

STARKE

Bike Spinning

STARKE

Manual do Proprietário

Para uma utilização segura e conhecimento do produto,
por favor, leia este MANUAL completamente.

Manual do Proprietário

STARKE



ÍNDICE

Informações Importantes de Segurança	02
Especificações Técnicas	06
Detalhes	06
Instruções de Uso	07
Cuidados Diários e Manutenção	08
Certificado de Garantia	09
Tabela de Inspeção	11
Anotações	12



INFORMAÇÕES IMPORTANTES DE SEGURANÇA

Segurança em Primeiro Lugar

Independentemente do quão entusiasmado você deve estar para usar seu equipamento e se exercitar, utilize o tempo que for necessário para garantir que sua segurança não seja colocada em risco. Um só momento de desatenção, assim como a não observação de uma simples precaução de segurança, pode resultar em um acidente.

1. Leia, estude e entenda o Manual. Além disso, é recomendado que você e os outros usuários se familiarizem com a maneira apropriada de operar este equipamento e com as recomendações de treino para este produto antes de utilizá-lo. Estas informações podem ser obtidas neste Manual, assim como com o seu revendedor.

2. É imperativo que você guarde este Manual, cópias de reposição estão disponíveis com o seu revendedor.

3. Consulte seu médico antes de iniciar qualquer programa de exercícios físicos.

4. Caso o usuário sinta tontura, náuseas, dores no peito ou qualquer outro sintoma anormal, interrompa o exercício.

CONSULTE UM MÉDICO IMEDIATAMENTE.

5. Mantenha suas mãos, membros e cabelos compridos afastados com segurança das partes móveis do equipamento.

6. Vista sempre roupas apropriadas para se exercitar. NÃO utilize roupas que possam ficar presas no equipamento. Também são necessários tênis de corrida ou esportivos.

7. ATENÇÃO: O nível de segurança do equipamento pode ser mantido apenas se inspecionado regularmente para danos e desgastes, por exemplo, em conexões.

8. Caso encontre componentes defeituosos, peças com desgaste ou danificadas (como conexões), ou caso ouça barulhos estranhos vindos do equipamento durante seu uso, pare imediatamente. Substitua os componentes defeituosos. NÃO UTILIZE o equipamento até que o problema tenha sido resolvido.

CUIDADO, ALGUNS COMPONENTES SOFREM DESGASTE NATURALMENTE!

9. ATENÇÃO: O usuário deve pesar no **máximo 150 kg**.

10. Faça um aquecimento de 5 a 10 minutos antes de cada treino e faça um relaxamento de 5 a 10 minutos após. Isto permite que seu coração aumente e diminua gradativamente os batimentos e irá ajudar a prevenir lesões.

11. ATENÇÃO: Utilize o EQUIPAMENTO e inicie o seu treinamento um passo por vez, pois o treino excessivo ou incorreto pode acarretar em danos à sua saúde.

12. ATENÇÃO: É importante manter crianças e animais de estimação distantes deste EQUIPAMENTO o tempo todo, evitando acidentes e que eles se machuquem.

13. ATENÇÃO: Não é recomendável que mulheres grávidas utilizem este equipamento. Favor consultar seu médico antes de utilizar.

14. ATENÇÃO: Pais e outros responsáveis por crianças devem estar cientes de sua responsabilidade, pois o instinto natural de brincar e a vontade por novas experiências que as crianças têm podem levar a situações as quais o equipamento não foi projetado para suportar.

15. ATENÇÃO: Se for permitido que crianças utilizem o equipamento, devem ser levados em conta o desenvolvimento mental e físico da criança e acima de tudo, o seu temperamento. Este equipamento não foi projetado para ser um brinquedo.

18. Indivíduos portadores de deficiência ou limitações não devem utilizar o equipamento sem a presença de um profissional qualificado ou de um médico.

19. Utilize o equipamento em uma superfície sólida, plana e em cima de uma proteção para seu piso ou carpete. Para garantir sua segurança, o equipamento deve estar distante ao menos 60 centímetros de qualquer objeto.

20. ATENÇÃO: Se o piso não estiver nivelado, favor nivelar o equipamento. Este equipamento pode ser utilizado apenas em ambientes internos. **NÃO** o utilize próximo a fontes de água ou em ambientes externos.

21. ATENÇÃO: **NÃO** deixe qualquer objeto afiado próximo ao equipamento após a sua montagem/manutenção.

22. ATENÇÃO: A exibição de seus batimentos cardíacos no monitor é apenas informativa. Exercitar-se além do apropriado é perigoso e mortal. Caso sinta

tontura, interrompa seu treino imediatamente.

Eliminação de Resíduos

Os produtos são recicláveis. No final de sua vida útil, elimine este Artigo corretamente e com segurança.



Obrigado por comprar nosso produto. Mesmo nos esforçando muito para garantir a qualidade de cada produto, erros ocasionais e/ou omissões podem ocorrer. Se você encontrar um defeito com este produto ou falta de peças, entre em contato conosco.

PRECAUÇÕES

- Certifique-se que o cabo de alimentação não esteja exposto de forma que pessoas possam tropeçar.
- Nunca encoste nos pedais com suas mãos enquanto estiver em movimento. Também certifique-se que não há objetos próximos.
- A reparação dos componentes elétricos da unidade deve ser feito somente por pessoas qualificadas.

Informações importantes da Voltagem (SE HOVER)

Antes de conectar o cabo de alimentação a uma tomada elétrica, verificar se os requisitos de voltagem para a sua área vão de acordo com a voltagem da esteira que você recebeu. Os requisitos de energia para a esteira incluem um circuito dedicado, aterrado. Verifique a voltagem na etiqueta presente no produto.

ATENÇÃO: Não tente utilizar esta unidade com um adaptador de voltagem. Não tente utilizar esta unidade com uma extensão elétrica.

Para reduzir o risco de queimaduras, incêndio, choque elétrico ou danos pessoais:

1. O aparelho nunca deve ser deixado sozinho quando está conectado na

tomada. Desligue-o quando não estiver em uso, e antes de colocar ou retirar as peças.

- 2.** Utilize este aparelho apenas para o seu uso pretendido, conforme descrito neste manual. Não use acessórios não recomendados pelo fabricante.
- 3.** Nunca utilize este equipamento se tiver um cabo ou conector solto, se ele não estiver funcionando corretamente, em caso de queda, ou contato com água e estiver apresentando mal funcionamento. Entre em contato com a assistência técnica para análise.
- 4.** Mantenha o cabo longe de superfícies quentes.
- 5.** Nunca utilize o aparelho em locais sem ventilação.
- 6.** Manter as aberturas de ar livre de poeiras, cabelo, e coisas semelhantes.
- 7.** Nunca deixe cair ou insira qualquer objeto em qualquer abertura.
- 8.** Não utilize o equipamento ao ar livre.
- 9.** Não opere em locais com presença de gases inflamáveis.
- 11.** Conecte o aparelho apenas a uma tomada devidamente aterrada.
- 12.** O equipamento destina-se para o uso em residências, academias e condomínios.

Consulte um médico imediatamente

Antes de iniciar qualquer programa de exercícios, consulte seu médico. Isto é especialmente importante para os indivíduos com idade superior a 35 anos ou pessoas com problemas de saúde preexistentes. Leia todas as instruções antes de utilizar qualquer equipamento fitness. Não assumimos nenhuma responsabilidade por danos ou ferimentos sofridos por ou através da utilização desta esteira.

COMPLEMENTOS

Temperatura de funcionamento recomendada: -20° C ~ 40° C.

Temperatura de armazenagem recomendada: -0° C ~ 50° C.

Umidade ideal para operação e armazenagem é entre 40% e 80%.

Abaixo de 40% - Aumenta o risco de acúmulo de energia eletrostática causada pelo atrito entre a lona e deck.

Acima de 80% - Pode condensar água sobre os componentes eletrônicos e causar curto circuito na placa.

Se o cabo de energia estiver danificado, ele deverá ser substituído pelo revendedor, pela assistência técnica ou pessoa qualificada para evitar acidentes.

ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

Medida: 1,10 x 0,60 x 1,20 m.

Roda de Inércia: 25 Kg.

Peso da Bike: 60 Kg.

Capacidade de Utilização: 150 Kg.

DETALHES

Pintura Eletrostática a Pó.

Pé-de-vela em aço carbono.

Cubo da roda em aço maciço.

Proteção da carenagem contra suor.

Sistema de Resistência Mecânica por atrito.

Multi regulagem do assento e do guidão.

Movimento Central de alta resistência mecânica.

Sistema de Transmissão por corrente.

INSTRUÇÕES DE USO

A utilização deste equipamento irá te fornecer diversos benefícios. Irá melhorar sua forma física, tonificar seus músculos e, combinada com uma dieta controlada, ajudá-lo a perder peso.

Este exercício irá melhorar sua circulação e fazer seus músculos funcionarem adequadamente. É recomendável realizar previamente alguns exercícios de alongamento, como mostrado abaixo. Cada alongamento deve ser feito por aproximadamente 30 segundos. Não force seus músculos caso sinta dor durante um alongamento, **PARE**.



CUIDADOS DIÁRIOS E MANUTENÇÃO

1. A vida útil do elíptico pode ser significativamente aumentado caso ele seja mantido limpo. Reduza a acumulação à longo prazo de poeira e sujeira.
2. Os revestimentos pode ser limpada com uma pano umedecido com água e sabão finalizado com aplicação de silicone irá adicionar vida e brilho ao seu equipamento
3. Confira regularmente os parafusos e porcas. Aperte e conserte-os caso apresentem algum problema.
4. A lubrificação de todas as partes móveis do equipamento é essencial para a longevidade e para que ele tenha o desempenho esperado. Nós recomendamos que seja utilizado WD-40.
Obs.: Não utilize lubrificantes com óleo, pois eles irão atrair poeira, sujeiras e fuligem, e com isso, eventualmente corroer buchas e rolamento selados.
5. Periodicamente verifique se todas as partes móveis, revestimentos e conexões não apresentam danos ou desgaste. Se houver qualquer problema e for necessária uma troca de peça, **PARE DE UTILIZAR O EQUIPAMENTO** e entre em contato com seu revendedor.
Faça a troca apenas por peças originais.
6. Todas as superfícies cromadas devem ser limpas regularmente para prolongar a vida útil e o brilho do equipamento. Faça uma limpeza diária com um pano úmido e seque em seguida. Ao menos uma vez por semana, você deve polir as partes cromadas do equipamento com uma cera automotiva específica para tal.
7. Ao verificar parafusos e porcas, garanta que eles estão totalmente apertados. Se houver um parafuso ou porca que fica frouxo frequentemente, troque por uma peça de reposição.
8. Verifique se as soldas não apresentam rachaduras.

A não realização das rotinas de manutenção pode resultar em danos ao equipamento ou ao usuário.

CERTIFICADO DE GARANTIA

A Casa do Fitness Importadora de Artigos Esportivos garante os produtos das marcas relacionados neste certificado contra eventuais defeitos de fabricação, comercializados pela mesma, dentro do território brasileiro pelos prazos abaixo estipulados, a partir da data de emissão da nota fiscal de venda, e somente mediante a apresentação de cupom /nota fiscal original de venda e nos limites fixados por este termo. Esta garantia somente cobre o proprietário original e não é transferível.

Equipamento	Numero de série	Tipo de uso	Data da venda
Bike Spinning Starke			

Prazo de garantia contra defeitos de fabricação pelo período de 12 meses.

Durante o prazo de garantia acima estabelecido, a Casa do Fitness assume o compromisso de substituir ou consertar, sem ônus as peças com defeitos de fabricação.

O cliente será responsável pelo pagamento de taxa de deslocamento do técnico no valor vigente á época.

Caso o cliente prefira, o equipamento dentro da garantia pode ser enviado a um técnico credenciado CASA DO FITNESS mais próximo e o reparo será efetuado sem custo de peças e de mão de obra.

A garantia é valida apenas para defeitos de fabricação e não cobre a quebra de peças decorrente do uso ou transporte do equipamento. Ex.: Peças plásticas.

Eventuais atendimentos e troca de peças não implicam no aumento do prazo de garantia.

Estão excluídas quaisquer reclamações de perdas econômicas, e pedidos de indenização por danos físicos e ou materiais provocados fora ou em redor do equipamento.

A garantia não abrange os serviços de instalação, limpeza e lubrificação dos produtos.

São de responsabilidade do cliente despesas decorrentes do atendimento de chamadas em garantia e julgadas improcedentes.

A garantia será anulada nas seguintes situações:

1. Danos provocados por: roubo, vandalismo, raio, fogo, enchentes e/ou outros desastres naturais, suor, água, solventes, álcool e/ou outros líquidos.

2. Quedas, acidentes, batidas ou uso inadequado.
3. Ligação do produto em rede elétrica fora dos padrões especificados ou sujeita a uma variação excessiva de voltagem.
4. Utilização do produto em ambientes sujeitos a gases corrosivos (ex: evaporação de cloro), umidade ou temperatura excessiva.
5. Utilização do equipamento ao ar livre.
6. Utilização do produto dentro de saunas, garagens, banheiros.
7. Limpeza com produtos químicos não recomendados pela Casa do Fitness que podem provocar manchas.
8. Lubrificação incorreta do equipamento, inclusive falta ou excesso.
9. Quando for constatada a montagem, manuseio, e/ou reparos por pessoas ou assistência técnica não autorizada inclusive o próprio usuários ou a não observância do Manual do Proprietário.
10. Constatada alteração de partes mecânicas, elétrico eletrônicas originais.
11. Constatada remoção ou modificação do numero de série.
12. Constatada a utilização do aparelho em locais expostos á luz solar, chuva, orvalho, poeira, maresia, umidade ou mal ventilada etc.
13. Constatada a manutenção prévia com peças não originais.
14. Constatada a utilização do equipamento por mais de uma pessoa ao mesmo tempo.
15. Constatada a utilização do equipamento por pessoas acima do peso especificado para o produto.
16. Não seguir o planejamento de manutenção anexo a esse manual de operação e montagem.

Não estarão sujeitas às coberturas acima dispostas, peças que por ventura virem a ser trocadas dentro de qualquer prazo por danos causados por mau uso ou conservação e os itens relacionados abaixo:

- Freio
- Pedal

- Firma Pé
- Emborrachamento do Guidão
- Banco

A CASA DO FITNESS não se responsabiliza por eventuais acidentes e suas consequências, decorrentes da violação das características originais ou de montagem fora do padrão de fábrica de seus produtos.

A CASA DO FITNESS reserva-se o direito de promover alterações deste termo de garantia sem aviso prévio.

A garantia somente será válida com a apresentação deste certificado, ou a respectiva nota fiscal de compra e somente em território nacional.

A relação de assistência técnicas autorizadas CASA DO FITNESS pode ser obtida através da central de atendimento ao cliente (12) 2170-3536 de segunda as sextas feiras das 9:00 as 18:00 horas ou pelo e-mail: astec@casadofitness.com.br.

TABELA DE INSPEÇÃO

CHECAR	DIÁRIO	SEMANAL	MENSAL	TRIMESTRAL	SEMESTRAL	ANUAL	BIENAL
Reaperto geral			X				
Nivelamento		X					
Limpeza externa	X						
Limpeza interna				X			
Lubrificação externa WD-40		X					
Lubrificação interna						X	
Verificação da corrente				X			TROCAR
Lubrificação da lona de resistência		X					
Verificação do sistema de carga				X			

Obs.: O não cumprimento dos prazos citados nessa tabela, pode ocasionar perda total ou parcial da garantia.



Distribuído por:
Casa do Fitness Importadora de Art. Esp. Eireli
Av. Com. Vicente Paulo Penido, 454 - São José dos Campos - SP
CNPJ: 08.743.146/0001-39
Comercial:(12) 2170.3536 - Ass.tec.(12) 99626.3616 / (12) 98149.0035
www.casadofitness.com.br
contato@casadofitness.com.br