

СКАМЬЯ СО СТОЙКАМИ

ПОД ШТАНГУ DFC

Артикул: DZ005AB



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



** Спецификация данного продукта может отличаться от того вида, который представлен в руководстве.

** Перед началом эксплуатации устройства ознакомьтесь со всеми инструкциями. Сохраните данное руководство для дальнейшего использования.

1. ИНСТРУКЦИИ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ – Перед началом эксплуатации устройства ознакомьтесь со всеми инструкциями. Сохраните данное руководство для дальнейшего использования.

1. Перед сборкой и эксплуатацией тренажёра ознакомьтесь со всеми инструкциями в данном руководстве. Для безопасной и эффективной работы с тренажёром убедитесь, что оборудование правильно собрано и используется должным образом. Примечание: Обязательно ознакомьте всех пользователей тренажёра с инструкциями и мерами предосторожности.
2. Перед началом работы с тренажёром проконсультируйтесь со своим врачом, чтобы определить, есть ли у вас какие-либо медицинские или физические противопоказания, которые могут поставить под угрозу ваше здоровье и безопасность, или препятствовать правильному использованию оборудования. Обязательно обратитесь к врачу за рекомендациями, если вы принимаете лекарства, которые могут повлиять на ваш пульс, кровяное давление или уровень холестерина.
3. Чрезмерная нагрузка или неправильная работа с тренажёром может нанести вред вашему здоровью. Если во время тренировки вы почувствуете головокружение, слабость или обнаружите у себя какие-либо другие болезненные симптомы, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
4. Не подпускайте к тренажёру детей и питомцев. Оборудование предназначено исключительно для взрослых.
5. Используйте тренажёр на твёрдой ровной поверхности. Положите под тренажёр специализированное покрытие для защиты пола от загрязнений и любых других повреждений. Для обеспечения безопасности, вокруг оборудования должно находиться не менее 2 метров свободного пространства.
6. Перед первым запуском тренажёра проверьте все винты, гайки и другие соединения. Убедитесь, что тренажёр установлен в безопасном положении. Для поддержания должного уровня безопасности оборудования, регулярно проводите осмотр тренажёра на предмет повреждений и износа.
7. При использовании оборудования надевайте соответствующую спортивную одежду. Не рекомендуется надевать свободную одежду, которая может попасть в подвижные детали тренажёра или ограничить ваши движения.
8. Тренажёр предназначен исключительно для домашнего использования.
9. Будьте осторожны при подъёме и перемещении тренажёра, чтобы избежать повреждение спины.
10. Сохраните данное руководство и сборочные инструменты для дальнейшего использования.
11. Данный тренажёр не предназначен для терапевтических целей.

2. ИСТРУКЦИИ ПО УХОДУ ЗА ТРЕНАЖЁРОМ

- · Периодически смазывайте подвижные соединения тренажёра после его использования.
- · Будьте осторожны, чтобы не повредить пластиковые/металлические детали тренажёра тяжёлыми или острыми предметами.
- · Избегайте попадания влаги на оборудование, протирайте тренажёр сухой тряпкой.
- · Максимально допустимый вес пользователя – 120 кг.

3. СПЕЦИФИКАЦИЯ – Предварительная сборка

*** Напоминание: Советы по сборке

Перед началом сборки установите все болты в соответствующие соединения тренажёра. Не затягивайте болты на данном этапе. После того, как все детали будут установлены, затяните болты. Подобные действия сделают сборку более эффективной и экономичной по времени.





СПЕЦИФИКАЦИЯ

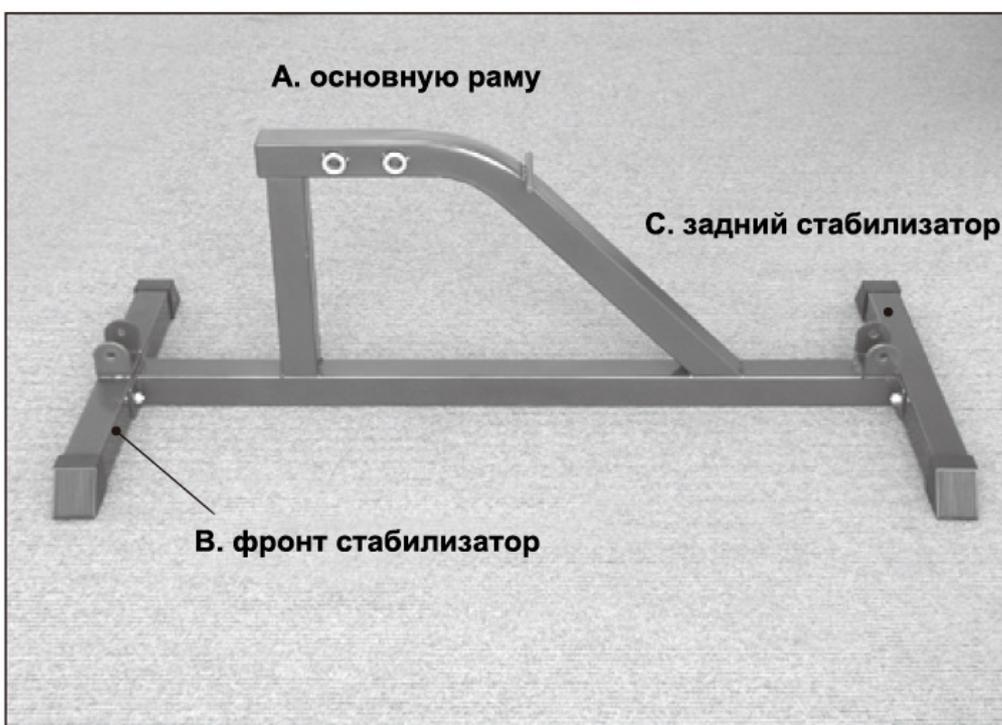
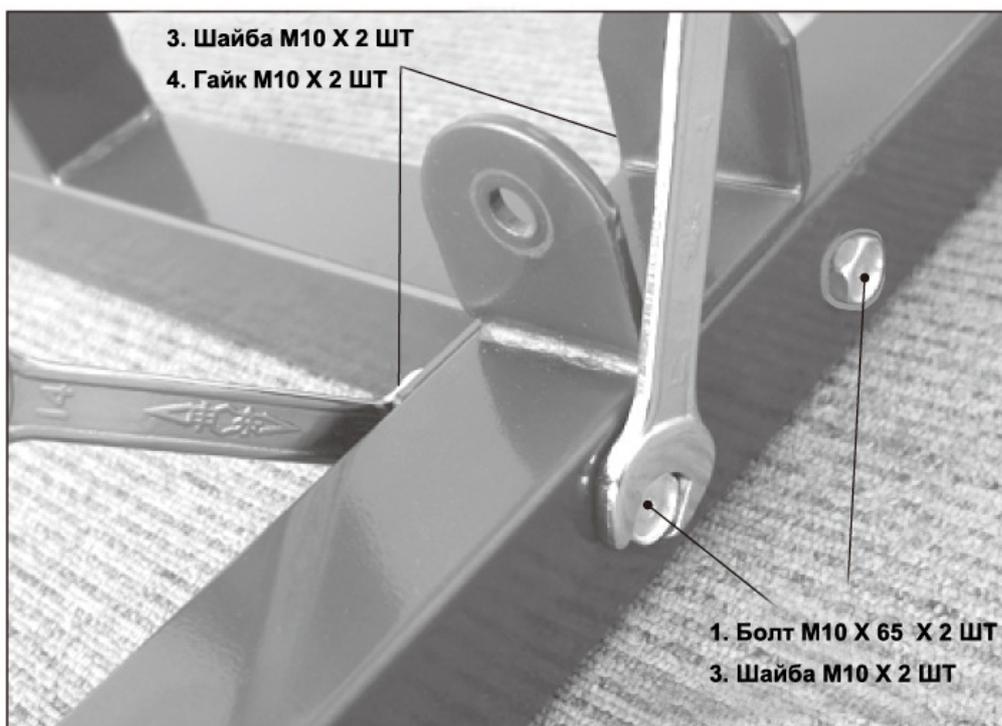
NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	ШТ
A	основная рама	1
B	фронт стабилизатор	1
C	задний стабилизатор	1
D	Короткие трубки	1
E	Короткие регулируемые трубки	1
F	Длинные трубки	1
G	Длинные регулируемые трубки	1
H	Короткое сиденье	1
I	Короткое сиденье рама	1
J	Длинная Спинка	1
K	Длинная Спинка рама	1

NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	ШТ
1	Болт М10 x 65	4
2	Болт М10 x 80	4
3	Шайба М10	16
4	Гайка М10	8
5	Болт М8 x 65	8
6	Шайба М8	8
7	Регулируемая Ручка	2
8	Болт 10 x 25	4
9	Шайба М10 (No.8 Болт)	4
10	бар	2
11	открытый конец гаечный ключ	2
12	Универсальный гаечный ключ	2

ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

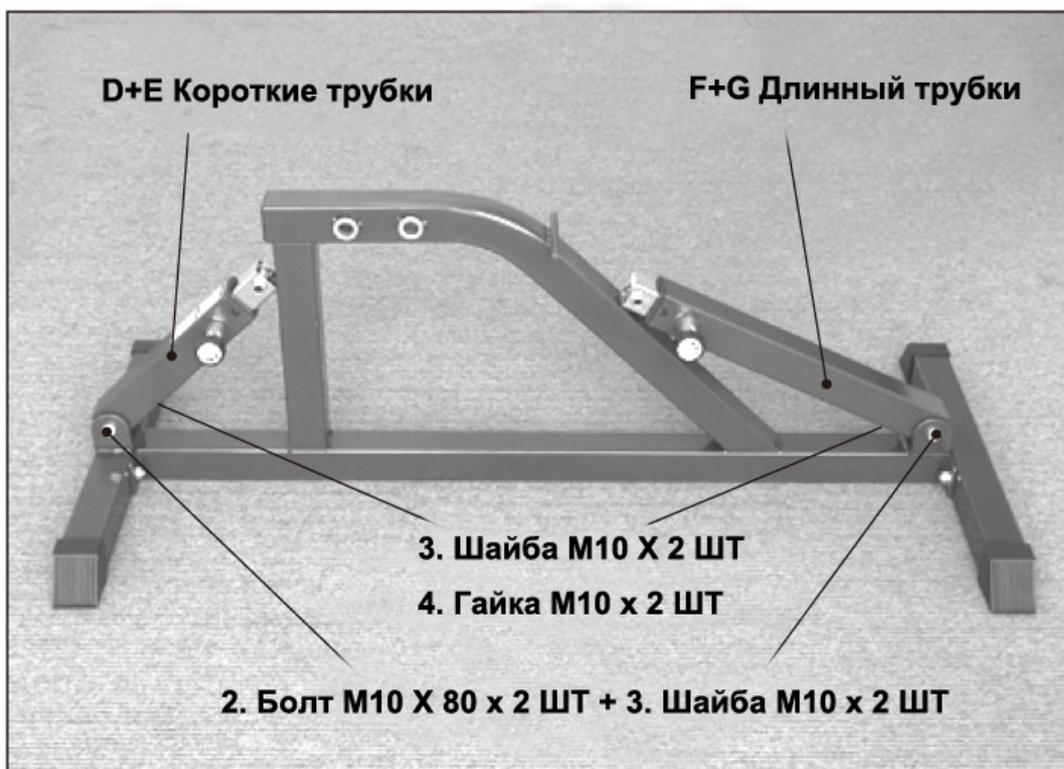
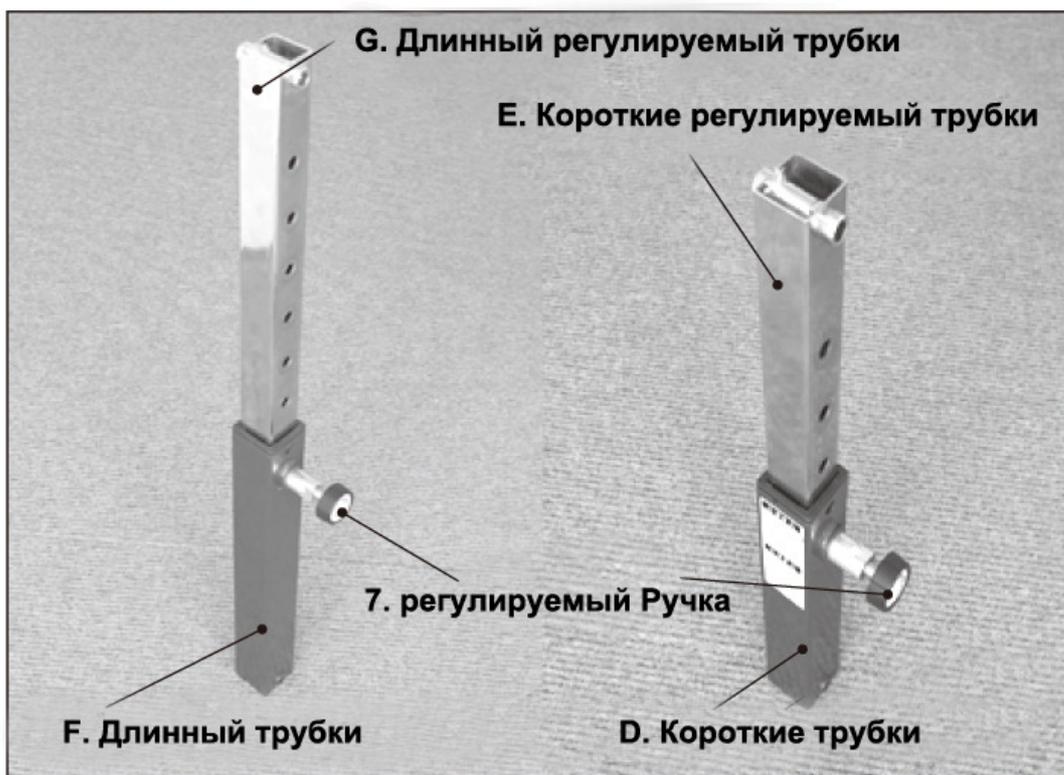
ШАГ 1:

Соедините **(В)** **(С)** фронт и задний стабилизатор с **(А)** основной рамой вместе с ① Болтом М10 х 65 х 4 ШТ, ③ Шайбой М10 х 8 ШТ, ④ Гайкой М10 х 4 ШТ



ШАГ 2:

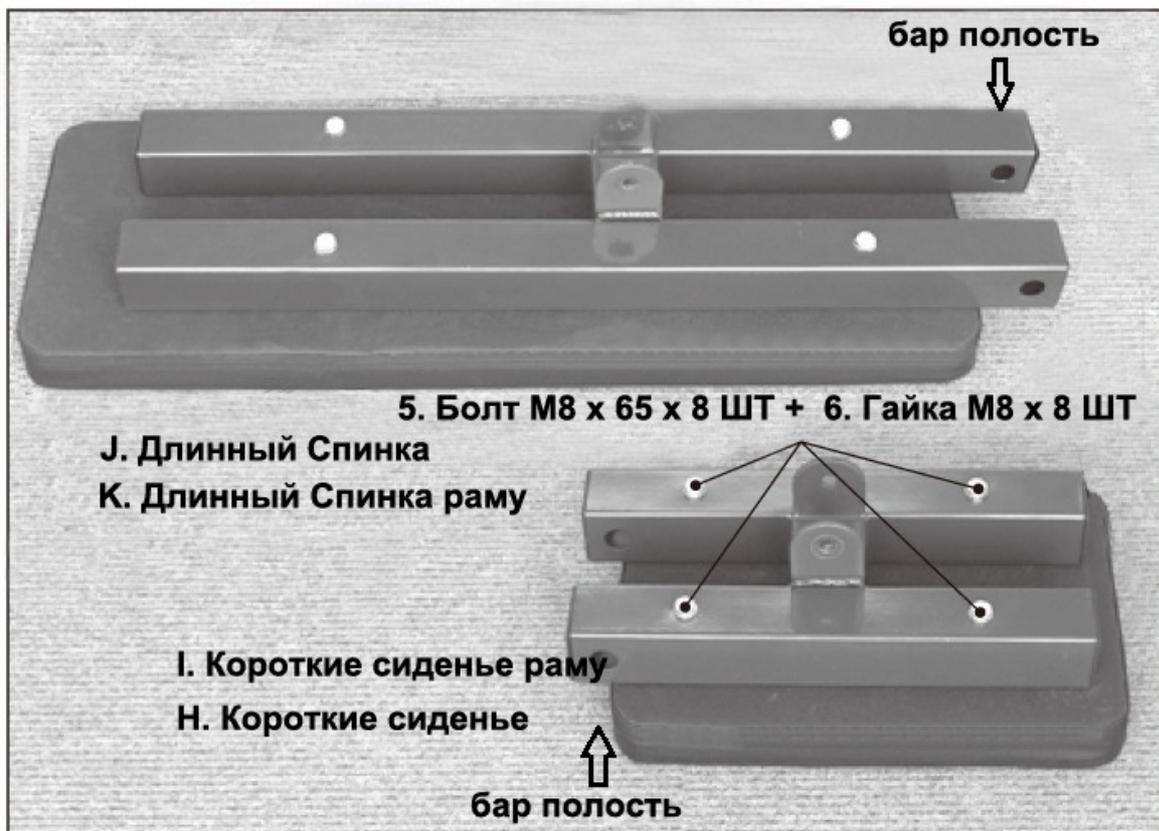
- 1) Соедините **(D)** Короткие трубки и **(E)** Короткие регулируемый трубки с **(F)** Длинными трубками и **(G)** Длинными регулируемыми трубками с **(7)** регулируемой Ручкой
- 2) Соедините **(A)** основную раму с **(DE)** Короткой трубкой и **(FG)** Длинной трубкой с **(2)** Болтом M10 X 80 x 2 ШТ, **(3)** Шайбой M10 x 4 ШТ, **(4)** Гайкой M10 x 2 ШТ



ШАГ 3:

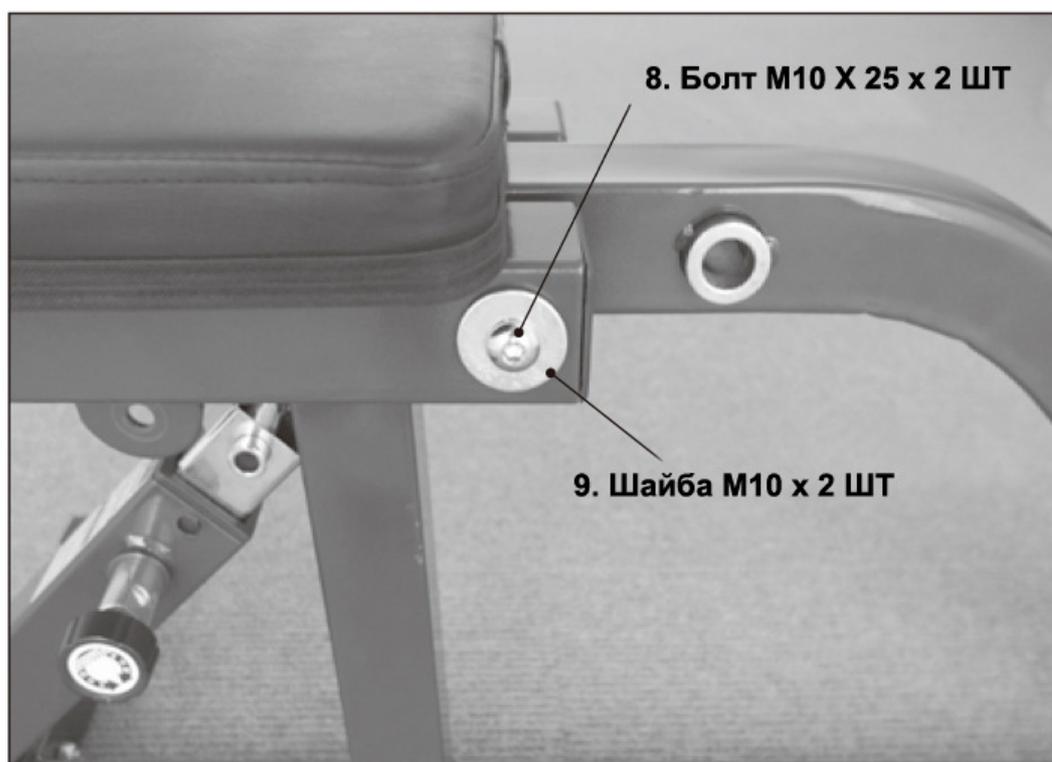
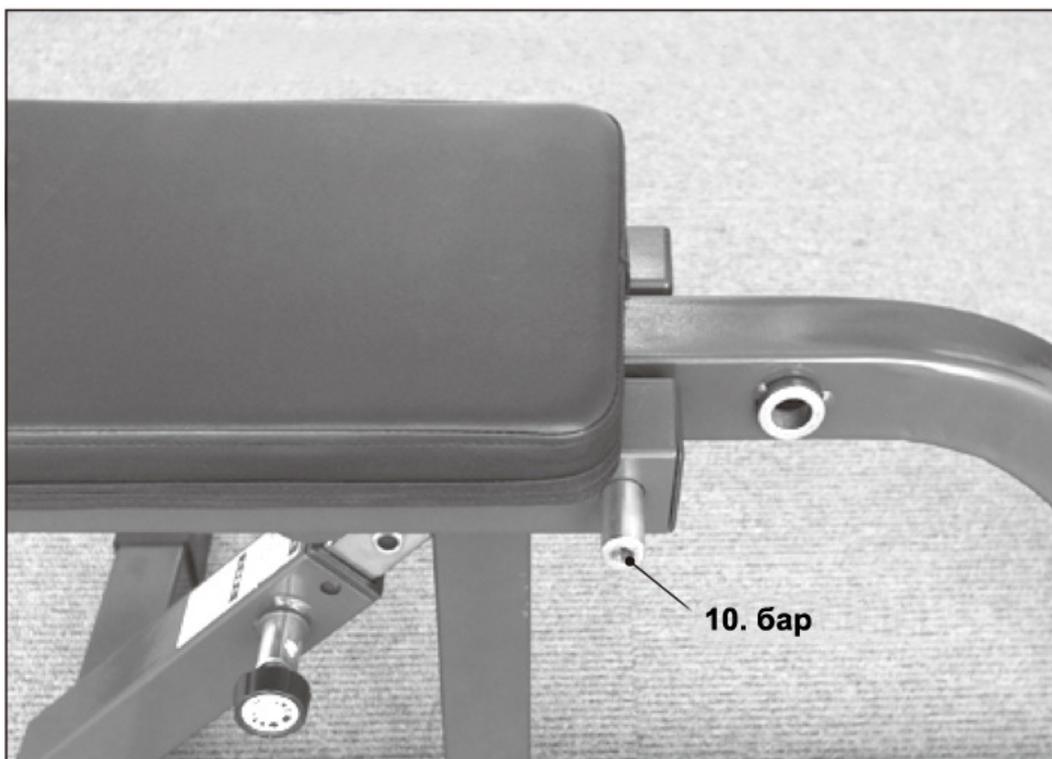
Соедините (I) Короткие сиденье рамы с (H) Коротким сиденьем и (K) Длинной Спинкой рамы с (J) Длинной Спинкой с ⑤ Болтом M8 x 65 x 8 ШТ и ⑥ Шайбой M8 x 8 ШТ

Внимание: бар полость должен быть с правильной стороны



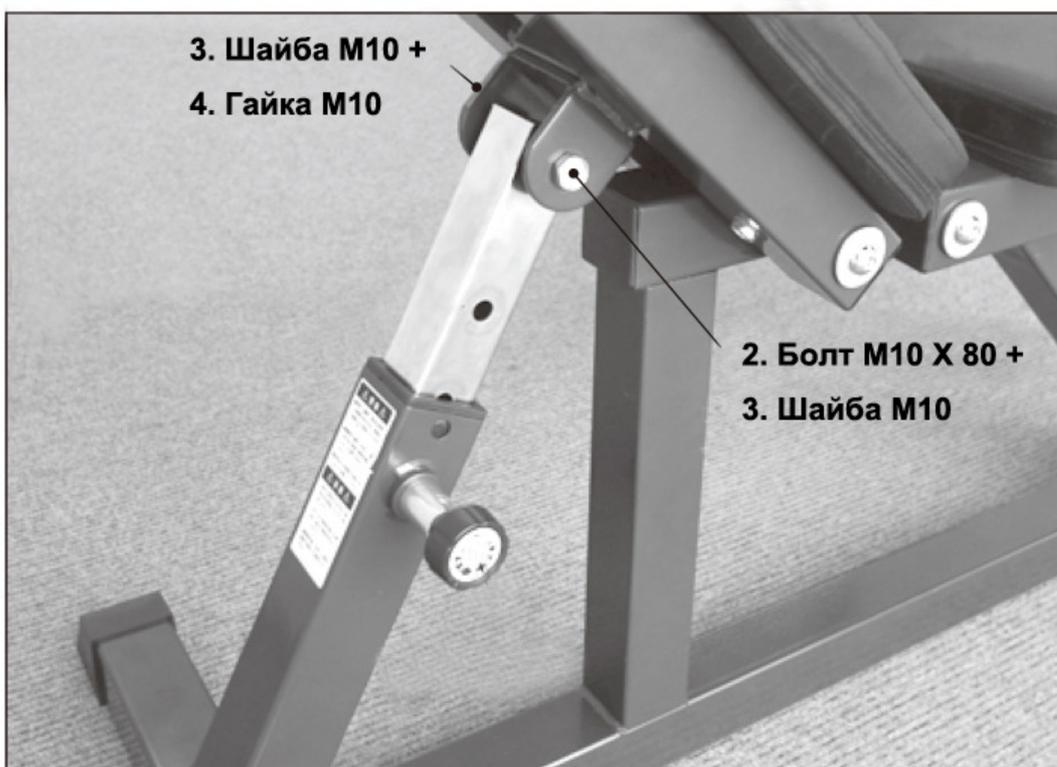
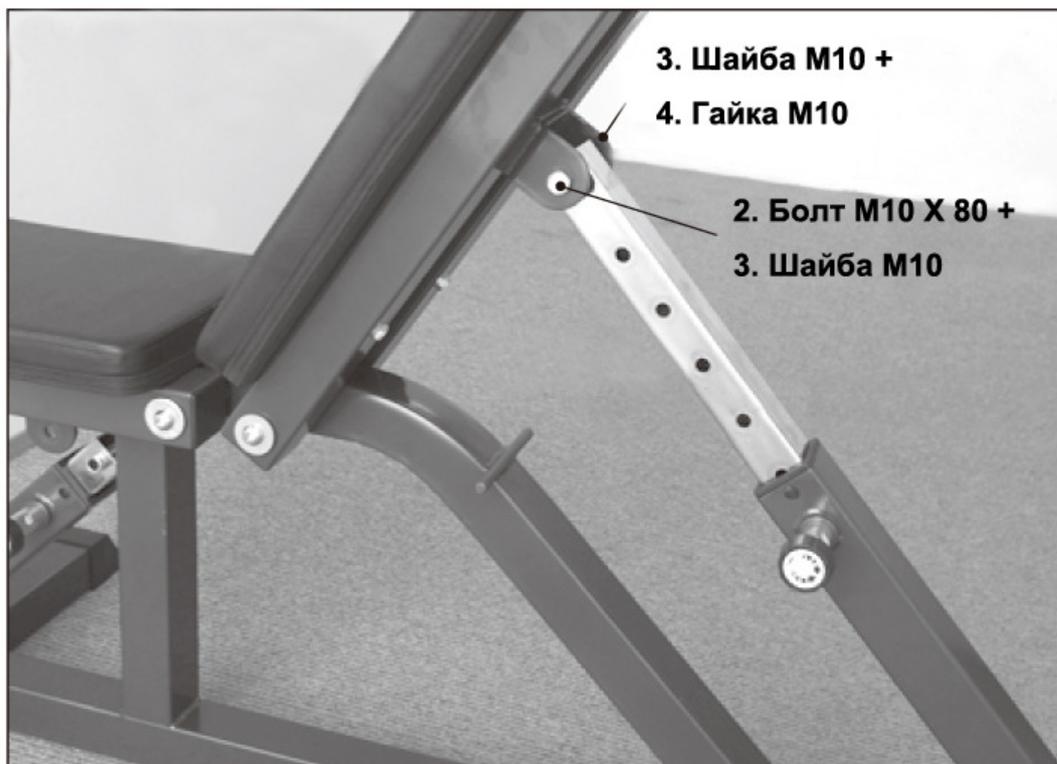
ШАГ 4:

Соедините (ШАГ 3) Короткое сиденье и Короткое сиденье **ВМЕСТЕ** с (ШАГ 2) основной рамой, с ⑩ бар с ⑧ Болтом M10 x 25 x 4 ШТ и ⑨ Шайбой M10 x 4 ШТ



ШАГ 5:

Соедините (D+E & F+G) Короткие трубки и Длинный трубки с основной рамой с ② Болтом M10 X 80 x 2 ШТ, ③ Шайбой M10 x 4 ШТ, ④ M10 Гайкой x 2 ШТ



Окончательный вид:

