

TITANIUM

F I T N E S S

MANUAL DE INSTRUÇÕES



TC37

ESTEIRA TITANIUM TC37

MANUAL DE INSTRUÇÕES

INFORMAÇÃO DE SEGURANÇA

CUIDADO: Antes de iniciar qualquer programa de exercícios, consulte um profissional da saúde, principalmente pessoas que tenham 35 anos de idade ou mais, ou que já tiveram problemas de saúde anteriormente. Não nos responsabilizamos pelos traumas ou contusões de acordo com as informações acima. Não ligue o equipamento até que tenha terminado a montagem e coberto a parte superior protegida, onde se encontra o motor.

ATENÇÃO:

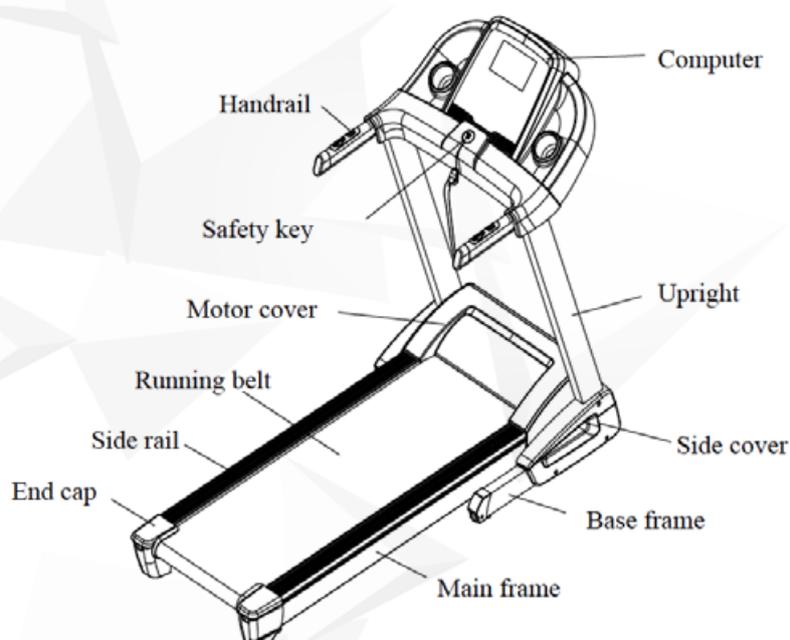
1. Quando utilizar a Esteira TC37, mantenha preso a sua roupa ou cinto a chave de segurança.
2. Não plugue qualquer coisa em qualquer parte deste equipamento, pois poderá danificá-lo.
3. Posicione a Esteira TC37 em local claro e com a superfície nivelada. Não coloque a esteira em um carpete espesso, pois pode dificultar a ventilação adequada. Não coloque em locais que tenham água ou ao ar livre.
4. Nunca ligue a Esteira TC37 quando estiver em pé sobre a lona rolante. Após ligar e ajustar o controle de velocidade pode haver uma breve pausa antes de a lona começar a mover. Fique em pé nos trilhos laterais até que a lona se mova.
5. Vista roupas adequadas ao exercitar-se na esteira. Não use roupas longas que possam prender na Esteira TC37. Sempre use tênis de corrida ou aeróbica com solado de borracha.
6. Mantenha crianças pequenas ou animais de estimação longe quando a esteira estiver operando.
7. Não faça exercícios antes de 40 minutos após a refeição.
8. A Esteira TC37 é para uso adulto. Crianças precisam do acompanhamento de um adulto.
9. Sempre segure o corrimão quando começar a caminhar ou correr na esteira até que esteja familiarizado com seu funcionamento.
10. A esteira é para uso em locais cobertos e não ao ar livre. Posicione a Esteira TC37 em locais claros e em uma superfície nivelada. A esteira é feita por equipamento especial, não tente remodelar ou criar outro modelo.
11. O cabo de energia da Esteira TC37 motorizada é específico dela. Se o cabo de energia estiver danificado, por favor, contate o distribuidor ou diretamente a companhia.
12. Se a velocidade aumentar de repente devido a alguma falha eletrônica ou por algum acidente, a Esteira TC37 fará uma parada brusca quando o pino de segurança for desligado.
13. Não conecte emendas no cabo de energia da Esteira TC37 para estender o cabo, ou substituí-lo. Não empilhar objeto de peso ou manter perto de altas temperaturas, pois pode causar incêndio ou choque elétrico, que resulte em ferimentos.
14. Quando a Esteira TC37 não estiver em uso, o cabo de energia precisa estar desconectado e o pino de segurança removido. Note que o cabo de energia é feito especificamente para a Esteira TC37, caso esteja quebrado, por favor, contate o revendedor ou o distribuidor rapidamente.
15. A Esteira TC37 é para uso residencial, condomínios e hotéis.
16. Peso máximo suportado é de 130 kgs.
17. Não utilize de forma incorreta e evite uso excessivo da esteira para sua segurança.
18. Quando a Esteira TC37 não estiver em uso, mantenha a chave de segurança longe do sensor para evitar acidentes.

MANUAL DE INSTRUÇÕES

PARÂMETROS TÉCNICOS

Voltagem: 220V	Temperatura: 0-40 °C
Velocidade : 0.8-18KM/H	Inclinação: 15 níveis Motor de Inclinação
Peso Máximo : 130kg	Distância: 0.00-99.9km
Calorias : 000-999	Tempo : 00: 00-99: 59 (min : sec)
Batimentos Cardíacos: 50-200 (time / min)	Área de Corrida : 480*1400mm
Tamanho Produto: 1880*810*1450mm	Tamanho dobrada: 1150*810*1600mm

RESUMO DO PRODUTO



QUANDO ABRIR A CAIXA, VOCÊ ENCONTRARÁ AS PEÇAS PARA MONTAGEM ABAIXO:

PASSO 1: Retire e prepare as peças abaixo:

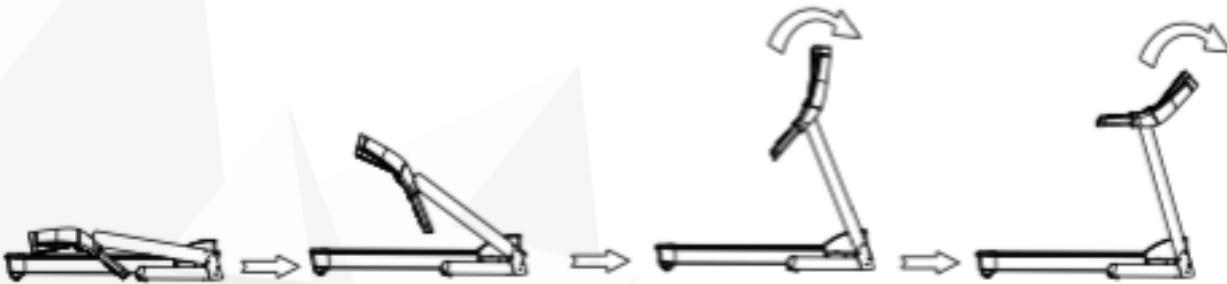
1 Base 1 set 	D21 Arruela M10 8 PCS 	D8 Parafuso M10*15 4 PCS 	C13 Chave de Segurança 1 PC
D2 Chave Allen T6 1 PC 	B18 Silicone 1 PC 	D12 Parafuso M10*55 4 PCS 	D1 Chave de Fenda 1PC
D48 Parafuso ST4.2*19 6 PCS 	B11L Carenagem Esquerda 1PC 	B11R Carenagem Direita 1PC 	C19 Cabo MP3 1PC

MANUAL DE INSTRUÇÕES

INSTRUÇÃO DE MONTAGEM

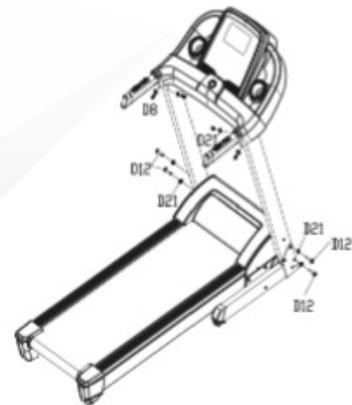
PASSO 2:

Siga as seguintes etapas para levantar o suporte do painel. Cuidado ao desdobrar.



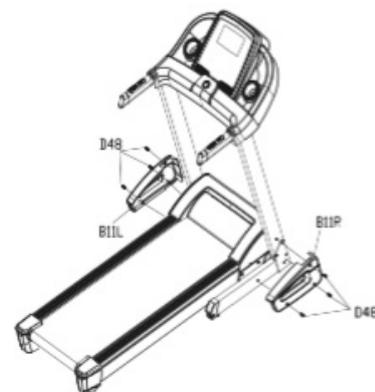
PASSO 3:

Trave a Base Principal com Parafuso M10*55(D12)e Arruela M10 (D21). Em seguida, aperte o quadro superior com parafuso M10*15 (D8) e Arruela M10 (21).



PASSO 4:

Anexe as carenagens direita e esquerda (B11L/B11R) com Parafusos ST4.2*19 (D48).



MANUAL DE INSTRUÇÕES

PASSO 5:

Coloque a chave de segurança (C13) linha MP3 (C19).



PASSO 6:

Verificar se a lona de corrida corre corretamente, colocando a esteira na posição dobrada e apertando todos os parafusos. Em seguida, ajuste a velocidade abaixo de 3 km / h e veja se a lona funciona sem problema.

INSTRUÇÕES DE DESDOBRAMENTO



Levante a máquina e empurre para cima até ouvir um “click” emitido pela trava de segurança presa ao cilindro pneumático.



Para retroceder, empurre com o pé a trava de segurança puxando a máquina para baixo ao mesmo tempo (conforme indicam as setas). Em seguida a máquina irá abaixar lentamente.

MANUAL DE INSTRUÇÕES

MÉTODO DE ATERRAMENTO

Este produto precisa de saída para aterramento. Se houver um mau funcionamento ou avaria, o aterramento fornece um meio que reduz o risco de choque elétrico. Este produto é equipado com um cabo e plugue de aterramento. O plugue deve ser conectado a uma tomada apropriada, que esteja devidamente instalada com aterramento, de acordo com todos os códigos e regulamentos locais.

CUIDADO – A conexão imprópria do aterramento do equipamento pode resultar em risco de choque elétrico. Verifique com um eletricista ou técnico qualificado caso esteja com dúvidas quanto ao devido aterramento da máquina. Não modifique o plugue fornecido com o produto – Caso o plugue não seja o mesmo da tomada, por favor, encontrar uma tomada apropriada e solicitar a instalação por um eletricista qualificado.

Este produto é para uso em um circuito nominal de (220V) e tem um plugue de aterramento. Ligar o equipamento em uma mesma tomada que o plugue. Não usar adaptadores com este equipamento.

GUIA OPERACIONAL

- 1.1. DISPLAY
- 1.1. Painel



MANUAL DE INSTRUÇÕES

1.2. LIGAR

Início normal após contagem regressiva de 5 segundos

1.3 PROGRAM

3 modos manuais 15 programas pré-definidos, 1 programa de gordura corporal, 3 funções contagem regressiva e 3 usuários.

1.4. SAFETY LOCK FUNCTION

A janela mostra “----” quando tira a chave de segurança e a esteira pára rapidamente emitindo dois beeps “didi” (som do alarme). Quando ligar a chave de segurança o painel mostrará uma contagem regressiva de 2 a 0

1.5. BOTÃO DE FUNÇÕES

1.5.1. START/STOP (INICAR E PARAR)

“START”—Quando a esteira não está em execução, pressione este botão para iniciar. A velocidade é de 0.8”

“STOP”— Quando a esteira estiver em execução, pressione este botão para parar, em seguida definir padrão do programa e voltar para o modo manual depois de parar.

1.5.2 “PROGRAM” BUTTON

Quando a esteira não estiver em execução, pressione este botão pre-set modo P1-P16, 1 programa de gordura corporal, 3 funções contagem regressiva,U1-U3.

1.5.3 BOTÃO “MODE”

Quando a esteira não estiver em execução, pressione este botão para contagem regressiva. Modos :”H-1”,”H-2”,”H-3”;:H-1” é o modo de contagem de tempo, e “H-2” é a contagem regressiva de distância, modo, “H-3” é o modo de contagem de calorias; pressione “SPEED+/-” ou “INCLINE+/-“para ajustar velocidade e inclinação. Após isso, pressione o botão “START” para começar.

1.5.4 BOTÃO “SPEED +/-“

SPEED +/- - Ajusta a velocidade quando a esteira estiver ligada, o aumento é de 0.1 km. Aperte o botão por mais 2 segundos, e ele aumenta ou diminui automaticamente.

1.5.5 BOTÃO RÁPIDO DE VELOCIDADE

Aperte o botão Speed Quick 4km/h 8km/h 12km/h 16km/h para ajustar a velocidade diretamente quando a esteira estiver em execução.

MANUAL DE INSTRUÇÕES

1.5.6 BOTÃO “INCLINE+/-”

INCLINE +/- - Ajuste de inclinação quando a esteira iniciar, o aumento é de 1 nível / tempo. Pressione o botão por 2 segundos, e irá automaticamente para cima ou para baixo.

1.5.7 BOTÃO RÁPIDO DE INCLINAÇÃO

Pressione o botão INCLINE QUICK 0, 5, 10, 15 para ajustar a inclinação quando a esteira estiver funcionando.

1.6. FUNÇÕES DO DISPLAY

1.6.1 SPEED (VELOCIDADE)

Exibe a velocidade da caminhada ou corrida.

1.6.2 TIME (TEMPO)

Exibe o tempo de caminhada ou corrida em contagem progressiva ou regressiva

1.6.3 DISTANCE (DISTÂNCIA)

Mostra o total de distância em execução ou contagem regressiva de distância.

1.6.4 CALORIE (CALORIAS)

Mostra as calorias perdidas.

1.6.5 INCLINE (INCLINAÇÃO)

Mostra a inclinação.

1.6.6 PULSE (PULSAÇÃO)

Exibe pulsação.

1.6.6 DIAGRAMA DE VELOCIDADE

Exibe o diagrama de velocidade de funcionamento.

1.6.8 TODA EXIBIÇÃO DE INTERVALO DE DADOS

TIME 0:00 – 99.59(MIN)

DISTANCE: 0.00 – 99.9(KM)

CALORIES: 0.0 – 999 (C)

SPEED: 0.8-18.0(km/h)

PULSE: 50 – 200 (BPM)

INCLINE0 – 15

MANUAL DE INSTRUÇÕES

1.7 FUNÇÃO DE PULSO

Quando a esteira estiver em execução, segure com a palma da mão cerca de 5 segundos, o display mostrará o resultado de sua pulsação. O intervalo de pulso é de 50 – 200 vezes por minuto. É mostrado um gráfico em forma de coração quando estiver medindo a pulsação. Os dados apresentados servem somente como referência, e não como dados médicos.

1.8 TABELA DE PROGRAMA DE EXERCÍCIO

Existem 16 seções em cada programa.

MODO	TEMPO	SET TIME / 16 = CADA GRADE DE TEMPO															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
P1	VELOCIDADE	2	5	5	5	10	10	5	5	5	3	3	2	5	5	3	2
	INCLINAÇÃO	0	0	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	0
P2	VELOCIDADE	2	2	7	2	2	7	7	12	4	4	12	4	4	12	4	2
	INCLINAÇÃO	0	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	0
P3	VELOCIDADE	2	4	9	9	4	4	8	8	10	10	12	4	4	8	4	2
	INCLINAÇÃO	0	1	2	3	4	5	4	5	4	2	1	2	3	2	1	0
P4	VELOCIDADE	2	6	6	6	12	12	12	12	6	6	3	3	3	5	5	2
	INCLINAÇÃO	0	1	2	3	4	5	6	7	6	6	5	4	3	2	1	0
P5	VELOCIDADE	2	4	6	12	12	12	3	3	3	3	12	12	12	6	4	2
	INCLINAÇÃO	0	2	4	6	4	2	1	0	1	1	2	2	2	2	3	0
P6	VELOCIDADE	2	4	5	5	6	6	8	8	6	6	8	8	6	9	6	2
	INCLINAÇÃO	0	1	3	4	4	3	3	1	2	1	2	1	2	1	2	0
P7	VELOCIDADE	2	7	7	9	9	4	4	12	12	4	4	8	8	4	4	2
	INCLINAÇÃO	0	1	1	2	2	3	3	4	4	3	3	2	2	1	1	0
P8	VELOCIDADE	2	2	6	6	6	8	9	10	11	12	9	5	5	5	3	2
	INCLINAÇÃO	0	1	2	4	2	1	2	4	2	1	2	4	2	1	2	0
P9	VELOCIDADE	2	4	8	10	2	4	8	10	2	4	10	2	4	10	4	2
	INCLINAÇÃO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	8	6	4	2	1	0
P10	VELOCIDADE	2	5	6	7	8	9	10	11	10	9	8	6	7	5	4	2
	INCLINAÇÃO	0	1	2	4	6	6	6	4	4	4	2	2	2	1	1	0
P11	VELOCIDADE	2	5	6	7	9	9	6	9	6	9	6	10	6	10	7	2
	INCLINAÇÃO	0	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	4	4	0
P12	VELOCIDADE	2	6	8	10	8	6	4	6	8	12	8	6	8	12	12	2
	INCLINAÇÃO	0	1	1	3	3	5	5	7	7	5	5	3	3	1	1	0
P13	VELOCIDADE	2	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	2
	INCLINAÇÃO	0	8	10	13	4	8	10	13	4	8	10	13	4	8	10	0
P14	VELOCIDADE	2	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	2
	INCLINAÇÃO	0	8	12	13	4	8	12	13	4	8	12	13	4	8	12	0
P15	VELOCIDADE	2	12	10	8	12	12	10	8	12	12	10	8	12	12	10	2
	INCLINAÇÃO	0	3	4	5	6	8	7	8	8	7	7	6	5	4	3	0

MANUAL DE INSTRUÇÕES

1.9 Programa do Usuário

Além de 15 programas pré-definidos, tem 3 programas definidos pelo usuário: U1, U2 e U3. Cada programa do usuário tem 10 segmentos. O usuário pode definir a velocidade desejada e a inclinação. Pressione o botão "PROGRAM" para escolher U1, U2 ou U3, pressione o botão "MODE" para entrar na configuração, em seguida, definir o tempo do primeiro segmento. Pressione "VELOCIDADE +" e "SPEED-" para ajustar a velocidade. Pressione "INCLINE + INCLINE -" e "Inclina-" para ajustar a inclinação. Pressione o botão "MODE" e a sua escolha será definida. O próximo segmento de treino irá piscar, percorrer a mesma configuração como você completou com um segmento. Você deve completar todos os 10 segmentos e, em seguida, o seu programa de usuário está pronto para usar. Pressione a tecla "STOP" para retornar ao último segmento definindo qualquer momento.

1.10. FUNÇÃO CONTAGEM REGRESSIVA DADOS E PARÂMETROS

Contagem regressiva inicial definida para 30:00 min, ajuste entre 5:00---99:00 minutos, cada passo 1:00.

Contagem regressiva de calorias definida para 50 calorias, ajuste entre 10---990 calorias, cada passo de 10.

Contagem regressiva de distância definida para 1.0 km/h, ajuste entre 0.5---99,9 kg/h, cada passo 0.1. A ordem do ciclo de mudança: Manual (manual), Time (tempo), Distância (distancia), Calorias (calorias).

1.11 MEDIDOR CORPORAL (GORDURA)

Com o display no estado inicial, aperte "PROGRAM" continuamente até exibir o teste de gordura corporal "FAT", pressione o botão "MODE" para entrar nas opções (F1 SEX, F2 AGE, F3 HEIGHT, F4 WEIGHT).

Pressione "SPEED +/-" para ajustar. Após a definição, o computador irá exibir F5, segure no corrimão ao lado para medir a pulsação, então a janela vai exibir o seu índice de qualidade do corpo. O índice de qualidade do corpo é para testar a relação entre altura e peso não à escala do corpo. O teste de gordura corporal serve para medir o peso masculino e feminino de acordo com o índice de qualidade. O ideal seria entre 20-25, se menor de 19 significa muito magro. Se estiver entre 25 e 29, isso significa excesso de peso, se acima de 30, significa obesidade (os dados são apenas referência, e não dados médicos).

01 Sex 01 Male (masculino) 02 Female (feminino)

02 Age (idade) 10 99

3 Height (altura) 100 200

4 Weight (peso) 20 150

5 FAT \leq 19 Under weight (sob peso)

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.

MANUAL DE INSTRUÇÕES

1.12 MODELO DE OPERAÇÃO MANUAL

1.9.1 Aperte “START”, tempo de contagem regressiva de 5 segundos, em seguida, a esteira inicia com 0.8 km/h

1.9.2 Apertando o botão “SPEED +/-“, a velocidade poderá ser ajustada

1.9.3 Apertando “INCLINE +/-“, a inclinação pode ser ajustada.

1.9.4 Apertando “STOP”, a esteira irá parar no estado atual de funcionamento.

1.9.5 Apertando “QUICK SPEED”, a velocidade desejada poderá ser ajustada rapidamente.

1.9.6 Apertando “QUICK INCLINE”, a inclinação desejada poderá ser ajustada rapidamente.

1.13. OUTROS

1.13.1.

O sistema entrará no modo de economia de energia automaticamente se não houver nenhuma ação dentro de 10 minutos em IDLE MODE e não há exibição e retroiluminado no computador. Pressione qualquer tecla para retomar o sistema.

1.13.2. Tempo de contagem regressiva, calorias e distância você só pode definir um de cada vez, pressione último item a ser definido em execução, a parametrização é contagem regressiva, os outros exibem dados normais.

1.13.3. Função de áudio MP3: Inserir a linha de MP3 na entrada do lado direito no painel

MANUAL DE INSTRUÇÕES

GUIA DE INICIAÇÃO

PREPARAÇÃO

Se você tem aproximadamente 35 anos de idade, ou tem problemas de saúde, ou é a primeira vez que faz exercício físico, por favor, consulte um médico ou profissional antes de começar a usar a esteira.

Antes de fazer exercícios, fique ao lado (não em cima da lona da esteira), para aprender a operar a esteira, tal como partida, ajuste e velocidade.

Após se posicionar na borda protetora ao lado da lona, agarre o corrimão e comece com baixa velocidade entre 1,6 – 3,2 km/h. mantenha-se em linha reta, olhar para frente, com um pé tente iniciar, mantendo-se na lona. Após se adaptar com a velocidade da esteira, você pode ajustar a velocidade de 3 – 5 km/h, e continuar cerca de 10 minutos, então parar.

EXERCÍCIO

Por favor, fique ao lado (não em cima da lona da esteira), para aprender a operar a esteira, tal como velocidade, partida e inclinação, quando tiver preparado, inicia o exercício.

Ande 1 km com passos constantes, levando entre 15 – 25 minutos. Para andar 1 km na velocidade de 4.8 km/h levará cerca de 12 minutos. Se conseguir fazer uma seria facilmente, então pode ajustar em alta velocidade e inclinação, então passe a fazer 30 minutos, assim você terá um bom desempenho. Antes de fazer caminhada lenta, lembre-se que é para sua saúde.

QUANTIDADE DE EXERCÍCIO

EXERCÍCIO CURTO — A melhor forma é se exercitar de 15-20 minutos. Aqueça por 2 minutos na velocidade de 4.8 km/h, e ajuste a velocidade para 5.3 km/h e 5.8 km/h, continue o exercício nestas duas velocidades. Então adicione 0.3 km/h a cada 2 minutos para aumentar a velocidade até você sentir a respiração ficar rápida mas não com dificuldade. Mantenha essa velocidade de exercício, se sentir-se desconfortável, reduza 0.3 km/h. Deixe 4 minutos para reduzir a velocidade. Se você não sentir a dificuldade do exercício pelo aumento de velocidade, então você pode inclinar de modo lento assim fortalecendo o exercício.

QUEIMAR CALORIAS — Forma de queimar calorias.

Aqueça-se por 5 minutos na velocidade de 4 – 4.8 km/h, então adicione 0.3 km/h a cada 2 minutos aumentando a velocidade, você pode fazer por 45 minutos em uma velocidade confortável e desafiadora. Para reforçar o exercício, você pode fazer 1 hora na velocidade que achar melhor, e adicionar 0.3 km/h e reduzir em picos de 1 ou 2 minutos, dessa forma as calorias serão consumidas de forma rápida. No final, mantenha a velocidade por 4 minutos para reduzir a velocidade.

MANUAL DE INSTRUÇÕES

FREQUÊNCIA DE EXERCÍCIOS

O objetivo é 3-5 vezes por semana, fazer 15 – 60 minutos por exercício. Faça um calendário de acordo com seu ritmo. Você pode obter o grau de exercício extenuante através do ajuste velocidade e inclinação. Sugerimos não definir a inclinação no começo do exercício.

Consulte um profissional antes de fazer exercício. Ele pode ajudar a avaliar a taxa / intensão e tempo recomendado de acordo com sua idade e condição de saúde. Ao correr, se você sentir aperto no peito ou dor no peito, batimentos cardíacos irregulares, falta de respiração, tonturas ou outras indisposições, pare imediatamente! E consulte o profissional antes de querer fazer exercícios continuamente. Se você costuma usar esteira, você pode escolher a velocidade de caminhada normal ou a de corrida.

Se você não tem experiência ou não sabe a melhor velocidade para iniciar, use a referência abaixo como teste:

Speed 0.8-3.0 km	Físico fraco.
Speed 3.0-4.5 km	Sedentárias ou não se exercitam com frequência.
Speed 4.5-6.0 km	Caminham rapidamente.
Speed 6.0-7.5 km	Caminham muito rápido.
Speed 7.5-9.0 km	Corredor
Speed 9.0-12.0 km	Corredor Intermediário.
More than 12.0 km	Excelente corredor.

EXERCÍCIOS DE AQUECIMENTO

ATENÇÃO: Estes exercícios de aquecimento são apropriados mesmo para caminhadas de até 6 km/h. Antes de iniciar, é melhor fazer alguns exercícios de alongamento. Aqueça os músculos de 10 a 15 minutos. Então utilize estes métodos 1 por vez a cada 10 segundos ou mais. Após exercitar-se na esteira, faça novamente estes exercícios.

MANUAL DE INSTRUÇÕES



1. Toque os dedos do pé: Lentamente, dobre a cintura para frente, e com os ombros relaxados alcance os dedos dos pés. Desça na medida em que você pode e segure por 15 segundos.

2. Alongamento dos nervos e tendões: Sente-se com a perna direita em linha reta (esticada) na sua frente. Dobre a outra perna de forma a encostar a sola do pé na sua coxa, segure-a. Com as costas em linha reta, expire lentamente e tente trazer o seu peito até o joelho da sua perna esticada. Espere, em seguida, repita do outro lado por 15 segundos

3. Movimento De Desdobrar: Encoste-se a uma parede com sua perna esquerda na frente da direita e os braços para frente. Mantenha a perna direita reta e o pé esquerdo sobre o chão, em seguida, dobre a perna esquerda e incline para a frente, movendo os quadris para a parede. Faça uma pausa rápida e em seguida repita o outro lado por 15 segundos.

4. Alongamento do quadríceps: Com uma mão contra parede para equilibrar-se, puxe o seu pé direito e traga o seu calcanhar perto de suas nádegas na medida do possível. Mantenha por 15 segundos e repita com o pé esquerdo.

5. Alongamento das coxas: Lentamente, dobre a cintura para frente, e com os ombros relaxados alcance os dedos dos pés.

Desça no máximo que você pode e segure por 15 segundos.

MANUAL DE INSTRUÇÕES

MANUTENÇÃO E LIMPEZA

ATENÇÃO:

Certifique-se de retirar o plugue da tomada antes de iniciar a limpeza ou manutenção do produto.

LIMPEZA:

O suor deve ser limpo no console e na superfície da esteira após o treino. Você deve limpar a sua esteira uma vez por semana com um pano macio umedecido com água. Tenha cuidado para não deixar a umidade excessiva no painel de visualização, pois isso pode causar uma pane elétrica ou eletrônica.

ATENÇÃO:

Sempre desligue a esteira da tomada antes de remover a tampa do motor. Ao menos 1 vez a cada 12 meses remova a tampa do motor e de vácuo sob a tampa do motor para limpeza. A lona da esteira é pré-lubrificada. A lona tem um papel importante na vida útil de sua Esteira

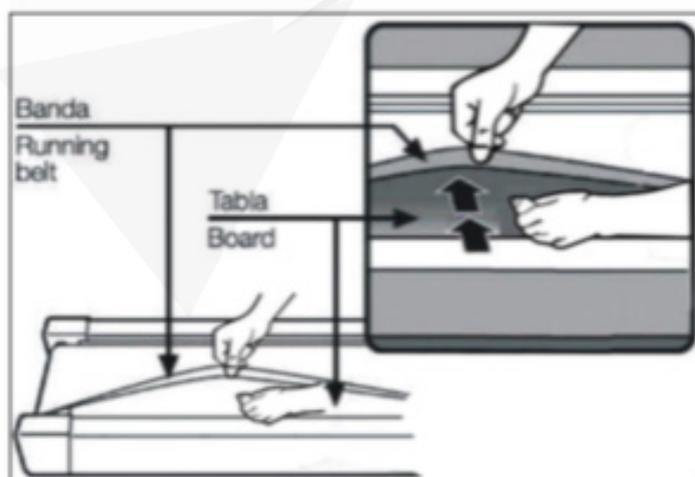
TC37.

Recomendamos uma inspeção periódica da lona e da plataforma.

Recomendamos uma lubrificação de acordo com o seguinte calendário:

Uso leve (menos de 3 horas por semana)	A cada 30 dias.
Uso médio (de 3 a 5 horas por semana)	A cada 15 dias.
Uso pesado (acima de 5 horas por semana)	A cada 7 dias.

Se atente, qualquer outra manutenção procure um profissional para auxílio.



MANUAL DE INSTRUÇÕES

AJUSTE DA LONA

Coloque a lona em uma superfície plana. Teste ligando a Esteira na velocidade de 6 a 8 km/h e verifique se há algum desvio na lona.

Quando você corre, pode empurrar com mais dificuldade um pé do que o outro. A severidade da deflexão depende da quantidade de força que exerce em um pé em relação com o outro. Esta deflexão pode ser causada porque o cinto pode ter se movido para fora do centro. Esta deflexão é normal e a esteira de corrida voltará ao centro quando nenhum corpo estiver sobre ela. Se a esteira de corrida permanece consistentemente fora do centro, você vai precisar recolocá-la no centro manualmente.

Inicie a esteira sem que ninguém esteja usando, pressione botão (SPEDD UP) até que a velocidade chegue a 6kmh. Veja Figura A

Observe se a esteira de corrida está em direção ao lado direito ou esquerdo da plataforma.

a. Se é para o lado esquerdo da plataforma, usando a chave, vire o parafuso de ajuste esquerdo no sentido horário $\frac{1}{4}$ de volta e o parafuso de ajuste direito anti-horário $\frac{1}{4}$ de volta.

b. Se é para o lado direito da plataforma, usando a chave, vire o parafuso de ajuste no sentido horário $\frac{1}{4}$ de volta e deixe o parafuso de ajuste anti-horário $\frac{1}{4}$ de volta.

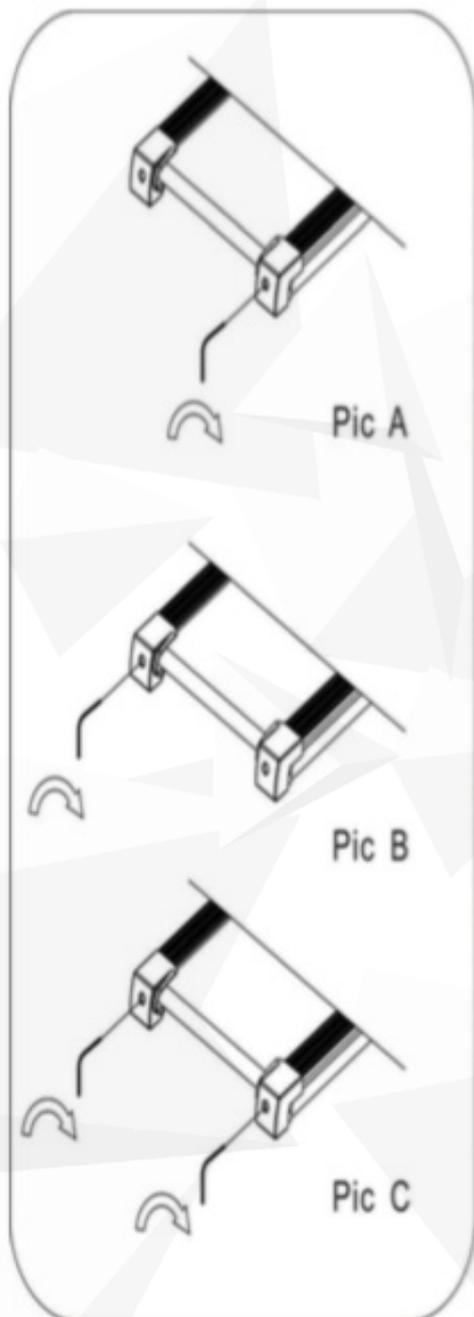
c. Se a correia ainda não estiver centrada, repita os passos acima até que a esteira de corrida esteja no centro.

Veja Figura B

Depois que a lona estiver centrada, aumentar a velocidade para 16 km/h e verificar se ele está funcionando perfeitamente. Repita os passos acima, se for necessário.

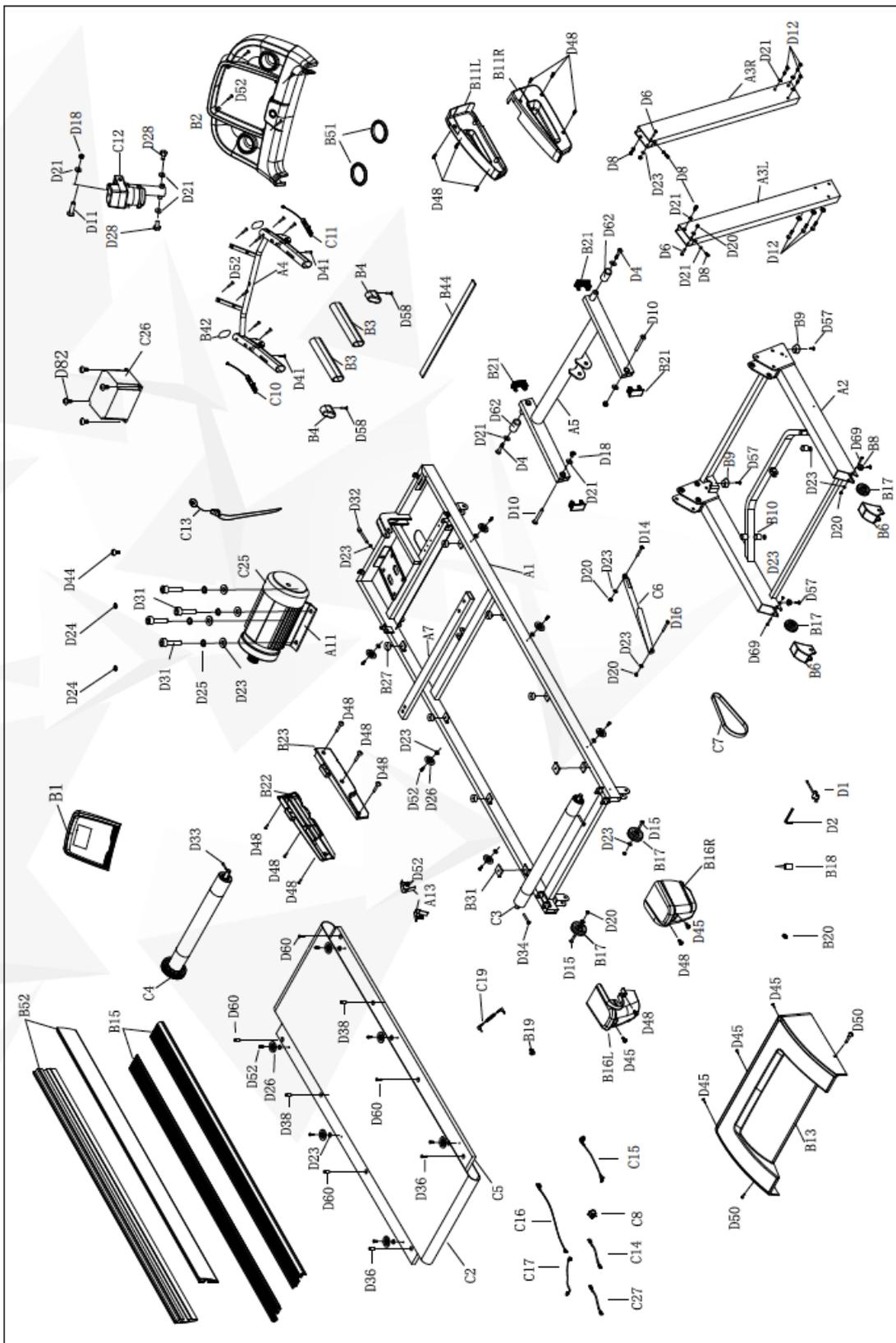
Se o procedimento acima não for bem sucedido na resolução de fora do centro, você pode precisar aumentar a tensão da correia.

Veja Figura C



MANUAL DE INSTRUÇÕES

DESENHO EXPLODIDO



TITANIUM
FITNESS

MANUAL DE INSTRUÇÕES

LISTA DE PEÇAS

A Peças Soldadas					
No.	Especificação	Qtd	No.	Especificação	Qtd
A1	Base Principal	1	A5	Suporte da Inclinação	1
A2	Estrutura da Base	1	A7	Tubo d Apoio do Deck de Corrida	1
A3L	Tubo Esquerdo	1	A11	Suporte do Motor	1
A3R	Tubo Direito	1	A13	Guia da Lona	2
A4	Suporte do Painel	1			
B Peças de Plástico					
No.	Especificação	Qtd	No.	Especificação	Qtd
B1	Painel	1	B16L	Capinha Traseira Esquerda	1
B1-1	Overlay	1	B16R	Capinha Traseira Direita	1
B1-2	Teclado de Membrana	1	B17	Rodinhas Ajustáveis	4
B1-3	Console do Painel	1	B18	Silicone	1
B2	Tampa do Painel	1	B19	Dedução Linha de Energia	1
B3	Espuma Protetora	2	B20	Plug Redondo	1
B4	Tampa do Corrimão	2	B21	Plug Interno	4
B6	Capa da Roda de transporte	2	B22	Carenaagem lateral Esquerda	1
B8	Espuma do Corrimão	2	B23	Carenaagem Lateral Direita	1
B9	Plug Interno 30*60	2	B27	Almofada	6
B10	Almofada de Borracha	2	B31	Almofada de Borracha	2
B11L	Almofada Alta	1	B42	Plug do Corrimão	2
B11R	Almofada MAC	1	B44	Almofada EVA	1
B13	Almofada do Deck	1	B51	Suporte de copo	2
B15	Trilhos Laterais	2	B52	Trilho Lateral Inferior	2
C Peças de Movimento					
No.	Especificação	Qtd	No.	Especificação	Qtd
C2	Lona de Corrida	1	C14	Linha Única	1
C3	Rolo Traseiro	1	C15	Linha de Energia	1
C4	Rolo Frontal	1	C16	Cabo Superior do Painel	1
C5	Deck de Corrida	1	C17	Cabo Inferior do Painel	1
C6	Cilindro	1	C19	Linha MP3	1
C7	Correia do Motor	1	C25	Motor AC	1
C8	Interruptor de Energia	1	C26	Inversor (Placa)	1
C10	Sensor de Puso Esquerdo	1	C27	Linha Única	1

MANUAL DE INSTRUÇÕES

C11	Sensor de Pulso Direito	1	C13	Chave de segurança	1
C12	Motor de Inclinação	1			
D Componentes					
No.	Especificação	Qtd	No.	Especificação	Qtd
D1	Chave de Fenda 13-15-17	1	D31	Parafuso M8*20	4
D2	Chave Allen T6	1	D32	Parafuso M8*45	1
D4	Parafuso M10*65	2	D33	Parafuso M8*55	1
D6	Parafuso M8*50	2	D34	Parafuso M8*60	2
D8	Parafuso M10*15	4	D36	Parafuso M6*25	2
D10	Parafuso M10*45	2	D38	Parafuso M6*30	2
D11	Parafuso M10*50	1	D41	Parafuso ST4.2*70	2
D12	Parafuso M10*55	6	D44	Parafuso M5*12, Arruela	1
D14	Parafuso M8*30	1	D45	Parafuso M5*15, Arruela	5
D15	Parafuso M8*40	2	D48	Parafuso ST4.2*19	14
D16	Parafuso M8*45	1	D50	Parafuso ST4.2*25	2
D18	Porca M10	3	D52	Parafuso ST4.2*16	28
D20	Porca M8	8	D57	Parafuso ST4.2*25	4
D21	Arruela M10	17	D58	Parafuso ST3.5*16	2
D23	Arruela M8	27	D60	Parafuso M6*20	4
D24	Arruela M5	2	D62	Eixo	2
D25	Arruela M8	4	D69	Parafuso M8*55	2
D26	Arruela	12	D82	Parafuso M4*12, Arruela	4
D28	Parafuso M10*20	2			

MANUAL DE INSTRUÇÕES

Código	Falha	Medidas
E01	Comunicação anormal: O inversor e o painel tem uma comunicação anormal após o início	1, Verificar se o painel está ligado na voltagem correta, ou qualquer dano das linhas 2, Verifique o inversor e alterá-lo se ele estiver danificado 3, Verifique o painel e alterá-lo se ele estiver danificado
E02	Proteção contra superaquecimento	1, Ligue depois de desligar por 20 segundos, se ele ainda exibe E02 ir na segunda etapa . 2, Verifique se há sujeiras dentro do ventilador ou se o ventilador está quebrado. Se ainda exibir E02 ir para a próxima etapa 3, Troque o inversor
E03	Baixa tensão de entrada do inversor	1, Ligue depois de desligar por 20 segundos, se ele ainda exibe E03 ir na segunda etapa . 2, Verifique se a voltagem está sob padrão, então vá para o passo seguinte, se ainda exibir E03 3, Troque o inversor.
E05	Inverter falha na corrente	1, Ligue depois de desligar por 20 segundos, se ele ainda exibe E03 ir na segunda etapa . 2, Verifique se o rolamento está quebrado, ou a esteira está em execução sem a devida lubrificação, em seguida, ir para o próximo passo, se ainda exibir E05 3, Troque o inversor .
E07	Proteção contra sobrecarga	1, Ligue depois de desligar por 20 segundos, se ele ainda exibe E03 ir na segunda etapa . 2, Verifique se o rolamento está quebrado, ou a esteira está em execução sem a devida lubrificação , em seguida, ir para o próximo passo, se ainda exibir E07 3, Troque o inversor .
Er	Outros Problemas causados pelo inversor	1, Desligue a força por 30 segundos, ligue novamente e verifique se os problemas persistem. 2, Verifique se os cabos e fios estão em boas condições. 3, Troque o inversor .
---	O computador não detecta o sensor de chave de segurança	1, Verifique se a chave de segurança está danificada, a forma de conexão está correta, ou o ímã está em boas condições . 2, Verifique se a chave de segurança está em boas condições e bem ajustada 3, Troque a chave de segurança
E09	Falha na inclinação	1, Verifique se o plugue do sensor de inclinação está bem conectado, em seguida, ir para a próxima etapa se ainda exibir E09. 2, Altere o inversor se ainda exibir E09. 3, Troque o motor de inclinação .
Sem apresentação no painel	/	1, Verifique se a linha de alimentação está bem ligada, ou o interruptor está ligado ou o fusível está queimado ou não 2, Verifique se as linhas estão bem conectados entre o painel e a placa . 3, Inversor ou o painel estão quebrados.

MANUAL DE INSTRUÇÕES

CERTIFICADO DE GARANTIA ESTEIRA ERGOMÉTRICA TC37

A BRAZILIAN FITNESS COMÉRCIO DE ARTIGOS E EQUIPAMENTOS ESPORTIVOS EIRELI CNPJ: GARANTE O PRODUTO ESTEIRA ERGOMÉTRICA TC37 DA MARCA TITANIUM FITNESS, COMERCIALIZADA PELAS LOJAS FIT4 CREDENCIADAS, DENTRO DO TERRITÓRIO BRASILEIRO, CONTRA DEFEITOS DE FABRICAÇÃO PELO PRAZO DE 3 MESES (90 DIAS) A PARTIR DA DATA DE EMISSÃO DA NOTA FISCAL DE VENDA.

A BRAZILIAN FITNESS ESTENDE A GARANTIA PARA USO RESIDENCIAL, EM CONDOMÍNIOS E HOTÉIS, POR MAIS 33 (TRINTA E TRÊS) MESES PARA ESTRUTURA E MOTOR, 9 (NOVE) MESES PARA DEMAIS PARTES, PEÇAS E PINTURA, COBRINDO EVENTUAIS DEFEITOS DE FABRICAÇÃO QUE O PRODUTO ACIMA MENSURADO POSSA APRESENTAR NO DECORRER DESTES PRAZOS. FICAM ISENTOS DA EXTENSÃO DE GARANTIA: ACABAMENTOS EM ESPUMA OU PLÁSTICO, PEÇAS PLÁSTICAS E ESTOFAMENTO.

A BRAZILIAN FITNESS OU A REDE FIT4 STORE PODERÃO UTILIZAR PEÇAS REMANUFATURADAS E/OU RECONDICIONADAS E/OU SIMILARES NACIONAIS 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 IMPORTADAS. 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 BRAZILIAN FITNESS 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 RESIDENCIAL, EM CONDOMÍNIOS E HOTÉIS. PESO MÁXIMO DO USUÁRIO: 130KG.

OS TERMOS E PRAZOS DE GARANTIAS DETERMINADOS PELA BRAZILIAN FITNESS NESTE CERTIFICADO SE SOBREPÕEM A QUALQUER TERMO E PRAZO DE GARANTIA DETERMINADO PELOS FABRICANTES. DURANTE O PRAZO DE GARANTIA ESTABELECIDO, A BRAZILIAN FITNESS 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 SITUAÇÕES:

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 BRAZILIAN FITNESS, 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:

PRODUTO:

CÓDIGO:

NOTA FISCAL:

DATA:

VENDEDOR:

CLIENTE:

CENTRAL DE ATENDIMENTO AO CLIENTE:

www.fit4.com.br