

ELÍPTICO REEBOK ONE GX50



MANUAL DE INSTRUÇÕES ELÍPTICO REEBOK ONE GX50

Estamos satisfeitos por você ter escolhido um equipamento genuíno da Reebok Fitness Equipment. Este produto de qualidade foi projetado, testado e certificado para uso residencial, academias de condomínios, hotéis, clínicas e estúdios de acordo com a Norma Européia EN 957-1 e com outras partes abaixo do padrão EN957 / 2-10.

Por favor, leia atentamente este manual antes da montagem e primeiro uso e certifique-se de manter todas as instruções de montagem e manutenção.

GARANTIA

Os produtos da Reebok são garantidos pelo fabricante ao comprador original por dois anos contra possíveis defeitos de fabricação, exceto danos causados pelo uso indevido do produto. Em caso de reclamação, entre em contato com a **Fit4 Store** responsável por sua venda. O período de garantia começa a contar a partir da data em que o produto foi entregue, por isso, guarde cuidadosamente sua nota fiscal, ela será necessária para iniciar o processo de garantia.

AVISO

1. Este equipamento é feito apenas para uso residencial, academias de condomínios, hotéis, clínicas e estúdios. Testado até um peso corporal máximo de 120kg. A Reebok International e a Fit4 Store, além de suas subsidiárias não se responsabilizam por danos pessoais ou materiais causados pelo uso deste equipamento. É de responsabilidade do proprietário garantir que todos os usuários deste equipamento sejam adequadamente informados sobre os avisos e precauções.

2. Lesões a saúde podem resultar de treinamento incorreto ou excessivo;

3. Os sistemas de monitoramento da frequência cardíaca podem ser imprecisos. O excesso de exercício pode resultar em problemas graves de saúde e em casos extremos até a morte. Se você se sentir fraco, pare de se exercitar imediatamente e procure um médico;

4. Mantenha crianças e animais longe do equipamento em todos os momentos;

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**. Caso ainda necessite entrar em contato conosco, por favor, cite o nome do modelo do produto e o número de série em



toda a correspondência. Estes geralmente podem ser encontrados em um adesivo localizado na parte inferior do equipamento, mas pode estar em locais ligeiramente diferentes, dependendo do tipo de equipamento, da seguinte forma: (Este é apenas um exemplo a posição pode variar).



Número de Série

MANUTENÇÃO GERAL

A manutenção geral é de responsabilidade exclusiva do proprietário e é vital para garantir o desempenho de seu equipamento. Não executar esta manutenção preventiva invalidará sua garantia.

1. Certifique-se de que o equipamento esteja em uma superfície plana e nivelada com pelo menos 0,5 metro de área livre ao redor do equipamento;
2. O equipamento foi projetado para ser usado e armazenado em ambientes internos. Não armazene o equipamento em ambientes úmidos ou empoeirados, do lado de fora, em um galpão, garagem ou pátio coberto;
3. O equipamento é projetado e fabricado apenas para uso residencial, academias de condomínios, hotéis, clínicas e estúdios. A garantia e a responsabilidade do fabricante não se estendem a nenhum produto ou danos ao produto causados por uso comercial profissional;
4. Não use o equipamento perto da água;
5. Certifique-se de que o treinamento só comece após a montagem, ajuste e inspeção correta do produto;
6. Siga os passos do manual de instruções de montagem com cuidado;
7. Utilize apenas ferramentas adequadas e peças genuínas da Reebok para montagem. Peça ajuda, se necessário, ou entre em contato com a **Fit4 Store** em www.fit4.com.br/assistencia-tecnica;

8. O equipamento não é adequado para fins de medições de alta precisão;

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.

9. A emissão de ruído sob carga é maior do que sem carga;

10. Certifique-se de que nenhum líquido inclusive oriundos da transpiração não entrem em contato com o equipamento ou painel:

11. Não coloque objetos pontiagudos perto do equipamento.

12. Aperte todas as peças móveis para evitar movimentos bruscos durante o treino:

13. Esteja atento a peças não fixas ou móveis enquanto monta ou desmonta o equipamento:

14. Não use roupas soltas ou mal ajustadas que possam ficar presas no equipamento:

15. O nível de segurança do equipamento só pode ser mantido se for examinado regularmente quanto a danos e desgaste, parafusos, polias, pontos de conexão.:

16. Substitua os componentes defeituosos imediatamente e mantenha o equipamento fora de uso até que o reparo seja concluído. Preste atenção aos componentes mais suscetíveis.

AQUECENDO

1. É importante aquecer o corpo antes do exercício para preparar o corpo para o treino que está prestes a fazer. A primeira fase de um aquecimento é para aumentar sua frequência cardíaca e obter sangue bombeando em torno de seu corpo:

2. Realize uma atividade de cinco a dez minutos para aquecer os mesmos músculos que você usará durante o programa de exercícios.

3. Realize uma fase de alongamento estático. Cada fase deve durar cerca de 30 segundos.

ESFRIANDO

1. Após o treino, você deve fazer um resfriamento. O resfriamento deve gradualmente trazer sua frequência cardíaca de volta ao nível de repouso.

2. Para fazer um resfriamento, realize uma atividade de sua escolha em baixa intensidade. Isso deve ser seguido por alongamentos estáticos semelhantes aos do aquecimento.



PERGUNTAS FREQUENTES GERAL

PERGUNTA:

Após a montagem ou uso, o equipamento fica instável ou chia. Isso é normal?

Resposta: Não, isso não está correto. Existem algumas verificações básicas que você deve executar:

1.1. Assegure-se de que todas as porcas e parafusos estejam fixos na posição, mas não apertados demais (alguns podem exigir um pouco de desaperto se o ruído estiver vindo de uma área específica).

Verifique se todas as arruelas estão instaladas e na posição correta.

Lubrifique todas as partes móveis com lubrificante do tipo "WD40".

Verifique em particular que as peças de plástico estão bem fixas, uma vez que estas podem frequentemente causar ruído irregular.

PERGUNTA:

Há uma mensagem "E" na tela. O que isso significa e o que deve ser feito?

Resposta: Há várias mensagens "E" que podem ocorrer. Se você tiver alguma dessas mensagens, por favor, verifique novamente

o ajuste de todas as conexões de fios entre o computador e o motor ou fios de pulso da seguinte forma:

2.1. Pare o equipamento e remova-o da tomada e/ou as baterias do painel.

Desconecte e reconecte todos os cabos durante a montagem garantindo que eles estejam perfeitamente conectados.

Reconecte a energia e/ou insira as baterias e ligue o equipamento.

Teste esta função novamente.

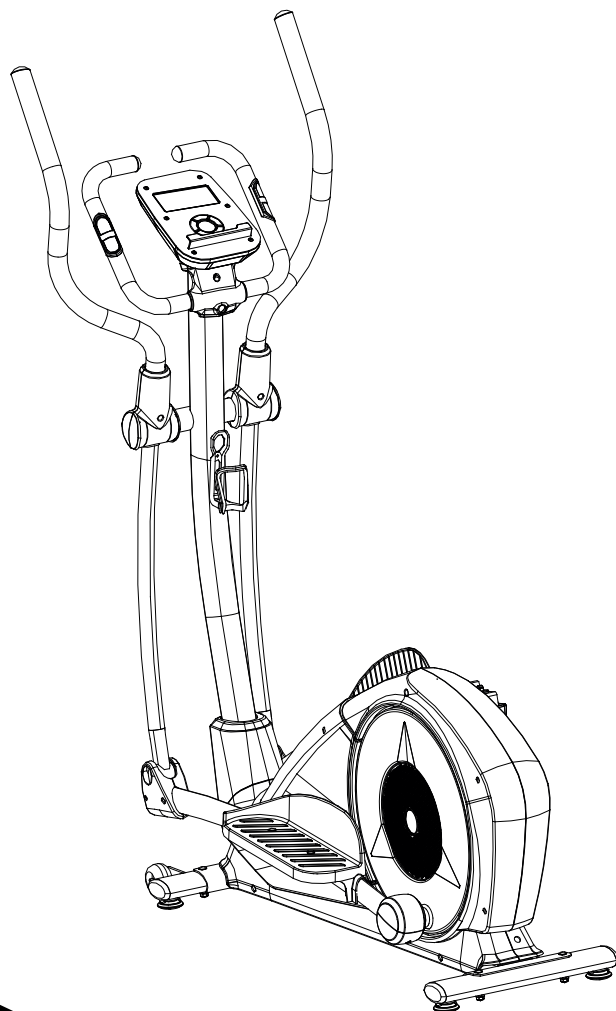
Se isso não resolver o problema, entre em contato com a Assistência Técnica Fit4 Store.

WWW.FIT4.COM.BR/ASSISTENCIA-TECNICA;

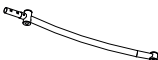
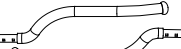
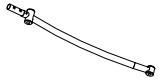
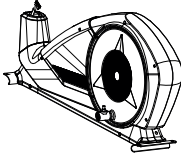
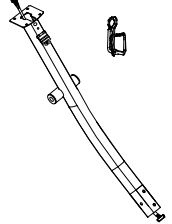


INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

GX50.
ASSEMBLY GUIDE

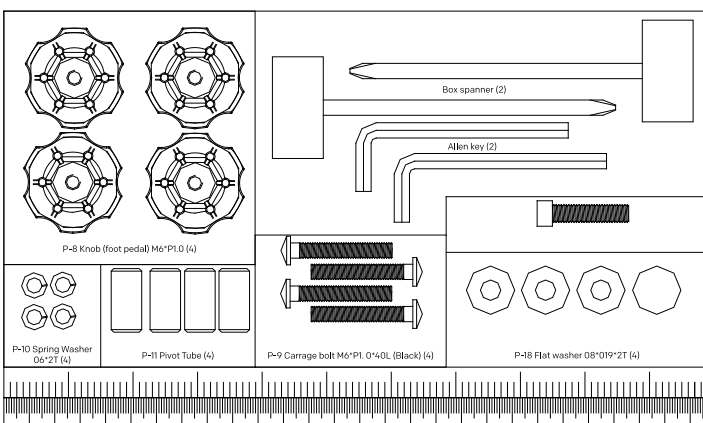
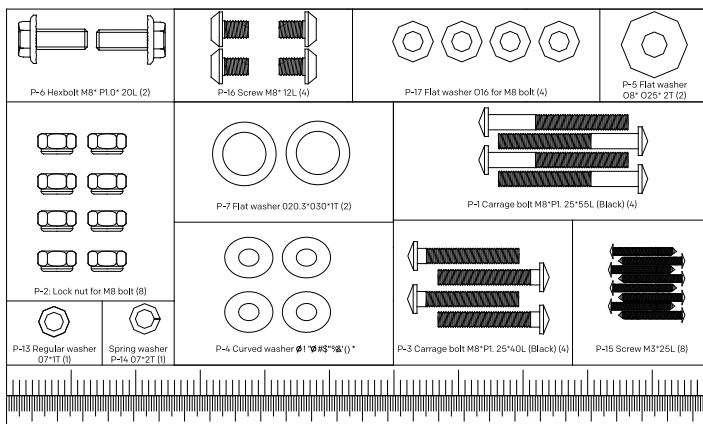


Reebok

	1		1
	2/2		2/2
	1/1		1
	1		1
	1/1		1
	1		1/1
	1		1/1
	1		2/2
	1		1/1
	1/1		1

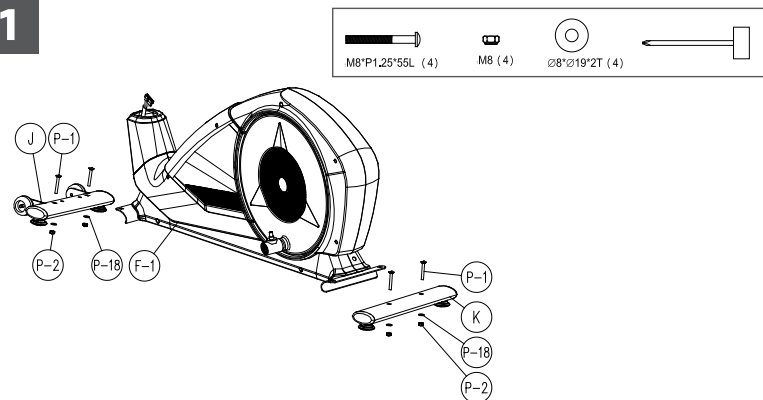
INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

GX50. ASSEMBLY GUIDE

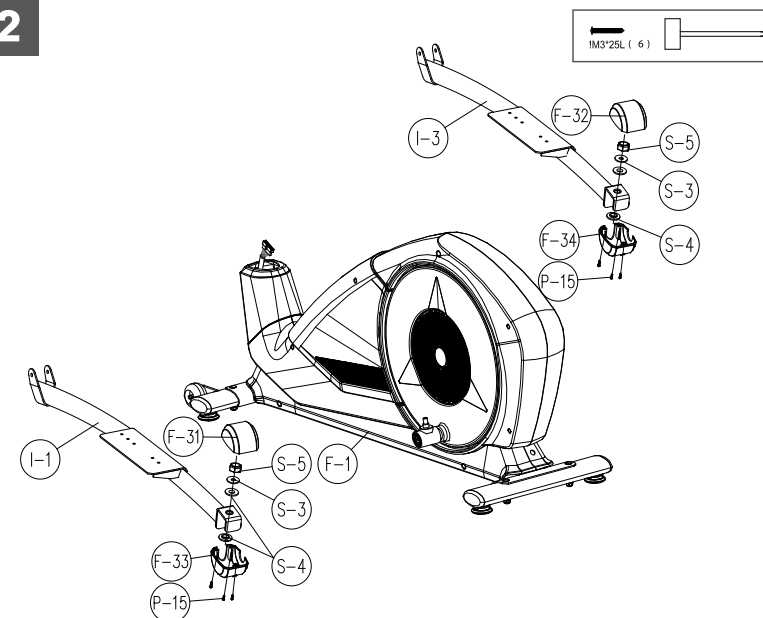


Reebok

1



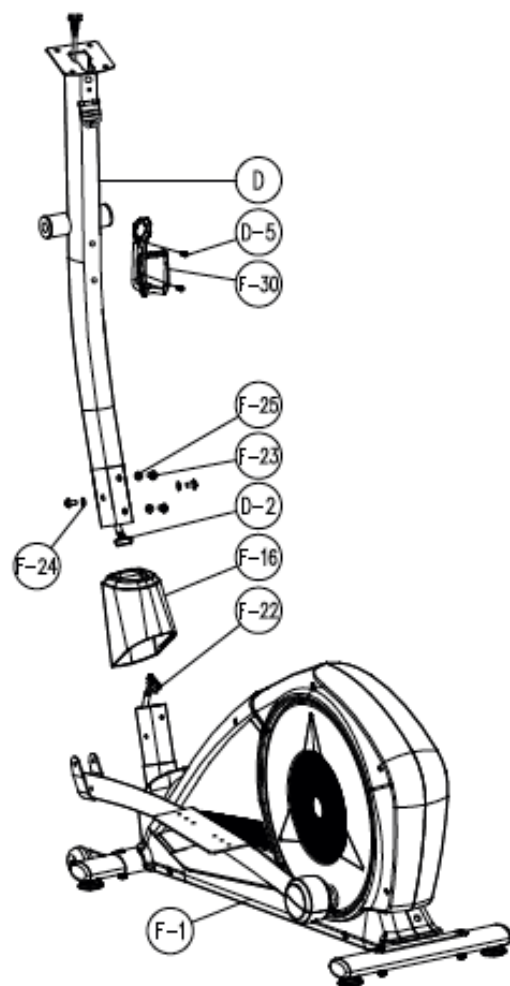
2



INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

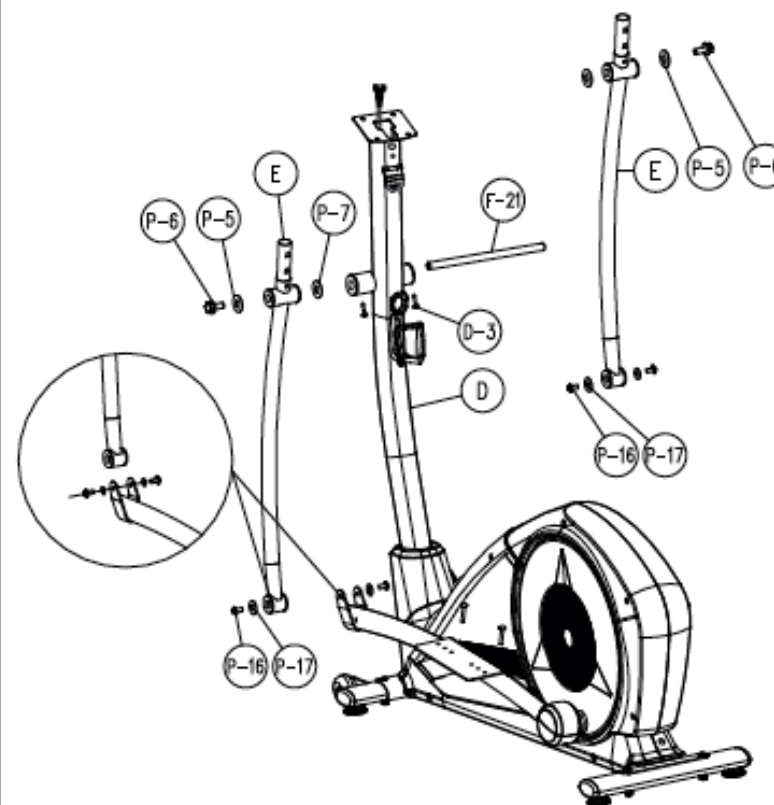
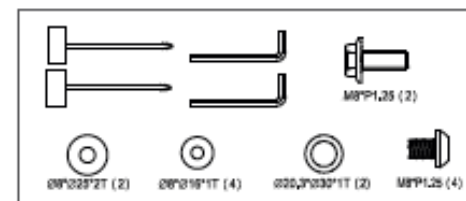
GX50. ASSEMBLY GUIDE

3



Reebok

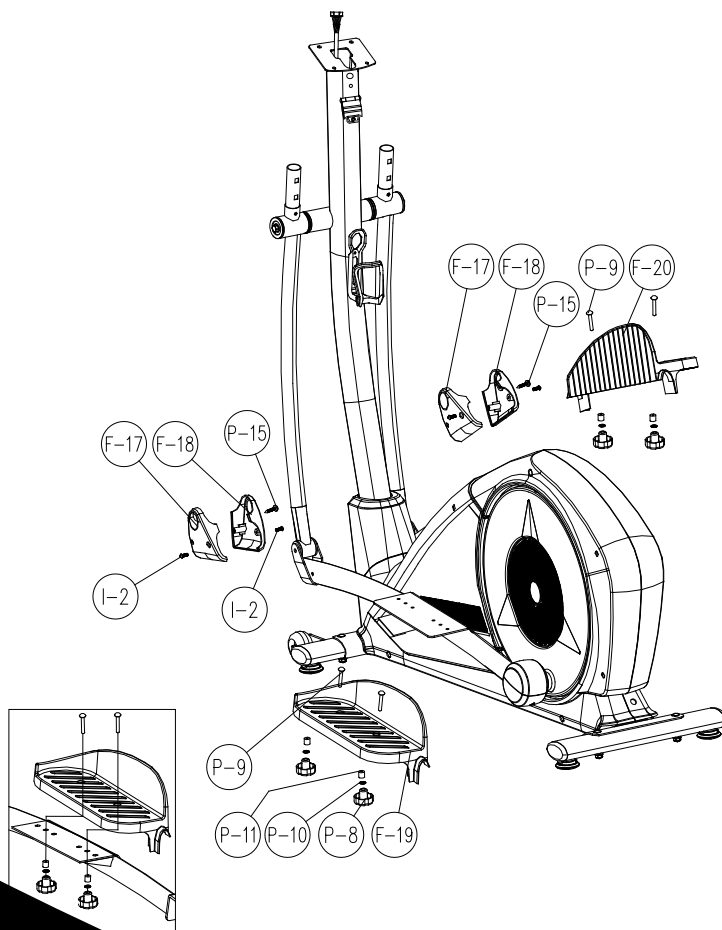
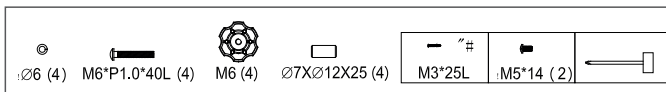
4



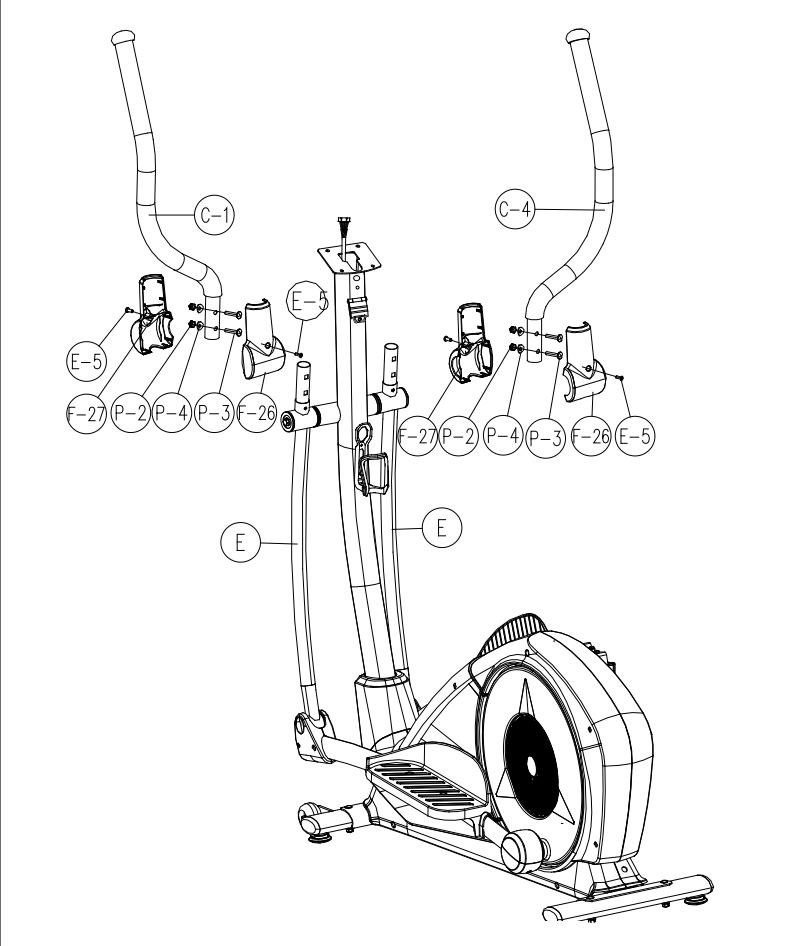
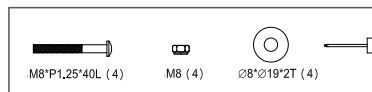
INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

GX50. ASSEMBLY GUIDE

5



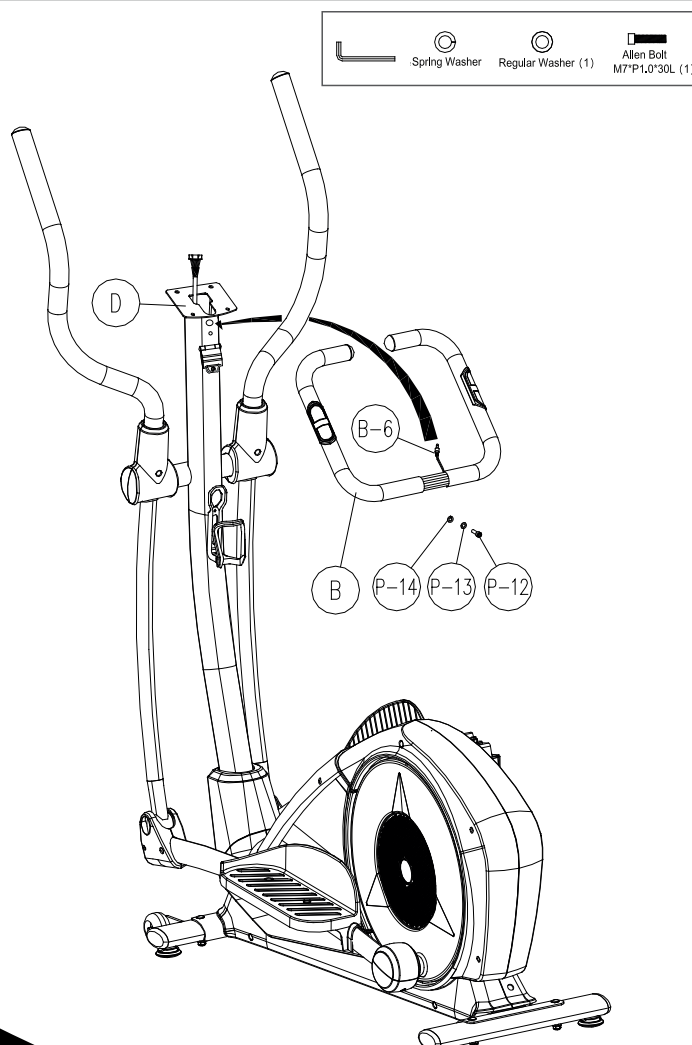
6



INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

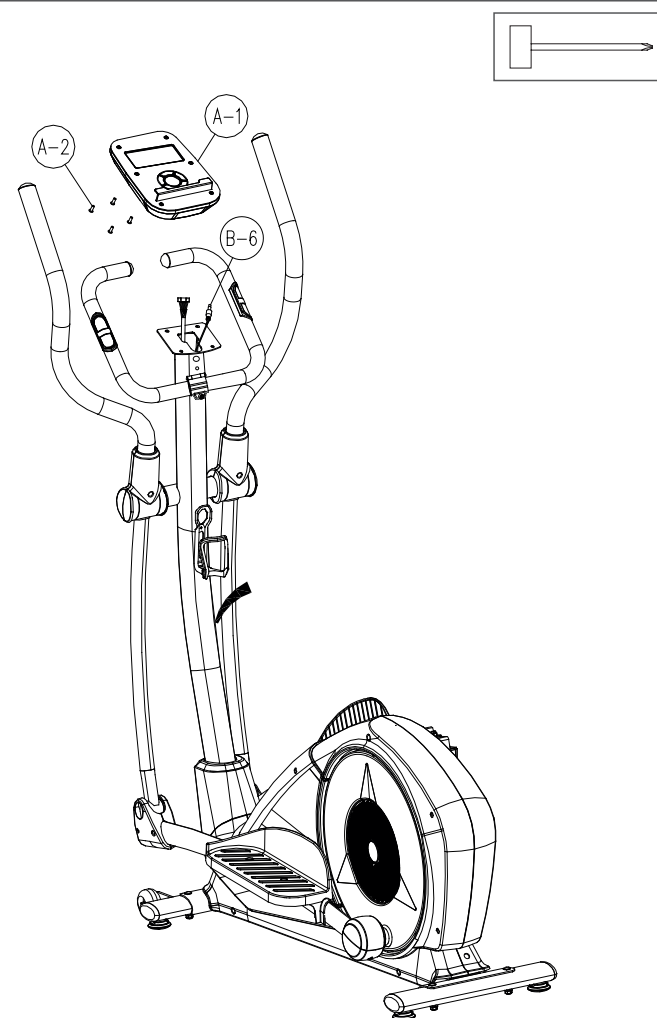
GX50.
ASSEMBLY GUIDE

7



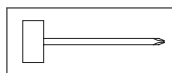
Reebok

8



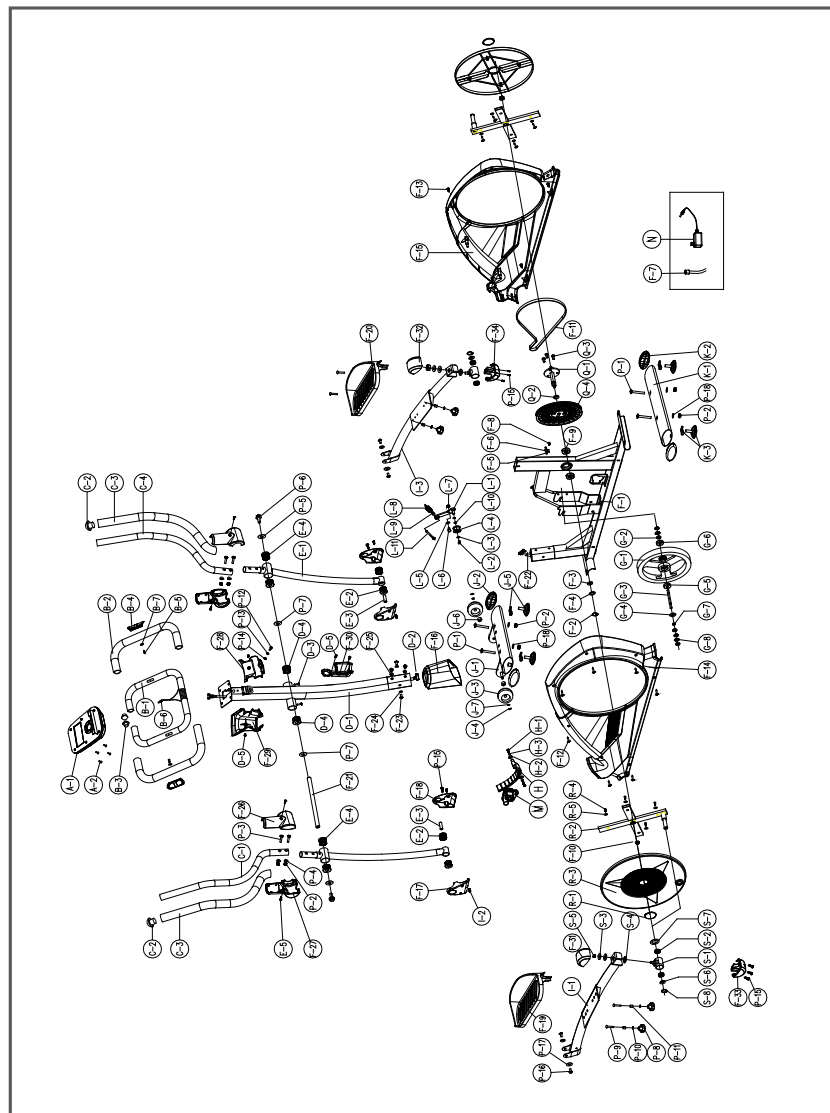
F4
STORE
As melhores marcas do fitness

9



FF4 STORE
As melhores marcas do fitness

GX50.
ASSEMBLY GUIDE



INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

Reebok

LISTA DE PEÇAS

ITEM	DESCRIPTION	EVB SPEC	Q'TY	
A-1	Console	PE-SM76490027102	1	PCS
A-2	Screw	1C1210-500-800	4	PCS
B	Front handlebar set	AA-A-PA3728-9000	1	SET
B-1	Front handlebar	PT-P-PB6917-1000	1	PCS
B-2	Foam grip	PL-P-PB3317-1002	2	PCS
B-3	Handlebar	PL-P-PB1554-10E7	2	PCS
B-4	Hand pulse	1PC1007-12B1	2	PCS
B-5	Screw	PD-SUM10420-1002	2	PCS
B-6	Heart rate wire	B6120- E206500650-000	1	PCS
B-7	Semi Washer	PH-P-PB4109-1002	2	PCS
C	Upper handlebar set	AA-GX50FA04-9000	1	SET
C-1	Left handlebar(upper)	MT-GX50F007-7002	1	PCS
C-2	End cap	PL-P-PB1564-10E7	2	PCS
C-3	Foam grip	PL-P-PB3312-1102	2	PCS
C-4	Right handlebar(upper)	MT-GX50F008-7002	1	PCS
D	Handlebar post set	AA-GX50FA02-9000	1	SET
D-1	Handlebar	MT-GX50F002-7002	1	PCS
D-2	Cable	B3192-CD- 11150CBI-600	1	PCS
D-3	Screw	PD-SWM20615-1002	2	PCS
D-4	Sleeve	PL-P-PB5343-1002	2	PCS
D-5	Screw	PD-SWM40520-1002	4	PCS
E	Lower handlebar set	AA-GX50FA03-9000	(2)	SET
E-1	Lower handlebar	MT-GX50FW03-7002	2	PCS
E-2	Sleeve	PL-P-PB6666-1002	4	PCS
E-3	Fixed axle of lower handlebar	PH-P-PB6634-1000	2	PCS
E-4	Sleeve of axle	PL-P-PB5343-1002	4	PCS
E-5	Screw	PD-SWM20514-1002	4	PCS
F-1	Main frame set	MT-GX50FW01-7002	1	PCS
F-2	C ring	PD-KC012000-1002	1	PCS
F-3	Wave washer	PD-WD062030-1002	1	PCS
F-4	Flat washer	PD-WN222030-1002	1	PCS
F-5	Wire	B7030-D1050006-260	1	PCS
F-6	Sensor bracket	PE-P-PB4310-1000	1	PCS
F-7	DC wire	B3192- 3B405003H2-00	1	PCS
F-8	Screw	PD-SDM20410-1041	1	PCS
F-9	Bearing	PH-BA2-6004-1000	2	PCS
F-10	Nut	PD-NK11008C1241	2	PCS
F-11	Pulley	PH-LJ6M1219-1100	1	PCS
F-12	Screw	PD-SBM20450-1041	4	PCS

ITEM	DESCRIPTION	EVB SPEC	Q'TY	
F-13	Screw	PD-SBM20516-1241	6	PCS
F-14	Left cover	ML-GX50-001-1002	1	PCS
F-15	Right cover	ML-GX50-011-1002	1	PCS
F-16	Cap of handlebar post	PL-GX50-090-1002	1	PCS
F-17	Footplate tube, left front cover	PL-X600-013-1002	2	PCS
F-18	Footplate tube, right front cover	PL-X600-014-1002	2	PCS
F-19	Left pedal	PL-X600-007-1002	1	PCS
F-20	Right pedal	PL-X600-008-1002	1	PCS
F-21	Fixed shaft of handlebar	PH-P-PB6918-1000	1	PCS
F-22	Wire of servo motor	B3193- CC110002CI-300	1	PCS
F-23	Screw	PD-SRM20820-1082	4	PCS
F-24	Flat washer	PD-WN220819-1082	2	PCS
F-25	Semi Washer	PD-WA220819-1082	2	PCS
F-26	Front cap of upper handlebar	PL-S-SF0310-1002	2	PCS
F-27	Rear cap of upper handlebar	PL-S-SF0311-1002	2	PCS
F-28	Front cover of handlebar	PL-SB03-003-1002	1	PCS
F-29	Rear cover of handlebar	PL-SB03-013-1002	1	PCS
F-30	Water bottle holder	PL-P-PB2074-1024	1	PCS
F-31	Footplate tube rear cover, upper left	PL-X600-009-1002	1	PCS
F-32	Footplate tube rear cover, upper right	PL-X600-010-1002	1	PCS
F-33	Footplate tube rear cover, lower left	PL-X600-011-1002	1	PCS
F-34	Footplate tube rear cover, lower right	PL-X600-012-1002	1	PCS
G	Flywheel set	AA-A-PA3540-9000	1	SET
G-1	Flywheel	PH-FAY28032c1002	1	PCS
G-2	Nut	PD-WN21224-1041	5	PCS
G-3	Flywheel axle	PH-P-PB5535-1002	1	PCS
G-4	Flat washer	PD-WN21014-1041	1	PCS
G-5	Bearing	PH-BA2-6000-1000	1	PCS
G-6	Bearing	PH-BA2-6300-1000	1	PCS
G-7	Bushing	PH-P-PA-009-1000	1	PCS
G-8	Star washer	PD-WO121017-1041	2	PCS
H	Magnet set	AA-A-PA3641-9000	1	SET
H-1	Screw	PD-SHM20616-1041	2	PCS
H-2	Flat washer	PD-WN20613-1041	2	PCS
H-3	Spring washer	PD-WS210600-1041	2	PCS
I	Pedal tube set	AA-X600FA03-9001	1	SET
I-1	Left pedal	MT-X600FW04-7002	1	PCS

GX50. ASSEMBLY GUIDE

ITEM	DESCRIPTION	EVB SPEC	Q'TY	
I-2	Screw	PD-SWM20514-1041	4	PCS
I-3	Right pedal tube	MT-X600FW03-7002	1	PCS
J	Front stabilizer set	AA-GB40FA04-9100	1	SET
J-1	Front stabilizer	MT-GB40FW04-7002	1	PCS
J-2	Nap	PL-P-PB5062-1024	2	PCS
J-3	Roller	PL-P-PB3031-1002	2	PCS
J-4	Nut	PD-NQM10800-1002	2	PCS
J-5	End cap	PL-P-PB2796L1002	2	PCS
J-6	Bushing	PH-P-PB3112-1000	2	PCS
J-7	C ring	PD-KC010800-1002	2	PCS
K	Rear stabilizer set	AA-GB40FA05-9100	1	SET
K-1	Rear stabilizer	MT-GB40FW05-7002	1	PCS
K-2	End cap	PL-P-PB5062-1024	2	PCS
K-3	Nap	PL-P-PB2796L1002	2	PCS
L	Idler set	AARVOM0FA049001	1	SET
L-1	Idler	MT-ARM-FW04-5000	1	PCS
L-2	Screw	PD-SHM20612-1041	1	PCS
L-3	Flat washer	PD-WN210613-1041	1	PCS
L-4	Jockey wheel	PH-P-PB3852-1000	1	PCS
L-5	Flat washer	PD-WN210825-1141	1	PCS
L-6	Screw	PD-SHM10820-1141	1	PCS
L-7	Nut	PD-NNM20800-1041	1	PCS
L-8	Spring	PH-P-PB3090-1002	1	PCS
L-9	Spring bracket	PH-P-PB3091-1000	1	PCS
L-10	Wave washer	PD-WD061015-1002	2	PCS
L-11	Screw	PD-SHM2061010100	1	PCS
M	Servo motor set	AA-A-PA3655-9002	1	SET
N	Adapter	PE-P-PB6829-1300	1	PCS
P	Screw set	AA-GX50FA08-9000	1	PCS
P-1	Screw	PD-SMM40855-1002	4	PCS
P-2	Nut	PD-NNM20800-1002	8	PCS
P-3	Screw	PD-SMM30840-1002	4	PCS
P-4	Semi washer	PD-WA220819-1102	4	PCS
P-5	Flat washer	PD-WN410825-1002	2	PCS
P-6	Nylon	PD-SEM10820-7600	2	PCS
P-7	Flat washer	PD-WN222030-1002	2	PCS
P-8	Knob of pedal	PD-P-PB-717-1002	4	PCS
P-9		PD-SHM20640-1002	4	PCS
P-10	Spring washer	PD-WS210600-1102	4	PCS
P-11	Bushing	PH-P-PB-619-1000	4	PCS

ITEM	DESCRIPTION	EVB SPEC	Q'TY	
P-12	Screw	PD-SOM10730-1202	1	PCS
P-13	Flat washer	PD-WN410712-1002	1	PCS
P-14	Spring washer	PD-WS410700-1002	1	PCS
P-15	Screw	PD-SBM40325-1002	8	PCS
P-16	Screw	PD-SRM20812-1002	4	PCS
P-17	Flat washer	PD-WN320816-1002	4	PCS
P-18	Flat washer	PD-WN240819-1002	4	PCS
P-19	Bushing wrench	PH-P-PA-622-1000	2	PCS
P-20	Six wrench	PH-P-PA-085-1002	2	PCS
Q	Axle set	AA-A-PA3505-9000	1	SET
Q-1	Axle	PR-P-PW4325-1000	1	PCS
Q-2	Bushing	PH-P-PB4070-1000	1	PCS
Q-3	Screw	PD-SHM20812-1102	3	PCS
Q-4	Pulley	PL-PJ6A2601-1002	1	PCS
R	Disc set	AA-GX50FA05-9000	1	SET
R-1	End cap of disc	PL-P-PB5638-1002	2	PCS
R-2	Cross-brace	MT-X401FW05-7002	2	PCS
R-3	Disc	L-S-GX5042-1000	2	PCS
R-4	Screw	PD-SBM20414-1002	8	PCS
R-5	Flat washer	PD-WN210516-1002	8	PCS
S	Pedal bracket set	AA-A-PA1714-9000	(2)	STE
S-1	Pedal bracket	MTEK3000FW067300	2	PCS
S-2	Bearing	PH-BA2-6003-1004	4	PCS
S-3	Flat washer	PD-WN221030-1041	2	PCS
S-4	Rubber washer	PL-P-PB3159-1000	4	PCS
S-5	Nut	PD-NN21207-1041	2	PCS
S-6	Wave washer	PD-WD061725-1002	2	PCS
S-7	Flat washer	PD-WN2121725-1002	4	PCS
S-8	C ring	PD-KC011700-1002	2	PCS

PAINEL



- A** ENTER
- B** RECOVERY (RECUPERAÇÃO)
- C** DOWN (PARA BAIXO)

- D** RESET (REINICIAR)
- E** UP (PARA CIMA)
- F** START/STOP (INÍCIO/PARAR)

FUNÇÕES DOS BOTÕES

A ENTER

O menu Main (principal) serve para confirmar todas as definições de dados do exercício.

B RECOVERY (RECUPERAÇÃO)

Para testar a recuperação de ritmo cardíaco.

C DOWN (PARA BAIXO)

Para seleccionar o modo de treino e a justar o valor da função para baixo.

D RESET (REINICIAR)

Utilizado para reiniciar as funções a qualquer momento. Note o botão STOP (Parar) deve ser pressionado antes do botão RESET (Repor)

E UP (PARA CIMA)

Para seleccionar o modo de treino e ajustar o valor da função para cima

F START/STOP (INÍCIO/PARAR)

Para iniciar ou parar um exercício

PROCEDIMENTO DE FUNCIONAMENTO

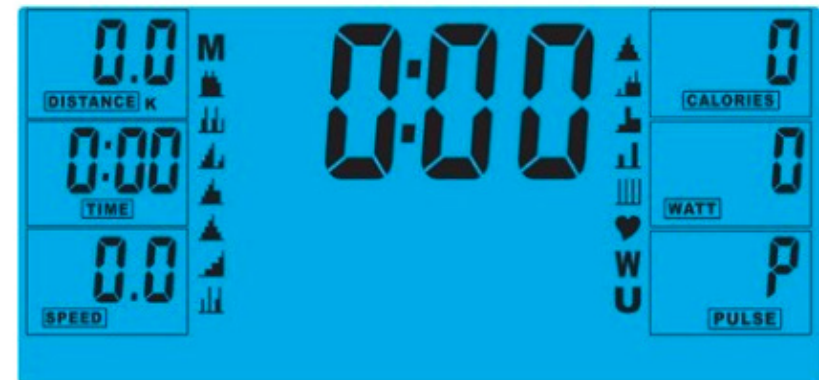
1

Quando a fonte de alimentação é ligada ao equipamento, o computador é ligado com um longo sinal sonoro. Todos os segmentos do Painel LCD acendem-se durante 2 segundos e o diâmetro da roda 78", é apresentado como mostrado a seguir.



2

O menu **Main (principal)** é apresentado. O usuário pode apertar o botão **START (INÍCIO)** para começar de imediato no modo manual. Todos os valores (**SPEED, DISTANCE, TIME: VELOCIDADE, DISTÂNCIA, TEMPO**) serão contados a partir de zero. O nível de resistência pode ser alterado a qualquer momento durante o exercício pressionando os botões **UP (PARA CIMA ou DOWN (PARA BAIXO)**.



PROCEDIMENTO DE FUNCIONAMENTO

3

Antes de iniciar o exercício manual, o usuário pode definir o treino pretendido para os parâmetros **TIME (TEMPO)**, **DISTANCE (DISTÂNCIA)**, **CALORIES (CALORIAS)** e **PULSE (PULSAÇÃO)**. A partir do menu **Main (Principal)** pressione os botões **UP/DOWN (PARA CIMA/PARA BAIXO)** para selecionar **MANUAL** na parte superior do Painel. Pressione o botão **ENTER** para alterar a definição. Aperte **START (INÍCIO)** para começar o treino após a introdução dos detalhes. Será iniciada a contagem dos dados introduzidos a partir das informações coletadas.



Ao definir o nível de **WATT**, a resistência é automaticamente ajustada para o valor predefinido de **WATTS**, independente da velocidade (exceto para velocidades muito baixas e definições mais elevadas de **WATTS**, nas quais a resistência apenas pode aumentar para 32.



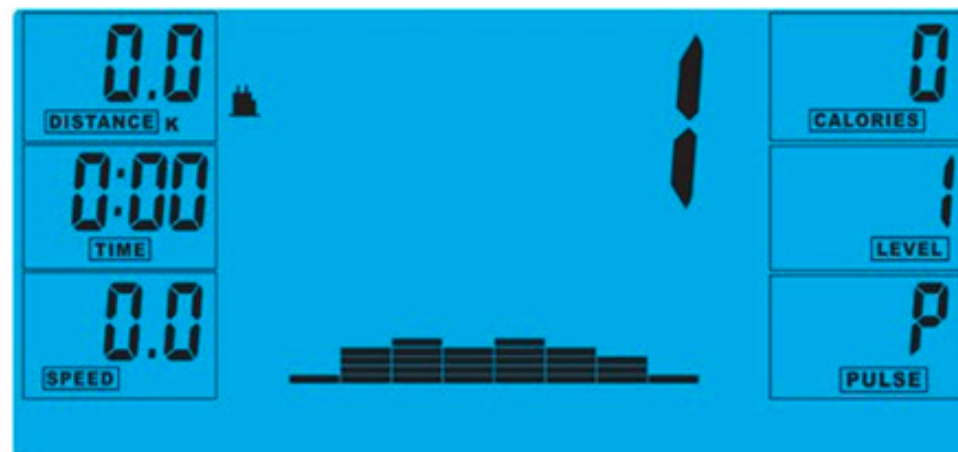
PROCEDIMENTO DE FUNCIONAMENTO

4

No menu Main (Principal), pressione os botões **UP/DOWN (PARA CIMA/PARA BAIXO)** para selecionar a função programa.

- A** Pressione **ENTER**, **P1** É APRESENTADO (2 segundos depois é apresentado o perfil do programa)
- E** Utilize os botões **UP/DOWN (PARA CIMA/PARA BAIXO)** para selecionar Program (Programa **P1-P2**).

- A** Pressione o botão **ENTER** para introduzir o programa.
- E** Utilize os botões **UP/DOWN (PARA CIMA/PARA BAIXO)** para alterar o nível do programa.
- A** Pressione **START (INÍCIO)** para começar o programa.



PROCEDIMENTO DE FUNCIONAMENTO

5

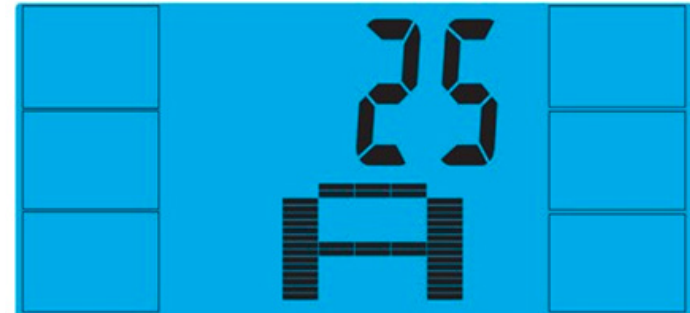
H.R.C. (HEART RATE CONTROL) CONTROLE DO RITMO CARDÍACO)

No menu Main (Principal), pressione os botões **UP/DOWN (PARA CIMA/PARA BAIXO)** para selecionar **TARGET H.R. (RITMO CARDÍACO ALVO)**.

Pressione **ENTER** para selecionar

Age (Idade) é apresentado, pressione os botões **UP/DOWN (PARA CIMA/PARA BAIXO)** para alterar.

Pressione **ENTER** para avançar para a próxima seção.



A % do ritmo cardíaco durante o treino é apresentada. Pressione **UP/DOWN (PARA CIMA/PARA BAIXO)** para alternar entre 55%, 75%, 90% e **THR (RITMO CARDÍACO ALVO)**.

O **THR** é o **RITMO CARDÍACO ALVO** preferido pelos usuários durante o treino. Este parâmetro pode ser alterado antes de ser iniciado o exercício.

O ritmo cardíaco máximo para os utilizados está definido como $220 - \text{idade} = \text{total RITMO CARDÍACO ALVO}$. Este é o valor máximo que o seu ritmo cardíaco (MRH) deve apresentar. Pode então treinar a 55%, 75% ou 90% deste valor. Por exemplo: $220 - 25$ (idade do usuário = 195 MHR, a partir deste valor pode treinar à % pretendida).

PRESSIONE ENTER PARA CONFIRMAR

PROCEDIMENTO DE FUNCIONAMENTO



O computador registra o **TARGET HEART RATE (RITMO CARDÍACO ALVO)** e permite ao usuário treinar dentro deste parâmetro. O nível de resistência é automaticamente alterado.

Se o ritmo cardíaco é demasiado elevado, o computador emite um sinal sonoro de alerta.

Se não estiver a ser registrado, é apresentado o seguinte no painel. Neste caso, certifique-se de que as duas mãos estejam posicionadas com firmeza nos sensores de pulsação.

6 PROGRAMA DO USUÁRIO

O USUÁRIO PODE CRIAR
O SEU PRÓPRIO PERFIL DE TREINO.

No menu Main (Principal), pressione os botões **UP (PARA CIMA)/ DOWN (PARA BAIXO)** para selecionar **USER (UTILIZADOR)**.

O perfil do programa é apresentado como indicado a seguir.



PROCEDIMENTO DE FUNCIONAMENTO

6

Pressione os botões **UP (PARA CIMA)/DOWN (PARA BAIXO)** para alterar o nível de resistência no primeiro segmento do perfil.

Pressione **ENTER** para avançar para a próxima etapa.

Proceda da mesma forma para todas as colunas.

Pressione **START (INÍCIO)** para começar o exercício assim que tiver concluído o procedimento.

Pressione o botão **RECOVERY (RECUPERAÇÃO)**.

Coloque as duas mãos nos sensores de pulsação.

O computador irá efetuar a contagem decrescente durante 60 segundos e apresentar Pulse (Pulsação) conforme indicado a seguir. **NÃO RETIRE AS MÃOS DOS SENSORES DE PULSAÇÃO OU NÃO PODERÁ SER OBTIDA A LEITURA.**



Após a contagem decrescente do computador durante 60 segundos, é dada uma leitura do nível de **RECOVERY (RECUPERAÇÃO)**.

PROCEDIMENTO DE FUNCIONAMENTO

7 GRAUS DE RECUPERAÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA



- F1 Excelente
- F2 Muito bom
- F3 Bom
- F4 Satisfatório
- F5 Inferior à média
- F6 Mau

NOTAS

1. Este computador é alimentado com um adaptador de corrente de 9 volts. NÃO UTILIZE QUALQUER OUTRO ADAPTADOR COM A MÁQUINA.
2. Se o computador estiver inativo durante cerca de 4 minutos, irá desligar-se automaticamente e o motor da resistência será repostado. Pressione qualquer botão para ligar novamente o computador.
3. Se, a qualquer momento, o computador deixar de funcionar corretamente, desligue a fonte de alimentação e volte a ligá-la para reiniciar o computador.

CÓDIGOS DE ERRO

<u>Error Code</u>	<u>FIX</u>
E-1	Durante a verificação de gordura corporal, o usuário deve segurar com as duas mãos os sensores ou sensor. Quando o console não puder detectar o sinal de gordura corporal, exibirá o código E-1.
E-2	Quando o visor exibir o código E-2, o usuário deve verificar se o cabo do console 12PIN ou 9PIN estão conectados ou rompidos.
E-4	Se o valor de AGE / HEIGHT / WEIGHT do usuário exceder o intervalo do console durante a medição de gordura corporal, o console exibirá E-4. Por favor, defina os dados do usuário de acordo com situação atual.
E-5	Quando a tela exibir o código E-5, o usuário deve verificar se o cabo de conexão 12PIN está bem conectado ou rompido. Ele deve estar conectado com o motor do disco. Verifique se o EEPROM funcional está firmemente conectado.
E-7	"O código de erro E7 é o mesmo que E5 , o que significa que a conexão elétrica não está bem conectada. Por favor, peça ao técnico para verificar todos os conectores do que ligam o console ao motor de carga.

Nota: E-1 e E-4 serão exibidos apenas com a medição BODY FAT.

CERTIFICADO DE GARANTIA

ELÍPTICO REEBOK ONE GX50

A **SR7 COMÉRCIO E IMPORTAÇÃO LTDA CNPJ: 33.316.428/0001-05** 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 **SR7 COMÉRCIO E IMPORTAÇÃO LTDA** ESTENDE A GARANTIA PARA USO EM CONDOMÍNIOS, HOTÉIS E RESIDENCIAL POR MAIS 21 (VINTE E UM) 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 DESTES 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: **120 KG**. PERÍODO MÁXIMO DE USO CONTÍNUO: **04H00MIN**.

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 SITUATÓES:

- DANOS PROVOCADOS POR:
- RAIO, 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 SR7 COMÉRCIO E IMPORTAÇÃO LTDA, 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 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
Consulte rede autorizada no site www.fit4.com.br

FIT4
STORE
As melhores marcas do fitness

