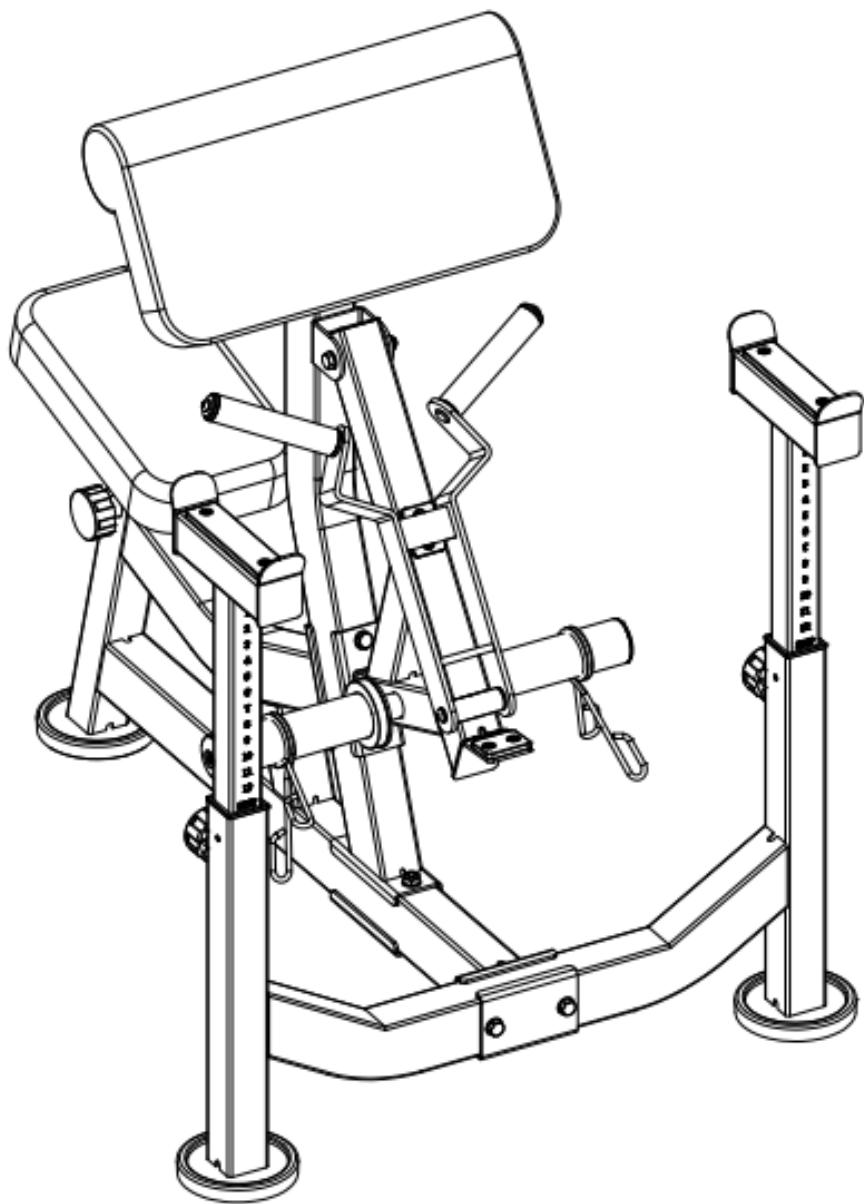


Руководство по эксплуатации
Тренажер для Бицепса
Артикул: D2024



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.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

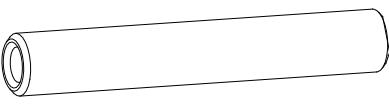
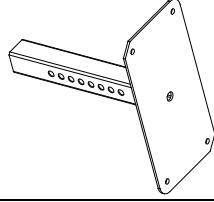
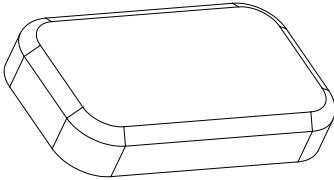
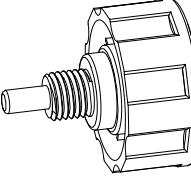
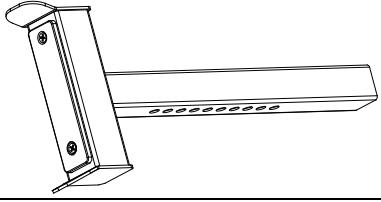
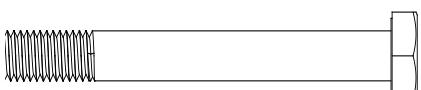
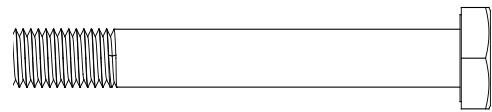
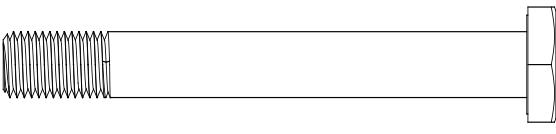
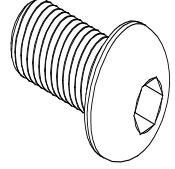
Сохраните руководство для дальнейшего использования.

1. Перед тем, как приступить к работе с тренажёром, ознакомьтесь со всеми инструкциями настоящего руководства. Несоблюдение представленных рекомендаций может привести к тому, что изделие станет небезопасным. Проследите за тем, чтобы все пользователи были ознакомлены с мерами предосторожности и правилами пользования тренажёром.
2. Перед началом любой физической активности проконсультируйтесь с 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 изделия. 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 могут нанести вред вашему здоровью. Если во время тренировки вы почувствуете головокружение, слабость или обнаружите у себя какие-либо другие болезненные симптомы, немедленно прекратите тренировку. Прежде чем возобновить занятия, обратитесь за консультацией к врачу.
4. Не подпускайте к тренажёру домашних животных. Не позволяйте детям играть на тренажёре или возле него. Изделие предназначено исключительно для взрослых.
5. Размещать тренажёр следует на ровную и устойчивую поверхность. Положите под изделие специальное покрытие для защиты пола от загрязнений и любых других повреждений. В целях безопасности обеспечьте вокруг тренажёра не менее 0,5 метров свободного пространства.
6. Не затягивайте каждый болт сразу после его установки. Окончательную затяжку болтов производить, только после полной сборки тренажера.
7. Перед началом занятий убедитесь, что все крепежи (болты, гайки) надёжно затянуты, и тренажёр безопасен для использования.
8. Для поддержания изделия в исправном состоянии регулярно проводите осмотр конструкции на предмет повреждений и износа.
9. Каждые 1-2 месяца проверяйте все детали тренажера, проверяйте затяжку соединений. При необходимости подтяните гайки.
10. Используйте тренажер строго в соответствии с инструкцией.
11. Тренажёр предназначен для домашнего (бытового) использования.
12. Настоятельно рекомендуем собирать тренажер двум и более людям, чтобы избежать травм.
13. Максимальный вес пользователя: 130 кг.

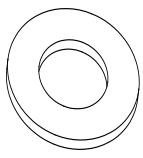
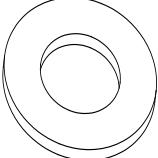
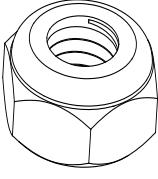
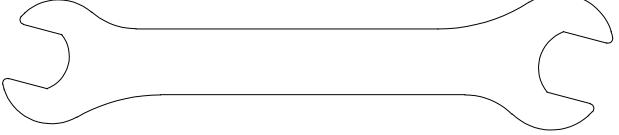
Список деталей

Ном.	Наименование детали	Изображение	Кол-во
01	Передняя вертикальная стойка в сборе		1
02	Основная рама в сборе		1
03	Фиксированная U-образная опора основной рамы		1
04	Основная вертикальная стойка в сборе		1
05	Фиксированная U-образная опора вертикальной стойки		2
06	Подвесной гриф в сборе		1
07	Пружинный зажим		2
08	Регулировка подлокотника в сборе		1
09	Подлокотник		1

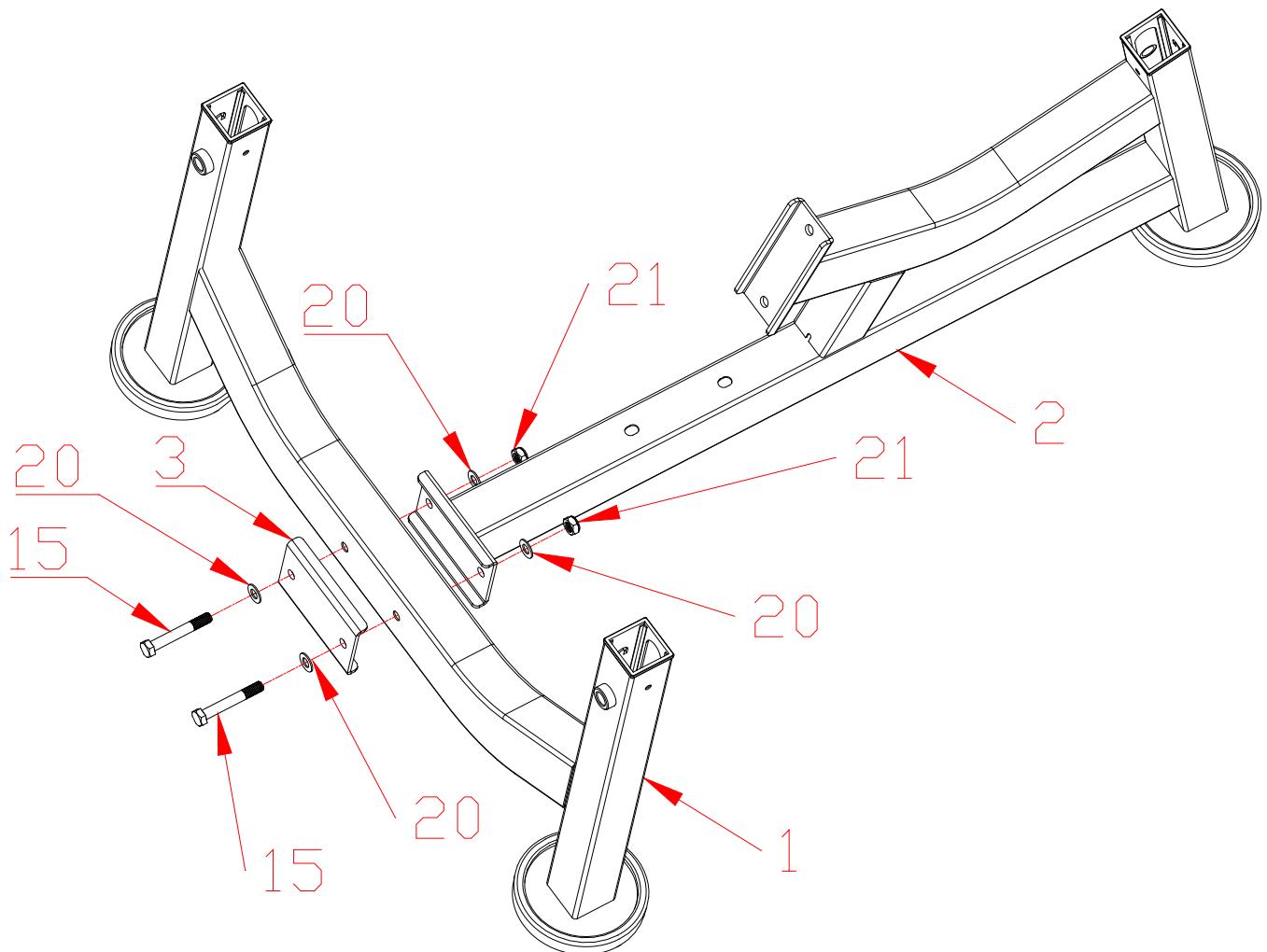
Список деталей

Ном.	Наименование детали	Изображение	Кол-во
10	Ось вращения подлокотника		1
11	Регулировка сиденья в сборе		1
12	Подушка сиденья		1
13	Поворотная рукоятка M16		3
14	Регулировка олимпийского грифа		2
15	Винт с наружным шестигранником (M10×70)		2
16	Винт с наружным шестигранником (M10×80)		1
17	Винт с наружным шестигранником (M10×90)		4
18	Винт с полукруглой головкой и внутренним шестигранником (M8×25)		10

Список деталей

Ном.	Наименование детали	Изображение	Кол-во
19	Плоская шайба ø8		10
20	Плоская шайба ø10		14
21	Контргайка M10		7
22	L-образный ключ с внутренним шестигранником (5)		2
23	Рожковый ключ (13×16)		2
24			
25			
26			
27			

Сборка, этап 1



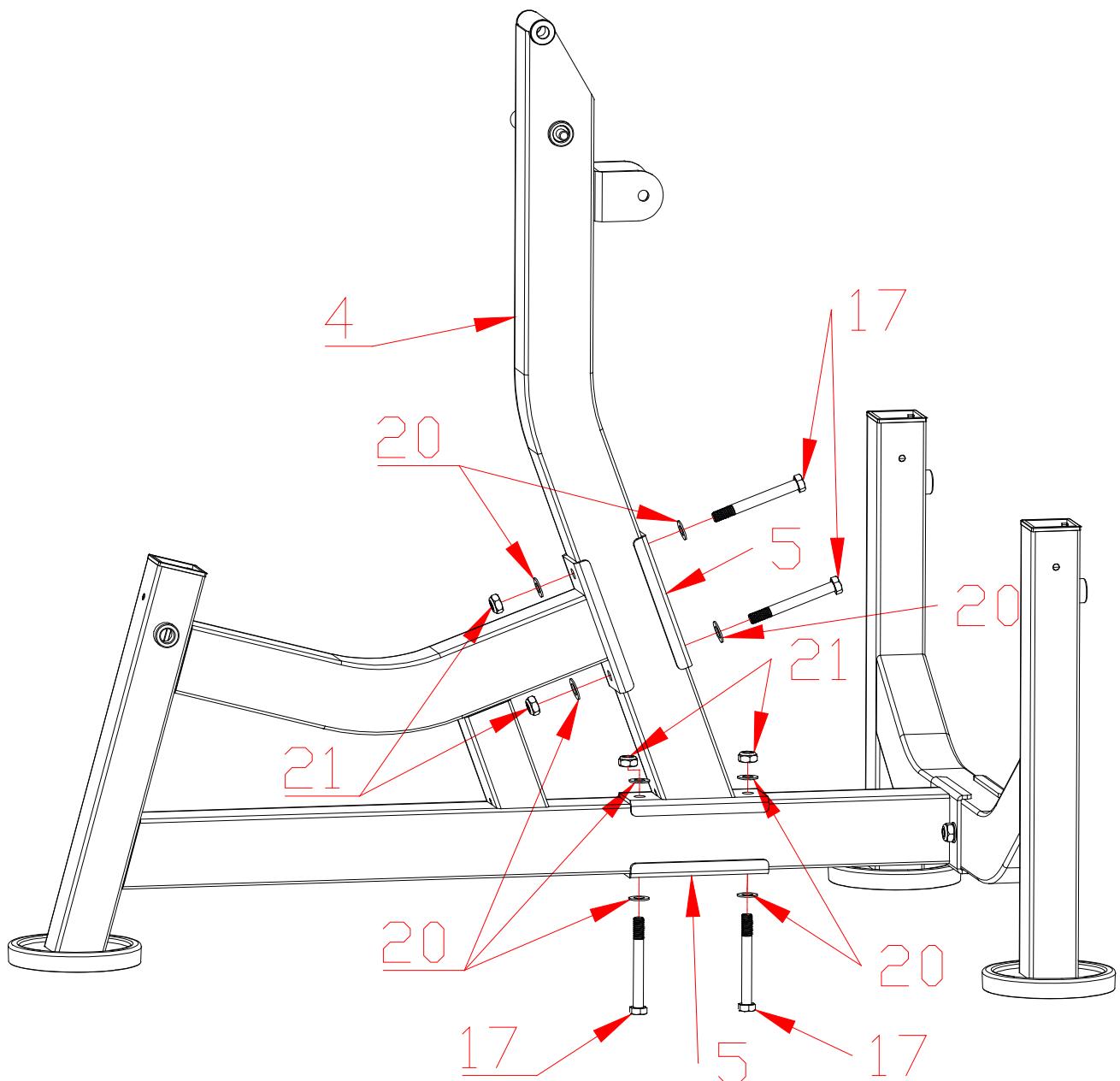
Список деталей для этапа сборки

Ном.	Наименование детали	Кол-во	Ном.	Наименование детали	Кол-во
01	Передняя вертикальная стойка в сборе	1	21	Контргайка M10	2
02	Основная рама в сборе	1			
03	Фиксированная U-образная опора основной рамы	1			
15	Винт с наружным шестигранником (M10x70)	2			
20	Плоская шайба Ø10	4			

Внимание:

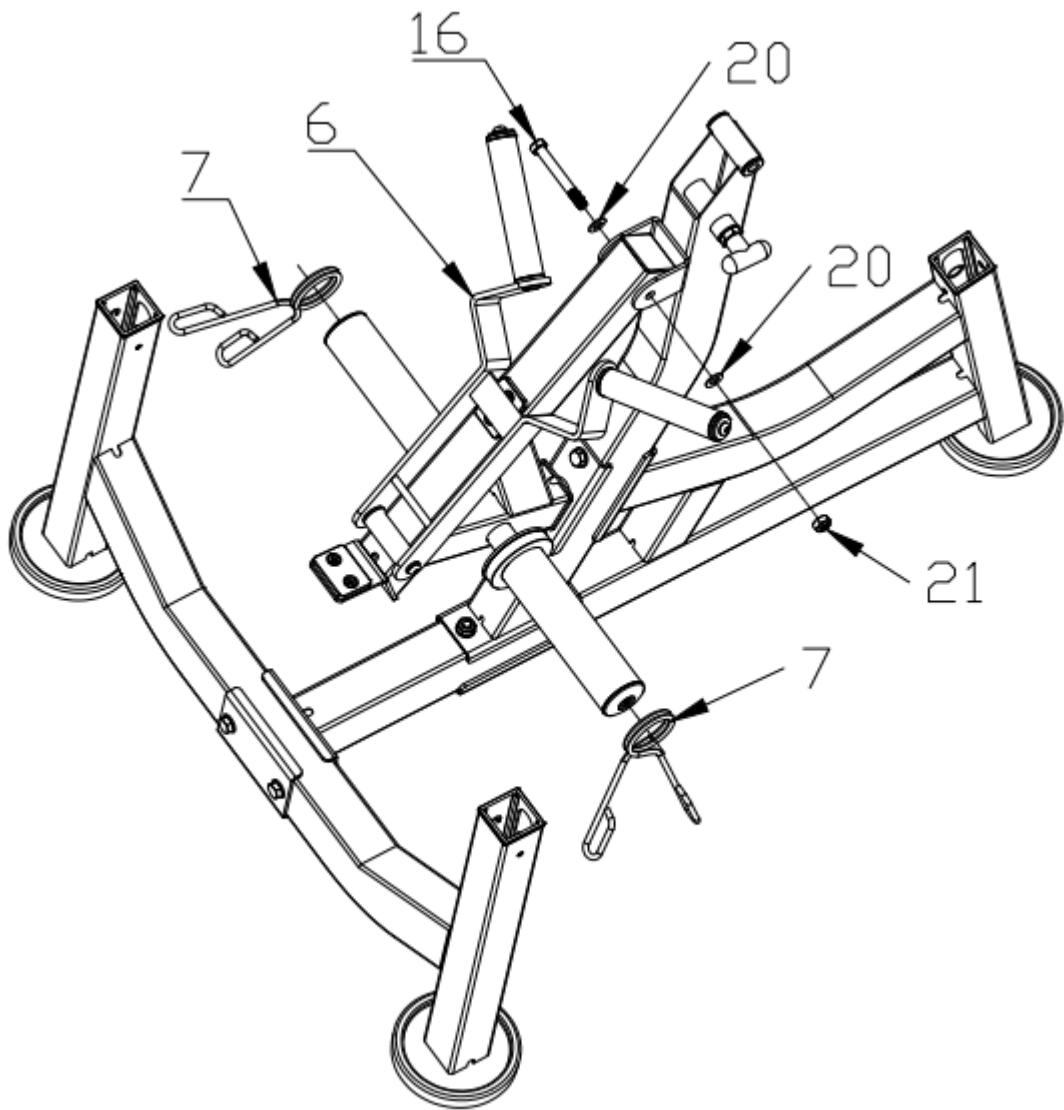
Не затягивайте стопорную гайку M10 и винты с наружным шестигранником инструментом сразу. Сначала зафиксируйте их вручную, а окончательно затяните инструментом только после полной сборки.

Сборка, этап 2



Список деталей для этапа сборки

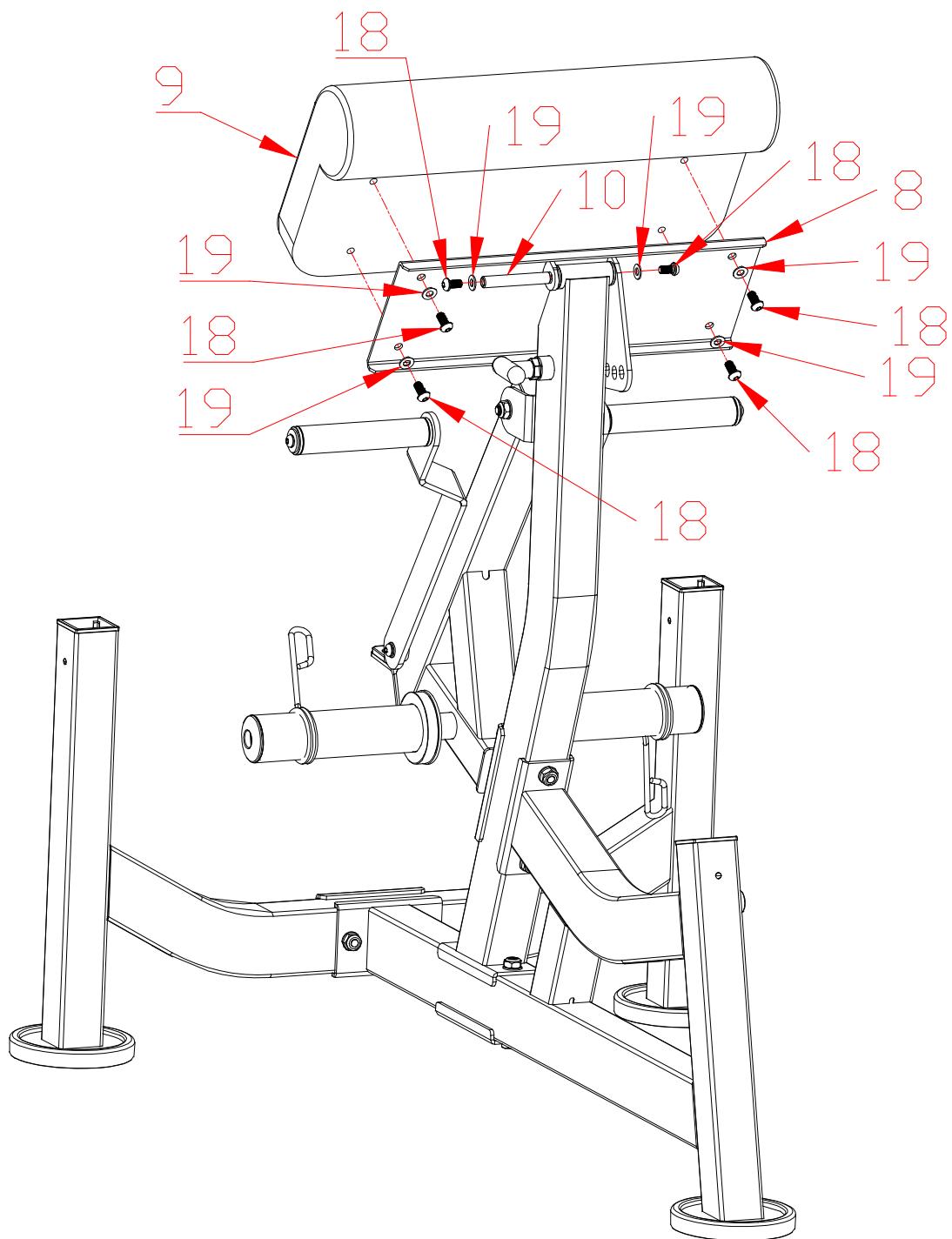
Ном.	Наименование детали	Кол-во	Ном.	Наименование детали	Кол-во
04	Основная вертикальная стойка в сборе	1	21	Контргайка M10	4
05	Фиксированная U-образная опора вертикальной стойки	2			
17	Винт с наружным шестигранником (M10x90)	4			
20	Плоская шайба Ø10	8			



Список деталей для этапа сборки

Ном.	Наименование детали	Кол-во	Ном.	Наименование детали	Кол-во
06	Подвесной гриф в сборе	1	21	Контргайка M10	1
07	Пружинный зажим	2			
16	Винт с наружным шестигранником (M10×80)	1			
20	Плоская шайба Ø10	2			

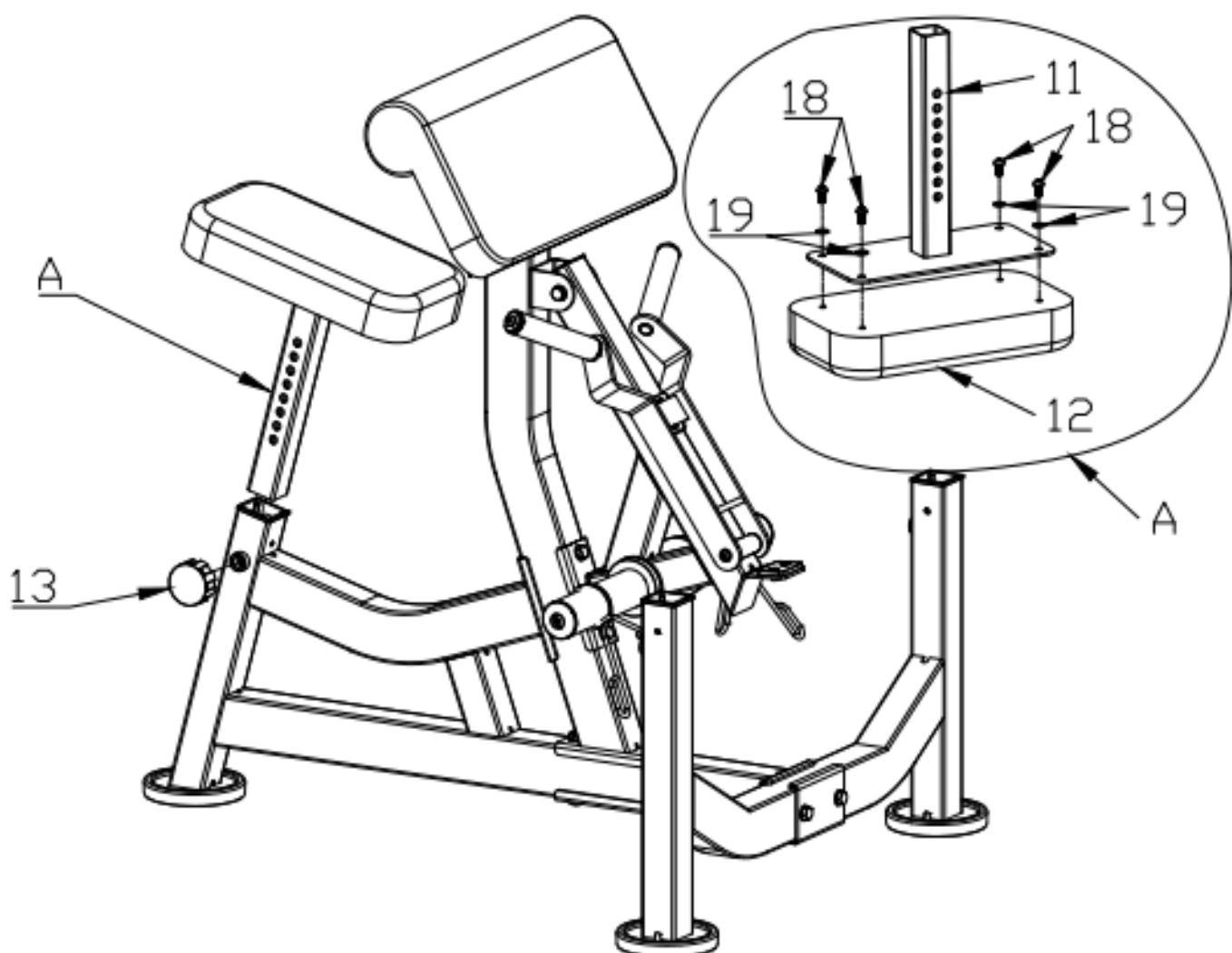
Сборка, этап 4



Список деталей для этапа сборки

Ном.	Наименование детали	Кол-во	Ном.	Наименование детали	Кол-во
08	Регулировка подлокотника в сборе	1	19	Плоская шайба Ø8	6
09	Подлокотник	1			
10	Ось вращения подлокотника	1			
18	Винт с полукруглой головкой и внутренним шестигранником (M8×25)	6			

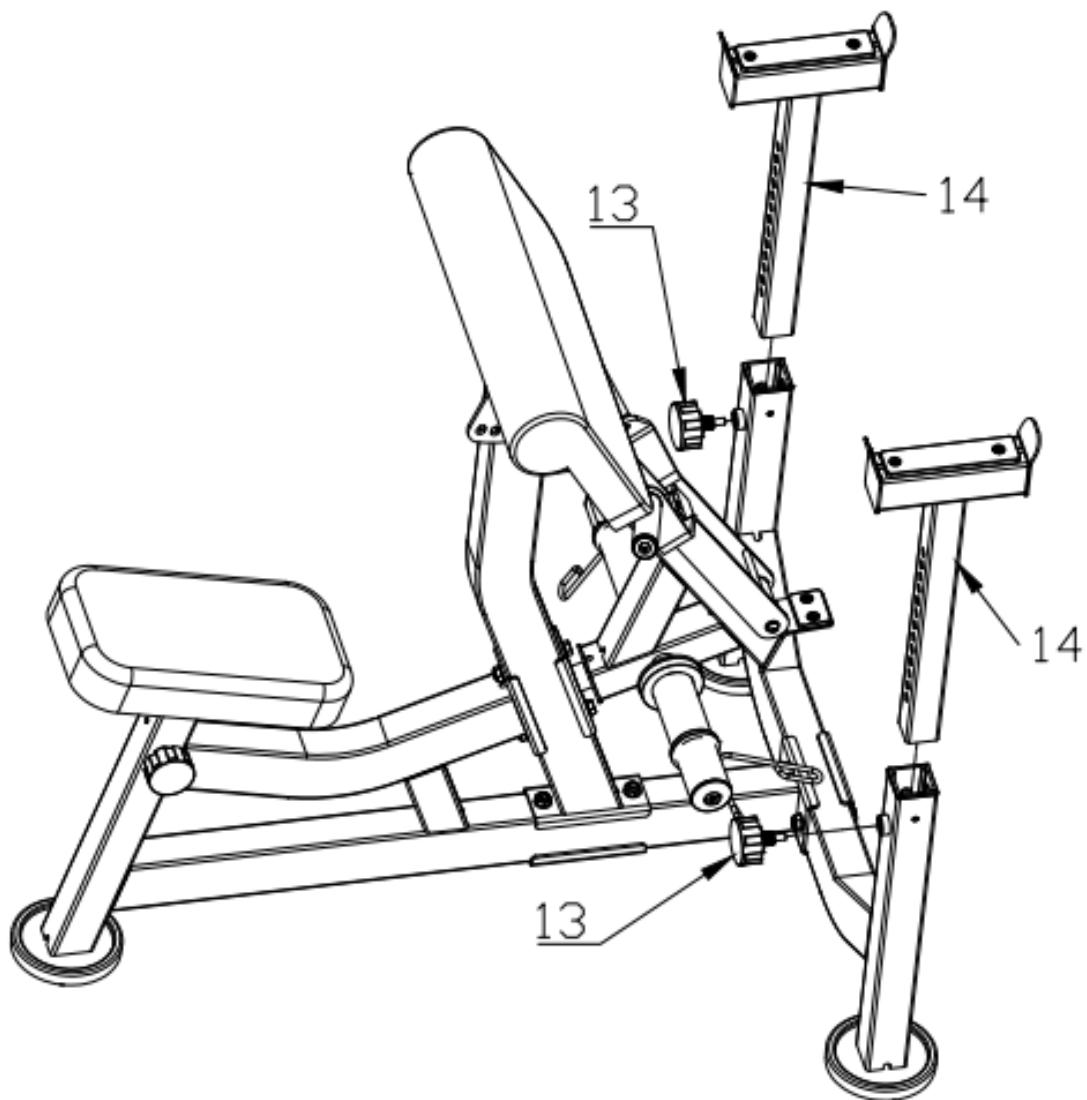
Сборка, этап 5



Список деталей для этапа сборки

Ном.	Наименование детали	Кол-во	Ном.	Наименование детали	Кол-во
11	Регулировка сиденья в сборе	1	19	Плоская шайба Ø8	4
12	Подушка сиденья	1			
13	Поворотная рукоятка M16	1			
18	Винт с полукруглой головкой и внутренним шестигранником (M8x25)	4			

Сборка, этап 6



Список деталей для этапа сборки

Ном.	Наименование детали	Кол-во	Ном.	Наименование детали	Кол-во
13	Поворотная рукоятка M16	2			
14	Регулировка олимпийского грифа	2			