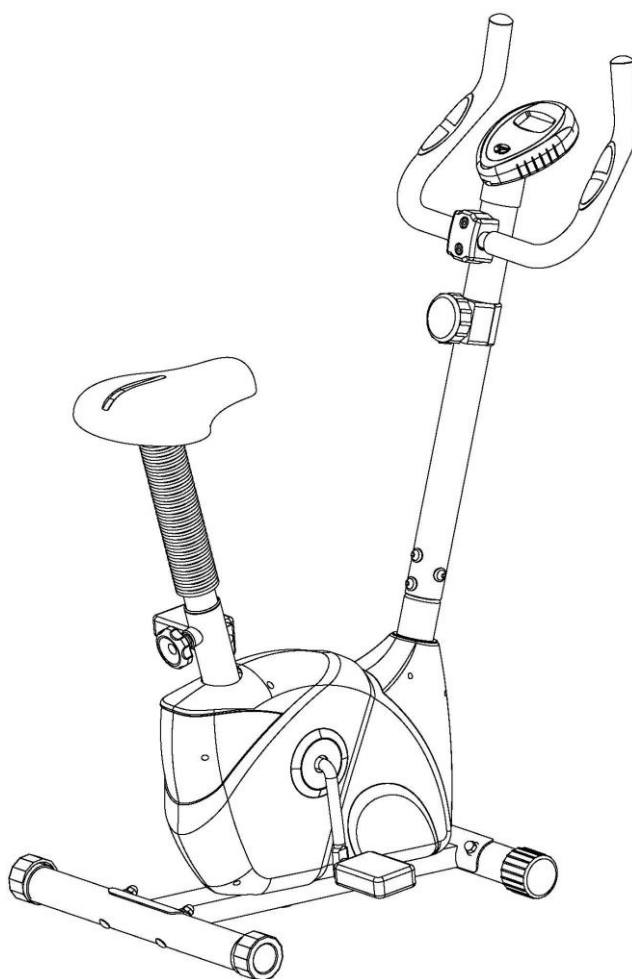




MANUAL DO USUÁRIO

BIKE MAGNÉTICA VERTICAL KIKOS KV 3.1



AVISO

Exercício em demasia pode apresentar um risco à saúde.
Consulte um médico antes de começar qualquer programa do exercício com este equipamento.
Se você sentir-se fraco ou com tonturas, interrompa imediatamente o uso deste equipamento.
Caso o produto não seja montado corretamente em conformidade com o manual pode oferecer risco de acidentes.
Manter crianças e animais de estimação longe do equipamento quando em uso.
Certificar-se sempre que todos os parafusos e porcas estão apertadas antes de cada uso.
Seguir todas as instruções de segurança neste manual.

Este produto destina-se ao uso único e exclusivo residencial. Sua utilização fora deste fim, acarretará na perda da garantia do produto.

Prezado Cliente,

Agradecemos o fato de ter escolhido um equipamento Kikos. Desejamos um ótimo treino.

Observe e siga as instruções de segurança e montagem cuidadosamente.

Se você tiver dúvidas, não hesite em contatar-nos.

Este produto de qualidade foi projetado, fabricado, testado e certificado para reforçar seu treinamento de Fitness.

Instruções de Segurança

Antes de iniciar seu treino, leia atentamente as instruções.

Certifique-se de manter o manual de instruções guardado, em caso de reparo e necessidade de peças sobressalentes para entrega.

A Bicicleta Kikos KV 3.1 é designada para utilização de pessoas com peso máximo de até 100 kg.

Use somente peças originais para reposição.

Colocar o equipamento sobre uma superfície não escorregadia. O uso do equipamento em áreas úmidas, não é recomendado devido à possível corrosão.

Verifique antes do primeiro treino e a cada dois meses que todos os parafusos estão apertados e encontram-se na condição correta.

Substitua componentes defeituosos imediatamente e/ou manter o equipamento fora de uso até reparo.

Para reparos, utilize somente peças originais.

No caso de reparo, por favor, pergunte ao seu revendedor para obter orientação.

Evite o uso de detergentes agressivos quando limpar o equipamento.

Assegurar que o treino só comece após a correta montagem e inspeção do item.

Para todas as peças ajustáveis, estar ciente das posições máximas a que podem ser ajustadas.

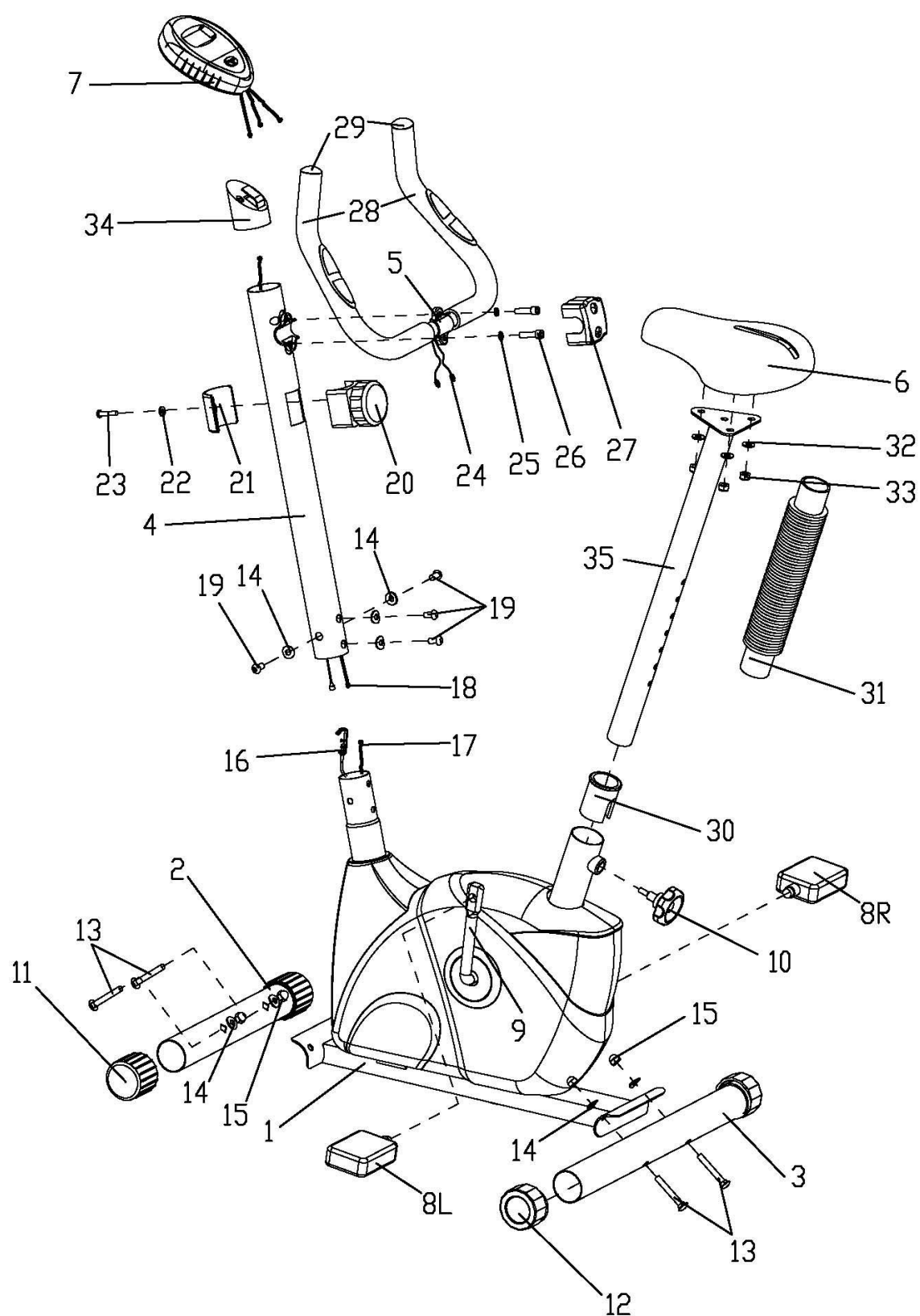
O equipamento foi projetado para os adultos. Certifique-se de que as crianças mantenham distancia.

Consulte o seu médico antes de iniciar qualquer programa de exercícios. Ele pode lhe aconselhar sobre o tipo de formação e que impacto é adequada.

Siga os conselhos para um treino correto conforme detalhado no manual de instruções.

A carga / trabalho nível pode ser ajustada pelo controle de resistência do equipamento.

Vista Explodida do Equipamento

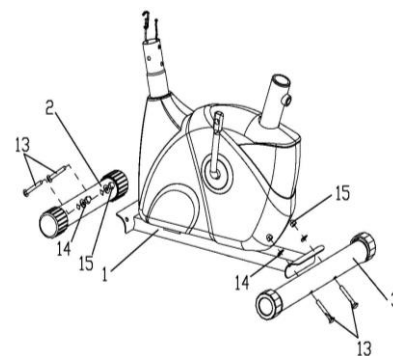


Lista de Peças

No.	Descrição	Qtde	No.	Descrição	Qtde
1	Base Principal	1	19	Parafuso Allen	4
2	Tubo frontal	1	20	Controle de Tensão	1
3	Tubo Traseiro	1	21	Capa do controle de Tensão	1
4	Tubo Superior	1	22	Arruela	1
5	Guidão	1	23	Parafuso	1
6	Assento	1	24	Fio do Pulso	2
7	Computador	1	25	Arruela Spring	2
8L/R	Pedal	1	26	Parafuso	2
9	Manivela	1	27	Junção do Guidão	1
10	Trava	1	28	Apoio de espuma	2
11	Capa do Tubo Frontal	2	29	Capa do guidão	2
12	Capa do Tubo Traseiro	2	30	Bucha	1
13	Parafuso Carriage	4	31	Tubo de Plastico	1
14	Arruela Arc	8	32	Arruela Flat	3
15	Porca Cap	4	33	Porca de Nylon	3
16	Cabo de Tension	1	34	Suporte do Computador	1
17	Fio do Sensor	1	35	Tubo do Assento	1
18	Fio de Conexão	1			

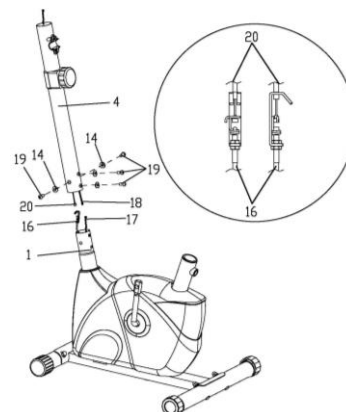
1º Passo: Instalando os tubos frontais e traseiros

Fixe o Tubo frontal (2) e o tubo traseiro (3) à base principal (1) com a arruela arc (14), porca cap (15) e parafuso carriage (13).



2º Passo: Instalando o Tubo Superior

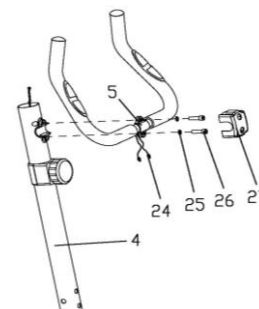
Conecte o Fio do Sensor (17) da base principal (1) ao fio de conexão (18) do Tubo Superior (4). Coloque o final do cabo da resistência do Cabo de controle de tensão (20) no gancho do cabo de tensão (16). Conecte o fio de conexão (18) no Cabo de Tensão (16). Finalmente, insira o Tubo Superior (4) à base principal (1) e fixe-os com parafuso allen (19) e arruela arc (14).



3º Passo: Instalando o Guidão

Coloque os fios do pulso (24) através do buraco do Tubo Superior (4) passando-os até a parte superior do Tubo (4).

Fixe o Guidão (5) no Tubo Superior (4) com arruela spring (25) e parafuso (26). Então coloque a junção (27) no guidão (5).

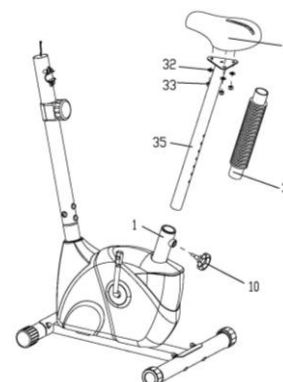


4º Passo: Instalando o Tubo do Assento

Remova as porcas nylon (33) e arruelas (32) do assento (6), fixe o assento (6) no Tubo do Assento (35) com a porca nylon (33) e arruelas (32) que foram removidas. Então insira o Tubo do Assento (35) no Tubo de Plástico (31).

Nota: Certifique-se que a grande cabeça do Tubo de Plástico (31) estará de cabeça para baixo (31). E então fixe o tubo do assento (35) com o Tubo de Plástico (31) no Tubo da Base Principal (1) com a Trava (10).

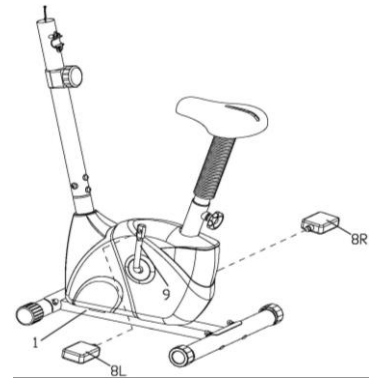
Nota: Ao ajustar a altura do Tubo do Assento, a inserção máxima é a delineada da profundidade da inserção. Não pode mais alta do que a borda do tubo do quadro principal.



5º Passo: Instalando os Pedais

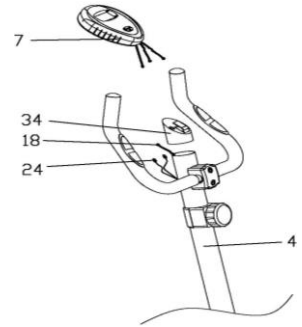
Coloque o Pedal (8L/R) nas respectivas manivelas(9) (L → Esquerdo e R → Direito), de acordo como sentado no aparelho

[Nota]: Os dois Pedais estão etiquetados L → Esquerdo e R → Direito. Para fixar vire o pedal esquerdo NO SENTIDO ANTI-HORÁRIO e o pedal direito NO SENTIDO HORÁRIO.



6º Passo: Instalando o Computador

Abra o compartimento da bateria e coloque 2 pilhas "AA" ou "UM-3" atrás do painel (7). Conecte os fios de pulso (24) e o fio de conexão (18) aos fios do painel (7). Então insira o painel (7) no suporte do computador (34).



Funções do Painel

FUNÇÕES:

1. SCAN: Auto-seleção
2. SPEED: Velocidade
3. DIST: Distancia percorrida
4. TIME: Tempo de exercício
5. ODO: Total da distancia
6. CAL: Calorias
7. ♥: Pulsação

COMO INSTALAR A BATERIA:

1. Retire as baterias da parte de trás do painel.
2. Coloque uma pilha tamanho - AA ou uma bateria UM-4 dentro do painel.
3. Certifique-se de colocar as baterias da forma correta em posição correta e em contato com os conectores.
4. A durabilidade aproximada da pilha é de 1 ano.
5. Se o monitor estiver ilegível ou partes dos segmentos, remova a bateria e espere por 15 segundos, depois reinstale.
6. A remoção da bateria apaga todas as informações do computador.

FUNÇÕES E OPERAÇÕES

AUTO ON /OFF (LIGA/DESLIGA)

O MONITOR funcionará automaticamente quando o equipamento estiver em atividade de exercício. Se o exercício sobre a maquina para mais que 4 minutos automaticamente o painel desliga e todas as funções são apagadas.

RESET

Pressione todos os botões por mais de 3 segundos e serão apagadas todos as informações.

Quando todas as funções são visualizadas do display, o símbolo de pulso não será visualizado.

SCAN:

Pressione o botão até que a seta aponta para o SCAN, o monitor será automaticamente ciclos entre velocidade, Dist, TIME, ODO, CAL e ♥ a cada 6 segundos.

SPEED:

Pressione o botão até apresentar a velocidade, monitor exibirá a velocidade atual.

DISTANCE:

Pressione o botão até DIST visualização, o monitor irá exibir a distância da viagem que você está viajando.

TIME:

Pressione o botão até TIME visualização, o monitor irá mostrar o tempo em andamento.

ODOMETER:

Pressione o botão até mostrar ODO, monitor exibe a distância total acumulada.

CALORIE:

Pressione o botão até mostrar CAL, monitor irá mostrar o consumo de calorias acumuladas.

PULSE:

Pressione o botão até ♥ visualização, o monitor irá exibir o seu ritmo cardíaco atual em batidas por minuto. Se o sensor for o de contato com por orelha, antes de medir a pulsação, a parte da orelha que será colocada o clipe do sensor deve ser friccionada por 20 vezes para garantir a circulação máxima. E Se o sensor é o de contato com a mão, antes de medir a pulsação, coloque as palmas das suas mãos em ambos os blocos de contato e o monitor irá mostrará o seu batimento cardíaco atual, taxa de batimentos por minuto (BPM) no visor LCD.

Usando corretamente sua Bike

Usando o aparelho corretamente, você obterá diversos benefícios. Melhorará sua aptidão física, tonificará seus músculos e juntamente com uma dieta controlada, o ajudará a perder o peso.

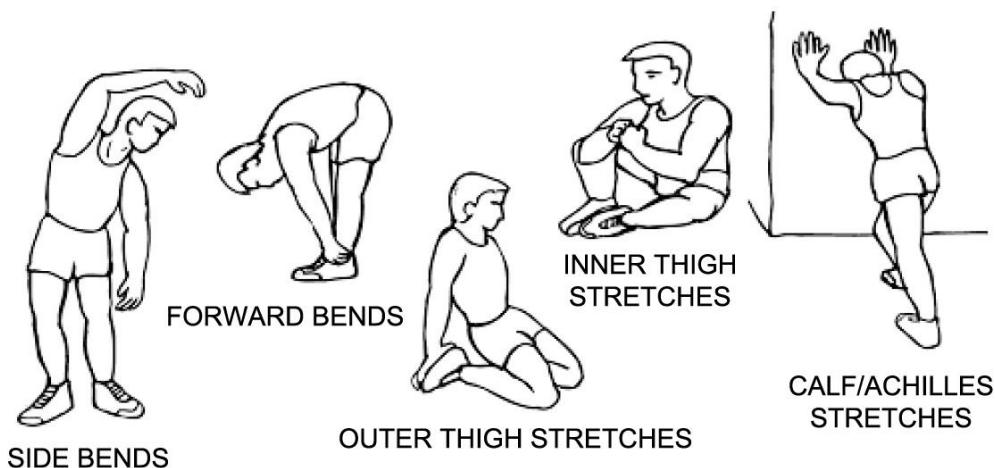
Aquecimento

O aquecimento prepara o corpo para o exercício aumentando a circulação de sangue, entregando mais oxigênio para os músculos e aumentando a temperatura do corpo. Comece cada exercício com 5 a 10 minutos de aquecimento.

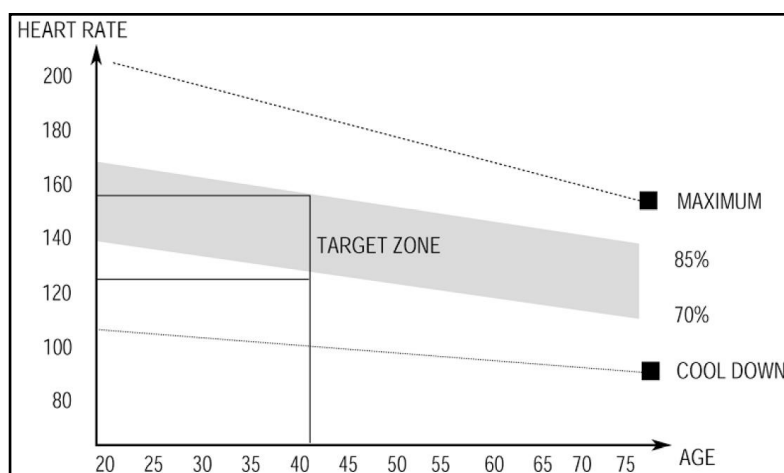
Alongando

Depois de se aquecer, aumente a intensidade de seu exercício até sua taxa cardíaca entrar na sua zona de treinamento por 20 a 60 minutos. (durante as primeiras semanas do seu programa de exercícios, não mantenha sua taxa cardíaca na sua zona de treinamento por mais de 20 minutos). Respire regularmente e profundamente - nunca segure a sua respiração.

Lembre-se sempre de consultar o seu médico antes de começar qualquer programa do exercício.



Após o uso regular, os músculos em suas pernas se tornarão mais flexíveis. Trabalhe em seu próprio ritmo e sempre mantenha um ritmo constante. A taxa de trabalho deve ser suficiente para levantar sua pulsação do coração na zona do alvo mostrada no gráfico abaixo.



Fase de esfriamento corporal

A finalidade do esfriamento corporal é retornar o corpo ao seu estado normal ou quase normal, estado de descanso no fim de cada sessão do exercício. Um esfriamento corporal apropriado abaixa lentamente sua frequência cardíaca e permite que o sangue retorne ao coração.



CERTIFICADO DE GARANTIA

A Kikos garante os produtos 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.

Garantia da Estrutura - 90 dias legal e 640 dias contratual
Garantia de Mão de obra, Motor e demais partes - 90 dias legal e 275 dias contratual

Esta garantia acima cobre eventuais defeitos de fabricação que os produtos possam apresentar, salvo peças de desgaste natural apresentadas abaixo que ficará da seguinte forma :

90 dias de garantia legal + 90 dias de garantia contratual: Pintura, Mantas, Eixos e Rolamentos ;

90 dias de garantia legal: Peças plásticas, Escova do motor, Correias, Cinta de freio, Correntes, Cabo de aço, Estofados, Acabamentos de espuma e Manoplas emborrachadas.

Durante o prazo de garantia acima estabelecido, a Kikos assume o compromisso de substituir ou consertar, sem ônus (excetuando-se despesas de deslocamento), as peças com defeitos de fabricação. O cliente é responsável pela taxa de deslocamento de técnico especializado no valor vigente no momento, caso necessite dos serviços de assistência técnica, tanto da rede autorizada como da fábrica. Durante a garantia legal (90 dias) não será cobrada a taxa de deslocamento.

Caso o cliente prefira, o equipamento dentro da garantia poderá ser enviado a Kikos, e o reparo será efetuado sem custo de peças e mão de obra para o cliente (excetuando-se custos de transporte ida e volta do equipamento), obedecendo os prazos acima.

Os direitos de prestação da garantia não são acionados quando existam pequenas diferenças do material, em relação à qualidade teórica exigida, que sejam indiferentes para o valor e utilização do aparelho. Eventuais prestações de garantia não implicam o aumento do prazo de garantia, nem iniciam a contagem decrescente do mesmo prazo.

A garantia não abrange os serviços de instalação, limpeza e lubrificação do produto.

São de responsabilidade do cliente as despesas decorrentes do atendimento de chamadas julgadas improcedentes.

A garantia será anulada nas seguintes situações:

a) Danos provocados por:

- Roubo, vandalismo, raio, fogo, enchente e / ou outros desastres naturais;
- Suor, água, solventes, álcool e/ou outros líquidos;
- Quedas, batidas, acidentes ou uso inadequado;
- Ligação do produto em rede elétrica fora dos padrões especificados ou sujeita a uma flutuação excessiva de voltagem;
- Utilização do produto em ambientes sujeitos a gases corrosivos (ex. evaporação de cloro), umidade ou temperatura excessiva;

- Utilização do equipamento ao ar livre;
- Utilização do produto dentro de saunas, garagens, banheiros;
- Utilização do produto em desacordo com o especificado na ocasião da compra ou neste termo, como por exemplo, o uso de aparelhos de categoria residencial em academias, clubes, grêmios, clínicas, escolas, associações, locais comerciais, e outros que a Kikos julgar necessário;
- Aplicações de forças e pesos demasiados;
- Limpeza com produtos químicos não recomendados pela Kikos, que podem provocar manchas. A limpeza deve ser efetuada somente com panos secos;
- Lubrificação incorreta do equipamento;
- Falta ou excesso de silicone;
- b) Quando for constatado:
 - Manuseio, e/ou reparos por pessoas ou assistência técnica não autorizada;
 - Montagem imprópria do produto pelo usuário ou não observância do manual de operação;
 - Alteração de partes mecânicas, elétricas/eletrônicas originais;
 - Remoção ou modificação do número de série;
 - Utilização do aparelho em locais expostos a luz solar, chuva, orvalho, poeira, maresia, úmidos ou mal ventilados, etc;
 - Manutenção prévia com peças não originais;
 - Utilização do equipamento por mais de uma pessoa ao mesmo tempo;
 - Utilização do equipamento por pessoas acima do peso especificado no produto.

Nenhum revendedor ou assistência técnica autorizada Kikos tem autorização para alterar este termo ou assumir compromissos em nome da Kikos

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

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

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

A relação de assistências técnicas autorizadas Kikos pode ser obtida através da central de atendimento ao cliente: (11) 3589 2865 de Segunda a Sexta-Feira das 08:30 às 18:00, pelo e-mail: assistencia@kikos.com.br, ou pelo site: www.kikos.com.br

Nota Fiscal: _____

Produto: _____

DADOS DO CLIENTE:

Nome: _____

Endereço: _____ CEP: _____

Cidade: _____ Est.: _____ Tel.: (____) _____ Cel.: (____) _____

A GARANTIA SOMENTE SERÁ VÁLIDA COM A APRESENTAÇÃO DESTE CERTIFICADO E SUA RESPECTIVA NOTA FISCAL.

Assistência Técnica Matriz Kikos
Rua Manuel Soares Sebastião, 115 B - Cep: 04775-160 - Socorro - São Paulo - SP - Brasil
Tel: (11) 3589 2865 / 3589 2944 – E-mail: assistencia@kikos.com.br
www.kikos.com.br

