

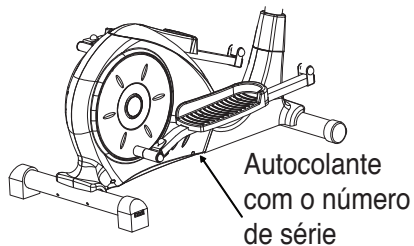
# PRO-FORM®

PERFORMANCE & INNOVATION

## MANUAL DO UTILIZADOR

Modelo n.º PFIVEL86302.1

N.º de série: \_\_\_\_\_



Escrever o número de série no espaço acima para referência.

### DÚVIDAS?

Se tiver perguntas ou se houver peças em falta, contacte-nos:

Portugal

Telefone: 808 203 301

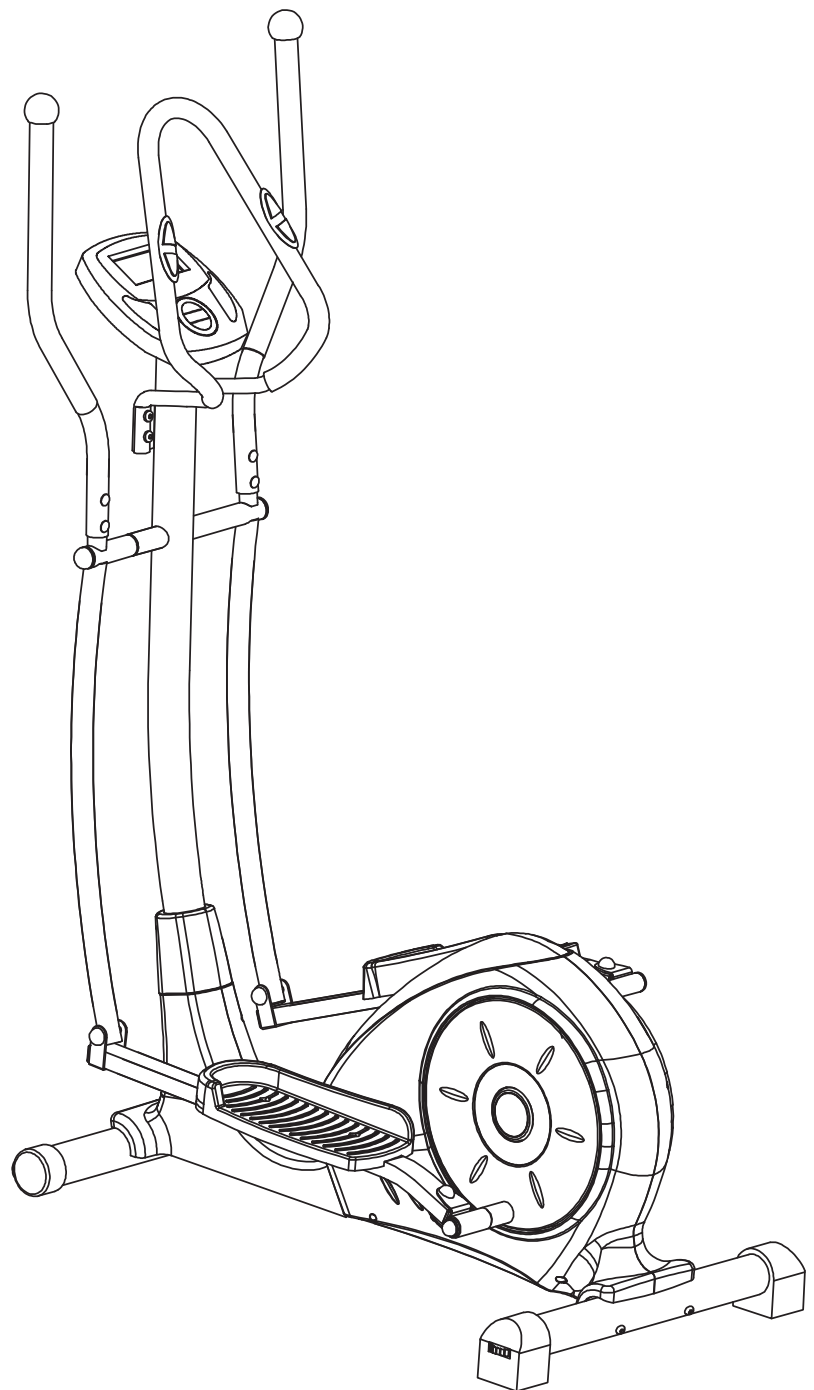
Fax: 210 060 521

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

E-mail: [cspi@iconeurope.com](mailto:cspi@iconeurope.com)

### ⚠ ATENÇÃO

Ler todas as precauções e instruções contidas neste manual antes de usar este equipamento. Guardar este manual para futura referência.



Visite o nosso website  
[www.iconsupport.eu](http://www.iconsupport.eu)

# ÍNDICE

PRECAUÇÕES IMPORTANTES .....	3
ANTES DE COMEÇAR .....	4
COLOCAÇÃO DE AUTOCOLANTE DE AVISO .....	4
MONTAGEM.....	5
COMOLIGAR OADAPTADOR DE ENERGIA.....	9
COMOCOLOCARABICICLETAELÍPTICAEMFUNCIONAMENTO.....	10
CARACTERÍSTICAS DA CONSOLA .....	11
MANUTENÇÃO E RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS.....	14
DIRECTRIZES DO EXERCÍCIO .....	15
DESENHOS AMPLIADOS.....	16
LISTA DE PEÇAS .....	18
NOTAS .....	19
ENCOMENDAR PEÇAS DE SUBSTITUIÇÃO.....	Última Página

# PRECAUÇÕES IMPORTANTES

**⚠ AVISO:** para reduzir o risco de lesões graves, ler todas as precauções e instruções importantes deste manual e todos os avisos na elíptica antes de a utilizar. A ICON não assume qualquer responsabilidade por anos corporais ou danos materiais sofridos devido ao, ou através do uso deste produto.

1. Consultar o médico antes de começar qualquer programa de exercício físico. Isto é especialmente importante para pessoas com mais de 35 anos ou pessoas com problemas de saúde pré-existentes.
2. Usar a elíptica apenas como descrito neste manual.
3. É da responsabilidade do proprietário garantir que todos os utilizadores da elíptica são adequadamente informados de todas as precauções.
4. A elíptica é destinada apenas a uso doméstico. Não utilizar a elíptica num ambiente comercial, de aluguer ou institucional.
5. Guardar a elíptica em ambientes fechados, longe da humidade e poeira. Colocar a elíptica numa superfície plana, com um tapete por baixo para proteger o chão ou carpete. Deixar pelo menos 0,9 m de folga na parte da frente e na retaguarda da elíptica e 0,6 m de cada lado.
6. Examinar e apertar adequadamente e de forma regular todas as peças. Substituir imediatamente as peças gastas.
7. Manter sempre as crianças menores de 12 anos e animais afastados da elíptica.
8. A elíptica não deve ser usada por pessoas com mais de 115 kg.
9. Usar roupas adequadas durante o exercício, não usar roupas soltas já que podem ficar presas na elíptica. Usar sempre calçado desportivo para proteger os pés durante o exercício.
10. Agarrar os guiadores ou as barras para exercício da parte superior do corpo durante a montagem, desmontagem, ou ao utilizar a elíptica.
11. O sensor de pulsações não é um dispositivo médico. Vários factores podem afectar a precisão das leituras da frequência cardíaca. O sensor de pulsações destina-se apenas a ser um auxiliar do exercício para determinar a tendência da frequência cardíaca em geral.
12. A elíptica não tem uma roda livre; os pedais continuarão a mover-se até o volante parar. Reduzir a velocidade de pedalada de forma controlada.
13. Manter as costas direitas ao usar a elíptica; não arquear as costas.
14. O excesso de exercício poderá resultar em lesões graves ou morte. Em caso de fraqueza ou dor durante o exercício, parar imediatamente e refrescar-se.

## ANTES DE COMEÇAR

Agradecemos a aquisição da Bicicleta Elíptica ProForm® Elipse 200. A elíptica oferece um conjunto de funcionalidades concebidas para tornar os exercícios em casa mais eficazes e agradáveis.

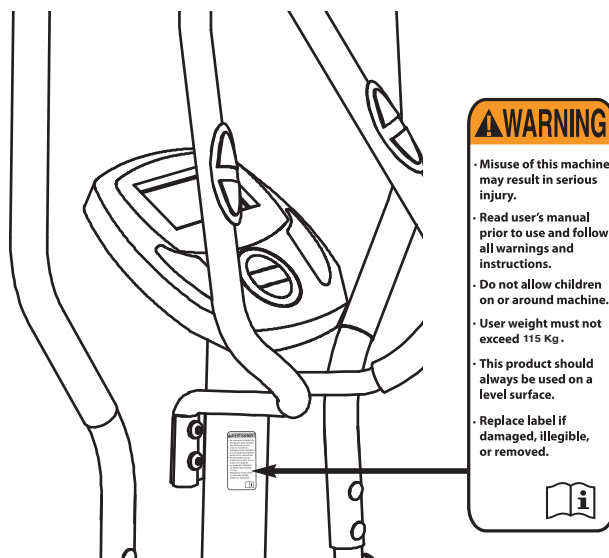
**Ler atentamente o manual antes de usar a elíptica.** Consultar a capa em caso de dúvidas. Em caso de assistência, indicar o número do modelo

e o número de série do produto ao contactar-nos. O número do modelo é PFIVEL86302.1 e a localização do autocolante com o número de série está indicada na capa deste manual.

Antes de continuar a ler, familiarizar-se com as peças indicadas no desenho abaixo.

## COLOCAÇÃO DO AUTOCOLANTE DE AVISO

Este desenho mostra a localização(s) do autocolante(s) de aviso. Se um autocolante não estiver incluído ou estiver ilegível, contactar o número de telefone indicado na capa deste manual e solicitar um autocolante gratuito de substituição. Colocar o autocolante no local indicado. Nota: o(s) autocolante(s) pode(m) não ser apresentado(s) em tamanho real.



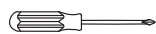
# MONTAGEM

A montagem requer duas pessoas. Colocar todas as peças do ciclo de exercício numa área livre e remover os materiais de empacotamento. Não descartar os materiais de empacotamento até a montagem estar concluída.

Além das ferramentas incluídas, a montagem requer uma chave inglesa e uma chave de fendas Phillips.



e



Usar os desenhos das peças abaixo para identificar as peças pequenas usadas na montagem. O número entre parênteses por baixo de cada desenho refere-se ao número de código da peça, retirado da LISTA DE PEÇAS no final deste manual. O número após os parênteses refere-se à quantidade necessária para a montagem. Nota: algumas peças pequenas podem ter sido previamente montadas. Se uma peça não se encontrar no kit de hardware, verificar se foi previamente montada.



#12 4PCS



#13 4PCS



#34 4PCS



#32 4PCS



#33 4PCS



#42 4PCS



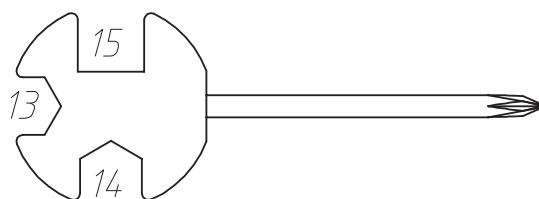
#41 12PCS



#40 8PCS



#47 4PCS



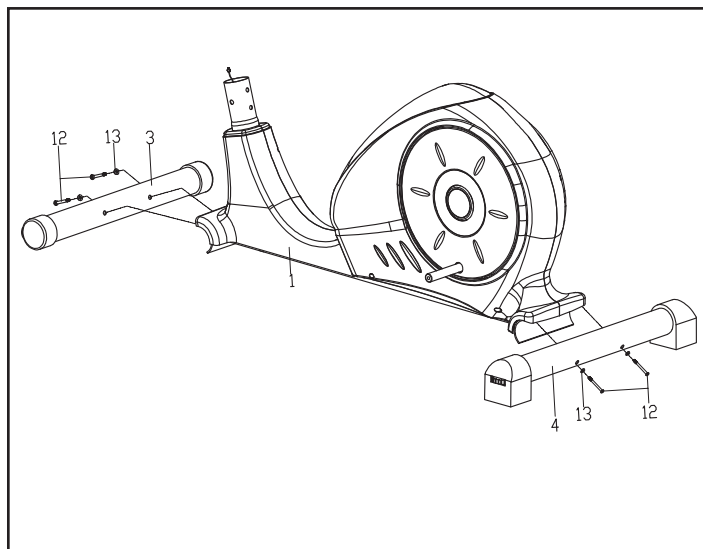
(S=13, 14, 15)-1



(S=6)-1PC

## PASSO 1

Aparafusar o estabilizador dianteiro (3) e o estabilizador traseiro (4) à estrutura principal (1) com o parafuso de pressão (12) e as anilhas em arco (13), como apresentado.

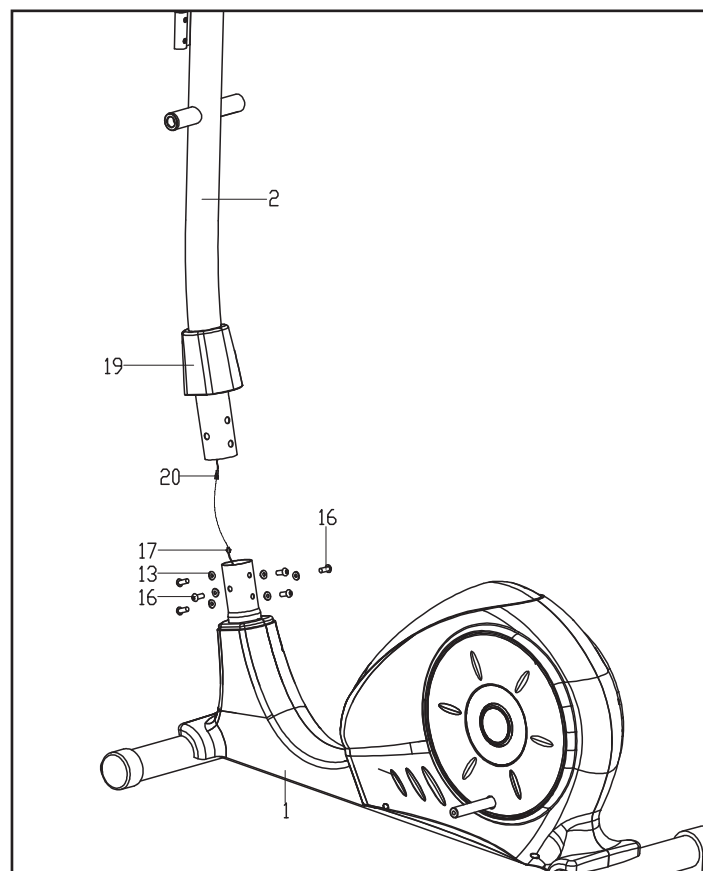


## PASSO 2

Deslizar a cobertura da barra do guidador (19) para a barra do guidador (2);

Ligar o cabo de ligação do sensor (20) ao cabo do sensor (17), e fixar a barra do guidador (2) na estrutura principal (1), utilizando o parafuso sextavado interior (16) e a anilha em arco (13) como apresentado.

Deslizar para baixo a cobertura frontal (19) e encaixá-la no lugar.



### PASSO 3

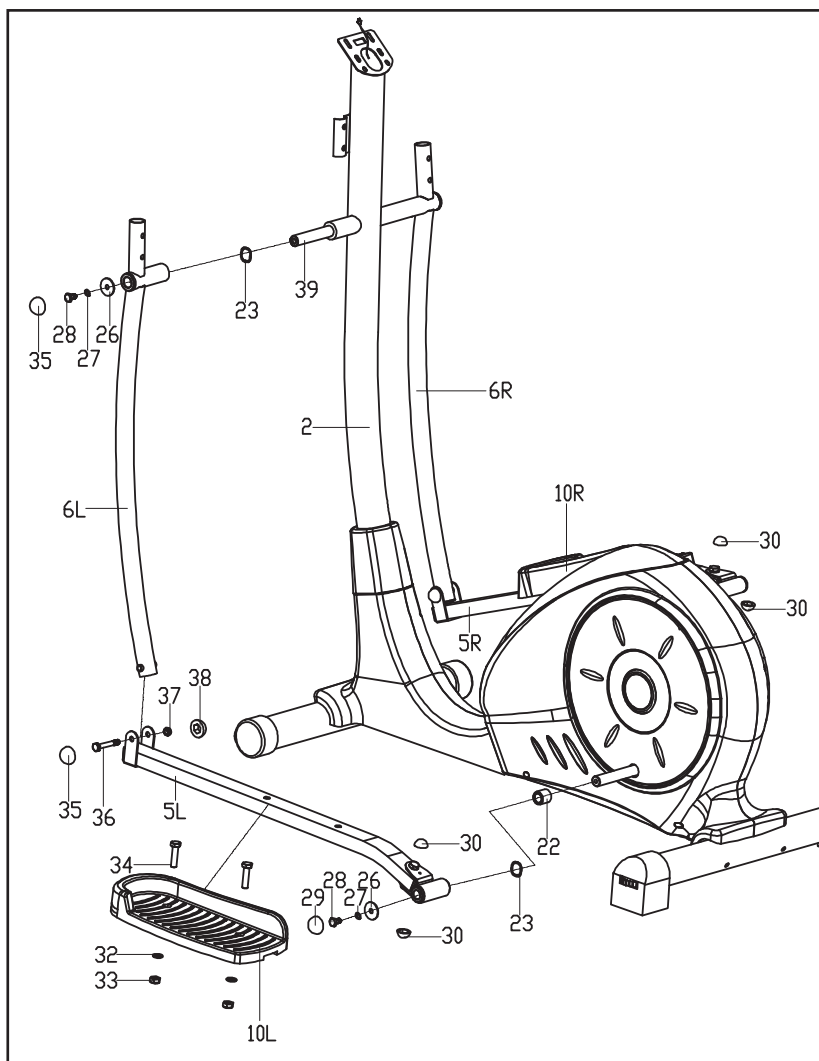
I. Introduzir o eixo (39) na barra do guidador (2).

II. Aparafusar o tubo oscilante esquerdo e direito (6L/R) no eixo (39) com a lingueta de travagem sextavada (28), arruela de pressão (27), arruela ondulada (23) e a arruela chata (26); não os apertar inicialmente.

III. Aparafusar o tubo de suporte do pedal esquerdo (5L) à manivela (21L) com a lingueta de travagem sextavada (28), arruela de pressão (27), espaçador (22) arruela chata (26) e arruela ondulada (23); não os aperte inicialmente. Seguir o mesmo procedimento para fixar o tubo de suporte do pedal direito (5R) à manivela (21R)

IV. Ligar o tubo oscilante (6L/R) e o tubo de suporte do pedal (5L/R) à lingueta de travagem sextavada (36) e à porca de plástico (37) e, em seguida, travar a lingueta de travagem sextavada (28) e a lingueta de travagem sextavada (36). Por fim, cobrir o tampão de extremidade (29),(30),(35),(38)

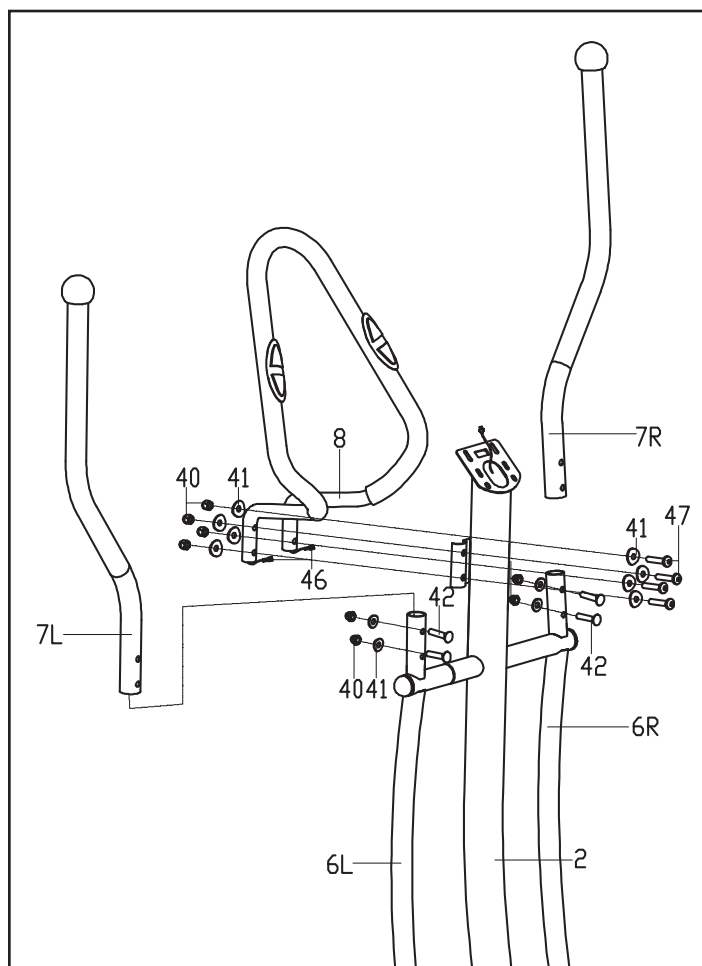
V. Fixar o pedal (10L/R) ao tubo de suporte do pedal (5L/R) com uma lingueta de travagem sextavada (34), arruela chata (32) e porca de plástico (33).



### PASSO 4

Atravessar o cabo do sensor de pulso (46) pela barra do guidador (2) e, em seguida, juntar o apoio de mão fixo (8) à barra do guidador (2) com a lingueta de travagem sextavada (47) anilha em arco (41) e a porca-tampo (40).

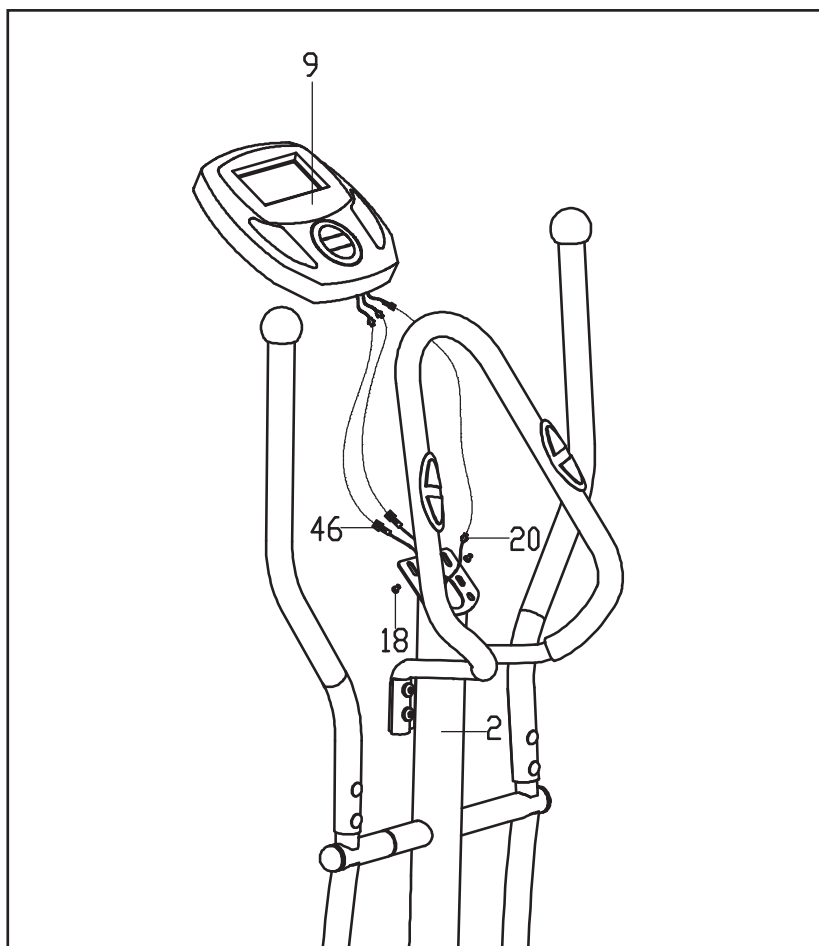
Fixar o guidador (7L/R) ao tubo oscilante (6L/R) com o parafuso (42), anilha em arco (41) e porca-tampo (40).



## PASSO 5

Ligar o cabo de conexão (20) e cabo do sensor de pulsação (46) ao cabo do contador (9), e em seguida, anexar o contador (9) na barra do guidador (2) com o parafuso de cabeça chata cruzada (18).

**A máquina está agora pronta para utilização.**

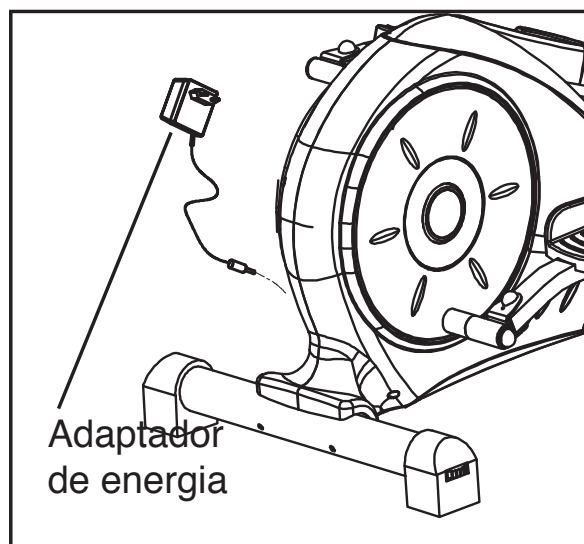


## COMO LIGAR O ADAPTADOR DE ENERGIA

**IMPORTANTE:** se a bicicleta de exercício for exposta a temperaturas frias, aguardar que aqueça à temperatura ambiente antes de ligar o adaptador de energia, caso contrário, poder-se-á danificar os ecrãs da consola ou outros componentes electrónicos.

Ligar o adaptador de energia ao receptáculo no quadro da bicicleta de exercício.  
Em seguida, ligar o adaptador de energia ao adaptador de ficha.  
Ligar o adaptador de ficha a uma tomada adequada que esteja devidamente instalada em conformidade com as leis e regulamentos locais.

**IMPORTANTE:** o adaptador é necessário apenas para o mercado britânico. É inútil nos restantes mercados.



## MANUTENÇÃO E RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

Inspeccionar e apertar regularmente todas as peças do ciclo de exercício físico.

Substituir imediatamente as peças gastas.  
Para limpar o ciclo de exercício, usar um pano

húmido e uma pequena quantidade de detergente neutro.

**Importante:** para evitar danificar a consola, manter líquidos afastados da consola e a consola abrigada da luz solar directa.



# COMO UTILIZAR A BICICLETA ELÍPTICA

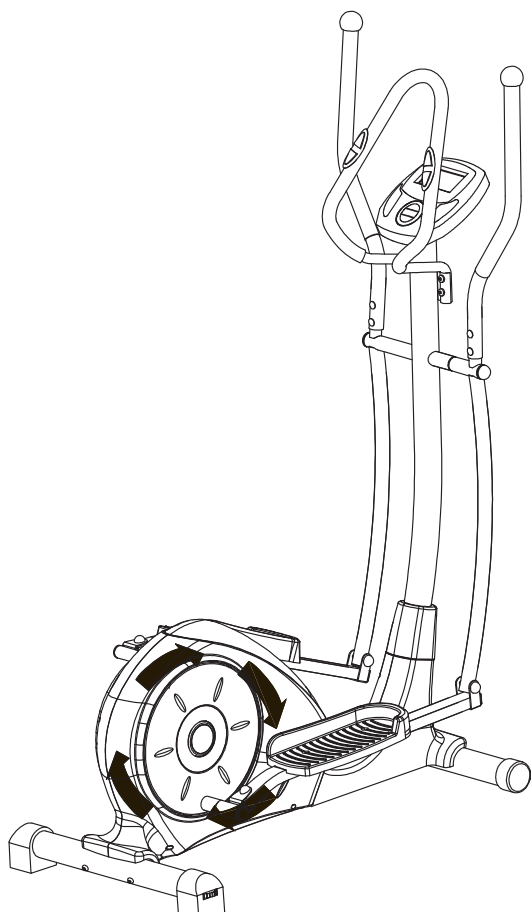
## COMO FAZER EXERCÍCIO FÍSICO NA MÁQUINA ELÍPTICA

Para subir para a bicicleta elíptica, agarrar as barras para exercício da parte superior do corpo e colocar o pé no pedal que está na posição mais baixa. Em seguida, colocar o pé no outro pedal. Empurrar os pedais até que se comecem a mover num movimento contínuo.

Nota: os discos dos pedais podem virar-se para qualquer direcção. Recomenda-se mover os discos do pedal na direcção indicada pela seta; contudo, para variar, é possível virar os discos dos pedais no sentido oposto.

As barras para exercício da parte superior do corpo foram concebidas para adicionar o treino da parte superior do corpo à rotina. Durante o exercício, empurrar e puxar as barras para exercício da parte superior do corpo para trabalhar os braços, ombros e costas. Para concentrar o exercício na parte inferior do corpo, agarrar as barras para exercício da parte superior do corpo, sem as empurrar ou puxar durante o exercício.

Para desmontar a bicicleta elíptica, esperar que os pedais parem completamente. Nota: a bicicleta

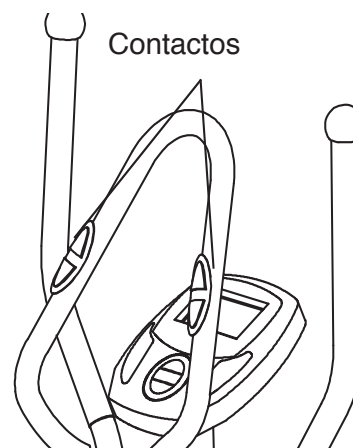


elíptica não tem uma roda livre; os pedais continuarão a mover-se até que o volante pare. Quando os pedais estiverem estacionários, descer primeiro do pedal mais alto. Em seguida, descer do pedal mais baixo.

## MEDIR A FREQUÊNCIA CARDÍACA

O sensor de pulsação permite medir a frequência cardíaca.

Se existirem folhas de plástico transparente sobre os



contactos metálicos da pega do sensor de pulsação, retirar o plástico. Certificar-se de ter as mãos limpas. Para medir a frequência cardíaca, segurar a pega do sensor de pulsação com as palmas das mãos sobre os contactos metálicos. Evitar mover as mãos ou agarrar firmemente os contactos.

## Ao terminar o exercício,

se os pedais não se moverem durante vários minutos e os botões não forem pressionados, a consola desligar-se-á e o ecrã será reiniciado.

# CARACTERÍSTICAS DA CONSOLA



## CARACTERÍSTICAS DA CONSOLA

O visor permite seguir o progresso.

A consola tem sete visores que mostram as seguintes informações de treino:

**Velocidade:** este visor apresenta a velocidade de pedalada, em quilómetros por hora (km/h).

**RPM:** este visor apresenta o número de movimentos em rotações por minuto (rpm).

**Tempo:** este visor apresenta o tempo decorrido.

Nota: quando um programa inteligente é seleccionado, o visor apresentará o tempo restante no programa em vez do tempo decorrido.

**Distância:** este visor apresenta a distância pedalada, em rotações totais.

**Calorias:** este visor apresenta o número aproximado de calorias gastas.

**Consumo energético:** este visor apresenta o consumo energético desenvolvido durante o treino.

**Programas [P]:** este visor apresenta o número do programa a utilizar ou em utilização.

## COMO UTILIZAR A CONSOLA

Certificar-se de que o produto está correctamente ligado (consultar a página MANUTENÇÃO E RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS). Remover a película de plástico transparente sobre a face da consola.

### 1. Ligar a consola

Para ligar a consola, premir um botão qualquer na consola ou começar a pedalar.

### 2. Premir os botões:

#### UP (CIMA):

Premir este botão para aumentar a resistência durante o treino físico ou durante o modo de configuração

para aumentar os valores de tempo de treino ou da pulsação alvo, ou dos programas.

#### DOWN (BAIXO):

Premir este botão para diminuir a resistência durante o treino físico ou durante o modo de configuração para diminuir os valores de tempo de treino ou da pulsação alvo, ou dos programas.

#### ENTER (INSERIR):

Durante o modo de ajuste do tempo, premir este botão para validar as horas e os minutos.

Durante o modo de configuração, premir este botão para validar os valores ajustados.

Durante o modo STOP, premir este botão para reajustar os valores.

Um toque longo neste botão, redefinirá a consola.

### 3. Começar a pedalar e verificar o progresso no visor:

Durante o treino físico, a consola exibirá o modo seleccionado.

### 4. Ao terminar o treino, a consola desligar-se-á automaticamente.

Se os pedais não se moverem durante alguns segundos, a palavra STOP aparecerá no visor e a consola entrará em pausa. A consola desliga-se automaticamente. Se os pedais não se moverem e os botões da consola não forem premidos por alguns minutos, a energia desligar-se-á automaticamente para poupar as baterias.

## COMO UTILIZAR O MODO MANUAL

### 1. Ligar a consola

Para ligar a consola, premir um botão qualquer na consola ou começar a pedalar. O visor acender-se-á por um momento com um sinal sonoro longo; a consola estará pronta para utilização.

### 2. Seleccionar o modo manual

Ao ligar a consola, o primeiro treino físico será feito no modo manual.

Premir a tecla Enter (Inserir) e começar a pedalar

### 3. Alterar a resistência dos pedais como desejado.

Ao pedalar, a resistência dos pedais pode ser alterada, premindo os botões de aumento e diminuição da resistência. Há 16 níveis de resistência. Nota: após premir os botões, levará algum tempo até os pedais atingirem o nível de resistência seleccionado.

#### 4. O visor permite seguir o progresso.

A consola exibirá o tempo decorrido e a distância pedalada. Nota: quando for seleccionado um programa inteligente, o visor apresentará o tempo restante do programa, em vez do tempo decorrido. Também apresentará a velocidade de pedalada (em RPM ou km/h), as calorias gastas e a frequência cardíaca ao utilizar a pega do sensor de pulsação.

#### 5. Medir a frequência cardíaca, se desejado. Consultar COMO MEDIR A SUA FREQUÊNCIA CARDÍACA, Página 9.

#### 7. Ao terminar o treino, a consola activará automaticamente o modo de repouso.

Se os pedais não se moverem durante alguns segundos, a consola activará o modo de repouso.

### COMO UTILIZAR OS PROGRAMAS PREDEFINIDOS:

#### 1. Ligar a consola

Para ligar a consola, premir um botão qualquer na consola ou começar a pedalar. O visor acender-se-á por um momento com um sinal sonoro longo; a consola estará pronta para utilização.

#### 2. Seleccionar um programa

Ao ligar a consola, o primeiro treino físico será feito no modo manual. Usar o botão para Up (Cima) e Down (Baixo) para seleccionar o treino físico. O gráfico dos programas surgirá no visor durante a selecção.

**Nota: os programas 5, 6, 7 e 9 são programas de Desempenho e os programas 2, 3, 4, 8 e 10 são programas de Resistência.**

**Consultar um técnico para mais detalhes sobre a selecção e utilização de um programa.**

Premir a tecla ENTER (INSERIR) para validar. O tempo fica intermitente e 20 min fica intermitente. Usar o botão para Up (Cima) e Down (Baixo) para ajustar o valor. Em seguida, premir a tecla Enter (Inserir); o programa ficará intermitente. Neste momento é possível iniciar o treino físico.

#### 3. Alterar a resistência dos pedais como desejado.

Ao pedalar, a resistência dos pedais pode ser alterada, premindo os botões de aumento e diminuição da resistência. Há 16 níveis de resistência. Nota: após premir os botões, levará algum tempo até os pedais atingirem o nível de resistência seleccionado.

#### 4. O visor permite seguir o progresso.

A consola exibirá o tempo decorrido e a distância pedalada. Nota: quando for seleccionado um programa inteligente, o visor apresentará o tempo

restante do programa, em vez do tempo decorrido. Também apresentará a velocidade de pedalada (em RPM ou km/h), as calorias e as calorias de gordura gastas e a frequência cardíaca ao utilizar a pega do sensor de pulsação.

### PROGRAMAS DE CONTROLO DE FREQUÊNCIA CARDÍACA:

#### 1. Ligar a consola

Para ligar a consola, premir um botão qualquer na consola ou começar a pedalar. O visor acender-se-á por um momento com um sinal sonoro longo; a consola estará pronta para utilização.

#### 2. Seleccionar um programa

Ao ligar a consola, o primeiro treino físico será feito no modo manual. Usar o botão para Up (Cima) e Down (Baixo) para seleccionar o treino físico 11.

Premir a tecla ENTER (INSERIR) para validar. O tempo fica intermitente e 20 min fica intermitente. Usar o botão para Up (Cima) e Down (Baixo) para ajustar o valor. Premir a tecla ENTER (INSERIR) para validar.

O valor de pulsação fica intermitente e o valor 70 aparece no ecrã. Usar o botão para Up (Cima) e Down (Baixo) para ajustar o valor.

Em seguida, premir a tecla Enter (Inserir); o programa ficará intermitente.

Neste momento é possível iniciar o treino físico.

#### 3. Alterar a resistência dos pedais como desejado.

Ao pedalar, a resistência dos pedais pode ser alterada, premindo os botões de aumento e diminuição da resistência. Há 16 níveis de resistência. Nota: após premir os botões, levará algum tempo até os pedais atingirem o nível de resistência seleccionado.

#### 4. O visor permite seguir o progresso.

A consola exibirá o tempo decorrido e a distância pedalada. Nota: quando for seleccionado um programa inteligente, o visor apresentará o tempo restante do programa, em vez do tempo decorrido. Também apresentará a velocidade de pedalada (em RPM ou km/h), as calorias e as calorias de gordura gastas e a frequência cardíaca ao utilizar a pega do sensor de pulsação.

# DIRECTRIZES DO EXERCÍCIO

## AVISO:

Consultar o médico antes de começar qualquer programa de exercício físico. Isto é especialmente importante para pessoas com mais de 35 anos ou pessoas com problemas de saúde pré-existentes.




O sensor de pulsações não é um dispositivo médico. Vários factores podem afectar a precisão das leituras da frequência cardíaca. O sensor de pulsações destina-se apenas a ser um auxiliar do exercício para determinar a tendência da frequência cardíaca em geral.

Estas directrizes ajudarão a planear o programa de treino. Para obter informações detalhadas sobre os exercícios, consultar um livro de qualidade ou um médico. Não esquecer:

alimentação e repouso adequados são essenciais para obter resultados de sucesso.

## INTENSIDADE DO EXERCÍCIO

Se o objectivo é queimar gordura ou fortalecer o sistema cardiovascular, o exercício na intensidade adequada é a chave para alcançar resultados. Utilizar a frequência cardíaca como um guia para encontrar o nível de intensidade adequado. O gráfico abaixo apresenta a frequência cardíaca recomendada para queimar calorias e para o exercício aeróbio.

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

Para encontrar o nível de intensidade adequado, inserir a idade no final do gráfico (as idades são arredondadas para as dezenas). Os três números indicados acima da idade definem a “zona de treino”. O número menor é a frequência cardíaca para a queima de gordura, o número do meio é a frequência cardíaca para queimar gordura ao máximo e o número maior é a frequência cardíaca para o exercício aeróbio.

**Queimar Gordura:** para queimar gordura de forma eficaz, exercitar a um nível de baixa intensidade por um período sustentado de tempo. Durante os primeiros minutos de exercício, o corpo utiliza as calorias dos hidratos de carbono para obter energia. Somente após os primeiros minutos de exercício é que o corpo começa a utilizar calorias de gordura armazenadas para obter energia. Se o objectivo é queimar gordura, ajustar a intensidade do exercício até que a frequência cardíaca se aproxime do número menor da zona de treino. Para queimar o máximo de gordura, efectuar o treino físico de forma a que a frequência cardíaca se aproxime do número médio da zona de treino.

**Exercício Aeróbio:** se o objectivo é fortalecer o sistema cardiovascular, realizar um treino aeróbio, que é uma actividade que requer grandes quantidades de oxigénio durante períodos prolongados de tempo. Para o exercício aeróbio, ajustar a intensidade do exercício até que a frequência cardíaca se aproxime do número maior da zona de treino.

## DIRECTRIZES DO TREINO FÍSICO

**Aquecimento:** começar com 5 a 10 minutos de alongamento e de exercícios leves. O aquecimento aumenta a temperatura do corpo, a frequência cardíaca e a circulação como preparação para o exercício.

**Exercício na Zona de Treino:** efectuar o exercício durante 20 a 30 minutos com o ritmo cardíaco na zona de treino. (Durante as primeiras semanas do programa de exercícios, não manter a frequência cardíaca na zona de treino por mais de 20 minutos). Respirar regular e profundamente durante o exercício, nunca conter a respiração.

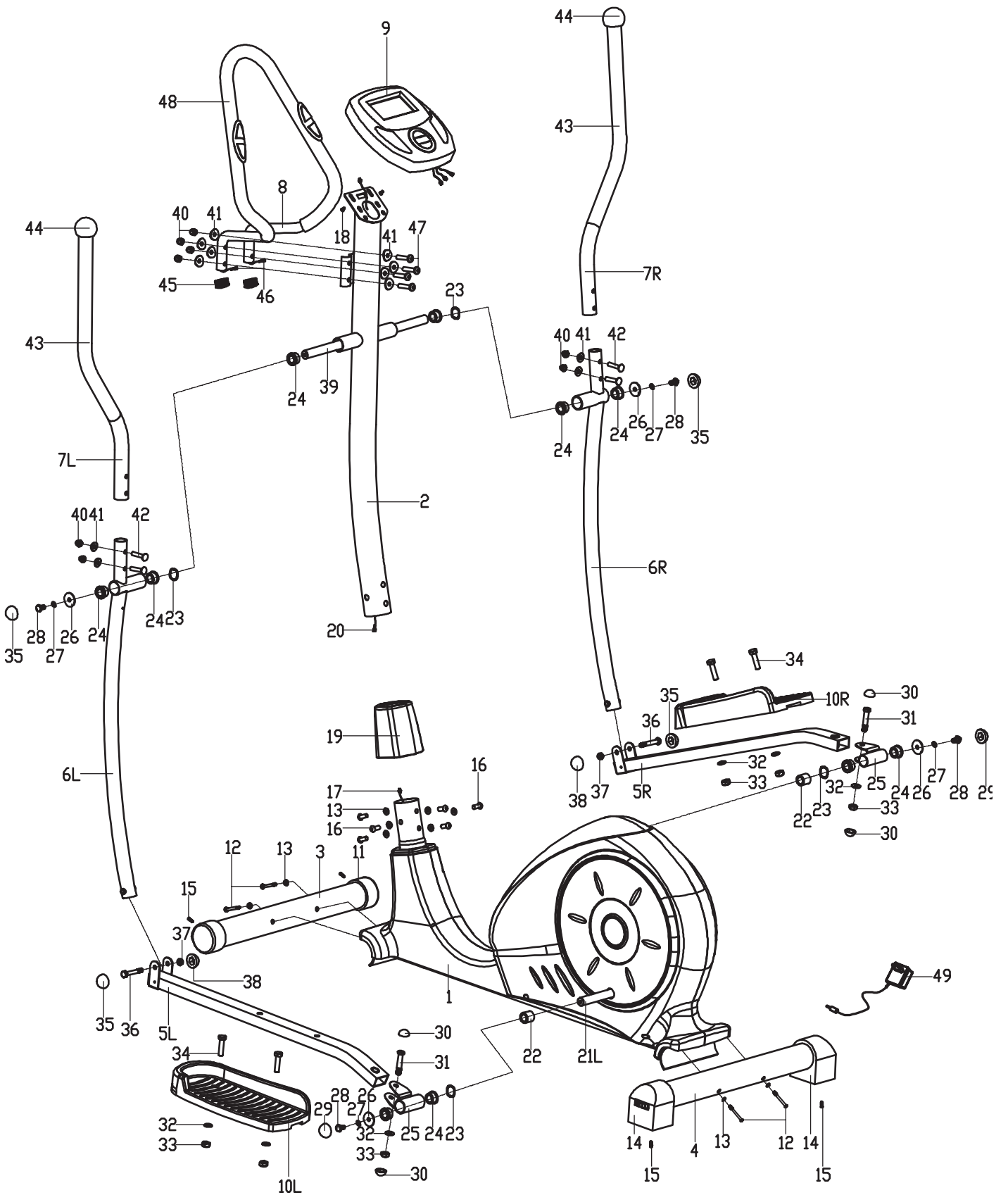
**Terminar Treino:** terminar com 5 a 10 minutos de alongamentos. Os alongamentos aumentam a flexibilidade dos músculos e ajudam a prevenir problemas após o exercício.

## FREQUÊNCIA DO EXERCÍCIO

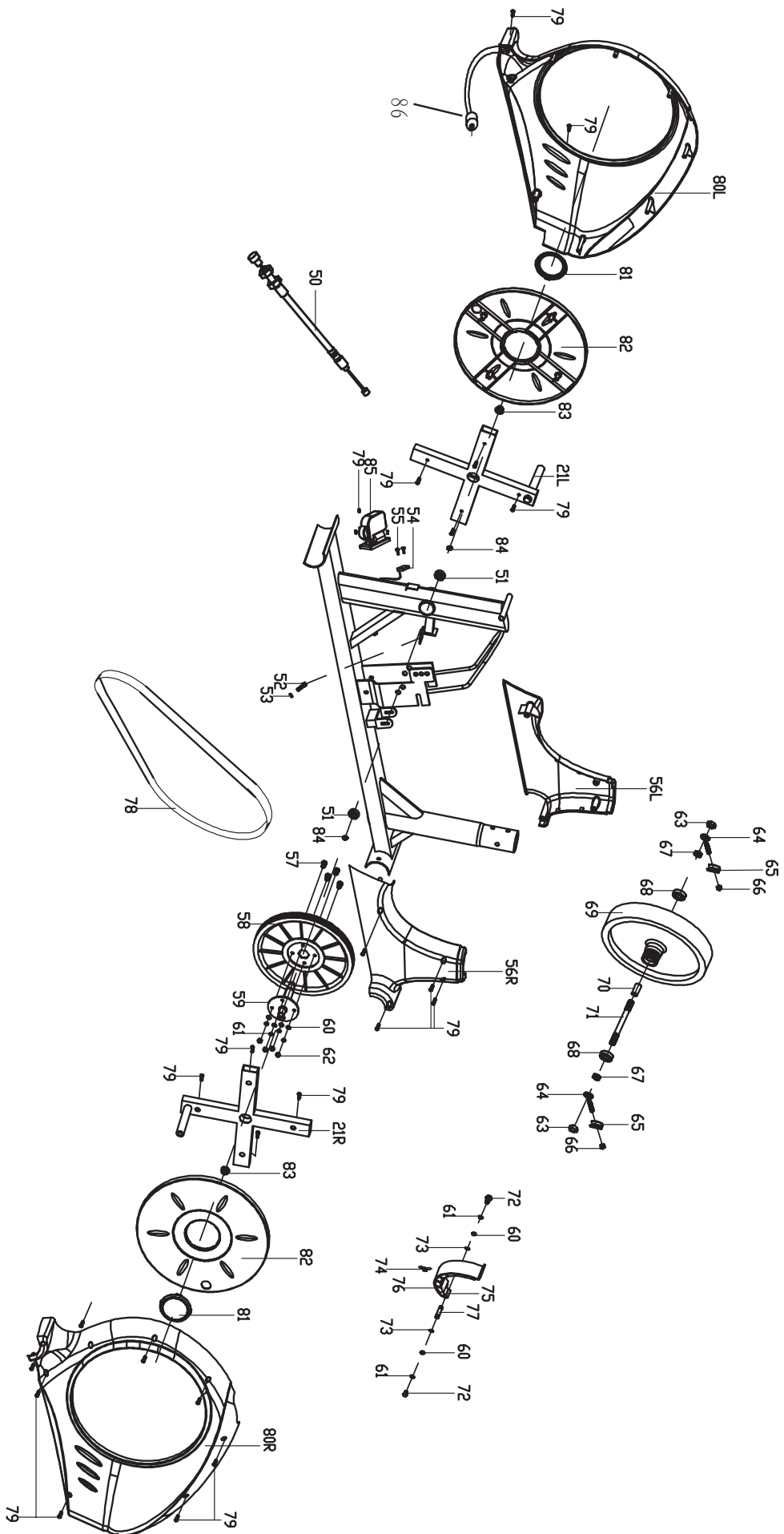
Para manter ou melhorar a condição, realizar três treinos físicos por semana, com pelo menos um dia de descanso entre treinos. Depois de alguns meses de exercício regular, aumentar para cinco treinos físicos por semana, se desejado. Não esquecer que a chave do sucesso é fazer do exercício uma parte regular e agradável do quotidiano.



# DESENHO AMPLIADO: modelo n.º PFIVEL86302.1 parte 1



# DESENHO AMPLIADO: modelo n.º PFIVEL86302.1 parte 2



# LISTA DE PEÇAS: modelo n.º PFIVEL86302.1

Item	Descrição	Qtd.	Item	Descrição	Qtd.
1	Estrutura principal	1	44	Tampão de extremidade cogumelo	2
2	Barra do guiador	1	45	Tampão de extremidade redonda	2
3	Estabilizador dianteiro	1	46	Cabo do sensor de pulsação	2
4	Tubo do estabilizador traseiro	1	47	Lingueta de travagem sextavada interior	4
5	Tubo de suporte do pedal	2	48	Espuma de aderência	1
6	Tubo oscilante	2	49	Adaptador	1
7	Guiador	2	50	Cabo de tensão	1
8	Guiador fixo	1	51	Suporte	2
9	Contador	1	52	Lingueta de travagem sextavada	1
10	Pedal	2	53	Porca sextavada	2
11	Tampão de extremidade de estabilizador dianteiro	2	54	Sensor	1
12	Parafuso de pressão	4	55	Parafuso do tipo Parker	2
13	Anilha em arco	10	56	Cobertura frontal	2
14	Estabilizador traseiro	2	57	Parafuso	4
15	Parafuso do tipo Parker	4	58	Bandeja de correia	1
16	Parafuso sextavado	6	59	Eixo	1
17	Cabo do sensor	1	60	Arruela chata	6
18	Parafuso de cabeça chata cruzada	2	61	Arruela de pressão	6
19	Cobertura da barra do guiador	1	62	Porca de plástico	4
20	Cabo de conexão do sensor	1	63	Lingueta de travagem sextavada	2
21	Manivela	2	64	Parafuso	2
22	Espaçador	2	65	Anilha em U	2
23	Arruela ondulada	4	66	Porca sextavada	2
24	Bucha	10	67	Porca	2
25	Junta do tubo do pedal	2	68	Suporte	2
26	Arruela chata	4	69	Volante	1
27	Arruela de pressão	4	70	Espaçador	1
28	Lingueta de travagem sextavada	4	71	Eixo do volante	1
29	Tampão de extremidade	2	72	Lingueta de travagem sextavada	2
30	Tampão de extremidade	4	73	Arruela de pressão	2
31	Lingueta de travagem sextavada	2	74	Molas	1
32	Arruela chata	6	75	Quadro magnético	1
33	Porca de plástico	6	76	Magnético	8
34	Lingueta de travagem sextavada	4	77	Eixo magnético	1
35	Tampão de extremidade	4	78	Correia	1
36	Lingueta de travagem sextavada	2	79	Parafuso	27
37	Porca de plástico fina	2	80	Cobertura da correia	2
38	Tampão de extremidade	2	81	Tampa de selagem	2
39	Eixo	1	82	Prato de rodar	2
40	Porca-tampo	8	83	Porca de flange	2
41	Anilha em arco	12	84	Arruela de pressão	2
42	Parafuso	4	85	Motor	1
43	Espuma de aderência	2	86	Transformador	1

---

## ENCOMENDAR PEÇAS DE SUBSTITUIÇÃO

Para encomendar peças de substituição, consultar a capa deste manual. Em caso de assistência, fornecer as seguintes informações:

- O número do modelo e o número de série do produto (consultar a capa deste manual).
- O nome do produto (consultar a capa deste manual)
- O número de código e descrição da peça de substituição (consultar a LISTA DE PEÇAS e o DESENHO AMPLIADO no final deste manual)

---

## INFORMAÇÃO IMPORTANTE DE RECICLAGEM PARA CLIENTES DA U. E.

Este produto electrónico não deve ser eliminado no lixo municipal. Para preservar o meio ambiente, este produto deve ser reciclado após a sua vida útil, conforme exigido por lei. Utilizar as instalações de reciclagem autorizadas a recolher este tipo de resíduos na área. Ao fazer isso, ajuda-se a conservar os recursos naturais e a melhorar as normas europeias de protecção ambiental. Para informações adicionais sobre os métodos de eliminação seguros e correctos, contactar a câmara municipal ou o estabelecimento onde o produto foi adquirido.



---

## ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

Dimensões do produto: (L x c x a): 128 x 62 x 165 cm

Peso do produto: 35,8 kg