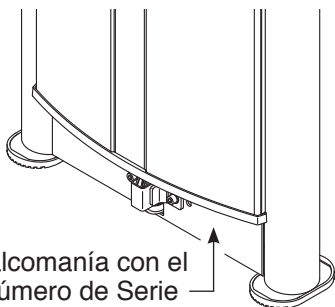


FREEMOTION® CALF EXTENSION

Nº de Modelo F813.0

Nº de Serie _____

Escriba el número de serie en el espacio de arriba.



Calcomanía con el
Número de Serie

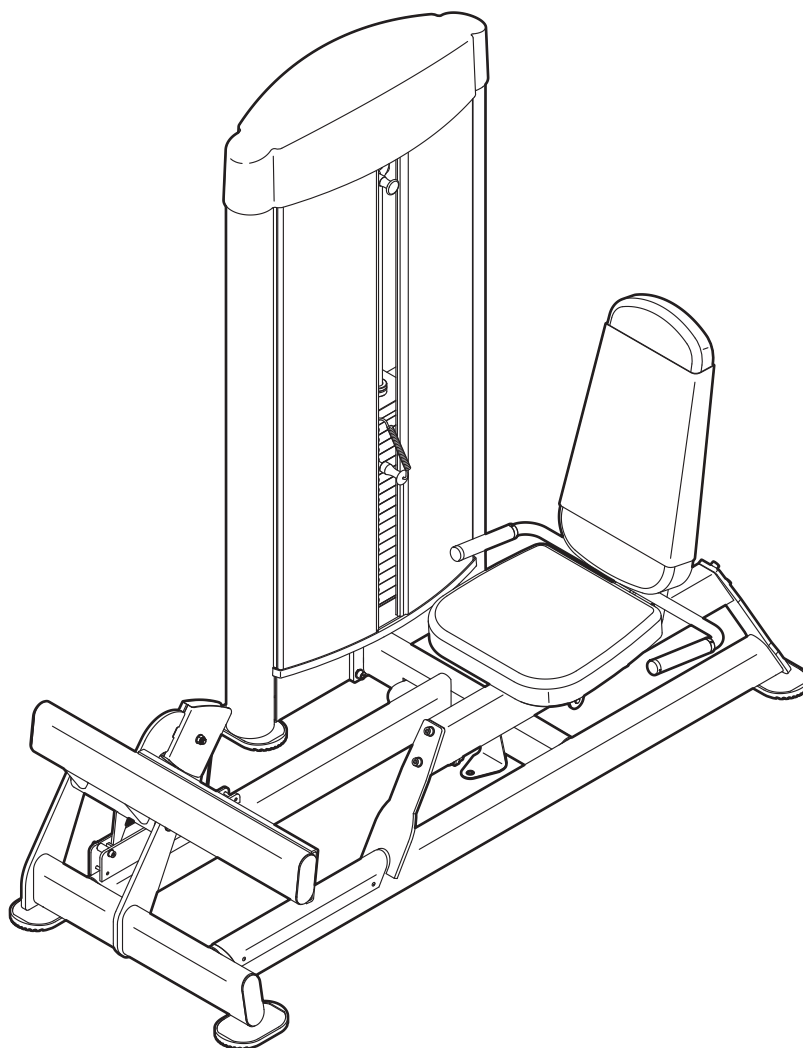
¿PREGUNTAS?

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

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

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, 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 ejerce.
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. Verifique cada cable, sus conexiones 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.
14. Asegúrese de que cada 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 que interfiera con el cable o las poleas.
15. 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 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 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. REFIERESE AL MANUAL DE MANTENIMIENTO.

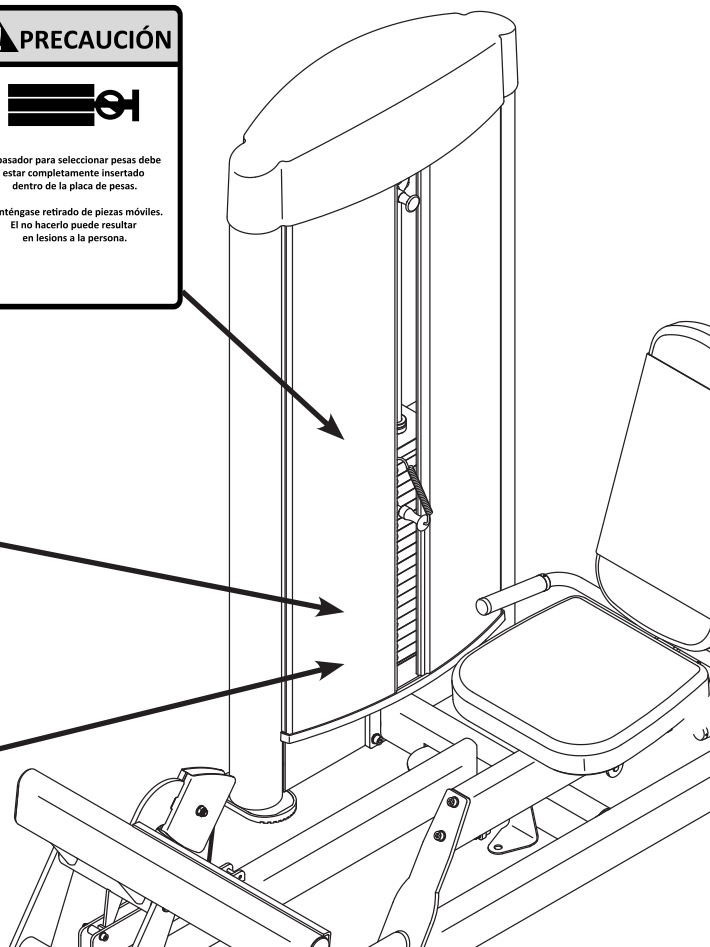
MANTENGA LAS MANOS LIBRES DE PIEZAS MÓVILES. EL NO HACERLO PUEDE RESULTAR EN LESIONES A LA PERSONA.

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® CALF EXTENSION. Gracias a su rango de movimiento no restringido, ahora puede trabajar los grupos musculares juntos (de la misma manera que lo hace naturalmente) y entrenar más específica 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.

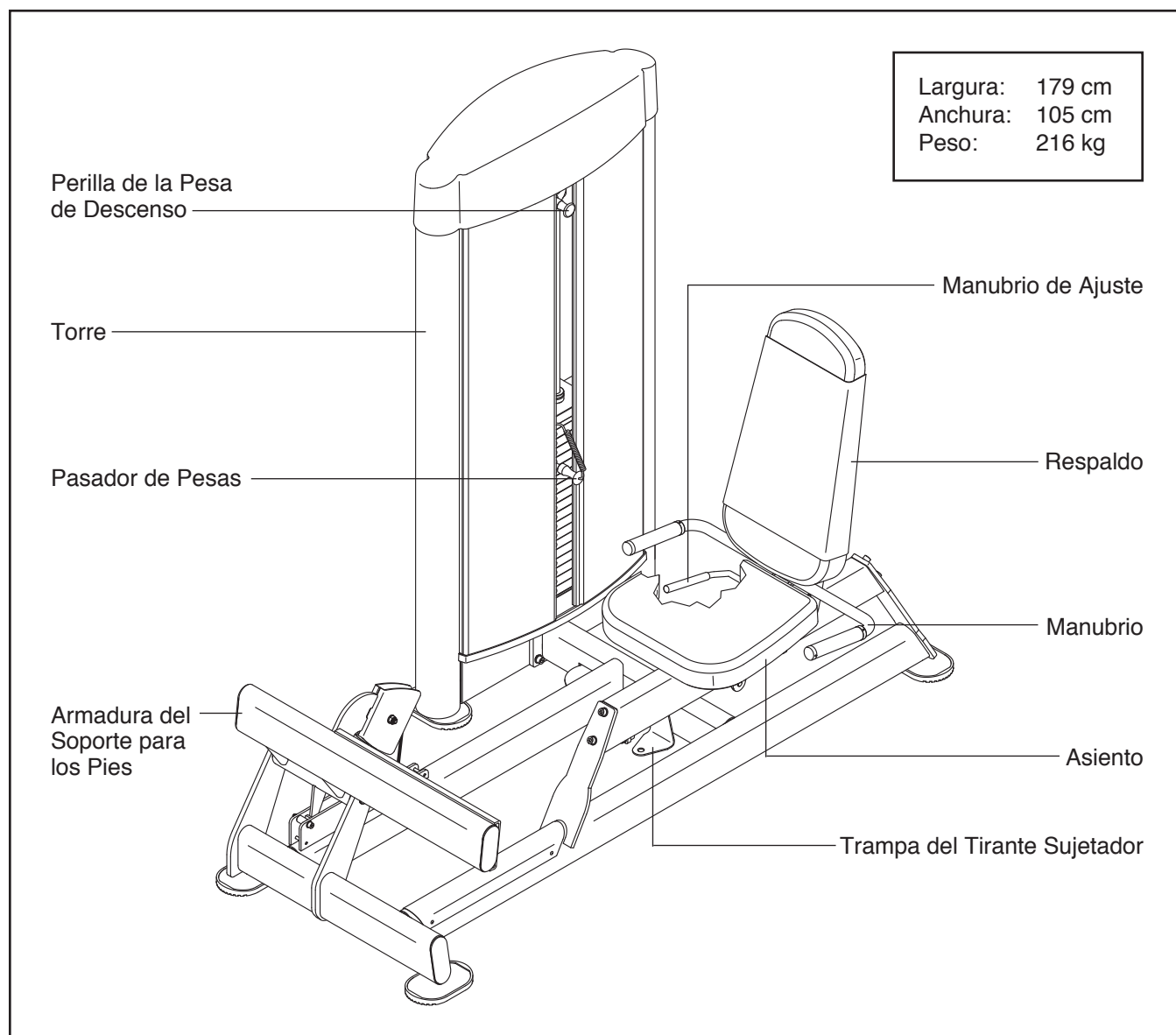
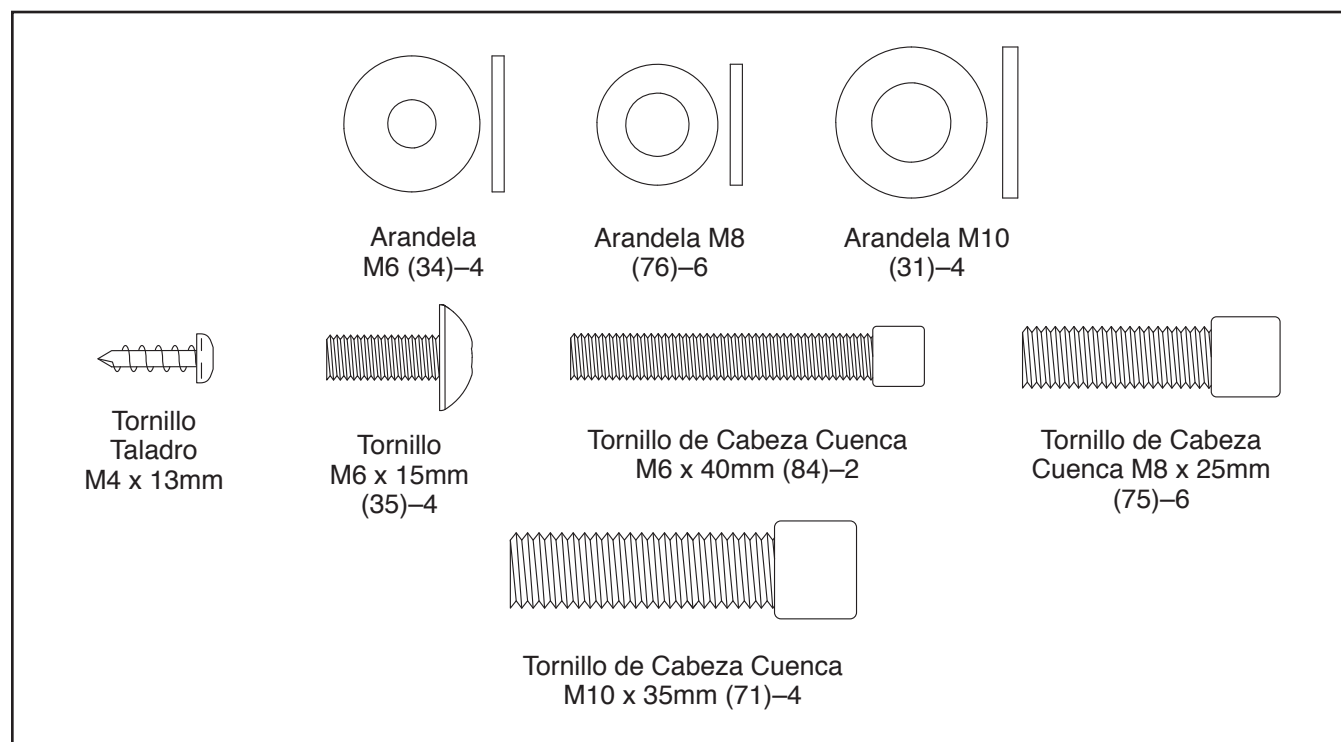


TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS

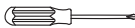
Consulte los dibujos que aparecen abajo para identificar las piezas pequeñas en el montaje. El número entre paréntesis que hay cerca de cada dibujo es el número de la pieza en la LISTA DE LAS PIEZAS hacia el final de este manual. El número que aparece después del paréntesis es la cantidad necesaria para el montaje. **Nota: Si no encuentra alguna de las piezas en la bolsa de piezas, compruebe si ha sido previamente conectada. Pueden incluirse piezas adicionales.**



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:

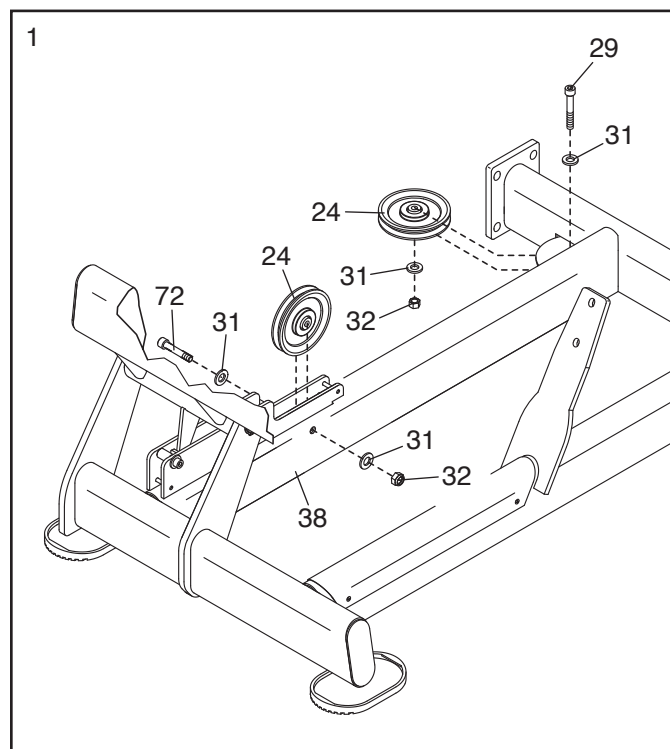
un destornillador estrella 

un juego de llaves hexagonales métricas 

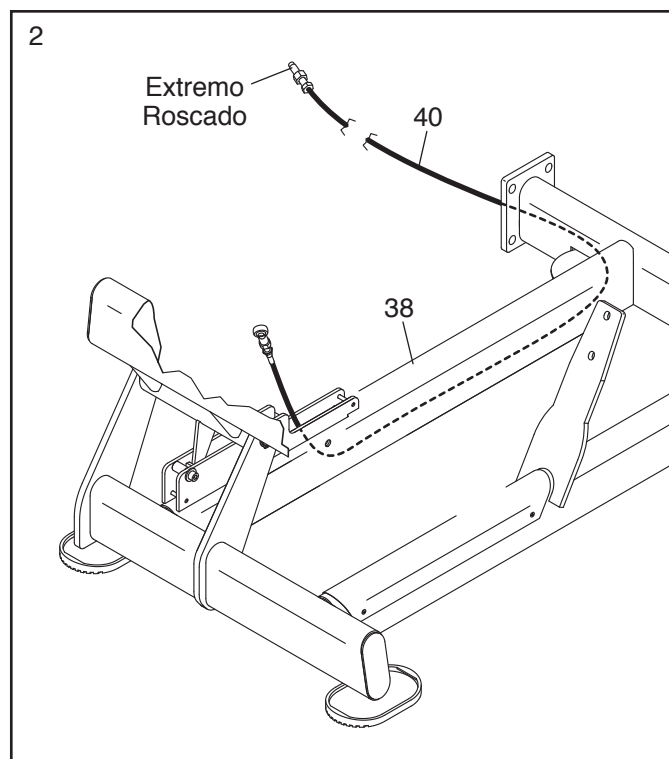
una pinza para anillo 

Le será más fácil realizar el montaje si dispone de un juego de llaves. Para evitar dañar las piezas, no utilice herramientas eléctricas.

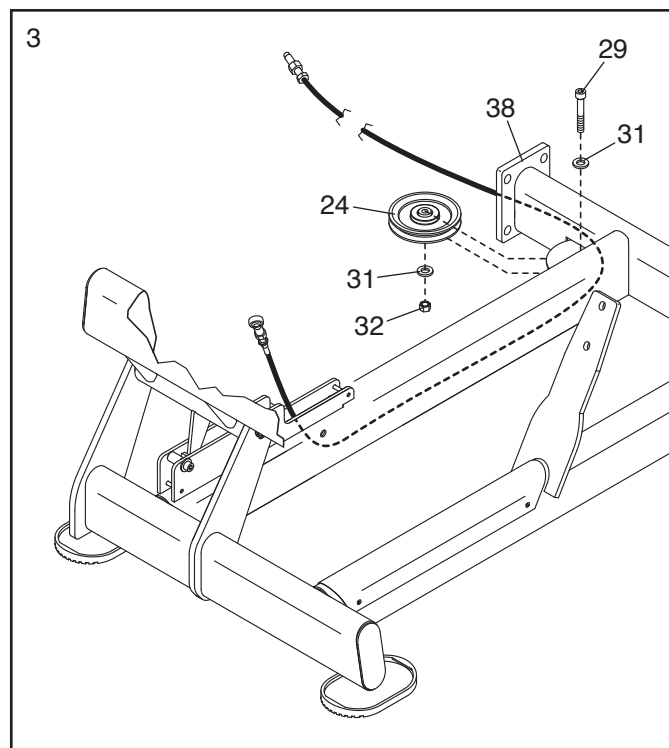
1. Retire las Contratuercas M10 (32) indicadas, las Arandelas M10 (31), el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 50mm (29), el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 65mm (72), y las Poleas Grandes (24) de la Armadura Principal (38).



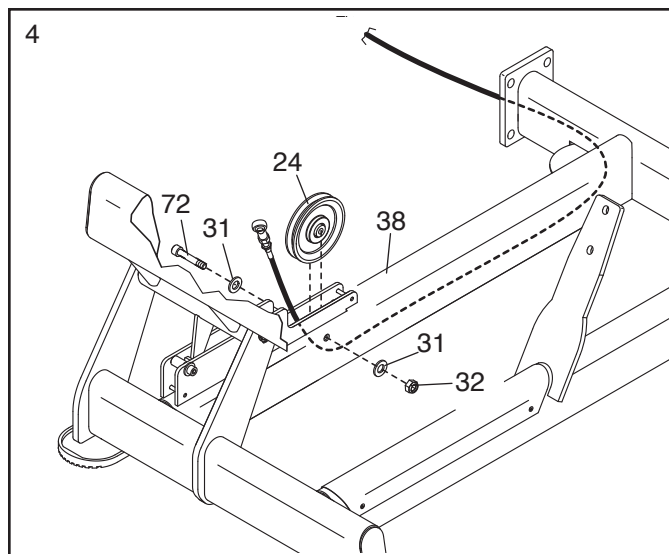
2. Oriente el Cable (40) como se ilustra. Introduzca el Cable a través de la Armadura Principal (38).



3. Fije una de las Poleas Grandes (24) que retiró en el paso 1 a la Armadura Principal (38) con el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 50mm (29), dos de las Arandelas M10 (31) y una de las Contratuercas M10 (32) que retiró en el paso 1.



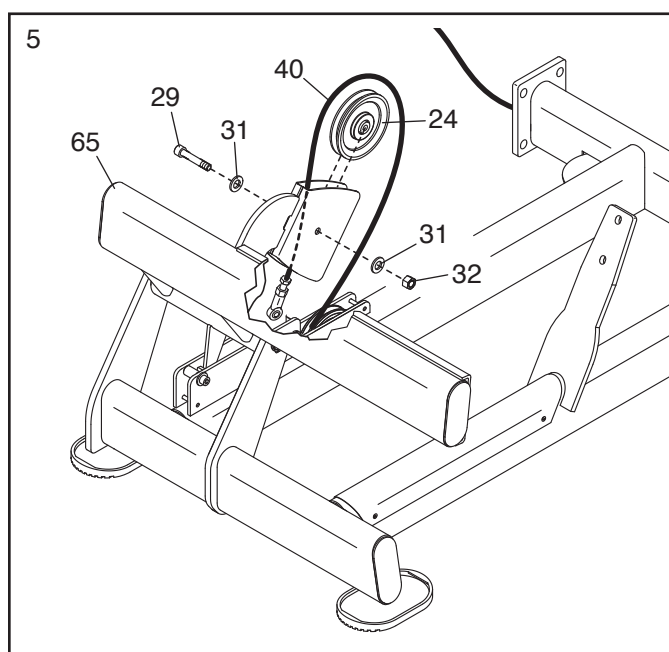
4. Fije la otra Polea Grande (24) a la Armadura Principal (38) con el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 65mm (72), las dos Arandelas M10 (31) y la otra Contratuercas M10 (32) que retiró en el paso 1.



5. Retire todas las piezas (24, 29, 31 y 32) del soporte de la polea situado en la Armadura del Soporte para los Pies (65).

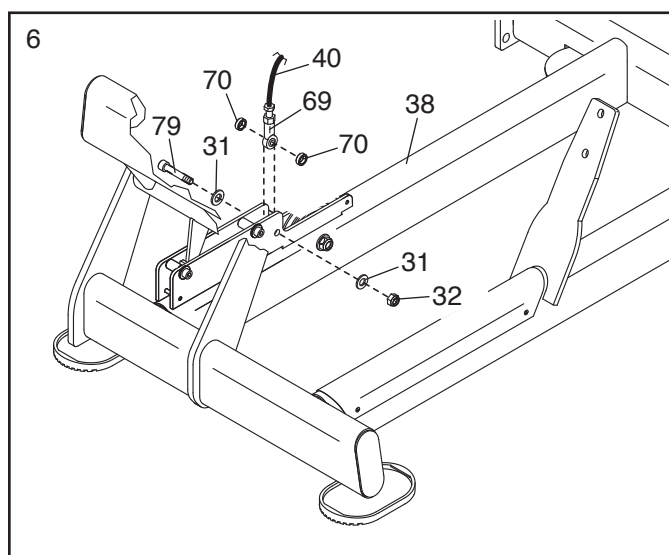
Pase el Cable (40) sobre la Polea Grande (24) que acaba de retirar.

Fije la Polea Grande (24) en el interior del soporte de polea con el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 50mm (29), las dos Arandelas M10 (31), y la Contratuercas M10 (32) que acaba de retirar.

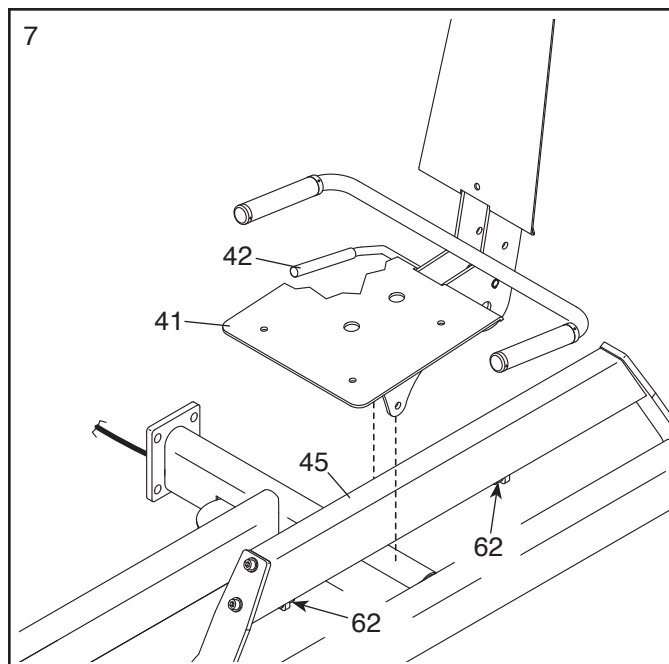


6. Retire la Contratuercas M10 (32) indicada, las Arandelas M10 (31), y el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 55mm (79) de la Armadura Principal (38).

Fije el Cojinete de la Junta (69) sobre el Cable (40) y dos Bujes de la Junta (70) dentro de la Armadura Principal (38), con el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 55mm (79), las dos Arandelas M10 (31) y la Contratuercas M10 (32) que acaba de retirar.

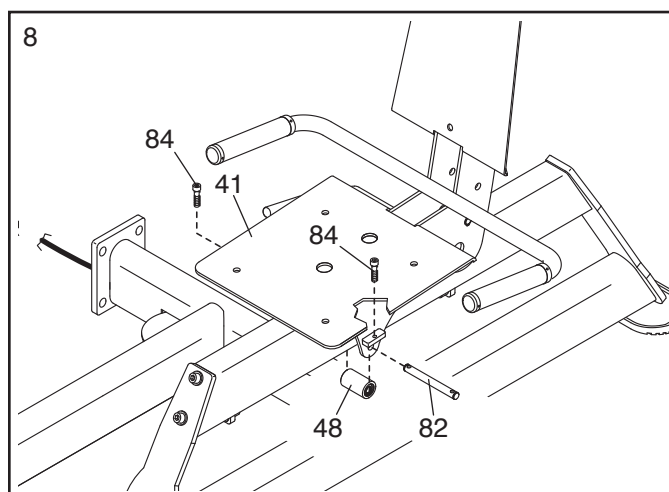


7. Tire del Manubrio de Ajuste (42) hacia arriba, coloque la Armadura del Asiento (41) sobre el Riel del Asiento (45) y luego libere el Manubrio de Ajuste. **Mueva la Armadura del Asiento hacia delante o hacia atrás para asegurarse de que el Manubrio de Ajuste se ha insertado completamente en uno de los orificios de ajuste del Riel del Asiento. Asegúrese de que el extremo inferior de la Armadura del Asiento quede entre los Parachoques de la Armadura del Asiento (62).**

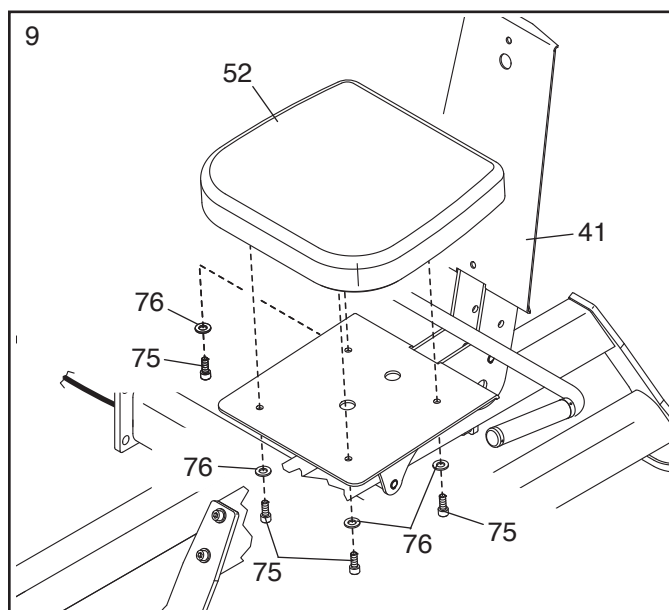


8. Sostenga el Rodillo (48) dentro del extremo inferior de la Armadura del Asiento (41). Introduzca el Eje Medio (82) en la Armadura del Asiento y el Rodillo.

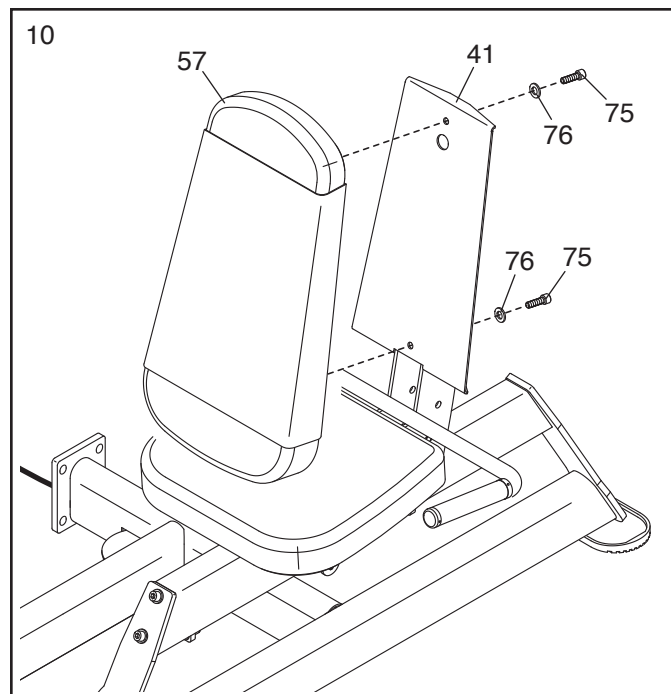
A continuación, introduzca un Tornillo de Cabeza Cuenca M6 x 40mm (84) a cada lado de la Armadura del Asiento (41), y apriete los Tornillos de Cabeza Cuenca en los extremos del Eje Medio (82).



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



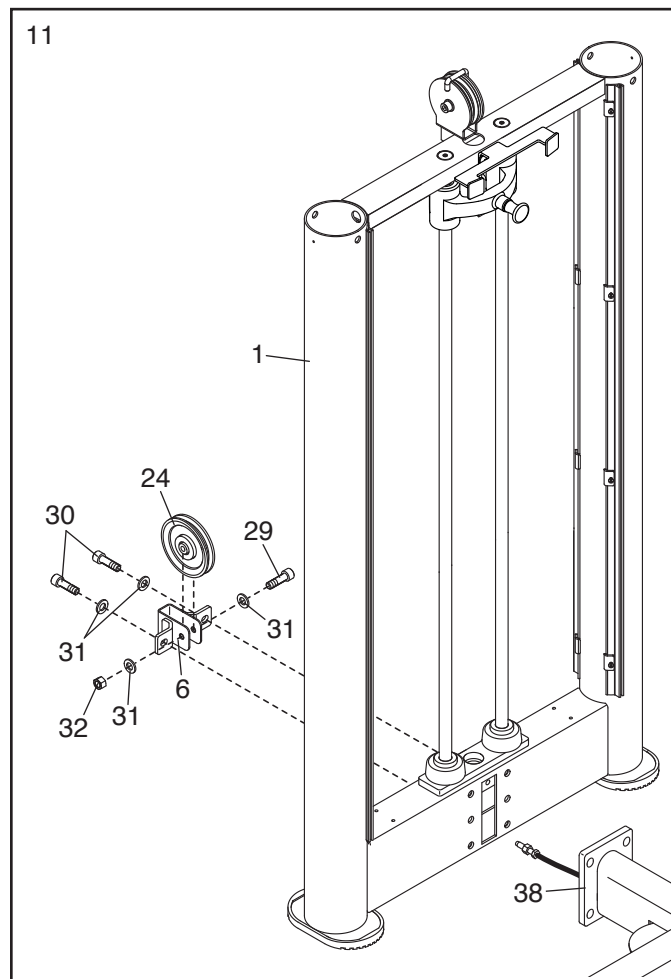
10. Fije el Respaldo (57) a la Armadura del Asiento (41) con dos Tornillos de Cabeza Cuenca M8 x 25mm (75) y dos Arandelas M8 (76).



11. Oriente la Armadura de la Torre (1) como se muestra, y fíjela cerca de la Armadura Principal (38). **Pida a otra persona que sujete la Armadura de la Torre para evitar que ésta caiga mientras completa el paso 12.**

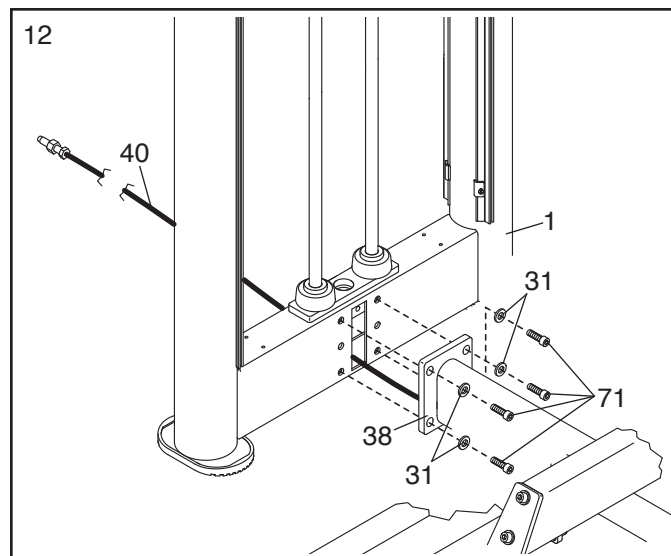
Retire los dos Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30), las dos Arandelas M10 (31) y el Soporte de la Polea (6) de la parte trasera de la Armadura de la Torre (1).

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



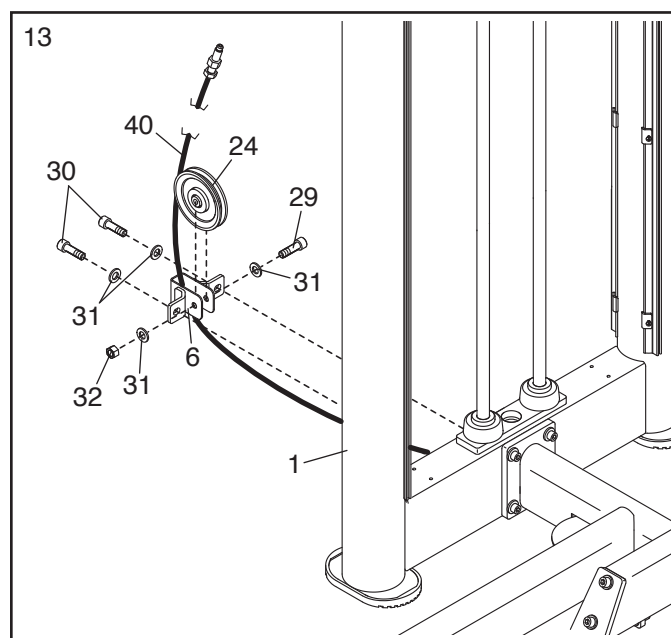
12. Introduzca el Cable (40) a través de la Armadura de la Torre (1) como se muestra.

Fije 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).



13. 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 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.

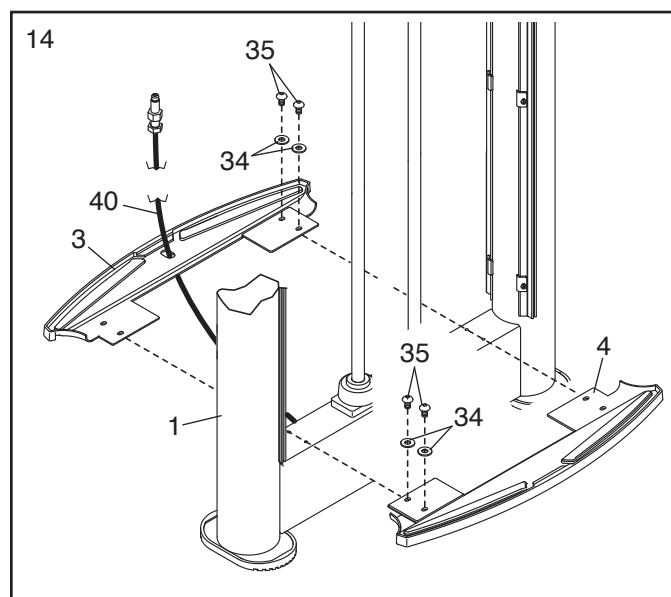
Seguidamente, fije el Soporte de la Polea (6) a la Armadura de la Torre (1) con los dos Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30) y las dos Arandelas M10 (31) que retiró en el paso 11.



14. Identifique la Base de la Cubierta Trasera (3), 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 M6 x 15mm (35) y cuatro Arandelas M6 (34).



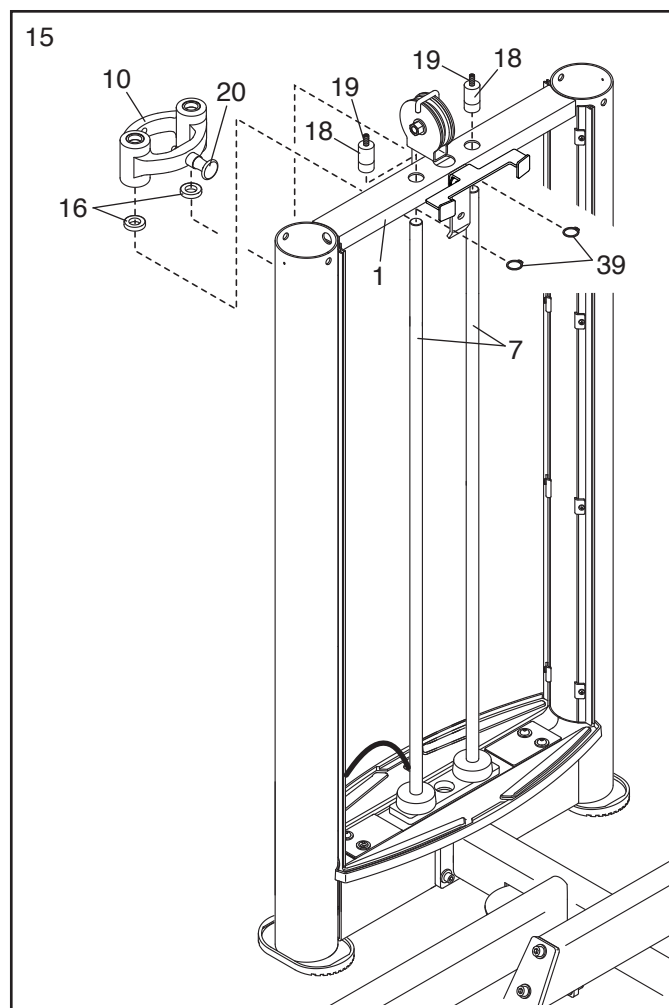
15. Tire de la Perilla de la Pesa de Descenso (20) y deslice la Pesa de Descenso (10) hacia abajo sobre las Guías de Pesas (7).

A continuación, afloje con unas vueltas completas los dos Pasadores Enroscados 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 25mm (39) de los dos Parachoques de Pesas (18).

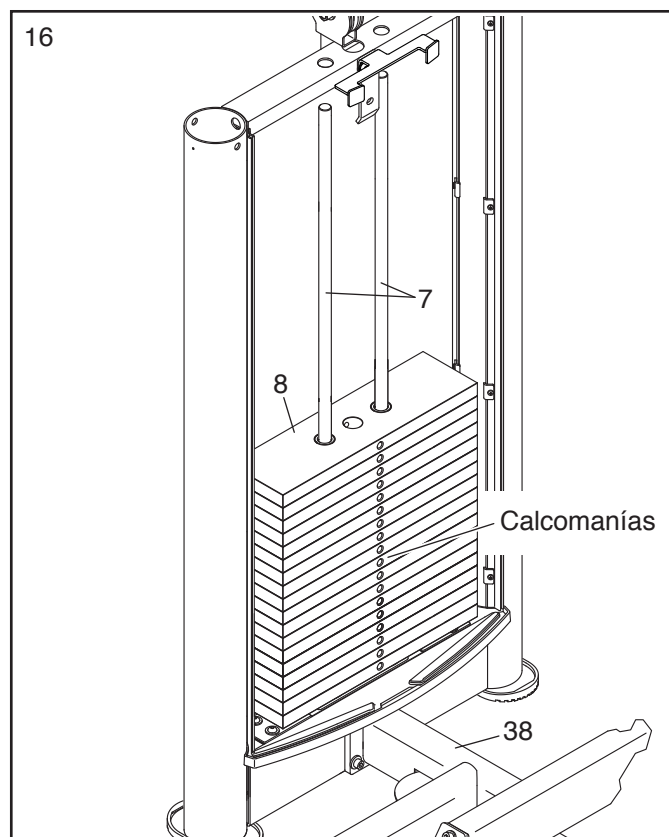
Pida a otra persona que sujete las Guías de Pesas (7). Levante los Bujes de las Guías de Pesas (18) para sacarlos de la Armadura de la Torre (1).

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 dos Parachoques de Pesas Superiores (16) separándolos de las Guías de Pesas.



16. Mire las calcomanías de las dieciocho Pesas de 20 libras (8) y encuentre la calcomanía con el número **más grande**. Oriente esa Pesa de 20 libras de manera que la calcomanía quede de frente a la Armadura Principal (38) y deslícela por las Guías de Pesas (7).

Repita este paso con el resto de las Pesas de 20 libras (8).



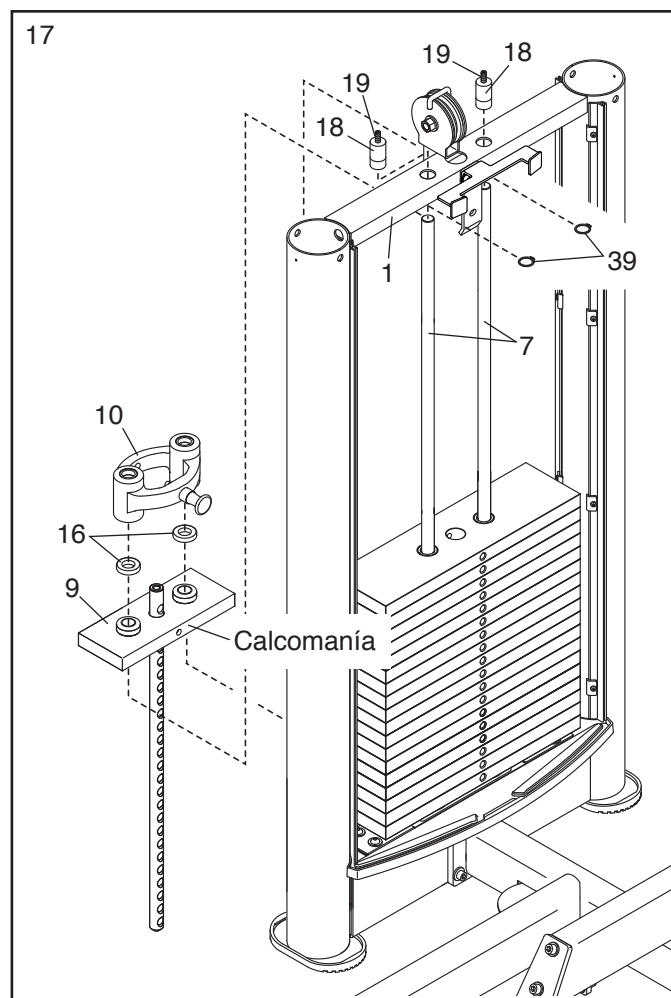
17. Oriente la Pesa Superior (9) y la Pesa de Descenso (10) como se indica.

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

A continuación, introduzca los dos Parachosques de la Guía de Pesas (18) en la Armadura de la Torre (1) y deslícelos por los extremos superiores de las Guías de Pesas (7).

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

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

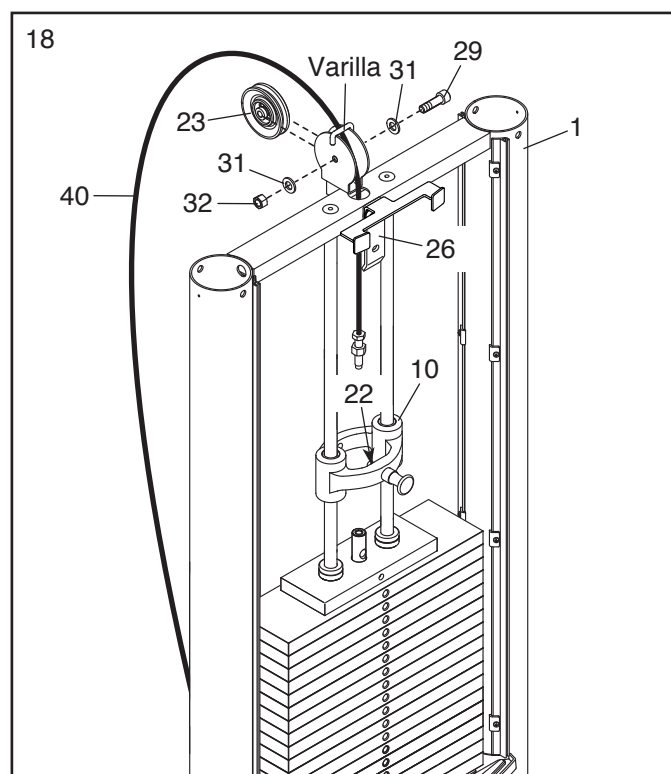


18. Retire todas las piezas (23, 29, 31 y 32) del soporte de la polea en la Armadura de la Torre (1).

Pase el Cable (40) 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 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 varilla del soporte de la polea.**

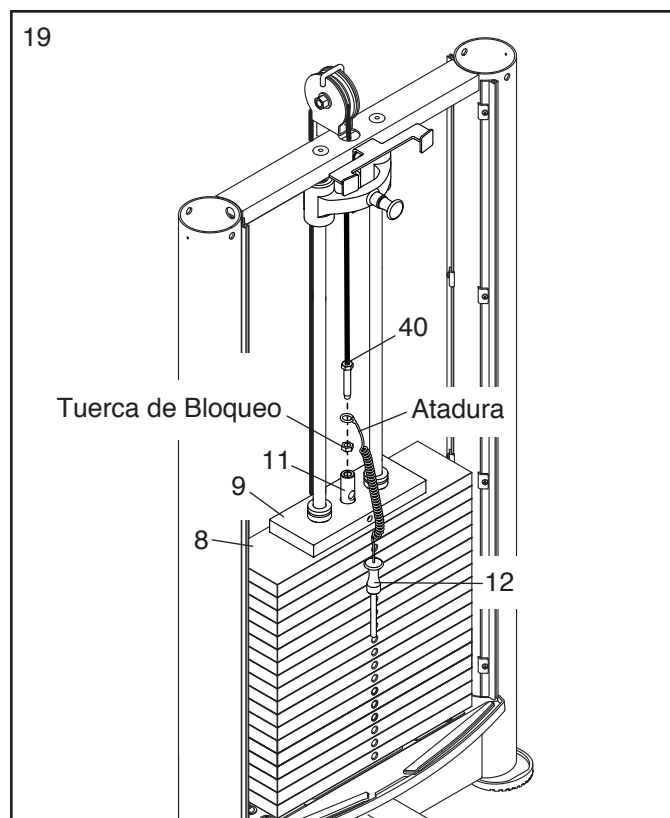
Seguidamente, deslice la Pesa de Descenso (10) hacia arriba hasta que el Pasador de la Pesa de Descenso (22) encaje en el orificio del Soporte del Pasador (26). **Asegúrese de que el Pasador de la Pesa de Descenso esté introducido en el orificio.**



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

Apriete el extremo del Cable (40) en el Selector de Peso (11) hasta que la Pesa Superior (9) se separe de las Pesas de 20 libras (8). Luego afloje el extremo del Cable hasta que la Pesa Superior se apoye sobre las Pesas de 20 libras.

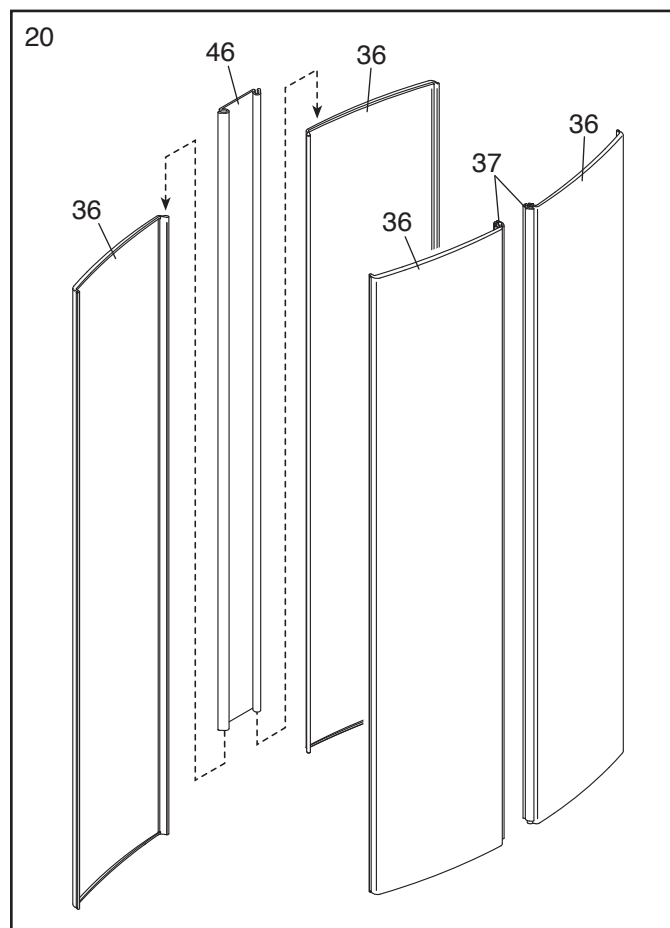
Luego apriete la tuerca de bloqueo contra el Selector de Peso (11).



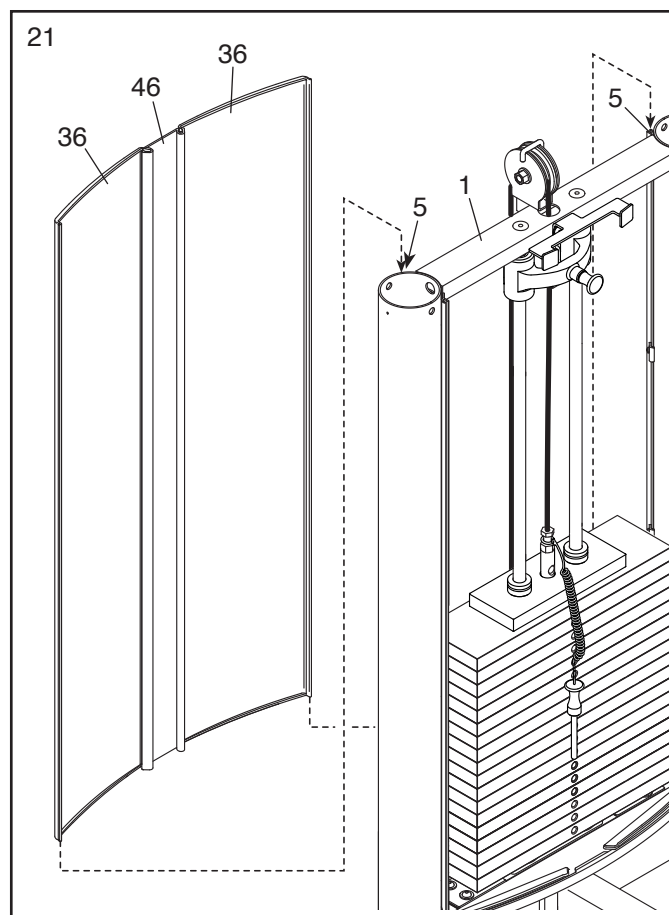
20. Nota: Las piezas que se muestran en este paso pueden venir preensambladas.

Mire las cuatro Cubiertas (36) y encuentre las dos Cubiertas que tengan tiras del Reborde Interno (37).

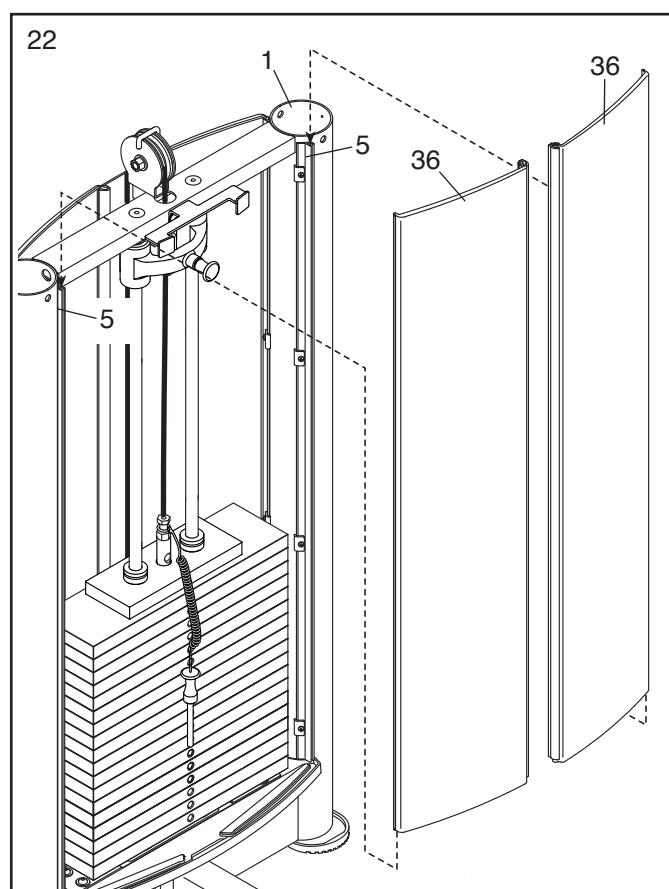
Deslice el Panel de la Cubierta (46) hacia abajo por las dos Cubiertas (36) que **no** tienen tiras de Reborde Interno (37).



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

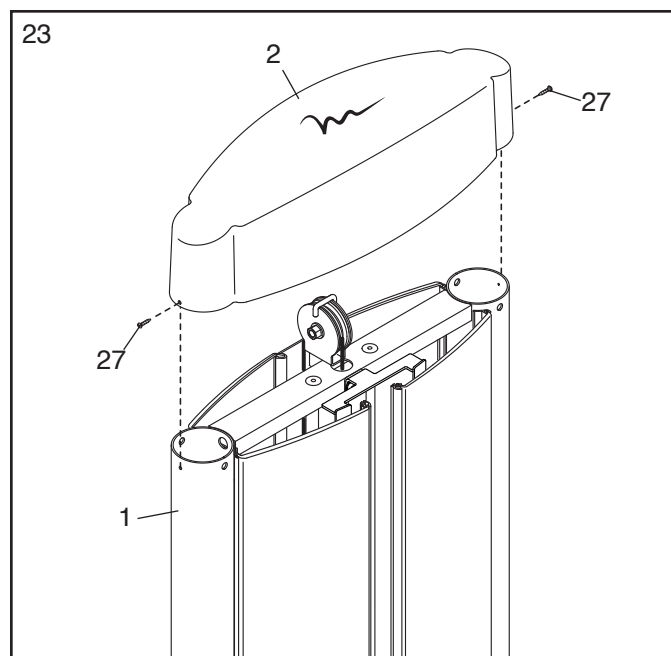


22. Deslice las dos Cubiertas (36) restantes hacia abajo al interior de las dos tiras de Reborde Externo (5) en la parte delantera de la Armadura de la Torre (1).



23. Oriente la Tapa de la Torre (2) como se indica.

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. **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

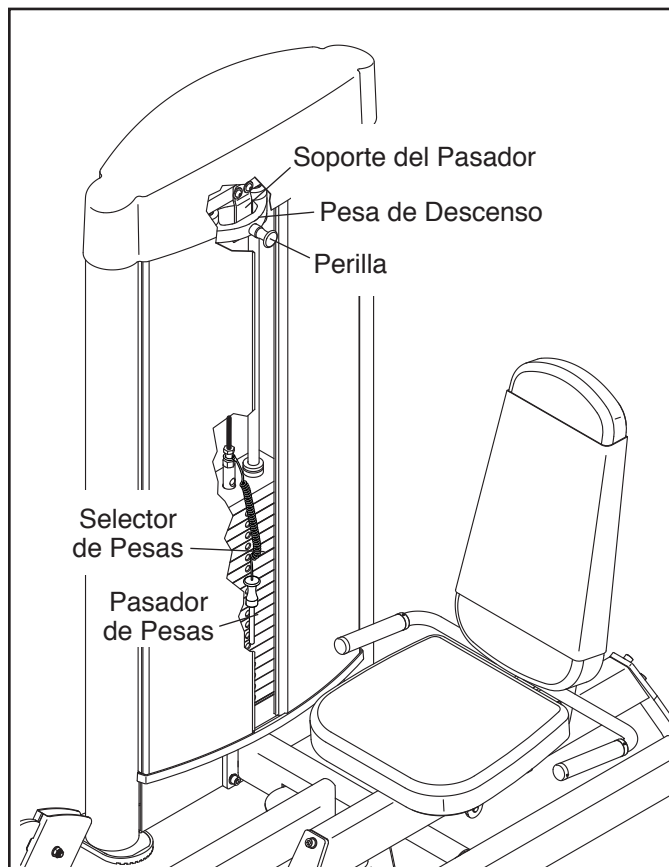
Esta sección explica cómo ajustar la máquina de musculación. Asegúrese de que todas las piezas estén adecuadamente ajustadas cada vez que utiliza la máquina de musculación. Reemplace inmediatamente cualquier pieza gastada.

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 pesas esté completamente introducido.** 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.

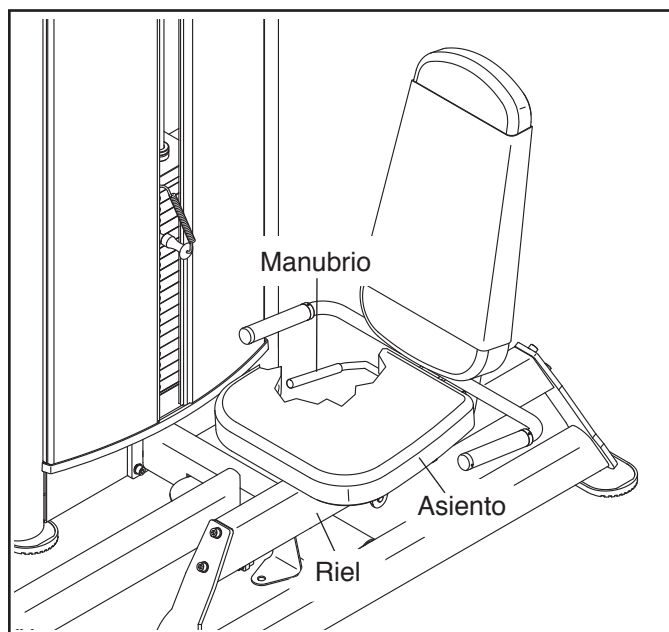
Para añadir 5 libras de resistencia, tire de la perilla indicada y baje la pesa de descenso por la pila de pesas.

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 DEL ASIENTO

Para ajustar la posición del asiento, tire del manubrio de ajuste hacia arriba, deslice el asiento hacia delante o hacia atrás y luego libere el manubrio de ajuste. **Mueva el asiento hacia delante o hacia atrás ligeramente para asegurarse de que el manubrio de ajuste se ha insertado completamente en uno de los orificios de ajuste del riel del asiento.**



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

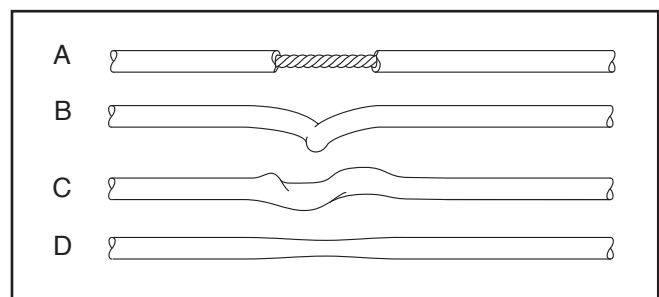
Piezas Pequeñas

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



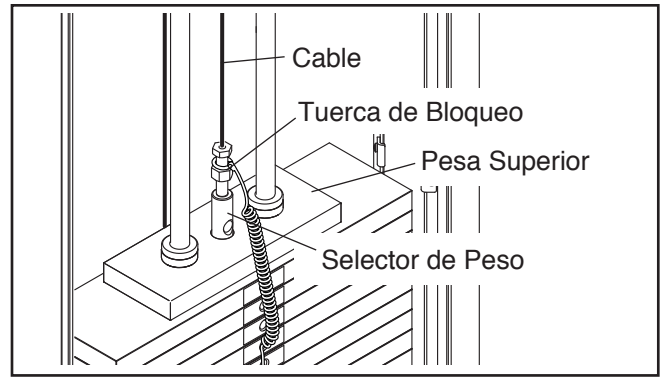
Ajuste del Cable

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.

Vea el dibujo a la derecha. Si el cable está demasiado flojo o demasiado apretado, afloje la tuerca de bloqueo en el extremo del cable que está fijado al selector de peso. 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

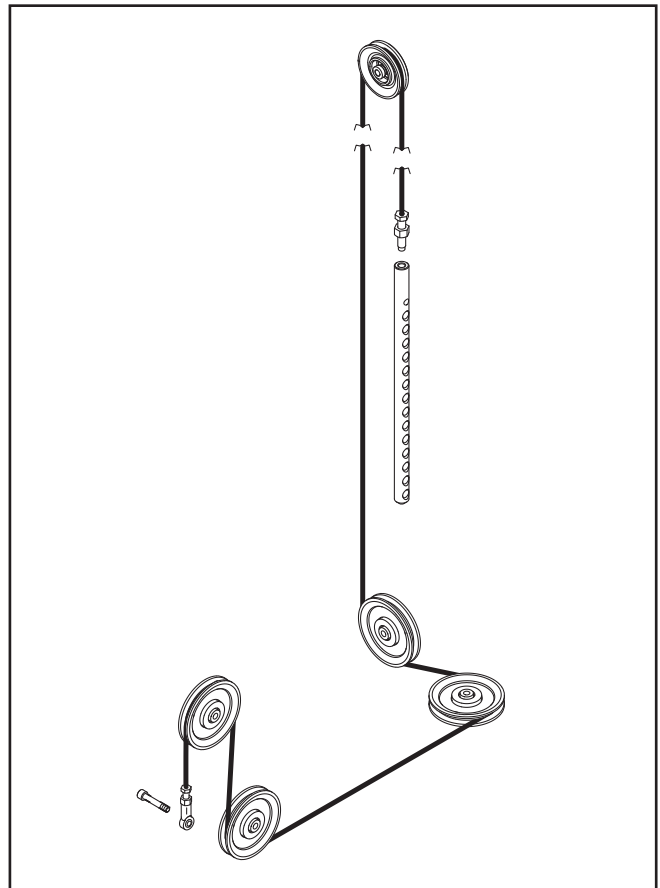
Compruebe los mangos y cámbielos si es necesario.

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 a la derecha muestra el cableado correcto. Use el diagrama para asegurar que cada cable se pasa por la ruta correcta. **Si no se ha pasado correctamente un cable, la máquina de musculación no funcionará adecuadamente y puede sufrir daños. Si la máquina de musculación tiene una o más trampas de cable, asegúrese de que ninguna de ellas esté en contacto con un cable o unida a éste.**



LISTA DE LAS PIEZAS

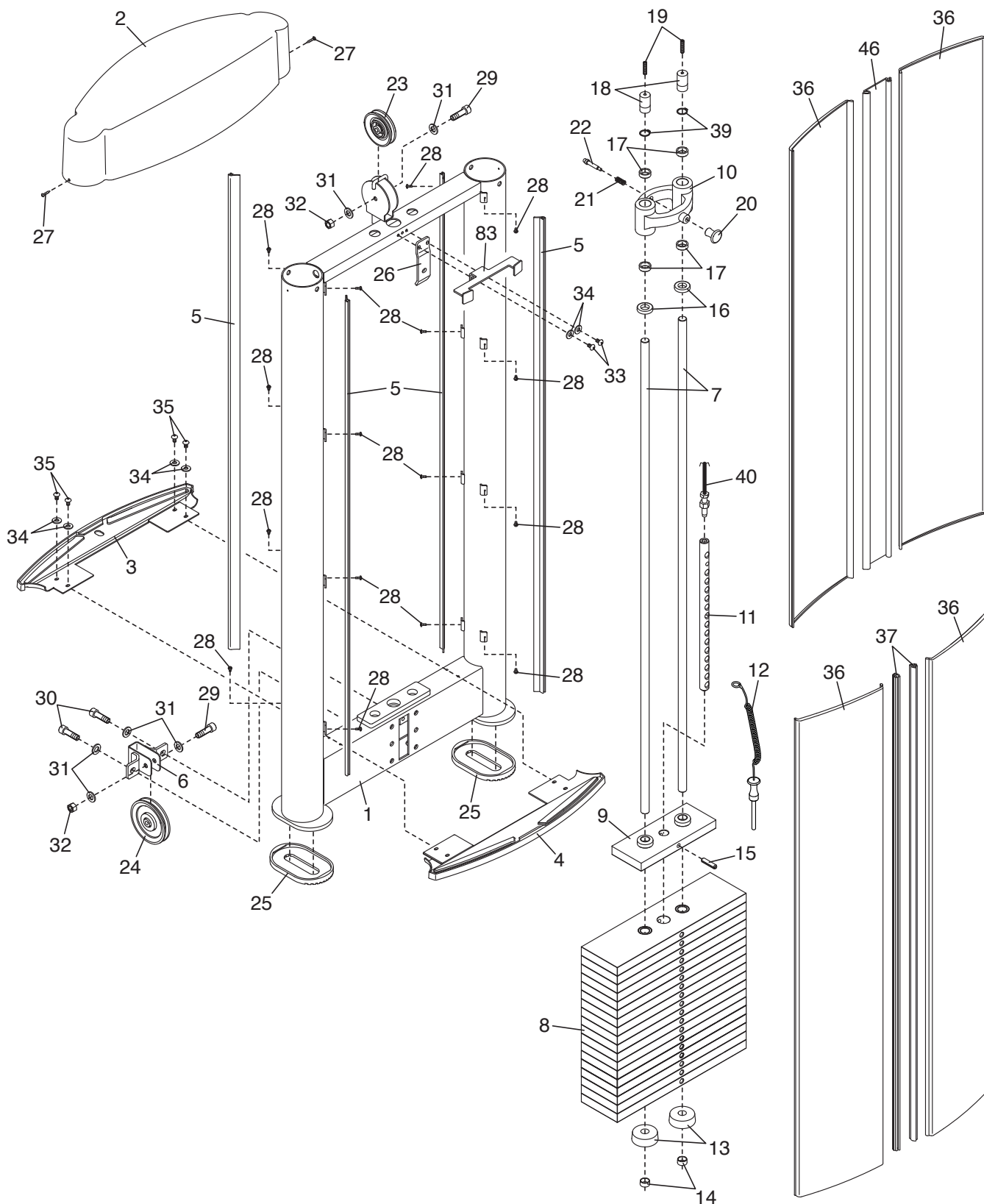
Nº de Modelo F813.0 R0812A

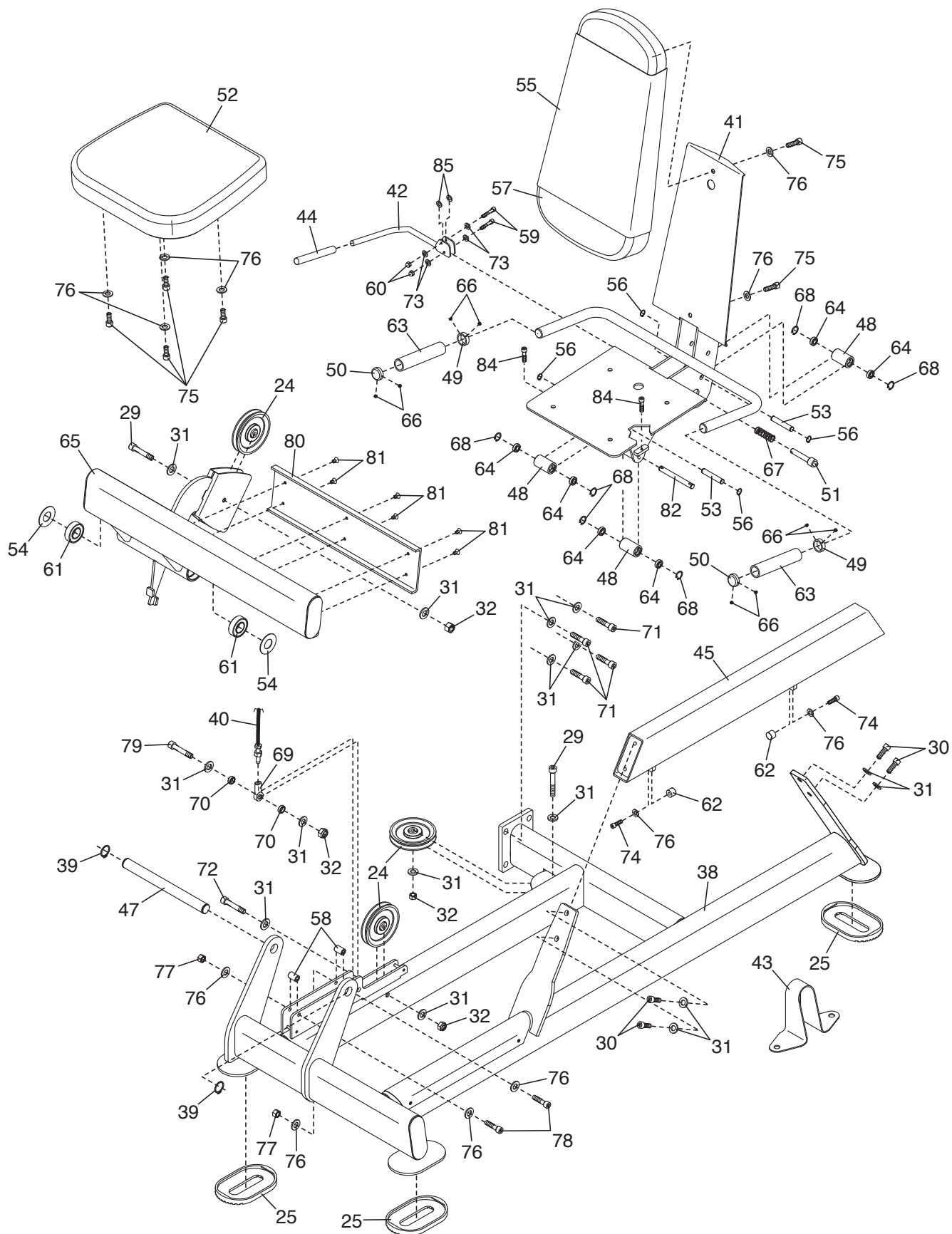
Nº	Ctd.	Descripción	Nº	Ctd.	Descripción
1	1	Armadura de la Torre	48	3	Rodillo
2	1	Tapa de la Torre	49	2	Collar del Manubrio
3	1	Base de la Cubierta Trasera	50	2	Tapa del Manubrio
4	1	Base de la Cubierta Delantera	51	1	Pasador del Manubrio
5	4	Reborde Externo	52	1	Asiento
6	1	Soporte de la Polea	53	2	Eje Pequeño
7	2	Guía de Pesas	54	2	Arandela Plástica
8	18	Pesa de 20 libras	55	1	Cubierta del Respaldo
9	1	Pesa Superior	56	4	Anillo Pequeño
10	1	Pesa de Descenso	57	1	Respaldo
11	1	Selector de Peso	58	2	Espaciador
12	1	Pasador de Pesas	59	2	Perno de Cabeza Cuenca M5 x 27mm
13	2	Parachosques de Pesa Inferior	60	2	Tuerca Cubierta M5
14	2	Tapa de la Guía de Pesas	61	2	Cojinete Grande
15	1	Pasador de Rodillo	62	2	Parachosques de la Armadura del Asiento
16	2	Parachosques de Pesa Superior	63	2	Mango Grande
17	4	Buje de la Pesa de Descenso	64	6	Cojinete Pequeño
18	2	Parachosques de la Guía de Pesas	65	1	Armadura del Soporte para los Pies
19	2	Pasador Enroscado M8 x 35mm	66	8	Pasador Enroscado M4 x 3mm
20	1	Perilla de la Pesa de Descenso	67	1	Resorte Grande
21	1	Resorte Pequeño	68	6	Anillo Medio
22	1	Pasador de la Pesa de Descenso	69	1	Cojinete de la Junta
23	1	Polea Pequeña	70	2	Buje de la Junta
24	4	Polea Grande	71	4	Tornillo de Cabeza Cuenca M10 x 35mm
25	5	Pie	72	1	Perno de Cabeza Cuenca M10 x 65mm
26	1	Soporte del Pasador	73	4	Arandela M5
27	2	Tornillo Taladro M4 x 13mm	74	2	Tornillo de Cabeza Cuenca M8 x 20mm
28	16	Tornillo M4 x 10mm	75	6	Tornillo de Cabeza Cuenca M8 x 25mm
29	4	Perno de Cabeza Cuenca M10 x 50mm	76	12	Arandela M8
30	6	Tornillo de Cabeza Cuenca M10 x 30mm	77	2	Contratuerca M8
31	22	Arandela M10	78	2	Perno de Cabeza Cuenca M8 x 50mm
32	6	Contratuerca M10	79	1	Perno de Cabeza Cuenca M10 x 55mm
33	2	Tornillo M6 x 20mm	80	1	Placa para los Pies
34	6	Arandela M6	81	6	Tornillo M6 x 10mm
35	4	Tornillo M6 x 15mm	82	1	Eje Medio
36	4	Cubierta	83	1	Soporte de la Cubierta
37	2	Reborde Interno	84	2	Tornillo de Cabeza Cuenca M6 x 40mm
38	1	Armadura Principal	85	2	Arandela Pequeña M6
39	4	Anillo de Seguridad 25mm	*	—	Manual del Usuario
40	1	Cable			
41	1	Armadura del Asiento			
42	1	Manubrio de Ajuste			
43	1	Trampa del Tirante Sujetador			
44	1	Mango Pequeño			
45	1	Riel del Asiento			
46	1	Panel de la Cubierta			
47	1	Eje Grande			

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 F813.0 R0812A





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