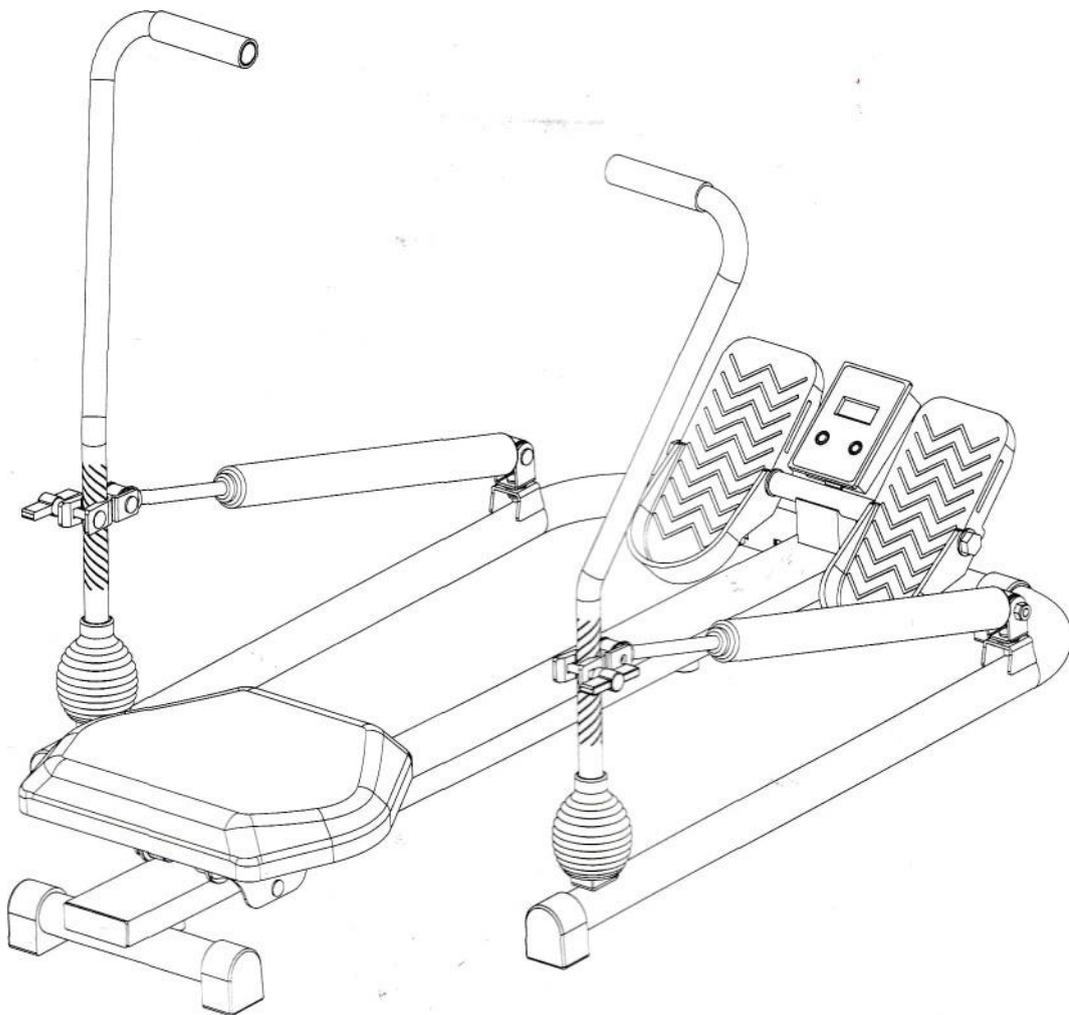




APARELHO REMO

WCT FITNESS

10100026



Manual de Instruções

Instruções de segurança

Por favor, mantenha este manual para o seu uso de referência futura!

Dicas de segurança:

Embora muitas medidas de segurança tenham sido consideradas durante o projeto e fabricação, mas ainda restam algumas regras de segurança que precisam obedecer no processo de operação, leia cuidadosamente o manual do proprietário antes de usar, especialmente as seguintes dicas de segurança:

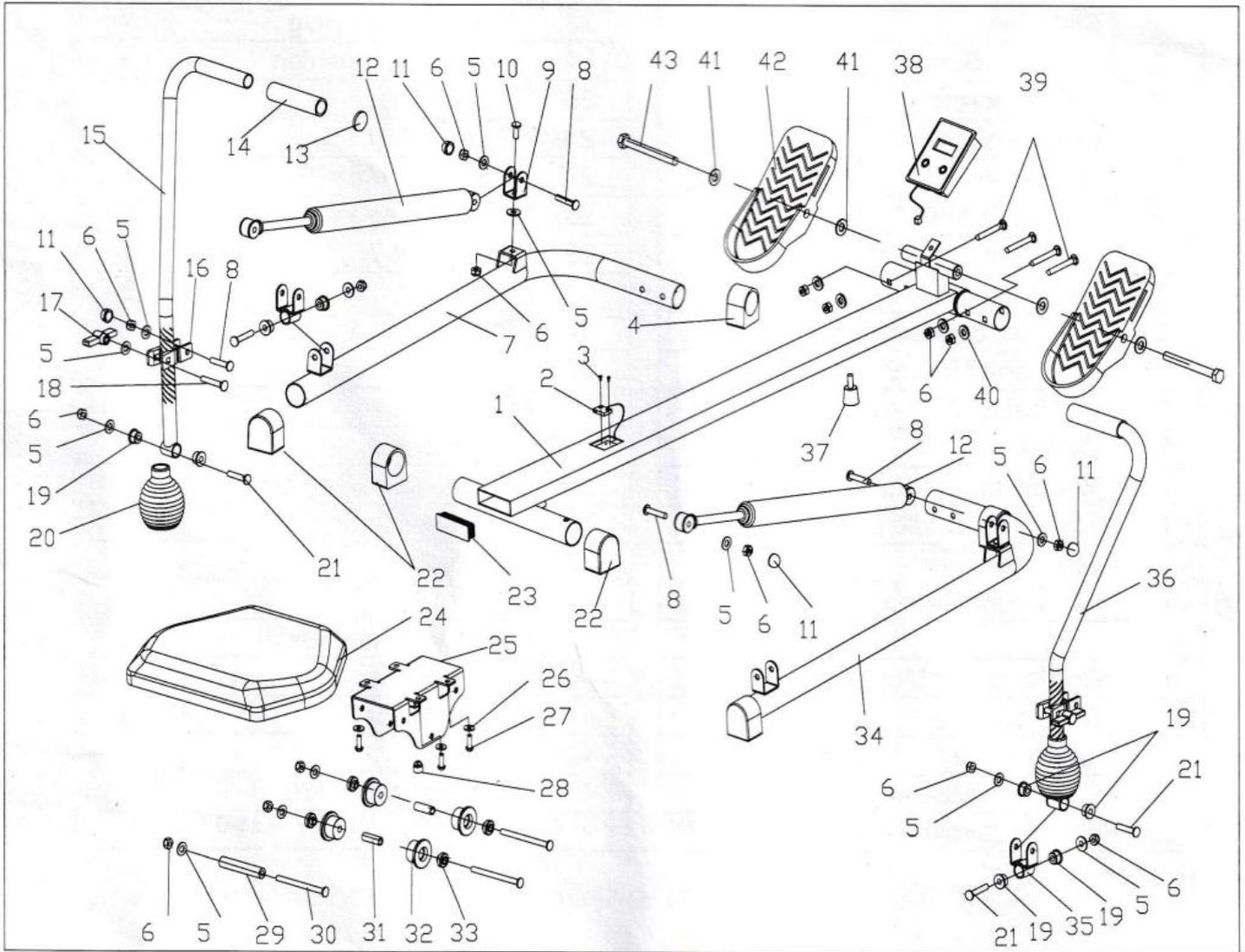
- 1.Mantenha sempre crianças e animais longe dos equipamentos. Não deixe children ficar com o equipamento sem a supervisão do adulto.
- 2.Este equipamento permite que apenas uma pessoa use.
- 3.Esteja ciente dos sinais do seu corpo. Exercícios incorretos ou excessivos podem ser perigosos para sua saúde. Pare de se exercitar se sentir algum dos seguintes sintomas: dor, aperto no peito, batimentos cardíacos irregulares, falta de ar extrema, sensação de tontura,tontura ou náusea. Se você experimentar qualquer uma dessas condições, você deve consultar seu médico imediatamente.
- 4.Este equipamento deve ser emplacedced em um plano limpo e plano, não usá-lo perto da água ou ao ar livre.
- 5.Não coloque a mão perto de nenhuma das peças móveis para proteger a mão e os dedos de ferimentos.
- 6.Também são sugeridos sempre roupas adequadas durante o exercício, exercícios de sapatos ou sapatos de saúde.
- 7.Por favor, não coloque nenhum objeto com peças afiadas ao redor do equipamento.
- 8.Nenhuma desativação deve usar este equipamento sem a companhia de treinador ou supervisor.
- 9.Por favor, aqueça seu corpo antes de usar este equipamento.
- 10.Verifique sempre o equipamento cuidadosamente quanto às peças gastas, danificadas e disfunção antes de usar. Se algum defeito for encontrado, não utilize este produto.

Por favor, mantenha seu registro de exercícios a qualquer hora.

Aviso!

Consulte seu médico antes de iniciar qualquer programa de exercícios, especialmente para pessoas com mais de 35 anos ou com histórico de problemas de saúde. Nossa empresa não assume nenhuma responsabilidade por qualquer lesão causada por problemas dos próprios usuários.

VISÃO EXPLODIDA

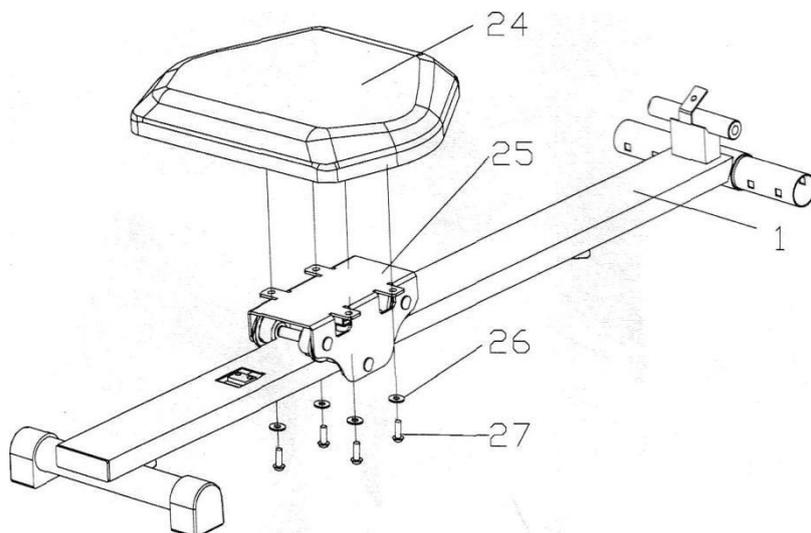


LISTA DE PEÇAS

| No. | Nome e especificação | Qty | No. | Nome e especificação | Qty |
|-----|--------------------------------|-----|-----|------------------------------|-----|
| 1 | Reboque | 1 | 23 | Plugue interno quadrado | 1 |
| 2 | Sensor | 1 | 24 | Assento | 1 |
| 3 | Parafuso Philips | 2 | 25 | Base de slides | 1 |
| 4 | Cobertura do pé dianteiro | 2 | 26 | Lavadora plana D6 | 4 |
| 5 | FlatwasherD8 | 15 | 27 | Allen bolt M6•15 | 4 |
| 6 | NylonnutM8 | 17 | 28 | Ímã redondo | 1 |
| 7 | Esquerda Base | 1 | 29 | Limite de polia | 1 |
| 8 | Allen bolt M8x40 | 4 | 30 | Allen bolt M8x100 | 3 |
| 9 | Assento de conexão do cilindro | 2 | 31 | Espaçador de polias | 2 |
| 10 | Allen parafuso M8•20 | 2 | 32 | Polia | 4 |
| 11 | Balihats13 | 4 | 33 | Rolamento | 4 |
| 12 | Cilindro | 2 | 34 | Base Direita | 1 |
| 13 | Tampão interno redondo | 2 | 35 | U base para braço de balanço | 2 |
| 14 | Espuma para barra de punho | 2 | 36 | Braço de balanço direito | 1 |
| 15 | Braço de esquerda | 1 | 37 | Almofada | 2 |
| 16 | Grampo de alumínio | 2 | 38 | Computador | 1 |
| 17 | Botão | 2 | 39 | Parafuso de transporte M8x50 | 4 |
| 18 | Parafuso de transporte M8x45 | 2 | 40 | Arruela de arco D8 | 4 |
| 19 | Alloyset | 8 | 41 | Lavadora plana D12 | 4 |
| 20 | Capa de lâmpada | 2 | 42 | Pedal | 2 |
| 21 | Allen bolt M8x50 | 4 | 43 | Parafuso hex M12x130 | 2 |
| 22 | Tampa do pé traseiro | 4 | | | |

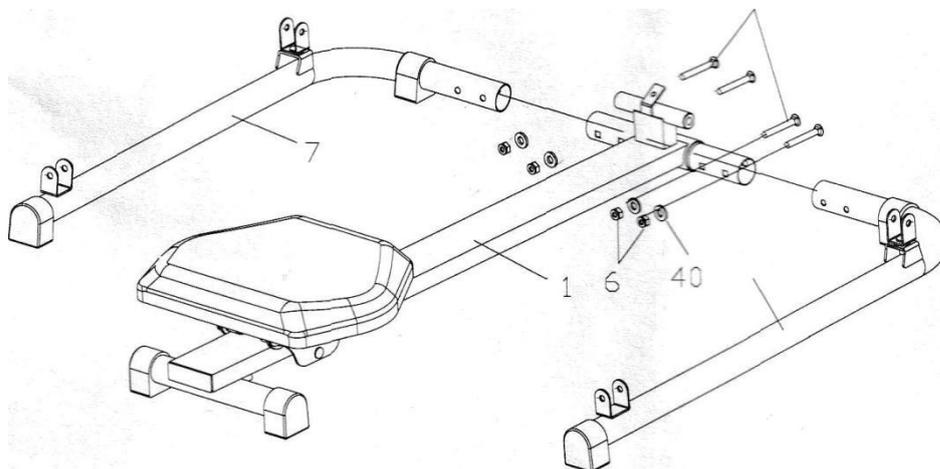
Instruções de montagem Passo 1

Fixar a almofada do assento (24) onto a base de slides (25) com parafuso Allen (27) e lavadora plana (26).



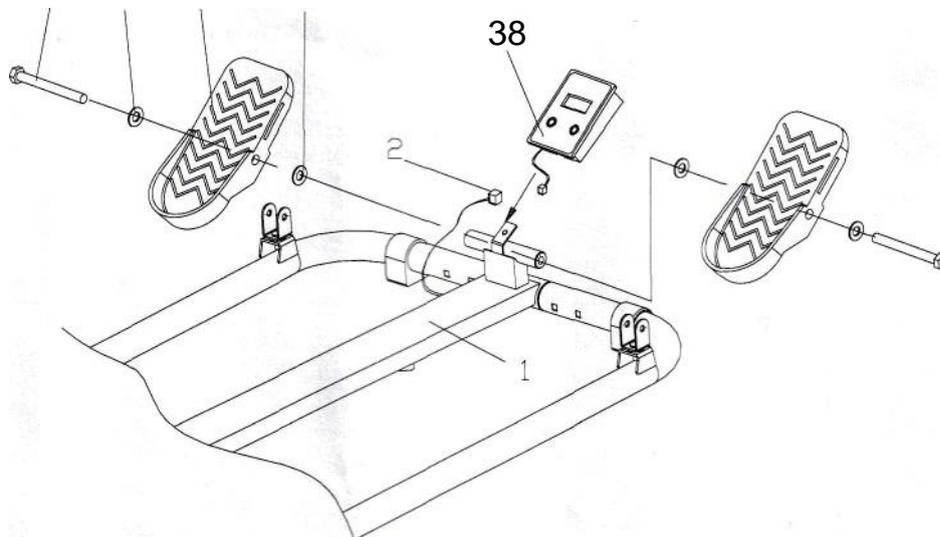
Passo 2

Coloque a base esquerda (7) e a base direita (34) em trilho de deslizamento (1) respectivamente; fixá-los com parafuso de transporte (39), arruela de arco (40) e porca de nylon (6).



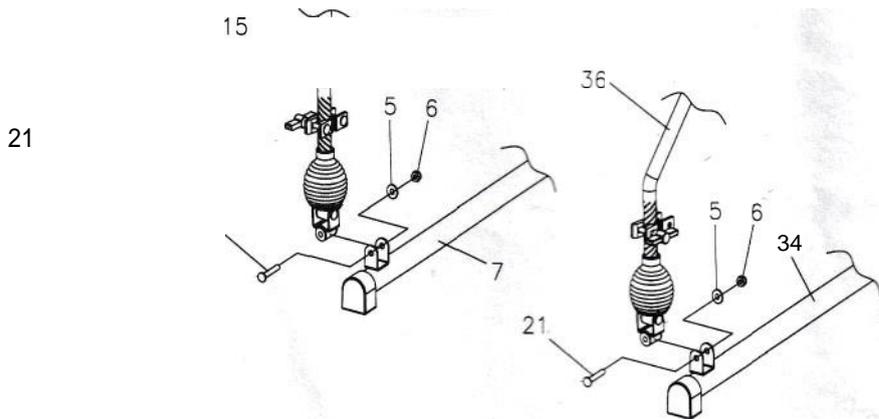
Passo 3

Pedal de fixação (42) sobre trilho de deslizamento (1) com parafuso hex (43) e lavadora plana (41); conectar o computador (38) com fio de sensor (2); Coloque o computador (38) no quadro do computador do trilho de deslizamento (1).



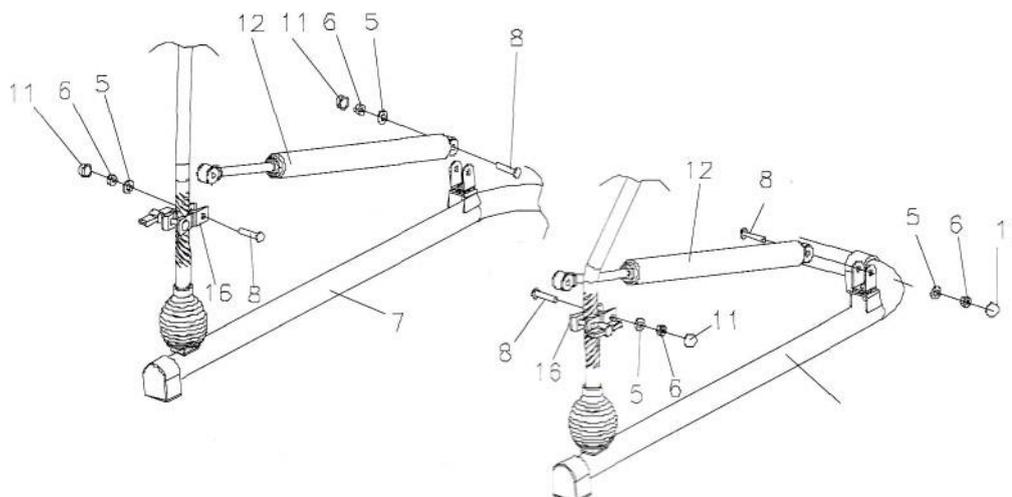
Passo 4

Aperte o braço de balanço esquerdo (15) na base esquerda (7) com parafuso Allen (21), lavadora plana (5) e porca de nylon (6); fixar o braço de balanço direito (36) na base direita (34) com Parafuso allen (21), lavadora plana (5) e porca de nylon (6).



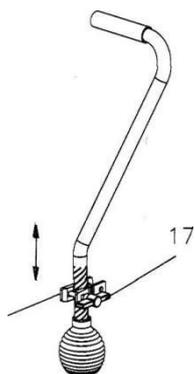
Passo 5

Aperte o cilindro (12) no lado esquerdo na base esquerda (7) e grampo de alumínio (16) com parafuso Allen (8), lavadora plana (5) e porca de nylon (6); fixar o cilindro (12) no lado direito na base direita (34) e grampo de alumínio (16) com parafuso Allen (8), arruela plana (5) e porca de nylon (6).

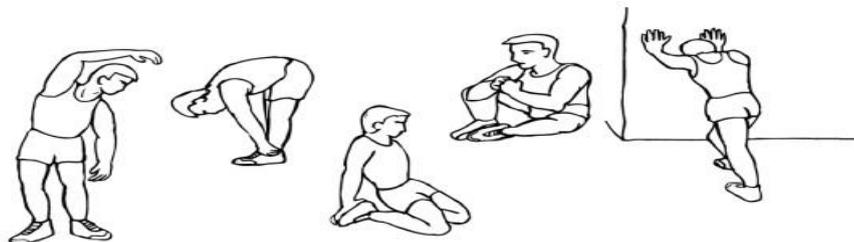


Passo 6

Afrouxar o botão (17); mova-se para cima e para baixo do grampo de alumínio (16), ajuste-os aos locais adequados e aperte o botão (17) para ajustar a tensão dos braços de balanço / remo.



**FAÇA UM BOM ALONGAMENTO ANTES DE QUALQUER
ATIVIDADE FÍSICA E PROCURE UM MÉDICO**



Dúvidas, reclamações ou sugestões,
entre em contato com a nossa Central
de Atendimento ao Consumidor:

email wct@wct.com.br

telefone: (47)3026-7878

site: www.wct.com.br



OBRIGADO POR TER ADQUIRIDO UM EXCELENTE PRODUTO