



NordicTrack[®]

COMMERCIAL

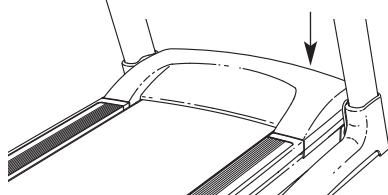


Nº de Modelo NETL14708.0

Nº de Serie _____

Escriba el número de serie en el espacio que aparece arriba para referencias posteriores.

Calcomanía con el
Número de Serie



¿PREGUNTAS?

Como fabricante, nosotros estamos cometidos a proveer satisfacción completa al cliente. Si tiene alguna pregunta, o si faltan piezas, por favor llame al:

900 460 410

correo electrónico:
serviciotecnico@imagefitness.es

página de internet:
www.iconsupport.eu

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



Página de internet

www.iconeurope.com

CONTENIDO

COLOCACIÓN DE LA CALCOMANÍA DE ADVERTENCIA	2
PRECAUCIONES IMPORTANTES	3
ANTES DE COMENZAR	6
MONTAJE	7
FUNCIONAMIENTO Y AJUSTES	14
COMO PLEGAR Y MOVER LA MÁQUINA PARA CORRER	30
PROBLEMAS	32
GUÍAS DE EJERCICIOS	36
LISTA DE LAS PIEZAS	37
DIBUJO DE LAS PIEZAS	39
COMO ORDENAR PIEZAS DE REPUESTO	Contraportada
INFORMACIÓN SOBRE EL RECICLAJE	Contraportada

COLOCACIÓN DE LA CALCOMANÍA DE ADVERTENCIA

⚠ ADVERTENCIA:
Protéjase y proteja a otros de riesgo de lesiones serias. Lea el manual del usuario y:

- Párese solo en los rieles de soporte para los pies al comenzar o parar la cinta de correr.
- Cambie la velocidad en aumentos pequeños.
- Sostenga las barandas para prevenir caerse, y siempre porte el sujetador mientras opera la cinta de correr.
- Pare si se siente débil, mareado o corto de aire.
- Enganche el seguro de almacenamiento completamente antes que la cinta de correr se mueva o se guarde.
- Reduzca la inclinación al nivel más bajo antes de doblar la cinta de correr a la posición de almacenamiento.
- Nunca permita a los niños en o alrededor de la cinta de correr.
- Quite la llave cuando no esté en uso.
- Mantenga ropa, dedos, y cabello lejos de la banda en movimiento.
- Nunca trate de ajustar o arreglar la banda mientras que se esté moviendo.
- Siempre use zapatos atléticos mientras opere la cinta de correr.

Esto dibujo muestra la ubicación de la calcomanía de advertencia. **Si falta una calcomanía o ésta es ilegible, llame al número que aparece en la portada de este manual y solicite una nueva calcomanía gratuita. Péguela en el lugar indicado.**
Nota: Las calcomanías pueden no mostrarse en su tamaño real.

⚠ PRECAUCIÓN
Mantenga sus manos y pies alejados de esta area mientras la caminadora esté en operación.

PRECAUCIONES IMPORTANTES

 **AVISO:** Para reducir el riesgo de quemaduras, fuego, electrocutamiento o lesiones a personas, lea las siguientes precauciones importantes e información antes de operar la máquina para correr. ICON no asume ninguna responsabilidad por lesiones personales o daños materiales sufridos por o a través del uso de este producto.

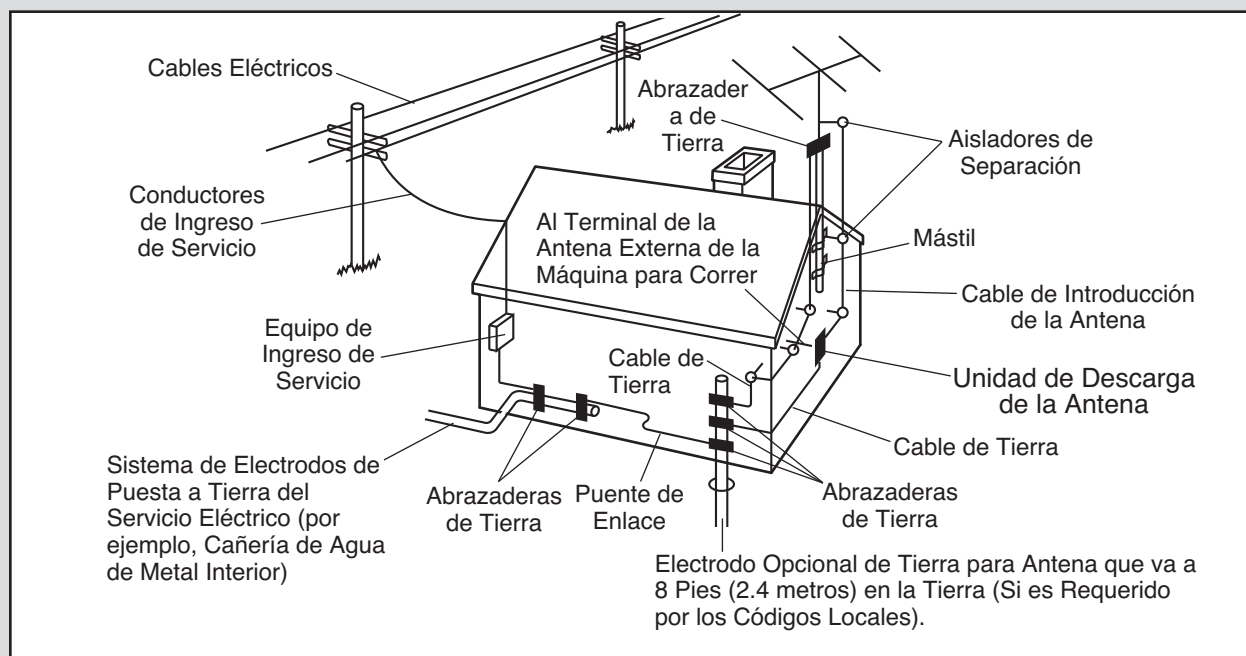
1. Antes de iniciar cualquier programa de ejercicios consulte con su médico. Esto es especialmente importante para personas de edades superiores a 35 años o para aquellos que tengan problemas previos de salud.
2. Es la responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios de la máquina para correr estén adecuadamente informados sobre todos los avisos y precauciones necesarios.
3. Use la máquina para correr solamente como se describe.
4. Coloque la máquina para correr en una superficie plana, con al menos 2,5 m de espacio libre en la parte trasera y 0,6 m en cada lado. No coloque la máquina para correr sobre una superficie que pueda bloquear cualquier apertura de aire. Para proteger el piso o la alfombra de cualquier daño, coloque un tapete debajo de la máquina para correr.
5. Mantenga la máquina para correr adentro, alejado de la humedad y el polvo. No coloque la máquina para correr en un garage o patio cubierto, o cerca del agua.
6. No utilice la máquina para correr en lugares en donde se usen aerosoles o donde se administre oxígeno.
7. Mantenga a los niños menores de 12 años y animales domésticos lejos de la máquina para correr a todo momento.
8. La máquina para correr deberá ser usada solamente por personas cuyo peso sea de 350 lbs. (159 kg) o menos.
9. Nunca permita que más de una persona use la máquina para correr al mismo tiempo.
10. Vista un vestuario apropiado cuando use la máquina para correr. No use ropa suelta que pueda engancharse en cualquier parte de la máquina para correr. Ropa de deporte ajustada es recomendable para hombres y mujeres. *Utilice siempre calzado de deporte.*
- Nunca use la máquina para correr descalzo, en calcetines o sandalias.*
11. Cuando esté conectando el cable eléctrico (vea la página 14), enchufe el cable eléctrico dentro de un circuito conectado a tierra. Ningún otro aparato debe estar conectado al mismo circuito.
12. Si se necesita un cable de extensión, use solamente el tipo que tiene 3 conductores, de cable de 1mm (calibre 14) que no sea más larga que 1.5 m (5 pies).
13. Mantenga el cable eléctrico lejos de superficies calientes.
14. Nunca mueva la banda para caminar mientras que el aparato esté apagado. No opere la máquina para correr si el cable eléctrico o el enchufe están dañados o si la máquina para correr no está funcionando correctamente. (Vea la sección PROBLEMAS en la página 32 si la máquina para correr no está funcionando correctamente.)
15. Lea, entienda y pruebe el procedimiento de detención de emergencia antes de usar la máquina para correr (vea COMO ENCENDER LA CORRIENTE en la página 16).
16. Nunca mueva la máquina para correr mientras esté parado en la banda para caminar. Sujete siempre la baranda cuando haga ejercicio en la máquina para correr.
17. La máquina para correr es capaz de alcanzar altas velocidades. Ajuste la velocidad gradualmente para evitar cambios repentinos de velocidad.
18. Los sensores de pulso no son dispositivos médicos. Varios factores, incluyendo el mismo movimiento de la persona haciendo ejercicios, pueden afectar la exactitud de la lectura del pulso. Los sensores de pulso están diseñados únicamente como ayuda para el ejercicio, determinando el ritmo cardíaco usual en general.

19. Nunca descuide la máquina para correr mientras esté funcionando. Siempre saque la llave, desconecte el cable eléctrico y mueva el cortacircuito de reiniciar/apagar a la posición de apagar cuando la máquina para correr no esté en uso. (Vea el dibujo en la página 6 para localizar el cortacircuito de reiniciar/apagar.)
20. No trate de levantar, bajar, o mover la caminadora hasta que no esté correctamente ensamblada. (Vea MONTAJE en la página 7, y COMO PLEGAR Y MOVER LA MÁQUINA PARA CORRER en la página 30.) Usted debe poder cargar 20 kg sin ningún problema para poder levantar, bajar, o mover la máquina para correr.
21. No cambie la inclinación de la máquina para correr colocando objetos debajo de la máquina para correr.
22. Cuando pliegue o mueva la máquina para correr, asegúrese que el seguro de almacenamiento esté completamente cerrado.
23. Inspeccione y apriete apropiadamente todas las piezas de la máquina para correr regularmente.
24. Nunca deje caer o inserte objetos en ninguna abertura.
25. **PELIGRO:** Desconecte siempre el cable eléctrico después de usar, antes de limpiar la máquina de correr, y antes de realizar operaciones de mantenimiento o ajuste recomendados en el manual. Nunca quite la cubierta del motor a menos que sea bajo la dirección de un representante de servicio autorizado. Otros servicios que no estén incluidos en los procedimientos de este manual, se deban llevar a cabo solamente por un representante de servicio autorizado.
26. No guarde la televisión a temperaturas menos de -40° F (-40° C) o arriba de 140° F (60°). No opere la televisión a temperaturas menos de 23° F (-40° C) o arriba de 90° F (35° C).
27. Para proteger la máquina para correr o la televisión durante tormentas con relámpagos, desenchufe el cable eléctrico del toma de la pared y desconecte el sistema de cables. Esto prevendrá daños causados por relámpagos y sobrealteraciones en las líneas de corriente.
28. Si se tiene conectada una antena externa o sistema de cable, verifique que la antena o sistema de cable estén conectados a la tierra también para lograr algo de protección en contra de sobrecargas de voltaje y descargas de acumulación de electricidad estática. Sus códigos locales proveen información con respecto a la forma apropiada de hacer contacto a tierra con un mástil y la estructura de apoyo, como conectar a tierra el cable de introducción a la una unidad de descarga de la antena, el tamaño de los conductores de contacto a tierra, la ubicación de la unidad de descarga de antena, conexión a los electrodos conectados a tierra, y los requisitos del electrodo para conectar a tierra.
29. Un sistema de antena exterior no debe ser ubicada cerca de cables de electricidad aéreos u otros circuitos de luz o electricidad, o de donde éste puede caer en tales circuitos o cables eléctricos. Cuando esté instalando un sistema de antena exterior, se debe ejercer máximo cuidado para evitar de tocar estos cables eléctricos o circuitos, debido a que el contacto con ellos puede ser fatal.
30. Para reducir el riesgo de choque eléctrico, no saque la cubierta o cubierta trasera de la televisión. No hay ninguna parte que el usuario pueda o deba arreglar en el interior de la máquina. Refiera servicios necesarios a un personal calificado.

- **Asegure una punta de cable de antena y cables a tierra a la casa con aisladores apartados, espaciados de 4 a 6 pies (1.22 a 1.83 metros) el uno del otro.**

- Monte una unidad de descarga de antena tan cerca como le sea posible hasta donde la punta del cable entre en la casa.
- Use un cable de puente no más pequeño que un No. 6 AWG [Sistema de Medida de Cables Americano] (13.3mm²) de cobre, o el equivalente cuando un electrodo de contacto con tierra de antena separado se usa. Vea los códigos locales.

Nota al que instala un sistema CATV (televisión por cable). Vea los códigos locales para encontrar los requisitos locales para conectar a tierra.



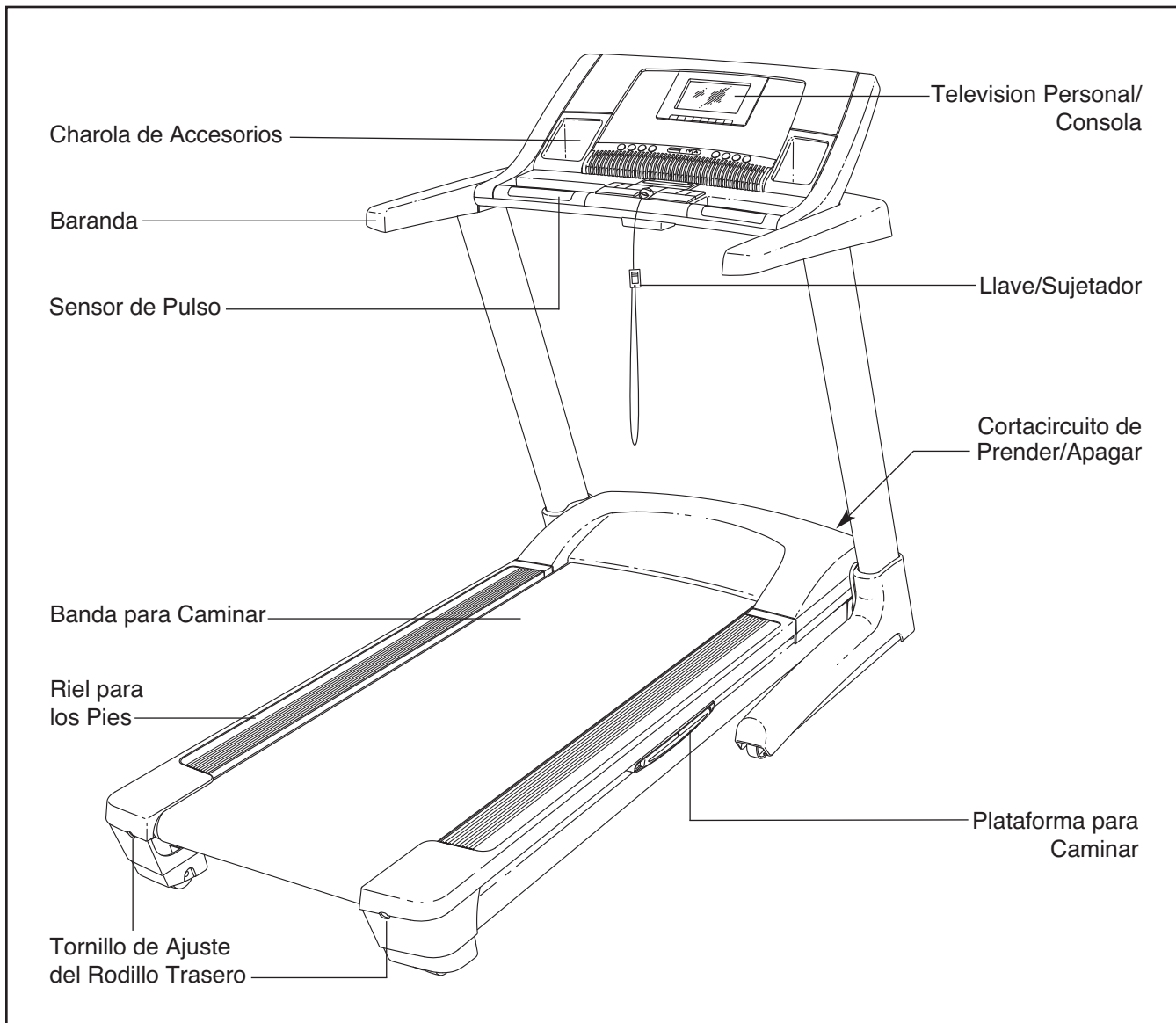
GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

ANTES DE COMENZAR

Gracias por seleccionar la revolucionaria máquina para correr NordicTrack® COMMERCIAL CT. La máquina para correr COMMERCIAL CT cuenta con una selección de funciones impresionantes, diseñadas para un entrenamiento más efectivo y agradable en su casa. Y cuando no está entrenando, la singular máquina para correr puede plegarse, ocupando menos de la mitad del espacio de suelo que ocupan otras máquinas para correr.

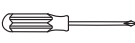
Para su beneficio, lea el manual cuidadosamente antes de usar la máquina para correr. Si tiene preguntas después de haber leído este manual, por favor vea la portada de este manual. El número del modelo y la ubicación del número de serie se muestran en la portada de éste manual.

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

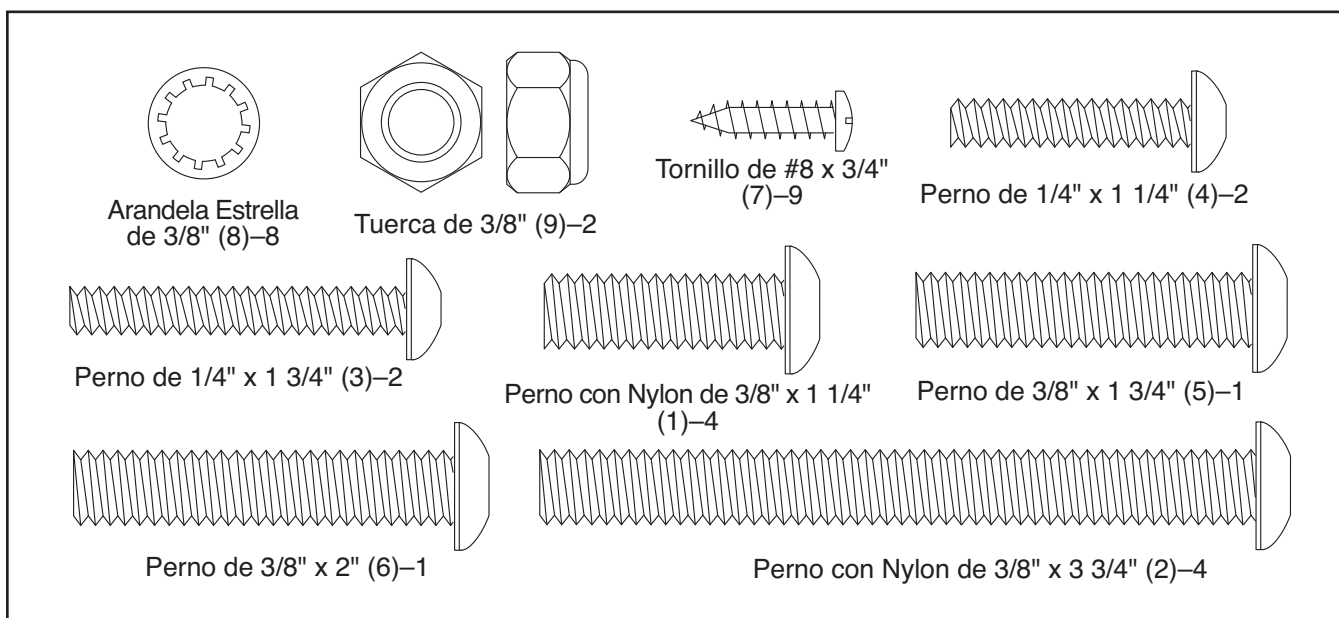


MONTAJE

Para el montaje se necesitan dos personas. Coloque la máquina para correr en un área despejada y retire todos los materiales de embalaje. **No se deshaga de los materiales de embalaje hasta haber terminado el montaje.** Nota: La parte inferior de la banda para caminar se recubre con un lubricante de alto rendimiento. Durante el transporte, una pequeña cantidad de lubricante podría pasar a la parte superior de la banda para caminar o a la caja de embalaje. Esto es normal y no afecta el funcionamiento de la máquina para correr. Si observa lubricante en la banda para caminar, simplemente límpiela con un paño suave y un limpiador leve no abrasivo.

El montaje requiere las llaves hexagonales incluidas , **su propio destornillador lestellera**  **y una llave ajustable** .

Refiérase de los dibujos que aparecen más abajo para identificar las piezas de montaje. El número entre paréntesis que hay debajo de cada dibujo es el número de la pieza en la LISTA DE LAS PIEZAS casi al final de este manual. El número que aparece después del paréntesis es la cantidad necesaria para el montaje. **Nota: Si no encuentra alguno de los piezas en la bolsa de piezas, compruebe si éste no se encuentra prefijado a alguna de las piezas a montar. No use herramientas eléctricas para el montaje para evitar que se dañen las piezas plásticas. Pueden incluirse piezas adicionales.**

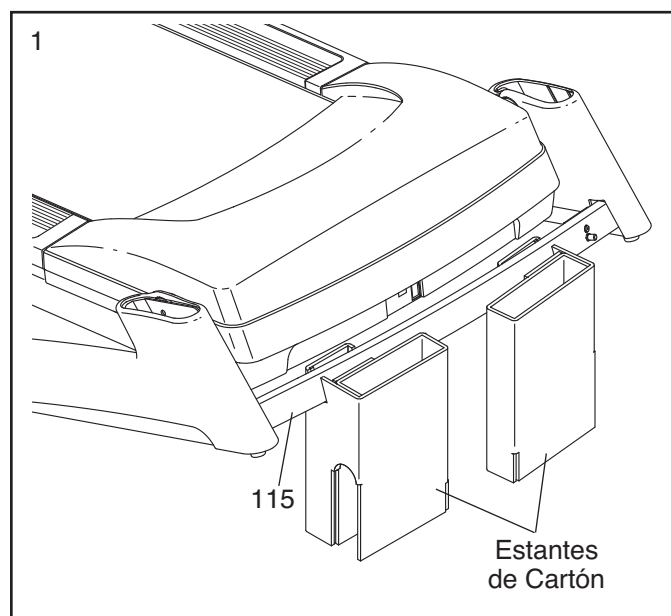


1. Asegúrese que el cable eléctrico esté desenchufado.

Localice dos estantes de cartón. Con la ayuda de otra persona, levante la parte delantera de la máquina para correr e inserte la barra cruzada en la Base (115) dentro de los recortes en los estantes de cartón, como se muestra.

Asegúrese que los estantes de cartón estén suficientemente separados para apoyar la máquina para correr.

Pueden ocurrir lesiones serias si la máquina para correr se mueve hacia adelante o hacia atrás y se cae de los estantes de cartón. Otra persona tiene que sostener la máquina para correr hasta que se complete el paso 3 en del montaje para prevenir que la máquina se mueva, se ladee, o se caiga.

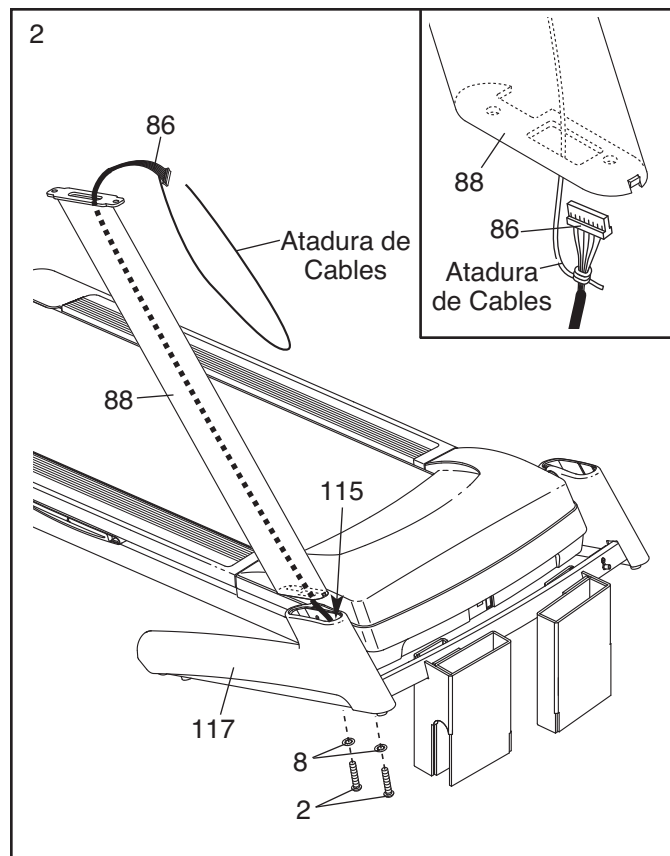


2. Sostenga el Montante Vertical Derecho (88) cerca de la Cubierta de la Base Derecha (117). **Vea el dibujo del recuadro.** Asegúrese que la atadura en el Montante Vertical Derecho se extienda desde el orificio, como se muestra. Ajuste la atadura de cables con seguridad alrededor del extremo del Cable del Montante Vertical (86) Luego, jale el otro extremo de la atadura de cables hasta que el Cable del Montante Vertical esté guiado completamente por el Montante Vertical.

Suavemente jale el Cable del Montante Vertical (86) hacia arriba al colocar el Montante Vertical Derecho (88) en la Base (115) adentro de la Cubierta de la Base Derecha (117). **Tenga cuidado de evitar pellizcar el Cable del Montante Vertical.**

Conecte el Montante Vertical Derecho (88) a la Base (115) con dos Pernos con Nylon de 3/8" x 3 3/4" (2) y dos Arandelas Estrella de 3/8" (8); **no apriete los Pernos con Nylon todavía.**

Nota: Puede ser necesario ladear la parte de arriba del Montante Vertical Derecho hacia adelante un poco y rotar la parte de abajo a medida que enrosque los Pernos con Nylon dentro del Montante Vertical Derecho.

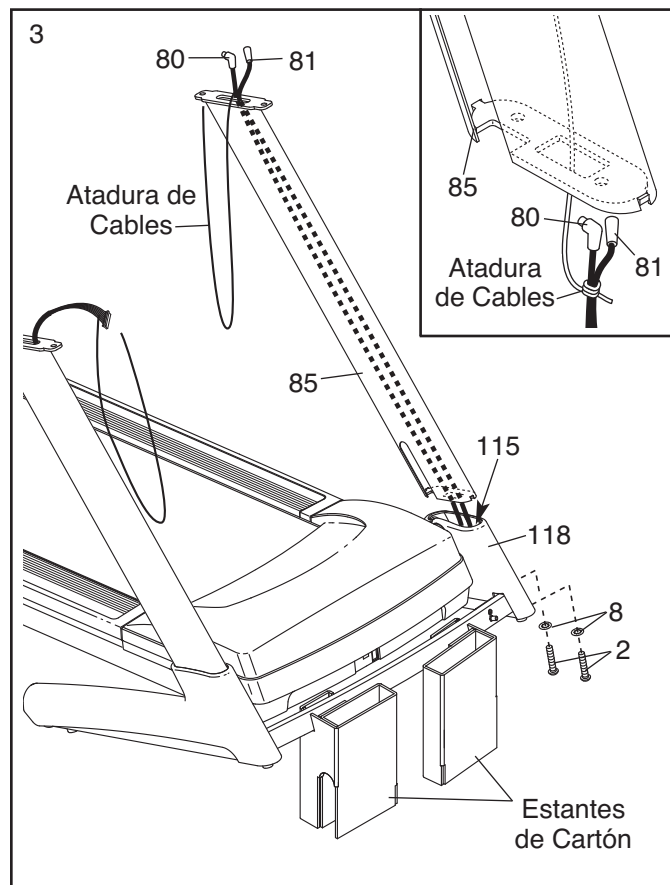


3. Sostenga el Montante Vertical Izquierdo (85) cerca de la Cubierta de la Base Izquierda (118). **Vea el dibujo del recuadro.** Asegúrese que la atadura de cables en el Montante Vertical Izquierdo se extienda del orificio, como se muestra. Ajuste la atadura de cables seguramente alrededor del extremo del Cable TV de 50" (81) y del Cable A/V de 50" (80).

Jale el otro extremo de la atadura de cables hasta que el Cable TV de 50" (81) y el Cable A/V de 50" (80) esté guiado completamente por el Montante Vertical Izquierdo (85). Luego, coloque el Montante Vertical Izquierdo en la Base (115) dentro de la Cubierta de la Base Izquierda (118).

Conecte el Montante Vertical Izquierdo (85) a la Base (115) con dos Pernos con Nylon de 3/8" x 3 3/4" (2) y dos Arandelas Estrella de 3/8" (8); **no apriete los Pernos con Nylon todavía.** Nota: Puede ser necesario ladear la parte de arriba del Montante Vertical hacia adelante un poco y rotar la parte de abajo a medida que enrosque los Pernos con Nylon dentro del Montante Vertical Izquierdo.

Con la ayuda de otra persona, baje la máquina par correr de los estantes de cartón. Se usarán los estantes en el paso 9.

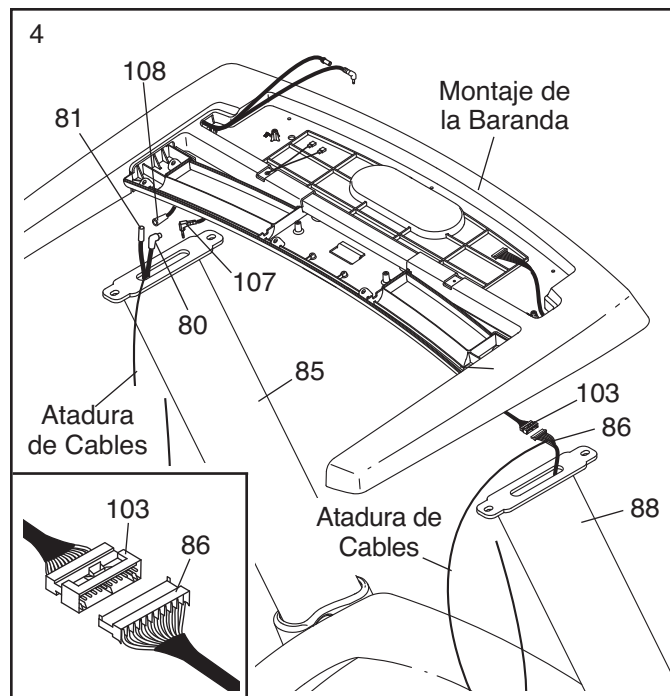


4. Pídale a otra persona que sostenga el montaje de la baranda cerca de los Montantes Verticales (85, 88).

Conecte el Cable A/V de 50" (80) al Cable A/V de 25" (107) y el Cable TV de 50" (81) al Cable TV de 25" (108).

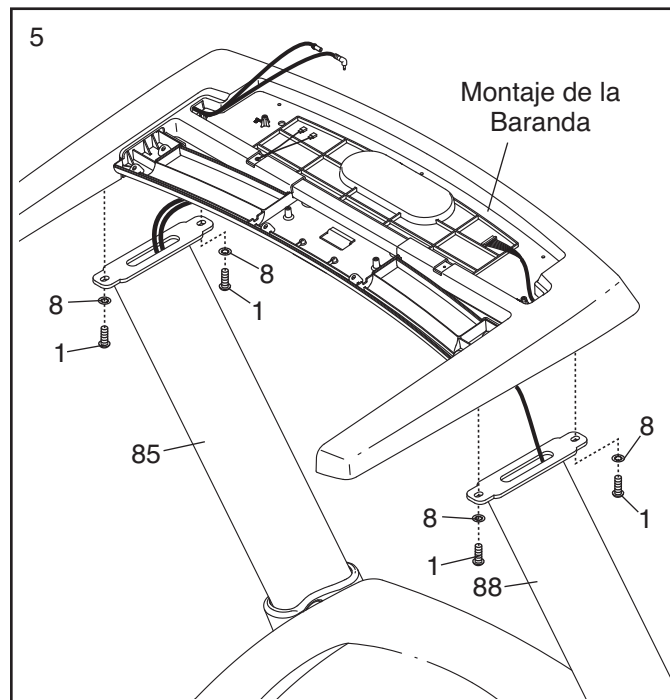
Conecte el Cable del Montante Vertical (86) al Cableado Eléctrico de 25" (103). **Vea el dibujo del recuadro. Los conectores deben deslizarse juntos fácilmente y sonar al entrar en su lugar. Si no lo hacen, dé vuelta a un conector y trate otra vez. SI LOS CONECTORES NO SE CONECTAN APROPIADAMENTE, SE PUEDE DAÑAR LA CONSOLA CUANDO SE APAGUE LA CORRIENTE.**

Retire la atadura de cables del Cable del Montante Vertical (86). Retire la atadura de cables del Cable TV de 50" (81) y el Cable A/V de 50" (80).



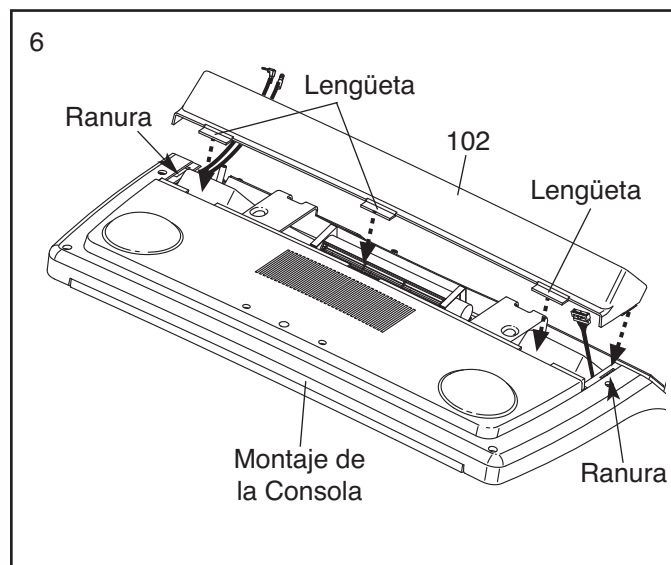
5. Inserte los cables dentro de los Montantes Verticales (85, 88) mientras que coloca el montaje de la baranda sobre los Montantes Verticales. **Tenga cuidado de no pellizcar ningún cable.**

Conecte el montaje de la baranda con cuatro Pernos con Nylon de 3/8" x 1 1/4" (1) y cuatro Arandelas Estrella de 3/8" (8). Firmemente apriete los Pernos con Nylon.



6. Coloque el montaje de la consola mirando hacia abajo sobre una superficie suave para evitar raspar el montaje de la consola. Deslice las tres lengüetas en el Accento de la Consola (102) dentro del montaje de la consola.

Presione los extremos del Accento de la Consola (102) hasta que suene dentro de las ranuras en el montaje de la consola.

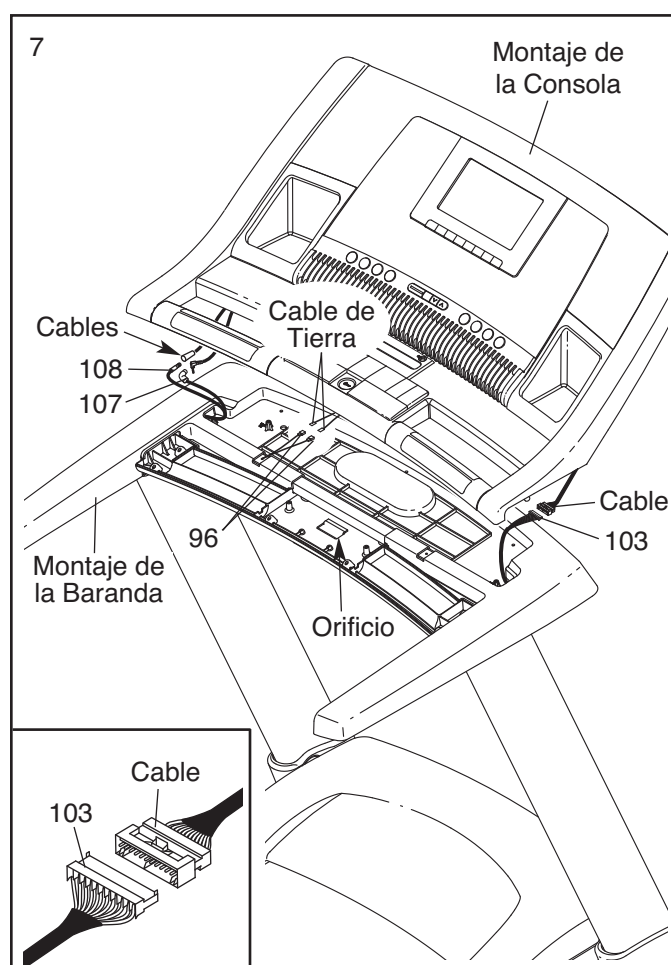


7. Pídale a otra persona que sostenga el montaje de la consola cerca del montaje de la baranda. Conecte el Cable A/V de 25" (107) y el Cable TV de 25" (108) a los cables que se extienden del montaje de la consola.

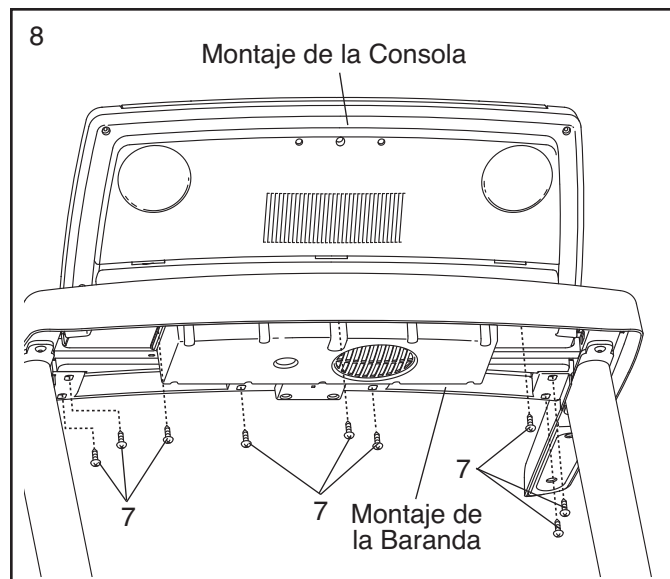
Conecte el Cableado de 25" (103) al cable que se extiende del montaje de la consola. **Vea el dibujo del recuadro. Los conectores deben deslizarse juntos fácilmente y sonar al entrar en su lugar. Si no, voltee un conector y trate otra vez. SI LOS CONECTORES NO SE CONECTAN APROPIADAMENTE, SE PUEDE DAÑAR LA CONSOLA CUANDO SE ENCIENDA LA CORRIENTE**

Conecte los Cables de Tierra de la Consola (96) a los dos cables de tierra que se extienden del montaje de la consola.

Coloque el montaje de la consola sobre el montaje de la baranda. Si es necesario, mueva los cables de tal manera que el montaje de la consola se sienta planamente sobre el montaje de la baranda. **Tenga cuidado de no pellizcar alguno de los cables.** Nota: Si el montaje de la consola no se sienta planamente sobre el montaje de la baranda, no podrá completar el paso 8.



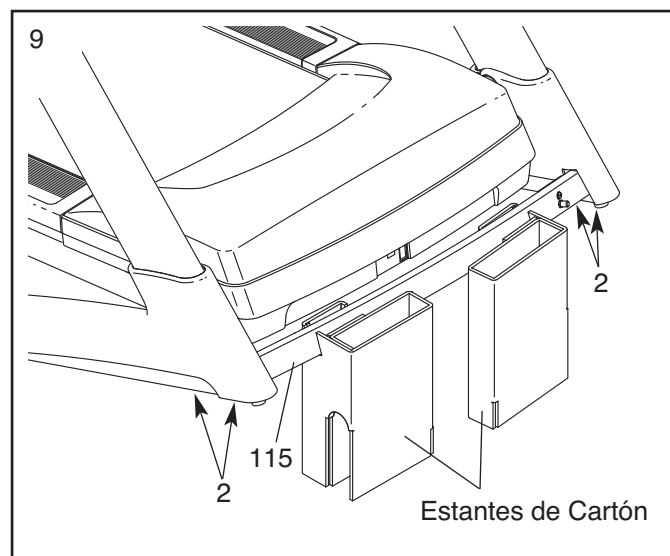
8. Conecte el montaje de la consola al montaje de la baranda con nueve Tornillos de #8 x 3/4" (7). **Comience a enroscar los nueve Tornillos antes de apretarlos.**



9. Localice los dos estantes de cartón del paso 1. Con la ayuda de otra persona, levante el frente de la máquina para correr e inserte la Barra cruzada en la Base (115) dentro de los recortes en los estantes de cartón como se muestra. **Pídale a otra persona que sostenga la máquina para correr para prevenir que se mueva hacia adelante o hacia atrás.**

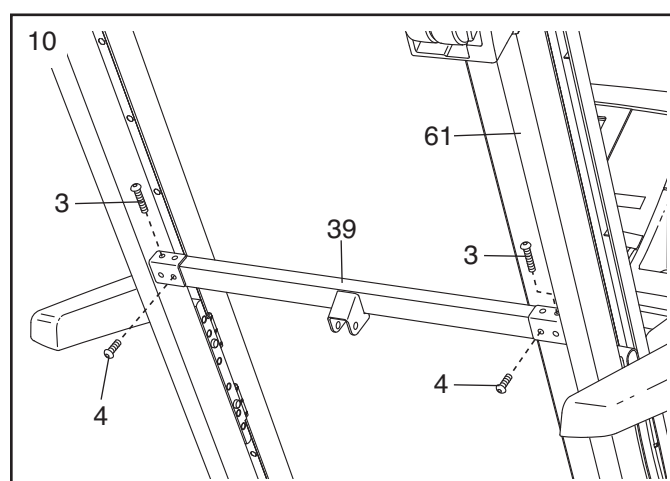
Firmemente apriete los cuatro Pernos con Nylon de 3/8" x 3 3/4" (2).

Con la ayuda de otra persona, baje la máquina para correr de los estantes de cartón.



10. Levante la Armadura (61) a la posición vertical. **Pídale a otra persona que sostenga la Armadura hasta que se complete el paso 11.**

Deslice la Barra Cruzada de la Armadura (39) dentro de los soportes en la Armadura (61) como se muestra. Conecte la Barra Cruzada de la Armadura con dos Pernos de 1/4" x 1 3/4" (3) y dos Pernos de 1/4" x 1 1/4" (4) como se muestra.



11. Oriente el Pasador de Almacenamiento (78) de tal manera que el cilindro grande y la Perilla del Pasador (77) estén en la posición que se muestra.

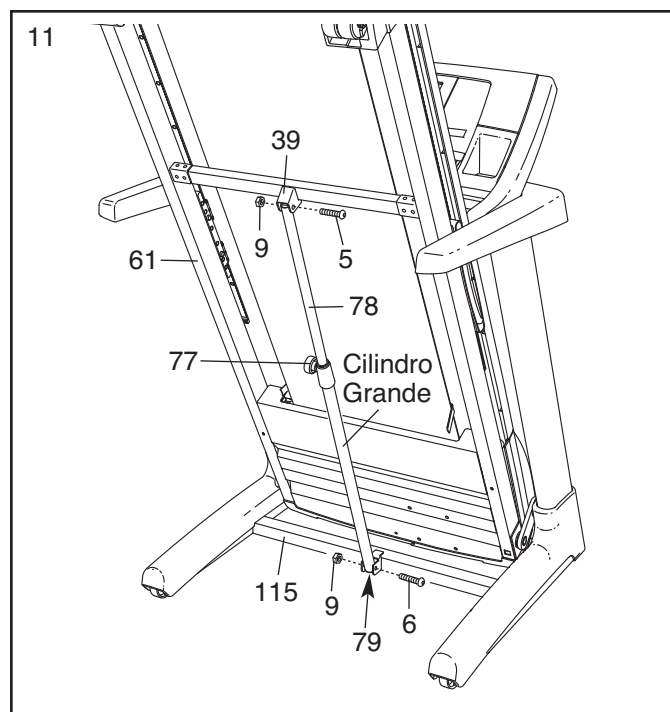
Retire la atadura del extremo superior del Pasador de Almacenamiento (78). Conecte el extremo superior del Pasador de Almacenamiento al soporte en la Armadura de la Barra Cruzada (39) con un Perno de 3/8" x 1 3/4" (5) y un Tuerca de 3/8" (9).

Retire la atadura del extremo inferior del Pasador de Almacenamiento (78). Mantenga los orificios en la Tapa del Pasador (79) alineados con los orificios en el Pasador de Almacenamiento.

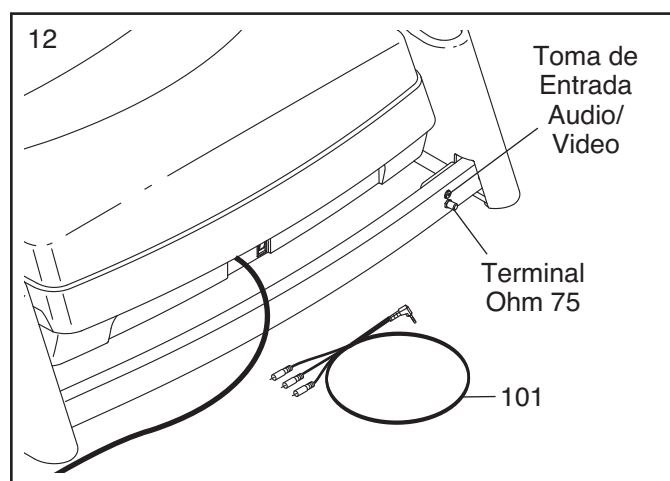
Asegúrese de mantener la Tapa del Pasador dentro del Montaje de Almacenamiento.

Conecte el Pasador de Almacenamiento al soporte en la Base (115) con un Perno de 3/8" x 2" (6) y una Tuerca de 3/8" (9). Nota: Puede ser necesario mover la Armadura hacia atrás y hacia adelante para alinear el Pasador de Almacenamiento con un soporte.

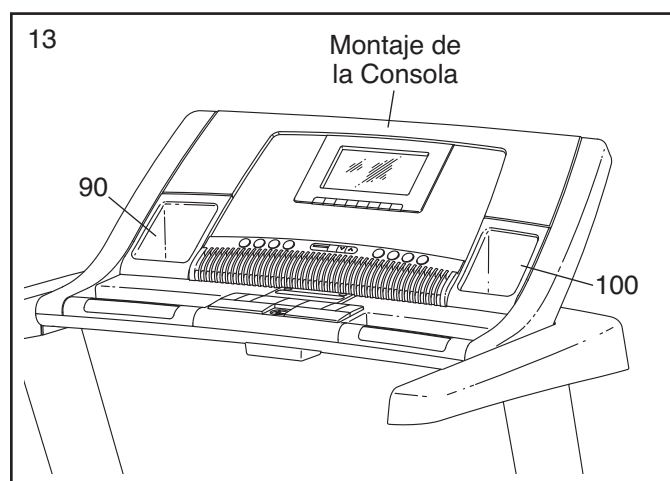
Baje la Armadura (61) (vea COMO BAJAR LA MÁQUINA PARA CORRER PARA EL USO en la página 31).



12. Note el lugar del terminal ohm 75 y la entrada audio/video dentro del toma de la máquina para correr. Para que la televisión opere, se debe una antena o un cable CATV al terminal 75 ohm o un Cable A/V de 96" (101) debe estar conectada al tomacorriente audio/video (vea la página 13).



13. Asegúrese que la Charola Izquierda de Accesorios (90) y la Charola Derecha de Accesorios (100) estén presionadas firmemente dentro del montaje de la consola.



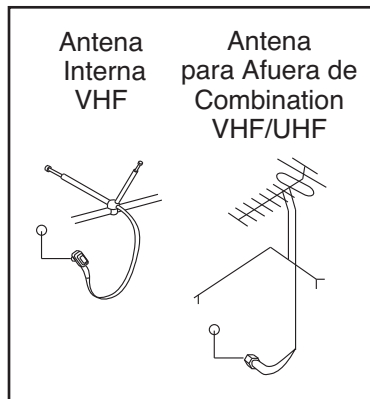
14. **Asegúrese que todas las piezas estén apropiadamente apretadas antes de usar la máquina para correr.** Mantenga las llaves hexagonales en un lugar seguro; se utiliza una de las llaves hexagonales para ajustar la banda para caminar (vea las páginas 33 al 34). **Para proteger el suelo o la alfombra de daños, coloque un tapete debajo de la máquina para correr.**

Antes de operar la televisión, usted debe conectar la antena o un cable CATV de 75 ohm al terminal de 75ohm o el cable A/V de 96" dentro de los tomacorrientes de audio/video. Nota: Use un cable CATV para conectar a una fuente externa como una caja de cable, TV satélite, video grabadora, o cable analog. Ningún cable CATV, antena, o adaptador está incluido.

CÓMO CONECTAR UNA ANTENA

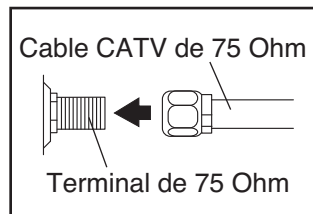
Coloque una antena interna VHF o una antena para afuera de combinación VHF/UHF. Las antenas para afuera están sujetas al medioambiente el cual puede reducir la calidad de la señal.

Inspeccione su antena para afuera y el cable para dentro antes de conectar una antena.



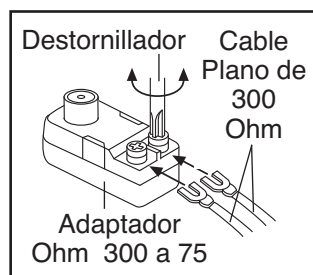
Cable CATV de 75 Ohm

1. Conecte el cable de 75 ohm cable de la antena al terminal de 75 ohm en la armadura de la máquina para correr cerca del cable eléctrico.

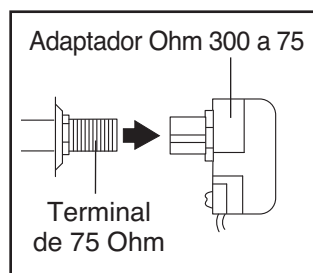


Cable Plano de 300 Ohm

1. Conecte el cable plano de 300 ohm de la antena al adaptador de 300 ohm a 75 ohm.



2. Empuje el adaptador de 300 ohm a 75 ohm sobre el terminal de 75 ohm en el terminal de la máquina para correr cerca de la armadura cerca del cable eléctrico.

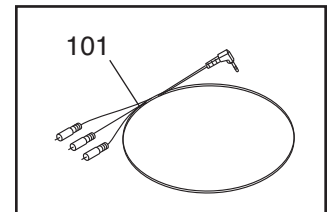


COMO CONECTAR LA FUENTE EXTERNA USANDO CABLE CATV

1. Conecte el extremo del cable CATV de 75 ohm al tomacorriente de 75 ohm en su fuente externa.
2. Enchufe el cable eléctrico de su fuente externa. Vea su fuente externa de su manual del usuario para encontrar instrucciones para conectar a tierra apropiadamente.
3. Conecte el cable CATV de 75 ohm al terminal de 75 ohm en la armadura de la máquina para correr cerca del cable eléctrico. Vea el dibujo a la izquierda.

CÓMO CONECTAR A SU GRABADORA DE VIDEOS O SU GRABADORA DE VCR USANDO SU CABLE A/V DE 96"

1. Conecte los tres extremos con punta, del Cable A/V 96" (101), a su grabadora de video y de discos compactos.
2. Enchufe el cable eléctrico su grabadora de video y de discos compactos. Vea el manual del usuario de su grabadora de video y de discos compactos para ver la manera de conectar a tierra apropiadamente.
3. Conecte el Cable A/V de 96" al tomacorriente audio/video en la armadura de la máquina para correr cerca del cable eléctrico.



FUNCIONAMIENTO Y AJUSTES

LA BANDA PRELUBRICADA PARA CAMINAR

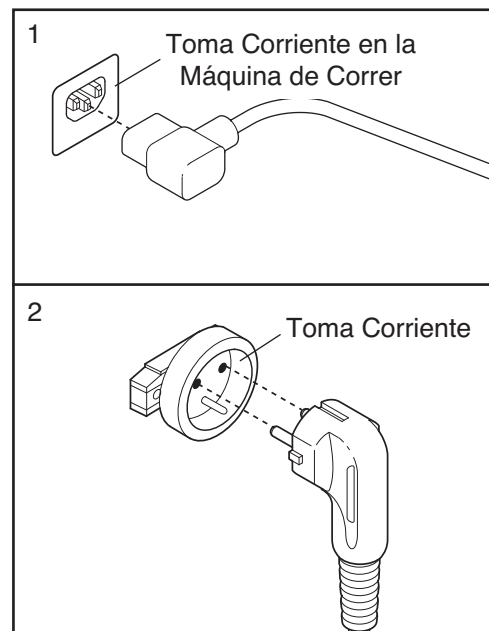
Su máquina para caminar ofrece una banda para caminar cubierta con lubricante de alto rendimiento. **IMPORTANTE:** Nunca aplique aerosol de silicio u otras sustancias a la banda para caminar o a la plataforma. Esto puede deteriorar la banda para caminar y causar demasiado desgaste.

INSTRUCCIONES PARA CONECTAR POLO DE TIERRA

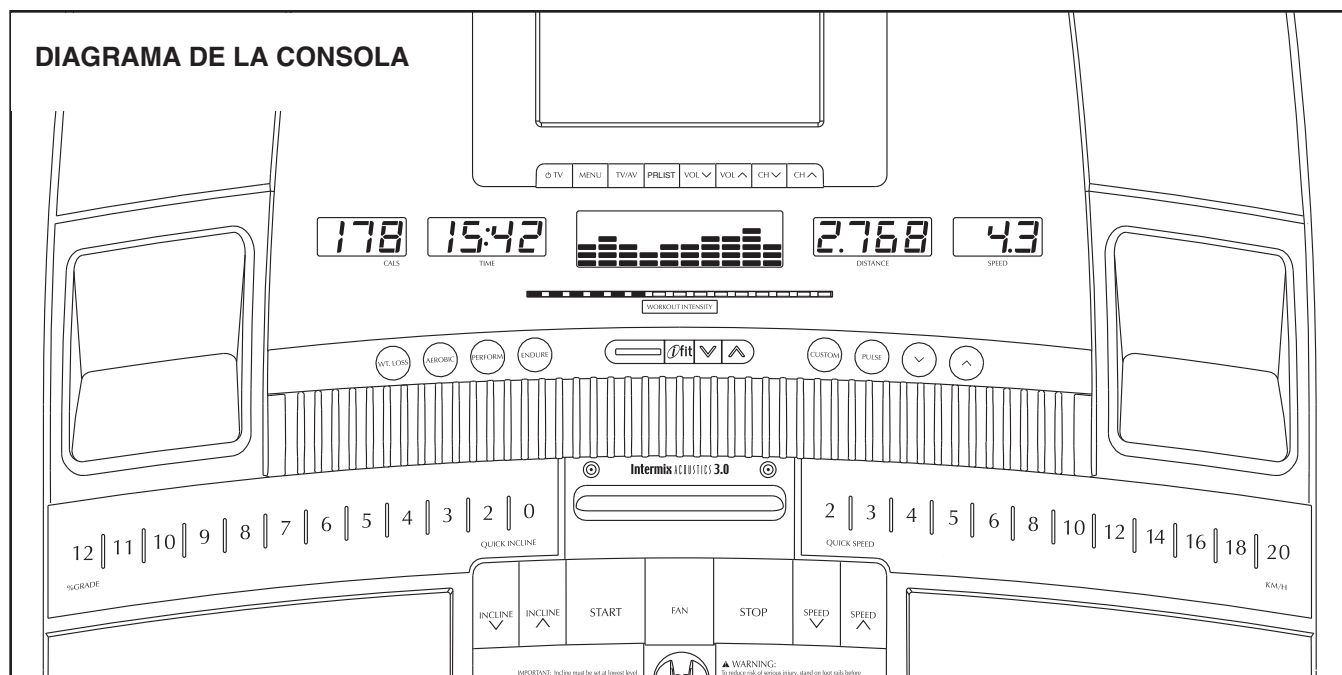
Este aparato debe estar conectado a un polo de tierra. Si llegara a fallar o estropearse, la salida a tierra ofrece un camino de menor resistencia a la corriente eléctrica reduciendo el riesgo de una descarga eléctrica. Este producto está equipado con un cable que tiene un conductor de tierra y un enchufe de tierra.

Importante: Si el cable eléctrico está dañado, se debe reemplazar con un cable eléctrico recomendado por el fabricante.

Refiérase al dibujo 1. Enchufe el extremo indicado en el toma corriente en la máquina de correr. Refiérase al dibujo 2. Enchufe el cable eléctrico en un toma corriente que esté apropiadamente instalado a tierra de acuerdo con todos los códigos y ordenanzas locales. **Importante:** La máquina para correr no es compatible con toma corrientes equipados con un interruptor de circuito con prueba de tierra.



⚠ PELIGRO: El no conectar el enchufe a tierra adecuadamente puede ocasionar una descarga eléctrica. Verifique con un electricista cualificado o con el personal de servicio cualquier duda que tenga con respecto a la conexión a tierra. No modifique el enchufe original—si ésta no se adapta al toma corriente, el toma corriente es el que deberá ser cambiado por un electricista cualificado.



COLOCANDO LA CALCOMANÍA DE ADVERTENCIA

La advertencia en la consola está en inglés. Esta advertencia se encuentra en otros idiomas en la oja de calcomanías incluida. Coloque la calcomanía en español a la consola.

CARACTERÍSTICAS DE LA CONSOLA

La máquina para correr ofrece una selección impresionante de características diseñadas para hacer sus entrenamientos más efectivos y agradables. Cuando la función manual de la consola es seleccionada, la velocidad e inclinación de la máquina para correr se puede cambiar con el toque de un botón. A medida que usted haga ejercicios, las pantallas proveerán información continua del ejercicio. Usted puede medir su ritmo cardíaco usando el sensor de pulso del mango o el sensor de pulso opcional para el pecho. Vea la página 29 para información acerca del sensor de pulso opcional para el pecho.

Además, la consola tiene veinte entrenamientos preajustados—cinco entrenamientos de Pérdida de Peso, cinco entrenamientos aeróbicos, cinco entrenamientos de Desempeño, y cinco entrenamientos de Resistencia. Cada entrenamiento controla la velocidad y la inclinación de la máquina para correr a medida que avanza su sesión de entrenamiento. Usted puede aún crear sus propios entrenamientos personalizados y guardarlos para uso futuro.

La consola también ofrece dos entrenamientos de pulso que controla la velocidad e inclinación de la máquina para correr para ayudarle a mantener su ritmo cardíaco cerca a los ajustes de la meta de su ritmo cardíaco.

La consola también ofrece el nuevo sistema de entrenamiento interactivo iFit. El sistema de entrenamiento in-

teractivo iFit es compatible con las tarjetas iFit que contienen entrenamientos diseñados para ayudarle a alcanzar metas específicas de buen estado físico. Por ejemplo, perder libras no deseadas con el entrenamiento de Pérdida de Peso de 8 semanas. Los entrenamientos de iFit automáticamente controlan la máquina para correr mientras que la voz de un entrenador personal le asesora por cada paso de su entrenamiento. Un demo de la tarjeta iFit está incluido. Tarjetas adicionales de iFit están disponibles por separado. **Para comprar tarjetas iFit, visite www.iFit.com o llame al número de teléfono que está en la portada de este manual. Las tarjetas iFit también las puede conseguir en tiendas seleccionadas.**

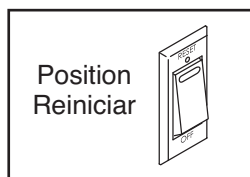
Así seleccione la función manual o un entrenamiento, usted puede gozar de los programas de su selección en la televisión personal mientras que se mantiene en forma. También usted puede escuchar a su música de entrenamiento favorita o audio libros con el sistema de sonido estéreo de alta calidad de la consola.

Para encender la corriente, vea la página 16. **Para usar la función manual,** vea la página 16. **Para usar un entrenamiento preajustado,** vea la página 18. **Para crear y usar un entrenamiento personalizado,** vea las páginas 19 y 20. **Para usar un entrenamiento de pulso,** vea la página 21. **Para usar una tarjeta iFit,** vea la página 22. **Para usar la televisión personal,** vea la página 23. **Para usar el control remoto,** vea la página 24. **Para cambiar las pilas en el control remoto,** vea la página 25. **Para cambiar los ajustes de la televisión en la función TV o la función AV,** vea la página 26. **Para cambiar los ajustes de la televisión en la función DTV,** vea la página 27. **Para usar la función de información,** vea la página 28. **Para usar el sistema de sonido estéreo,** vea la página 29.

COMO ENCENDER LA CORRIENTE

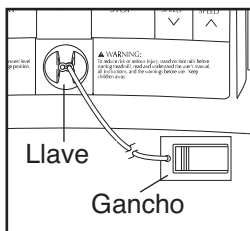
IMPORTANTE: Si la máquina para correr ha sido expuesta a bajas temperaturas, deje que alcance la temperatura del ambiente antes de encenderla. Si usted no hace esto, usted puede dañar las pantallas de la consola u otros componentes eléctricos.

Enchufe el cable eléctrico (vea la página 14). Localice el cortacircuito para reiniciar/apagar [RESET/OFF] en la máquina para correr cerca del cable eléctrico. Verifique que el cortacircuito quede en la posición para reiniciar [RESET].



IMPORTANTE: La consola ofrece una función demo en pantalla, diseñada para utilizar si la máquina para correr se exhibe en una tienda. Si las pantallas se iluminan cuando usted enchufa el cable eléctrico y coloca el interruptor en la posición de reinicio, se activa la función demo. Para apagar la función demo, mantenga presionado el botón Detener [STOP] por algunos segundos. Si las pantallas permanecen encendidas, vea LA FUNCIÓN DE INFORMACIÓN en la página 28 para apagar la función demo.

Párese en los rieles para los pies de la máquina para correr. Encuentre el sujetador conectado a la llave (vea el dibujo a la derecha) y deslícelo a la cintura de su ropa. Luego, inserte la llave en la consola. Después de un momento, la pista y las tres pantallas se encenderán. **IMPORTANTE:** En una situación de emergencia, es posible arrancar la llave de la consola, lo cual causará que la banda para caminar disminuya la velocidad hasta detenerse. Pruebe el sujetador cuidadosamente tomando unos pasos hacia atrás; si la llave no se sale de la consola, ajuste la posición del sujetador como sea necesario.



IMPORTANTE: Si hay una hoja de plástico transparente en la carátula de la consola, quítela antes de usar la consola. Para prevenir daños a la plataforma para caminar, siempre use calzado limpio cuando use la máquina para correr. La primera vez que use la máquina para correr, observe la alineación de la banda para caminar, y centre la banda para caminar si es necesario (vea la página 33).

Nota: La consola puede mostrar la velocidad y la distancia en millas o kilómetros. Para encontrar cual unidad de medidas se ha seleccionado, o para cambiar la unidad de medidas, vea LA FUNCIÓN DE INFORMACIÓN en la páginas 28. Para tener más simplicidad, todas las instrucciones en esta sección se refieren a kilómetros.

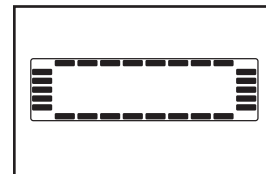
COMO USAR LA FUNCIÓN MANUAL

1. Inserte la llave completamente en la consola.

Vea COMO ENCENDER LA CORRIENTE a la izquierda.

2. Seleccione la función manual.

Al insertar la llave se seleccionará la función manual. Si usted ha seleccionado un entrenamiento, presione cualquiera de los botones de entrenamiento repetidamente (Pérdida de Peso [WT. LOSS], Aeróbico [AEROBIC], Desempeño [PERFORM], Resistencia [RESISTANCE], Personalizado [CUSTOM], o Pulso [PULSE]), hasta que aparezca una pista en la matriz.



3. Comience la banda para caminar y ajuste la velocidad.

Para comenzar la banda para caminar, presione el botón de Comenzar, [START], el botón para aumentar la Velocidad [SPEED], o uno de los botones de Velocidad Rápida [QUICK SPEED] enumerados del 2 al 20.

Si usted presiona el botón de Comenzar o el botón para aumentar la Velocidad, la banda para caminar comenzará a moverse a 2 Km./H. Mientras hace ejercicios, cambie la velocidad de la banda para caminar como lo desee presionando los botones para aumentar y disminuir la Velocidad. Cada vez que presione un botón, el ajuste de la velocidad cambiará 0.1 Km./H; si mantiene oprimido el botón, el ajuste de la velocidad cambiará en incrementos de 0.5 Km./H. Si usted presiona uno de los botones enumerados de Velocidad Rápida, la banda para caminar gradualmente aumentará la velocidad hasta que alcance el ajuste de la velocidad seleccionada.

Para detener la banda para caminar, presione el botón de Parar [STOP]. Para comenzar la banda para caminar de nuevo, presione el botón de Comenzar, el botón para aumentar la Velocidad, o uno de los botones enumerados de Velocidad Rápida.

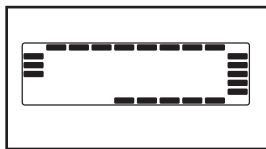
4. Cambie la inclinación de la máquina para correr como se desea.

Para cambiar la inclinación de la máquina para correr, presione los botones para aumentar o disminuir la Inclinación [INCLINE] o uno de los botones de Inclinación Rápida [QUICK INCLINE] enumerados del 0 al 12.

Cada vez que presione el botón para aumentar o disminuir la Inclinación, la inclinación cambiará un 0.5%. Si usted presiona uno de los botones enumerados de Inclinación Rápida, la inclinación gradualmente cambiará hasta que alcance el ajuste de la inclinación seleccionada.

5. Siga su progreso con las pantallas.

La matriz—Cuando se leccione la función manual, la matriz mostrará una pista que representa 400 metros (1/4 de milla). Mientras que hace ejercicios, los indicadores alrededor de la pista aparecerán en sucesión hasta que aparezca la pista completa. Después, la pista desaparecerá y los indicadores aparecerán de nuevo en sucesión.



La pantalla de Calorías/Inclinación—

La pantalla de Calorías/Inclinación [CALS/INCLINE] puede mostrar el número aproximado de calorías que usted ha quemado. La pantalla también mostrará la inclinación de la máquina para correr por varios segundos cada vez que la inclinación cambie.



La pantalla del

Tiempo—La pantalla del Tiempo [TIME] mostrará el tiempo que ha pasado. Nota:

Cuando se selecciona un entrenamiento, la pantalla mostrará el tiempo restante en el entrenamiento en vez del tiempo transcurrido.



La pantalla de la

Distancia—La pantalla de la Distancia [DISTANCE] puede mostrar la distancia que usted ha caminado o corrido.

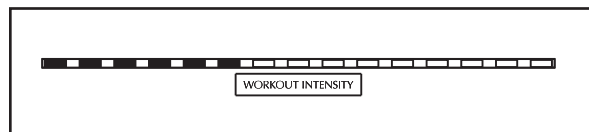


La pantalla de la

Velocidad/Pulso—La pantalla de la Velocidad/Pulso [SPEED/PULSE] puede mostrar la velocidad de la banda para caminar. La pantalla también mostrará su ritmo cardíaco cuando use el sensor de pulso del mango o el sensor de pulso opcional para el pecho.



Mientras que hace ejercicios, la barra del nivel de la intensidad del entrenamiento indicará el nivel aproximado de la intensidad de su ejercicio.

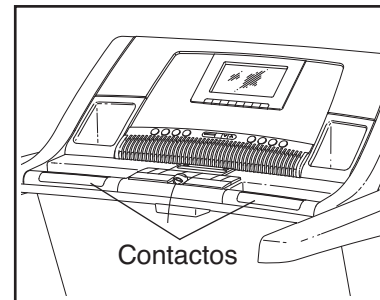


Para reiniciar la consola, oprima el botón Parar [STOP], retire la llave, y después reinserte la llave.

6. Mida su ritmo cardíaco si lo desea.

Nota: Si usted usa el sensor de pulso del mango y el sensor de pulso opcional para el pecho al mismo tiempo, la consola no mostrará su ritmo cardíaco correctamente. Vea la página 29 para información acerca del sensor de pulso opcional para el pecho.

Antes de usar el sensor de pulso de mango, saque las hojas de plástico transparente de los contactos metálicos. Además, verifique que tenga las manos limpias.



Para medir su ritmo cardíaco, **párese en los riel para los pies** y sostenga los contactos de metal de la baranda—**evite mover sus manos**. **Sostenga los contactos por aproximadamente diez segundos**. Cuando se detecte su pulso, se mostrará su ritmo cardíaco. **Para lograr una lectura de su ritmo cardíaco lo más precisa posible, mantenga sujetando los contactos durante unos 15 segundos**.

7. Encienda el ventilador si lo desea.

El ventilador tiene ajustes de velocidades altas y bajas. Presione repetidamente el botón Ventilador [FAN] para seleccionar una velocidad del ventilador o para apagar el ventilador. Nota: Si el ventilador está encendido cuando la banda para caminar está parada, el ventilador se apagará automáticamente después de algunos minutos.

8. Cuando usted termine de hacer ejercicios, retire la llave de la consola.

Pise los rieles para los pies, presione el botón de Parar [STOP] y **asegúrese que la inclinación de la máquina para correr esté de la posición más baja. La inclinación debe estar en la posición más baja cuando la máquina para correr se pliegue en su posición para guardarla, de lo contrario se puede dañar el equipo**. A continuación, quite la llave de la consola y guarde la llave en un lugar seguro.

Cuando termine de utilizar la máquina para correr, coloque el interruptor de reiniciar/apagar a la posición apagar [OFF] y desconecte el cable eléctrico. **IMPORTANTE: Si no lo hace, los componentes eléctricos de la máquina pueden desgastarse antes de tiempo.**

COMO USAR UN ENTRENAMIENTO PREAJUSTADO

1. Inserte la llave dentro de la consola.

Vea COMO ENCENDER LA CORRIENTE en la página 16.

2. Seleccione un entrenamiento preestablecido.

Para seleccionar un entrenamiento preajustado, presione repetidamente el botón de Pérdida de Peso [WT. LOSS], el botón Aeróbico [AEROBIC], el botón de Desempeño [PERFORM], o el botón de Rendimiento [ENDURE].

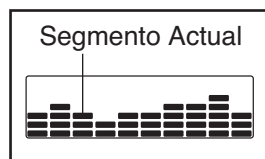
Cuando un entrenamiento preajustado es seleccionado, las pantallas mostrarán el ajuste máximo de la inclinación, la duración del entrenamiento, el número del entrenamiento, y el ajuste de la velocidad máxima del entrenamiento. Además, un perfil de los ajustes de la velocidad del entrenamiento recorrerá a través de la matriz.



3. Comience la banda para caminar.

Presione el botón de Comenzar [START] para comenzar el programa. Un momento después que el botón se presione, la máquina para correr automáticamente se ajustará a los primeros ajustes de la velocidad e inclinación del entrenamiento. Sostenga las barandas y comience a caminar.

Cada entrenamiento está dividido en segmentos de un minuto. Un ajuste de velocidad y un ajuste de inclinación están programados para cada segmento. Nota: El mismo ajuste de velocidad e/o inclinación se puede programar para segmentos consecutivos.



Durante el entrenamiento, el perfil mostrará su progreso. El segmento destallando del perfil representa el segmento actual del programa. La altura del segmento que destella indica el ajuste de la velocidad

para segmento actual. Al final de cada segmento, se escuchará una serie de tonos y el próximo segmento del perfil comenzará a destellar. Los nuevos ajustes de la velocidad e inclinación aparecerán en las pantallas por algunos segundos. Si un ajuste diferente de la velocidad y/o inclinación está programado para el próximo segmento del entrenamiento, el nuevo ajuste de la velocidad y/o inclinación destellará en la pantalla para avisarle.

Si el ajuste de la velocidad o inclinación es muy alta o muy baja en cualquier momento durante el entrenamiento, usted manualmente puede anular el ajuste presionando los botones de la velocidad o inclinación; **sin embargo, cuando el próximo segmento del entrenamiento empiece, la máquina para correr automáticamente se ajustará a los ajustes de la velocidad e inclinación para el próximo segmento.**

Para parar el entrenamiento en cualquier momento, oprima el botón Parar [STOP]. Para comenzar nuevamente el entrenamiento, presione el botón de Comenzar o el botón para aumentar la Velocidad. La banda para caminar empezará a moverse a 2 Km/H. Cuando el siguiente segmento del entrenamiento comience, la máquina para correr automáticamente se ajustará a los ajustes de la velocidad e inclinación del siguiente segmento.

El entrenamiento continuará en ésta manera hasta que el último segmento del entrenamiento termine. Entonces la banda para caminar disminuirá la velocidad hasta detenerse por completo.

4. Siga su progreso con las pantallas.

Vea el paso 5 en la página 17.

5. Mida su ritmo cardiaco si lo desea.

Vea el paso 6 en la página 17.

6. Encienda el ventilador si lo desea.

Vea el paso 7 en la página 17.

7. Cuando usted termine de hacer ejercicios, retire la llave de la consola.

Vea el paso 8 en la página 17.

COMO CREAR UN ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO

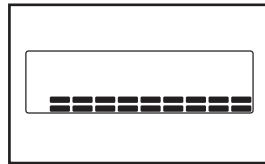
1. Inserte la llave completamente en la consola.

Vea COMO ENCENDER LA CORRIENTE en la página 16.

2. Seleccione un entrenamiento personalizado.

Para seleccionar un entrenamiento personalizado, presione el botón Personalizado [CUSTOM] repetidamente. Cuando un entrenamiento personalizado es seleccionado, el número del entrenamiento y tres columnas de indicadores aparecerán en las pantallas.

Nota: Si más de dos hileras de indicadores recorre a través de la matriz, vea COMO USAR EL ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO en la página 20.



3. Comience la banda para caminar y programe los ajustes de la velocidad e inclinación deseada.

Presione el botón de Comenzar [START]. Un momento después que presione el botón, la banda para caminar empezará a moverse. Sostenga las barandas y comience a caminar.

Cada entrenamiento está dividido en varios segmentos de un minuto. Un ajuste de velocidad y un ajuste de inclinación están programados para cada segmento. Para programar los ajustes de la velocidad e inclinación para el primer segmento, simple-

mente ajuste la velocidad e inclinación de la máquina para correr como lo desee presionando los botones de la velocidad e inclinación.

Cuando el primer segmento del entrenamiento termine, una serie de tonos sonarán y los ajustes de la velocidad e inclinación actual serán guardados en la memoria. Programe un ajuste de la velocidad y un ajuste de la inclinación para el segundo segmento de la misma manera.

Continúe programando ajustes de la velocidad e inclinación para todos los segmentos que desee; entrenamientos personalizados puede tener hasta cuarenta segmentos. Cuando haya terminado con su entrenamiento, presione dos veces el botón de Parar. Los ajustes de la velocidad e inclinación que usted ha programado y el tiempo del entrenamiento entonces serán guardados en la memoria.

4. Siga su progreso con las pantallas.

Vea el paso 5 en la página 17.

5. Mida su ritmo cardiaco si lo desea.

Vea el paso 6 en la página 17.

6. Encienda el ventilador si lo desea.

Vea el paso 7 en la página 17.

7. Cuando usted termine de hacer ejercicios, retire la llave de la consola.

Vea el paso 8 en la página 17.

CÓMO UTILIZAR UN ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO

1. Inserte la llave dentro de la consola.

Vea COMO ENCENDER LA CORRIENTE en la página 16.

2. Seleccione un entrenamiento personalizado.

Para seleccionar un entrenamiento personalizado, presione el botón Personalizado repetidamente. Cuando se seleccione un entrenamiento personalizado, un perfil del ajuste de la velocidad del entrenamiento recorrerá a través de la matriz.

Además, aparecerá el ajuste máximo de inclinación [INCLINE], la duración del entrenamiento [TIME], el número del entrenamiento, y el ajuste máximo de la velocidad [SPEED] del entrenamiento. **Nota: Si sólo dos hileras de los indicadores recorre a través de la matriz, vea COMO CREAR UN ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO en la página 19.**



3. Comience la banda para caminar.

Presione el botón de Comenzar [START] para comenzar el programa. Un momento después que presione el botón de comenzar, la máquina para correr automáticamente se ajustará a los primeros ajustes de la velocidad e inclinación que usted ha programado previamente. Sostenga las barandas y comience a caminar.

Cada entrenamiento está dividido en varios segmentos de un minuto. Un ajuste de velocidad y un ajuste de inclinación están programados para cada segmento. Nota: El mismo ajuste de velocidad e/o inclinación se puede programar para segmentos consecutivos.

El entrenamiento personalizado funcionará de la misma manera que un entrenamiento preajustado (vea el paso 3 en la página 18).

Si lo desea, puede volver a diseñar el entrenamiento mientras que lo esté usando. **Para cambiar el ajuste de la velocidad o el ajuste de la inclinación para el segmento actual**, simplemente presione los botones de la velocidad o inclinación. Cuando el segmento actual termine, el nuevo ajuste será guardado en la memoria. **Para aumentar el tiempo del entrenamiento**, primero espere hasta que el entrenamiento se termine. Luego, presione el botón de Comenzar y programe los ajustes de la velocidad e inclinación para todos los segmentos adicionales que desee. Cuando haya añadido todos los segmentos que desee, presione el botón de Parar [STOP] dos veces. **Para disminuir el tiempo del entrenamiento**, presione el botón de Parar dos veces en cualquier momento antes de que el entrenamiento termine.

Para parar el entrenamiento temporalmente, presione el botón de Parar. Para volver a empezar el entrenamiento, oprima el botón de Comenzar. La banda para caminar empezará a moverse a 2 Km/H. Cuando el siguiente segmento del entrenamiento comience, la máquina para correr automáticamente ajustará los ajustes de la velocidad e inclinación programados para el siguiente segmento.

4. Siga su progreso con las pantallas.

Vea el paso 5 en la página 17.

5. Mida su ritmo cardiaco si lo desea.

Vea el paso 6 en la página 17.

6. Encienda el ventilador si lo desea.

Vea el paso 7 en la página 17.

7. Cuando usted termine de hacer ejercicios, retire la llave de la consola.

Vea el paso 8 en la página 17.

COMO USAR UN ENTRENAMIENTO DE PULSO

! PRECAUCIÓN: Si tiene problemas del corazón, o si es mayor de 60 años de edad y es inactivo, no use los entrenamientos de pulso. Si está tomando medicamentos regularmente, consulte con su doctor para saber si la medicina afectará su ejercicio de ritmo cardíaco.

1. Póngase el sensor de pulso opcional para el pecho.

Nota: Para mejores resultados, use un sensor de pulso para el pecho para usar un entrenamiento de pulso. Vea la página 29 para información acerca del sensor de pulso opcional para el pecho.

2. Inserte la llave dentro de la consola.

Vea COMO ENCENDER LA CORRIENTE en la página 16.

3. Seleccione uno de los cuatro entrenamientos de pulso.

Para seleccionar un entrenamiento de pulso, presione el botón de Pulso [PULSE] repetidamente. Cuando un entrenamiento de pulso es seleccionado, la duración del entrenamiento, el número del entrenamiento, y la meta máxima del ritmo cardíaco aparecerán en las pantallas. Además, un perfil de los ajustes del ritmo cardíaco del entrenamiento recorrerá a través de la matriz.



4. Entre un ajuste de la meta del ritmo cardíaco.

El ajuste máximo de la meta del ritmo cardíaco del entrenamiento aparecerá en la pantalla de la Velocidad [SPEED]/Pulso. Si lo desea, presione los botones para aumentar y disminuir cerca del botón del Pulso para cambiar el ajuste de la meta máxima del ritmo cardíaco (**vea LA INTENSIDAD DEL EJERCICIO en la página 36**). Nota: Si usted cambia el ajuste de la meta máxima del ritmo cardíaco, el nivel de la intensidad del entrenamiento completo cambiará.

5. Comience la banda para caminar.

Presione el botón de Comenzar [START] para comenzar el programa. Un momento después que el botón se presione, la máquina para correr automáticamente se ajustará a los primeros ajustes de la velocidad e inclinación del entrenamiento. Sostenga las barandas y comience a caminar.

Los entrenamientos de pulso están divididos en segmentos de un minuto. Un ajuste de meta del ritmo cardíaco está programado para cada segmento. Nota: El mismo ajuste de la meta del ritmo cardíaco puede ser programado para segmentos consecutivos.

Durante cada segmento del entrenamiento, la consola comparará su ritmo cardíaco al ajuste de la meta del ritmo cardíaco por ese segmento. Si su ritmo cardíaco está demasiado bajo o encima del ajuste de la meta del ritmo cardíaco, la velocidad e/o inclinación automáticamente aumentará o disminuirá para traer su ritmo cardíaco cerca al ajuste de la meta del ritmo cardíaco.

Si su pulso no se detecta durante el programa, las letras "PLS" destellarán en la pantalla y la velocidad e/o inclinación de la máquina para correr pueda que automáticamente disminuya. Si esto sucede, vea las instrucciones incluidas con el sensor de pulso opcional para el pecho.

Cuando el primer segmento del entrenamiento termine, una serie de tonos sonará y todos los ajustes de las metas del ritmo cardíaco se moverán una columna a la izquierda. Los nuevos ajustes de la velocidad e inclinación aparecerán en la pantalla. El entrenamiento continuará de ésta manera hasta que el último segmento del entrenamiento termine. Entonces la banda para caminar disminuirá la velocidad hasta detenerse por completo.

Si los ajustes de la velocidad e/o inclinación están muy altos o muy bajos, usted puede cambiar el nivel de la intensidad del entrenamiento en cualquier momento presionando los botones de la Velocidad e Inclinación; **sin embargo, cuando la consola compare su ritmo cardíaco con la meta del ritmo cardíaco para el segmento actual, la velocidad e/o inclinación de la máquina para correr puede cambiar para traer su ritmo cardíaco cerca al ajuste de la meta del ritmo cardíaco.**

Para parar el entrenamiento en cualquier momento, oprima el botón Parar [STOP]. Para volver a empezar el entrenamiento, oprima el botón Comenzar. La banda para caminar comenzará a moverse a 2 Km/H; **sin embargo, cuando la consola compara su ritmo cardíaco al ajuste de la meta del ritmo cardíaco para el segmento actual, la velocidad e/o inclinación de la máquina para correr puede cambiar para traer su ritmo cardíaco cerca al ajuste de la meta del ritmo cardíaco.**

6. Siga su progreso con las pantallas.

Vea el paso 5 en la página 17.

7. Encienda el ventilador si lo desea.

Vea el paso 7 en la página 17.

8. Cuando usted termine de hacer ejercicios, retire la llave de la consola.

Vea el paso 8 en la página 17.

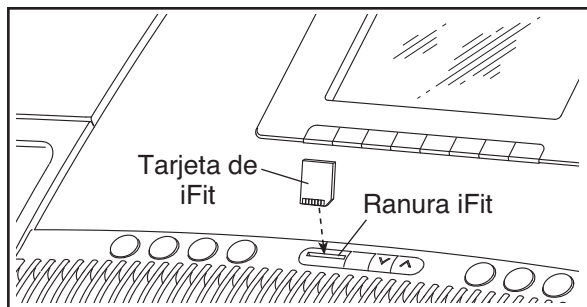
COMO USAR UNA TARJETA DE IFIT

1. Inserte la llave completamente en la consola.

Vea COMO ENCENDER LA CORRIENTE en la página 16.

2. Inserte una tarjeta iFIT y seleccione un entrenamiento.

Para usar un entrenamiento de iFit, inserte una tarjeta de iFit dentro de la ranura iFit; asegúrese que la tarjeta iFit esté orientada de manera que los contactos de metal estén mirando hacia abajo y estén insertadas dentro de la ranura iFit.



Luego, seleccione un entrenamiento iFit presionando los botones de arriba y abajo de iFit que están al lado de la ranura iFit. Cuando se seleccione un entrenamiento, las pantallas mostrarán el ajuste máximo de la inclinación [INCLINE], la duración [TIME] del entrenamiento, el número del entrenamiento, y el ajuste máximo de la velocidad

[SPEED] del entrenamiento. Además, un perfil de los ajustes de la velocidad del entrenamiento aparecerá en la pantalla.

Cada entrenamiento de iFit está dividido en varios segmentos de un minuto. Un ajuste de velocidad y un ajuste de inclinación están programados para cada segmento. Nota: El mismo ajuste de velocidad e/o inclinación se puede programar para segmentos consecutivos.

3. Comience la banda para caminar.

Presione el botón de Comenzar [START] para comenzar el entrenamiento. Un momento después que el botón se presione, la máquina para correr automáticamente se ajustará a los primeros ajustes de la velocidad e inclinación del entrenamiento. Sostenga las barandas y comience a caminar. Durante el entrenamiento, un entrenador personal le guiará por todo el entrenamiento.

Si el ajuste de la velocidad o inclinación del segmento actual está muy alto o muy bajo, usted puede manualmente anular el ajuste presionando los botones de la velocidad o inclinación; **sin embargo, cuando el próximo segmento comience, la máquina para correr automáticamente se ajustará a los ajustes de la velocidad e inclinación para el próximo segmento.**

Para parar el entrenamiento en cualquier momento, oprima el botón Parar [STOP]. Para comenzar nuevamente el entrenamiento presione el botón de comenzar o el botón para aumentar la Velocidad. La banda para caminar empezará a moverse a 2 Km/H. Cuando el siguiente segmento del entrenamiento comience, la máquina para correr automáticamente se ajustará a los ajuste de la velocidad e inclinación para el siguiente segmento.

4. Siga su progreso con las pantallas.

Vea el paso 5 en la página 17.

5. Encienda el ventilador si lo desea.

Vea el paso 7 en la página 17.

6. Cuando usted termine de hacer ejercicios, retire la llave de la consola.

Vea el paso 8 en la página 17.

PRECAUCIÓN: Retire siempre las tarjetas de iFit de la ranura iFit cuando no las esté usando.

CÓMO OPERAR LA TELEVISIÓN

IMPORTANTE: Antes de usar la televisión, usted debe de conectar el Cable A/V de 96" o un cable CATV a la máquina para correr (vea la página 13).

1. Encienda la televisión.

Si hay una hoja de plástico en la pantalla de la televisión, retire el plástico. Inserte la llave completamente dentro de la consola. Vea COMO ENCENDER LA CORRIENTE en la página 16. Presione el botón de la corriente de la TV para encender la televisión. Nota: Si usted usa la televisión sin insertar la llave en la consola, los botones de la consola no funcionarán.

2. Inicialice la función DTV.

Si no hay canales guardados en la memoria de la función DTV, la televisión le avisará a ajustar los ajustes de la televisión. Seleccione su País, idioma, y tiempo de la zona. Los tiempos de las zonas están ajustados a la hora según el Tiempo Meridiano de Greenwich (TMG). Luego, ilumine Salida y presione el botón para aumentar el Volumen en su control remoto. Seleccione Si [YES] para recorrer los canales o No para recorrer los canales en otro tiempo

3. Recorra los canales de televisión.

Antes de usar su televisión, usted debe de recorrer los canales. Vea las páginas 26 y 27 para información de cómo recorrer los canales. Nota: Usted debe conectar su reproductor de VCR o DVD y recorrer los canales antes de usar su reproductor de VCR o DVD. Asegúrese que su reproductor de VCR o DVD esté conectado correctamente (vea la página 13).

Su televisión puede recibir análogos y señales digitales. Para que la televisión funcione correctamente, es necesario tener buena recepción. Asegúrese que los ajustes de la televisión estén fijados correctamente (vea las páginas 26 y 27). Si está usando una antena, asegúrese que esté correctamente conectada y ajustada para una recepción óptima (vea COMO CONECTAR UNA ANTENA en la página 13).

4. Presione el botón TV/AV para seleccionar una función de la televisión.

Seleccione una función de entrada presionando el botón TV/AV en el control remoto repetidamente hasta que la función seleccionada aparezca en la pantalla. Si usted ha conectado una antena o un cable CATV de 75 ohm al terminal de 75 ohm de la máquina para correr, seleccione la función TV para ver televisión analog o la función DTV para ver televisión digital. Si usted ha enchufado el Cable A/V de 96" dentro de la tomacorriente de entrada de audio/video, seleccione la función AV. Nota: Para los mejores resultados, presione el botón TV/AV solo en el control remoto.

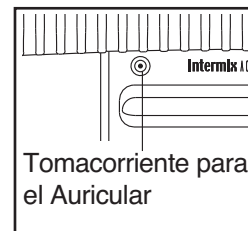
5. Presione los botones de los Canales para seleccionar el canal deseado.

Cuando encienda la televisión, la pantalla le mostrará el último canal que fue seleccionado. Para seleccionar un canal diferente, presione los botones de los canales numerados o los botones para aumentar y disminuir el Canal (CH). El número del canal seleccionado aparecerá en la pantalla por algunos segundos. Nota: Antes de que los canales puedan ser seleccionados, ellos deben de ser guardados en la memoria de la televisión. Si ya no aparece un canal, vuelva a recorrer los canales. Vea las páginas 26 y 27.

6. Presione los botones del Volumen para ajustar el volumen.

Presione los botones para aumentar o disminuir el Volumen (VOL) en la consola para ajustar el volumen. Cuando usted presione cualquiera de los botones, el nivel del volumen aparecerá en la pantalla por algunos segundos. Nota: Para mejores resultados, cambie el volumen presionando solamente los botones del Volumen de la consola.

Para usar los intrauriculares o auriculares (no incluido), enchúfelos dentro del tomacorriente para el auricular cerca del botón de Comenzar en la consola.



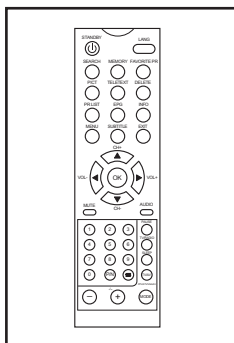
7. Apague la televisión.

Cuando usted haya terminado de usar la televisión, mantenga presionado el botón de la corriente de la televisión [TV] por varios segundos para apagar la televisión. Nota: Si usted no apaga la televisión, la televisión se encenderá automáticamente la próxima vez que usted use la máquina para correr.

COMO USAR EL CONTROL REMOTO

La primera vez que use el control remoto, inserte las pilas (vea **COMO CAMBIAR LAS PILAS EN EL CONTROL REMOTO** en la página 25).

Luego, párese en la máquina para correr y sostenga el control remoto cerca de la televisión. Apunte el control remoto directamente a la televisión.



Presione el botón de Espera [STANDBY]. Después de algunos minutos, la televisión se encenderá y se apagará.

Presione el botón de Idiomas [LANG] para seleccionar el idioma de OSD (on-screen display [visual en pantalla]). En la función DTV, usted puede escoger alemán [GERMAN], francés [FRENCH], holandés [DUTCH], inglés [ENGLISH], español [SPANISH], portugués [PORTUGUESE], o italiano [ITALIAN]. En la función TV o AV, usted puede escoger entre diez idiomas.

Presione el botón Buscar [SEARCH] para recorrer los canales y guardarlos en la memoria. Nota: En función TV, mantenga presionado el botón Buscar por cinco segundos para recorrer los canales. En función DTV, seleccione YES para recorrer los canales o NO para parar de recorrerlos.

Presione el botón de Memoria [MEMORY] para ajustar el canal actual a su canal favorito mientras que está en la función DTV.

Presione el botón PR Favorito [FAVORITE PR] para ver su canal favorito mientras que esté en la función DTV.

Presione el botón de Juegos [GAMES] repetidamente para seleccionar personal, estándar [STANDARD], suave [SOFT], vívido [VIVID], o claro [LIGHT] como la función de la imagen.

Presione el botón de Texto de la Televisión [TELE-TEXT] para encender o apagar la característica de teletext mientras que esté en la función DTV.

Presione el botón Borrar [DELETE] para quitar el canal actual de la memoria mientras que esté en la función DTV. Nota: Si usted borra un canal en accidente, vuelva a recorrer los canales para encontrar el canal otra vez (vea las páginas 26 a 27).

Presione el botón PRLIST para ver la lista de canales. Nota: Usted puede ver esta lista presionando el botón PRLIST en la consola.

Presione el botón EPG para ver la guía del programa electrónico mientras que está en la función DTV.

Presione el botón información [INFO] para ver información acerca del programa actual y la señal de difusión o cable.

Presione el botón del Menú para ver el menú principal. Vea las páginas 26 y 27 para información del menú. Presione el botón subtítulo para encender o apagar los subtítulos.

Presione el botón de Salida [EXIT] para salir de cualquier menú o para ver un menú anterior.

Presione el botón para aumentar o disminuir el Canal (CH) para seleccionar un canal. Los botones para aumentar y disminuir el Canal [CHANNEL] en el control remoto también se usan como los botones para subir y bajar la navegación en un menú.

Presione el botón P/N repetidamente y luego presione los botones numerados para seleccionar un canal específico mientras que está en la función TV o AV.

Presione el botón OK para confirmar sus selecciones en funciones DTV. En función TV, presione el botón OK para recorrer los canales.

Presione el botón para aumentar o disminuir el Volumen (VOL) para ajustar el volumen. Para mejores resultados, cambien el volumen presionando solamente los botones del Volumen en la consola. Los botones para aumentar y disminuir el Volumen del remoto funcionan como los botones de izquierda y derecha en la navegación en un menú.

Presione el botón Silenciar [MUTE] para encender o apagar el sonido.

Presione el botón Audio repetidamente para seleccionar estandarte [STANDARD], música [MUSIC], película [MOVIE], o Personal como la función audio. Nota: el botón Audio solo funcionará en la función DTV.

Presione el botón P/N repetidamente para seleccionar NTSC, PAL o Auto como que el sistema de salida en la función DTV.

Presione el botón  Regreso [RETURN] para ver los canales previos.

Presione el botón Pausa [PAUSE] o haga andar el programa actual mientras que esté en la función DTV.

Presione el botón RADIO/TV para cambiar a canales de música mientras que esté en la función DTV.

Presione el botón dormir [SLEEP] para ajustar el contador de tiempo (vea la página 26).

Presione el botón TV/AV repetidamente para seleccionar la función de entrada. Para ver los canales de la televisión a través de una antena o un cable CATV, seleccione la función TV o la función DTV. Para usar el Cable A/V de 96", seleccione la función AV.

Presione el botón Función para ajustar los ajustes de la imagen. Ajuste el brillo, contraste, y color de la imagen

usando los botones de – y +. Ajuste la rotación de la pantalla con las opciones de Arriba Abajo [UP DOWN] y Reflejo MIRROR]. Seleccione un tamaño para la pantalla. Seleccione la opción reajustar para volver a los ajustes originales del brillo, contraste, y color.

Presione el botón – o + en el menú Función [MODE] para cambiar los ajustes.

COMO CAMBIAR LAS PILAS EN CONTROL REMOTO

Para cambiar las pilas, primero localice la cubierta de las pilas atrás del control remoto. Empuje la cubierta de las pilas suavemente hacia abajo con su dedo pulgar y deslice hacia afuera la cubierta de las pilas.

Si es necesario, retire las pilas gastadas del control remoto. Inserte dos pilas nuevas "AAA". **Asegúrese de insertar las pilas como está mostrado en el dibujo dentro del control remoto.** Entonces, deslice la cubierta de las pilas en el control remoto.

COMO CAMBIAR LOS AJUSTES DE LA TELEVISIÓN EN LA FUNCIÓN TV O LA FUNCIÓN AV

1. Entre el menú principal.

Presione el botón del Menú para entrar al menú principal. Usted debe de usar su control remoto para ajustar los ajustes de la televisión. Presione el botón de Salida para salir del menú. Presione los botones para aumentar y disminuir el Canal (CH) [CHANNEL] para destacar un artículo y los botones para aumentar y disminuir el Volumen (VOL) en su control remoto para seleccionar una opción del menú o ajustar los ajustes si es necesario.

2. Cambie los ajustes de la imagen.

Seleccione la opción del menú de la Imagen [PICTURE] presionando el botón para aumentar o disminuir el Volumen de su control remoto. Ajuste el brillo, contraste, y color. Seleccione la opción de reajustar [RESET] para restablecer los ajustes originales de la televisión.

3. Cambie los ajustes del sistema.

Seleccione uno de los diez idiomas de OSD (on-screen display). El idioma de OSD es el idioma en que aparecerán los indicadores en la pantalla (como el menú o la guía del programa electrónico). La opción de idiomas OSO solo funcionará en la función TV. Cambie los ajustes del reloj para fijar el tiempo para descansar. Si fija el tiempo para descansar, la televisión se apagará después del número de minutos indicados. Una cuenta descendiente le avisará cuando la televisión está para apagarse. Seleccione un tamaño de pantalla de 16:9 o 4:3. Seleccione la rotación de la imagen. Cambie el ajuste del Fondo Azul para encender o apagar el fondo azul cuando la televisión no esté recibiendo una señal.

4. Cambie los ajustes preseleccionados.

Nota: La opción de ajustes preseleccionados está disponible solo mientras que esté en la función TV.

Cambie los ajustes para un canal específico seleccionando el número de ese canal en la opción Posición. Encienda o apague la opción Recordar [REMEMBER] para ver o saltar el canal cuando use los botones para aumentar o disminuir el Canal.

Para quitar todos los canales grabados y volver a recorrer los canales, seleccione la opción Auto-buscar [AUTO-SEARCH] y presione el botón para aumentar el volumen [VOLUME]. La televisión comenzará a recorrer todos los canales disponibles en su área. Cuando no se encuentre la señal de un canal, se saltará el canal. Cuando se detecte una señal, se guardará el canal en la memoria y se seleccionará el próximo canal. Este proceso continuará hasta que se alcance el canal más alto. La televisión cambiará la numeración de los canales de acuerdo al orden que los encuentre. **No retire la llave mientras que la televisión esté recorriendo canales.** Nota: Asegúrese de ajustar el sistema de sonido y el sistema de color antes de recorrer los canales.

Seleccione el ajuste de Intercambio [SWAP] para ajustar el canal al ajuste de Posición [POSITION] como su canal requerido. Seleccione el ajuste Fino [FINE] para aumentar la calidad de la señal. Seleccione la opción Search [BUSCAR] y presione los botones para aumentar y disminuir el Volumen [VOLUME] en su control remoto para encontrar la mejor calidad de señal posible para el canal actual. La televisión comenzará a recorrer para encontrar ese canal. Cuando la imagen se aclare, presione el botón Menú.

Seleccione I, DK, o BG como el sistema de sonido. Seleccione Auto, PAL, o SECAM como el sistema de color. Si es necesario, trate todos los ajustes, para encontrar el ajuste óptimo.

5. Salga del menú.

Presione el botón de Salida [EXIT] para salir del menú.

COMO CAMBIAR LOS AJUSTES DE LA TELEVISIÓN EN LA FUNCIÓN DTV

1. Entre el menú principal.

Presione el botón del Menú para entrar el menú principal. Usted debe de usar su control remoto para ajustar los ajustes de la televisión. Presione el botón de Salida para salir del menú o para ver el menú anterior. Presione los botones para aumentar y disminuir el Canal (CH) para destacar un artículo y el botón OK para seleccionar un artículo. Presione los botones para aumentar y disminuir el volumen (VOL) de su control remoto para ajustar los ajustes si lo desea.

2. Cambie los ajustes de la instalación.

Seleccione la opción del menú de la Antena Activa [ACTIVE MENU] y deshabilite o habilite su antena si lo desea.

Seleccione el menú de Establecer el Sistema [SYSTEM SETUP]. Seleccione la opción del menú del Tiempo Local [LOCAL TIME]. Ajuste la zona del tiempo. Las zonas del tiempo están fijadas según el Tiempo Meridiano de Greenwich. Encienda o apague la opción del tiempo de verano. Presione los botones numerados para fijar el día, el mes, el año, y la hora. Presione el botón de Salida [EXIT]. Seleccione OK para guardar el tiempo y la fecha o Salir para borrar los ajustes actuales.

Seleccione la opción del menú de interfaz del Usuario [USER INTERFACE]. Seleccione uno de los seis idiomas de OSD (on-screen display). El idioma de OSD es el idioma que aparecerá en los indicadores de la pantalla (como el menú o la guía del programa electrónico). Ajuste la transparencia del OSD.

Seleccione la opción del menú de los Ajustes para Asegurar el Menú [MENU LOCK SETTINGS]. Entre su contraseña. Si usted no ha fijado una contraseña todavía, la contraseña es 0000. Si el menú está asegurado, se le requerirá entrar una contraseña antes de poder ver el menú.

Seleccione la opción del menú para Cambiar la Contraseña [CHANGE PASSWORD]. Si usted no ha fijado una contraseña todavía, la contraseña vieja es 0000. Su nueva contraseña debe de tener cuatro números. Si usted se olvida de su contraseña, seleccione la opción del menú de reajuste de la fábrica.

Seleccione la opción del menú del Video. Seleccione Auto, PAL, o NTSC. Pruebe todos los ajustes, si es necesario, para encontrar el ajuste óptimo. Seleccione el tamaño de la pantalla, el manejo de la pantalla, y la función del video.

Seleccione la opción del menú de la Información del Sistema [SYSTEM INFORMATION]. La Información del Sistema aparecerá en la pantalla. Presione el botón de Salida [EXIT] para regresar al menú de Establecer el Sistema.

Seleccione la opción del menú de Reajuste de la Fábrica [FACTORY RESET]. Entre su contraseña. Si usted se olvida de su contraseña, entre 9999. Seleccione Si para que todos los ajustes vuelvan a los ajustes originales. La contraseña se reajustará a 0000.

3. Recorra por los canales.

Realce la opción del menú de Frecuencia [FREQUENCY]. Recorra los canales y vea la frecuencia de la señal si lo desea. Para recorrer por los canales, seleccione la función de auto-recorrer [AUTO SCAN] o la función recorrer manual [MANUAL SCAN]. La televisión empezará a recorrer todos los canales disponibles en su área. Cuando una señal no se detecte en un canal, se saltará el canal. Cuando se detecte, el canal será guardado en la memoria y el siguiente canal será seleccionado. Este proceso continuará hasta que se llegue al canal más alto. La televisión volverá a enumerar los canales en el orden en el que fueron encontrados. **No retire la llave mientras que la televisión está recorriendo los canales.**

4. Edite los canales.

Seleccione Canal TV [TV CHANNEL] o Canal Radio [RADIO CHANNEL]. Presione los botones numerados en su control remoto para seleccionar Saltar [SKIP], Tranar [LOCK], Mover [MOVE], Borrar [DELETE], Nombrar [NAME], Ordenar en Categorías [SORT], o Favorito [FAVORITE]. Cambie los ajustes si lo desea. Para registrar la opción Trancar del menú [LOCK], los números clave son 9999.

5. Salga del menú.

Presione el botón de Salida para salir del menú.

LA FUNCIÓN DE INFORMACIÓN

La consola ofrece una función de información que mantiene registrada la distancia total que la banda para caminar se ha movido y el número total de horas que la máquina para correr ha sido usada. La función de información también le permite seleccionar millas o kilómetros para medir la distancia, y para encender y apagar la función demo de la pantalla.

Para seleccionar la función de información, mantenga oprimido el botón de Parar mientras inserta la llave en la consola y luego suelte el botón de Parar. Cuando se seleccione la función de información, la siguiente información se mostrará:

Una “E” por millas inglesas o una “M” por kilómetros métricos aparecerán en la pantalla de las Calorías/Inclinación. Presione el botón para aumentar la Velocidad para cambiar la unidad de medidas si lo desea.



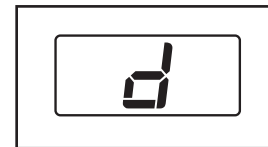
La pantalla del Tiempo mostrará el número total de horas que la máquina para correr se ha usado.



La pantalla de la Distancia mostrará el número total de millas o kilómetros que la banda para caminar se ha movido.



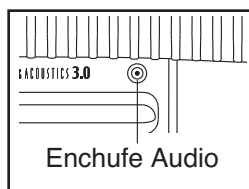
La consola ofrece una función demo en pantalla, diseñada para utilizar si la máquina para correr se exhibe en una tienda. Mientras la función de demostración se encuentre activada, la consola funcionará normalmente cuando conecte el cable eléctrico, cuando coloque el cortacircuito de reiniciar/apagar en la posición de reiniciar y cuando inserte la llave en la consola. Sin embargo, cuando retire la llave las pantallas permanecerán encendidas aunque los botones no funcionarán. Si la función demo está encendida, una “d” aparecerá en la pantalla de la Velocidad/Pulso mientras que la función de información es seleccionada. Para encender o apagar la función demo, presione el botón para disminuir la Velocidad.



Para salir de la función de información, retire la llave de la consola.

COMO USAR EL SISTEMA DE SONIDO ESTÉREO

Para escuchar música o audio libros a través de los altavoces de estéreo de la consola, usted debe de conectar su reproductor de MP3, reproductor de CD, u otro reproductor personal de audio a la consola por el enchufe audio cerca del botón de Parar.



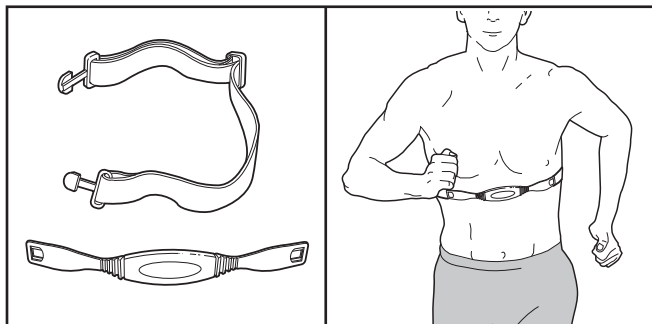
Para usar el enchufe audio, localice el cable audio de 18" y enchúfelo en el enchufe audio. Luego enchufe el cable audio de 18" en el enchufe en su reproductor de MP3, reproductor de CD, u otro reproductor personal de audio. **Asegúrese que el cable audio de 18" esté completamente enchufado.** Nota: El audio de la televisión no funcionará mientras el cable audio de 18" esté enchufado.

Después, presione le botón Andar en su reproductor de MP3, reproductor de CD, u otro reproductor personal de audio. Ajuste el volumen en su reproductor personal de audio o presione los botones para aumentar y disminuir el Volumen de la consola.

Si usted está usando un reproductor de CD personal y el CD se salta, Coloque el reproductor de CD en el piso o en otra superficie plana y no en la consola.

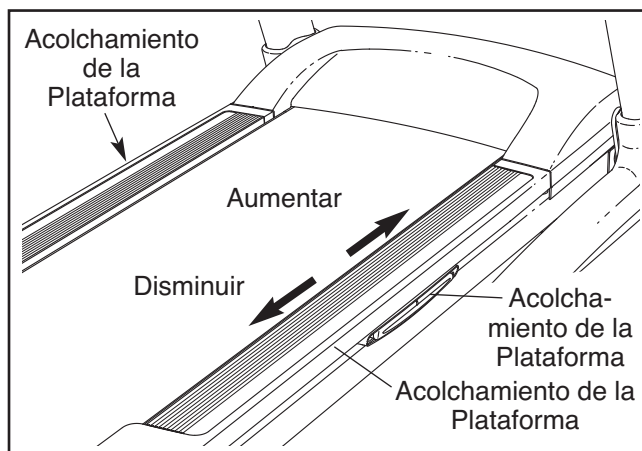
EL SENSOR DE PULSO OPCIONAL PARA EL PECHO

Un sensor de pulso opcional para el pecho ofrece el uso con manos libres mientras que registra su ritmo cardíaco durante sus entrenamientos. **Para comprar un sensor de pulso opcional el para pecho, favor de comunicarse con el establecimiento donde compró su entrenador elíptico.**



COMO AJUSTAR EL SISTEMA DE ALCOCHAMIENTO

La máquina para correr tiene un sistema de acolchamiento que reduce el impacto cuando camina o corre en la máquina para correr. Para aumentar la firmeza de la plataforma para caminar, bájese de la máquina para correr y deslice los acolchamientos de la plataforma hacia el frente de la máquina para correr. Para disminuir la firmeza, bájese de la máquina para correr y deslice los acolchamientos de la plataforma hacia atrás de la máquina para correr. **Nota: Asegúrese que ambos acolchamientos estén fijados al mismo nivel de firmeza. Cuanto mas rápido corra en la máquina para correr, o cuanto más usted pese, lo más firme que debe estar la plataforma para caminar.**



COMO PLEGAR Y MOVER LA MÁQUINA PARA CORRER

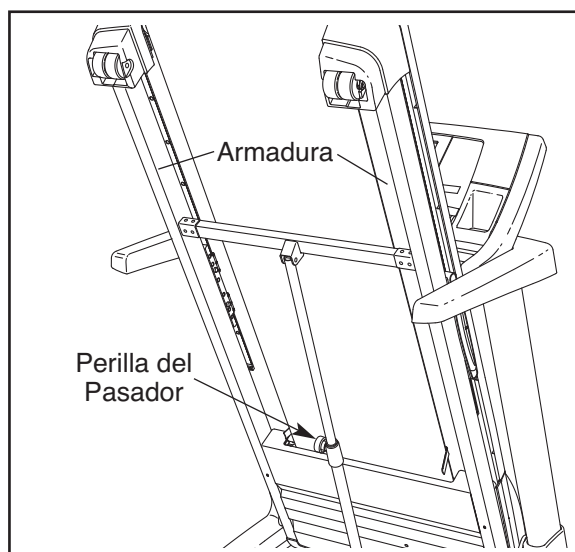
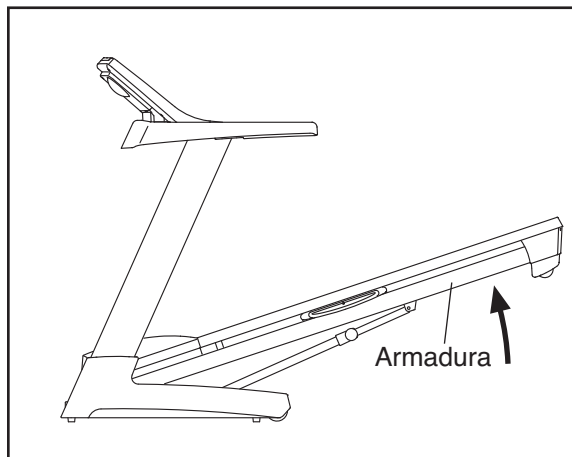
COMO PLEGAR LA MÁQUINA PARA CORRER PARA ALMACENAMIENTO

Antes de plegar la máquina para correr, ajuste la inclinación a la posición más baja. Si esto no se hace, la máquina para correr puede ser dañada. Luego, desenchufe el cable de corriente. **PRECAUCIÓN:** Usted debe de ser capaz de cargar con seguridad 45 libras (20 Kg.) para levantar, bajar, o mover la máquina para correr.

1. Sostenga la armadura firmemente en el sitio que se muestra con la flecha a la derecha. **PRECAUCIÓN:** Para disminuir las posibilidades de heridas, no levante la armadura de los rieles plásticos para los pies. Para levantar la armadura, doble sus piernas, mantenga su espalda recta, y levante con las piernas y no con la espalda. Levante la armadura hasta cerca de la mitad del recorrido de la posición vertical.

2. Levante la armadura hasta que la perilla del pasador quede bloqueada en la posición de almacenamiento. **Asegúrese de que la perilla del pasador quede bloqueada en la posición de almacenamiento.**

Para proteger el suelo o la alfombra de algún daño, coloque un tapete debajo de la máquina para correr. Guarde su máquina para correr fuera de la luz directa del sol. No deje su máquina para correr en la posición de almacenamiento a temperaturas de más de 30° C.

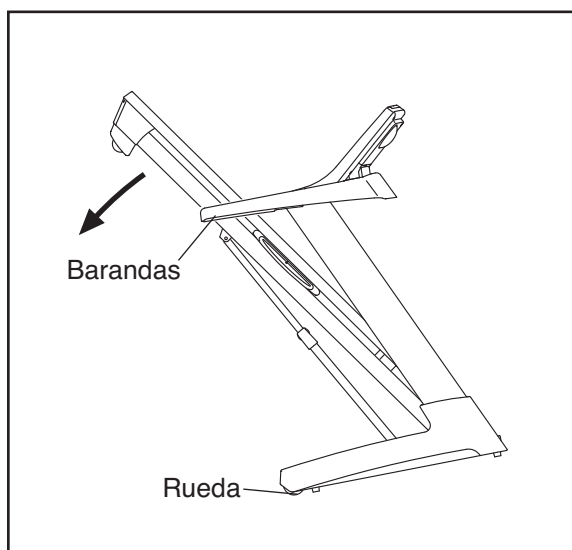


COMO MOVER LA MÁQUINA PARA CORRER

Antes de mover la máquina para correr, colóquela en posición de almacenamiento tal y como se describía anteriormente. **Asegúrese de que la perilla del pasador quede bloqueada en la posición de almacenamiento.**

1. Sostenga las barandas y coloque un pie en contra de una de las ruedas.

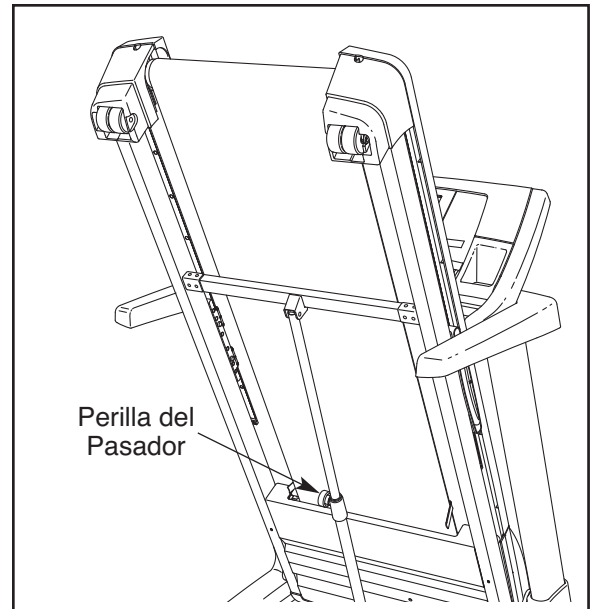
2. Inclina la máquina para correr hacia atrás hasta que ruede fácilmente sobre las ruedas. Cuidadosamente mueva la máquina para correr al lugar deseado. **Nunca trate de mover la máquina para correr sin primero inclinarla hacia atrás. Para reducir el riesgo de lesión, tenga extrema precaución mientras mueva la máquina para correr. No trate de mover la máquina para correr sobre una superficie irregular.**



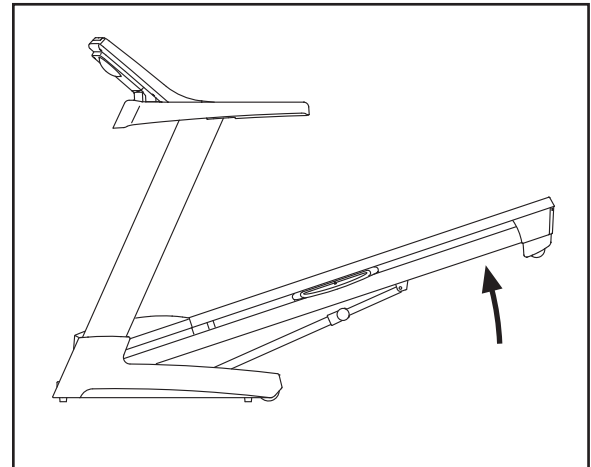
3. Coloque un pie en contra de una de las ruedas, y cuidadosamente baje la máquina para correr hasta que esté en la posición de almacenamiento.

COMO BAJAR LA MÁQUINA PARA CORRER PARA SU USO

1. Sostenga el extremo superior de la máquina para correr con su mano derecha. Jale la perilla del seguro hacia la izquierda y sosténgala. Incline la armadura hacia abajo y suelte la perilla del pasador. Nota: Para soltar la perilla del pasador, puede que sea necesario empujar la armadura hacia adelante mientras que jale la perilla del pasador hacia la izquierda.



2. Sostenga la máquina para correr firmemente con las dos manos, y baje la máquina para correr al piso.
PRECAUCIÓN: Para disminuir la posibilidad de heridas, no baje la armadura al sostener sólo los rieles plásticos para los pies. No deje caer la armadura en el piso. Asegúrese de doblar las piernas y mantener la espalda recta.



PROBLEMAS

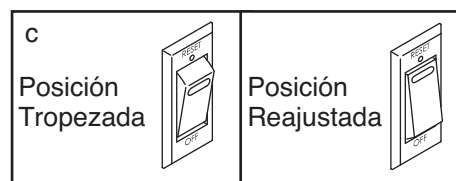
La mayoría de los problemas con su máquina para correr se pueden solucionar siguiendo estos pasos de abajo. Encuentre el síntoma que aplique, y siga los pasos que se dan. Si necesita más ayuda, por favor vea la portada de este manual.

PROBLEMA: El aparato no se enciende

SOLUCIÓN: a. Asegúrese que el cable eléctrico esté enchufado dentro de un tomacorriente de tierra. (Vea la página 14.) Si se necesita un cable de extensión, use solamente un cable con 3 conductores, de 1 mm² (calibrador 14) que no sea más largo que 1.5 m (5 pies). **IMPORTANTE: La máquina para correr no es compatible con toma corrientes equipados RCD.**

b. Después que el cable eléctrico se haya conectado, asegúrese de que la llave esté completamente insertada en la consola.

c. Inspeccione el cortacircuito de reiniciar/apagar que se encuentra en la máquina para correr cerca del cable eléctrico. Si el cortacircuito está fuera de su lugar, el cortacircuito ha saltado. Para reajustar el cortacircuito, espere por cinco minutos y luego presione el interruptor a la posición reajustada.



PROBLEMA: El aparato se apaga mientras está en uso

SOLUCIÓN: a. Inspeccione el cortacircuito de reiniciar/apagar (vea el dibujo arriba). Si el cortacircuito ha tropezado, espere por cinco minutos y luego presione el interruptor a la posición reajustada.

b. Asegúrese de que el cable eléctrico esté conectado. Si el cable eléctrico está enchufado, desconéctelo, espere por cinco minutos y entonces vuelva a conectarlo.

c. Quite la llave de la consola. Insértela completamente otra vez en la consola.

d. Si la máquina para correr todavía no anda, por favor vea la portada de este manual.

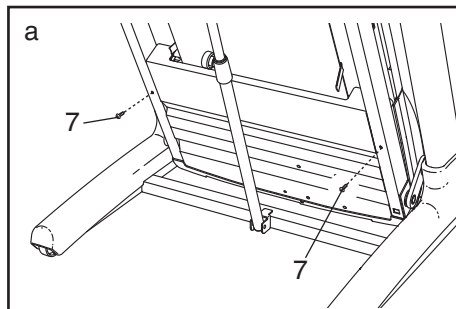
PROBLEM: Las pantallas de la consola permanecen encendidas cuando usted retira la llave de la consola.

SOLUTION: a. La consola ofrece una función demo en pantalla, diseñada para utilizar si la máquina para correr se exhibe en una tienda. Si las pantallas permanecen encendidas cuando usted retira la llave, la función demo se enciende. Para apagar la función demo, mantenga presionado el botón Detener por algunos segundos. Si las pantallas están todavía iluminadas, vea LA FUNCIÓN DE INFORMACIÓN en la página 28 para apagar la función de demo.

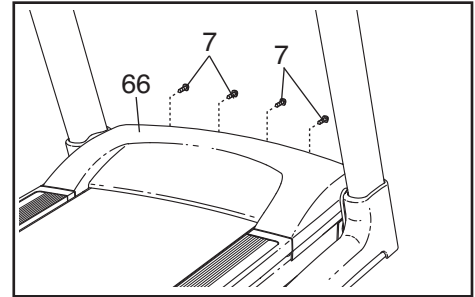
PROBLEM: Las pantallas de la consola no funcionan correctamente

SOLUTION: a. Retire la llave de la consola y **DESENCHUFE EL CABLE ELÉCTRICO**. Coloque la máquina para correr en la posición de almacenamiento (vea COMO PLEGAR Y MOVER LA MÁQUINA PARA CORRER en la página 30).

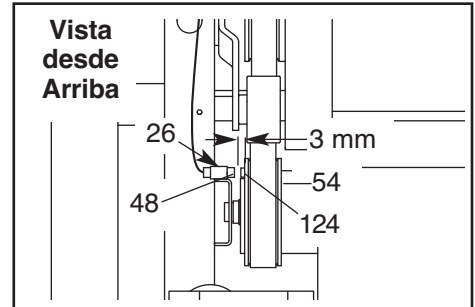
Después, retire los dos indicados Tornillos de #8 x 3/4" (7).



Baje la máquina para correr (vea COMO BAJAR LA MÁQUINA PARA CORRER PARA SU USO en la página 31). Retire los cuatro indicados Tornillos de #8 x 3/4" (7), y retire la Cubierta del Motor (66).



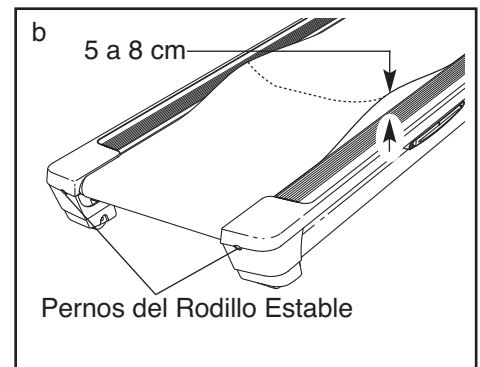
Luego el Interruptor de Lengüeta (48) y el Imán (124) en el lado izquierdo de la Polea (54). Déle vuelta a la Polea hasta que el Imán esté alineado con Interruptor de Lengüeta. **Asegúrese que el espacio entre el Imán y el Interruptor de Lengüeta sea de 3 mm.** Si es necesario, afloje los indicados Tornillo Punta Broca con cabeza de Arandela de #8 x 3/4" (26), mueva el interruptor de lengüeta un poco, y luego vuelva a ajustar el Tornillo Punta Broca. Reconecte la Cubierta (no mostrado) con los Tornillos de #8 x 3/4" (no mostrado). Use la máquina para correr por algunos minutos para chequear por una lectura correcta de la velocidad.



PROBLEM: La banda disminuye de velocidad cuando se camina sobre ella

SOLUTION: a. Si se necesita un cable de extensión, use solamente un cable de 3 conductores, 1 mm² (calibrador 14) que no sea más largo que 1.5 m (5 pies).

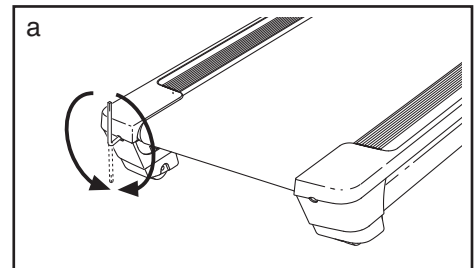
b. Si la banda para caminar se aprieta demasiado, el buen funcionamiento de su máquina para correr puede disminuir y la banda para caminar puede quedar dañada. Saque la llave y **DESCONECTE EL CABLE ELÉCTRICO**. Usando la llave hexagonal, gire los dos pernos del rodillo estable en el sentido opuesto de las agujas del reloj, 1/4 de vuelta. Cuando la banda para caminar esté apretada correctamente, usted debe de poder levantar cada lado de la banda para caminar 5 a 8 cm de la plataforma para caminar. Tenga cuidado de mantener la banda para caminar centrada. Enchufe el cable eléctrico, inserte la llave y ande la máquina para correr por algunos minutos. Repita hasta que la banda para caminar esté debidamente apretada.



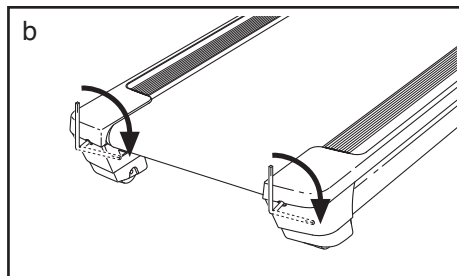
c. Si la banda para caminar todavía baja de velocidad cuando se camina sobre ella, por favor vea la portada de éste manual.

PROBLEM: La banda está descentrada o se resbala cuando se esté caminando en ella

SOLUTION: a. Si la banda para caminar no está centrada primero quite la llave, y **DESENCHUFE EL CABLE ELÉCTRICO**. Si la banda para caminar se ha movido a la izquierda, use la llave hexagonal para dar vuelta al perno del rodillo estable izquierdo en dirección de las agujas del reloj 1/2 vuelta; Si la banda para caminar se ha movido a la derecha, de vuelta al perno del rodillo estable izquierdo en dirección opuesta a las agujas del reloj 1/2 vuelta. Tenga cuidado de no sobre apretar la banda para caminar. Enchufe el cable eléctrico, inserte la llave y ande la máquina para correr por algunos minutos. Repita hasta que la banda para caminar esté centrada.



- b. Si la banda para caminar se resbala cuando se esté caminando en ella, primero quite la llave y **DESCONECTE EL CABLE ELÉCTRICO**. Usando la llave hexagonal, voltee ambos pernos del rodillo estable en dirección de las agujas del reloj, 1/4" de vuelta. Cuando la banda para caminar esté apretada correctamente, usted debe de poder levantar cada lado de la banda para caminar 5 a 8 cm de la plataforma para caminar. Tenga cuidado de mantener la banda para caminar centrada. Conecte el cable eléctrico, inserte la llave y ande la máquina para correr por algunos minutos. Repita hasta que la banda para caminar esté debidamente apretada.



PROBLEMA: La inclinación de la máquina para correr no cambia correctamente

SOLUCIÓN: a. Presione el botón de Parar y el botón para aumentar la Velocidad, inserte la llave en la consola, y luego suelte el botón de Parar y el botón para aumentar la Velocidad. Presione el botón de Parar de nuevo. Luego, presione el botón para aumentar o disminuir la Inclinación. La máquina para correr automáticamente subirá al nivel de inclinación máximo y entonces regresará al nivel mínimo. Esto calibrará el sistema de inclinación. Si la inclinación no se calibra, presione el botón de Parar, y luego presione el botón para aumentar o disminuir la Inclinación de nuevo. Cuando se calibre la inclinación, retire la llave de la consola.

PROBLEMA: La recepción de la Televisión es de baja calidad.

SOLUCIÓN: a. Asegúrese que los ajustes de la televisión estén fijados correctamente. Vea las páginas 26 y 27.

- b. Para que la televisión digital funcione correctamente, buena recepción es necesaria. Si está usando una antena, asegúrese que esté correctamente conectada y ajustada para una recepción óptima. (Vea COMO CONECTAR UNA ANTENA en la página 13).

c. Chequee por los problemas mencionados abajo y siga las instrucciones que aplican.

- Ignición (puntos negros o rayas horizontales que aparecen o una imagen que vibra o deriva) —Esto es usualmente causado por la interferencia de sistemas de ignición del automóvil, de lámparas de neón, derivas eléctricas, u otros aparatos eléctricos. Trate de cambiar la posición de la máquina para correr u otros aparatos eléctricos para corregir el problema.
- Los Fantasmas—Los Fantasmas son causados por la señal de la televisión que sigue dos trayectorias—una es la trayectoria directa y la otra es reflejada por edificios altos, montañas, u otros objetos. Cambie la dirección o la posición de la antena para mejorar la recepción.
- La Pantalla Azul—Si la máquina para correr está situada en el borde de una estación de televisión donde la señal es débil, la imagen puede ser de poca calidad o una pantalla azul puede aparecer. Si la señal es débil, puede que sea necesario instalar una antena externa para mejorar la imagen.
- Desvanece—Si faltan bloques de la imagen, la imagen se mueve alrededor de la pantalla, o la imagen desaparece, la señal debe de estar débil. Cambie la dirección o la posición de la antena para mejorar la recepción. Asegúrese que los ajustes de la televisión estén fijados correctamente vea las páginas 26 y 27). No use un divisor.

Nota: Si uno de estos problemas aparecen cuando el cable de una compañía de CATV está conectado, el problema puede ser causado por la transmisión de la compañía de cable.

PROBLEMA: El control remoto no funciona correctamente

- SOLUCIÓN:** a. Asegúrese de estar parado en la máquina para correr, sosteniendo el control remoto cerca a la televisión y apuntando el control remoto directamente a la consola.
- b. Si su control remoto no sigue funcionando correctamente, debe de cambiar las pilas; la mayoría de los problemas del remoto control son el resultado de pilas bajas. Vea la página 25 para cambiar las pilas.

PROBLEMA: La televisión no está recibiendo una señal

- SOLUCIÓN:** a. Asegúrese que el correcto suministro de TV o AV es seleccionado. Vea el paso 4 en la página 23 para seleccionar un suministro de televisión.
- b. Asegúrese que el cable de la antena, el cable CATV, o el Cable A/V de 96" A/V esté conectado correctamente en la máquina para correr. Vea la página 13 para conectar un cable a la máquina para correr.
- c. Busque por señales de transmisión o cable. Vea las páginas 26 y 27 para buscar por las señales.

PROBLEMA: El volumen es muy alto o el audio de la televisión tiene sonidos de interferencia

- SOLUCIÓN:** a. Si el audio de la televisión hace un sonido de interferencia cuando se sube el volumen, el volumen está muy alto. Presione el botón para aumentar o disminuir el Volumen en el control remoto hasta que el nivel del volumen es el 80 por ciento. Cuando el volumen alcance el 80 por ciento, ajuste el volumen presionando solamente los botones del Volumen de la consola.

PROBLEMA: No se puede subir el volumen

- SOLUCIÓN:** a. Si no se puede subir el volumen, el volumen ha podido ser ajustado con el control remoto. Presione el botón para aumentar o disminuir el volumen en el control remoto hasta que nivel del volumen es el 80 por ciento. Una vez que el volumen alcance el 80 por ciento, ajuste el volumen presionando solamente los botones del Volumen de la consola.
- b. Si no hay un sonido que venga de la televisión, asegúrese que el audio de la televisión no esté silenciado.
- c. Si no hay un sonido que venga de la televisión, asegúrese que el cable audio de 18" no esté enchufado.

PROBLEMA: La televisión necesita ser limpiada

- SOLUCIÓN:** a. **DESENCHUFE EL CABLE ELÉCTRICO.** Para limpiar la televisión, limpie la televisión y la pantalla usando un paño suave con una cantidad pequeña de un detergente suave. **No use un paño para brillo, un solvente, o cualquier tipo de propulsor o detergente químico como el alcohol o benzina.**

GUÍAS DE EJERCICIOS

⚠ AVISO: Antes de iniciar éste o cualquier programa de ejercicios consulte con su médico. Esto es especialmente importante para personas de edades superiores a 35 años, o para aquellos que hayan presentado problemas de salud.

El sensor de pulso no es un dispositivo médico. Varios factores pueden afectar la precisión de las lecturas del ritmo cardíaco. El sensor de pulso está previsto sólo como ayuda para los ejercicios, determinando las tendencias generales de su ritmo cardíaco.

Estas indicaciones le ayudarán a planificar su programa de ejercicios. Para información detallada sobre los ejercicios consiga un libro acreditado o consulte con su médico. Recuerde que una nutrición y un descanso adecuados son esenciales para obtener resultados satisfactorios.

INTENSIDAD DE LOS EJERCICIOS

Lo mismo si su objetivo es quemar grasas que si lo es fortalecer su sistema cardiovascular, la clave para alcanzar los resultados es hacer ejercicios con la intensidad adecuada. Usted puede basarse en su ritmo cardíaco para encontrar el nivel de intensidad adecuado. El esquema que se presenta más abajo muestra los ritmos cardíacos recomendados para quemar grasas y hacer ejercicios aeróbicos.

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Para encontrar el nivel de intensidad adecuado, busque su edad en la parte inferior del esquema (las edades se redondean al múltiplo de 10 más cercano). Los tres números que se listan encima de su edad definen su “zona de entrenamiento”. El número más pequeño es el ritmo cardíaco cuando se queman grasas, el número intermedio es el ritmo cardíaco cuando se quema la máxima cantidad de grasas y el número más grande es el ritmo cardíaco cuando se realizan ejercicios aeróbicos.

quemar Grasas—Para quemar grasas eficientemente, debe hacer ejercicios a un nivel de intensidad bajo durante un periodo de tiempo mantenido. Durante los primeros minutos de ejercicio su cuerpo utiliza las calorías de los carbohidratos para obtener energía. Sólo tras los primeros minutos de ejercicio su cuerpo comienza a utilizar las calorías de las grasas almacenadas para obtener energía. Si su objetivo es quemar grasas, ajuste la intensidad de sus ejercicios hasta que el ritmo cardíaco esté próximo al número más bajo de su zona de entrenamiento. Para quemar la máxima cantidad de grasas, realice los ejercicios con su ritmo cardíaco cerca del número intermedio de su zona de entrenamiento.

Ejercicios Aeróbicos—Si su objetivo es fortalecer su sistema cardiovascular, debe realizar ejercicios aeróbicos, una actividad que requiere grandes cantidades de oxígeno durante periodos de tiempo prolongados. Para realizar ejercicios aeróbicos ajuste la intensidad de sus ejercicios hasta que su ritmo cardíaco esté próximo al número más alto de su zona de entrenamiento.

GUÍA DE ENTRENAMIENTO

Calentamiento—Comience estirando y ejercitando ligeramente los músculos entre 5 y 10 minutos. El calentamiento aumenta su temperatura corporal, su frecuencia cardíaca y su circulación, preparándole para los ejercicios.

Ejercicio en la Zona de Entrenamiento—Realice ejercicios durante 20 a 30 minutos con su ritmo cardíaco en su zona de entrenamiento. (Durante las primeras semanas de su programa de ejercicios no mantenga su ritmo cardíaco en su zona de entrenamiento durante más de 20 minutos). Respire de manera regular y profundamente mientras hace ejercicios—nunca contenga la respiración.

Relajación—Termine con estiramientos entre 5 y 10 minutos. El estiramiento aumenta la flexibilidad de sus músculos y le ayuda a evitar problemas posteriores al ejercicio.

FRECUENCIA DE EJERCICIOS

Para mantener o mejorar su forma física, complete tres sesiones de entrenamiento cada semana, con al menos un día de descanso entre sesiones. Tras algunos meses de ejercicio regular, puede completar hasta cinco sesiones de entrenamiento cada semana si lo desea. Recuerde, la clave para el éxito es hacer de los ejercicios una parte regular y agradable de su vida diaria.

LISTA DE LAS PIEZAS—Nº de Modelo NETL14708.0

R0109A

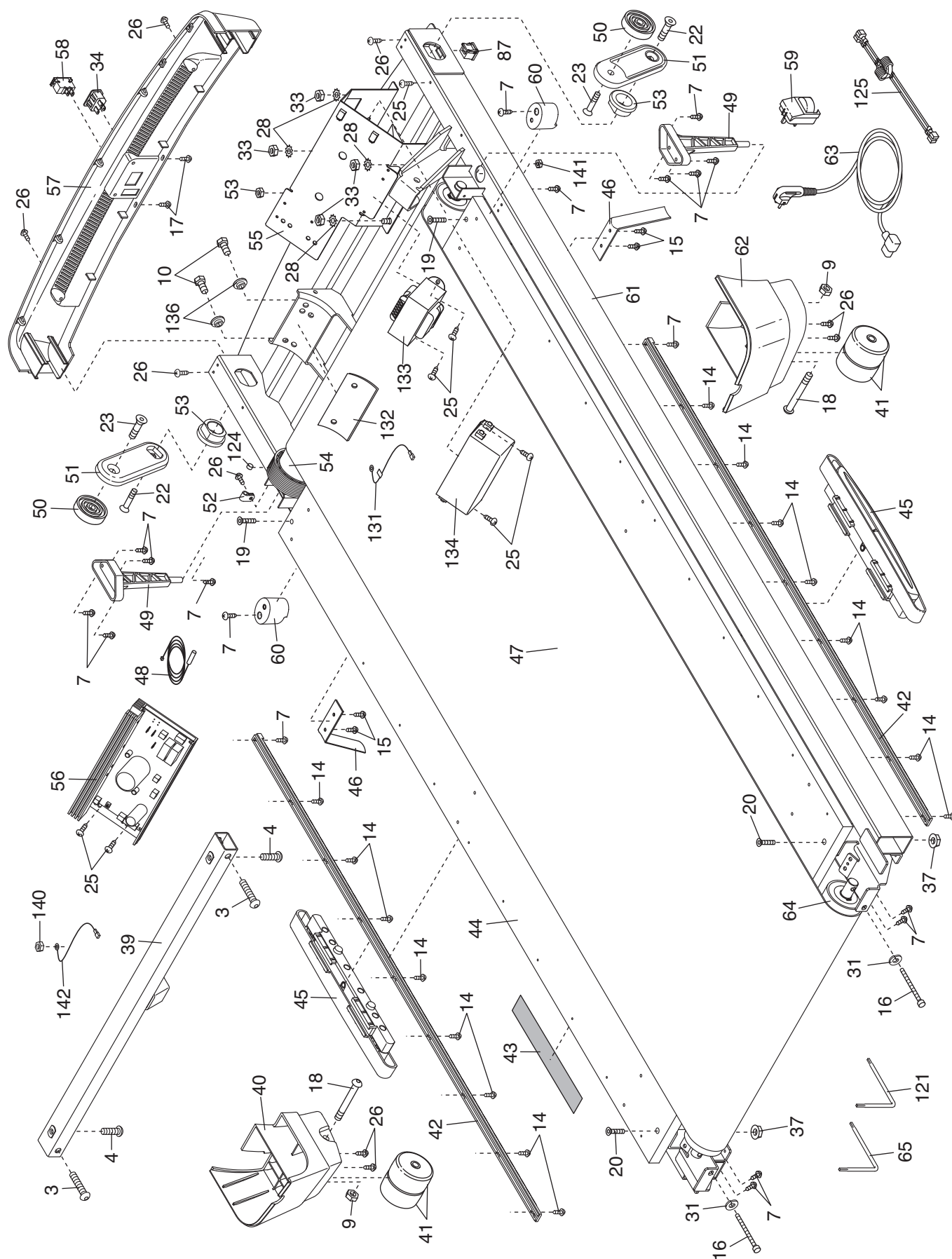
Para localizar las piezas de la lista a continuación, vea el DIBUJO DE LAS PIEZAS hacia el final de este manual.

Nº	Ctd.	Descripción	Nº	Ctd.	Descripción
1	4	Perno con Nylon de 3/8" x 1 1/4"	51	2	Brazo de Levante
2	4	Perno con Nylon de 3/8" x 3 3/4"	52	1	Abrazadera del Interruptor de Lengüeta
3	2	Perno de 1/4" x 1 3/4"	53	2	Espaciador de la Vara de Inclinación
4	2	Perno de 1/4" x 1 1/4"	54	1	Rodillo de Manejo/Polea
5	1	Perno de 3/8" x 1 3/4"	55	1	Sujetador de lo Electrónico
6	1	Perno de 3/8" x 2"	56	1	Controlador
7	52	Tornillo de #8 x 3/4"	57	1	Tapa Delantera
8	8	Arandela Estrella de 3/8"	58	1	Cortacircuito Reiniciar/Apagar
9	10	Tuerca de 3/8"	59	1	Adaptador del Cable Eléctrico
10	2	Perno del Motor de Manejo de 5/16"	60	2	Aislador
11	1	Perno Hexagonal de 3/8" x 1 3/4"	61	1	Armadura
12	1	Perno Hexagonal de 3/8" x 2"	62	1	Pata Derecha
13	10	Tornillo Tek de #8 x 3/4"	63	1	Cable Eléctrico
14	16	Tornillo de #8 x 3/4"	64	1	Rodillo del Brazo Estable
15	4	Tornillo de la Guía de la Correa de #8	65	1	Llave Hexagonal
16	2	Perno de 1/4" x 2 1/2"	66	1	Tapa del Motor
17	50	Tornillo de #8 x 1/2"	67	1	Vara de Inclinación
18	2	Perno de 3/8" x 3 3/4"	68	1	Motor de Inclinación
19	2	Perno de 1/4" x 1 1/4"	69	1	Cable del Motor de Inclinación
20	2	Perno de 5/16" x 1 1/4"	70	1	Espaciador del Soporte de Parada
21	12	Perno de #12 x 1"	71	1	Soporte de Parada
22	2	Perno de 3/8" x 3/4"	72	1	Correa del Motor de Manejo
23	2	Perno con Nylon de 3/8" x 1 3/4"	73	1	Motor de Manejo
24	2	Perno de 3/8" x 2 3/8"	74	1	Cubierta del Riel Izquierdo
25	10	Tornillo Brillante de #8 x 1/2"	75	1	Cubierta del Riel Derecho
26	11	Tornillo Tek con Cabeza de Nylon de #8 x 3/4"	76	1	Riel para los Pies Derecho
27	4	Tornillo de #8 x 1"	77	1	Perilla del Pasador
28	4	Arandela Estrella de 1/4"	78	1	Pasador de Almacenamiento
29	1	Arandela Estrella de 3/8"	79	1	Tapa del Pasador
30	2	Arandela Estrella de #8	80	1	Cable A/V de 50"
31	2	Arandela de Seguridad 1/4"	81	1	Cable TV de 50"
32	4	Espaciador de la Pata de la Base	82	4	Atadura Ajustable
33	4	Tuerca de 1/4"	83	1	Cubierta del Riel Derecho
34	1	Receptáculo	84	11	Atadura del Cable de 8"
35	2	Tuerca del Cable de 3/8"	85	1	Montante Vertical Izquierdo
36	4	Gancho de la Cubierta	86	1	Cable del Montante Vertical
37	2	Tuerca con Reborde de 5/16"	87	2	Ojal Reforzado del Cable del Montante Vertical
38	1	Tuerca de M12	88	1	Montante Vertical Derecho
39	1	Barra Cruzada de la Armadura	89	1	Cubierta del Altavoz Izquierdo
40	1	Pata Izquierda	90	1	Charola Izquierda de Accesorios
41	4	Rueda de la Pata	91	1	Sensor de Pulso Izquierdo
42	2	Pista del Acolchamiento	92	1	Sensor de Pulso Derecho
43	1	Calcomanía de Advertencia	93	1	Charola del Tocador Digital
44	1	Plataforma para Caminar	94	1	Barra de Pulso
45	2	Cojín de la Plataforma	95	1	Cubierta del Recibidor de Pulso
46	2	Guía de la Correa	96	2	Cable de Tierra de la Consola
47	1	Banda para Caminar	97	1	Inserción de la Consola
48	1	Interruptor de Lengüeta	98	1	Parte Trasera de la Consola
49	2	Montura de la Tapa del Motor	99	1	Cubierta del Altavoz Derecho
50	2	Espaciador del Brazo de Levante	100	1	Charola Derecha de Accesorios

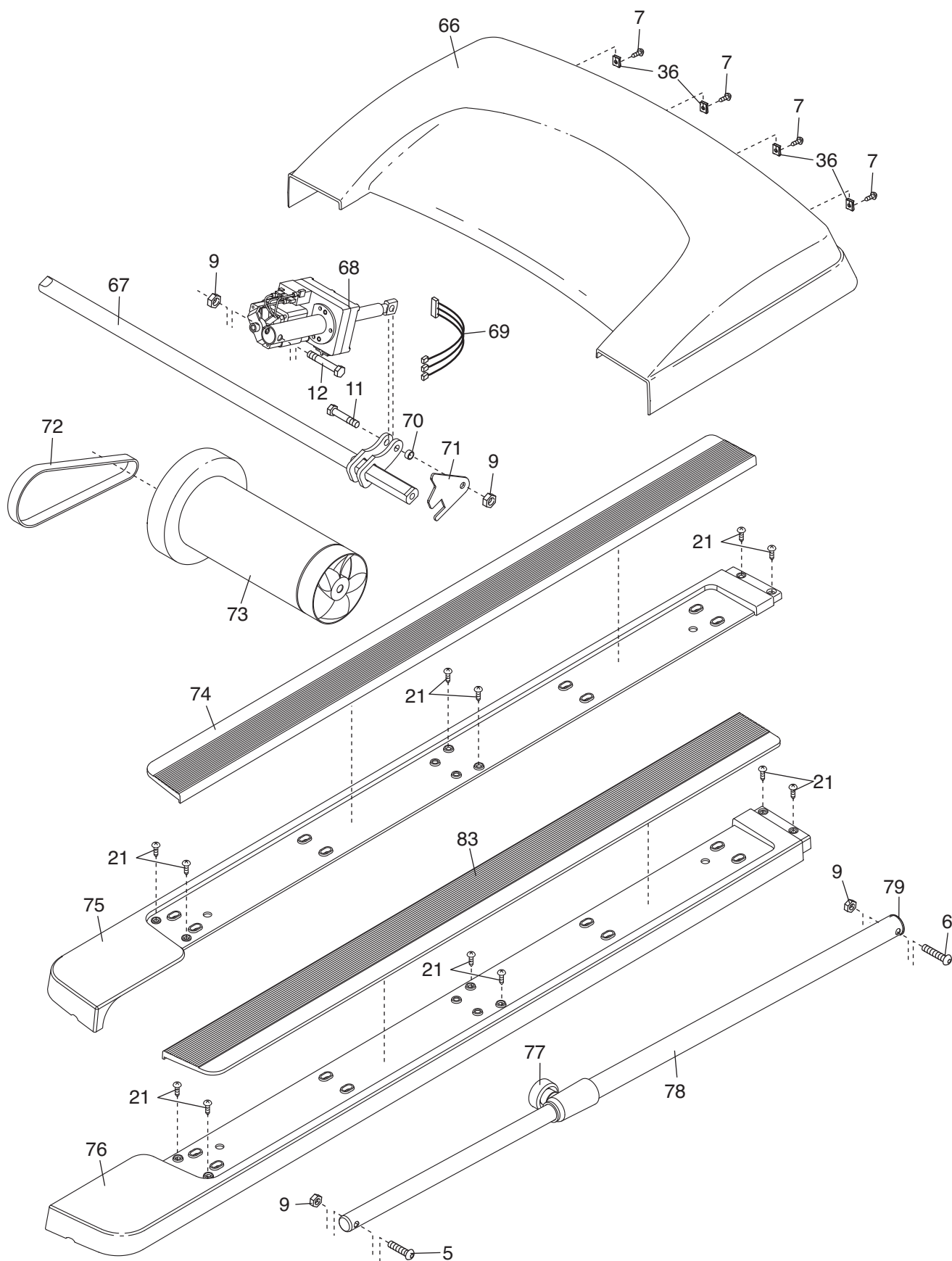
Nº	Ctd.	Descripción	Nº	Ctd.	Descripción
101	1	Cable A/V de 96"	123	1	Control Remoto
102	1	Accento de la Consol	124	1	Imán
103	1	Cableado Eléctrico de 25"	125	1	Cable del Filtro
104	1	Cubierta de la Barande Inferior Derecha	126	1	Consola
105	1	Armadura de la Baranda	127	1	Televisor
106	1	Cubierta de la Barande Inferior Izquierda	128	1	Ventilador de la Consola
107	1	Cable A/V de 25"	129	4	Tornillo de #3 x 1/4"
108	1	Cable TV de 25"	130	2	Altavoz
109	1	Cubierta de la Baranda	131	1	Cable de Tierra con Calcomanía de 4"
110	1	Llave/Gancho	132	1	Placa del Motor de Manejo
111	1	Calcomanía Estática	133	1	Transformador
112	3	Calcomanía de Precaución	134	1	Filtro
113	4	Pata de la Base	135	1	Conector PAL
114	1	Cubierta A/V	136	2	Buje del Motor
115	1	Base	137	1	Abrazadera de la Atadura de Cables
116	2	Rueda	132	4	Abrazadera de la Consola
117	1	Cubierta de la Base Derecha	139	1	Recibidor del Pulso para el Pecho
118	1	Cubierta de la Base Izquierda	140	1	Tuerca de Tierra
119	7	Atadura de Cables	141	1	Tuerca de #8
120	1	Tarjeta Demo de iFit	142	1	Cable de Tierra del Controlador
121	1	Llave Hexagonal de 5/32"	*	—	Cable Blanco de 4", M/F
122	1	Cable Audio de 18"	*	—	Manual del Usuario

Note: Las características técnicas están sujetas a cambios sin previo aviso. Vea la contraportada de este manual para ver información acerca de como ordenar piezas de repuesto. Vea la contraportada de este manual para ver la información sobre las piezas de repuesto. *Estas piezas no están ilustradas.

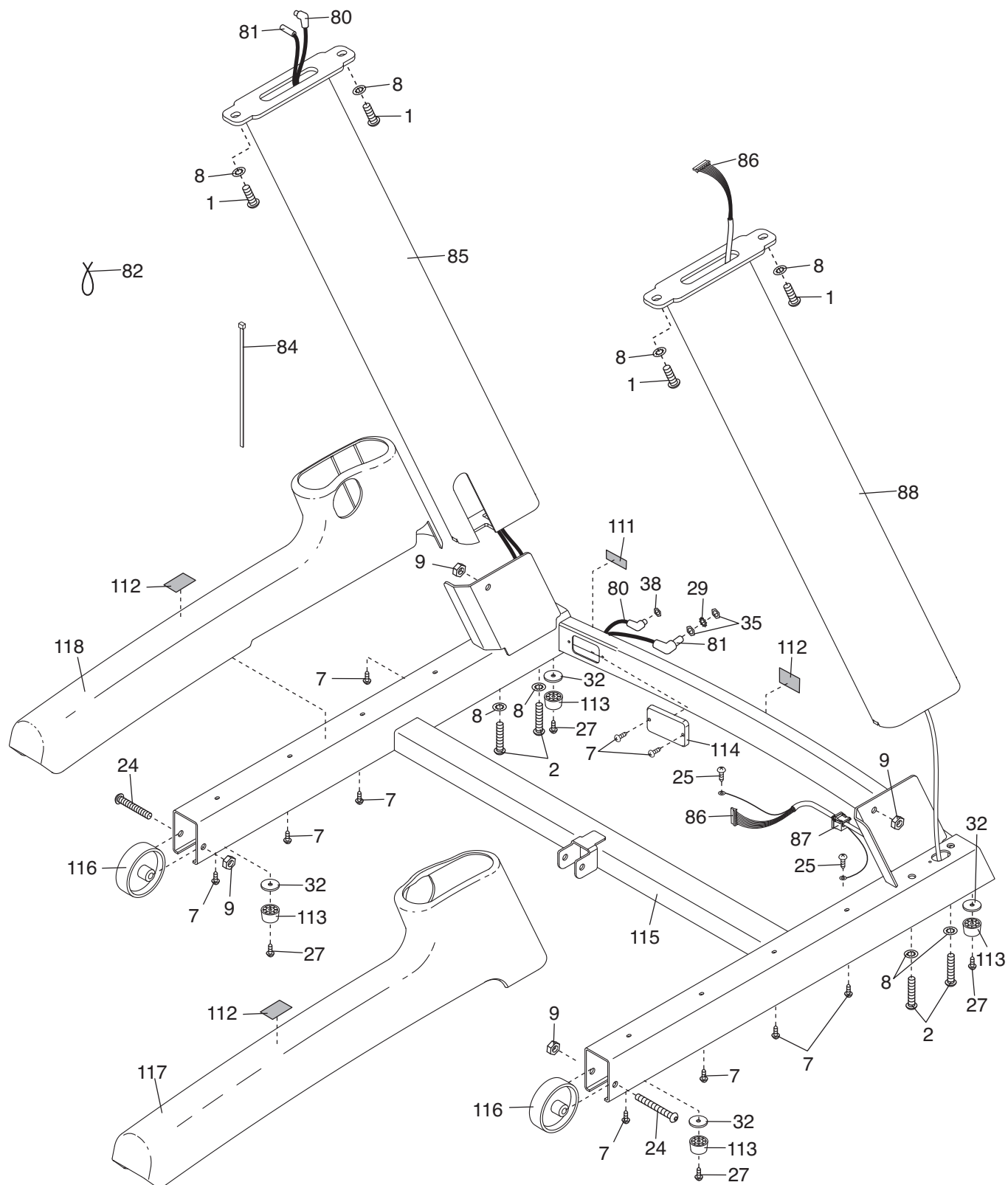
DIBUJO DE LAS PIEZAS A—Nº de Modelo NETL14708.0 R0109A



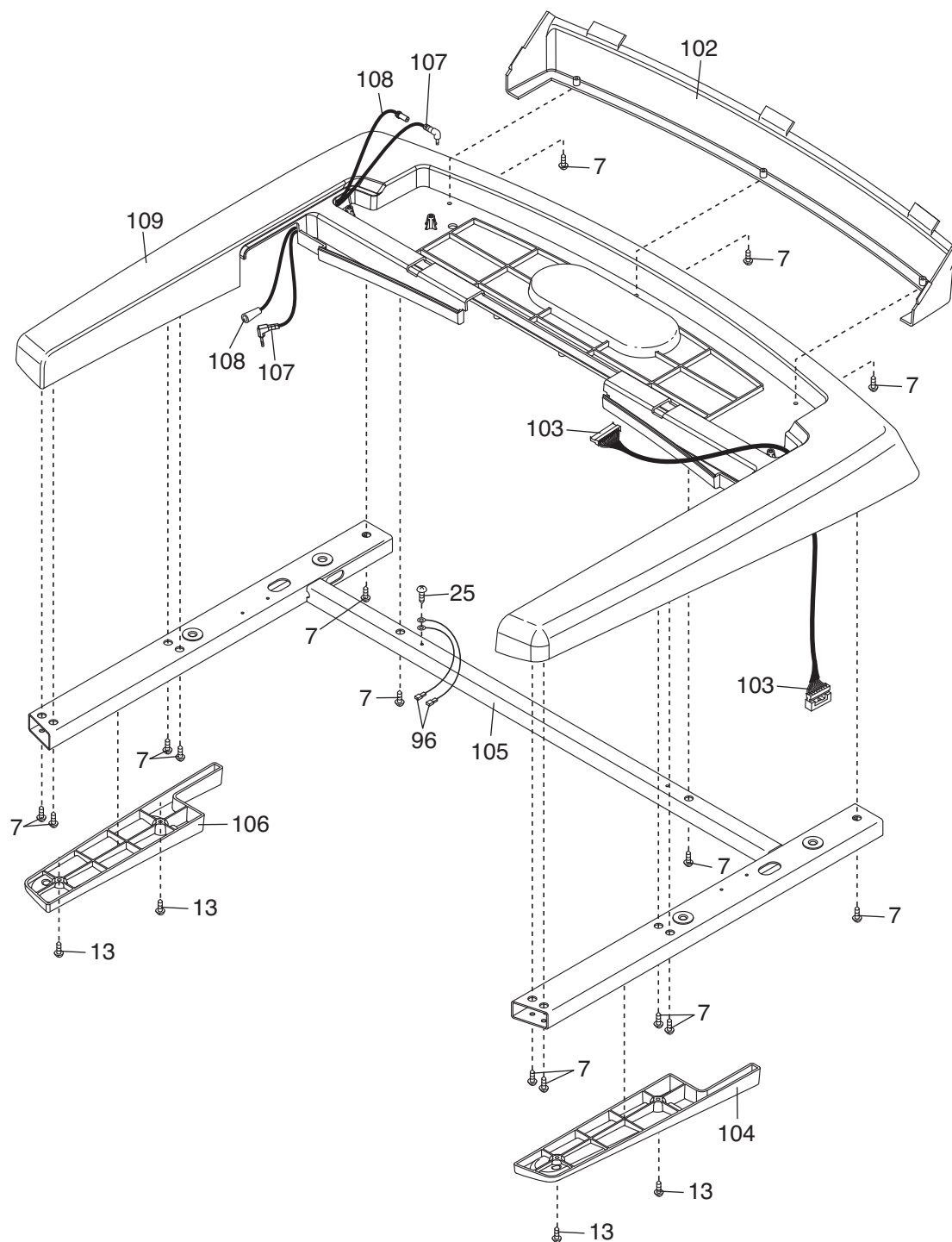
DIBUJO DE LAS PIEZAS B—Nº de Modelo NETL14708.0 R0109A



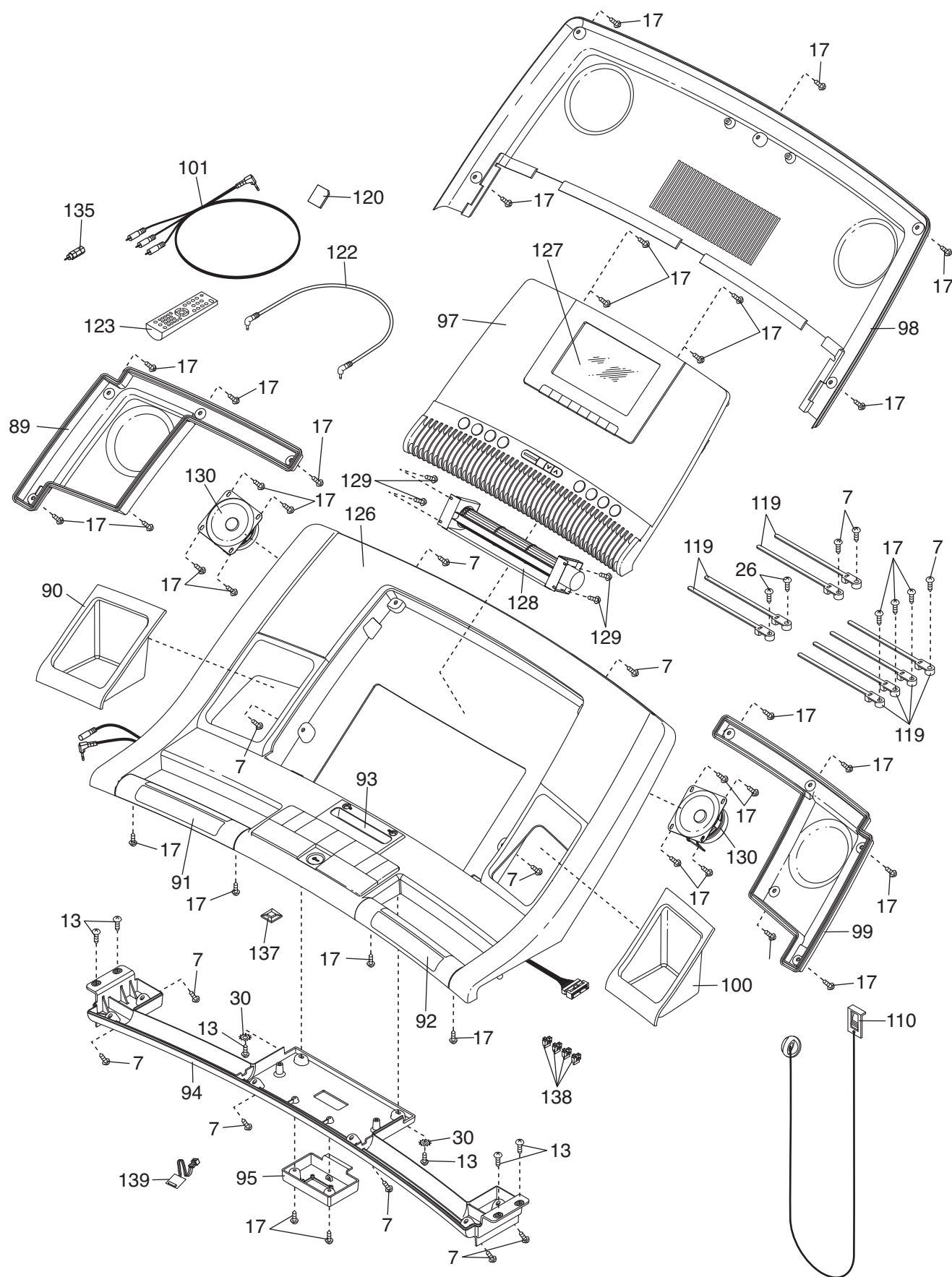
DIBUJO DE LAS PIEZAS C—Nº de Modelo NETL14708.0 R0109A



DIBUJO DE LAS PIEZAS D—Nº de Modelo NETL14708.0 R0109A



DIBUJO DE LAS PIEZAS E—Nº de Modelo NETL14708.0 R0109A



COMO ORDENAR PIEZAS DE REPUESTO

Para ordenar componentes de repuesto lea la portada de este manual. Para ayudarnos a proporcionarle asistencia, por favor esté listo para proporcionar la siguiente información cuando nos contacte:

- número de modelo y número de serie del producto (vea la portada de este manual)
- nombre del producto (vea la portada de este manual)
- número de la pieza y descripción del (de las) pieza(s) (vea la LISTA DE LAS PIEZAS y DIBUJO DE LAS PIEZAS hacia el final de este manual)

INFORMACION SOBRE EL RECICLAJE

Este producto electrónico no deberá arrojarse en ningún caso a los cubos de basura municipales. Con el fin de preservar el medio ambiente, este producto deberá reciclarse una vez concluida su vida útil según lo estipulado en la legislación vigente.

Por favor utilice las instalaciones de reciclaje autorizadas para recopilar este tipo de residuos en su zona. Al hacerlo, estará ayudando a conservar los recursos naturales y a mejorar los estándares europeos de protección medioambiental. Si desea obtener más información sobre métodos seguros y correctos para deshacerse de este tipo de productos, póngase en contacto con la oficina municipal o con el establecimiento en el que adquirió este producto.

