

Návod k obsluze

Posilovací stroj BH FITNESS L140 Biceps / Triceps

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Před montáží a používáním trenažéru si prosím pečlivě přečtete tyto pokyny. Obsahují důležité informace pro vaši bezpečnost a pro používání a údržbu trenažéru.

Pokyny uschovejte pro budoucí využití a rady k údržbě i pro objednávání náhradních dílů.



POZOR:

- Toto zařízení lze používat pouze k určenému účelu, tj. fyzickému cvičení.

Jakékoli jiné použití trenažéru je zakázáno a může být nebezpečné. Výrobce neodpovídá za poškození nebo zranění způsobená nesprávným používáním zařízení.

- Zařízení používejte na pevném a rovném povrchu.
- Kolem trenažéru musí zůstat alespoň 0,5 metru volného prostoru.
- Zařízení je navrženo v souladu s nejnovějšími bezpečnostními normami.
- Toto zařízení vyhovuje normě EN 957. Je vhodné pro profesionální použití s hmotností uživatele do 150 kg.

Nesprávné opravy a/nebo úpravy trenažéru (např. odstranění dílů) mohou ohrozit bezpečnost uživatele.

- Poškozené součásti mohou ohrozit vaši bezpečnost a/nebo snížit životnost zařízení.

Z tohoto důvodu musí být poškozené díly neprodleně vyměněny a zařízení nesmí být používáno, dokud není opraveno. Používejte pouze originální náhradní díly BH.

- Pokud je zařízení pravidelně používáno, důkladně kontrolujte všechny součásti každé 1 - 2 měsíce a věnujte zvláštní pozornost dotažení matic a šroubů.

- Před zahájením cvičební se poradte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.

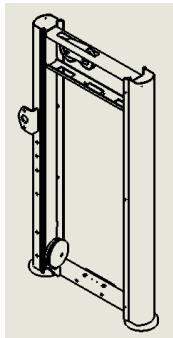
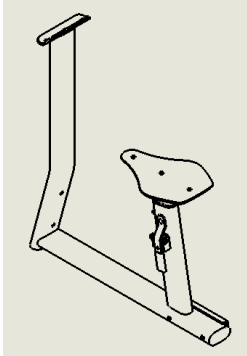
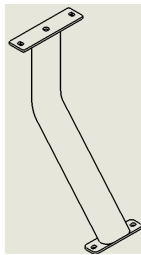
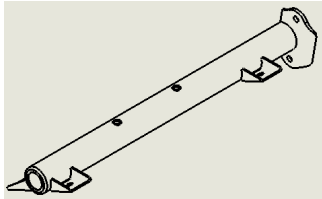
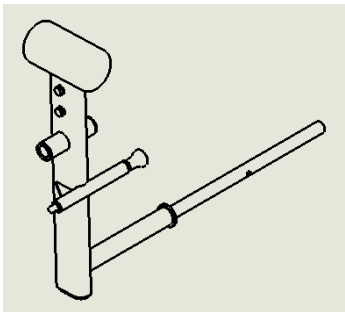
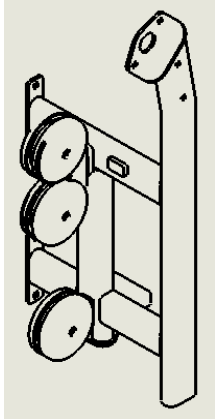
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se. Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

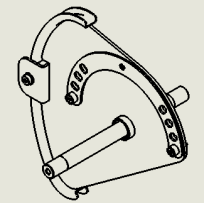
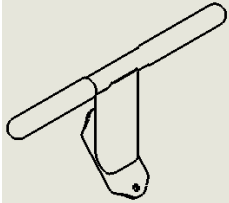
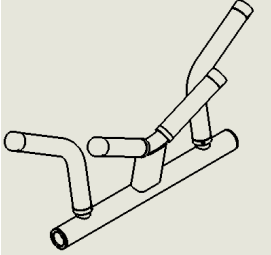

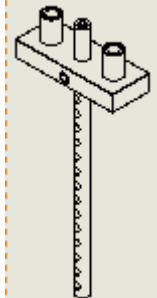
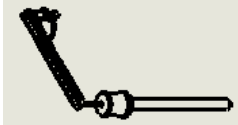
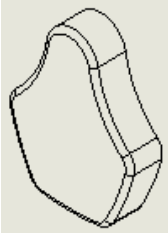
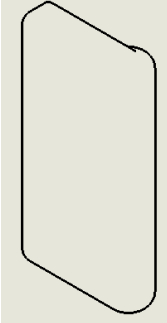
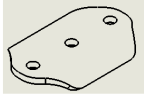


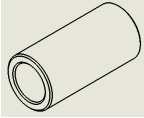


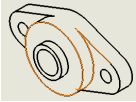

- Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

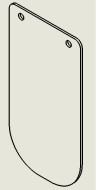


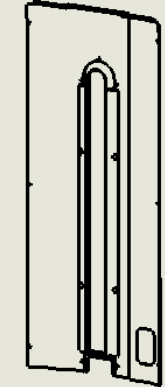
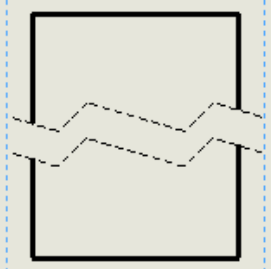
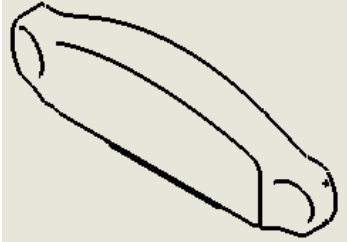


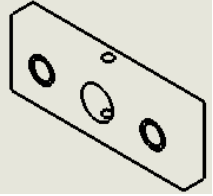
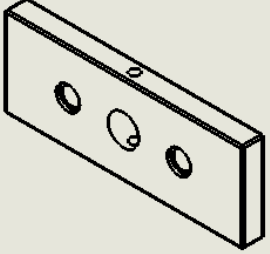
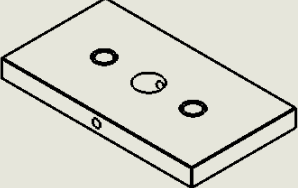
Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybí žádné díly.



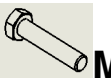

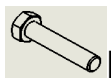















Obr. A

Nº		✓	Nº		✓
1		1	2		1
3		1	6		1
7		1	8		1

9		1	10		1
12		1	14		1
17		1	18		1
19		1	20		1
23		1	24		1
25		1	26		1
29		2	32		2
34		2	35		4

37		1	47		3
48		2	56		1
57		1	58		1
59		1	64		6
110		2	111		3
112		10			

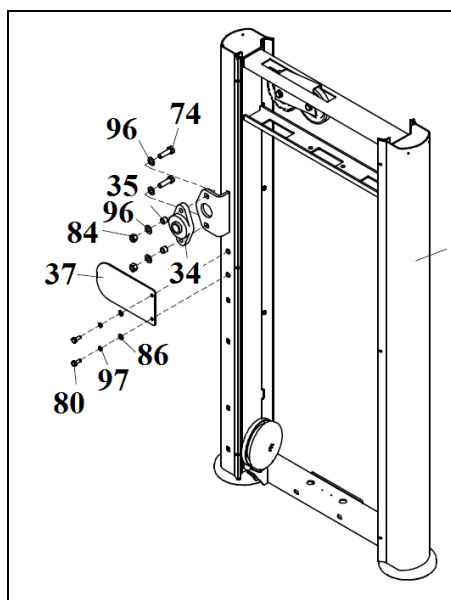
Obr. B

Nº		✓			✓
74	 M-12x40	4	65	 M-10x150	4
66	 M-10x110	2	67	 M-10x100	2
68	 M-10x65	4	71	 M-10x30	6
72	 M-10x25	6	80	 M-8x20	2
79	 M-10x15	1	77	 M-10x25	1
90	 M-5x12	6	90	 D11*D30*2	1
96	 M-12	8	87	 M-10	36
86	 M-8	2	105	 M-10	1
97	 M-8	2	85	 M-5	6
84	 M-12	4	83	 M-10	12

MONTÁŽNÍ POKYNY

POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

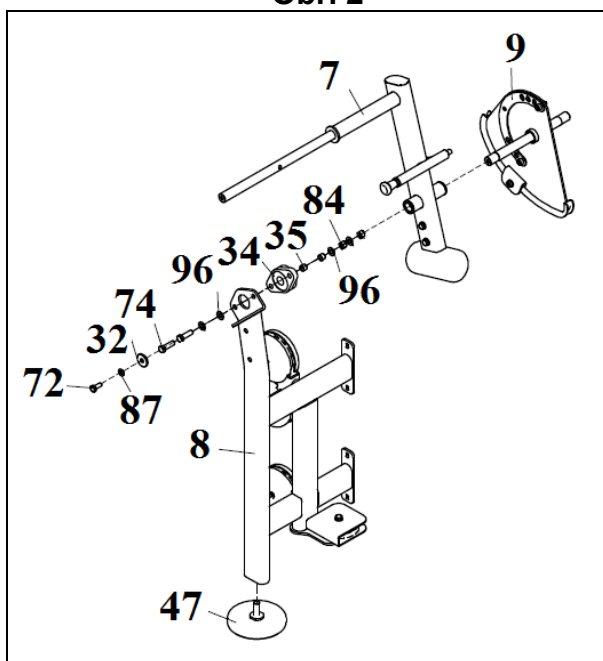
Obr. 1



Opřete hlavní podpěru (1) o zem, obr. 1.

Umístěte držák (37) a zajistěte jej pomocí šroubů (80) a podložek (97) (86). Dále umístěte podpěru ložiska (34) a pevně ji přišroubujte šrouby (74), podložkami (96) a maticemi (84).

Obr. 2



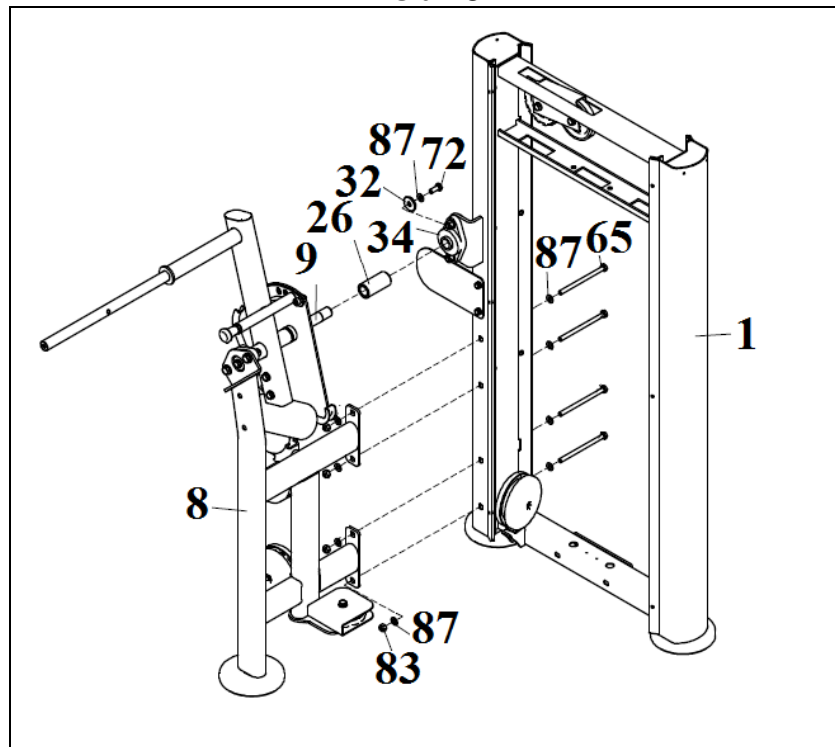
Vložte hřídel (9) do rozpěrky pro podpěru (7).

Umístěte podpěru ložiska (34) a připevněte ji k držáku (8) pomocí šroubů (74) spolu s podložkami (96) a maticemi (84).

Poté nasadte druhý konec hřídele do podpěry ložiska (34), nasadte hliníkovou podložku (32) (87) a zajistěte ji k hřídeli (9) pomocí šroubu (72).

Našroubujte vyrovnávací patky (47) na podpěru (8).

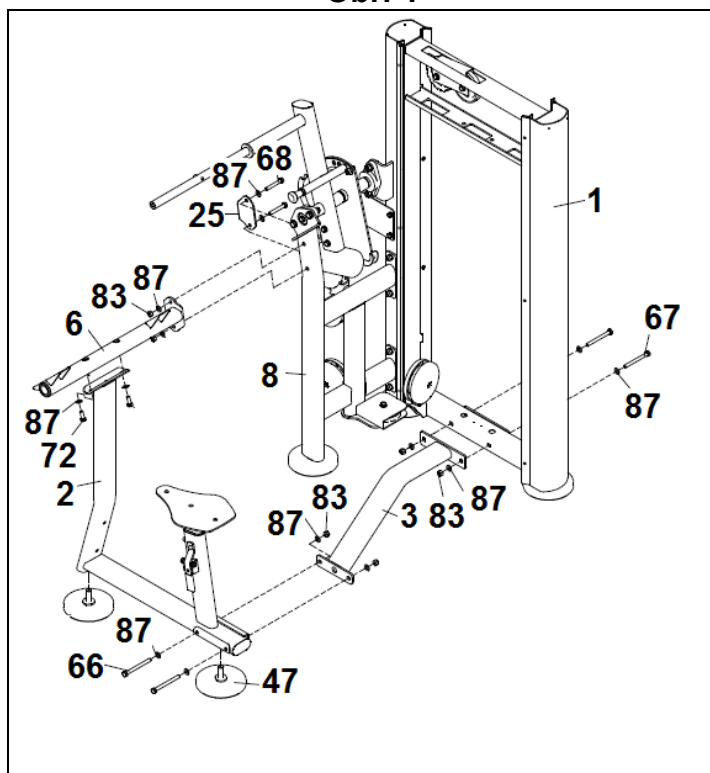
Obr. 3



Vložte konec hřídele (9) do podpěry ložiska (34), nasadte hliníkovou podložku (32) na konec hřídele a utáhněte šroubem (63).

Namontujte šrouby (65) spolu s podložkami (87) na spodní část držáku (8) na závaží a zajistěte je podložkami (87) a maticemi (83).

Obr. 4

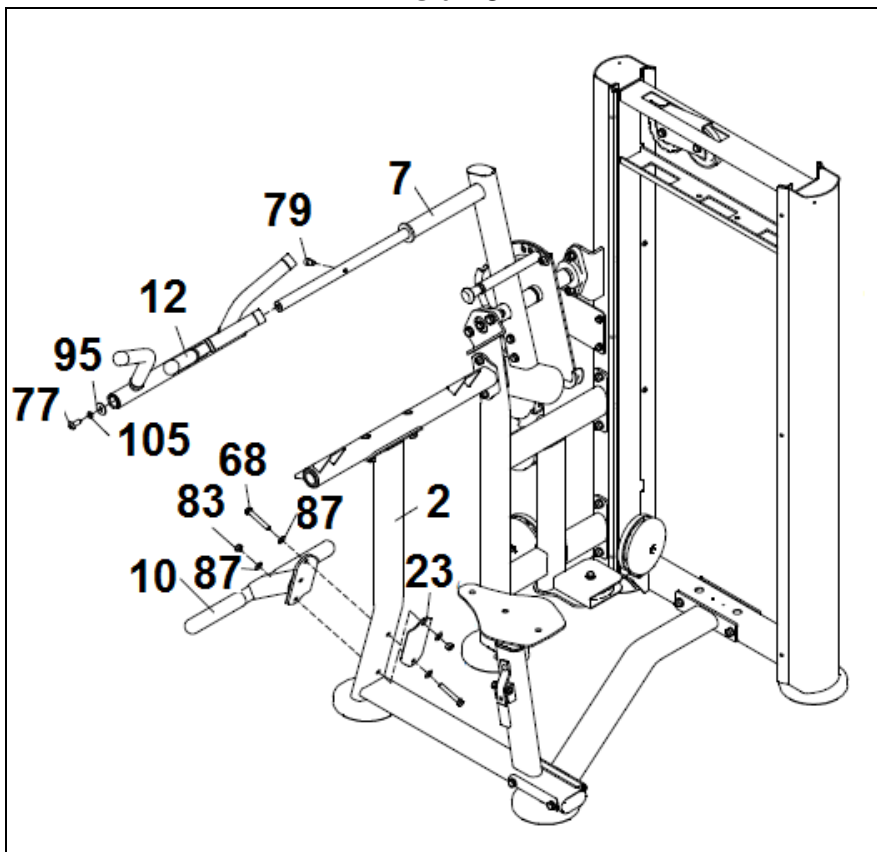


Umístěte podpěru (6) na horní část konzoly (8), která je nyní připevněna k sadě závaží (81), a zajistěte ji šrouby (68) spolu s podložkami (87) a maticemi (83).

Našroubujte vyrovnávací patky (47) na podpěru (2), obr. 4.

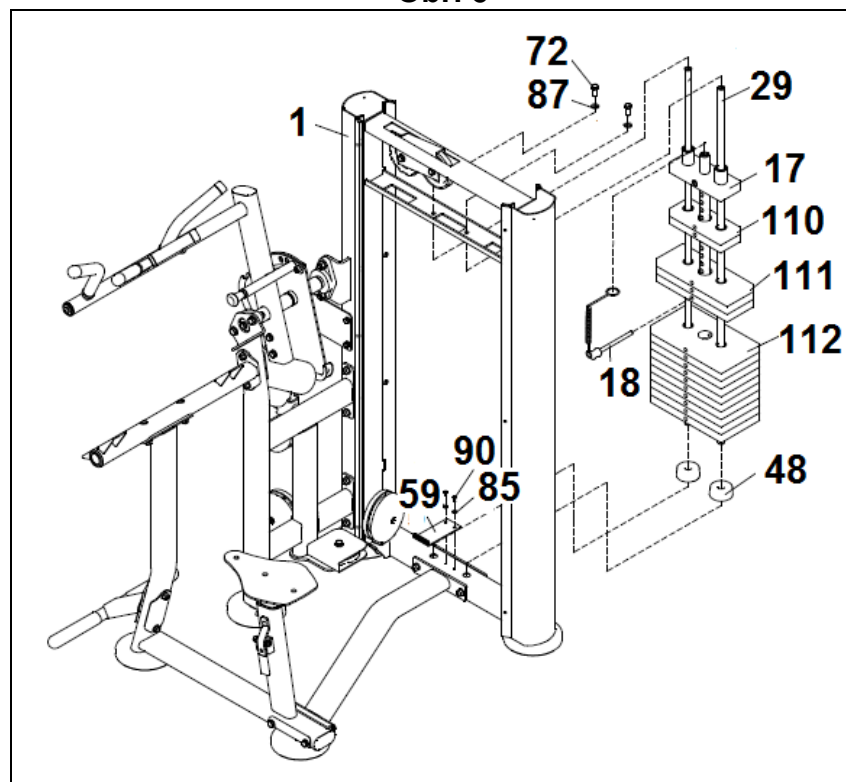
Dále nasadte podpěru (2) na horní část a připevněte ji k podpěře (6) pomocí šroubů (72) spolu s podložkami (87). Umístěte držák (3) a zajistěte jej pomocí šroubů (66) (67), podložek (87) a matic (83).

Obr. 5



Vložte konec hřídele (7) do podpěry (12), nasadte hliníkovou podložku (95) na konec hřídele a utáhněte šroubem (77). Utáhněte stavěcí šroub (79).
Umístěte držák (10) a zajistěte jej pomocí šroubů (68) spolu s podložkami (87) a maticemi (83).

Obr. 6



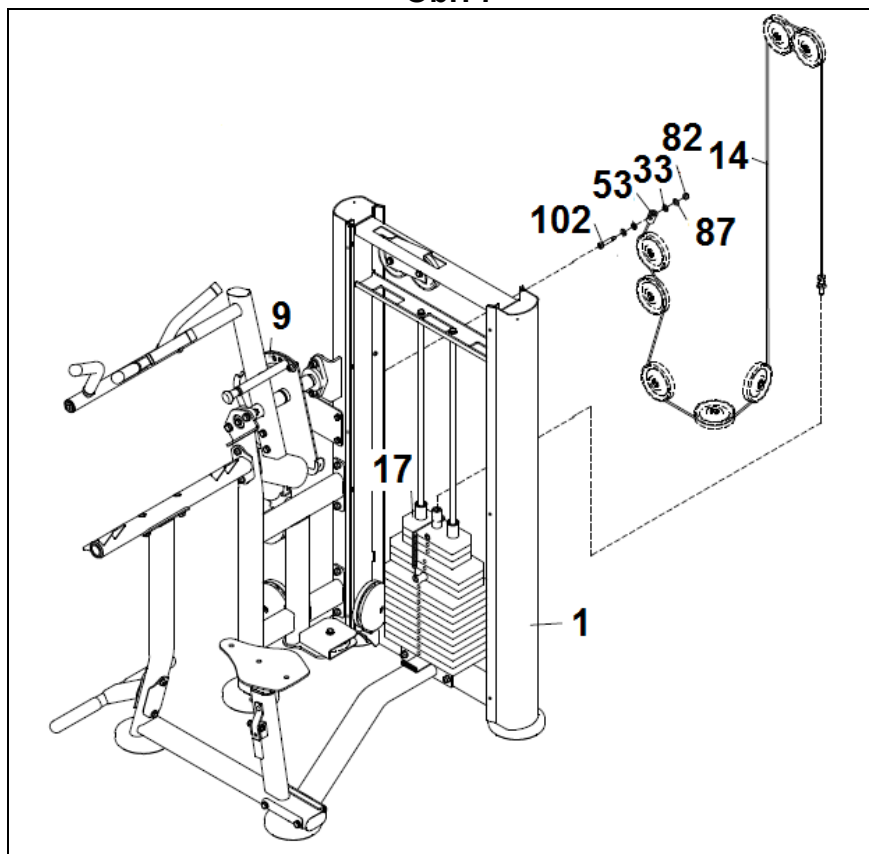
Poté umístěte držák (59) a zajistěte jej pomocí šroubů (90) spolu s podložkami (85).

Umístěte záračku závaží (48) na závaží (1), vložte vodící tyče závaží (29).

Dále namontujte závaží (112); (111), (110), těžší závaží vždy dole, nakonec vodící závaží nasadíte pomocí volící tyče (17), horní část vodících tyčí utáhněte pomocí podložek (87) a šroubů (72).

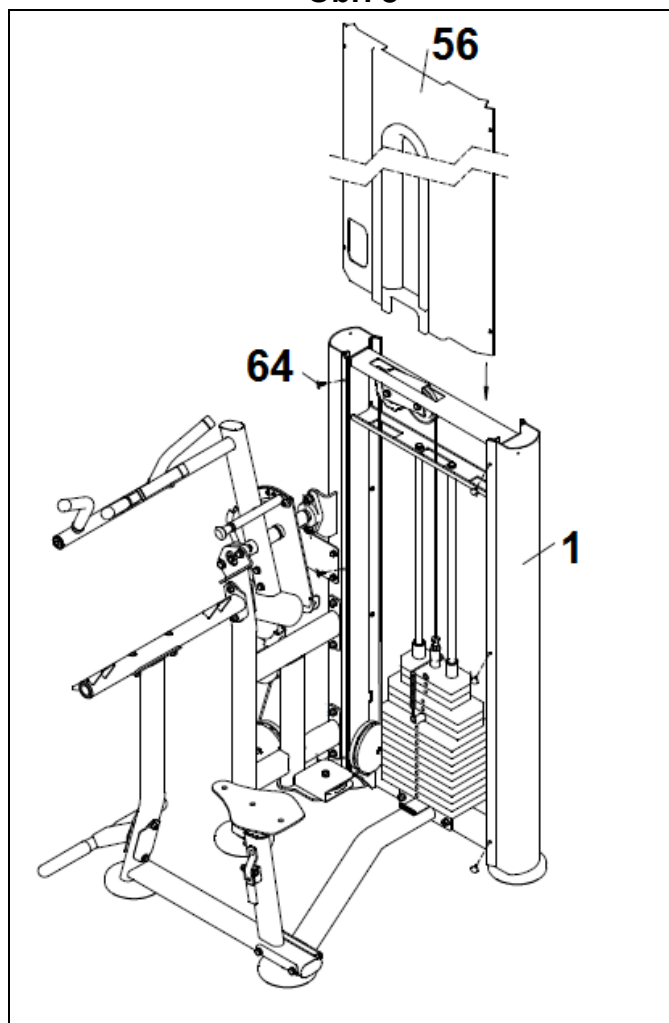
Nasadíte volící kroužek (18) do středového pouzdra na vodícím závaží (17).

Obr. 7



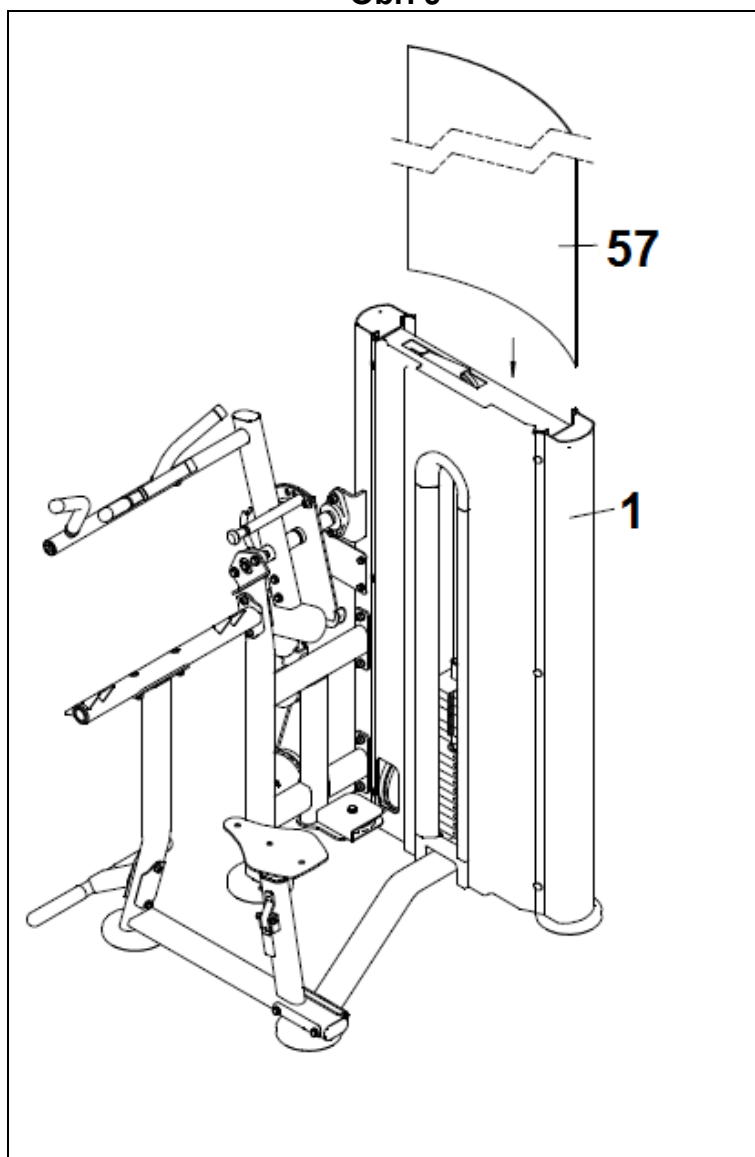
Zašroubujte konec kabelu (14) na vodící závaží (17), vezměte druhý konec kabelu (53) a protáhněte jej horními kladkami (34) a spodní kladkou a zajistěte konec kabelu ve vačce (9) pomocí šroubu (102), podložek (87) (33) a matic (82).

Obr. 8



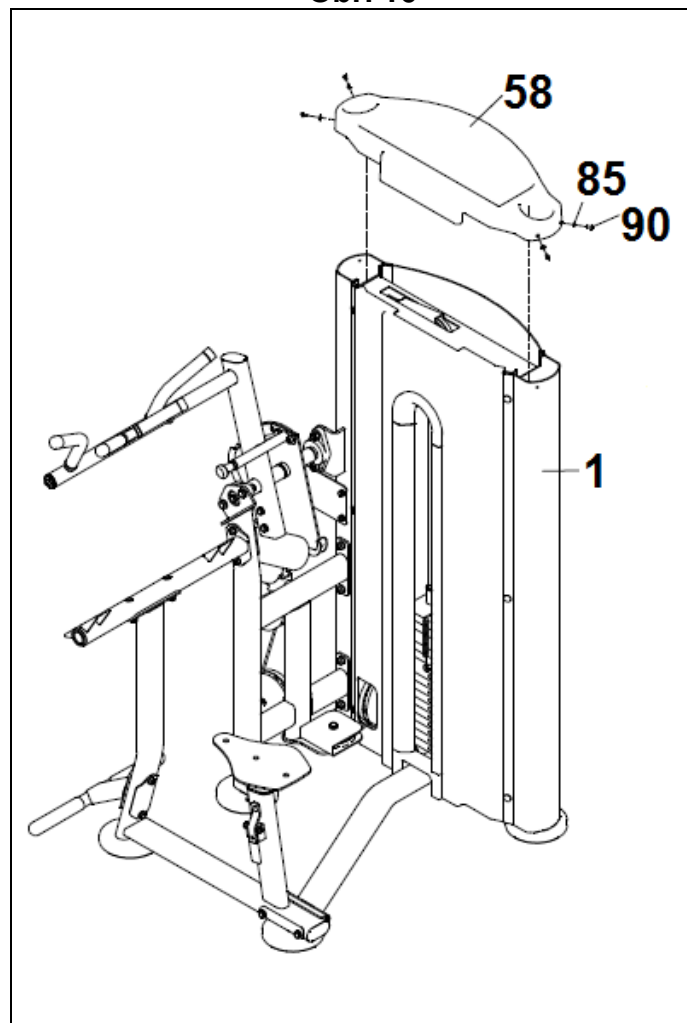
Přední kryt (56) nasadíte shora ve směru šipky na sadu závaží (1). Nasadíte vložky (64) na obě strany sady závaží.

Obr. 9



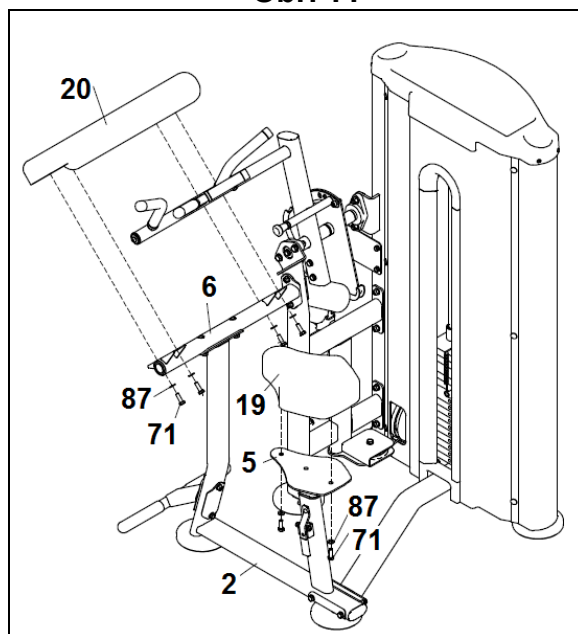
Namontujte zadní kryt (57) na sadu závaží (1) shora ve směru šipky.

Obr. 10



Namontujte horní kryt (58) shora ve směru šipky na sadu závaží (1). Namontujte podložky (85) a šrouby (90).

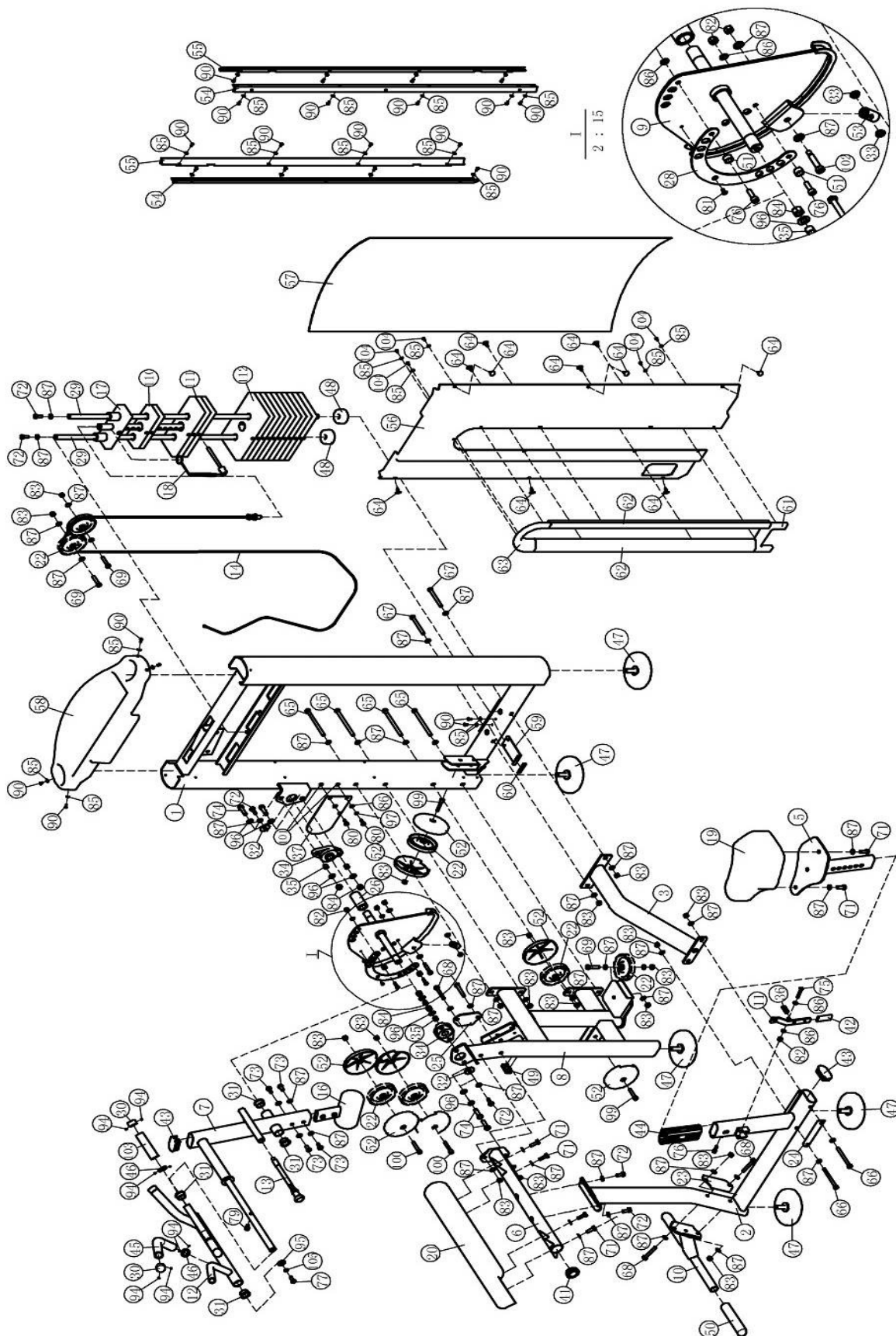
Obr. 11



Umístěte loketní opěrku (20) na podpěru (6), zajistěte ji šrouby (71) a podložkami (87).
Poté umístěte sedlo (19) na sloupek pro nastavení sedla (5), utáhněte jej pomocí šroubů (71) a podložek (87).

VELMI DŮLEŽITÉ:

Po dokončení montáže zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby namontovány a zda jsou bezpečně utaženy.



Dovozce a distributor pro
Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a,
140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175
DIČ:CZ05254175



Dovozce a distributor pro Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175

Email: info@trinteco.cz
Telefon: +420 725 552 257