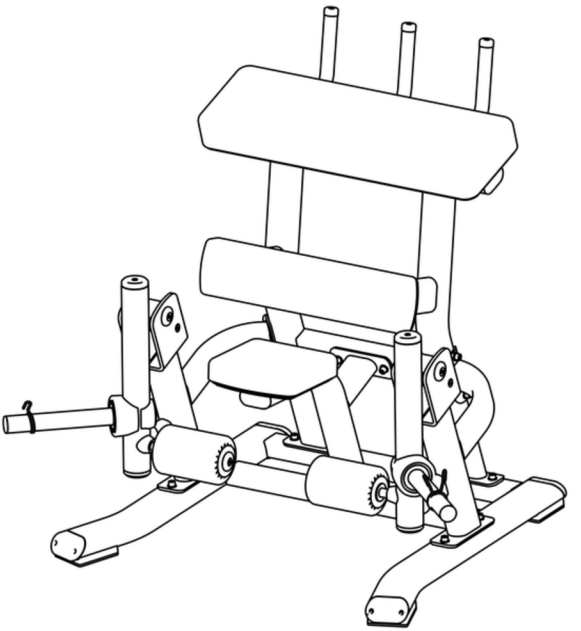
MANUAL DE USUARIO

IRONSIDE®

IRONSIDE LUXE ALTERNATE LEG CURL

A081017056101



Estimado cliente:

Gracias por elegir IRONSIDE. Este documento contiene la información necesaria para sacar el máximo provecho de su equipo: instrucciones de instalación, uso correcto, mantenimiento, y los canales disponibles para soporte técnico y garantía.

Le recomendamos leerlo con atención antes de comenzar a usar el producto y mantenerlo accesible para consultas futuras.

REGISTRO DE COMPRA

Complete estos datos con la información de su boleta o factura. Puede también conservar una copia digital del comprobante original (PDF o JPG) como respaldo válido para solicitudes de mantenimiento, reparación o garantía.

FECHA DE COMPRA _____

NÚMERO DE COMPRA _____

Si tiene dudas durante el armado, no avance. Contáctenos antes de continuar. Un error en el proceso de ensamble puede afectar la seguridad del equipo y las condiciones de garantía.

Para consultas técnicas, reclamos o para hacer efectiva su garantía, contáctenos a través de WhatsApp desde nuestro sitio web o directamente con nuestro equipo de Servicio al Cliente.

www.ironside.cl
www.ironside.com.ar
www.ironside.com.mx

IRONSIDE®

TABLE OF CONTENTS - ENG

SAFETY INSTRUCTIONS	04
PARTS LIST	06
ASSEMBLY GUIDE	10
WARRANTY	13

ÍNDICE - ESP

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD	15
LISTA DE PARTES	17
GUÍA DE ARMADO	21
GARANTÍA	24

SAFETY INSTRUCTIONS

It is the sole responsibility of the purchaser to read the owner's manual and warning labels, and to instruct all users on the proper use of the equipment. It is important to fully understand each warning. All users should be informed of the following information before using the equipment.

HEALTH WARNINGS

- Before starting any exercise or conditioning program, consult your personal physician to determine whether you need a complete physical examination. This is especially important if you are inactive, pregnant, or have any medical condition.
- If at any time during exercise you feel weak, dizzy, or experience pain, stop exercising immediately and consult your physician.
- To help prevent muscle soreness and strain, begin each workout with stretching and warm-up exercises, and finish each session with a cool-down period and stretching.
- If you detect damage to small parts, stop using the equipment immediately and contact the company or dealer where you purchased it for replacement. Install the new parts correctly and make sure all joints and moving parts are properly tightened to prevent hazards during use.
- Parents or other supervising adults must closely monitor children if the equipment is used in their presence.

INSTALLATION

- It is recommended that all equipment:
- Be secured or installed on a solid, level surface to stabilize it and prevent movement or tipping during training.
- Be installed in an area with sufficient ventilation to ensure proper operation.
- Be placed with enough clearance around it so all exercises can be performed safely.
- A minimum clearance of 1 meter around the equipment is recommended in areas where access is required for exercise.

PROPER USE

Before using this equipment, read and follow these safety instructions.

- Assemble the equipment according to the assembly instructions.
- Use caution and the proper tools during assembly. Ask for assistance if you encounter any difficulty.
- Do not use corrosive cleaners to clean the equipment.
- Wear proper exercise clothing and footwear to help prevent accidents.

INSPECTION

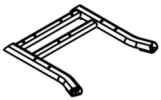
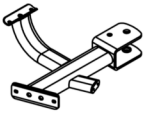
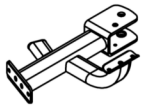
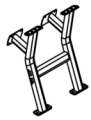
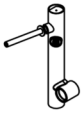
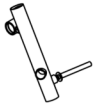
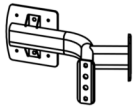
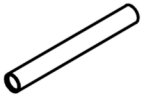
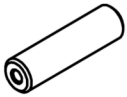
- Do not use, or allow the use of, any equipment that is damaged or has worn or broken parts. For all IRONSIDE equipment, use only replacement parts supplied by IRONSIDE.
- Always make sure all nuts and bolts are properly tightened before each use.
- Keep all labels and nameplates in place. Do not remove them for any reason, as they contain important information.
- Equipment maintenance: preventive maintenance is essential for optimal performance. Follow the recommended maintenance instructions to help ensure the continued proper operation of your IRONSIDE equipment.
- Before each use, inspect all approved accessories used with IRONSIDE equipment for damage or wear.
- If your IRONSIDE equipment appears damaged or worn, do not attempt to use it or repair it yourself.

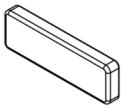
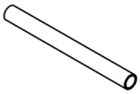
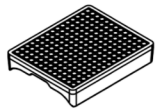
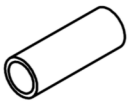
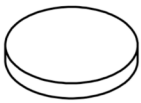
USE WARNING

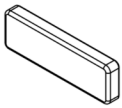
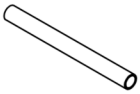
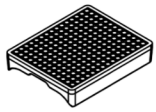
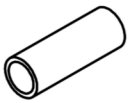
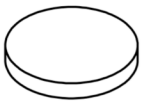
- It is the purchaser's responsibility to instruct all users on the correct operating procedures for all IRONSIDE equipment.
- Keep children away from all moving parts. Parents must closely supervise children if the equipment is used in their presence.
- Do not wear loose clothing or jewelry while using the equipment. Users with long hair should tie it back to avoid contact with moving parts.
- Make sure anyone who is not using the equipment stays away from the user, accessories, and moving parts while the machine is in operation.

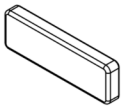
KEEP THIS INSTRUCTION MANUAL FOR FUTURE USE AND REFERENCE.

PARTS LIST

Base frame			Right upright support			Left upright support			Main frame		
											
1		1 PC	2		1 PC	3		1 PC	4		1 PC
Right arm			Left arm			Knee support			Elbow support		
											
5		1 PC	6		1 PC	7		1 PC	8		1 PC
Weight plate tube			Arm pivot shaft			Travel limit shaft			Aluminum stop		
											
9		4 PCS	10		2 PCS	11		2 PCS	12		3 PCS
Ø76 aluminum cap			Aluminum spacer ring			Ø25 aluminum ring			Aluminum cap		
											
13		4 PCS	14		3 PCS	15		4 PCS	16		6 PCS

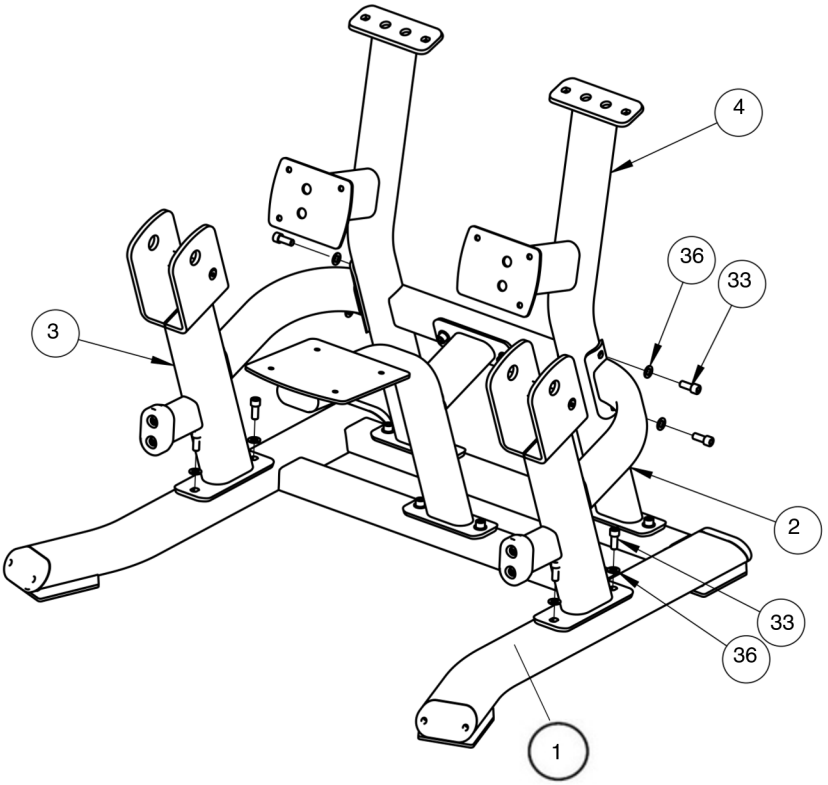
Elbow pad			Leg pad			Knee pad			Foam roller		
											
17		1 PC	18		1 PC	19		1 PC	20		2 PCS
Tubular grip			Rubber stop			Plastic plug			Rubber base		
											
21		3 PCS	22		2 PCS	23		3 PCS	24		3 PCS
Outer safety cover			Adjustable foot			Impact bumper			PT60×120 plug		
											
25		2 PCS	26		1 PC	27		2 PCS	28		4 PCS
Arm grip			Ø48 aluminum plug plate			RT50×100 plug			Ball bearing		
											
29		2 PCS	30		2 PCS	31		3 PCS	32		4 PCS

M12×30 hex socket bolt			M8×30 hex socket bolt			M10×30 hex socket bolt			Flat washer Ø13×Ø24×1.5		
											
33		20 PCS	34		13 PCS	35		4 PCS	36		20 PCS
Flat washer Ø9×Ø16×1.6			Flat washer Ø11×Ø20×2			M12×30 flat head screw			M10×25 flat head screw		
											
37		13 PCS	38		4 PCS	39		4 PCS	40		4 PCS
M6×30 flat head screw			M6×30 flat head screw			Nut 13.68×21×M5			M5×6 set screw		
											
41		3 PCS	42		4 PCS	43		8 PCS	44		6 PCS
M5×60 Phillips screw			Retaining spring			M12×35 flat head screw			M8×6 set screw		
											
45		8 PCS	46		2 PCS	47		2 PCS	48		4 PCS

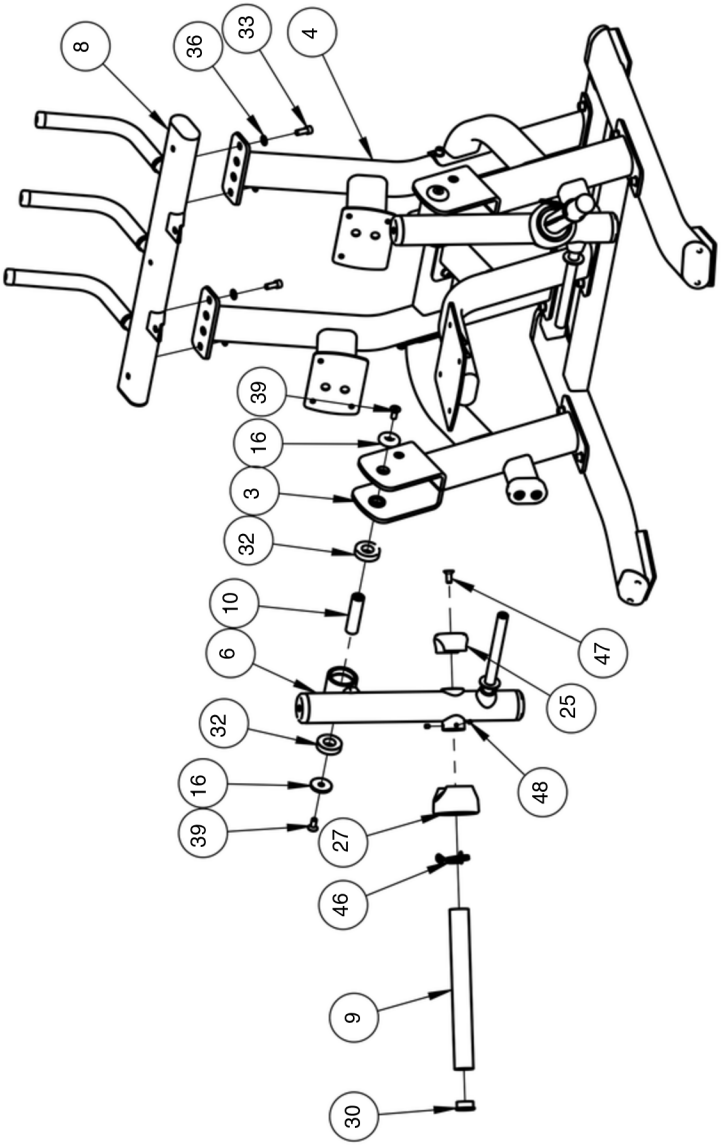
M10×30 flat head screw												
												
49		2 PCS										

ASSEMBLY GUIDE

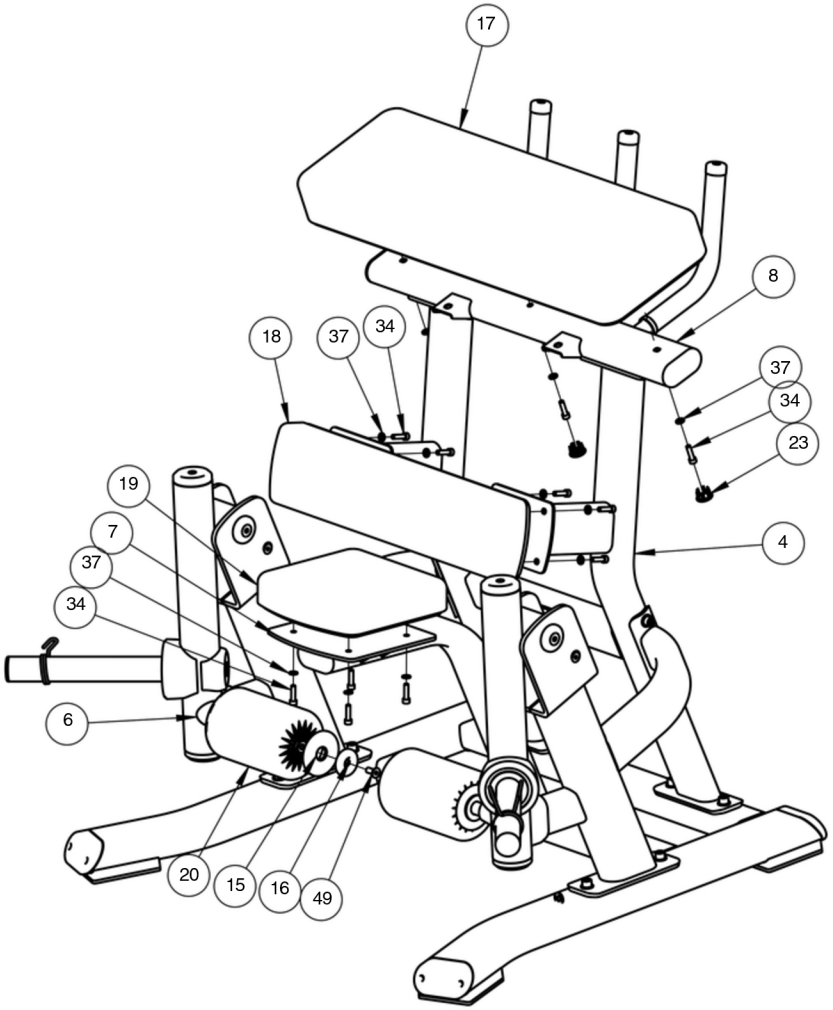
STEP 01



STEP 02



STEP 03



WARRANTY

PRODUCT: IRONSIDE Luxe Alternate Leg Curl
SKU: A081017056101

IRONSIDE provides a limited warranty for its products, valid from the date of delivery. This warranty applies exclusively to manufacturing defects in materials, components, or assembly, provided that the product has been used, installed, and maintained under normal operating conditions and in accordance with the instructions included in this manual.

Warranty coverage may vary depending on the type of component, as detailed below:

WARRANTY COVERAGE

COVERED COMPONENTS	COVERAGE PERIOD
Structural frame, excluding coatings and surface finishes	7 years
Main mechanical components, including guides, plates, bearings, and pulleys	2 years
Minor mechanical components, including linear bearings, switches, and cables	12 months
Upholstery, grips, and other items not specified	6 months

CONDITIONS AND RESTRICTIONS

This warranty shall not apply in the following cases:

- Coatings, paint, or surface finishes of the product.
- Wear caused by misuse, improper use, or use other than the intended purpose.
- Accidental damage, impacts, drops, cuts, or physical alterations to the product.
- Damage caused by incorrect installation, assembly, operation, or maintenance.
- Modifications, repairs, or interventions performed by unauthorized personnel.
- Damage caused by humidity, corrosion, exposure to extreme environmental conditions, or chemical agents.
- Natural wear of components subject to friction, impact, or continuous use.
- Use of the product outside its recommended capacity, purpose, or environment.

WARRANTY CLAIM PROCEDURE

Warranty service must be requested through the official IRONSIDE channel, authorized distributor, or point of purchase corresponding to the country or region where the product was purchased.

To request warranty service, the customer may be required to provide:

- Proof of purchase.
- Purchase date or product delivery date.
- Product information, including model and SKU.
- Clear visual evidence of the reported issue, such as photographs or videos.
- A detailed description of the problem.

IRONSIDE or its authorized representative will review the request and provide a response within a reasonable estimated period, once all required information has been received.

The warranty is valid only in the country or region where the product was purchased, unless otherwise stated by IRONSIDE or its authorized distributor.

SPARE PARTS, REPLACEMENTS, AND ACCESSORIES

For spare parts, replacement components, accessories, or consumables, the customer should contact the official IRONSIDE channel, authorized distributor, or point of purchase corresponding to the country or region where the product was purchased.

Availability of spare parts, replacements, and accessories may vary depending on the product model, local inventory, and current commercial conditions.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

Es responsabilidad exclusiva del comprador leer el manual del propietario, las etiquetas de advertencia y dar instrucciones a todas las personas sobre el uso adecuado del equipo. Es importante comprender cada advertencia en su totalidad. Se recomienda que todos los usuarios estén informados sobre la siguiente información antes de utilizar el equipo.

ADVERTENCIAS DE SALUD

- Antes de comenzar cualquier programa de ejercicio o acondicionamiento, debes consultar con tu médico personal para determinar si necesitas un examen físico completo. Esto es especialmente importante si eres inactivo, estás embarazada o padeces alguna enfermedad.
- Si en algún momento durante el ejercicio te sientes débil, mareado o experimentas dolor, detén el ejercicio de inmediato y consulta a tu médico.
- Para evitar dolores musculares y tensiones, inicia cada entrenamiento con estiramientos y calentamientos, y finaliza cada sesión enfriándote y realizando estiramientos.
- Si detectas daños en piezas pequeñas, deja de usar el equipo de inmediato y contacta con la empresa o agencia donde lo compraste para realizar el cambio. Instala las nuevas piezas correctamente y asegúrate de que las uniones y partes móviles estén bien ajustadas para evitar peligros durante su uso.
- Los padres u otros adultos supervisores deben vigilar de cerca a los niños si el equipo se usa en su presencia.

INSTALACIÓN

Se recomienda que todo el equipo:

- Esté asegurado o instalado sobre una superficie sólida y nivelada para estabilizarlo y eliminar movimientos o vuelcos durante el entrenamiento.
- Se instale en un lugar con ventilación suficiente para garantizar un funcionamiento adecuado.
- Se coloque con un espacio suficiente a su alrededor para que todos los ejercicios puedan realizarse de manera segura.
- Se recomienda que haya al menos 1 metro de espacio alrededor del equipo en las áreas donde se requiera acceso para ejercitarse.

USO ADECUADO

- Antes de usar este equipo, por favor, lee las siguientes instrucciones de seguridad y cúmplelas.
- Ensambla el equipo siguiendo las instrucciones de montaje.
- Ten cuidado y utiliza herramientas adecuadas para el ensamblaje. Pide ayuda si encuentras algún problema.
- No uses limpiadores corrosivos para limpiarlo.
- Usa ropa y calzado adecuado para el ejercicio a fin de evitar accidentes.

INSPECCIÓN

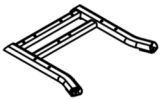
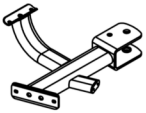
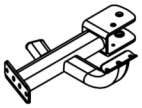
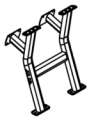
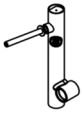
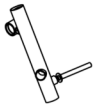
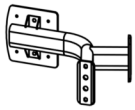
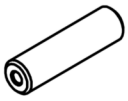
- No utilices ni permitas el uso de ningún equipo que esté dañado o tenga piezas desgastadas o rotas. Para todos los equipos de Ironside, usa únicamente piezas de repuesto suministradas por Ironside.
- Asegúrate siempre de que todas las tuercas y tornillos estén bien ajustados antes de cada uso.
- Conserva las etiquetas y placas de identificación; no las retires por ninguna razón, ya que contienen información importante.
- Mantenimiento del equipo: el mantenimiento preventivo es clave para el funcionamiento óptimo del equipo. Asegúrate de seguir nuestros consejos de mantenimiento para garantizar el correcto funcionamiento continuo de tu equipo Ironside.
- Antes de cada uso, examina todos los accesorios aprobados para su uso con el equipo Ironside en busca de daños o desgaste.
- Si tu equipo Ironside parece dañado o desgastado, no intentes usarlo ni repararlo por tu cuenta.

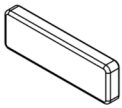
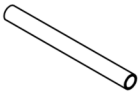
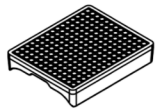
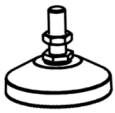
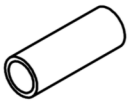
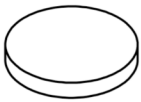
ADVERTENCIA DE USO

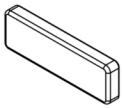
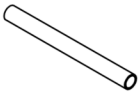
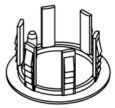
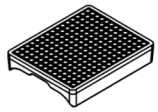
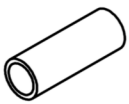
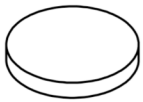
- Es responsabilidad del comprador instruir a todos los usuarios sobre los procedimientos correctos de operación de todo el equipo Ironside.
- Mantén a los niños alejados de todas las partes móviles. Los padres deben supervisar de cerca a los niños si el equipo se utiliza en su presencia.
- No uses ropa suelta ni joyas al utilizar el equipo. También se recomienda que los usuarios recojan el cabello largo para evitar el contacto con las partes móviles.
- Asegúrate de que cualquier persona que no esté utilizando el equipo se mantenga alejada del usuario, los accesorios y las partes móviles mientras la máquina esté en funcionamiento.

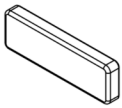
CONSERVA ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES PARA USO Y REFERENCIA FUTUROS.

LISTA DE PIEZAS

Estructura base			Soporte vertical derecho			Soporte vertical izquierdo			Estructura principal		
											
1		1 PZA	2		1 PZA	3		1 PZA	4		1 PZA
Brazo derecho			Brazo izquierdo			Soporte para rodillas			Soporte para codos		
											
5		1 PZA	6		1 PZA	7		1 PZA	8		1 PZA
Tubo para discos			Eje de pivote para brazo			Eje limitador de recorrido			Tope de aluminio		
											
9		4 PZAS	10		2 PZAS	11		2 PZAS	12		3 PZAS
Tapa de aluminio Ø76			Anillo separador de aluminio			Anillo de aluminio Ø25			Tapa de aluminio		
											
13		4 PZAS	14		3 PZAS	15		4 PZAS	16		6 PZAS

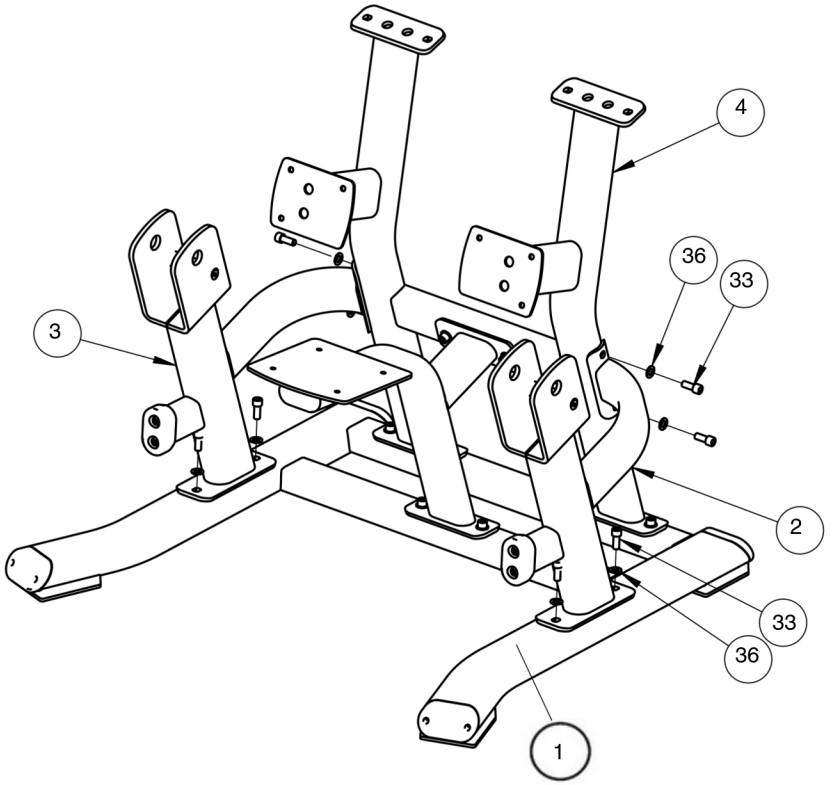
Almohadilla para codo			Almohadilla para pierna			Almohadilla para rodilla			Rollo de espuma		
											
17		1 PZA	18		1 PZA	19		1 PZA	20		2 PZAS
Agarre tubular			Tope de goma			Tapón plástico			Base de goma		
											
21		3 PZAS	22		2 PZAS	23		3 PZAS	24		3 PZAS
Cubierta de seguridad externa			Pata ajustable			Amortiguador de impacto			Tapón PT60×120		
											
25		2 PZAS	26		1 PZA	27		2 PZAS	28		4 PZAS
Agarre para brazo			Placa de tapón de aluminio			Tapón RT50×100			Rodamiento de bolas		
											
29		2 PZAS	30		2 PZAS	31		3 PZAS	32		4 PZAS

Tornillo hexagonal M12×30	Tornillo hexagonal M8×30	Tornillo hexagonal M10×30	Arandela plana Ø13×Ø24×1.5
			
33 — 20 PZAS	34 — 13 PZAS	35 — 4 PZAS	36 — 20 PZAS
Arandela plana Ø9×Ø16×1.6	**Arandela plana Ø11×Ø20×2**	**Tornillo cabeza plana M12×30**	**Tornillo cabeza plana M10×25**
			
37 — 13 PZAS	38 — 4 PZAS	39 — 4 PZAS	40 — 4 PZAS
Tornillo cabeza plana M6×30	**Tornillo cabeza plana M6×30**	**Tuerca 13.68×21×M5**	**Tornillo de ajuste M5×6**
			
41 — 3 PZAS	42 — 4 PZAS	43 — 8 PZAS	44 — 6 PZAS
Tornillo Phillips M5×60	**Resorte de retención**	**Tornillo cabeza plana M12×35**	**Tornillo de ajuste M8×6**
			
45 — 8 PZAS	46 — 2 PZAS	47 — 2 PZAS	48 — 4 PZAS

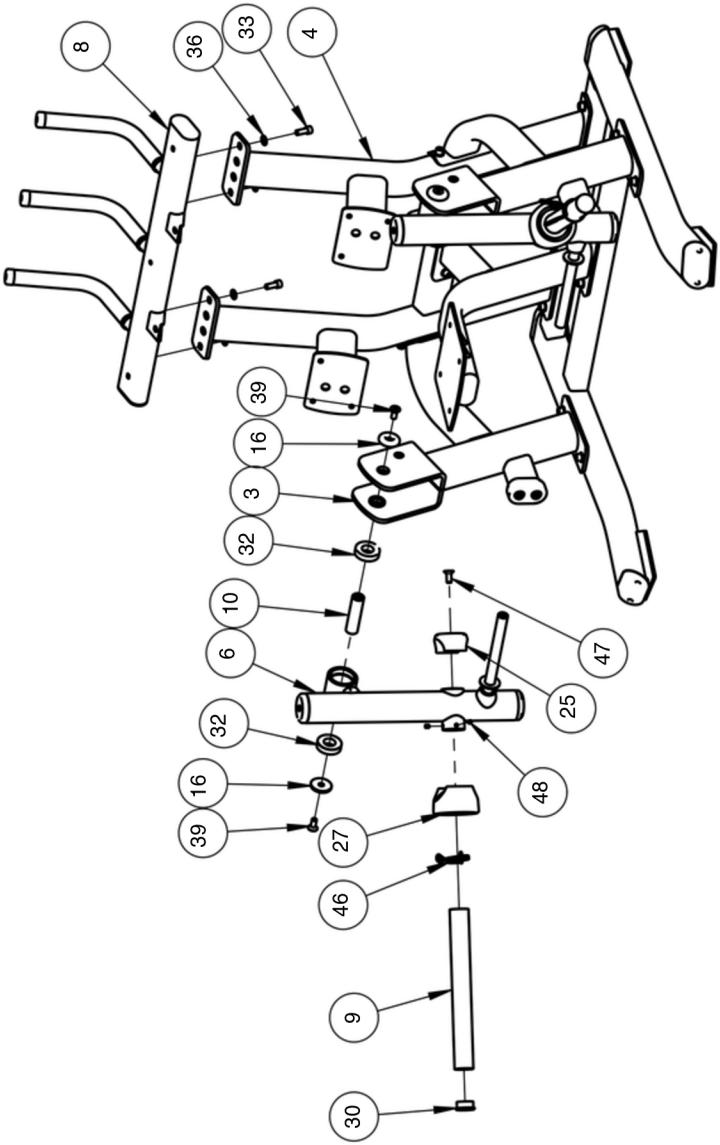
Tornillo cabeza plana M10×30												
												
49		2 PZAS										

GUÍA DE ARMADO

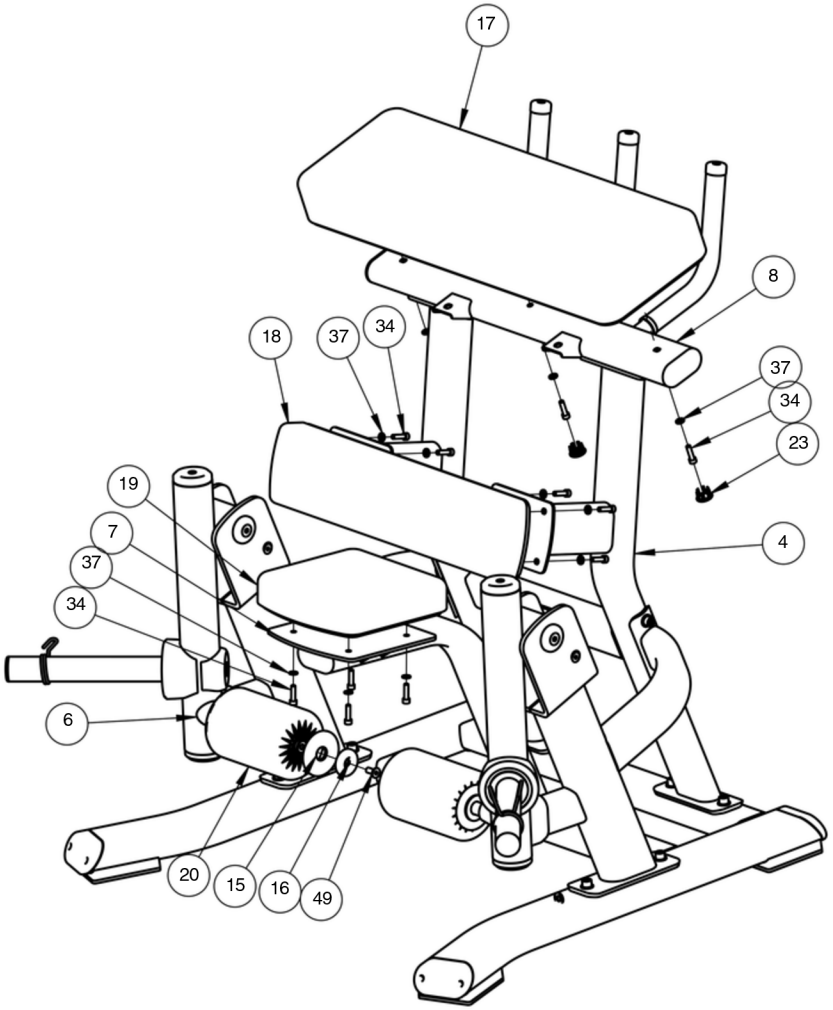
PASO 01



PASO 02



PASO 03



IRONSIDE®

GARANTÍA

PRODUCTO: Alternate Leg Curl IRONSIDE Luxe
SKU: A081017056101

IRONSIDE otorga una garantía limitada para sus productos, válida a partir de la fecha de entrega, aplicable exclusivamente contra defectos de fabricación en materiales, componentes o ensamblaje, siempre que el producto haya sido utilizado, instalado y mantenido bajo condiciones normales de operación y conforme a las instrucciones establecidas en el presente manual.
La cobertura de garantía puede variar de acuerdo con el tipo de componente, según se indica a continuación:

COBERTURA DE GARANTÍA

COMPONENTES CUBIERTOS	PERIODO DE COBERTURA
Marco estructural (sin incluir recubrimientos)	7 años
Componentes mecánicos principales (guías, placas, rodamientos, poleas)	2 años
Componentes mecánicos menores (rodamiento lineal, interruptores, cables)	12 meses
Tapicería, agarres y elementos no mencionados	6 meses

CONDICIONES Y RESTRICCIONES

La presente garantía no será aplicable en los siguientes casos:

- Recubrimientos, pintura o acabados superficiales del producto.
- Desgaste derivado del mal uso, uso indebido o uso distinto al especificado.
- Daños accidentales, golpes, caídas, cortes o alteraciones físicas del producto.
- Daños ocasionados por instalación, armado, operación o mantenimiento incorrectos.
- Modificaciones, reparaciones o intervenciones realizadas por personal no autorizado.
- Daños ocasionados por humedad, corrosión, exposición a condiciones ambientales extremas o agentes químicos.
- Desgaste natural de componentes sometidos a fricción, impacto o uso continuo.
- Uso del producto fuera de su capacidad, finalidad o entorno recomendado.

PROCEDIMIENTO PARA HACER VÁLIDA LA GARANTÍA

La garantía deberá solicitarse a través del canal oficial de IRONSIDE correspondiente al país de compra.

Para solicitar el servicio de garantía, el consumidor deberá presentar:

- Comprobante de compra.
- Fecha de compra o fecha de entrega del producto.
- Información del producto correspondiente.
- Evidencia visual clara de la falla reportada mediante fotografías o videos.
- Descripción detallada del problema presentado.

IRONSIDE revisará la solicitud y emitirá una respuesta en un plazo máximo estimado de 3 días hábiles, una vez recibida la información completa.

La garantía será válida únicamente en el país donde fue adquirido el producto.

CANALES OFICIALES DE ATENCIÓN POSTVENTA

Para solicitudes de garantía, soporte técnico, refacciones o accesorios, el consumidor deberá comunicarse con el canal oficial correspondiente al país donde adquirió el producto:

- **Chile: soporte@ironside.cl | +56 9 7140 9362**
- **México: soporte@ironside.com.mx | +52 55 1387 9521**
- **Argentina: soporte@ironside.com.ar | +54 9 11 4412 2665**

REFACCIONES, REPUESTOS Y ACCESORIOS

Para la adquisición de partes, componentes, accesorios, repuestos o consumibles, el consumidor podrá comunicarse mediante los canales oficiales de atención postventa correspondientes al país donde fue adquirido el producto.

La disponibilidad de refacciones, repuestos y accesorios estará sujeta al modelo del producto, inventario local y condiciones comerciales vigentes en cada país.

IRONSIDE®

RAISING FITNESS STANDARDS