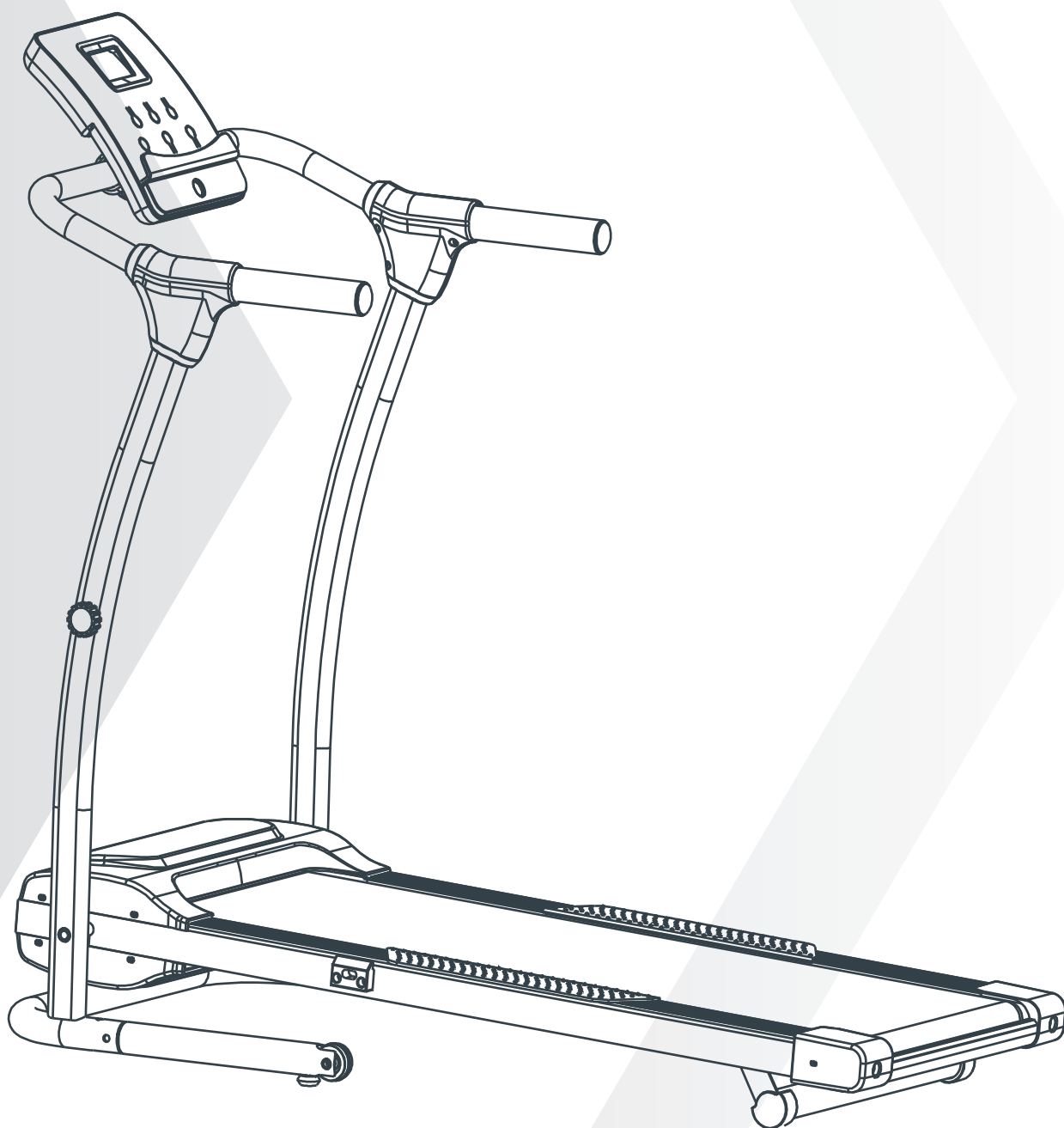


FITAGE

GC·248 > EUROPE



MANUAL DE USUARIO

ANTES DE COMENZAR

HERRAMIENTAS

En caso de ser requerido, junto con la mayoría de nuestros productos se le suministran las herramientas básicas que le permitirán su armado con éxito. Sin embargo, puede resultarle beneficioso tener un martillo de goma y quizás una llave inglesa ajustable, ya que le pueden resultar de utilidad.

PREPARAR EL ÁREA DE TRABAJO

Es importante que monte su producto en un área limpia y despejada. Esto le permitirá moverse alrededor del producto mientras coloca los componentes.

TRABAJAR CON UN AMIGO

Es posible que le resulte más rápido, seguro y fácil ensamblar este producto con la ayuda de un amigo, ya que algunos de los componentes pueden ser grandes, pesados o difíciles de manejar solos.

ABRIR LA CAJA

Abra con cuidado la caja que contiene su producto, tomando nota de las advertencias impresas en la caja para asegurarse de que reduce el riesgo de lesiones. Tenga en cuenta las grapas afiladas que se pueden utilizar para sujetar las solapas, ya que pueden causar lesiones. Asegúrese de abrir la caja correctamente, ya que será la forma más fácil y segura de quitar todos los componentes.

DESEMBALAR LOS COMPONENTES

Desempaque con cuidado cada componente, comprobando con la lista de piezas que tiene todas las piezas necesarias para completar el montaje de su producto.

Tenga en cuenta que algunas de las piezas pueden estar preinstaladas en los componentes principales, por lo que debe comprobarlo detenidamente antes de ponerse en contacto con el área de POSVENTA.

SEGURIDAD

- Coloque la cinta de correr eléctrica en un lugar limpio y liso, no la coloque sobre una alfombra gruesa, ya que esta puede afectar la circulación del aire en la parte inferior de la cinta de correr eléctrica. Además, no coloque la cinta de correr eléctrica cerca del agua o para uso en exteriores, y preste atención a la prueba de humedad.
- Después que la cinta de correr eléctrica esté completamente instalada y la cubierta de protección del motor puesta, puede conectar la cinta a la fuente de alimentación. Para esto enchufe el cable de alimentación en un tomacorriente con conexión a tierra segura. Le recomendamos que utilice un enchufe con un protector de sobrecorriente para garantizar la seguridad de la caminadora y del usuario.
- Por favor, no retire la cubierta protectora. Si necesita abrirlo para realizar tareas de mantenimiento, asegúrese de desenchufar primero el cable de alimentación (se recomienda que sólo los profesionales reparen la cinta).
- Cuando coloque la caminadora eléctrica, no bloquee el enchufe de la pared.
- El cable de alimentación de la cinta de correr eléctrica es exclusivo, si el cable de alimentación está dañado, cómprelo en el distribuidor o comuníquese directamente con la empresa.
- Revise la máquina para correr instalada nuevamente para ver si el perno está bloqueado.
- Tenga en cuenta que la cinta de correr eléctrica es un dispositivo especial. No la modifique para su uso.
- No inserte ningún otro elemento en ninguna parte del equipo. Evite dañar el equipo.

ATENCIÓN

Para evitar lesiones accidentales, debe prestar atención a lo siguiente:

- Para evitar lesiones, realice ejercicios de calentamiento antes de iniciar a entrenar.
- Cualquier ejercicio vigoroso solo puede comenzar 40 minutos después de las comidas.
- Antes de usar la caminadora, verifique si la fuente de alimentación está conectada y si el bloqueo de seguridad es efectivo. Luego, sujete el otro extremo del bloqueo de seguridad a su ropa antes de hacer ejercicio para asegurarse de que la caminadora se detenga si el usuario se sale accidentalmente de la caminadora.

SEGURIDAD

- No se pare sobre la banda para caminar mientras enciende la caminadora. Colóquese el cinturón y párese sobre la tabla deslizante de plástico a cada lado de la cinta de correr hasta que la banda de correr se mueva.
- Por favor, balancee los brazos naturalmente mientras hace ejercicio, mire hacia adelante, no mire hacia abajo a sus pies.
- Acelere gradualmente cuando haga ejercicio, hasta que se adapte a la velocidad actual y luego acelere.
- Use ropa adecuada para hacer ejercicio cuando use la caminadora. No use ropa suelta que pueda engancharse en la máquina para correr. Se recomienda ropa de soporte atlético para ambos hombres y mujeres. Siempre use calzado deportivo. Nunca use la caminadora descalzo, usando solo medias o en sandalias.
- La primera vez que use la máquina para correr eléctrica, asegúrese de agarrarse de los pasamanos. No afloje el reposabrazos hasta que se sienta cómodo.
- El movimiento continuo no puede exceder los 90 minutos. Desenchufe el cable de alimentación y retire la llave de seguridad a tiempo para evitar sobrecargas.
- La llave de seguridad debe retirarse inmediatamente después del ejercicio, apoyando las manos en el mango y moviendo los pies hacia la tabla antideslizante para luego salir.
- Si la cinta de correr eléctrica acelera repentinamente, o la velocidad de la cinta de correr eléctrica aumenta automáticamente de forma continua, desconecte inmediatamente el interruptor de seguridad y de esta forma se detendrá de inmediato.
- Cuando no utilice la máquina para correr, debe guardar la llave de seguridad para que no la tomen los niños. Los menores que usen la cinta deben estar acompañados de adultos.
- Antes de plegar la máquina para correr, ésta debe detenerse completamente y reiniciarse. La máquina para correr no se puede plegar al mismo tiempo que está siendo utilizada.
- Cuando la máquina no se usa durante mucho tiempo, se debe cortar la fuente de alimentación. Al cortar la fuente de alimentación, no tire del cable de alimentación; sujete el enchufe de alimentación para evitar romper una parte del cable central.
- Esta cinta de correr es sólo para uso doméstico.
- Mantenga un área de seguridad de 2000 mm x 1000 mm alejado de la máquina para correr.

SEGURIDAD

ADVERTENCIA

- No se permite que dos o más personas utilicen la caminadora al mismo tiempo.
- Consulte con un médico si puede utilizar la caminadora.
- El sistema de monitorización de los latidos del corazón es solo de referencia y no se puede utilizar como referencia médica. El ejercicio excesivo puede provocar lesiones graves o la muerte. Si se siente mareado, deje de hacer ejercicio inmediatamente.
- Mantenga alejados de la cinta de correr a niños, discapacitados y mascotas. Todas las piezas de la máquina para correr se pueden pedir al distribuidor local. El distribuidor puede brindarle los servicios que necesita.

INSTRUCCIONES PARA CONECTAR

Los productos deben conectarse a tierra primero. Si ocurre un mal funcionamiento o avería, la conexión a tierra proporcionará un camino de menor resistencia para la corriente eléctrica para reducir el riesgo de descarga eléctrica.

El producto está equipado con un cable conductor de conexión a tierra y un enchufe también de conexión a tierra.

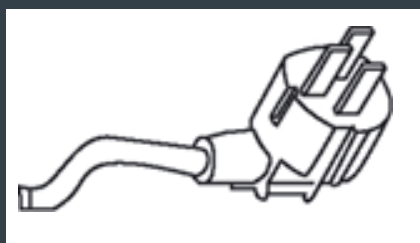
El enchufe debe conectarse a un tomacorriente apropiado que esté correctamente instalado y conectado a tierra de acuerdo con todos los códigos y ordenanzas locales.

PELIGRO La conexión incorrecta del cable conductor de conexión a tierra del equipo puede resultar en un riesgo de descarga eléctrica. Consulte con un electricista o técnico calificado si tiene dudas sobre si los productos están correctamente conectados a tierra. No modifique el enchufe provisto con el producto; si no encaja en el tomacorriente, haga que un electricista calificado instale un tomacorriente adecuado.

El producto es para usar en un circuito nominal de 120 voltios y tiene un enchufe con conexión a tierra que se parece al enchufe ilustrado en la figura. Asegúrese de que el producto esté conectado a un tomacorriente que tenga la misma configuración que el enchufe.

No es necesario utilizar ningún adaptador para este producto.

MÉTODOS DE PUESTA A TIERRA



← PIN A TIERRA →

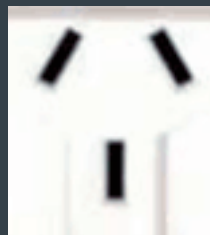
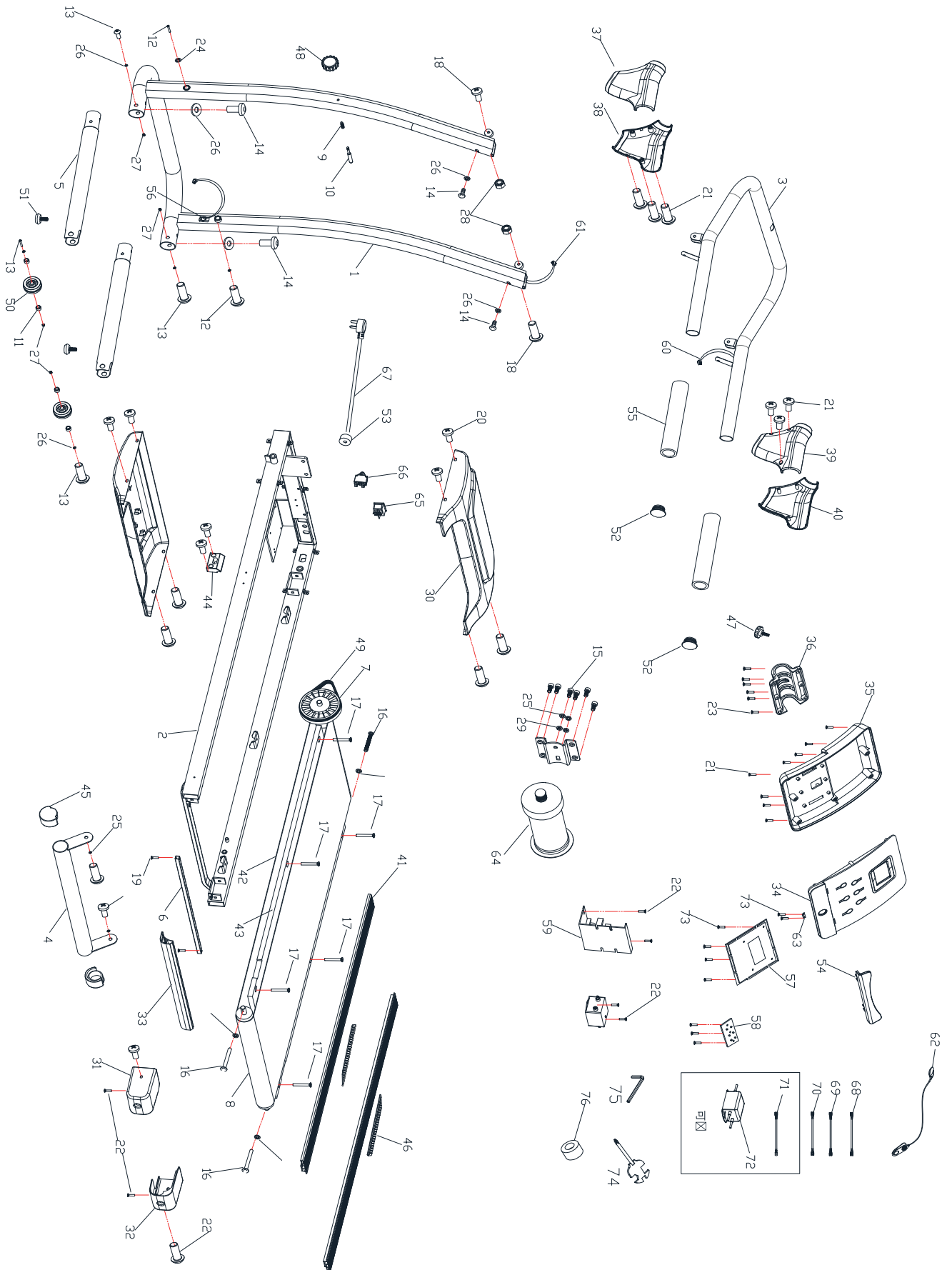




DIAGRAMA DETALLADO

| FITAGE GC-248





LISTA DE PIEZAS Y ACCESORIOS

N°	ESPECIFICACIONES	CANTIDAD
1	BASE	1
2	ESTRUCTURA PRINCIPAL	1
3	PASAMANOS	1
4	PASAMANOS DE AJUSTE TRASERO	1
5	TUBO DE EXTENSIÓN DE LA BASE	2
6	TUBO FIJO DE SOPORTE DE LA TAPA DEL EXTREMO	1
7	RODILLO DELANTERO	1
8	RODILLO TRASERO	1
9	PASADOR DE TRACCIÓN FIJO	1
10	MUELLE DE PRESIÓN	1
11	TAPA DE LA RUEDA DE TRANSPORTE	4
12	PERNO DE CABEZA ABOMBADA HEXAGONAL M10*65	2
13	PERNO DE CABEZA ABOMBADA HEXAGONAL M8*50	4
14	PERNO DE CABEZA ABOMBADA HEXAGONAL M8*15	10
15	PERNO DE CABEZA REDONDA HEXAGONAL M8*12	2
16	PERNO DE CABEZA REDONDA HEXAGONAL M6*60	3
17	PERNO DE CABEZA AVELLANADA HEXAGONAL M6*20	6
18	TORNILLO DE ROSCA DE CABEZA PLANA CON RANURA EN CRUZ M6*25	2
19	TORNILLO DE ROSCA DE CABEZA PLANA CON RANURA EN CRUZ Y ARANDELA M5*20	2
20	TORNILLO DE ROSCA DE CABEZA PLANA CON RANURA EN CRUZ Y ARANDELA M5*8	8
21	TORNILLO DE CABEZA REDONDA CON RANURA EN CRUZ ST4*12	8
22	TORNILLO DE ROSCA DE CABEZA PLANA CON RANURA EN CRUZ ST4*12	9
23	TORNILLO DE ROSCA DE CABEZA PLANA EMPOTRADA ST2.9*15	6
24	ARANDELA $\Phi 10 \times 1.2$	2
25	ARANDELA $\Phi 8 \times 1.2$	4
26	ARANDELA $\Phi 8 \times 1.2$	8
27	TUERCA DE NAILON M8	4
28	TUERCA DE NAILON M6	10
29	ARANDELA CURVA $\Phi 8$	2
30	CUBIERTA DEL MOTOR	2



LISTA DE PIEZAS Y ACCESORIOS

N°	ESPECIFICACIONES	CANTIDAD
31	TAPA TRASERA IZQUIERDA	1
32	TAPA TRASERA DERECHA	1
33	PLACA DE SOPORTE DE LA TAPA	1
34	CUBIERTA SUPERIOR DE LA PCB DE LA CONSOLA	2
35	CUBIERTA INFERIOR DE LA PCB DE LA CONSOLA	1
36	SOPORTE DE LA CONSOLA	1
37	CUBIERTA IZQUIERDA DEL REPOSABRAZOS	1
38	CUBIERTA DERECHA DEL REPOSABRAZOS	1
39	CUBIERTA DEL REPOSABRAZOS DERECHO IZQUIERDO	1
40	CUBIERTA DEL REPOSABRAZOS DERECHO DERECHO	1
41	RIEL LATERAL	2
42	CINTA DE CORRER	1
43	TABLA DE CORRER	1
44	BLOQUE FIJO	1
45	AJUSTABLE EN FORMA DE C	2
46	PEDAL	2
47	PERILLA AJUSTABLE	1
48	PERILLA FIJA	1
49	CINTA DEL MOTOR	1
50	RUEDA DE TRANSPORTE	2
51	NIVELADOR AJUSTABLE	4
52	TAPA DEL MANILLAR	2
53	PASAMANOS	1
54	SOPORTE PARA IPAD	1
55	ESPUMA PARA EL PASAMANOS	2
56	ACEITE LUBRICANTE	1
57	CONSOLA	1
58	LLAVE DE MEMBRANA	1
59	PLACA PCB DEL CONTROLADOR	1
60	CABLES SUPERIORES	1

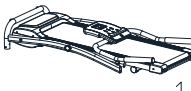
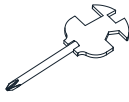


LISTA DE PIEZAS Y ACCESORIOS

N°	ESPECIFICACIONES	CANTIDAD
61	CABLES INFERIORES	1
62	LLAVE DE SEGURIDAD	1
63	LLAVE DE SEGURIDAD	1
64	MOTOR DE CC	1
65	INTERRUPTOR DE ENCENDIDO	1
66	CAJA DE FUSIBLES	1
67	CABLE DE ALIMENTACIÓN	1
68	CABLE AZUL	2
69	CABLE MARRÓN	3
70	CABLE MARRÓN	1
71	CABLE DE TIERRA	1
72	FILTRO	1
73	ST2.9*6	9
74	LLAVE DE ESTRELLA	1
75	LLAVE ALLEN	1
76	ANILLO PARA CABLE	1

**LISTA DE PIEZAS Y ACCESORIOS**

Cuando abra el paquete, encontrará todas las partes de la cinta de correr, tal como se muestran en las imágenes

 1	 5	 37	 38	 39
 40	 13	 14	 26	 21
 27	 74	 75	 77	 62

Nro.	Descripción y especificaciones	Cant.
1	BASE	1
5	TUBO DE EXTENSIÓN DE LA BASE	2
13	PERNO HEXAGONAL DE CABEZA ABOMBADA M8*50	2
14	PERNO HEXAGONAL DE CABEZA ABOMBADA M8*15	4
27	TUERCA DE NAILON M8	2
37	CUBIERTA DEL REPOSABRAZOS IZQUIERDO (IZQUIERDA)	1
38	CUBIERTA DEL REPOSABRAZOS IZQUIERDO (DERECHA)	1
26	ARANDELA DE $\Phi 8$	6
74	LLAVE DE ESTRELLA DE BOCA ABIERTA 13, 14 Y 15	1
75	LLAVE ALLEN N.º 5	1
77	ACEITE LUBRICANTE	1
62	LLAVE DE SEGURIDAD	1
39	CUBIERTA DEL REPOSABRAZOS DERECHO (IZQUIERDA)	1
40	CUBIERTA DEL REPOSABRAZOS DERECHO (DERECHA)	1

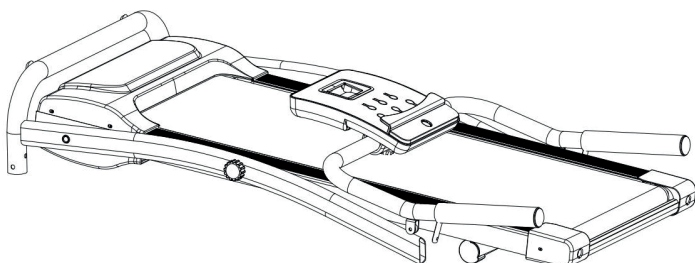
COMPONENTES PRINCIPALES:

Llave Allen 5# de 5 mm (1 unidad); Llave de boca en cruz de 13, 14 y 15 (1 unidad)



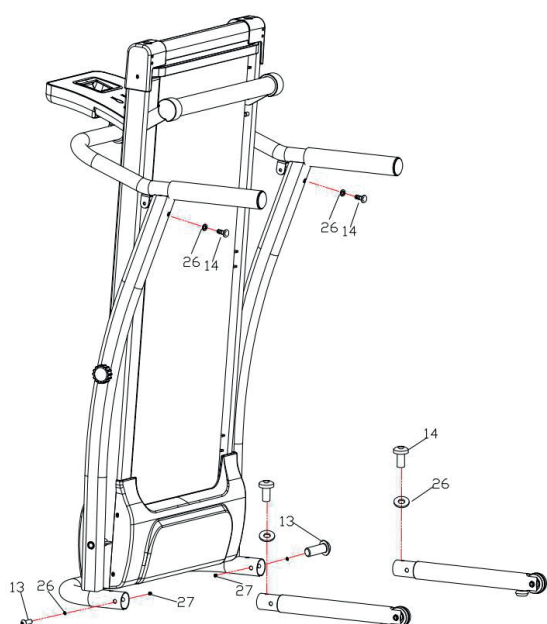
INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

Atención: No conecte la fuente de alimentación hasta que se complete la instalación.



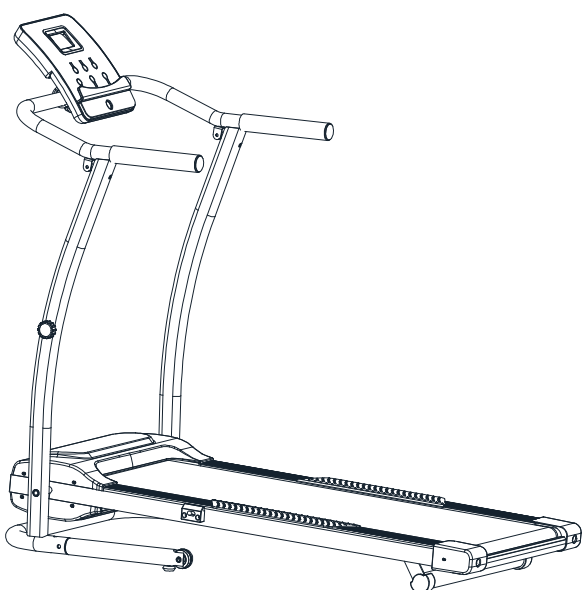
PASO 1:

Saque la cinta de correr de la caja y colóquela sobre una superficie plana y nivelada. Solicite siempre la ayuda de otra persona al retirar la cinta de correr de la caja.



PASO 2:

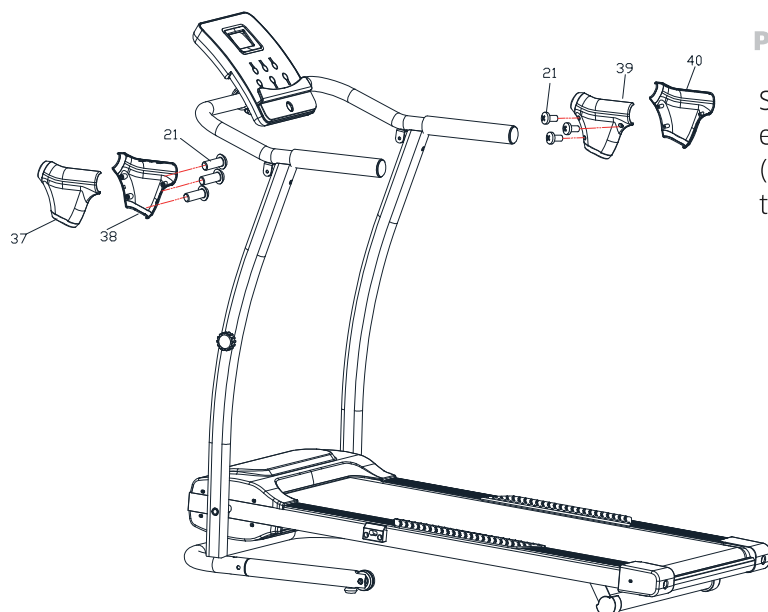
Coloque la cinta de correr en el suelo, utilice el pasador que fija la plataforma de carrera y, a continuación, utilice la llave Allen (32) para fijar el perno hexagonal (13), la arandela (26) y la tuerca de nylon (27) con el tubo de extensión de la base (5). A continuación, fije el pasamanos con el perno hexagonal (14) y la arandela (26).



PASO 3:

Tire de la perilla fija (48) al bajar la cinta de correr.

Al hacerlo, debe sujetar firmemente la plataforma de carrera y asegurarse de que esté plana sobre el suelo para poder soltar la mano.



PASO 4:

Se fijarán las tapas (37), (38), (39) y (40) en la unión de las tablas (3) y las columnas (1), con una llave inglesa se apretará el tornillo (21) (74).

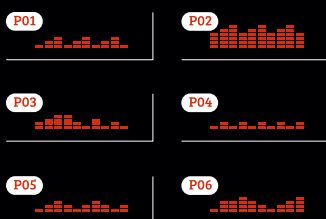
CONSEJOS GENERALES DE SEGURIDAD

- A.** Practique cómo subir y bajar de la cinta antes de comenzar su entrenamiento.
- B.** Coloque la llave de seguridad en la computadora (la cinta no funcionará sin la llave de seguridad). Sujete el otro extremo de la llave de seguridad a su ropa antes de hacer ejercicio para asegurarse de que la cinta se detenga si el usuario accidentalmente se cae de la cinta.
- C.** Si el usuario se cae de la cinta, la llave de seguridad se desprenderá de la computadora y la cinta se detendrá de inmediato para evitar más lesiones.
- D.** No se pare sobre la banda para caminar mientras enciende la cinta. Suba una pie a cada lado de los rieles de plástico laterales.



INFORMACIÓN DEL DISPLAY

FITAGE



GC-248 > EUROPE



VELOCIDAD

PROG.

VELOCIDAD



INICIAR

MODO

PARAR

- Lea el manual del usuario cuidadosamente antes de usar el equipo.

- Quite la llave de seguridad cuando el equipo no esté siendo utilizado.

- Mantenga a los niños lejos del equipo mientras esté siendo utilizado.

- Para evitar lesiones, párese sobre los rieles laterales antes de encender el equipo.



INFORMACIÓN DEL DISPLAY

ENCENDIDO

La cinta de correr comenzará a 1.0 km/h después de una cuenta regresiva de 3, 2 y 1.

PROGRAMA

Programas P1-P12

FUNCIÓN DE LA TECLA DE SEGURIDAD

Al retirar la llave de seguridad, la pantalla LCD mostrará E07 y la cinta se detendrá. Introduzca la llave de seguridad en el orificio de la consola y la cinta estará lista para funcionar.

INICIO RÁPIDO

Botón de iniciar /parar

Presione el botón de INICIAR para iniciar el movimiento de la cinta después de una cuenta regresiva de tres segundos y hasta que muestre "1.0 km/h". Funcionará hasta 99 segundos.

Presione el botón de PARAR para detener el entrenamiento; todos los datos se borrarán y pasará al modo manual.

También hay dos botones de acceso rápido en el pasamanos.

FUNCIONAMIENTO DEL PROGRAMA

Pulse el botón PROGRAM para desplazarse por el modo manual y los programas preestablecidos P1-P12. El modo manual es el modo de funcionamiento predeterminado del sistema. La velocidad predeterminada del modo manual va de 1,0 km/h a 8,0 km/h.

FUNCIONAMIENTO DEL MODO

GUÍA DE FUNCIONAMIENTO

Pulse el botón PROGRAM para desplazarse por H-1, H-2 y H-3. H-1 para el modo de cuenta regresiva de tiempo, H-2 para el modo de cuenta regresiva de distancia y H-3 para el modo de cuenta regresiva de calorías. Al seleccionar cada modo, también puede pulsar las teclas de velocidad +/- para ajustar el valor deseado y, a continuación, pulsar la tecla "START" para poner en marcha la cinta de correr.

FUNCIONAMIENTO DE VELOCIDAD

"VELOCIDAD+" es el botón para aumentar la velocidad. "VELOCIDAD-" es el botón para reducir la velocidad. Cuando la cinta de correr esté en funcionamiento, puede pulsar "VELOCIDAD+" y "VELOCIDAD-" para ajustar la velocidad.

FUNCIÓN DE PANTALLA

PANTALLA DE VELOCIDAD

Muestra la velocidad de carrera actual.

PANTALLA DE TIEMPO

Muestra el tiempo de carrera en modo manual o la cuenta regresiva del tiempo de carrera en modo programa.

PANTALLA DE DISTANCIA

Muestra la distancia acumulada en modo manual y programa, o la cuenta regresiva de la distancia de carrera en modo programa.

**PANTALLA DE CALORÍAS**

Muestra las calorías acumuladas en modo manual y programa, o la cuenta regresiva de las calorías de carrera en modo programa.

VISUALIZAR EL RANGO DE DATOS DE CADA VENTANA

TIEMPO: 0:00-99 (MIN)

DISTANCIA: 0:00-99 (KM)

CALORÍAS: 0.0-990 (KC)

VELOCIDAD: 1.0-10.0 (KM/H)

MODO MANUAL

Cada programa divide el tiempo de funcionamiento en 10 intervalos; la velocidad en cada intervalo viene preestablecida de fábrica.

TIEMPO PROGRAMA		Tiempo establecido/20 intervalos = duración de la carrera									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	VELOCIDAD	1	2	2	1	2	3	1	2	3	1
P02	VELOCIDAD	4	5	5	4	5	6	4	5	6	4
P03	VELOCIDAD	2	3	3	4	2	1	3	1	2	1
P04	VELOCIDAD	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2
P05	VELOCIDAD	1	2	2	2	1	2	3	2	1	2
P06	VELOCIDAD	1	3	3	4	3	2	1	2	3	4
P07	VELOCIDAD	2	3	3	4	5	4	3	2	1	2
P08	VELOCIDAD	2	2	2	5	5	6	5	4	3	2
P09	VELOCIDAD	1	2	2	4	5	5	7	6	5	4
P10	VELOCIDAD	2	2	2	5	3	6	7	8	7	6
P11	VELOCIDAD	1	2	2	4	5	4	6	8	8	5
P12	VELOCIDAD	2	2	2	4	5	6	7	8	6	5



AJUSTE DE PARÁMETROS EN TRES MODOS

Cuenta regresiva de 10 minutos, rango de ajuste: 5:00-99:00, paso a paso: 1:00.

Conteo de calorías de 50 kcal, rango de ajuste: 200-990 kcal, paso a paso: 10.

Distancia recorrida de 1 km, rango de ajuste: 1 km-99 km, paso a paso: 1.

La secuencia de cambio de ciclo es manual: tiempo, distancia y calorías.

OTROS

- Al finalizar el conteo de algunos parámetros, la pantalla muestra "END" y sonará 0,5 segundos cada 2 segundos hasta que la cinta de correr se detenga. Luego, regresa al modo manual.
- Al configurar algunos parámetros, puede hacerlos circularmente. Por ejemplo, el rango de tiempo es de 5:00 a 99:00. Cuando el tiempo esté configurado en 99:00, presione el botón "+" para volver a 5:00. Para aumentar o disminuir, use los botones "+" y "-".
- Cuenta regresiva: Tiempo/Calorías/Distancia. Puede configurar solo uno de ellos y correr según la última configuración. El tiempo configurado se cuenta regresivamente y el resto se cuenta hacia adelante.
- El valor estándar de calorías es de 30 kcal/km.



MANTENIMIENTO DEL EQUIPO

GUÍA DE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

CÓDIGO	SIGNIFICADO DEL CÓDIGO DE ERROR	RESOLUCIÓN DEL PROBLEMA
E01	Error de comunicación: La comunicación entre la PCB de control inferior y la consola es anormal después del encendido.	La placa de control inferior deja de funcionar y entra en estado de error. No se puede encender la cinta de correr. La consola muestra el código de error y el zumbador suena 3 veces. Posible causa: La comunicación entre la placa de control inferior y la consola está bloqueada. Revise las conexiones de cada cable para asegurarse de que estén bien insertados. Compruebe si el cable está dañado y, si lo está, reemplácelo.
E02	Indica que la PCB del controlador no detectó el voltaje por encima del motor.	Posible causa: verifique si la línea del motor está conectada, reconéctela, verifique si la PCB del controlador tiene olor y reemplace el motor.
E03	El sensor de velocidad no tiene señal: la PCB del controlador tiene salida de voltaje al motor de CC, pero no puede recibir retroalimentación de la velocidad del motor durante más de 3 segundos.	1. Compruebe si el cable del motor está firmemente conectado al controlador. 2. Al apagar el sistema, el zumbador de la consola emite 9 pitidos, al mismo tiempo que la consola muestra un código de error y la otra área no muestra ningún mensaje. El estado de error se mantiene después de unos 10 segundos en modo de espera y se puede reiniciar. Posible causa: 3 segundos sin detectar la señal del sensor de velocidad. Compruebe si el enchufe del sensor está desconectado o dañado; conéctelo o reemplácelo. 3. Al apagar el sistema, el zumbador de la consola emite 9 pitidos, al mismo tiempo que la consola muestra un código de error y la otra área no muestra ningún mensaje. Si vuelve a la normalidad después del apagado, puede entrar en modo de espera y reiniciar normalmente.



MANTENIMIENTO DEL EQUIPO

GUÍA DE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

CÓDIGO	SIGNIFICADO DEL CÓDIGO DE ERROR	RESOLUCIÓN DEL PROBLEMA
E05	Protección contra sobrecorriente: durante el funcionamiento, la corriente del motor de CC es superior en más de 3 segundos a la corriente nominal.	Al apagar la máquina, el zumbador de la consola emite 9 pitidos, y al mismo tiempo, la consola muestra el código de error; la otra área no muestra ningún mensaje. El estado de error se mantiene después de unos 10 segundos en modo de espera; puede reiniciarse. Posibles causas: una carga excesiva provoca una corriente excesiva, la autoprotección del sistema o una parte de la cinta de correr se atasca, lo que impide que el motor gire; sobrecarga, corriente excesiva, la autoprotección del sistema. Ajuste la cinta de correr para que vuelva a funcionar. O bien, compruebe si el motor funciona con sonido de sobrecorriente o si hay olor a quemado; reemplácelo; o si la PCB del controlador está quemada; reemplácela; o si las especificaciones de voltaje de la fuente de alimentación no cumplen con las especificaciones o son demasiado bajas. Vuelva a realizar la prueba con las especificaciones de voltaje correctas.
E06	Protección a prueba de fuego: una tensión de alimentación anormal o un motor anormal pueden causar daños al circuito del motor de accionamiento.	Posibles causas: compruebe si el voltaje de la fuente de alimentación es inferior al 50 % del voltaje normal. Utilice la especificación de voltaje correcta para volver a realizar la prueba. Compruebe si la PCB del controlador presenta olores y sustitúyala. Compruebe si el cable del motor está conectado y reconéctelo.
E07	Indica que la consola no detectó una señal de bloqueo de seguridad.	Daño en el magnetrón. Verifique si la posición de instalación del magnetrón es correcta y si los imanes están bien colocados.



MANTENIMIENTO DEL EQUIPO

¡ADVERTENCIA! Antes de realizar cualquier mantenimiento a su máquina para correr, siempre desenchufe el cable de alimentación del protector contra sobretensiones.

LIMPIEZA: La limpieza de rutina de su MÁQUINA PARA CORRER prolongará la vida útil de la misma.

¡ADVERTENCIA! Para evitar descargas eléctricas, asegúrese de que la máquina para correr esté apagada y de que la unidad esté desenchufada del tomacorriente de pared antes de intentar cualquier limpieza o mantenimiento.

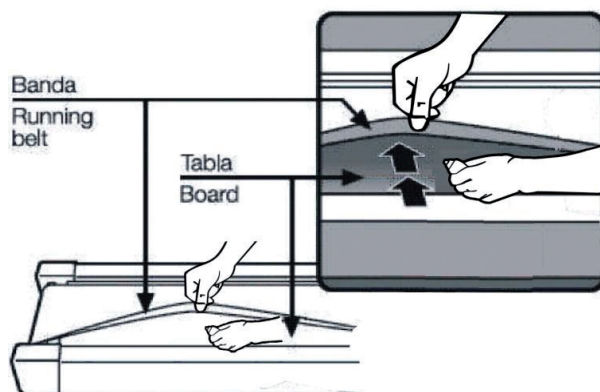
DESPUÉS DE CADA ENTRENAMIENTO: Limpie la consola y otras superficies de la máquina para correr con un paño suave, limpio y humedecido con agua para eliminar el exceso de transpiración. NO USE PRODUCTOS QUÍMICOS.

SEMANALMENTE: Se recomienda el uso de un tapete para caminadora para facilitar la limpieza. La suciedad de sus zapatos entra en contacto con la cinta y eventualmente termina debajo de la caminadora. Aspire debajo de la caminadora una vez a la semana.

LUBRICACIÓN DE LA CUBIERTA: La banda para caminar ha sido prelubricada en la fábrica. Sin embargo, se recomienda que la tabla para caminar se revise periódicamente para ver si está lubricada para asegurar un rendimiento óptimo de la cinta. Cada 10 días o 10 horas de funcionamiento, levante los lados de la banda para caminar y sienta la superficie superior de la tabla para caminar lo más abajo que pueda. Si nota signos de silicona, no se requiere más lubricación. Si se siente seco al tacto, se necesita lubricación. Pregunte a su distribuidor o llame a la línea de servicio sobre el tipo de silicona.

PARA APLICAR LUBRICANTE A LA TABLA PARA CAMINAR

1. Coloque la banda para caminar de manera que la costura esté ubicada en la parte superior y en el centro de la tabla para caminar.
2. Inserte la boquilla rociadora en el cabezal rociador de la lata de lubricante.
3. Mientras levanta el costado de la banda para caminar, coloque la boquilla rociadora entre la banda para caminar y la tabla aproximadamente a 10 cm del frente de la máquina para correr. Aplique el aerosol de silicona a la tabla para caminar, moviéndose desde el frente de la máquina para correr hacia atrás. Repita esto en el otro lado de la cinta. Rocíe aproximadamente 4 segundos en cada lado.
4. Deje que la silicona se 'fije' durante un minuto antes de usar la máquina para correr.



ADVERTENCIA:

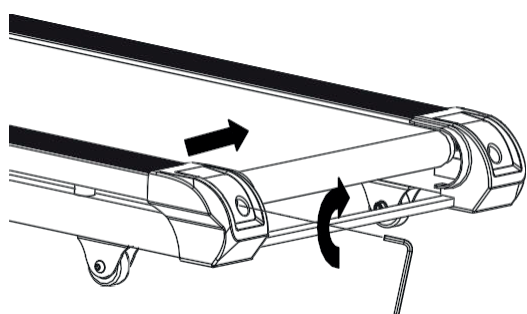
No lubrique demasiado la tabla para caminar. El exceso de lubricante debe limpiarse con una toalla limpia.



MANTENIMIENTO DEL EQUIPO

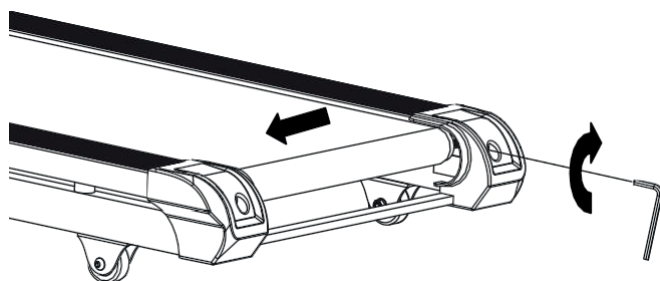
AJUSTE DE LA TENSIÓN DE LA CORREA DE CORRER

La banda de correr viene preajustada de fábrica a la plataforma de carrera, pero tras un uso prolongado puede estirarse y requerir un reajuste. Para ajustar la banda, encienda el interruptor principal de la cinta de correr y deje que la banda funcione a una velocidad de 8-10 km/h. Utilice la llave Allen de 6 mm incluida para girar los pernos de ajuste del rodillo trasero y centrar la banda.

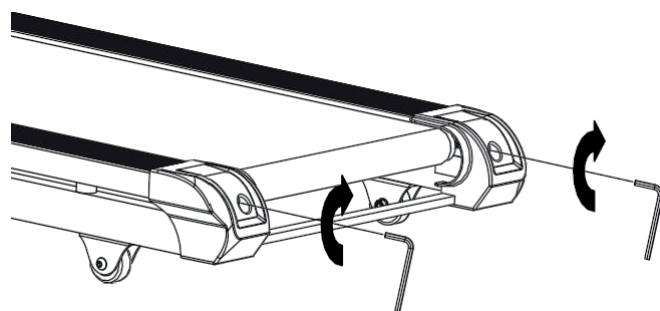


Herramienta:
Llave Allen de 6 mm

Si la banda se desplaza hacia la izquierda, gire el perno de ajuste izquierdo 1/4 de vuelta en sentido horario; la banda debería empezar a corregirse.



Si la banda de correr se desplaza hacia la derecha, gire el perno de ajuste derecho 1/4 de vuelta en sentido horario y la banda debería empezar a corregirse. Siga girando los pernos de ajuste hasta que la banda de correr esté correctamente centrada.



Si la banda de correr resbala durante el uso, apague y desenchufe la cinta. Con la llave Allen de 6 mm incluida, gire los pernos de ajuste del rodillo trasero izquierdo y derecho 1/4 de vuelta en sentido horario. Luego, vuelva a encender el interruptor principal y haga funcionar la cinta a una velocidad de 8 a 10 km/h. Revise la banda de correr para comprobar si sigue resbalando. Repita este procedimiento hasta que la banda deje de resbalar.

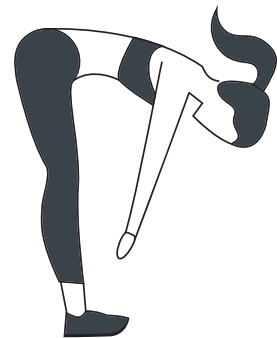


CALENTARSE Y ENFRIARSE

Mantenga cada estiramiento durante un mínimo de diez segundos y luego relaje. Repita cada estiramiento dos o tres veces. Haga esto antes de ejercitarse y también después de que haya terminado.

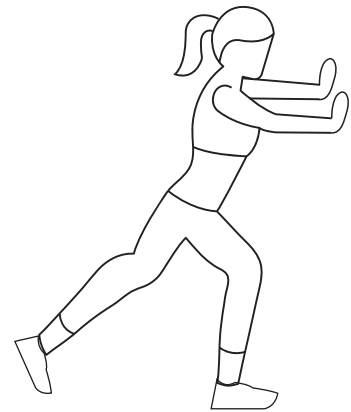
TOQUE DEL PIE

Lentamente inclínese hacia adelante desde la cintura, dejando que la espalda y los hombros se relajen a medida que baja el tronco. Estirare suavemente hacia abajo tanto como sea cómodo y mantenga durante 10 segundos.



TENDÓN DE AQUILES

Gire hacia la pared y coloque ambas manos sobre ella. Manténgase a sí mismo con una pierna mientras coloca la otra detrás de usted con la suela completa sobre el suelo. Doble la pierna delantera e inclínese hacia la pared, manteniendo la pierna trasera recta de modo que la pantorrilla y el tendón de Aquiles se estiren. Mantener durante 5 segundos. Repita con la otra pierna. Repita 2 - 3 veces.



ESTIRAMIENTO LATERAL

Abra los brazos a los lados y suavemente levante por encima de su cabeza. Alcance su brazo derecho tan alto como sea posible por un momento, estirando suavemente los músculos del estómago y la espalda. Repita la acción con su brazo izquierdo. Repetir 3 - 4 veces.

ESTIRAMIENTO INTERNO DEL MUSLO

Siéntese en el suelo y tire de sus piernas hacia su ingle, las plantas de los pies juntos. Mantenga la espalda recta e inclínese hacia adelante sobre sus pies. Apriete los músculos del muslo y mantenga durante 5 segundos. Liberar y repetir 3 - 4 veces.



ESTIRAMIENTO DE LOS ISQUIOTIBIALES

Siéntese en el suelo con la pierna derecha extendida y coloque su pie izquierdo contra la parte interna del muslo derecho. Estire hacia adelante, hacia el pie derecho, y mantenga durante 10 segundos. Relájese y repita con la pierna izquierda extendida. Repita 2 - 3 veces. Mantenga cada estiramiento durante un mínimo de diez segundos y luego relaje. Repita cada estiramiento dos o tres veces. Haga esto antes de ejercitarse y también después de que haya terminado.

