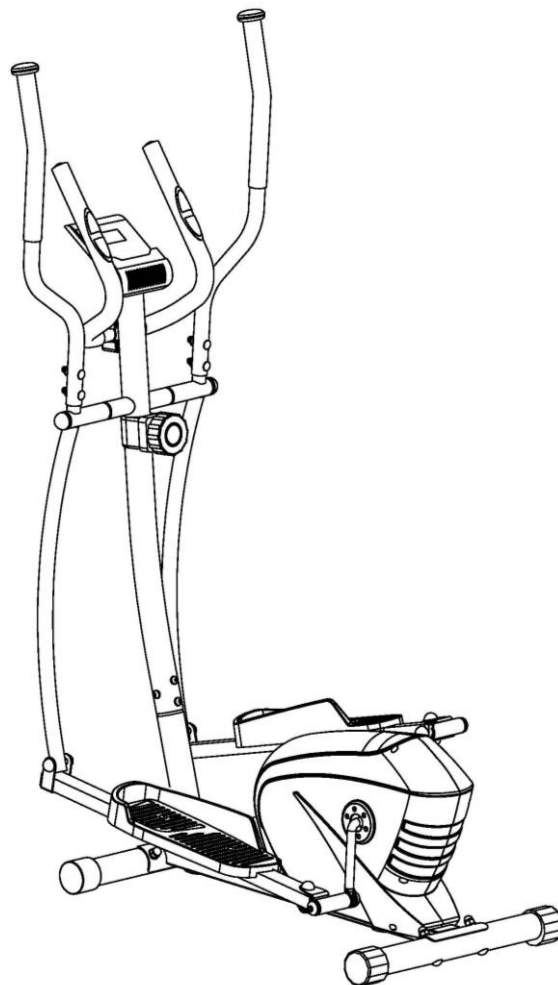




Máquina Elíptica Entrenador Magnético

SF-E3628

MANUAL DEL USUARIO



¡ADVERTENCIA! Su entrenador elíptico no está diseñado para pedaleo en reversa. Incumplimiento de este advertencia resultará en daños permanente de su nuevo equipo.

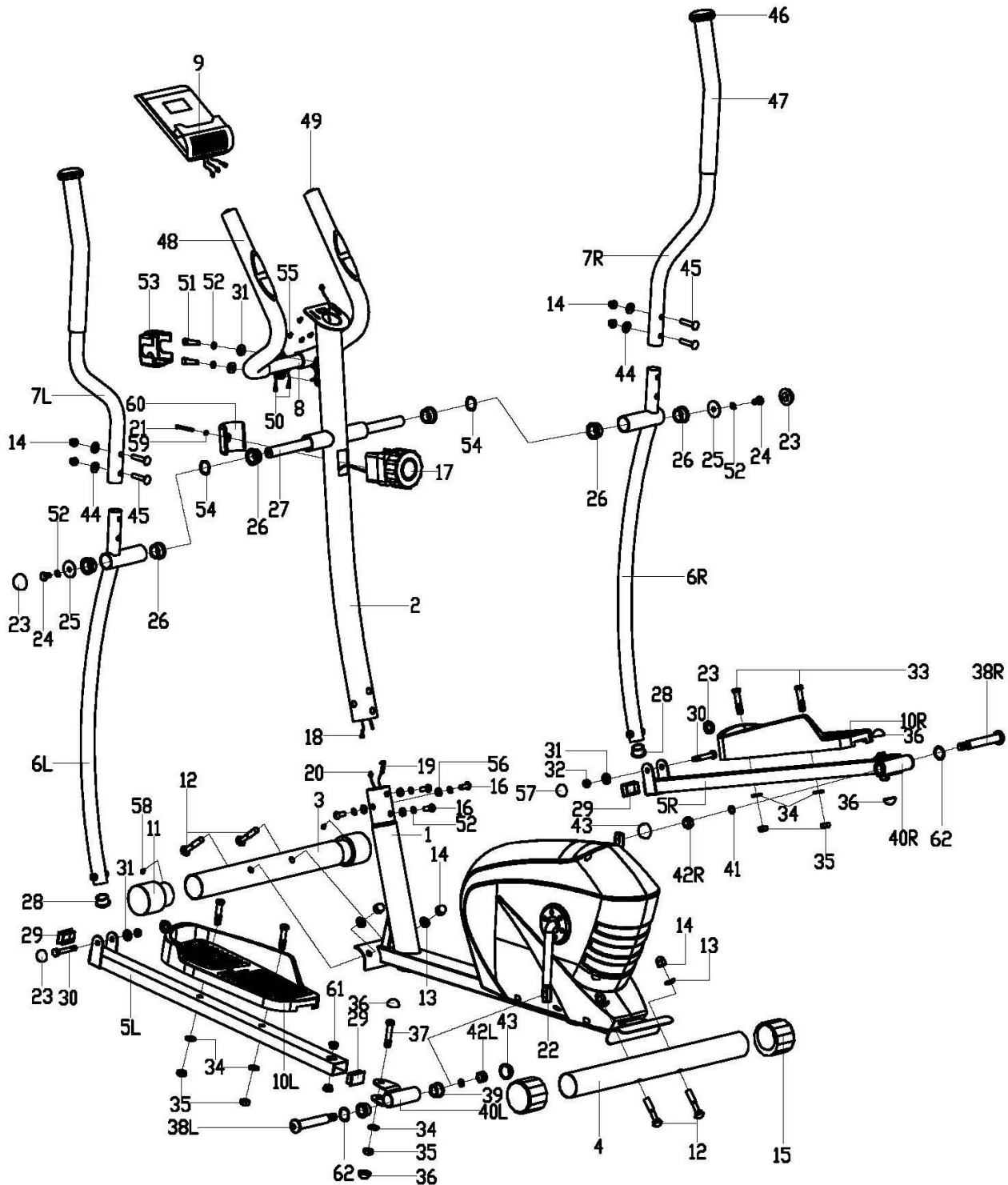
¡IMPORTANTE! Lea detenidamente todas las instrucciones antes de usar este producto. Conserve el manual del propietario para referencia futura. Para Servicio al cliente, comuníquese a: support@sunnyhealthfitness.com

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD

Gracias por haber elegido nuestro producto. Para garantizar su seguridad y salud, utilice este equipo correctamente. Es importante que lea todo el manual antes de instalar y usar el equipo. Solo se puede garantizar un uso seguro y eficaz del equipo si se instala, mantiene y utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios de los equipos conozcan todas las advertencias y precauciones.

1. Antes de comenzar algún programa de ejercicios, deberá consultar con su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que pudiera poner en riesgo su salud y seguridad o que pudiera impedir que utilice correctamente el equipo. Es importante que reciba las recomendaciones de su médico en caso de que esté tomando algún medicamento que pudiera afectar su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales que le envía su cuerpo. Ejercitarse incorrecta o excesivamente puede dañar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, falta de aire, sensación de desmayo, mareos o sensación de náuseas. Si presenta alguna de esas condiciones, deberá consultar con su médico antes de continuar con su programa de ejercicios.
3. Mantenga el equipo lejos del alcance de niños y mascotas. El equipo está diseñado para el uso exclusivo de adultos.
4. Utilice el equipo en una superficie plana y sólida con una cubierta protectora para su piso o alfombra. Para garantizar su seguridad, el equipo debe tener por lo menos 2 pies (60 cm) de espacio libre a su alrededor.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y pernos estén bien ajustados antes de usar el equipo. Solo puede conservarse la seguridad del equipo si se inspecciona regularmente para detectar daños o desgaste.
6. Se recomienda que lubrique todas las piezas móviles mensualmente.
7. Siempre utilice el equipo como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras instala o revisa el equipo, o si escucha ruidos extraños que provienen de este mientras se ejercita, deje de utilizarlo inmediatamente y no lo utilice hasta que el problema se haya corregido.
8. Use ropa adecuada cuando utilice el equipo. Evite usar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
9. No coloque los dedos u objetos en las piezas móviles del equipo.
10. La capacidad de peso máximo de esta unidad es de 220 libras (100 kgs).
11. Este equipo no es adecuado para uso terapéutico.
12. Muévase con cuidado cuando levanta y mueva el equipo. Siempre utilice la técnica de levantamiento adecuada y pida ayuda en caso de que sea necesario.
13. Su producto está diseñado para ser usado en un lugar fresco y seco. Debe evitar tenerlo en lugares extremadamente fríos, calientes o húmedos, ya que podría provocar corrosión y otros problemas afines.
14. ¡Este equipo está diseñado solo para ser usado en interiores y residencial! ¡No es para uso comercial!

DIBUJO DETALLADO



LISTA DE PIEZAS

| NO. | DESCRIPTION | QTY | NO. | DESCRIPTION | QTY |
|------------|---|------------|------------|--|------------|
| 1 | Estructura Principal | 1 | 32 | Tuerca de Nylon M8 | 2 |
| 2 | Poste de Manubrio | 1 | 33 | Perno Hexagonal M10x45 | 4 |
| 3 | Estabilizador Frontal | 1 | 34 | Arandela Plano D10x1.5 | 6 |
| 4 | Estabilizador Trasero | 1 | 35 | Tuerca de Nylon M10 | 6 |
| 5L/R | Soporte de Pedal | 1.pr | 36 | Tapón S16 | 4 |
| 6L/R | Tubo de Oscilación | 1.pr | 37 | Perno Hexagonal M10x50 | 2 |
| 7L/R | Manubrio | 1.pr | 38L/R | Perno de Pedal (L/R) | 1.pr |
| 8 | Manubrio Fijo | 1 | 39 | Buje $\Phi 24 \times 20 \times \Phi 16.1$ | 4 |
| 9 | Computadora | 1 | 40L/R | Conexión de articulación (L/R) | 1.pr |
| 10L/R | Pedal | 1.pr | 41 | Arandela de Presión $\Phi 13 \times B2$ | 2 |
| 11 | Tapón Frontal | 2 | 42L/R | Tuerca de Nylon (L/R) | 1.pr |
| 12 | Perno M8x74 | 4 | 43 | Tapón S19 | 2 |
| 13 | Arandela D8x2x $\Phi 20 \times R30$ | 4 | 44 | Arandela $\Phi 20 \times d8 \times 2 \times R16$ | 4 |
| 14 | Tuerca Ciega M8 | 8 | 45 | Perno M8X40 | 4 |
| 15 | Tapón Trasero | 2 | 46 | Tapón Extremo | 2 |
| 16 | Tornillo Allen M8X16 | 4 | 47 | Agarre de Espuma de Manubrio | 2 |
| 17 | Control de Tensión | 1 | 48 | Agarre de Espuma de Manubrio Fijo | 2 |
| 18 | Cable de Extensión | 1 | 49 | Tapón Redondo $\Phi 25 \times 1.5$ | 2 |
| 19 | Cable de Tensión | 1 | 50 | Cable de Pulso | 2 |
| 20 | Cable de Sensor | 1 | 51 | Perno Hexagonal M8X30 | 2 |
| 21 | Perno de Cabeza Cruzada M5X45 | 1 | 52 | Arandela de Presión D8 | 8 |
| 22 | Manivela | 1 | 53 | Cubierta | 1 |
| 23 | Tapón S14 | 4 | 54 | Arandela $\Phi 20 \times \Phi 28 \times 0.3$ | 2 |
| 24 | Perno Hexagonal M8X15 | 2 | 55 | Perno de Cabeza Cruzada M4X12 | 4 |
| 25 | Arandela Plano $\Phi 8.2 \times \Phi 32 \times 2$ | 2 | 56 | Arandela $\Phi 20 \times d8.5 \times R25$ | 4 |
| 26 | Eje de Buje $\Phi 32 \times 2.5$ | 6 | 57 | Tapón S13 | 2 |
| 27 | Eje Largo | 1 | 58 | Tornillo de Rosca Cruzada ST3X10 | 2 |
| 28 | Tapón Redondo $\Phi 28 \times 1.5$ | 2 | 59 | Arandela Plano D5 | 1 |
| 29 | Tapón Cuadrado $40 \times 25 \times 1.5$ | 4 | 60 | Cubierta de Control de Tensión | 1 |
| 30 | Perno Hexagonal M8x55 | 2 | 61 | Buje de Metal $\Phi 14 \times 10 \times \Phi 10.1$ | 4 |
| 31 | Arandela Plano D8x1.5 | 4 | 62 | Arandela D17X0.3 | 2 |

NOTA:

La mayoría de las piezas de ensamblaje enumerado se ha empaquetado por separado, pero algunos elementos se han preinstalado en las piezas de ensamblaje identificadas. En estos casos, simplemente retire y vuelva a instalar la pieza ya que se requiere ensamblaje.

Consulte los pasos de montaje individuales y tome nota de todas las piezas preinstalado.

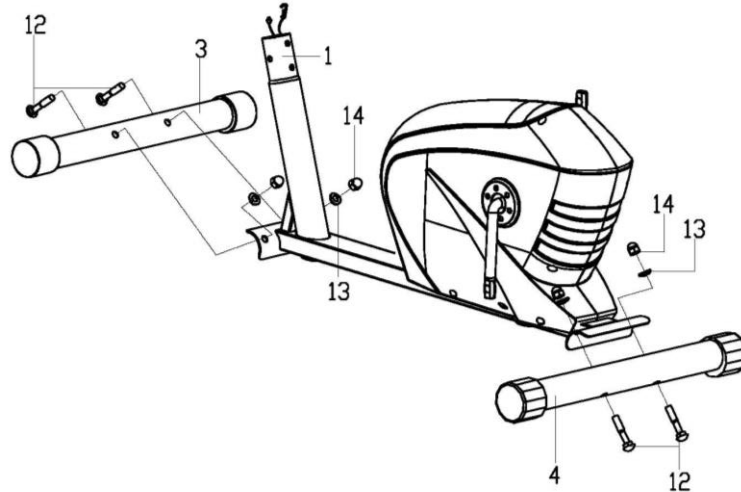
PREPARACIÓN: antes de armar, asegúrese de tener suficiente espacio alrededor del artículo; Use las herramientas actuales para ensamblar; Antes de armar compruebe si todas las piezas necesarias están disponibles.

Se recomienda encarecidamente que esta máquina sea ensamblada por dos o más personas para evitar posibles lesiones.

INSTRUCCIÓN DE ARMADO

PASO 1:

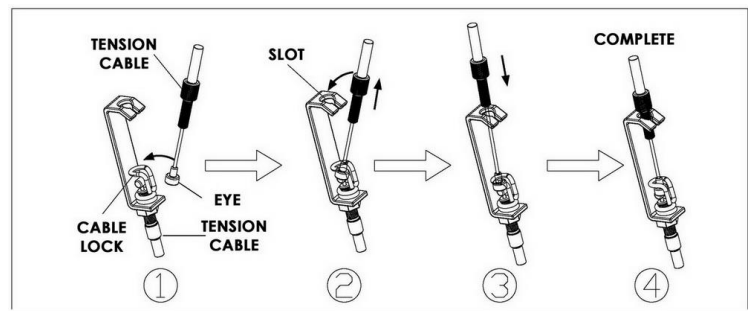
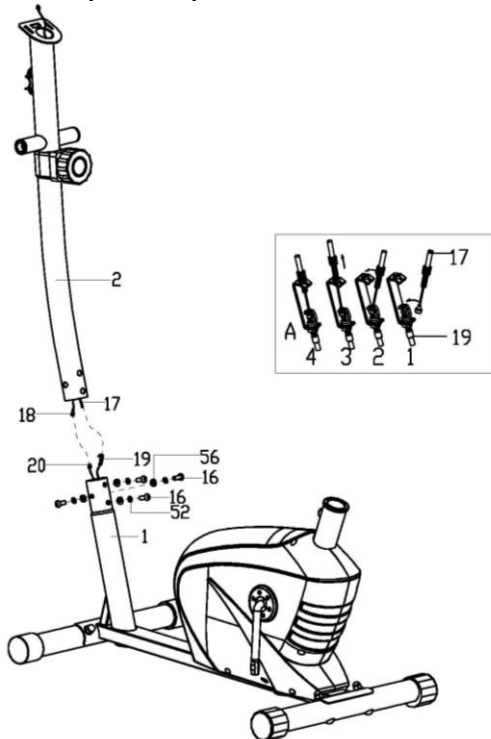
Anexar **Estabilizador Frontal y Trasero (No. 3&4)** al **Estructura Principal (No. 1)** con 4 **Perno (No. 12)**, 4 **Arandela (No. 13)** y 4 **Tuerca Ciega (No. 14)**.



PASO 2:

Verifique que el **Control de Tensión (No. 17)** esté en el nivel 1 (resistencia más baja) para garantizar que el cable sea el más largo. Conecte el **Cable del Sensor (No. 20)** con el **Cable de Extensión (No. 18)**. Luego, conecte el **Cable de Tensión (No. 19)** con el cable del **Control de Tensión (No. 17)** como se muestra.

Conecte el **Poste del Manubrio (No. 2)** al **Estructura Principal (No. 1)** con los **Tornillos Allen (No. 16)**, **Arandelas de Presión (52)**, **Arandelas (No. 56)**.



PASO 3:

Importante: lea toda la página antes de comenzar este paso y tenga en cuenta todas las precauciones.

A: Fije el **Tubo de Oscilación Izquierdo (No. 6L)** en el eje largo del **Poste del Manubrio (No. 2)** con **Perno Hexagonal (No. 24)**, **Arandela de Presión (No. 52)**, **Arandela Plana (No. 25)**, **Arandela (No. 54)** y **Eje Largo (No. 27)** como se muestra. No los apriete del todo todavía.

¡Precaución! La parte No. 38 está etiquetada L para IZQUIERDA y R para DERECHA. No intente instalar el Perno Izquierdo en la Manivela Derecha y viceversa. Asegúrese de girar 38L hacia la izquierda para apretar, y 38 R hacia la derecha para apretar.

Parte 38L y 42L tienen roscado inverso. Gire 38L y 42L hacia la izquierda para apretar.

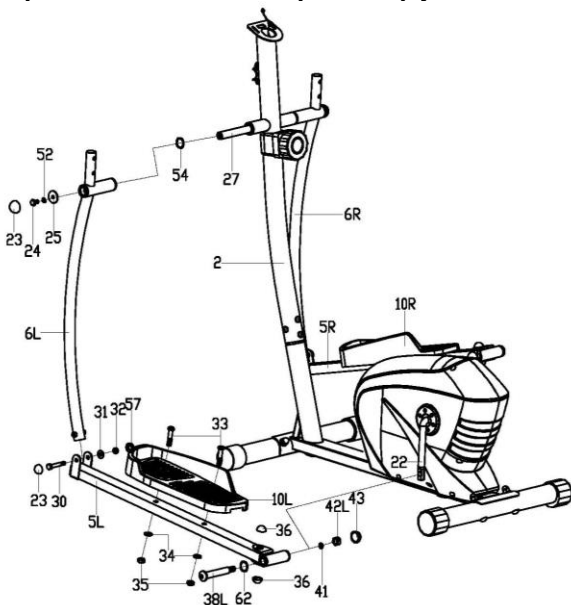
Mantenga el **Perno de Soporte del Pedal Derecho y Izquierdo (No. 38 R / L)** en un ángulo de 90 ° con la **Manivela (No. 22)**. El **Perno de Soporte del Pedal Derecho y Izquierdo** debe estar perfectamente recto a medida que atraviesa el Soporte del Pedal hacia la Manivela. Si el soporte del pedal está conectado a la Manivela en un Ángulo, se pueden producir daños permanentes tanto en el perno como en la manivela.

B: Fije el **Soporte del Pedal Izquierda (No. 5L)** a la **Manivela (No. 22)** usando el **Perno Izquierdo de Soporte del Pedal (No. 38L)**, la **Arandela (No. 62)**, la **Arandela de Presión (No. 41)** y la **Tuerca de Nylon Izquierda (No. 42L)** como se muestra. No los apriete en este momento.

C: Conecte el **Tubo de Oscilación Izquierdo (No. 6L)** con el **Soporte del Pedal (No. 5L)** usando el **Perno Hexagonal (No. 30)**, la **Arandela Plana (No. 31)** y la **Tuerca de Nylon (No. 32)**. Ahora, apriete el **Perno Hexagonal (No. 24&30)** y la **Tuerca de Nylon Izquierda (No. 42L)**. Cubra con los **Tapón (No. 23&57&43&36)**.

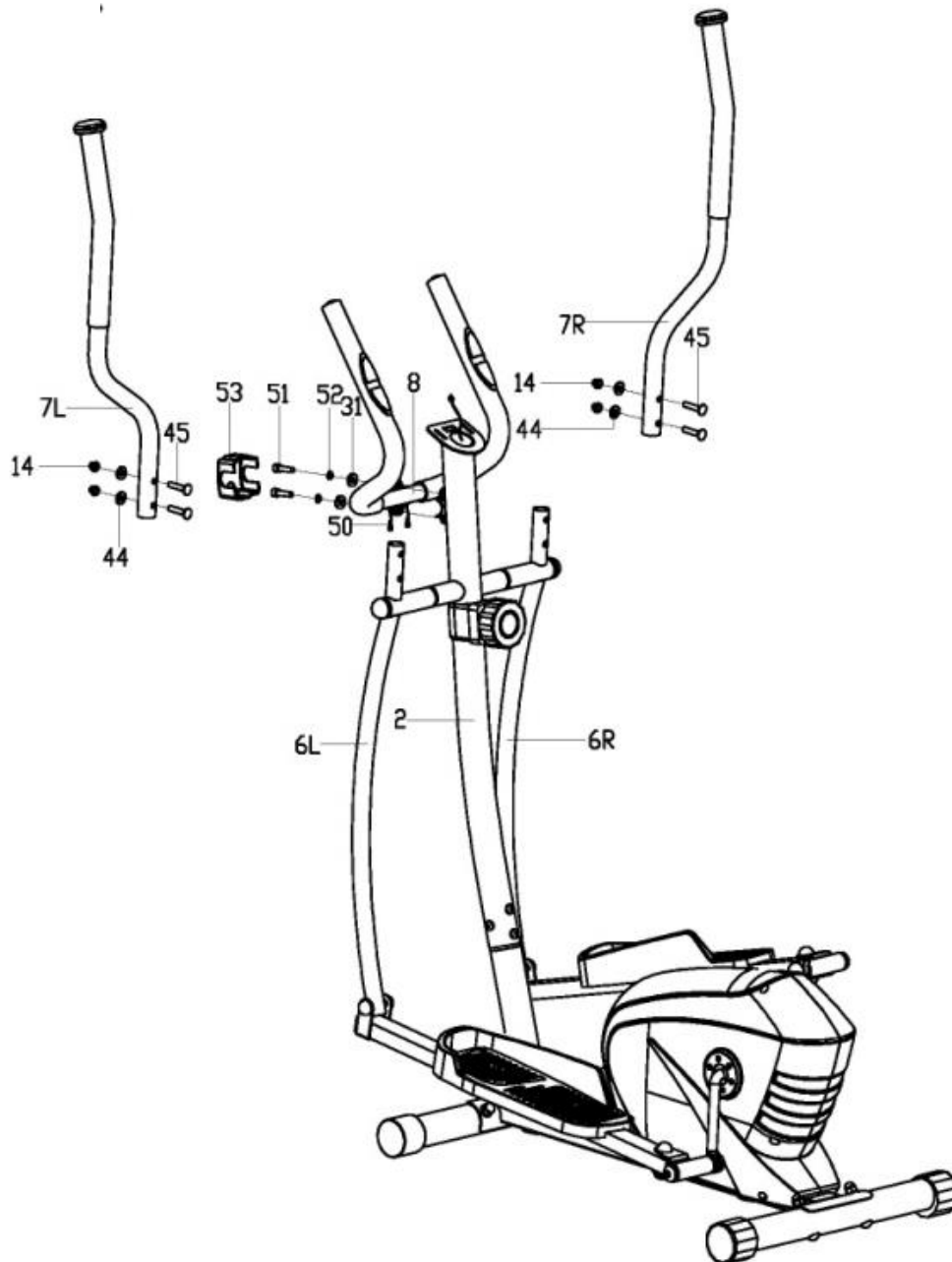
D: Fije el **Soporte del Pedal Derecha (No. 5R)** y el **Tubo de Oscilación Derecho (No. 6R)** a la **Manivela (No. 22)** y al **Poste del Manubrio (No. 2)** de la misma manera, pero asegúrese de girar en hacia la derecha para apretar.

E: Fije el **Pedal (No. 10L / R)** al **Soporte del Pedal (No. 5L/R)** con **Perno Hexagonal (No. 33)**, **Arandela Plana (No. 34)** y **Tuerca de Nylon (No. 35)**.



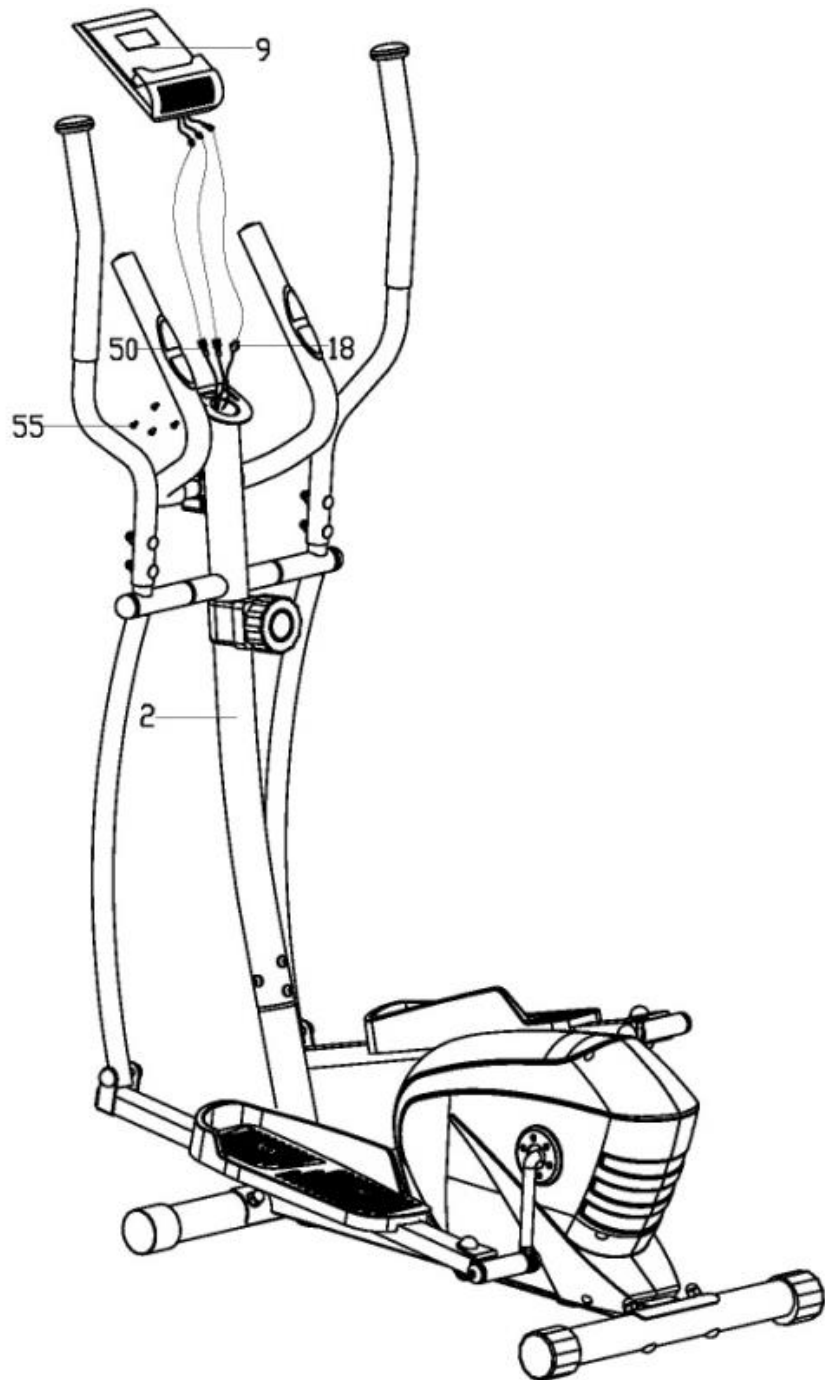
PASO 4:

1. Insertar el **Cable de Pulso (No. 50)** a través de los agujeros del **Poste de Manubrio (No. 2)** y estire del agujero soporte de la computadora hacia arriba del **Poste de Manubrio (No. 2)**. Anexar el **Manubrio Fijo (No. 8)** ante el **Poste de Manubrio (No. 2)** apretando con **Pernos Hexagonal (No. 51)** y **Arandela de Presión (No. 52)**. Poner la **Cubierta (No. 53)**.
2. Anexar los **Manubrio Izquierda y Derecha (No. 7 L/R)** a los correspondiente **Tubo de Oscilación (No. 6 L/R)** y asegurar con **Pernos (No. 45)**, **Arandela (No. 44)** y **Tuerca Ciega (No. 14)**.

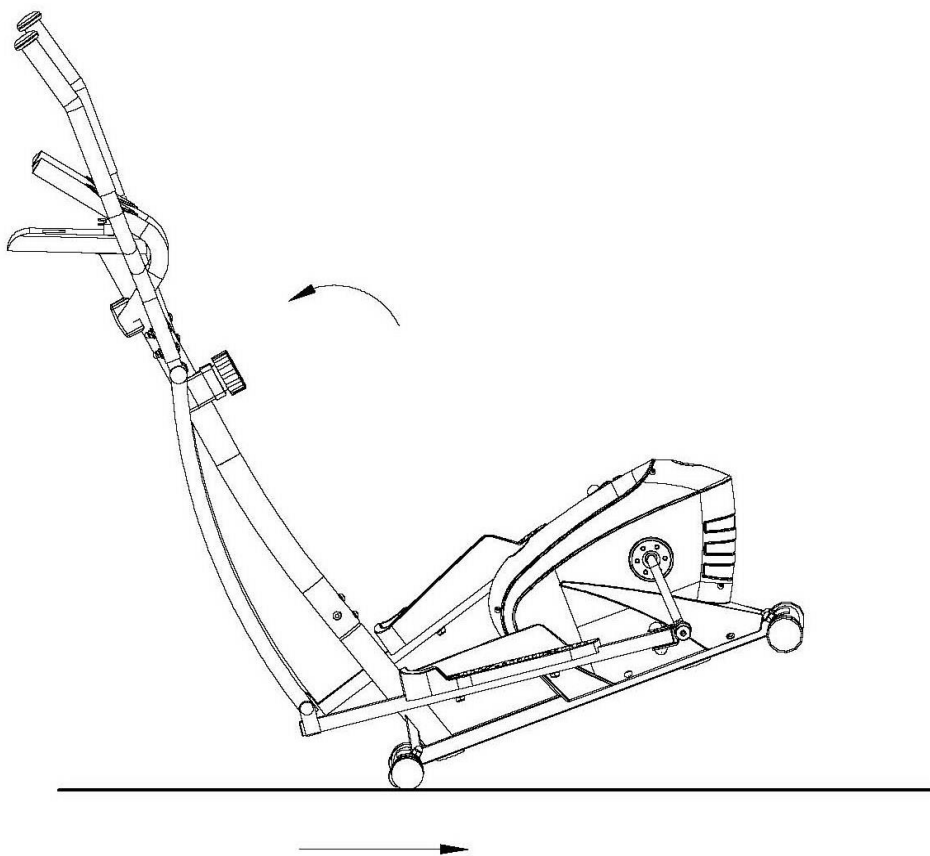


PASO 5:

Conecta los **Cable de Pulso (No. 50)** y **Cable de Extensión (No. 18)** a los cables de la **Computadora (No. 9)**. Anexar la **Computadora (No. 9)** al soporte de computadora en el **Post de Manubrio (No. 2)** apretando con **Perno de Cabeza Cruzada (No. 55)**.



Para mover la elíptica, sosténgala por las **Manubrio Fijo (No. 8)**. Incline la elíptica hasta que las ruedas del **Estabilizador Frontal (No. 3)** toquen el piso. Luego puede llevar la máquina elíptica a la ubicación deseada.



COMPUTADORA DE EJERCICIOS

ESPECIFICACIONES:

| | |
|----------------|-----------------------|
| TIEMPO----- | 00:00-99:59 MIN:SEG |
| VELOCIDAD----- | 0,0-999,9 KM/H o ML/H |
| DISTANCIA----- | 0,00-9999 KM o ML |
| CALORIAS----- | 0,0-9999 calorías |
| ODÓMETRO----- | 0,00-9999 KM o ML |
| Pulso----- | 40-240 BPM |

LLAVE DE FUNCIONAMIENTO:

MODE: Pulse para seleccionar la función.

RESET: Pulse para borrar y reiniciar.

SET: Pulse para programar conteo deseado de tiempo, distancia o caloría

FUNCIONES:

1. ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICO

La computadora se enciende cuando comienza a pedalear o cuando presiona el botón. Después de 4 minutos sin ninguna señal, la energía se apagará automáticamente.

2. REINICIO:

La computadora se puede reiniciar apretando el botón **MODE** por más de tres segundos. Removiendo la batería también reinicia las funciones a cero.

3. MODO:

Para seleccionar el modo de bloqueo, pulse el botón MODE cuando este punteando al función deseado hasta que comienza a parpadear, (al iniciar bloqueo, solo la función elegido será presentado).

4. FUNCIONES

TIEMPO: Cuente el tiempo total desde el comienzo del ejercicio hasta el final.

VELOCIDAD: Muestra la velocidad actual.

DIST: Cuenta la distancia desde el ejercicio de principio a fin.

CALORÍAS: Cuenta las calorías totales del ejercicio de principio a fin.

ODÓMETRO: Cuenta la distancia total corrida de todos los ejercicios.

PULSO: Presenta la frecuencia cardíaca actual en latidos por minuto del usuario. Ponga sus manos en ambos agarres de pulso, la computadora presentará su frecuencia cardíaca actual en el monitor. (Estos datos no es para uso médico)

BATERIAS

La computadora de ejercicios usa 2 pilas AAA. Si hay un problema con la pantalla, pruebe cambiando las pilas primero. Deseche las baterías viejas según sus regulaciones regionales.