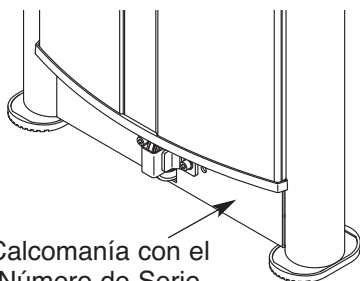


FREEMOTION® EPIC™ LEG EXTENSION

Nº de Modelo F801.0

Nº de Serie _____

Escriba el número de serie en el espacio de arriba.



Calcomanía con el
Número de Serie

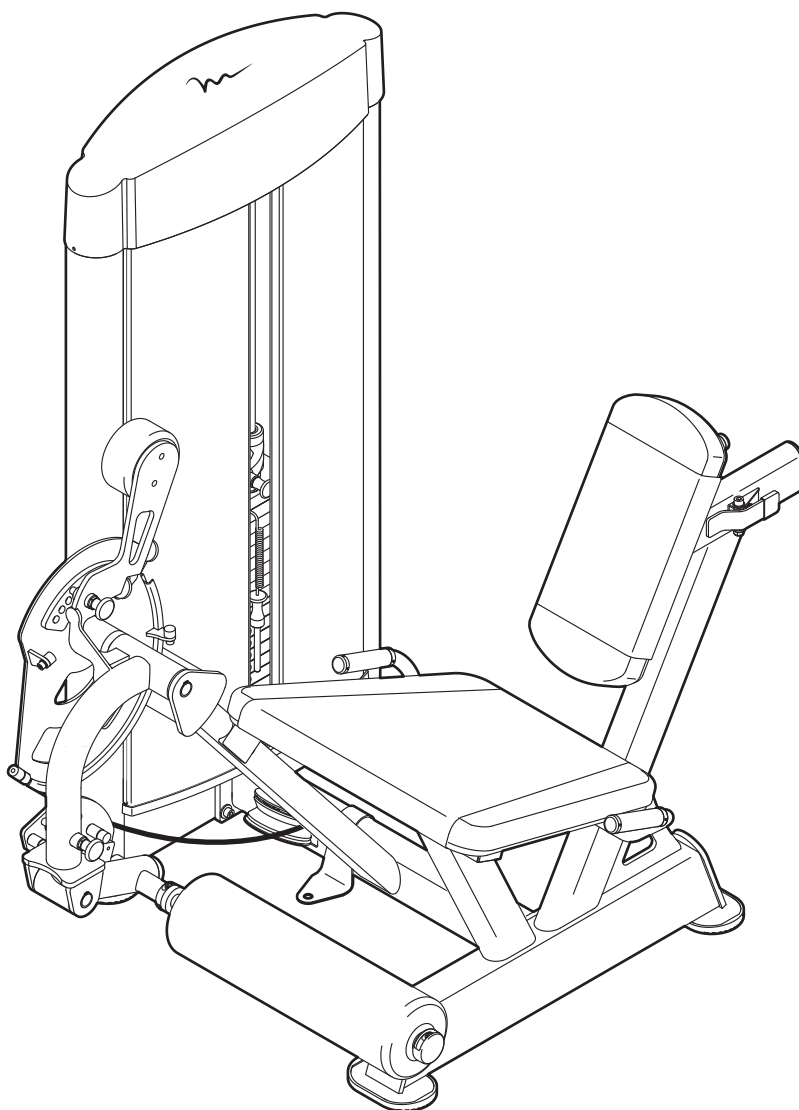
¿PREGUNTAS?

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.

MANUAL DEL USUARIO



CONTENIDO

PRECAUCIONES IMPORTANTES	3
COLOCACIÓN DE LAS CALCOMANÍAS DE ADVERTENCIA	4
ANTES DE COMENZAR	5
TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS	6
MONTAJE	7
AJUSTES	19
MANTENIMIENTO Y PROBLEMAS	21
DIAGRAMA DEL CABLE	23
LISTA DE LAS PIEZAS	24
DIBUJO DE LAS PIEZAS	26
CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE	Contraportada

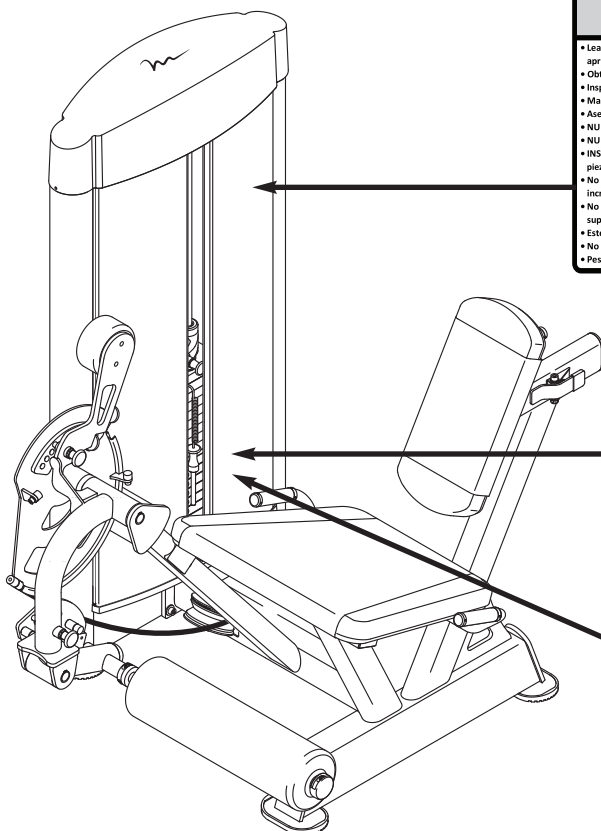
PRECAUCIONES IMPORTANTES

⚠ ADVERTENCIA: Para reducir el riesgo de lesiones graves, lea todas las precauciones e instrucciones importantes de este manual y todas las advertencias que se observan en su máquina de musculación antes de utilizarla. FreeMotion Fitness no asume ninguna responsabilidad por lesiones personales o daños a la propiedad que ocurran por el uso de este producto o a través del mismo.

1. Antes de iniciar cualquier programa de ejercicios consulte con su médico. Esto es especialmente importante para personas de edades superiores a 35 años o para aquellos que tengan problemas previos de salud.
2. Use la máquina de musculación solamente como lo describe este manual.
3. Es responsabilidad del propietario el asegurar que haya suficiente espacio alrededor de la máquina de musculación para el ejercicio deseado.
4. Use la máquina de musculación solamente en una superficie nivelada. Cubra el piso debajo de la máquina de musculación para protegerlo.
5. Ancle la máquina de musculación al suelo con la tirante de anclaje (vea la página 5), cuando sea necesario o cuando sea posible, para proporcionar la máxima estabilidad.
6. Es responsabilidad del propietario asegurar que todos los usuarios de la máquina de musculación estén adecuadamente informados acerca de todas las precauciones, que hayan leído y entendido todas las precauciones y calcomanías de advertencia y que estén informados acerca de cómo usar adecuadamente la máquina de musculación.
7. A todos los usuarios de la máquina de musculación se les debe indicar que informen al personal del gimnasio sobre cualquier tipo de lesión o irregularidad en la máquina de musculación.
8. Mantenga a los niños menores de 12 años y a las mascotas alejados de la máquina de musculación en todo momento.
9. La máquina de musculación ha sido diseñado para soportar un peso máximo del usuario de 159 kg.
10. Siempre lleve puesto calzado atlético para proteger los pies cuando ejercite.
11. Mantenga las manos y pies lejos de las piezas móviles. No se apoye o coloque sus manos sobre la máquina de musculación cuando esté en uso.
12. Asegúrese de que el pasador de pesas esté completamente introducido en uno de los discos de pesas.
13. Asegúrese de que todos los manubrios estén correctamente fijados antes de utilizar la máquina de musculación.
14. Compruebe el cable, las conexiones de cables y las poleas antes de cada uso de la máquina de musculación. Asegúrese de que todos los componentes estén apretados correctamente. Reemplace inmediatamente cualquier pieza gastada.
15. Asegúrese de que el cable permanezca en las poleas en todo momento. Si el cable se atora mientras realiza los ejercicios, deténgase inmediatamente y asegúrese de que el cable esté en las poleas y de que no haya nada interfiriendo con el cable o las poleas.
16. 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.

COLOCACIÓN DE LAS CALCOMANÍAS DE ADVERTENCIA

Las calcomanías de advertencia que se muestran aquí están incluidas con este producto. Aplique las calcomanías de advertencia sobre las advertencias en Inglés en los lugares que se muestran. Este dibujo muestra las ubicaciones de las calcomanías de advertencia. **Si falta una calcomanía o ésta es ilegible, vea la cpmtraportada de este manual y solicite una nueva calcomanía de reemplazo gratuita. Péguela en el lugar indicado.** Nota: Las calcomanías pueden no mostrarse en su tamaño real.



ADVERTENCIA

- Lea y siga todas las advertencias e instrucciones y obtenga instrucciones apropiadas antes del uso.
- Obtenga un examen médico antes de comenzar un programa de ejercicios.
- Inspeccione la máquina antes de usarla. No la use si la máquina parece estar dañada.
- Mantenga el cuerpo y la ropa libre y aclarada de todas las piezas móviles.
- Asegúrese que el pasador para pesas esté completamente insertado.
- NUNCA meta el pasador en la pila de pesas en una posición elevada.
- NUNCA use la máquina si se encuentra en esta condición.
- INSPECCIONE todos los cables, tirantes, y sus conexiones. No use si cualquier pieza se encuentra gastado o dañado.
- No use halteras u otros medios para aumentar la resistencia de peso en incrementos, de otra manera de la que se provee por el fabricante.
- No permite a niños en las máquinas. El uso de la máquina por adolescentes se debe supervisar por un adulto conciente de los riesgos.
- Este equipaje será utilizado solo bajo supervisión calificada.
- No quite esta calcomanía. REEMPLACE SI DAÑADA.
- Peso máximo del usuario: 159 kg (350 libras)



PRECAUCIÓN



El pasador para seleccionar pesas debe estar completamente insertado dentro de la placa de pesas.
Manténgase retirado de piezas móviles. El no hacerlo puede resultar en lesiones a la persona.



ADVERTENCIA

EL PANEL DE ATRÁS DEBE ESTAR EN SU LUGAR ANTES QUE SE USE LA MÁQUINA.
INSPECCIONE TODOS LOS CABLES, TIRANTES, PIEZAS MÓVILES Y AJUSTADORES SEMANALMENTE. REFÍERESE AL MANUAL DE MANTENIMIENTO.
MANTENGA LAS MANOS LIBRES DE PIEZAS MÓVILES. EL NO HACERLO PUEDE RESULTAR EN LESIONES A LA PERSONA.



PRECAUCIÓN



El pasador para seleccionar el peso debe estar completamente insertado dentro de la placa de pesas.

SP

ANTES DE COMENZAR

Gracias por seleccionar la máquina de musculación FREEMOTION® EPIC™ LEG EXTENSION (Extension de la Pierna). Gracias a su rango de movimiento no restringido, ahora puede trabajar los grupos musculares de la misma manera que lo hace naturalmente y entrenar de forma más efectiva y eficiente.

Para su beneficio, lea el manual cuidadosamente 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 asistirlos, anote el número de modelo y el número de serie del producto antes de contactarnos. El número del modelo y la ubicación del número de serie se muestran en la portada de éste manual.

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

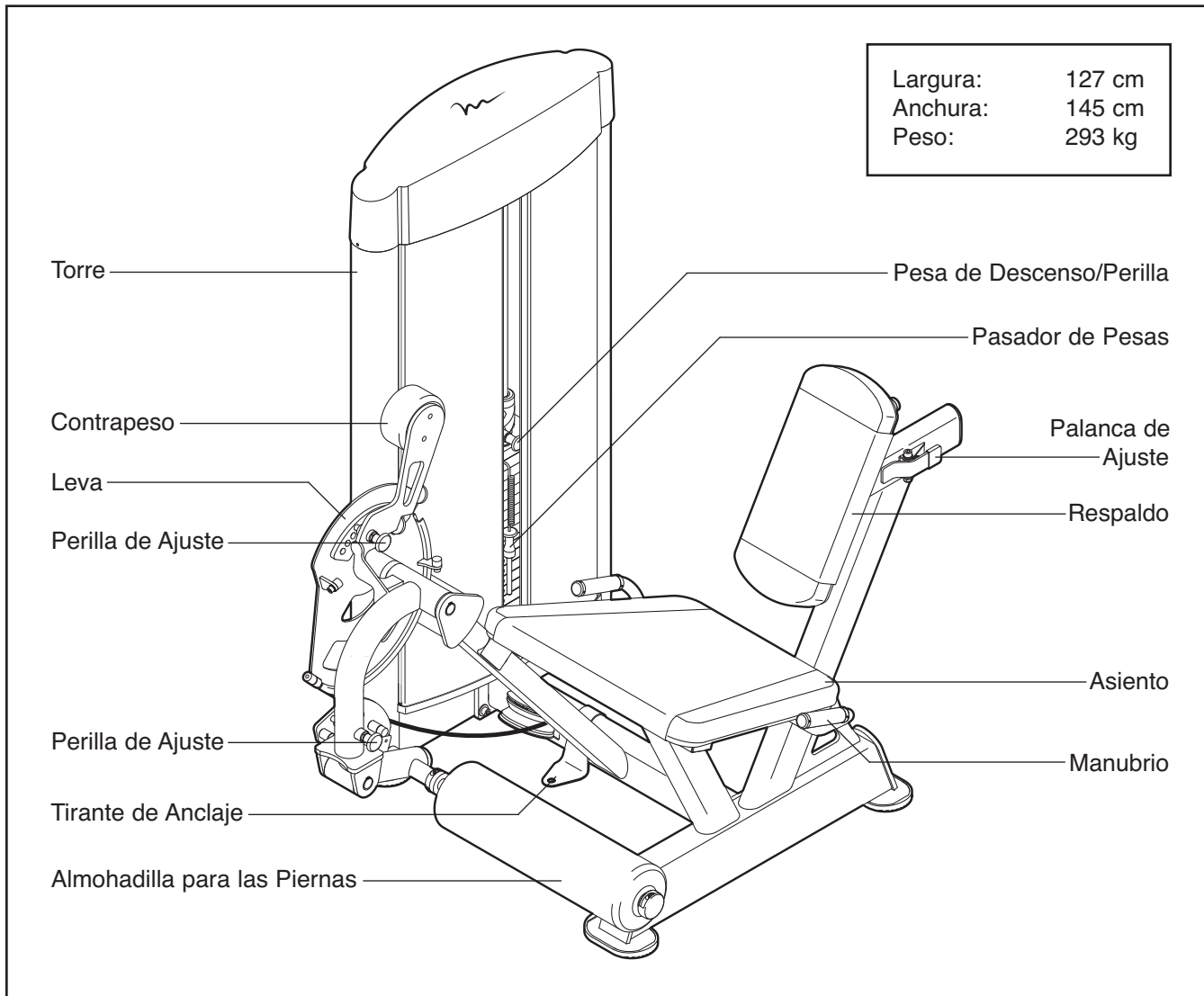
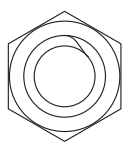
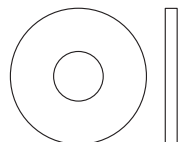
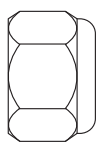


TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS

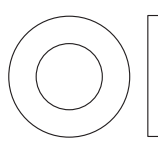
Consulte los dibujos que aparecen abajo para identificar las piezas pequeñas en el montaje. El número entre paréntesis que hay cerca de cada dibujo es el número de la pieza en la LISTA DE LAS PIEZAS hacia el final de este manual. El número que aparece después del paréntesis es la cantidad necesaria para el montaje. **Nota: Si alguna pieza no se encuentra en el kit de piezas, compruebe si no ha sido ya prefijado. No use herramientas eléctricas para el montaje para evitar que se dañen las piezas.**



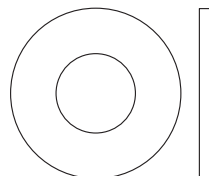
Contratuercas
de M10 (32)–2



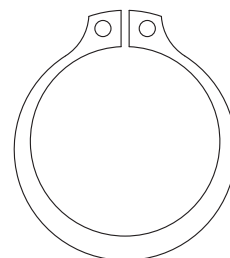
Arandela de
M6 (34)–4



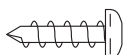
Arandela de M8
(80)–5



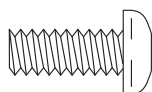
Arandela de
M10 (31)–14



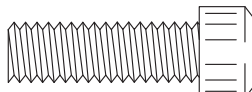
Anillo de Seguridad
de 25mm (39)–4



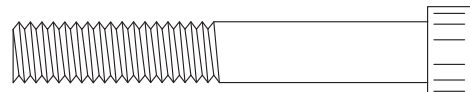
Tornillo Taladro
de M4 x 13mm
(27)–2



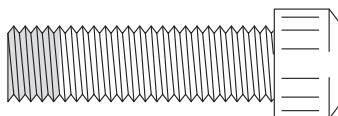
Tornillo de Botón
de M6 x 15mm
(35)–4



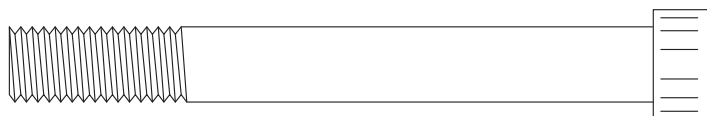
Tornillo de Cabeza
Cuenca de M8 x
25mm (75)–2



Tornillo de Cabeza Cuenca de
M8 x 55mm (99)–3



Tornillo con Nylon de Cabeza
Cuenca de M10 x 35mm
(76)–8



Tornillo/Perno de Cabeza Cuenca de
M10 x 85mm (98)–2



Perno de Cabeza Cuenca de
M10 x 95mm (97)–2

MONTAJE

- Se necesitan dos personas para el montaje.
- Debido a su peso y tamaño, la máquina de musculación debe montarse en el sitio donde se va a utilizar. Asegúrese de que haya suficiente espacio libre para caminar alrededor de la máquina de musculación durante el montaje.
- Coloque todas las piezas en una área despejada y retire los materiales de embalaje. No se deshaga de los materiales de embalaje hasta haber terminado el montaje.
- Para identificar las piezas pequeñas, vea la página 6.

- Las siguientes herramientas (no incluidas) pueden ser requeridas para el montaje:

una llave ajustable



un destornillador estrella



un juego de llaves hexagonales métricas



una pinza para anillo



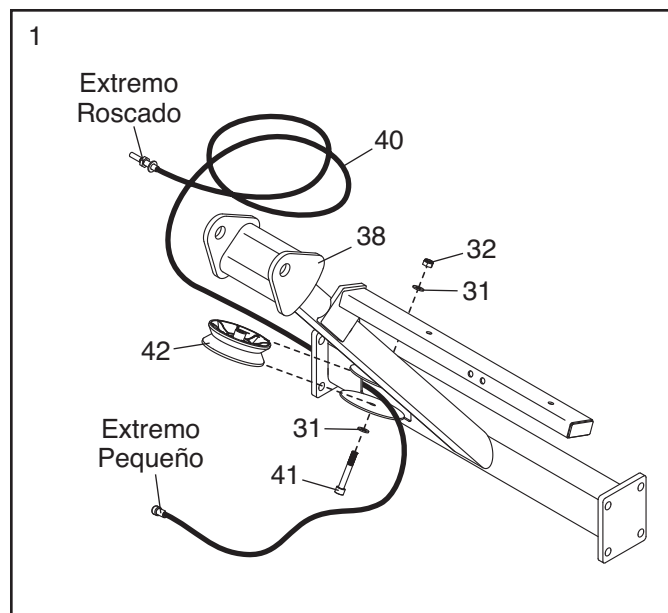
El montaje puede ser más conveniente si tiene un juego de tomas, un juego de llaves mecánicas de extremo abierto o extremo cerrado, o un juego de trinquetes.

1. Retire todas las piezas (31, 32, 41 y 42) de la Armadura de Conexión (38).

Orienta el Cable (40) como se muestra e introdúzcalo a través de la Armadura de Conexión (38).

Haga pasar el Cable (40) sobre una Polea en V (42).

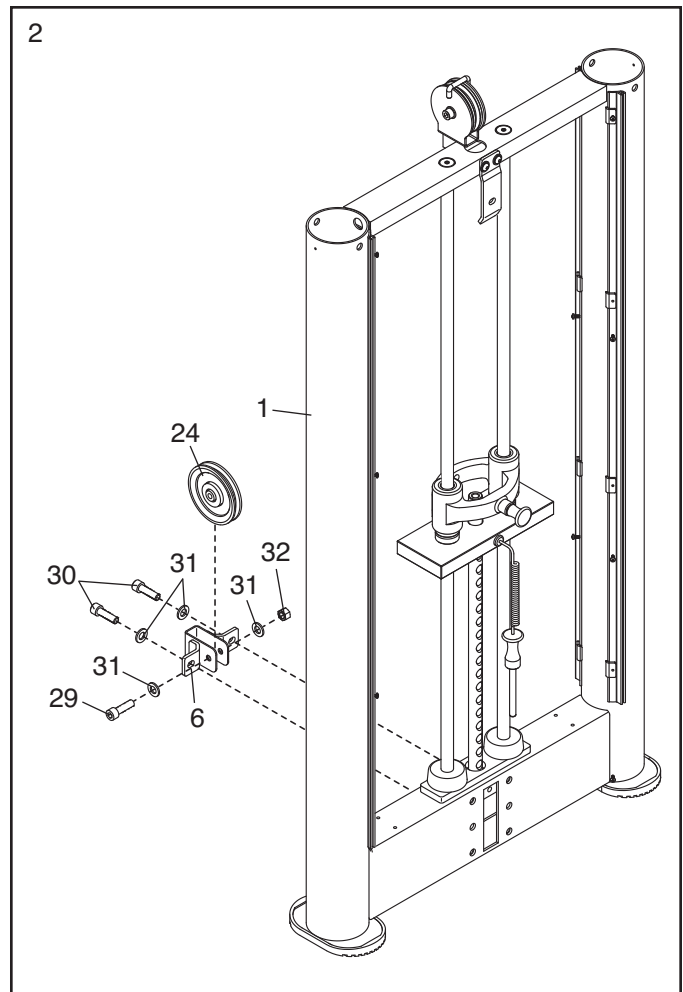
Conecte la Polea en V (42) a la Armadura de Conexión (38) con el Perno de Cabeza Cuenca de M10 x 70mm (41), las dos Arandelas de M10 (31) y la Contratuerca de M10 (32) que acaba de retirar.



2. Oriente la Armadura de la Torre (1) como se indica. **Pida a otra persona que sujete la Armadura de la Torre para evitar que ésta caiga mientras completa el paso 3.**

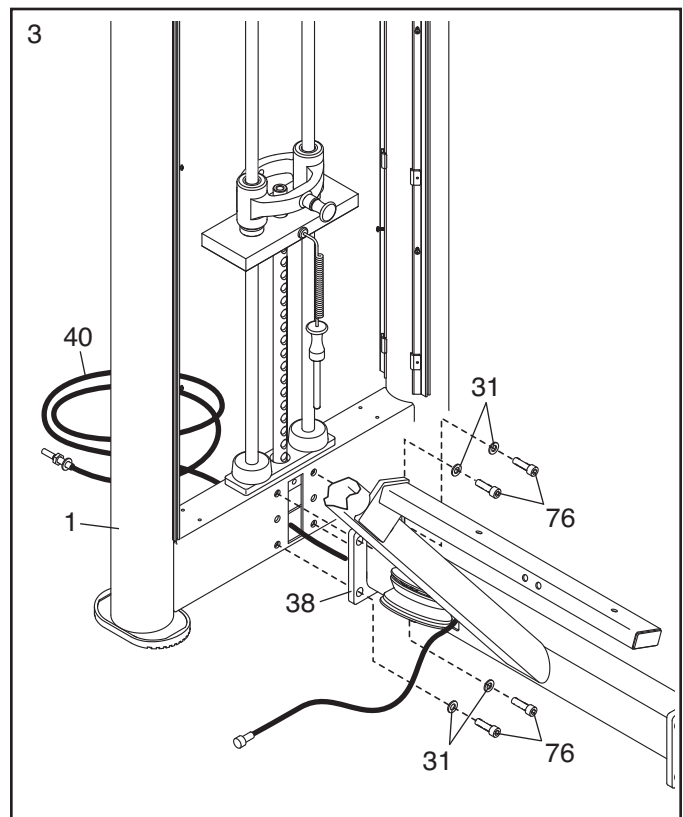
Retire los dos Tornillos con Nylon de Cabeza Cuenca de M10 x 30mm (30), las dos Arandelas de M10 (31) y el Soporte de Polea (6) de la parte trasera de la Armadura de la Torre (1).

Luego retire la Contratuerca de M10 (32), el Perno de Cabeza Cuenca de M10 x 50mm (29), las dos Arandelas de M10 (31) y la Polea Grande (24) del Soporte de Polea (6),



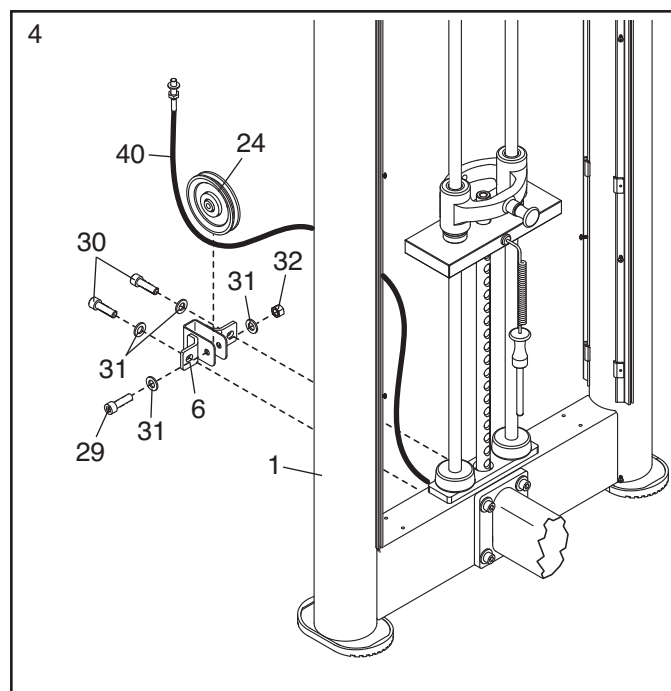
3. Introduzca el Cable (40) a través de la Armadura de la Torre (1) como se muestra.

Conecte la Armadura de Conexión (38) a la Armadura de la Torre (1) con cuatro Tornillos con Nylon de Cabeza Cuenca de M10 x 35mm (76) y cuatro Arandelas de M10 (31). **Todavía no ajuste los Tornillos con Nylon de Cabeza Cuenca.**



4. Haga pasar el Cable (40) hacia arriba a través del Soporte de la Polea (6). Fije la Polea Grande (24) en el interior del Soporte de Polea con el Perno de Cabeza Cuenca de M10 x 50mm (29), las dos Arandelas de M10 (31) y la Contratuerca de M10 (32) que retiró en el paso 2.

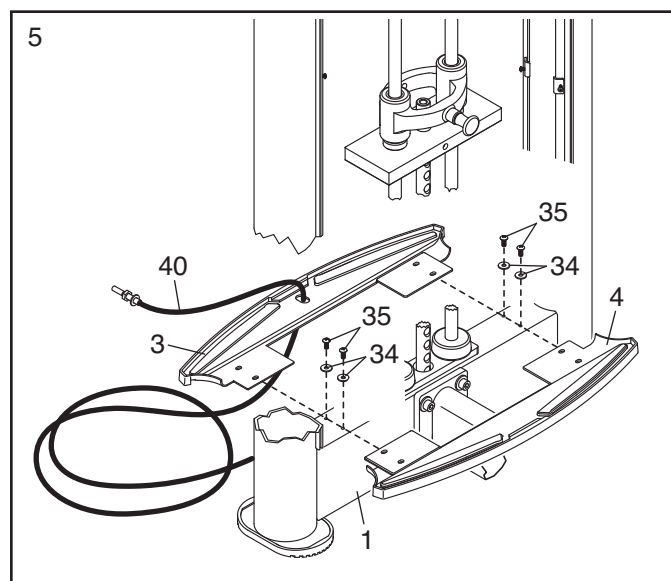
Seguidamente, fije el Soporte de la Polea (6) a la Armadura de la Torre (1) con los dos Tornillos con Nylon de Cabeza Cuenca de M10 x 30mm (30) y las dos Arandelas de M10 (31) que retiró en el paso 2.



5. Identifique la Base de la Cubierta Trasera (3), que tiene un orificio en el centro, y la Base de la Cubierta Delantera (4). Oriente las Bases de la Cubierta como se muestra.

Introduzca el extremo del Cable (40) hacia arriba a través de la Base de la Cubierta Trasera (3).

Conecte las Bases de la Cubierta (3, 4) a la Armadura de la Torre (1) con cuatro Tornillos Botón de M6 x 15mm (35) y cuatro Arandelas de M6 (34).

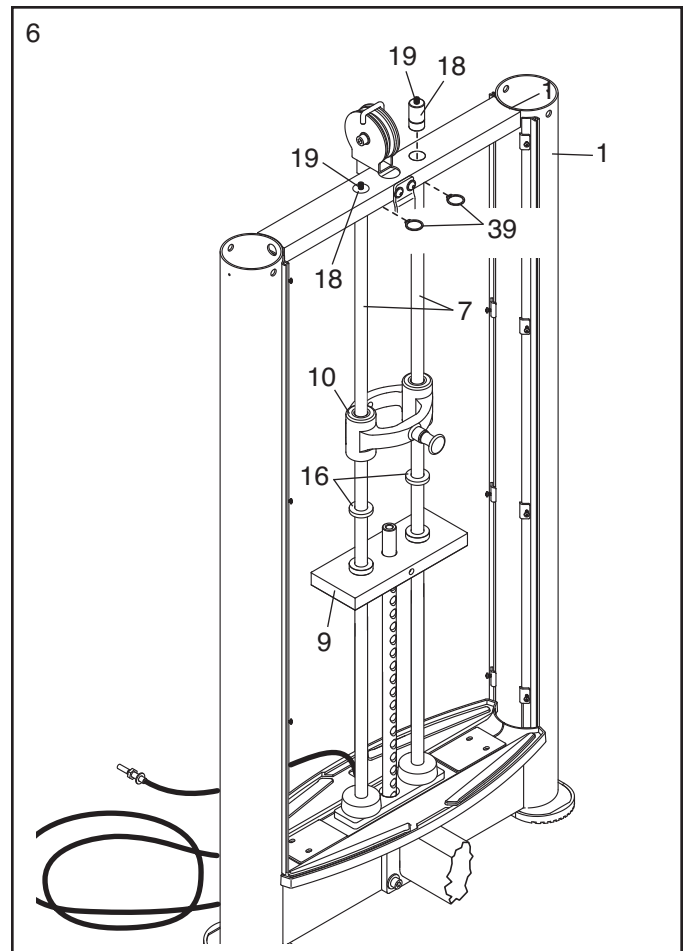


6. Afloje con unas vueltas completas los dos Pasadores Enroscados de M8 x 35mm (19); **no es necesario retirarlos.**

Mire debajo de la parte superior de la Armadura de la Torre (1) y retire los dos Anillos de Seguridad de 25mm (39) de los dos Parachoques de la Guía de Pesas (18).

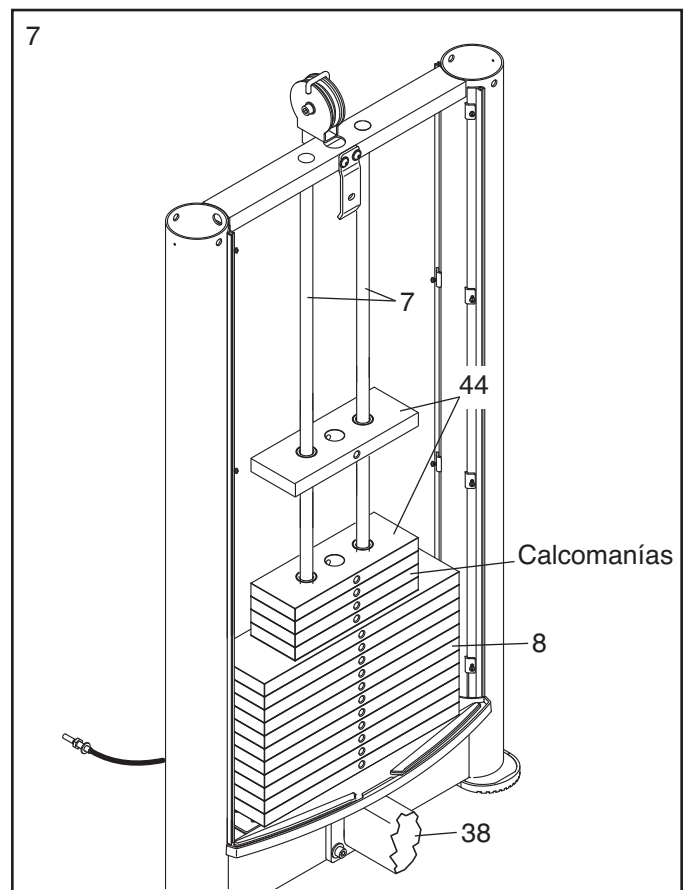
Levante los Parachoques de la Guía de Pesas (18) hasta que los extremos superiores de las Guías de Pesas (7) estén libres.

Seguidamente, incline los extremos superiores de las Guías de Pesas (7) hacia delante o hacia atrás, y deslice los dos Anillos de Seguridad de 25mm (39), la Pesa de Descenso (10), los dos Parachoques de Pesas Superiores (16) y la Pesa Superior (9) hacia arriba separándolos de las Guías de Pesas.



7. Mire las calcomanías de las dieciséis Pesas (8, 44) y encuentre la calcomanía con el número **más grande**. Oriente esa Pesa de manera que la calcomanía quede frente a la Armadura de Conexión (38) y deslice la Pesa por las Guías de Pesas (7).

Repita este paso hasta que las dieciséis Pesas se encuentren en las Guías de Pesas (7).



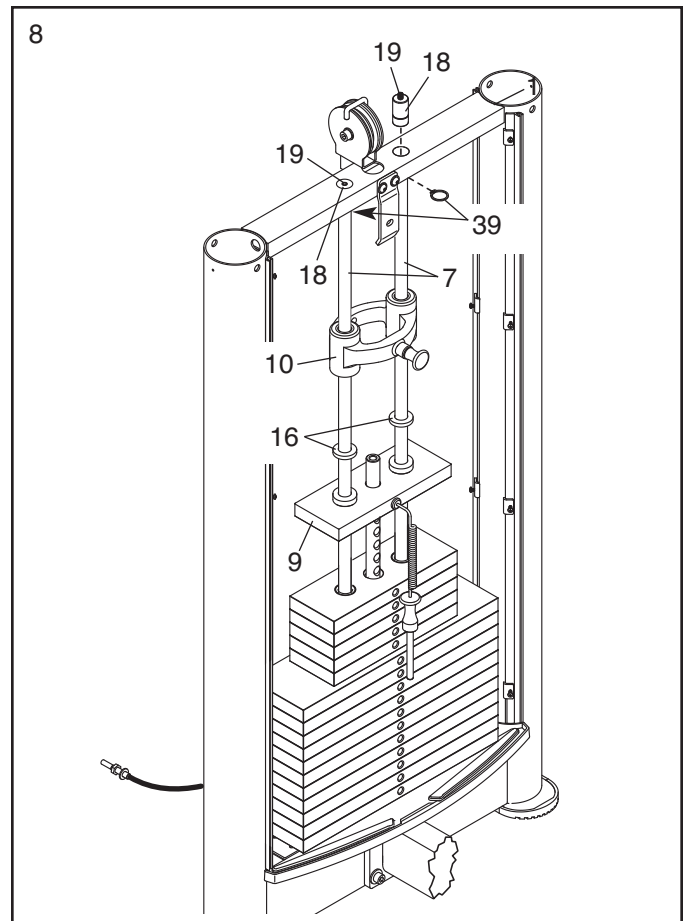
8. Oriente la Pesa Superior (9) y la Pesa de Descenso (10) como se indica.

Deslice la Pesa Superior (9), los dos Parachoques de la Pesa Superior (16), la Pesa de Descenso (10) y los dos Anillos de Seguridad de 25mm (39) por las Guías de Pesas (7).

Luego deslice los dos Parachoques de la Guía de Pesas (18) por los extremos superiores de las Guías de Pesas (7).

Fije los dos Anillos de Seguridad de 25mm (39) a los Parachoques de las Guías de Pesas (18).

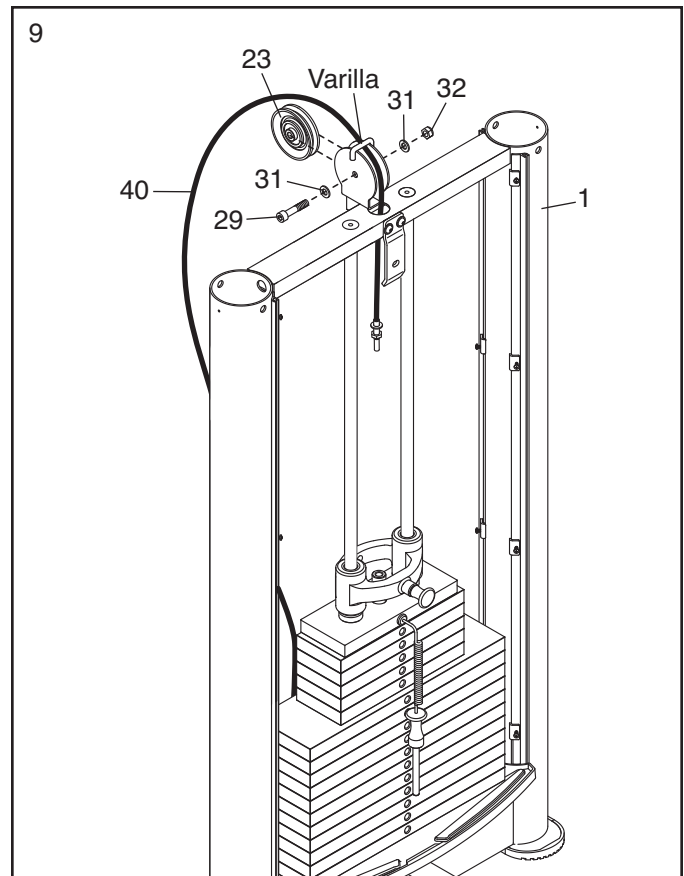
Seguidamente, apriete los dos Pasadores Enroscados de M8 x 35mm (19) en los Parachoques de las Guías de Pesas (18).



9. Retire todas las piezas (23, 29, 31 y 32) del soporte de la polea en la Armadura de la Torre (1).

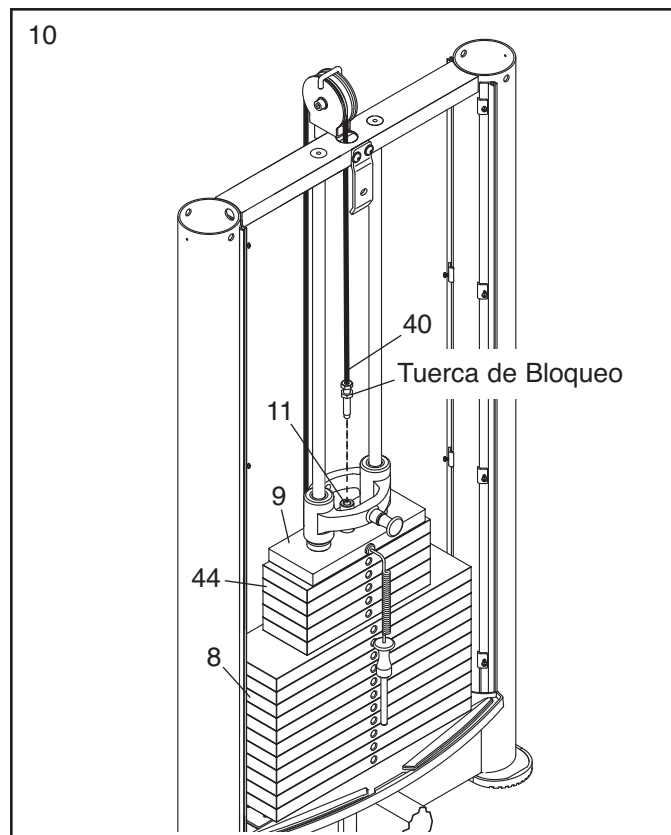
Pase el Cable (40) a través del soporte de la polea y hacia abajo a través del orificio del centro de la Armadura de la Torre (1).

Fije la Polea Pequeña (23) en el interior del soporte de polea con el Perno de Cabeza Cuenca de M10 x 50mm (29), las dos Arandelas de M10 (31) y la Contratuerca de M10 (32) que acaba de retirar. **Asegúrese de que el Cable (40) se encuentre entre la Polea Pequeña y la varilla del soporte de la polea.**



10. Apriete el extremo del Cable (40) en el Selector de Peso (11) hasta que la Pesa Superior (9) se separe de las Pesas (8, 44). Luego afloje el extremo del Cable hasta que la Pesa Superior se apoye sobre las Pesas.

A continuación apriete la Tuerca de Bloqueo del extremo del Cable (40) contra el Selector de Peso (11).

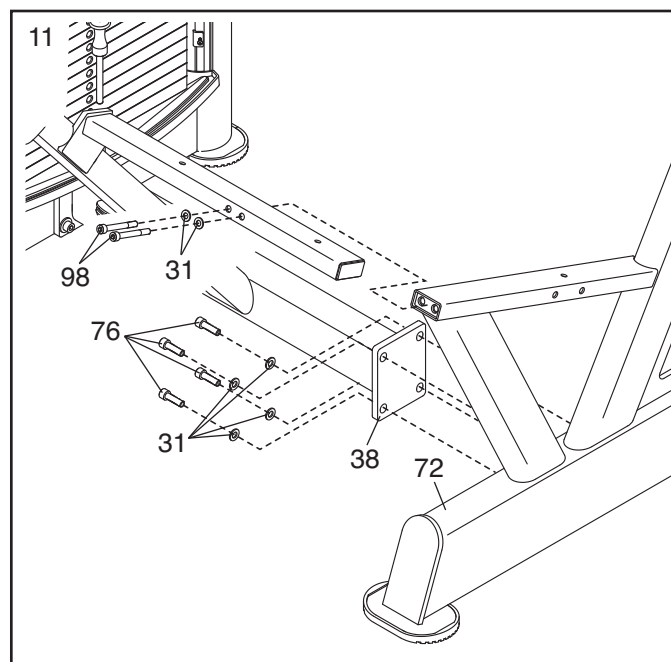


11. **Pida a otra persona que sujete la Base (72) para evitar que ésta caiga mientras completa este paso.**

Fije la Armadura de Conexión (38) a la Base (72) con cuatro Tornillos con Nylon de Cabeza Cuenca de M10 x 35mm (76) y cuatro Arandelas de M10 (31). **Todavía no ajuste los Tornillos con Nylon de Cabeza Cuenca.**

Termine de fijar la Armadura de Conexión (38) a la Base (72) con dos Tornillos de Cabeza Cuenca de M10 x 85mm (98) y las Arandelas de M10 (31).

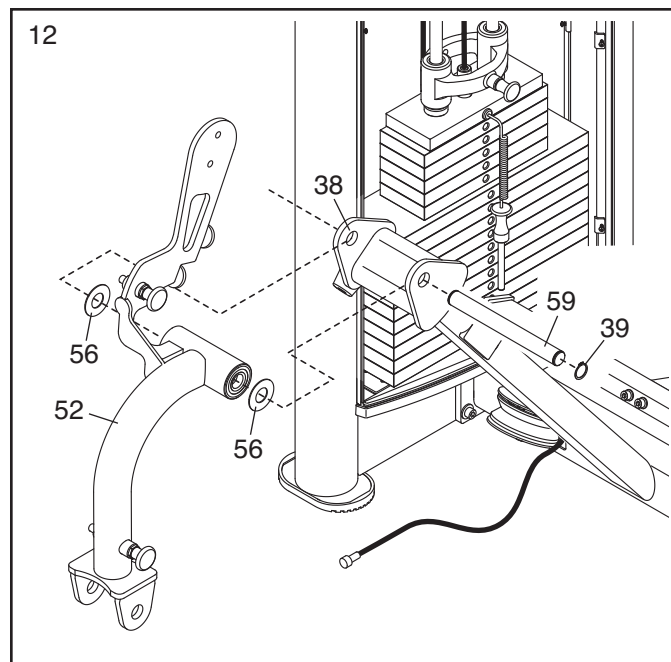
Vea los pasos 3 y 11. Apriete los cuatro Tornillos con Nylon de Cabeza Cuenca de M10 x 35mm (76).



12. Fije un Anillo de Seguridad de 25mm (39) a un extremo del Eje de Pivote de la Leva (59).

Identifique el Brazo de Pivote (52) y oriéntelo como se muestra.

Pida a otra persona que sujete el tubo redondo del Brazo de Pivote (52) y dos Arandelas Plásticas (56) dentro del soporte situado en la Armadura de Conexión (38). Introduzca el Eje de Pivote de la Leva (59) en el soporte, las Arandelas Plásticas y el tubo redondo.

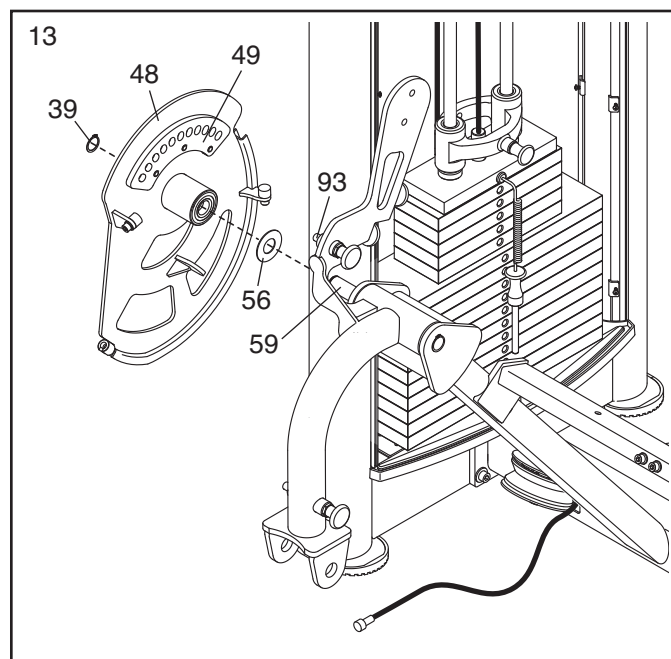


13. Oriente la Leva (48) como se ilustra.

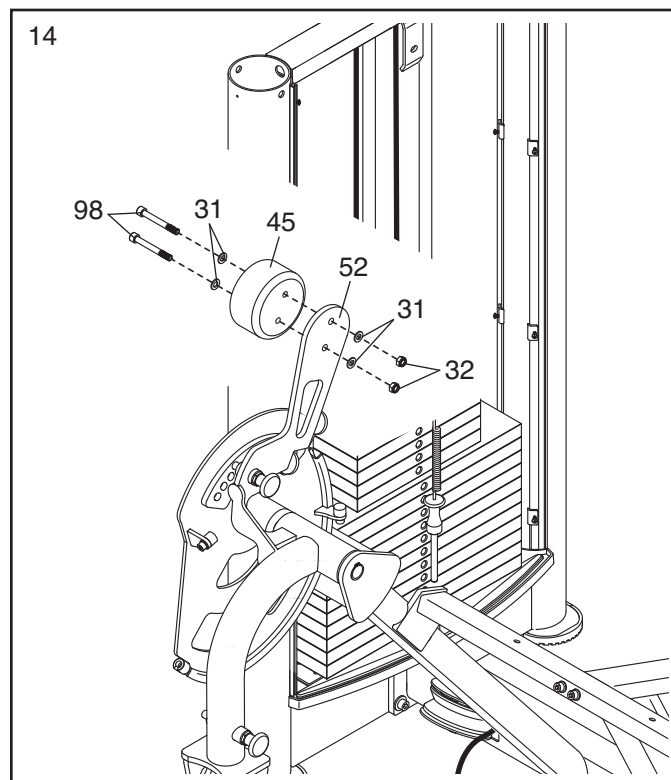
Deslice una Arandela Plástica (56) y la Leva (48) por el Eje de Pivote de la Leva (59).

Asegúrese de que el Pasador Pequeño (93) esté introducido en uno de los orificios de la Placa del Selector de Leva (49).

Fije un Anillo de Seguridad de 25mm (39) a un extremo del Eje de Pivote de la Leva (59).



14. Fije la Contrapesa (45) al Brazo de Pivote (52) con dos Pernos de Cabeza Cuenca de M10 x 85mm (98), cuatro Arandelas de M10 (31) y dos Contratuercas de M10 (32).



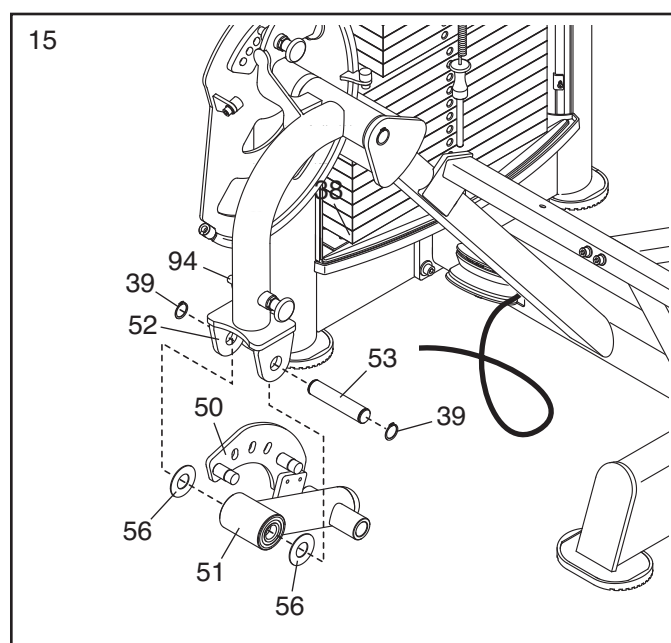
15. Fije un Anillo de Seguridad de 25mm (39) a un extremo del Eje de Pivote (53).

Identifique la Pata de Pivote (51) y oriéntela como se muestra.

Pida a otra persona que sujete el tubo redondo de la Pata de Pivote (51) y dos Arandelas Plásticas (56) dentro del soporte situado en el Brazo de Pivote (52).

Introduzca el Eje de Pivote (53) en el soporte, las Arandelas Plásticas (56) y el tubo redondo. **Asegúrese de que el Pasador Grande (94) esté introducido en uno de los orificios de la Placa del Selector de Pata de Pivote (50).**

Fije un Anillo de Seguridad de 25mm (39) al otro extremo del Eje de Pivote (53).



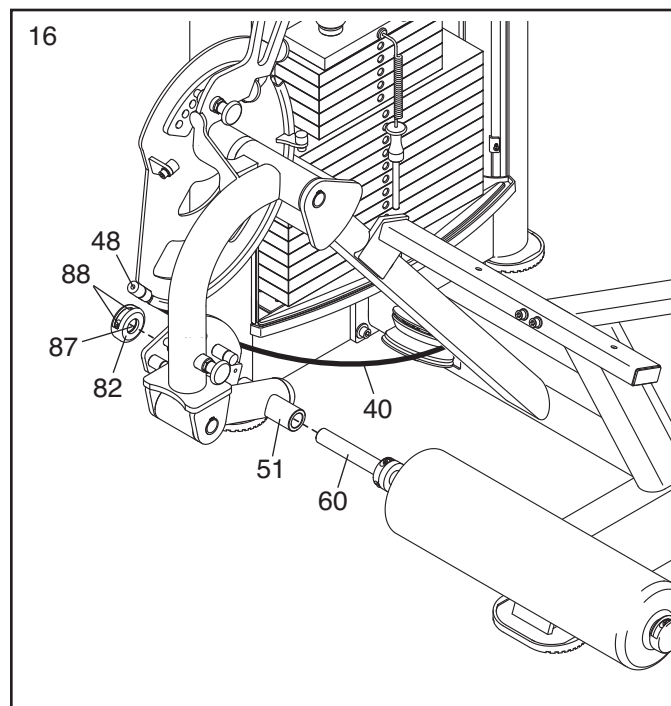
16. Presione el extremo del Cable (40) todo lo que pueda dentro del receptáculo de la Leva (48).

Afloje los dos Tornillos de Cabeza Cuenca de M6 x 15mm (88) en la Abrazadera de la Barra (87) situada en el extremo indicado de la Barra de la Almohadilla (60); **no es necesario retirar los Tornillos de Cabeza Cuenca**. A continuación, deslice la Abrazadera de la Barra y la Cubierta de la Abrazadera (82) sacándolas de la Barra de la Almohadilla.

Introduzca el extremo de la Barra de la Almohadilla (60) a través de la Pata de Pivote (51).

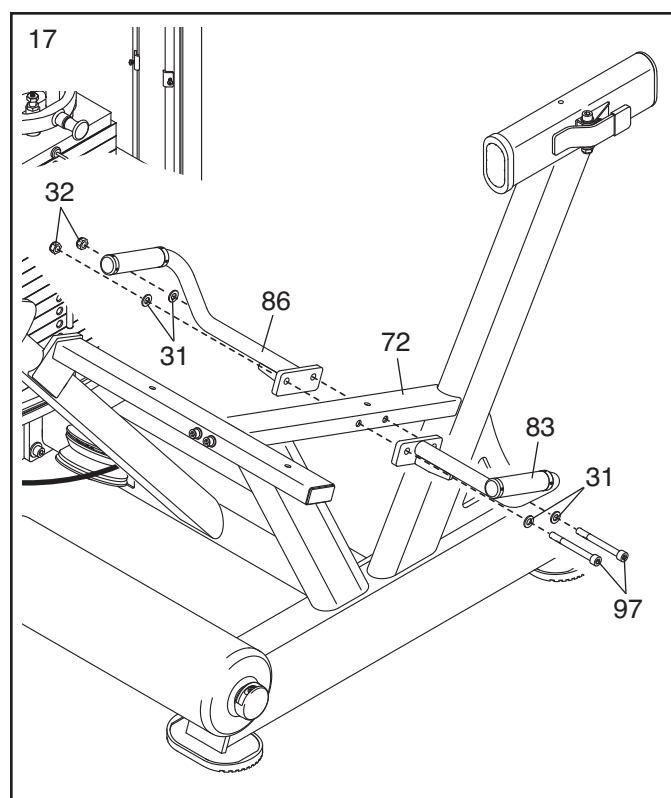
Deslice la Abrazadera de la Barra (87) y la Cubierta de la Abrazadera (82) por la Barra de la Almohadilla (60). Luego ajuste los dos Tornillos de Cabeza Cuenca de M6 x 15mm (88).

Gire la Cubierta de la Abrazadera (82) de manera que la abertura quede orientada hacia el suelo.

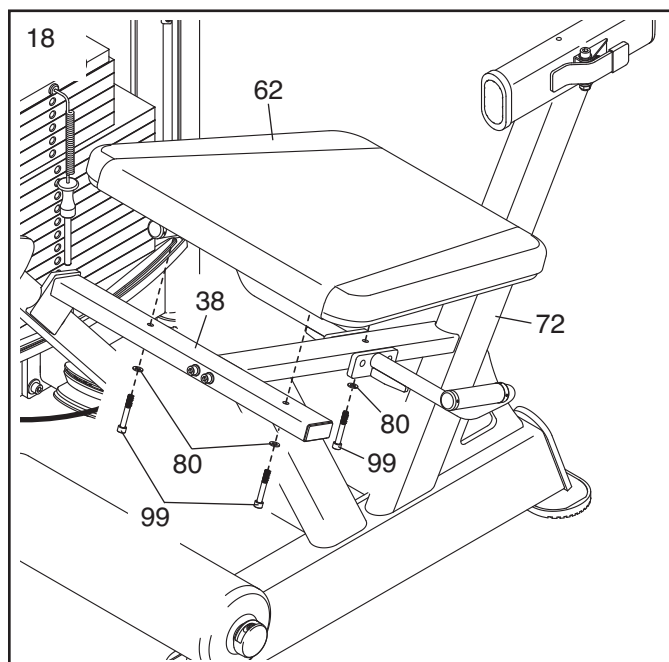


17. Identifique Barandas Izquierda y Derecha (83, 86) y oriéntelas como se indica.

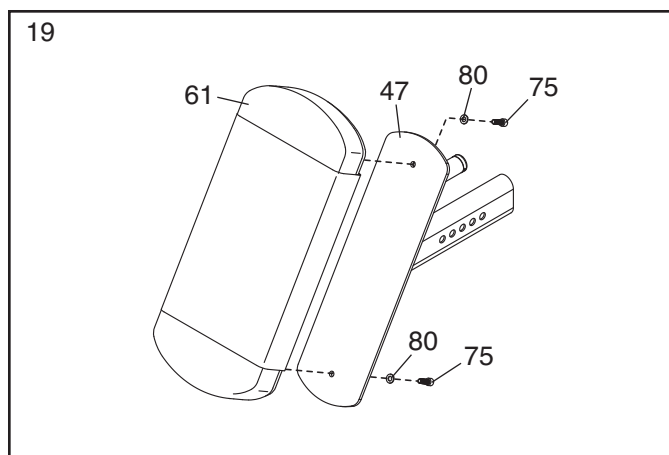
Fije las Barandas Izquierda y Derecha (83, 86) a la Base (72) con dos Pernos de Cabeza Cuenca de M10 x 95mm (97), cuatro Arandelas de M10 (31) y dos Contratuercas de M10 (32).



18. Fije el Asiento (62) a la Base (72) y la Armadura de Conexión (38) con tres Tornillos de Cabeza Cuenca de M8 x 55mm (99) y tres Arandelas de M8 (80).



19. Fije el Respaldo (61) a la Armadura del Respaldo (47) con dos Tornillos de Cabeza Cuenca de M8 x 25mm (75) y dos Arandelas de M8 (80).

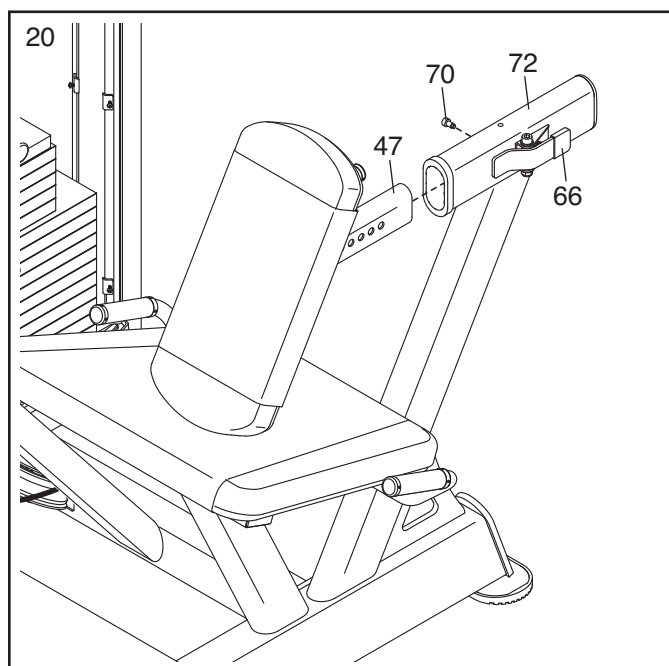


20. Extraiga el Tornillo del Atajador de M10 x 18mm (70) de la Base (72).

Presione la Palanca de Ajuste (66) en la Base (72), introduzca la Armadura del Respaldo (47) en la Base y luego libere la Palanca de Ajuste en uno de los orificios de ajuste de la Armadura del Respaldo.

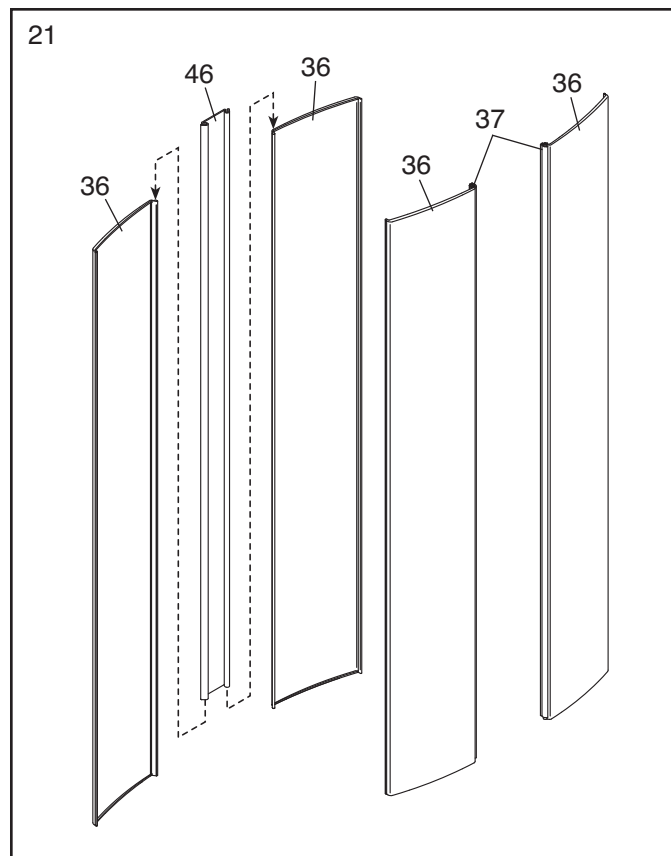
Asegúrese de que la Palanca de Ajuste (66) este bien introducida en un orificio de ajuste.

Luego ajuste el Tornillo del Atajador de M10 x 18mm (70) que acaba de extraer de la Base (72).

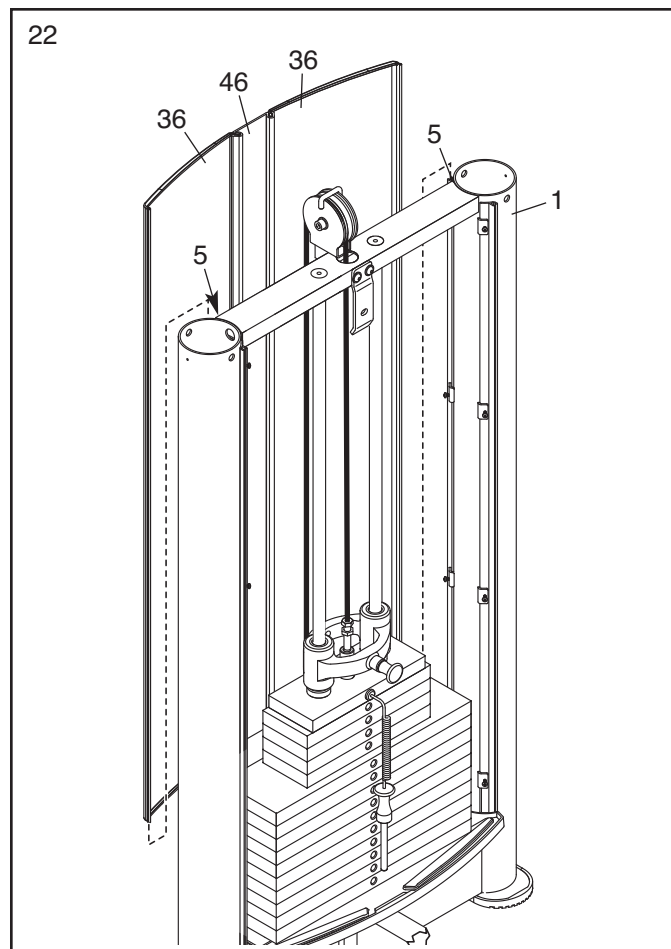


21. Mire las cuatro Cubiertas (36), y encuentre las dos Cubiertas que tienen tiras de Reborde Interno (37) y las dos Cubiertas que no las tienen.

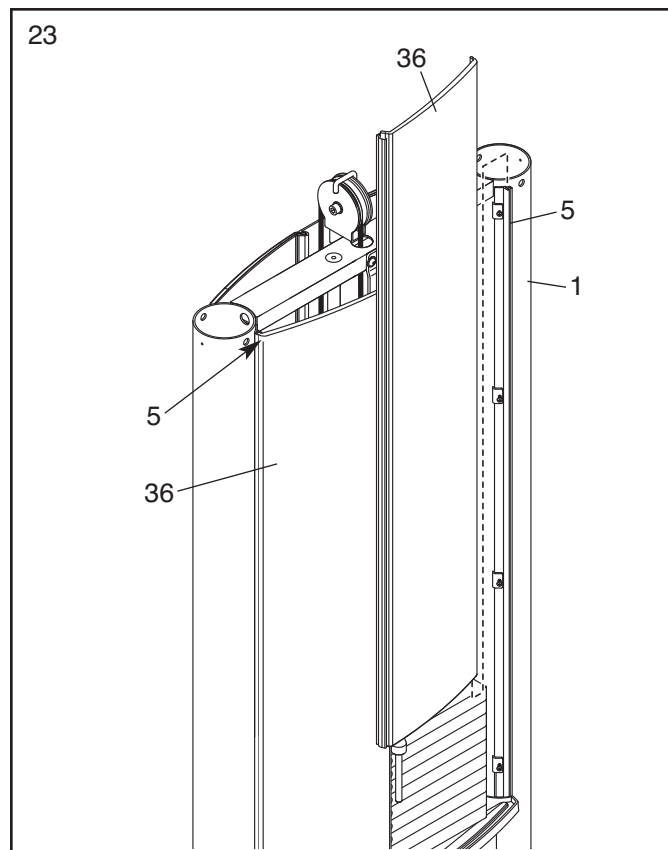
Deslice el Panel de la Cubierta (46) hacia abajo por las dos Cubiertas (36) que **no** tienen tiras de Reborde Interno (37).



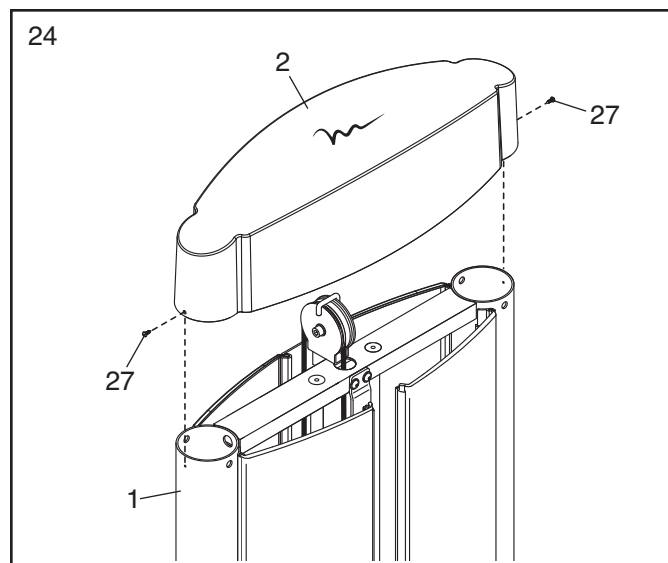
22. Deslice las dos Cubiertas (36) con el Panel de la Cubierta (46) hacia abajo al interior de las dos tiras de Reborde Externo (5) en la parte trasera de la Armadura de la Torre (1).



23. Deslice las dos Cubiertas (36) restantes hacia abajo al interior de las dos tiras de Reborde Externo (5) en la parte delantera de la Armadura de la Torre (1).



24. Deslice la Tapa de la Torre (2) hacia abajo por la Armadura de la Torre (1). Conecte la Tapa de la Torre con dos Tornillos Taladro de M4 x 13mm (27).



25. **Asegúrese de que todos los componentes de la máquina de musculación estén ajustados apropiadamente.** Para proteger el suelo o la alfombra de algún daño, coloque un tapete debajo de la máquina de musculación.

AJUSTES

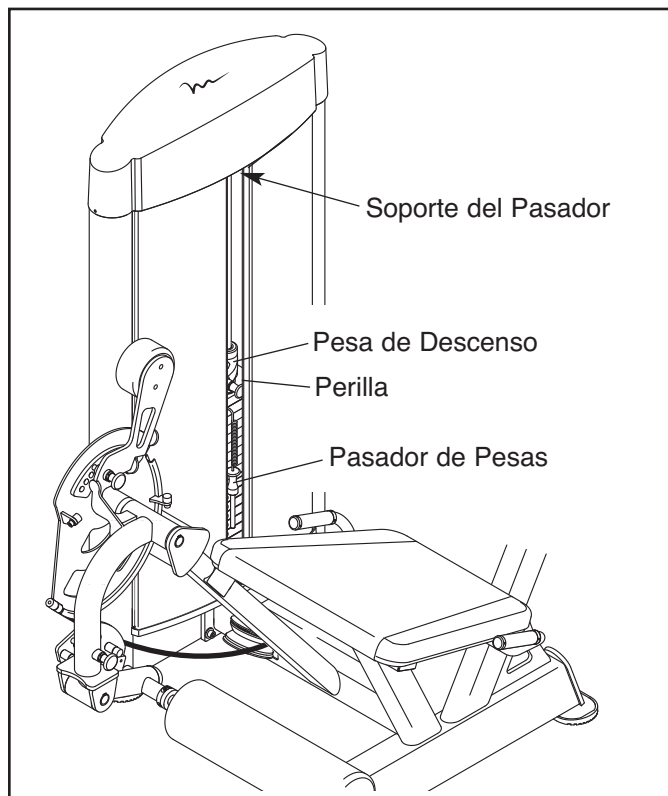
Esta sección explica cómo ajustar la máquina de musculación. Asegúrese de que todas las piezas estén adecuadamente ajustadas cada vez que utiliza la máquina de musculación. Reemplace inmediatamente cualquier pieza gastada.

AJUSTE DE LA RESISTENCIA

Inserte el pasador de pesas en la pesa deseada para variar el nivel de resistencia. **Asegúrese de que el pasador de pesa esté completamente introducido.**

Para añadir 5 libras de resistencia, tire de la perilla indicada y baje la pesa de descenso por la pila de pesas.

Cuando no use la pesa de descenso, deslícela hacia arriba e introduzca la perilla en el soporte del pasador. **Mueva la pesa de descenso hacia arriba y hacia abajo ligeramente para asegurarse de que la perilla esté introducida en el soporte del pasador.**



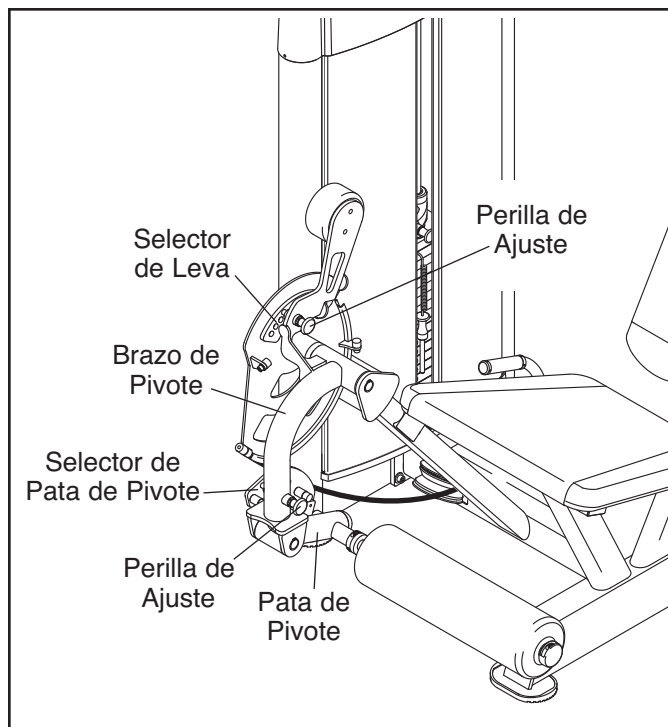
AJUSTE DE LA PALANCA PARA LAS PIERNAS

Para cambiar la posición de la pata de pivote, primero sujétela con una mano mientras tira de la perilla de ajuste para sacarla del selector de la pata de pivote. Mueva la pata de pivote a la posición deseada y vuelva a introducir la perilla de ajuste en el selector de la pata de pivote.

Para cambiar la posición del brazo de pivote, primero sujételo con una mano mientras tira de la perilla de ajuste para sacarla del selector de leva. Mueva el brazo de pivote a la posición deseada y vuelva a introducir la perilla de ajuste en el selector de leva.

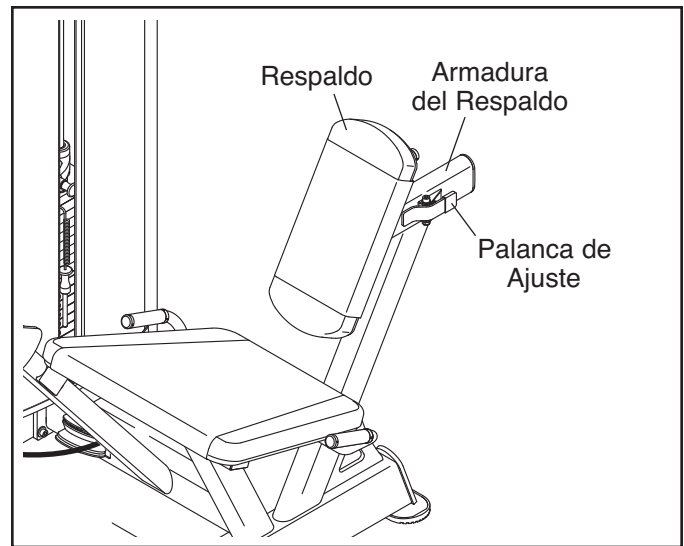


ADVERTENCIA: Asegúrese siempre de que las perillas de ajuste estén completamente introducidas en los selectores antes de usar la palanca para piernas.



AJUSTE DEL RESPALDO

Para ajustar el respaldo, presione la palanca de ajuste, mueva la armadura del respaldo hacia delante o hacia atrás a la posición indicada y luego libere la palanca de ajuste en un orificio de ajuste de la armadura del respaldo. **Asegúrese de que la palanca de ajuste este bien introducida en el orificio de ajuste.**



MANTENIMIENTO Y PROBLEMAS

Para un rendimiento óptimo de la máquina de musculación y para reducir las posibilidades de lesión de los usuarios, debe realizar un mantenimiento preventivo con una frecuencia regular. Indique a todo el personal que realice los procedimientos descritos en esta sección. El personal debe también registrar e informar cualquier accidente. Para mantener la garantía de la máquina de musculación, use sólo piezas FREEMOTION para reparar o cambiar. Si tiene alguna duda o preocupación, consulte CÓMO CONTACTAR CON EL SERVICIO AL CLIENTE en la contraportada de este manual.

MANTENIMIENTO DIARIO

Limpieza General

Limpie la máquina de musculación usando un paño humedecido con jabón suave y agua tibia. Si es necesario use un cepillo de pelos suaves con la solución de limpieza.

Seguidamente, enjuague la máquina de musculación con un paño humedecido con agua limpia, y séquelo bien.

Manchas Difíciles

Rocíe la mancha con un limpiador doméstico no abrasivo como FORMULA 409®, SIMPLE GREEN®, o un producto similar. Frote el área manchada suavemente y luego deje que la solución de limpieza actúe durante unos minutos.

Seguidamente, enjuague la máquina de musculación con un paño humedecido con agua limpia, y séquelo bien.

Si es necesario, repita estos pasos usando un cepillo de pelos suaves.

Método Opcional para Manchas Difíciles

Frote el área manchada suavemente con un paño suave humedecido con alcohol tópico.

Seguidamente, enjuague la máquina de musculación con un paño humedecido con agua limpia, y séquelo bien.

PRECAUCIÓN: Siga las indicaciones y las precauciones de seguridad del fabricante de cada producto de limpieza utilizado. FreeMotion Fitness y sus vendedores no serán responsables de las lesiones ni los daños que resulten del uso o mal uso de los productos de limpieza. **IMPORTANTE:** Cuando use algún producto de limpieza, realice una prueba primero en un lugar no apreciable para asegurarse de no causar daño al material. No use limpiadores abrasivos, limpiadores fuertes ni disolventes tales como el diluyente de laca, queroseno, gasolina o líquidos similares. Tales sustancias pueden dañar la máquina de musculación, dañar las piezas de plástico y las calcomanías, o causar otros daños.

MANTENIMIENTO SEMANAL

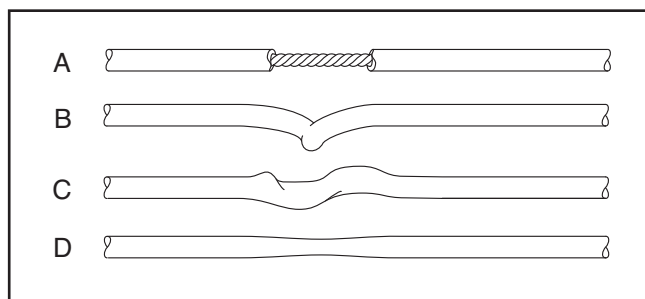
Piezas Pequeñas

Compruebe las tuercas, los pernos y los tornillos, y apriételos si es necesario. **IMPORTANTE:** Todos los cojines tienen soportes de contrachapado denso con tuercas T que se utilizan para fijar los cojines a la máquina de musculación. Como las tuercas T son sujetadas por el contrachapado, ellas no resistirán el par de torsión que resisten las tuercas convencionales. Cuando apriete los pernos o los tornillos que fijan un cojín, gírelos sólo hasta que estén cómodamente ajustados y el cojín no se mueva ni se sienta suelto. Si los aprieta demasiado podría sacar el contrachapado de las tuercas T y hacer que sea imposible retirar el cojín en el futuro.

Inspección del Cable

Compruebe la totalidad de cada cable realizando lentamente una repetición en la máquina de musculación. Inspeccione el cable que queda fuera de la máquina de musculación y el cable que hay dentro de la torre. Pase sus dedos por el cable, prestando mucha atención a los recodos y a los puntos de unión. Compruebe el estado de los siguientes elementos, que pueden indicar que el cable está gastado y debe ser reemplazado:

- A. una funda del cable que deja el cable expuesto
- B. un cable torcido o gravemente doblado
- C. una funda del cable rizada o torcida
- D. una funda del cable estirada, que muestra una sección delgada



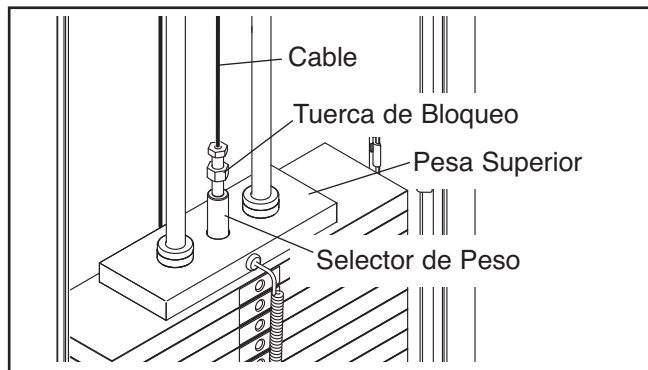
Ajuste del Cable

Para determinar si cada cable está correctamente ajustado, levante y baje lentamente la pesa superior realizando una repetición.

Si el cable está flojo, la pesa superior no será levantada inmediatamente cuando comience la repetición.

Si el cable está demasiado apretado, la pesa superior no se apoyará en la pesa siguiente cuando complete la repetición. Podría también dificultarse la introducción del pasador de pesas en las pesas.

Si el cable está demasiado flojo o demasiado apretado, afloje la tuerca de bloqueo en el extremo del cable. Luego apriete el extremo del cable en el selector de peso hasta que la pesa superior se separe de la pesa siguiente. A continuación, afloje el extremo del cable hasta que la pesa superior quede apoyada sobre la pesa siguiente. Luego apriete la tuerca de bloqueo contra el selector de peso.



MANTENIMIENTO MENSUAL

Mangos

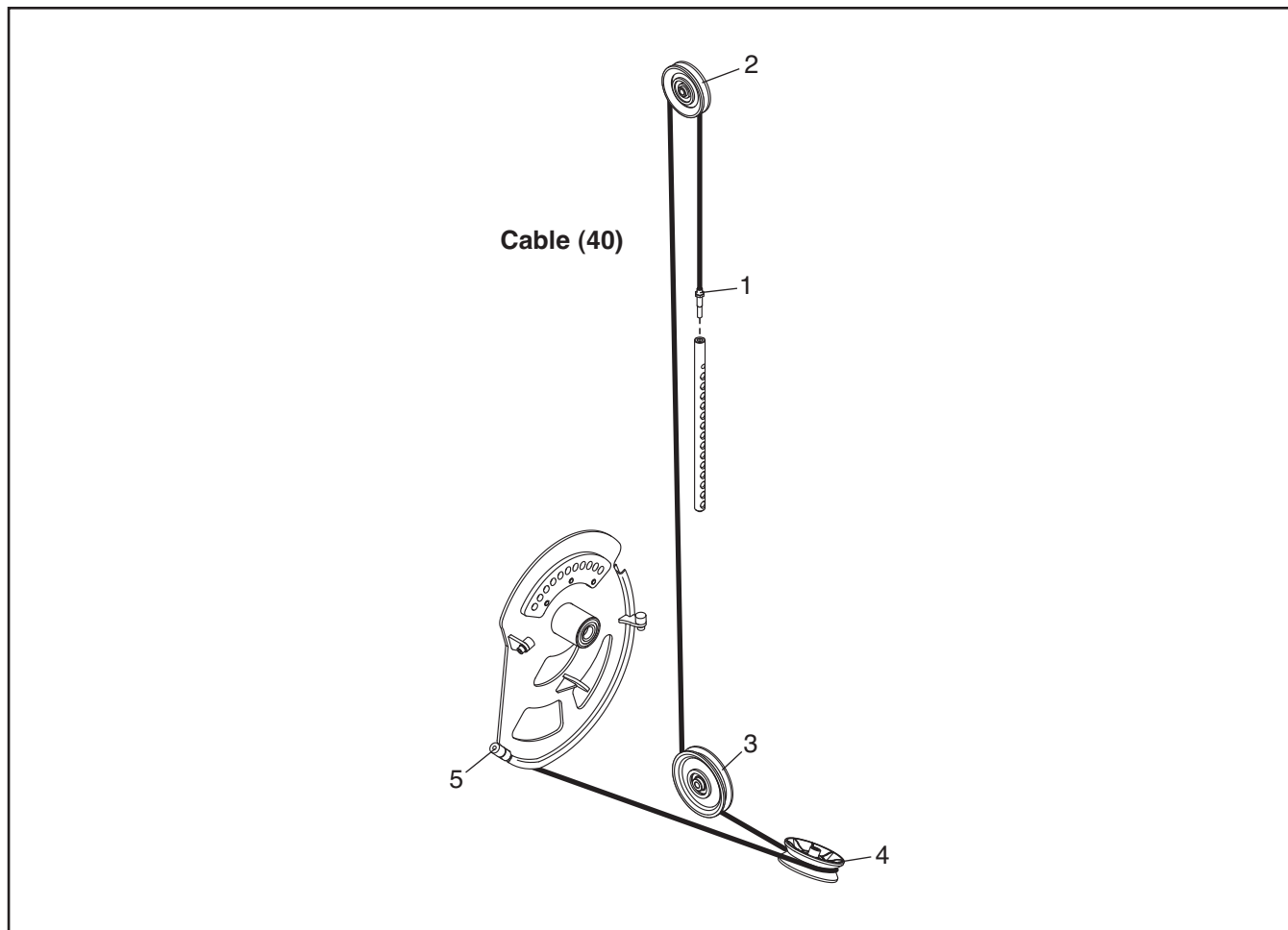
Compruebe los mangos y cámbielos si es necesario.

Lubricación de la Guía de Pesas

Limpie y lubrique cada guía de pesas pasando con un paño suave con aceite de motor ligero de 10W-40 o 10W-30. Aplique sólo una delgada capa a todo lo largo de la guía de pesas. **No use lubricantes a base de TEFLON®.**

DIAGRAMA DEL CABLE

El diagrama que aparece más abajo muestra la ruta correcta de cada cable. Los números de cada diagrama muestran la ruta correcta para ese cable. Utilice el diagrama para asegurarse que cada cable sea correctamente colocado. **Si un cable no se coloca correctamente, la máquina de musculación no funcionará apropiadamente y podrá dañarse. Si su máquina de musculación tiene un protector del cable o más, asegúrese que ningún protector del cable toque ni trabe un cable.**



LISTA DE LAS PIEZAS

Nº de Modelo F801.0 R0311A

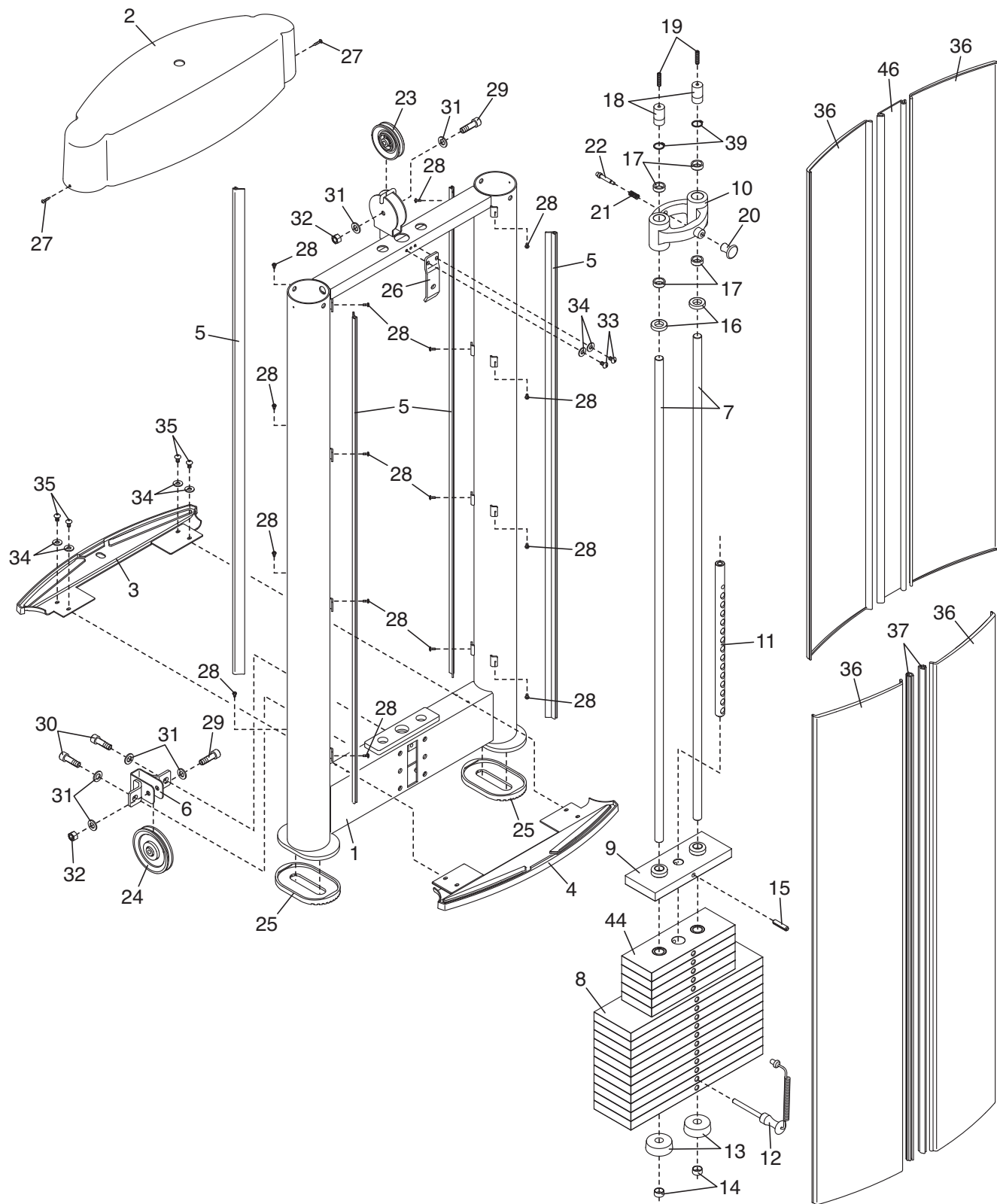
Nº	Ctd.	Descripción	Nº	Ctd.	Descripción
1	1	Armadura de la Torre	43	1	Tirante de Anclaje
2	1	Tapa de la Torre	44	5	Pesa de 10 libras
3	1	Base de la Cubierta Trasera	45	1	Contrapesa
4	1	Base de la Cubierta Delantera	46	1	Panel de la Cubierta
5	4	Reborde Externo	47	1	Armadura del Respaldo
6	1	Soporte de la Polea	48	1	Leva
7	2	Guía de Pesas	49	1	Placa del Selector de Leva
8	11	Pesa de 20 libras	50	1	Placa del Selector de Pata de Pivote
9	1	Pesa Superior	51	1	Pata de Pivote
10	1	Pesa de Descenso	52	1	Brazo de Pivote
11	1	Selector de Peso	53	1	Eje de Pivote
12	1	Pasador de Pesas	54	3	Collar del Mango
13	2	Parachosques de Pesa Inferior	55	3	Tapa del Mango
14	2	Tapa de la Guía de Pesas	56	5	Arandela Plástica
15	1	Pasador de Rodillo	57	3	Mango
16	2	Parachosques de la Pesa Superior	58	1	Cubierta del Respaldo
17	4	Buje de Cobre	59	1	Eje de Pivote de la Leva
18	2	Parachosques de la Guía de Pesas	60	1	Barra de la Almohadilla
19	2	Pasador Enroscado de M8 x 35mm	61	1	Respaldo
20	1	Perilla de la Pesa de Descenso	62	1	Asiento
21	1	Resorte del Pasador	63	1	Tapa Redonda
22	1	Pasador de la Pesa de Descenso	64	6	Cojinete
23	1	Polea Pequeña	65	1	Almohadilla para las Piernas
24	1	Polea Grande	66	1	Palanca de Ajuste
25	4	Base	67	1	Resorte del Pasador
26	1	Soporte del Pasador	68	—	No Utilizado
27	2	Tornillo Taladro de M4 x 13mm	69	1	Tapa Ovalada
28	16	Tornillo de M4 x 10mm	70	1	Tornillo del Atajador de M10 x 18mm
29	2	Perno de Cabeza Cuenca de M10 x 50mm	71	1	Buje de la Base
30	2	Tornillo con Nylon de Cabeza Cuenca de M10 x 30mm	72	1	Base
31	31	Arandela de M10	73	2	Parachosques del Brazo
32	8	Contratuerca de M10	74	12	Pasador Enroscado de M4 x 3mm
33	2	Tornillo con Nylon de M6 x 20mm	75	2	Tornillo de Cabeza Cuenca de M8 x 25mm
34	6	Arandela de M6	76	8	Tornillo con Nylon de Cabeza Cuenca de M10 x 35mm
35	4	Tornillo de Botón de M6 x 15mm	77	1	Perno de Cabeza Cuenca de M6 x 55mm
36	4	Cubierta	78	1	Perno de Cabeza Cuenca de M10 x 65mm
37	2	Reborde Interno	79	2	Arandela de M6 x 12mm
38	1	Armadura de Conexión	80	11	Arandela de M8
39	6	Anillo de Seguridad de 25mm	81	1	Cubierta del Asiento
40	1	Cable			
41	1	Perno de Cabeza Cuenca de M10 x 70mm			
42	1	Polea en V			

N°	Ctd.	Descripción	N°	Ctd.	Descripción
82	2	Cubierta de la Abrazadera	96	2	Tornillo con Nylon de Cabeza
83	1	Baranda Izquierda			Cuenca de M8 x 20mm
84	4	Parachoques Oscilante	97	2	Perno de Cabeza Cuenca de
85	2	Tornillo de M8 x 15mm			M10 x 95mm
86	1	Baranda Derecha	98	4	Tornillo/Perno de Cabeza Cuenca
87	3	Abrazadera de la Barra			de M10 x 85mm
88	6	Tornillo de Cabeza Cuenca de	99	3	Tornillo de Cabeza Cuenca de
		M6 x 15mm			M8 x 55mm
89	2	Perilla de Ajuste	100	1	Contratuerca de M6
90	2	Tuerca de M20	101	3	Tornillo de Cabeza Cuenca de
91	1	Resorte del Pasador Pequeño			M10 x 20mm
92	1	Resorte del Pasador Grande	102	2	Tornillo de Nylon de Cabeza
93	1	Pasador Pequeño			Cuenca de M8 x 40mm
94	1	Pasador Grande	*	—	Manual del Usuario
95	2	Espaciador de la Placa			

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.

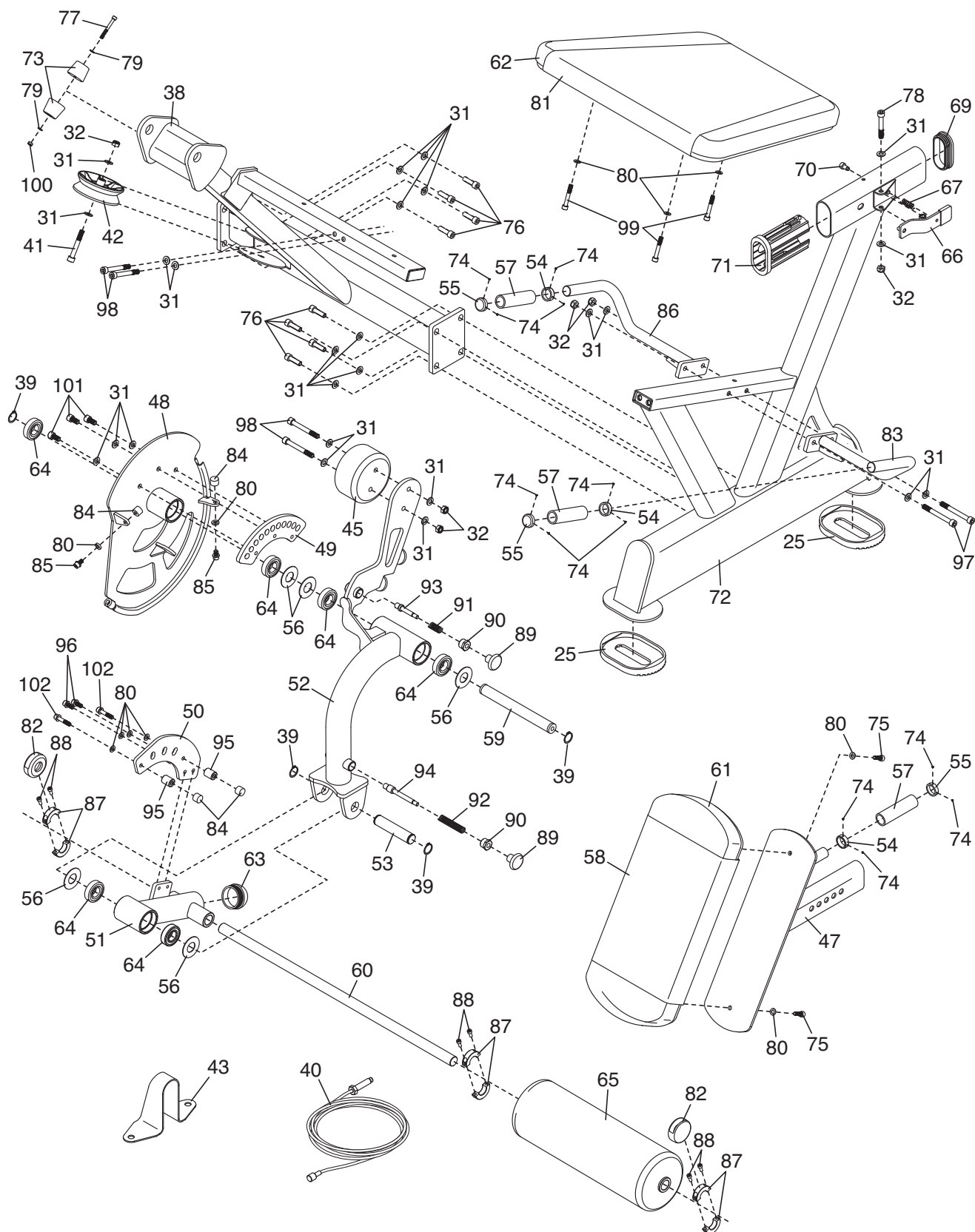
DIBUJO DE LAS PIEZAS A

Nº de Modelo F801.0 R0311A



DIBUJO DE LAS PIEZAS B

Nº de Modelo F801.0 R0311A



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