

STINGRAY



SFWOBENCH50KG-W
MANUAL DE USUARIO / USER MANUAL

ÍNDICE

- 03.** INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD
- 04.** DIAGRAMA EXPLOTADO
- 05.** LISTA DE PARTES
- 06.** INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO
- 10.** ADVERTENCIAS

INDEX

- 11.** SAFETY INSTRUCTIONS
- 12.** EXPLODEAD DIAGRAM
- 13.** PARTS LIST
- 14.** ASSEMBLY INSTRUCTIONS
- 18.** WARNINGS

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

IMPORTANTE

LEA EL SIGUIENTE MANUAL CUIDADOSAMENTE ANTES DE UTILIZAR ESTE PRODUCTO. EL FABRICANTE NO ASUME NINGUNA RESPONSABILIDAD POR DAÑOS O LESIONES AL USUARIO O A LA PROPIEDAD POR EL USO DE ESTE EQUIPO.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD Y MANTENIMIENTO

Es responsabilidad del dueño del equipo asegurarse que todos los usuarios del mismo se encuentren informados de las medidas de seguridad y de la correcta utilización del producto en cuestión.

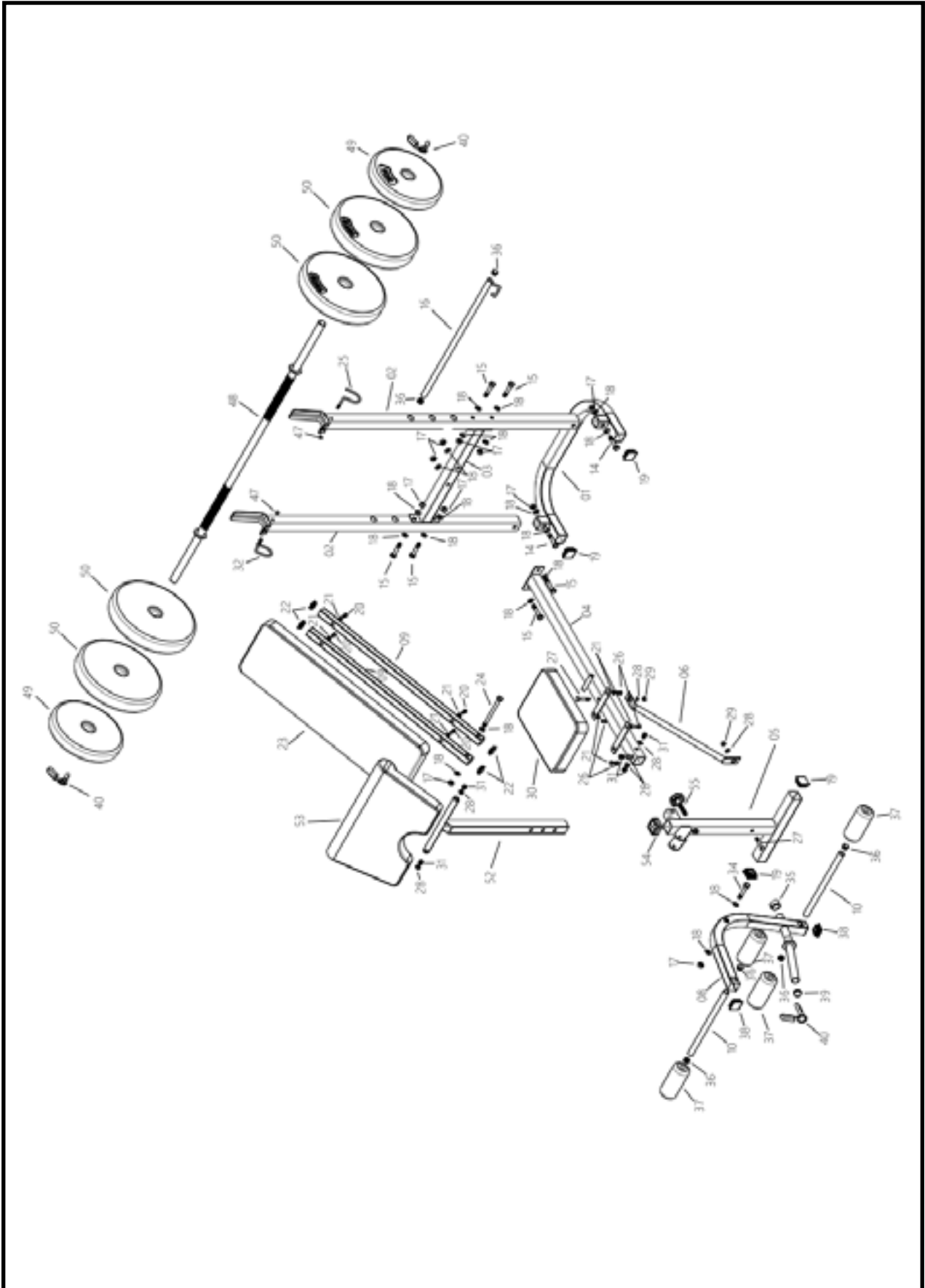
- Use el producto sólo como se describe en este manual.
- Coloque el producto sobre una superficie nivelada y estable, dejando libres al menos 2 metros de distancia a su alrededor. Se recomienda colocar una manta debajo del equipo para proteger el suelo y/o alfombra de cualquier daño posible.
- Mantenga el área de montaje limpia y bien iluminada. Las áreas oscuras y desorganizadas propician posibles accidentes.
- Mantenga el equipo en interiores, lejos de la humedad o el polvo. No coloque el equipo en el garaje, cabaña, cobertizo, jardín de invierno, patio, jardín, etc. o cerca del agua o líquidos. Omitir esta instrucción podría causar serios problemas de seguridad a su equipo.
- No opere el equipo donde se estén utilizando productos en aerosol o cuando se esté suministrando oxígeno.
- Mantenga a los niños menores de 12 años y a mascotas alejados del equipo en todo momento. Los niños no deben quedar solos en la habitación donde se encuentre el equipo.
- Las personas con alguna discapacidad no deben utilizar el equipo sin supervisión de personal calificado.
- Personas con tumores malignos, enfermedades preexistentes, bajo tratamiento, problemas cardíacos o algún instrumento electrónico implantado en el cuerpo, deben consultar a su médico antes de utilizar el equipo.

- Este producto no debe ser utilizado por mujeres embarazadas ni con su período.
- Nunca permita que más de una persona a la vez utilice el equipo.
- No utilice el equipo si siente cansancio o está bajo efectos de algún narcótico, fármacos o alcohol.
- Al utilizar el equipo se debe vestir ropa de ejercicio adecuada. No utilice ropa holgada ni joyas o accesorios que puedan atorarse en las partes mecánicas. Se recomienda vestir ropa de gimnasia tanto para hombres como para mujeres.
- Si siente mareos, náuseas, dolor en el pecho o cualquier otro síntoma anormal, deje de ejercitarse y consulte a su médico inmediatamente.
- El equipo es sólo de uso doméstico. No lo utilice con fines comerciales.
- Nunca use abrasivos o solventes para limpiar el equipo. Para prevenir posibles daños a la computadora, si tuviera, mantenga a los líquidos alejados de la misma así como también, evite que la luz solar esté en contacto con la misma.
- Luego de cada sesión de ejercicios, limpie las superficies del equipo con una franela humedecida con agua o seca para quitar el exceso de transpiración.
- Verifique y ajuste todas las partes regularmente. Reemplace cualquier parte dañada inmediatamente.
- Tenga cuidado al utilizar y mover el equipo para evitar lesiones.
- El correcto mantenimiento del producto es de suma importancia para asegurar el funcionamiento óptimo del equipo. El mantenimiento inapropiado o la falta del mismo, podría reducir significativamente la vida útil del equipo.
- No modifique la inclinación poniendo objetos debajo del equipo.

Advertencia: Antes de comenzar algún programa de ejercicios, consulte a su médico. Esto es especialmente importante para personas mayores de 35 años y/o con algún problema de salud preexistente.

Guarde estas instrucciones en un lugar seguro para futuras referencias.

DIAGRAMA EXPLOTADO



LISTA DE PARTES

Parte	Descripción	Cant.
1	Estabilizador trasero	1
2	Tubo soporte de las pesas	2
3	Tubo conector	1
4	Estructura principal	1
5	Poste frontal	1
6	Tubo soporte	1
8	Tubo para flexión de piernas	1
9	Tubo de ajuste del respaldo	2
10	Tubo para goma espuma	2
14	Perno hexagonal M10x50L	2
15	Perno hexagonal M10x55L	6
16	Barra de ajuste	1
17	Tuerca Nyloc M10	10
18	Arandela plana OD20xID10.5	20
19	Terminación □38 x 38	4
20	Perno hexagonal M6x35L	4
21	Arandela plana OD18xID6.5	8
22	Terminación □25 x 25	4
23	Respaldo	1
24	Perno hexagonal M10x130L	1
25	Gancho de seguridad izquierdo	1
26	Perno hexagonal M6x15L	4
27	Perno de carga M8x50L	2
28	Arandela plana OD18xID8.5	7
29	Tuerca Nyloc M8	2
30	Asiento	1
31	Perno hexagonal M8x15L	5
32	Gancho de seguridad derecho	1
34	Perno hexagonal M10x65L	1
35	Tapa externa	1
36	Tapa redonda ø19	6
37	Almohadilla de goma espuma	4
38	Terminación ø34	2
39	Tapa redonda ø25.4	1
40	Resorte pinza	3
47	Tuerca Nyloc M6	2
48	Barra de las pesas	1
49	Disco de peso 5kg	2
50	Disco de peso 10kg	4
52	Tubo soporte del predicador	1
53	Predicador	1
54	Terminación cuadrada	1
55	Perilla	1

INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

PREPARACIÓN

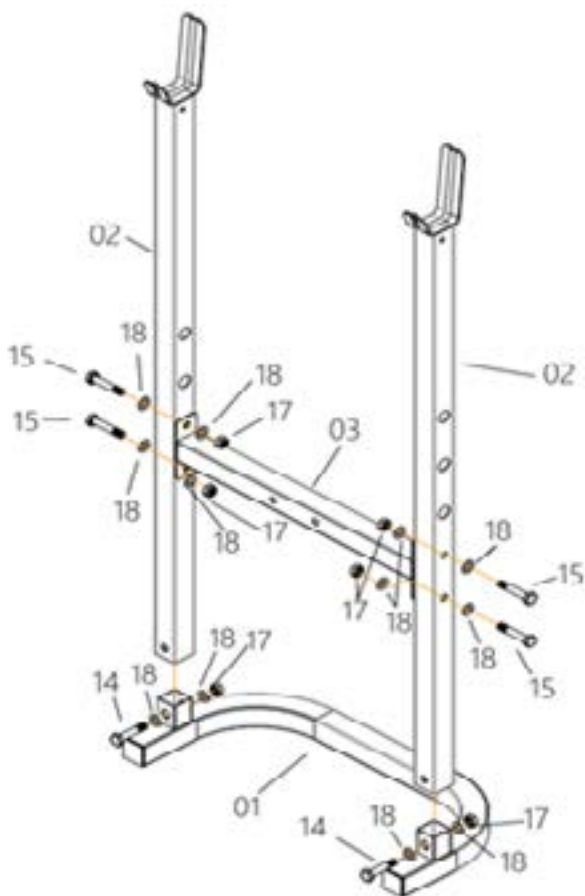
- A. Antes de comenzar a ensamblar, asegúrese de tener espacio suficiente alrededor.
- B. Utilice las herramientas indicadas para ensamblar.
- C. Antes de comenzar, asegúrese de poseer todas las partes necesarias.

El equipo debe ser utilizado por personas cuyo peso corporal no exceda los 100 kg.

Paso 1

- A. Une el tubo soporte de las pesas (2) con el estabilizador trasero (1), utilizando un perno (14), dos arandelas (18) y una tuerca (17). Repite el mismo procedimiento para ensamblar el otro tubo soporte (2).
- B. Une el tubo conector (3) al tubo soporte de las pesas (2) y ajusta cada lado con dos pernos (15), cuatro arandelas (18) y dos tuercas (17).

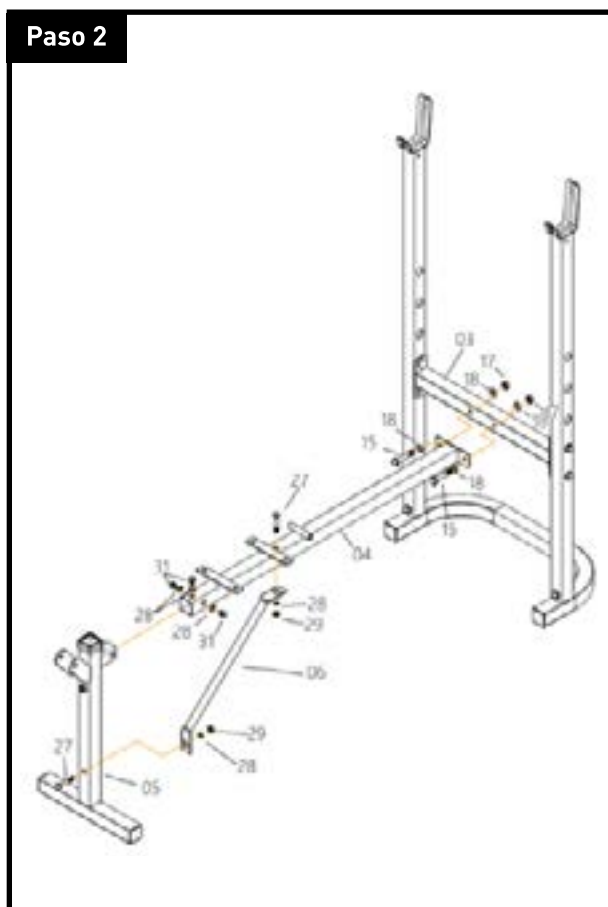
Paso 1



Paso 2

- A. Une la estructura principal (4) al tubo conector (3) y ajusta con dos pernos (15), cuatro arandelas (18) y dos tuercas (17).
- B. Une el poste frontal (5) a la estructura principal (4) y ajusta con tres pernos (31) y tres arandelas (28).
- C. Une el tubo soporte (6) a la estructura principal (4) y al poste frontal (5) y ajusta con dos pernos hexagonales (27), dos arandelas (28) y dos tuercas (29).

Paso 2



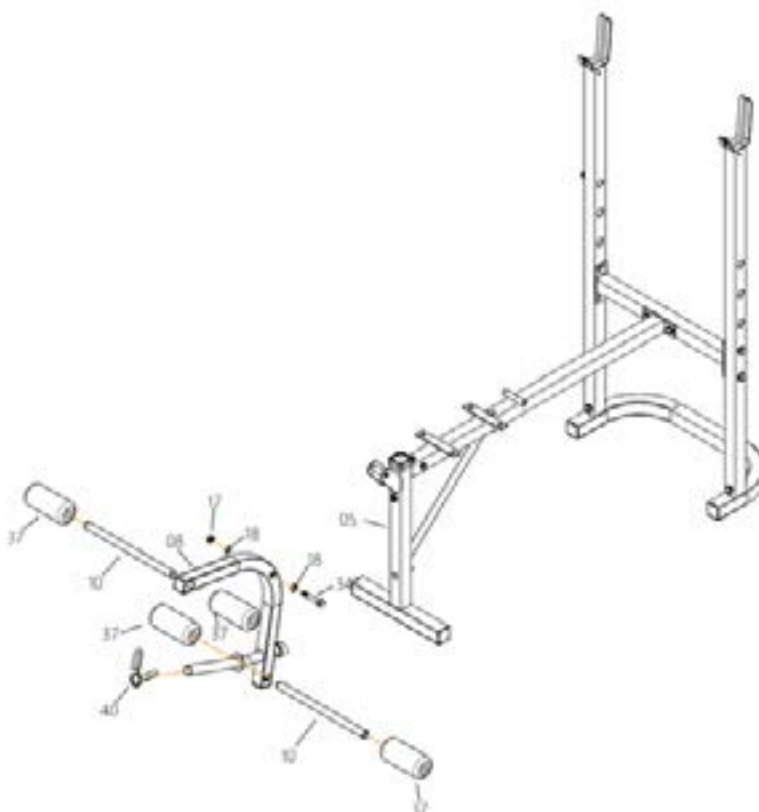
INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

Paso 3

A. Inserta la goma espuma (37) y el resorte pinza (40) en el tubo para flexión de piernas (08) y luego une este tubo al poste frontal (05). Ajusta con un perno (34), dos arandelas (18) y una tuerca (17).

B. Inserta los tubos para goma espuma (10) en el tubo para flexión de piernas (08), luego coloca la almohadilla de goma espuma (37) a cada lado.

Paso 3



INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

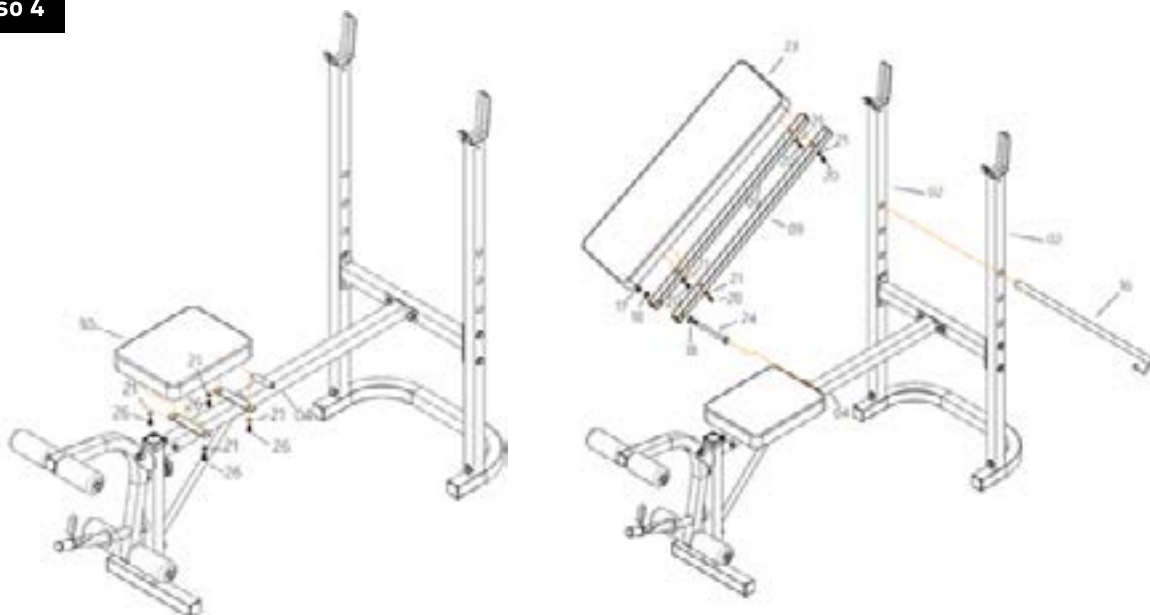
Paso 4

- A. Una el asiento (30) a la estructura principal (4) y ajuste con cuatro pernos (26) y cuatro arandelas (21).
- B. Inserte el respaldo (23) en su soporte (9) y ajuste con cuatro pernos (20) y cuatro arandelas (21).

C. Una el tubo de ajuste del respaldo (9) a la estructura principal (4) y ajuste con un perno (24), dos arandelas (18) y una tuerca (17).

D. Deslice la barra de ajuste (16) a través del tubo soporte de las pesas (2) y apoye el respaldo (23) sobre la barra de ajuste (16).

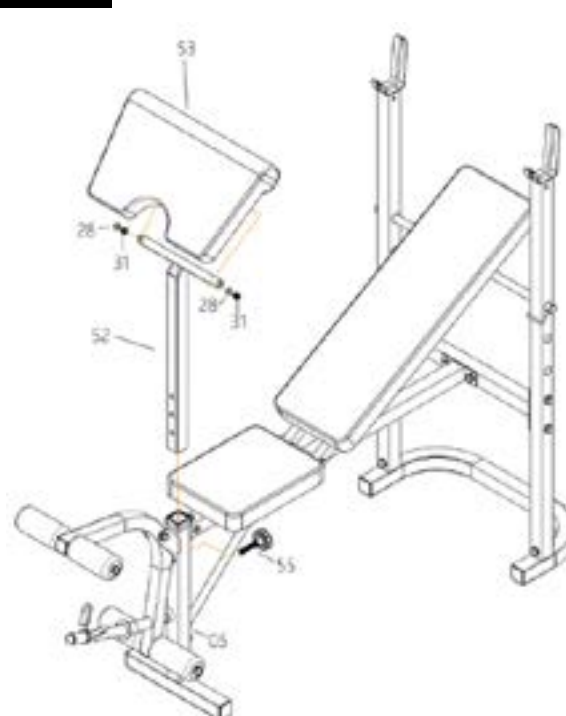
Paso 4



Paso 5

- A. Una el predicador (53) al tubo soporte del predicador (52) y ajuste con dos arandelas (28) y dos pernos (31).
- B. Inserte el tubo soporte del predicador (52) en el poste frontal (5) y ajuste con la perilla (55).

Paso 5



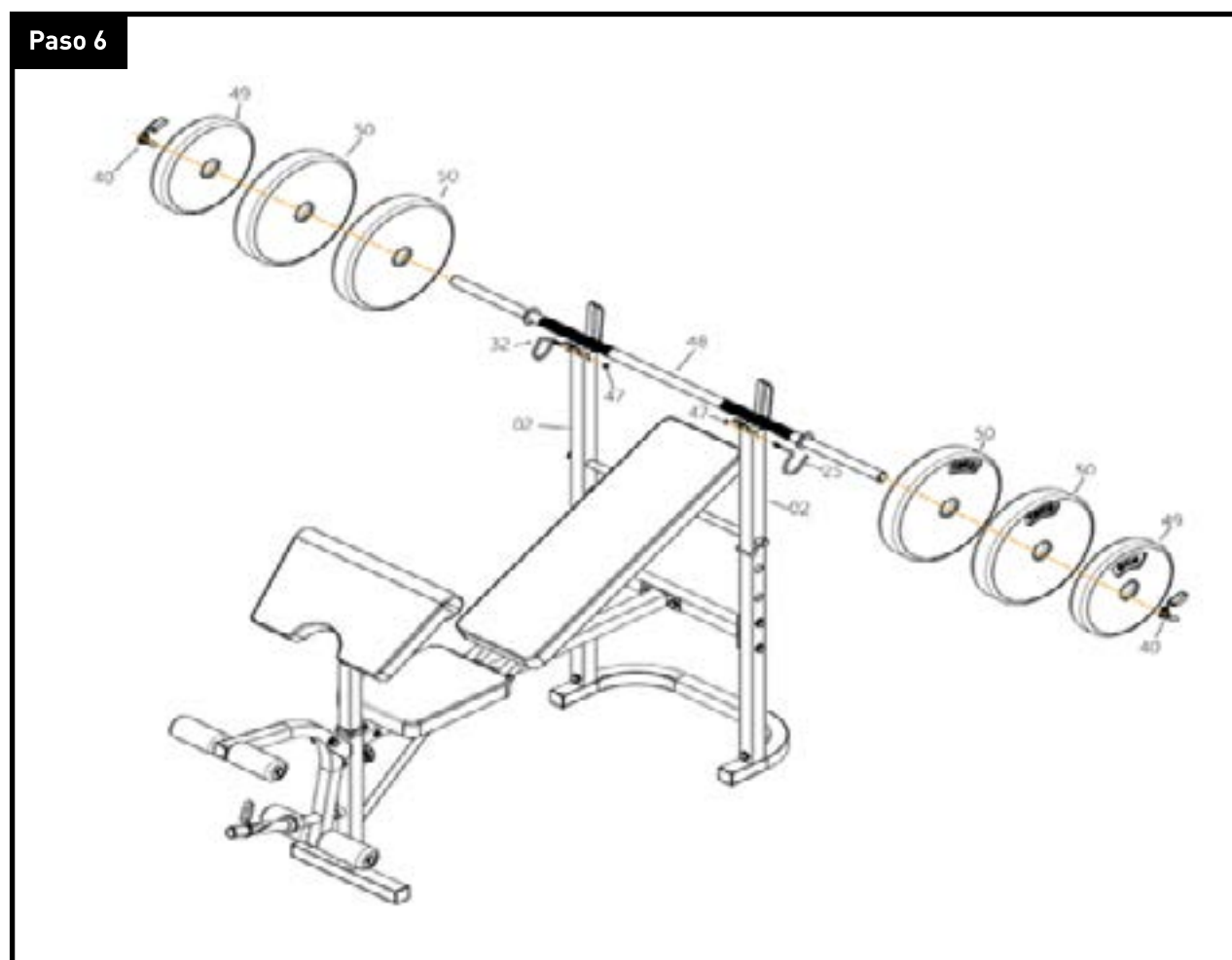
INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

Paso 6

- A. Coloque los ganchos de seguridad (25/32) en cada tubo soporte de las pesas (2) y ajuste con una tuerca cada lado (47).
- B. Coloque la barra de las pesas (48) en cada tubo

soporte de las pesas (2) y luego utilice los ganchos de seguridad (25/32) para fijarlos.

- C. Cuando utilice la barra, coloque los discos de peso (49/50), inserte el resorte pinza (40) y luego desbloquee los ganchos de seguridad (25/32).



Verifica que todas las tuercas, tornillos y pernos se encuentren bien ajustados antes de comenzar el ejercicio.

ESTE PRODUCTO ES PARA USO EXCLUSIVO DOMÉSTICO, NO APTO PARA USO EN ESTABLECIMIENTOS PROFESIONALES O DE SALUD DE NINGÚN TIPO.

NO SE ACEPTAN RECLAMOS POR LOS PRODUCTOS QUE PRESENTEN LAS SIGUIENTES CARACTERÍSTICAS:

- Golpes.
- Caídas.
- Mal uso.
- Instalación o armado incorrecto o inadecuado; uso excesivo, comercial y/o profesional del producto.
- Daños producidos por oxidación, sulfatación, humedad, exposición a la lluvia y/o al agua o a fuentes de calor excesivo, uso de abrasivos, corrosión.
- Daños a causa de inundaciones, entrada de agua y/o arena.
- Daños causados por la adaptación de piezas y/o accesorios que no pertenezcan al producto.

SAFETY INSTRUCTIONS

¡IMPORTANT!

Read this manual carefully before using this product. The manufacturer assumes no responsibility for damage or injury to the user or property by the use of this equipment.

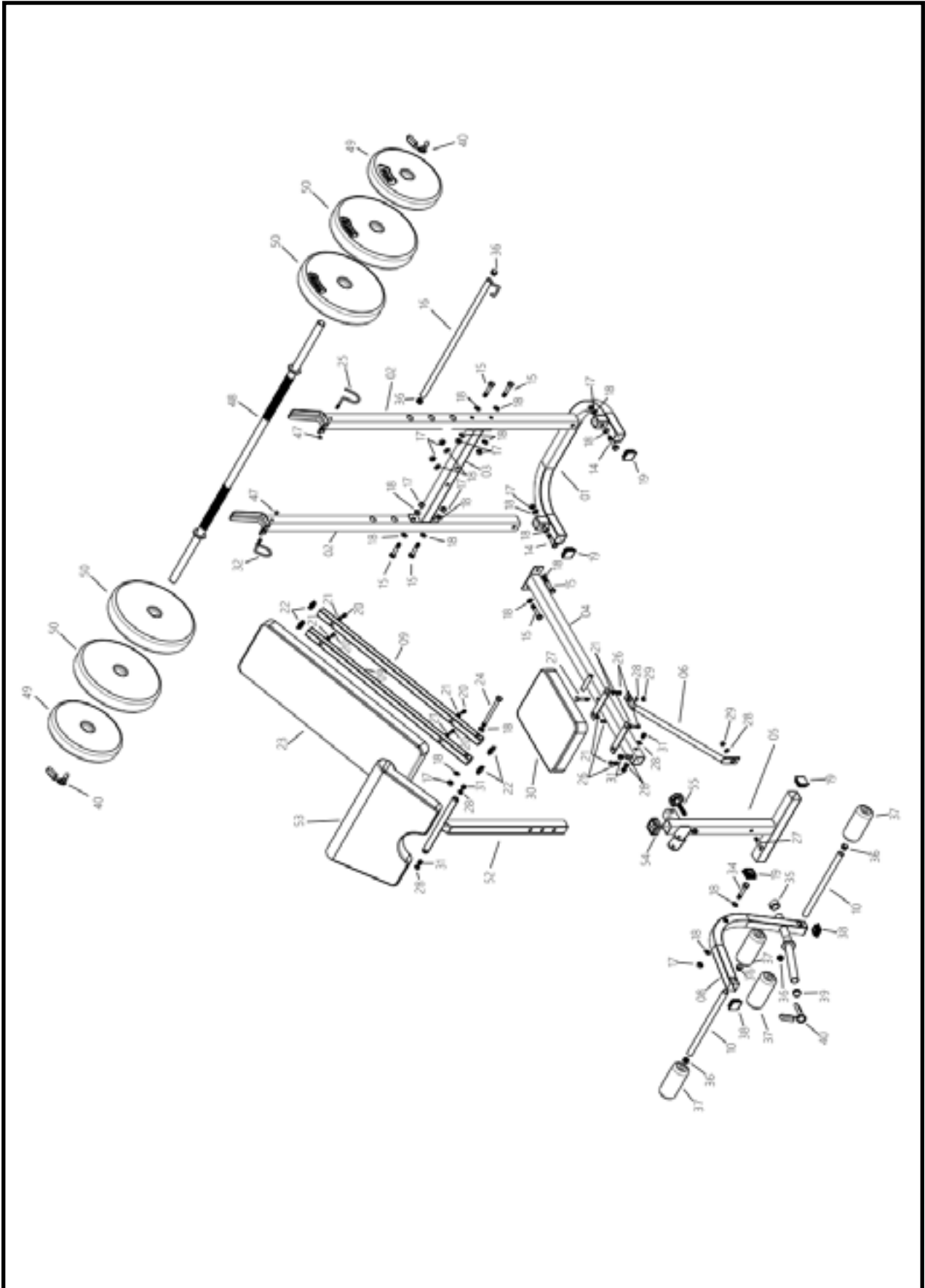
SAFETY INSTRUCTIONS AND MAINTENANCE

- The owner of the equipment is responsible to ensure that all users of it are informed of safety measures and proper use.
- Use the equipment only as described in this manual.
- Place the product on a flat, stable surface, with at least 2 meters of clearance around it. It is recommended to place a blanket under the equipment to protect the floor or carpet from any damage.
- Keep the assembling area clean and well lit. Untidy and dark areas can lead to accidents.
- Keep the equipment indoors, away from moisture and dust. Do not place it in the garage, cottage, shed, conservatory, patio, garden, etc. or near water or liquids. Ignoring this instruction may cause serious safety and electrical problems.
- Do not operate the equipment where aerosol products are being used or oxygen is being provided.
- Keep children under 12 years old and pets away from the equipment at all times. Do not leave children unattended in the same room with the equipment.
- People with disabilities should not use the equipment without supervision of qualified personnel.
- People with malignant tumors, preexisting conditions, under treatment, heart disease or any electronic device implanted in the body, should consult their doctor before using the equipment.
- This equipment should not be used by pregnant women or having their period.
- Never allow more than one person at a time using the equipment.
- Do not use the equipment if you feel tiredness or under the effect of narcotics, drugs or alcohol.
- Do not use the equipment if indoors temperature is over 40°C.
- Always wear appropriate workout clothing when exercising. Do not wear loose clothing, jewelry or accessories that could be caught in the mechanical parts. It is recommended to wear gym clothes for both men and women.
- If the user feels dizziness, nausea, chest pain or any other abnormal symptoms, he should stop exercising and consult a physician immediately.
- This equipment is only for domestic use. Do not use it for commercial purposes.
- Never use abrasives or solvents to clean the equipment. To prevent damage to the computer, keep liquids away from it and avoid direct sunlight as well.
- After each workout wipe the computer and other surfaces with a soft cloth dampened with water or a dried one, to remove the perspiration on it.
- Check and adjust every part regularly. Replace any damaged part immediately.
- If it is necessary, contact any authorized technical service. The equipment should be serviced by a qualified specialist using only standard spare parts.
- The equipment must be used by people whose body weight does not exceed 100kg.
- Be careful when using or moving the equipment in order to avoid physical injuries.
- Proper maintenance of the product is very important to ensure optimal operation. Improper maintenance or lack thereof, can damage the equipment life.
- Do not use the equipment if the plug is damaged or if it is not functioning properly.
- Do not leave the equipment running if it is not being used.
- The pulse sensor is not a medical device. Various factors, including your movement, may affect the accuracy of heart rate readings and it is intended only to determine heart rate trends of the user when using the equipment.
- Do not modify its inclination by placing objects underneath.

WARNING: Before beginning any exercise program, consult your physician. This is especially important for people over the age of 35 or/with any pre-existing health problems.

Keep this user manual in a safety place for future reference.

EXPLODED DIAGRAM



PARTS LIST

Part	Description	Qty
1	Rear stabilizer	1
2	Weight plate Support tube	2
3	Connect tube	1
4	Base frame	1
5	Front post	1
6	Support tube	1
8	Leg curl tube	1
9	Back rest support tube	2
10	Foam tube	2
14	Hex head bolt M10 x 50L	2
15	Hex head bolt M10 x 55L	6
16	Adjustment Rod	1
17	Nylon nut M10	10
18	Flat washer OD20 x ID10.5	20
19	Square end cap □38 x 38	4
20	Hex head bolt M6 x 35L	4
21	Flat washer OD18 x ID6.5	8
22	Square end cap □25 x 25	4
23	Back cushion	1
24	Hex head bolt M10 x 130L	1
25	Left safety hook	1
26	Hex head bolt M6 x 15L	4
27	Carriage bolt M8 x 50L	2
28	Flat washer OD18 x ID8.5	7
29	Nylon nut M8	2
30	Seat	1
31	Hex head bolt M8 x 15L	5
32	Right safety hook	1
34	Hex head bolt M10 x 65L	1
35	Outer cap	1
36	Round cap ø19	6
37	Foam Pad	4
38	Square end cap ø34	2
39	Round cap ø25.4	1
40	Spring clip	3
47	Nylon nut M6	2
48	Weight Bar	1
49	Weight Disc 5kg	2
50	Weight Disc 10kg	4
52	Elbow Support tube	1
53	Elbow cushion	1
54	Square cap	1
55	Knob	1

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

PREPARATION

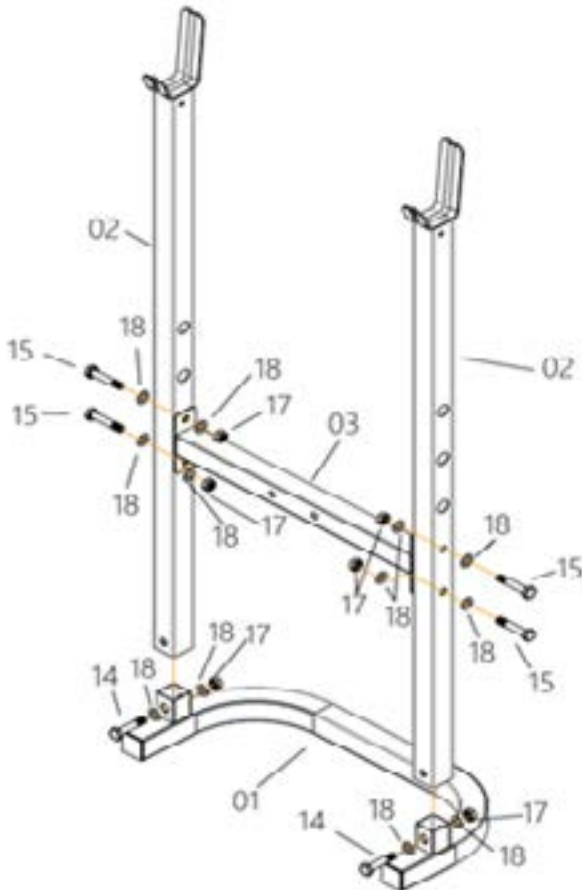
- A. Before the assembly, make sure there is enough space around the product.
- B. Use the tools provided with the product.
- C. Check that all pieces are available.

The equipment must be used by people whose body weight does not exceed 220lbs (100kg).

STEP 1

- A. Attach one side of the weight support tube (02) onto rear stabilizer (01) and tighten with a hex bolt (14), two washers (18) and a nut (17). Repeat the procedure with the other side.
- B. Attach the connecting tube (03) to a weight support tube (02) and tighten with two head bolts (15), four washers (18) and two nuts (17).

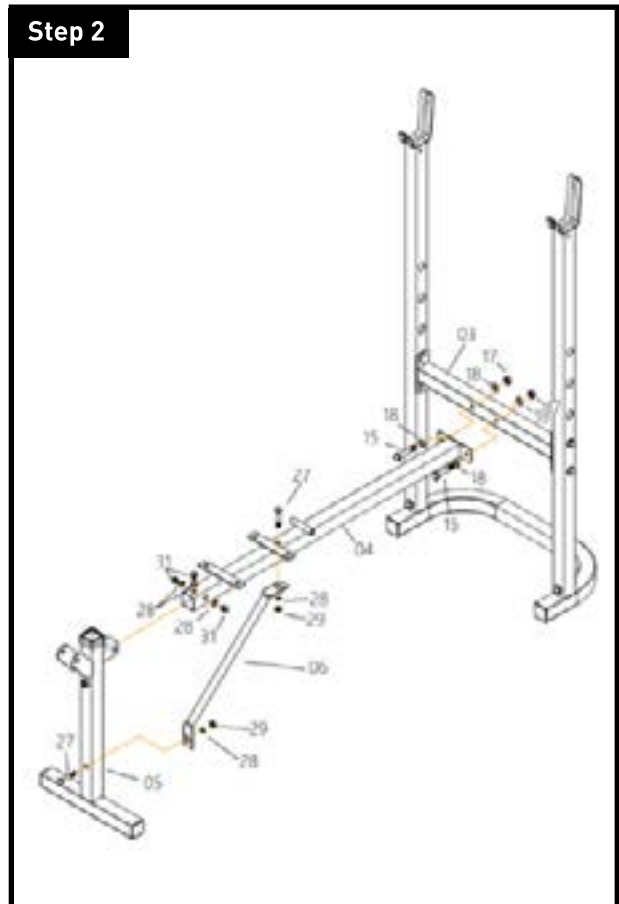
Step 1



STEP 2

- A. Attach base frame (04) to connecting tube (03) and tighten with two bolts (15), four washers (18) and two nuts (17).
- B. Attach the front post (5) to main structure (4) and tighten with three bolts (31) and three washers (28).
- C. Attach the support tube (6) to main structure (4) and to front post (5) and tighten with two hex bolts (27), two washers (28) and two nuts (29).

Step 2



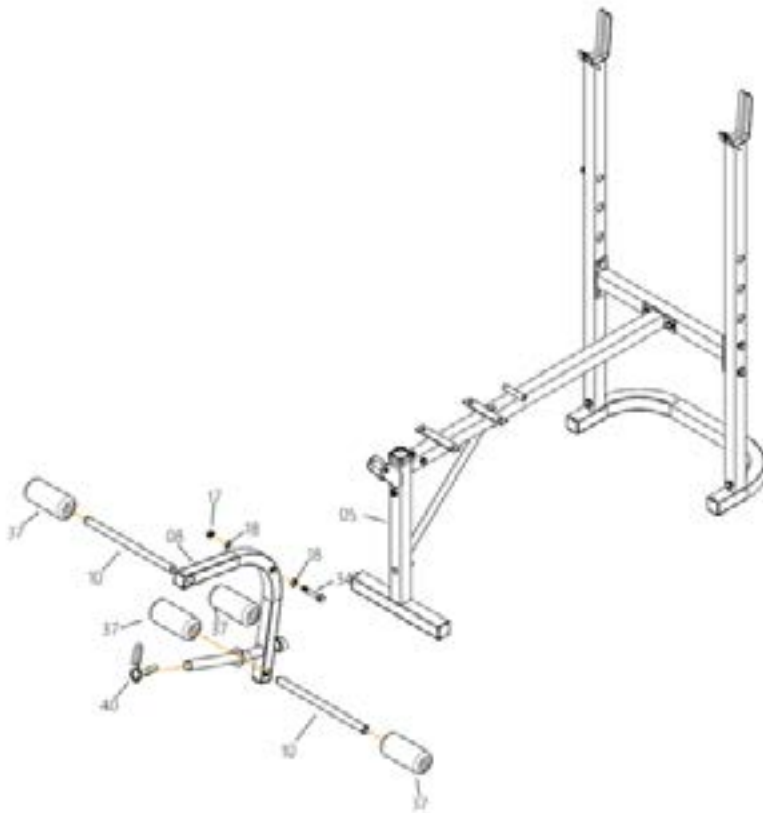
ASSEMBLY INSTRUCTIONS

STEP 3

A. Insert the foam pad (37) and the spring clip (40) into the leg curl tube (08) and then attach this tube to the front post (05). Tighten with a bolt (34), two washers (18) and a nut (17).

B. Insert the foam tubes (10) into the leg curl tube (08), and then place the foam pad (37) on each side.

Step 3



ASSEMBLY INSTRUCTIONS

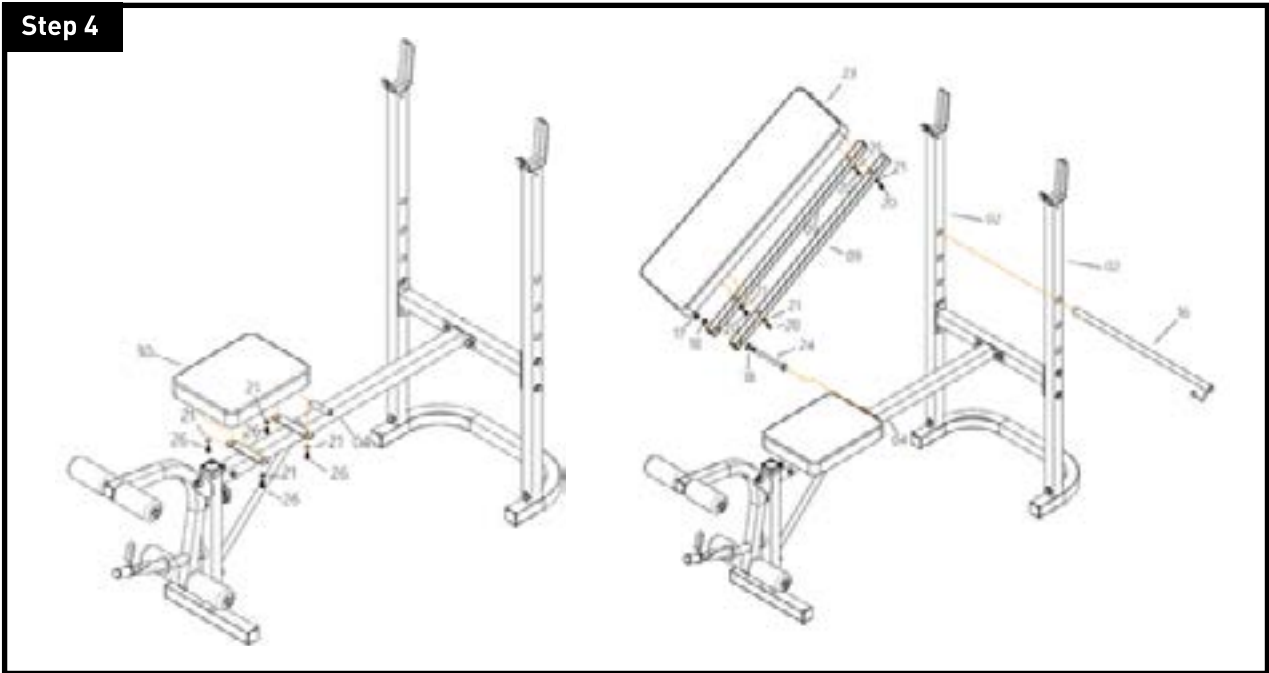
STEP 4

- A. Attach the seat (30) to main structure (4) and tighten with four bolts (26) and four washers (21).
- B. Insert the backrest (23) in its support (9) and tighten with four bolts (20) and four washers (21).

C. Attach the back-cushion support tube (9) to main structure (4) and tighten with one bolt (24), two washers (18) and a nut (17).

D. Slide the adjustment rod (16) through the weight plate support tube (2) and place the backrest (23) onto the adjustment rod (16).

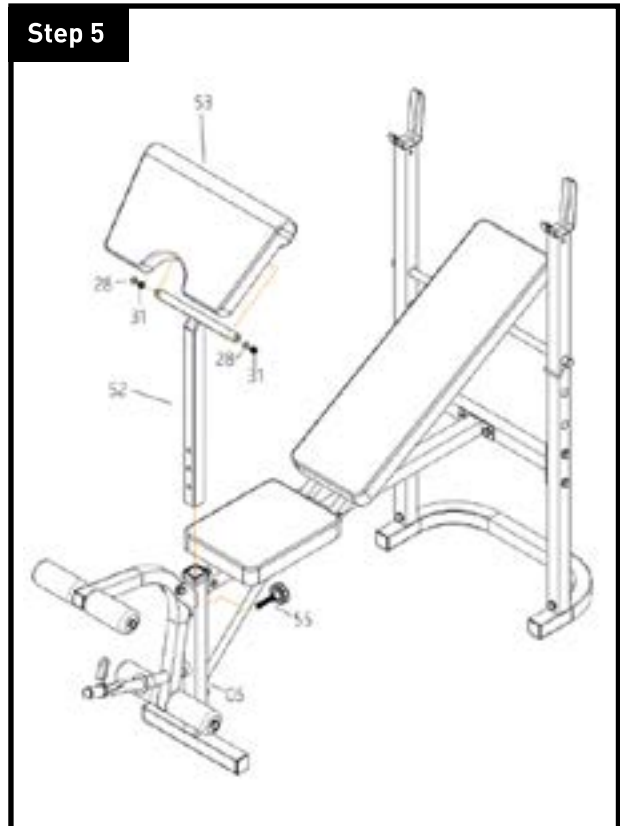
Step 4



STEP 5

- A. Attached the elbow cushion (53) to the elbow support tube (52) and tighten with two bolts (31) and two washers (28).
- B. Insert the elbow support tube (52) into the front post (5) and tighten with the knob (55).

Step 5



THIS PRODUCT IS FOR HOUSEHOLD EXCLUSIVE USE, NOT SUITABLE FOR USE IN PROFESSIONAL OR HEALTH ESTABLISHMENTS OF ANY KIND.

CLAIMS FOR PRODUCTS THAT HAVE THE FOLLOWING FEATURES ARE NOT ACCEPTED:

- Hits.
- Falls.
- Misuse.
- Improper installation or assembly of the product.
- Damage or wear caused by improper use; excessive use, commercial and / or professional use of the product.
- Damage caused by oxidation, sulfation, humidity, exposure to rain and / or water or sources of excessive heat, use of abrasives, corrosion.
- Damage due to flooding, water and / or sand entry.
- Damage caused by the adaptation of parts and / or accessories that do not belong to the product.

FOR ELECTRICAL EQUIPMENTS, PLEASE NOTE:

- Damage caused by natural disasters, lightning or sudden changes in electrical voltage.
- Use of the equipment with voltages other than the power grid.

STINGRAY