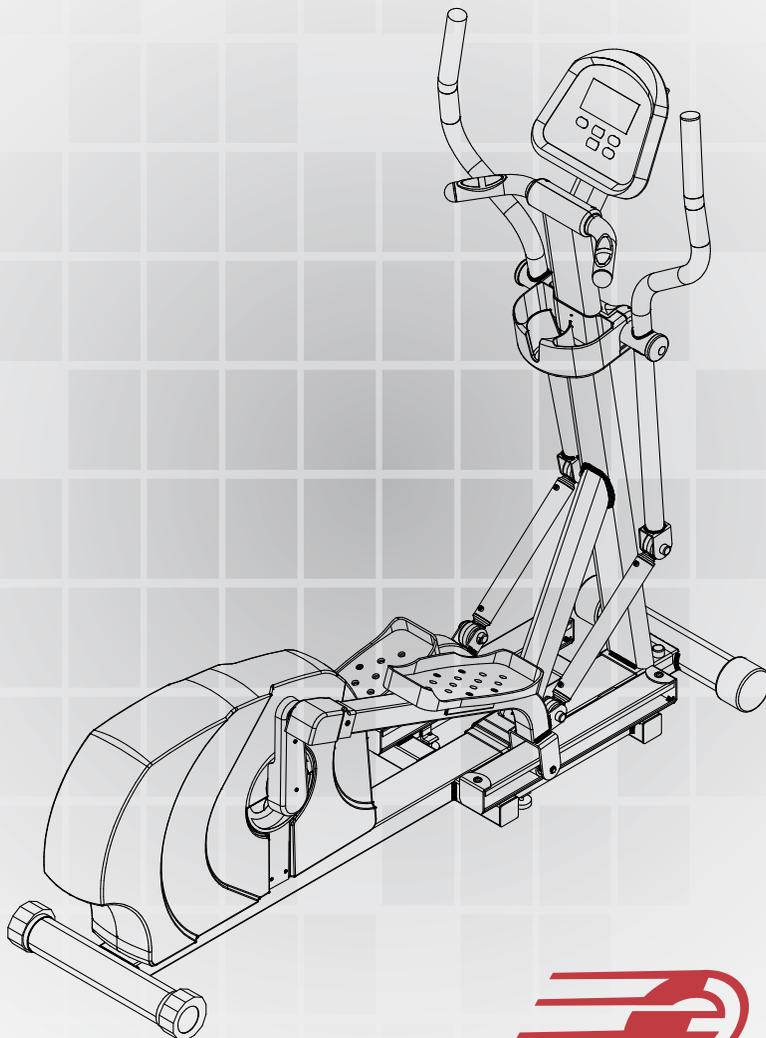


# Manual de Instruções

Elíptico Profissional - 212SX Smart Load



  
**EMBREEX**  
FITNESS EQUIPMENT

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

O Elíptico 212SX faz parte da Linha Premium de equipamentos profissionais EMBREEX®, produzidos com o que existe de mais moderno em tecnologia da mecanoterapia, proporcionando ao usuário segurança, conforto e monitoramento constante durante a prática dos exercícios físicos.

## ÍNDICE

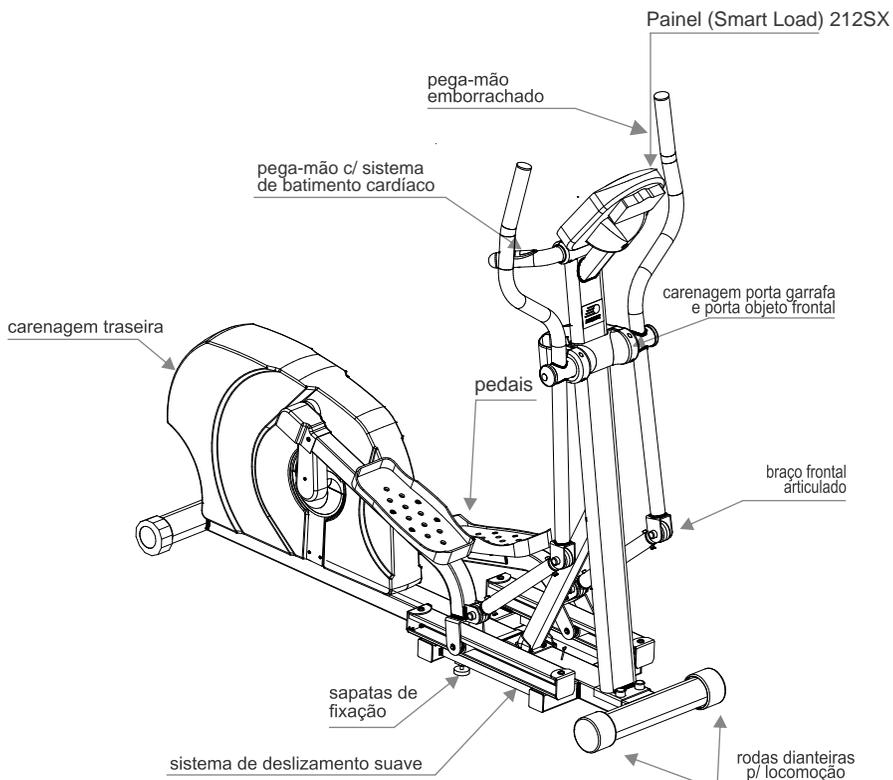
• Características do Elíptico 212SX .....	3
• Montagem .....	4
• Desenho de montagem .....	5
• Componentes .....	6
• Primeira utilização .....	7
• Recargas mensais .....	7
• Painel 212SX .....	8
• Funções das teclas .....	8
• Instruções operacionais do painel .....	8, 9 e 10
• Sensor de batimento cardíaco .....	11
• Manutenção preventiva .....	11
• Antes de contatar a assistência técnica .....	12
• Termo de garantia .....	13
• Guia de alongamento .....	14 e 15

## ATENÇÃO

Este manual é um guia prático de como montar, utilizar e manter o seu Elíptico 212SX. É indispensável seguir todas as instruções contidas neste manual para assegurar o perfeito funcionamento de seu equipamento.

**Antes de iniciar qualquer rotina de atividade física, consulte seu médico.**

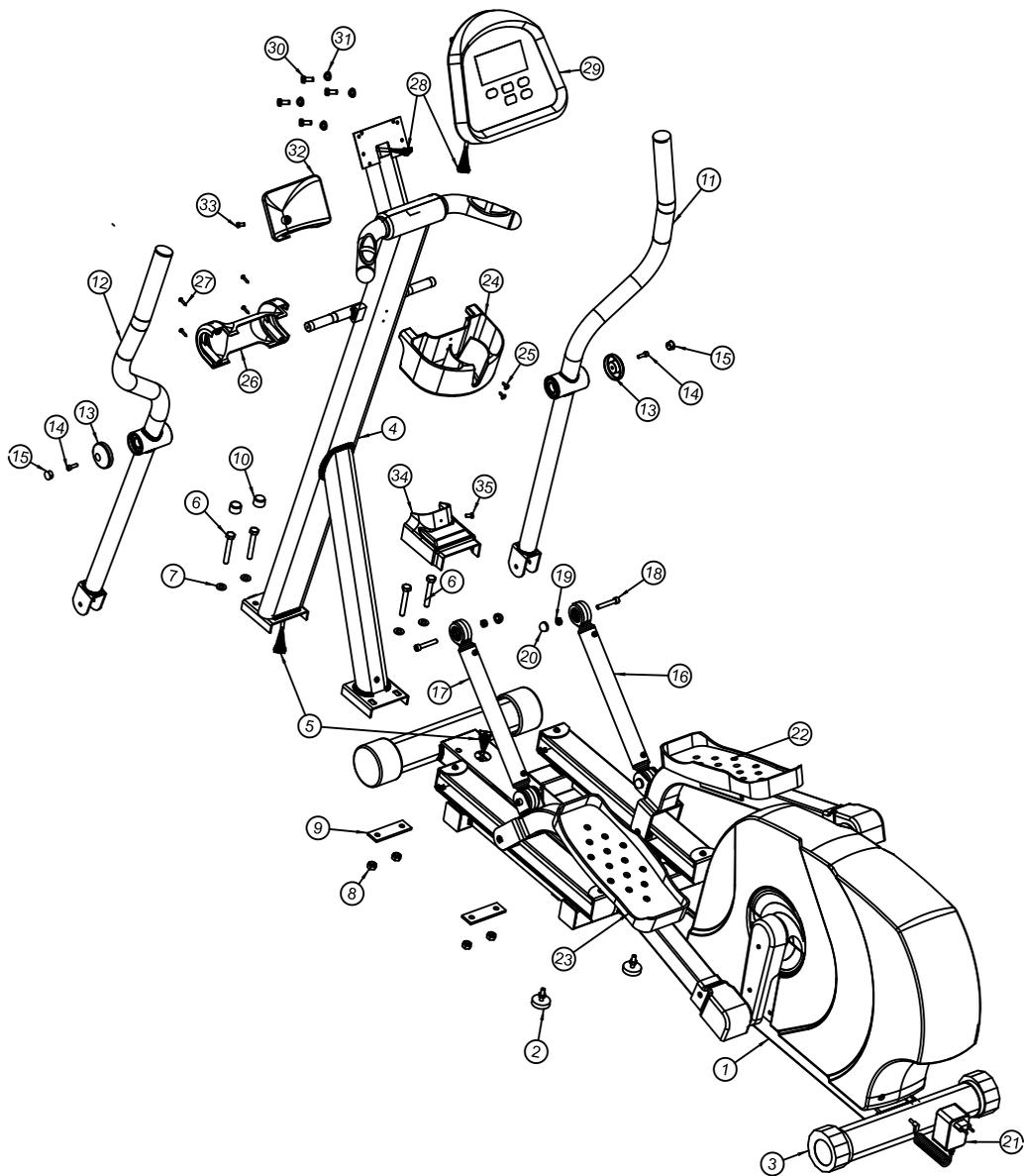
Altura	163 cm
Largura	64 cm
Comprimento	173 cm
Peso	70 kg
Peso Máximo de Utilização	150 kg
Cor	Preta
Painel	SX Smart Load
Carregador 6v 4,5A	Bivolt



Ao abrir a embalagem você encontrará seu equipamento praticamente montado, faltando apenas algumas fixações para concluir. Utilize a ilustração da página ao lado para orientação e siga a lista de peças e os passos a seguir.

- A** - O chassi montado (1) deve ser colocado em piso adequado e plano. Se necessário, ajuste as sapatas dianteiras de apoio do elíptico (2) e as sapatas de regulagem traseira (3);
- B** - Conecte os cabos multivias (5) do corrimão montado (4) com o do chassi montado (1), este cabo serve para ligar o painel ao motor de inércia do elíptico. Observe o lado correto para conectar os plugues (há pequenos canais nos plugues para facilitar o encaixe do lado correto). Utilizando os parafusos (6), as arruelas (7), as porcas (8) e a chapa de fixação (9), fixe o corrimão montado (4) sobre o chassi montado (1). Após fixar o corrimão montado (4), encaixe as tampas de acabamento (10) nas cabeças dos parafusos (6);
- C** - Fixe o braço esquiador direito (11) e o braço esquiador esquerdo (12) no corrimão montado (4), observando a ilustração. Para cada braço, encaixe a tampa de acabamento (13), e em seguida fixe-a com o parafuso (14). Por fim, fixe a tampa de acabamento (15). Repita a operação para o outro lado;
- D** - Encaixe no braço de articulação direito (16) no braço de articulação esquerdo (17), os respectivos braços esquiadores que você montou (11 e 12), sendo os mesmos também fixados no conjunto pedal direito (22) e esquerdo (23). Utilize, para fixá-los, os parafusos (18) e as respectivas porcas (19). Encaixe as tampas de acabamento (20) na cabeça dos parafusos (18) e porcas (19). NOTA: os parafusos (18), porcas (19), buchas e tampas espaçadoras já vem fixados nos braços de articulação (16 e 17);
- E** - Após fixar os braços e apertá-los, verifique o funcionamento das articulações. Estando correto, fixe a carenagem frontal do porta garrafas (24), com os parafusos (25). Em seguida fixe a carenagem traseira do porta garrafas (26) com os parafusos (27). NOTA: Os parafusos (25) já vem fixos na estrutura do corrimão;
- F** - Conecte os cabos multivias (28) do painel (29) com os do corrimão montado (4) (um cabo conecta o painel com o motor de inércia, e o outro conecta o painel com os sensores de monitoramento cardíaco. Fixe no corrimão montado (4) o painel (29), com os parafusos (30) e as arruelas (31). NOTA: os parafusos (30) e arruelas (31) já vem fixadas no painel;
- G** - Encaixe a carenagem de acabamento do painel (32) e fixe com o parafuso (33). Na parte inferior do corrimão montado (4), encaixe a carenagem central (34) e fixe com o parafuso (35). NOTA: os parafusos (33) e (35) já vem fixados na estrutura do corrimão montado;

Pronto! Seu Elíptico 212SX já pode ser utilizado.

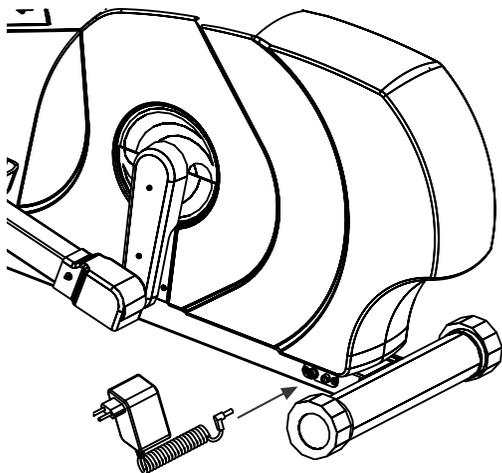


Item	Descrição	Item	Descrição
1	Chassi montado	19	Porca M8
2	Sapata fixa com regulagem	20	Tampa cabeça parafuso M8
3	Sapata de regulagem traseira	21	Carregador de bateria Embreex Smart Load
4	Corrimão montado	22	Conjunto pedal direito
5	Cabos multivias - Conexão chassi / corrimão	23	Conjunto pedal esquerdo
6	Parafuso sextavado M10x70mm	24	Carenagem frontal do porta garrafa
7	Arruela lisa M10	25	Parafuso cilíndrico FCR 4,2x13mm
8	Porca M10 auto-travante	26	Carenagem traseira do porta garrafa
9	Chapa de fixação inferior	27	Parafuso cilíndrico FCR 3,9x19mm
10	Tampa cabeça parafuso M10	28	Cabos multivias - Conexão corrimão / painel
11	Braço esquiador direito montado	29	Painel 212SX
12	Braço esquiador esquerdo montado	30	Parafuso M5x10mm
13	Tampa fixadora braço esquiador	31	Arruela de pressão M5
14	Parafuso sextavado interno M6x20mm	32	Carenagem acabamento painel
15	Tampa acabamento braço esquiador	33	Parafuso cilíndrico FCR 3,9x13mm
16	Braço de articulação direito	34	Carenagem acabamento central
17	Braço articulado esquerdo	35	Parafuso cilíndrico FCR 4,2x13mm
18	Parafuso sextavado interno M8x50mm		

A bateria do elíptico Embreex 212SX sai carregada de fábrica, portanto, não há necessidade de ser carregada antes da primeira utilização.

## INSTRUÇÕES DE RECARGA DO ELÍPTICO 212SX SMART LOAD

1 - Localize o carregador de bateria Embreex® Smart Load enviado juntamente com a o seu elíptico. Nunca utilizar outro carregador de bateria que não seja o carregador Embreex® Smart Load original. Outros carregadores poderão danificar permanentemente o seu equipamento.



2 - Conecte primeiramente o plugue do carregador de bateria na tomada elétrica e, em seguida, conecte a extremidade do cabo do carregador no conector do elíptico, localizado na lateral direita do equipamento (figura ao lado).

3 - A bateria deve ser recarregada por 10 horas consecutivas para ficar com carga completa. Nunca ultrapassar 10 horas de carregamento. O excesso de carregamento poderá danificar permanentemente a sua bicicleta.

**IMPORTANTE! Não utilize o equipamento durante o carregamento.**

4 - Após finalizar a recarga, desconecte o plugue da tomada e do conector do elíptico. O carregador de bateria Embreex® Smart Load deverá ser guardado até a próxima recarga para evitar danos ao mesmo e prevenir acidentes.

## RECARGAS MENSAIS

Após recarregado adequadamente, o elíptico 212SX poderá ser usado por 30 dias, aproximadamente, até necessitar de nova recarga.

Estando o elíptico 212SX em uso constante ou não, a bateria deverá ser recarregada, seguindo o item "INSTRUÇÕES DE RECARGA DO ELÍPTICO 212SX SMART LOAD", sempre que aparecer o aviso de pouca bateria (conforme figura ao lado) piscando no painel.



### **IMPORTANTE!**

Observe atentamente o tempo adequado para a recarga, que deve ser de 10 horas consecutivas. Se carregar por menos tempo do que o recomendado, o uso do equipamento e a longevidade da bateria ficarão comprometidos. Por outro lado, o excesso de carregamento poderá danificar permanentemente o seu elíptico.

### FUNÇÕES:

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



### TECLAS

- **SELEÇÃO:** pressione para selecionar as funções.
- **(+) & (-):** pressione para aumentar (+) ou diminuir (-) valores no ajuste do cronômetro, distância, caloria, batimentos e idade.

### PROCEDIMENTO DE OPERAÇÕES:

- **Liga/Desliga Automático:** o painel ligará automaticamente quando o sensor de velocidade marcar o primeiro movimento do pedal. O painel interromperá o cronômetro 4 segundos após o pedal parar. Após 4 minutos sem movimento no pedal, o painel desligará por completo.

### AJUSTE DE TEMPO (CRONÔMETRO REGRESSIVO)

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

- 1- Para acessar a função Distância, aperte a tecla SELEÇÃO duas vezes seguidas.
- 2- Para acessar a função Caloria, aperte a tecla SELEÇÃO três vezes seguidas.
- 3- Apertando a tecla SELEÇÃO quatro vezes seguidas você acessa o contador de batimentos cardíacos.
- 4- Apertando a tecla SELEÇÃO seis vezes seguidas você acessa a seleção de Idade (Age).

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

**A qualquer momento você pode alterar a exibição de Km/h e CALL para RPM e WATT, pressionando a tecla CALL / WATT.**

## PROGRAMANDO SEU EXERCÍCIO

O elíptico 212SX possui 6 programas de nível de carga.

Os programas de carga são variações no seu esforço ao pedalar e são automaticamente comandados por seu elíptico 212SX. Abaixo mostram-se os programas disponíveis:

P1



P2



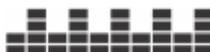
P3



P4



P5



P6



Para selecionar um programa, aperte a tecla Programa até o número do programa escolhido aparecer na tela. Depois, escolha o nível de carga usando as teclas (+) e (-). O elíptico leva alguns segundos para atingir a nova regulagem de carga. Para iniciar o programa, pedale o equipamento e aos poucos você sentirá o pedal mais pesado.

**Observação:** No painel do elíptico existem 5 opções de programas (P7 a P11) para você programar o exercício através do monitoramento cardíaco. Conforme mostra o visor do painel, para cada um desses programas há um percentual que varia de 50% a 95% do batimento cardíaco como limite da carga para o respectivo exercício. De acordo com a idade do usuário, deve-se escolher o programa mais adequado.

**Para zerar as funções pressione a tecla Reset por 5 segundos.**

## CONECTIVIDADE COM APLICATIVOS DE FITNESS

O elíptico 212SX possui Bluetooth para conectividade com diversos aplicativos de fitness, como Zwift, Kinomap e outros.

Após fazer o download do aplicativo de fitness desejado no seu dispositivo eletrônico (smartphone, tablet, computador ou SmartTV), siga os seguintes passos para iniciar a conectividade:

1. Ligue a função Bluetooth no seu dispositivo eletrônico e abra o aplicativo de fitness;
2. Inicie a atividade física no seu elíptico 212SX ou pressione qualquer tecla para ligá-lo;
3. Posicione o dispositivo eletrônico próximo ao seu elíptico 212SX e siga as instruções do aplicativo de fitness para fazer o emparelhamento de ambos. O código ID é **EMBREEX\_XXXXXX** (número de ID do equipamento).

Em alguns aplicativos de fitness será necessário selecionar o protocolo Bluetooth FTMS. **FTMS**

Assim que o pareamento estiver concluído, aparecerá "LINK" no visor do painel;



4. Siga as instruções do aplicativo de fitness para visualizar as informações da atividade física no seu dispositivo eletrônico.

## FUNÇÃO DE MONITORAMENTO CARDÍACO

O elíptico 212SX possui duas formas de monitoramento cardíaco:

1. Via Bluetooth:

Esta forma de monitoramento requer a utilização de uma cinta torácica de medição de frequência cardíaca (deve ser adquirida separadamente). Para parear sua cinta com o equipamento pressione as teclas (+) ou (-). Um ícone de coração aparecerá no canto superior esquerdo do painel, indicando que o pareamento foi efetuado.

Ao utilizar a cinta torácica, os seus batimentos cardíacos serão exibidos no visor do painel.

## 2. Via sensores:

Os sensores de monitoramento estão posicionados nos pega-mãos do seu equipamento. Basta segurar ambos os sensores simultaneamente e os batimentos cardíacos serão automaticamente exibidos no visor do painel.



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



## MANUTENÇÃO PREVENTIVA

Para assegurar a durabilidade e o melhor desempenho do seu equipamento EMBREEX e garantir a segurança dos usuários, é necessário fazer a manutenção preventiva.

Com simples cuidados você pode manter o seu equipamento sempre com boa aparência e em pleno funcionamento. Basta seguir as orientações descritas abaixo:

### **Cuidados Diários:**

- limpeza e secagem do painel com pano seco e macio, para que o suor não danifique componentes eletrônicos;
- limpeza e secagem dos apoios de pés e roldanas, para garantir a segurança do usuário;
- limpeza da carenagem, para proteger a pintura e evitar a oxidação.

### **Cuidados Semanais:**

- verificar a membrana adesiva do painel – não deve estar perfurada;
- verificar aperto dos parafusos e porcas para garantir a estabilidade do equipamento;

### **Cuidados Mensais:**

- verificar o tensionamento de correia (consulte um técnico autorizado);
- verificar baterias – não devem apresentar vazamento, oxidação ou deformação;
- verificar os cabos e plugues elétricos – não devem ter deformação.

Anomalias	Prováveis Causas	Soluções
O painel não liga ou está fraco	Bateria descarregada	Conecte o carregador na tomada e no equipamento. Deixar carregando durante 10hs. Não ultrapassar 10 horas de carregamento.
O sensor de batimentos cardíacos não funciona	1. Cabo desconectado do painel ou mau conectado 2. Apenas uma mão sobre os sensores	1. Conecte novamente o cabo do Grip Pulse ao painel. 2. Ambas as mãos devem estar sobre os sensores.
A velocidade indicada está muito alta	O painel está programado para RPM	Alterar o painel para km/h, conforme explicação no ítem Painel.
Painel só funciona com equipamento ligado na tomada	Fusível queimado	Substitua o fusível

## PORTA FUSÍVEL

O seu equipamento conta com um fusível de segurança. Caso exija a necessidade de troca, ele fica localizado na lateral esquerda ao lado do plugue da fonte.

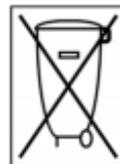
## BATERIA

O painel do seu elíptico 212SX funciona com bateria recarregável (longa duração). Deve ser recarregada exclusivamente pelo carregador Embreex® Smart Load que acompanha o equipamento.

## DESCARTE DAS BATERIAS

### RESOLUÇÃO CONAMA Nº 401/08 DE 04/11/2008

- Ao término da vida útil da bateria inclusa no equipamento, a mesma deve ser enviada ao fabricante da bateria (vide bateria) ou à empresa Embreex®, para o adequado descarte.
- A bateria possui componentes tóxicos, que podem causar danos à saúde e ao meio ambiente se descartados inadequadamente.
- Composição: chumbo, ácido sulfúrico diluído e plástico.





O seu produto **EMBREEX PREMIUM** é garantido contra qualquer defeito de material ou fabricação pelos seguintes prazos, a contar da data da Nota Fiscal emitida pela Embreex Ind. e Com. Ltda. ou pelos distribuidores autorizados, sendo:

- 5 (cinco) anos, já incluída a garantia legal do Código de Defesa do Consumidor (art. 26, II) de 90 (noventa) dias, para o seguinte componente: motor AC.
- 3 (três) anos, já incluída a garantia legal do Código de Defesa do Consumidor (art. 26, II) de 90 (noventa) dias, para os seguintes componentes: chassi (exceto pintura) e estruturas metálicas.
- 1 (um) ano, já incluída a garantia legal do Código de Defesa do Consumidor (art. 26, II) de 90 (noventa) dias, para os demais componentes, com exceção de partes e peças sujeitas a desgaste natural.
- 3 (três) meses, garantia legal do Código de Defesa do Consumidor (art. 26, II) para as seguintes partes e peças sujeitas a desgaste natural: cintas, espumas, pilhas, correias, sensores de batimento cardíaco, adesivos, membranas de painel, regulagens de ajuste, pranchas, carenagens, selins, assentos ou encostos, rodas de transporte, roletes, roldanas, pedais e alças de pedais.

Para ter direito à garantia, o comprador deverá entrar em contato com um assistente técnico autorizado EMBREEX assim que perceber alguma não conformidade no produto. Este deverá estar disponível para inspeção pelo assistente técnico autorizado.

## CONDIÇÕES DA GARANTIA:

1. A garantia se aplicará somente em defeitos comunicados durante o período de vigência da garantia e somente ao comprador original do produto.
2. O comprador deve apresentar a prova de compra original (nota fiscal de compra).
3. Para ter direito à garantia, o comprador deverá entrar em contato com um assistente técnico autorizado EMBREEX® assim que perceber alguma não conformidade. O equipamento deverá estar disponível para inspeção do assistente técnico autorizado.
4. Para ter direito à garantia especial, é necessário que o comprador efetue o cadastramento do seu produto no site [www.embreex.com.br/garantiaonline](http://www.embreex.com.br/garantiaonline). 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.
5. As despesas decorrentes de transporte do produto até a assistência técnica ocorrem por conta do comprador, estando ou não o produto coberto por esta garantia.
6. A responsabilidade da presente garantia se limita exclusivamente ao reparo, modificação ou substituição do produto fornecido.
7. A Embreex Ind. e Com. Ltda. não se responsabiliza por danos a pessoas, a terceiros, a outros equipamentos e instalações, lucro cessante ou quaisquer danos emergentes.
8. A Embreex Ind. e Com. Ltda. não autoriza nenhuma pessoa ou entidade a assumir em seu nome qualquer outra responsabilidade relativa à garantia de seus produtos além das contidas neste termo de garantia.
9. As despesas decorrentes e consequentes de instalação de peças não originais da Embreex® ou outros acessórios que não pertençam ao produto são de responsabilidade única e exclusiva do comprador, e estão excluídos de qualquer tipo de garantia fornecida pela Embreex Ind. e Com. Ltda.
10. A Embreex Ind. e Com. Ltda. reserva-se o direito de alterar as características gerais, técnicas e estéticas de seus produtos sem aviso prévio e sem a obrigação de efetuar as mesmas modificações em produtos já comercializados.

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

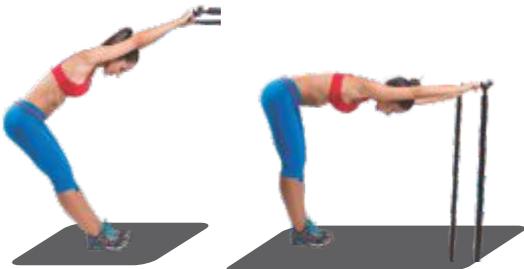
- Reclamações feitas fora do prazo de garantia;
- Produtos sem o número de série ou com número de série alterado ou rasurado;
- Produto que tenha sido objeto de acidentes, uso inadequado ou negligência, operação indevida, transporte e armazenamento inadequado, manutenção em desacordo com as especificações contidas no manual de instruções;
- Produtos reparados ou modificados por terceiros, sem prévia e expressa autorização da Embreex Ind. e Com. Ltda.;
- Despesas com a instalação do produto, independente se realizada pelo Serviço Autorizado Embreex ou por pessoas ou entidades não credenciadas;
- Transporte do produto até o local de instalação;
- Despesas com mão de obra, materiais, peças e adaptações necessárias à preparação do local para instalação do produto, compreendendo, entre outros, instalação e/ou alteração da rede elétrica, alvenaria, aterramento e suas adaptações;
- Produtos e peças que tenham sido danificados em consequência de transporte, manuseio, riscos, amassamentos ou atos e sinistros decorrentes de catástrofes da natureza;
- Falhas no funcionamento do produto decorrentes de problemas no fornecimento de energia elétrica.

**IMPORTANTE! Acesse [www.embreex.com.br](http://www.embreex.com.br) e ganhe até 5 anos de garantia cadastrando seu equipamento na garantia online.**

# GUIA DE ALONGAMENTO



REPITA SEMPRE OS MOVIMENTOS COM AMBOS OS MEMBROS OU LADOS





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