



# REFLECT TOUCH

## MODE D'EMPLOI





Bonjour,

Je suis Lou Lentine, Président de Echelon, et je vous souhaite la bienvenue dans notre communauté Echelon. Vous avez pris une formidable décision pour vous-même et votre famille.

L'Expérience Echelon est innovante et unique car elle vous fait profiter à la fois d'appareils de fitness connectés de qualité pro et d'applications de pointe développés par Echelon.

Nous nous efforçons de vous soutenir, vous et tous les membres de la famille Echelon, dans la poursuite de vos objectifs personnels de remise en forme !

Avec des milliers de cours disponibles en direct et à la demande, quels que soient vos horaires ou votre expérience, il y a toujours un nouveau cours passionnant à rejoindre. Nous saluons votre décision d'avoir choisi de rejoindre l'équipe Echelon dans la poursuite d'un mode de vie plus sain.

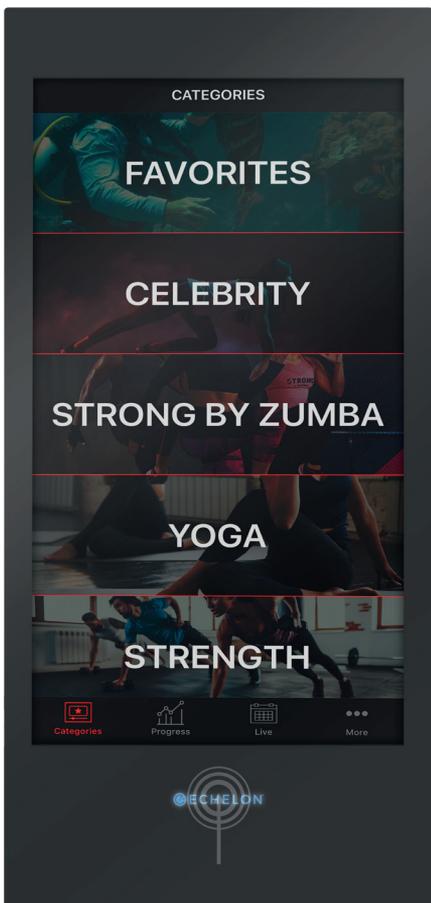
Enfin, nous nous engageons à continuer à concevoir des produits de fitness de pointe à échelle internationale pour améliorer votre qualité de vie grâce au fitness !

Merci encore d'avoir choisi Echelon et au plaisir de vous voir dans notre prochain cours en direct !

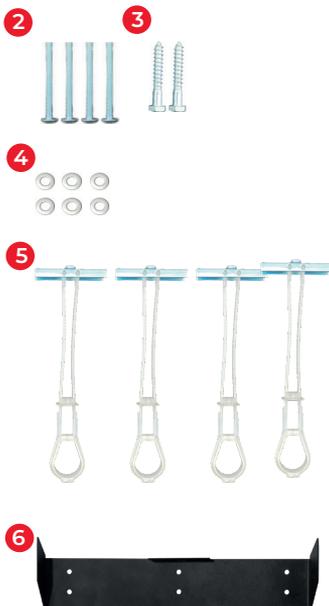
A très vite!

Lou Lentine

A white, cursive handwritten signature of Lou Lentine.



1



## INCLUS

1. Miroir Echelon®

Reflect Fitness

2. Boulons (4)

3. Vis à bois (2)

4. Rondelles (6)

5. Boulons à bascule

pour ancrage (4)

6. Support mural

# GUIDE DE DÉMARRAGE RAPIDE

## CRÉATION DE COMPTE

Si votre produit a été acheté sur le site internet **echelonfit.com**, vous devez avoir reçu un e-mail d'activation.

Allez sur **member.echelonfit.com** et suivez les instructions à l'écran pour sélectionner un plan et configurer votre compte. Ces informations seront nécessaires pour vous connecter à l'application Echelon Fit™.

**Toutes les informations sur les comptes et les plans sont gérées sur member.echelonfit.com et utilisent le même identifiant. Après avoir créé votre compte de connexion sur member.echelonfit.com, notez vos informations de connexion. Ce sera le même login pour l'application.**

### 1. CHOISISSEZ "INSCRIPTION"

### 2. SÉLECTIONNEZ LA LOCATION

Sélectionnez le lieu d'achat et suivez les instruction à l'écran.

### 3. CHOISISSEZ VOTRE PLAN

Mensuel / 1 An / 2 Ans

### 4. SÉLECTIONNEZ VOTRE MODE DE PAIEMENT

### 5. SAISISSEZ VOS INFORMATIONS PERSONNELLES

### 6. VOIR VOTRE COMPTE

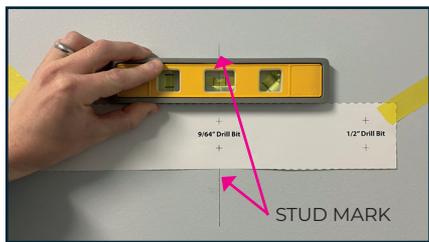
Vous pouvez y modifier vos informations de facturation, ajouter des membres de votre famille, gérer vos abonnements et (si vous êtes sur votre appareil mobile) télécharger l'application et vous connecter.





L'Echelon® Reflect doit être monté directement sur un poteau mural ou un support de sol approprié.

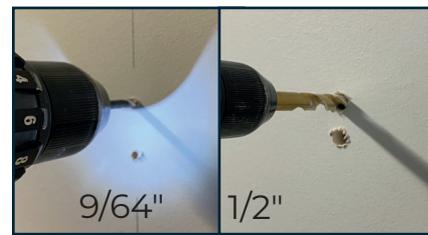
**NOTE:** La hauteur d'installation standard est de 175 cm au plus haut du support mural.



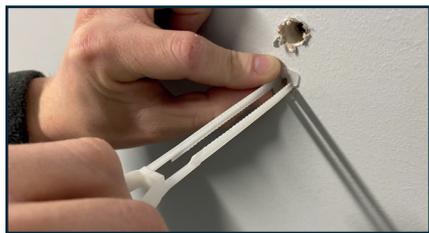
1. Repérer le montant à l'intérieur du mur sur lequel vous souhaitez accrocher votre Reflect et le marquer au crayon. Nivelé et coller le gabarit mural avec les deux trous du milieu centrés sur le montant.



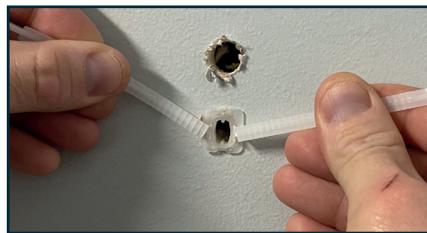
2. Marquer les six trous. À l'aide d'une mèche de 0,3 cm (1/8"), faites dériver les deux trous pilotes pour les vis à bois. À l'aide d'une mèche de 0,6 cm (5/8"), percer les trous pour les boulons à bascule.



3. Placer les boulons avec la rondelle à travers le support mural et les fixer les chevilles au boulon comme indiqué ci-dessus.



4. Enfoncer tous les boulons à cheville dans la cloison sèche et resserrez-les. Assurez-vous que les deux trous de perçage centraux sont visibles et que le support est bien à niveau.



5. Enfoncer les vis à bois avec des rondelles dans les trous prévus à cet effet.



6. Placer le Reflect sur le support mural comme indiqué ci-dessus.



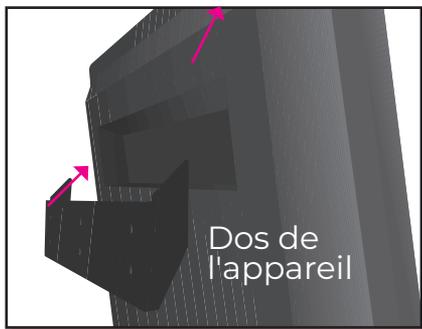
7. Utiliser un tournevis cruciforme pour la vis située au-dessus du support pour le fixer.



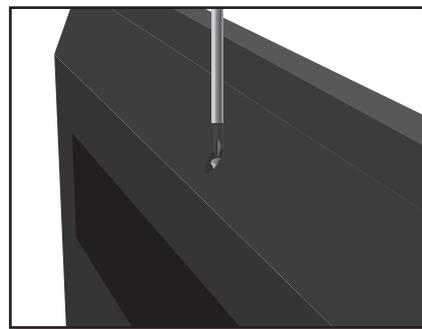
Nous disposons également d'un tutoriel vidéo d'installation et de configuration disponible sur <https://www.echelonfit.com/help> ou simplement en scannant le QR code.

INSTALLATION MURALE





8. Placer le Reflect sur le support mural comme indiqué ci-dessus.



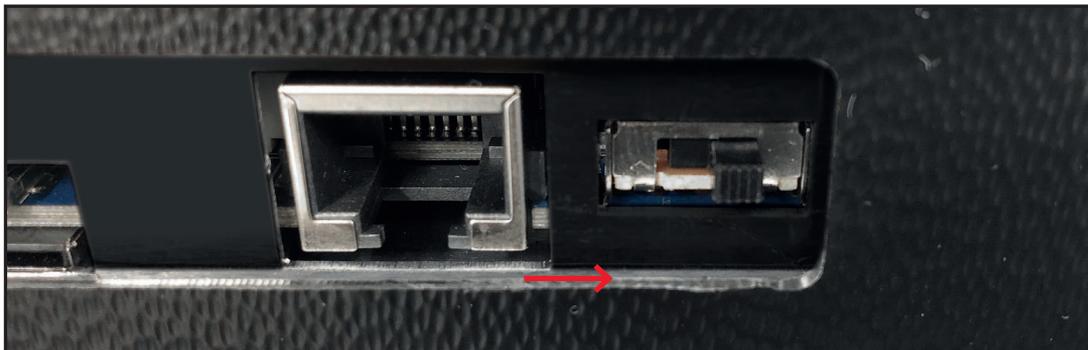
9. Utiliser un tournevis cruciforme pour la vis située au-dessus du support pour le fixer.

## NOTE:

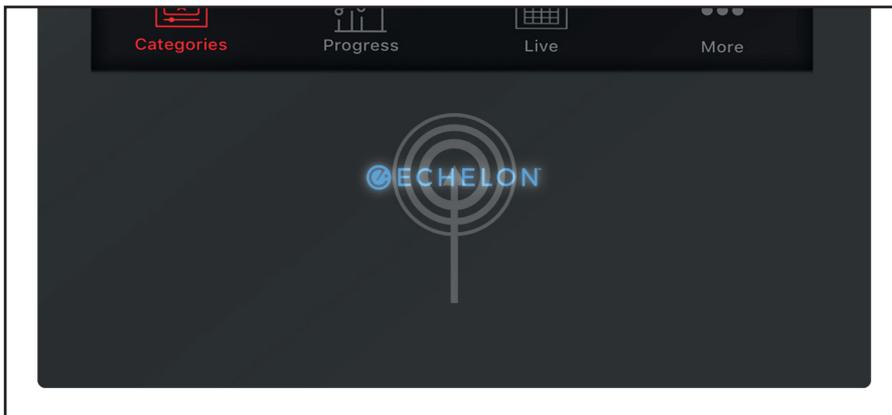
Le miroir Reflect peut également être fixé à un support de montage VESA de 200 x 200mm.



POUR ALLUMER LE MIROIR, TOURNER L'INTERRUPTEUR À L'ARRIÈRE DU MIROIR VERS LA DROITE PUIS APPUYER SUR LE LOGO "ECHELON" SUR LE DEVANT. LE LOGO DEVIENT BLEU LORSQUE TOUT EST PRÊT. (IMAGES CI DESSOUS)



POUR ÉTEINDRE LE MIROIR, APPUYEZ SUR LE LOGO ECHELON ET MAINTENEZ-LE ENFONCÉ PENDANT SIX SECONDES (IMAGE CI-DESSOUS).



ALLUMER / ÉTEINDRE LE MIROIR





### CONNECTER VOTRE MIROIR AU WIFI

1. LORSQUE VOUS METTEZ EN ROUTE L'APPAREIL, LE MIROIR FAIT APPARAÎTRE LE MENU WIFI.
2. UNE FOIS CONNECTÉ, VOUS VERREZ LE NOM DE VOTRE RÉSEAU À L'ÉCRAN ET VOUS DEVREZ ALORS TAPER VOTRE MOT DE PASSE DE RÉSEAU.
- 2B. SI LE MIROIR NE SE CONNECTE PAS APRÈS 20 SECONDES, LA TENTATIVE DE CONNEXION S'ARRÊTERA. REVENEZ À L'ÉTAPE N°2.
3. SI LA CONNEXION ABOUTIT, LE MIROIR AFFICHERA L'ÉCRAN DE CONNEXION.

### CONNECTER VOTRE MONITEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE

1. SI VOUS UTILISEZ LE MONITEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE À SANGLE THORACIQUE, LE REFLECT SE SYNCHRONISERA AUTOMATIQUÉMENT AVEC CELUI-CI LORSQUE VOUS APPUIEREZ SUR L'ICÔNE DU MONITEUR CARDIAQUE PLACÉ SOUS LE BOUTON "START WORKOUT" OU LORSQUE VOUS PARTICIPEREZ À UN COURS. VEUILLEZ SUIVRE LES INSTRUCTIONS POUR UNE UTILISATION CORRECTE DU MONITEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE À SANGLE THORACIQUE.
2. SI VOUS UTILISEZ LE MONITEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE DU BRASSARD, APPUYEZ SUR LE BOUTON DE CONNEXION BLUETOOTH DE VOTRE MONITEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE. APPUYEZ SUR L'ICÔNE DU MONITEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE PLACÉ SOUS LE BOUTON "START WORKOUT" OU APRÈS VOUS ÊTRE INSCRIT À UN COURS ET IL SE SYNCHRONISERA AUTOMATIQUÉMENT AVEC REFLECT.

**ATTENTION : LES MISES À JOUR DES APPLICATIONS ET DES LOGICIELS PEUVENT MODIFIER LES FONCTIONS DISPONIBLES. VEUILLEZ VOUS RÉFÉRER AUX INSTRUCTIONS QUI APPARAISSENT À L'ÉCRAN CAR ELLES SERONT LES PLUS RÉCENTES.**

### NETTOYAGE DU "REFLECT"

VEUILLEZ UTILISER UN NETTOYANT POUR VITRES SANS AMMONIAQUE POUR NETTOYER VORE « ÉCHELON\* REFLECT » ET POUR L'ESSUYER. N'UTILISEZ PAS DE LIQUIDES CHIMIQUES CORROSIFS QUI POURRAIENT ENDOMMAGER LE MIROIR.

**DANGER -  
POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE CHOC ÉLECTRIQUE:**

1. DÉBRANCHEZ TOUJOURS CET APPAREIL DE LA PRISE ÉLECTRIQUE IMMÉDIATEMENT APRÈS L'AVOIR UTILISÉ ET AVANT DE LE NETTOYER.
- AVERTISSEMENT - POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE BRÛLURES, D'INCENDIE, DE CHOC ÉLECTRIQUE OU DE BLESSURE AUX PERSONNES
1. UN APPAREIL NE DOIT JAMAIS ÊTRE LAISSÉ SANS SURVEILLANCE LORSQU'IL EST BRANCHÉ. DÉBRANCHEZ-LE DE LA PRISE DE COURANT LORSQU'IL N'EST PAS UTILISÉ, AVANT DE METTRE EN PLACE OU AVANT DE RETIRER DES PIÈCES.
  2. NE PAS UTILISER L'APPAREIL SOUS UNE COUVERTURE OU UN OREILLER. UN ÉCHAUFFEMENT EXCESSIF PEUT SE PRODUIRE

ET PROVOQUER UN INCENDIE, UN CHOC ÉLECTRIQUE OU DES BLESSURES.

3. CET APPAREIL N'EST PAS DESTINÉ À ÊTRE UTILISÉ PAR DES PERSONNES DONT LES CAPACITÉS PHYSIQUES, SENSORIELLES OU MENTALES SONT RÉDUITES OU QUI MANQUENT D'EXPÉRIENCE ET DE CONNAISSANCES, SAUF SI ELLES ONT ÉTÉ SUPERVISÉES OU ONT REÇU DES INSTRUCTIONS CONCERNANT L'UTILISATION DE L'APPAREIL PAR UNE PERSONNE RESPONSABLE DE LEUR SÉCURITÉ. TENEZ LES ENFANTS DE MOINS DE 13 ANS ÉLOIGNÉS DE CET APPAREIL.

4. N'UTILISEZ CET APPAREIL QUE POUR L'USAGE AUQUEL IL EST DESTINÉ, TEL QUE DÉCRIT DANS LE PRÉSENT MANUEL. N'UTILISEZ PAS D'ACCESSOIRES NON RECOMMANDÉS PAR LE FABRICANT.

5. N'UTILISEZ JAMAIS CET APPAREIL SI SON CORDON OU SA FICHE EST ENDOMMAGÉ, S'IL NE FONCTIONNE PAS CORRECTEMENT, S'IL EST TOMBÉ OU ENDOMMAGÉ, OU S'IL EST TOMBÉ DANS L'EAU. RENVOYEZ L'APPAREIL À UN CENTRE DE SERVICE POUR EXAMEN ET RÉPARATION.

6. NE TRANSPORTEZ PAS CET APPAREIL PAR LE CORDON D'ALIMENTATION OU N'UTILISEZ PAS LE CORDON COMME POIGNÉE.

7. GARDEZ LE CORDON D'ALIMENTATION À L'ÉCART DES SURFACES CHAUFFÉES.

8. NE FAITES JAMAIS FONCTIONNER L'APPAREIL LORSQUE LES OUVERTURES D'AÉRATION SONT BLOQUÉES. VEILLEZ À CE QUE LES OUVERTURES D'AÉRATION NE SOIENT PAS OBSTRUÉES PAR DES PELUCHES, DES CHEVEUX, ETC.

9. NE LAISSEZ JAMAIS TOMBER OU N'INSÉREZ JAMAIS D'OBJET DANS UNE OUVERTURE.

10. N'UTILISEZ PAS L'APPAREIL À L'EXTÉRIEUR.

11. NE PAS UTILISER DANS DES ENDROITS OÙ DES PRODUITS EN AÉROSOL SONT UTILISÉS OU DANS LESQUELS DE L'OXYGÈNE EST ADMINISTRÉ.

12. POUR ÉTEINDRE, METTEZ TOUTES LES COMMANDES EN POSITION D'ARRÊT, PUIS RETIREZ LA FICHE DE LA PRISE.

**AVANT DE COMMENCER UN PROGRAMME DE REMISE EN FORME OU DE MUSCULATION, CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN. CELA VOUS PERMETTRA DE VOUS ENGAGER DANS UN PROGRAMME DE FORCE OU DE REMISE EN FORME ADAPTÉ À VOTRE ÂGE ET À VOTRE CONDITION PHYSIQUE.**

AVANT D'UTILISER VOTRE MIROIR ECHELON® REFLECT, RÉPONDEZ À CES QUESTIONS:

- AVEZ-VOUS ÉTÉ MALADE RÉCEMMENT?
- AVEZ-VOUS EU DES ÉTOURDISSEMENTS PROLONGÉS RÉCEMMENT?
- AVEZ-VOUS ÉTÉ ESSOUFFLÉ SANS RAISON RÉCEMMENT?
- AVEZ-VOUS EU DES DOULEURS THORACIQUES RÉCEMMENT?
- AVEZ-VOUS ACTUELLEMENT DES BLESSURES QUI VOUS EMPÊCHENT DE FAIRE DE L'EXERCICE?
- ÊTES-VOUS ENCEINTE?



- AVEZ-VOUS DES CONDITIONS OU DES RAISONS QUI VOUS EMPÊCHENT DE FAIRE DE L'EXERCICE?
- AVEZ-VOUS PLUS DE 35 ANS ET ÊTES-VOUS PHYSIQUEMENT INACTIF?
- UN MÉDECIN VOUS A-T-IL DIT QUE VOUS NE DEVRIEZ PAS FAIRE DE L'EXERCICE?

SI VOUS RÉPONDEZ "OUI" À L'UNE DES QUESTIONS CI-DESSUS, VOUS DEVEZ DEMANDER CONSEIL À VOTRE MÉDECIN AVANT D'UTILISER VOTRE MIROIR ECHELON® REFLECT .

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

- UTILISEZ TOUJOURS VOTRE ECHELON® REFLECT DANS UN ENDROIT BIEN ÉCLAIRÉ ET VENTILÉ.
- VÉRIFIEZ TOUJOURS LE MIROIR AVANT DE L'UTILISER.
- N'UTILISEZ JAMAIS LE MIROIR S'IL N'EST PAS ASSEMBLÉ CORRECTEMENT OU COMPLÈTEMENT OU S'IL EST ENDOMMAGÉ DE QUELQUE MANIÈRE QUE CE SOIT.
- N'UTILISEZ JAMAIS ECHELON® REFLECT LORSQUE VOUS ÊTES MALADE OU FATIGUÉ.
- PORTEZ TOUJOURS DES VÊTEMENTS ET DES CHAUSSURES APPROPRIÉS QUI COUVRENT ENTIÈREMENT VOS PIEDS. LES CHEVEUX LONGS DOIVENT ÊTRE ATTACHÉS. VEILLEZ À CE QUE LES LACETS SOIENT BIEN RENTRÉS DANS VOS CHAUSSURES.
- ÉCHAUFFEZ-VOUS ET ÉTIREZ-VOUS TOUJOURS AVANT DE COMMENCER L'EXERCICE.
- NE VOUS SURMENEZ JAMAIS ET NE TRAVAILLEZ JAMAIS JUSQU'À L'ÉPUISEMENT. SI VOUS VOUS SENTEZ FAIBLE, ÉTOURDI, ESSOUFFLÉ OU SI VOUS AVEZ DES DOULEURS À LA POITRINE OU AUTRES, ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT! CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN AVANT D'UTILISER À NOUVEAU VOTRE ECHELON® REFLECT.
- VEILLEZ TOUJOURS À AVOIR UNE BOUTEILLE D'EAU REMPLIE D'AU MOINS 50 CL D'EAU ET UNE SERVIETTE À PROXIMITÉ POUR ABSORBER LA SUEUR DE VOTRE CORPS.
- N'UTILISEZ JAMAIS D'ACCESSOIRES QUI N'ONT PAS ÉTÉ RECOMMANDÉS PAR LE FABRICANT. L'UTILISATION DE TELS ACCESSOIRES PEUT CAUSER DES BLESSURES OU DES DOMMAGES AU MIROIR ET AFFECTER LA GARANTIE DU MIROIR.
- VEILLEZ TOUJOURS À CE QUE VOTRE ECHELON® REFLECT SOIT ESSUYÉ APRÈS CHAQUE UTILISATION POUR LE GARDER PROPRE.



- LE NETTOYAGE ET L'ENTRETIEN DE L'UTILISATEUR NE DOIVENT PAS ÊTRE EFFECTUÉS PAR DES ENFANTS SANS SURVEILLANCE.

EN CAS DE PROBLÈME AFFECTANT LES PERFORMANCES DE VOTRE ECHELON® REFLECT, CONTACTEZ IMMÉDIATEMENT LE FABRICANT. VEILLEZ TOUJOURS À CE QUE LES PIÈCES QUI SUBISSENT UNE USURE SOIENT CONTRÔLÉES RÉGULIÈREMENT.

CETTE INFORMATION DE SÉCURITÉ ET CE MANUEL D'UTILISATION NE REMPLACENT PAS LA NÉCESSITÉ D'ÊTRE ALERTE ET D'UTILISER LE SENS COMMUN LORS DE L'UTILISATION DE VOTRE ECHELON® REFLECT!

## CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

INFORMATIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES





## CONTACT

PAR LA PRÉSENTE, ECHELON DÉCLARE QUE L'ECHELON® REFLECT EST EN CONFORMITÉ AVEC LA RED 2014/53/EU. LE TEXTE COMPLET DU DOCUMENT DE RÉFÉRENCE DE L'UE EST DISPONIBLE À L'ADRESSE INTERNET SUIVANTE: [HTTPS://ECHELONFIT.FR](https://echelonfit.fr)

Pour toute question concernant le manuel, vous pouvez contacter notre service client: [serviceclient@echelonfit.eu](mailto:serviceclient@echelonfit.eu)

Si vous cherchez une réponse immédiate, visitez notre site internet [www.echelonfit.fr](http://www.echelonfit.fr). Vous pouvez retrouver notre rubrique FAQ et le support technique en direct.

### ATTENTION :

Les mises à jour des applications et des logiciels peuvent modifier les différents modes d'utilisation. Veuillez-vous référer aux instructions affichées à l'écran qui sont constamment mises à jour.

Les produits ECHELON sont distribués en France exclusivement par ECHELON FIT SAS. Les droits de garantie légale s'appliquent.



ECHELON FIT SAS  
Bâtiment 2 – FOURQUEUX  
1-3 rue Alfred de Vigny  
78112 Saint-Germain-en-Laye

Tel : 01.61.07.12.77  
E-mail : [serviceclient@echelonfit.eu](mailto:serviceclient@echelonfit.eu)

[www.echelonfit.fr](http://www.echelonfit.fr)

FABRIQUÉ EN CHINE

AVANT UTILISATION, VOUS ÊTES PRIÉS DE LIRE LA NOTICE.

BREVET DÉPOSÉ

REV.: 101419      ECHELONFIT.FR



CONTACT



