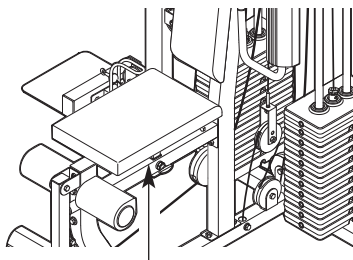


WEIDER[®] PRO 9400

Núm. de Modelo WEEVSY39530

Núm. de Serie _____

Escriba el número de serie en el espacio de arriba para referencia



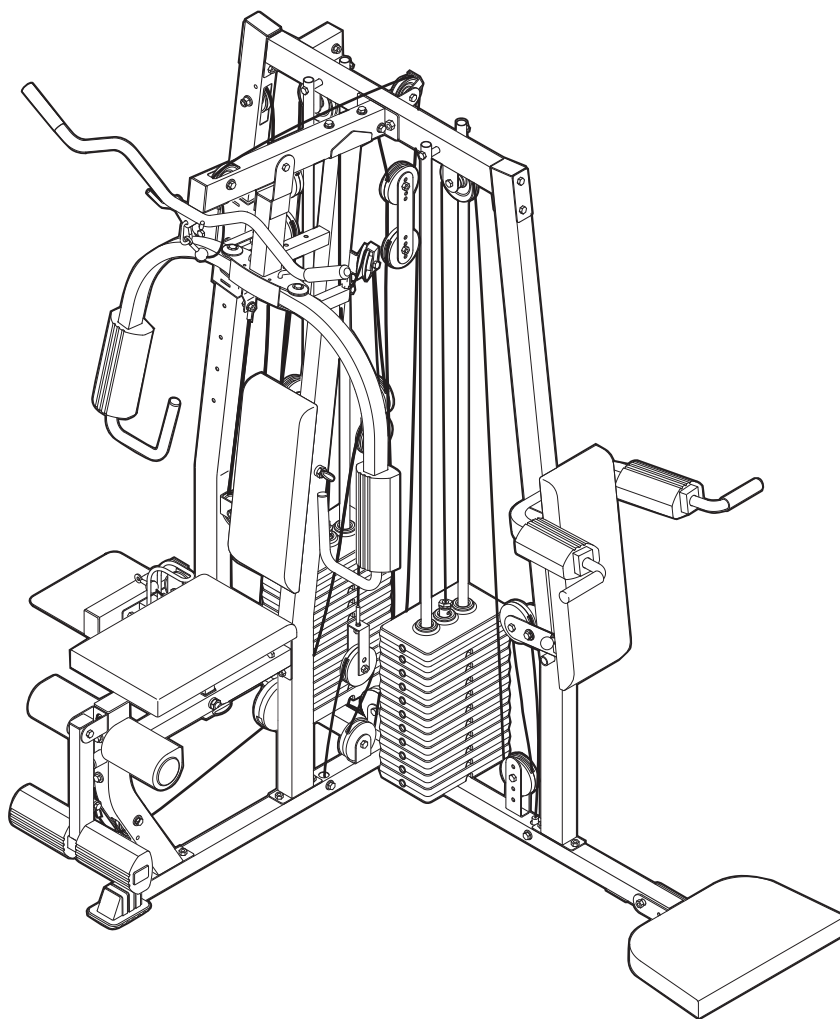
Etiqueta con el Número de Serie

¿PREGUNTAS?

Como fabricante, nosotros estamos cometidos a proveer satisfacción completa al cliente. Si tiene alguna pregunta, o si faltan piezas, por favor póngase en contacto con el establecimiento donde compró el equipo.

⚠ PRECAUCIÓN

Antes de usar el equipo, lea cuidadosamente todas las advertencias y precauciones importantes de este manual. Guarde el manual para futuras referencias.



Clase HC Producto de Fitness



Página de internet

www.iconeurope.com

WEIDER[®] PRO

9400

CONTENIDO

PRECAUCIONES IMPORTANTES	.3
ANTES DE COMENZAR	.4
MONTAJE	.5
AJUSTE	.22
TABLA DE RESISTENCIA DE PESO	.24
PROBLEMAS	.25
DIAGRAMA DE CABLES	.26
COMO ORDENAR PIEZAS DE REPUESTO	.Contraportada

Nota: En la parte central de este manual se encuentran una TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS y una LISTA DE PIEZAS/DIBUJO DE LAS PIEZAS. Retíre una TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS y una LISTA DE PIEZAS/DIBUJO DE LAS PIEZAS antes de empezar el montaje.

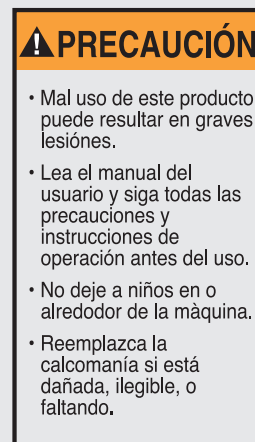
PRECAUCIONES IMPORTANTES

⚠ AVISO: Para reducir el riesgo de lesiones serias, antes de usar el sistema de entrenamiento, lea las siguientes precauciones importantes.

1. Antes de usar el sistema de entrenamiento lea todas las instrucciones en este manual del usuario y en la literatura que se acompaña.
2. Es la responsabilidad del propietario asegurarse que todos los usuarios del sistema de entrenamiento estén adecuadamente informados sobre todas las precauciones necesarias.
3. El sistema de entrenamiento está diseñada para uso en casa solamente. No use el sistema de entrenamiento en ningún lugar comercial, de renta o institucional.
4. Use el sistema de entrenamiento solamente en una superficie a nivel. Para protección, cubra el piso debajo del sistema de entrenamiento.
5. Asegúrese que todas las piezas estén apropiadamente apretadas cada vez que usted use el sistema de entrenamiento. Reemplace inmediatamente cualquier pieza que esté desgastada.
6. Mantenga a los niños menores de 12 años y animales domésticos lejos del sistema de entrenamiento.
7. Mantenga las manos y los pies retirados de las piezas móviles.
8. Siempre use calzado de atletismo para protección de sus pies.
9. El sistema de entrenamiento no se debe usar de personas que pesen más de 136 kg.
10. Nunca permita que más de una persona use el sistema del entrenamiento mismo tiempo.
11. Siempre manténgase parado en la plataforma para los pies cuando esté haciendo cualquier ejercicio que pueda causar que el sistema de entrenamiento, se vuelque.
12. Nunca suelte los brazos de mariposa, la palanca para las piernas, el brazo para cuclillas, la barra lateral, la barra para remar, o el manubrio mientras que las pesas estén levantadas; las pesas se caerán con fuerza..
13. *Siempre desacople la barra horizontal del sistema de entrenamiento, si está haciendo un ejercicio que no requiere a usar la barra horizontal.*
14. Asegúrese de que los cables permanezcan en las poleas todo el tiempo. Si los cables se atorán mientras usted esté haciendo ejercicio, deténgase inmediatamente y asegúrese de que los cables estén en los canales de todas las poleas.
15. Si durante el ejercicio usted siente alguno dolor o se marea, deténgase inmediatamente y descanse.
16. Las calcomanías que se muestra aquí se colocara en el sistema de entrenamiento en los lugares indicados en la página 4. Si la calcomanía se pierde, o si no está legible, póngase en contacto con el establecimiento donde compró su sistema de entrenamiento para solicitar una reposición sin costo. **Aplique las calcomanías en los lugares que se muestran.**



Calcomanía 2



Calcomanía 1

⚠ AVISO: Antes de comenzar éste o cualquier programa de ejercicios, consulte a su médico. Esto es especialmente importante para personas mayores de 35 años o personas que han tenido problemas previos de salud. ICON no asume responsabilidad por lesiones personales o daño a propiedades sufrido por o a causa del uso de este producto.

ANTES DE COMENZAR

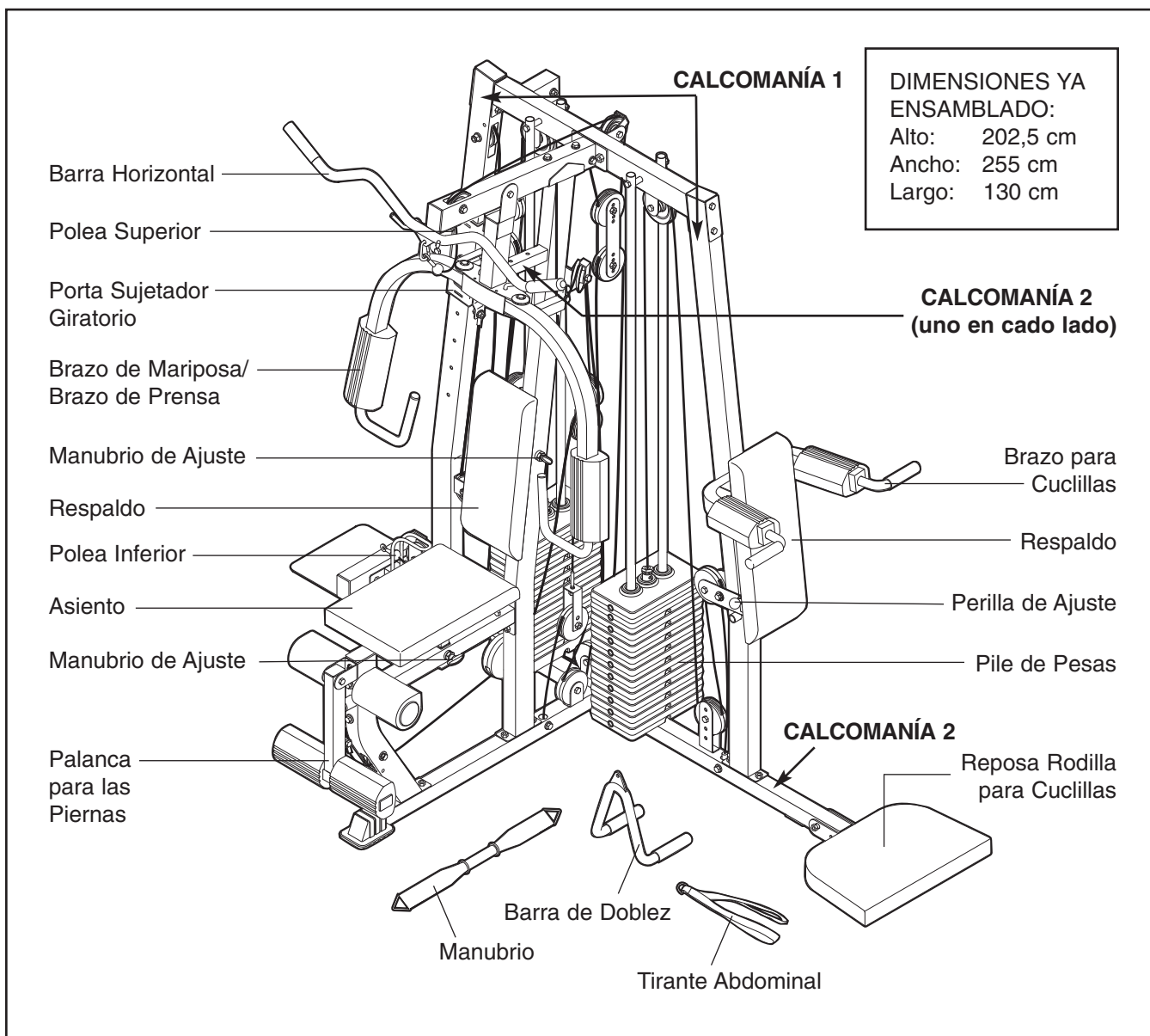
Gracias por seleccionar el versátil sistema de entrenamiento de WEIDER® PRO 9400. El sistema de entrenamiento ofrece una variedad impresionante de estaciones de pesas diseñadas para desarrollar cada grupo mayor de músculos del cuerpo. Ya que su meta sea entonar su cuerpo, desarrollar dramáticamente la fuerza y tamaño de sus músculos, o mejorar su sistema cardiovascular, el sistema de entrenamiento le ayudará a alcanzar los resultados específicos que usted quiera.

Para su beneficio, lea cuidadosamente este

manual antes de usar el sistema de entrenamiento.

Si hay preguntas, comuníquese con el vendedor. Para ayudarnos a darle un mejor servicio por favor anote el número del modelo de la máquina y el número de serie. El número del modelo es WEEVSY39530. El número de serie puede ser encontrado en una etiqueta pegada al sistema de entrenamiento (vea la portada de este manual del usuario).

Antes de seguir adelante, por favor revise el dibujo de abajo y familiarícese con las piezas que están identificadas.



MONTAJE

Haga el Montaje Más Fácil

Todo en este manual está diseñado para asegurarle que el sistema de entrenamiento pueda ser ensamblado exitosamente por cualquier persona.

Antes de comenzar el montaje, asegúrese de leer le información en esta página. Esta breve información le ahorrará mucho mas tiempo de lo que le tomará en leerlo.

El Montaje Requiere Dos Personas

Para su conveniencia y seguridad, ensamble el sistema de entrenamiento con la ayuda de otra persona.

Aparte Suficiente Tiempo

A causa de muchas características del sistema de entrenamiento, el proceso del montaje requerirá aproximadamente seis horas. Al apartar suficiente tiempo y al decidir disfrutar la tarea, el montaje irá suavemente.

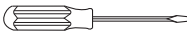
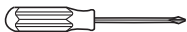
Seleccione un Lugar para el Sistema de Entrenamiento

Por causa de su peso y tamaño, el sistema de entrenamiento se debe ensamblar en el lugar a donde será usado. Asegúrese que haya suficiente espacio para caminar alrededor del sistema de entrenamiento mientras que usted los ensambla.

Como Desemplacar la Caja

Para hacer el montaje lo más fácil posible, tenemos que dividir el proceso del montaje entre cuatro etapas. Las piezas necesarias para cada etapa se encuentran en bolsas individuales. **Importante: Espere hasta que usted comience cada etapa para abrir la bolsa de piezas para esa etapa.** Coloque todas las piezas del sistema de entrenamiento en un área despejada y quite los materiales de empaque. No se deshaga de los materiales de empaque hasta que el montaje se termine.

Asegúrese que tiene las siguiente herramientas:

- dos llaves de ajuste 
- un desarmador estandard 
- un desarmador de cruz 
- un martillo de hule 
- también necesitará grasa o vaselina, una cantidad pequeña de agua jabonosa, y cinta adhesiva clara o cinta adhesiva color crema.

Nota: El montaje sera más conveniente si tiene un juego de casquillos, unas llaves con los extremos abiertos o con los extremos cerrados, o un juego de llaves de trinquete.

Como Identificar las Piezas

Para identificar las piezas pequeñas que se usan en el montaje, use la **TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS** localizada en medio de este manual. Ponga la tabla en el piso y usarlo para identificar las piezas durante cada paso de montaje. **Nota: Algunas piezas pequeñas pueden haber sido armadas previamente para propósitos de envío. Si una pieza no se encuentra en la bolsa de las piezas, revise si ha sido armada previamente.**

Como Orientar las Piezas

A medida que ensamble el sistema de entrenamiento, asegúrese que todas las piezas estén orientadas como se muestra en los dibujos.

Apriete las Piezas

Apriete todas las piezas a medida de que las monte, a menos que se de instrucciones en otro sentido.

¿Preguntas?

Si tiene cualquier pregunta después de leer las instrucciones del montaje, por favor comuníquese con el establecimiento donde compró este equipo.

Cuatro Pasos del Proceso de Montaje

Montaje del Marco—Comenzará el montaje ensamblando la base y los montantes verticales que forman el esqueleto del sistema de entrenamiento.

Montaje de Brazos—Durante esta etapa ensamblará los brazos y la palanca de piernas.

Montaje de Cables—Durante esta etapa conectará los cables y las poleas que conectan los brazos a las pesas.

Montaje de Asientos—Durante la etapa final ensamblará los asientos y los respaldos.

MONTAJE DEL MARCO

1.

Asegúrese que usted entiende toda la información en la página 5 antes de comenzar ensamblando el sistema de entrenamiento.

Localice y abra la bolsa de piezas marcada “FRAME ASSEMBLY 1” y “FRAME ASSEMBLY 2”.

Vea el dibujo del recuadro. Conecte la Tapa de la Base (24) a la Base Corta (2) con dos Tornillos Taladro de M4 x 20mm (14) y dos Arandelas de M4 (120).

Presione una Tapa Interna Cuadrada de 50mm (105) dentro del extremo abierto de la Base Larga (101).

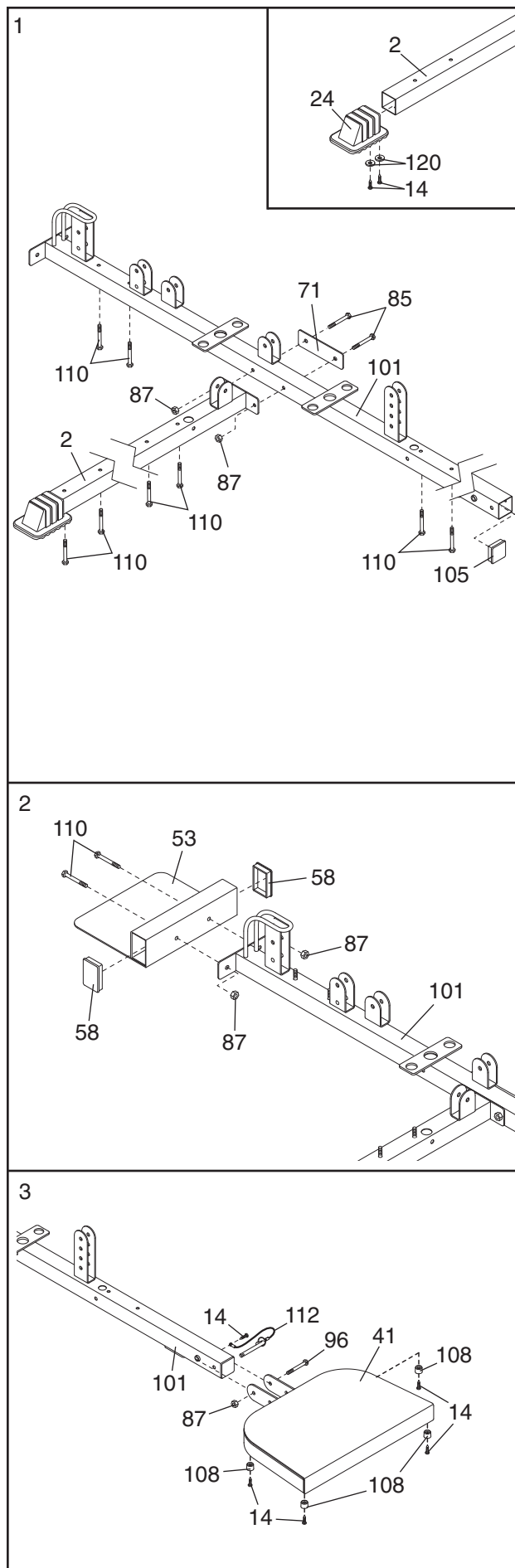
Inserte ocho Pernos de Porte de M10 x 65mm (110) arriba por la Base Larga (101) y la Base Corta (2) como se muestra. **Nota: Puede ser de ayuda colocar cinta sobre las cabezas de los Pernos de Porte para sostenerlos en su lugar.**

Conecte la Base Corta (2) a la Base Larga (101) con dos Pernos de M10 x 70mm (85), la Placa Larga del Marco (71), y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87).

2. Presione dos Tapas Internas de 50mm x 75mm (58) dentro de la Placa para los Pies (53). Conecte la Placa para los Pies a la Base Larga (101) con dos Pernos de Porte de M10 x 65mm (110) y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87).

3. Conecte la correa en el Perno Largo con Correa (112) a la Base Larga (101) con un Tonillo Taladro de M4 x 20mm (14).

Conecte los Parachoques del Reposo Rodillas (108) al Reposo Rodillas Para Cucullas (41) con cuatro Tornillos Taladro de M4 x 20mm (14). Conecte el Reposo Rodilla para Cucullas a la Base Larga (101) con un Perno de M10 x 85mm (96) y una Contratuercas de Nylon de M10 (87). **No sobre apriete la Contratuercas; el Reposo Rodillas para Cucullas debe poder pivotar.**



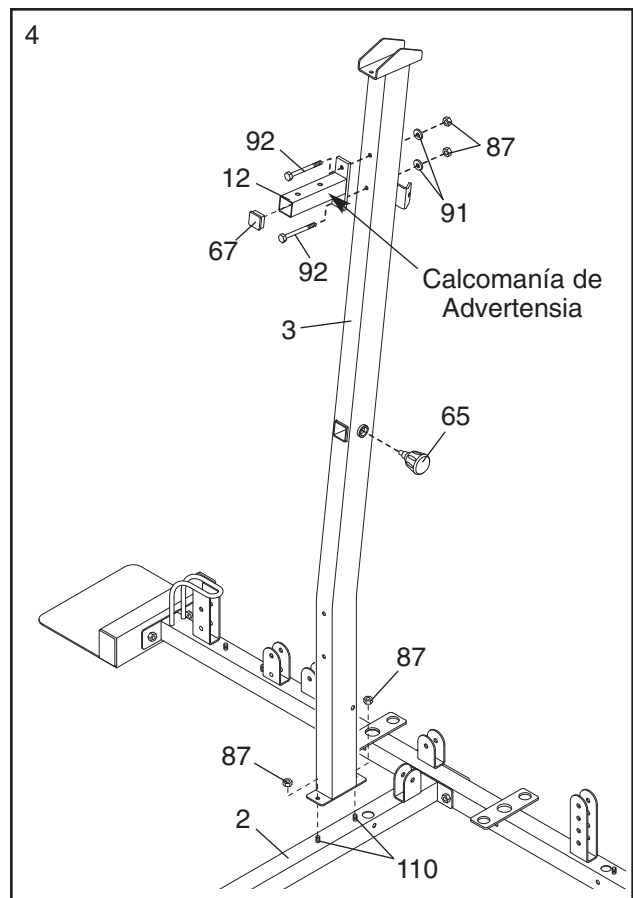
4. Presione una Tapa Interna Cuadrada de 38mm (67) dentro de la Extensión del Montante Vertical (12).

Conecte la Extensión del Montante Vertical (12) al Montante Vertical Mariposa (3) con dos Pernos de M10 x 95mm (92), dos Arandelas de M10 (91), y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87).

Asegúrese que las calcomanías de advertencia en cada lado de la Extensión estén boca arriba.

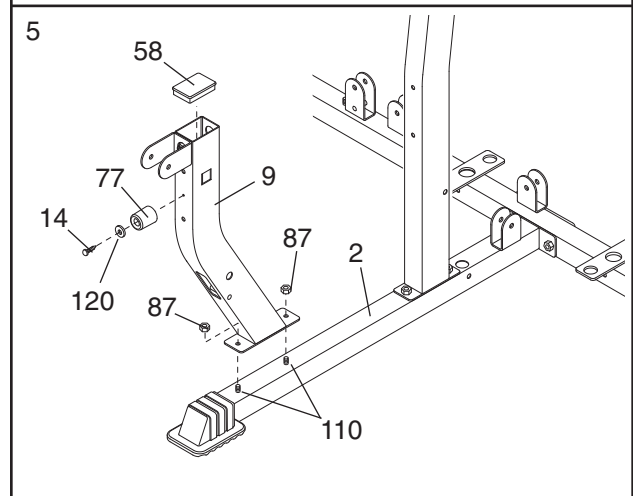
Deslice el Montante Vertical Mariposa (3) a los dos Pernos de Porte de M10 x 65mm (110) indicados en la Base Corta (2). Con los dedos, apriete una Contratuercas de Nylon de M10 (87) a cada Perno de Porte. **No apriete las Contratuercas todavía.**

Apriete un Manubrio de Ajuste (65) dentro del Montante Vertical Mariposa (3).



5. Presione una Tapa Interna de 50mm x 75mm (58) dentro de la parte superior del Montante Vertical del Asiento (9). Conecte el Parachoques de la Palanca para los Pies (77) al Asiento del Montante Vertical con un Tornillo Taladro de M4 x 20mm (14) y una Arandela de M4 (120).

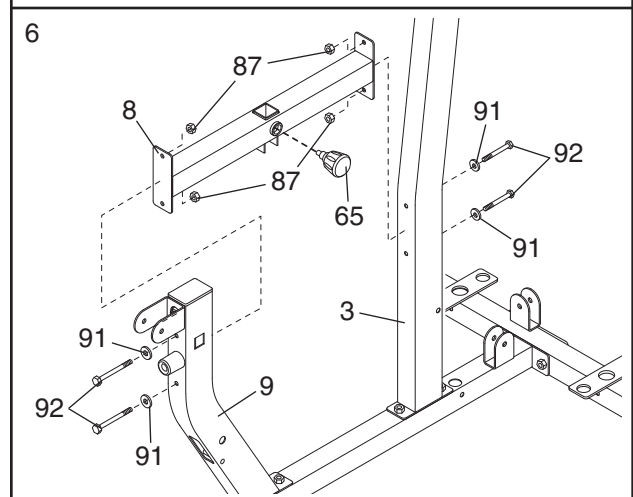
Deslice el Montante Vertical del Asiento (9) a los dos Pernos de Porte de M10 x 65mm (110) indicados en la Base Corta (2). Con los dedos apriete una Contratuercas de Nylon de M10 (87) a cada Perno de Porte. **No apriete las Contratuercas todavía.**



6. Sostenga el Marco del Asiento (8) entre el Montante Vertical del Asiento (9) y el Montante Vertical Mariposa (3). Conecte el Marco del Asiento al Montante Vertical del Asiento con dos Pernos de M10 x 95mm (92), dos Arandelas de M10 (91), y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87). **No apriete las Contratuercas todavía.**

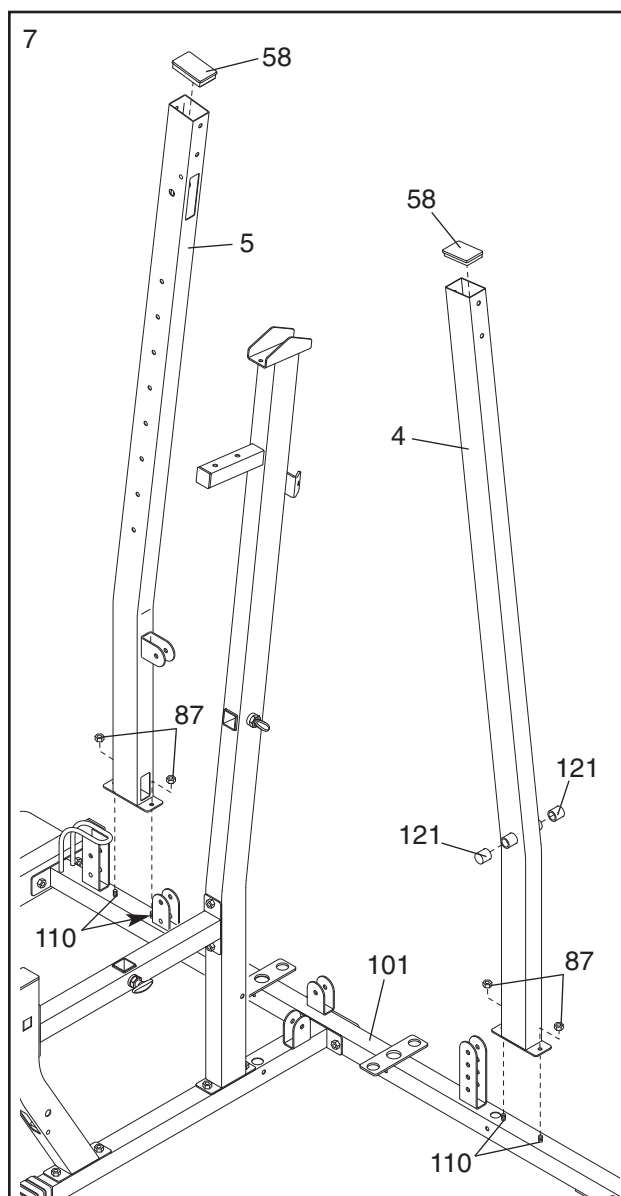
Conecte el Marco del Asiento (8) al Montante Vertical Mariposa (3) con dos Pernos de M10 x 95mm (92), dos Arandelas de M10 (91), y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87). **No apriete las Contratuercas todavía.**

Apriete un Manubrio de Ajuste (65) dentro del Manubrio del Asiento (8).



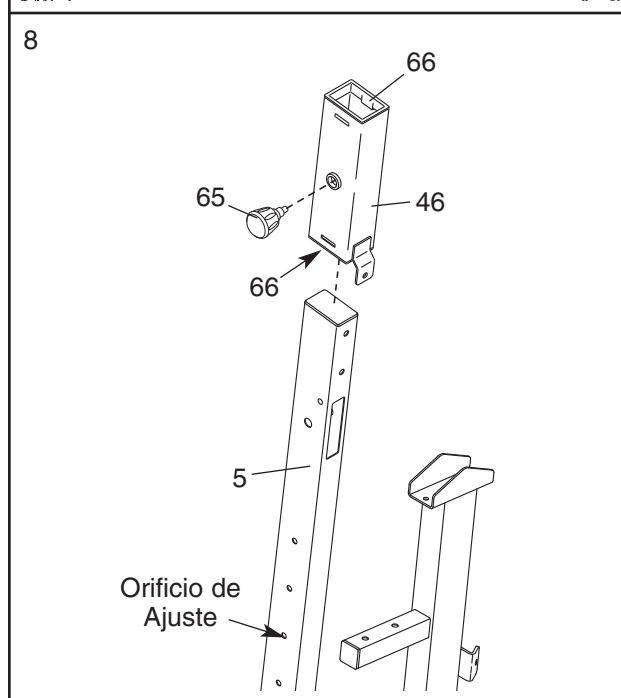
7. Presione una Tapa Interna de 50mm x 75mm (58) dentro de la parte superior del Montante Vertical para Cucillillas (4). Presione dos Tapas Externas Cuadradas de 25mm (121) al Montante Vertical. Deslice el Montante Vertical para Cucillillas a los dos Pernos de Porte de M10 x 65mm (110) indicados en la Base Larga (101). Con los dedos, apriete una Contratuercas de Nylon de M10 (87) a cada Perno de Porte. **No apriete las Contratuercas todavía.**

Presione una Tapa Interna de 50mm x 75mm (58) dentro de la parte superior del Montante Vertical del Sujetador Giratorio (5). Deslice el Montante Vertical del Sujetador Giratorio a los dos Pernos de Porte de M10 x 65mm (110) indicados, en la Base Larga (101). Con los dedos, apriete una Contratuercas de Nylon de M10 (87) a cada Perno de Porte. **No apriete las Contratuercas todavía.**



8. Presione dos Forros de Cojinete del Sujetador Giratorio (66) dentro del Porta Sujetador Giratorio (46).

Apriete un Manubrio de Ajuste (65) dentro del Porta Sujetador Giratorio (46). Oriente el Porta Sujetador Giratorio como se muestra. Deslice el Sujetador al Monante Vertical del Sujetador Giratorio (5) y enganche el Manubrio de Ajuste dentro de un orificio de ajuste en el Montante Vertical del Sujetador Giratorio.



9. Conecte un Rodillo (39) entre el juego de orificios en el Deslizador para Cuclillas (38) con un Perno de M8 x 85mm (94) y una Contratuerca de Nylon de M8 (34). **No sobre apriete la Contratuerca; el Rodillo debe poder rodar fácilmente.**

Ensamble los otros tres Rodillos (39) al Deslizador para Cuclillas (38) de la misma manera.

10. Oriente el Deslizador para Cuclillas (38) como se muestra, y deslícelo abajo dentro del Montante Vertical para Cuclillas (4).

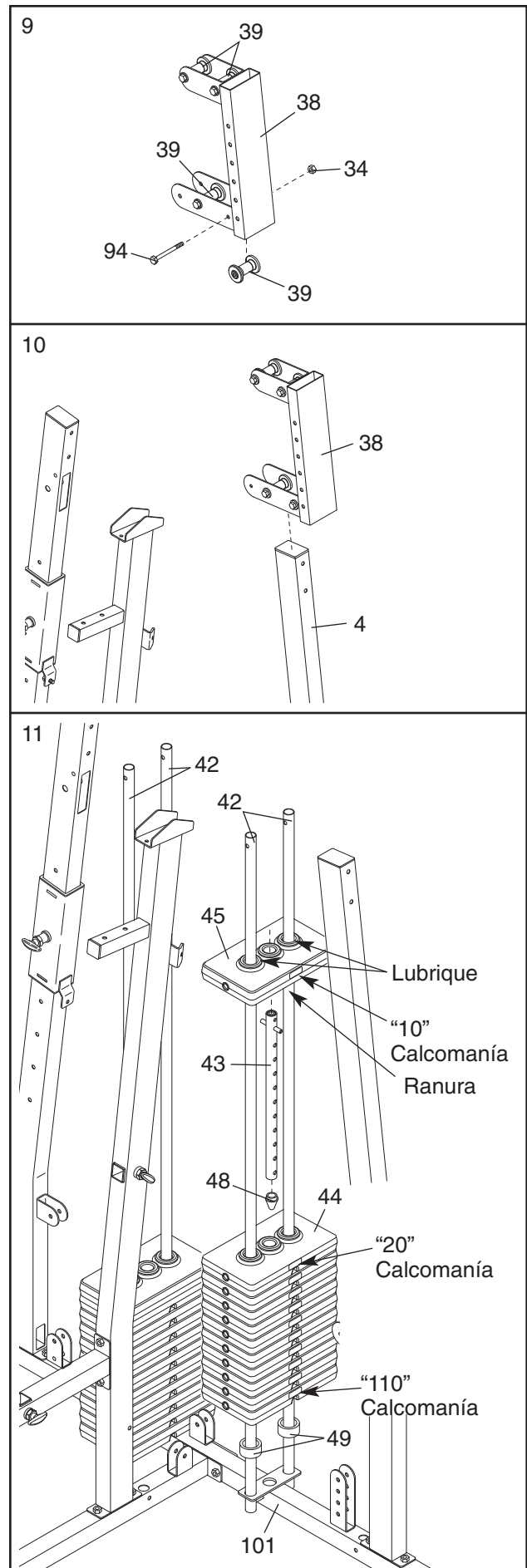
11. Inserte los extremos de dos Guías de Pesas (42) sin orificio dentro del sujetador indicado en la Base Larga (101). Deslice dos Parachoque de Pesas (49) dentro de las Guías de Pesas. A continuación, deslice diez Pesas (44) a las Guías de Pesas. **Asegúrese que las Pesas estén volteadas de tal manera que el lado de las Pesas con ranuras esté mirando hacia abajo.**

Presione un Parachoque del Tubo de Pesas (48) dentro del extremo inferior del Tubo de Pesas (43). Inserte el Tubo de Pesas dentro del centro de las Pesas (44). **Asegúrese que el Tubo de Pesas esté volteado como se muestra.**

Lubrique los dos orificios exteriores en la Pesa Superior (45). Deslice el Pesa Superior a las Guías de Pesa (42). **Asegúrese que la Pesa Superior esté volteada de tal manera que las ranuras estén mirando hacia abajo.**

Aplique una calcomanía número "10" a la Pesa Superior (45) en el lugar que se muestra. Aplique las calcomanías del número 20 a 110 a las diez Pesas (44).

Ensamble la otra pila de pesas de la misma manera.



12. Conecte el Marco Superior (6) entre el Montante Vertical para Cucillillas (4) y el Montante Vertical del Sujetador Giratorio (5) con cuatro Pernos de M10 x 95mm (92), las dos Placas Cortas del Marco (52), y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87) como se muestra. **No apriete los Pernos y las Contratuercas todavía.**

Conecte las cuatro Guías de Pesas (42) al Marco Superior (6) con dos Pernos de M10 x 165mm (30) y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87).

13. Presione dos Tapas Internas de 50mm x 75mm (58) dentro del Marco Superior (6) y el Marco Superior Mariposa (7).

Conecte el Marco Superior Mariposa (7) al Marco Superior (6) con dos Pernos de M10 x 70mm (85), dos Arandelas de M10 (91), y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87). **No apriete las Contratuercas todavía.**

Conecte el Marco Superior Mariposa (7) al Montante Vertical Mariposa (3) con dos Pernos M10 x 95mm (92), dos Arandelas de M10 (91), y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87).

Apriete todas las Contratuercas de Nylon de M10 (87) que se usaron en los pasos del 4 al 13.

MONTAJE DEL BRAZO

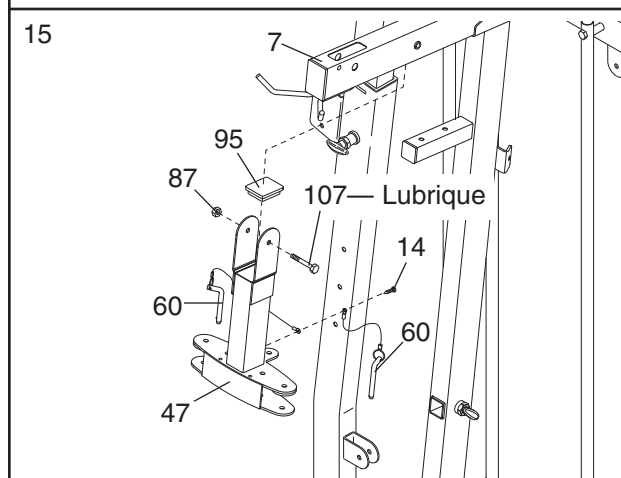
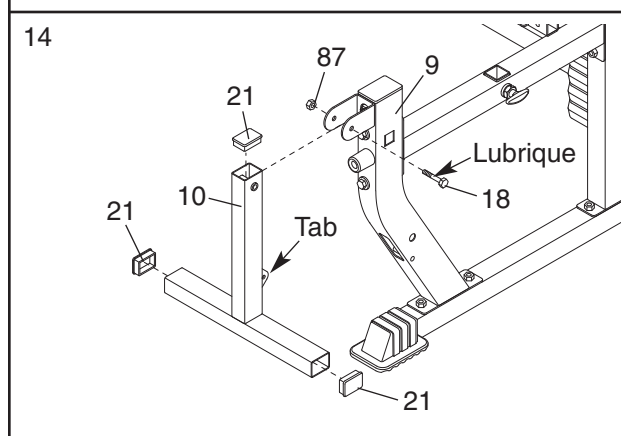
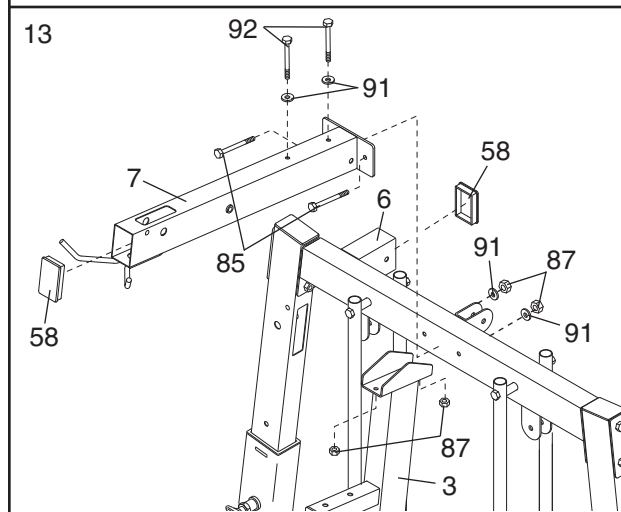
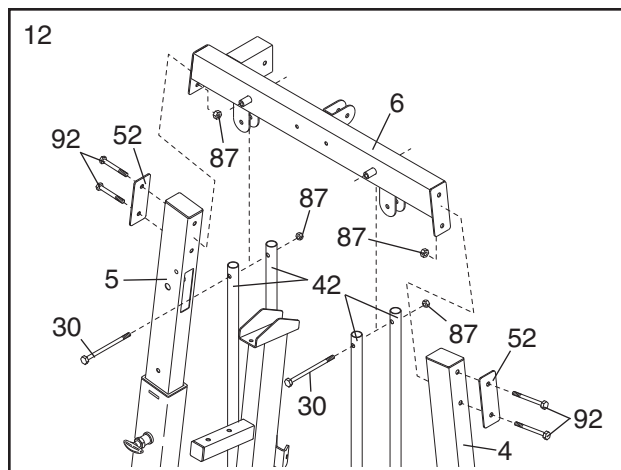
14. Abra la bolsa de las piezas marcada “ARM ASSEMBLY.”

Presione tres Tapas Internas de 40mm x 50mm (21) dentro de la Palanca para las Piernas (10).

Lubrique un Perno de M10 x 65mm (18) con grasa. Voltee la Palanca para las Piernas (10) de tal manera que la lengüeta esté en el lado indicado, y conecte la palanca para las piernas al Montante Vertical del Asiento (9) con el Perno y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **No sobre apriete la Contratuerca; El Marco Mariposa debe poder pivotar fácilmente.**

15. Presione una Tapa Interna de 50mm x 70mm (95) dentro del Marco Mariposa (47). Conecte las correas en los dos Pernos-“L” con Correas (60) al Marco Mariposa con un Tornillo Taladro de M4 x 20mm (14).

Lubrique un Perno de M10 x 80mm (107) con grasa. Conecte el Marco Mariposa (47) al Marco Superior Mariposa (7) con el Perno y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **No sobre apriete la Contratuerca; el Marco Mariposa debe poder pivotar fácilmente.**



16. Presione una Tapa Interna de 40mm x 50mm (21) dentro del Brazo Mariposa Derecho (26). Moje el extremo inferior del Brazo y una Almohadilla Larga (54) con agua jabonosa. Deslice la Almohadilla al Brazo.

Conecte un Manubrio de Prensa (27) al Brazo Mariposa Derecho (26) con dos Tornillos de Cabeza Botón de M8 x 20mm (51). Deslice la Almohadilla Larga (54) abajo de tal manera que la parte de abajo esté nivelado con el extremo inferior del Brazo. Moje el Manubrio de Prensa con agua jabonosa. Deslice un Mango Largo (28) al Manubrio de Prensa. Presione una Tapa Interna Redonda de 25mm (29) dentro del Manubrio de Prensa.

Lubrique un Perno de M10 x 50mm (100) con grasa. Conecte un Sujetador de Pivote (70) al Brazo Mariposa Derecho (26) con el Perno y una Contratuercas de Nylon de M10 (87). **No sobre apriete la Contratuercas; el Sujetador de Pivote debe poder pivotar fácilmente. Repita este paso con el Brazo Mariposa Izquierdo (25).**

17. Lubrique un Perno de Cabeza Botón de M10 x 80mm (104) y ambos lados de dos Arandelas Plásticas (56) con grasa. Conecte el Brazo Mariposa Derecho (26) al Marco Mariposa (47) con el Perno, las dos Arandelas Plásticas, dos Tapas Mariposa (57), dos Arandelas de M10 (91), y una Contratuercas de Nylon de M10 (87) como se muestra. **Asegúrese que los lados hundidos de las Arandelas Plásticas quepan sobre los forros de cojinete soldado en el Brazo Mariposa. No sobre apriete la Contratuercas; el Brazo Mariposa debe poder pivotar fácilmente.**

Repita este paso con el Brazo Mariposa Izquierdo (25).

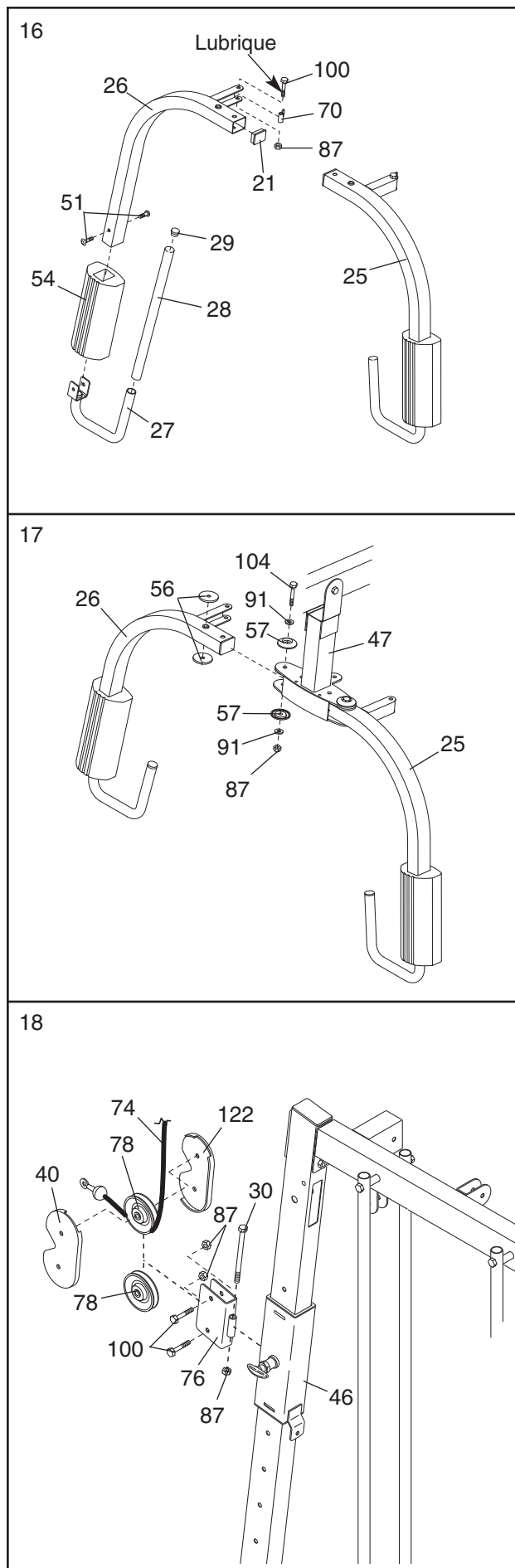
MONTAJE DE LOS CABLES

18. **IMPORTANTE:** Refiérase a la Tabla de Identificación de Cables en la página 26 para obtener ayuda al identificar los cables. **No sobre apriete los pernos y las contratuercas conectando las poleas; las poleas deben poder girar libremente.**

Localice y abra las bolsas de piezas marcadas “CABLE ASSEMBLY”, “PULLEY COVERS”, y “PULLEYS”.

Lubrique el Perno de M10 x 165mm (30) con grasa. Conecte el Sujetador Giratorio (76) al Porta Sujetador Giratorio (46) con el Perno y una Contratuercas de Nylon de M10 (87).

Localice el Cable Superior del Sujetador Giratorio (74), el cual es 3213mm de largo y tiene una bola en un extremo y un perno con rosca en el otro extremo. Envuelva el Cable alrededor de una Polea de 90mm (78). Conecte dos Poleas y un juego de Cubiertas Dobles (40, 122) al Sujetador Giratorio (76) con dos Pernos de M10 x 50mm (100) y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87).



19. Envuelva el Cable Superior del Sujetador Giratorio (74) por el Montante Vertical del Sujetador Giratorio (5) y sobre una Polea de 115mm (119). Conecte la Polea dentro del Montante Vertical con un Perno de M10 x 65mm (18), dos Arandelas de M10 (91), dos Espaciadores de 12mm (89), y una Contratuercas de Nylon de M10 (87).

Conecte un Perno de M10 x 65mm (18), dos Arandelas de M10 (91), y una Contratuercas de Nylon de M10 (87) al Montante Vertical del Sujetador Giratorio (5).

20. **Quite las Poleas de 90mm (78) previamente conectadas de las Placas Pequeñas de la Polea (31).**

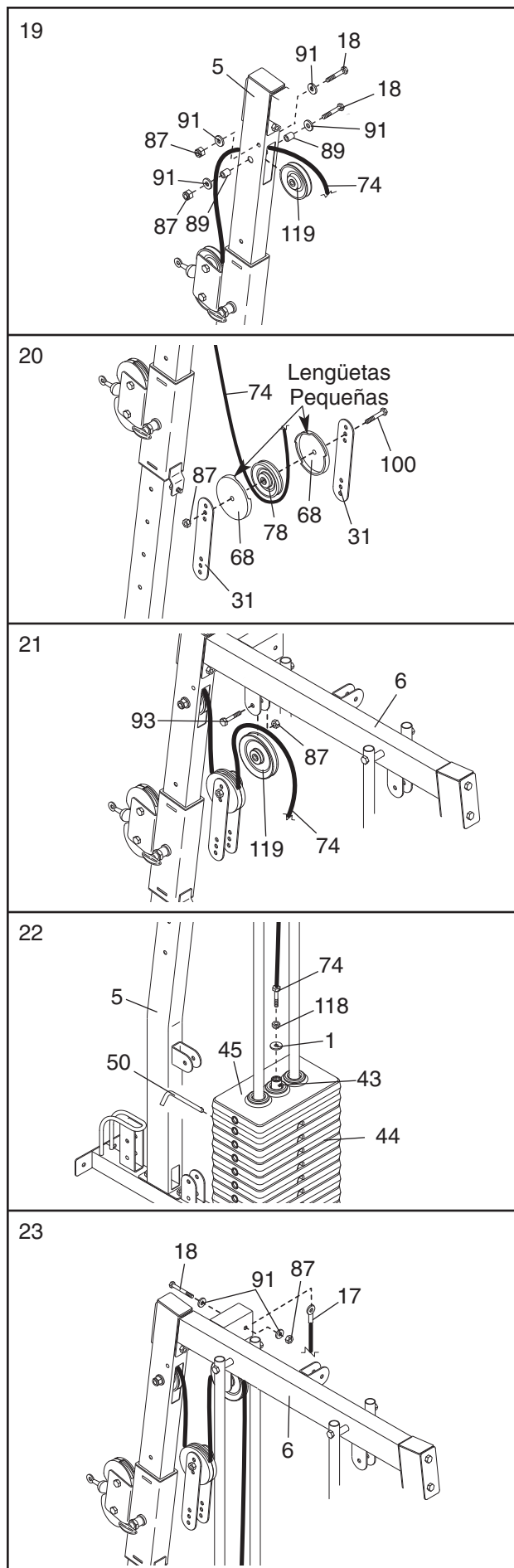
Envuelva el Cable Superior del Sujetador Giratorio (74) debajo de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de la Polea (68) a la segunda serie de orificios de la parte superior de las Placas Pequeñas de la Polea (31) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuercas de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén arriba.**

21. Envuelva el Cable Superior del Sujetador Giratorio (74) sobre una Polea de 115mm (119). Conecte la Polea dentro del sujetador indicado en el Marco Superior (6) con un Perno de M10 x 45mm (93) y una Contratuercas de Nylon de M10 (87).

22. Levante el Tubo de Pesas (43) y la Pesa Superior (45) más cerca al Montante Vertical del Sujetador Giratorio (5). Asegúrese que el pasador pequeño en el Tubo de Pesas esté dentro de la ranura debajo de la Pesa Superior.

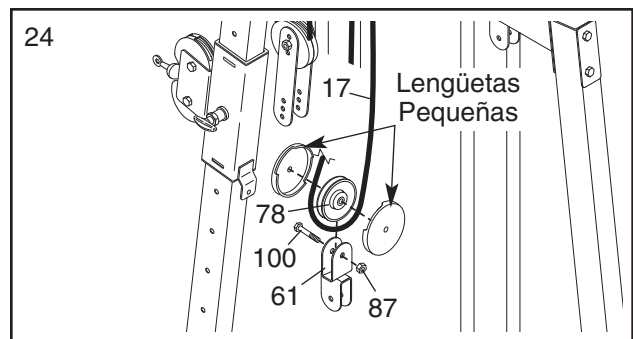
Inserte un Pasador de Pesas (50) dentro de la pila de Pesas (44). Coloque una Arandela de 50mm (1) encima del Tubo de Pesas (43). Apriete una Tuerca de M12 (118) a mitad del extremo del Cable Superior del Sujetador Giratorio (74). Enrosque el extremo del Cable dos vueltas completas dentro del Tubo de Pesas. Entonces, apriete la Tuerca de M12 contra la Arandela.

23. **Localice el Cable del Sujetador Giratorio (17), el cual es 3005mm de largo y tiene un ojete en cada extremo.** Conecte el Cable dentro del Marco Superior (6) con un Perno de M10 x 65mm (18), dos Arandelas de M10 (91), y una Contratuercas de Nylon de M10 (87).

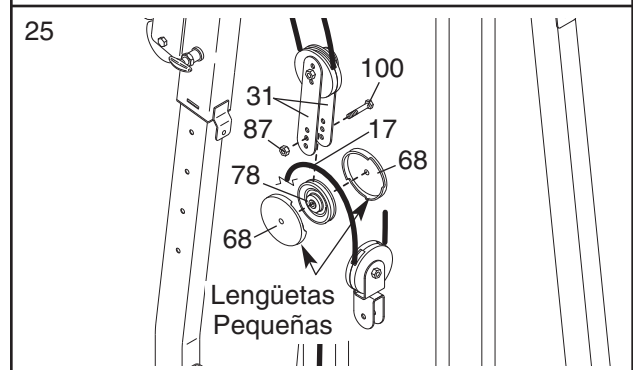


24. Quite las Poleas de 90mm (78) previamente conectadas del Sujetador Retirado Doble-“U” (61).

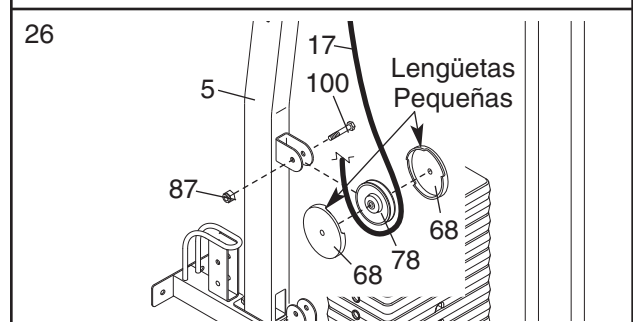
Envuelva el Cable del Sujetador Giratorio (17) alrededor de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea al Sujetador Retirado Doble-“U” (61) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén arriba.**



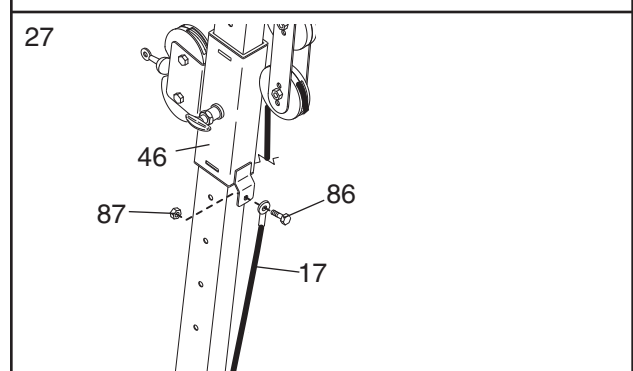
25. Envuelva el Cable del Sujetador Giratorio (17) alrededor de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y una Cubierta de la Polea (68) al penúltimo orificio en la parte inferior de las Placas Pequeñas de la Polea (31) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén abajo.**



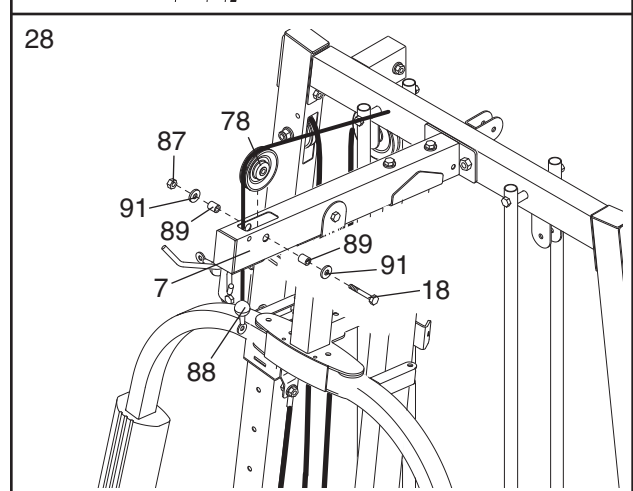
26. Envuelva el Cable del Sujetador Giratorio (17) alrededor de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de la Polea (68) al sujetador en el Montante Vertical del Sujetador Giratorio (5) con un Perno de 10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén arriba.**



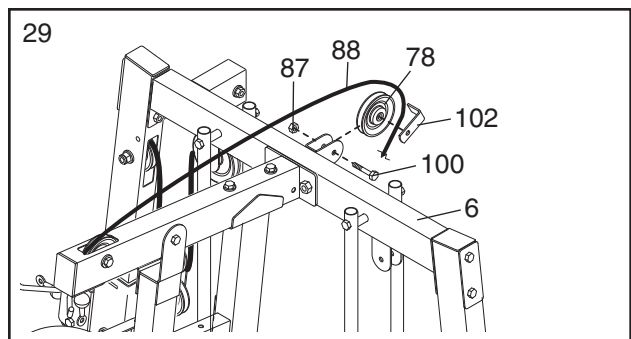
27. Conecte el extremo del Cable del Sujetador Giratorio (17) al sujetador en el Porta Sujetador Giratorio (46) con un Perno de M10 x 20mm (86) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87).



28. Localice el Cable Lateral (88), el cual es 2263mm de largo y tiene una bola en un extremo y un ojete en el otro. Guíe el extremo del cable con el ojete arriba por el Marco Superior Mariposa (7) y alrededor de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea adentro del Marco Superior Mariposa con un Perno de M10 x 65mm (18), dos Arandelas de M10 (91), dos Espaciadores de 12mm (89), y una Contratuerca de Nylon de M10 (87).

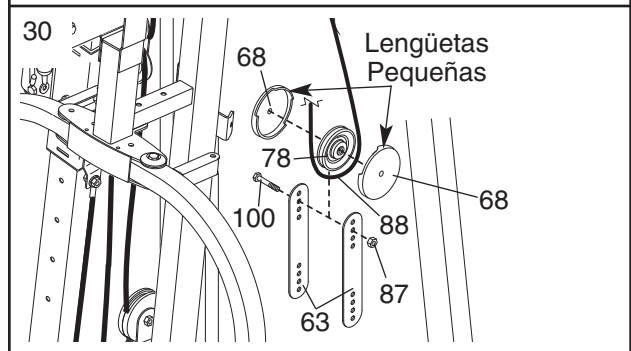


29. Envuelva el Cable Lateral (88) alrededor de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y una Trampa de Cable (102) al Marco Superior (6) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que la Trampa del Cable esté orientada para sostener el Cable en la ranura de la Polea.**

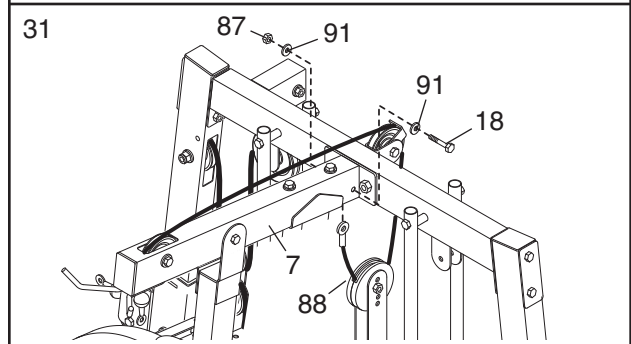


30. Quite las Poleas de 90mm (78) previamente conectadas de las Placas de las Poleas (63).

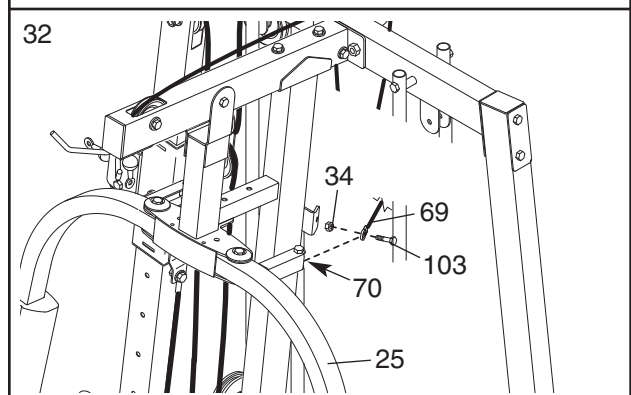
Envuelva el Cable Lateral (88) alrededor de una Polea 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de la Polea (68) al segundo juego de orificios de la parte superior de las Placas de la Polea (63) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén arriba.**



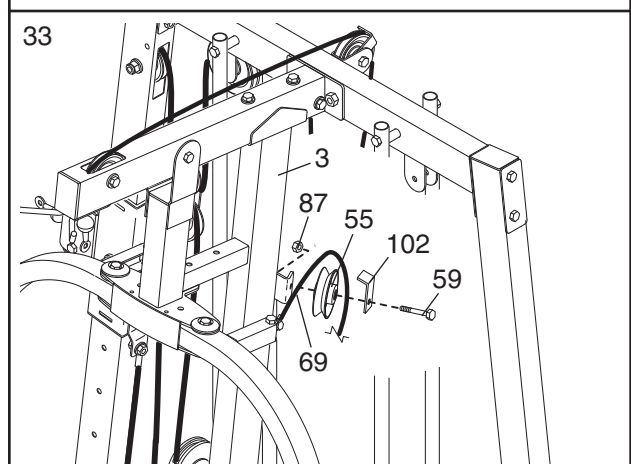
31. Conecte el extremo del Cable Lateral (88) dentro del Marco Superior Mariposa (7) con un Perno de M10 x 65mm (18), dos Arandelas de M10 (91), y una Contratuerca de Nylon de M10 (87).



32. Localice el Cable Mariposa (69), el cual es el Cable más corto. Conecte el Cable al Sujetador de Pivote (70) en el Brazo Mariposa Izquierdo (25) con un Perno Hombro de M8 x 20mm (103) y una Contratuerca de Nylon de M8 (34).

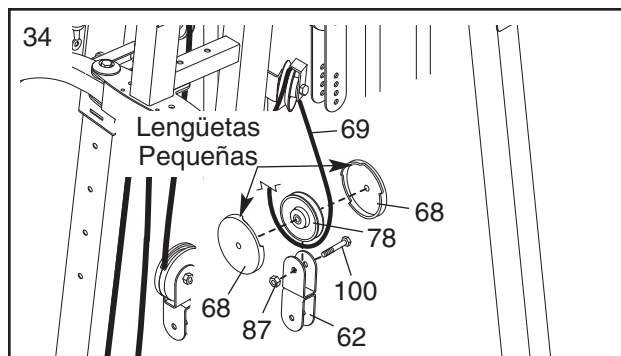


33. Envuelva el Cable Mariposa (69) sobre una Polea "V" (55). Conecte la Polea y una Trampa de Cable (102) al sujetador indicado en el Montante Vertical Mariposa (3) con un Perno de M10 x 60mm (59) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que la Trampa del Cable esté orientada para sostener el Cable en la ranura de la Polea.**

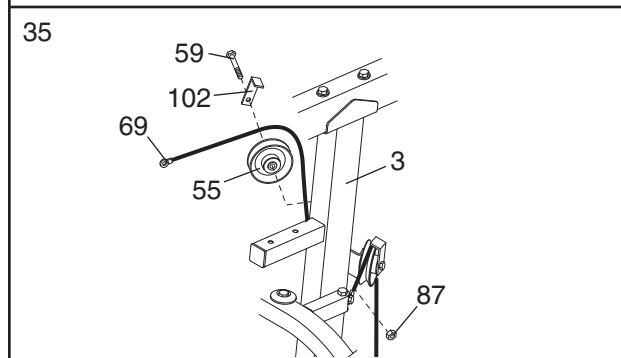


34. Quite las Poleas de 90mm (78) previamente conectadas del Sujetador Doble-“U” (62).

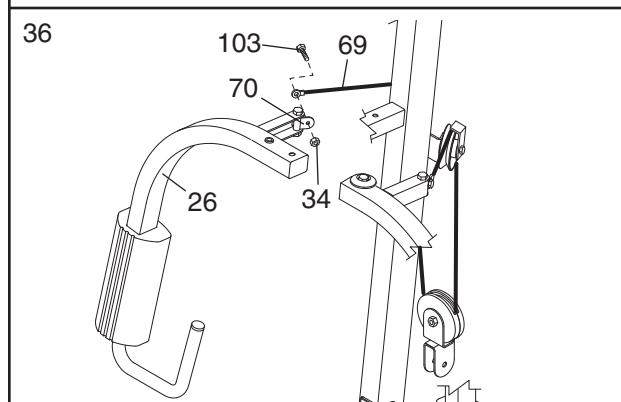
Envuelva el Cable Mariposa (69) debajo de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de Poleas (68) al Sujetador Doble-“U” (62) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuercas de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén arriba.**



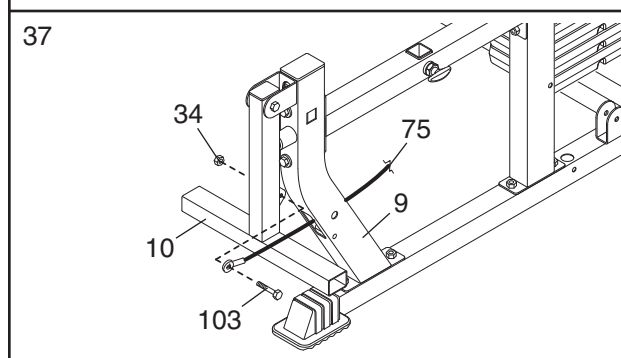
35. Envuelva el Cable Mariposa (69) sobre una Polea-“V” (55). Conecte la Polea y una Trampa de Cable (102) al otro lado del sujetador en el Montante Vertical Mariposa (3) con un Perno de M10 x 60mm (59) y una Contratuercas de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que la Trampa del Cable esté volteada para sostener el Cable en la ranura de la Polea.**



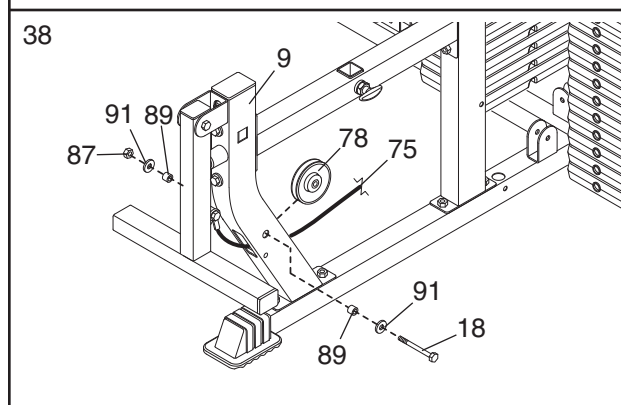
36. Conecte el Cable de Mariposa (69) al Sujetador de Pivote (70) en el Brazo Mariposa Derecho (26) con un Perno Hombro de M8 x 20mm (103) y una Contratuercas de Nylon de M8 (34).



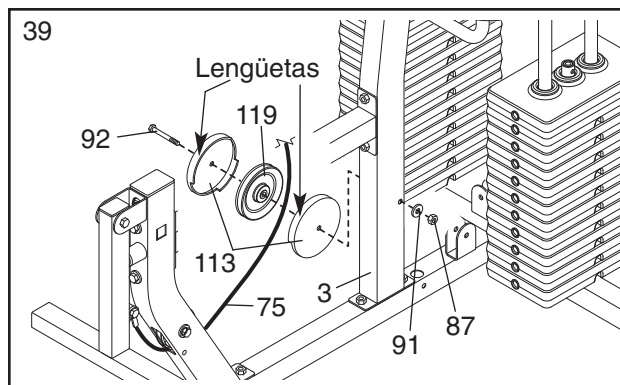
37. Localice el Cable de la Palanca para las Piernas (75), el cual es 2398 de largo y tiene un ojete en un extremo y un pasador con rosca en el otro extremo. Guíe el extremo del Cable con el ojete por el Montante Vertical del Asiento (9) y conéctelo a la lengüeta en la Palanca para las Piernas (10) con un Perno Hombro de M8 x 20mm (103) y una Contratuercas de Nylon de M8 (34).



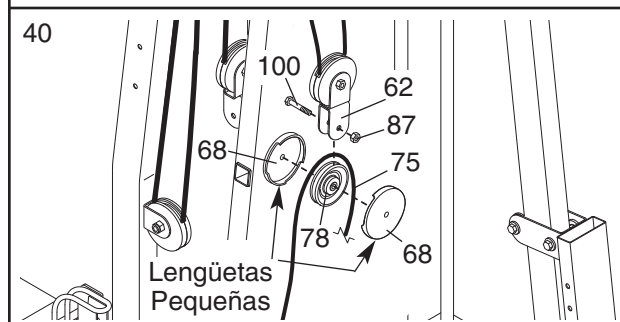
38. Conecte una Polea de 90mm (78) dentro del Montante Vertical del Asiento (9) con un Perno de M10 x 65mm (18), dos Arandelas de M10 (91), dos Espaciadores de 12mm (89), y una Contratuercas de Nylon de M10 (87), como se muestra.



39. Envuelva el Cable de la Palanca para las Piernas (75) debajo de una Polea de 115mm (119). Conecte la Polea y un par de Cubiertas Grandes de Las Poleas (113) al lado indicado del Montante Vertical Mariposa (3) con un Perno de M10 x 95mm (92), una Arandela de M10 (91), y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas en las Cubiertas de las Poleas estén oritadas como se indica.**

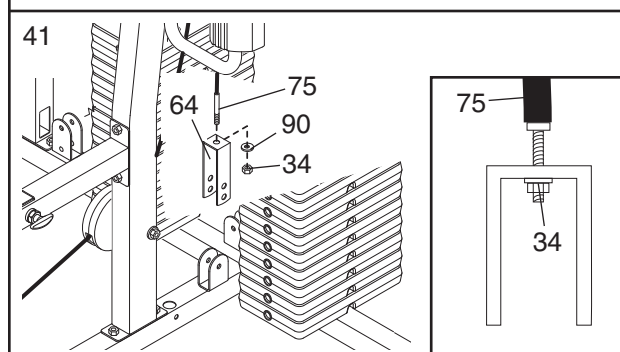


40. Envuelva el Cable de la Palanca para las Piernas (75) sobre una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de Poleas (68) al Sujetador Doble-“U” (62) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén abajo.**



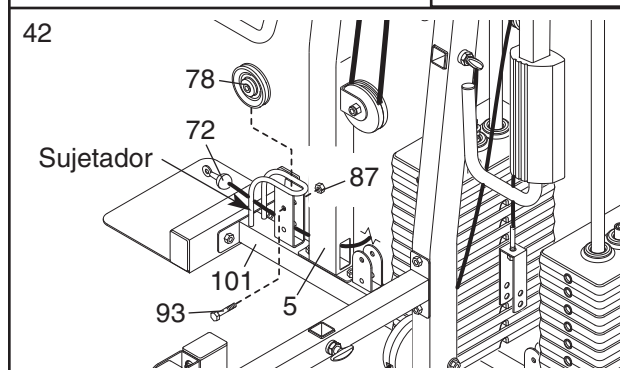
41. Quite la Polea de 90mm previamente conectada (que no se muestra) del Sujetador-“U” (64).

Conecte el extremo del Cable de la Palanca para las Piernas (75) al Sujetador-“U” (64) con una Arandela de M8 (90) y una Contratuerca de Nylon de M8 (34). **Nota: No apriete completamente la Contratuerca; ella debe de estar enroscada al extremo del Cable solo unas dos vueltas, de la manera que se muestra en el dibujo del recuadro.**

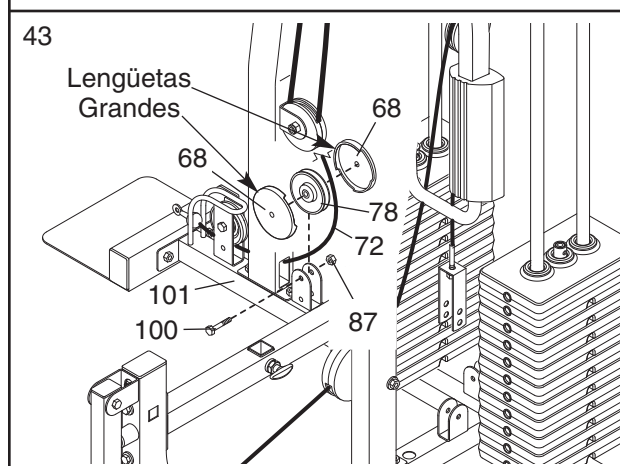


42. Localice el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72), el cual es el único cable que queda que tiene un ojete en un extremo y una bola en el otro extremo. Guíe el extremo del Cable con el ojete por el sujetador en la Base Larga (101) y por el Montante Vertical del Sujetador Giratorio (5), como se muestra. Asegúrese que el Cable esté sobre la barra corta dentro del sujetador.

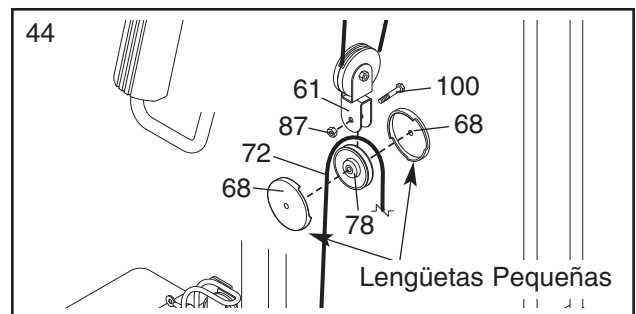
Conecte una Polea de 90mm (78) al sujetador indicado en la Base Larga (101) con un Perno de M10 x 45mm (93) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que el Cable esté en la ranura de la Polea.**



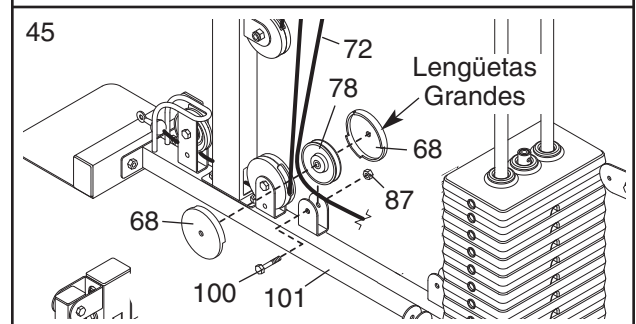
43. Envuelva el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72) debajo de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de las Poleas (68) al sujetador indicado en la Base Larga (101) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas grandes en las Cubiertas de las Poleas estén orientadas como se indica.**



44. Envuelva el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72) sobre una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de la Polea (68) al Sujetador Retirado Doble-“U” (61) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén abajo.**

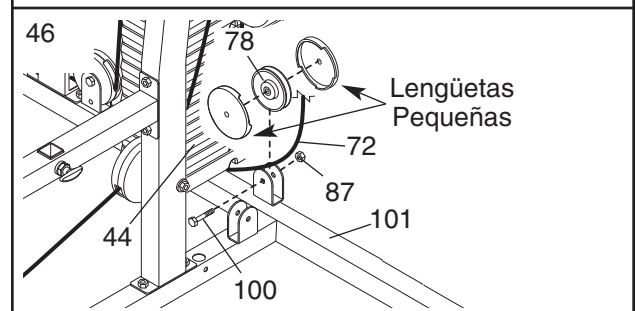


45. Envuelva el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72) debajo de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de las Poleas (68) al sujetador indicado en la Base Larga (101) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas grandes en las Cubiertas de las Poleas estén orientadas como se indica.**

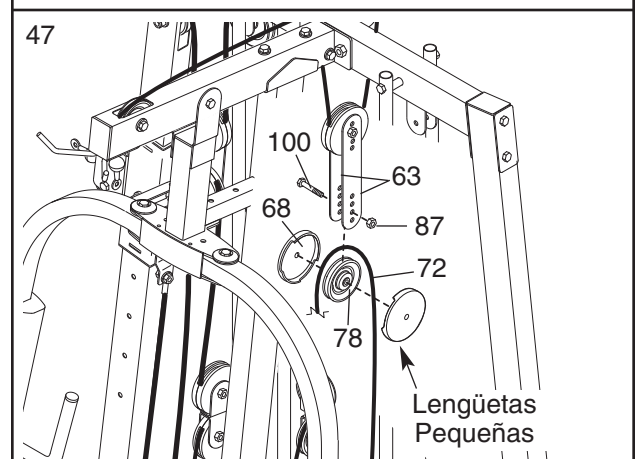


46. Guíe el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72) debajo de la pila de Pesas (44) indicada.

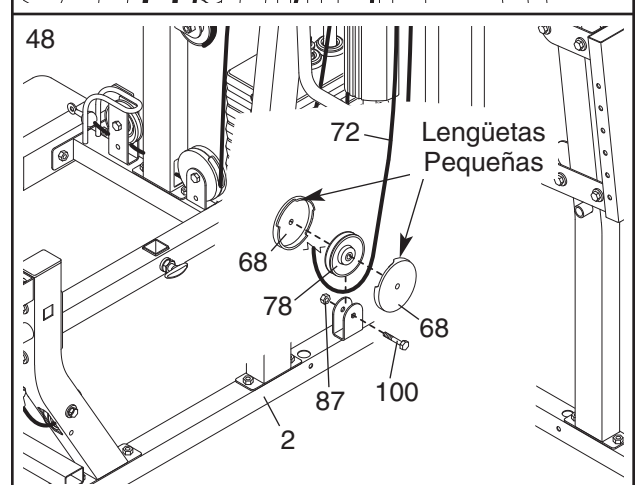
Envuelva el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72) debajo de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de la Polea (68) al sujetador indicado en la Base Larga (101) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén orientadas como se indica.**



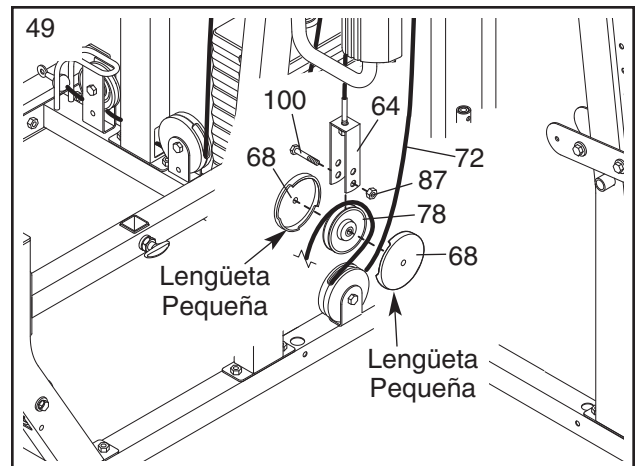
47. Envuelva el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72) sobre una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de las Poleas (68) entre los orificios indicados en las Placas de las Poleas (63) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén abajo.**



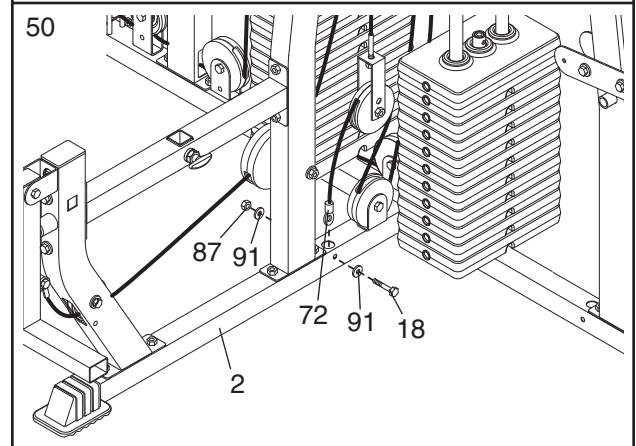
48. Envuelva el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72) debajo de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de las Poleas (68) al sujetador indicado en la Base Corta (2) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén arriba.**



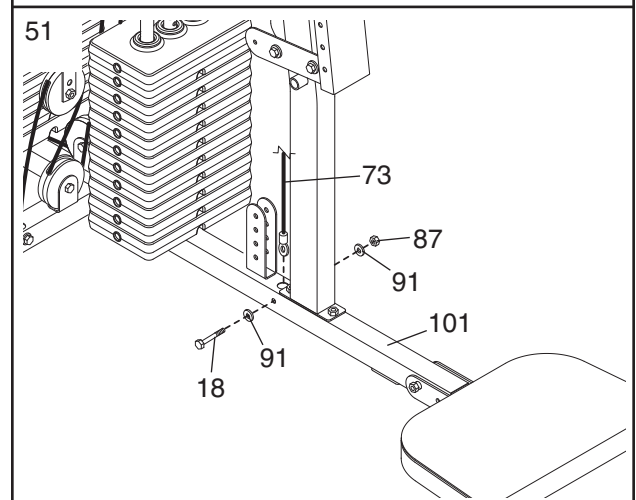
49. Envuelva el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72) debajo de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de la Polea (68) entre el juego de orificios inferior en el Sujetador-“U” (64) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén abajo.**



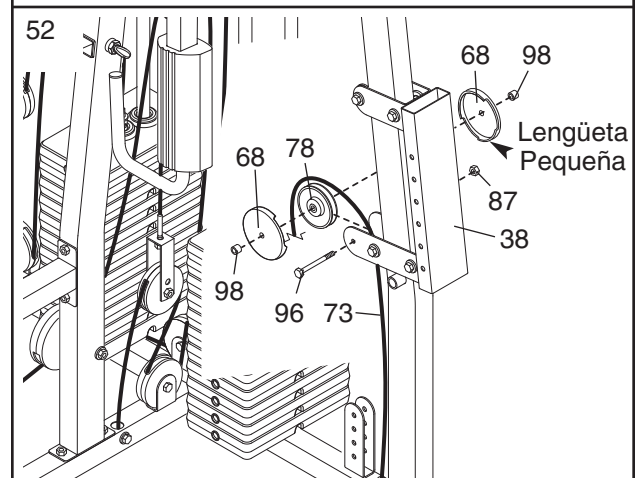
50. Conecte el extremo del Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72) dentro de la Base Corta (2) con un Perno de M10 x 65mm (18), dos Arandelas de M10 (91), y una Contratuerca de Nylon de M10 (87).



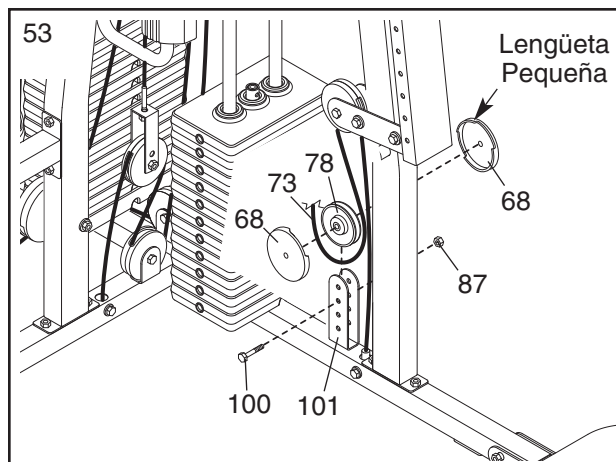
51. **Localice el Cable para Cucillillas (73), el cual es el único cable que queda.** Conecte el extremo con eje del Cable dentro de la Base Larga (101) con un Perno de M10 x 65mm (18), dos Arandelas de M10 (91), y una Contratuerca de Nylon de M10 (87).



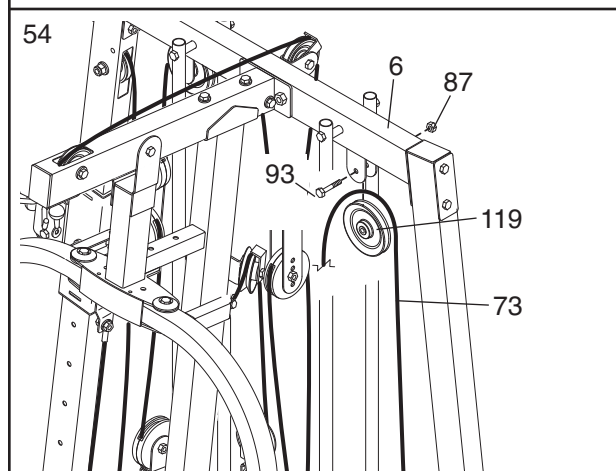
52. Envuelva el Cable para Cucillillas (73) sobre una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de las Poleas (68), y dos Espaciadores de 16mm (98) entre los sujetadores indicados en el Deslizador para Cucillillas (38) con un Perno de M10 x 85mm (96) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén abajo.**



53. Envuelva el Cable para Cucilllas (73) debajo de una Polea de 90mm (78). Conecte la Polea y un par de Cubiertas de las Poleas (68) al segundo juego de orificios desde arriba en el sujetador indicado en la Base Larga (101) con un Perno de M10 x 50mm (100) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87). **Asegúrese que las lengüetas pequeñas en las Cubiertas de las Poleas estén arriba.**



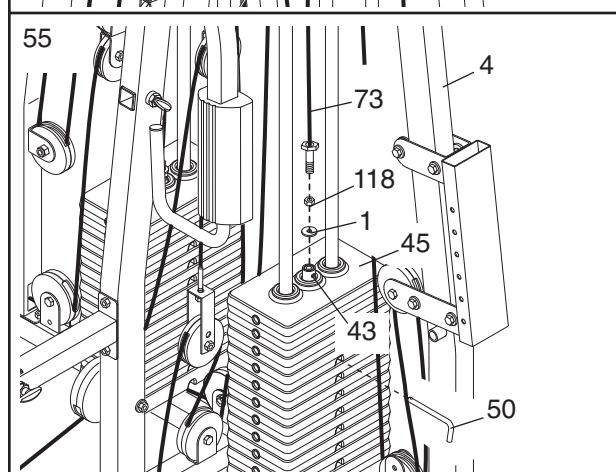
54. Envuelva el Cable para Cucilllas (73) sobre una Polea de 115mm (119). Conecte la Polea al sujetador indicado en el Marco Superior (6) con un Perno de M10 x 45mm (93) y una Contratuerca de Nylon de M10 (87).



55. Levante el Tubo de Pesas (43) y la Pesa Superior (45) y asegúrese que el pasador pequeño en el Tubo de Pesas esté adentro de la ranura debajo de la Pesa Superior.

Coloque la Arandela de 50mm (1) encima del Tubo de Pesas (43) más cerca del Montante Vertical para Cucilllas (4). Enrosque una Tuerca de M12 (118) a mitad del extremo del Cable para Cucilllas (73).

Sostenga el Tubo de Pesas (43) y la Pesa Superior (45) algunas pulgadas sobre la pila de pesas e inserte el Pasador de Pesas (50). Enrosque el extremo del Cable para Cucilllas (73) dos vueltas completas dentro del Tubo de pesas. Entonces, apriete la Tuerca de M12 (118) contra la Arandela de 50mm (1). Quite el Pasador de Pesas y coloque la Pesa Superior de regreso en la pila de pesas. Reemplace el Pasador.

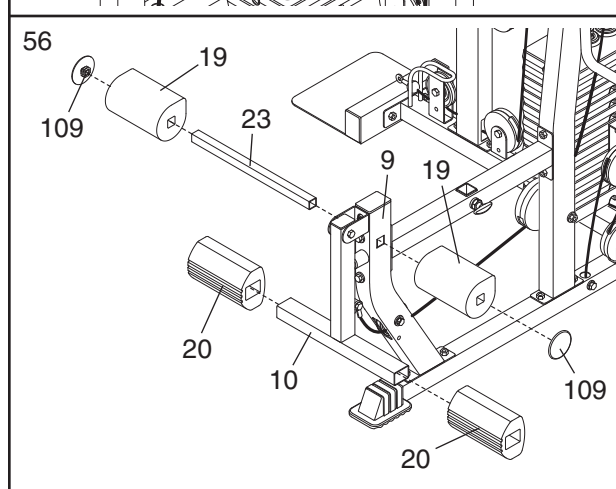


MONTAJE DEL ASIENTO

56. **Localice y abra la bolsa de piezas marcada "SEAT ASSEMBLY."**

Inserte el Tubo de la Almohadilla (23) dentro del orificio cuadrado en el Montante Vertical del Asiento (9). Moje el Tubo de la Almohadilla con agua jabonosa. Deslice dos Almohadillas para las Rodillas (19) al Tubo de la Almohadilla como se muestra. Presione dos Tapas de la Almohadilla para las Rodillas (109) dentro de los extremos del Tubo de la Almohadilla.

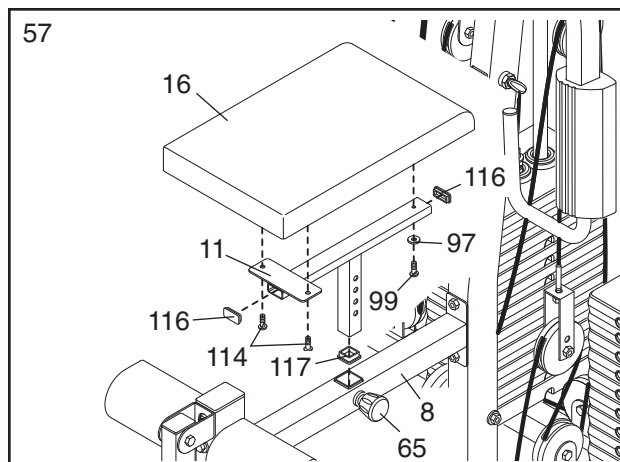
Deslice dos Almohadillas Cortas (20) a la Palanca para las Piernas (10).



57. Presione dos Tapas Internas de 20mm x 40mm (116) y una Tapa Interna de 25mm x 40mm (117) dentro del Sujetador del Asiento (11).

Conecte el Asiento (16) al Sujetador del Asiento (11) con dos Tornillos de M6 x 16mm (114), un Tornillo de M6 x 35mm (99), y una Arandela de M6 (97).

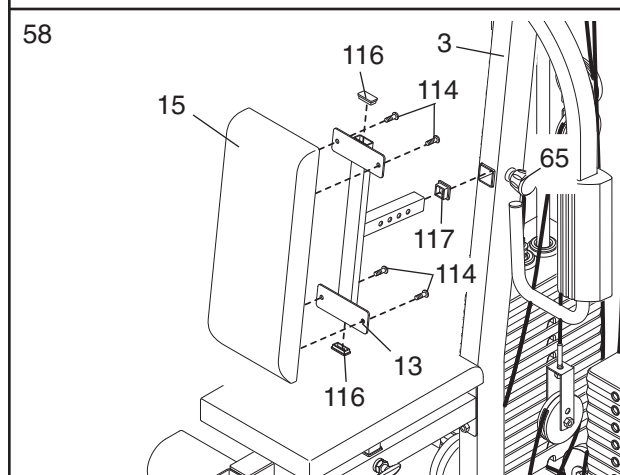
Afloje el Manubrio de Ajuste (65) indicado. A continuación, jale el Manubrio e inserte el Sujetador del Asiento (11) dentro del Marco del Asiento (8). Enganche el Manubrio dentro de uno de los orificios en el Sujetador del Asiento, y vuelva a apretar el Manubrio.



58. Presione dos Tapas Internas de 20mm x 40mm (116) y una Tapa Interna de 25mm x 40mm (117) dentro del Sujetador del Respaldo (13).

Conecte el Respaldo Mariposa (15) al Sujetador del Respaldo (13) con cuatro Tornillos de M6 x 16mm (114).

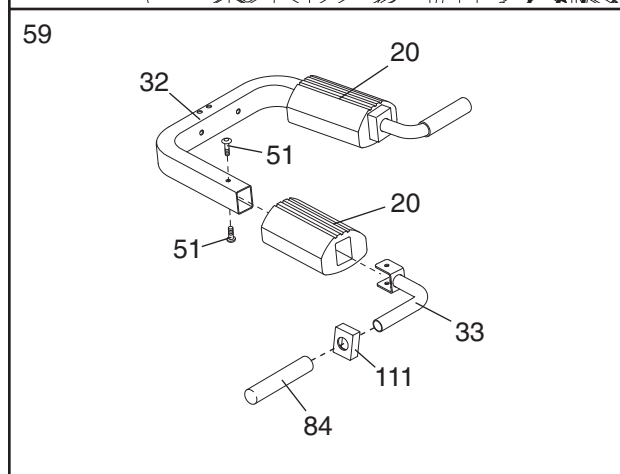
Afloje el Manubrio de Ajuste (65) indicado. A continuación, jale el Manubrio e inserte el Sujetador del Respaldo (13) dentro del Montante Vertical Mariposa (3). Enganche el Manubrio dentro de uno de los orificios en el Sujetador del Respaldo y vuelva a apretar el Manubrio.



59. Moje un extremo del Brazo para Cucillillas (32) con agua jabonosa. Deslice una Almohadilla Corta (20) al Brazo para Cucillillas como se muestra.

Conecte el Manubrio para Cucillillas (33) al Brazo para Cucillillas (32) con dos Tornillos de Cabeza Botón de M8 x 20mm (51). Deslice la Tapa Externa con Orificio (111) al Manubrio para Cucillillas y presiónelo al extremo del Brazo para Cucillillas. Moje el Manubrio con agua jabonosa. Deslice un Mango de 200mm (84) al Manubrio para Cucillillas.

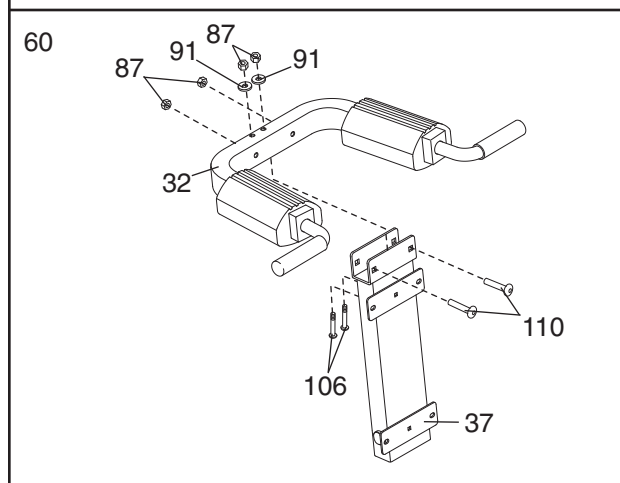
Repita este paso con el otro extremo del Brazo para Cucillillas (32).



60. Conecte el Brazo para Cucillillas (32) al Sujetador para Cucillillas (37) con dos Pernos de Porte de M10 x 65mm (110), y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87). **No apriete los Contratuercas todavía.**

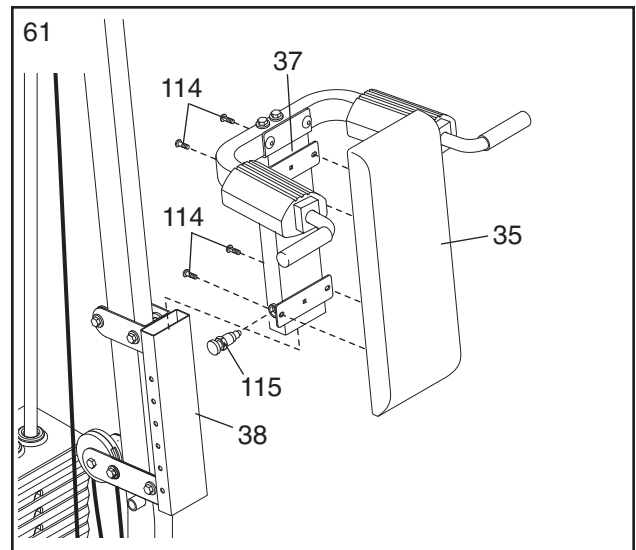
Termine conectando el Brazo para Cucillillas (32) al Sujetador para Cucillillas (37) con dos Pernos de Porte de M10 x 70mm (106), dos Arandelas de M10 (91), y dos Contratuercas de Nylon de M10 (87).

Apriete todas las Contratuercas de Nylon de M10 (87) que se usaron en este paso.



61. Voltee el Respaldo para Cucillillas (35) de tal manera que los cuatro orificios están más cerca de la parte inferior del Respaldo para Cucillillas que de la parte superior. Conecte el Respaldo para Cucillillas al Sujetador para Cucillillas (37) con cuatro Tornillos de M6 x 16mm (114).

Apriete la Perilla de Ajuste (115) completamente dentro del Sujetador para Cucillillas (37). Dé vuelta a la perilla en la Perilla de Ajuste en dirección opuesta a las agujas del reloj varias veces para aflojarla. A continuación, jale la Perilla de Ajuste y Deslice el Sujetador para Cucillillas abajo al Deslizador para Cucillillas (38). Enganche la Perilla de Ajuste dentro de uno de los orificios en el Deslizador para Cucillillas, y entonces dé vuelta a la perilla en dirección de las agujas del reloj hasta que esté apretado.



62. Asegúrese de que todas las piezas estén ajustados apropiadamente. El uso de todas las piezas restantes se explicará en la sección de AJUSTE, que se inicia en la página 22 de este manual del usuario.

Antes de usar el sistema de entrenamiento, jale cada cable algunas veces para asegurarse de que los cables se muevan suavemente sobre las poleas. Si uno de los cables no se mueve suavemente, encuentre y corrija el problema. **IMPORTANTE: Si los cables no son instalados apropiadamente, tal vez se puedan dañar cuando se use una cantidad grande de peso. Vea el DIAGRAMA DE CABLES en las páginas 26 y 27 de este manual para verificar la manera correcta en que debe guir los cables. Si los cables están flojos, usted tendrá que arreglar esto apretando los cables. Vea PROBLEMAS en la página 25.**

AJUSTE

Las instrucciones abajo describen como pueden ser ajustadas pueden ser ajustar cada una de las piezas del sistema de entrenamiento. Refiérase a la guía de ejercicio que acompaña este manual para ver la forma correcta de cada ejercicio. **IMPORTANTE: Cuando coloque los accesorios, asegúrese de que estos estén fijados en la posición correcta de comienzo para el ejercicio que se va a llevar a cabo. Si el cable o la cadena están flojos cuando algún ejercicio esté llevándose a cabo, la eficacia del ejercicio será reducida.**

CAMBIANDO LA CANTIDAD DE PESAS

Para cambiar la cantidad de las pesas de cualquier pila de pesas, inserte un Pasador de Pesas (50) debajo de la Pesa (44) deseadas que el extremo doblado del Pasador de Pesas esté tocando las Pesas. De vuelta al extremo doblado hacia abajo. La cantidad de pesas de cualquier pila de pesas se puede cambiar desde 10 libras hasta 110 pounds, libras, en aumentos de 10 libras. **Nota: Debido a los cables y las poleas, la cantidad de resistencia en cada estación de ejercicios puede variar de la cantidad de pesas. Use la TABLA DE RESISTENCIA DE PESAS en la página 24 para que encuentre la cantidad aproximada de resistencia para cada cantidad de peso.**

CONECTANDO LOS ACCESORIOS

Conecte la Barra Lateral (79) al Cable Lateral (88) con un Gancho del Cable (83). Para algunos ejercicios, la Cadena (81) se debe conectar entre la Barra Lateral y el Cable Lateral con dos Ganchos del Cable. **Ajuste lo largo de la Cadena entre la Barra Lateral y el Cable Lateral de tal manera que la Barra Lateral esté en la posición correcta para comenzar de que se pueda llevar acabo el ejercicio.**

La Barra Lateral (79) se puede conectar al Cable Inferior del Sujetador Giratorio (que no se muestra) de la misma manera.

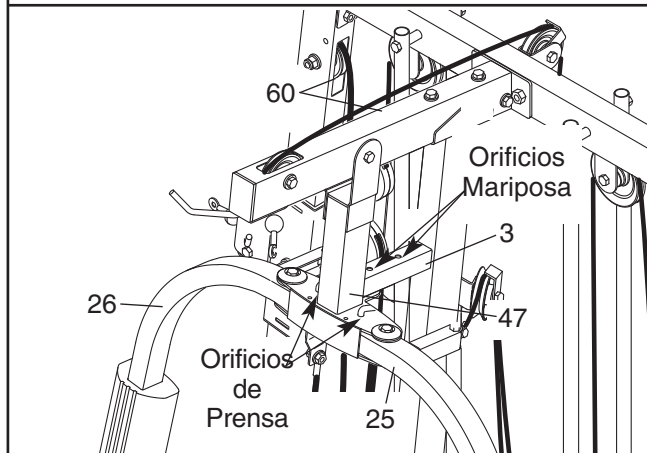
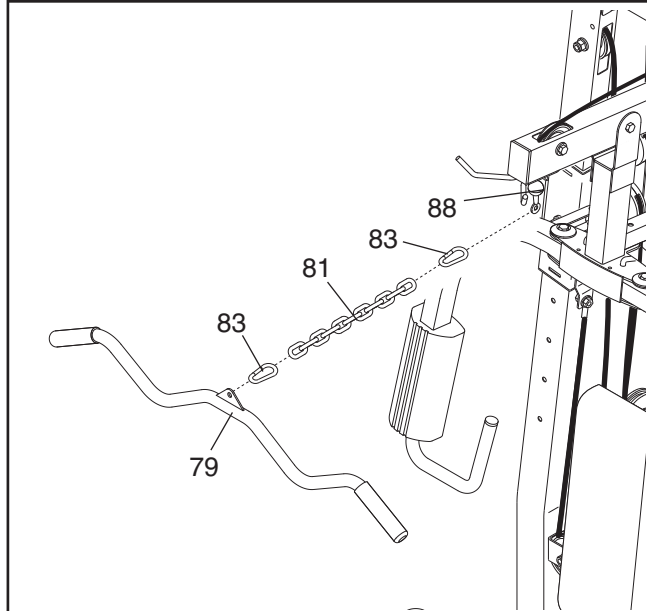
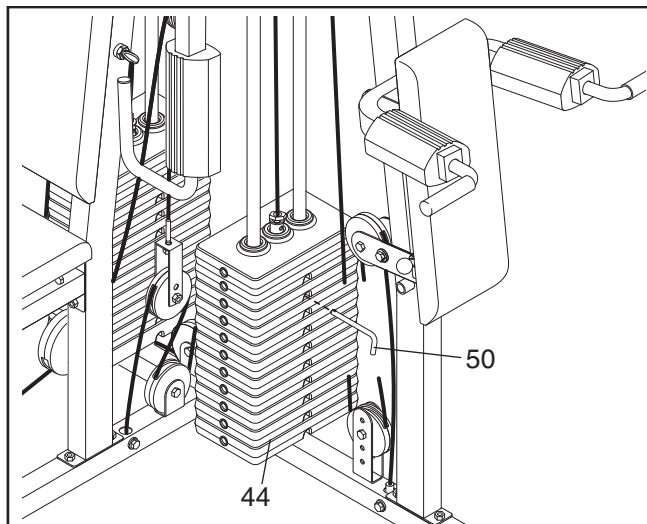
La Barra para Remar (que no se muestra), el Manubrio (que no se muestra), o el Tirante Abdominal (que no se muestra) se puede conectar al Cable Lateral (88) o el Cable Inferior del Sujetador Giratorio (que no se muestra) de la misma manera.

CONVIRTIENDO LOS BRAZOS MARIPOSA

Para usar los Brazos Mariposa (25, 26) como brazos mariposa, inserte los Pernos-“L” con Correa (60) dentro de los orificios mariposa en el Montante Vertical Mariposa (3).

Para Usar los Brazos Mariposa (25, 26) como brazos de prensa, inserte los Pernos-“L” con Correa (60) dentro de los orificios de prensa en el Marco Mariposa (47).

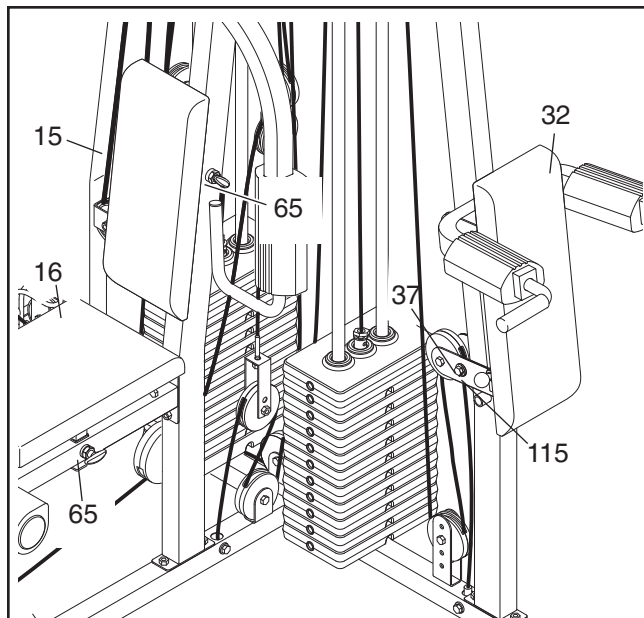
Asegúrese que ambos Pernos-“L” con Correa (60) estén completamente insertados dentro del mismo juego de orificio antes de comenzar cualquier ejercicio.



AJUSTANDO EL BRAZO CUCILLAS, EL ASIENTO, O RESPALDO MARIPOSA

Para ajustar la altura del Brazo para Cucilllas (32), primero afloje la Perilla de Ajuste (115) en el Sujetador para Cucilllas (37). A continuación, jale el Manubrio y deslice el Sujetador para Cucilllas arriba o abajo a la posición deseada. Enganche el Manubrio dentro de uno de los orificios en el Deslizador para Cucilllas (que no se muestra), y vuelva a apretar el Manubrio.

La altura del Asiento (16), la posición del Repaldo Mariposa (15), y el Porta Sujetador Giratorio (que no se muestra) se pueden ajustar de la misma manera usando los tres Manubrios de Ajusto (65).



AJUSTANDO EL REPOSA RODILLAS PARA CUCILLLAS

Para usar el Reposo Rodillas para Cucilllas (41), pivótelo hacia abajo a la posición que se muestra e inserte el Perno Largo con Correa (112) dentro de los orificios en el Reposo Rodillas para Cucilllas y la Base Larga (101).

Cuando el Reposo Rodillas para Cucilllas (41) no se está usando, pivótelo hacia abajo a la posición vertical y entonces el Perno Largo con Correa (112) dentro del orificio en la Base Larga (101).

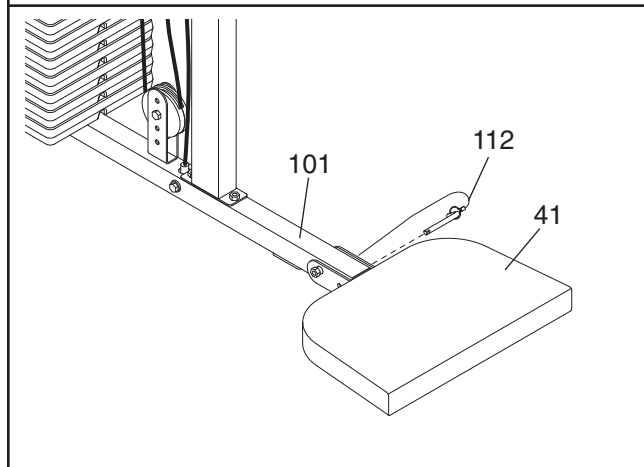


TABLA DE RESISTENCIA DE PESAS

Esta tabla muestra la resistencia aproximada de peso en cada estación de pesas. "Sup" se refiere a la pesa superior de 10 libras. Los otros números se refieren a los placas de pesas de 10 libras. La resistencia de los brazos de mariposa que se muestra es la resistencia para cada brazo de mariposa. **Nota: La resistencia en cada estación de pesas puede variar debido a diferencias en las placas de pesas individuales, tal como fricción entre los cables, poleas, y guías de pesas.**

PESOS	POLEA SUPERIOR (libras)	POLEA INFERIOR (libras)	PALANCA PIERNAS (libras)	BRAZO DE MARIPOSA (libras)	BRAZO DE PRENSA (libras)	ESTACIÓN CUCLILLAS (libras)	ESTACIÓN GIRATORIO (libras)
Sup	14	14	22	17	24	59	16
1	25	25	35	26	39	87	26
2	38	36	53	36	55	116	39
3	48	44	67	45	70	136	52
4	61	60	91	54	89	170	59
5	68	70	111	63	104	192	74
6	80	80	122	71	118	203	84
7	96	91	148	80	136	223	90
8	101	104	160	91	154	239	104
9	112	111	184	100	167	254	116
10	122	122	190	108	187	270	122

PROBLEMAS

Inspeccione y apriete todas las piezas cada vez que vaya a usar el sistema de entrenamiento. Reemplace inmediatamente todas las piezas desgastadas. Las superficies exteriores del sistema de entrenamiento se pueden limpiar usando un trapo húmedo y detergente suave no-abrasivo. No usar solventes.

AJUSTAR LOS CABLES

El cable entretreído, que es el tipo de cable usado en el sistema de entrenamiento, puede alargarse ligeramente la primera vez que se usa. Si se aflojara a causa de este estiramiento, antes de sentir resistencia, entonces los cables deberán ser apretados. Para apretar los cables, primero inserte el pasador de pesas dentro del medio de la pila de pesas. Se puede quitar aflojamiento en los cables de varias manera:

Vea el dibujo 1. Para apretar el Cable para Cucilllas (73) o el Cable Superior del Sujetador Giratorio (que no se muestra), primero afloje la Tuerca de M12 (118) en el extremo del Cable, retirado de la Arandela de 50mm (1). Enrosque el extremo del Cable más adentro del Tubo de Pesas (43). Entonces, vuelva a apretar las Tuercas contra la Arandela.

Vea el dibujo 2. Para apretar más el Cable para Cucilllas (73), primero quite la Contratuercas de Nylon de M10(87), el Perno de M10 x 50mm (100), las Cubiertas de las Poleas (68), y una Polea de 90mm (que no se muestra) del sujetador indicado en la Base Larga (101). Vuelva a conectar la Polea y las Cubiertas de las Poleas entre el juego inferior de orificios con el Perno y la Contratuercas.

Vea el dibujo 3. Para apretar los otros cinco cables, primero quite la Contratuercas de Nylon de M10 (87) superior o inferior (87), el Perno de M10 x 50mm (100), la Polea de 90mm (que no se muestra), y las Cubiertas de las Poleas (68) de las Placas de las Poleas (63) o Placas Pequeñas de la Polea (que no se muestran). Vuelva a conectar la Polea y las Cubiertas de la Poleas entre un juego de orificios más cerca al centro de las Placas de las Poleas.

Vea el dibujo 4. Para quitar más de lo flojo en los cables, primero quite la Contratuercas de Nylon de M10 (87), el Perno de M10 x 50mm (100), la Polea de 90mm (que no se muestra), y las Cubiertas de las Poleas (68) del Sujetador-“U” (64). Vuelva a conectar las Poleas y las Cubiertas de las Poleas entre el juego de orificios superior en el Sujetador-“U”.

También se puede quitar lo flojo de los cables apretando la Contratuercas de Nylon de M8 (34) al extremo del Cable de la Palanca para las Piernas (75). Para hacer esto, puede ser que usted necesita quitar la Polea de 90mm (que no se muestra) y las Cubiertas de las Poleas (68) del Sujetador-“U” (64).

No sobre apriete los cables. Si los cables están sobre apretados, la pesa superior se levantará de la pila de pesas.

Si el cable tiene a resbalarse de las poleas amenudo, se puede enredar. Quite el cable y vuelva a instalarlo.

Si se necesita reemplazar los cables, vea COMO ORDENAR PIEZAS DE REPUESTO en la contraportada de este manual.

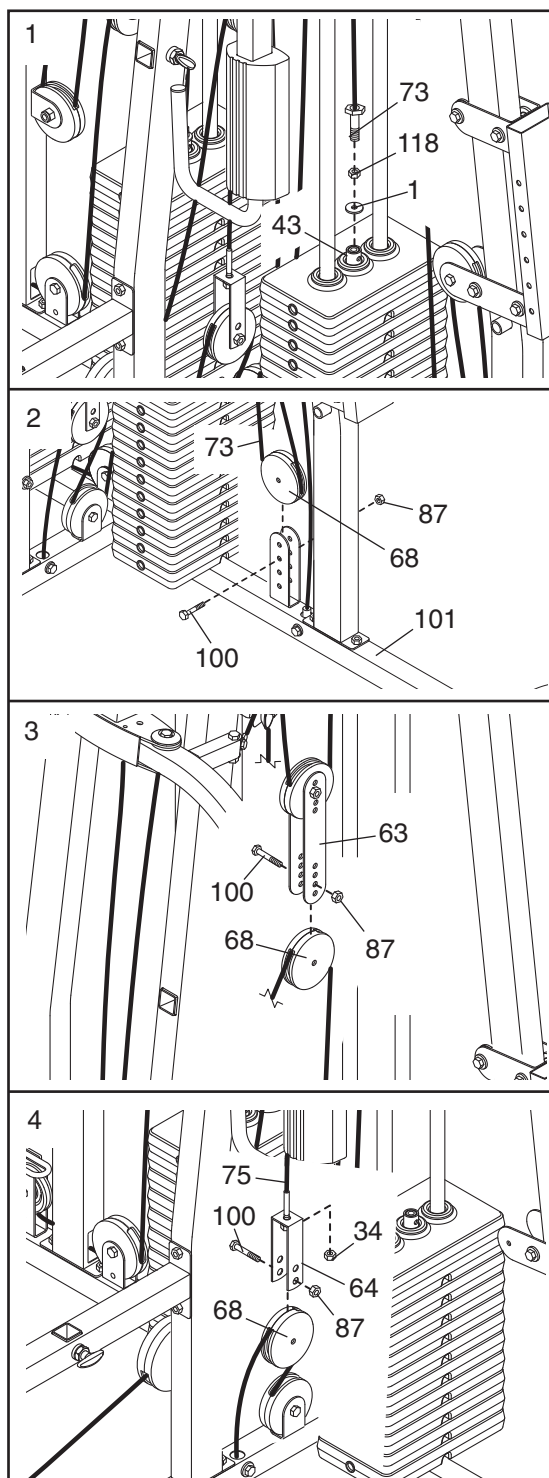


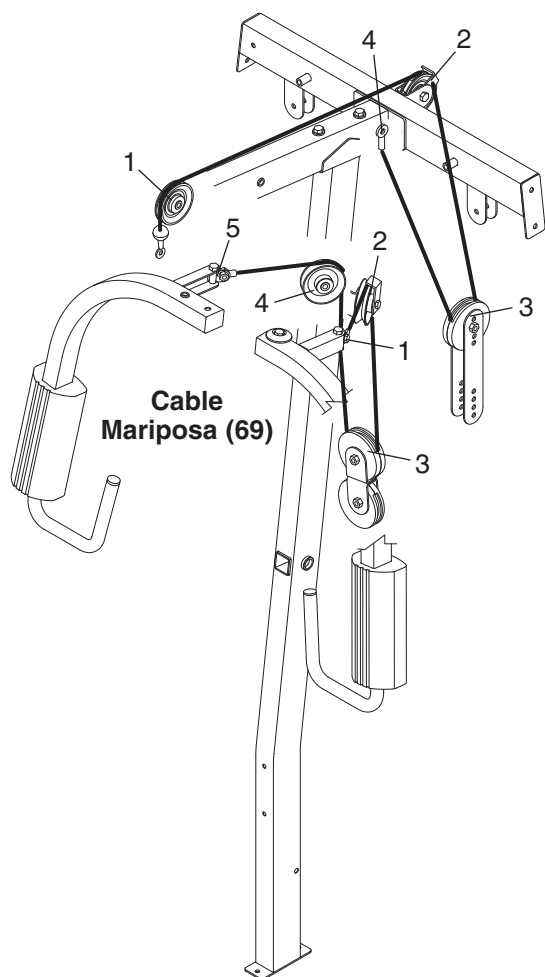
DIAGRAMA DE CABLES

La tabla de identificación de los cables abajo muestra los extremos de cada cable y lo largo de los cables. Los diagramas de los cables en esta y la siguiente página muestran la manera apropiada para guiar los cables. Los números en los diagramas muestran las guías de los cables. Use los diagramas para asegurarse que los cables se han seleccionado correctamente. **IMPORTANTE: Si los cables no se han guiado correctamente, el sistema de pesas no funcionará y pueden ocurrir daños.**

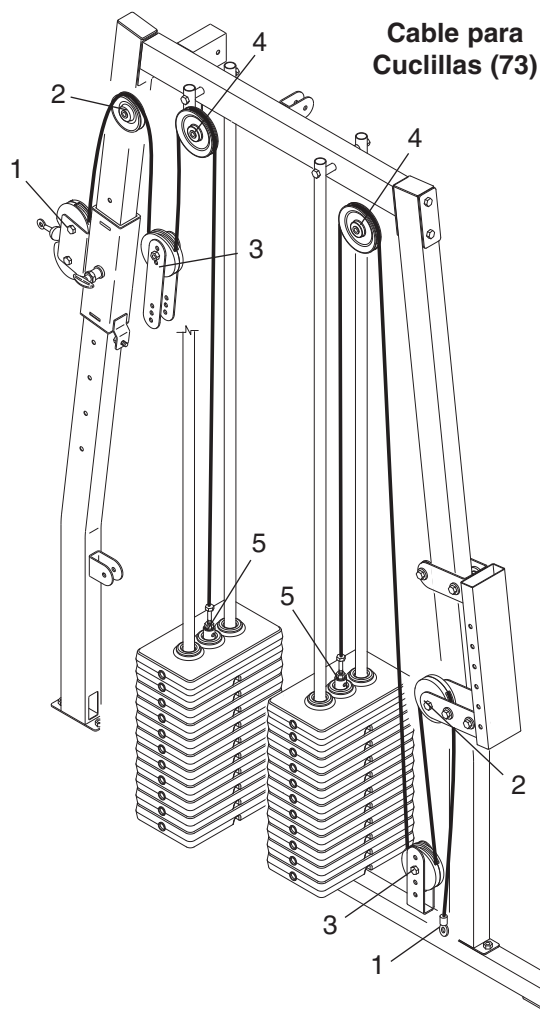
Tabla de Identificación de Cables

		Cable Mariposa (69)—1475mm
		Cable Inferior del Sujetador Giratorio (72)—5207mm
		Cable para Cucillillas (73)—4425mm
		Cable Superior del Sujetador Giratorio (74)—3213mm
		Cable de la Palanca para las Piernas (75)—2398mm
		Cable Lateral (88)—2267mm
		Cable del Sujetador Giratorio (17)—3005mm

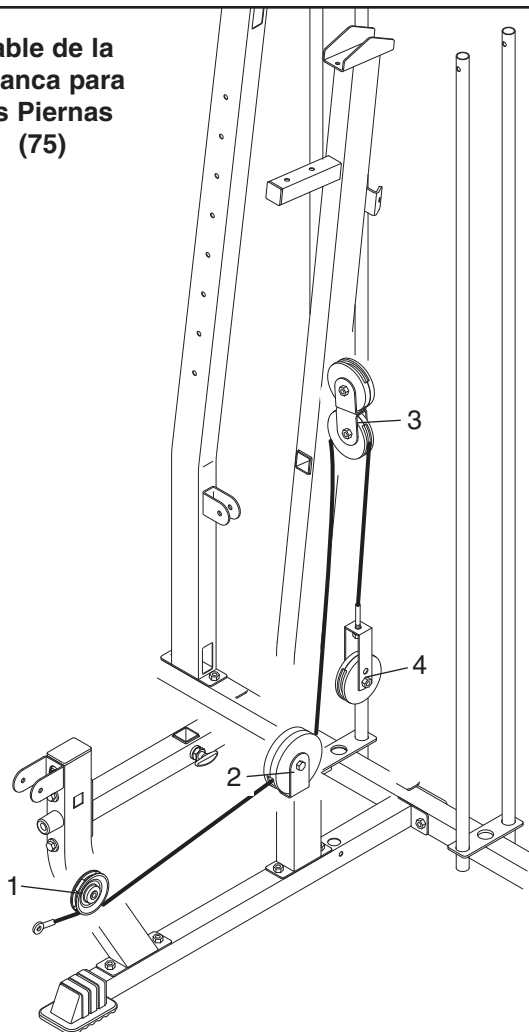
Cable Lateral (88)



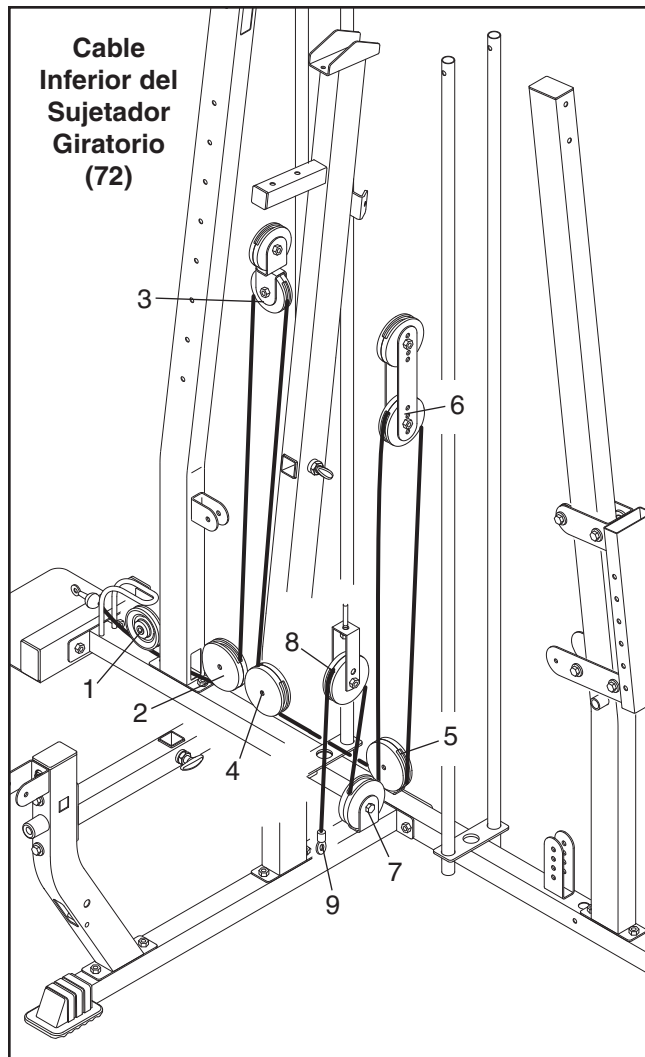
Cable Superior del Sujetador Giratorio (74)



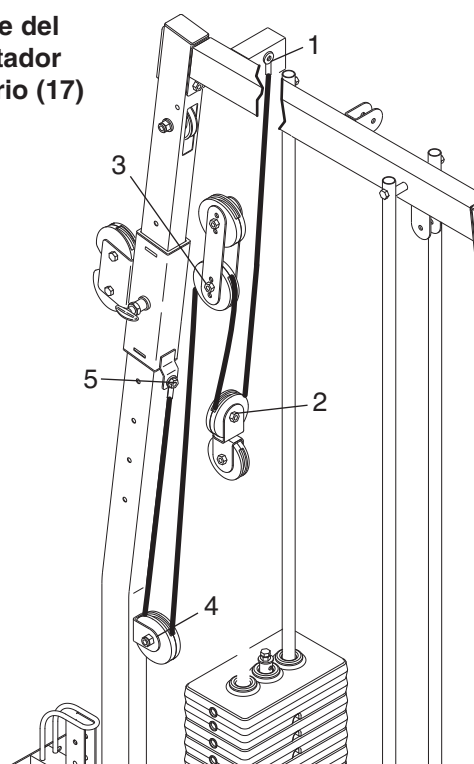
**Cable de la
Palanca para
las Piernas
(75)**



**Cable
Inferior del
Sujetador
Giratorio
(72)**



**Cable del
Sujetador
Giratorio (17)**



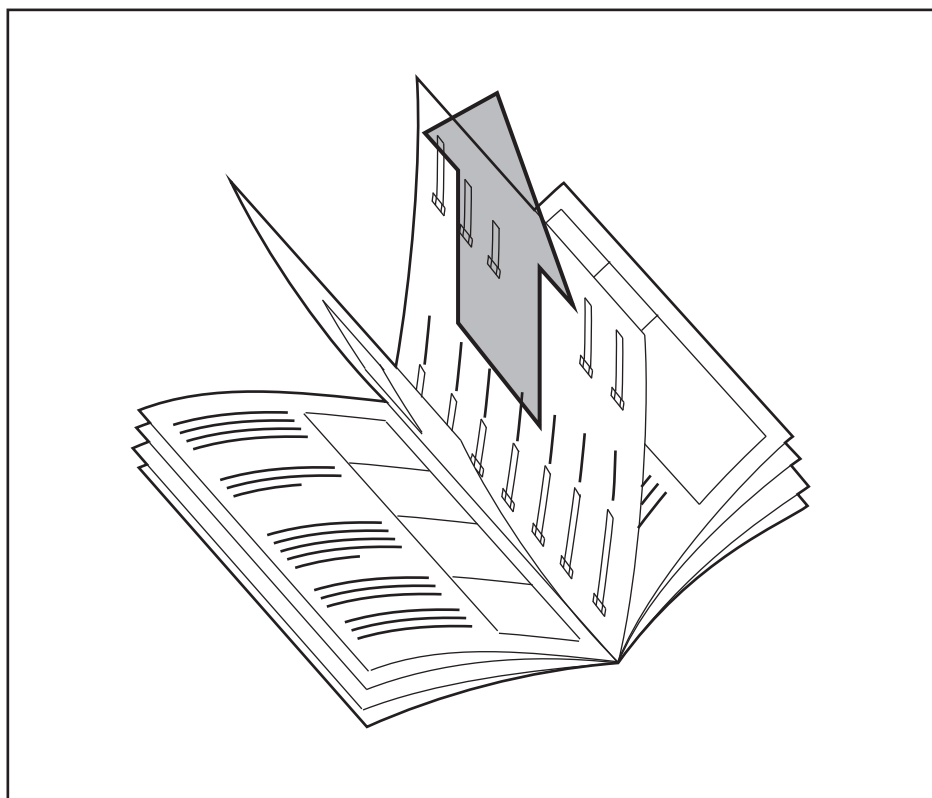
COMO ORDENAR PIEZAS DE REPUESTO

Para pedir piezas de repuesto, pongase en contacto con la tienda donde compró su equipo. Cuando vaya a ordenar piezas, por favor esté preparado para la siguiente información:

- el NUMERO DE MODELO del producto (WEEVSY39530)
- el NOMBRE del producto (WEIDER® PRO 9400 weight system)
- el NUMERO DE SERIE de la máquina (vea la portada de este manual)
- el NUMERO y LA DESCRIPCIÓN de la(s) pieza(s) (vea la LISTA DE PIEZAS y el DIBUJO DE LAS PIEZAS en el centro de esta manual).

RETIRE DEL MANUAL ESTA TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS. GUARDE ESTA TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS PARA REFERENCIA EN LA FUTURA.

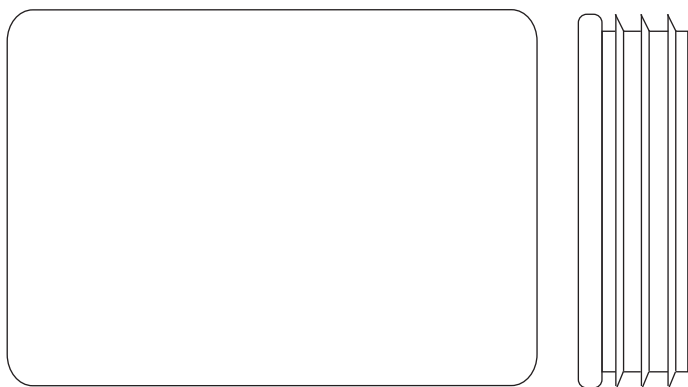
Esta tabla se provee para ayudarle a usted a identificar las piezas pequeñas que se usan en el montaje. El número en paréntesis debajo de cada pieza, se refiere al número clave de cada pieza, de la LISTA DE PIEZAS en el centro de esta manual. **Importante: Algunas piezas pequeñas pueden haber sido armadas previamente para propósitos de envío. Si una pieza no se encuentra en la bolsa de las piezas, revise si ha sido armada previamente.**



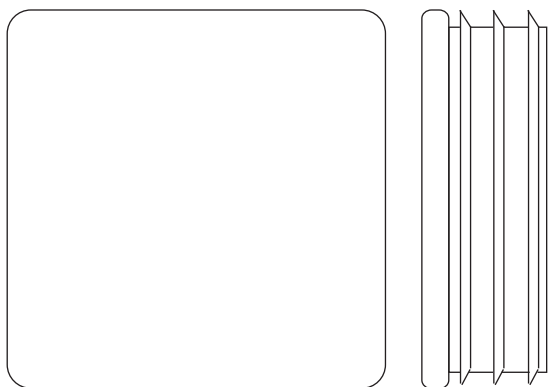
Nota: El montaje está dividido en cuatro pasos: 1) montaje del marco, 2) montaje del brazo, 3) montaje de cable y polea, y 4) montaje del asiento. El equipo para cada paso está empacado por separado. ESPERE HASTA QUE COMIENCE CADA ETAPA DEL MONTAJE PARA ABRIR LA BOLSA DE LAS PIEZAS MARCADAS PARA ESA ETAPA DEL MONTAJE.



Tapa Interna de 50mm x 75mm (58)



Tapa Interna de 50mm x 70mm (95)



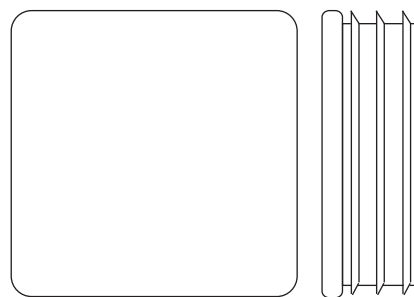
Tapa Interna Cuadrada de 50mm (105)



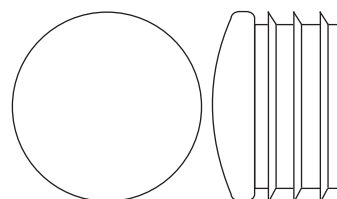
Tapa Interna de 25mm x 40mm (117)



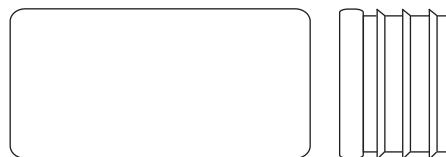
Tapa Interna de 40mm x 50mm (21)



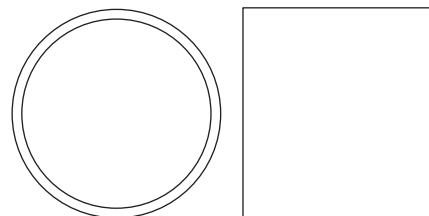
Tapa Interna Cuadrada de 38mm (67)



Tapa Interna Redonda de 25mm (29)



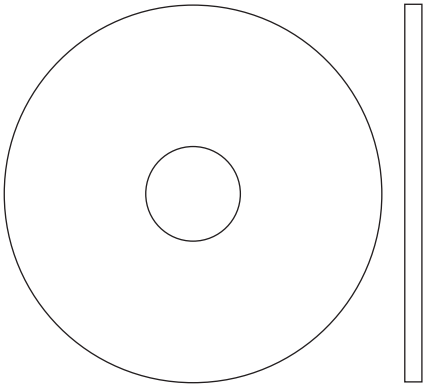
Tapa Interna de 20mm x 40mm (116)



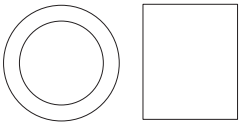
Tapa Externa Cuadrada de 25mm (121)

TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS—Núm. de Modelo **WEEVS3953**

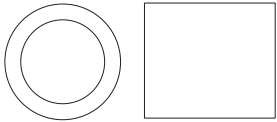
R0803A



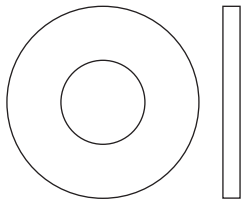
Arandela de 50mm (1)



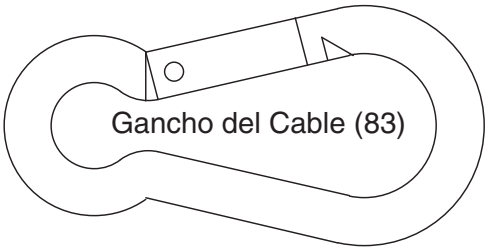
Espaciador de 12mm (89)



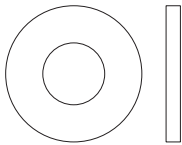
Espaciador de 16mm (98)



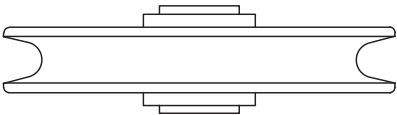
Arandela de M10 (91)



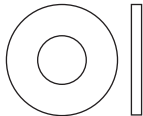
Gancho del Cable (83)



Arandela de M8 (90)



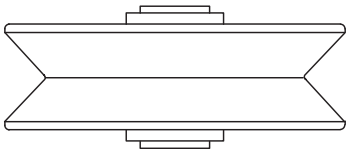
Polea de 115mm (119)
(Not shown to scale)



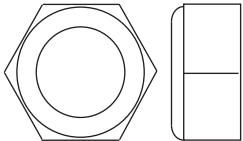
Arandela de M6 (97)



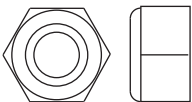
Arandela de M4 (120)



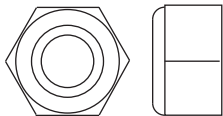
Polea-“V” (55)
(Not shown to scale)



Tuerca de M12 (118)



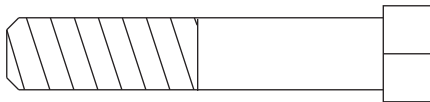
Contratuerca de Nylon de M8 (34)



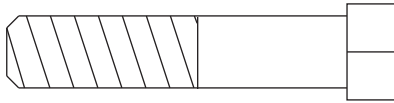
Contratuerca de Nylon de M10 (87)



Polea de 90mm (78)
(Not shown to scale)



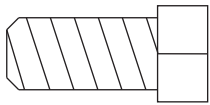
Perno de M10 x 50mm (100)



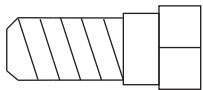
Perno de M10 x 45mm (93)



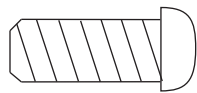
Tornillo de M6 x 35mm (99)



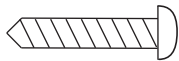
Perno de M10 x 20mm (86)



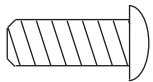
Perno Hombro de M8 x 20mm (103)



Tornillo de Cabeza
Botón de M8 x 20mm (51)



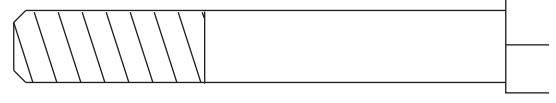
Tornillo Taladro de
M4 x 20mm (14)



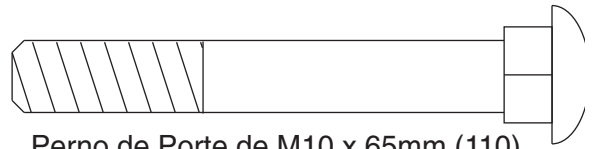
Tornillo de M6 x 16mm (114)



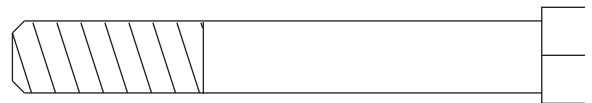
Perno de M10 x 60mm (59)



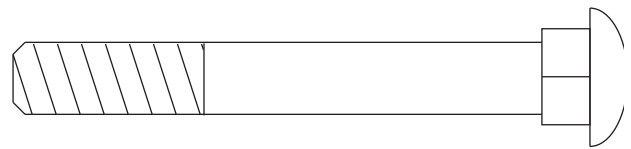
Perno de M10 x 65mm (18)



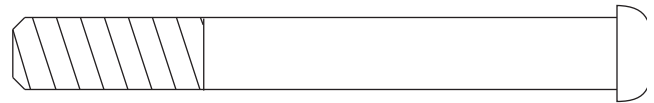
Perno de Porte de M10 x 65mm (110)



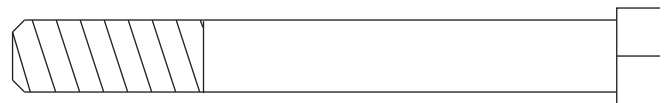
Perno de M10 x 70mm (85)



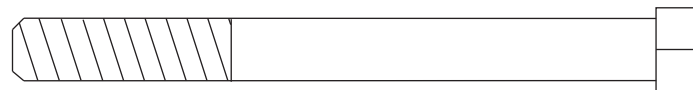
Perno de Porte de M10 x 70mm (106)



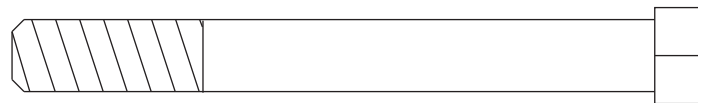
Perno de Cabeza Botón de M10 x 80mm (104)



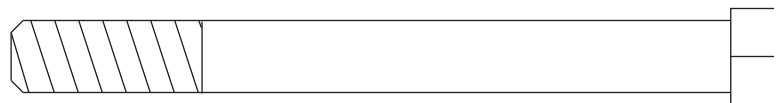
Perno de M10 x 80mm (107)



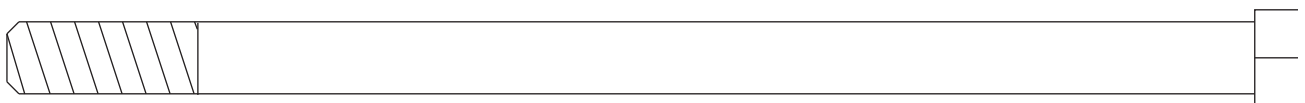
Perno de M8 x 85mm (94)



Perno de M10 x 85mm (96)



Perno de M10 x 95mm (92)



Perno de M10 x 165mm (30)

LISTA DE PIEZAS—Núm. de Modelo WEEVS39530

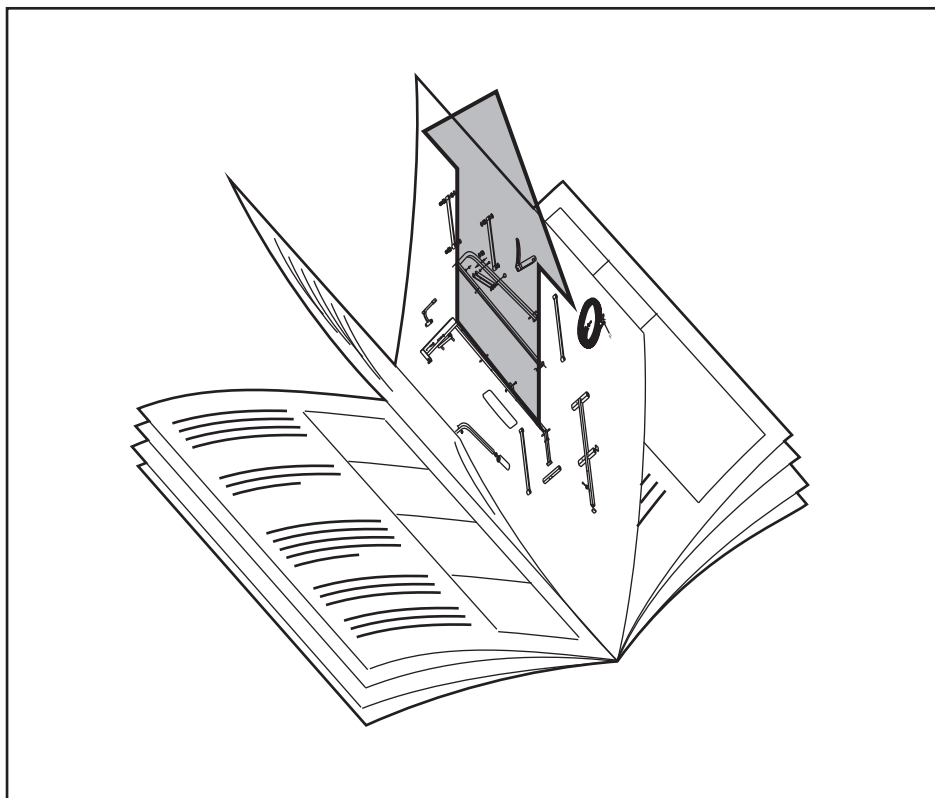
R0803A

Núm.	Ctd.	Descripción							
					Cuclillas	85	4	Perno de M10 x 70mm	
			42	4	Guía de Pesas	86	1	Perno de M10 x 20mm	
1	2	Arandela de 50mm	43	2	Tubo de Pesas	87	72	Contratuerca de Nylon de M10	
2	1	Base Corta	44	20	Pesas				
3	1	Montante Vertical	45	2	Pesa Superior	88	1	Cable Lateral	
		Mariposa	46	1	Porta Sujetador Giratorio	89	6	Espaciador de 12mm	
4	1	Montante Vertical para	47	1	Marco Mariposa	90	1	Arandela de M8	
		Cuclillas	48	2	Paracheque del Tubo de	91	33	Arandela de M10	
5	1	Montante Vertical del			Pesas	92	13	Perno de M10 x 95mm	
		Sujetador Giratorio	49	4	Paracheque de Pesas	93	3	Perno de M10 x 45mm	
6	1	Marco Superior	50	2	Pasador de Pesas	94	4	Perno de M8 x 85mm	
7	1	Marco Superior Mariposa	51	8	Tornillo de Cabeza Botón	95	1	Tapa Interna de 50mm x 70mm	
8	1	Marco del Asiento			de M8 x 20mm				
9	1	Montante Vertical del	52	2	Placa Corta del Marco	96	2	Perno de M10 x 85mm	
		Asiento	53	1	Placa para los Pies	97	1	Arandela de M6	
10	1	Palanca para las Piernas	54	2	Almohadilla Larga	98	2	Espaciador de 16mm	
11	1	Sujetador del Asiento	55	2	Polea-“V”	99	1	Tornillo de M6 x 35mm	
12	1	Extensión del Montante	56	4	Arandela Plástica	100	20	Perno de M10 x 50mm	
		Vertical	57	4	Tapa Mariposa	101	1	Base Larga	
13	1	Sujetador del Respaldo	58	7	Tapa Interna de 50mm x 75mm	102	3	Trampa de Cable	
14	9	Tornillo Taladro de M4 x 20mm	59	2	Perno de M10 x 60mm	103	3	Perno Hombro de M8 x 20mm	
15	1	Respaldo Mariposa	60	2	Perno-“L” con Correa	104	2	Perno de Cabeza Botón de M10 x 80mm	
16	1	Asiento	61	1	Sujetador Retirado Doble-“U”	105	1	Tapa Interna Cuadrada de 50mm	
17	1	Cable del Sujetador			Giratorio				
		Giratorio	62	1	Sujetador Doble-“U”				
18	9	Perno de M10 x 65mm	63	2	Placas de las Polea	106	2	Perno de Porte de M10 x 70mm	
19	2	Almohadilla para las	64	1	Sujetador-“U”				
		Rodilla	65	3	Manubrio de Ajuste	107	1	Perno de M10 x 80mm	
20	4	Almohadilla Corta	66	2	Forro de Cojinete del	108	4	Paracheque del Reposo Rodilla	
21	5	Tapa Interna de 40mm x 50mm			Sujetador Giratorio				
			67	1	Tapa Interna Cuadrada de 38mm	109	2	Tapas de la Almohadilla para las Rodillas	
22	1	Tirante Abdominal							
23	1	Tubo de la Almohadilla	68	32	Cubierta de la Polea	110	12	Perno de Porte de M10 x 65mm	
24	1	Tapa de la Base	69	1	Cable Mariposa				
25	1	Brazo Mariposa Izquierdo	70	2	Sujetador de Pivote	111	2	Tapa Externa con Orificio	
26	1	Brazo Mariposa Derecho	71	1	Placa Larga del Marco	112	1	Perno Largo con Correa	
27	2	Manubrio de Prensa	72	1	Cable Inferior del	113	2	Cubierta Grande de La Polea	
28	2	Mango Largo			Sujetador Giratorio				
29	2	Tapa Interna Redonda de 25mm	73	1	Cable para Cuclillas	114	10	Tornillo de M6 x 16mm	
			74	1	Cable Superior del	115	1	Perilla de Ajuste	
30	3	Perno de M10 x 165mm			Sujetador Giratorio	116	4	Tapa Interna de 20mm x 40mm	
31	2	Placa Pequeña de la Polea	75	1	Cable de la Palanca para las Piernas	117	2	Tapa Interna de 25mm x 40mm	
32	1	Brazo para Cuclillas	76	1	Sujetador Giratorio				
33	2	Manubrio para Cuclillas	77	1	Paracheque de la	118	2	Tuerca de M12	
34	8	Contratuerca de Nylon de M8			Palanca para los Pies	119	4	Polea de 115mm	
			78	22	Polea de 90mm	120	3	Arandela de M4	
35	1	Respaldo para Cuclillas	79	1	Barra Lateral	121	2	Tapa Externa Cuadrada de 25mm	
36	4	Mango de 135mm	80	1	Barra de Doble				
37	1	Sujetador para Cuclillas	81	1	Cadena	122	1	Cubierta Doble Derecha	
38	1	Deslizador para Cuclillas	82	1	Manubrio	#	1	Manual del Usuario	
39	4	Rodillo	83	3	Gancho del Cable	#	1	Guía de Ejercicios	
40	1	Cubierta Doble Izquierdo	84	2	Mango de 200mm	#	2	Bolsa de Grasa	
41	1	Reposa Rodillas Para							

Nota: # indica una pieza no ilustrada. Las características técnicas están sujetas a cambios sin previo aviso. Vea la contraportada de este manual para información sobre cómo solicitar piezas de repuesto.

**RETIRE DEL MANUAL ESTA LISTA DE PIEZAS/
DIBUJO DE LAS PIEZAS.**

**GUARDE ESTA LISTA DE PIEZAS/
DIBUJO DE LAS PIEZAS PARA REFERENCIA EN LA FUTURA.**



DIBUJO DE LAS PIEZAS—Núm. de Modelo WEEVSY39530 R0803A

