

**ELLIPTIGO<sup>®</sup>**

Gebruikershandleiding

# Inhoudsopgave

## HOOFDSTUK 1: BELANGRIJKE MEDEDELINGEN

### HOOFDSTUK 2: VERTROUWD WORDEN MET PRODUCT

Algemeen overzicht

Terminologie en onderdeel Overzicht Procedures voor juist hanteren en dragen Werking standaard

Klemsystemen met ontgrendelingshendels Stuurkolommen

Remmen

Tandwieloverbrenging Kettingspanning

Wielen, banden en binnenbanden

Kettinghouder

## HOOFDSTUK 3: FIETSEN

Veilig fietsen Afstellen van de fiets

Veiligheidschecklist voor het fietsen vertrouwd worden met

de fiets Normaal fietsen

Heuvels beklimmen en afdalen Fietsen in

ongunstige omstandigheden Competitief fietsen

Hometrainers

## HOOFDSTUK 4: SERVICE EN ONDERHOUD

Onderhoud aan ElliptiGO producten Onderhoudsschema

Wat gebeurt als ik mijn ElliptiGO fiets beschadig?

Hoe lang zal mijn fiets meegaan?

Vereist draaimoment voor schroeven

en bevestigingsmiddelen

Tevredenheidsgarantie en Beperkte garantie

## BELANGRIJK:

Deze gebruikershandleiding bevat informatie over uw onderdelen en hoe u basisonderhoud en service uitvoert op uw ElliptiGO® fiets. Het vervangt echter niet de service van uw product door een professioneel mecanicien voor fietsen. U MOET UW ELLIPTIGO FIETS LATEN SAMENSTELLEN EN ONDERHOUDEN DOOR EEN PROFESSIONEEL MECANICIEN VOOR FIETSEN.

# HOOFDSTUK 1: Belangrijke mededelingen

Net zoals bij lopen en fietsen is bij het gebruik van een ElliptiGO® elliptische fiets een reëel risico van ernstig letsel, verminking en overlijden betrokken. Het is belangrijk dat u een helm draagt en voorzichtig fietst. Zorg ervoor dat u deze handleiding leest en vertrouwd wordt met het gebruik en onderhoud van uw fiets alvorens u zich op de weg begeeft.

Enkele van de belangrijkste veiligheidspunten in deze handleiding zijn aangeduid door “Waarschuwingen”, “Let op” en “Alarmen”.

## **Veiligheidswaarschuwing**

Het volgende symbool: **▲WAARSCHUWING!** vestigt de aandacht op een ernstig gevaar dat ernstig of dodelijk letsel kan veroorzaken.

## **Veiligheidsmelding**

Het volgende symbool: **▲LET OP!** vestigt de aandacht op een mogelijk gevaar dat materiële schade of een letsel kan veroorzaken.

## **Schadealarm**

De aanduiding **ALARM!** vestigt de aandacht op een situatie die uw fiets kan beschadigen en/of uw garantie kan annuleren.

# HOOFDSTUK 2: Vertrouwd worden met het product

## Algemeen overzicht

De ElliptiGO® elliptische fiets is een nieuwe oefenmachine en werkt anders dan andere machines die u in het verleden hebt gebruikt. Als u de ElliptiGO fiets omzichtig behandelt, het onderhoudsschema volgt en deze gebruikt zoals beoogd, zult u vele jaren ervan kunnen genieten.

## Beoogd gebruik

ElliptiGO-fietsen moeten worden gebruikt op verharde oppervlakken door personen die minder dan 115 kg (250 Lb) wegen vooroefeningen buitenshuis.

Ander gebruik van een ElliptiGO elliptische fiets is ongepast en valt buiten het bereik van het doel van het product.

**⚠️ WAARSCHUWING! ELLIPTIGO ELLIPTISCHE FIETSEN ZIJN GEEN SPEELGOED EN ZIJN NIET BEDOELD VOOR GEBRUIK DOOR KINDEREN. LAAT KINDEREN UW ElliptiGO fiets NIET GEBRUIKEN.** Als u uw ElliptiGO fiets hebt gekocht voor een minderjarig kind, neem dan onmiddellijk contact op met ElliptiGO Inc. voor volledige restitutie.

## Voor gebruik op verharde oppervlakken

Onze producten werden geoptimaliseerd voor fietsen op verharde oppervlakken. Ze zijn niet bedoeld voor “offroad” fietsen of fietsen op niet-verharde oppervlakken. Fietsen op niet-verharde oppervlakken valt buiten het beoogd

gebruik van uw fiets en kan uw garantie annuleren.

## Gewichtsbependingen

ElliptiGO-fietsen hebben een bruto gewichtslimiet van 115 kg (250 Lb) voor de fietser en alle accessoires. Zwaardere fietsers kunnen de fiets hoger belasten dan in onze tests, wat kan resulteren in het ernstig falen van belangrijke onderdelen tijdens normaal fietsen. Als u toelaat dat uw elliptische fiets wordt gebruikt door iemand die zwaarder weegt dan 115 kg (250 Lb), zal uw garantie worden geannuleerd en kan dit resulteren in letsel.

## Het doel van een ElliptiGO elliptische fiets

De ElliptiGO elliptische fiets is bedoeld voor lichte oefening buitenshuis. De fiets is niet bedoeld voor kunstfietsen en mag nooit worden gebruikt voor stunts, sprongen, wheelies of andere ruwe manoeuvres.

**⚠️ WAARSCHUWING! GEBRUIK DE FIETS NIET VOOR KUNSTFIETSEN, SPRONGEN, OFFROAD FIETSEN OF ANDERE RUWE ACTIVITEITEN.**



## Terminologie en overzicht van onderdelen

Model 3C en 8C

- 1 FRAME
- 2 VOORSPANKRAAG
- 3 STUURKOLOM
- 4 STANG
- 5 VERSNELLINGSHEFBOOM
- 6 HANDVAT
- 7 STUUR
- 8 REMHENDEL
- 9 BESTURINGSKABELS
- 10 VOORREMMEN
- 11 VORK
- 12 VOORWIEL
- 13 BAND
- 14 ONTGRENDELINGSHENDEL VOOR
- 15 STANDAARD
- 16 ACHTERREM
- 17 ACHTERWIEL
- 18 KETTING MET INTERNE  
VERSNELLING
- 19 KETTING
- 20 KRUKARM
- 21 KETTINGBLADKAP
- 22 KETTINGBLAD
- 23 AANDRIJFARMAS
- 24 AANDRIJFARM
- 25 VOETPLATFORM



# Terminologie en overzicht van onderdelen

Model 3C en 8C

- 1 FRAME
- 2 VOUWSTUURKOLOM
- 3 STUURVERLENGER
- 4 STANG
- 5 VERSNELLINGSHEFBOOM
- 6 HANDVAT
- 7 STUUR
- 8 REMHENDEL
- 9 BESTURINGSKABELS
- 10 VOORREMMEN
- 11 VORK
- 12 VOORWIEL
- 13 BAND
- 14 ONTGRENDELINGSHENDEL VOOR
- 15 STANDAARD
- 16 ACHTERREM
- 17 ACHTERWIEL
- 18 KETTING MET INTERNE  
VERSNELLING
- 19 KETTING
- 20 KRUKWANG
- 21 KETTINGBLADKAP
- 22 KETTINGBLAD
- 23 AANDRIJFARMAS
- 24 AANDRIJFARM



# Terminologie en overzicht van onderdelen

## ElliptiGO Arc Model

- 1 FRAME
- 2 VOORSPANKRAAG
- 3 STUURVERLENGER
- 4 STANG
- 5 HANDVAT
- 6 STUUR
- 7 VERSNELLINGSHEFBOOM
- 8 REMHENDEL
- 9 BESTURINGSKABELS
- 10 VOORREM
- 11 VOORWIEL
- 12 ONTGRENDELINGSHENDEL
- 13 VOORWIEL
- 14 BAND
- 15 ZWENKARM
- 16 AANDRIJFARM
- 17 VOETPLATFORM
- 18 KETTINGBLADKAP
- 19 KETTINGBLAD
- 20 KETTING
- 21 DERAILLEUR ACHTER
- 22 CASSETTE
- 23 ACHTERWIEL
- 24 ACHTERBAND
- 25 ONTGRENDELINGSHENDEL ACHTER
- 26 STANDAARD (NIET GETOOND)
- 27 KETTINGHOUDER
- 28 KRUKARM
- 29 VOETPLATFORM
- 30 SCHOENHOUDER (OPTIONEEL ACCESSOIRE)



## Procedure voor juist hanteren en dragen

### Model 3C, 8C, 8S, 11R

In foto 1 wordt de juiste methode getoond voor het dragen van uw 3C, 8C, 8S of 11R elliptische fiets. Gebruik een hand op het framedeel dat over de bovenzijde van het achterwiel loopt en de andere hand op de stuurkolom.

Foto 2 toont een onjuiste hanteringsmethode die kan resulteren in lichamelijk letsel voor de gebruiker.

**⚠ LET OP!** Hef de fiets nooit op via een van de bewegende onderdelen (zoals aandrijfarmen, krukwangen, ketting, kettingblad of achterwiel).





## Hantering van ElliptiGO® Arc

In foto 1 wordt de juiste methode getoond voor het hanteren, opheffen of dragen van het Arc model. Plaats een hand op het frame en de andere hand op de stuurkolom.

Foto 2 toont een onjuiste hanteringsmethode die kan resulteren in lichamelijk letsel voor de gebruiker.

**⚠ LET OP!** Hef de Arc nooit op via een bewegend mechanisme (zoals aandrijfarmen, krukwingen, ketting, kettingblad of achterwiel).



## Gebruik van standaard

### Model 3C, 8C, 8S, 11R

Deze modellen hebben een dubbele standaard. Volg deze stappen om de standaard te gebruiken:

1. Intrekken van de standaard - Grijp de stuurkolom met de ene hand en het frame met de andere. Hef de achterzijde van het frame op terwijl u de standaard naar achteren duwt.

2. Uittrekken van de standaard - Grijp de stuurkolom met de ene hand en het frame met de andere. Hef de achterzijde van het frame op terwijl u de standaard naar voren duwt.

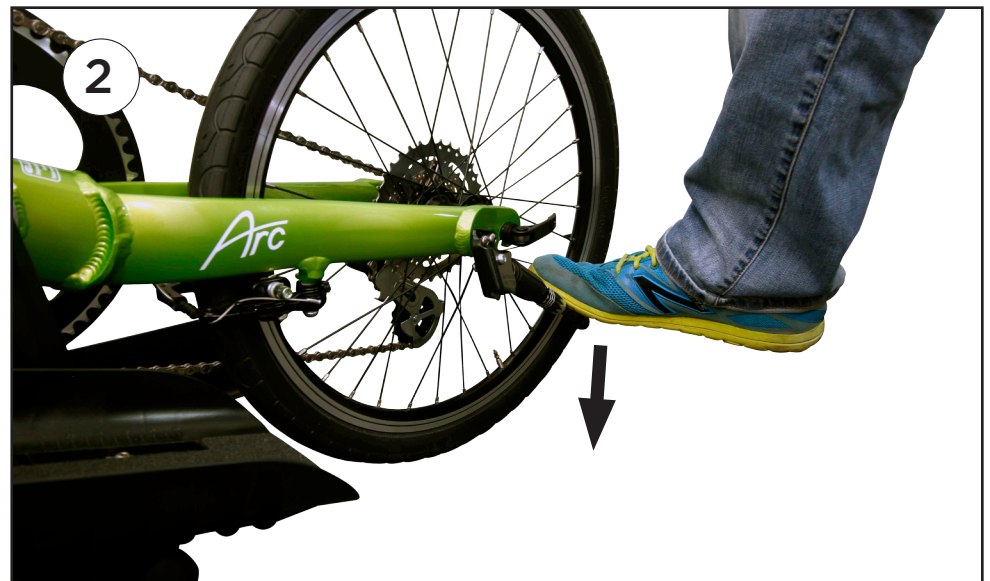
**ALARM! Ga niet op de fiets staan met de standaard uitgetrokken - hierdoor wordt de standaard gebogen!**



## Standaard van ElliptiGO® Arc

De Arc heeft een enkele standaard. Volg deze stappen om de standaard te gebruiken:

1. Intrekken van de standaard - Grijp de stuurkolom met de ene hand, houd de fiets van u weg en zwaai de standaard naar achteren met uw voet.
2. Uittrekken van de standaard - Grijp de stuurkolom met de ene hand, houd de fiets van u weg en duw de standaard omlaag en naar voren.



## Klemsystemen met ontgrendelingshendel

Ontgrendelingshendels zijn belangrijke onderdelen van een elliptische fiets en fietsen met een slecht afgestelde ontgrendelingshendel is zeer gevaarlijk. U moet begrijpen hoe de ontgrendelingshendels worden gebruikt om veilig uw fiets te gebruiken.

Elke ontgrendelingshendel heeft drie onderdelen: een hefboom aan de ene zijde, een moer aan de andere zijde en een pin in het midden. Indien goed afgesteld wordt bij het sluiten van de hefboom een klemkracht gegenereerd door deze te duwen tegen het oppervlak dat zich het dichtst bij de hefboom bevindt terwijl deze gelijktijdig tegen het oppervlak dat zich het dichtst bij de moer bevindt wordt getrokken.

**⚠ WAARSCHUWING!** Het is belangrijk dat u begrijpt hoe u de ontgrendelingshendels op uw fiets gebruikt en dat u ze voor elke rit controleert.

Uw fiets is uitgerust met ontgrendelingshendels op het voorwiel en de stuurkolom.



Links: Locatie van ontgrendelingshendel op voorwiel. Onder: Locaties van ontgrendelingshendels op stuurkolommen.





## Het ontgrendelingsmechanisme afstellen

De hoeveelheid klemkracht voor de ontgrendelingshendel wordt geregeld door de spanmoer.

Draai de spanmoer naar rechts om de klemkracht te verhogen terwijl u de nokkenhefboom met de andere hand vasthoudt.

Draai de spanmoer naar links om de klemkracht te verlagen terwijl u de nokkenhefboom met de andere hand vasthoudt.

EEN KWARTSLAG VAN DE SPANMOER KAN HET VERSCHIL UITMAKEN TUSSEN EEN VEILIGE KLEMKRACHT EN EEN ONVEILIGE KLEMKRACHT.

Nadat de moer is afgesteld, probeert u de ontgrendelingshendel te sluiten. Als u de ontgrendelingshendel volledig kunt sluiten zonder het vork te gebruiken, of de stuurverlenger als hefboom, of de hendel sluit zonder een zichtbare afdruk in uw hand te laten, dan heeft de ontgrendelingshendel niet voldoende klemkracht. Als, bij gebruik van de ene hand op het vork, de stuurverlenger of frame als hefboom, u de hendel niet volledig kunt sluiten met de andere hand, dan heeft de ontgrendelingshendel teveel klemkracht. De juiste klemkracht wordt verkregen wanneer u voor het sluiten van de hendel het vork, de frame of stuurkolom als hefboom moet gebruiken en een afdruk in uw hand wordt gelaten. Als de klemkracht niet juist is, stelt u de spanmoer af tot deze juist is.



## Stuurkolommen

Model 3C, 8C en Arc hebben een niet-vouwende stuurkolom.

Model 8S en 11R hebben een vouwende stuurkolom.

### Niet-vouwende stuurkolom - Model 3C,8C en Arc

De niet-vouwende stuurkolom bestaat uit de volgende onderdelen:

1. De basis
2. De ontgrendelingshendel van de stuurverlenger
3. De veiligheidsindexeerbout
4. De stuurverlenger



## De rijstand

In de rijstand wordt de stuurverlenger ingebracht tot de juiste diepte in de basis, de veiligheidspin volledig ingebracht in het geselecteerde gat en de ontgrendelingshendel stevig gesloten. De juiste diepte wordt bereikt wanneer de “MAX EXTENSION” lijn zichtbaar is boven de basis. Stel de hoogte in zodat de fietser rechtstaat tijdens het fietsen met weinig of geen gewicht op zijn/haar handen of polsen.

Volg deze stappen om de niet-vouwende stuurkolom in de rijstand te plaatsen:

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Open de ontgrendelingshendel van de stuurverlenger.
3. Breng de veiligheidsgroef op de zijkant van de stuurverlenger op dezelfde hoogte van de inkeping in de basis en zorg ervoor dat de besturingskabels voor de stuurkolom zitten en niet rond de stuurverlenger zijn gedraaid.
4. Breng de stuurverlenger in de basis tot deze lichtjes tegen de veiligheidsindexeerpin zit.
5. Trek de veiligheidsindexeerpin uit met de ene hand en houd deze vast terwijl u de stuurverlenger verder in de basis brengt. Zorg ervoor dat de “MAX EXTENSION” lijn op de stuurverlenger niet zichtbaar is boven de basis.

**⚠ WAARSCHUWING!** Gebruik nooit een ElliptiGO product met de “MAX EXTENSION” lijn zichtbaar boven de basis.



6. Laat de veiligheidsindexeerpin los en verplaats de stuurverlenger tot de pin volledig in een gat springt. Zorg ervoor dat er geen markeringen zichtbaar zijn op de pin.

**⚠ WAARSCHUWING! DE VEILIGHEIDINDEXEERPIN MOET VOLLEDIG VASTZITTEN ZODAT ER GEEN RODE MARKERINGEN ZICHTBAAR ZIJN NADAT DE STUURHOOGTE IS INGESTELD. Als de indexeerpin niet volledig vastzit, kan dit als gevolg hebben dat de stuurkolom inklapt.**



7. Zet de ontgrendelingshendel van de stuurverlenger vast door de stuurverlenger vast te grijpen als hefboom en voldoende kracht te gebruiken om een afdruk in uw hand te laten. Zie het deel Ontgrendelingshendel voor details over het sluiten van ontgrendelingshendels.

**⚠ WAARSCHUWING! Als u de ontgrendelingshendel niet goed sluit, kan dit als gevolg hebben dat de stuurverlenger inklapt of onverwachts wordt verwijderd tijdens het fietsen waardoor de fietser kan vallen.**





## De opslagstand

Volg deze stappen om de niet-vouwende stuurkolom in de opslagstand te zetten:

1. Open de ontgrendelingshendel van de stuurverlenger.
2. Trek de veiligheidsindexeerpin uit met de ene hand en houd deze vast terwijl u de stuurverlenger uit de basiskraag verwijdert met de andere hand.
3. Plaats dichtbij de fiets voor opslag.



## Vouwende stuurkolom - Model 8S en 11R

ElliptiGO fietsen model 8S en 11R zijn uitgerust met een stuurkolom die in elkaar schuift om de hoogte van de rijstand af te stellen en in elkaar vouwt voor de opslagstand. De vouwende stuurkolom bestaat uit de volgende onderdelen:

1. De basis
2. De kraag
3. De kolom
4. De stuurverlenger
5. De ontgrendelingshendel van de stuurverlenger
6. De ontgrendelingshendels van de stuurkraag



## De rijstand

In de rijstand kan de kolom verticaal worden verlengd vanuit de basis, is de stuurverlenger ingesteld op de juiste diepte in de kolom, is de onderkant van de kraag op dezelfde hoogte als de bovenste flens van de basis en ingesteld op de "LOCK" stand en zijn alle ontgrendelingshendels stevig gesloten.

Zorg ervoor dat de "MAX EXTENSION" lijn niet zichtbaar is. Stel de hoogte in zodat de fietser rechtstaat tijdens het fietsen met weinig of geen gewicht op zijn/haar handen of polsen.

Volg deze stappen om de vouwende stuurkolom in de rijstand te plaatsen:

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Open beide ontgrendelingshendels van de kraag.
3. Schuif de kraag naar het stuur langs de stuurkolom om de spil vrij te maken.
4. Hef de stuurkolom omhoog in de verticale positie zodat deze op één lijn is met de basis.



5. Draai de kraag zodat de pijl is uitgelijnd met de markering "OPEN" aan de rechterzijde van de sturbasis.
6. Schuif de kraag omlaag over de spil totdat de onderzijde van de kraag precies op de flens van de basis zit.

**⚠ WAARSCHUWING! Zorg ervoor dat er geen ruimte is tussen de onderkant van de kraag en de sturkolom.**

7. Draai de kraag naar rechts totdat de pijl op de kraag is uitgelijnd met de markering "LOCK" op de basis.
8. Sluit beide ontgrendelingshendels om de kraag te vergrendelen op de sturkolom.
9. Open de ontgrendelingshendel van de stuurverlenger.





10. Schuif de verlenger totdat het stuur op de gewenste rijstand staat en de “MAX EXTENSION” lijn op de stuurverlenger niet zichtbaar is.

**⚠ WAARSCHUWING!** Als u fietst met de “MAX EXTENSION” lijn zichtbaar, kan dit als gevolg hebben dat de stuurverlenger breekt of uit de basis wordt getrokken, waardoor u kunt vallen.

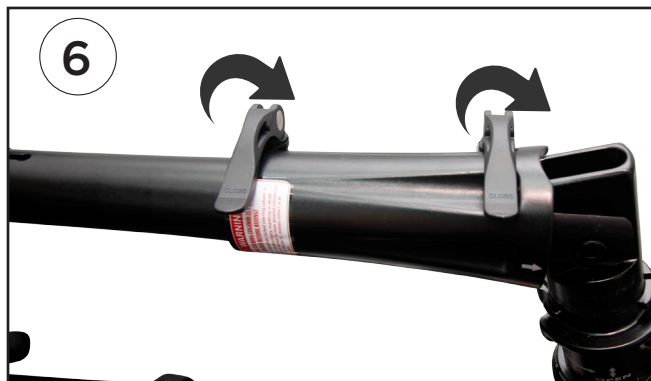
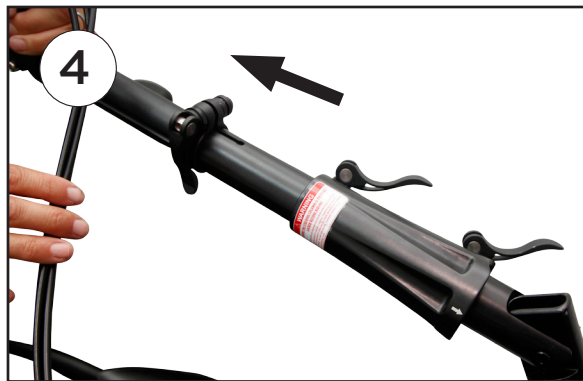
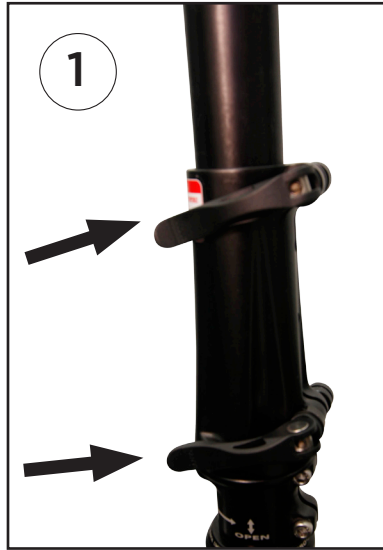
11. Sluit de ontgrendelingshendel van de stuurverlenger.



## De opslagstand

Volg deze stappen om de vouwende stuurkolom in de opslagstand te zetten:

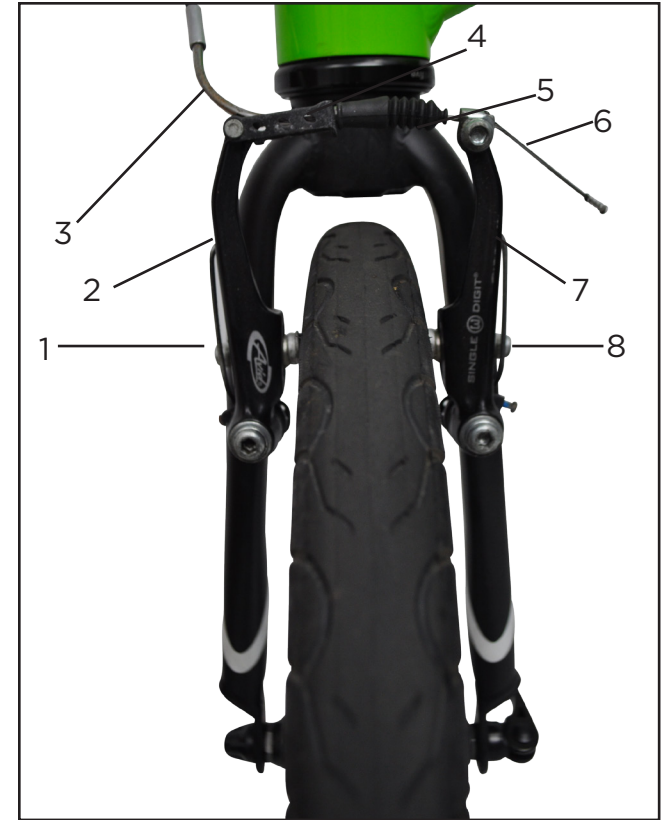
1. Open beide ontgrendelingshendels van de kraag.
2. Draai de kraag totdat de indexmarkering op één lijn ligt met "OPEN" op de basis.
3. Schuif de kraag omhoog boven de vouwende spil.
4. Vouw de stuurkolom naar binnen.
5. Schuif de kraag terug zodat de groef op de kraag de stuurbasis vastgrijpt.
6. Sluit beide ontgrendelingshendels op de kraag om te vergrendelen in de opslagstand.



## Remmen

Uw fiets heeft voor- en achterremmen die worden geactiveerd door hendels bevestigd op het stuur. De remmen hebben de volgende onderdelen x:

1. Remblok links
2. Remschijf links
3. Remnoedel
4. Beugel met ontgrendelingshendel Remkabelklem
5. Remkabel
6. Remschijf rechts
7. Remblok rechts



Elke rem heeft een ontgrendelmechanisme om het wiel te verwijderen. Volg deze stappen om het ontgrendelsysteem van de rem te openen:

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Duw de schijven samen.
3. Houd de schijven samen en trek de remnoedel naar het scharnier van de beugel (naar de linkse schijf) en duw de beugel omlaag terwijl u gelijktijdig de remnoedel omhoog trekt zodat de remkabel door de sleuf in de bovenzijde van de beugel gaat.
4. Laat de schijven los zodat ze open springen.

Volg deze stappen om het ontgrendelsysteem van de rem te sluiten:

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Duw de schijven samen.
3. Trek de remnoedel naar de scharnier van de beugel en schuif de kabel door de sleuf in de beugel. Laat daarna de remnoedel los zodat deze door de grote opening aan de rand van de beugel schuift.
4. Laat de schijven los en test de remmen om na te gaan of ze goed sluiten.

**⚠ WAARSCHUWING!** Zorg ervoor dat het ontgrendelsysteem van de rem goed gesloten is en uw remmen goed werken alvorens u de fiets gebruikt.



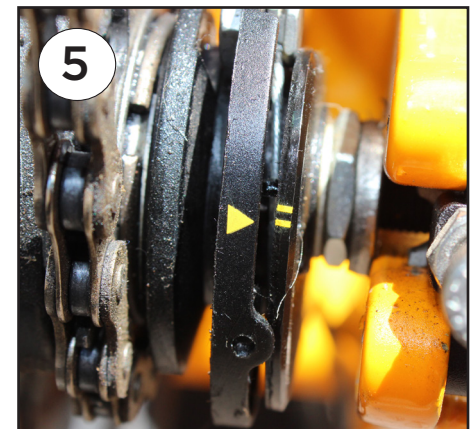
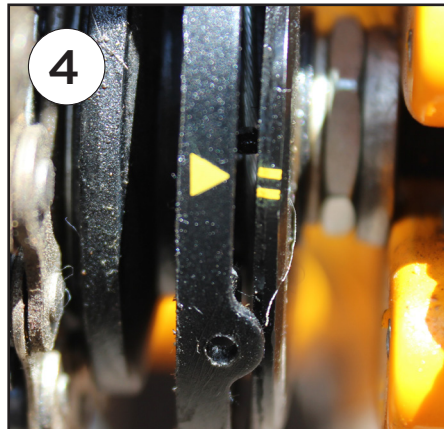
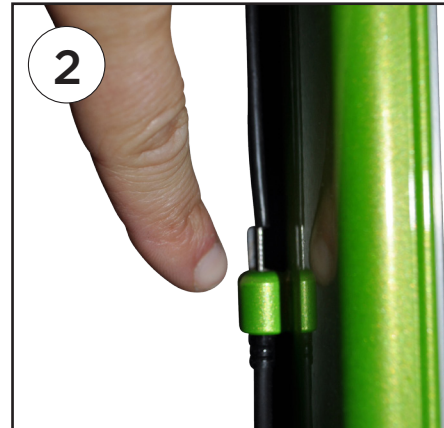


## Tandwielsystemen

Model 3C, 8C, 8S en 11R hebben naven met interne tandwielen waarbij het tandwielsysteem zich in de achterste naaf bevindt. Arc modellen hebben een set tandwielen bevestigd op het achterwiel en een derailleur die de ketting op de tandwielen verplaatst. Beide systemen moeten periodiek worden afgesteld om goed te werken. Volg de instructies hieronder om het tandwielsysteem op uw model af te stemmen.

### Afstellen van de naaf met interne tandwielen op het model 3C

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Inspecteer de kabel van de versnellingshefboom, deze moet zich in de versnellingsbehuizing, de framenaven en de naafkabelbeugel bevinden en nergens geklemd zijn.
3. Schakel naar 3de versnelling en dan terug naar 2de versnelling.
4. Controleer achteraan de fiets de gele pijl ten opzichte van de gele lijnen op de naaf. De punt van de pijl moet zich in het midden van de gele lijnen bevinden.
5. Als de punt van de pijl zich niet in het midden van de twee gele lijnen bevindt, stelt u deze af met de stelschroef op de versnellingshefboom. Als de punt van de pijl zich boven de gele lijnen bevindt, draait u de stelschroef één volle slag naar voren naar het voorwiel. Als de punt van de pijl zich onder de gele lijnen bevindt, draait u de stelschroef één volledige slag terug naar het achterwiel.
6. Herhaal stap 3-6 totdat de pijl zich tussen de lijnen bevindt.

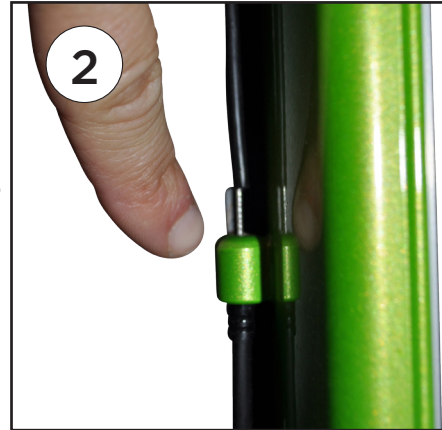


## Afstellen van de naaf met interne tandwielen op het model 8C

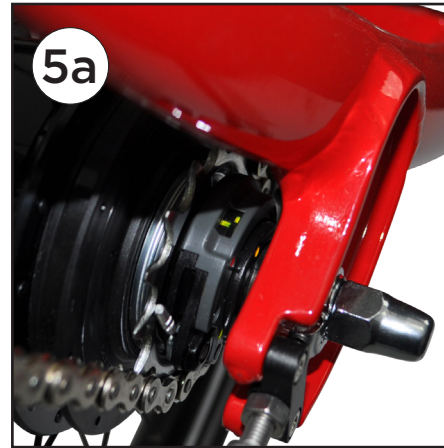
1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Inspecteer de kabel van de versnellingshefboom, deze moet zich in de versnellingsbehuizing, de framenaven en de naafkabelbeugel bevinden en nergens geklemd zijn.
3. Uw fiets heeft een van de twee versies van de Shimano Alfine naaf met 8 versnellingen. Het te volgen proces voor afstellen van de naaf hangt af van de versie die u heeft. Ga dichtbij de fiets staan alsof u erop rijdt en kijk naar de versnellingsindicator nabij het rechtse handvat. Als het meest linkse nummer een 1 is, volg dan stap 4a, 5a en 6a. Als het meest linkse nummer een 8 is, volg dan stap 4b, 5b en 6b.

Voor naven met 8 versnellingen waarbij het meest linkse nummer in de versnellingsindicator een 1 is:

- 4a. Schakel naar 1ste versnelling, dan naar 5de versnelling en dan naar 4de versnelling. Zoek het kleine venster met de twee gele lijnen op de naaf. Als de twee gele lijnen zijn uitgelijnd zoals in foto 4a is geen verdere actie vereist. Als dit niet het geval is, ga dan naar 5a.



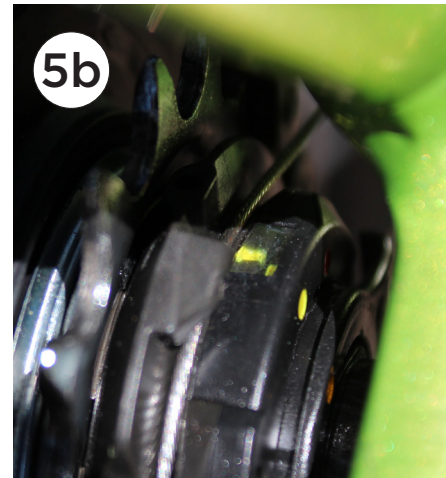
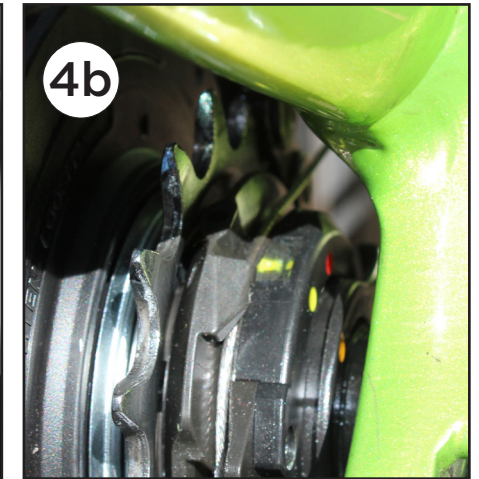
- 5a. Als de buitenste lijn zich boven de binnenste lijn bevindt, draait u de stelschroef van de versnellingshendel één volle slag naar achteren naar het achterwiel. Als de buitenste lijn zich onder de binnenste lijn bevindt, draait u de stelschroef één volledige slag naar voren naar het voorwiel.
- 6a. Herhaal stap 4a en 5a totdat de lijnen zijn uitgelijnd.





Voor navens met 8 versnellingen waarbij het meest linkse nummer in de versnellingindicator een 8 is:

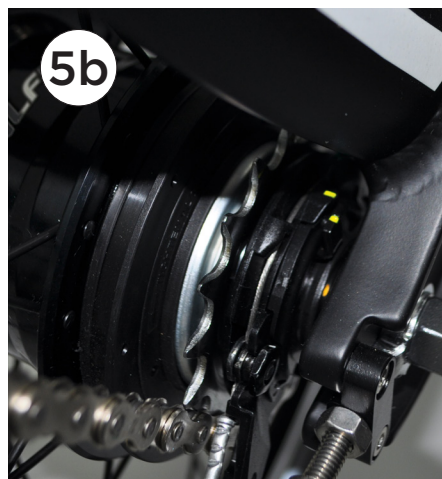
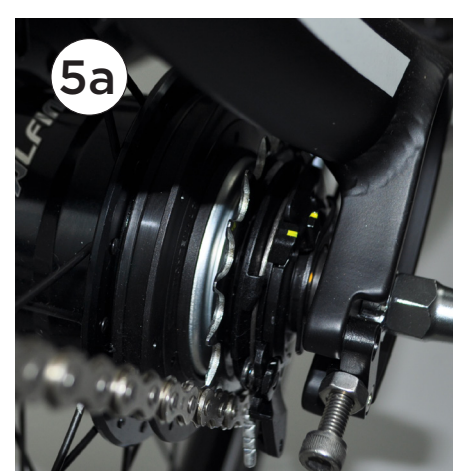
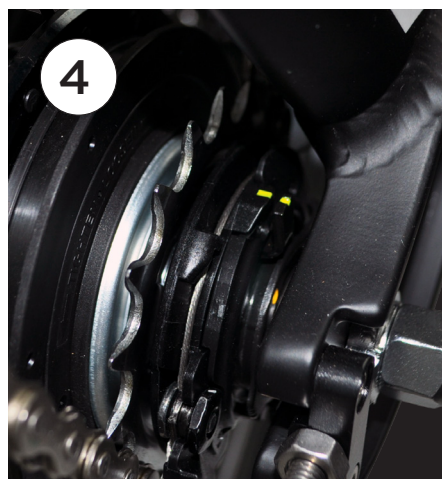
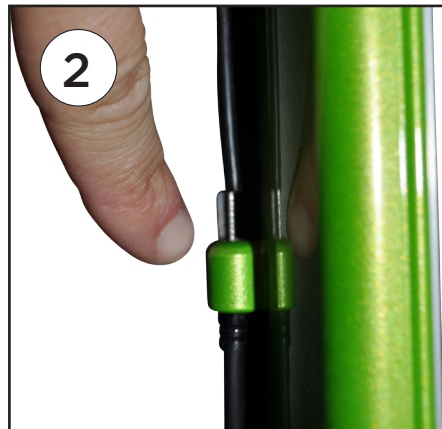
- 4b. Schakel naar 8ste versnelling en dan naar 4de versnelling. Zoek het kleine venster op de naaf met de twee gele lijnen. Als de twee gele lijnen zijn uitgelijnd zoals in foto 4b is geen verdere actie vereist. Als dit niet het geval is, ga dan naar 5b.
- 5b. Als de buitenste lijn zich onder de binnenste lijn bevindt, draait u de stelschroef één volledige slag naar voren naar het voorwiel. Als de buitenste lijn zich boven de binnenste lijn bevindt, draait u de stelschroef één volledige slag naar achteren naar het achterwiel.
- 6b. Herhaal stap 4b en 5b totdat de lijnen zijn uitgelijnd.





## Afstellen van de naaf met interne tandwielen op het model 11R

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Inspecteer de kabel van de versnellingshefboom, deze moet zich in de versnellingsbehuizing, de framenaven en de naafkabelbeugel bevinden en nergens geklemd zijn.
3. Schakel naar 11de versnelling en daarna naar 6de versnelling.
4. Controleer of de twee gele lijnen op de naaf zijn uitgelijnd. Als de twee gele lijnen zijn uitgelijnd zoals in foto 4 is geen verdere actie vereist.
5. Als de buitenste lijn zich boven de binnenste lijn bevindt, draait u de stelschroef één volledige slag naar achteren naar het achterwiel. Als de buitenste lijn zich onder de binnenste lijn bevindt, draait u de stelschroef één volle slag naar voren naar het voorwiel.
6. Herhaal stap 3-5 totdat de gele lijnen zijn uitgelijnd.



## Afstellen van de derailleur op het Arc model

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Inspecteer de kabel van de versnellingshendel. Zorg ervoor dat deze volledig in de stelschroeven zich op zowel de versnellingshendel en de achterste derailleur.
3. Laat de fiets op de standaard leunen zodat het achterwiel van de grond is. Draai het voetplatform met de hand en kijk hoe de ketting door de versnellingen gaat terwijl u schakelt van achtste naar eerste en terug naar achtste versnelling.
4. Merk op als er aarzeling was in het schakelen in beide richtingen.
5. Als het schakelen van achtste naar eerste versnelling traag was, draait u de stelschroef op de derailleur halve slag naar rechts en controleer opnieuw.
6. Als het schakelen van eerste naar achtste versnelling traag was, draait u de stelschroef op de derailleur halve slag naar links en controleer opnieuw.
7. Herhaal stap 3 - 6 totdat vlot wordt geschakeld in beide richtingen.



## Selectie versnelling

Uw versnellingen worden geselecteerd door een “trigger” schakelmechanisme. Hoe lager de versnelling, hoe gemakkelijker u kunt fietsen en, hoe hoger de versnelling, hoe moeilijker u kunt fietsen.

De versnellingsystemen hebben twee hendels. Om te schakelen naar een lagere versnelling op de Arc, 11R en sommige 8C modellen, duwt u op de “duimhendel”. Om alle 8S en sommige 8C modellen naar een lagere versnelling te schakelen, trekt u aan de “vingerhendel”.

De 3C versnellingshefboom heeft een bovenste en onderste duimhendel. Om naar een hogere versnelling te schakelen, duwt u op de bovenste hendel. Om naar een lagere versnelling te schakelen, duwt u de onderste hendel naar voren.

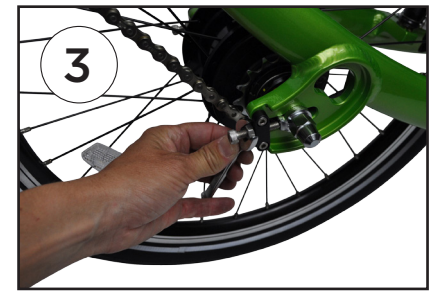


## Kettingspanning

Na verloop van tijd zal uw ketting uitrekken en los worden. De ketting mag naar verwachting om de zes tot twaalf maanden worden vervangen. Het Arc model heeft een kettingspanner die dit verhelpt tussen vervangingen. De kettingspanning op het model 3C, 8C, 8S en 11R moet echter handmatig worden aangespannen als de ketting uitrekt.

Volg deze stappen om de kettingspanning af te stellen op

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Schroef met een sleutel van 15 mm beide asmoeren los.
3. Schroef met een sleutel van 10 mm kettingspanningmoer los. Draai met een inbussleutel van 5 mm elke kettingspanningschroef naar links om het achterwiel naar voren te schuiven in de dropouts.
4. Doe dit gelijkmatig aan beide zijden om het wiel gecentreerd te houden. Nadat u de gewenste spanning hebt, haalt u de asmoeren aan met een sleutel van 15 mm. Haal de kettingspanningsmoer aan met een sleutel van 10 mm.
5. Controleer of de ketting vastzit door de aandrijfarmen te roteren en te testen of de ketting te vast zit.
6. Wanneer goed gespannen moet er ongeveer 2 cm speling in de ketting zitten. Als de ketting minder speling heeft, maakt u de asmoeren en kettingspanningmoeren los door ze naar links te draaien tot de ketting de juiste spanning heeft.
7. Herhaal daarna stap 5 - 7.





## Wielen, banden en binnenbanden

### Wielen

Besteed vooral aandacht aan de volgende onderdelen van uw wielen:

#### In de juiste stand

Een wiel zit in de juiste stand wanneer alle spaken zijn aangespannen zodat het wiel zich niet zijdelings beweegt wanneer het over de naaf draait. Voor het in de juiste stand brengen van een wiel zijn speciaal gereedschap en speciale vaardigheden vereist. Dit moet worden uitgevoerd door een opgeleid mecanicien voor fietsen.

**⚠WAARSCHUWING!** Een wiel dat zich niet in de juiste stand bevindt kan een zeer gevaarlijke situatie vormen omdat het de juiste werking van de remmen verstoort.

#### Randoppervlak

De rand mag geen duidelijke tekenen van slijtage vertonen en mag geen schade hebben. Om te controleren op slijtage zoekt u de slijtage-indicator op de rand en kijk of de groef onder het randoppervlak nog diep genoeg is.

**⚠WAARSCHUWING!** Gebruik nooit een fiets met randen die versleten zijn onder de slijtage-indicatorgroef, een rand die gebogen is of een gebarsten rand.

#### Spaken

Laat een opgeleid mecanicien controleren of uw spaken goed gespannen zijn.

#### Klemsysteem met ontgrendelingshendel.

Het voorwiel op alle ElliptiGO modellen en achterwiel op Arc model is bevestigd op de fiets door klemsystemen met ontgrendelingshendel. Het is belangrijk dat u deze systemen naar behoren gebruikt bij het bevestigen van een wiel

**⚠WAARSCHUWING!** Bij een incorrect afgestelde ontgrendelingshendel kan het voor- of achterwiel losraken of van de fiets worden verwijderd. Het is belangrijk dat u begrijpt hoe ontgrendelingshendels werken en dat u ze controleert alvorens uw fiets te gebruiken.

## Voorwielen installeren

Volg deze stappen om het voorwiel te installeren:

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Richt de draairichtingpijl op de band naar voren.
3. Open de ontgrendelingshendel.
4. Breng het wiel in het vork. Duw op de band om na te gaan dat de snelkoppelpin goed vastzit in de dropouts van het vork.
5. Haal de spanningsmoer aan en sluit de ontgrendelingshendel zodat er voldoende klemkracht is zoals beschreven in het deel Klemsystemen met ontgrendelingshendel hierboven.
6. Nadat de ontgrendelingshendel is afgesteld, opent u de hendel. Druk op het frame en vork terwijl het wiel op de grond rust zodat het wiel goed in de dropouts van het vork zit. Blijf drukken met een hand en gebruik de andere hand om de ontgrendelingshendel te sluiten met de juiste hoeveelheid kracht.
7. Sluit de ontgrendelingshendel van de rem. Raadpleeg het deel Remmen hierboven voor gedetailleerde instructies voor het sluiten van uw ontgrendelsysteem.
8. Draai het wiel terwijl u kijkt en luistert of u het remblok hoort slepen. Als dit het geval is, opent u de ontgrendeling en plaatst u het wiel opnieuw door stap 6 - 8 te herhalen.



## Verwijderen voorwiel

Volg deze stappen om het voorwiel te verwijderen:

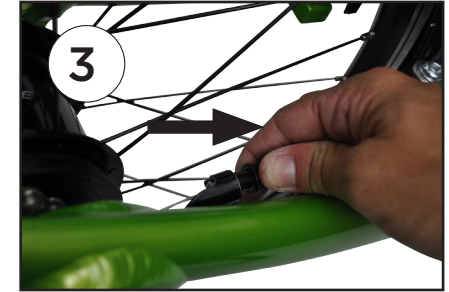
1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Open de snelontgrendeling van de rem door de gedetailleerde instructies in het deel Remmen hierboven te volgen.
3. Open de ontgrendelingshendel en maak deze voldoende los om het wiel te verwijderen.
4. Verwijder het wiel.



## Verwijderen achterwiel - Model 3C, 8C, 8S, 11R

Volg deze stappen om het achterwiel te verwijderen:

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Open de achterste ontgrendelingshendel van de rem - zie het deel Remmen hierboven.
3. Als u een 3C hebt, schakel dan naar 3de versnelling. Als u een 8S hebt, schakel dan naar 1ste versnelling. Als u een 11R hebt, schakel dan naar 11de versnelling. Als u een 8C hebt waarbij het activeren van de vingerhendel de versnelling VERHOOGT, gebruikt u dit om naar 8ste versnelling te schakelen. Als u een 8C hebt waarbij het activeren van de vingerhendel de versnelling VERLAAT, gebruikt u dit om naar 1ste versnelling te schakelen.
4. Grijp de kabelbehuizing en trek deze uit de beugel van de naafschakelaar.
5. Koppel de kabel van de schakelaar los van de naaf door de kabelbehuizing te grijpen en uit de beugel van de naafschakelaar te trekken. De kabel moet nu verwijderd zijn van het achterwiel.
6. Gebruik een inbussleutel van 3 mm en verwijder beide kettingspanners. Maak de wielmoeren los met een sleutel van 15 mm.
7. Schuif het achterwiel uit de wielbeugels terwijl u de ketting uit het kettingwiel verwijdert.





## Verwijderen achterwiel - Model Arc

Volg deze stappen om het achterwiel van de Arc te verwijderen:

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Schakel naar 8ste versnelling door de fiets op de standaard te laten leunen om het achterwiel lichtjes van de grond te heffen en gebruik het voetplatform om de aandrijfarmen te draaien terwijl u naar 8ste versnelling schakelt (de kleinste tand).
3. Open de achterste ontgrendelingshendel van de rem door de instructies in het deel Remmen hierboven te volgen.
4. Open de ontgrendelingshendel op de achterwielas en maak deze voldoende los om het frame te verwijderen.
5. Laat de fiets lichtjes op de standaard leunen om voldoende ruimte te maken tussen het wiel en de grond zodat het wiel uit het frame kan vallen. Duw het achterwiel omlaag en weg van het frame.
6. Verwijder de ketting uit de cassette.



## Installatie achterwiel - C-serie, 8S, 11R

Volg deze stappen om het achterwiel te installeren:

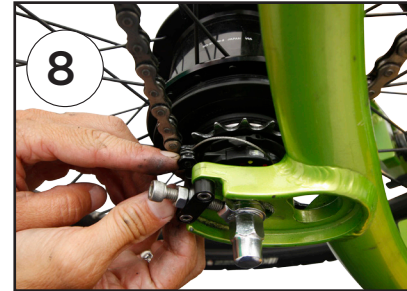
1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Installeer het achterwiel op de wielbeugels en zorg ervoor dat:
  - a. de tandring in de sleuf grijpt.
  - b. de kabelbeugel horizontaal naar voren is gericht.
  - c. de ketting zich rond het kettingwiel bevindt.
3. Haal de wielmoeren lichtjes aan zodat het wiel nog steeds in de wielbeugel kan schuiven wanneer de ketting wordt gespannen.
4. Installeer de kettingspanners.
5. Gebruik de kettingspanners om het wiel in het frame te centreren en haal de ketting aan. Zie het deel Kettingspanning voor de juiste kettingspanning.



6. Open de ontgrendelingshendel van de rem - zie het deel Remmen hierboven voor instructies.

**⚠ WAARSCHUWING!** Controleer altijd om na te gaan dat de ontgrendelingshendel van de rem goed is gesloten alvorens u de fiets gebruikt.

7. Haal beide wielmoeren aan tot 30 N-m met een sleutel van 15 mm.
8. Installeer de schakelaarkabel in de naaf door de riemschijf te draaien terwijl u de schakelaarkabel in de groef op de riemschijf haakt met de andere hand.
9. Draai het wiel om te zien of het wiel onbelemmerd draait. Als het sleept, volg dan stap 5-8 om het achterwiel opnieuw uit te lijnen.





## Installatie achterwiel – Model Arc

Volg deze stappen om het achterwiel op het Arc model te installeren:

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Schakel naar de 8ste versnelling.
3. Trek de derailleur naar achteren en leid de uiteinden van de ontgrendelpin in de dropouts.
4. Zorg ervoor dat het wiel in het frame is gecentreerd.
5. Sluit de ontgrendelingshendel.

**⚠ WAARSCHUWING!** Het is belangrijk dat u de ontgrendelingshendel van het achterwiel goed vastzet. Bij een niet goed afgestelde ontgrendelingshendel kan het achterwiel losraken of loskomen van de fiets.

6. Bevestig de achterste remmen opnieuw - zie de instructies in het deel Remmen hierboven.

**⚠ WAARSCHUWING!** Zorg ervoor dat het ontgrendelsysteem van de rem goed gesloten is en uw remmen goed werken alvorens u de fiets gebruikt.

7. Zorg ervoor dat de derailleur werkt door de fiets tegen de standaard te leunen om het achterwiel van de grond te heffen en de aandrijfarmen met de hand te draaien terwijl u de versnellingen schakelt.





## Banden

Het is belangrijk dat u de juiste bandendruk in uw banden handhaaft. De maximale druk is vermeld op het zijvlak van de banden. We raden een maximale bandendruk van 90 - 95% aan.

Zorg ervoor dat er geen scheuren, bobbelen of barsen of doorgedrongen vuil in de banden zijn en dat het loopvlak niet versleten is voor u de fiets gebruikt. Zorg er ook voor dat uw band in de juiste richting is bevestigd. Zoek de pijl op het loopvlak en zorg ervoor dat deze gericht is in de rijrichting.

## Binnenbanden

Uw fiets is uitgerust met hogedrukinnenbanden die een Presta-klep gebruiken.

Volg deze stappen om de binnenband op te pompen:

1. Maak de borgmoer los bovenaan de Presta klep.
2. Verwijder de borgmoer NIET - stop met draaien wanneer deze het uiteinde van de middenschroefdraad bereikt. Duw even op de moer om na te gaan dat deze niet vastzit.
3. Als u een Schrader-pomp hebt, bevestig dan de Presta klepadapter.
4. Plaats de pompkop over de klep.
5. Pomp op tot de juiste druk.



## Kettinghouder op het Arc model

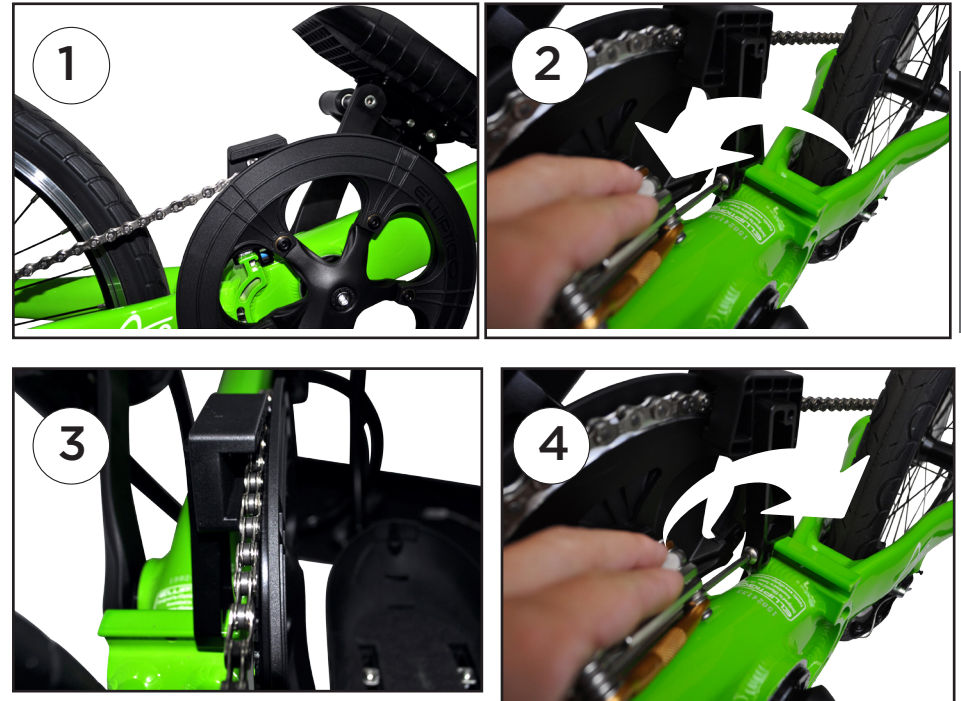
De Arc heeft een kettinghouder aan de binnenzijde van het kettingblad waardoor het minder waarschijnlijk is dat uw ketting loskomt tijdens het fietsen. De kettinghouder is naar behoren afgesteld als er een ruimte tussen 1 en 2 mm is tussen het onderste vlak van de kettinghouder en de binnenrand van het kettingblad.

### Afstellen van de kettinghouder

Volg deze stappen om de kettinghouder af te stellen:

1. Als de kettinghouder de ketting of het kettingblad raakt, verplaatst u de aandrijving met de hand om het punt in de slag te identificeren waar het contact optreedt.
2. Houd de crank in deze positie voor de rest van deze stappen.
3. Maak de bout van de kettinghouder los met een inbussleutel van 4 mm. Stel de kettinghouder af zodat er een ruimte van 1-2 mm is tussen de binnenrand van de kettinghouder en het kettingblad.
4. Haal de bout van de kettinghouder aan.
5. Controleer de ruimte opnieuw (1-2 mm breed).

**⚠WAARSCHUWING!** Een goed afgestelde kettinghouder is een belangrijke veiligheidsvoorziening. Zorg dat deze goed is afgesteld voor u de fiets gebruikt.



# HOOFDSTUK 3: Fietsen

## Veilig fietsen

Naast een goedgekeurde helm raden we aan dat u gesloten loopschoenen, fietshandschoenen en fel gekleurde kleding draagt. Zorg ervoor dat er niets uit uw kleding hangt dat in de bewegende mechanismen kan vastraken.

Kies een veilige fietsroute en periode die druk verkeer en gevaarlijke straten vermijdt. Rijd indien mogelijk altijd tijdens goede omstandigheden en nooit 's nachts of bij guur weer. Als u kiest om te fietsen tijdens periodes met slecht zicht, moet u vele voorzorgsmaatregelen treffen, waaronder:

1. Draag felle kleding en reflecterend materiaal.
2. Gebruik lichten vooraan en achteraan.
3. Fiets langzaam en door wel verlichte gebieden met minder verkeer en afzonderlijke fietslanen of paden.
4. Maak nooit agressieve of onverwachte manoeuvres die een automobilist of fietser kunnen verrassen.

In de meeste rechtsgebieden zijn fietsers onderworpen aan dezelfde verkeerswetten zoals automobilisten. Stop altijd aan stoptekens en verkeerslichten en gebruik de juiste handsignalen.

## Afstellen van de fiets

Uw ElliptiGO heeft verschillende afstelbare functies die u moet gebruiken om de meest comfortabele fietservaring te hebben.

### Afstellen van de stuurhoogte

Plaats het stuur op een hoogte waarbij u zich recht bevindt met weinig of geen gewicht op uw handen of polsen. Grotere personen fietsen gewoonlijk met een hogere stuurhoogte en kortere personen met een lagere stuurhoogte. Volg de instructies in het deel Stuurkolommen om de stuurhoogte af te stellen.

### Afstellen van de regelaars

Bij het draaien van het stuur worden de regelaars verder van of dichterbij de fietser geplaatst. De meeste personen vinden de fabriekinstelling comfortabel, maar sommigen vereisen deze afstelling voor de meest comfortabele en veiligste fietservaring. Voor het draaien van het stuur moeten de handvatten, schakelaar en remhendels worden verplaatst zodat dit alleen kan worden uitgevoerd door een professioneel mecanicien.

Een andere afstelbare functie op de regelaars is het rembereik, de afstand van het handvat op het stuur tot de remhendel. Wegens de technische aard van deze afstelling en het belang van een correcte uitvoering, mag dit alleen worden gedaan door een professioneel mecanicien.

### Afstellen van de staplengte op model 3C, 8C, 8S en 11R

De crankarmen op het model 3C, 8C, 8S en 11R hebben vier verschillende monteringsposities. Elke monteringspositie heeft een andere staplengte volgens de volgende tabel:

Monteringspositie	staplengte [inch]
Eén	40
Twee	47,50
Drie	55
Vier	62,50

De voorkeurspositie voor de meeste personen is de langste positie. Voor zeer korte personen of personen met een beperkt bewegingsbereik kunt u als volgt de staplengte wijzigen:

1. Plaats de fiets op de standaard.
2. Sommige fietsen zijn uitgerust met een borgschroef aan de binnenzijde van de crankarm. Als uw fiets geen borgschroef (foto 2a) heeft, gaat u verder naar stap 4. Als uw fiets een borgschroef (foto 2b) heeft, gaat u naar de volgende stap.





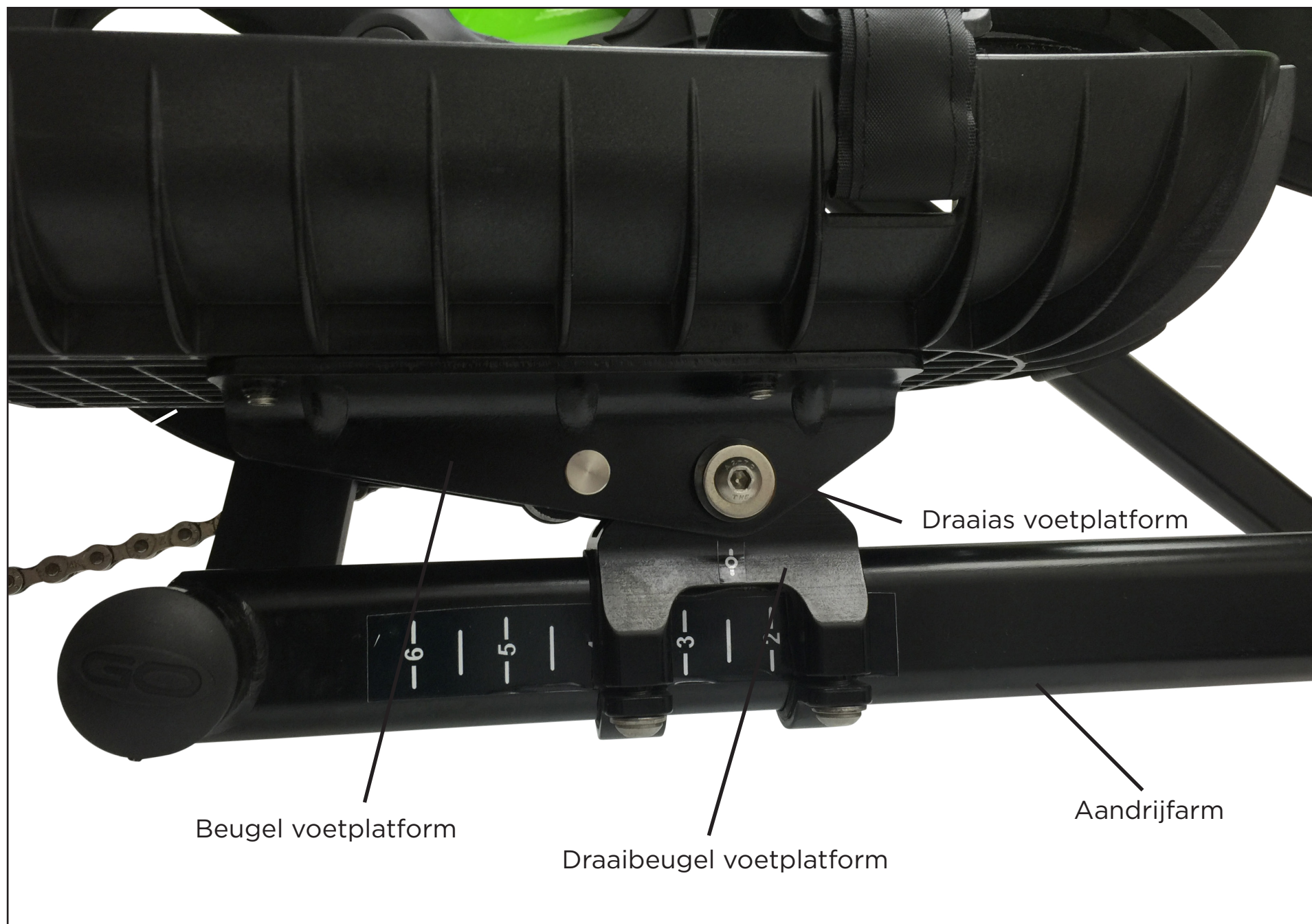
3. Gebruik een inbussleutel van 2,5 mm om de borgschroef van de aandrijfarmas te verwijderen op de rechtse crankarm door naar rechts te draaien.
4. Gebruik een inbussleutel van 6mm om de rechtse aandrijfarmas te verwijderen door naar rechts te draaien.
5. Verwijder de sluitring van de boring van de crankarm en breng deze in de boring van de nieuwe positie.



6. Draai met uw vingers de aandrijfarmas verschillende slagen in de nieuwe monterpositie op de rechtse crankarm en zorg ervoor dat de schroefdraad goed is uitgelijnd. Gebruik daarna een inbussleutel van 6 mm om de aandrijfarmas aan te halen door naar links te draaien.
7. Als uw fiets geen borgschroef op de aandrijfarm heeft, gaat u naar de volgende stap. Als uw fiets een borgschroef op de aandrijfarm heeft, breng deze dan in de achterzijde van de aandrijfarmas. Gebruik een inbussleutel van 2,5 mm om aan te halen door naar links te draaien.
8. Herhaal stap 26 voor de linkse aandrijfarm. NB: Om de borgschroef van de linkse aandrijfarm (indien aanwezig) en aandrijfarmas los te maken, draait u de sleutel naar links. Draai naar rechts om aan te halen.



## Structuur van voetplatform voor Arc modellen





## Afstellen van de staphoogte op het Arc model

Het voetplatform op het Arc model heeft twee afstellingen. Het platform kan worden afgesteld ten opzichte van de draaias en de draaias kan worden afgesteld ten opzichte van de aandrijfarm. Niet alle combinaties van het voetplatform en draaiasposities zijn compatibel. Raadpleeg het schema Positie van platform hieronder voor een lijst van mogelijke combinaties.

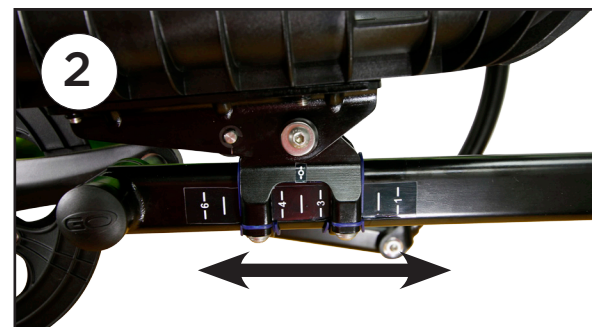
**⚠ WAARSCHUWING!** Na het afstellen van het voetplatform of draaias, zorgt u ervoor dat de nieuwe instellingen een “OK” positie vormen op het schema Positie van voetplatform hieronder. Als de nieuwe combinatie in een rood gebied valt, mag u NIET FIETSEN.

De staphoogte voor het Arc model wordt bepaald door de locatie van de draaias op de aandrijfarm. Bij het naar achteren verplaatsen van de draaias op de aandrijfarm wordt de hoogte van de elliptische stap verhoogd. Bij het naar voren verplaatsen van de draaias op de aandrijfarm wordt de hoogte van de elliptische stap verlaagd. Grotere personen verkiezen gewoonlijk meer staphoogte en kortere personen minder.

Volg deze stappen om de draaiaslocatie af te stellen:

1. Gebruik een sleutel van 4 mm om de vier basisbouten van het platform los te maken.
2. Schuif de draaibeugel langs de aandrijfarm naar de gewenste locatie.
3. Haal de basisbouten van het platform aan.

Nadat u de nieuwe draaiaslocatie hebt ingesteld controleert u opnieuw de tabel Positie van platform op de volgende pagina om na te gaan of het veilig is om te fietsen.





## POSITIE VOETPLATFORM OP ARC

Vele combinaties van de voetplatformlocatie en draaiaslocatie zijn niet compatibel. Als u kiest om een of beide instellingen af te stellen, zorgt u ervoor dat de nieuwe instellingen een “OK” positie hebben op de tabel hieronder. Als de nieuwe combinatie een positie heeft die “NIET FIETSEN” vermeldt, zet u de posities terug zodat ze een “OK” positie hebben op de tabel.

		Positie voetplatform												
		Kleinere schoenmaat						Grotere schoenmaat						
		Fietser Schoenmaat												
Draaiaspositie. Bepaalt de staphoogte	Lengte fietser	Instelling	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5,5	6	
	Kortere fietsters ↑ Grotere fietsters (meer)	1	OK	OK	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN
		1,5	OK	OK	OK	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN
		2	OK	OK	OK	OK	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN
		2,5	OK	OK	OK	STANDAARD	OK	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN
		3	OK	OK	OK	OK	OK	OK	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN
		3,5	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN
		4	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN
		4,5	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	NIET FIETSEN
		5	NIET FIETSEN	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
		5,5	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
		6	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	NIET FIETSEN	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK

## Afstellen van de voetplatformpositie op het Arc Model

Hoe groter de voet van de fietser, hoe verder voorwaarts het platform gewoonlijk moet zijn voor optimaal draaien en hoe kleiner de voet van de fietser, hoe verder achterwaarts het platform moet zijn voor optimaal draaien. De voetplatformposities zijn genummerd van 1-6 waarbij 1 de meest achterwaartse positie is en 6 de meest voorwaartse positie. Nadat u de nieuwe voetplatformlocatie hebt ingesteld, controleert u de tabel Positie van platform op de volgende pagina om na te gaan of het veilig is om te fietsen.

Volg deze stappen om de voetplatformpositie af te stellen:

1. Maak de schroeven van het voetplatform los met een inbussleutel van 4 mm.
2. Schuif het voetplatform naar de gewenste positie en zorg ervoor dat de schroeven en sluitringen zijn uitgelijnd tussen de tanden van het voetplatformkanaal.
3. Draai de schroeven aan tot 4-6 Nm.

**⚠ WAARSCHUWING!** Na het afstellen van het voetplatform of draaiaslocatie zorgt u ervoor dat de nieuwe instellingen een “OK” positie vormen op het scheme Positie van voetplatform hierboven. Als de nieuwe combinatie in een rood gebied valt, mag u NIET FIETSEN.



## Veiligheidschecklist voor het fietsen

Inspecteer de fiets met de volgende checklist alvorens te fietsen:

1. Onderzoek de banden op tekenen van schade en zorg ervoor dat ze zijn opgepompt tot de juiste druk.
2. Inspecteer het ontgrendelsysteem van het voorwiel om na te gaan dat de naaf goed vastzit op het vork en de ontgrendelingshendel goed is gesloten met de juiste hoeveelheid kracht.
3. Breng met de standaard ingetrokken het voorste eind van de fiets verscheidene centimeters van de grond en laat het vallen. Kijk en luister naar ongewone bewegingen of geluiden terwijl de fiets de grond raakt. Als u een ongewoon geluid hoort, gaat u door met deze test totdat u het probleem vindt en corrigeert.
4. Draai elk wiel om na te gaan of het goed zit en niet tegen de remmen sleept.
5. Zorg ervoor dat de velgen niet beschadigd of versleten zijn, dat de bovenzijde van de velgen goed de band vastgrijpen aan de velgrand en dat de velgremoppervlakken schoon en niet beschadigd zijn.
6. Inspecteer de spaken op de voor- en achterwielen om na te gaan dat geen spaken ontbreken, dat ze alle licht goed aangehaald zijn en dat ze goed uitgelijnd zijn.
7. Inspecteer de voorste en achterste remblokken om na te gaan dat ze in goede conditie zijn en goed bevestigd zijn.
8. Activeer de voorste en achterste remhendels terwijl u de remmen observeert om ervoor te zorgen dat ze beide goed werken en dat elke remblok de wielrand in de juiste positie raakt. Controleer of de remnoedel zich in de remontgrendelingshendel bevindt en de remkabel bovenaan de noedel zit en geen knelpunten of scherpe bochten heeft.
9. Inspecteer grondig de stuurkolom om na te gaan dat deze veilig is, alle onderdelen goed uitgelijnd zijn en de ontgrendelingshendels goed bevestigd zijn. Als de stuurkolom een veiligheidspin heeft, zorgt u ervoor dat deze goed vastzit in het hiervoor bestemde gat. Controleer dat het stuur goed uitgelijnd is met het voorwiel.
10. Test de handgrepen en stuuruiteinden (indien aanwezig) op het stuur.
11. Zorg dat elke uiteinde van het stuur is afgesloten met een vlot oppervlak.
12. Activeer de versnellingschakelaar om na te gaan of deze vlot schakelt in beide richtingen. Voor de ElliptiGO® Arc, zorg ervoor dat u het achterwiel opheft door de fiets tegen de standaard te leunen en het aandrijfmechanisme te draaien zodat u kunt schakelen.
13. Inspecteer voor model 3C, 8C, 8S en 11R de leisporten en laad wielen om na te gaan dat er geen barsten of kerven zijn en goed werken.

14. Zorg ervoor dat de aandrijving goed werkt door de buitenrand van een voetplatform te grijpen en naar achteren te draaien.

15. Inspecteer voorzichtig elke aandrijfarm en zwenkarm (indien aanwezig) om na te gaan dat er geen zichtbare tekenen van schade zijn, vooral barsten.

16. Inspecteer het frame om na te gaan dat het niet beschadigd is.

17. Controleer voor model 3C, 8C, 8S en 11R de afstelling op de interne naaf. Raadpleeg het deel Tandwielsystemen voor meer informatie.

18. Zorg ervoor dat de ketting de juiste hoeveelheid spanning heeft en schoon en gesmeerd is.

19. Ga na voor model 3C, 8C, 8S en 11R dat de moeren die het achterwiel op het frame bevestigen goed zijn aangehaald. Controleer voor de ElliptiGO® Arc dat het achterwiel goed vastzit in de dropouts en dat de ontgrendelingshendel goed vastzit.

20. Zorg ervoor dat de gemonteerde schoenclips (indien aanwezig) goed zijn afgesteld voor de schoenen die u draagt.

21. Voor het Arc model, zorg ervoor dat elk voetplatform goed is afgesteld en goed bevestigd is. Controleer ook dat de draaias goed werkt door het platform heen en weer te bewegen.

22. Zorg ervoor dat u een set reserveonderdelen hebt waaronder minstens één reservebinnenband, gereedschap en pomp en dat ze goed aan uw of uw fiets zijn bevestigd.

23. Controleer tenslotte nogmaals de volledige machine, elke schroef, bout, bevestigingsmiddel en ontgrendelsysteem om na te gaan dat niets los of beschadigd is.





# Hoofdstuk 4: Service en onderhoud

## Service aan ElliptiGO® producten

Service aan ElliptiGO® producten

Uw ElliptiGO fiets heeft regelmatig service nodig. Alle service buiten het hierna besproken routineonderhoud moet worden uitgevoerd door een professioneel mecanicien.

Uw fietsonderdelen verslijten na elke rit en moeten uiteindelijk worden vervangen.

De gebruiksduur van elk onderdeel verschilt en het is uw verantwoordelijkheid om tekenen van slijtage op te merken die kunnen aangeven wanneer een onderdeel het einde van zijn gebruiksduur nadert en om dit onderdeel te laten vervangen door een professioneel mecanicien.

Hoewel service aan de ElliptiGO fiets moet worden uitgevoerd door een professioneel mecanicien, moet u het volgende routineonderhoud en inspecties voor en na elk gebruik uitvoeren.

Hoewel service aan de ElliptiGO fiets moet worden uitgevoerd door een professioneel mecanicien, moet u het volgende routineonderhoud en inspecties voor en na elk gebruik uitvoeren.

U moet na elk gebruik:

- a. de gehele fiets afnemen, inspecteren op schade en losse kabels of onderdelen.
- b. het balhoofd en de stuurkolom testen om na te gaan of ze vastzitten. Activeer de voorrem en duw van de grond gaat en laat daarna het wiel opnieuw vallen, terwijl u voelt of er beweging is in de stuurkolom en balhoofd.

Als er beweging is, controleer dan de ontgrendelsystemen van de stuurkolom. Als ze vast zijn, is het balhoofd mogelijk los. Neem uw fiets naar een professioneel mecanicien om het balhoofd te onderzoeken.

- c. Als uw fiets een spoorsysteem heeft, inspecteer dan de sporen op vuil en de laadwielen op barsten en vuil. Als de laadwielen gebarsten zijn, vervang ze dan voor uw volgende rit.
- d. Als de fiets bevochtigd werd, zorg ervoor dat de fiets volledig droog is alvorens deze op te bergen en smeer de ketting.

Als u tijdens uw inspecties voor of na gebruik een gerafeld, bekrast, gescheurd, beschadigd of verkleurd onderdeel , kabel, behuizing of deel ziet, neemt u uw ElliptiGO naar een professioneel mecanicien om te laten inspecteren en het onderdeel te laten vervangen.

## Onderhoudschema

De toepasselijke onderhoudsintervallen voor uw fiets hangen af van vele factoren, waaronder uw gewicht, rijstijl, rijterrein en omgeving. De onderstaande aanbevelingen zijn gebaseerd op een fietser van 80 kg die ongeveer 120 km per week (480 km per maand) fietst op relatief vlakke, goed verharde oppervlakken in een mild klimaat. Dit schema gaat ervan uit dat de in de gebruikershandleiding beschreven inspecties voor en na gebruik en schoonmaken van de fiets consistent zijn uitgevoerd. Een goed onderhoud is een belangrijk deel van een veilige fietservaring, zodat we regelmatig onderhoud van uw fiets ten strengste aanbevelen.

	Elke rit	Elke Maanden	3 Maanden	6 Maanden	9 Maanden	12 Maanden	15 Maanden	18 Maanden	21 Maanden	24 Maanden
Banden oppompen ◆	x									
Binnenzijde van spoor en laadwiel- en afnemen ±	x									
Ketting smeren ◆		x								
Professionele tune-up ±						x				x
Afstellen van de kettingspanning +			x	x	x	x	x	x	x	x
Vervangen van de remblokken ◆						x				x
Vervangen van de schakelaar en remkabel ±						x				x
Vervangen van de kabelbehuizing ±						x				x
Olie verversen naaf met 11 versnellingen + ±			x							x
Onderhoud naaf met ±										x
Binnenzijde van spoor en laadwiel- en vervangen ±						x				x
Banden vervangen ◆						x				x
Vervangen van kettingblad en cas- sette*										x
Vervangen van ketting ±						x				x
Vervangen van spanrollen achterste derailleur										x

◆ Alle ElliptiGO

± Alleen fietsen met lange staphoogte

\* Alleen fietsen met compacte staphoogte (Arc)

## Vereist draaimoment voor schroeven en bevestigingsmiddelen op model 3C, 8C, 8S en 11R

Item	Locatie/beschrijving bevestigingsmiddel	Grootte bevestigingsmid	Vereist gereedschap	Aantal	Draaimoment (Nm)
1	Ergon GC3 Integrale handgrepen voor stuur aan uiteinde (alleen op bepaalde	M6x1.0	inbus 5 mm	2	8
2	Versnellingschakelaar voor stuur	M6x1.0	inbus 5 mm	1	5-7
3	Remhendels voor stuur	M5x0.8	inbus 4mm	2	4-5
4	Stang voor stuur	M5x0.8	inbus 4mm	4	4-5
5	Stermoer stuurverlenger	M6x1.0	inbus 5 mm	1	6-8
6	Stang voor stuurverlenger	M6x1.0	inbus 5 mm	2	8-10
7	Stuurkolombasis voor vorkstuurbuis	M6x1.0	inbus 5 mm	2	6-8
8	Spoorijzetstuk voor frame - LICHTJES AANHALEN OM AFSCHILFEREN TE	M3x.5	inbus 2,5mm	8	0,8-1,0
9	Standaard voor frame	M6x1.0	inbus 5 mm	2	6-8
10	Achterremmen voor frame	M6x1.0	inbus 5 mm	2	5-7
11	Voorremmen voor vork	M6x1.0	inbus 5 mm	2	5-7
12	Remblokken voor remarmen	M6x1.0	inbus 5 mm	4	6-8
13	Remkabel voor remarmen (kabelankerbout)	M6x1.0	inbus 5 mm	2	6-8
14	Onderste beugel voor frame	1,37"-24	BB gereedschap	2	50-70
15	Rechtse en linkse crank voor onderste beugel	M15x1	inbus 8mm	2	47-54
16	Kettingblad/kettingbeschermer voor rechtse crank	M8x0.75	inbus 6mm	5	8-10
17	Aandrijfmas voor rechtse crankarm	9/16"-20 rechts	inbus 6mm	1	34
18	Aandrijfmas voor linkse crankarm	9/16"-20 links	inbus 6 mm	1	34
19	Borgschroef crankas voor rechtse crankarm - ZEER LICHT AANHALEN OM AFSCHILFEREN ZESKANT TE VERMIJDEN	M6x1.0 links	inbus 2,5mm	1	2
20	Borgschroef crankas voor linkse crankarm - ZEER LICHT AANHALEN OM AFSCHILFEREN ZESKANT TE VERMIJDEN	M6x1.0 rechts	inbus 2,5 mm	1	2
21	Stelschroef lager aandrijfarm voor rechtse as (onder GO dop)	Instellen in fabriek!! NIET AANHALEN !!			
22	Stelschroef lager aandrijfarm voor linkse as (onder GO dop)	Instellen in fabriek!! NIET AANHALEN !!			
23	Voetkorf aandrijfarm voor aandrijfarm (alleen aluminium aandrijfarmen)	M6x1.0	inbus 4mm	16	8
24	Kettingspanner voor dropout	M4x.7	inbus 3 mm	4	2-3
25	Kettingspannerbout	M6x1.0	inbus 5 mm	2	5-7
26	Vastzetbout binnenkabel schakelaarkabel	-	sleutels	1	3
27	Asmoeren achterwiel voor frame	3/8"	sleutel 15 mm	2	30

## Vereist draaimoment voor schroeven en bevestigingsmiddelen - Arc model

Item	Locatie/beschrijving bevestigingsmiddel	Grootte bevestigingsmiddel	Vereist gereedschap	Aantal	Draaimoment (N-m)
1	Handgrepen voor stuur	M4x0.70	inbus 3mm	2	2-3
2	Versnellingschakelaar voor stuur	M6x1.0	inbus 5 mm	1	5-7
3	Remhendels voor stuur	M5x0.8	inbus 4mm	2	4-5
4	Stang voor stuur	M5x0.8	inbus 4mm	4	4-5
5	Stermoer stuurverlenger	M6x1.0	inbus 5 mm	1	6-8
6	Stang voor stuurverlenger	M6x1.0	inbus 6mm	2	8-10
7	Stuurkolombasis voor vorkstuurhuis	M6x1.0	inbus 5 mm	2	6-8
8	Standaard voor frame	M6x1.0	inbus 4mm	2	6-8
9	Achterremmen voor frame	M6x1.0	inbus 5 mm	2	5-7
10	Voorremmen voor vork	M6x1.0	inbus 5 mm	2	5-7
11	Remblokken voor remarmen	M6x1.0	inbus 5 mm	4	6-8
12	Remkabel voor remarmen (kabelankerbout)	M6x1.0	inbus 5 mm	2	6-8
13	Zwenkarmas voor rechtse framebuis	9/16"-20 rechts	open uiteinde 15 mm	1	34
14	Zwenkarmas voor linkse framebuis	9/16"-20 links	open uiteinde 15 mm	1	34
15	Zwenkarmasschroef voor rechtse zwenkarmas (under GO dop)	M6x1.0 links	inbus 4mm	1	6-8
16	Zwenkarmasschroef voor linkse zwenkarmas (under GO dop)	M6x1.0 rechts	inbus 4mm	1	6-8
17	Zwenkarmjuk voor as	M6x1.0	inbus 4mm	2	6-8
18	Draaibeugel voetplatform voor aandrijfarm	M6x1.0	inbus 4 mm	8	4-5
19	Draaiaas voetplatform voor voetplatformbeugel	M6x1.0	inbus 4mm	2	6-8
20	Voetplatform voor voetplatformbeugel	M6x1.0	inbus 4mm	8	5-6
21	Onderste beugel voor frame	1,375"-24	BB gereedschap	2	50-70
22	Rechtse/linkse crank voor onderste beugel	M15x1	inbus 8mm	2	47-54
23	Kettingblad/kettingbeschermer voor rechtse crank	M8x0.75	inbus 5mm	5	8-10
24	Kettinghouderbeugel voor frame	M6x1.0	inbus 4mm	1	6-8
25	Kettinghouder voor kettinghouderbeugel	M5x.8.0	inbus 3mm	1	4-5
26	Aandrijfarmas voor rechtse crankarm	9/16"-20 rechts	inbus 6 mm	1	34
27	Aandrijfarmas voor linkse crankarm	9/16"-20 links	inbus 6 mm	1	34
28	Crankasschroef voor rechtse aandrijfarmas (under GO dop)	M6x1.0 links	inbus 4 mm	1	6-8
29	Crankasschroef voor linkse aandrijfarmas (under GO dop)	M6x1.0 rechts	inbus 4 mm	1	6-8
30	Borgring cassette	-	Shimano	1	30-50
31	Vastzetbout binnenkabel schakelaarkabel	M6x1.0	inbus 5 mm	1	6-8
32	Derailleur hanger voor frame	M4x0.70	inbus 3 mm	2	2-3
33	Derailleur voor hanger	M10x1.0	inbus 5 mm	1	8-10



## Beperkte garantie

We garanderen dat uw ElliptiGO fiets geen productiedefecten heeft voor de volgende periodes:

- Vijf jaar: Frame
- Twee jaar: Vork, aandrijfarmen, crankarmen en stuurkolom
- Eén jaar: Alle andere onderdelen, verf en stickers

Dit is de enige garantie voor uw ElliptiGO fiets en is beperkt tot de initiële koper. De garantie geldt alleen voor producten die zijn aangekocht van een erkend verdeler.

Als u tijdens de duur van deze garantie een defect ervaart in uw ElliptiGO fiets, zullen we dit gratis repareren of vervangen. Deze garantie dekt geen kosten voor retourzendingen, werkuren, installatie, transport of enige andere uitgaven die werden opgelopen wegens het defecte onderdeel.

## Beperkte dekking

Deze garantie dekt geen schade aan uw elliptische fiets als gevolg van:

- Normale slijtage
- Ongepast gebruik
- Incorrecete montage of service uitgevoerd door iemand die niet bevoegd is door ElliptiGO
- Niet uitvoeren van routineonderhoud
- Gebruik van andere onderdelen dan de originele onderdelen of vervangingsonderdelen aangekocht van ElliptiGO
- Botsingen, ongelukken of fysiek misbruik van de fiets
- Verwaarlozing of gebruik van de fiets wanneer in slechte staat

Let op dat banden, binnenbanden, remblokken, laadwielen, spoorinzetstukken en andere slijtonderdelen na verloop van tijd moeten worden vervangen en alleen worden gedekt door deze garantie voor defecten van de fabrikant.

## Annuleren van uw garantie

Uw garantie wordt geannuleerd door:

- Misbruik van de fiets
- Overschrijden van de gewichtslimiet van de fietser (113 kg)
- Wijzigingen aanbrengen aan het frame van de fiets
- Wijzigingen aanbrengen aan de onderdelen van de fiets

## Claims

Afhankelijk van de wetten van het toepasselijke rechtsgebied zal ElliptiGO niet verantwoordelijk zijn voor enige toekomstige of gevolgschade die voortvloeit uit deze aangeboden garantie of die direct of indirect het gevolg is van het gebruik van ElliptiGO producten.

Uw rechten onder deze garantie zijn beperkt tot de reparatie of vervanging van uw product. De beslissing voor reparatie of vervanging is uitsluitend naar het oordeel van ElliptiGO. Deze garantie geeft u bepaalde rechten die verschillen per rechtsgebied. Alle beperkingen in deze garantie hebben geen invloed op uw wettelijke rechten onder de wet van het relevante rechtsgebied.

Als een bevoegd rechtsbank bepaalt dat een of meer bepalingen in deze beperkte garantie niet kunnen worden toegepast, zal de ontoepasselijkheid van deze bepaling niet de afdwingbaarheid van een andere bepaling hierin beïnvloeden en blijven alle andere bepalingen volledig van kracht voor de duur van de garantie.

# Aantekeningen

---

# Aantekeningen

---

**ELLIPTIGO®**