

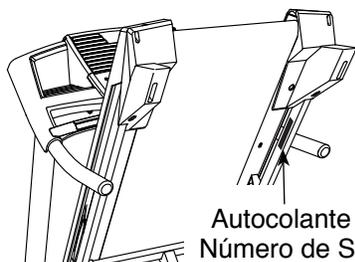
# PRO-FORM<sup>®</sup>

## 515 ZLT

Modelo n° PETL59713.0

N° de Série \_\_\_\_\_

Escreva o número de série no espaço acima para referência.



Autocolante do  
Número de Série

### APOIO AO CLIENTE

Em caso de dúvidas, peças em falta ou peças danificadas, contacte o Apoio ao Cliente (consulte os dados abaixo) ou a loja em que adquiriu este produto.

**808 203 301**

Seg-Sex 09:00-18:00 CET

Fax: 210 060 521

Sítio web:

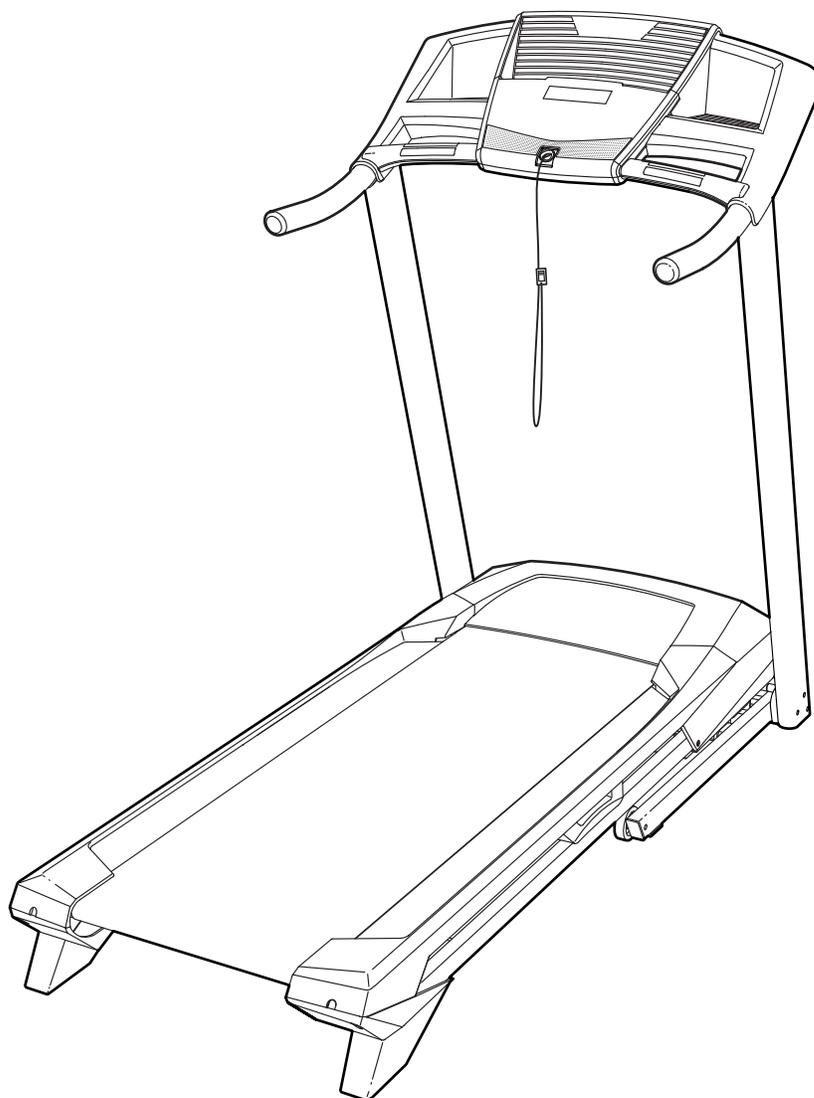
[www.iconsupport.eu](http://www.iconsupport.eu)

Endereço electrónico:

[cspi@iconeurope.com](mailto:cspi@iconeurope.com)

### ⚠ CUIDADO

Leia todas as precauções e instruções neste manual antes de utilizar este equipamento. Guarde este manual para referência futura.

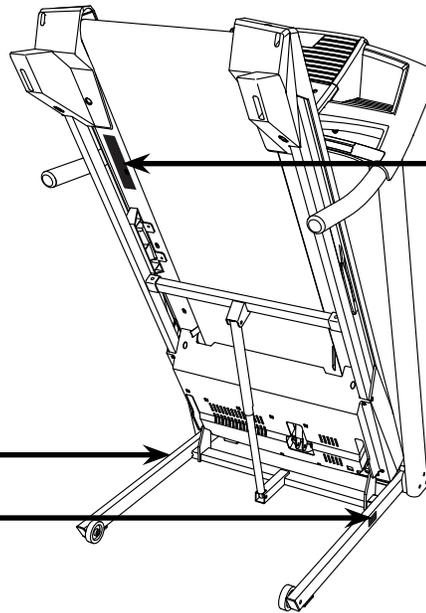
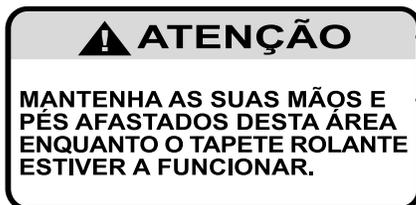


# ÍNDICE

LOCALIZAÇÃO DOS AUTOCOLANTES DE AVISO .....	2
PRECAUÇÕES IMPORTANTES .....	3
ANTES DE COMEÇAR .....	5
TABELA DE IDENTIFICAÇÃO DE PEÇAS .....	6
MONTAGEM .....	7
FUNCIONAMENTO E AJUSTES .....	14
COMO DOBRAR E MOVER O TAPETE ROLANTE .....	20
RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS .....	21
DIRECTIVAS DE EXERCÍCIO .....	23
LISTA DE PEÇAS .....	24
DIAGRAMA AMPLIADO .....	25
ENCOMENDAR PEÇAS DE SUBSTITUIÇÃO .....	Contracapa
INFORMAÇÕES SOBRE RECICLAGEM .....	Contracapa

## LOCALIZAÇÃO DOS AUTOCOLANTES DE AVISO

Os autocolantes de aviso apresentados aqui estão incluídos com este produto. Aplique os autocolantes de aviso sobre os avisos em inglês nas localizações indicadas. Esta ilustração indica as localizações dos autocolantes de aviso. **Se um autocolante faltar ou estiver ilegível, veja a capa deste manual e peça um autocolante de substituição gratuito. Aplique o autocolante na localização apresentada.** Nota: Os autocolantes podem não ser apresentados no tamanho efectivo.



**ADVERTÊNCIA**  
Proteja-se e proteja igualmente terceiros contra o risco de lesões graves. Leia o manual do utilizador e faça o seguinte:

- Apenas deve colocar os seus pés nas bermas de apoio para os pés ao iniciar ou parar o tapete rolante.
- A velocidade deve ser mudada em pequenos incrementos e não subitamente.
- Apoie as suas mãos no respectivo apoio para evitar quedas, e use sempre o clipe de segurança enquanto estiver a usar o tapete rolante.
- Pare se sentir tonturas fraqueza ou dificuldade em respirar.
- Encaixe completamente o fecho de armazenamento antes de mover ou guardar o tapete rolante.
- A inclinação deve estar definida para zero antes de dobrar o tapete rolante para a posição de armazenamento.
- Nunca deixe crianças brincar próximo ou à volta do tapete rolante.
- Retire a chave quando não estiver a usar o equipamento.
- Mantenha o seu vestuário, dedos e cabelo afastados do tapete móvel.
- Nunca tente ajustar ou reparar o tapete enquanto este estiver a funcionar.
- Calce sempre sapatinhas para usar o tapete rolante.

# PRECAUÇÕES IMPORTANTES

**⚠️ AVISO:** Para reduzir o risco de queimaduras, incêndios, choques eléctricos ou lesões pessoais, leia todas as precauções e instruções importantes deste manual e todos os avisos do tapete rolante antes de o utilizar. A ICON não assume qualquer responsabilidade por lesões pessoais ou danos em bens decorrentes do uso deste produto.

1. É da responsabilidade do proprietário deste tapete rolante garantir que todos os utilizadores do mesmo são adequadamente informados acerca de todos os avisos e precauções.
2. Consulte o seu médico antes de iniciar qualquer programa de exercício. Isto é especialmente importante para pessoas com mais de 35 anos ou com problemas de saúde prévios.
3. Utilize o tapete rolante apenas da forma descrita.
4. O tapete rolante destina-se apenas a utilização doméstica. Não utilize o tapete rolante em instalações comerciais, institucionais ou de aluguer.
5. Mantenha o tapete rolante dentro de casa, afastado de humidades e poeiras. Não coloque o tapete rolante numa garagem ou num pátio coberto, nem perto de água.
6. Coloque o tapete rolante numa superfície nivelada, com pelo menos 2,4 m de espaço livre atrás e 0,6 m de espaço livre de cada lado. Não coloque o tapete rolante numa superfície que bloqueie as aberturas de ventilação. Para proteger o chão ou a alcatifa, coloque um tapete por baixo do tapete rolante.
7. Não utilize o tapete rolante numa área onde sejam utilizados produtos com aerossóis ou onde esteja a ser administrado oxigénio.
8. Mantenha sempre as crianças de idade inferior a 12 anos e os animais afastados do tapete rolante.
9. O tapete rolante só deve ser utilizado por pessoas com peso até 136 kg.
10. Nunca permita a utilização simultânea do tapete rolante por mais de uma pessoa.
11. Utilize vestuário de exercício apropriado quando utilizar o tapete rolante. Não utilize vestuário demasiado largo que possa ficar preso no tapete rolante. Recomendamos a utilização de roupa interior de suporte tanto para homens como para mulheres. *Utilize sempre calçado desportivo. Nunca utilize o tapete rolante com os pés descalços ou apenas com meias, ou com sandálias.*
12. Ao ligar o cabo de alimentação eléctrica (consulte a página 14), ligue-o a um circuito ligado à terra. Não deve ter nenhum outro dispositivo ligado ao mesmo circuito.
13. Se for necessária uma extensão eléctrica, utilize apenas um cabo com 3 condutores, de calibre 14 (1 mm<sup>2</sup>), com o comprimento máximo de 1,5 m.
14. Mantenha o cabo de alimentação afastado de superfícies quentes.
15. Nunca mova a cinta de caminhar com a corrente desligada. Não faça funcionar o tapete rolante se o cabo de alimentação eléctrica ou a ficha estiverem danificados, ou se o tapete rolante não estiver a funcionar adequadamente. (Consulte RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS na página 21 se o tapete rolante não estiver a funcionar adequadamente.)
16. Leia, compreenda e teste o procedimento de paragem de emergência antes de utilizar o tapete rolante (consulte COMO LIGAR A CORRENTE na página 16).
17. Nunca faça arrancar o tapete rolante estando em cima da cinta de caminhar. Segure-se sempre aos apoios para as mãos enquanto utiliza o tapete rolante.
18. O tapete rolante pode alcançar velocidades elevadas. Ajuste a velocidade em pequenos incrementos para evitar mudanças súbitas de velocidade.

19. O monitor da frequência cardíaca não é um dispositivo médico. Vários fatores, incluindo os movimentos do utilizador, podem afetar a exatidão das leituras da frequência cardíaca. O monitor da frequência cardíaca destina-se apenas a auxiliá-lo(a) a determinar as tendências gerais da sua frequência cardíaca.
20. Nunca deixe o tapete rolante a funcionar sem vigilância. Retire sempre a chave, coloque o interruptor de corrente na posição de desligado (consulte a ilustração na página 5 para obter a localização do interruptor de corrente) e desligue o cabo de alimentação quando o tapete rolante não estiver a ser utilizado.
21. Não tente mover o tapete rolante até este estar devidamente montado. (Consulte MONTAGEM na página 7 e COMO DOBRAR E MOVER O TAPETE ROLANTE na página 20.) Deve ser capaz de levantar, com segurança, 20 kg para mover o tapete rolante.
22. Ao dobrar ou mover o tapete rolante, certifique-se de que o fecho de arrumação segura firmemente a estrutura na posição de arrumação.
23. Não altere a inclinação do tapete rolante colocando objetos debaixo do mesmo.
24. Nunca introduza objetos em nenhum dos orifícios do tapete rolante.
25. Examine e aperte adequadamente todas as peças do tapete rolante com regularidade.
26. **PERIGO:** Desligue sempre o cabo de alimentação elétrica imediatamente após a utilização, antes de limpar o tapete rolante e antes de efetuar quaisquer procedimentos de manutenção e ajuste descritos neste manual. Nunca retire o capô do motor a não ser que tal lhe seja solicitado por um representante de assistência autorizado. Qualquer tipo de reparação ou assistência para além dos procedimentos descritos neste manual deve ser efetuado apenas por um representante de assistência autorizado.
27. O excesso de exercício pode provocar lesões graves ou morte. Se sentir fraqueza ou dores ao fazer exercício, pare imediatamente e deixe-se arrefecer.

**GUARDE ESTAS INSTRUÇÕES**

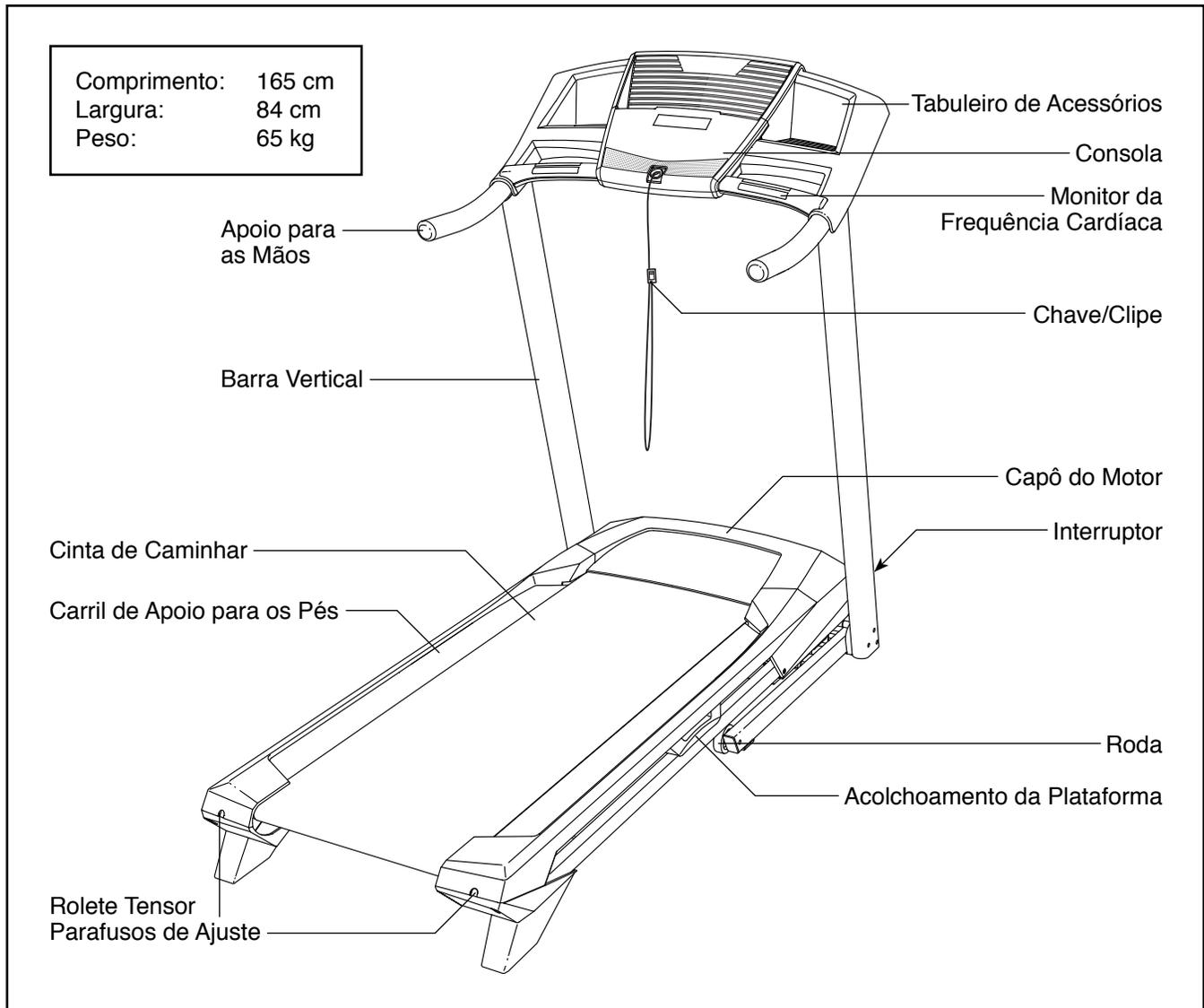
# ANTES DE COMEÇAR

Obrigado por escolher o novo tapete rolante PROFORM® 515 ZLT. O tapete rolante 515 ZLT oferece uma seleção impressionante de funcionalidades concebidas para tornar as suas sessões de exercício em casa mais eficazes e agradáveis.

**Para seu benefício, leia atentamente este manual antes de utilizar o tapete rolante.** Se tiver dúvidas após a leitura do manual, consulte a capa do mesmo.

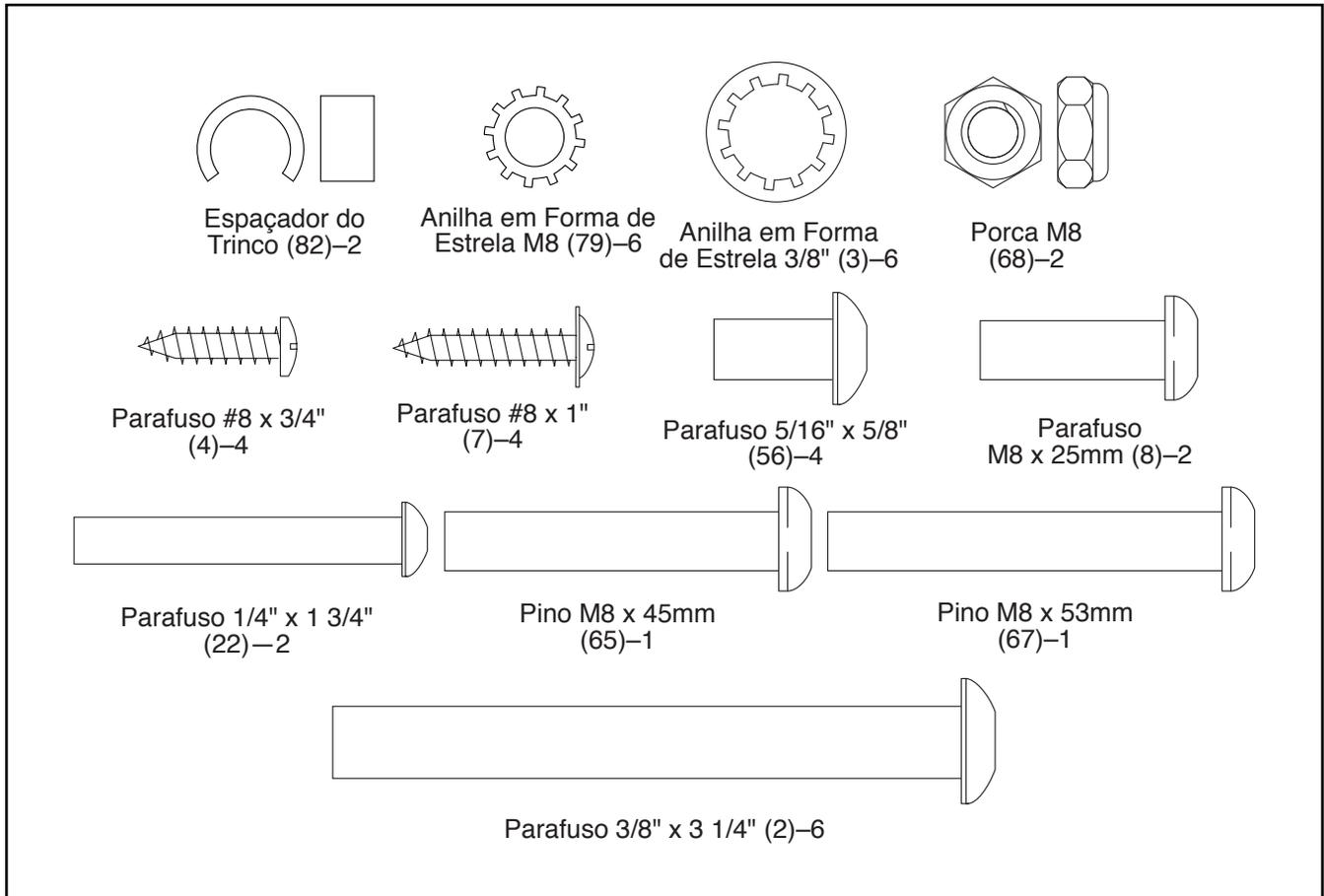
Para nos ajudar a prestar-lhe assistência, anote o número do modelo e o número de série do produto antes de nos contactar. O número do modelo e a localização do autocolante com o número de série estão indicados na capa deste manual.

Antes de continuar a ler, consulte a ilustração abaixo e familiarize-se com as peças indicadas.



# TABELA DE IDENTIFICAÇÃO DE PEÇAS

Consulte as ilustrações abaixo para identificar pequenas peças utilizadas na montagem. O número entre parêntesis junto a cada peça é o número da peça, da LISTA DE PEÇAS perto do fim deste manual. O número a seguir aos parêntesis é a quantidade necessária para a montagem. **Nota: Se uma peça não se encontrar no kit de equipamento, verifique se foi previamente montada. Pode ser incluído equipamento extra.**



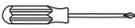
# MONTAGEM

- A montagem requer duas pessoas.
- Coloque todas as peças numa área desimpedida e retire os materiais de embalagem. Não elimine os materiais de embalagem até concluir a montagem.
- Após o transporte, poderá encontrar uma substância oleosa no exterior do tapete rolante. Isso é normal. Se houver uma substância oleosa no tapete rolante, basta limpá-la com um pano macio e um detergente suave e não abrasivo.
- As partes esquerdas estão marcadas com “L” ou “Left” e as partes direitas estão marcadas com “R” ou “Right.”

- Para identificar as peças pequenas, consulte a página 6.

- A montagem requer as seguintes ferramentas:

as chaves sextavadas incluídas 

uma chave Phillips 

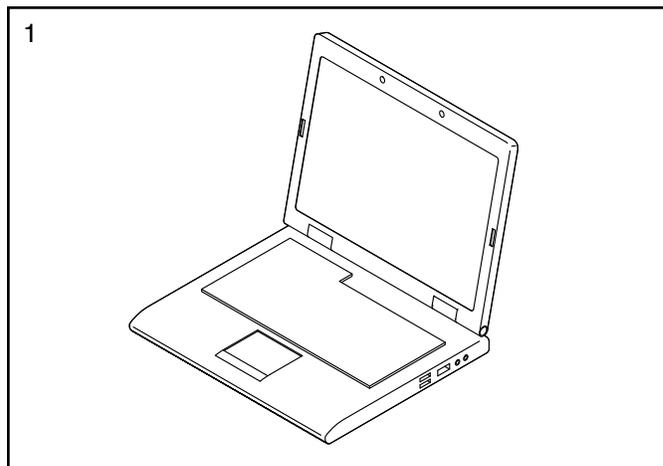
uma tesoura 

Para evitar danificar peças, não utilize ferramentas elétricas.

## 1. Vá a [www.iconsupport.eu](http://www.iconsupport.eu) no seu computador e registre o seu produto.

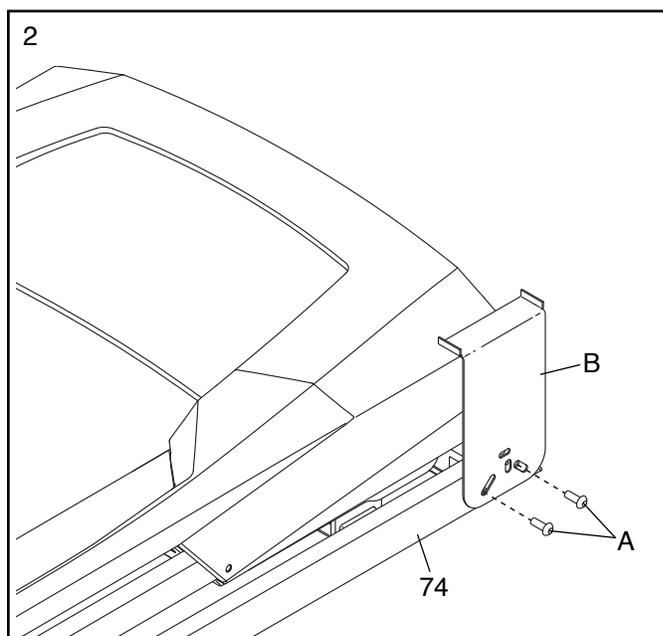
- ativa a sua garantia
- poupa-lhe tempo sempre que precisar de contactar o Apoio ao Cliente
- permite-nos notificá-lo(a) sobre atualizações e ofertas

Nota: Se não tiver acesso à Internet, ligue para o Apoio ao Cliente (consulte a capa frontal deste manual) e registre o seu produto.



## 2. Certifique-se de que o cabo de alimentação está desligado.

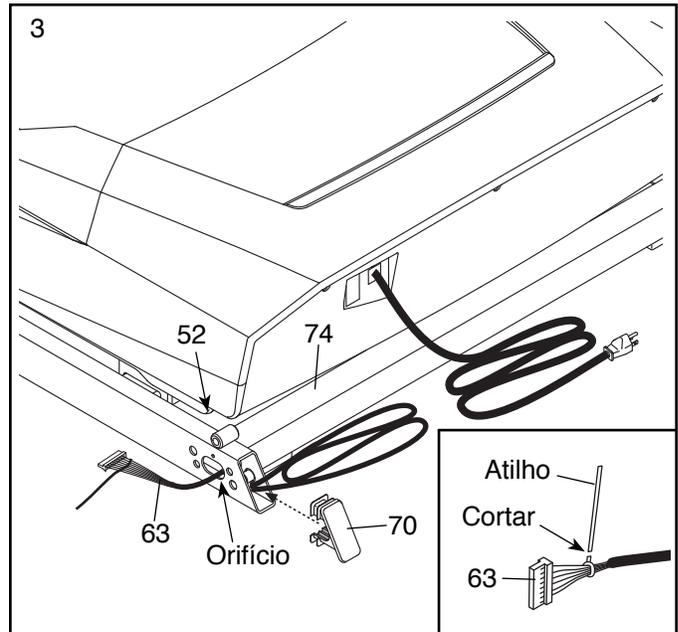
Retire e elimine os dois parafusos (A) e o suporte de transporte (B) do lado direito da Base (74). **Depois, retire e elimine os parafusos e o suporte de transporte (não apresentados) do lado esquerdo da Base.**



3. Localize o Fio da Barra Vertical (63), arrumado entre a Base (74) e a Caixa (52). Passe o Fio da Barra Vertical por dentro da Base, fazendo-o sair pelo orifício indicado.

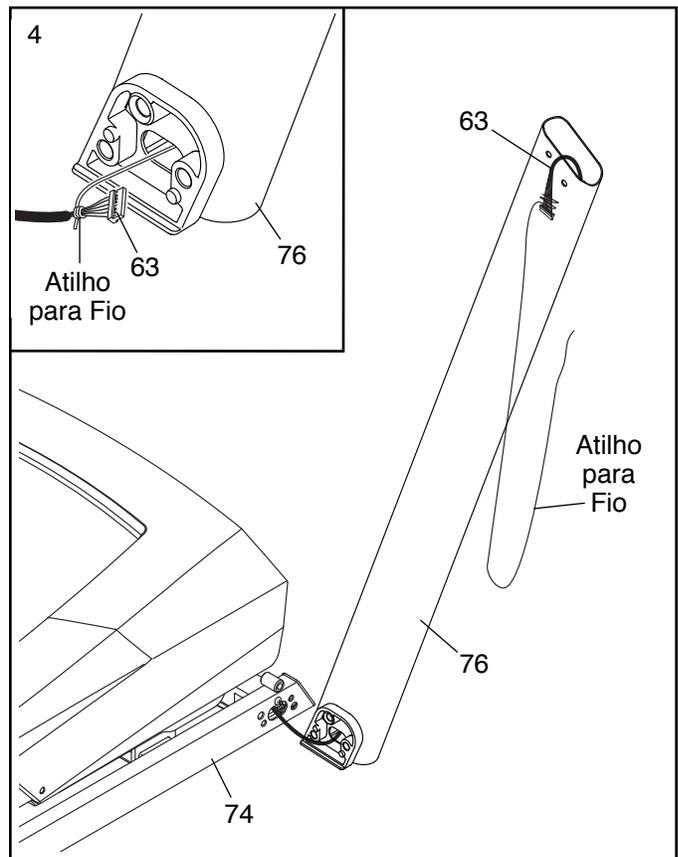
Insira uma Tampa da Base (70) de cada lado da Base (74) (apenas é apresentado um dos lados).

**Consulte o desenho inserido.** Corte o atilho plástico junto ao Fio da Barra Vertical (63).  
**Tenha cuidado para não danificar o Fio da Barra Vertical.**



4. Identifique a Barra Vertical Direita (76). Peça a outra pessoa para segurar na Barra Vertical Direita junto à Base (74).

**Consulte o desenho inserido.** Ate firmemente o atilho para fio da Barra Vertical Direita (76) em volta da extremidade do Fio da Barra Vertical (63). Depois, introduza o Fio da Barra Vertical na extremidade inferior da Barra Vertical Direita enquanto puxa a outra extremidade do atilho para fio através da Barra Vertical Direita.

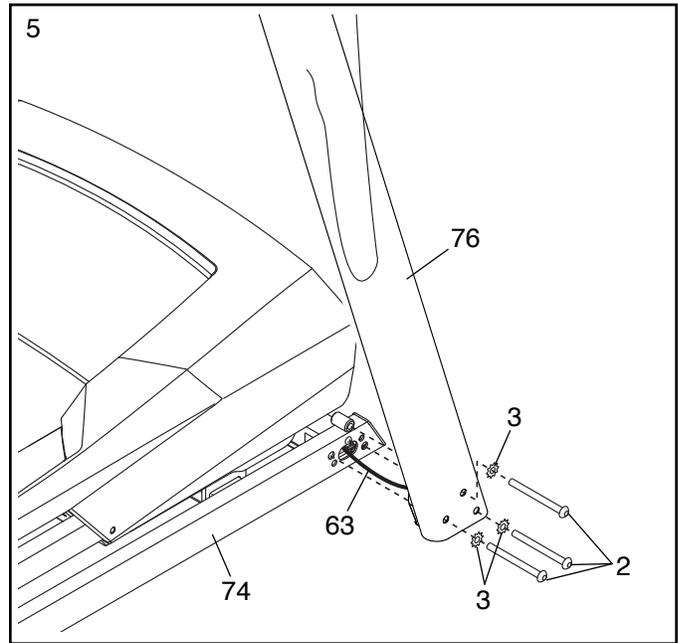


5. Segure na Barra Vertical Direita (76) contra a Base (74). **Tenha cuidado para não trilhar o Fio da Barra Vertical (63).**

Introduza um Parafuso 3/8" x 3 1/4" (2) com uma Anilha em Forma de Estrela 3/8" (3) no orifício superior da Barra Vertical Direita (76). Em seguida, aperte parcialmente o Parafuso na Base (74).

Aperte parcialmente mais dois Parafusos 3/8" x 3 1/4" (2) com duas Anilhas em Forma de Estrela 3/8" (3) na Barra Vertical Direita (76) e na Base (74); **não aperte ainda completamente os Parafusos.**

**Fixe a Barra Vertical Esquerda (não apresentada) da mesma forma.** Nota: Não existem fios no lado esquerdo.

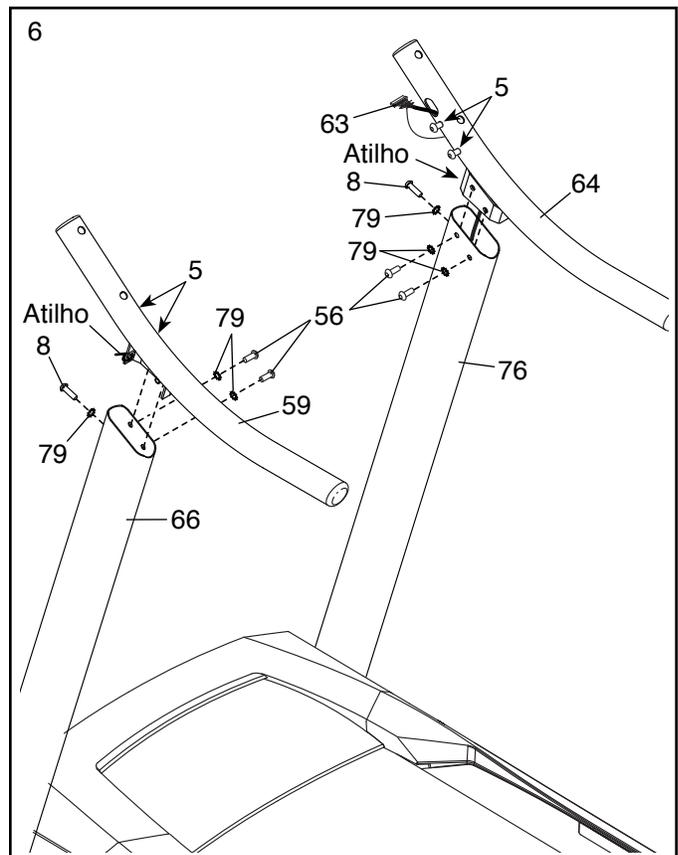


6. Identifique os Apoios para a Mão Esquerda e Direita (59, 64). Retire e guarde o dois Parafusos 5/16" x 3/4" (5) dos lados de cada Apoio para as Mãos. Os Parafusos irão ser utilizados num passo posterior. Se houver atilhos nas localizações indicadas, retire-os.

Segure o Apoio para a Mão Direita (64) junto à Barra Vertical Direita (76). Insira o atilho para fio no Fio da Barra Vertical (63) pelo orifício no fundo e puxe-o para fora no orifício lateral do Apoio para a Mão Direita, conforme indicado. Em seguida, puxe o Fio da Barra Vertical através do Apoio para a Mão Direita.

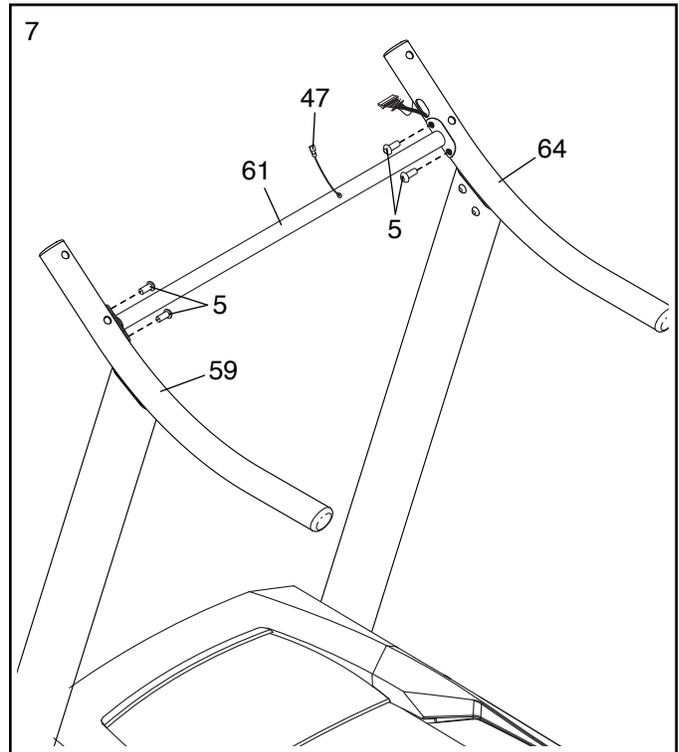
Fixe o Apoio para a Mão Direita (64) à Barra Vertical Direita (76) com um Parafuso M8 x 25mm (8), três Anilhas em Forma de Estrela M8 (79) e dois Parafusos 5/16" x 5/8" (56), conforme indicado. **Tenha cuidado para não trilhar o Fio da Barra Vertical (63). Enrosque todos os três Parafusos e, depois, aperte-os.**

**Fixe o Apoio para a Mão Esquerda (59) à Barra Vertical Esquerda (66) conforme descrito acima.** Nota: Não existem fios no lado esquerdo.

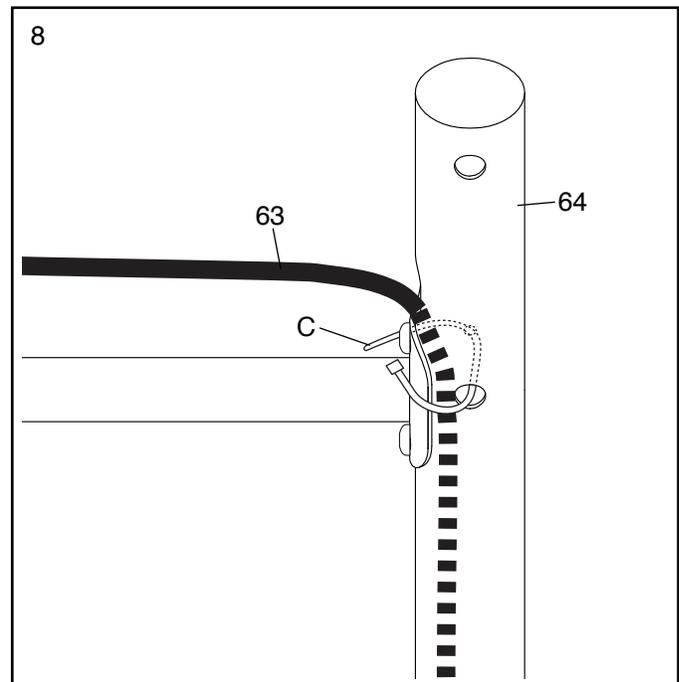


7. Coloque a Barra de Apoio da Consola (61) entre os Apoios para a Mão Direita e Esquerda (59, 64) com o Fio de Terra da Consola (47) posicionado conforme indicado.

Fixe a Barra de Apoio da Consola (61) aos Apoios para a Mão Direita e Esquerda (59, 64) com os quatro Parafusos 5/16" x 3/4" (5) que retirou no passo 6. **Enrosque os quatro Parafusos e, em seguida, aperte-os.**



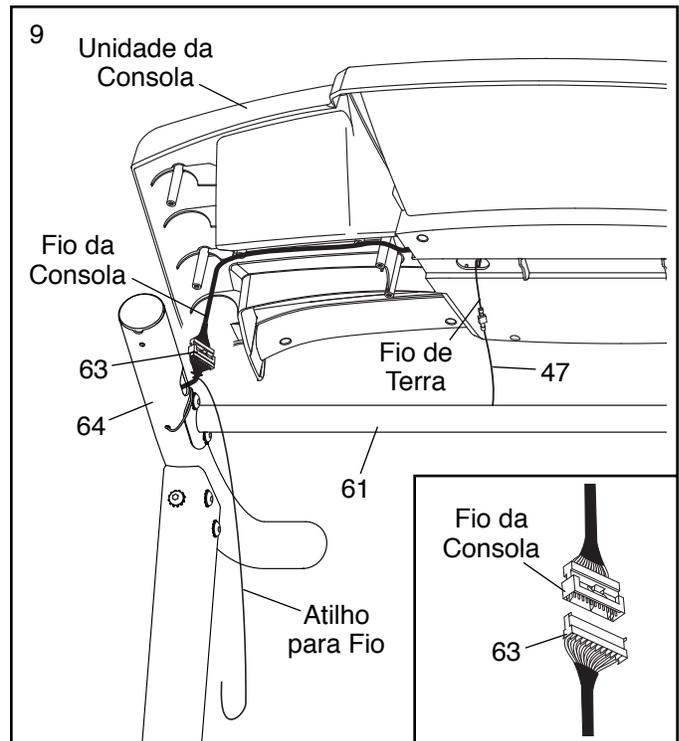
8. Insira o atilho incluído (C) nos orifícios indicados no topo e no fundo do Apoio para a Mão Direita (64), conforme indicado. **Certifique-se de que o Fio da Barra Vertical (63) está fixo ao lado indicado** e, em seguida, aperte o atilho para fio.



9. Com a ajuda de outra pessoa, segure a unidade da consola junto ao Apoio para a Mão Direita (64).

**Consulte o desenho inserido.** Ligue o Fio da Barra Vertical (63) ao fio da consola. **Os conectores devem deslizar entre si com facilidade e ficar encaixados.** Se assim não acontecer, rode um deles e volte a tentar. **SE NÃO LIGAR DEVIDAMENTE OS CONECTORES, A CONSOLA PODE FICAR DANIFICADA QUANDO LIGAR A CORRENTE.** Depois, retire o atilho para fio do Fio da Barra Vertical.

Ligue o Fio de Terra da Consola (47) na Barra de Apoio da Consola (61) ao fio de terra da consola.

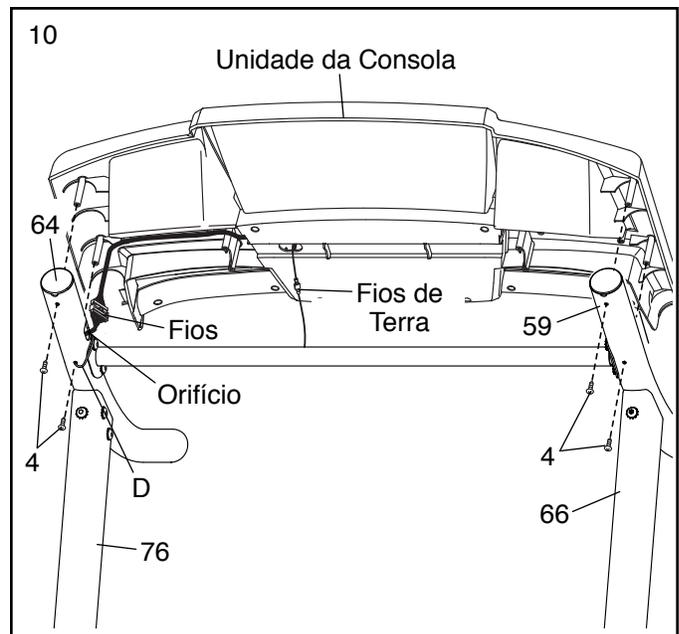


10. Coloque a unidade da consola sobre os Apoios para as Mãos Esquerda e Direita (59, 64). **Certifique-se de que não há nenhum fio trilhado.** Corte e retire o atilho (D).

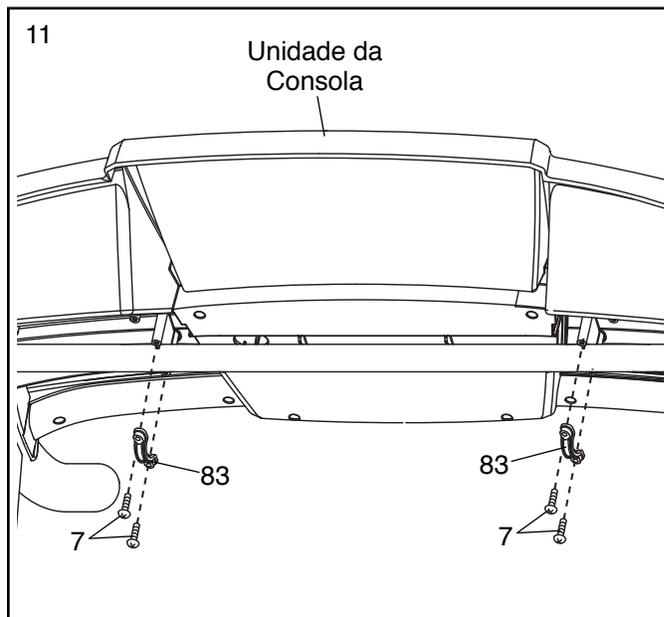
Fixe a unidade da consola com quatro Parafusos #8 x 3/4" (4). **Enrosque os quatro Parafusos e depois aperte-os. Não aperte demasiado os Parafusos.**

Insira os fios no Apoio para a Mão Direita (64) através do orifício indicado.

**Consulte o passo 5 da montagem.** Aperte firmemente os seis Parafusos 3/8" x 3 1/4" (2) nas extremidades inferiores das Barras Verticais Esquerda e Direita (66, 76) (apenas é apresentado um dos lados).

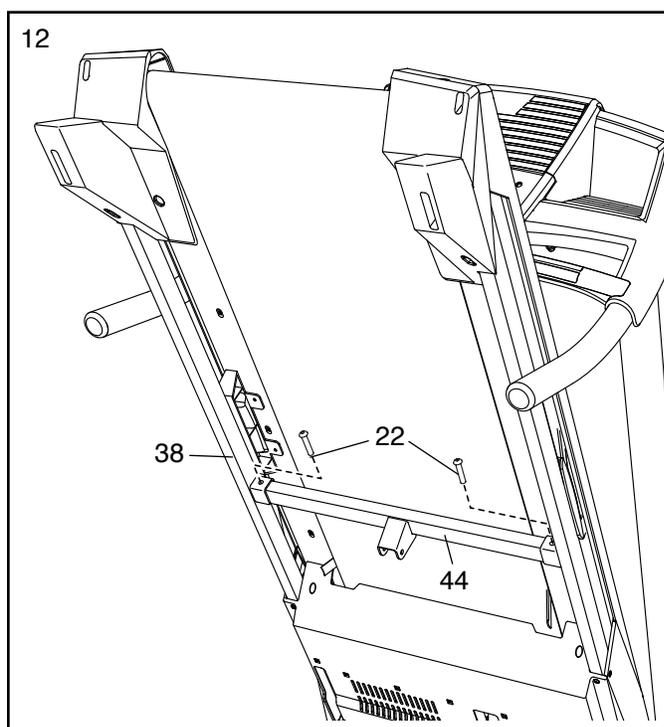


11. Fixe os dois Tornos da Consola (83) à unidade da consola com quatro Parafusos #8 x 1" (7).



12. Levante a Estrutura (38) até à posição indicada. Peça a outra pessoa que segure na Estrutura durante os dois passos de montagem seguintes.
- Peça a outra pessoa que segure na Estrutura durante os dois passos de montagem seguintes.**

Fixe a Barra de Apoio do Trinco (44) à Estrutura (38) com dois Parafusos 1/4" x 1 3/4" (22).

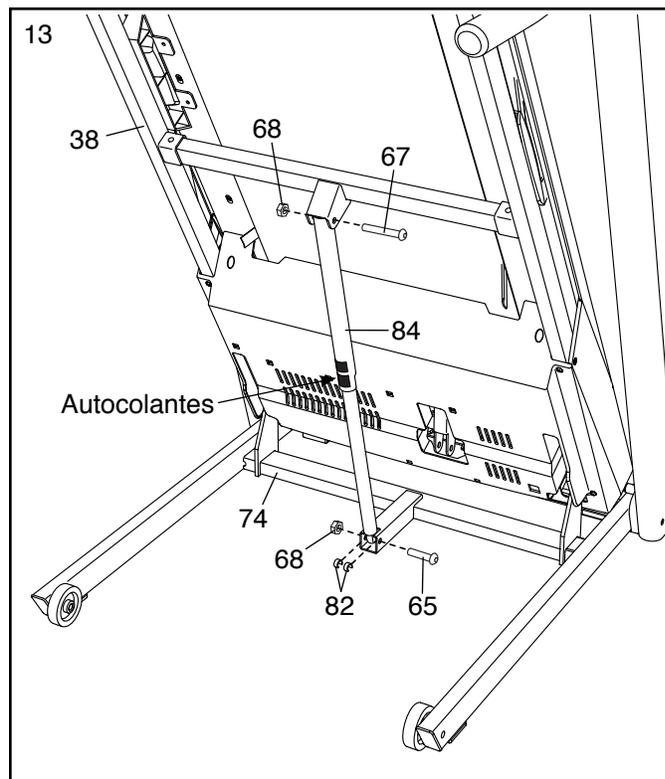


13. Posicione o Trinco de Armazenamento (84) de forma a que os autocolantes fiquem virados para o lado oposto ao tapete rolante, conforme indicado.

Fixe a parte inferior do Trinco de Armazenamento (84) à Base (74) com um Pino M8 x 45mm (65), dois Espaçadores do Trinco (82), e uma Porca M8 (68).

Fixe a extremidade superior do Trinco de Armazenamento (84) com um Pino M8 x 53mm (67) e uma Porca M8 (68).

Baixe a Estrutura (38) (consulte COMO BAIXAR O TAPETE ROLANTE PARA UTILIZAÇÃO na página 20).



14. **Certifique-se de que todas as peças ficam devidamente apertadas antes de utilizar o tapete rolante.**

Se houver folhas de plástico sobre os autocolantes do tapete rolante, retire-as. Para proteger o chão ou a alcatifa, coloque um tapete por baixo do tapete rolante. Nota: Podem estar incluídas peças extra. Guarde num lugar seguro as chaves sextavadas incluídas; uma delas destina-se a ajustar a cinta de caminhar (consulte a página 22).

# FUNCIONAMENTO E AJUSTES

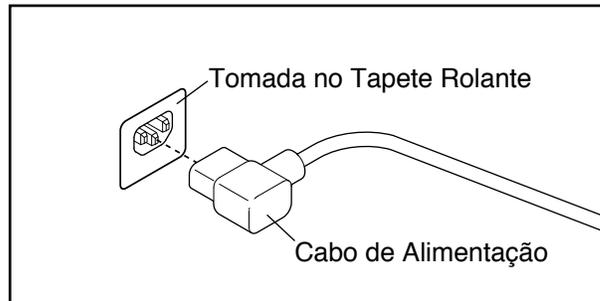
## COMO LIGAR O CABO DE ALIMENTAÇÃO

Este produto tem de ter ligação à terra. Se o produto funcionar mal ou avariar, a ligação à terra proporciona um caminho de menor resistência à corrente eléctrica, reduzindo o risco de choque eléctrico. Este produto está equipado com um cabo de alimentação com um condutor de ligação à terra e uma ficha de ligação à terra. **IMPORTANTE: Se o cabo de alimentação estiver danificado, terá de ser substituído por um cabo de alimentação recomendado pelo fabricante. Efectue os seguintes procedimentos ligar o cabo de alimentação.**

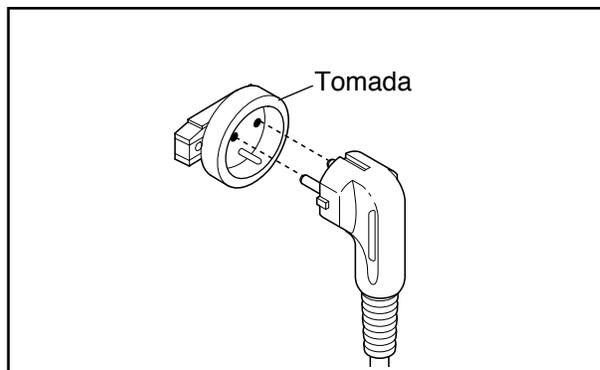
**⚠ PERIGO:** A ligação inadequada do fio condutor de ligação à terra poderá resultar em risco acrescido de choque eléctrico. Confirme junto de um electricista qualificado ou técnico de assistência, se tiver dúvidas de que o produto está devidamente ligado à terra. Não modifique a ficha fornecida com o produto; se não servir na tomada, peça a um electricista qualificado para lhe instalar uma tomada adequada.

Efectue os seguintes procedimentos ligar o cabo de alimentação.

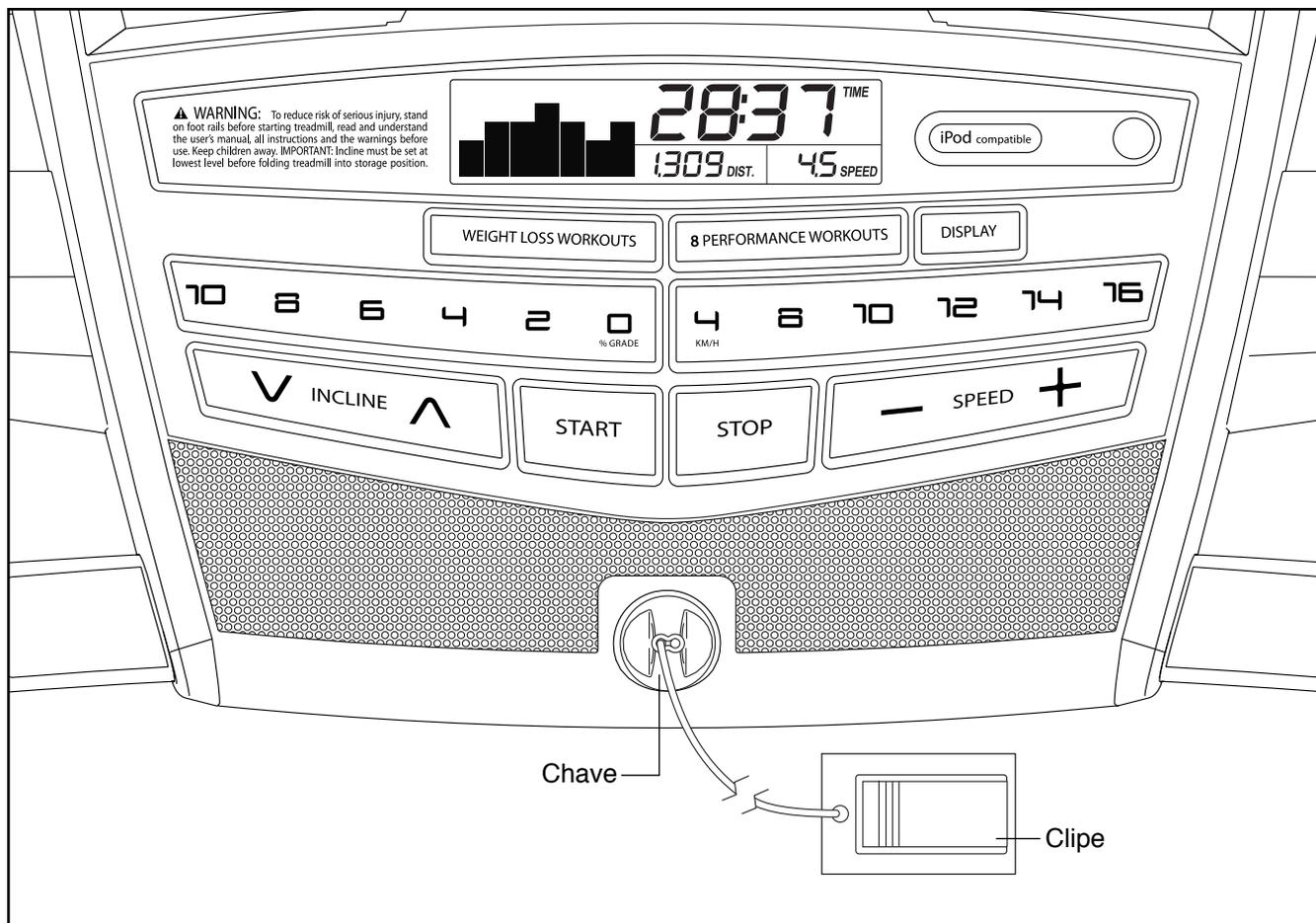
1. Ligue a extremidade indicada do cabo de alimentação à tomada existente no tapete rolante.



2. Ligue o cabo de alimentação numa tomada adequada devidamente instalada e ligada à terra conforme todas as normas e regulamentos locais.



## DIAGRAMA DA CONSOLA



### APLICAÇÃO DO AUTOCOLANTE DE AVISO

Localize na consola os avisos em inglês. Pode encontrar os mesmos avisos em outros idiomas na folha de autocolantes incluída. Aplique na consola o autocolante de aviso em português.

### FUNCIONALIDADES DA CONSOLA

A consola do tapete rolante oferece uma gama impressionante de funcionalidades concebidas para tornar as suas sessões de exercício mais eficazes e agradáveis.

Quando utilizar o modo manual, pode alterar a velocidade e a inclinação do tapete rolante bastando para isso tocar num botão. Enquanto fizer exercício, a consola apresenta instantaneamente informações sobre o mesmo. Pode até medir a frequência cardíaca utilizando o monitor da frequência cardíaca do punho.

Além disso, a consola possui diversas sessões de exercício predefinidas. Cada sessão de exercício controla automaticamente a velocidade e a inclinação do tapete rolante à medida que orienta o/a utilizador(a) através de uma sessão de exercício eficaz.

Enquanto se exercita, até pode ouvir os seus audiolivros ou músicas de exercício favoritos, com o sistema de som estéreo da consola.

**Para ligar a corrente**, consulte a página 16. **Para utilizar o modo manual**, consulte a página 16. **Para utilizar uma sessão de exercício predefinida**, consulte a página 18. **Para utilizar o modo de informação**, consulte a página 19. **Para utilizar o sistema de som**, consulte a página 19.

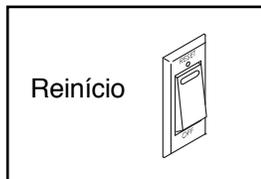
**IMPORTANTE:** Se houver uma película de plástico sobre a consola, retire-a. Para evitar danos na plataforma de caminhar, utilize calçado desportivo limpo durante a utilização do tapete rolante. Na primeira vez que utilizar o tapete rolante, observe o alinhamento da cinta de caminhar e centre-a, se necessário (consulte a página 22).

Nota: A consola pode apresentar a velocidade e a distância em quilómetros ou em milhas. Para descobrir qual a unidade de medida selecionada ou para alterar a unidade de medida, consulte O MODO DE INFORMAÇÃO na página 19. Nota: Por uma questão de simplicidade, todas as instruções nesta secção se referem a quilómetros.

## COMO LIGAR A CORRENTE

**IMPORTANTE:** Se o tapete rolante tiver estado exposto a temperaturas frias, deixe-o aquecer até à temperatura ambiente antes de ligar a corrente. Se não o fizer, pode danificar os ecrãs da consola ou outros componentes elétricos.

Ligue o cabo de alimentação (consulte a página 14). Depois, localize o interruptor na estrutura do tapete rolante, junto ao cabo de alimentação elétrica. Coloque o interruptor na posição de Reset (reinício).



**IMPORTANTE:** A consola possui um modo de demonstração, concebido para ser utilizado se o tapete rolante estiver em exposição numa loja. Se os ecrãs acenderem logo que o cabo de alimentação for ligado e o interruptor colocado na posição de reinício, o modo de demonstração está ativo. Para desativar o modo de demonstração, prima o botão Stop (Parar) por alguns segundos. Se os ecrãs se mantiverem iluminados, consulte O MODO DE INFORMAÇÃO na página 19 para desativar o modo de demonstração.

Depois, coloque-se sobre os carris de apoio para os pés do tapete rolante. Localize o clipe ligado à chave (consulte o desenho da página 15) e prenda-o à cintura da sua roupa. Depois, introduza a chave na consola. Após um momento, os ecrãs iluminam-se. **IMPORTANTE:** Numa situação de emergência, a chave pode ser retirada da consola, fazendo com que a cinta de caminhar abra até parar. Teste o clipe recuando cuidadosamente alguns passos; se a chave não sair da consola, ajuste a posição do clipe.

## COMO UTILIZAR O MODO MANUAL

### 1. Introduza a chave na consola.

Consulte COMO LIGAR A CORRENTE à esquerda.

### 2. Selecione o modo manual.

Sempre que introduzir a chave, é selecionado o modo manual. Se tiver selecionado uma sessão de exercício predefinida, retire a chave e volte a inseri-la.

### 3. Ponha a cinta de caminhar em movimento.

Para iniciar o movimento da cinta de caminhar, prima o botão Start (Iniciar), o botão de aumentar Speed (Velocidade) ou um dos botões de velocidade numerados de 4 a 16.

Se premir o botão Start ou o botão de aumentar Speed, a cinta de caminhar começa a mover-se a 2 km/h. Enquanto se exercita, altere a velocidade da cinta de caminhar conforme desejar, premindo os botões de aumentar e reduzir Speed. De cada vez que premir um botão, a configuração de velocidade altera-se em 0,1 Km/H; se mantiver um botão premido, a configuração de velocidade altera-se em incrementos de 0,5 Km/H. Nota: Depois de premir um botão, a cinta de caminhar pode demorar um momento a atingir a velocidade selecionada.

Se premir um dos botões de velocidade numerados, a velocidade da cinta de caminhar altera-se gradualmente até chegar à configuração de velocidade selecionada.

Para parar a cinta de caminhar, prima o botão Stop (Parar). O tempo começa a piscar no ecrã. Para reiniciar o movimento da cinta de caminhar, prima o botão Start ou o botão de aumentar Speed.

### 4. Altere a inclinação do tapete rolante conforme desejado.

Para alterar a inclinação do tapete rolante, prima os botões de aumentar ou reduzir Incline (Inclinação) ou um dos botões de inclinação



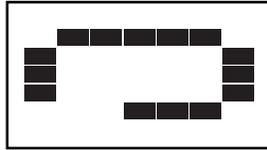
numerados de 0 a 10. De cada vez que premir um dos botões, o tapete rolante ajusta-se gradualmente à configuração de inclinação selecionada. Nota: Após premir um botão, o tapete rolante pode demorar um momento até atingir a configuração de inclinação selecionada.

## 5. Siga o seu progresso com os ecrãs.

### O ecrã mais à

**esquerda:** Quando selecionar o modo manual, a matriz apresenta uma pista que representa 400 m (1/4 de milha).

Enquanto fizer exercício, os indicadores em volta da pista aparecem sucessivamente até surgir toda a pista. A pista desaparece então e os indicadores recomeçam a aparecer sucessivamente.



### O ecrã inferior

**esquerdo:** Durante o exercício, esta ecrã indica o tempo decorrido e a distância que caminhou ou correu. O ecrã inferior esquerdo indica também o nível de inclinação do tapete rolante de cada vez que este se alterar.



### O ecrã inferior direito:

Pode indicar o número aproximado de calorias que queimou e a velocidade da cinta de caminhar. Esta ecrã apresenta também a sua frequência cardíaca quando utilizar o monitor da frequência cardíaca do punho (consulte o passo 6).



### O ecrã superior:

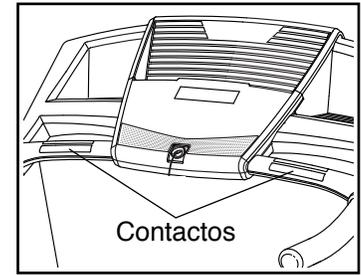
Pode indicar o tempo decorrido, a distância que caminhou ou correu, o número aproximado de calorias que queimou ou a velocidade da cinta de caminhar. Prima repetidamente o botão Display (Ecrã) até o ecrã superior apresentar a informação que pretende visualizar. Nota: Quando uma dada informação for apresentada no ecrã superior, a mesma informação não é apresentada nos ecrãs inferiores.



Para reiniciar os ecrãs, prima o botão Stop (Parar), retire a chave e volte a inseri-la.

## 6. Meça a sua frequência cardíaca, se o desejar.

Antes de utilizar o monitor da frequência cardíaca do punho, retire as películas de plástico dos contactos de metal da consola. Além disso, certifique-se de que tem as mãos limpas.



Para medir o ritmo cardíaco, **coloque-se sobre os carris de apoio para os pés** e agarre os contactos metálicos da consola. **Evite mover as mãos.** Quando a pulsação for detetada, um indicador em forma de coração pisca no ecrã inferior direito de cada vez que o seu coração bater, aparecem um ou dois traços e finalmente é apresentado o ritmo cardíaco. **Para uma leitura mais precisa da frequência cardíaca, continue a agarrar os contactos durante cerca de 15 segundos.**

## 7. Quando acabar de fazer exercício, retire a chave da consola.

Coloque-se sobre os carris de apoio para os pés, prima o botão Stop (Parar) e **ajuste a inclinação do tapete rolante da esteira a zero. A inclinação deve estar em zero, caso contrário pode danificar o tapete rolante quando o dobrar para a posição de arrumação.** Depois, retire a chave da consola e coloque-a num lugar seguro.

Quando acabar de utilizar o tapete rolante, coloque o interruptor na posição de desligado e desligue o cabo de alimentação. **IMPORTANTE: Se não o fizer, os componentes elétricos do tapete rolante podem gastar-se prematuramente.**

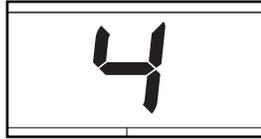
## COMO UTILIZAR UMA SESSÃO DE EXERCÍCIO PREDEFINIDA

### 1. Introduza a chave na consola.

Consulte COMO LIGAR A CORRENTE na página 16.

### 2. Selecione uma sessão de exercício predefinida.

Para seleccionar uma sessão de exercício predefinida, prima repetidamente o botão Weight Loss Workouts (Sessões de exercício de perda de peso) ou o botão Performance Workouts (Sessões de exercício de desempenho) até surgir no ecrã superior o número da sessão de exercício pretendida.



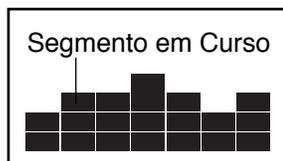
Quando seleccionar uma sessão de exercício predefinida, o nível de inclinação da sessão de exercício pisca no ecrã inferior esquerdo, a configuração de velocidade pisca no ecrã inferior direito e, em seguida, aparece no ecrã inferior esquerdo a duração da sessão de exercício. Adicionalmente, aparece no ecrã um perfil das configurações de velocidade da sessão de exercício.

### 3. Prima o botão Start (Iniciar) ou o botão de aumentar Speed (Velocidade) para iniciar a sessão de exercício.

Um momento após premir o botão, o tapete rolante ajusta-se automaticamente às primeiras configurações de velocidade e inclinação da sessão de exercício. Agarre os apoios para as mãos e comece a caminhar.

Cada sessão de exercício está dividida em 30 segmentos de um minuto. Para cada segmento estão programadas uma configuração de velocidade e uma configuração de inclinação. Nota: Podem estar programadas as mesmas configurações de velocidade e/ou inclinação para segmentos consecutivos.

Durante a sessão de exercício, o perfil apresenta o seu progresso. O segmento intermitente do perfil representa o segmento



em curso da sessão de exercício. O comprimento do segmento intermitente indica a configuração de velocidade do segmento em curso. No final de cada segmento, ouve-se um som e o segmento seguinte do perfil começa a piscar. Se estiverem programadas novas configurações de velocidade ou inclinação para o segmento seguinte, estas aparecem no ecrã. O tapete rolante ajusta-se então automaticamente para a nova definição de velocidade ou inclinação.

A sessão de exercício continua dessa forma até o último segmento do perfil ficar intermitente no ecrã e terminar. Nessa altura, a cinta de caminhar abranda até parar.

Se, em qualquer momento da sessão de exercício, considerar a configuração de velocidade ou de inclinação demasiado alta ou baixa, pode preterir-la manualmente premindo os botões Speed ou Incline (Inclinação); **contudo, quando começar o segmento seguinte da sessão de exercício, o tapete rolante ajusta-se automaticamente às configurações de velocidade e inclinação do mesmo.**

Para parar a sessão de exercício em qualquer altura, prima o botão Stop (Parar). Para reiniciar a sessão de exercício, prima o botão Start. A cinta de caminhar começa a mover-se a 2 km/h. Quando começar o segmento seguinte da sessão de exercício, o tapete rolante ajusta-se automaticamente às configurações de velocidade e inclinação do mesmo.

### 4. Siga o seu progresso com os ecrãs.

Consulte o passo 5 na página 17.

### 5. Meça a sua frequência cardíaca, se o desejar.

Consulte o passo 6 na página 17.

### 6. Quando acabar de fazer exercício, retire a chave da consola.

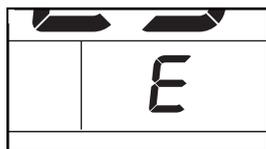
Consulte o passo 7 na página 17.

## O MODO DE INFORMAÇÃO

A consola possui um modo de informação que mantém um registo da distância total percorrida pela cinta de caminhar e do número total de horas que o tapete rolante esteve a funcionar. O modo de informação também lhe permite seleccionar um sistema de medida em milhas ou quilómetros, e ligar ou desligar o modo de demonstração.

Para seleccionar o modo de informação, prima o botão Stop (Parar) ao inserir a chave na consola e, em seguida, largue o botão Stop. Quando estiver seleccionado o modo de informação, surgem no ecrã as seguintes informações:

No ecrã inferior direito surge um “E” para milhas inglesas ou um “M” para quilómetros. Prima o botão de aumentar Speed (Velocidade) para alterar a unidade de medida, se o desejar.



O ecrã inferior esquerdo indica o número total de quilómetros (ou milhas) que a cinta de caminhar se deslocou.



O ecrã superior indica o número total de horas de utilização do tapete rolante.



A consola possui um modo de demonstração, concebido para ser utilizado se o tapete rolante estiver em exposição numa loja. Enquanto o modo de demonstração estiver ligado, a consola funciona normalmente quando ligar o cabo de alimentação elétrica, colocar o interruptor na posição de reinício e inserir a chave na consola. No entanto, ao retirar a chave, os ecrãs permanecem iluminados, embora os botões não funcionem. Se o modo de demonstração estiver ativado, aparece um “d” no ecrã inferior direito enquanto estiver seleccionado o modo de informação. Para ligar ou desligar o modo de demonstração, prima o botão de reduzir Speed.

Para sair do modo de informação, retire a chave da consola.

## COMO UTILIZAR O SISTEMA DE SOM

Para reproduzir música ou audiolivros através do sistema de som da consola enquanto faz exercício, ligue um cabo áudio macho 3.5 mm – macho 3.5 mm (não incluído) à tomada da consola e a uma tomada no seu leitor de MP3, CD ou outro leitor áudio pessoal; **certifique-se de que o cabo de áudio está bem ligado. Nota: para adquirir um cabo de áudio, consulte uma loja de eletrónica local.**

Em seguida, prima o botão de reprodução no leitor de áudio pessoal. Ajuste o nível do volume com o controlo do volume no leitor de áudio pessoal.

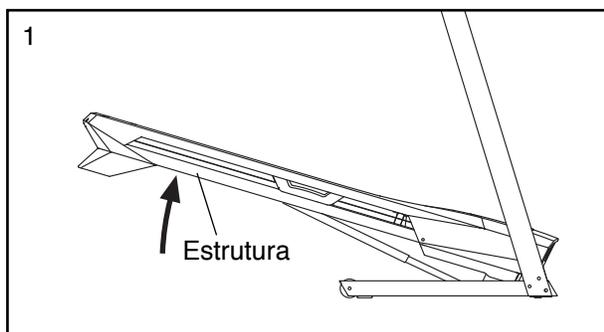
Se utilizar um leitor pessoal de CD e o CD saltar, coloque o leitor de CD no chão ou noutra superfície plana em vez de o pousar na consola.

# COMO DOBRAR E MOVER O TAPETE ROLANTE

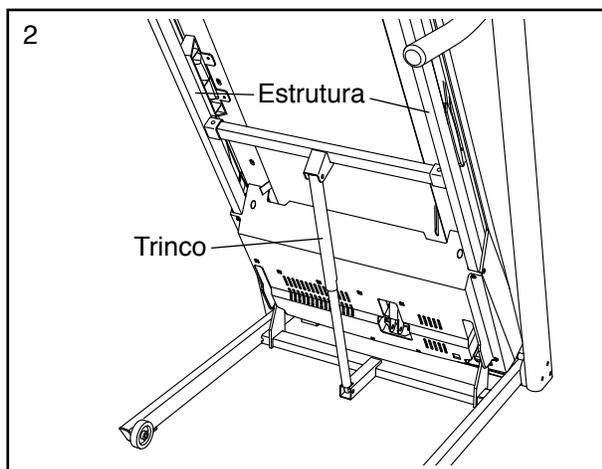
## COMO DOBRAR O TAPETE ROLANTE

Para evitar danificar o tapete rolante, ajuste a inclinação para zero antes de o dobrar. Em seguida, retire a chave e desligue o cabo de alimentação elétrica. **ATENÇÃO:** Deve ser capaz de levantar, com segurança, 20 kg para erguer, baixar ou mover o tapete rolante.

1. Segure firmemente a estrutura metálica pelo ponto indicado pela seta em baixo. **ATENÇÃO: Não segure a estrutura pelos carris plásticos de apoio para os pés. Dobre as pernas e mantenha as costas direitas.**



2. Levante a estrutura até o trinco de armazenamento se fixar na posição de arrumação. **ATENÇÃO: Certifique-se de que o trinco de armazenamento fica encaixado.**

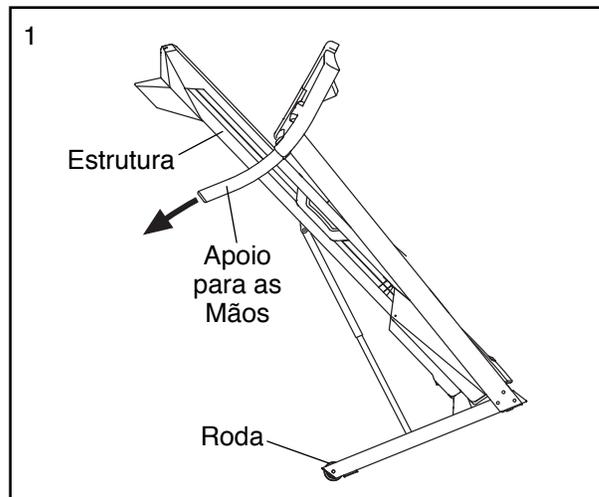


Para proteger o chão ou a alcatifa, coloque um tapete por baixo do tapete rolante. Mantenha o tapete rolante afastado da luz solar direta. Não deixe o tapete rolante na posição de arrumação a temperaturas superiores a 30° C.

## COMO MOVER O TAPETE ROLANTE

Antes de mover o tapete rolante, dobre-o conforme descrito à esquerda. **ATENÇÃO: Certifique-se de que a cavilha de trinco está totalmente inserida no acolchoamento da plataforma. Para mover o tapete rolante podem ser necessárias duas pessoas.**

1. Segure na estrutura e num apoio para as mãos e coloque um pé contra uma das rodas.



2. Puxe o apoio para as mãos para trás até o tapete rolante rolar sobre as rodas e mova-o cuidadosamente para a localização pretendida. **ATENÇÃO: Não mova o tapete rolante sem o inclinar para trás, não puxe pela estrutura e não mova o tapete rolante sobre uma superfície irregular.**
3. Coloque um pé contra uma roda e baixe cuidadosamente o tapete rolante.

## COMO BAIXAR O TAPETE ROLANTE PARA UTILIZAÇÃO

1. Faça pressão na extremidade superior do tapete rolante e prima o trinco de armazenamento com o pé na localização indicada. Em seguida, deixe a estrutura baixar até ao chão.

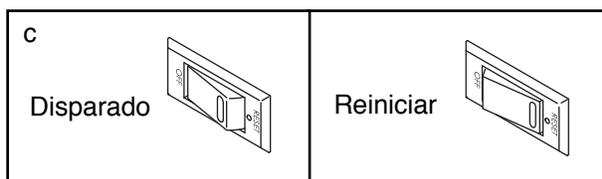


# RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

**A maioria dos problemas do tapete rolante pode ser resolvida através dos passos simples descritos a seguir. Encontre o sintoma aplicável e siga os passos listados. Se precisar de assistência adicional, consulte a capa deste manual.**

## **SINTOMA: O aparelho não liga**

- Certifique-se de que o cabo de alimentação está ligado a uma tomada devidamente ligada à terra (veja a página 14). Se for necessário um cabo de extensão, utilize apenas um cabo com 3 condutores de 1 mm<sup>2</sup> com comprimento máximo de 1,5 m.
- Após ligar o cabo de alimentação, certifique-se de que a chave está inserida na consola.
- Verifique o interruptor localizado na estrutura do tapete rolante, junto ao cabo de alimentação. Se o botão estiver saliente, conforme indicado, o interruptor disparou. Para repor o interruptor, espere cinco minutos e, em seguida, carregue novamente no botão para dentro.



## **SINTOMA: A corrente desliga-se durante a utilização**

- Verifique o interruptor (veja a ilustração acima). Se o interruptor tiver disparado, espere cinco minutos e, em seguida, carregue novamente no botão para dentro.
- Certifique-se de que o cabo de alimentação está ligado. Se o cabo de alimentação estiver ligado, desligue-o, aguarde cinco minutos e, em seguida, volte a ligá-lo.

- Retire a chave da consola e, em seguida, insira-a novamente.
- Se o tapete rolante continuar sem funcionar, consulte a capa deste manual.

## **SINTOMA: Os ecrãs da consola permanecem iluminados quando a chave é retirada da consola**

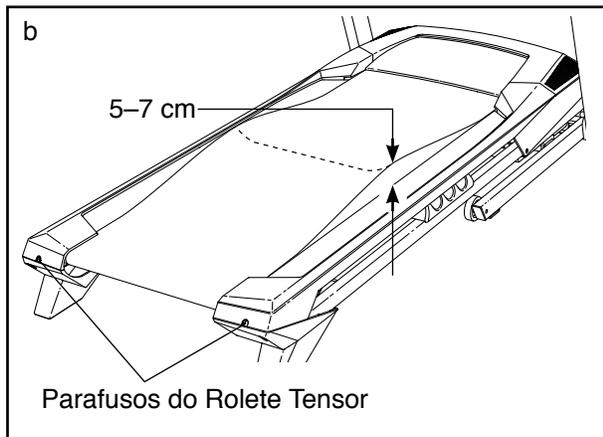
- A consola possui um modo de demonstração, concebido para ser utilizado se o tapete rolante estiver em exposição numa loja. Se os ecrãs permanecerem iluminados ao retirar a chave, isso significa que o modo de demonstração está ativo. Para desativar o modo de demonstração, prima o botão Stop (Parar) por alguns segundos. Se os ecrãs continuarem iluminados, consulte O MODO DE INFORMAÇÃO na página 19 para desligar o modo de demonstração.

## **SINTOMA: A inclinação do tapete rolante não é corretamente alterada**

- Mantenha premidos os botões Stop e de aumentar Speed (Velocidade), introduza a chave na consola e depois largue os botões Stop e de aumentar Speed. Em seguida, prima o botão Stop e depois prima um dos botões de aumentar ou reduzir Incline (Inclinação). O tapete rolante eleva-se automaticamente até ao nível máximo de inclinação e depois volta ao nível mínimo. Desta forma, o sistema de inclinação fica novamente calibrado. Se a calibragem do sistema de inclinação não for iniciada, prima novamente o botão Stop e, em seguida, prima novamente o botão de aumentar ou reduzir Incline. Quando o sistema de inclinação ficar calibrado, retire a chave da consola.

**SINTOMA: A cinta de caminhar abranda quando alguém caminha sobre ela**

- a. Se for necessária uma extensão elétrica, utilize apenas um cabo com 3 condutores, de calibre 14 (1 mm<sup>2</sup>), com o comprimento máximo de 1,5 m.
- b. Se a cinta de caminhar for esticada em demasia, o desempenho do tapete rolante pode ser afetado e a cinta de caminhar pode ficar danificada. Retire a chave e **DESLIGUE O CABO DE ALIMENTAÇÃO**. Com a chave sextavada, rode ambos os parafusos do rolete tensor 1/4 de volta no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio. Quando a cinta de caminhar estiver adequadamente esticada, deve poder levantar cada borda da mesma 5 a 7 cm acima da plataforma de caminhar. Tenha o cuidado de manter a cinta de caminhar centrada. Depois, ligue o cabo de alimentação elétrica, introduza a chave e ponha o tapete rolante a funcionar durante alguns minutos. Repita os procedimentos até a cinta de caminhar ficar adequadamente esticada.

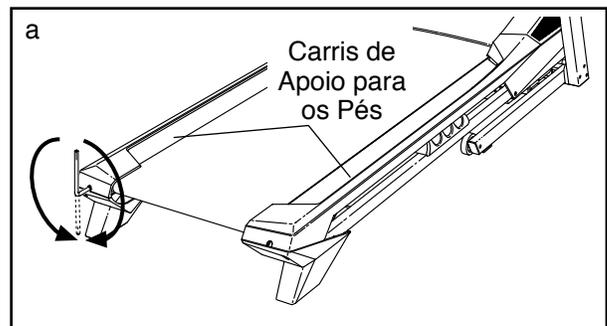


- c. O tapete rolante possui uma cinta de caminhar revestida com um lubrificante de alto desempenho. **IMPORTANTE: Nunca aplique um pulverizador de silicone ou outras substâncias na cinta de caminhar ou na plataforma de caminhar, a menos que tal lhe seja indicado por um representante de assistência autorizado. Tais substâncias podem deteriorar a cinta de caminhar e causar um desgaste excessivo.** Se lhe parecer que a cinta de caminhar precisa de mais lubrificante, consulte a contracapa deste manual.
- d. Se a correia de caminhar continuar a abrandar quando alguém caminha sobre ela, consulte a contracapa deste manual.

**SINTOMA: A cinta de caminhar não está centrada entre os carris de apoio para os pés**

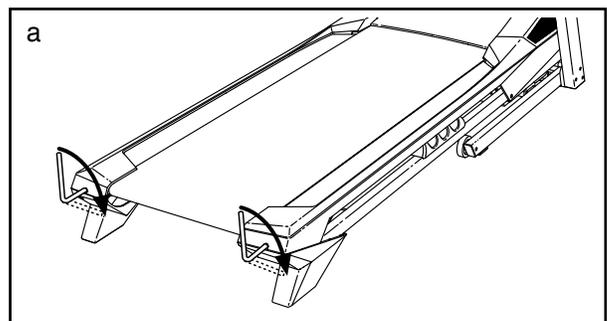
**IMPORTANTE: Se a cinta de caminhar roçar nos carris de apoio para os pés, pode ficar danificada.**

- a. Comece por retirar a chave e **DESLIGAR O CABO DE ALIMENTAÇÃO**. Se a cinta de caminhar se tiver deslocado para a esquerda, utilize a chave sextavada para rodar o parafuso esquerdo do rolete tensor 1/2 volta no sentido dos ponteiros do relógio; se a cinta de caminhar se tiver deslocado para a direita, rode o parafuso esquerdo do rolete tensor 1/2 volta no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio. Tenha cuidado para não esticar demasiado a cinta de caminhar. Depois, ligue o cabo de alimentação elétrica, introduza a chave e ponha o tapete rolante a funcionar durante alguns minutos. Repita os procedimentos até a cinta de caminhar ficar centrada.



**SINTOMA: A cinta de caminhar resvala quando alguém caminha sobre ela**

- a. Comece por retirar a chave e **DESLIGAR O CABO DE ALIMENTAÇÃO**. Com a chave sextavada, rode ambos os parafusos do rolete tensor 1/4 de volta no sentido dos ponteiros do relógio. Quando a cinta de caminhar estiver adequadamente esticada, deve poder levantar cada borda da mesma 5 a 7 cm acima da plataforma de caminhar. Tenha o cuidado de manter a cinta de caminhar centrada. Depois, ligue o cabo de alimentação elétrica, introduza a chave e caminhe cuidadosamente sobre o tapete rolante durante alguns minutos. Repita os procedimentos até a cinta de caminhar ficar adequadamente esticada.



# DIRECTIVAS DE EXERCÍCIO

**AVISO:** Consulte o seu médico antes de iniciar este ou qualquer outro exercício. Isto é especialmente importante para pessoas com mais de 35 anos ou com problemas de saúde prévios.

O sensor de pulsações não é um dispositivo médico. Há diversos factores que podem afectar a precisão das leituras dos batimentos cardíacos. O sensor de pulsações é meramente um auxiliar do exercício para determinar a tendência geral dos batimentos cardíacos.

Estas directivas irão ajudá-lo a planear o programa de exercícios. Para obter informações detalhadas sobre os exercícios, adquira um livro com boa reputação ou consulte o médico. Lembre-se de que uma nutrição e descanso adequados são essenciais para obter bons resultados.

## INTENSIDADE DO EXERCÍCIO

Quer o seu objectivo seja queimar gorduras ou fortalecer o sistema cardiovascular, a intensidade adequada dos exercícios é a chave para obter resultados. Pode utilizar os batimentos cardíacos como guia para encontrar o nível de intensidade adequado. A tabela abaixo apresenta os batimentos cardíacos recomendados para queimar gorduras e para o exercício aeróbico.

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Para encontrar o nível de intensidade adequado, localize a sua idade na parte de baixo da tabela (as idades estão arredondadas para os dez anos mais próximos). Os três números indicados acima da idade definem a “zona de exercício.” O número mais baixo representa os batimentos cardíacos para queimar gorduras, o número do meio representa os batimentos cardíacos para queimar gorduras ao máximo e o número mais elevado representa os batimentos cardíacos para o exercício aeróbico.

**Queimar Gorduras**—Para queimar gorduras eficazmente, deve exercitar-se com um nível de intensidade baixo durante algum tempo. Durante os primeiros minutos de exercício o corpo utiliza *calorias de hidratos de carbono* como energia. Só depois dos primeiros minutos de exercício é que o corpo começa a utilizar as *calorias de gordura* armazenadas como energia. Se o objectivo for queimar gordura, ajuste a intensidade do exercício até os batimentos cardíacos estarem próximos do número mais baixo da sua zona de exercício. Para queimar gorduras ao máximo, faça o exercício com os batimentos cardíacos perto do número do meio na zona de exercício.

**Exercício Aeróbico**—Se o objectivo for fortalecer o sistema cardiovascular, deverá fazer exercícios aeróbicos, ou seja, actividades que requeiram uma grande quantidade de oxigénio durante períodos prolongados de tempo. Para exercícios aeróbicos, ajuste a intensidade do exercício até os batimentos cardíacos estarem próximos do número mais alto da sua zona de exercício.

## DIRECTIVAS DE EXERCÍCIO

**Aquecimento**—Comece com 5 a 10 minutos de exercícios leves e de alongamento. O aquecimento aumenta a temperatura corporal, batimentos cardíacos e circulação, preparando-o para o exercício.

**Exercício da Zona**—Faça 20 a 30 de exercício com os batimentos cardíacos dentro da sua zona de exercício. (Durante as primeiras semanas do programa de exercício, não mantenha os batimentos cardíacos dentro da zona de exercício durante mais de 20 minutos.) Respire normal e profundamente durante o exercício; não sustenha a respiração.

**Arrefecimento**—Termine com 5 a 10 minutos de alongamentos. Os alongamentos aumentam a flexibilidade dos músculos e ajudam-no a evitar os problemas pós-exercício.

## FREQUÊNCIA DE EXERCÍCIO

Para manter ou melhorar a sua condição física, faça três exercícios por semana, com um intervalo mínimo de um dia entre exercícios. Após alguns meses de exercícios regulares, pode chegar aos cinco exercícios por semana, se pretender. Lembre-se de que a chave para atingir o sucesso é fazer do exercício uma parte regular e agradável do quotidiano.

# LISTA DE PEÇAS

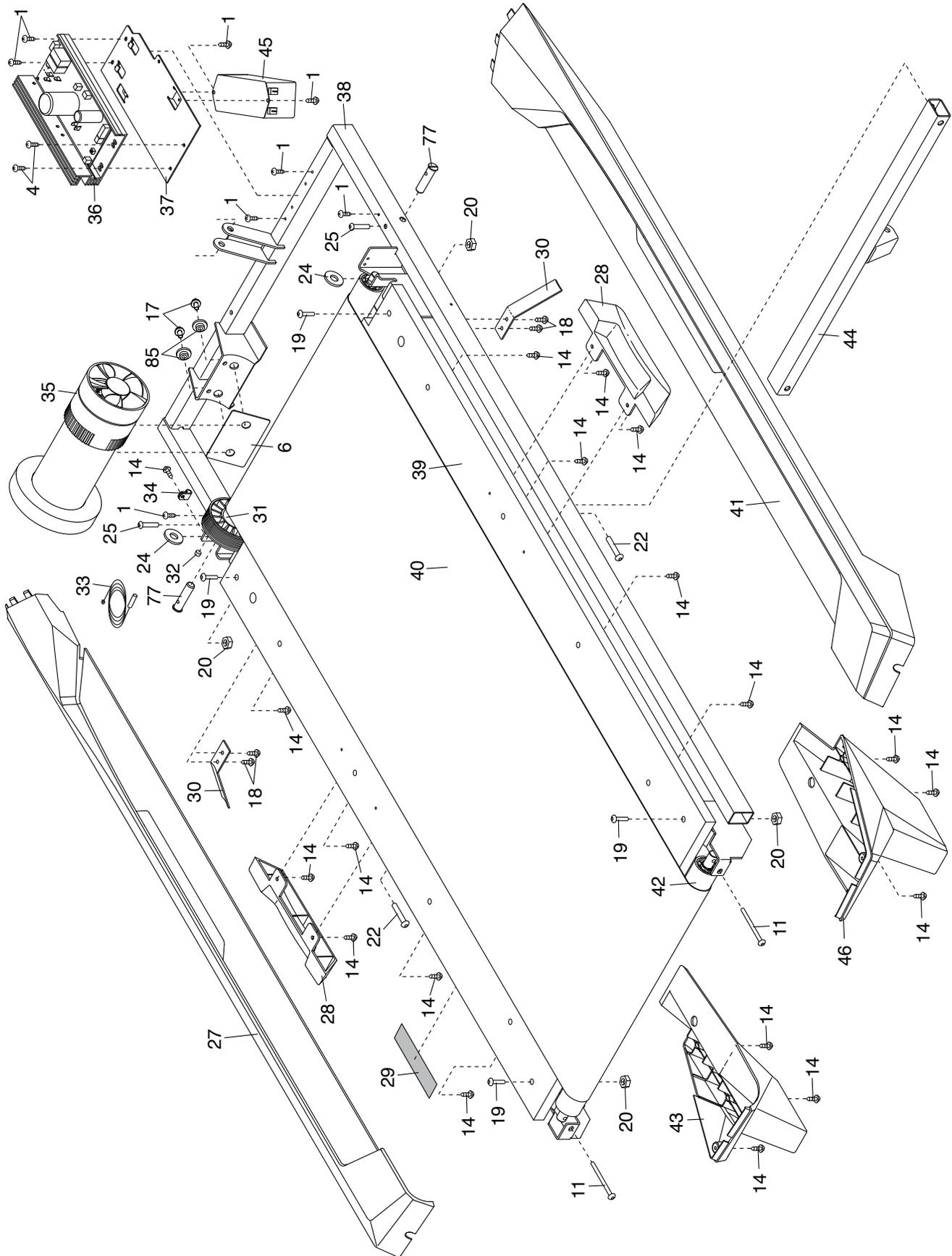
Modelo nº PETL59713.0 R0913A

Nº	Qtd.	Descrição	Nº	Qtd.	Descrição
1	10	Parafuso de Terra #8 x 1/2"	44	1	Barra de Apoio do Trinco
2	6	Parafuso 3/8" x 3 1/4"	45	1	Filtro
3	6	Anilha em Forma de Estrela 3/8"	46	1	Pé Traseiro Direito
4	23	Parafuso #8 x 3/4"	47	1	Fio de Terra da Consola
5	4	Parafuso 5/16" x 3/4"	48	1	Capô do Motor
6	1	Isolador do Motor de Tração	49	1	Motor de Inclinação
7	4	Parafuso #8 x 1"	50	2	Bucha da Estrutura de Elevação
8	2	Parafuso M8 x 25mm	51	1	Estrutura de Elevação
9	2	Pino 3/8" x 2 1/2"	52	1	Caixa
10	8	Parafuso #8 x 1/2"	53	1	Tomada
11	2	Parafuso M6 x 55mm	54	1	Cabo de Alimentação
12	2	Pino 3/8" x 1"	55	1	Interruptor de Corrente
13	3	Clipe do Capô	56	4	Parafuso 5/16" x 5/8"
14	19	Parafuso de Cabeça em Cruz #8 x 3/4"	57	1	Consola
15	1	Pino 3/8" x 1 3/4"	58	1	Base da Consola
16	6	Contraporca 3/8"	59	1	Apoio para a Mão Esquerda
17	2	Parafuso 1/4" x 3/8"	60	2	Tampa Inferior do Apoio para as Mãos
18	4	Parafuso #8 x 1/2"	61	1	Barra de Apoio da Consola
19	4	Pino 5/16" x 1 1/2"	62	1	Chave/Clipe
20	4	Porca 5/16"	63	1	Fio da Barra Vertical
21	2	Tampa do Apoio para as Mãos Superior	64	1	Apoio para a Mão Direita
22	2	Parafuso 1/4" x 1 3/4"	65	1	Pino M8 x 45mm
23	2	Porca Fixa	66	1	Barra Vertical Esquerda
24	2	Anilha do Rolete de Tração	67	1	Pino M8 x 53mm
25	2	Parafuso 1/4" x 1 1/4"	68	2	Porca M8
26	2	Anilha da Estrutura de Inclinação	69	2	Autocolante de Aviso
27	1	Carril de Apoio para o Pé Esquerdo	70	4	Tampa da Base
28	2	Acolchoamento da Plataforma	71	2	Almofada Alta da Base
29	1	Autocolante de Aviso	72	2	Almofada Baixa da Base
30	2	Guia da Correia	73	1	Passa-Fios da Barra Vertical
31	1	Rolete/Polia de Tração	74	1	Base
32	1	Íman	75	2	Roda
33	1	Interruptor de Lâminas	76	1	Barra Vertical Direita
34	1	Torno do Interruptor de Lâminas	77	2	Pino da Estrutura de Elevação
35	1	Motor de Tração	78	8	Parafuso Auto-Atarrachante #8 x 3/4"
36	1	Controlador	79	6	Anilha em Forma de Estrela M8
37	1	Placa do Controlador	80	1	Pino 3/8" x 1 1/2"
38	1	Estrutura	81	2	Atilho para Fio
39	1	Plataforma de Caminhar	82	2	Espaçador do Trinco
40	1	Cinta de Caminhar	83	2	Torno da Consola
41	1	Carril de Apoio para o Pé Direito	84	1	Trinco de Armazenamento
42	1	Rolete Tensor	85	2	Bucha do Motor de Tração
43	1	Pé Traseiro Esquerdo	*	-	Manual do Utilizador

Nota: As especificações estão sujeitas a mudanças sem aviso prévio. Consulte a contracapa deste manual para obter informações sobre a encomenda de peças de substituição. \*Estas peças não foram ilustradas.

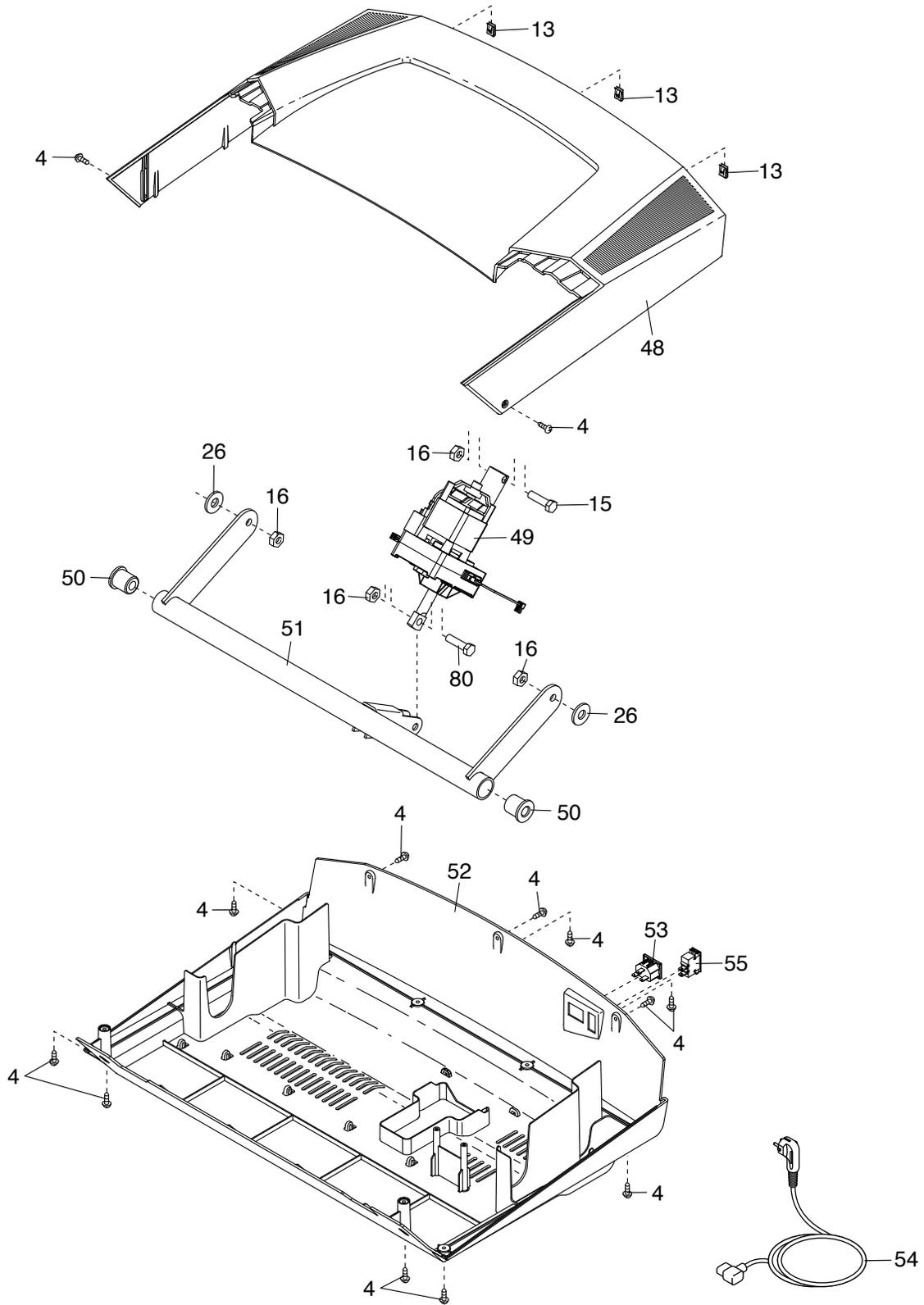
# DIAGRAMA AMPLIADO A

Modelo nº PETL59713.0 R0913A



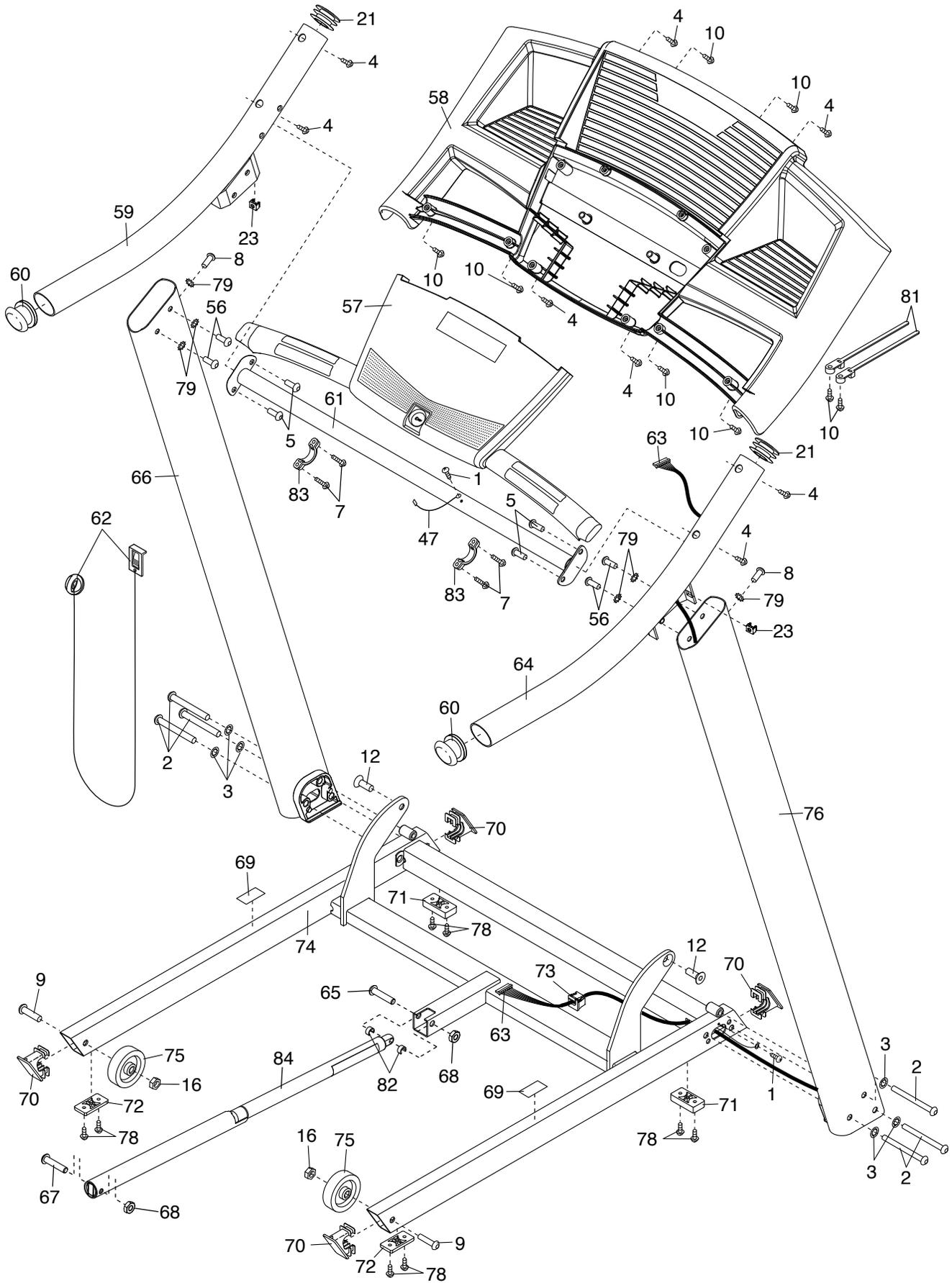
# DIAGRAMA AMPLIADO B

Modelo nº PETL59713.0 R0913A



# DIAGRAMA AMPLIADO C

Modelo nº PETL59713.0 R0913A



---

# ENCOMENDAR PEÇAS DE SUBSTITUIÇÃO

Para encomendar peças de substituição, consulte a capa deste manual. Para nos ajudar a prestar-lhe assistência, esteja preparado para nos fornecer as seguintes informações quando nos contactar:

- o número de modelo e o número de série do produto (consulte a capa deste manual)
- o nome do produto (consulte a capa deste manual)
- o número de código e a descrição da(s) peça(s) de substituição (consulte a LISTA DE PEÇAS e o DIAGRAMA AMPLIADO, na parte final deste manual)

---

## INFORMAÇÕES SOBRE RECICLAGEM

**Este produto electrónico não deve ser depositado numa lixeira municipal. Para preservar o ambiente, este produto deve ser reciclado após o fim da sua vida útil, tal como exigido por lei.**

Utilize as instalações de reciclagem que estejam autorizadas a recolher este tipo de resíduos na sua área. Ao fazê-lo, estará a ajudar a preservar os recursos naturais e a melhorar os padrões europeus de protecção ambiental. Se precisar de mais informações sobre métodos seguros e correctos de eliminação de resíduos, contacte o departamento municipal adequado ou o esta-belecimento onde adquiriu este produto.

