



# CROSS OVER PROFISSIONAL

Manual de Montagem  
e Utilização

## CR4000 PRO

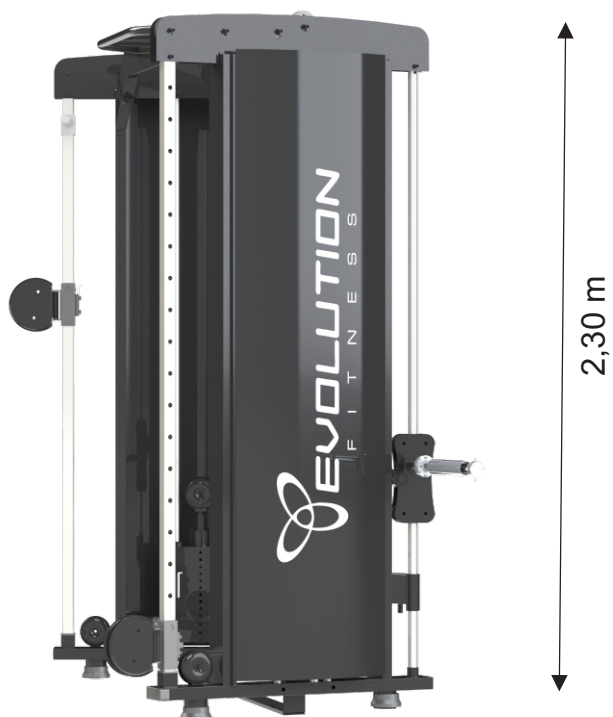
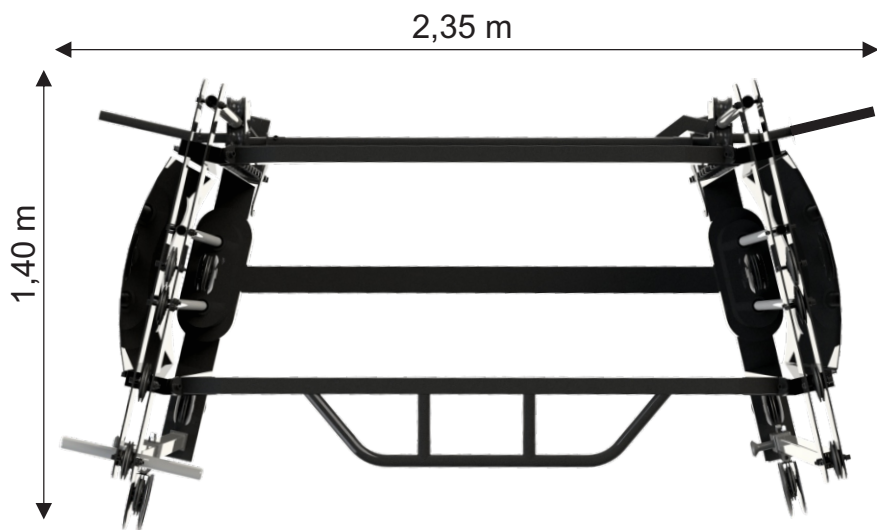


**MANUAL DO  
USUÁRIO**

### **IMPORTANTE**

Leia o manual com  
atenção antes de iniciar  
a montagem e/ou o uso  
do equipamento.

**GUARDE ESTE  
MANUAL APÓS  
A MONTAGEM**

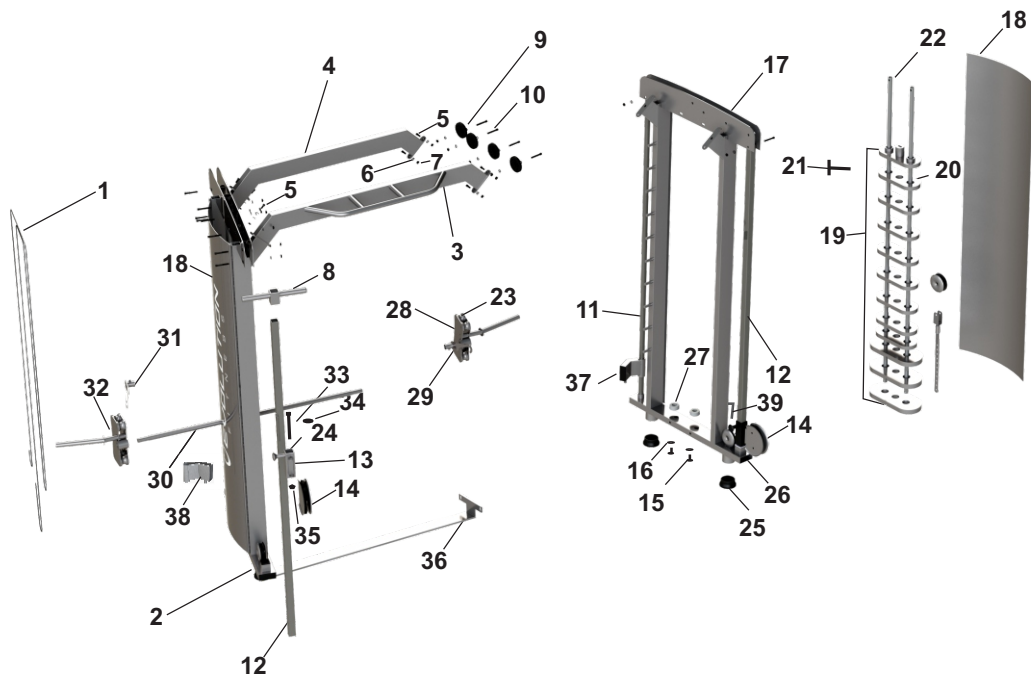


# PRECAUÇÕES

Este equipamento de musculação foi construído com atenção a segurança do usuário. Entretanto, certas precauções devem ser tomadas para sua montagem e utilização. Leia o manual antes de iniciar a montagem e o uso do equipamento. Observe primeiramente alguns conselhos de segurança importantes:

1. Mantenha crianças e animais domésticos longe do equipamento, em sua montagem e quando esteja sendo utilizado. Não deixe crianças utilizar o equipamento sem a supervisão de um adulto.
2. Este equipamento é de uso coletivo.
3. Se, durante o exercício, o usuário sentir náuseas, tonturas ou qualquer outra dor, PARE IMEDIATAMENTE o seu uso e consulte um MÉDICO.
4. Após a montagem o equipamento deve estar conforme foto da capa. NUNCA utilize o equipamento se estiver em local desnivelado, próximo de água ou local descoberto.
5. Mantenha as mãos longe dos locais e peças móveis.
6. Sempre vista roupas apropriadas enquanto estiver utilizando o equipamento. Utilize roupas adequadas para atividade física.
7. Utilize o equipamento unicamente para fins de exercícios físicos e seguindo as instruções deste manual.
8. Não coloque nenhum material cortante próximo do equipamento.
9. Portador de necessidades especiais (PNE) ou com dificuldades motoras devem utilizar o equipamento acompanhadas de um profissional qualificado.
10. Antes de iniciar seu exercício, alongue-se e faça um aquecimento aeróbico de pelo menos 5 minutos.
11. Pare imediatamente o uso do equipamento se você notar algum problema de fixação ou de alguma peça do equipamento.
12. Antes de iniciar o exercício, verifique se o equipamento esteja em condições de uso. Se observar alguma avaria, contate imediatamente um serviço técnico especializado e licenciado pela EVOLUTION FITNESS.
13. MUITO CUIDADO com crianças e animais domésticos próximas ao equipamento enquanto ele estiver em uso. A curiosidade da criança pode fazê-la tocar ou colocar as mãos no equipamento e isto pode feri-la gravemente. MUITA ATENÇÃO.
14. Recomendamos o uso de luvas próprias para a prática de atividades físicas.
15. Este equipamento suporta usuários com até 150 kg de peso.
16. Este equipamento deve ser limpo e higienizado periodicamente. Aconselhamos o uso de pano umedecido e sabão neutro para limpeza de locais onde haja contato manual ou do corpo (pegadores, barras etc). Também pode ser utilizado álcool para higienização.

# LISTA DE PEÇAS



## ACESSÓRIOS



Puxador Estribo  
8532 - 2und.



Apoio pés  
Remador  
8537 - 1und.



Puxador barra reta  
com giro  
8531 - 1und.



Puxador corda  
8529 - 1und.

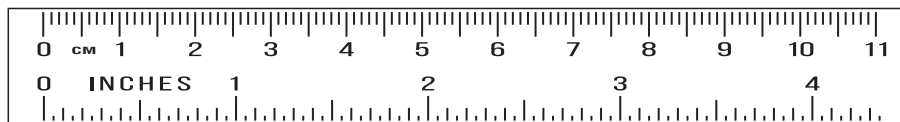


Cinta/Tornozeleira  
8530 - 1und.

Item	Código	Descrição	Quant.
1	8399	Cabo de aço	2
2	9339	Torre direita	1
3	9338	Travessa dianteira	1
4	9337	Travessa traseira	1
5	8546	Parafuso M10x25mm	8
6	7117	Arruela M10	72
7	7564	Porca trava nylon M10	36
8	8503	Pegador de apoio	1
9	7204	Roldana	16
10	8460	Parafuso M10x65mm	24
11	9425	Tube inox guia do supino	2
12	8453	Tube inox quadrado guia polias	2
13	8473	Guia suporte duplo roldana duplo	2
14	8404	Suporte duplo roldana	2
15	641	Parafuso M8x20mm	8
16	4405	Arruela M8	8
17	9341	Torre esquerda	1
18	8520	Carenagem Cross Over serigrafada	2
19	8423	Bateria de peso com flauta	2
20	8560	Bucha guia do pesos	48
21	8561	Pino trava p/ pesos	2
22	8501	Guia dos pesos cross over	4
23	8300	Roldana Smith	8
24	3532	Bucha redutora 50x40mm	7
25	8296	Sapata pé 3"	4
26	8298	Tampão 100x40mm	4
27	8559	Amortecedores peso	4
28	8471	Carrinho esquerdo supino	1
29	8496	Trava esquerda de segurança supino	1
30	8489	Barra supino	1
31	8495	Trava direita de segurança supino	1
32	8470	Carrinho direito supino	1
33	8475	Parafuso M12x130	2
34	7813	Arruela M12	4
35	8545	Porca M12	2
36	8563	Travessa piso	1
37	9373	Trava de segurança dir. do Smith	1
38	9374	Trava de segurança esq. do Smith	1
39	8522	Prensa cabo cross over	2

## MEDIÇÃO DOS PARAFUSOS

UTILIZE A RÉGUA ABAIXO PARA MEDIR OS PARAFUSOS, GARANTINDO ASSIM UMA MONTAGEM SEGURA E PRECISA.



118,15 mm

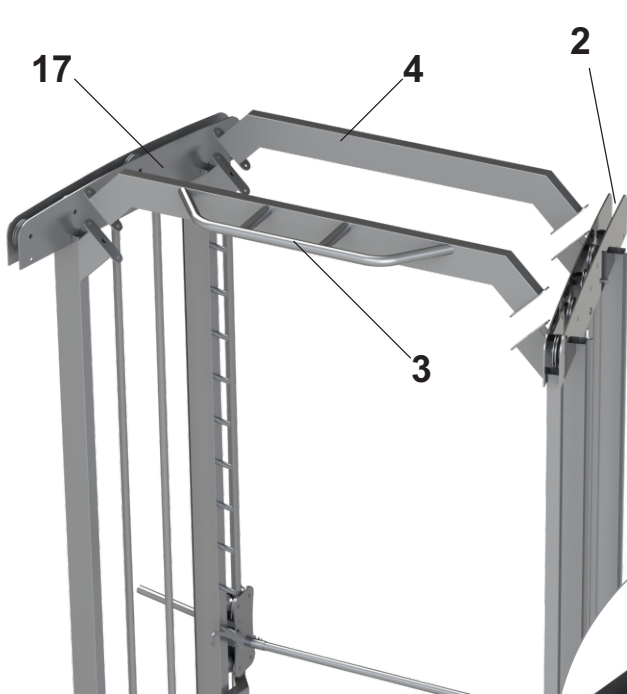
# INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

## ATENÇÃO

- ✓ Recomendamos que o produto seja montado por 2 (duas) pessoas;
- ✓ Leia e observe atentamente todos os passos e instruções antes de montar o equipamento;
- ✓ Retire todas as partes e peças da embalagem, utilizando a lista de peças da página anterior para identificar cada uma das peças e partes, facilitando assim a montagem do produto;
- ✓ Utilizando a régua que encontra-se na página 5, identifique os parafusos que encontram-se nos kits fornecidos.

**Importante:** Não aperte os parafusos antes de montar o equipamento por completo, isso facilitará a sua montagem.

## PASSO 1



Posicione as TORRES ESQUERDA E DIREITA (17 e 2), a TRAVESSA TRASEIRA (4) e a TRAVESSA DIANTEIRA (3), conforme ilustração, fixe utilizando em cada uma das travessas 4 Parafusos M10x25mm (5), 8 Arruelas M10 (6) e 4 Porcas M10 (7).

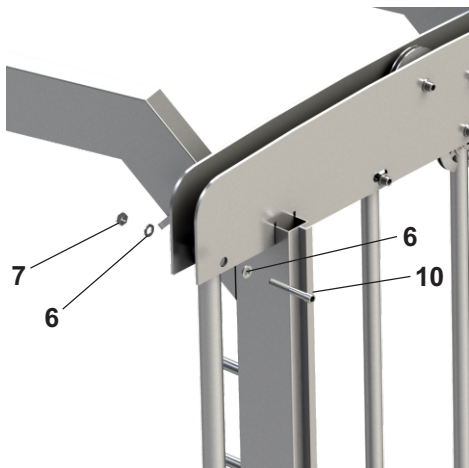
Em seguida fixe as Travessas utilizando em cada uma delas os Parafuso M10X25mm (5), as Arruelas M10 (6) e as Porca M10 (7).

## IMPORTANTE:

**Não aperte ainda os parafusos, deixe para apertá-los após finalizar a montagem do equipamento. Isso facilitará o encaixe das demais etapas de montagem.**



## PASSO 2



Para instalar os CARRINHOS DO SUPINO (28 e 32), primeiramente retire as GUIAS (11) localizados na parte traseira das TORRES.

Para isso retire o Parafuso M10x65mm (10), 2 Arruelas M10 (6) e 1 Porca M10 (7), em seguida retire as guias.

### IMPORTANTE:

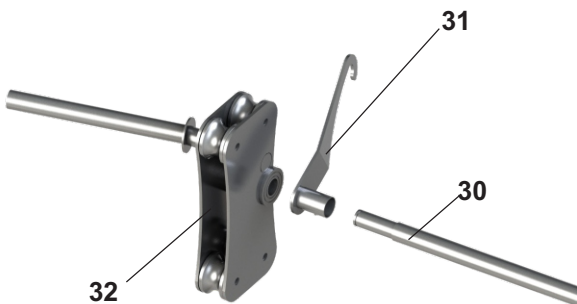
Os carrinhos (Dir. e Esq.) do supino com as roldanas, mais as travas de segurança (Dir. e Esq.) e a barra do supino, formam o CONJUNTO BARRA GUIADA.

Peso total = 20 kg

Monte o CONJUNTO DOS CARRINHOS DO SUPINO (28 e 32), conforme imagem ao lado.

Insira a BARRA DE SUPINO (30) transpassando as TRAVAS DE SEGURANÇA (29 e 31) até o limitador da barra(30). Repita a montagem no outro conjunto.

**Certifique-se que as torres direita e esquerda estão corretamente prumadas e niveladas, para o funcionamento correto do Smith**

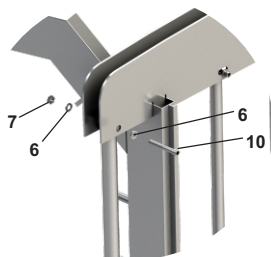
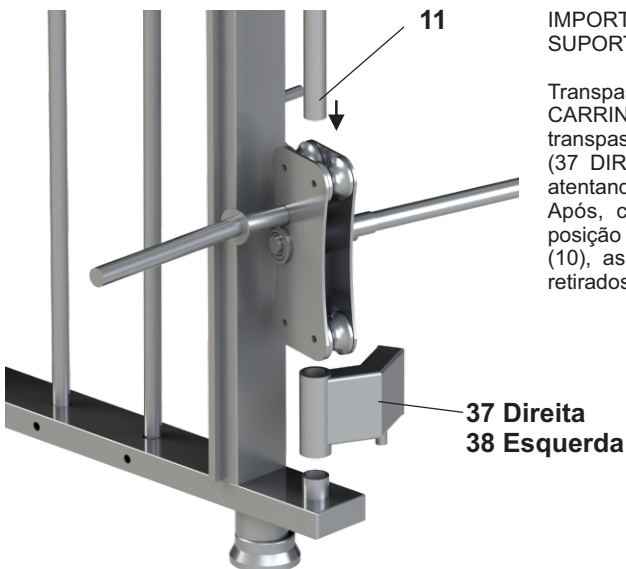


Após a montagem do conjunto SUPINO (28,30 e 32) e a TRAVAS DE SEGURANÇA DO SMITH (29 e 31) posicione conforme imagem ao lado.

**IMPORTANTE:** os carrinhos devem ficar com os SUPORTES DE PESOS virados para atrás

Transpasse os TUBOS INOX GUIAS (11) através do CARRINHOS DO SUPINO (28 ou 32), em seguida transpasse as TRAVAS DE SEGURANÇA DO SMITH (37 DIR E 38 ESQ.) pelo TUBO INOX GUIA(11), atentando-se para os lados direito e esquerdo.

Após, coloque os TUBOS INOX GUIAS (11) na posição original, utilizando os Parafusos M10x65mm (10), as Arruelas M10 (6) e as Porcas M10 (7), retirados anteriormente. Fixe firmemente.

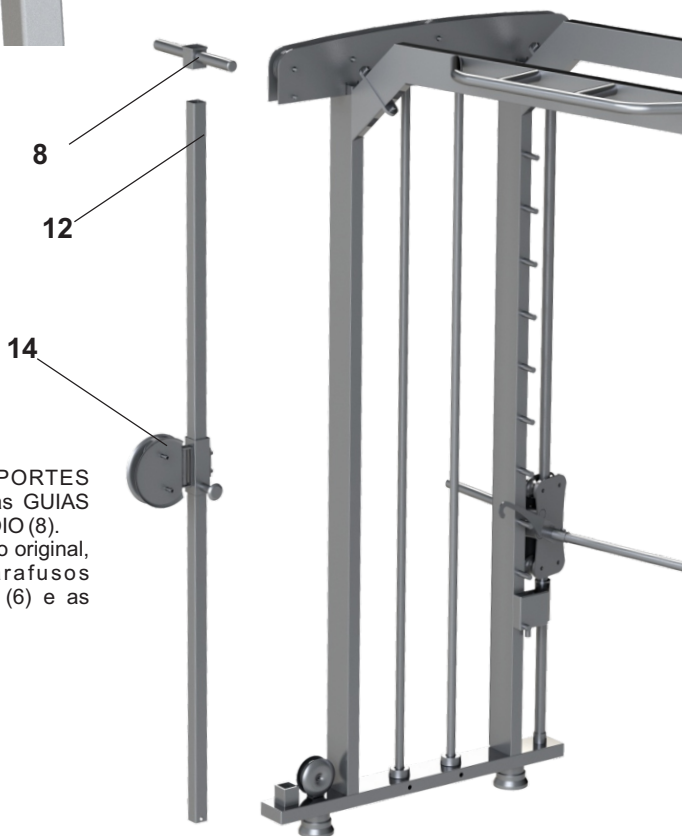
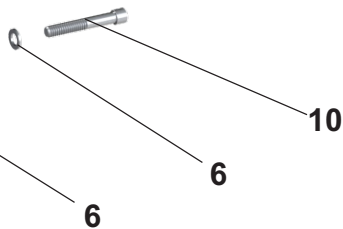


### PASSO 3



Para instalar os CONJUNTOS DE SUPORTES DUPLOS ROLDANAS (13 e 14), primeiramente retire as GUIAS (12) localizados na parte frontal das TORRES.

Para isso retire o Parafuso M10x65mm (10), 2 Arruelas M10 (6) e 1 Porca M10 (7), em seguida retire as guias e encaixe os CONJUNTO SUPORTE DUPLO ROLDANAS (14), conforme imagem ao lado:



Insira os CONJUNTOS DE SUPORTES DUPLOS ROLDANAS (13 e 14) nas GUIAS (15), e também, o PEGADOR DE APOIO (8). Recoloque as GUIAS (12) na posição original, em seguida recoloque os Parafusos M10x65mm (10), as Arruelas M10 (6) e as Porcas M10 (7). Fixe firmemente.

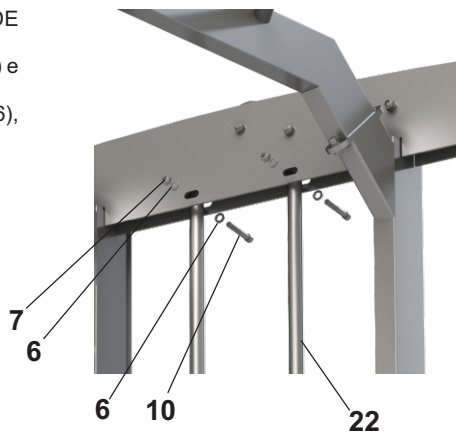
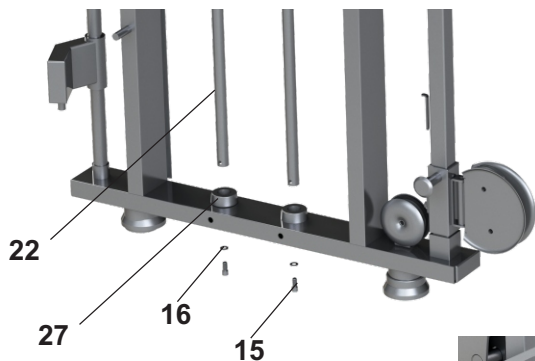


## PASSO 4

Para instalar os PESOS, primeiramente retire as 4 GUIAS DE PESO (22) localizados na parte central das TORRES.

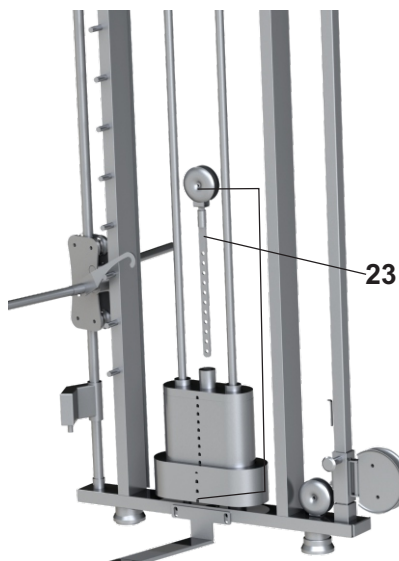
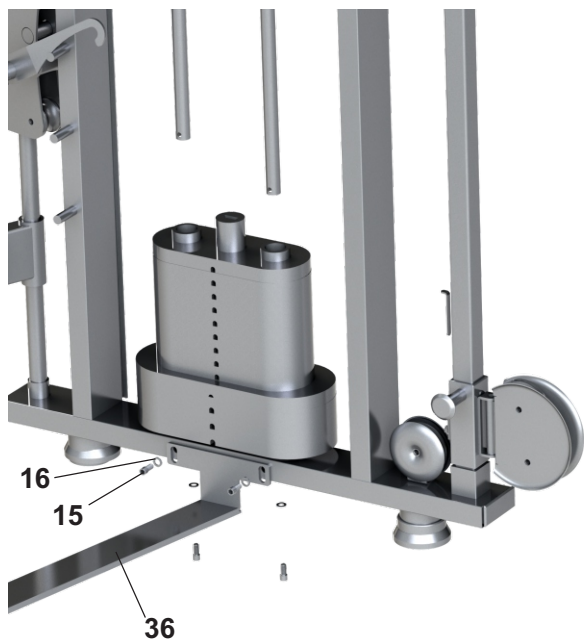
Para isso retire os Parafuso M10x65mm (10), Arruelas M10 (6) e Porcas M10 (7).

Também retire os Parafusos M8x20 (15) e Arruelas M8 (16), localizados na parte inferior da TORRE.



Empilhe os PESOS sobre os Amortecedores (27), deixando os furos alinhados, em seguida insira as GUIAS DE PESO (22).

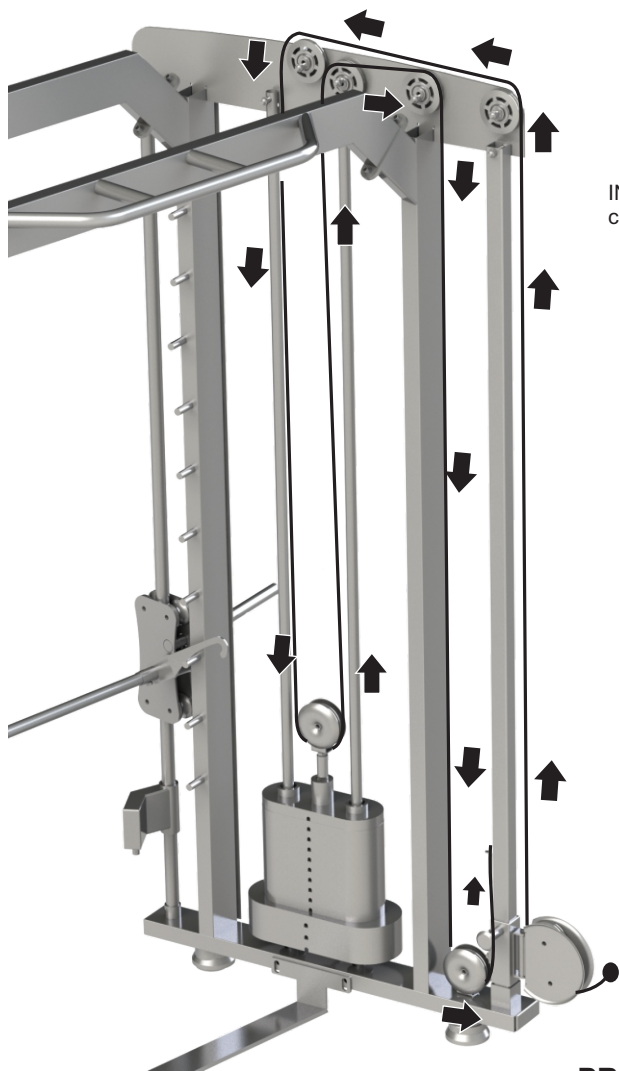
Em seguida fixe as GUIAS DE PESO (22) e a TRAVESSA PISO (36) recolocando os Parafusos, Arruelas e Porcas, retirados anteriormente.



Por fim insira a FLAUTA SELETORADE PESOS (23).

**IMPORTANTE:** as baterias de pesos não podem ser misturadas. Cada bateria possui sua FLAUTA SELETORADE PESOS (23) correspondente.

## PASSO 5

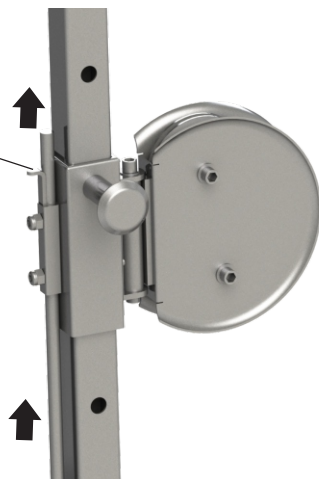


**INSTALAÇÃO DOS CABOS (1):** faça a passagem conforme indicado na imagem ao lado.

**FIXAÇÃO DOS CABOS:** após a passagem do cabo, fixe-o conforme mostrado ao lado:

- 1- Insira o cabo debaixo para cima;
- 2- Coloque o **PRENSA CABO (39)**, que protege o cabo, garantindo maior durabilidade;
- 3- Regule o **CABO** para ficar bem esticado;
- 4- Aperte os parafusos firmemente.

**PRENSA CABO (39)**



## PASSO 6

INSTALAÇÃO DA CARENAGEM DA TORRE (18): encaixe um lado da Carenagem na guia lateral, curve a chapa até a mesma encaixar na outra guia.



**MONTAGEM CONCLUÍDA**

# TERMOS DE GARANTIA

A. O atendimento em garantia será realizado somente mediante a apresentação da nota/cupom fiscal original de venda e nos limites fixados por este Termo.

B. Todos os componentes dos equipamentos, excetuando-se os componentes de desgaste natural descritos no item C deste Termo, estão cobertos por 09 (nove) meses de garantia EVOLUTION FITNESS contra defeitos de fabricação, mais 90 (noventa) dias de garantia legal. Contra defeitos de fabricação, a garantia tem validade a partir da data de emissão da nota/cupom fiscal de venda.

C. Componentes que se desgastam naturalmente com o uso regular do equipamento tais como polias, rolamentos, cabos de aço, têm garantia legal contra defeito de fabricação por um período de 90 (noventa) dias contados a partir da data de emissão da nota/cupom fiscal de venda. Será coberta pela garantia EVOLUTION FITNESS somente os casos em que a Assistência Técnica Autorizada EVOLUTION FITNESS constatar defeito de fabricação.

D. A Garantia EVOLUTION FITNESS será prestada pela Rede de Assistência Técnica Autorizada EVOLUTION FITNESS que cobre os principais municípios no território nacional. No caso de equipamento que apresente problemas de funcionamento, o cliente EVOLUTION FITNESS deverá chamar uma Assistência Técnica Autorizada EVOLUTION FITNESS para que possa ser realizada a avaliação e manutenção do produto.

ATENÇÃO: A manutenção realizada por pessoa não autorizada extingue a garantia do produto.

E. A garantia não abrangerá os serviços de instalação, limpeza e lubrificação do produto. Além disto, os danos que este equipamento venha a sofrer em decorrência de mau uso, oxidação oriunda de agentes externos, intempéries, negligência, modificações, uso de acessórios impróprios, mau dimensionamento para a aplicação a que se destinam, quedas, perfurações, utilização e instalação em desacordo com o manual de instruções, também perdem sua garantia.

F. A EVOLUTION FITNESS manterá disponíveis as peças de reposição enquanto não cessar a fabricação ou importação do produto.

**EVOLUTION FITNESS EQUIPAMENTOS PARA GINÁSTICA LTDA.**

**Fabricante dos produtos da marca Evolution Fitness**

**service@evolutionfitness.com.br**

**CNPJ: 10.951.948/0001-86**

**Av. Santos Dumont, 4861, Galpões 5 e 6 – Zona Industrial Norte**

**CEP 89.219-730 - Joinville – SC – Brasil**

**Fone: 047 3029-2010**