

IRONSIDE®



Caminadora GT LED

IRONSIDE Glam

A010800041031

Es responsabilidad exclusiva del comprador leer el manual del propietario, las etiquetas de advertencia y dar instrucciones a todas las personas sobre el uso adecuado del equipo. Es importante comprender cada advertencia en su totalidad. Se recomienda que todos los usuarios estén informados sobre la siguiente información antes de utilizar el equipo.

ADVERTENCIAS DE SALUD

- Antes de comenzar cualquier programa de ejercicio o acondicionamiento, debes consultar con tu médico personal para determinar si necesitas un examen físico completo. Esto es especialmente importante si eres inactivo, estás embarazada o padeces alguna enfermedad.

- Si en algún momento durante el ejercicio te sientes débil, mareado o experimentas dolor, detén el ejercicio de inmediato y consulta a tu médico.

Para evitar dolores musculares y tensiones, inicia cada entrenamiento con estiramientos y calentamientos, y finaliza cada sesión enfriándote y realizando estiramientos

INSTALACIÓN

Se recomienda que todo el equipo:

- Esté asegurado o instalado sobre una superficie sólida y nivelada para estabilizarlo y eliminar movimientos o vuelcos durante el entrenamiento.

- Se instale en un lugar con ventilación suficiente para garantizar un funcionamiento adecuado.

- Se coloque con un espacio suficiente a su alrededor para que todos los ejercicios puedan realizarse de manera segura.

- Se recomienda que haya al menos 1 metro de espacio alrededor del equipo en las áreas donde se requiera acceso para ejercitarse.

USO ADECUADO

Antes de usar este equipo, por favor, lee las siguientes instrucciones de seguridad y cúmplelas. ¡Gracias!

- Ensambla el equipo siguiendo las instrucciones de montaje.

- Ten cuidado y utiliza herramientas adecuadas para el ensamblaje. Pide ayuda si encuentras algún problema.

- No uses limpiadores corrosivos para limpiarlo.

- Usa ropa y calzado adecuado para el ejercicio a fin de evitar accidentes.

- Si detectas daños en piezas pequeñas, deja de usar el equipo de inmediato y contacta con la empresa o agencia donde lo compraste para realizar el cambio. Instala las nuevas piezas correctamente y asegúrate de que las uniones y partes móviles estén bien ajustadas para evitar peligros durante su uso.

- Los padres u otros adultos supervisores deben vigilar de cerca a los niños si el equipo se usa en su presencia.

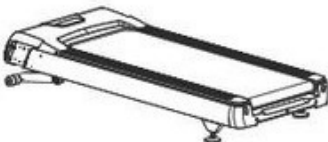
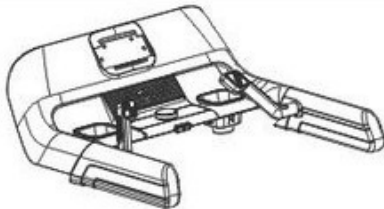
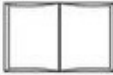
INSPECCIÓN

- No utilices ni permitas el uso de ningún equipo que esté dañado o tenga piezas desgastadas o rotas. Para todos los equipos de Ironside, usa únicamente piezas de repuesto suministradas por Ironside.
- Asegúrate siempre de que todas las tuercas y tornillos estén bien ajustados antes de cada uso.
- Conserva las etiquetas y placas de identificación; no las retires por ninguna razón, ya que contienen información importante.
- Mantenimiento del equipo: el mantenimiento preventivo es clave para el funcionamiento óptimo del equipo. Asegúrate de seguir nuestros consejos de mantenimiento para garantizar el correcto funcionamiento continuo de tu equipo Ironside.
- Antes de cada uso, examina todos los accesorios aprobados para su uso con el equipo Ironside en busca de daños o desgaste.
- Si tu equipo Ironside parece dañado o desgastado, no intentes usarlo ni repararlo por tu cuenta.

ADVERTENCIAS DE USO

- Una conexión incorrecta del conductor de puesta a tierra puede provocar descargas eléctricas.
- Consulte con un electricista calificado si tiene dudas sobre si el producto está correctamente conectado a tierra.
- No modifique el enchufe incluido con el producto.
- Si el enchufe no encaja en la toma de corriente, solicite a un electricista calificado que instale una toma adecuada.
- El producto cuenta con un enchufe de conexión a tierra.
- Asegúrese de conectarlo a una toma de corriente con la misma configuración.
- No es necesario utilizar adaptadores.
- El producto debe estar correctamente conectado a tierra antes de su uso.
- En caso de mal funcionamiento, la conexión a tierra minimizará el riesgo de descarga eléctrica al proporcionar un camino de menor resistencia para la corriente.
- El cable del producto incluye un conductor de puesta a tierra.
- Debe conectarse a una toma de corriente adecuada, instalada y puesta a tierra conforme a los códigos y normativas locales.

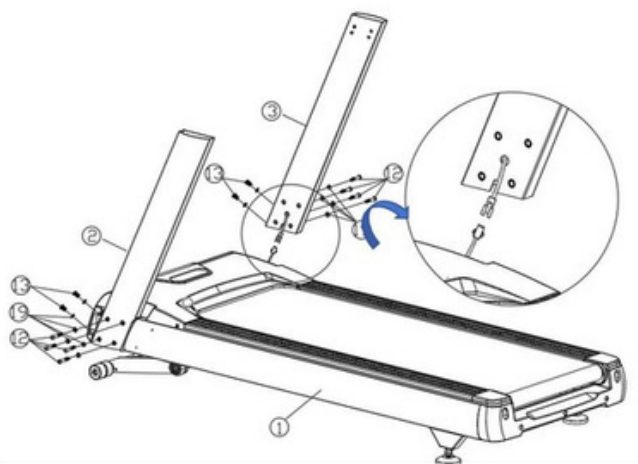
 CONSERVA ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES PARA USO Y REFERENCIA FUTUROS.

 1	 2	 3	 4		
 5	 6	 7	 8	 9	 10
 11	 12	 13	 14	 15	 16
 17	 18	 19	 20	 21	 22
 23	 24	 25	 26	 27	



Paso 1

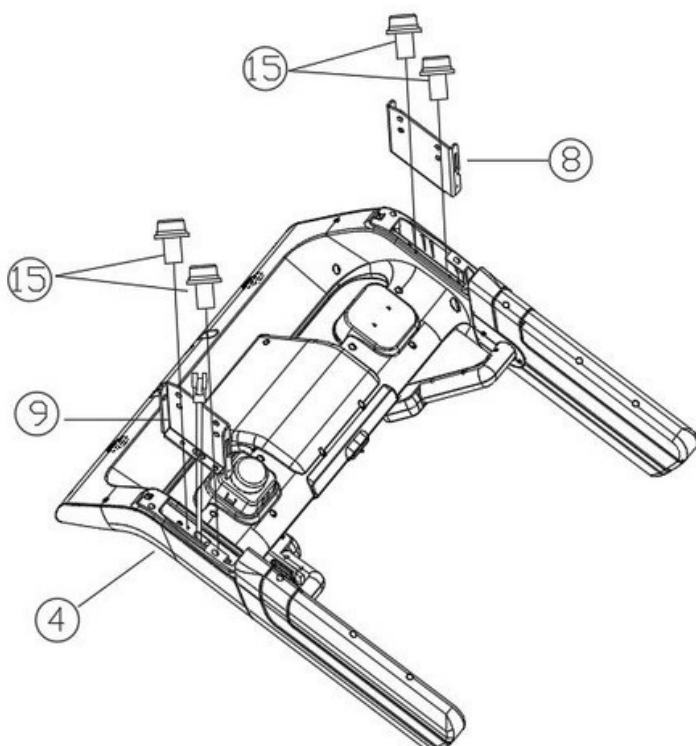
1. Se requieren al menos 2 personas para ensamblar la caminadora.
2. Abra la caja y retire toda la espuma protectora y las piezas de ensamblaje.
3. Coloque el marco principal en el suelo.



Paso 2

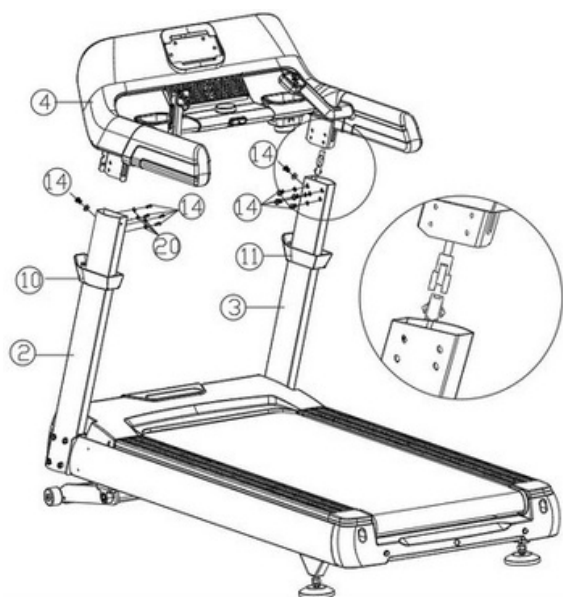
1. Saque el soporte vertical izquierdo (2) y alinéelo con el marco (1), asegurándose de que los orificios de los tornillos coincidan.
2. Use cuatro pernos M10*60 (12) y cuatro arandelas planas (17) con la llave 6# (22) para instalar el soporte vertical izquierdo en el marco.
3. Luego, use la llave 6# (22) para fijar los dos pernos M10*20 (13) con dos arandelas planas (17).
4. Fije el soporte vertical derecho (3) al marco (1) de la misma manera.

NOTA: No apriete los tornillos completamente en este paso.



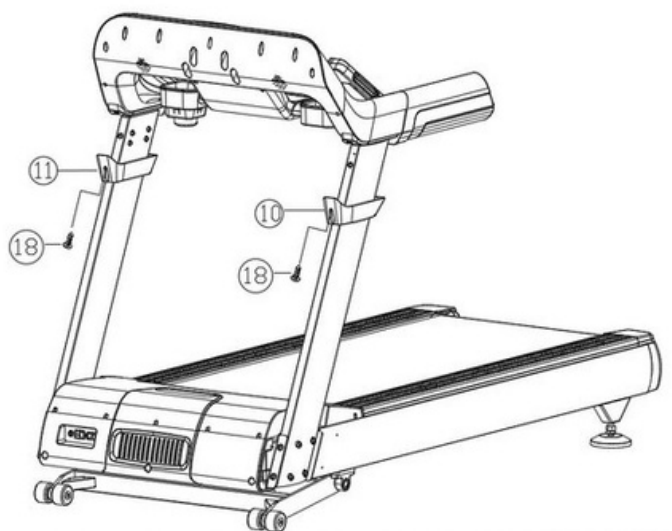
Paso 3

1. Saque la consola y colóquela sobre una mesa nivelada.
2. Retire nuevamente el anillo de sujeción del soporte de la computadora - R (9) y pase el cable de comunicación a través del orificio de roscado del anillo de sujeción del soporte de la computadora - R (9) como se muestra en la imagen.
3. Utilice dos pernos M8*20 (15) para fijarlo en el conjunto de la consola (4) con la llave 6# (22) y apriételo.
4. Fije el anillo de sujeción del soporte de la computadora - L (8) al conjunto de la consola (4) de la misma manera.



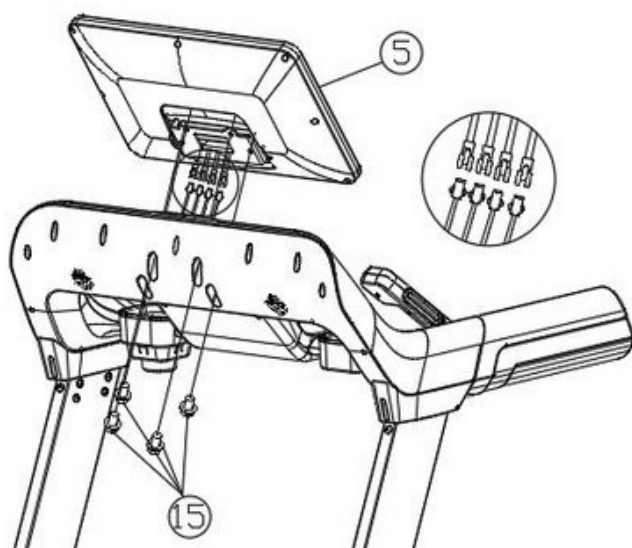
Paso 4

1. Saque las cubiertas plásticas de la consola izquierda (10) y derecha (11), y colóquelas sobre los tubos verticales izquierdo y derecho (2/3).
2. Dos personas deben levantar los pasamanos izquierdo y derecho junto con el conjunto de la consola (4).
3. Conecte los cables entre los tubos verticales y el conjunto de la consola.
4. Ensamble el conjunto de la consola (4) sobre los tubos izquierdo y derecho (2/3) y fíjelo firmemente con 10 tornillos M8x15 (14) y 10 arandelas planas (20) utilizando una llave Allen de 5 mm.



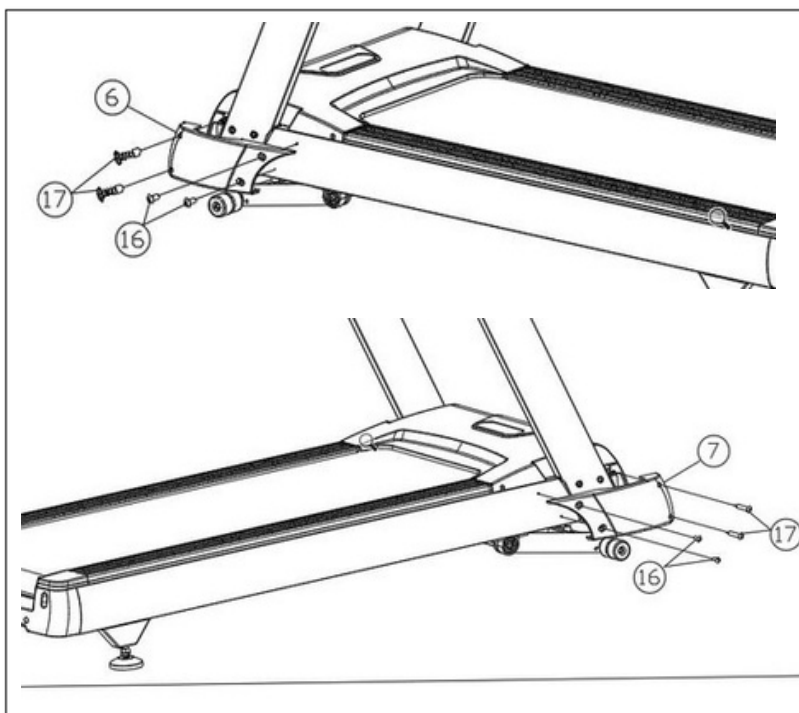
Paso 5

1. Deslice hacia arriba la cubierta plástica izquierda de la consola (10) y fíjela con un tornillo M4x15 (18) utilizando el destornillador (23).
2. Repita el mismo procedimiento para instalar la cubierta plástica derecha de la consola (11).



Paso 6

1. Saque la computadora (5) de la caja.
2. Una computadora de 500 MHz o superior. Conecte los cables de señal entre la computadora y la consola.
3. Luego, coloque la computadora (5) sobre el conjunto de la consola (4) y fíjela con dos tornillos M8x15 (15) utilizando la llave 6# (22).



Paso 7

1. Antes de este paso, asegúrese de apretar todos los pernos de ensamble con las llaves correspondientes.
2. Tome la cubierta del tubo vertical izquierdo (6) y fíjela al marco principal (1).
3. Utilice dos tornillos M4×15 (17) y el destornillador (23) para fijarla.
4. Luego, utilice dos pernos M5×10 (16) para asegurarla al marco y apriételos completamente.

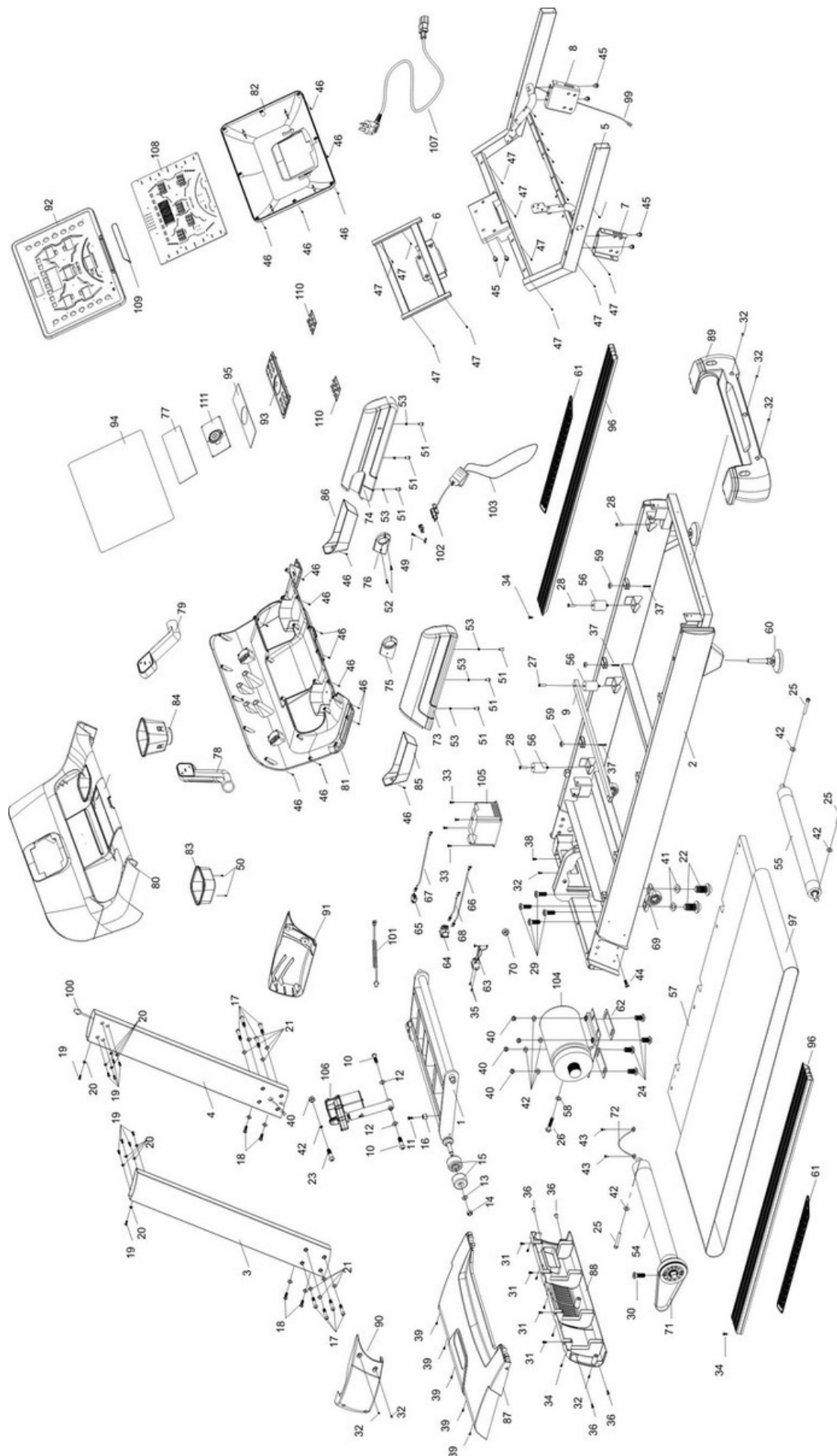
Paso 8

Instale la cubierta del tubo vertical derecho (7) al marco de la misma manera que en el paso 7 y apriétela firmemente.



Verificación final:

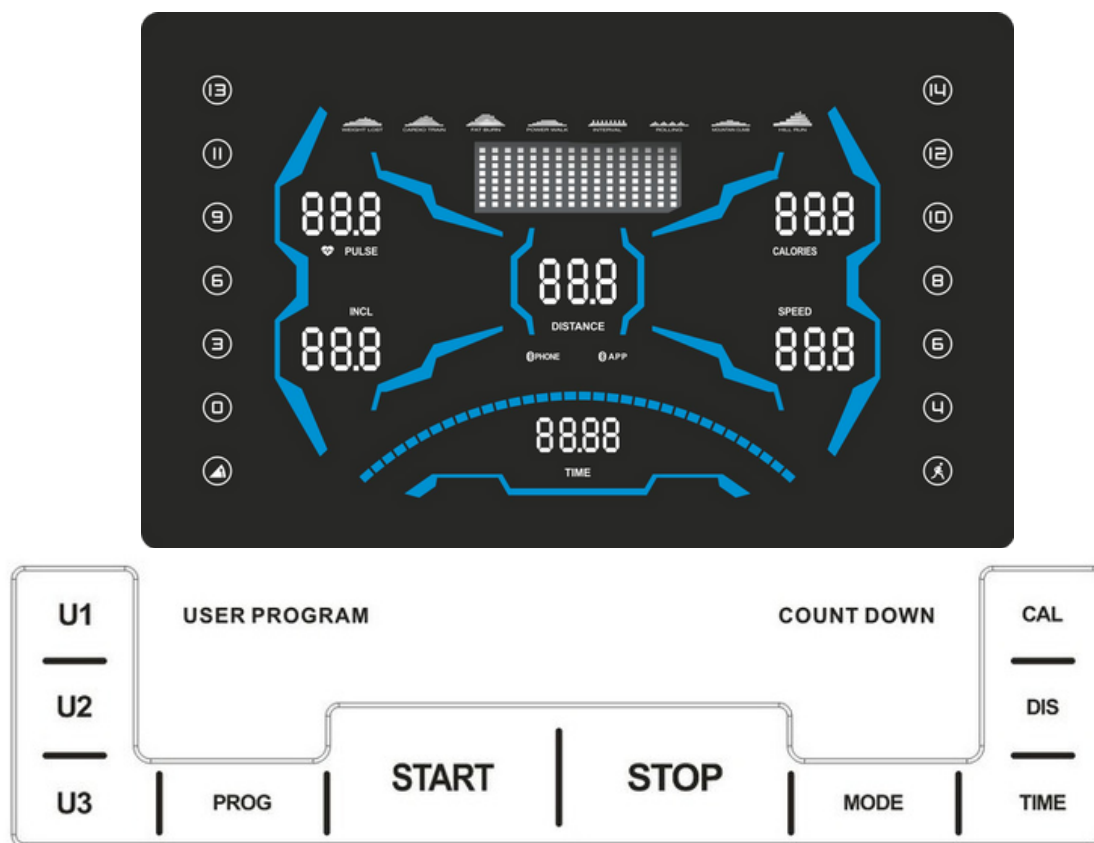
1. Verifique que todos los tornillos estén correctamente ajustados.
2. Conecte el cable de alimentación y coloque la llave de seguridad en la consola.
3. ¡Encienda el equipo para realizar la prueba!



CONSEJOS GENERALES DE SEGURIDAD

- A. Practique cómo subir y bajar de la caminadora antes de comenzar su entrenamiento.
- B. Coloque la llave de seguridad en la consola (la caminadora no funcionará sin ella). Sujete el otro extremo de la llave de seguridad a su ropa antes de ejercitarse para asegurar que la caminadora se detenga si usted se aleja accidentalmente.
- C. Si el usuario se cae de la caminadora, la llave de seguridad se soltará del panel y la máquina se detendrá inmediatamente para evitar lesiones.
- D. No se pare sobre la banda de carrera al encender la caminadora. Párese con los pies a cada lado sobre los rieles plásticos.
- E. La caminadora se iniciará a 1.0 KM/H después de una cuenta regresiva de 3, 2, 1. Si es un usuario nuevo, comience a baja velocidad y sujétese de los pasamanos hasta sentirse cómodo.

GUÍA RÁPIDA DE FUNCIONES DEL DISPLAY



GUÍA RÁPIDA DE FUNCIONES DEL DISPLAY

- **TIEMPO:** Muestra el tiempo total de ejercicio acumulado, desde 5:00 hasta 99:00 minutos.
- **PULSO:** Al tomar ambos sensores de acero inoxidable en los pasamanos frontales, se mostrará su frecuencia cardíaca en pulsaciones por minuto.
- **INCLINACIÓN:** Muestra el nivel actual de inclinación del deck, desde -3 hasta 20.
- **VELOCIDAD:** Muestra la velocidad actual de la banda o el nombre del programa en uso.
- **CALORÍAS:** Muestra el consumo de calorías acumulado (de 20 a 990 KCAL).
- **DISTANCIA:** Muestra la distancia total acumulada, desde 1.0 hasta 99.0 kilómetros.

INICIO RÁPIDO

1. Conecte el cable de alimentación y encienda la caminadora.
2. Asegúrese de que no haya objetos sobre la máquina o en su entorno que interfieran con su funcionamiento.
3. Párese sobre los rieles laterales (no sobre la banda).
4. Coloque el clip de la llave de seguridad en su ropa.
5. Inserte la llave de seguridad en el orificio correspondiente de la consola. La caminadora entrará en modo listo (start/ready).

MÉTODOS PARA INICIAR EL ENTRENAMIENTO

- A. Modo Manual: Presione el botón START para iniciar la caminadora.
- B. Modo Cuenta Regresiva: Presione el botón MODE para seleccionar una cuenta regresiva por TIEMPO, DISTANCIA o CALORÍAS.
- C. Selección de Programa: Presione el botón PROG para acceder a 64 programas preestablecidos o a la función de medición de grasa corporal.

FUNCIONES DE LOS BOTONES

- **START / STOP:** Presione el botón giratorio SWITCH para iniciar o detener la caminadora.
- **PROG:**
 1. Programas preestablecidos (P1 a P08)
 2. Programas personalizados (U1 a U3)
 3. Medición de grasa corporal (H03)
- **MODE:**
 1. En modo manual: activa la cuenta regresiva (tiempo, distancia o calorías)
 2. En programas preestablecidos: accede a modos de nivel L2 a L8.
 3. En modo de grasa corporal: confirma y pasa al siguiente parámetro
- **U1 / U2 / U3:** Acceso directo a programas de usuario personalizados
- **TIME / DISTANCE / CAL:** Programas de cuenta regresiva.
- **BOTONES DE VELOCIDAD RÁPIDA:** Presione 4 / 6 / 8 / 10 / 12 / 14 para seleccionar la velocidad deseada directamente.
- **BOTONES DE INCLINACIÓN RÁPIDA:** Presione 0 / 3 / 6 / 9 / 11 / 13 para seleccionar la inclinación deseada directamente.

USO DURANTE EL ENTRENAMIENTO

Paso 1: Inserte la llave de seguridad para activar el display.

Paso 2: Presione el botón SWITCH para iniciar la caminadora después de la cuenta regresiva (3, 2, 1).

Utilice los botones SPEED +/- o los de VELOCIDAD RÁPIDA para ajustar la velocidad. Use los botones INCLINE +/- o de INCLINACIÓN RÁPIDA para modificar la pendiente.

Paso 3: Para medir su pulso, sujete los sensores de acero inoxidable en los pasamanos. Puede tardar unos segundos en mostrarse. La frecuencia cardíaca aparecerá en la ventana PULSE.

Paso 4: Para detener el entrenamiento, presione nuevamente el botón SWITCH o retire la llave de seguridad para apagar el sistema.

NOTA IMPORTANTE

- Si el tiempo de entrenamiento supera los 99:59 minutos, la caminadora no se detendrá automáticamente. El tiempo continuará desde 0:00.

CUENTA REGRESIVA (COUNT DOWN OPERATION)

Paso 1:

Inserta la llave de seguridad para activar la pantalla. La caminadora entrará en estado de espera (start/ready).

Paso 2:

Presiona el botón MODE.

- La ventana de TIEMPO mostrará 30:00. Usa los botones SPEED +/- o INCLINE +/- para ajustar el tiempo de cuenta regresiva entre 5:00 y 99:00 minutos.
- Si no deseas configurar el tiempo, presiona nuevamente MODE.
- La ventana de DISTANCIA mostrará 1.0 KM. Puedes ajustar una cuenta regresiva de 1.0 KM a 99.0 KM.
- Si tampoco deseas configurar distancia, presiona MODE otra vez.
- La ventana de CALORÍAS mostrará 50 CAL. Puedes configurar una cuenta regresiva entre 20 CAL y 990 CAL.
- Para volver al estado de inicio/espera, presiona el botón RESET.

Paso 3: Una vez configurado el parámetro de cuenta regresiva, presiona START para iniciar el movimiento de la banda tras una cuenta regresiva de varios segundos.

Paso 4: Durante el entrenamiento, puedes ajustar la velocidad e inclinación con los botones SPEED +/- y INCLINE +/-, o utilizar los botones de acceso rápido QUICK SPEED y QUICK INCLINE para seleccionar valores directamente.

Paso 5: Presiona el botón giratorio SWITCH para detener el entrenamiento o retira la llave de seguridad para apagar el sistema.

PROGRAMAS PREESTABLECIDOS (PRESET PROGRAMS OPERATION)

Notas: Todos los programas preestablecidos están compuestos por 18 segmentos basados en tiempo. Cada segmento tiene configuraciones predeterminadas de velocidad e inclinación. El tiempo total del programa se distribuye automáticamente entre estos 18 segmentos según el tiempo que configures.

- Paso 1: Inserta la llave de seguridad para activar la pantalla. La caminadora estará en estado de espera (start/ready).
- Paso 2
 1. Presiona el botón PROGRAM para recorrer los 64 programas preestablecidos o acceder a la función de grasa corporal (BODY FAT).
 2. Luego de seleccionar un programa, presiona los botones SPEED +/- para modificar el tiempo total.
 3. El tiempo por defecto es de 30:00 minutos, y puede ajustarse entre 5:00 y 99:00 minutos.
- Paso 3: Una vez definido el tiempo, presiona el botón giratorio SWITCH para confirmar e iniciar el programa.
- Paso 4: Durante la ejecución del programa puedes ajustar la velocidad y la inclinación usando los botones SPEED +/- y INCLINE +/-, o los botones de acceso rápido QUICK SPEED y QUICK INCLINE.

Nota: Los cambios que realices solo se aplicarán al segmento actual. Cuando el segmento finalice, la caminadora continuará con las configuraciones preestablecidas del siguiente segmento.

- Paso 5: Para detener el entrenamiento, presiona el botón SWITCH o retira la llave de seguridad.

PROGRAMAS DE USUARIO (U01, U02, U03)

Además de los 64 programas preestablecidos, la caminadora incluye 3 programas de usuario personalizados.

CONFIGURACIÓN DEL PROGRAMA DE USUARIO

1. Presiona el botón PROG para desplazarte entre los 3 usuarios (U01 / U02 / U03).
2. Presiona el botón MODE para configurar el tiempo del primer segmento.
3. Luego, ajusta la velocidad con los botones SPEED +/-.
4. Ajusta la inclinación con los botones INCLINE ▲/▼.
5. Presiona MODE nuevamente para confirmar ese segmento y avanzar al siguiente.
6. Repite el proceso hasta completar los 18 segmentos (la pantalla mostrará S01 a S18).
7. Todos los datos se guardarán automáticamente, a menos que se apague la energía eléctrica durante la configuración (en ese caso, la información no se conservará).
8. También puedes ingresar directamente al programa de usuario con los botones U1 / U2 / U3.

INICIAR UN PROGRAMA DE USUARIO

- Paso 1: Presiona PROG para elegir U01, U02 o U03.
- Paso 2: Ajusta el tiempo total de entrenamiento y luego presiona el botón SWITCH para iniciar la caminadora.
 - Durante el entrenamiento, puedes ajustar la velocidad con SPEED +/- o con los botones de velocidad rápida (QUICK SPEED).
 - Los cambios de velocidad e inclinación solo serán válidos para el segmento actual.
 - Al finalizar ese segmento, la caminadora seguirá con los valores preestablecidos.
- Paso 3: Para detener el entrenamiento, presiona el botón SWITCH o retira la llave de seguridad.

PROGRAMAS DE FRECUENCIA CARDÍACA (HRC: H1 / H2 / H3)

Configuración del Programa HRC

1. Presiona PROG para elegir H1, H2 o H3.
 2. Presiona MODE para configurar tu edad y tu frecuencia cardíaca objetivo.
 3. Luego, presiona nuevamente MODE para establecer el tiempo total.
 4. Presiona el botón SWITCH para comenzar.
- Rango de edad: 15 a 80 años
 - Frecuencia cardíaca objetivo: $80 \text{ hasta } (220 - \text{edad}) \times 0.9$

H1 – Ajuste Automático de Velocidad por Ritmo Cardíaco

- Velocidad inicial: 1 km/h | Inclinación inicial: 0
- Después de 1 minuto, cada 30 segundos la caminadora ajustará la velocidad:
- Si $(\text{FC objetivo} - \text{FC usuario}) > 30 \rightarrow$ Aumenta +2.0 km/h
- Si $(\text{FC objetivo} - \text{FC usuario}) < 30 \rightarrow$ Disminuye -1.0 km/h
- Si $(\text{FC usuario} - \text{FC objetivo}) > 30 \rightarrow$ Disminuye -2.0 km/h
- Si $(\text{FC usuario} - \text{FC objetivo}) < 30 \rightarrow$ Disminuye -1.0 km/h

H2 – Ajuste Automático de Inclinación por Ritmo Cardíaco

- Velocidad inicial: 4 km/h | Inclinación inicial: 4
- Después de 1 minuto, cada 30 segundos la caminadora ajustará la inclinación:
 1. Si $(FC \text{ objetivo} - FC \text{ usuario}) > 30 \rightarrow$ Aumenta +2 niveles
 2. Si $(FC \text{ objetivo} - FC \text{ usuario}) < 30 \rightarrow$ Disminuye -1 nivel
 3. Si $(FC \text{ usuario} - FC \text{ objetivo}) > 30 \rightarrow$ Disminuye -2 niveles
 4. Si $(FC \text{ usuario} - FC \text{ objetivo}) < 30 \rightarrow$ Disminuye -2 niveles

H3 – Ajuste Combinado de Velocidad e Inclinación

- Velocidad inicial: 3 km/h | Inclinación inicial: 2
- Después de 1 minuto, la caminadora ajustará tanto la velocidad como la inclinación automáticamente según el ritmo cardíaco del usuario
- A. Si $(Frecuencia \text{ cardíaca objetivo} - Frecuencia \text{ cardíaca del usuario}) > 30 \rightarrow$
 - La velocidad aumenta en 2.0 km/h
 - La inclinación aumenta en 1 nivel
- B. Si $(Frecuencia \text{ cardíaca objetivo} - Frecuencia \text{ cardíaca del usuario}) < 30 \rightarrow$
 - La velocidad disminuye en 1.0 km/h
 - La inclinación disminuye en 1 nivel
- C. Si $(Frecuencia \text{ cardíaca del usuario} - Frecuencia \text{ cardíaca objetivo}) > 30 \rightarrow$
 - La velocidad disminuye en 2.0 km/h
 - La inclinación disminuye en 1 nivel
- D. Si $(Frecuencia \text{ cardíaca del usuario} - Frecuencia \text{ cardíaca objetivo}) < 30 \rightarrow$
 - La velocidad disminuye en 1.0 km/h
 - La inclinación disminuye en 1 nivel
- E. Si la frecuencia cardíaca del usuario supera $(220 - \text{edad})$:
 - La velocidad se reducirá a 1.0 km/h
 - La consola emitirá una alarma cada segundo
 - Si esta condición se mantiene durante 15 segundos, la caminadora se detendrá automáticamente.
- F. Si no se detecta señal de frecuencia cardíaca durante 1 minuto:
 - La velocidad también se reducirá a 1.0 km/h
 - La consola emitirá una alarma cada segundo
 - Si no se recupera la señal en 15 segundos, la caminadora se detendrá.

FUNCIÓN DE MEDICIÓN DE GRASA CORPORAL (BODY FAT)

Esta función estima tu porcentaje de grasa corporal en base a datos personales.

Nota: Esta estimación es aproximada. Personas con condiciones médicas o que requieran un valor exacto no deben usarla como referencia médica.

Configuración de la función BODY FAT:

- Paso 1: Presiona el botón PROG repetidamente hasta seleccionar la función BODY FAT.
- Paso 2: Presiona el botón MODE para ingresar los parámetros:
 - La ventana de velocidad mostrará F-1
 - La ventana de tiempo mostrará 1, que representa el sexo
 - Usa SPEED +/- para seleccionar:
 - 1 = Hombre
 - 2 = Mujer
 - Presiona MODE para continuar.

Paso 3:

- F-2 en la ventana de velocidad indica Edad
- La ventana de tiempo mostrará el valor actual (por defecto 25)
- Ajusta entre 10 y 99 años usando SPEED +/-
- Presiona MODE para continuar.

Paso 4:

- F-3 indica Estatura
- La ventana de tiempo mostrará el valor (por defecto 170 cm)
- Ajusta entre 100 cm y 220 cm
- Presiona MODE para continuar.

Paso 5:

- F-4 indica Peso
- La ventana de tiempo mostrará (por defecto 70 kg)
- Ajusta entre 20 kg y 150 kg
- Presiona MODE para continuar.

Paso 6:

- Una vez finalizada la configuración, presiona nuevamente MODE
- La ventana de velocidad mostrará F-5
- La consola estará lista para calcular y mostrar el resultado estimado.
- Cuando la pantalla muestre “—”, significa que la consola está procesando el cálculo.

Sujeta los sensores de pulso en los pasamanos con ambas manos y, después de aproximadamente 5 segundos, el resultado del porcentaje de grasa corporal se mostrará en la ventana de TIEMPO.

TABLA DE GRASA CORPORAL (BODY FAT CHART)

Condición Corporal	Resultado
Obeso	BMI>30
Sobrepeso	26<BMI<30
En forma	19<BMI<25
Delgado	BMI<19

CARGADOR INALÁMBRICO PARA TELÉFONOS

Esta caminadora cuenta con función de carga inalámbrica para teléfonos compatibles. Sigue estos pasos para cargar tu dispositivo:

- Paso 1: Enciende la caminadora.
- Paso 2: Coloca tu teléfono con capacidad de carga inalámbrica en la zona indicada de carga.

El teléfono mostrará el estado de carga automáticamente.



CONECTAR TELÉFONO INTELIGENTE (BLUETOOTH)

Si la caminadora incluye función Bluetooth, puedes conectar tu teléfono de la siguiente forma:

- Paso 1: Activa el Bluetooth en tu smartphone, busca el dispositivo disponible y selecciona para conectarte.
- Paso 2: Una vez conectado, el audio del teléfono se reproducirá a través del altavoz integrado en la consola.

USO DE LA FUNCIÓN DE FRECUENCIA CARDÍACA (PULSE)

La ventana PULSE en la consola trabaja en conjunto con los sensores ubicados en ambos pasamanos. Para leer tu pulso:

1. Coloca ambas manos firmemente sobre los sensores de pulso. Para una lectura más precisa, es importante usar las dos manos.
2. Tu frecuencia cardíaca estimada se mostrará en la ventana PULSE aproximadamente 5 segundos después de sujetar los sensores. Los datos serán más cercanos a los reales después de unos 30 segundos.
3. Esta lectura es solo estimativa. Personas con condiciones médicas o que necesiten un monitoreo exacto no deben basarse únicamente en estos valores.

ADVERTENCIA: Antes de realizar cualquier tarea de mantenimiento, desconecta siempre el cable de alimentación del protector de voltaje o del enchufe de pared. Para evitar riesgo de descarga eléctrica, asegúrate de que la caminadora esté apagada y desenchufada antes de limpiarla o realizar mantenimiento.

LIMPIEZA

- Limpia la consola y otras superficies de la caminadora con un paño suave humedecido solo con agua para eliminar restos de sudor.
- No uses productos químicos ni detergentes.
- Se recomienda utilizar una alfombra para caminadora para facilitar la limpieza y evitar acumulación de suciedad.
- Aspira debajo de la caminadora una vez por semana, ya que la suciedad de los zapatos se transfiere a la banda y puede acumularse en la parte inferior.

DESPUÉS DE CADA USO

- Limpia la consola y los pasamanos con un paño húmedo suave.
- Verifica visualmente que no haya objetos sueltos o daños visibles.

LUBRICACIÓN DE LA SUPERFICIE DE MARCHA

La banda de la caminadora viene pre-lubricada de fábrica, sin embargo, se recomienda revisar periódicamente la superficie de la tabla para asegurar un buen rendimiento.

Frecuencia recomendada: Cada 10 días o cada 10 horas de uso.

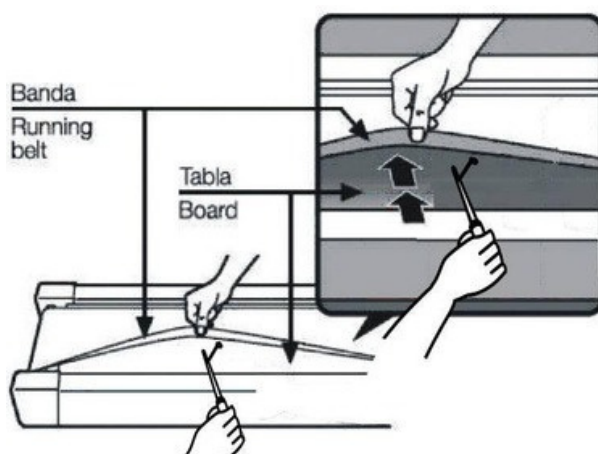
Para verificar la lubricación:

1. Levanta ligeramente los costados de la banda y toca la superficie superior de la tabla por debajo.
2. Si sientes presencia de silicona, no es necesario lubricar.
3. Si la superficie se siente seca al tacto, aplica lubricante.

Para aplicar el lubricante:

1. Posiciona la banda de forma que la unión (costura) esté centrada en la parte superior de la tabla.
2. Inserta la boquilla del aerosol en la cabeza del envase de lubricante.
3. Levanta el costado de la banda y coloca la boquilla entre la banda y la tabla, aproximadamente a 10 cm del borde frontal.
4. Aplica el lubricante de adelante hacia atrás. Repite el proceso en el otro costado. Rocía 4 segundos por lado.
5. Deja que el lubricante se asiente por 1 minuto antes de usar la caminadora.

Advertencia: No apliques exceso de lubricante. Si hay sobrante, límpialo con una toalla limpia.



La caminadora ha sido calibrada y aprobada por control de calidad antes de salir de fábrica. Sin embargo, si la banda presenta desplazamiento hacia un lado, las posibles causas pueden ser:

- A. La estructura no está apoyada de forma estable en el suelo.
- B. El usuario no corre centrado sobre la banda.
- C. El usuario aplica fuerza desigual con ambos pies.

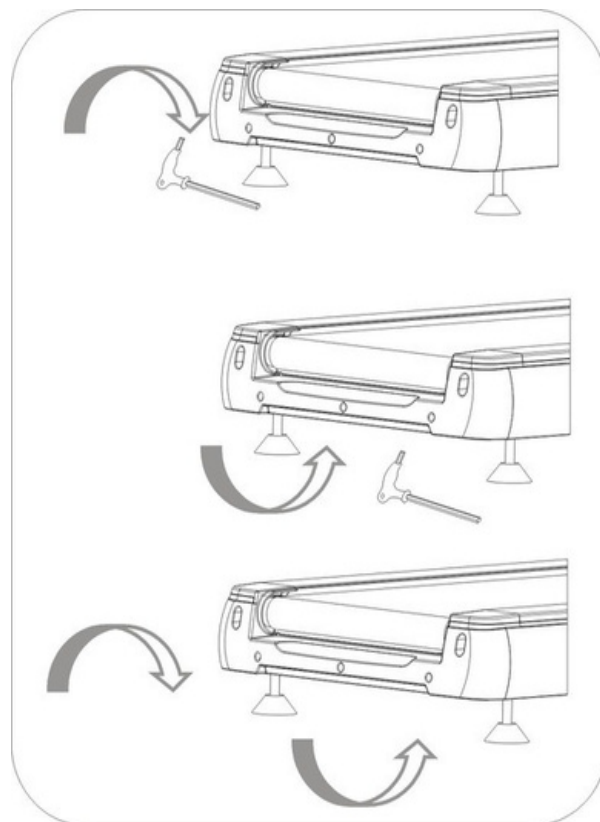
Si el desplazamiento no se corrige automáticamente, puedes realizar el siguiente procedimiento según lo indicado en las ilustraciones:

Caso A: La banda se desplaza hacia la derecha • Gira el tornillo de ajuste del lado derecho en sentido horario [derecha] 1/4 de vuelta. • Verifica si el desplazamiento mejora. • Si la banda sigue yéndose hacia la derecha, gira el tornillo del lado izquierdo en sentido antihorario [izquierda] 1/4 de vuelta.

Caso B: La banda se desplaza hacia la izquierda • Gira el tornillo de ajuste del lado izquierdo en sentido horario [derecha] 1/4 de vuelta. • Verifica si el desplazamiento mejora. • Si la banda sigue yéndose hacia la izquierda, gira el tornillo del lado derecho en sentido antihorario [izquierda] 1/4 de vuelta.

Caso C: La banda resbala o se detiene

- Con el tiempo, la banda puede alargarse ligeramente, provocando deslizamientos o detenciones durante el uso. Si esto ocurre,
- ajusta los tornillos de ambos lados en sentido horario [apretando] 1/4 de vuelta. Si la banda queda demasiado tensa, afloja ambos tornillos
- 1/4 de vuelta en sentido antihorario.



GARANTÍA

Para acceder al cambio o reparación establecida por la Garantía IRONSIDE por 12 meses, debes seguir estos pasos:

1. Ingreso del Ticket

- Si el producto presenta defectos, faltantes de piezas o no es apto para el uso, envía un correo con fotos y/o videos que evidencien la falla junto con tu número de pedido al mail de servicio al cliente del país en el que hiciste la compra (Argentina, Chile, EEUU o México). Nuestro equipo revisará tu caso y te dará una respuesta dentro de un plazo máximo de 3 días hábiles.

1. Soluciones

- Cambio: Si el producto tiene problemas de fábrica o faltan piezas esenciales, se realizará el cambio o envío de las piezas faltantes en un plazo de 3 a 5 días hábiles.
- Reparación: Si la falla corresponde a una pieza que puede ser reemplazada sin afectar el funcionamiento o la estética, se reparará y se despachará en 5 a 8 días hábiles.

1. Exclusiones de Garantía

- La garantía no cubre productos mal ensamblados, alterados, dañados por uso indebido o que hayan sufrido desgaste normal.

Nota: Los pedidos realizados antes del 15 de abril de 2024 tienen una garantía de 6 meses.

POWERFUL
GLAMOROUS
SMART
DURABLE

IRONSIDE®

FITNESS
EQUIPMENT
SPECIALISTS