

NOTE:

Please read all instructions carefully before using this product

NOTA:

Por favor lea atentamente las instrucciones antes de utilizar este producto

Table of Contents / Índice

Safety Notice / Aviso de seguridad

Important Assembly Information / Información importante de montaje

Care and Maintenance / Cuidado y mantenimiento

Parts List / Lista de piezas

Warranty / Garantía

Ordering Parts / Solicitud de piezas

Model / Modelo
JX-7038

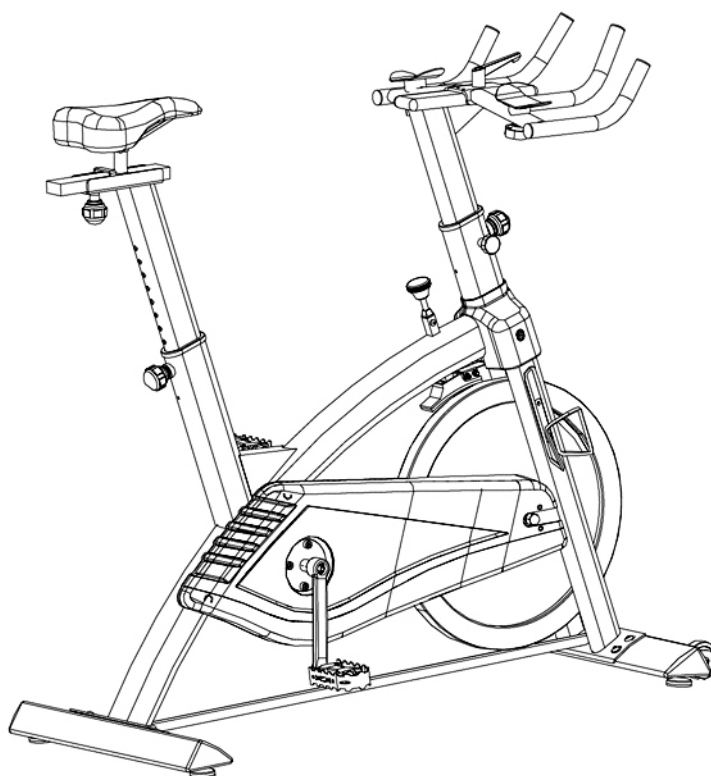
Retain This Manual for Reference / Conserve este manual para futura referencia

221229

OWNER'S MANUAL /
MANUAL DEL
USUARIO

MARCY®

BICICLETA REVOLUCIÓN CLUB JX-7038



IMPEX® INC.

2801 S. Towne Ave., Pomona, CA 91766

Tel: (800) 999-8899 (626) 961-8686

Fax: (626) 961-9966

www.marcypro.com

support@impex-fitness.com

TABLE OF CONTENTS

BEFORE YOU BEGIN	1
IMPORTANT SAFETY NOTICES	2
WARNING LABEL PLACEMENT	3
HARDWARE PACK	4
ASSEMBLY INSTRUCTIONS	5
EXPLODED DIAGRAM	8
PARTS LIST	9
CARE AND MAINTENANCE	10
OPERATING NOTES	11
EXERCISE GUIDELINES	12
WARRANTY	14
ORDERING PARTS	14

BEFORE YOU BEGIN

Thank you for selecting the MARCY Club Revolution Cycle JX-7038 by IMPEX® INC. For your safety and benefit, read this manual carefully before using the bike. As a manufacturer, we are committed to provide you complete customer satisfaction. If you have any questions, or find there are missing or damaged parts, we guarantee you complete satisfaction through direct assistance from our factory. To avoid unnecessary delays, *please call our TOLL-FREE customer service number*. Our Customer Service Agents will provide immediate assistance to you.

Toll-Free Customer Service Number

1-800-999-8899

Mon. - Fri. 9 a.m. - 5 p.m. PST

www.impex-fitness.com

support@impex-fitness.com

IMPORTANT SAFETY NOTICE

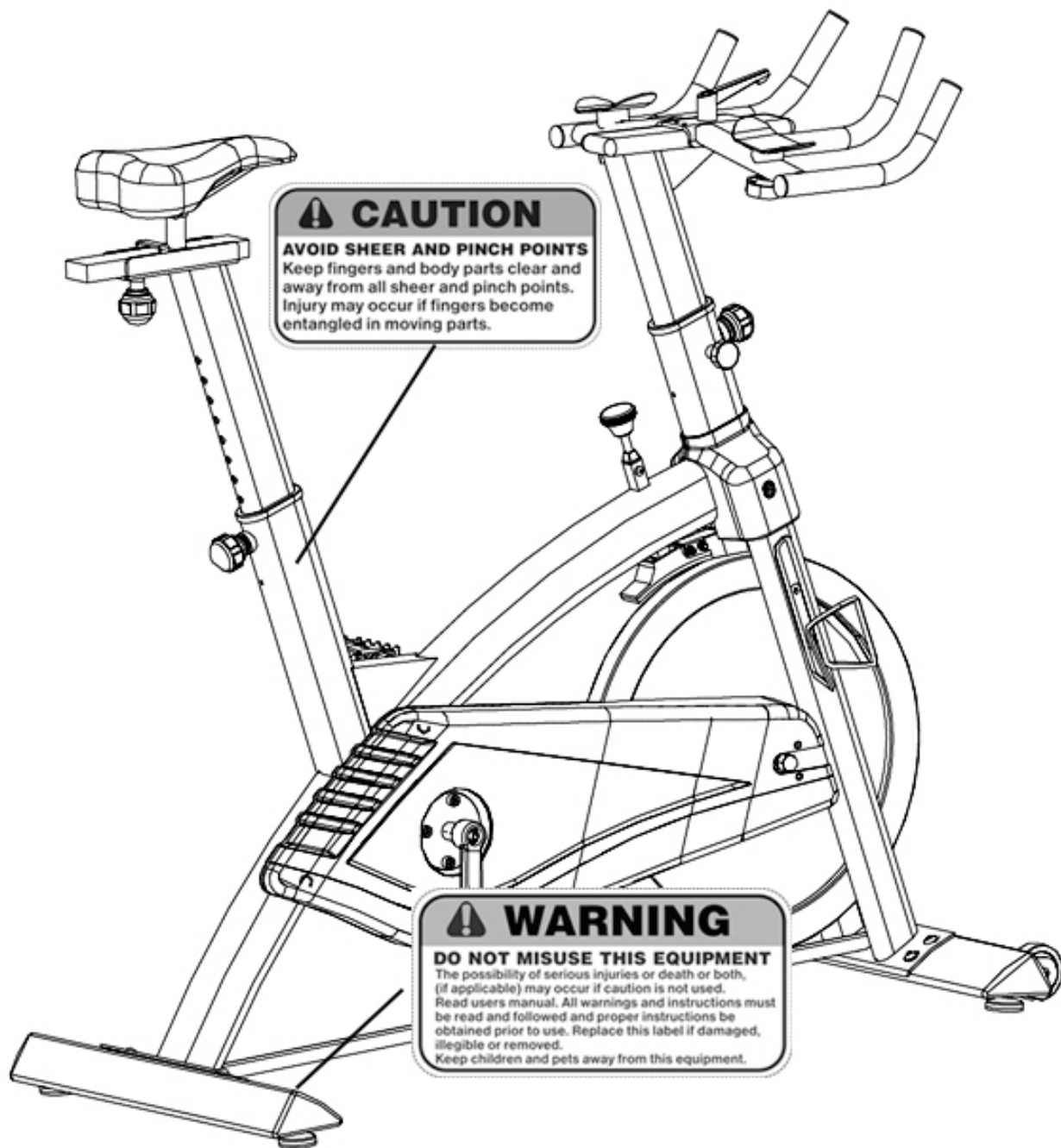
PRECAUTIONS

This exercise bike is built for optimum safety. However, certain precautions apply whenever you operate a piece of exercise equipment. Be sure to read the entire manual before you assemble or operate your bike. In particular, note the following safety precautions:

1. **Keep children and pets away from the exercise bike at all times. DO NOT leave children unattended in the same room with the bike.**
2. Only one person at a time should use the bike.
3. If the user experiences dizziness, nausea, chest pain, or any other abnormal symptoms, STOP the workout at once. CONSULT A PHYSICIAN IMMEDIATELY.
4. Position the bike on a clear, leveled surface. DO NOT use the bike near water or outdoors.
5. Keep hands away from all moving parts.
6. Always wear appropriate workout clothing when exercising. DO NOT wear robes or other clothing that could become caught in the bike. Running or aerobic shoes are also required when using the bike.
7. Use the bike only for its intended use as described in this manual. DO NOT use attachments not recommended by the manufacturer.
8. Do not place any sharp object around the bike.
9. Disabled person should not use the bike without a qualified person or physician in attendance.
10. Before using the bike to exercise, always do stretching exercises to properly warm up.
11. Never operate the bike if it is not functioning properly.
12. Read all warnings posted on the exercise bike.
13. Inspect the exercise bike for worn or loose component prior to use. Tighten/replace any loose or wore components prior to use.
14. Care should be taken in mounting or dismounting the exercise bike.
15. **This exercise bike is for consumer and home use only.**

WARNING: BEFORE BEGINNING ANY EXERCISE PROGRAM, CONSULT YOUR PHYSICIAN. THIS IS ESPECIALLY IMPORTANT FOR INDIVIDUALS OVER THE AGE OF 35 OR PERSONS WITH PRE-EXISTING HEALTH PROBLEMS. READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING ANY FITNESS EQUIPMENT. IMPEX INC. ASSUMES NO RESPONSIBILITY FOR PERSONAL INJURY OR PROPERTY DAMAGE SUSTAINED BY OR THROUGH THE USE OF THIS PRODUCT. SAVE THESE INSTRUCTIONS.

WARNING LABEL PLACEMENT

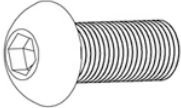
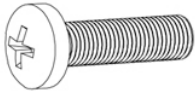
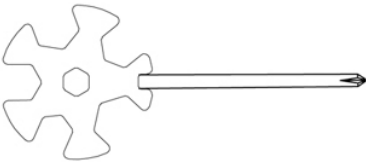


The Warning Labels and Caution Label shown here have been placed on the Rear Stabilizer and Main Frame.

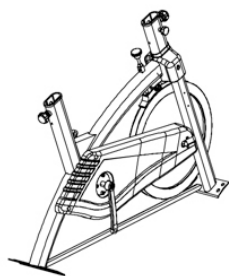
If the labels are missing or illegible, please call customer service at 1-800-999-8899 for replacement. Apply the labels in location shown.

HARDWARE PACK

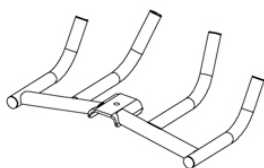
NOTE: The following parts are not drawn to scale. Please use your own ruler to measure the size.

NO. 36  M8 x 3/4" Allen Bolt x 8	NO. 38  Ø 5/8" Washer x 8
NO. 35  M5 x 5/8" Philips Bolt x 8	NO. 13  M10 L-Shaped Lock Knob × 1
 5# Allen Wrench × 1	 Multi Wrench × 1

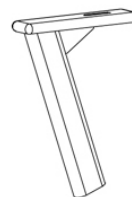
COMPONENTS FOR ASSEMBLY



NO. 1 Main Frame



NO. 2 Handle



NO. 3 Handle Post



NO. 4 Seat Post



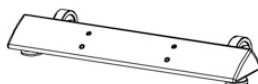
NO. 20 Pedal (Left/Right)



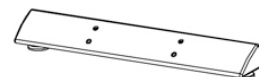
NO. 32 Water Bottle Rack



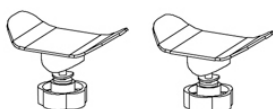
NO. 27 Seat



NO. 9 Front Stabilizer



NO. 8 Rear Stabilizer



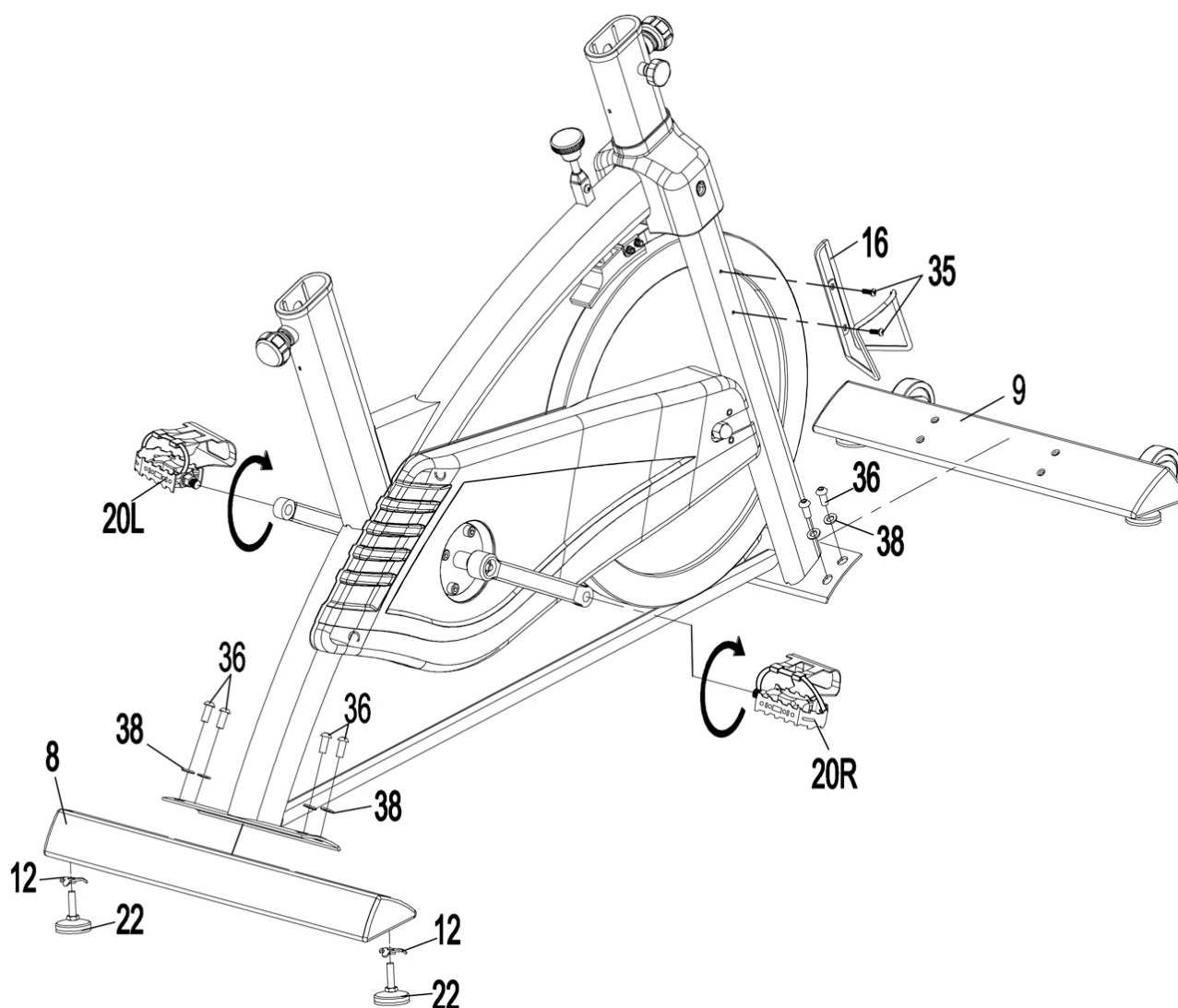
NO. 6 Elbow Support

ASSEMBLY INSTRUCTION

- **Tools Required For Assembling the Bike:** One Crossing Wrench and Allen Wrench, provided by manufacturer.
- **NOTE:** It is strongly recommended that two or more people assemble this bike to avoid possible injury.

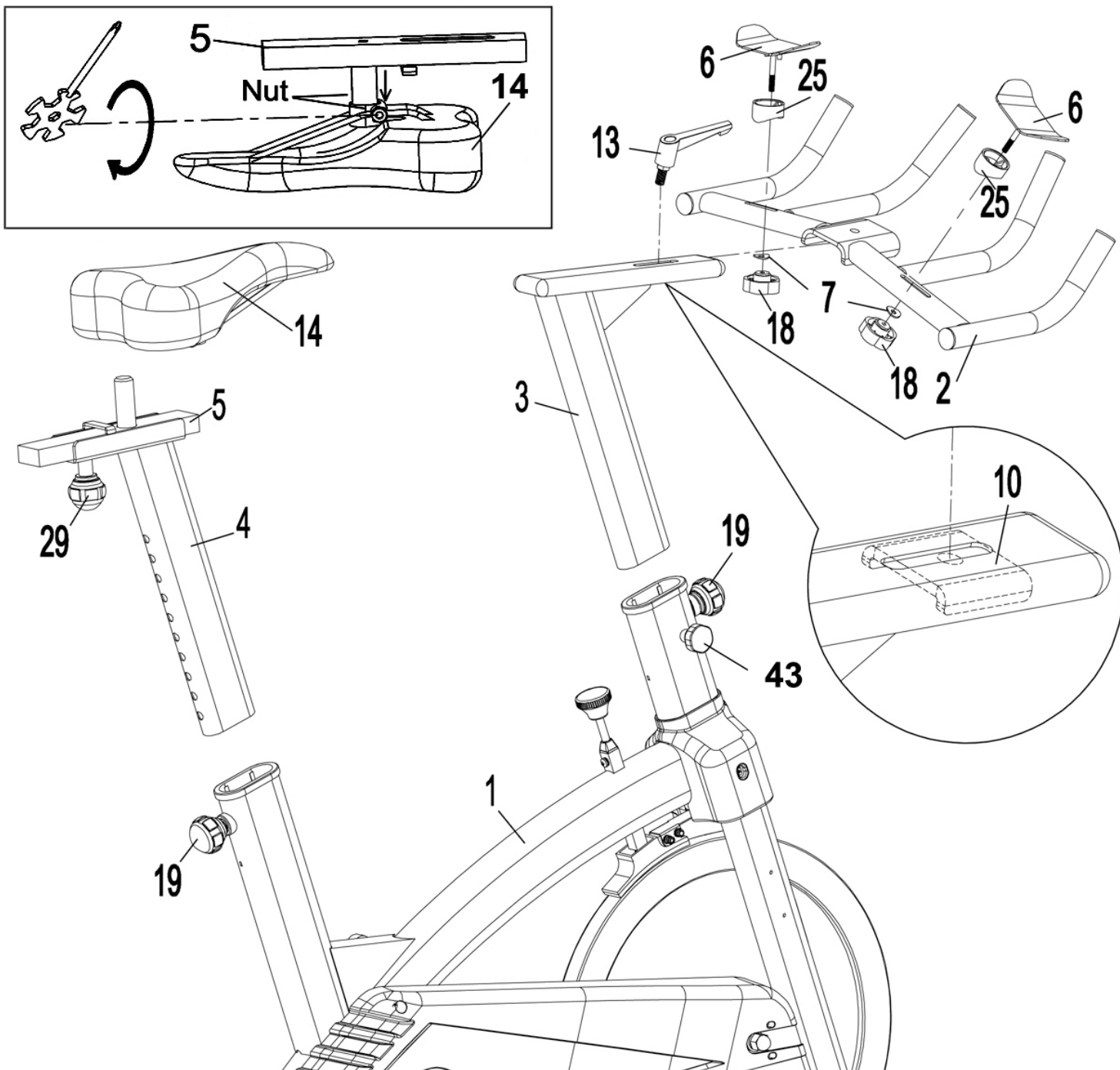
STEP-1

- Attach the Front Stabilizer (#9) to the Main Frame (#1). Secure it with four M8x 3/4" Allen Bolts (#36) and four Ø 5/8" Washers (#38).
- Attach the Rear Stabilizer (#8) to the Main Frame (#1). Secure it with four M8 x 3/4" Allen Bolts (#36), and four Ø 5/8" Washers (#38).
- Thread the Pedal (#20R) clockwise onto the right Crank (#17R).
- Thread the Pedal (#20L) counterclockwise onto the left Crank (#17L)
- Attach Water Bottle Rack (#16) to the Main Frame (#1), Secure with two M5 x 5/8" Philips Bolts (#35).
- Use the two Level adjustment knobs (#22) to stabilize the Bike on floor.

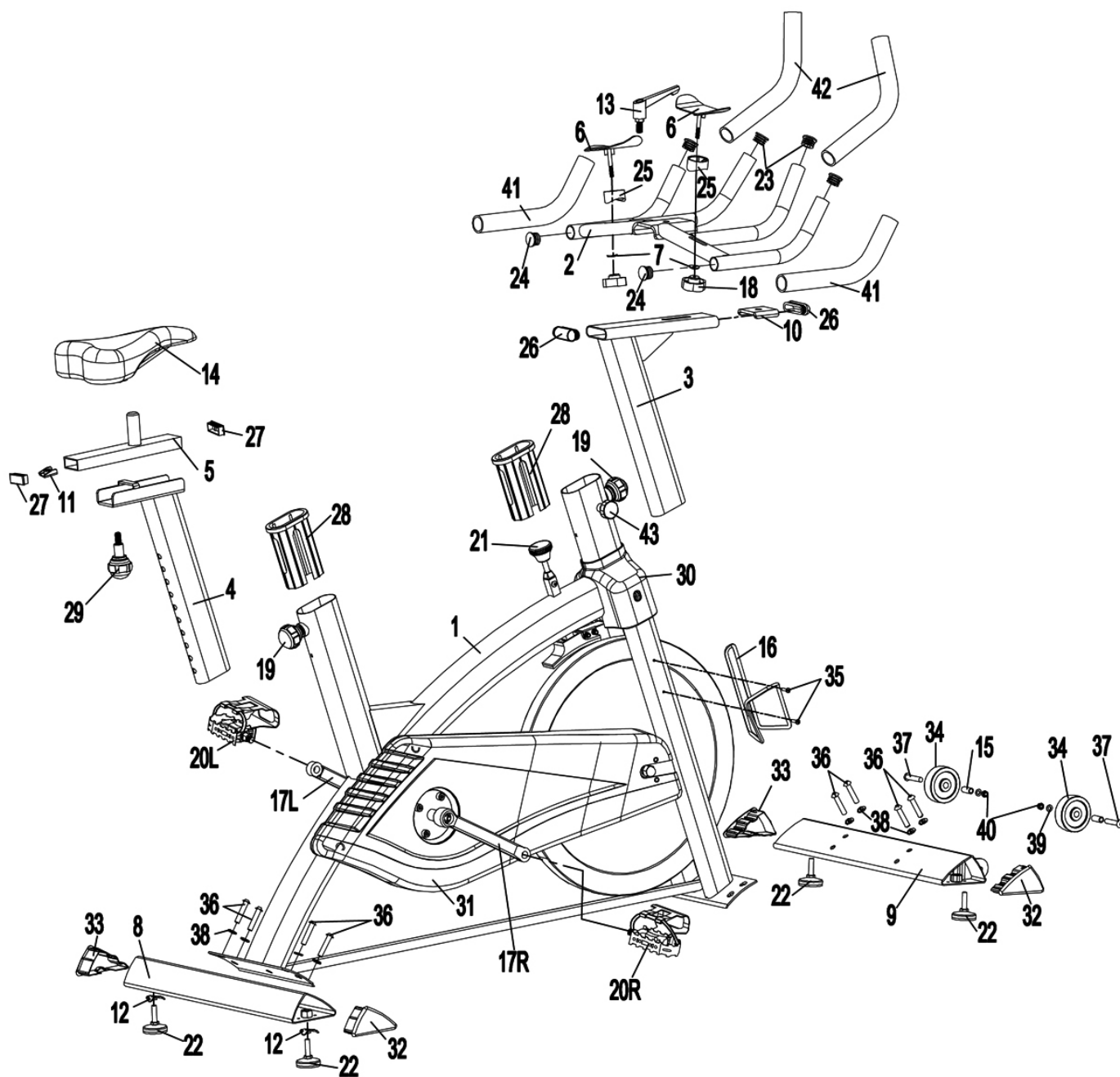


STEP 2

- A.) Insert the Handle Post (#3) into the front opening on Main Frame (#1). Use the M16 Lock Knob (#19) to hold the Handle Post at selected height. And lock the Handle Post (#3) by using M8 x 1/2" Lock Knob (#43).
- B.) Attach the Handle (#2) to the Handle Post (#3). Secure them together with one M10 L-shaped Lock Knob (#13) and Handle Sliding Block (#10) (which was pre-fitted inside of the tube).
- C.) Attach two Elbow Supports (#6) into the split on the handle (#2), secure each of them with one Rubber Spacer (#25), one R29 Arc Washer (#7) and one M6 Knob (#18).
- D.) Insert the Seat Post (#4) into the opening on Main Frame. Use the M16 Lock Knob (#19) to hold the Seat Post at selected height.
- E.) Flip over the Seat Pad (#14). Insert the tube on the Seat Support (#5) into the open slot and securely fasten the two Nuts to secure the Seat Pad to the tube.
- F.) Insert the Seat Support (#5) through the open slot on Seat Post. Use the M10 Seat Lock Knob (#29) to hold the Seat at selected position.



EXPLODED DIAGRAM



JX-7038 PARTS LIST

PART NO.	DESCRIPTION	SPEC.	QUANTITY
1	Main Frame		1
2	Handle		1
3	Handle Post		1
4	Seat Post		1
5	Sliding Seat Support		1
6	Elbow Support		2
7	Arc Washer	R29	2
8	Rear Stabilizer		1
9	Front Stabilizer		1
10	Handle Sliding Block		1
11	Seat Support Sleeve		1
12	Level Knob Locking Nut	M12	2
13	L-shaped Lock Knob	M10	1
14	Seat Pad		1
15	Roller Wheel Sleeve		2
16	Water Bottle Rack		1
17	Crank L/R		1
18	Elbow Support Pad Lock Knob	M6	2
19	Lock Knob	M16	2
20	Pedal L/R		1
21	Tension/Brake Knob		1
22	Level Adjustment Knob		4
23	Handle Cone-shaped End Cap	Ø 1"	4
24	Handle End Cap	Ø 1"	2
25	Rubber Spacer		2
26	Handle Support End Cap	2 3/8" x 3/4"	2
27	Sliding Seat Support End Cap	1 5/8" x 3/4"	2
28	Sleeve	1 5/8" x 3 1/8"	2
29	Seat Lock Knob	M10	1
30	Plastic Cover		1
31	Belt Cover		1
32	Stabilizer Right End Cap		2
33	Stabilizer Left End Cap		2
34	Roller Wheel		2
35	Philips Bolt	M5 x 5/8"	2
36	Allen Bolt	M8 x 3/4"	8
37	Allen Bolt	M6 x 1 5/8"	2
38	Washer	Ø 5/8"	8
39	Washer	Ø 1/2"	2
40	Aircraft Nut	M6	2
41	Lower Handle Foam Grip		2
42	Upper Handle Foam Grip		2
43	Lock Knob	M8 x 1/2"	1

CARE AND MAINTENANCE

1. Inspect and tighten all parts each time you use the bike. Replace any worn parts immediately.
2. The bike can be cleaned using a damp cloth and mild non-abrasive detergent. Do not use solvents.
3. Store the bike IN-DOOR. Excess moisture and water would cause rust on the frame.
4. The Bike shall be placed at least 24 inches away from the wall or/and any other object such as furniture to provide safe access to and passage around the bike.
5. To avoid possible injury, the help of two or more people are needed when moving the bike around.
6. Disposal Instructions – The equipment can be safely disassembled and disposed without unreasonable hazards. Call your local recycle agency regarding details of recycling.
7. **The maximum user weight is 300 lbs.**
8. **Assembled Dimension: 45.5" x 20" x 44"**

Brake Pad Lubricating Oil



Apply few drops of Brake Lubricating Oil to the brake pad periodically.

!!Warning!!
Contains Silicon based oil.
Not for consumption.
Keep away from children!

OPERATING NOTES

ADJUSTMENT

1. Use the Tension/Brake Knob (#21) to adjust the resistance for exercises.
2. Loosen and pull out the Lock Knob (#19). Slide the Seat Post to the desired height and lock at the position by fastening the Lock Knob (#19).
3. Loosen and pull out Lock Knob (#19 & #43). Slide Handle Post to desired height and Lock at the position by fastening the Lock Knob (#19 & #43).
4. The seat height adjustment is in approximately 1" increment.
*The seat height can be adjusted for 10 different height ranges from 35" to 44".
5. The height of Elbow Support can be adjusted with 6 positions range from 36" to 41" with approximately 1" adjustment.
6. Loosen and pull out the Seat Lock Knob (#29). Slide the Seat Support to the desired position and lock at the position by fastening the Seat Lock Knob.
7. Loosen the L-shaped Lock Knob (#13), move the Handle Sliding Block (#10) to desired position; lock the Handle at position by fastening the L-shaped Lock Knob.

Stopping the Exercise

1. **Press down the Tension/Brake Knob (#21) to stop the fly wheel. ONLY when the flywheel has stopped, will it be safe to remove feet from pedals.**
2. **DO NOT stop pedaling: doing so could result in serious injury.**
3. **DO NOT attempt to stop the Fly Wheel by hands, feet or any other device not indicated in this instruction.**

TRANSPORT

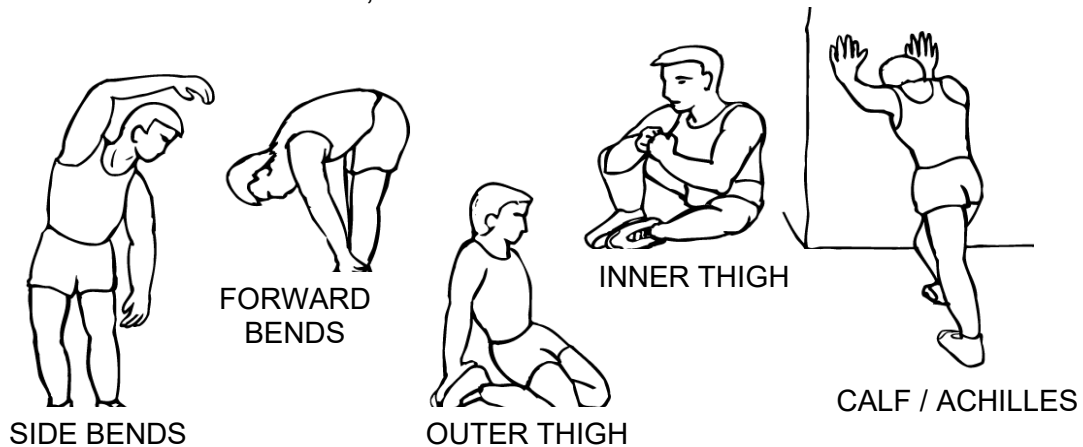
The Bike has a pair Roller Wheels on Front Stabilizer.
To move, carefully tilt the cycle forward, and then roll.

EXERCISE GUIDELINES

Using your **Bike** will provide you with several benefits, it will improve your physical fitness, tone muscle and in conjunction with calorie controlled diet help you lose weight.

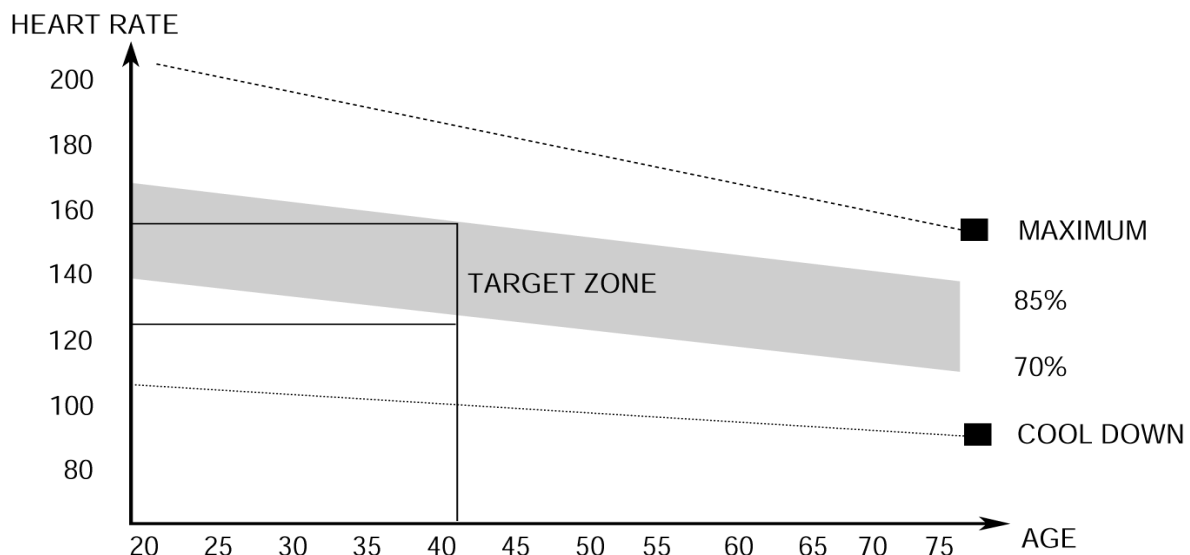
1. The Warm Up Phase

This stage helps get the blood flowing around the body and the muscles working properly. It will also reduce the risk of cramp and muscle injury. It is advisable to do a few stretching exercises as shown below. Each stretch should be held for approximately 30 seconds, do not force or jerk your muscles into a stretch - if it hurts, STOP.



2. The Exercise Phase

This is the stage where you put the effort in. After regular use, the muscles in your legs will become more flexible. Work to your targeted heart rate but it is very important to maintain a steady tempo throughout. The rate of work should be sufficient to raise your heartbeat into the target zone shown on the graph below.



This stage should last for a minimum of 12 minutes though most people start at about 15-20 minutes

3. The Cool Down Phase

This stage is to let your Cardio-vascular System and muscles wind down. This is a repeat of the warm up exercise e.g. reduce your tempo, continue for approximately 5 minutes. The stretching exercises should now be repeated, again remembering not to force or jerk your muscles into the stretch.

As you get fitter you may need to train longer and harder. It is advisable to train at least three times a week, and if possible space your workouts evenly throughout the week.

MUSCLE TONING

To tone muscle while on your **MAGNETIC BIKE** you will need to have the resistance set quite high. This will put more strain on our leg muscles and may mean you cannot train for as long as you would like. If you are also trying to improve your fitness you need to alter your training program. You should train as normal during the warm up and cool down phases, but towards the end of the exercise phase you should increase resistance making your legs work harder. You will have to reduce your speed to keep your heart rate in the target zone.

WEIGHT LOSS

The important factor here is the amount of effort you put in. The harder and longer you work the more calories you will burn. Effectively this is the same as if you were training to improve your fitness, the difference is the goal.

IMPEX[®] INC.

LIMITED WARRANTY

IMPEX Inc. ("IMPEX[®]") warrants this product to be free from defects in workmanship and material, under normal use and service conditions, for a period of two years on the Frame from the date of purchase. This warranty extends only to the original purchaser. IMPEX's obligation under this Warranty is limited to replacing or repairing, at IMPEX's option.

All returns must be pre-authorized by IMPEX. Pre-authorization may be obtained by calling IMPEX Service Centers. All freights on products returned to IMPEX must be prepaid by the customer. This warranty does not extend to any product or damage to a product caused by or attributable to freight damage, abuse, misuse, improper or abnormal usage or repairs not provided by an IMPEX authorized service center or for products used for commercial or rental purposes. No other warranty beyond that specifically set forth above is authorized by IMPEX.

IMPEX is not responsible or liable for indirect, special or consequential damages arising out of or in connection with the use or performance of the product or other damages with respect to any economic loss, loss of property, loss of revenues or profits, loss of enjoyments or use, costs of removal, installation or other consequential damages or whatsoever natures. Some states/provinces do not allow the exclusion or limitation of incidental or consequential damages. Accordingly, the above limitation may not apply to you.

The warranty extended hereunder is in lieu of any and all other warranties and any implied warranties of merchantability or fitness for a particular purpose is limited in its scope and duration to the terms set forth herein. Some states/provinces do not allow limitations on how long an implied warranty lasts. Accordingly, the above limitation may not apply to you.

This warranty gives you specific legal right. You may also have other rights which vary from states/provinces to states/provinces. Register on-line at www.marcypro.com

To request technical assistance under warranty, the customer must always present the cash ticket with the item along with its packaging and accessories, in the store where it was bought, so that the claim can be studied, or you can contact the IMPEX Service Centers.

Coverage area: 15 km around the service center or Walmart stores are covered for home service. Distance of more than 15 km has an additional cost.

Exclusion for the warranty: Installation, maintenance, cleaning or periodic reviews and controls of the product. If you are interested in getting these services, you can contact the service center with an additional cost.

Service Centers:

Honduras

Nombre:	R&P ELECTRONICS
Dirección completa:	Barrio Santa Ana 14 calle 7-8 avenida N.O San Pedro Sula
Teléfono de contacto:	504 2552 0221, 504 2550-1074
Mail de contacto:	hrodriguez@reparacionesypartes.com

Nicaragua

Nombre:	RELESA Electronics
Dirección completa:	Colonia y Avenida Las Mercedes, Pje los Fresnos #2. San Salvador
Teléfono de contacto:	503 2566-7000
Mail de contacto:	garantias@relesaelectronics.com

Costa Rica

Nombre:	Repuestos Romano e hijos
Dirección completa:	175m oeste de la plaza de deportes Frente Central de Mangueras, Rotulo TVROMANO, San Jose La Uruca
Teléfono de contacto:	Oficinas Centrales: 506 2221-5151 Sucursal del Este: 506 2223-5151 Sucursal del Heredia: 506 2262-5151
Mail de contacto:	servicioalcliente@tvromano.com

Guatemala

Nombre:	Servicios y electronicos MAX
Dirección completa:	Dirección 2da av 13-35 zona 17 ofibodega los almendros bodega 26. Guatemala
Teléfono de contacto:	Oficina Centrales: 502 2256-4439 Sucursal Zone 1: 502 2253 0529
Mail de contacto:	soportetec@serviciosyelectronicosmax.com

El Salvador

Nombre:	Home Solutions Electronic Center, S.A.
Dirección completa:	Centro Comercial Zumen 3 Cuadras al Este 15 vrs al sur.
Teléfono de contacto:	Oficinas Centrales 505 2260 3212, 505 2253 9247, Sucursal Oriental: 505 2251 1281
Mail de contacto:	hylelectronics@yahoo.com

Marca: MARCY
Modelo:

Periodo de garantía 24 meses
a partir de la fecha de compra.

Recuerde leer el manual del usuario antes de instalar y utilizar su producto.

ÍNDICE DE CONTENIDO

ANTES DE COMENZAR	15
AVISOS IMPORTANTES DE SEGURIDAD	16
UBICACIÓN DE LA ETIQUETA DE ADVERTENCIA	17
PAQUETE DE FERRETERÍA	18
INSTRUCCIONES DE MONTAJE	20
DIAGRAMA ESQUEMÁTICO	22
LISTADO DE PIEZAS	23
CUIDADO Y MANTENIMIENTO	24
DIRECTRICES DE EJERCICIO	25
GARANTÍA	27
PEDIDO DE REPUESTOS	27

ANTES DE COMENZAR

Gracias por elegir la Bicicleta Revolución Club JX-7038 MARCY hecha por IMPEX® INC. Para su seguridad y beneficio, lea atentamente este manual antes de utilizar el equipo. Como fabricante, nos comprometemos con proporcionarle completa satisfacción al cliente. Si tiene alguna pregunta, o le faltan piezas o las mismas están dañadas, le garantizamos completa satisfacción a través de la asistencia directa de nuestra fábrica. Para evitar demoras innecesarias, *por favor llame a nuestra línea de servicio al cliente*. Nuestros agentes de servicio al cliente le proporcionarán asistencia inmediata.

Número de servicio al cliente
1-800-999-8899
Lunes a Viernes de 9 a.m. a 5 p.m. PST
www.marcycpro.com
support@impex-fitness.com

AVISOS IMPORTANTES DE SEGURIDAD

PRECAUCIÓN:

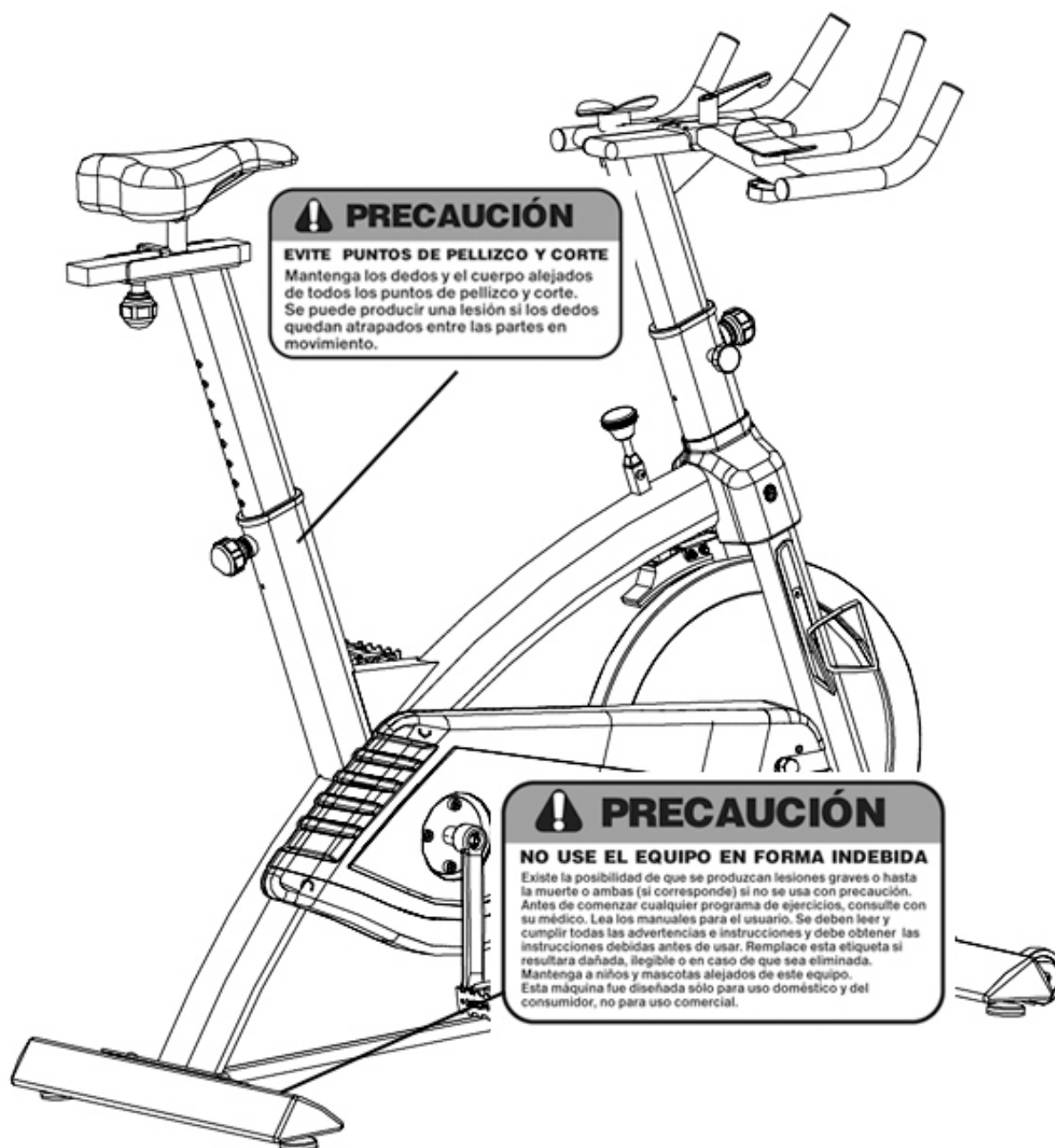
Esta bicicleta estacionaria está construida para una seguridad óptima. Sin embargo, deben aplicarse ciertas precauciones al operar una bicicleta estacionaria. Asegúrese de leer todo el manual antes de montar o de operar la bicicleta. Principalmente, observe las siguientes precauciones:

1. **Mantenga a los niños y animales alejados de la bicicleta en todo momento. No deje a los niños sin supervisión en la misma habitación con la bicicleta.**
2. Sólo una persona a la vez debe usar la bicicleta.
3. Si el usuario experimenta mareos, náuseas, dolor de pecho o cualquier otro síntoma anormal, deje de hacer ejercicio de inmediato. CONSULTE A SU MÉDICO INMEDIATAMENTE.
4. Coloque el bicicleta sobre una superficie nivelada, libre de otros objetos. NO utilice el bicicleta cerca del agua o al aire libre.
5. Mantenga las manos lejos de todas las partes móviles.
6. Siempre use ropa apropiada para hacer ejercicios al usar la máquina. NO use batas u otra ropa que pueda engancharse en la bicicleta. También debe usar zapatillas para correr o aeróbicas al utilizar el bicicleta.
7. Use la bicicleta solamente para su uso previsto como se describe en este manual. NO use accesorios no recomendados por el fabricante.
8. No coloque ningún objeto filoso cerca de la bicicleta.
9. Las personas discapacitadas no deberían usar la bicicleta.
10. Antes de usar el bicicleta para hacer ejercicio, siempre haga ejercicios de estiramientos para precalentarse adecuadamente.
11. No utilice la bicicleta si no está funcionando correctamente.
12. Lea todas las advertencias en la bicicleta estacionaria.
13. Inspeccione la bicicleta estacionaria por partes gastadas o flojas antes de usarla. Ajuste o reemplace cualquier parte floja o gastada antes de utilizar.
14. Debe tener cuidado al subir y bajar de la bicicleta estacionaria.
15. **Esta bicicleta estacionaria es únicamente para uso de consumidores y en el hogar.**

ADVERTENCIA: ANTES DE COMENZAR CUALQUIER PROGRAMA DE EJERCICIOS, CONSULTE A SU MÉDICO. ESTO ES ESPECIALMENTE IMPORTANTE PARA LAS PERSONAS MAYORES DE 35 AÑOS O PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD PREEXISTENTES. LEA TODAS LAS INSTRUCCIONES ANTES DE UTILIZAR CUALQUIER EQUIPO DE EJERCICIOS. IMPEX INC. NO ASUME NINGUNA RESPONSABILIDAD POR LESIONES PERSONALES O DAÑOS MATERIALES SUFRIDOS POR O MEDIANTE EL USO DE ESTE PRODUCTO.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

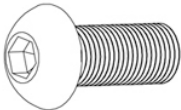
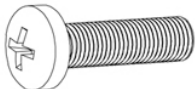
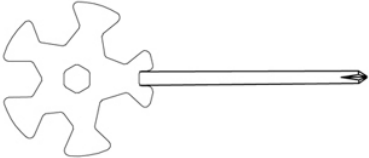
COLOCACIÓN DE ETIQUETAS DE ADVERTENCIA



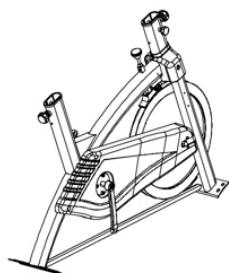
La etiqueta de advertencia y de precaución que se muestran arriba se han colocado en el Estabilizador Trasero y en el Marco Principal. Si faltan las etiquetas o las mismas son ilegibles, por favor llame a servicio al cliente al 1-800-999-8899 para obtener reemplazos. Coloque las etiquetas en la ubicación que se muestra.

PAQUETE DE FERRETERÍA

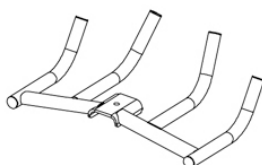
NOTA: Las siguientes piezas no están dibujadas a escala. Utilice su propia regla para medir el tamaño.

NO. 36  Perno Allen M8 x 3/4" x 8	NO. 38  Arandela Ø 5/8" x 8
NO. 35  Perno Phillips M5 x 5/8" x 8	NO. 13  Perilla de bloqueo en forma de L M10 x 1
 Llave Allen 5# x 1	 Llave Multiple x 1

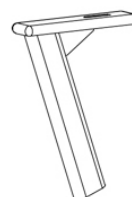
COMPONENTES PARA MONTAJE



No. 1 Marco Principal



No. 2 Mango



No. 3 Poste de la manija



No. 4 Poste de asiento



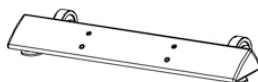
No. 20 Pedal derecho/izquierdo



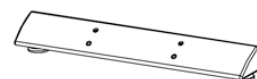
No. 32 Botellero



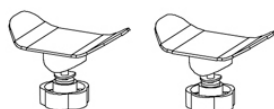
No. 27 Asiento



No. 9 Estabilizador Frontal



No. 32 Estabilizador Trasero



No. 6 Apoyo de codo

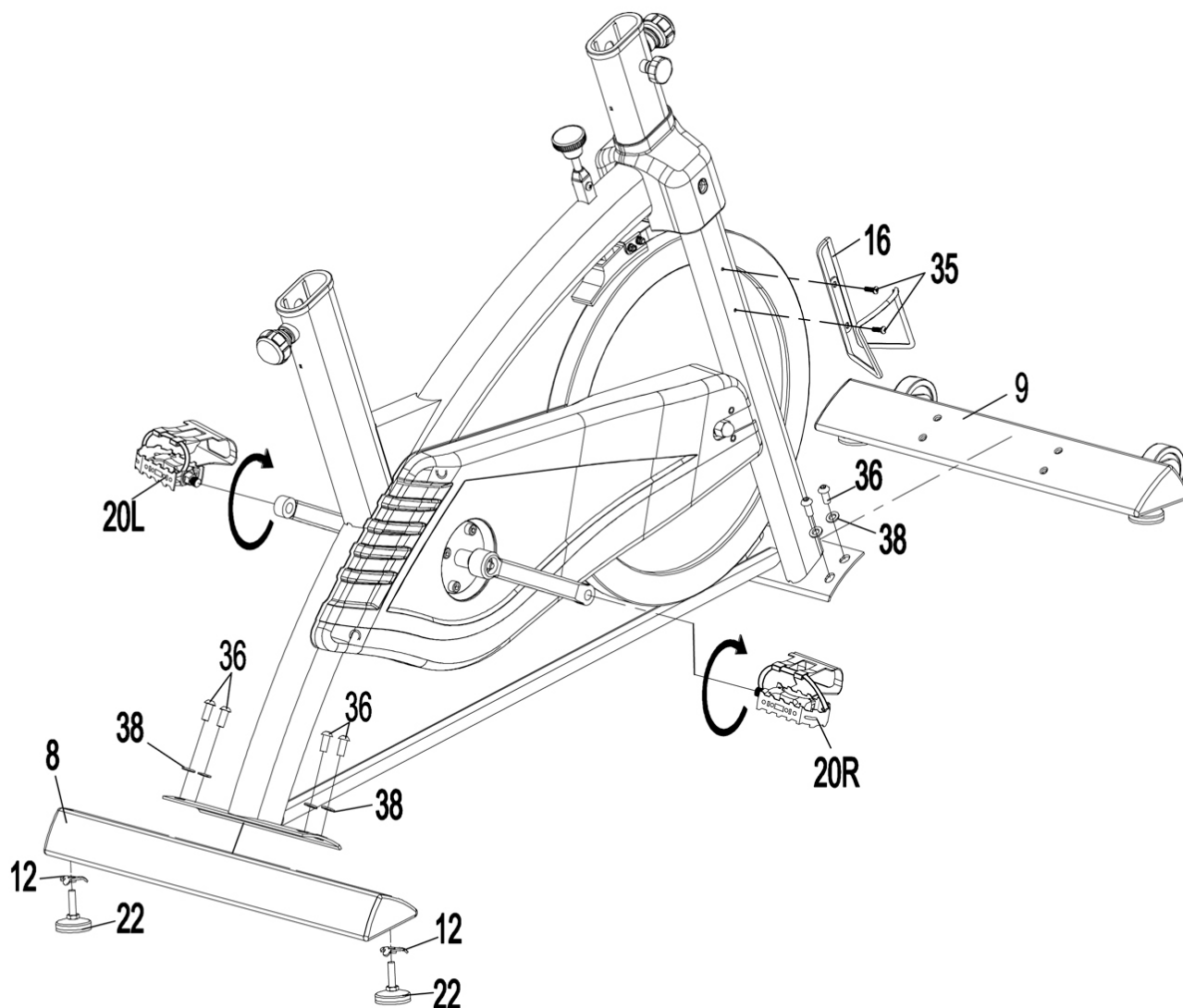
INSTRUCCIONES DE MONTAJE

- Herramientas requeridas para ensamblar la bicicleta: una llave en cruz y una llave Allen, proporcionadas por el fabricante.

NOTA: Se recomienda que dos o más personas ensamblen la bicicleta para evitar posibles lesiones.

PASO-1

- G.) Adjunte el Estabilizador Frontal (#9) al Marco Principal (#1). Fíjelo con cuatro Pernos Allen (#36) M8x $\frac{3}{4}$ " y cuatro Arandelas $\varnothing \frac{5}{8}$ " (#38).
- H.) Adjunte el Estabilizador Trasero (#8) al Marco Principal (#1). Fíjelo con cuatro Pernos Allen (#36) M8x $\frac{3}{4}$ " y cuatro Arandelas $\varnothing \frac{5}{8}$ " (#38).
- I.) Enrosque el Pedal (#20R) en el sentido de las agujas del reloj sobre la Biela derecha (#17R).
- J.) Enrosque el Pedal (#20L) en el sentido contra las agujas del reloj sobre la Biela izquierda (#17L).
- K.) Adjunte el Botellero (#16) al Marco Principal (#1). Fíjelo con dos Tornillos Philips M5 x $\frac{5}{8}$ " (#35).
- L.) Use las dos perillas de ajuste de nivel (#22) para estabilizar la bicicleta sobre el piso.



PASO 2

- G.) Inserte el Poste de la manija (#3) en la abertura frontal del Marco Principal (#1). Use la Perilla de traba M16 (#19) para sostener el Poste de la manija a la altura deseada y cierra el Poste de la manija (#3) utilizando la Perilla de traba M8 x 1/2" (#43).
- H.) Adjunte el Mango (#2) al Poste de la manija (#3). Fíjelos con una Perilla de traba M10 en forma de L (#13) y el Bloque deslizante de mango (#10) (que fue pre-estructurado dentro del tubo).
- I.) Fije dos Soportes de codo (#6) en la división del mango (#2). Fíjelos con un Espaciador de goma (#25), una Arandela de arco R29 (#7) y una Perilla M6 (#18).
- J.) Inserte el Poste de asiento (#4) dentro de la abertura en el Marco Principal. Use la Perilla de traba M16 (#19) para sostener el Poste de asiento a la altura deseada.
- K.) Voltee la Cojín del asiento (#14). Inserte el tubo en el Soporte del asiento (#5) en la ranura abierta y apriete las tuercas para asegurar que la Cojín del asiento al tubo.
- L.) Inserte el Soporte del asiento (#5) a través de la apertura del Poste de asiento. Use la Perilla de traba del asiento M10 (#29) para sujetar el asiento en la posición seleccionada.

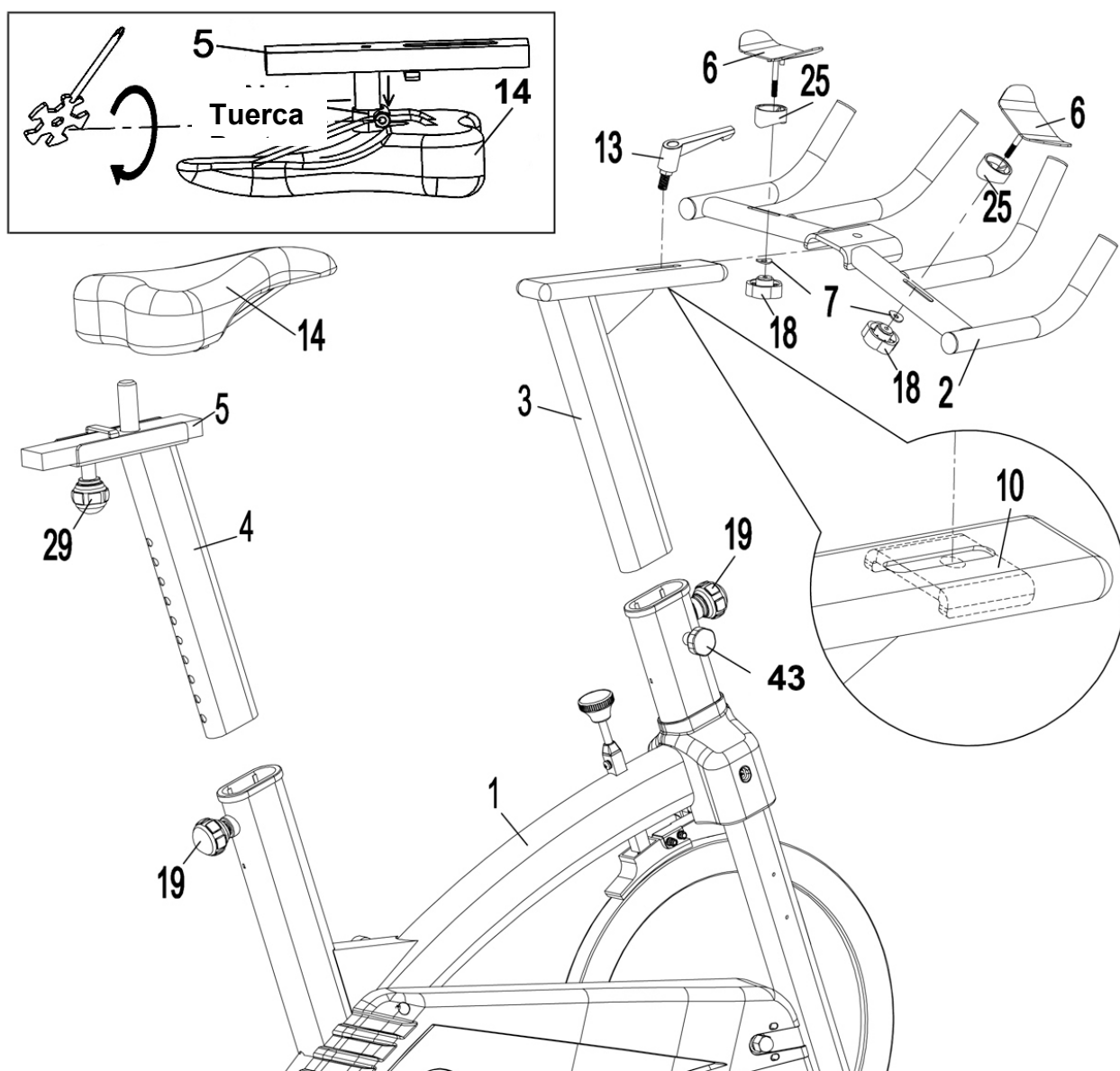
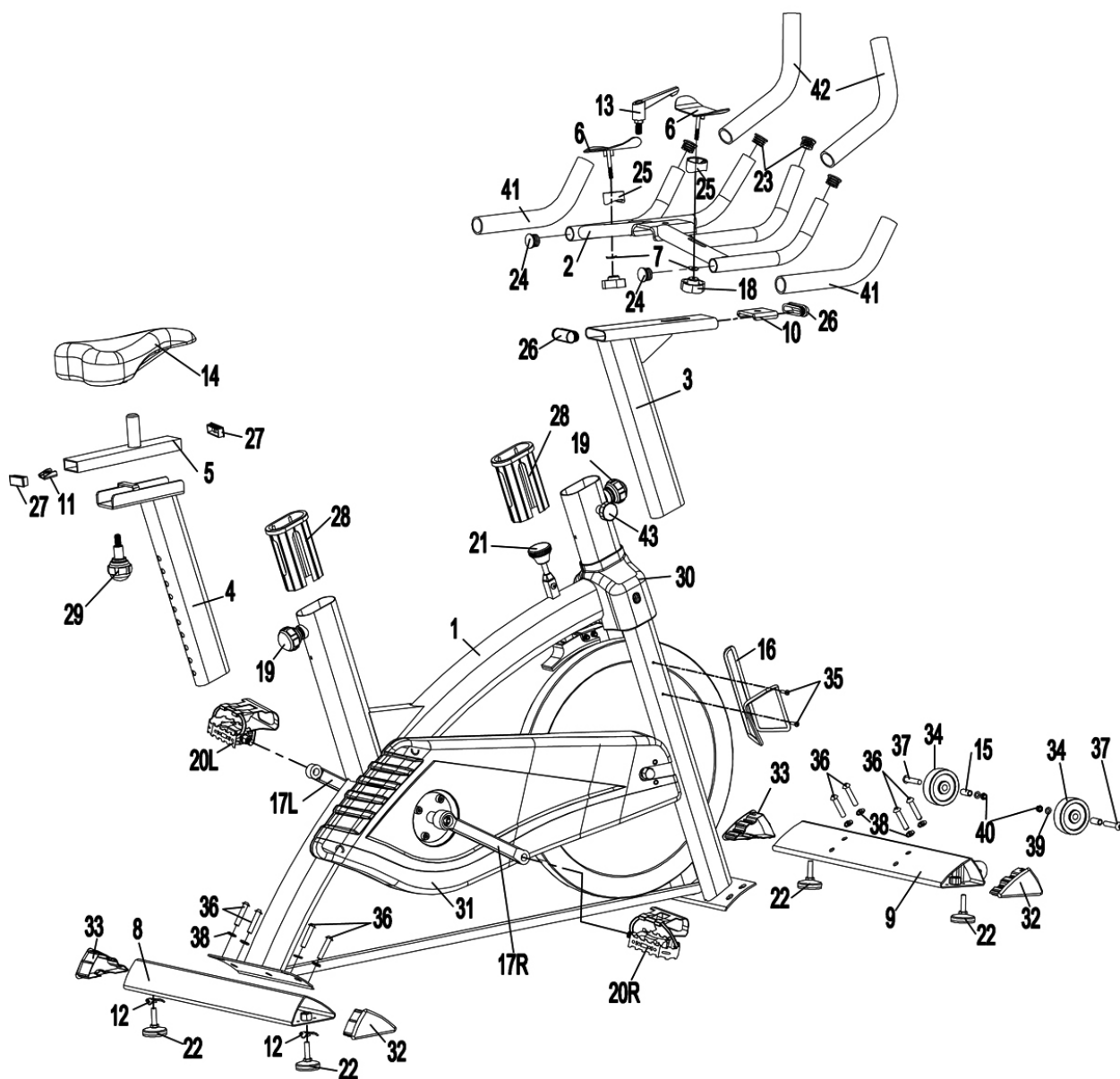


DIAGRAMA ESQUEMÁTICO



LISTA DE PIEZAS PARA JX-7038

NO. DE PARTE	DESCRIPCIÓN	Especificaciones	CANTIDAD
1	Marco Principal		1
2	Mango		1
3	Poste de la manija		1
4	Poste de asiento		1
5	Soporte del asiento		1
6	Soporte de codo		2
7	Arandela de arco	R29	2
8	Estabilizador trasero		1
9	Estabilizador frontal		1
10	Bloque deslizante		1
11	Manguito de soporte de asiento		1
12	Tuerca de fijación de la perilla de nivel	M12	2
13	Perilla de bloqueo en forma de L	M10	1
14	Cojín del asiento		1
15	Manguito de rueda de rodillo		2
16	Botellero		1
17	Biela derecha/izquierda		1
18	Perilla de traba de soporte de codo	M6	2
19	Perilla de traba	M16	2
20	Pedal derecho/izquierdo		1
21	Perilla de tensión/freno		1
22	Perilla de ajuste de nivel		4
23	Tapón de manija en forma de cono	Ø 1"	4
24	Tapón de manija	Ø 1"	2
25	Espaciador de goma		2
26	Tapón de soporte de manija	2 3/8" x 3/4"	2
27	Tapón de soporte de asiento deslizante	1 5/8" x 3/4"	2
28	Manguito	1 5/8" x 3 1/8"	2
29	Perilla de traba de asiento	M10	1
30	Cubierta de plástico		1
31	Cubierta de la correa		1
32	Tapón del estabilizador derecho		2
33	Tapón del estabilizador izquierdo		2
34	Rueda del rodillo		2
35	Perno Philips	M5 x 5/8"	2
36	Perno Allen	M8 x 3/4"	8
37	Perno Allen	M6 x 1 5/8"	2
38	Arandela	Ø 5/8"	8
39	Arandela	Ø 1/2"	2
40	Tuerca flotante	M6	2
41	Agarre de goma de mango inferior		2
42	Agarre de goma de mango superior		2
43	Perilla de traba	M8 x 1/2"	1

CUIDADO Y MANTENIMIENTO

1. Revise y apriete todas las piezas cada vez que utilice la bicicleta. Cambie las piezas desgastadas inmediatamente.
2. La bicicleta pueden limpiarse con un paño húmedo y un detergente suave no abrasivo. No use solventes.
3. Guarde la bicicleta ADENTRO. El exceso de humedad y agua podría causar oxidación en el marco.
4. La bicicleta debe colocarse por lo menos 24 pulgadas de la pared y/o cualquier otro objeto como muebles para proporcionar un acceso y paso seguro alrededor de la bicicleta.
5. Para evitar posibles lesiones, se necesita la ayuda de dos o más personas al mover la bicicleta.
6. Instrucciones de eliminación – el equipo se puede desmontar con seguridad y eliminar sin riesgos irrazonables. Llame a su agencia local de reciclaje en cuanto a detalles del reciclaje.
7. **El peso máximo del usuario es 300 de libras.**
8. **Dimensiones de equipo ensamblado: 45,5" x 20" x 44"**



Accite lubricante de pastilla de freno
Aplicar una pocas gotas de accite de lubricante
a los frenos periódicamente.

!!Advertencia!!
Contiene accite de silico.
No para el consume.
Mantener fuera del alcance de niños!

NOTAS DE FUNCIONAMIENTO

AJUSTE

1. Utilice la Perilla de tensión/freno (#21) para ajustar la resistencia para los ejercicios.
2. Afloje y jale la Perilla de traba (#19). Deslice el Poste del asiento a la altura deseada y trábelo en la posición ajustando la Perilla de traba (#19).
3. Afloje y jale la Perilla de traba (#19 y #43). Deslice el Poste de la manija a la altura deseada y trábelo en la posición ajustando la Perilla de traba (#19 y #43).
4. El ajuste de la altura del asiento es de incrementos de aproximadamente 1".
*La altura del asiento puede ajustarse a 10 rangos de diversas alturas de 35" a 44".
5. La altura del Soporte de codo puede ajustarse con un rango de 6 posiciones de 36" a 41" con aproximadamente 1" de ajuste.
6. Afloje y jale la Perilla de traba del asiento (#29). Deslice el Soporte del asiento a la posición deseada y trábelo en la posición ajustando la Perilla de traba.
7. Afloje la Perilla de traba en forma de L (#13), mueva el Bloque deslizante del mango (#10) a la posición deseada, trábelo en la posición ajustando la Perilla de traba en forma de L.

Detener el ejercicio

1. **Presione la Perilla de tensión/freno (#21) para detener el volante. SÓLO cuando el volante se haya detenido, será seguro quitar los pies de los pedales.**
2. **NO DEJE de pedalear, podría resultar en lesiones serias.**
3. **NO INTENTE detener el volante con las manos, los pies o cualquier otro dispositivo no indicado en esta instrucción.**

TRANSPORTE

La bicicleta tiene un par de Ruedas de rodillos en el Estabilizador Frontal.
Para mover, incline cuidadosamente la bicicleta hacia adelante y luego ruede.

DIRECTRICES DE EJERCICIO

El uso de su **bicicleta** le proporcionará varios beneficios, mejorará su forma física, tonificará sus músculos y junto con una dieta de calorías controladas, le ayudará a perder peso.

1. La fase de calentamiento

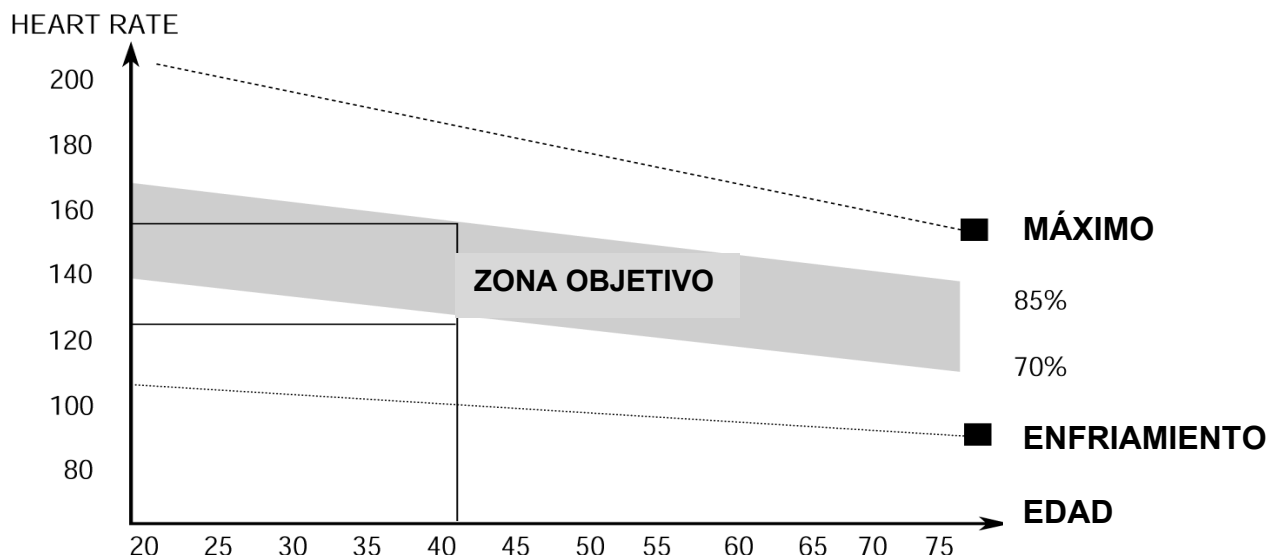
Esta etapa ayuda a lograr que la sangre circule por el cuerpo y que los músculos funcionen correctamente. También reducirá el riesgo de lesión muscular y calambres. Es aconsejable hacer algunos ejercicios de estiramiento, como se muestra a continuación. Cada ejercicio de estiramiento debe hacerse por aproximadamente 30 segundos, no fuerce ni tire de sus músculos para hacer el ejercicio de estiramiento, si le duele, DETÉNGASE.



2. La fase de ejercicio

Esta es la etapa en la cual usted se esfuerza. Después del su uso normal, los músculos de las piernas serán más flexibles. Es muy importante mantener un ritmo constante. El ritmo del ejercicio debe ser suficiente para elevar los latidos del corazón en la zona que se muestra en el gráfico a continuación.

**RITMO CARDIACO
POSTE DE ASIENTO**



Esta etapa debe durar un mínimo de 12 minutos, aunque la mayoría de la gente empieza a los 15 a 20 minutos.

3. La fase de enfriamiento

Esta etapa permite que el sistema cardiovascular y los músculos se relajen. Esta es una repetición del ejercicio de calentamiento, por ejemplo reducir su ritmo, continuar durante aproximadamente 5 minutos. Los ejercicios de estiramiento deben repetirse en este momento, recordando otra vez no forzar ni tirar de sus músculos para hacer el ejercicio de estiramiento. A medida que usted está más en forma, necesita entrenar por más tiempo y más duro. Es recomendable entrenar por lo menos tres veces por semana y si es posible, espaciar sus entrenamientos uniformemente a lo largo de la semana.

TONIFICACIÓN MUSCULAR

Para tonificar músculos en su **BICICLETA MAGNÉTICA** necesitará tener la resistencia muy alta. Esto pondrá más presión sobre los músculos de la pierna y puede significar que no puede entrenar tanto como le gustaría. Si también está tratando de mejorar su condición física, tiene que cambiar su programa de entrenamiento. Usted debe entrenar normalmente durante las fases de calentamiento y enfriamiento, pero hacia el final de la fase de ejercicio debería aumentar la resistencia haciendo que sus piernas trabajen más duro. Tendrá que reducir su velocidad para mantener su ritmo cardíaco en la zona objetivo.

PÉRDIDA DE PESO

El factor importante aquí es la cantidad de esfuerzo que pone. Mientras más duro ejercita y por más tiempo, quemará más calorías. Efectivamente es lo mismo como si estuviera entrenando para mejorar su condición física, la diferencia es la meta.

GARANTÍA LIMITADA

IMPEX Inc. ("IMPEX[®]") garantiza que este producto estará libre de defectos de fabricación y materiales, bajo uso normal y condiciones de servicio, por un período de dos años dentro del marco de la fecha de compra. Esta garantía se extiende sólo al comprador original. La obligación de IMPEX bajo esta garantía se limita a sustituir o reparar, a opción de IMPEX.

Todas las devoluciones deben ser previamente autorizadas por IMPEX. La autorización previa puede obtenerse llamando al Centros de servicio de IMPEX. El envío de los productos devueltos a IMPEX deberá ser pagado por adelantado por el cliente. Esta garantía no se extiende a ningún producto o daños al producto causados por o atribuibles a daño de envío, abuso, mal uso, uso indebido o anormal o reparaciones no proporcionadas por un centro de servicio autorizado por IMPEX o para los productos utilizados para fines comerciales o de alquiler. Ninguna otra garantía más allá de las establecidas específicamente está autorizada por IMPEX.

IMPEX no es responsable de daños indirectos, especiales o consecuentes que surjan de o en relación con el uso o desempeño del producto o de otros daños con respecto a cualquier pérdida económica, pérdida de propiedad, pérdida de ingresos o beneficios, pérdida de goce o uso, costos de remoción, instalación u otros consecuentes o de naturaleza alguna. Algunos estados no permiten la exclusión o limitación de daños incidentales o consecuentes. En consecuencia, la limitación anterior no aplica para usted.

La garantía extendida bajo el presente reemplaza cualquiera y todas las demás garantías y cualquier garantía implícita de comerciabilidad o idoneidad para un propósito en particular está limitada en su alcance y duración a los términos establecidos en el presente. Algunos estados no permiten limitaciones sobre la duración de una garantía implícita. En consecuencia, la limitación anterior no aplica a usted.

Esta garantía le da derechos específicos. Usted también puede tener otros derechos que varían de estado a estado. Regístrese en línea en www.marcypro.com

Para solicitar asistencia técnica en garantía, el cliente debe presentar siempre el ticket de caja con el artículo junto con su empaque y accesorios, en la tienda donde fue comprado, para que se pueda estudiar un reclamo o se pueda contactar con los centros de servicio IMPEX.

Área de cobertura: 15 km alrededor del centro de servicio o las tiendas Walmart para el servicio a domicilio. Distancia de más de 15 km tiene un costo adicional.

Exclusión de la garantía: Instalación, mantenimiento, limpieza o revisiones y controles periódicos del producto.

Si está interesado en obtener estos servicios, puede comunicarse con el centro de servicio con un costo adicional.

Centros de servicio:

Honduras

Nombre:	R&P ELECTRONICS
Dirección completa:	Barrio Santa Ana 14 calle 7-8 avenida N.O San Pedro Sula
Teléfono de contacto:	504 2552 0221, 504 2550-1074
Mail de contacto:	hrodriguez@reparacionesypartes.com

Guatemala

Nombre:	Servicios y electronicos MAX
Dirección completa:	Dirección 2da av 13-35 zona 17 ofibodega los almendros bodega 26. Guatemala
Teléfono de contacto:	Oficina Centrales: 502 2256-4439 Sucursal Zone 1: 502 2253 0529
Mail de contacto:	soportetec@serviciosyelectronicosmax.com

El Salvador

Nombre:	RELESA Electronics
Dirección completa:	Colonia y Avenida Las Mercedes, Pje los Fresnos #2. San Salvador
Teléfono de contacto:	503 2566-7000
Mail de contacto:	garantias@relesaelectronics.com

Nicaragua

Nombre:	Home Solutions Electronic Center, S.A.
Dirección completa:	Centro Comercial Zumen 3 Cuadras al Este 15 vrs al sur.
Teléfono de contacto:	Oficinas Centrales 505 2260 3212, 505 2253 9247, Sucursal Oriental: 505 2251 1281
Mail de contacto:	hylelectronics@yahoo.com

Costa Rica

Nombre:	Repuestos Romano e hijos
Dirección completa:	175m oeste de la plaza de deportes Frente Central de Mangueras, Rotulo TVROMANO, San Jose La Uruca
Teléfono de contacto:	Oficinas Centrales: 506 2221-5151 Sucursal del Este: 506 2223-5151 Sucursal del Heredia: 506 2262-5151
Mail de contacto:	servicioalcliente@tvromano.com

Marca: MARCY
Modelo:

Periodo de garantía 24 meses
a partir de la fecha de compra.

Recuerde leer el manual del usuario antes de instalar y utilizar su producto.