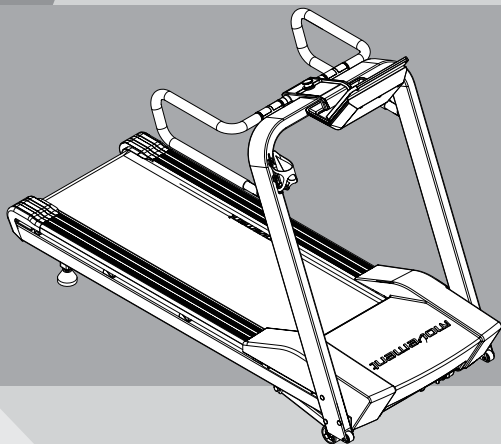


# MANUAL DE INSTRUÇÕES

LEIA ATENTAMENTE ESTE MANUAL ANTES DE UTILIZAR O EQUIPAMENTO E  
GUARDE-O PARA CONSULTA E REFERÊNCIA FUTURA.

V. 0319 - 10



**LX 150 G4**  
**LX 150i G4**

**LX 160 G4**  
**LX 160i G4**

**R7** **R7+**  
TREADMILL TREADMILL

movement 





## PERIGO!

Uma declaração precedida de "PERIGO" contém informações que devem ser postas em prática para evitar lesões físicas graves ou morte.



## ATENÇÃO!

Uma declaração precedida de "ATENÇÃO" contém informações que devem ser postas em prática para evitar algum dano físico ao usuário.



## CUIDADO!

Uma indicação precedida pela palavra "CUIDADO" contém informações que devem ser postas em prática para evitar danos ao produto.



Guarde este Manual para consultá-lo futuramente. Leia e compreenda este manual.



Risco de projetar o usuário para trás e causar ferimentos graves, caso o equipamento não seja utilizado corretamente.



Risco de ferimentos graves ao usuário ou terceiros, caso as mãos sejam colocadas nos rolos do equipamento em uso.



Cuidados ao utilizar o equipamento.

- Não exceder a capacidade máxima de uso de 120 ou 150kg.
- Não permita que crianças se aproximem ou utilizem o equipamento.
- Perigo de choque elétrico.
- Leia e entenda o manual de instruções do usuário.
- Perigo ao utilizar o equipamento, podendo causar danos ao usuário.

---

INTRODUÇÃO.....	06
INFORMAÇÕES SOBRE SEGURANÇA.....	08
CONHECENDO O EQUIPAMENTO.....	14
MONTAGEM DO EQUIPAMENTO.....	23
INSTRUÇÕES OPERACIONAIS.....	34
MANUTENÇÃO.....	50
GARANTIA.....	58



## SEJA BEM VINDO À MOVEMENT!

Parabéns, agora você faz parte do universo MOVEMENT!

Com o objetivo de oferecer produtos, serviços e soluções inovadoras que atendam à necessidade de lazer, bem-estar e conforto, despertando as pessoas para uma vida mais prazerosa e saudável, a Brudden criou a marca MOVEMENT.

Fundada para desenvolver e produzir equipamentos de ginástica, a Movement logo se destacou no mercado brasileiro pela tradição em praticidade e durabilidade, que faz da Brudden ícone em qualidade nos mercados em que atua.

Com alto investimento em pesquisa e desenvolvimento junto à instituições de renome, como a Escola de Educação Física e Esportes da Universidade de São Paulo - EEFÉ/USP, a Movement promove a melhoria da qualidade de vida aos mais diferentes perfis e hábitos, com a presença marcante em Residências, Condomínios, Academias, Clubes, Hotéis, Clínicas, Empresas e Organizações.

A qualidade em equipamentos se estende aos serviços prestados por sua ampla rede de atendimentos e Pontos Autorizados, espalhados por todo território nacional, levando a Movement sempre perto de você e sua família, em prol de uma vida mais saudável e prazerosa para quem treina em nossos equipamentos e rentável para os investidores.

Para confirmar a Garantia MOVEMENT, registre seu equipamento no site [www.movement.com.br/garantia](http://www.movement.com.br/garantia).

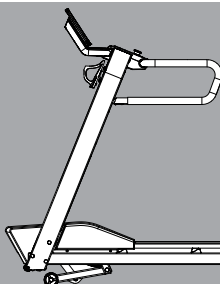
O cadastro é gratuito, prático e rápido. Ele permitirá uma maior cobertura do seu investimento, facilitando nossa comunicação e agilizando eventuais pedidos de serviços ou assistência técnica.

De acordo com o manual de instruções, a ausência do cadastro prejudicará seu direito de garantia. Para mais informações, consulte o tópico de GARANTIA deste manual.

Acesse nosso site e saiba mais sobre o que nossa empresa oferece para melhorar a sua qualidade de vida.



# INFORMAÇÕES SOBRE SEGURANÇA



**LX 150 G4**  
**LX 150i G4**

**LX 160 G4**  
**LX 160i G4**

**PROFORMEL 27** **PROFORMEL 27+**



## PERIGO!

- O mau uso do equipamento pode transformá-lo em um instrumento perigoso, podendo causar ferimentos graves ou até mesmo a morte do usuário, sendo de extrema importância a leitura e compreensão deste Manual.
- Antes de utilizar o equipamento, leia atentamente este Manual, certificando-se quanto à correta montagem e utilização, sob pena de graves ferimentos e morte do usuário.
- É de inteira **RESPONSABILIDADE** do comprador dos produtos MOVEMENT ler o manual de instruções e os adesivos de advertência do equipamento. É também de inteira responsabilidade do comprador instruir os usuários finais sobre o uso correto do equipamento.
- Os usuários devem ser supervisionados por profissional habilitado, cabendo ao comprador instruí-los corretamente. O uso do equipamento de forma contrária ao previsto neste Manual pode resultar em graves ferimentos e morte do usuário.
- Este equipamento não é destinado a pessoas com capacidade física, sensoriais ou mentais reduzidas, ou por pessoas com falta de experiência e conhecimento, a menos que tenha recebido instruções referentes à utilização do equipamento e estejam sob supervisão de instrutor.
- ENTENDER cada adesivo de advertência é importante. Em caso de dúvida, contate nossa central de atendimento pelo telefone 0800 772 40 80.
- NUNCA permita que duas ou mais pessoas utilizem o equipamento ao mesmo tempo.
- Não permita que terceiros fiquem próximo ao equipamento, podendo causar acidente.
- Mantenha tanto o piso no entorno da esteira, quanto sua lona sempre secos e limpos, evitando assim escorregões e quedas que poderão resultar em grave acidente.
- Certifique-se que o equipamento está devidamente nivelado ao solo e sobre uma superfície plana, longe de paredes a fim de manter o equilíbrio do equipamento e evitar acidentes e danos ao usuário.
- NÃO coloque o equipamento sobre piso polido (liso), pois pode causar a locomoção do equipamento.



## PERIGO!

- Nunca faça modificações no equipamento sem autorização do fabricante. Modificações ou acessórios não autorizados podem resultar na perda da garantia, além de provocar ferimentos graves ou fatais ao usuário.
- Não exceda a capacidade máxima do equipamento, o limite de peso da esteira é de 120kg para a esteira LX150 / 150i G4 e de 150kg para a LX160 / 160i G4.
- Antes de iniciar qualquer tipo de atividade física, consulte um médico.
- Exercícios incorretos ou excessivos podem causar graves lesões. Caso sinta qualquer tipo de dor, tonturas, sensação de desmaio ou falta de ar, pare imediatamente o exercício e consulte um médico especializado.
- Não utilize o equipamento caso esteja doente ou sobre o efeito de drogas, álcool ou qualquer substância que afete sua capacidade psicomotora.
- Não utilize o equipamento descalço, com calçado de salto ou sola gasta. Certifique-se que não há pedras presas no calçado.
- Não utilize roupas folgadas, evite usar joias, correntes, cabelos soltos e demais objetos. Use sempre roupa destinada à prática do exercício físico.
- Não permita que crianças, idosos e animais fiquem próximos ao equipamento, risco de acidentes graves ou fatais.
- Nunca se posicione sobre a carenagem dianteira ou nos acabamentos traseiros, mesmo quando ela estiver desligada, ligada ou inclinada, para evitar qualquer acidente.
- Nunca saia da esteira diretamente pela lona em movimento, esteja ela inclinada ou não, use a lateral da esteira para apoiar os pés ou reduzindo a velocidade gradualmente até a parada total da lona. Utilize também o corrimão da esteira para se apoiar enquanto se exercita ou quando for sair e entrar na esteira.
- Jamais remova a carenagem dianteira do equipamento.
- Nunca coloque a mão entre a lona da esteira e a carenagem quando o equipamento estiver sendo utilizado, risco de acidente grave ao usuário ou a terceiros.



## PERIGO!

- Não coloque a mão no motor do equipamento, risco de acidente grave ou fatal ao usuário. Caso a esteira venha a apresentar falha no motor, contate imediatamente um ponto autorizado, não tente fazer qualquer tipo de reparo no equipamento.
- Não faça modificações no motor do equipamento, risco de acidente grave ou fatal e perda da garantia do produto.
- Não corra de costas para o módulo eletrônico, risco de acidentes graves ou fatais.
- Use somente acessórios devidamente recomendado pelo fabricante.
- Mantenha o cabo de alimentação de energia afastado de superfícies quentes ou fontes de calor. Evite também que o cabo de energia fique enroscado em qualquer parte da esteira. Caso o cabo esteja enroscado embaixo da esteira levante a mesma e desenrosque o cabo.
- NUNCA puxe ou movimente o equipamento através do cabo de alimentação de energia. Antes de fazer qualquer mudança de local do seu equipamento sempre desconecte o cabo de energia da tomada.
- Antes de retirar o seu equipamento da energia, certifique-se de colocar o interruptor da esteira na posição DESLIGA ou "O".
- Ao menor sinal de desgaste no cabo de energia, ou exposição dos fios pare imediatamente a utilização do equipamento e entre em contato com um ponto autorizado para fazer a troca da peça.
- É OBRIGATÓRIA a utilização de uma tomada adequada e devidamente aterrada afim de evitar choques elétricos, queimaduras, fogo, danos ao equipamento, danos ao módulo e acidentes graves ou fatais ao usuário.
- Ao executar a limpeza no equipamento remova o equipamento da tomada para evitar descarga de choques elétricos. Não molhe o módulo eletrônico, risco de choque.
- Ao terminar de utilizar o equipamento, sempre remova o mesmo da tomada.



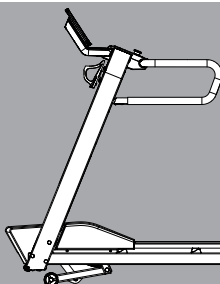
## PERIGO!

- Não utilize esse produto ao ar livre, próximo a piscinas ou em áreas com alta umidade.
- Nunca opere o equipamento com as passagens de ar bloqueadas. Mantenha as passagens de ar livres de fiapos, cabelos ou qualquer outro material que possa causar obstrução.
- Nunca insira objetos em qualquer abertura nesses produtos. Caso um objeto caia no interior, desligue a energia, desconecte o cabo de alimentação e cuidadosamente recupere o objeto. Caso o item não possa ser alcançado, entre em contato com um ponto autorizado.
- Caso os adesivos de alerta estejam faltando ou danificados, entre em contato com a MOVEMENT imediatamente para solicitar os adesivos de alerta. Os adesivos de alerta estão colados no equipamento e devem ser fiscalizados antes da utilização do produto.
- Não utilize o equipamento caso o mesmo apresente qualquer tipo de dano em sua estrutura ou chassis. Risco de acidente grave ou fatal.





# CONHECENDO O EQUIPAMENTO



**LX 150 G4**  
**LX 150i G4**

**LX 160 G4**  
**LX 160i G4**

**PROFORME 27** **PROFORME 27+**

# CONHECENDO O EQUIPAMENTO

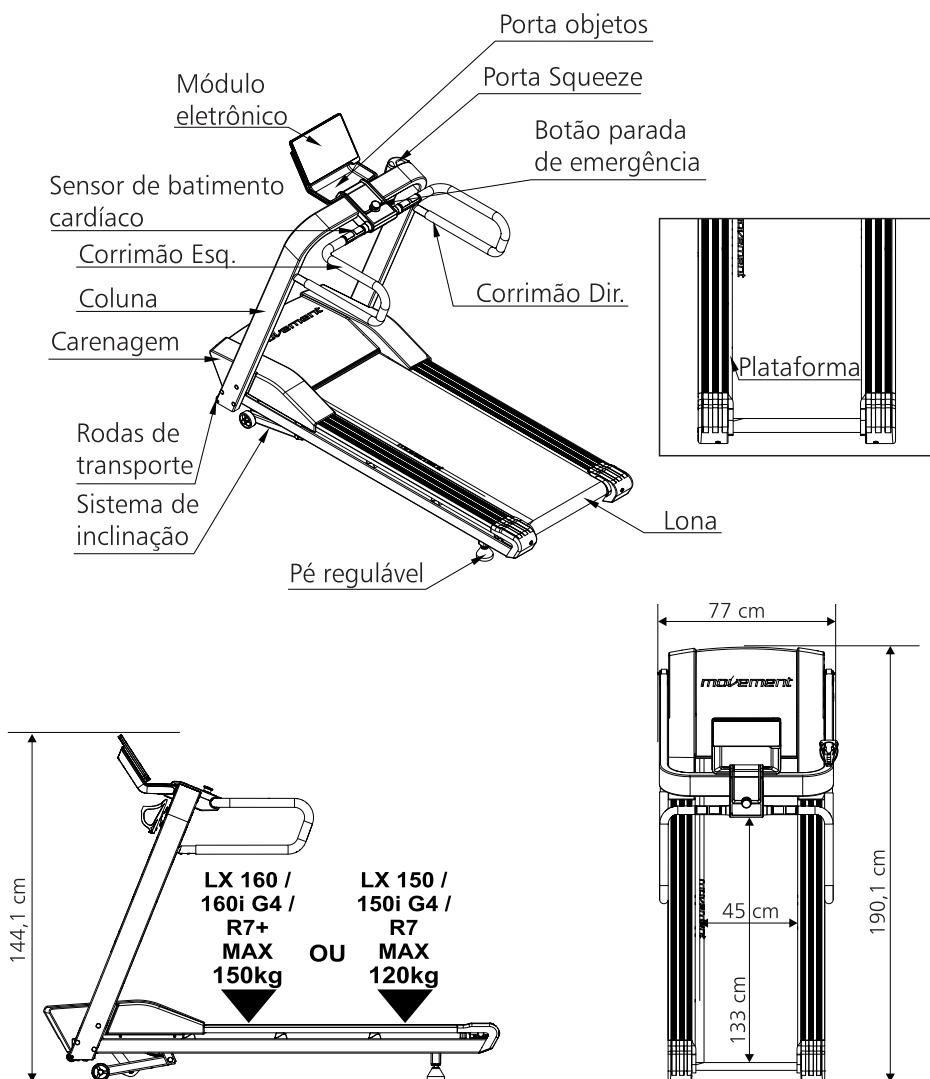
LX 150 G4 / LX 150i G4 / LX 160 G4 / LX 160i G4 / R7 / R7+

**LX 150 G4 / LX 150i G4 / LX 160 G4 / LX 160i G4 / R7 / R7+**

## OBJETIVO

Uma esteira ergométrica é destinada ao treinamento e condicionamento físico do usuário através da utilização de um piso deslizante. Possui motor elétrico, inclinação ajustada pelo usuário e modos de treinamento pré determinados e execução de uma gama de exercícios diferenciados voltados a força e condicionamento físico.

Este equipamento é composto basicamente por 14 componentes principais:



# LX 150 G4

## FICHA TÉCNICA DO EQUIPAMENTO

<b>Módulo Multifuncional</b>	Display LCD Monocromático
<b>Programas de Treinamento</b>	8 Programas (*Vide capítulo de instrução operacional)
<b>Atalhos de Comando</b>	Não
<b>Atalhos de Velocidade</b>	Sim
<b>Facilidade</b>	Porta objetos / Porta copos
<b>Aplicação</b>	Profissional
<b>Sistema de Amortecimento</b>	Coxins Elásticos Movement
<b>Sistema de Inclinação</b>	Não
<b>Sistema de Emergência</b>	Botão de Emergência
<b>Deck</b>	Deck com 1 face deslizante
<b>Lubrificação</b>	Movelub
<b>Verificação Cardíaca</b>	Sensor de mão
<b>Estrutura</b>	Estrutura em aço com carenagens injetadas em ABS de alta resistência e P.P.
<b>Motor (AC)</b>	Nominal 1.2 cv / 1.8 cv (Potência de pico)
<b>Velocidade</b>	1.2 km/h - 14 km/h (variação de 0.1 km/h)
<b>Área de Corrida</b>	45 cm x 133 cm (L x C)
<b>Capacidade de Uso</b>	120 kg
<b>Dimensões</b>	190,1 cm x 144,1 cm x 77 cm (C x A x L)
<b>Peso</b>	106 kg
<b>Idiomas</b>	Português, Espanhol e Inglês
<b>Tensão de alimentação (AC)</b>	127V <b>OU</b> 220V (50 / 60Hz)
<b>Transporte</b>	Rodas de Transporte dianteira
<b>Garantia</b>	*Vide capítulo de Garantia para maiores detalhes

## LX 150i G4

### FICHA TÉCNICA DO EQUIPAMENTO

<b>Módulo Multifuncional</b>	Display LCD Retroiluminado
<b>Programas de Treinamento</b>	8 Programas (*Vide capítulo de instrução operacional)
<b>Atalhos de Comando</b>	Não
<b>Atalhos de Velocidade</b>	Sim
<b>Facilidade</b>	Porta objetos / Porta copos
<b>Aplicação</b>	Profissional
<b>Sistema de Amortecimento</b>	Coxins Elásticos Movement
<b>Sistema de Inclinação</b>	0 ~15% / variação de 0,5 %
<b>Sistema de Emergência</b>	Botão de Emergência
<b>Deck</b>	Deck com 1 face deslizante
<b>Lubrificação</b>	Movelub
<b>Verificação Cardíaca</b>	Sensor de mão e cinta torácica
<b>Estrutura</b>	Estrutura em aço com carenagens injetadas em ABS de alta resistência e P.P.
<b>Motor (AC)</b>	Nominal 1.2 cv / 1.8 cv (Potência de pico)
<b>Velocidade</b>	1.2 km/h - 14 km/h (variação de 0.1 km/h)
<b>Área de Corrida</b>	45 cm x 133 cm (L x C)
<b>Capacidade de Uso</b>	120 kg
<b>Dimensões</b>	190,1 cm x 144,1 cm x 77 cm (C x A x L)
<b>Peso</b>	108 kg
<b>Idiomas</b>	Português, Espanhol e Inglês
<b>Tensão de alimentação (AC)</b>	127V <b>OU</b> 220V (50 / 60Hz)
<b>Transporte</b>	Rodas de Transporte dianteira
<b>Garantia</b>	*Vide capítulo de Garantia para maiores detalhes



## FICHA TÉCNICA DO EQUIPAMENTO

<b>Módulo Multifuncional</b>	Display LCD Monocromático
<b>Programas de Treinamento</b>	8 Programas (*Vide capítulo de instrução operacional)
<b>Atalhos de Comando</b>	Não
<b>Atalhos de Velocidade</b>	Sim
<b>Facilidade</b>	Porta objetos / Porta copos
<b>Aplicação</b>	Residencial
<b>Sistema de Amortecimento</b>	Coxins Elásticos Movement
<b>Sistema de Inclinação</b>	Não
<b>Sistema de Emergência</b>	Botão de Emergência
<b>Deck</b>	Deck com 1 face deslizante
<b>Lubrificação</b>	Movelub
<b>Verificação Cardíaca</b>	Sensor de mão
<b>Estrutura</b>	Estrutura em aço com carenagens injetadas em ABS de alta resistência e P.P.
<b>Motor (AC)</b>	Nominal 1.2 cv / 1.8 cv (Potência de pico)
<b>Velocidade</b>	1.2 km/h - 14 km/h (variação de 0.1 km/h)
<b>Área de Corrida</b>	45 cm x 133 cm (L x C)
<b>Capacidade de Uso</b>	120 kg
<b>Dimensões</b>	190,1 cm x 144,1 cm x 77 cm (C x A x L)
<b>Peso</b>	106 kg
<b>Idiomas</b>	Português, Espanhol e Inglês
<b>Tensão de alimentação (AC)</b>	127V <b>OU</b> 220V (50 / 60Hz)
<b>Transporte</b>	Rodas de Transporte dianteira
<b>Garantia</b>	*Vide capítulo de Garantia para maiores detalhes

## LX 160 G4

### FICHA TÉCNICA DO EQUIPAMENTO

<b>Módulo Multifuncional</b>	Display LCD Monocromático
<b>Programas de Treinamento</b>	8 Programas (*Vide capítulo de instrução operacional)
<b>Atalhos de Comando</b>	Não
<b>Atalhos de Velocidade</b>	Sim
<b>Facilidade</b>	Porta objetos / Porta copos
<b>Aplicação</b>	Profissional
<b>Sistema de Amortecimento</b>	Coxins Elásticos Movement
<b>Sistema de Inclinação</b>	Não
<b>Sistema de Emergência</b>	Botão de Emergência
<b>Deck</b>	Deck com 1 face deslizante
<b>Lubrificação</b>	Movelub
<b>Verificação Cardíaca</b>	Sensor de mão
<b>Estrutura</b>	Estrutura em aço com carenagens injetadas em ABS de alta resistência e P.P.
<b>Motor (AC)</b>	Nominal 2.0 cv / 3.0 cv (Potência de pico)
<b>Velocidade</b>	1.2 km/h - 18 km/h (variação de 0.1 km/h)
<b>Área de Corrida</b>	45 cm x 133 cm (L x C)
<b>Capacidade de Uso</b>	150 kg
<b>Dimensões</b>	190,1 cm x 144,1 cm x 77 cm (C x A x L)
<b>Peso</b>	108 kg
<b>Idiomas</b>	Português, Espanhol e Inglês
<b>Tensão de alimentação (AC)</b>	127V <b>OU</b> 220V (50 / 60Hz)
<b>Transporte</b>	Rodas de Transporte dianteira
<b>Garantia</b>	*Vide capítulo de Garantia para maiores detalhes

# LX160i G4

## FICHA TÉCNICA DO EQUIPAMENTO

<b>Módulo Multifuncional</b>	Display LCD Retroiluminado
<b>Programas de Treinamento</b>	8 Programas (*Vide capítulo de instrução operacional)
<b>Atalhos de Comando</b>	Não
<b>Atalhos de Velocidade</b>	Sim
<b>Facilidade</b>	Porta objetos / Porta copos
<b>Aplicação</b>	Profissional
<b>Sistema de Amortecimento</b>	Coxins Elásticos Movement
<b>Sistema de Inclinação</b>	0 ~15% / variação de 0,5 %
<b>Sistema de Emergência</b>	Botão de Emergência
<b>Deck</b>	Deck com 1 face deslizante
<b>Lubrificação</b>	Movelub
<b>Verificação Cardíaca</b>	Sensor de mão e cinta torácica
<b>Estrutura</b>	Estrutura em aço com carenagens injetadas em ABS de alta resistência e P.P.
<b>Motor (AC)</b>	Nominal 2.0 cv / 3.0 cv (Potência de pico)
<b>Velocidade</b>	1.2 km/h - 18 km/h (variação de 0.1 km/h)
<b>Área de Corrida</b>	45 cm x 133 cm (L x C)
<b>Capacidade de Uso</b>	150 kg
<b>Dimensões</b>	190,1 cm x 144,1 cm x 77 cm (C x A x L)
<b>Peso</b>	110 kg
<b>Idiomas</b>	Português, Espanhol e Inglês
<b>Tensão de alimentação (AC)</b>	127V <b>OU</b> 220V (50 / 60Hz)
<b>Transporte</b>	Rodas de Transporte dianteira
<b>Garantia</b>	*Vide capítulo de Garantia para maiores detalhes



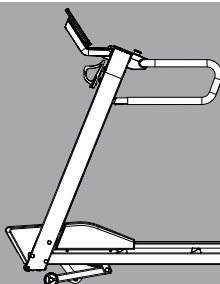
## FICHA TÉCNICA DO EQUIPAMENTO

<b>Módulo Multifuncional</b>	Display LCD Monocromático
<b>Programas de Treinamento</b>	8 Programas (*Vide capítulo de instrução operacional)
<b>Atalhos de Comando</b>	Não
<b>Atalhos de Velocidade</b>	Sim
<b>Facilidade</b>	Porta objetos / Porta copos
<b>Aplicação</b>	Residencial
<b>Sistema de Amortecimento</b>	Coxins Elásticos Movement
<b>Sistema de Inclinação</b>	Não
<b>Sistema de Emergência</b>	Botão de Emergência
<b>Deck</b>	Deck com 1 face deslizante
<b>Lubrificação</b>	Movelub
<b>Verificação Cardíaca</b>	Sensor de mão
<b>Estrutura</b>	Estrutura em aço com carenagens injetadas em ABS de alta resistência e P.P.
<b>Motor (AC)</b>	Nominal 2.0 cv / 3.0 cv (Potência de pico)
<b>Velocidade</b>	1.2 km/h - 18 km/h (variação de 0.1 km/h)
<b>Área de Corrida</b>	45 cm x 133 cm (L x C)
<b>Capacidade de Uso</b>	150 kg
<b>Dimensões</b>	190,1 cm x 144,1 cm x 77 cm (C x A x L)
<b>Peso</b>	108 kg
<b>Idiomas</b>	Português, Espanhol e Inglês
<b>Tensão de alimentação (AC)</b>	127V <b>OU</b> 220V (50 / 60Hz)
<b>Transporte</b>	Rodas de Transporte dianteira
<b>Garantia</b>	*Vide capítulo de Garantia para maiores detalhes





# MONTAGEM DO EQUIPAMENTO



**LX 150 G4**  
**LX 150i G4**

**LX 160 G4**  
**LX 160i G4**

**R7** **R7+**



## CUIDADO!

Antes de iniciar a montagem da sua esteira é necessário se atentar para os seguintes cuidados:

- Certifique que a embalagem não está danificada e que as partes e componentes do equipamento não estão avariadas.
- Recomenda-se que a esteira seja desembalada no local em que será montada.
- O local de montagem deve estar limpo.
- O piso deve ser plano e nivelado, firme / rígido para evitar instabilidade da esteira.
- O espaço ao redor da esteira deve estar livre, conforme descrito neste Manual (ver Capítulo das especificações técnicas).
- Recomenda-se que a esteira seja montada longe da umidade e ao abrigo da luz solar, a fim de evitar danos às partes eletrônicas do equipamento.

A montagem do equipamento requer as seguintes ferramentas:



Chave  
fixa n° 13



Chave  
Philips



Allen n° 5  
Allen n° 6  
Allen n° 8



Trava rosca  
médio torque

## ÍCONES



Para esta montagem  
recomenda-se que  
seja feita em duas  
pessoas



50%  
Não dar o  
aperto final  
nos parafusos



100%  
Dar o  
aperto final  
nos parafusos

### TABELA DE ESPECIFICAÇÃO DE TORQUE DE APERTO DOS PARAFUSOS

Diâmetro [mm]	Torque [N.m]
M6	9-12
M8	22-29
M10	45-58

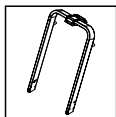
OBS: Consulte a tabela de torque para saber como dar o aperto dos parafusos de forma correta no equipamento.

# MONTAGEM DO EQUIPAMENTO

LX150 G4 / LX150i G4 / R7 / R7+  
LX160 G4 / LX160i G4 / R7 / R7+

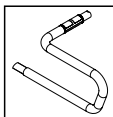
## LISTA DE COMPONENTES

LX150 G4 / LX150i G4 / R7 / R7+  
LX160 G4 / LX160i G4 / R7 / R7+



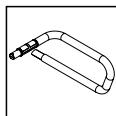
DESCRIÇÃO

A - Coluna



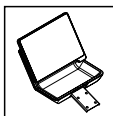
DESCRIÇÃO

B - Corrimão esquerdo



DESCRIÇÃO

C - Corrimão Direito



DESCRIÇÃO

D - Módulo eletrônico



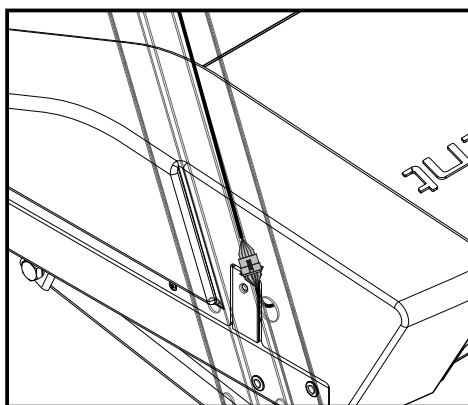
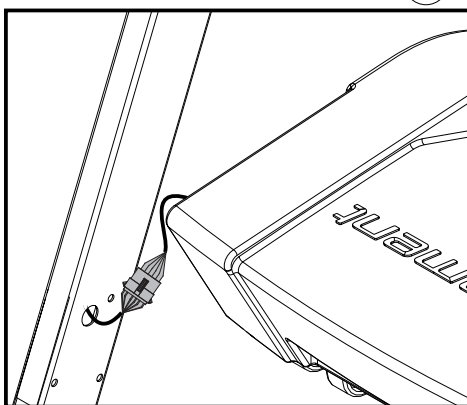
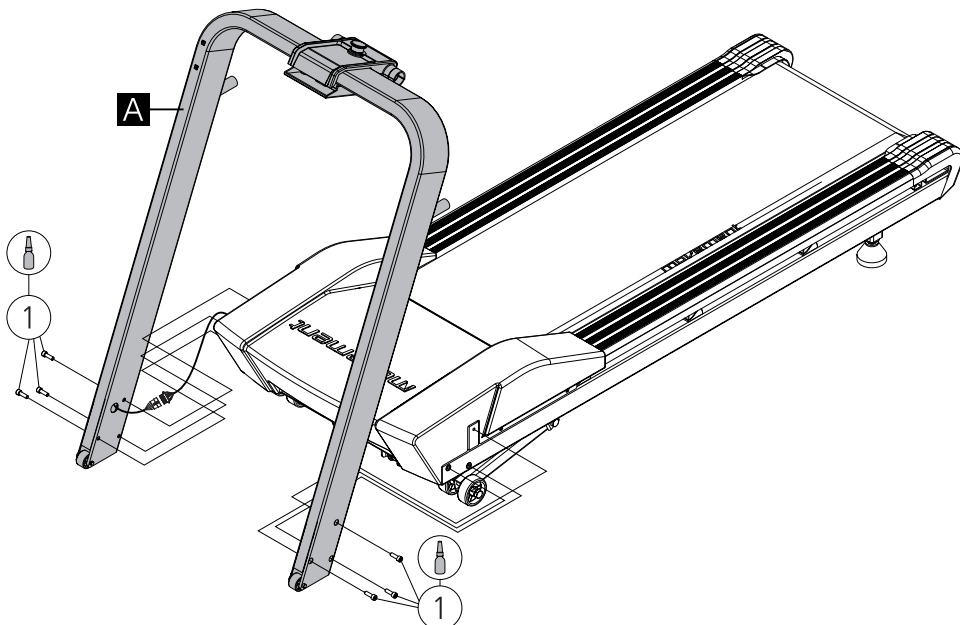
DESCRIÇÃO

E - Porta Squeeze

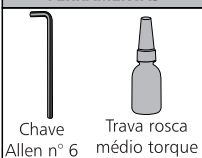
## PASSO 1

### LISTA DE PEÇAS

DESCRIÇÃO	QTD.	DESCRIÇÃO
 1 - Parafuso Cab. Cil Sext. Interno - M8X25	6	 A - Coluna



### FERRAMENTAS



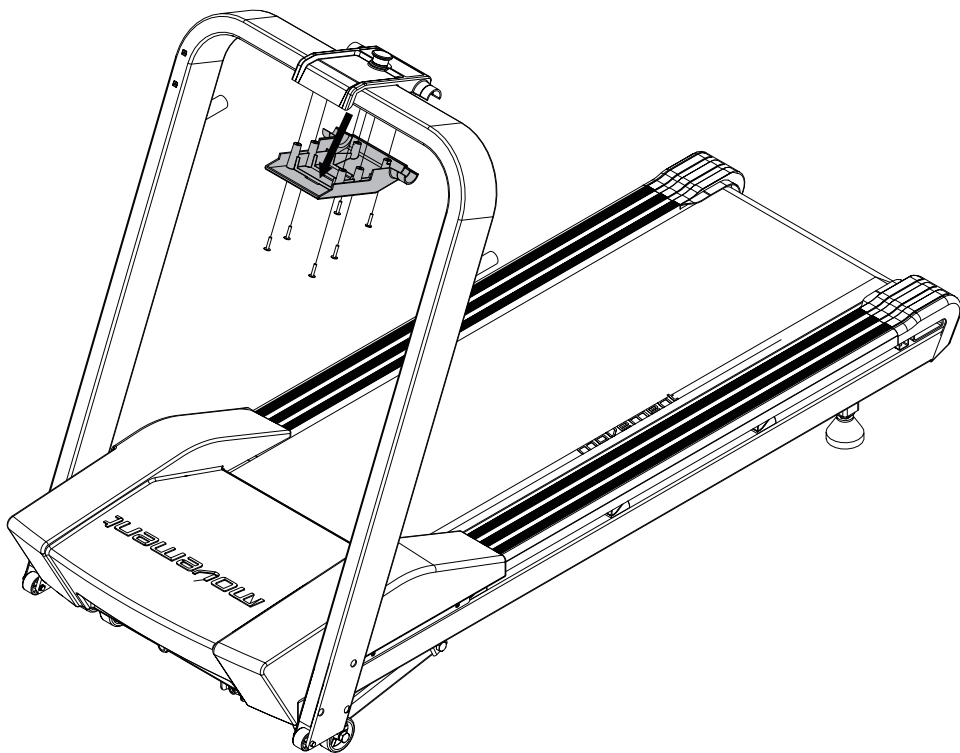
50%



### CUIDADO!

Cuidado com os cabos para que não sejam danificados na montagem da coluna. Guarde o cabo dentro da coluna para evitar qualquer tipo de dano.

## PASSO 2



### FERRAMENTAS



Chave  
Philips







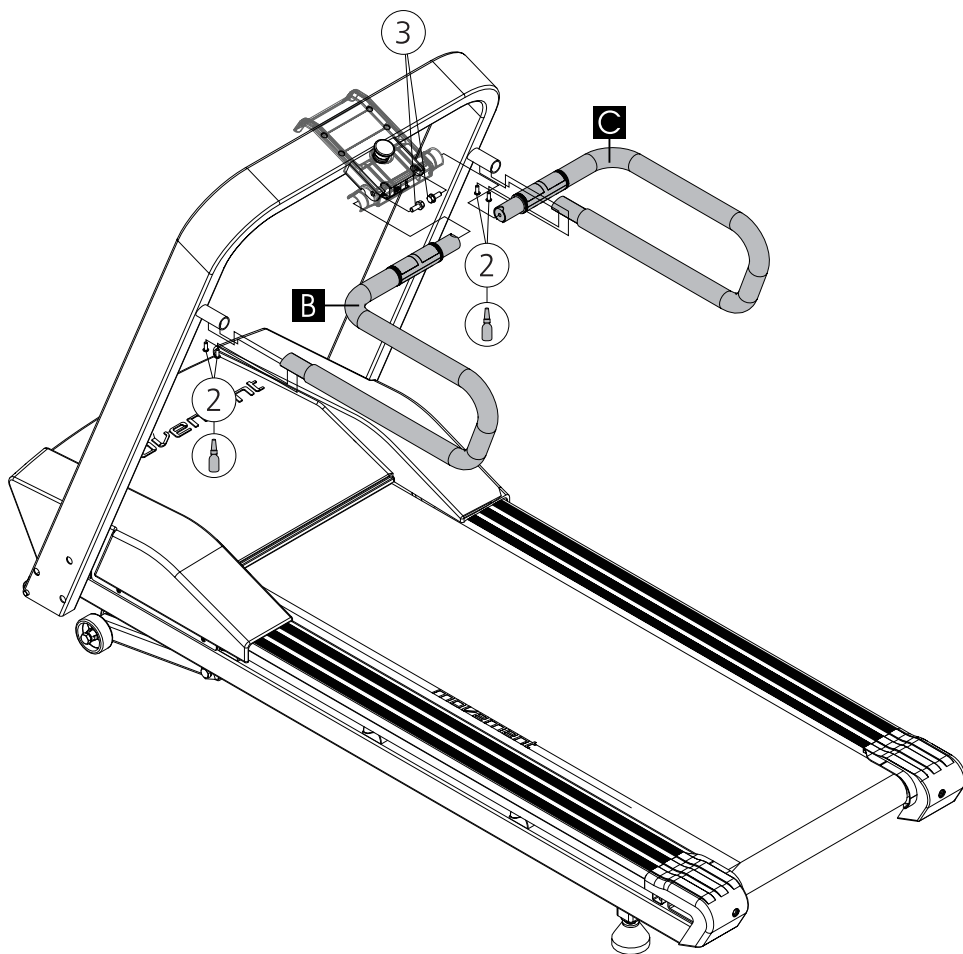
**CUIDADO!**

Ao remover a carenagem inferior,  
guarde os parafusos para  
que não se percam.

## PASSO 3

### LISTA DE PEÇAS

	<b>DESCRIÇÃO</b> 2 - Parafuso Cab. Aba. Sext. Interno - M6X16	<b>QTD.</b> 4		<b>DESCRIÇÃO</b> 3 - Parafuso Cab. Sext. Flangeada - M8X20	<b>QTD.</b> 2		<b>DESCRIÇÃO</b> B - Corrimão esquerdo
	<b>DESCRIÇÃO</b> C - Corrimão Direito						



### FERRAMENTAS

		
Chave Allen n° 4	Trava rosca médio torque	Chave fixa n° 13

50%



## PASSO 4

### LISTA DE PEÇAS

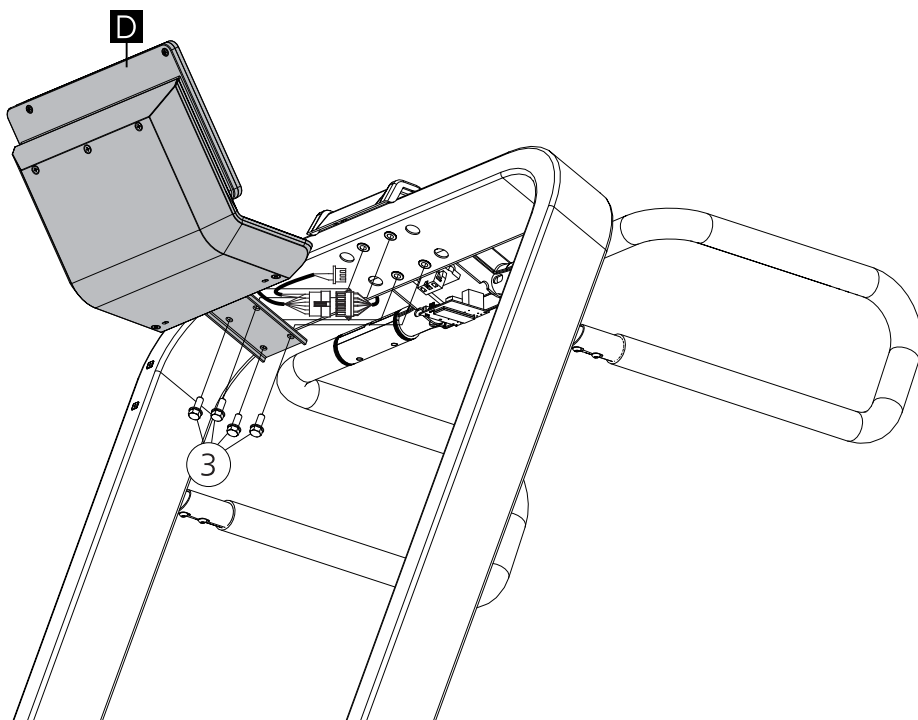


**DESCRIÇÃO**  
3 - Parafuso Cab. Sext.  
Flangeada - M8X20

**QTD.**  
4



**DESCRIÇÃO**  
D - Módulo eletrônico



### FERRAMENTAS



Chave  
fixa n°13

100%

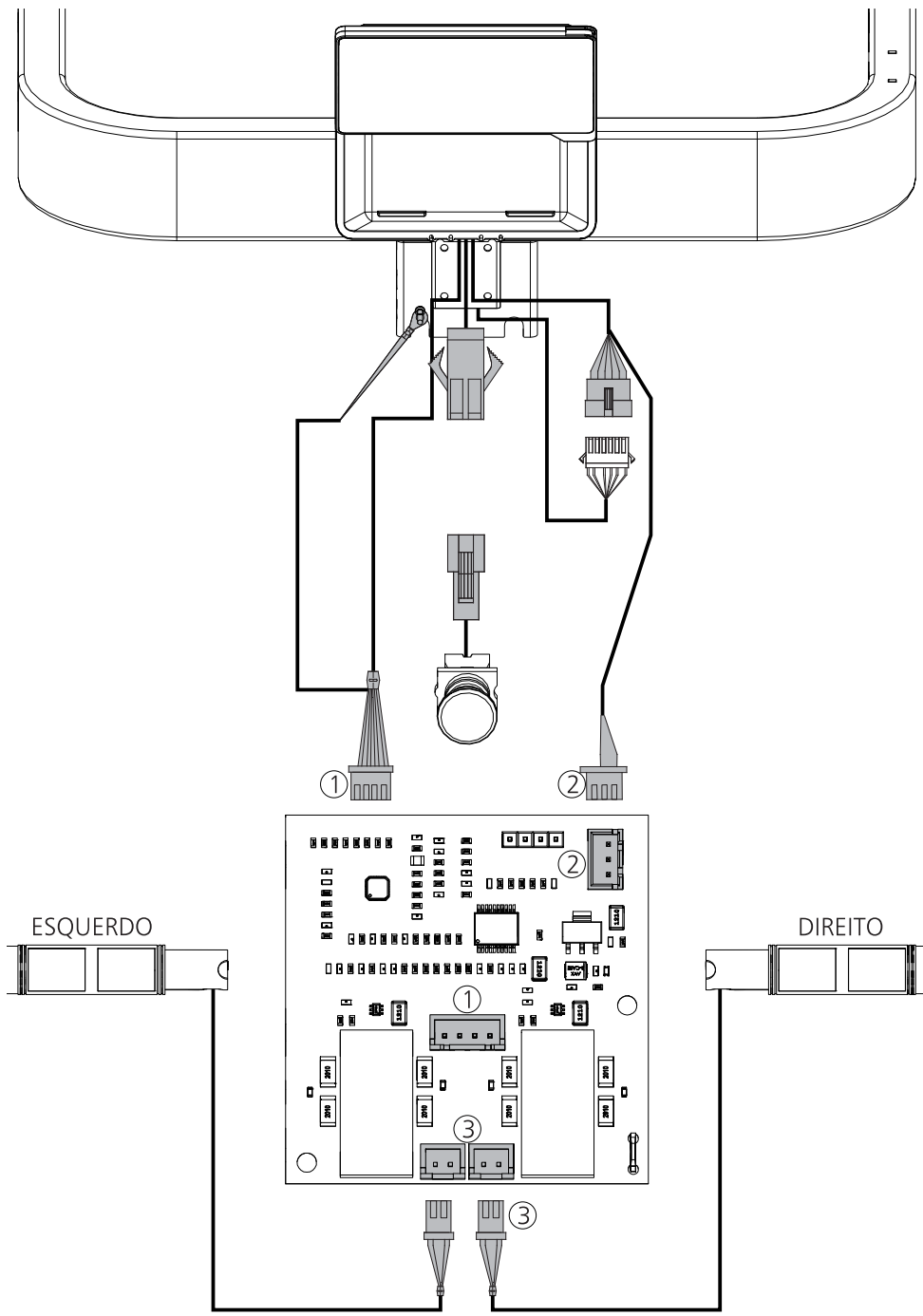


### CUIDADO!

Cuidado com os cabos para que não sejam danificados na montagem do módulo. Guarde os cabos dentro da coluna para evitar qualquer tipo de dano.



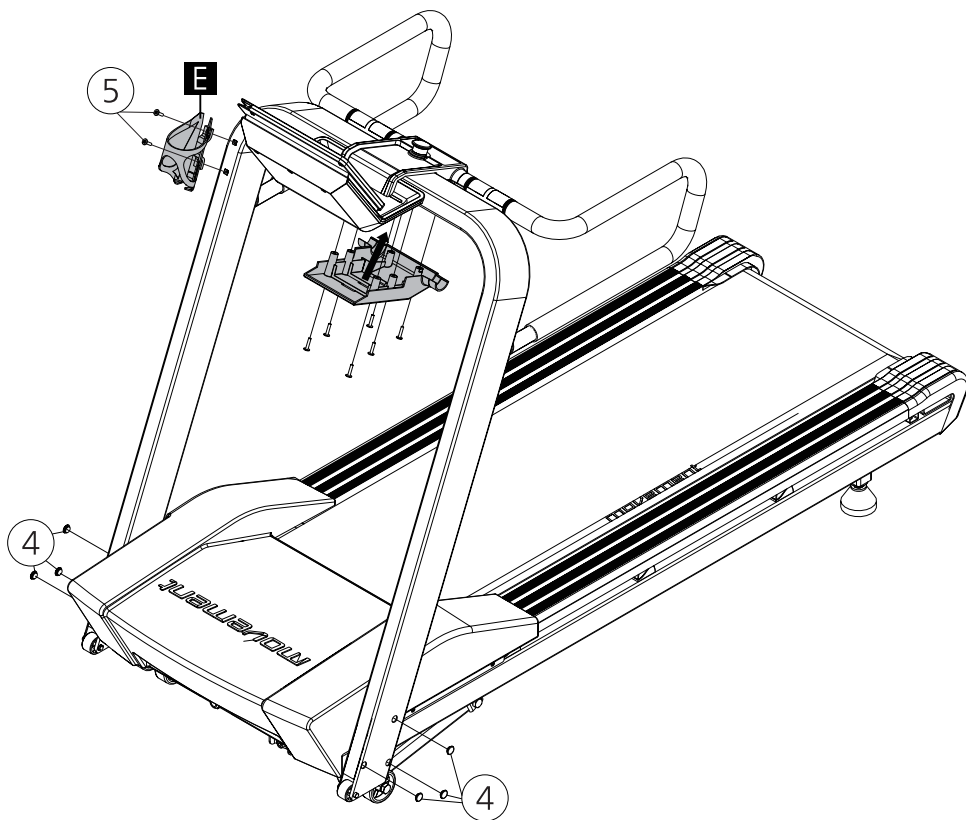
## PASSO 4



## PASSO 5

### LISTA DE PEÇAS

DESCRIÇÃO	QTD.	DESCRIÇÃO	QTD.	DESCRIÇÃO
 4 - Plug	6	 5 - Parafuso Flangeado Fenda Philips - M5X25	2	 E - Porta Squeeze

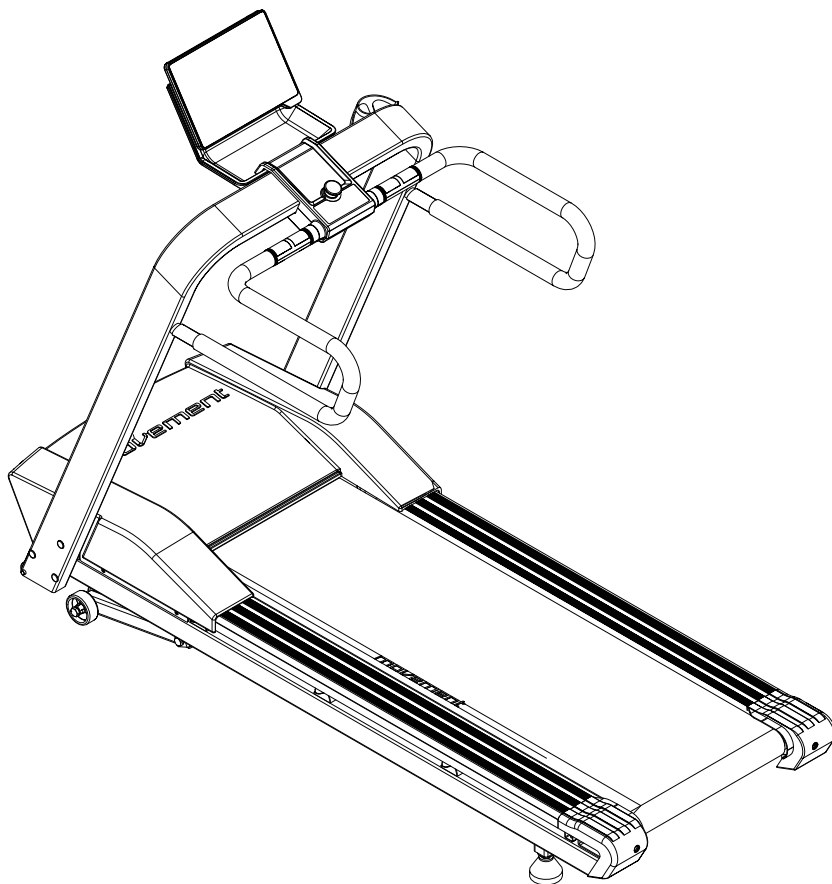


### FERRAMENTAS



### CUIDADO!

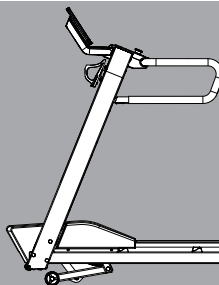
Antes de colocar os Plug, aperte por completo todos os parafusos. Cuidado ao parafusar a carenagem inferior para que os cabos não venham se prender e consequentemente causar rompimento ou esmagamento dos cabos.



PARABÉNS! SUA ESTEIRA ESTÁ DEVIDAMENTE MONTADA.  
Consulte o capítulo sobre instrução operacional antes de utilizar o equipamento



# INSTRUÇÕES OPERACIONAIS

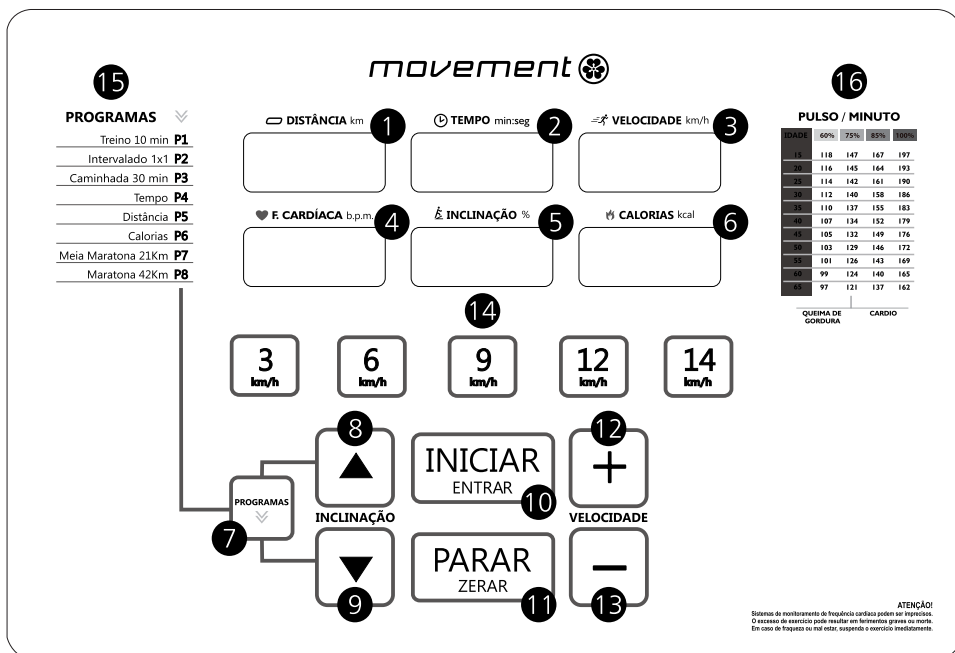


**LX 150 G4**  
**LX 150i G4**

**LX 160 G4**  
**LX 160i G4**

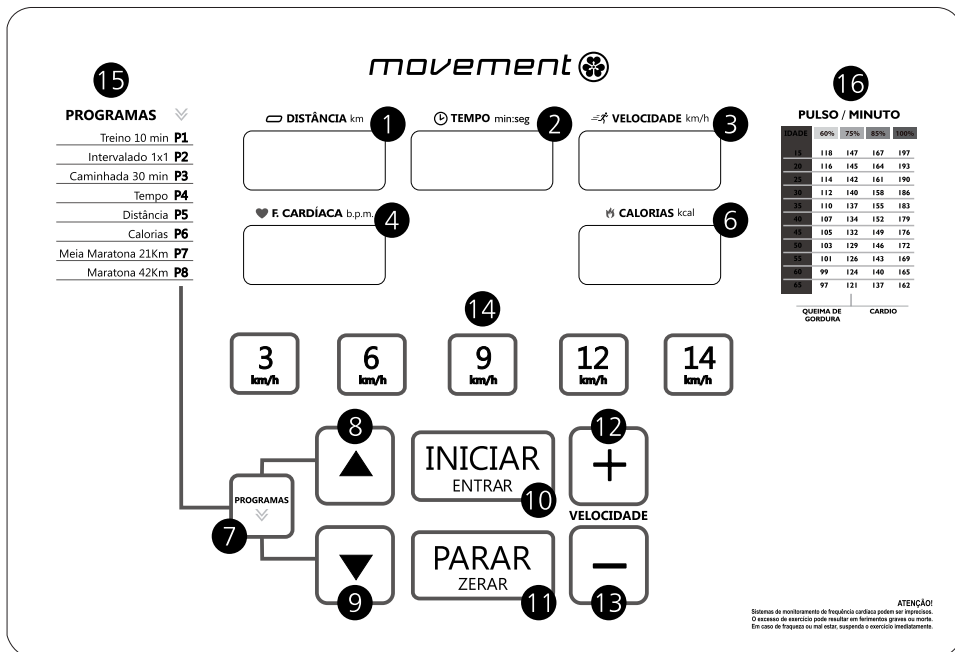
**PROFORM** **R7** **PROFORM** **R7+**

Alguns modelos de esteiras possuem inclinação, abaixo segue o modelo do módulo eletrônico com inclinação.



- 1 Mostrador Digital de Distância
- 2 Mostrador Digital de Tempo
- 3 Mostrador Digital de Velocidade
- 4 Mostrador Digital de Frequência Cardíaca / Programa
- 5 Mostrador Digital de Inclinação
- 6 Mostrador Digital de Calorias
- 7 Tecla de Seleção de Programas
- 8 Tecla de Acréscimo de valores e Incremento de Inclinação
- 9 Tecla de Decréscimo de valores e Decremento de Inclinação
- 10 Tecla Iniciar / Entrar
- 11 Tecla de Parada da atividade / Zerar dados
- 12 Tecla de incremento de velocidade
- 13 Tecla de decremento de velocidade
- 14 Teclas de atalho de velocidade
- 15 Tabela de Programas
- 16 Tabela de Referência idade / Frequência Cardíaca

Alguns modelos de esteiras não possuem inclinação, abaixo segue o modelo do módulo eletrônico sem inclinação.



- 1** Mostrador Digital de Distância
- 2** Mostrador Digital de Tempo
- 3** Mostrador Digital de Velocidade
- 4** Mostrador Digital de Frequência Cardíaca / Programa
- 6** Mostrador Digital de Calorias
- 7** Tecla de Seleção de Programas
- 8** Tecla de Acréscimo de valores
- 9** Tecla de Decréscimo de valores
- 10** Tecla Iniciar / Entrar
- 11** Tecla de Parada da atividade / Zerar dados
- 12** Tecla de incremento de velocidade
- 13** Tecla de decremento de velocidade
- 14** Teclas de atalho de velocidade
- 15** Tabela de Programas
- 16** Tabela de Referência idade / Frequência Cardíaca

## ESPECIFICAÇÃO

- Display: Painel LCD / retroiluminação com 6 janelas (somente na versão com inclinação)
- Display: Painel LCD / monocromático com 5 janelas (somente na versão sem inclinação)
- Circuito de Frequência Cardíaca: Sensor de mão & receptor sem fio Polar Coded integrado (somente na versão com inclinação);
- Programas: 1 Manual + 8 programas;
- Tamanho do display: 20 X 45 mm;

## FAIXAS DE DADOS

- Velocidade: 1.2 ~ 14 km/h (esteira do modelo LX150/ 150i G4)
- Velocidade: 1.2 ~ 18 km/h (esteira do modelo LX160/ 160i G4)
- Inclinação: 0 ~ 15%/ Intervalo de 0.5%; (esteira do modelo Lx150i/ 160i G4)
- Distância: 0 ~ 99.99km/ Intervalos de 0.01 km;
- Tempo: 00:00 ~ 99:59 min;
- Frequência Cardíaca: 40 ~ 230 bpm;
- Calorias: 0 ~ 1999 kcal;

## CAMPOS

### CAMPO 1 - Mostrador digital de Distância

Este campo indica a quantidade de quilômetros, seja de forma crescente ou decrescente, variando de zero a 99,99 km no modo crescente, e de 99,5 km a zero no modo decrescente.

### CAMPO 2 - Mostrador digital de Tempo

Monitora o tempo decorrido durante a atividade desenvolvida pelo usuário, seja de forma crescente ou decrescente, variando de zero a 99:59 minutos no modo crescente, e de 99 minutos até zero no modo decrescente.

### CAMPO 3 - Mostrador Digital Velocidade

Este campo indica a velocidade do movimento em quilômetros por hora, sendo velocidade mínima 1,2km/h e velocidade máxima 14km/h (LX150G4 / LX150iG4) ou 18km/h (LX160G4/LX160iG4).

### CAMPO 4 - Mostrador Digital de Frequência Cardíaca / Programa

Monitora a frequência cardíaca do usuário durante a atividade desenvolvida, sendo que a frequência máxima admitida em leitura é de 230 batimentos por minuto (BPM). O usuário deve segurar os sensores de batimento cardíaco para ativar esta função. Cinta torácica pode ser usada para os modelos com inclinação LX150iG4 e LX160iG4 (cinta torácica não acompanha o produto, vendida separadamente).

Durante a seleção de programas, este campo indica o número do programa escolhido pelo usuário de P1 a P8.



## **Campo 5 - Mostrador digital de Inclinação (disponível nos modelos LX150i /LX160i G4)**

Esta função indica a quantidade de inclinação em percentual, sendo que a inclinação da esteira pode variar de 0 a 15 % em passos de 0,5%.

## **CAMPO 6 - Mostrador digital de Calorias**

Este campo indica as calorias gastas durante o exercício que será expressa na unidade "kcal", seja de forma crescente ou decrescente, variando de zero a 1999 kcal no modo crescente, e de 1990 kcal a zero no modo decrescente.

## **CAMPO 7 - Botão Programas**

Através do botão PROGRAMAS, é possível que o usuário selecione 1 entre os 8 programas disponíveis.

## **CAMPO 8 - Botões de Acréscimo de Valores e Incremento de inclinação**

Aumenta a inclinação conforme necessidade do usuário durante a atividade. (LX150i / LX160i G4).

Durante os ajustes de dados de programa, aumenta os valores inseridos nos campos de Distância, Tempo, Velocidade e Calorias.

## **CAMPO 9 - Botões de Decréscimo de Valores e Decremento de inclinação**

Diminui a inclinação conforme necessidade do usuário durante a atividade. (LX150i / LX160i G4).

Durante os ajustes de dados de programa, diminui os valores inseridos nos campos de Distância, Tempo, Velocidade e Calorias.

## **CAMPO 10 - Botão Iniciar/Entrar**

Inicia um programa ou atividade e confirma opção selecionada pelo usuário.

## **CAMPO 11 - Botão para Parar / Zerar Dados**

Para o exercício e apaga os dados.

## **Campo 12 – Tecla de incremento de velocidade**

Aumenta a velocidade conforme necessidade do usuário durante a atividade.

## **Campo 13 – Tecla de decremento de velocidade**

Diminui a velocidade conforme necessidade do usuário durante a atividade.

## **Campo 14 - Tabela de Programas**

Tabela para consulta rápida com o nome de cada programa.

## **CAMPO 15 - Atalho para Velocidades**

Teclas pré-programadas para velocidades de fácil acesso (3km/h, 6km/h, 9km/h, 12km/h e 14km/h).

## **CAMPO 16 - Tabela de Referência Idade/Frequência Cardíaca**

Orienta a escolha da faixa de trabalho mais adequada ao usuário e aos seus objetivos.

## INÍCIO RÁPIDO

Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para ativar o programa INÍCIO RÁPIDO. O display de tempo (JANELA 2) realizará uma contagem regressiva de 3 segundos por meio de 3 bipes curtos e, então, iniciará a partir de 1.2 km/h. Pressione as teclas +/- (TECLA 12 e 13) para alterar a velocidade. Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para elevar a esteira (LX150i / LX160i G4). O tempo, as calorias e a distância contarão a partir de zero (JANELAS 2, 6 e 1).

**INICIAR**  
ENTRAR

## PAUSAR / PARAR

Durante o exercício, pressione PARAR / ZERAR (TECLA 11) uma vez para pausar a esteira.

Pressione PARAR / ZERAR (TECLA 11) novamente para excluir todos os dados e retornar a tela inicial.

**PARAR**  
ZERAR

## ESCOLHA DE PROGRAMA

Pressione PROGRAMAS (TECLA 7) para selecionar um programa de P1 a P8, e, então, pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para confirmar. O número do programa será exibido na janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4).

Três bipes curtos indicam o término do programa e a esteira para de operar.

Antes de iniciar o programa selecionado, siga o procedimento para operar os diferentes programas conforme abaixo:

**PROGRAMAS**



## PROGRAMA 1 - TREINO 10 MIN

Caso P1 seja selecionado, a janela TEMPO (JANELA 2) exibe "10:00" minutos e a janela de FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P1. Pressione INICIAR/ ENTRAR (TECLA 10) para iniciar o programa.

Pressione + / - (TECLA 12 e 13) para ajustar a velocidade e pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para ajustar o nível de inclinação (LX150i / LX160 G4).

## PROGRAMA 2 - INTERVALADO 1x1

Caso P2 seja selecionado, a janela DISTÂNCIA (JANELA 1) exibe "U1" (VELOCIDADE 1), a janela VELOCIDADE (JANELA 3) exibe "5.0" e a janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P2.

Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) ou os botões de atalho de velocidade para definir a Velocidade desejada. Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para salvar a Velocidade desejada e selecionar o próximo parâmetro.

A janela DISTÂNCIA (JANELA 1) exibe "U2"(VELOCIDADE 2), a janela VELOCIDADE (JANELA 3) exibe "8.0", e a janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P2. Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) ou os botões de atalho de velocidade para definir a Velocidade 2 desejada. Pressione INICIAR/ ENTRAR (TECLA 10) para salvar a Velocidade 2 desejada e selecionar o próximo parâmetro.

A janela TEMPO (JANELA 2) exibe "10:00" como o tempo de exercício pré-definido e a janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P2. Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para definir o tempo de exercício desejado (faixa de tempo de 5 ~ 99 minutos). Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para salvar o tempo desejado e iniciar o programa. A velocidade começa do nível 1. A inclinação começa do nível 0. Primeiro minuto - Velocidade 1, segundo minuto - Velocidade 2, terceiro minuto - Velocidade 1, quarto minuto - Velocidade 2, em intervalos de um minuto, a velocidade alternará até concluir o tempo definido.

Pressione + / - (TECLA 12 e 13) para ajustar a velocidade e pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 69) para ajustar o nível de inclinação a qualquer momento. O TEMPO (JANELA 2) realiza uma contagem regressiva a partir do tempo ajustado até zero.

### PROGRAMA 3 - CAMINHADA DE 30 MIN.

Caso P3 seja selecionado, a janela VELOCIDADE (JANELA 3) exibe "6.0" e a janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P3.

Pressione +/- (TECLA 12 e 13) ou ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para definir a Velocidade desejada. A faixa de velocidade é de 3.0 a 8.0km/h. O intervalo para ajuste da velocidade é de 0.1 km/h. Pressione INICIAR/ ENTRAR (TECLA 10) para salvar a velocidade desejada e iniciar o programa. No início do programa, a esteira opera por 5 minutos 2.0 km/h abaixo da velocidade desejada. Daí em diante, o programa ajusta a velocidade automaticamente conforme a tabela abaixo.

A velocidade pode ser alterada a qualquer momento durante o exercício. No entanto, as mudanças manuais são substituídas pelas velocidades previstas no programa.

TEMPO - MINUTOS	VELOCIDADE - km/h
0 ~ 5	Desejada - 2.0
5 ~ 10	+1.0
10 ~ 20	+1.0
20 ~ 25	-1.0
25 ~ 30	-1.0

## PROGRAMA 4 - TEMPO

Caso P4 seja selecionado, a janela TEMPO (JANELA 2) exibe "20:00" como o tempo de exercício pré-definido e a janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P4.

Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para definir o tempo de exercício desejado. Pressione INICIAR/ENTRAR (TECLA 10) para salvar o tempo desejado e iniciar o programa. A velocidade inicial é 1.2 km/h. A inclinação começa do nível 0. Pressione + / - (TECLAS 12 e 13) para ajustar a velocidade. Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para ajustar o nível de inclinação (LX150i / LX160i G4). O TEMPO (JANELA 2) realiza uma contagem regressiva a partir do tempo ajustado até zero.

## PROGRAMA 5 - DISTÂNCIA

Caso P5 seja selecionado, a janela DISTÂNCIA (JANELA 1) exibe "1.00" e a janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P5.

Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para definir a distância desejada.

Pressione INICIAR/ENTRAR (TECLA 10) para salvar a distância desejada e iniciar o programa.

A velocidade inicial é 1.2 km/h. A inclinação inicia do nível 0. Pressione + / - TECLA 12 e 13 para ajustar a velocidade. Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para ajustar o nível de inclinação (LX150i / LX160i G4). A DISTÂNCIA (JANELA 1) realiza uma contagem regressiva a partir da distância ajustado.

## PROGRAMA 6 - CALORIAS

Caso P6 seja selecionado, a janela CALORIAS (JANELA 6) exibe "100" e a janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P6.

Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para definir a queima de calorias desejada. Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para salvar a queima de calorias e iniciar o programa. A velocidade inicial é 1.2 km/h. A inclinação inicia do nível 0. Pressione + / - (TECLAS 12 e 13) para ajustar a velocidade. Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para ajustar o nível de inclinação (LX150i / LX160i G4). CALORIAS (JANELA 6) realiza uma contagem regressiva a partir da queima de calorias ajustado.

## PROGRAMA 7 – MEIA MARATONA 21Km

Caso P7 seja selecionado, a janela DISTÂNCIA (JANELA 1) exibe "21.00" km e a janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P7.

Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para iniciar o programa. Pressione + / - (TECLA 12 e 13) para ajustar a velocidade. Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para ajustar o nível de inclinação (LX150i / LX160i G4).

A janela distância (JANELA 1) realiza uma contagem regressiva a partir de 21 km até zero.

## PROGRAMA 8 - MARATONA 42Km

Caso P8 seja selecionado, a janela DISTÂNCIA (JANELA 1) exibe "42.00" km e a janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) exibe P8.

Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para iniciar o programa. Pressione + / - (TECLAS 12 e 13) para ajustar a velocidade. Pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para ajustar o nível de inclinação (LX150i / LX160i G4). A janela distância (JANELA 1) realiza uma contagem regressiva a partir de 42 km até zero.

## PÁGINA DE CONFIGURAÇÕES

Este painel de controle possui os seguintes parâmetros configuráveis.

- 1) Modelo do equipamento: esteira (trEA);
- 2) Velocidade final de 14 Km/h ou 18 Km/h;
- 3) Ativar / Desativar Função de Inclinação;
- 4) Ativa / Desativa função SAC
- 5) Distância Total;
- 6) Tempo Total;
- 7) Versão do Firmware;

Pressione e segure as teclas PARAR / ZERAR (TECLA 11) e INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) simultaneamente por 3 segundos até que o primeiro Parâmetro (trEA) seja exibido na janela de distância (JANELA 1). Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para confirmar e selecionar o próximo parâmetro.

 DISTÂNCIA km

No próximo passo, Velocidade final "14" ou "18" km/h será exibido na janela de velocidade (JANELA 3), pressione ▲ / ▼ (TECLAS 8 e 9) para alterar a velocidade final, pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para confirmar e selecionar o próximo parâmetro. 14 km/h LX150 / LX150i G4, 18 km/h LX160 / LX160i G4

 VELOCIDADE km/h

A próxima etapa exibirá "Inc" na janela DISTÂNCIA (JANELA 1) e "0" para desativar ou "1" para habilitar a inclinação na janela TEMPO (JANELA 2). Pressione ▲ / ▼ (TECLA 8 e 9) para habilitar ou desativar a função de inclinação. Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para confirmar e selecionar o próximo parâmetro.

 DISTÂNCIA km

 TEMPO min:seg

A próxima etapa exibirá a habilitação do SAC / PESO padrão na janela FREQUÊNCIA CARDÍACA (JANELA 4) em versão sem inclinação, caso seja a versão com inclinação será exibido na janela INCLINAÇÃO (JANELA 5). O valor deve ser configurado em "0", pois a esteira não possui SAC.

 F. CARDÍACA b.p.m.

 INCLINAÇÃO %

O próximo passo mostrará a distância total (distância acumulada) na janela de DISTÂNCIA (JANELA 1). Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para selecionar o próximo parâmetro.

 DISTÂNCIA km

O próximo passo mostrará o tempo total (horas acumuladas) na janela de TEMPO (JANELA 2). Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) e selecione o próximo parâmetro.

 TEMPO min:seg

O próximo passo exibirá a versão do firmware na janela de DISTÂNCIA (JANELA 1). Pressione INICIAR / ENTRAR (TECLA 10) para finalizar.

 DISTÂNCIA km

## GERAL

- Pressione PARAR / ZERAR (TECLA 11) para parar. Pressione PARAR / ZERAR (TECLA 11) duas vezes para zerar o sistema.
- Antes de iniciar, o painel de controle realiza uma contagem regressiva de 3 segundos e 3 tons no alarme.
- Sob a condição de ajuste, não haja operação por 15 segundos, o equipamento sairá do modo de configuração.
- Cada tecla possui um sinal sonoro.
- Após 5 segundos, caso não haja sinal do sensor de velocidade, a esteira encerra a sua operação.
- Quando o botão de emergência é mantido pressionado, todo o visor exibe "E" e pisca.
- TEMPO E DISTÂNCIA TOTAIS:  
Tempo total: 9999 horas -> 0001 = 1 hora  
Distância total: 9999 km x 10 -> 0001 = 10 km

## INSTRUÇÕES DE ENERGIA

A esteira deve ser aterrada. Se a unidade apresentar malfuncionamento ou quebrar, o aterramento oferece um caminho de menor resistência para a corrente elétrica, o que reduz o risco de choque elétrico. A unidade vem equipada com um cabo de alimentação adequado com um fio de aterramento do equipamento e um plugue com pino de aterramento.

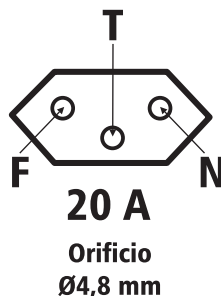
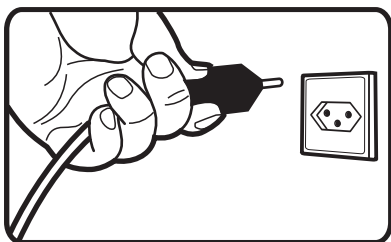
Somente serão aceitas tomadas do tipo bipolar com contato terra (**2P + T 20A de acordo com NBR 14136**). É vetado qualquer tipo de adaptação para tomadas que não possuam pino terra. As tomadas deverão, sempre, estar instaladas em caixas apropriadas que não permitam que seus pólos (da tomada) fiquem expostos. Todas as tomadas deverão estar conectadas ao pino de aterramento. É totalmente inaceitável a utilização do fio neutro (quando a instalação possuir) curto-circuitado ao fio terra.



### ATENÇÃO!

A conexão inadequada do fio de aterramento do equipamento pode resultar em risco de choque elétrico. Consulte um profissional qualificado ou o pessoal de manutenção caso não saiba se a unidade está aterrada adequadamente. Não troque o plugue original da esteira.

Se ele não encaixar na tomada, consiga uma tomada adequada instalada por um electricista qualificado.



### CUIDADO!

De acordo com norma NBR 5410, na tomada específica em que o equipamento será ligado deve existir um disjuntor termomagnético de proteção com as seguintes características:

- **Disjuntor: 25 Amperes - CURVA DE DISPARO B - Para redes 220v.**
- **Disjuntor: 32 Amperes - CURVA DE DISPARO B - Para redes 110v.**

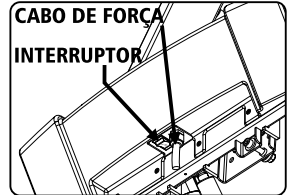
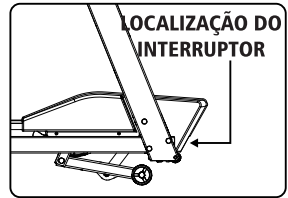
O disjuntor tem a função de proteger o equipamento em caso de avaria elétrica que cause aumento na corrente elétrica de forma perigosa.

**NOTA: A INSTALAÇÃO DO DISJUNTOR DEVE SER DE ACORDO COM A NORMA NBR 5410, OBRIGATÓRIA PARA INSTALAÇÕES DE BAIXA TENSÃO, SUA INSTALAÇÃO É DE RESPONSABILIDADE DO INSTALADOR E DO USUÁRIO.**

## LIGANDO A ESTEIRA

Na parte frontal da esteira, existe um **interruptor** com função **liga / desliga** que deverá ser posicionado na função **desliga** sempre que a esteira estiver ociosa, evitando assim acidentes por acionamento involuntário.

**O** = Desliga      **I** = Liga

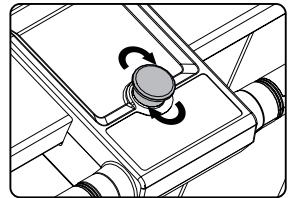


## PERIGO!

Nunca proceda ou implemente modificações/adaptações nos dispositivos de ajuste eletrônico, eletromecânico e/ou mecânico. Os mesmos foram projetados para funcionar nos parâmetros estabelecidos na montagem. O descumprimento desta determinação poderá resultar em lesões ao usuário, danos ao equipamento, e consequente perda da Garantia, além de isentar a Brudden de quaisquer responsabilidade sobre os eventos decorrentes.

## BOTÃO DE EMERGÊNCIA

O botão de emergência é um dispositivo de segurança que acompanha a esteira. Ao pressionar o botão de emergência a esteira irá parar rapidamente o seu movimento. Para soltar o botão de emergência rotacione no sentido horário

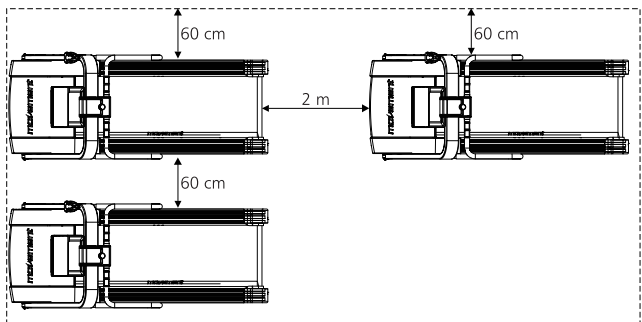


## PERIGO!

Não permita que terceiros se aproxime do botão de emergência enquanto a esteira estiver sendo usada, caso o botão seja pressionado repentinamente, a esteira pode arremessar o usuário para frente devido a parada brusca.

## ESPAÇO

Indicamos para a segurança do usuário a utilização de uma área mínima de acesso e escape conforme figura ao lado. A área de acesso e escape pode ser comum entre as esteiras utilizadas.





## SISTEMA DE INCLINAÇÃO

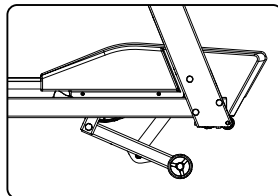
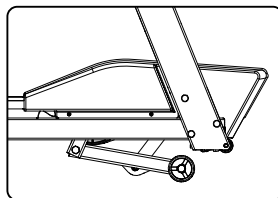
O sistema de inclinação tem como função simular uma elevação durante o treino. Ela pode ser ajustada em alguns níveis para que assim se consiga realizar uma gama de exercícios. A inclinação pode variar de acordo com o treino desejado pelo usuário, se for feita a devida programação a esteira pode adotar automaticamente subidas e descidas.

**Para saber quais modelos possui inclinação ver páginas de 15 a 18.**



### CUIDADO!

Ao término de cada exercício com inclinação, retorne a esteira a sua posição inicial.



## FREQUÊNCIA CARDÍACA

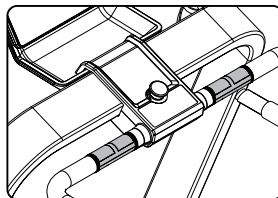
O monitoramento da frequência cardíaca é imprescindível para que você possa controlar a intensidade do exercício.

Para verificar a frequência cardíaca ou acompanhar os programas de batimentos cardíacos, utilize Cinta torácica, Sensor de Batimentos Cardíacos da esteira ou pulso.

## SENSOR DE BATIMENTOS CARDÍACO

É um sensor sensível ao toque das mãos.

Ao tocá-lo, serão registrados os seus batimentos cardíacos. Segure firmemente nos dois sensores e após aproximadamente 10 segundos, aparecerá na “janela” a indicação dos batimentos cardíacos, sob forma de batimentos por minuto (b.p.m).



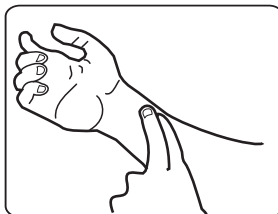
### ATENÇÃO!

Sistemas de monitoramento de frequência cardíaca podem ser imprecisos. O excesso de exercício pode resultar em ferimentos graves ou morte. Em caso de fraqueza ou mal estar, suspenda o exercício imediatamente.

## PULSO

Coloque os dedos médio e indicador no pulso radial para sentir o batimento cardíaco. Conte os batimentos por 15 segundos e multiplique o resultado por 4.

Assim você terá a sua frequência cardíaca por minuto.



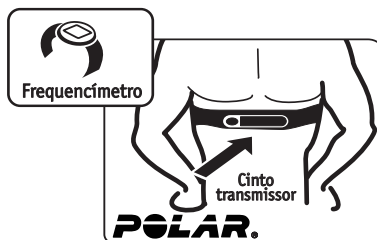
## FREQUENCÍMETRO

É um aparelho que, através de um sensor, mede o registro dos batimentos cardíacos. Este equipamento é encontrado em lojas especializadas em esportes.

\*Não acompanha o equipamento.

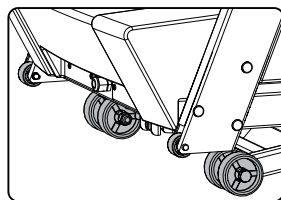
\*Alguns modelos não possuem receptor para cinta polar. (MODELOS Lx150/160).

Modelos de Cinto Transmissor Polar compatíveis com o equipamento: H1 / H2 / H7 / T31 / T34.



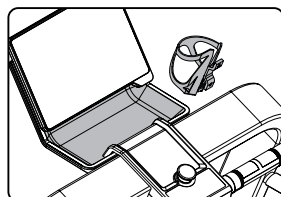
## RODAS DE TRANSPORTE

Alguns modelos possuem rodas de transporte localizadas na coluna do equipamento e outros modelos possuem suas rodas localizadas no sistema de inclinação.



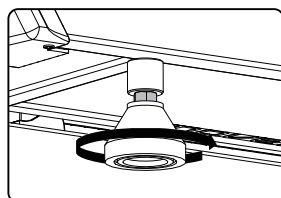
## PORTA OBJETOS E CARAMANHOLA

A esteira possui compartimentos para apoio de objetos (chaves, carteira) e caramanhola (squeeze).



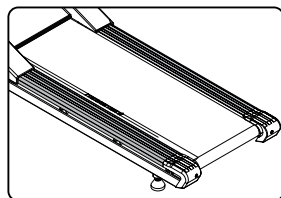
## PÉS REGULÁVEIS

Para nivelar a esteira ao piso utilize os 4 ou 2 pés localizados embaixo da esteira que ajudam a manter a estabilidade ao solo. Sempre mantenha a esteira nivelada para não danificar o equipamento. Para fazer o nivelamento, solte a contraporca ajuste os pés e reaperte a contra porca.

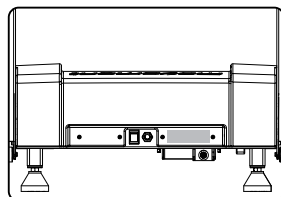


## ESTRIBOS LATERAIS

Os estribos laterais permitem que o usuário fique em pé nas laterais da esteira antes de dar início ao exercício e ao término do exercício.



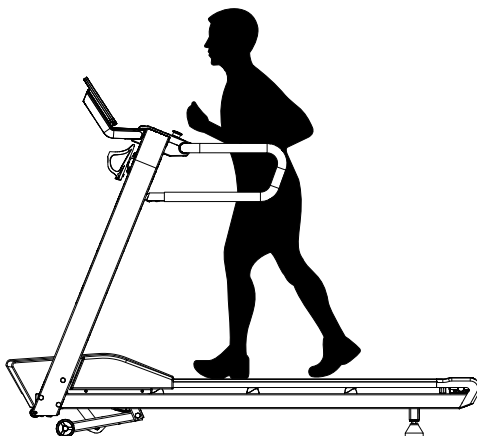
**NÚMERO DE SÉRIE** - O número de série contém informações pertinentes à classe do equipamento e dados do fabricante. Não remova o adesivo do número de série, pois ele facilita o fornecimento de informações para um ponto autorizado ou para o fabricante. Se o adesivo com o número de série descolar, entrar em contato imediatamente com o fabricante.



## USANDO A ESTEIRA

### 1- CAMINHADA:

- a) Selecione o programa desejado, ou faça os ajustes a sua preferência
- b) Pode-se segurar no corrimão, sensor de batimentos cardíacos ou deixar as mãos livres.
- c) Inicie o treino
- d) Caso a esteira esteja no programa, ela irá parar automaticamente. Caso tenha feito o treino manualmente, basta pressionar a tecla parar.



## USANDO A ESTEIRA

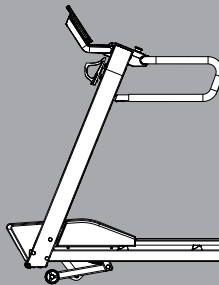
### 2- CORRIDA:

- a) Selecione o programa desejado, ou faça os ajustes a sua preferência
- b) Pode-se segurar no corrimão, sensor de batimentos cardíacos ou deixar as mãos livres.
- c) Inicie o treino
- d) Caso a esteira esteja no programa, ela irá parar automaticamente. Caso tenha feito o treino manualmente, basta pressionar a tecla parar.





# MANUTENÇÃO



**LX 150 G4**  
**LX 150i G4**

**LX 160 G4**  
**LX 160i G4**

**27** **27+**

## RECOMENDAÇÕES

Para manter uma maior durabilidade da sua esteira é importante seguir uma série de precauções para evitar qualquer tipo de problema na esteira ou a usuários e/ou terceiros. Em caso de quebra de qualquer parte da esteira, coloque o equipamento fora de uso até que a parte que foi comprometida seja devidamente concertada.

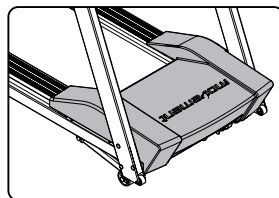
## LIMPEZA

Semanalmente, limpe o equipamento utilizando uma escova de nylon macia. Passe aspirador de pó embaixo do equipamento para evitar o acúmulo de sujeira e pó, que podem afetar o funcionamento do equipamento.

Use sempre água, sabão e um pano macio para a limpeza do revestimento do corrimão e do equipamento antes e após o treino. Nunca utilize produtos de limpeza ácidos. Jamais despeje água no equipamento ou aplique líquidos em spray, mesmo com a utilização de pano macio e úmido espere o equipamento secar por completo para assim iniciar um novo treino.

## CARENAGEM DIANTEIRA

Muitas vezes o usuário pode acabar pisando na carenagem dianteira por acidente, por tanto pode haver a quebra da mesma. Caso venha a sofrer qualquer tipo de dano a carenagem dianteira deve ser trocada imediatamente. Não apoie os pés na carenagem dianteira ou objetos.

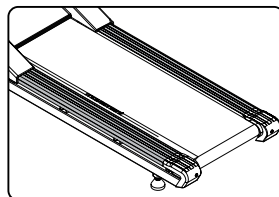


### PERIGO!

Caso a troca da carenagem dianteira não seja feita, pode causar acidentes graves ou fatais ao usuário pois com a carenagem dianteira quebrada o motor da esteira fica exposto, podendo assim o usuário pisar e a carenagem ceder.

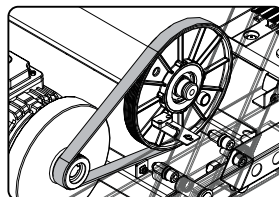
## ESTRIBOS LATERAIS

Pelo fato do usuário poder pisar nos estribos laterais no início ou término do exercício o mesmo pode sofrer danos com o passar do tempo. Caso os estribos sofram qualquer tipo de dano, faça a troca imediata da peça(s) danificada(s).



## CORREIA

Não é possível utilizar o equipamento sem a correia. Nunca tente trocar a correia. Em caso de quebra, entre em contato imediatamente com o Fabricante ou Ponto Autorizado.



## AJUSTE DA LONA

A lona da esteira vem pré-ajustada de fábrica, porém cada usuário tende a forçar a lona para um lado durante o exercício seja com o pé direito ou esquerdo. Para ajustá-la corretamente siga os passos abaixo:

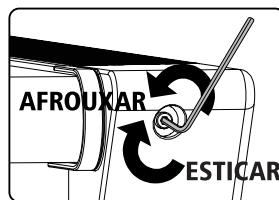
Com a esteira em baixa velocidade (5km/h), caminhe sobre a mesma e, segurando no corrimão, tente fazê-la parar. Se conseguir parar, gire os dois parafusos de regulação meia volta no sentido horário, e tente novamente parar a lona.

Repita a operação até que a mesma não pare, ou seja, não patine mais no rolo motriz.

Agora, faremos o alinhamento do rolo traseiro, fazendo-o ficar paralelo ao dianteiro. Para isso, siga os procedimentos:

- Com a lona em movimento, a aproximadamente 5 km/h, examine se a mesma está centrada ou deslocada, para a esquerda ou para direita. Se estiver deslocada para a direita, gire o parafuso da direita 90° (um quarto de volta) no sentido horário e o parafuso da esquerda 90° no sentido anti-horário.
- A cada intervenção, gire apenas um quarto de volta, pois esta operação se realiza com pequenos ângulos de deslocamento do eixo traseiro.
- Espere alguns minutos com a lona em movimento para que as fibras do tecido da lona se acomodem e então, repita a operação até que a lona se centralize.

Caso a lona esteja deslocada para a esquerda, o parafuso esquerdo é que deve ser girado no sentido horário (90°) e o parafuso direito girado no sentido anti-horário (90°). Repita o procedimento, se necessário.



### CUIDADO!

Tome o cuidado para não esticar em excesso, pois poderá provocar a ruptura da emenda da lona.

## LUBRIFICAÇÃO DA LONA

Para um bom funcionamento das esteiras Movement, alguns cuidados são necessários. O deslizamento da lona sobre a prancha exige que a lona esteja devidamente lubrificada.

Para manter os critérios da garantia, a Movement pré-lubrifica a lona antes da montagem com o lubrificante Movelub, desenvolvido para garantir maior vida útil ao conjunto lona e prancha de seu equipamento Movement.

A lubrificação de fábrica tem validade de 1000 km ou 2 meses a partir da data de aplicação.

Após 1000 km ou 2 meses da lubrificação, o que vier primeira, a esteira deve ser lubrificada novamente com o lubrificante Movelub da Movement.

Para gerenciar as aplicações e proteger seu produto de maneira eficiente, não se esqueça de atualizar o adesivo de lubrificação preenchendo-o com a data da próxima aplicação.

## APLICAÇÃO DO LUBRIFICANTE

1 - Ligue a esteira a uma velocidade de 4,5 km/h

2 - Insira o aplicador no vão entre o estribo e o chassi garantindo que a ponta do aplicador fique posicionado no meio da lona conforme imagens ao lado.

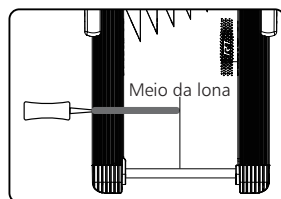
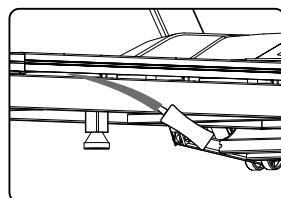
3 - Aplique lentamente (sem apertar o frasco) os 125 ml do lubrificante MOVELUB no centro da lona.

4 - Feita a aplicação do lubrificante deixe a esteira ligada por mais

10 minutos, para que o lubrificante se espalhe da melhor forma pela lona.

5 - Para garantir a qualidade da lubrificação, verifique se o lubrificante se espalha uniformemente pela lona. Este deve ficar aproximadamente a uma distância de 30 mm da borda da lona, em ambos os lados.

6 - Em caso de substituição da lona, a primeira lubrificação deve ser de 155 ml.



### PERIGO!

Mantenha o frasco de lubrificante e o aplicador fora do alcance de crianças e animais.



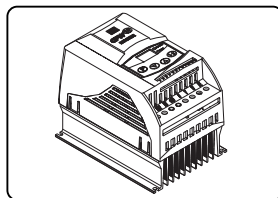
### CUIDADO!

Aplique sempre a quantidade certa de Movelub de acordo com o manual de instrução. O excesso ou falta de lubrificante causará danos ao equipamento, como descolamento ou inchaço da prancha, desgaste excessivo da lona e sobrecarga ao sistema de



## TABELA DE ERROS DO INVERSOR

Antes de remover a carenagem dianteira para ver o inversor, lembre-se de desligar a esteira. O inversor possui códigos que podem ajudar na identificação de alguma falha. Veja a tabela abaixo para identificar os possíveis diagnósticos de falha.



FALHA / ALARME	DESCRIÇÃO
<b>A046</b> <b>Carga alta do motor</b>	Alarme de sobre carga do motor
<b>A050</b> <b>Temperatura elevada no módulo de potência</b>	Alarme de temperatura elevada medida no sensor de temperatura (NTC) do módulo de potência.
<b>A084</b> <b>Alarme de autodiagnose</b>	Alarme relativo ao algoritmo de identificação automática do hardware do inversor.
<b>A190</b> <b>Defeito no Circuito de inclinação</b>	Alarme de defeito no circuito responsável pelo controle do motor de inclinação.
<b>F021</b> <b>Subtensão no barramento CC</b>	Falha de subtensão no circuito intermediário.
<b>F022</b> <b>Sobretensão no barramento CC</b>	Falha de sobretensão no circuito intermediário.
<b>F051</b> <b>Sobret temperatura nos IGBTs</b>	Falha de sobret temperatura medida no sensor de temperatura (NTC) do módulo de potência.
<b>F070</b> <b>Sobrecorrente / Curto - circuito</b>	Sobrecorrente ou curto-circuito na saída ou barramento CC.

<b>F072</b> <b>Sobrecarga do motor</b>	Falha de sobrecarga no motor.
<b>F080</b> <b>Falha na CPU</b> <b>(Watchdog)</b>	Falha relativa ao algoritmo de supervisão da CPU principal do inversor.

## TABELA DE MANUTENÇÃO DA ESTEIRA

Utilize a tabela a seguir para saber a periodicidade das manutenções.

VERIFICAR	DIÁRIA	SEMANAL	MENSAL	ANUAL
<b>PARAFUSOS</b>		Reaperte os parafuso, caso as peças estejam soltas		
<b>LIMPEZA</b>	Fazer a limpeza do equipamento			
<b>LONA</b>		Verificar se a lona está desalinhada. Se estiver fazer o alinhamento		

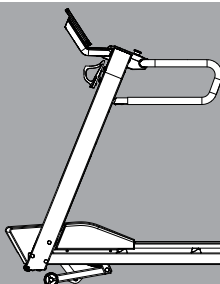
<b>LUBRIFICAÇÃO</b>				Fazer a lubrificação a cada 1000 km ou a cada 2 meses, o que vier primeiro.
<b>CORREIA</b>			Verificar a cada 6 meses se a correia não esta danificada ou solta. Se sim entre em contato com uma autorizada.	
<b>CARENAGEM E ESTRIBOS LATERAIS</b>	Verificar se a carenagem dianteira e os estribos laterais não estão danificados.			
<b>NIVELAMENTO</b>		Verificar se a esteira está devidamente nivelada ao solo		

Caso encontre qualquer problema com sua esteira entre em contato com um ponto autorizado e solicite uma visita técnica. Qualquer dúvida pode ser sanada através da nossa central de atendimento ao consumidor, pelo telefone 0800-7724080.

Para encontrar um ponto autorizado acesse o site <http://movement.com.br/assistencia-tecnica> e permita que o navegador acesse sua localização e facilite a busca por um ponto autorizado mais próximo.



# GARANTIA



**LX 150 G4**  
**LX 150i G4**

**LX 160 G4**  
**LX 160i G4**

**27** **27+**

## GARANTIA LIMITADA - ESTEIRA

Por favor, leia cuidadosamente os termos e condições dessa garantia antes de utilizar seu equipamento MOVEMENT.

Ao utilizar o equipamento, você estará concordando em seguir os seguintes termos e condições da garantia.

A BRUDDEN garante todos os produtos novos MOVEMENT livre de defeitos em materiais e fabricação para os períodos de garantia estabelecidos abaixo.

Os períodos de garantia iniciam-se na data de emissão da nota fiscal da compra do produto emitida pela BRUDDEN ou pelo revendedor credenciado.

Essa garantia se aplicará somente em defeitos descobertos durante o período de garantia e somente ao comprador original do produto. Para utilizar-se desta garantia, o comprador deverá entrar em contato com um assistente técnico autorizado MOVEMENT em menos de 30 dias após descobrir qualquer não conformidade e deixar o equipamento disponível para inspeção da BRUDDEN ou de sua assistência técnica autorizada. O compromisso da BRUDDEN nesta garantia está limitado como demonstrado abaixo.

### GANHE ATÉ 5 ANOS DE GARANTIA CADASTRANDO SEU EQUIPAMENTO NA GARANTIA ONLINE MOVEMENT!

**IMPORTANTE:** para ser coberto totalmente pelo prazo descrito na tabela abaixo, **É NECESSÁRIO REGISTRAR SEU PRODUTO** no site [www.movement.com.br/garantia](http://www.movement.com.br/garantia). Caso o cadastro NÃO SEJA EFETUADO, SOMENTE a garantia legal do Código de Defesa do Consumidor (art. 26, II) de 90 (noventa) dias será válida.

<b>90 dias</b>	Garantia legal Do Código de Defesa do Consumidor (art. 26, II) Mão de obra, Sensor de pulsação, rodas de transporte, carenagem e acabamentos plásticos, adesivos.
<b>1 ano</b>	Já incluída a garantia legal do Código de Defesa do Consumidor (art. 26, II) de 90 dias. Painel, Inversor, Placas de interface, Lona, Prancha, Coxim, Correias, Rolamentos, Componentes de fixação. Pintura em geral, incluindo os itens cromados e zincados.
<b>3 anos</b>	3 anos, mediante ao cadastro do equipamento na garantia on-line Movement. Chassis, Motor 1.8
<b>5 anos</b>	5 anos, mediante ao cadastro do equipamento na garantia on-line Movement. Motor 3.0

## CONDIÇÕES E RESTRIÇÕES

### A GARANTIA É VÁLIDA SE ESTIVER DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES ABAIXO:

1. A garantia aplica-se aos produtos Movement somente quando:

1-1. O produto estiver com o comprador original e com a prova de compra original (nota fiscal de compra);

1-2. Não tiver sido objeto de: acidentes, uso inadequado ou negligência, operação indevida, abuso, transporte e armazenamento inadequado, manutenção em desacordo com as especificações contidas no manual de instruções, serviço impróprio, ou modificação não realizada pela Brudden;

1-3. As peças de reposição utilizadas forem fornecidas pela Brudden;

1-4. Reclamações feitas dentro do prazo de garantia.

2. Esta garantia não cobre danos ou falhas em equipamentos causados por falha na manutenção básica e necessária como descrita no manual.

### A GARANTIA NÃO SE APLICA:

- Produtos reparados ou modificados por terceiros, sem prévia autorização por escrito da Brudden. Qualquer modificação ou troca de peças da esteira implica na perda da garantia.

- Chamada de serviços para instalação do produto ou instruções aos proprietários sobre como utilizar o produto;

- Consertos efetuados em produtos Movement sem o número de série ou com a identificação alterada ou danificada;

- Retirada e entrega do equipamento para conserto;

- Nenhuma despesa de serviços ocorrida após o período de garantia de serviços.

## CONDIÇÕES GERAIS DA GARANTIA

O serviço da Garantia Limitada Brudden pode ser obtido contatando-se um revendedor autorizado ou de quem foi comprado o produto.

As despesas relacionadas ao transporte do produto até o ponto autorizado e deslocamento (visita técnica) do Assistente autorizado serão suportadas pelo Comprador, estando ou não o produto no prazo de garantia.

A responsabilidade da garantia é limitada, exclusivamente, ao reparo, modificação ou substituição do produto.

A Brudden não se responsabiliza por danos a pessoas, terceiros, outros equipamentos, instalações, lucros cessantes e danos emergentes.

A Brudden reserva-se no direito de paralisar a fabricação do equipamento, a qualquer tempo e sem prévio aviso, modificar suas especificações e introduzir melhorias, sem incorrer na obrigação de efetuar tais aperfeiçoamentos em produtos anteriormente fabricados.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





Conheça outros equipamentos e saiba mais sobre  
linhas de Produtos Movement, acessando nosso site

[www.movement.com.br](http://www.movement.com.br)

***movement*** 

A Movement reserva-se no direito de paralisar a fabricação do equipamento, a qualquer tempo e sem prévio aviso, modificar suas especificações e introduzir melhorias, sem incorrer na obrigação de efetuar tais aperfeiçoamentos em produtos anteriormente fabricados.

#### ATENDIMENTO AO CONSUMIDOR

Cx. Postal 11 - CEP 17580-000 - Pompéia - SP - Tel.0800-7724080  
[falecom@brudden.com.br](mailto:falecom@brudden.com.br)

**PRODUZIDO NO  
PÓLO INDUSTRIAL  
DE MANAUS**



FABRICADO POR:

**BRUDDEN DA AMAZÔNIA LTDA.**

AV. AUTAZ MIRIM, 115 - LOTE 3.50/C  
DISTRITO INDUSTRIAL - MANAUS / AM - CEP 69075-155

**CNPJ: 03.976.141/0001-32**

[www.brudden.com.br](http://www.brudden.com.br)