



Návod k obsluze

Posilovací stroj na břišní svaly BH FITNESS L310

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.

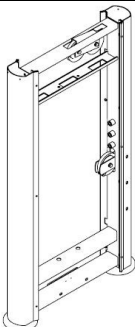
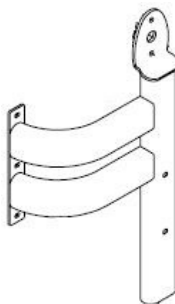
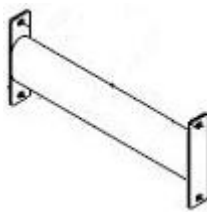
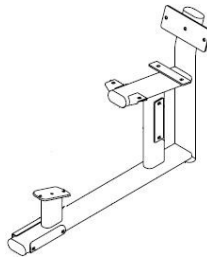
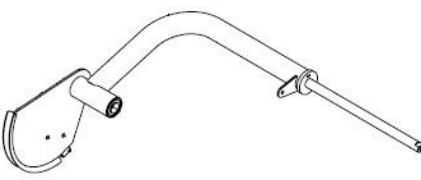
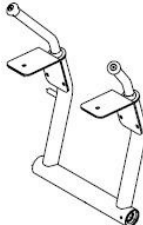
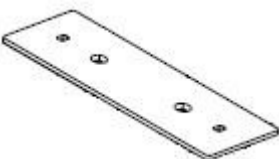
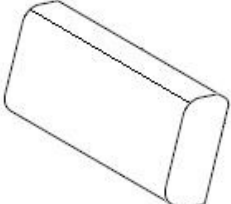
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se. Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.


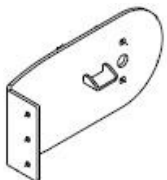
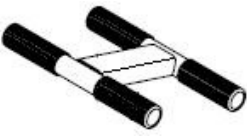
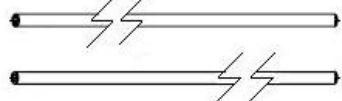

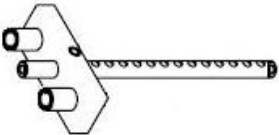
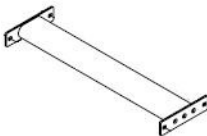

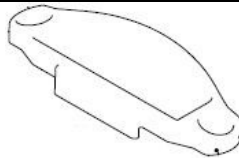

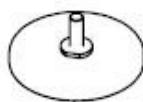


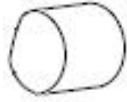
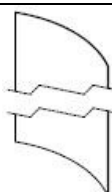

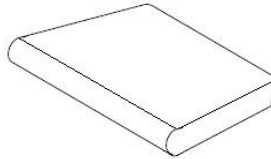


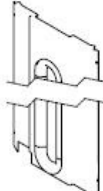


- Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.



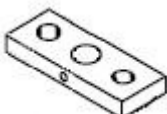
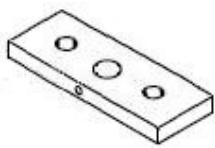
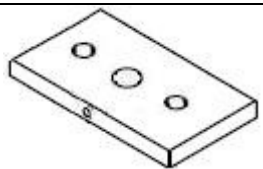
Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

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


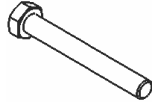


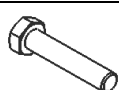


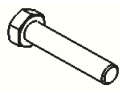











Obr. A

N ^o		✓	N ^o		✓
1		1	2		1
3		1	5		1
6		1	7		1
8		1	9		1

13		1			15		1
16		1			17		2
18		1			19		1
20		1			22		2
26		1			27		1
29		3			30		2
33		1			35		1
36		1			37		2
39		1			43		1
45		1			46		1
49		2			53		1

54		1	89		6
95		2	96		3
97		10			

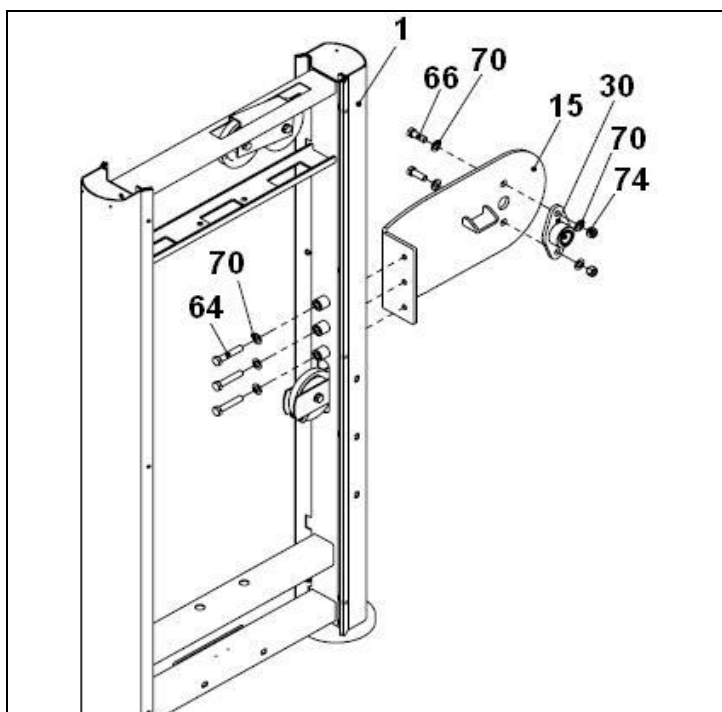
Obr. B

Nº		✓			✓
56	 M-5x12	6	57	 M-10x150	3
58	 M-10x135	2	59	 M-10x80	4
60	 M-10x100	2	61	 M-10x25	2
63	 M-8x35	6	64	 M-12x65	3
65	 M-10x25	6	66	 M-12x35	4
67	 M-10x30	3	68	 M-10x30	6
70	 M-12	11	71	 M-10	36
73	 M-8	6	74	 M-12	4
75	 M-10	13	76	 M-8	1
88	 M-5	6			

MONTÁŽNÍ POKYNY

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

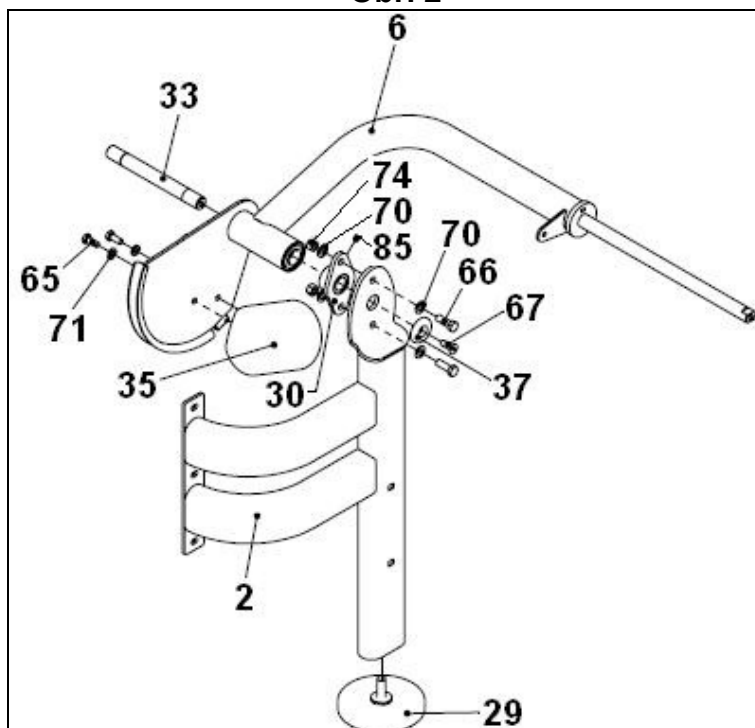
Obr. 1



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

Umístěte držák (15) a zajistěte jej pomocí šroubů (64) a podložek (70). Poté umístěte podpěru ložiska (30) a zajistěte ji šrouby (66), podložkami (70) a maticemi (74).

Obr. 2



Našroubujte vyrovnávací patku (9) na podpěru (29), obr. 2.

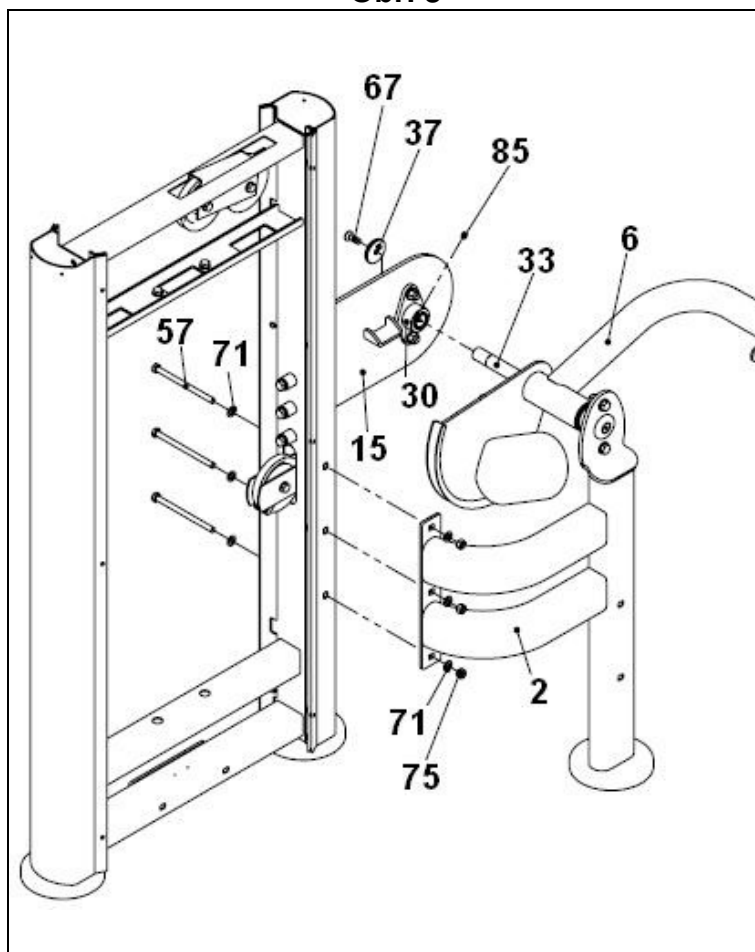
Vložte hřídel (33) do rozpěrky pro podpěru (6), obr. 2.

Umístěte podpěru ložiska (30) a připevněte ji k držáku (2) pomocí šroubů (66) podložek (70) a matic (74).

Poté nasadte druhý konec hřídele do podpěry ložiska (30), nasadte hliníkovou podložku (37) a zajistěte ji k hřídeli (33) pomocí šroubu (67).

Umístěte protizávaží (35), obr. 2, a zajistěte jej šrouby (65) a podložkami (71).

Obr. 3

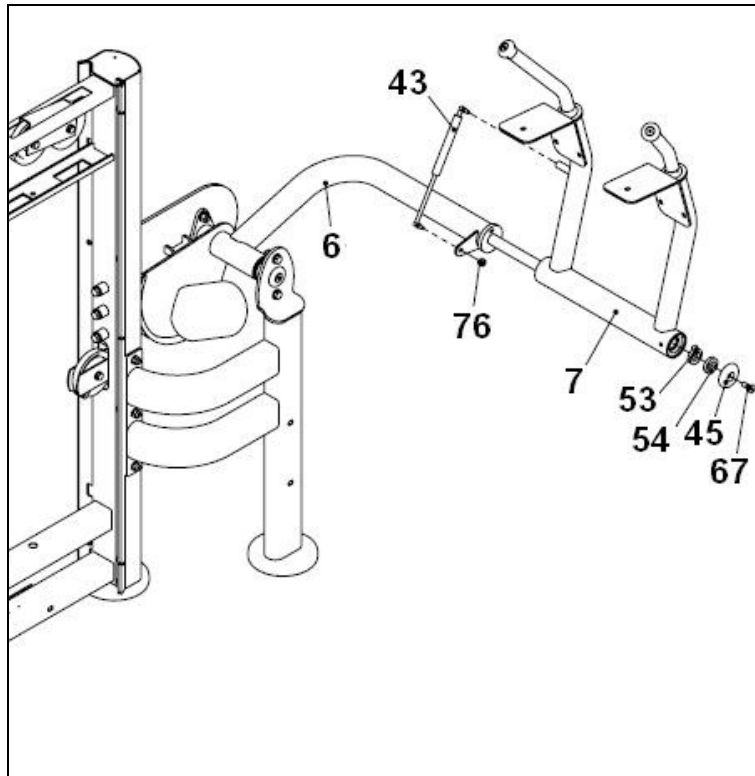


Konec hřídele (33), obr. 3, vložte do podpěry ložiska (30), nasadte hliníkovou podložku (37) na konec hřídele (33) a utáhněte šroubem (67).

Na držák (2) namontujte šrouby (57), podložky (71) a matice (75) a zajistěte je na závaží (1).

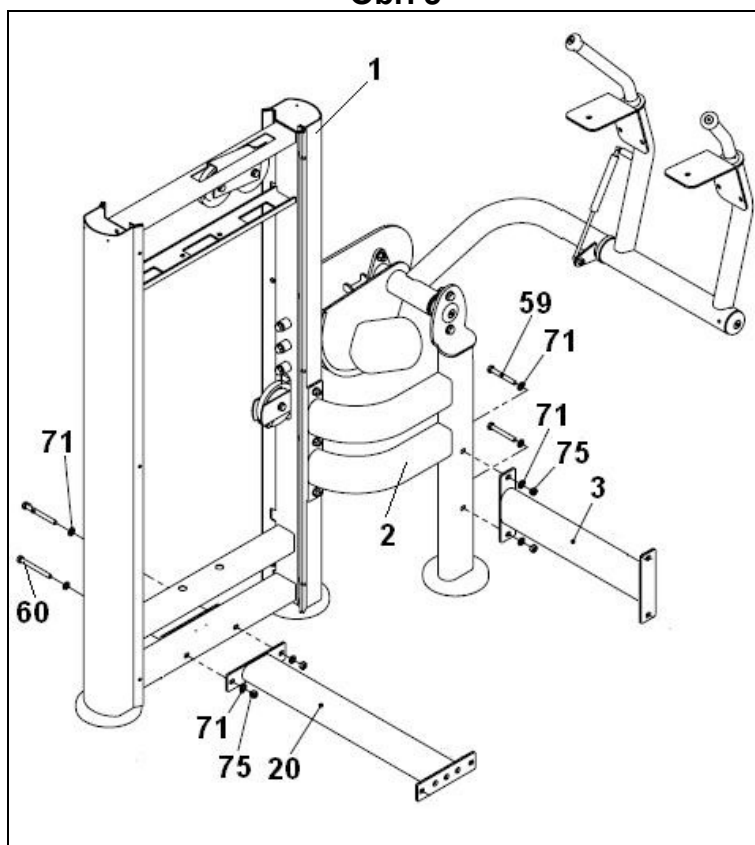
Utáhněte stavěcí šroub (85) pro podpěry ložisek (30).

Obr. 4



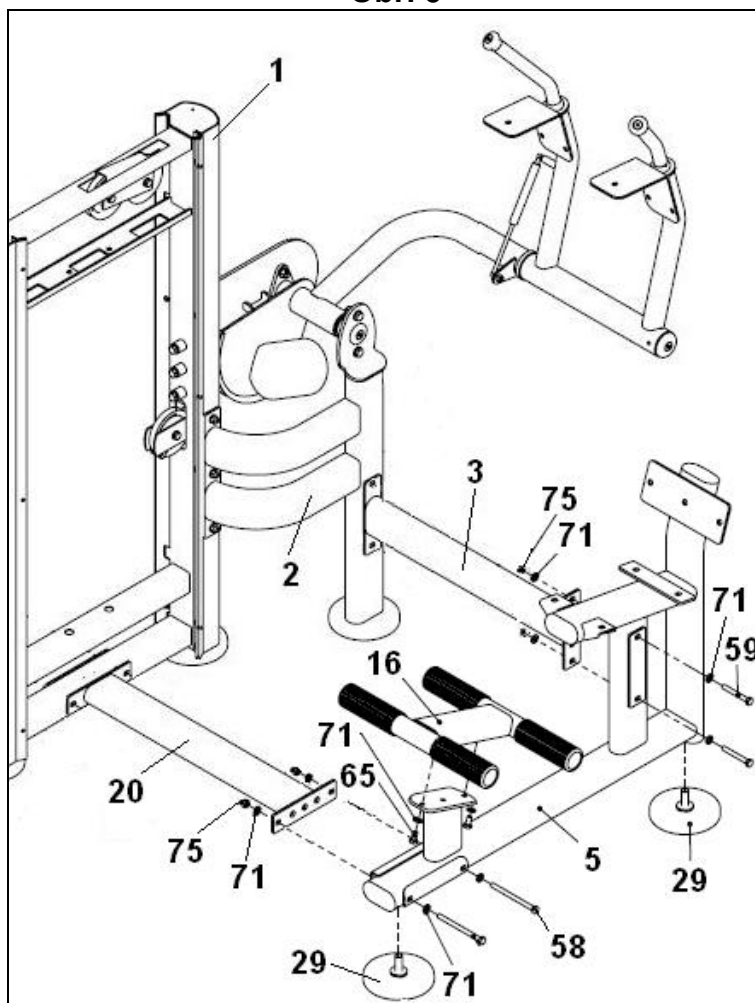
Umístěte ramenní opěrku (7) na hřídel pro podpěru (6), obr. 4. Nasaďte dorazovou podložku (53) a podložku (54), poté hliníkovou podložku (45) a utáhněte ji šroubem (67) na konec hřídele, obr. 4. Nyní namontujte horní konec hydraulického ramene (43), obr. 4, do ramenní opěrky a spodní konec utáhněte maticí (76).

Obr. 5



Umístěte držák (3) obr. 5, a zajistěte jej šrouby (59), podložkami (71) a maticemi (75). Poté umístěte držák (20) a zajistěte jej pomocí šroubů (60), podložek (71) a matic (75).

Obr. 6

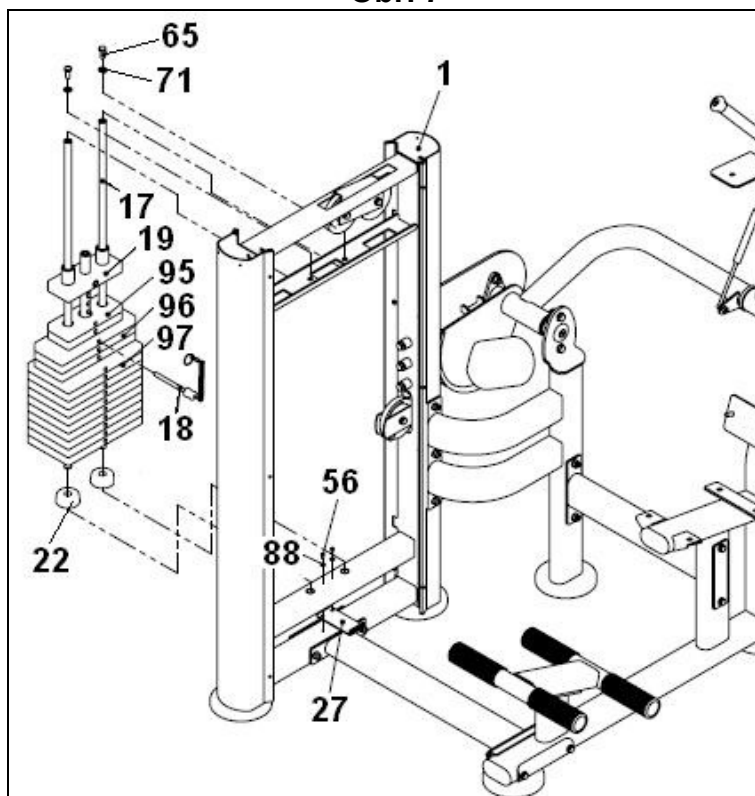


Vyrovňovací patky (29) našroubujte na podpěru (5), obr. 6.

Poté umístěte držák (5) a zajistěte jej k podpěrám (3) a (20), obr. 6, pomocí šroubů (58 a 59), podložek (71) a matic (75).

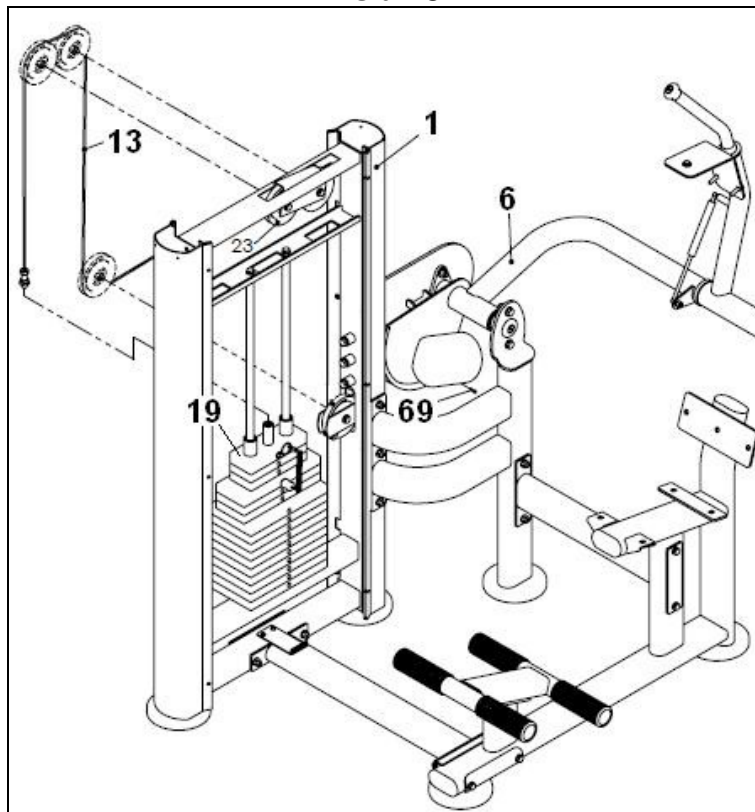
Umístěte držák (16), obr. 6, a zajistěte jej šrouby (65) a podložkami (71).

Obr. 7



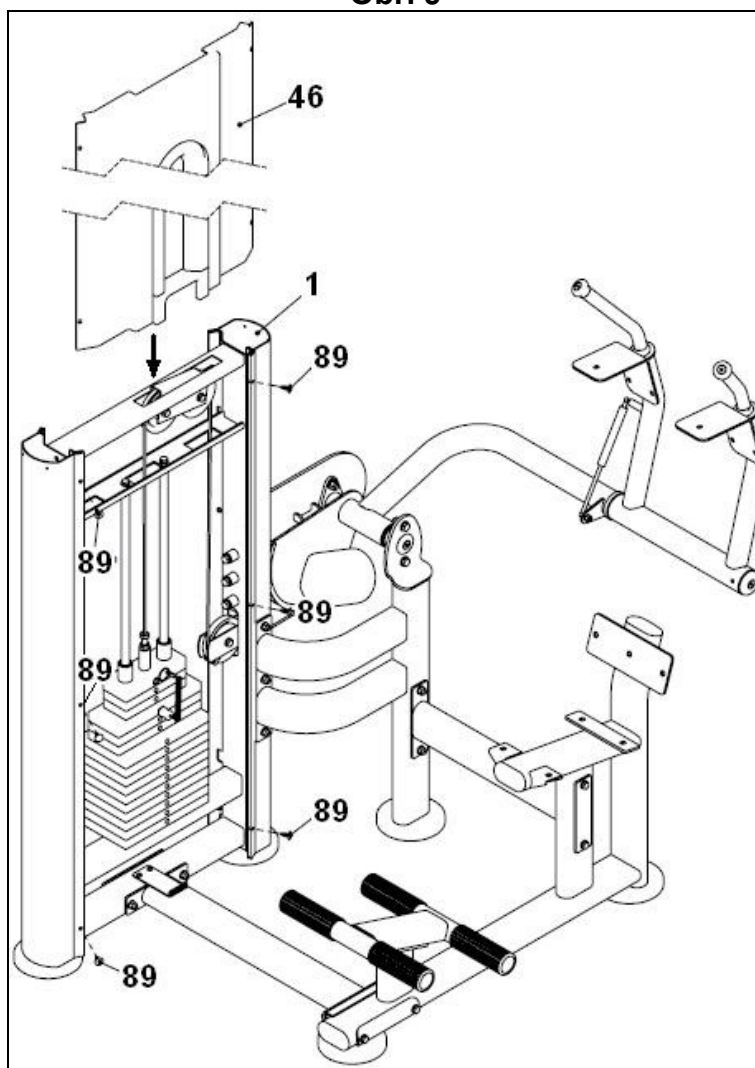
Přídržnou desku předního krytu (27) umístěte a utáhněte pomocí šroubu (56) a ploché podložky (88), obr. 7. Zarážku závaží (22) umístěte na závaží (1), obr. 7, a vložte vodící tyče závaží (17). Dále namontujte závaží (97), (96), (95), těžší závaží vždy dole, nakonec vodící závaží nasadte pomocí volící lišty (19). Horní část vodících tyčí utáhněte pomocí podložek (71) a šroubů (65). Kroužek voliče hmotnosti (18) nasadte na středový výstupek na vodícím závaží (19).

Obr. 8



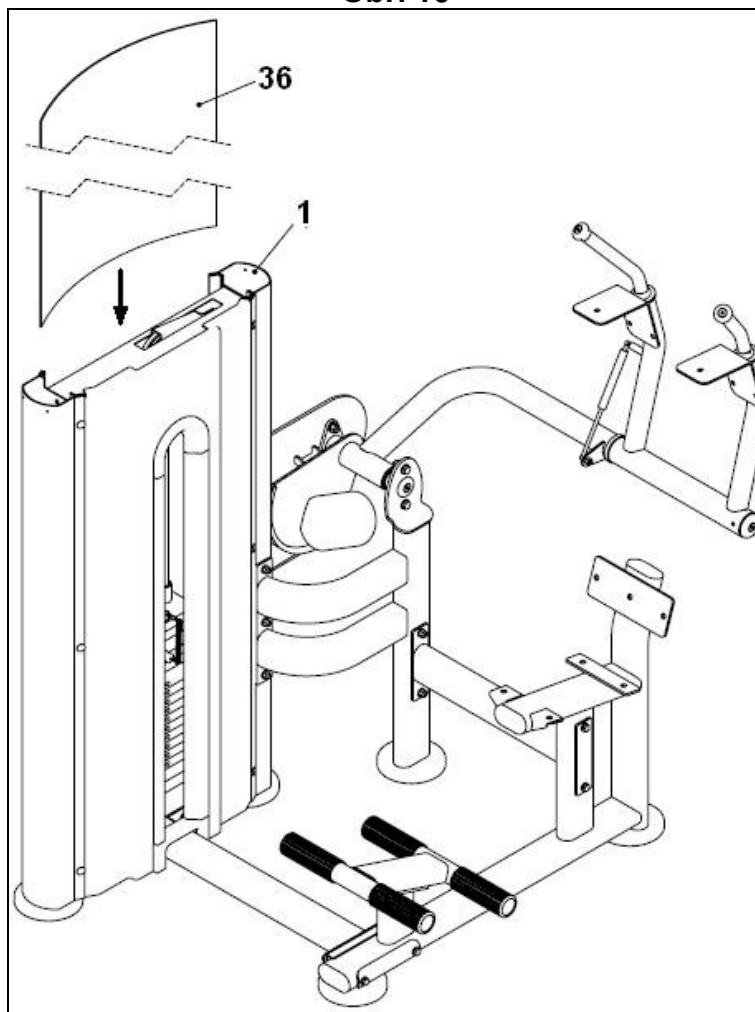
Konec kabelu (13) našroubujte na vodící závaží (19), obr. 8. Poté vezměte druhý konec kabelu (13) a protáhněte jej přes horní kladky a spodní kladkou dle obr. 8 a zajistěte tento konec kabelu (13) na vačce (6) pomocí šroubu (69).

Obr. 9



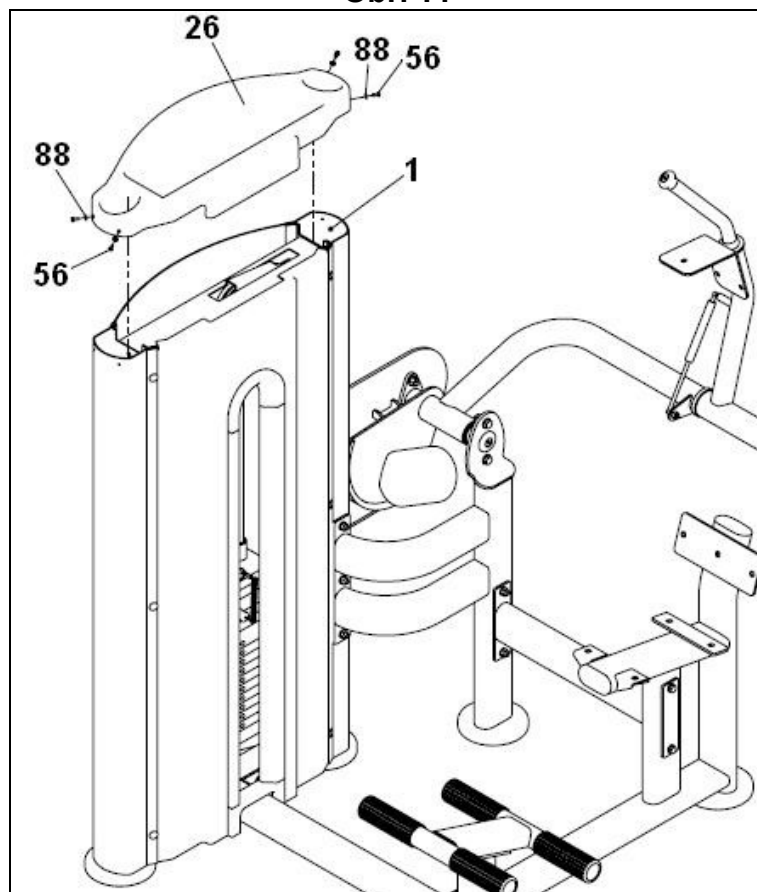
Přední kryt (46) nasadíte shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 9. Nasadíte vložky (89) na obě strany sady závaží.

Obr. 10



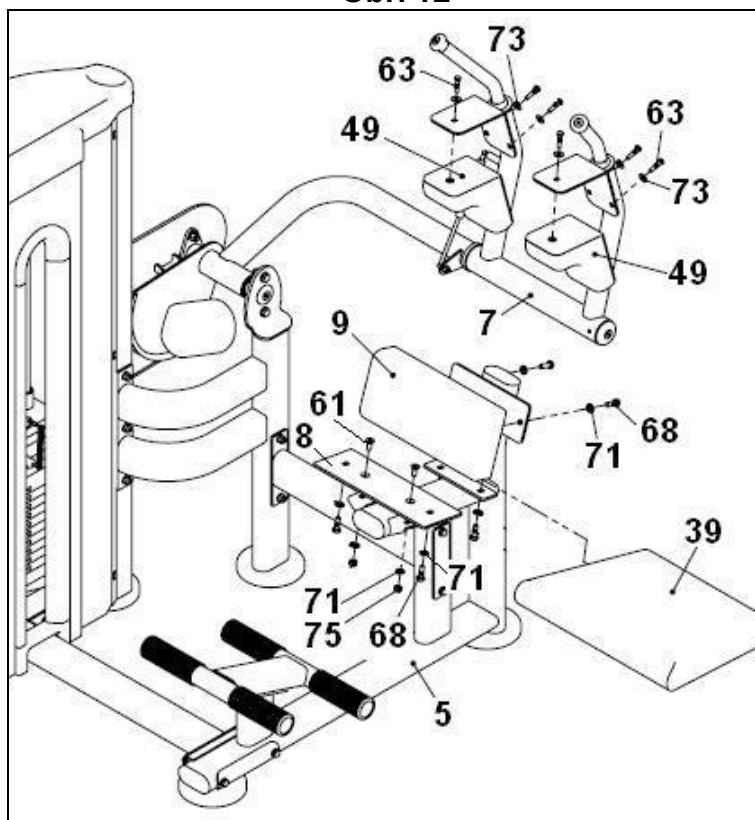
Zadní kryt (36) namontujte na sadu závaží (1), obr.10, shora ve směru šipky.

Obr. 11



Namontujte horní kryt (26) shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 11. Namontujte podložky (88) a šrouby (56).

Obr. 12



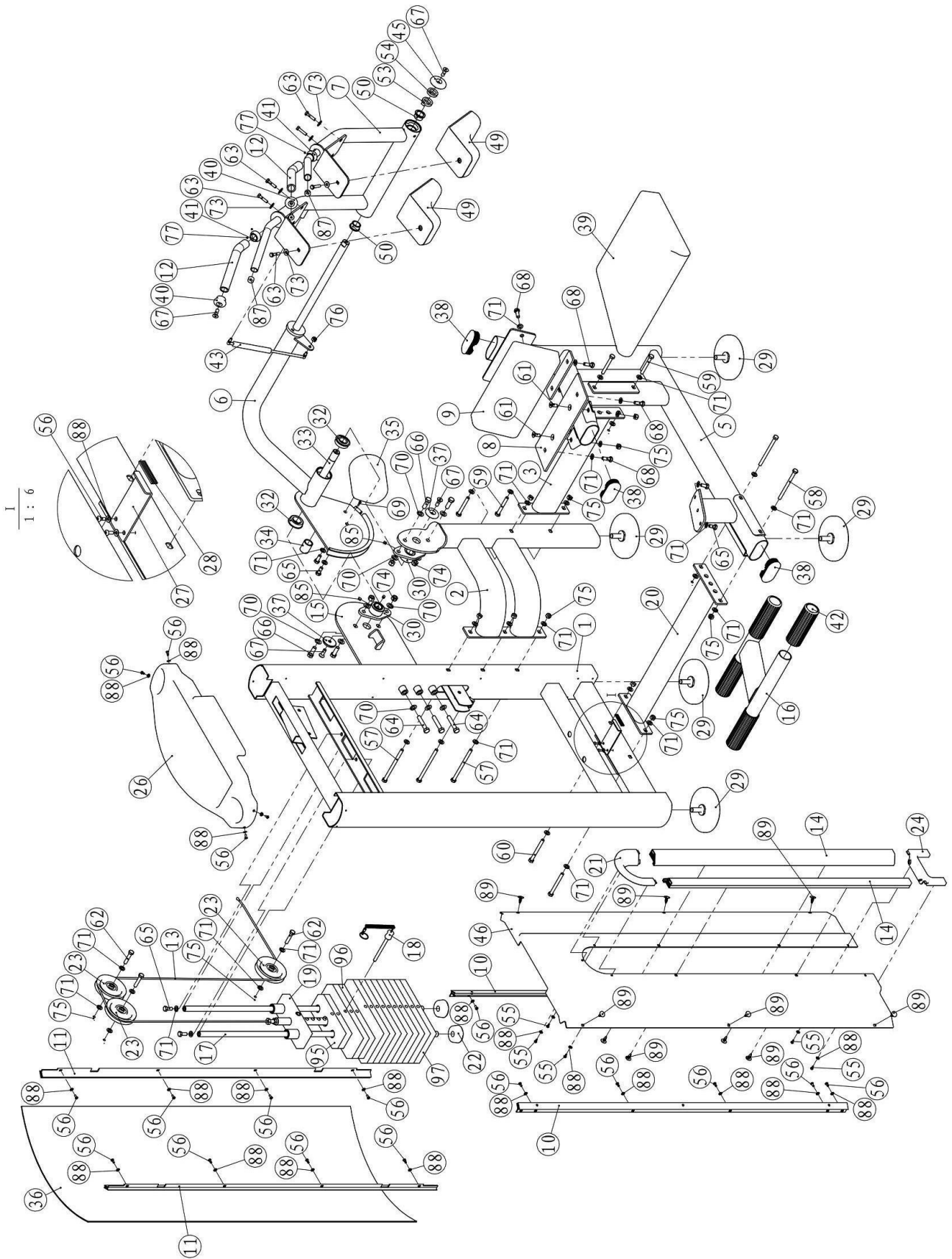
Nejprve pomocí šroubů (61), podložek (71) a matic (75) přišroubujte přídržnou desku (8) na podpěru (2) a utáhněte, obr. 12.

Poté umístěte sedlo (39) na přídržnou desku (8) a utáhněte jej šrouby (68) a podložkami (71), obr. 12. Umístěte opěradlo (9) na podpěru (2), obr. 12, zajistěte jej šrouby (68) a podložkami (71).

Namontujte ramenní tlačné podložky (49) na podpěru (7), zajistěte je šrouby (63) a podložkami (73), obr. 12.

VELMI DŮLEŽITÉ:

Po dokončení montáže trenážeru zkontrolujte, zda jsou namontovány všechny šrouby 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