



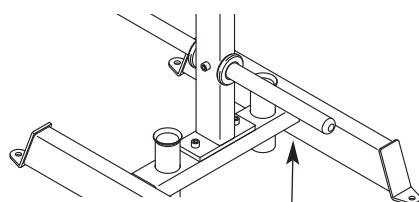
Weight & Bar Rack

MANUAL DEL USUARIO

N° de Modelo F219.0

N° de Serie _____

Escriba el número de serie en el espacio de arriba.



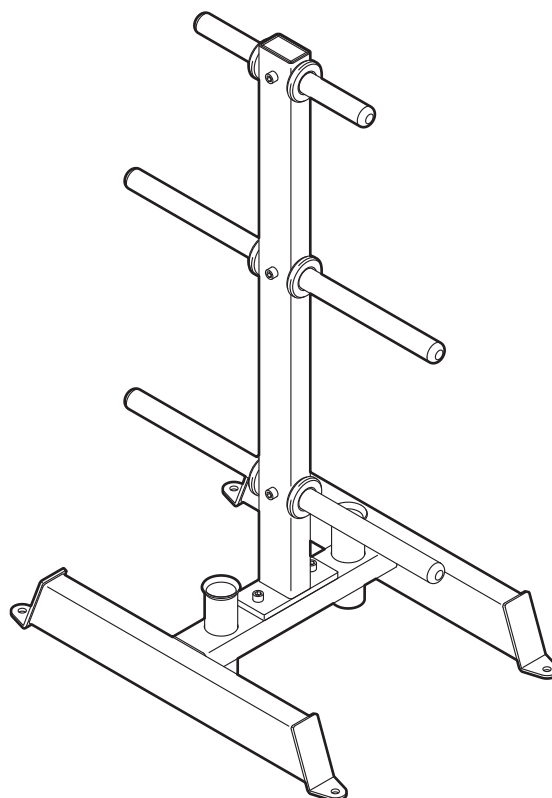
Calcomanía con el
Número de Serie
(debajo de la base)

¿PREGUNTAS?

Si tiene alguna duda, le falta alguna pieza o alguna parte ha resultado dañada, consulte la sección **CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE** en la contraportada de este manual.

PRECAUCIÓN

Antes de usar el equipo, lea cuidadosamente todas las advertencias e instrucciones de este manual. Guarde el manual para futuras referencias.

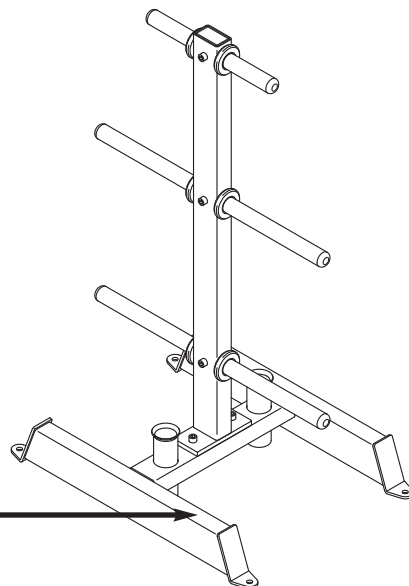
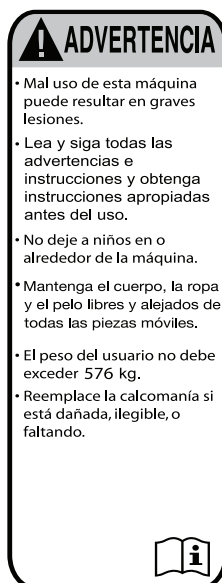


CONTENIDO

COLOCACIÓN DE LA CALCOMANÍA DE ADVERTENCIA	2
PRECAUCIONES IMPORTANTES	3
ANTES DE COMENZAR	4
MONTAJE	6
MANTENIMIENTO Y PROBLEMAS	9
LISTA DE LAS PIEZAS/DIBUJO DE LAS PIEZAS	11
COMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE	Contraportada

COLOCACIÓN DE LA CALCOMANÍA DE ADVERTENCIA

Este dibujo muestra la ubicación de la calcomanía de advertencia. **Si falta una calcomanía o ésta es ilegible, vea la portada de este manual y solicite una nueva calcomanía de reemplazo gratuita. Péguela en el lugar indicado.**
Nota: La calcomanía puede no mostrarse en su tamaño real.



PRECAUCIONES IMPORTANTES

⚠ ADVERTENCIA: Para reducir el riesgo de sufrir lesiones de gravedad, lea todas las precauciones e instrucciones importantes de este manual y todas las advertencias en su máquina de musculación, antes de utilizarla. FreeMotion Fitness queda exenta de cualquier responsabilidad por lesiones personales o daños en la propiedad sufridos al usar este producto, o como consecuencia de dicho uso.

1. Consulte con su médico antes de empezar a realizar cualquier programa de ejercicios. Esta recomendación deberá ser tomada especialmente en cuenta por personas mayores de 35 años o que padezcan algún problema de salud.
2. Use la máquina de musculación solo como esta descrito en este manual.
3. Use la máquina de musculación solamente en una superficie nivelada. Cubra el suelo debajo de la máquina de musculación para protegerlo.
4. El comprador deberá responsabilizarse de disponer del suficiente espacio alrededor de la máquina de musculación como para poder realizar el ejercicio correspondiente. Deje un espacio amplio alrededor de la máquina de musculación.
5. El usar los cuatro orificios de anclaje de 14 mm da estabilidad máxima, la máquina de musculación deberá fijarse al suelo donde sea necesario o cuando sea posible.
6. Asegúrese que todas las piezas estén apretadas apropiadamente antes de cada uso de la máquina de musculación.
7. El dueño deberá responsabilizarse de que todos los usuarios de la máquina de musculación sean adecuadamente informados de todas las precauciones indicadas, han leído y comprendido todas las etiquetas de aviso y precaución, y han sido informados de cómo usar correctamente la máquina de musculación.
8. Todos los usuarios de la máquina de musculación deberán ser informados sobre cómo comunicar inmediatamente, al personal del establecimiento cualquier lesión o irregularidad que pueda producirse en la máquina de musculación.
9. El equipo de resistencia está diseñado para soportar un total de peso máximo de 1,270 lbs. (576 kg). La barra de almacenamiento pequeña puede sostener hasta 6 pesas de 25 libras (150 lbs./66 kg). La barra de almacenamiento grande superior puede sostener hasta catorce pesas de 35 libras (490 lbs./222 kg). La barra de almacenamiento grande inferior puede sostener hasta catorce pesas de 45 libras (630 lbs./280kg). El equipo de resistencia puede también sostener dos barras derechas del tamaño olímpico o barras de doblez. Nota: Las barras o las pesas no vienen incluidas en el equipo de resistencia.
10. Mantenga a los niños menores de 12 años y a las mascotas lejos de la máquina de musculación en todo momento.
11. Use siempre calzado deportivo para proteger sus pies mientras utiliza la máquina de musculación.
12. El exceso de ejercicio puede causar lesiones graves o la muerte. Si siente desfallecimiento o dolor mientras hace ejercicios, pare inmediatamente y comience el enfriamiento.

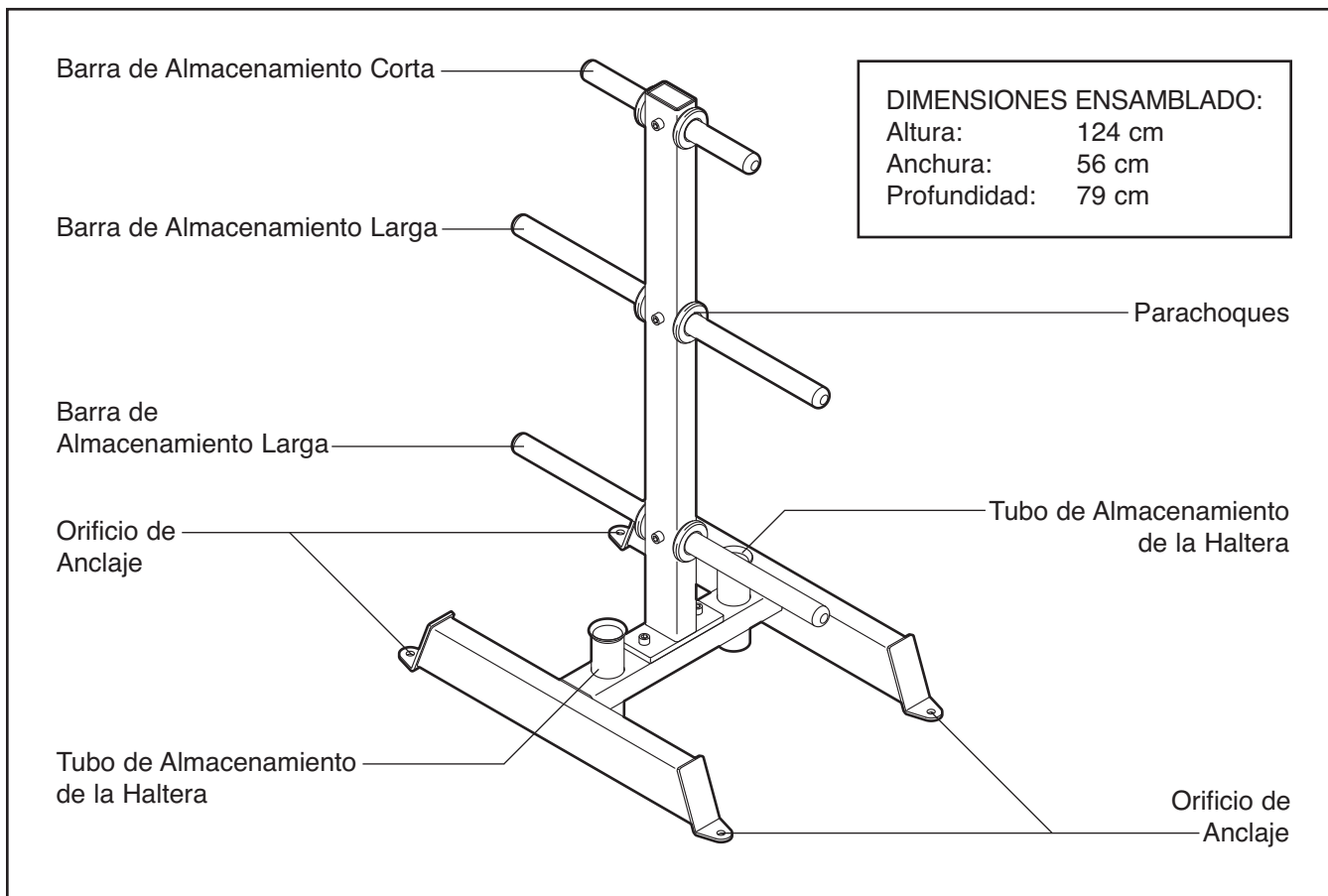
ANTES DE COMENZAR

Gracias por seleccionar el equipo de resistencia FREE-MOTION® EPIC™ WEIGHT & BAR RACK (Soporte de pesas y barras). El WEIGHT & BAR RACK (Soporte de pesas y barras) disperejas está diseñado para proveer almacenamiento conveniente y acceso fácil para sus pesas y barras de tamaño olímpico.

Para su propio bien, lea atentamente este manual antes de usar la máquina de musculación. Si tiene preguntas después de leer este manual, por favor vea

la contraportada de este manual. Para ayudarnos a asistirle, anote el número del modelo del producto y el número de serie antes de comunicarse con nosotros. El número del modelo y el lugar de la calcomanía del número de serie están mostrados en la portada de este manual.

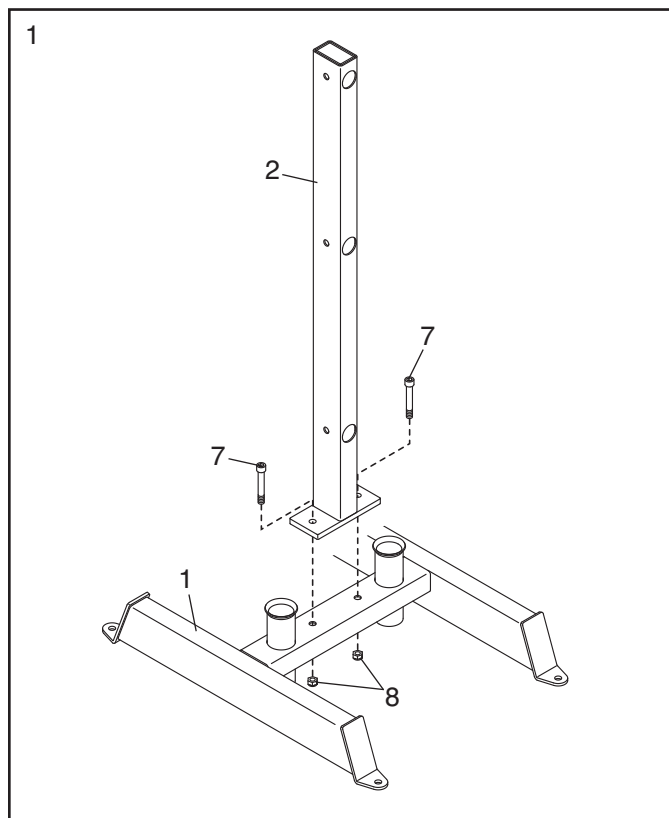
Antes de seguir leyendo, por favor estudie el dibujo de abajo y familiarícese con las piezas y sus nombres.



MONTAJE

Coloque todas las piezas de equipo de resistencia en una área despejada y retire los materiales de envío; **no deseche los materiales de envío hasta que el montaje esté terminado. El montaje requiere de una llave hexagonal métrica y una llave inglesa (no incluidos).**

1. Conecte el Montante Vertical (2) a la Base (1) con dos Pernos de M12 x 80mm (7) y dos Contratuercas de M12 (8).

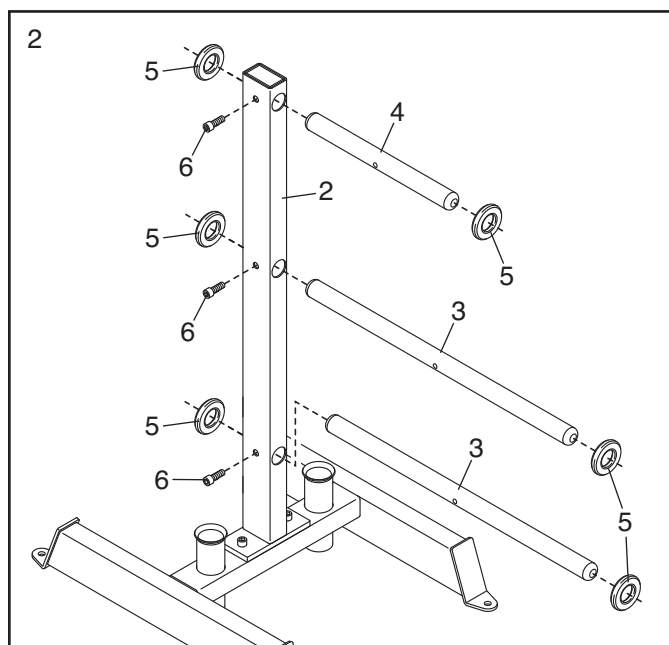


2. Inserte la Barra de Almacenamiento Pequeña (4) dentro del orificio más alto en el Montante Vertical (2). Conecte la Barra de Almacenamiento Pequeña con un Tornillo de M12 x 35mm (6).

Conecte las dos Barras de Almacenamiento Grandes (3) dentro de los orificios más bajos en el Montante Vertical (2) con dos Tornillos de M12 x 35mm (6).

Deslice dos Parachoques (5) en cada Barra de Almacenamiento (3, 4).

⚠ ADVERTENCIA: Vea precaución 9 en la página 3 para encontrar el peso máximo que cada Barra de Almacenamiento (3, 4) está diseñada a soportar.



3. **Asegúrese de que todas las piezas del equipo de resistencia estén correctamente ajustados.** Para proteger el piso o alfombra de daño, coloque una estera debajo del equipo de resistencia.

MANTENIMIENTO Y PROBLEMAS

Para lograr un rendimiento óptimo de la máquina de musculación, así como para reducir el riesgo de lesiones de los usuarios, es importante realizar un mantenimiento preventivo de forma regular. Enseñe a todo el personal a realizar los procedimientos que se describen en esta sección. El personal deberá registrar e informar de cualquier accidente. Para poder conservar la garantía que viene con la máquina de musculación, deberá usar exclusivamente piezas originales de FREEMOTION para realizar cualquier reparación o reemplazamiento. Si tiene alguna duda o pregunta, consulte la sección CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE en la contraportada de este manual.

MANTENIMIENTO DIARIAMENTE

1. Limpie la máquina de musculación usando un paño suave humedecido en una solución ligera de jabón neutro y agua tibia. En caso necesario, puede usar un cepillo de cerdas blandas para aplicar la solución.
2. Enjuague bien la zona usando un paño húmedo con agua limpia. Luego seque bien el área.

PRECAUCIÓN: Al usar cualquier producto de limpieza, pruébelo primero en un lugar no visible de la superficie para asegurarse de que no dañe el material. Siga las instrucciones y precauciones de seguridad recomendadas por el fabricante de cada uno de los productos de limpieza. FreeMotion Fitness y sus vendedores no se responsabilizarán de ningún daño o lesión derivado del uso o la mala utilización de los productos de limpieza.

IMPORTANTE: No utilice limpiadores abrasivos, ya que estos pueden rayar la máquina de musculación. Los limpiadores y abrasivos fuertes y pueden dañar también las calcomanías. No use solventes como diluyente de laca, queroseno, gasolina o líquidos similares para limpiar la máquina de musculación.

MANTENIMIENTO SEMANAL

Piezas Pequeñas

Inspeccione todos los pernos y tuercas, y apriételos en caso necesario.

LISTA DE LAS PIEZAS

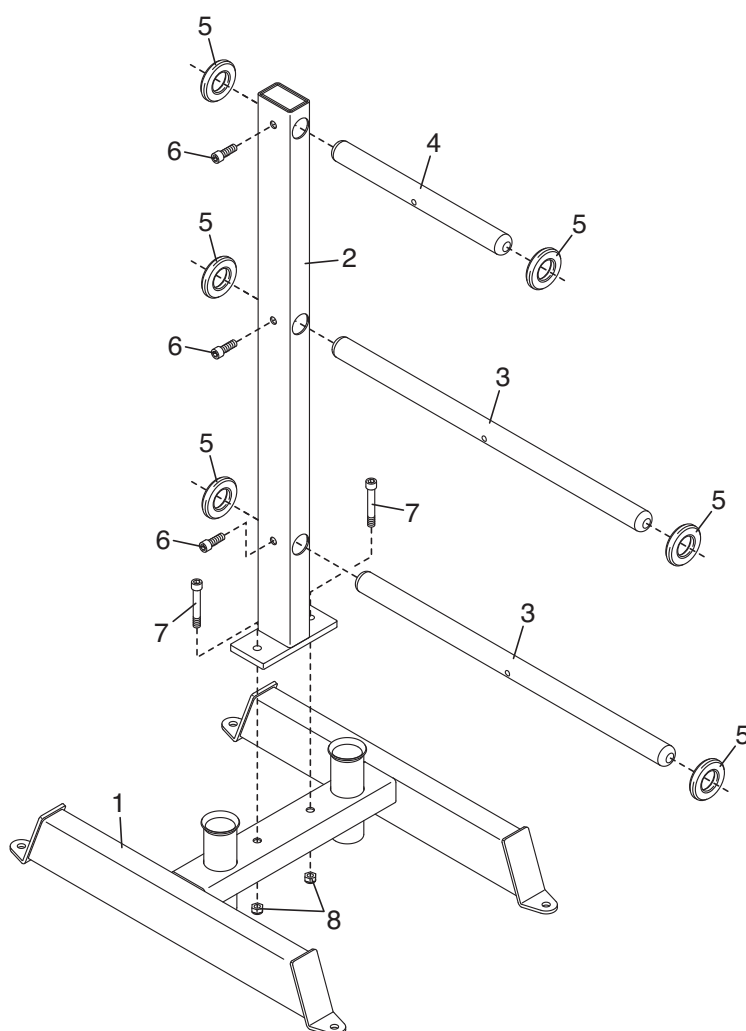
Nº de Modelo F219.0 R1210A

Key No.	Qty.	Description	Key No.	Qty.	Description
1	1	Base	5	6	Parachoques
2	1	Montante Vertical	6	3	Tornillo de M12 x 35mm
3	2	Barra de Almacenamiento Grande	7	2	Perno de M12 x 80mm
4	1	Barra de Almacenamiento Pequeña	8	2	Contratuercas de M12
			*	—	Manual de Usuario

Nota: Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso. Para información de cómo solicitar piezas de repuesto, vea la contraportada de este manual. *Estas piezas no están ilustradas.

DIBUJO DE LAS PIEZAS

Nº de Modelo F219.0R1210A



CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE

Si tiene preguntas después de leer este manual, o si faltan piezas o hay piezas dañadas, por favor contacte el Servicio al Cliente con alguno de los números de teléfono o direcciones que se muestran abajo. **Por favor anote el número de modelo, el número de serie, y el nombre del producto (vea la portada de este manual) antes de comunicarse con el Servicio al Cliente. Si está ordenando las piezas de reemplazo, por favor anote el número de la pieza y la descripción de cada pieza (vea la LISTA DE LAS PIEZAS y el DIBUJO DE LAS PIEZAS hacia el final de este manual).**

Adentro de los Estados Unidos y Canada

Llame: 1-800-201-2109, Lunes–Viernes 8 a.m.–5 p.m. MT

Escriba:

FreeMotion Fitness

1500 South 1000 West

Logan, UT 84321-9813

Estados Unidos

Afuera de los Estados Unidos y Canada

Llame: 001-435-786-3521

Correo electrónico: intlcustomercare@freemotionfitness.com