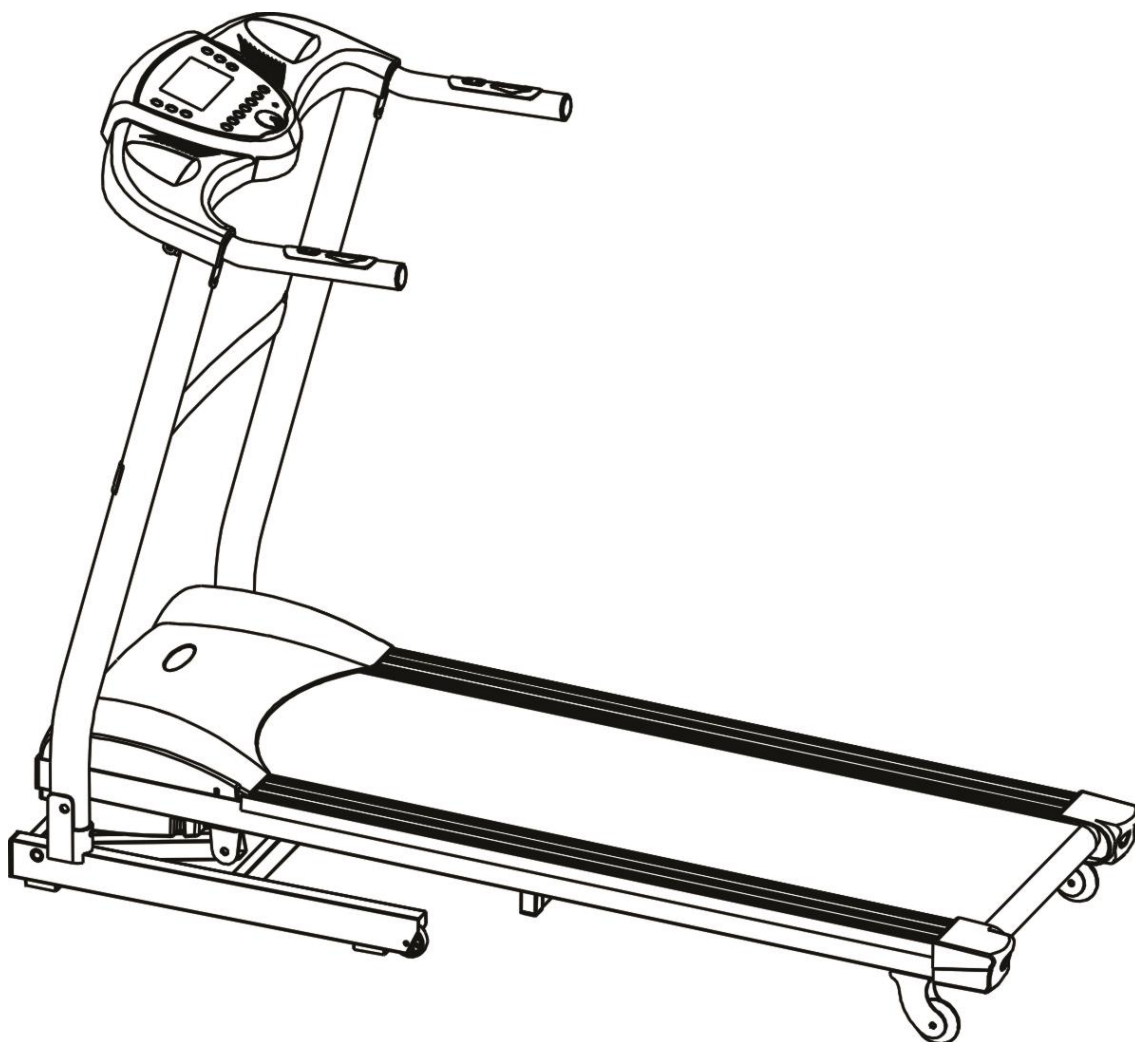


# **KIKOS**

## **MANUAL DO USUÁRIO**

### **ESTEIRA KIKOS E1000**



**Este produto destina-se ao uso único e exclusivo residencial. Sua utilização fora deste fim, acarretará na perda da garantia do produto.**

**Parabens por adquirir esse produto!**

**Por favor, leia com atenção este manual antes de usá-lo e mantenha em lugar apropriado e de fácil alcance.**

**Cuidado ao utilizar a esteira.**  
**Não faça uso da esteira Kikos antes de consultar um médico.**

**IMPORTANTE:**

Leia todas as instruções cuidadosamente antes de usar este produto. Guarde este manual para futura referência, instruções de montagem, incluindo a instalação de proteções e outros dispositivos, além dos avisos sobre os danos prováveis para menores (esteira para uso doméstico).

O desenho demonstrado na capa poderá variar ligeiramente do produto.

**ATENÇÃO**

Antes de utilizar este produto, consulte o seu médico para uma avaliação física completa. Neste tipo de exercícios é necessário que você obtenha aprovação de um médico. Caso houver algum tipo de desconforto, pare os exercícios imediatamente e consulte seu médico. O uso adequado deste produto é essencial. Por favor, leia o manual cuidadosamente antes dos exercícios.

Por favor, manter todas as crianças e animais de estimação longe do equipamento durante o uso ou quando estiver desligado. O aparelho não se destina a ser utilizado por crianças ou pessoas doentes sem supervisão. As crianças devem ser supervisionadas constantemente para garantir que não brinquem com o aparelho.

Sempre use roupas adequadas, incluindo calçados esportivos.  
Não use roupas folgadas que podem ficar presas durante o exercício.  
Certifique-se de que todos os parafusos e porcas estão apertados.

A manutenção periódica é necessária em todos os aparelhos de fitness, a fim de mantê-los em boas condições.

## **INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA**

**Antes do uso observe o seguinte:**

- **PERIGO:** Para reduzir o risco de choque elétrico, por favor, observe o seguinte:

Desligue sempre a esteira da tomada imediatamente após o uso ou antes da limpeza, montagem ou manutenção.

NOTA: O não cumprimento destas instruções pode resultar em ferimentos e causar danos para o usuário e para a esteira. Nunca deixe o equipamento em movimento sem uso enquanto ligado, desligue o interruptor de alimentação principal, e retire da tomada.

- Nunca opere esta esteira: se houver um cabo ou plugue danificados, se não está funcionando corretamente, se tiver sido derrubada/danificada ou se tiver sido exposto à água.
- Não tente qualquer manutenção ou ajustes diferentes dos descritos neste manual. Se surgir algum problema, interrompa o uso e consulte a assistência técnica autorizada.
- Não use ao ar livre.
- Não opere onde aerossol (spray pode ser usado) produtos estão sendo usados.
- Não puxe a esteira por seu cabo de alimentação ou puxar o cabo de força.
- A supervisão é necessária se o aparelho é usado perto de crianças, pessoas com deficiência, ou animais de estimação.
- Manter em local seco, não opere em uma condição molhada ou úmida. Guarde estas instruções.
- Não use a esteira sobre um cobertor. O aquecimento excessivo poderá causar incêndio, choque elétrico ou ferimentos graves à pessoas.
- Mantenha o cabo elétrico longe de superfícies aquecidas.
- Nunca insira qualquer objeto nas aberturas/orifícios do aparelho.
- Apenas uma pessoa de cada vez deve utilizar a máquina.
- Use a máquina apenas para o seu uso pretendido, conforme descrito neste manual. Não use acessórios não recomendados pelo fabricante.
- Não coloque qualquer objeto cortante ao redor da máquina.
- Nunca opere esta máquina se a mesma não está funcionando corretamente.

- Não deve ser usada para fins médicos.
- Este equipamento é apenas para uso doméstico.
- Por favor, note que há um limite de peso para este produto. Se você pesar mais de 120 kg , não é recomendado que você use este produto. Podem ocorrer ferimentos graves. Este produto não se destina ao uso de usuários cujo peso exceda esse limite .
- Se o cabo de alimentação estiver danificado, ele deve ser substituído pelo fabricante , pelo agente autorizado ou pessoas qualificadas para evitar qualquer tipo de perigo.
- Este aparelho não se destina a ser utilizado por pessoas ( incluindo crianças) com capacidade física reduzida, sensoriais ou mentais , falta de experiência e conhecimentos, salvo se tiverem recebido supervisão ou instruções sobre o uso do aparelho por uma pessoa responsável pela sua segurança .
- Lesões para a sua saúde pode ser resultado de treinamento incorreto ou excessivo.
- Mantenha a esteira com os lados , pelo menos, 60 centímetros de paredes e sempre permitem medir um espaço livre de 3 metros de largura por 6 metros de comprimento para que este equipamento fique em uma superfície horizontal estável. Certifique-se a área em torno da esteira permaneça livre durante o uso e tem espaço suficiente , veja a ilustração abaixo.

**AVISO: Conecte a esteira em uma tomada individual.**

## **INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA**

Este produto deve ser estabelecido em um local permanente. Se funcionar mal ou avariar, o caminho de menor resistência para a corrente elétrica reduz o risco de choque elétrico, \* Esta esteira é equipada com um conector base que deve ser conectada no cabo e ter um tomada ligação terra . O plugue deve ser conectado a uma tomada apropriada que esteja devidamente instalada e aterrada de acordo com todas as regulamentações locais .

**PERIGO :** A ligação inadequada do tomada pode resultar em risco de choque elétrico. Se você estiver em dúvida, verifique com um eletricista qualificado. Não modifique o plugue fornecido com a esteira, tenha uma tomada devidamente aterrada instalado por um eletricista qualificado.

- Mantenha as mãos afastadas de todas as partes móveis . Nunca coloque as mãos ou os pés debaixo da manta da esteira.
- Não use a esteira sobre tapetes ou cobertores.
- Antes de cada uso, verifique para que a esteira de corrida esteja alinhada e centrada na plataforma da escada rolante e todos os parafusos que são visíveis estão suficientemente apertados e seguros.

## **MANUTENÇÃO**

- Antes de prosseguir com a manutenção, certifique-se que a força está desligada da tomada elétrica.
- Após o uso, use um pano macio para limpar a máquina, está proibida a utilização de produtos químicos para limpeza.
- Não reconstruir e decompor este equipamento. Para todos os componentes com defeito , entre em contato com o revendedor e mantenha o equipamento fora de uso até que seja devidamente reparado.
- Não jogar água ou fluídos neste equipamento.
- Durante a limpeza, não molhe os componentes elétricos.
- Certifique-se de inspecionar o produto regularmente , pelo menos uma vez por semana é recomendado.
- O nível de segurança deste equipamento só pode ser mantida se for regularmente examinado pelos danos e uso. Isto inclui todas as porcas , parafusos, peças móveis, correntes , rodas, rolamentos e pontos de conexão , etc.
- Dê uma atenção especial aos componentes mais suscetíveis ( computador , chave de segurança , esteira de corrida e grandes e pequenas tampas).
- As peças defeituosas devem ser substituídas imediatamente e o equipamento não deve ser usado até o reparo.
- Sugere-se usar a máquina durante 1 hora todos os dias. Se a máquina não for utilizada periodicamente, por favor, manter a máquina a cada 30 dias.

## INICIANDO SEUS EXERCÍCIOS

- Aperte todos os parafusos antes de iniciar o uso.
- Conecte o cabo de alimentação a uma tomada elétrica e pressione o botão Ligar. O equipamento está pronto para uso.
- Certifique-se de aquecer bem antes de usar o equipamento, pois isso ajudará evitar qualquer lesão muscular.
- Depois de comer, aguarde 1-2 horas antes de iniciar o exercício.
- Comece o seu treino de forma gradual. Não tente correr rápido demais, 30 minutos 3 vezes por semana deve ser suficiente.
- Ao iniciar a esteira, sempre estar com os dois pés sobre os trilhos laterais.
- Certifique-se de que a chave de segurança esteja conectada.
- Retire a chave de segurança se sentir desconforto durante o uso.
- Ao iniciar o uso da esteira, comece a partir da menor velocidade.
- Altere a velocidade lentamente.
- Não ajuste a correia durante a utilização.
- Termine cada treino com uma sessão de poucos minutos de alongamento para ajudar a prevenir distensões, tensões e câibras.

**ATENÇÃO:** Antes de iniciar qualquer programa de exercícios, consulte o seu médico. É especialmente importante para os indivíduos com idade superior a 35 anos ou pessoas com problemas de saúde pré-existent. Leia todas as instruções antes de usar qualquer equipamento de fitness. Nós não assumimos nenhuma responsabilidade por danos pessoais ou danos através da utilização deste produto. Não utilize este equipamento de exercício, sem as proteções devidas, que possam representar um risco de ferimentos graves em crianças pequenas.

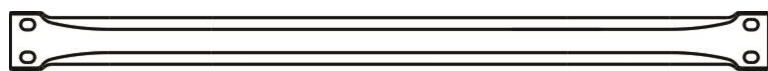
**ATENÇÃO:** Leia todas as instruções antes de utilizar este produto. Guarde este Manual do Proprietário para referências futuras.

## ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

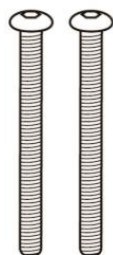
Nome do Produto	Esteira Kikos E1000
Força ( contínua / pico)	990w / 2,3 hpm
Velocidade	1-14Km/h
Inclinação	1%-12%
Peso líquido	43KG
Peso máximo	120KG

## PARTES DA ESTEIRA

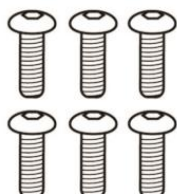
---



Barra de fixação



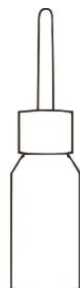
Parafuso longo



parafuso curto



proteção



óleo de silicone



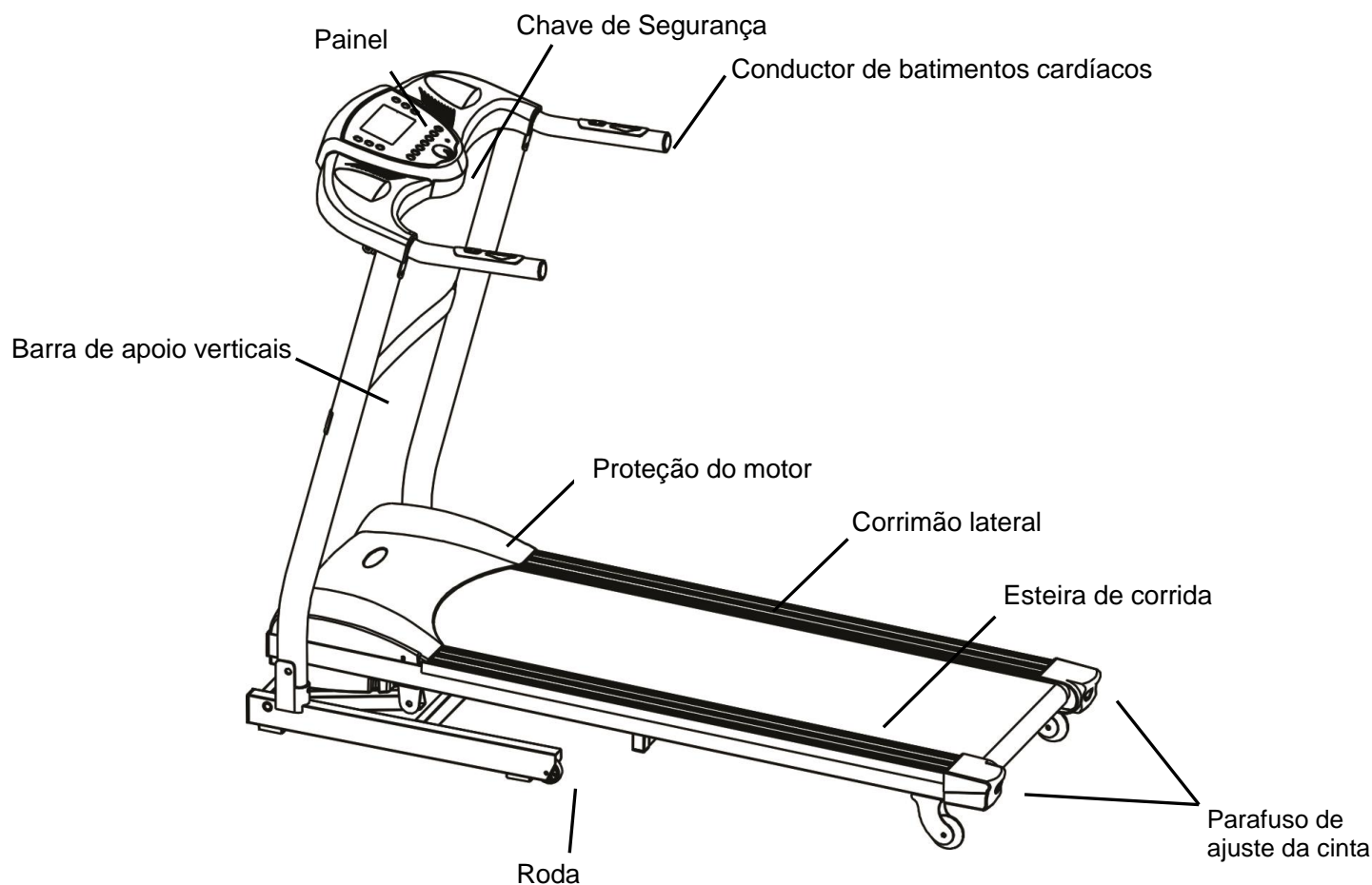
chave inglesa



chave de segurança

## PARTES PRINCIPAIS DA ESTEIRA

---

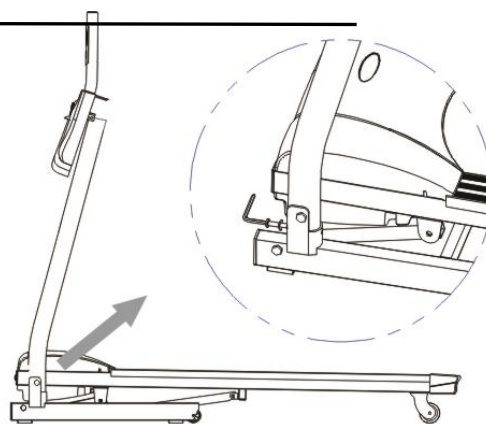




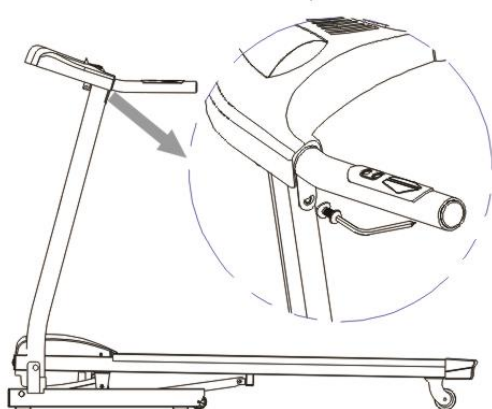
## MONTAGEM



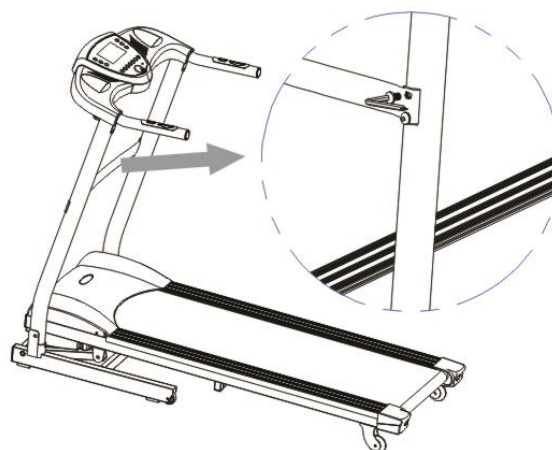
1



2



3



4

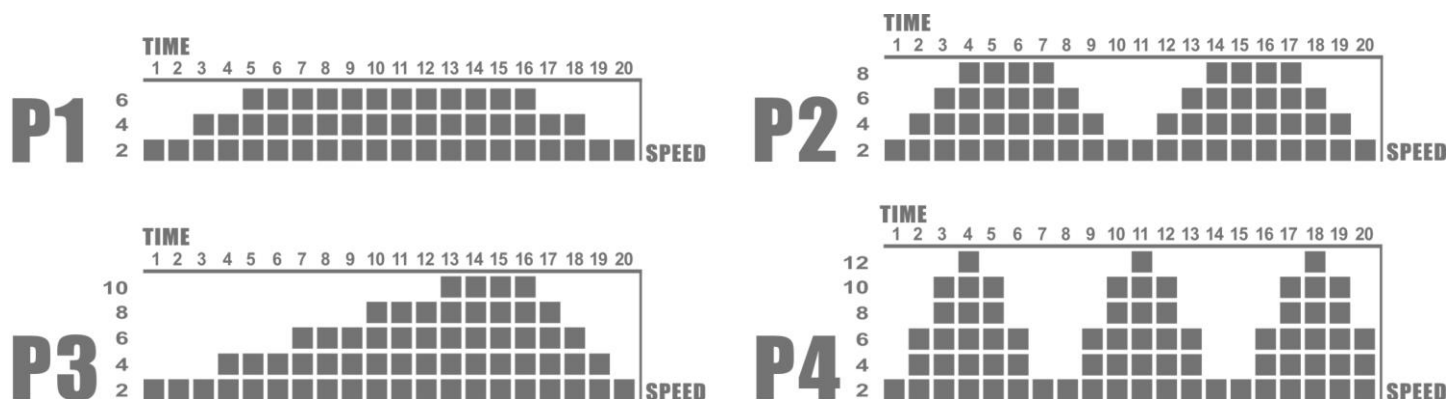
- ① Coloque a máquina em um local plano.
- ② Levante as barras de apoio verticais e coloque 2 parafusos longos e proteção.
- ③ Fixe as barras de apoio verticais com 2 parafusos curtos e proteção.
- ④ Fixe a barra para tubos verticais com 4 parafusos curtos.

## INSTRUÇÕES DO PAINEL



1. No modo "stand by", pressione a tecla ON/OFF, a máquina irá começar por volta de 1.0KM/H depois de 3 segundos.
2. Quando estiver correndo, pressione ON/OFF ou desconecte a chave de segurança, irá parar será exibido "OFF". Pressione o botão Velocidade + - para ajustar a velocidade, de 1.0km/h para 14km/h. Pressione o botão Inclinação + - , ele possui 12 níveis para ajuste.
3. Os usuários podem pressionar velocidade direta 4-9-14 para ajustar a velocidade específica. E também podem ajustar a inclinação da esteira pressionando 4-8-12
4. No modo "stand by", pressione a tecla MODO para a Velocidade, Tempo, Distancia e Calorias. Ao definir, pressione velocidade + - para definir + - os dados necessários, em seguida pressione ON/OFF para iniciar. A máquina irá correr dentro dos dados definidos por voce.  
Faixa de ajuste de tempo: 5: 00-90: 00, Padrão: 10: 00  
Faixa de ajuste de velocidade: 1.0-99.0 KM, Padrão: 1.0  
Faixa de ajuste de calorias: 10-990, Padrão: 10
5. Auto programa: No modo "stand by", pressione PRO para selecionar auto programa de P1 ao P4. Surgirá a mensagem "SET" no display. Pressione Velocidade + - para definir de 10:00 ao 60:00. O tempo padrão é de 30 minutos. Pressione a tecla ON / OFF após a definição, a máquina funcionando dentro dos dados definidos
6. Segure-se no indutor de pulso, no canto direito do visor irá mostrar ♥ a frequência cardíaca. Se afastar suas mãos, surgirá a letra P.
7. Ao utilizar o Auto Programa, pressione Velocidade + -, a esteira vai voltar para o estado manual.
8. Os usuários podem pressionar os botões VELOCIDADE "+" "-" ou INCLINAÇÃO "+" "-" para selecionar os dados necessários para a velocidade e inclinação durante os exercicios.
9. Retire chave de segurança em caso de emergência, a máquina irá parar e no display mostrará "OFF".
10. Pressione ON/OFF durante o uso, e todo as informações serão apagadas do aparelho.

## AUTO-PROGRAMAÇÃO



## GUARDANDO A ESTEIRA

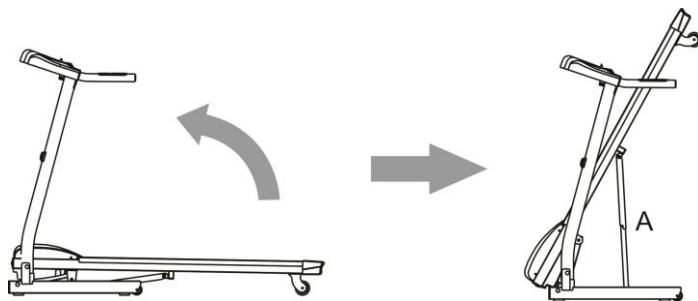
NOTA: Certifique-se o interruptor está na posição "OFF" e o cabo de alimentação está desconectado da tomada elétrica.

### DOBRANDO A ESTEIRA:

- Entrar com a extremidade traseira da plataforma diretamente por um lado e, em seguida, levantar a plataforma até o cilindro (A), então 'surgirá' a posição de bloqueio.

Nota: Verifique se o cilindro (A) 'aparece' para baixo para a posição travada antes de mover a esteira.

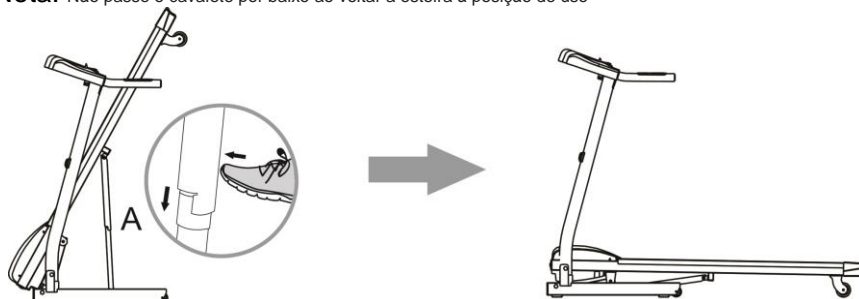
PARA PREVENÇÃO DE DANOS CERTIFIQUE-SE DE QUE VOCE PODE SEGURAR FIRMEMENTE A ESTEIRA AO DOBRÁ-LA



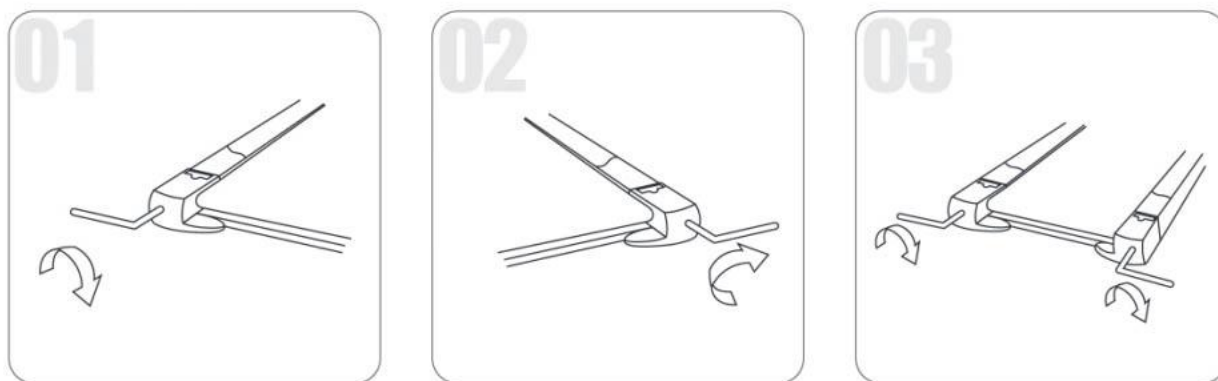
### VOLTANDO Á POSIÇÃO NORMAL:

- Segure a extremidade traseira da plataforma por um lado e, em seguida, use o pé para empurrar o cilindro (A) para definir a posição da esteira.

Nota: Não passe o cavalete por baixo ao voltar a esteira à posição de uso





**CENTRALIZANDO A MANTA DE CORRIDA**

Quando você corre, durante seu treino, você pode empurrar a força do seu corpo mais com um pé do que com o outro. A severidade da deflexão depende da quantidade de força que um pé exerce na relação ao outro. Esta deflexão pode fazer com que a manta se mova, descentralizando-a. Esta deflexão é normal e a manta de corrida deve ser ajustada sem ninguém em cima. Se a manta de corrida sair do centro consideravelmente, você deverá ajustá-la manualmente. Esse procedimento é fácil. Segue abaixo:

1. Ligar o equipamento sem ninguém em cima do mesmo, pressionar a tecla até que a velocidade alcançar 3km/h.
2. Observar se a manta de corrida está para o lado direito ou esquerdo da plataforma.
  - se estiver para o lado esquerdo da plataforma:

Usando a ferramenta apropriada, girar o parafuso esquerdo no sentido horário 1/4 do ajuste e o parafuso esquerdo no sentido anti-horário 1/4 do ajuste.

- se estiver para o lado direito da plataforma:

se a correia não for centrada ainda, repita a ação das etapas acima até que a correia esteja no centro.

3. Depois que a correia é centrada, aumentar a velocidade e verificar que está funcionando livremente. Repetir as etapas acima se for necessário.

Se o procedimento acima não for bem sucedido em resolver o problema de descentralização, você pode necessitar aumentar a tensão da correia.

**Usando o Silicone**

Levante a manta da esteira e aplique o silicone. Ligue a esteira e a deixe rodando por 3 minutos.

Não encharque o equipamento com Silicone.

É recomendado a aplicação de silicone a cada 10 horas de uso.

**ATENÇÃO:** O lubrificante deve ser Silicone específico para esteiras. Pode ser encontrado em lojas especializadas em Fitness. [www.kikos.com.br](http://www.kikos.com.br)



#### **LIMPEZA:**

A limpeza regular da manta de corrida assegura uma vida útil do produto mais longa.

**AVISO:** Quando limpar a esteira, a mesma deve estar desligada para evitar os choques elétricos. O cabo de força deve ser retirado da tomada antes de começar a limpeza ou a manutenção.

**CUIDADO:** Não usar nenhum abrasivo ou solventes. Para evitar os danos ao computador, não use líquidos. Não expor o computador a luz solar.

**APÓS CADA TREINO:** Limpar o console e outras superfícies com um pano macio e levemente úmido limpo para remover os resíduos do suor.

**SEMANAL:** Para fazer uma limpeza mais fácil é recomendado, usar produto específico para limpeza de equipamentos elétricos. O Tênis pode deixar sujeira na manta de corrida e pode também cair abaixo do equipamento. Limpar o chão e a esteira uma vez por semana pelo menos.

**ARMAZENAMENTO:** Guardar o equipamento em um ambiente limpo e seco. Assegurar que o interruptor de força geral esteja desligado e desconectado da tomada de parede elétrica.

**FECHANDO E GUARDANDO:** Este equipamento foi projetado e equipado com as rodas para a fácil mobilidade. Antes de mover-se, assegurar que o interruptor de força esteja desligado e a plataforma de corrida principal esteja dobrada.

## **CERTIFICADO DE GARANTIA**

A Kikos garante os produtos relacionados neste certificado contra eventuais defeitos de fabricação, comercializados pela mesma dentro do território brasileiro, pelos prazos abaixo estipulados, a partir da data de emissão da nota fiscal de venda, e somente mediante a apresentação de cupom/nota fiscal original de venda e nos limites fixados por este termo. Esta garantia somente cobre o proprietário original e não é transferível.

**Garantia da Estrutura - 90 dias legal e 640 dias contratual**  
**Garantia de Mão de obra, Motor e demais partes - 90 dias legal e 275 dias contratual**

Esta garantia acima cobre eventuais defeitos de fabricação que os produtos possam apresentar, salvo peças de desgaste natural apresentadas abaixo que ficará da seguinte forma :

**90 dias de garantia legal + 90 dias de garantia contratual:**  
Pintura, Mantas, Eixos e Rolamentos ;

**90 dias de garantia legal:** Peças plásticas, Escova do motor, Correias, Cinto de freio, Correntes, Cabo de aço, Estofados, Acabamentos de espuma e Manoplas emborrachadas.

Durante o prazo de garantia acima estabelecido, a Kikos assume o compromisso de substituir ou consertar, sem ônus (excetuando-se despesas de deslocamento), as peças com defeitos de fabricação. O cliente é responsável pela taxa de deslocamento de técnico especializado no valor vigente no momento, caso necessite dos serviços de assistência técnica, tanto da rede autorizada como da fábrica. Durante a garantia legal (90 dias) não será cobrada a taxa de deslocamento.

Caso o cliente prefira, o equipamento dentro da garantia poderá ser enviado a Kikos, e o reparo será efetuado sem custo de peças e mão de obra para o cliente (excetuando-se custos de transporte ida e volta do equipamento), obedecendo os prazos acima.

Os direitos de prestação da garantia não são acionados quando existam pequenas diferenças do material, em relação à qualidade teórica exigida, que sejam indiferentes para o valor e utilização do aparelho.

Eventuais prestações de garantia não implicam o aumento do prazo de garantia, nem iniciam a contagem decrescente do mesmo prazo. A garantia não abrange os serviços de instalação, limpeza e lubrificação do produto.

São de responsabilidade do cliente as despesas decorrentes do atendimento de chamadas julgadas improcedentes.

A garantia será anulada nas seguintes situações:

a) Danos provocados por:

- Roubo, vandalismo, raio, fogo, enchente e / ou outros desastres naturais;
- Suor, água, solventes, álcool e/ou outros líquidos;
- Quedas, batidas, acidentes ou uso inadequado;
- Ligação do produto em rede elétrica fora dos padrões especificados ou sujeita a uma flutuação excessiva de voltagem;
- Utilização do produto em ambientes sujeitos a gases corrosivos (ex. evaporação de cloro), umidade ou temperatura excessiva;
- Utilização do equipamento ao ar livre;

- Utilização do produto dentro de saunas, garagens, banheiros;
- Utilização do produto em desacordo com o especificado na ocasião da compra ou neste termo, como por exemplo, o uso de aparelhos de categoria residencial em academias, clubes, grêmios, clínicas, escolas, associações, locais comerciais, e outros que a Kikos julgar necessário;
- Aplicações de forças e pesos demasiados;
- Limpeza com produtos químicos não recomendados pela Kikos, que podem provocar manchas. A limpeza deve ser efetuada somente com panos secos;
- Lubrificação incorreta do equipamento;
- Falta ou excesso de silicone;
- b) Quando for constatado:
  - Manuseio, e/ou reparos por pessoas ou assistência técnica não autorizada;
  - Montagem imprópria do produto pelo usuário ou não observância do manual de operação;
  - Alteração de partes mecânicas, elétricas/eletrônicas originais;
  - Remoção ou modificação do número de série;
  - Utilização do aparelho em locais expostos a luz solar, chuva, orvalho, poeira, maresia, úmidos ou mal ventilados, etc;
  - Manutenção prévia com peças não originais;
  - Utilização do equipamento por mais de uma pessoa ao mesmo tempo;
  - Utilização do equipamento por pessoas acima do peso especificado no produto.

Nenhum revendedor ou assistência técnica autorizada Kikos tem autorização para alterar este termo ou assumir compromissos em nome da Kikos

A Kikos não se responsabiliza por eventuais acidentes e suas consequências, decorrentes da violação das características originais ou montagem fora do padrão de fábrica de seus produtos.

A Kikos reserva-se o direito de promover alterações deste termo de garantia sem aviso prévio.

A garantia somente será válida com a apresentação deste certificado e sua respectiva nota fiscal, e somente em território nacional.

A relação de assistências técnicas autorizadas Kikos pode ser obtida através da central de atendimento ao cliente: (11) 3589 2865 de Segunda a Sexta-Feira das 08:30 às 18:00, pelo e-mail: [assistencia@kikos.com.br](mailto:assistencia@kikos.com.br), ou pelo site: [www.kikos.com.br](http://www.kikos.com.br)

**Nota Fiscal:** \_\_\_\_\_

**Produto:** \_\_\_\_\_

**DADOS DO CLIENTE:**

**Nome:** \_\_\_\_\_

**Endereço:** \_\_\_\_\_ **CEP:** \_\_\_\_\_

**Cidade:** \_\_\_\_\_ **Est.:** \_\_\_\_\_ **Tel.:** (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_ **Cel.:** (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_

**A GARANTIA SOMENTE SERÁ VÁLIDA COM A APRESENTAÇÃO DESTES CERTIFICADO E SUA RESPECTIVA NOTA FISCAL.**

Assistência Técnica Matriz Kikos  
Rua Manuel Soares Sebastião, 115 B - Cep: 04775-160 - Socorro - São Paulo - SP - Brasil  
Tel: (11) 3589 2865 / 3589 2944 – E-mail: [assistencia@kikos.com.br](mailto:assistencia@kikos.com.br)  
[www.kikos.com.br](http://www.kikos.com.br)

