p>LET OP duidt op een mogelijk gevaarlijke situatie die, als deze niet wordt voorkomen, kan leiden tot licht of matig letsel. Deze aanwijzing kan ook worden gebruikt om te waarschuwen tegen onveilige praktijken.</p>	<p>WAARSCHUWING duidt op een mogelijk gevaarlijke situatie die, als deze niet wordt voorkomen, zou kunnen leiden tot ernstig of dodelijk letsel.</p>

 <b>WAARSCHUWING</b>
<p>Verander dit toestel niet zonder toestemming van de fabrikant.</p> <p>Gebruik dit apparaat alleen voor het beoogde doeleinde, zoals in deze handleiding wordt beschreven.</p> <p>Gebruik geen hulpstukken die niet door de fabrikant worden aanbevolen.</p> <p>Gebruik dit apparaat nooit als het snoer of de stekker beschadigd is.</p> <p>Houd het snoer uit de buurt van verwarmde oppervlakken.</p> <p>Houd het product uit de buurt van hitte, vonken, open vuur en hete oppervlakken.</p> <p>Laat nooit een voorwerp in een opening vallen en steek geen voorwerpen in openingen.</p> <p>Niet buitenshuis gebruiken.</p> <p>Lichamelijk letsel kan ontstaan door onjuiste of overmatige training.</p> <p>Hartslagbewakingssystemen kunnen onnauwkeurig zijn.</p> <p>Te sterke lichamelijke inspanning kan leiden tot ernstig of dodelijk letsel. Stop direct met trainen als u zich zwak voelt.</p> <p>Gebruik van deze apparatuur naast of gestapeld op andere apparatuur moet worden vermeden, omdat dit kan leiden tot een onjuiste werking.</p> <p>Draagbare RF-communicatieapparatuur (waaronder randapparatuur, zoals antennekabels en externe antennes) mag niet dichterbij 30 cm bij enig deel van dit product, waaronder de kabels, worden gebruikt. Anders kunnen de prestaties van deze apparatuur verslechteren.</p>

# Veiligheidsinstructies

 <b>LET OP</b>
<p>Raadpleeg uw arts voordat u met een trainingsprogramma begint.</p>
<p>Toezicht is vereist als u gehandicapt bent of een medische aandoening hebt.</p>
<p>Stop met trainen als u zich zwak of duizelig voelt en raadpleeg een arts of win medisch advies in.</p>
<p>Gebruik dit product alleen zoals voorgeschreven door uw arts als u een hartaandoening, hoge bloeddruk, diabetes, ademhalings- of een ander medisch probleem hebt of als u zwanger bent.</p>
<p>Personen met verminderde fysieke, zintuiglijke of cognitieve vermogens - of met een gebrek aan ervaring met en kennis van dit product - mogen dit product gebruiken, op voorwaarde dat zij onder toezicht staan van iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid.</p>
<p>Lees deze handleiding voordat u dit product gebruikt en bewaar het voor toekomstig gebruik.</p>
<p>Draag altijd schoenen en passende kleding als u traint.</p>
<p>Raak het product niet aan en houd het niet vast als uw huid beschadigd is.</p>
<p>Gebruik dit product niet als het beschadigd lijkt of niet kan worden bediend. Controleer het product regelmatig op schade en slijtage. Zorg ervoor dat defecte onderdelen onmiddellijk door gekwalificeerde onderhoudstechnici worden vervangen.</p>
<p>Onderhoud of repareer het product niet tijdens gebruik. Onderhoudswerkzaamheden moeten worden uitgevoerd door gekwalificeerd onderhoudspersoneel.</p>
<p>Zorg dat de stand van de stoel en bovenarmen goed op uw lichaam is ingesteld.</p>

 <b>LET OP</b>
<p>Strek uw arm niet te ver uit tijdens het gebruik van dit product.</p>
<p>Geef kinderen geen toestemming om dit product te gebruiken.</p>
<p>Gebruik dit product niet in de aanwezigheid van kinderen en/of huisdieren.</p>
<p>Houd kinderen onder de 13 jaar uit de buurt van dit apparaat.</p>
<p>De weergegeven hartfrequentie, het aantal watt, de METS en de calorieën zijn niet geschikt voor gebruik in toepassingen waarbij de gezondheid en veiligheid van de patiënt afhankelijk zijn van de juistheid van die parameters.</p>
<p>Het maximale gebruikersgewicht: Model T6<sub>PRO</sub> = 227 kg Model T6<sub>MAX</sub> = 272 kg</p>
<p>Til dit product niet zelf op. De T6 is zeer zwaar: 135 kg</p>
<p>Vraag altijd iemand anders om u te helpen bij het verplaatsen van dit product om lichamelijk letsel en beschadiging van het product te voorkomen. Gebruik de juiste tiltechnieken.</p>
<p>Om letsel te voorkomen, mag u uw handen niet in de ruimtes in of tussen de beschermkappen steken.</p>
<p>Plaats dit product op een vlakke, stabiele ondergrond om een veilig gebruik te garanderen. Pas, indien nodig, de stelpoten aan.</p>
<p>Dit product is uitsluitend bedoeld om via de bijgeleverde wisselstroomadapter op het lichtnet aan te sluiten.</p>
<p><b>BEWAAR DEZE INSTRUCTIES.</b></p>

# Installatie en opstelling

## Uitpakken en installeren

De procedures voor het uitpakken en installeren van zendingen met een T6 zijn gedocumenteerd in de toepasselijke T6-documenten met installatievoorschriften. De documenten met installatievoorschriften worden bij de producten geleverd. Extra exemplaren van deze documenten zijn op verzoek verkrijgbaar bij de klantenservice.

## Opstelling van apparatuur

Plaats uw NuStep op een vlakke, stabiele ondergrond om een veilig en effectief gebruik te garanderen. Pas, indien nodig, de stelpoten aan de achterzijde aan.

De minimale vrije speling rondom het toestel is 61 cm (24 inch) aan de zijkanten en 30 cm (12 inch) aan de voor- en achterkant. Extra speling is noodzakelijk als de gebruiker vanuit een rolstoel op het toestel wil gaan zitten.

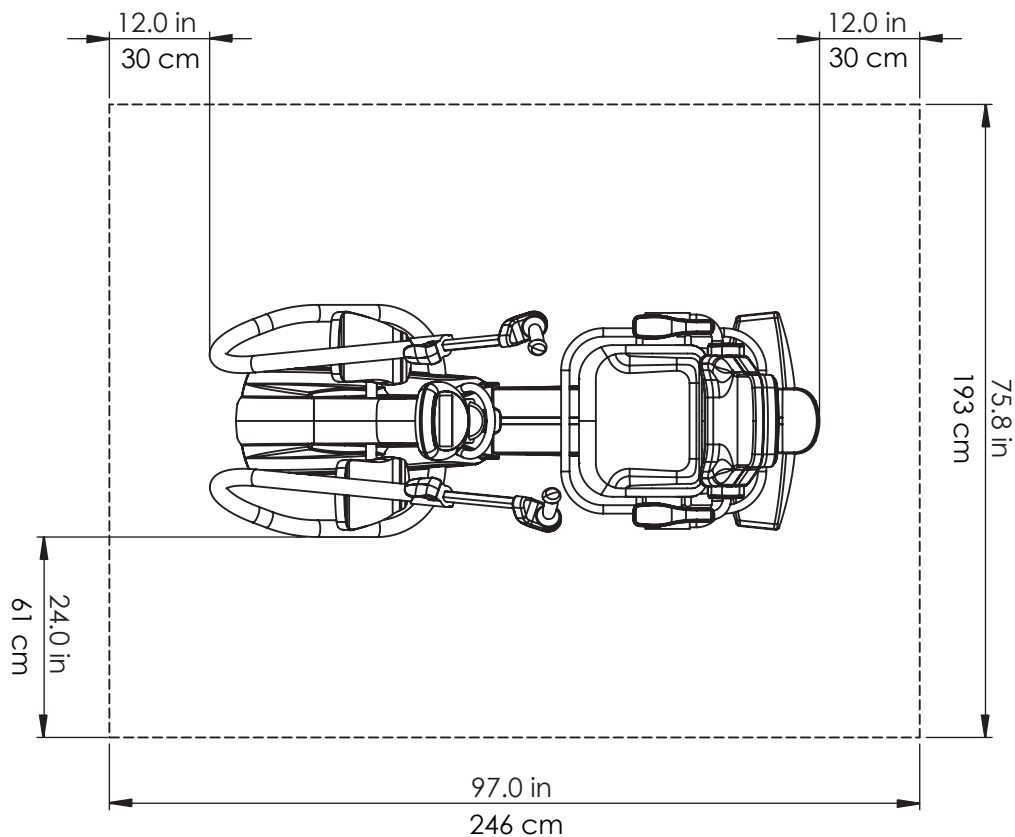
Voor extra stabiliteit en bescherming van de vloer dient u de Recumbent Cross Trainer op een vloermat voor trainingsapparatuur te plaatsen, zoals de vloermat die wordt verkocht door NuStep, LLC.

**! LET OP**

De T6 is zeer zwaar: 135 kg

Vraag altijd iemand anders om u te helpen bij het verplaatsen van dit product om lichamelijk letsel en beschadiging van het product te vermijden.

Gebruik de juiste tiltechniek.



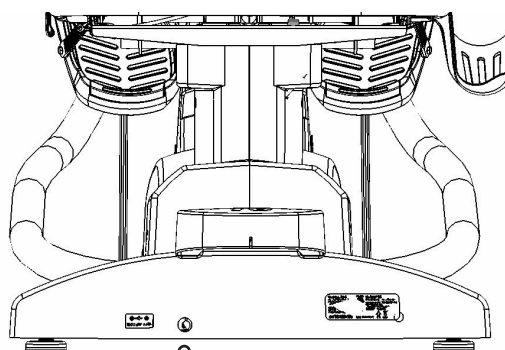
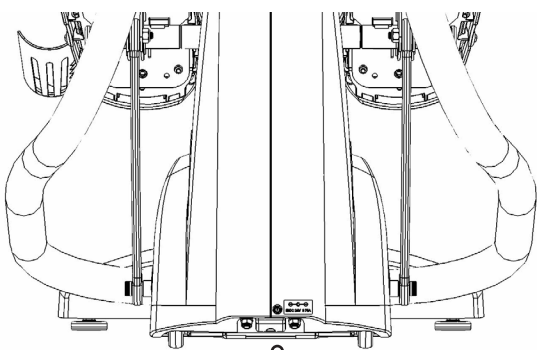
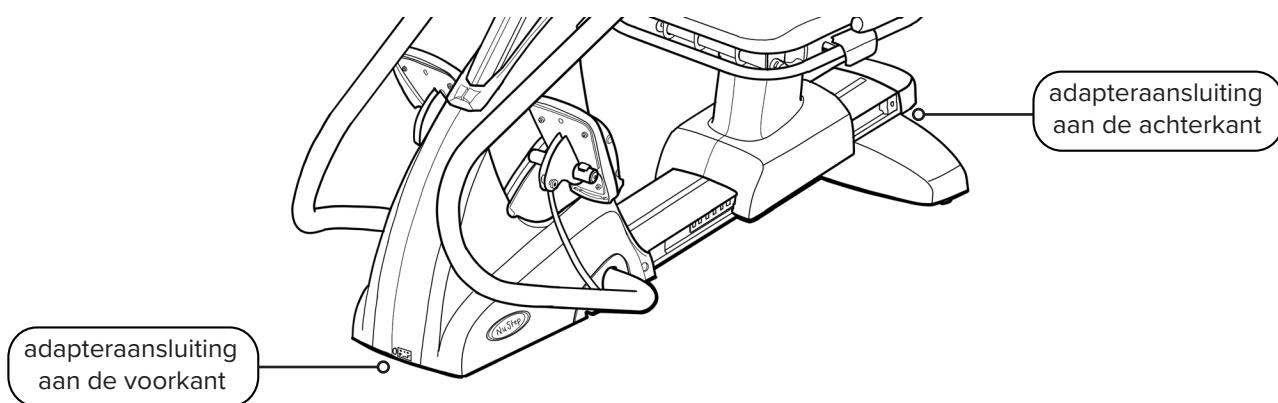
## Gebruik van de wisselstroomadapter

De T6 wordt gevoed door een wisselstroomadapter die bij de apparatuur wordt geleverd. De wisselstroomadapter kan zowel in de voorste als de achterste aansluiting worden gestoken.\* Steek de adapter in een geschikt stopcontact.

Leid het netsnoer van de wisselstroomadapter zodanig naar het stopcontact dat struikelgevaar en schade aan de adapter worden voorkomen. Vermijd druk of spanning op adapterkabels, aansluitingen of stekkers.

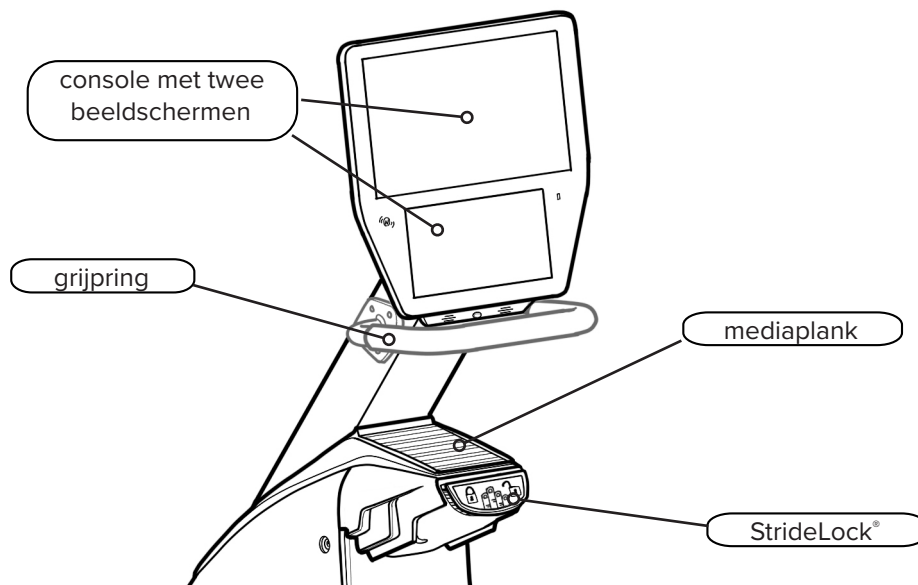
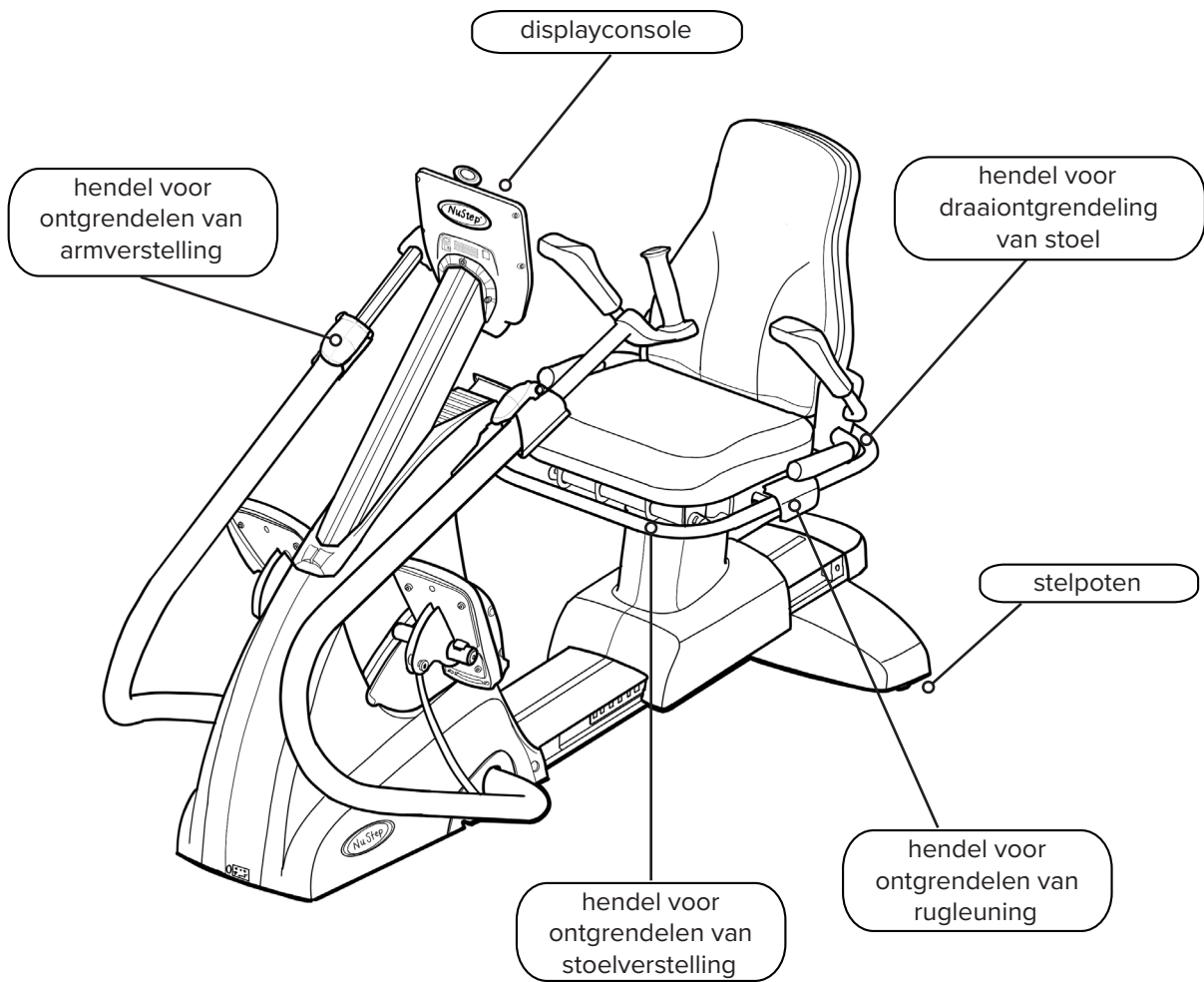
Voor de specificaties van de adapter, verwijzen wij u naar het hoofdstuk met technische gegevens in deze handleiding.

*\*Sluit de T6 niet tegelijkertijd op twee wisselstroomadapters aan.*





## Overzicht van de functies van de T6



## T6 StrideLock®

---

De StrideLock-functie biedt gebruikers de mogelijkheid de armgrepen en voetpedalen van de T6 te vergrendelen. Als StrideLock is ingeschakeld, bewegen de grepen en pedalen niet. Zo wordt het product gestabiliseerd en is het gemakkelijker voor de gebruiker om:

- Op de T6 te stappen en ervan af te stappen
- De stand van de stoel en grepen te verstellen
- Voetbanden vast te maken of adaptieve accessoires te bevestigen

### Zo schakelt u StrideLock in:

1. Gebruik de armgrepen om de armen en pedalen in de gewenste stand te duwen of te trekken.
2. Duw de gele StrideLock-hendel omlaag en laat deze los. De hendel is **OMHOOG** wanneer deze is **vergrendeld**.
3. Controleer of StrideLock is ingeschakeld door aan de armgrepen te trekken of te duwen - deze mogen niet bewegen.

### Zo schakelt u StrideLock uit:

1. Duw de StrideLock-hendel weer omlaag. De hendel staat **OMLAAG** wanneer deze is **ontgrendeld**.



StrideLock-hendel



Hendel staat omhoog wanneer grepen en pedalen zijn vergrendeld.



Hendel staat omlaag wanneer grepen en pedalen zijn ontgrendeld.

# Aanpassingen aanbrengen

---

## Zitafstand aanpassen

1. Til de voorste gele hendel op om te ontgrendelen.
2. Gebruik de voeten om de stoel naar voren of achteren te schuiven om de afstand aan te passen.
3. Controleer of de knie lichte is gebogen wanneer het been bijna volledig is gestrekt.
4. Laat de hendel los om de stoel vast te zetten.



Til de voorste hendel op om de zitafstand aan te passen.



De knie is licht gebogen wanneer het been bijna volledig is gestrekt.

## Stand van de rugleuning aanpassen

1. Plaats de voeten op de pedalen.
2. Til de zwarte hendel aan de linkerkant op om te ontgrendelen.
3. Duw op de rugleuning van de stoel om de rugleuning te verstellen (de rugleuning kan tot een hoek van 12° worden aangepast).
4. Laat de hendel los om de stoel vast te zetten.



Til de zwarte hendel aan de linkerkant op.



Duw op de rugleuning om de rughoek aan te passen.

# Aanpassingen aanbrengen

---

## Lengte van greep aanpassen

1. Trek de gele ontgrendelingshendel van de armgrepen omhoog om de armgrepen te ontgrendelen.
2. Schuif de hendel in of uit om de lengte aan te passen.
3. Pas de grepen aan tot de elleboog licht gebogen is wanneer de arm bijna volledig gestrekt is (voor veel mensen is dit hetzelfde getal als hun zitstand).
4. Druk de ontgrendelingshendel omlaag om te vergrendelen.



Trek de hendel omhoog om te ontgrendelen.



Duw de hendel omlaag om te vergrendelen.

## Rotatie van arm aanpassen

1. Trek de gele ontgrendelingshendel van de armverstelling omhoog om te ontgrendelen.
2. Draai de handgreep naar rechts of links.
3. Druk nadat deze is ingesteld de ontgrendelingshendel omlaag om te vergrendelen.



# Aanpassingen aanbrengen

---

## Draaistoel bedienen

1. Til de achterste ontgrendelingshendel omhoog om de stoel te ontgrendelen.
2. Draai de stoel in een van beide richtingen (stoel is 360° draaibaar en vergrendelt om de 45°).
3. Laat de hendel los om de stoel in de juiste stand te vergrendelen.

*Opmerking: De stoel kan worden gedraaid met of zonder een gebruiker op de machine. Om veiligheidsredenen kan de stoelafstand alleen worden aangepast als de stoel naar voren is gericht.*



Trek de achterste hendel omhoog om de stoel te ontgrendelen.




Stoel is 360° draaibaar in beide richtingen en vergrendelt om de 45°.

---

## Juiste rijstand

Na het aanpassen van de armgrepen en de zitstand op de T6, moet er *een lichte* buiging in uw knieën en ellebogen zijn wanneer u op de T6 traint.

	<b>LET OP</b>
Lichamelijk letsel kan ontstaan door onjuist of overmatig gebruik.	
Zorg ervoor dat de stoel en de armen in de juiste biomechanische stand zijn geplaatst.	
Overstrek uw benen of armen niet.	

Uw elleboog is licht gebogen wanneer uw arm bijna volledig is gestrekt.



De knie is licht gebogen wanneer het been bijna volledig is gestrekt.

# Beeldschermen

De T6 heeft een scherm genaamd Thuis en een scherm genaamd Metrisch met touchscreennavigatie:

Het scherm Thuis: *Hier vindt u de volgende pictogrammen: Snelstart, Pace Partner, NuStep-grafieken en Hardlopen op paden.* Tik op het pictogram om te starten.

Het scherm Metrisch: Toont trainingsgegevens waaronder *Verstreken tijd, Niveau (weerstand), Hartslag, Calorieën, SPM (stappen per minuut), METs (metaboolequivalenten), Totaal aantal stappen, Mijl en Watt.*



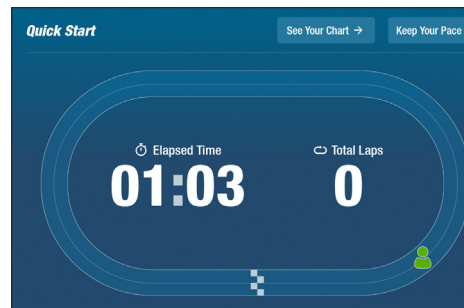
## App-schermen

### Quick Start (Snelstart)

Hiermee kunnen gebruikers opstappen en trainen zonder tempodoelen in te stellen of metrische waarden te selecteren. Houdt de verstreken tijd en het totaal aantal ronden bij.

Gebruikers kunnen naar andere apps overschakelen vanuit het scherm *Snelstart*. Zo wisselt u:

1. Tik op **See Your Chart →** om *Prestatiegrafieken* te openen.
2. Tik op **Keep Your Pace →** om *Pace Partner* te openen.

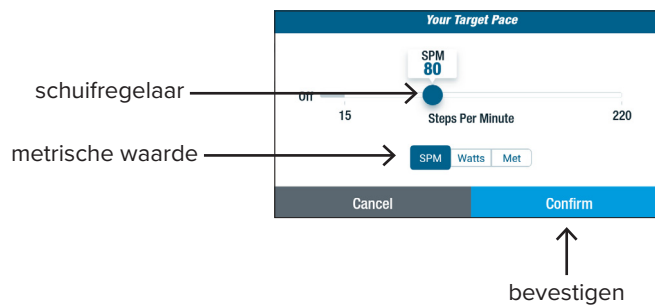
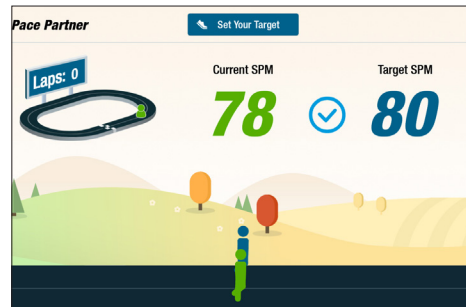


# Beeldschermen

## Pace Partner (Trainingspartner)

Gebruikers stellen een doeltempo in en selecteren een trainingsmetriek (*SPM*, *Watt* of *MET's*) met als doel gelijke tred te houden met het doeltempo. Instellen gaat als volgt:

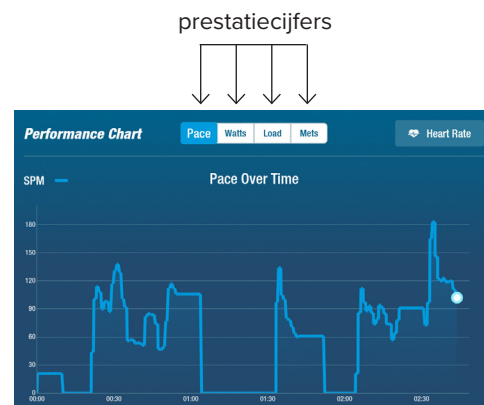
1. Tik op **Set Your Target** om het scherm *Uw doeltempo te openen*.
2. Tik op de gewenste metrische waarde.
3. Gebruik de schuifregelaar om het tempo te kiezen.
4. Tik op *Bevestigen* om in te stellen.



## NuStep-grafieken

Toont de prestatiegegevens van de training: *Tempo* - *SPM*, *Watt*, *Belasting* of *METs* afgezet tegen de tijd.

Als u tussen de grafieken wilt wisselen, tikt u op het tabblad met de gewenste metrische waarden. Het actieve metrische tabblad is blauw gemarkeerd.



# Beeldschermen

## Hardlopen op paden

Speelt video's af van mooie hardlooproutes om gebruikers te stimuleren bij het trainen.

Zo begint u:

1. Tik om de gewenste video te selecteren.
2. Begin met stappen om de video te starten.



Ga als volgt te werk als u wilt terugkeren naar het menu *Hardlopen op paden*:

1. Tik op scherm. De titelbalk rolt naar beneden.
2. Druk op de knop *Terug*.

Alle video, audio en andere inhoud die in Hardlopen op paden en andere NuStep-apps is opgenomen, is beschermd volgens Amerikaanse en internationale auteurswetten. Er wordt geen recht verleend om de video, audio of andere inhoud te gebruiken op een andere wijze dan als presentatie in NuStep-producten.

## Het scherm Metrisch

Tik om de training te resetten of om wijzigingen in de standaardinstellingen toe te passen.

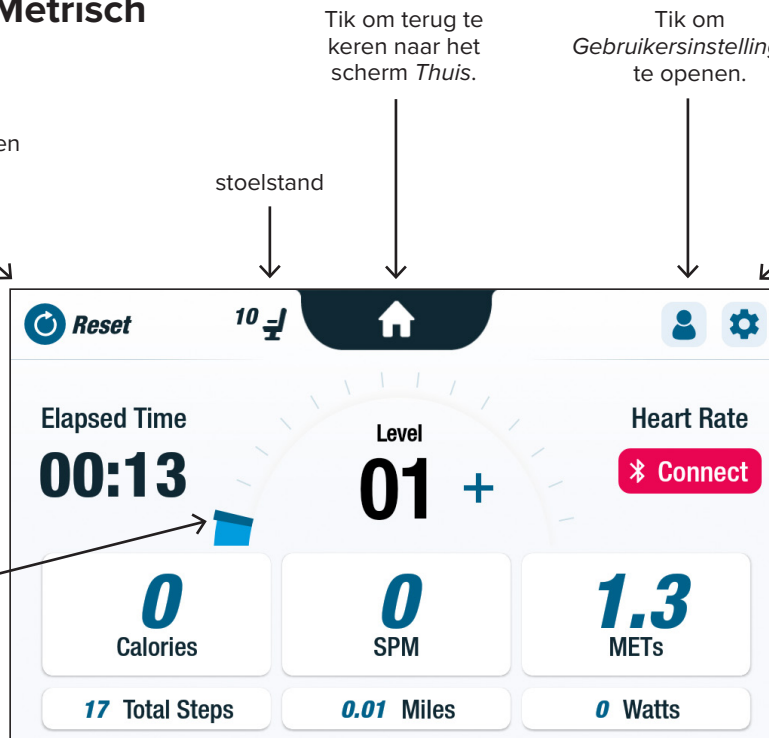
stoelstand

Tik om terug te keren naar het scherm *Thuis*.

Tik om *Gebruikersinstellingen* te openen.

Tik om *Systeeminstellingen* te openen.

Belastingniveaus: tik op (-) of (+) om aan te passen.

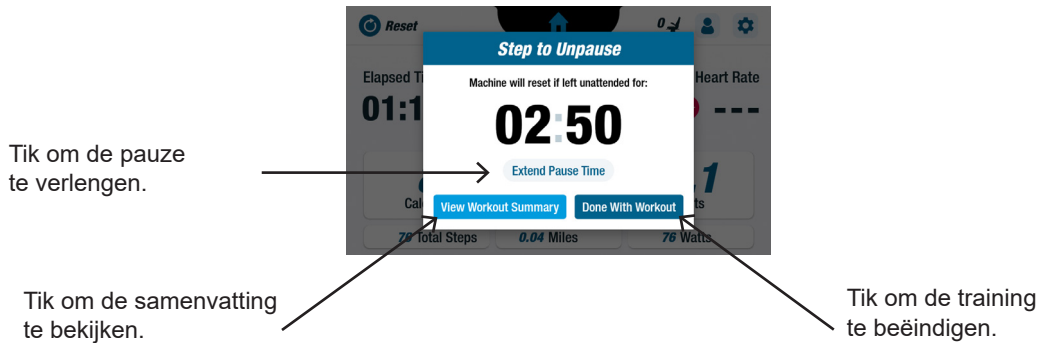


trainingswaarden

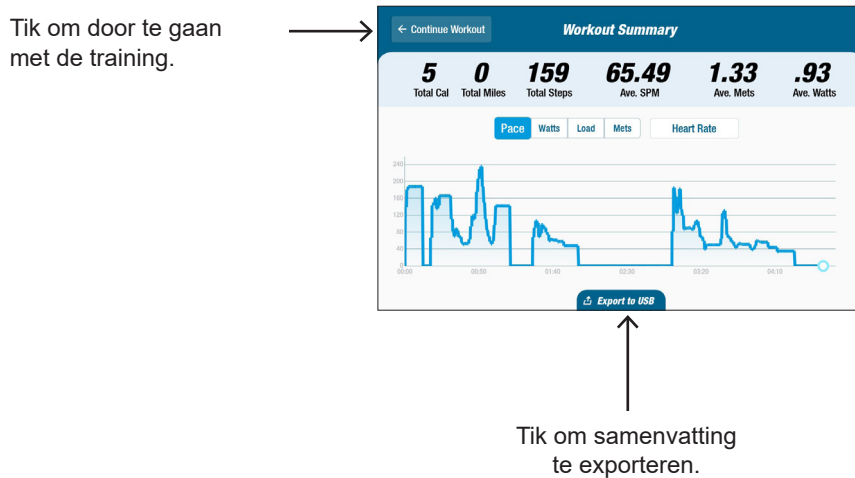


# Pauzefunctie

De T6 heeft een functie die de console na 3 minuten uitschakelt. Als een gebruiker stopt met stappen en dit niet binnen drie minuten hervat, wordt de console opnieuw ingesteld. Voordat de console wordt uitgeschakeld, kan de gebruiker de pauze (bijvoorbeeld voor intervaltraining) met nog eens 15 minuten verlengen. Op dat moment kan de gebruiker ook een samenvatting van zijn trainingsprestaties bekijken of zijn trainingssessie beëindigen.

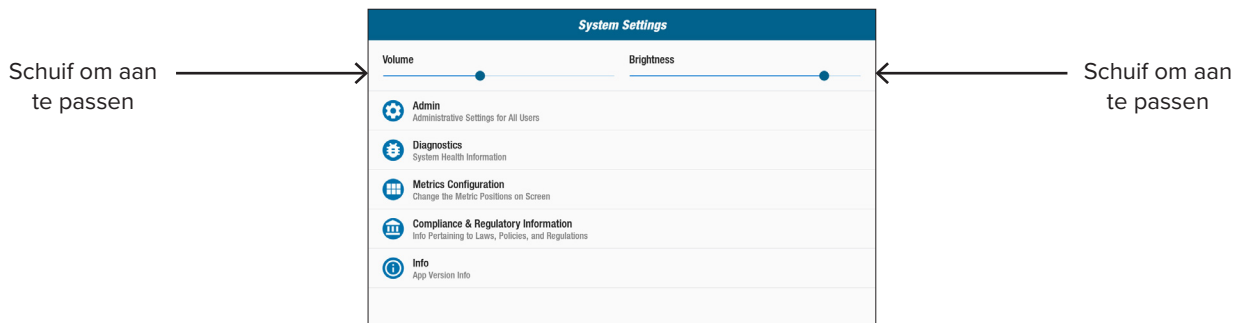


Na het bekijken van de samenvatting kunnen gebruikers terugkeren naar hun training, de training beëindigen of de trainingssamenvatting exporteren naar een USB-stick (zie pagina 22 voor instructies).




## Systeeminstellingen

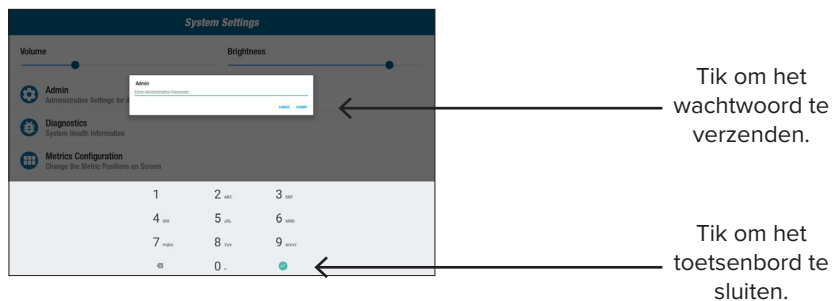
Gebruik Systeeminstellingen om het volume en de helderheid van het scherm aan te passen, standaardinstellingen te wijzigen, diagnostische gegevens te bekijken, de configuratie van de metrische gegevens te wijzigen, en om informatie over regelgeving en software te bekijken.



### Admin

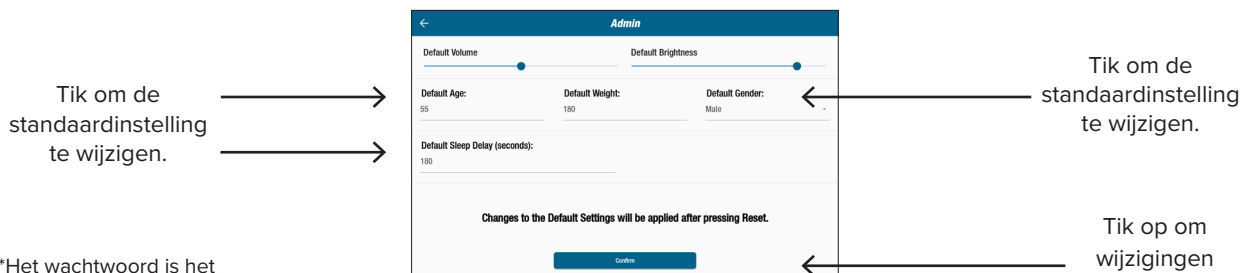
Om de standaardinstellingen (leeftijd, gewicht, geslacht) te wijzigen. Wijzigingen in de standaardinstellingen zijn overal van kracht. Zodra het scherm Admin wordt geopend, is er een wachtwoord\* vereist om de standaardinstellingen te kunnen wijzigen. Een wachtwoord invoeren:

1. Tik op het scherm om het numerieke toetsenbord te openen.
2. Voer wachtwoord in, tik op *Verzenden*.
3. Tik op  het pictogram om het toetsenbord te sluiten.




In het scherm Admin:

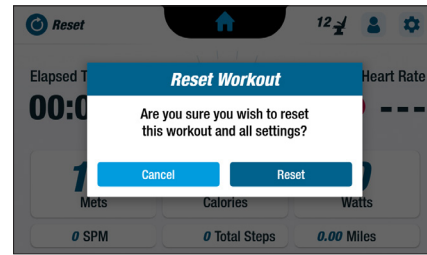
1. Tik op standaardvelden en voer nieuwe standaardinstellingen in.
2. Tik op *Verzenden* om wijzigingen toe te passen.



\*Het wachtwoord is het serienummer van het apparaat in omgekeerde volgorde.

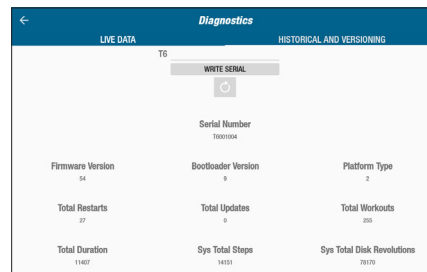
# Systeeminstellingen

3. Ga naar het scherm *Metrisch*.
4. Tik op  **Reset** om het scherm *Training* *resetten* te openen.
5. Tik op *Resetten* om de wijzigingen toe te passen.



## Diagnostische gegevens

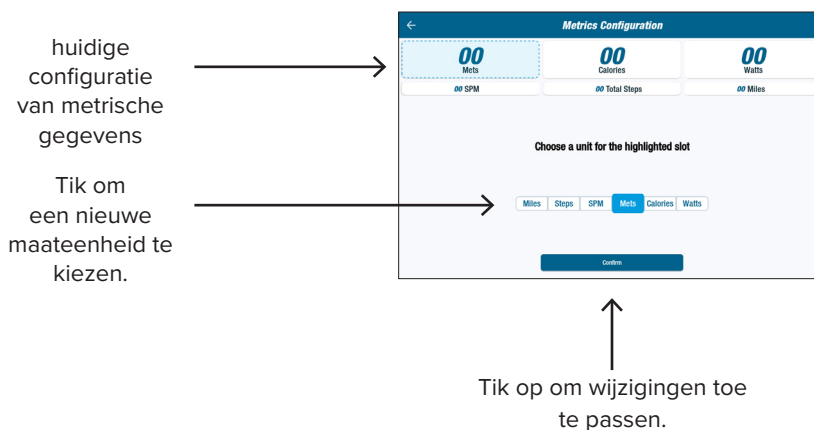
De diagnoseschermen tonen live en historische gegevens voor servicetechnici of degene die verantwoordelijk is voor het onderhoud van de apparatuur. Het scherm *Geschiedenis en Versiebeheer* is alleen toegankelijk met een wachtwoord (zie vorige pagina).



## Configuratie van maateenheden

Gebruikers kunnen wijzigen welke maateenheden worden weergegeven in het scherm met metrische gegevens. De bovenste rij toont de huidige configuratie voor maateenheden. Zo wijzigt u dit:

1. Tik op een huidige maateenheid om deze te markeren.
2. Tik op een maateenheid voor de gemarkeerde stand.
3. Tik op *Bevestigen* om de wijziging toe te passen.



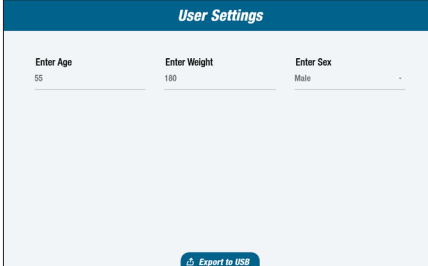
# Gebruikersinstellingen

---

## Gebruikersconfiguratie

Gebruikers kunnen een profiel met hun eigen instellingen maken en opslaan.  
Zo wijzigt u dit:

1. Tik op het scherm om het numerieke toetsenbord te openen.
2. Voer leeftijd en gewicht in en selecteer het geslacht.



The screenshot shows a mobile application interface titled "User Settings". It features three input fields: "Enter Age" with the value "55", "Enter Weight" with the value "180", and "Enter Sex" with the value "Male". A blue button labeled "Export to USB" is located at the bottom center of the screen.

Enter Age	Enter Weight	Enter Sex
55	180	Male

Export to USB

# Gegevens uit een gebruikersprofiel exporteren

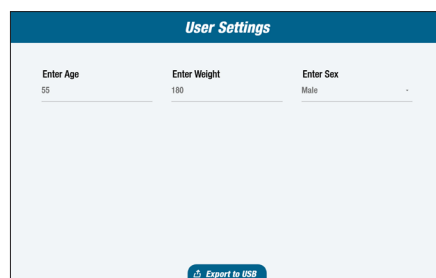
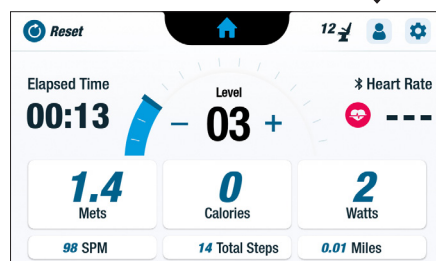
Gebruikers kunnen op elk moment hun profielgegevens exporteren naar een USB-stick.

Zo kunt u exporteren:

1. Steek het USB-station in de USB-poort aan de achterkant van de console.
2. Tik op  in het scherm *Metrisch* om het scherm *Gebruikersinstellingen* te openen.  
*Opmerking: Sla deze stap over als het profielscherm automatisch wordt gestart.*
3. Tik op het tabblad *Exporteren naar USB* onderaan het scherm.



Tik om *Gebruikersinstellingen* te openen.



Tik om profielgegevens te exporteren.

# Trainingssamenvatting exporteren

Gebruikers kunnen hun trainingsoverzicht exporteren naar een USB-stick. De samenvatting wordt opgeslagen in PDF-indeling.

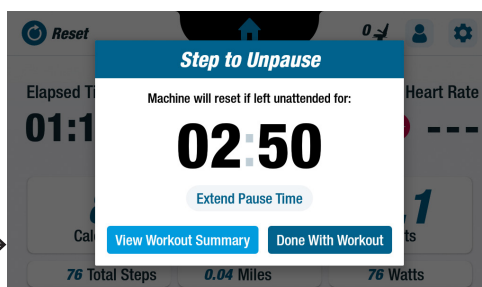
*Opmerking: Voordat u gaat trainen, steekt u het USB-station in de USB-poort aan de achterkant van de console.*

Aan het einde van een training (wanneer de gebruiker is gestopt met stappen) wordt het scherm *Stap om te hervatten* geopend.

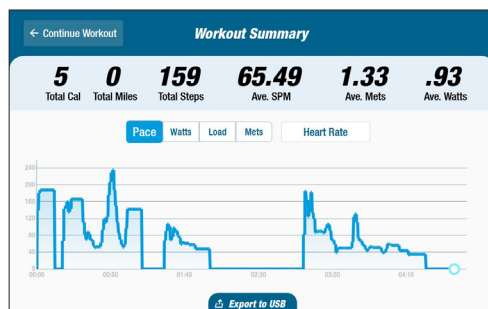
1. Tik op *Trainingsoverzicht weergeven*.

Opmerking: Tik niet op *Klaar met trainen*, want daarmee beëindigt u de trainingssessie en reset u het apparaat. De gebruiker kan de samenvatting van zijn of haar training hiermee niet exporteren.

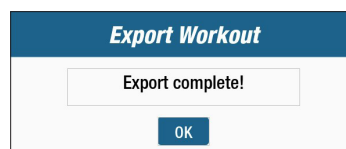
Tik om het overzichtsscherm te openen



2. Tik vanuit het scherm *Trainingsoverzicht* op *Exporteren naar USB*.



Exporteren naar USB



Tik op OK om te sluiten.

# Preventief onderhoud

---

## Intervallen voor preventief onderhoud

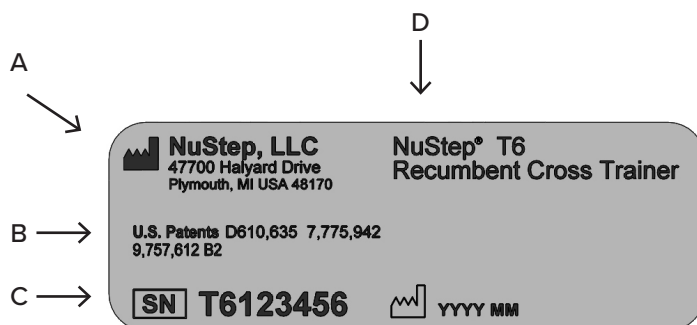
Hoewel uw T6 is ontworpen als een onderhoudsvrij apparaat, wordt een aantal werkzaamheden aanbevolen om de gebruiksduur van het apparaat te verlengen. Houd u aan de hieronder vermelde aanbevolen perioden voor preventief onderhoud. Dit zijn geschatte perioden en u moet de periode tussen de preventieve onderhoudswerkzaamheden wellicht vergroten of verkleinen, afhankelijk van het werkelijke gebruik.

<b>ONDERDEEL</b>	<b>WERKZAAMHEDEN</b>	<b>FREQUENTIE</b>
Armen, handvaten en grepen	* Reinigen	Wekelijks
Console	* Reinigen	Wekelijks
Beschermkappen en frame	* Reinigen	Wekelijks
Stoel	* Reinigen	Wekelijks
* Gebruik een niet-schurend reinigingsspuitmiddel en een zachte doek om de NuStep te reinigen.		

## Informatie over serienummer van de T6

### Plaats op het product:

Het serienummer bevindt zich aan de rechterzijde van het achterste afdekking.

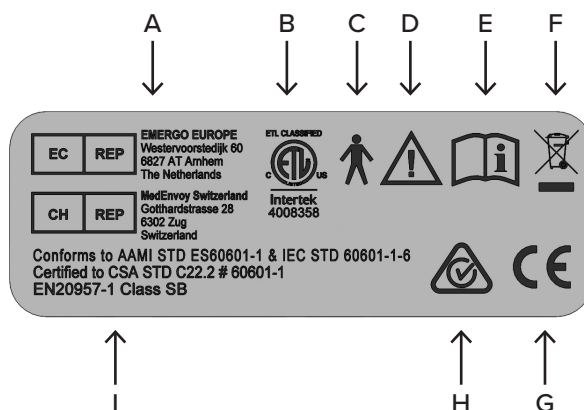


A	Naam en adres van fabrikant
B	Internationale octrooibeschermering voor het product
C	Serienummer en productiedatum
D	Modelnummer en productbeschrijving

## Regelgevingsinformatie over de T6

### Plaats op het product:

De regelgevingsinformatie bevindt zich aan de rechterkant van de achterste afdekking.



A	Europees gemachtigde
B	Markering van Amerikaans erkend testlaboratorium
C	Toegepast onderdeel van type BF voor elektrische veiligheid
D	Let op! Lees de bijgevoegde documentatie
E	Raadpleeg vóór gebruik de gebruikershandleiding
F	Markering WEEE-richtlijn
G	CE-markering
H	RCM
I	Standards



## Klantenservice en onderdelen

---

### **STAP 1 - Stel het probleem vast.**

Als u het probleem niet hebt ervaren, spreek dan met degene die dat wel heeft ervaren om de aard van het probleem te begrijpen.

### **STAP 2 - Controleer het probleem.**

Inspecteer de crosstrainer. Bepaal of er een nieuw onderdeel nodig is om het probleem te verhelpen. Lijsten met figuren en onderdelen vindt u op de website van NuStep op: [nustep.com/customer-service/Service Parts](http://nustep.com/customer-service/Service Parts).

### **STAP 3 - Neem contact op met de klantenservice van NuStep.**

Om onze productspecialisten in staat te stellen u beter te helpen, verzoeken wij u een volledige beschrijving van het probleem en het serienummer van het apparaat te geven (zie de vorige pagina voor de plaats van het serienummer op de T6).

NuStep-productspecialisten zijn als volgt bereikbaar per e-mail en telefoon:

E-mail: [support@nustep.com](mailto:support@nustep.com)

Tel.: 800-322-2209 (VS)  
734-769-3939

Internet: [NUSTEP.COM](http://NUSTEP.COM)

Voor klanten buiten de VS en Canada is klantenservice beschikbaar door contact op te nemen met uw plaatselijke NuStep-distributeur.

## Garantie voor de T6

---

Om uw garantie online te bekijken, gaat u naar: [NUSTEP.COM](http://NUSTEP.COM)



Bij vragen over de garantie verzoeken wij u contact op te nemen met de klantenservice op: 800-322-2209 of kijk op [support@nustep.com](mailto:support@nustep.com).

Voor klanten buiten de VS en Canada geldt: neem contact op met uw plaatselijke NuStep-distributeur voor meer informatie over de garantie.


# Technische gegevens

USB-A-poort	De USB-poort is alleen geschikt voor flashdrives. Sommige flashdrives zijn mogelijk niet compatibel zijn met de USB-poort van de T6. Sluit geen externe apparaten met een USB-kabel op deze poort aan.
USB-C-poort	Aansluiting alleen voor servicedoeleinden.
Ethernet-poort	Aansluiting alleen voor lokaal netwerk. Verbind de T6 niet met internet. Gebruik de poort alleen om apparatuur aan te sluiten die voldoet aan IEC 60601-1. Gebruik een in-line netwerkisolator die voldoet aan IEC 60601-1 bij aansluiting op niet-medische apparatuur.
3,5-mm audio-aansluiting	Aansluiting alleen voor passieve oortelefoons en hoofdtelefoons met een 3,5-mm mannelijke aansluiting.
Normen	ANSI/AAMI ES60601-1, CAN/CSA-C22.2 No. 60601-1, IEC/EN 60601-1, IEC/EN 60601-1-2
Wervelstroomweerstandssysteem	De T6 is uitgerust met een snelheidsafhankelijk wervelstroomweerstandssysteem dat afhankelijk is van het geselecteerde belastingniveau, de stapnelheid van de gebruiker en de staplengte van de gebruiker.  Bereik: 0 - 1400 watt
Stapbeweging	De T6 heeft een snelheidsafhankelijke stapbeweging binnen een stapbereik van 22 cm (8,5 inch).
Watt-testparameters	De weergegeven watt-waarden komen overeen met de snelheid waarmee de gebruiker energie verbruikt. Deze worden in realtime berekend met behulp van een algoritme dat gebaseerd is op mechanische parameters van het toestel en een gemeten gemiddelde rijstijl. Tot de belangrijkste mechanische parameters die van invloed zijn op de weergegeven watt-waarden behoren de traagheid (inertie) van de bewegende onderdelen van het toestel, het door de gebruiker geselecteerde belastingniveau en de rotatiesnelheid van de wervelstroomschijf. Validatietesten van de weergegeven watt-waarden werden uitgevoerd, waarbij de betreffende waarde werd vergeleken met de werkelijk gemeten mechanische kracht die door meerdere gebruikers werd geproduceerd. De weergegeven watt-waarden zijn onafhankelijk van fysiologische of anatomische parameters van de gebruiker.
Wisselstroomadapter	Model AUTECH POWER SYSTEMS DT-M090-240-U-NSP of model GlobTek TR9KI3750CCP-IM(R6B)  Output 24V gelijkstroom, 3,75A, 90W max. Input 100-240V~50-60Hz, 1,5A  De T6 mag alleen worden gevoed met een extra lage veiligheidsspanning die overeenkomt met de markering op het product.  

# Veiligheidsinformatie

BESCHERMINGSTYPE / -GRAAD	CLASSIFICATIE / IDENTIFICATIE / WAARSCHUWINGEN	SYMBOOL
Beschermingstype tegen elektrische schokken	Apparaat van klasse II	
Beschermingsgraad tegen elektrische schokken	Toegepast onderdeel van type B	
Beschermingsgraad tegen het binnendringen van vloeistoffen	Niet beschermd	N.v.t
De mate van veiligheid bij aanwezigheid van een ontvlambaar anesthesiemengsel met lucht of met zuurstof of lachgas	Niet geschikt	N.v.t
Werkwijze	Continu	N.v.t
Informatie over mogelijke elektromagnetische of andere storingen en advies om deze te voorkomen	De NuStep T6 Recumbent Cross Trainer gebruikt voor de interne functies alleen elektromagnetische en RF-energie. Daarom zijn de EMC- en RF-emissies zeer laag en is het zeer onwaarschijnlijk dat storingen worden veroorzaakt in nabijgelegen elektronische apparatuur.	N.v.t
EMC-waarschuwingen en -tabellen vereist door IEC 60601-1-2	Zie EMC-tabellen.	N.v.t

# Veiligheidsinformatie

BESCHERMINGSTYPE / -GRAAD	CLASSIFICATIE / IDENTIFICATIE / WAARSCHUWINGEN	SYMBOOL
<p>ID van eventuele risico's die verband houden met de afvoer van afvalproducten, restanten, inclusief afvoer van het toestel, ook na afloop van de levensduur.</p>	<p>De NuStep T6 Recumbent Cross Trainer bevat elektronische circuits en een knoopcelbatterij waarvoor bij verwijdering specifieke plaatselijke afvoer- of recyclingprocedures kunnen gelden.</p>	
<p>De gespecificeerde omgevingsomstandigheden voor transport en opslag (ook op de buitenkant van de verpakking aangegeven).</p>	<p>De NuStep T6 Recumbent Cross Trainer kan:</p> <p>a) veilig worden getransporteerd en opgeslagen in deze omstandigheden -10 °C tot 50 °C; ≤ 95% niet-condenserende vochtigheid; 20 tot 107 kPa</p> <p>b) worden gebruikt in deze omstandigheden: 5 °C tot 40 °C; ≤ 85% niet-condenserende vochtigheid; 60 tot 107 kPa.</p>	<p>N.v.t</p>
<p>Indicatie dat het toestel onder spanning staat.</p>	<p>Wanneer de T6 is aangesloten en niet in gebruik is, blijft het stand-byvoedingslampje op de voorkant van de console branden.</p>	<p>N.v.t</p>

## EMC-tabellen

<b>Richtlijnen en verklaring van de fabrikant – elektromagnetische emissie</b>		
<p>Het NuStep T6-model is bestemd voor gebruik in de hieronder gespecificeerde elektromagnetische omgeving. De klant of de gebruiker van NuStep-model T6 dient ervoor te zorgen dat het apparaat in een dergelijke omgeving wordt gebruikt. Het product heeft geen essentiële prestatiekenmerken en -functies.</p>		
<b>Emissietest</b>	<b>Conformiteit</b>	<b>Elektromagnetische omgeving - richtlijnen</b>
RF-emissies CISPR 11	Groep 1	NuStep-model T6 gebruikt voor zijn interne functies alleen RF-energie. Daardoor zijn de RF-emissies zeer laag en is het zeer onwaarschijnlijk dat storingen worden veroorzaakt in nabijgelegen elektronische apparatuur.
RF-emissies CISPR 11	Klasse B	NuStep-model T6 is geschikt voor gebruik op alle bedrijfslocaties.
Harmonische emissies IEC 61000-3-2	Niet van toepassing	
Spanningsschommelingen/ flikkering van emissies IEC 61000-3-3	Niet van toepassing	


## EMC-tabellen

**Tabel 2 – Richtlijnen en verklaring van de fabrikant – elektromagnetische IMMUNITEIT – voor alle ME-APPARATUUR en ME-SYSTEMEN**

Richtlijnen en verklaring van de fabrikant – elektromagnetische immuniteit			
<p>Het NuStep T6-model is bestemd voor gebruik in de hieronder gespecificeerde elektromagnetische omgeving. De klant of de gebruiker van NuStep-model T6 dient ervoor te zorgen dat het apparaat in een dergelijke omgeving wordt gebruikt.</p>			
Immunitiestest	IEC 60601 Testniveau	Conformiteitsniveau	Elektromagnetische omgeving - richtlijnen
Elektrostatische ontlading (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 kV contact ± 15 kV lucht	± 4 kV contact ± 8 kV lucht (zie noot 1)	Vloeren dienen van hout, beton of keramische tegels te zijn. Indien de vloerbedekking bestaat uit synthetisch materiaal, dient de relatieve vochtigheidsgraad ten minste 30 % te zijn.
Snelle elektrische transiënten/lawines IEC 61000-4-4	± 2 kV voor stroomtoevoerleidingen	± 2 kV voor stroomtoevoerleidingen	De kwaliteit van de netspanning moet overeenkomen met die van een typische commerciële of ziekenhuisomgeving.
Stootspanning IEC 61000-4-5	± 1 kV differentiële modus ± 2 kV algemene modus	± 1 kV differentiële modus ± 2 kV algemene modus	De kwaliteit van de netspanning moet overeenkomen met die van een typische commerciële of ziekenhuisomgeving.
Kortstondige spanningsdalingen en -onderbrekingen en spanningsvariaties in de netvoedingsleiding IEC 61000-4-11	0% UT; 0,5 cyclus 0% UT; 1 cyclus 70% UT; 25/30 cycli 0% UT; 250/300 cyclus	0% UT; 0,5 cyclus 0% UT; 1 cyclus 70% UT; 25/30 cycli 0% UT; 250/300 cyclus	De kwaliteit van de netspanning moet overeenkomen met die van een typische commerciële of ziekenhuisomgeving. Als de gebruiker van de NuStep® T6 Recumbent Cross Trainer tijdens stroomonderbrekingen wil blijven trainen, wordt de NuStep® T6 Recumbent Cross Trainer gevoed door de interne batterij.
Vermogensfrequentie (50/60 Hz) Magnetisch veld IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	De netfrequentie van magnetische velden moet overeenkomen met die van een typische plaats in een typische commerciële of ziekenhuisomgeving.
<p>OPMERKING 1 Hogere ESD-niveaus hebben geen invloed op de basisveiligheid of essentiële prestaties. (zie: Richtlijnen en verklaring van de fabrikant – elektromagnetische emissies) OPMERKING 2 <math>U_T</math> is de netwisselspanning vóór toepassing van het testniveau.</p>			

# EMC-tabellen

**Tabel 3 – Richtlijnen en verklaring van de fabrikant – elektromagnetische IMMUNITEIT – voor NIET-LEVENSONDERSTEUNENDE ME-APPARATUUR en ME-SYSTEMEN**

Richtlijnen en verklaring van de fabrikant – elektromagnetische immuniteit			
Het NuStep T6-model is bestemd voor gebruik in de hieronder gespecificeerde elektromagnetische omgeving. De klant of de gebruiker van NuStep-model T6 dient ervoor te zorgen dat het apparaat in een dergelijke omgeving wordt gebruikt.			
IMMUNITEITSTEST	IEC 60601 TESTNIVEAU	Conformiteitsniveau	Elektromagnetische omgeving - richtlijnen
Geleide RF IEC 61000-4-6  Uitgestraalde RF IEC 61000-4-3	3 Vrms 150 kHz tot 80 MHz  3 V/m 80 MHz tot 2,7 GHz	3 Vrms  3 V/m	Draagbare en mobiele RF-communicatieapparatuur dient gebruikt te worden op een afstand van het NuStep-model T6, waaronder kabels, die niet kleiner is dan de aanbevolen scheidingsafstand die is berekend op basis van de vergelijking die van toepassing is op de zenderfrequentie.  Aanbevolen scheidingsafstand  Niet van toepassing  $d = 1,2 \sqrt{P}$ 80 MHz tot 800 MHz $d = 2,3 \sqrt{P}$ 800 MHz tot 2,7 GHz Waarbij P het maximale nominale uitgangsvermogen van de zender in watt (W) is volgens de fabrikant van de zender en d de aanbevolen scheidingsafstand in meter (m) is. De veldsterkte van vaste RF-zenders, zoals vastgesteld in een elektromagnetische test <sup>a</sup> ter plaatse, zou lager moeten zijn dan het conformiteitsniveau in elk frequentiebereik <sup>b</sup> . Storingen kunnen ontstaan in de buurt van apparaten die zijn voorzien van onderstaand symbool:  
OPMERKING 1 Bij 80 MHz en 800 MHz is een hoger frequentiebereik van toepassing. OPMERKING 2 Deze richtlijnen zijn mogelijk niet in alle situaties van toepassing. Elektromagnetische golfvoortplanting wordt beïnvloed door absorptie en reflectie door gebouwen, voorwerpen en personen. OPMERKING 3 Het product voldoet aan IEC 60601-1-2, clause 8.10, tabel 9 voor immuniteit in nabijheidsvelden van draadloze RF-communicatieapparatuur			
a. Veldsterktes van vaste zenders, zoals basisstations van draadloze telefoons, gsm's, amateurzenders, AM- en FM-zenders en TV-zenders kunnen theoretisch niet nauwkeurig worden voorspeld. Om de elektromagnetische omgeving veroorzaakt door vaste RF-zenders te kunnen beoordelen, dient een elektromagnetische test ter plaatse te worden overwogen. Als de gemeten veldsterkte op de plaats waar het NuStep-model T6 wordt gebruikt, het toepasselijke RF-conformiteitsniveau overschrijdt, dient het NuStep-model T6 in de gaten te worden gehouden om te zien of het normaal werkt. Als wordt vastgesteld dat NuStep-model T6 niet normaal werkt, kunnen aanvullende maatregelen nodig zijn zoals het verdraaien of verplaatsen.  b. In het frequentiebereik van 150 kHz tot 80 MHz moeten de veldsterktes lager zijn dan 3 V/m.			

# Naleving van Amerikaanse FCC-regels & IEC/EN 55011

---

## **Conformiteitsverklaring van Amerikaanse communicatiecommissie (FCC):**

Opmerking: Uit testen van dit toestel is gebleken dat het voldoet aan de grenswaarden voor een digitaal apparaat van klasse B, volgens Deel 15 van de FCC-regels.

Deze grenswaarden zijn bedoeld om een redelijke bescherming te geven tegen schadelijke storingen in een huis- c.q. wooninstallatie. Dit toestel genereert en gebruikt radiofrequente energie en kan deze genereren en kan, indien het niet volgens de installatie-instructies wordt geïnstalleerd en gebruikt, schadelijke storingen van radiocommunicatie veroorzaken. Er is echter geen garantie dat er in een bepaalde installatie geen storingen kunnen optreden. Als het toestel de radio- of tv-ontvangst ernstig stoort, wat kan worden gecontroleerd door dit toestel uit- en weer in te schakelen, wordt de gebruiker aangeraden de storing op een van de volgende manieren te verhelpen:

- Verdraai of verplaats de antenne van het ontvangende apparaat
- Vergroot de scheidingsafstand tussen het toestel en de ontvanger
- Sluit de apparatuur aan op een stopcontact van een andere groep dan waarop de ontvanger is aangesloten
- Vraag de dealer of een ervaren radio/tv-monteur om advies

## **Conformiteitsverklaring IEC/EN 55011:**

Dit toestel voldoet aan de eisen van IEC/EN 55011, groep 1, klasse B. Tot groep 1 behoort alle ISM-apparatuur waarin sprake is van opzettelijk gegenereerde en/of gebruikte, door geleiding gekoppelde radiofrequente energie die nodig is voor de interne werking van het toestel zelf. Apparatuur van klasse B is geschikt voor gebruik in woningen en in gebouwen die direct zijn aangesloten op het laagspanningsnet dat woningen van stroom voorziet.

## **Handelsmerken**

Het Bluetooth® -woordmerk en Bluetooth®-logo's zijn gedeponeerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc. en elk gebruik van dergelijke merken door NuStep, LLC is gelicentieerd. Andere handelsmerken en auteursrechten zijn het eigendom van de betreffende eigenaars.





NuStep, LLC  
47700 Halyard Drive  
Plymouth, MI 48170  
Verenigde Staten  
800-322-2209  
734-769-3939  
www.nustep.com



De informatie in deze handleiding is bij het ter perse gaan zo actueel mogelijk. Omdat wij continu streven naar verbetering, kunnen de specificaties en beschrijvingen zonder mededeling vooraf worden gewijzigd. Niets uit deze handleiding mag worden veeleenvoudigd of worden verzonden, in welke vorm of op welke manier dan ook, elektronisch of mechanisch en voor welk doel dan ook, zonder de uitdrukkelijke schriftelijke toestemming van NuStep, LLC.

© Copyright April 2021 door NuStep, LLC.

NuStep® en Transforming Lives® zijn gedeponeerde handelsmerken van NuStep, LLC.

Handleiding, productnummer 52520, Gebruikershandleiding voor de T6, Rev B

