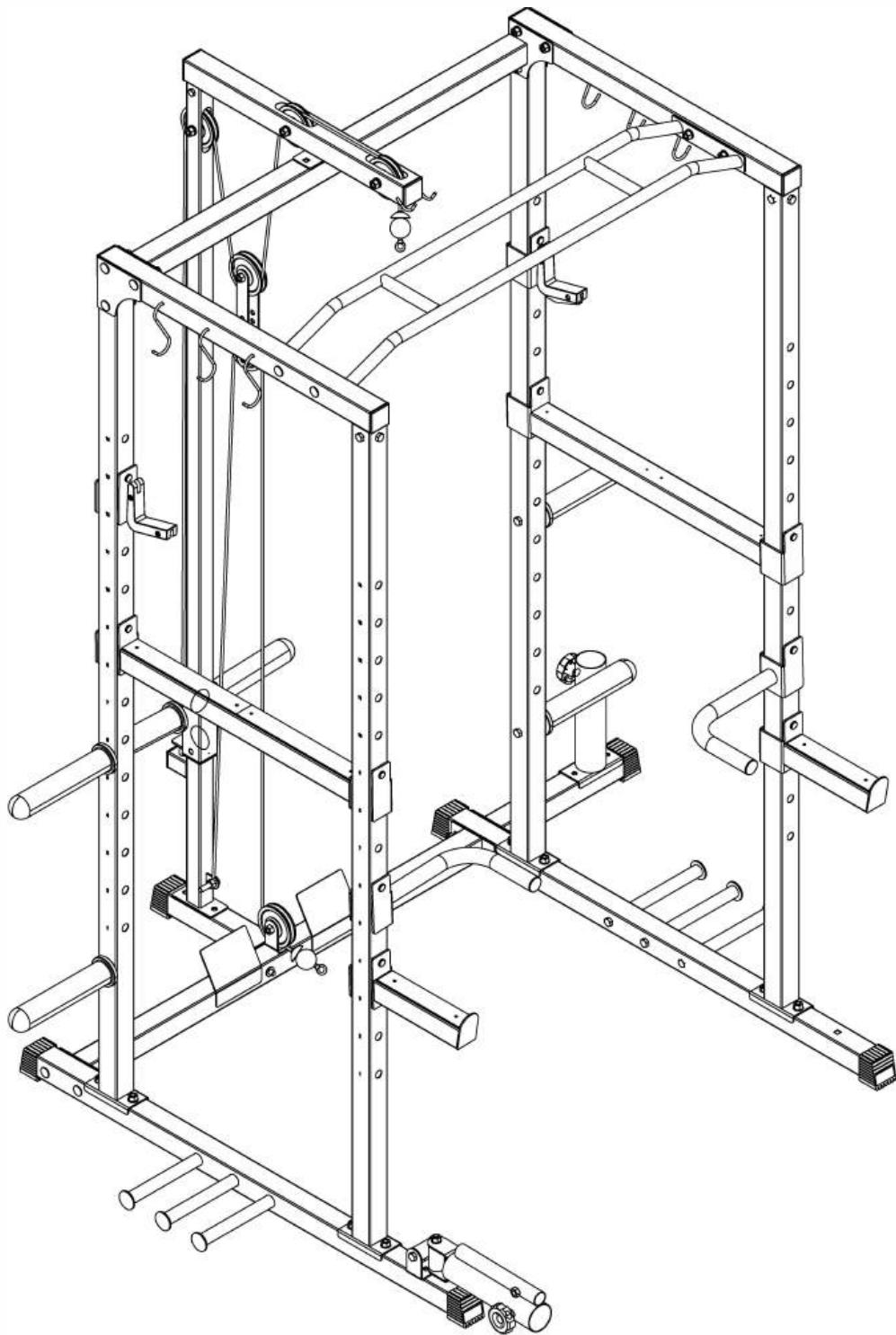


Руководство пользователя
Силовая рама многофункциональная
Артикул: D024



Внимание

Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.

Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

Производитель имеет право вносить изменения в конструкцию не ухудшающие потребительские свойства изделия, без специального уведомления.

Тренажёр предназначен для домашнего (бытового) использования.

Содержание

Важная информация по технике безопасности.....	1
Схема в разборе.....	2
Список деталей.....	4
Упаковка.....	5
Комплект крепежа.....	6
Инструкция по сборке.....	8

ВИДЕО СБОРКИ

- ◆ Чтобы посмотреть видео по установке, отсканируйте QR-код ниже.



Видео сборки

Основные меры безопасности

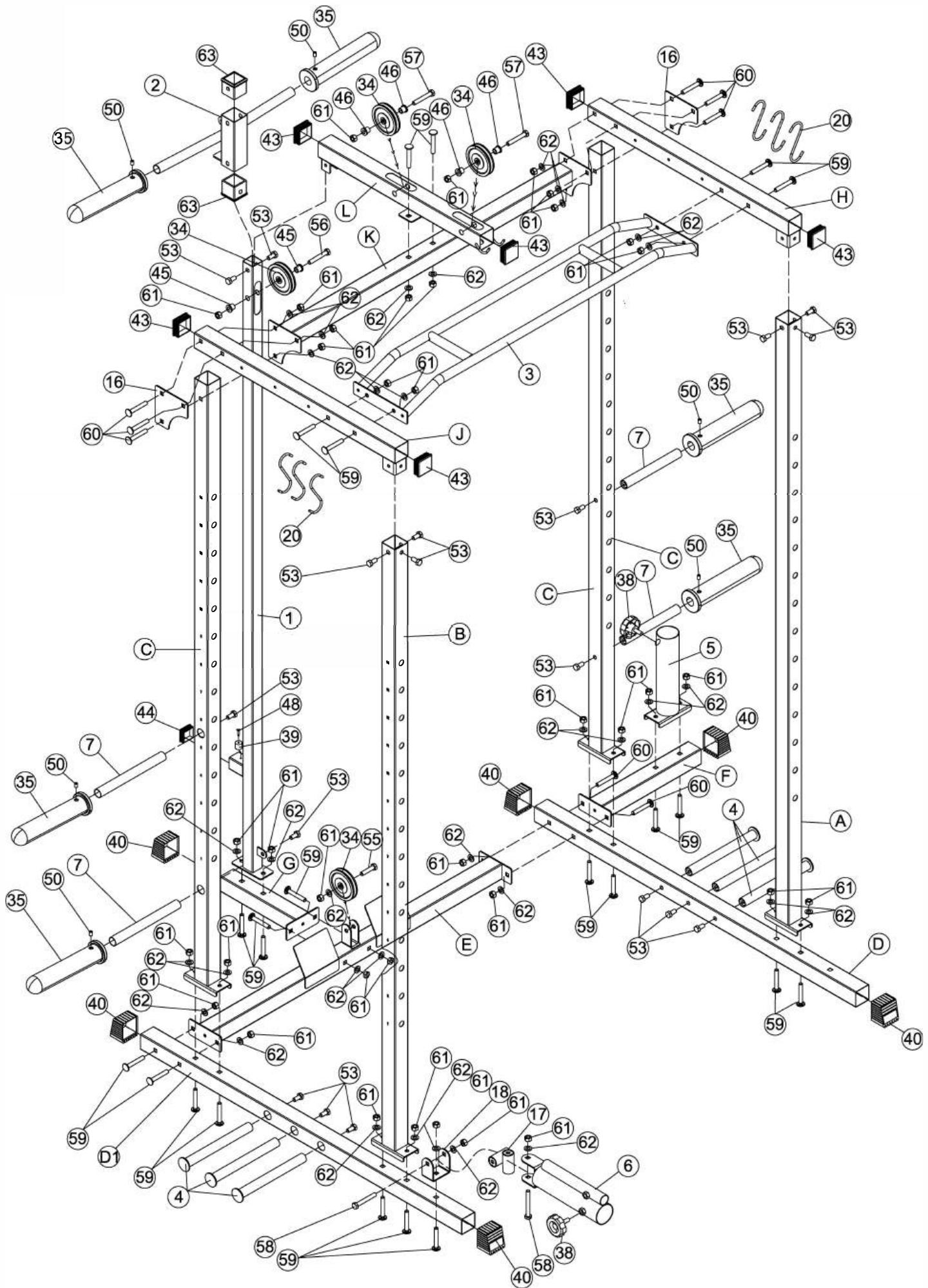
Храните данное руководство для дальнейшего использования. Меры предосторожности. Хотя тренажёр был разработан и изготовлен с учётом максимальных мер безопасности, при его использовании необходимо соблюдать определённые правила. Внимательно изучите инструкцию перед сборкой и эксплуатацией, особенно следующие меры безопасности:

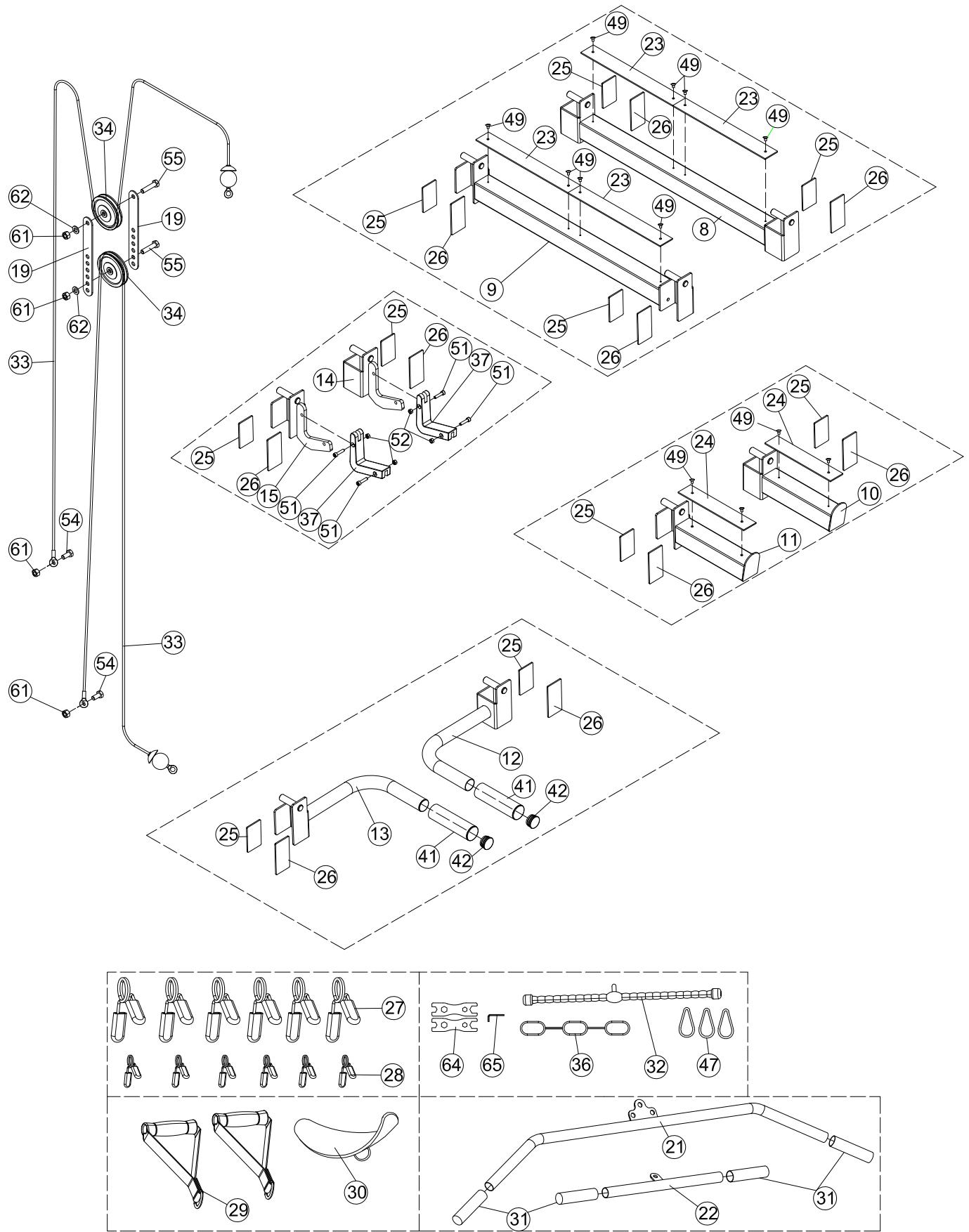
1. Держите детей, домашних животных и т.д. подальше от тренажёра. Не оставляйте детей без присмотра в помещении, где находится оборудование.
2. Одновременно пользоваться тренажёром может только один человек.
3. Если во время использования вы почувствуете головокружение, тошноту, боль в груди или любой другой дискомфорт, немедленно прекратите использование тренажёра и обратитесь к врачу.
4. Устанавливайте тренажёр на чистой ровной поверхности. Не используйте его рядом с водой или на открытом воздухе.
5. Во время работы тренажёра держите руки подальше от движущихся частей.
6. Для тренировок используйте подходящую спортивную одежду. Не носите свободную или другую одежду, которая может зацепиться во время тренировки. Рекомендуется использовать спортивную или ортопедическую обувь.
7. Не размещайте рядом с тренажёром предметы с острыми краями.
8. Лицам с ограниченными возможностями запрещается использовать тренажёр без присмотра тренера или медицинского персонала.
9. Перед тренировкой необходимо выполнить разминку и растяжку.
10. При возникновении неисправностей использование тренажёра запрещено.
11. Данный тренажёр не предназначен для использования в качестве медицинского оборудования.
12. Каждые 1-2 месяца проверяйте все детали тренажера, проверяйте затяжку соединений. При необходимости подтяните гайки.

Предупреждение: Перед началом тренировок обязательно проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно для пользователей старше 35 лет или имеющих проблемы со здоровьем. Перед использованием любого фитнес-оборудования необходимо внимательно изучить все инструкции по эксплуатации и применению. Компания не несет ответственности за травмы, полученные по вашей вине.

Максимальный вес пользователя - 120 кг
Телескопическая внешняя труба - 100 кг
Перекладина для подтягиваний - 120 кг
Правая/левая защитная рама - 250 кг
Правая/левая J-образная скоба - 200 кг
Правая/левая защитная штанга - 200 кг
Стойка для хранения веса (1 шт.) - 80 кг
Правая/Левая рукоять для отжиманий - 120 кг

Схема в разборе





СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

№	НАИМЕНОВАНИЕ	К-во	№	НАИМЕНОВАНИЕ	К-во
A	Правая передняя стойка	1	31	Чехлы для ручек	4
B	Левая передняя стойка	1	32	Тренировочный канат	1
C	Rear Pillar	2	33	Тяговый трос	2
D	Левая напольная труба	1	34	Шкив	6
D1	Правая напольная труба	1	35	Стойка для хранения веса-2"	6
E	Задняя нижняя рама	1	36	Компенсаторная цепь	1
F	Основание стойки для хранения веса	1	37	V-образная пластиковая накладка	2
G	Телескопическая фиксированная труба	1	38	Регуляторная ручка	2
H	Правая торцевая рама	1	39	Амортизационная подушка	1
J	Левая торцевая рама	1	40	Угловая заглушка 50×50	6
K	Поперечная торцевая рама	1	41	Поролоновая рукоятка	2
L	Телескопическая труба торцевой рамы	1	42	Заглушка внешней трубы D32	2
1	Телескопическая внутренняя труба	1	43	Заглушка внешней трубы 50×50	6
2	Телескопическая внешняя труба (комплект)	1	44	Заглушка внешней трубы 38×38	1
3	Перекладина для подтягиваний	1	45	Короткая втулка из порошкового металла	2
4	Штифт с фиксатором	6	46	Длинная втулка из порошкового металла	4
5	Стойка для хранения штанги	1	47	Грузовой крюк	3
6	Труба для лэндмайна	1	48	Винт ST4.2×20	1
7	Стойка для хранения веса	4	49	Болт M4×8	12
8	Правая защитная рама	1	50	Болт M8x10	6
9	Левая защитная рама	1	51	Болт M6*25	4
10	Правая защитная штанга	1	52	Гайка M6	4
11	Левая защитная штанга	1	53	Болт M10*15	18
12	Правая рукоять для отжиманий	1	54	Болт M10*20	2
13	Левая рукоять для отжиманий	1	55	Болт M10*45	3
14	Правая J-образная скоба	1	56	Болт M10*55	1
15	Левая J-образная скоба	1	57	Болт M10*65	2
16	Правая угловая соединительная пластина	2	58	Болт M10*80	2
17	Поворотный механизм в сборе	1	59	Болт M10*65	23
18	U-образное сиденье барабанного типа	1	60	Болт M10*70	8
19	Регулировочная вкладка	2	61	Гайка M10	41
20	Крюк для хранения	6	62	Шайба плоская D10	36
21	Тяга верхнего блока	1	63	Втулка трубчатая	2
22	Основная штанга рамы	1	64	Рожковый ключ	2
23	Резиновая лента (1-43×316)	4	65	Шестигранный ключ	1
24	Резиновая лента 2-43×225	2			
25	Войлочная прокладка 46×75	10			
26	Войлочная прокладка 46×93	10			
27	Зажимы для штанги 2"	6			
28	Зажимы для штанги 1"	6			
29	Ручка троса	2			
30	Ремни для фиксации ног	1			

УПАКОВКА

КОРОБКА А

A x1	B x1
C x2	① X1

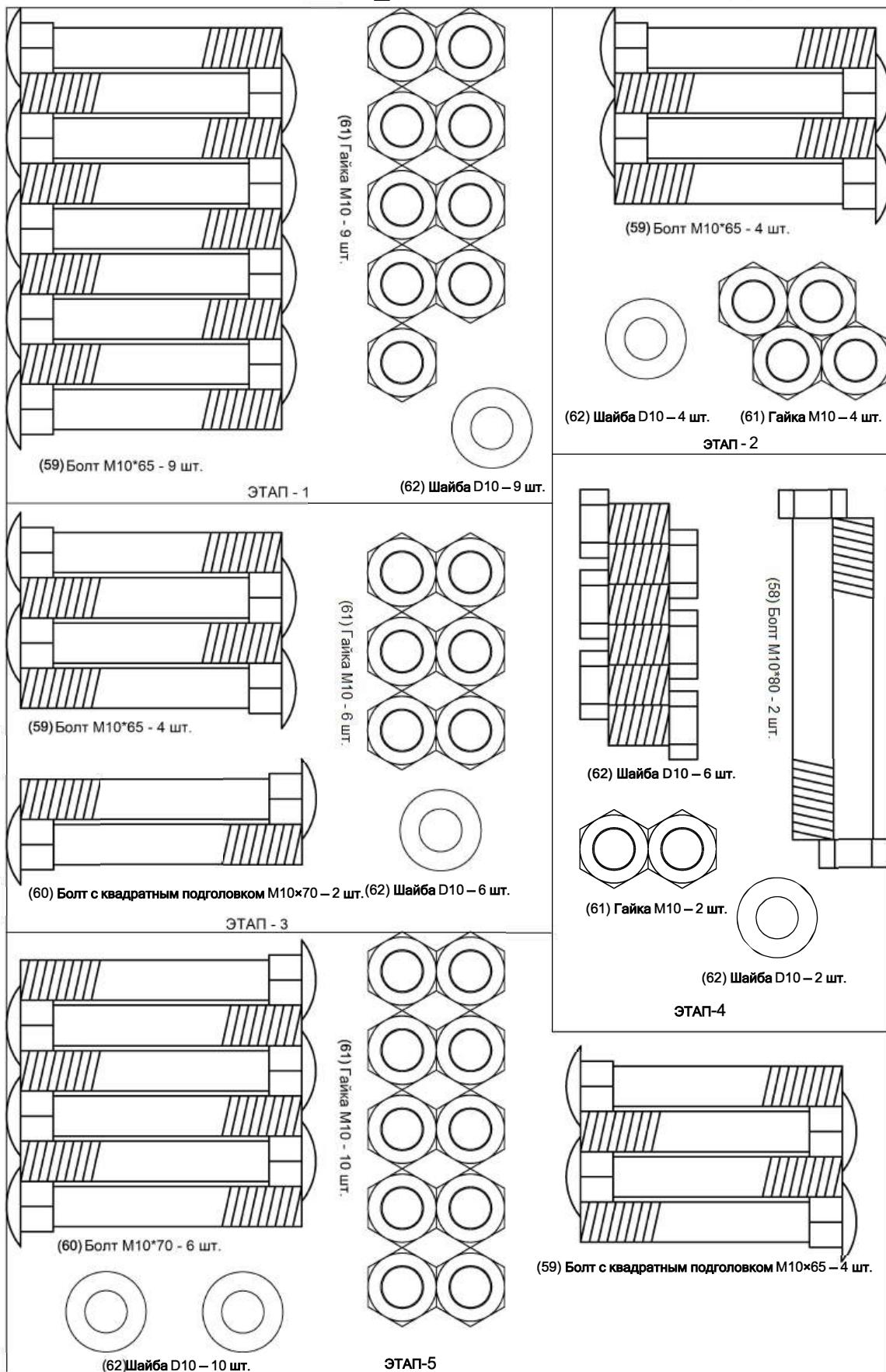
D x1	D1 x1

H x1	J x1

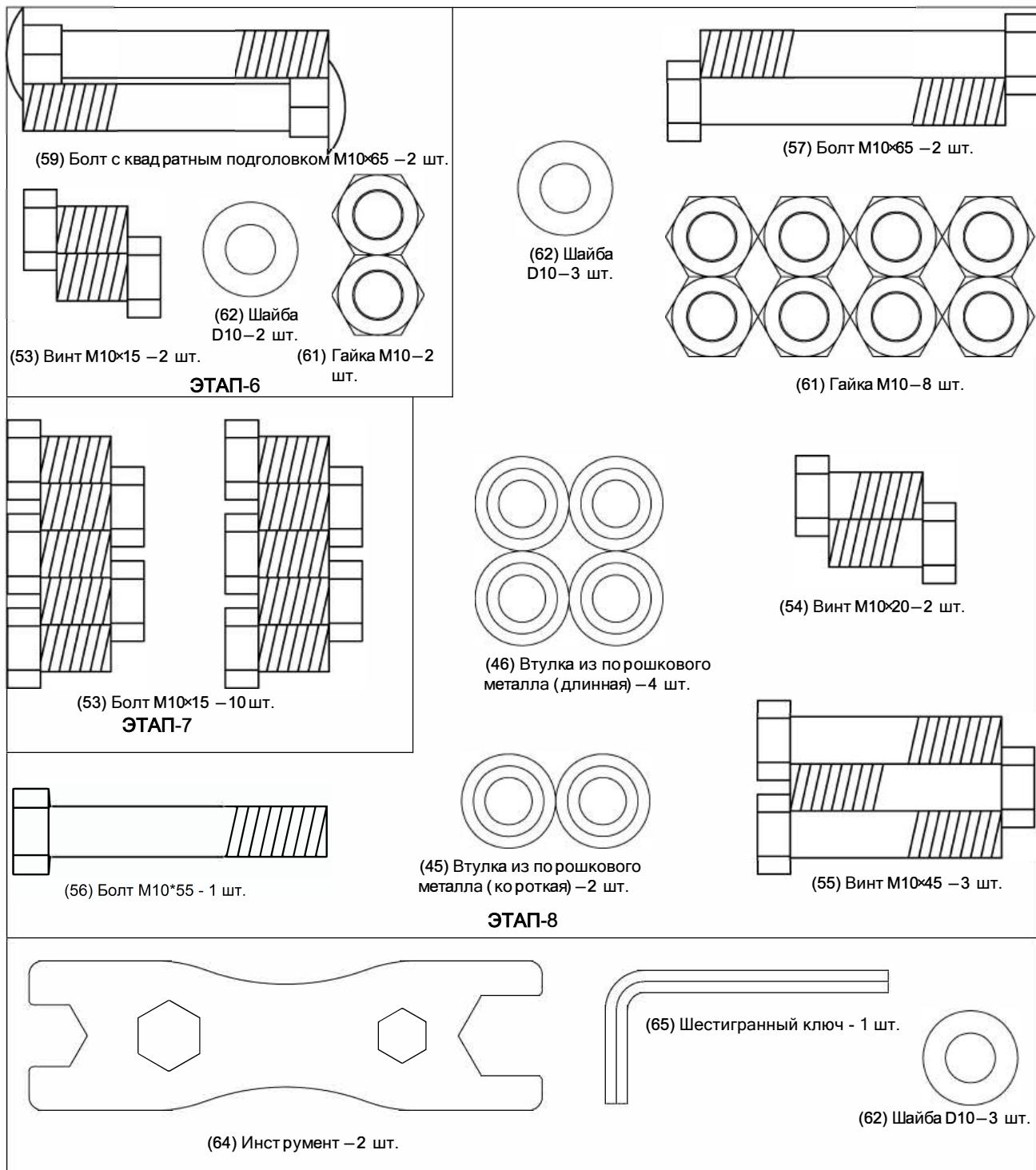
КОРОБКА В

E x1	F x1	G x1
K x1	L x1	② X1
③ X1	④ X6	⑤ X1
⑥ X1	⑦ X4	⑧ X1
⑨ X1	⑩ X1	⑪ X1
⑫ X1	⑬ X1	⑭ X1
⑮ X1	⑯ X2	⑰ X1
⑱ X1	⑲ X2	⑳ X6
㉑ X1	㉒ X1	㉗ X6
㉘ X6	㉙ X2	㉚ X1
㉛ X2	㉜ X6	㉜ X1
㉝ X2	Комплект крепежа 1 JY01 1 шт.	Комплект крепежа 2 JY01 1 шт.

Комплект крепежа JY01(1)



Комплект крепежа JY01(2)

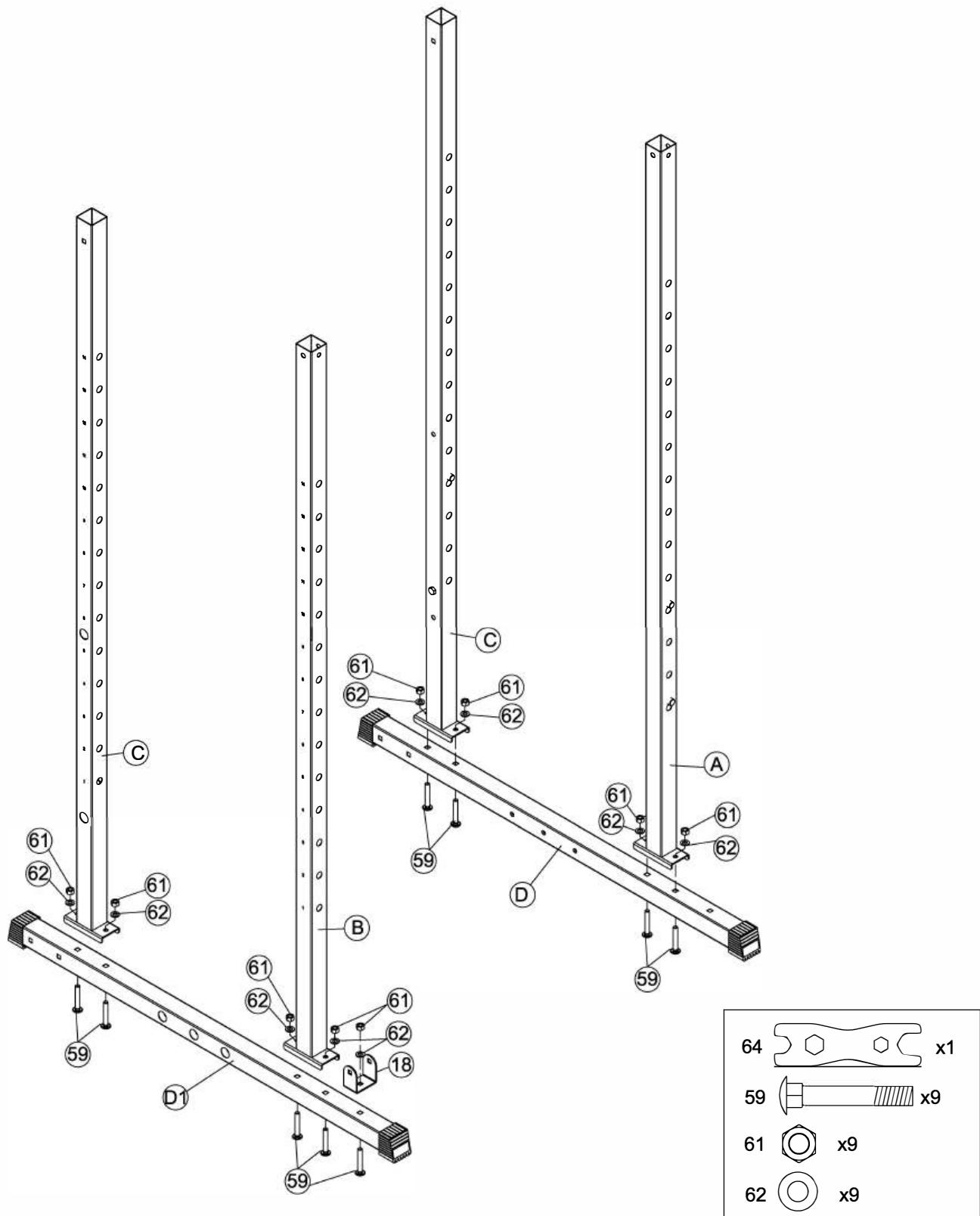


Инструкция по установке

Этап 1

- Сначала закрепите правую переднюю стойку (A) и заднюю стойку (C) на напольной трубе (D) с помощью болтов M10×65 (59), гаек M10 (61) и плоских шайб D10 (62).
- Используйте болты M10×65 (59), гайки M10 (61) и плоские шайбы D10 (62) для фиксации левой передней стойки (B), задней стойки (C) и U-образного сиденья (18) на напольных трубах (D) и (D1).

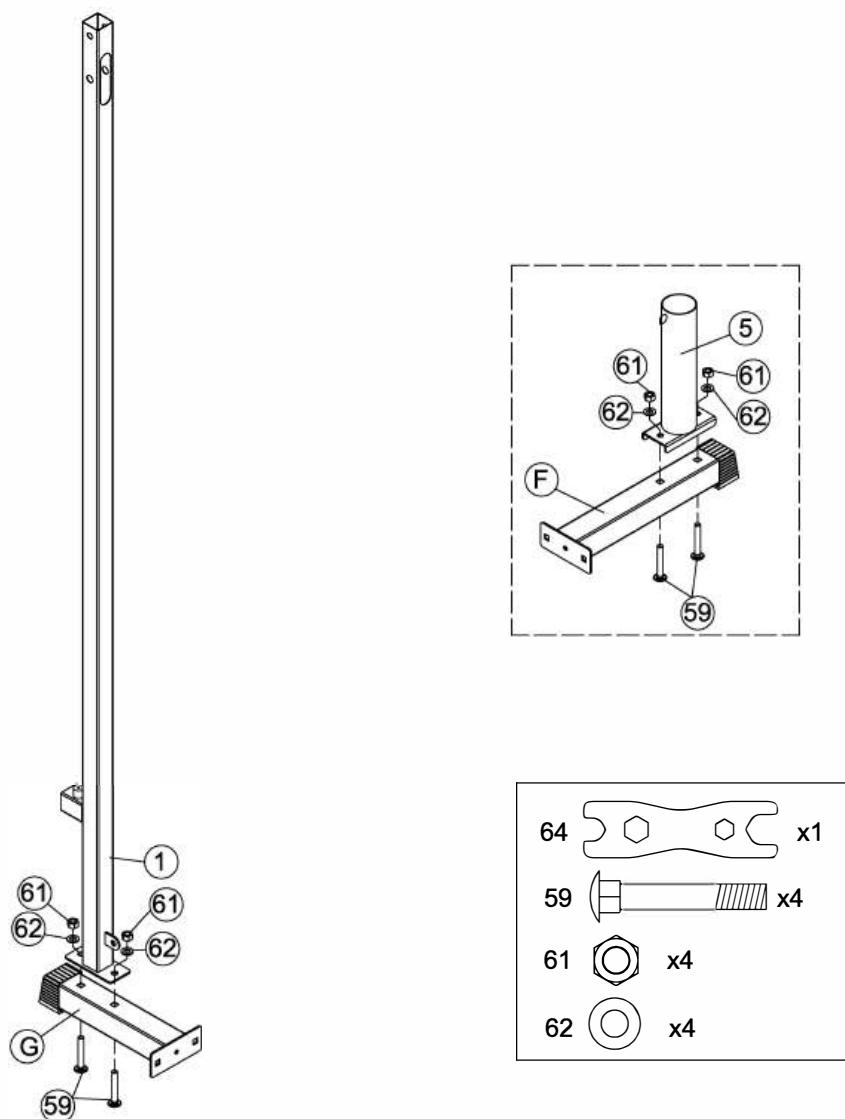
Примечание: В этой предварительной сборке, кроме гаек, которые можно затянуть для фиксации U-образного сиденья, остальные 8 гаек пока не затягивайте.



Этап 2

1. Сначала закрепите стойку для хранения штанги (5) на основании стойки для веса (F) с помощью болтов M10×65 (59), гаек M10 (61) и плоских шайб D10 (62).
2. Закрепите телескопическую внутреннюю трубу (1) на фиксированной телескопической трубе (G) с помощью болтов M10×65 (59), гаек M10 (61) и плоских шайб D10 (62).

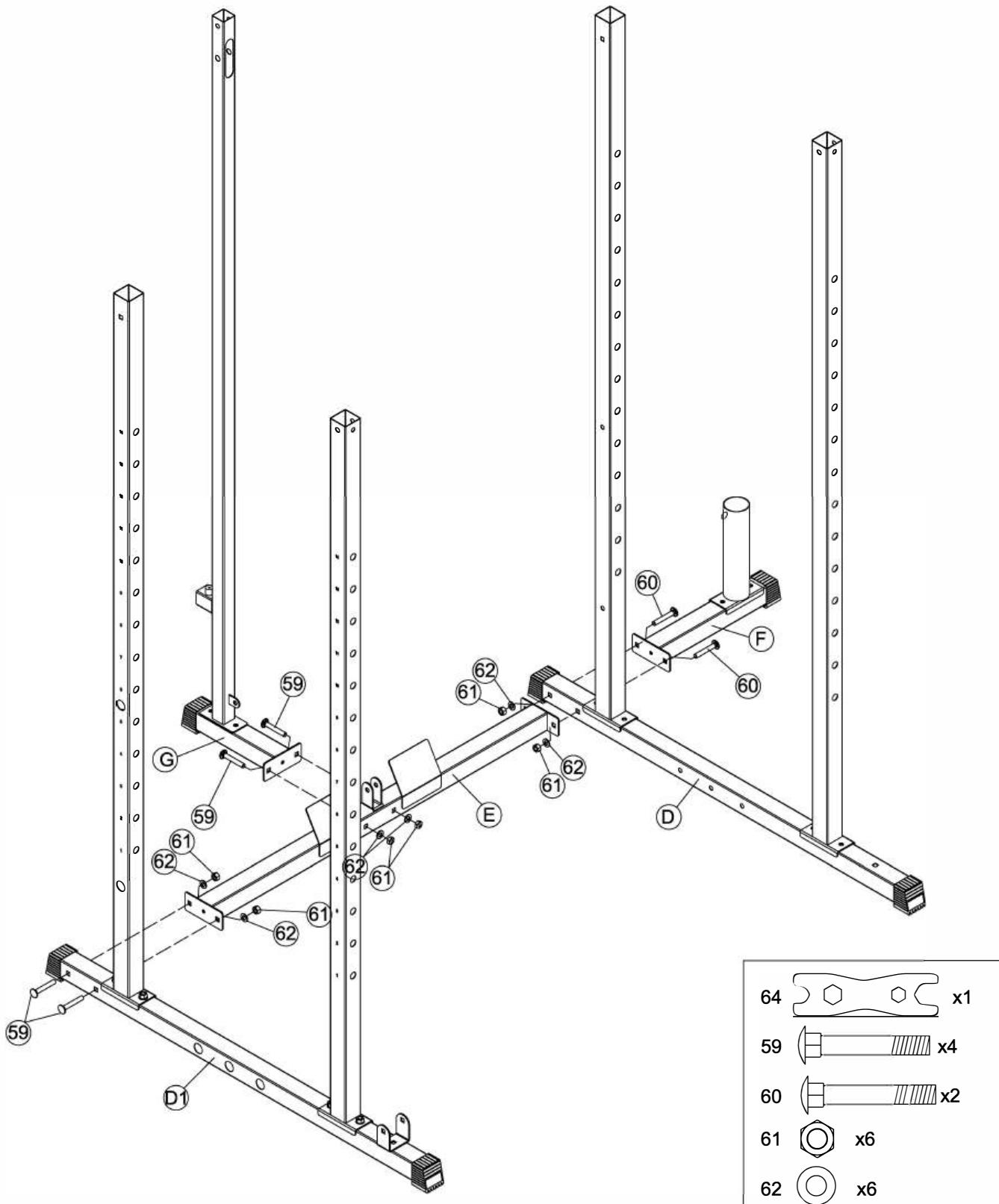
Примечание: На этапе предварительной сборки все гайки должны быть затянуты



Этап 3

- Используйте болты M10×70 (60), гайки M10 (61) и плоские шайбы D10 (62) для крепления напольных труб (D и D1), задней нижней рамы (E) и основания стойки для хранения веса (F).
- Закрепите напольные трубы (D и D1) и заднюю нижнюю раму (E) с помощью болтов M10×65 (59), гаек M10 (61) и плоских шайб D10 (62).
- Закрепите фиксированную телескопическую трубу (G) и заднюю нижнюю раму (E) болтами M10×65 (59), гайками M10 (61) и плоскими шайбами D10 (62).

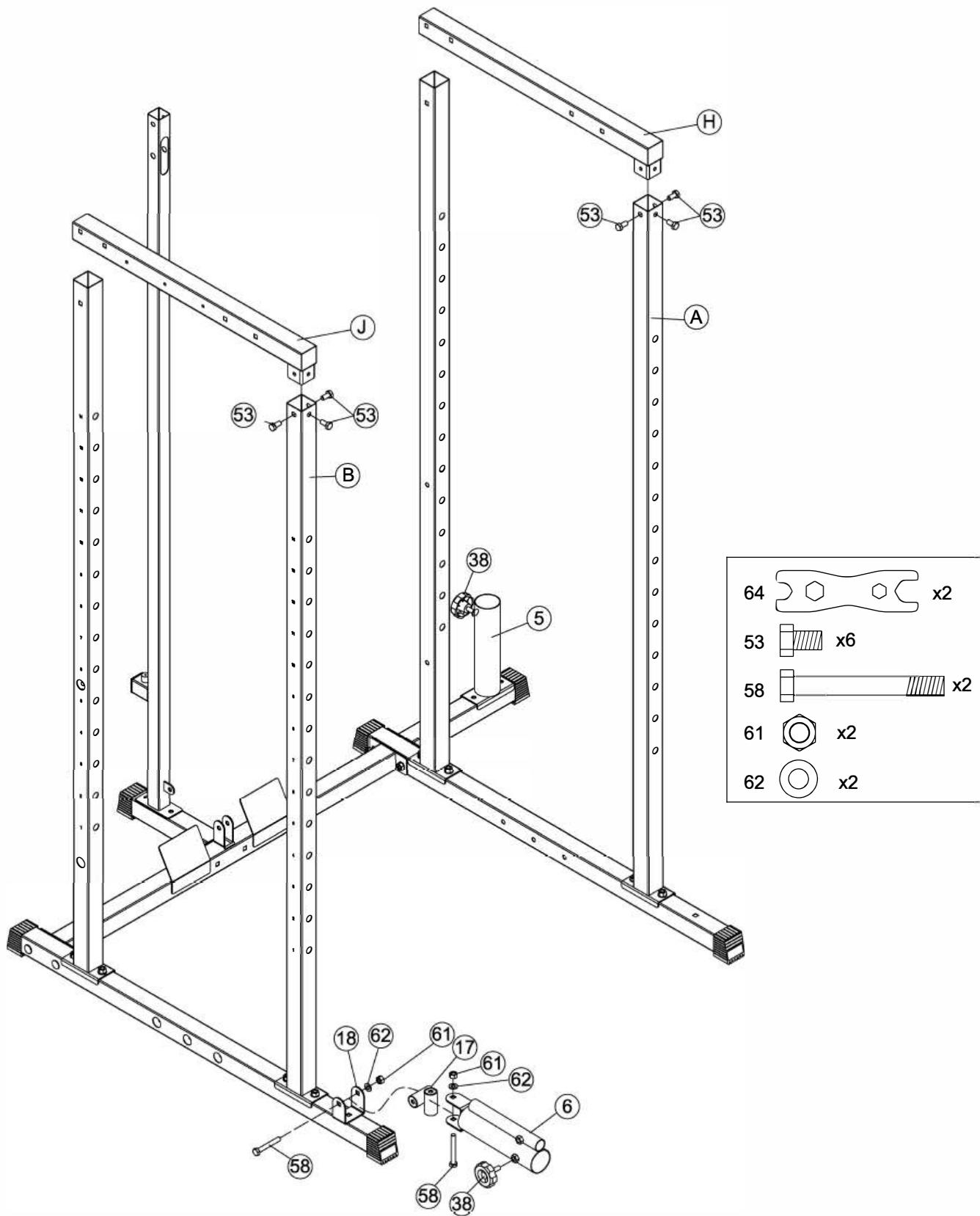
Примечание: на этапе 3 предварительной сборки все гайки должны быть затянуты.



Этап 4

1. Вставьте верхнюю правую раму (H) в правую переднюю стойку (A) и зафиксируйте болтами M10×15 (53), затем вставьте верхнюю левую раму (J) в левую переднюю стойку (B) и закрепите винтами M10×15 (53).
2. Закрепите поворотный механизм (17) на U-образном сиденье (18) с помощью болтов M10×80 (58), гаек M10 (61) и плоских шайб D10 (62).
3. Зафиксируйте трубу лэндмайна (6) на переключателе барабана (17) болтами M10×80 (58), гайками M10 (61) и плоскими шайбами D10 (62).
4. Вкрутите регулятор (38) в стойку для хранения штанги (5) и трубу лэндмайна (6).

Примечание: На этапе 3 предварительной сборки все болты должны быть затянуты.

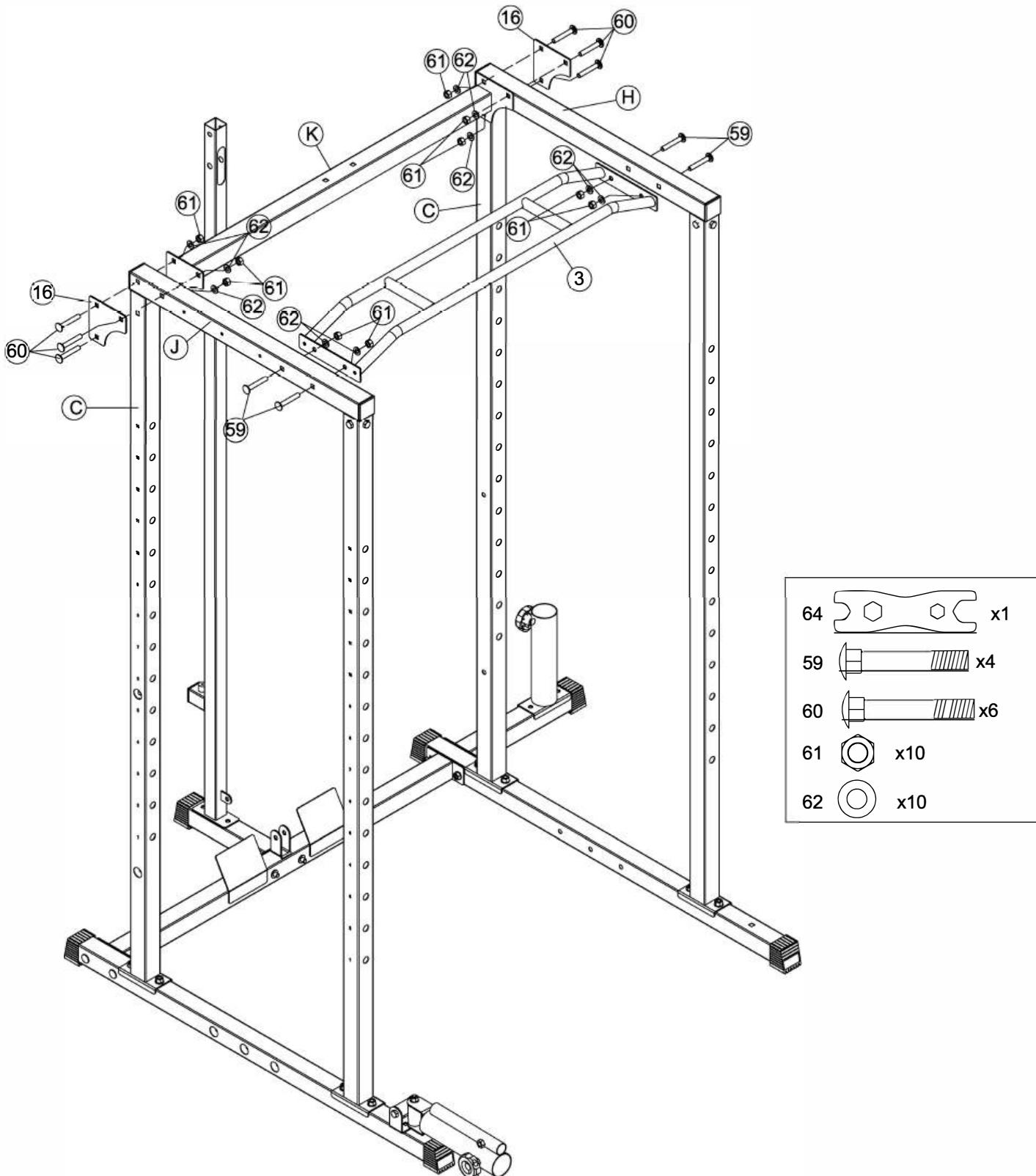


Этап 5

С помощью верхней поперечной рамы (K) и угловой соединительной пластины (16), как показано на рисунке, закрепите верхнюю правую раму (H), верхнюю левую раму (J) и заднюю стойку (C) с помощью болтов M10×70 (60), гаек M10 (61) и плоских шайб D10 (62).

Закрепите перекладину для подтягиваний (3) на верхней правой раме (H) и верхней левой раме (J) с помощью болтов M10×65 (59), гаек M10 (61) и плоских шайб D10 (62).

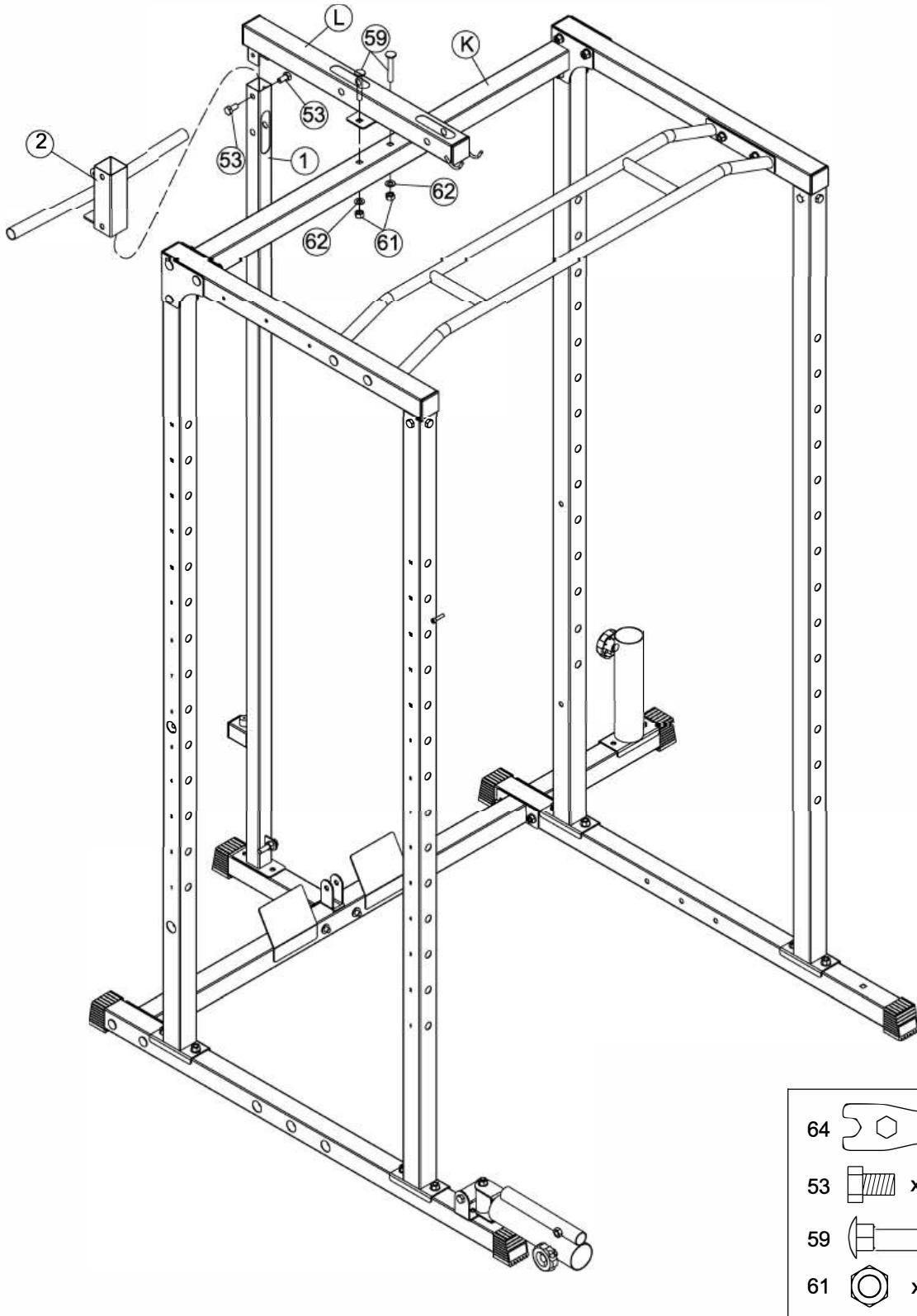
Примечание: на этапе 5 предварительной сборки все болты и гайки должны быть затянуты, после чего необходимо окончательно затянуть все винты и гайки на этапе сборки 1.



Этап 6

1. Вставьте комплект телескопической внешней трубы (2) в телескопическую внутреннюю трубу (1), как показано на рисунке.
2. Установите верхнюю раму телескопической трубы (L) в телескопическую внутреннюю трубу (1) и зафиксируйте винтами M10×15 (53).
3. Закрепите верхнюю раму телескопической трубы (L) на верхней поперечной раме (K) с помощью болтов M10×65 (59), гаек M10 (61) и плоских шайб D10 (62).

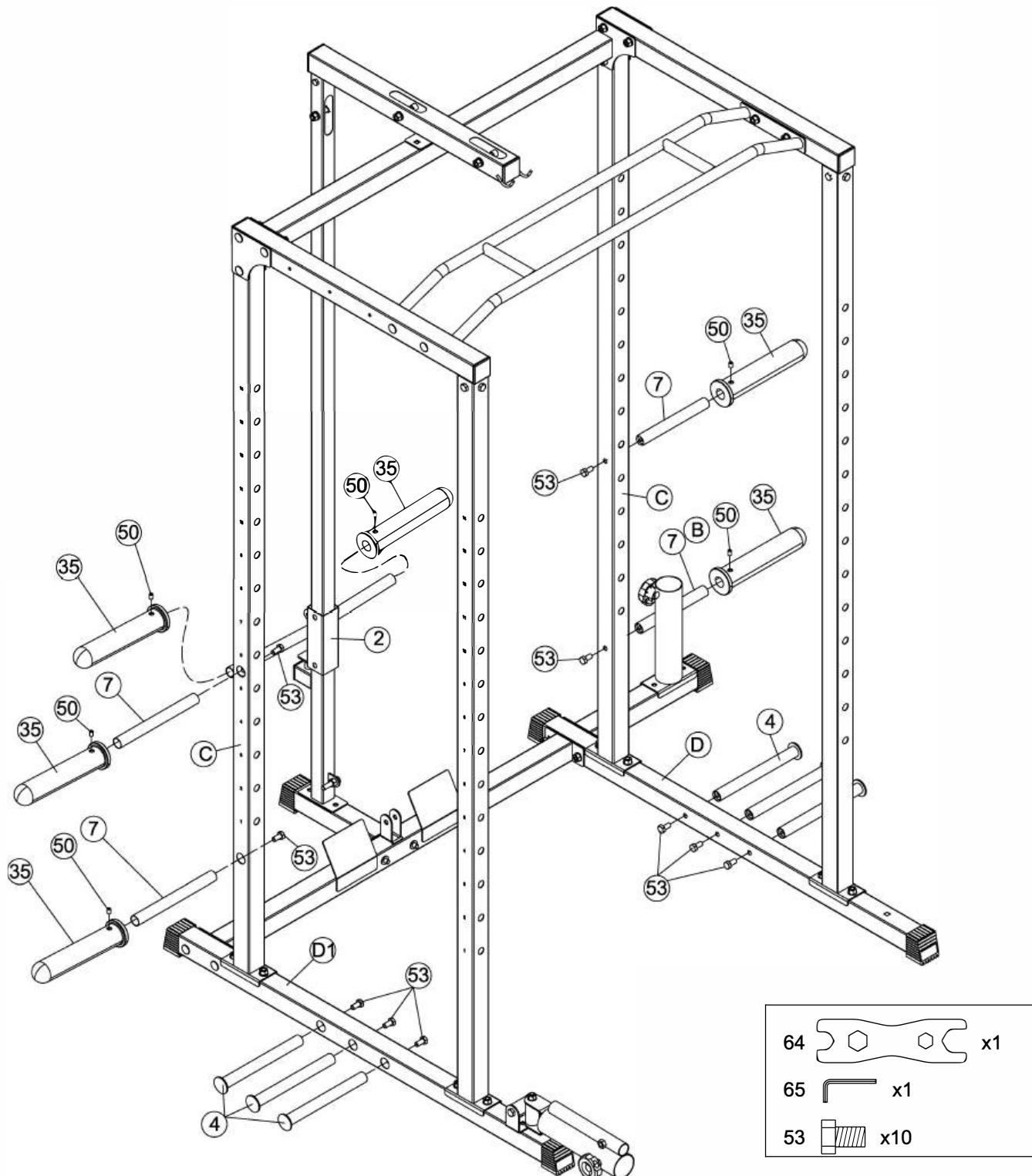
Примечание: на этапе 6 предварительной сборки все болты и гайки должны быть затянуты.



Этап 7

1. Вставьте фиксирующий штифт (4) в напольные трубы (D и D1), как показано на рисунке, и зафиксируйте его болтами M10×15 (53).
2. Установите стойку для хранения веса 1 (7) в заднюю стойку (C) и закрепите болтами M10×15 (53).
3. Как показано на рисунке, вставьте штангу для хранения веса 2 (35) в стойку для хранения веса 1 (7) и комплект телескопических внешних труб (2), затем зафиксируйте шестигранным ключом (65).

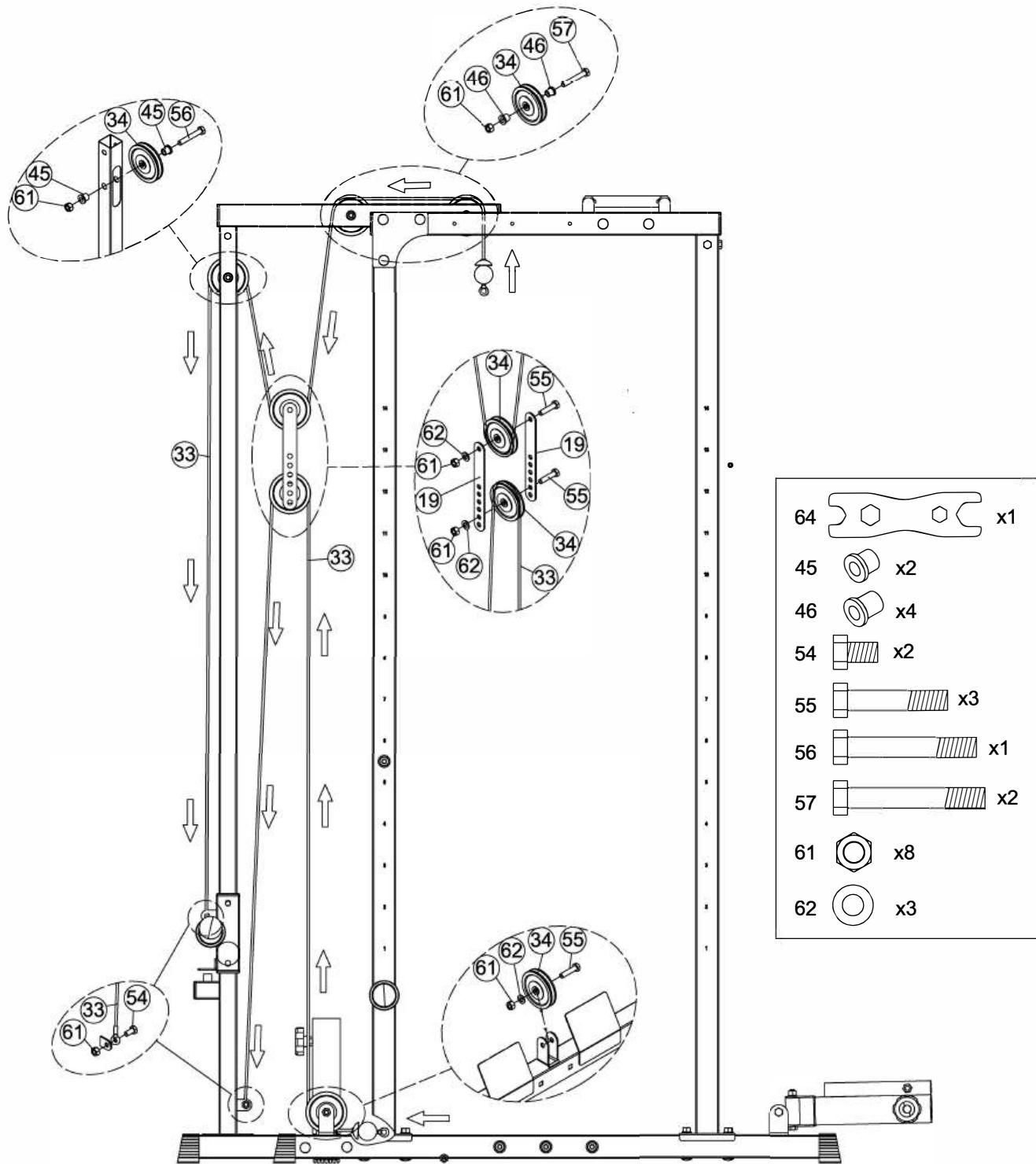
Примечание: на этапе 7 предварительной сборки все болты и гайки должны быть затянуты.



Этап 8

1. Сначала проденьте трос шкива (33) по направлению, указанному стрелкой.
2. Закрепите шкив (34), как показано на рисунке.
3. Зафиксируйте трос шкива (33) на оборудовании, как показано на рисунке.

Примечание: все болты и гайки должны быть затянуты во время предварительной сборки.



Этап 9

Установка дополнительных аксессуаров

