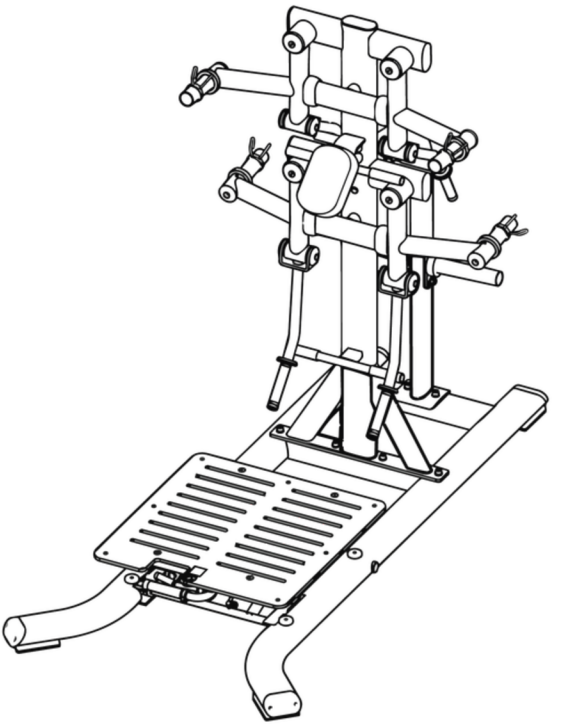
MANUAL DE USUARIO

IRONSIDE®

IRONSIDE LUXE PLATE LOADED STANDING MULTI FLIGHT

A081005033001



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	13
WARRANTY	17

ÍNDICE - ESP

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD	19
LISTA DE PARTES	21
GUÍA DE ARMADO	28
GARANTÍA	32

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

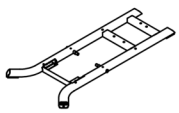
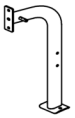
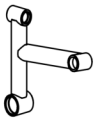
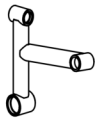
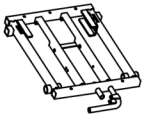
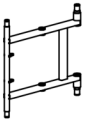
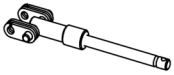
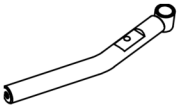
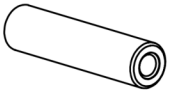
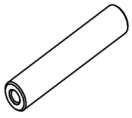
- Do not use, or allow the use of, any equipment that is damaged or has worn or broken parts. For all IRONSIDE equipment, use only replacement parts supplied by IRONSIDE.
- Always make sure all nuts and bolts are properly tightened before each use.
- Keep all labels and nameplates in place. Do not remove 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.

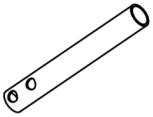
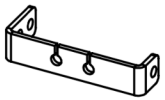
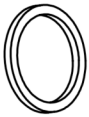
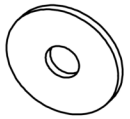
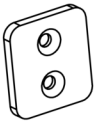
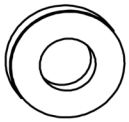
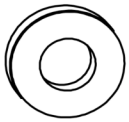
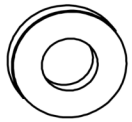
USE WARNING

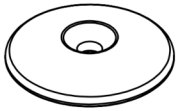
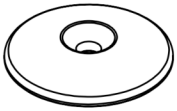
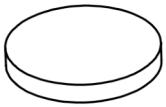
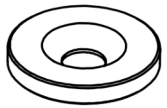
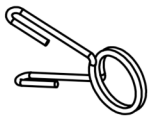
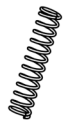
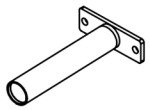
- It is the purchaser's responsibility to instruct all users on the correct operating procedures for all IRONSIDE equipment.
- Keep children away from all moving parts. Parents must closely supervise children if the equipment is used in their presence.
- Do not wear loose clothing or jewelry while using 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.

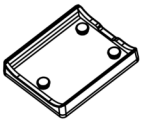
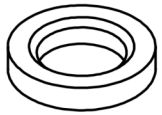
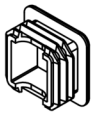
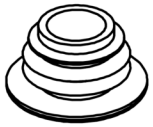
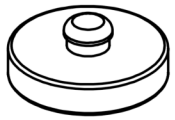
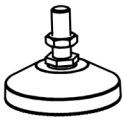
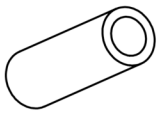
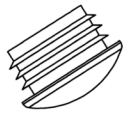
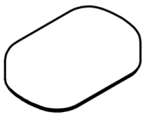
KEEP THIS INSTRUCTION MANUAL FOR FUTURE USE AND REFERENCE.

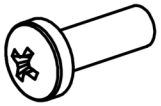
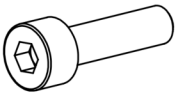
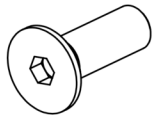
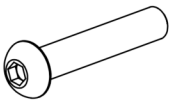
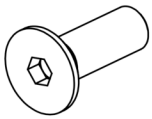
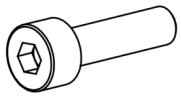
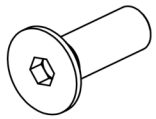
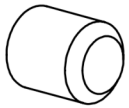
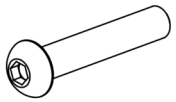
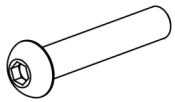
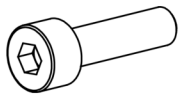
PARTS LIST

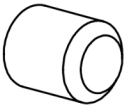
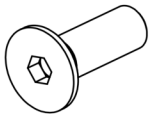
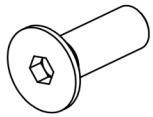
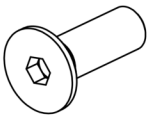
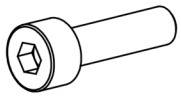
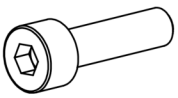
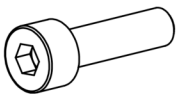
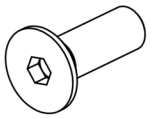
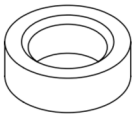
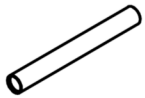
Base Frame			Upright Post			Rear Support			Universal Arm Frame (Lower Left-Upper Right)		
											
1		1 PC	2		1 PC	3		1 PC	4		2 PCS
Universal Arm Frame (Upper Left-Lower Right)			Handle Support			Footplate Assembly			Inner Scissor Link Welded Assembly		
											
5		2 PCS	6		4 PCS	7		1 PC	8		1 PC
Connecting Link			Weight Horn			Lead-Head Hook Welded Assembly			Handle Frame		
											
9		2 PCS	10		4 PCS	11		1 PC	12		1 PC
Mechanical Stop			Small Connecting Shaft			Large Connecting Shaft			Handle Support Connecting Shaft		
											
13		2 PCS	14		2 PCS	15		2 PCS	16		4 PCS

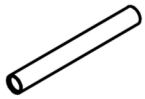
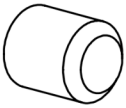
Rear Support Tube			Lock Nut			Pin Head			Cable Stop Plate		
											
17		2 PCS	18		2 PCS	19		2 PCS	20		1 PC
Large Spacer			Footplate			Footplate Backing Plate			Rubber Handle Stop		
											
21		4 PCS	22		1 PC	23		1 PC	24		4 PCS
Stop Plate			Cable Assembly			Bronze Bushing			Bronze Bushing		
											
25		2 PCS	26		2 PCS	27		8 PCS	28		12 PCS
Small Bushing			Deep-Groove Ball Bearing			Deep-Groove Ball Bearing			Deep-Groove Ball Bearing		
											
29		4 PCS	30		8 PCS	31		12 PCS	32		4 PCS

Aluminum End Cap			Aluminum End Cap			Aluminum Blanking Plug, Ø48			Aluminum Plug, Ø16		
											
33		4 PCS	34		8 PCS	35		6 PCS	36		1 PC
Aluminum Retaining Ring, Ø25			Aluminum Retaining Ring, Ø16			Aluminum Plug, Ø25			Shaft Retaining Ring		
											
37		1 PC	38		1 PC	39		1 PC	40		2 PCS
Shaft Retaining Ring			Lock Nut			Chain Link			End Cap		
											
41		2 PCS	42		1 PC	43		1 PC	44		6 PCS
Retaining Ring			Spring			Rear Weight Horn Support			Aluminum End Cap		
											
45		4 PCS	46		2 PCS	47		2 PCS	48		4 PCS

PT50 × 100 Tube Plug			Non-Slip Floor Pad			Stopper Pad			Spacer		
											
49		4 PCS	50		3 PCS	51		4 PCS	52		4 PCS
PT60 × 120 Tube Plug			Ø38 Plug			Tube Plug			PT60 × 120 Oval Tube Plug		
											
53		4 PCS	54		6 PCS	55		6 PCS	56		8 PCS
Height-Adjustment Shim Assembly			Handle Sleeve			Handle Sleeve			Plug		
											
57		1 PC	58		1 PC	59		7 PCS	60		4 PCS
Arm Pad			Gas Spring			Aluminum Retaining Ring, Ø32 × Ø25 × 9.5			Pull Clamp		
											
61		1 PC	62		2 PCS	63		8 PCS	64		8 PCS

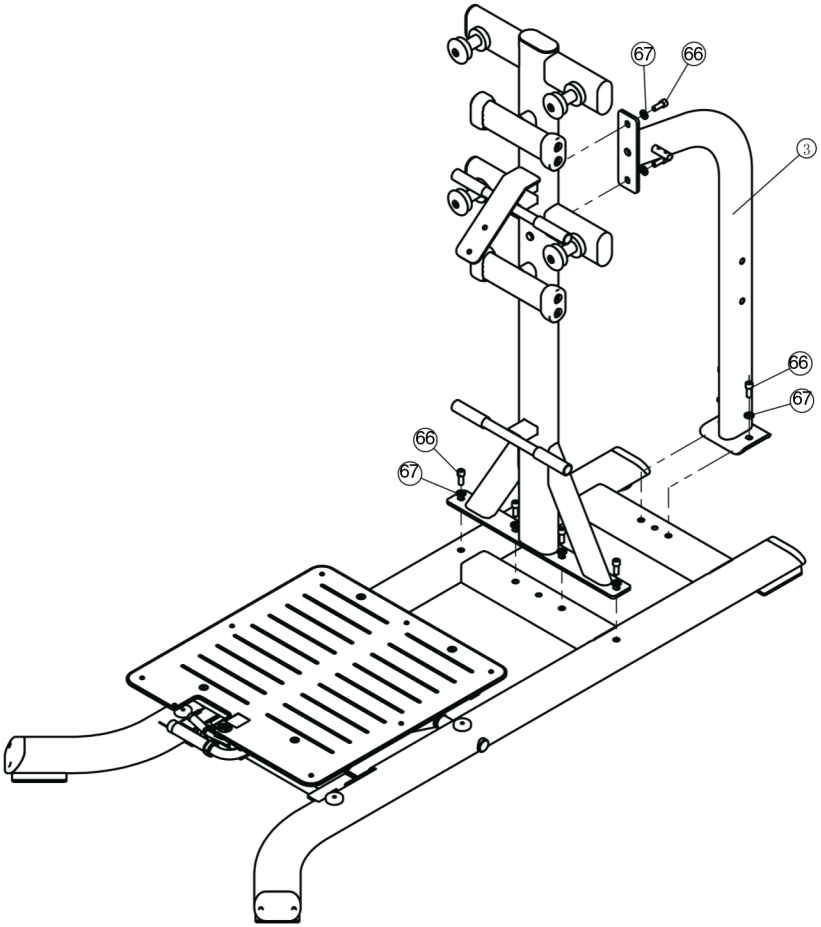
Phillips Countersunk-Head Screw, M5 × 60			Socket-Head Cap Screw, M12 × 30			Flat Washer, Ø13.5 × Ø24 × 2.5			Flat-Head Screw, M10 × 60		
											
65		8 PCS	66		8 PCS	67		12 PCS	68		4 PCS
Button-Head Screw, M6 × 10			Flat-Head Screw, M10 × 55			Socket-Head Cap Screw, M10 × 30			Flat-Head Screw, M8 × 25		
											
69		9 PCS	70		4 PCS	71		2 PCS	72		4 PCS
M10 Nylon Lock Nut			Flat Washer, Ø11 × Ø20 × 1.5			Set Screw, M8 × 6			Button-Head Screw, M8 × 45		
											
73		4 PCS	74		4 PCS	75		4 PCS	76		1 PC
Flat Washer, Ø9 × Ø16 × 1.6			M6 Nylon Lock Nut			Button-Head Screw, M6 × 30			Socket-Head Cap Screw, M10 × 20		
											
77		12 PCS	78		4 PCS	79		4 PCS	80		12 PCS

M8 Nylon Lock Nut			Set Screw, M5 × 3			Flat-Head Screw, M5 × 10			Flat-Head Screw, M6 × 30		
											
81		6 PCS	82		4 PCS	83		1 PC	84		1 PC
Flat-Head Screw, M10 × 25			Flat Washer, Ø11 × Ø20 × 2			Socket-Head Cap Screw, M12 × 85			M12 Nylon Lock Nut		
											
85		18 PCS	86		14 PCS	87		2 PCS	88		2 PCS
Socket-Head Cap Screw, M8 × 15			Socket-Head Cap Screw, M8 × 55			Flat-Head Screw, M5 × 10			Spring Washer, Ø8		
											
89		4 PCS	90		3 PCS	91		4 PCS	92		4 PCS
Spacer			Spring Washer, Ø10			Aluminum Handle			Aluminum Plug, Ø32 × 13.5		
											
93		2 PCS	94		4 PCS	95		4 PCS	96		4 PCS

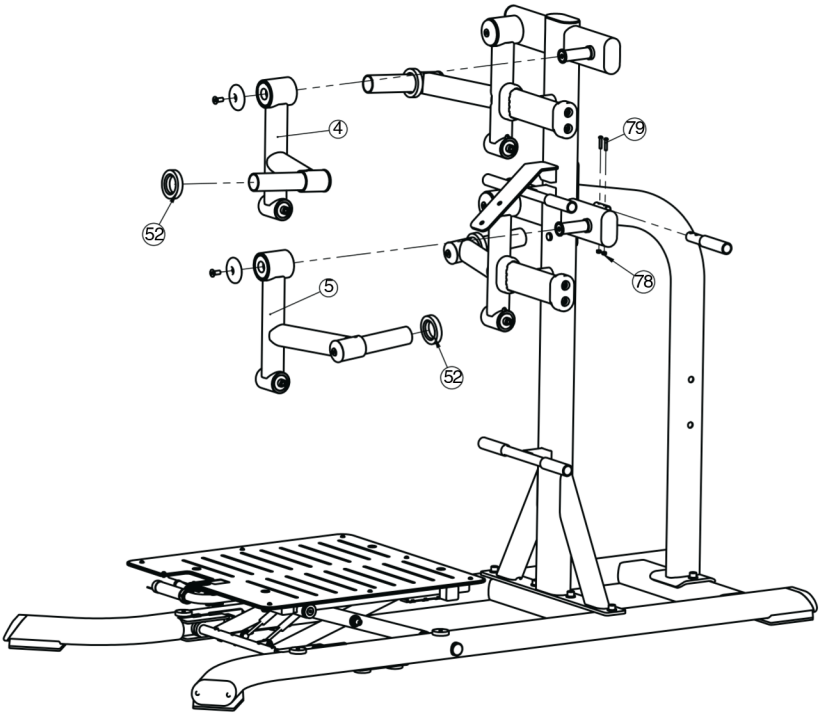
Sliding Sleeve Grip			Set Screw, M5 × 6								
											
97-A		4 PCS	97-B		2 PCS						

ASSEMBLY GUIDE

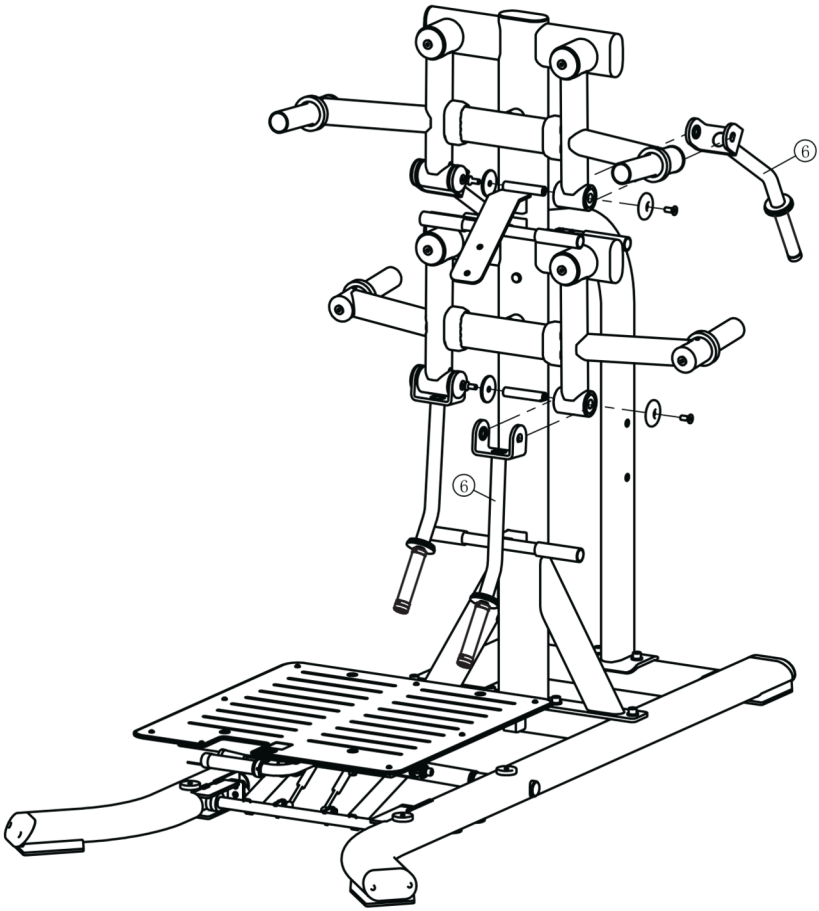
STEP 01



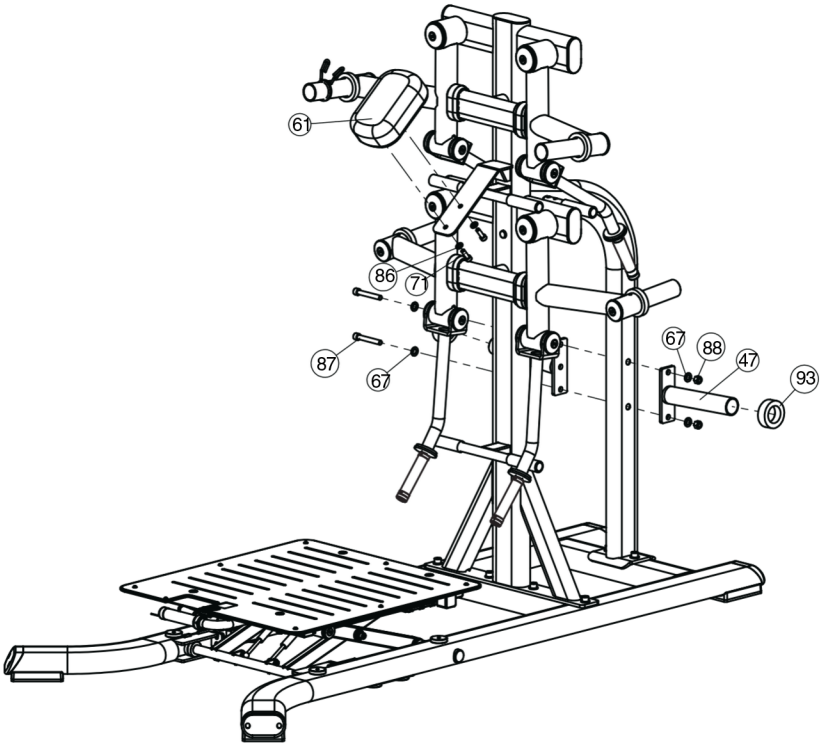
STEP 02



STEP 03



STEP 04



WARRANTY

PRODUCT: IRONSIDE Luxe Plate Loaded Standing Multi Flight
SKU: A081005033001

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

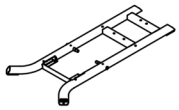
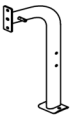
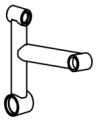
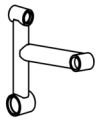
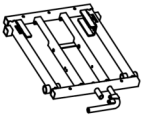
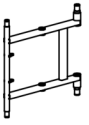
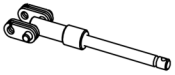
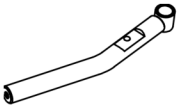
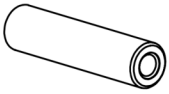
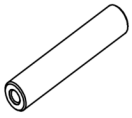
- No utilices ni permitas el uso de ningún equipo que esté dañado o tenga piezas desgastadas o rotas. Para todos los equipos de Ironside, usa únicamente piezas de repuesto suministradas por Ironside.
- Asegúrate siempre de que todas las tuercas y tornillos estén bien ajustados antes de cada uso.
- Conserva 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.

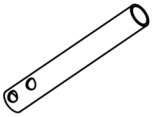
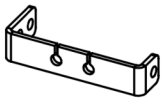
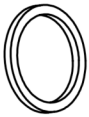
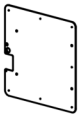
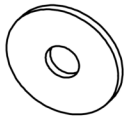
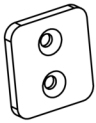
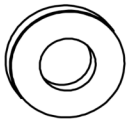
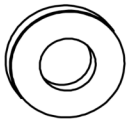
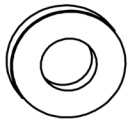
ADVERTENCIA DE USO

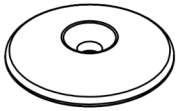
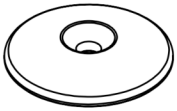
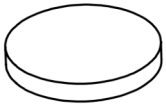
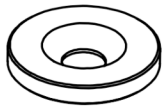
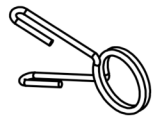
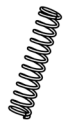
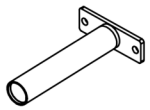
- Es responsabilidad del comprador instruir a todos los usuarios sobre los procedimientos correctos de operación de todo el equipo Ironside.
- Mantén a los niños alejados de todas las partes móviles. Los padres deben supervisar de cerca a los niños si el equipo se utiliza en su presencia.
- No uses ropa 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.

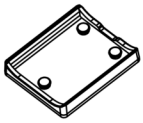
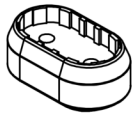
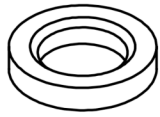
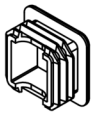
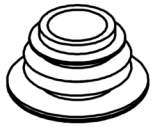
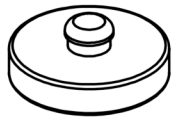
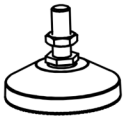
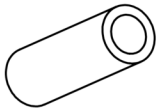
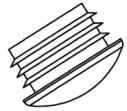
CONSERVA ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES PARA USO Y REFERENCIA FUTUROS.

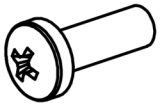
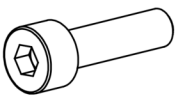
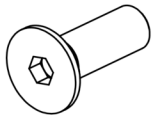
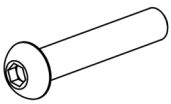
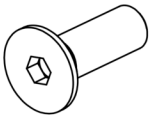
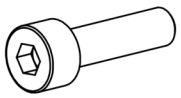
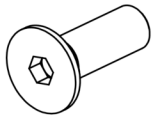
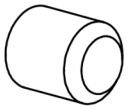
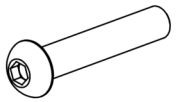
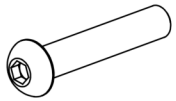
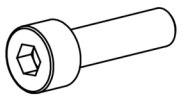
LISTA DE PIEZAS

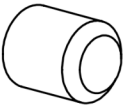
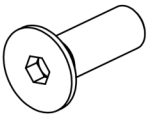
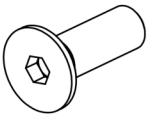
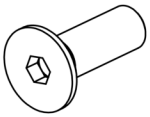
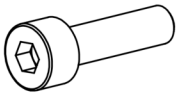
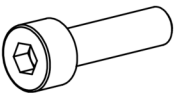
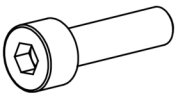
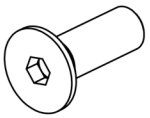
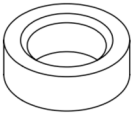
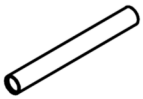
Estructura base			Poste vertical			Soporte trasero			Estructura del brazo universal (inferior izquierdo-superior derecho)		
											
1		1 PC	2		1 PC	3		1 PC	4		2 PCS
Estructura del brazo universal (superior izquierdo–inferior derecho)			Soporte de agarre			Conjunto de plataforma para pies			Conjunto soldado del enlace interior de tijera		
											
5		2 PCS	6		4 PCS	7		1 PC	8		1 PC
Enlace de conexión			Soporte para discos			Conjunto soldado del gancho de cabeza guía			Estructura del agarre		
											
9		2 PCS	10		4 PCS	11		1 PC	12		1 PC
Tope mecánico			Eje de conexión pequeño			Eje de conexión grande			Eje de conexión del soporte de agarre		
											
13		2 PCS	14		2 PCS	15		2 PCS	16		4 PCS

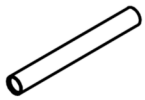
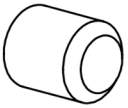
Tubo de soporte trasero			Tuerca de seguridad			Cabeza del pasador			Placa de tope del cable		
											
17		2 PCS	18		2 PCS	19		2 PCS	20		1 PC
Separador grande			Plataforma para pies			Placa de respaldo de la plataforma para pies			Tope de goma del agarre		
											
21		4 PCS	22		1 PC	23		1 PC	24		4 PCS
Placa de tope			Conjunto de cable			Buje de bronce			Buje de bronce		
											
25		2 PCS	26		2 PCS	27		8 PCS	28		12 PCS
Buje pequeño			Rodamiento rígido de bolas			Rodamiento rígido de bolas			Rodamiento rígido de bolas		
											
29		4 PCS	30		8 PCS	31		12 PCS	32		4 PCS

Tapa terminal de aluminio			Tapa terminal de aluminio			Tapón ciego de aluminio Ø48			Tapón de aluminio Ø16		
											
33		4 PCS	34		8 PCS	35		6 PCS	36		1 PC
Anillo de retención de aluminio Ø25			Anillo de retención de aluminio Ø16			Tapón de aluminio Ø25			Anillo de retención del eje		
											
37		1 PC	38		1 PC	39		1 PC	40		2 PCS
Anillo de retención del eje			Tuerca de seguridad			Eslabón de cadena			Tapa terminal		
											
41		2 PCS	42		1 PC	43		1 PC	44		6 PCS
Anillo de retención			Resorte			Soporte trasero para discos			Tapa terminal de aluminio		
											
45		4 PCS	46		2 PCS	47		2 PCS	48		4 PCS

Tapón para tubo PT50 × 100	Base antideslizante para piso	Almohadilla de tope	Separador
			
49 | 4 PCS	50 | 3 PCS	51 | 4 PCS	52 | 4 PCS
Tapón para tubo PT60 × 120	**Tapón Ø38**	**Tapón para tubo**	**Tapón para tubo ovalado PT60 × 120**
			
53 | 4 PCS	54 | 6 PCS	55 | 6 PCS	56 | 8 PCS
Conjunto de calce para ajuste de altura	**Manguito del agarre**	**Manguito del agarre**	**Tapón**
			
57 | 1 PC	58 | 1 PC	59 | 7 PCS	60 | 4 PCS
Almohadilla para brazos	**Resorte a gas**	**Anillo de retención de aluminio Ø32 × Ø25 × 9,5**	**Abrazadera de tracción**
			
61 | 1 PC	62 | 2 PCS	63 | 8 PCS	64 | 8 PCS

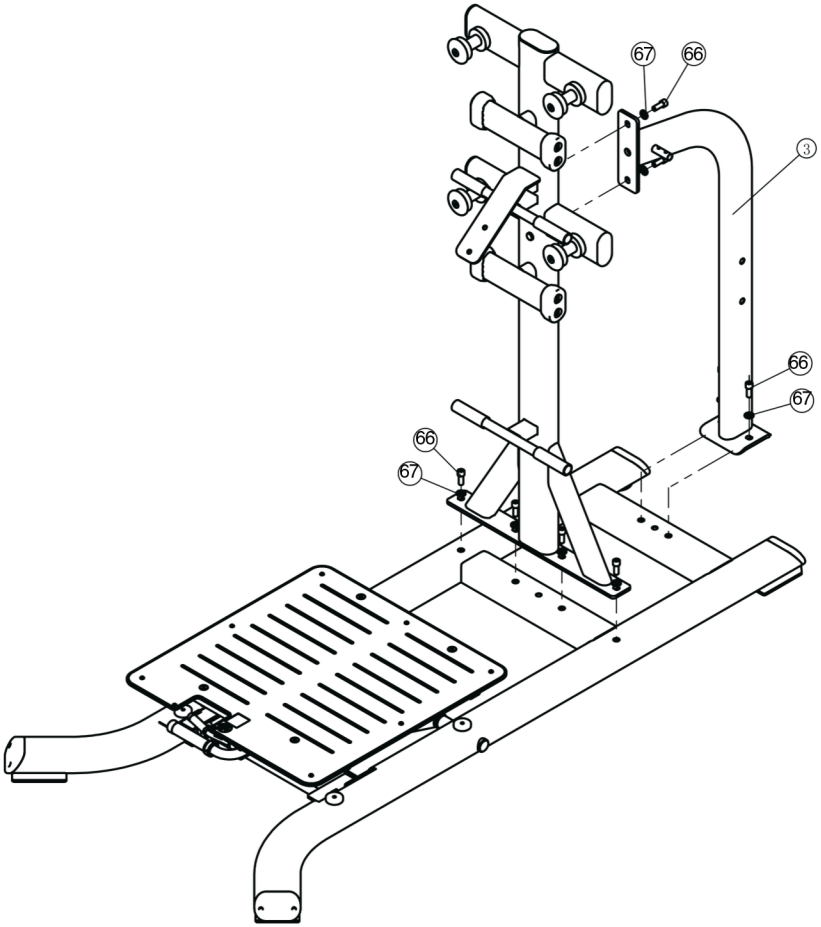
Tornillo Phillips de cabeza avellanada M5 × 60	Tornillo Allen de cabeza cilíndrica M12 × 30	Arandela plana Ø13,5 × Ø24 × 2,5	Tornillo de cabeza plana M10 × 60
			
65 — 8 PCS	66 — 8 PCS	67 — 12 PCS	68 — 4 PCS
Tornillo de cabeza botón M6 × 10	Tornillo de cabeza plana M10 × 55	Tornillo Allen de cabeza cilíndrica M10 × 30	Tornillo de cabeza plana M8 × 25
			
69 — 9 PCS	70 — 4 PCS	71 — 2 PCS	72 — 4 PCS
Tuerca de seguridad de nylon M10	Arandela plana Ø11 × Ø20 × 1,5	Tornillo prisionero M8 × 6	Tornillo de cabeza botón M8 × 45
			
73 — 4 PCS	74 — 4 PCS	75 — 4 PCS	76 — 1 PC
Arandela plana Ø9 × Ø16 × 1,6	Tuerca de seguridad de nylon M6	Tornillo de cabeza botón M6 × 30	Tornillo Allen de cabeza cilíndrica M10 × 20
			
77 — 12 PCS	78 — 4 PCS	79 — 4 PCS	80 — 12 PCS

Tuerca de seguridad de nylon M8			Tornillo prisionero M5 × 3			Tornillo de cabeza plana M5 × 10			Tornillo de cabeza plana M6 × 30		
											
81		6 PCS	82		4 PCS	83		1 PC	84		1 PC
Tornillo de cabeza plana M10 × 25			Arandela plana Ø11 × Ø20 × 2			Tornillo Allen de cabeza cilíndrica M12 × 85			Tuerca de seguridad de nylon M12		
											
85		18 PCS	86		14 PCS	87		2 PCS	88		2 PCS
Tornillo Allen de cabeza cilíndrica M8 × 15			Tornillo Allen de cabeza cilíndrica M8 × 55			Tornillo de cabeza plana M5 × 10			Arandela elástica Ø8		
											
89		4 PCS	90		3 PCS	91		4 PCS	92		4 PCS
Separador			Arandela elástica Ø10			Manija de aluminio			Tapón de aluminio Ø32 × 13,5		
											
93		2 PCS	94		4 PCS	95		4 PCS	96		4 PCS

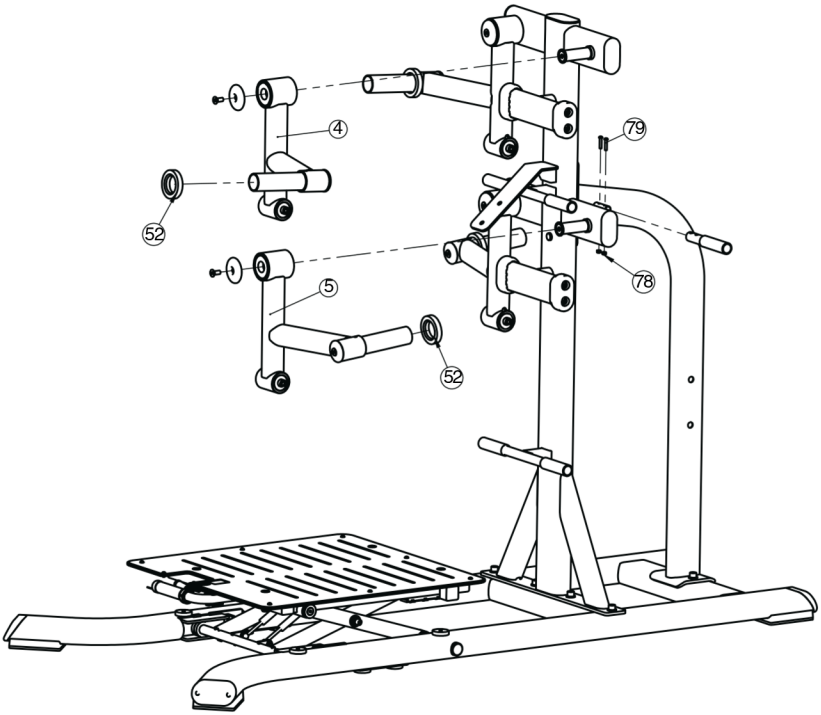
Agarre con manguito deslizante			Tornillo prisionero M5 × 6								
											
97-A		4 PCS	97-B		2 PCS						

GUÍA DE ARMADO

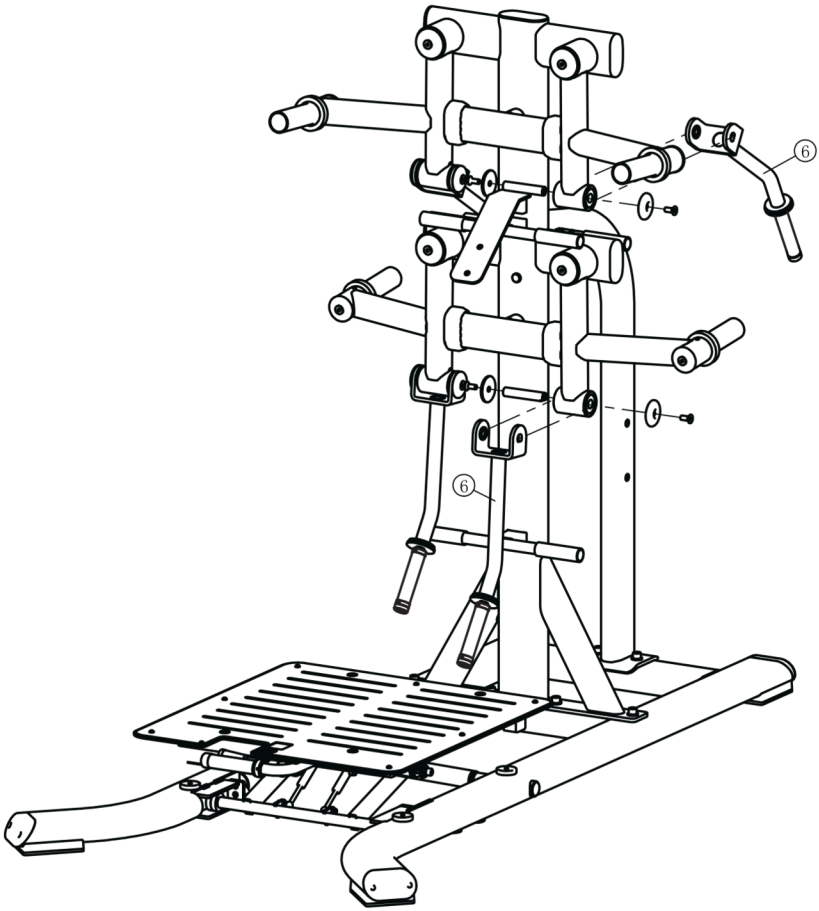
PASO 01



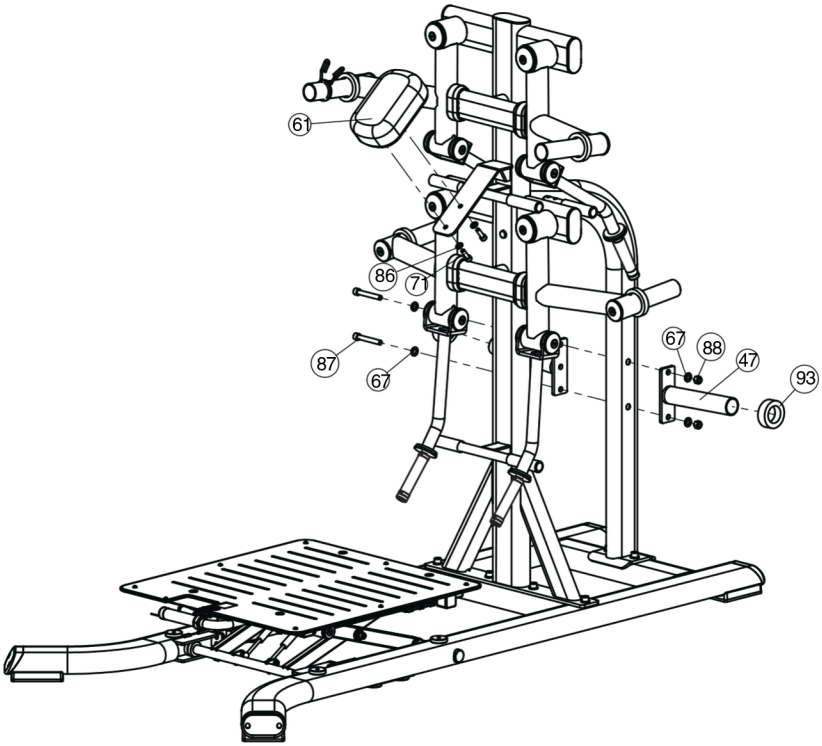
PASO 02



PASO 03



PASO 04



IRONSIDE®

GARANTÍA

PRODUCTO: Standing Multi Fligth Plate Loaded IRONSIDE Luxe
SKU: A081005033001

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