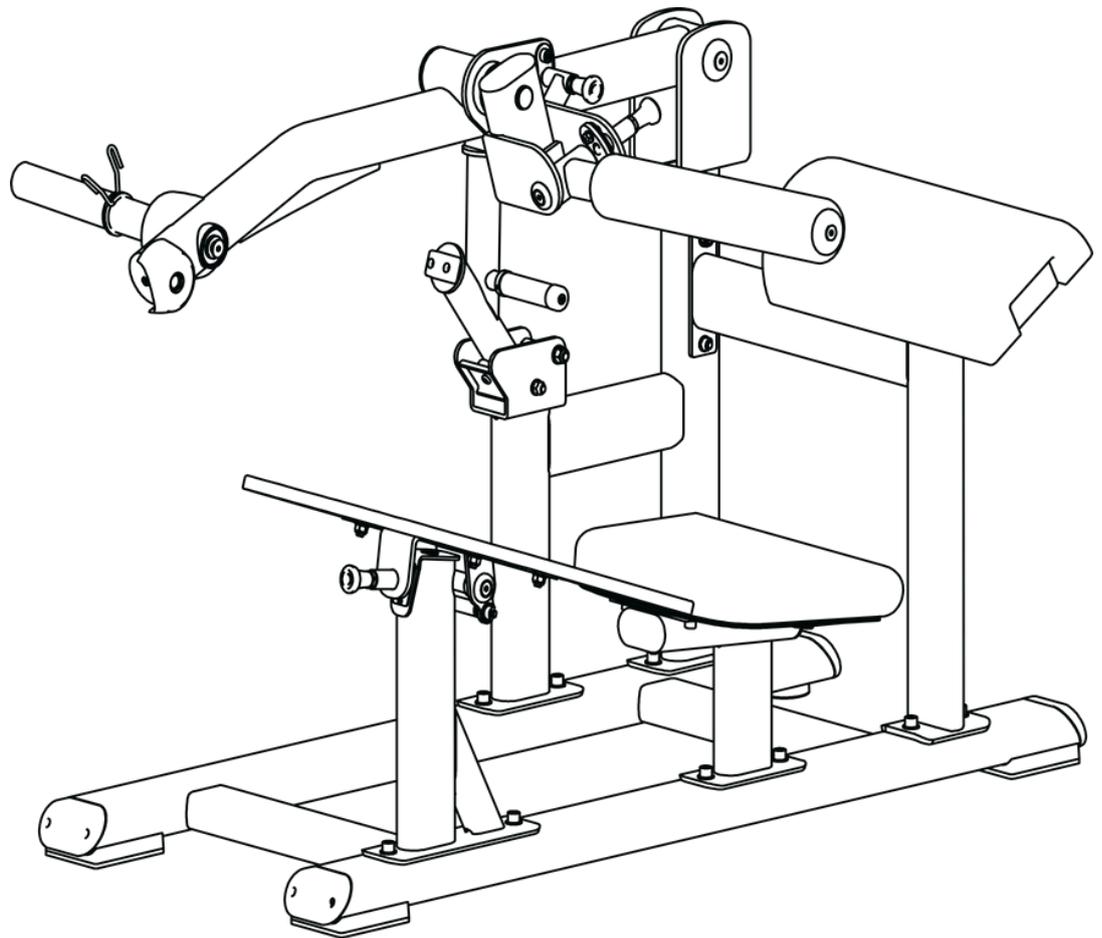


IRONSIDE®

MANUAL DE USUARIO



Hip Thrust Bench Plate

Loaded IRONSIDE Luxe

A081017047001

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.

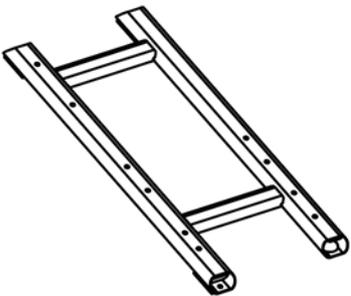
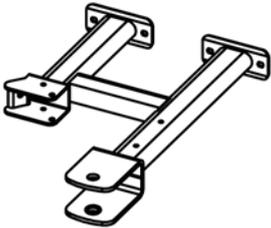
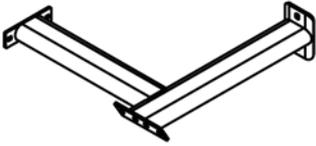
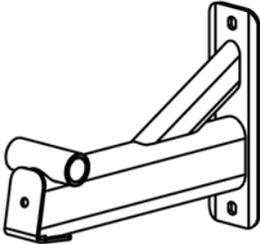
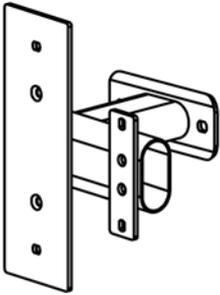
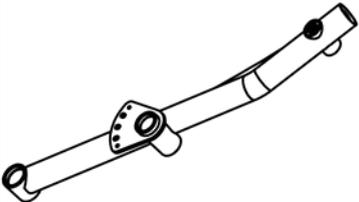
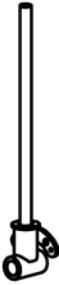
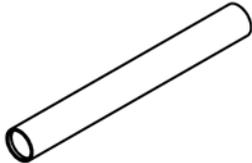
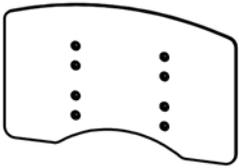
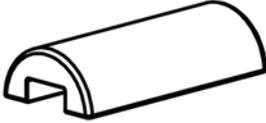
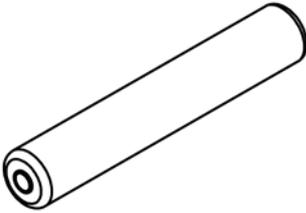
INSPECCIÓN

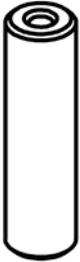
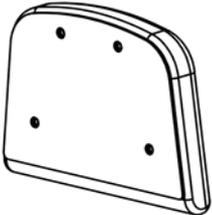
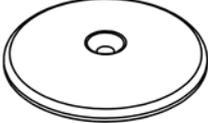
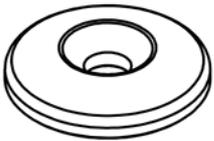
- No utilices ni permitas el uso de ningún equipo que esté dañado o tenga piezas desgastadas o rotas. Para todos los equipos de Ironside, usa únicamente piezas de repuesto suministradas por Ironside.
- Asegúrate siempre de que todas las tuercas y tornillos estén bien ajustados antes de cada uso.
- Conserva 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.

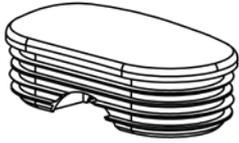
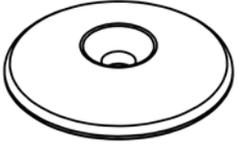
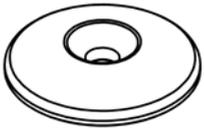
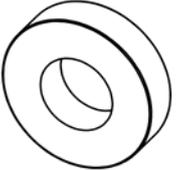
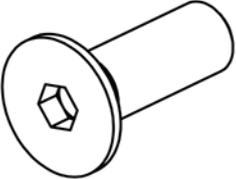
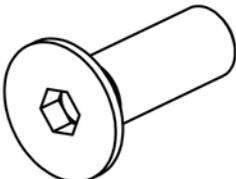
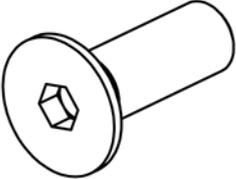
ADVERTENCIAS DE USO

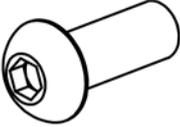
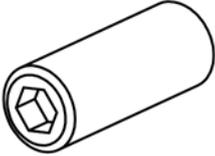
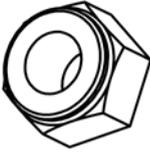
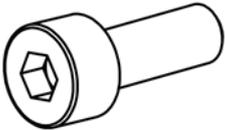
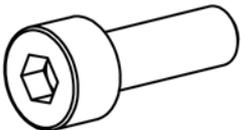
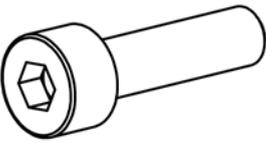
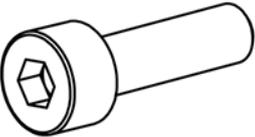
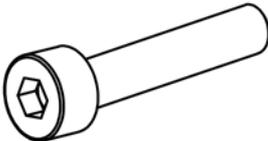
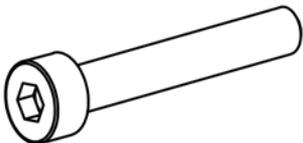
- Es responsabilidad del comprador instruir a todos los usuarios sobre los procedimientos correctos de operación de todo el equipo Ironside.
- Mantén a los niños alejados de todas las partes móviles. Los padres deben supervisar de cerca a los niños si el equipo se utiliza en su presencia.
- No uses ropa suelta ni joyas al utilizar el equipo. También se recomienda que los usuarios recojan el cabello largo para evitar el contacto con las partes móviles.
- Asegúrate de que cualquier persona que no esté utilizando el equipo se mantenga alejada del usuario, los accesorios y las partes móviles mientras la máquina esté en funcionamiento.

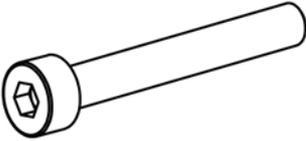
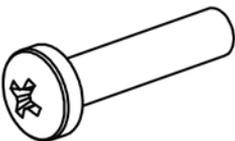
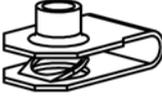
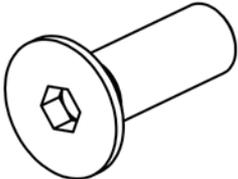
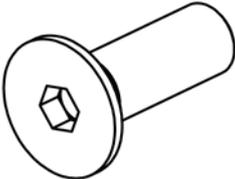
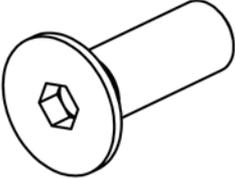
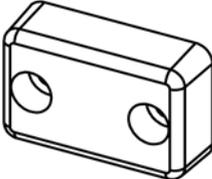
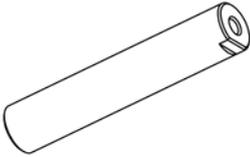
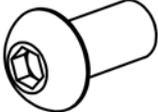
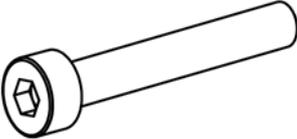
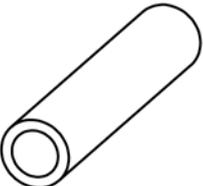
 CONSERVA ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES PARA USO Y REFERENCIA FUTUROS.

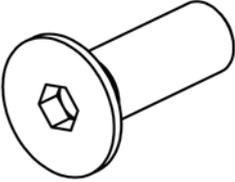
Soporte Inferior Transversal			Bastidor Principal			Estructura de Soporte			Estructura de Soporte para los Pies		
											
1		1PCS	2		1PCS	3		1PCS	4		1PCS
Bastidor del Cojín del Asiento			Bastidor del Cojín para los Hombros			Bastidor Ajustable			Bastidor de Tope		
											
5		1PCS	6		1PCS	7		1PCS	8		1PCS
Bastidor Oscilante			Soporte de Ajuste para los Pies			Bastidor de Espuma (FOAM)			Bastidor del Poste de Contrapeso		
											
9		1PCS	10		1PCS	11		1PCS	12		1PCS
Pedal			Cojín para los Hombros			Espuma (FOAM)			Eje $\varnothing 25.4 \times 105$		
											
13		1PCS	14		1PCS	15		1PCS	16		1PCS

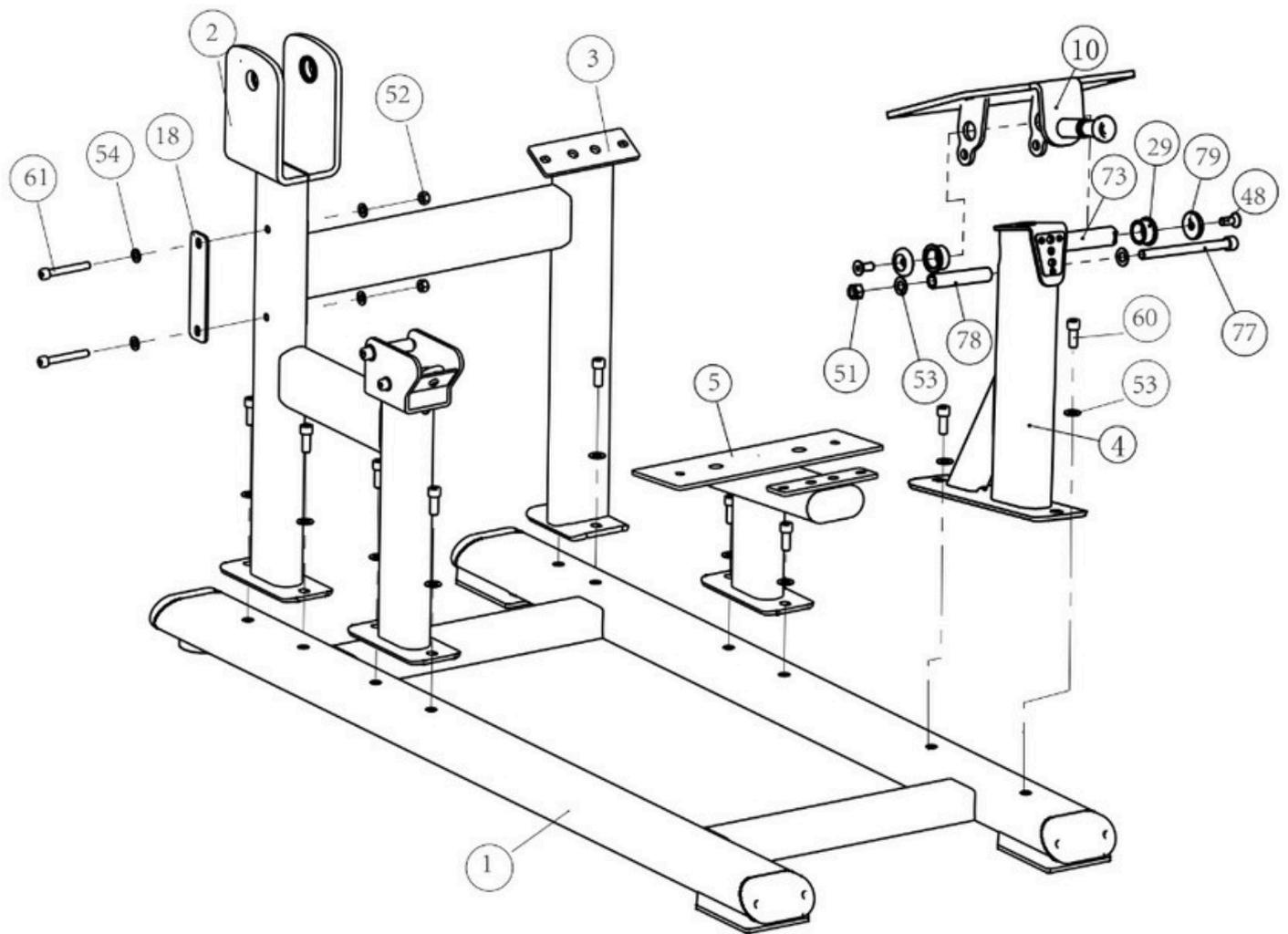
Placa de Ajuste			Placa de Fijación			Eje $\varnothing 30 \times 112 \times M12$			Eje $\varnothing 25.4 \times \varnothing 10.5 \times 69$		
											
17		1PCS	18		1PCS	19		1PCS	20		1PCS
Casquillo Limitador			Casquillo Limitador $\varnothing 17 \times 10.5$			Placa de Ajuste			Pasador		
											
21		1PCS	22		2PCS	23		1PCS	24		1PCS
Base Antideslizante de Goma			Cubierta del Asiento			Tapa Final $\varnothing 76 \times 10$			Tapón de Tubo J50 \times 100		
											
25		1PCS	26		1PCS	27		1PCS	28		2PCS
Buje $\varnothing 38 \times \varnothing 25.4 \times 18$			Agarre			Tapa de Aluminio			Tapa de Extremo		
											
29		6PCS	30		1PCS	31		1PCS	32		2PCS

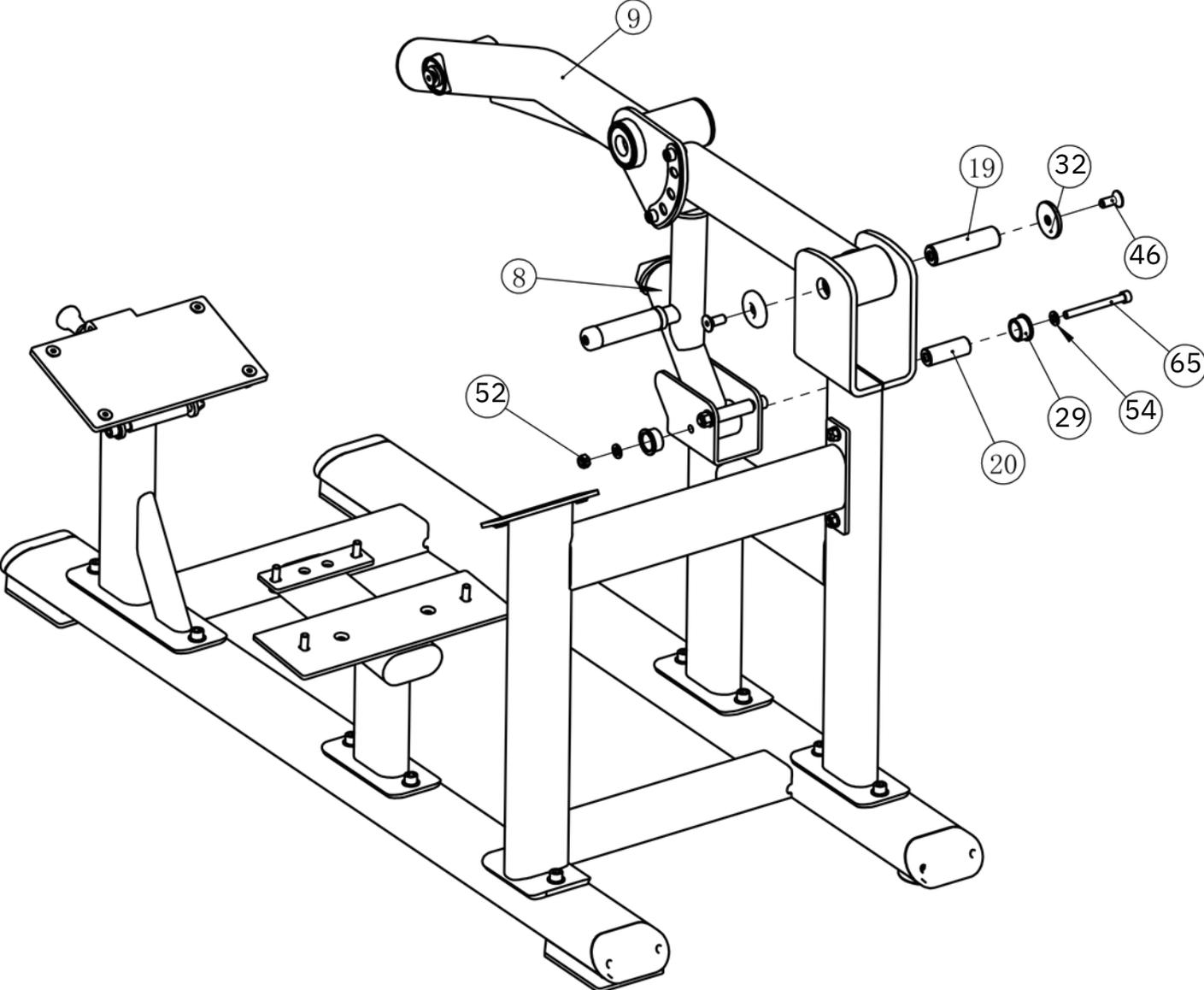
Tapón de Tubo PT 50×100			Seguro Elástico			Tope de Goma			Tapa de Extremo $\varnothing 70$		
											
33		3PCS	34		1PCS	35		1PCS	36		1PCS
Tapa de Extremo $\varnothing 60$			Cubierta de Pie			Tapón de Tubo PT 60×120			Almohadilla de Ajuste		
											
37		1PCS	38		3PCS	39		4PCS	40		1PCS
Aro de Aluminio $\varnothing 33 \times \varnothing 26.8 \times 9.5$			Ensamble de Funda Exterior			Tope de Goma			Rodamiento 6206-2Z		
											
41		1PCS	42		1PCS	43		1PCS	44		2PCS
Rodamiento 6006-2Z			Tornillo Cabeza Plana M12×30			Tornillo Cabeza Plana M10×30			Tornillo Cabeza Plana M10×25		
											
45		2PCS	46		2PCS	47		5PCS	48		4PCS

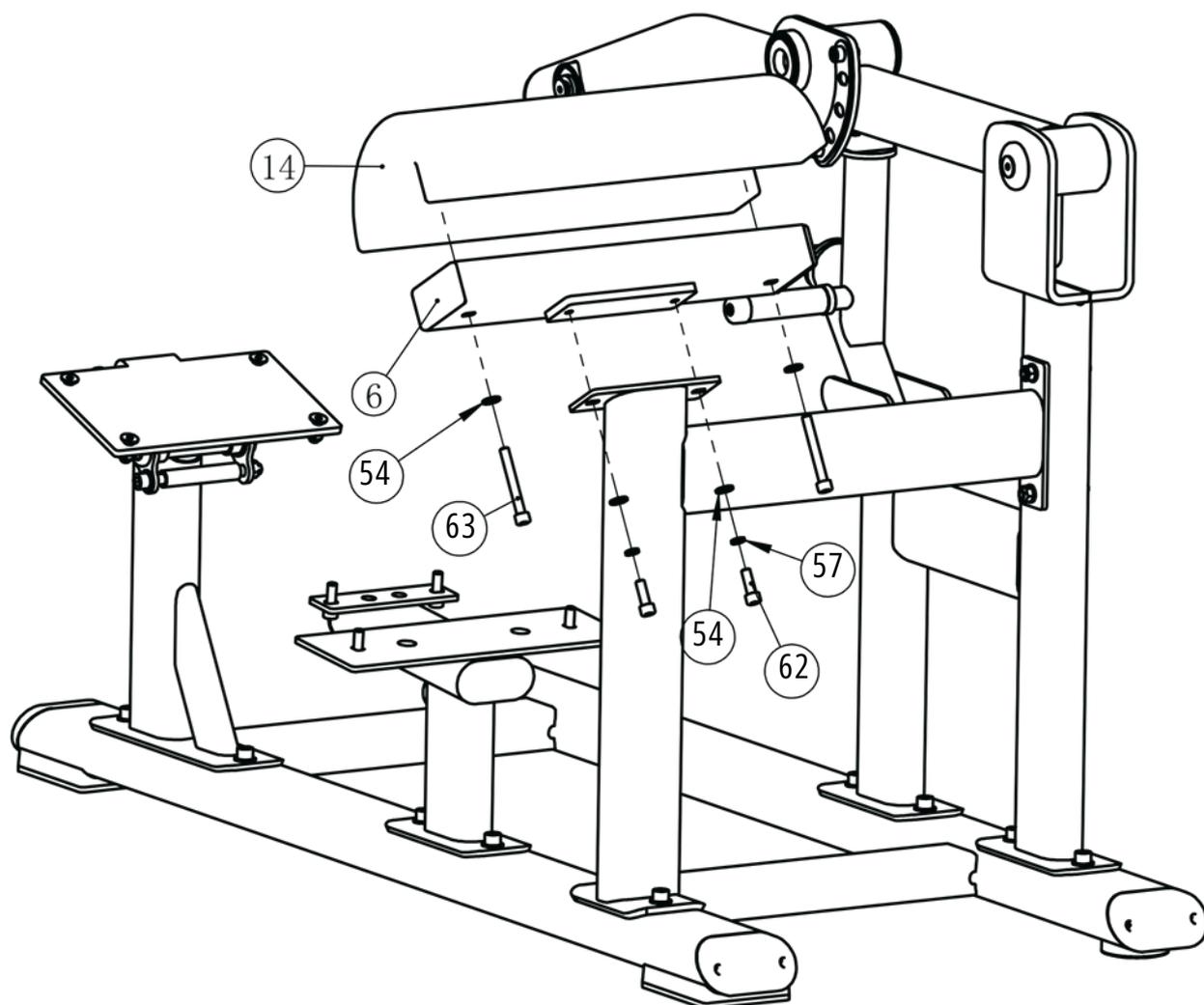
Tornillo Cabeza Abombada M6×15			Tornillo Prisionero			Tuerca de Seguridad de Nailon M12			Tuerca de Seguridad de Nailon M10		
											
49		4PCS	50		2PCS	51		2PCS	52		7PCS
Arandela Plana $\varphi 13 \times \varphi 24 \times 1.5$			Arandela Plana $\varphi 11 \times \varphi 20 \times 2$			Arandela Elástica $\varphi 10$			Seguro Elástico $\varphi 30$		
											
53		15PCS	54		18PCS	55		2PCS	56		1PCS
Tornillo de Cabeza Cilíndrica M8×20			Tuerca de Seguridad de Nailon M8			Arandela Plana $\varphi 9 \times \varphi 16 \times 1.6$			Tornillo de Cabeza Cilíndrica M12×30		
											
57		4PCS	58		4PCS	59		4PCS	60		10PCS
Tornillo de Cabeza Cilíndrica M10×75			Tornillo de Cabeza Cilíndrica M10×30			Tornillo de Cabeza Cilíndrica M10×80			Tornillo de Cabeza Cilíndrica M12×100		
											
61		2PCS	62		6PCS	63		2PCS	64		1PCS

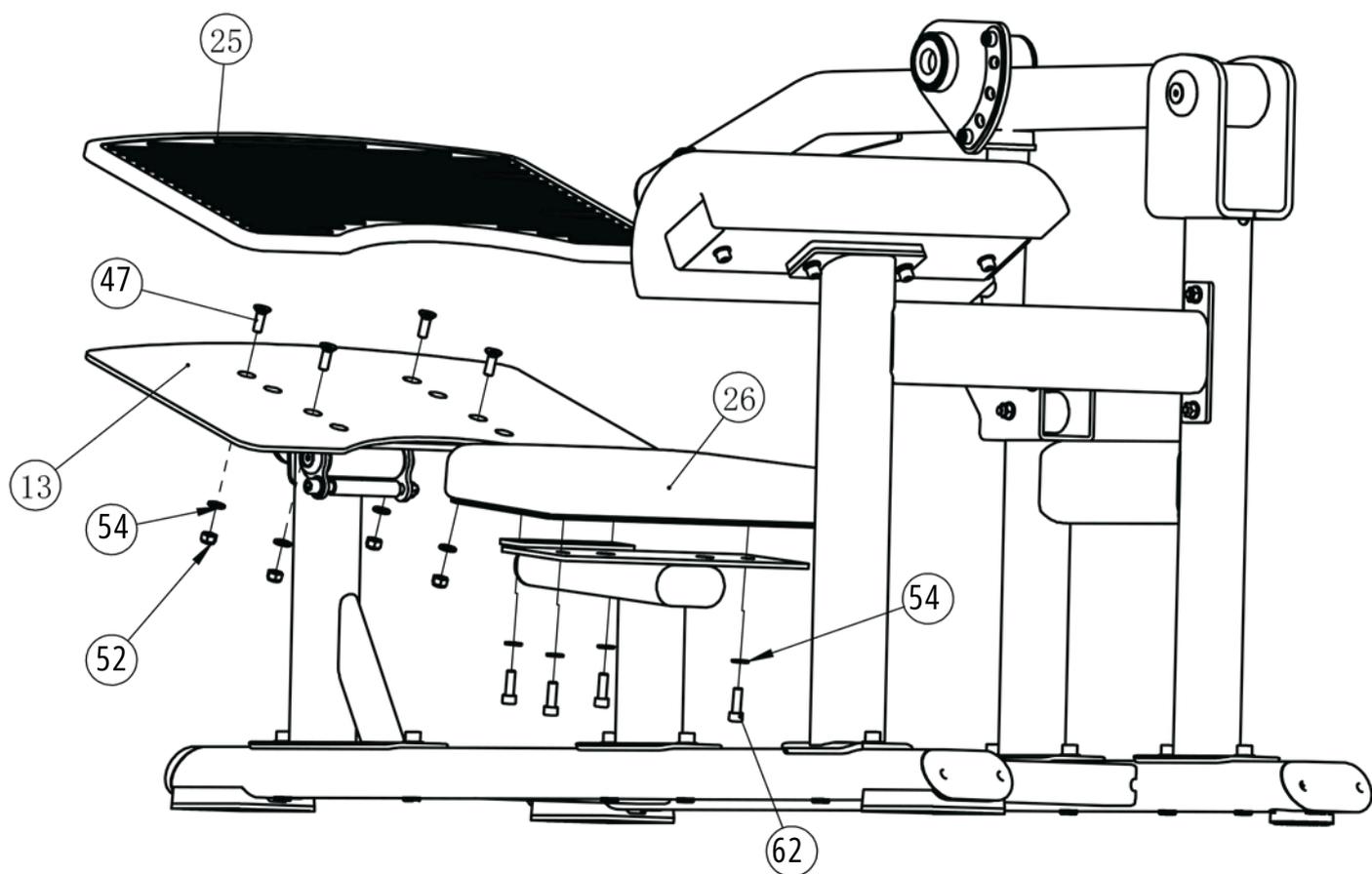
Tornillode Cabeza Cilíndrica M10×100			Tornillode Cabeza Redondacon CruzM5×60			Férula de Tensión			Tornillo Cabeza Plana M6×20		
											
65		1PCS	66		8PCS	67		8PCS	68		1PCS
Tornillo Prisionero M5×3			Tornillo Cabeza Plana M6×30			Tornillo Cabeza Plana M12×35			Almohadilla de Goma		
											
69		2PCS	70		1PCS	71		1PCS	72		2PCS
Eje φ25.4×131			Tornillo Cabeza Abombada M4×10			Placa de Revestimiento			Almohadilla Deslizante		
											
73		1PCS	74		3PCS	75		1PCS	76		1PCS
Tornillo de Cabeza Cilíndrica M12×150			Manguito Limitador			Tapa de Extremo φ38×8			Placa de Aluminio de Bloqueo		
											
77		1PCS	78		1PCS	79		4PCS	80		1PCS

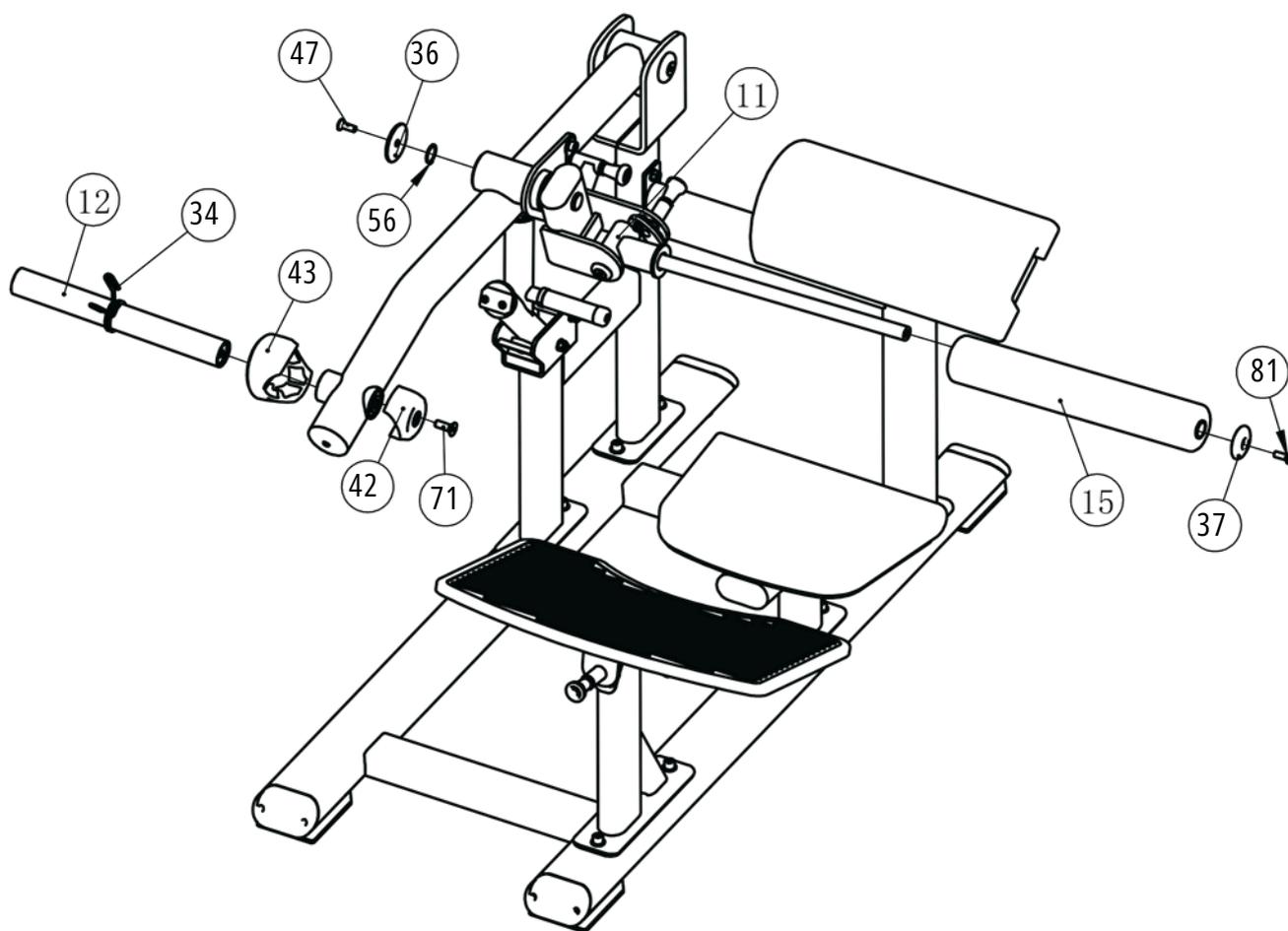
Pasador			Tornillo Cabeza Plana M10×30		
					
81	1PCS		82		1PCS











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