

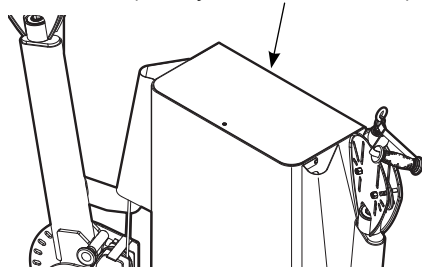
FREEMOTION® | EXT

Dual Cable Cross™

N° de Modelo VFMC4007-INT.0
N° de Serie _____

Escriba el número de serie en el espacio de arriba.

Calcomanía con el Número de Serie (debajo de la armadura)



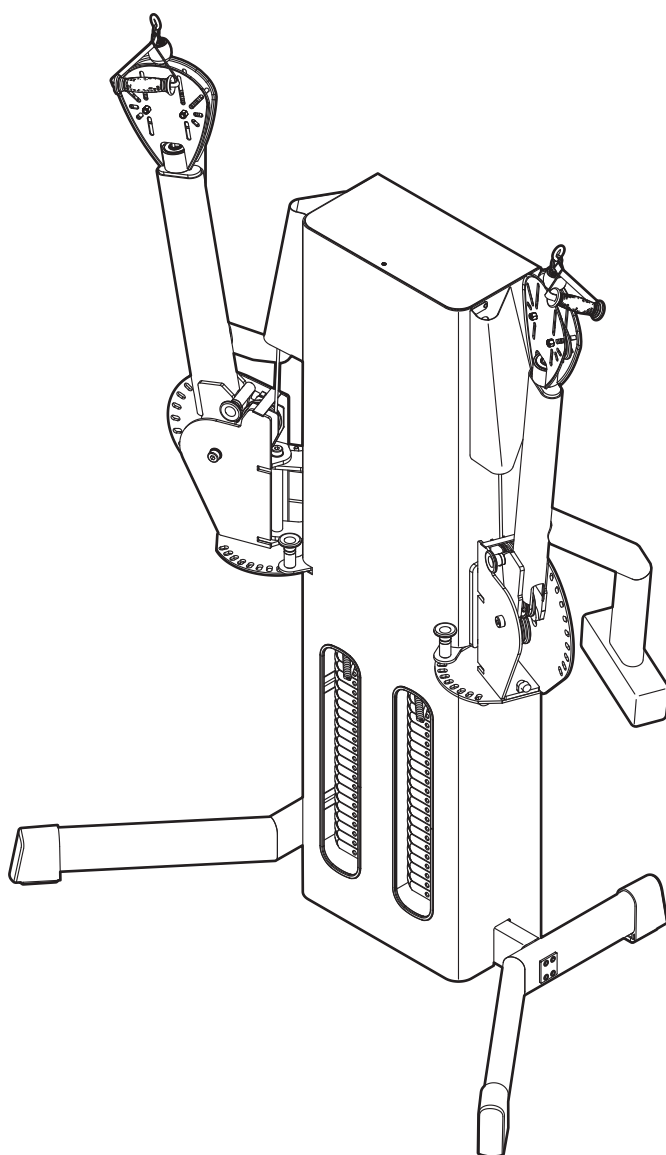
¿PREGUNTAS?

Si tiene alguna pregunta, le falta alguna pieza o alguna parte ha resultado dañada, consulte la sección **CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE** en la contraportada de este manual.

PRECAUCIÓN

Antes de usar el equipo, lea cuidadosamente todas las advertencias e instrucciones de este manual. Guarde el manual para futuras referencias.

MANUAL DEL USUARIO



CONTENIDO

COLOCACIÓN DE LAS CALCOMANÍAS DE ADVERTENCIA.....3

PRECAUCIONES IMPORTANTES.....4

ANTES DE COMENZAR.....5

TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS.....6

MONTAJE.....7

AJUSTE.....13

MANTENIMIENTO.....14

DIAGRAMA DE LOS CABLES.....15

GUÍA DE EJERCICIOS.....16

LISTA DE LAS PIEZAS.....17

DIBUJO DE LAS PIEZAS.....18

CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE..... Contraportada

GARANTÍA LIMITADA..... Contraportada

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: Las calcomanías pueden no mostrarse en su tamaño real.



Calcomanía 1 (GZ7008)



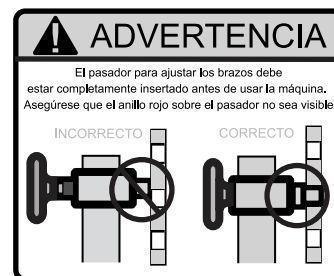
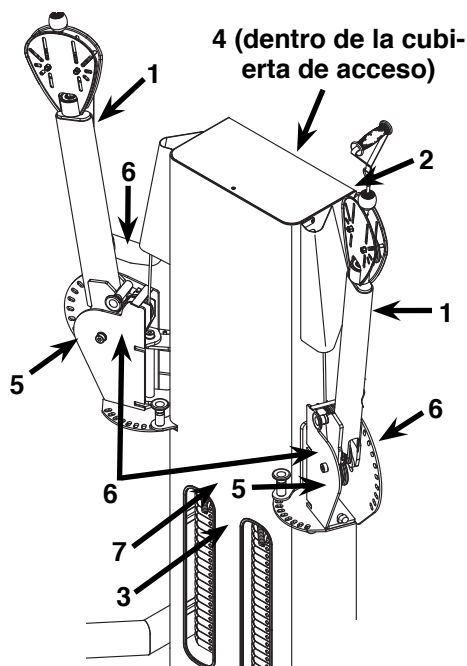
Calcomanía 2 (GZ7006)



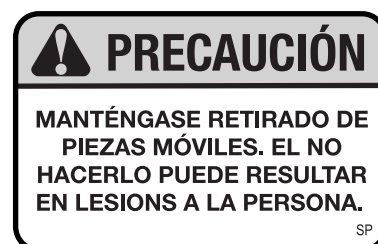
Calcomanía 3 (GZ7026)



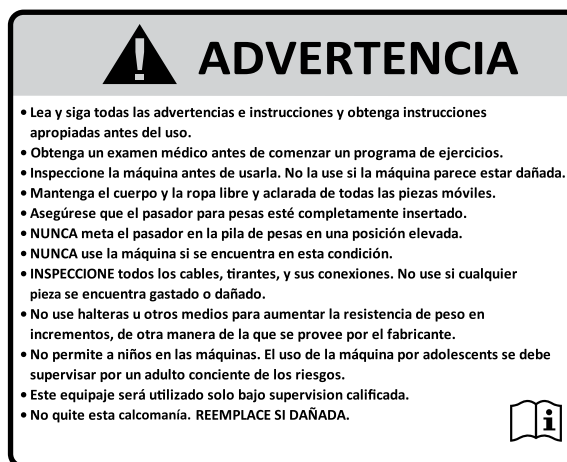
Calcomanía 4 (GZ7004)



Calcomanía 5 (GZ7376)



Calcomanía 6 (GZ7005)



Calcomanía 7 (298438)

PRECAUCIONES IMPORTANTES

⚠️ ADVERTENCIA: Para reducir el riesgo de sufrir lesiones de gravedad, lea todas las precauciones e instrucciones importantes de este manual y todas las advertencias que se observan en su máquina de musculación, antes de utilizarla. FreeMotion Fitness queda exenta de cualquier responsabilidad por lesiones personales o daños en la propiedad sufridos al usar este producto, o como consecuencia de dicho uso.

1. Es responsabilidad del propietario asegurar que todos los usuarios de la máquina de musculación estén adecuadamente informados acerca de todas las precauciones.
2. Antes de comenzar cualquier programa de ejercicio, consulte con su médico. Esto es particularmente importante para individuos mayores de 35 años o individuos con condiciones de salud preexistentes.
3. Use la máquina de musculación solamente como lo describe este manual.
4. Mantenga la máquina de musculación bajo techo, lejos de la humedad y el polvo. No coloque la máquina de musculación en el garaje o en un patio cubierto, o cerca del agua.
5. Coloque la máquina de musculación sobre una superficie nivelada, con una estera debajo de ésta para proteger el piso o la alfombra. Asegúrese de que haya suficiente espacio libre alrededor de la máquina de musculación para montarlo, desmontarlo y usarlo.
6. Mantenga las manos y pies lejos de las piezas móviles.
7. Mantenga a los niños menores de 12 años y a las mascotas alejados de la máquina de musculación en todo momento.
8. La máquina de musculación ha sido diseñado para soportar un peso máximo del usuario de 159 kg.
9. Use ropa adecuada mientras hace ejercicios; no use ropa suelta que pueda engancharse en la máquina de musculación. Siempre lleve puesto calzado atlético para proteger los pies cuando ejercite.
10. Inspeccione y ajuste adecuadamente todas las piezas de manera regular. Reemplace inmediatamente cualquier pieza gastada.
11. Asegúrese de que todos los cables permanezcan en sus poleas en todo momento. Si un cable se atora mientras está ejercitando, pare inmediatamente y asegúrese de que el cable esté en el sistema de poleas.
12. Asegúrese de que los pasadores de pesas estén completamente insertados en las pilas de pesas antes de comenzar a ejercitar.
13. Asegúrese de que las cuatros perillas de ajuste estén completamente encajadas antes de comenzar a ejercitar.
14. El ejercitar de más puede causar lesiones serias o incluso la muerte. Si siente dolor o experimenta mareos mientras hace ejercicios, deténgase inmediatamente y descanse.

ANTES DE COMENZAR

Gracias por seleccionar la máquina de musculación FREEMOTION® EXT DUAL CABLE CROSS™. Gracias a su rango de movimiento no restringido, ahora puede trabajar los grupos musculares juntos (de la misma manera que lo hace naturalmente) y entrenar más específica y eficientemente.

Para su propio bien, lea atentamente este manual antes de usar la máquina de musculación. Si tiene

preguntas después de leer este manual, por favor vea la contraportada de este manual. Para ayudarnos a asistirlos, anote el número de modelo y el número de serie del producto antes de contactarnos. El número del modelo y la ubicación del número de serie se muestran en la portada de éste manual.

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

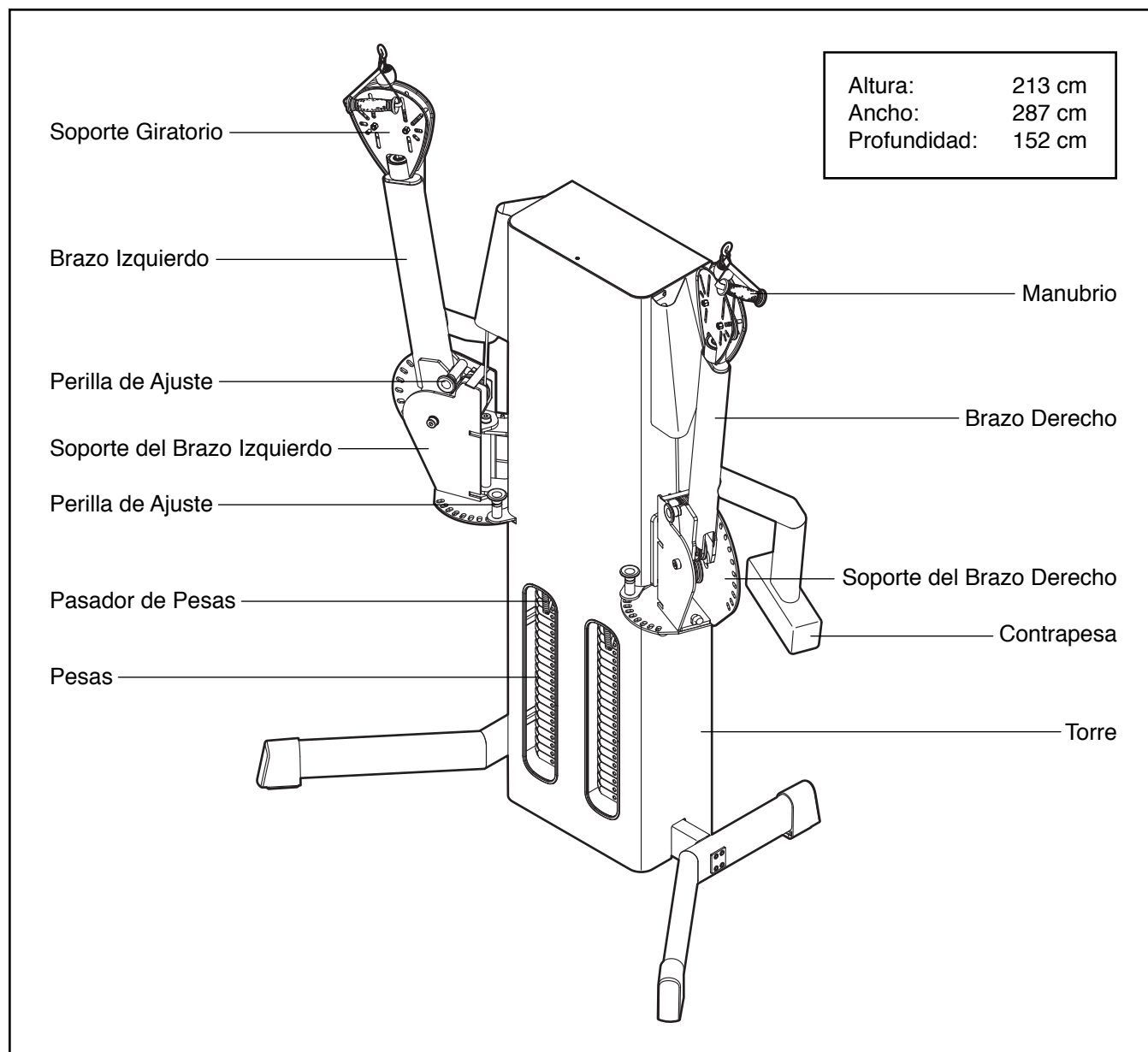
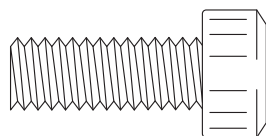
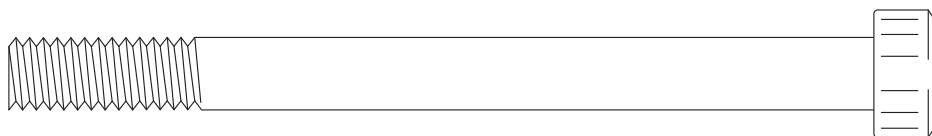


TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS

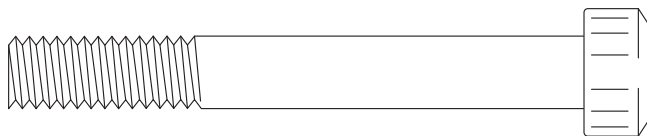
Consulte los dibujos que aparecen abajo para identificar las piezas pequeñas en el montaje. El número entre paréntesis que hay cerca de cada dibujo es el número de la pieza en la LISTA DE LAS PIEZAS hacia el final de este manual. **IMPORTANTE: Algunas piezas pequeñas pueden haberse preensamblado. Si alguna pieza no se encuentra en el kit de piezas, compruebe si no ha sido ya prefijado.**



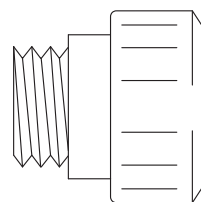
Perno de 3/8" x 1"
(50)



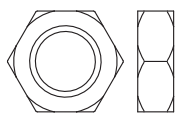
Tornillo de 3/8" x 4 1/2" (11)



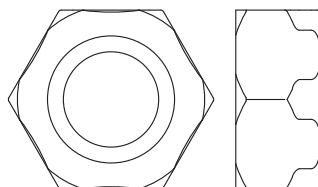
Perno de 3/8" x 3"
(70)



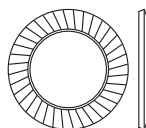
Perno con Collar de
3/4" x 1/2" (42)



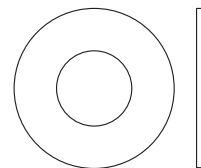
Tuerca de 3/8"
(16)



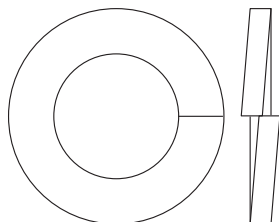
Tuerca de Bloqueo
de 5/8" (55)



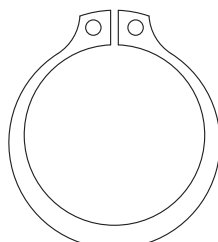
Arandela
Dentada de 3/8"
(20)



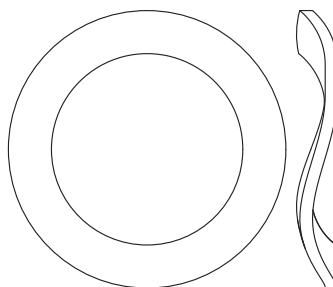
Arandela de
3/8" (78)



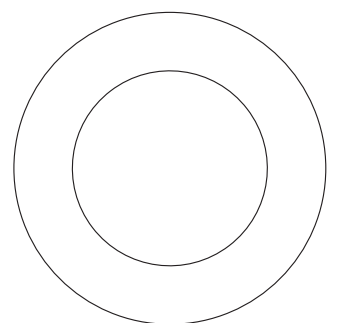
Arandela Dividida
de 5/8" (54)



Anillo
Retenedor (28)



Arandela Ondulatoria
de 1" (33)



Arandela Fina de 1"
(32)

MONTAJE

- El montaje requiere dos personas.
- Debido a su peso y tamaño, el la máquina de musculación deberá ser montado en el sitio donde se lo utilizará. Asegúrese de que haya suficiente espacio para caminar alrededor del la máquina de musculación mientras lo monta.
- Coloque todas las piezas en el área destinada para la estación y quite el material de empaque. No descarte el material de empaque hasta que haya finalizado con los pasos del montaje.
- Para identificar las piezas pequeñas, vea la página 6.
- Algunas de las piezas descritas en los pasos del montaje pueden venir preensambladas.

- Las siguientes herramientas (no se incluyen) pueden ser requeridas para el montaje:

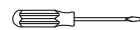
dos llaves inglesas



un mazo de goma



un destornillador estándar



un destornillador estrella



tres llaves hexagonales



una pinza para anillo



El montaje será más conveniente si tiene al alcance un conjunto de llaves de tubo, un conjunto de llaves de bocas abiertas y cerradas, o un conjunto de llaves de trinquete.

1.

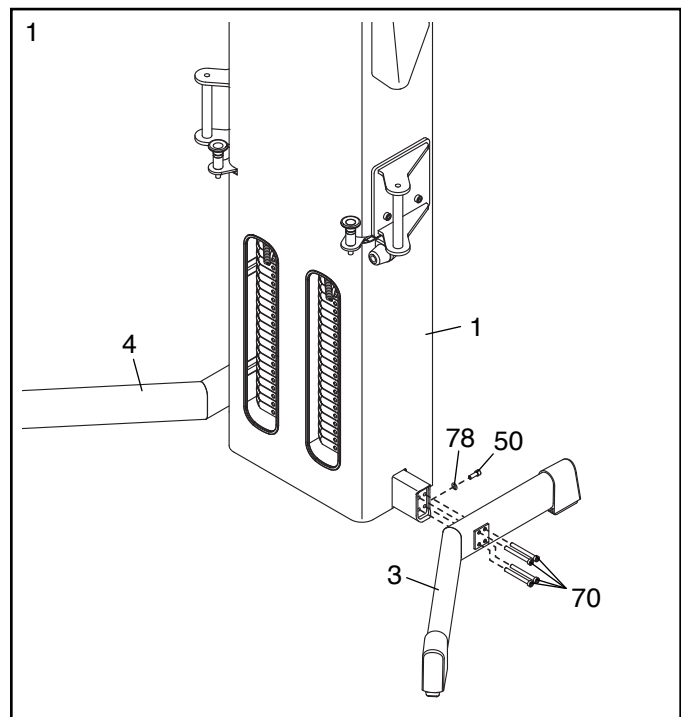
Antes de iniciar el montaje, asegúrese de haber leído y entendido la información en el cuadro de arriba.

Pida a otra persona que sostenga la Torre (1) e inclínela levemente hacia uno de sus lados.

Fije la Pata Derecha (3) a la Torre (1) con cuatro Pernos de 3/8" x 3" (70), un Perno de 3/8" x 1" (50) y una Arandela de 3/8" (78). **No apriete los Pernos todavía.**

Fije la Pata Izquierda (4) de la misma manera.

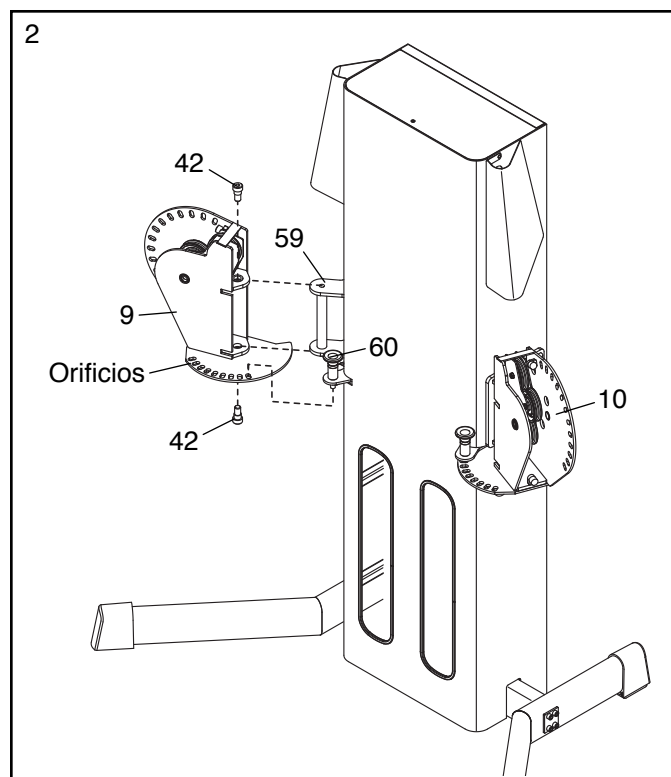
Apriete los ocho Pernos de 3/8" x 3 (70) y los dos Pernos de 3/8" x 1" (50).



2. Levante la Perilla de Ajuste (60) indicada, deslice el Soporte del Brazo Izquierdo (9) hacia el Pivote izquierdo (59) y encaje la Perilla de Ajuste en uno de los orificios de ajuste en el Soporte del Brazo Izquierdo.

Fije el Soporte del Brazo Izquierdo (9) al Pivote izquierdo (59) con dos Pernos con Collar de 3/4" x 1/2" (42).

Fije el Soporte del Brazo Derecho (10) de la misma manera.



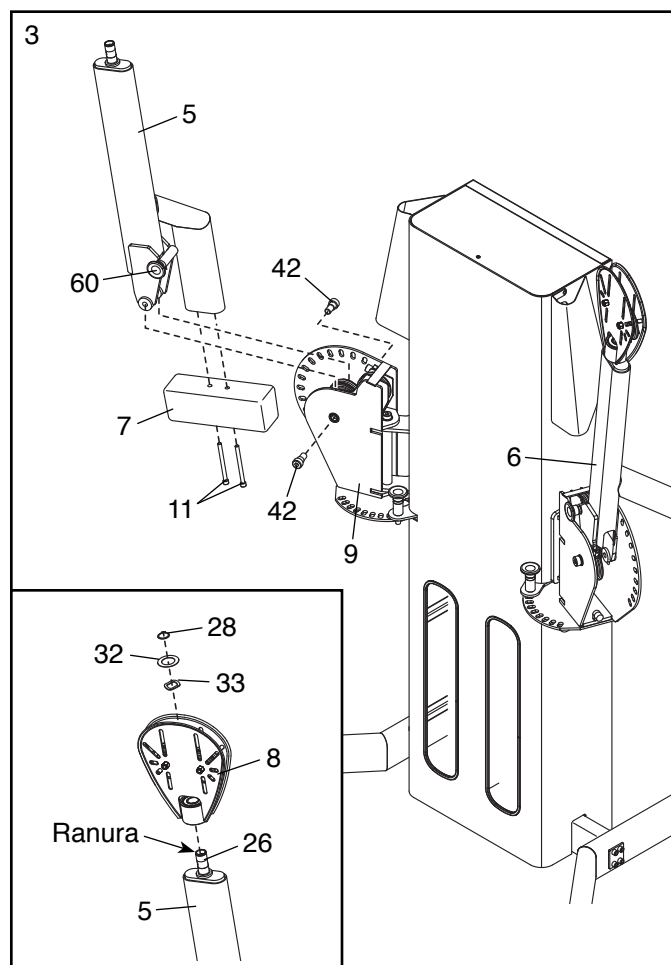
3. Tire de la Perilla de Ajuste (60) en el Brazo Izquierdo (5), sostenga el extremo del Brazo Izquierdo dentro del Soporte del Brazo Izquierdo (9) y encaje la Perilla de Ajuste en uno de los orificios de ajuste en el Soporte del Brazo Izquierdo.

Fije el Brazo Izquierdo (5) al Soporte del Brazo Izquierdo (9) con dos Pernos con Collar de 3/4" x 1/2" (42).

A continuación, fije la Contrapesa (7) al Brazo Izquierdo (5) con dos Tornillos de 3/8" x 4 1/2" (11).

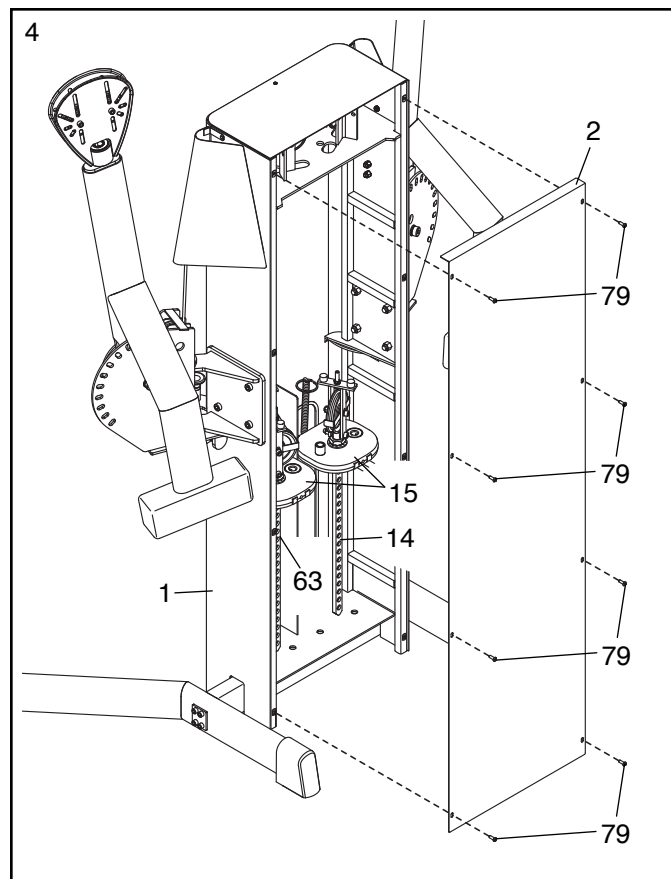
Vea el diagrama incluido. Deslice un Soporte Giratorio (8), una Arandela Ondulatoria de 1" (33) y una Arandela Fina de 1" (32) contra el Muñón (26) que está en el Brazo Izquierdo (5). Luego, usando la pinza para anillo, coloque el Anillo Retenedor (28) dentro de la ranura indicada en el Muñón.

Repita este paso en el lado derecho de la máquina de musculación.



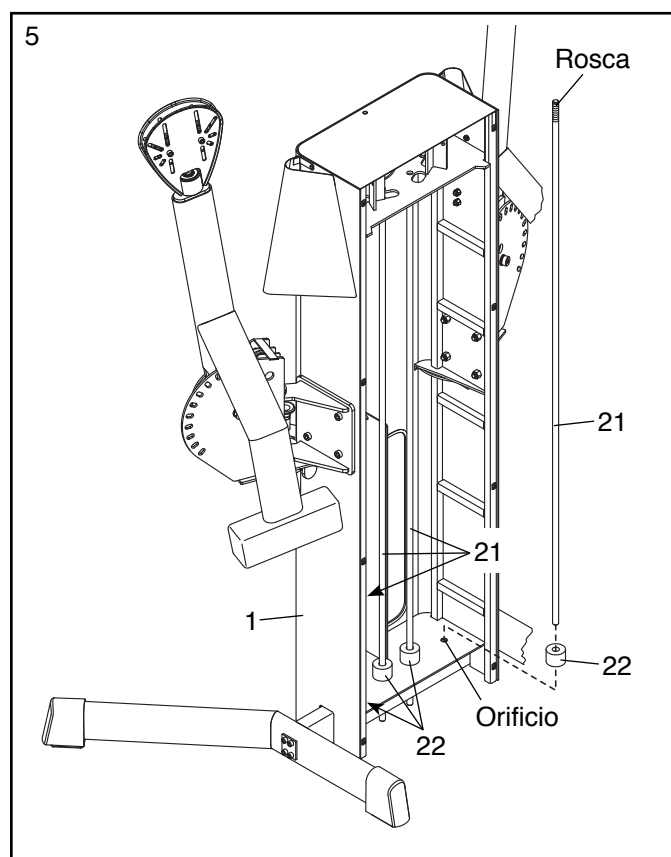
4. Extraiga los ocho Tornillos de 1/4" x 3/4" (79) de la Cubierta de Acceso (2) ubicada en la parte posterior de la Torre (1). Luego extraiga la Cubierta de Acceso.

A continuación, extraiga las dos Pesas Superiores (15) y las Selectores de Pesas Izquierda y Derecha (14, 63) de la Torre (1).



5. Coloque un Parachoque de Pesas (22) sobre el orificio indicado en la Torre (1). Luego oriente la Guía de Pesas (21) de manera que el extremo roscado quede hacia arriba e inserte la Guía de Pesas dentro del parachoque de Pesas y el orificio.

Repita este paso con los otros tres Parachoque de Pesas (22) y la Guía de Pesas (21).

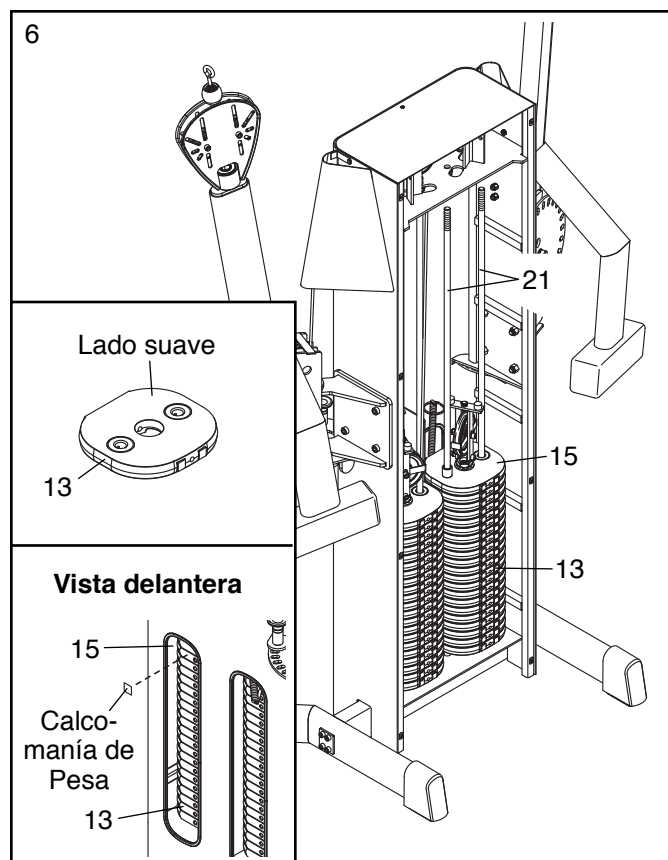


6. Oriente veinte Pesas (13) como se muestra en el diagrama incluido superior. Deslice las Pesas hacia las Guías de Pesas (21) izquierdas. **Nota: Si las Pesas tienen adheridas calcomanías numeradas, asegúrese de deslizar primero la Pesa con el número de calcomanía más alto hacia la Guía de Pesas.**

A continuación, deslice la Pesa Superior (15) y el Selector de Pesas Izquierdo (no se muestra) hacia las Guías de Pesas izquierdas (21).

Si las Pesas (13) no tienen calcomanías numeradas, busque la hoja de calcomanías numeradas incluida. Coloque una calcomanía numerada a la Pesa Superior (15) y a cada Pesa en el sitio indicado en el diagrama incluido inferior; **asegúrese de aplicar la calcomanía con el número menor a la Pesa Superior.**

Repita este paso en el otro lado de la máquina de musculación.

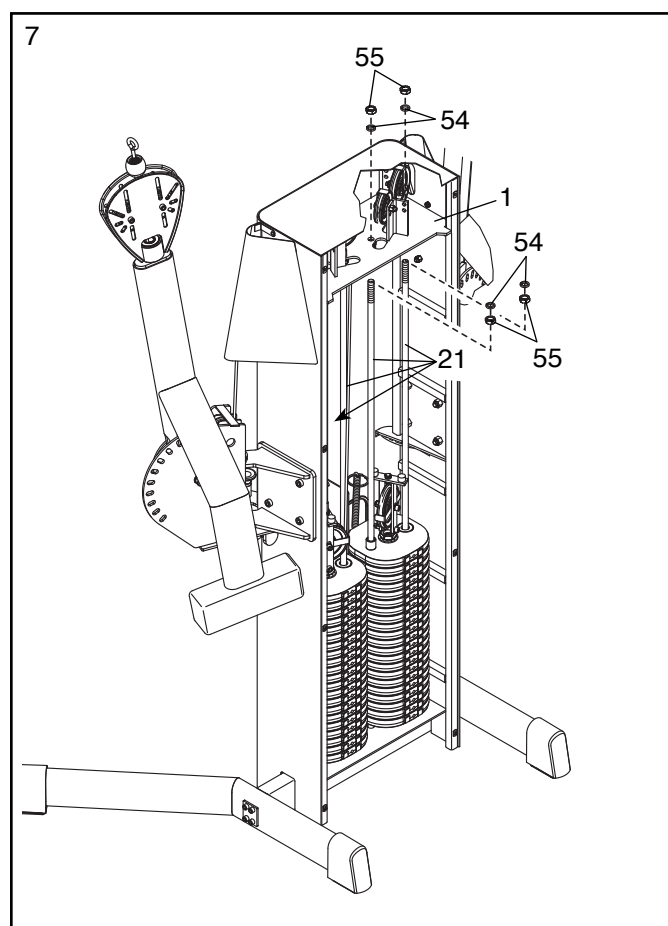


7. Ajuste una Tuerca de Bloqueo de 5/8" (55) lo más que se pueda en la Guía de Pesas (21) y deslice una Arandela Dividida de 5/8" (54) por la Guía de Pesas.

A continuación, levante la Guía de Pesas (21) lo más que se pueda dentro de la Torre (1).

Luego deslice una Arandela Dividida de 5/8" (54) por la Guía de Pesas (21) y ajuste otra Tuerca de Bloqueo de 5/8" (55) en la Guía de Pesas.

Repita este paso con las tres Guías de Pesas (21) restantes.

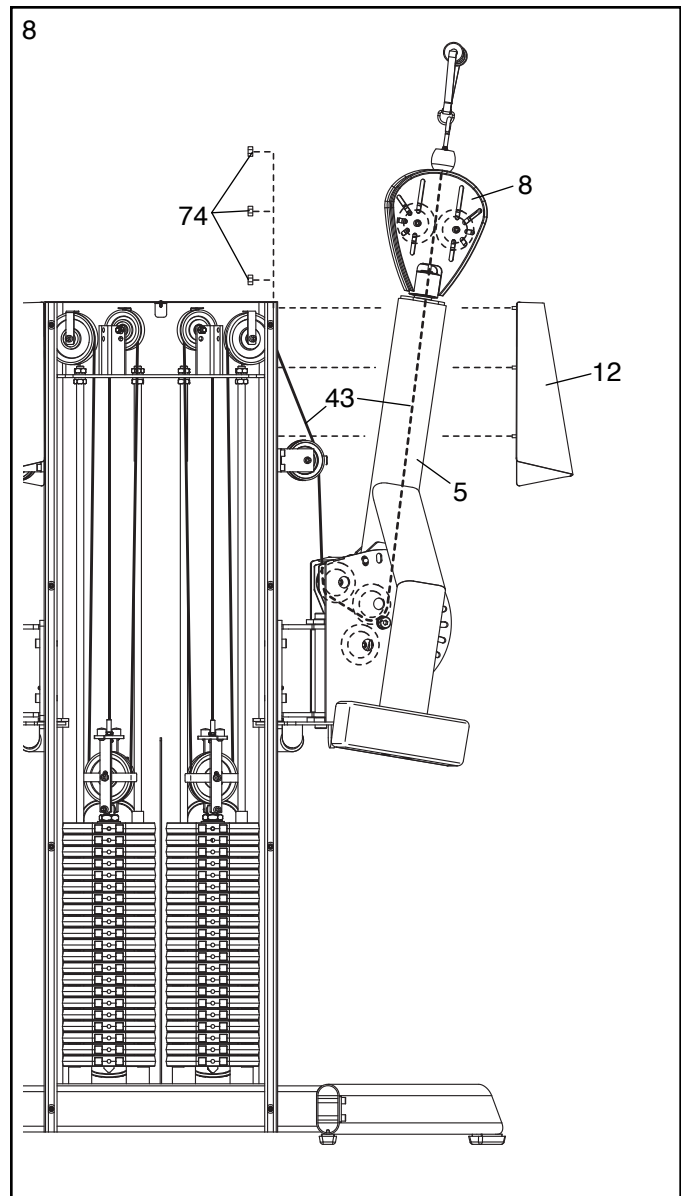


8. Extraiga las tres Tuercas de 1/4" (74) y fije la Cubierta Izquierda del Cable (12) al la máquina de musculación. Luego extraiga la Cubierta de Izquierda del Cable.

Dirija uno de los Cables (43) hacia abajo por el Soporte Giratorio izquierdo (8) y a través del Brazo Izquierdo (5) como se muestra. Vea la sección DIAGRAMA DE LOS CABLES en la página 15 y dirija el Cable alrededor de las poleas en el lado izquierdo del la máquina de musculación como se muestra.

Clave: Puede que sea necesario aflojar las tuercas y los pernos que fijan las trampas de cable a medida que dirige el Cable (43) alrededor de las poleas. Después de colocar el Cable, ajuste nuevamente las tuercas y los pernos.

Asegúrese de que las trampas de cable estén orientadas como se muestra en el DIAGRAMA DE LOS CABLES en la página 15; si los Cables (43) hacen fricción contra las trampas, los Cables se dañarán.



9. **Vea el diagrama incluido.** Ajuste una Tuerca de 3/8" (16) aproximadamente hasta la mitad del extremo roscado del Cable (43).

Luego deslice una Arandela Dentada de 3/8" (20) por el Cable e inserte el Cable dentro del orificio ubicado en la parte superior del Soporte en "U" izquierdo (65).

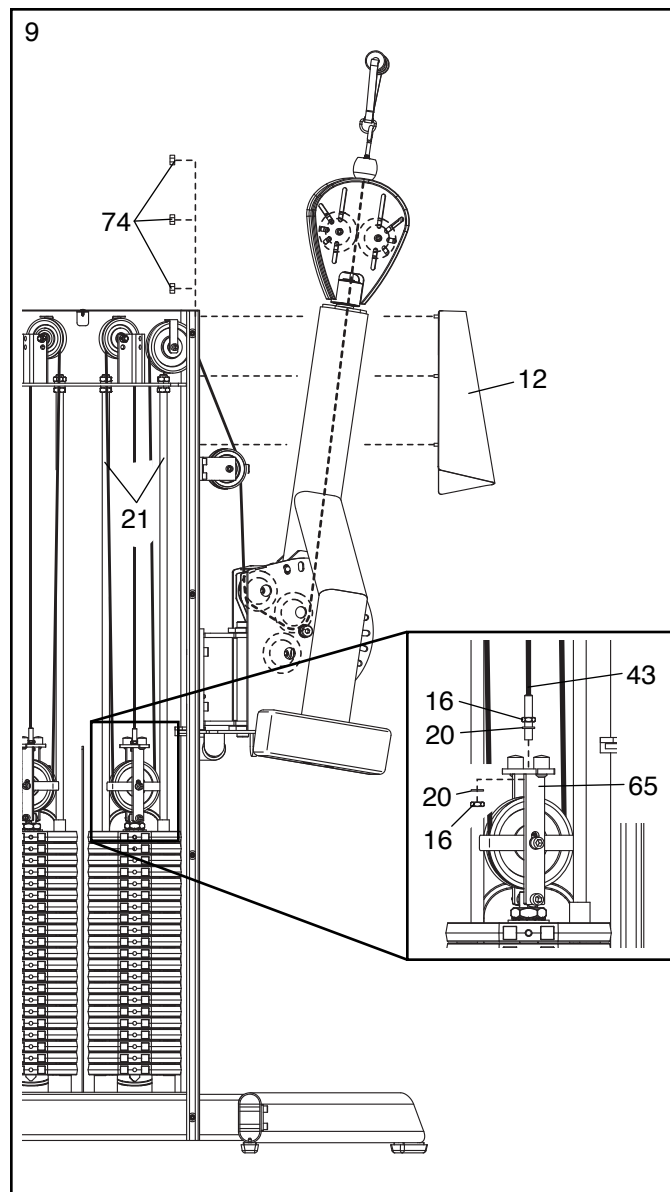
Luego deslice otra Arandela de Seguridad de 3/8" (20) por el Cable y ajuste otra Tuerca de 3/8" (16) en el Cable.

Coloque de nuevo la Cubierta Izquierda del Cable (12) con tres Tuercas de 1/4" (74).

Repita el paso 8 y este paso en el otro lado de la máquina de musculación.

Véase la sección LUBRICACIÓN DE LA GUÍA DE PESAS en la página 14 y lubrique las Guías de Pesas (21). Luego vea la sección AJUSTE DEL CABLE en la página 14 y ajuste debidamente los Cables (43).

Véase el paso 4. Fije nuevamente la Cubierta de Acceso (2) con los ocho Tornillos de 1/4" x 3/4" (79).



10. **Asegúrese de que todas las piezas estén adecuadamente ajustadas antes de usar la máquina de musculación.** Nota: Algunas piezas pueden sobrar después de terminado el montaje.

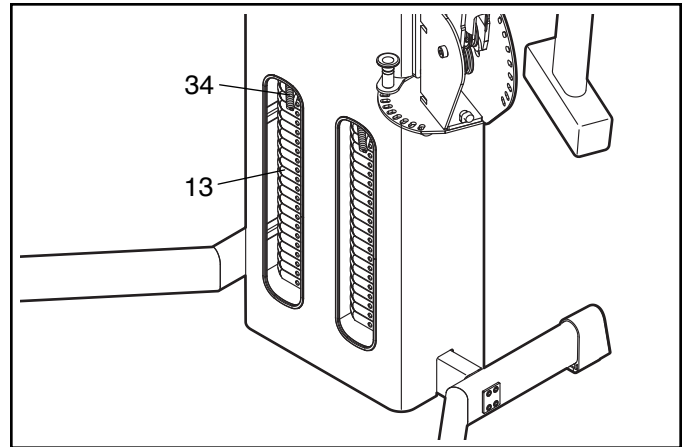
AJUSTE

Esta sección explica cómo ajustar el la máquina de musculación. Vea la GUÍA DE EJERCICIOS en la página 16 para información importante acerca de cómo obtener los mayores beneficios de su programa de ejercicio. También, consulte la guía de ejercicios adjunta para ver la forma correcta de varios ejercicios.

CAMBIO DE LA CONFIGURACIÓN DE PESAS

Para cambiar la configuración de cualquiera de las pilas de pesas, inserte el Pasador de Pesas (34) en el orificio correspondiente a la Pesa (13) deseada.

Asegúrese de que el Pasador de Pesas entre completamente en el Selector de Pesas (no se muestra).



AJUSTE DE LOS BRAZOS

Para ajustar la posición del Brazo Izquierdo (5), tire de la Perilla de Ajuste (60) superior, haga rotar el Brazo Izquierdo a la posición deseada y luego encaje la Perilla de Ajuste en uno de los orificios de ajuste en el Soporte del Brazo Izquierdo (9).

Asegúrese de que la Perilla de Ajuste esté encajada en uno de los orificios de ajuste.

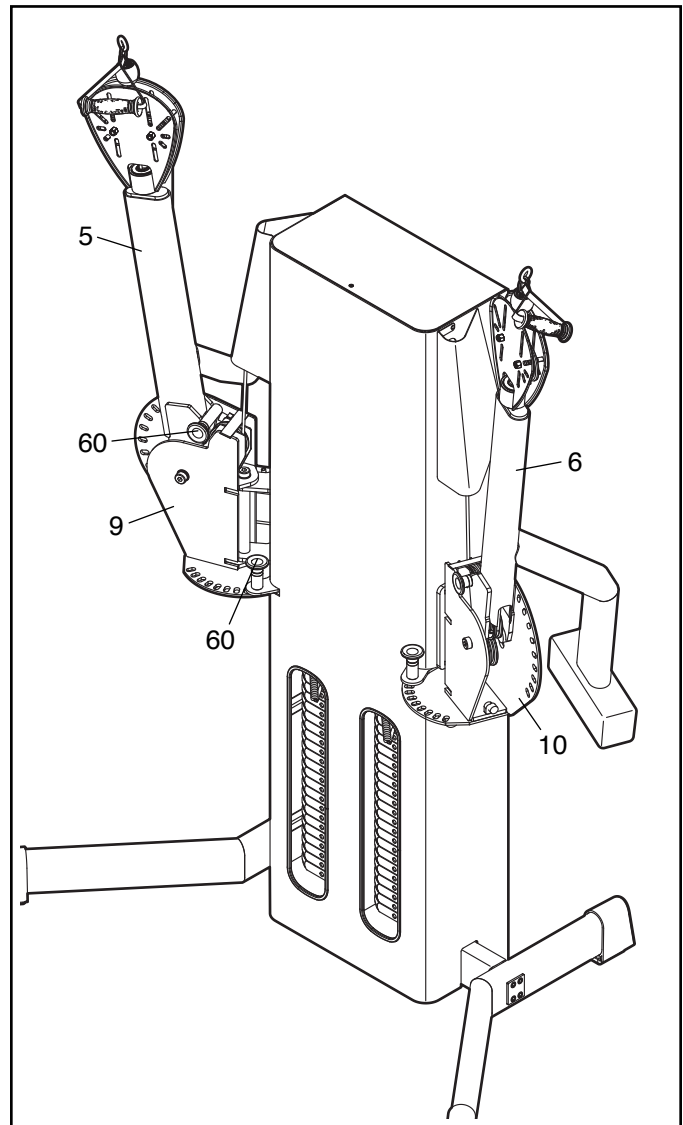
Ajuste el Brazo Derecho (6) de la misma manera.

AJUSTE DE LOS SOPORTES DE LOS BRAZOS

Para cambiar la posición del Soporte del Brazo Izquierdo (9), tire de la Perilla de Ajuste (60) inferior, mueva el Brazo Izquierdo a la posición deseada y luego encaje la Perilla de Ajuste en uno de los orificios de ajuste en el Soporte del Brazo Izquierdo.

Asegúrese de que la Perilla de Ajuste esté completamente encajada en uno de los orificios de ajuste; la marca roja en el pasador no debería poder verse.

Ajuste el Soporte del Brazo Derecho (10) de la misma manera.



MANTENIMIENTO

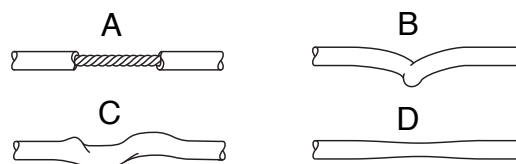
Asegúrese de que todas las piezas estén adecuadamente ajustadas cada vez que utiliza el la máquina de musculación. Reemplace inmediatamente cualquier pieza gastada. Limpie el la máquina de musculación con un paño húmedo y un detergente suave no abrasivo; **no utilice solventes para limpiar el la máquina de musculación.**

LUBRICACIÓN DE LA GUÍA DE PESAS

Limpie y lubrique en toda su extensión de cada guía de pesas usando un paño suave humedecido en aceite de motor de baja densidad: 10W-40 ó 10W-30. Aplique sólo una delgada capa sobre toda la extensión de la guía de pesas. **No use lubricantes a base de TEFLON®.**

INSPECCIÓN DEL CABLE

Verifique a lo largo de cada cable haciendo lentamente una repetición en el la máquina de musculación; inspeccione el cable que queda expuesto hacia el exterior del la máquina de musculación y el cable que corre por dentro de la torre. Deslice los dedos a lo largo del cable, prestando mucha atención a las zonas de inflexión y puntos de conexión. Esté pendiente de las condiciones que se muestran a la derecha, las cuales pueden indicar que algún cable gastado deba ser reemplazado.



- A. vaina del cable rasgada o dividida
- B. cable retorcido o severamente doblado
- C. vaina retorcida o enrizada
- D. vaina del cable estirada o gastada

AJUSTE DEL CABLE

El cable tejido, el tipo de cable usado en el la máquina de musculación, se puede estirar levemente cuando se lo usa por primera vez. Si el cable está flojo antes de que se sienta la resistencia, el cable deberá ser ajustado.

Para ajustar cualquiera de los Cables (43), primero afloje la Tuerca de 3/8" (16) superior que conecta el extremo del Cable con el Soporte en U (65). Luego ajuste la Tuerca de 3/8" (16) inferior hasta que el Cable quede tensionado. A continuación, ajuste la Tuerca superior al Soporte en U.

No ajuste de más los cables. Si algún cable tiende a descarrilarse de las poleas a menudo, puede que éste haya quedado torcido. Extraiga el cable y vuélvalo a instalar. Si algún cable necesita ser reemplazado, por favor contáctese con el establecimiento donde compró el la máquina de musculación.

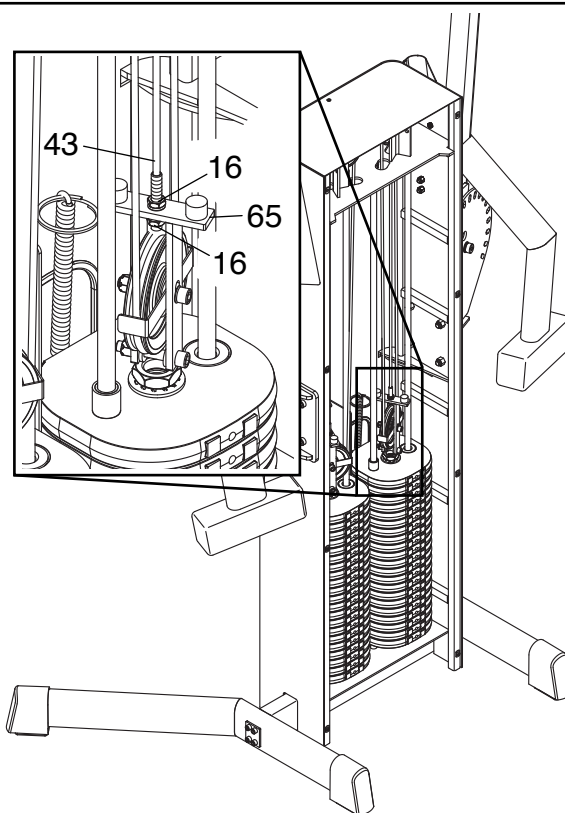
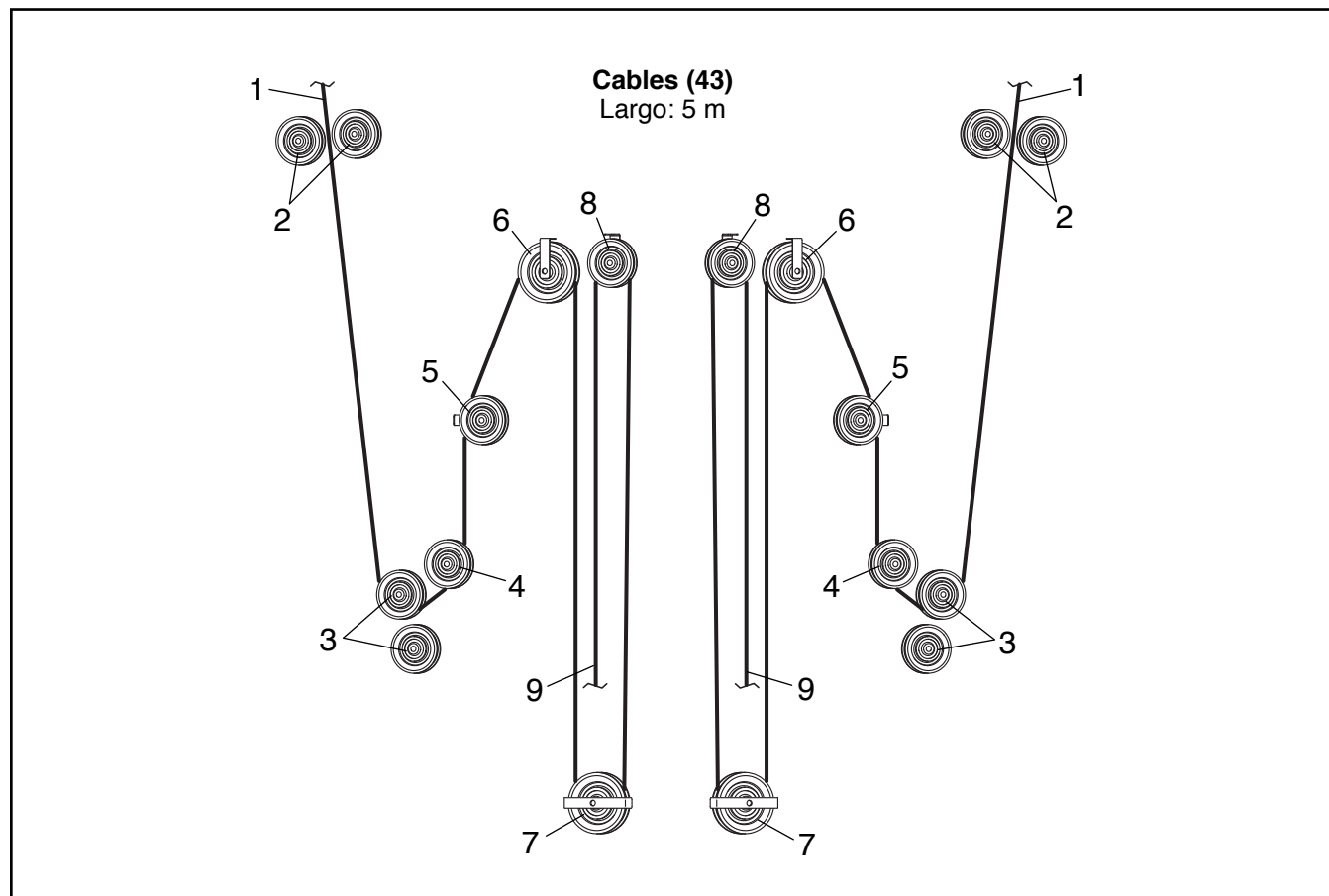


DIAGRAMA DE LOS CABLES

Los números en el diagrama del cable muestra la ruta correcta del cable. Use este diagrama para asegurarse de que tanto el cable como los protectores del cable se han montado correctamente. En caso de que el cable no siga la ruta correcta, la máquina de musculación no funcionará correctamente y podría sufrir daños. Los números muestran la ruta correcta que deberá seguir el cable. **Asegúrese de que los protectores del cable no tocan ni traban el cable.**



GUÍA DE EJERCICIOS

CUATRO TIPOS DE ENTRENAMIENTOS DE RESISTENCIA

Nota: Una “repetición” es un ciclo completo de un ejercicio, como un abdominal. Una “serie” es un grupo de repeticiones.

Fortalecer los Músculos—Trabaje sus músculos cerca a su capacidad máxima y progresivamente aumente la intensidad de su ejercicio. Ajuste el nivel de la intensidad de un ejercicio individual como sigue:

- Cambie la cantidad de la resistencia usada.
- Cambie el número de repeticiones o de series ejecutadas.

Use su propio juicio para determinar la cantidad de resistencia que es correcta para usted. Empezar con 3 series de 8 repeticiones por cada ejercicio que realice. Descanse por 3 minutos después de cada serie. Cuando usted pueda completar 3 series de 12 repeticiones sin dificultad, incremente la cantidad de resistencia.

Tonificar—Tonifique sus músculos trabajándolos a un porcentaje moderado de su capacidad. Seleccione una cantidad moderada de resistencia y aumente el número de repeticiones en cada serie. Complete tantas series de 15 a 20 repeticiones como sea posible sin ninguna incomodidad. Descanse por 1 minuto después de cada serie. Trabaje sus músculos completando más series en vez de usar cantidades altas de resistencia.

Pérdida de Peso—Para perder de peso, use una cantidad baja de resistencia y aumente el número de repeticiones para cada serie. Ejercite por 20 o 30 minutos, descansando por un máximo de 30 segundos entre las series.

Entrenamiento Variado—Combine entrenamiento de resistencia y ejercicios aeróbicos siguiendo este tipo de programa:

- Entrenamientos de resistencia los lunes, miércoles y viernes.
- 20 a 30 minutos de ejercicios aeróbicos los martes y jueves.
- Un día entero de descanso cada semana para darle a su cuerpo tiempo para restablecerse.

GUÍA DE ENTRENAMIENTO

Familiarícese con el equipo y aprenda la forma correcta de cada ejercicio. Use su propio juicio para

determinar el tiempo apropiado para cada entrenamiento, y el número de repeticiones y series para completarlo. Progrese a su propio paso y sea sensitivo a las señales de su cuerpo. Siga cada entrenamiento con por lo menos un día de descanso.

Calentamiento—Empiece con 5 a 10 minutos de estiramiento y ejercicios ligeros. El calentamiento aumenta la temperatura de su cuerpo, su ritmo cardíaco y su circulación preparándolo para los ejercicios.

Hacer Ejercicios—Incluye de 6 a 10 diferentes ejercicios en cada entrenamiento. Seleccione ejercicios para cada grupo principal de músculos, enfatizando las áreas que usted quiere desarrollar. Para darle balance y variedad a sus entrenamientos, varíe los ejercicios de entrenamiento a entrenamiento.

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

FORMAS DE EJERCICIO

Muévase a través del campo completo del movimiento para cada ejercicio y mueva solamente las partes apropiadas del cuerpo. Ejecute las repeticiones en cada serie suavemente y sin parar. La etapa del esfuerzo de cada repetición debe durar por lo menos la mitad del tiempo de la etapa de regreso. Exhale durante la etapa del esfuerzo en cada repetición e inhale durante el tiempo de regreso. Nunca retenga la respiración.

Descanse por un período de tiempo corto después de cada serie.

- Fortalecer los Músculos—Descanse por tres minutos después de cada serie.
- Tonificar—Descanse por un minuto después de cada serie.
- Pérdida de Peso—Descanse por 30 segundos después de cada serie.

MANTÉNGASE MOTIVADO

Para estar motivado, mantenga un registro de cada entrenamiento. Escriba la fecha, los ejercicios ejecutados, la resistencia usada y el número de series y repeticiones terminadas. Registre su peso y las medidas de las partes principales del cuerpo una vez al mes. Para alcanzar buenos resultados, haga del ejercicio una parte regular y agradable de su vida.

LISTA DE LAS PIEZAS

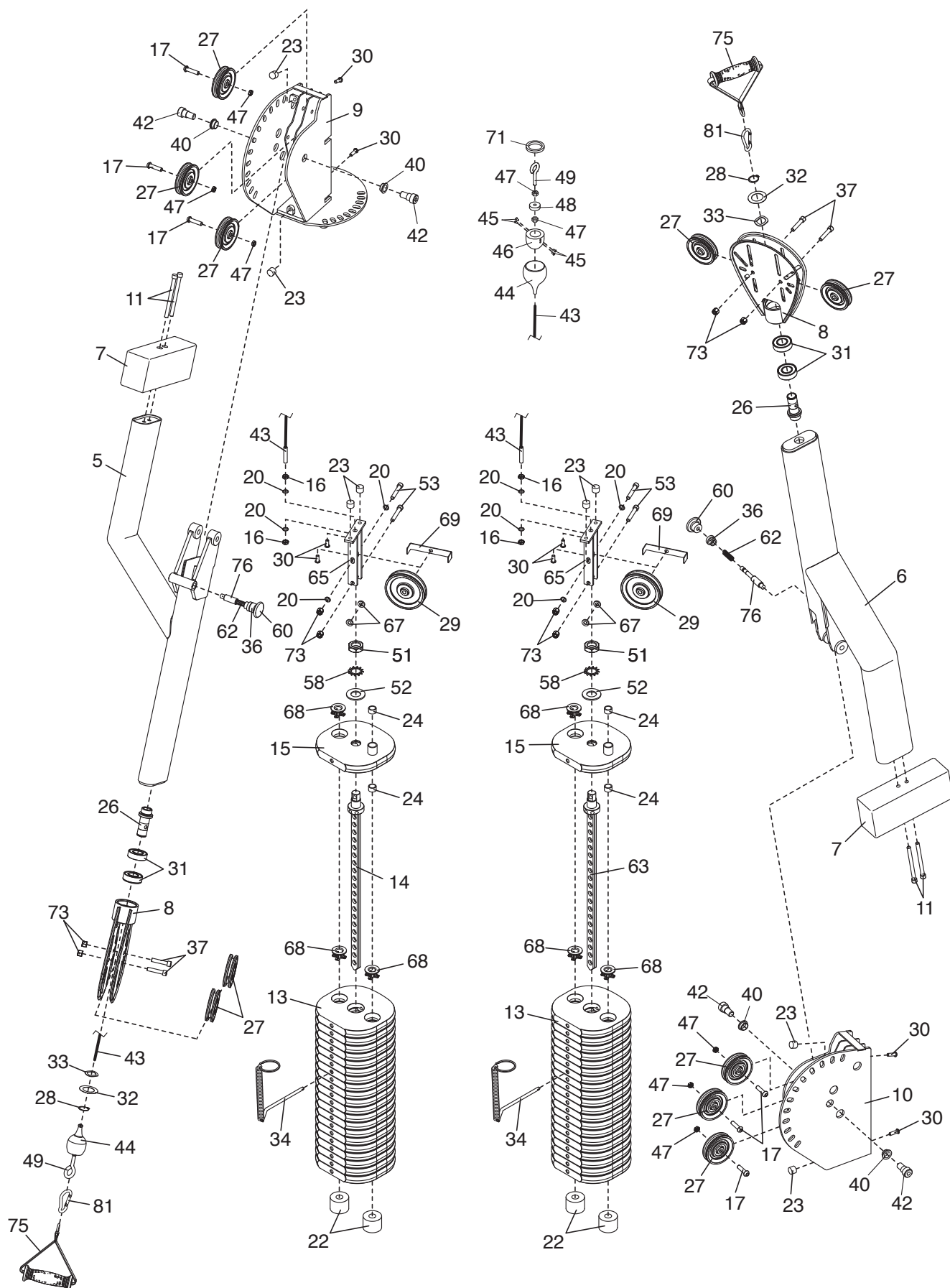
Nº de Modelo VFMC4007-INT.0 R0814A

Nº	Ctd.	Descripción	Nº	Ctd.	Descripción
1	1	Torre	43	2	Cable
2	1	Cubierta de Acceso	44	2	Cubierta Plástica
3	1	Pata Derecha	45	8	Pasador Enroscado de 1/4"-20-unc
4	1	Pata Izquierda	46	2	Eslabón
5	1	Brazo Izquierdo	47	10	Tuerca de Bloqueo de 3/8" -16
6	1	Brazo Derecho	48	2	Cojinete del Cable
7	2	Contrapesa	49	2	Perno de Ojo
8	2	Soporte Giratorio	50	6	Perno de 3/8" x 1"
9	1	Soporte del Brazo Izquierdo	51	2	Tuerca de 1"
10	1	Soporte del Brazo Derecho	52	2	Arandela Gruesa de 1"
11	4	Tornillo de 3/8" x 4 1/2"	53	4	Perno de 3/8" x 2 1/4"
12	1	Cubierta Izquierda del Cable	54	8	Arandela Dividida de 5/8"
13	40	Pesa	55	8	Tuerca de Bloqueo de 5/8"
14	1	Selector de Pesas Izquierdo	56	8	Contratuerca de 1/2"
15	2	Pesa Superior	57	2	Perno de Ajuste Pequeño
16	4	Tuerca de 3/8"	58	2	Arandela Estrella
17	6	Perno de Cabeza Botón de 3/8" x 1 1/2"	59	2	Pivote
18	1	Cubierta de la Torre	60	4	Perilla de Ajuste
19	4	Amortiguador de la Pata	61	2	Trampa de Cable Singular Grande
20	8	Arandela Dentada de 3/8"	62	4	Resorte
21	4	Guía de Pesas	63	1	Selector de Pesas Derecho
22	4	Parachosques de Pesas	64	1	Cubierta Derecha del Cable
23	8	Parachosques de Pesas Superior	65	2	Soporte en U
24	4	Buje de la Guía	66	1	Tornillo de #8
25	4	Parachosques del Brazo	67	4	Arandela de Nylon de 3/8"
26	2	Muñón	68	82	Buje de Pesas
27	14	Polea de 3 1/2"	69	2	Trampa de Cable Doble
28	2	Anillo Retenedor	70	8	Perno de 3/8" x 3"
29	4	Polea de 4 1/2"	71	2	Anillo Retenedor Interno de 1 1/8"
30	8	Tornillo de 5/16"	72	4	Trampa de Cable Singular de 3"
31	4	Buje de la Polea de Pivote	73	20	Contratuerca de 3/8"
32	2	Arandela Fina de 1"	74	6	Tuerca de 1/4"
33	2	Arandela Ondulatoria de 1"	75	2	Manubrio
34	2	Pasador de Pesas	76	2	Perno de Ajuste Grande
35	8	Tornillo con Nylon de 1/4" x 3/4"	77	2	Cubierta Decorativa
36	4	Tapa del Perno de Ajuste	78	2	Arandela de 3/8"
37	6	Perno de 3/8" x 1 3/4"	79	8	Tornillo de 1/4" x 3/4"
38	6	Perno de 3/8" x 2"	80	4	Tapa de la Pata
39	2	Soporte de la Polea	81	2	Soporte de Cable
40	8	Buje de 3/4"	82	1	Tirante del Tobillo
41	8	Tornillo de Cabeza Cuenca de 1/2" x 1 1/2"	*	—	Manual del Usuario
42	8	Perno con Collar de 3/4" x 1/2"	*	—	Guía de Ejercicios
			*	—	Hoja de Calcomanía de Pesas

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

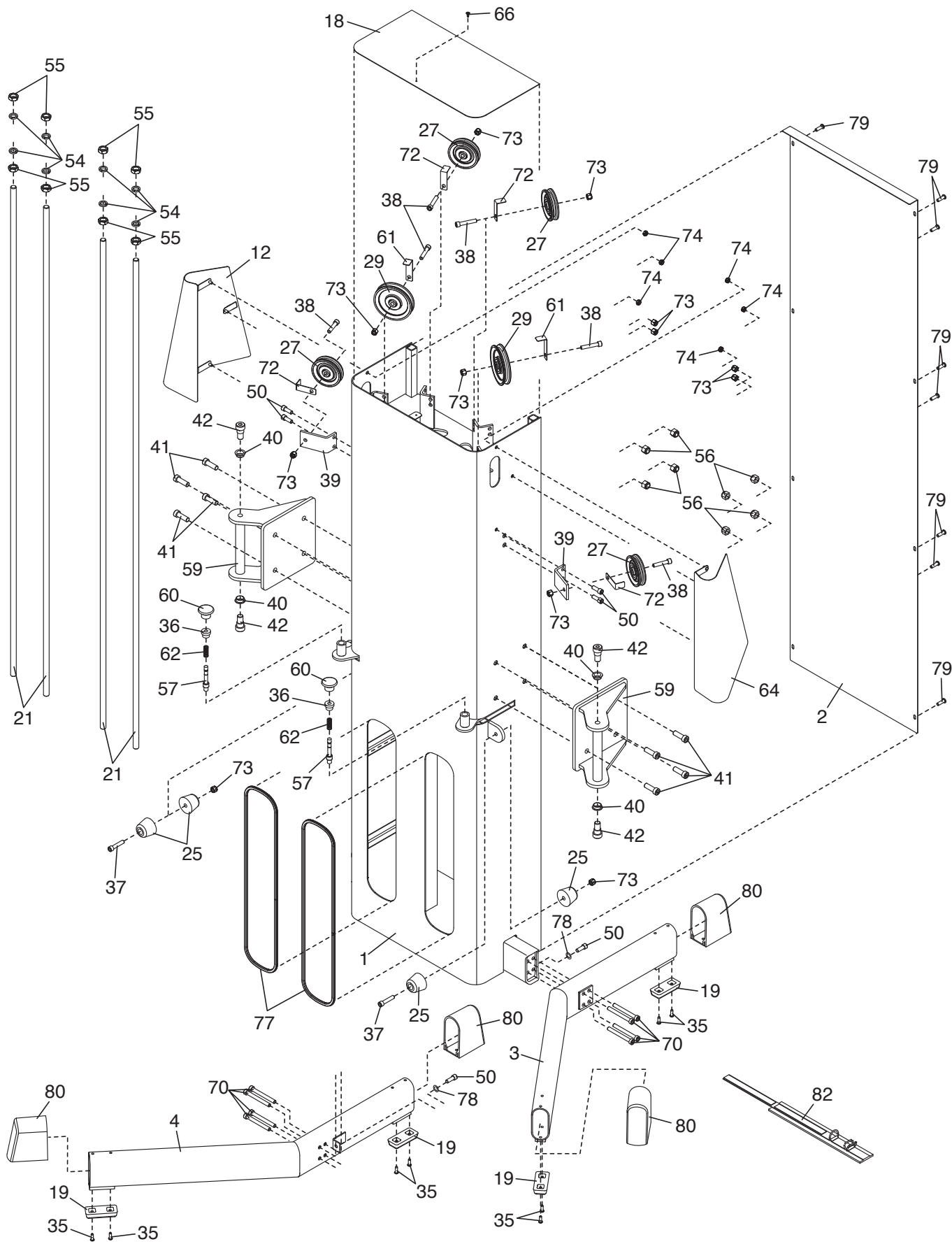
DIBUJO DE LAS PIEZAS A

Nº de Modelo VFMC4007-INT.0 R0814A



DIBUJO DE LAS PIEZAS B

Nº de Modelo VFMC4007-INT.0 R0814A



CÓMO CONTACTAR EL SERVICIO AL CLIENTE

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

Anote el número de modelo, el número de serie y el nombre del producto (vea la portada de este manual) antes de contactar el Servicio al Cliente. Si encarga piezas de repuesto, anote también el número de la pieza y la descripción de cada pieza (vea la LISTA DE LAS PIEZAS y el DIBUJO DE LAS PIEZAS hacia el final de este manual).

En los Estados Unidos

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

Correo-e: customercare@freemotionfitness.com

Escriba a:

FreeMotion Fitness

1500 South 1000 West

Logan, UT 84321-9813

Estados Unidos

Fuera de los Estados Unidos

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

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

Correo-e: intlcustomercare@freemotionfitness.com

GARANTÍA LIMITADA

Este producto está garantizado si se utiliza en entornos institucionales no sujetos a tarifas, tales como hoteles, centros de fitness de apartamentos, centros de fitness de compañías, parques de bomberos/comisarias y entornos hospitalarios o de fisioterapia. Este producto no está garantizado si se utiliza en grandes emplazamientos de uso intensivo, tales como clubes de salud, escuelas/universidades, centros comunitarios o instalaciones militares; el uso de este producto en tales instalaciones supondrá la anulación de la presente garantía.

PERÍODOS DE GARANTÍA Y COBERTURA

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

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

CONDICIONES Y RESTRICCIONES

Los siguientes puntos anularán la garantía de este producto:

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

7. Daño causado por un cableado incorrecto o una corriente eléctrica insuficiente. Nota: Este producto podría no tener ningún cableado.

Esta garantía no aplicará a los siguientes elementos:

1. Elementos cosméticos, incluidos mangos, calcomanías y etiquetas.
2. Gastos de envío o gastos de transporte como resultado de una reparación.
3. Cualquier problema resultante del montaje o envío inadecuado.

QUÉ HACER EN CASO DE NECESITARSE EL SERVICIO

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

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

PARA CONTACTAR A FREEMOTION FITNESS