

# NuStep<sup>®</sup> T5/T5<sup>XR</sup>

Appareil d'entraînement incliné

MANUEL DE L'UTILISATEUR



Transforming Lives<sup>®</sup>



# Sommaire

Introduction .....	4
Instructions de sécurité.....	5-6
Installation et positionnement.....	7
Utilisation de l'adaptateur AC.....	8
Présentation des fonctionnalités du T5 .....	9
T5 StrideLock*.....	10
1-2-3 Partez !.....	11-12
Assise et fonctionnement du siège pivotant corrects.....	13
Fonctionnement dorsi/plantaire de la pédale .....	14
Fonctionnement de la console.....	15
Présentation des programmes .....	16-19
Affichage et exportation des données.....	20-21
Enregistrement des données .....	22
Suivi utilisateur .....	23
Fonctionnalités supplémentaires .....	24
Mode Gestionnaire.....	25-26
Maintenance préventive et dépannage.....	27
Renseignements sur la garantie et le numéro de série .....	28
Obtention de l'assistance à la clientèle et de pièces.....	29
Données techniques .....	30
Remplacement des piles .....	31-32
Notifications de sécurité.....	33-34
Tableaux de CEM.....	35-38
Conformité US FCC et Conformité IEC/EN 55011.....	39
Annexe A.....	40

# Introduction

---

Merci d'avoir acheté l'appareil d'entraînement incliné NuStep T5 ou T5<sup>XR</sup>, la dernière innovation de NuStep, LLC. en matière d'appareils de culture physique pour exercices cardio-vasculaires.

Les appareils T5 et T5<sup>XR</sup> conviennent pour la kinésithérapie, la rééducation cardio-pulmonaire, la médecine sportive et la remise en forme en général.

Les T5 et XR T5<sup>XR</sup> marquent une étape importante pour NuStep dans sa recherche constante du progrès, de la satisfaction du client et de la meilleure qualité possible dans sa catégorie. En tant que société axée sur les besoins de ses clients, NuStep s'est adressée à ses clients, y compris des professionnels de la santé, des experts en culture physique et des utilisateurs à domicile, pour connaître leur opinion sur ce qu'ils désiraient trouver dans un nouveau produit. Les T5 et T5<sup>XR</sup> sont l'aboutissement de ces retours d'information fort utiles.

Les principales nouveautés et améliorations des modèles T5 et T5<sup>XR</sup> comprennent :

- Une conception ergonomique évoluée.
- Un mouvement de marche plus souple
- Un système électronique de freinage silencieux à 15 niveaux de résistance et d'une plus grande précision.
- Une zone de déplacement du pied plus grande et plus basse, facilitant le passage de marche à arrêt.
- Un siège plus grand et plus confortable, qui pivote à 360° pour le passage de marche à arrêt, dans toutes les directions.
- Un grand écran couleur, à résolution brillante, en plusieurs langues.
- Une gamme plus étendue de programmes d'entraînement comprenant Démarrage rapide, Manuel, Profils et Partenaire d'entraînement.
- Une capacité de poids accrue : 500 lb [182 kg] (modèle T5) ou 600 lb [227 kg] (modèle T5<sup>XR</sup>).
- Des pédales surdimensionnées et rembourrées (modèles T5 et T5<sup>XR</sup>) et fonctionnement à flexion dors/plantaire (modèle T5<sup>XR</sup>).

Créatrice de l'appareil d'entraînement incliné, NuStep est à la pointe du développement de systèmes d'exercices corporels complets efficaces, sûrs et faciles à utiliser. Nos produits sont utilisés dans les établissements de soins médicaux, les centres de mise en forme et les maisons de retraite du monde entier, et ont changé la vie de millions d'utilisateurs de NuStep en leur permettant de faire de l'exercice, même s'il leur était impossible d'utiliser d'autres appareils d'entraînement.

Merci d'avoir acheté nos appareils et bienvenue dans le réseau en pleine expansion des utilisateurs de NuStep.

# Instructions de sécurité

	 <b>ATTENTION</b>	 <b>AVERTISSEMENT</b>
<p>Ceci est un symbole d'alerte de sécurité. Il est utilisé pour attirer l'attention sur les instructions pour la sécurité personnelle. Lisez et observez tous les messages de sécurité suivant ce symbole pour éviter une lésion possible ou la mort, par suite d'une mauvaise utilisation.</p>	<p><b>ATTENTION</b> indique une situation potentiellement dangereuse qui, si elle n'est pas évitée, risque d'entraîner des lésions corporelles mineures ou modérées. Cette alerte peut aussi être utilisé pour mettre en garde contre des pratiques dangereuses.</p>	<p><b>AVERTISSEMENT</b> indique une situation potentiellement dangereuse qui, si elle n'est pas évitée, risque d'entraîner la mort ou des blessures graves.</p>

 <b>AVERTISSEMENT</b>
<p>Ne modifiez pas cet appareil sans l'autorisation du fabricant.</p> <p>Un entraînement incorrect ou excessif peut causer des lésions.</p> <p>Les systèmes de contrôle du rythme cardiaque peuvent être inexacts. Un excès d'exercice physique peut entraîner des blessures graves ou mortelles. Si vous ne vous sentez pas bien, arrêtez immédiatement l'exercice.</p>

# Instructions de sécurité



## ATTENTION

Consultez votre médecin avant de commencer un programme d'exercice.

Une surveillance est nécessaire si vous avez un handicap ou un problème médical.

En cas de faiblesse ou d'étourdissement lors de l'utilisation de ce produit, arrêtez aussitôt et consultez un médecin.

Utilisez cet appareil seulement selon les instructions de votre médecin si vous avez n'importe quel type de maladie cardiaque, hypertension, diabète, maladie respiratoire ou tout autre problème médical, ou si vous êtes enceinte.

Lisez ce manuel avant d'utiliser cet appareil et conservez-le pour le consulter à l'avenir.

Portez toujours des chaussures et des vêtements appropriés pour les exercices.

Ne faites pas fonctionner cet appareil s'il semble endommagé ou hors d'usage. Examinez régulièrement l'appareil pour voir s'il est abîmé ou usé. Veillez à remplacer immédiatement les éléments défectueux.

Ne pas effectuer d'entretien ou de réparations sur ce produit pendant l'utilisation.

Veillez à régler correctement la position du siège et des bras pour vous-même. N'allongez pas trop la distance pour vos jambes ou vos bras.

Ne laissez pas les enfants utiliser cet appareil.



## ATTENTION

N'utilisez pas cet appareil en présence d'enfants ou d'animaux domestiques.

Les affichages du rythme cardiaque, des watts, de l'EQMET et des calories ne conviennent pas aux applications pour lesquelles la santé et la sécurité du patient pourraient dépendre de l'exactitude de ces paramètres.

Consultez un médecin avant de fixer le rythme cardiaque visé pour qu'il vous conseille sur le rythme cardiaque souhaité.

L'utilisation du programme du protocole d'exercice exige une surveillance médicale et le respect des directives pour les tests d'exercices.

Le poids maximum de l'utilisateur est de 500 livres (227 kg) pour le modèle T5 et de 600 livres (272 kg) pour le modèle T5<sup>XR</sup>.

Ne soulevez pas cet appareil sans vous faire aider. Le T5 est très lourd. Il pèse 298 livres (135 kg).

Pour éviter de vous blesser ou d'endommager le produit, faites-vous toujours aider pour déplacer cet appareil. Utilisez des techniques de levage correctes.

Pour éviter de vous blesser, n'insérez pas les mains dans les ouvertures du couvercle.

Placez l'appareil sur une surface plane et stable pour assurer son bon fonctionnement. Réglez les pieds de mise à niveau comme il convient.

# Installation et positionnement

## Déballage et installation

Les méthodes de déballage et d'installation des expéditions de T5/T5<sup>XR</sup> sont décrites dans les documents de directives d'installation des T5/T5<sup>XR</sup> fournis à la livraison. Ces directives sont expédiées avec les appareils. Des copies supplémentaires sont disponibles sur demande auprès du service client de NuStep, LLC.

**⚠ ATTENTION**

Le T5/T5<sup>XR</sup> est très lourd. Il pèse 298 livres (135 kg).

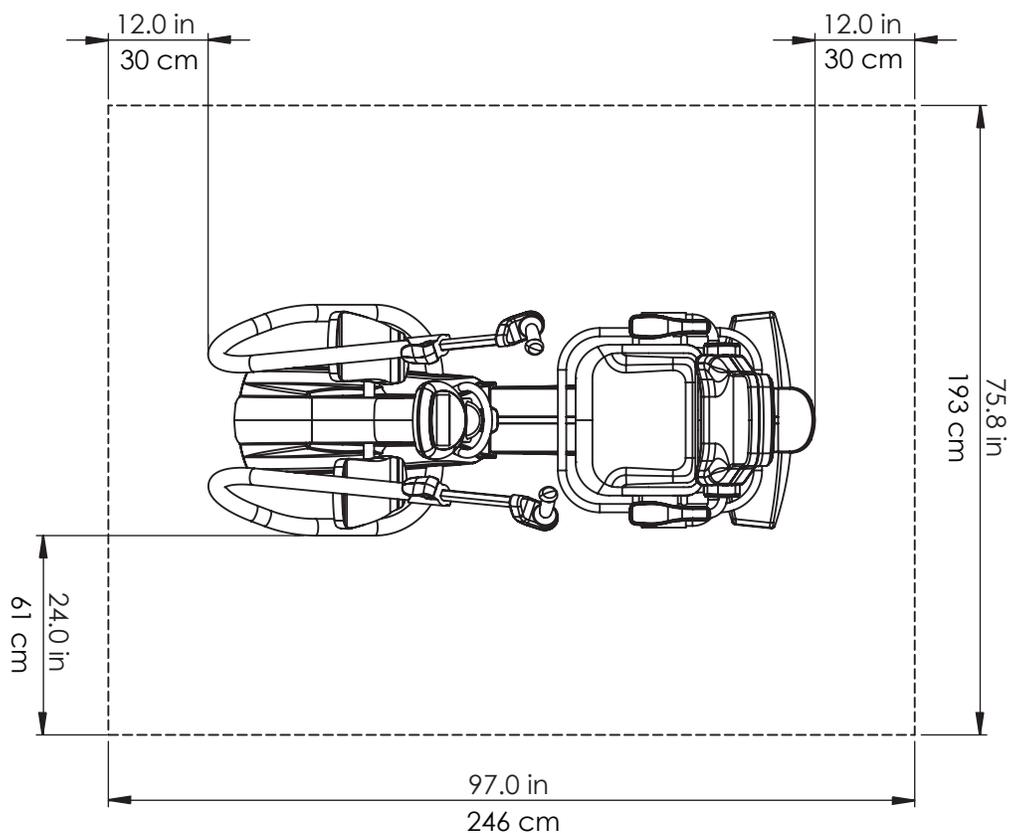
Pour éviter de vous blesser ou d'endommager le produit, faites-vous toujours aider pour déplacer cet appareil.

Utilisez une technique de levage correcte.

## Positionnement de l'appareil

Pour fonctionner de manière sûre et efficace, placez NuStep sur une surface plane et stable. Réglez les pieds de mise à niveau comme il convient.

L'espace libre autour de l'appareil doit être au minimum de 18 po (61 cm) sur les côtés et de 12 pouces (30 cm) à l'avant et à l'arrière. Il est nécessaire de disposer de plus d'espace libre pour l'accès en fauteuil roulant.

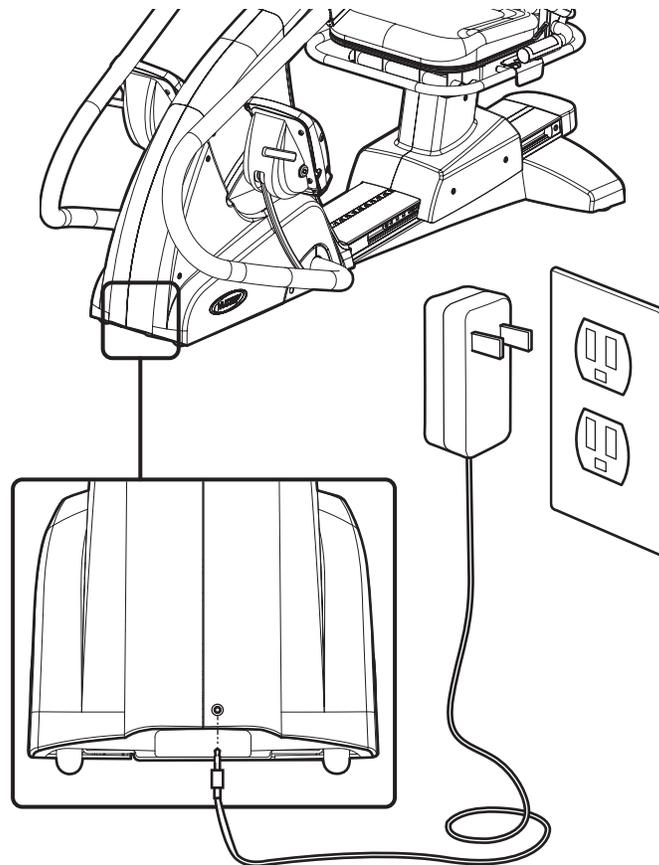


## Utilisation de l'adaptateur AC

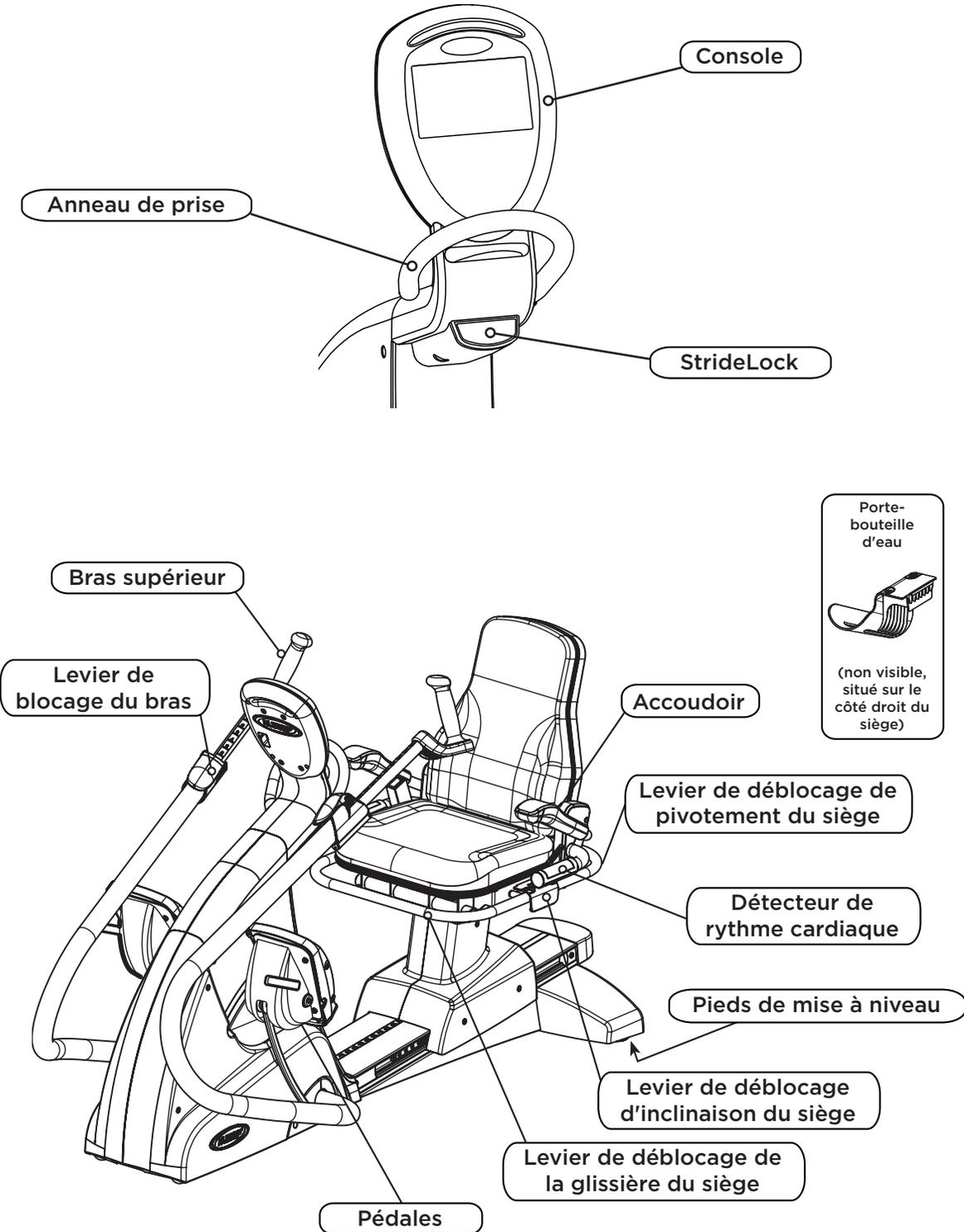
---

Le T5/T5XR est auto-alimenté et n'a généralement pas besoin d'une source d'énergie extérieure. Toutefois, pour assurer son bon fonctionnement, l'appareil doit être branché avec l'adaptateur CA fourni pour les exercices effectués à faible cadence (environ 60 pas à la minute, ou moins). La prise d'adaptateur CA se trouve à l'avant de l'appareil.

Consultez la section des données techniques de ce manuel pour les caractéristiques techniques de l'adaptateur.



# Présentation des caractéristiques du T5



\* Les caractéristiques varient selon le modèle, le T5<sup>XR</sup> étant illustré ci-dessus.

## T5 StrideLock®

---

La fonction StrideLock de NuStep permet à l'utilisateur de verrouiller les bras et les pédales du T5. Verrouiller les bras et pédales stabilise l'appareil et permet à l'utilisateur de monter et descendre plus facilement. Il est aussi plus facile de régler le siège et les bras. Il est recommandé d'utiliser StrideLock lors de la pose d'accessoires facultatifs adaptables tels que le système d'attache du pied et le stabilisateur de jambe. (Pour en savoir plus au sujet de nos accessoires facultatifs, veuillez visiter notre site Web, [nustep.com](http://nustep.com).) Veuillez suivre les instructions qui suivent pour utiliser StrideLock.

1. Placez les bras et pédales dans la position souhaitée en tirant sur la poignée de l'un des bras.



2. Pour verrouiller les bras et pédales, poussez sur le bouton StrideLock. Vérifiez que le verrouillage est enclenché en poussant ou en tirant sur la poignée du bras.



3. Pour déverrouiller les bras et pédales, poussez de nouveau sur le bouton StrideLock.



Remarque : N'essayez pas de verrouiller StrideLock pendant que les bras et pédales sont en mouvement.

# 1-2-3-PARTEZ

Appuyez sur le bouton Mode d'emploi sur la console pour voir cette information sur l'écran de la console.

## 1. RÉGLER LA DISTANCE DU SIÈGE



- Soulevez le levier avant de déblocage du siège.
- Déplacez le siège pour que le genou soit légèrement plié et la jambe presque totalement tendue.



## 2. RÉGLER L'INCLINAISON DU DOSSIER (MODÈLE T5<sup>XR</sup> UNIQUEMENT)



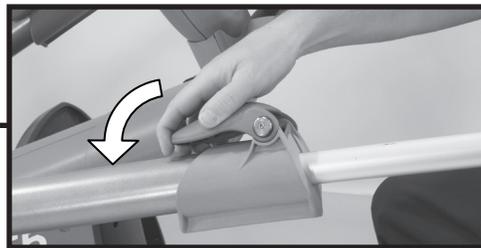
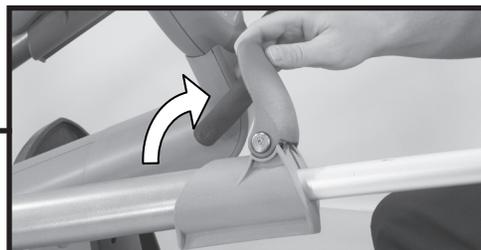
- Soulevez le levier central d'inclinaison du siège.
- Réglez le dossier dans une position confortable, puis relâchez le levier d'inclinaison du siège.
- Inclinaison possible jusqu'à 12°.



# 1-2-3-PARTEZ

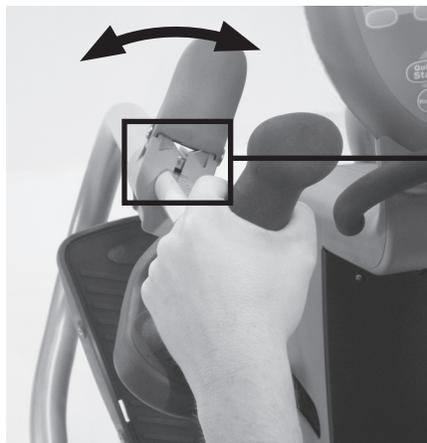
## 3A. RÉGLER LA DISTANCE DES POIGNÉES

- Levez le levier bleu de déblocage sur les bras pour débloquer les poignées du bras.
- Réglez les poignées jusqu'à ce que le coude soit légèrement plié quand le bras est tendu (dans de nombreux cas, ce nombre correspond à la position du siège).
- Appuyez sur le levier bleu de déblocage pour bloquer en position.

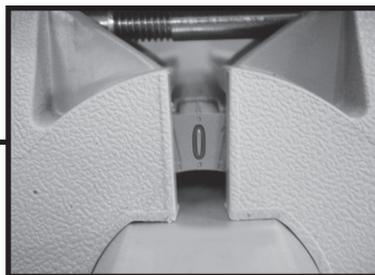


## 3B. RÉGLER LA ROTATION DU BRAS (MODÈLE T5<sup>XR</sup> UNIQUEMENT)

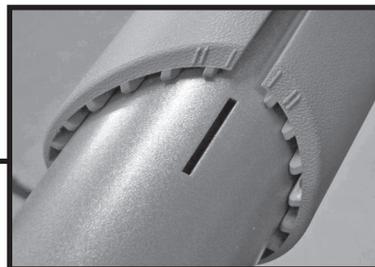
- Levez le levier bleu de dégagement pour débloquer le bras supérieur et faire tourner le bras (vers l'intérieur ou l'extérieur).
- Chaque numéro ou clic représente une **rotation de 10 degrés**. Une fois le réglage effectué, appuyez sur le levier bleu de dégagement pour verrouiller.



*Vue de l'utilisateur*



*Vue du praticien*



## Assise correcte sur le T5

Après avoir réglé le T5, vos bras et vos jambes doivent être légèrement pliés en étant presque complètement étendus lors des exercices sur le T5.



### ATTENTION

**Un entraînement incorrect ou excessif peut causer des lésions.**

**Veillez à ce que le siège et les bras soient réglés sur des positions biomécaniquement correctes.**

**N'allongez pas trop la distance pour vos jambes ou vos bras.**



## Fonctionnement du siège pivotant

- Levez le levier arrière de déblocage du pivotement.
- Faites pivoter le siège vers la gauche ou la droite pour vous y asseoir et en descendre.
- Le siège peut pivoter à 360° et se verrouiller tous les 45°.

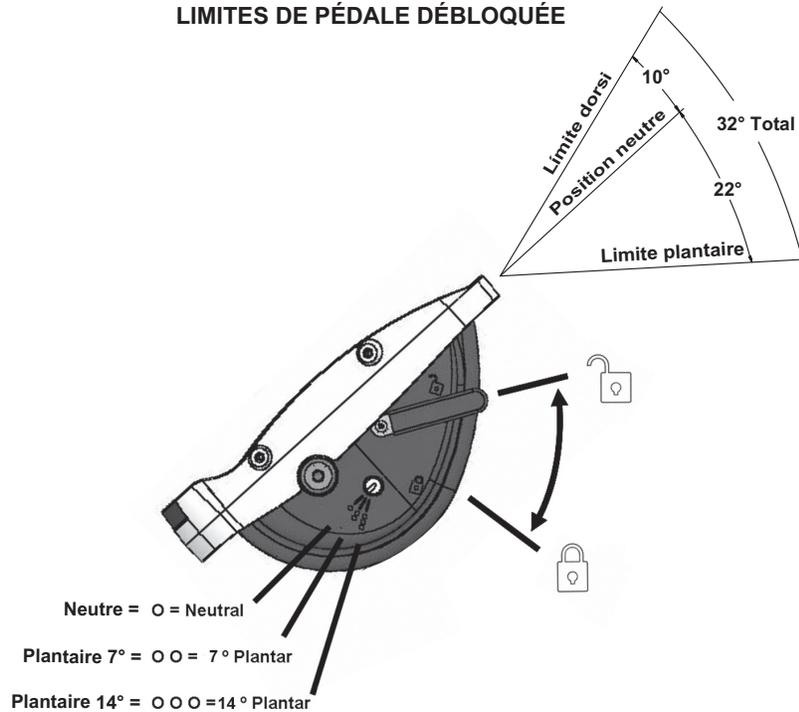
*Remarque : Pour raison de sécurité, il n'est pas possible de faire glisser le siège vers l'avant ni vers l'arrière, à moins qu'il ne soit tourné vers l'avant.*



# Fonctionnement dorsi/plantaire. (T5<sup>XR</sup> uniquement)

- Débloquez pour le fonctionnement dorsi/plantaire.
- Verrouillez dans n'importe laquelle des trois positions pour régler l'angle.

## LIMITES DE PÉDALE DÉBLOQUÉE



## POSITIONS DE PÉDALE BLOQUÉE

# Fonctionnement de la console

La console du T5 NuStep est facile à utiliser. Une **fonction automatique marche/arrêt** met la console en marche dès que vous déplacez les poignées des bras ou les pédales et l'arrête automatiquement quand vous vous cessez les exercices pendant trois minutes.

La console passe directement au programme **Démarrage rapide** (Quick Start) quand vous déplacez les poignées des bras et les pédales ou si vous appuyez sur n'importe quel bouton.

Pour changer de programme, appuyez sur le bouton **Changer de programme** (Change Program).



## A. Centre d'information :

Il affiche les données des séances pratiquées par l'utilisateur et règle les écrans d'installation pour entrer les informations.

## B. Boutons programmables :

Choisissez les différents boutons pour changer les informations affichées ou les programmes.

## C. Boutons de flèche vers le haut et vers le bas :

Utilisez les flèches vers le haut et vers le bas pour ajuster des valeurs ou la charge de travail. Appuyez sur le bouton vers le haut ou vers le bas et maintenez-le enfoncé pour un défilement plus rapide.

## D. Démarrage rapide (Quick Start) :

Sélectionnez ce bouton pour commencer directement une séance. Ceci évitera des réglages.

## E. Réinitialiser (Reset) :

Choisir Réinitialiser entraîne la réinitialisation totale de toutes les informations.

## F. Entrer (Enter) :

Choisissez Entrer pour saisir les informations.

## G. Informations :

Ce bouton dépend du contexte et explique les informations à l'écran.

## H. Indicateur d'état de veille :

L'indicateur d'état de veille clignote pendant que la batterie est en charge lorsque les appareils d'entraînement inclinés T5 et T5<sup>XR</sup> sont branchés et non utilisés. Lorsque la charge est terminée, l'indicateur d'état de veille reste allumé sans clignoter.

# Présentation des programmes

## Démarrage rapide



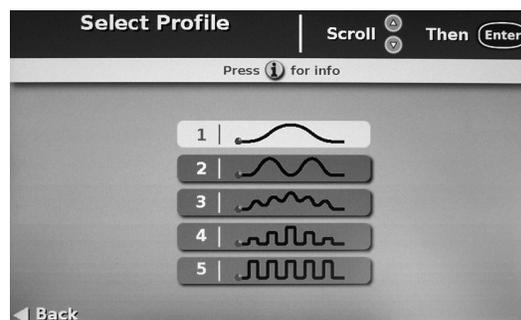
Ce programme démarre automatiquement en déplaçant simplement les poignées des bras ou les pédales. Il évite aussi la saisie des informations concernant l'objectif. L'utilisateur peut changer manuellement la charge de travail, comme désiré, en utilisant les boutons à flèches vers le haut et vers le bas.

## Manuel



Ce programme ressemble beaucoup à Démarrage rapide. Il exige cependant que l'utilisateur entre des informations sur son poids et ses objectifs. L'utilisateur peut aussi entrer un objectif de temps, distance ou calories.

## Profils



Ce programme propose cinq profils pour différents niveaux de séquences d'entraînement.

## Partenaire d'entraînement



Permet à l'utilisateur d'entrer une valeur de Partenaire d'entraînement basée sur EQMET (METS) (Équivalent métabolique du travail effectué), les watts ou les pas par minute (PPM) (SPM). L'utilisateur peut ensuite se mesurer au Partenaire d'entraînement.

# Présentation des programmes

## Rythme cardiaque cible (RCC) (Target Heart Rate) (T5<sup>XR</sup> uniquement)



Ce programme règle la charge de travail des exercices pour maintenir le rythme cardiaque de l'utilisateur dans la plage cible. L'utilisateur entre son RCC avant de commencer la séance. La plage du rythme cardiaque cible se calcule selon la formule suivante :  $[RCC = (220 - \text{age}) * X\%]$ . L'intensité de l'exercice est contrôlé par la variable X%. La limite inférieure X% est de 0,50 et la limite supérieure est 0,85. La formule cardiaque et les limites de la plage cible sont basées sur les directives du American College of Sports Medicine (ACSM) (Collège américain de médecine sportive) et de l'American Heart Association (AHA) (Association américaine de cardiologie). L'utilisateur peut régler les paramètres RCC à n'importe quel moment pendant la séance. La phase d'échauffement dure jusqu'à ce que l'utilisateur soit environ à 10 battements de rythme cardiaque cible par minute (BPM). Remarque : Il est nécessaire de porter un transmetteur de rythme cardiaque en utilisant ce programme.

 **ATTENTION**

**Consultez un médecin pour des conseils sur la gamme du RCC.**

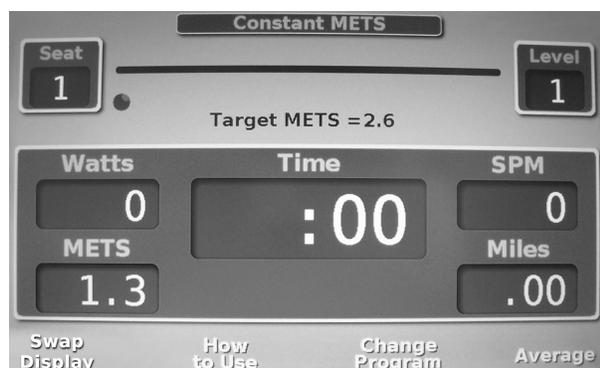
## Vitesse constante (isocinétique) (T5<sup>XR</sup> uniquement)



Ce programme permet aux utilisateurs de s'entraîner à une cadence de marche constante. L'utilisateur entre le nombre de pas par minute (PPM) avant de commencer l'exercice. Le programme règle la charge de travail pour que la vitesse PPM de l'utilisateur reste constante. Si la vitesse des pas de l'utilisateur dépasse le paramètre PPM, la charge de travail augmente. Si la vitesse des pas de l'utilisateur tombe en dessous du paramètre PPM, la charge de travail diminue. L'utilisateur peut diminuer la vitesse PPM à n'importe quel moment de la séance. Remarque : à des vitesses très lentes ou très rapides, le programme fait de son mieux pour que la vitesse de l'utilisateur reste constante, mais ses capacités sont limitées et des messages instantanés avertissent l'utilisateur de ces extrêmes.

# Présentation des programmes

## Puissance continue (Constant Power) (T5<sup>XR</sup> uniquement)



Ce programme permet aux utilisateurs de s'entraîner à effort constant. L'utilisateur entre le niveau de watts désiré ou EQMET (MET) avant de commencer l'entraînement. Ce programme adapte la charge de travail en réponse à la vitesse et à la longueur de pas de l'utilisateur pour maintenir ses niveaux de watts ou de MET à un taux constant. Si la vitesse et la force de pas de l'utilisateur donne des niveaux de watt/MET supérieurs à la saisie indiquée, la charge de travail diminue. Si la vitesse et la force de pas de l'utilisateur donne des niveaux de watt/MET inférieurs à l'entrée indiquée, la charge de travail augmente. L'utilisateur peut régler le paramètre watts/MET à n'importe quel moment pendant les séances. Remarque : des messages instantanés avertissent l'utilisateur qu'il va trop vite et génère plus d'énergie que l'entrée indiquée, ou qu'il va trop lentement et génère moins d'énergie que l'entrée indiquée.

## Protocole d'exercice (Exercise Protocol)(T5<sup>XR</sup> uniquement)



Ces programmes de protocole d'exercice sont conçus pour être administrés en milieu médical. Si ces programmes sont activés, les protocoles modifient progressivement les watts toutes les 2 minutes en mode puissance constante sur 8 phases.

- Le protocole mTBRS-XT est destiné aux personnes sédentaires et aux patients ayant souffert d'un AVC.<sup>1</sup>
- Le protocole TBRS-XT est destiné aux personnes de 18 à 45 ans en bonne santé<sup>2</sup>

Pour être activés ces programmes doivent être en Mode gestionnaire conformément à la sélection du protocole d'exercice.

**⚠ ATTENTION**

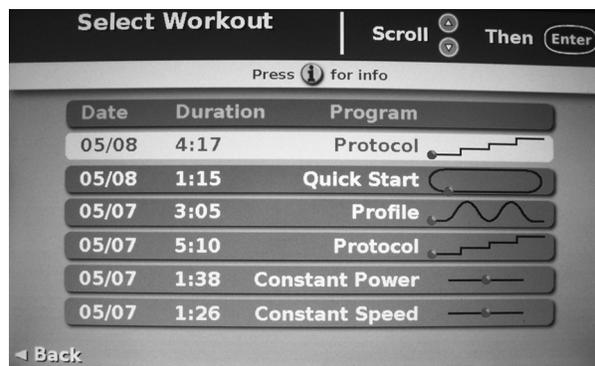
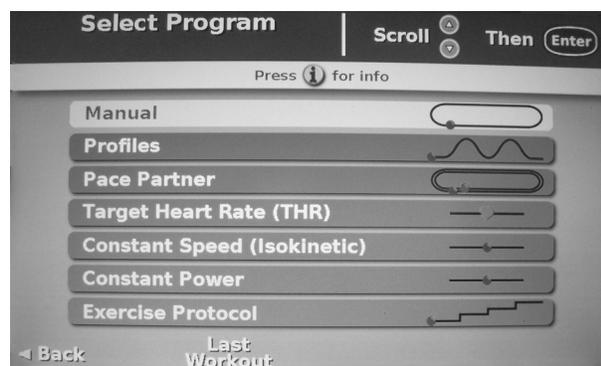
**Ce programme nécessite une surveillance médicale et doit se conformer aux directives pour tester les exercices.**

<sup>1</sup> Sandra A. Billinger, Benjamin Y. Tseng, Patricia M. Kluding , "Modified Total-Body Recumbent Stepper Exercise Test for Assessing Peak Oxygen Consumption in People With Chronic Stroke," Physical Therapy 88:10 (Octobre 2008)

<sup>2</sup> Sandra A. Billinger, Janice K. Loudon, Byron J. Gajewski, "Validity Of A Total Body Recumbent Stepper Exercise Test To Assess Cardiorespiratory Fitness," Journal of Strength and Conditioning Research 22:5 (Septembre 2008)

# Présentation des programmes

## Mode domicile/dernier entraînement (Home Mode / Last Workout)



Si cette fonction est activée, les utilisateurs peuvent sélectionner Dernier entraînement sur l'écran Sélectionner programme (Select Program) en appuyant sur le bouton programmable deux. Les utilisateurs peuvent ainsi sélectionner n'importe lequel des six derniers entraînements. Tout entraînement sélectionné aura un contenu identique à celui qui a été choisi lors de cet entraînement. Cette fonction permet à l'utilisateur de sélectionner facilement un entraînement précédent sans entrer de nouveau les données. Pour être activée, cette fonction doit être en Mode gestionnaire sous la sélection Mode domicile.

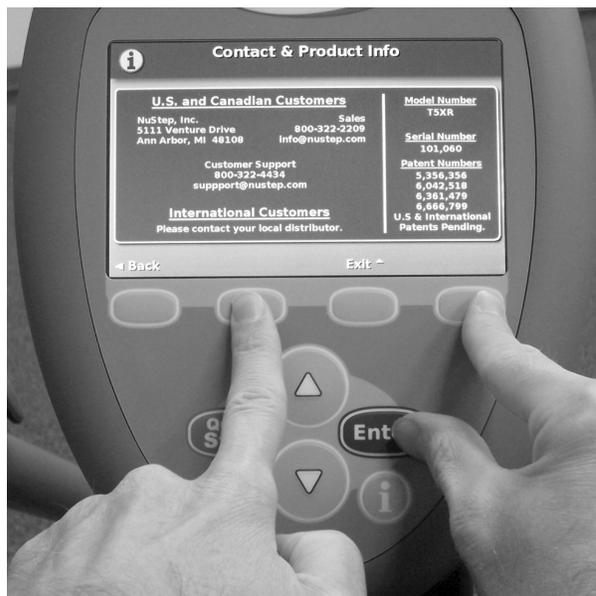
# Affichage et exportation des données

## Affichage et exportation des données du produit et de l'entraînement

Les utilisateurs peuvent consulter les statistiques cumulées du produit, celles de l'utilisateur et celles des 200 derniers entraînements individuels de l'utilisateur à partir du Menu d'utilisation en Mode gestionnaire. L'accès au Menu d'utilisation ne peut se faire qu'à partir du menu Mode gestionnaire.

Pour entrer le Mode gestionnaire :

- Appuyez sur le bouton programmable Mode d'emploi.
- Appuyez sur la flèche vers le bas pour accéder à l'écran Contact et Infos sur le produit, et appuyez sur Entrée.
- Une fois que l'écran Contacts et infos produit (Contact and Product) apparaît, appuyez simultanément sur les deuxième et quatrième boutons programmables et Entrer (comme illustré) et maintenez-les enfoncés.



Sélectionnez Menu d'utilisation sur l'écran du menu Mode gestionnaire.



Dans le Menu utilisation (Usage Menu), sélectionnez Statistiques cumulées du produit (Cumulative Product Statistics), Statistiques cumulées de l'utilisateur (Cumulative User Statistics) ou Suivi de l'utilisateur (User Tracking) pour afficher ou exporter des données.



# Affichage et exportation des données

## Exportation des données

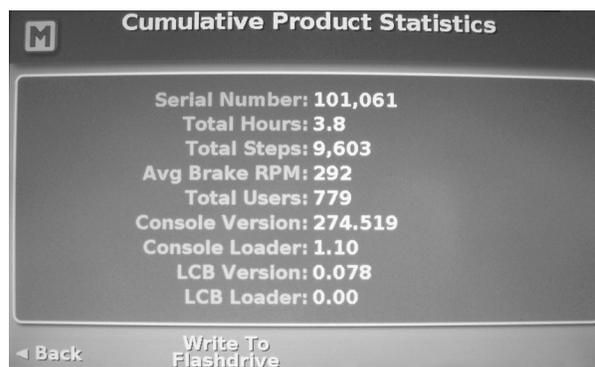
Les données cumulées sur le produit et son utilisation peuvent être exportées à partir de l'écran Statistiques cumulées du produit ou Statistiques cumulées de l'utilisateur. Les données sur l'entraînement de l'utilisateur peuvent être importées à partir des écrans Suivi de l'utilisateur.

Pour exporter des données, insérez une clé USB au dos de la console et appuyez sur le bouton programmable Écrire à Flashdrive.



## Statistiques produit cumulées (Cumulative Product Statistics)

L'écran de statistiques produit cumulées donne un aperçu de l'utilisation du produit, y compris des versions du logiciel et du degré d'utilisation du produit. L'accès à cet écran peut aussi s'effectuer depuis n'importe quel écran d'entraînement en appuyant simultanément sur le premier bouton programmable et Entrer.

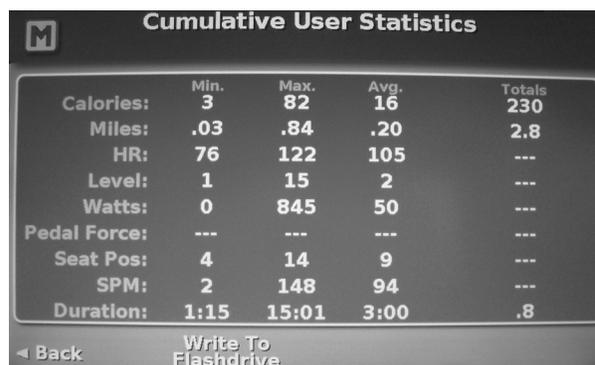


Cumulative Product Statistics	
Serial Number:	101,061
Total Hours:	3.8
Total Steps:	9,603
Avg Brake RPM:	292
Total Users:	779
Console Version:	274.519
Console Loader:	1.10
LCB Version:	0.078
LCB Loader:	0.00

◀ Back Write To Flashdrive

## Statistiques utilisateur cumulées (Cumulative User Statistics)

L'écran des statistiques utilisateur cumulées donne un aperçu de la manière dont l'appareil est utilisé par tous les utilisateurs.



Cumulative User Statistics				
	Min.	Max.	Avg.	Totals
Calories:	3	82	16	230
Miles:	.03	.84	.20	2.8
HR:	76	122	105	---
Level:	1	15	2	---
Watts:	0	845	50	---
Pedal Force:	---	---	---	---
Seat Pos:	4	14	9	---
SPM:	2	148	94	---
Duration:	1:15	15:01	3:00	.8

◀ Back Write To Flashdrive

# Enregistrement de données

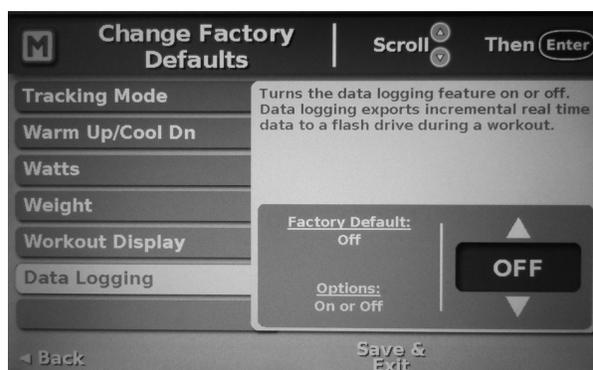
## Enregistrement de données

La fonctionnalité d'enregistrement de données offre une option d'exportation supplémentaire aux utilisateurs du T5. Quand cette fonctionnalité est activée en mode Gestionnaire et qu'une clé USB est installée à l'arrière de la console, les données incrémentielles de la séance d'entraînement seront enregistrées sur cette clé toutes les 20 secondes. Un utilisateur peut retirer la clé USB et charger les données sur un PC. Les données sont enregistrées sur la clé USB en fichier texte délimité par virgule sous le nom user.txt.



## Activation d'enregistrement de données

Pour activer l'enregistrement de données, cette fonctionnalité doit être activée en mode Gestionnaire.



# Suivi utilisateur

## Suivi utilisateur

L'écran de Suivi utilisateur permet d'afficher ou d'exporter les données d'entraînement des 200 dernières séances individuelles. Remarque : cette fonction fait toujours le suivi des 200 derniers entraînements et les données sont dans l'ordre premier entré, premier sorti (FIFO) Si vous voulez faire le suivi d'un n° d'identification personnel (PIN) avec un entraînement, vous devez actionner le Suivi utilisateur en Mode gestionnaire.



The screenshot shows the 'User Tracking' screen with a list of records. The records are organized into two columns. The top of the screen has a title bar with 'User Tracking', 'Scroll' (with up and down arrows), and 'Then' (with an 'Enter' button). Below the title bar, it says 'Records 001 - 010 of 200'. The records are as follows:

Date	Time	User ID	Date	Time	User ID
05/08	14:55	-----	05/07	14:59	-----
05/08	14:49	-----	05/07	14:58	-----
05/07	15:17	-----	05/07	14:45	-----
05/07	15:07	-----	05/07	14:04	-----
05/07	15:02	-----	05/07	12:45	-----

At the bottom of the screen, there are three buttons: 'Usage Menu', 'Write All To Flashdrive', and 'MM ^ Menu'.

Pour afficher ou exporter des relevés d'entraînements individuels, faites défiler les relevés de séance et sélectionnez le relevé désiré. Les relevés d'entraînement donnent un résumé complet de l'entraînement.



The screenshot shows the 'User Tracking' screen displaying detailed statistics for a specific record. The record information is as follows:

Record: 13	Start: 05/06/09 10:56	ID: 101
Program: Protocol	Duration: 1:44	Age: 40
TBRS-XT		Pounds: 180
Goal Time: 16:00		Seat Position: 14

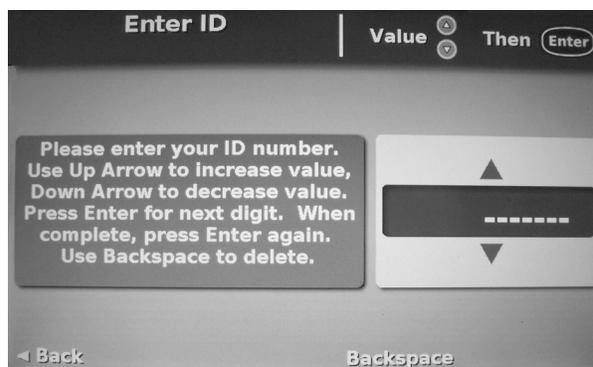
  

	Min.	Max.	Avg.	Totals
HR:	---	---	---	Calories: 7
Watts:	18	49	39	Steps: 294
METS:	2.0	3.1	2.7	Miles: .16
SPM:	68	112	103	Stages: 0

At the bottom of the screen, there are three buttons: 'Back', 'Write Record To Flashdrive', and 'MM ^ Menu'.

## Activation du Suivi utilisateur

Pour mieux préciser le suivi des données de l'utilisateur et afficher les résultats, il est conseillé de mettre Suivi utilisateur en Mode gestionnaire. Ainsi, les utilisateurs peuvent entrer un numéro d'identification personnel (PIN) de six chiffres au plus avant chaque séance d'entraînement. Les données de leur séance sont ensuite suivies par ce PIN. Les utilisateurs qui ne souhaitent pas utiliser de PIN quand la fonction Suivi utilisateur est activée peuvent simplement appuyer deux fois sur le bouton Entrer pour éviter cet écran d'entrée avant une séance d'entraînement.



The screenshot shows the 'Enter ID' screen with instructions for entering a PIN. The instructions are as follows:

Please enter your ID number. Use Up Arrow to increase value, Down Arrow to decrease value. Press Enter for next digit. When complete, press Enter again. Use Backspace to delete.

At the bottom of the screen, there are two buttons: 'Back' and 'Backspace'.

## Autres fonctions

---

### **Programmation à la volée**

Cette fonction permet à un utilisateur de changer le programme à tout moment pendant une séance. Remarque : une séance d'entraînement doit durer 60 secondes et parcourir 0,3 miles (0,5 km) si vous voulez transférer les données de la séance vers un autre programme, sinon, elle repart à zéro. Remarque : Cette fonction n'est pas disponible pour les programmes de protocole d'exercices

### **Mode d'économie de la batterie**

Pour économiser la batterie pendant les périodes d'inactivité, le produit se mettra en mode économie au bout de deux semaines, pour préserver la batterie. Pour supprimer cet état, il suffit de marcher très rapidement. Bien que cette fonction soit automatique, elle peut aussi être activée manuellement quand l'appareil est arrêté en appuyant sur n'importe quel bouton pendant dix secondes.

### **Bouton Moyenne**

Quand le bouton Moyenne est enfoncé, les moyennes des séances cumulées s'affichent sur l'écran de la console pendant six secondes. La console reviendra automatiquement à l'écran de la séance, ou vous pouvez appuyer sur le bouton programmable Continuer l'entraînement pour retrouver plus tôt l'écran de la séance d'entraînement.

### **Charge 0 (zéro)**

Charge 0 donne une charge de travail encore plus basse que Charge 1. Charge 0 s'affiche et fonctionne seulement quand l'appareil est branché sur le secteur et fournit la charge de travail absolue la plus basse possible.

### **Capacité de programmation de mémoire flash**

Pour mettre au niveau de la dernière version logicielle, téléchargez la dernière version sur une clé USB et insérez-la de nouveau dans la console pendant que l'appareil T5 est à l'arrêt. Mettez l'appareil en marche et le processus de reprogrammation commencera automatiquement. Ne retirez pas la clé USB avant d'être averti que la reprogrammation est terminée.

### **Mode d'emploi**

Accédez à toutes les informations avec le bouton Mode d'emploi disponible pendant toute séance. Ce bouton permet à l'utilisateur de trouver la manière d'utiliser le produit. Remarque : un i bouton dépendant du contexte est également disponible.

# Mode gestionnaire

Le Mode gestionnaire (Manager Mode) permet au personnel autorisé de changer les paramètres d'usine par défaut (consultez la liste des paramètres par défaut à la page suivante).

## Pour accéder au Mode gestionnaire :

- Appuyez sur le bouton programmable Mode d'emploi.
- Appuyez sur la flèche vers le bas menant au titre Contacts et infos produit et appuyez sur Entrer.

## Une fois dans l'écran Contact et Produit :

- Appuyez simultanément sur le 2e et le 4e bouton programmables et maintenez-les enfoncés, puis appuyez sur Entrer (comme indiqué).

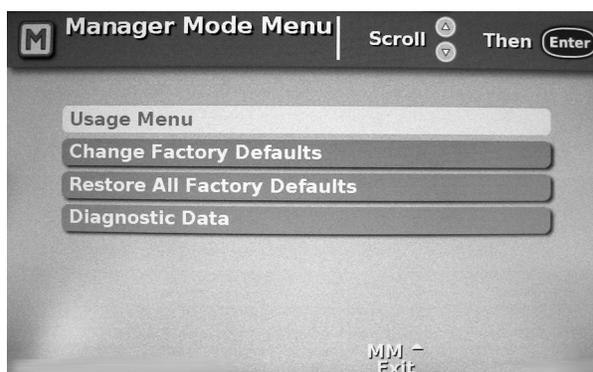


**Menu d'utilisation (Usage Menu)** Affichez les statistiques cumulées, la version du microprogramme et les données de la séance de l'utilisateur.

**Changer paramètres d'usine par défaut (Change Factory Defaults)** Vous permet de personnaliser les paramètres selon vos besoins.

**Restaurer tous les paramètres d'usine par défaut (Restore All Factory Defaults)** Restaure l'ensemble des paramètres de sortie d'usine par défaut d'usine.

**Données de diagnostic (Diagnostic data)** Appelle l'écran de diagnostic



## Pour changer un paramètre par défaut :

- Choisissez Changer les paramètres d'usine par défaut (Change Factory Defaults).
- Faites défiler vers le haut ou vers le bas pour accéder à ce paramètre, par exemple Âge.
- Appuyez sur Entrer (Enter) et le paramètre par défaut choisi sera en surbrillance en rouge.
- Utilisez les flèches vers le haut ou le bas pour choisir le nouveau paramètre par défaut (la console montre à la fois le paramètre d'usine par défaut et la plage pour chaque réglage).
- Appuyez sur Entrer pour entrer le nouveau paramètre par défaut.
- Utilisez le défilement pour accéder à d'autres paramètres.
- Appuyez sur Enregistrer et Quitter (Save & Exit) à tout moment pour sauvegarder vos paramètres et quitter le mode gestionnaire.



# Mode gestionnaire

PARAMÈTRES	PAR DÉFAUT	PLAGE / OPTIONS
Rétroéclairage-LCD	7	1 - 10 valeurs de rétroéclairage, 10 étant la plus élevée.
Unités anglaises/ métriques	Anglaises	Sélectionnez unités de mesures anglaises ou métriques.
Protocole d'exercice	Arrêt	Met en marche ou arrête le protocole de programme.
Cible : Calories	188	5 - 3500 calories. Fixe la valeur la plus probable affichée au cours de l'installation du programme. Règle aussi la limite maximale des calories.
Cible : Distance	2,25	0,1 - 10 milles (0,16 - 16 km). Fixe la valeur la plus probable affichée au cours de l'installation du programme. Règle aussi la distance limite maximale.
Cible : Heure	40	1 - 99 minutes. Fixe la valeur la plus probable affichée au cours de l'installation du programme. Règle aussi la durée limite maximale.
Mode domicile	Arrêt	Met en marche ou arrête la fonction Mode domicile.
Langue	Anglaises	chinois, danois, anglais, néerlandais, français, allemand, italien, japonais et espagnol
EQMET	2,6	1,0 - 27,0 EQMET
Son	Généralités : Faible Événements : Faible Alarmes RCC : Méd Chaque pas : Arrêt	Règle le volume général, celui des événements significatifs, la plage des alarmes RCC et peut déclencher un son à chaque pas.
Pas par minute	100	25 - 2,00 pas par minute
RCC	70	0,55 - 0,90 Règle le pourcentage utilisé pour calculer le rythme cardiaque cible affiché lors du paramétrage du programme ou en portant une sangle thoracique. Basé sur les directives ACSM.
Heure - fonction Fuseau horaire	Temps écoulé Heure de la côte Est	Temps écoulé ou restant pour la séance d'entraînement comme premier choix. L'heure et la date peuvent être réglées sur n'importe quel fuseau horaire.
Mode de suivi	Arrêt	Met en marche ou arrête le Mode de suivi.
Échauffement/ Récupération	12,5%	5 - 12,5% du temps de la séance d'entraînement. Définit le pourcentage de durée des phases échauffement et récupération sur la base de la cible totale entrée, selon les directives ASCM. Le paramètre par défaut est 12,5% d'échauffement, 75% d'entraînement et 12,5% de récupération.
Watts	60	25 - 400 watts
Poids	180 livres (82 kg)	75 - 500 livres (34-182 kg) pour le modèle T5 ou 75 - 600 livres (34-227 kg) pour le modèle T5 <sup>XR</sup> .
Affichage des informations de la séance	Calories, Distance	Sélectionne calories ou EQMET, distance ou pas.

# Maintenance préventive

## Intervalles de maintenance préventive

Bien que le T5 soit conçu pour être sans entretien, il est recommandé d'effectuer quelques tâches pour augmenter la durée de vie utile du produit. Veuillez suivre les intervalles de maintenance préventive recommandés en fonction du degré de l'utilisation qui est faite de l'appareil NuStep. Il s'agit d'intervalles estimatifs et vous pouvez avoir besoin d'augmenter ou de diminuer le laps de temps entre les maintenances préventives, selon l'usage réel. Reportez-vous à l'annexe A pour avoir des informations supplémentaires sur l'entretien préventif et les réparations en milieu clinique.

ARTICLE	TÂCHE	FRÉQUENCE
Console	*Nettoyer	Chaque semaine
Couvercles et cadre	*Nettoyer	Chaque semaine
Siège	*Nettoyer	Chaque semaine

\*Utilisez un nettoyeur aérosol non abrasif et un chiffon doux pour nettoyer le NuStep.

## Résolution des problèmes

FONCTIONNEMENT DÉFECTUEUX	CAUSE POTENTIELLE	ACTION CORRECTIVE
Pas de rythme cardiaque avec port de sangle thoracique	Électrodes de la sangle pectorale pas assez humides.	Humidifiez la sangle pectorale.
	Utilisateur ne porte pas de transmetteur codé sur la sangle.	Contactez NuStep pour commander un transmetteur codé.
	Pile de transmetteur de la sangle épuisée.	Contactez Polar USA <a href="http://www.polarusa.com">www.polarusa.com</a> .
	Électrodes du transmetteur non directement en contact avec la peau.	Examinez les instructions pour l'emplacement correct du transmetteur de la sangle.
Absence rythme card. en serrant poignées	Acquisition du contact de rythme cardiaque exige 12 à 15 secondes.	Tenez les deux poignées jusqu'à apparition du rythme cardiaque.
	Variation de tension ou de position des poignées de contact.	Serrez les poignées de contact de manière constante et uniforme.
	Détecteurs tenus d'une seule main.	Saisissez les deux détecteurs.
	Mains trop humides.	Séchez vos mains.

# Garantie T5

Pour afficher ou imprimer la garantie du T5 en ligne, consultez : [www.nustep.com](http://www.nustep.com)

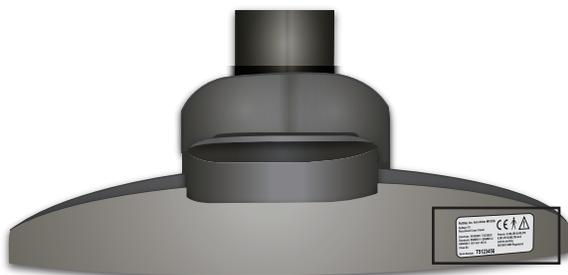
Si vous avez des questions sur la garantie, veuillez contacter le Service Clients, 800-322-4434 ou [support@nustep.com](mailto:support@nustep.com).

Les clients situés en dehors des États-Unis ou du Canada peuvent obtenir des renseignements sur la garantie auprès du distributeur local dans le pays d'achat du produit.

## Informations concernant le numéro de série du T5

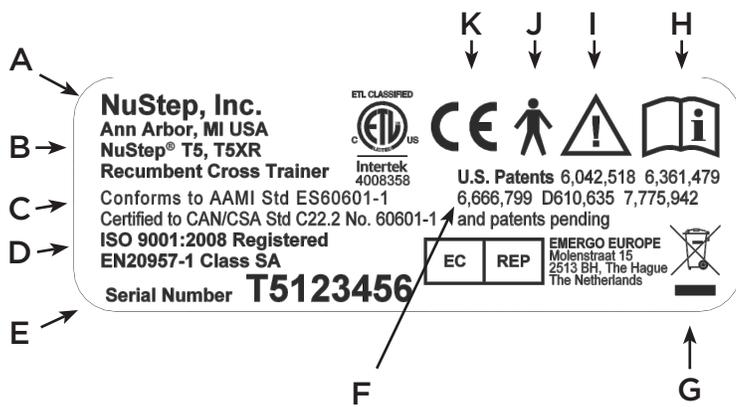
### Emplacement sur le produit :

le numéro de série du T5 se trouve en bas, à l'arrière (voir image ci-dessous) et sur l'écran d'affichage de la console.



### Affichage sur l'écran de la console :

Appuyez sur le bouton Mode d'emploi, flèche vers le bas pour Contacts et infos produit, puis appuyez sur le bouton Entrer.



A	Nom et adresse du fabricant
B	Número du modèle et description du produit
C	Conformité aux directives et normes
D	Système de gestion de la qualité enregistré à la norme ISO
E	Número de série et date de fabrication
F	Protection du brevet pour le produit
G	Marque de la directive DEEE
H	Consulter le manuel d'utilisation avant usage
I	Attention : lire les documents ci-joints
J	Pièce de Type B demandée pour la sécurité électrique
K	Marque CE

# Obtention d'assistance à la clientèle et de pièces

---

## ÉTAPE 1

### Identifier le problème.

Parlez à la personne qui a signalé le problème pour bien comprendre de quoi il s'agit.

## ÉTAPE 2

### Vérifier le problème.

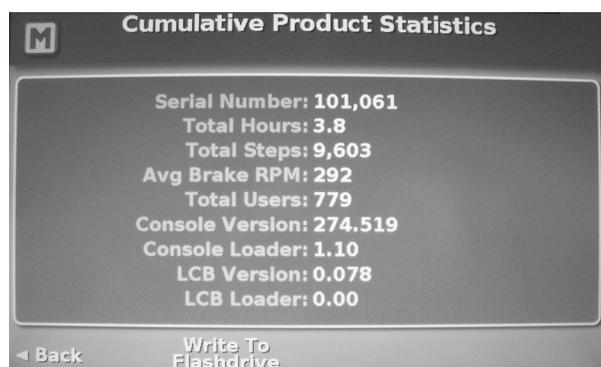
Inspectez l'appareil d'entraînement et déterminez quelles pièces sont nécessaires pour remédier au problème. Des figures et listes de pièces peuvent être obtenues sur le site web de NuStep, LLC. ou en contactant le service client.

## ÉTAPE 3

### Enregistrer le numéro de série, le nombre d'heures total, a version du microprogramme et les valeurs de la version LCB de l'appareil d'entraînement incliné NuStep .

Le nombre total de pas, d'heures d'utilisation, la version du microprogramme et les valeurs de la version LCB peuvent être affichés sur l'écran des statistiques cumulées de la console. Pour accéder à l'écran :

1. Appuyez sur le bouton Démarrage rapide.
2. Appuyez simultanément sur le bouton Entrer et sur le premier bouton programmable.



## ÉTAPE 4

### Contacter le service client de NuStep, LLC.

Veillez avoir sous la main le numéro de série et une description complète du problème pour que nos spécialistes puissent mieux vous aider.

Les spécialistes du produit peuvent être joints par courriel, téléphone ou télécopie à :

E-mail: support@nustep.com

Téléphone : 800-322-4434 ou  
734 -769/-4400

Adresse : NuStep, LLC.  
5111 Venture Drive  
Suite 1  
Ann Arbor, MI 48108

Web : www.nustep.com

Les clients à l'extérieur des États-Unis et du Canada peuvent obtenir le service client en contactant leur distributeur NuStep local.

## Données techniques

Poids maximum de l'utilisateur	Modèle T5 = 500 livres (227 kg) Modèle T5 <sup>XR</sup> = 600 livres (272 kg)
Gamme de taille de l'utilisateur	4'6"- 6'7" (137,16 cm - 200,66 cm)
Poids de l'appareil	Modèle T5 = 285 livres (129 kg) Modèle T5 <sup>XR</sup> = 295 livres (134 kg)
Dimensions : (longueur/hauteur/largeur)	73" (185 cm) 46" (117 cm) 30" (76 cm)
Élément de batterie plomb-acide étanche	12 volt 7,0 Amp. heure (PowerSonic PS-1270F1) (NuStep, LLC. pièce numéro 50216)
Élément de batterie en forme de pièce ronde ion-lithium	3v (Panasonic CR-2032)
Batterie alcaline	piles AA, quantité 2, (Energizer EN91) (NuStep, LLC. pièce numéro 41224). Remarque : au cas où NuStep ne serait pas utilisé pendant plusieurs mois, veuillez retirer les piles AA.
Port USB	La console T5 comprend un port d'hôte USB pour le transfert de données. Remarque : Le port USB n'est à utiliser que pour les clés USB.
Normes	ANSI/AAMI ES60601-1, CAN/CSA-C22.2 No. 60601-1, IEC/EN 60601-1, IEC/EN 60601-1-2, IEC/EN 60335-1, EN 20957-1, EN 957-8 Classe SA
Directives	93/42/EEC 2014/35/EU 2014/30/EU 2014/53/EU 2014/65/EU
Résistance du générateur	Plage 0 - 1400 watts
Paramètres de test du système de freinage, de l'exécution des pas et des watts.	Pour les paramètres de test du système de freinage, de l'exécution des pas et des watts, se reporter à l'annexe A.
Marques	  <small>ETL CLASSIFIED</small> <small>Intertek</small> <small>4008358</small>
Adaptateur CA (facultatif)	Modèle (Ault/SL Power MENB1020A1572B02, ME20A1503B01 o ME20A1572B02)  Sortie 15V dc @ 1.2 A Medical SMPS  Entrée 100-240V~ 50-60Hz, 400 mA

# Remplacement de la batterie plomb-acide 12 volts.

## Outils requis

Embout mâle hexagonal de 3 mm

Douille profonde de 8 mm

1. Enlevez l'adaptateur CA de la prise s'il est branché.
2. Retirez les 4 vis de l'avant du couvercle de la garniture et retirez le couvercle de son cadre.



3. Retirez 2 vis sur la partie avant droite du couvercle de la garniture et retirez le couvercle de son cadre.



Rochet et extension

4. Retirez les deux écrous auto-bloquants.



5. Enlevez les câbles de batterie.



6. Enlevez la batterie.

7. Suivez les étapes dans l'ordre inverse pour installer une nouvelle batterie. (Remarque : Assurez-vous que le câble rouge se trouve sur le côté positif (rouge) et que le câble noir se trouve sur le côté négatif (noir) de la batterie.)



## ATTENTION

Ne jetez pas les piles au feu. Les piles peuvent exploser.

N'ouvrez pas et n'abîmez pas les piles. Elles contiennent un électrolyte toxique qui peut causer des lésions à la peau et aux yeux.

Pour éviter des lésions liées à un danger énergétique, retirez les montres-bracelets

et les bijoux comme les bagues, en remplaçant les piles.

Remplacez les piles par le même nombre de piles, du même type que celles installées sur l'appareil à l'origine.

Recyclez les piles en suivant les procédures locales de recyclage.

# Remplacement des piles AA du rythme cardiaque par contact.

## Outils requis

Aucun

1. Retirez le couvercle sous l'avant du bas du siège.



2. Les piles AA qui alimentent le transmetteur de rythme cardiaque par contact se trouvent sous le siège. Retirez les piles et installez deux nouvelles piles AA alcalines.



## ATTENTION

Ne jetez pas les piles au feu. Les piles peuvent exploser.

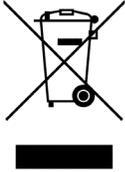
N'ouvrez pas et n'abîmez pas les piles. Elles contiennent un électrolyte toxique qui peut causer des dommages à la peau et aux yeux.

Remplacez les piles par le même nombre de piles, du même type que celles installées sur l'appareil à l'origine.

## Notifications de sécurité

TYPE/DEGRÉ DE PROTECTION	CLASSIFICATION/ IDENTIFICATION/ AVERTISSEMENTS	SYMBOLE
Type de protection contre les chocs électriques	Équipement de classe II	
Degré de protection contre les chocs électriques	Pièce appliquée de type B	
Degré de protection contre l'admission de liquides	Non protégé	S/O
Degré de sécurité en présence d'un mélange anesthésique inflammable avec l'air ou avec l'oxygène ou l'oxyde nitreux.	Ne convient pas	S/O
Mode de fonctionnement	Continu	S/O
Informations sur de possibles interférences électromagnétiques ou autres et comment les éviter.	Les appareils d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 et T5 <sup>XR</sup> utilisent de l'énergie de RF et électromagnétique seulement pour leur fonction interne. Leurs émissions de RF et CEM sont donc très faibles et ne devraient pas causer d'interférence avec les appareils électroniques situés à proximité.	S/O
Avvertissements et tables de CEM requis par IEC 60601-1-2	Consultez les tables de CEM	S/O
ID d'alimentations externes optionnelles particulières ou de chargeurs de piles nécessaires pour assurer la conformité avec les exigences de l'IEC60601	Il est facultatif de disposer d'une source d'alimentation externe en raison du fonctionnement de l'élément batterie plomb-acide hermétique, mais si nécessaire, les sources d'alimentation suivantes précisées dans la section de ce manuel concernant les données techniques doivent être utilisées.	S/O

# Notifications de sécurité

TYPE/DEGRÉ DE PROTECTION	CLASSIFICATION/ IDENTIFICATION/ AVERTISSEMENTS	SYMBOLE
<p>ID de tous les risques associés à l'élimination des déchets, résidus, y compris l'élimination de l'appareil lui-même à la fin de sa durée de vie utile.</p>	<p>Les appareils d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 et T5<sup>XR</sup> contiennent des ensembles de circuits électroniques, un élément de batterie étanche en pièce ronde lithium et un élément de batterie étanche plomb-acide qui pourraient devoir se conformer à des procédures locales d'élimination ou de recyclage précises.</p>	
<p>Spécification des conditions de transport et de rangement liées à l'environnement (aussi indiquée à l'extérieur du boîtier).</p>	<p>Les appareils d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 et T5<sup>XR</sup> peuvent être :</p> <p>a) transportés et entreposés en toute sécurité dans les conditions suivantes :</p> <p>-10° à 50°C ;            ≤ 95% d'humidité sans condensation ;            20 à 107 kPa.</p> <p>b) utilisés dans les conditions suivantes :</p> <p>5° à 40°C ;            ≤ 85 % d'humidité sans condensation ;            60 à 107 kPa.</p>	<p>S/O</p>
<p>A. Description des moyens pour isoler l'appareil de la source d'alimentation.</p>	<p>Les appareils d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 et T5<sup>XR</sup> peuvent être isolés en débranchant la source d'alimentation du mur et en les faisant fonctionner seulement sur les piles. L'alimentation électrique comporte un transformateur d'isolation et un lien vers un fusible.</p>	<p>S/O</p>
<p>Indication que l'appareil est sous tension.</p>	<p>L'indicateur d'état de veille clignote pendant que la batterie est en charge lorsque les appareils d'entraînement inclinés T5 et T5<sup>XR</sup> sont branchés et non utilisés. Lorsque la charge est terminée, l'indicateur d'état de veille reste allumé sans clignoter.</p>	

# Tableaux CEM

## Guide et déclaration du fabricant – émission électromagnétique

Les appareils d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 et T5<sup>XR</sup> sont destinés à être utilisés dans l'environnement électromagnétique spécifié plus bas. Le client ou l'utilisateur des appareils d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 et T5<sup>XR</sup> doivent s'assurer que les appareils sont utilisés dans un tel environnement.

Test d'insensibilité	Niveau de test IEC 60601	Niveau de conformité	Guide pour l'environnement électromagnétique
RF par conduction IEC 61000-4-6  RF par radiation IEC 61000-4-3	3 Volts eff 150 kHz à 80 MHz  3 V/m 80 MHz à 2,5 GHz	3 Volts eff  3 V/m	<p>Les appareils de communication RF portables et mobiles ne doivent pas être utilisés plus près de tout élément de l'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep® T5, y compris les câbles, que la distance de séparation recommandée, calculée à partir de la formule applicable à la fréquence du transmetteur.</p> <p>Distance de séparation recommandée</p> $d = 1,2 \sqrt{P}$ $d = 1,2 \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz à } 800 \text{ MHz}$ $d = 2,3 \sqrt{P} \quad 800 \text{ MHz à } 2,5 \text{ GHz}$ <p>P représentant la puissance nominale de sortie maximum du transmetteur en watts (W), d'après le fabricant du transmetteur, et d représentant la distance de séparation en mètres (m)</p> <p>Les intensités des champs des transmetteurs à RF fixes, telles que déterminées par une étude de site électromagnétique, <sup>A</sup> doivent être inférieures au niveau de conformité dans chaque plage de fréquence . <sup>B</sup></p> <p>Il peut se produire une interférence à proximité d'appareils porteurs du symbolesuivant :</p> 

REMARQUE 1 : à 80 MHz et 800 MHz, la plage de fréquence la plus élevée s'applique.

REMARQUE 2 : ces directives ne s'appliquent peut-être pas à toutes les situations. La propagation électromagnétique est affectée par l'absorption et la réflexion des structures, objets et personnes.

<sup>A</sup> Les intensités des champs de transmetteurs fixes, tels que les stations de base pour les téléphones radios (cellulaires/sans fil) et les radios mobiles terrestres, les radios-amateurs, les radiodiffusions MA et MF et les diffusions télévisées ne peuvent théoriquement pas être prédites avec exactitude. Pour évaluer l'environnement électromagnétique, il convient d'envisager une étude électromagnétique du site, en raison des transmetteurs RF fixes. Si l'intensité du champ mesuré à l'endroit où l'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 est utilisé dépasse le niveau applicable de conformité RF ci-dessus, il faut observer l'appareil NuStep® T5 pour vérifier que son fonctionnement est normal. En cas d'anomalie de fonctionnement, des mesures supplémentaires peuvent s'avérer nécessaires, comme changer l'orientation ou l'emplacement de l'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 .

<sup>B</sup> Pour la plage de fréquence de 150 kHz à 80 MHz, les intensités des champs doivent être inférieures à [V<sub>i</sub>] V/m.

# Tableaux CEM

## Guide et déclaration du fabricant – émission électromagnétique

Les appareils d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 et T5<sup>XR</sup> sont destinés à être utilisés dans l'environnement électromagnétique spécifié plus bas. Le client ou l'utilisateur des appareils d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 et T5<sup>XR</sup> doivent s'assurer que les appareils sont utilisés dans un tel environnement.

Test d'émissions	Conformité	Guide pour l'environnement électromagnétique
Émissions de RF CISPR 11	Groupe 1	L'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 utilise l'énergie RF uniquement pour sa fonction interne. Ses émissions de RF et CEM sont donc très faibles et ne devraient pas causer d'interférence avec les appareils électroniques situés à proximité.
Émissions de RF CISPR 11  Émissions harmoniques IEC 61000-3-2  Fluctuations de tension/émissions de scintillements IEC 61000-3-3	Classe B  Sans objet. La puissance nominale est $\leq 75$ W.  Sans objet. La puissance nominale est $\leq 75$ W. L'appareil ne devrait pas produire de fluctuations de tension significatives.	L'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 peut être utilisé dans tous les établissements.

# Tableaux CEM

## Guide et déclaration du fabricant – immunité électromagnétique

L'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep T5 est un appareil destiné à être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié plus bas. Le client ou l'utilisateur de l'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep T5 doivent s'assurer que l'appareil est utilisé dans un tel environnement.

Test d'insensibilité	IEC 60601 Niveau du test	Niveau de conformité	Guide de l'environnement électromagnétique
Décharge électrostatique (DÉS) IEC 61000-4-2	± 6 kV au contact ± 8 kV dans l'air	± 6 kV au contact ± 8 kV dans l'air	Les sols doivent être en bois, béton ou carrelage. Si les sols sont couverts d'un matériau synthétique, l'humidité relative doit être d'au moins 30 %.
Salve/transitoire rapide électrique IEC 61000-4-4	± 2 kV pour les lignes d'alimentation électrique	± 2kV pour les lignes d'alimentation électrique	La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement hospitalier ou commercial normal.
Surtension IEC 61000-4-5	± 1 kV en mode différentiel ± 1 kV en mode différentiel	± 1 kV en mode différentiel ± 2 kV en mode différentiel	La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement hospitalier ou commercial normal.
Baisses de tension, courtes interruptions et variations de tension sur la ligne d'entrée d'alimentation IEC 61000-4-11	<5% $U_T$ (baisse de >95% en $U_T$ ) pour des cycles de 0,5  40 % $U_T$ (baisse de 60 % en $U_T$ ) pour des cycles de 5  70% $U_T$ (baisse de 30 % en $U_T$ ) pour des cycles de 25  <5 % $U_T$ (baisse de >95 % $U_T$ ) pendant 5 secondes	<5 % $U_T$ (baisse de >95% en $U_T$ ) pour des cycles de 0,5  40 % $U_T$ (baisse de 60 % en $U_T$ ) pour des cycles de 5  70% $U_T$ (baisse de 30 % en $U_T$ ) pour des cycles de 25  <5 % $U_T$ (baisse de >95 % $U_T$ ) pendant 5 secondes	La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement hospitalier ou commercial normal. Si l'utilisateur de l'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep T5 nécessite un fonctionnement continu durant les périodes de pannes du secteur, l'appareil NuStep T5 doit être alimenté par ses piles internes.
Fréquence d'alimentation (50/60 Hz) Champ magnétique IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Les champs magnétiques des fréquences d'alimentation doivent se trouver à des niveaux caractéristiques d'un emplacement normal dans un environnement commercial ou hospitalier normal.

REMARQUE  $U_T$  est la tension du c.a. du secteur avant l'application du niveau de test.

## Tableaux CEM

Distance de séparation recommandée entre l'équipement de communications à RF portable et mobile et l'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep® T5

L'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep® est destiné à être utilisé dans un environnement électromagnétique où les perturbations par rayonnement RF sont contrôlées. Le client ou l'utilisateur de l'appareil d'entraînement en position inclinée NuStep® T5 peuvent permettre d'éviter l'interférence électromagnétique en maintenant une distance minimum entre l'équipement de communications RF mobile et portable (transmetteurs) et l'appareil NuStep®, selon les recommandations ci-dessous, en fonction de la puissance de sortie maximum de l'équipement de communication.

Puissance nominale de sortie maximum du transmetteur W	Distance de séparation selon la fréquence du transmetteur		
	150 kHz à 80 MHz	80 MHz à 800 MHz	800 MHz à 2,5 GHz
	d = 1,2	d = 1,2	d = 2,3
0,01	0,12	0,12	0,23
0,1	0,38	0,38	0,73
1	1,2	1,2	2,3
10	3,8	3,8	7,3
100	12	12	23

Pour les transmetteurs dont la puissance nominale maximum n'est pas indiquée ci-dessus, la distance d de séparation recommandée en mètres (m) peut être estimée à l'aide de la formule applicable à la fréquence du transmetteur, lorsque P représente la puissance nominale de sortie maximum du transmetteur en watts (W) selon le fabricant du transmetteur.

REMARQUE 1 : à 80 MHz et 800 MHz, la distance de séparation pour la fréquence la plus élevée s'applique.

REMARQUE 2 : ces directives ne s'appliquent peut-être pas à toutes les situations. La propagation électromagnétique est affectée par l'absorption et la réflexion des structures, objets et personnes.

# Conformité US FCC et conformité IEC/EN 55011

---

## **Déclaration de conformité US FCC :**

Remarque : Cet appareil a été testé et il a été déterminé qu'il est conforme aux limites d'un appareil numérique de classe B, en vertu de la partie 15 du règlement de la FCC. Ces limites ont été conçues pour procurer une protection suffisante contre les interférence nuisibles dans une installation à domicile. Cet appareil génère, utilise et peut générer de l'énergie radioélectrique et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions d'installation, peut entraîner des interférences nuisibles aux communications radio. Il n'existe toutefois aucune garantie que des interférence ne se produisent pas dans une installation particulière. Si l'appareil provoque des interférences nuisibles à la réception radio ou télévision, ce qui peut être déterminé en mettant en marche et en arrêtant l'appareil, il est recommandé à l'utilisateur d'essayer de corriger les interférence à l'aide de l'un ou de plusieurs des moyens suivants :

- Réorienter ou déplacer l'antenne de réception.
- Augmenter la distance séparant l'appareil et le récepteur.

Brancher l'appareil sur une prise d'un circuit différent de celui auquel le récepteur est relié.

Demander de l'aide au distributeur ou à un technicien radio/TV expérimenté.

## **Déclaration de conformité IEC/EN 55011**

Cet appareil est conforme aux normes IEC/EN 55011, Groupe 1, Classe B Le Groupe 1 contient tout le matériel ISM dans lequel une énergie radioélectrique avec couplage conducteur, nécessaire au fonctionnement interne de l'appareil lui-même, est générée et/ou utilisée intentionnellement. Le matériel de classe B convient à l'utilisation dans les domiciles et dans les établissements directement branchés sur un réseau d'alimentation électrique à faible tension alimentant les bâtiments à usage domestique.

## **Marques de commerce :**

La marque et les logos Bluetooth® sont des marques déposées appartenant à Bluetooth SIG, Inc., et tout usage de ces marques par NuStep, LLC. a lieu sous licence. Tous les autres noms et marques de commerce sont ceux de leurs propriétaires respectifs.

# Annexe A

---

## **Système de freinage :**

Les modèles T5/T5<sup>XR</sup> sont tous deux dotés de résistance au freinage dépendant ou non de la vitesse. Le rythme cardiaque cible, la vitesse constante, la puissance constante et les programmes de protocole d'exercices dépendent de la vitesse. Tous les autres programmes ne dépendent pas de la vitesse. Pour les descriptions de programmes, reportez-vous à la section Présentation des programmes de ce manuel.

## **Marche :**

Les modèles T5/T5<sup>XR</sup> comportent une action de marche dépendante dotée d'une longueur de pas comprise entre 2 po - 8,5 po (5 - 21,5 cm).

## **Paramètres des watts testés affichés :**

Les valeurs en watts affichées représentent le taux de consommation d'énergie de l'utilisateur. Elles sont calculées en temps réel à l'aide d'un algorithme basé sur les paramètres mécaniques de l'appareil et du style moyen d'exercice mesuré. Les paramètres mécaniques significatifs qui influencent les valeurs en watts affichées comprennent l'inertie des éléments mobiles de la machine, le niveau de charge sélectionné par l'utilisateur et la vitesse de rotation du générateur hybride de freinage. Les tests de validation des valeurs en watts affichées ont été exécutés en comparant lesdites valeurs et la puissance mécanique réelle produite au cours d'un pas moyen de huit pouces (20 cm) par plusieurs utilisateurs d'âge, de poids et de sexe différents. La comparaison des valeurs affichées et mesurées s'est produite à sept cadences de marche entre 40 et 160 pas par minute, à chacun des 15 niveaux de charge. Les valeurs en watts affichées sont indépendantes de tout paramètre physiologique ou anatomique de l'utilisateur.

## **Remarque sur les milieux cliniques**

En milieu clinique, les patients peuvent utiliser cet équipement conformément à ce manuel et aux instructions et conseils fournis par le personnel soignant chargé de superviser leurs soins et leur traitement. Il est toutefois interdit aux patients d'effectuer un entretien préventif ou des réparations, ou de remplacer les piles du matériel installé en milieu clinique.

## **Représentant européen autorisé**











Transforming Lives®

Les informations de ce manuel sont les plus récentes au moment de l'impression. En raison de notre engagement pour une amélioration constante, les caractéristiques techniques et descriptions sont susceptibles d'être modifiées sans préavis. Aucune partie de ce manuel ne peut être reproduite ni transmise sous n'importe quelle forme, ni par aucun moyen, électronique ou mécanique, dans quelque but que ce soit, sans la permission expresse par écrit de NuStep, LLC. © Copyright septembre 2017 par NuStep, LLC.

NuStep® et Transforming Lives® sont des marques déposées de NuStep, LLC.

Brevets 6,042,518, 6,361,479, 6,666,799, D610,635, 7,775,942 et brevets en instance.

ISO 9001:2008 enregistrés

Manuel PN 53600 T5 Manuel de l'utilisateur, Rev E

