
Bike Reebok Sublite 8.0

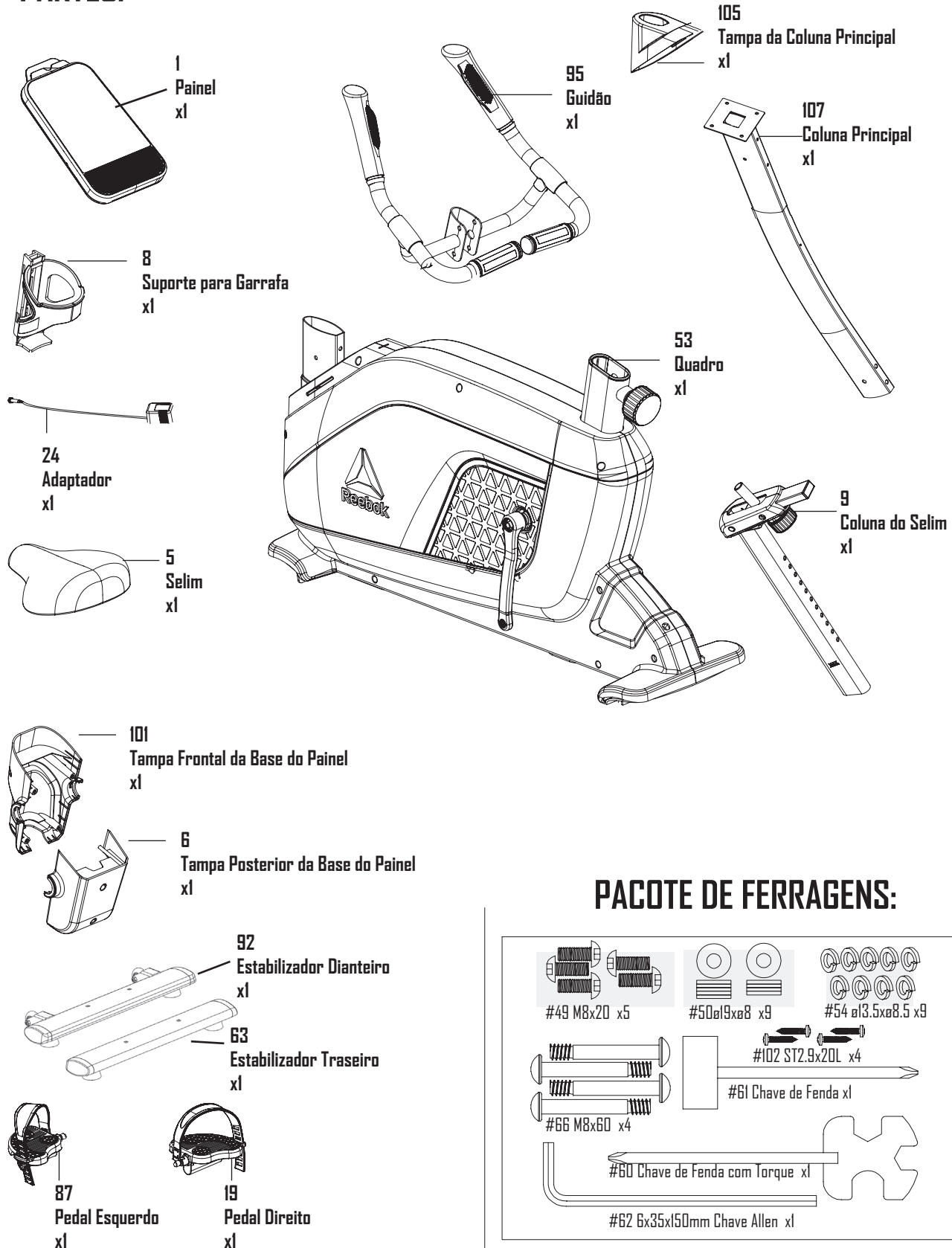
MANUAL DO USUÁRIO



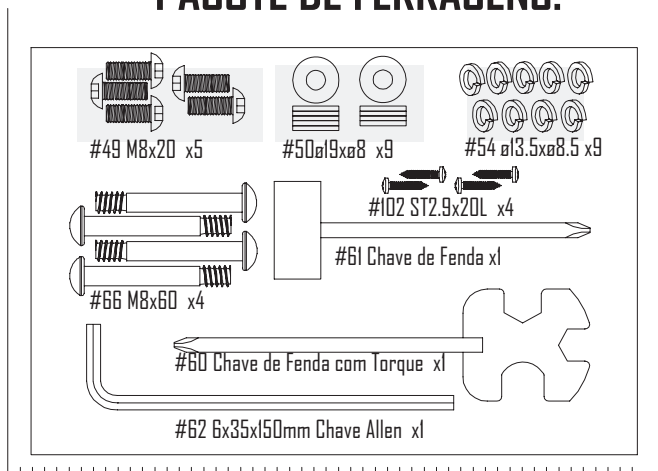
Bike Reebok Sublite 8.0

MANUAL DO USUÁRIO

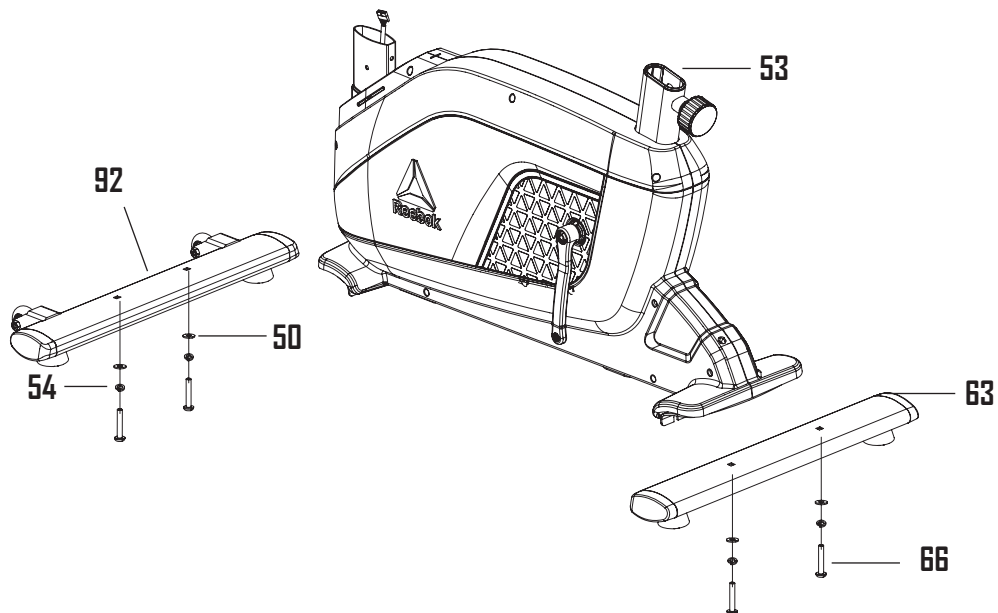
PARTES:



PACOTE DE FERRAGENS:



1



54 x 4



50 x 4



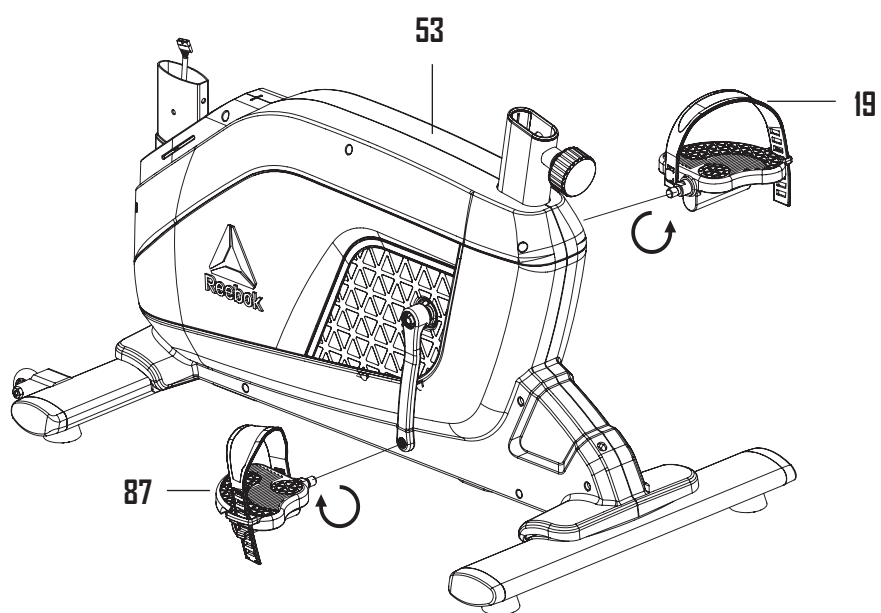
66 x 4



63 x 4



2



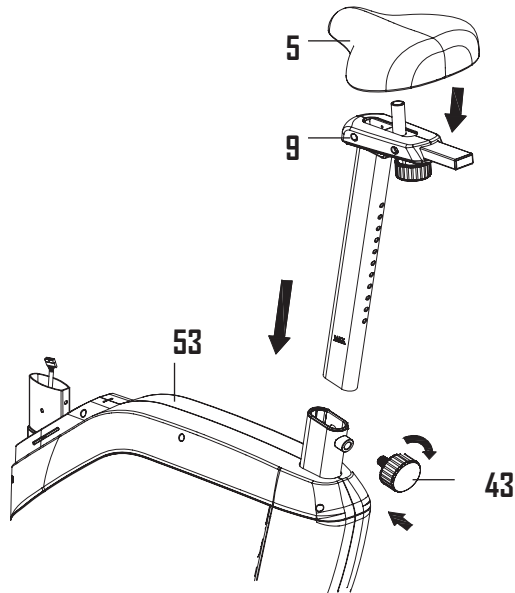
60 x 1



Bike Reebok Sublite 8.0

MANUAL DO USUÁRIO

3



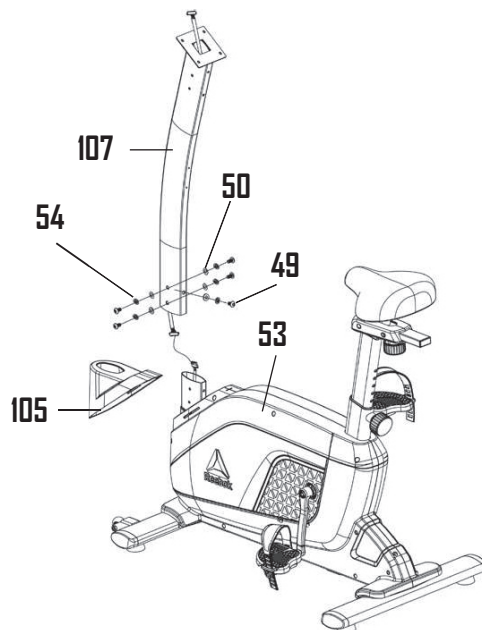
61 x 1



60 x 1



4



54 x 5



50 x 5



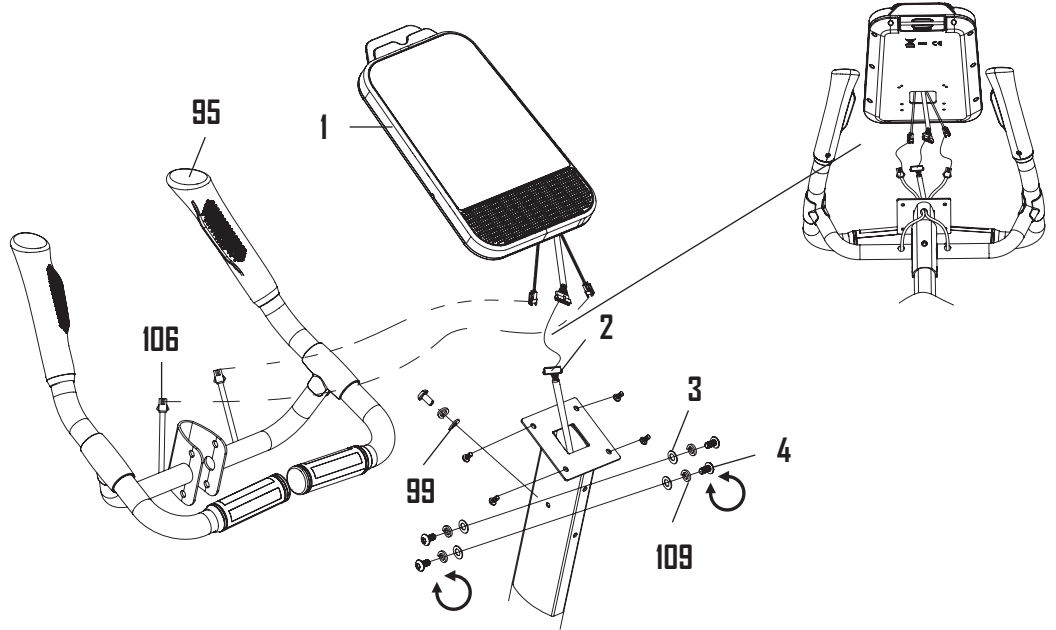
49 x 5



62 x 1

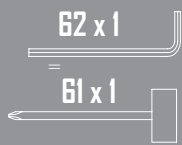


5

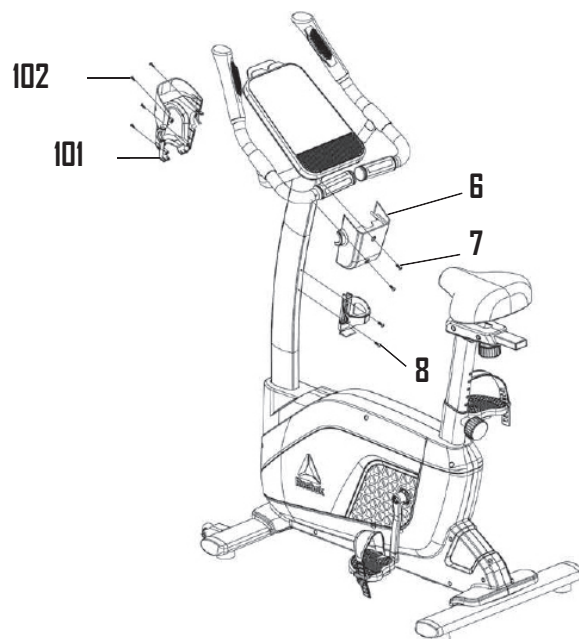


62 x 1

61 x 1



6



102 x 4



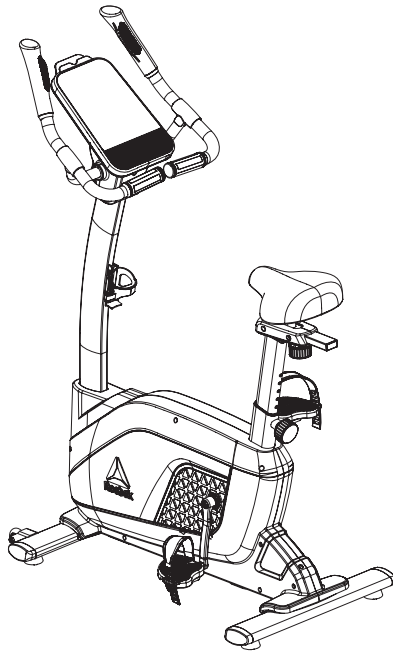
61 x 1



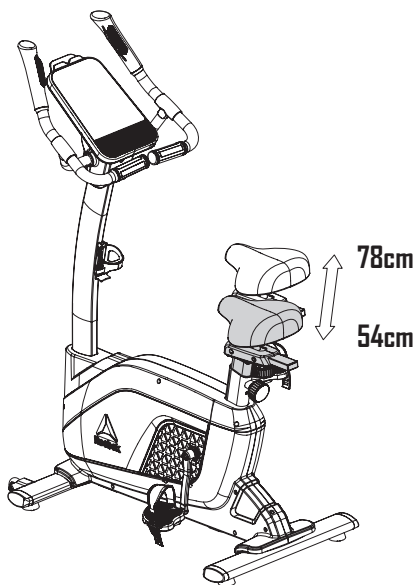
Bike Reebok Sublite 8.0

MANUAL DO USUÁRIO

7

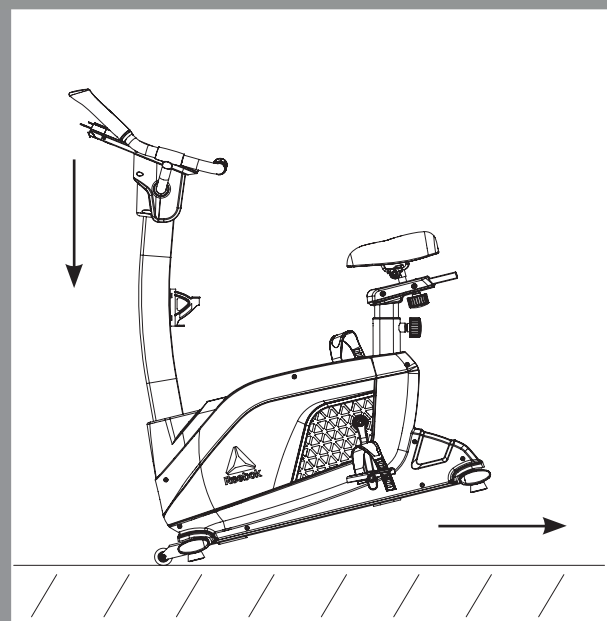


AJUSTE DO SELIM

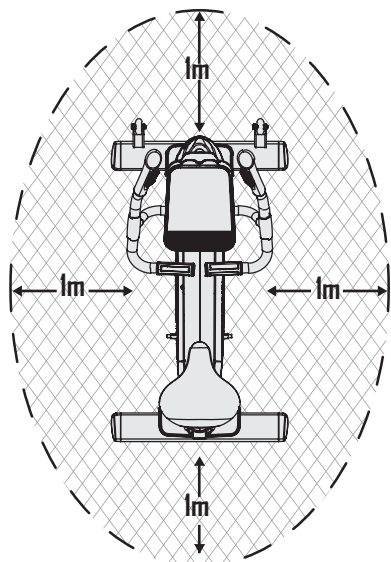


MOVENDO A BIKE

EMPURRE PARA BAIXO O GUIDÃO PARA LEVANTAR A BICICLETA E, EM SEGUIDA, VOCÊ PODE EMPURRAR / PUXAR PARA A FRENTE E PARA TRÁS



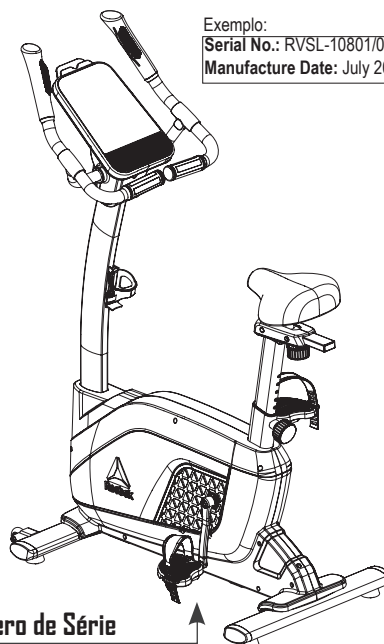
Deixe o mínimo de 1m de espaço ao redor, da bicicleta, quando estiver em funcionamento.



DIMENSÕES (CxLxA):
113,5 x 56 x 146,5cm

KG
41,5KG

O número de série está localizado na base da bicicleta.



Número de Série



**Registro de
Produto e Suporte**



Saiba mais em:
reebokfitness.com/reebok-app
Busque "Reebok Fitness Equipment"



Logotipo WEEE este símbolo em um produto significa que o produto está coberto pela Diretiva Europeia 2012/19/UE.

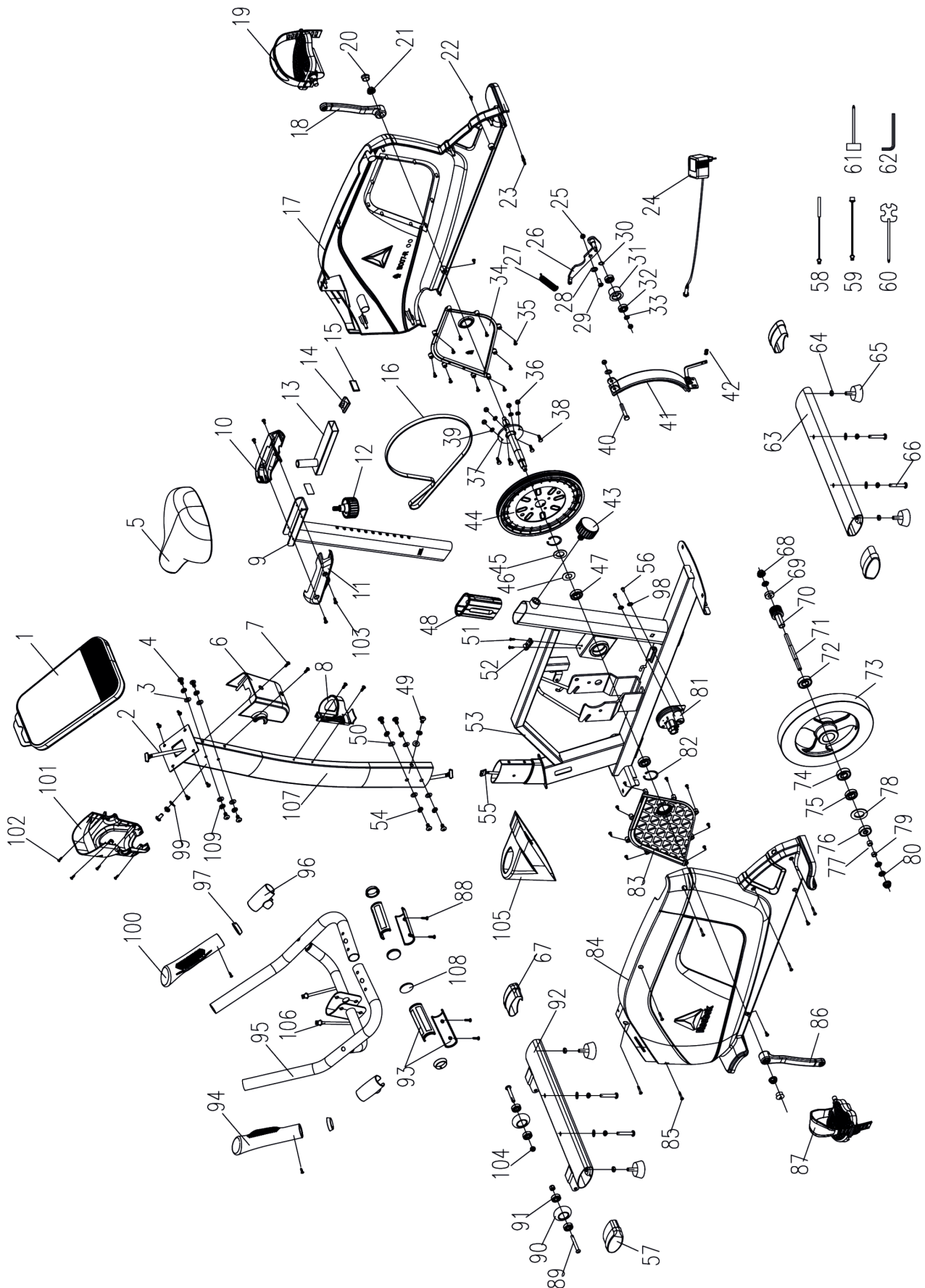
A marca e os logotipos da palavra Bluetooth são marcas registradas de propriedade da Bluetooth SIG, Inc. e qualquer uso dessas marcas pela RFE International está sob licença.

A RFE International declara que este produto está em conformidade com os requisitos essenciais e outras disposições relevantes da Diretiva 2014/53/UE.



Bike Reebok Sublite 8.0

MANUAL DO USUÁRIO



Nº	Descrição	Qty.
1	Painel	1
2	Cabo Superior	1
3	Arruela Plana (ø8*ø19*2T,BLK)	4
4	Parafuso(M8*PI.25*16L)	4
5	Selim (3B-2IQ+GEL)	1
6	Tampa Posterior da Base do Painel	1
7	Parafuso (M5*16L,BLK)	6
8	Suporte para Garrafa	1
9	Coluna do Selim	1
10	Tampa Deslizante Superior	1
11	Tampa Deslizante Inferior	1
12	Botão de Ajuste	1
13	Controle Deslizante Horizontal	1
14	Parafuso Fixo Deslizante	1
15	Tampa Final	2
16	Correia	1
17	Tampa do Quadro (D)	1
18	Manivela (D)	1
19	Pedal (D)	1
20	Tampa da Manivela	2
21	Porca	2
22	Parafuso	4
23	Esteio (ø9 * 91.6L)	1
24	Adaptador (9V 1A)	1
25	Porca de Nylon (M8* 7T,13)	3
26	Placa Intermediária	1
27	Mola Intermediária (ø16*ø2,5 (65Mn))	1
28	Arruela Plana (ø8*ø22*1T)	1
29	Parafuso (M8*20L)	1
30	Arruela Ondulada (ø10.2*ø13*0.3T)	1
31	Roda Livre	1
32	Rolamento (6000 2ZZ)	2
33	Bucha (3mm)	1
34	Tampa da Corrente do Quadro (D)	1
35	Parafuso (ST2.9*10L)	17
36	Porca de Nylon (M6*5.5T)	4
37	Eixo de Manivela	1
38	Parafuso Sextavado (M6*PI.0*16L)	4
39	Arruela de Pressão (ø6.1*1.6T)	4
40	Parafuso Sextavado (M8*55L*S25L)	1
41	Sistema Magnético	1
42	Mola	1

Nº	Descrição	Qty.
43	Pino de Ajuste	1
44	Polia (ø260)	1
45	Arruela Plana (ø20,3*ø30*0,5T)	1
46	Arruela Ondulada(ø20,5*ø30* 0,3T)	1
47	Rolamento (6004 2RS)	2
48	Bucha	1
49	Parafuso (M8*PI.25*20L)	5
50	Arruela Plana (ø8*ø19*2T)	10
51	Parafuso (M5*12L,BLK)	2
52	Sensor da Barra Fixa	1
53	Quadro	1
54	Arruela de Pressão (Ø13.5xØ8.5)	9
55	Cabo Inferior	1
56	Parafuso Sextavado (M5*P0.8*12L,8)	2
57	Tampa Final do Tubo do Pé (E)	2
58	Fio de Indução	1
59	Fio DC	1
60	Chave de Fenda com Torque (13,15,17)	1
61	Chave de Fenda (13,14)	1
62	Chave Allen (6*35*150mm)	1
63	Tubo do Estabilizador Traseiro	1
64	Porca Sextavada (M10,BLK)	2
65	Almofada Emborrachada (M10)	4
66	Parafuso (M8*PI.25*60L*S20L)	4
67	Tampa Final do Tubo do Pé (D)	2
68	Porca	2
69	Rolamento (6000)	1
70	Polia Pequena de Correia (ø34*J8)	1
71	Eixo do Volante (3/8" - 26*130L, BLK)	1
72	Rolamento (6203 2RS)	1
73	Volante (280*32W*7KG)	1
74	Rolamento Unidirecional (ø35*17)	1
75	Rolamento (6003 2RS)	1
76	Rolamento (6300 2RS)	1
77	Bucha de Plástico (ø10*ø15.8*9mm)	1
78	Arruela Plana (ø30*ø34*0,8T)	1
79	Bucha de Plástico (ø10*ø15.8*6mm)	1
80	Porca Sextavada (3/8" - 26*3,8T)	3
81	Motor	1
82	Fecho em Forma de C (ø18,5*ø22,5*1T)	2
83	Tampa da Corrente do Quadro (E)	1

Bike Reebok Sublite 8.0

MANUAL DO USUÁRIO

Nº	Descrição	Qtd.
84	Tampa do Quadro (E)	1
85	Parafuso (ST3.9*50L)	7
86	Manivela (E)	1
87	Pedal (E)	1
88	Parafuso (ST2.9*20L)	4
89	Parafuso 89 (M8*40L*S18L)	2
90	Roda de Transporte	2
91	Rolamento (608 2ZZ)	4
92	Tubo do Estabilizador Dianteiro	1
93	Placas de Pegada	2
94	Manopla do Guidão (E)	1
95	Guidão	1
96	Tampa de Cobertura do Guidão	2
97	Tampa da Placa de Pegada	4
98	Arruela Plana (ø5.5*ø12*2T)	2
99	Arruela Semicírculo (ø8*ø19 * 2T)	1
100	Manopla do Guidão (D)	1
101	Tampa Frontal da Base do Painel	1
102	Parafuso (ST2.9*20L)	4
103	Parafuso (M5*10L (ø9.5)	4
104	Porca de Nylon (M8*7T)	2
105	Tampa da Coluna Principal	1
106	Fio da Placa de Pegada	2
107	Coluna Vertical	1
108	Tampa do Sensor de Pegada	2
109	Arruela Mola	5

CONECTE O SEU SMARTPHONE AO SEU NOVO EQUIPAMENTO REEBOK

DOWNLOAD:

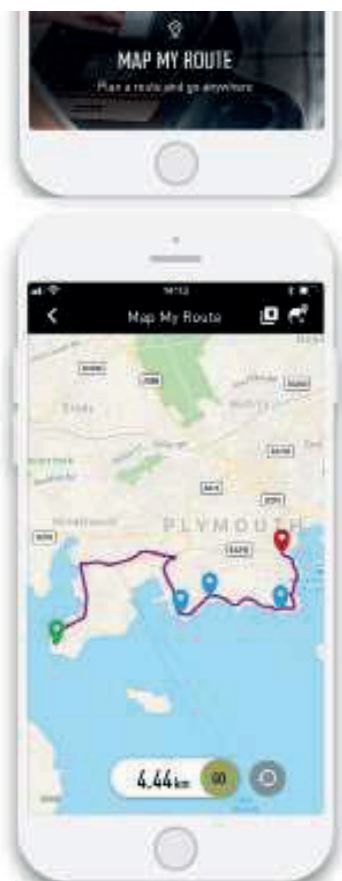
Procure "Reebok Fitness Equipment" na App Store ou no Google Play.



CONECTANDO:

Sua máquina Reebok se conecta com o aplicativo via bluetooth dongle, você não precisa de GPS ou de internet para usar. O conector USB é codificado em azul para corresponder à porta USB correta em sua máquina.

Depois de selecionar um treino ou planejar sua rota, o aplicativo solicitará que você escolha a máquina com a qual deseja se conectar.



PLANEJANDO SUA ROTA:

Escolha "MAPEAR MINHA ROTA" na guia "INICIAR".

01. ROTAS PREDEFINIDAS:



Existem 5 rotas predefinidas, que você pode selecionar clicando no ícone predefinido.

02. PERSONALIZE SUA ROTA:



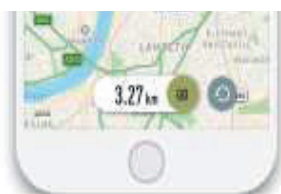
Primeiro, procure um local onde você gostaria de fazer sua rota.



Crie sua rota pressionando no mapa para escolher seu ponto de partida, ponto de chegada e até 8 pontos de passagem.



COMECE SUA ROTA



Depois de escolher sua rota, deslize o botão GO para a esquerda e conecte-se à sua máquina Reebok.

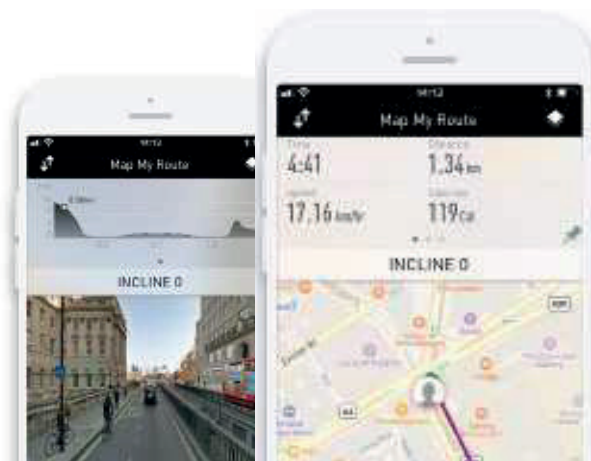
Depois de se conectar com sucesso, pressione "start" no seu equipamento cardio para começar o seu treino!

Bike Reebok Sublite 8.0

MANUAL DO USUÁRIO

DADOS DO MONITOR DE EXERCÍCIO

Para alterar a exibição dos dados, deslize para rolar entre os dados do treino, elevação e FC / ritmo.



Para remover a visualização de dados da tela, pressione o botão de visualização de dados.

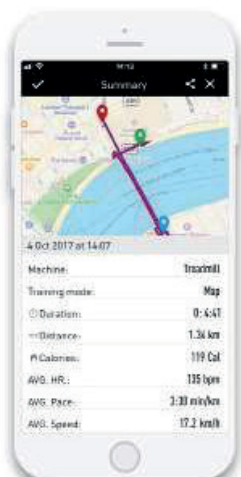
ACOMPANHE O SEU EXERCÍCIO

O aplicativo Reebok Fitness permite que você acompanhe seu progresso via Google Maps.



Você pode alternar a visualização entre mapa, satélite, sobrevoô e rua.

O nível de elevação da esteira será ajustado automaticamente para corresponder à sua rota programada ou, se você estiver usando uma bicicleta ou um cross trainer, o nível de resistência será ajustado automaticamente de acordo.



ANALISAR SEU TREINAMENTO

No final do seu treino, o aplicativo mostra um perfil de treinamento, fornecendo estatísticas como distância percorrida, calorias queimadas e ritmo médio.

Você pode adicionar notas personalizadas ao seu perfil de treino, como o quão difícil ou desafiador você encontrou em seu treino.

A página do histórico de treinamento permite que você reveja seus treinos e estatísticas anteriores, como o número total de calorias queimadas.

Mais idiomas disponíveis em: reebokfitness.com/reebok-app

FUNÇÕES DOS BOTÕES

START: Para iniciar ou parar um exercício.

RECOVERY: Para testar a recuperação da frequência cardíaca.

FAN: Pressione este botão para iniciar / parar o ventilador.

RESET: Usado para redefinir as funções a qualquer momento. Note que o botão STOP (PARAR) deve ser pressionado antes de RESET.

Enter: Usado para confirmar uma configuração ou seleção.

+: Ajuste de função - mover para cima.

-: Ajuste de função - mover para baixo.

PROCEDIMENTO DE OPERAÇÃO

Quando a fonte de alimentação está conectada à máquina, o painel liga e emite um sinal sonoro. A tela exibirá KM e entrará no modo U0.

Pressione +/- para selecionar o usuário (U0-U4) e pressione ENTER.

Insira informações do usuário (sexo, idade, altura e peso) usando +/- e ENTER.

Pressione +/- para selecionar o modo desejado, depois pressione ENTER.

Pressione +/- para definir os valores das funções e START para começar o exercício.

Para redefinir todos os dados, pressione START para interromper o exercício e mantenha pressionado RESET.

MODOS

Manual: Pressione os botões +/- para definir o tempo / distância / calorias / FC desejados e pressione START para começar o exercício.

Pressione +/- para ajustar o nível de resistência durante o exercício.

Programa: Selecione entre os 12 programas predefinidos nos quais a máquina ajustará a resistência automaticamente durante o treino.

Watt: Selecione o valor de watt desejado entre 10-350 e pressione o botão START para iniciar o treino.

U1-U4: o usuário pode criar e armazenar seu próprio programa de resistência no painel para um treino personalizado.

MP3

Conecte seu dispositivo ao cabo MP3 para tocar música no painel.

Bike Reebok Sublite 8.0

MANUAL DO USUÁRIO

H.R.C (CONTROLE DE FREQUÊNCIA CARDÍACA)

Pressione +/- entre 55%, 75%, 90% e TAG.

TAG é a "TARGET HEART RATE" (Taxa Alvo de Batimentos) preferida dos usuários. Isso pode ser alterado antes do exercício ser iniciado.

A frequência cardíaca máxima do usuário é calculada com $220 = \text{TAXA CARDÍACA total}$. Este é o valor máximo que sua frequência cardíaca (FCM) deve ser.

Você pode trabalhar com 55%, 75% ou 90% disso. Por exemplo, $220 - 25$ (idade do usuário) = 195 MHR, a partir daqui você pode trabalhar na % desejada.

Pressione ENTER para confirmar.

Durante o treino, a resistência será alterada automaticamente.

A leitura de batimentos cardíacos apresentada por este equipamento é apenas para fins de orientação ao usuário e não deve ser utilizada para fins médicos ou como forma de medições precisas.

RECUPERAÇÃO

Pressione RECOVERY e coloque as mãos nos sensores. O painel fará a contagem regressiva a partir de 1 minuto e o símbolo HR piscará. O painel exibirá o nível de recuperação de RH:

F1 - Excelente

F2 - Muito Bom

F3 - Bom

F4 - Satisfatório

F5 - Abaixo da média

F6 - Fraco

NOTA

Esta máquina é alimentada por um adaptador de energia de 9V. **NÃO USE QUALQUER OUTRO ADAPTADOR.**

ECONOMIA DE ENERGIA

Este produto é fabricado em conformidade com os regulamentos ErP e está equipado com um modo de economia de energia que será ativado se o equipamento ficar inativo por um período de 4 minutos.

O painel será desligado automaticamente e o display de temperatura. Pressione qualquer botão para reativar o painel.

A FIT4 STORE GARANTE OS PRODUTOS DA MARCA REEBOK, COMERCIALIZADOS PELA REDE FIT4 STORE DENTRO DO TERRITÓRIO BRASILEIRO PELO PRAZO DE 3 MESES (90 DIAS) A PARTIR DA DATA DE EMISSÃO DA NOTA FISCAL DE VENDA, CONFORME DETERMINA A LEI Nº 8.078, DE 11.09.1990, O "CÓDIGO DE DEFESA DO CONSUMIDOR".

A FIT4 STORE ESTENDE A GARANTIA DESTES PRODUTOS, COBRINDO EVENTUAIS DEFEITOS DE FABRICAÇÃO QUE O MESMO POSSA APRESENTAR NO DECORRER DESTES PRAZO CONFORME DESCRITO ABAIXO:

- 33 (TRINTA E TRÊS) MESES PARA ESTRUTURA (QUADRO).
- 9 (NOVE) MESES PARA DEMAIS PARTES E PEÇAS.
- FICAM ISENTOS DAS EXTENSÕES DE GARANTIA: ACABAMENTOS EM ESPUMA OU PLÁSTICO, PEÇAS PLÁSTICAS E ESTOFAMENTO.

A FIT4 STORE OU A REDE FIT4 STORE PODERÃO UTILIZAR PEÇAS REMANUFATURADAS E/OU RECONDICIONADAS EM CASO DE REPOSIÇÃO DE PEÇAS EM GARANTIA, APENAS E TÃO SOMENTE COM O OBJETIVO DE AGILIZAR A REPOSIÇÃO DA PEÇA QUANDO NÃO HOUVER DISPONIBILIDADE EM ESTOQUE DE PEÇAS NOVAS/ORIGINAIS. GARANTE-SE AO CLIENTE O MESMO NÍVEL DE PERFORMANCE, UTILIDADE E DESEMPENHO DAS PEÇAS REMANUFATURADAS/ RECONDICIONADAS/SIMILARES EM RELAÇÃO AOS NÍVEIS APRESENTADOS PELAS PEÇAS ORIGINAIS, BEM COMO A FIT4 STORE E REDE FIT4 STORE SE SUJEITARÃO A ACEITAÇÃO E CONCORDÂNCIA DO CLIENTE EM RELAÇÃO A ESSA OPÇÃO. ALÉM DISSO, GARANTE-SE TAMBÉM O MESMO PRAZO DE GARANTIA PARA AMBOS OS TIPOS DE PEÇAS.

A GARANTIA É VALIDADA NO MOMENTO DA ASSINATURA DO CHECK LIST DE MONTAGEM DO EQUIPAMENTO. A MONTAGEM DO EQUIPAMENTO DEVE SE REALIZAR NO PRAZO MÁXIMO DE ATÉ 90 (NOVENTA) DIAS DA DATA DA EMISSÃO DA NOTA FISCAL DE VENDA. ESTE EQUIPAMENTO É INDICADO PARA USO PROFISSIONAL. PESO MÁXIMO DO USUÁRIO: 150KG.

OS TERMOS E PRAZOS DE GARANTIAS DETERMINADOS PELA FIT4 STORE, NESTE CERTIFICADO SE SOBREPÕEM A QUALQUER TERMO E PRAZO DE GARANTIA DETERMINADO PELOS FABRICANTES. DURANTE O PRAZO DE GARANTIA ESTABELECIDO, A FIT4 STORE ASSUME O COMPROMISSO DE SUBSTITUIR OU CONSERTAR, SEM ÔNUS, AS PEÇAS DEFEITUOSAS, APÓS ANÁLISE DO DEPARTAMENTO DE ASSISTÊNCIA TÉCNICA DA REDE AUTORIZADA, SOB AS CONDIÇÕES ABAIXO ESPECIFICADAS.

APÓS O PERÍODO DE 3 MESES (90 DIAS) O CLIENTE É RESPONSÁVEL PELA TAXA DE VISITA TÉCNICA PARA A VERIFICAÇÃO DO DEFEITO DE PARTES E/OU PEÇAS, CUJO VALOR SERÁ DEFINIDO PELA ASSISTÊNCIA TÉCNICA RESPONSÁVEL E INFORMADO AO CLIENTE COM ANTECEDÊNCIA PARA APROVAÇÃO.

A GARANTIA SERÁ ANULADA NAS SEGUINTE SITUACÕES:

- A) DANOS PROVOCADOS POR:
 - RAIOS, FOGO, ENCHENTE E/OU OUTROS DESASTRES NATURAIS;
 - ÁGUA E/OU OUTRO LÍQUIDO INFILTRADO NO INTERIOR DO EQUIPAMENTO;
 - EXCESSO DE SUOR CAUSADO POR FALTA DE MANUTENÇÃO E HIGIENIZAÇÃO DO EQUIPAMENTO;
 - QUEDAS, BATIDAS, ACIDENTES OU USO INADEQUADO;
 - LIGAÇÃO DO PRODUTO EM REDE ELÉTRICA FORA DOS PADRÕES ESPECIFICADOS OU SUJEITA A UMA FLUTUAÇÃO EXCESSIVA DE VOLTAGEM;
 - UTILIZAÇÃO DO PRODUTO EM AMBIENTES SUJEITOS A GASES CORROSIVOS (EX. EVAPORAÇÃO DE CLORO), UMIDADE OU TEMPERATURA EXCESSIVA;
 - APLICAÇÕES DE FORÇAS E PESOS DEMASIADOS;
 - MONTAGEM IMPRÓPRIA DO PRODUTO PELO USUÁRIO OU NÃO OBSERVÂNCIA DO MANUAL DE OPERAÇÃO;
 - LIMPEZA COM PRODUTOS QUÍMICOS NÃO RECOMENDADOS PELA FIT4 STORE, QUE PODEM PROVOCAR MANCHAS. A LIMPEZA DEVE SER EFETUADA SOMENTE COM PANOS SECOS E SILICONE RECOMENDADO;
 - LUBRIFICAÇÃO INCORRETA DO EQUIPAMENTO – FALTA OU EXCESSO DE SILICONE.
- B) QUANDO FOR CONSTATADO:
 - MONTAGEM, MANUSEIO E / OU REPAROS POR PESSOAS OU OFICINAS NÃO AUTORIZADAS;
 - ALTERAÇÃO DE PARTES ELÉTRICAS / ELETRÔNICAS ORIGINAIS;
 - REMOÇÃO OU MODIFICAÇÃO DO NÚMERO DE SÉRIE;
 - UTILIZAÇÃO DO PRODUTO EM DESACORDO COM O ESPECIFICADO NA OCASIÃO DA COMPRA OU NESTE TERMO;

A GARANTIA SOMENTE SERÁ VÁLIDA COM A APRESENTAÇÃO DESTES CERTIFICADO, SUA RESPECTIVA NOTA FISCAL E DO CHECK LIST DE MONTAGEM DO PRODUTO.

CATEGORIA: _____ CÓDIGO: _____
DATA: _____ CLIENTE: _____
PRODUTO: _____ NOTA FISCAL: _____
VENDEDOR: _____



Reebok

Bike Reebok Sublite 8.0



[f /fit4store](#) [v /fit4store](#) [@fit4store](#)