



Rebriny WallBars

Návod k obsluze

**Model:**

WallBars

Rozmery:

Šírka: 80 cm / 31,5"

Výška: 230 cm / 90,5"

Hĺbka: 13 cm / 5"

Hmotnosť 10 priečok: 19 kg / 42 liber

Hmotnosť 14 priečok: 21 kg / 46 liber

Materiály:

Drevo, plast, kov.

Dodávka:

Zásielka obsahuje 1 balík.

Využitie:

Sila akoordinácia

Dôležité:

Rebriny sú bezpečné iba pri správnej montáži na pevnú kamennú, betónovú alebo drevenú stenu.

Drevo je prírodný materiál, ktorý sa môže počas používania opotrebovať a vydávať zvuky, môže spôsobiť zadretie triesky. Ďalej môže vykazovať nepravidelnosti vo vzore, farbe a tvare, čo nie sú dôvody na reklamáciu. Drevo môže reagovať na vonkajšie vplyvy, a preto je neustále v pohybe. Je nutné pravidelne a pred použitím výrobku kontrolovať všetky časti. Pri montáži jednotky sa odporúča pracovať vo dvojici. Uistite sa, že máte dostatok miesta na zostavenie produktu. Odporúčame uschovať obalový materiál, pokiaľ nebude jednotka úplne zostavená a vyskúšaná.

VAROVANIE:

Výrobok nie je vhodný pre deti do 36 mesiacov, pretože obsahuje malé časti, ktoré je možné prehltnúť. Deti môžu tento výrobok používať iba pod dohľadom dospelaj osoby. Montáž a pripevnenie rebrín na stenu musí vykonávať dospelá osoba. Max. hmotnosť užívateľa je 120 kg / 265 libier.



Bezpečnostné pokyny:

Prečítajte si prosím pozorne nasledujúce bezpečnostné pokyny pre správne používanie, manipuláciu a údržbu rebrín. Uschovajte si tento návod na prípadné budúce využitie. Pri starostlivom dodržiavaní týchto pokynov bude pri používaní vaše zariadenie v bezpečí.

1. Rebriny sú určené iba pre dospelých. Slúžia na zlepšenie fyzickej kondície a mali by byť používané iba na tento účel.

2. Poškodené diely môžu ovplyvniť vašu bezpečnosť aj bezpečnosť rebrín. Nemali by ste ich používať, ak je jeden alebo niekoľko originálnych dielov poškodených, opotrebovaných alebo nie sú plne funkčné. Pri výmene používajte iba originálne diely.

3. Nesprávne opravy alebo neoriginálne náhradné diely môžu viesť k poškodeniu a použitie rebrín nemusí byť bezpečné. V tomto prípade výrobca nenesie žiadnu zodpovednosť.

4. Manipulácia alebo zmeny oproti pôvodnej konštrukcii rebrín môžu viesť k poškodeniu a/alebo zraneniu osôb. Akékoľvek zmeny by mali vykonávať iba odborní pracovníci výrobcu.

5. Drevo je prírodný materiál. Upevňovacie skrutky zanechávajú na dreve stopy. Kvôli mäkkosti dreva treba skrutky pravidelne (minimálne každé dva mesiace) doťahovať. Používajte nástroje, ktoré ste dostali so zakúpením trénažera.

6. Všetky osoby, ktoré rebriny používajú, najmä deti, musia byť pred použitím informované a upozornené na tieto bezpečnostné opatrenia. Deti by nikdy nemali používať zariadenie bez dohľadu dospelého človeka.

7. Než začnete rebriny používať, uistite sa, že ste v dobrej fyzickej kondícii a ste zdraví. Poradte sa so svojím lekárom. Nesprávne používanie a nadmerné cvičenie môže viesť k poškodeniu zdravia.



Manipulačné pokyny:

Prečítajte si prosím pozorne tieto pokyny. Nasledujúce informácie vám pomôžu rebriny správne používať.

1. Rebriny začnite používať až po kompletnom zostavení a úplnom prečítaní bezpečnostných pokynov.

2. Zoznámte sa so všetkými rôznymi možnosťami nastavenia rebrín. Nastavte ich podľa vašich požiadaviek a vašej zdatnosti.

3. Pred použitím rebrín skontrolujte, či sú všetky prvky upevnené a utiahnuté.

4. Zariadenie skladujte na suchom mieste. Vlhkosť môže spôsobiť koróziu kovových častí.

5. Po každom cvičení je nutné rebriny očistiť vlhkou handričkou. Nepoužívajte chemikálie, pretože môžu poškodiť povrch materiálu.

6. Deti nesmú rebriny používať bez dozoru dospelšej osoby. Počas cvičenia dbajte na to, aby vás nikto iný (najmä deti) nerušil a nesiahal do pohyblivých častí.

7. Na cvičenie odporúčame nosiť vhodné tréningové oblečenie a tréningovú obuv.

8. Na údržbu drevených častí zariadenia odporúčame použiť našu údržbovú sadu.



Montážny návod:

Adresa zákaznického servisu:

Starostlivo rebriny vybaľte a skontrolujte, či nedošlo k poškodeniu pri preprave. Obalový materiál si uschovajte, kým zariadenie úplne nezostavíte a nevediete ho do prevádzky.

WaterRower GmbH
Otto-Hahn-Straße 75
48529 Nordhorn Germany

Phone +49 59 21 - 17 98 400

info@nohrd.de
www.nohrd.com

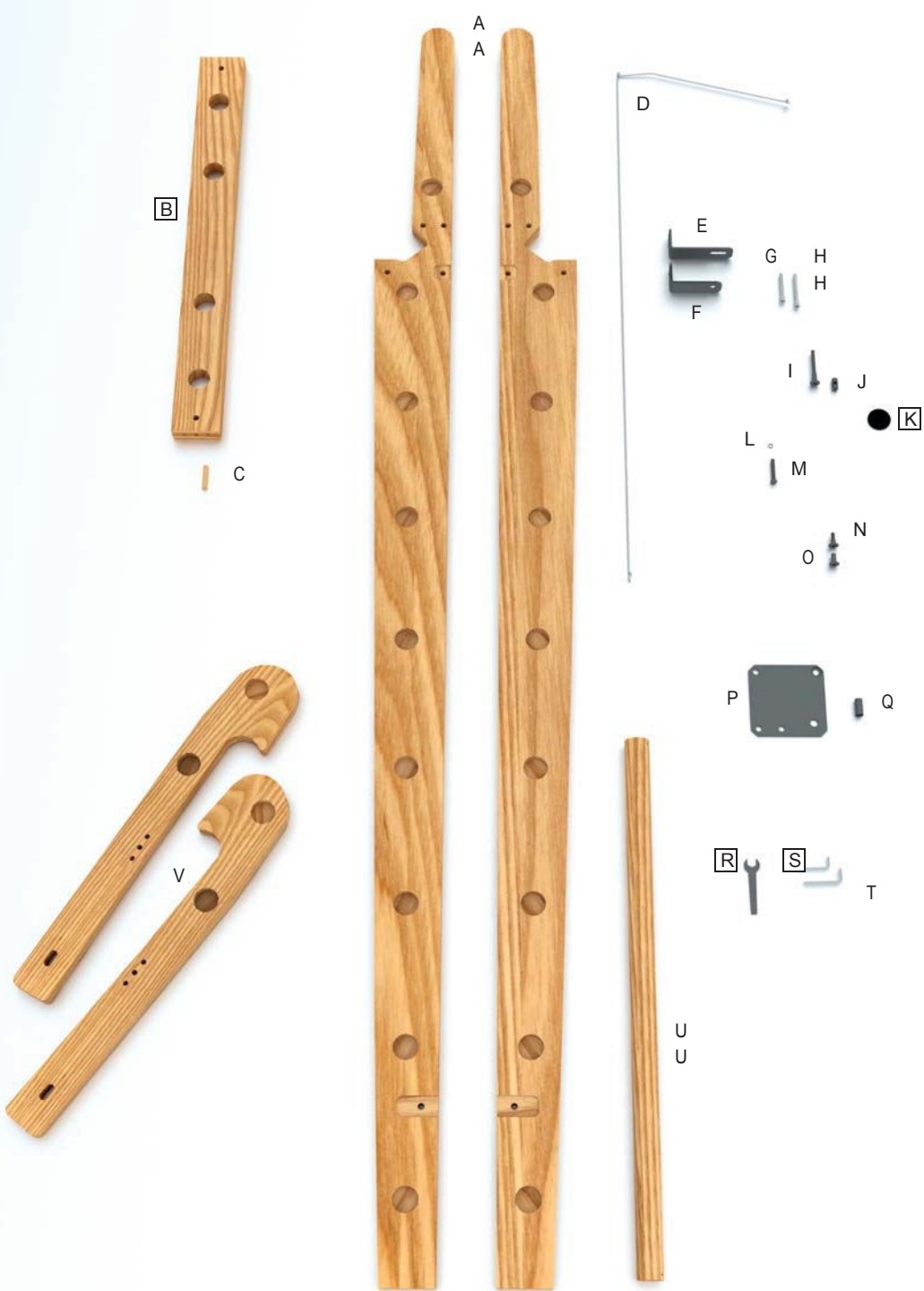
Skontrolujte podľa zoznamu dielov, aby žiadny diel nechýbal. Pokiaľ nájdete poškodené diely alebo ak nejaký chýba, kontaktujte svojho miestneho predajcu.

Uistite sa, že máte na montáž dostatok miesta. Montáž by mala vykonávať aspoň jedna dospelá osoba, optimálna je pomoc ďalšej osoby.

Rebriny zostavte presne podľa krokov v návode. Prečítajte si a pozorne dodržujte upozornenia.

Po dokončení montáže skontrolujte upevnenie všetkých dielov.

Zariadenie vyžadujúce upevnenie na stenu je možné namontovať iba na steny z masívneho kameňa alebo masívneho dreva. Steny z preglejky alebo sadrokartónu nie sú vhodné.

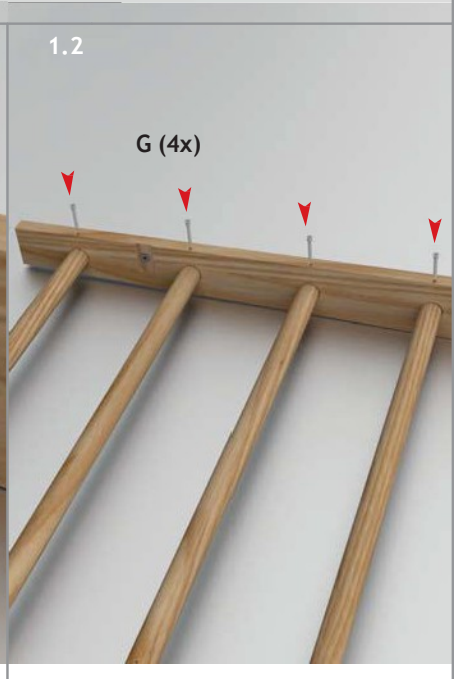
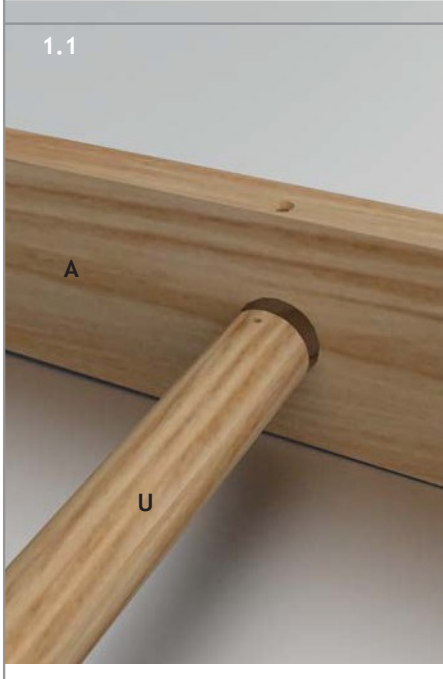
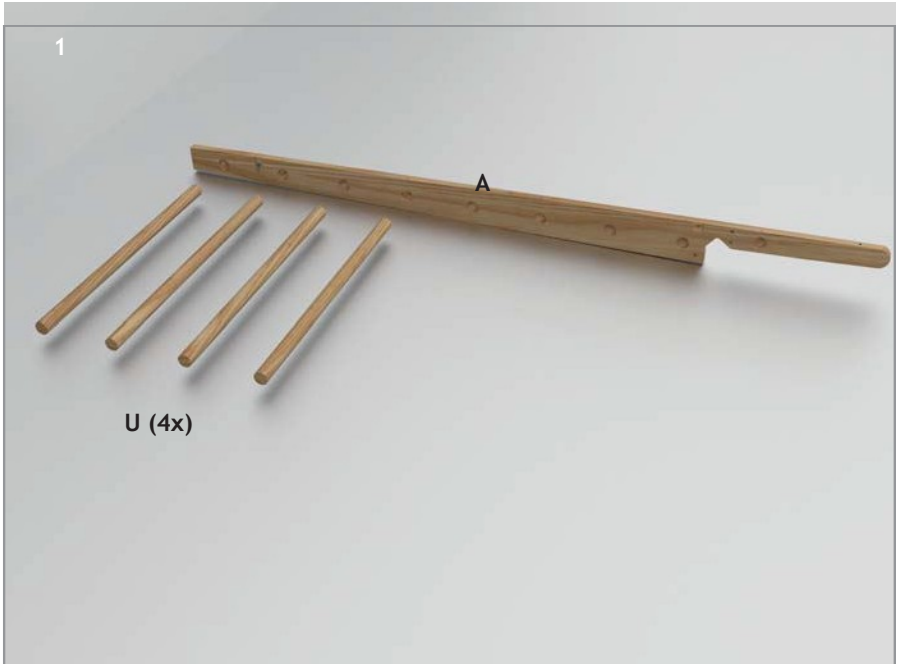




Zoznam dielov

Líšia sa od zobrazených kusov vľavo pre rebriny WallBars so 14 priečkami.

Pos.	Diely	Množstvo
A	Bočná doska	2
A	Bočná doska 14	2
B	Priečny nosník pre výklopnú tyč	1
C	Kolík nosníka	4
D	Bezpečnostná šnúra	2
E	Dlhý nástenný držiak	2
F	Krátky nástenný držiak	2
G	Skrutka 50 mm	10
H	Skrutka 70 mm	10
H	Skrutka 70 mm pre rebriny so 14 priečkami	18
I	Skrutka 60 mm	2
J	Křížová hmoždinka	2
K	Plastová krytka	2
L	Podložka	4
M	Skrutkové kotvy	4
N	Skrutka s valcovou hlavou	10
O	Gulatá matica	10
P	Kovová dosička	2
Q	Kovová trubka	2
R	Čelust'ový kľúč 13 mm	1
S	Imbusový kľúč č. 5	2
T	Imbusový kľúč č. 4	1
U	Priečka pre rebriny s 10 priečkami	10
U	Priečka pre rebriny s 14 priečkami	14
V	Výklopné rameno (pravé/ľavé)	2





1. krok

Bočnú dosku (A) položte zadnou stranou hore na podlahu a vložte do nej 4 drevené priečky (U).

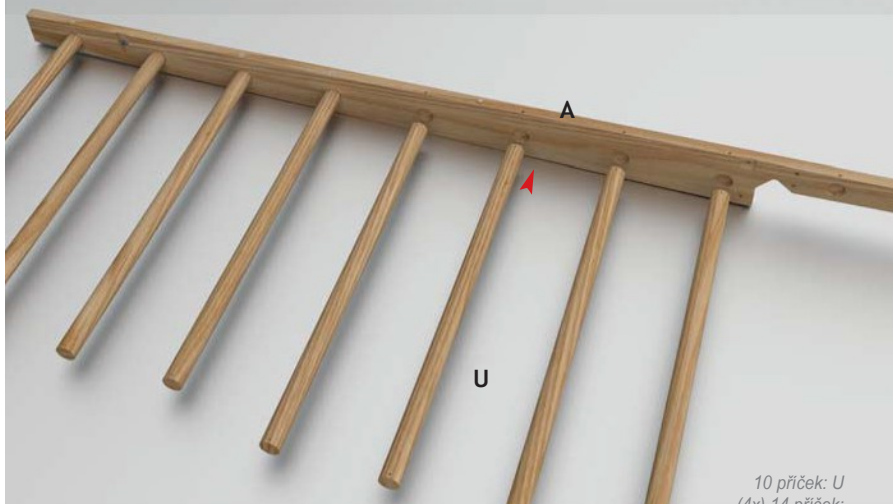
Uistite sa, že otvory na priečkach smerujú nahor.

Drevené priečky (U) utiahnite imbusovým kľúčom, použite 4 krátke skrutky (G).

POZOR:

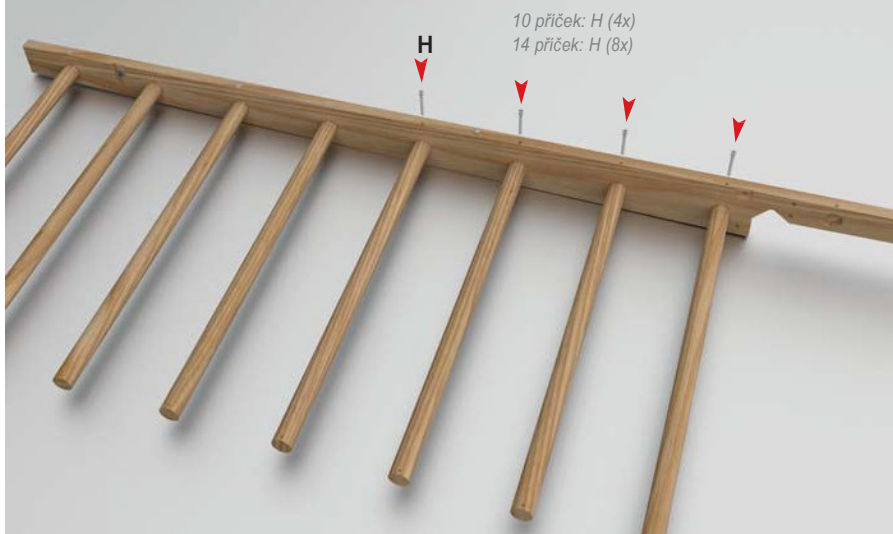
Uistite sa, že používate krátke skrutky (G). Nezamieňajte prosím s dlhými skrutkami (H)!

2



10 příček: U
(4x) 14 příček:
U (8x)

2.1



10 příček: H (4x)
14 příček: H (8x)



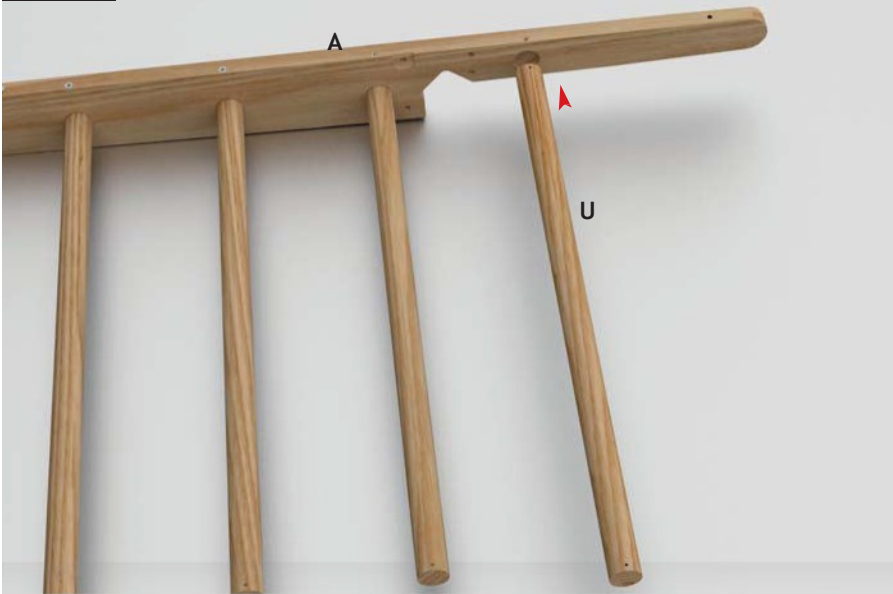
2. krok

Do bočnej dosky (A) vložte ďalšie priečky (U).

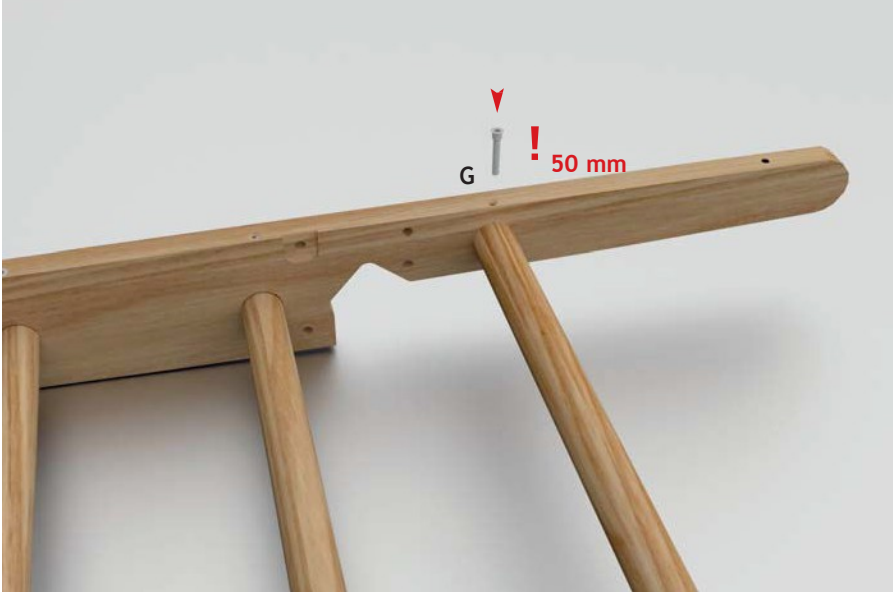
Použite 4 priečky pre žebriny s 10 priečkami a 8 priečok pre žebriny so 14 priečkami.

Na upevnenie priečok k bočným doskám použite dlhé skrutky (H).

3



3.1

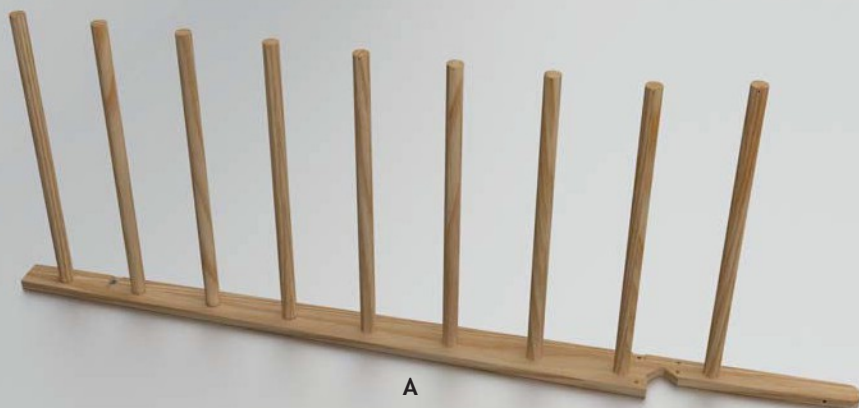




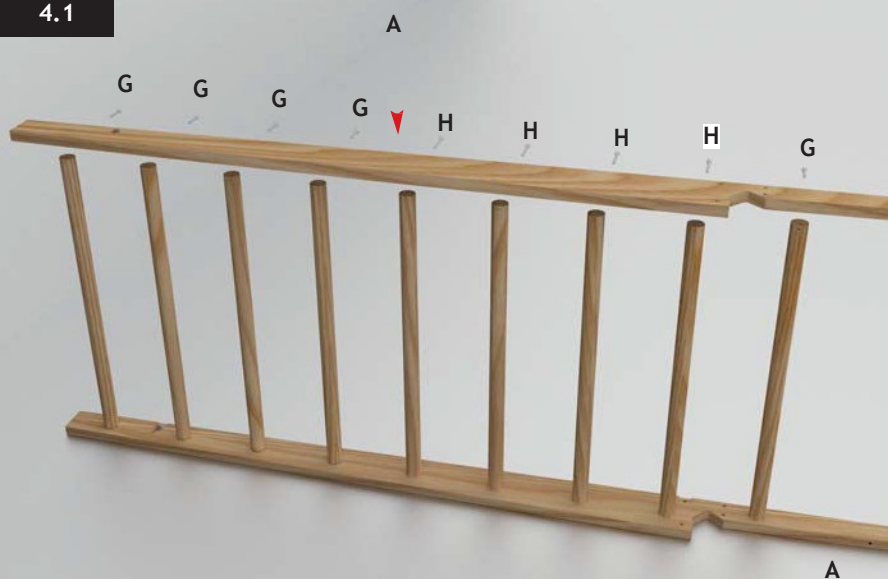
3. krok

Teraz vložte poslednú priečku (U) do bočnej dosky (A).
Túto priečku pripevnite krátkou skrútkou (G).

4



4.1



10 přiček: G
(5x) 14 přiček: G
(5x)

10 přiček: H (4x)
14 přiček: H (8x)

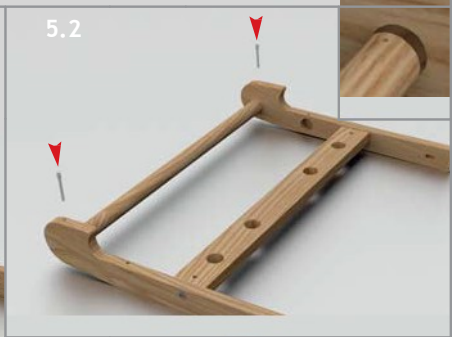
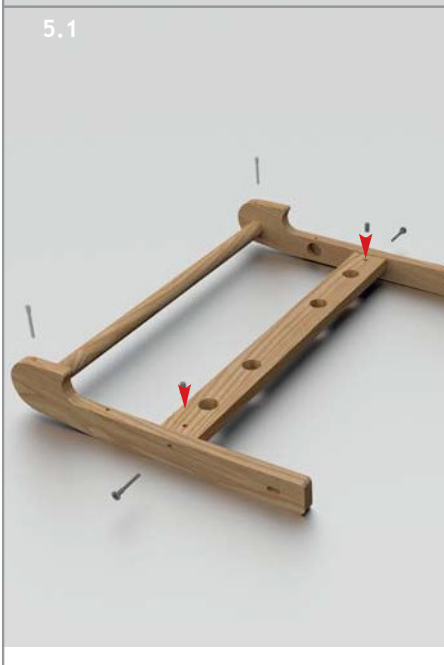
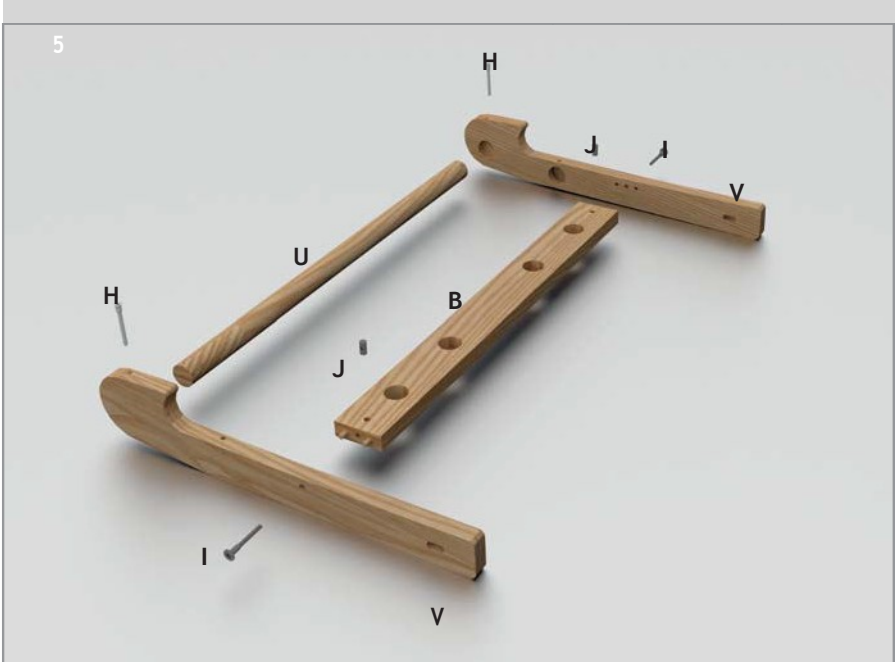


4. krok

Postavte rebriny na bok.

Druhú bočnú dosku (A) vložte do hmoždínek. Utiahnite priečky pomocou skrutiek (G) a (H).

POZOR: Prvé 4 priečky a posledná priečka musia byť upevnené krátkymi skrutkami (G).





5. krok

Výklopnú tyč zostavte podľa obrázkov.

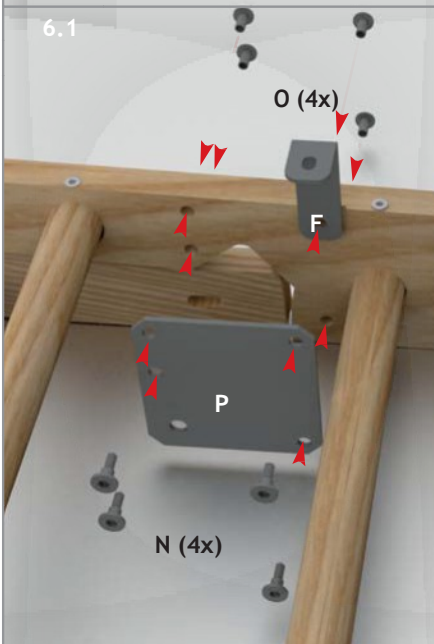
Křížové hmoždinky (J) vložte do otvorov v drevenom priečnom nosníku (B), pokiaľ počas prepravy vypadli. Teraz pripevnite nosník k ramenám výklopnej tyče (V) pomocou skrutiek (I).

Poslednú drevenú priečku (U) pripevnite pomocou dlhých skrutiek (H).

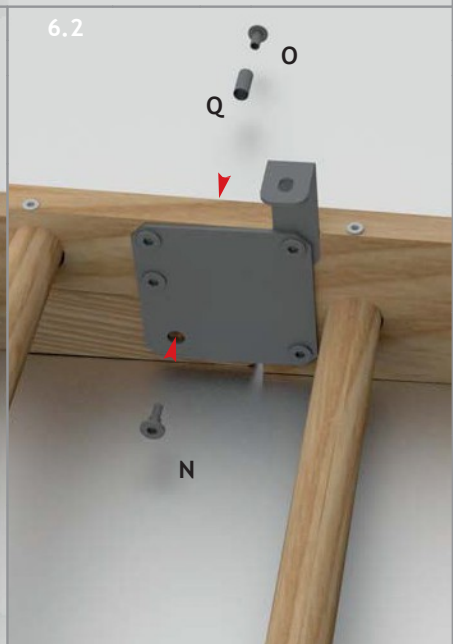
6



6.1



6.2





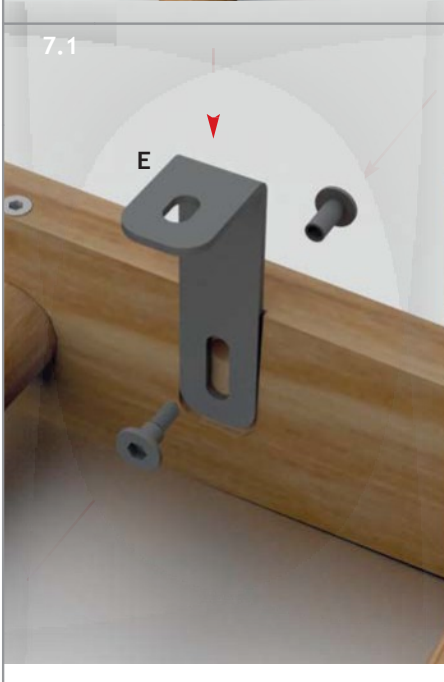
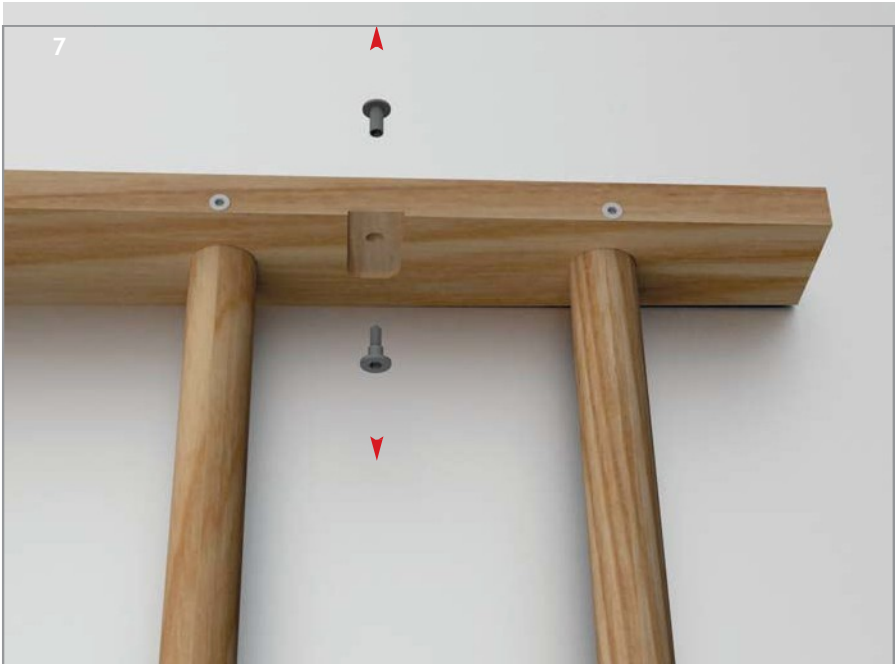
6. krok

Zostavenú výklopnú tyč umiestnite pod bočné dosky.

Kovovú doštičku (P) a krátky nástenný držiak (F) pripevnite k bočnej doske (A) pomocou 4 skrutiek s valcovou hlavou (N) a 4 okrúhlych matic (O). Použite druhý imbusový kľúč (S) a skrutky pevne utiahnite.

Poznámka: Po dokončení montáže a upevnení na stenu opatrne zatiahnite za výklopnú tyč, kým sa úplne neotvorí a utiahnite ju skrutkami.

Zostavenú výklopnú tyč najprv pripevnite vložením malej kovovej rúrky (Q) a potom ju utiahnite 1 skrutkou s valcovou hlavou (N) a 1 guľatou maticou (O).





7. krok

Najskôr odskrutkujte dve skrutky s valcovou hlavou a okrúhle matice.

Dlhý nástenný držiak (E) nasadíte na miesto a utiahnite ho 2 skrutkami s valcovou hlavou a okrúhlymi maticami, ktoré ste odskrutkovali v 7. kroku.

8



8.1

4 x (2 x nahoře, 2 x dole)

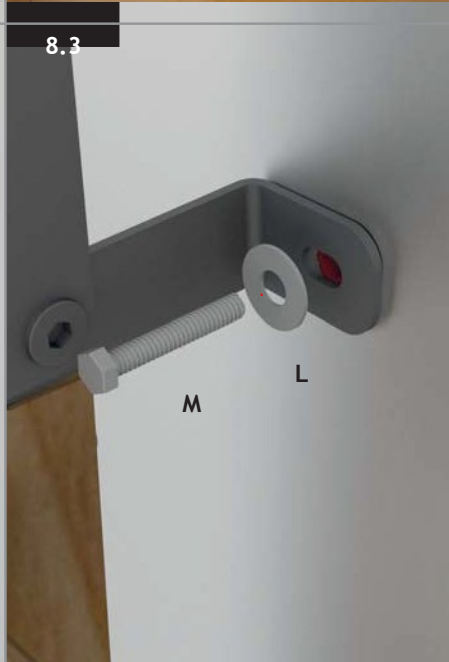


8.2

vyvrtaný otvor 10 mm



8.3



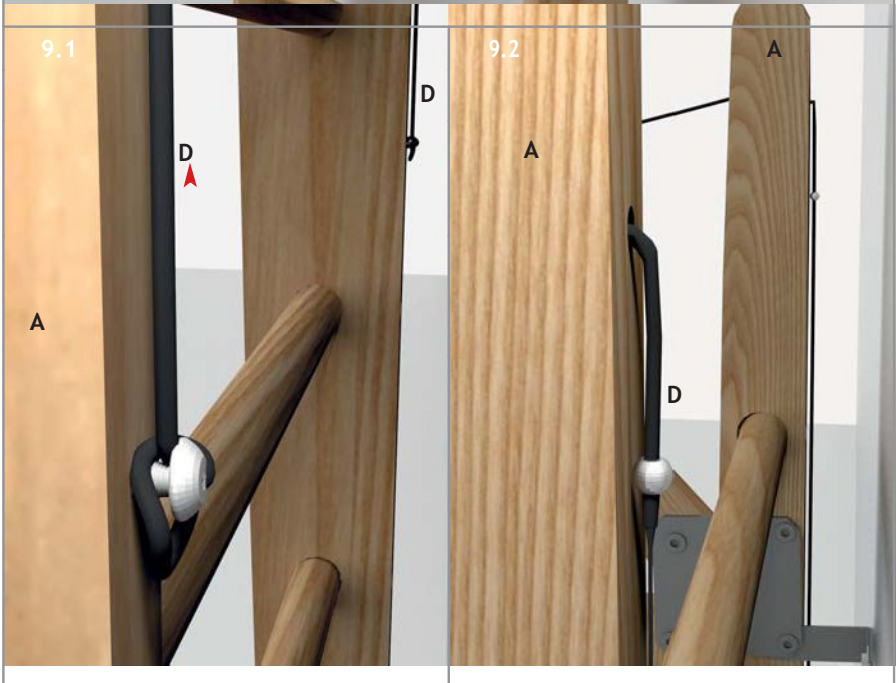


8. krok

Rebriny namontujte na pevnú kamennú/betónovú alebo masívnu drevenú stenu.

POZOR: Rebriny nepripevňujte na ľahkú preglejkovú alebo sadrokartónovú stenu. Výrobca nenesie zodpovednosť za nesprávne namontované rebriny.

Rebriny pridržite pri stene a označte polohu vyvítaných otvorov. Otvory vyvrtajte vrtákom s priemerom 10 mm. Vložte skrutkové kotvy. Rebriny k stene pripevnite skrutkami (M) a podložkami (L). Dôkladne utiahnite skrutky a znovu skontrolujte, či sú rebriny pevne pripevnené k stene.





9. krok

Zostavenú výklopnú tyč sklopte miernym nadvihnutím.

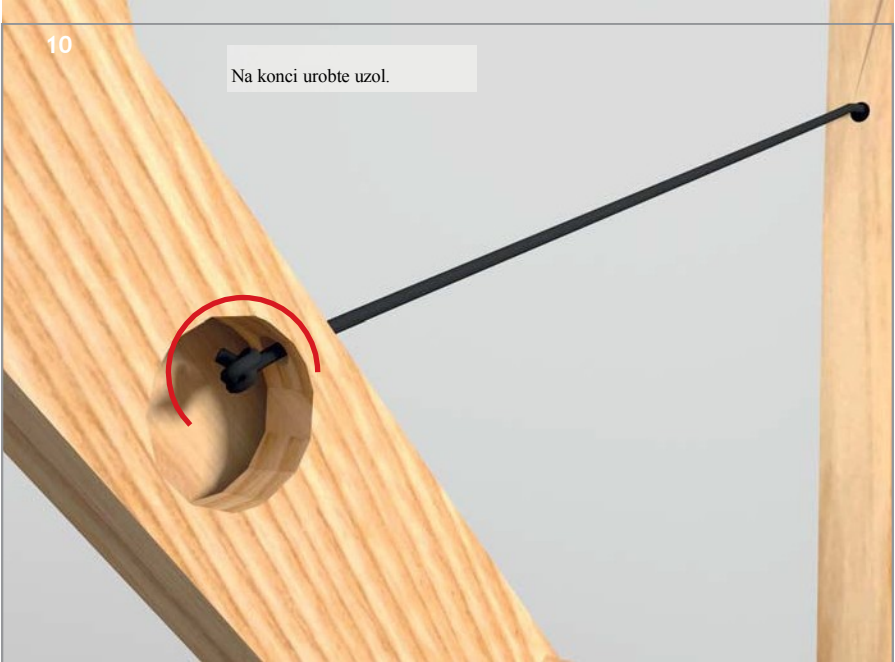
Slučku na konci šnúry pripevnite k skrutke na zadnej strane bočnej dosky (A). Šnúru pretiahnite otvorom v bočnej doske (A).

POZOR: Hornú priečku výklopnej tyče používajte iba v otvorenej polohe. Nebezpečenstvo poranenia pri zavesení na zatvorenú výklopnú tyč!

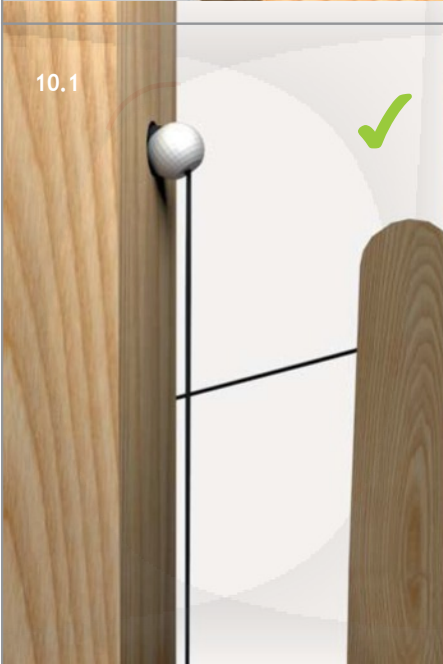
Poznámka: Skladací držiak na upevnenie tyče je možné zakúpiť online na adrese www.nohrd.com, takže môžete byť zavesení na hornej priečke, aj keď je výklopná tyč zatvorená.

10

Na konci urobte uzol.



10.1



10.2

Šnúra musí byť napnutá.





10. krok

Bezpečnostnú šnúru prevlečte otvorom v ramene výklopnej tyče (V) a na konci urobte pevný uzol.

Uistite sa, že zarážka na zadnej strane bezpečnostnej šnúry tesne prilieha k drevenej bočnej doske (A). Ak to chcete skontrolovať, otvorte zostavenú výklopnú tyč. Uistite sa, že je bezpečnostná šnúra napnutá a zarážka na zadnej strane drevenej bočnej dosky (A) tesne prilieha k otvoru v drevenej bočnej doske (viď obrázok).

Použite plastový kryt na zakrytie otvorov na strane ramena výklopnej tyče (V).

Príslušenstvo k rebrinám WallBars

Objednávajte online. Ceny nájdete v internetovom obchod
www.nohrd.com



Multi-adaptér

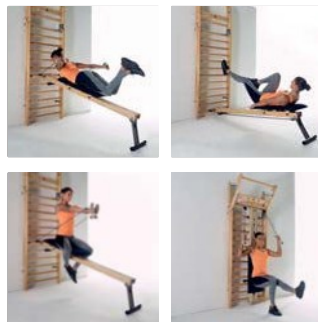
Lavice na
cvičení

Nástavec na rebriny 21,5 cm



Skládaci držák

Kombinovaný trénažér





Dovozca a distribútor pre
Českú a Slovenskú republiku

Fitham spol. s r.o.

Kubelíkova 679/80

460 08 Liberec 8

IČ: 27338053

DIČ:CZ27338053