



Banco SelectTech® 4.1



Manual de montaje

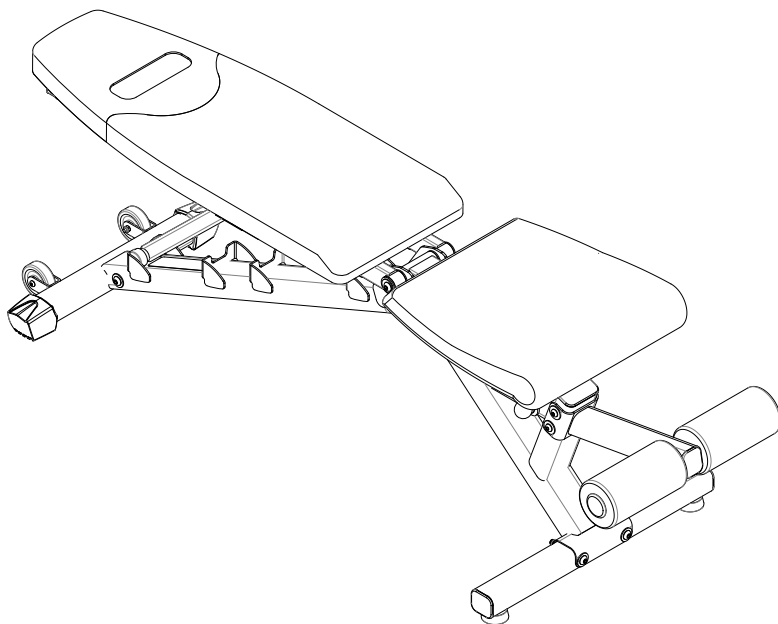


Tabla de contenido

Instrucciones importantes de seguridad.....3
Etiquetas de advertencia de seguridad y número de serie4
Especificaciones.....5
Antes del montaje5
Piezas6
Material7
Herramientas7
Pasos del montaje.....8
Posiciones del banco13
Mantenimiento14
Equipo de ejercicio auxiliar.....15

Para validar el soporte de la garantía, conserve la prueba de compra original y registre la información siguiente:

Número de serie _____

Fecha de compra _____

Para registrar la garantía de su producto, póngase en contacto con su distribuidor local.

Si tiene alguna duda o problema con el producto, póngase en contacto con su distribuidor Bowflex® local.

Nautilus, Inc., (800) NAUTILUS / (800) 628-8458, www.NautilusInc.com - Servicio de atención al cliente: Norteamérica (800) 605-3369, csnls@nautilus.com | fuera de EE.UU. +01-360-859-5180, technics-APLA@nautilus.com | Impreso en China | © 2011 Nautilus, Inc., Todos los derechos reservados.™ y ® indican una marca comercial o una marca comercial registrada. Las marcas comerciales de Nautilus, Inc. (www.NautilusInc.com) incluyen NAUTILUS®, BOWFLEX®, SCHWINN® y UNIVERSAL®, así como sus logotipos respectivos. Las demás marcas comerciales son propiedad de sus propietarios respectivos.

Instrucciones importantes de seguridad



Este icono indica una situación posiblemente peligrosa que, si no se evita, puede causar la muerte o lesiones graves.

Antes de utilizar este equipo, tenga en cuenta las siguientes advertencias:



Lea y comprenda todas las advertencias de esta máquina.

Lea atentamente y comprenda el Manual de montaje.

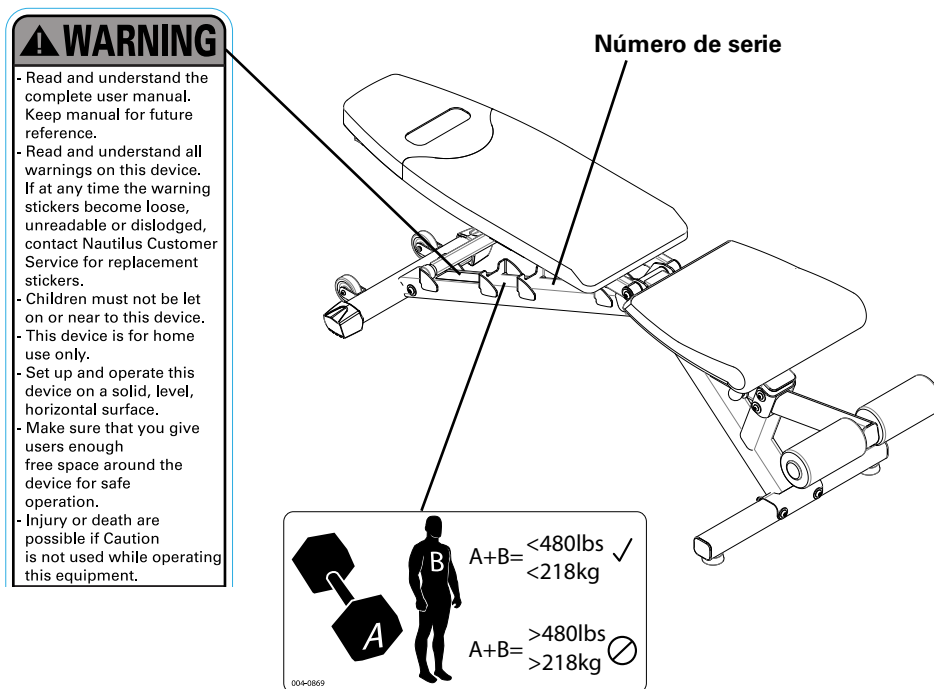
- Mantenga a las personas y a los niños alejados del producto que está montando.
- Asegúrese de que el montaje se lleva a cabo en un lugar de trabajo apropiado, lejos del paso y de la exposición de las personas cercanas.
- Algunos componentes del equipo pueden ser pesados o difíciles de manejar. Pida ayuda a otra persona al realizar los pasos de montaje que implican estas piezas. No intente realizar usted solo ningún montaje que implique movimientos difíciles o el levantamiento de piezas pesadas.
- Límite máximo de carga: 218 kg.
- Este equipo sólo se puede utilizar en el hogar.
- Monte este equipo y hágalo funcionar en una superficie sólida, nivelada y horizontal.
- No monte ni haga funcionar este equipo en el exterior o en lugares húmedos o mojados.
- Realice todos los pasos de montaje en la secuencia indicada. Un montaje incorrecto puede producir lesiones.
- No intente cambiar el diseño o la funcionalidad de este equipo. Podría poner en compromiso la seguridad de este equipo y anular la garantía.
- Si son necesarias piezas de repuesto, utilice únicamente piezas de repuesto y tornillería originales proporcionadas por Nautilus. Si no se usan piezas de repuesto originales, se puede causar riesgos en los usuarios, impedir que el equipo funcione correctamente y anular la garantía.
- No utilice el equipo hasta que esté totalmente montado y se haya inspeccionado su correcto funcionamiento de acuerdo con el Manual del usuario de las mancuernas SelectTech®.
- Lea y comprenda el Manual del usuario completo incluido con estas mancuernas SelectTech® antes de su primer uso. Conserve el Manual del usuario y el Manual de montaje para consultarlos en el futuro.
- No debe dejar que los niños estén en el equipo o cerca de él. Las partes móviles y otros elementos del equipo pueden resultar peligrosos para los niños.
- No está pensado para su uso por menores de 14 años.
- Consulte con el médico antes de comenzar un programa de ejercicios. Interrumpa el ejercicio si siente dolor o presión en el pecho, le falta la respiración o siente mareos. Consulte con el médico antes de volver a utilizar el equipo.

Instrucciones importantes de seguridad

- No lleve ropa o joyas sueltas. Este equipo contiene piezas móviles. No introduzca los dedos ni ningún otro objeto en las partes móviles del equipo de ejercicio.
- Lleve siempre calzado deportivo con suelas de goma cuando use este equipo. No utilice nunca el equipo descalzo o con calcetines.
- Antes de cada uso, inspeccione este equipo en busca de piezas sueltas o signos de desgaste. Póngase en contacto con su distribuidor local para obtener información sobre la reparación.
- Ajuste correctamente y fije con seguridad todos los dispositivos de ajuste de posición. Asegúrese de que los dispositivos de ajuste no golpean al usuario.

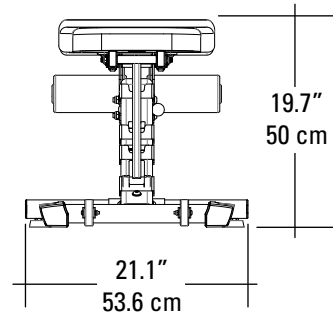
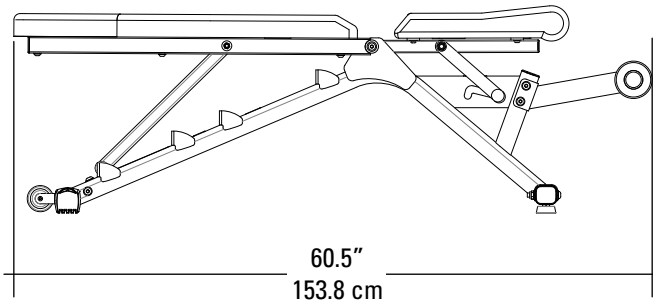
Etiquetas de advertencia de seguridad y número de serie

El equipo incluye etiquetas de advertencia de seguridad en inglés fijadas a la estructura. En una hoja de etiquetas separada se incluyen etiquetas de advertencia de seguridad en otros idiomas para que el cliente las adhiera al equipo. Si una etiqueta se daña, se vuelve ilegible o se quita, solicite otra de recambio en su distribuidor local.



Nota: Registre el número de serie en el espacio Número de serie al principio de este manual.

Especificaciones



Límite máximo de carga 218 kg

Permisos normativos



Este producto es compatible con los requisitos de CE aplicables.

Antes del montaje

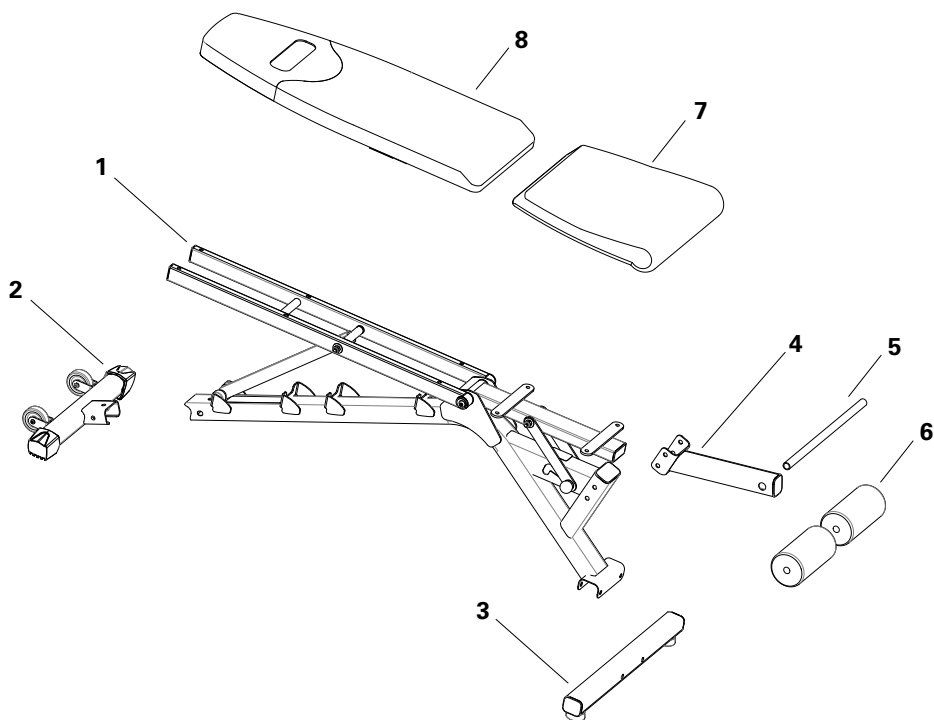
Seleccione la zona en donde va a instalar y montar el equipo. Para un funcionamiento seguro, la ubicación debe estar en una superficie dura y nivelada. Reserve un área de ejercicios de 3 m x 3 m como mínimo.

Aspectos básicos del montaje

Siga estos puntos básicos al montar el equipo:

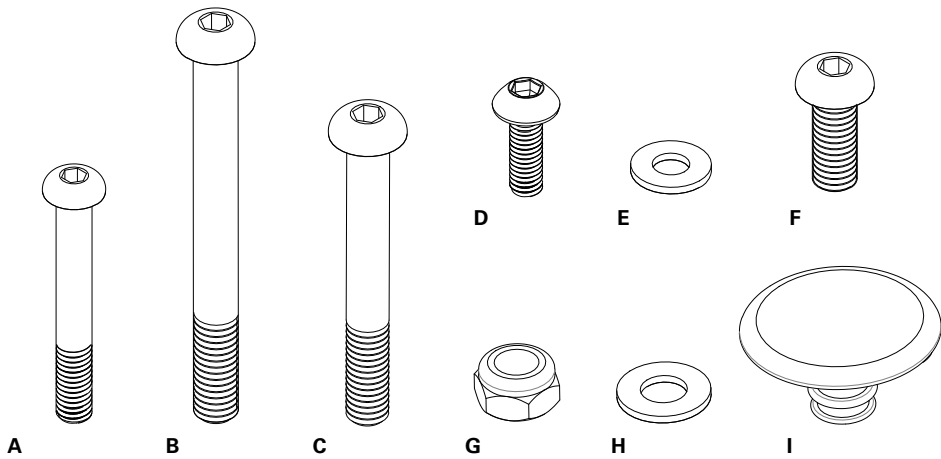
1. Lea y comprenda las "Instrucciones importantes de seguridad" antes del montaje.
2. Reúna todas las piezas necesarias para cada paso del montaje.
3. Con las llaves recomendadas, gire los pernos y tuercas a la derecha (en dirección de las agujas del reloj) para ajustarlos y hacia la izquierda (en dirección contraria a las agujas del reloj) para aflojarlos, a no ser que se indique otra cosa.
4. Al acoplar dos piezas, con cuidado levante y mire a través de los orificios del perno para insertarlo a través de los orificios.

Piezas



Elemento	Descripción	Cant.
1	Armazón principal	1
2	Estabilizador trasero	1
3	Estabilizador frontal	1
4	Montaje del anclaje de las patas	1
5	Tubo, Rodillo de espuma	1
6	Sillín, Rodillo de espuma	2
7	Sillín	1
8	Respaldo	1

Tornillería



Elemento	Descripción	Cant.
A	Tornillo hexagonal de cabeza redonda M8 X 60	6
B	Tornillo hexagonal de cabeza redonda M10 x 100	2
C	Tornillo hexagonal de cabeza redonda M10 x 75	2
D	Tornillo hexagonal de cabeza redonda M8 x 20	4
E	Arandela plana M8	10
F	Tornillo hexagonal de cabeza redonda M10 x 25	3
G	Tuerca de fijación M10	4
H	Arandela plana M10	11
I	Tapa 3/4"	2

Herramientas

Incluidas



5 mm

6 mm



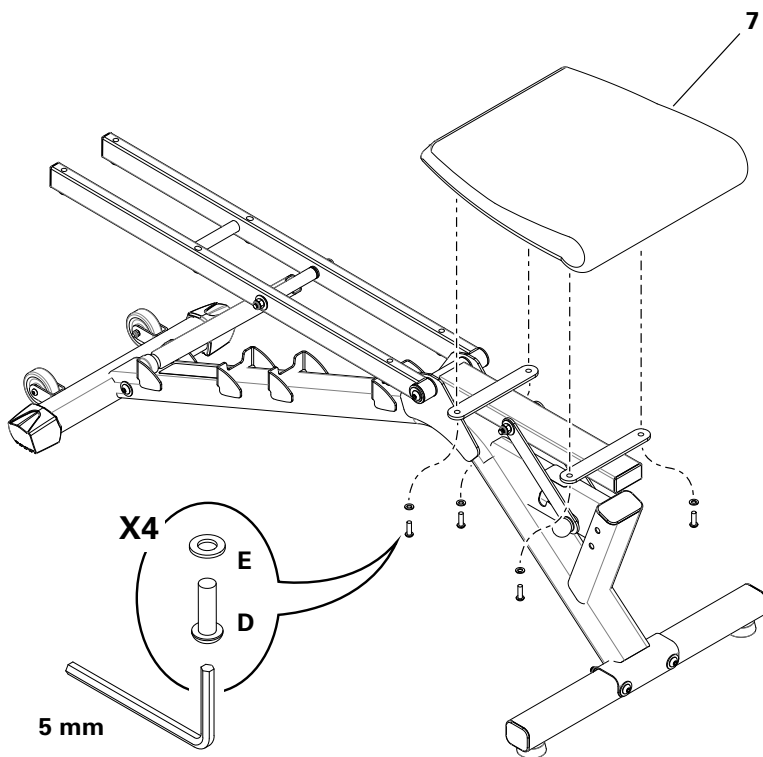
17 mm

No incluidas

Navaja multiusos o tijeras para cortar bridas de nylon

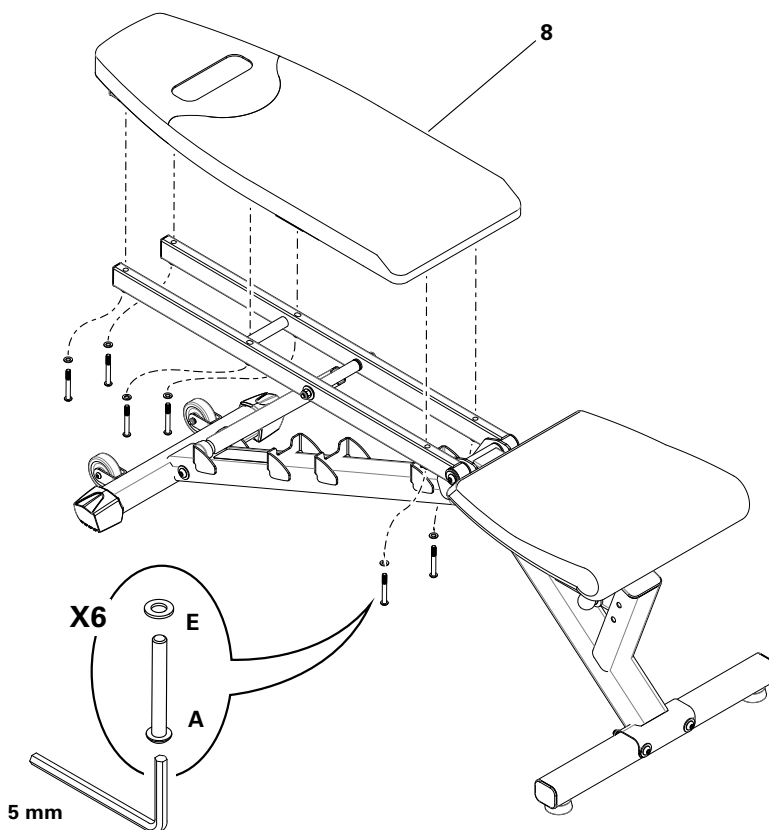
Montaje

Paso 2: Fijar el sillín al armazón principal



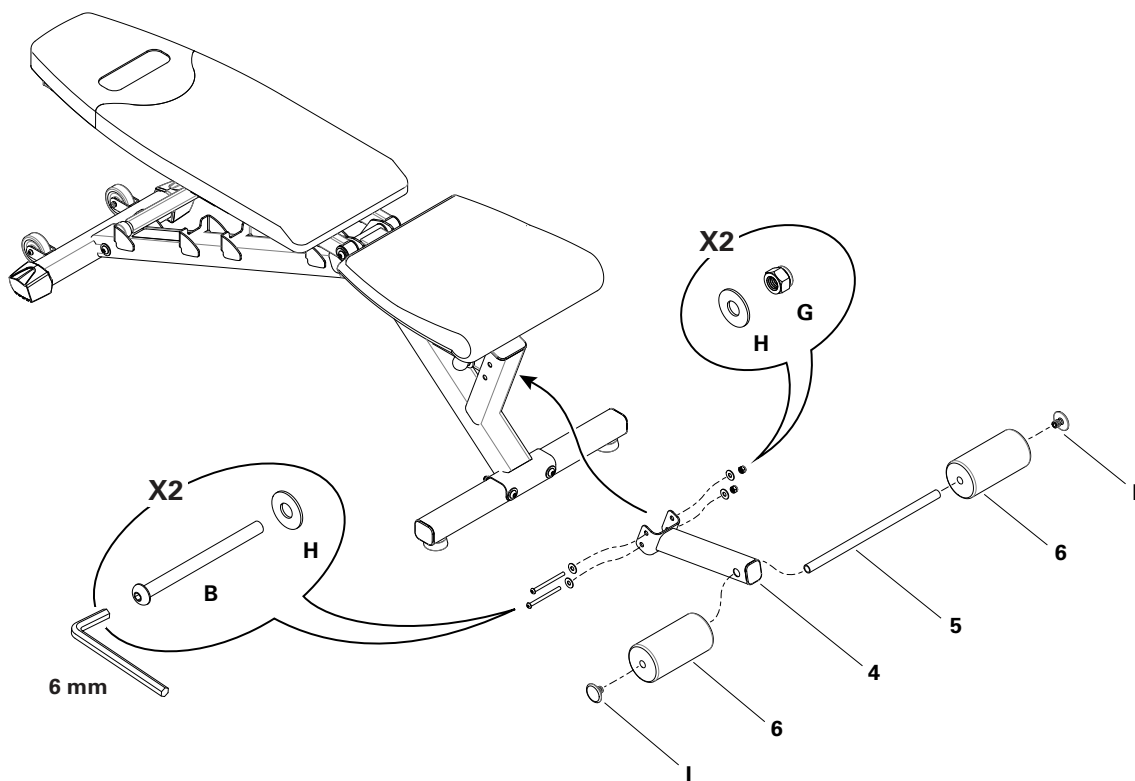
Montaje

Paso 3: Fijar el respaldo al armazón principal



Montaje

Paso 4: Instalar el dispositivo de anclaje de las patas



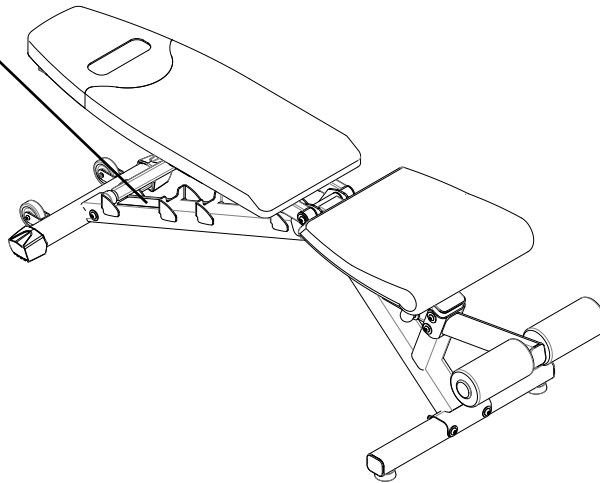
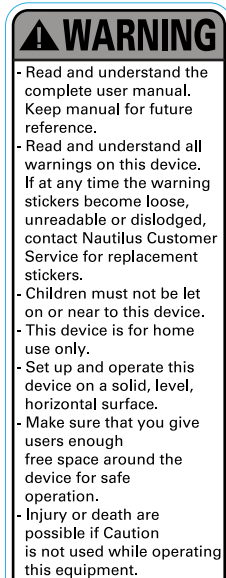
Montaje

Paso 5: Colocar las etiquetas en el conjunto de la estructura



Coloque las etiquetas de advertencia de seguridad en el idioma correspondiente si el equipo lo van a usar personas que no entienden inglés.

Nota: Registre el número de serie en el espacio Número de serie al principio de este manual.



Paso 6: Revisión final

Revise el equipo para asegurarse de que todas las abrazaderas están ajustadas, el equipo está nivelado y los componentes están correctamente montados. Si es necesario, ajuste los pies hasta que estén todos uniformemente nivelados en el suelo.



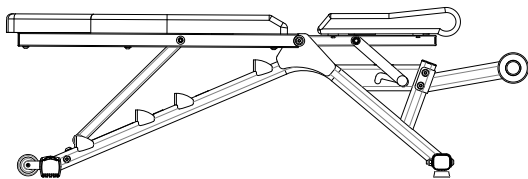
No utilice el equipo hasta que se haya montado completamente y se haya inspeccionado su correcto rendimiento de acuerdo con el Manual del usuario.

Posiciones del banco

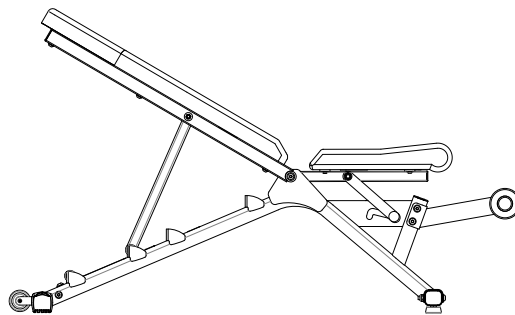


Ajuste correctamente y fije con seguridad todos los dispositivos de ajuste de posición.

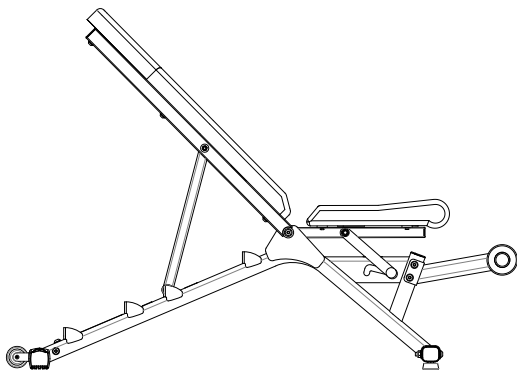
Mantenga el peso corporal centrado en el banco mientras hace ejercicios.



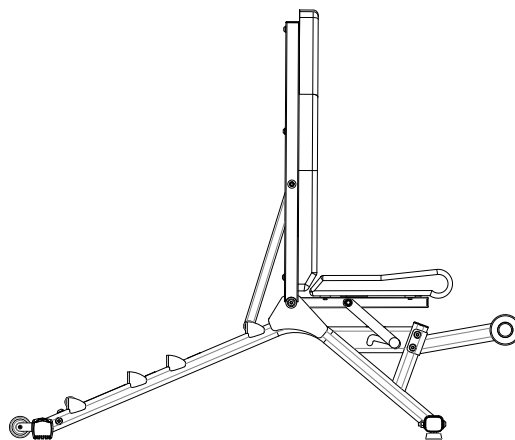
Plano



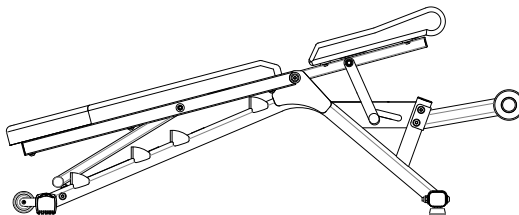
30°



45°



90°



Declinado con el sillín elevado

Mantenimiento



El equipo debe examinarse con regularidad en busca de daños y desgastes. El propietario es el responsable de garantizar que se realiza un mantenimiento regular. Los componentes desgastados o dañados deben reemplazarse inmediatamente o el equipo debe retirarse del servicio hasta que se realice la reparación. Sólo se pueden utilizar los componentes proporcionados por el fabricante para mantener o reparar el equipo.

A diario/antes de cada uso:

Examine el equipo. Asegúrese de que está en buenas condiciones y de que funciona sin problemas. Si ve algún daño, NO LO UTILICE. Póngase en contacto con el distribuidor local.

A diario/después de cada uso:

Limpie el equipo con un paño seco y limpio. Utilice un limpiador no corrosivo.

Semanalmente:

Limpie el equipo por completo con un paño limpio ligeramente humedecido con agua tibia y un poco de jabón suave. Séquelo con un paño distinto. Retoque cualquier arañazo con pintura de retoque para evitar que se oxide, si es necesario.

Mensualmente:

Examine la estructura por si hubiera signos de corrosión o un alabeo permanente. En ese caso, no utilice el equipo. Póngase en contacto con el distribuidor local de inmediato.

Si tiene preguntas sobre el uso o mantenimiento correcto de este equipo, póngase en contacto con el distribuidor local.

Equipo de ejercicio auxiliar

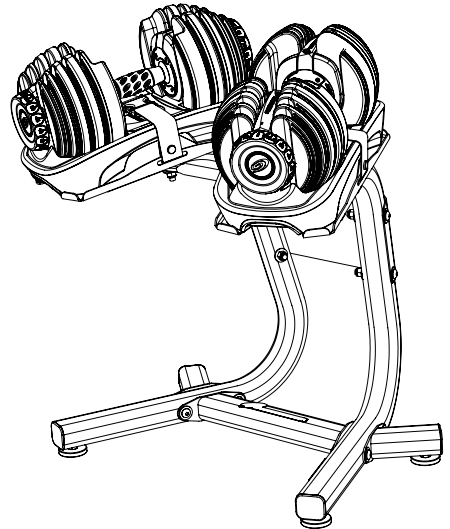
El banco Bowflex® SelectTech® 4.1 está pensado para usarse junto con las mancuernas SelectTech®. Las mancuernas SelectTech® presentan un exclusivo mecanismo de bloqueo diseñado para garantizar la selección completa y correcta de las placas de peso para cada ejercicio. La línea de mancuernas SelectTech® incluye los modelos siguientes:

- Mancuernas SelectTech® 552 – escala de pesos 2,7 - 23,6 kg
- Mancuernas SelectTech® 1090 – escala de pesos 4,5 - 40,8 kg

El uso del banco aumenta la variedad de ejercicios que puede incluir en su rutina de entrenamiento. El Manual del usuario de cada modelo de mancuernas describe la variedad de ejercicios disponibles para mejorar su rutina de ejercicios.

Los soportes para las mancuernas SelectTech® también se venden por separado. Estos soportes están ergonómicamente diseñados para mejorar la funcionalidad de las mancuernas SelectTech®. Los agarres de las mancuernas están situados en una orientación natural, ofreciendo una posición de elevación segura y cómoda. Además, el diseño en forma de V de “fácil acceso” permite al usuario mantener la posición correcta de la parte superior del cuerpo mientras levanta o reemplaza las pesas en la base.

- Soporte para mancuernas Bowflex® – para su uso con las mancuernas de tipo SelectTech® 552 y SelectTech® 1090



Si desea información sobre otros productos, póngase en contacto con su distribuidor local de Bowflex®.



Nautilus®

Bowflex®

Schwinn® Fitness

Universal®