GIMA
PROFESSIONAL MEDICAL PRODUCTS

Fabbricante / Manufacturer / Fabricant / Fabricante /
Fabricante Hersteller / Producent / Producător / Gyártó /
Παραγωγός: **ZHEJIANG TODO HARDWARE MANUFACTURE CO., LTD**
No.31th Floor, Jinmao Building, CBD Centre,
Yongkang, Zhejiang, China
Made in China

Importato da / Imported by / Importé par / Importado por / Importado por/ Eingeführt von / Importowane przez / Importat de / Importálta / Εισαγόμενα από:
Gima S.p.A.
Via Marconi, 1 - 20060 Gessate (MI) Italy
gima@gimaitaly.com - export@gimaitaly.com
www.gimaitaly.com

REF TD001P-2

GIMA 43150

ESPAÑOL

PEDALEADOR DE EJERCICIO

Instrucciones de seguridad

1. Es importante leer todo el manual antes de montar y utilizar el equipo. El uso seguro y eficiente se obtiene sólo si el equipo se monta, mantiene y utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios del equipo estén informados de todas las advertencias y precauciones.
2. Antes de iniciar cualquier programa de ejercicios, debe consultar a su médico para determinar si padece alguna afección física o de salud que pueda suponer un riesgo para su salud y seguridad, o impedirle utilizar el equipo correctamente. El consejo de su médico es fundamental si está tomando medicamentos que afectan a su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
3. Sea consciente de las señales de su cuerpo. El ejercicio incorrecto o excesivo puede perjudicar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los síntomas siguientes: Dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, dificultad respiratoria extrema, sensación de mareo, vértigo o náuseas. Si experimenta alguna de estas condiciones debe consultar a su médico antes de continuar con su programa de ejercicios.
4. Antes de utilizar el equipo, compruebe que las tuercas y los tornillos están bien apretados.

Instrucciones de montaje

1. Acople las piezas con los tornillos y la llave Allen suministrada.
2. Monte la resistencia en el bastidor con los tornillos y la llave Allen suministrada.
3. Monte la perilla de tensión en el agujero y gírela contra la resistencia (Controlar la tensión del Pedaleador de ejercicio)







Instrucciones de uso

El pedaleador de ejercicio es ideal para las personas que no pueden sentarse y montar en una bicicleta normal, o para las que están en silla de ruedas. El pedaleador de ejercicio puede utilizarse en el suelo para ejercicios de piernas o sobre una mesa para ejercicios de brazos.

Uso en el suelo:

- Ajuste la perilla de tensión al nivel de resistencia deseado. Gire la perilla de tensión en sentido horario para aumentar la resistencia y en sentido antihorario para reducir la resistencia.
- Una vez sentado, coloque el pedaleador de ejercicio sobre la alfombra o la alfombrilla en una posición cómoda frente a usted.
- Coloque cada pie en los pedales por debajo de las correas. Las correas ayudan a mantener los pies firmemente en su sitio.
- Comience a pedalear.
- Puede pedalear hacia delante o hacia atrás para trabajar diferentes grupos musculares.



Table Top Use:

- Ajuste la perilla de tensión al nivel de resistencia deseado. Gire la perilla de tensión en sentido horario para aumentar la resistencia y en sentido antihorario para reducir la resistencia.
- Coloque el pedaleador de ejercicio sobre la superficie de la mesa y siéntese en una silla con el pedaleador de ejercicio cómodamente colocado frente a usted. Mantenga la espalda recta
-Sujete cada pedal con las manos y comience a pedalear intentando no inclinarse hacia delante.
-Puede pedalear hacia delante o hacia atrás para trabajar diferentes grupos musculares.



ADVERTENCIA: No se ponga de pie sobre el pedaleador de ejercicio.
ATENCIÓN: Los componentes metálicos de la perilla de tensión pueden calentarse durante su uso.

CONDICIONES DE GARANTÍA GIMA

Se aplica la garantía B2B estándar de Gima de 12 meses.