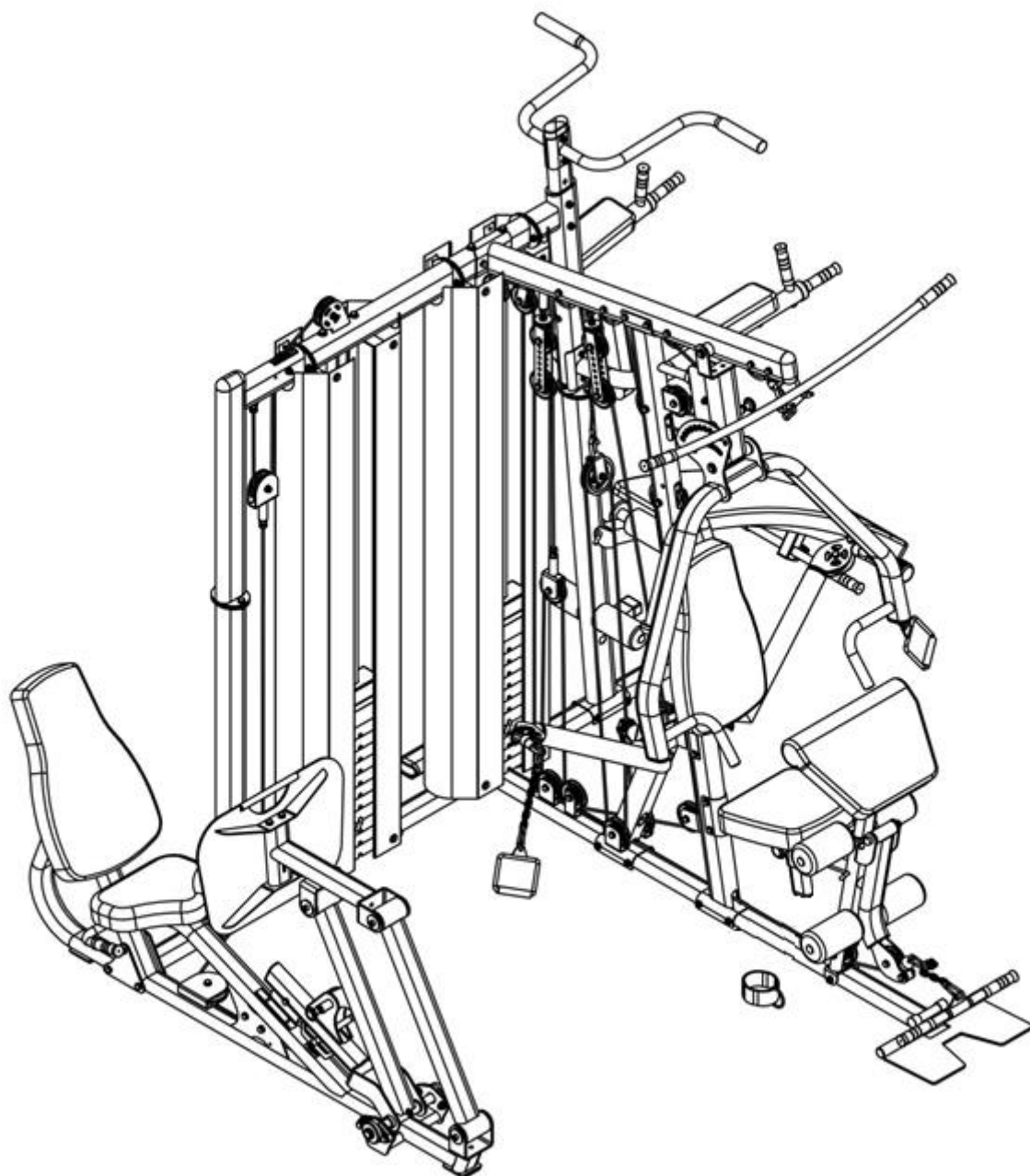




# **ATLAS - HOME GYM - ATLAS TYTAN 15**

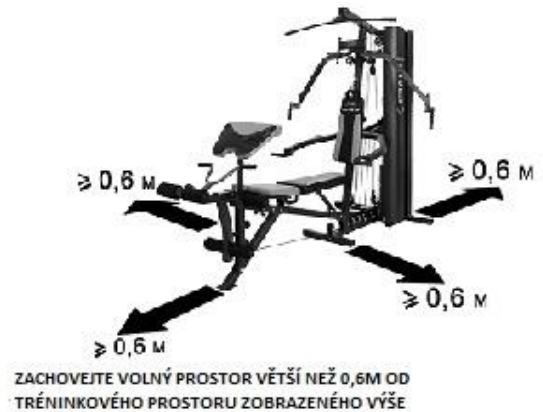


**INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA – MANUAL INSTRUCTION –  
NÁVOD K OBSLUZE**

## **BEZPEČNOSTNÍ POKYNY**

Výrobek je určen výlučně k domácímu použití a byl navržen tak, aby byla zajištěna optimální bezpečnost. Dodržujte následující pokyny:

1. Před započatím tréninku se poraďte s lékařem za účelem vyloučení kontraindikací týkajících se využívání tohoto cvičebního zařízení. Rozhodnutí lékaře je nezbytné především v případě používání léků ovlivňujících práci srdce, krevní tlak a hladinu cholesterolu. Rozhodnutí je nezbytné i v případě osob starších 35 let, které mají zdravotní problémy.
2. Před započatím tréninku vždy proveďte rozcvičku.
3. V průběhu tréninku a po jeho ukončení zajistěte, aby k zařízení neměly přístup děti a zvířata.
4. Zařízení postavte na suchý, stabilní a řádně vyrovnaný povrch. Z bezprostřední blízkosti zařízení odstraňte všechny ostré předměty. Zařízení chraňte před vlhkostí, případně nerovnosti povrchu vyrovnejte. Doporučujeme použít speciální antiskluzovou podložku, která zabrání posouvání se zařízení během tréninku.
5. Dávejte si pozor na znepokojující signály. Nevhodné nebo nadměrné cvičení je zdraví nebezpečné. Pokud se během tréninku objeví bolesti hlavy, závrať, bolest na hrudi, nepravidelný srdeční rytmus nebo jiné znepokojivé signály, okamžitě přerušete trénink a poraďte se s lékařem ohledně pokračování v tréninku. Úrazy mohou být způsobeny nepravidelným nebo příliš intenzivním tréninkem.
6. Volný prostor by neměl být menší než 0,6m a větší než dostupný tréninkový prostor. Volný prostor musí zahrnovat také prostor pro bezpečné nouzové opuštění zařízení. Tam, kde jsou zařízení umístěna vedle sebe, může být velikost volného prostoru rozdělena.
7. Před prvním použitím, a dále v pravidelných intervalech, je potřeba kontrolovat upevnění šroubů a ostatních spojů.
8. Před započatím tréninku zjistěte upevnění jednotlivých částí a šroubů, které je spojují. Trénink je možné započít pouze v případě, že je zařízení řádně sestaveno.
9. Zařízení by mělo být pravidelně kontrolováno z hlediska opotřebení a poškození, pouze tehdy budou splněny bezpečnostní podmínky. Zvláštní pozornost je potřeba věnovat potahu a pěnovkám, které podléhají opotřebení nejrychleji. Poškozené části je potřeba co nejrychleji opravit nebo vyměnit-do té doby není možno zařízení používat.
10. Do otvorů nevkládejte žádné předměty.
11. Dávejte pozor na čouhající regulační části a jiné konstrukční části, které by při tréninku mohly překážet.
12. Zařízení využívejte pouze v souladu s jeho určením. Jestliže bude některá část poškozena nebo opotřebena nebo se během tréninku objeví znepokojující zvuky, okamžitě přerušete trénink. Nepoužívejte zařízení, dokud nebude závada odstraněna.
13. Cvičte v pohodlném oblečení a sportovní obuvi. Vyhybejte se volnému oblečení, které by se mohlo o vyčnívající části zachytit, nebo by mohlo omezovat volnost pohybu.
14. **Zařízení spadá do třídy H podle normy EN ISO 20957-1 a je určeno výlučně k domácímu použití. Nemůže být použito k terapeutickým, rehabilitačním nebo komerčním účelům.**
15. Během zvedání nebo přenášení tohoto zařízení je potřeba mít správné držení těla, aby nedošlo k poškození páteře.
16. Zařízení je určeno pouze pro osoby dospělé. Děti bez dozoru držte v bezpečné vzdálenosti od zařízení.
17. Při montáži zařízení je potřeba přesně dodržovat návod a používat pouze části, které patří k zařízení. Před započatím montáže je potřeba zkontrolovat, zda všechny části, které jsou v seznamu, byly dodány.



**UPOZORNĚNÍ: PŘED POUŽITÍM FITNESS ZAŘÍZENÍ JE POTŘEBA SI PŘEČÍST NÁVOD. NENESEME ZODPOVĚDNOST ZA ÚRAZY NEBO POŠKOZENÍ PŘEDMĚTŮ ZPŮSOBENÉ NESPRÁVNÝM POUŽÍVÁNÍM TOHOTO VÝROBKU**

### **TECHNICKÁ DATA**

Hmotnost netto – 370 kg

Rozměry po rozložení – 248 x 355 x 223 cm

Maximální zatížení výrobku – 140 kg

### **ÚDRŽBA**

K čištění zařízení nepoužívejte agresivní čisticí prostředky. K odstraňování znečištění a prachu používejte měkký, vlhký hadřík. Zařízení přechovávejte na suchém místě tak, aby bylo chráněno před vlhkostí a korozi.

**SEZNAM ČÁSTÍ**

| Č. | Popis                                  | Počet | Č. | Popis                            | Počet |
|----|--|-------|----|----------------------------------|-------|
| 1  | Dolní zadní hlavní rám                 | 1     | 39 | Kryt                             | 4     |
| 2  | Dolní pravý hlavní rám                 | 1     | 40 | Sedadlo                          | 1     |
| 3  | Dolní přední hlavní rám                | 1     | 41 | Podpěradlo                       | 1     |
| 4  | Šikmý hlavní rám                       | 1     | 42 | Opěradlo                         | 1     |
| 5  | Pravý hlavní horní rám                 | 1     | 43 | Tyč horní kladky                 | 1     |
| 6  | Horní přední rám                       | 1     | 44 | Tyč dolní kladky                 | 1     |
| 7  |  |       | 45 | Lanko horní kladky               | 1     |
| 8  | Dolní rám multifunkční kladky          | 1     | 46 | Lanko dolní kladky               | 1     |
| 9  | Nastavitelné rameno                    | 2     | 47 | Zadní napínací lanko             | 1     |
| 10 |  | 2     | 48 | Přední napínací lanko            | 1     |
| 11 | Kolejnice fi 25/187,5                  | 2     | 49 | Lanko boční kladky (ramenou)     | 1     |
| 12 | Kolejnice fi 25/184,5                  | 2     | 50 | Horní závaží                     | 2     |
| 13 | Rameno bench-pressu                    | 1     | 51 | Závaží                           | 22    |
| 14 | Šroub regulující napnutí lanka         | 2     | 52 | Selektor                         | 2     |
| 15 | Rameno leg-pressu                      | 1     | 53 | Pouzdro závaží                   | 2     |
| 16 | Rám sedadla                            | 1     | 54 | Podložka $\Phi 47 * \Phi 16 * 3$ | 2     |
| 17 | Dolní vzpěra krytů                     | 1     | 55 | Klínek pro výběr závaží          | 2     |
| 18 | Nastavitelná podpěra podpěradla        | 1     | 56 | Tlumič                           | 4     |
| 19 | Váleček fi 25/88                       | 1     | 57 |                                  |       |
| 20 | Nastavitelná podpěra sedadla           | 1     | 58 | Adaptér                          | 2     |
| 21 | Plošina                                | 1     | 59 | Popruh na kotník                 | 1     |
| 22 | Chromová trubka fi 25/360              | 1     | 60 | Adaptér                          | 1     |
| 23 | Tyč pěnkového válečku fi 25/430        | 2     | 61 | Regulační šroub sedadla M16      | 1     |
| 24 | Rameno multifunkční kladky             | 1     | 62 |                                  |       |
| 25 | Rám opěradla                           | 1     | 63 | Pěnkový váleček                  | 4     |
| 26 | Samostatné držadlo kladky              | 1     | 64 | Rukáv 80*40                      | 2     |
| 27 | Samostatné držadlo kladky s hákem      | 1     | 65 | Koncovka 100*50                  | 2     |
| 28 | Dvojité držadlo kladky                 | 2     | 66 | Koncovka $\Phi 25$               | 10    |
| 29 | Zpevňující destička                    | 1     | 67 | Koncovka $\Phi 30$               | 2     |
| 30 | Horní váleček fi 25/114                | 1     | 68 | Koncovka 70*30                   | 1     |
| 31 | Zpevňující váleček fi 25/153           | 1     | 69 | Koncovka 80*40                   | 5     |
| 32 | Ocelové pouzdro $\Phi 14 * 13$         | 2     | 70 | Krytka fi 25                     | 3     |
| 33 | Plastové pouzdro s límečkem fi 10/12.5 | 20    | 71 | Koncovka                         | 3     |
| 34 | Plastové pouzdro s límečkem fi 10/27.5 | 2     | 72 | Tlumič M10                       | 1     |
| 35 | Pružinový klínek fi 6/ 40              | 1     | 73 | Krytka M10                       | 4     |
| 36 | „L“ kratší klínek pro č. 11            | 1     | 74 | Krytka M12                       | 2     |
| 37 |  |       | 75 | Kladka fi 90                     | 27    |

|    |                            |   |    |               |    |
|----|----------------------------|---|----|---------------|----|
| 38 | „L” delší klínek pro č. 12 | 1 | 76 | Kladka fi 114 | 10 |
|----|----------------------------|---|----|---------------|----|

| Č.  | Popis                               | Počet | Č.  | Popis                            | Počet |
|-----|-------------------------------------|-------|-----|----------------------------------|-------|
| 77  | Grip Ø25*125                        | 12    | 115 | Prohnutá podložka Ø10            | 16    |
| 78  | Ložiskový váleček fi 35/21          | 1     | 116 | Rovná podložka Ø12               | 12    |
| 79  | Váleček fi 28/25                    | 3     | 117 | Podložka Ø10*Ø30                 | 4     |
| 80  | Regulační „T” klínek                | 2     | 118 | Matice M10                       | 84    |
| 81  | Regulační klínek                    | 1     | 119 | Matice M12                       | 5     |
| 82  | Regulační klínek                    | 1     | 120 | Hexagonální matice M12           | 2     |
| 83  | Karabina                            | 9     | 121 | Rám leg-press stanoviště         | 1     |
| 84  | Řetěz                               | 3     | 122 | Hlavní horní rám                 | 1     |
| 85  |                                     |       | 123 | Dolní levý zadní rám             | 1     |
| 86  | Segerův prsten Ø32                  | 2     | 124 | Levá rukojeť                     | 1     |
| 87  | Tlumič                              | 4     | 125 | Pravá rukojeť                    | 1     |
| 88  | „L” regulační klínek podpěradla     | 1     | 126 | Vnější rameno platformy          | 1     |
| 89  | Tlumič 70*40                        | 7     | 127 | Vnitřní rameno platformy         | 1     |
| 90  | Krytka šroubů 109                   | 2     | 128 | Platforma pro chodidla           | 1     |
| 91  | Svorka lanka                        | 2     | 129 | Levá horní podpěra horního rámu  | 1     |
| 92  | Hexagonální šroub M6*20             | 10    | 130 | Levá dolní podpěra horního rámu  | 1     |
| 93  | Hexagonální šroub M8*12             | 16    | 131 | Rám                              | 1     |
| 94  | Hexagonální šroub M8*20             | 4     | 132 | Zpevňující destička              | 1     |
| 95  | Hexagonální šroub M10*16            | 4     | 133 | Hlavní rám platformy chodidel    | 1     |
| 96  | Hexagonální šroub M10*25            | 28    | 134 | Sedadlo                          | 1     |
| 97  | Hexagonální šroub M10*45            | 26    | 135 | Opěradlo                         | 1     |
| 98  | Hexagonální šroub M10*50            | 2     | 136 | Olejový tlumič                   | 1     |
| 99  | Hexagonální šroub M10*65            | 4     | 137 | Váleček fi 25/112                | 3     |
| 100 | Hexagonální šroub M10*70            | 18    | 138 | Váleček fi 25/305                | 1     |
| 101 | Hexagonální šroub M10*75            | 2     | 139 | Pouzdro fi 35/25/10              | 6     |
| 102 | Hexagonální šroub M10*95            | 1     | 140 | Pouzdro fi 14/17                 | 2     |
| 103 | Hexagonální šroub M10*100           | 14    | 141 | Pouzdro fi 10/7.5                | 2     |
| 104 | Hexagonální šroub M10*115           | 1     | 142 | Horní lanko stanoviště (kratší)  | 1     |
| 105 | Hexagonální šroub M12*110           | 1     | 143 | Dolní lanko stanoviště (delší)   | 1     |
| 106 | Šroub s čtvercovou hlavičkou M10*55 | 2     | 144 | Ložisko UCFL205                  | 2     |
| 107 | Imbusový šroub ST5.5*13             | 4     | 145 | Ložisko                          | 6     |
| 108 | Křížový šroub                       | 7     | 146 | Regulační šroub                  | 1     |
| 109 | Šroubovací imbusový kolík M6*8      | 6     | 147 | Podložka Ø46.6                   | 6     |
| 110 | Podložka Ø6                         | 10    | 148 | Hexagonální šroub M6*25          | 2     |
| 111 | Rovná podložka Ø8                   | 4     | 149 | Šroubovací imbusový kolík M10*10 | 1     |

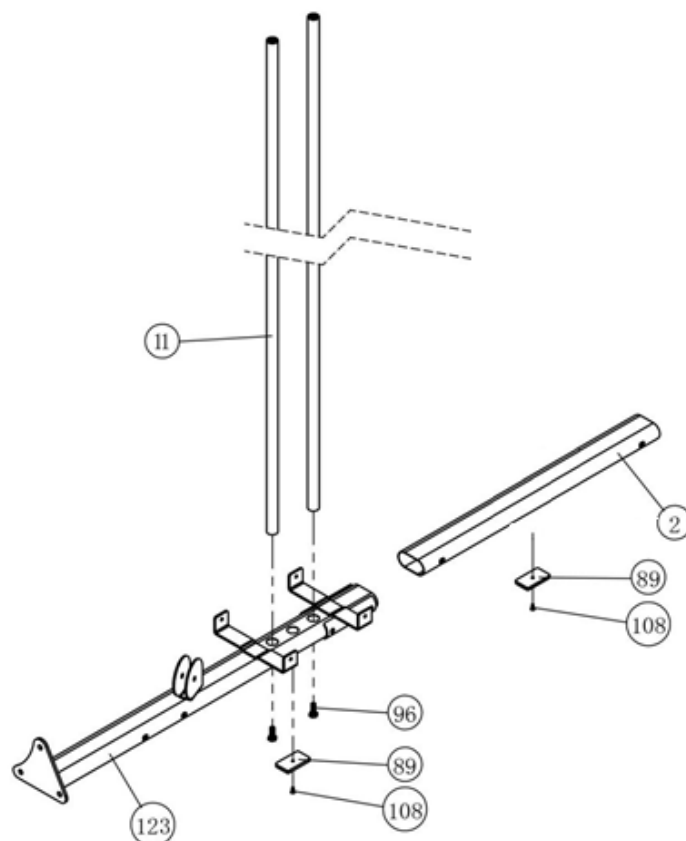
|     |                          |     |     |                                  |   |
|-----|--------------------------|-----|-----|----------------------------------|---|
| 112 | Podložka $\Phi 8$        | 12  | 150 | Šroubovací imbusový kolík M10*16 | 6 |
| 113 | Podložka $\Phi 8$        | 16  | 151 | Šroubovací imbusový kolík M10*35 | 1 |
| 114 | Rovná podložka $\Phi 10$ | 169 | 152 | Hexagonální šroub M10*55         | 2 |

| Č.  | Popis                            | Počet | Č.  | Popis                       | Počet |
|-----|----------------------------------|-------|-----|-----------------------------|-------|
| 153 | Hexagonální šroub M10*60         | 6     | 169 | Pěnovkový váleček fi 25/380 | 2     |
| 154 | Hexagonální šroub M10*105        | 3     | 170 | Pěnovkový váleček fi 25/560 | 1     |
| 155 | Hexagonální šroub M12*40         | 4     | 171 |                             |       |
| 156 | Matice M6                        | 2     | 172 | „L“ klínek $\Phi 10*65$     | 1     |
| 157 | Horní pravá podpěra horního rámu |       | 173 | Rukáv 100*50                | 1     |
| 158 | Dolní pravá podpěra horního rámu | 1     | 174 | Krytka $\Phi 50$            | 1     |
| 159 | Levá podpěra pro přitahy         | 1     | 175 | Pěnovkový váleček           | 4     |
| 160 | Pravá podpěra pro přitahy        | 1     | 176 | Pravoúhlá krytka 50*30      | 1     |
| 161 | Držadlo                          | 2     | 177 | Trojúhelníkový šroub M10    | 1     |
| 162 | Podloketník                      | 2     | 178 | Krytka 38*38                | 1     |
| 163 | Opěradlo (horní)                 | 1     | 179 | Gumový grip                 | 2     |
| 164 | Tyč držadla                      | 2     | 180 | Krytka s otvorem $\Phi 50$  | 2     |
| 165 | Rám                              | 1     | 181 | Hexagonální šroub M8*65     | 4     |
| 166 | Horní vzpěra krytů               | 2     | 182 | Hexagonální šroub M8*115    | 2     |
| 167 | Rám lavičky                      | 1     | 183 | Samostatné držadlo kladky   | 1     |
| 168 | Polstrování lavičky              | 1     | 184 | Hexagonální šroub M10*25    | 1     |

## MONTÁŽ

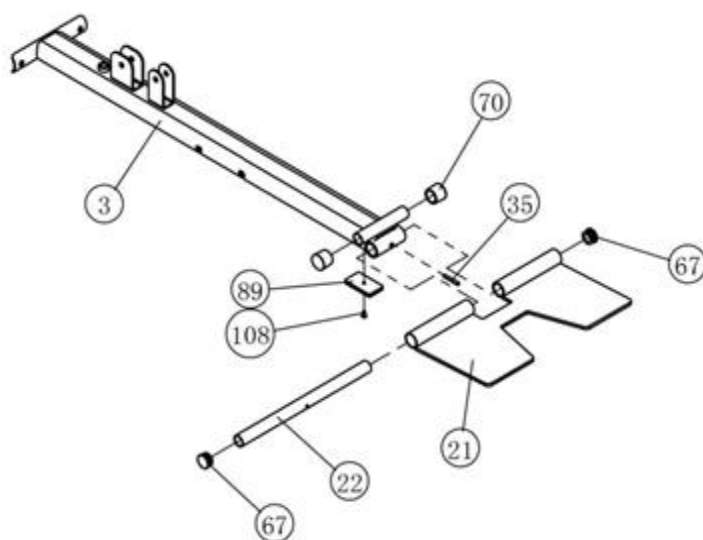
1. Podložka by měla být umístěna na obou koncích všech šroubů, ledaže je v tomto v návodu uvedeno jinak.
2. Všechny šrouby dotahujte nejdřív ručně. Použijte vhodné nářadí pro úplné dotažení šroubů v okamžiku, kdy je přístroj zcela složen.
3. Některé prvky mohou být namontovány od výroby.
4. K montáži je zapotřebí dvou osob.

## KROK 1



1. Připevněte tlumič (89) k části (2 a 123) pomocí šroubů (108).
2. Vložte kolejnice (11) do otvorů v části (123) a dotáhněte je pomocí šroubů (96).

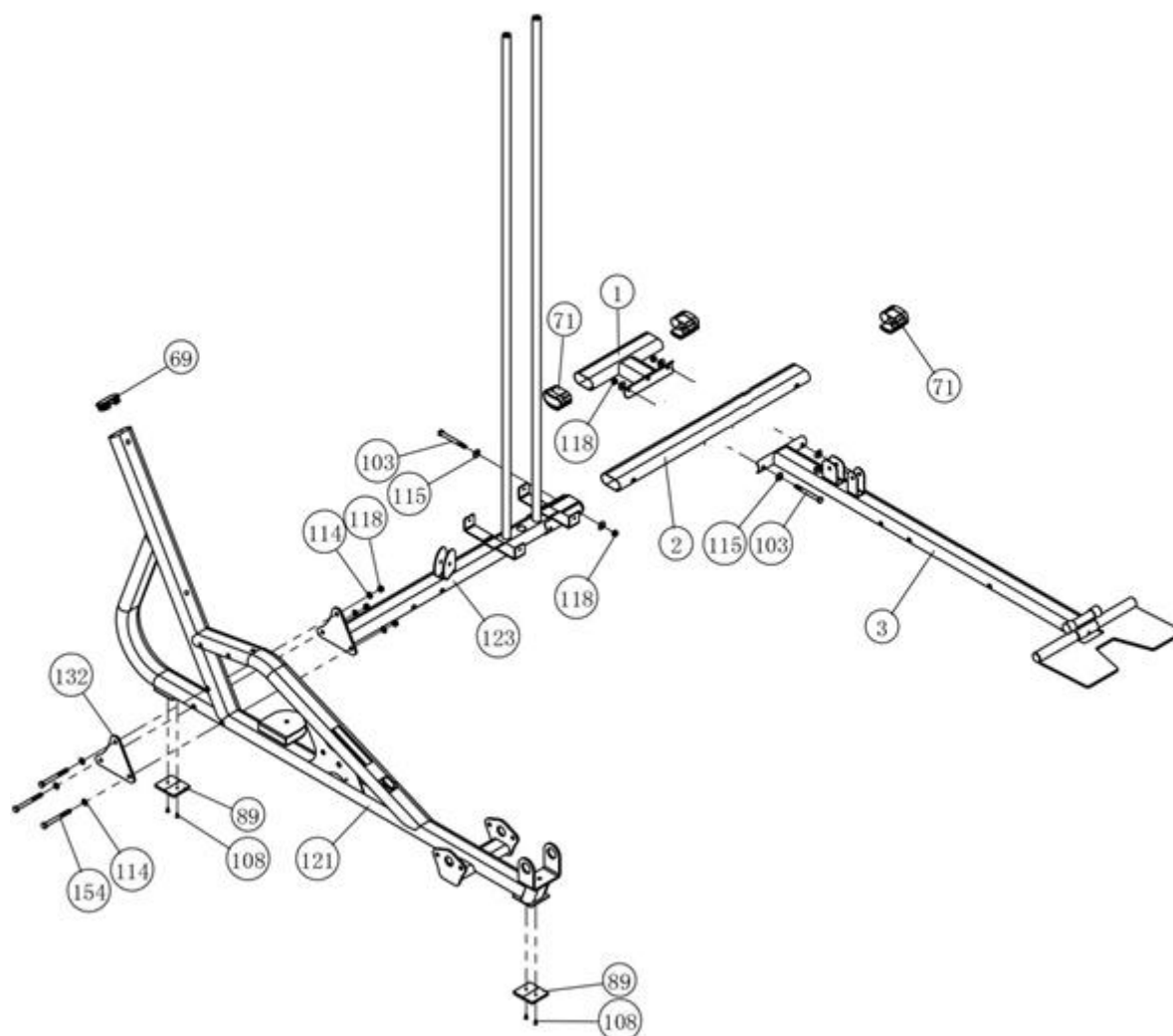
## KROK 2



1. Připevněte tlumič (89) k dolnímu přednímu hlavnímu rámu (3) pomocí šroubu (108).
2. Vložte chromovou trubku (22) do otvoru v boční části plošiny (21) a v dolní části rámu (3).
3. Zarovnejte otvory v obou částech (22 a 3) a poté vložte pružinový klínek (35).

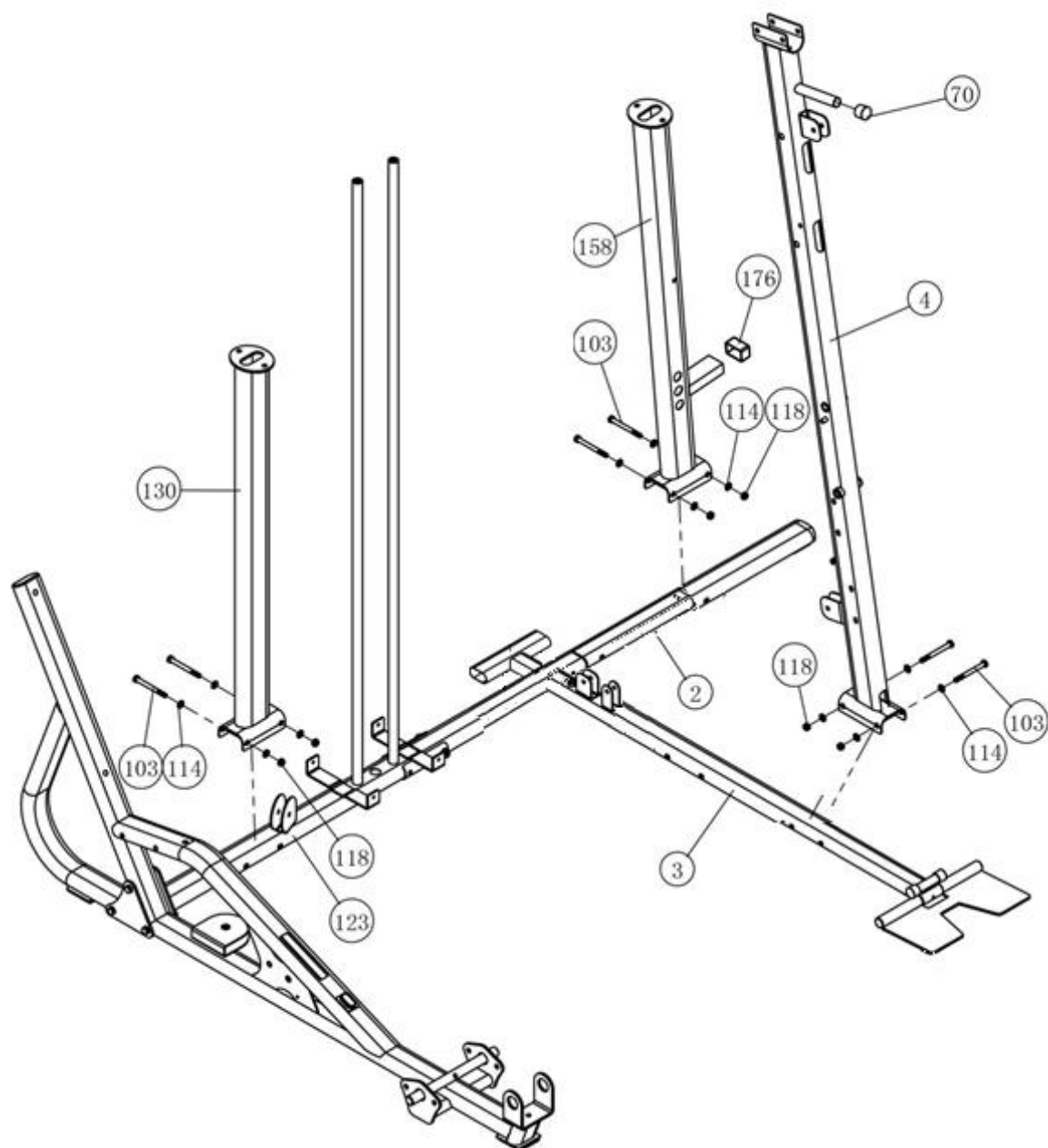
4. Nasad'te krytky (67) na oba konce trubky (22) a krytky (70) na rám (3).

### KROK 3



1. Spojte rám (123) s rámem (2) pomocí šroubu (103), podložek (115) a matice (118).
2. Nasad'te koncovky (71) na rám (1) a (2).
3. Spojte rám (123) s rámem (2), (3) a (1) pomocí šroubů (103), podložek (115) a matic (118).
4. Připevněte tlumič (89) k rámu leg-press stanoviště (121).
5. Spojte rám (121) s ostatními rámy (123, 2, 1, 3) pomocí šroubů (154), podložek (114) a matic (118), za současné montáže destičky (132).
6. Vložte krytku (69) na rám (121).

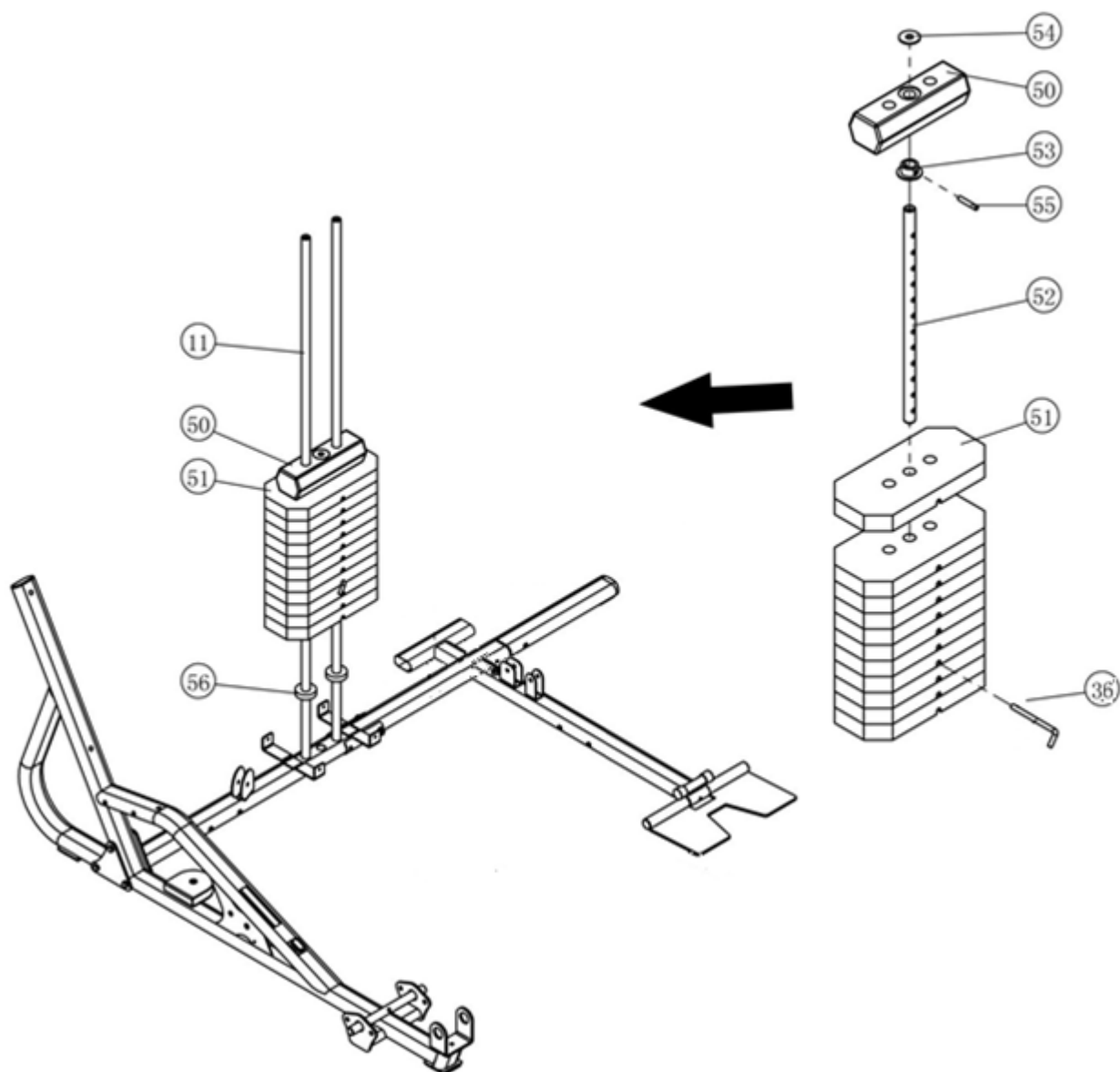
## KROK 4



1. Nasaďte krytku (176) na podpěru (158) a tlumič (70) na rám (4).
2. Dále připevněte podpěru (130) k rámu (123); podpěru (158) k rámu (2); rám (4) k rámu (3) pomocí šroubů (103) podložek (114) a matic (118).

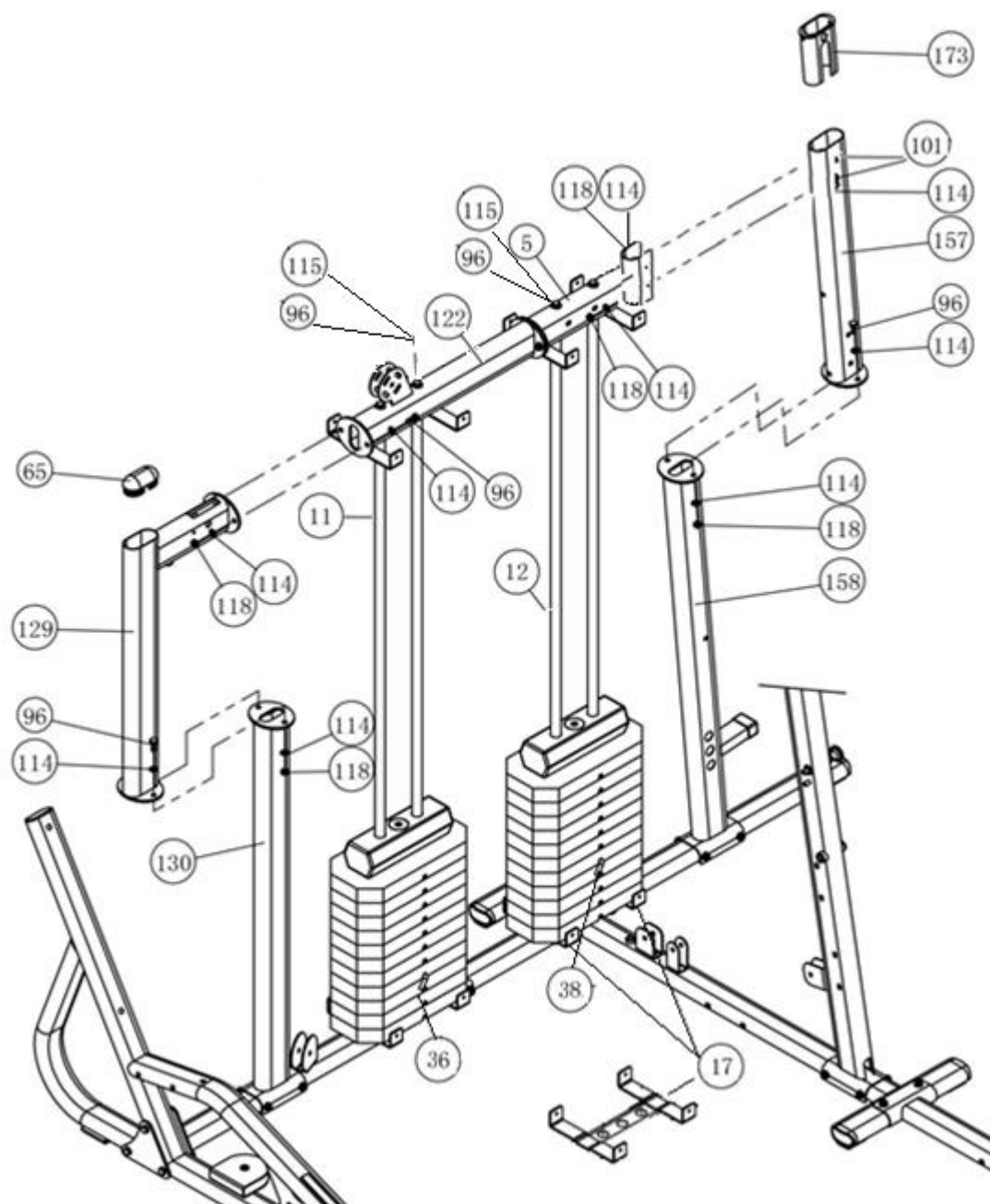


## KROK 5



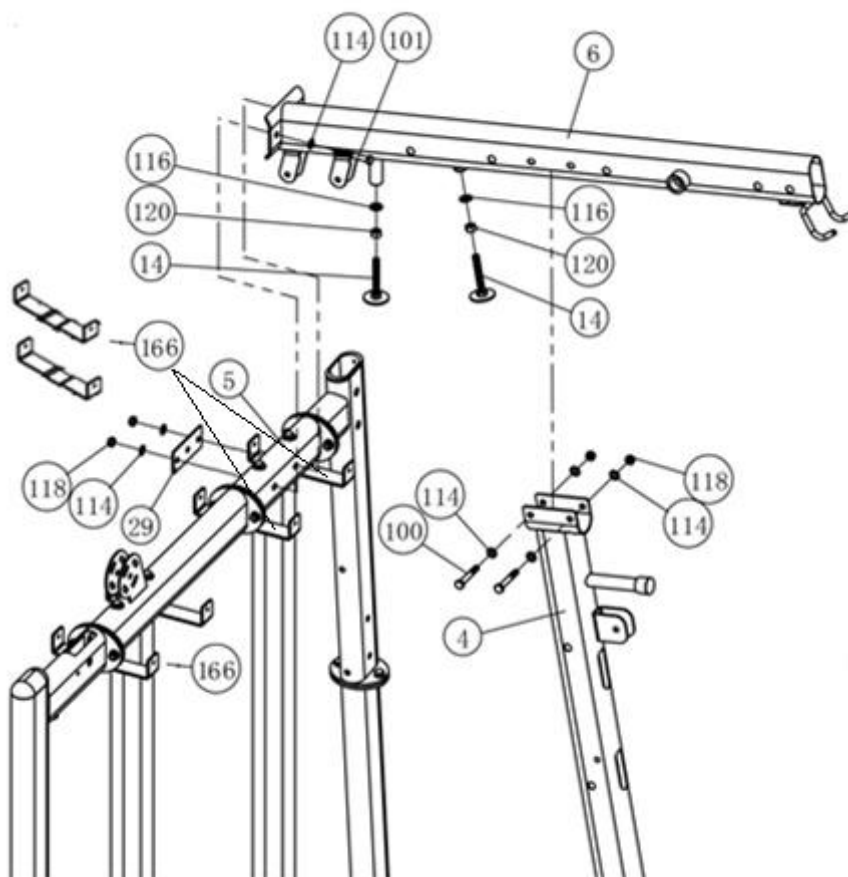
1. Nasadte tlumiče (56) na kolejnice (11), dále nasadte závaží (51 a 50)  
**Pozor: během nasazování závaží buďte opatrní. Nezvedejte najednou více než jedno závaží!**
2. Zvedněte závaží (50) a vsuňte selektor (52) do závaží (51).
3. Nasadte pouzdro (53) na selektor (52) a protáhněte klínek (55) pouzdrem (53) a selektorem (52) za přesného nasazení závaží (50) na štos. Zablokujte klínkem (36) a nasadte podložku (54).

## KROK 6



1. Spojte podpěru (130) s podpěrou (129) pomocí šroubů, podložek a matic (96, 114, 118)
2. Nasaďte rám (122) na kolejnice (11) a dotáhněte jej pomocí šroubů (96) a podložek (115), spojte dohromady s podpěrou (129) pomocí šroubů (96), podložek (114) a matic (118) ponechávajíc šrouby mírně povolené.
3. Nasaďte část (173) na podpěru (157), dále spojte podpěru (157) s podpěrou (158) pomocí šroubů, podložek a matic (96, 114, 118)
4. Nasaďte dolní vzpěru krytů (17) a tlumiče (56) na rám (2).
5. Vsuňte kolejnice (12) do rámu (2).
6. Nasaďte závaží (50 a 51) na kolejnice (12) pomocí druhé osoby.
7. Dále seřadte následující prvky (52, 53 a 55) a zablokujte je klínkem (38). Nasaďte podložku (54).
8. Nasaďte rám (5) na kolejnice (12).
9. Přišroubujte rám (5) ke kolejnicím (12) pomocí šroubů (96) a podložek (115).
10. Spojte rám (5) s rámem (122) pomocí šroubů, podložek a matic (96, 114, 118) ponechávajíc šrouby mírně povolené. Dále spojte rám (5) s podpěrou (157) pomocí šroubů, podložek a matic (101, 114, 118) a dotáhněte všechny šrouby.

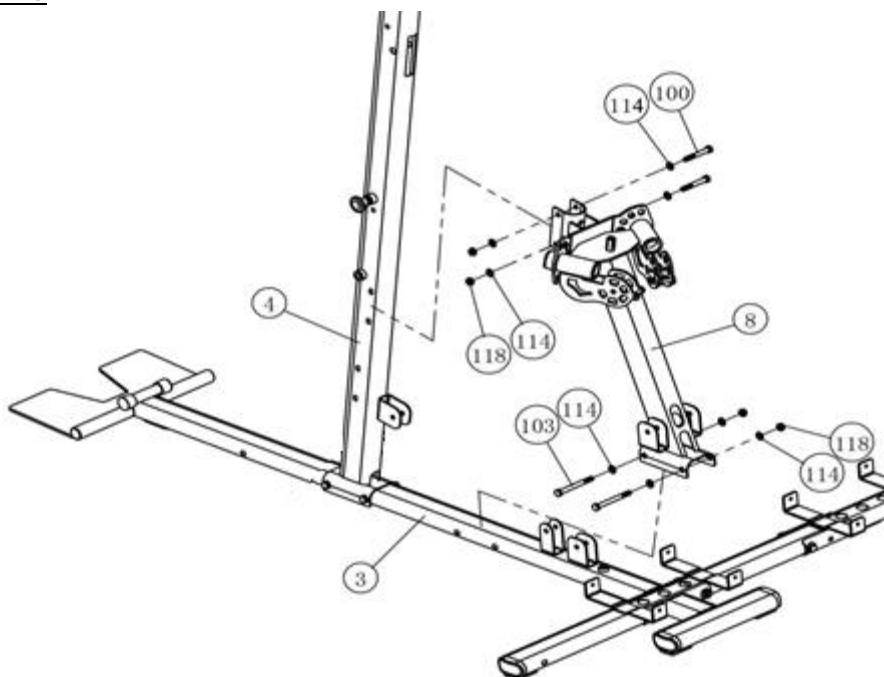
## KROK 7



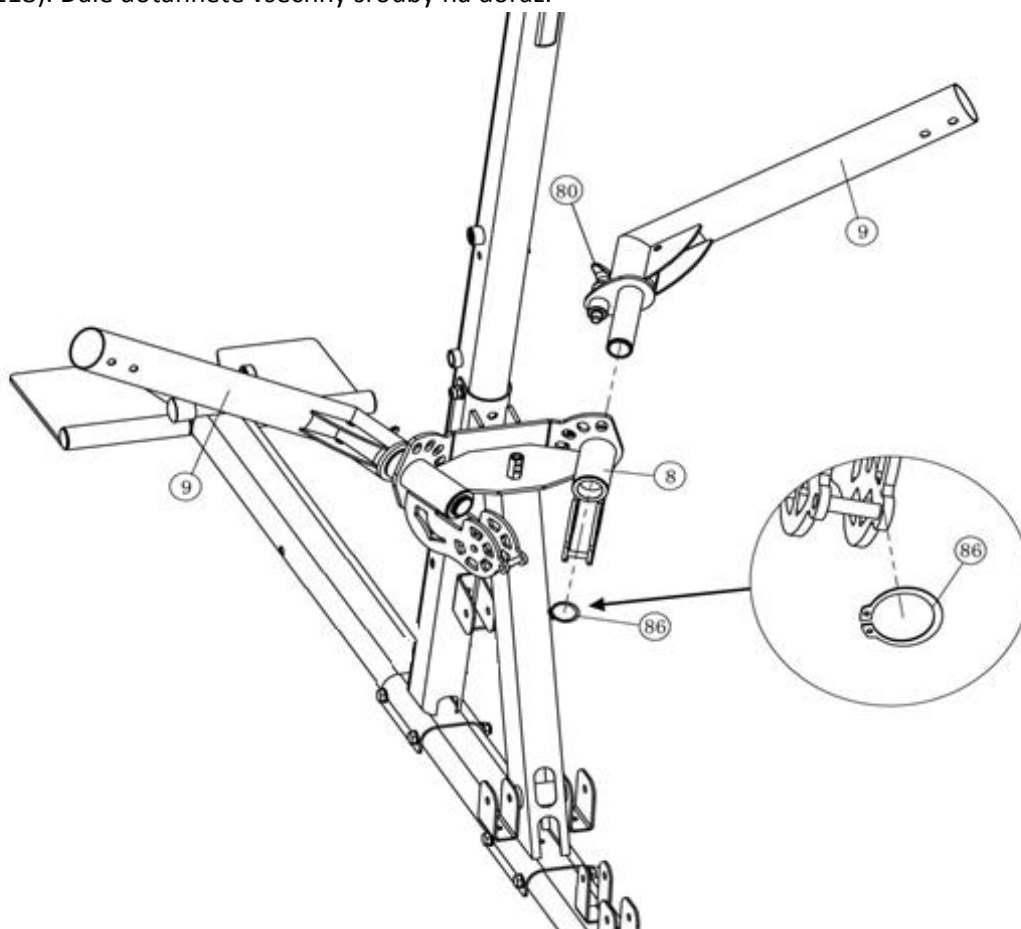
1. Připevněte k rámu (6) prvky (14, 120 i 116).
2. Připevněte rám (6) k rámu (4) a dotáhněte vše pomocí šroubů, podložek a matic (100, 114, 118) ponechávajíc šrouby mírně povolené.
3. Spojte rámy (6 a 4) s podpěrou (5) pomocí šroubů, podložek, zpevňující destičky a matic (101, 114, 29, 118).
4. Přišroubujte k podpěře (5) horní vzpěry krytů (166) pomocí šroubů (94) ponechávajíc šrouby mírně povolené do okamžiku nasazení krytů (39), viz krok 29.

PO ZAKONČENÍ TĚCHTO ČINNOSTÍ DOTÁHNĚTE ŘÁDNĚ VŠECHNY ŠROUBY Z KROKU 6 A 7 (kromě bodu 4).

## KROK 8

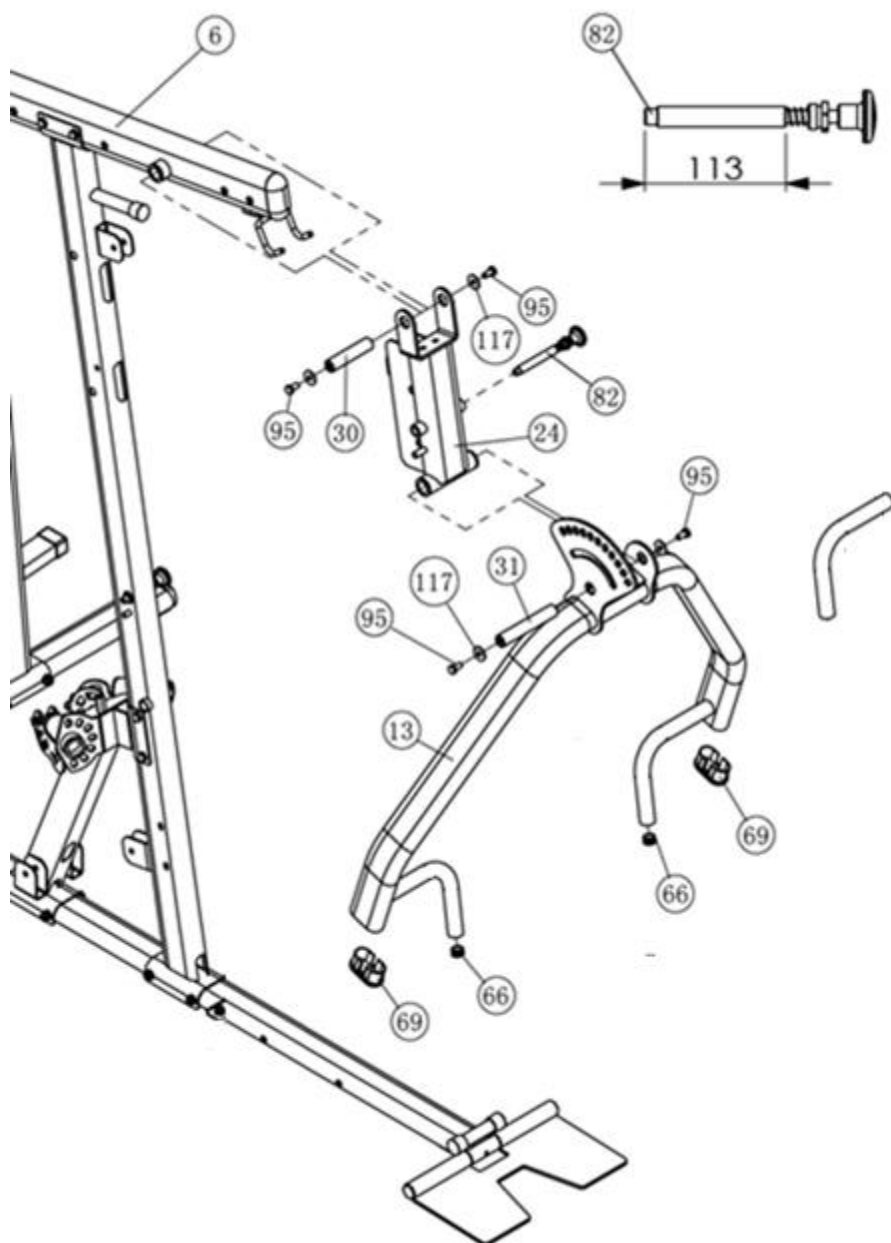


1. Připevněte rám multifunkční kladky (8) k rámu (3) pomocí šroubů, podložek a matic (103, 114 a 118) ponechávajíc šrouby mírně povolené během připevňování rámu (4) pomocí šroubů, podložek a matic (100, 114; 118). Dále dotáhněte všechny šrouby na doraz.



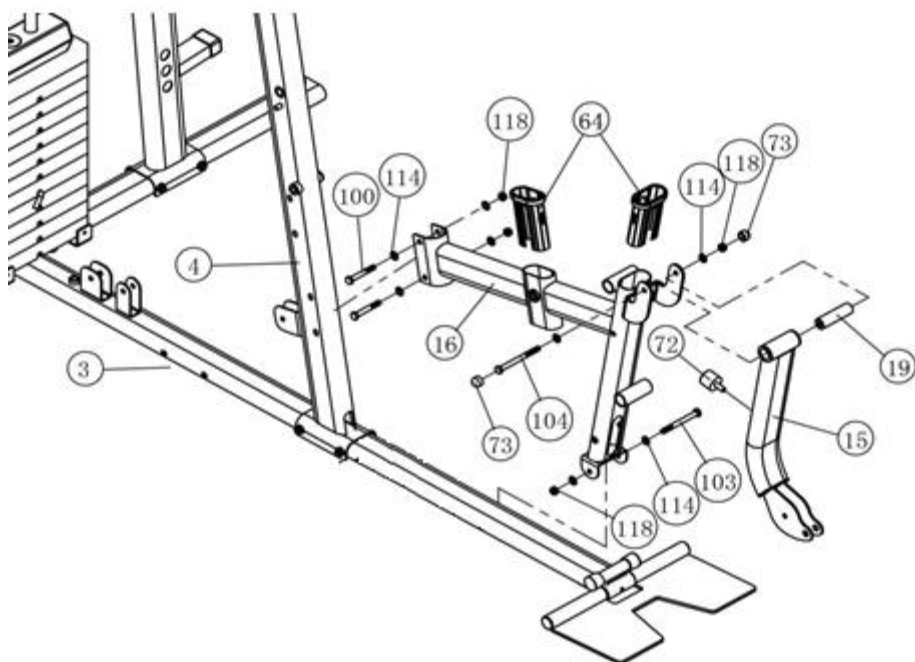
1. Nasadte ramena (9) na rám (8), přitom promažte vsouvanou část; zablokujte obě ramena (9) prsteny segera (86).

## KROK 10



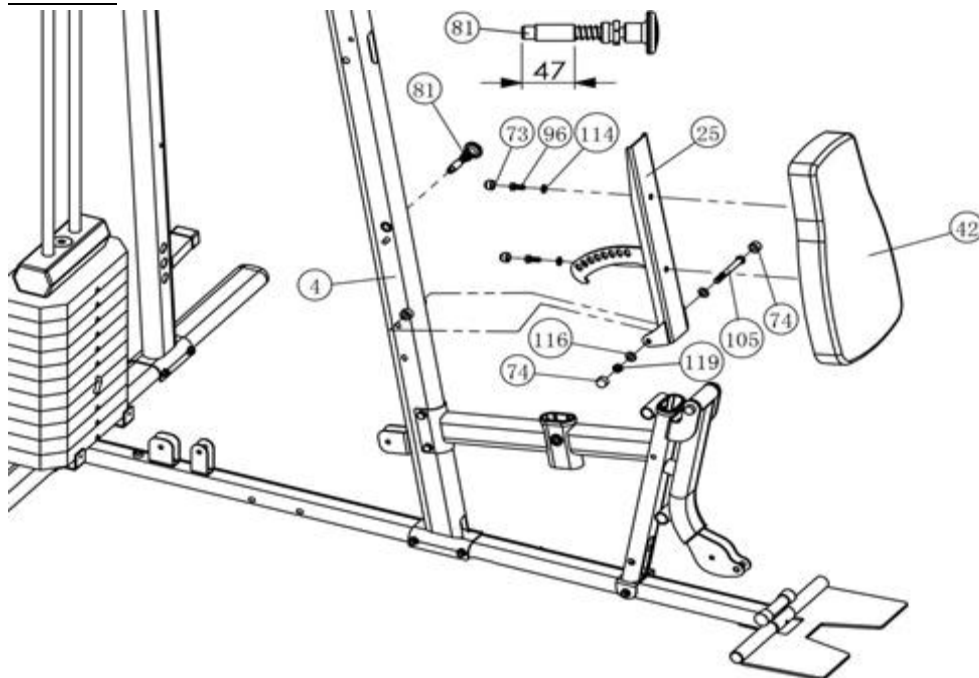
1. Nasaďte rameno (24) na rám (6), zarovnejte otvory rámu protáhnutím válečku (30) a vše utáhněte pomocí šroubů a podložek (95, 117).
2. Nasaďte části (66 a 69).
3. Nasaďte rameno (13) na rameno (24), zarovnejte otvory a vsuňte váleček (31). Sešroubujte pomocí šroubů (95) a podložek (117).
4. Nasaďte regulační klínek (82).

## KROK 11



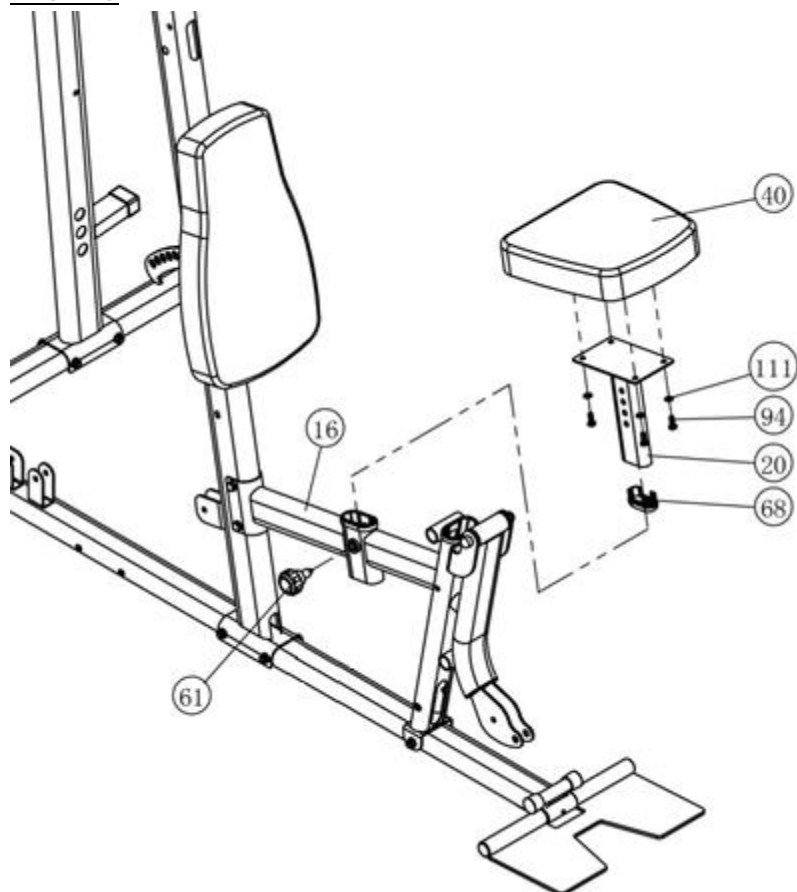
1. Nasaďte rukávy (64) na rám sedadla (16).
2. Přišroubujte rám (16) k rámu (4) pomocí šroubů, podložek a matic (100, 14, 118)
3. Spojte s rámem (3) pomocí šroubů, podložek a matic (103, 114, 118), vše řádně dotáhněte.
4. Do ramene našroubujte (15) tlumič (72) a vložte váleček (19).
5. Nasaďte rameno (15) na rám (16), zarovnejte otvory a sešroubujte je pomocí šroubů, podložek a matic (104, 114, 118). Nasaďte krytky (73). Nastavte šrouby tak, aby se leg-press rameno (15) mohlo volně pohybovat.

## KROK 12



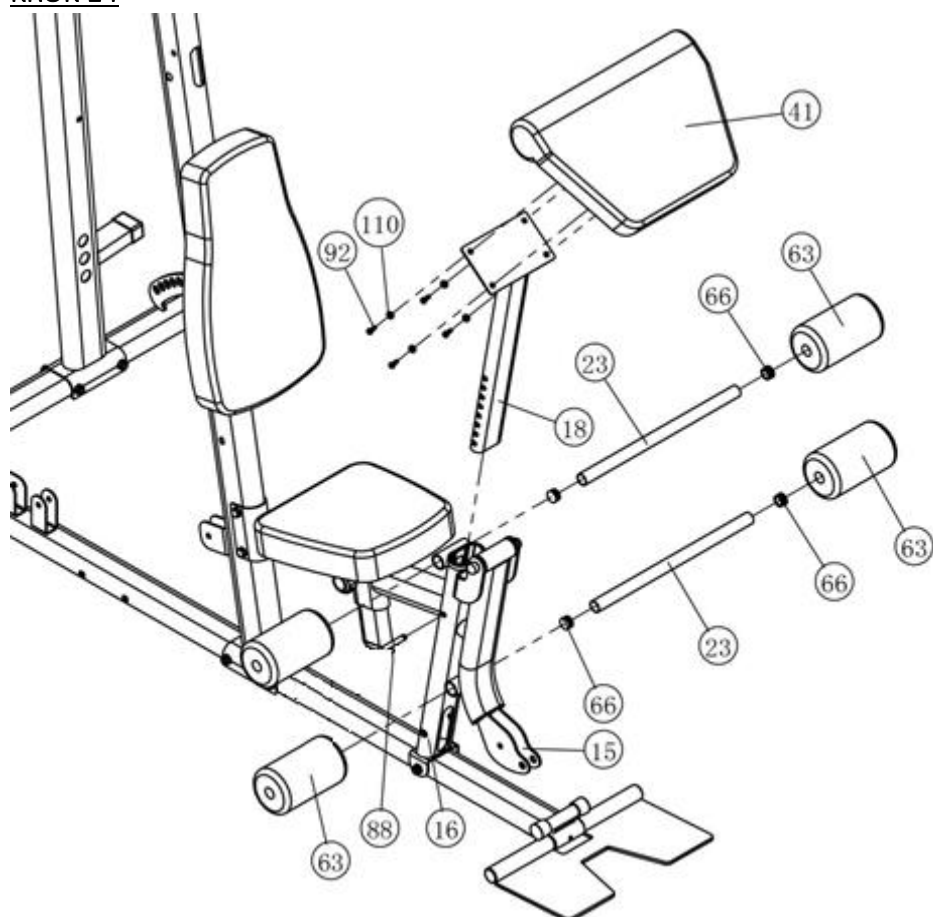
1. Připevněte opěradlo (42) k rámu (25) pomocí šroubů, podložek a matic (96, 114, 73).
2. Celek připevněte k rámu (4) pomocí šroubů, podložek a matic (105, 116, 119), nasaďte krytky (74). Nastavte šrouby tak, aby se rám mohl volně nastavit.
3. Nasaďte regulační klínek (81).

### KROK 13



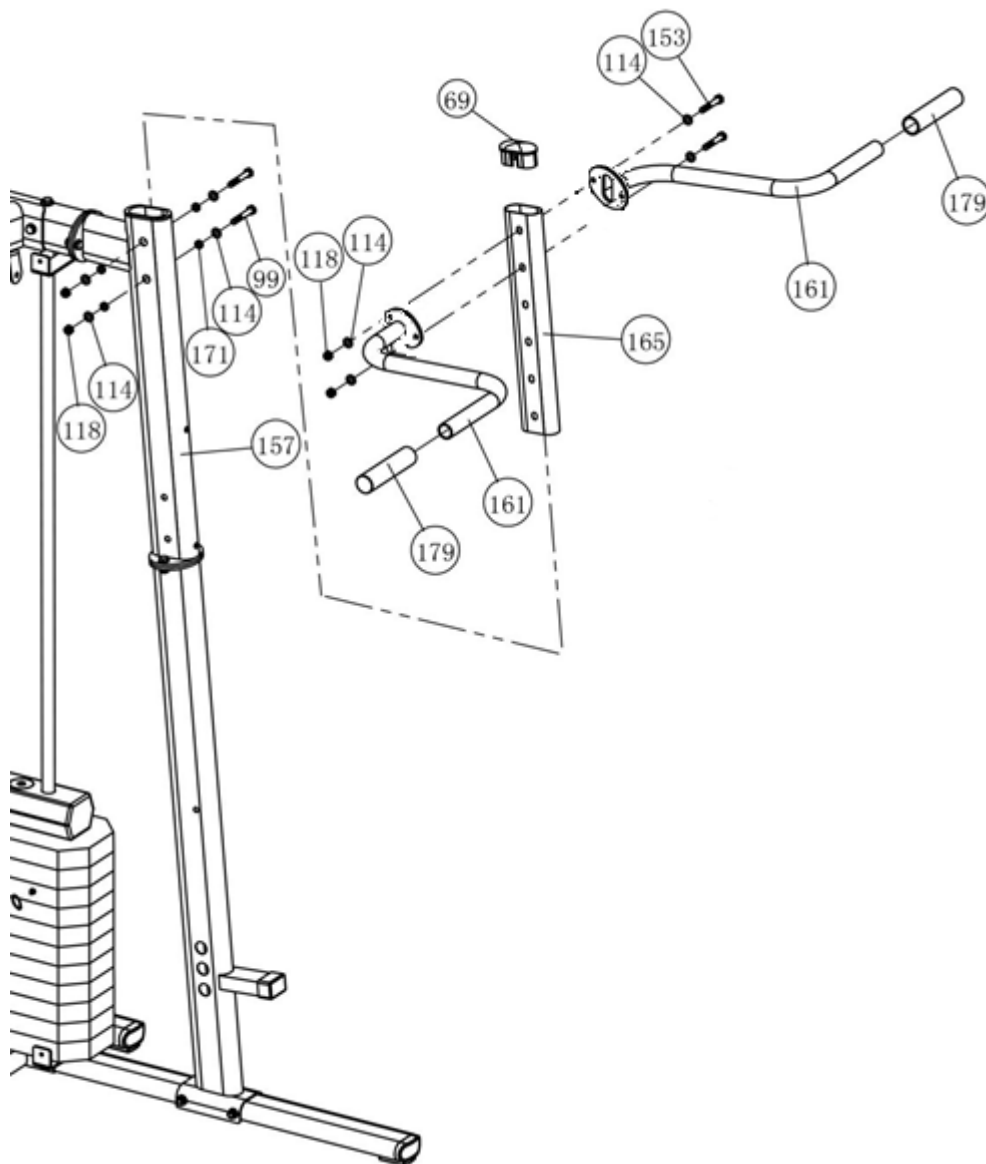
1. Připevněte sedadlo (40) k podpěře (20) pomocí šroubů a podložek (94, 111); připevněte část (68)
2. Vložte podpěru sedadla (20) do rámu (16) a zablokujte vše pomocí (61).

### KROK 14



1. Připevněte podpěradlo (41) k podpěře (18) pomocí šroubů a podložek (92, 110).
2. Vsuňte podpěru (18) společně s podpěradlem, do rámu (16) a vše zabezpečte klínkem (88).
3. Vsuňte váleček (23) do rámu (16) a ramene (15); nasadte krytky (66).
4. Nasadte pěnovkové válečky (63).

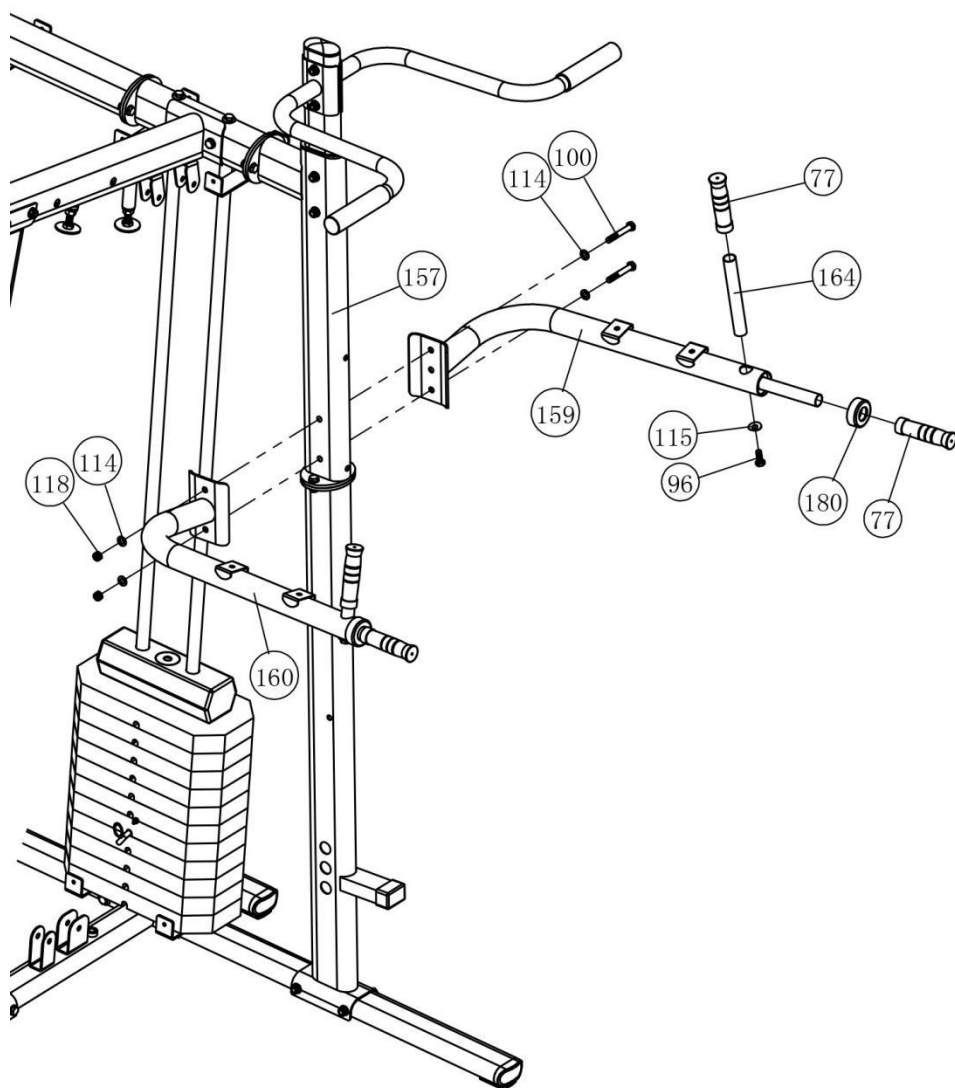
## KROK 15



1. Umístěte krytku (69) na rám (165)
2. Připevněte rukojeti (161) k rámu (165) pomocí šroubů, podložek a matic (153, 114, 118)
3. Celek vsuňte do podpěry (157) do požadované výšky a vše dotáhněte pomocí šroubů, podložek a matic (99, 114, 118)

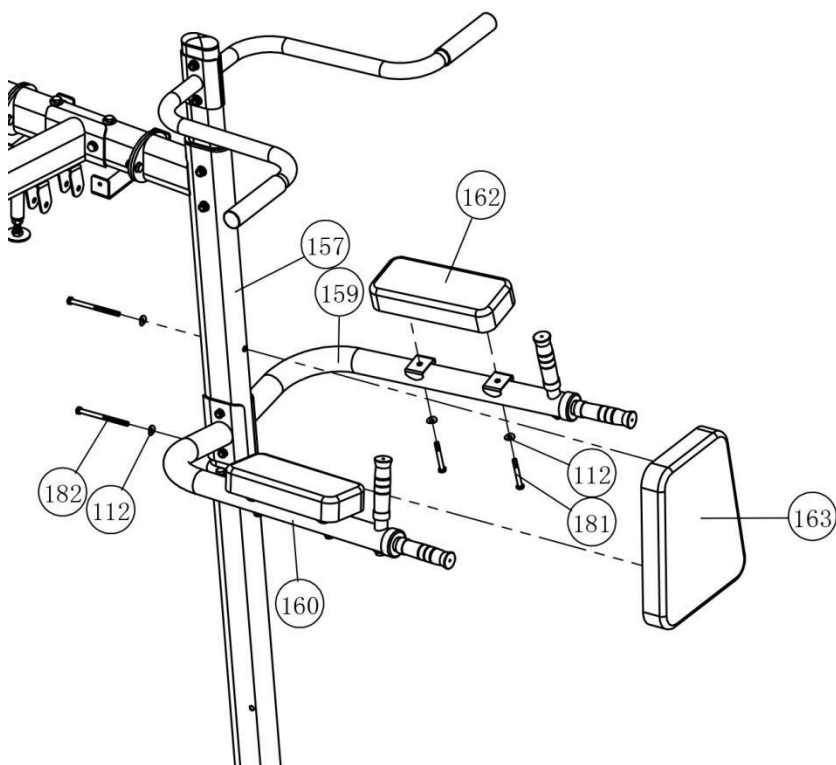


## KROK 16



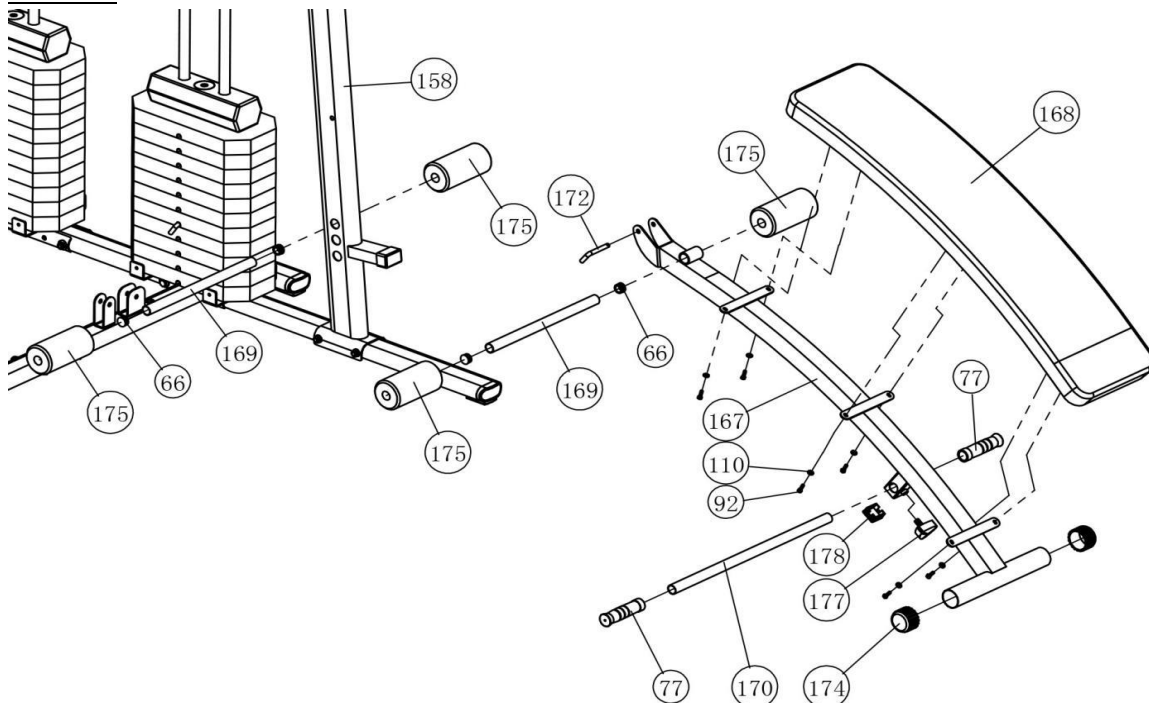
1. Nasadte krytky s otvory (180) a gripy (77) na levou (159) a pravou (160) podpěru.
2. Přišroubujte obě k podpěře (157) pomocí šroubů, podložek a matic (100, 114, 118).
3. Připevněte tyče podpěr (164) a gripy (77) k podpěrám pomocí šroubů a podložek (96, 115). Dotáhněte řádně všechny šrouby.

## KROK 17



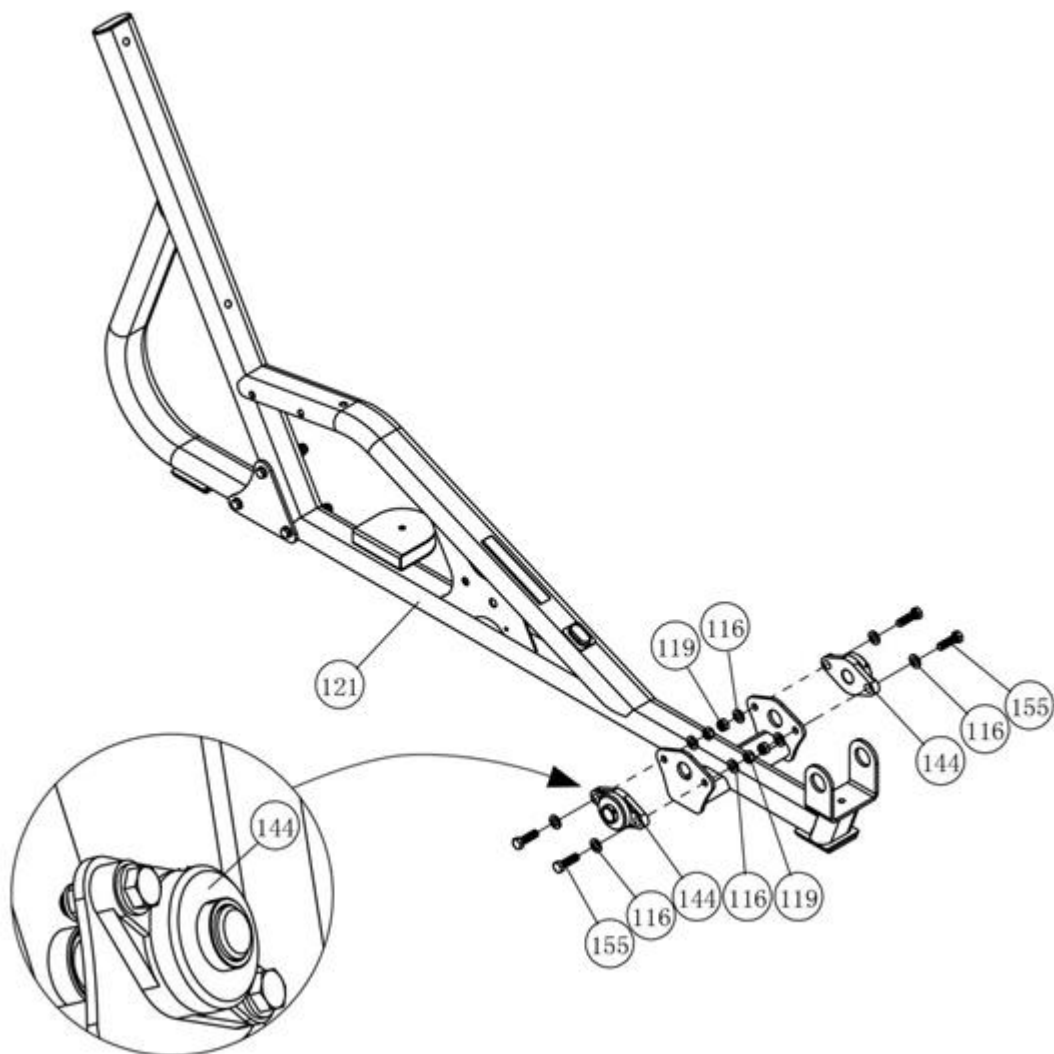
1. K podpěře (157) připevněte horní opěradlo (163) pomocí šroubů s podložkami (182, 112).
2. K podpěrám (159 a 160) připevněte podloketníky (162) pomocí šroubů s podložkami (181, 112).

## KROK 18



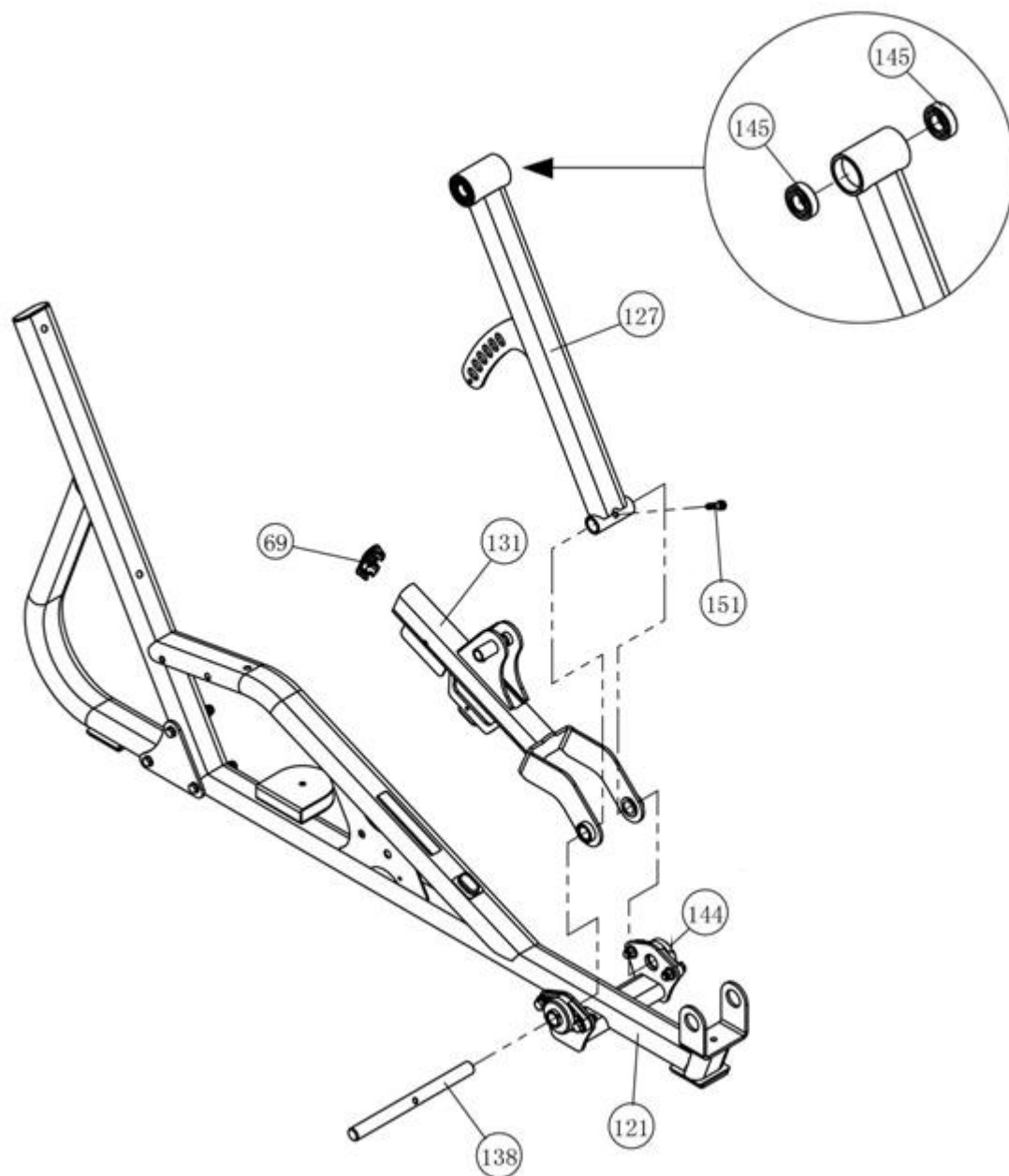
1. Nasaďte krytky (174, 178) na rám lavičky (167).
2. Připevněte polstrování lavičky (168) k rámu (167) pomocí šroubů a podložek (92, 110)
3. Vsuňte váleček (170) do rámu (167), nasadte gripy (77), vycentrujte váleček a dotáhněte jej pomocí trojúhelníkového šroubu (177).
4. Vsuňte váleček (169) do rámu (167), nasadte krytky (66) a nasadte pěnovkové válečky (175).
5. Vsuňte váleček (169) do rámu (158) na požadovanou výšku, nasadte krytky (66), nasadte pěnovkové válečky (175).

## KROK 19



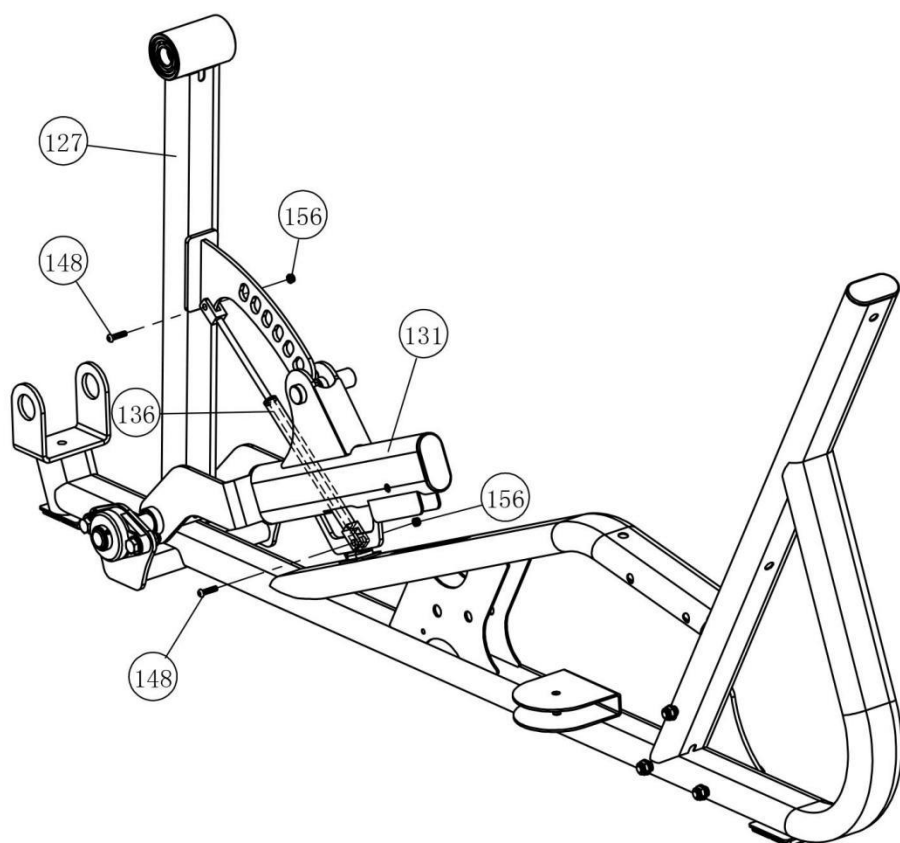
1. Pomocí dvou šroubů (155), čtyř podložek (116) a dvou matic (119) připevněte ložisko (144) k hlavnímu rámu leg-press stanoviště (121). **Pozor: šrouby nedotahujte.**
2. Nastavte otvory v ložiscích (144) směrem nahoru pro eventuální promazání.

## KROK 20



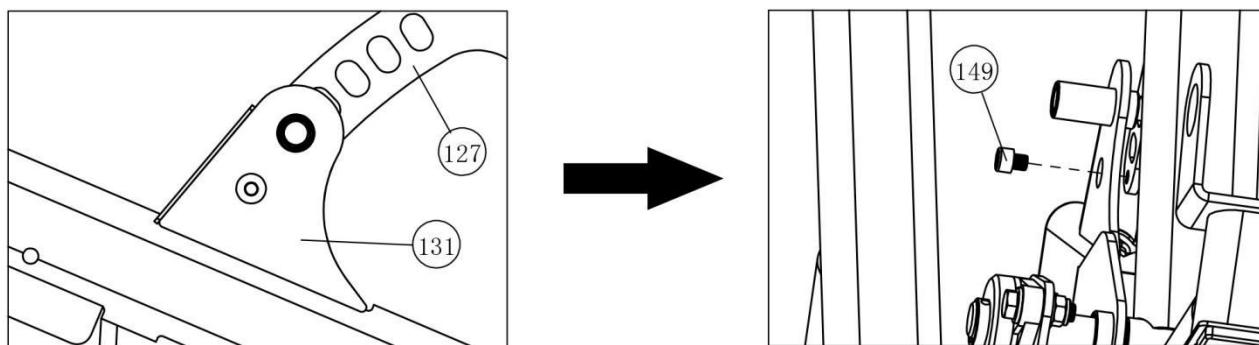
1. Nasad'te krytku (69) na rám (131).
2. Zarovnejte otvory v ložiscích (144), rámu (131) a rameni (127).
3. Vsuňte váleček (138) do otvorů ložisek (144), rámu (131) a ramene (127) a vše zablokujte šroubem (151).
4. Dotáhněte imbusové šrouby na prstencích ložisek (144).

## KROK 21



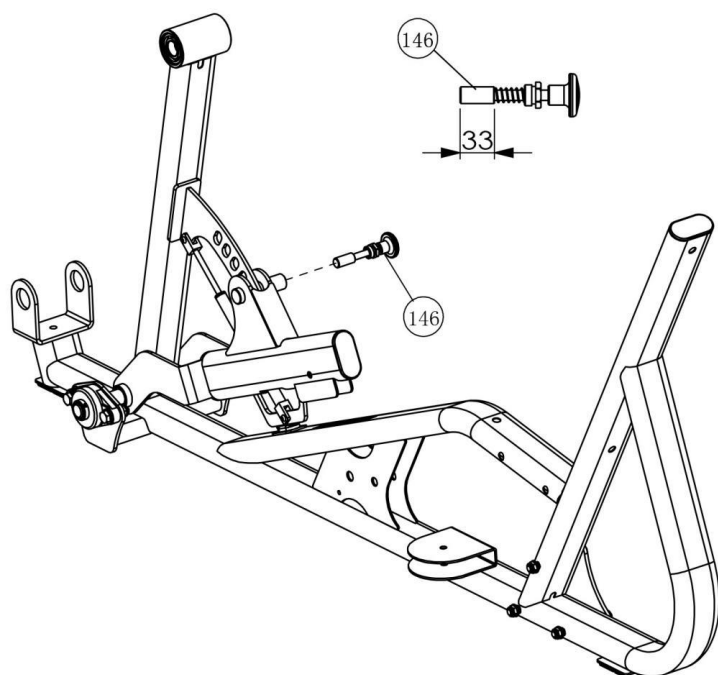
1. Připevněte olejový tlumič (136) k rameni (127) a rámu (131) pomocí dvou šroubů M6\*25 (148) a matic M6 (156).

## KROK 22



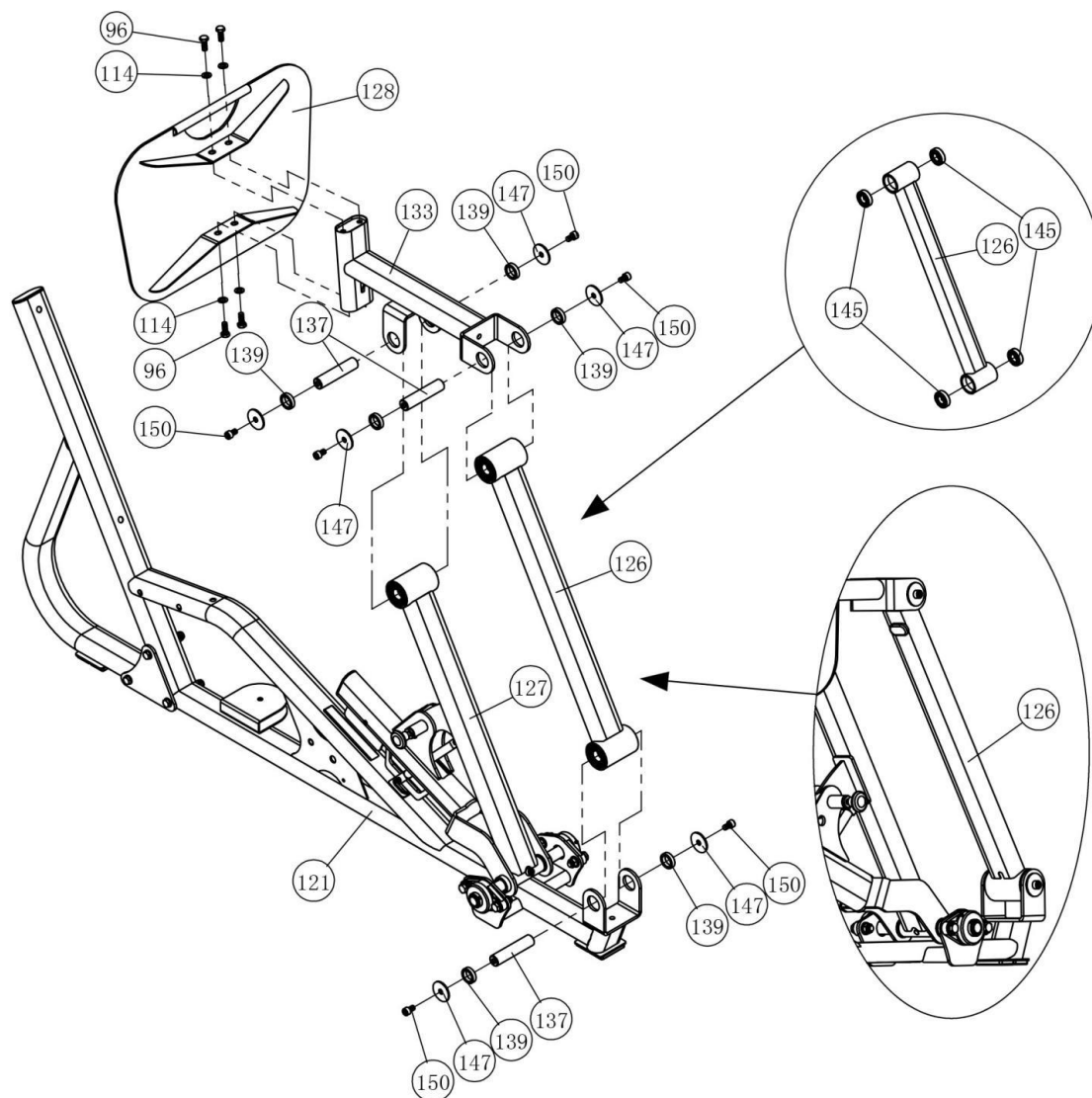
1. Našroubujte kolík (149) do otvorů částí (127 a 131) s tím, že je předtím zarovnáte.

## KROK 23



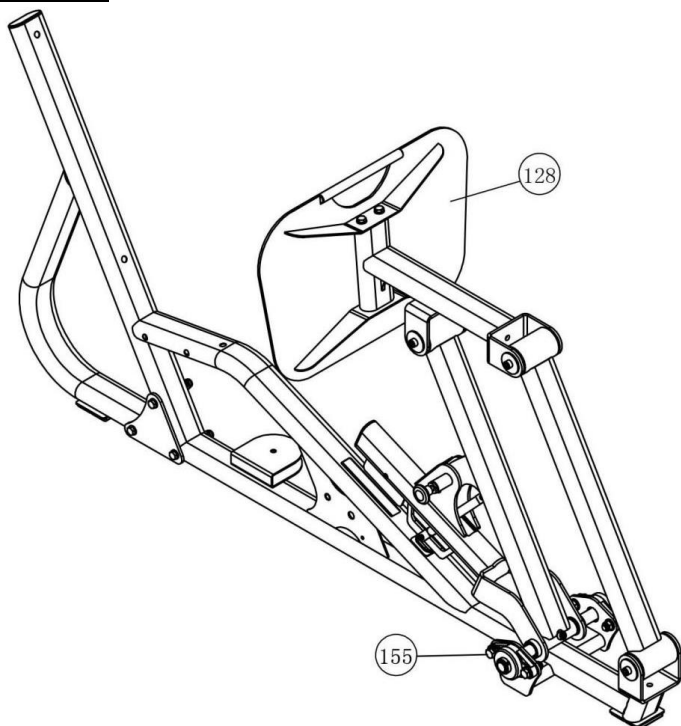
1. Našroubujte šroub (146) do rámu (131).

## KROK 24



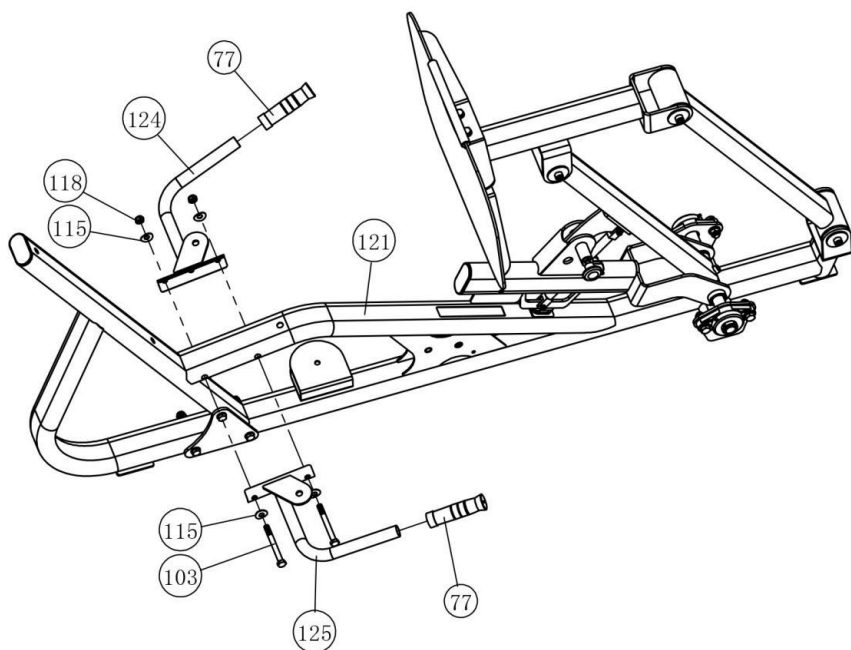
1. Zarovnejte otvory v rameni (126) i rámu (121), vsuňte váleček (137), nasadte pouzdra (139) na oba jeho konce a vše zpevněte pomocí imbusových šroubů (150) s podložkami (147).
2. Zarovnejte otvory v rameni (126), vsuňte váleček (137) a nasadte pouzdra (139) a vše zpevněte pomocí imbusových šroubů a podložek (150, 147).
3. Zarovnejte otvory v rameni (127) a rámu (133), vsuňte váleček (137), nasadte pouzdra (139) a vše zpevněte pomocí imbusových šroubů a podložek (150, 147).
4. Nasadte na rám (133) platformu (128) a vše zabezpečte pomocí šroubů a podložek (96, 114).

## KROK 25



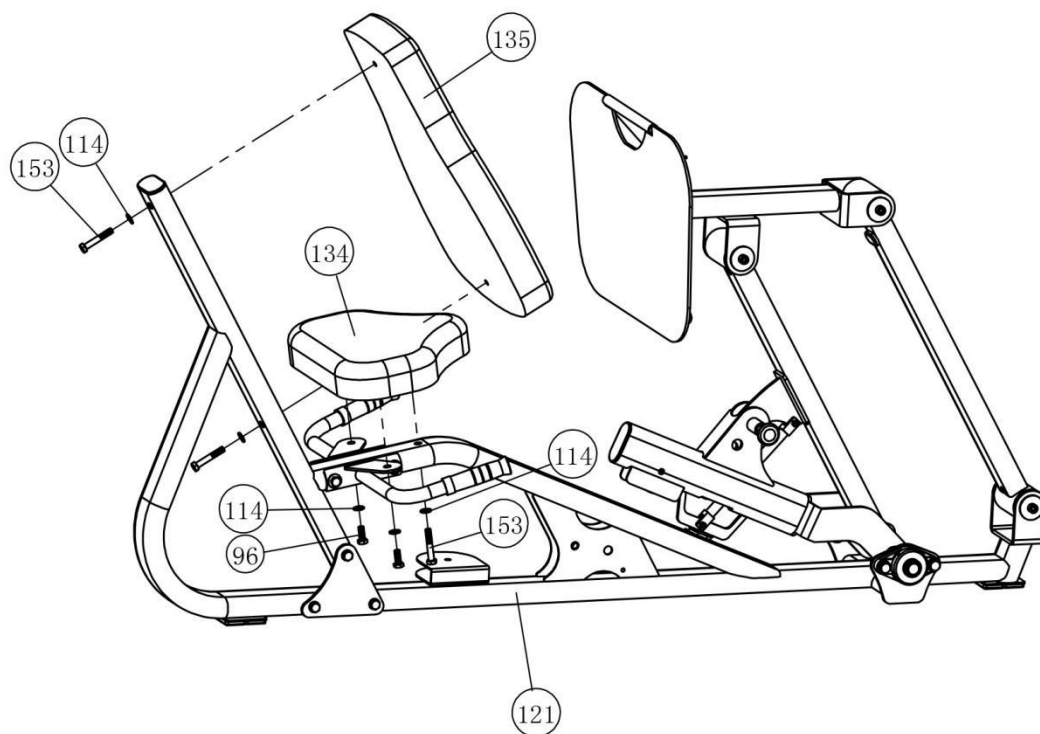
1. Nyní si upravte polohu platformy pro chodidla (128) tak, aby se montážní část nacházela uprostřed. Poté řádně dotáhněte šrouby (155).

## KROK 26



1. Umístěte gripy (77) na levou (124) a pravou (125) rukojeť.
2. Připevněte gripy (124, 125) k rámu (121) – pomocí šroubů (103), podložek (115) a matic (118).

## KROK 27



1. Připevněte sedadlo (134) k části (121, 124 a 125) – použijte šrouby (153, 96) a podložky (114).
2. Pomocí šroubů (153) a podložek (114) připevněte opěradlo (135) k rámu (121).



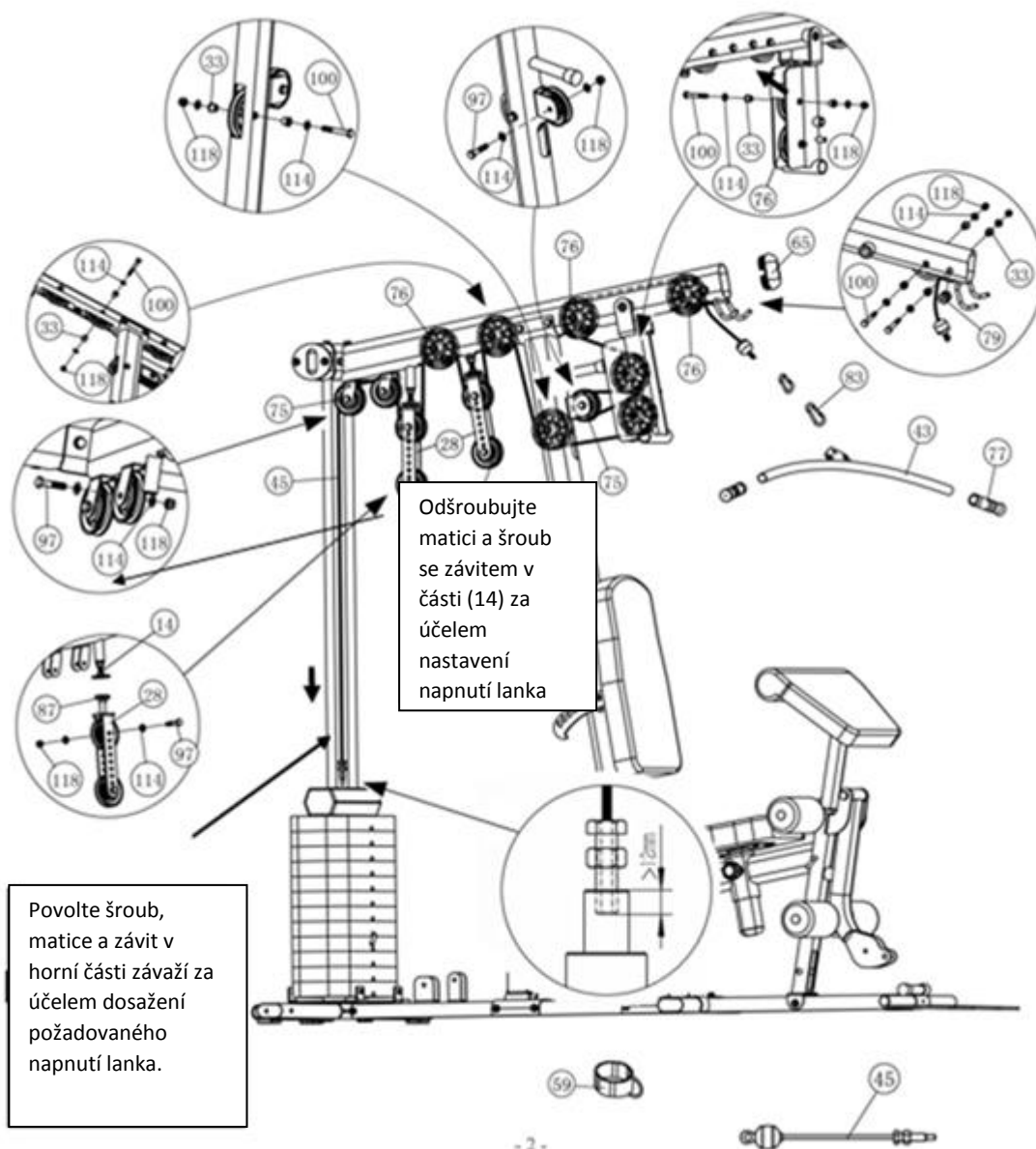
## KROK 28

### NÁKRES LANKA HORNÍ KLADKY

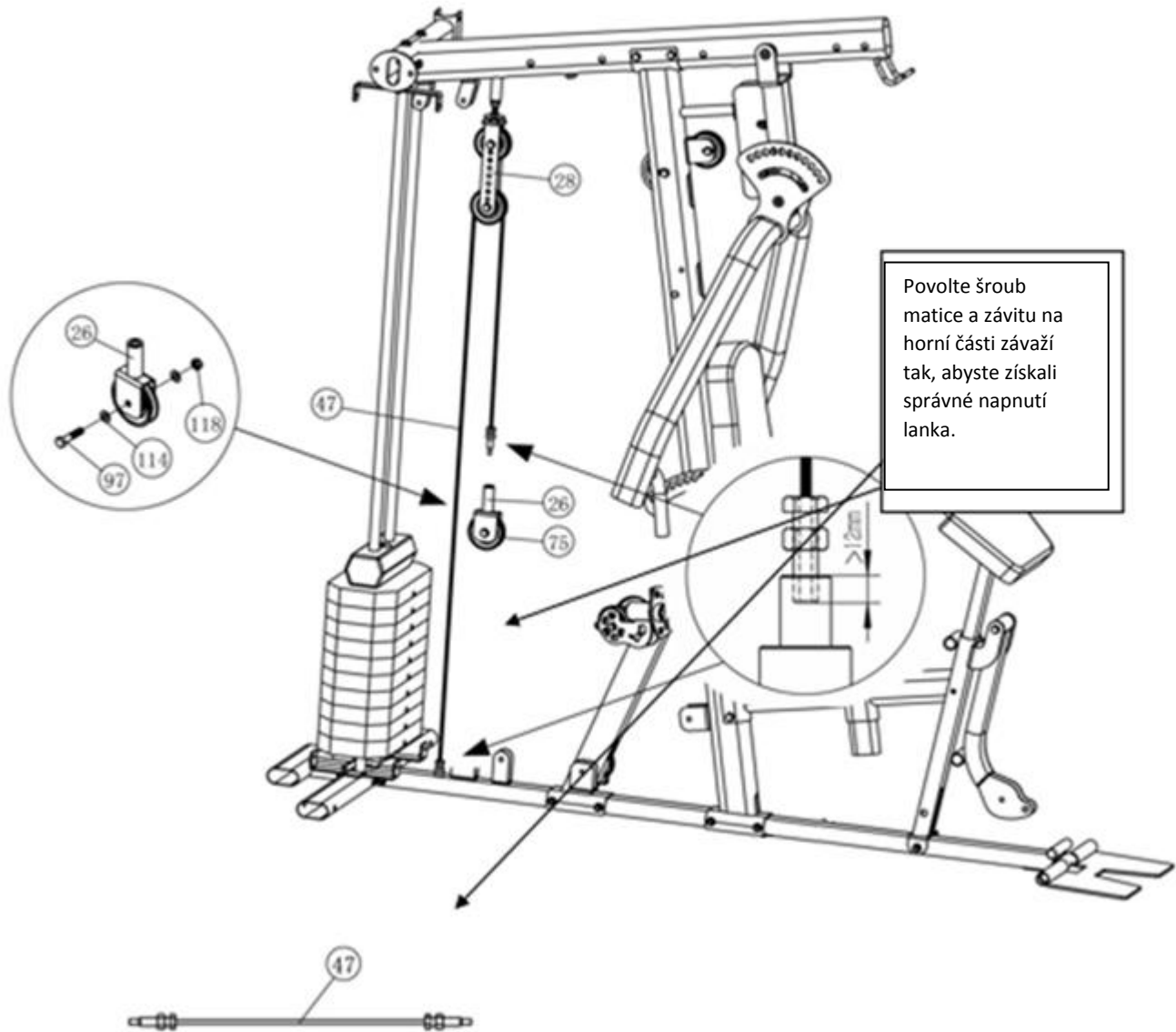
Po sestavení zařízení zkontrolujte, zda je lanko napnuté. (Při správném napnutí, by mezi horním závažím a štosem měla být mezera 3-5mm).

Pokud je lanko mírně povoleno, dotáhněte jej pomocí šroubu na horní části štosu.

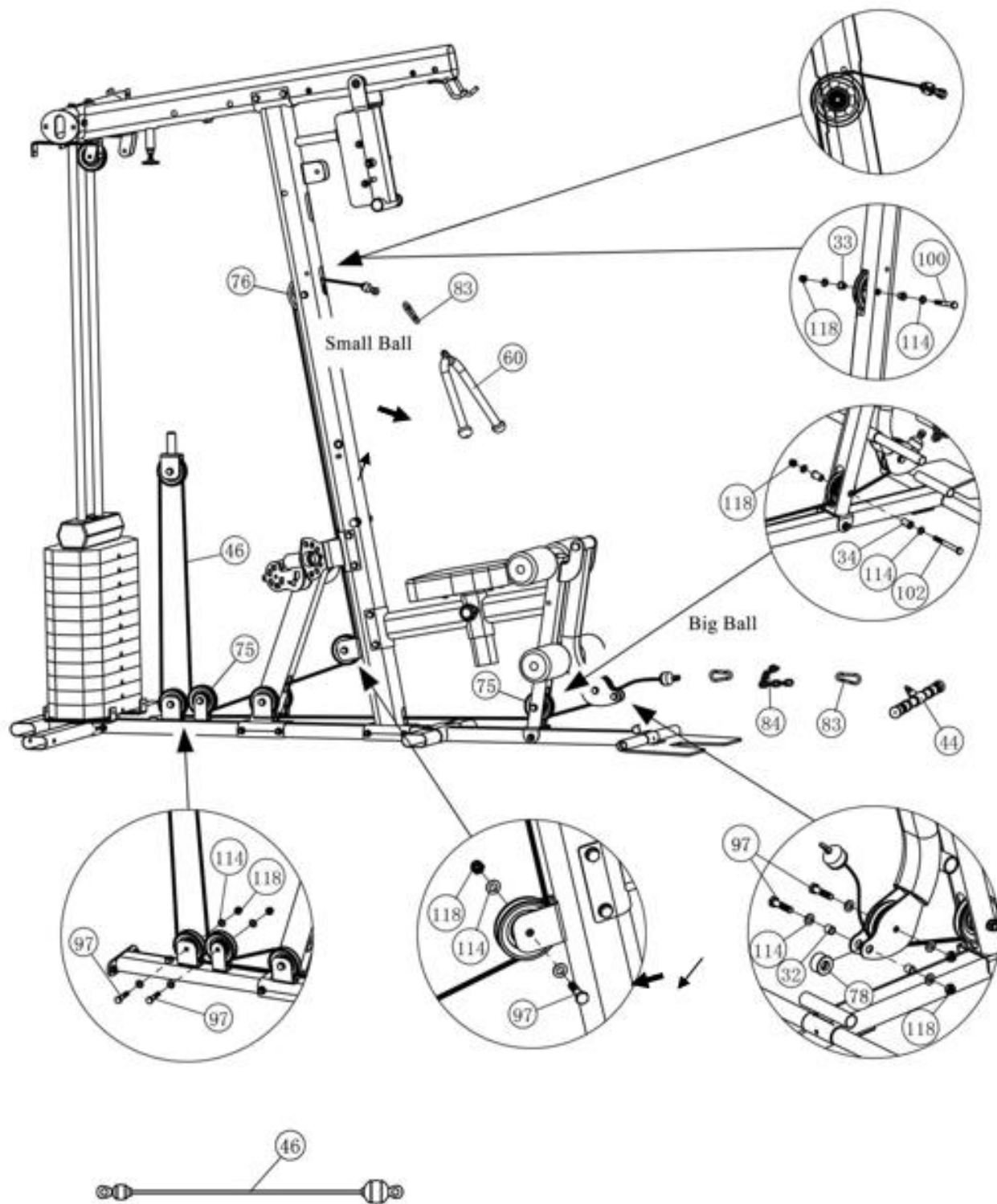
Pokud je lanko příliš volné, umístěte kladku lanka na dolní pozici (č. 28).



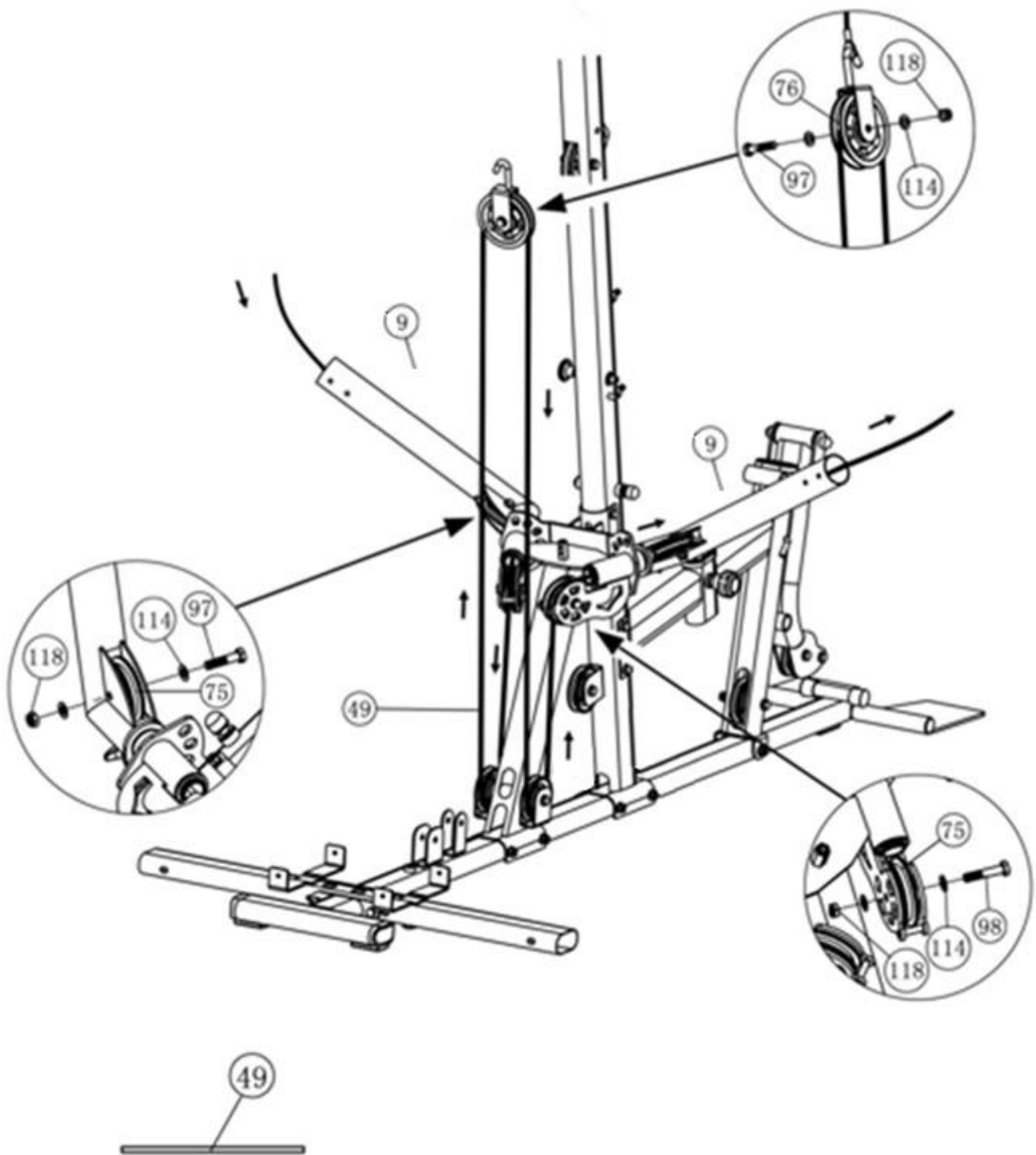
## ZADNÍ NAPÍNACÍ LANKO

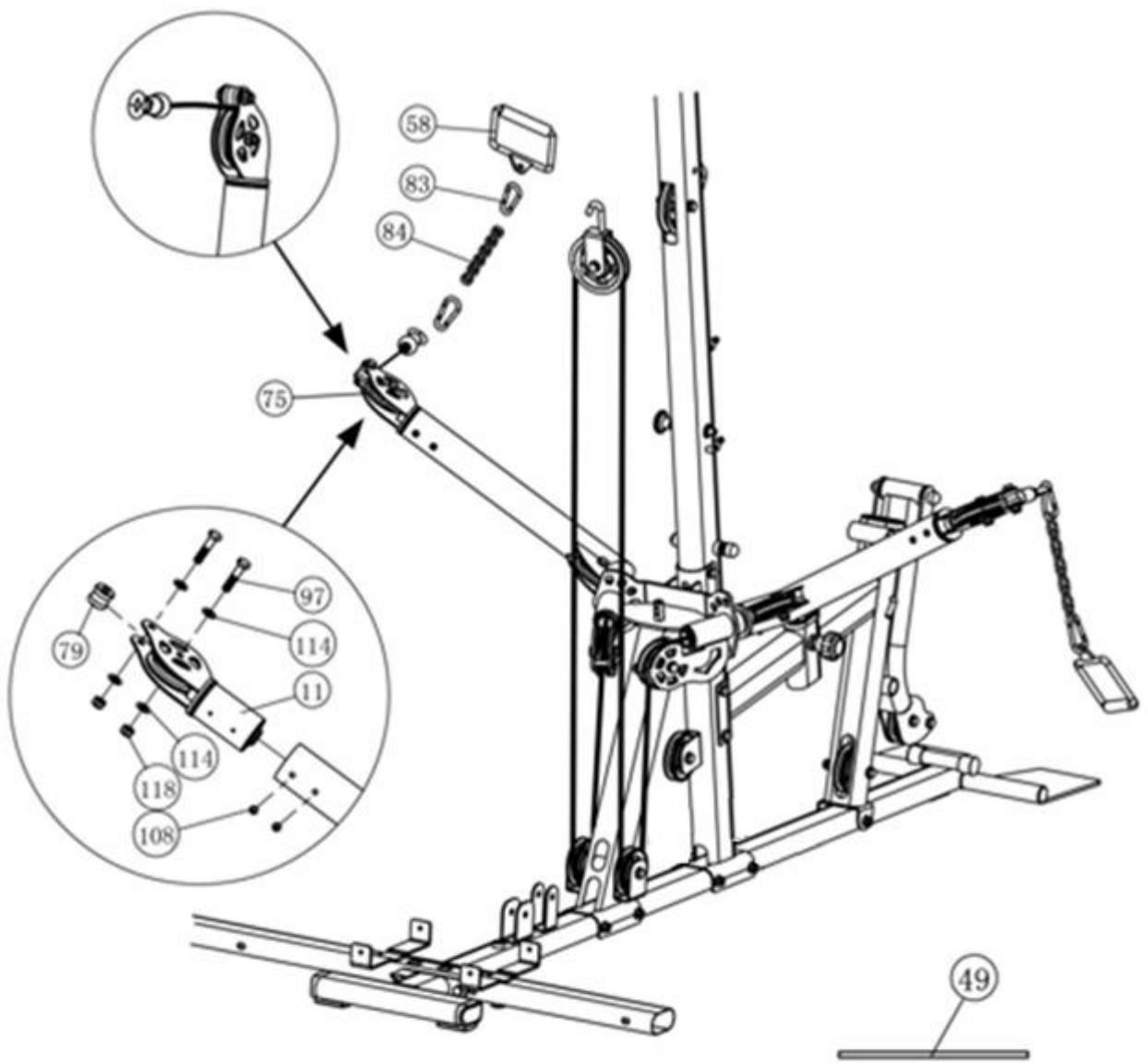
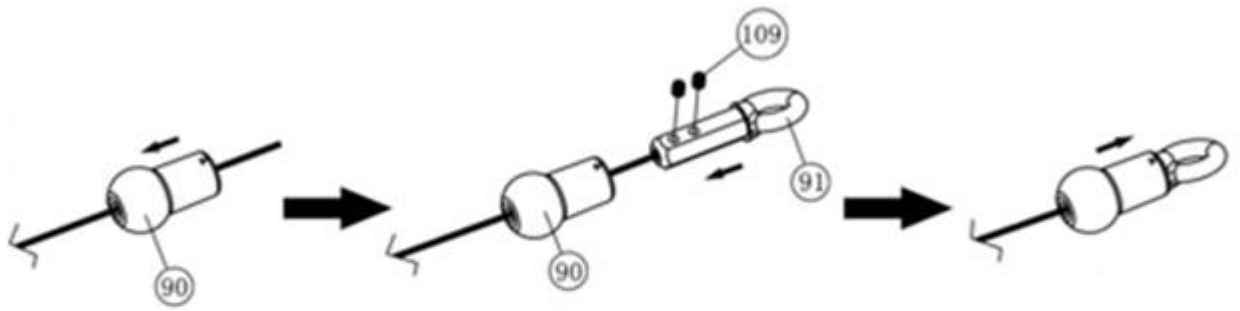


# LANKO DOLNÍ KLDKY



# LANKO BOČNÍ KLADKY (RAMEN)

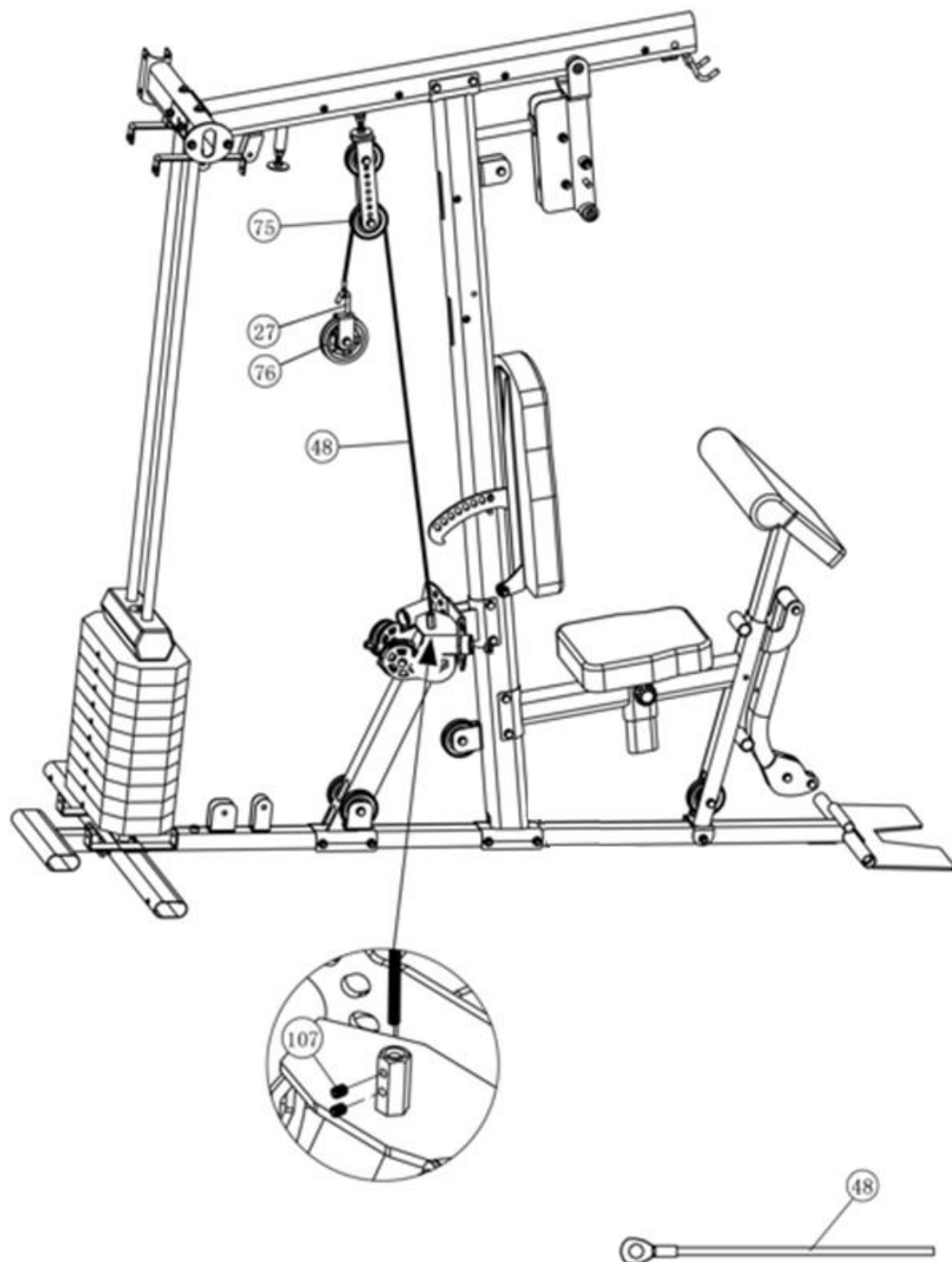




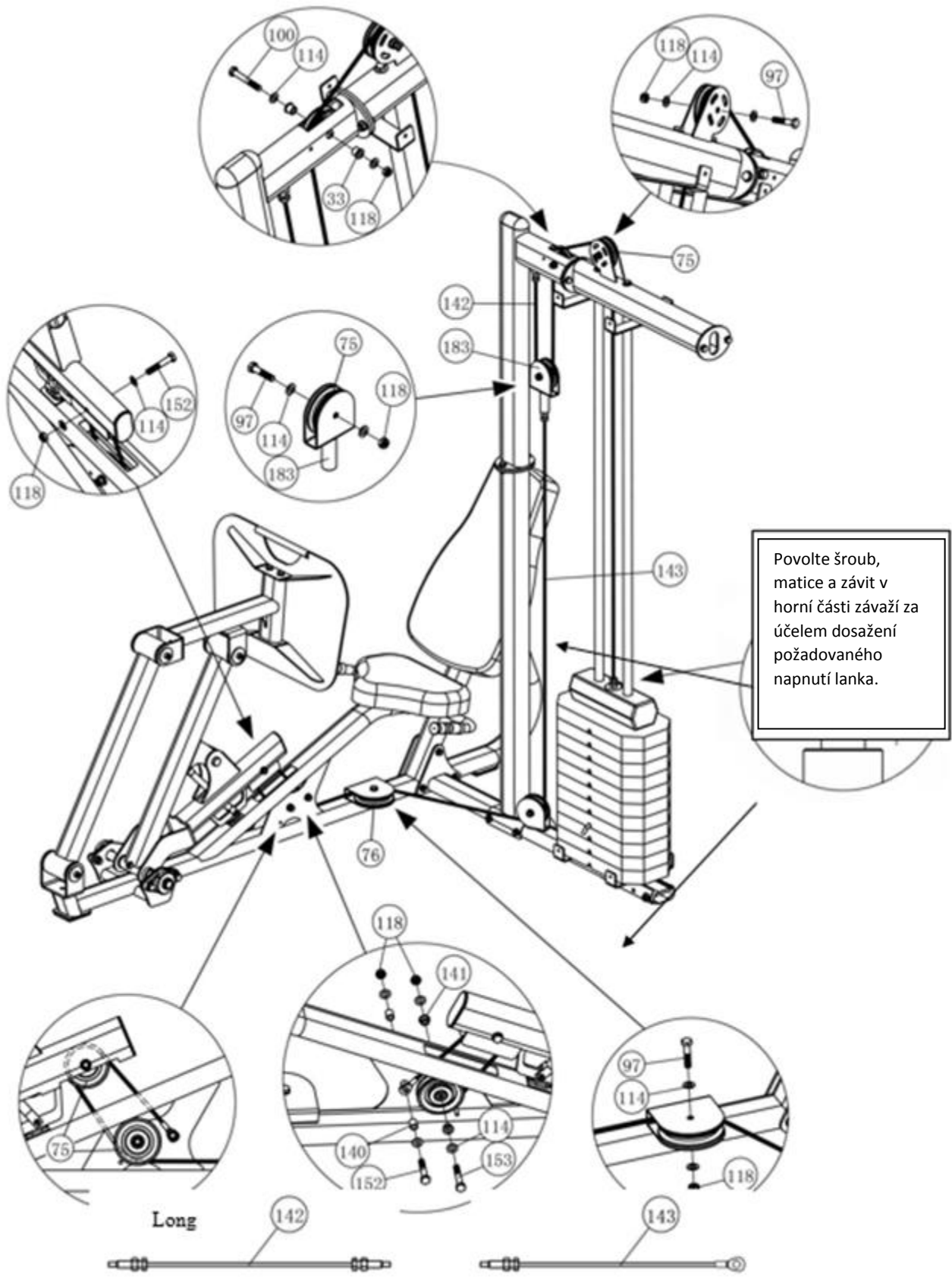
Přišroubujte části (11 a 9) pomocí šroubů (108).

Protáhněte lanko v ramenech přes ramena (9) pomocí ocelového drátu.

### LANKA NAPÍNAJÍCÍ PŘEDNÍ ČÁST

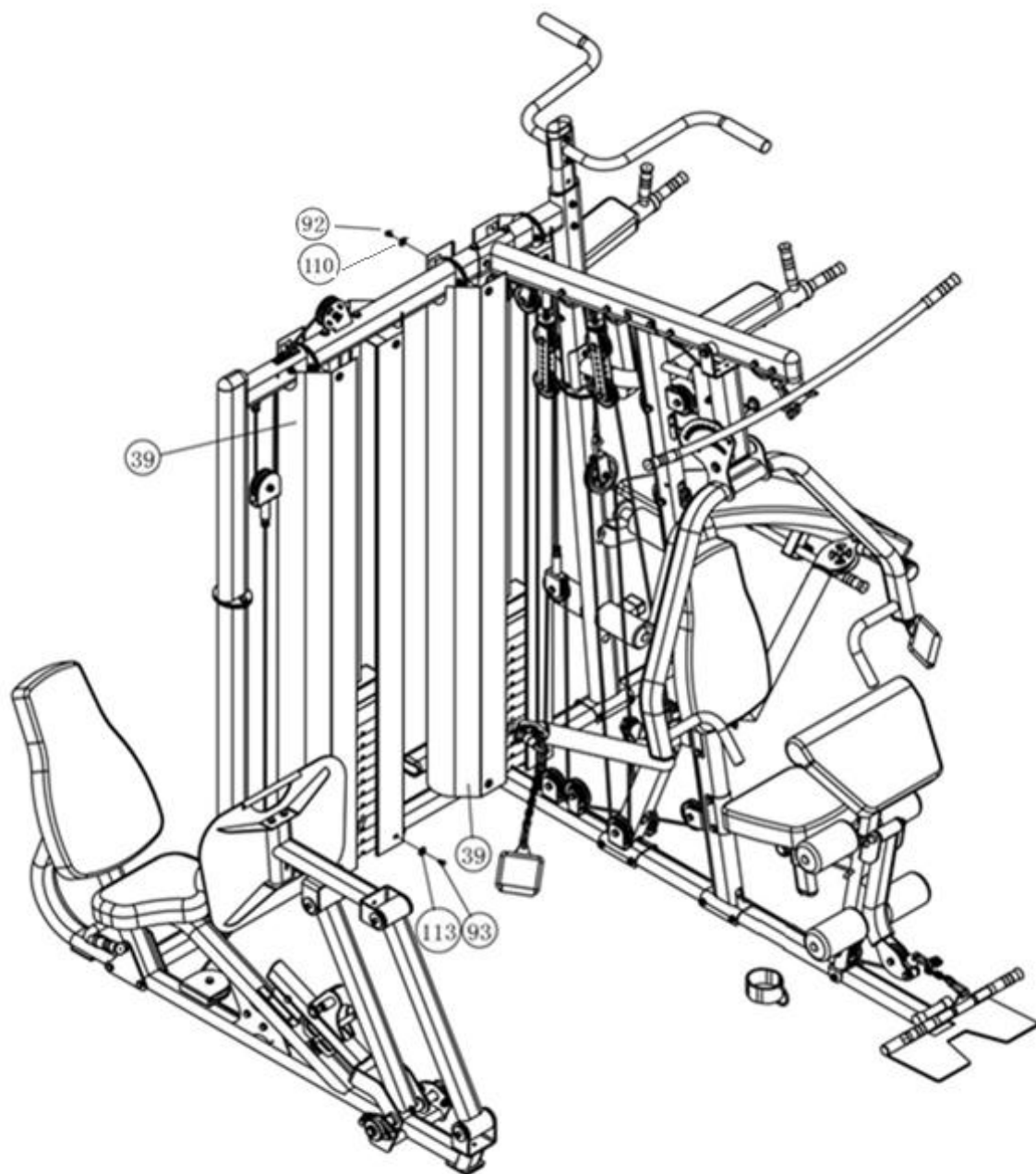


Vsuňte lanko do otvoru a vše dotáhněte imbusovými šrouby (107)



Povolte šroub, matice a závit v horní části závaží za účelem dosažení požadovaného napnutí lanka.

## KROK 29



1. Přišroubujte kryty (39) s otvory pro logo HMS ze strany rámu pro leg-press pomocí šroubů a podložek (93, 113).
2. Přišroubujte kryty (39) na vzpěry (17 a 166) pomocí šroubů a podložek (92, 110).
3. Dotáhněte šrouby (94) na vzpěrách (166).

Váš Tytan 15 by tímto měl být sestaven.

Před použitím zkontrolujte, prosím, zda jsou všechny šrouby řádně dotažené a lanka dobře namontované na všech kladkách.

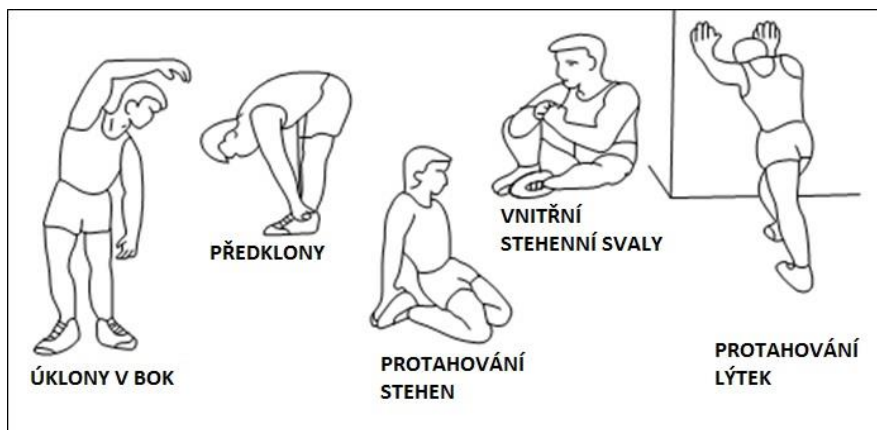
Nastavení lanek můžeme provést během prvního cyklu použití.



## NÁVOD KE CVIČENÍ

### 1. Rozcvička

Před započítím tréninku doporučujeme provést zahřívací cviky (viz obrázek). Každý cvik provádějte min. 30 sekund.



Přesto, že děláme vše pro to, abychom zajistili maximální kvalitu našich výrobků, mohou se objevit jednotlivé vady nebo chyby. Pokud si všimnete závady nebo toho, že některá z částí chybí, kontaktujte nás, prosím.

**ABISAL**

Oddělení péče o klienta:

**ABISAL Sp. z o.o.**

ul. Św. Elżbiety 6

41-905 Bytom

[abisal@abisal.pl](mailto:abisal@abisal.pl)

[www.abisal.pl](http://www.abisal.pl)

[www.hms-fitness.pl](http://www.hms-fitness.pl)



Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpady informuje o zákazu likvidace použitého elektrického a elektronického zařízení společně s jinými odpady. V souladu se Směrnicí WEE o způsobu nakládání s elektrickými a elektronickými odpady, je potřeba pro tento druh zařízení používat oddělené způsoby jejich likvidace.

Uživatel, který se chce tohoto zařízení zbavit, je povinen jej odevzdat ve sběrném dvoře pro elektrický a elektronický odpad, díky čemu se spolupodílí na jejich opětovném využití, recyklaci a tím i ochraně životního prostředí. Za tímto účelem kontaktujte místo, kde bylo zařízení koupeno nebo místní úřady. Nebezpečné složky obsažené v elektrickém a elektronickém zařízení mohou dlouhodobě negativně působit na životní prostředí a také zdraví lidí.

**ABISAL**