

NordicTrack[®]

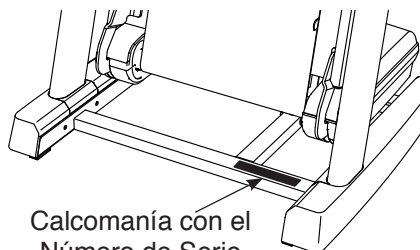
Desk Treadmill

Nº de Modelo NTL14815

Nº de Versión 2

Nº de Serie _____

Escriba el número de serie en el espacio de arriba para referencia.



Calcomanía con el
Número de Serie

¿PREGUNTAS?

Para Servicio Técnico:

Tel. 01-800-681-9542

servicio@iconfitness.com

Tecnoservicio

Calle #4 No. 36

Col. San Pedro de los Pinos

Del. Álvaro Obregón

Ciudad de México C.P. 01180

Importador:

Importaciones Factum

S.A. de C.V.

Prolongación Vasco de Quiroga

4800, Torre 2, Piso 3, Col. Santa Fe

Cuajimalpa

Deleg. Cuajimalpa de Morelos,

Ciudad de México, México

C.P. 05348

RFC: IFA090327R38

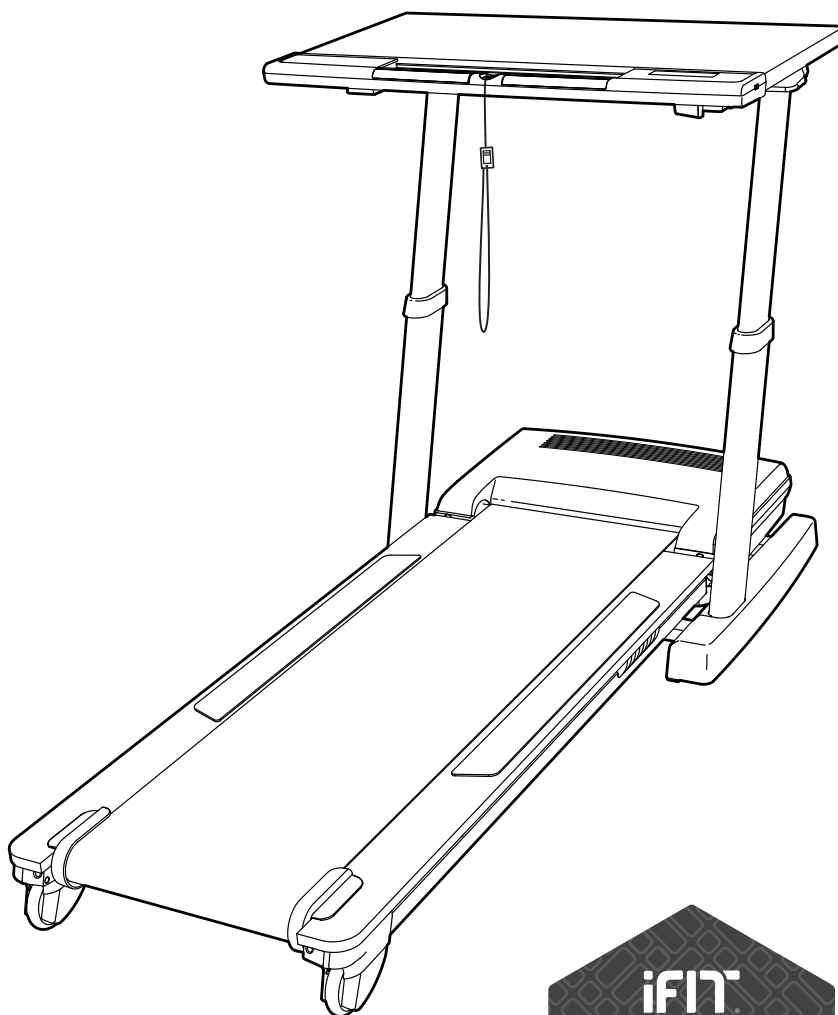
Especificaciones eléctricas:

120 V 60 Hz 12 A

PRECAUCIÓN

Lea todas las precauciones e instrucciones de este manual antes de utilizar el presente aparato. Conserve este manual para referencia futura.

MANUAL DEL USUARIO



ÍNDICE

PRECAUCIONES IMPORTANTES	3
COLOCACIÓN DE LAS CALCOMANÍAS DE ADVERTENCIA	5
ANTES DE COMENZAR	6
DIAGRAMA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS	7
MONTAJE	8
CÓMO USAR LA MÁQUINA PARA CORRER	14
CÓMO PLEGAR Y MOVER LA MÁQUINA PARA CORRER	20
MANTENIMIENTO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS	22
GUÍA DE EJERCICIOS	24
LISTA DE LAS PIEZAS	26
DIBUJO DE LAS PIEZAS	28
CÓMO ORDENAR PIEZAS DE REPUESTO	Contraportada
GARANTÍA LIMITADA PARA MÉXICO	Contraportada

NORDICTRACK es una marca registrada de ICON Health & Fitness, Inc. IFIT es una marca registrada de ICON Health & Fitness, Inc. App Store es una marca de Apple, Inc., registrada en los EE. UU. y otros países. Android y Google Play son marcas de Google Inc. La marca y los logotipos de BLUETOOTH® son marcas registradas de Bluetooth SIG, Inc. y se ofrecen en virtud de una licencia. IOS es una marca o marca registrada de Cisco en los EE. UU. y otros países y se ofrece en virtud de una licencia.

PRECAUCIONES IMPORTANTES



ADVERTENCIA: Para reducir el riesgo de quemaduras, incendio, descargas eléctricas y lesiones a las personas, lea todas las precauciones e instrucciones importantes de este manual y todas las advertencias relativas a su máquina para correr, antes de utilizarla. ICON no asume ninguna responsabilidad por lesiones personales ni daños a la propiedad que ocurran por el uso de este producto o a través del mismo.

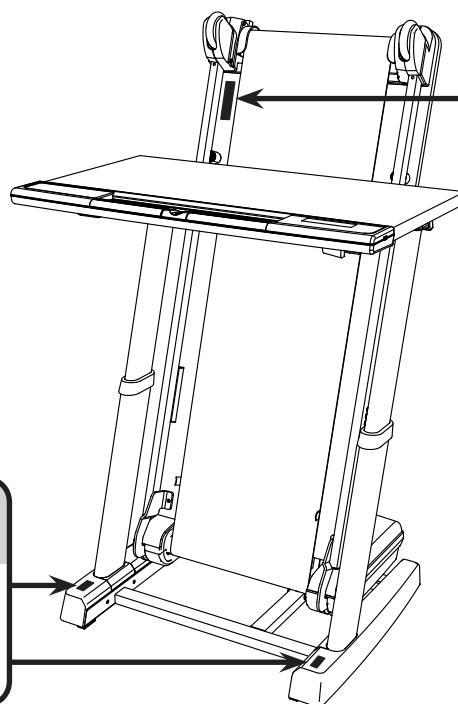
1. Es la responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios de la máquina para correr estén adecuadamente informados sobre todos los avisos y precauciones.
2. Antes de comenzar cualquier programa de ejercicios, consulte con su médico. Esto es particularmente importante para individuos mayores de 35 años o individuos con problemas de salud preexistentes.
3. La máquina para correr no está destinada a personas con capacidades físicas, sensoriales o psíquicas reducidas o carentes de experiencia y conocimiento, a no ser que estén supervisadas o sean instruidas acerca del uso de la máquina para correr por una persona responsable de su seguridad.
4. Use la máquina para correr solamente como se describe en este manual.
5. La máquina para correr está diseñada únicamente para uso dentro del hogar. No use esta máquina para correr en ningún lugar comercial, de alquiler o institucional.
6. Guarde la máquina para correr en un lugar cerrado, alejada del polvo y de la humedad. No guarde la máquina para correr ni en el garaje ni en un patio cubierto ni cerca de agua.
7. Coloque la máquina para correr en una superficie plana, con al menos 2,4 m de espacio libre en la parte trasera y 0,6 m de espacio libre en cada lado. No coloque la máquina para correr sobre una superficie que pueda bloquear cualquier entrada de aire. Para proteger el piso o la alfombra contra cualquier daño, coloque un tapete debajo de la máquina para correr.
8. No utilice la máquina para correr en lugares donde se usen aerosoles o donde se administre oxígeno.
9. Mantenga a los niños menores de 13 años y animales domésticos alejados de la máquina para correr en todo momento.
10. La máquina para correr solo deben utilizarla personas que pesen 159 kg o menos.
11. Nunca permita que más de una persona use la máquina para correr al mismo tiempo.
12. Vista ropa deportiva apropiada cuando use la máquina para correr. No use ropa suelta que pueda engancharse en la máquina para correr. Se recomienda ropa deportiva ajustada para hombres y mujeres. *Utilice siempre calzado deportivo. Nunca use la máquina para correr descalzo, en calcetines o sandalias.*
13. Enchufe el cable eléctrico en un protector contra sobretensiones (no incluido), y enchufe dicho protector en un tomacorriente adecuado (vea la página 14). Para evitar la sobrecarga del circuito, no enchufe otros dispositivos eléctricos, excepto dispositivos de baja potencia, tales como cargadores de celulares, en el protector contra sobretensiones ni en un tomacorriente del mismo circuito.
14. Utilice únicamente un protector contra sobretensiones que cumpla con todas las especificaciones descritas en la página 14. Para comprar un protector contra sobretensiones, vea a su distribuidor local de NORDICTRACK, llame al número de teléfono que aparece en la portada de este manual o visite una tienda de electrónica de su localidad.
15. Si no usa un protector contra sobretensiones que funcione correctamente podría provocar daños en el sistema de control de la máquina para correr. Si el sistema de control se daña, la banda para caminar puede reducir su velocidad, acelerarse o detenerse de manera inesperada, lo que puede ocasionar caídas y lesiones graves.

16. Mantenga el cable eléctrico y el protector contra sobretensiones alejado de las superficies calientes.
17. Nunca mueva la banda para caminar mientras el aparato esté apagado. No ponga a funcionar su máquina para correr si el cable eléctrico o el enchufe están dañados o si la máquina para correr no está funcionando correctamente. (Vea **MANTENIMIENTO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS** en la página 22 si la máquina para correr no está funcionando correctamente.)
18. Lea, entienda y pruebe el procedimiento de parada de emergencia antes de usar la máquina para correr (vea **CÓMO ENCENDER EL APARATO** en la página 15). Use siempre el gancho cuando use la máquina para correr.
19. Párese siempre sobre los rieles para los pies al poner en marcha o parar la banda para caminar. Sujétese siempre a las barandas cuando haga ejercicios en la máquina para correr.
20. Cuando haya una persona caminando en la máquina para correr, el nivel de ruido de la máquina para correr aumentará.
21. Mantenga los dedos, el cabello y la ropa alejados de la banda para caminar en movimiento.
22. La máquina para correr es capaz de alcanzar altas velocidades. Ajuste la velocidad gradualmente para evitar cambios repentinos de velocidad.
23. El monitor de ritmo cardíaco no es un dispositivo médico. Existen varios factores, incluido el propio movimiento de la persona al hacer ejercicios, que pueden influir en la precisión de las lecturas del ritmo cardíaco. El monitor de ritmo cardíaco está diseñado únicamente como ayuda para los ejercicios, determinando las tendencias del ritmo cardíaco en general.
24. Nunca deje la máquina para correr desatendida mientras esté en funcionamiento. Siempre retire la llave, coloque el interruptor eléctrico en la posición Off (apagado) (vea el dibujo de la página 6 para la ubicación del interruptor) y desenchufe el cable eléctrico cuando la máquina para correr no esté en uso.
25. No intente mover la máquina para correr hasta que esté correctamente ensamblada. (Vea **MONTAJE** en la página 8, y **CÓMO PLEGAR Y MOVER LA MÁQUINA PARA CORRER** en la página 20.) Usted debe poder levantar cómodamente 20 kg para elevar, bajar o mover la máquina para correr.
26. Cuando pliegue o mueva la máquina para correr, asegúrese de que el pasador de almacenamiento esté sosteniendo la armadura con seguridad en la posición de almacenamiento.
27. Nunca inserte ningún objeto dentro de ninguna abertura en la máquina para correr.
28. Inspeccione y apriete correctamente todas las piezas cada vez que se use la máquina para correr.
29. **PELIGRO:** Desconecte siempre el cable eléctrico después de usar, antes de limpiar la máquina para correr, y antes de realizar las operaciones de mantenimiento y ajuste descritas en este manual. Nunca retire la cubierta del motor a menos que sea bajo la dirección de un representante de servicio autorizado. Cualquier procedimiento de servicio distinto de los incluidos en este manual debe ser realizado solamente por un representante de servicio técnico autorizado.
30. El hacer ejercicios en exceso puede causar lesiones graves o incluso la muerte. Si experimenta mareos, se queda sin aliento o siente dolor mientras hace ejercicios, deténgase inmediatamente y descanse.

CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES

COLOCACIÓN DE LAS CALCOMANÍAS DE ADVERTENCIA

Este dibujo muestra las ubicaciones de las calcomanías de advertencia. **Si falta una calcomanía o ésta es ilegible, vea la portada de este manual y solicite una nueva calcomanía de reemplazo gratuita. Péguela en el lugar indicado.** Nota: Puede ser que no se muestren las calcomanías en su tamaño real.



! WARNING:

Protect yourself and others from risk of serious injury. Read the user's manual, and:



- Stand only on the side rails when starting or stopping treadmill.

- Change speed in small increments.
- Hold handrails to prevent falling, and always wear the safety clip while operating the treadmill.

- Stop if you feel faint, dizzy, or short of breath.

- Fully engage the storage latch before the treadmill is moved or stored.

- Incline should be set to zero before folding the treadmill into a storage position.



- Never allow children on or around the treadmill.

- Remove the safety key when treadmill is not in use.



- Keep clothing, fingers, and hair away from moving parts.

- Never try to adjust or fix the belt while it is moving.



- Always wear athletic shoes while operating the treadmill.

ANTES DE COMENZAR

Gracias por seleccionar la revolucionaria máquina para correr NORDICTRACK® DESK TREADMILL. La máquina para correr DESK TREADMILL ofrece una variedad impresionante de funciones diseñadas para hacer sus entrenamientos en su hogar más agradables y eficaces. Además, cuando deje de hacer ejercicios, esta máquina para correr única puede plegarse hacia arriba y requiere menos de la mitad del espacio que otras máquinas para correr.

Para su beneficio, lea el manual cuidadosamente antes de usar la máquina para correr. Si tiene

preguntas después de leer este manual, vea la portada de este manual. Para que le podamos asistir de manera más eficaz, tome nota del número de modelo del producto y del número de serie antes de contactarnos. El número de modelo y la ubicación de la calcomanía con el número de serie se muestran en la portada de este manual.

Antes de seguir leyendo, por favor repase el dibujo de abajo y familiarícese con las piezas indicadas.

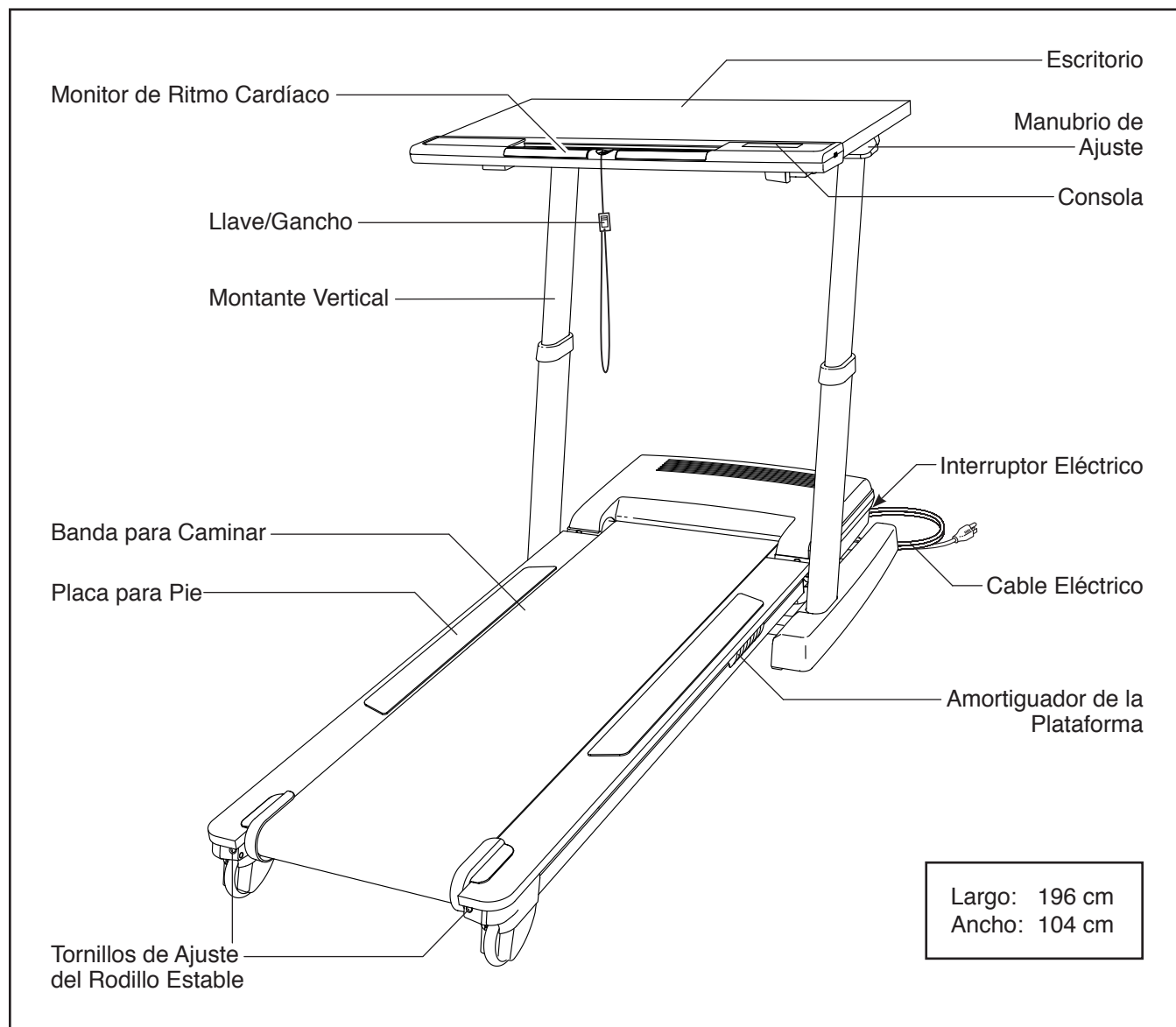
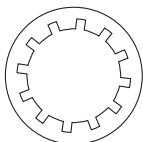
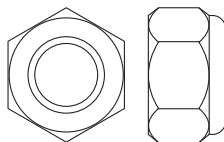


DIAGRAMA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS

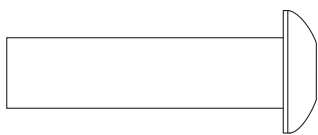
Utilice los dibujos que aparecen a continuación para identificar las piezas pequeñas utilizadas para el montaje. El número que aparece entre paréntesis a continuación de cada dibujo es el número de clave de la pieza en la LISTA DE LAS PIEZAS que hallará cerca del final de este manual. El número que aparece a continuación del número de clave es el número de unidades utilizadas para el montaje. **Nota: Si la pieza no aparece en el kit de componentes de montaje, compruebe si está montada de antemano. Pueden incluirse piezas adicionales.**



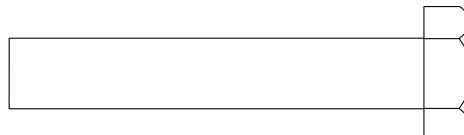
Arandela Estrella
de 3/8" (2)–12



Tuerca de 3/8" (4)–4



Tornillo de 3/8" x 1 1/2" (3)–8



Tornillo de 3/8" x 2 1/4" (1)–4

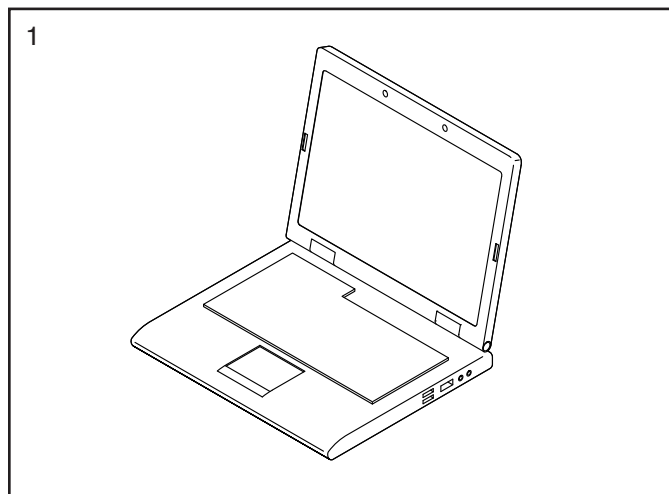
MONTAJE

- El montaje requiere dos personas.
 - Coloque todas las piezas en un área despejada y retire los materiales de empaque. No se deshaga de los materiales de empaque hasta haber terminado todos los pasos de montaje.
 - Tras el envío, podría haber una sustancia aceitosa en el exterior de la máquina para correr. Se trata de algo normal. Si observa una sustancia aceitosa en la máquina para correr, límpiela con un paño suave y un limpiador leve no abrasivo.
 - Para identificar las piezas pequeñas, vea la página 7.
 - Las piezas del lado izquierdo están marcadas con “L” o “Left” y las piezas del lado derecho están marcadas con “R” o “Right”.
 - El montaje requerirá las siguientes herramientas:
 - la llave hexagonal incluida 
 - una llave inglesa 
- Para evitar dañar las piezas, no utilice herramientas eléctricas.

1. Visite la web my.iconfitness.com en su computadora y registre su producto, esto:

- activa su garantía
- le ahorra tiempo si alguna vez necesita contactar al Tecnoservicio
- nos permite avisarle si hay nuevas actualizaciones y ofertas

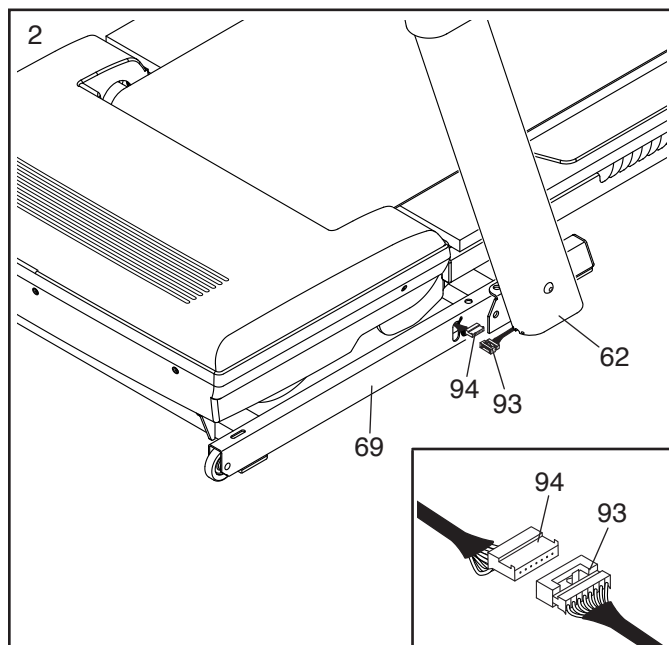
Nota: Si no dispone de acceso a Internet, llame al Tecnoservicio (vea la portada de este manual) para registrar su producto.



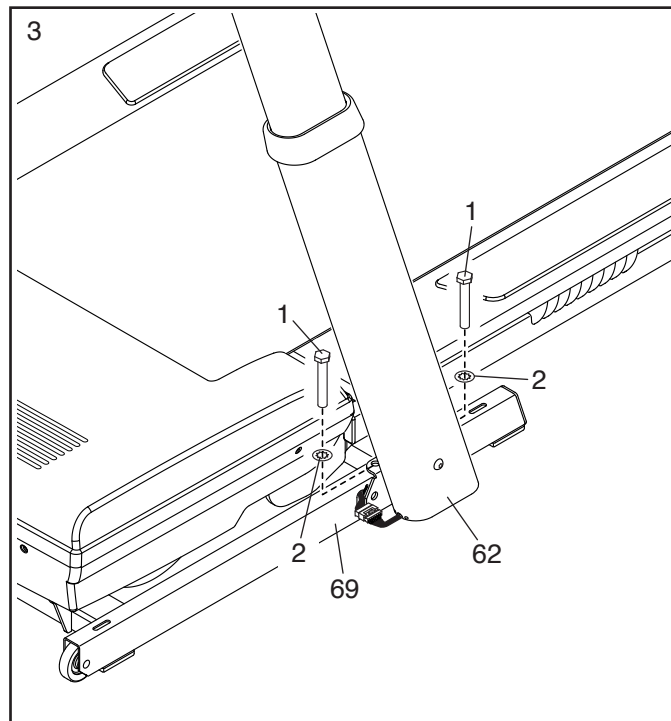
2. Asegúrese de que el cable eléctrico esté desenchufado.

Con ayuda de otra persona, sostenga el Montante Vertical Izquierdo (62) cerca de la Base (69) como se muestra.

Vea el diagrama incluido. Conecte el Cable del Montante Vertical (93) al Cable de la Base (94). **Los conectores deben deslizarse juntos fácilmente y encajar en su lugar.** Si no lo hacen, gire un conector y vuelva a intentarlo. **SI NO CONECTA LOS CONECTORES ADECUADAMENTE, LA CONSOLA PUEDE DAÑARSE CUANDO ENCIENDA EL APARATO.**

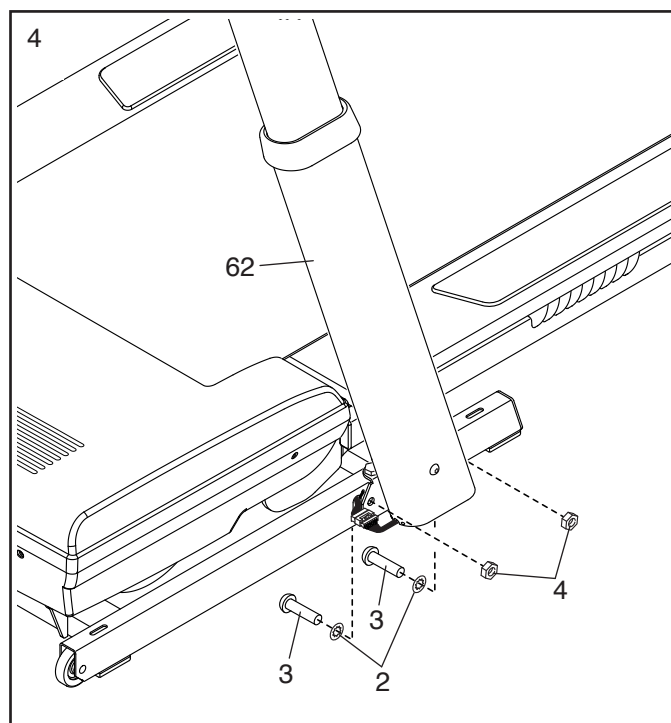


3. Conecte el Montante Vertical Izquierdo (62) a la Base (69) con dos Tornillos de 3/8" x 2 1/4" (1) y dos Arandelas Estrella de 3/8" (2) como se muestra; **no apriete aún completamente los Tornillos. Tenga cuidado de no pellizcar ningún cable.**

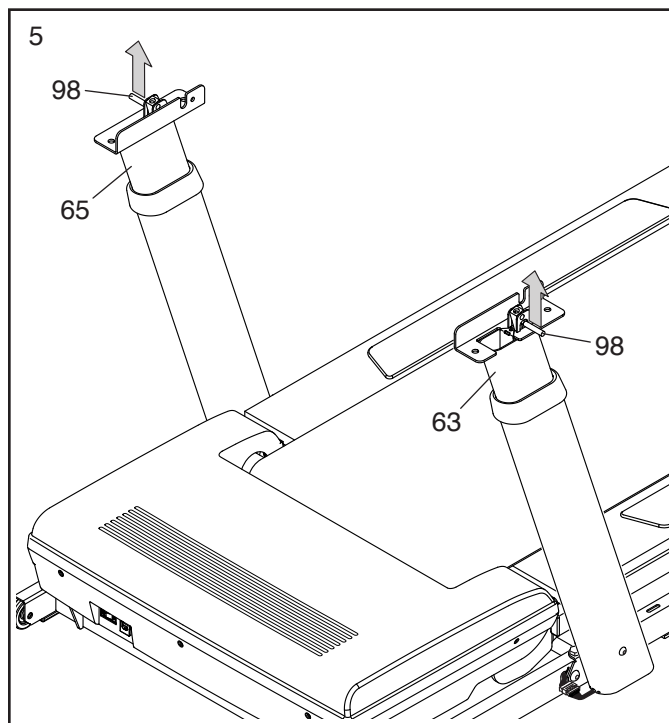


4. Apriete parcialmente dos Tornillos de 3/8" x 1 1/2" (3) con dos Arandelas Estrella de 3/8" (2) y dos Tuercas de 3/8" (4) al Montante Vertical Izquierdo (62) como se muestra; **no apriete aún los Tornillos. Tenga cuidado de no pellizcar ningún cable.**

Conecte el Montante Vertical Derecho (que no se muestra) de la manera descrita en los pasos 3 y 4. Nota: No hay cables en el lado derecho.



5. Eleve los dos Montantes Verticales Interiores (63, 65) levantándolos por los Pasadores del Manubrio (98). **Ceróiese de que ambos Montantes Verticales Interiores tengan la misma altura.**

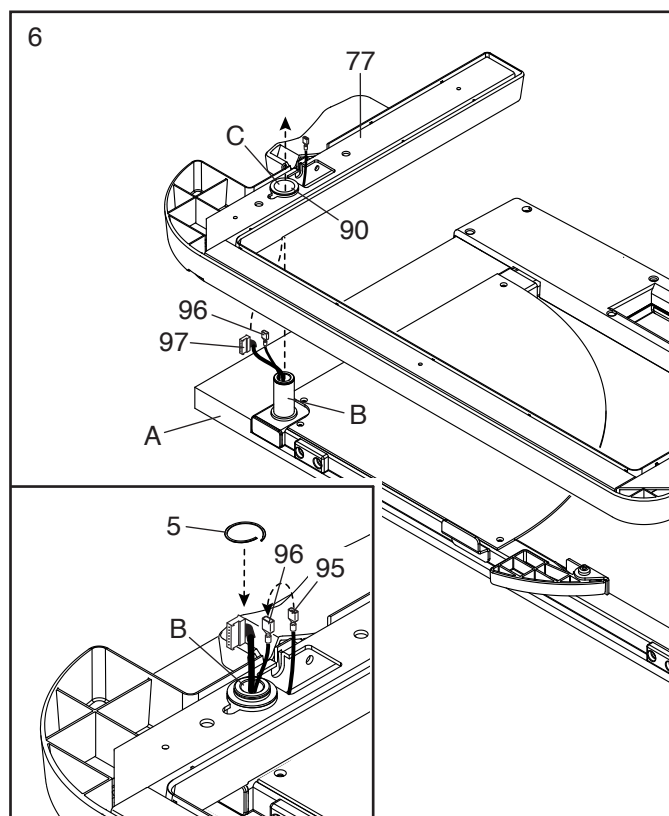


6. Coloque el conjunto de consola (A) boca abajo sobre una superficie blanda para que no sufra arañazos.

A continuación, coloque la Armadura del Escritorio (77) sobre el conjunto de consola (A) mientras inserta el Cable de Tierra de 24" (96), el Cable de la Consola (97) y el poste (B) por el orificio (C) de la Armadura del Escritorio. **Nota: Puede resultarle útil girar el conector del Cable de la Consola a la posición vertical al insertarlo en el poste.**

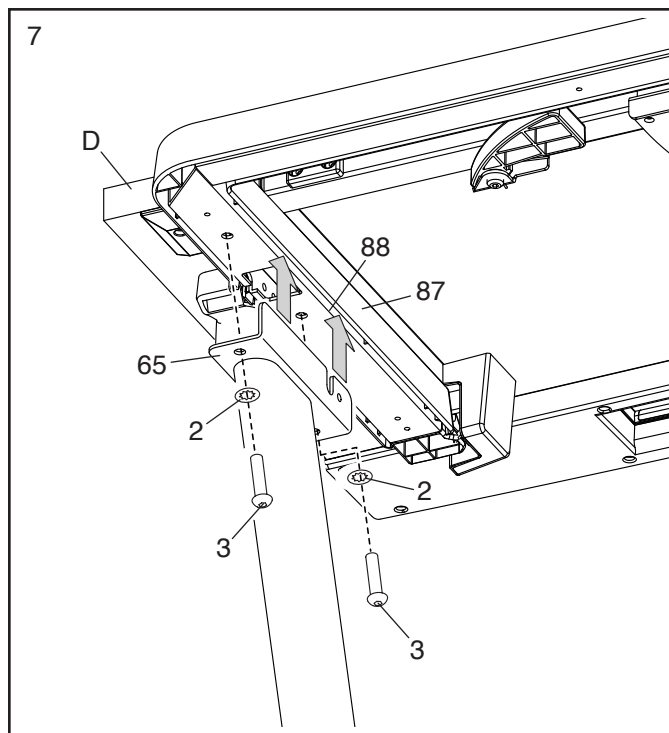
Nota: Si el Buje Plástico de 1" (90) se sale, introdúzcalo de nuevo.

Vea el diagrama incluido. Gire levemente y deslice el Anillo de 1" (5) hacia abajo por el poste (B). **Asegúrese de que el Anillo quede insertado con seguridad en las ranuras del poste.** Luego, conecte los dos Cables de Tierra (95, 96).

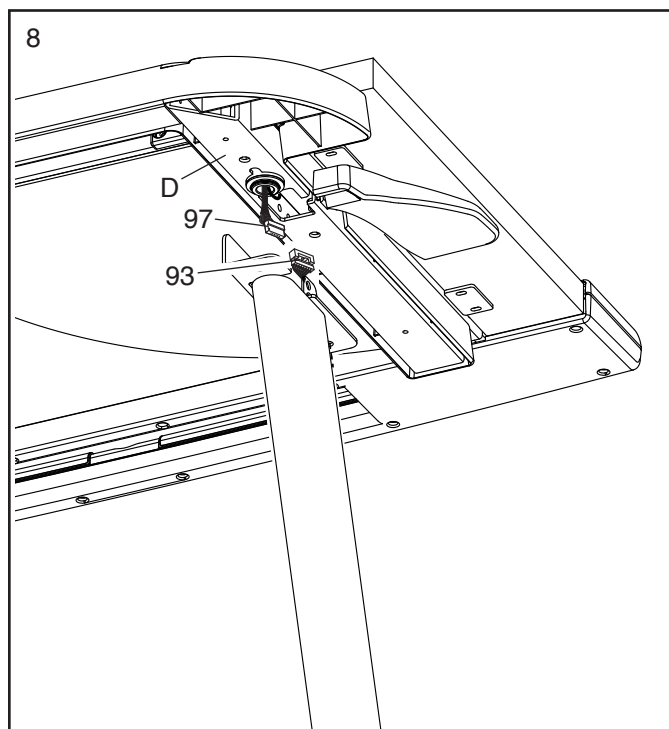


7. Con la ayuda de otra persona, coloque el lado derecho del conjunto de escritorio (D) sobre el Montante Vertical Interior Derecho (65). **Cerchiórese de no pellizcar ningún cable del lado izquierdo.**

Apriete parcialmente dos Tornillos de 3/8" x 1 1/2" (3) con dos Arandelas de 3/8" (2) al conjunto del escritorio (D) como se muestra. **Asegúrese de que el soporte del Montante Vertical Interior Derecho (65) se introduzca entre la Cubierta de la Armadura de Soporte del Escritorio (87) y la Armadura de Soporte del Escritorio (88). No apriete aún los Tornillos.**

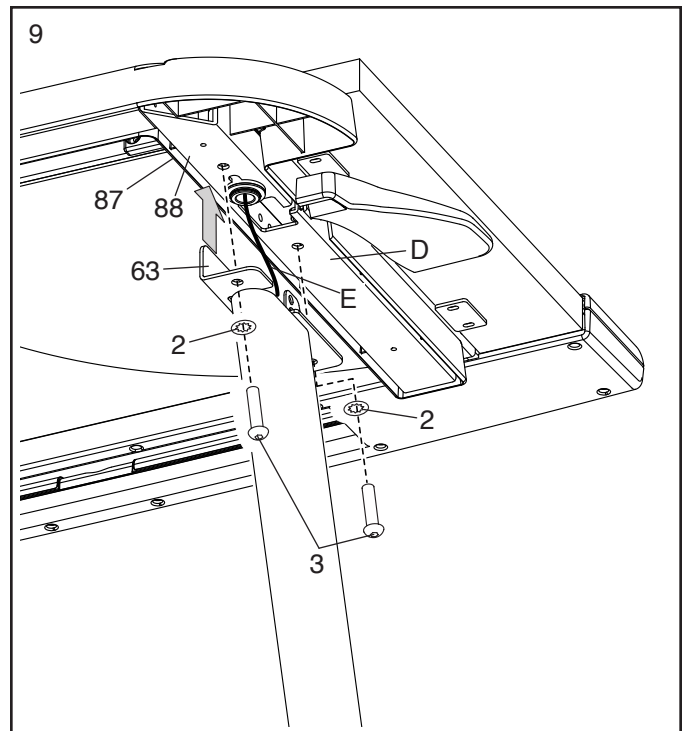


8. Eleve el lado izquierdo del conjunto del escritorio (D). Conecte el Cable del Montante Vertical (93) al Cable de la Consola (97).

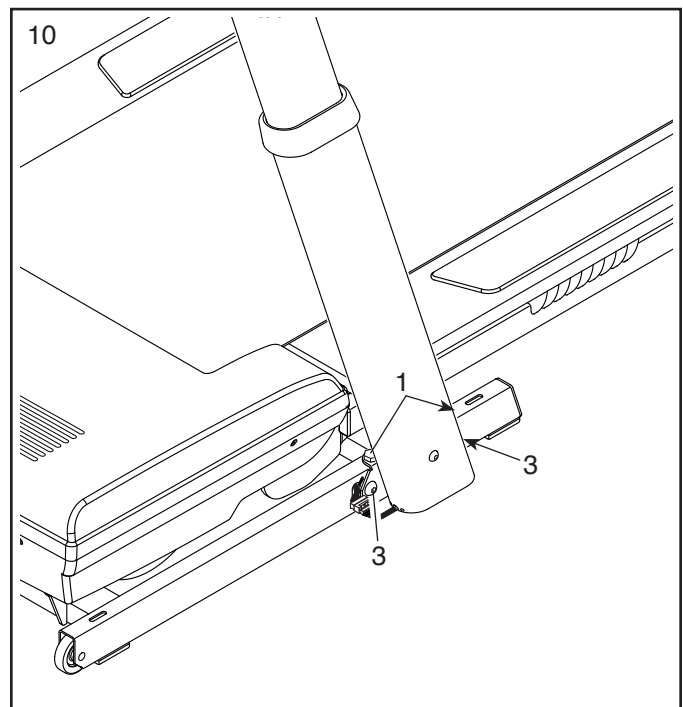


9. Apriete dos Tornillos de 3/8" x 1 1/2" (3) con dos Arandelas Estrella de 3/8" (2) al conjunto del escritorio (D) como se muestra. **Asegúrese de que el soporte del Montante Vertical Interior Izquierdo (63) se introduzca entre la Cubierta de la Armadura de Soporte del Escritorio (87) y la Armadura de Soporte del Escritorio (88).** Inserte los cables en la parte superior del Montante Vertical Interior Izquierdo. **Asegúrese de que no queden cables (E) pellizcados.**

Vea el paso 7. Apriete dos Tornillos de 3/8" x 1 1/2" (3) en el lado derecho.

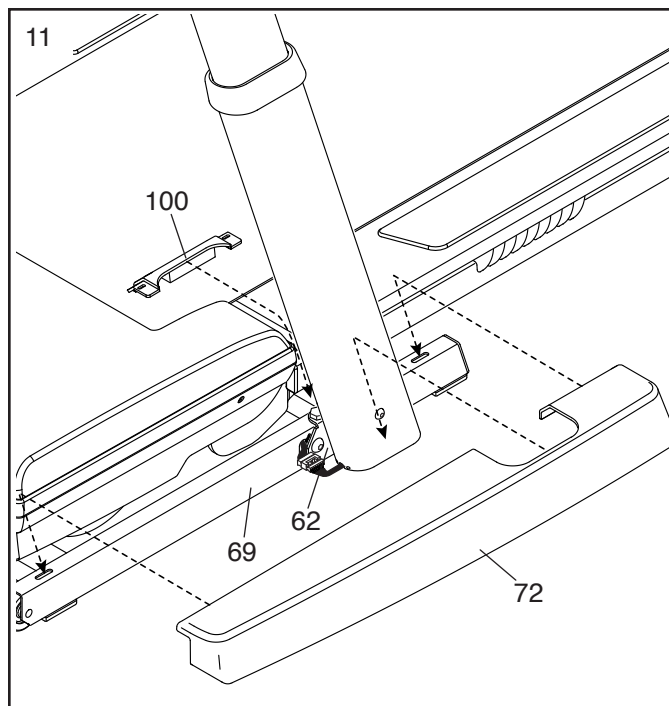


10. Primero, apriete los Tornillos de 3/8" x 1 1/2" (3) a cada lado de la máquina para correr. Luego, apriete los Tornillos de 3/8" x 2 1/4" (1) a cada lado de la máquina para correr.



11. Coloque la Cubierta Interior Izquierda de la Base (100) sobre el soporte del Montante Vertical Izquierdo (62). A continuación, alinee las pestañas de la Cubierta Izquierda de la Base (72) con las ranuras de la Base (69). Presione la Cubierta Izquierda de la Base contra la Cubierta Interior Izquierda de la Base y la Base. **Cerchiórese de no doblar las pestañas de la Cubierta Izquierda de la Base.**

Repita el paso con la Cubierta Interior Derecha de la Base (que no se muestra) y la Cubierta Derecha de la Base (que no se muestra) contra el Montante Vertical Derecho (que no se muestra).



12. **Asegúrese de que todas las piezas estén apropiadamente apretadas antes de utilizar la máquina para correr.** Si quedan láminas de plástico sobre las calcomanías de la máquina para correr, retire el plástico. Para proteger el piso o alfombra, coloque un tapete debajo de la máquina para correr. Para evitar daños a la consola, mantenga su máquina para correr protegida de la luz directa del sol. Guarde en un lugar seguro las llaves hexagonales suministradas; una de las llaves hexagonales se utiliza para ajustar la banda para caminar (vea la página 23). Nota: Pueden incluirse piezas adicionales.

CÓMO USAR LA MÁQUINA PARA CORRER

CÓMO ENCHUFAR EL CABLE ELÉCTRICO

Utilice un Protector Contra Sobretensiones

La máquina para correr, como cualquier otro equipo electrónico, puede dañarse por cambios repentinos de tensión en el hogar. Pueden ocurrir sobretensiones, picos de tensión e interferencias de ruido al encender o apagar otros equipos eléctricos. **Para reducir el riesgo de daños a la máquina para correr, utilícela siempre con un protector contra sobretensiones. Para comprar un protector contra sobretensiones, vea la precaución 14 en la página 3.**

Use solamente un protector contra sobretensiones tipo UL 1449 como protector de sobretensiones transitorio (TVSS). El protector contra sobretensiones debe presentar supresión UL de tensión de 400 voltios o menos y una disipación de sobretensión mínima de 450 joules. El protector contra sobretensiones debe ser para 120 voltios CA y 15 amperes. El protector contra sobretensiones debe tener una luz de control que indique si está funcionando adecuadamente. **Si no usa un protector contra sobretensiones que funcione correctamente podría provocar daños en el sistema de control de la máquina para correr y lesiones graves a los usuarios.**

Enchufe el Cable Eléctrico

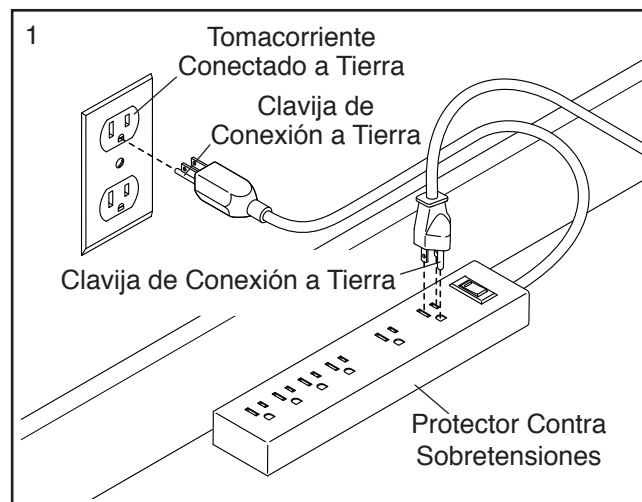
La máquina para correr debe estar conectada a tierra. En caso de funcionamiento defectuoso o avería, la conexión a tierra proporciona una ruta con el menor grado de resistencia para la corriente eléctrica, reduciendo así el riesgo de choque eléctrico. El enchufe del cable eléctrico de la máquina para correr tiene una clavija de conexión a tierra (ver el dibujo 1 de esta página).



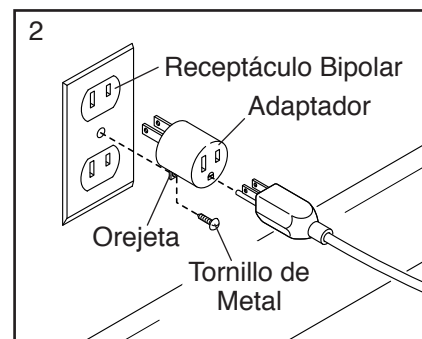
PELIGRO: La conexión inadecuada del cable eléctrico aumenta el riesgo de choque eléctrico. No modifique el enchufe (si es que no encaja en el tomacorriente, haga instalar un nuevo tomacorriente por un electricista calificado). Si no está seguro de si la máquina para correr está adecuadamente conectada a tierra, contacte con un electricista calificado.

Conecte el cable eléctrico a un protector contra sobretensiones y conecte dicho protector a un tomacorriente que esté adecuadamente instalado y conectado a tierra de acuerdo con los códigos y ordenanzas locales. **El tomacorriente debe estar en un circuito nominal de**

120 voltios capaz de conducir 15 amperes o más. Para evitar la sobrecarga del circuito no enchufe otros dispositivos eléctricos, excepto los dispositivos de baja potencia, tales como cargadores de teléfonos móviles, en el protector contra sobretensiones ni en un tomacorriente del mismo circuito. **IMPORTANTE:** Si la máquina para correr está conectada a un tomacorriente equipado con AFCI y su corta circuito se salta repetidamente cuando se usa la máquina para correr, vea la portada de este manual para comprar un filtro de arco voltaico.

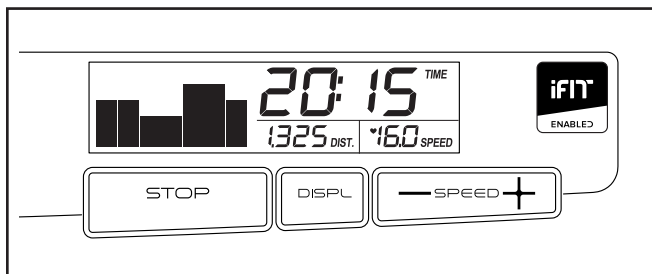


Si no hay un tomacorriente adecuadamente conectado a tierra disponible, se puede utilizar un adaptador temporal para enchufar el protector contra sobretensiones a un receptáculo bipolar.



El enchufe o el cable que se extiende desde el adaptador debe conectarse con un tornillo de metal a una tierra permanente, como por ejemplo una cubierta de caja de tomacorriente adecuadamente conectada a tierra. **Algunas cubiertas de receptáculos eléctricos bipolares no vienen conectadas a tierra. Antes de usar un adaptador, contacte con un electricista calificado para determinar si la cubierta de la caja eléctrica se encuentra conectada a tierra. El adaptador temporal se deberá usar solamente hasta que un tomacorriente adecuadamente conectado a tierra haya sido instalado por un electricista calificado.**

DIAGRAMA DE LA CONSOLA



CARACTERÍSTICAS DE LA CONSOLA

La consola de la máquina para correr ofrece toda una selección de funciones diseñadas para hacer sus entrenamientos más efectivos y agradables. Cuando se utilice la función manual se podrá cambiar la velocidad y la inclinación de la máquina para correr con solo tocar un botón. Mientras hace ejercicios, la consola proveerá información continua de los ejercicios. Usted puede incluso medir su ritmo cardíaco usando el monitor de ritmo cardíaco del mango o el monitor opcional de ritmo cardíaco para el pecho (vea la página 18).

Para encender el aparato, vea esta página. **Para utilizar la función manual**, vea la página 16. **Para conectar su dispositivo inteligente a la consola**, vea la página 17. **Para conectar su monitor de ritmo cardíaco a la consola**, vea la página 18. **Para usar la función de información**, vea la página 18. **Para ajustar la altura del escritorio**, vea la página 19.

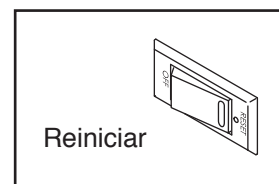
Nota: La consola puede mostrar la velocidad y la distancia en millas o kilómetros. Para ver qué unidad de medida está seleccionada, vea LA FUNCIÓN DE INFORMACIÓN en la página 18. Para simplificar, todas las instrucciones de esta sección se refieren a kilómetros.

IMPORTANTE: Si quedan láminas de plástico sobre la consola, retírelas. Para evitar que se produzcan daños en la plataforma para caminar, póngase calzado deportivo limpio al usar la máquina para correr. La primera vez que use la máquina para correr, observe la alineación de la banda para caminar y céntrela en caso necesario (vea la página 23).

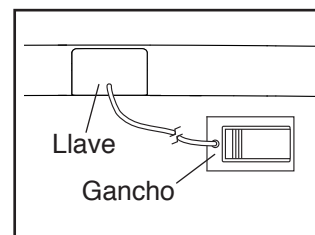
CÓMO ENCENDER EL APARATO

IMPORTANTE: Si la máquina para correr ha sido expuesta a bajas temperaturas, deje que alcance la temperatura ambiente antes de encenderla. De lo contrario, las pantallas de la consola u otros componentes eléctricos pueden resultar dañados.

Enchufe el cable eléctrico (vea la página 14). A continuación, localice el interruptor eléctrico en la armadura de la máquina para correr, cerca del cable eléctrico. Pulse el interruptor eléctrico para colocarlo en la posición Reset (reiniciar).



A continuación, párese en los rieles para los pies de la máquina para correr. Identifique el gancho conectado a la llave y deslícelo por el cinturón de su ropa. Luego, inserte la llave en la consola.



Tras unos instantes, las pantallas se encenderán.

IMPORTANTE: En caso de emergencia, es posible sacar la llave de la consola, lo que provoca que la banda para caminar disminuya la velocidad hasta detenerse. Pruebe el gancho cuidadosamente dando unos pasos hacia atrás; si la llave no sale de la consola, ajuste la posición del gancho.

CÓMO USAR LA FUNCIÓN MANUAL

1. Inserte la llave en la consola.

Vea CÓMO ENCENDER EL APARATO en la página 15.

2. Seleccione la función manual.

Si la función manual no está seleccionada, pulse el botón Stop (parar), retire la llave y vuelva a insertarla.

3. Ponga en marcha la banda para caminar.

Para que la banda para caminar comience a deslizarse, pulse el botón Start (comenzar).

La banda para caminar comenzará a moverse a 1 mph. Mientras hace ejercicios, cambie la velocidad de la banda para caminar, según lo desee, pulsando los botones de aumento y disminución Speed (velocidad). Cada vez que pulse uno de los botones, el nivel de velocidad cambiará en 0,1 mph; si mantiene pulsado el botón, el nivel de velocidad cambiará en incrementos de 0,5 mph. Nota: Tras pulsar el botón, puede que la banda para caminar tarde un tiempo en alcanzar el ajuste de velocidad seleccionado.

Para detener la banda para caminar, pulse el botón Stop. La hora comenzará a destellar intermitentemente en la pantalla. Para reiniciar la banda para caminar, pulse el botón Start o el botón de aumento Speed.

4. Cambie la inclinación de la máquina para correr como lo desee.

Para cambiar la inclinación de la máquina para correr, pulse los botones de aumento y disminución Incline (inclinación). Cada vez que pulse el botón de aumento o disminución Incline, el ajuste de inclinación cambia en un 0,5 por ciento.

5. Siga su progreso en las pantallas.

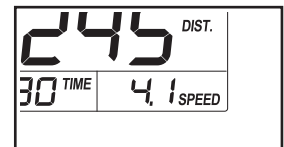
La matriz mostrará una pista que representa 400 m. A medida que camina o corre sobre la máquina para correr, se mostrarán indicadores en secuencia alrededor de la pista hasta que se muestre toda la pista. Luego, la pista desaparecerá y los indicadores comenzarán a aparecer de nuevo en secuencia.



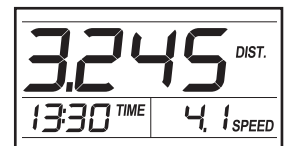
La pantalla inferior izquierda puede mostrar el tiempo transcurrido y la distancia que usted caminó o recorrió durante su entrenamiento. Cada vez que cambie la inclinación, la pantalla mostrará el ajuste de inclinación durante varios segundos. Nota: Cuando se seleccione un entrenamiento, la pantalla mostrará el tiempo restante del entrenamiento en lugar del tiempo transcurrido.



La pantalla inferior derecha puede mostrar la velocidad de la banda para caminar y el número aproximado de calorías que quemó durante su entrenamiento. La pantalla también mostrará su ritmo cardíaco al utilizar un monitor de ritmo cardíaco compatible (vea el paso 6).



La pantalla superior puede mostrar el tiempo transcurrido, la distancia que caminó o corrió, el número aproximado de calorías quemadas o la velocidad de la banda para caminar.



Pulse repetidamente el botón Displ (pantalla) hasta que la pantalla superior muestre la información que más le interese ver. Nota: Mientras la información se mostrará en la pantalla superior, la misma información no se mostrará en la pantalla inferior izquierda ni inferior derecha.

Para reiniciar las pantallas, pulse dos veces el botón Stop, retire la llave y, luego, vuelva a insertarla.

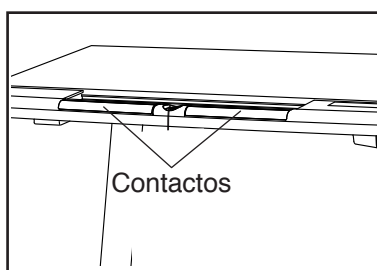
6. Si lo desea, mida su ritmo cardíaco.

Usted puede medir su ritmo cardíaco usando el monitor de ritmo cardíaco del mango o un monitor de ritmo cardíaco compatible. **Para obtener más información sobre la compra de un monitor opcional de ritmo cardíaco para el pecho, vea la página 18.**

La consola es compatible con todos los monitores de ritmo cardíaco que utilicen BLUETOOTH® Smart. Para conectar su monitor de ritmo cardíaco a la consola, vea la página 18.

Nota: Si usa ambos monitores de ritmo cardíaco al mismo tiempo, el monitor de ritmo cardíaco BLUETOOTH Smart tendrá prioridad.

Antes de usar el monitor de ritmo cardíaco del mango, retire las láminas de plástico transparente de los contactos metálicos de la barra de pulso. Además, asegúrese de que sus manos estén limpias.



Para medir su ritmo cardíaco, **párese sobre los rieles para los pies** y sujete la barra de pulso con las palmas de las manos sobre los contactos; **evite mover las manos**. Cuando se detecte su pulso, se mostrará su ritmo cardíaco. **Para lograr una lectura de su ritmo cardíaco lo más precisa posible, continúe sujetando los contactos durante unos 15 segundos.**

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

Párese en los rieles para los pies, pulse el botón Stop y **ajuste la inclinación en la máquina para correr a cero por cien. El nivel de inclinación debe ser cero al plegar la máquina para correr hasta la posición de almacenamiento, ya que de lo contrario podría dañar la máquina para correr.** A continuación, retire la llave de la consola y guarde la llave en un lugar seguro.

Cuando termine de utilizar la máquina para correr, coloque el interruptor eléctrico en posición Off (apagado) y desenchufe el cable eléctrico.

IMPORTANTE: Si no lo hace, los componentes eléctricos de la máquina para correr pueden desgastarse antes de tiempo.

CÓMO CONECTAR SU DISPOSITIVO INTELIGENTE A LA CONSOLA

1. Descargue e instale la app iFit en su dispositivo inteligente.

En su dispositivo inteligente iOS® o Android™, abra la App StoreSM o la tienda Google Play™, busque la app iFit y, luego, instale la app en su dispositivo inteligente. **Asegúrese de que la opción BLE esté activada en su dispositivo inteligente.**

Luego, abra la app iFit y siga las instrucciones para configurar una cuenta de iFit y personalizar sus ajustes.

2. Conecte su dispositivo inteligente a la consola.

Siga las instrucciones de la app iFit para conectar su dispositivo inteligente a la consola.

Una vez establecida una conexión, el LED de la consola parpadeará con el color azul. Pulse el botón Bluetooth de la consola para confirmar la conexión; el LED de la consola cambiará al color azul continuo.

3. Registre y controle su información de entrenamiento.

Siga las instrucciones de la app iFit para registrar y controlar su información de entrenamiento.

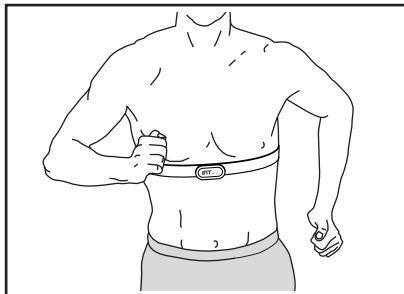
4. Desconecte su dispositivo inteligente de la consola si lo desea.

Para desconectar su dispositivo inteligente de la consola, pulse y mantenga pulsado el botón Bluetooth de la consola durante 5 segundos.

Nota: Todas las conexiones de BLUETOOTH entre la consola y otros dispositivos (incluidos los dispositivos inteligentes, monitores de ritmo cardíaco, etc.) se desconectarán.

MONITOR OPCIONAL DE RITMO CARDÍACO PARA EL PECHO

Independientemente de que sus objetivos sean quemar grasa o fortalecer su sistema cardiovascular, la clave para lograr los mejores resultados es mantener el



ritmo cardíaco adecuado durante sus entrenamientos. El monitor opcional de ritmo cardíaco para el pecho le permitirá vigilar continuamente su ritmo cardíaco mientras hace ejercicios, ayudándole a alcanzar sus metas personales de estado físico. **Para comprar un monitor de ritmo cardíaco para el pecho, por favor vea la portada de este manual.**

Nota: La consola es compatible con todos los monitores de ritmo cardíaco que utilicen BLUETOOTH Smart.

CÓMO CONECTAR SU MONITOR DE RITMO CARDÍACO A LA CONSOLA

La consola es compatible con todos los monitores de ritmo cardíaco que utilicen BLUETOOTH Smart.

Para conectar su monitor de ritmo cardíaco BLUETOOTH Smart a la consola, pulse el botón Bluetooth de la consola. Una vez establecida una conexión, el LED de la consola parpadeará con el color rojo dos veces. Nota: Esta operación puede requerir hasta 15 segundos.

Nota: Si hay más de un monitor de ritmo cardíaco compatible cerca de la consola, esta se conectará al monitor de ritmo cardíaco que presente la señal más fuerte.

Para desconectar su monitor de ritmo cardíaco de la consola, pulse y mantenga pulsado el botón Bluetooth de la consola durante 5 segundos.

Nota: Todas las conexiones de BLUETOOTH entre la consola y otros dispositivos (incluidos los dispositivos inteligentes, monitores de ritmo cardíaco, etc.) se desconectarán.

LA FUNCIÓN DE INFORMACIÓN

La consola presenta una función de información que controla la información de uso de la máquina para correr y le permite seleccionar la unidad de medida de la consola.

Para seleccionar la función de información, inserte la llave en la consola mientras mantiene pulsado el botón Stop (parar). Luego, libere el botón Stop. Nota: Si se seleccionó un entrenamiento, es posible que deba pulsar dos veces el botón Stop para salir del entrenamiento antes de acceder a la función de información. Cuando se selecciona la función de información, se mostrará la información siguiente:

La pantalla superior mostrará la versión de software de la consola.

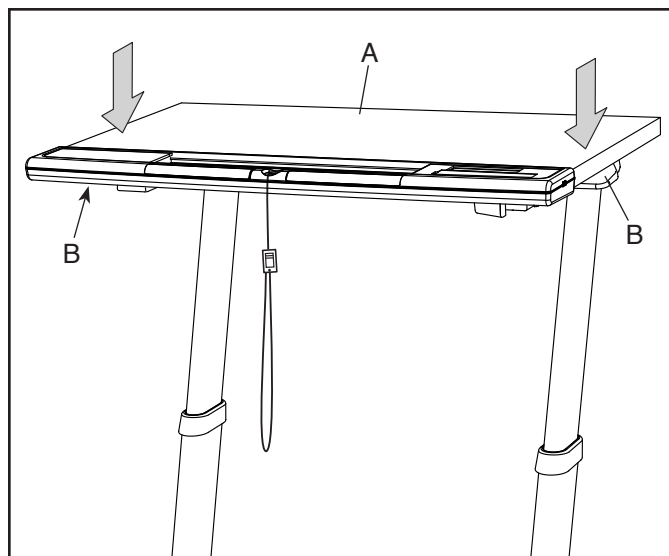
En la pantalla inferior derecha se mostrará la letra "E" para indicar que se han seleccionado las millas inglesas como unidad o una "M" para los kilómetros. Pulse el botón de aumento Speed (velocidad), si desea cambiar la unidad de medida.

Para salir de la función de información, retire la llave de la consola o pulse repetidamente el botón Stop.

CÓMO AJUSTAR LA ALTURA DEL ESCRITORIO

Sujete ambos lados del conjunto de escritorio (A) por las ubicaciones indicadas por las flechas. A continuación, introduzca las puntas de los dedos y levante los manubrios de ajuste (B). Luego, eleve o presione el conjunto del escritorio para ajustarlo a la altura deseada. **Asegúrese de que el escritorio esté nivelado.**

IMPORTANTE: El conjunto del escritorio (A) no se puede levantar ni bajar rápidamente. No intente forzar el escritorio para que se eleve o baje rápidamente.



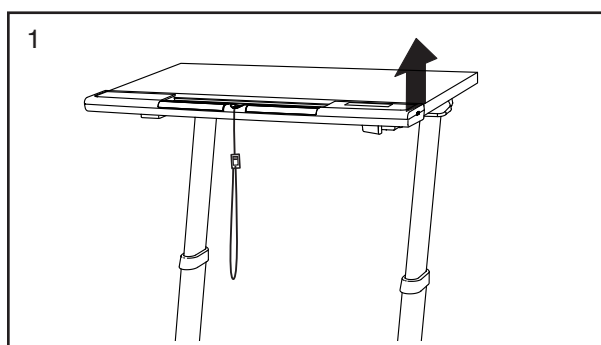
CÓMO PLEGAR Y MOVER LA MÁQUINA PARA CORRER

CÓMO PLEGAR LA MÁQUINA PARA CORRER

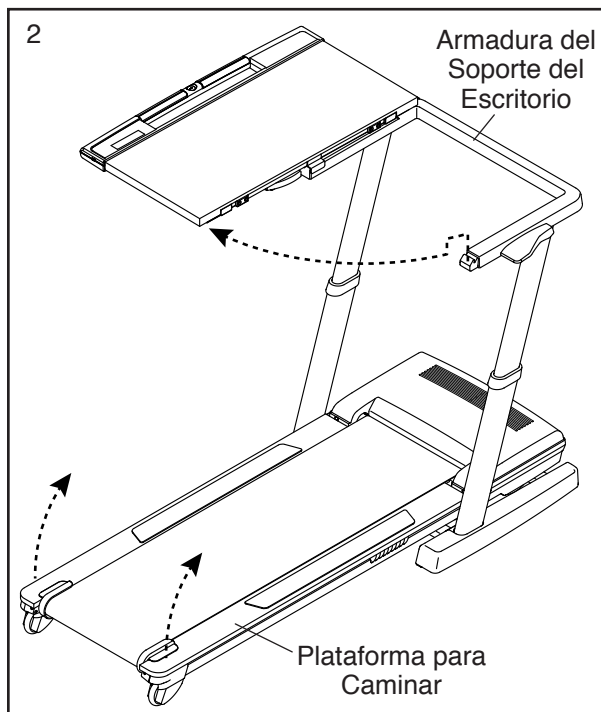
Para evitar que se dañe la máquina para correr, ajuste el porcentaje de inclinación a cero antes de plegarla. Luego, retire la llave y desenchufe el cable eléctrico.

PRECAUCIÓN: Usted debe poder levantar cómodamente 20 kg para elevar, bajar o mover la máquina para correr. Debe haber una separación de al menos 0,6 m a cada lado de la máquina para correr.

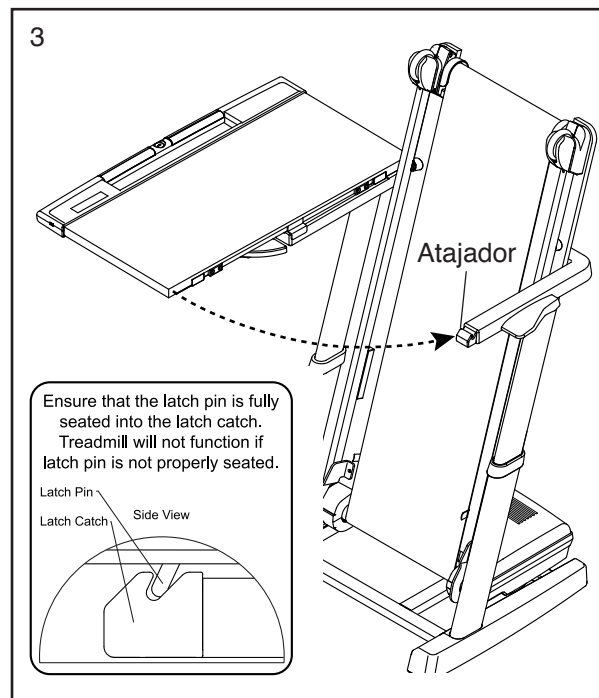
1. Eleve el lado derecho del escritorio hasta que se desencaje.



2. Gire el escritorio hacia la izquierda. A continuación, sujete firmemente la plataforma para caminar en la ubicación mostrada abajo por las flechas y eleve la plataforma para caminar hasta la armadura de soporte del escritorio. **PRECAUCIÓN:** Doble las rodillas y mantenga derecha la espalda.



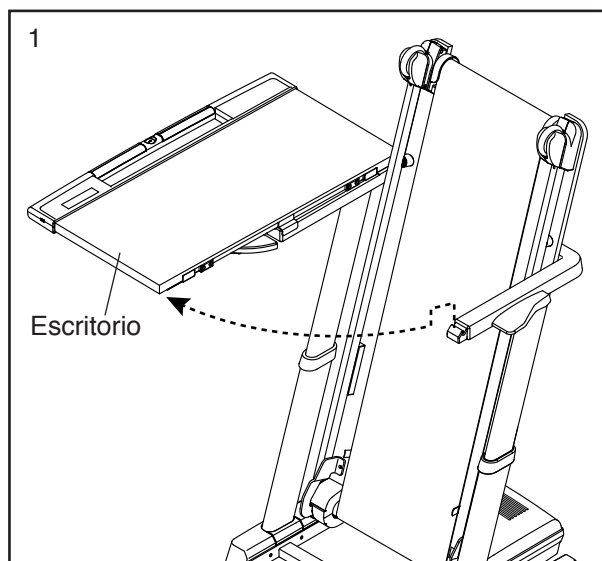
3. Gire el escritorio hacia la derecha. Luego, eleve el lado derecho del escritorio de forma que el pasador quede asentado plenamente en el atajador. **IMPORTANTE:** La máquina para correr no funcionará si el pasador no está asentado correctamente.



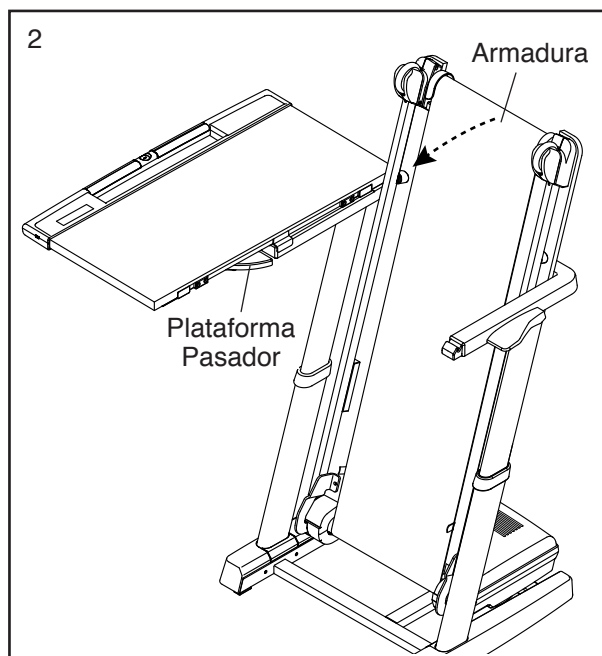
Para proteger el piso o alfombra, coloque un tapete debajo de la máquina para correr. Guarde su máquina para correr protegida de la luz directa del sol. No deje su máquina para correr en la posición de almacenamiento a temperaturas de más de 30°C.

CÓMO BAJAR LA MÁQUINA PARA CORRER PARA EL USO

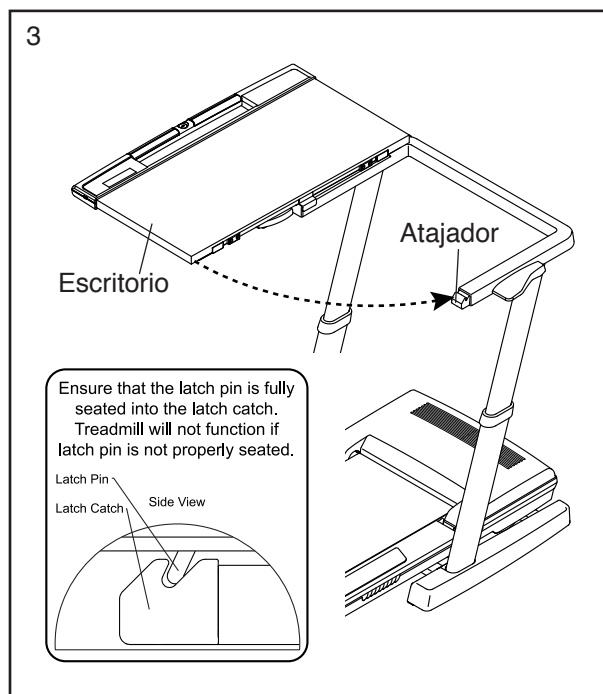
1. Eleve el lado derecho del escritorio hasta que se desencaje. Luego, gire el escritorio hacia la izquierda.



2. Sujete la armadura firmemente con su mano derecha mientras presiona el pasador de la plataforma hacia la izquierda con la mano izquierda. Luego, baje la plataforma para caminar hasta el piso.
PRECAUCIÓN: Doble las rodillas y mantenga derecha la espalda.



3. Gire el escritorio hacia la derecha. Luego, eleve el lado derecho del escritorio de forma que el pasador quede asentado plenamente en el atajador. **IMPORTANTE: La máquina para correr no funcionará si el pasador no está asentado correctamente.**



MANTENIMIENTO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

MANTENIMIENTO

Es importante un mantenimiento regular para un rendimiento óptimo y para reducir el desgaste. Inspeccione y apriete correctamente todas las piezas cada vez que se use la máquina para correr.

Limpie periódicamente la máquina para correr y mantenga limpia y seca la banda para caminar. En primer lugar, **coloque el interruptor eléctrico en posición Off (apagado) y desenchufe el cable eléctrico.**

Limpie las piezas exteriores de la máquina para correr con un paño húmedo y una pequeña cantidad de jabón suave. **IMPORTANTE: No pulverice ningún líquido directamente sobre la máquina para correr. Para evitar daños a la consola, manténgala alejada de cualquier líquido.** Luego, seque meticulosamente la máquina para correr con una toallita suave.

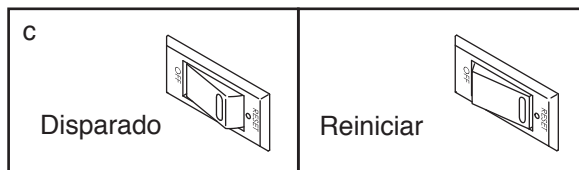
SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

La mayoría de los problemas de la máquina para correr pueden resolverse siguiendo los sencillos pasos que se indican a continuación. Busque el síntoma observado y siga los pasos indicados. Si necesita más ayuda, vea la portada de este manual.

SÍNTOMA: La corriente no se enciende

- Asegúrese de que el cable eléctrico esté enchufado a un protector contra sobretensiones y que dicho protector esté conectado a un tomacorriente correctamente conectado a tierra (vea la página 14). Utilice únicamente un protector contra sobretensiones que cumpla con todas las especificaciones descritas en la página 14. **IMPORTANTE: Si la máquina para correr está conectada a un tomacorriente equipado con AFCI y su cortacircuito se dispara repetidamente al utilizar la máquina para correr, vea la portada de este manual para adquirir un filtro de arco.**

- Una vez enchufado el cable eléctrico, asegúrese de que la llave esté insertada en la consola.
- Compruebe el interruptor eléctrico de la máquina para correr, cerca del cable eléctrico. Si el interruptor sobresale como se muestra, quiere decir que se ha disparado. Para restablecer el interruptor eléctrico, espere cinco minutos y, luego, vuelva a presionar el interruptor hacia dentro.

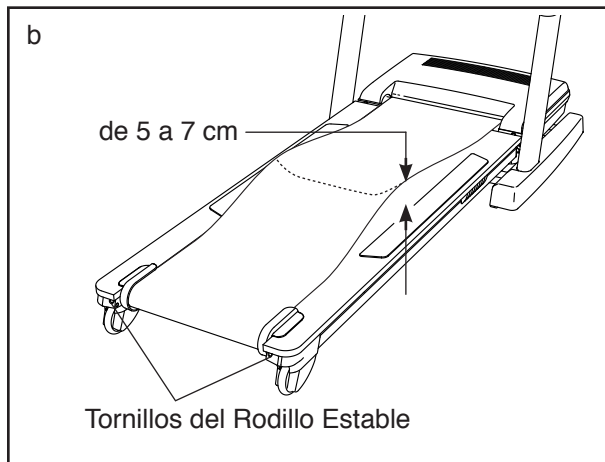


SÍNTOMA: La corriente se apaga durante el uso

- Compruebe el interruptor eléctrico (vea el dibujo anterior). Si el interruptor saltó, espere cinco minutos y, luego, vuelva a presionar el interruptor hacia dentro.
- Asegúrese de que el cable eléctrico esté enchufado. Si el cable eléctrico está enchufado, desenchúfelo, espere cinco minutos y, luego, conéctelo de nuevo.
- Retire la llave de la consola y, luego, reinsértela.
- Si la máquina para correr sigue sin funcionar, vea la portada de este manual.

SÍNTOMA: La banda para caminar disminuye de velocidad cuando se camina sobre ella

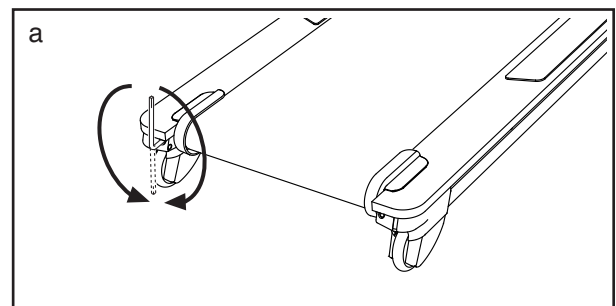
- a. Utilice únicamente un protector contra sobretensiones que cumpla con todas las especificaciones descritas en la página 14.
- b. Si la banda para caminar está demasiado tensa, el buen funcionamiento de su máquina para correr puede disminuir y la banda para caminar puede quedar dañada. Retire la llave y **DESENCHUFE EL CABLE ELÉCTRICO**. Usando la llave hexagonal, gire los dos tornillos de ajuste del rodillo estable en sentido antihorario, dando 1/4 de vuelta. Cuando la banda para caminar esté tensada correctamente, deberá poder levantar cada lado de esta entre 5 y 7 cm de la plataforma para caminar. Mantenga siempre centrada la banda para caminar. Luego, enchufe el cable eléctrico, inserte la llave y ponga en funcionamiento la máquina para correr durante algunos minutos. Repita esta operación hasta que la banda para caminar esté debidamente tensada.



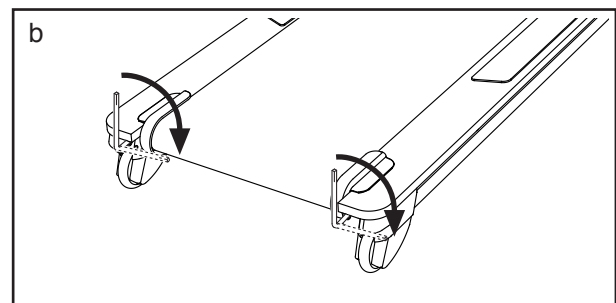
- c. Su máquina para correr presenta una banda para caminar cubierta con lubricante de alto rendimiento. **IMPORTANTE: Nunca aplique aerosol de silicona ni otras sustancias a la banda para caminar ni a la plataforma para caminar a menos que un representante de servicio autorizado se lo indique. Tales sustancias pueden deteriorar la banda para caminar y causar desgaste excesivo.** Si sospecha que la banda para caminar necesita más lubricante, vea la portada de este manual.
- d. Si la banda para caminar continúa perdiendo velocidad cuando se camina sobre ella, por favor vea la portada de este manual.

SÍNTOMA: La banda para caminar está descentrada o patina cuando se camina sobre ella

- a. Si la banda para caminar no está centrada, en primer lugar, retire la llave, y **DESENCHUFE EL CABLE ELÉCTRICO**. Si la banda para caminar se ha movido a la izquierda, use la llave hexagonal para girar el tornillo izquierdo del rodillo estable 1/2 vuelta en sentido horario. Si la banda para caminar se ha movido a la derecha, gire el tornillo izquierdo del rodillo estable en sentido antihorario 1/2 vuelta. Tenga cuidado de no tensar en exceso la banda para caminar. Luego, enchufe el cable eléctrico, inserte la llave y ponga en funcionamiento la máquina para correr durante algunos minutos. Repita esta operación hasta que la banda para caminar esté centrada.



- b. Si la banda para caminar resbala cuando se camina sobre ella, primero retire la llave y **DESENCHUFE EL CABLE ELÉCTRICO**. Usando la llave hexagonal, gire 1/4 de vuelta ambos tornillos del rodillo estable en sentido horario. Cuando la banda para caminar esté apretada correctamente, usted debe poder levantar cada lado de la banda para caminar de 5 a 7 cm de la plataforma para caminar. Mantenga siempre centrada la banda para caminar. Luego, enchufe el cable eléctrico, inserte la llave y camine con cuidado sobre la máquina para correr durante algunos minutos. Repita esta operación hasta que la banda para caminar esté debidamente tensada.



GUÍA DE EJERCICIOS

⚠ PRECAUCIÓN: 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 grasa 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 grasa 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 quema grasa, el número intermedio es el ritmo cardíaco cuando se quema la máxima cantidad de grasa y el número más grande es el ritmo cardíaco cuando se realizan ejercicios aeróbicos.

Quemar Grasa: Para quemar grasa 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 grasa almacenada para obtener energía. Si su objetivo es quemar grasa, 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 grasa, 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.

GUÍAS 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 regularmente 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.

ESTIRAMIENTOS SUGERIDOS

A la derecha se muestra la forma correcta de realizar algunos estiramientos básicos. Muévase lentamente mientras estira; nunca haga rebotes.

1. Estiramiento a Puntas de los Pies

Párese con las rodillas ligeramente dobladas y flexione lentamente el cuerpo hacia delante desde las caderas. Relaje la espalda y los hombros mientras baja lo máximo posible para alcanzar la punta de los pies con las manos. Cuente hasta 15 y, luego, relájese. Repita el estiramiento 3 veces. Estiramientos: Isquiotibiales, corvas y espalda.

2. Estiramiento de Isquiotibiales

Siéntese con una pierna extendida. Flexione la otra pierna y apoye la planta del pie en la cara interior del muslo de la pierna estirada. Inclínese hacia la pierna estirada lo máximo posible para alcanzar la punta del pie con las manos. Cuente hasta 15 y, luego, relájese. Repita el estiramiento 3 veces con cada pierna. Estiramientos: Isquiotibiales, lumbares e ingles.

3. Estiramiento de Pantorrillas/Tendón de Aquiles

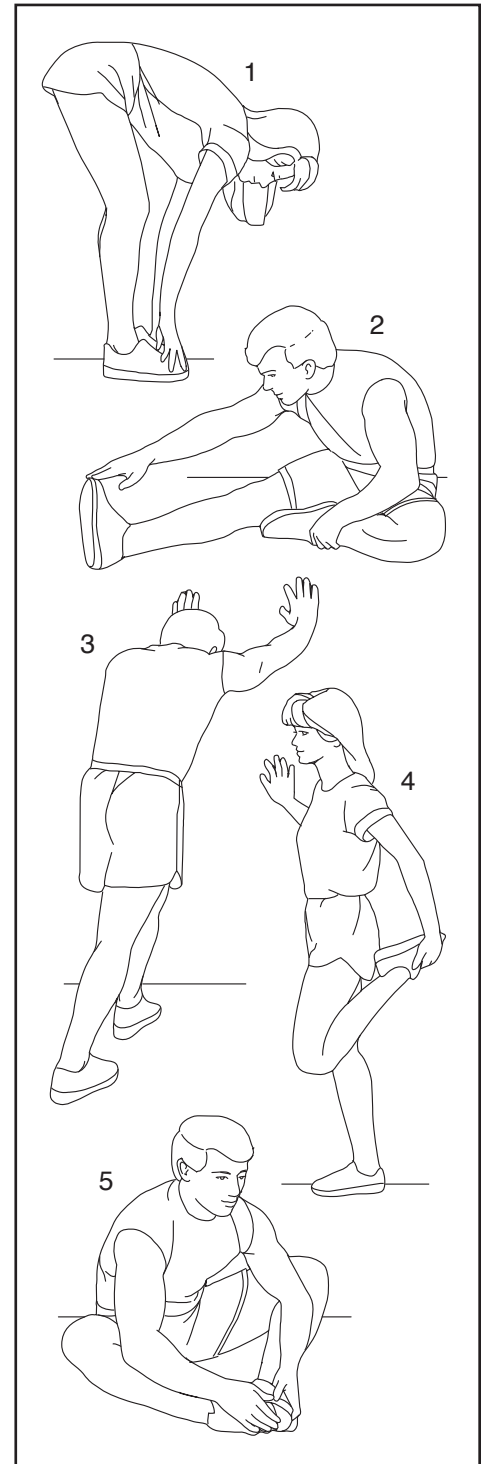
Coloque una pierna más adelantada que la otra, inclínese hacia delante y apoye las manos en una pared. Mantenga recta la pierna de atrás y el pie de dicha pierna apoyado en el piso. Flexione la pierna de delante, inclínese hacia delante y mueva las caderas hacia la pared. Cuente hasta 15 y, luego, relájese. Repita el estiramiento 3 veces con cada pierna. Para estirar aún más los tendones de Aquiles, flexione también la pierna de atrás. Estiramientos: Pantorrillas, tendones de Aquiles y tobillos.

4. Estiramiento de Cuádriceps

Con una mano apoyada en la pared para mantener el equilibrio, agárrese el pie con la otra mano por detrás. Acerque el talón lo máximo posible a los glúteos. Cuente hasta 15 y, luego, relájese. Repita el estiramiento 3 veces con cada pierna. Estiramientos: Cuádriceps y músculos de las caderas.

5. Estiramiento de Abductores

Siéntese con las plantas de los pies juntas y las rodillas hacia afuera. Tire de los pies lo máximo posible hacia la zona de las ingles. Cuente hasta 15 y, luego, relájese. Repita el estiramiento 3 veces. Estiramientos: Cuádriceps y músculos de las caderas.



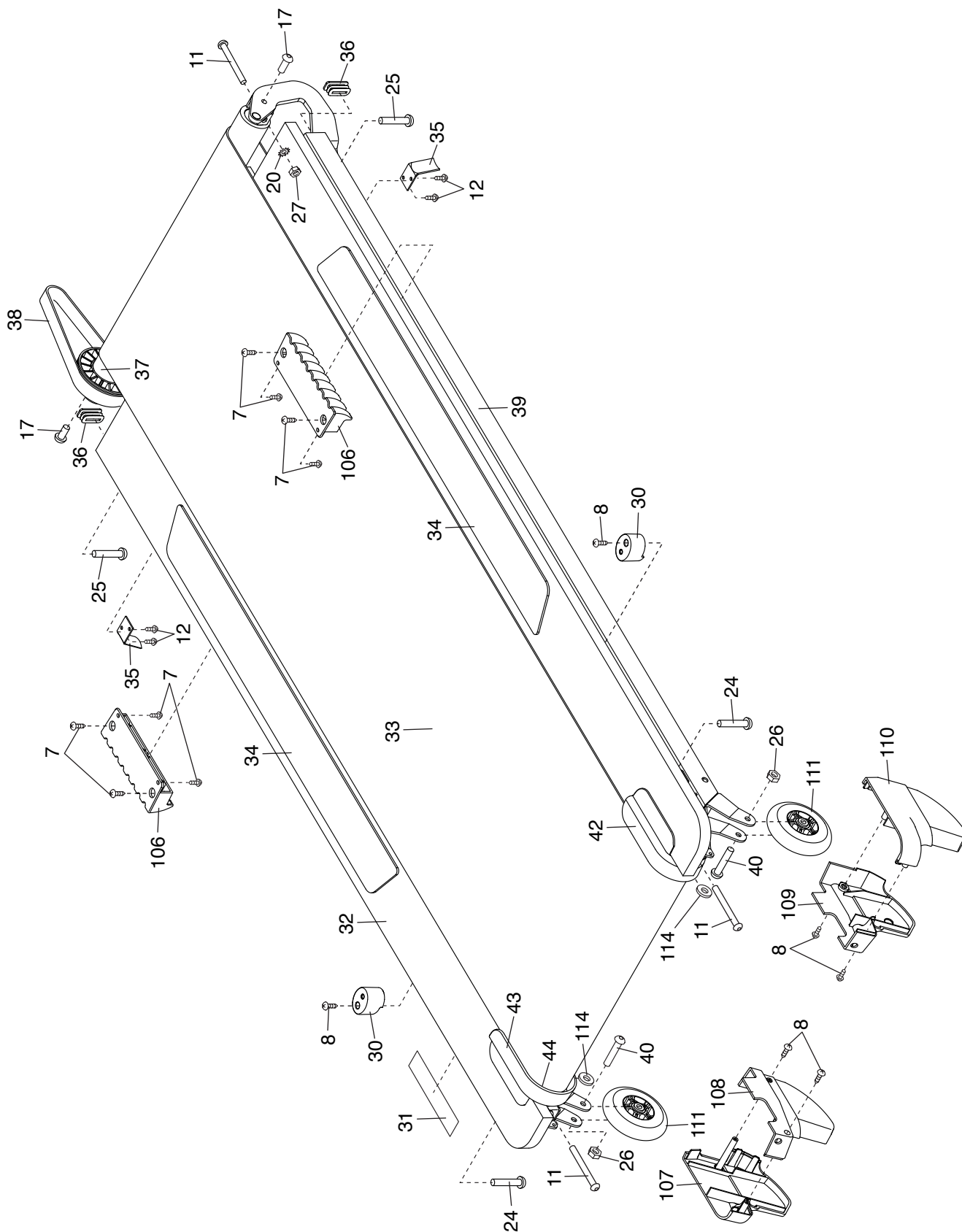
LISTA DE LAS PIEZAS

Nº de Modelo NTL14815.2 R0118A

Nº	Ctd.	Descripción	Nº	Ctd.	Descripción
1	4	Tornillo de 3/8" x 2 1/4"	51	2	Espaciador de la Armadura de Levante
2	12	Arandela Estrella de 3/8"	52	2	Buje de la Armadura de 3/8"
3	10	Tornillo de 3/8" x 1 1/2"	53	1	Motor de Manejo
4	10	Tuerca de 3/8"	54	1	Interruptor de Encender/Apagar
5	1	Anillo de 1"	55	1	Charola Ventral
6	3	Tornillo #4 x 1/4"	56	1	Cable Eléctrico
7	8	Tornillo de Cabeza Segmentada #8 x 3/4"	57	3	Liberación de Tensión
8	55	Tornillo #8 x 3/4"	58	2	Poste de Cubierta
9	2	Tornillo #8 x 1/2"	59	2	Calcomanía de Precaución
10	2	Tuerca M8	60	18	Tapón de Placa Deslizante
11	3	Tornillo de 1/4" x 2 1/2"	61	2	Tornillo de 5/16" x 2 1/4"
12	4	Tornillo de la Guía de la Banda #8	62	1	Montante Vertical Izquierdo
13	2	Tornillo de 5/16" x 3/8"	63	1	Montante Vertical Interior Izquierdo
14	2	Tornillo de 3/8" x 3/4"	64	2	Cubierta de los Montantes Verticales
15	1	Tornillo de 3/8" x 1 3/4"	65	1	Montante Vertical Interior Derecho
16	1	Tornillo de 3/8" x 3"	66	1	Montante Vertical Derecho
17	2	Tornillo de 3/8" x 1"	67	2	Rueda
18	12	Tornillo Punta Broca #8 x 3/4"	68	4	Almohadilla de la Base
19	4	Tornillo de Cabeza Plana #8 x 3/4"	69	1	Base
20	1	Arandela Estrella de 1/4"	70	2	Buje de Levante
21	1	Arandela Estrella #8	71	1	Cubierta Derecha de la Base
22	9	Tornillo para Máquina #8 x 1/2"	72	1	Cubierta Izquierda de la Base
23	1	Perno con Collar de 5/16"	73	2	Perno de 5/16" x 1"
24	2	Tornillo de 5/16" x 3"	74	1	Tapa del Escritorio
25	2	Tornillo de 5/16" x 3/4"	75	1	Rampa del Escritorio
26	7	Tuerca de 5/16"	76	2	Tapa de la Armadura del Escritorio
27	1	Tuerca de 1/4"	77	1	Armadura del Escritorio
28	5	Gancho de la Cubierta	78	1	Pasador de la Plataforma
29	2	Clavija con Gancho de 1/4" x 3"	79	1	Resorte del Pasador
30	2	Amortiguador de la Plataforma	80	2	Parachoques del Escritorio
31	1	Calcomanía de Advertencia	81	1	Parte Superior de la Consola
32	1	Plataforma para Caminar	82	1	Parte Inferior de la Consola
33	1	Banda para Caminar	83	1	Cubierta del Sensor
34	2	Sujeción del Pie	84	1	Interruptor del Sensor
35	2	Guía de la Banda	85	1	Cableado Eléctrico de 10"
36	2	Tapa de la Armadura	86	1	Llave
37	1	Polea/Rodillo de Manejo	87	1	Cubierta de la Armadura de Soporte del Escritorio
38	1	Correa de Manejo	88	1	Armadura de Soporte del Escritorio
39	1	Armadura	89	1	Atajador
40	2	Tornillo de 5/16" x 1 3/4"	90	2	Buje Plástico de 1"
41	2	Tornillo de 1/4" x 3 1/4"	91	1	Soporte de Liberación de Tensión
42	1	Protector del Rodillo Derecho	92	2	Atadura de Cables
43	1	Protector del Rodillo Izquierdo	93	1	Cable del Montante Vertical
44	1	Rodillo Estable	94	1	Cable de la Base
45	1	Cubierta	95	1	Cable de Tierra de 8"
46	1	Controlador	96	1	Cable de Tierra de 24"
47	1	Abrazadera del Controlador	97	1	Cable de la Consola
48	1	Armadura de Levante	98	2	Pasador del Manubrio
49	1	Sensor de Pliegue			
50	1	Motor de Inclinación			

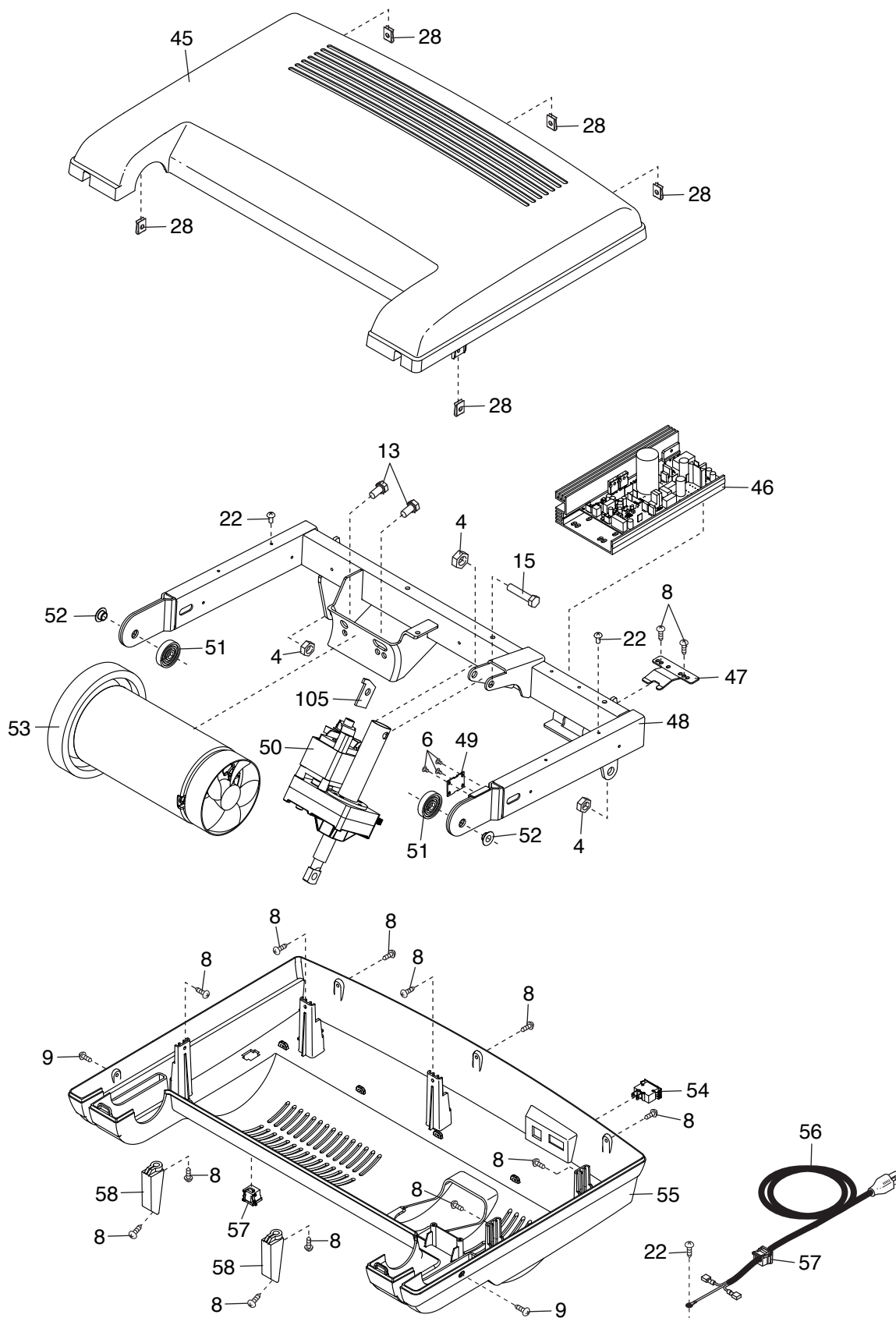
N°	Ctd.	Descripción	N°	Ctd.	Descripción
99	1	Manubrio de Ajuste Derecho	108	1	Cubierta Interior Izquierda de la Rueda
100	1	Cubierta Interior Izquierda de la Base	109	1	Cubierta Interior Derecha de la Rueda
101	1	Cubierta Interior Derecha de la Base	110	1	Cubierta Exterior Derecha de la Rueda
102	2	Resorte Neumático	111	2	Rueda Trasera
103	2	Acople de Resorte Neumático	112	1	Cubierta del Escritorio
104	1	Manubrio de Ajuste Izquierdo	113	4	Buje de la Base de 3/8"
105	1	Soporte del Atajador de Inclinación	114	2	Espaciador del Rodillo Estable
106	2	Amortiguador de la Plataforma Grande	*	—	Manual del Usuario
107	1	Cubierta Exterior Izquierda de la Rueda			

Nota: Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso. Para información de cómo solicitar piezas de repuesto, vea la contraportada de este manual. *Estas piezas no están ilustradas.



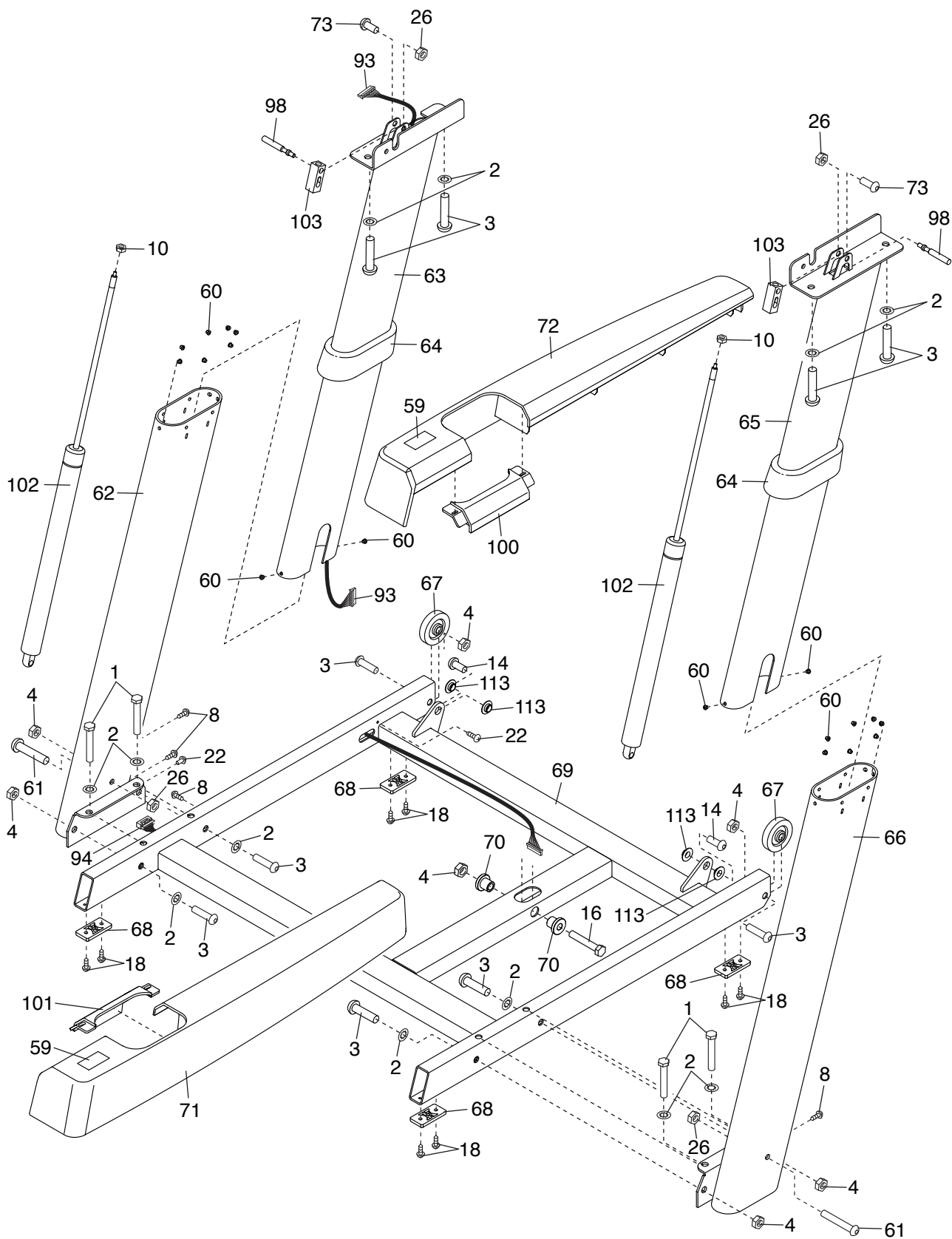
DIBUJO DE LAS PIEZAS B

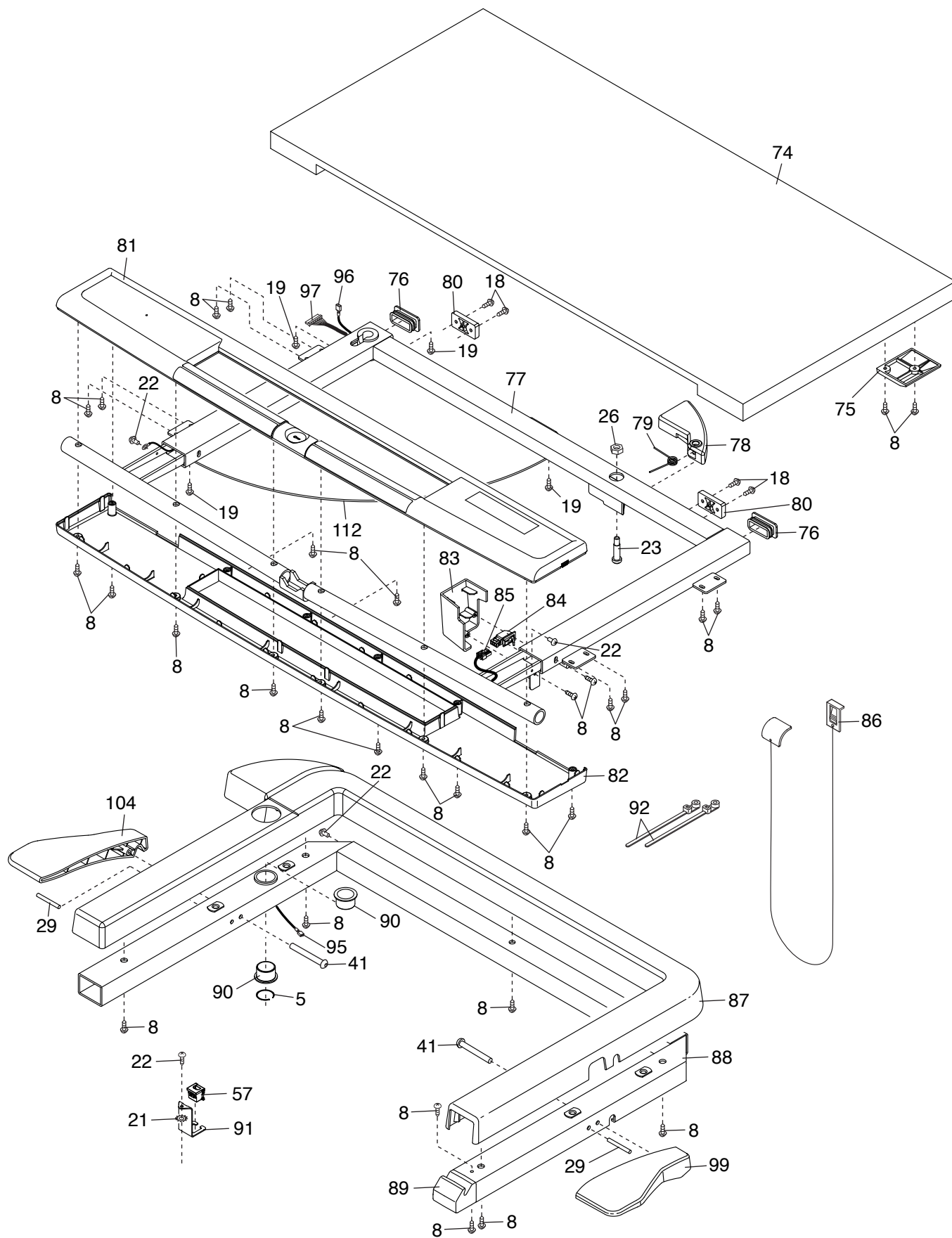
Nº de Modelo NTL14815.2 R0118A



DIBUJO DE LAS PIEZAS C

Nº de Modelo NTL14815.2 R0118A





CÓMO ORDENAR PIEZAS DE REPUESTO

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

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

GARANTÍA LIMITADA PARA MÉXICO

IMPORTANTE: Debe registrar este producto dentro de 30 días de la fecha de compra para evitar cargos adicionales por servicio rendido bajo la garantía. Comuníquese al 01-800-681-9542 o servicio@iconfitness.com, o vaya a la página de internet my.iconfitness.com.

ICON Health & Fitness, Inc. (ICON) garantiza que este producto esté libre de defectos en fabricación y material, bajo el uso normal y condiciones normales de servicio. Se garantizan las piezas y la mano de obra por un (1) año de la fecha de compra.

Esta garantía se extiende solo al comprador original. La obligación de ICON bajo esta garantía se limita a la reparación y el reemplazo, que será la opción de ICON, del producto por medio de uno de los centros de servicio autorizados. Todas las reparaciones por las cuales se hacen reclamos de garantía, deben ser pre-autorizadas por ICON. Si el producto se envía a un centro de servicio, los cargos de envío desde y hacia el centro de servicio serán la responsabilidad del cliente. El cliente será responsable de pagar un cargo mínimo de envío por piezas de reemplazo enviadas mientras este producto está bajo la garantía. El cliente será responsable por un cargo mínimo de viaje por servicios dados dentro del domicilio. Esta garantía no se extiende a cualquier daño al producto causado durante el envío. Esta garantía será automáticamente anulada si el producto se usa como modelo de demostración en una tienda, si no se siguen todas las instrucciones en este manual, si se abusa el producto o si se usa inapropiadamente o anormalmente, o si se usa el producto con el propósito de comercio o renta. ICON no autoriza alguna otra garantía, más allá de la que se presenta específicamente aquí.

ICON no es responsable o está obligado por daños indirectos, especiales, o como consecuencia que surjan por o en conexión con el uso o el desempeño del producto; daños con respecto a pérdida económica, pérdida de propiedad, pérdida de réditos o beneficios, pérdida de poder disfrutar o usar, o costos de retiro o instalación; u otros daños consecuentes de cualquier naturaleza.

La garantía que se extiende aquí reemplaza cualquier o todas las otras garantías, y cualquier garantía insinuada por la promoción del producto para la venta o el bienestar físico para un propósito particular son limitados en su alcance y duración de los términos que se exponen en ésta. Esta garantía le da derechos legales específicos.