

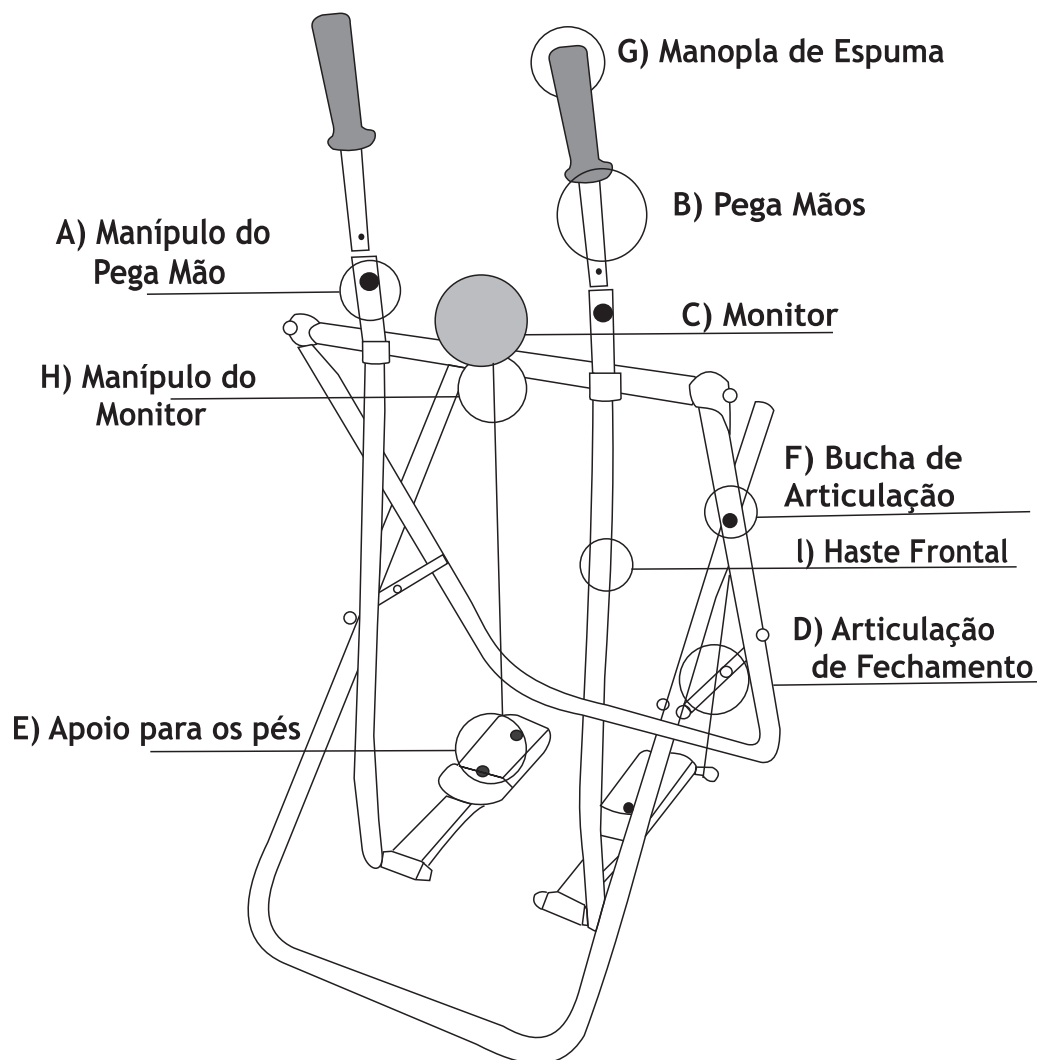
# MANUAL DO PROPRIETÁRIO

Simulador de Caminhada



**OCEANO  
FITNESS**

## ✦ Como usar seu Simulador de Caminhada



## ✦ Instruções de montagem

Retire seu Simulador de Caminhada Oceano Fitness da caixa. Procure instalar seu aparelho em local amplo, arejado e que possua um piso plano.

Abra seu aparelho até que as articulações de fechamento fiquem na horizontal.

Com a mão posicione o Monitor (C) de acordo com o seu melhor campo visual, fixando o mesmo através de aperto no manípulo do monitor (H).

Encaixe o Pega Mão (B) , com a Haste Frontal (I), coincida o furo da Haste(I) com o Pega Mão (A), e aperte o Manípulo até a fixação total.



## **Funcionamento do Computador**

***O Monitor que acompanha o aparelho  
esta descrito na embalagem***

**SCAN (VARREDURA):** Ativa a função de percorrer todas as funções abaixo em seqüência;

**SPEED (VELOCIDADE):** Informa a velocidade do seu deslocamento, em Km/h;

**DISTANTE (DISTÂNCIA):** Mostra a distância percorrida desde o início do exercício;

**TIMER (TEMPO):** Indica o tempo do exercício;

**CALORIES (CALORIAS):** Indica a quantidade de calorias gastas durante o exercício;

**ODO (ODÔMETRO):** Indica a distância total percorrida;

**MODE (MODO):** Alterna entre as funções descritas acima. Se pressionado por alguns segundos, zera todos os contadores, inclusive o de tempo total;

**Atenção:** As funções apresentadas neste aparelho informa valores referenciais, não devendo ser consideradas, com exatidão, para avaliações médicas.

A Oceano Fitness compromete-se através do termo de garantia deste manual a trocar peças, bem como realizar o serviço de assistência técnica de forma gratuita em seus aparelhos com defeito de fabricação, observadas as exceções mencionadas no termo de garantia, dentro do prazo de 90 dias e nos moldes de Código de Defesa do Consumidor.

### **Recomendações Gerais**

Parabéns, pois você acaba de adquirir um produto da marca OCEANO FITNESS que lhe oferecerá qualidade, conforto e lazer nas horas de suas atividades físicas, sem mencionar sua praticidade que permite fácil manuseio ocupando pouco espaço, seja em sua casa ou trabalho.

Para aumentar a vida útil de seu aparelho e usufruir melhor de seus benefícios, leia com atenção este manual e observe suas recomendações. Caso seja necessário, nossa equipe técnica ficará feliz em atendê-lo, pelo fone: (55) 3314-3170 / 3312-1694, site: [www.oceanobike.com.br](http://www.oceanobike.com.br) ou e-mail: [assistencia@oceanobike.com.br](mailto:assistencia@oceanobike.com.br)

### **Cuidados Importantes**

Quando em funcionamento, mantenha as mãos longe das partes móveis do aparelho. Cuide principalmente das crianças, evitando assim algum tipo de lesão;

Instale o equipamento preferencialmente em local amplo e arejado que possua piso plano;

Não acione o produto antes de estar totalmente montado;

Não mantenha este equipamento em ambientes externos, úmidos ou expostos ao sol;

Não derrame líquidos sobre o equipamento;

Manuseie o equipamento com cuidado;

Este produto foi projetado para uso doméstico;

### **Use seu equipamento com saúde**

Habitue-se a realizar alongamento como aquecimento antes dos exercícios. Após exercitar-se alongue vagarosamente, para relaxar e acelerar o processo de recuperação muscular.

Use tênis e roupas apropriadas, evitando roupas largas que possam prender nas partes móveis do aparelho. Não realize as atividades logo após as refeições, aguarde um intervalo de uma a duas horas.

Não exagere em seus exercícios para não prejudicar sua saúde.

Interrompa-os caso ocorra qualquer sintoma anômalo ao seu condicionamento normal.

### **Frequência Cardíaca**

A frequência cardíaca é importante para determinar o aumento ou a diminuição do ritmo do exercício.

Deve-se sempre trabalhar em um nível aeróbico seguro de 60 a 85% da frequência cardíaca máxima. Para obtermos a frequência cardíaca teórica subtraindo a idade (em anos) de 220.

**Frequência Máxima = 220 - sua idade**

Exemplo: A frequência máxima teórica de uma pessoa de 25 anos de idade é de  $220 - 25 = 195$  batimentos por minuto. Se o ideal é de 60 a 85% deste valor de 195, então os batimentos de uma pessoa nesta idade durante o exercício deverão ficar entre 117 e 165 por minuto.

## **Especificações Técnicas**

**Capacidade: 130 kg**

-Material: Aço Carbono

-Pintura: Eletrostática Pó

-Cor: Diversos

-Origem: Nacional

-Dimensões aproximadas: 138,5 x 15x75,5 cm (AxLxP)

-Peso aproximado: 22,5kg

-Garantia do fornecedor: 3 meses contra defeitos de fabricação, contados a partir da data da Nota Fiscal.

## **Assistência Técnica**

Verifique a relação de assistentes técnicos credenciados



**OCEANO  
FITNESS**

A. P. I. Indústria e Comércio de  
Importação e Exportação LTDA.  
Rua Catuípe, 283 - Parque Industrial  
Santo Ângelo - RS - CEP: 98805-520  
Fone: (55) 3314-3170 / 3312-1694  
[www.oceanobike.com.br](http://www.oceanobike.com.br)  
[assistencia@oceanobike.com.br](mailto:assistencia@oceanobike.com.br)

## **Termo de Garantia**

Este produto Oceano Fitness tem garantia pelo prazo de 6 meses para o quadro (toda a estrutura metálica) e 3 meses para os demais componentes, contando a partir da data de emissão da nota fiscal de compra.

- A garantia do produto refere-se apenas a defeitos de fabricação e montagem realizados pela fábrica.

- Para solicitar serviço de garantia é necessário o comprovante de compra (Nota Fiscal).

**Esta garantia não dá cobertura para casos abaixo relacionados:**

Problemas detectados por nossa equipe de assistência técnica, como não sendo defeito de fabricação.

Trocas de peças após o prazo de 90 dias, contados da data de vigência da garantia;

Em decorrência de seu impróprio uso, negligência ou sinistro;

Transporte, embalagem e seguro realizado pelo consumidor;

Visitas na residência do consumidor;

Instalação em local impróprio;

Desgaste natural das peças em virtude do uso.

**Perda de valor de cobertura:**

Utilização do aparelho fora de suas finalidades específicas ou em academias;

Violação ou alteração de suas características originais.

# Oceano Fitness



**SAC OCEANO - 55 3314.3170**

Nome:

Endereço:

Cidade:

Cep:

Fone:

E-mail:

Local de Compra:

NF:

Data da NF:

Número do Lote:

Ao se dirigir a Assistência Técnica, tenha sempre em mãos sua Nota Fiscal de compra



## **FITNESS**

**A. P. I. Indústria e Comércio de  
Importação e Exportação LTDA.  
Rua Catuípe, 283 - Parque Industrial  
Santo Ângelo - RS - CEP: 98805-520  
Fone: (55) 3314-3170 / 3312-1694  
[www.oceanobike.com.br](http://www.oceanobike.com.br)  
[assistencia@oceanobike.com.br](mailto:assistencia@oceanobike.com.br)**