

CONTENIDO

NUESTRA MISIÓN	4
EL SENSOR SUIFF®	4
ESPECIFICACIONES TÉCNICAS DEL SENSOR SUIFF®	5
DETALLE DEL SENSOR SUIFF®	6
USO APROPIADO DEL SENSOR SUIFF®	7
CARGA MÁXIMA PERMITIDA	7
MODOS LED	8
PATRONES DE CLIC	9
CALENTAMIENTO DEL SENSOR SUIFF®	9
CONEXIÓN DEL SENSOR CON LA APP Y CALIBRACIÓN DEL CERO	10
APAGADO AUTOMÁTICO ANTI OLVIDO	
CARGAR LA BATERÍA	13
RECOMENDACIONES EN EL USO DEL BLUETOOTH	
ELECCIÓN DEL EMPLAZAMIENTO DE USO	15
CONSEJOS Y ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD	
EJERCICIOS Y RECOMENDACIONES	18
CÓMO USAR SUIFF®	
KIT DE BANDAS ELÁSTICAS SUIFF®	20
ENTRENAR CON EL SENSOR SUIFF® Y EL KIT DE BANDAS ELÁSTICAS	26
MANTENIMIENTO	33
SOLUCIÓN DE PROBLEMAS	34
RESIDUOS DE EQUIPOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS	
DESGUACE Y ELIMINACIÓN DEL EQUIPO	36
RENUNCIA	37
GARANTÍA	37
ATENCIÓN AL CLIENTE	39

Le agradecemos que se haya decidido por la compra de un producto de la marca SUIFF®.

Esto quiere decir que tiene un reto por delante.

Déjenos que le acompañemos a hacerlo realidad.

Para usar su sensor SUIFF® con un dispositivo móvil, por favor, instale la **App de SUIFF®** en su teléfono o tableta.

Busque y descargue la **App de SUIFF**® desde Google Play o desde la App Store. Compatible con iPhone, iPad y iPod touch.

Para más información visite www.suiff.com



¡ADVERTENCIA! LEA ATENTAMENTE ESTE MANUAL DE USO ANTES DE PONER SU EQUIPO SUIFF® EN MARCHA Y GUÁRDELO PARA POSTERIORES CONSULTAS.

NUESTRA MISIÓN

Apoyar a las personas que realizan actividad física con productos y servicios personalizados que promuevan hábitos de vida sana y saludable.

EL SENSOR SUIFF

El equipo ${\sf SUIFF}^{\it \tiny \it B}$ está formado por el sensor ${\sf SUIFF}^{\it \tiny \it B}$ y sus accesorios de entrenamiento.

El sensor SUIFF® es un innovador y exclusivo sensor inalámbrico capaz de registrar la fuerza a tracción aplicada en una gran variedad de ejercicios dinámicos y estáticos de entrenamiento muscular.

El sensor registra los datos los datos de fuerza y los envía de forma inalámbrica a un dispositivo móvil, Smartphone o tableta. La exclusiva App móvil de SUIFF® recibe y procesa los datos enviados por el sensor SUIFF® y se los presenta al usuario a tiempo real mientras entrena.

El sensor SUIFF® debe usarse con los accesorios de entrenamiento de SUIFF®, por ejemplo con el kit de bandas elásticas SUIFF®.



ESPECIFICACIONES TÉCNICAS DEL SENSOR SUIFF®

Modelo S1

Dimensiones (An.x Pr. x Al.)(mm) 136x78x31

Peso (g) 112

Material pieza tensora | Aleación de aluminio

Material cuerpo | PCB+ABS y termoplástico vulcanizado (TPV)

Carga máxima (kg) 100

Exactitud ±2% de la lectura

Acelerómetro triaxial ±8

Frecuencia de muestreo (Hz) | 100

Tensión alimentación máxima (VAC) 5 V === 3 mA

Batería | Batería recargable de Polímero de 450 mAh

Tiempo carga máxima | Carga completa en 1 h

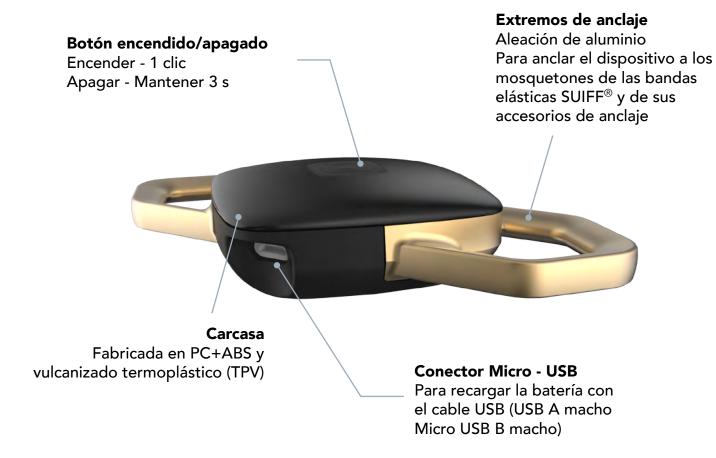
Conectividad | Bluethoot Low Energy 4.0

Alcance del Bluetooth (m) 15

Compatibilidad | Android e iOS

Rango de temperatura recomendada | 5° C a 35°C

DETALLE DEL SENSOR SUIFF®



USO APROPIADO DEL SENSOR SUIFF®



¡ADVERTENCIA! EL SENSOR SUIFF® SE DEBE UTILIZAR TAL Y COMO SE INDICA EN ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES PRESTANDO ESPECIAL ATENCIÓN EN LA SEGURIDAD E IMPORTANCIA DE MANTENER ALEJADOS DEL DISPOSITIVO Y SUS ACCESORIOS A LOS NIÑOS SIN VIGILANCIA.

El sensor SUIFF® y sus accesorios no precisan de maniobras difíciles o complicadas. No obstante es recomendable que se utilice bajo la supervisión de un profesional.

El sensor SUIFF® y sus accesorios están concebidos para ser utilizados en cualquier espacio habilitado para la práctica de actividad física como puede ser una casa o jardín particular, centros de fitness y de actividades deportivas, o espacios públicos que permitan la práctica deportiva, como parques, paseos o pistas polideportivas.

Tanto el sensor SUIFF® como el kit de bandas elásticas SUIFF® son aptos para su uso en zonas exteriores, siempre y cuando se haga en un entorno de temperatura entre +5°C y +35°C y sin riesgos de ser expuesto a la lluvia o a ser sumergido en cualquier tipo de líquido.

El sensor SUIFF® puede ser utilizado por niños de más de 8 años y por personas sin experiencia o conocimientos suficientes, si se les ha enseñado a manejar el dispositivo y sus accesorios de manera segura y comprendiendo los riesgos que implica.

CARGAR MÁXIMA PERMITIDA

La carga máxima de tracción permitida en el sensor SUIFF® es de 100 kg.

Exceder la carga máxima permitida de 100 kg podría alterar de forma permanente el nivel de exactitud en la medida del dispositivo o dañar su zona sensora interna provocando que el dispositivo deje de funcionar correctamente.



¡ADVERTENCIA! COMO MARGEN DE SEGURIDAD ESTRUCTURAL, EL SENSOR SUIFF® PUEDE SOPORTAR FUERZAS DE TRACCIÓN SUPERIORES A LA CARGA MÁXIMA PERMITIDA SIN PONERSE EN PELIGRO LA INTEGRIDAD ESTRUCTURAL DE SUS EXTREMOS DE ANCLAJE NI LA DEL USUARIO.

MODOS LED







Led superior

Verde intermitente

Sensor encendido

Led superior **Azul permanente**Sensor conectado
a dispositivo móvil

Led inferior **Rojo intermitente** Batería baja, cargar batería

PATRONES DE CLIC

Para encender el sensor SUIFF® pulse el botón del sensor una vez. El LED inteligente superior brillará de forma intermitente en color verde, indicando que el dispositivo está encendido.

Para apagar el sensor SUIFF® mantenga pulsado el botón del sensor durante 3 s, hasta que el LED inteligente superior se apague. Su dispositivo se habrá apagado correctamente si ambos LEDs quedan apagados de forma permanente.





Encendido del sensor

Apagado del sensor

CALENTAMIENTO DEL SENSOR SUIFF®

Para conseguir una mayor exactitud y estabilidad en los registros se recomienda mantener encendido el sensor SUIFF® durante al menos 1 minuto antes de iniciarse un entrenamiento. Es el tiempo requerido para el calentamiento del sensor SUIFF®.

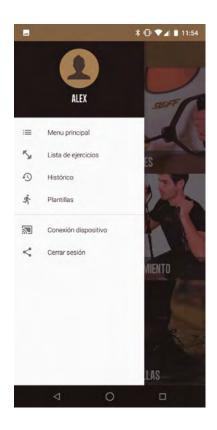


¡ADVERTENCIA! NO RESPECTAR DICHO PERIODO DE CALENTAMIENTO PUEDE AFECTAR LIGERAMENTE A LA EXACTITUD DE LAS MEDIDAS DE EUERZA.

CONEXIÓN DEL SENSOR CON LA APP Y CALIBRACIÓN DEL CERO

Encienda su sensor SUIFF® y abra la App de SUIFF® en su dispositivo móvil. Una vez transcurrido el tiempo requerido de calentamiento del sensor SUIFF® puede conectar su sensor SUIFF® con su dispositivo móvil. Para ello:

A. Vaya a la sección CONEXIÓN DEL DISPOSITIVO (1) para buscar su sensor SUIFF® en la LISTA DE DISPOSITIVOS, selecciónelo y siga los pasos indicados para conectar su dispositivo y calibrar el cero.







B. Opcionalmente también puede conectar su sensor SUIFF® a su dispositivo móvil al clicar GO! En cualquiera de los ejercicios de la LISTA DE DISPOSITIVOS o al clicar el botón EMPEZAR de cualquier entrenamiento de la sección PLANTILLAS.





Calibración del cero

Inmediatamente después de la conexión de su sensor SUIFF® con su dispositivo móvil se realiza automáticamente un rápido y simple proceso de calibración del cero del sensor.

Por favor, para una correcta calibración del dispositivo asegúrese, como le indicará la App móvil de SUIFF®, de no aplicar ninguna fuerza de tracción en los extremos del sensor durante la calibración del cero. En caso contrario, la calibración realizada podría alterar claramente la exactitud de la medida de la fuerza.

Si después de la calibración del cero tiene alguna duda o cree que ha aplicado alguna fuerza indebida o excesiva en el sensor durante la calibración, no se preocupe, desconecte su sensor SUIFF® de su dispositivo móvil y vuelva a conectarlo para repetir el proceso de calibración. ¡Su sensor SUIFF® estará listo para entrenar!

APAGADO AUTOMÁTICO ANTI OLVIDO

Para apagar el sensor SUIFF® debe mantener pulsado el botón del sensor durante 3 s, hasta que el LED inteligente superior se apague. Su sensor SUIFF® se habrá apagado correctamente si ambos LEDs quedan apagados de forma permanente.

No obstante, si en algún momento se olvida de apagar su dispositivo desde el botón de encendido/apagado, el sensor SUIFF® dispone de un sistema inteligente de apagado automático para controlar el consumo de su batería.

El sensor SUIFF® se apagará de forma automática en las siguientes situaciones:

A. Cuando al desvincularse de su dispositivo móvil (el LED inteligente superior brillará de forma intermitente en color verde) transcurran 5 minutos sin volverse a vincular.

B. Cuando transcurran 10 minutos sin que el sensor se mueva, independientemente de si ha quedado o no vinculado a su dispositivo móvil.

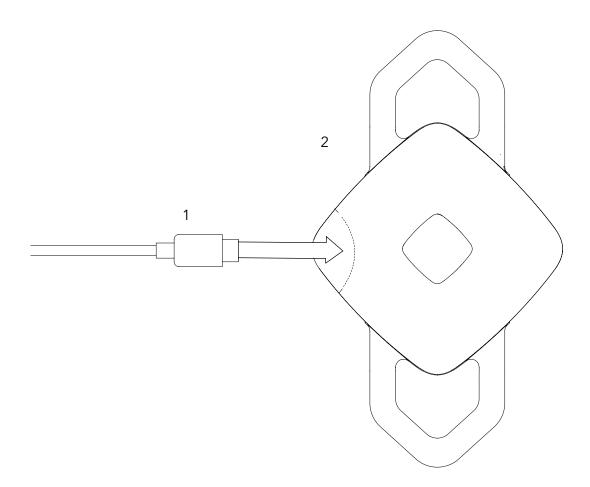
CARGAR LA BATERÍA

El LED inteligente inferior de su dispositivo brillará de forma intermitente en color rojo, indicando que el nivel de la batería es bajo y necesita ser recargada.

La batería de su sensor SUIFF® puede cargarse fácilmente mediante el cable Micro-USB, incluido dentro de su kit SUIFF®.

Para ello, conecte el cable Micro-USB (1) a su sensor SUIFF® (2). Conecte el otro extremo del cable con otro dispositivo USB o una toma de corriente con conexión USB. Asegúrese de que el cargador sea compatible con el hardware de su sensor SUIFF®.

La tensión de alimentación recomendada del sensor SUIFF® es 5 V ===3 mA.



RECOMENDACIONES EN EL USO DEL BLUETOOTH

Para evitar problemas de conectividad entre el sensor SUIFF® y el dispositivo móvil, coloque ambos dispositivos uno cerca del otro.

Asegúrese que ambos dispositivos están dentro del rango máximo del Bluetooth, que es de 15 m.

Asegúrese también que no hay barreras físicas entre el sensor SUIFF® y el dispositivo móvil al cual se quiere vincular (smartphone o tableta), incluyendo personas, paredes, esquinas o vallas.



ELECCIÓN DEL EMPLAZAMIENTO DE USO

Se recomienda que el pavimento o terreno sobre el que se realicen entrenamientos con el sensor SUIFF® y sus accesorios sea lo suficientemente antideslizante para evitar desequilibrios indeseados que puedan derivar en accidentes que puedan dañar al equipo y/o las personas que lo usen.

La zona libre alrededor del lugar donde se utilice el sensor SUIFF® y sus accesorios no debe ser inferior a 1 m.



CONSEJOS Y ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD



¡ADVERTENCIA! EL EQUIPO SUIFF® NO EVITA QUE PUEDA SUFRIR LESIONES FÍSICAS. EL USO INCORRECTO DEL EQUIPO SUIFF® PUEDE CAUSARLE LESIONES FÍSICAS GRAVES. EN CASO DE DUDA SOBRE EL USO CORRECTO DEL EQUIPO SUIFF® CONSULTE CON UN PROFESIONAL EN PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO FÍSICO.

- Utilice únicamente accesorios y suministros recomendados por el fabricante.
- No coloque el sensor SUIFF® en un ambiente húmedo, ni permita que entren líquidos por ninguna de sus partes.
- Evite cualquier contacto del hardware con elementos conductores, como metales y fluidos.
- Mantenga el dispositivo lejos de fuentes de calor y de vibración.
- No exponga el sensor SUIFF® a fuentes de vibración.
- No guarde el sensor SUIFF® en ambientes extremadamente cálidos o fríos.
 El rango de temperatura recomendado está entre 5°C y 35°C (41°F y 95°F).
- No toque el dispositivo y su cable de carga con las manos húmedas durante el proceso de carga de la batería.
- No use el producto SUIFF® al aire libre durante días de lluvia y tormenta.
- Apague el dispositivo en entornos explosivos.
- Antes de realizar cualquier ejercicio, cerciórese de que el dispositivo está anclado correctamente a los accesorios que esté utilizando y que no supone ningún riesgo para la salud.
- Para un correcto y seguro funcionamiento fije siempre el sensor SUIFF® por sus dos extremos de anclaje.
- Cuando fije el sensor SUIFF® por sus extremos de anclaje a cualquiera de las bandas elásticas SUIFF® u a otro de sus accesorios, asegúrese de que los mosquetones quedan perfectamente posicionados y con el gatillo cerrado.
- No aplique fuerzas de torsión en los extremos de anclaje del sensor. Hacerlo podría alterar de forma permanente a la calibración del sensor afectando así a la exactitud de la medida de fuerza.

- No aplique fuerzas de compresión sobre el dispositivo. Hacerlo podría dañar el dispositivo.
- Evite impactos directos del sensor SUIFF® contra el suelo, paredes o elementos rígidos. De lo contrario, el dispositivo podría descalibrarse afectando a su correcto funcionamiento y/o alguno de sus componentes podrían dañarse de forma permanente.
- Si el dispositivo está dañado, roto o se caliente en exceso, deje de usarlo inmediatamente y contacte con nuestro servicio de asistencia técnica.
- Preste atención a todas las normas de seguridad respecto al uso de dispositivos móviles mientras conduce un vehículo.
- Evite que niños y animales inserten el dispositivo en su boca.
- No golpee este dispositivo contra los ojos, orejas u otras partes del cuerpo.
- En caso de irritaciones en la piel o reacciones alérgicas, deje de usar el dispositivo y consulte a su dermatólogo.



¡ADVERTENCIA! SOLO EL FABRICANTE PUEDE ABRIR EL DISPOSITIVO. POR RAZONES DE SEGURIDAD, ÚNICAMENTE EL FABRICANTE PODRÁ DESMONTAR, REPARAR O MODIFICAR ALGÚN COMPONENTE DEL SENSOR SUIFF® O DE SUS ACCESORIOS YA QUE PODRÍAN PRODUCIRSE TANTO DAÑOS PERSONALES COMO EN EL EQUIPO.

EJERCICIOS Y RECOMENDACIONES



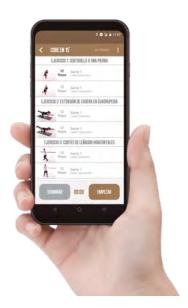
¡AVISO! ANTES DE EMPEZAR CUALQUIER PROGRAMA DE EJERCICIOS, CONSULTE A SU MÉDICO.

- Lea todas las instrucciones antes de usar el sensor SUIFF® y sus accesorios. Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede causar perjuicios para la salud. Utilizar siempre bajo la supervisión de profesionales.
- Si usted siente dolor o vértigo mientras hace los ejercicios, deténgase inmediatamente y empiece a enfriarse. Esto es especialmente importante para personas que han tenido problemas previos de salud.
- El sensor SUIFF® y sus accesorios están diseñados, fundamentalmente, para la realización de ejercicios estáticos y dinámicos focalizados en el trabajo muscular de las extremidades superiores e inferiores del cuerpo.
- La App móvil de SUIFF® incluye una gran variedad de ejercicios de diferentes niveles de dificultad y exigencia. Asegúrese de seleccionar los ejercicios adecuados adaptados a su nivel y estado de forma física.
- SUIFF® no asume responsabilidad por lesiones personales o daños a propiedades sufridos por o a causa del uso de este producto.

CÓMO USAR SUIFF®

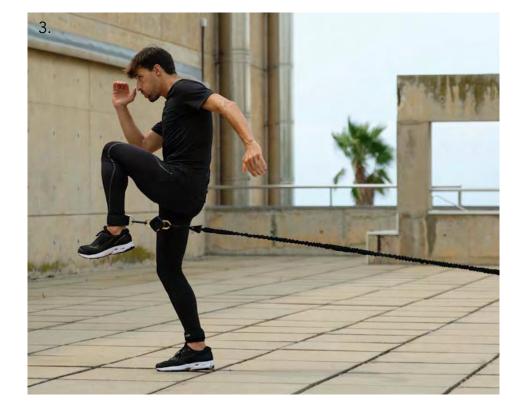
- Elija o cree su sesión de entrenamiento 1.
- 2.
- Conecte su sensor SUIFF® con la App móvil ¡Disfruta del entrenamiento donde, como y cuando quieras! 3.
- Sigue tu evolución en la App 4.

1.



2.





4.



KIT DE BANDAS ELÁSTICAS SUIFF®

El sensor SUIFF® se acompaña, a modo de accesorios, de un kit de bandas elásticas SUIFF® que constituye el complemento perfecto para poder entrenar de forma fácil, rápida y efectiva donde se quiera.

El kit de bandas elásticas SUIFF® está compuesto por un total de 7 bandas elásticas de diferentes niveles de resistencia (R), dos asas, dos tobilleras, el anclaje de puerta, el anclaje universal y un mosquetón SUIFF®.



Bandas elásticas



Tobillera



Anclaje universal



Asa



Anclaje de puerta



Mosquetón

Las bandas elásticas SUIFF®

SUIFF® dispone de un total de 7 BANDAS ELÁSTICAS con diferentes niveles de resistencia (R), de R1 a R7. La BANDA R1 es la que ofrece menor resistencia y la R7 la que ofrece mayor resistencia.

Las BANDAS ELÁSTICAS SUIFF® son de la máxima calidad. Se fabrican mediante el método llamado de inmersión continua (continuous dipping) o multicapa (multi-layering). El resultado final es un tubo de diversas capas altamente resistente, duradero y que genera mayor tensión. Pequeñas rasgaduras en su superficie sólo afectarían a la capa o capas externas pero no al resto de capas, con lo que podrían seguir usándose durante mucho tiempo.

Nivel de resistencia de las bandas elásticas SUIFF®

La relación tensión-deformación de una BANDA ELÁSTICA SUIFF® es simple; a medida que aumenta la longitud de la BANDA debido a su estiramiento, aumenta la tensión generada.

Como cada una de las BANDAS ELÁSTICAS SUIFF® tiene un grosor diferente, para una misma longitud de estiramiento cada una de las BANDAS genera una tensión diferente.

Todas las BANDAS ELÁSTICAS SUIFF® tienen una longitud en reposo de aproximadamente de 150 cm, incluyendo sus mosquetones. Cada BANDA ELÁSTICA se puede estirar con seguridad hasta aproximadamente 2,5 veces su longitud de reposo, antes de que la funda protectora evite su sobreestiramiento.

Para que pueda hacerse una idea más precisa de cuánta resistencia le ofrecerá cada una de las BANDAS ELÁSTICAS SUIFF®, le proporcionamos dos indicadores su nivel de resistencia.

El **indicador total medio** es el nivel de tensión de la BANDA al estirarla alrededor de 2 veces su longitud de reposo.

El **indicador de press de hombros de pie** se ha valorado con una persona de una altura de 177 cm, con un pie adelantado pisando la BANDA y midiendo la tensión en la posición final del press de hombros.

Banda elástica SUIFF®	Indicador total medio	Indicador Press de hombros de pie
R1	5 kg / 11 lb	9 kg / 20 lb
R2	7 kg / 15 lb	14 kg / 31 lb
R3	9 kg / 20 lb	19 kg / 41 lb
R4	11 kg / 24 lb	22 kg / 48 lb
R5	13 kg / 29 lb	25 kg / 55 lb
R6	15 kg / 33 lb	29 kg / 65 lb
R7	17 kg / 37 lb	33 kg / 73 lb

Funda protectora de seguridad de las bandas elásticas SUIFF®

La FUNDA DE SEGURIDAD de las bandas elásticas SUIFF® protege la banda elástica y evita que se pueda sobreestirar accidentalmente, que es la principal causa de rotura de las bandas elásticas convencionales y de accidentes.

En caso de que alguna de las bandas de látex se rompiera, esta simplemente retornaría a su longitud de reposo dentro de la funda de seguridad, evitando que la banda pueda golpearte y causarte algún daño por impacto.

La FUNDA DE SEGURIDAD está fabricada en Polipropileno y ofrece una excelente resistencia a los ácidos, productos químicos y otras soluciones de limpieza. Además tiene buena resistencia a los rayos ultravioleta (UV) y protegerá el núcleo de la banda elástica del sudor que pueda caerle durante su uso normal.





¡IMPORTANTE! EN EL CASO DE ALCANZAR EL ESTIRAMIENTO MÁXIMO DE LA FUNDA PROTECTORA, NO INTENTE ESTIRAR LA BANDA ELÁSTICA MÁS ALLÁ DEL LÍMITE DE LA FUNDA PROTECTORA. DE LO CONTRARIO, PODRÍA PONER EN RIESGO TANTO LA INTEGRIDAD DE LA BANDA COMO SU PROPIA INTEGRIDAD Y LA DE LAS PERSONAS QUE PUEDA TENER ALREDEDOR.

El mosquetón SUIFF®

Para un anclaje rápido y seguro al sensor SUIFF® o a cualquier otro accesorio del kit de bandas elásticas SUIFF®, las bandas incorporan MOSQUETONES de diseño propio fabricados en aleación de aluminio, lo que reduce considerablemente el peso total de la goma facilitando su manipulación y transporte.

Cada MOSQUETÓN SUIFF® pesa tan solo 24 g y puede soportar hasta 90 kg de fuerza a tracción con total seguridad.



¡ADVERTENCIA! EL MOSQUETÓN SUIFF® SOLO PUEDE USARSE DE FORMA SEGURA EN EL KIT DE BANDAS ELÁSTICAS SUIFF®, TAL Y COMO SE DETALLA EN ESTE MANUAL. NO USE EL MOSQUETÓN PARA OTRAS APLICACIONES DIFERENTES.

El asa

Las ASAS SUIFF® se fijan a los extremos del sensor SUIFF® o a cualquier otro componente del kit de bandas elásticas SUIFF® mediante su mosquetón. Son fundamentales para la realización de una gran variedad de ejercicios, facilitando un anclaje rápido y seguro del sensor SUIFF®.

Las ASAS están diseñadas fabricadas para soportar los altos niveles de resistencia que se pueden alcanzar con las bandas elásticas SUIFF®. Su capacidad máxima de carga es de 80 Kg.

El ASA SUIFF® está fabricada de un núcleo rígido de polipropileno altamente resistente recubierto de un cómodo manguito de agarre de espuma EVA, de cincha de nylon reforzada y un mosquetón SUIFF® de aluminio. Con un ancho de agarre de 12,5 cm permiten un agarre cómodo y seguro para todos los tamaños de manos.



El anclaje de la puerta

El ANCLAJE DE PUERTA SUIFF® permite que las bandas elásticas puedan anclarse de forma rápida y segura a casi todos los tipos de puerta. Está diseñado para para no dañar las puertas ni las bandas durante su instalación y uso.

El ANCLAJE DE PUERTA SUIFF® está diseñado para soportar altos niveles de resistencia. Cada ANCLAJE contiene un cilindro sólido de nylon altamente resistente recubierto de cilindro de espuma de alta densidad y una cincha de nylon forrada en su interior por una capa de neopreno suave.

La tobillera

La TOBILLERA SUIFF® se ancla por su anilla de acero inoxidable a los mosquetones de las bandas elásticas. Son necesarios para muchos ejercicios, especialmente de las extremidades inferiores.

Gracias a su diseño, la TOBILLERA SUIFF® es muy segura y cómoda. Está fabricada con cincha de nylon de alta resistencia, una anilla en forma de D de acero inoxidable, un forro interior de neopreno suave y un sistema de cierre por velcro extra fuerte y ancho.

El anclaje universal

Un anclaje resistente, ligero y funcional.

El ANCLAJE UNIVERSAL SUIFF® de alta resistencia permite que las bandas elásticas puedan anclarse de forma rápida y segura a una gran variedad de puntos fijos como árboles, farolas, barandillas y bancos fijos, entre otros. Le permitirá entrenar dónde quiera, un parque, en la playa o en la terraza de su casa.

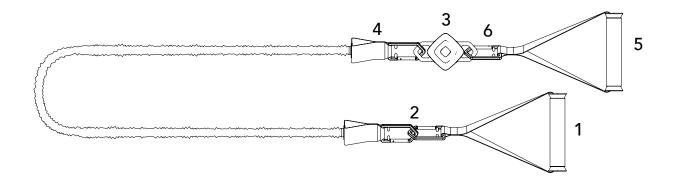
Está fabricado con cincha de nylon altamente resistente con dos anillos cerrados y forrados en su interior por una capa de neopreno suave. Además incluye dos anillas en forma de D de acero inoxidable que facilitan el anclaje directo del mosquetón de la banda a la anilla del ANCLAJE UNIVERSAL.

ENTRENAR CON EL SENSOR SUIFF® Y EL KIT DE BANDAS ELÁSTICAS

Entrenar con las bandas elásticas fijadas al cuerpo

Para anclar el sensor SUIFF®,

- A. Enganche un asa (1) al extremo de la banda elástica (2).
- B. Al otro extremo (4) enganche el sensor SUIFF® (3).
- C. Enganche la otra asa (5) al extremo de anclaje libre de su sensor (3).



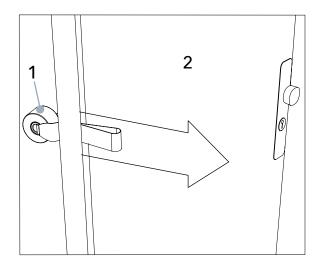
Entrenar con las bandas elásticas fijadas al anclaje de puerta

En primer lugar instale correctamente su ANCLAJE DE PUERTA (1) en una puerta (2) segura.

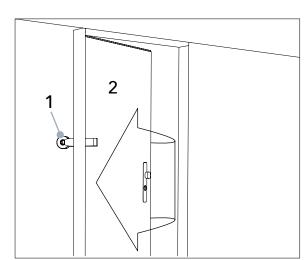
A. Vaya detrás de la puerta y pase el lazo del anclaje entre la puerta y su marco (si no está utilizando el lado de la bisagra de la puerta, asegúrese de bloquear la puerta después de instalar el ANCLAJE).

- B. Estire del lazo hasta que el cilindro de espuma contacte con la puerta por detrás.
- C. Cierre la puerta y asegúrese de bloquearla si es posible.

A. B.



C.

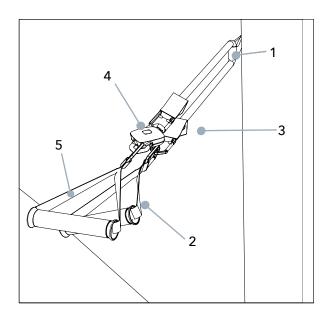


Puede fijar la banda elástica al ANCLAJE DE PUERTA de dos formas diferentes en función del tipo de ejercicio.

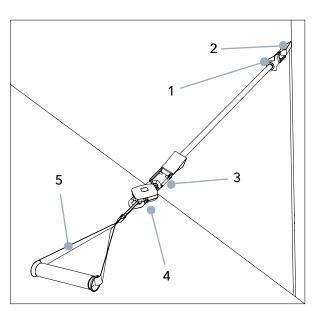
A. Pase un extremo de la banda elástica por el ANCLAJE DE PUERTA (1), enganche un asa (2) al extremo de la banda (3) y al otro extremo enganche el sensor SUIFF® (4). A continua ción enganche la otra asa (5) al extremo libre del sensor SUIFF® y finalmente cuelgue el centro de la banda elástica del ANCLAJE DE PUERTA.

B. Enganche directamente el mosquetón (1) de uno de los extremos de la banda a la cinta del ANCLAJE DE PUERTA (2). A continuación enganche el otro extremo de la banda (3) al sensor SUIFF® (4) y finalmente ancle un asa (5) al extremo libre del sensor.

A.



В.

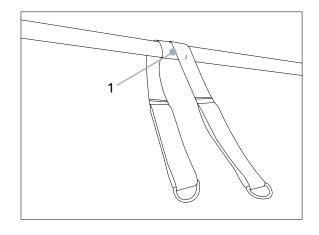


Entrenar con las bandas elásticas fijadas al anclaje universal

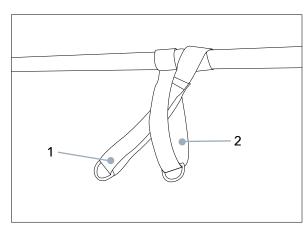
Instale su ANCLAJE UNIVERSAL (1) un punto fijo de anclaje que sea rígido y muy resistente como un árbol, una farola, una barandilla o un banco fijo. Para ello,

- A. Enrolle con una o varias vueltas la zona central del ANCLAJE UNIVERSAL (1) al punto fijo elegido.
- B. Seguidamente, pase uno de los extremos del ANCLAJE UNIVERSAL (1) por dentro del anillo cerrado (2) del otro extremo.
- C. Finalmente, estire del extremo pasado (1) para que quede firmemente anclado y colgando, de forma que le permita pasar la banda elástica por su interior y/o enganchar su mosquetón a la anilla de acero inoxidable del ANCLAJE UNIVERSAL.

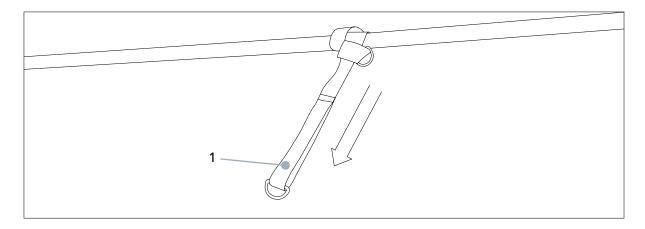
Α.



В.



C.

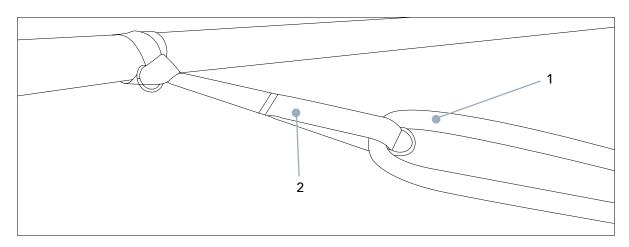


En función del ejercicio seleccionado puede fijar sus bandas elásticas al ANCLAJE UNIVERSAL de dos formas diferentes:

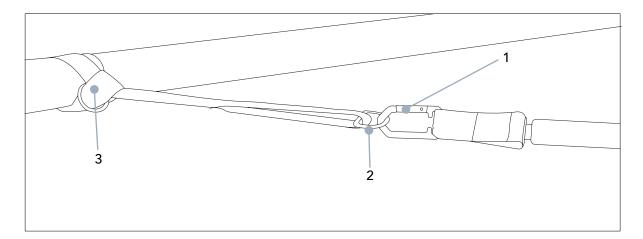
A. Pasando la banda elástica (1) por la cinta de nylon del ANCLAJE UNIVERSAL (2) para colgar el centro de la banda del ANCLAJE (similar al uso del ANCLAJE DE PUERTA).

B. Enganchando el mosquetón (1) de uno de los extremos de la banda elástica a la anilla de acero inoxidable (2) del ANCLAJE UNIVERSAL (3).

A.

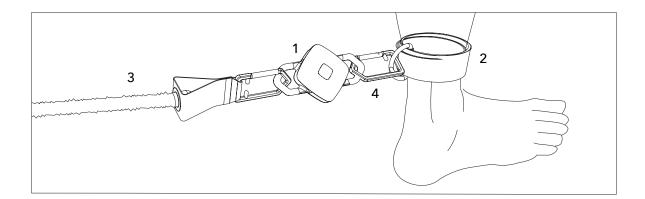


В.



Entrenar con la tobillera

Si el ejercicio requiere fijar el sensor SUIFF® (1) entre la TOBILLERA (2) y la banda elástica (3), enganche el mosquetón adicional SUIFF® (4) al extremo libre del sensor y finalmente ancle el mosquetón a la anilla de acero inoxidable de la TOBILLERA.



Condiciones para el registro adecuado de la fuerza con las bandas elásticas SUIFF®

En los entrenamientos realizados con bandas elásticas la App de SUIFF® cuenta el número de repeticiones realizadas e informa a tiempo real del nivel de fuerza (kg o lb) aplicada en cada repetición.

SUIFF® es un sensor muy preciso a la hora de medir el nivel de fuerza aplicada en sus entrenamientos. No obstante, tenga en cuenta que para que SUIFF® detecte correctamente cada una de las repeticiones que realiza en sus entrenamientos, se deben cumplir unas mínimas condiciones al realizar el ejercicio.

A modo orientativo sepa que se podrían provocar errores puntuales en la detección de repeticiones en las siguientes situaciones:

- Al realizar movimientos extremadamente lentos o extremadamente rápidos.
- Al realizar movimientos excesivamente cortos en los que la banda elástica apenas se estire entre la posición inicial y la posición final del ejercicio.
- Al realizar movimientos en los que este se inicie sin ninguna pretensión de la banda elástica.
- Al realizar movimientos en los que el sensor SUIFF[®] impacte o contacte de forma mantenida con alguna parte del cuerpo.

MANTENIMIENTO

Para mantener en buen estado su sensor $SUIFF^{\circledR}$ y sus accesorios le recomendamos que siga las siguientes indicaciones de mantenimiento.

Apague su sensor SUIFF® antes de proceder a su limpieza.

TIPO DE MANTENIMIENTO	PERIOCIDAD	RESPONSABLE	PROCEDIMIENTO
Limpieza del sensor SUIFF [®]	Cada uso	Usuario	Utilizar un trapo seco o ligeramente humedecido
Revisión visual de los elementos estructurales	Antes de cada uso	Usuario	Inspección visual Recambiar si se precisa
Calibración del sensor SUIFF®	Cada 2 años	Servicio técnico / usuario	Ponerse en contacto con el servicio técnico oficial
Puesta a punto de su equipo	Cada 2 años	Servicio técnico	Ponerse en contacto con el servicio técnico oficial

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Encendido de su dispositivo:

- Si su sensor SUIFF® no se enciende al pulsar el botón de encendido/apa gado, asegúrese de que la batería está cargada.
- Si después de cargar la batería al menos durante 15 minutos su sensor to davía no se enciende, asegúrese que el cable USB usado para la recarga de batería está en buen estado y funciona correctamente.
- Si después de cargar la batería su sensor todavía no se enciende, póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica.

Conexión de su sensor con su dispositivo móvil:

- Si su sensor SUIFF® no se conecta a su dispositivo móvil, smartphone o tableta, asegúrese de que su sensor está encendido, tiene activado el Bluetooth y la ubicación de su dispositivo móvil y de que se encuentran uno cerca del otro.
- Si la App móvil de SUIFF® le informa de que sí hay un sensor conectado (ver CONEXIÓN DISPOSITIVO del menú de su App) pero su sensor sigue sin estar conectado, asegúrese de que no se ha conectado a otro sensor SUIFF® que pudiera estar encendido a su alrededor.
- Si su sensor SUIFF® todavía no se conecta a su dispositivo móvil reinicie su App móvil, apague y encienda de nuevo su dispositivo y vuelva a intentar conectarlo.

Medición de la fuerza aplicada durante sus entrenamientos:

- Si durante el registro de su entrenamiento no se detecta ninguna repetición ni se muestran sus niveles de fuerza en la pantalla de registro de la App, asegúrese de que su sensor está colocado correctamente, está realizando correctamente el movimiento indicado en el tutorial del ejercicio seleccionado y que lo hace cum pliendo con las CONDICIONES PARA EL REGISTRO ADECUADO DE LA FUERZA CON LAS BANDAS ELÁSTICAS, detalladas en este Manual de uso.
- Si todavía sigue sin poder registrar la fuerza de cada repetición o si cree que su sensor SUIFF® está midiendo niveles de fuerza muy diferentes a lo habitual, es posible que haya realizado de forma incorrecta la CALIBRACIÓN DEL CERO que se lleva a cabo inmediatamente después de la conexión de su sensor a su dispositivo móvil. Desconecte su sensor de su dispositivo móvil y vuelva a conectar lo para repetir de nuevo el proceso de CALIBRACIÓN DEL CERO siguiendo las indicaciones de la App.
- Si su sensor ha recibido algún impacto accidental fuerte y en entrenamientos posteriores nota que está midiendo niveles de fuerza muy diferentes a lo habitual, es posible que su sensor se haya descalibrado de forma permanente debido al impacto. En ese caso, póngase en contacto con nuestro servicio de asistencia técnica.



¡PELIGRO! EL USUARIO NO DEBE INTENTAR RESOLVER NINGÚN PROBLEMA ELÉCTRICO, ELECTRÓNICO O ESTRUCTURAL RELACIONADO CON EL FUNCIONAMIENTO DEL DISPOSITIVO NI DE SUS ACCESORIOS. EN SU LUGAR, PÓNGASE EN CONTACTO CON ESTEL SL PARA QUE EXAMINE SU EQUIPO Y LLEVE A CABO LAS REPARACIONES NECESARIAS. DE LO CONTRARIO, PODRÍAN PRODUCIRSE LESIONES GRAVES Y DAÑOS EN LA PROPIEDAD. NO SE PERMITE NINGUNA MODIFICACIÓN EN ESTE DISPOSITIVO NI EN SUS ACCESORIOS.

RESIDUOS DE EQUIPOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS



Esta marca en el producto, accesorios o en los documentos indica que el producto y sus componentes electrónicos (por ejemplo el cable Micro-USB) no deben desecharse con los residuos domésticos. Este EEE cumple con la normativa RoHS.

Utilice los puntos de recogida pertinentes para la entrega y el reciclaje de aparatos eléctricos y electrónicos inservibles. Consulte a su ayuntamiento o al vendedor para conocer los puntos de recogida de los aparatos viejos.

DESGUACE Y ELIMINACIÓN DEL EQUIPO

El sensor SUIFF® y sus accesorios están compuestos de materiales reciclables. Si desea deshacerse del sensor SUIFF® y/o de sus accesorios debe utilizar los contenedores apropiados para cada tipo de material.

Eliminación del embalaje de transporte

El embalaje protege al equipo de daños durante el transporte. Los materiales de embalaje se han seleccionado conforme a criterios ecológicos y teniendo en cuenta las técnicas para la desestimación de deshechos y, por consiguiente, son reciclables.

Reciclaje de los componentes eléctricos y eléctronicos inservibles

Los aparatos eléctricos y electrónicos inservibles llevan componentes aprovechables que no tienen desperdicio y de ningún modo deberán terminar en el vertedero a través de la basura común ya que puede haber derrame de sustancias peligrosas en aguas subterráneas y acabar en la cadena alimentaria dañando la salud y el bienestar de los seres vivos.

Utilice los puntos de recogida pertinentes para la entrega y el reciclaje de aparatos eléctricos y electrónicos inservibles. Consulte a su ayuntamiento o al vendedor para conocer los puntos de recogida de los aparatos viejos.

Hasta el punto permitido por la ley local, en ningún caso SUIFF® o sus proveedores serán responsables de daños directos, indirectos, especiales, fortuitos o emergentes. Ni el fabricante ni el distribuidor pueden considerarse responsables de lesiones personales derivadas del sensor SUIFF® y de sus accesorios o del daño a los mismos si:

El dispositivo o sus accesorios se utilizan incorrectamente.

Se hace caso omiso de las recomendaciones de las instrucciones de uso o se interpretan de forma incorrecta.

El mantenimiento o reparaciones se realizan por personas sin autorización de SUIFF®.

RENUNCIA

No utilice el sensor SUIFF® y sus accesorios en cualquiera de las siguientes situaciones sin consultar con su médico:

Embarazo, problemas circulatorios graves como trombosis, dolencias cardiovasculares, diabetes con complicaciones como neuropatía o daños en la retina, rehabilitación después de cirugía ocular, uso de marcapasos, fracturas no cicatrizadas, cirugías recientes, epilepsia, migrañas, hernia discal, espondilolistesis, espondilolisis o espondilosis, reemplazos articulares recientes o de DIU, agujas, grapas o placas quirúrgicas, o cualquier otra preocupación que tenga acerca de su salud física.

GARANTÍA



¡ADVERTENCIA! POR RAZONES DE SEGURIDAD, ÚNICAMENTE PERSONAL AUTORIZADO POR EL FABRICANTE PODRÁ DESMONTAR, REPARAR O MODIFICAR ALGÚN COMPONENTE DEL SENSOR SUIFF® Y DE SUS ACCESORIOS YA QUE PODRÍAN PRODUCIRSE TANTO DAÑOS PERSONALES COMO EN EL EQUIPO. SE PIERDEN LOS DERECHOS DE LA GARANTÍA SI EL EQUIPO NO ES REPARADO POR UN SERVICIO AUTORIZADO POR SUIFF®.

SUIFF® garantiza que se cumplan los requisitos de seguridad solo con las piezas de sustitución originales. Los componentes defectuosos solo podrán ser substituidos por dichas piezas originales.

El plazo de garantía será de dos años desde la venta al cliente final para Bienes nuevos, y de 6 meses para las reparaciones.

Para más información sobre la Política de Garantías y responsabilidad visite www.suiff.com



Estel, SL Can Noguera, 19, Nave 1-2 08630 – Abrera (Barcelona)

DECLARACIÓN UE DE CONFORMIDAD

La presente declaración se expide bajo la exclusiva responsabilidad del fabricante.

Declaramos bajo nuestra única responsabilidad que el aparato:

SENSOR DE FUERZA A TRACCIÓN

Marca SUIFF®
Modelo S1

Es conforme a los requisitos esenciales de la(s) Directiva(s):

Directiva de Compatibilidad Electromagnética 2014/30/UE
Directiva de Residuos de Aparatos Eléctricos y Electrónicos 2012/19/UE
Directiva RoHS II 2011/65/UE

Y cumple con los requisitos detallados en la(s) norma(s) armonizada(s):

ETSI EN 301 489-17 V3.1.1; EN 55032:2015; EN 61000-4-3:2006 + A1:2008 + A2:2010; EN 61000-4-2

Sra. Montserrat Subirana Clèric

Gerente

Barcelona, enero de 2019

ATENCIÓN AL CLIENTE

SUIFF®

ESTEL SL

Can Noguera 19 Nau 1 / 2 08630 Abrera, Barcelona (España)

support@suiff.com

Síguenos en:

© 2018 SUIFF. Todos los derechos reservados.