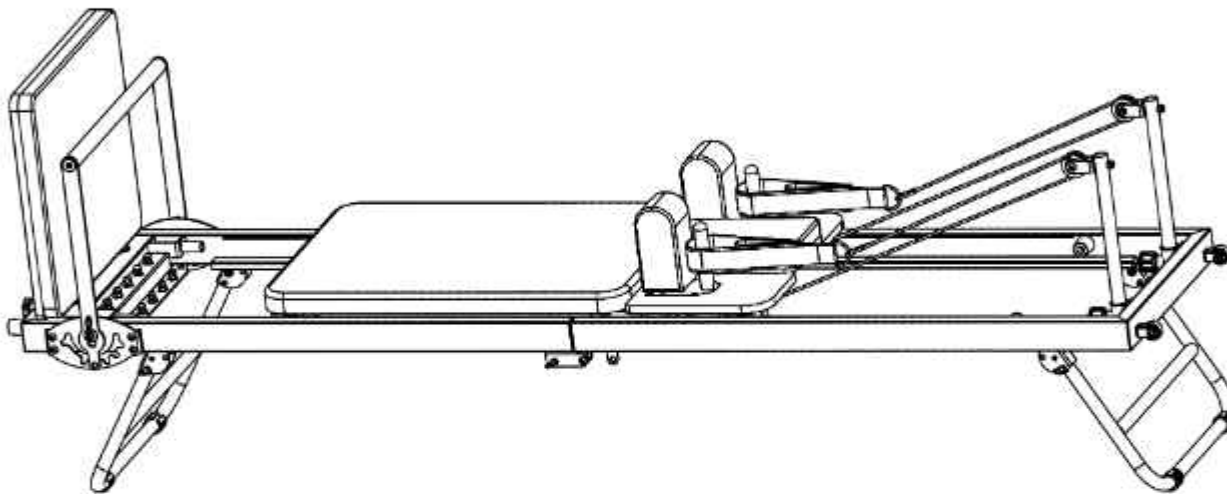


Руководство пользователя СТОЛ ДЛЯ ПИЛАТЕСА (РЕФОРМЕР)

Артикул: PLT19X



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.

Серьёзные телесные повреждения могут возникнуть в случае несоблюдения инструкций. Тщательно следуйте всем правилам безопасности, указанным в данном руководстве

Содержание

Инструкция по безопасности	4
Перед началом использования	5
Перечень основных компонентов	6-7
Инструкция по сборке	8-11
Разворот пилатес-реформера	8
Подъем стабилизатора для ног и поручня	9
Установка подголовника и ременной трубы	10
Трансформация подставки для ног в педаль	11
Складывание пилатес-реформера	12-14

Инструкции по безопасности

Благодарим вас за покупку нашей продукции. Правильное использование данного оборудования является залогом вашей безопасности и здоровья. Перед использованием внимательно изучите инструкцию! Только при правильной установке, надлежащем обслуживании и корректной эксплуатации тренировки будут безопасными и эффективными.



Предупреждения и инструкции по использованию

- Данное оборудование предназначено только для использования в помещении в домашних условиях. Максимальный допустимый вес пользователя - 110 кг (242 фунта).
- Оборудование относится к классу НС и не предназначено для медицинского применения.
- Тренажер должен устанавливаться на ровную, нескользкую поверхность. Длительное использование во влажном помещении может привести к коррозии.
- Перед использованием проверьте, чтобы все винтовые соединения были надежно затянуты, вокруг оборудования было свободное пространство не менее 0,6 метра, а также отсутствовали выступающие регулировочные элементы.
- Регулярно проверяйте надежность соединений и общее состояние оборудования для обеспечения безопасности.
- При очистке не используйте коррозионные моющие средства и избегайте попадания жидкости внутрь механизмов через щели.
- Оборудование предназначено только для взрослых. Дети и домашние животные должны находиться на безопасном расстоянии и могут пользоваться тренажером только под присмотром взрослых.
- Одновременно заниматься может только один человек. Предупредите окружающих об опасности движущихся частей во время тренировки.
- Во время занятий носите подходящую облегающую одежду, чтобы избежать зацепов и ограничения движений.
- Не занимайтесь на тренажере непосредственно до или после приема пищи.



Предупреждения и инструкции по установке

- Перед сборкой внимательно изучите и сверьте все детали согласно прилагаемому списку комплектующих. Установку производите строго в соответствии с инструкцией по эксплуатации.
- Оборудование не требует специальных инструментов для сборки. Однако ввиду значительного веса изделия рекомендуем проводить монтаж силами двух человек.

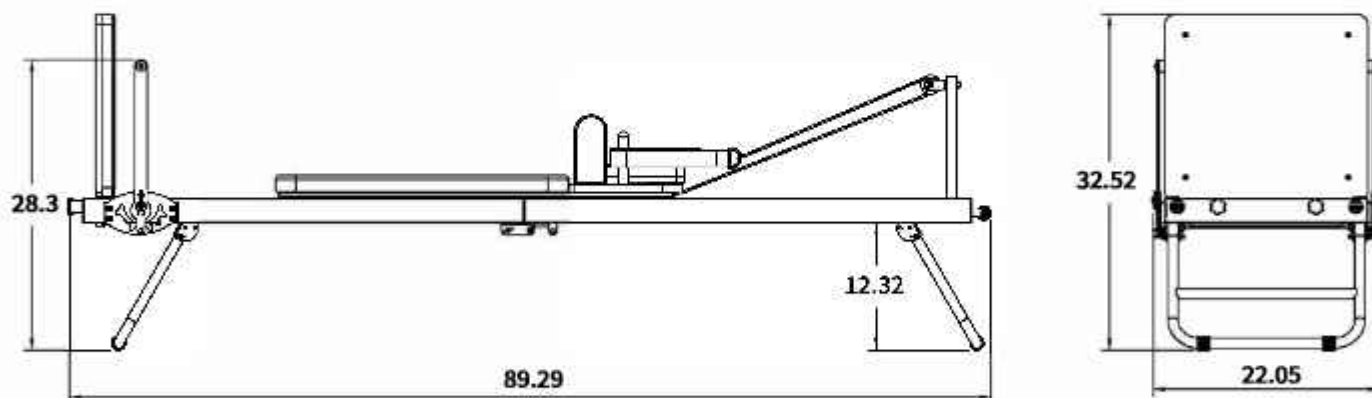
Перед началом использования

Перед началом использования

Благодарим вас за выбор нашей продукции. Мы гордимся тем, что создаем качественные товары и надеемся, что этот тренажер для пилатеса подарит вам долгие часы эффективных тренировок, поможет улучшить самочувствие, обрести отличную форму и наслаждаться жизнью в полной мере.

Хотя мы изготавливаем нашу продукцию из лучших материалов, строго соблюдая стандарты производства и контроля качества, иногда могут встречаться недостающие детали или другие проблемы.

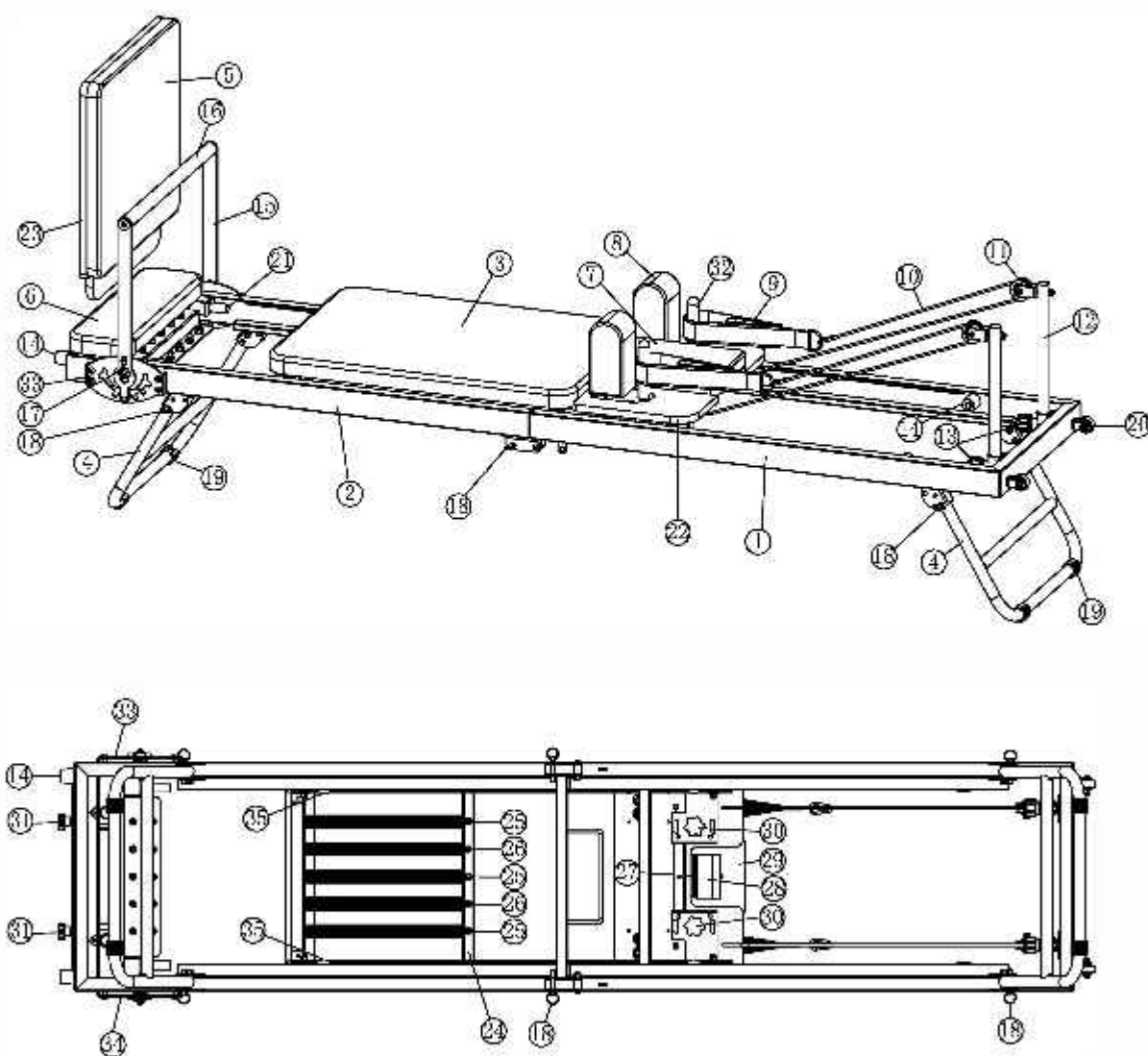
Размеры тренажера (в дюймах):



Список деталей

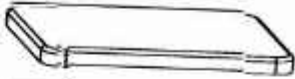
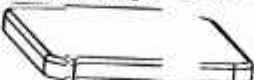
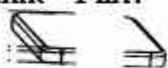
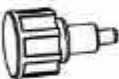
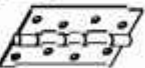
Список деталей

Перед установкой внимательно проверьте комплектность и отсутствие повреждений согласно списку деталей. Если каких-то частей не хватает или они повреждены, пожалуйста, сначала свяжитесь с нами для замены!



Список деталей

Список деталей

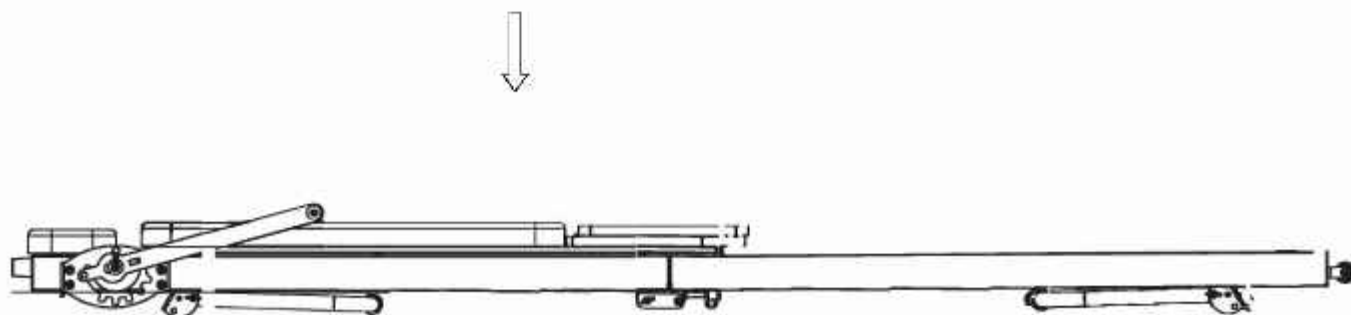
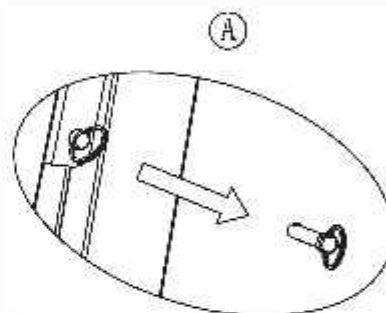
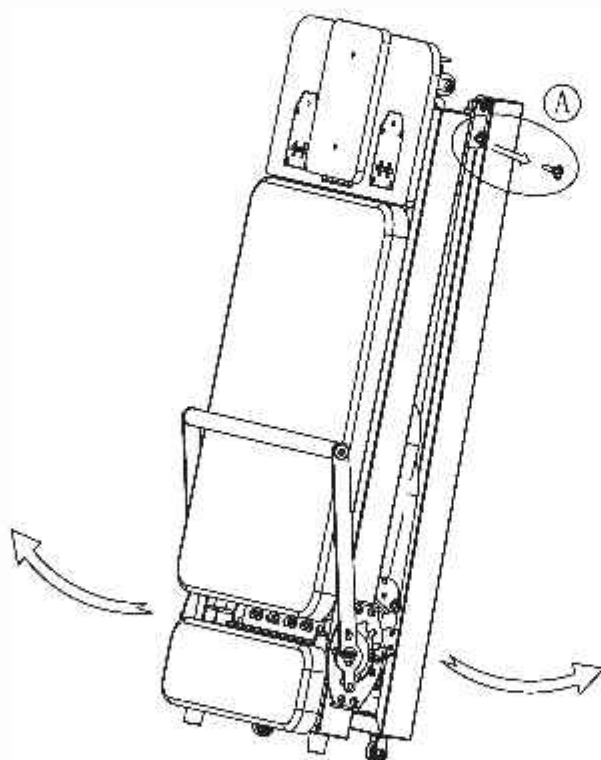
01 Передняя рама – 1 шт. 	02 Задняя рама – 1 шт. 	03 Задняя подушка – 1 шт. 
04 Стабилизатор для ног – 2 шт. 	05 Педальная опора – 1 шт. 	06 Опора для ног – 1 шт. 
07 Подголовник – 1 шт. 	08 Плечевая накладка – 2 шт. 	09 Стяжные ремни – 2 шт. 
10 Трос – 2 шт. 	11 Ролик для троса – 2 шт. 	12 Трубка регулировки троса – 2 шт. 
13 Регулировочная ручка – 2 шт. 	14 Прокладочная втулка – 4 шт. 	15 Опорная пластина – 2 шт. 
16 Амортизирующая прокладка (D30×528) – 1 шт. 	17 Пружина натяжения D8×38 – 2 шт. 	18 Предохранительный штифт – 6 шт. 
19 Накладка для ног – 4 шт. 	20 Роликовое колесо – 2 шт. 	21 Резиновая прокладка – 2 шт. 
22 Фиксированная деревянная платформа – 1 шт. 	23 Деревянная педальная опора – 1 шт. 	24 Каркас спинки – 1 шт. 
25 Усиленная пружина натяжения (красная) – 3 шт. 	26 Мягкая пружина натяжения (желтая) – 2 шт. 	27 Петля – 2 шт. 
28 Доска регулировки подголовника – 1 шт. 	29 Доска подголовника – 1 шт. 	30 Винт M8×15 – 2 шт. 
31 Винт M8×40 – 2 шт. 	32 Ременная труба – 2 шт. 	33 Правая регулировочная пластина – 1 шт. 
34 Левая регулировочная пластина – 1 шт. 	35 Контактный ролик – 8 шт. 	

Инструкция по сборке

Этап 1- Раскладка пилатес-реформера

- Вытяните предохранительные штифты (#18) с обеих сторон, как показано на рисунке.
- Разложите основную раму.
Внимание! Будьте осторожны, чтобы не прищемить руки во время сборки.

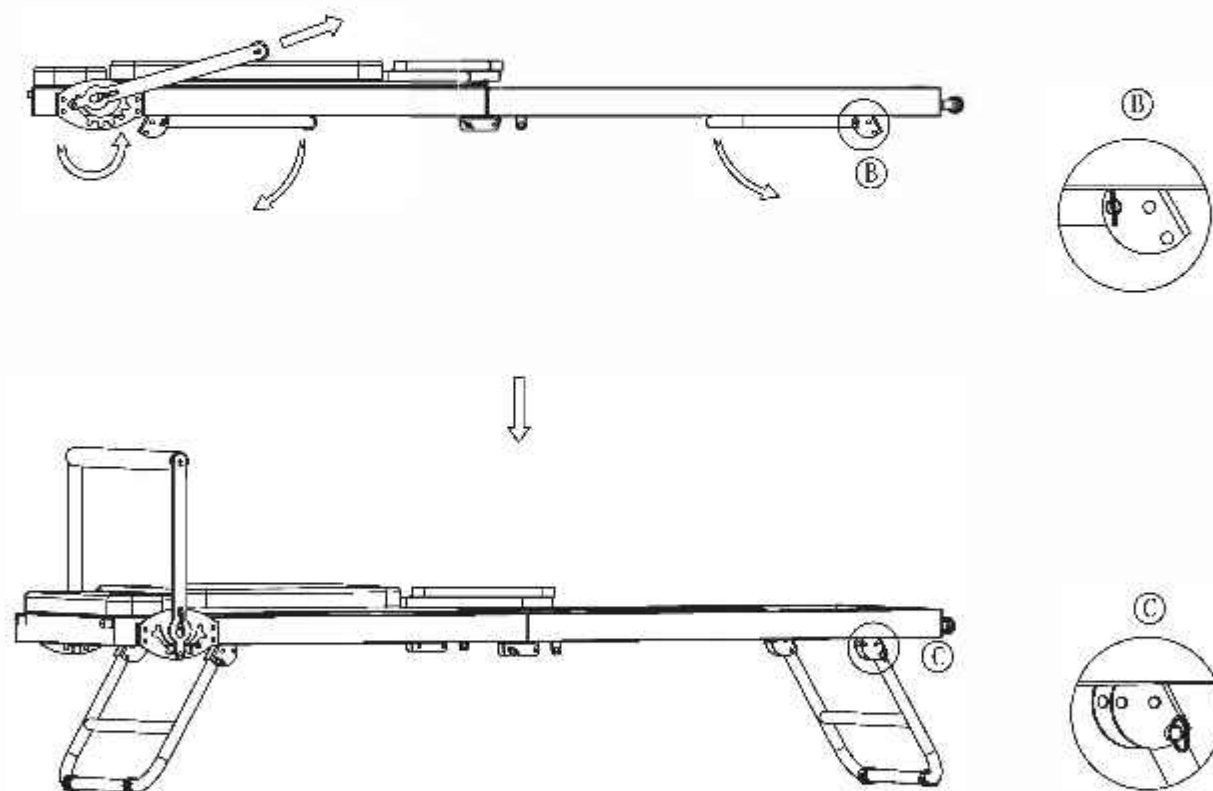
Видео Сборки



Инструкция по сборке

Этап 2 - подъем стабилизатора для ног и поручня.

- Сначала вытащите предохранительные штифты (#18) с обеих сторон стабилизатора для ног (#4), затем разложите стабилизатор с обеих сторон, как показано на рисунке, и вставьте вынутые штифты в нижние отверстия для фиксации. Будьте осторожны, чтобы не прищемить пальцы во время установки.
- Возьмите поручень (#15 и #16) рукой, поднимите его примерно на 15 мм по направлению стрелки, затем поверните опорную пластину (#18) в нужное положение, как показано на рисунке. Опорная пластина имеет пять углов наклона для регулировки под разные потребности.



WARNING

Будьте осторожны, чтобы не прищемить пальцы во время сборки. Убедитесь, что предохранительные штифты вставлены в правильное положение.

Отрегулируйте опорную пластину и зафиксируйте её в пазу.

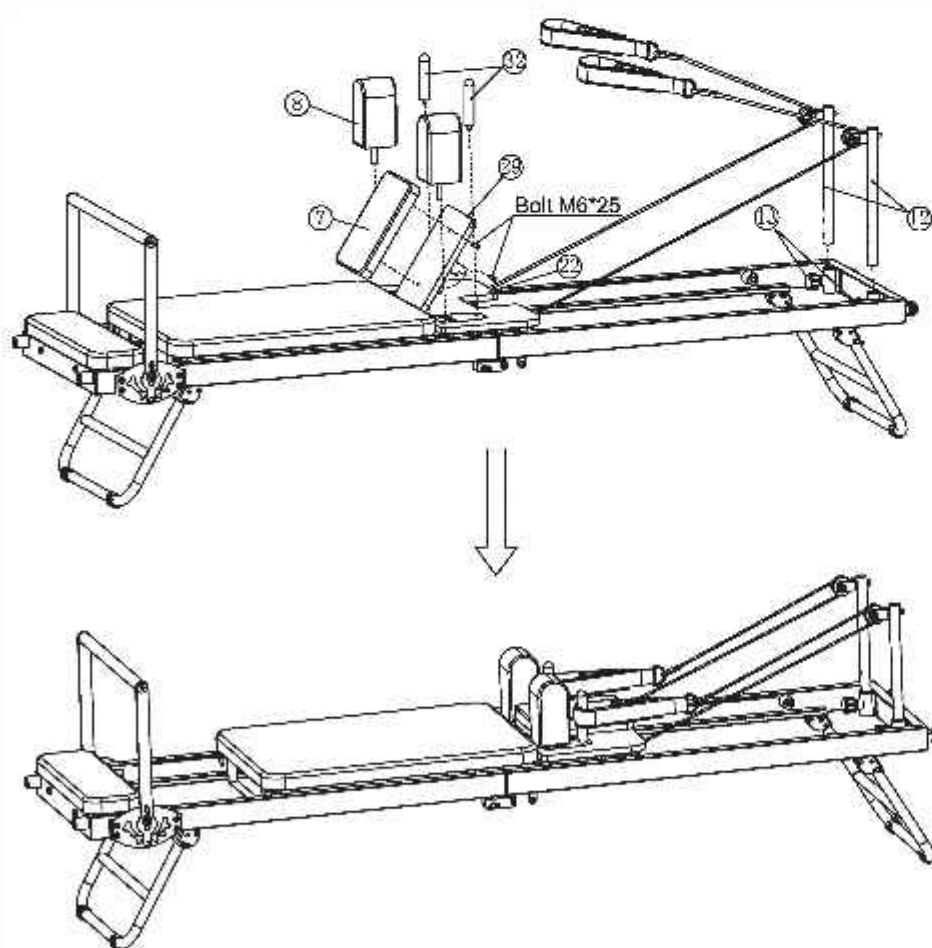
Инструкция по сборке

Этап 3 - Установка подголовника и ременной трубы

- Закрепите подголовник (#7) на доске подголовника с помощью двух болтов M6×25.
- Зафиксируйте тканевую трубку (#32) на фиксированной деревянной доске (#22).
- Вставьте плечевую накладку (#8) в два отверстия на фиксированной деревянной доске.

Этап 4 - Установка трубы регулировки троса

- Поверните регулировочную ручку (#13) против часовой стрелки 2 раза, вставьте трубу регулировки троса (#12) в положение, указанное на рисунке, чтобы освободить ручку, затем затяните её по часовой стрелке.
- Труба регулировки троса позволяет настраивать высоту в 3 положениях.
- Длину троса (#10) можно отрегулировать с помощью винта M8×15 (#30) под фиксированной деревянной доской.

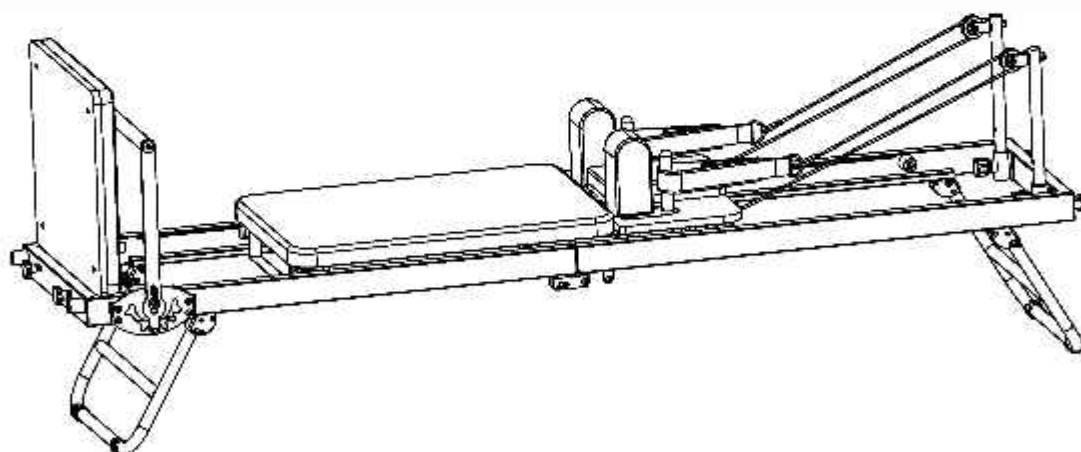
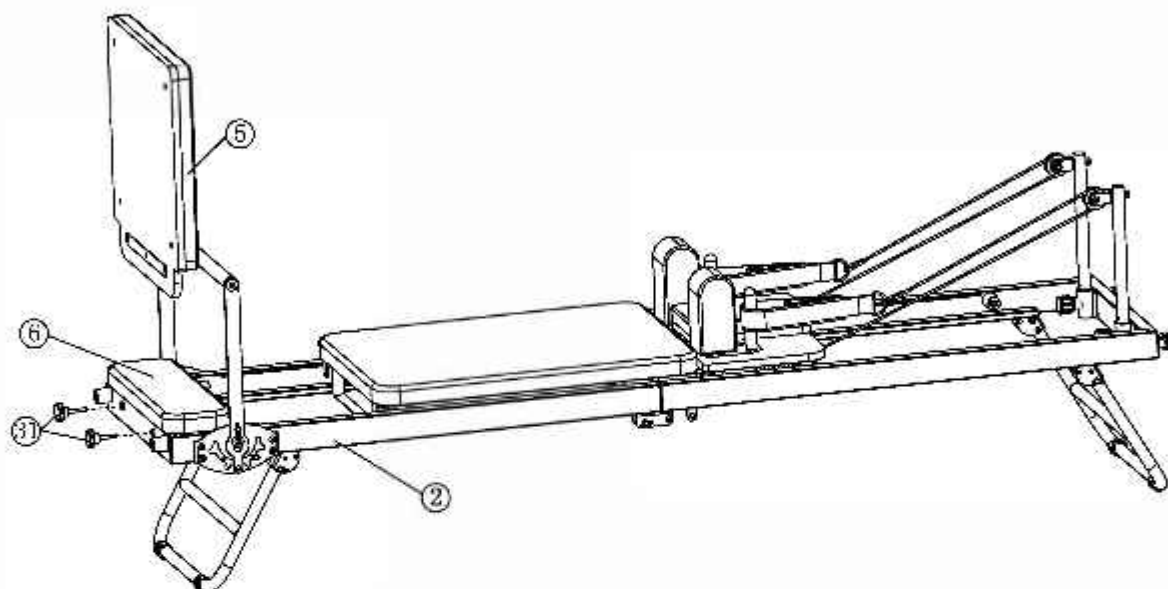


- ⑦ Подголовник - 1 шт.
- ⑧ Плечевая накладка - 2 шт.
- ⑫ Трубка регулировки троса - 2 шт.
- ⑬ Регулировочная ручка - 2 шт.
- ⑫ Деревянная платформа - 1 шт.
- ⑫ Доска подголовника - 1 шт.
- ⑫ Ременная труба - 1 шт.

Инструкция по сборке

Трансформация подставки для ног в педаль

Сначала выдвиньте подставку для ног (#6), затем вставьте педальную опору(#S) в заднюю раму и затяните рукояткой M8×40 (#31)



02 Задняя рама - 1 шт.

05 Педальная опора - 1 шт.

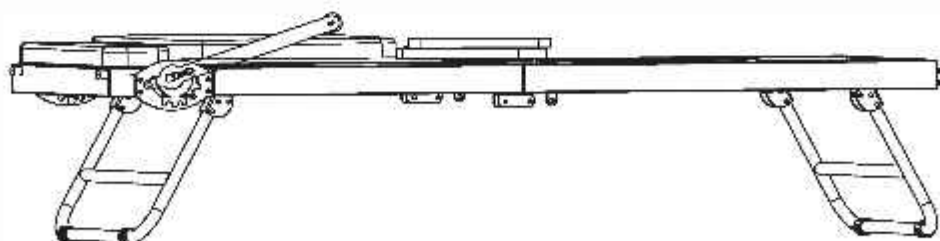
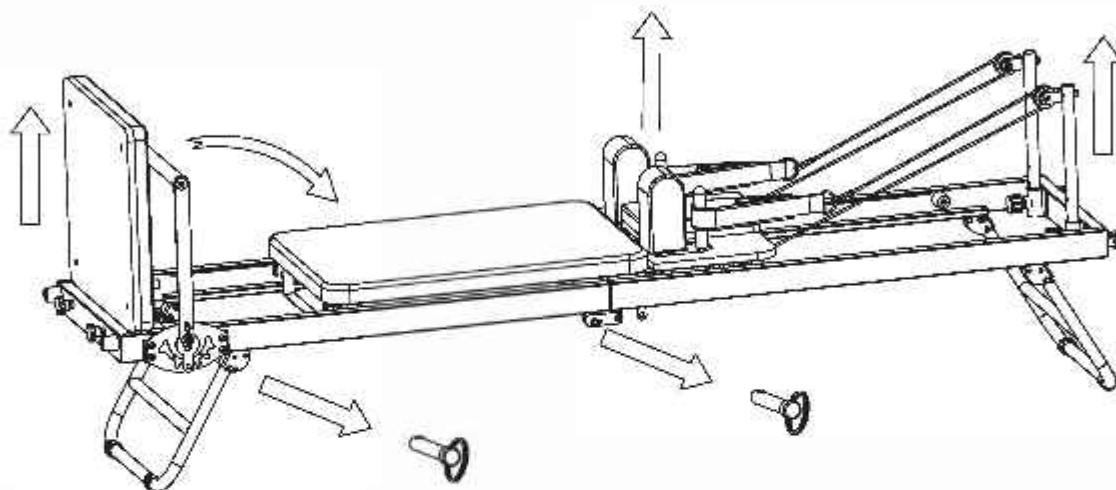
06 Опора для ног - 1 шт.

31 Винт M8*40 - 2 шт.

Складывание пилатес-реформера

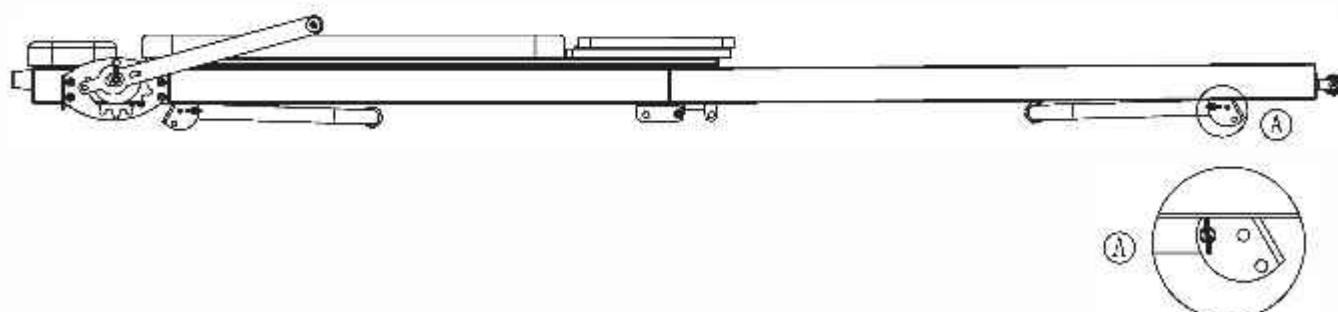
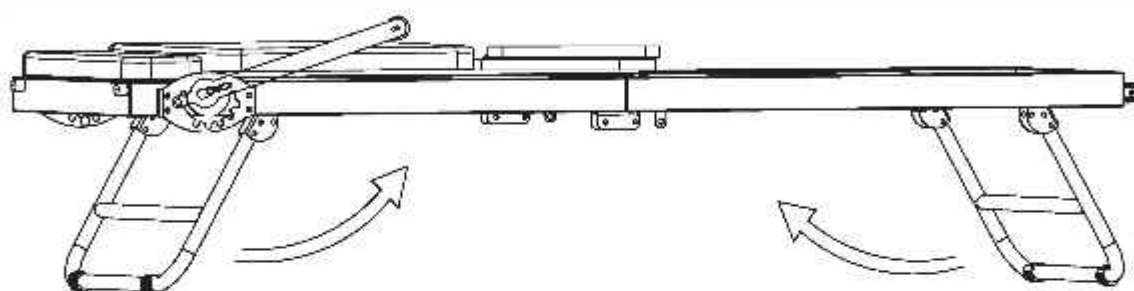
Складывание пилатес-реформера

Сначала снимите подставку для педалей, плечевую накладку, ременную трубу, трубку регулировки высоты и предохранительный штифт, затем разместите опорную пластину, как показано на рисунке.



Складывание пилатес-реформера

Сначала сложите опорные ножки, как показано стрелками, затем вставьте предохранительный штифт в положение, указанное на рисунке.



Складывание пилатес-реформера

Сначала сложите переднюю и заднюю рамы, как показано стрелками, затем вставьте предохранительный штифт в положение, указанное на рисунке.

