

# *Cinta de correr motorizada*

---

## *Manual de instrucciones de operación*



### **Consejos:**

1. Antes de la instalación y operación, lea cuidadosamente este manual de operación.
2. Guarde este manual para referencia futura.
3. El producto puede variar ligeramente de las imágenes del artículo debido a las actualizaciones del modelo.

# **INSTRUCCIONES IMPORTANTE DE SEGURIDAD**

Al usar un aparato eléctrico, siempre se deben seguir las precauciones básicas, incluidas las siguientes:

Lea todas las instrucciones antes de usar esta cinta de correr.

**PELIGRO** – Para reducir el riesgo de descarga eléctrica:

1. Desenchufe siempre este aparato de la toma de corriente inmediatamente después de usarlo y antes de limpiarlo.

**PRECAICIÓN** – Para reducir el riesgo de quemaduras, incendios, descargas eléctricas o lesiones a personas:

1. La cinta de correr nunca debe dejarse desatendida cuando está enchufada. Desenchúfela de la toma de corriente cuando no esté en uso y antes de colocar o quitar piezas.

2. Use esta máquina para correr solo para el uso previsto como se describe en este manual. No utilice accesorios no recomendados por el fabricante.

3. Nunca opere esta caminadora si tiene un cable o enchufe dañado, no funciona correctamente, se ha caído o dañado.

4. Mantenga el cable alejado de superficies calientes.

5. Nunca opere la caminadora con las aberturas de aire bloqueadas. Mantenga las aberturas de aire libres de pelusa, cabello y similares.

6. Nunca deje caer ni inserte ningún objeto en ninguna abertura.

7. No utilizar al aire libre.

8. No opere donde se utilizan productos en aerosol (spray) o donde se administra oxígeno.

9. Para desconectar, apague la caminadora, luego retire el enchufe del tomacorriente.

10. Conecte esta máquina para correr solo a una toma de corriente con conexión a tierra. Consulte las instrucciones de conexión a tierra.

**PRECAUCIÓN:** Riesgo de lesiones:

Para evitar lesiones, tenga mucho cuidado al subir o bajar de una correa en movimiento. Lea el manual de instrucciones antes de usar.

*GUARDE ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES PARA FUTURAS CONSULTAS*

# **INFORMACION DE SEGURIDAD IMPORTANTE**

Le agradecemos por elegir nuestro producto. Es importante leer todo este manual antes de ensamblar y usar el equipo. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios del equipo estén informados de todas las advertencias y precauciones.

1. Antes de comenzar cualquier programa de ejercicios, debe consultar a su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que pueda poner en riesgo su salud y seguridad o evitar que use el equipo correctamente. El consejo de su médico es esencial si está tomando algún medicamento que pueda afectar su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales de su cuerpo. El ejercicio incorrecto o excesivo puede dañar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, dificultad para respirar, aturdimiento, mareos o náuseas. Si experimenta alguna de estas condiciones, consulte a su médico antes de continuar con su programa de ejercicios.
3. Mantenga a los niños y las mascotas alejados del equipo. El equipo está diseñado solo para adultos.
4. Use el equipo sobre una superficie plana y sólida con una cubierta protectora para su piso o alfombra. Para garantizar la seguridad, el equipo debe tener al menos 1 metro de espacio libre a su alrededor.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y pernos estén bien apretados antes de usar el equipo. Revise el equipo regularmente en busca de daños y / o desgaste.
6. Recomendamos que lubrique todas las piezas móviles mensualmente.
7. Utilice siempre el equipo como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras ensambla o verifica el equipo, o si escucha ruidos inusuales provenientes del equipo durante el ejercicio, deje de usar el equipo inmediatamente y no lo use hasta que el problema se haya solucionado.
8. Use ropa adecuada mientras usa el equipo. Evite usar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
9. No coloque los dedos u objetos en las partes móviles del equipo.
10. Este equipo no es adecuado para uso terapéutico.
11. Muévase con precaución al levantar y mover el equipo. Siempre use la técnica de levantamiento adecuada y busque ayuda si es necesario.
12. Su producto está diseñado para usarse en condiciones frescas y secas. Debe evitar el almacenamiento en áreas extremadamente frías, calientes o húmedas, ya que esto puede provocar corrosión y otros problemas relacionados.
13. ¡Este equipo está diseñado solo para uso doméstico en interiores! ¡No es para uso comercial!

# **INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE USO**

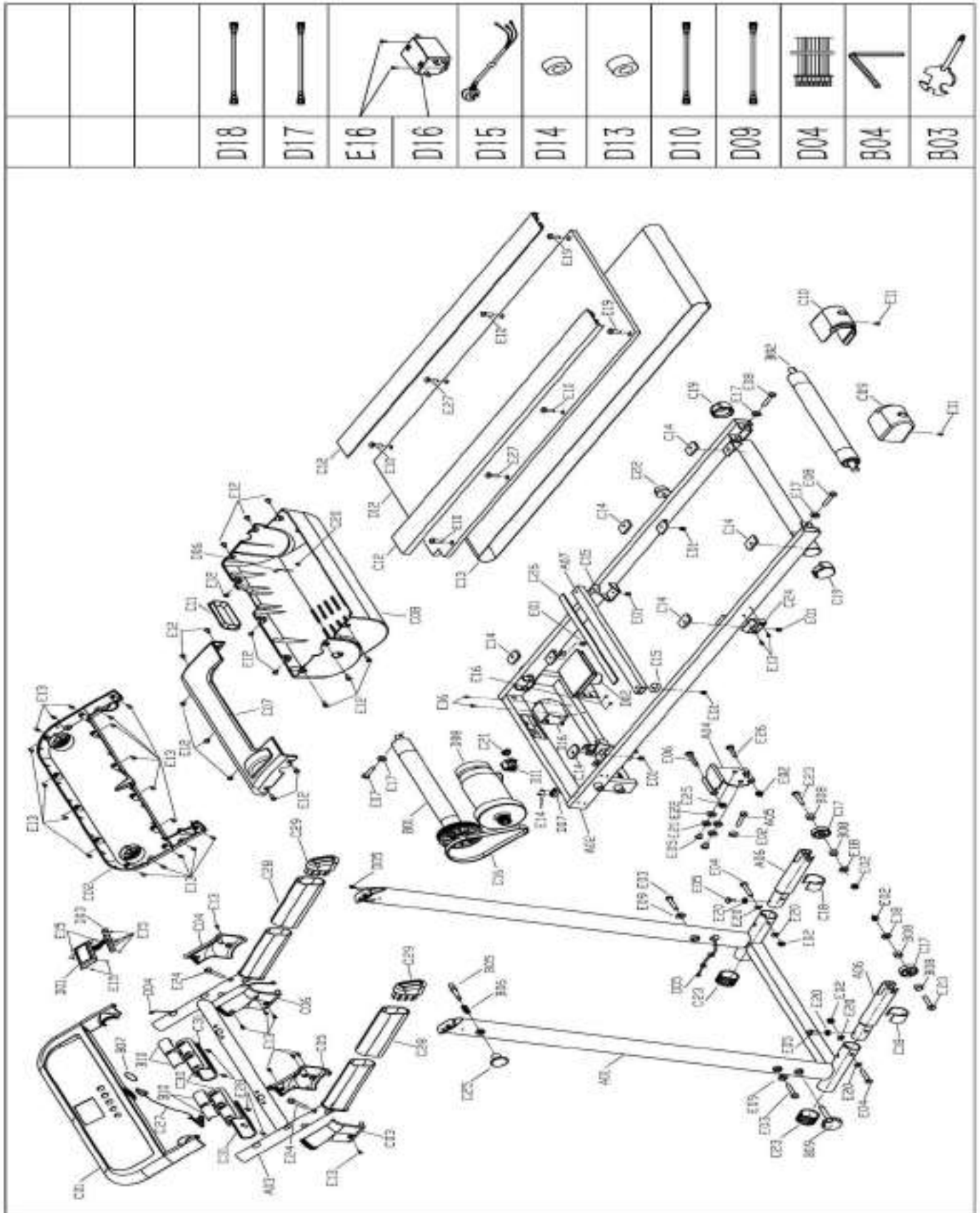
1. Inserte el enchufe directamente en el enchufe.
2. Lea el manual antes de operar el equipo.
3. Los cambios en la velocidad no ocurren de inmediato. Establezca la velocidad deseada con las teclas de ajuste de la consola principal. La velocidad aumentará gradualmente.
4. Mientras esté en la cinta de correr, muévase con precaución ya que las distracciones pueden hacer que pierda el equilibrio y se desvíe al caminar en el centro de la banda, lo que puede provocar lesiones graves.
5. Esta unidad comienza a una velocidad muy baja. Para comenzar a usar, sostenga los pasamanos y párese en los rieles laterales mientras se inicia, luego subase a la banda una vez que esté en movimiento.
6. Siempre sostenga el pasamanos cuando realice cambios de configuración.
7. Se proporciona una llave de seguridad para uso de emergencia. La máquina funcionará solo si la llave de seguridad está insertada en la consola de la computadora. En caso de emergencia, retire la llave de seguridad para detener inmediatamente el movimiento y apagar la cinta de correr. La pantalla se reiniciará una vez que se vuelva a insertar la llave de seguridad.
8. Las teclas de control de la consola están configuradas con precisión y requieren muy poca presión con los dedos para usarlas. Para evitar dañar estas teclas, no use una presión excesiva al operar estos controles.
9. ¡Este equipo está diseñado solo para adultos! No se debe permitir que los niños usen o jueguen cerca de este equipo. Cuando estén presentes, los niños deben ser supervisados en todo momento por un adulto.
10. Las mujeres que están embarazadas o amamantando deben consultar a un médico antes de intentar comenzar cualquier programa de ejercicio.
11. Siempre mantente hidratado durante y después del ejercicio.



## **NOTA IMPORTANTE:**

**¡La banda debe lubricarse antes del primer uso! Consulte la página adecuada para obtener instrucciones sobre cómo aplicar correctamente el lubricante.**

# DIAGRAMA



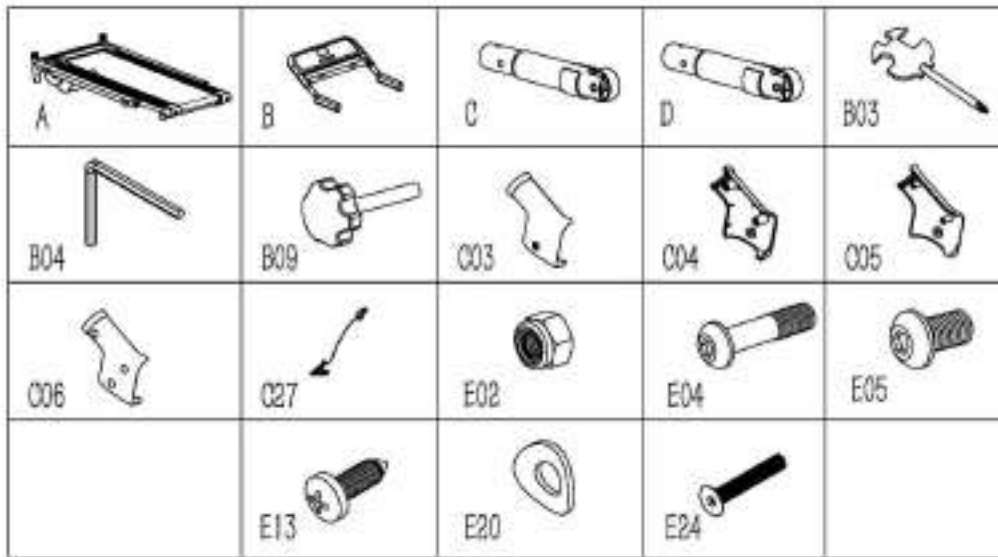
## LISTADO DE PARTES

A01	Bastidor de base		1	C31	Pulso manual inferior		2
A02	Marco principal		1	D01	Marco principal...		1
A03	Consola de Soporte		1	D02	Placa de control		1
A04	Marco del motor		1	D03	Teclado		1
A05	Marco ajustable		1	D04	Cable de señal superior		1
A06	Tubo de soporte base		2	D05	Cable de señal media	1150mm	1
A07	Refuerzo de la table		1	D06	Cable de señal inferior	1600mm	1
B01	Rodillo delantero		1	D07	Sensor de velocidad	200mm	1
B02	Rodillo trasero		1	D08	motor de corriente continua		1
B03	Llave con destornillador	S=13, 14, 15	1	D09	Cable	Blue 350mm	1
B04	Llave allen	5mm	1	D10	Cable	Blown 350mm	1
B05	Pasador de bloqueo de hierro		1	D11	Interruptor de alimentación		1
B06	Resorte de presion		1	D12	Table de correr		1
B07	Placa de seguridad		1	D13	Anillo magnético		1
B08	Buje de la rueda transporte		4	D14	Nucleo magnetico		1
B09	Perilla de bloqueo		1	D15	Cable de alimentación	2150mm	1
B10	Placa de acero de mano			D16	Filtro		1
C01	Cubierta superior de la consola		1	D17	Cable	350mm	1
C02	Cubierta inferior de la consola		1	D18	Cable	350mm	1
C03	Tapa de tubo vertical izquierda		1	E01	Tuerca	M6	6
C04	Right upright tube cover Tapa de tubo vertical derecha		1	E02	Tuerca	M8	6
C05	Tubo vertical izquierdo dentro de la cubierta		1	E03	Tornillo	M10*60	2
C06	Tubo vertical derecho dentro de la cubierta		1	E04	Tornillo	M8*50	2
C07	Cubierta superior del motor		1	E05	Tornillo	M8*15	4

C08	Cubierta inferior del motor		1	E06	Tornillo	M10*90	1
C09	Cubierta trasera izquierda		1	E07	Tornillo	M6*45	1
C10	Cubierta trasera derecha		1	E08	Tornillo	M6*55	2
C11	Hebilla de la cubierta del motor		1	E09	Arandela plana C	10	2
C12	Carril lateral		2	E10	Tornillo	M6*28	4
C13	Banda de correr		1	E11	Tornillo	M5*12(incluido la arandela)	2
C14	Amortiguador de goma		6	E12	Tornillo	M5 * 8 (incluida la arandela)	16
C15	Cojín azul		2	E13	Tornillo	ST4.2*12	27
C16	Correa del motor		1	E14	Tornillo	ST2.9*8	2
C17	Rueda de transporte		2	E15	Tornillo	ST2.9*6	9
C18	Almohadilla de pie en forma C 1		2	E16	Tornillo	ST4.2*12	6
C19	Almohadilla de pie en forma C 2		2	E17	Arandela	6	3
C20	Anillo protector de cable		2	E18	Arandela	8	2
C21	Hebilla de cable de alimentación		1	E19	Arandela	M6*25	2
C22	Buje		1	E20	Arandela curva	8	6
C23	Tapa interior		2	E21	Arandela de resorte	8	2
C24	Bloque fijo		1	E22	Arandela plana C	8	2
C25	Pin de Seguridad		1	E23	Tornillo	M8*48	2
C26	Amortiguador de goma		1	E24	Tornillo	M8*48	2
C27	Llave de Seguridad		1	E25	Tuerca	M10	1
C28	Barra de la manija		2	E26	Tornillo	M8*60	1
C29	Tapa final		2	E27	Tornillo	M6*46	2
C30	Pulso manual superior		2	E28	Tornillo	ST3*23	4

# MONTAJE HARDWARE

## CONTENIDO DEL CARTÓN :



## Listado de partes:

NO.	DES.		Nos.	NO.	DES.		Nos.
A	Marco principal		1	C05	Tubo vertical izquierdo dentro de la cubierta		1
B	Consola de Soporte		1	C06	Tubo vertical derecho dentro de la cubierta		1
C	Tubo de soporte base izquierdo		1	C27	Llave de Seguridad		1
D	Tubo de soporte base derecho		1	E02	Tuerca	M8	2
B03	Llave con destornillador	S=13、14、15	1	E04	Tornillo	M8*50	2
B04	Llave Allena	5mm	1	E05	Tornillo	M8*15	2
B09	Perilla de bloqueo		1	E13	Tornillo	ST4.2*12	8
C03	Tapa de tubo vertical izquierda		1	E20	Arandela curva	8	6
C04	Tapa de tubo vertical derecha		1	E24	Tornillo	M8*48	2

## HERRAMIENTAS DE MONTAJE

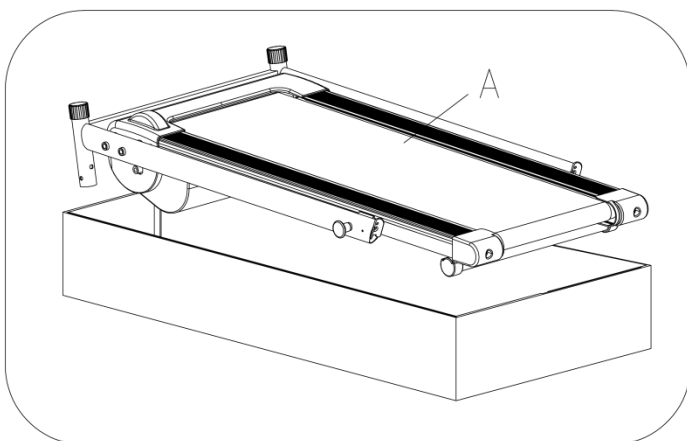
**Llave Allen (5 mm) - 1PC**

**Llave con destornillador (S = 13, 14, 15) - 1PC**



# INSTRUCCIONES DE ARMADO

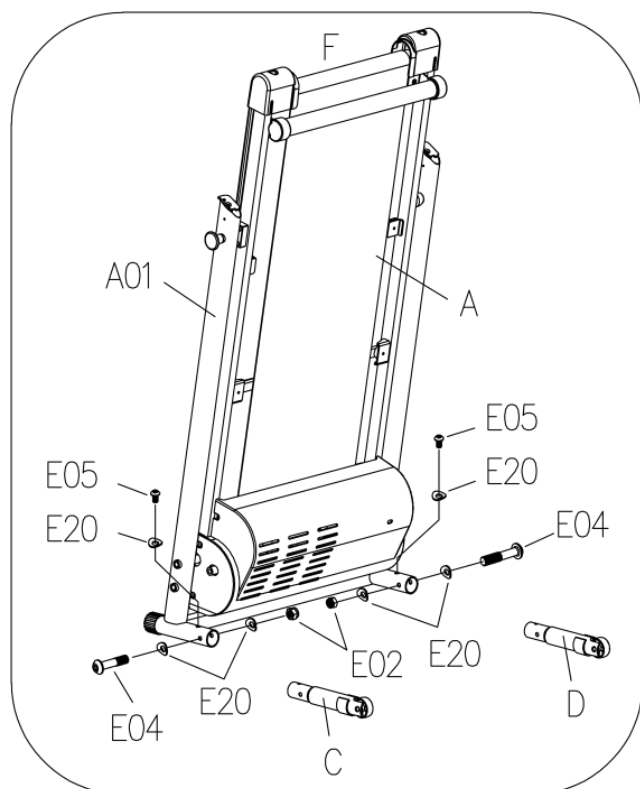
## PASO 1:



Aviso: Recomendamos que dos personas hagan el montaje.

Abra la caja de cartón, saque el contenido y coloque el marco principal (A) en un terreno nivelado.

## PASO 2:

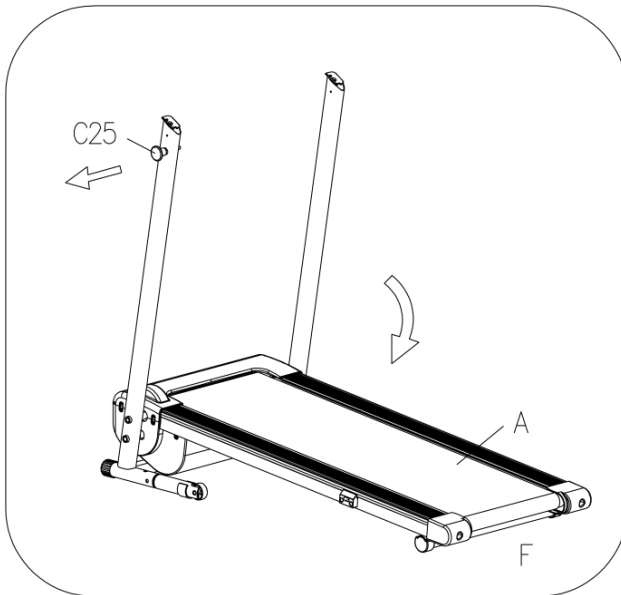


Aviso: Sostenga el bastidor principal (A) en la posición "F" con una mano para evitar que se caiga durante el montaje.

Conecte el tubo de soporte de la base izquierda (C) al marco de la base (A01). Use una llave Allen # 5 (B04) para atornillar el perno M8 \* 50 (E04) y la Arandela de Arco (E20) en el marco de la Base (A01).

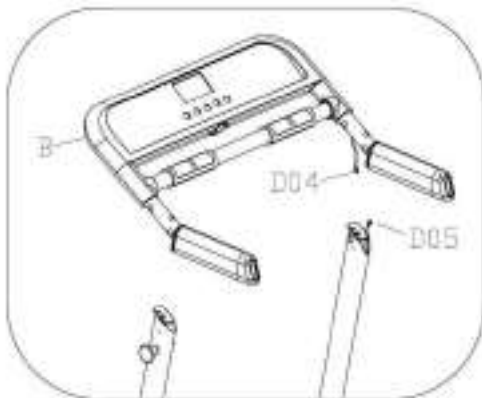
Atornille el Perno (E05) y la Arandela de Arco (E20) en el marco de la Base (A01).

### PASO 3:

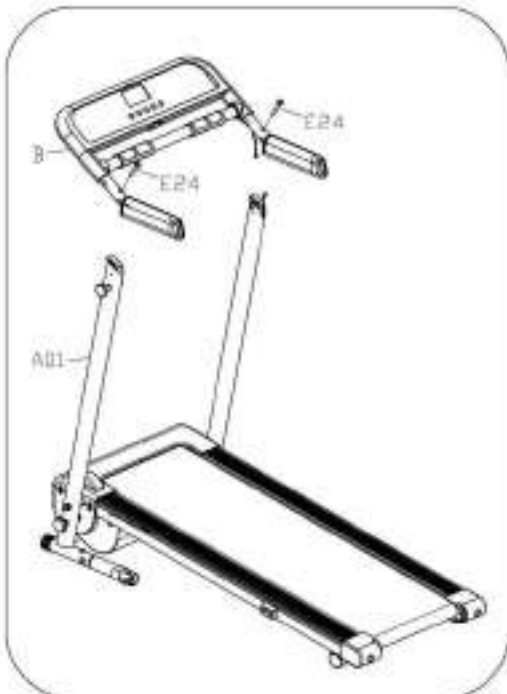


Aviso: Para evitar posibles lesiones, sostenga el marco principal (A) en la posición "F" antes de tirar del pasador de bloqueo (C25) y asegúrese de que el espacio directamente debajo de él esté libre de objetos. Una vez que se suelta el marco principal (A), continúe sosteniendo hasta que llegue al piso. Tire del pasador de bloqueo (C25) y baje el marco principal (A) al piso. Nota: El pasador de bloqueo (C25) volverá a encajar en la máquina. No se desprende de la máquina.

### PASO 4:



Conecte el cable de señal superior (D04) al cable de señal central (D05).



Fije el soporte de la consola (B) al marco de la base (A01) con 2 pernos (E24). Apriete con una llave Allen de 5 # (B04).

### PASO 5:



Fije las cubiertas de los tubos verticales izquierdo y derecho (C03, C04) y las cubiertas internas del tubo vertical izquierdo y derecho (C05, C06) en el marco de la base (A01) y el soporte de la consola (B) con el tornillo (E13). Apriete con una llave inglesa con destornillador (B03).

### PASO 6:



Inserte la perilla de bloqueo (B09). Asegure el marco de la base (A01) al marco principal (A) girando la perilla de bloqueo (B09) en sentido horario hasta que quede apretado.

### ¡NOTA IMPORTANTE!

Deberá lubricar su cinta de correr antes del primer uso. Ver página 11.

## MANTENIMIENTO & CUIDADO

La limpieza general ayudará a prolongar la vida útil y el rendimiento de su cinta de correr. Mantenga la unidad limpia y mantenida despolvando los componentes regularmente. Limpie ambos lados de la banda para correr para evitar que se acumule polvo debajo de la banda. Mantenga sus zapatillas para correr limpias para que la suciedad de sus zapatillas no desgaste el estribo y el cinturón. Limpie la superficie de la cinta de correr con un paño limpio y húmedo..

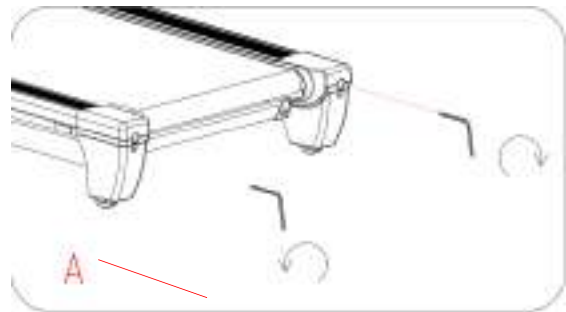
Para mantener la cinta de correr y prolongar su vida útil, apague la máquina durante 45 minutos después de cada 2 horas de uso y apáguela cuando no esté en uso.

Una banda de correr suelta resultará en que el usuario se deslice al caminar, mientras que una correa demasiado apretada disminuirá el rendimiento del motor y también creará más fricción entre el rodillo y las correas de correr. La estanqueidad más adecuada para las correas se extrae 50-75 mm de la plataforma.

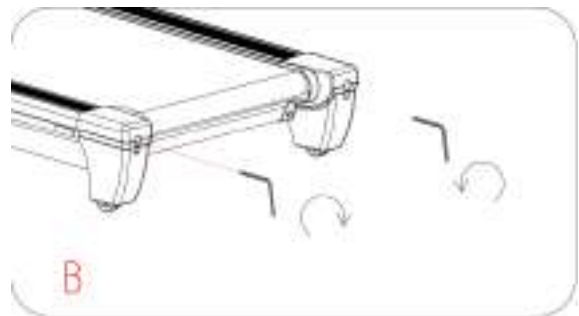
### **CENTRADO DE LA BANDA:**

Coloque la cinta de correr en un terreno nivelado y configúrela a 6-8 km / h para verificar si la banda para correr se desplaza.

1. Si la Banda para correr se mueve hacia la derecha, gire el perno de ajuste del lado derecho  $\frac{1}{4}$  de vuelta en sentido horario, luego gire el perno de ajuste izquierdo  $\frac{1}{4}$  de vuelta en sentido antihorario. Si la correa no se mueve, repita este paso hasta que se centre. Consulte la Figura A.



2. Si la banda para correr se mueve hacia la izquierda, gire los pernos de ajuste del lado izquierdo  $\frac{1}{4}$  de vuelta en sentido horario, luego gire el perno de ajuste derecho  $\frac{1}{4}$  de vuelta en sentido antihorario. Si la correa no se mueve, repita este paso hasta que se centre. Consulte la figura B.



3. Con el tiempo, la correa para correr se aflojará. Para apretar la correa, gire los pernos de ajuste del lado izquierdo y derecho una vuelta completa en sentido horario. Verifique la tensión de la correa. Continúe este proceso hasta que la correa esté en la tensión correcta. Asegúrese de ajustar ambos lados por igual para garantizar la correcta alineación de la correa. Consulte el diagrama "C".



## **LUBRICANDO LA MÁQUINA PARA CORRER**

### **\* NOTA IMPORTANTE:**

Lubrique su máquina para correr antes del primer uso.

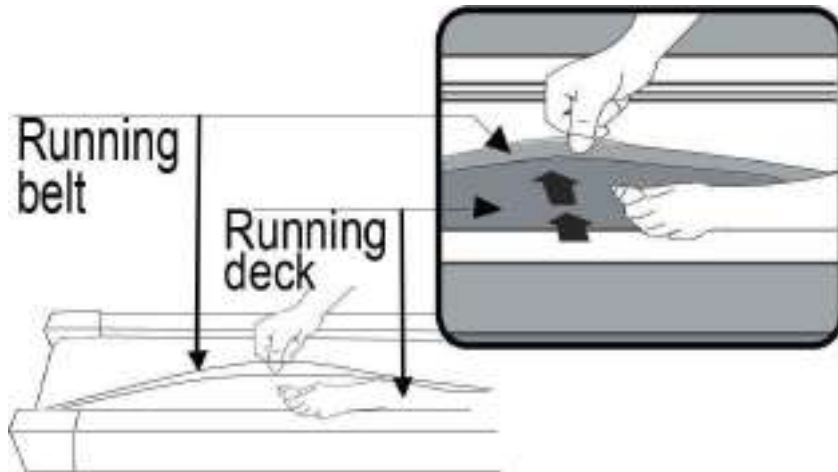
### **LUBRICANTE PARA CINTA DE CORRER:**

**Lubricar la tabla y la banda es esencial ya que la fricción entre los dos afecta la vida útil y la función de la cinta de correr. Inspeccione tanto la tabla como la banda con regularidad.**

**PRECAUCION:** Desenchufe siempre la cinta de correr del tomacorriente antes de limpiar, lubricar o reparar la unidad..

### **COMO LUBRICAR:**

1. Levante la correa hacia arriba por un lado y aplique lubricante a la plataforma para correr. Use un trapo para limpiar a fondo el lubricante sobre la plataforma para correr. Repita este proceso para el otro lado..
2. Las partes móviles deben girar libremente y en silencio. El mal funcionamiento de las partes móviles afectará la seguridad del equipo. Inspeccione y apriete los pernos regularmente.
3. El mantenimiento regular prolongará la vida útil de la cinta de correr..



**RECOMENDAMOS LUBRICAR LA BANDA UNICAMENTE CO LUBRICANTES A BASE DE SILICONA NEUTRA CADA 15 HORAS DE USO O DESPUES DE UN LARGO PERIODO DE INACTIVIDAD.**

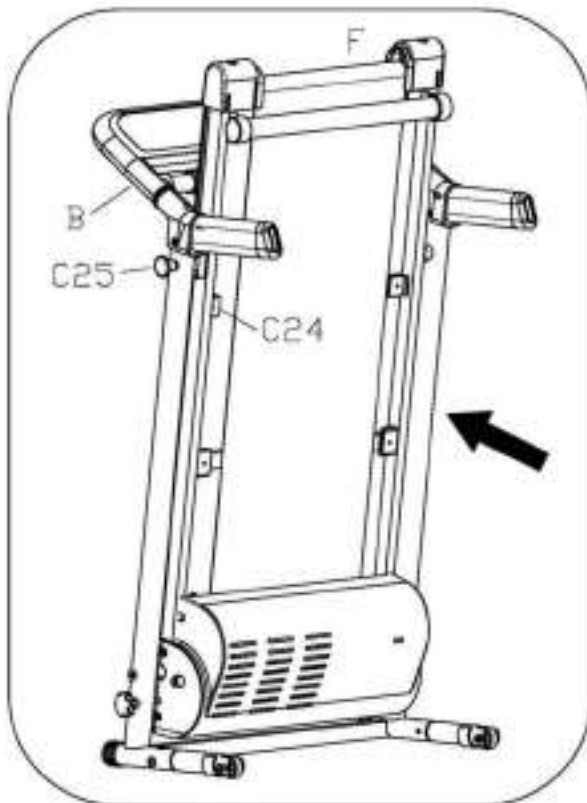
# INSTRUCCIONES DE PLEGADO

## PLEGADO:



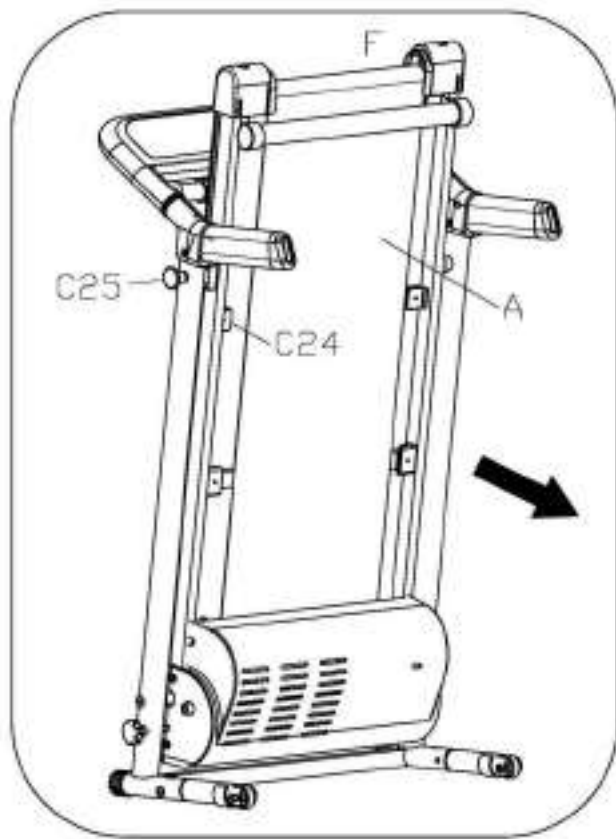
Afloje la perilla de bloqueo (B09) en sentido antihorario y extráigala. Doble el marco principal.

Aviso: recuerde dónde guarda la perilla de bloqueo (B09) después de sacarla. Lo necesitará cuando despliegue la máquina.



Tire del pasador de bloqueo (C25) con una mano, luego levante el bastidor principal en la posición "F" con otra mano hasta que el pasador de bloqueo (C25) encaje en el orificio del bloque fijo (C24).

## DESLEGADO:



**NOTA:** Antes de bajar el Marco principal (A), asegúrese de que el espacio directamente debajo de él esté libre de objetos.

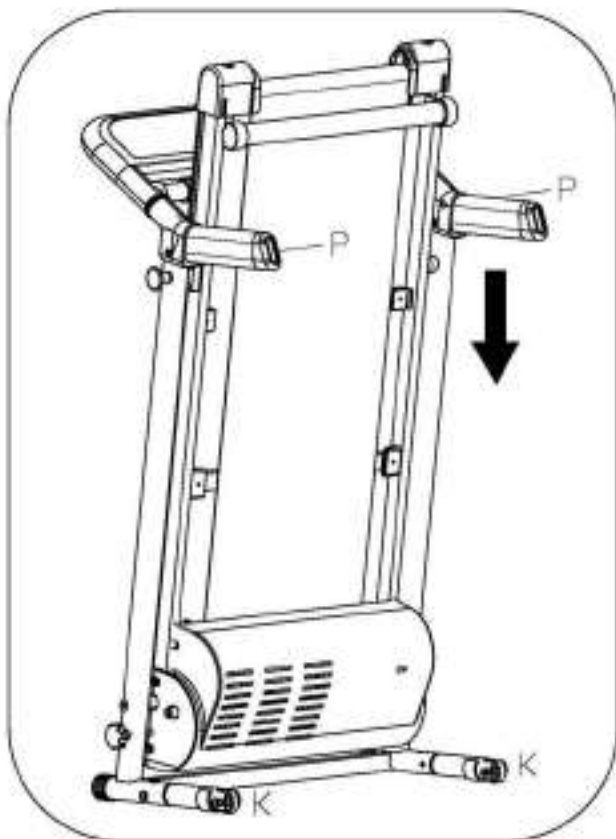
Para evitar posibles lesiones, sostenga el marco principal (A) en la posición "F" antes de tirar del pasador de bloqueo (C25). Una vez que se suelta el marco principal (A), continúe sosteniéndolo en la posición "F" hasta que llegue al piso.



Asegure el marco base (A01) en el marco principal (A) insertando la perilla de bloqueo (B09) y girándola en sentido horario hasta que quede apretada.



## COMO MOVER SU CAMINADORA



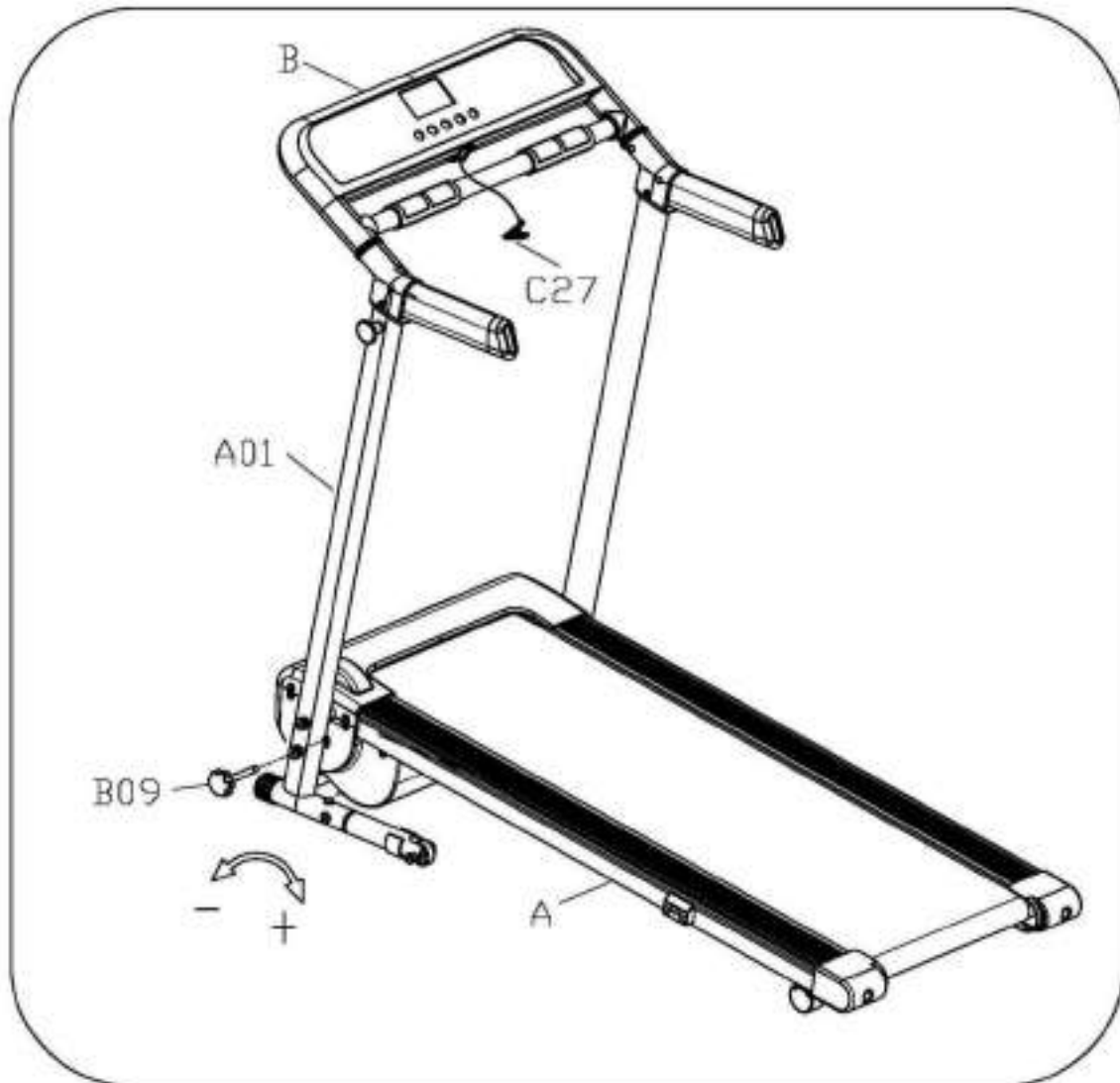
Antes de intentar mover la cinta de correr, asegúrese de que se haya plegado correctamente. Desenchufe el cable de alimentación.

Para inclinar, comience colocando una mano en la posición "P" para sostener el extremo superior de la cinta de correr. Luego, coloque un pie en la posición "K" para mantener estable el extremo inferior de la cinta de correr. Con el pie en "K", incline lentamente la parte superior de la cinta hacia el suelo. Una vez que el bastidor principal "P" alcanza un punto lo suficientemente bajo, las ruedas de la cinta de correr tocan el suelo.



Para transportar, sostenga la máquina para correr desde la posición "P" e incline hasta que las ruedas "K" puedan moverse en el suelo.

## CÓMO USAR LA CLAVE DE SEGURIDAD



Asegure el marco base (A01) en el marco principal (A) insertando la perilla de bloqueo (B09) y girándola en sentido horario hasta que quede apretada.

Inserte la llave de seguridad (C27) en el área magnética de la consola (B) y sujete a su ropa.

Nota: en caso de emergencia, extraiga la llave de seguridad (C27) y la máquina se detendrá.

# **INFORMACIÓN ELÉCTRICA IMPORTANTE**

**ADVERTENCIA:** Esta cinta de correr requiere una fuente de alimentación correcta para funcionar correctamente. Para su seguridad, así como la seguridad de los demás, verifique que la fuente de alimentación sea correcta antes de enchufar el equipo. Cualquier fuente de energía por encima o por debajo de este nivel podría causar daños significativos al equipo o al usuario.

## **MÉTODOS DE CONEXIÓN A TIERRA:**

Este producto debe estar conectado a tierra. La conexión a tierra proporciona la menor resistencia a la corriente eléctrica y reducirá el riesgo de descarga eléctrica. El enchufe debe conectarse a un tomacorriente apropiado que esté instalado y conectado a tierra de acuerdo con todos los códigos y ordenanzas locales. Asegúrese de que el producto esté conectado a una toma de corriente que contenga la misma configuración que el enchufe. No use un adaptador para este producto.

Este producto se debe utilizar en un circuito correcto y tiene un enchufe de conexión a tierra que se parece al enchufe ilustrado en el boceto A. Asegúrese de que el producto esté conectado a una toma de corriente que tenga la misma configuración que el enchufe. No se debe usar ningún adaptador con este producto.

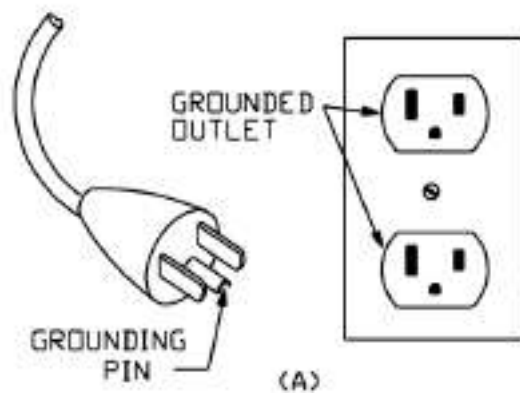
## **PELIGRO:**

La conexión incorrecta del conductor de conexión a tierra del equipo puede provocar un riesgo de descarga eléctrica. Consulte con un electricista certificado si tiene dudas sobre si el producto está correctamente conectado a tierra. No modifique el enchufe provisto con el producto. Si no encaja en el tomacorriente, haga que un electricista instale un tomacorriente adecuado.

## **¡PRECAUCION!**

1. NUNCA use una toma de corriente de interrupción de circuito de falla a tierra (GFCI) con esta máquina para correr. Dirija el cable de alimentación lejos de cualquier parte móvil de la cinta de correr, incluido el mecanismo de elevación y las ruedas de transporte.

2. NUNCA opere la caminadora con un generador o fuente de alimentación UPS.
3. NUNCA retire ninguna cubierta sin desconectar primero la alimentación de CA.
4. NUNCA exponga la caminadora a la lluvia o la humedad. Esta cinta de correr no está diseñada para usarse al aire libre, cerca de piscinas o en cualquier otro entorno de alta humedad.



# LA CONSOLA DE LA PANTALLA



## PANTALLA

1. **SPEED:** muestra la velocidad actual (rango 0.8-11KPH). Cuando está en modo de configuración, la ventana muestra H-1, H-2, H-3.
2. **TIME:** Muestra el tiempo de funcionamiento. Muestra el tiempo de ejercicio de 0:00-99:59 MINS. Si el tiempo llega a 99:59, la máquina se detendrá suavemente y mostrará "END" y entrará en modo de espera después de 5 segundos. Cuando esté en modo de cuenta regresiva, contará desde el tiempo de configuración hasta las 0:00. Cuando baje a las 0:00, la máquina se detendrá suavemente y mostrará "END", y entrará en modo de espera después de 5 segundos.
3. **DISTANCE:** muestra la distancia recorrida (rango 0.00-99.9 KM). Cuando el reloj alcanza 99.9, se restablecerá a 0.00 y comenzará a contar nuevamente desde 0.0. Cuando esté en modo de cuenta regresiva, contará desde la distancia que estableció en 0.00. Cuando llegue a 0.00, la máquina se detendrá suavemente y mostrará "END", luego entrará en el modo de espera después de 5 segundos.
4. **CALORIES:** Muestra las calorías quemadas del usuario (rango 0-999 calorías). Cuando llegue a 999, comenzará nuevamente desde 0. En el modo de cuenta regresiva, contará desde la cantidad de calorías que configuró hasta 0. Cuando llegue a 0, la máquina se detendrá suavemente y mostrará 'Fin', y luego entrará en modo de espera modo después de 5 segundos.
5. **PULSE:** el sistema puede detectar automáticamente la frecuencia de los latidos del corazón del usuario cuando sostiene el mango del sensor pulso con ambas manos y lo muestra en esta ventana. El rango de visualización del valor del latido es de 50-200 veces / minuto (estos datos son solo de referencia y no deben tratarse como datos médicos).

## TECLAS DE FUNCIÓN

1. **INICIO:** para iniciar la máquina, inserte el extremo magnético de la llave de seguridad en la consola de la computadora y luego presione el botón INICIO. Esta máquina

requiere la llave de seguridad para comenzar. 0.8 KPH es la velocidad de inicio predeterminada.

2. PARAR: este botón puede PAUSAR y PARAR. Cuando esté en uso, presione este botón una vez para PAUSAR su entrenamiento y los datos del entrenamiento actual se seguirán mostrando. Presione PARAR nuevamente para finalizar su sesión de entrenamiento y todos los datos de esta sesión se eliminarán.

3. MODO: presione este botón para seleccionar un MODO. Presionando una vez entrará en H1, el modo de cuenta regresiva de TIEMPO a partir de las 15:00 MINS. H2 es el modo de cuenta regresiva DISTANCIA a partir de 1.00 KM y H3 es el modo de cuenta regresiva de CALORÍAS que comienza desde 50 KCAL. Al configurar cada modo, puede presionar +/- para aumentar o disminuir la configuración preestablecida de H1, H2, H3 y luego presionar INICIAR para iniciar la máquina. En el modo de espera, presione este botón durante 3 segundos para ingresar a FAT.

4. VELOCIDAD + / VELOCIDAD -: Presione los botones +/- para aumentar o disminuir la velocidad en incrementos de 0.1 KPH. Al presionar y mantener presionado cualquiera de estos botones por más de 0.5 segundos, aumentará o disminuirá la velocidad continuamente..

PROGRAMAS	Inicial	Valor por defecto	Rango	Rango de visualización
TIEMPO(MIN:SEGS)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00—99:59
VELOCIDAD(KPH)	0.8	0.8	0.8-11.0	0.8-11.0
DISTANCIA(KM)	0	1.0	0.5-99.9	0.0—99.9
PULSO(BPM)	P	/	/	50--200
CALORIAS(KCAL)	0	50	10--999	0—999

## CÁLCULO DE CALIDAD CORPORAL

En el estado de espera, presione el botón MODO hasta que la ventana muestre FAT (Cálculo de calidad corporal), presione MODE para ingresar F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F-1 SEXO, F -2 EDAD, F-3 ALTURA, F-4 PESO, F-5 Índice de calidad corporal).

Presione los BOTONES DE VELOCIDAD +/- para configurar F1-F4 (consulte la tabla a continuación), una vez que haya terminado de configurar F1-F4 presione MODO, esto lo introducirá en la configuración de F-5 (Índice de calidad corporal). Para configurar F-5, agarre los sensores de pulso ubicados en los mangos con ambas manos y sosténgalos, después de 3 segundos, la ventana mostrará el índice de calidad de su cuerpo. El índice

de calidad corporal se usa para probar la relación entre su altura y peso. Es solo para referencia no apto para uso médico. El índice de calidad corporal es adecuado tanto para hombres como para mujeres.

**AVISO: el puntaje del Índice general de calidad corporal es del 20-25%**

Bajo peso por debajo de 19.0

Normal 19.0 - 25.0

Sobrepeso 26.0 - 29.0

Obesidad 30.0 - y superior

**TABLA DE ÍNDICE DE CALIDAD CORPORAL (BQI):**

F-1	Sexo	01 Hombre	02 Mujer
F-2	Edad	10-----99	
F-3	Altura	100----200	
F-4	Peso	20-----150	
F-5	BQI	≤19	≤19
	BQI	=(20---25)	=(20---25)
	BQI	=(26---29)	=(26---29)
	BQI	≥30	≥30

**RECORDATORIO DE LUBRICACIÓN**

Su cinta de correr necesita mantenimiento de lubricación cada 300 km. Cuando llega el momento del mantenimiento, la caminadora emite un pitido cada 10 segundos y muestra un icono de "OIL" en su pantalla LCD. Lea la LUBRICACIÓN DE LA MÁQUINA PARA CORRER en la página adecuada para conocer los pasos adecuados para lubricar su máquina. Aplique el aceite lubricante en el medio de la plataforma para correr en ambos lados. Después de la aplicación, presione y mantenga presionado el botón PARAR durante 3 segundos para borrar el recordatorio.

# **FUNCIONES DE LA CINTA**

## **FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD:**

Retire la llave de seguridad de la consola de la computadora mientras la cinta está funcionando y la cinta se detendrá inmediatamente. Una vez que la cinta de correr llegue a una parada completa, la pantalla mostrará "- - -" y el timbre sonará 3 veces. Para volver a iniciar la cinta de correr, inserte el extremo magnético de la llave de seguridad en la consola de la computadora y presione el botón INICIO.

## **FUNCIÓN DE AHORRO DE ENERGÍA:**

Cuando la caminadora ha estado inactiva durante 10 minutos, ingresará al modo de ahorro de energía. Mientras la cinta está en este modo, la pantalla se apagará. Para volver a encenderlo, presione cualquier botón.

## **ENCENDIDO:**

Mueva el interruptor de encendido a este símbolo para encender la caminadora.

## **APAGADO:**

Mueva el interruptor de encendido a este símbolo para apagar la caminadora en cualquier momento, incluso mientras la caminadora está en uso.

## **NOTA DE SEGURIDAD:**

1. Recomendamos que mantenga una velocidad lenta al comienzo de una sesión y sostenga los pasamanos hasta que se familiarice con la cinta de correr.
2. Inserte el extremo magnético de la llave de seguridad en la consola de la computadora y sujete el clip de seguridad a su ropa antes de comenzar su entrenamiento. Para finalizar su entrenamiento, presione el botón PARAR o quite la llave de seguridad y la cinta se detendrá inmediatamente.



# INSTRUCCIONES DE EJERCICIO

## **EMPEZANDO:**

Conozca su cinta de correr. Antes de intentar usar la cinta de correr, tómese un tiempo para familiarizarse con los controles. Una vez que suba, párese con los pies en los rieles laterales y estabilícese aferrándose a los pasamanos..

Luego, coloque el extremo del clip de la Llave de seguridad en su ropa e inserte el extremo magnético de la llave en la consola de la computadora. Presione el botón INICIO para iniciar la máquina. La máquina arrancará a la velocidad de configuración predeterminada del sistema de 0.8 KPH. Pise el cinturón. Cuando te sientas cómodo, aumenta lentamente esta velocidad. Cuando haya terminado su entrenamiento, presione el botón PARAR para detener la máquina o puede quitar el extremo magnético de la llave de seguridad para detener la máquina..

## SOLUCIÓN DEL PROBLEMAS

PROBLEMA	CAUSA POSIBLE	ACCION SUGERIDA
La cinta de correr no arrancará	No enchufado	Enchufe el cable a la toma de corriente
	Llave de seguridad no insertada	Insertar clave de Seguridad
Correa de correr no centrada	Correr la tensión de la correa no correcto en los lados izquierdo o derecho del estribo	Apriete los pernos de ajuste en el lado izquierdo y derecho del rodillo trasero
La computadora no funciona	Cables de la computadora y la placa de control inferior no está conectada correctamente.	Verifique las conexiones de los cables desde la computadora hasta el tablero de control.
	El transformador está dañado.	Si el transformador está dañado, comuníquese con el servicio al cliente.
E01 o E13: error de mensaje	Cables de la computadora y la placa de control inferior no está conectada correctamente.	Verifique las conexiones de los cables de la computadora al tablero de control. Si el cable ha sido perforado o dañado, deberá reemplazarlo. Si el problema no se soluciona, es posible que deba reemplazar el tablero de control.
E02: protección contra explosion	El voltaje entrante es inferior al 50% del voltaje requerido.	Verifique que la fuente de alimentación entrante tenga el voltaje correcto.
E05: Protección contra sobrecarga de corriente (sistema de autoprotección)	El voltaje entrante es demasiado bajo o demasiado alto. El tablero de control está dañado.	Reinicie la cinta de correr. Verifique el voltaje entrante para asegurarse de que sea correcto. Verifique el tablero de control, reemplácelo si está dañado.

	Una parte móvil de la cinta de correr está atascada y, por lo tanto, el motor no puede girar correctamente.	Inspeccione las partes móviles de la caminadora para asegurarse de que estén funcionando correctamente. Revise el motor, escuche si hay ruidos extraños y busque un olor a quemado. Reemplace el motor si es necesario.
E06: falla del motor	El cable del motor no está conectado o el motor está dañado.	Verifique los cables del motor para ver si el motor está conectado. Si el cable ha sido perforado o dañado, deberá reemplazarlo. Si el problema no se soluciona, es posible que deba reemplazar el motor.
E08: Anormalidad del tablero de control	El tablero de control no está conectado.	Verifique los cables superior y medio para ver si la placa de control está conectada. Si el cable ha sido perforado o dañado, deberá reemplazarlo. Si el problema no se soluciona, es posible que deba reemplazar el tablero de control.
	El motor está en cortocircuito.	Replace with a new motor.
E10: falla del motor	Una parte móvil de la cinta de correr está atascada y, por lo tanto, el motor no puede girar correctamente.	Inspeccione las partes móviles de la cinta de correr para asegurarse de que funcionan correctamente y lubrique la cinta de correr. Reemplace el motor si es necesario.