

MANUAL DO USUÁRIO
ESTEIRA
ADIDAS T-19i



MANUAL DE INSTRUÇÕES DA ESTEIRA ADIDAS T-19i

Parabéns por ter escolhido um equipamento de exercício físico genuíno da **Adidas**.

Este produto de qualidade foi concebido para uso coletivo, testado e certificado de acordo com a norma europeia EN 957-1 e as secções adicionais aplicáveis EN957/2-10.

Leia atentamente o Guia de montagem antes de montar e utilizar pela primeira vez o equipamento e guarde todas as instruções para referência e manutenção.

AVISOS E PRECAUÇÕES GERAIS

1. Este equipamento foi testado até um peso máximo de usuário de **130kg**.
2. **A RFE International (Group) Limited** e suas subsidiárias não se responsabilizam por danos pessoais ou materiais causados pelo uso deste equipamento. É responsabilidade do proprietário garantir que todos os usuários deste equipamento sejam adequadamente informados sobre todos os avisos e precauções.
3. O treino incorreto ou excessivo pode causar problemas de saúde ou lesões.
4. Consulte o seu médico antes de iniciar qualquer programa de exercícios para receber aconselhamento sobre seu treino e condições físicas.
5. Uma esteira dobrada não deve ser operada.
6. Se o usuário sentir tonturas, náuseas, dores no peito ou quaisquer outros sintomas anormais, deve **PARAR** de imediato o treino. **CONSULTAR UM MÉDICO DE IMEDIATO**.
7. Os sistemas de monitoramento da frequência cardíaca podem ser imprecisos. 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.

8. Mantenha sempre as crianças e os animais de estimação afastados do equipamento. Não deixe crianças sem supervisão no local em que se encontra a máquina.

9. Este equipamento foi desenvolvido para a realização de exercícios físicos por adultos. Este equipamento não é adequado para ser usado por pessoas com menos de 14 anos.

10. Pessoas com deficiências mentais e/ou motoras, não devem utilizar o equipamento sem a assistência e supervisão de uma pessoa qualificada.

11. Nunca permita que o equipamento seja utilizado por mais de uma pessoa de cada vez.

12. Utilize este equipamento apenas para o objetivo ao qual se destina. Nunca utilize acessórios não recomendados pelo fabricante.

13. Nunca utilize o equipamento se não estiver funcionando corretamente.

14. A limpeza e a manutenção do usuário não devem ser feitas por crianças sem supervisão.

AMBIENTE

1. Certifique-se de que todos os usuários estejam conscientes dos possíveis perigos, como peças móveis, durante o treino.
2. Use sempre vestuário e calçado esportivo adequado durante os exercícios. Não efetue os exercícios sem calçado esportivo.
3. Certifique-se de que existe espaço suficiente disponível para utilizar o equipamento de exercícios.
4. Certifique-se de que líquidos e transpiração não entrem no equipamento. Retire quaisquer excessos com um pano úmido após cada utilização.
5. Não coloque objetos pontiagudos nas proximidades do equipamento.

MANUTENÇÃO GERAL

A Manutenção geral e periódica, é de total responsabilidade do proprietário e assume uma importância vital para garantir o desempenho da máquina. A não realização desta manutenção irá invalidar a garantia.

1. Certifique-se de que a **Esteira Adidas T-19i** esteja em uma superfície plana e com pelo menos 2 mts de espaço livre ao redor do equipamento. Assegure-se de que haja espaço suficiente para usar o equipamento.
2. Certifique-se de que existe espaço suficiente disponível para utilizar o equipamento durante os exercícios.
3. O equipamento foi projetado para ser utilizado e armazenado em ambientes internos. Não guarde o equipamento em ambientes úmidos ou empoeirados, nem externamente.
4. Não utilize o equipamento próximo de água.
5. Certifique-se de que o treino seja iniciado apenas após a montagem, inspeção e ajuste corretos do produto.
6. Siga atentamente os passos do manual com as instruções de montagem.
7. Utilize apenas ferramentas adequadas e peças genuínas da Adidas para a montagem. Se necessário, solicite assistência ou entre em contato através do nosso site: www.fit4.com.br/assistencia-tecnica.

RELATANDO UMA FALHA

Antes de nos contatar, por favor, considere a lista de perguntas frequentes no final deste manual. Caso ainda tenha dúvidas, entre em contato com a assistência técnica Fit4 Store: www.fit4.com.br/assistencia-tecnica.

A maioria dos problemas pode ser resolvida pelo usuário sem necessidade de contatar os nossos serviços de assistência técnica.

Caso necessite de nos contatar, e para nos permitir dar a melhor assistência possível ao seu equipamento, indique o nome do modelo e o número de série em toda a correspondência. Estes elementos encontram-se no adesivo localizado na estrutura do produto que poderá estar afixado em locais ligeiramente diferentes consoante o tipo de equipamento, como é indicado a seguir:

NÚMERO DE SÉRIE

O NÚMERO DE SÉRIE ENCONTRA-SE NA PARTE DA FRENTE DA TAMPA DO MOTOR.



VERIFICAÇÕES DE SEGURANÇA ANTES DE CADA UTILIZAÇÃO

1. Aperte todas as peças ajustáveis para evitar movimentos súbitos durante o treino.
2. Esteja consciente das peças móveis ou que não estão fixas durante a montagem ou desmontagem do equipamento.
3. Não use vestuário largo ou inadequado que possa ficar preso no equipamento.
4. O nível de segurança do equipamento pode ser mantido apenas se for examinado regularmente quanto a danos e desgaste, por exemplo, cordas, polias, pontos de conexão.
5. Substitua os componentes defeituosos imediatamente e/ou mantenha o equipamento fora de uso até o reparo. Preste atenção aos componentes mais suscetíveis ao desgaste.
6. O equipamento é somente para uso doméstico. Use o equipamento em uma base sólida e plana com uma capa protetora para o piso. Por favor teste a segurança antes de cada uso.

AQUECIMENTO

1. É importante fazer um aquecimento antes da realização dos exercícios para preparar o corpo para a sessão de treino que está prestes a realizar. A primeira fase do aquecimento destina-se a aumentar o ritmo cardíaco e a bombear uma quantidade suficiente de sangue para o corpo.
2. Efetue uma atividade de cinco a dez minutos para aquecer os mesmos músculos que vai exercitar durante o programa de exercícios e depois efetue uma fase de alongamento estático.
3. Mantenha cada posição de alongamento durante cerca de 30 segundos. O alongamento não deve provocar dor, alongue os músculos apenas até uma posição que seja confortável para si. Se tiver um músculo tenso ou com alguma lesão anterior, concentre-se no alongamento do grupo de músculos afetado durante o aquecimento.

Não efetue quaisquer movimentos súbitos durante o aquecimento.

ESFRIAMENTO

1. O usuário deve sempre efetuar um esfriamento do corpo após a sessão de treino. O esfriamento deve fazer com que o seu ritmo cardíaco retorne gradualmente ao mesmo ritmo do nível de descanso.
2. Para efetuar o esfriamento, efetue uma atividade da sua escolha que tenha uma baixa intensidade. Este resfriamento deve ser seguido de alongamentos.

INFORMAÇÕES

- Para obter melhor posicionamento para fazer o exercício, correr em linha reta na esteira é mais fácil de se concentrar num objeto fixo à sua frente na sala. Corra como se pretendesse aproximar-se do objeto. Mantenha sempre uma distância para que possa alcançar as barras laterais.
- Ao subir/descer do equipamento, certifique-se de que o equipamento esteja completamente parado.
- Principal tipo de exercício: este equipamento concentra-se na parte inferior do corpo e pode treinar os músculos das coxas e das pernas.

PROCEDIMENTOS GERAIS

APÓS A MONTAGEM OU UTILIZAÇÃO, A ESTEIRA PARECE INSTÁVEL OU EMITE RUÍDOS. É NORMAL?

Não, isto não é correto. Existem algumas verificações básicas que deve ser feita:

1. Certifique-se de que todas as porcas e parafusos estejam fixos nas respectivas posições mas, sem estarem muito apertados (alguns podem necessitar de ser ligeiramente afrouxados se o ruído for proveniente de uma área específica).

2. Verifique que todas as arruelas estejam colocadas e na posição correta.
3. Lubrifique todas as peças móveis com lubrificante ou massa (a massa é preferível uma vez que é mais espessa).
4. Verifique em particular se todas as peças plásticas estejam fixas com firmeza uma vez que podem frequentemente causar ruídos irregulares.

EXISTE UMA MENSAGEM “ E” NO PAINEL. O QUE SIGNIFICA E O QUE DEVE SER FEITO?

Podem ocorrer várias mensagens “E”. Se for apresentada alguma destas mensagens, verifique novamente o ajuste de todos os cabos de ligação entre o computador e o motor ou os cabos de pulsação da seguinte forma:

1. Pare o equipamento e retire a alimentação da máquina e/ou as baterias do painel.
2. Desligue e volte a ligar todos os cabos ligados durante a montagem. Garantindo que estejam totalmente encaixados entre si.
3. Volte a ligar a alimentação e/ou introduza as baterias e ligue o equipamento.
4. Teste esta função novamente.
5. Se este procedimento não resolver o problema, contate nossa assistência técnica para maiores informações.

COMO POSSO LUBRIFICAR A MINHA ESTEIRA?

Na parte posterior da esteira de corrida (lado oposto ao extremo do computador), em ambas as guias laterais, existe um parafuso de cabeça Allen.

1. Rode estes parafusos para a esquerda cinco voltas completas para libertar a tensão da lona.
2. Levante o eixo da lona de corrida em cerca de 30 a 40 cm a partir do cilindro frontal.
3. Aplique 10 ml de silicone no lado inferior da lona de corrida de cima para baixo.

4. Desça a lona de corrida e volte a apertar os parafusos de cabeça Allen para ajustar a tensão.
5. Ligue a esteira a 10 kmh/6mph durante 5-10 minutos.
6. Elimine quaisquer excessos de óleo.
7. Repita se necessário.

COM QUE FREQUÊNCIA MINHA ESTEIRA DEVE SER LUBRIFICADA?

Recomenda-se verificar e se necessário lubrificar a cada 10 horas de uso.

QUE TIPO DE LUBRIFICANTE DEVE SER UTILIZADO?

Apenas um óleo de silicone que não seja à base de petróleo deve ser utilizado. Este óleo pode ser adquirido na Fit4 Store.

O QUE DEVE SER FEITO PARA EVITAR QUE A LONA PARE OU FIQUE PRESA QUANDO A ESTEIRA ESTIVER SENDO USADA?

Isto se deve provavelmente a uma tensão ou lubrificação incorretas da correia de corrida. Siga os seguintes passos:

1. Afaste a lona de corrida da esteira. Afaste facilmente até uma distância de 8 a 10 cm da base da esteira.
2. Se a lona se separar mais de 8 a 10 cm, siga as instruções abaixo.
3. Se a lona parecer estar corretamente ajustada, deixe a máquina funcionar por si mesma durante alguns minutos. Se mantiver a velocidade sem que um utilizador esteja usando a esteira, pode necessitar de lubrificação.
4. Se a lona abrandar inesperadamente, contate a assistência técnica em www.fit4.com.br/assistencia-tecnica.

COMO É AJUSTADA A LONA DE CORRIDA?

A lona pode ficar solta ou inclinada para a esquerda ou para a direita. Se a lona estiver inclinada para a esquerda:

1. Retire a chave de segurança e desligue o cabo de alimentação.
2. Usando a chave Allen, rode o parafuso do lado esquerdo para a direita e o parafuso do lado direito para a esquerda em cerca de ¼ de volta.
3. Volte a ligar a alimentação e a colocar a chave de segurança e opere a esteira durante alguns minutos.
4. Repita o procedimento até a lona estar centralizada, com o cuidado de nunca apertar a lona em excesso.

Se a lona estiver inclinada para a direita:

1. Retire a chave de segurança e desligue o cabo de alimentação.
2. Usando a chave Allen, rode o parafuso do lado esquerdo para a esquerda e o parafuso do lado direito para a direita em cerca de ¼ de volta.
3. Volte a ligar a alimentação e a colocar a chave de segurança e opere a esteira durante alguns minutos.
4. Repita o procedimento até a lona estar centrada, com o cuidado de nunca apertar a lona em excesso.

O QUE É A CHAVE DE SEGURANÇA E ONDE DEVE SER COLOCADA?

A chave de segurança foi projetada para garantir que a alimentação da esteira seja cortada de imediato e a lona de corrida atenuar-se e parar se o utilizador enfrentar qualquer dificuldade ao utilizar a esteira. É uma chave de plástico vermelha que é introduzida na parte frontal da máquina e é colocada no vestuário dos utilizadores durante a corrida. Se a chave não for introduzida corretamente, a máquina não funciona.

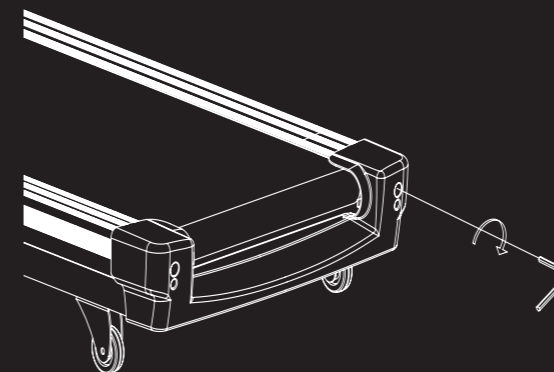
PORQUÊ É QUE APARECE UM PÓ NEGRO EMBAIXO DA ESTEIRA?

Isto se deve ao desgaste normal e pode ser facilmente removido com a ajuda de um aspirador de pó.

MANUTENÇÃO E CUIDADOS

Coloque a esteira em solo nivelado e defina-a para 5-8 KM/h (3-5 mph) para verificar se a lona de corrida se move.

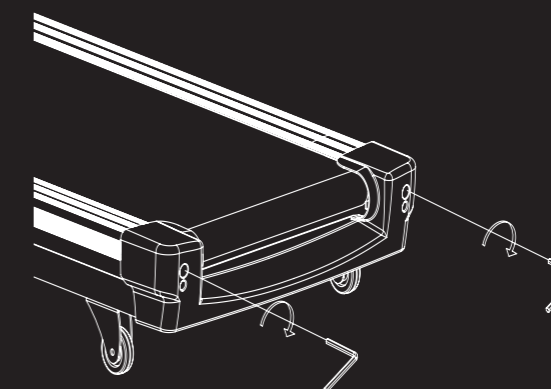
SE A LONA SE MOVER PARA A DIREITA, GIRE O PARAFUSO DO LADO DIREITO ¼ GIRE NO SENTIDO HORÁRIO, ENTÃO GIRE O PARAFUSO ESQUERDO ¼ GIRE NO SENTIDO ANTI-HORÁRIO. SE A LONA NÃO SE MOVER, REPITA ATÉ CENTRALIZAR.



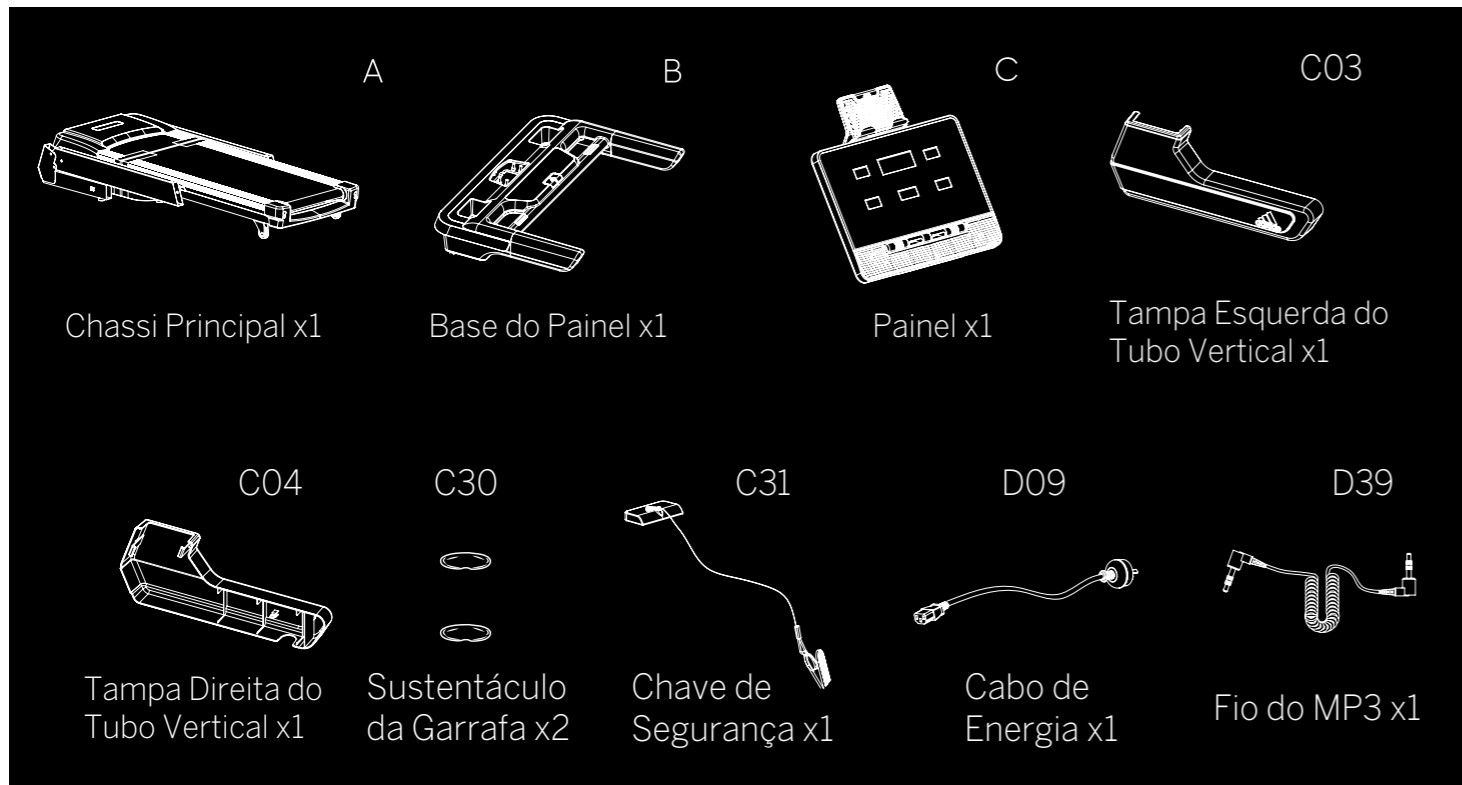
SE A LONA SE MOVER PARA A ESQUERDA, GIRE OS PARAFUSOS DO LADO ESQUERDO ¼ GIRE NO SENTIDO HORÁRIO, ENTÃO GIRE O PARAFUSO DIREITO ¼ GIRE NO SENTIDO HORÁRIO. SE A LONA NÃO SE MOVER, REPITA ATÉ CENTRALIZAR.



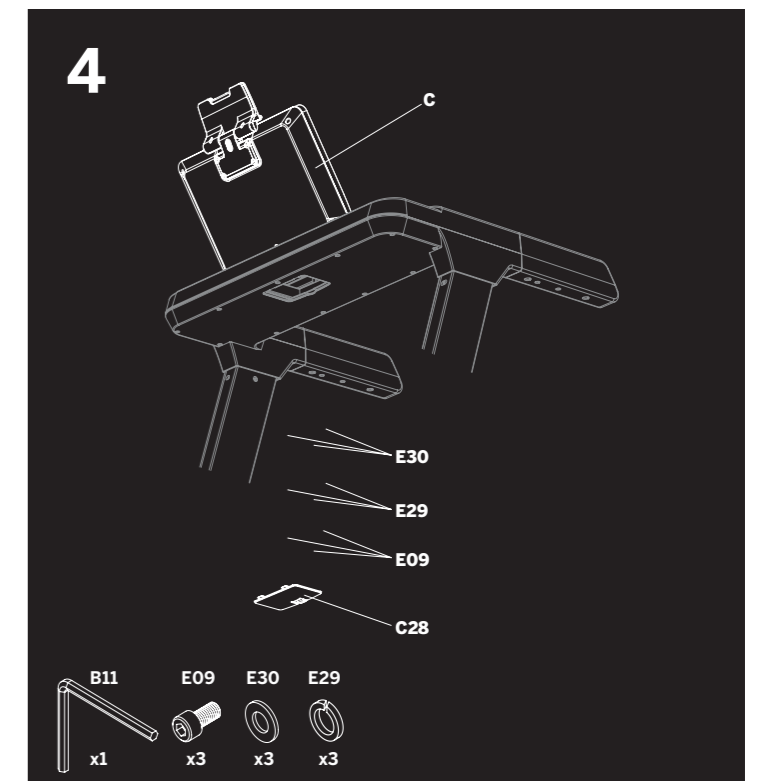
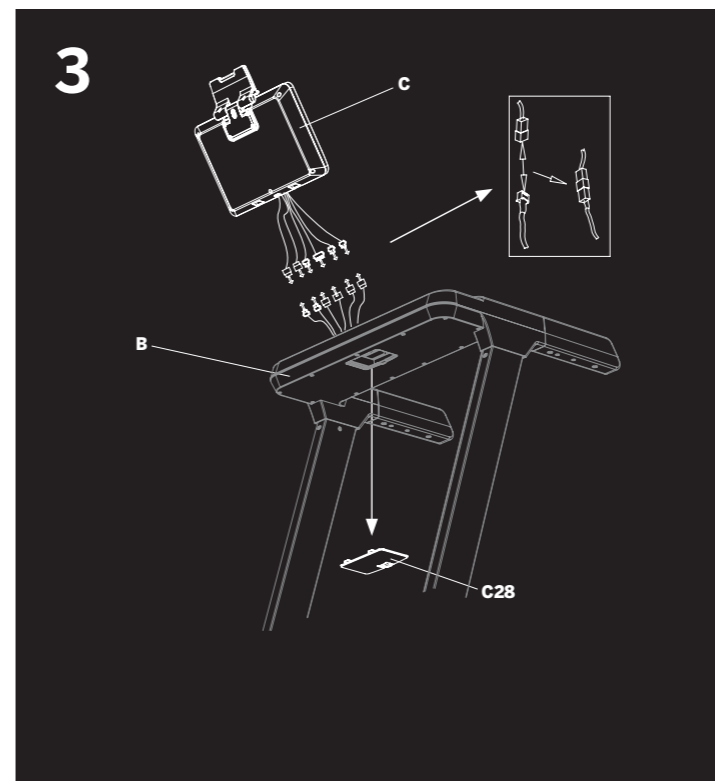
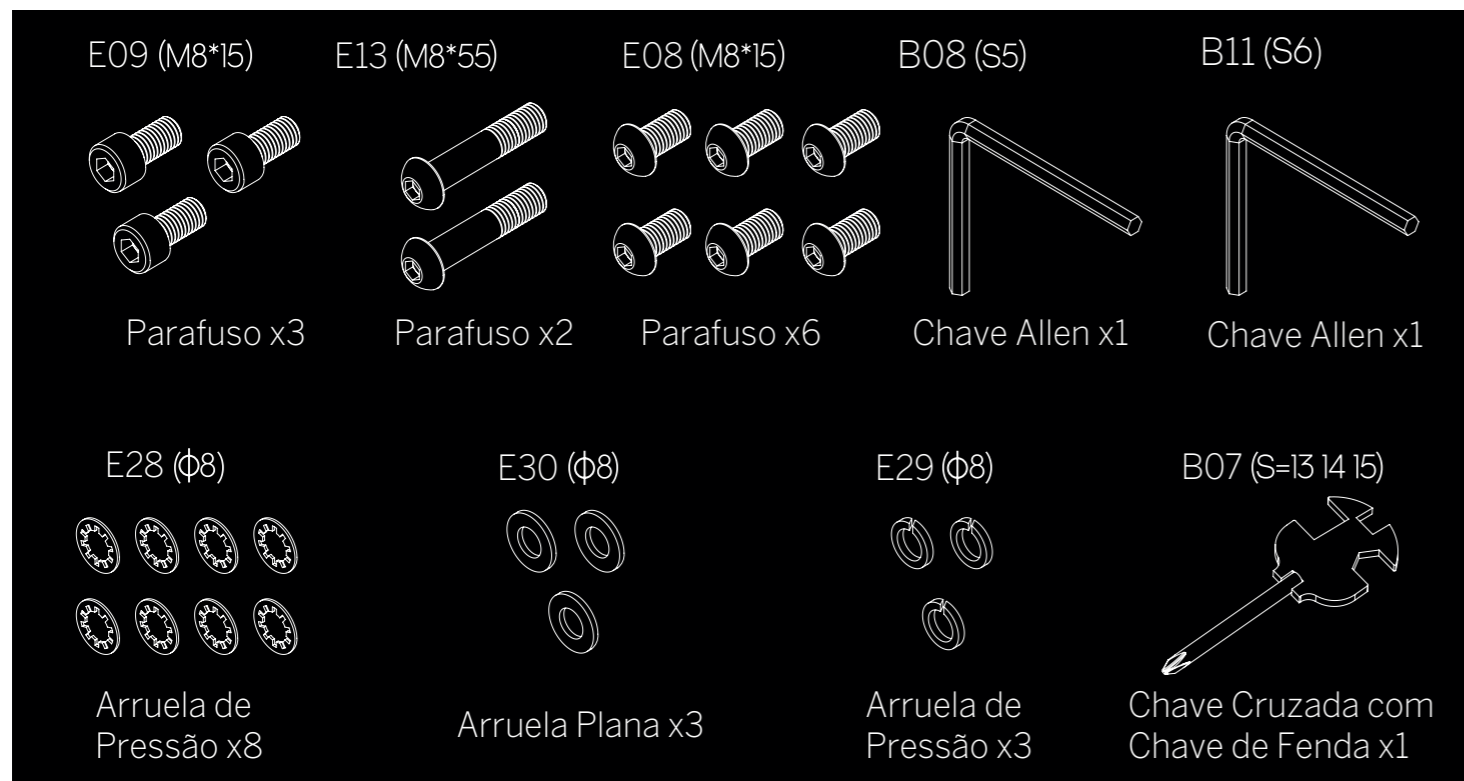
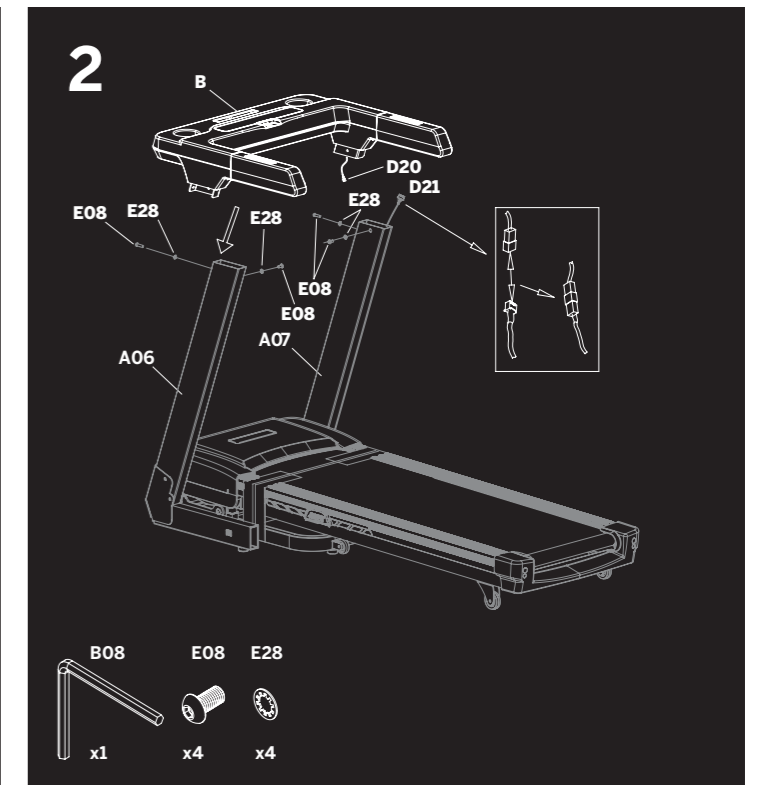
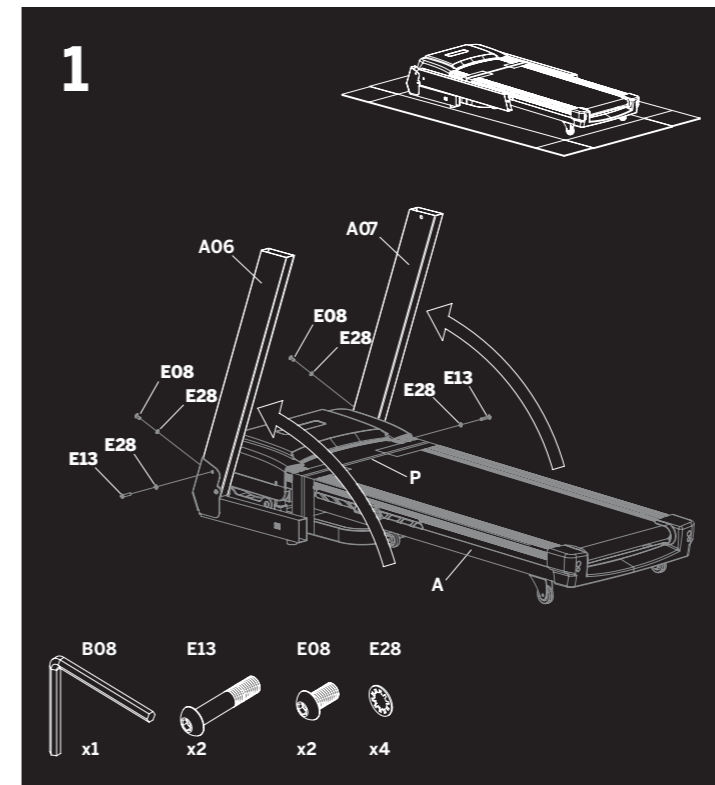
COM O TEMPO, A LONA VAI SOLTAR. PARA APERTAR A LONA, GIRE OS PARAFUSOS ESQUERDO E DIREITO UMA VOLTA COMPLETA NO SENTIDO HORÁRIO, VERIFIQUE A TENSÃO DA LONA. CONTINUE O PROCESSO ATÉ QUE A LONA ESTEJA NA TENSÃO CORRETA. ASSEGURE-SE DE AJUSTAR AMBOS OS LADOS IGUALMENTE PARA O ALINHAMENTO CORRETO DA LONA.



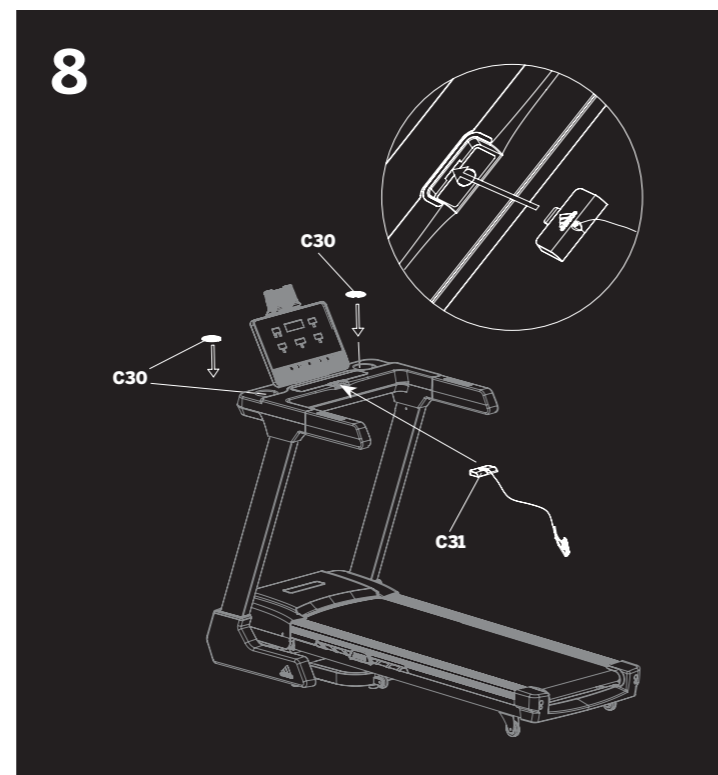
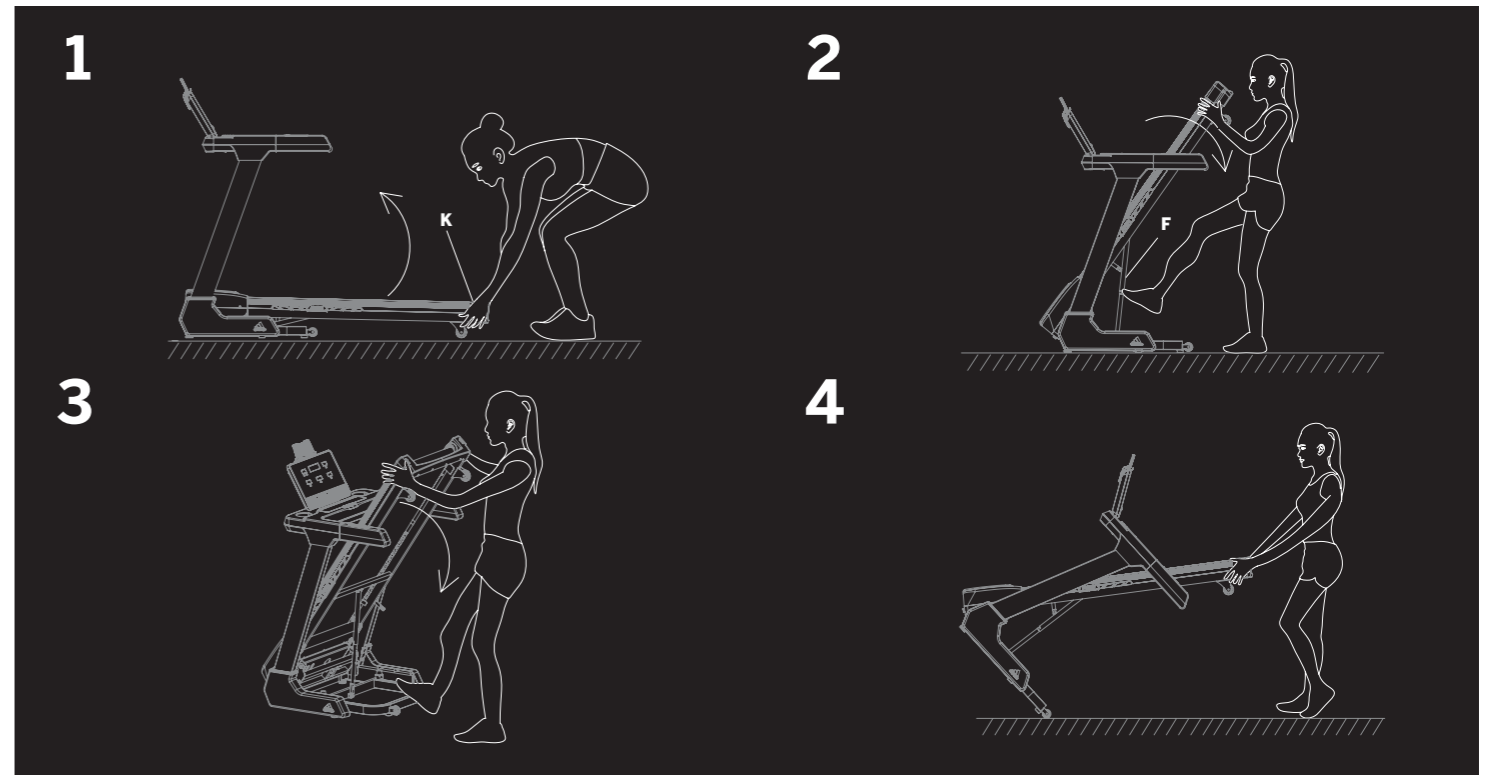
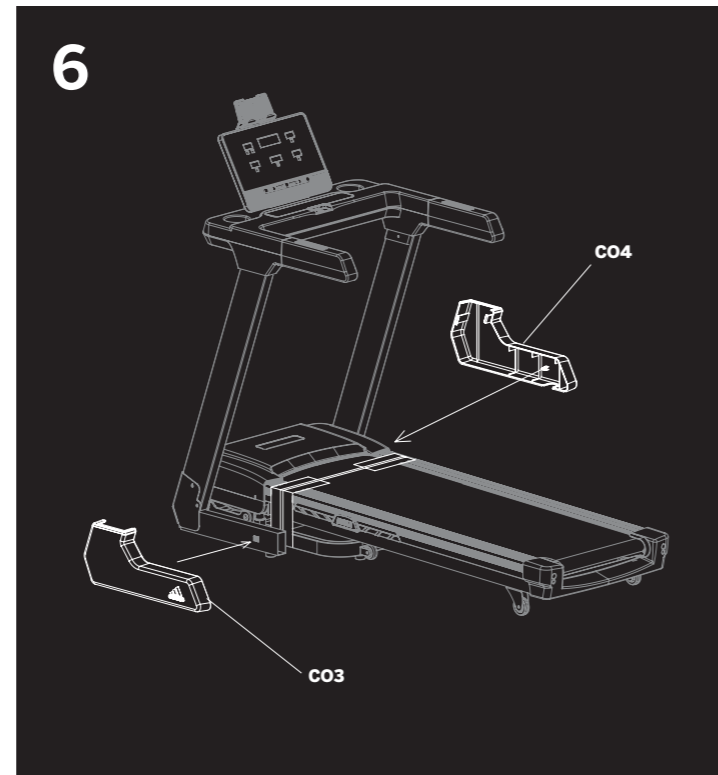
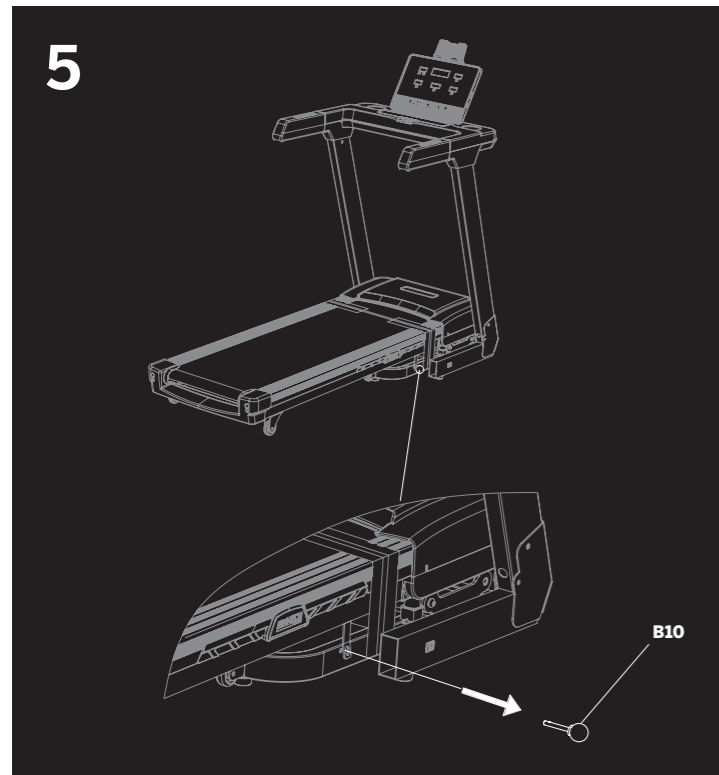
PARTES



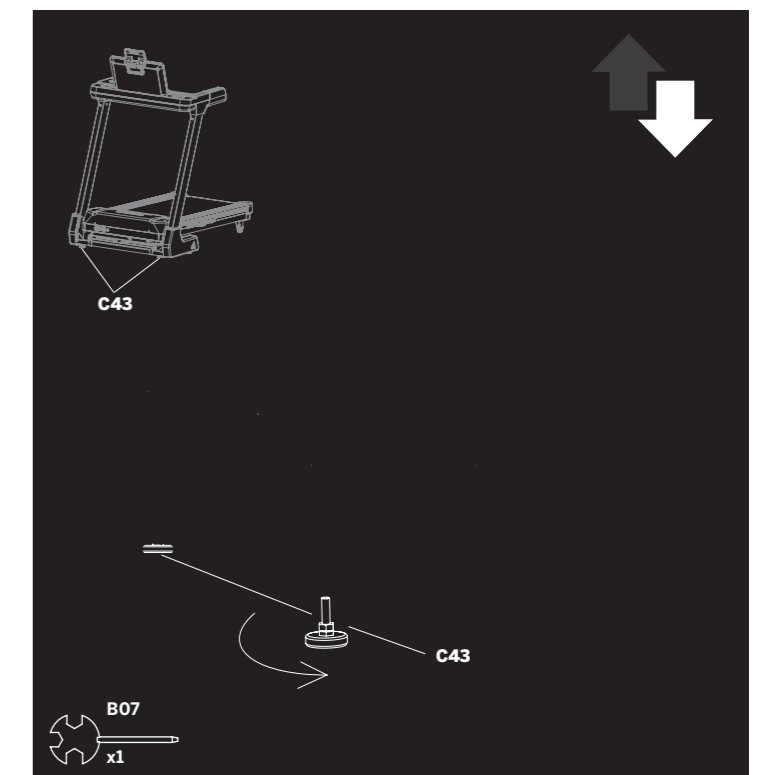
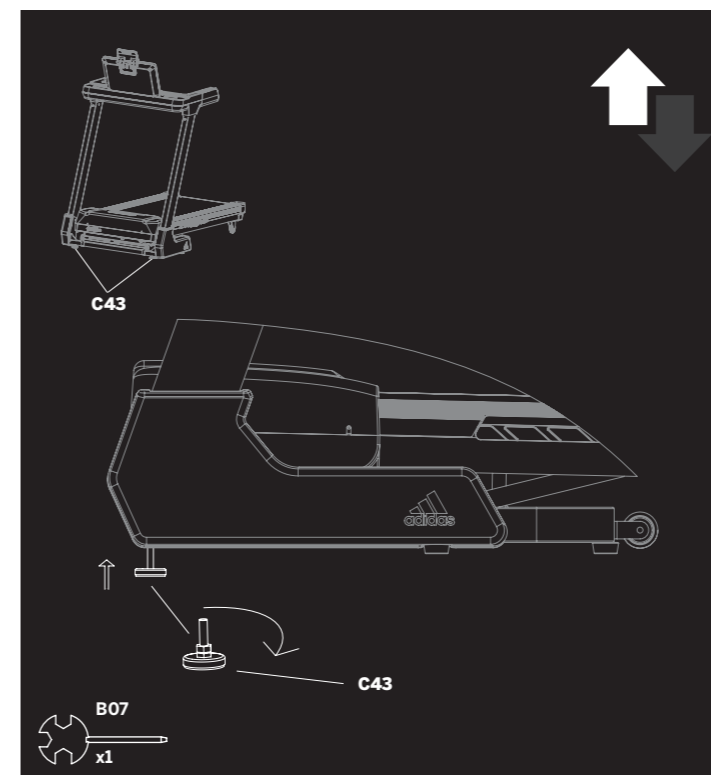
INSTRUÇÕES DE MONTAGEM



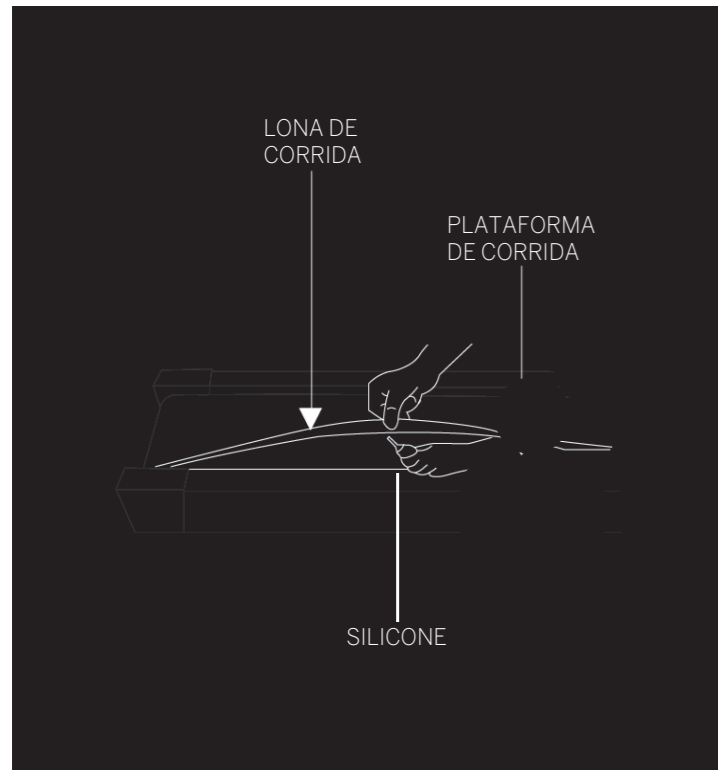
MOVENDO A ESTEIRA



NIVELANDO A ESTEIRA

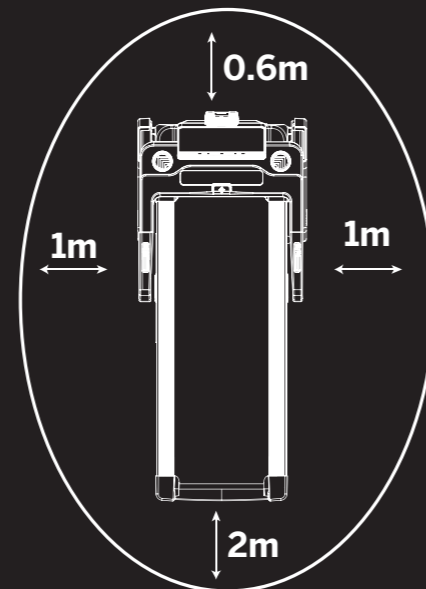


LUBRIFICAÇÃO

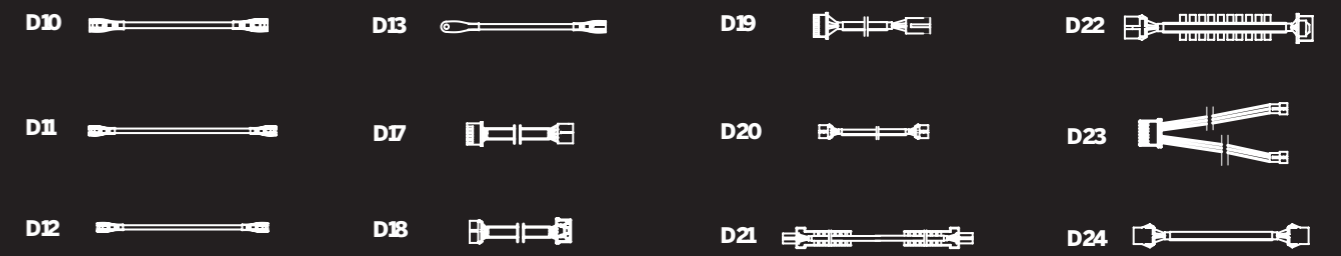
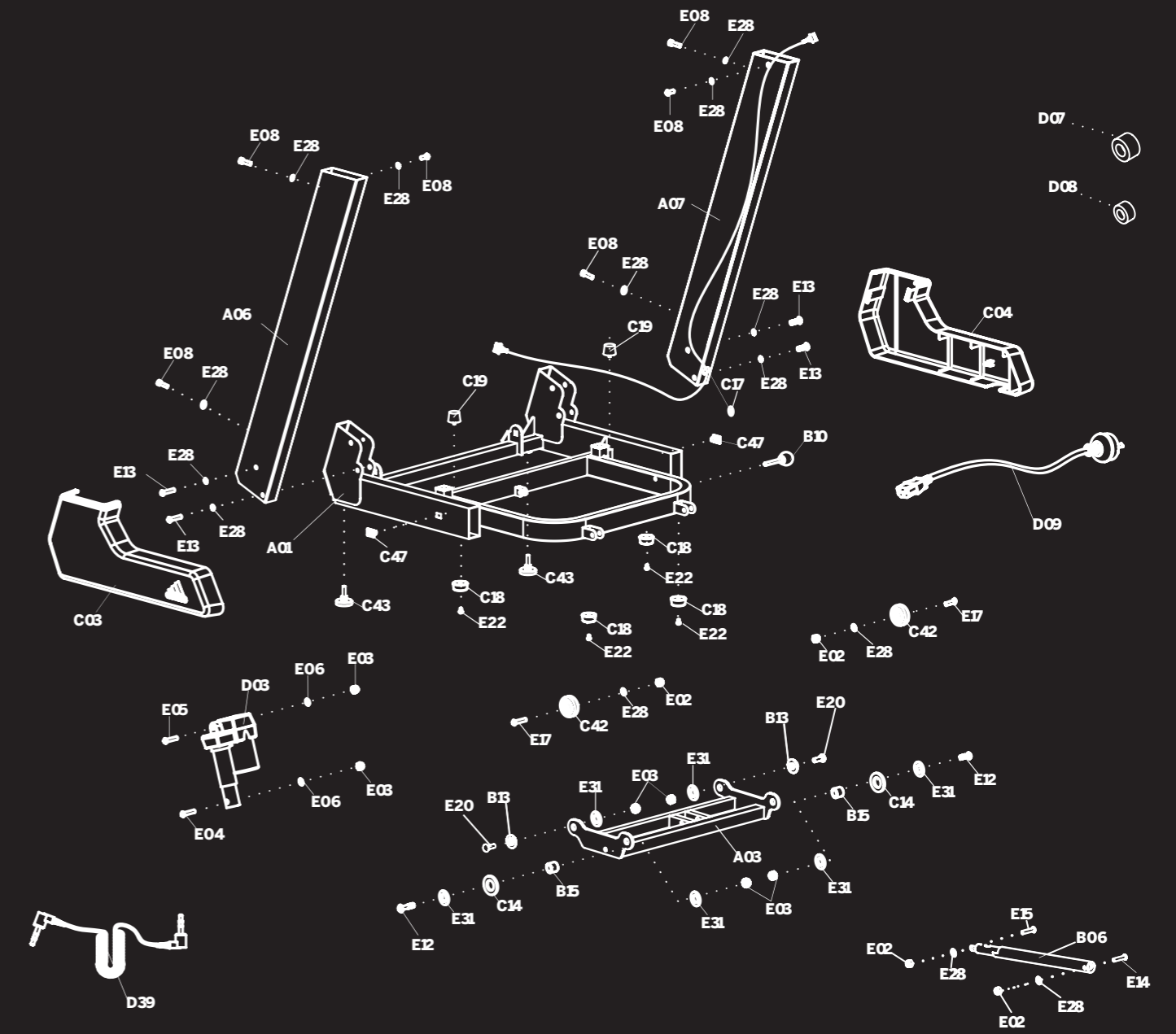


ÁREA DE SEGURANÇA

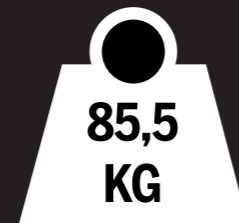
PERMITA UM ESPAÇO MÍNIMO COMO MOSTRADO ABAIXO EM TORNO DE SUA ESTEIRA QUANDO EM OPERAÇÃO.



VISTA EXPLODIDA



PESO MÁXIMO DO USUÁRIO: PESO DO EQUIPAMENTO:



Logotipo WEEE neste produto significa que o produto está coberto pela Diretiva Europeia 2012/19/UE. Por meio deste, RFE International declara que este produto está em conformidade com os requisitos essenciais e outras disposições relevantes da Diretiva 2014/53/UE.



LISTA DE PEÇAS

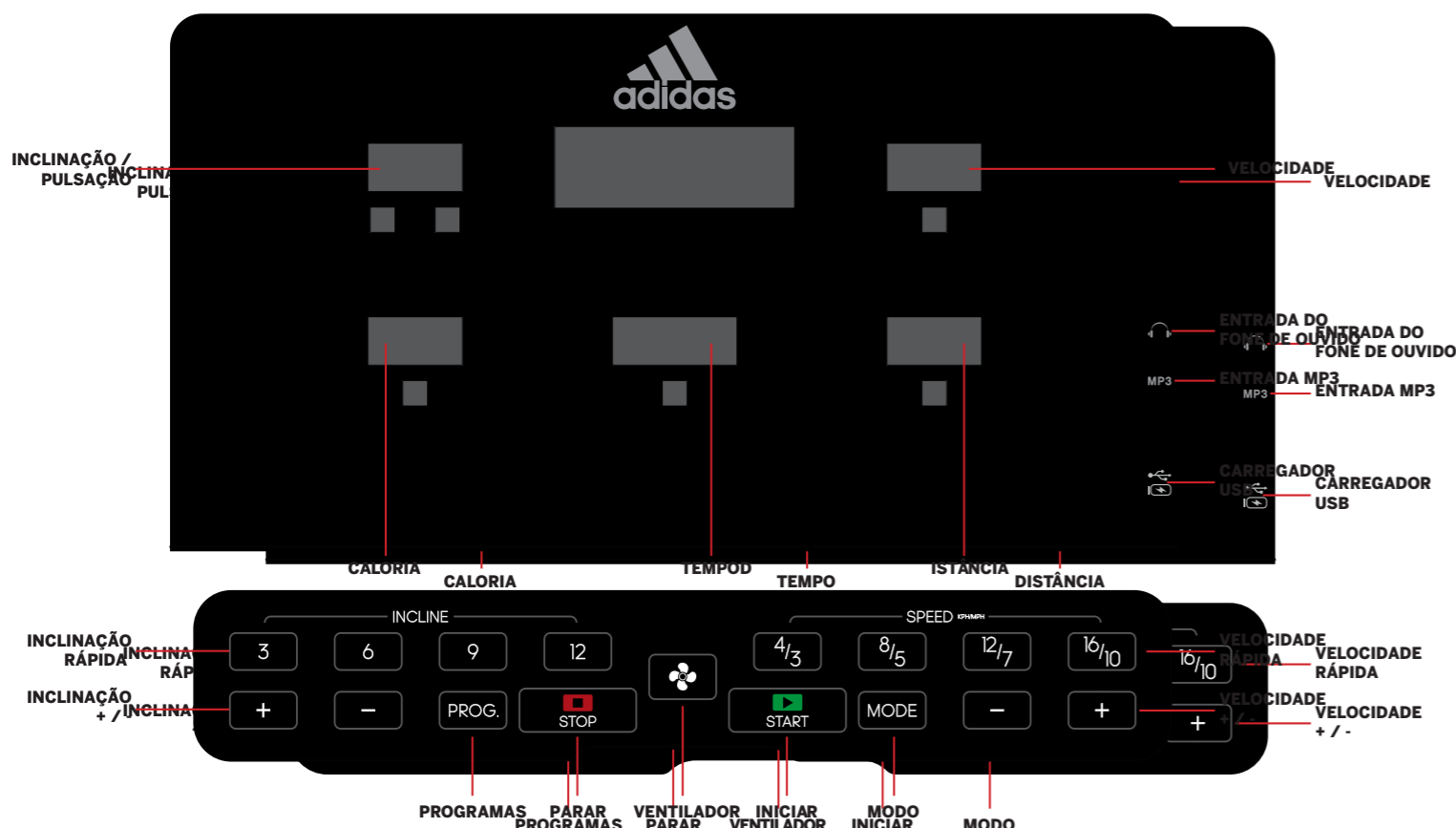
C3 Nº	DESCRIÇÃO	QTD.
A01	Chassi Principal	1
A02	Base do Chassi	1
A03	Painel	1
A04	Suporte da Inclinação	1
A05	Suporte de Painel	1
A06	Tubo Vertical Esquerdo	1
A07	Tubo Vertical Direito	1
A08	Suporte do Motor	1
B01	Rolo Dianteiro	1
B02	Rolo Traseiro	1
B03	Placa de Aço Hand Grip Esquerda	2
B04	Placa de Aço Hand Grip Direito	2
B05	Grade dos Alto-falantes	1
B06	Cilindro	1
B07	Chave Cruzada com Chave de Fenda	1
B08	Chave Allen #5	1
B09	Chapa da Mola	2
B10	Pino de Travamento	1
B11	Chave Allen #6	1
B12	Folha de Metal	1
B13	Bucha	2
B14	Gancho da Correia	2
B15	Casquilho	2
B16	Placa de Prensagem do Trilho Lateral	6
B17	Placa de Tensão	1
B18	Placa de Chave de Segurança	1
C01	Tampa Superior do Motor	1
C02	Tampa Inferior do Motor	1
C03	Tampa Esquerda do Tubo Vertical	1
C04	Tampa Direita do Tubo Vertical	1
C05	Tampa Final	1
C06	Trilho do Lado Esquerdo	1
C07	Trilho do Lado Direito	1
C08	Lona de Corrida	1
C09	Amortecedor	2
C10	Cobertura Lateral do Amortecedor	2
C11	Amortecedor Preto	2
C12	Amortecedor Preto	2
C13	Amortecedor Preto	2
C14	Plástico do Amortecedor	2
C15	Correia do Motor	1
C16	Rodas Ajustáveis	2

Nº	DESCRIÇÃO	QTD.
C17	Plugue de Proteção do Fio de Alarme	2
C18	Almofada do Nivelador	4
C19	Almofada em Forma de Cone	2
C20	Tampa Superior do Painel	1
C21	Tampa Inferior do Painel	1
C22	Direcionador do Ventilador	1
C23	Tampa Superior do Painel	1
C24	Tampa Inferior do Painel	1
C25	Base do Botão de Inclinação Rápida	1
C26	Base do Botão de Velocidade Rápida	1
C27	Barras Laterais	2
C28	Tampa Traseira do Painel	1
C29	Bucha de Rotação do Ventilador	1
C30	Sustentáculo da Garrafa	2
C31	Chave de Segurança	1
C32	Tampa Superior do Suporte Fixo	1
C33	Tampa Inferior do Suporte Fixo	1
C34	Tampa Superior do Suporte	1
C35	Tampa Inferior do Suporte	1
C36	Holder Splint	1
C37	Botão de Bloqueio	1
C38	Placa de Prensagem	1
C39	Bucha Fixa	10
C40	Suporte Antiderrapante	1
C41	Base da Chave de Segurança	1
C42	Rodas de Transporte	2
C43	Pés Ajustáveis	2
C44	Botão	2
C45	Botão +	1
C46	Botão -	1
C47	Fecho do Tubo	2
C48	Cabo Elástico	1
C49	Painel Oculto II	2
C50	Revestimento do Teclado	1
C51	Revestimento do Painel	1
D01	Plataforma de Corrida	1
D02	Motor DC	1
D03	Motor de Inclinação	1
D04	Soquete de Energia	1
D05	Botão de Troca Quadrado	1
D06	Protetor de Sobrecarga	1
D07	Anel Magnético	1

Nº	DESCRIÇÃO	QTD.
D08	Núcleo Magnético	1
D09	Fio de Energia	1
D10	Fio Único AC (200)	1
D11	Fio Único AC (350)	2
D12	Fio Único AC (350)	2
D13	Fio de Aterramento	1
D14	Placa do Painel	1
D15	Placa de Controle	1
D16	Teclado	1
D17	Fio Superior de Conexão do Teclado	1
D18	Fio Inferior de Conexão do Teclado	1
D19	Fio Superior de Sinal do Painel	1
D20	Fio Intermediário de Sinal do Painel 1	1
D21	Fio Intermediário de Sinal do Painel 2	1
D22	Fio Inferior de Sinal do Painel	1
D23	Fio Superior do Hand Grip	1
D24	Fio Intermediário do Hand Grip	2
D25	Fio Inferior do Hand Grip	2
D26	Fio Superior Externo de Velocidade Rápida	1
D27	Fio Superior Externo de Inclinação Rápida	1
D28	Fio Superior de Velocidade Rápida	1
D29	Fio Superior de Inclinação Rápida	1
D30	Fio Inferior Externo de Velocidade Rápida	1
D31	Fio Inferior Externo de Inclinação Rápida	1
D32	Fio de Conexão do Amplificador 1	1
D33	Fio de Conexão do Amplificador 2	1
D34	Cabo de Força do USB	1
D35	Entrada/Saída de Áudio do Painel	1
D36	Módulo USB	1
D37	Fio Superior da Chave de Segurança	1
D38	Fio Inferior da Chave de Segurança	1
D39	Fio do MP3	1
D40	Sensor de Velocidade	1
D41	Alto-falante	2
D42	Ventilador	1
E01	Porca M6	2
E02	Porca M8	12
E03	Porca M10	6
E04	Parafuso M10x90mm	1
E05	Parafuso M10x45mm	1
E06	Arruela de Pressão Ø10	2
E07	Parafuso M8x20mm	4

Nº	DESCRIÇÃO	QTD.
E08	Parafuso M8x15mm	6
E09	Parafuso M8x15mm	5
E10	Parafuso M8x40mm	1
E11	Parafuso M8x35mm	1
E12	Parafuso M10x30mm	2
E13	Parafuso M8x55mm	4
E14	Parafuso M8x45mm	1
E15	Parafuso M8x30mm	1
E16	Parafuso M8x35mm	6
E17	Parafuso M8x40mm	4
E18	Parafuso M6x55mm	3
E19	Parafuso M5x15mm	1
E20	Parafuso M10x30mm	2
E21	Parafuso M6x25mm	2
E22	Parafuso M5x12mm	6
E23	Parafuso ST2.9x8mm	6
E24	Parafuso ST4.2x40mm	2
E25	Parafuso ST4.2x30mm	4
E26	Parafuso ST3.5x12mm	6
E27	Arruela de Pressão Ø6	3
E28	Arruela de Pressão Ø8	16
E29	Arruela de Pressão Ø8	9
E30	Arruela Plana Ø8	16
E31	Arruela Grande Ø10xØ26x2.0mm	6
E32	Arruela Plana Grande Ø6	4
E33	Parafuso ST3.5x5mm	2
E34	Parafuso ST4.2x12mm	50
E35	Parafuso M6x25mm	4
E36	Parafuso M5x8mm	7
E37	Parafuso ST4.2x12mm	13
E38	Parafuso ST4.2x19mm	10
E39	Parafuso ST4.2x20mm	4
E40	Parafuso M6x40mm	2
E41	Parafuso ST4.2x12mm	2
E42	Parafuso ST2.9x8mm	29
E43	Parafuso M5x25mm	4
F01	Filtro	1
F02	Indutância	1
F03	Fio Único AC (500mm)	1
F04	Fio de aterramento (350mm)	1

FUNÇÕES DO PAINEL



FUNÇÕES DOS BOTÕES

INCLINAÇÃO RÁPIDA

Pressione 3-6-9-12 para escolher a inclinação rapidamente.

VENTILADOR

Pressione este botão para ligar ou desligar o ventilador.

VELOCIDADE RÁPIDA

Pressione 4/3,8/5,12/7,16/10 para escolher a velocidade rapidamente.

INCLINAÇÃO+ / INCLINAÇÃO-

Pressione estes botões para ajustar a inclinação.

PROGRAMAS

Pressione este botão para escolher entre os 24 programas, 3 usuários e gordura corporal.

PARAR/PAUSAR

Pressione este botão para pausar ou parar a máquina.

START

Pressione este botão a qualquer momento para iniciar.

MODE

Pressione este botão para escolher entre as metas de treino de tempo, distância e calorias.

SPEED+ / SPEED-

Pressione este botão para ajustar a velocidade.

MÍDIAS

ENTRADA DO FONE DE OUVIDO

Insira o cabo do fone de ouvido, a voz chegará ao fone de ouvido.

ENTRADA MP3

Insira o cabo de MP3 para exibir a música do dispositivo. Você pode ajustar o volume do seu dispositivo.

CARREGAMENTO USB

Carregamento de dispositivo.

FUNCIONAMENTO

INÍCIO RÁPIDO

Pressione INICIAR, o sistema fará uma contagem regressiva de 3 segundos e fará um som.

VELOCIDADE+ / VELOCIDADE-

Pressione VELOCIDADE +/- para ajustar a velocidade da máquina.

INCLINAÇÃO+ / INCLINAÇÃO-

Pressione INCLINAÇÃO +/- para ajustar a inclinação da máquina.

MODO

- Pressione MODO para inserir HORA, DISTÂNCIA, CALORIAS.
- Pressione VELOCIDADE +/- ou INCLINAÇÃO +/- para definir o valor-alvo do exercício.
- Pressione o botão INICIAR, a esteira funcionará após 3 segundos.
- Pressione VELOCIDADE +/- e INCLINAÇÃO +/- para ajustar a velocidade e inclinação.

PROGRAMAS

Pressione o botão PROG, você pode escolher 24 programas, 3 usuários, gordura corporal.

(1) CONJUNTO DE 24 PROGRAMAS INTEGRADOS:

No modo de espera, pressione o botão PROG, o display mostrará 24 programas, selecione entre 24 programas.

- Pressione VELOCIDADE +/- e INCLINAÇÃO +/- para definir o tempo de treino.
- Cada programa pode ser dividido em 10 seções; a esteira emitirá um bipe 3 vezes ao iniciar uma nova seção.
- Pressione VELOCIDADE +/- e INCLINAÇÃO +/- para alterar a velocidade ou inclinação durante cada seção.
- A esteira emitirá um bipe 3 vezes e parará quando o programa terminar.

(2) CONJUNTO DE 3 PROGRAMAS PERSONALIZADOS:

- No modo de espera, pressione o botão PROG até ver U1, U2, U3;
- Pressione VELOCIDADE +/- e INCLINAÇÃO +/- para definir a hora.
- Pressione o botão MODO para confirmar e entrar na próxima seção, repita até terminar a configuração de todas as 10 seções.
- Pressione VELOCIDADE +/- e INCLINAÇÃO +/- para alterar a velocidade ou inclinação.
- Defina o tempo de execução e pressione INICIAR para começar.

(3) CONJUNTO DE TESTE DE GORDURA CORPORAL:

- No modo de espera, pressione o botão PROG até chegar ao FAT.
- Pressione MODO para inserir informações.
- Defina o valor com VELOCIDADE +/- ou INCLINAÇÃO +/- de F-1 a F-4 (F-1 GÊNERO, F-2 IDADE, F-3 ALTURA, F-4 PESO)
- Pressione MODE para entrar em F-5 (F-5 TESTE DE GORDURA CORPORAL), segure os sensores de pulso de mão e o painel exibirá seu valor de gordura corporal após 3 segundos.
- O valor da gordura corporal é um guia e não é um dado médico:

F-1	Gênero	01 Homem	02 Mulher
F-2	Idade	10-99	
F-3	Altura	100-200 cm	
F-4	Peso	20-150 kg	
F-5	Gordura	≤19	Abaixo do Peso
	Gordura	=(20---25)	Peso Normal
	Gordura	=(26---29)	Acima do Peso
	Gordura	≤30	Obesidade

HAND GRIP

Por favor, segure o sensor de pulsação nas barras laterais e segure por cerca de 3 segundos, o display mostrará o valor da frequência cardíaca.

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

COMO TRANSFERIR ENTRE KPH PARA MPH

No modo de espera, insira a chave de segurança, pressione os botões VELOCIDADE+ e INCLINAÇÃO+ juntos e segure por cerca de 5 segundos até ouvir um som, e então você pode terminar a mudança entre kph e mph.

FUNÇÃO LEMBRETE DE LUBRIFICAÇÃO

Esta máquina tem uma função de lembrete de lubrificação. Após cada 300 km de uso, sua esteira precisa ser lubrificada com óleo. O sistema lembrará com som a cada 10 segundos, e o painel mostrará "OIL". Isso significa que sua esteira precisa ser lubrificada com óleo. Adicione óleo na parte do meio da plataforma de corrida. Após terminar a lubrificação, mantenha pressionado o botão "STOP" por 3 segundos e o som de advertência do sistema desaparecerá.

FUNÇÃO DE BLOQUEIO DE SEGURANÇA

Em qualquer momento, se você puxar a chave de segurança, a esteira irá parar. A janela mostrará "---" com um som de lembrete. A esteira não pode funcionar até que a chave de segurança seja inserida de volta.

FUNÇÃO DE ECONOMIA DE ENERGIA

A esteira tem a função de economia de energia. No modo standby, em estado de espera de operação, se não houver operação, a função de economia de energia será ativada após 10 minutos, o display será desligado. Você pode pressionar qualquer botão para ligar o painel.

LIGAR E DESLIGAR

Desligue a energia: Você pode desligar a energia para parar a esteira, que não será danificada em nenhum momento.

CUIDADO

- Recomendamos que você mantenha uma velocidade lenta no início de um treino e segure as barras laterais até se sentir confortável e familiarizado com a esteira.
- Prenda a extremidade magnética da corda de puxar de segurança ao painel e também prenda o clipe da chave de segurança à sua roupa.
- Para terminar o treino com segurança, pressione o botão PARAR ou puxe a chave de segurança, então a esteira irá parar imediatamente.

CERTIFICADO DE GARANTIA ESTEIRA ADIDAS T-19i

A SR7 COMÉRCIO E IMPORTAÇÃO LTDA CNPJ: 33.316.428/0001-05 GARANTE OS PRODUTOS DA MARCA ADIDAS, 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 SR7 COMÉRCIO E IMPORTAÇÃO LTDA ESTENDE A GARANTIA PARA USO EM CONDOMÍNIOS, HOTÉIS E RESIDENCIAL POR MAIS 33 (TRINTA E TRÊS) MESES PARA ESTRUTURA, E 9 (NOVE) MESES PARA AS DEMAIS PARTES, PEÇAS E PINTURA, COBRINDO EVENTUAIS DEFEITOS DE FABRICAÇÃO QUE TAIS PRODUTOS POSSAM APRESENTAR NO DECORRER DESTE PRAZO. FICAM ISENTOS DA EXTENSÃO DE GARANTIA: ACABAMENTOS EM ESPUMA OU PLÁSTICO, PEÇAS PLÁSTICAS E ESTOFAMENTO.

A FIT4 STORE PODERÁ 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 FIT4 STORE SE SUJEITARÁ 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 E EM CONDOMÍNIOS E HOTÉIS.

PESO MÁXIMO DO USUÁRIO: 130 KG.

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 SITUAÇÕES:


- 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.
- 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 DESTE CERTIFICADO, SUA RESPECTIVA NOTA FISCAL E DO CHECK LIST DE MONTAGEM DO PRODUTO.

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

 /fit4store

 @fit4store

 /fit4store

 fit4.com.br