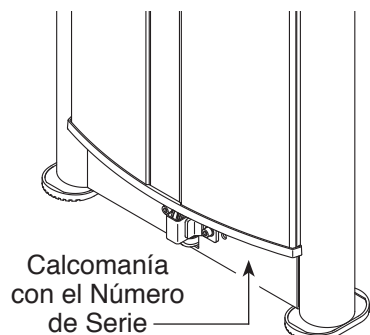


FREEMOTION® BICEPS

Nº de Modelo F810.0

Nº de Serie _____

Escriba el número de serie en el espacio de arriba.



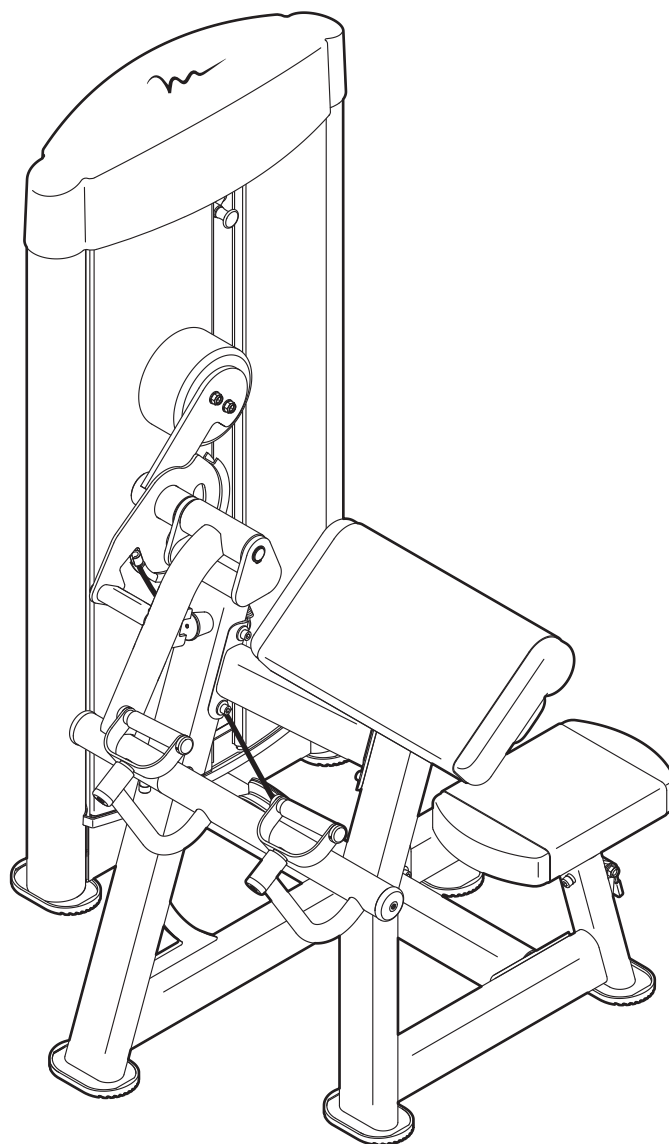
¿PREGUNTAS?

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	18
MANTENIMIENTO Y PROBLEMAS	19
DIAGRAMA DEL CABLE	20
LISTA DE LAS PIEZAS	21
DIBUJO DE LAS PIEZAS	22
CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE	Contraportada
GARANTÍA LIMITADA	Contraportada

FORMULA 409 es una marca registrada de The Clorox Company.
SIMPLE GREEN es una marca registrada de Sunshine Makers, Inc.
Teflon es una marca registrada de E. I. du Pont de Nemours and Company.
FREEMOTION es una marca registrada de ICON Health & Fitness, Inc.

PRECAUCIONES IMPORTANTES

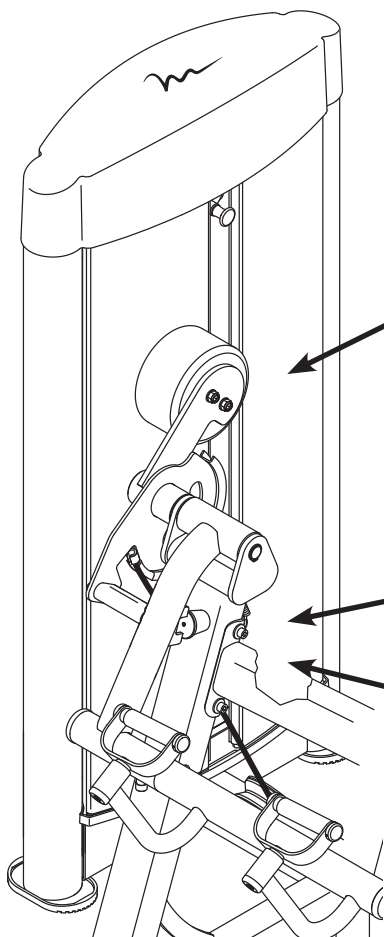


ADVERTENCIA: Para reducir el riesgo de lesiones graves, lea todas las precauciones e instrucciones importantes de este manual y todas las advertencias que se observan en su la máquina de musculación antes de utilizarla. FreeMotion Fitness no asume ninguna responsabilidad por lesiones personales o daños 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 asegurarse que haya suficiente espacio alrededor de la máquina de musculación para hacer el ejercicio deseado.
4. Use la máquina de musculación solamente en una superficie nivelada. Cubra el piso debajo de la máquina de musculación para proteger el piso.
5. Asegure la máquina de musculación al suelo con el tirante de anclaje cuando sea necesario o cuando sea posible, para proporcionarla máxima estabilidad.
6. Es la responsabilidad del propietario asegurarse de 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. Todos los usuarios de la máquina de musculación deben de tener instrucciones de reportar inmediatamente cualquier lesión o irregularidad en la máquina de musculación.
8. Mantenga a los niños menores de 13 años y animales domésticos alejados de la máquina de musculación en todo momento.
9. La máquina de musculación está diseñado para soportar a un usuario con el peso máximo de 159 kg.
10. Siempre use calzado atlético para proteger los pies mientras ejercite.
11. Mantenga las manos y los pies alejados 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 insertado en uno de las placas de las pesas.
13. Revise cada cable, conexión del cable, y polea antes de cada uso de la máquina de musculación. Asegúrese de que todos las piezas estén ajustadas correctamente. Reemplace inmediatamente cualquier pieza desgastada.
14. Asegúrese de que cada cable permanezca en las poleas en todo momento. Si un cable se enrosca mientras hace ejercicios, deténgase inmediatamente y asegúrese de que el cable esté en las poleas y que nada esté interfiriendo con el cable o las poleas.
15. El exceso de ejercicio puede causar lesiones graves o incluso la muerte. Si experimenta mareos, se queda sin aliento o siente dolor mientras hace ejercicios, deténgase inmediatamente y descanse.

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 contraportada 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 equipo 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.

⚠ AVVERTENZA



IL PANNELLO POSTERIORE DOVRÀ ESSERE IN POSIZIONE PRIMA DI UTILIZZARE LA MACCHINA.

CONTROLLARE TUTTI I CAVI, LE FASCETTE, LE PARTI IN MOVIMENTO E I FERMAGLI CON CADENZA SETTIMANALE. FARE RIFERIMENTO AL MANUALE DI MANUTENZIONE.

MANTENERE LE MANI LONTANE DALLE PARTI IN MOVIMENTO. IN CASO CONTRARIO SI POTRÀ INCORRERE IN LESIONI PERSONALI.

⚠ PRECAUCIÓN



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

ANTES DE COMENZAR

Gracias por seleccionar la máquina de musculación de FREEMOTION® EPIC™ BICEPS (Bíceps). Con el movimiento sin restricción, puede trabajar los grupos musculares de su cuerpo de una manera natural para entrenar con más eficacia y eficientemente.

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.

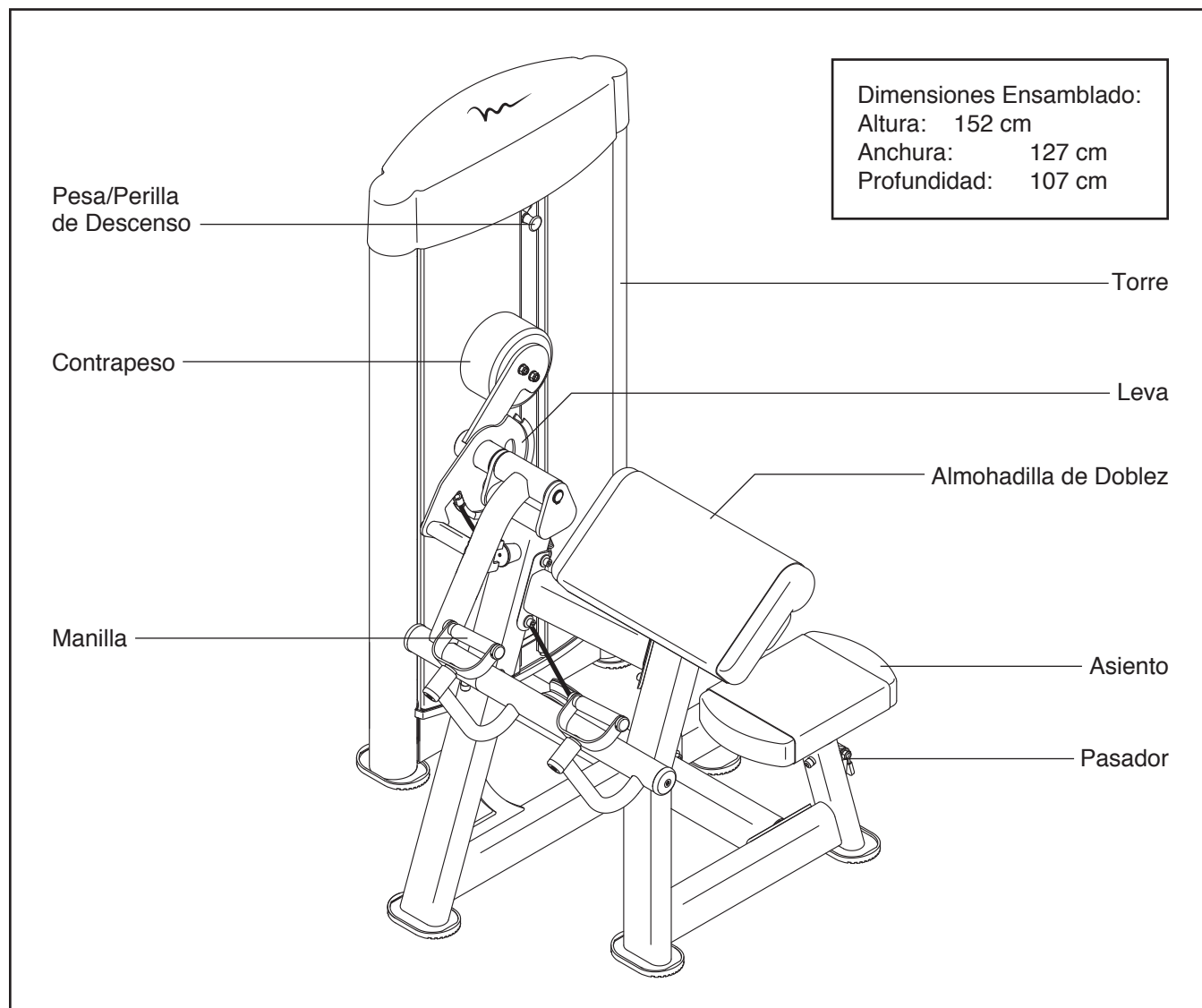
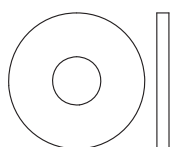
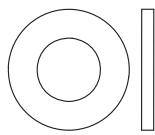


TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS

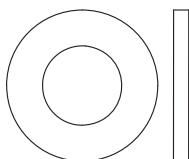
Consulte los dibujos que aparecen abajo para identificar las piezas pequeñas en el montaje. El número entre paréntesis que hay cerca de cada dibujo es el número de la pieza en la LISTA DE LAS PIEZAS hacia el final de este manual. El número que aparece después del paréntesis es la cantidad necesaria para 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.**



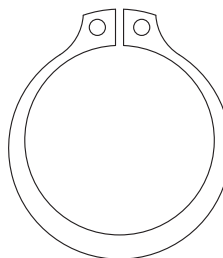
Arandela
M6 (34)–4



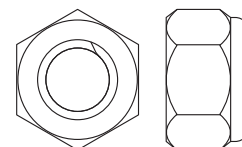
Arandela M8
(76)–4



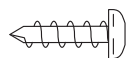
Arandela M10
(31)–18



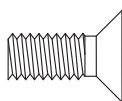
Anillo de Retención
25mm (39)–2



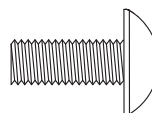
Contratuercas
M10 (32)–2



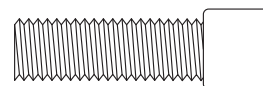
Tornillo Taladro
M4 x 13mm
(27)–2



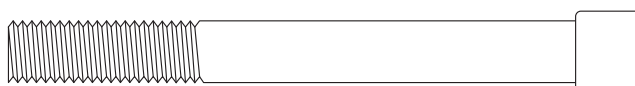
Tornillo de
Cabeza Plana M6
x 15mm (90)–1



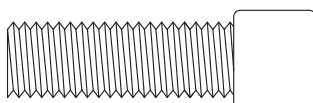
Tornillo M6 x
15mm (35)–4



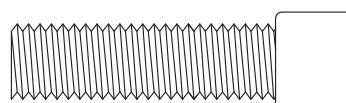
Tornillo de Cabeza
Cuenca M8 x
25mm (75)–2



Tornillo de Cabeza Cuenca M8 x 75mm (83)–2



Tornillo de Cabeza
Cuenca M10 x 30mm
(30)–12



Tornillo de Cabeza
Cuenca M10 x
35mm (71)–4



Perno de Cabeza Cuenca M10 x 110mm (78)–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



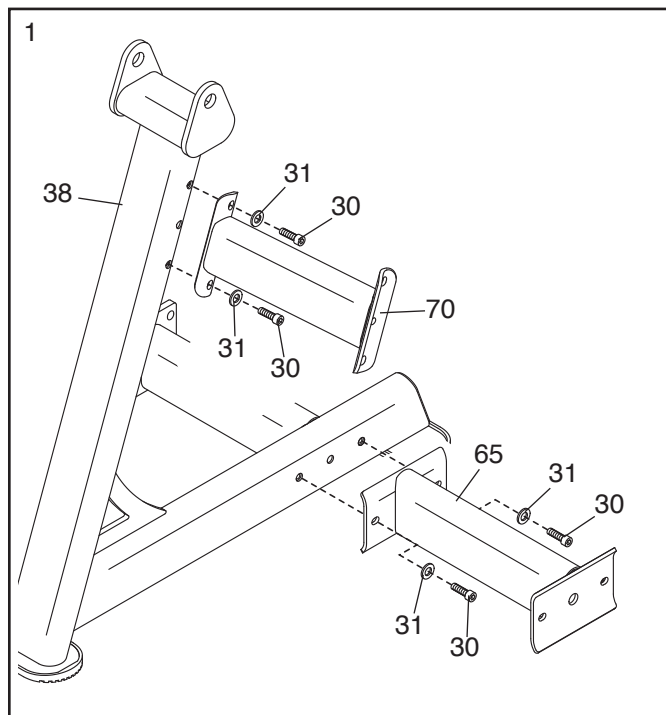
una pinza para anillo



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. Conecte la Barra Cruzada Inferior (65) a la Armadura Principal (38) con dos Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30) y dos Arandelas M10 (31). **Todavía no ajuste los Tornillos de Cabeza Cuenca.**

Conecte la Barra Cruzada Superior (70) a la Armadura Principal (38) de la misma manera.

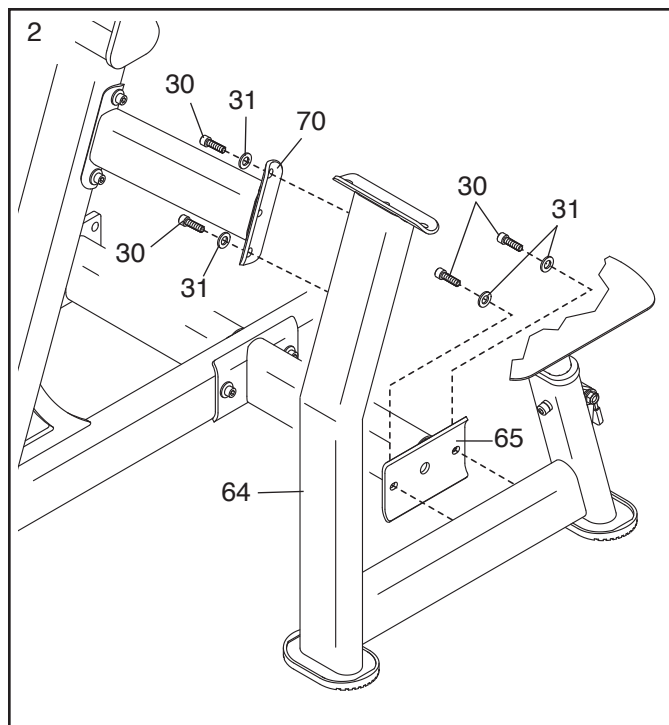


2. Conecte la Barra Cruzada Inferior (65) a la Armadura de la Almohadilla (64) con dos Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30) y dos Arandelas M10 (31). **Todavía no ajuste los Tornillos de Cabeza Cuenca.**

Conecte la Barra Cruzada Superior (70) a la Armadura de la Almohadilla (64) de la misma manera.

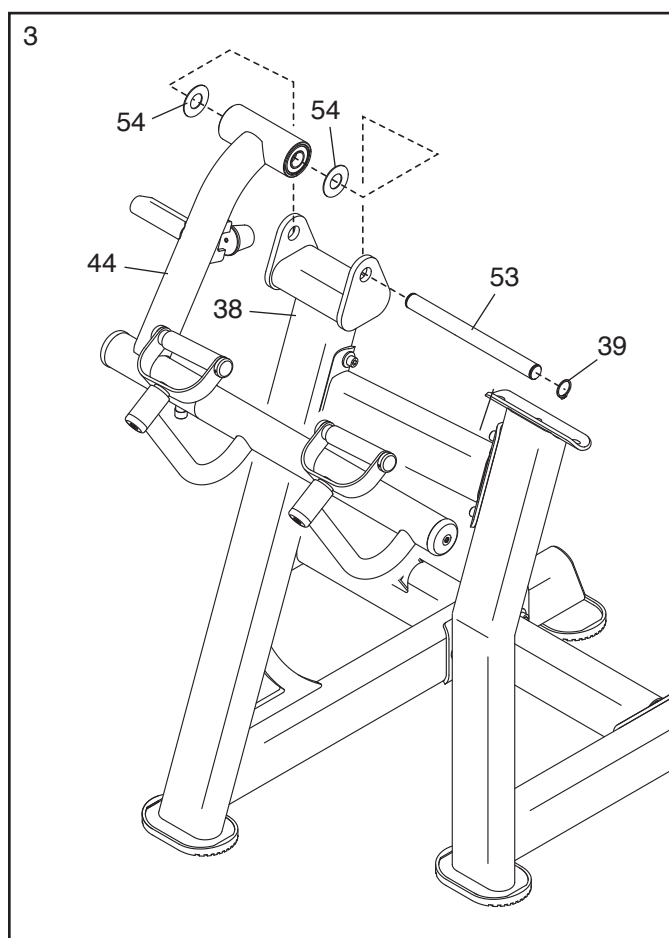
Ajuste los cuatro Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30) usados en este paso.

Vea el paso 1. Ajuste los cuatro Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30) usados en el paso 1.



3. Conecte un Anillo de Retención 25mm (39) a uno de los extremos del Eje (53).

Haga que una segunda persona sostenga el extremo de la Armadura de Pivote (44) y dos Arandelas de Plástico (54) dentro del soporte en la parte superior de la Armadura Principal (38). Inserte el Eje (53) por el soporte, las Arandelas de Plástico y la Armadura de Pivote.



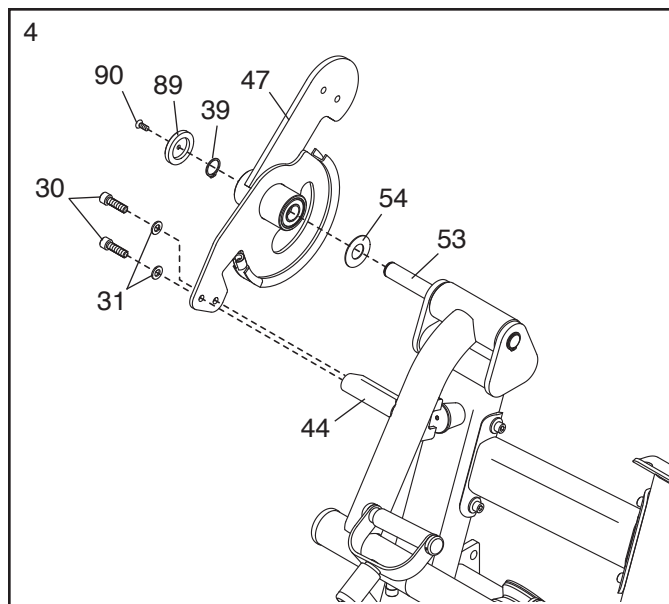
4. Oriente la Leva (47) como está ilustrado.

Deslice una Arandela de Plástico (54) y la Leva (47) en el Eje (53).

Luego, conecte el Anillo de Retención 25mm (39) al Eje (53).

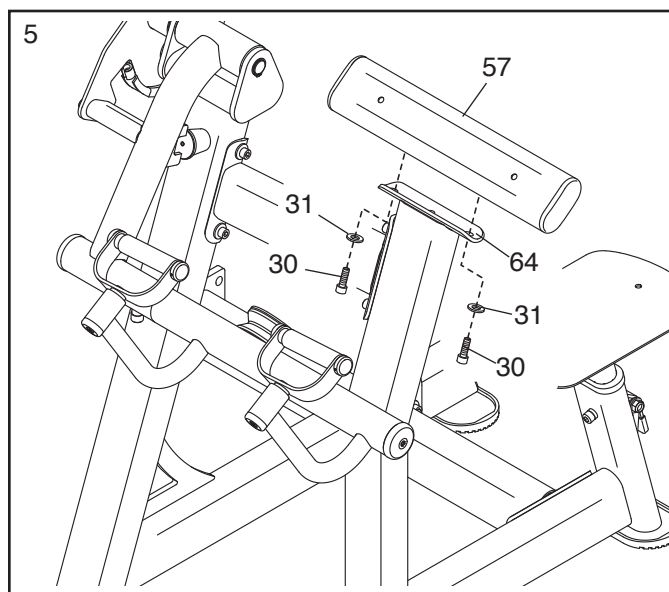
Luego fije la Cubierta del Cojinete (89) al Eje (53) con un Tornillo de Cabeza Plana M6 x 15mm (90).

Conecte el extremo inferior de la Leva (47) a la Armadura de Pivote (44) con dos Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30) y dos Arandelas M10 (31).

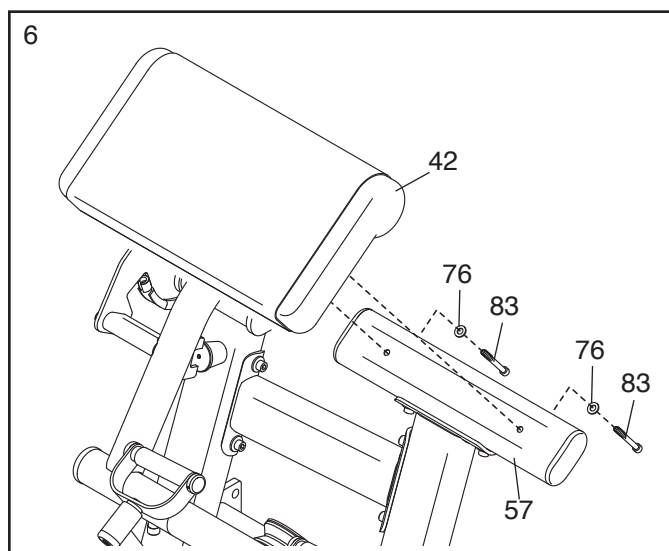


5. Oriente la Armadura de la Almohadilla de Doble (57) como está mostrado.

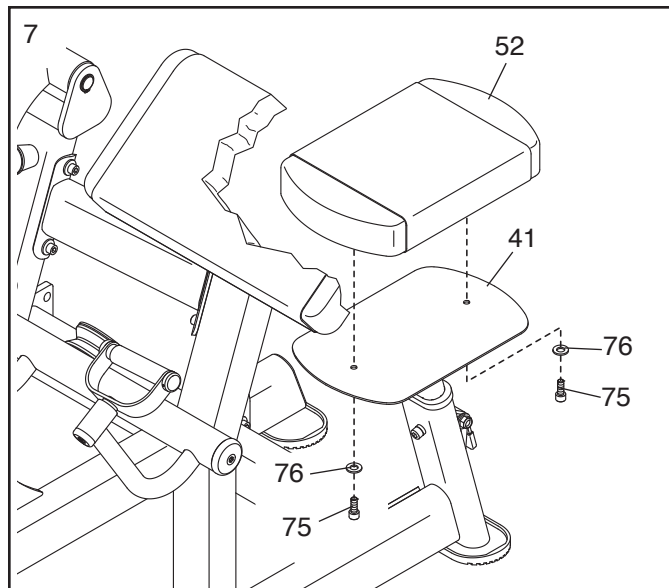
Conecte la Armadura de la Almohadilla de Doble (57) a la Armadura de la Almohadilla (64) con dos Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30) y dos Arandelas M10 (31).



6. Conecte la Almohadilla de Doble (42) a la Armadura de la Almohadilla de Doble (57) con dos Tornillos de Cabeza Cuenca M8 x 75mm (83) y dos Arandelas M8 (76).

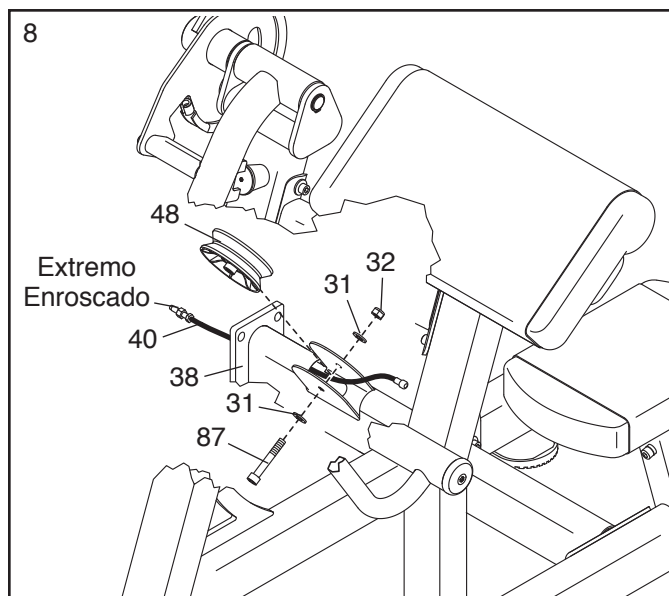


7. Conecte el Asiento (52) a la Armadura del Asiento (41) con dos Tornillos de Cabeza Cuenca M8 x 25mm (75) y dos Arandelas M8 (76).

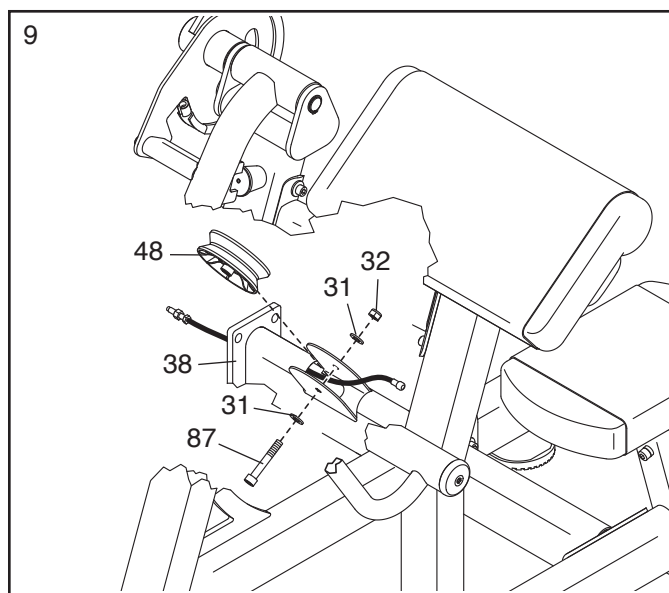


8. Retire todas las piezas (32, 48, 31 y 87) del soporte de la polea en la Armadura Principal (38).

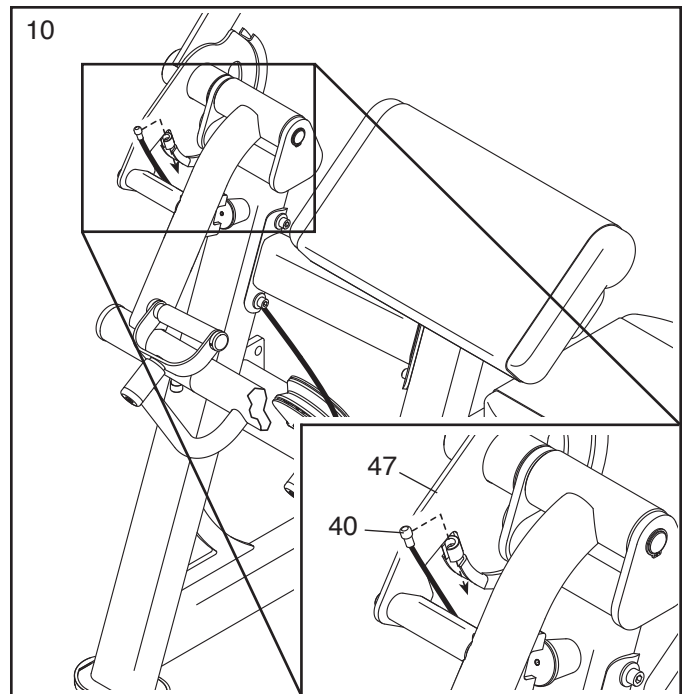
Orienta el Cable (40) como está mostrado, e insértelo por la Armadura Principal (38) y por el soporte de la polea.



9. Conecte la Polea en V (48) dentro del soporte de la polea en la Armadura Principal (38) con el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 70mm (87), las dos Arandelas M10 (31), y la Contratuerca M10 (32) que ha retirado en el paso 8.



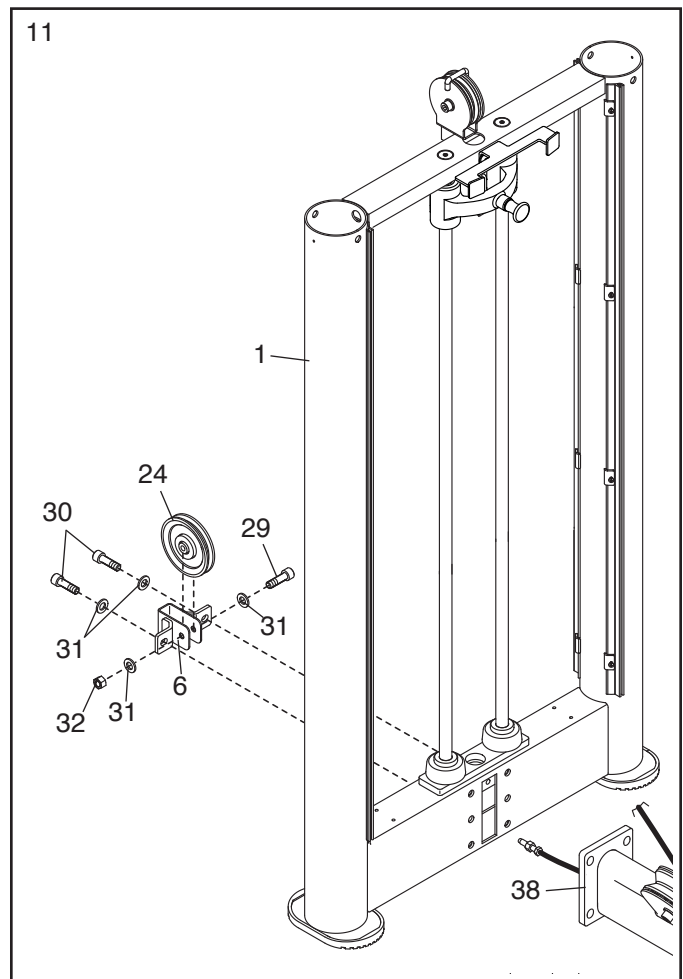
10. **Vea el dibujo insertado.** Presione el extremo del Cable (40) lo más que pueda dentro del enchufe de la Leva (47).



11. Oriente la Armadura de la Torre (1) como está mostrado, y póngala cerca de la Armadura Principal (38). **Haga que una segunda persona sostenga la Armadura de la Torre para evitar que se caiga mientras complete el paso 12.**

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

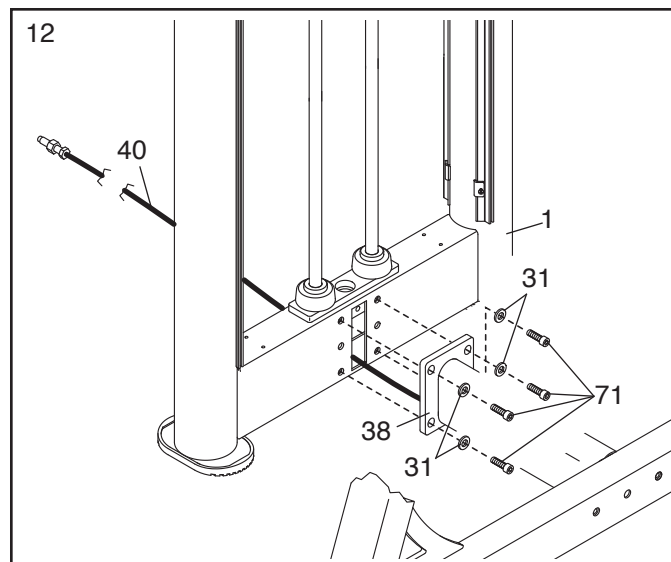
Luego, retire todas las piezas (24, 29, 31 y 32) del Soporte de la Polea (6).



12. Inserte el Cable (40) a través de la Armadura de la Torre (1) como está mostrado.

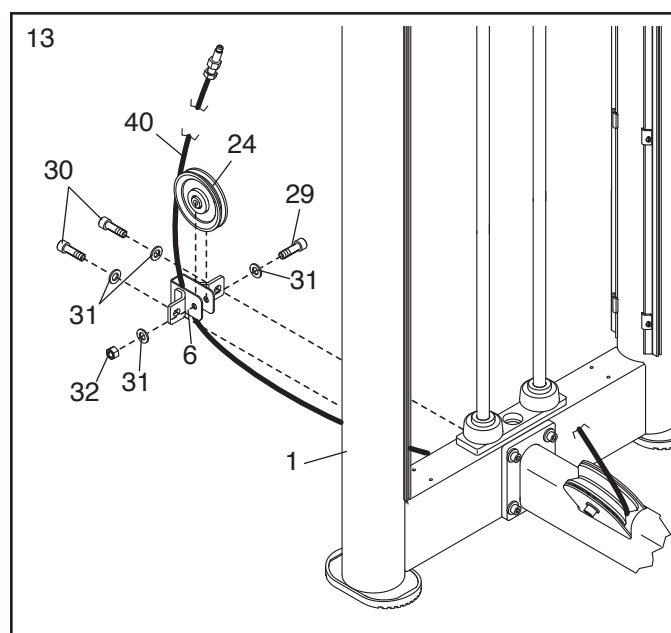
Conecte la Armadura Principal (38) a la Armadura de la Torre (1) con cuatro Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 35mm (71) y cuatro Arandelas M10 (31).

Vea los pasos 1 y 2. Ajuste los ocho Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30).



13. Haga pasar el Cable (40) hacia arriba por el Soporte de la Polea (6). Conecte la Polea Grande (24) dentro del Soporte de la Polea con el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 50mm (29), las dos Arandelas M10 (31) y la Contratuerca M10 (32) que retiró en el paso 11.

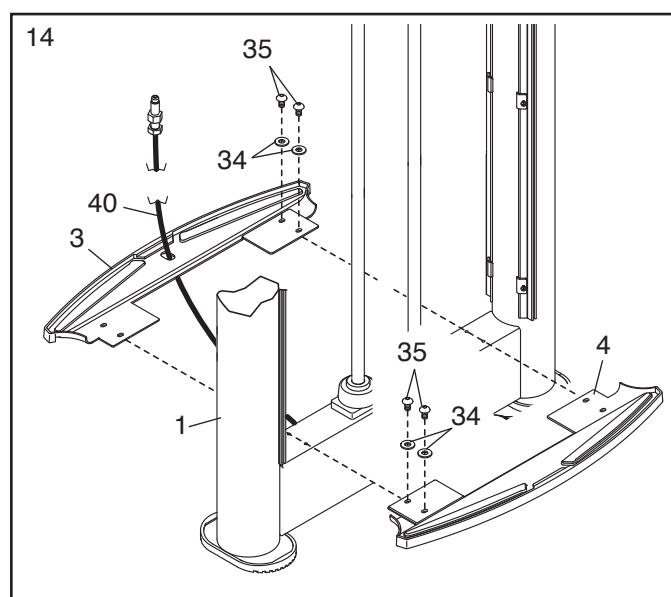
Entonces, conecte el Soporte de la Polea (6) a la Armadura de la Torre (1) con los dos Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30) y las dos Arandelas M10 (31) que retiró en el paso 11.



14. Identifique la Base de la Cubierta Trasera (3), la cual tiene un orificio en el centro, y la Base de la Cubierta Delantera (4). Oriente las Bases de la Cubierta como está mostrado.

Inserte el extremo del Cable (40) hacia arriba por 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 M6 x 15mm (35) y cuatro Arandelas M6 (34).



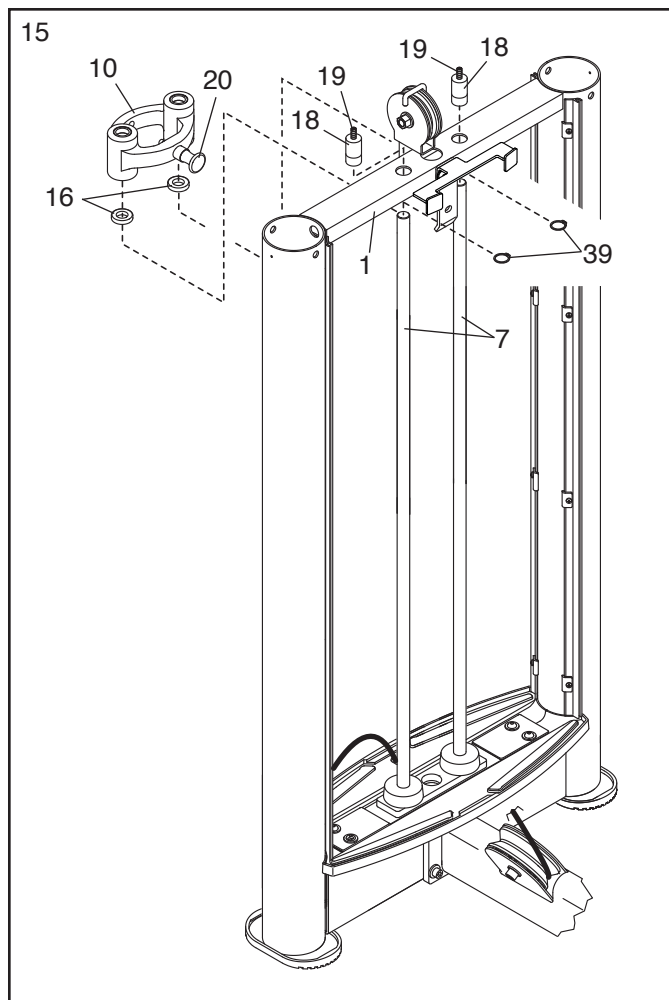
15. Tire de la Perilla de la Pesa Descendente (20) y deslice la Pesa Descendente (10) hacia abajo sobre las Guías de Pesas (7).

Afloje unas vueltas completas los dos Tornillos Prisioneros M8 x 35mm (19); **no es necesario retirar los Tornillos Prisioneros.**

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

Pida a otra persona que sujete las Guías de Pesas (7). Levante los Bujes de las Guías de Pesas (18) y sáquelos de la Armadura de la Torre (1).

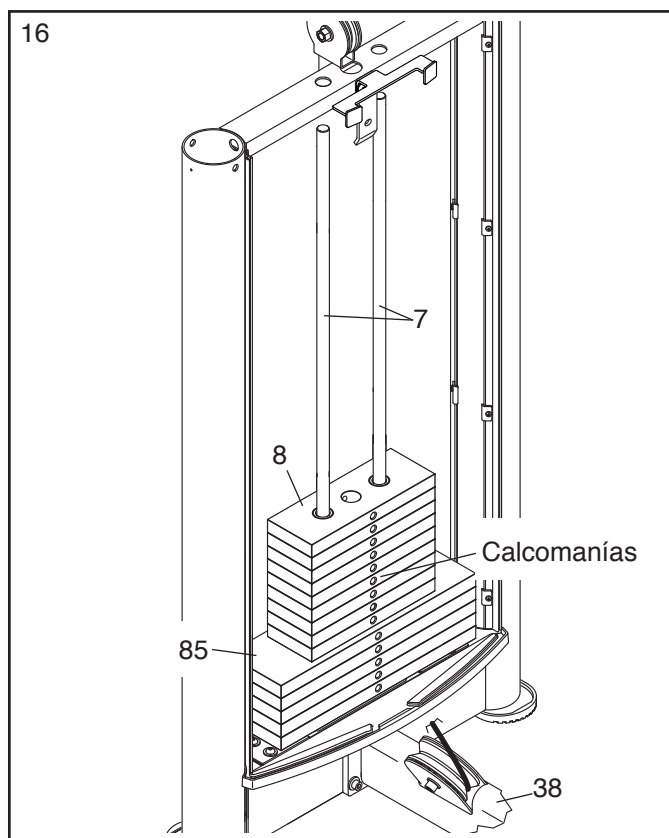
Seguidamente, incline los extremos superiores de las Guías de Pesas (7) hacia delante o hacia atrás, y deslice la Pesa de Descenso (10) y los Parachoques de Pesas Superiores (16) hacia arriba separándolos de las Guías de Pesas.



16. Mire a las calcomanías en las cinco Pesas de 20 libras (85), y encuentre la calcomanía que tiene el número **más alto**. Oriente esa Pesa de 20 libras de manera que la calcomanía quede frente a la Armadura Principal (38), y deslice la Pesa de 20 libras por las Guías de Pesas (7).

Repita este paso con el resto de las Pesas de 20 libras (85).

Entonces, repita este paso con las nueve Pesas de 10 libras (8).



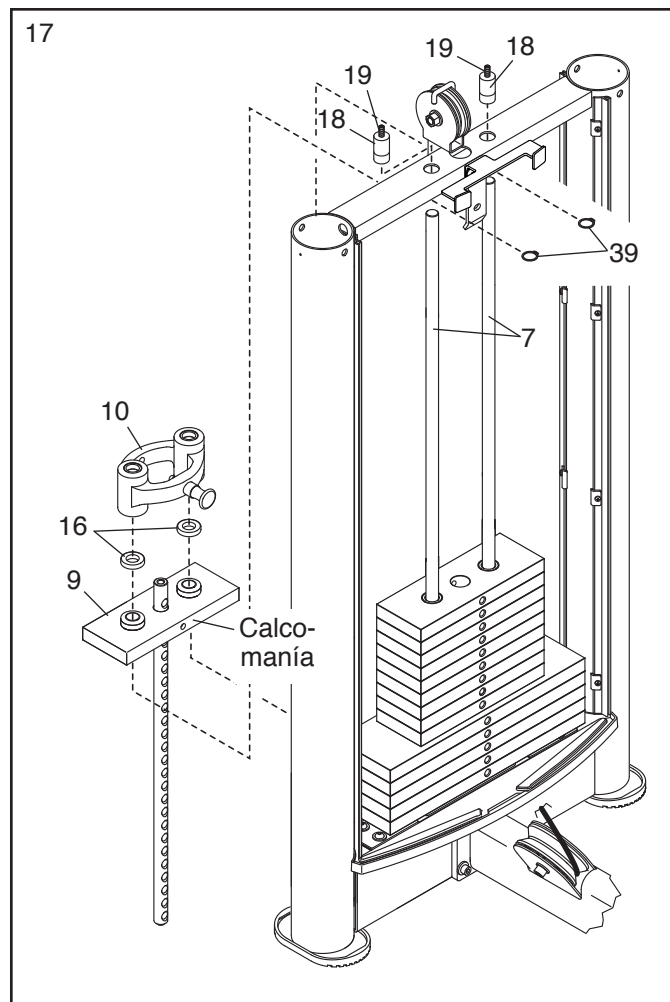
17. Oriente la Pesa Superior (9) y la Pesa de Descenso (10) como está mostrado.

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

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

Conecte los dos Anillos de Retención 25mm (39) a los Amortiguadores de las Guías de Pesas (18).

Entonces, ajuste los dos Tornillos Prisionero M8 x 35mm (19) en los Bujes de las Guías de Pesas (18).

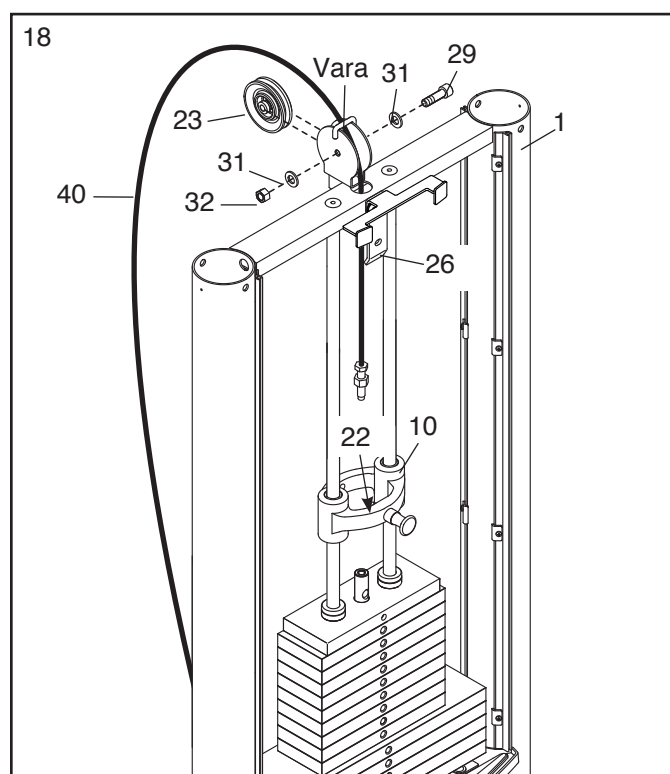


18. Retire todas las piezas (23, 29, 31 y 32) del soporte de la polea en la Armadura de la Torre (1).

Pase el Cable (40) por el soporte de la polea y hacia abajo por el orificio en el centro de la Armadura de la Torre (1).

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

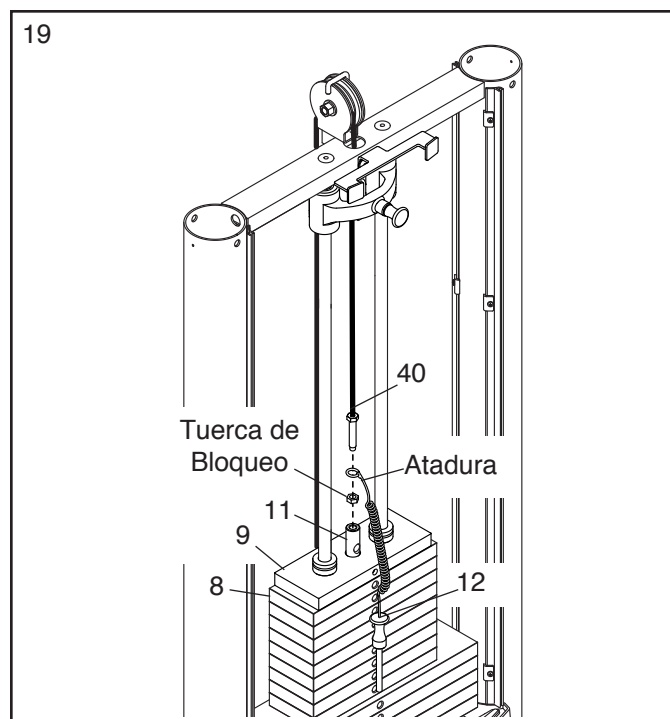
Seguidamente, deslice la Pesa Descendente (10) hacia arriba hasta que el Pasador de la Pesa Descendente (22) encaje en el orificio del Soporte del Pasador (26). **Asegúrese de que el Pasador de la Pesa Descendente esté introducido en el orificio.**



19. Quite la tuerca de bloqueo del extremo del Cable (40). Luego deslice la atadura del Pasador de Pesas (12) por el extremo del Cable. A continuación, apriete con las manos la tuerca de bloqueo en el extremo del cable.

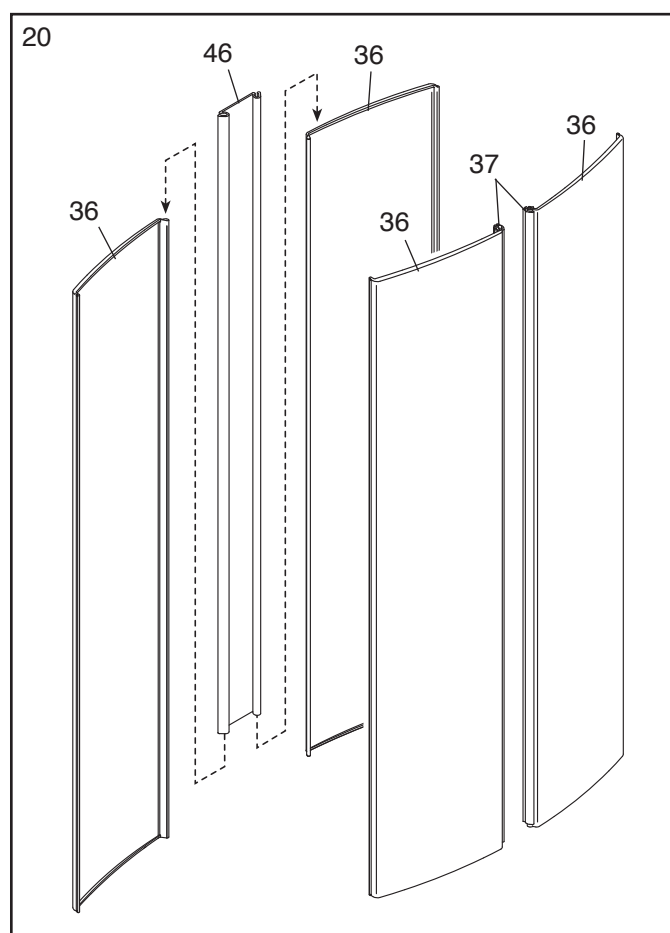
Ajuste el extremo del Cable (40) en el Selector de Pesas (11) hasta que la Pesa Superior (9) se separe de las Pesas de 10 libras (8). Entonces, afloje el extremo del Cable hasta que la Pesa Superior se apoye sobre las Pesas de 10 libras.

Entonces, ajuste la tuerca de bloqueo en el extremo del Cable (40) contra el Selector de Pesas (11).

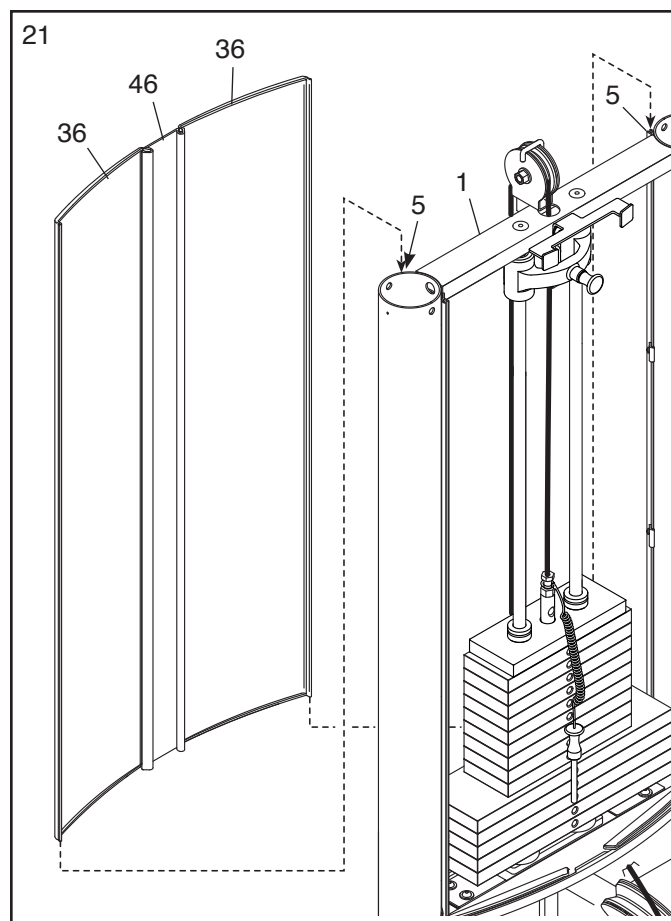


20. Mire las cuatro Cubiertas (36), y encuentre las dos Cubiertas que tienen tiras de Reborde Interno (37) y las dos Cubiertas que no las tienen.

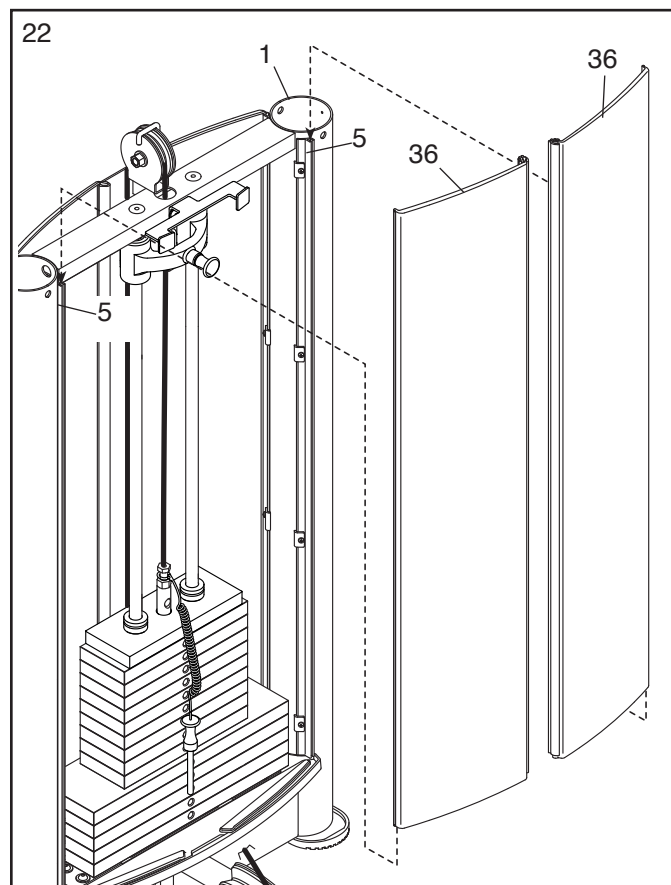
Deslice el Panel de la Cubierta (46) hacia abajo por las dos Cubiertas (36) que **no** tienen tiras de Reborde Interno (37).



21. Deslice las dos Cubiertas (36) con el Panel de la Cubierta (46) hacia abajo dentro de las dos tiras de Reborde Externo (5) en la parte de atrás de la Armadura de la Torre (1).

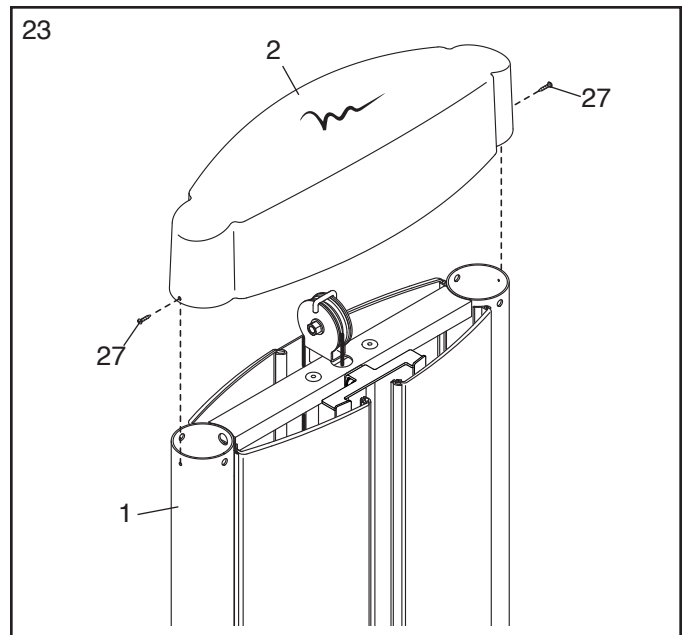


22. Deslice las dos Cubiertas (36) restantes hacia abajo dentro de las dos tiras de Reborde Externo (5) en la parte de adelante de la Armadura de la Torre (1).

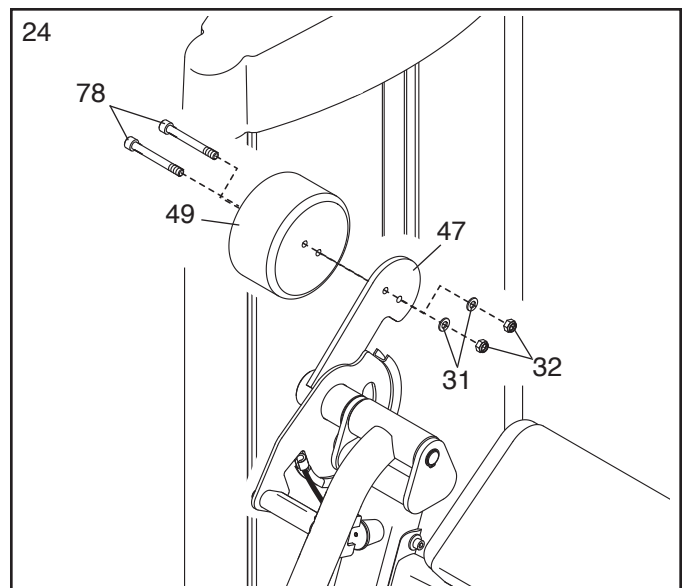


23. Oriente la Tapa de la Torre (2) como está mostrado.

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 M4 x 13mm (27).



24. Conecte la Contrapesa (49) a la Leva (47) con los Pernos de Cabeza Cuenca M10 x 110mm (78), dos Arandelas M10 (31), y dos Contratuercas M10 (32).



25. **Asegúrese de que todas las piezas de la máquina de musculación estén ajustados apropiadamente.**
Para proteger el piso o alfombra de algún daño, coloque un tapete debajo de la máquina de musculación.

AJUSTES

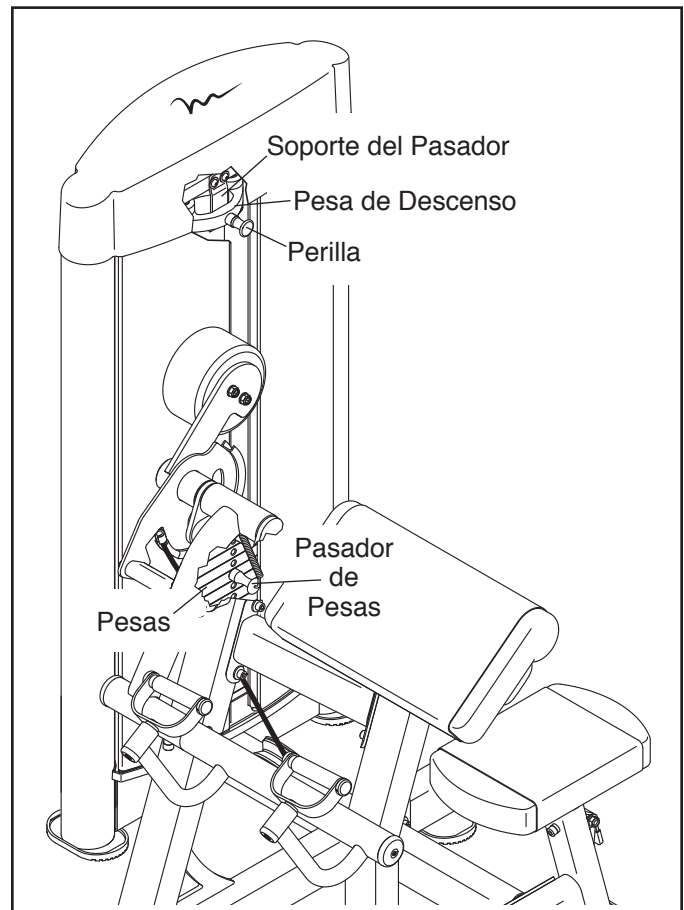
Esta sección explica cómo ajustar la máquina de musculación. Asegúrese de que todas las piezas estén adecuadamente ajustadas cada vez que use la máquina de musculación. Reemplace inmediatamente cualquier pieza desgastada.

AJUSTANDO LA RESISTENCIA

Para cambiar la cantidad de resistencia, inserte el pasador de pesas en la pesa deseada. **Asegúrese de que el pasador de pesa esté completamente insertado.** Nota: Para usar solo la pesa superior, introduzca el pasador de pesas en el orificio del selector de pesas (no se muestra), encima de la pesa superior.

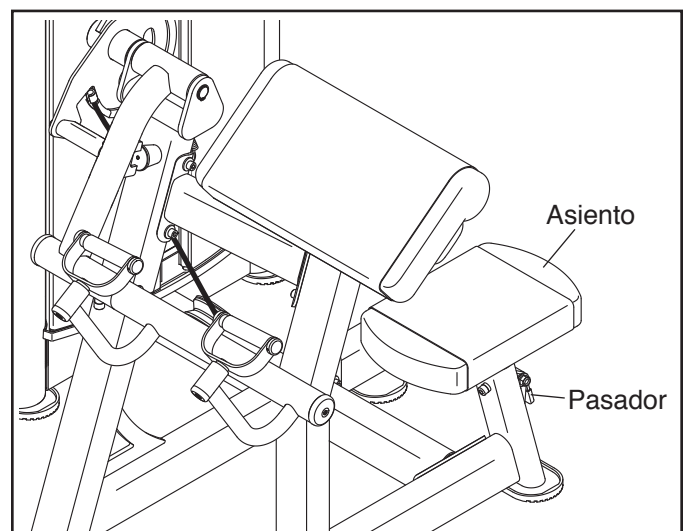
Para añadir 5 libras de resistencia, jale la perilla indicada y baje la pesa de descenso por la pila de pesas.

Cuando no esté usando la pesa de descenso, deslícela hacia arriba y enganche 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 enganchada en el soporte del pasador.**



AJUSTANDO EL ASIENTO

Para ajustar la altura del asiento, presione el pasador, levante o baje el asiento a la posición deseada, y luego suelte el pasador. **Mueva el asiento hacia arriba y hacia abajo ligeramente para asegurarse de que el pasador esté enganchado en uno de los orificios de ajuste en la armadura del asiento (no está mostrado).**



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

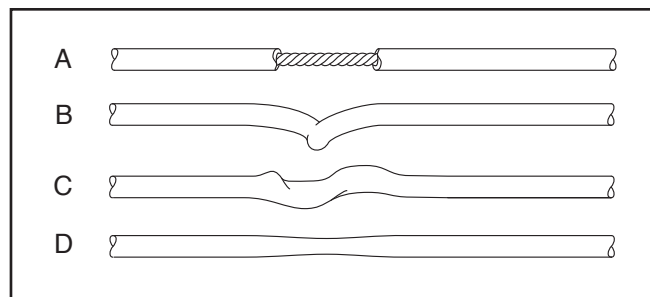
Piezas

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



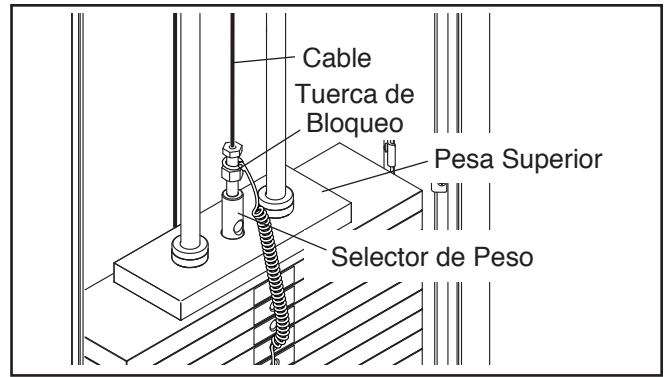
Ajuste del Cable

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.

Vea el dibujo de la derecha. 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

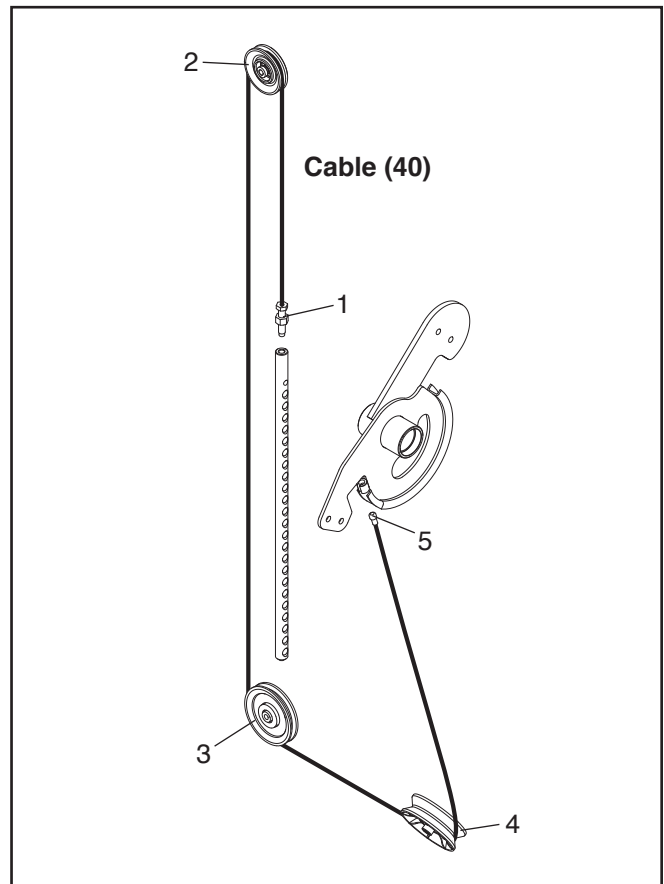
Revise los mangos y cámbielos si es necesario.

Lubricación de la Guía de Pesas

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

DIAGRAMA DEL CABLE

El diagrama que aparece a la derecha 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

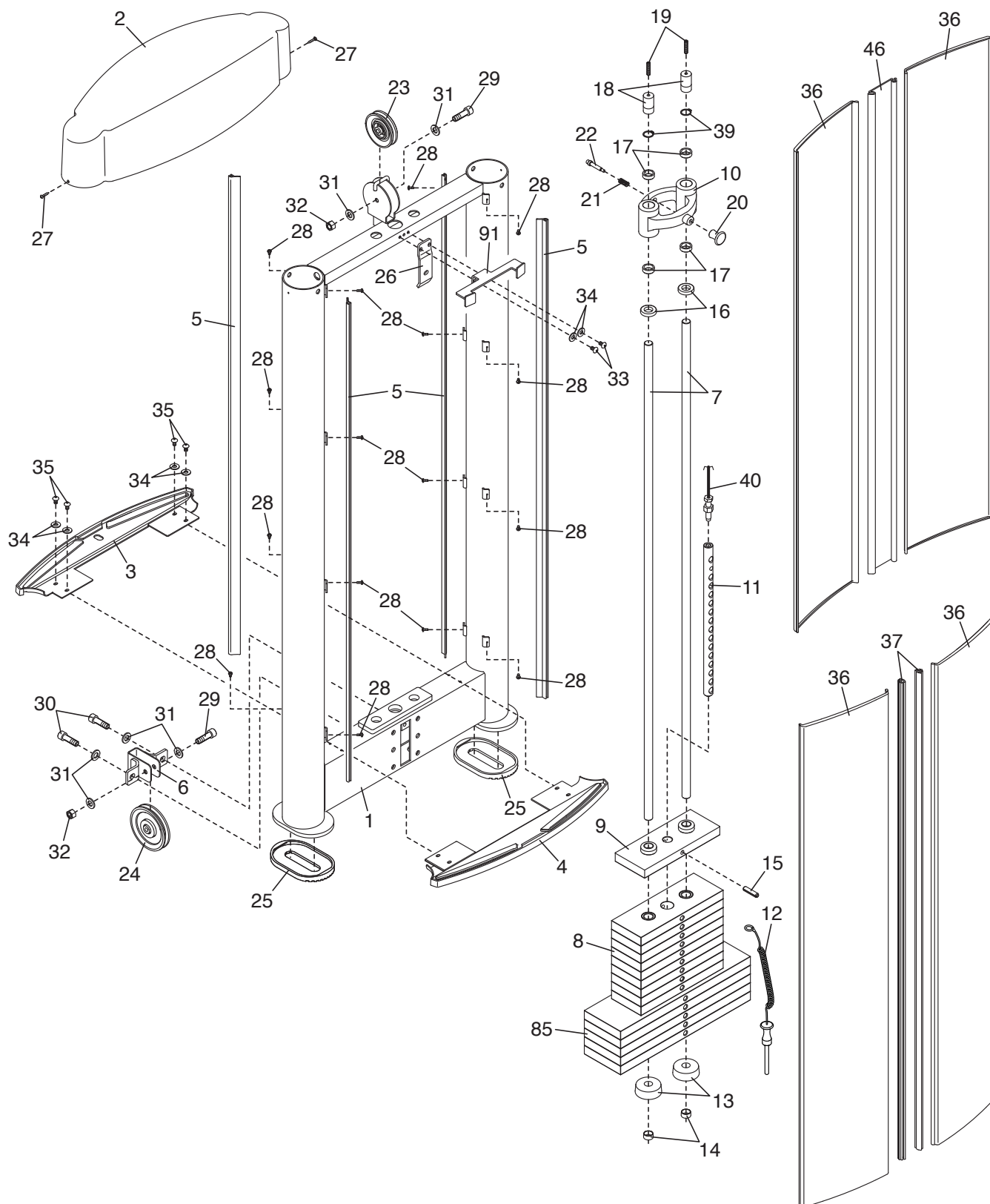
Nº de Modelo F810.0 R1215A

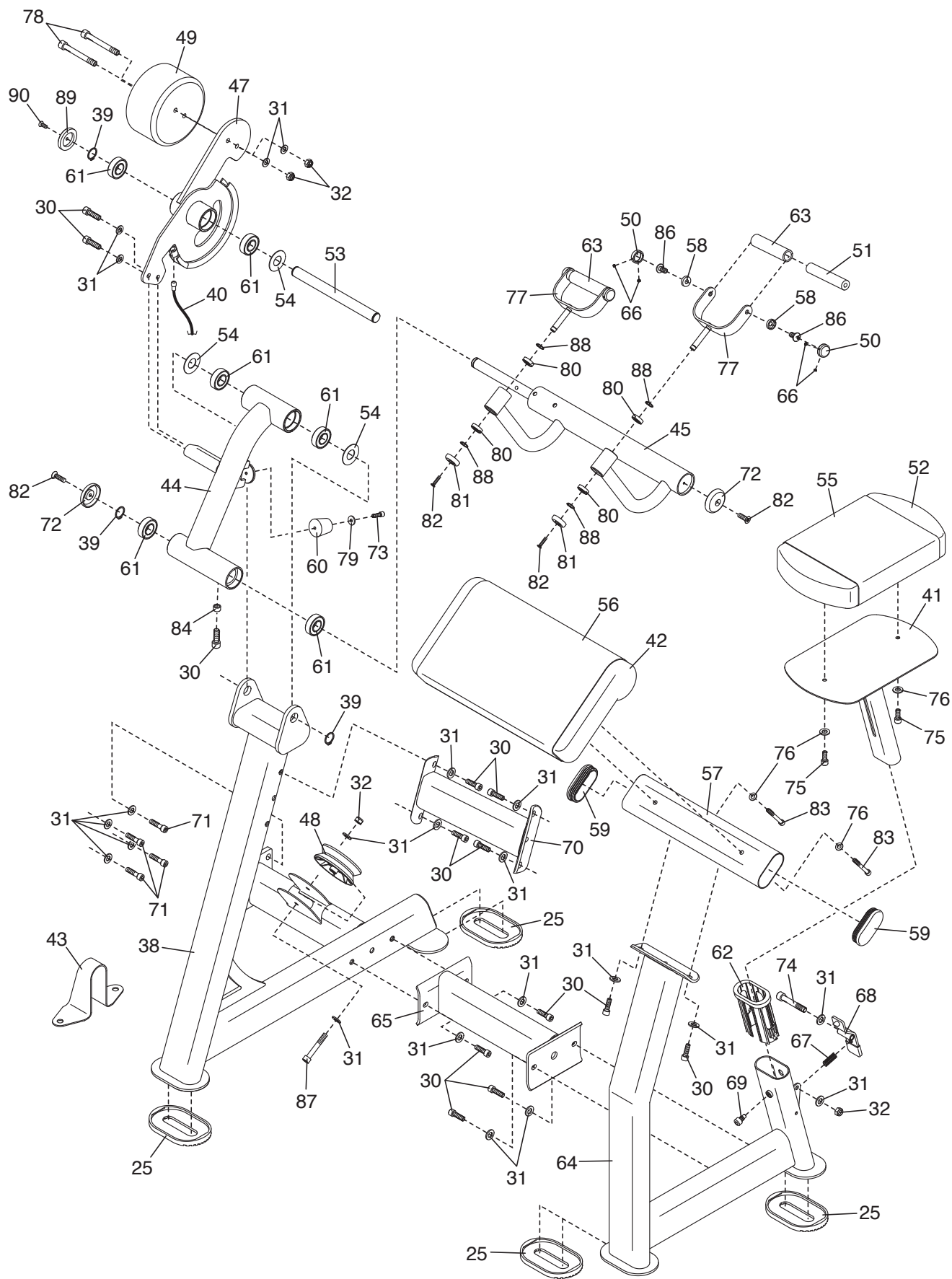
Nº	Ctd.	Descripción	Nº	Ctd.	Descripción
1	1	Armadura de la Torre	51	2	Manilla
2	1	Tapa de la Torre	52	1	Asiento
3	1	Base de la Cubierta Trasera	53	1	Eje
4	1	Base de la Cubierta Delantera	54	3	Arandela de Plástico
5	4	Reborde Externo	55	1	Cubierta del Asiento
6	1	Soporte de la Polea	56	1	Cubierta de la Almohadilla de Doble
7	2	Guía de Pesas	57	1	Armadura de la Almohadilla de Doble
8	9	Pesa de 10 libras	58	4	Buje de la Manilla
9	1	Pesa Superior	59	2	Tapa Ovalada
10	1	Pesa de Descenso	60	1	Amortiguador de la Armadura de Pivote
11	1	Selector de Pesas	61	6	Cojinete Grande
12	1	Pasador de Pesas	62	1	Buje de la Armadura del Asiento
13	2	Amortiguador de la Pesa Inferior	63	2	Mango
14	2	Tapa de la Guía de Pesas	64	1	Armadura de la Almohadilla
15	1	Clavija con Gancho	65	1	Barra Cruzada Inferior
16	2	Amortiguador de la Pesa Superior	66	8	Tornillo Prisionero M4 x 3mm
17	4	Buje de la Pesa de Descenso	67	1	Resorte Grande
18	2	Buje de la Guía de Pesas	68	1	Pasador
19	2	Tornillo Prisionero M8 x 35mm	69	1	Tornillo del Atajador
20	1	Perilla de la Pesa de Descenso	70	1	Barra Cruzada Superior
21	1	Resorte Pequeño	71	4	Tornillo de Cabeza Cuenca M10 x 35mm
22	1	Pasador de la Pesa de Descenso	72	2	Tapa Redonda Grande
23	1	Polea Pequeña	73	1	Tornillo de Cabeza Cuenca M6 x 30mm
24	1	Polea Grande	74	1	Perno de Cabeza Cuenca M10 x 65mm
25	6	Pata	75	2	Tornillo de Cabeza Cuenca M8 x 30mm
26	1	Soporte del Pasador	76	4	Arandela M8
27	2	Tornillo Taladro M4 x 13mm	77	2	Soporte de la Manilla
28	16	Tornillo M4 x 10mm	78	2	Perno de Cabeza Cuenca M10 x 110mm
29	2	Perno de Cabeza Cuenca M10 x 50mm	79	1	Arandela Pequeña M6
30	15	Tornillo de Cabeza Cuenca M10 x 30mm	80	4	Cojinete Pequeño
31	28	Arandela M10	81	2	Tapa Redonda Pequeña
32	6	Contratuercas M10	82	4	Tornillo M6 x 25mm
33	2	Tornillo M6 x 20mm	83	2	Tornillo de Cabeza Cuenca M8 x 75mm
34	6	Arandela M6	84	1	Buje Limitador
35	4	Tornillo M6 x 15mm	85	5	Pesa de 20 libras
36	4	Cubierta	86	4	Tornillo M10 x 20mm
37	2	Reborde Interno	87	1	Perno de Cabeza Cuenca M10 x 70mm
38	1	Armadura Principal	88	4	Anillo de Retención 12mm
39	5	Anillo de Retención 25mm	89	1	Cubierta del Cojinete
40	1	Cable	90	1	Tornillo de Cabeza Plana M6 x 15mm
41	1	Armadura del Asiento	91	1	Soporte de Cubierta
42	1	Almohadilla de Doble	*	—	Manual del Usuario
43	1	Tirante de Anclaje			
44	1	Armadura de Pivote			
45	1	Armadura de la Manilla			
46	1	Panel de la Cubierta			
47	1	Leva			
48	1	Polea en V			
49	1	Contrapeso			
50	4	Tapa de la Manilla			

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 F810.0 R1215A





CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE

Si tiene alguna pregunta tras haber leído este manual, o si hay piezas dañadas o ausentes, póngase en contacto con el Servicio al Cliente, a través de los números de teléfono o de las direcciones que aparecen más abajo.

Anote el número de modelo, el número de serie y el nombre del producto (vea la portada de este manual) antes de contactar el Servicio al Cliente. Si encarga piezas de repuesto, anote también 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).

En los Estados Unidos

Llame al: 1-800-201-2109, Lun.–Vie. 6 a.m.–6 p.m. HM

Correo-e: customercare@freemotionfitness.com

Escriba a:

FreeMotion Fitness

1500 South 1000 West

Logan, UT 84321-9813

Estados Unidos

Fuera de los Estados Unidos

Llame al: 001-800-527-5417 o 001-435-786-3521,

Lun.–Vie. 6 a.m.–3 p.m. Horario de montaña de EE.UU.

Correo-e: intlcustomercare@freemotionfitness.com

GARANTÍA LIMITADA

PERÍODOS DE GARANTÍA Y COBERTURA

FreeMotion Fitness garantiza que este producto está libre de defectos de fabricación y materiales bajo condiciones normales de uso y mantenimiento. La garantía de piezas y mano de obra tendrá una vigencia de un (1) año, a menos que se indique lo contrario en la factura.

El período de garantía comienza en la fecha de compra ubicada en la factura. Cualquier pieza reparada o reemplazada durante este período de garantía quedará garantizada por el resto del período de garantía original.

CONDICIONES Y RESTRICCIONES

Los siguientes puntos anularán la garantía sobre este producto:

1. Esta garantía aplica solamente al propietario original y no es transferible.
2. La garantía de mano de obra aplica solamente a productos vendidos en los EE.UU. y Canadá. Póngase en contacto con su distribuidor autorizado de FreeMotion Fitness para obtener detalles sobre cobertura de mano de obra en su país.
3. Todo tipo de mal uso, abuso o mantenimiento inapropiado.
4. Usuarios cuyo peso exceda el peso máximo del usuario indicado en este manual. Nota: Este producto podría no tener un peso máximo del usuario.
5. Daño causado por mover el producto o almacenarlo inadecuadamente, incluido el mover o almacenar el producto acostado.
6. Uso o almacenamiento del producto en la intemperie o en ambientes de humedad alta, incluidas áreas de spa y piscinas.
7. Daño causado por un cableado incorrecto o una corriente eléctrica insuficiente. Nota: Este producto podría no tener ningún cableado.

Esta garantía no aplicará a los siguientes elementos:

1. Elementos cosméticos, incluidos mangos, calcomanías y etiquetas.

2. Gastos de envío o gastos de transporte como resultado de una reparación.
3. Cualquier problema resultante del montaje o envío inadecuado.

QUÉ HACER EN CASO DE NECESITARSE EL SERVICIO

FreeMotion Fitness garantiza que se puede obtener mantenimiento contactándose con el distribuidor autorizado a través del cual el producto fue comprado. Asegúrese de retener su factura original y la información del número de serie. Si este producto experimenta una falla bajo los términos de la garantía determinados, FreeMotion Fitness proveerá según sus opciones, ya sea reparación, reemplazo o reembolso del precio de compra. FreeMotion Fitness compensa a los proveedores de servicio con viáticos para viajes de garantía dentro de sus áreas de servicio. Puede que haya costos adicionales por llamadas de servicio que sean más allá del área de servicio.

FreeMotion Fitness no es responsable ni está bajo obligación legal por daños directos, especiales o consiguientes resultantes de, o en conexión con el uso o desempeño del producto; daños con respecto a cualquier tipo de pérdida económica, pérdida de propiedad, pérdida de ganancias o ingresos, pérdida de fruición o uso, gastos de remoción o instalación u otros daños consiguientes. Algunas regiones no permiten la exclusión o restricción de daños consiguientes. Consecuentemente, la restricción mencionada puede no aplicar a su caso. Esta garantía le otorga derechos especiales y puede que goce de otros derechos que varían de región a región.

PARA CONTACTAR A FREEMOTION FITNESS

Vea COMO CONTACTAR AL SERVICIO DE ATENCIÓN AL CLIENTE anterior.