

MATRIX

3x

3xe

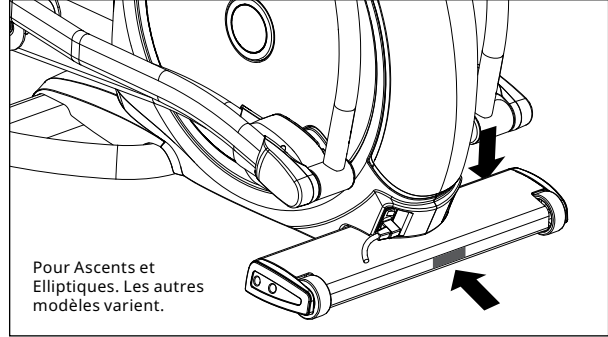
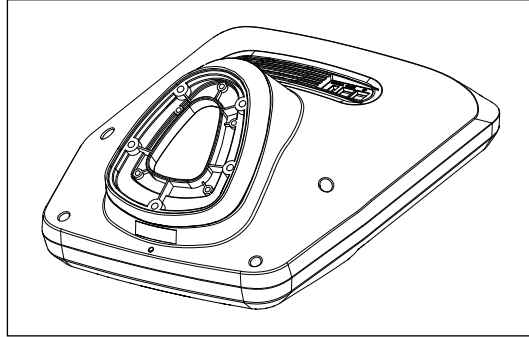
5x





GUIDE DE LA CONSOLE

EMPLACEMENT DU NUMÉRO DE SÉRIE



Avant de commencer, cherchez le numéro de série qui se trouve sur une étiquette où figure un code-barres et apposée sur votre équipement, puis notez-le dans les cases ci-dessous.

NUMÉRO DE SÉRIE DE LA CONSOLE

NUMÉRO DE SÉRIE DU CADRE

MODÈLE

<input type="checkbox"/> A3x	<input type="checkbox"/> A3xe	<input type="checkbox"/> A5x	ASCENT MATRIX	
<input type="checkbox"/> E3x	<input type="checkbox"/> E3xe	<input type="checkbox"/> E5x	ELLIPTIQUE À SUSPENSIONS MATRIX	
<input type="checkbox"/> ALB3x	<input type="checkbox"/> ALB3xe	<input type="checkbox"/> ALB5x	ASCENT MATRIX BAS DU CORPS	
<input type="checkbox"/> H3x	<input type="checkbox"/> H3xe	<input type="checkbox"/> H5x	VÉLO HYBRIDE MATRIX	
<input type="checkbox"/> R3x	<input type="checkbox"/> R3xe	<input type="checkbox"/> R3xm	<input type="checkbox"/> R5x	VÉLO RECUMBENT MATRIX
<input type="checkbox"/> U3x	<input type="checkbox"/> U3xe	<input type="checkbox"/> U5x	VÉLO UPRIGHT MATRIX	
<input type="checkbox"/> C3x	<input type="checkbox"/> C3xe	<input type="checkbox"/> C5x	CLIMBMILL MATRIX	
<input type="checkbox"/> S3x	<input type="checkbox"/> S3xe	<input type="checkbox"/> S5x	STEPPER MATRIX	

* Utilisez les informations ci-dessus lorsque vous appelez l'assistance.



3X

FRANÇAIS

AFFICHAGE CONSOLE A3X



DESCRIPTION DE LA CONSOLE 3X

L'appareil Matrix est inspecté avant d'être emballé. Il est envoyé en deux parties séparées : la base et la console. Ouvrez soigneusement le colis et jetez l'emballage. Remarque : avant d'utiliser la console, enlevez la fine pellicule protectrice en plastique transparent qui la recouvre.

- A) TOUCHES D'ENTRAÎNEMENT** Affichage simple du programme et boutons de sélection.
 - B) GO** : Démarrage rapide.
 - C) ENTRER ✓** : Confirmer chaque paramètre du programme.
 - D) RETOUR** : Revenir aux paramètres du programme précédent.
 - E) CLAVIER NUMÉRIQUE** : Saisir les paramètres du programme.
 - F) NIVEAU +/-** : Régler le niveau de résistance.
 - G) INCLINAISON +/- (A3X UNIQUEMENT)** : Régler le niveau d'inclinaison.
 - H) TEMPS +/-** : Régler la durée de l'entraînement.
 - I) STOP (ARRÊT)** : Arrêter l'entraînement et afficher le résumé de l'entraînement.
 - J) RÉCUPÉRATION** : Mettre la console en mode Récupération.
 - K) COMMUTATION** : Naviguer entre 3 ou 4 rangées d'informations sur l'entraînement dans une fenêtre DEL. La console naviguera automatiquement entre les informations sur l'entraînement si le bouton de commutation est maintenu enfoncé pendant 3 secondes.
 - L) PORT USB** : Utilisé uniquement pour les mises à jour logicielles.
- BOUTONS DE DIVERTISSEMENT**
- M) TV POWER** : Allumer ou éteindre la télévision connectée.
 - N) VOLUME +/-** : Régler le volume des écouteurs.
 - O) SILENCE** : Couper le son.
 - P) CC** : Activer ou désactiver le sous-titrage codé.
 - Q) CHAÎNE +/-** : Changer de chaîne sur la télévision intégrée à la console.
 - R) DERNIÈRE CHAÎNE** : Naviguer entre la chaîne actuelle et la chaîne précédente.
 - E) CLAVIER NUMÉRIQUE** : Saisir le numéro de la chaîne. Appuyez sur ✓ pour confirmer le numéro de la chaîne.

L'appareil Matrix est inspecté avant d'être emballé. Il est envoyé en deux parties séparées : la base et la console. Ouvrez soigneusement le colis et jetez l'emballage. Remarque : avant d'utiliser la console, enlevez la fine pellicule protectrice en plastique transparent qui la recouvre.

Le 3xe est équipé d'un écran tactile entièrement intégré. Toutes les informations nécessaires aux entraînements sont expliquées sur l'écran. Nous vous encourageons vivement à explorer l'interface. Les informations concernant la programmation des différents entraînements vous expliqueront le contenu de chaque écran du 3xe.



- A) **GO** : Démarrage rapide.
- B) **STOP** (sur l'écran lors de l'entraînement) : Arrêter l'entraînement et afficher le résumé de l'entraînement.
- C) **RÉCUPÉRATION** (sur l'écran lors de l'entraînement) : Mettre la machine en mode Récupération. Le temps de récupération dépend de l'entraînement.

3XE ZONE DE DIVERTISSEMENT

- D) **VOLUME +/-** : Régler le volume des écouteurs.
- E) **CHAÎNE +/-** : Sélectionner les chaînes sur la télévision intégrée à la console.
- F) **ACCUEIL** : Revenir à l'écran d'accueil.
- G) **DERNIÈRE CHAÎNE** : Naviguer entre la chaîne actuelle et la chaîne précédemment consultée.
- H) **CC/SILENCE** : Couper le son et activer ou désactiver le sous-titrage codé.
- I) **MODE AFFICHAGE** : Naviguer entre les différents modes d'affichage.
- J) **CLAVIER NUMÉRIQUE** : Saisie simplifiée de chiffres.



3XE

FRANÇAIS



5X

FRANÇAIS

AFFICHAGE CONSOLE A5X



DESCRIPTION CONSOLE 5X

L'appareil Matrix est inspecté avant d'être emballé. Il est envoyé en deux parties séparées : la base et la console. Ouvrez soigneusement le colis et jetez l'emballage. Remarque : avant d'utiliser la console, enlevez la fine pellicule protectrice en plastique transparent qui la recouvre.


- A) **TOUCHES D'ENTRAÎNEMENT** : Affichage simple du programme et boutons de sélection.
- B) **GO** : Démarrage rapide.
- C) **ENTRER** : Confirmer chaque paramètre du programme.
- D) **INCLINAISON +/- (A5X UNIQUEMENT)** : Informations et sélection de l'inclinaison simplifiées.
- E) **NIVEAU +/-** : Informations et sélection du niveau simplifiées.
- F) **TEMPS +/-** : Informations et réglage de la durée simplifiés.
- G) **STOP (ARRÊT)** : Arrêter l'entraînement et afficher le résumé de l'entraînement.
- H) **COMMUTATION** : Naviguer entre 2 ou 4 rangées d'informations sur l'entraînement dans une fenêtre DEL. La console naviguera automatiquement entre les informations sur l'entraînement si le bouton de commutation est maintenu enfoncé pendant 3 secondes.
- I) **CLAVIER NUMÉRIQUE** : Saisir des données pour paramétrer l'entraînement. Réglage du niveau pendant l'entraînement.
- J) **RÉCUPÉRATION** : Mettre l'Ascent en mode Récupération.
- K) **LANGUE** : Sélectionner la langue.
- L) **VENTILATEUR** : Sélectionner la vitesse du ventilateur (trois vitesses disponibles).
- M) **CAPTEUR RFID** : Emplacement de l'accès sans fil pour connexion (plug-in supplémentaire).
- N) **PORT USB** : Utilisé uniquement pour les mises à jour logicielles.

5X ZONE DE DIVERTISSEMENT



- O) **ACCUEIL** : Fonction indisponible sur ce modèle.
- P) **DERNIÈRE CHAÎNE** : Naviguer entre la chaîne actuelle et la chaîne précédemment consultée.
- Q) **CC** : Activer ou désactiver le sous-titrage codé.
- R) **SILENCE** : Couper le son.
- S) **VOLUME +/-** : Régler le volume des écouteurs.
- T) **CLAVIER NUMÉRIQUE** : Saisie simplifiée de chiffres.
- U) **CHAÎNE +/-** : Sélectionner les chaînes sur la télévision intégrée à la console.
- V) **TV POWER** : Allumer ou éteindre la télévision externe.

FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE 3XE


POUR COMMENCER

- Appuyez sur la touche **UTILISATEUR** pour vous connecter avec votre XID.
- Appuyez sur le bouton **INVITÉ** pour vous entraîner anonymement.
- Appuyez sur le bouton **S'INSCRIRE** pour créer un nouvel XID.
- Pour obtenir de l'aide ou de plus amples informations, appuyez sur **i**.
- Pour modifier la langue, appuyez sur .

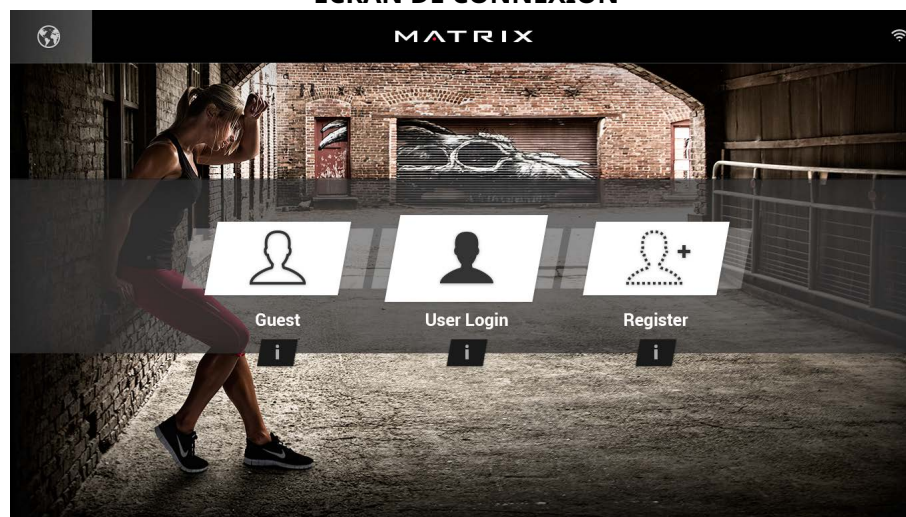
INSCRIPTION UTILISATEUR

- 1) Saisissez votre **XID** et appuyez sur .
- 2) Saisissez votre **MOT DE PASSE** et appuyez sur .

INSCRIPTION EN TANT QUE NOUVEL UTILISATEUR

- 1) Vous n'avez pas de compte xID ? L'inscription est simple.
- 2) Suivez les indications à l'écran pour créer votre compte gratuitement.
- 3) Vérifiez vos renseignements et sélectionnez la case **J'ACCEPTÉ LES CONDITIONS D'UTILISATION** pour lire les Conditions d'utilisation.
- 4) Appuyez sur  pour terminer l'inscription. Votre compte est désormais actif et vous êtes connecté.


ÉCRAN DE CONNEXION



ÉCRAN GO

- Appuyez sur **GO** pour commencer immédiatement l'entraînement. Ou...
- Appuyez sur le bouton **CATÉGORIE D'ENTRAÎNEMENT** de votre choix pour personnaliser votre entraînement.

CONFIGURATION DU PROGRAMME

- 1) Après avoir choisi une **CATÉGORIE D'ENTRAÎNEMENT**, sélectionnez l'un des **PROGRAMMES** énumérés sur la gauche. Pour plus de renseignements concernant le programme sélectionné, appuyez sur .
- 2) Utilisez le **CURSEUR DE CONTRÔLE** pour régler les paramètres du programme.
- 3) Appuyez sur **GO** pour commencer votre entraînement.

Remarque : Les entraînements et les fonctionnalités varient en fonction du type de modèle, de la configuration de la console, de la version du logiciel et des options choisies.



3XE

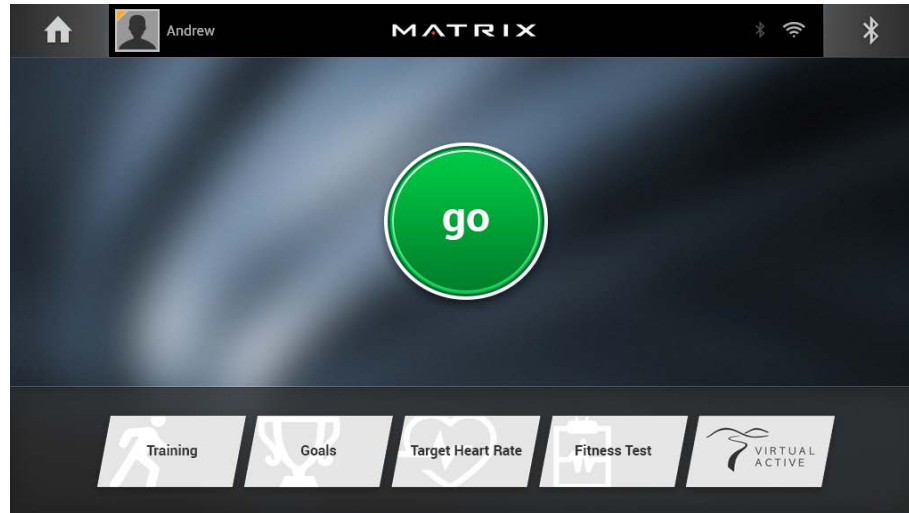
FRANÇAIS



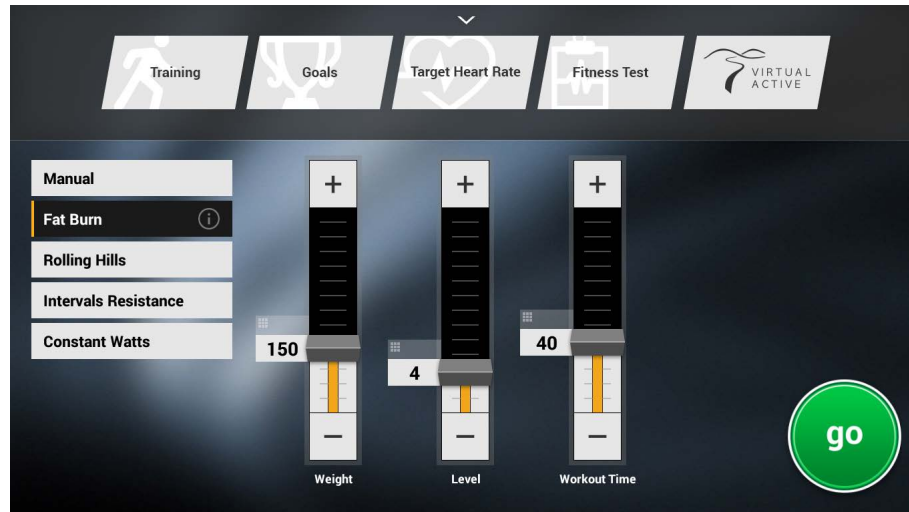
3XE

FRANÇAIS

ÉCRAN GO



CONFIGURATION DU PROGRAMME



Remarque : Les entraînements et les fonctionnalités varient en fonction du type de modèle, de la configuration de la console, de la version du logiciel et des options choisies.

ÉCRAN D'ACCUEIL



ÉCRAN D'ACCUEIL

- Le **NOM D'UTILISATEUR** ou **L'INVITÉ** s'affiche dans le coin supérieur gauche de l'écran.
- Appuyez sur pour modifier les **STATISTIQUES D'ENTRAÎNEMENT** affichées en bas de l'écran.
- Appuyez sur pour revenir à l'écran d'accueil lorsque vous utilisez une application.
- Appuyez sur pour régler le **VOLUME**, coupler un appareil **BLUETOOTH** ou changer la **SOURCE AUDIO** (TV, My Media, Virtual Active, etc.).
- Appuyez sur pour augmenter ou diminuer le niveau d'intensité, la vitesse ou l'inclinaison.
- Appuyez sur pour utiliser le clavier afin de régler le niveau d'intensité, la vitesse ou l'inclinaison. Appuyez sur pour confirmer la modification.
- Appuyez sur pour rétablir le paramètre précédent du niveau d'intensité, de la vitesse ou de l'inclinaison.
- Appuyez sur pour suspendre temporairement votre entraînement et appuyez sur pour le reprendre. **REMARQUE :** Une fois l'entraînement repris, la vitesse, l'inclinaison et le niveau d'intensité sont réinitialisés.
- En pause, appuyez sur pour terminer l'entraînement.
- Appuyez sur pour augmenter ou diminuer la durée de votre entraînement.
- Appuyez sur pour passer en mode récupération. La récupération dure quelques minutes et réduit l'intensité de l'entraînement, ce qui permet à votre corps de récupérer après l'entraînement.
- Appuyez sur pour verrouiller l'écran afin d'éviter les mauvaises manipulations. Appuyez de nouveau sur ce bouton pour déverrouiller l'écran et permettre de naviguer.

APPLICATIONS ET DIVERTISSEMENT



SIMPLE

Les statistiques d'entraînement sont affichées sur trois fenêtres personnalisables.



CIRCUIT

Afficher un circuit de 400 M (1/4 MILE). La fonction Fractionner vous permet de garder une trace de vos tours les plus rapides et d'améliorer votre temps.



VIRTUAL ACTIVE

Les informations sur votre entraînement et les parcours Virtual Active sont affichés. Grâce à Virtual Active, évadez-vous et marchez ou courez dans des environnements exotiques.



FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE

Suivez vos progrès pendant un entraînement en mode Fréquence cardiaque cible.



WATTS CONSTANTS

Suivez vos progrès pendant un entraînement en mode Watts constants.



TEST FITNESS

Suivez vos progrès pendant un entraînement en mode Fitness Test.



MODIFICATION DE L'ENTRAÎNEMENT

Sélectionnez un autre entraînement sans vous arrêter.



MY MEDIA

Connectez et contrôlez des fichiers audio et vidéo à l'écran via le port USB ou le Bluetooth.



TV

Regardez la télévision en direct.



MÉTÉO

Consultez la météo locale.



NAVIGATEUR

Accédez au Web tout en vous entraînant.



CALENDRIER ASSOCIÉ À L'ÉTABLISSEMENT

Consultez le programme des événements de l'établissement ainsi que d'autres renseignements.



YOUTUBE

Naviguez et regardez des vidéos YouTube tout en vous entraînant.



FACEBOOK

Consultez votre page Facebook tout en vous entraînant.



TWITTER

Consultez votre fil Twitter tout en vous entraînant.



NETFLIX

Naviguez et regardez des vidéos Netflix tout en vous entraînant. Compte Netflix nécessaire pour accéder au contenu.



HULU PLUS

Naviguez et regardez des vidéos Hulu Plus tout en vous entraînant. Compte Hulu Plus nécessaire pour accéder au contenu.



VEVO

Naviguez et regardez des vidéos Vevo tout en vous entraînant. Compte Vevo nécessaire pour accéder au contenu.



VUDU

Naviguez et regardez des vidéos Vudu tout en vous entraînant. Compte Vudu nécessaire pour accéder au contenu.



MYFITNESS PAL

Perdez du poids grâce à MyFitnessPal, une façon simple et rapide d'utiliser un compteur de calories.

Remarque : Les entraînements et les fonctionnalités varient en fonction du type de modèle, de la configuration de la console, de la version du logiciel et des options choisies.



3XE

FRANÇAIS

**REMARQUE :**

Cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limites imposées aux appareils numériques de Classe B, en vertu de l'article 15 des réglementations de la FCC. Ces normes visent à assurer une protection suffisante contre les interférences nuisibles dans une installation domestique. Cet appareil produit, utilise et peut émettre de l'énergie radio électrique et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut causer des interférences nuisibles aux communications radio. Il n'existe toutefois aucune garantie que de telles interférences ne se produiront pas dans une installation particulière. Si cet appareil cause des interférences nuisibles à la réception des signaux de radio ou de télévision, ce qui peut être déterminé en allumant et en éteignant l'appareil, nous vous recommandons de corriger ces interférences par l'un des moyens suivants :

- Réorienter ou repositionner l'antenne réceptrice.
- Éloigner davantage l'appareil du récepteur.
- Brancher l'appareil sur un circuit différent de celui du récepteur.
- Contactez votre revendeur ou un technicien radio/TV qualifié pour obtenir de l'aide.

Tout changement ou toute modification, non expressément approuvé par la partie responsable de la conformité, peut annuler vos droits à utiliser cet appareil.

Déclaration de la FCC sur l'exposition aux rayonnements à fréquence radioélectrique :

1. Ce transmetteur ne doit pas être placé à proximité immédiate d'une autre antenne ou d'un autre transmetteur, ou ne doit pas être utilisé conjointement avec ceux-ci.
2. Cet équipement est conforme aux limitations prévues par la FCC pour l'exposition aux irradiations dans un environnement d'accès libre. Une distance minimale de 20 cm doit être respectée entre l'élément à radiations de cet équipement et votre corps.

MATRIX