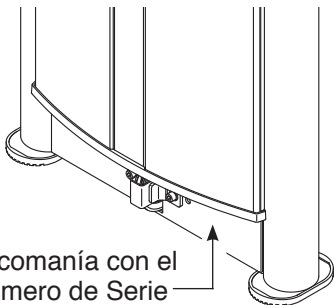


FREEMOTION® EPIC™ LATERAL RAISE

Nº de Modelo F816.0

Nº de Serie _____

Escriba el número de serie en el espacio de arriba.



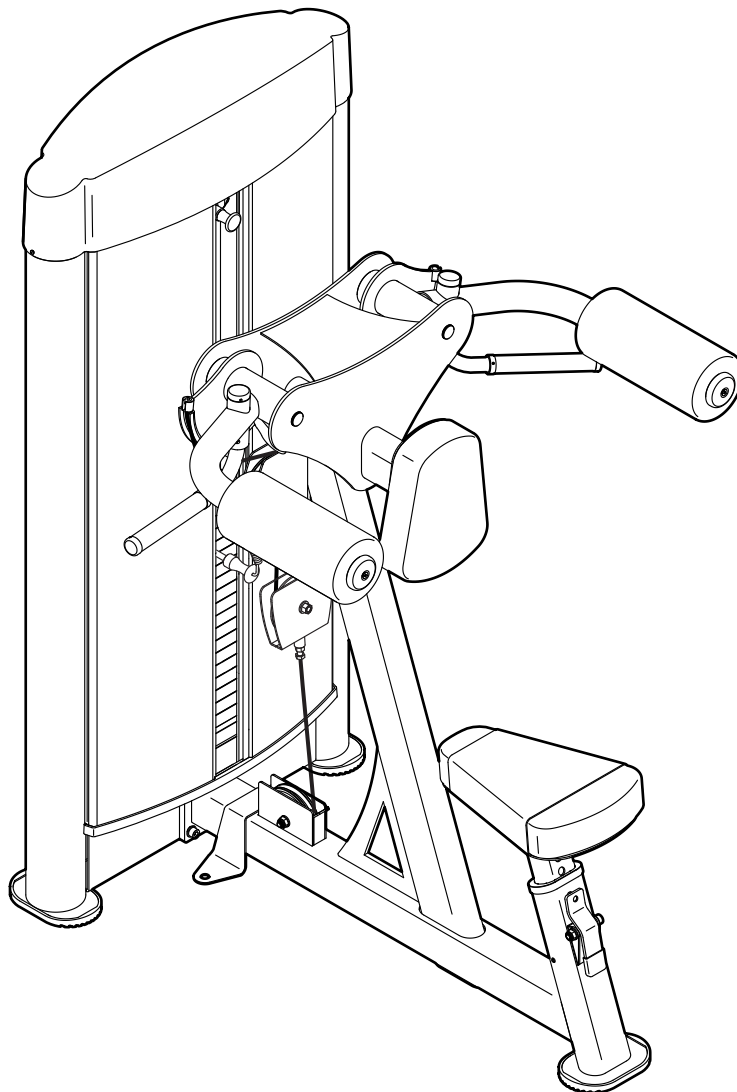
¿PREGUNTAS?

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 IMPORTANTES3

COLOCACIÓN DE LAS CALCOMANÍAS DE ADVERTENCIA4

ANTES DE COMENZAR5

TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS6

MONTAJE7

AJUSTES18

MANTENIMIENTO Y PROBLEMAS19

DIAGRAMA DE LOS CABLES20

LISTA DE LAS PIEZAS21

DIBUJO DE LAS PIEZAS22

CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE Contraportada

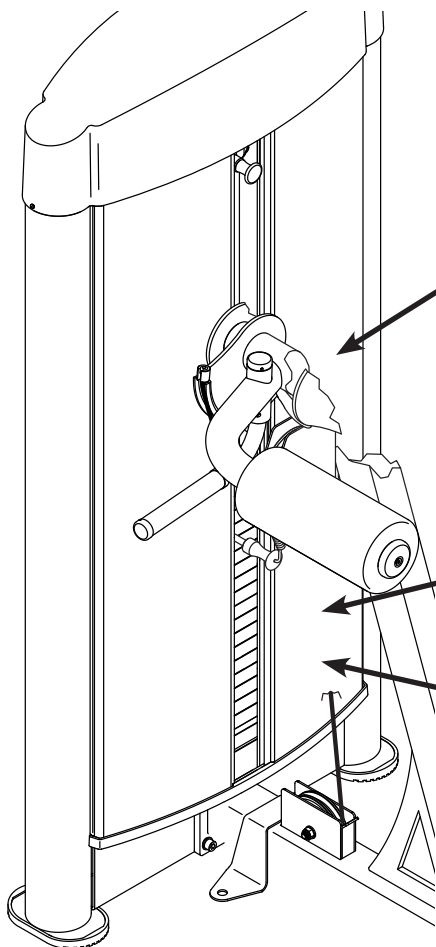
PRECAUCIONES IMPORTANTES

⚠️ 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 trampa del tirante sujetador (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. 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 portada 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. REEMPLÁZELA 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.

⚠ AVISO

O PAINEL TRASEIRO DEVE ESTAR NO LUGAR ANTES DE A MÁQUINA SER UTILIZADA.

INSPECCIONE SEMANALMENTE TODOS OS CABOS, FAIXAS, PARTES MÓVEIS E PARAFUSOS. CONSULTE O MANUAL DE MANUTENÇÃO.

MANTENHA AS MÃOS AFASTADAS DAS PARTES MÓVEIS. SE NÃO O FIZER PODE PROVOCAR FERIMENTOS PESSOAIS.

⚠ CUIDADO

O pino do selector de pesos deve estar totalmente inserido na placa de pesos.

PT

ANTES DE COMENZAR

Gracias por seleccionar la máquina de musculación FREEMOTION® EPIC™ LATERAL RAISE. 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.

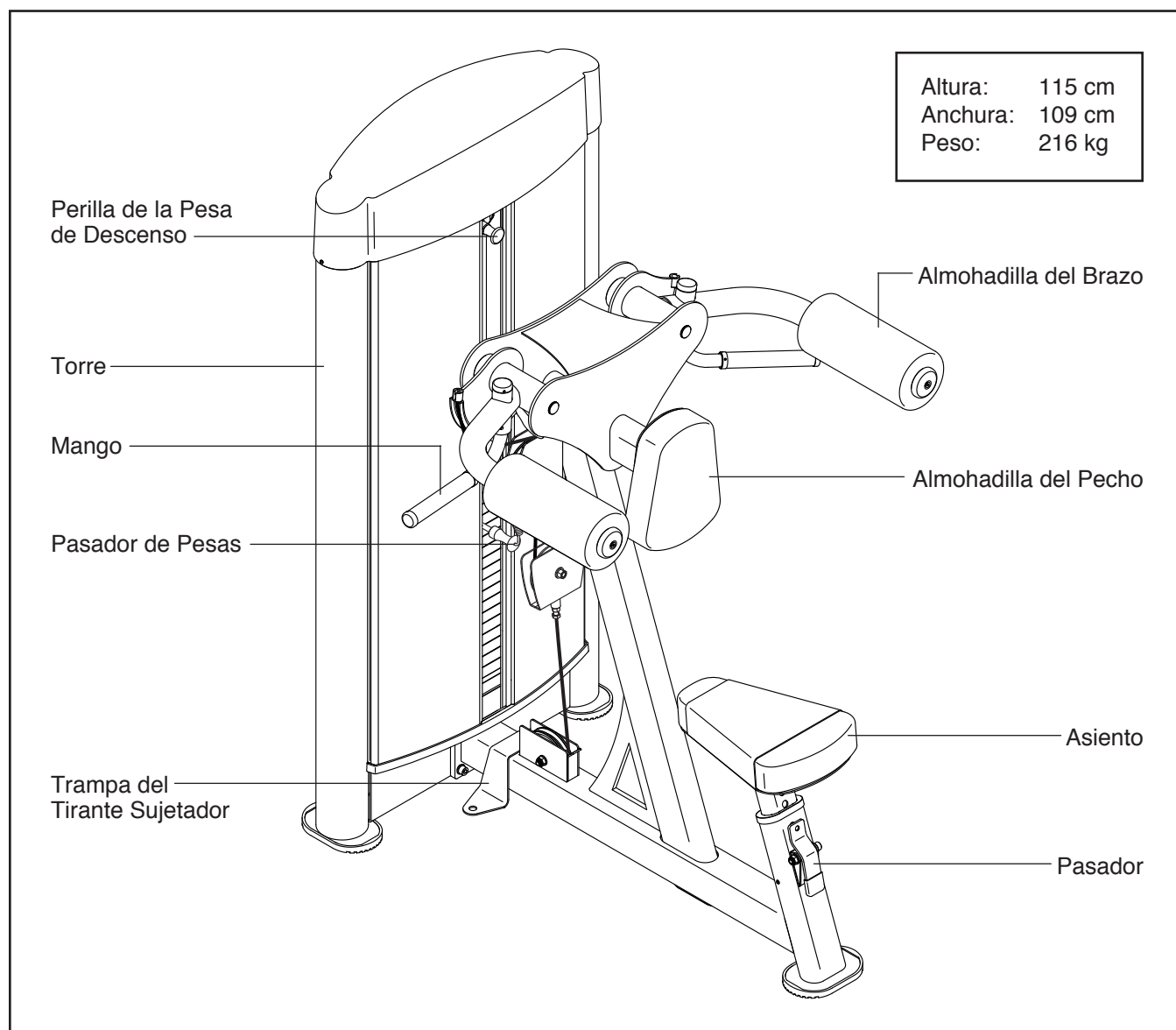
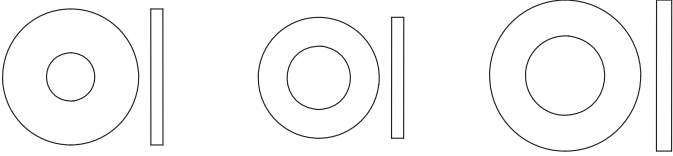
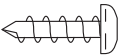
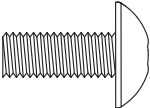
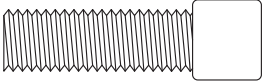
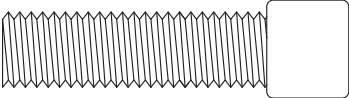


TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS

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 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)–6 Arandela M10 (31)–4			
			
Tornillo Taladro M4 x 13mm (27)–2	Tornillo M6 x 15mm (35)–4	Tornillo de Cabeza Cuenca M8 x 25mm (75)–6	Tornillo de Cabeza Cuenca M10 x 35mm (71)–4

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



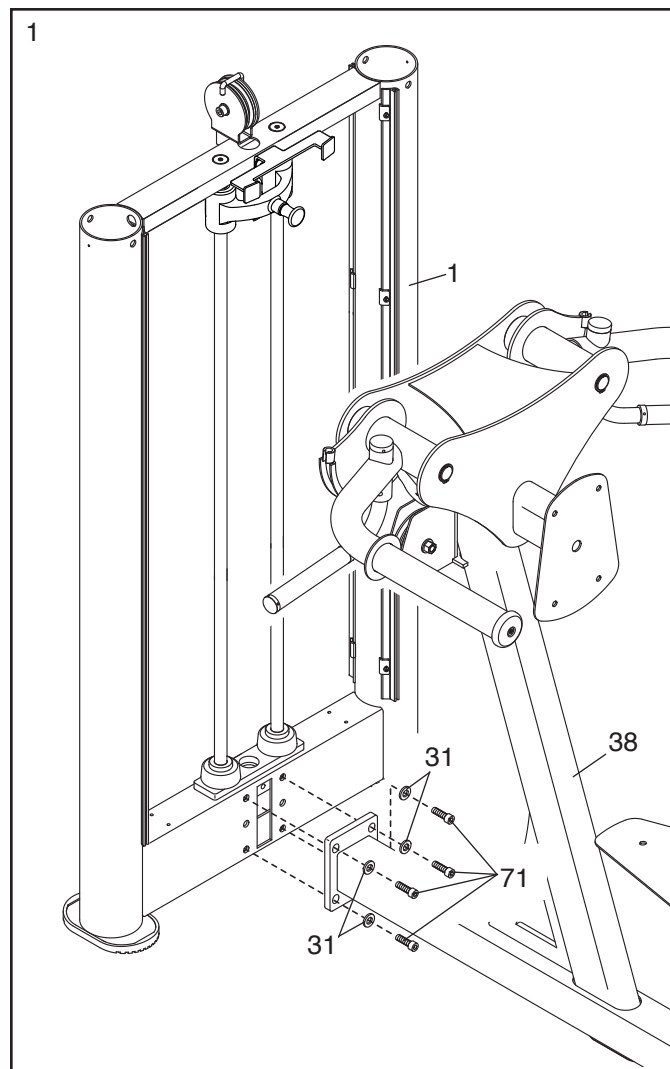
una pinza para anillo



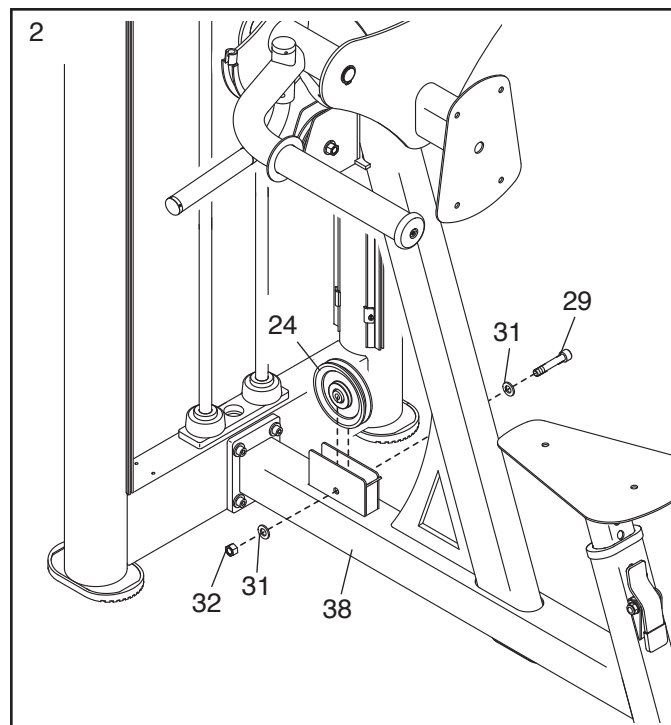
El montaje puede ser más conveniente si tiene un juego de tomas, un juego de llaves mecánicas de extremo abierto o extremo cerrado, o un juego de trinquetes.

1. Oriente la Armadura Principal (38) y la Armadura de la Torre (1) tal como se indica. **Pida a otra persona que sujete la Armadura Principal y la Armadura de la Torre para evitar que éstas se caigan.**

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).

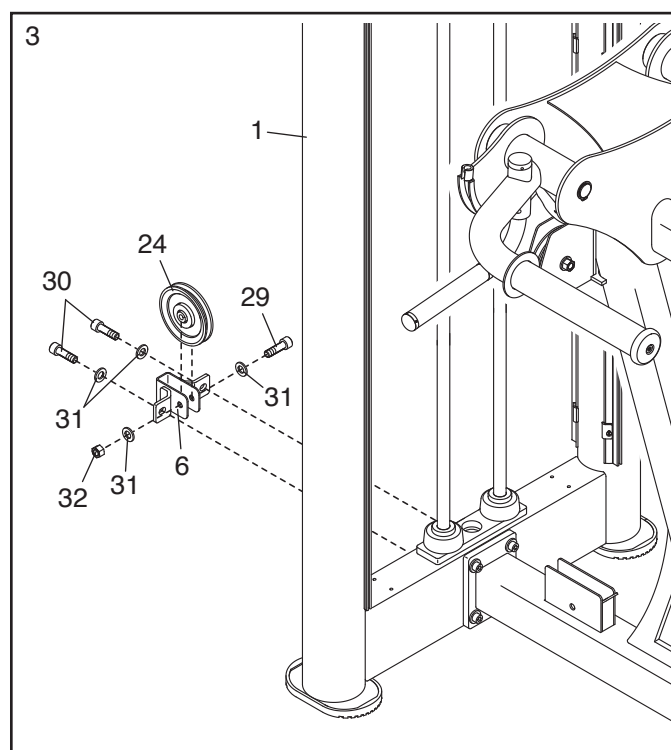


2. Luego retire la Contratuerca M10 (32), las dos Arandelas M10 (31), el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 50mm (29) y la Polea Grande (24) del soporte de la polea inferior en la Armadura Principal (38).



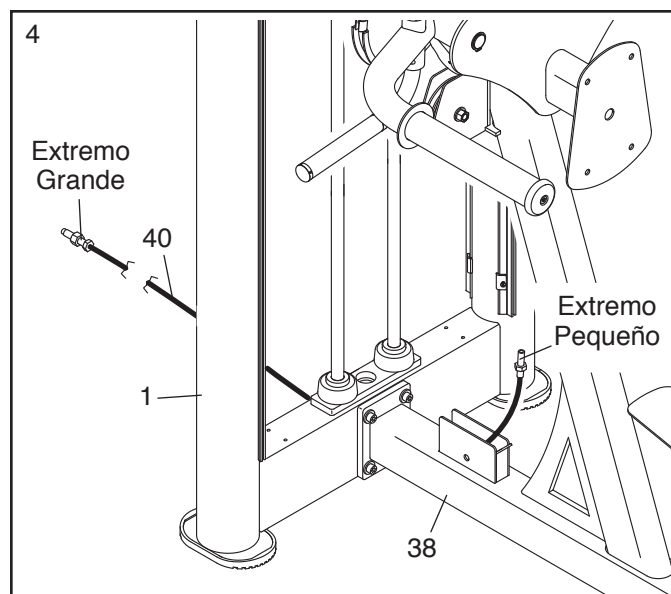
3. Retire los dos Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30), las dos Arandelas M10 (31) y el Soporte de la Polea Pequeña (6) de la parte trasera de la Armadura de la Torre (1).

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



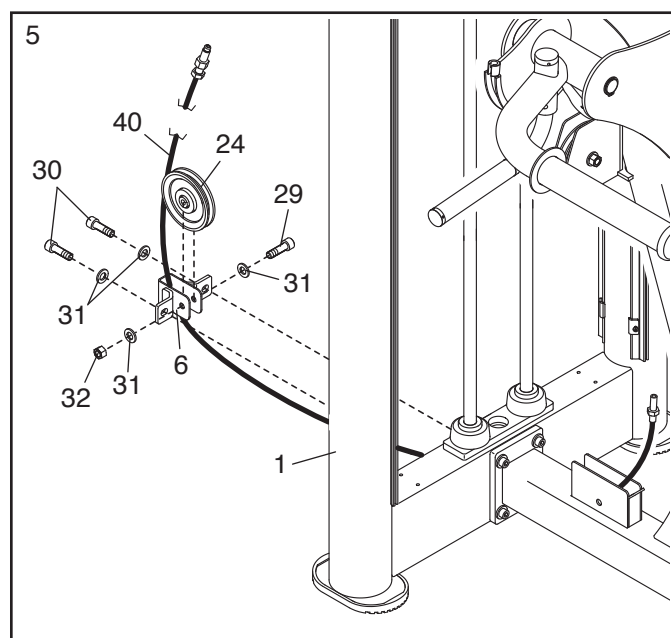
4. Identifique el Cable Largo (40), que tiene un tornillo roscado en cada extremo.

Orienta el Cable Largo (40) como se muestra e insértelo por la Armadura Principal (38) y la Armadura de la Torre (1).

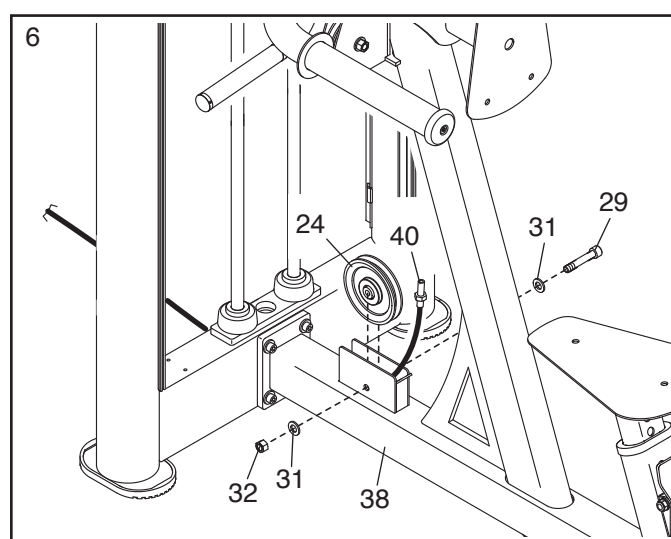


5. Haga pasar el Cable Largo (40) hacia arriba por el Soporte de la Polea Pequeña (6). Fije la Polea Grande (24) en el interior del Soporte de Polea Pequeña con el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 50mm (29), las dos Arandelas M10 (31) y la Contratuercas M10 (32) que retiró en el paso 3.

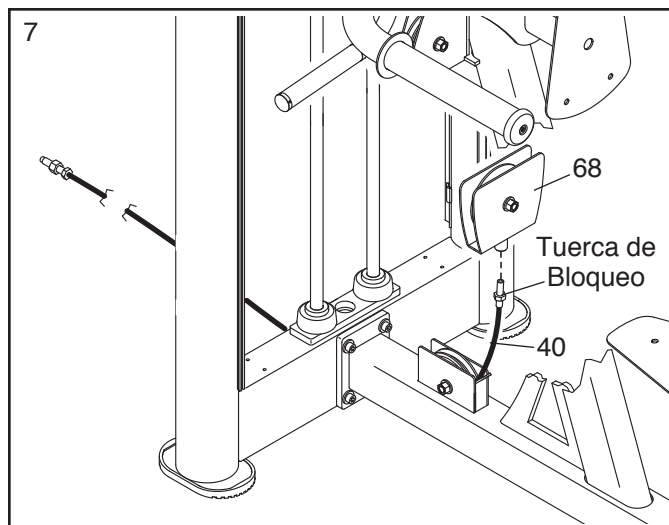
Seguidamente, fije el Soporte de Polea Pequeña (6) a la Armadura de la Torre (1) con los dos Tornillos de Cabeza Cuenca M10 x 30mm (30) y las dos Arandelas M10 (31) que retiró en el paso 3.



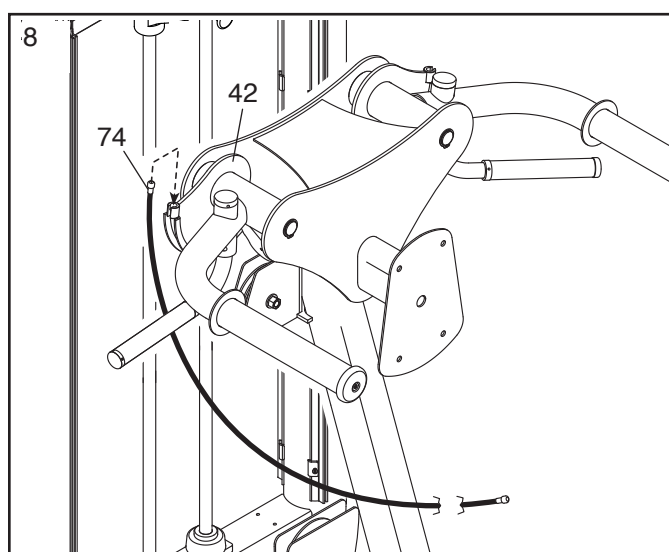
6. Fije la Polea Grande (24) que retiró en el paso 2 dentro del soporte de polea inferior de la Armadura Principal (38) con el Perno de Cabeza Cuenca M10 x 50mm (29), las dos Arandelas M10 (31) y la Contratuercas M10 (32) que retiró en el paso 2. **Asegúrese de que el Cable Largo (40) se encuentre en el lado indicado de la Polea Grande.**



7. Apriete el extremo indicado del Cable Largo (40) con varias vueltas en el Soporte de la Polea Grande (68). Luego ariete la tuerca de bloqueo del Cable Largo contra el Soporte de la Polea Grande.



8. Presione un extremo del Cable Corto (74) todo lo que pueda dentro del receptáculo del Brazo Izquierdo (42).

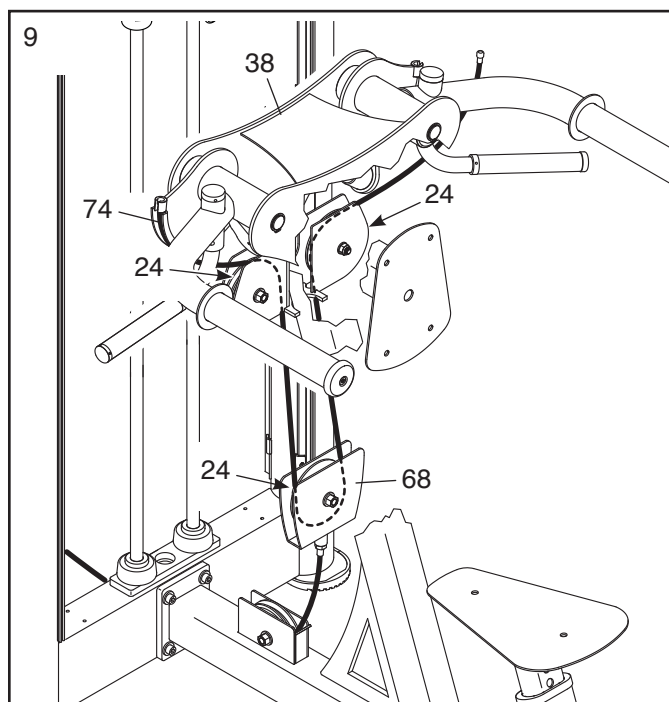


9. **Sea el DIAGRAMA DE LOS CABLES en la página 20.**

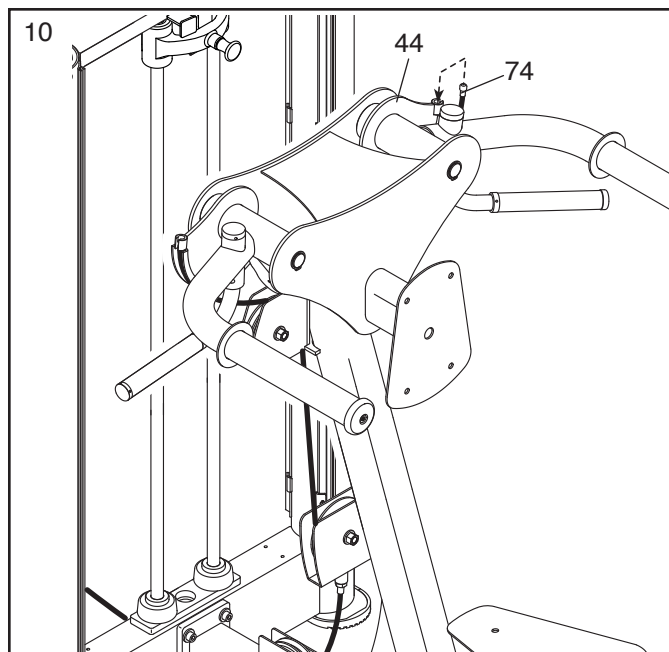
Pase el Cable Corto (74) hacia abajo alrededor de la Polea Grande (24) en el lado izquierdo de la Armadura Principal (38) como se muestra.

Luego pase el Cable Corto (74) por debajo de la Polea Grande (24) en el Soporte de la Polea Grande (68).

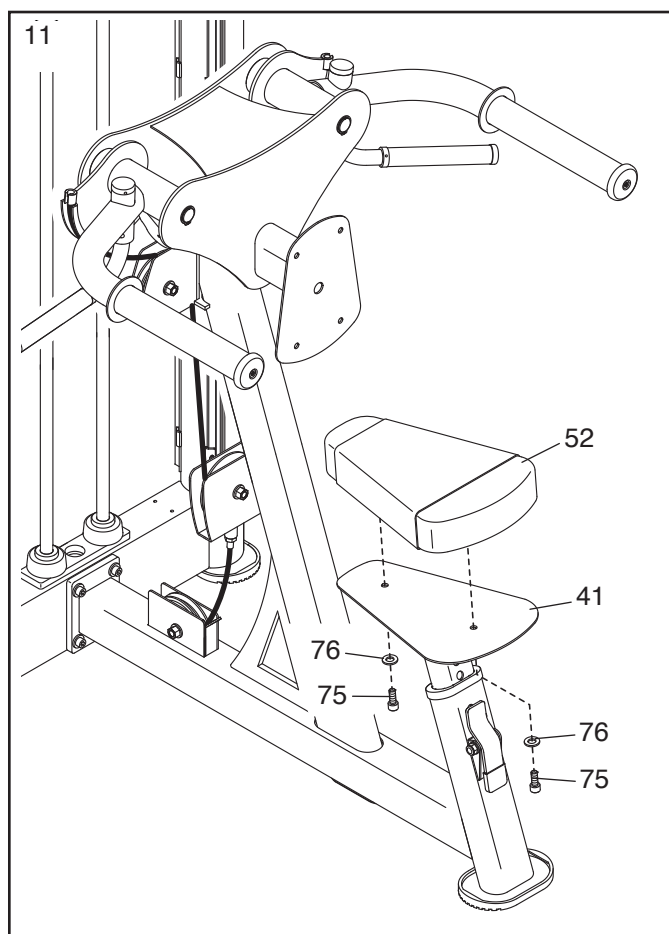
Luego pase el Cable Corto (74) hacia arriba alrededor de la Polea Grande (24) en el lado derecho de la Armadura Principal (38).



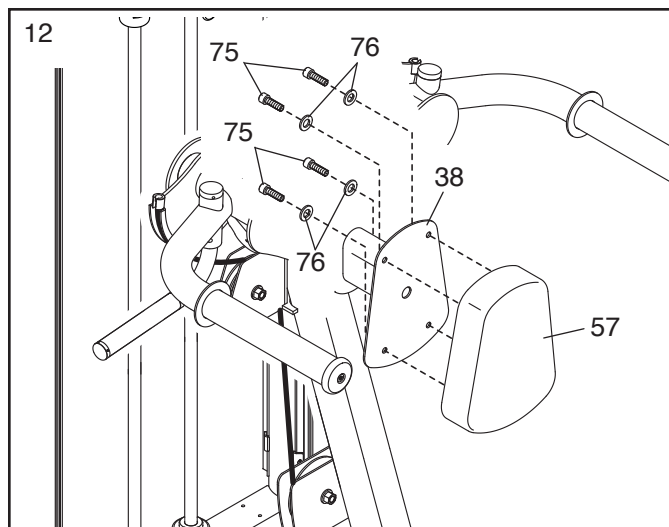
10. Presione el extremo del Cable Corto (74) todo lo que pueda dentro del receptáculo del Brazo Derecho (44).



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



12. Fije la Almohadilla del Pecho (57) a la Armadura Principal (38) con cuatro Tornillos de Cabeza Cuenca M8 x 25mm (75) y cuatro Arandelas M8 (76).

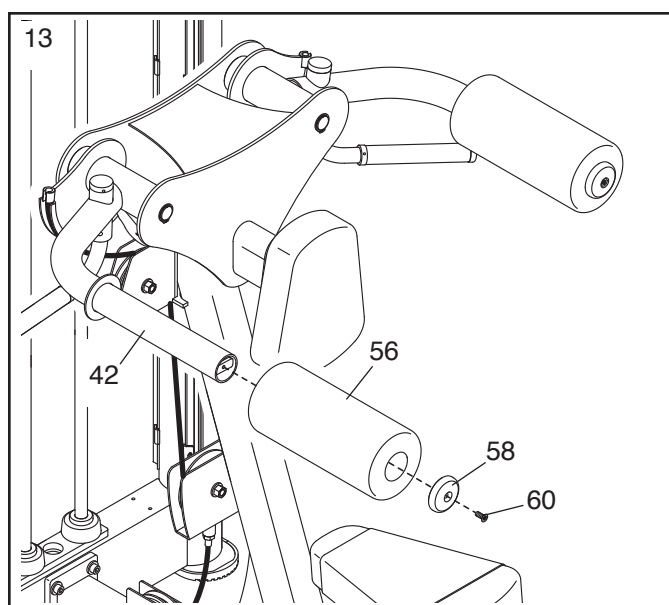


13. Retire el Tornillo M6 x 25mm (60) y la Tapa de la Almohadilla (58) del Brazo Izquierdo (42).

Deslice una Almohadilla del Brazo (56) por el Brazo Izquierdo (42).

Vuelva a fijar la Tapa de la Almohadilla (58) al Brazo Izquierdo (42) con el Tornillo M6 x 25mm (60).

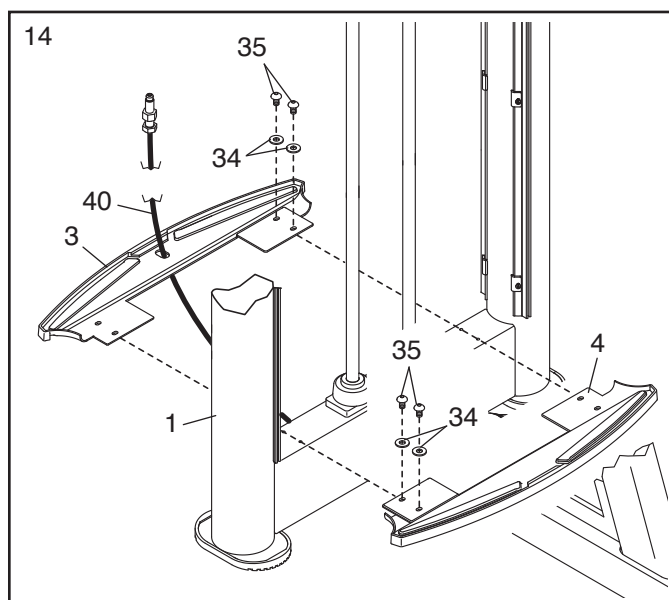
Repita este paso en el lado derecho.



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 Largo (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).



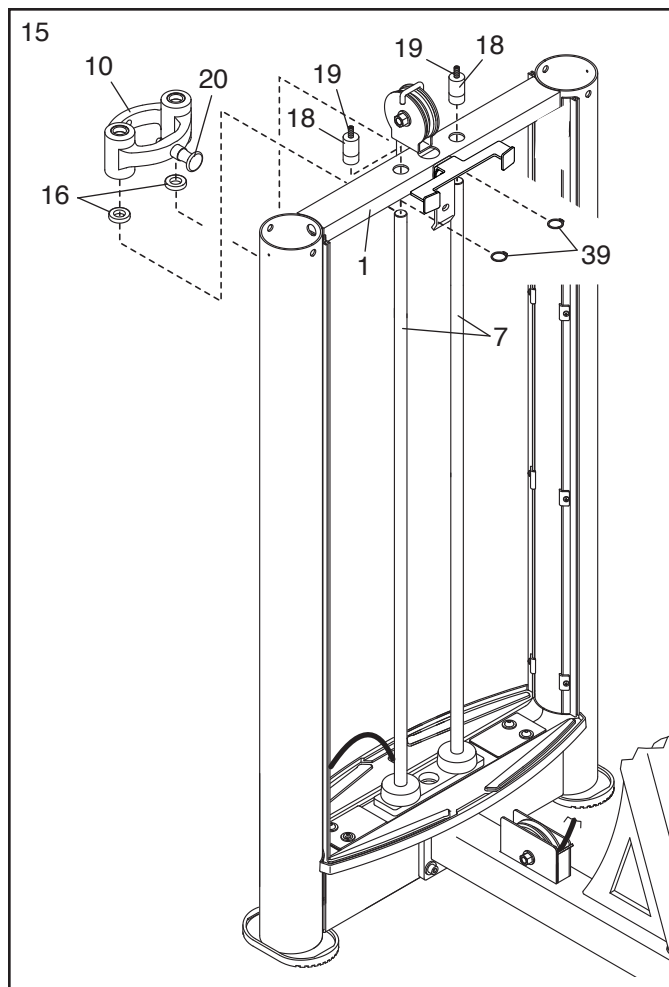
15. Tire de la Perilla de la Pesa Descendente (20) y deslice la Pesa Descendente (10) hacia abajo sobre las Guías de Pesas (7).

Luego, 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 25mm (39) de los dos Parachosques 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).

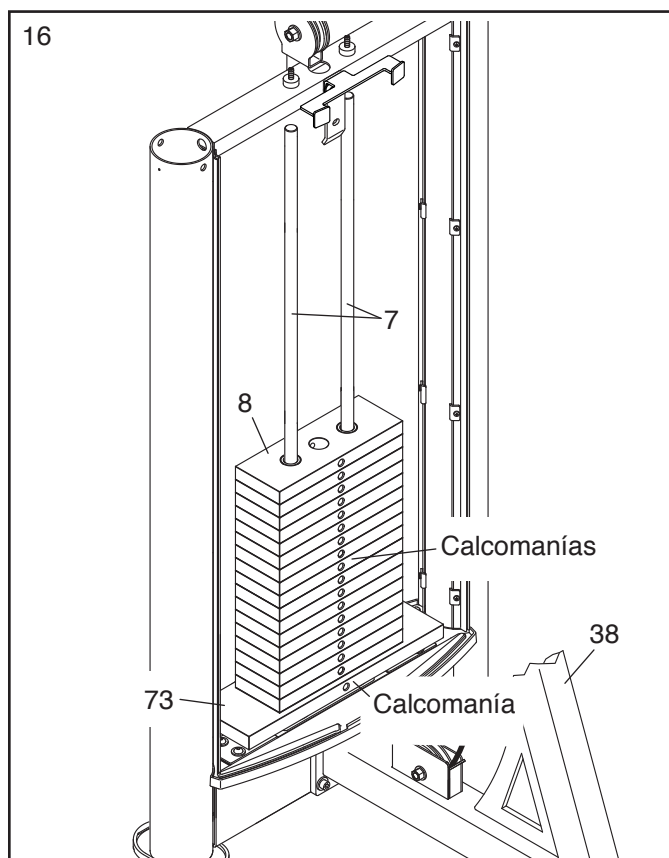
Seguidamente, incline los extremos superiores de las Guías de Pesas (7) hacia delante o hacia atrás, y deslice la Pesa de Descenso (10) y los Parachosques de Pesas Superiores (16) hacia arriba separándolos de las Guías de Pesas.



16. Oriente la Pesa 20 libras (73) de manera que la calcomanía quede de frente a la Armadura Principal (38). Deslice la Pesa 20 libras (20) por las Guías de Pesas (7).

Luego, mire las calcomanías de las diecisiete Pesas 10 libras (8) y encuentre la calcomanía con el número **más grande**. Oriente esa Pesa 10 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 10 libras (8).



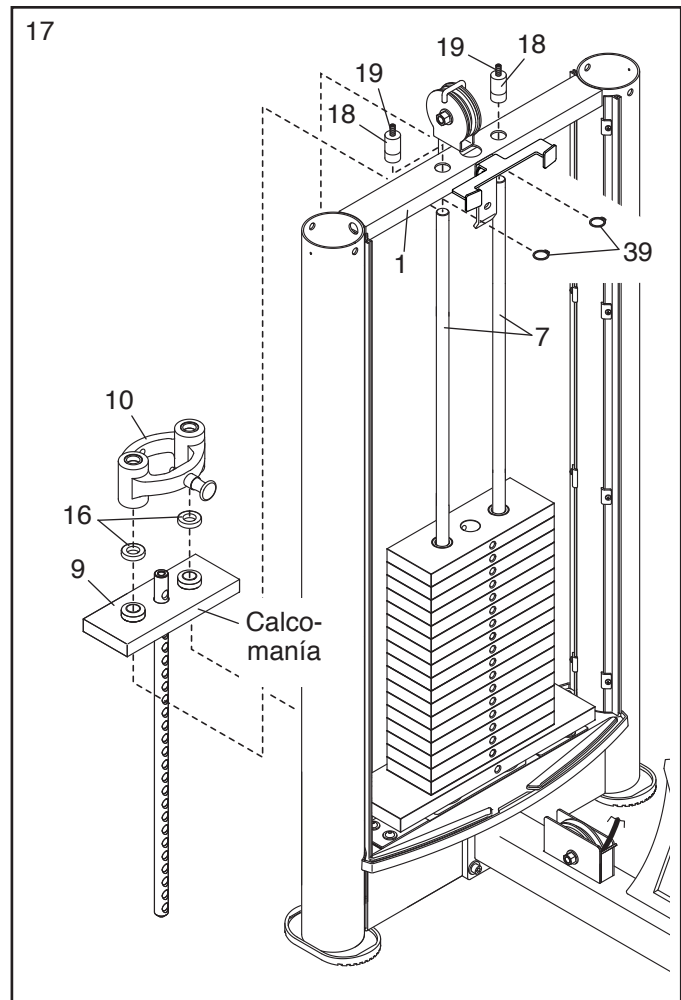
17. Oriente la Pesa Superior (9) y la Pesa de Descenso (10) como se indica.

Deslice la Pesa Superior (9), los dos Parachoques de Pesas (16), la Pesa de Descenso (10) y los dos Anillos 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 25mm (39) a los Parachoques de las Guías de Pesas (18).

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

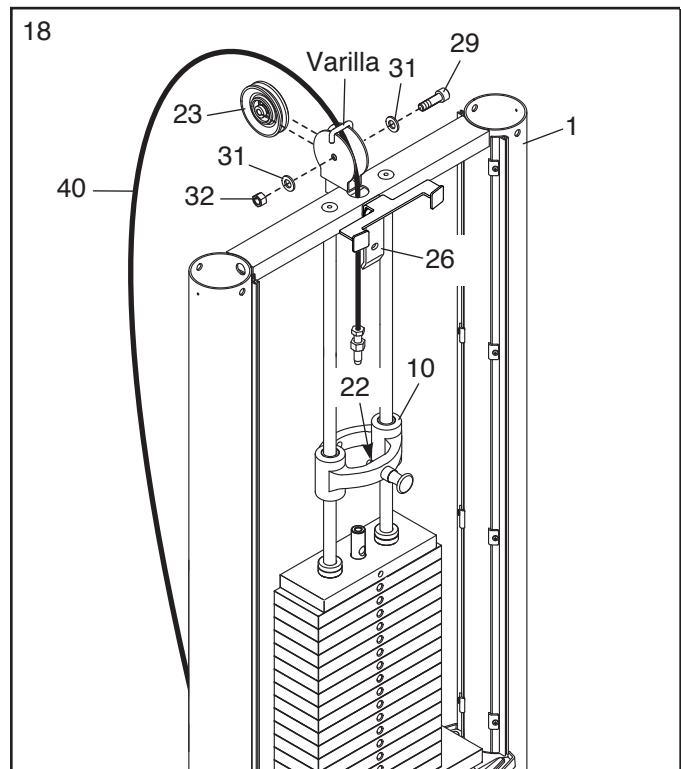


18. Retire todas las piezas (23, 29, 31 y 32) del soporte de la polea en la Armadura de la Torre (1).

Pase el Cable Largo (40) a través del soporte de la polea y hacia abajo a través del orificio en el 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 Largo (40) se encuentre entre la Polea Pequeña y la varilla del soporte de la polea.**

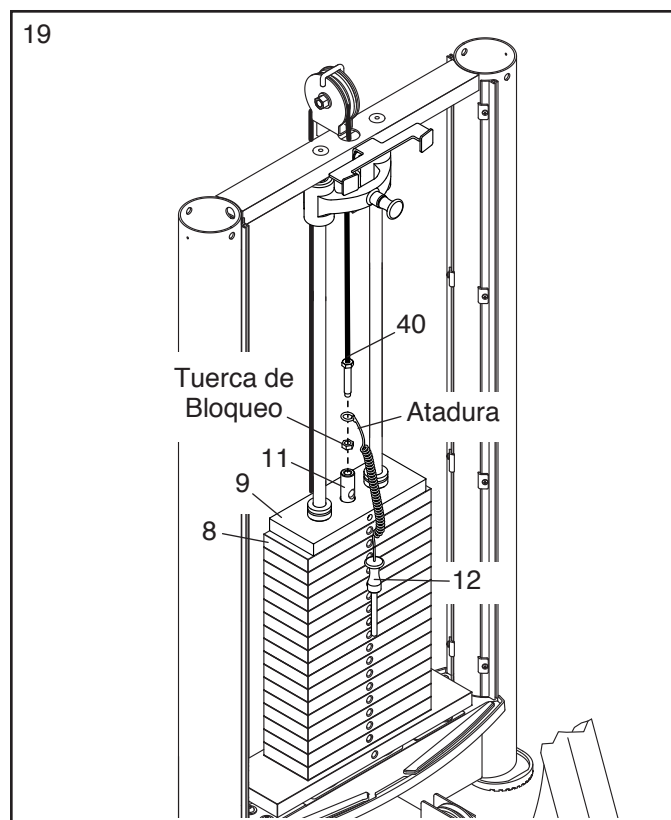
Seguidamente, deslice la Pesa Descendente (10) hacia arriba hasta que el Pasador de la Pesa Descendente (22) encaje en el orificio del Soporte del Pasador (26). **Asegúrese de que el Pasador de la Pesa Descendente esté introducido en el orificio.**



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.

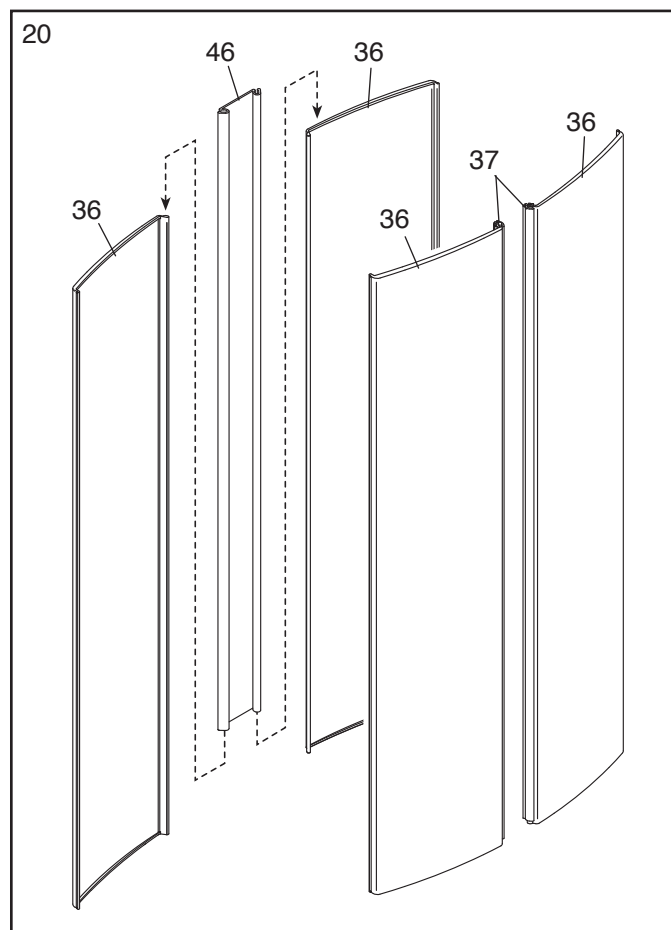
Apriete el extremo del Cable Largo (40) en el Selector de Peso (11) hasta que la Pesa Superior (9) se separe de las Pesas 10 libras (8). Luego afloje el extremo del Cable hasta que la Pesa Superior se apoye sobre las Pesas 10 libras.

A continuación apriete la Tuerca de Bloqueo contra el Selector de Peso (11).

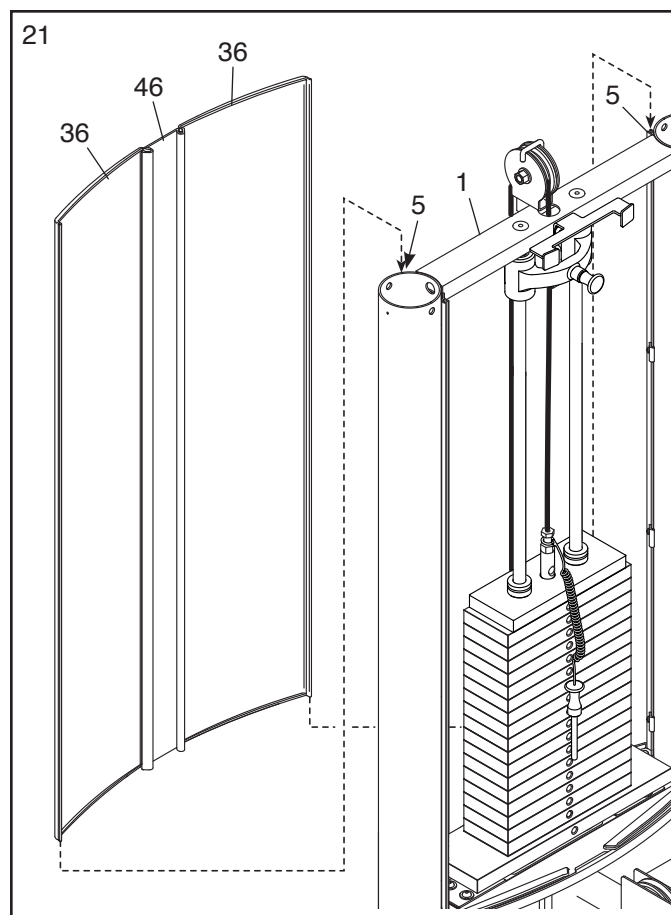


20. Mire las cuatro cubiertas (36) y encuentre las dos Cubiertas que tengan tiras del Reborde Interno (37).

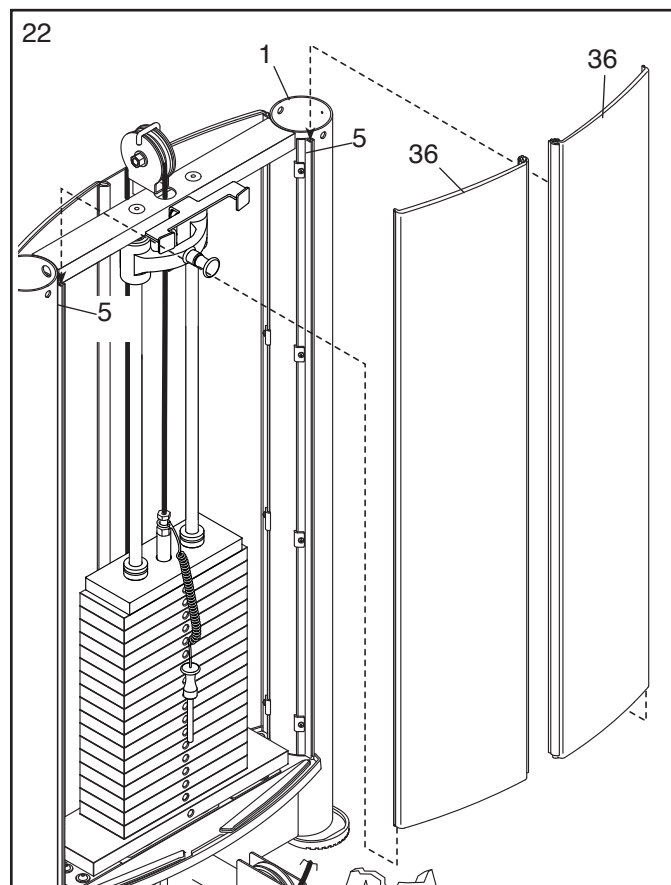
Deslice el Panel de la Cubierta (46) hacia abajo por las dos Cubiertas (36) que **no** tienen tiras de Reborde Interno (37).



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).

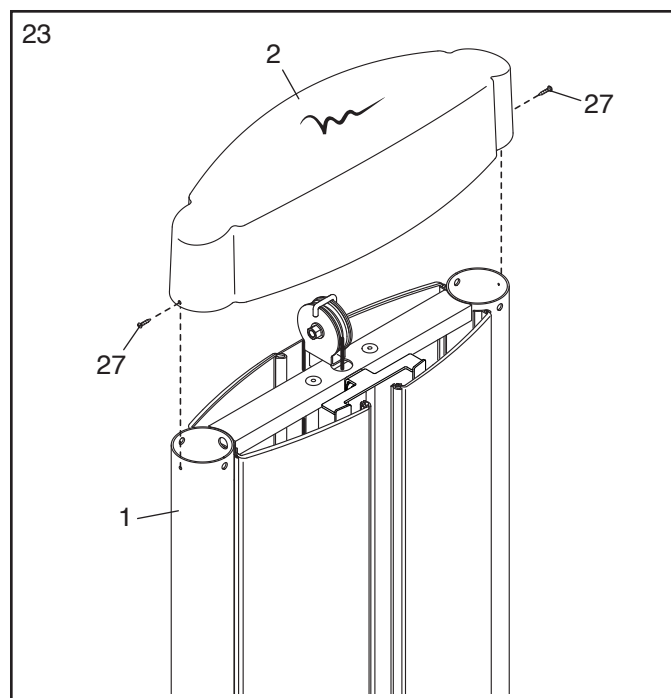


22. Deslice las dos Cubiertas restantes (36) hacia abajo al interior de las dos tiras de Reborde Externo (5) en la parte delantera de la Armadura de la Torre (1).



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

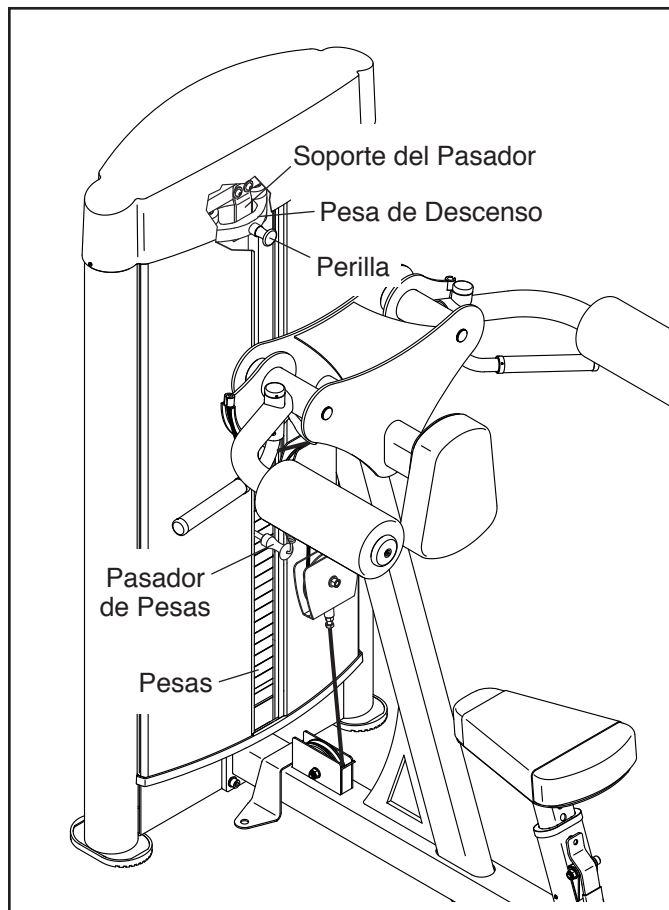
Esta sección explica cómo ajustar la máquina de musculación. Asegúrese de que todas las piezas estén adecuadamente ajustadas cada vez que utiliza la máquina de musculación. Reemplace inmediatamente cualquier pieza gastada.

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.

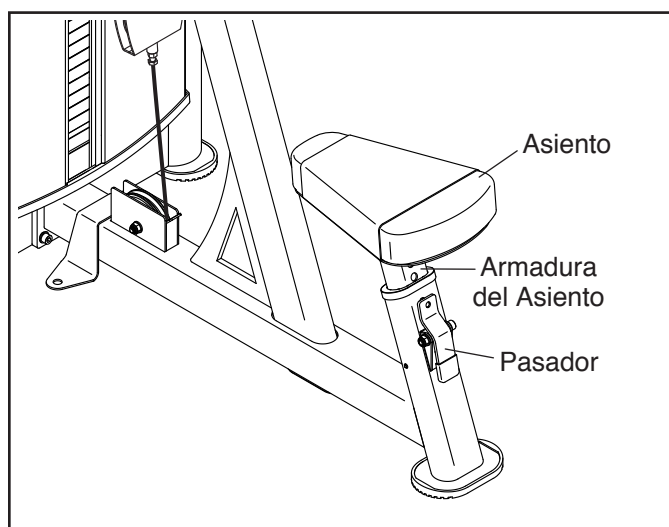
Para añadir 5 libras (2,25 kg) de resistencia, tire de la perilla indicada y baje la pesa de descenso por la pila de pesas.

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 altura del asiento, presione el seguro, suba o baje el asiento hasta la posición deseada, y luego suelte el seguro. **Mueva el asiento ligeramente hacia arriba o hacia abajo para asegurarse de que el seguro se ha insertado completamente en uno de los orificios de ajuste de la armadura 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

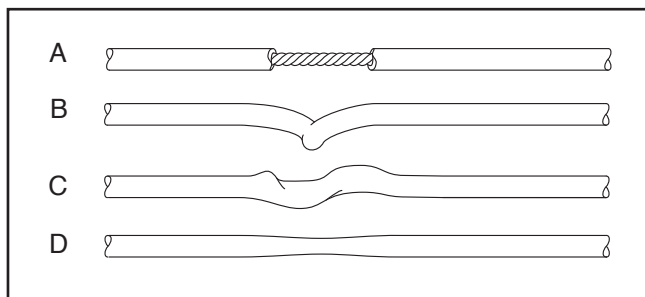
Piezas Pequeñas

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



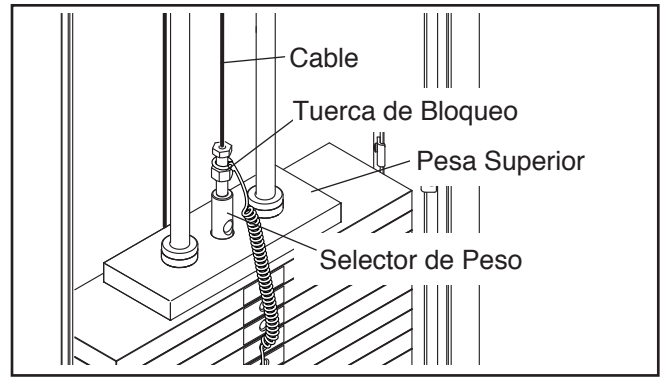
Ajuste del Cable

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.

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

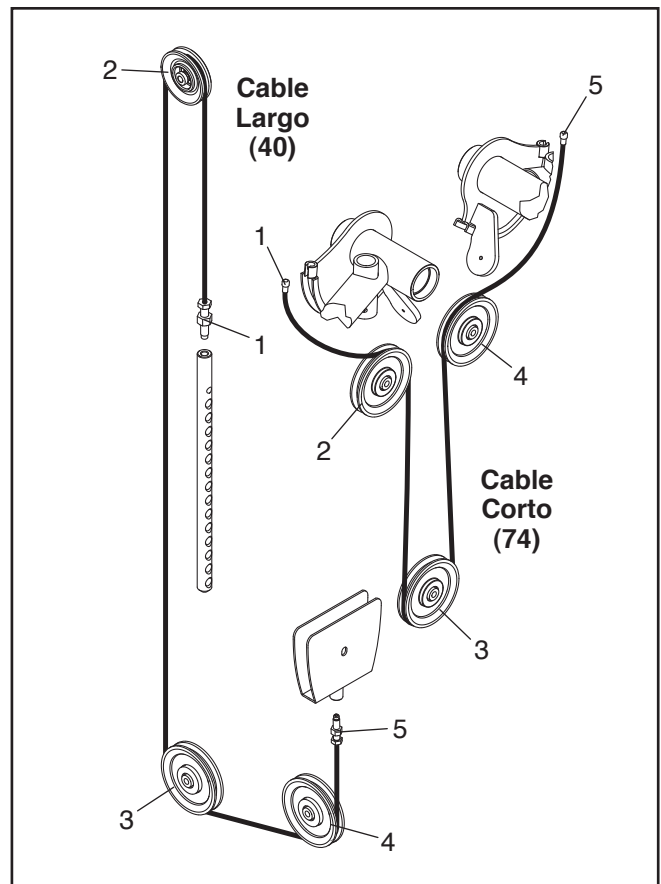
Compruebe los mangos y cámbielos si es necesario.

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 DE LOS CABLES

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

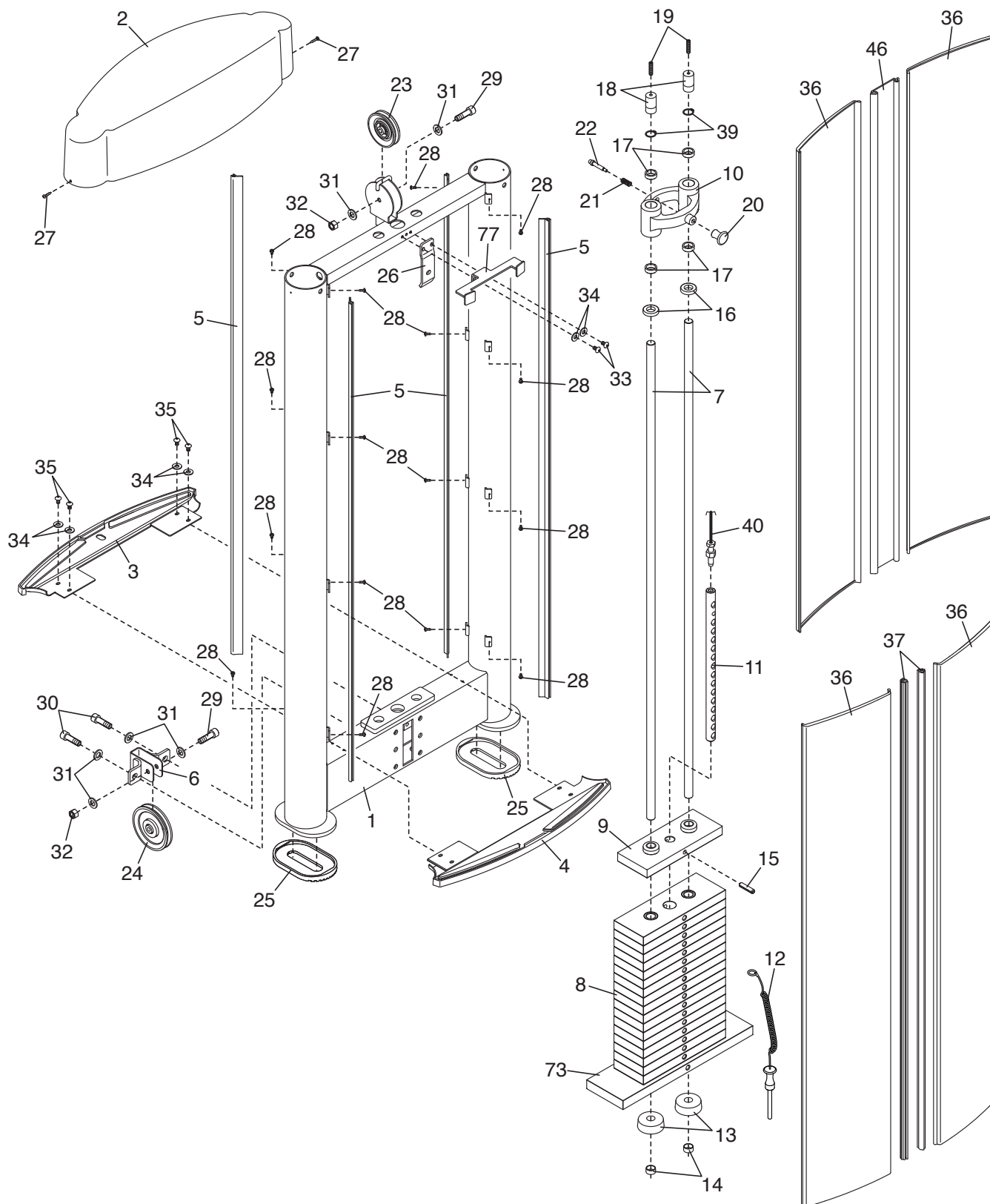
Nº de Modelo F816.0 R1011A

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

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.

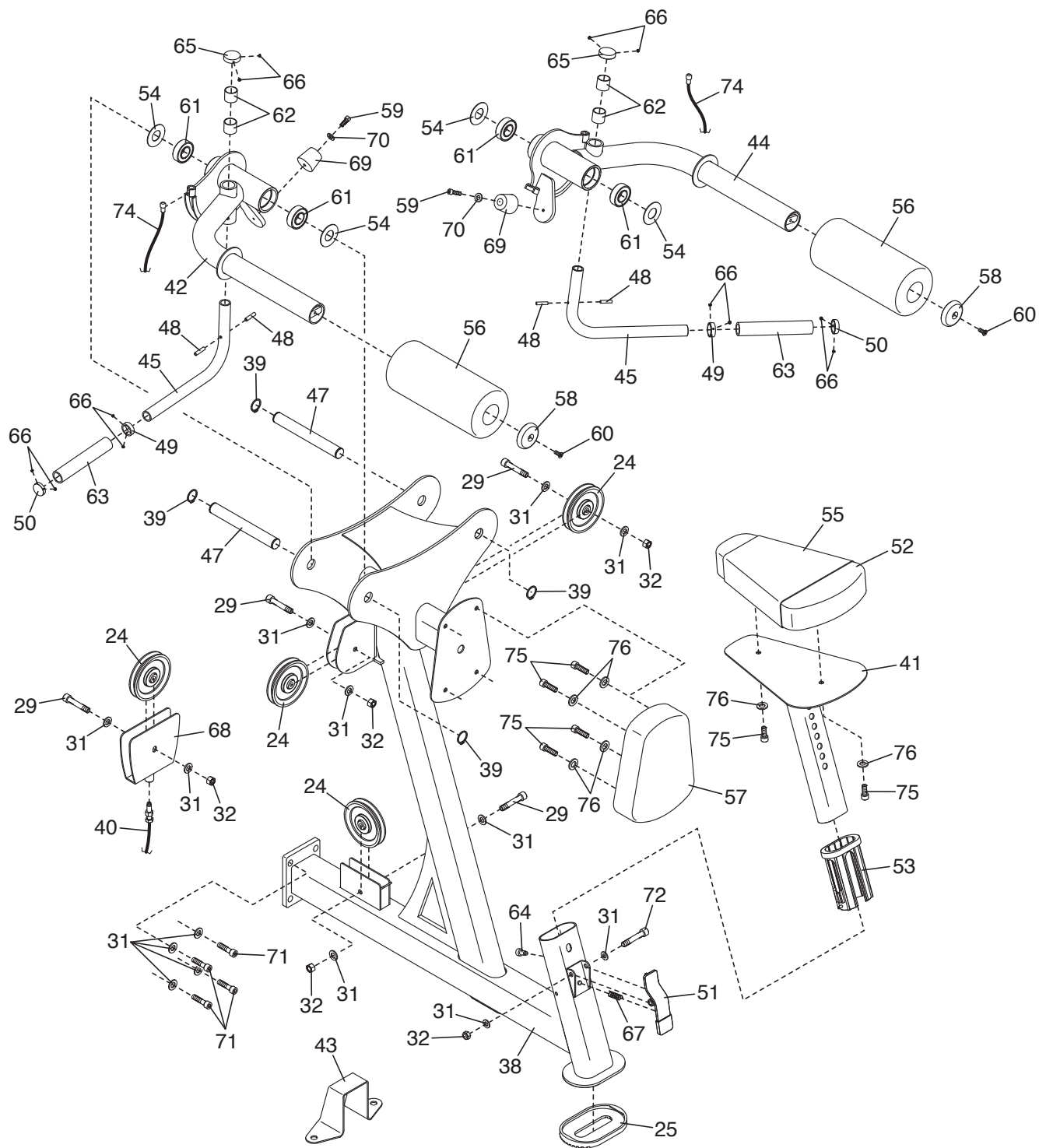
DIBUJO DE LAS PIEZAS A

Nº de Modelo F816.0 R1011A



DIBUJO DE LAS PIEZAS B

Nº de Modelo F816.0 R1011A



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