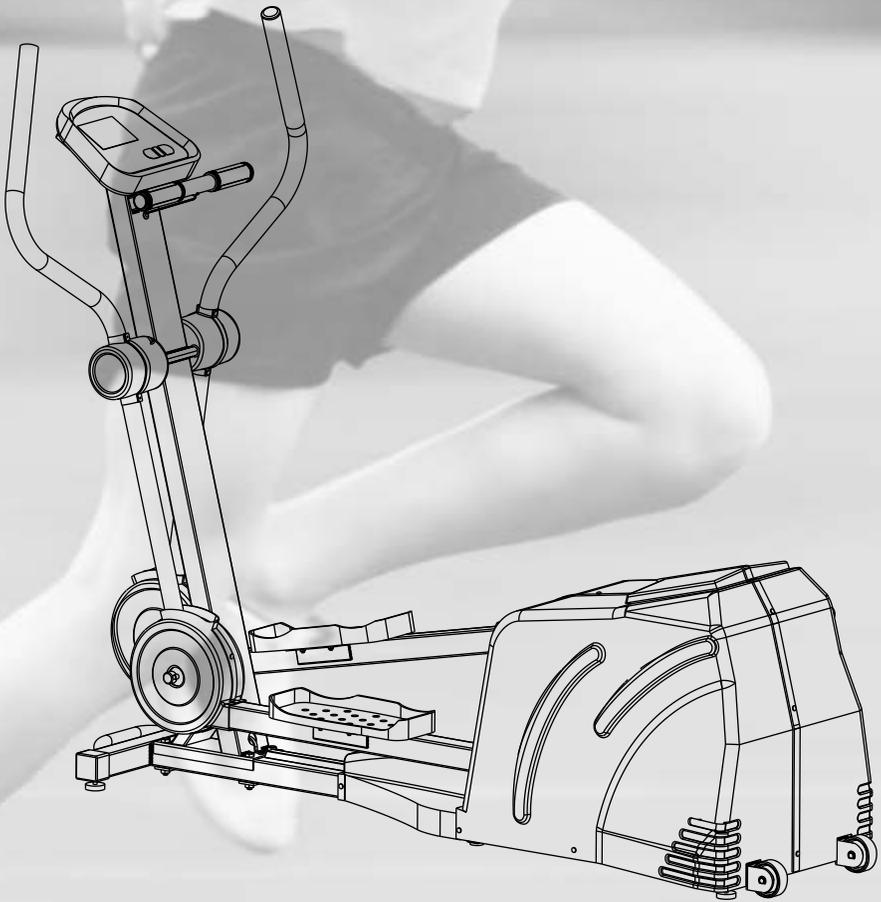


# Manual de Instruções

Elípticos Profissionais 206 e 207



  
**EMBREEX**  
Mais qualidade em sua vida

Parabéns pela escolha! Você acaba de adquirir um equipamento EMBREEX, produzido dentro de um rigoroso padrão de qualidade!

Os Elípticos 206 e 207 fazem parte da linha Profissional EMBREEX, sendo produzida com o que existe de melhor em equipamentos para exercício, proporcionando ao usuário segurança, conforto e monitoramento constante durante a prática dos exercícios.

## ÍNDICE

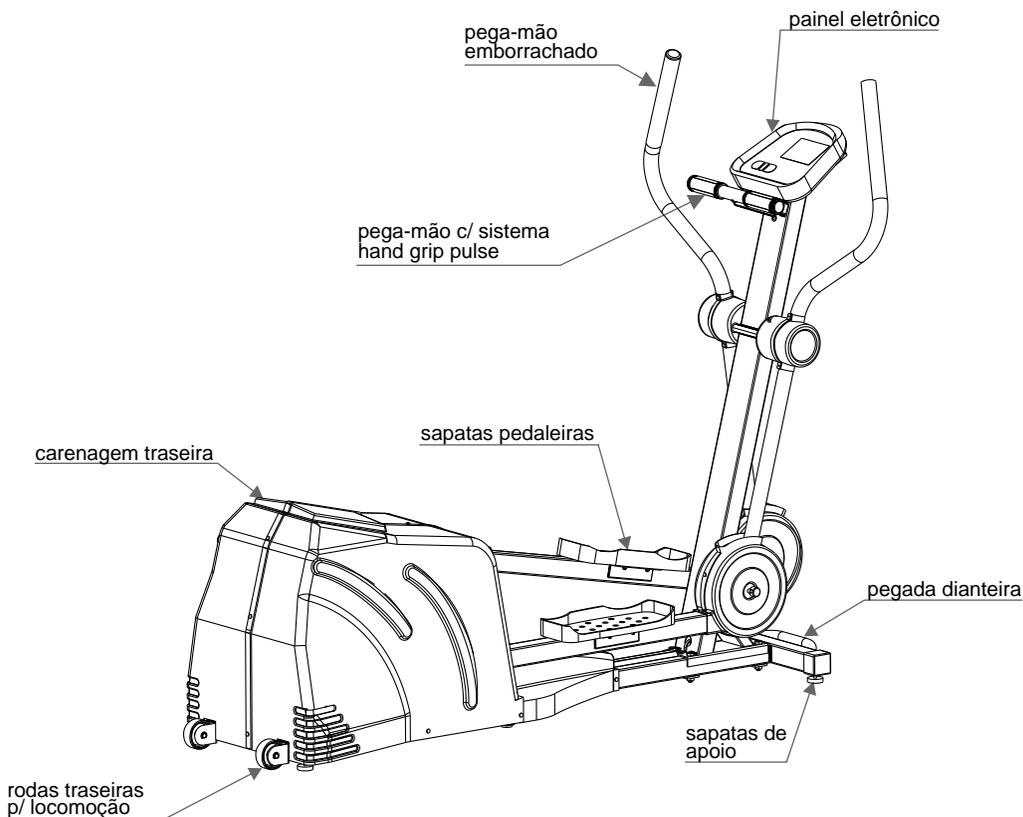
• Características do Elíptico 206 e 207.....	3
• Montagem.....	4
• Cuidados com a Instalação.....	5
• Painel 207.....	5
• Painel 206.....	5
• Teclas (206) .....	6
• Procedimentos de Operações.....	6
• Ajuste de Tempo.....	6
• Ajuste das funções distância e caloria (206).....	7
• Programando seu exercício (206).....	7
• Grip Pulse .....	8
• Pilhas .....	8
• Regulagens do Elíptico .....	8
• Utilizando o aparelho .....	9
• Antes de Contactar a Assistência Técnica.....	9
• Lista de Componentes.....	10
• Desenho Montagem Elíptico 206 e 207.....	11
• Corrimão Elíptico 206 e 207 montado.....	12
• Pedal Elíptico 206 e 207 montado.....	13
• Braço Elíptico 206 e 207 montado.....	14
• Termo de Garantia.....	15

## ATENÇÃO

***Este manual é um guia prático de como cuidar do seu Elíptico 211.  
É indispensável seguir todas as instruções contidas neste manual para  
assegurar o perfeito funcionamento de seu aparelho.***

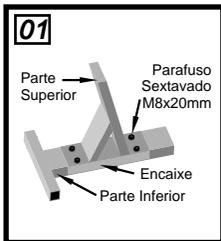
# CARACTERÍSTICAS DO ELÍPTICO 206 e 207

Altura	163 cm
Largura	67 cm
Comprimento	2000 cm
Peso	73 kg
Peso Máximo de Utilização	150 kg
Cores	preto (padrão)



## Após retirar o Elíptico da embalagem, siga os passos de montagem:

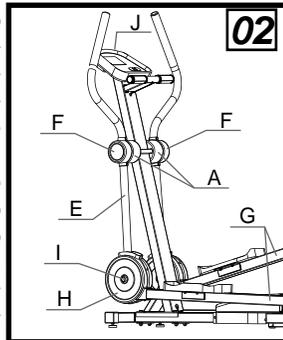
**1 - Levante a parte superior com cuidado, elevando-a até que sua parte inferior encaixe no seu respectivo local. Verifique se as furações da parte superior e da parte inferior do chassi estão alinhadas, juntamente com o reforço. Fixe-os com 04 parafusos flangeados sextavados M8x20mm**



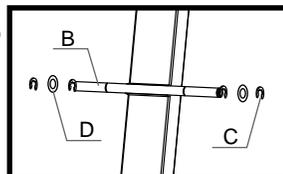
**3 - Conecte no centro do Elíptico as duas partes do cabo do painel. Suba no Elíptico, movimente-o e observe se os valores do painel irão assumir seus respectivos valores.**



**2.1 - No eixo (B) estão instalados de fábrica as carenagens internas (A), os anéis de retenção (C) e as arruelas de encosto (D) em cada lado do corrimão. Retire o anel externo e introduza o braço esquerdo (E). Encaixe novamente o anel e a carenagem externa (F). Fixe as duas carenagens com os parafusos que as acompanham. Repita a operação para o braço direito.**

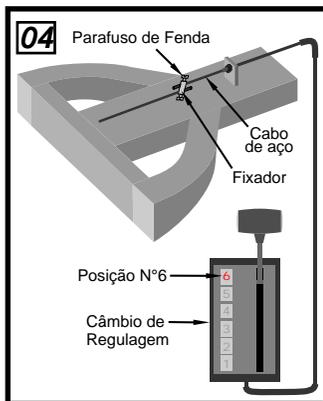


**2.2 - Alinhe o furo do braço (E) com o furo do pedal (G), e simultaneamente com o conjunto (H) de carenagem interna e externa, e transpasse com o parafuso M10x80. Aperte o conjunto com uma porca M10 (I) auto-travante em cada lado. Finalize a montagem com a tampa de acabamento.**

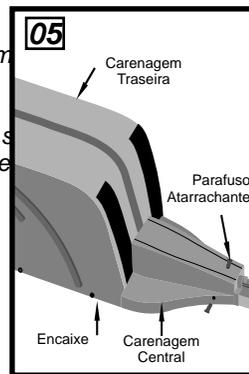


**2.3 - Fixe o painel (J) e conecte os cabos multivias do corrimão (do motor de esforço e do hand grip).**

**4 - Monte o cabo de aço que regula o esforço do exercício no Elíptico. Coloque o câmbio de regulagem na posição n°6 (para elíptico 207), passe o cabo de aço pelo orifício do fixador, estique bem os dois cabos e de um bom aperto nos parafusos de fenda;**



**5 - Encaixe a carenagem central e fixe-a com 02 parafusos atarrachantes de fenda cruzada;**



Certifique-se de que o local de instalação do seu Elíptico é plano e que proporcione atrito suficiente para manter a estabilidade do equipamento.

Não instale seu Elíptico em locais com exposição ao sol, isso pode comprometer o aparelho.

## PAINEL ELÍPTICO 207

### FUNÇÕES:

- Cronômetro: de 0 à 99:59 minutos
- Velocidade: de 0 à 99 km/h
- Distância: de 0.0 à 999.9 km
- Calorias: 0 à 999 calorias
- Sistema Grip Pulse de monitoramento cardíaco



## PAINEL ELÍPTICO 206

### FUNÇÕES:

- Cronômetro: de 0 à 99:59 minutos
- Cronômetro regressivo: de 99:00 à 0 minutos
- Velocidade: de 0 à 99 km/h
- Distância: de 0.0 à 999.9 km
- Calorias: 0 à 999 calorias
- Sistema Grip Pulse de monitoramento cardíaco



- **SELECT**: pressione para selecionar as funções.
- **(+) & (-)**: pressione para aumentar (+) ou diminuir (-) valores no ajuste do cronômetro, caloria, distância e também os níveis de carga nos programas P1 a P6.

### PROCEDIMENTO DE OPERAÇÕES:

- **Liga/Desliga Automático**: o painel liga automaticamente quando o sensor de velocidade marcar o primeiro movimento do pedal. O painel interrompe o cronômetro 4 segundos após o pedal parar. Após 4 minutos sem o uso do pedal o painel desligará por completo.

### AJUSTE DE TEMPO (CRONÔMETRO REGRESSIVO)

1. Pressione a tecla **SELECT** uma vez
2. Use as teclas **+** ou **-** para ajustar o tempo desejado para o exercício.
3. Mantendo pressionadas as teclas **+** ou **-** por mais de dois segundos, os números irão mudar mais rapidamente.
4. Ao iniciar o exercício o cronômetro começará a contagem regressiva até atingir zero.

- 1- Apertando a tecla SELECT duas vezes seguidas você acessa o contador da Distância.
- 2- Apertando a tecla SELECT três vezes seguidas você acessa o contador de Caloria.

**Obs.:** Para ajustar estas funções para fazerem contagens regressivas basta usar as teclas (+) e (-) tal como visto na seção "ajuste do tempo".

**Se você mantiver a tecla SELECT pressionada por 3 segundos pode-se mudar o indicador de velocidade de km/h para milhas/h ou para RPM.**

## PROGRAMANDO SEU EXERCÍCIO (206)

Seu Elíptico 206 possui 6 programas de nível de carga.

Os programas de carga são variações no seu esforço ao Elíptico e são automaticamente comandados por seu aparelho. Abaixo mostram-se os programas disponíveis.

**P1**



**P2**



**P3**



**P4**



**P5**



**P6**



Para escolher o seu programa preferido aperte a tecla Program até o número de seu programa aparecer na tela. Depois escolha o nível de carga usando as teclas (+) e (-). O Elíptico 206 leva alguns segundos para atingir a nova regulagem de carga. Aos poucos você sentirá o pedal mais pesado.

**Observação:** No painel do elíptico 206, existem 5 opções de programas (P5 a P11) para você programar o exercício através do monitoramento cardíaco. Conforme mostra o visor do painel, para cada um desses programas há um percentual que varia de 50% a 95% do batimento cardíaco como limite da carga para o respectivo exercício. De acordo com a idade do usuário, deve-se escolher o programa mais adequado.

É um dispositivo sensível localizado no pega-mão frontal e sua função é registrar os batimentos cardíacos.

**NOTA: Os valores obtidos através deste dispositivo são aproximados, não devem ser utilizados para análise clínica.**

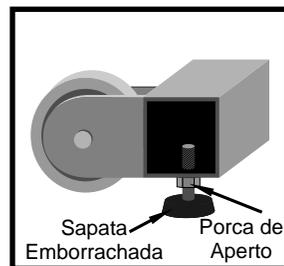


## PILHAS

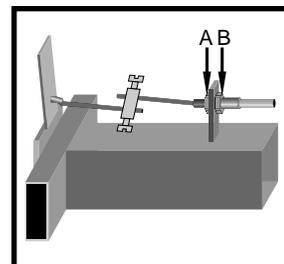
O painel da seu Elíptico 206 funciona com quatro pilhas alcalinas (longa duração) tamanho D. O painel do Elíptico 207 funciona com 02 pilhas AA. Estas pilhas possuem a duração estimada 6 (seis) meses a partir da data de aquisição do seu aparelho.

## REGULAGENS DO ELÍPTICO

**1.** Na parte traseira e frontal do Elíptico existem 04 sapatas emborrachadas para regulagem de altura e nivelamento do aparelho. Após niveladas na altura desejada as sapatas devem ser fixadas com a porca de aperto.



**2.** Na parte central do Elíptico existe um regulador de carga do exercício. Afrouxando o parafuso B e apertando o parafuso A a carga será levemente aumentada, invertendo o processo a carga será levemente diminuída.



Após certificar-se de que todas os passos descritos nas páginas anteriores tenham sido seguidos, você poderá iniciar o exercício, bastando seguir as instruções de uso descritas abaixo:

## Instruções:

- Coloque seus pés sobre os pedais. Certifique-se de que seus pés estão firmes.
- Coloque suas mãos sobre o sensor de batimento cardíaco grip pulse.
- Faça o ajuste do painel. O procedimento básico é:
  - 1- Selecione o programa de sua preferência (206)
  - 2- Ajuste a carga no painel (206) ou na alavanca (207)
  - 3- Ajuste o cronômetro regressivo
  - 4- Comece a pedalar e faça um bom exercício!

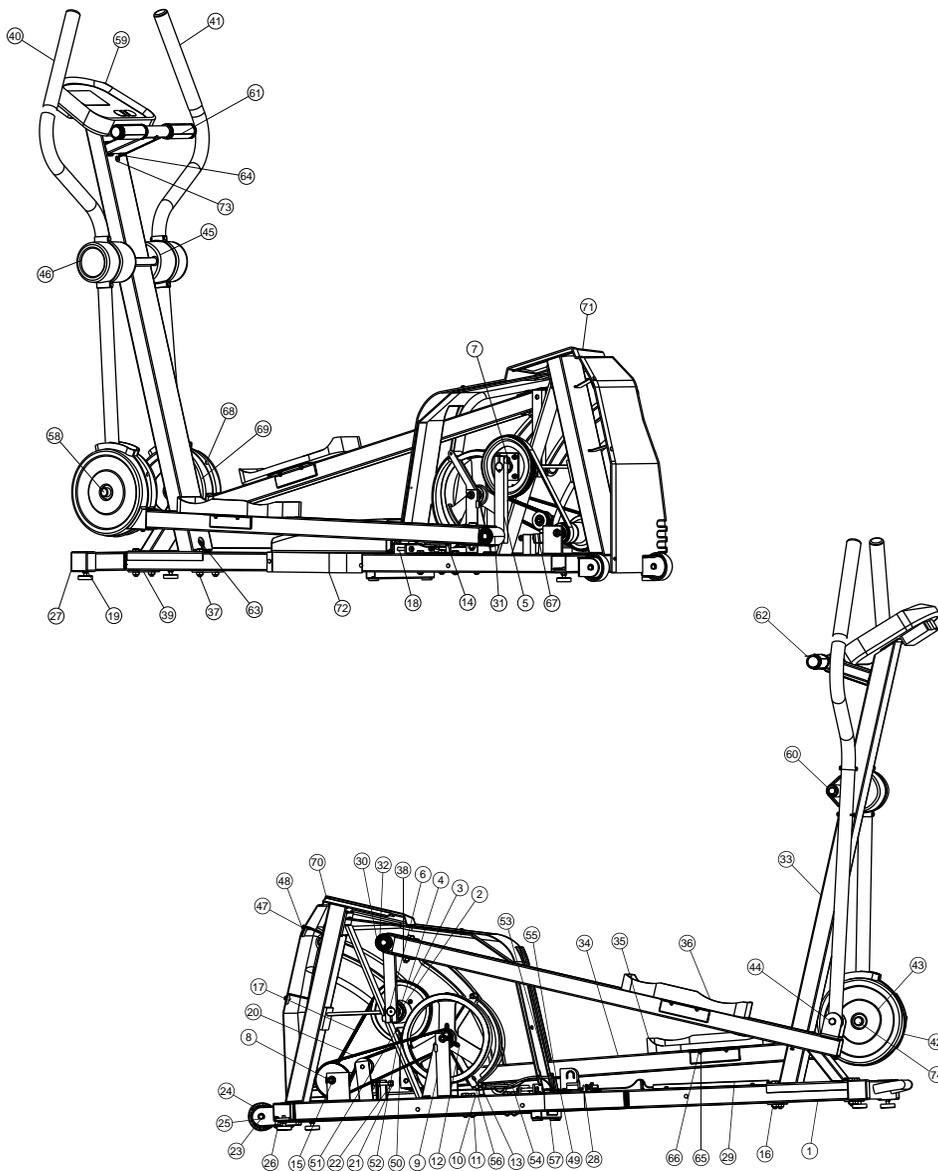
## ANTES DE CONTACTAR A ASSISTÊNCIA TÉCNICA

Anomalias	Prováveis Causas	Soluções
O painel não liga ou está fraco	Pilha fraca	Trocar as pilhas. Obs.: Seu painel funciona com 4 pilhas alcalinas (longa duração) tamanho D. O compartimento das pilhas fica debaixo do painel.
O sensor de batimentos cardíacos não funciona (Grip Pulse)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cabo desconectado do painel ou mau conectado</li> <li>2. Apenas uma mão sobre os sensores</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conecte novamente o cabo do Grip Pulse ao painel.</li> <li>2. Ambas as mãos devem estar sobre os sensores.</li> </ol>
A velocidade indicada está muito alta	O painel está programado para RPM	Alterar o painel para km/h conforme explicação no item Painel.

# LISTA DE COMPONENTES



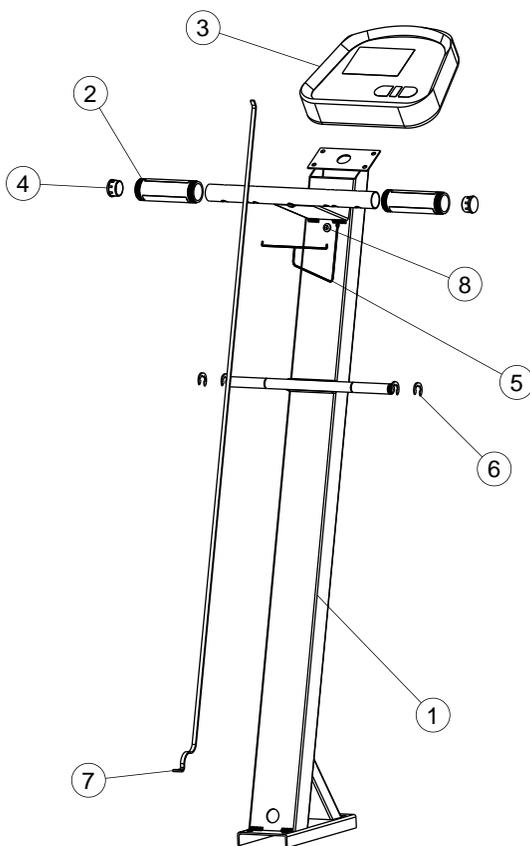
ITEM	DESENHO Nº	TÍTULO	QTD.
1	70.206.07	CHASSI PRINCIPAL 206/207 SOLDADO	1
2	25.000.15	ROLAMENTO 6205 ZZC3 - NSK	2
3	71.206.07	POLIA PEDIVELA 204/205/206/207 MONTADA	1
4	11.000.10	ANEL DE RETENCAO 501.025	2
5	70.204.07	PEDIVELA 204/205/206/207 SOLDADO	2
6	30.000.52	CHAVETA 5 X 20 MM	2
7	07.001.26	PARAF CIL SXI M10 x 35 RT ZP 12,9	2
8	71.204.11	POLIA PUXAVANTE 204/205/206/207 MONTADA	1
9	70.207.05	SUPORTE RODA INERCIA 206/207 SOLDADO	1
10	09.004.04	ARRUELA LISA M10 ZP NBR 12657 (Ø21 x Ø10,5 x 2mm)	18
11	07.001.08	PARAF SEX M10 x 60 RP ZP 5,8	5
12	71.207.06	RODA INERCIA 204/205/206/207 MONTADA	1
13	07.000.69	PARAF CIL FEN M5 x 16 RT ZA 4,6	1
14	08.000.03	PORCA SEX M5 X 0,8 ZB NBR 10109	1
15	08.000.17	PORCA SEX UNF 3/8" 26 FP ZB BAIXA ALTURA	4
16	08.000.09	PORCA SEX M10 X 1,5 ZP NBR 10109	9
17	21.000.21	CORREIA MICRO V 8 PJ 905	1
18	07.001.04	PARAF SEX M8 x 55 RP ZP 5,8	2
19	08.000.25	PORCA SEX M8 X 1,25 ZP NBR 10109	6
20	21.000.16	CORREIA MICRO V 6 PJ 905	1
21	07.000.52	PARAF SEX M8 x 50 RT ZB 5,6	1
22	08.000.08	PORCA SEX M8 X 1,25 PO NBR 10109	1
23	02.000.01	EIXO RODA 204/205/206/207/562/563 R1/565 TX-0/570L	2
24	23.000.03	RODA CORRIMAO550 553 DIAMETRO 73 X 34 MM L.M.	2
25	11.000.01	ANEL DE RETENCAO 503.090	4
26	30.002.85	SAPATA FIXA BM Ø40x10mm - M8x30mm	4
27	04.000.30	TAMPA TUBO QUADRADO 50 MM EXTERNO L.M.1000PC	2
28	71.206.06	MOTOR INERCIA 206 MONTADO	1
29	30.002.75	CHAPA PROTECAO CABOS 206/207	1
30	25.000.18	ROLAMENTO 6203 2RS/C3	4
31	70.204.27	SAPATA PEDIVELA 204/205/206/207/210 SOLD.	2
32	11.000.11	ANEL DE RETENCAO 501.017	2
33	70.206.04	TRAVESSA FRONTAL 206 SOLDADA	1
34	70.206.05	BRAÇO PEDALADOR 206/207 SOLDADO	2
35	30.003.06	SAPATA ONDULADA ESQUERDA 206/207 DIREITA 210/211	1
36	30.003.05	SAPATA ONDULADA DIREITA 206/207 ESQUERDA 210/211	1
37	07.000.60	PARAF SEX M10 x 70 RP ZP 5,8	6
38	08.000.19	PORCA SEX AT M10 X 1,5 ZP NBR 11196	4
39	36.000.59	REFORCO FIXACAO CORRIMAO MONTADO 206/207/210/211	2
40	71.206.10	BRAÇO ESQUIADOR ESQ.MONT.206/207	1
41	71.206.11	SUPORTE PEGA MÃO DIR.MONT.206/207	1
42	14.002.11	CARENAGEM ARTICULACAO PEDAL ESQ.C/ENCAIXE	1
43	14.002.14	CARENAGEM ARTICULACAO PEDAL ESQ.S/ENCAIXE	1
44	07.001.20	PARAF SEX M10 x 80 RP ZP 5,8	2
45	14.002.15	CARENAGEM MAIOR ARTICULACAO DO CORRIMAO 206/207	2
46	14.002.16	CARENAGEM MENOR ARTICULACAO DO CORRIMAO 206/207.	2
47	07.000.44	PARAF ESC FCR AAME 4,2 X 16 MM ZB	27
48	04.000.56	TAMPA CABECA PARAF ESC AA 4,2 MM	27
49	22.000.15	CABO MULTIVIAS LONGO PAINEL 360/206/204	1
50	30.000.68	IMÁ SENSOR VELOCIDADE	1
51	12.000.01	REBITE Ø3,2 x 12,0mm	2
52	39.000.75	SENSOR VELOCIDADE PAINEL 360	1
53	30.002.67	LIMITADOR CONDUTE	2
54	30.002.71	CONDUTE 120 MM	1
55	13.000.06	CABO ACO D1,5 X 320 - 206	1
56	30.000.10	QUEBRA GALHO	2
57	30.002.56	SAPATA BORRACHA PE FIXO 515/531 E - 5 MM	2
58	04.000.35	TAMPA CABECA PARAF SEX M10 CHAVE 17 MM L.M.3500	4
59	10.000.03	PAINEL 204/206/360/365 (DT 3909)	1
60	11.000.13	ANEL RETENÇÃO 503.150	4
61	39.000.80	SENSOR BATIMENTO HAND GRIP CILINDRICO	2
62	04.000.07	TAMPA TUBO REDONDO 1 1/4"	2
63	22.000.14	CABO MULTIVIAS CURTO PAINEL 206/360	1
64	22.000.01	CABO SENSOR HAND GRIP CILINDRICO 206	2
65	07.001.57	PARAF FRA UNC 1/4" X 3/4" ZP - USINADO	8
66	08.000.28	PORCA SEX UNC 1/4" ZP	8
67	71.206.02	ESTICADOR CORREIA ELIPTICO 206/207 MONTADO	1
68	14.002.13	CARENAGEM ARTICULACAO PEDAL DIR.C/ENCAIXE	1
69	14.002.12	CARENAGEM ARTICULACAO PEDAL DIR.S/ENCAIXE	1
70	14.000.51	CARENAGEM ESQUERDA ESQUIADOR 206/207	1
71	14.000.52	CARENAGEM DIREITA ESQUIADOR 206/207	1
72	14.000.54	CARENAGEM CENTRAL ESQUIADOR 206/207	1
73	30.000.36	PASSAFIO Ø8 x Ø11 BM - 1083	2
74	08.000.19	PORCA M10 x 1,5 ZP NBR11196	2



# CORRIMÃO ELÍPTICO 206 e 207 MONTADO

ITEM	DESENHO Nº	TÍTULO	QTD.
1	70.206.04	TRAVESSA FRONTAL 206 SOLDADA	1
2	39.000.80	SENSOR BATIMENTO HAND GRIP CILINDRICO	2
3	10.000.03	PAINEL 204/206/360/365 (DT 3909)	1
4	04.000.07	TAMPA TUBO REDONDO 1 1/4"	2
5	22.000.01	CABO SENSOR HAND GRIP CILINDRICO 206	2
6	11.000.13	ANEL RETENÇÃO 503.150	4
7	22.000.14	CABO MULTIVIAS CURTO PAINEL 206/360	1
8	30.000.36	PASSAFIO Ø8 x Ø11 BM - 1083	2

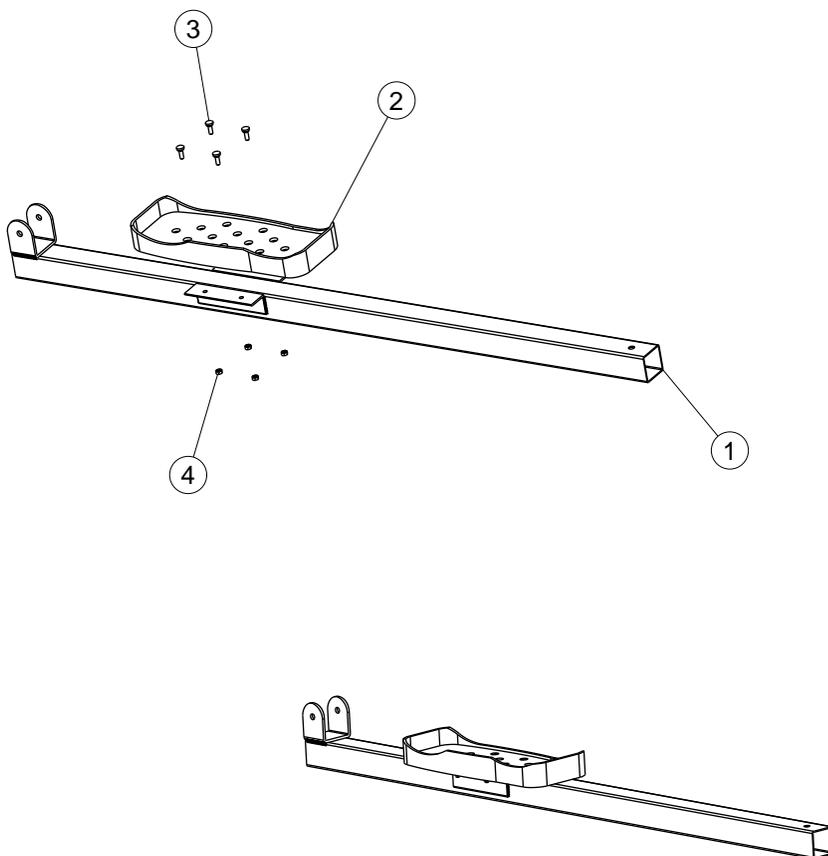
**NOTA:** 1. PARA CORRIMÃO MONTADO 207: PAINEL = 10.000.15  
CÂMBIO DE REGULAGEM DE CARGA = 30.001.73.



# PEDAL ELÍPTICO 206 e 207 MONTADO

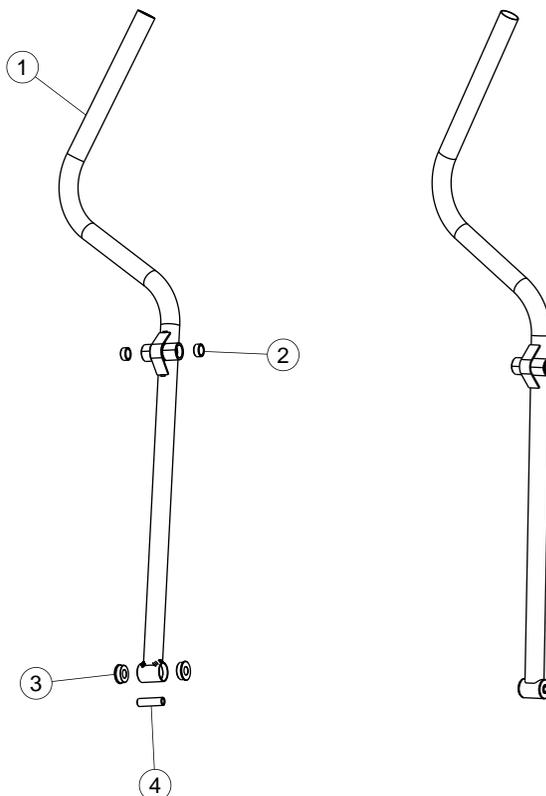
ITEM	DESENHO Nº	TÍTULO	QTD.
1	70.206.05	BRAÇO PEDALADOR 206/207 SOLDADO	1
2	30.003.06	SAPATA ONDULADA ESQUERDA 206/207 DIREITA 210/211	1
3	07.001.57	PARAF FRA UNC 1/4" X 3/4" ZP - USINADO	4
4	08.000.28	PORCA SEX UNC 1/4" ZP	4

**NOTA:** 1. SAPATA ONDULADA DIREITA 206 = 30.003.05



ITEM	DESENHO Nº	TÍTULO	QTD.
1	70.206.03	SUPORTE PEGAMAO ESQUERDO 206/207 SOLDADO	1
2	06.001.00	BUCHA BRONZE ARTICULACAO BRACO 210	2
3	06.000.95	BUCHA ARTICULACAO BRACO ELIPTICO 210	2
4	30.004.30	TUBO ARTICULACAO BRACO ELIPTICO 210	1

**NOTA:** 1. SUPORTE PEGA MÃO DIREITO 206/207 SOLDADO = 70.206.11



## **Termo de Garantia Especial**

O seu produto Embreex é garantido contra qualquer defeito de material ou fabricação pelos seguintes prazos, a contar da data de emissão da Nota Fiscal de venda ao consumidor, sendo:

- **3 anos** para o chassi, estruturas metálicas, motor elétrico, sendo os primeiros **3 meses** a garantia legal.
- **1 ano** para demais peças, pintura e serviços, sendo os primeiros **3 meses** a garantia legal.

### **Esta garantia é válida somente para os produtos Embreex que:**

- Estejam instalados de acordo com as especificações contidas no manual do mesmo;
- Estejam sendo utilizados de acordo com as instruções contidas no manual do mesmo;
- Não tenham sido objeto de acidentes, mau uso ou de manutenções por pessoas não autorizadas;
- Conttenham somente peças de reposição fornecidas pela Embreex;
- Estejam devidamente lubrificadas (quando necessário) com o lubrificante Embreex;

### **As garantias legal e/ou especial não cobrem:**

- Despesas com a instalação do produto, independente se realizada pelo Serviço Autorizado Embreex ou por pessoas ou entidades não credenciadas pela Embreex Ind. e Com. Ltda;
- Transporte do produto até o local de instalação;
- Despesas com mão-de-obra, materiais, peças e adaptações necessárias à preparação do local para instalação do produto, compreendendo, entre outros, instalação e/ou alteração da rede elétrica, alvenaria, aterramento e suas adaptações;
- Produtos e peças que tenham sido danificados em consequência de transporte, manuseio, riscos, amassamentos ou atos e sinistros decorrentes de catástrofes da natureza;
- Falhas no funcionamento do produto decorrentes de problemas no fornecimento de energia elétrica.

### **A garantia especial não cobre:**

- Deslocamento do assistente técnico para atender solicitações de assistência técnica em produtos instalados fora do município sede do Serviço Autorizado Embreex, podendo este cobrar taxa de locomoção de ida e volta, mediante prévia autorização do solicitante.
- Partes e peças sujeitas à desgaste natural, incluindo, mas não se limitando a: cinta, espumas, pilhas, correias, sensores de batimento cardíaco, adesivos, regulagens de ajuste, prancha, carenagens, selim, assento ou encosto de espuma, rodas de transporte, roletes, roldanas.

:

### **Estarão excluídos da garantia:**

- Produtos de uso exclusivamente **residencial** instalados em academias, clubes, hotéis ou em qualquer outro estabelecimento público e/ou prestador de serviços;
- Produtos da categoria **semi-profissional** instalados em academias;
- Produtos com número de série removidos e peças com identificação Embreex removidas ou alteradas.

### **Observações:**

- A Embreex Ind. e Com. Ltda não autoriza nenhuma pessoa ou entidade a assumir em seu nome qualquer outra responsabilidade relativa à garantia de seus produtos além das contidas neste **termo de garantia**.

- As despesas decorrentes e consequentes de instalação de peças não originais da Embreex ou outros acessórios que não pertençam ao produto são de responsabilidade única e exclusiva do comprador, e estão excluídos de qualquer tipo de garantia fornecida pela Embreex.

- A Embreex Ind. e Com. Ltda reserva-se o direito de alterar as características gerais, técnicas e estéticas de seus produtos sem aviso prévio.

Para contactar a Assistência Técnica, ligue: 0xx47 3350 4099, ou escreva: [assisteex@embreex.com.br](mailto:assisteex@embreex.com.br).



Rod Ivo Silveira, nº 4005, Km 5 • Bateias • Brusque/SC • CEP 88355-200  
e-mail: [contato@embreex.com.br](mailto:contato@embreex.com.br) • [www.embreex.com.br](http://www.embreex.com.br)