

# BICICLETA DE EJERCICIOS RECLINADA LIFECYCLE® DE LAS SERIES INTEGRITY+ Y CLUB+

INR-SE4-XF-13, INR-SL-XF-13, CSR-SL, CSR-SE4

Instrucciones de ensamblaje





## Sede corporativa

10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • EE. UU.  
847.288.3300 • FAX: 847.288.3703  
Teléfono de asistencia: 800-351-3737 (gratis en EE. UU. y Canadá)  
Sitio web mundial: [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com)

### Oficinas internacionales

#### AMÉRICA

##### Norteamérica

###### Life Fitness, LLC

10601 W Belmont Ave  
Franklin Park, IL 60131 EE. UU.  
Teléfono: (847) 288 3300  
Correo electrónico de asistencia:  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
Correo electrónico  
de ventas/comercialización:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

##### Brasil

###### Life Fitness Brasil

Av. Rebouças, 2315  
Pinheiros  
São Paulo, SP 05401-300  
BRASIL  
SAC: 0800 773 8282 opción 2  
Teléfono: +55 (11) 3095 5200 opción 2  
Correo electrónico de asistencia:  
[suportebr@lifefitness.com](mailto:suportebr@lifefitness.com)  
Correo electrónico de ventas/  
comercialización: [vendasbr@lifefitness.com](mailto:vendasbr@lifefitness.com)

##### América Latina y el Caribe\*

###### Life Fitness, LLC

10601 W Belmont Ave  
Franklin Park, IL 60131 EE. UU.  
Teléfono: (847) 288 3300  
Correo electrónico de asistencia:  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
Correo electrónico  
de ventas/comercialización:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

#### EUROPA, MEDIO ORIENTE y ÁFRICA (EMEA)

##### Bélgica, Países Bajos y Luxemburgo

###### Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
PAÍSES BAJOS  
Teléfono: (+31) 180 646 666  
Correo electrónico de asistencia:  
[service.benlux@lifefitness.com](mailto:service.benlux@lifefitness.com)  
Correo electrónico  
de ventas/comercialización:  
[marketing.benlux@lifefitness.com](mailto:marketing.benlux@lifefitness.com)

##### Reino Unido

###### Life Fitness UK LTD

Unidad 109ª  
Lancaster Way Business Park  
Ely, Cambs, CB6 3NX  
Teléfono: Oficina general (+44)  
1353.666017  
Servicio de asistencia al cliente: (+44)  
1353.665507  
Correo electrónico de asistencia:  
[uk.support@lifefitness.com](mailto:uk.support@lifefitness.com)  
Correo electrónico de ventas/  
comercialización: [life@lifefitness.com](mailto:life@lifefitness.com)

##### Alemania, Austria y Suiza

###### Life Fitness Europe GMBH

Neuhofweg 9  
85716 Unterschleißheim  
ALEMANIA  
Teléfono:  
+49 (0) 89 / 31775166 Alemania  
+43 (0) 1 / 6157198 Austria  
+41 (0) 848 / 000901 Suiza  
Correo electrónico de asistencia:  
[kundendienst@lifefitness.com](mailto:kundendienst@lifefitness.com)  
Correo electrónico de ventas/  
comercialización: [vertrieb@lifefitness.com](mailto:vertrieb@lifefitness.com)

##### España

###### Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5, 1.º 1.ª  
08960 Sant Just Desvern (Barcelona)  
SPAIN  
Teléfono: (+34) 93.672.4660  
Correo electrónico de asistencia:  
[servicio.tecnico@lifefitness.com](mailto:servicio.tecnico@lifefitness.com)  
Correo electrónico  
de ventas/comercialización:  
[info.iberia@lifefitness.com](mailto:info.iberia@lifefitness.com)

#### Todos los demás países de EMEA y la empresa distribuidora de la EMEA\*

###### Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
PAÍSES BAJOS  
Teléfono: (+31) 180 646 644  
Correo electrónico de asistencia:  
[EMEAServiceSupport@lifefitness.com](mailto:EMEAServiceSupport@lifefitness.com)

#### ASIA PACÍFICO (AP)

##### Japón

###### Life Fitness Japan, Ltd

4-17-33 Minami Aoyama 1F/B1F  
Minato-ku - Tokio 107-0062  
Japón  
Teléfono: (+81) 0120.114.482  
Fax: (+81) 03-5770-5059  
Correo electrónico de asistencia:  
[service.lfj@lifefitness.com](mailto:service.lfj@lifefitness.com)  
Correo electrónico  
de ventas/comercialización:  
[sales@lifefitnessjapan.com](mailto:sales@lifefitnessjapan.com)

##### Hong Kong

###### Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square  
21 Wong Chuk Hang Road  
Wong Chuk Hang  
Hong Kong  
Teléfono: (+852) 25756262  
Fax: (+852) 25756894  
Correo electrónico de asistencia:  
[service.hk@lifefitness.com](mailto:service.hk@lifefitness.com)  
Correo electrónico  
de ventas/comercialización:  
[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

#### Todos los demás países de Asia-Pacífico y comercio distribuidor para Asia-Pacífico\*

###### Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square  
21 Wong Chuk Hang Road  
Wong Chuk Hang  
Hong Kong  
Teléfono: (+852) 25756262  
Fax: (+852) 25756894  
Correo electrónico de servicio:  
[service.ap@lifefitness.com](mailto:service.ap@lifefitness.com)  
Correo electrónico  
de ventas/comercialización:  
[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

\* Consulte también [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com) para localizar un representante o distribuidor local.

## Enlace a los documentos de Usuario y de Servicio

---

<https://lifefitness9512.zendesk.com/hc/en-us>

<https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents>

Additional information is available online using the links above.

تتوفر معلومات إضافية على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه.

点击上面的链接可在线获取更多信息。

Flere oplysninger er tilgængelige online gennem linket ovenfor.

Bijkomende informatie is online beschikbaar via bovenstaande link.

Vous trouverez plus d'informations en ligne à l'aide du lien ci-dessus.

Zusätzliche Informationen finden Sie online über den oben angegebenen Link.

Ulteriori informazioni sono disponibili online utilizzando il link sopra riportato.

追加情報は上記リンクを使用してオンラインで利用可能です。

상기 링크를 통해 온라인에서 추가 정보를 볼 수 있습니다.

Informações adicionais estão disponíveis on-line, através do link acima.

Дополнительная информация доступна в интернете по ссылке, указанной выше.

Mediante el enlace anterior podrá acceder a información adicional en línea.

Ytterligare information finns online genom att använda länken ovan.

İnternet üzerinden daha fazla bilgi edinmek için yukarıdaki bağlantıyı kullanabilirsiniz.

هناك معلومات إضافية متاحة على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه.

Informazio osagarria eskuragarri dago goiko estekaren bidez.

Допълнителна информация можете да намерите онлайн, като използвате връзката по-горе.

Mitjançant l'enllaç anterior podreu accedir a informació addicional en línia.

使用上面的連結線上提供額外資訊。

Dodatne informacije možete pronaći na internetu sljedeći vezu iznad.

ከላይ የተመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ።

Lisätietoja on saatavissa verkosta käyttämällä yllä olevaa linkkiä.

Wubetumi anya nsem afoforo aka ho wa websait so denam asem a ewo atifi ho a wubemia so so.

Πρόσθετες πληροφορίες είναι διαθέσιμες online χρησιμοποιώντας το σύνδεσμο παραπάνω.

מידע נוסף אפשר לקבל באינטרנט באמצעות הקישור לעיל.

További információ elérhető online, a fenti hivatkozás segítségével.

Viðbótarupplýsingar eru fáanlegar á netinu með því að smella á tengilinn hér fyrir ofan.

Plus indicium per superum situm potes invenire.

മുകളിലുള്ള ലിങ്ക് ഉപയോഗിച്ച് ഓൺലൈനിൽ കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്.

Ytterligere informasjon er tilgjengelig på nettet via linken ovenfor.

Dodatkowe informacje są dostępne online pod powyższym odnośnikiem.

Informações adicionais estão disponíveis online a usar o link acima.

Informații suplimentare sunt disponibile online, utilizând link-ul de mai sus.

Dodatne informacije dostupne su na mreži putem gornjeg linka.

Ďalšie informácie sú dostupné online na vyššie uvedenom odkaze.

# Índice

## Primeros pasos

Instrucciones de seguridad.....	4
Cómo colocar y estabilizar la bicicleta reclinada Lifecycle.....	6
Requisitos del suministro eléctrico (aplicable a las unidades que usan una fuente de alimentación externa).....	7
Compruebe la alimentación de la consola.....	7
Opción Power Assist / Fuente de alimentación externa.....	7

## Descripción general del producto

Características del producto.....	9
Conexiones.....	9
Cómo ajustar el sillín.....	10
Cómo ajustar las correas de los pedales.....	10

## Assembly Procedure

Tornillería y herramientas requeridas.....	11
Antes de empezar.....	12
Colocar la columna central en la base .....	13
Asegure la cubierta izquierda de la columna central a la columna central.....	13
Unir la cubierta derecha de la columna central a la cubierta izquierda de la columna central....	13
Colocar el respaldo del asiento y la cubierta del respaldo del asiento .....	15
Conexiones de los cables de la base a la consola..	16
Colocar la consola .....	17
Colocar el conjunto de la cubierta de la consola trasera.....	18

## Especificaciones

Especificaciones.....	19
-----------------------	----

## Datos técnicos y de servicio

Programa de mantenimiento preventivo.....	20
Sugerencias de mantenimiento preventivo.....	20
Limpiadores aprobados y compatibles.....	20
Diagnóstico y reparación de la banda pectoral de frecuencia cardíaca Polar® .....	21
Diagnóstico y reparación de los sensores Lifepulse™.....	22
Reciclar la batería: Integrity SL .....	22
Procedimiento.....	22

## Garantía

Cobertura de la garantía.....	23
Beneficiario de la garantía.....	23
Duración de la garantía.....	23

Costes de transporte y seguro del servicio técnico.....	23
Qué haremos para corregir los defectos cubiertos por la garantía.....	23
Aspectos no cubiertos por la garantía.....	23
Obligaciones del comprador.....	23
Cómo obtener piezas y mantenimiento.....	23
Garantía exclusiva.....	23
Cambios no autorizados en la garantía.....	24
Efectos de la legislación del Estado.....	24
Términos de la cobertura de la garantía.....	24

Life Fitness® es una marca registrada.

Gym Wipes® es una marca registrada de 2XL Corporation. PureGreen 24 es una marca comercial de Pure Green. Polar® es una marca registrada de Polar Electro Inc.

© Copyright 2023, Life Fitness, LLC. All Rights Reserved. Life Fitness, Hammer Strength, Cybex, ICG and SCIFIT are registered trademarks of Life Fitness, LLC and its affiliated companies and subsidiaries. Disclaimer: Images and specifications are current as of the date of publication and are subject to change.


10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • 847-288-3300


[www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com) • 1023155-0013 AA • 2023


# 1. Primeros pasos


## Instrucciones de seguridad


 Lea todas las instrucciones antes de usar el producto.

 **PRECAUCIÓN:** Cualquier cambio o modificación de este equipo puede anular la garantía del producto.

 **AVISO:** El uso incorrecto o excesivo del equipo para ejercicios puede causar lesiones. Life Fitness Family of Brands Se recomienda **ENCARECIDAMENTE** hacerse un examen médico completo antes de iniciar un programa de ejercicios, especialmente si el usuario tiene un historial familiar de hipertensión o enfermedades del corazón, si es mayor de 45 años, si fuma, tiene el colesterol elevado, es obeso o no ha realizado ejercicio de manera regular durante el último año. Si, en cualquier momento durante el ejercicio, el usuario sufre un desmayo, mareo, dolor o dificultad para respirar, debe detenerse de inmediato.

 **AVISO:** Para reducir el riesgo de quemaduras, incendio, descarga eléctrica o lesiones, es imprescindible conectar cada producto a una toma de corriente con una puesta a tierra adecuada.


 **AVISO:** Los sistemas de supervisión de ritmo cardíaco pueden ser inexactos. Realizar ejercicio en exceso puede ocasionar lesiones graves o la muerte. Si se siente mareado, deje de hacer ejercicio inmediatamente.


 **AVISO:** No utilice para estirar y no ate correas ni otros dispositivos.

 **AVISO:** Mantenga las baterías fuera del alcance de los niños.

Algunas correas pectorales pueden contener una batería extraíble.

- Su ingestión puede provocar lesiones graves en tan solo 2 horas o la muerte, debido a quemaduras químicas y posibles perforaciones del esófago.
- Si sospecha que su hijo se ha tragado una batería, llame inmediatamente a su control local de intoxicaciones para obtener asesoramiento experto rápidamente.
- Examine los dispositivos y asegúrese de que el compartimento de la batería esté correctamente afianzado, es decir, que el tornillo u otra fijación mecánica esté bien apretado. No lo use si el compartimento no es seguro.
- Deseche las baterías de botón usadas de forma inmediata y segura. Las baterías planas también pueden resultar peligrosas.
- Informe a los demás sobre el riesgo asociado con las baterías de botón y cómo mantener seguros a sus hijos.

 **AVISO:** Deje una distancia de 41 cm (16 in) entre la parte más ancha de la bicicleta y otros objetos a cada lado de ella. Deje un mínimo de 0,9 m (3 ft) entre la parte delantera o trasera de la bicicleta y cualquier otro objeto u 0,6 m (2 ft) en la dirección desde la que acceda al equipo.

 **PELIGRO:** Para reducir el riesgo de descargas eléctricas o lesiones de las partes móviles, desenchufe siempre el producto antes de limpiar o intentar cualquier actividad de mantenimiento.

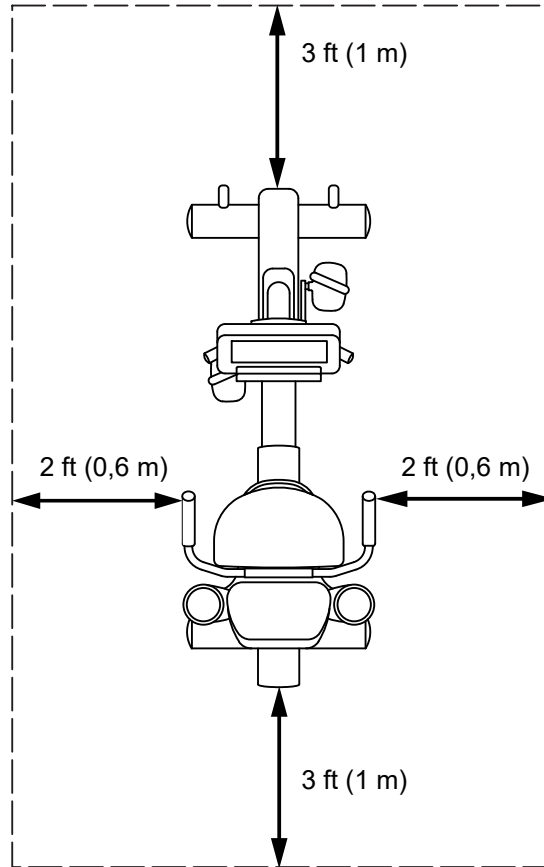
- Life Fitness Family of Brands no garantiza que las partes de los componentes que se usan en la fabricación de los productos que ofrece Life Fitness Family of Brands no contengan látex. Los usuarios de estos productos deben tomar todas las precauciones necesarias para evitar el contacto accidental que pudiera provocar una reacción adversa al látex.
- Nunca use el producto si el cable o el enchufe eléctrico están dañados o si el producto se ha caído, dañado o sumergido parcialmente en agua. Póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente.
- Instale este producto de manera que el usuario tenga acceso fácil al enchufe del cable de alimentación. Asegúrese de que el cable de alimentación no esté anudado ni retorcido y de que no quede atrapado bajo ningún equipo u otro objeto.
- Si el cable de alimentación está dañado debe ser reemplazado por el fabricante, un agente autorizado de mantenimiento o una persona igualmente calificada para evitar cualquier peligro.
- Debe respetar siempre las instrucciones de la consola para conseguir un funcionamiento correcto.
- Este aparato no está pensado para que lo utilicen personas (niños incluidos) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia o conocimientos, a menos que estén bajo supervisión de una persona responsable de su seguridad o ésta les haya dado instrucciones relativas al uso del aparato.
- No use este producto a la intemperie, cerca de piscinas o en áreas con mucha humedad.
- No utilice nunca el producto con las aberturas de ventilación bloqueadas. Mantenga las aberturas de aire sin pelusas, cabello u otros materiales que puedan obstruirlas.

- Nunca introduzca objetos en ninguna de las aberturas de este producto. Si un objeto cayera en su interior, apague la máquina, desenchufe el cable de alimentación y extraiga el objeto con cuidado. Si no puede alcanzarlo, póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente.
- No coloque nunca líquidos de ninguna clase directamente sobre la unidad, excepto en una bandeja o soporte auxiliar. Se recomienda el uso de contenedores con tapa.
- No use estos productos si está descalzo. Lleve siempre los zapatos puestos. Lleve calzado con suelas de goma o de alta tracción. No use calzado con tacones, suelas de cuero, tacos o clavos. Asegúrese de que no haya ninguna piedrecita incrustada en las suelas.
- Mantenga la ropa suelta, los cordones de los zapatos y las toallas alejados de las piezas en movimiento.
- No introduzca la mano dentro ni debajo de la unidad, ni incline el equipo hacia un lado mientras esté en funcionamiento.
- Este equipo no ha sido diseñado para ser utilizado por niños. Mantenga a los niños menores de 14 años alejados de la máquina.
- No permita que otras personas interfieran de ninguna manera con el usuario o el equipo durante un ejercicio.
- Deje que las consolas LCD se "normalicen" respecto a la temperatura durante una hora antes de enchufar el equipo y utilizarlo.
- Cuando no se utiliza el producto, Life Fitness se recomienda desenchufarlo. Desenchúfelo de la toma de corriente cuando no esté en uso y antes de poner o quitar piezas.
- Utilice estos productos solo para el uso previsto, tal como se describe en este manual. No utilice aditamentos que no hayan sido recomendados por el fabricante.
- Los equipos autónomos deberán ser instalados sobre una base estable y nivelada.
- No se ponga de pie ni se siente sobre las cubiertas de plástico.
- Tenga cuidado al subir o bajar de la bicicleta. Utilice la barra estacionaria si necesita más estabilidad.
- Lea todas las advertencias de cada producto antes de iniciar el ejercicio.
- Si las advertencias faltan o están dañadas, póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente inmediatamente para obtener etiquetas de advertencia de sustitución. Las etiquetas de advertencia se envían con cada producto y deberían instalarse antes de su utilización. Life Fitness Family of Brands no es responsable de las etiquetas de advertencia que falten o estén dañadas.

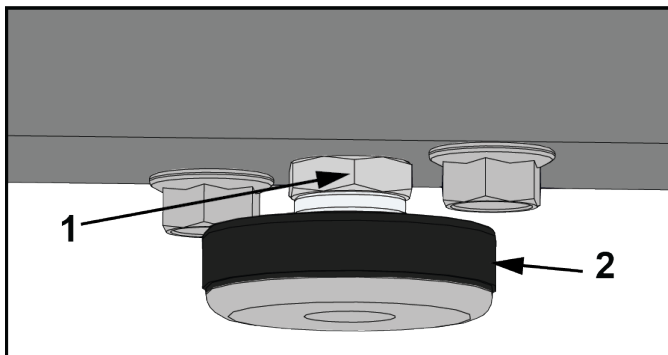
## Cómo colocar y estabilizar la bicicleta reclinada Lifecycle

Lea el manual en su totalidad antes de instalar la bicicleta. Siguiendo todas las instrucciones de seguridad, traslade la bicicleta al lugar donde se va a usar. Deje un mínimo de 0,6 m (2 pies) en las direcciones por las que se accede a la bicicleta y 1 m (3 pies) entre la parte frontal y trasera de la bicicleta y cualquier otro objeto.

### Área libre




Después de colocar la unidad en su sitio, compruebe su estabilidad tratando de balancearla de lado a lado. Una mínima señal de balanceo indica que se debe nivelar la unidad. Determine qué pie no se apoya completamente en el suelo. Afloje la contratuerca con una llave de boca M17 y gire el pie estabilizador para bajarlo. Compruebe que la bicicleta se mantenga estable y repita el ajuste según sea necesario hasta que la unidad no se balancee. Bloquee el ajuste apretando la tuerca inmovilizadora contra la barra estabilizadora.



	Descripción
1	Contratuerca
2	Pata estabilizadora

## Requisitos del suministro eléctrico (aplicable a las unidades que usan una fuente de alimentación externa)

- Las unidades que están equipadas con la consola Integrity SL están autoalimentadas.
- Las unidades con la consola Integrity SL se pueden usar con un televisor acoplable opcional. El uso de un televisor acoplable requiere una fuente de alimentación externa.
- Las unidades con consolas Discover requieren una fuente de alimentación de 24 V CC.

 **AVISO:** Use únicamente la fuente de alimentación y el cable de alimentación suministrados. No use ninguna modificación para conectarlo a un enchufe de dos patas. El producto debe conectarse a un enchufe de tres patas con la clasificación adecuada.

Consola	Voltaje de alimentación	Frecuencia	Voltaje de salida	Corriente de salida
Integrity SL	95 a 264 V CA	47 - 63 Hz	24 V CC	2,5 A
Discover SE4	95 a 264 V CA	47 - 63 Hz	24 V CC	3,75 A

Voltaje de toma de corriente	Toma de corriente y disyuntor de las unidades comerciales (amperios)	Toma de corriente y disyuntor de las unidades de consumo/ domésticas (amperios)
120 V CA	20 (máximo 8 bicicletas por disyuntor para Integrity; 4 bicicletas por disyuntor para Discover)	15 (máximo 8 bicicletas por disyuntor para Integrity; 4 bicicletas por disyuntor para Discover)
230 V CA	12 (máximo 8 bicicletas por disyuntor para Integrity; 4 bicicletas por disyuntor para Discover)	12 (máximo 8 bicicletas por disyuntor para Integrity; 4 bicicletas por disyuntor para Discover)

**NOTA:** No manipule el enchufe incluido en este producto. Si el enchufe no entra en una toma de corriente disponible, pida a un electricista calificado que instale una toma de corriente adecuada.

**NOTA:** Asegúrese de que el cable de la fuente de alimentación externa está conectado de manera segura a la unidad de la base. Si la conexión está suelta, puede que la unidad no reciba alimentación externa.


## Compruebe la alimentación de la consola

La consola Integrity SL funciona con una batería recargable de 6 voltios. Revise la batería pulsando la tecla GO. La consola debería emitir un pitido e iluminarse. La consola mostrará el logotipo de Life Fitness. Si no aparece un mensaje, súbase a la unidad y comience a pedalear. La consola debería encenderse y debería poder programar una rutina. Pedalee de 10 a 20 minutos a 50 rpm o más rápido durante una rutina para cargar la batería de forma óptima. El movimiento de los pedales durante las rutinas mantiene la batería cargada. Se puede utilizar una fuente de alimentación externa opcional. Si la unidad se alimenta de forma externa, el mantenimiento de la batería es automático y no hace falta pedalear. Utilice solo la fuente de alimentación suministrada por *Life Fitness* para evitar un funcionamiento inseguro.

## Opción Power Assist / Fuente de alimentación externa

La característica opcional Power Assist de la bicicleta permite que la consola se alimente mediante una fuente eléctrica externa. Esto elimina la necesidad de pedalear a una velocidad mínima para suministrar una alimentación constante a la consola. Con esta opción, los usuarios que deseen usar la bicicleta para ejercicios de rehabilitación pueden pedalear a una frecuencia menor que la mínima sin perder el suministro eléctrico a la consola.

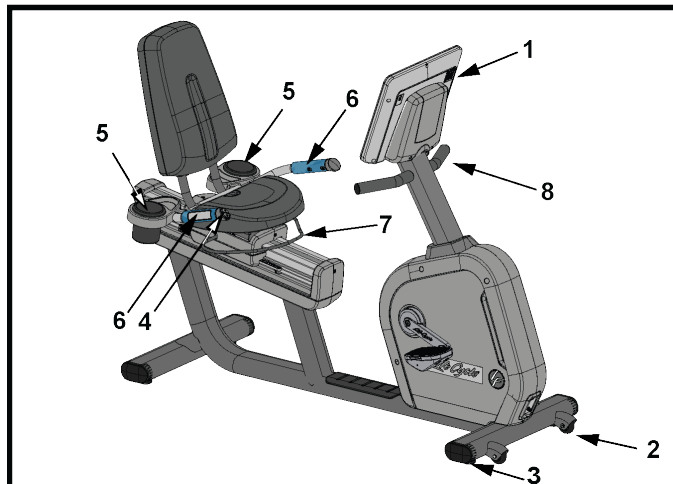
Enchufe la alimentación al conector de alimentación externa situado en la parte delantera de la bicicleta. Enchufe el cable a una toma de CA. Utilice solo la fuente de alimentación externa suministrada por *Life Fitness* para evitar un funcionamiento inseguro.

 **PRECAUCIÓN:** Los conectores deben entrar fácilmente en los receptáculos. Si fuerza una conexión, puede causar daños en el conector cilíndrico y/o receptáculo y anular la garantía del producto. Si el conector de la fuente de alimentación no encaja con facilidad en el receptáculo, se está utilizando una fuente de alimentación incorrecta.

La opción Power Assist requiere un kit opcional. Póngase en contacto *Life Fitness* con el Servicio de Atención al Cliente para solicitar el kit.

## 2. Descripción general del producto

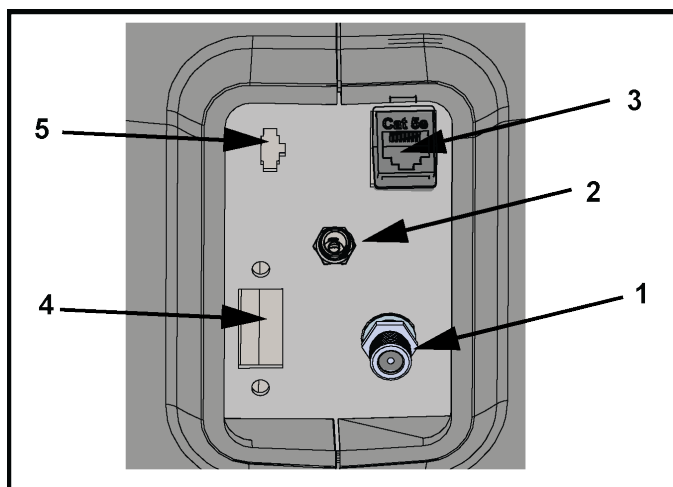
### Características del producto



Artículo	Descripción
1	Consola
2	Rueda
3	Nivelador de patas
4	Controles para aumentar / disminuir la resistencia
5	Portavasos
6	Sensores de frecuencia cardíaca por contacto
7	Barra de ajuste del asiento
8	Agarre

### Conexiones

El siguiente receptáculo de conexión se encuentra en la parte delantera de la bicicleta.



Pieza	Descripción
1	Conexión coaxial
2	Entrada de alimentación
3	Red CAT5e / Ethernet
4	Conexión HDMI
5	Conexión IR

## Cómo ajustar el sillín

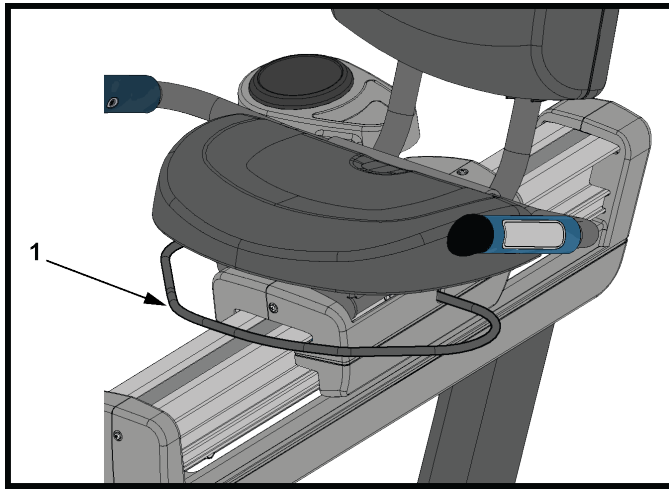
Un sillín correctamente ajustado es importante en cualquier actividad de ejercicio en una bicicleta. Si el sillín está demasiado cerca, puede sobrecargar las rodillas y los músculos cuádriceps. Si el sillín está demasiado lejos, la acción de alcanzar resultante irritará los pies, los tobillos, las caderas y las rodillas.

Siéntese en la bicicleta y ponga la parte anterior de la planta del pie en los pedales. La posición óptima permite el movimiento en la parte más baja de la carrera de pedaleo sin estirar totalmente las piernas y sin tener que cambiar de posición en el sillín. En el punto donde la pierna está más extendida, las rodillas deben estar ligeramente dobladas.

Si necesita ajustar el sillín, levante el seguro situado debajo del sillín. Sujete la barra con una mano y utilice la otra mano para agarrar la parte trasera del sillín. Deslice el sillín hacia delante y hacia atrás según sea necesario hasta lograr la posición correcta. Suelte la barra para completar el enganche. Mueva ligera y suavemente el asiento hacia delante y hacia atrás para comprobar que esté bloqueado en su sitio. Revise la distancia del sillín y vuelva a ajustar si es necesario.



**PRECAUCIÓN:** No intente ajustar el asiento mientras está pedaleando en la bicicleta. Si lo hace, puede provocar lesiones o la rutina puede resultar incómoda.

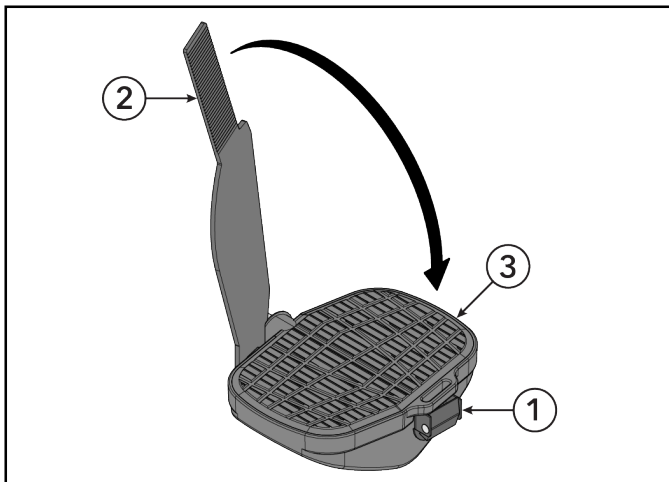


Pieza	Descripción	Cantidad
1	Barra del seguro del sillín	1

## Cómo ajustar las correas de los pedales

Las correas de seguridad de los pedales de la bicicleta mantienen la zapatillas del usuario en los pedales durante la rutina. Las correas deben encajar cómodamente pero estar lo suficientemente apretadas como para impedir el deslizamiento de las zapatillas durante el pedaleo. El usuario debe probar y ajustar el apriete de las correas.

Utilice una mano para empujar el seguro de la correa hacia arriba y aflojar la correa estriada. Utilice la otra mano para tirar de la correa hacia fuera por debajo del seguro de la correa. Apoye el pie en el pedal. Rodee el pie con la correa estriada para determinar la longitud deseada. Empuje el seguro de la correa hacia arriba y pase la correa estriada a través del seguro para seleccionar la ranura adecuada. Suelte el seguro de la correa para fijar la posición.

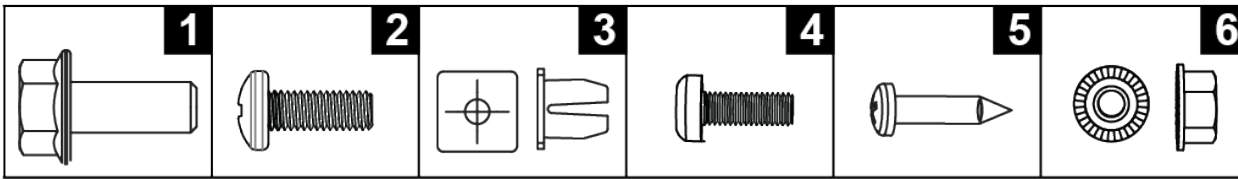


Artículo	Descripción
1	Seguro de la correa
2	Correa
3	Pedal

# 3. Assembly Procedure

## Tornillería y herramientas requeridas

Tornillería:



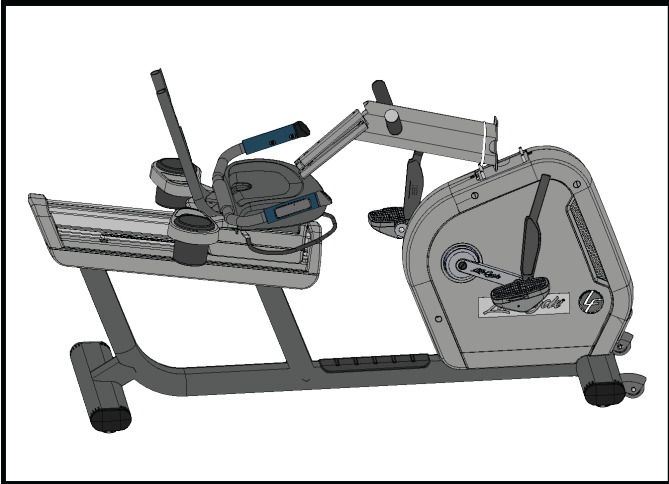
Artículo	Descripción	Cant.
1	TORNILLO DE CABEZA HEXAGONAL CON BRIDA M8 X 20	4
2	TORNILLO PHILLIPS DE CABEZA PLANA M6 X 16	5
3	PROTECTOR	4
4	TORNILLO PHILLIPS DE CABEZA PLANA M5 X 14	5
5	TORNILLO PHILLIPS DE CABEZA PLANA M4,2 X 19	4
6	CONTRATUERCA HEXAGONAL M8	4

Herramientas requeridas:

- Destornillador Phillips
- Llave de tubo de 13 mm

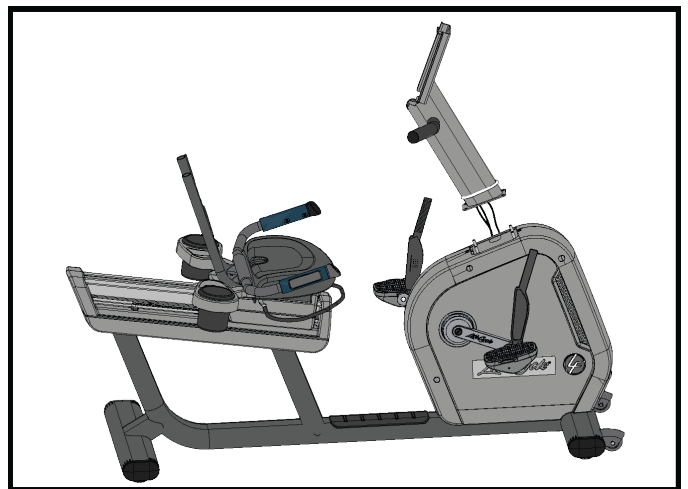
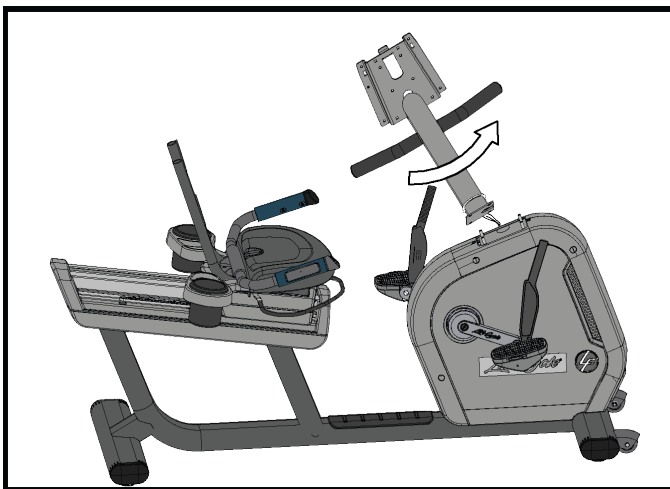
## Antes de empezar

Se posiciona la columna central con la parte trasera del soporte soldado de la consola en el asiento de la bicicleta. El asiento se fija en la posición delantera más alejada.



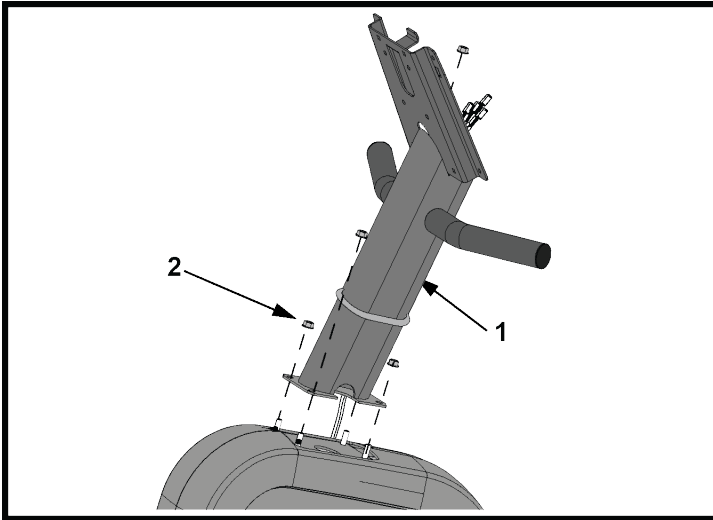
1. Quite las cintas de Velcro y deséchelas.
2. Levante la columna central y gírela en **SENTIDO CONTRAHORARIO**.


**NOTA: NO gire la columna central en sentido horario! Se pueden torcer los cables.**



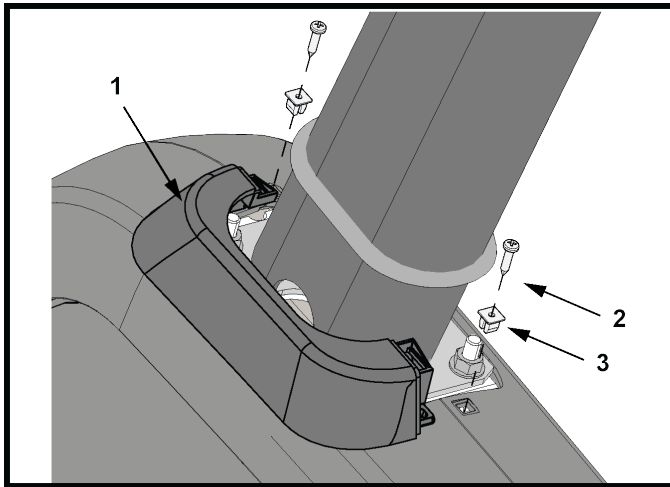
## Colocar la columna central en la base


**PRECAUCIÓN:** ¡Retire todas las cubiertas y cintas protectoras de la columna central y el soporte soldado de la consola antes de unirla a la base! Si no retira las cubiertas protectoras, puede causar una conexión a tierra defectuosa!



Artículo	Descripción	Cant.
1	Columna central	1
2	Contratuerca hexagonal M8	4
	34 Nm (25,1 ft-lb)	

## Asegure la cubierta izquierda de la columna central a la columna central

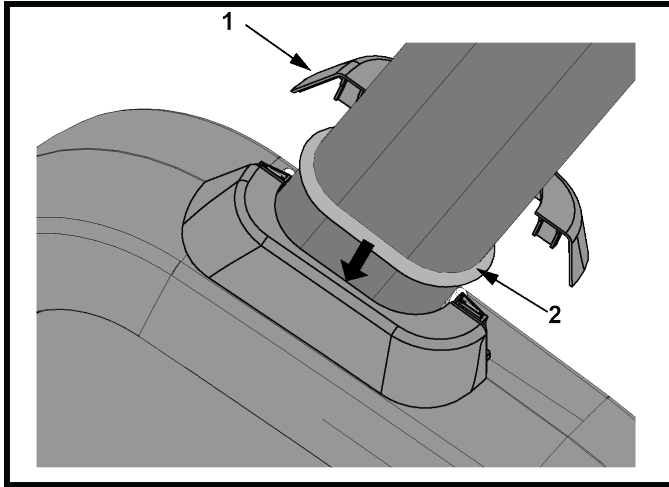


Pieza	Descripción	Cantidad
1	Cubierta izquierda de la columna central	1
2	Tornillo Phillips de cabeza troncocónica M4.2 X 19	2
3	Protector	2
	1,5 Nm (1,1 pies-libras)	

## Unir la cubierta derecha de la columna central a la cubierta izquierda de la columna central

Asegure los clips en la cubierta derecha de la columna central en su posición en la cubierta izquierda de la columna central.

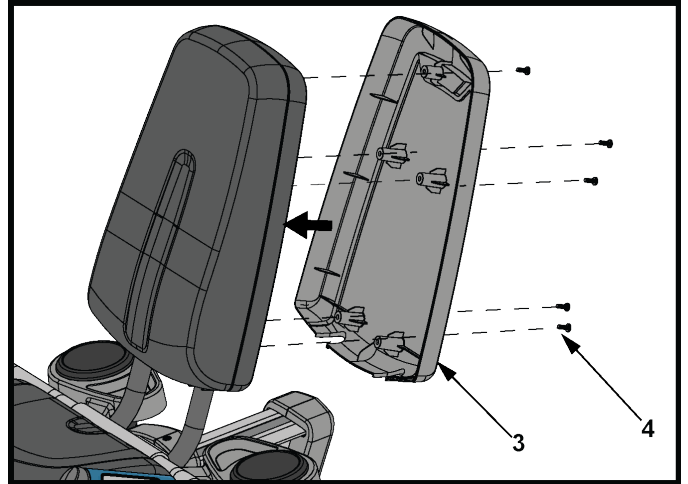
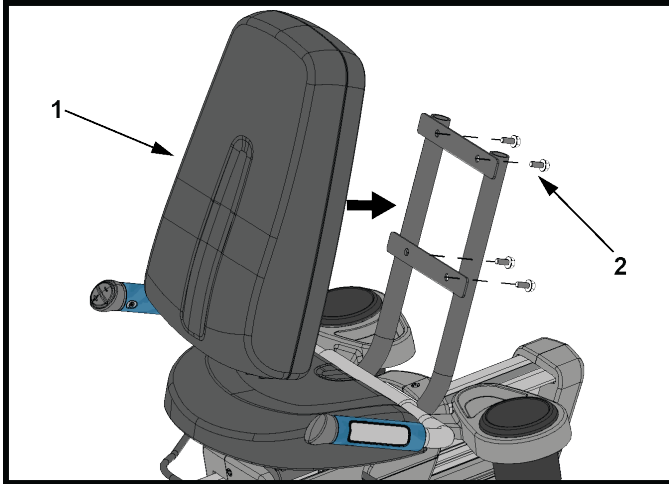
**NOTA:** Empuje la junta hacia abajo en las cubiertas.





Artículo	Descripción	Cant.
1	Cubierta derecha de la columna central	1
2	Junta ( <i>unida a la columna central</i> )	1

## Colocar el respaldo del asiento y la cubierta del respaldo del asiento

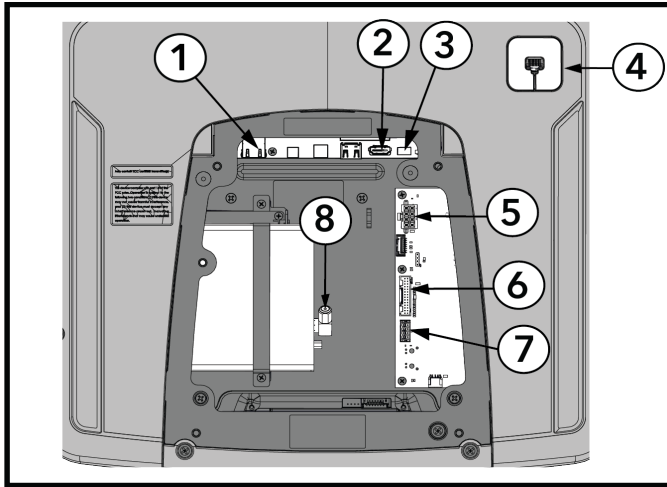
1. Utilice cuatro tornillos para fijar el respaldo del asiento a la soldadura del asiento.
2. Utilice cinco tornillos para fijar la cubierta del respaldo del sillín.



Artículo	Descripción	Cant.
1	Respaldo del asiento	1
2	Tornillo de cabeza con brida M8 × 20	4
	13,5 Nm (10 ft-lb)	1
3	Cubierta del respaldo del asiento	1
4	Tornillo Phillips de cabeza plana M6 × 16	5
	4 Nm (35 ft-lb)	

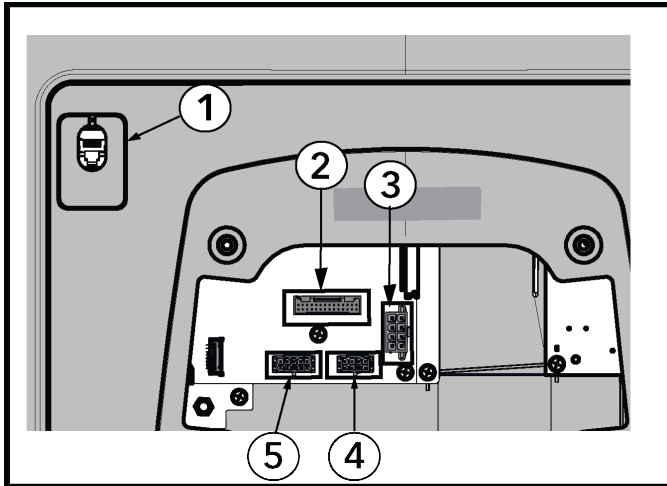
## Conexiones de los cables de la base a la consola

### Discover SE4



Artículo	Descripción
1	Ethernet
2	HDMI STB
3	Infrarrojo STB
4	CSAFE
5	Potencia base
6	Señal de la base (Lifepulse, interruptores de la base)
7	Comunic. de base
8	Coaxial de radiofrecuencia

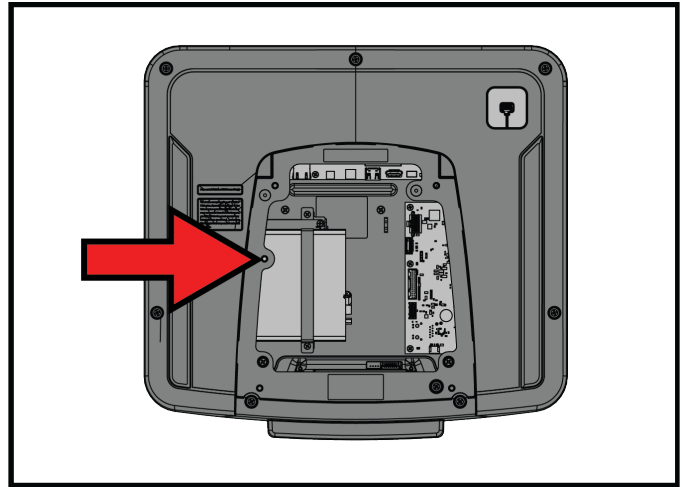
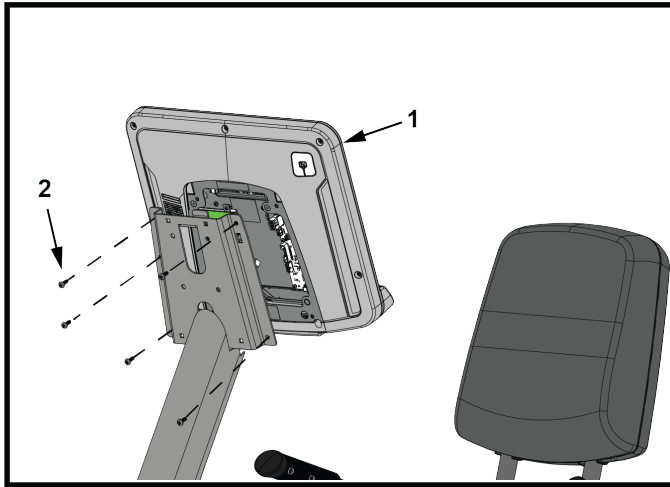
### Integrity SL



Artículo	Descripción
1	CSAFE
2	Señal de la base (Lifepulse, interruptores de la base)
3	Potencia base
4	Comunic. de base
5	TV (opcional)

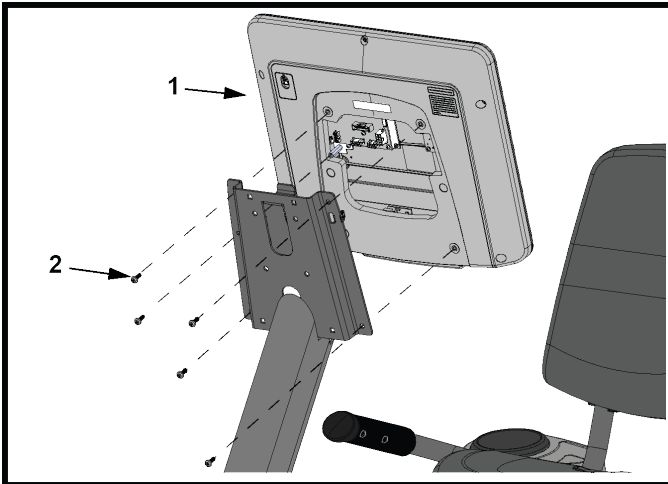
## Colocar la consola


Discover SE4 (16 o 24 in, 40,6 o 60,9 cm)



**NOTA:** No coloque el tornillo en la ubicación que se muestra (junto a la flecha) si la consola Discover SE4 tiene un receptor de sincronización con el descodificador (STB). El tornillo chocará contra el receptor del STB dentro de la consola.

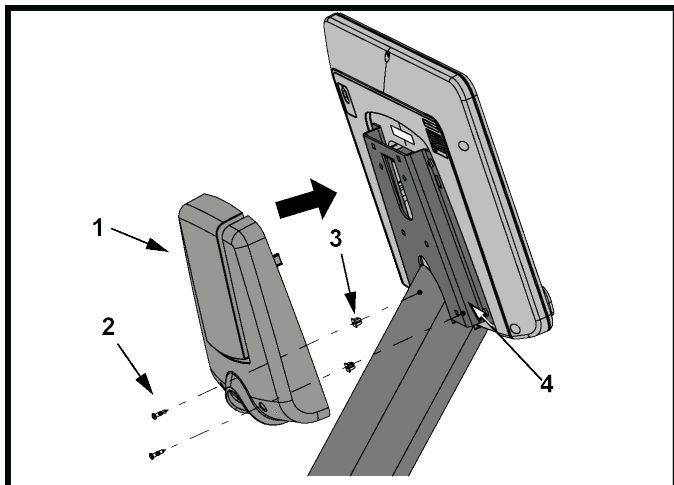
## Integrity SL




Artículo	Descripción	Cant.
1	Consola	1
2	Tornillo Phillips de cabeza plana M5 x 14	5
	1,5 Nm (1,1 ft-lb)	

## Colocar el conjunto de la cubierta de la consola trasera

1. Deslice las presillas en la parte superior del conjunto de la cubierta de la consola trasera en sus ranuras correspondientes en el soporte de montaje de la consola.
2. Inserte dos tornillos y dos protectores para unir el conjunto de la cubierta de la consola trasera a los dos orificios en el soporte de montaje de la consola.



Artículo	Descripción	Cant.
1	Conjunto de la cubierta de la consola trasera	1
2	Tornillo Phillips de cabeza troncocónica M4,2 × 19	2
3	Protector	2
4	Soporte de montaje de la consola	1
	1,5 Nm (1,1 ft-lb)	

# 4. Especificaciones

## Especificaciones

Uso previsto	Intensivo/comercial (INR-SE4-XF-13, INR-SL-XF-13) EN ISO 20957 Clase SA
	Doméstico (CSR-SL, CSR-SE4) EN ISO 20957 Clase HA
Peso máximo del usuario	181 kg/400 lb
Tamaño del pedal	6,56 pulg. x 5,5 pulg. / 16,6 cm x 14 cm
Tipo de propulsor	Generador / Correa
Requisitos de alimentación	Consulte la sección <i>Requisitos de suministro eléctrico</i> .
Sistemas de control del ritmo cardíaco	Sistema patentado de control de frecuencia cardíaca por contacto digital Lifepulse™ y frecuencia cardíaca compatible con telemetría Polar®

	<b>Dimensiones físicas</b> <i>(sin consola)</i>	<b>Dimensiones de envío</b>
Longitud	67 in / 170 cm	73 in / 185,42 cm
Ancho	26 in / 66 cm	28 in / 71 cm
Altura	47,5 in / 120,6 cm	32,5 in / 82,55 cm
Peso	180 lb / 81,6 kg	250,5 lb / 113,6 kg

# 5. Datos técnicos y de servicio

## Programa de mantenimiento preventivo

Artículo	Semanal	Mensual	Semestral
Revestimiento de la consola	Limpiar		Inspeccionar
Soportes para botella/ bandejas de accesorios	Limpiar	Inspeccionar	
Pernos de montaje de la consola			Inspeccionar
Tornillería			Inspeccionar
Armazón/tubo del sillín	Limpiar		Inspeccionar
Cubiertas plásticas	Limpiar	Inspeccionar	
Sensores Lifepulse	Limpiar / inspeccionar		
Niveladores de patas		Inspeccionar/ajustar	
Pedales / correas	Limpiar	Inspeccionar	

### Sugerencias de mantenimiento preventivo

**NOTA:** La seguridad del equipo solo se puede mantener si el equipo se revisa regularmente para detectar posibles señales de daño o desgaste. No utilice el aparato hasta que se hayan reparado o cambiado las partes defectuosas. Preste especial atención a las partes sujetas a desgaste, como las que se mencionan a continuación.

Los siguientes consejos de mantenimiento preventivo mantendrán el producto funcionando a su máximo rendimiento:

- Colocar el producto en un lugar fresco y seco.
- Limpie la consola de visualización y todas las superficies exteriores con un limpiador compatible (consulte Limpiadores homologados) y un paño de microfibra.
- Las uñas largas podrían dañar o rayar la superficie de la consola; use la yema de los dedos para presionar los botones de selección de la consola.
- Limpie la superficie superior de los pedales con regularidad.

**NOTA:** Cuando limpie la parte externa de la unidad, se recomienda utilizar un limpiador no abrasivo y un trapo de algodón suave. En ningún momento se debe aplicar limpiador directamente sobre ninguna parte del equipo.

### Limpiadores aprobados y compatibles

Dos limpiadores favoritos han sido aprobados por los expertos en fiabilidad: PureGreen 24 y Gym Wipes. Ambos limpiadores eliminarán de forma segura y eficaz la suciedad, la grasa y el sudor del equipo. PureGreen 24 y la fuerza antibacteriana de Gym Wipes son ambos desinfectantes eficaces frente a MRSA y H1N1.

PureGreen 24 está disponible en spray, lo que resulta práctico para el personal del gimnasio. Aplique el spray a un paño de microfibra y limpie el equipo. Utilice PureGreen 24 en el equipo durante al menos 2 minutos para su desinfección general y al menos 10 minutos para el control de hongos y virus.

Gym Wipes son grandes toallitas prehumedecidas y duraderas para utilizar en el equipo antes y después de las rutinas. Utilice Gym Wipes en el equipo durante al menos 2 minutos para su desinfección general.

Póngase en contacto con el servicio de asistencia al cliente para solicitar estos limpiadores (1-800-351-3737 o correo electrónico: [customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)).

También se puede utilizar un jabón suave y agua o un limpiador doméstico no abrasivo y suave para limpiar la pantalla y todas las superficies exteriores. Utilice solo un paño de microfibra suave. Aplique el limpiador al paño de microfibra antes de limpiar. NO utilice amoníaco ni limpiadores a base de ácido. NO utilice limpiadores abrasivos. NO utilice toallas de papel. NO aplique productos de limpieza directamente a las superficies del equipo.

## Diagnóstico y reparación de la banda pectoral de frecuencia cardíaca Polar®

### La lectura de la frecuencia cardíaca es errática o no aparece en absoluto

Causa probable	Medida correctiva
Los electrodos del transmisor de la banda pectoral no están suficientemente húmedos para leer el ritmo cardíaco con exactitud.	Humedezca los electrodos del transmisor de la banda.
Los electrodos del transmisor de la banda no están totalmente apoyados sobre la piel.	Asegúrese de que los electrodos del transmisor de la banda estén totalmente apoyados sobre la piel.
Es necesario limpiar el transmisor de la banda pectoral.	Lave el transmisor de la banda con jabón suave y agua.
El transmisor de la banda no está configurado correctamente.	La configuración del transmisor de la banda se consigue acercándolo a un radio de 30 cm del receptor. El receptor está en la consola. Una vez la frecuencia cardíaca aparece en la consola, el radio se extiende a 90 cm.
Se ha agotado la pila de la banda pectoral.	Póngase en contacto con el Servicio de Asistencia al Cliente de para recibir instrucciones sobre cómo reemplazar la banda pectoral.

### Las lecturas de la frecuencia cardíaca son anormalmente elevadas

Causa probable	Medida correctiva
Interferencia electromagnética de televisores o antenas.	Aleje el equipo de ejercicios unos pocos centímetros de la causa probable, o aleje la causa probable unos pocos centímetros del equipo de ejercicios, hasta que las lecturas de frecuencia cardíaca sean precisas.
Interferencia electromagnética de teléfonos móviles.	
Interferencia electromagnética de equipos informáticos.	
Interferencia electromagnética de automóviles.	
Interferencia electromagnética de líneas eléctricas de alta tensión.	
Interferencia electromagnética de aparatos para hacer ejercicio que funcionan con un motor.	

## Diagnóstico y reparación de los sensores Lifepulse™

Si la lectura de la frecuencia cardíaca es errática o no hay lectura, haga lo siguiente:

- Séquese las manos para evitar que le resbalen.
- Coloque las manos en los sensores situados en los manillares.
- Agarre los sensores con firmeza.
- Aplique presión constante alrededor de los sensores.

### Reciclar la batería: Integrity SL

Retire y recicle la batería recargable antes de desechar este producto al final de su vida útil. Desconecte la fuente de alimentación (*si corresponde*) antes de eliminar la batería. Para acceder a la batería, retire la manivela derecha del usuario, las cubiertas de la columna central y la cubierta principal derecha del usuario. Para quitar la batería, desconecte el cable y retire los dos tornillos que sujetan la batería.

## Procedimiento

### Base de conocimientos

Consulte la [Base de conocimientos](#) para obtener información más detallada.

### Cómo obtener asistencia técnica

1. Compruebe el problema y revise las instrucciones de funcionamiento. El problema podría deberse al desconocimiento del producto, sus funciones y sus programas.
2. Busque y anote el número de serie de la unidad, que se encuentra en la parte superior derecha del estabilizador frontal.
3. Póngase en contacto con el *Life Fitness* Servicio de Atención al Cliente al <http://www.lifefitness.com>.

# 6. Garantía

## Cobertura de la garantía

Se garantiza que este producto Life Fitness Family of Brands de equipo comercial de ejercicios no tiene ningún defecto de material ni de mano de obra.

## Beneficiario de la garantía

La garantía cubre al comprador original o a cualquier persona que reciba el producto como regalo del comprador original. Se anulará la garantía en posteriores transferencias.

## Duración de la garantía

Toda la cobertura se proporciona para un Producto específico de conformidad con las pautas indicadas en Información de la Garantía.

## Costes de transporte y seguro del servicio técnico

Si el Producto o cualquier pieza cubierta deben enviarse a una instalación de servicio técnico para su reparación, Nosotros, Life Fitness Family of Brands, pagaremos todos los gastos de transporte y seguro durante el primer año. Después del primer año, usted deberá hacerse cargo de los costes de transporte y seguro.

## Qué haremos para corregir los defectos cubiertos por la garantía

Enviaremos piezas o componentes reparados o nuevos, o bien, según nuestro criterio, se sustituirá el Producto. Dichas piezas de recambio tendrán garantía por el tiempo restante del período de garantía original.

## Aspectos no cubiertos por la garantía

Ninguna avería o daño causado por el mantenimiento no autorizado, uso incorrecto, accidente, negligencia, instalación o ensamblaje incorrecto, restos procedentes de cualquier actividad de construcción en el entorno del Producto, óxido o corrosión como resultado de la ubicación del Producto, alteraciones o modificaciones sin nuestra autorización por escrito, o por no utilizar, operar ni mantener el Producto como se indica en el manual de operación ("Manual").

Con el producto se suministra un puerto tipo RJ45, intercambiable, preparado para conexiones de red y de entretenimiento durante el ejercicio. Este puerto cumple con la especificación FitLinxx CSAFE con fecha del 4 de agosto de 2004 que indica lo siguiente: 4,75 VDC a 10 VDC; corriente máxima de 85 mA. La garantía no cubrirá ningún daño del producto que haya sido provocado por una carga mayor a la especificada en el protocolo CSAFE de FitLinxx.

Todos los términos de esta garantía se anulan si el producto se traslada fuera de los límites continentales de Estados Unidos de América (a excepción de Alaska, Hawái y Canadá) y están sometidos a las condiciones estipuladas por el Representante local autorizado de *Life Fitness* del país.

## Obligaciones del comprador

Guarde el justificante de compra. Utilice, opere y mantenga el producto según se especifica en el Manual. Notifique cualquier defecto al servicio de atención al cliente en los 10 días siguientes a su descubrimiento. Si se lo piden, devuelva las partes defectuosas para reemplazarlas o, si fuese necesario, el Producto entero para proceder a su reparación. *Life Fitness* Se reserva el derecho a decidir si un producto se devolverá para su reparación o no.

## Cómo obtener piezas y mantenimiento

Consulte la sección de Oficinas centrales de este manual para ver la información de contacto de su servicio local. Indique como referencia su nombre, dirección y el número de serie del Producto (las consolas y armazones pueden tener números de serie diferentes). Allí le dirán cómo conseguir una pieza de repuesto o, si fuera necesario, organizarán la reparación con el servicio técnico de la zona en la que se encuentre su Producto.

## Garantía exclusiva

ESTA GARANTÍA LIMITADA SE ENTREGA EN LUGAR DE TODAS LAS OTRAS GARANTÍAS DE CUALQUIER TIPO YA SEAN EXPRESAS O IMPLÍCITAS; INCLUYENDO, SIN LIMITACIÓN, GARANTÍAS IMPLÍCITAS DE COMERCIALIZACIÓN E IDONEIDAD PARA UN PROPÓSITO EN PARTICULAR, Y TODAS LAS OTRAS OBLIGACIONES O RESPONSABILIDADES POR NUESTRA PARTE. No asumimos, ni autorizamos a persona alguna a asumir en nuestro nombre, ninguna otra obligación ni responsabilidad en relación con la venta de este Producto. En ningún caso seremos responsables de esta garantía de ningún daño a ninguna persona o propiedad, incluida la pérdida de ganancias o ahorros, u otros

daños y perjuicios especiales, indirectos, incidentales o consecuentes de ningún tipo que se deriven del uso o de la incapacidad para el uso de este Producto. Algunos estados no permiten la exclusión o limitación de las garantías implícitas o de la responsabilidad por daños incidentales o consecuentes, de manera que las limitaciones o las exclusiones pueden no ser aplicables a su caso.

### **Cambios no autorizados en la garantía**

Nadie está autorizado a cambiar, modificar o ampliar los términos de esta garantía limitada.

### **Efectos de la legislación del Estado**

Esta garantía le otorga derechos legales específicos, pero además usted puede tener otros derechos legales, diferentes en cada estado y país.

### **Términos de la cobertura de la garantía**

Utilice el siguiente enlace para acceder a los términos de la garantía de componentes:

<http://lifefitness.com/warranties>



