

MANUAL DO USUÁRIO

Linha *Classic*

Classic
EL 360



Classic
BV 300



Classic
BH 350



A MARCA DE TODOS OS ESPORTES
www.physicus.com.br
www.lojavirtualphysicus.com.br

ÍNDICE

Especificações.....	02
Limpeza.....	04
Controle de Qualidade.....	04
Termo de Garantia.....	04
Fichas de Garantia.....	05
Dicas.....	06
Benefícios da Atividade Física.....	06
Importância da Atividade Física.....	06

As imagens apresentadas neste manual são de carácter ilustrativo. Reservamo-nos no direito de efetuar alterações técnicas, medidas, angulações e design sem aviso prévio, visando otimizar a qualidade do produto.

ESPECIFICAÇÕES

**PRODUTOS
100% NACIONAIS**



Classic
BV 300

Bicicleta Magnética Vertical Classic

Código: PHE 673

Comprimento.....	1,01 m
Largura.....	0,63 m
Altura.....	1,39 m
Peso.....	27 kg
Capacidade de Utilização.....	120 kg

Bicicleta Magnética Horizontal Classic

Código: PHE 672

Comprimento.....	1,62 m
Largura.....	0,77 m
Altura.....	1,07 m
Peso.....	38 kg
Capacidade de Utilização.....	120 kg

Classic
BH 350



Classic
EL 360



Elíptico Magnético Classic

Código: PHE 674

Comprimento.....	1,36 m
Largura.....	0,68 m
Altura.....	1,64 m
Peso.....	42 kg
Capacidade de Utilização.....	120 kg

É sua oportunidade de entrar em forma, melhorar a autoestima e aumentar a qualidade de vida. Com a aquisição de produtos da linha Ergométrica CLASSIC, serão vários os benefícios que você poderá obter. Essa linha de produtos dispensa o uso de energia elétrica e possui rodinhas para transporte, facilitando sua adaptação em diferentes espaços além de confirmar seu ótimo custo-benefício. Garante biomecânica perfeita no exercício, evitando riscos de lesões e maximizando os resultados.

Seu sistema de carga magnética permite 8 níveis de resistência para treinos de performance leve e elevada.

Com display em LCD de fácil uso e entendimento, o monitoramento do exercício praticado pelo usuário se dá de forma completa, independente do perfil do usuário. Possui ainda *hand grip* de fácil acesso nas pegadas, o que permite monitoramento cardíaco eficaz sem perda de resultados.

PAINEL em LCD



Obs.: O painel funciona com 2 pilhas normais, localizadas na parte interna (traseira) do painel. Para trocá-las, remova a tampa traseira do painel (3 parafusos *phillips*).

Painel digital de alta resistência

A CLASSIC possui estrutura em aço carbono e carenagem em plástico polietileno, que garantem aos equipamentos a resistência necessária aos mais diferentes perfis de treinamento.

Também conta com a exclusiva correia flexível *poly V*, que ajusta-se automaticamente a carga de treino.

Investimos em tecnologia para desenvolver este equipamento e proporcionar a você o melhor em segurança e qualidade. Estes produtos podem ser utilizados por idosos, obesos, atletas, desportistas e quem necessitar de recuperação física. Mas lembre-se: faça exames médicos antes de qualquer prática esportiva e procure sempre auxílio de um profissional da área de Educação Física. Assim, esperamos que você tire o máximo de proveito deste produto e tenha ótimos resultados.

Abaixo alguns benefícios da Linha Ergométrica CLASSIC:

- Promove melhora no sistema cardio-respiratório;
- Tonifica os músculos dos membros inferiores: glúteos, coxas, pernas;
- Melhora a circulação sanguínea das pernas facilitando o retorno venoso;
- Fortalece as articulações;
- Ajuda a manter o peso corporal ideal.

IMPORTANTE

Ao cessar a atividade no equipamento por 1,5 min. o painel desativa-se, sendo reativado quando alguém voltar a utilizar o equipamento. Quando o produto voltar a ser utilizado, os valores continuarão em contagem, sendo que para voltarem a zero será necessário pressionar o botão ZERAR. O botão ZERAR quando pressionado por 6 segundos desliga o painel. Ao voltar a ser utilizado, o painel reinicia a contagem.

LIMPEZA

- Mantenha os aparelhos sempre limpos.
- Para a limpeza dos aparelhos, deve utilizar-se apenas um pano limpo levemente umedecido com água e se necessário, detergente líquido.

CONTROLE DE QUALIDADE

Os produtos PHYSICUS passam por um rigoroso processo de controle de qualidade, tudo para que você tenha o melhor para sua atividade física/prática esportiva.

TERMO DE GARANTIA

A Physicus Industria de Aparelhos Esportivos Ltda, cadastrada pelo CNPJ 67.775.197/0001-01, situada à Rodovia Feliciano Salles Cunha, Km 566, Bairro Limoeiro, na cidade de Auriflana-SP, garante ao comprador original do equipamento abaixo qualificado, que o mesmo está isento de qualquer defeito oriundo da fabricação, montagem ou das matérias-primas a ele empregadas.

Desta forma, oferece garantia pelo prazo de 12 meses (estrutura) e 06 meses (painel, pé de vela, sistema de carga, correia, polia e rolamentos), contados a partir da data de entrega e vistoria do(s) equipamento(s) pelo receptor. A carenagem não possui garantia, assim como painel com defeito de mau uso dos botões (salvo defeitos de fabricação).

Este termo não abrange cobertura por:

- Avarias causadas no transporte indevido ou de forma não autorizada e reconhecida legalmente pela remetente (transporte próprio do comprador);
- Ausência de reclamação do comprador em caso de defeito de fabricação, que deverá ser aferido no prazo máximo de 07 dias contados a partir da data de entrega;
- Danos causados por mau uso, reparos em oficinas ou pessoas não autorizadas, aplicação de componentes que não sejam da fabricante;
- Furto ou roubo, pane em instalações elétricas, incêndio, raio, explosão, vendaval, inundações, ou qualquer outro fato inerente da natureza, caso fortuito ou força maior.
- Uso inadequado ou indevido.

Havendo a necessidade de que o comprador acione o direito de garantia, não será esta hipótese considerada motivo para rescisão da compra, ou fundamento para indenização.

Todo equipamento segue com uma plaqueta (em um dos pés) contendo número de série, data de fabricação e logotipo da fabricante, e jamais poderá ser removida, visto que esta será de suma importância para o cumprimento das especificações deste termo.

A ocorrência de qualquer defeito de fabricação, devidamente comprovado durante o período supracitado (termo de garantia), assegura ao comprador original, a troca ou o reparo do aparelho defeituoso a critério da fabricante, desde que se enquadre nas condições já especificadas deste termo.

Não estarão sujeitas às coberturas acima dispostas, peças que porventura vierem a ser trocadas dentro de qualquer prazo por danos causados por mau uso ou conservação.

Entre em contato com o departamento de vendas da fabricante para informações quanto a garantia adicional.

Rod. Feliciano Salles Cunha, KM 566 -- SP 310

CEP: 15350-000 Auriflana -- SP

Fone: (17) 3482 9500

E-Mail: assistenciatecnica@physicus.com.br

www.physicus.com.br

DICAS

- 1 - Faça aquecimento e alongamento antes de qualquer exercício, pois tal procedimento previne a incidência de lesões do sistema locomotor, e melhora a irrigação sanguínea localizada, tornando o sistema muscular mais apto ao exercício.
- 2 - Não exagere no exercício, pois o excesso, além de não trazer vantagens poderá ser prejudicial.
- 3 - Use roupas adequadas à atividade física, levando em consideração a temperatura ambiente. Caso esteja frio, use agasalhos adequados à atividade física, e em dias de calor procure usar roupas leves que permitam ao seu organismo uma melhor transpiração.
- 4 - Faça paralelamente ao trabalho aeróbico exercícios de musculação pelo menos 3 vezes por semana, pois isso lhe proporcionará ótimos resultados no sistema muscular, ósseo, ligamentar e articular (mecanismos de locomoção e sustentação do corpo).
- 5 - Prefira a ingestão de alimentos naturais (frutas, verduras, legumes, carnes brancas), isso lhe ajudará nos resultados almejados.
- 6 - Dê intervalos de pelo menos duas horas após as refeições para iniciar os exercícios.
- 7 - Tome bastante água, pois ajudará na hidratação e melhora da temperatura interna do seu organismo.
- 8 - Em caso de viagem superior a 30 dias, coloque o equipamento em lugar seco, longe de calor excessivo e cubra-o com uma capa protetora.

BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA

- 1 - Uma sequência de exercícios aeróbicos de 20 a 30 minutos por dia -- 2 a 3 vezes por semana, melhora o condicionamento cardiorrespiratório, fazendo o coração ficar mais forte e eficiente.
- 2 - Aumento do metabolismo basal, isto é, mesmo quando a pessoa estiver em repouso o seu metabolismo será mais forte, ajudando a manter os níveis de colesterol e triglicérides normalizados.
- 3 - Aumento da absorção de sais minerais (cálcio, sódio, potássio, etc), que promove maior resistência óssea e previne a diminuição da densidade óssea precoce (osteoporose).
- 4 - Maior consumo geral de energia, prevenindo o aumento de gordura corporal.
- 5 - Melhoria dos reflexos musculares, ocasionando respostas mais ágeis às tarefas diárias por parte do organismo.

IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA

- 1 - Capacidade Mental: Pessoas ativas apresentam reflexos mais rápidos, maior nível de concentração e memória mais apurada.
- 2 - Colesterol: Exercícios regulares aumentam os níveis de HDL (lipoproteína de alta densidade), o “bom colesterol” no sangue, fator associado à redução dos riscos de doenças cardíacas.
- 3 - Depressão: Pessoas com depressão branda ou moderada que praticam exercícios físicos pelo menos 3 vezes na semana, obtêm melhoras em seu quadro clínico.
- 4 - Doenças Crônicas: Os sedentários (pessoas que não praticam atividades físicas regularmente), são duas vezes mais propensos a desenvolver doenças cardio-respiratórias. A atividade física diminui sensivelmente essa tendência, e além disso, regula a taxa de açúcar no sangue, reduzindo assim o risco de adquirir diabetes.
- 5 - Envelhecimento: Ao fortalecer os músculos, o coração, e amenizar o declínio das habilidades físicas, os exercícios também ajudam a manter independência física e a habilidade para o trabalho, retardando o processo de envelhecimento.
- 6 - Ossos: Exercícios regulares com pesos (musculação) são fundamentais na construção e manutenção da massa óssea.
- 7 - Sono: Quem se exercita dorme mais facilmente, possui um sono tranquilo e acorda restabelecido.
- 8 - Stress e Ansiedade: A atividade física libera os hormônios acumulados durante os momentos de stress. Também funciona como uma espécie de tranquilizante mental, ou seja, depois do exercício a pessoa experimenta uma sensação de serenidade.

E-MAILS

- » assessoria@physicus.com.br
- » assistenciatecnica@physicus.com.br
- » agendamento@physicus.com.br
- » vendas@physicus.com.br
- » compras@physicus.com.br
- » financeiro@physicus.com.br
- » gerencia@physicus.com.br
- » licitacao@physicus.com.br
- » marketing@physicus.com.br
- » producao@physicus.com.br
- » equipe.eventos@physicus.com.br
- » projetovisual@physicus.com.br
- » departamentopessoal@physicus.com.br
- » eventos@physicus.com.br
- » informatica@physicus.com.br
- » contasapagar@physicus.com.br
- » contabilidade@physicus.com.br



www.lojavirtualphysicus.com.br



www.physicus.com.br

Variedade, Qualidade e Segurança!

A Physicus em busca da constante evolução tecnológica em seus produtos, leva até o cliente praticidade e confiança por meio de nossos sites, oferecendo variedade e maior acesso as informações por meio de plataformas online. Agilidade com total confiança. Acesse e conheça nossos produtos e nossa história!

www.physicus.com.br



(17) 98160-2342

Siga-nos!



Physicus Equipamentos Esportivos

www.lojavirtualphysicus.com.br



physicus_oficial



Heliponto

S 20° 30' 30" (Latitude)
W 050° 33' 39" (Longitude)
Elevação: 410m (Altitude)



A MARCA DE TODOS OS ESPORTES
Fábrica - Show Room - Vendas

Rod. Feliciano Salles Cunha, Km 566/SP 310 - Bairro Limoeiro - Cep. 15350-000
Auriflamma/SP - Fone: +55 (17) 3482 9500

E-mail: vendas@physicus.com.br - Skype: [vendas_physicus](https://www.skype.com/name/physicus) - WhatsApp +55 (17) 98160-2342

www.physicus.com.br
VISITE NOSSA LOJA VIRTUAL
www.lojavirtualphysicus.com.br

International Service

E-Mail: vendas@physicus.com.br

Skype: [vendas_physicus](https://www.skype.com/name/physicus)

Fone: +55 17 34829500



"Consulte-nos sobre outros produtos"

"Diga NÃO às Drogas"