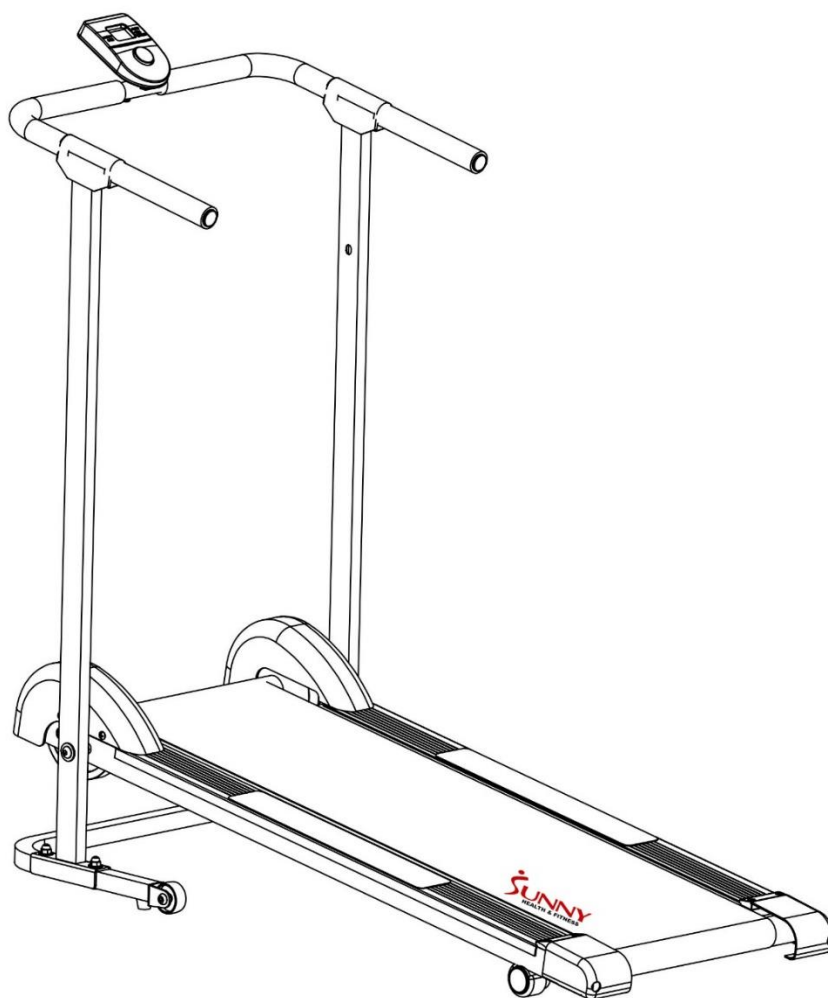




Caminadora Plegable Manual

SF-T1407M

MANUAL DEL USUARIO



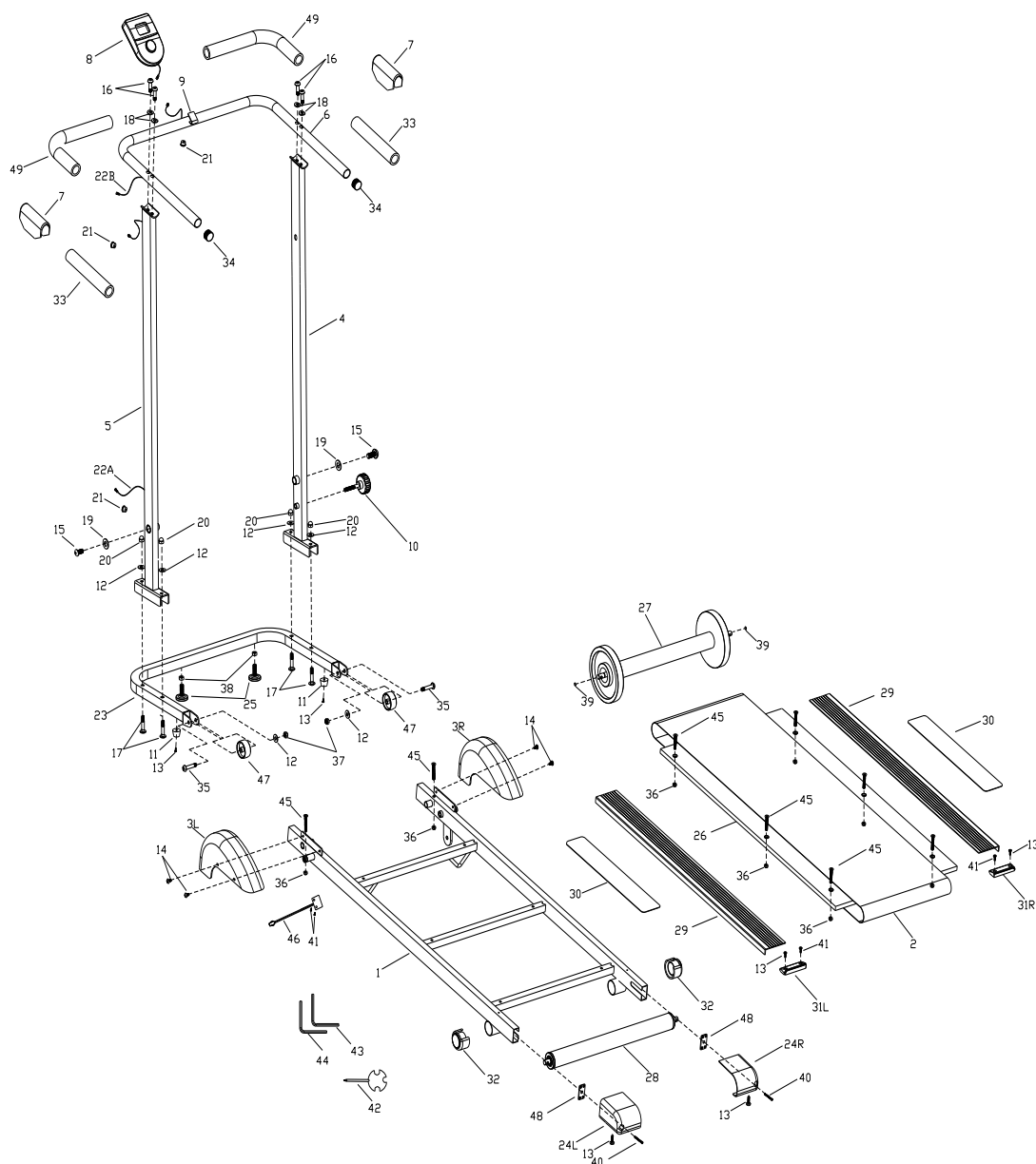
¡IMPORTANTE! Conserve el manual del propietario para las instrucciones de mantenimiento y ajuste. Su satisfacción es muy importante para nosotros, **NO DEVUELVA HASTA HABERNOS CONTACTADO:** support@sunnyhealthfitness.com ó 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669).

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD

Gracias por haber elegido nuestro producto. Para garantizar su seguridad y salud, utilice este equipo correctamente. Es importante que lea todo el manual antes de instalar y usar el equipo. Solo se puede garantizar un uso seguro y eficaz del equipo si se instala, mantiene y utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios de los equipos conozcan todas las advertencias y precauciones.

1. Antes de comenzar algún programa de ejercicios, deberá consultar con su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que pudiera poner en riesgo su salud y seguridad o que pudiera impedir que utilice correctamente el equipo. Es importante que reciba las recomendaciones de su médico en caso de que esté tomando algún medicamento que pudiera afectar su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales que le envía su cuerpo. Ejercitarse incorrecta o excesivamente puede dañar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, falta de aire, sensación de desmayo, mareos o sensación de náuseas. Si presenta alguna de esas condiciones, deberá consultar con su médico antes de continuar con su programa de ejercicios.
3. Mantenga el equipo lejos del alcance de niños y mascotas. El equipo está diseñado para el uso exclusivo de adultos.
4. Utilice el equipo en una superficie plana y sólida con una cubierta protectora para su piso o alfombra. Para garantizar su seguridad, el equipo debe tener por lo menos 1.2 M / 4 pies de espacio libre a su alrededor.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y pernos estén bien ajustados antes de usar el equipo. Solo puede conservarse la seguridad del equipo si se inspecciona regularmente para detectar daños o desgaste.
6. Siempre utilice el equipo como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras instala o revisa el equipo, o si escucha ruidos extraños que provienen de este mientras se ejercita, deje de utilizarlo inmediatamente y no lo utilice hasta que el problema se haya corregido.
7. Use ropa adecuada cuando utilice el equipo. Evite usar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
8. No coloque los dedos u objetos en las piezas móviles del equipo.
9. La capacidad de peso máximo de esta unidad es de 220 libras.
10. Este equipo no es adecuado para uso terapéutico.
11. Muévase con cuidado cuando levante y mueva el equipo. Siempre utilice la técnica de levantamiento adecuada y pida ayuda en caso de que sea necesario.
12. Su producto está diseñado para ser usado en un lugar fresco y seco. Debe evitar tenerlo en lugares extremadamente fríos, calientes o húmedos, ya que podría provocar corrosión y otros problemas afines.
13. ¡Este equipo está diseñado solo para ser usado en interiores! ¡No es para uso comercial!

DIBUJO DETALLADO



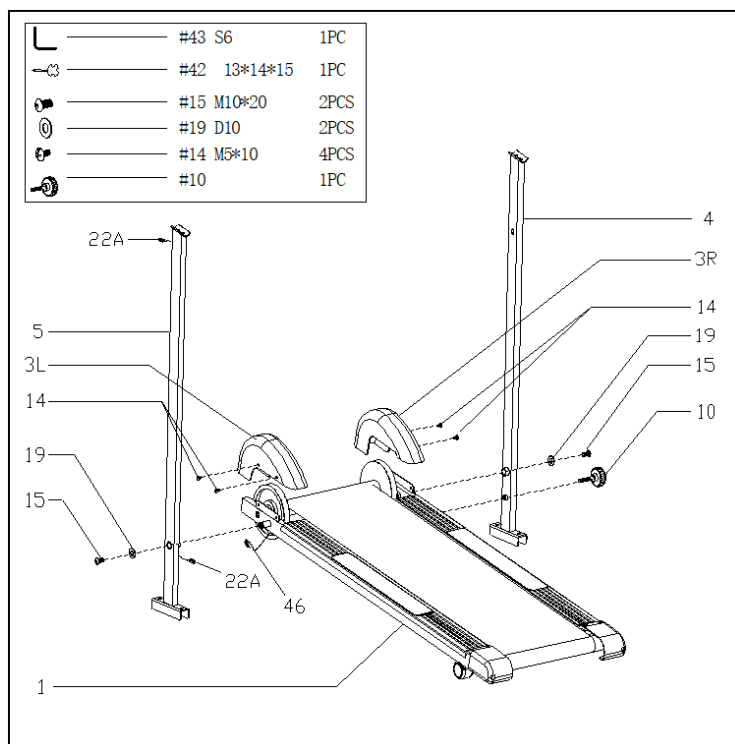
PAQUETE DE HERRAMIENTA

	-----#42 13*14*15	1PC		-----#15 M10*20	2PCS
	-----#43 S6	1PC		-----#19 D10	2PCS
	-----#44 S5	1PC		-----#14 M5*10	4PCS
	-----#16 M8*35	4PCS		-----#17 M8*38	4PCS
	-----#18 D8	4PCS		-----#20 M8	4PCS
				-----#12 D8	4PCS

LISTA DE PIEZAS

N.º	Descripción	Cantidad	N.º	Descripción	Cantidad
1	Estructura principal	1	25	Almohadilla para pies ajustable	2
2	Cinta de correr	1	26	Plataforma de la caminadora	1
3L	Cubierta del volante izquierdo	1	27	Rodillo delantero	1
3R	Cubierta del volante derecho	1	28	Rodillo posterior	1
4	Soporte vertical derecho	1	29	Barra lateral	2
5	Soporte vertical izquierdo	1	30	Paño antideslizante	2
6	Manubrio	1	31L	Bloque de la barra lateral izquierda	1
7	Cubierta decorada	2	31R	Bloque de la barra lateral derecha	1
8	Monitor	1	32	Cubierta para pies	2
9	Soporte del monitor	1	33	Espuma del manubrio	2
10	Perilla de seguro	1	34	Conector extremo	2
11	Almohadilla para pies	2	35	Tornillo hexagonal M8 × 40	2
12	Arandela plana	6	36	Tuerca de nylon M6	8
13	Tornillo de cabeza Philips M4 × 15	6	37	Tuerca de nylon M8	2
14	Tornillo de cabeza Philips M5 × 10	4	38	Tuerca M8	2
15	Perno hexagonal M10x20	2	39	Arandela plana D12.5	2
16	Perno Allen M8 × 35	4	40	Perno ajustable M6x55	4
17	Perno de carrocería M8 × 38	4	41	Tornillo de cabeza Philips ST3.5x12	4
18	Arandela en arco D8	4	42	Llave con destornillador 13x14x15	1
19	Arandela plana D10	2	43	Llave Allen S6	1
20	Tuerca ciega M8	4	44	Llave Allen S5	1
21	Conector	3	45	Tornillo en cruz M6x45	8
22A	Cable del sensor inferior	1	46	Cable del sensor	1
22B	Cable del sensor superior	1	47	Rueda de transporte	2
23	Estructura base	1	48	Placa de rodillo posterior	2
24L	Cubierta Parte trasera L	1	49	Espuma del manubrio	2
24R	Cubierta Parte trasera R	1			

INSTRUCCIONES DE ARMADO



PASO 1:

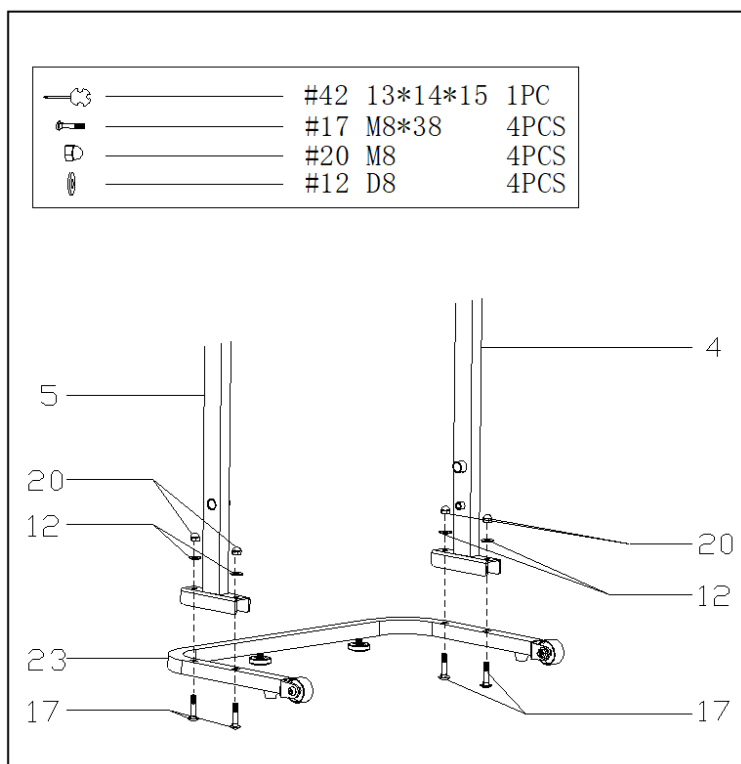
NOTA: Para completar los pasos que implican la instalación de componentes pesados, busque ayuda para que pueda sostener los componentes mientras realiza la instalación. Para su seguridad, **NO** intente completar los pasos solo.

Fije los **soportes verticales del lado izquierdo y derecho (n.º 4 y n.º 5)** en la **estructura principal (n.º 1)** con 2 **arandelas planas (n.º 19)** y 2 **pernos hexagonales (n.º 15)** y ajuste firmemente.

Atornille la **perilla de seguro (n.º 10)** en los orificios del **soporte vertical del lado derecho (n.º 4)** y de la **estructura principal (n.º 1)**.

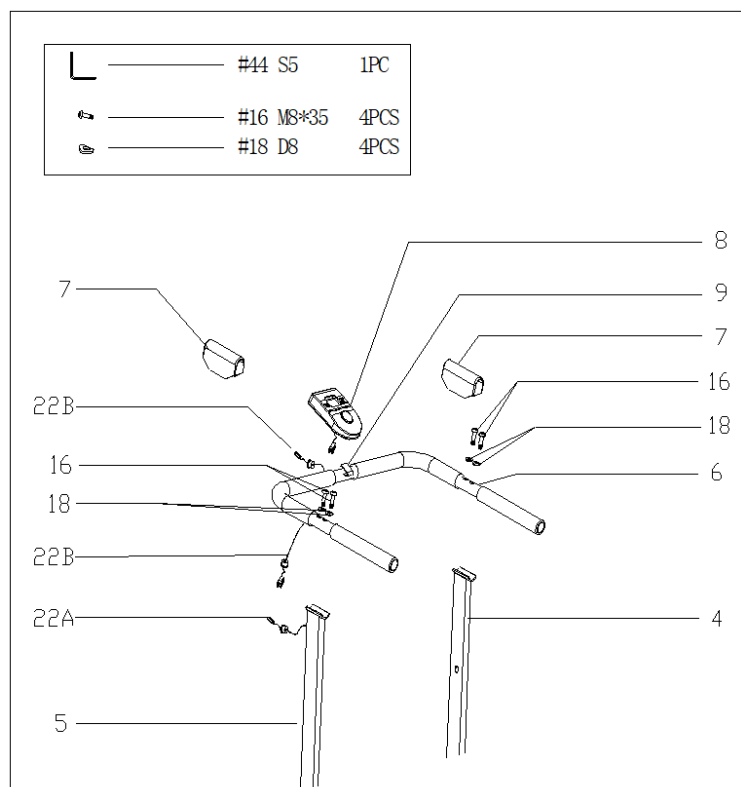
Fije las **cubiertas del volante izquierdo y derecho (n.º 3/I y 3/D)** en la **estructura principal (n.º 1)** con 4 **tornillos de cabeza Philips (n.º 14)**.

Conecte el **cable del sensor inferior (n.º 22A)** al **cable del sensor (n.º 46)**.



PASO 2:

Fije los **soportes verticales del lado izquierdo y derecho (n.º 4 y n.º 5)** en la **estructura base (n.º 23)** con 4 **pernos de carrocería (n.º 17)**, 4 **arandelas planas (n.º 12)** y 4 **tuercas ciegas (n.º 20)**. Ajuste firmemente.



PASO 3:

Fije el **manubrio (n.º 6)** en los **soportes verticales del lado izquierdo y derecho (n.º 4 y n.º 5)** con 4 **arandelas en arco (n.º 18)** y 4 **tornillos Allen (n.º 16)** y ajuste firmemente. Luego, conecte el **cable del sensor inferior (n.º 22A)** al **cable del sensor superior (n.º 22B)**.

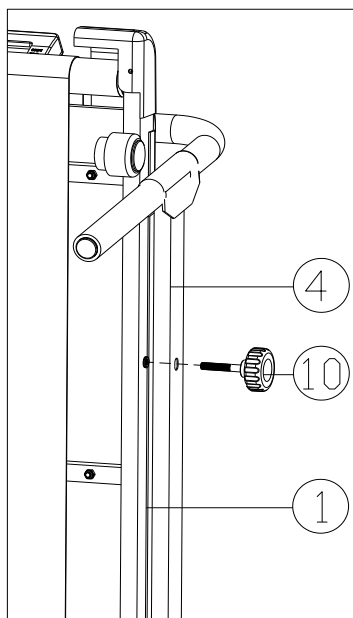
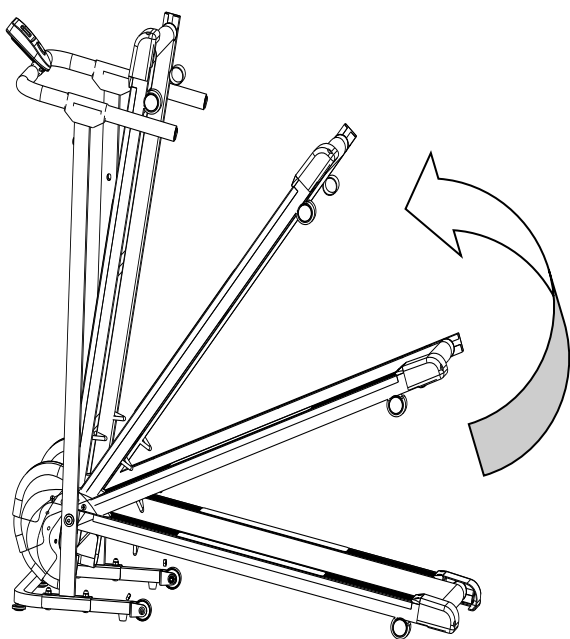
Abra la tapa de las pilas del **monitor (n.º 8)** y coloque 2 pilas AA, luego cierre la tapa. Conecte el cable del **sensor superior (n.º 22B)** al **monitor (n.º 8)** y deslice el **monitor (n.º 8)** en el **soporte del monitor (n.º 9)** que está ubicado en el **manubrio (n.º 6)**.

Coloque las 2 **cubiertas decorativas (n.º 7)** en el **manubrio (n.º 6)**.

INSTRUCCIONES DE PLEGADO

Para plegar la caminadora, gire la **perilla de seguro (n.º 10)** hacia la *izquierda* y retírela del orificio inferior que está en el **soporte vertical del lado derecho (n.º 4)**. Levante el extremo posterior de la **estructura principal (n.º 1)** completamente hasta que quede en posición vertical, luego inserte la **perilla de seguro (n.º 10)** en el orificio superior del **soporte vertical del lado derecho (n.º 2)** y gírela hacia la *derecha* para ajustarla y que quede fija en su sitio.

Para desplegar la caminadora, gire la **perilla de seguro (n.º 10)** hacia la *izquierda* y retírela del orificio superior del **soporte vertical del lado derecho (n.º 4)**. Sostenga el extremo posterior de la **estructura principal (n.º 1)** y bájelo completamente hasta el suelo, luego inserte la **perilla de seguro (n.º 10)** en el orificio inferior del **soporte vertical del lado derecho (n.º 4)** y gírela hacia la *derecha* para ajustarla y que quede fija en su sitio.



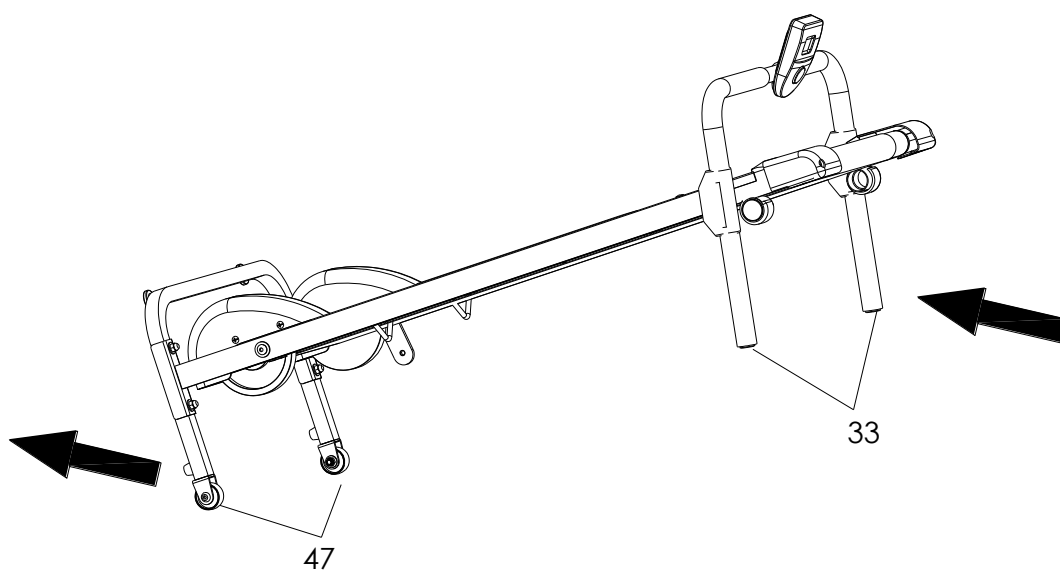
¡ADVERTENCIA!

1. Al plegar o desplegar el equipo, siempre asegúrese de insertar y ajustar bien la **perilla de seguro (n.º 10)**.
2. Por seguridad, se debe mantener a los niños alejados del equipo, incluso cuando este esté plegado.

TRASLADO DE LA MÁQUINA

Antes de intentar mover la caminadora, asegúrese de haberla plegado correctamente.

Agarre las **espumas del manubrio (n.º 33)** e incline lentamente la caminadora hacia usted. Cuando las **ruedas de transporte (n.º 47)** toquen el suelo, podrá mover de manera segura la caminadora al lugar que desee. (Vea la siguiente imagen).



CONSOLA DE VISUALIZACIÓN

ESPECIFICACIONES:

TIEMPO-----	00:00-99:59 MIN:SEG
VELOCIDAD-----	0.0-999.9 KM/H or ML/H
DISTANCIA-----	0.00-99.99 KM or ML
CALORÍAS-----	0.00-999.9 KCAL



LLAVE DE FUNCIONAMIENTO:

MODO: Presione Para seleccionar la opción de modo (Tiempo,Velocidad,Distancia,Calorías) Presione y mantén el botón MODO por tres segundos para reiniciar tiempo, velocidad, distancia y calorías.

MODO DE USO:

1. ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICO:

Comience a caminar o pulse el botón MODE para que la consola se encienda. Cuando la consola se encienda, permanecerá activa mientras esté en movimiento. La consola de visualización se apagará automáticamente después de unos 4 minutos de estar sin movimiento alguno.

2. REINICIO:

Se puede reiniciar el equipo al mantener pulsado el botón MODE durante tres segundos. Si retira las pilas, la computadora también se reiniciará y todas las funciones volverán a cero.

3. MODO DE BLOQUEO:

Para seleccionar la opción MODO DE BLOQUEO, pulse la tecla MODE hasta que el puntero esté sobre la función que desea seleccionar. Una vez bloqueado, solo se mostrará la función seleccionada.

4. FUNCIONES:

TIEMPO: muestra el tiempo transcurrido (hasta 99:59 MIN.)

VELOCIDAD: muestra la velocidad actual (desde 00,00 hasta 999,9 KM/H o MPH)

DISTANCIA: mide la distancia total recorrida (desde 0,00 hasta 999,9 kilómetros o millas)

CALORÍAS: muestra la cantidad de calorías quemadas por hora (desde 0,0 hasta 999,9 calorías)

ESCANEO: muestra repetidamente todas las funciones de forma alterna

BATERÍA: Este monitor utiliza dos pilas AA. Si parece que hay algo malo con la pantalla o se le hace difícil leerla, intente colocar pilas nuevas antes de comunicarse con Servicio al cliente.

INSTRUCCIONES DE MANTENIMIENTO

Una limpieza general le ayudará a prolongar la vida útil y el rendimiento de la caminadora. Mantenga la unidad limpia y cuidada; sacuda el polvo de los componentes periódicamente. Limpie ambos lados de la cinta transportadora para evitar que se acumule polvo debajo de la cinta. Mantenga limpios sus zapatos de correr para evitar que la suciedad desgaste el estribo y la cinta. Limpie la superficie de la cinta transportadora con un paño limpio y húmedo.

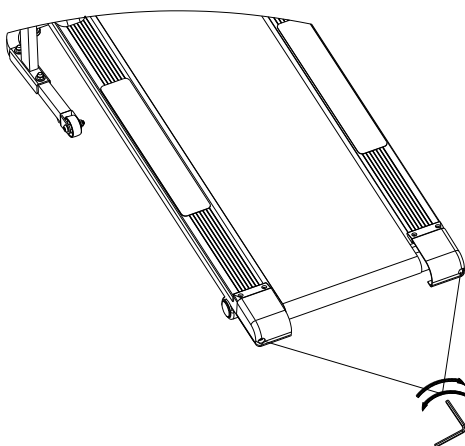
CENTRADO DE LA CINTA DE CORRER:

1. Si la **cinta de correr (n.º 2)** se mueve hacia la derecha, gire el **perno ajustable (n.º 40)** del lado derecho $\frac{1}{4}$ de vuelta hacia la *derecha*, luego gire el **perno ajustable (n.º 40)** del lado izquierdo $\frac{1}{4}$ de vuelta hacia la *izquierda*. Si la cinta no se mueve, repita este paso hasta que se centre.

2. Si la **cinta de correr (n.º 2)** se mueve hacia la izquierda, gire el **perno ajustable (n.º 40)** del lado izquierdo $\frac{1}{4}$ de vuelta hacia la *izquierda*, luego gire el **perno ajustable (n.º 40)** del lado derecho hacia la *derecha*. Si la cinta no se mueve, repita este paso hasta que se centre.

3. Con el tiempo, la **cinta de correr (n.º 2)** se aflojará. Para ajustarla, gire los **pernos ajustables del lado izquierdo y derecho (n.º 40)** una vuelta completa hacia la *derecha*, luego verifique la tensión de la cinta. Continúe este proceso hasta que la cinta tenga la tensión correcta. Asegúrese de ajustar ambos lados por igual para asegurar la alineación correcta de la cinta.

Si siente que la cinta está suelta, puede ajustarla un poco al girar ambos **pernos ajustables (n.º 40)**, al mismo tiempo, $\frac{1}{4}$ de vuelta hacia la *derecha*. Si siente que la cinta no está suave o que está demasiado ajustada, la puede soltar al girar ambos **pernos ajustables (n.º 40)**, al mismo tiempo, $\frac{1}{4}$ de vuelta hacia la *izquierda*. Repita este procedimiento para obtener la tensión deseada.

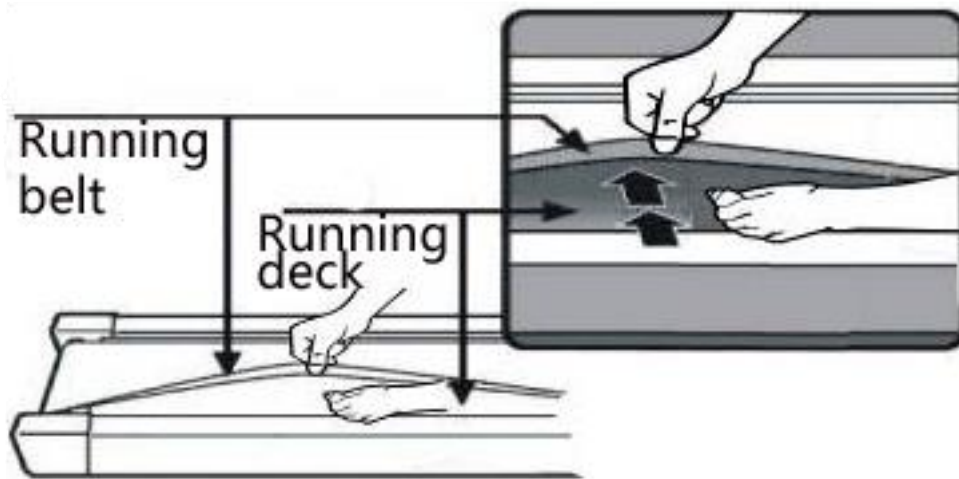


LUBRICANTE DE LA CINTA DE CORRER Y DE LA MÁQUINA:

Es importante lubricar el estribo y la cinta de correr, ya que la fricción entre ambos afecta la vida útil y el funcionamiento de la máquina. Se sugiere revisar con regularidad el estribo y la cinta. Si encuentra algún desgaste en el estribo, comuníquese con nosotros a support@sunnyhealthfitness.com

Se recomienda la siguiente tabla de tiempo:

Usuario moderado (menos de 3 horas a la semana)	<i>una vez al año</i>
Usuario intermedio (3-5 horas a la semana)	<i>cada seis meses</i>
Usuario frecuente (más de 5 horas a la semana)	<i>cada tres meses</i>



1. Levante la cinta en un lado y aplique lubricante en la plataforma transportadora. Use un trapo para limpiar profundamente el lubricante sobre la plataforma transportadora. Repita este procedimiento en el otro lado.
2. Las piezas móviles deben girar libremente y en silencio. Una condición anormal en las piezas móviles afectará la seguridad del equipo. Inspeccione y apriete los pernos con regularidad.
3. Para mantener mejor la cinta de correr y prolongar su vida útil, se sugiere darle mantenimiento con regularidad.
4. Si la cinta transportadora está floja, el usuario podría resbalarse mientras esté corriendo; y si esta está demasiado apretada, disminuirá el desempeño del motor y también creará mayor fricción entre el rodillo y las cintas transportadoras. La tensión más adecuada para las cintas se obtiene al jalar **50-75 mm** desde el **estribo**.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PROBLEMA	CAUSA	SOLUCIÓN
La base es inestable	Hay un objeto debajo de la estructura principal de la máquina o el suelo está desnivelado.	Retire el objeto Coloque la máquina al nivel del suelo
	La perilla de seguro está suelta	Ajuste la perilla de seguro
Las piezas móviles hacen ruido	Los accesorios (pernos, tuercas o tornillos) están sueltos	Revise los accesorios y ajústelos.
	La cinta de correr y el estribo no están lubricados	Lubrique la cinta de correr y el estribo (ver pág. 10)
La cinta de correr no está centrada	La tensión de la cinta de correr no es adecuada en los lados izquierdo o derecho del estribo	Ajuste los pernos Allen; consulte la sección de Mantenimiento (pág. 9) Centrado de la cinta de correr.
La pantalla del monitor no se ve con claridad.	Las pilas están gastadas	Remplace las pilas por otras nuevas
El monitor no funciona en absoluto.	Uno de los siguientes cables del sensor no está conectado correctamente. El cable del sensor (n.º 46), el cable del sensor inferior (n.º 22A) o el cable del sensor superior (n.º 22B)	Verifique la conexión de los cables del sensor y asegúrese de que sea la adecuada
	Las pilas están gastadas	Utilice pilas nuevas