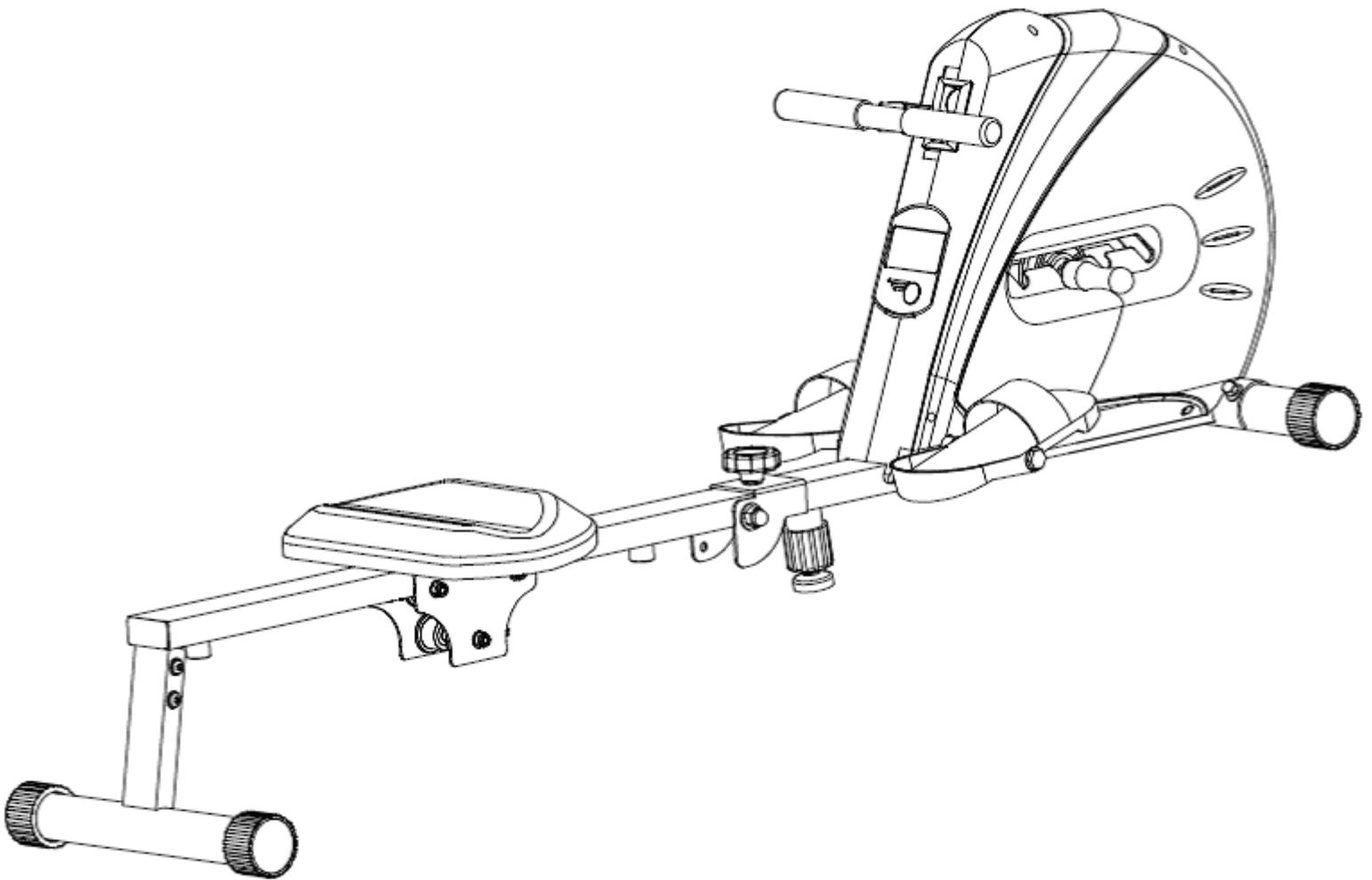


OMIKO[®]

MANUAL DEL USUARIO

★ **86TR**

Lea cuidadosamente antes de ensamblar el equipo y comenzar su rutina de entrenamiento.





SEGURIDAD

Tenga en cuenta las siguientes precauciones antes de ensamblar y usar este equipo.

- Ensamble el equipo exactamente como se describe en este manual de instrucciones.
- Compruebe todos los tornillos, tuercas y otras conexiones antes de usar el equipo por primera vez y asegúrese de que él mismo está en condiciones de seguridad.
- Instale el equipo en una superficie plana y seca, por favor, manténgalo alejado del agua y la humedad.
- Coloque una base adecuada (por ejemplo, estera de goma, tabla de madera, etc.) debajo del equipo en el área de montaje para evitar la suciedad.
- Antes de comenzar el entrenamiento, retire todos los objetos dentro de un radio de 2 metros del equipo.
- No utilice artículos de limpieza agresivos para limpiar el equipo, utilice únicamente las herramientas suministradas o herramientas propias que sean adecuadas para montar el equipo o reparar cualquier parte del mismo. Retire las gotas de sudor del equipo inmediatamente después de terminar el entrenamiento.
- Su salud puede verse afectada por un entrenamiento incorrecto o excesivo. Consulte a un médico antes de comenzar el programa de entrenamiento. Puede definir el ajuste máximo (pulso, vatios, duración del entrenamiento, etc.) al que puede entrenarse y obtener información precisa durante el entrenamiento. Este equipo de fitness no es adecuado para fines terapéuticos.
- Entrene en su equipo sólo si está funcionando correctamente. Utilice repuestos originales para las reparaciones necesarias.
- Este equipo se puede utilizar para el entrenamiento de una sola persona a la vez.
- Use ropa y calzado deportivo adecuado para el entrenamiento con su equipo de fitness.
- Si tiene sensación de mareos, enfermedad u otros síntomas anormales, por favor deje de entrenar y consulte a un médico inmediatamente.



SEGURIDAD

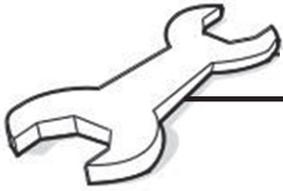
- Niños y personas discapacitadas sólo deben utilizar la máquina en presencia de otra persona que puede dar ayuda y asesoramiento.
- La potencia de la máquina aumenta con el aumento de la velocidad, y al revés. Su equipo fitness está equipado con una perilla que ajusta la resistencia.
- El peso máximo del usuario es 120 Kg.



ADVERTENCIA

Antes de comenzar éste o cualquier programa de ejercicios, consulte primero a su médico. Esto es especialmente importante para las personas mayores de 35 años o que tengan problemas de salud preexistentes.

Lea las instrucciones antes de usar el equipo. El fabricante no asume responsabilidad alguna por lesiones o daños sufridos mediante el uso de este producto.



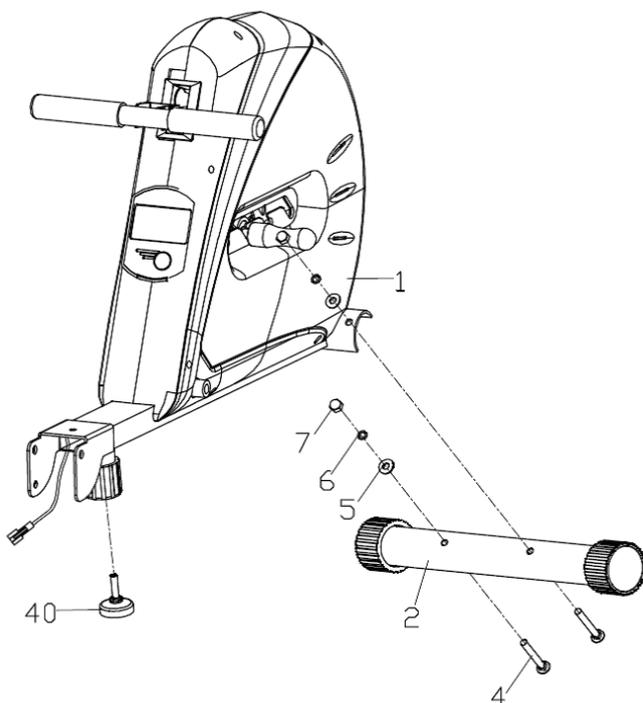
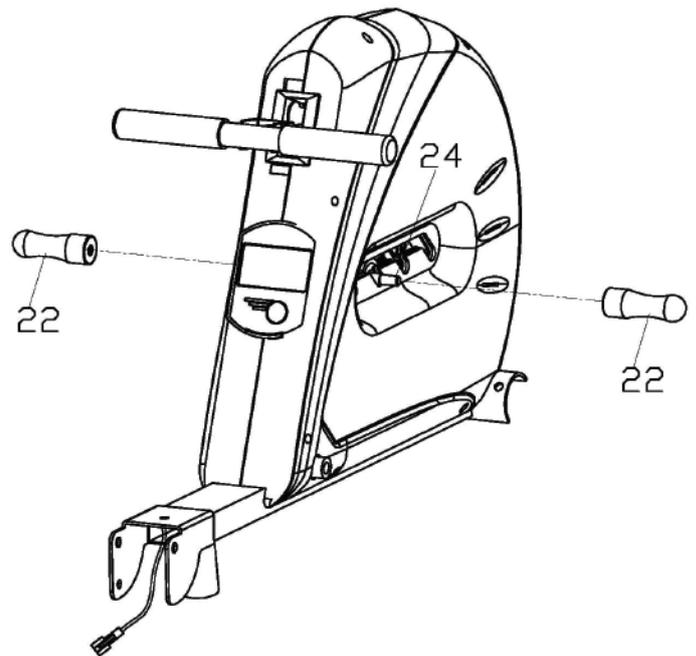
ENSAMBLADO

PREPARACIÓN

La mayoría del hardware de ensamblaje en la lista se ha empaquetado por separado, pero algunos elementos de hardware se han preinstalado en las piezas de ensamblaje identificadas. En estos casos, simplemente retire y vuelva a instalar el hardware, ya que se requiere ensamblaje.

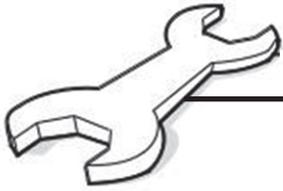
Por favor, tenga en cuenta los pasos de montaje individuales y tome nota de todo el hardware preinstalado.

- 1 Fije el manillar (22) al eje (24).



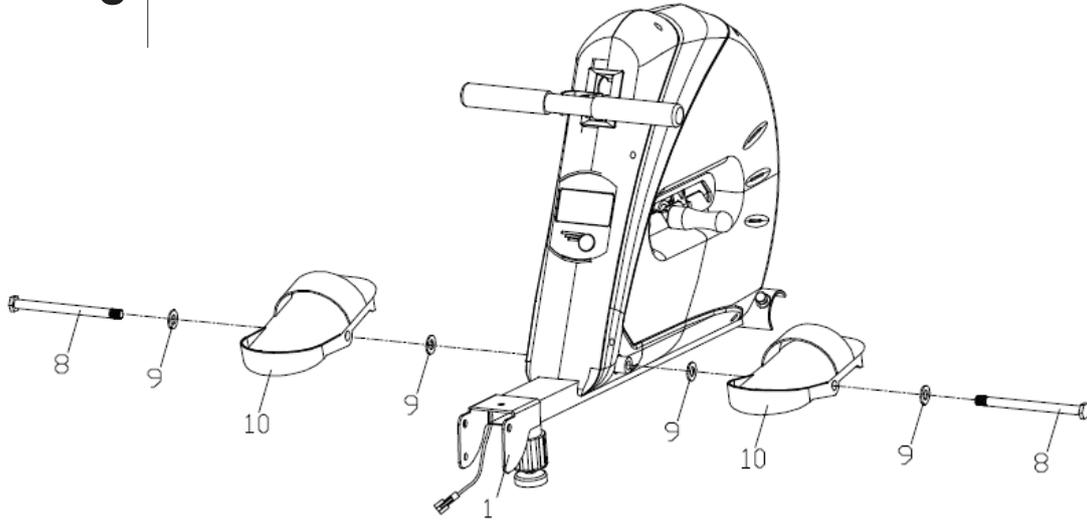
- 2 Fije el estabilizador delantero (2) al marco principal (1) con el tornillo (4), la arandela curva (5), la arandela de resorte (6) y la tuerca (7).

Instale la almohadilla de pie ajustable (40) en el marco principal (1) como se muestra. Ajústelo a la posición adecuada para soportar el tubo del carril (45).



ENSAMBLADO

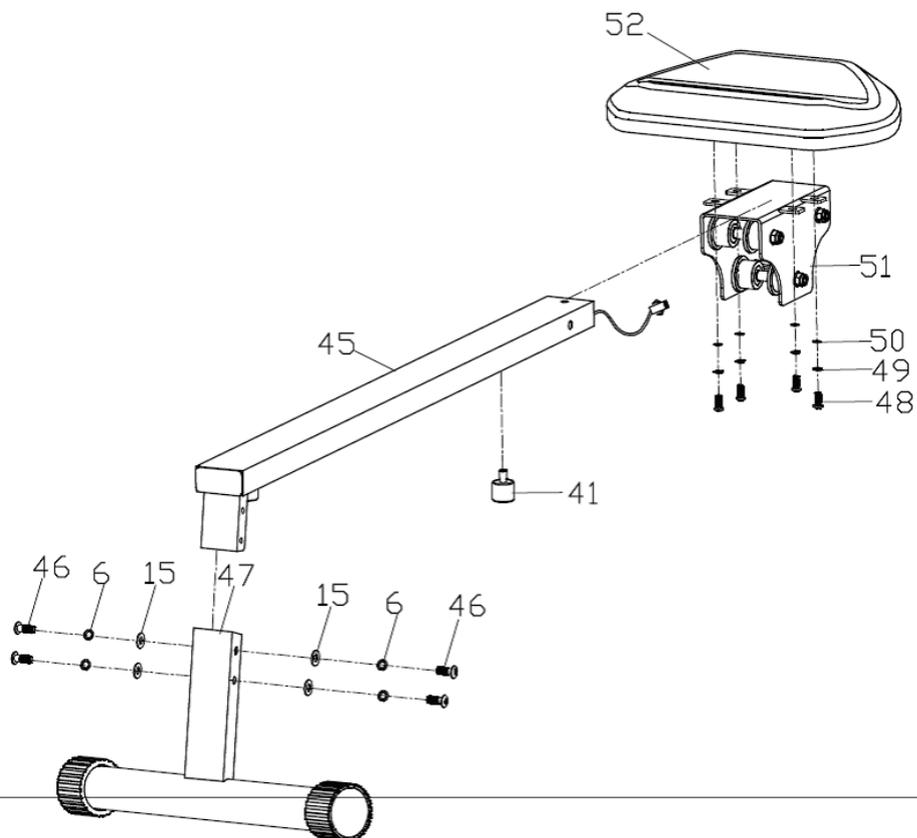
- 3** Fije los pedales (10) al marco principal (1) con tornillos (8) y arandelas (9).

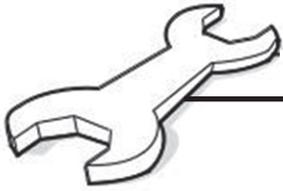


- 4** Fije el sillín (52) al poste del sillín (51) con tornillos (48) arandelas de resorte (49) y arandelas (50).

Fije el marco de soporte trasero (47) al tubo de carril (45) con el tornillo (46), las arandelas elásticas (6) y las arandelas (15).

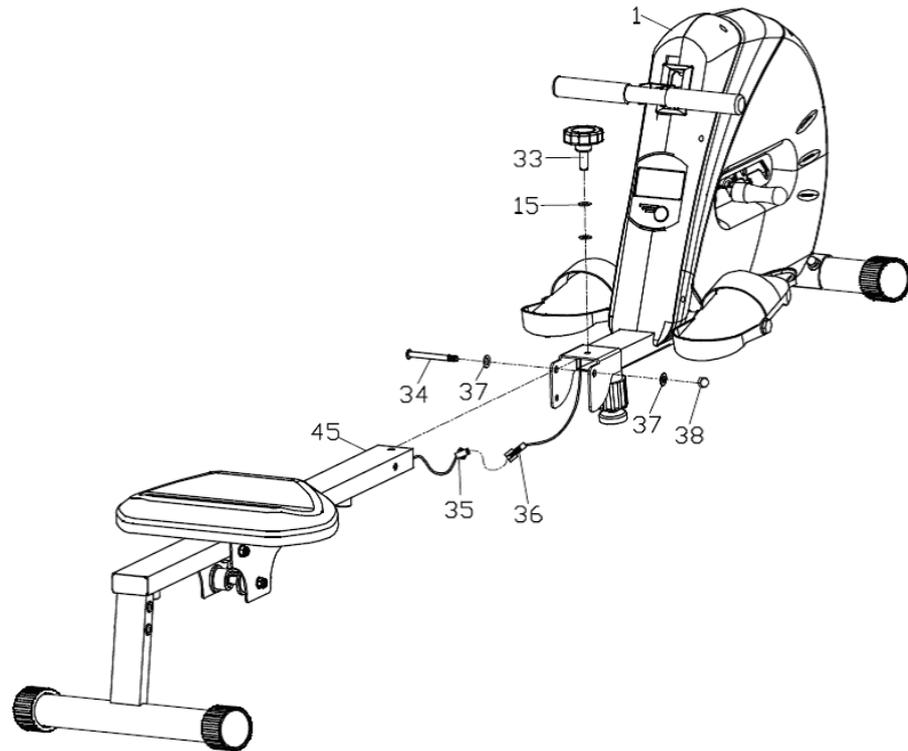
Quite la almohadilla (41) luego inserte el poste del sillín (51) en el tubo del carril (45), finalmente fije la almohadilla (41) al tubo del carril (45).



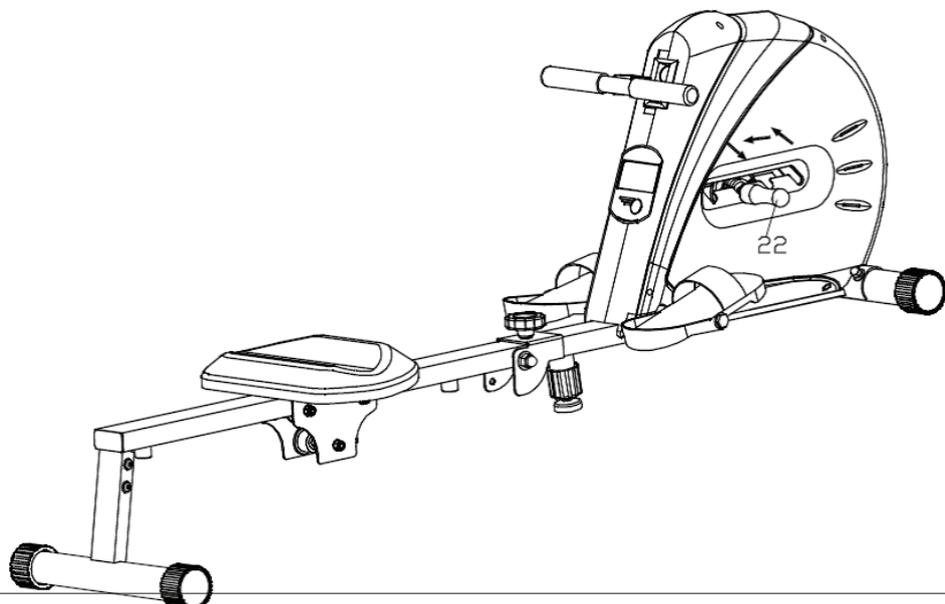


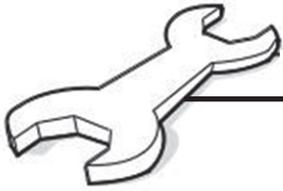
ENSAMBLADO

- 5** Conecte el cable extendido (36) al cable del sensor (35), y luego fije el tubo del carril (45) al marco principal (1) con tornillos (34) arandelas (37) y tuercas (38). Y luego fije el tornillo (33) y la arandela (15) al marco principal (1).



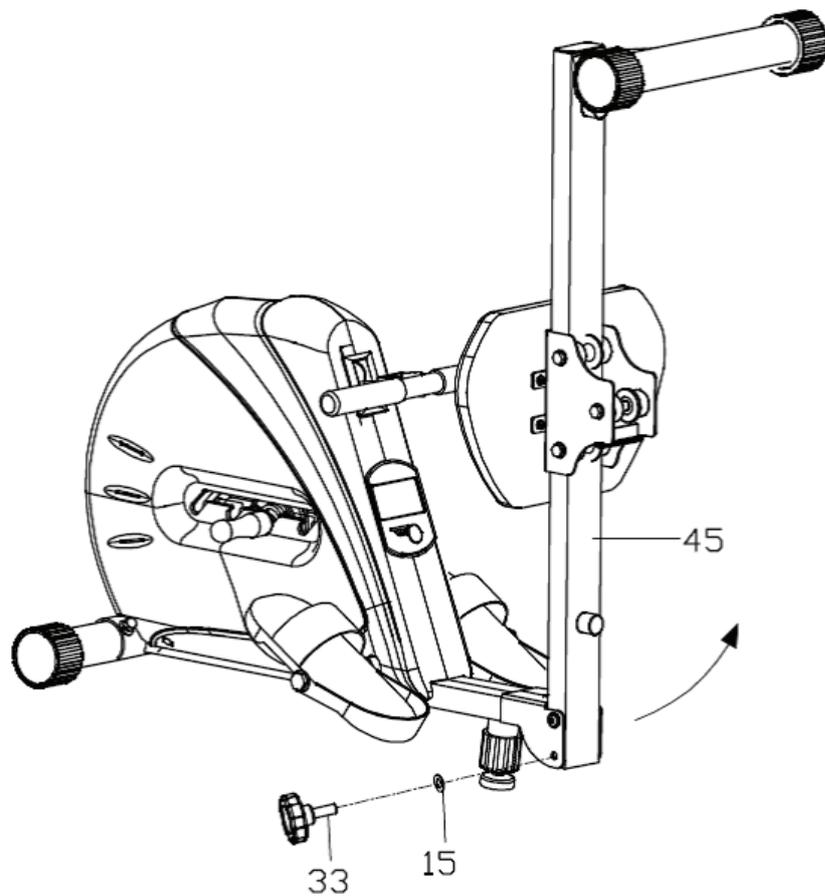
- 6** Hay 4 resistencias diferentes, para ajustarlo hay que levantar el manillar (22) de la ranura como muestra la flecha, empujar el manillar (22) hacia delante o hacia atrás, luego insertarlo en otra ranura como muestra la flecha.

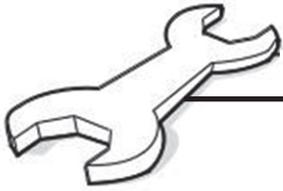




ENSAMBLADO

- 7** Este equipo de fitness puede ser plegado. Antes de doblar el equipo, saque el tornillo (33) y la arandela (15). Usted puede fijar el equipo plegado con el tornillo (33) y la arandela (15) como se muestra.

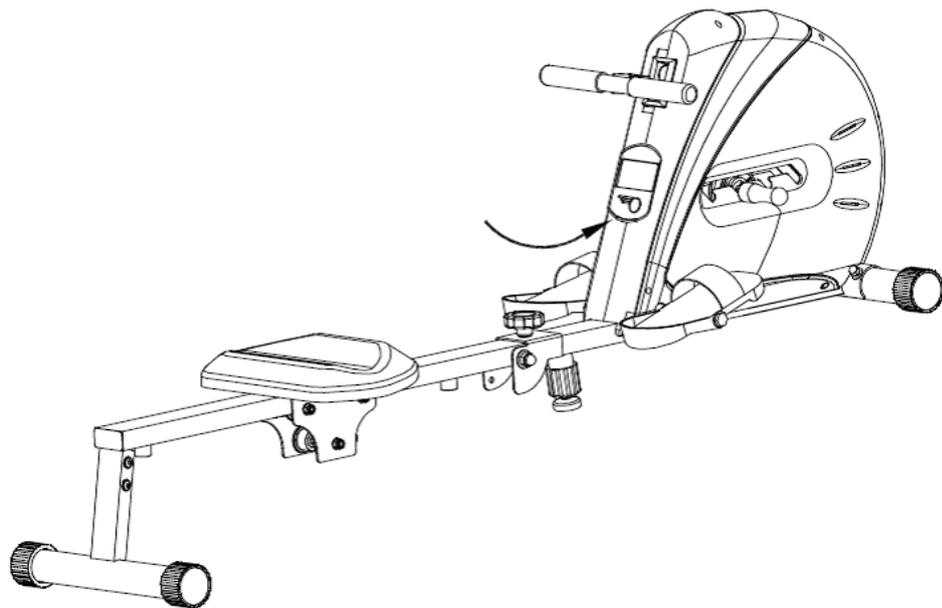




REEMPLAZO DE BATERÍAS

Empuje el clip en la parte inferior de la computadora, como se muestra, extraiga la computadora del agujero diseñado. (Cuidado con el cable conectivo de la computadora).

Requiere 2 baterías de 1.5 v AA (no incluidas).



PRECAUCIÓN

Instale las baterías con la polaridad correcta.

No mezcle diferentes tipos de baterías nuevas o usadas.

Se requiere instalación por adulto.

Deseche las baterías de manera responsable.

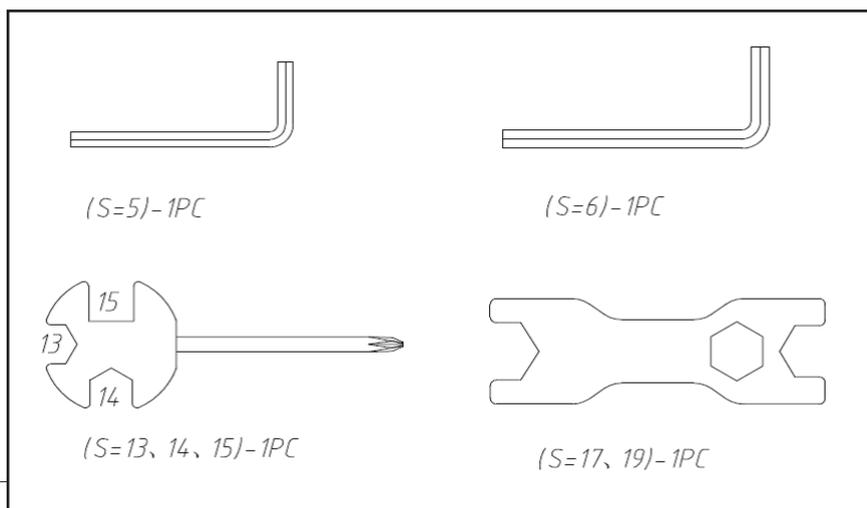
No arrojar al fuego.





LISTA DE PIEZAS Y PARTES

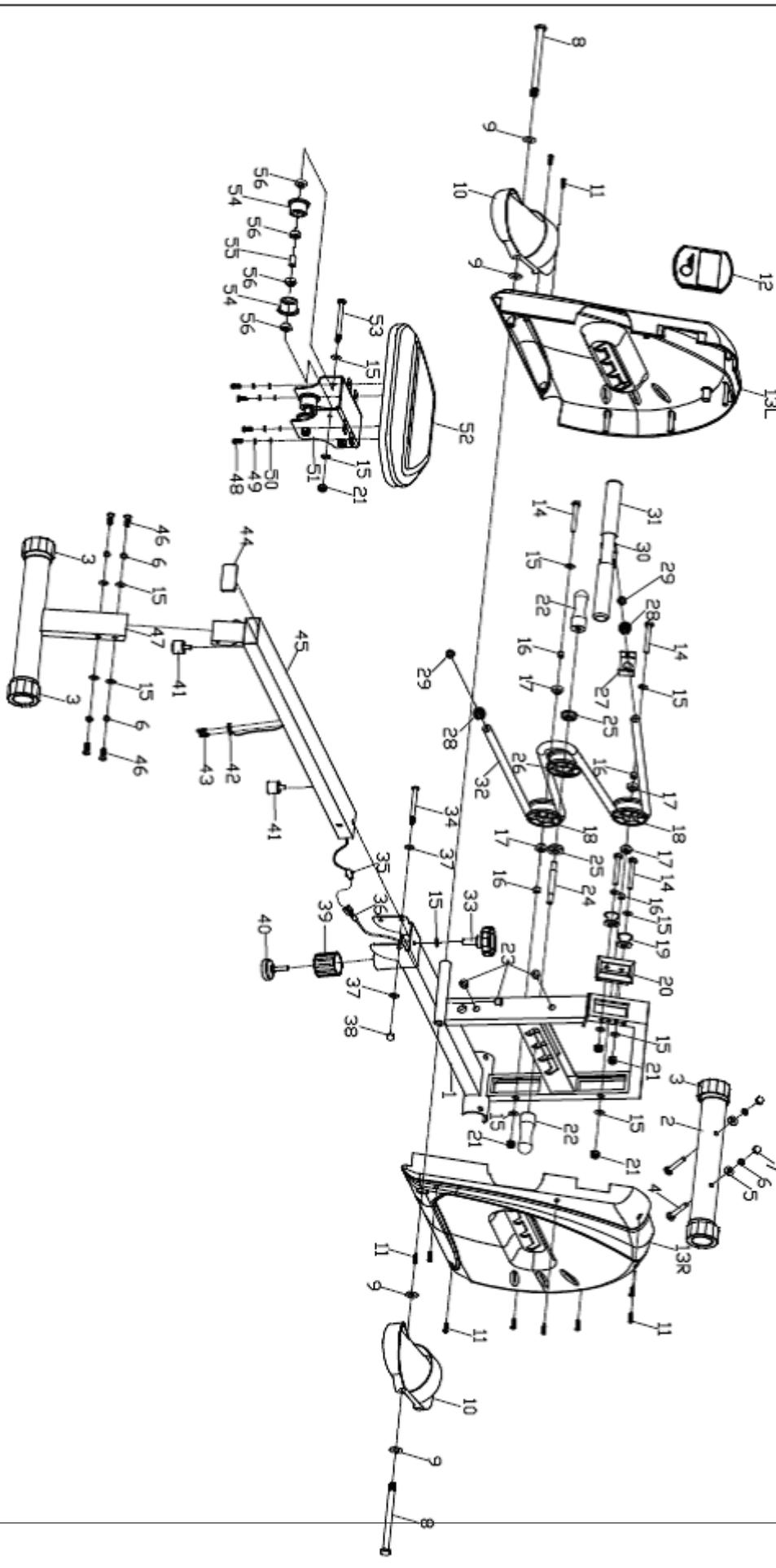
Nº	Descripción	Cant.	Nº	Descripción	Can t.
1	Marco principal	1	29	Clavija	2
2	Estabilizador delantero	1	30	Manillar	1
3	Tapa del extremo	4	31	Empuñadura de gomaespuma	2
4	Tornillo M8x65	2	32	Soga	1
5	Arandela curva d8x1.5xΦ20xR30	2	33	Tornillo	1
6	Arandela de resorte D8	6	34	Tornillo M10x80	1
7	Tuerca M8	2	35	Cable del sensor	1
8	Tornillo φ 12.5x130xM12x18	2	36	Cable extendido	1
9	Arandela D13x φ 26x2	4	37	Arandela D10x20x1.5	2
10	Pedal	2	38	Tuerca M10	1
11	Tornillo ST4.2x18	10	39	Tapa del extremo	1
12	Computadora	1	40	Almohadilla ajustable del pie	1
13L/R	Cubierta de la cadena	2	41	Almohadilla	2
14	Tornillo M8x62	4	42	Sensor	1
15	Arandela D8x φ 19x1.5	19	43	Tornillo ST3x10	2
16	Cojinete φ 12x φ 8.5x10.5	4	44	Tapa del extremo	1
17	Soporte 608	4	45	Tubo de carril	1
18	Rueda	2	46	Tornillo M8x16	4
19	Idler wheel / rueda ociosa	2	47	Marco de soporte trasero	1
20	Manga fija	1	48	Tornillo M6x15	4
21	Tuerca de nylon M8	7	49	Arandela de resorte D6	4
22	Manillar	2	50	Arandela D6	4
23	Tapa del extremo	3	51	Poste del sillín	1
24	Eje M10x φ 12x95	1	52	Sillín	1
25	Soporte φ 32x φ 12x11	2	53	Tornillo M8x90	3
26	Rueda	1	54	Rueda	6
27	Arandela con forma de U	1	55	Cojinete φ 12x φ 8x20	3
28	Fijación de cuerda	2	56	Soporte	12



Herramienta necesarias
 Llave hexagonal S=5
 Llave hexagonal S=6
 Llave S=13, 14,
 Llave S=17, 19



DESPIECE





INFORMACIÓN PARA EL USUARIO

Instrucciones de uso de la computadora

Botón funcional

MODE

Presione para seleccionar las funciones.

Presione y mantenga por 2 segundos para restablecer todos los valores.

FUNCIÓN	AUTO SCAN	Cada 6 segundos
	TIME	0:00~99:59(MINUTO:Segundo)
	COUNT	0~9999
	TOTAL COUNT	0~9999
	COUNT/MIN	0~1200
	CALORIES	0.0~999.9 Kcal
TIPO DE BATERIA	2 pilas AA	
TEMPERATURA DE FUNCIONAMIENTO	0OC~ +40 OC(32 OF~ 104 OF)	
TEMPERATUR A DE ALMACENAMIENTO	-10OC~ +60 OC(14 OF~ 168 OF)	



INFORMACIÓN PARA EL USUARIO

Funciones y operaciones

AUTO ON /OFF: El monitor se activará automáticamente si la máquina de ejercicios está en movimiento. Si detiene el ejercicio durante más de 4 minutos, el monitor se apagará y restablecerá todos los valores de función a cero.

SCAN: Pulse el botón hasta que la flecha apunte a SCAN, el monitor cambiará automáticamente entre TIME, COUNT, TOTAL COUNT, CALORIES, COUNT / MIN cada 6 segundos.

TIME: Pulse el botón hasta que la pantalla muestre TIME, el monitor contará el tiempo de remada del ejercicio hasta el final.

CALORIAS: Pulse el botón hasta que la pantalla muestre CAL, el monitor mostrará las calorías consumidas.

COUNT: Cuenta los golpes de remo de principio a fin.

TOTAL COUNT: Cuenta los golpes de remo totales de principio a fin.

COUNT/MIN: Muestra los golpes de remo actuales por minuto, o la frecuencia por minuto.