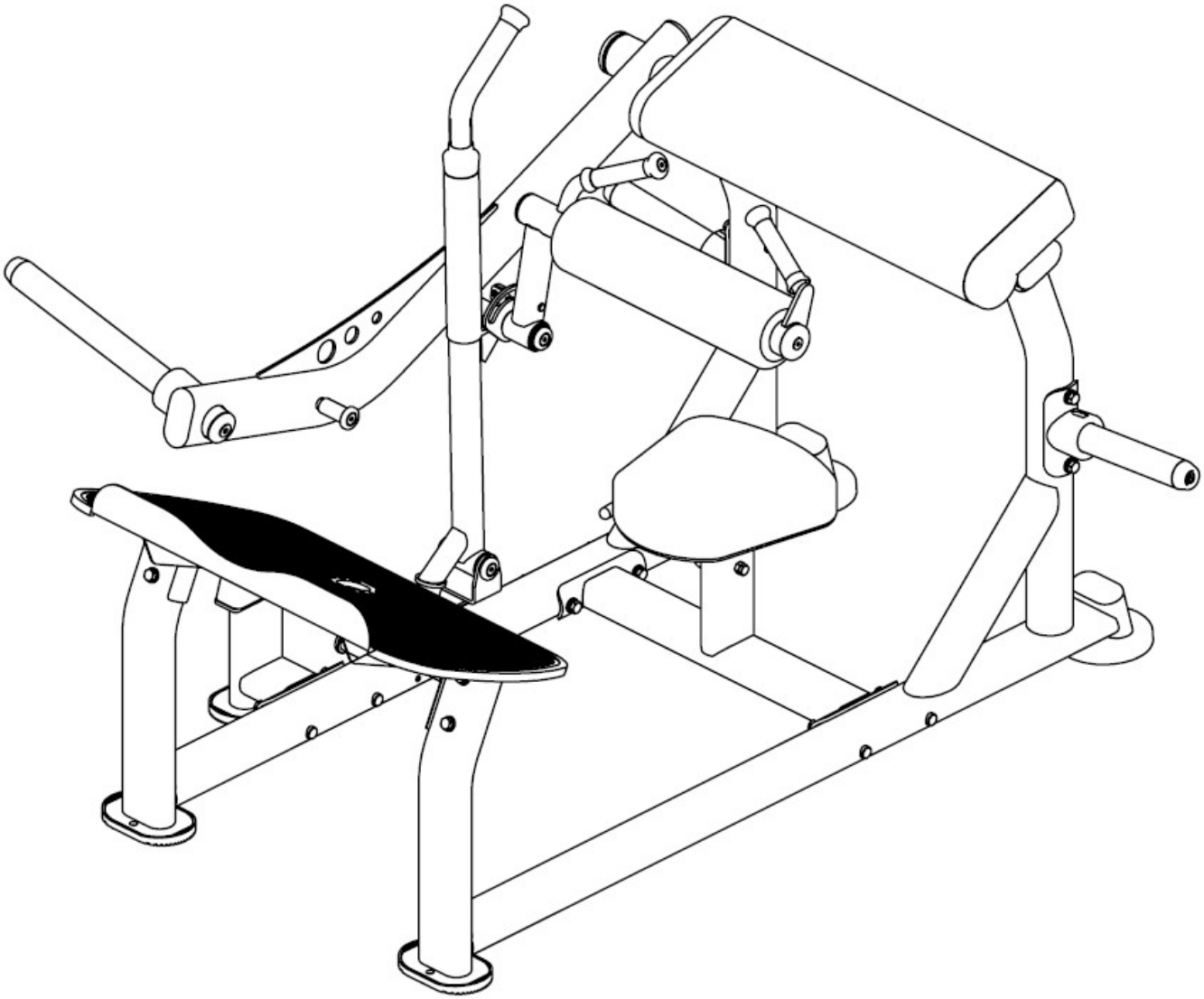
PL340



Návod k obsluze
Posilovací stroj BH FITNESS PL340 HIP THRUST
CZ

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Před montáží a používáním trenažéru si prosím pečlivě přečtěte 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 1 metru volného prostoru.

■ Zařízení je navrženo v souladu s nejnovějšími bezpečnostními normami.

■Toto zařízení vyhovuje normě EN 20957. 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.

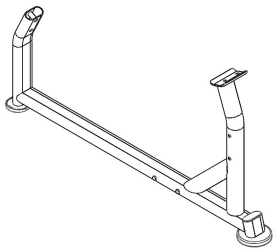
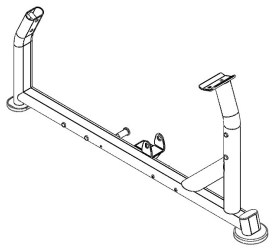
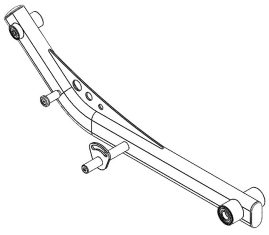
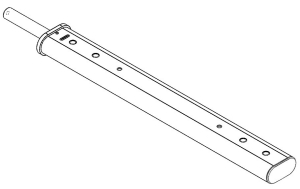
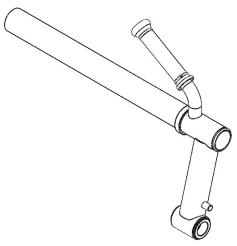
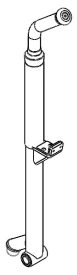
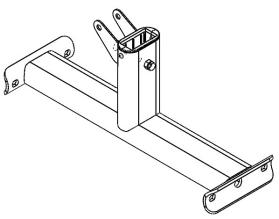
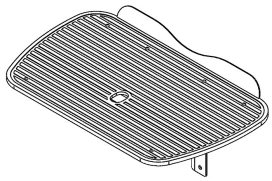
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

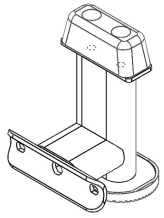
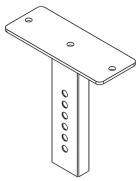
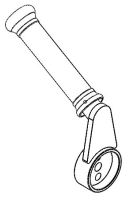
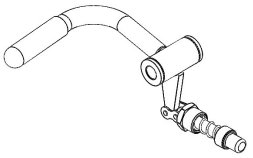
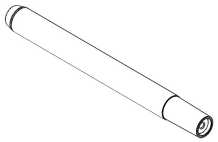
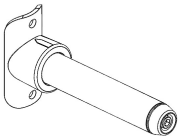
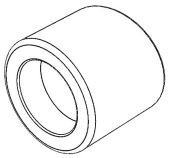
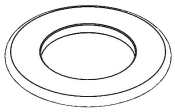
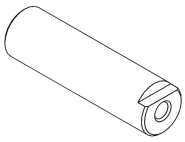
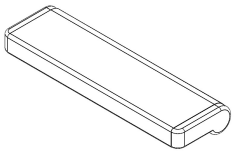
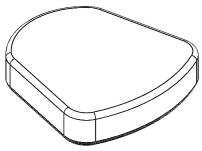
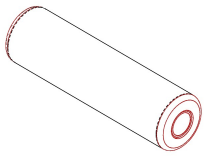
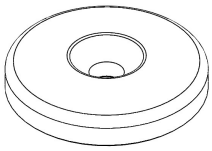
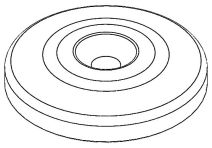
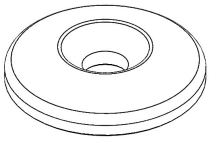
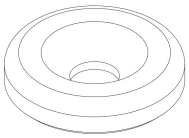
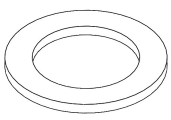
■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

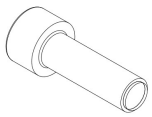
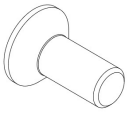
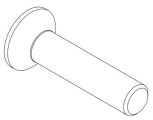
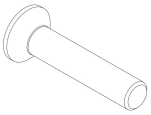
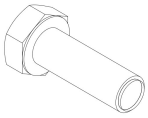
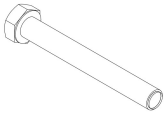
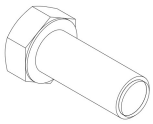
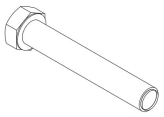
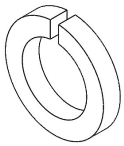
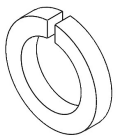
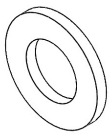
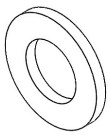
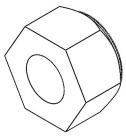
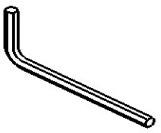
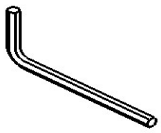
Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybějí žádné díly.

Obr. A

Nº		✓		Nº		✓
1		1		2		1
3		1		4		1
5		1		6		1
7		1		8		1

9		1		10		1
11		1		12		1
13		1		14		2
15		1		16		2
17		1		18		1
19		1		20		1
21		1		22		1
23		1		24		3
25		1				

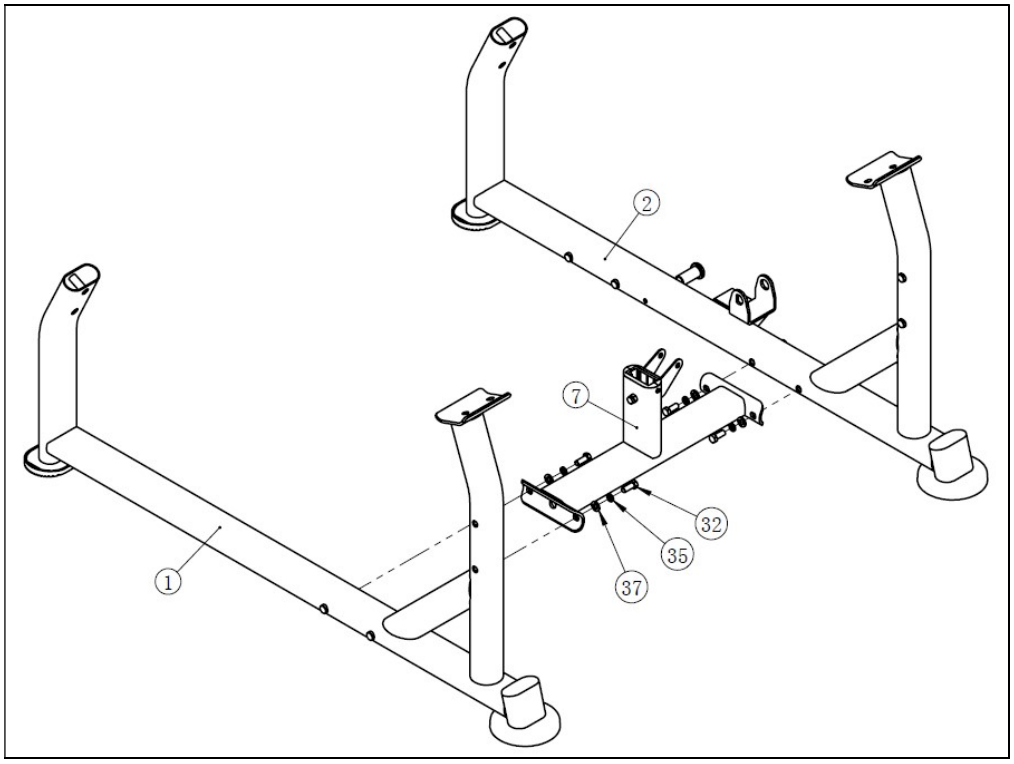
Obr. B

Nº		✓				✓
26	 M-8x25	2		27	 M-10x25	4
28	 M-10x45	1		29	 M-12x60	1
30	 M-10x30	2		31	 M-10x80	2
32	 M-12x30	10		33	 M-12x75	9
34	 M-8	2		35	 M-12	10
36	 M-10	4		37	 M-12	26
38	 M-12	7		39	 Hex Key S=6	1
40	 Hex Key S=8	1				

MONTÁŽNÍ POKYNY

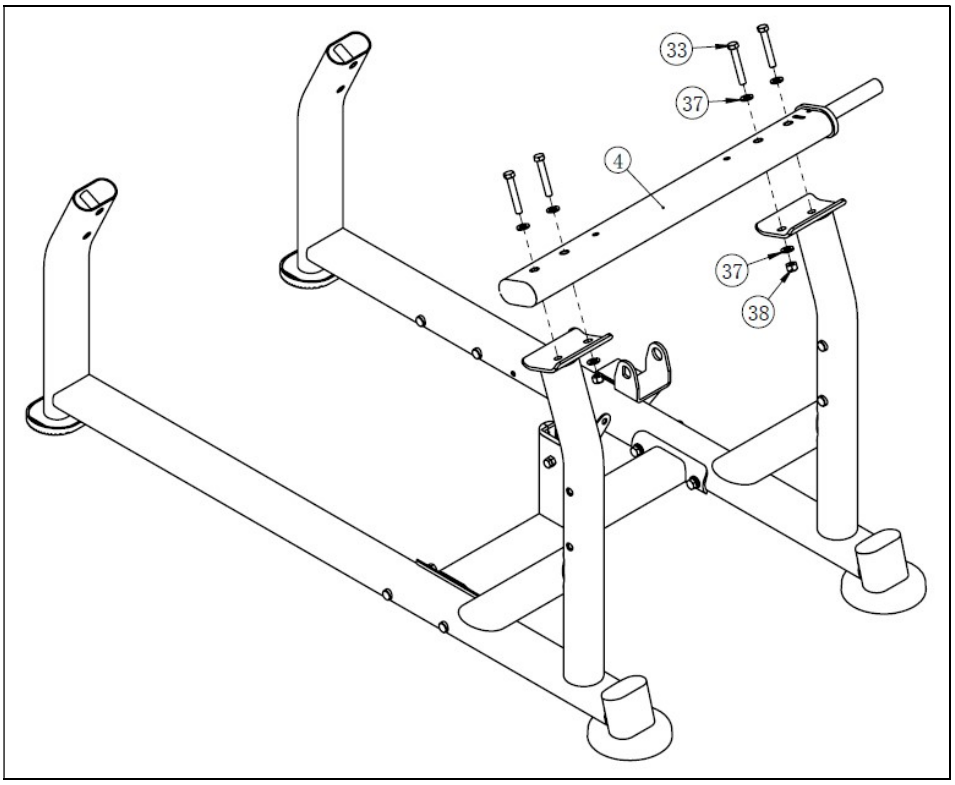
POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

Obr. 1



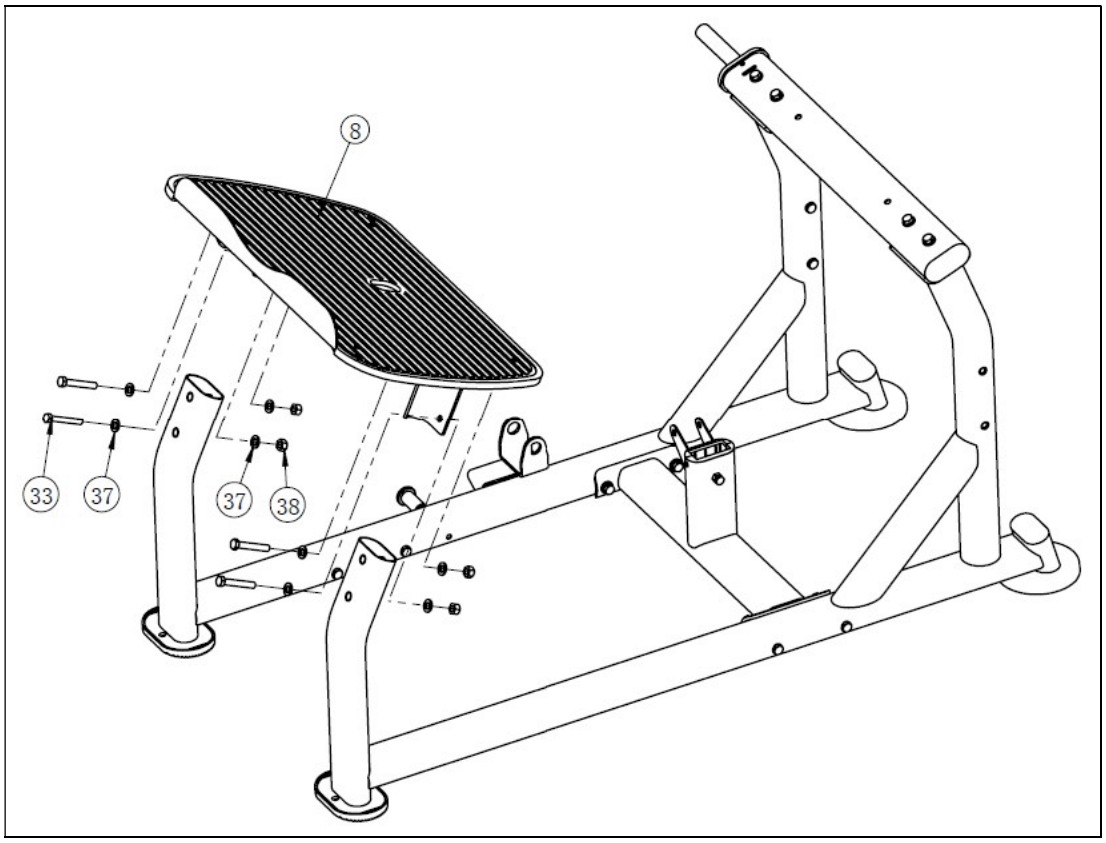
Levou podpěru (2) položte na zem. Umístěte příčnou trubku (7) a upevněte ji šrouby (32) s podložkami (35) a (37). Poté umístěte pravou podpěru (1) a upevněte ji šrouby (32) s podložkami (35) a (37).

Obr. 2



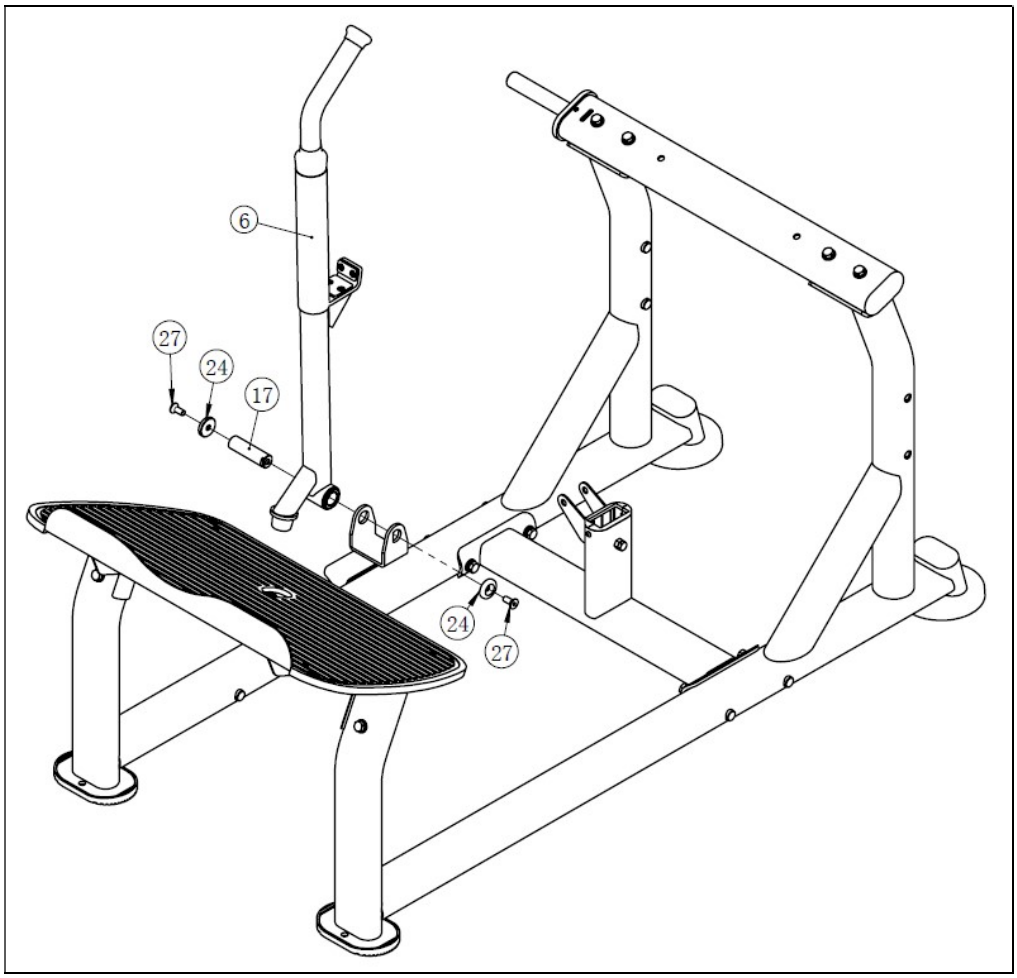
Umístěte podpěru (4) a přišroubujte ji pomocí šroubů (33), podložek (37) a matic (38).

Obr. 3



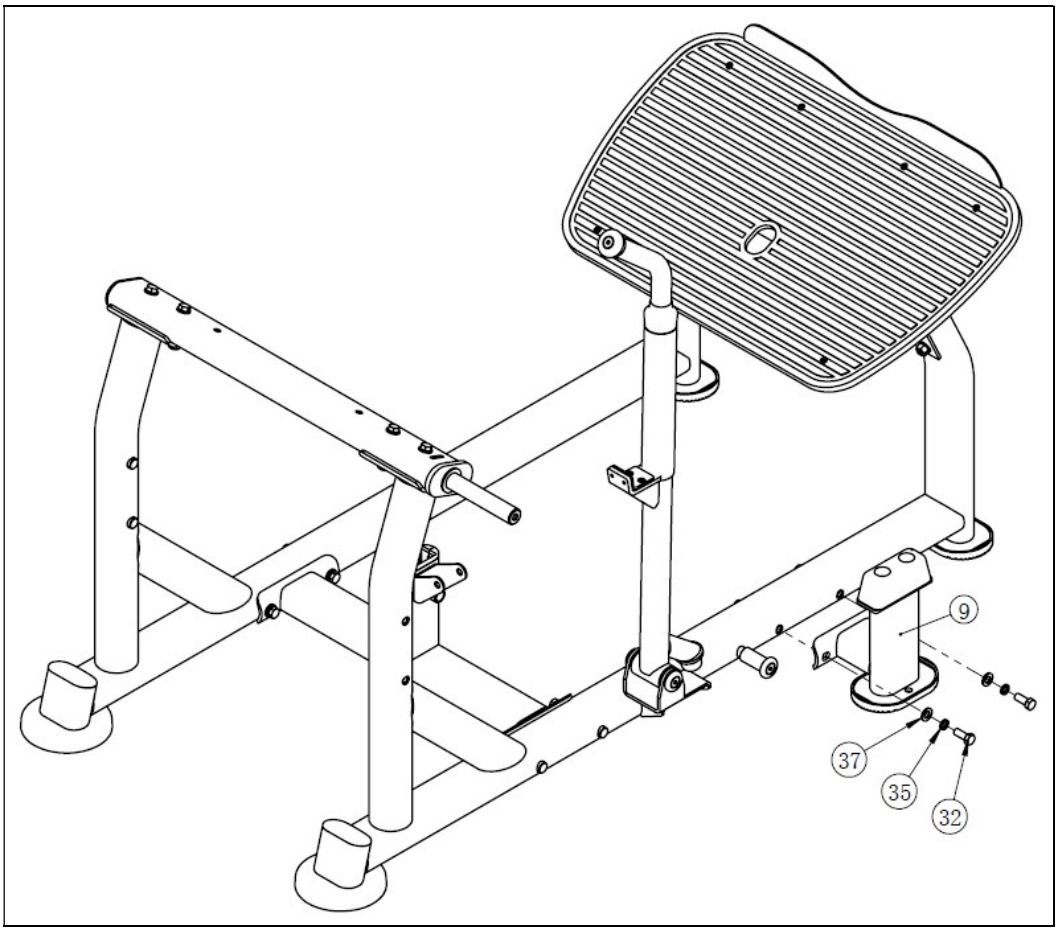
Opěrku nohou (8) přišroubujte k rámu pomocí šroubů (33), podložek (37) a matic (38).

Obr. 4



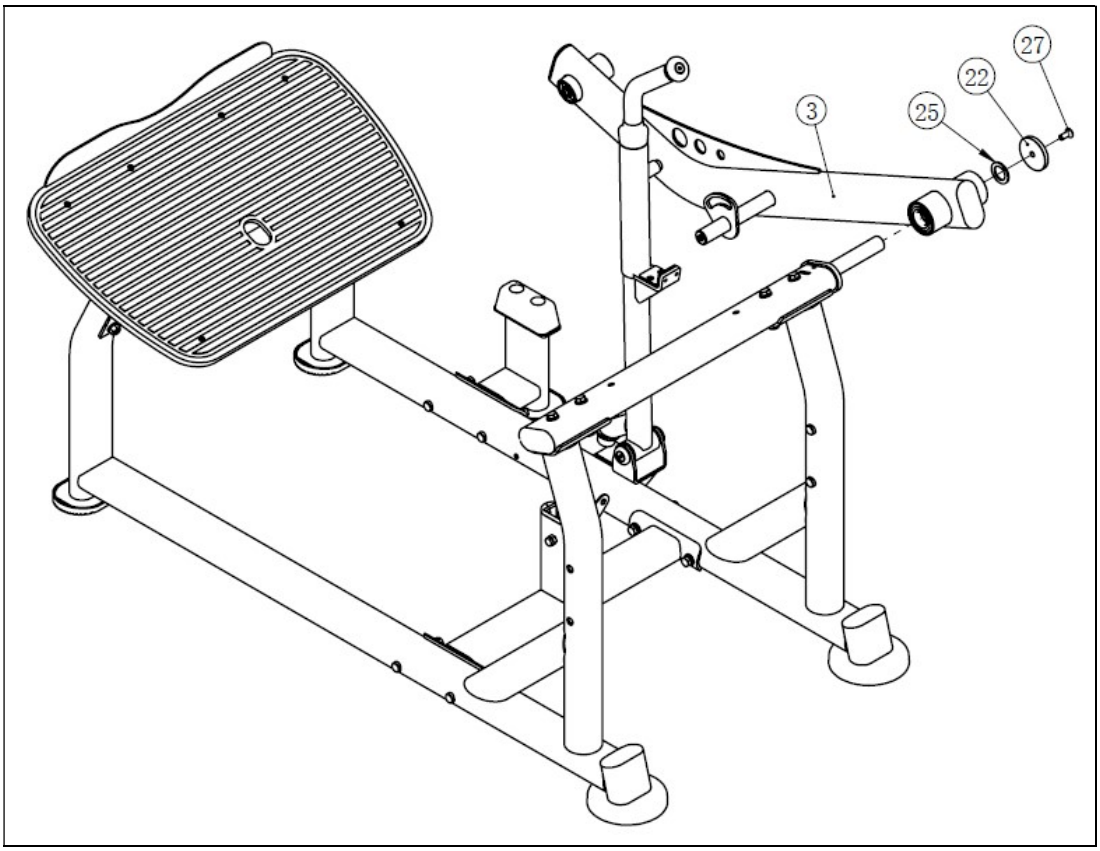
Pojistnou trubku (6) dejte do správné polohy a upevněte ji pomocí hřídele (17), podložek (24) a šroubů (27).

Obr. 5



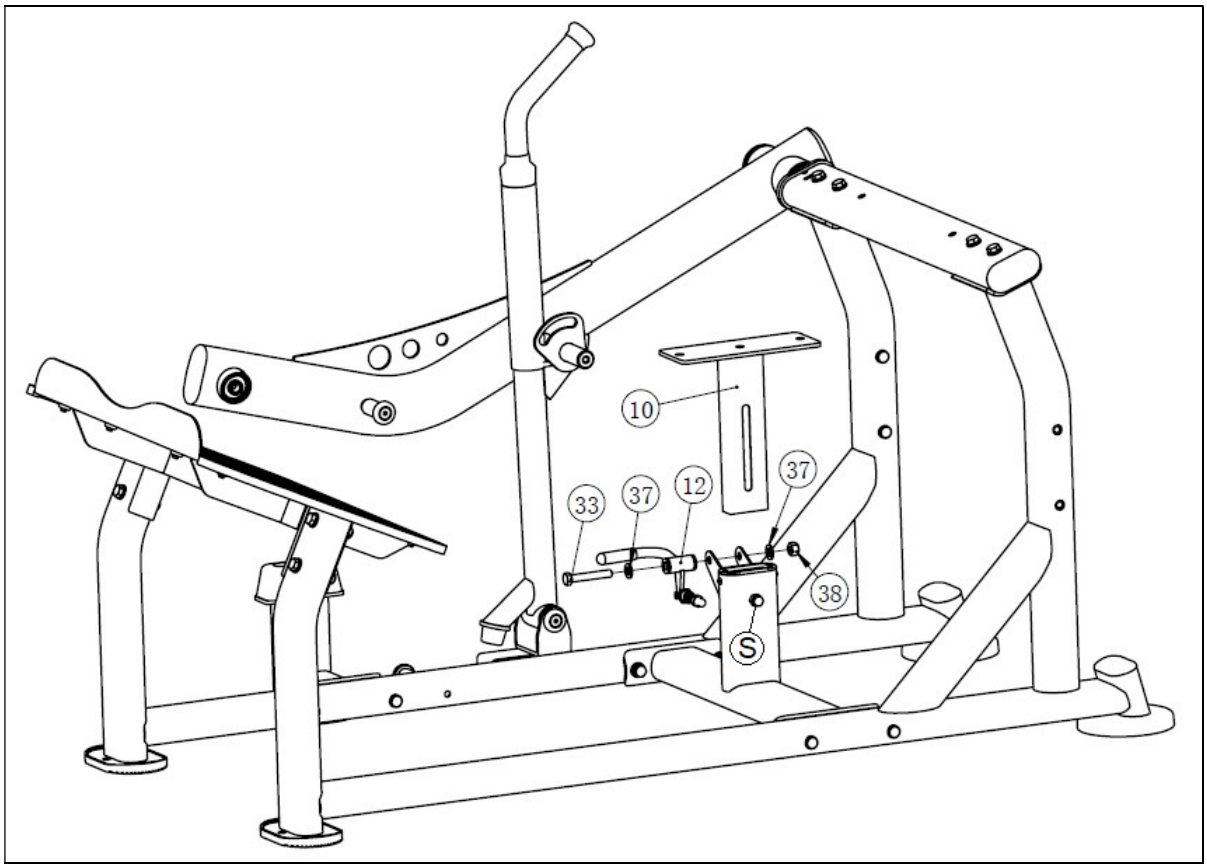
Umístěte trubku (9) a připevněte ji šrouby (32) s podložkami (35) a (37).

Obr. 6



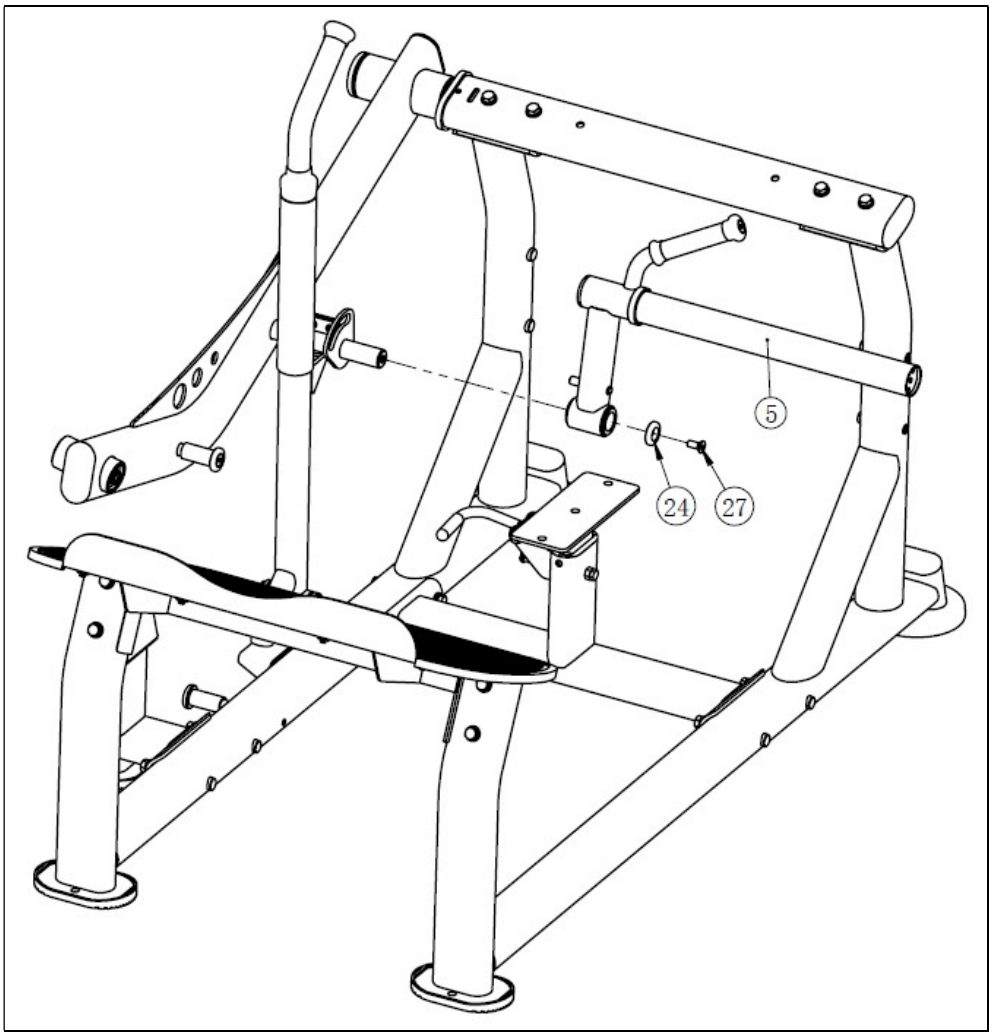
Rameno (3) umístěte na hřídel a upevněte jej pomocí šroubu (27) a podložek (22), (25).

Obr. 7



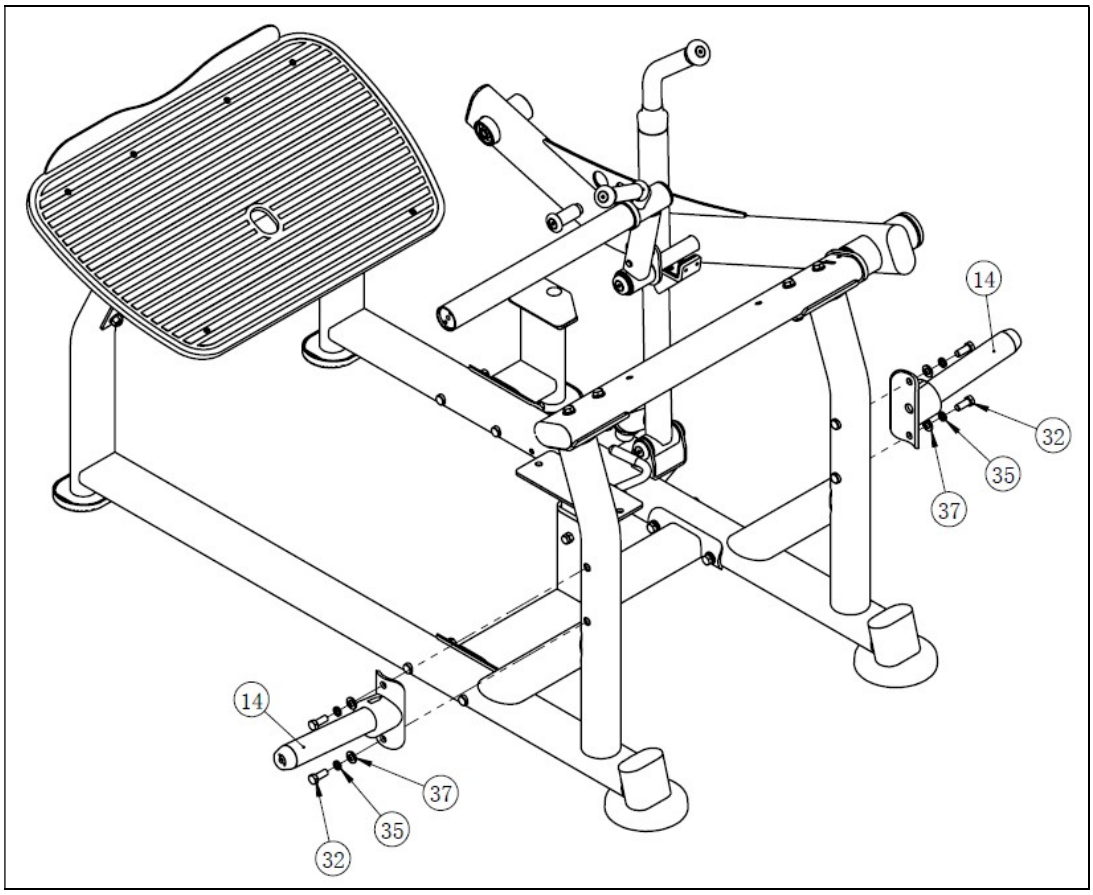
Povolte šroub (S). Sedlovou trubku (10) vložte do spodní trubky. Umístěte rukojeť pro nastavení sedla (12) na U držák pomocí šroubu (33), podložek (37) a matice (38). Nasaďte šroub (S).

Obr. 8



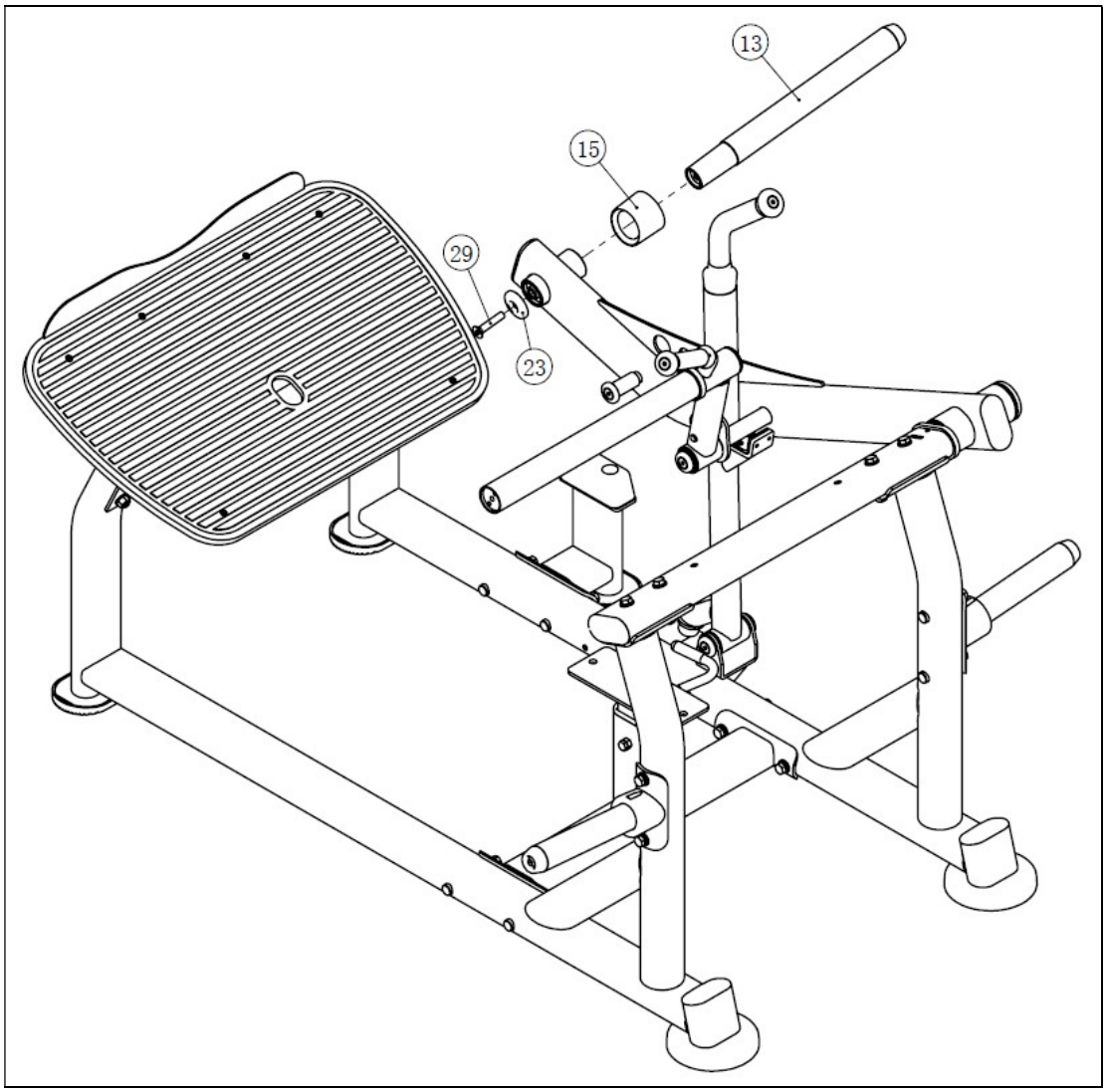
Trubku (5) nasaďte na hřídel a utáhněte ji pomocí šroubu (27) a podložky (24).

Obr. 9



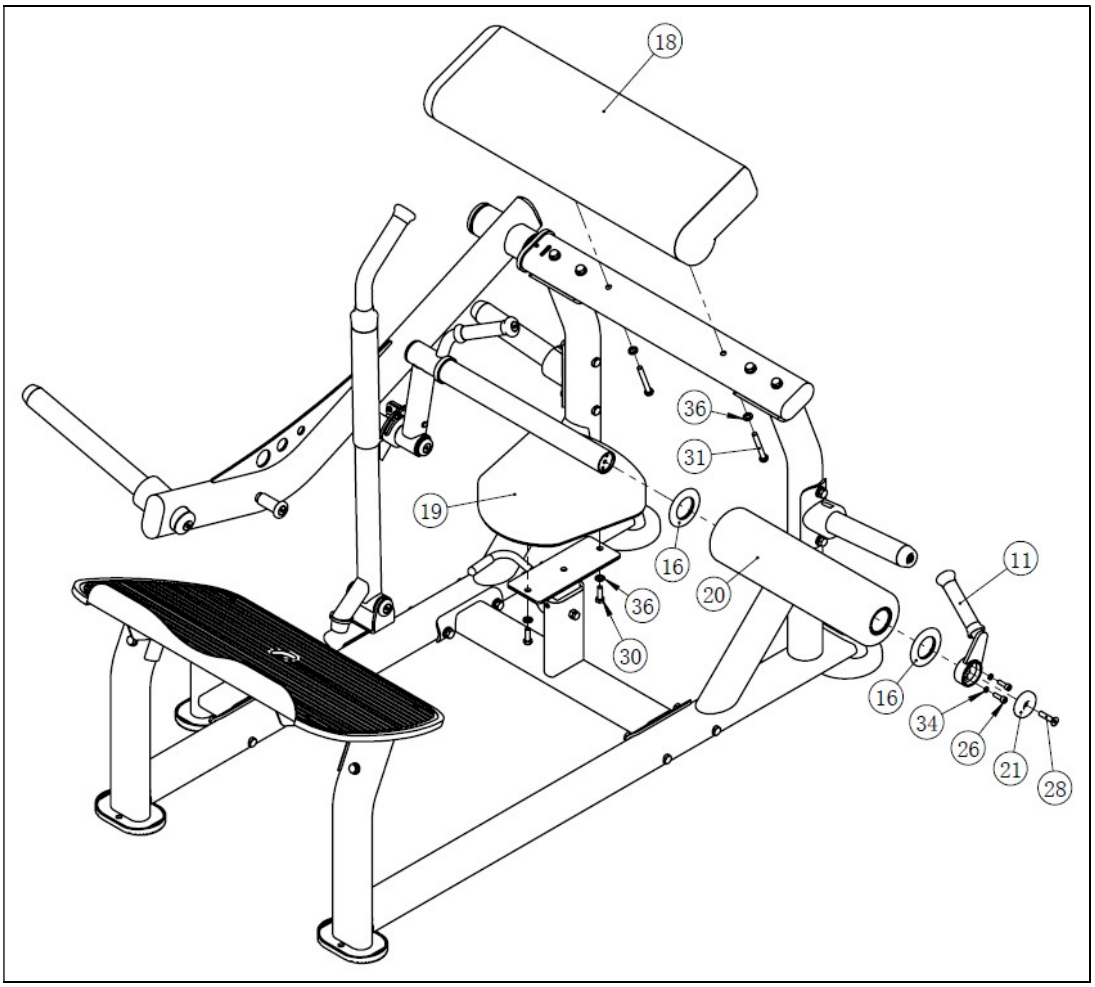
Podpěry závaží (14) umístěte zarovnáním otvorů a nastavením šipky nahoru. Utáhněte je šrouby (32) s podložkami (35) a (37).

Obr. 10



Umístěte tyč na závaží (13) umístěním zarážky (15), šroubu (29) a podložky (23).

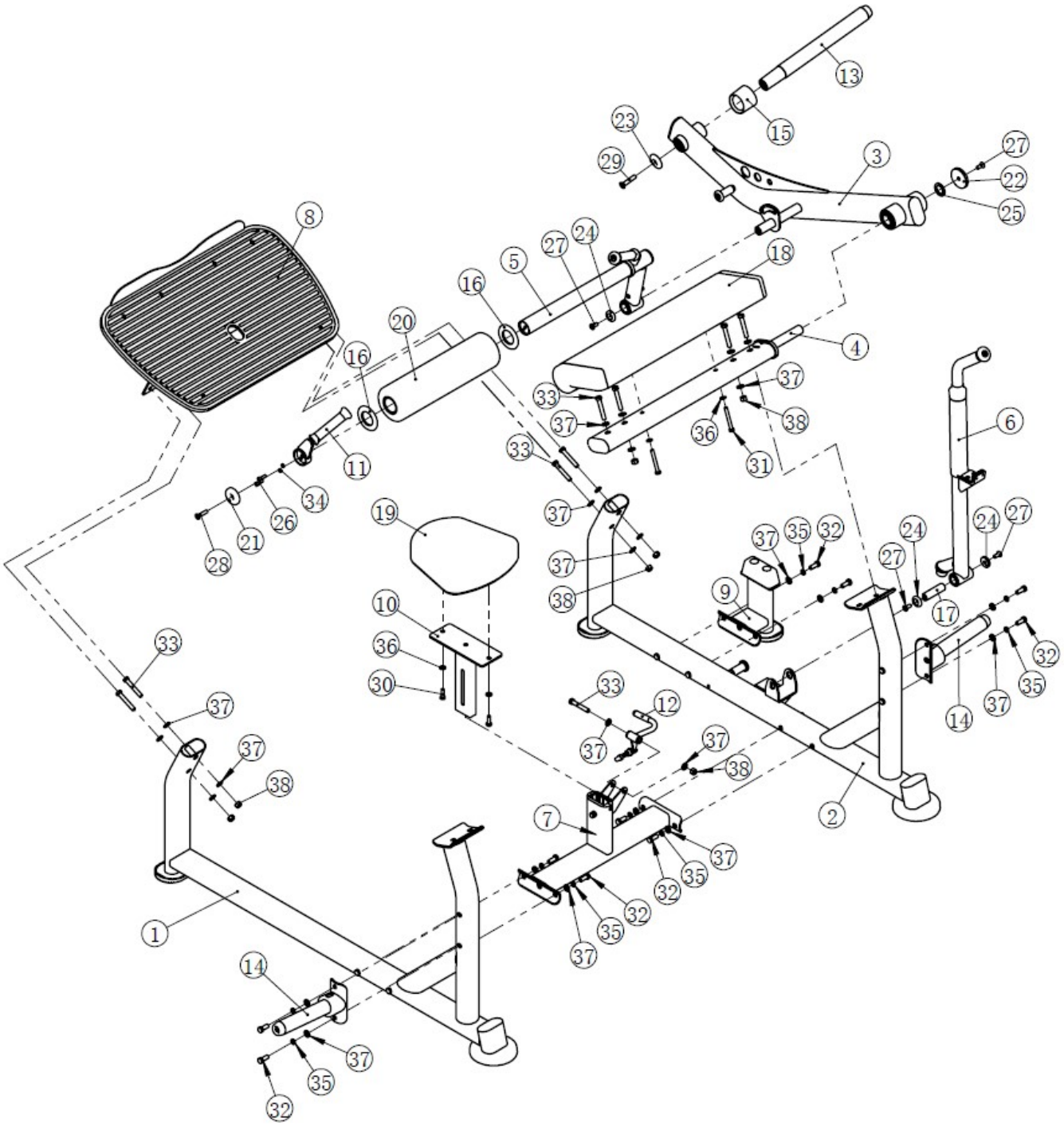
Obr. 11



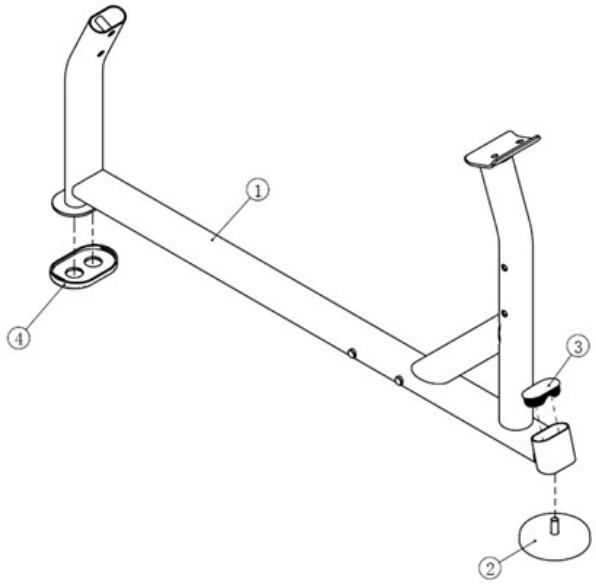
Podložku sedla (19) připevněte na držák pomocí šroubů (30) a podložek (36).
Váleček umístěte na trubku - nejprve umístěte kroužek (16), poté váleček (20) a druhý kroužek (16). Přišroubujte páku (11) pomocí šroubů (26) a podložek (34). Nakonec nasaďte podložku (21) a šroub (28).
Zádovou opěrku (18) umístěte na držák a zajistěte ji pomocí šroubů (31) s podložkami (36).

VELMI DŮLEŽITÉ:
Po dokončení montáže trenažéru zkontrolujte, zda jsou namontovány všechny šrouby a zda jsou pevně utaženy.

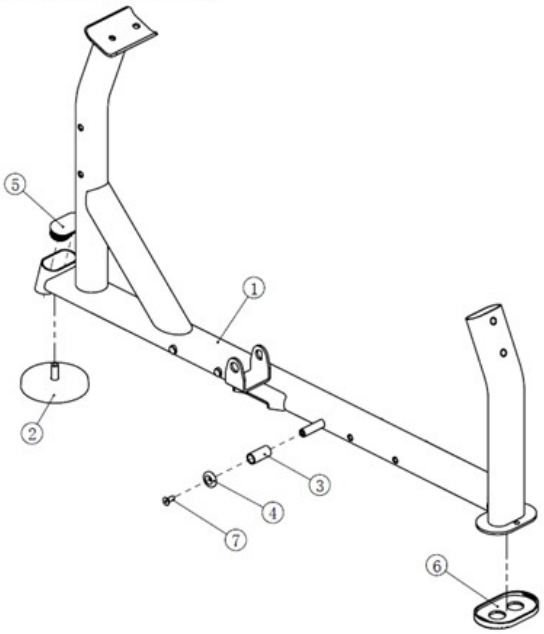
PL340


13
15
23
29
3
27
22
25
8
5
27
24
18
16
20
4
16
33
37
37
36
38
31
11
6
34
26
21
28
33
37
19
37
35
32
24
24
27
37
38
9
27
17
10
36
30
33
12
37
37
38
33
37
37
38
2
7
37
32
35
32
35
37
1
14
37
35
32
14
37
35
32

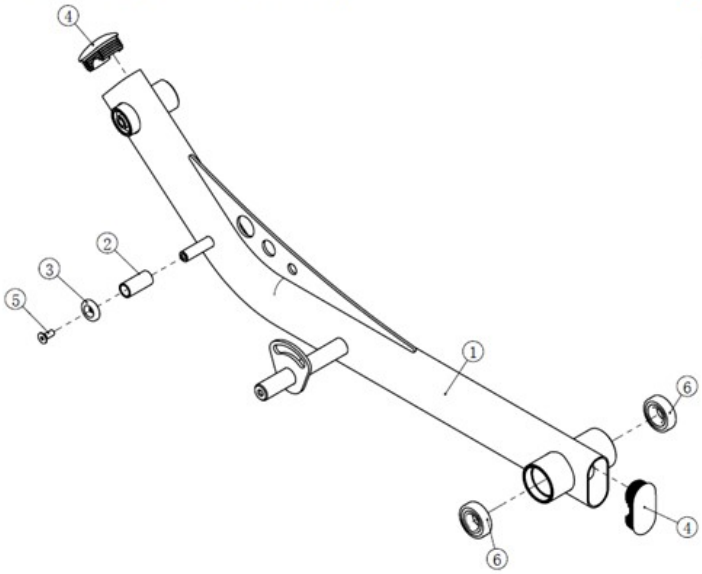
1.Frame 1 Assy



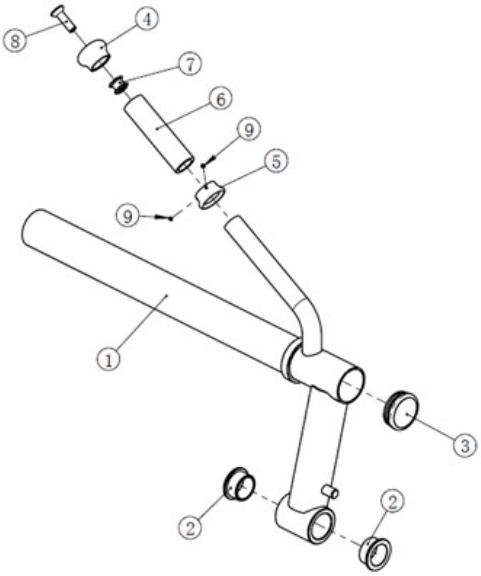
2. Frame 2 Assy



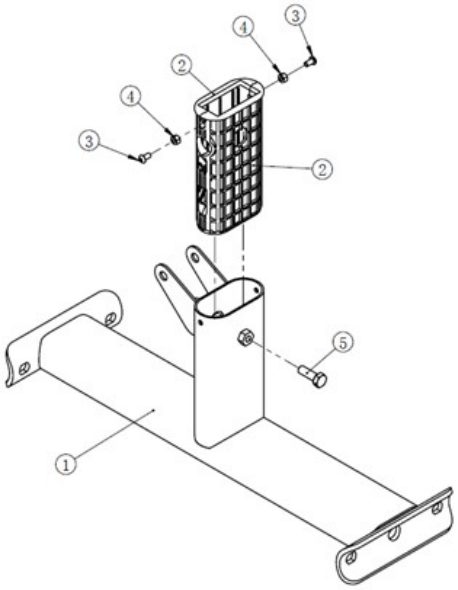
3. Swing Frame Assy



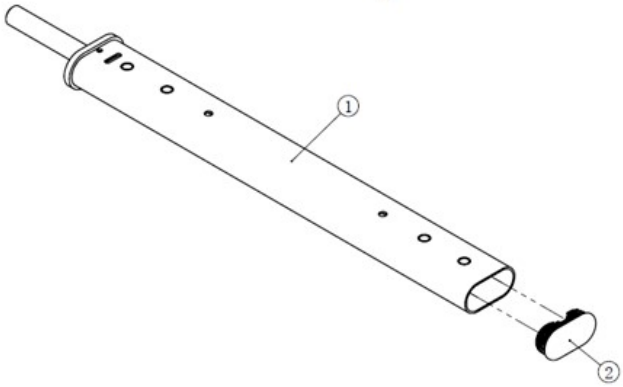
5. Rolling Pad Frame Assy



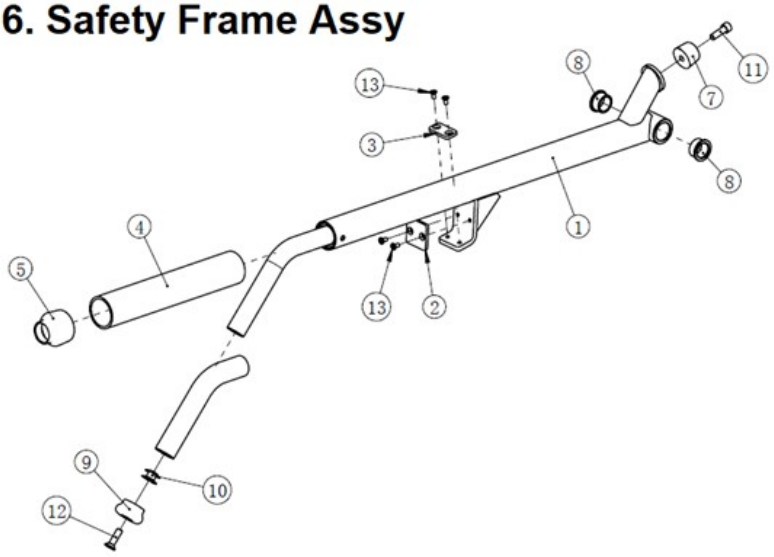
7. Seat Pad Frame Assy



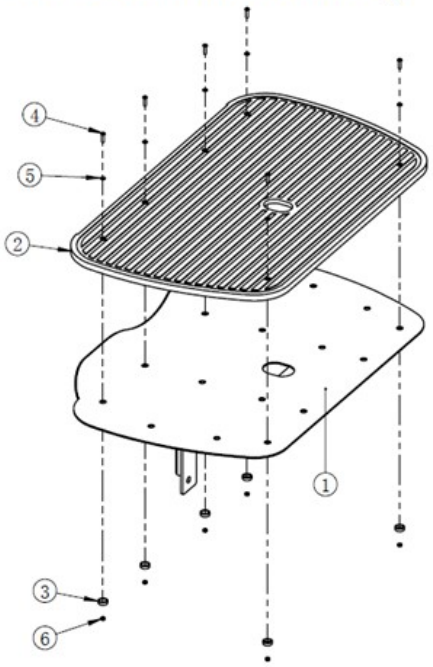
4. Back Pad Frame Assy



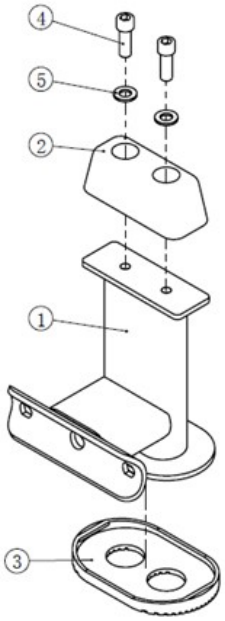
6. Safety Frame Assy



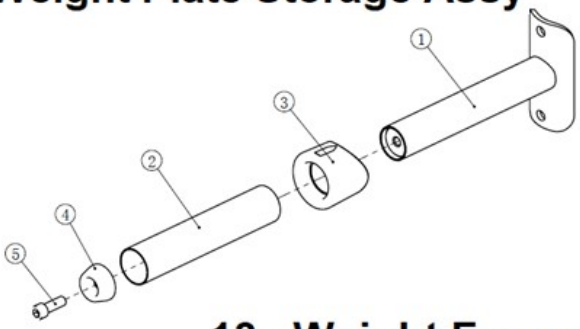
8. Pedal Frame Assy



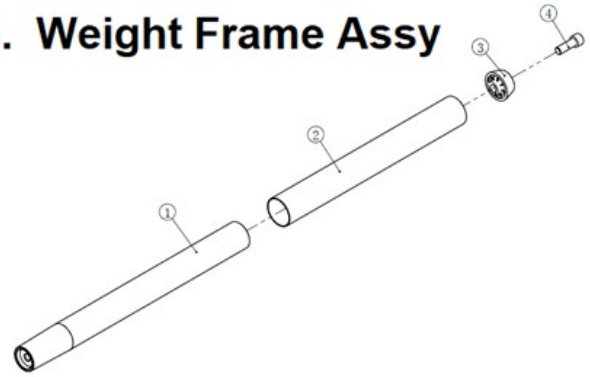
9. Bottom Support Frame Assy



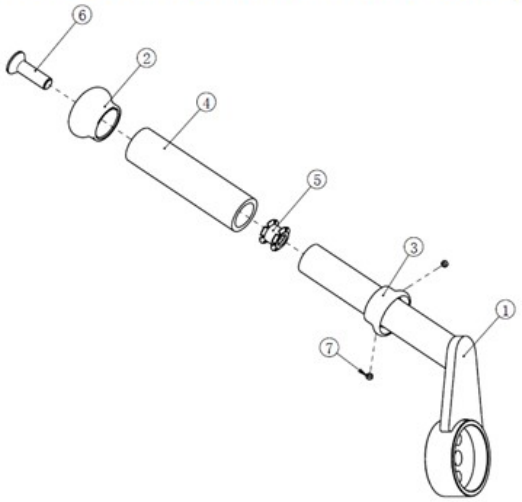
14. Weight Plate Storage Assy



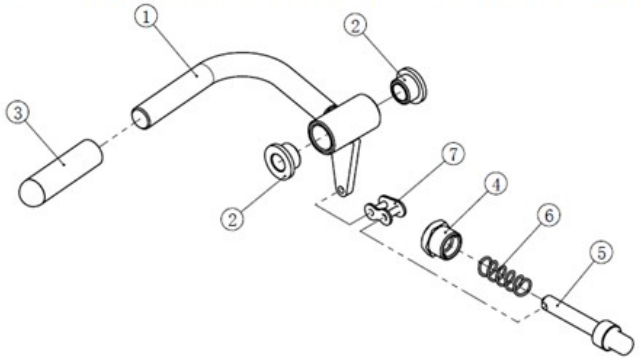
13. Weight Frame Assy



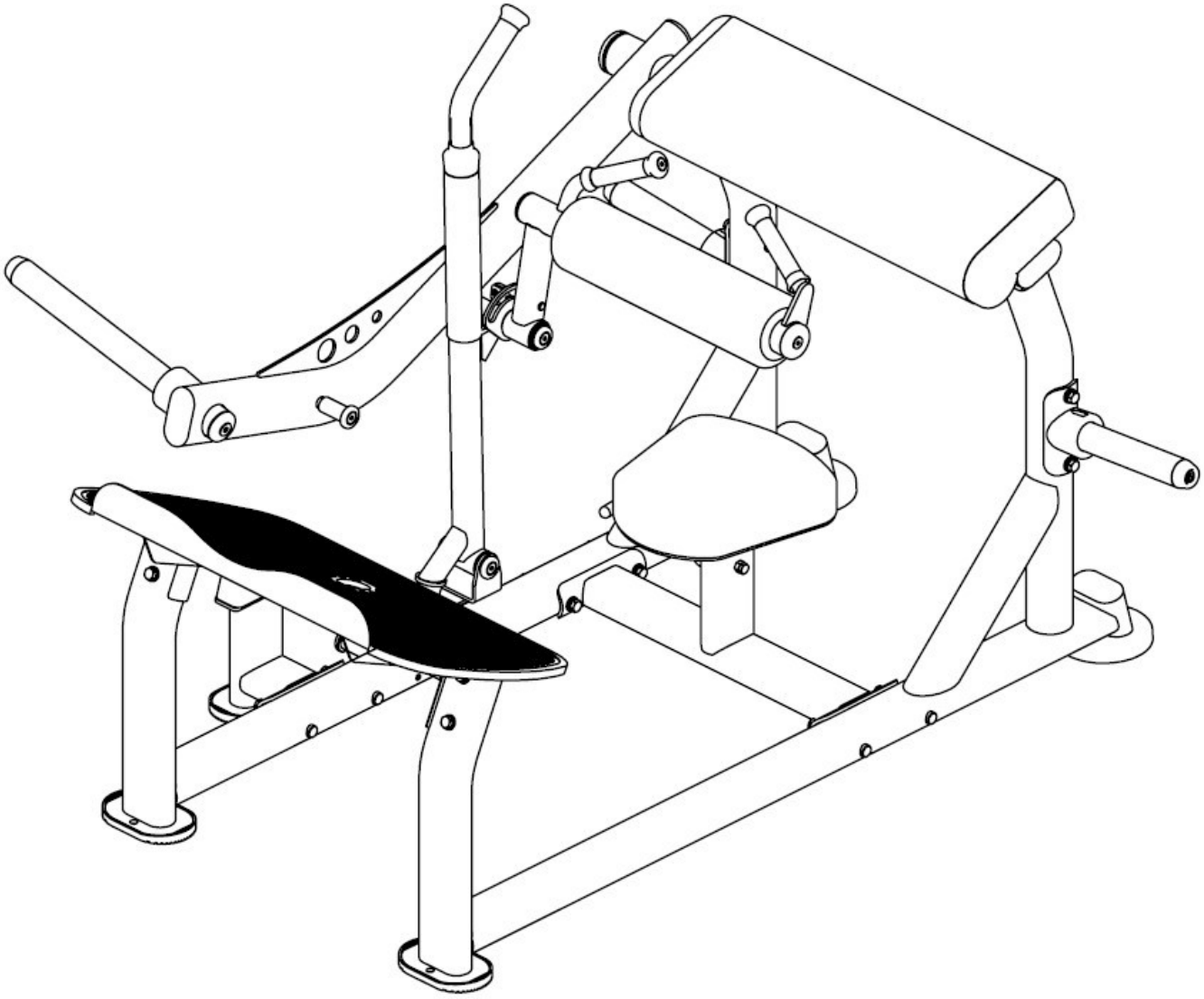
11. Outer Handle Frame Assy



12. Adjustable Handle Frame Assy



PL340



Návod na obsluhu
Posilňovací stroj BH FITNESS PL340 HIP THRUST
SK

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Pred zostavením a používaním trenažéra si pozorne prečítajte tieto pokyny. Obsahujú dôležité informácie pre vašu bezpečnosť a pre používanie a údržbu trenažéra.

Návod na obsluhu si uschovajte pre budúce použitie a poradenstvo pri údržbe a objednávaní náhradných dielov.



POZOR:

■ Toto zariadenie sa môže používať len na určený účel, t. j. na fyzické cvičenie.

Akékoľvek iné používanie trenažéra je zakázané a môže byť nebezpečné. Výrobca nezodpovedá za škody alebo zranenia spôsobené nesprávnym používaním zariadenia.

■ Zariadenie používajte na pevnom a rovnom povrchu.

■ Okolo trenažéra musí zostať aspoň 1 meter voľného priestoru.

■ Zariadenie je navrhnuté v súlade s najnovšími bezpečnostnými normami.

■ Toto zariadenie je v súlade s normou EN 20957. Je vhodné na profesionálne použitie s hmotnosťou používateľa do 150 kg.

Nesprávne opravy a/alebo úpravy trenažéra (napr. odstránenie častí) môžu ohroziť bezpečnosť používateľa.

■ Poškodené komponenty môžu ohroziť vašu bezpečnosť a/alebo znížiť životnosť zariadenia.

Z tohto dôvodu sa poškodené časti musia okamžite vymeniť a zariadenie sa nesmie používať, kým nebude opravené. Používajte iba originálne náhradné diely BH.

■ Ak sa zariadenie používa pravidelne, každé 1-2 mesiace dôkladne skontrolujte všetky komponenty a venujte osobitnú pozornosť utiahnutiu matíc a skrutiek.

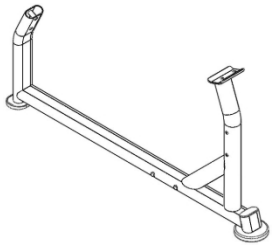
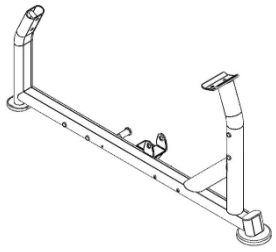
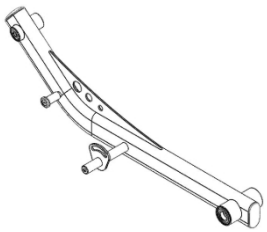
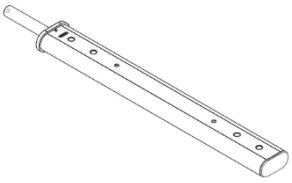
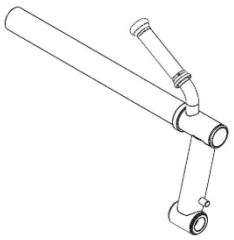
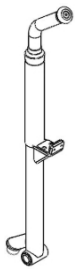
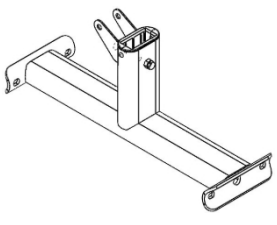
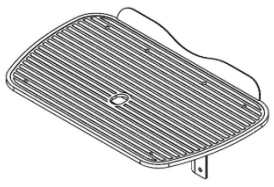
■ Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, aby ste sa uistili, že môžete používať trenažér.
Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, neprepínajte sa. Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

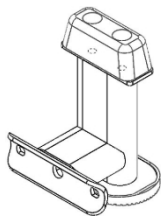
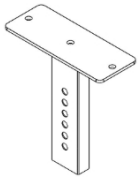
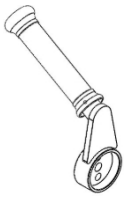
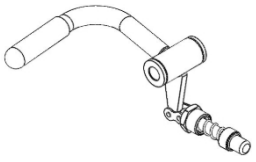
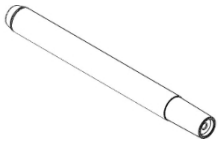
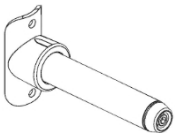
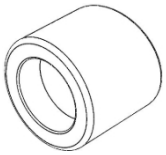
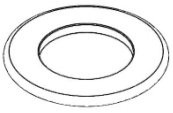
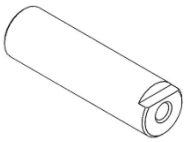
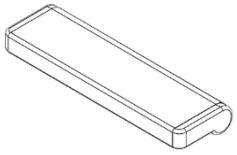
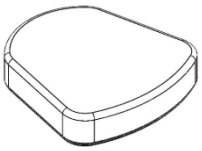
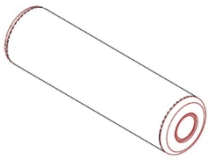
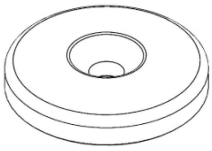
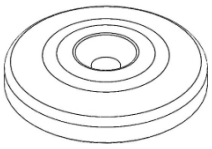
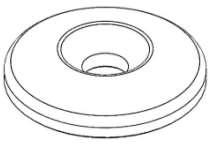
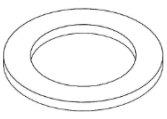
■ Dávajte pozor na pokyny trénera.

Pri montáži trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.

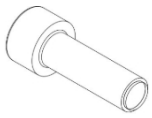
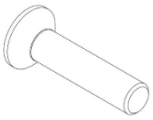
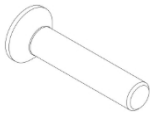
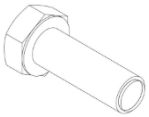
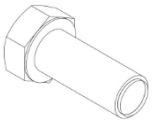
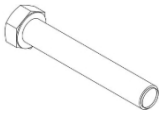
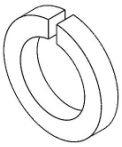
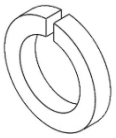
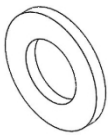
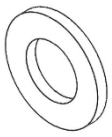
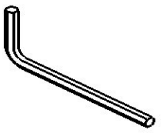
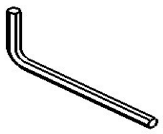
Vyberte jednotku z krabice a skontrolujte jednotlivé komponenty podľa zoznamu na obr. A a obr. B, aby ste sa uistili, že nechýbajú žiadne súčasti.

Obr. A

Nº		✓		Nº		✓
1		1		2		1
3		1		4		1
5		1		6		1
7		1		8		1

9		1		10		1
11		1		12		1
13		1		14		2
15		1		16		2
17		1		18		1
19		1		20		1
21		1		22		1
23		1		24		3
25		1				

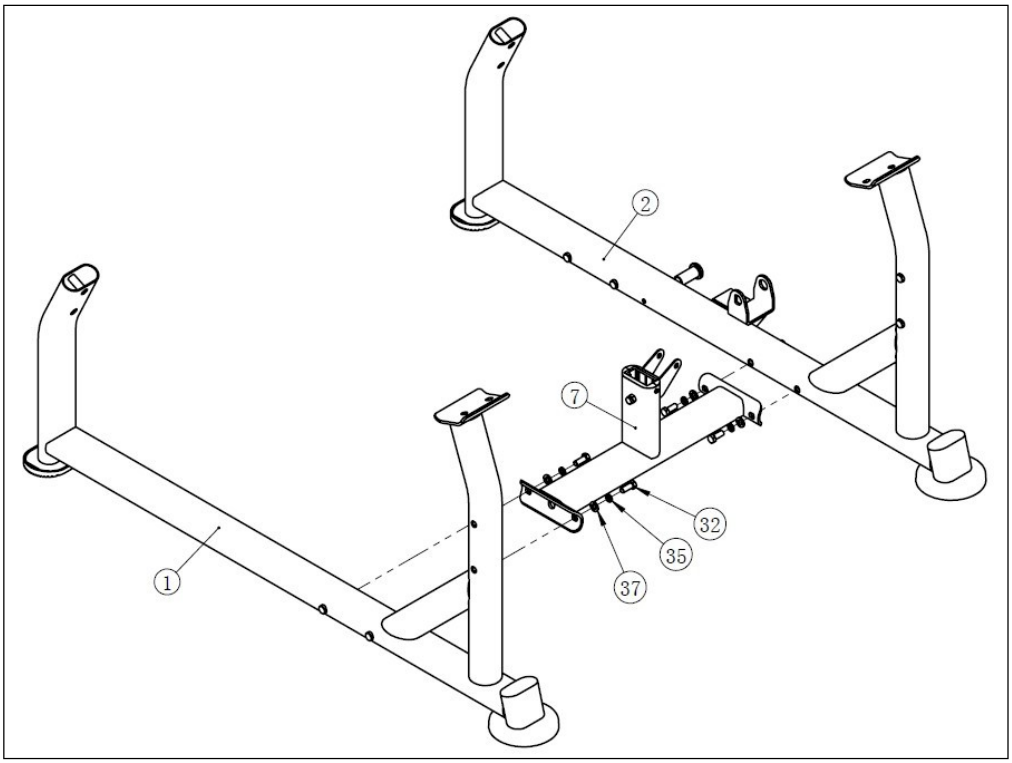
Obr. B

Nº		✓				✓
26	 M-8x25	2		27	 M-10x25	4
28	 M-10x45	1		29	 M-12x60	1
30	 M-10x30	2		31	 M-10x80	2
32	 M-12x30	10		33	 M-12x75	9
34	 M-8	2		35	 M-12	10
36	 M-10	4		37	 M-12	26
38	 M-12	7		39	 Šesťhranný kľúč S=6	1
40	 Šesťhranný kľúč S=8	1				

MONTÁŽNE POKYNY

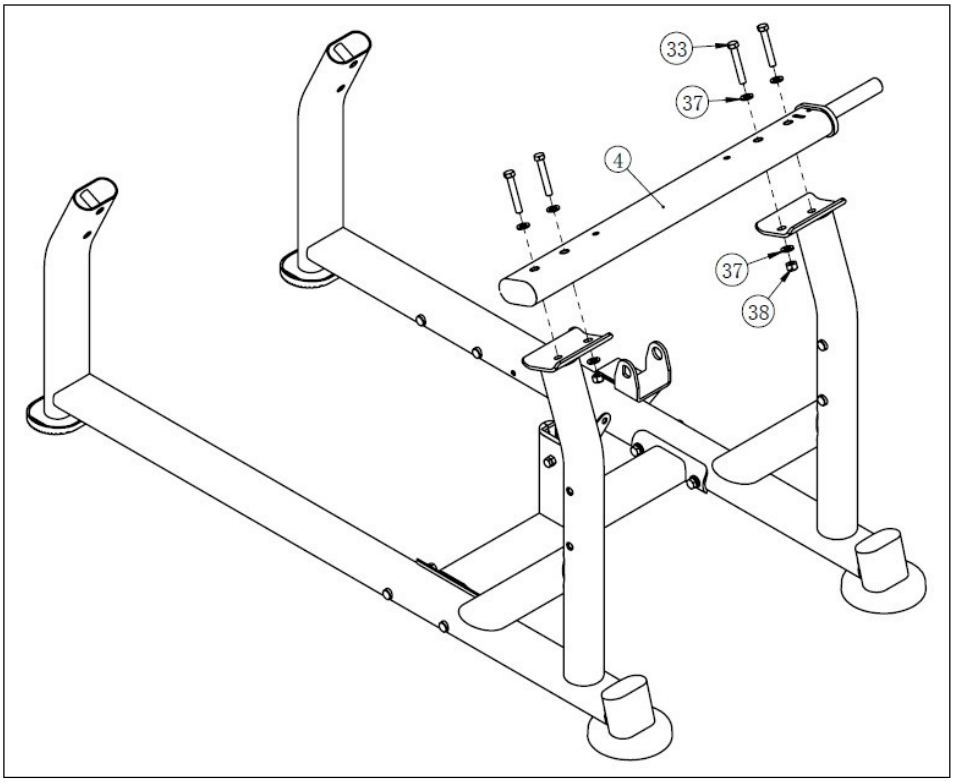
POZNÁMKA: Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

Obr. 1



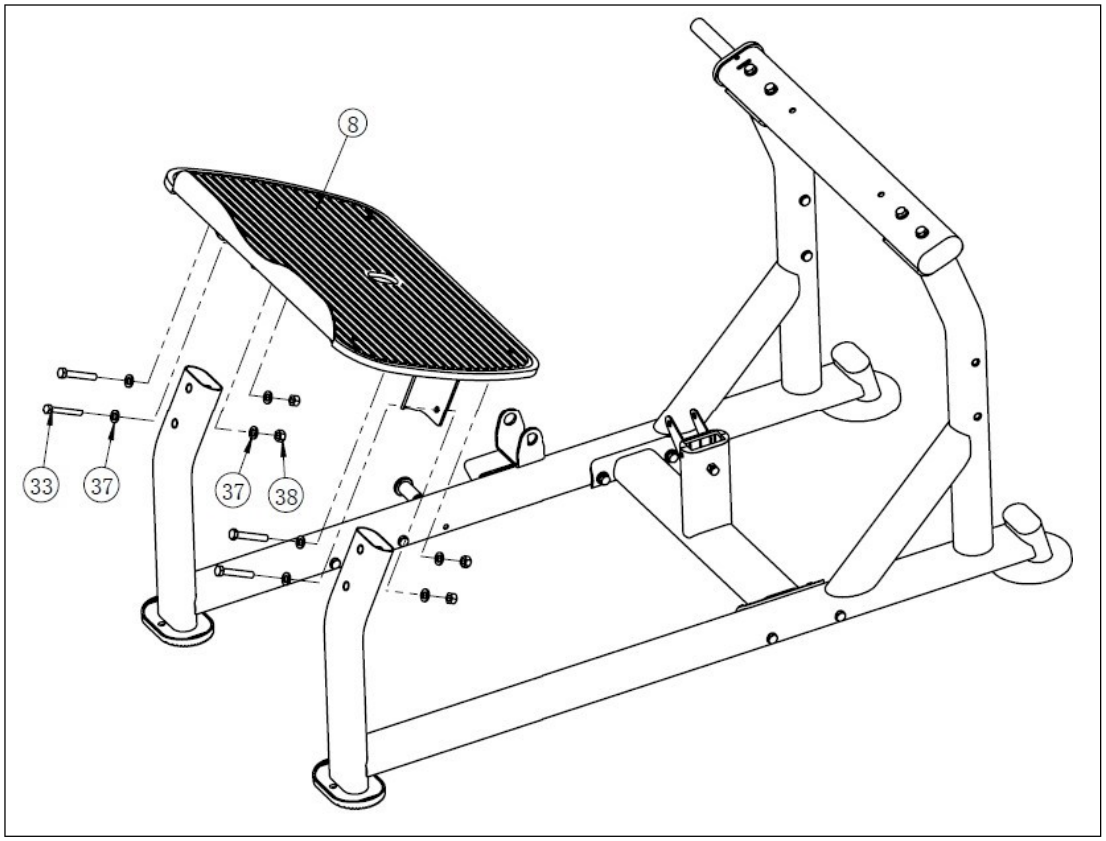
Ľavú podperu (2) položte na zem. Umiestnite priečnu rúru (7) a upevnite ju pomocou skrutiek (32) a podložiek (35) a (37). Potom umiestnite pravú podperu (1) a upevnite ju skrutkami (32) s podložkami (35) a (37).

Obr. 2



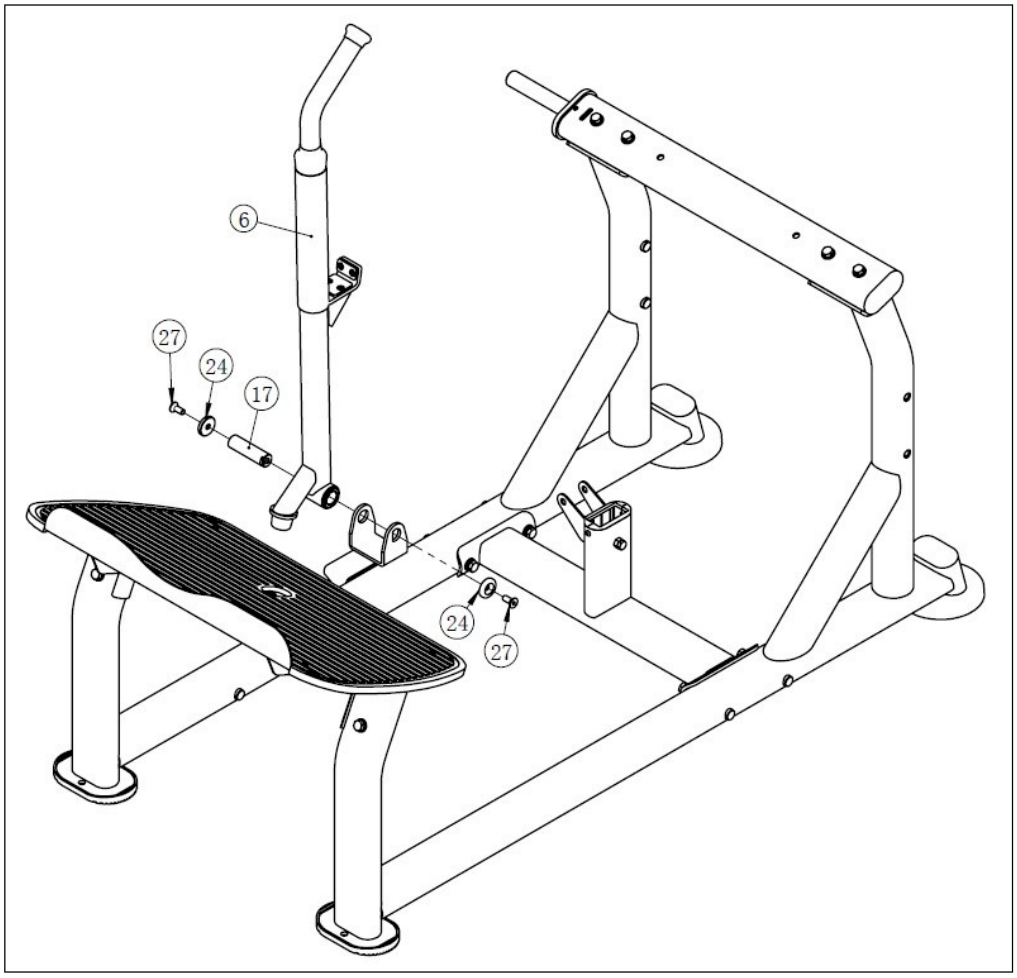
Umiestnite podperu (4) a priskrutkujte ju pomocou skrutiek (33), podložiek (37) a matíc (38).

Obr. 3



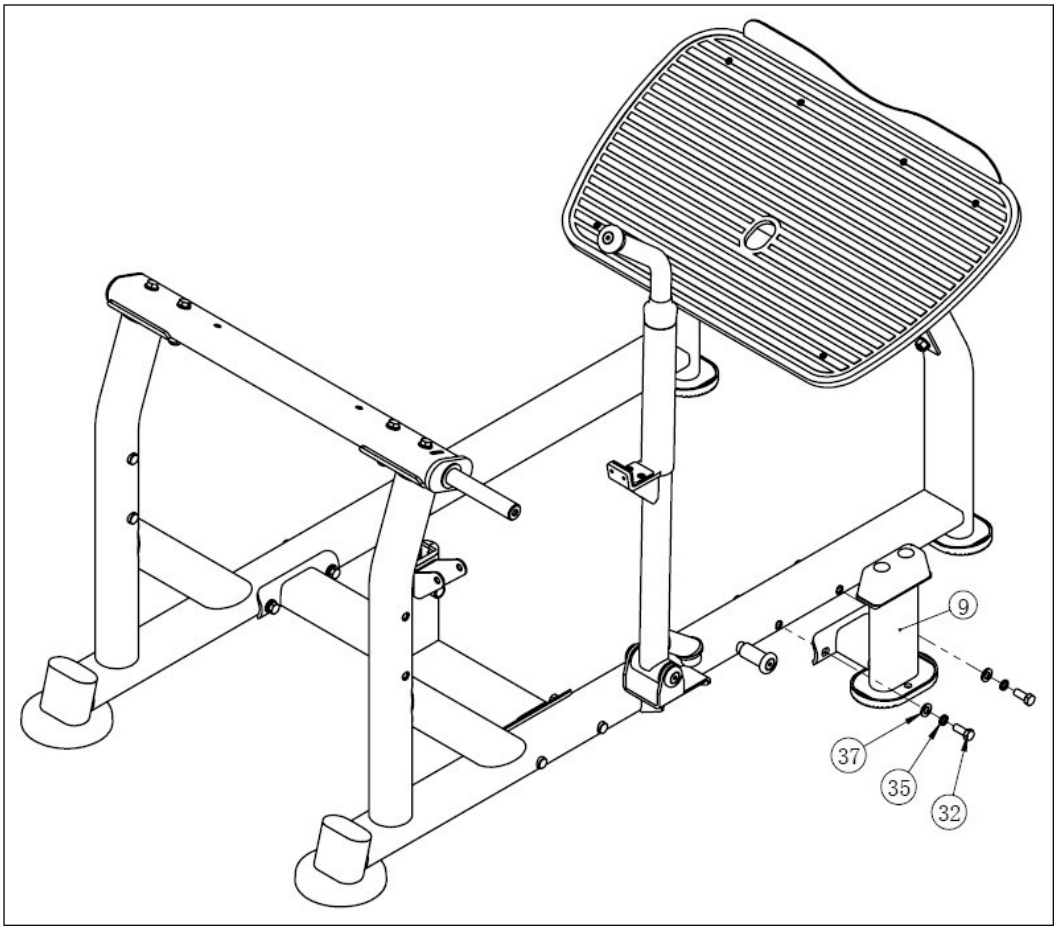
Pripevnite opierku nôh (8) k rámu pomocou skrutiek (33), podložiek (37) a matíc (38).

Obr. 4



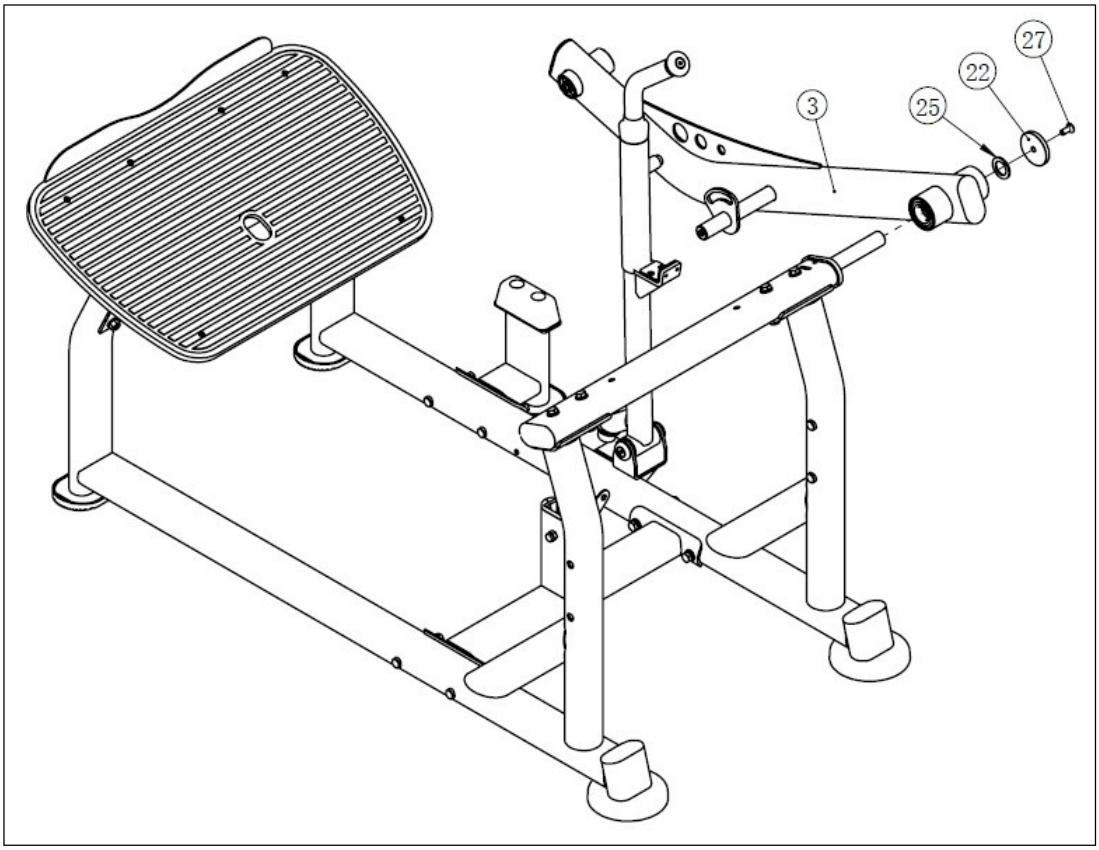
Umiestnite bezpečnostnú trubicu (6) do správnej polohy a upevnite ju pomocou hriadeľa (17), podložiek (24) a skrutiek (27).

Obr. 5



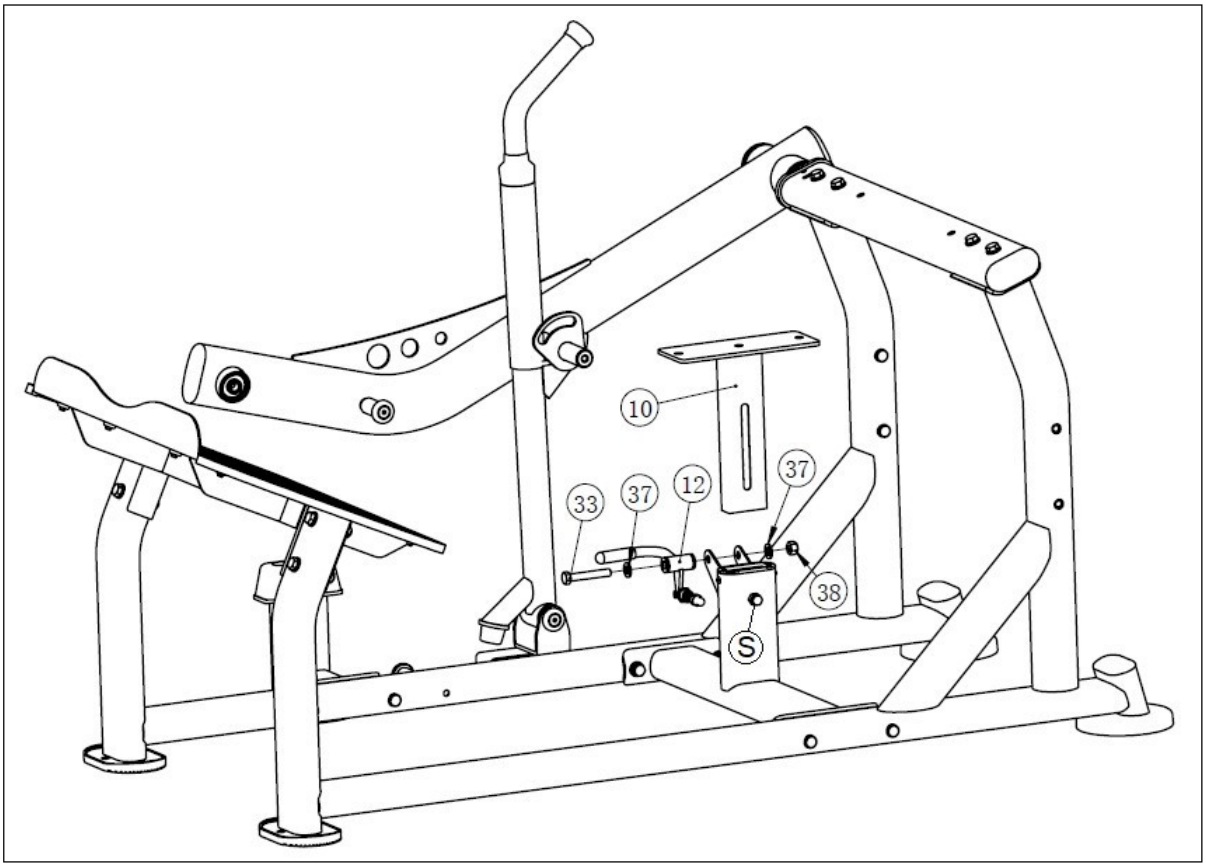
Umiestnite rúru (9) a zaistite ju skrutkami (32) s podložkami (35) a (37).

Obr. 6



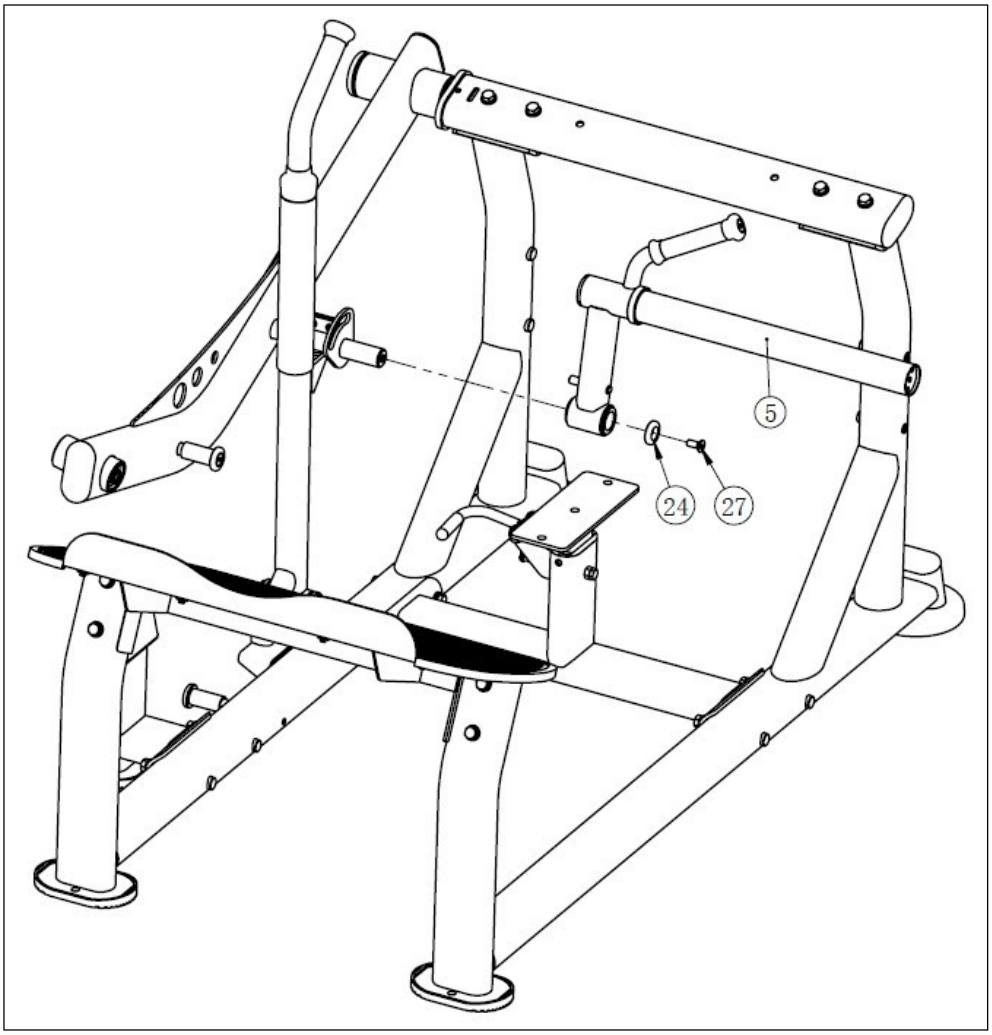
Rameno (3) nasaďte na hriadeľ a upevnite ho pomocou skrutky (27) a podložiek (22), (25).

Obr. 7



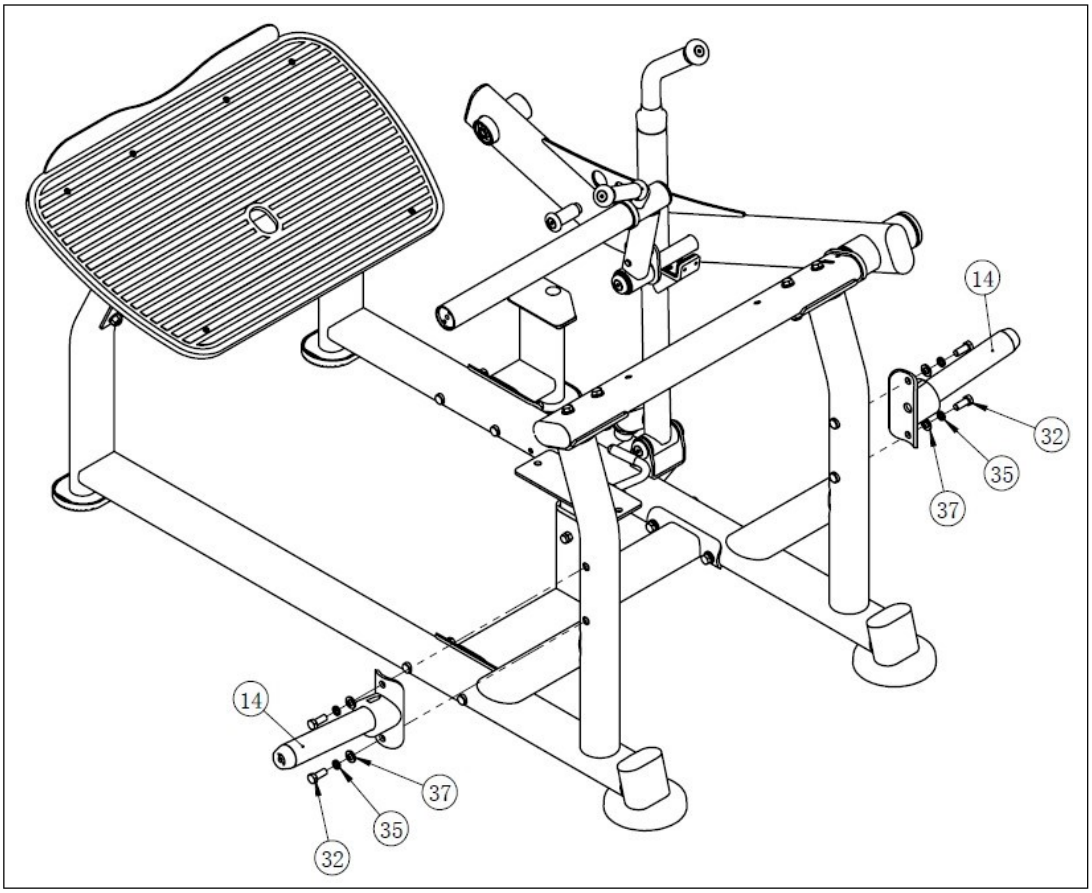
Uvoľnite skrutku (S). Vložte sedlovú trubku (10) do spodnej trubky. Pomocou skrutky (33), podložky (37) a matice (38) nasaďte na U-konzolu rukoväť na nastavenie sedla (12). Nasaďte skrutku (S).

Obr. 8



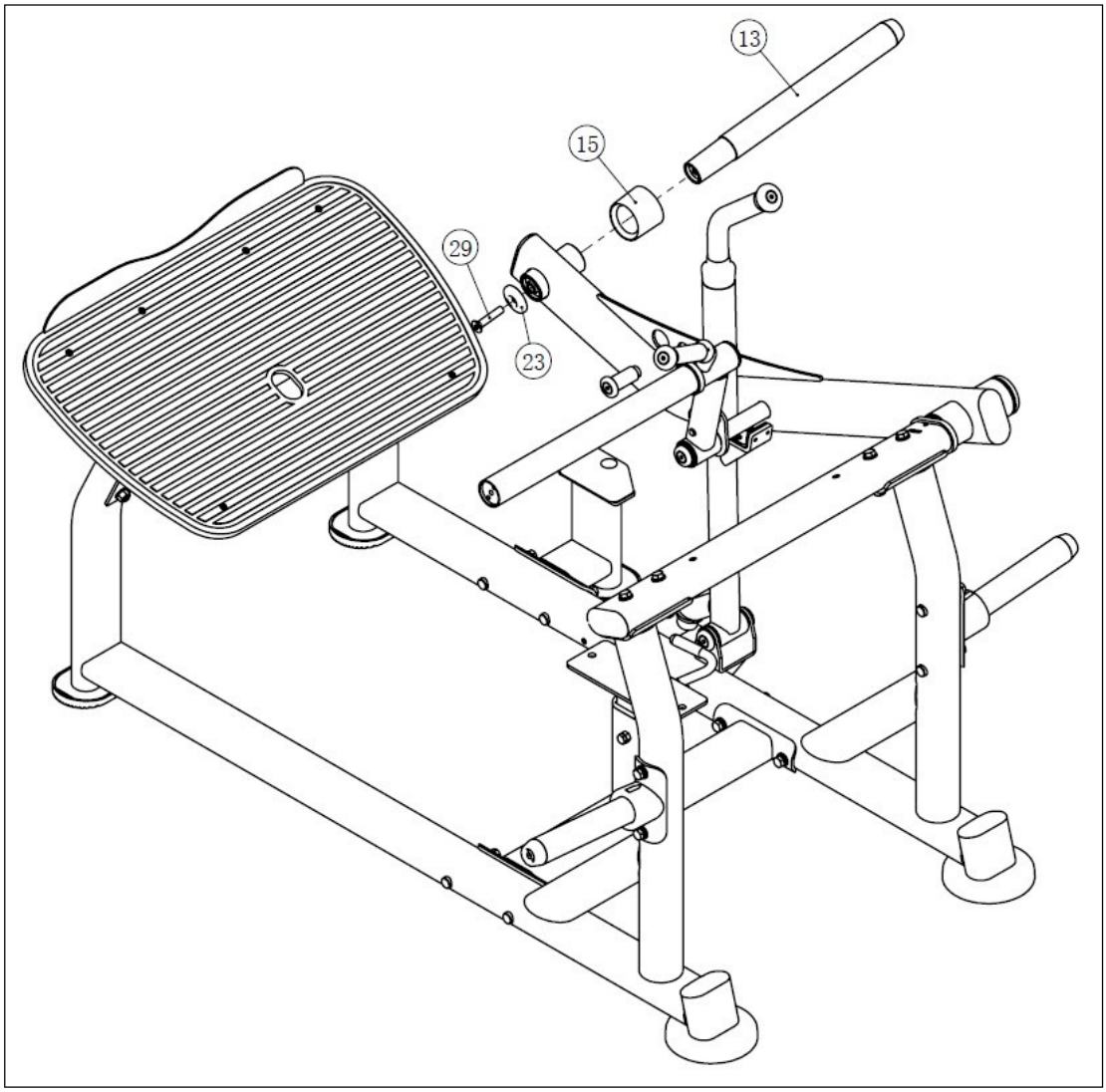
Nasaďte rúrku (5) na hriadeľ a utiahnite ju pomocou skrutky (27) a podložky (24).

Obr. 9



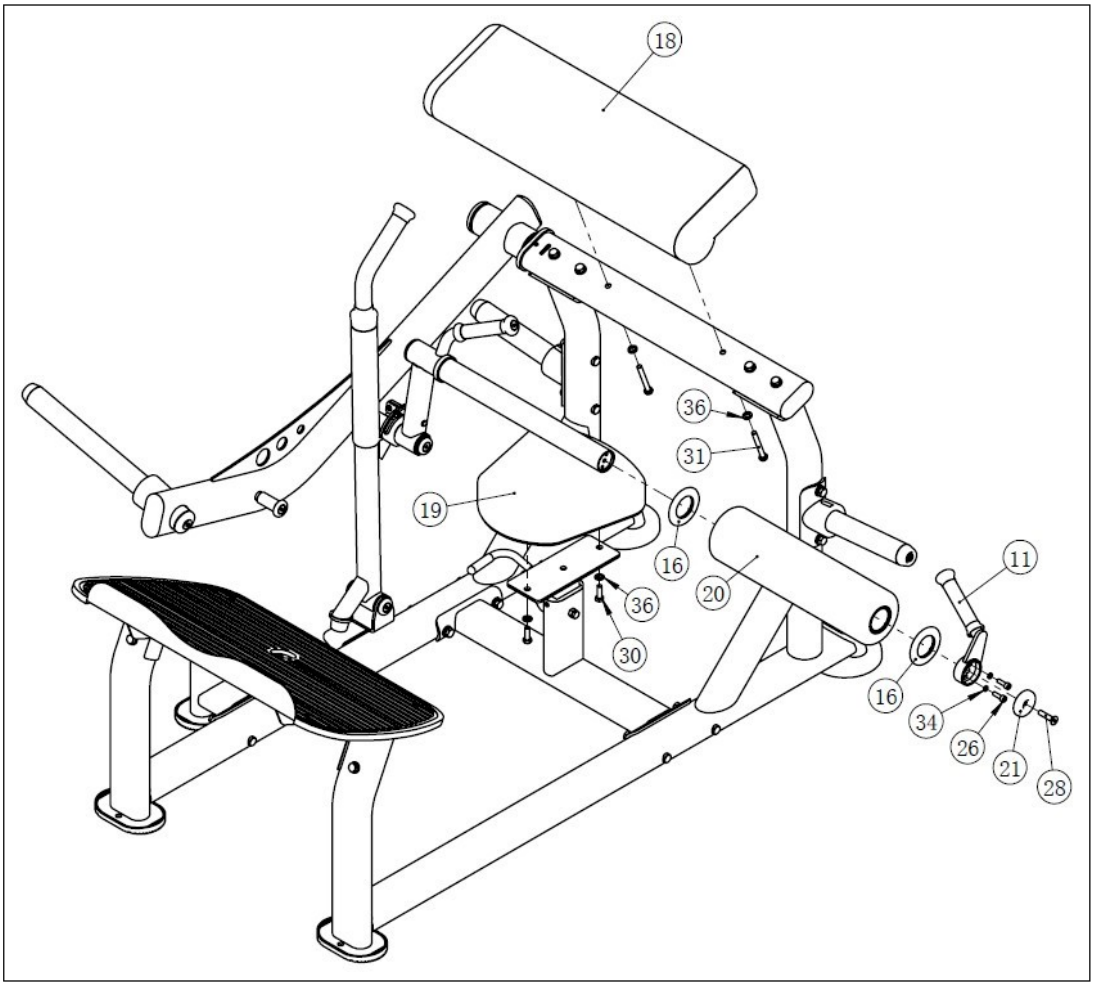
Podpery závažia (14) umiestnite tak, že zarovnáte otvory a nastavíte šípku nahor. Utiahnite skrutky (32) s podložkami (35) a (37).

Obr. 10



Umiestnite tyč na závažie (13) umiestnením dorazu (15), skrutky (29) a podložky (23).

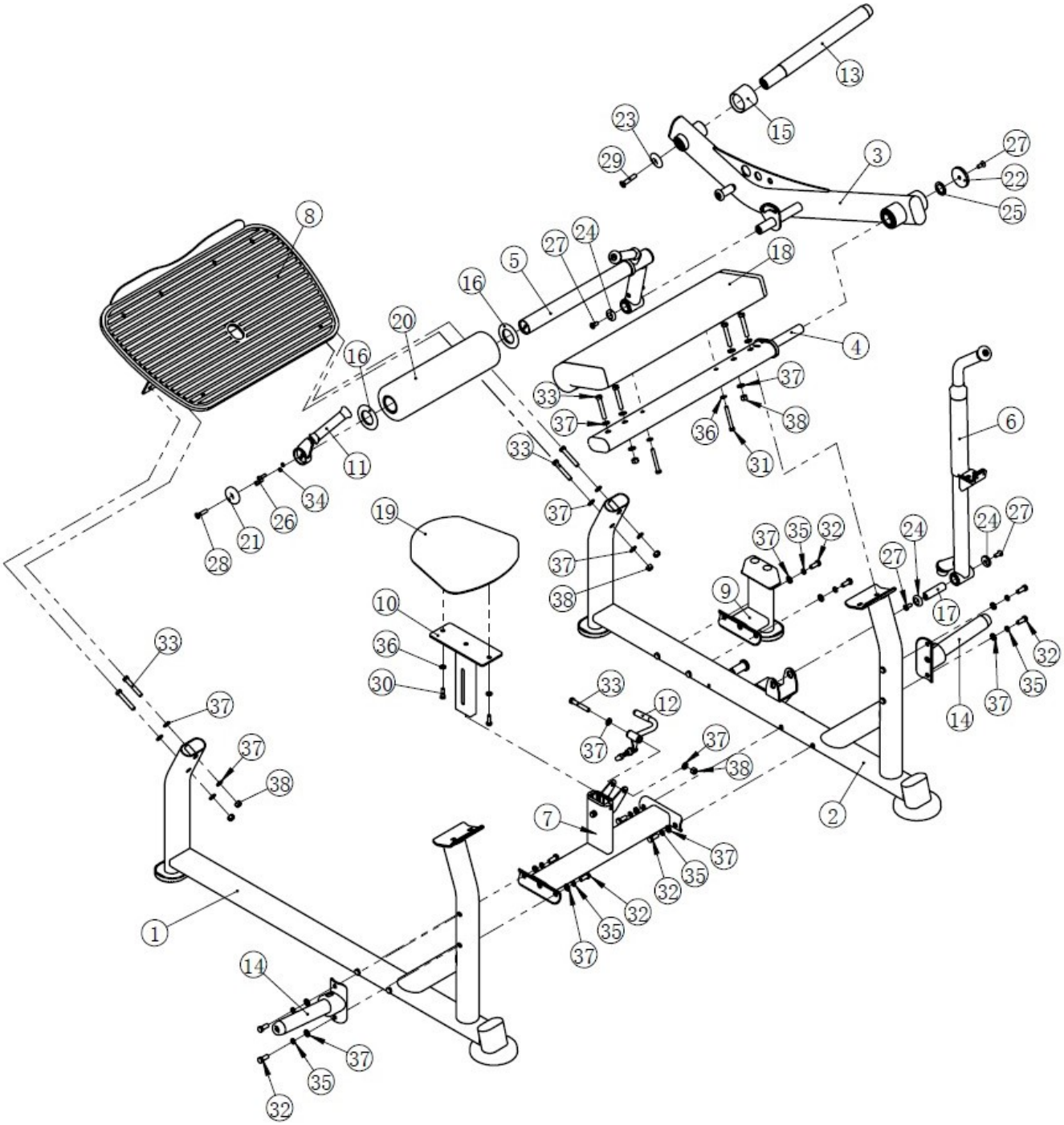
Obr. 11



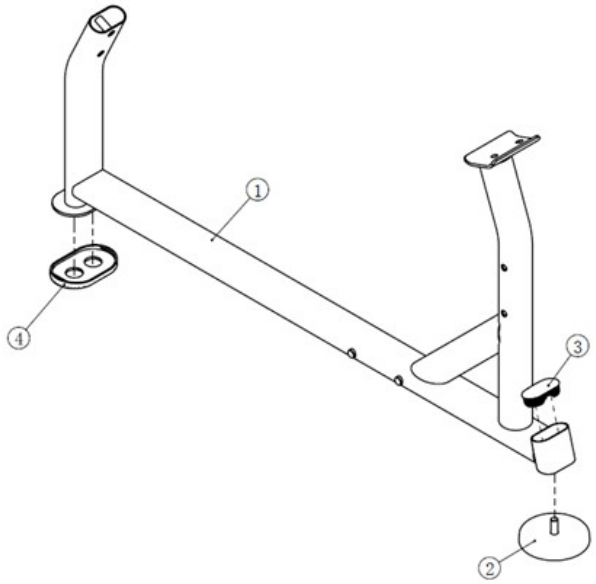
Pomocou skrutiek (30) a podložiek (36) pripevnite podložku sedla (19) k držiaku.
Umiestnite valček na rúru - najprv nasaďte krúžok (16), potom valček (20) a druhý krúžok (16). Naskrutkujte páku (11) pomocou skrutiek (26) a podložiek (34). Nakoniec vložte podložku (21) a skrutku (28).
Umiestnite operadlo (18) na konzolu a upevnite ho pomocou skrutiek (31) a podložiek (36).

VEĽMI DÔLEŽITÉ:
Po dokončení montáže trenažéra skontrolujte, či sú všetky skrutky nasadené a pevne dotiahnuté.

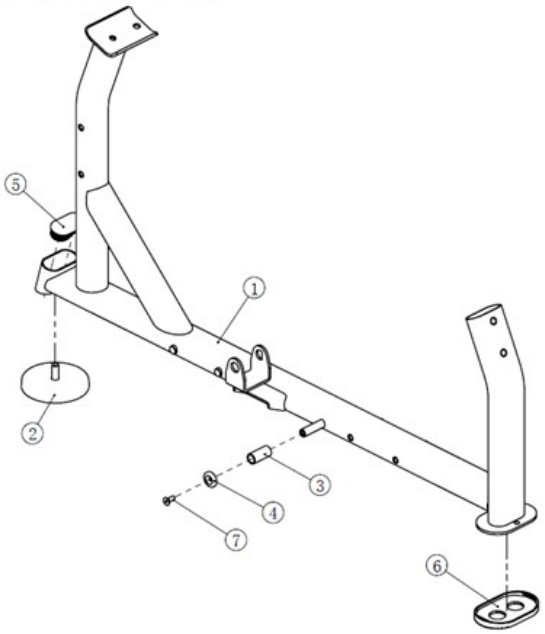
PL340


13
15
23
29
3
27
22
25
8
5
27
24
18
16
20
4
16
33
37
38
36
31
11
34
26
21
28
19
6
37
35
32
24
27
9
10
36
30
17
14
33
12
2
7
1
38
32
35
37

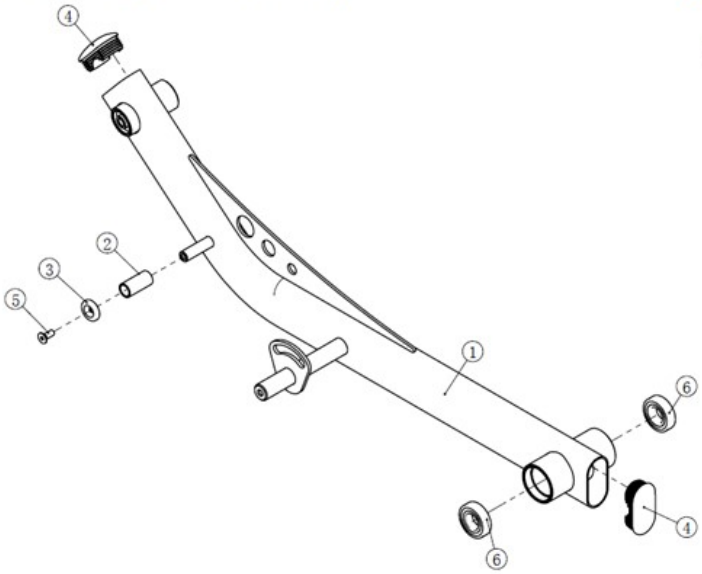
1.Frame 1 Assy



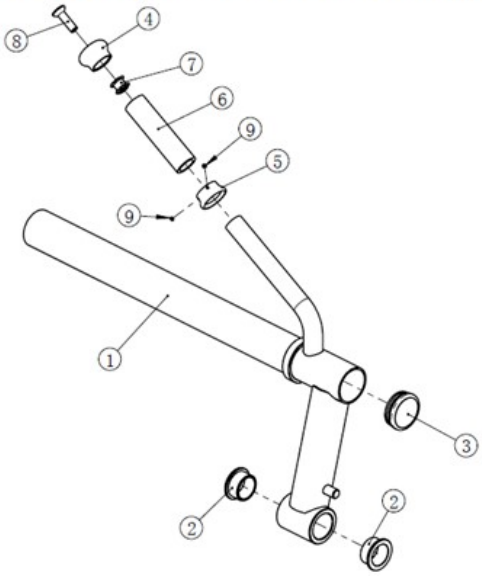
2. Frame 2 Assy



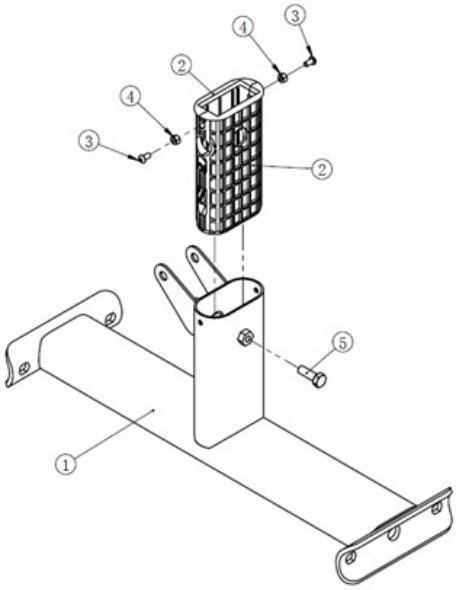
3. Swing Frame Assy



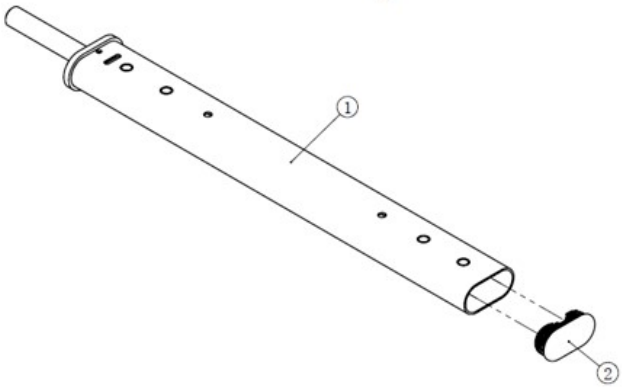
5. Rolling Pad Frame Assy



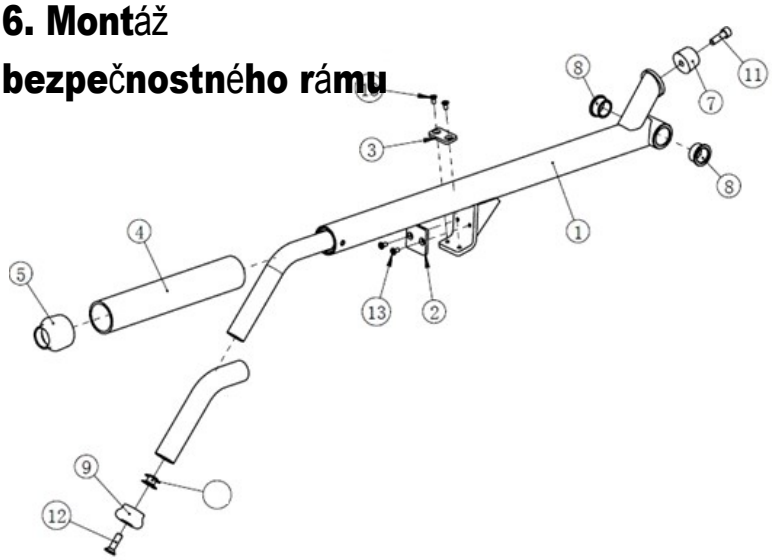
7. Seat Pad Frame Assy



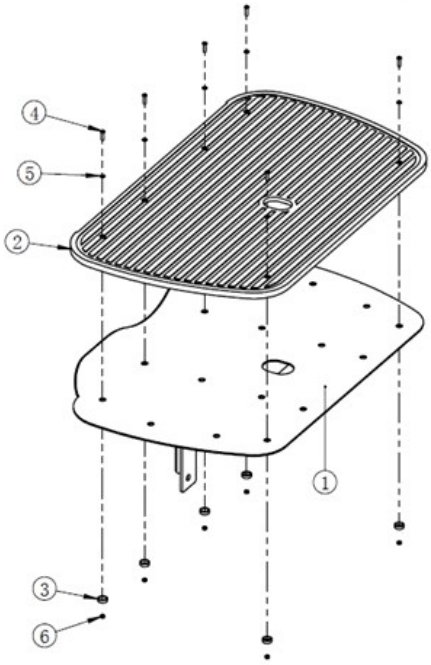
4. Back Pad Frame Assy



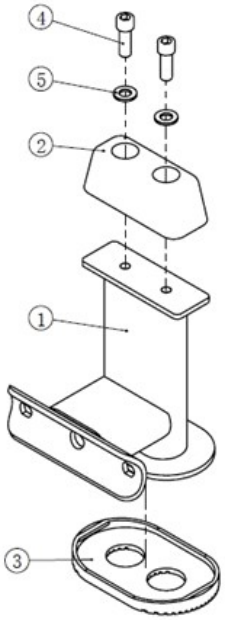
6. Montáž
bezpečnostného rámu



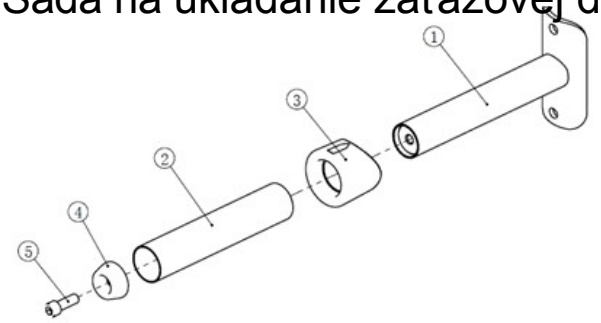
8. Rám pedálu



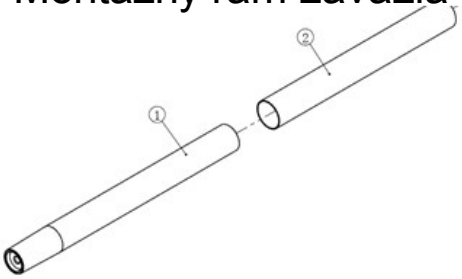
9. Spodná podpora
Rámová zostava



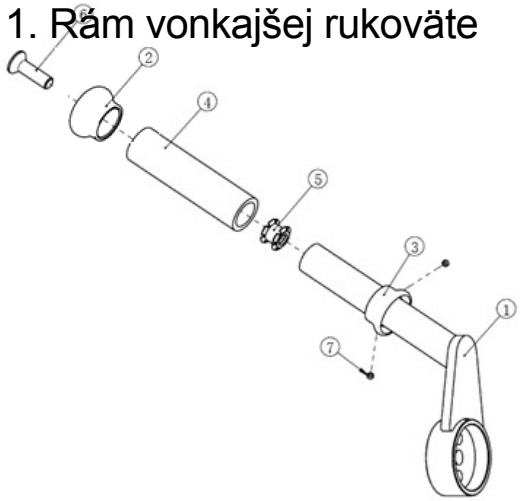
14. Sada na ukladanie záťažovej dosky



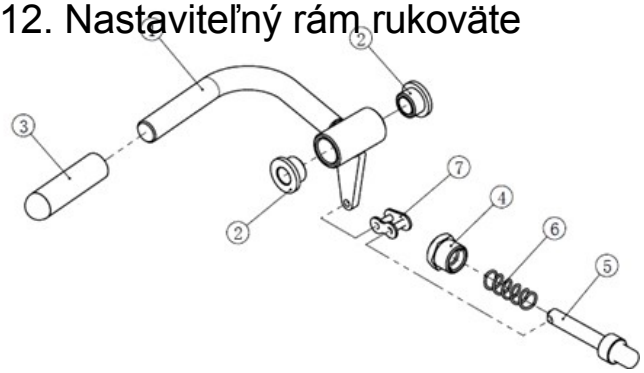
13. Montážny rám závažia %



11. Rám vonkajšej rukoväte



12. Nastaviteľný rám rukoväte



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