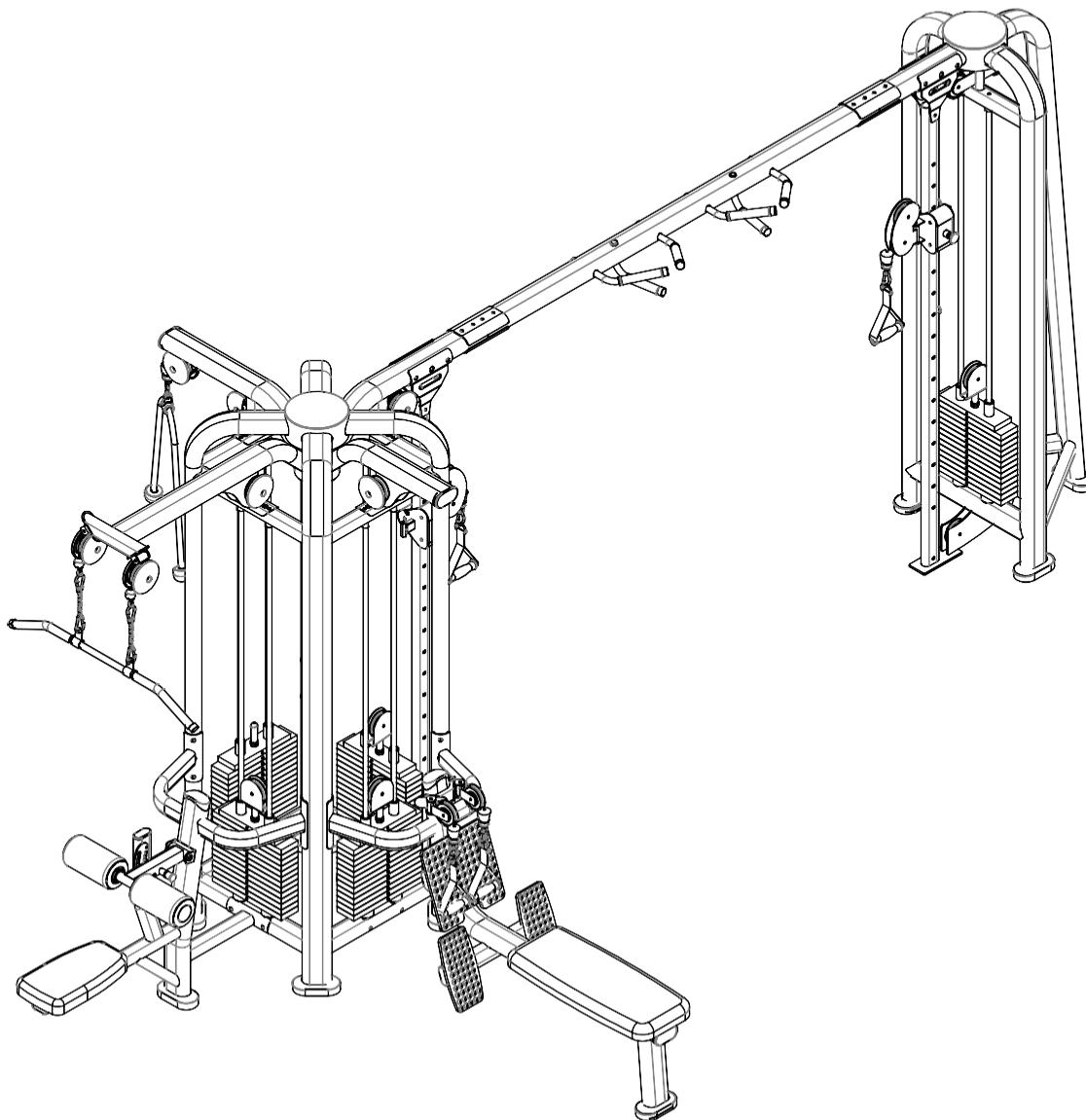


Instrukcja obsługi

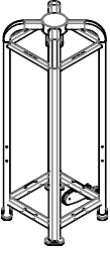
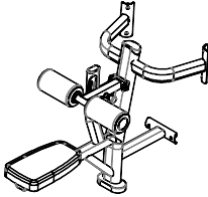
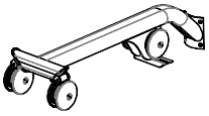
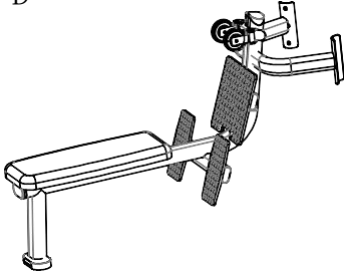
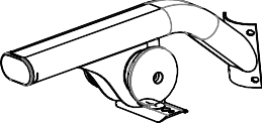

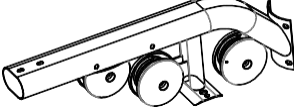
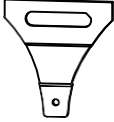
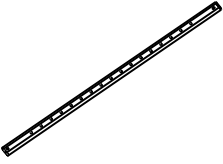
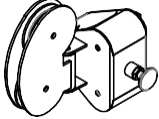
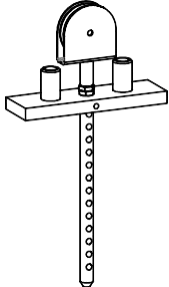
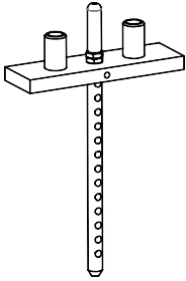
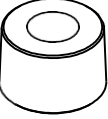
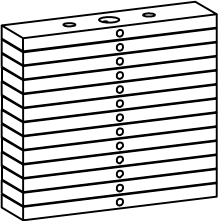



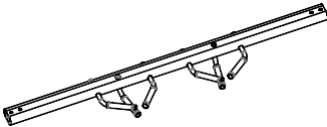
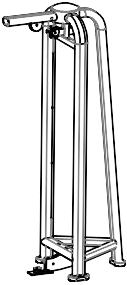
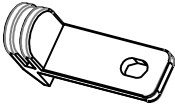
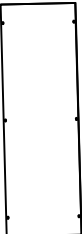

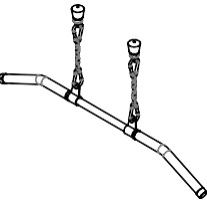

Zaawansowana maszyna wielostanowiskowa do kompleksowego treningu siłowego z podwójnym wyciągiem i 80 kg stosem obciążeń

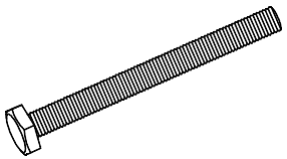


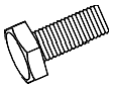
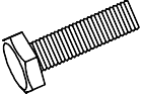
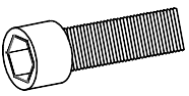
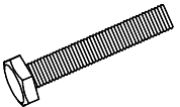
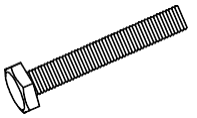
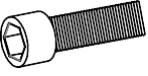


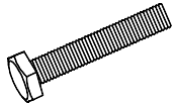


Środki bezpieczeństwa

Proszę zachować niniejszą instrukcję obsługi w odpowiednim miejscu do wykorzystania w przyszłości.

1. Przed montażem i użyciem sprzętu treningowego należy uważnie przeczytać całą treść instrukcji obsługi. Tylko prawidłowy montaż, konserwacja i użytkowanie sprzętu treningowego zapewniają bezpieczeństwo i skuteczność treningu. Należy upewnić się, że wszyscy użytkownicy znają sprzęt treningowy, wszystkie ostrzeżenia i środki ostrożności.
2. Przed użyciem sprzętu treningowego użytkownicy powinni skonsultować się z lekarzem w zależności od stanu zdrowia, aby zapobiec wypadkom zdrowotnym lub wypadkom podczas treningu, które mogłyby uniemożliwić normalny trening. Jeśli użytkownik przyjmuje leki wpływające na tętno, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu, przed treningiem należy postępować zgodnie z zaleceniami lekarza.
3. Podczas treningu należy zawsze zwracać uwagę na stan fizyczny. Nieprawidłowy lub nadmierny trening może być szkodliwy dla zdrowia. W przypadku wystąpienia następujących objawów, takich jak: ból głowy, ucisk w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, duszności, aureola, zawroty głowy, nudności itp., należy skontaktować się ze specjalistą. Należy natychmiast przerwać trening i wznowić go dopiero po zbadaniu przez lekarza i potwierdzeniu, że nie ma żadnych problemów.
4. Proszę trzymać dzieci i zwierzęta z dala od tego sprzętu treningowego. Sprzęt treningowy jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych.
5. Sprzęt treningowy należy ustawić na stabilnej, płaskiej powierzchni, a na podłodze lub dywanie należy położyć warstwę ochronną, aby zapobiec uszkodzeniu podłogi. Dla własnego bezpieczeństwa proszę upewnić się, że odległość wokół sprzętu wynosi co najmniej 1 metr.
6. Przed użyciem sprzętu treningowego należy sprawdzić, czy wszystkie śruby i nakrętki, które wymagają dokręcenia, zostały dokręcone, aby zapewnić bezpieczne użytkowanie.
7. Bezpieczne użytkowanie sprzętu treningowego można zapewnić wyłącznie poprzez regularne naprawy i konserwację części podatnych na uszkodzenia, zużycie i zniszczenie.
8. Należy używać sprzętu zgodnie z instrukcją obsługi. W przypadku stwierdzenia wadliwych części podczas montażu i konserwacji lub usłyszenia nietypowych dźwięków podczas użytkowania, należy natychmiast przerwać pracę i używanie urządzenia, aby upewnić się, że wszystkie problemy zostały rozwiązane. Dopiero po ich usunięciu można kontynuować użytkowanie.
9. Podczas korzystania z tego sprzętu treningowego należy nosić odzież odpowiednią do treningu i unikać noszenia luźnej odzieży. Za duża odzież może utknąć w urządzeniu, utrudniać jego działanie i spowodować uwięzienie użytkownika w sprzęcie i uniemożliwić mu poruszanie się.
10. Ten sprzęt treningowy nie nadaje się do użytku jako sprzęt medyczny.
11. Podczas podnoszenia lub przenoszenia tego sprzętu treningowego należy zachować ostrożność, stosować prawidłowe metody przenoszenia lub poprosić o pomoc inne osoby.

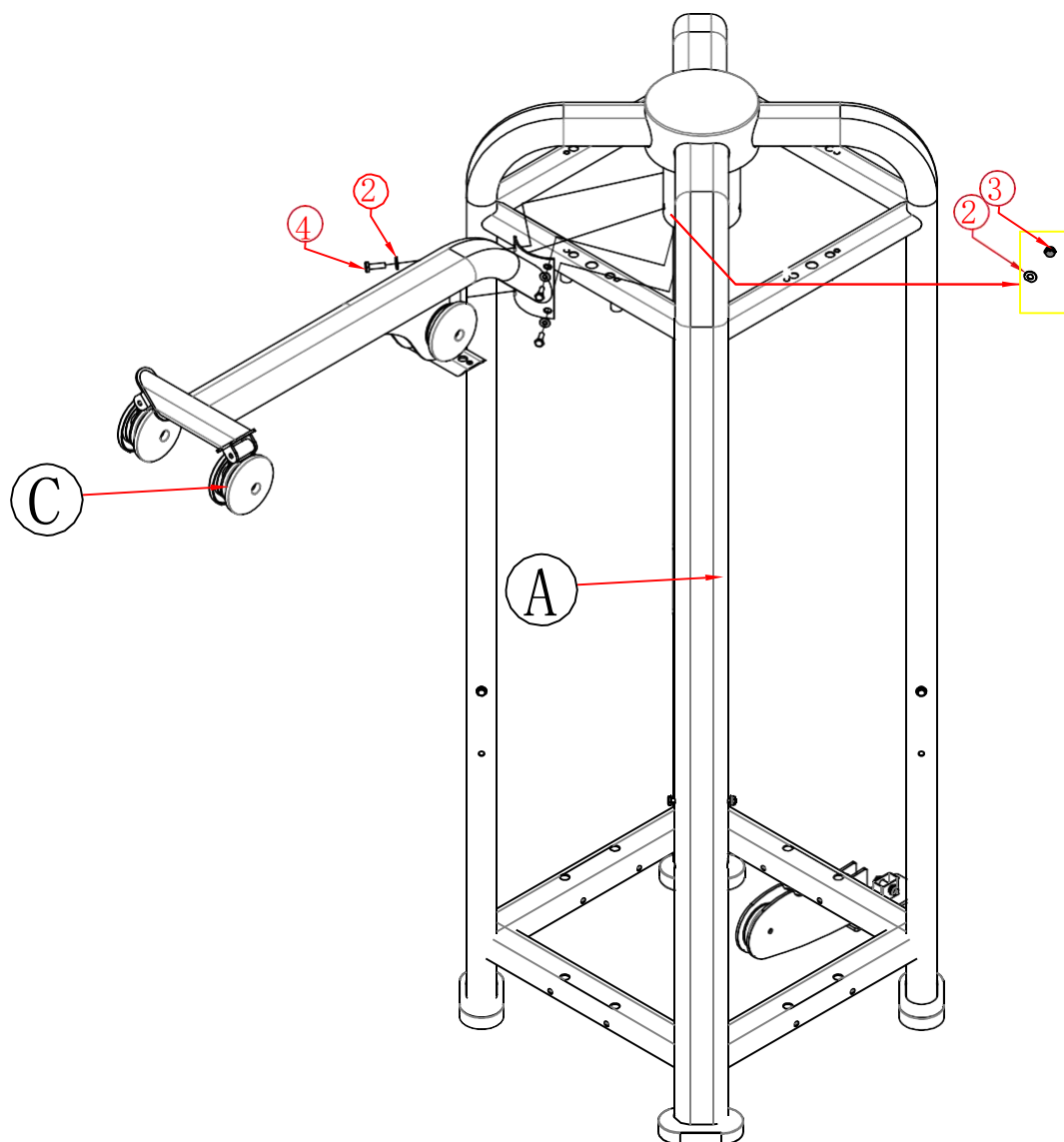
<p>A</p> 	<p>B</p> 	<p>C</p> 	<p>D</p> 
<p>E</p> 	<p>F</p> 	<p>G</p> 	<p>H</p> 
<p>I</p> 	<p>J</p> 	<p>K</p> 	<p>L</p> 
<p>M</p> 	<p>N</p> 	<p>O</p> 	<p>P</p> 
<p>Q</p> 	<p>R</p> 	<p>S</p> 	<p>T</p> 
<p>U</p> 	<p>V</p> 	<p>W</p> 	<p>X</p> 

1 	2 	3 	4 
5 	6 	7 	8 
9 	10 	11 	12 
13	14	15	16
17	18	19	20
21	22	23	24

Lista części

Nr	Nazwa	Ilość	Nr	Nazwa	Ilość
A	Cztery profile	1	1	Śruba sześciokątna M10*140	14
B	Rama główna z siedziskiem	1	2	∅ 10 Podkładka	104
C	Górne ramie z wyciągiem	1	3	M10 Nakrętka	52
D	Rama główna do wiosłowania	1	4	Śruba sześciokątna M10*30	16
E	Wspornik	1	5	Śruba sześciokątna M10*50	2
F	Wspornik (triceps)	1	6	Śruba z łbem sześciokątnym M8*20	6
G	Ramie łączące	1	7	Śruba sześciokątna M10*60	10
H	Górna płyta łącząca z rurą prowadzącą	4	8	Śruba sześciokątna M10*80	8
I	Rura prowadząca	2	9	Śruba z łbem sześciokątnym M6*20	14
J	Element wyciągu	2	10	∅ 6 Podkładka	8
K	Jednostka stosu obciążników 1	4	11	M6 Nakrętka	6
L	Zespół stosu obciążników 2	1	12	Śruba sześciokątna M10*65	2
M	Podkładka amortyzująca stos	10	13		
N	Stos obciążników	5	14		
O	Drążek prowadzący stosu	10	15		
P	Nasadka stosu obciążników	10	16		
Q	Szeroka płyta łącząca z czterema otworami	4	17		
R	Belka	1	18		
S	Rama	1	19		
T	Złącze typu T	8	20		
U	Akrylowa płyta ochronna	1	21		
V	Uchwyt	4	22		
W	Uchwyt długi	1	23		
X	Uchwyt linowy	1	24		
Y			25		
Z			26		

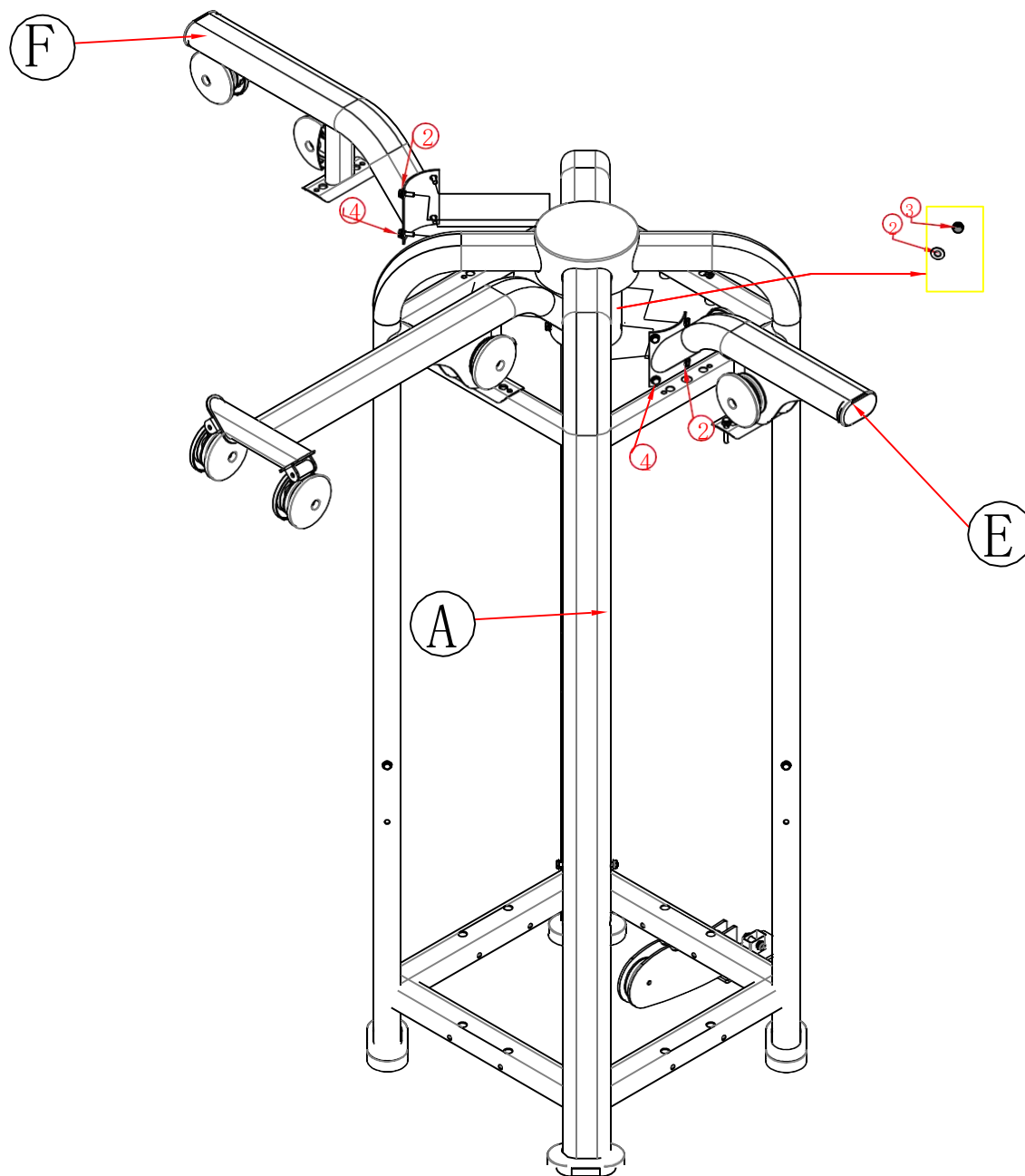
KROK 1



Krok 1:

Nie dokręcaj wszystkich śrub, dokręć je po zakończeniu całej instalacji. Zainstaluj profile oraz górne ramię C, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je za pomocą 4 śrub sześciokątnych 4# M10*30, 8 podkładek 2# \varnothing 10 i 4 nakrętek M10 3#.

KROK 2

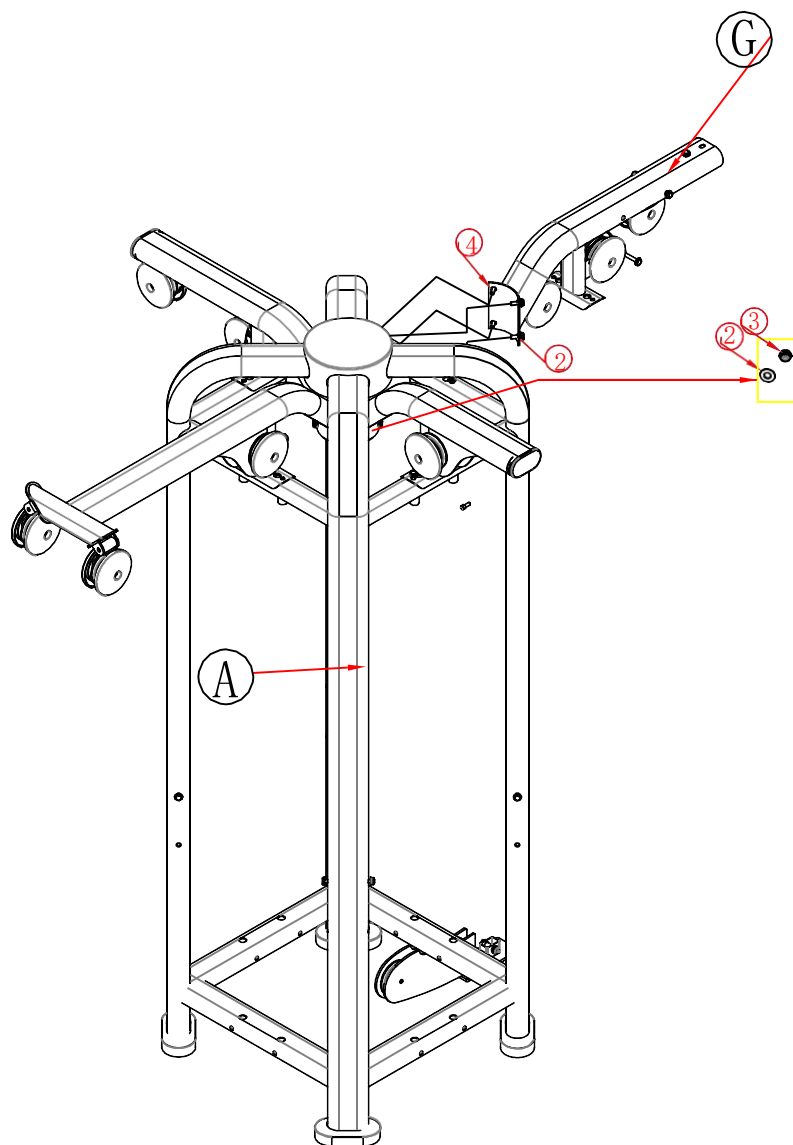


Krok 2:

1. Zamontuj profile A i wspornik F, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je za pomocą 4 śrub 4# z łbem sześciokątnym M10*30, 8 podkładek 2# \varnothing 10 i 4 nakrętek 3#M10.

2. Zamontuj profile A i wspornik od wiosłowania E, jak pokazano, i przymocuj je za pomocą 4 śrub z łbem sześciokątnym M10*30, 8 podkładek 2 \varnothing 10 i 4 nakrętek 3#M10.

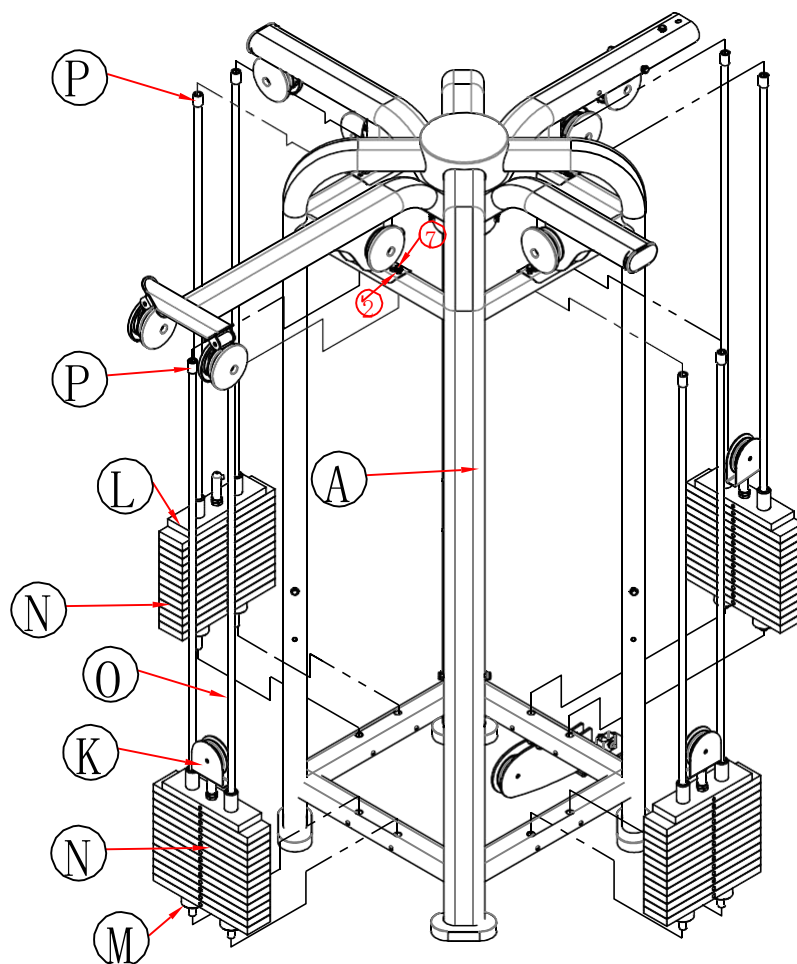
KROK 3



Krok 3:

1. Zainstaluj profile A i ramie łączące G, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je za pomocą 4 śrub 4# z łbem sześciokątnym M10*30, 8 podkładek 2# $\varnothing 10$ i 4 nakrętek 3# M10.

KROK 4

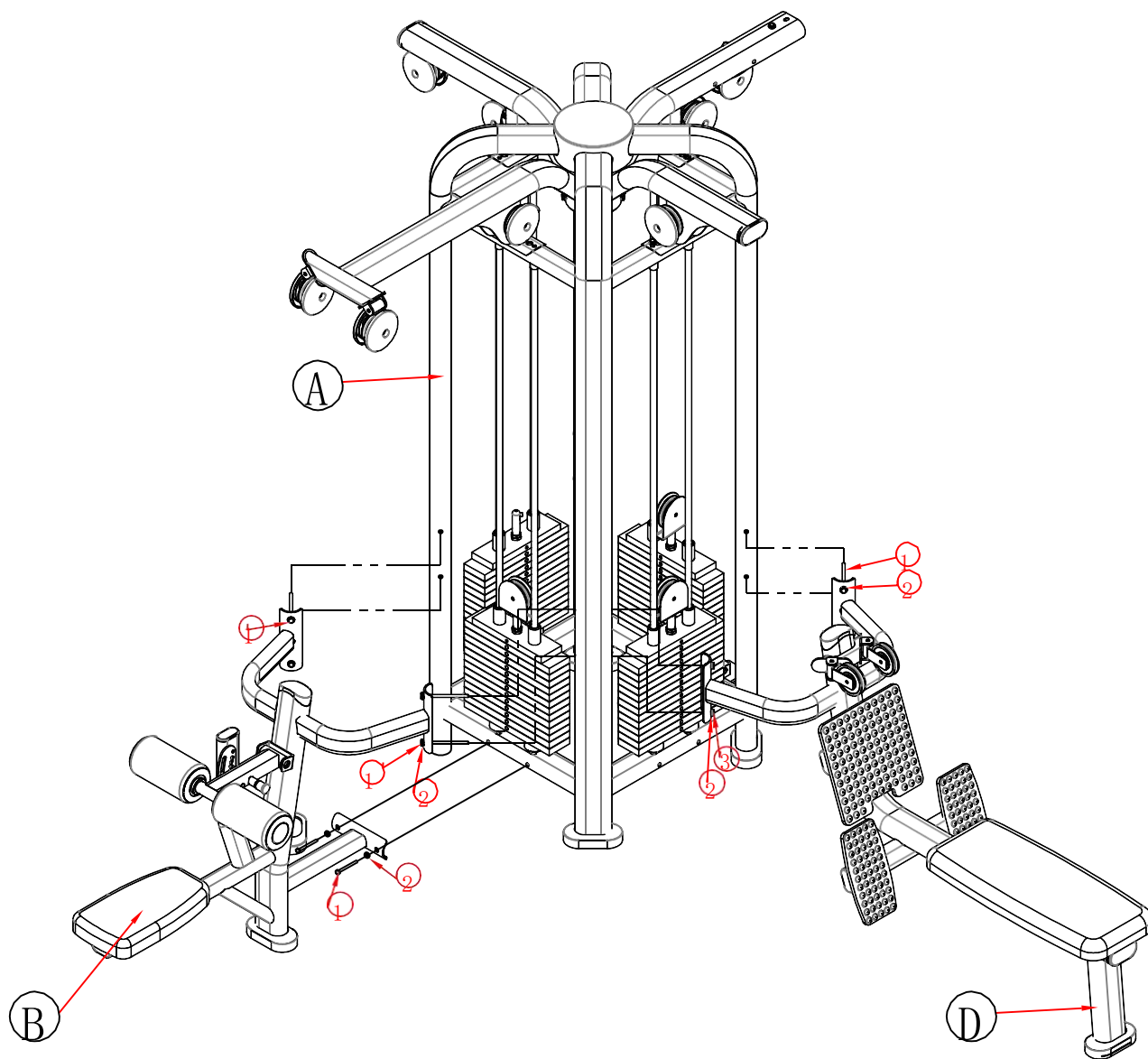


Krok 4:

1. Zainstaluj stopy obciążeniowe przy profilach A, jak pokazano na rysunku, zainstaluj 2 podkładki amortyzujące M w pozycji pokazanej na rysunku, następnie zainstaluj stos N i 1 jednostkę stosu obciążników K (1 zestaw bloku L), a następnie umieść 2 drążki prowadzące O i 2 nasadki P w pozycji pokazanej na rysunku. Przymocuj je za pomocą 2 śrub M10*60 7# i 2 podkładek 2# \varnothing 10.

Metoda montażu jest taka sama dla czterech stron.

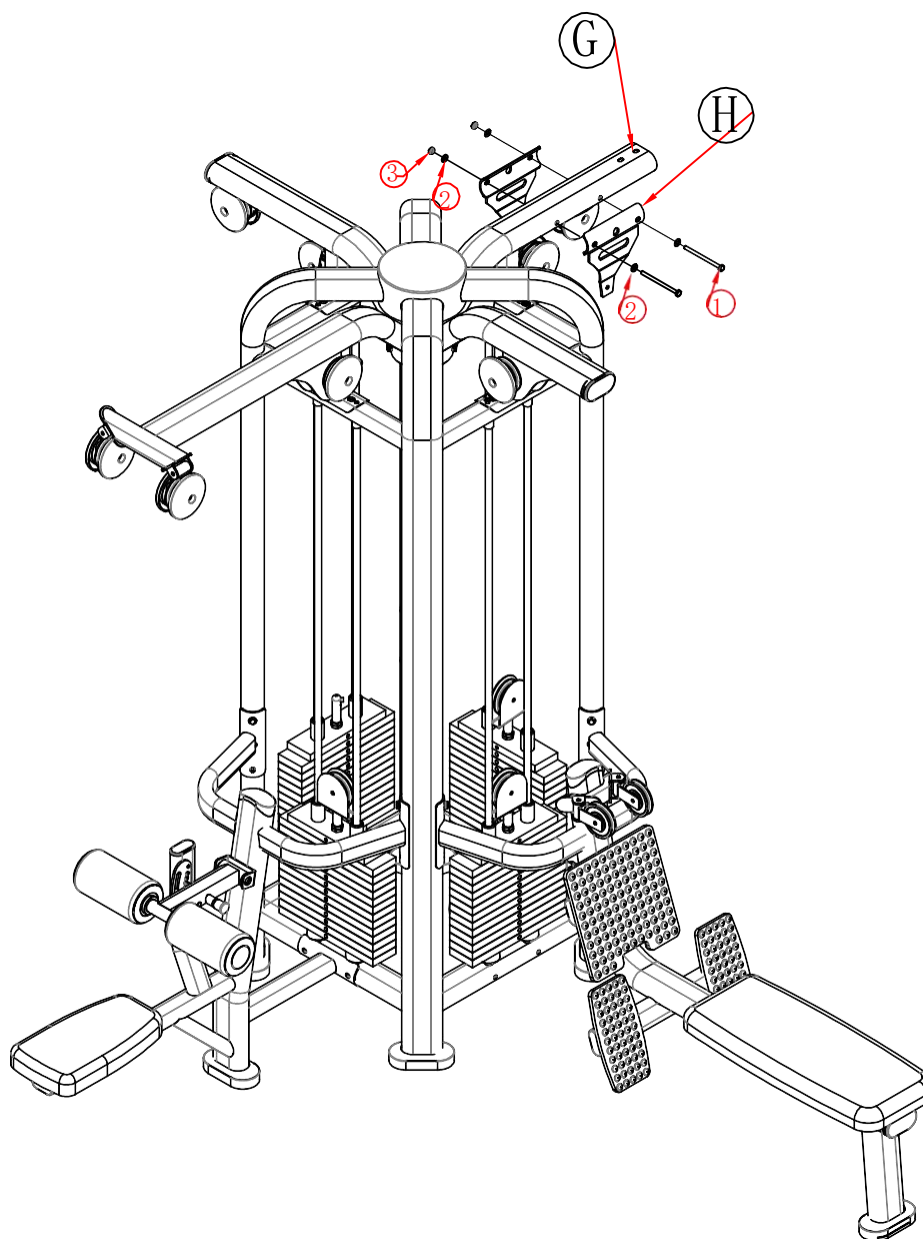
KROK 5



Krok 5:

1. Zamontuj profile A i ramę główną z siedziskiem B, jak pokazano na rysunku. Następnie przymocuj je za pomocą 6 śrub z łbem sześciokątnym 1# M10*140, 12 podkładek 2# $\varnothing 10$ i 6 nakrętek 3# M10.
2. Zamontuj profile A i ramę główną do wiostowania D, jak pokazano na rysunku, i przymocuj je za pomocą 4 śrub z łbem sześciokątnym 1# M10*140, 8 podkładek 2# $\varnothing 10$ i 4 nakrętek 3# M10.

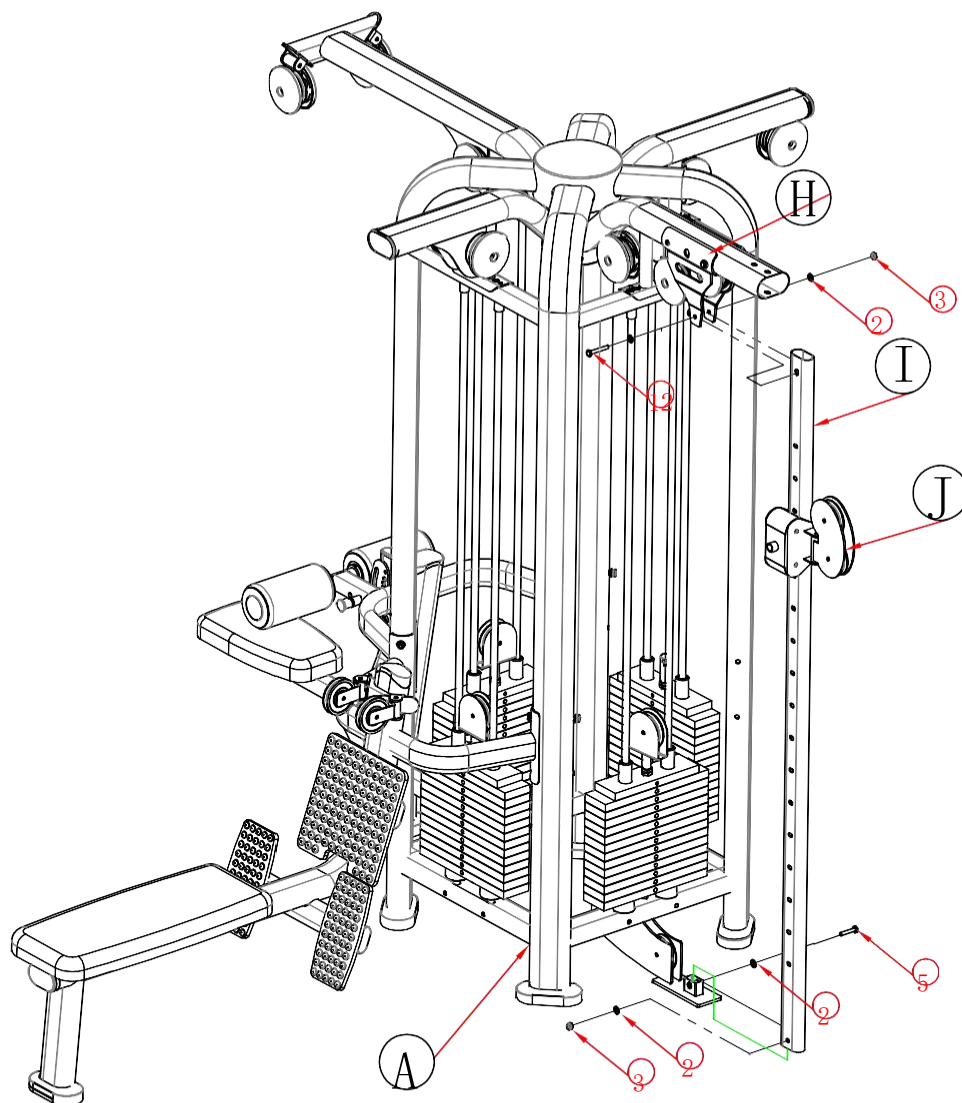
KROK 6



Krok 6:

1. Zainstaluj 1 G ramie łączące i 2 H wspornik, jak pokazano na rysunku, a następnie przymocuj je za pomocą 2 1# śrub sześciokątnych M10*140, 4 2# podkładek \varnothing 10 i 2 3# nakrętek M10.

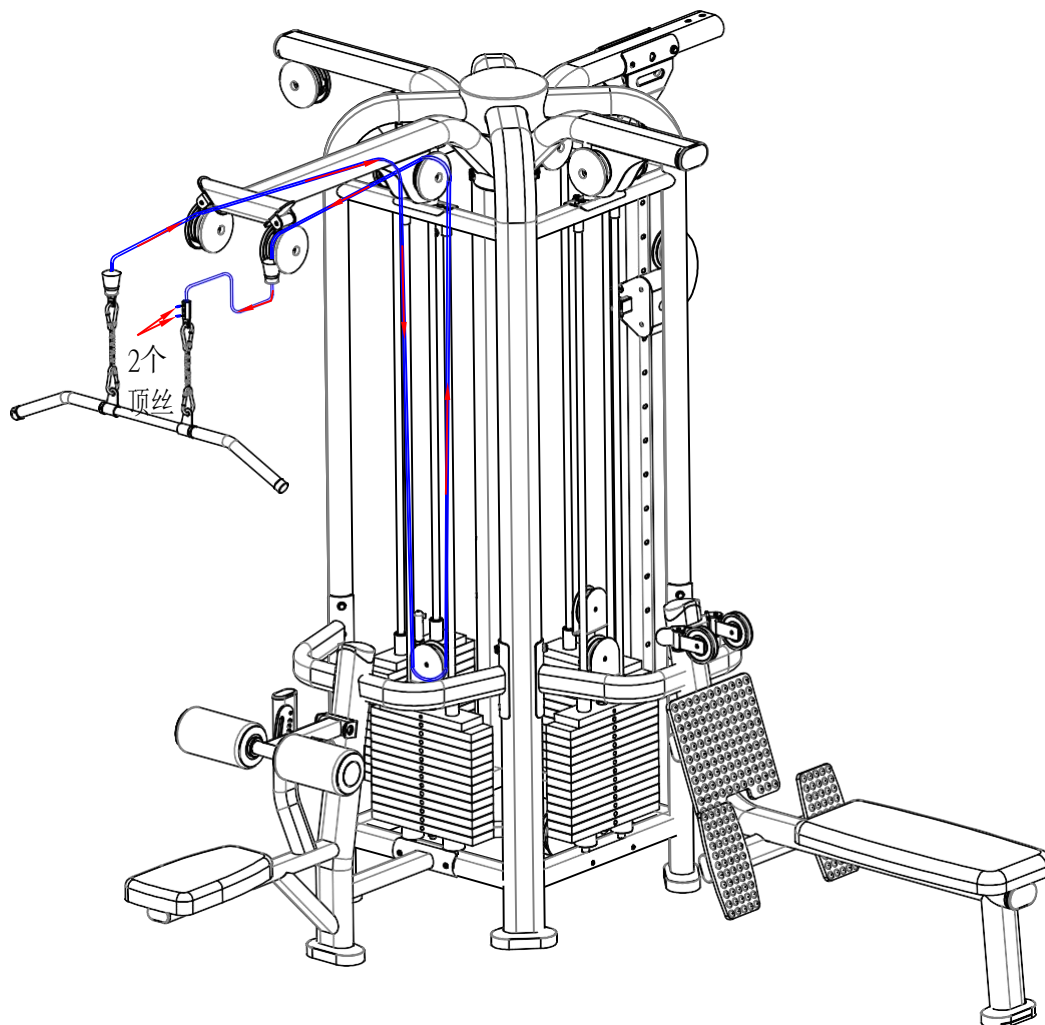
KROK 7



Krok 7:

1. Jak pokazano na rysunku, zainstaluj prostokątną rurę prowadzącą I wraz z profilami A, najpierw zainstaluj element wyciągu J, a następnie zainstaluj rurę prowadzącą I u profili A i przymocuj ją za pomocą 1 5# śruby z łbem sześciokątnym M10*50, 2 podkładek 2#Ø 10 i 1 nakrętki 3#M10. Górny koniec rury prowadzącej I jest przymocowany do górnej płyty łączącej z rurą prowadzącą H i zamocowany za pomocą 1 12# śruby z łbem sześciokątnym M10*65, 2 podkładek 2#Ø 10 i 1 nakrętki 3#M10.

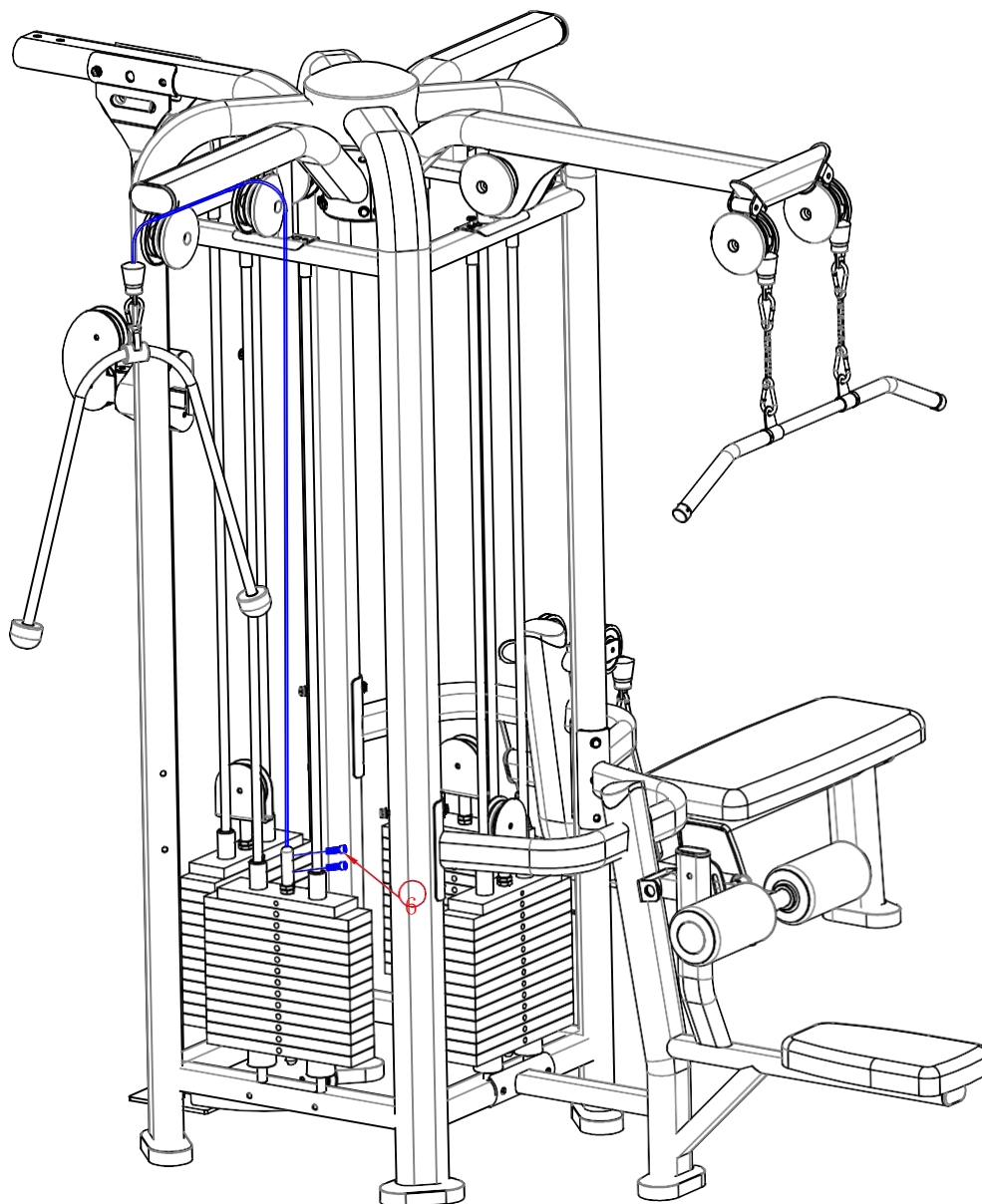
KROK 8



Krok 8:

1. Zainstaluj linę stalową w kierunku linii, jak pokazano na rysunku, i zamocuj jeden koniec liny stalowej za pomocą dwóch górnych drutów sześciokątnego zamka. (Drugi koniec jest zamocowany fabrycznie)

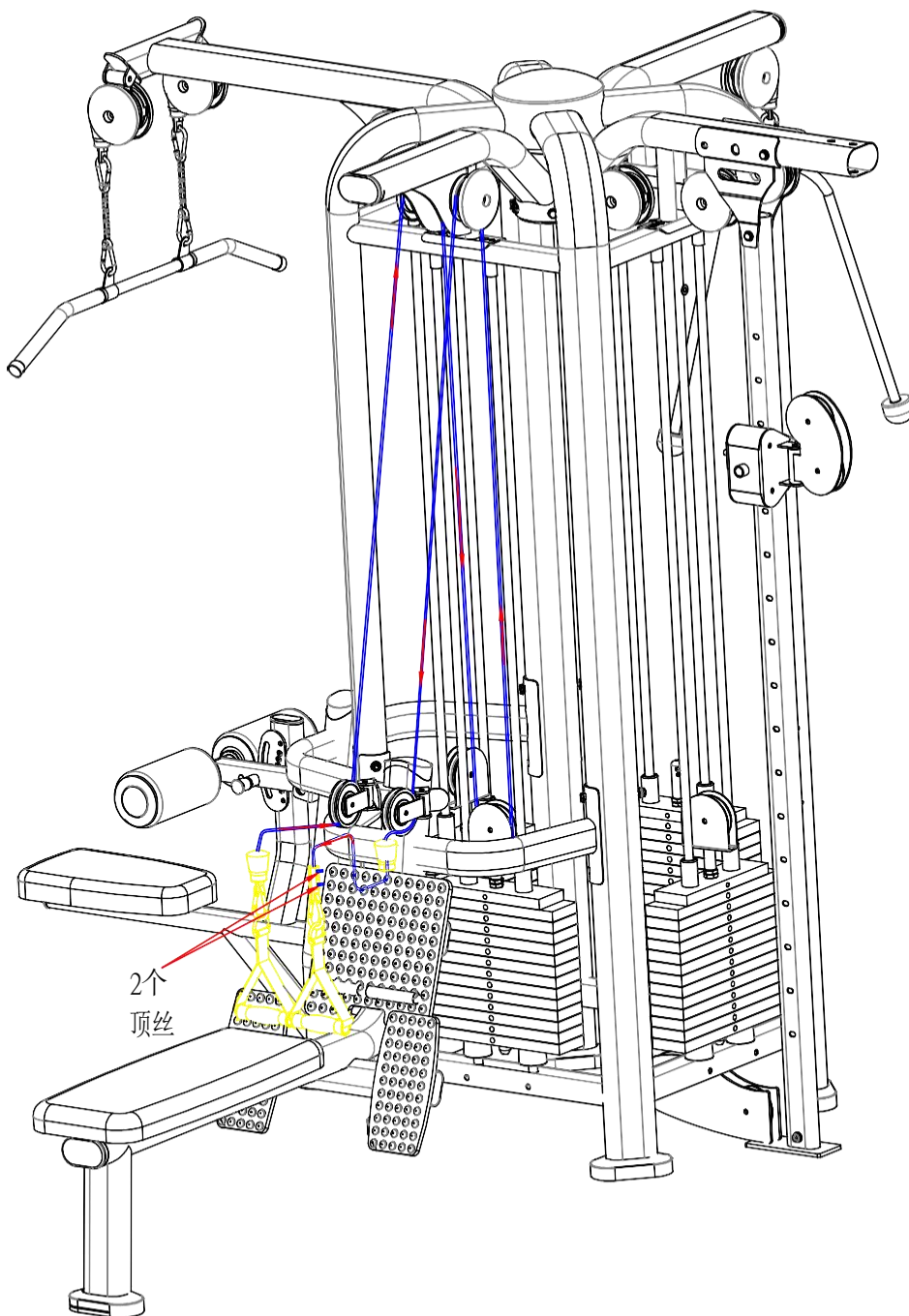
KROK 9



Krok 9:

1. Zamontuj linę stalową w kierunku linii, jak pokazano na rysunku, i użyj dwóch śrub M8*20 6#, aby przymocować jeden koniec liny stalowej do przeciwwagi. (Drugi koniec jest zamocowany fabrycznie)

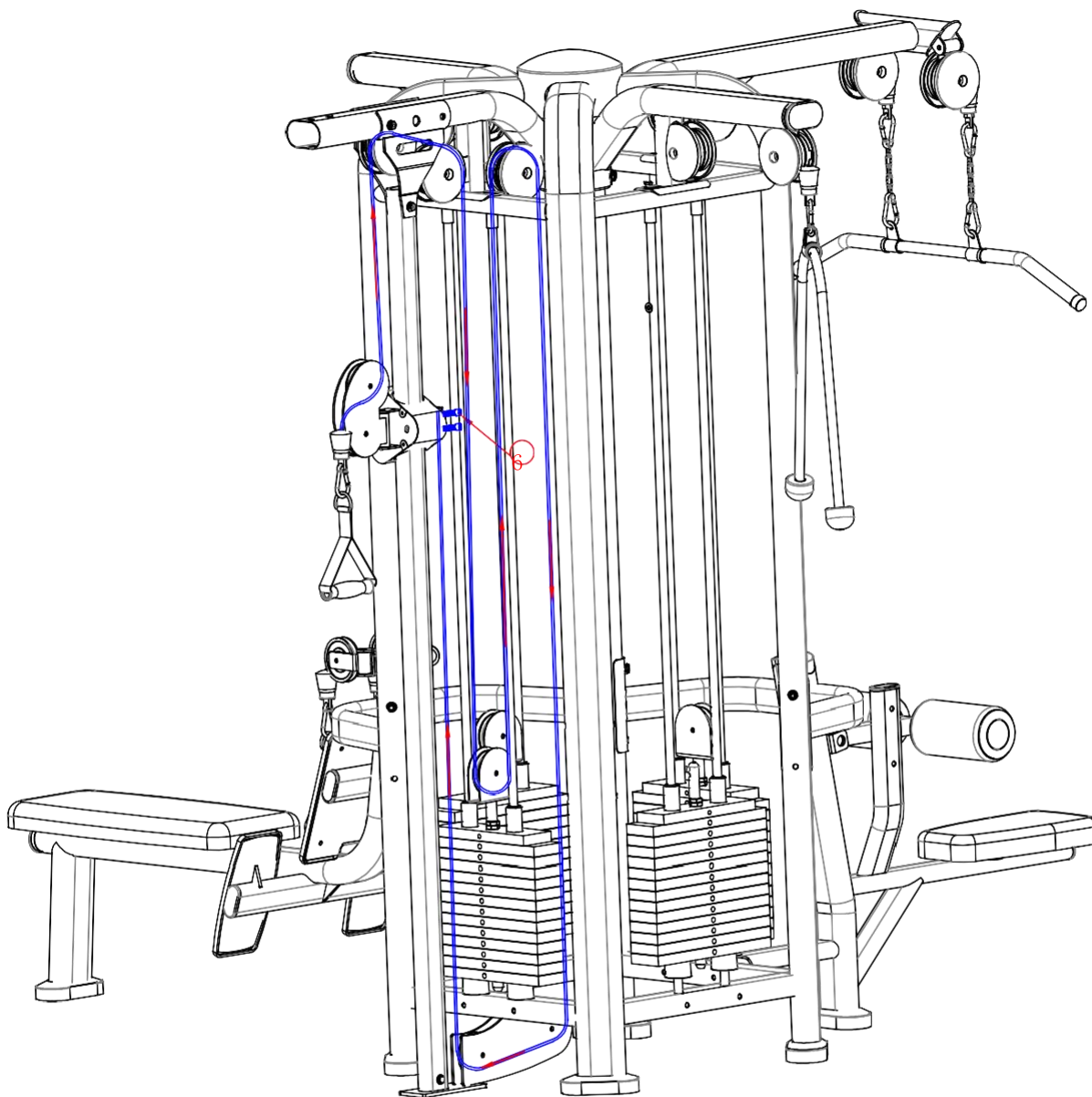
KROK 10



Krok 10:

1. Zainstaluj linę stalową w kierunku linii, jak pokazano na rysunku, i zamocuj jeden koniec stalowej za pomocą dwóch górnych drutów sześciokątnego zamka. (Drugi koniec jest zamocowany fabrycznie)

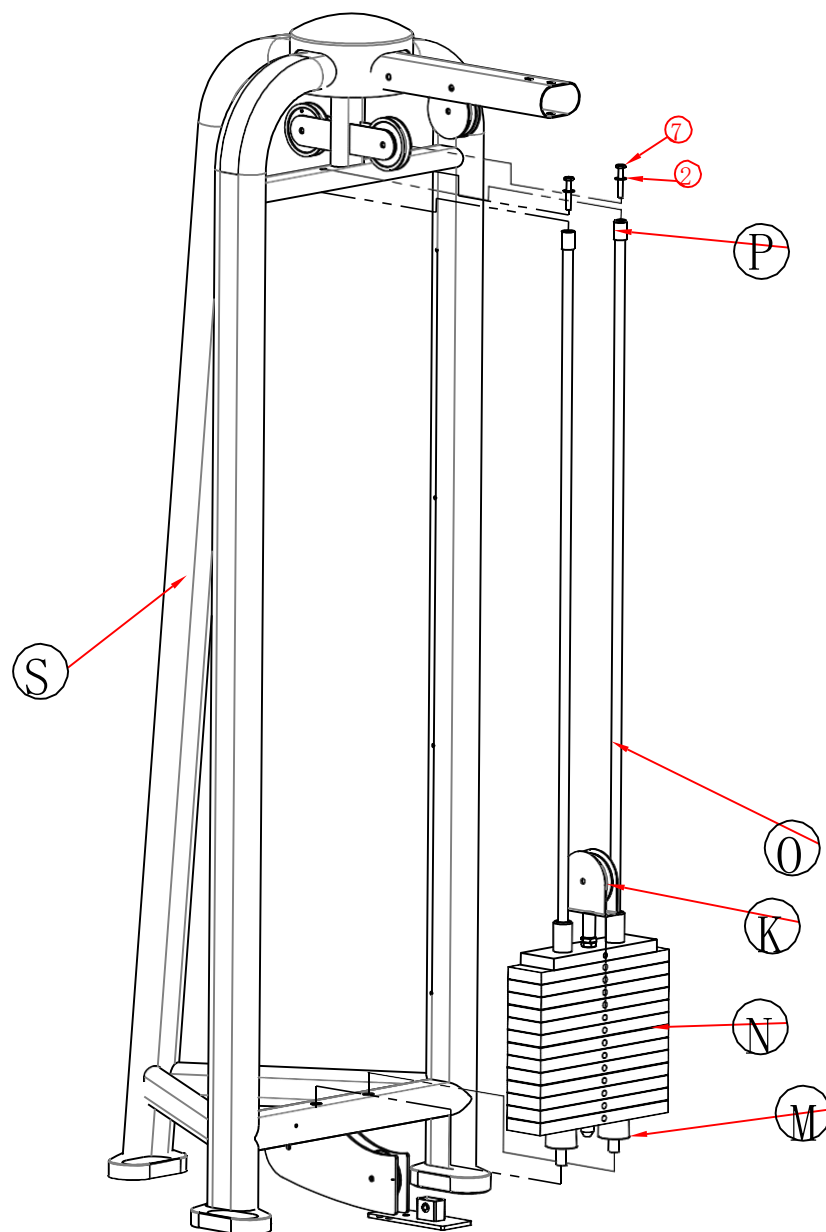
KROK 11



Krok 11:

1. Zamontuj linę stalową w kierunku linii, jak pokazano na rysunku, i przymocuj jeden koniec liny stalowej do skrzynki przesuwnej za pomocą dwóch śrub M8*20 (Drugi koniec jest zamocowany fabrycznie).

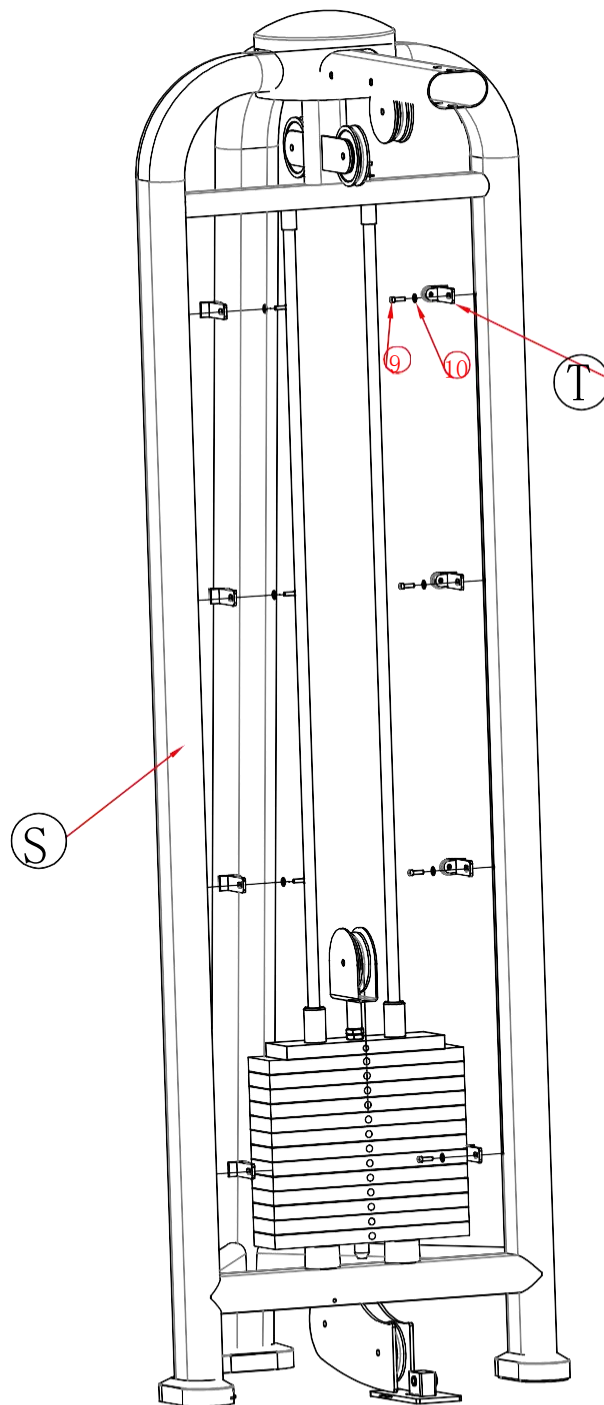
KROK 12



Krok 12:

1. Zainstaluj stos wraz z ramą S, jak pokazano na rysunku, zainstaluj 2 podkładki amortyzujące M w pozycji pokazanej na rysunku, a następnie zainstaluj 1 stos N i jednostkę stosu obciążników K. Następnie umieść 2 drążki prowadzące O i 2 nasadki P w pozycji pokazanej na rysunku i przymocuj je za pomocą 2 śrub M10 * 60 7 # i 2 podkładek 2 # \varnothing 10.

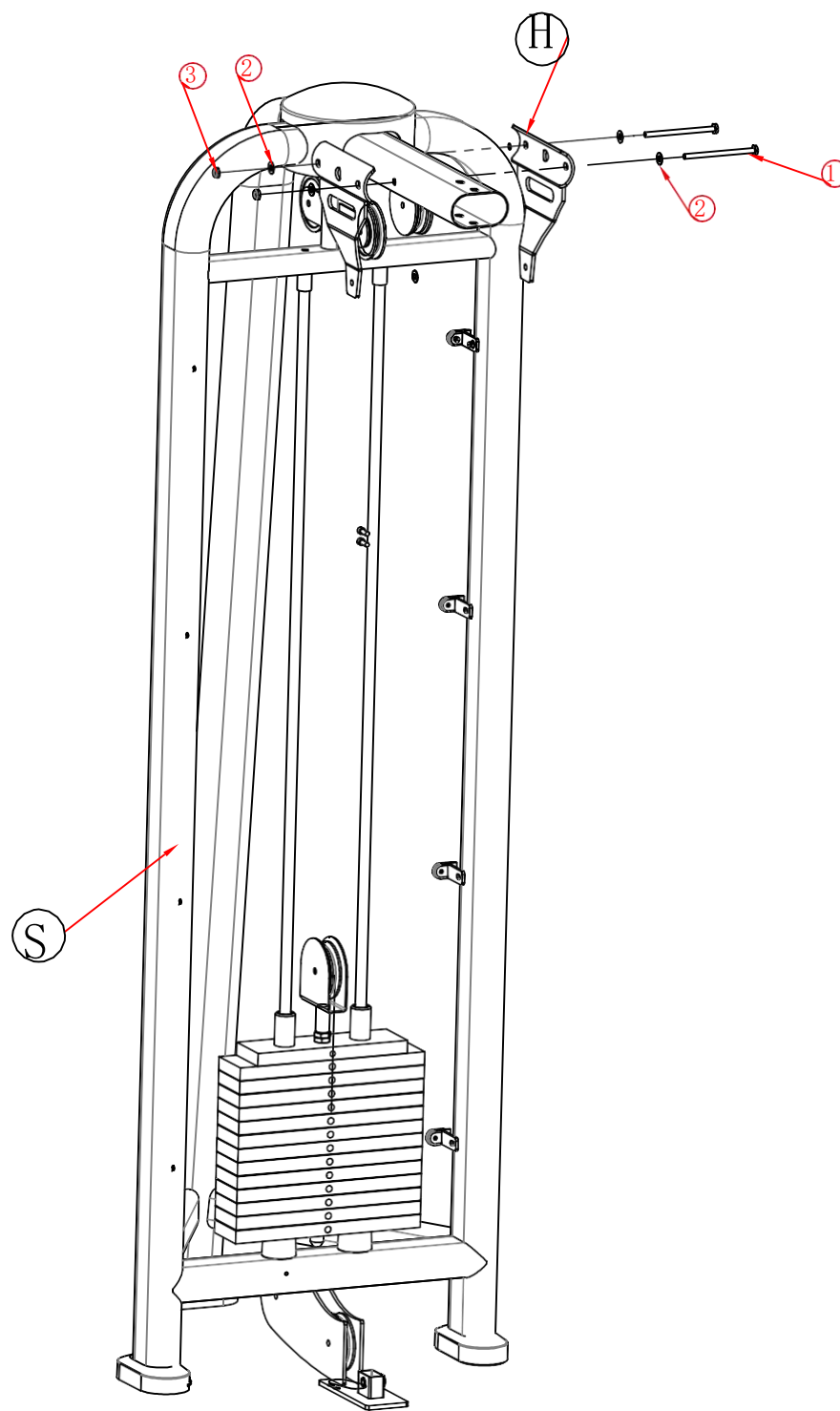
KROK 13



Krok 13:

1. Jak pokazano na rysunku, zainstaluj 8 złącz typu T w ramie S i przyspawaj je ze sobą. Do ich zamocowania użyj 8 śrub M6*20 9# i 8 podkładek 10# Ø6.

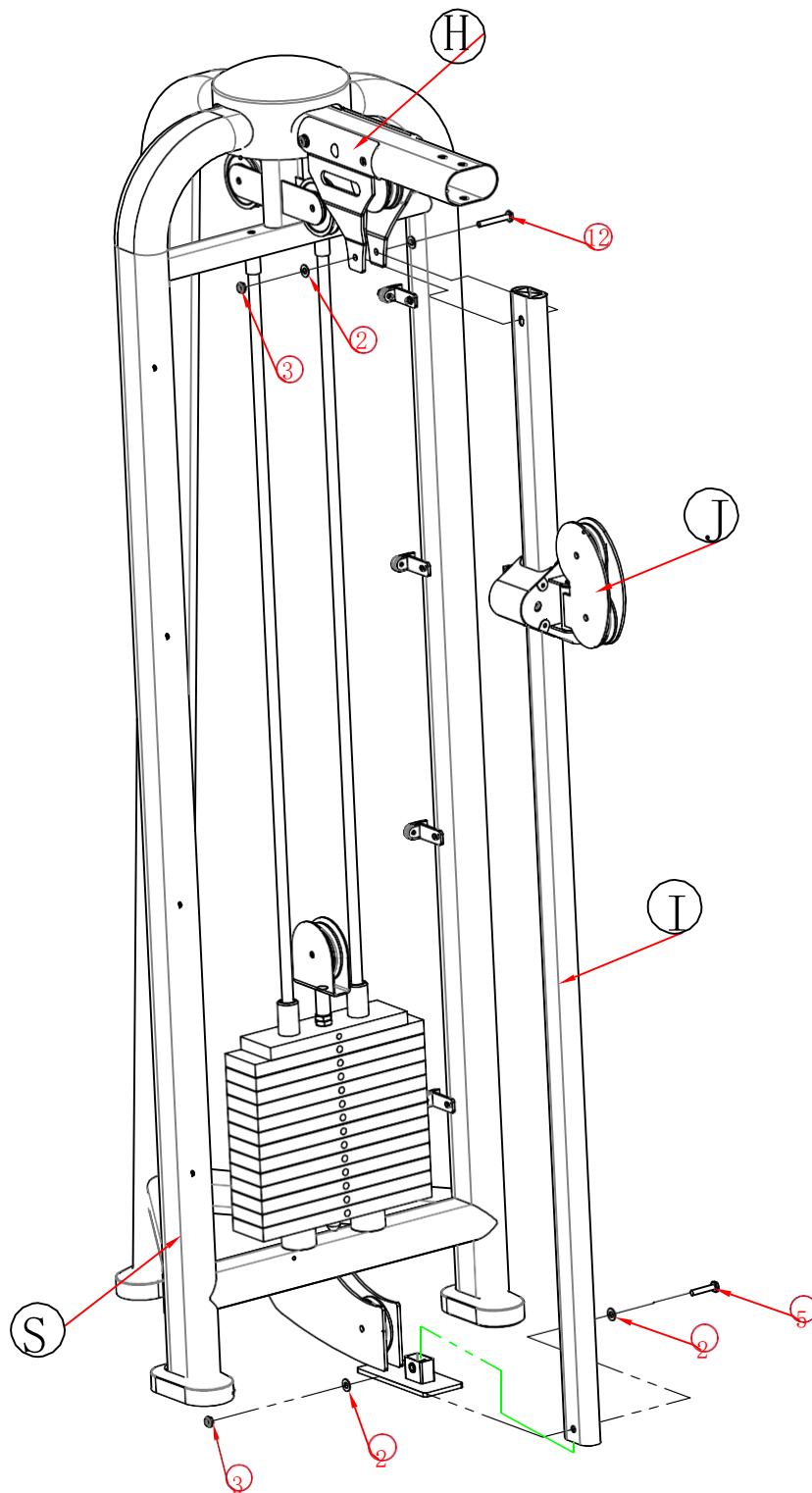
KROK 14



Krok 14:

1. Jak pokazano na rysunku, zainstaluj ramę S i przyspawaj dwie płyty łączące do płyty łączącej H i przymocuj je za pomocą dwóch śrub sześciokątnych 1# M10*140, czterech podkładek 2# \varnothing 10 i dw nakrętki 3# M10.

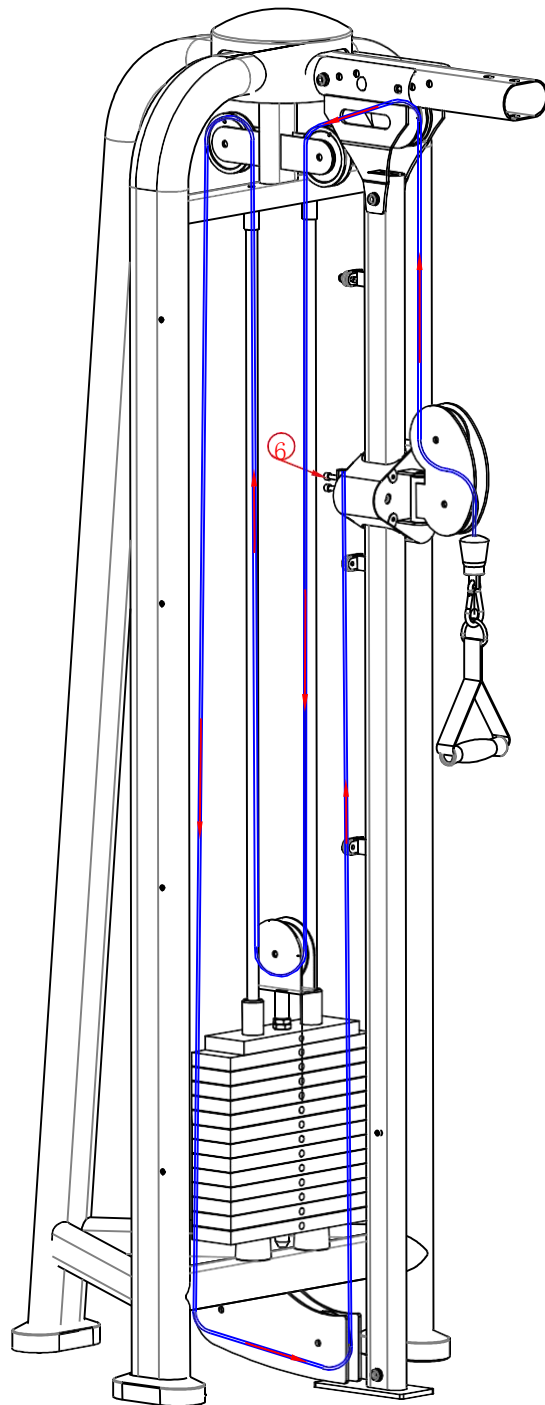
KROK 15



Krok 15:

1. Jak pokazano na rysunku, zainstaluj rurę prowadzącą I w ramie S i przyspawaj ją. Najpierw zainstaluj element J, a następnie zainstaluj dolny koniec rury prowadzącej I do ramy S i przyspawaj ją. Do zamocowania użyj 1 śruby sześciokątnej M10*50 5#, 2 podkładek 2#Ø10 i 1 nakrętki 3#M10. Górny koniec rury prowadzącej I jest przymocowany do górnej płyty łączącej H i zamocowany za pomocą 1 12# śruby z łbem sześciokątnym M10*65, 2 podkładek 2#Ø10 i 1 nakrętki 3#M10.

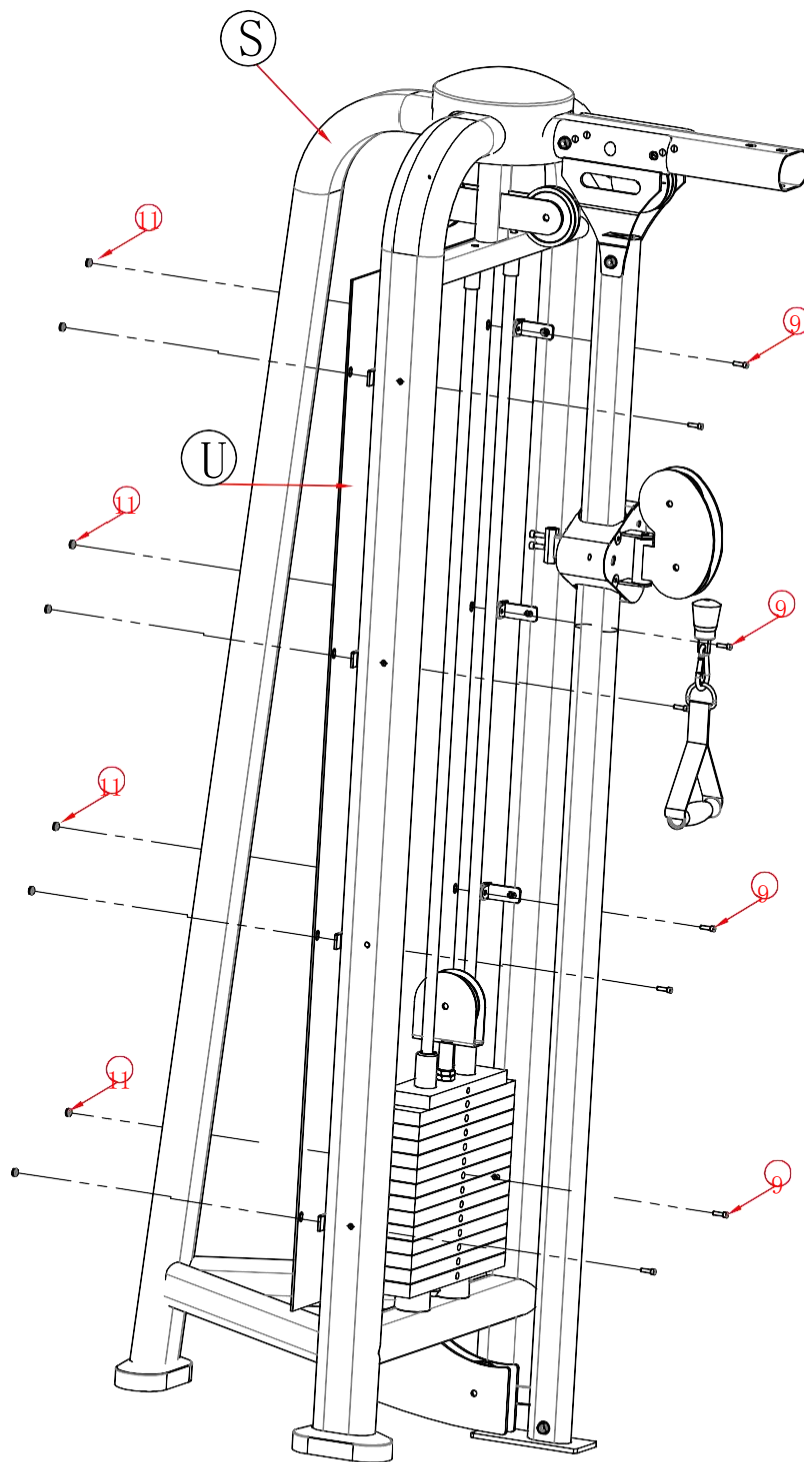
KROK 16



Krok 16:

1. Zainstaluj linę stalową w kierunku linii, jak pokazano na rysunku, i użyj dwóch śrub M8*20 z 6#, aby przymocować jeden koniec liny stalowej do skrzynki ślizgowej. (Drugi koniec jest zamocowany fabrycznie)

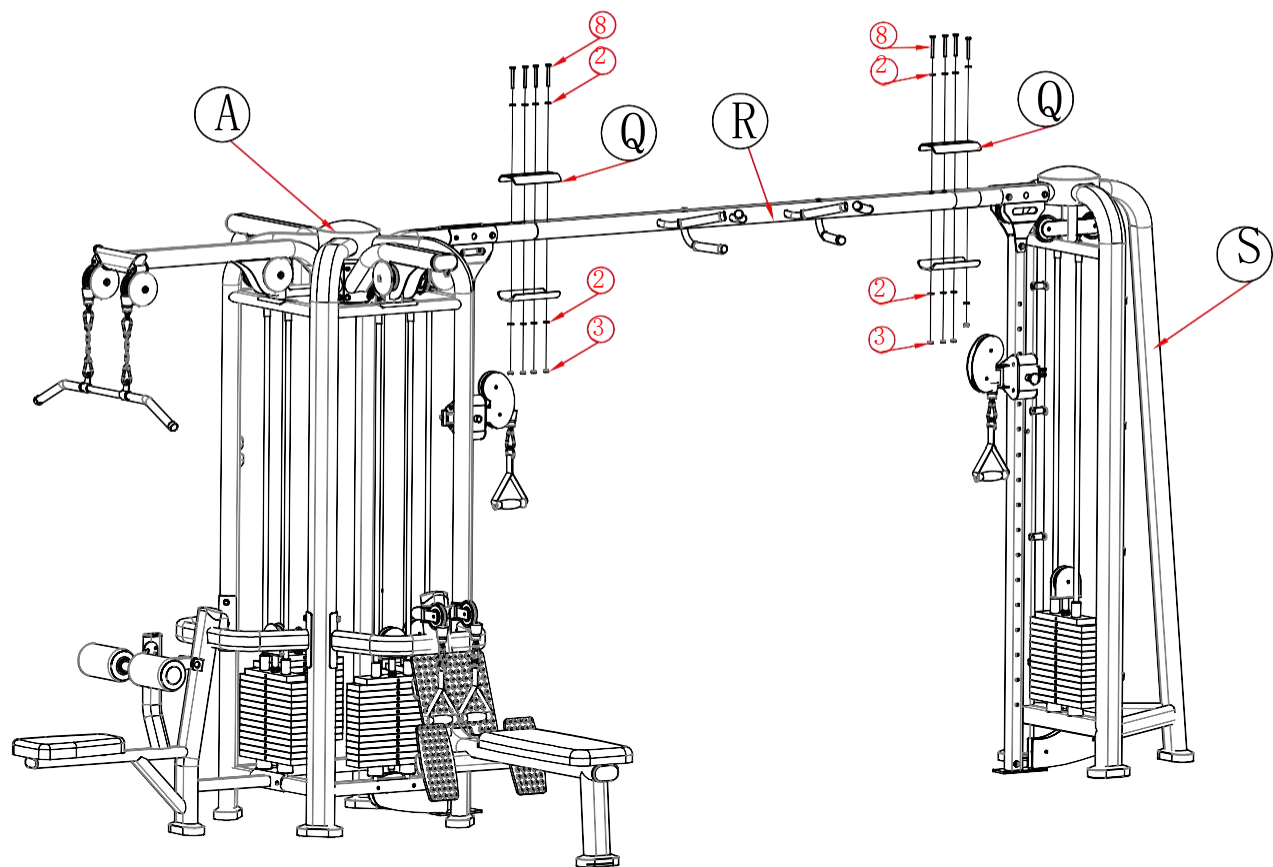
KROK 17



Krok 17:

1. Jak pokazano na rysunku, zainstaluj akrylową płytę ochronną U w ramie S i zespawaj ją ze sobą. Użyj 8 śrub M6*20 9#, przejdź przez złącze w kształcie litery T i przymocuj je za pomocą 8 nakrętek M6 11#.

KROK 18



Krok 18:

1. Zainstaluj profile A i belkę R, jak pokazano na rysunku. Najpierw zainstaluj płytę łączącą Q i przymocuj ją 4 zewnętrznymi śrubami 8# z łbem sześciokątnym M10*80, 8 podkładkami 2# \varnothing 10 i 8 nakrętkami 3#M10.

2. Zamontuj ramę S i belkę R, jak pokazano na rysunku. Najpierw zamontuj czterootworową płytę łączącą Q i przymocuj ją 4 śrubami z łbem sześciokątnym 8# M10*80, 8 podkładkami 2# \varnothing 10 i 8 nakrętkami 3#M10.