

# Manual de Instruções

Bicicleta Profissional 359 e 360



  
**EMBREEX**  
Mais qualidade em sua vida

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

As Bicicletas Magnéticas 359/360 fazem parte da linha Profissional EMBREEX, sendo produzidas com o que existe de mais moderno em equipamentos para exercício, proporcionando ao usuário segurança, conforto e monitoramento constante durante a prática dos exercícios.

## ÍNDICE

• Relação dos principais componentes das Bicicletas 359 e 360 .....	3
• Características da Bicicleta .....	4
• Montagem.....	5 e 6
• Cuidados com a Instalação.....	6
• O Painel 359.....	7
• O Painel 360 .....	8
• Ajuste de tempo 360 .....	9
• Ajuste das funções distância e caloria 360 .....	9
• Programando seu exercício 360 .....	9
• Grip Pulse .....	10
• Pilhas .....	10
• Utilização da Bicicleta.....	10
• Antes de Contactar a Assistência Técnica.....	10
• Termo de Garantia .....	11

## ATENÇÃO

Este manual é um guia prático de como cuidar do seu Bicicleta 359/360. É indispensável seguir todas as instruções contidas neste manual para assegurar o perfeito funcionamento de sua bicicleta.

ÍTEM	CÓDIGO	DESCRIÇÃO	QTD.
<b>Lista de Carenagens e componentes plásticos/pvc</b>			
01	14.000.31	Carenagem lateral esquerda bicicletas 359/360	01
02	14.000.32	Carenagem lateral direita bicicletas 359/360	01
03	14.000.33	Carenagem cone dianteiro 359/360	01
04	14.000.34	Carenagem cone traseiro 359/360	01
05	30.002.19	Sanfona plástica suporte do assento 359/360	01
06	30.001.04	Sapata rotativa (PC 16868) 359/360	02
07	30.001.56	Sapata 8 ângulos (PC 168396) 359/360	02
08	4.000.07	Tampa tubo redondo 1-1/4 para guidão	02
09	26.000.16	Rodapé 359/360	01
<b>Lista de componentes eletrônicos</b>			
10	10.000.03	Painel Bicicleta de carga eletrônica (DT3909) 360	01
11	10.000.18	Painel Bicicleta de carga manual (ST 8775-7) 359	01
12	30.001.48	Motor de inércia 360	01
13	39.000.80	Sensores de batimento cardíaco (grip pulse) cilíndrico 360	02
14	22.000.14	Cabo multivias curto para Painel 359/360	01
15	22.000.15	Cabo multivias longo para painel/motor de inércia 359/360	01
16	39.000.75	Sensor de velocidade para Painel 359/360	01
17	22.000.01	Cabo para sensor de hand grip para painel 360	01
18	30.000.97	Ímã do sensor redondo	01
<b>Lista de componentes mecânicos</b>			
19	21.000.17	Correia 6 PJ 945	01
20	21.000.20	Correia 6 PJ 1080	01
21	3.000.28	Polia pedivela para 360	01
22	3.000.42	Polia pedivela para 359	01
23	71.360.11	Polia puxavante 360 montada	01
24	71.359.07	Roda de inércia montada com freio 359/360	01
25	71.330.01	Conj. Esticador da correia montado para 359	01
26	71.360.19	Conj. Esticador da correia montado para 360	01
27	6.000.26	Bucha esticadora da correia	01
28	71.360.07	Cabo de aço montado 360	01
29	2.000.62	Eixo pedivela 359	01
30	2.000.33	Eixo pedivela 360	01
31	2.000.36	Eixo puxavante 360	01
32	30.003.20	Pedivela direito rosca 1/2" 359/360	01
33	30.003.21	Pedivela esquerdo rosca 1/2" 359/360	01
34	30.003.19	Pedal esquerdo rosca 1/2" 359/360	01
35	30.003.22	Pedal direito rosca 1/2" 359/360	01
36	30.001.73	Câmbio para regulação de carga para 359	01
37	71.360.15	Manípulo com mola montado (regulação assento) 359/360	01
<b>Estruturas de aço soldadas</b>			
38	70.360.12	Conj. Chassi 360 soldado	01
39	70.359.03	Conj. Chassi 359 soldado	01
40	70.360.04	Conj. Corrimão 360/359 soldado	01
41	34.001.51	Suporte para fixação assento 359/360	01
<b>Outros componentes</b>			
42	30.001.27	Assento espumado (LS-A18EM) 359/360	01
43	17.000.01	Espuma do guidão 360	01
44	24.001.00	Adesivo lateral 359	01
45	24.000.47	Adesivo lateral 360	01
46	24.000.91	Adesivo frontal logomarca Embreex vermelho 359/360	01

Altura	1300 mm
Largura	500 mm
Comprimento	930 mm
Peso	33.6 kg (359) 40.5 kg (360)
Peso Máximo de Utilização	120 kg



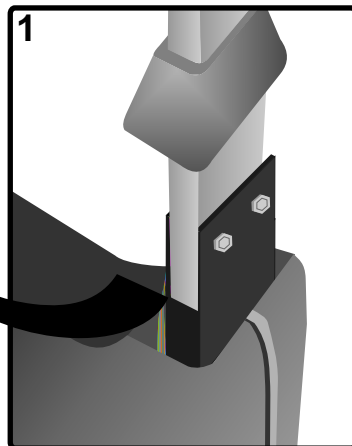
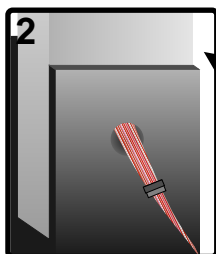
## Relação dos Componentes

Dentro da embalagem da sua Bicicleta 359/360 você vai encontrar:

- 01 chassi montado
- 01 corrimão
- 01 painel
- 01 assento montado

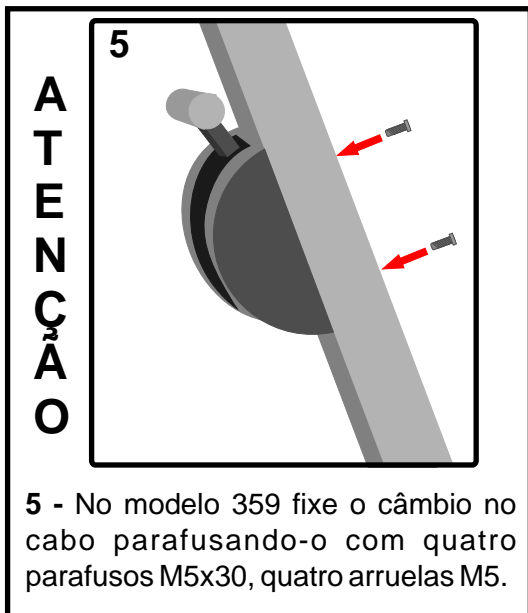
**1-** Fixe o corrimão ao chassi usando dois parafusos M10x55, quatro arruelas lisas M10 e duas porcas M10. Estes parafusos estão encaixados no chassi embaixo do acabamento da carenagem

**2-** Conecte o cabo multivias do painel que está inserido no corrimão ao cabo multivias proveniente do chassi. Tenha cuidado para não danificar a conexão.



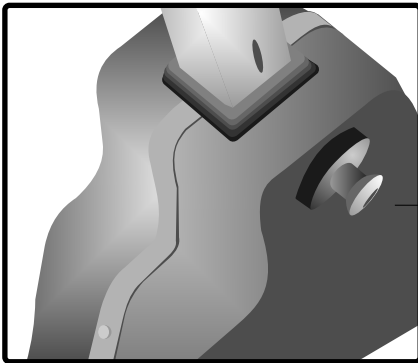
**3 -** Conecte os dois cabos do grip pulse do painel às suas conexões na parte superior do corrimão.

**4 -** Conecte agora o painel ao cabo multivias na parte superior do corrimão. Fixe o painel ao corrimão utilizando 4 parafusos philips e quatro arruelas.



**5 -** No modelo 359 fixe o câmbio no cabo parafusando-o com quatro parafusos M5x30, quatro arruelas M5.

**6-** Encaixe o assento no chassi e regule a altura do banco. Para isso primeiro afrouxe o manípulo de regulagem girando-o uma ou duas voltas. Puxe sua trava de regulagem e suba ou desça o banco até a altura desejada. Mantenha a trava puxada durante este procedimento. Assim que ajustar a altura desejada solte a trava e gire novamente o manípulo de regulagem até fixar o banco.



Manípulo de regulagem

## CUIDADOS COM A INSTALAÇÃO

Certifique-se de que o local de instalação da sua Bicicleta 359/360 é plano e que proporcione atrito suficiente para manter a estabilidade do equipamento.

Não instale sua bicicleta em locais excessivamente quentes.

Estes ambientes podem comprometer o funcionamento de alguns componentes da bicicleta.

## FUNÇÕES:

**Tempo:**

- de 00 a 99.99 h

**Velocidade:**

- de 0 à 199 Km/h

**Calorias:**

- 0 à 999 calorias

**Distância:**

- de 0.0 à 999.9 Km

**Batimento Cardíaco:**

- 40 à 199 BPM



## TECLAS:

**MODE:** pressione para selecionar as funções.

**SET:** pressione para ajustar ,tempo, distância, caloria e batimento cardíaco.

Para zerar o painel pressione a tecla MODE durante 5 segundos.

## PROCEDIMENTO DE OPERAÇÕES:

• **Liga/Desliga Automático:** o painel liga automaticamente quando o sensor de velocidade marcar o primeiro giro do pedal. O painel interrompe o cronômetro 4 segundos após o pedal parar. Após 4 minutos sem o uso do pedal o painel desligará por completo.

OBS.: Para aumentar ou diminuir o nível de carga no modelo 359, basta ajustar o cambio fixo no cabo em uma das seis posições disponíveis.

## FUNÇÕES:

**Cronômetro:**

- de 00 a 99.59 minutos

**Cronômetro regressivo:**

- de 99:00 à 0 minutos

**Velocidade:**

- de 0 à 199 Km/h

**Distância:**

- de 0.0 à 999.9 Km

**Batimento Cardíaco:**

- 40 à 199 BPM

**Calorias:**

- 0 à 999 calorias



## TECLAS:

- **SELECT**: pressione para selecionar as funções.
- **(+) & (-)**: pressione para aumentar (+) ou diminuir (-) valores no ajuste do cronômetro, caloria, distância e também os níveis de carga nos programas P1 à P6.

## PROCEDIMENTO DE OPERAÇÕES:

- **Liga/Desliga Automático**: o painel liga automaticamente quando o sensor de velocidade marcar o primeiro giro do pedal. O painel interrompe o cronômetro 4 segundos após o pedal parar. Após 4 minutos sem o uso do pedal o painel desligará por completo.

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

## AJUSTE DAS FUNÇÕES DISTÂNCIA E CALORIA (360)

1. Apertando a tecla SELECT duas vezes seguidas você acessa ao contador da Distância.
2. Apertando a tecla SELECT três vezes seguidas você acessa o contador de Caloria.

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

**Se você mantiver a tecla SELECT pressionada por 3 segundos pode-se mudar o indicador de velocidade de km/h para milhas/h ou para RPM.**

## PROGRAMANDO SEU EXERCÍCIO (360)

Sua Bicicleta Magnética 360 possui 6 programas de nível de carga.

Os programas de carga (variações no seu esforço de pedalar) são automaticamente comandados pela sua Bicicleta 360. Em seguida mostram-se os programa disponíveis.

**P1**



**P2**



**P3**



**P4**



**P5**



**P6**



Para escolher o seu programa preferido aperte a tecla Program até o número de seu programa aparecer na tela. Depois escolha o nível de carga usando as teclas (+) e (-). A Bicicleta 360 leva alguns segundos para atingir a nova regulagem de carga. Aos poucos você sentirá o pedal mais pesado.

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

É um dispositivo sensível localizado no pega-mão frontal e sua função é registrar os batimentos cardíacos.

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



## PILHAS

O painel da bicicleta 360 funciona com quatro pilhas alcalinas (longa duração) tamanho D. O painel da bicicleta 359 utiliza 2 pilhas AA. A duração estimada é de 6 meses a partir da data de aquisição da sua bicicleta.

## UTILIZAÇÃO DA BICICLETA

Após certificar-se de que todas os passos descritos nas páginas anteriores tenham sido seguidos, você poderá iniciar o exercício, bastando seguir as instruções de uso descritas abaixo:

### Instruções:

- Coloque seus pés sobre os pedais e regule as tiras de fixação. Certifique-se de que seus pés estão firmes.
- Coloque suas mãos sobre o sensor de batimento cardíaco grip pulse.
- Ajuste o banco na altura adequada, regulando através do manípulo (ver página 6)
- Faça o ajuste do painel. O procedimento básico é:
  - 1- Selecione o programa de sua preferência (para 360)
  - 2- Ajuste a carga inicial - (no painel para 360 ou no câmbio para 359)
  - 3- Ajuste o cronômetro regressivo
  - 4- Comece a pedalar e faça um bom exercício!

## ANTES DE CONTACTAR A ASSISTÊNCIA TÉCNICA

Anomalias	Prováveis Causas	Soluções
O painel não liga ou está fraco	Pilha fraca	Trocar as pilhas. Obs.: Seu painel funciona com 4 pilhas alcalinas (longa duração) tamanho D. O compartimento das pilhas fica debaixo do painel, próximo ao corrimão.
O sensor de batimentos cardíacos não funciona (Grip Pulse)	1. Cabo desconectado do painel ou mau conectado 2. Apenas uma mão sobre os sensores	1. Conecte novamente o cabo do Grip Pulse à placa eletrônica. 2. Ambas as mãos devem estar sobre os sensores.
A velocidade indicada está muito alta	O painel está programado para RPM	Alterar o painel para km/h conforme explicação no item Painel.

## **Termo de Garantia Especial**

O seu produto Embreex é garantido contra qualquer defeito de material ou fabricação pelos seguintes prazos, a contar da data de emissão da Nota Fiscal de venda ao consumidor, sendo:

- **3 anos** para o chassi, estruturas metálicas, motor elétrico, sendo os primeiros **3 meses** a garantia legal.
- **1 ano** para demais peças, pintura e serviços, sendo os primeiros **3 meses** a garantia legal.

### **Esta garantia é válida somente para os produtos Embreex que:**

- Estejam instalados de acordo com as especificações contidas no manual do mesmo;
- Estejam sendo utilizados de acordo com as instruções contidas no manual do mesmo;
- Não tenham sido objeto de acidentes, mau uso ou de manutenções por pessoas não autorizadas;
- Conttenham somente peças de reposição fornecidas pela Embreex;
- Estejam devidamente lubrificadas (quando necessário) com o lubrificante Embreex;

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

- Despesas com a instalação do produto, independente se realizada pelo Serviço Autorizado Embreex ou por pessoas ou entidades não credenciadas pela Embreex Ind. e Com. Ltda;
- Transporte do produto até o local de instalação;
- Despesas com mão-de-obra, materiais, peças e adaptações necessárias à preparação do local para instalação do produto, compreendendo, entre outros, instalação e/ou alteração da rede elétrica, alvenaria, aterramento e suas adaptações;
- Produtos e peças que tenham sido danificados em consequência de transporte, manuseio, riscos, amassamentos ou atos e sinistros decorrentes de catástrofes da natureza;
- Falhas no funcionamento do produto decorrentes de problemas no fornecimento de energia elétrica.

### **A garantia especial não cobre:**

- Deslocamento do assistente técnico para atender solicitações de assistência técnica em produtos instalados fora do município sede do Serviço Autorizado Embreex, podendo este cobrar taxa de locomoção de ida e volta, mediante prévia autorização do solicitante.
- Partes e peças sujeitas à desgaste natural, incluindo, mas não se limitando a: cinta, espumas, pilhas, correias, sensores de batimento cardíaco, adesivos, regulagens de ajuste, prancha, carenagens, selim, assento ou encosto de espuma, rodas de transporte, roletes, roldanas.

:

### **Estarão excluídos da garantia:**

- Produtos de uso exclusivamente **residencial** instalados em academias, clubes, hotéis ou em qualquer outro estabelecimento público e/ou prestador de serviços;
- Produtos da categoria **semi-profissional** instalados em academias;
- Produtos com número de série removidos e peças com identificação Embreex removidas ou alteradas.

### **Observações:**

- A Embreex Ind. e Com. Ltda não autoriza nenhuma pessoa ou entidade a assumir em seu nome qualquer outra responsabilidade relativa à garantia de seus produtos além das contidas neste **termo de garantia**.

- As despesas decorrentes e consequentes de instalação de peças não originais da Embreex ou outros acessórios que não pertençam ao produto são de responsabilidade única e exclusiva do comprador, e estão excluídos de qualquer tipo de garantia fornecida pela Embreex.

- A Embreex Ind. e Com. Ltda reserva-se o direito de alterar as características gerais, técnicas e estéticas de seus produtos sem aviso prévio.

Para contactar a Assistência Técnica, ligue: 0xx47 3350 4099, ou escreva: [assisteex@embreex.com.br](mailto:assisteex@embreex.com.br).



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