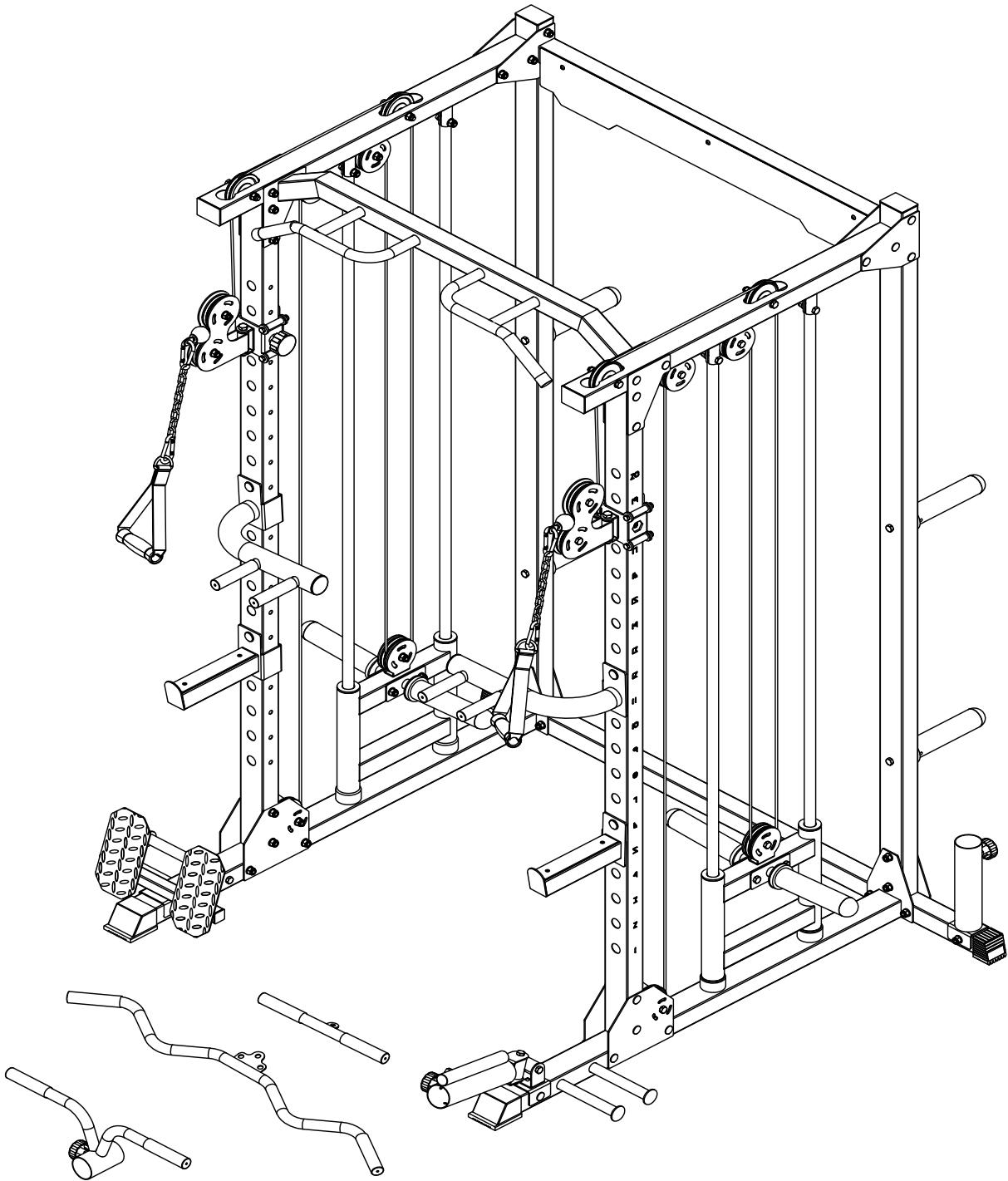


# Руководство пользователя

## Силовая рама многофункциональная

### Артикул: D034



#### 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.....	7
Инструкция по сборке.....	10

# Важная информация по технике безопасности

**Храните данное руководство для справок в будущем.**

## Меры предосторожности

Хотя при разработке и производстве тренажёра были учтены меры безопасности, при эксплуатации необходимо соблюдать следующие правила. Перед сборкой и использованием внимательно прочтите инструкцию, особенно эти меры безопасности:

1. Держите детей, домашних животных и т.д. подальше от тренажёра. Не оставляйте детей без присмотра в комнате с тренажёром.
2. Одновременно использовать тренажёр может только один человек.
3. При головокружении, тошноте, боли в груди или других неприятных симптомах немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
4. Устанавливайте тренажёр на чистой ровной поверхности. Не используйте его рядом с водой или на улице.
5. Во время работы тренажёра держите руки подальше от движущихся частей.
6. Носите подходящую спортивную одежду. Избегайте свободной одежды, которая может зацепиться. Рекомендуется спортивная обувь.
7. Не размещайте рядом с тренажёром острые предметы.
8. Людям с ограниченными возможностями запрещено пользоваться тренажёром без присмотра тренера или медперсонала.
9. Перед тренировкой обязательно разминайтесь и делайте растяжку.
10. При неисправностях тренажёра использование запрещено.
11. Тренажёр не является медицинским оборудованием.
12. Рекомендуем выполнять сборку тренажера вдвоем для удобства и безопасности.
13. 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 внимательно изучите все инструкции по эксплуатации. 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

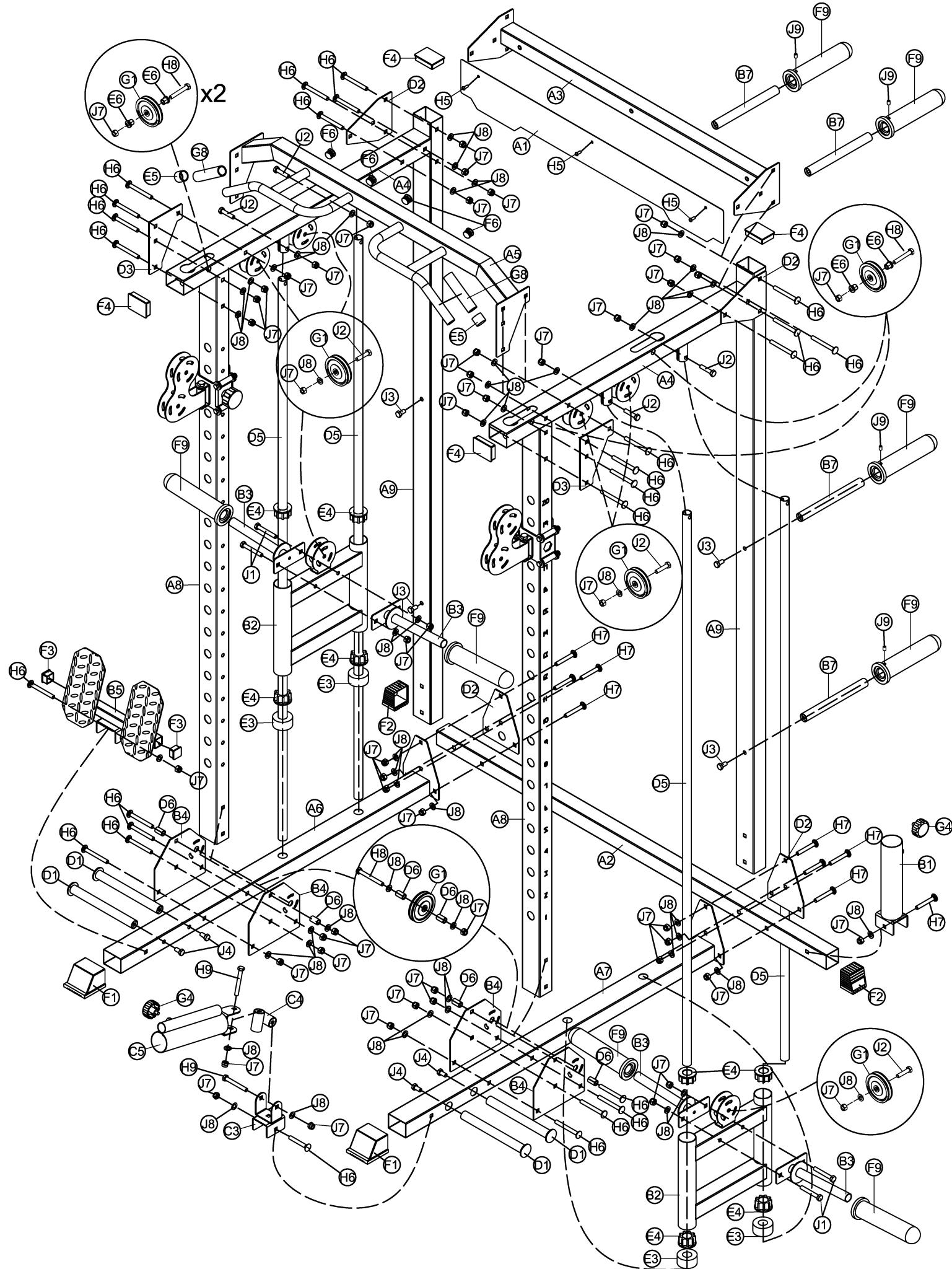
Правая/левая J-образная скоба - 200 кг

Правая/левая защитная штанга - 200 кг

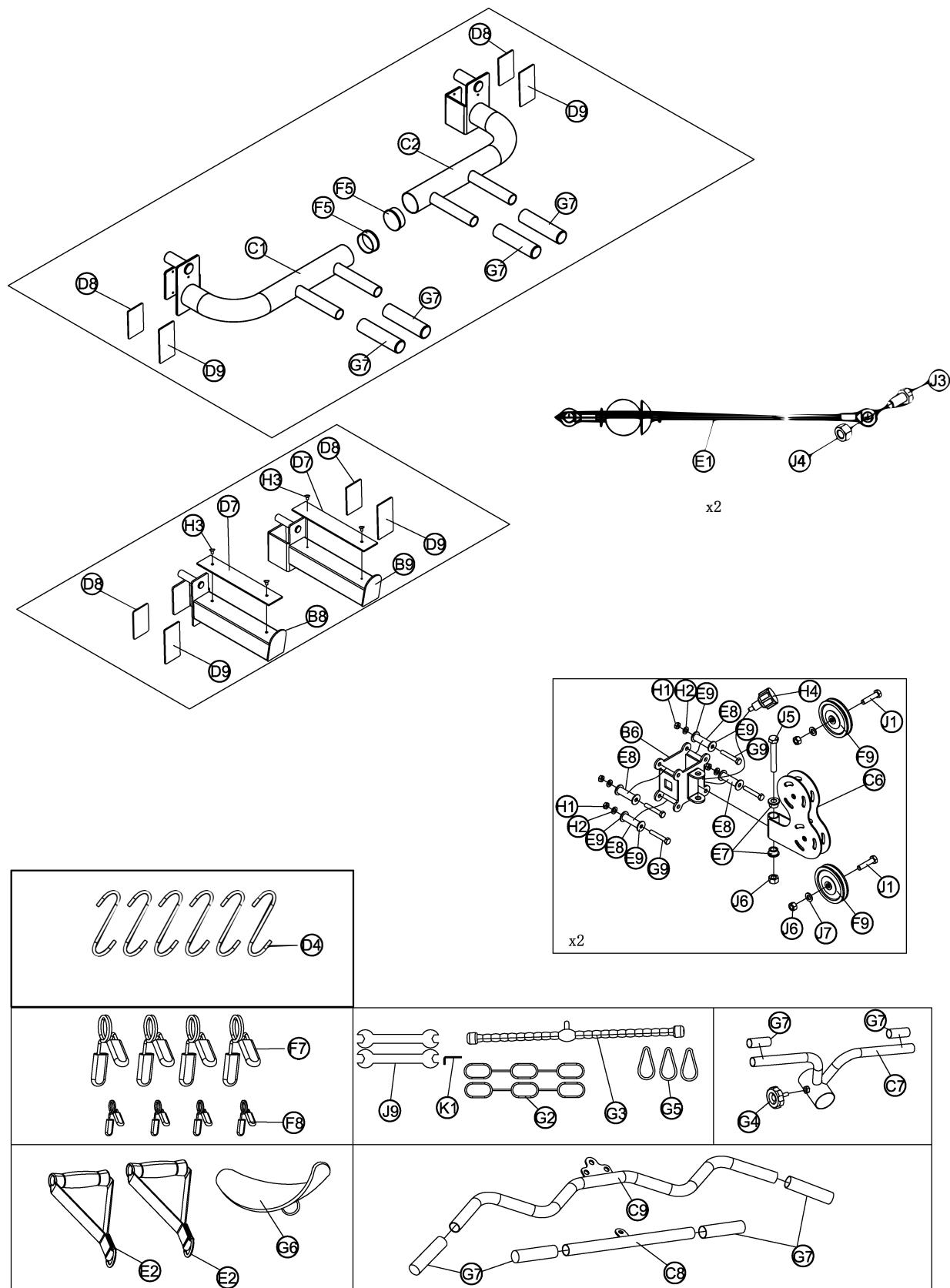
Стойка для хранения веса (1 шт.) - 80 кг

Правая/Левая рукоять для отжиманий - 120 кг

# Схема в разборе 1



## Схема в разборе 2



## Список деталей

№	Наименование	К-во	№	Наименование	К-во
A1	Панель с логотипом	1	E8	Пластиковый корпус	8
A2	Нижняя задняя часть рамы	1	E9	Пластиковая прокладка	16
A3	Верхняя задняя часть рамы	1	F1	Скошенная втулка (50x70)	2
A4	Верхняя левая/правая часть рамы	2	F2	Внешняя трубчатая втулка (50x50 мм)	2
A5	Компоненты турника	1	F3	Заглушка для квадратной трубы (30x30 мм)	2
A6	Нижняя труба — левая	1	F4	Заглушка для квадратной трубы (50x70 мм)	4
A7	Нижняя труба — правая	1	F5	Заглушка для круглой трубы (50x1,5 мм)	2
A8	Передняя стойка	2	F6	Заглушка для круглой трубы (25x1,5 мм)	4
A9	Задняя стойка	2	F7	Зажимы для штанги 2"	8
B1	Труба для хранения штанги	1	F8	Зажимы для штанги 1"	8
B2	Телескопическая труба	2	F9	Труба для хранения блинов 2"	8
B3	Труба для размещения блинов	4	G1	Ролик	16
B4	Крепёжная пластина стойки	4	G2	5-звенная цепь	2
B5	Большая опорная пластина	1	G3	Треугольный трос	1
B6	Комплект направляющих втулок	2	G4	Регулятор	3
B7	Труба для размещения блинов	4	G5	Крюк типа "груша"	4
B8	Короткий предохранительный рычаг правый	1	G6	Круглый узел клейкой ленты	1
B9	Короткий предохранительный рычаг левый	1	G7	Ручные захваты	10
C1	Брусья для отжиманий — правая	1	G8	Поролоновая рукоятка	2
C2	Брусья для отжиманий — левая	1	G9	Болт M8*75	8
C3	U-образное крепление	1	H1	Гайка M8	8
C4	Поворотная труба	1	H2	Шайба плоская ф8	8
C5	360° труба лэндмайн	1	H3	Винт M4*8	4
C6	Пластина крепления блока	2	H4	Эластичный штифт	2
C7	Гриф для тяги Т-образный	1	H5	Винт M6*15(4#)	3
C8	Гриф среднего блока	1	H6	Болт с квадратным подголовком M10×90	26
C9	Гриф для тяги сверху	1	H7	Болт с квадратным подголовком M10×70	9
D1	Крепление для эспандера	4	H8	Болт M10*90	6
D2	T-образная соединительная пластина	4	H9	Болт M10*80	2
D3	Угловая соединительная пластина	2	J1	Болт M10*70	4
D4	Крюк	6	J2	Болт M10*45	14
D5	Внутренняя телескопическая труба	4	J3	Болт M10*20	6
D6	Втулка блока	4	J4	Болт M10*15	4
D7	Резиновая лента	2	J5	Болт M12*80	2
D8	Войлочная прокладка 1	4	J6	Нейлоновая контргайка M12	2
D9	Войлочная прокладка 2	4	J7	Нейлоновая контргайка M10	2
E1	Трос (8100 мм)	2	J8	Шайба плоская ф10	62
E2	Ручка для троса	2	J9	Винты с внутренним шестигранником	8
E3	Амортизирующая прокладка	4	K1	Рожковый ключ (17-19)	2
E4	Втулка	8	K2	Шестигранный ключ 4 мм	1
E5	Гальваническая внешняя втулка	2			
E6	Втулка из порошкового металла(20*15*10.1*25)	8			
E7	Втулка из порошкового металла(25*12)	4			

# Упаковка

## Коробка А

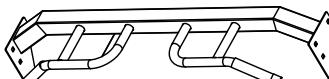
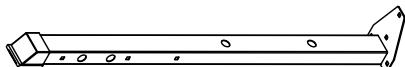
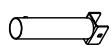
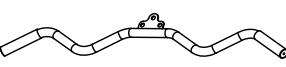
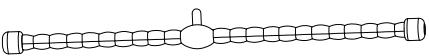
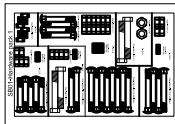
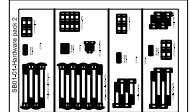
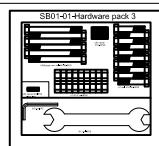
(A9)x2		(A2)x1	
(A8)x2		(A5)x4	
(D1)x4		(A1)x1	
(B7)x4			

## Коробка В

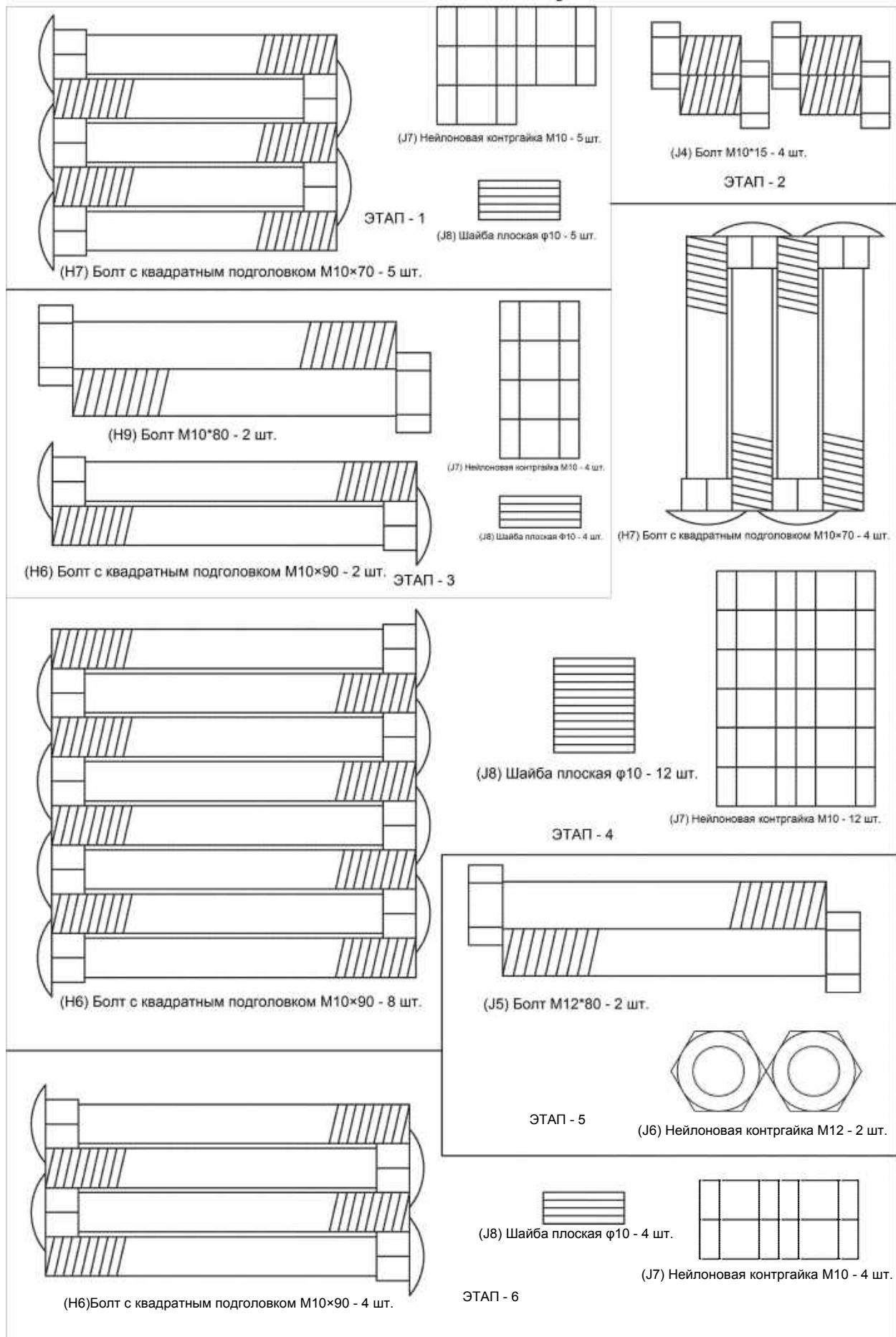
(C2)x1		(C1)x1		(B8)x1	
(B9)x1		(B2)x2		(C7)x1	
(B4)x4		(D3)x2		(C8)x2	
(B6)x2		(E1)x2		(D2)x4	

# Упаковка

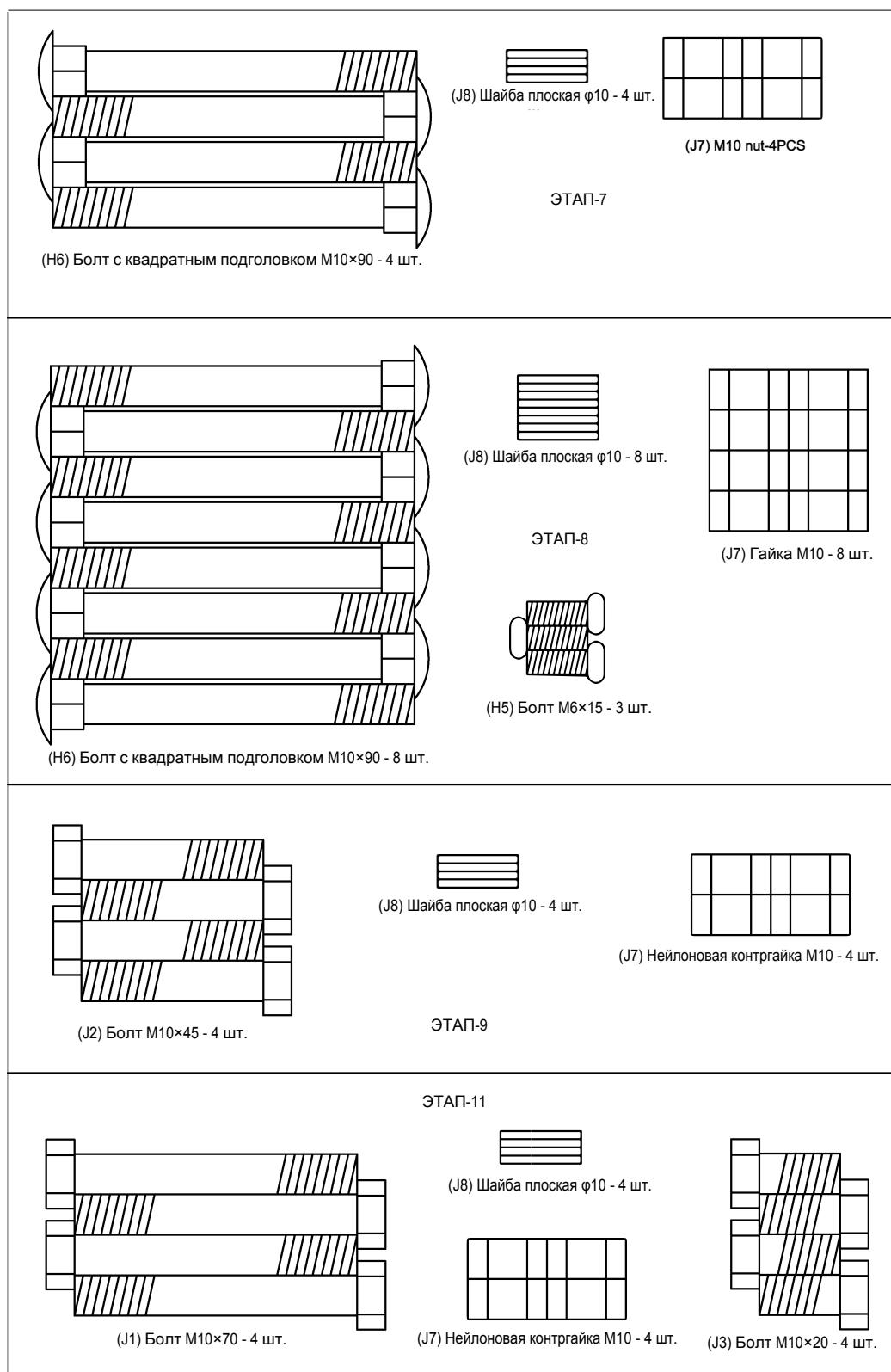
## Коробка В

 Ⓐ3 x1	 Ⓐ4 x2
 Ⓐ5 x1	 Ⓐ6 x1
 Ⓐ7 x1	 Ⓑ1 x1
 Ⓑ3 x4	 Ⓑ5 x1
 Ⓔ3 x4	 Ⓒ3 x1
 Ⓒ4 x1	 Ⓒ5 x1
 Ⓒ8 x1	 Ⓒ9 x1
 Ⓓ4 x6	 Ⓔ2 x2
 Ⓕ7 x8	 Ⓔ8 x8
 Ⓔ9 x8	 Ⓖ1 x16
 Ⓖ2 x2	 Ⓖ3 x1
 Ⓖ4 x3	 Ⓖ6 x4
 Ⓖ6 x1	 Ⓓ6 x4
SB01-Hardware pack 1 	SB01-Hardware pack 2 
SB01-Hardware pack 3 	

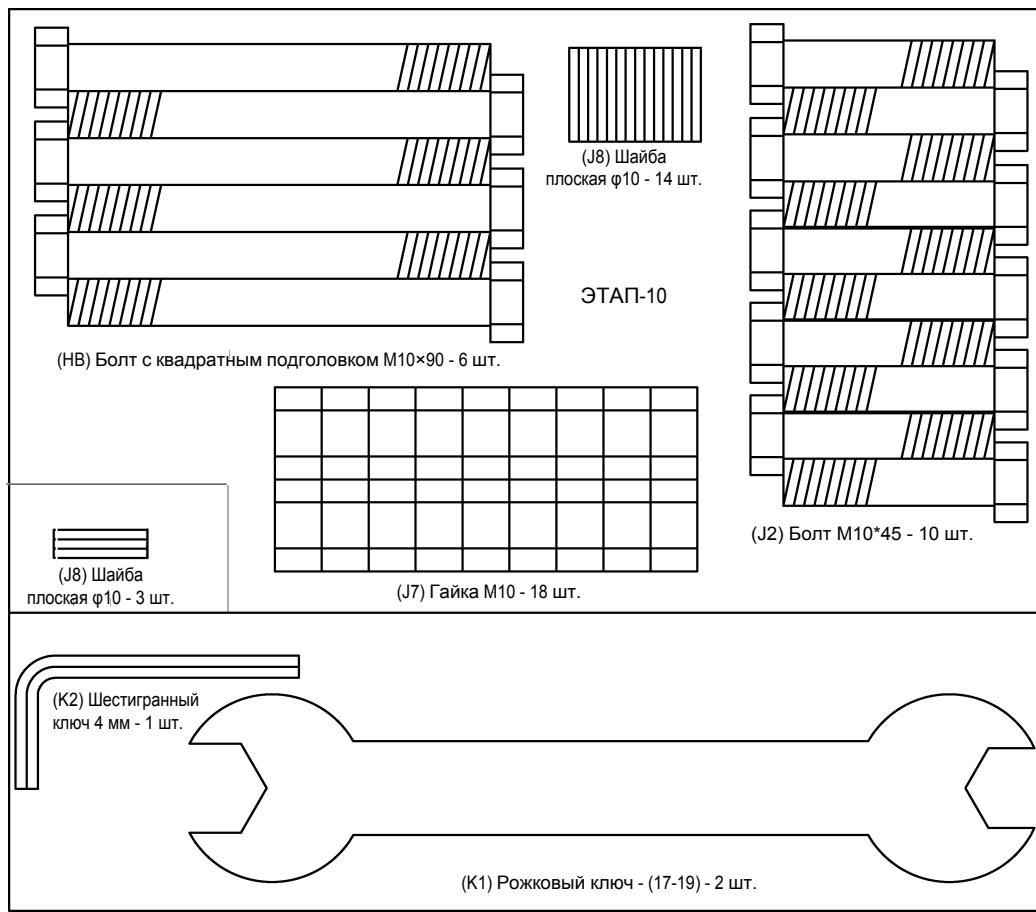
# S801-Комплект крепежа 1



# S801-комплект крепежа 2



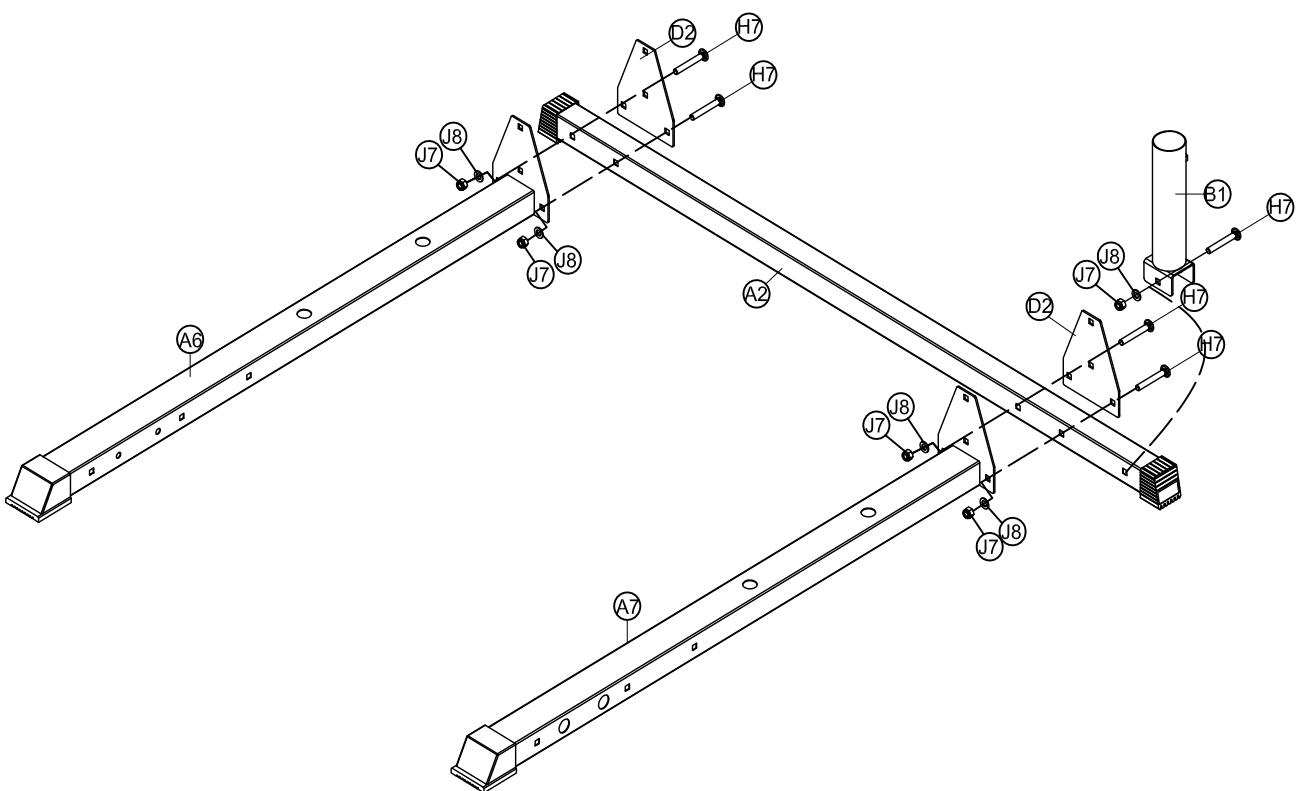
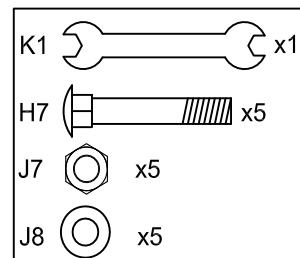
# S801-Комплект крепежа 3



# Инструкция по установке

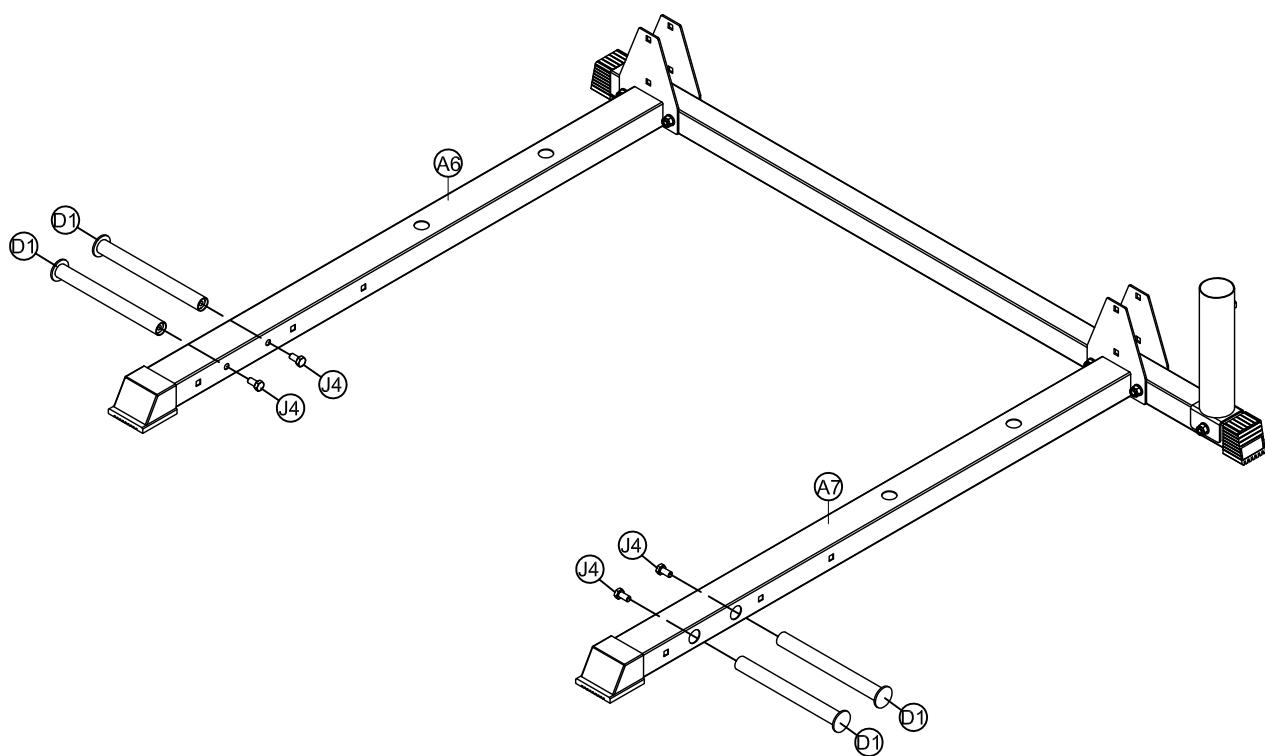
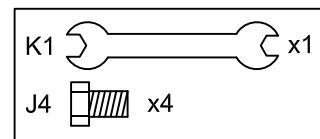
## Этап 1

- Сначала соедините с помощью болта M10×70 (H7), гайки M10 (J7), плоской шайбы · 10 (J8) и Т-образной соединительной пластины (D2) заднюю часть рамы (A2), нижнюю левую трубу (A6) и нижнюю правую трубу (A7). Примечание: во время предварительной сборки не затягивайте гайки до конца.
- Затем зафиксируйте трубу для хранения грифа (B1) на задней части рамы (A2) с помощью болта M10×70 (H7), гайки M10 (J7) и плоской шайбы · 10 (J8).



## Этап 2

Как показано на рисунке, вставьте крепление для эспандера (D1) в наружные отверстия нижней трубы-левой (A6) и нижней трубы-правой (A7), затем затяните шестигранным болтом M10×15 (J4).

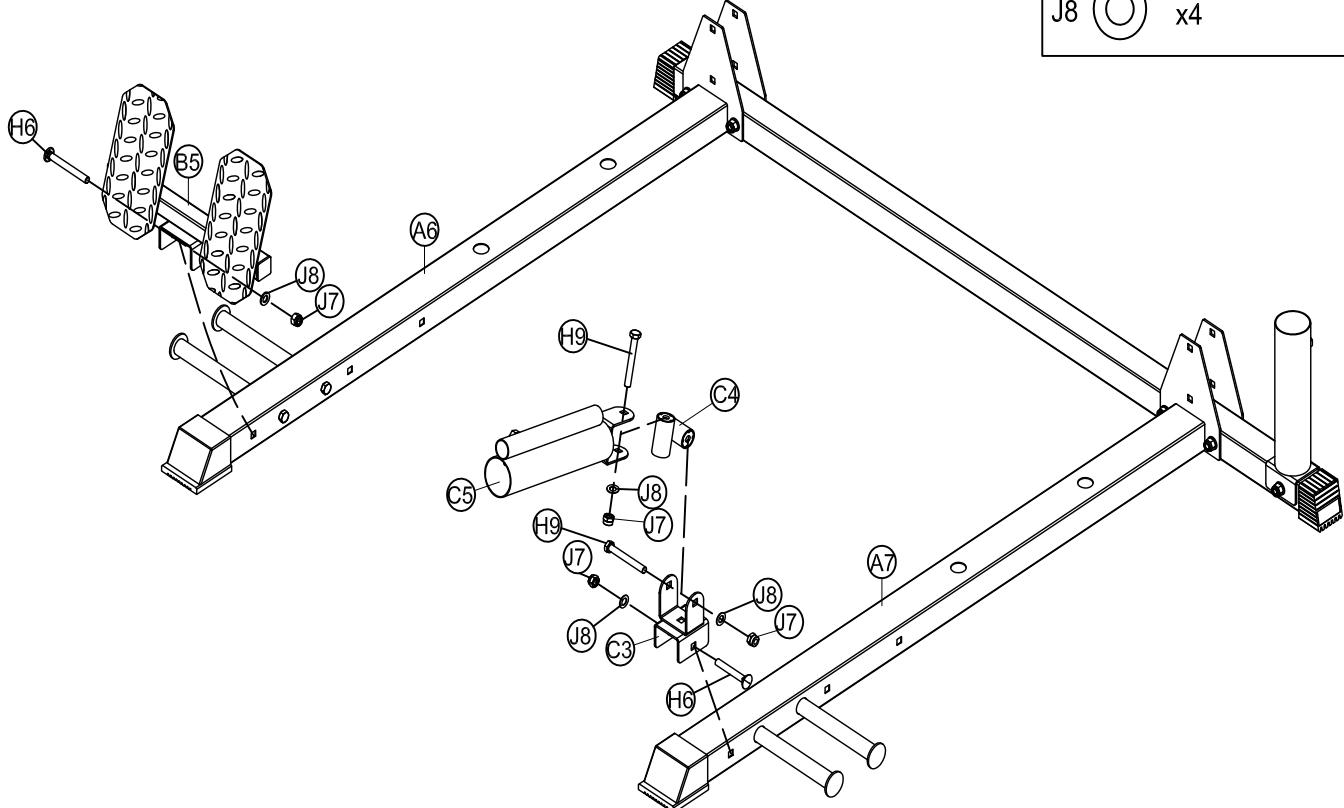


### Этап 3

Сначала закрепите U-образное крепление (C3) на нижней правой трубе (A7) с помощью болта M10×90 (H6), гайки M10 (J7) и плоской шайбы 10 (J8). Затем, как показано на рисунке, зафиксируйте поворотную трубу (C4) и трубу 360° лэндмайна (C5) на U-образном креплении (C3) с помощью шестигранного болта M10×80 (H9), гайки M10 (J7) и плоской шайбы 10 (J8), после чего затяните их.

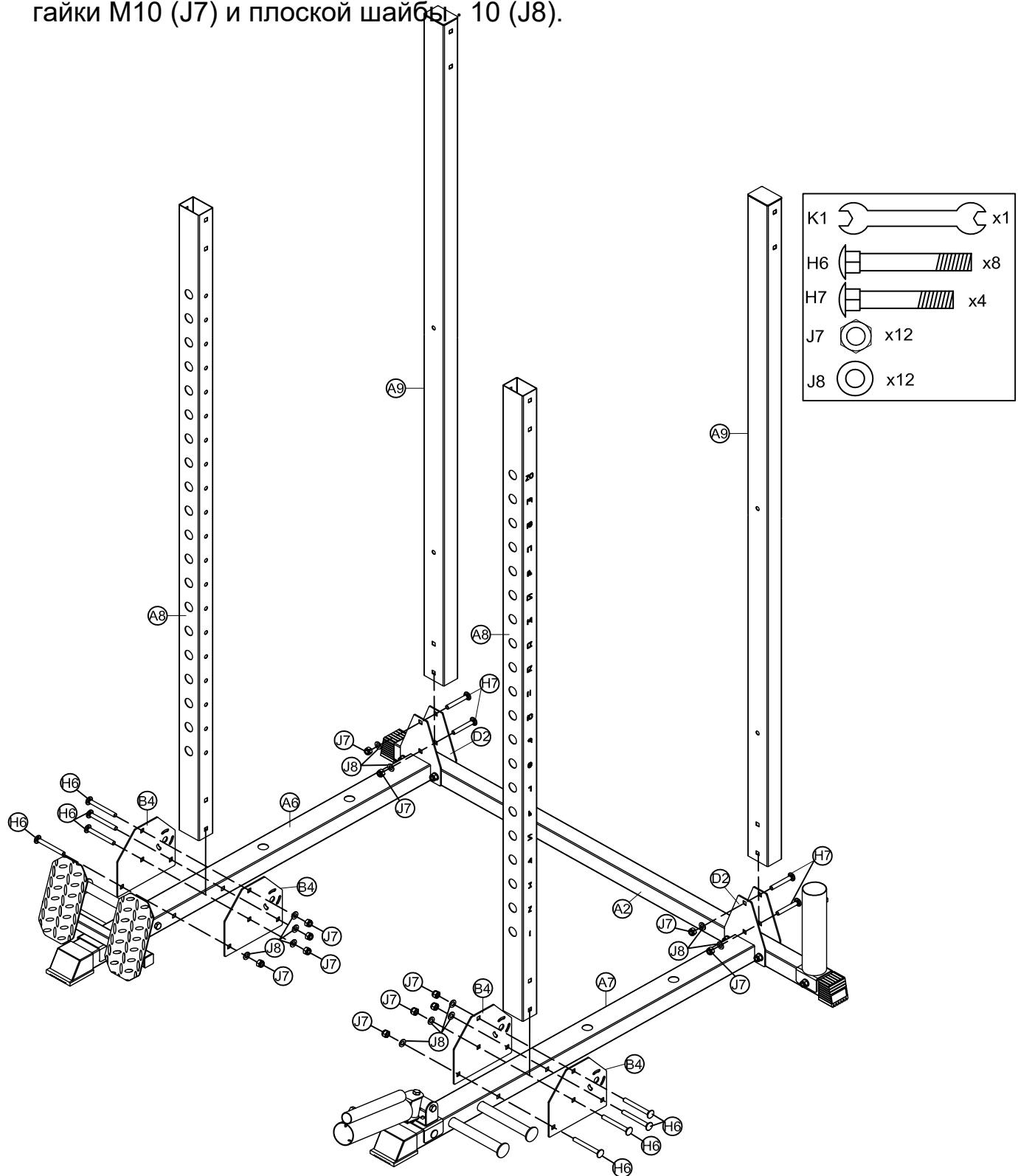
Закрепите большую опорную платформу (B5) на нижней левой трубе (A6) с помощью болта M10×90 (H6), гайки M10 (J7) и плоской шайбы 10 (J8), затем затяните соединение.

K1	x2
H6	x2
H9	x2
J7	x4
J8	x4



## Этап 4

1. Закрепите переднюю стойку (A8) между двумя пластинами крепления стоек (B4) с помощью болта M10×90 (H6), гайки M10 (J7) и плоской шайбы . 10 (J8).
2. Зафиксируйте заднюю стойку (A9) между двумя Т-образными соединительными пластинами (D2) с помощью болта M10×70 (H7), гайки M10 (J7) и плоской шайбы . 10 (J8).

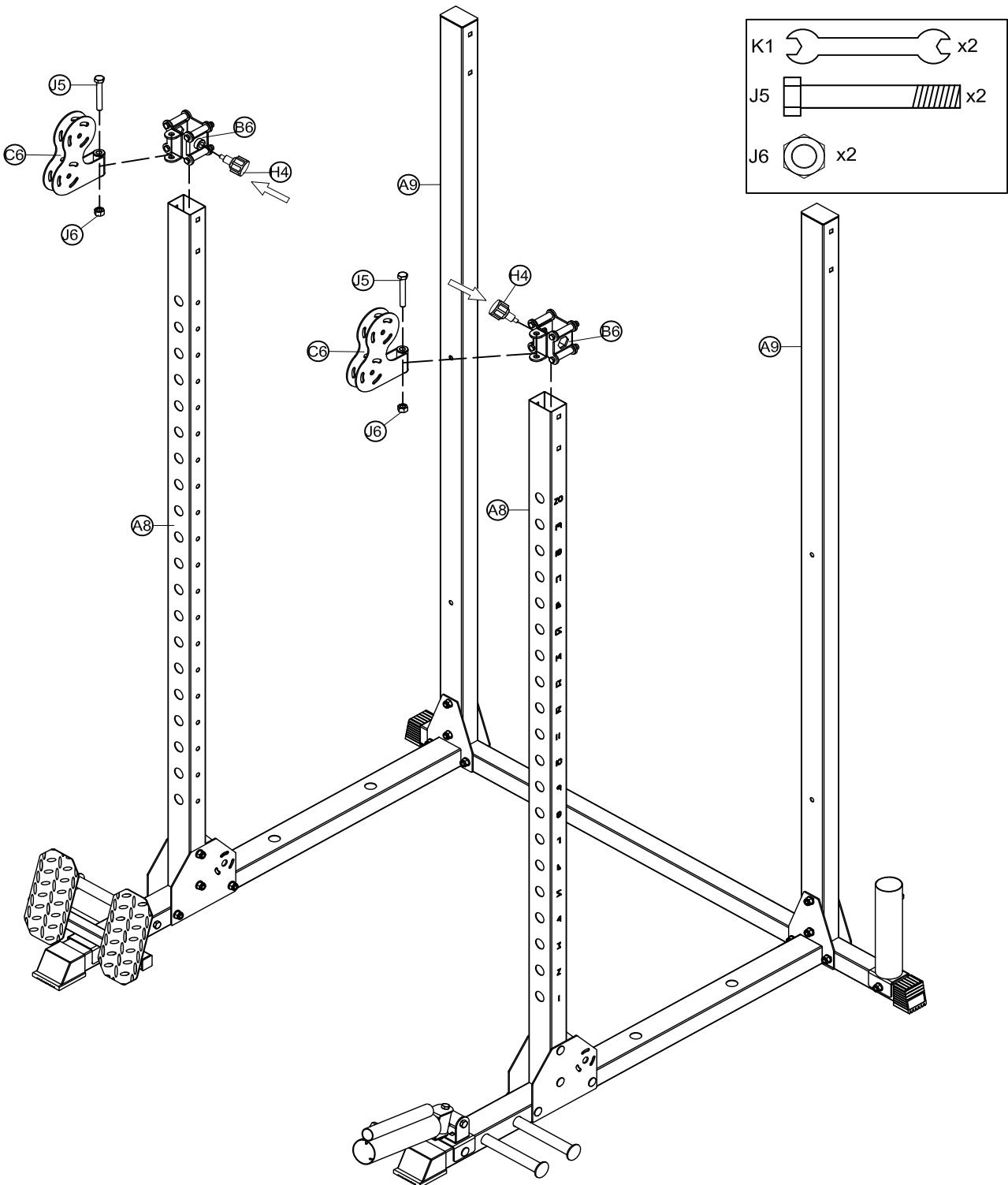


## Этап 5

1. Установите набор направляющих втулок (B6) на переднюю стойку (A8), зафиксировав упругим штифтом (H4).

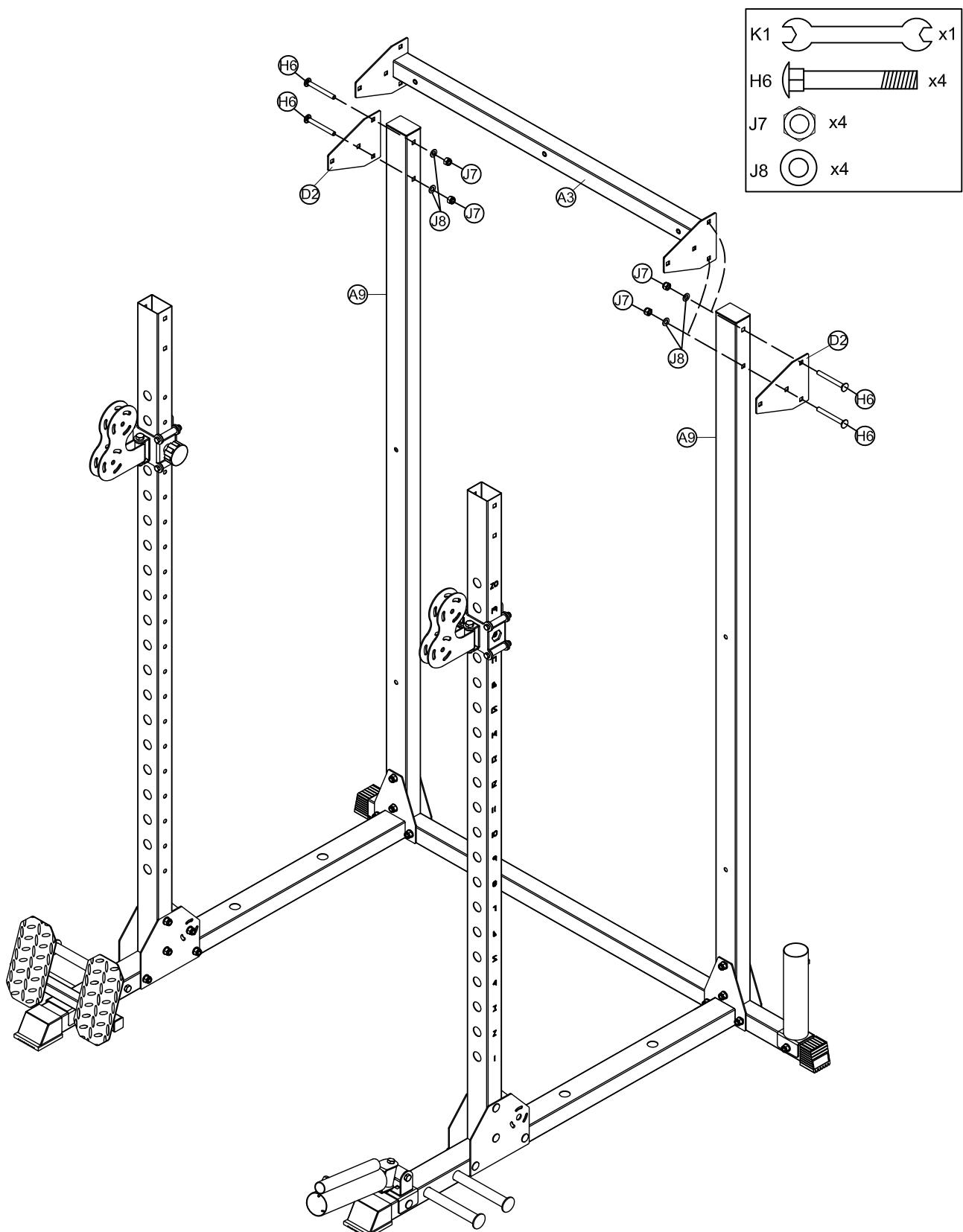
2. Закрепите пластину крепления ролика (C6) на наборе скользящих втулок

Обратите внимание на направление установки направляющих втулок (B6).



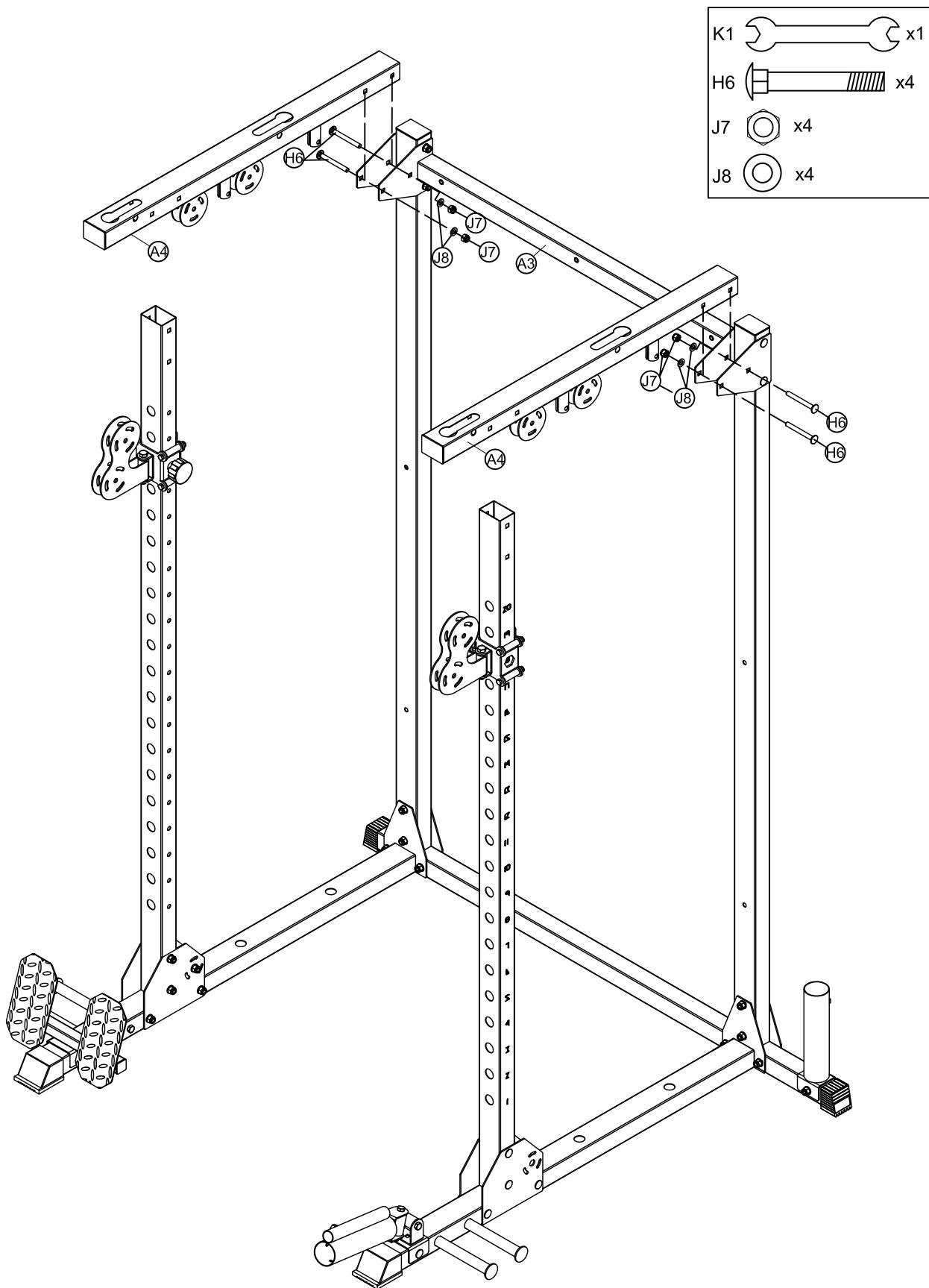
## Этап 6

Сначала соедините трубу крепления стойки (A3), Т-образную соединительную пластину (D2) и заднюю стойку (A9) с помощью болта M10×90 (H6), гайки M10 (J7) и плоской шайбы 10 (J8) согласно схеме, но не затягивайте до конца.



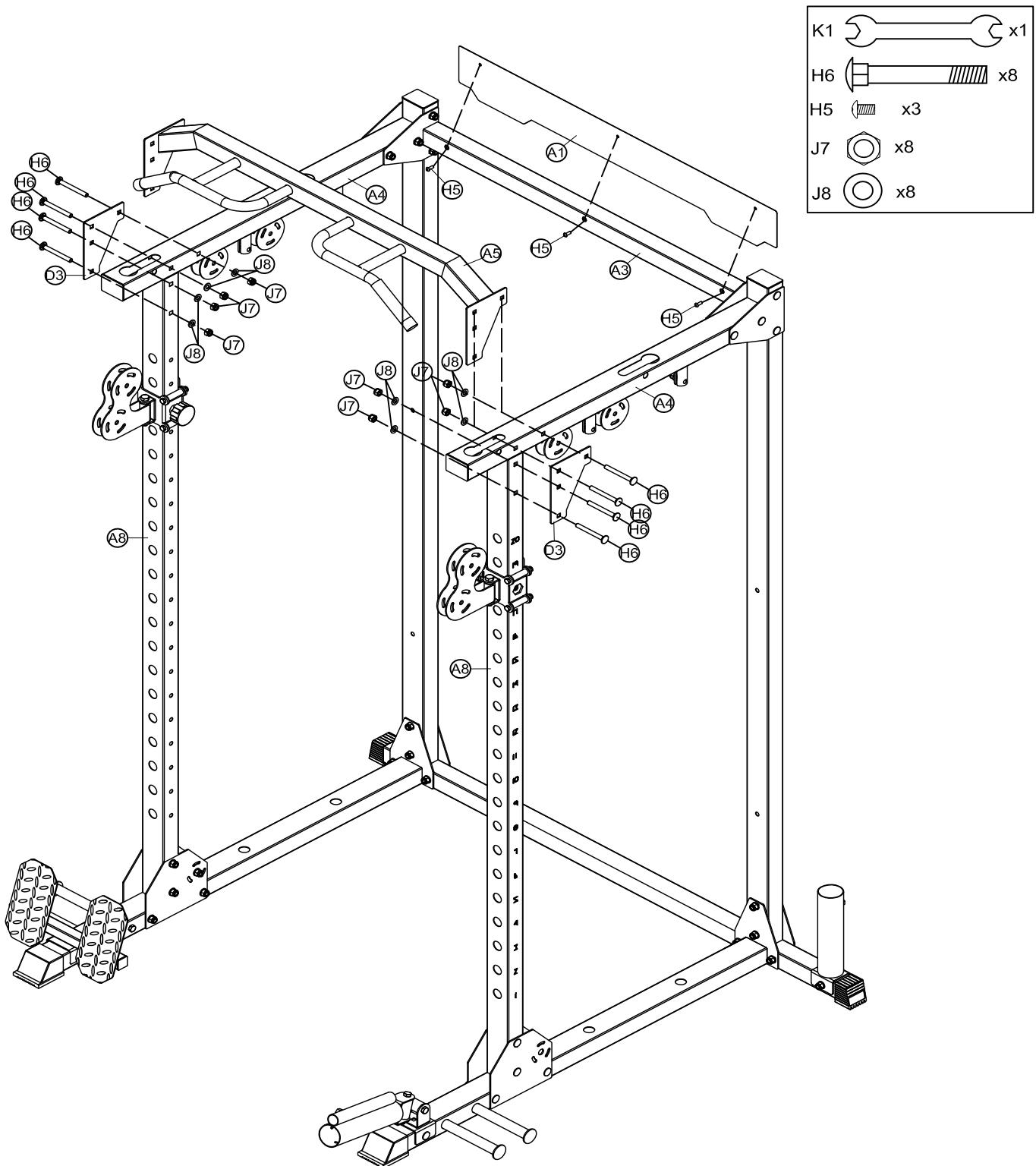
## Этап 7

Установите верхние рамы Левую/Правую (A4) в Т-образные соединительные пластины с помощью болта M10×90 (H6), гайки M10 (J7) и плоской шайбы 10 (J8), затем зафиксируйте.



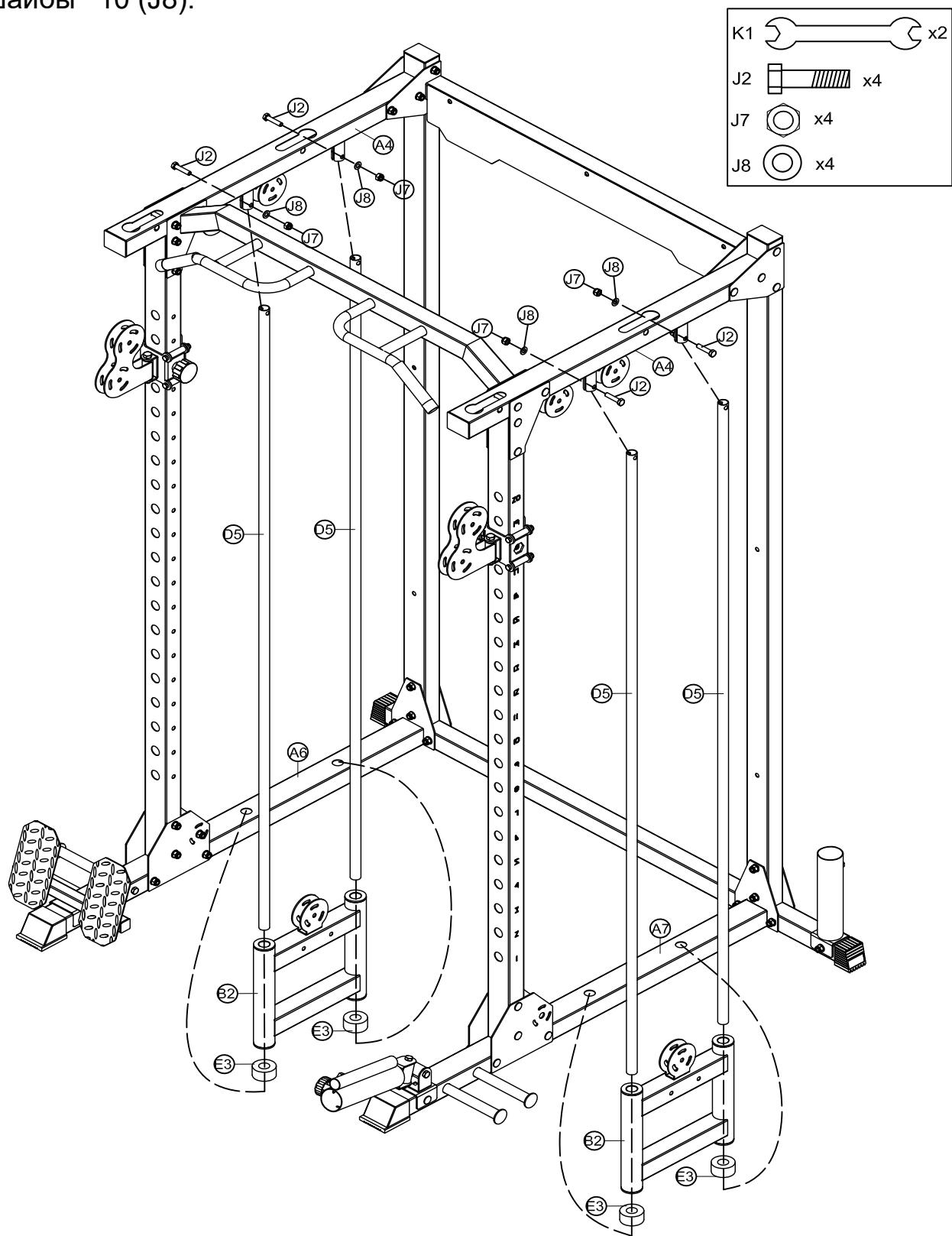
## Этап 8

1. Закрепите компоненты турника (A5) и угловую соединительную пластину (D3) по бокам левой и правой верхних рам (A4) с помощью болтов M10×90 (H6), гаек M10 (J7) и плоских шайб 10 (J8).
2. Установите панель с логотипом (A1) на верхнюю заднюю раму крепления стойки (A3) с помощью болтов M6×20 (H5) и зафиксируйте.



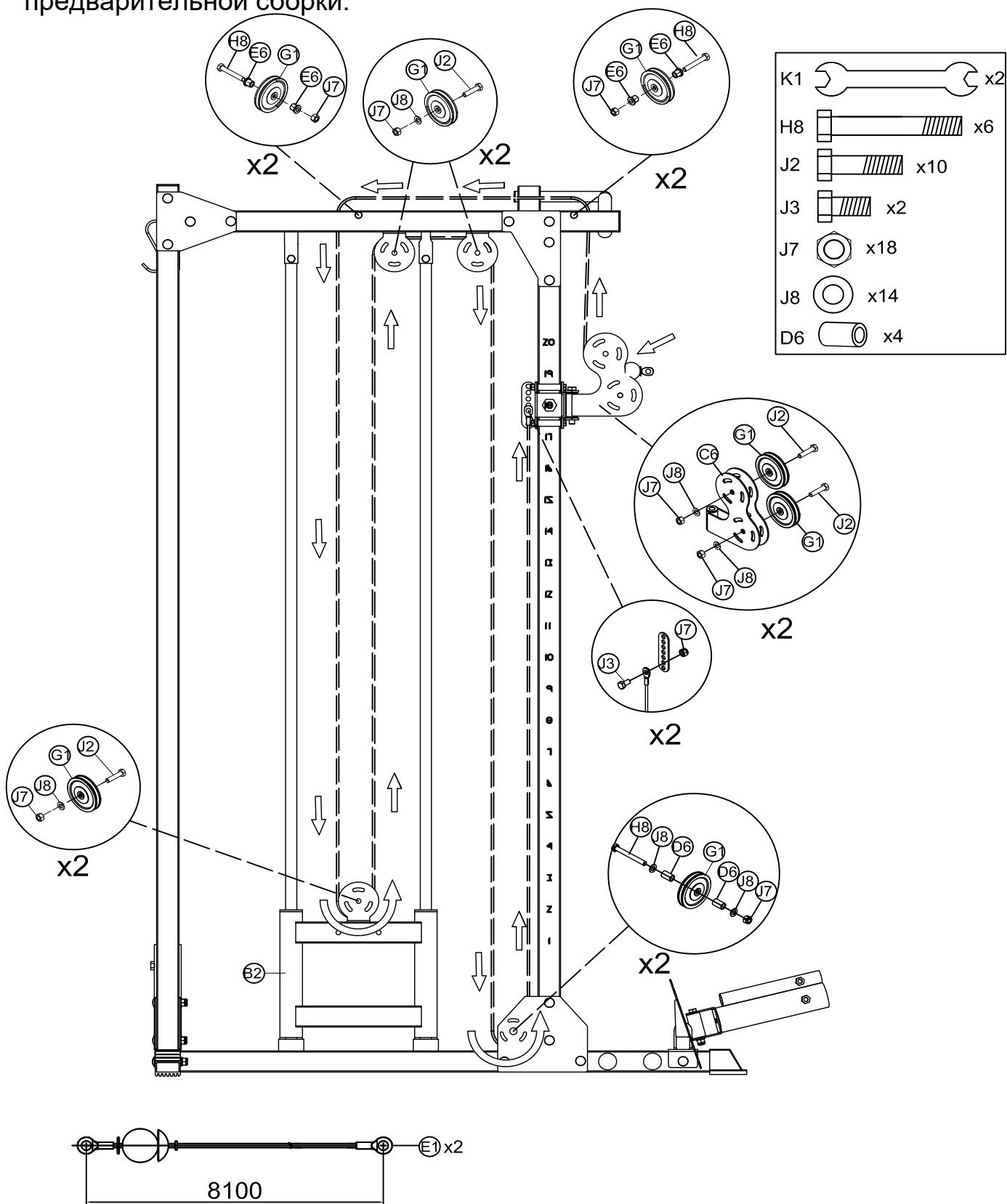
## Этап 9

Установите амортизирующую прокладку (E3), телескопическую внешнюю трубу (B2) и телескопическую внутреннюю трубу (D5) в соответствующие отверстия нижней левой трубы (A6) и нижней правой трубы (A7) и закрепите их на втулках нижних труб-левой/правой (A4) с помощью шестигранного болта M10×45 (J2), гайки M10 (J7) и плоской шайбы 10 (J8).



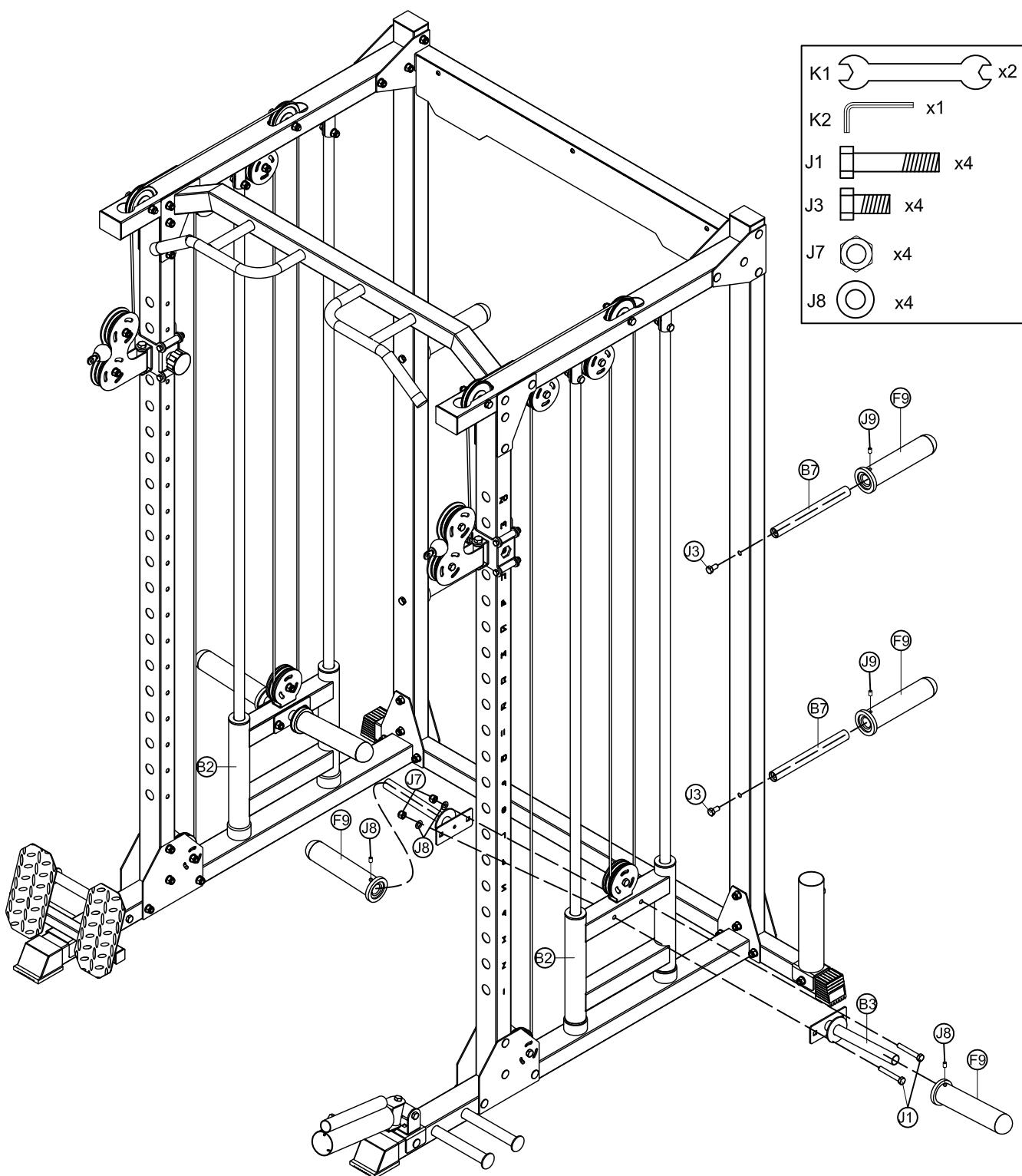
## Этап 10

1. Сначала проденьте 1 трос (E1) по направлению стрелки, как показано на рисунке.
2. Закрепите ролик (G1) согласно схеме.
3. Зафиксируйте трос (E1) на оборудовании, как указано в инструкции.
4. Примечание: Все болты и гайки должны быть затянуты в ходе предварительной сборки.



## Этап 11

- Сначала установите трубу для размещения блинов (B3) на телескопическую трубку (B2) и затяните с помощью шестигранного болта M10×70 (J1), гайки M10 (J7) и плоской шайбы 10 (J8). Затем установите штангу для хранения блинов 2" (F9) и затяните согласно схеме.
- Установите трубу для блинов 1" (B7), затяните с помощью шестигранного болта M10×20 (J13), затем смонтируйте штангу для хранения блинов 2" (F9) и затяните согласно схеме.



## Этап 12

### Установка навесного оборудования

