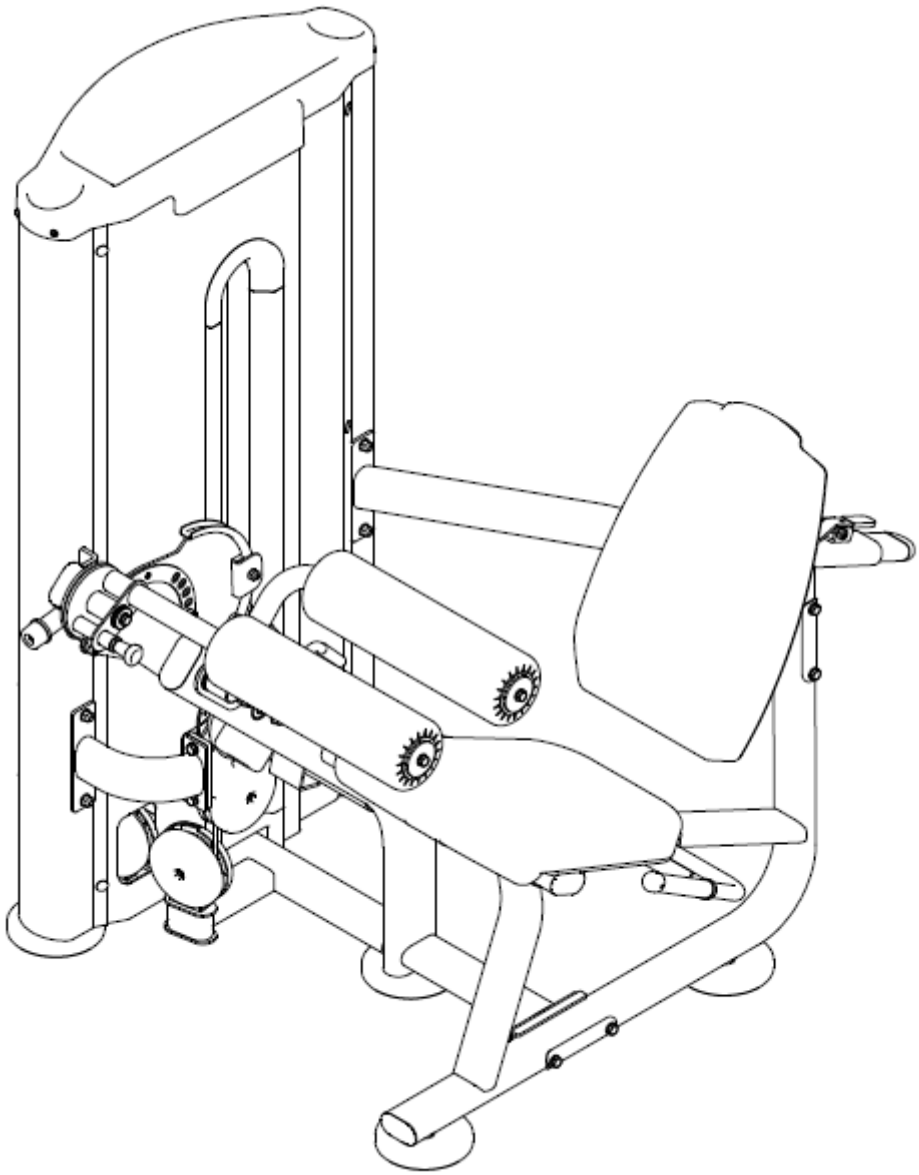
L020



Návod k obsluze
Posilovací stroj BH Fitness L020 Leg Extension/Leg Curl
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 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.

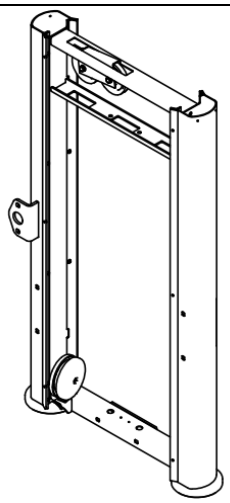
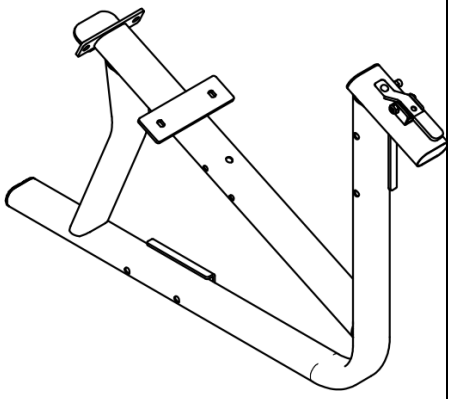
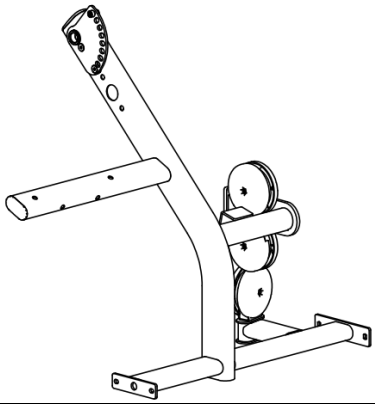
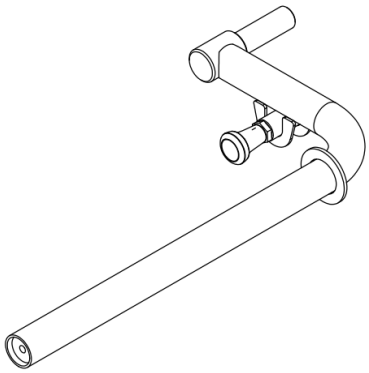
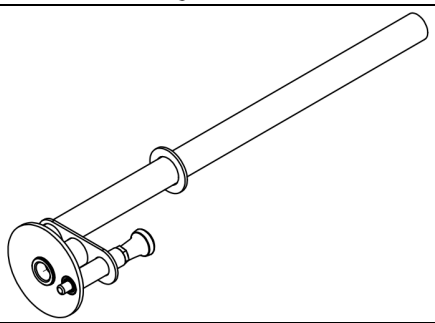
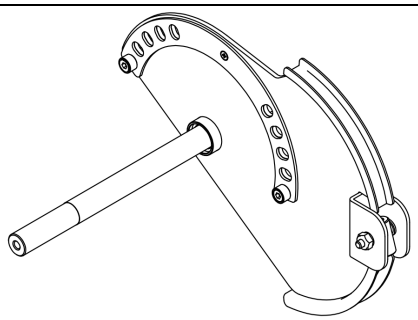
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

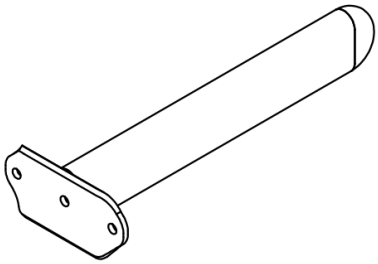
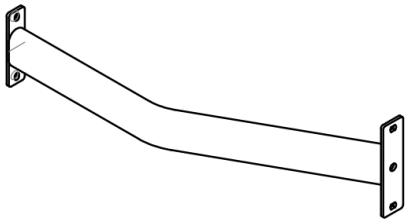
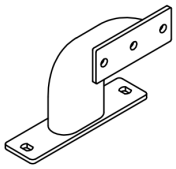
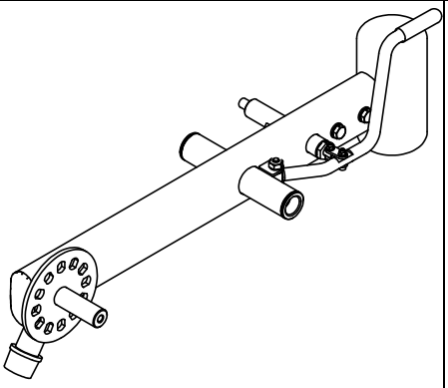
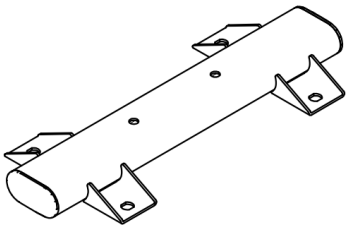
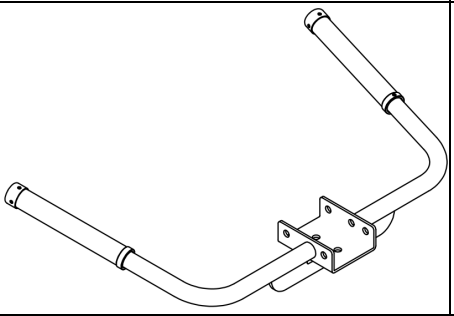
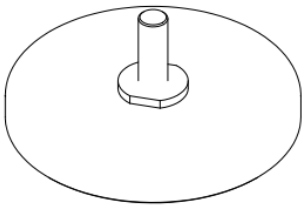
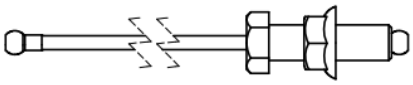
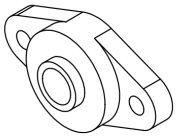
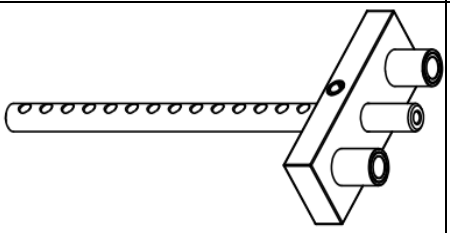
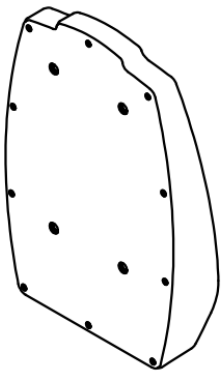
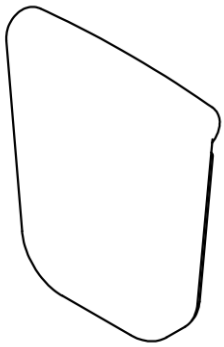
■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

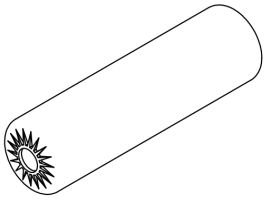
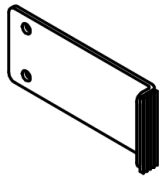
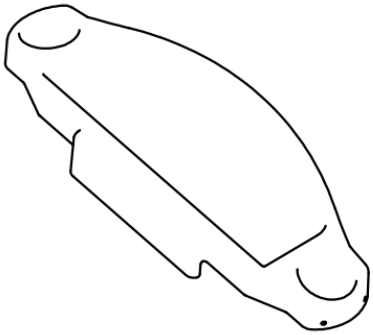
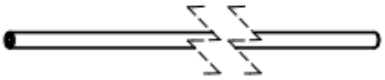
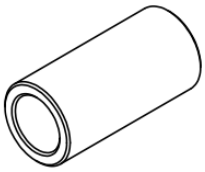
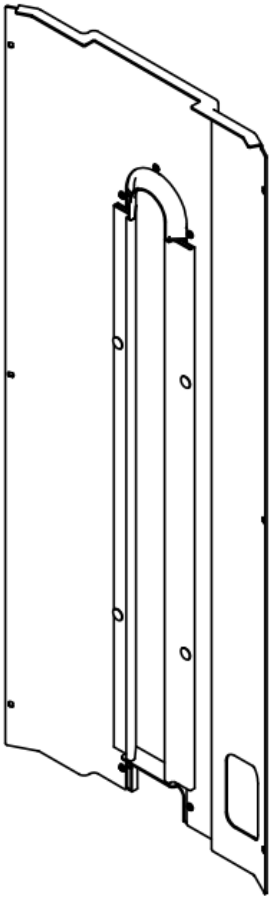
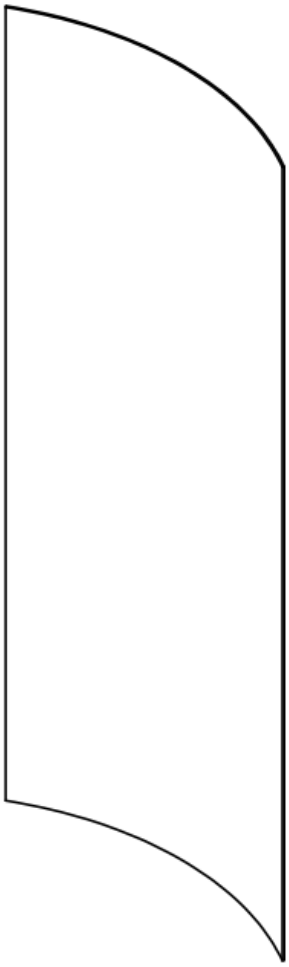
Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

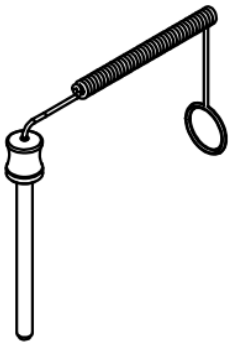
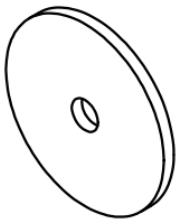
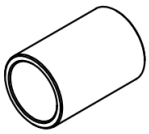
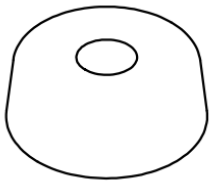
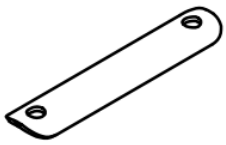
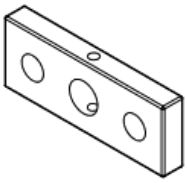
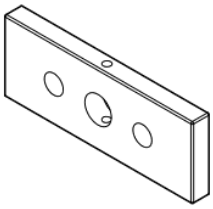
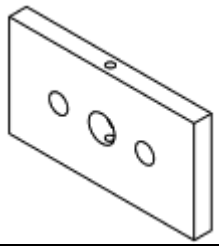
Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybí žádné díly.

Obr. A

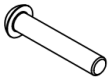
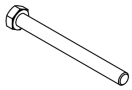
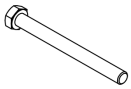
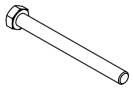
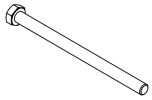
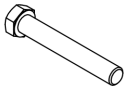
№		✓		№		✓
1		1		2		1
4		1		6		1
7		1		8		1

9		**1**		**10**		**1**
11		**1**		**12**		**1**
15		**1**		**16**		**1**
17		**3**		**24**		**1**
65		**2**		**25**		**1**
19		**1**		**20**		**1**

21		**2**		**33**		**1**
28		**1**		**29**		**2**
35		**4**		**36**		**1**
26		**1**		**27**		**1**

37		**1**		**38**		**2**
39		**1**		**40**		**4**
41		**6**		**42**		**2**
66		**4**		**67**		**3**
120		**2**		**121**		**3**
122		**10**				

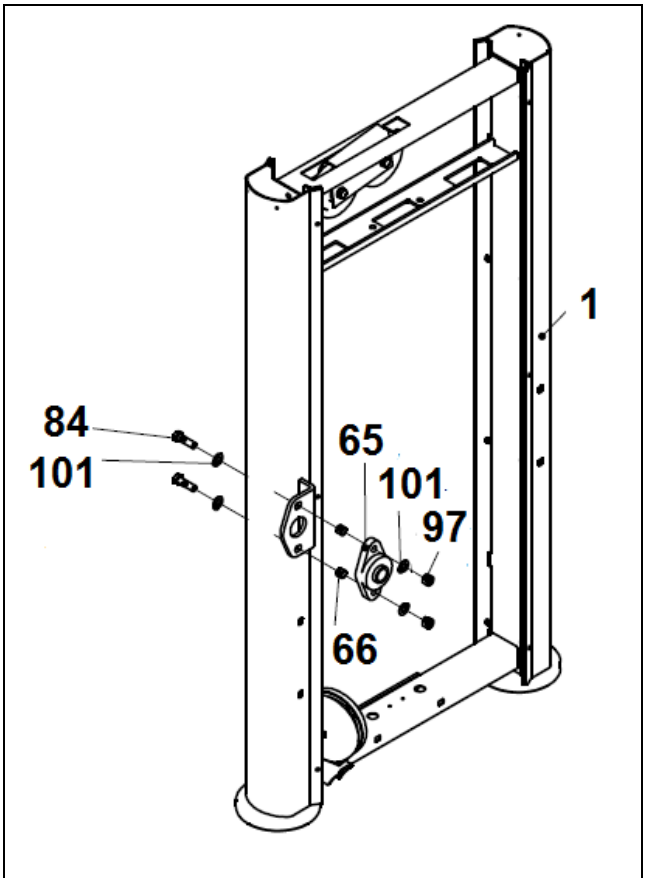
Obr. B

№		✓				✓
73	 M-5x12	6		74	 M-10x20	2
75	 M-10x25	8		76	 M-10x30	6
77	 M10x55	2		78	 M-10x60	1
79	 M-10x65	2		80	 M10x100	2
81	 M10x105	4		82	 M10x110	4
83	 M10x150	4		84	 M12x40	2
85	 M12x80	2		96	 M-10	17
97	 M-12	4		103	 M-5	6
100	 M-10	52		101	 M-12	8

MONTÁŽNÍ POKYNY

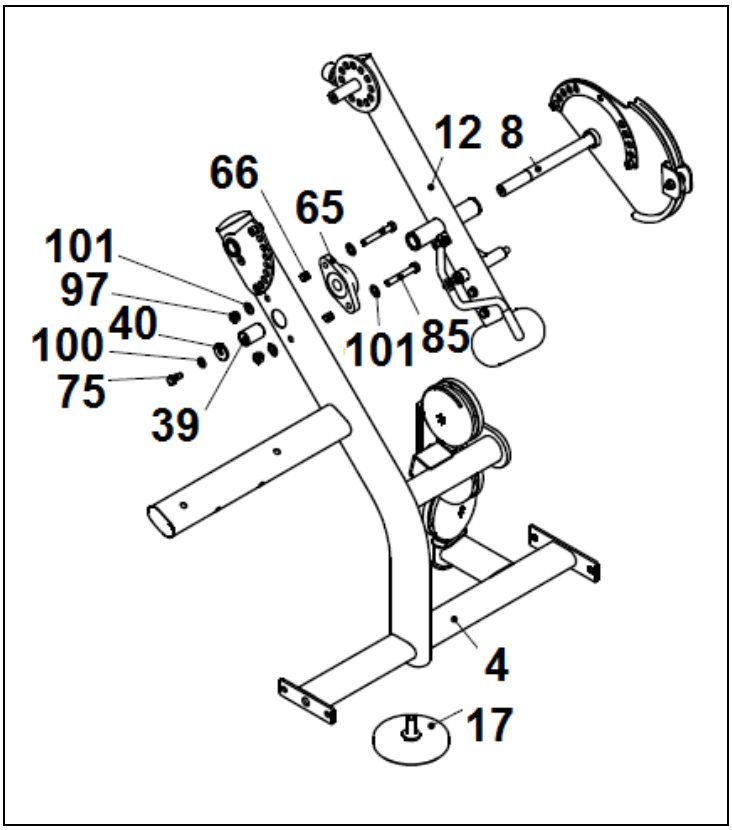
POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

Obr. 1



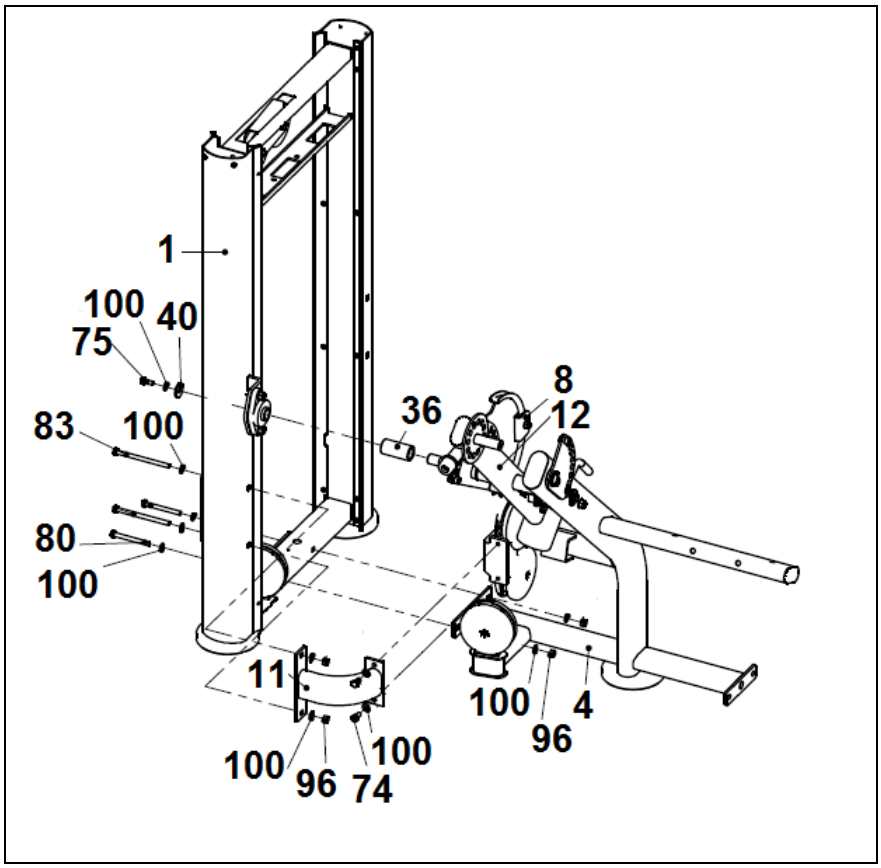
Opřete hlavní podpěru (1) o zem, viz obr. 1.
Poté umístěte držák (65) a zajistěte jej pomocí šroubů (84), podložek (101) a matic (97).

Obr. 2



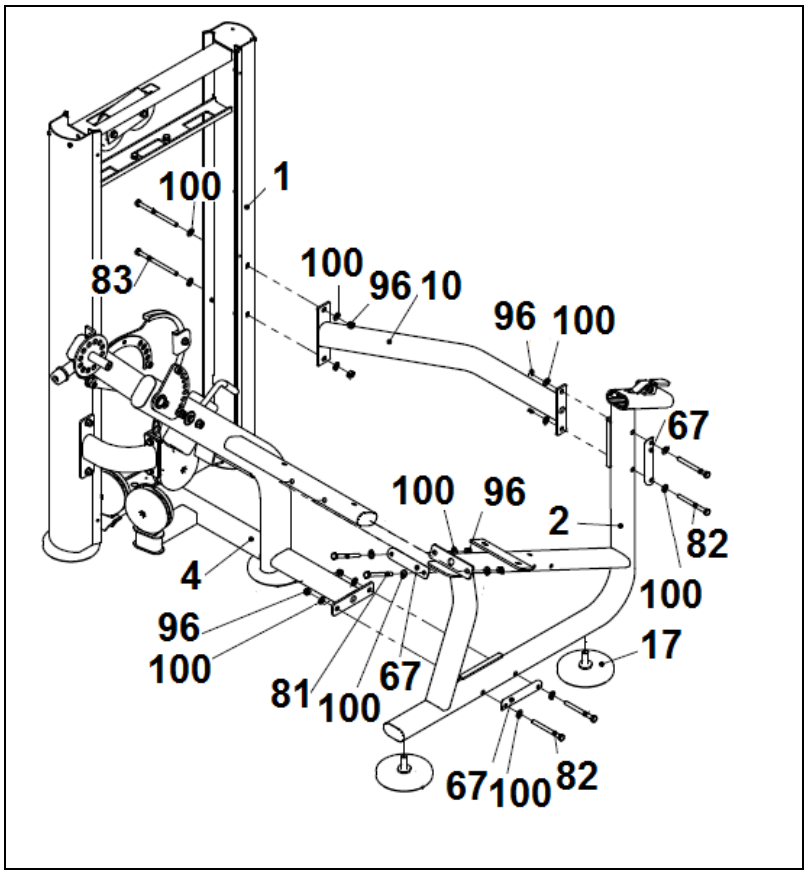
Vložte hřídel (8) do podpěry (12). Umístěte podpěru (65) a připevněte ji k držáku (4) pomocí šroubů (85) spolu s podložkami (101) a maticemi (97). Utáhněte stavěcí šrouby (66) pro podpěry ložisek (65).
Poté nasaďte druhý konec hřídele do podpěry (65) a vložte rozpěrku (39) a podložku (40) (100), připevněte ji k hřídeli (8) pomocí šroubu (75).
Našroubujte vyrovnávací patku (17) na podpěru (4).

Obr. 3



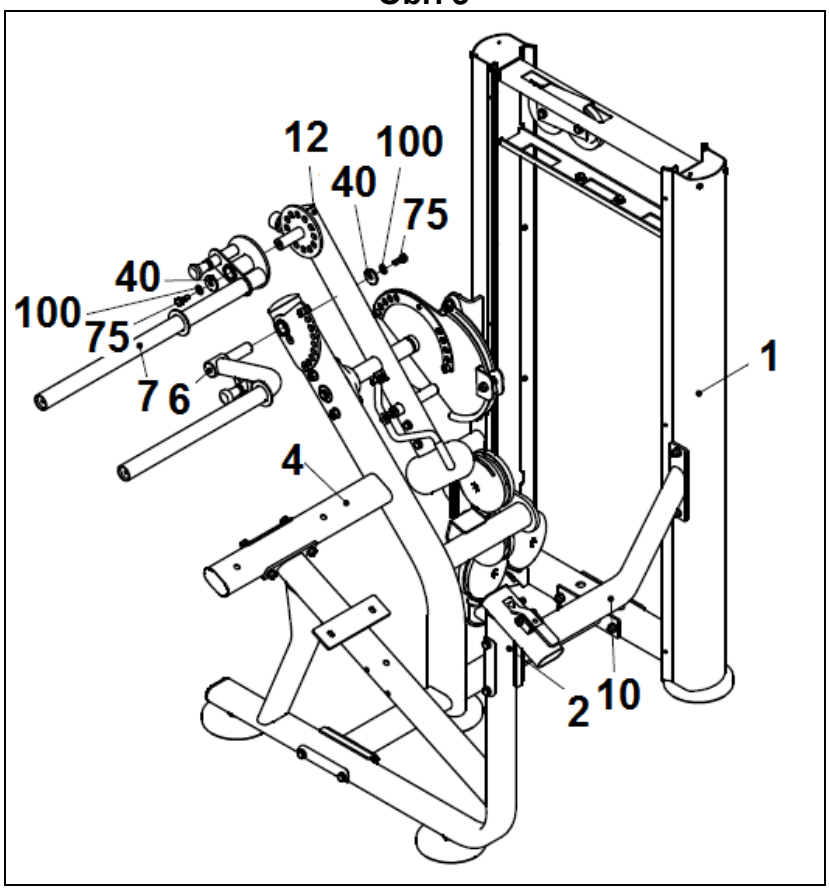
Nasaďte rozpěrku (36) a vložte hřídel (8), obr. 3, do držáku (1), na konec hřídele (8) vložte podložku (40) (100) a utáhněte šroubem (75).
Namontujte šrouby (80) do závaží a držáku (4), utáhněte je spolu s podložkami (100) a maticemi (96). Umístěte držák (11) na závaží (1) a zajistěte jej šrouby (83) spolu s podložkami (100) a maticemi (96). Namontujte šrouby (74) společně s podložkami (100).

Obr. 4



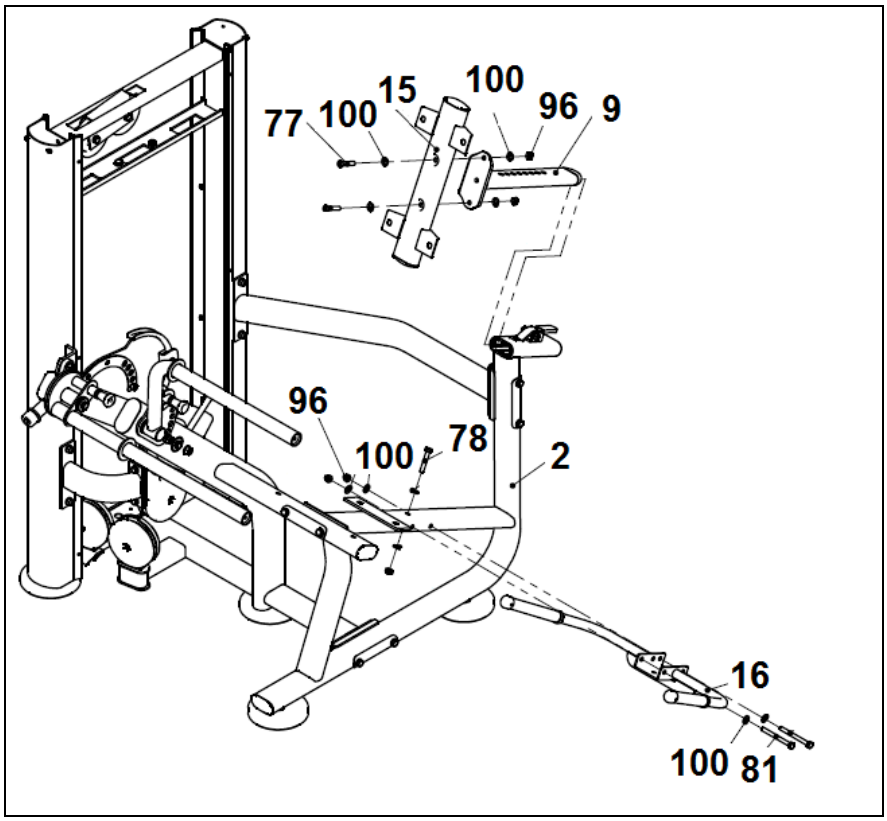
Umístěte držák (10) na závaží (1) a zajistěte jej pomocí šroubů (83) spolu s podložkami (100) a maticemi (96). Našroubujte vyrovnávací patky (17) na podpěru (2), dále umístěte konzolu (2) a zajistěte ji k podpěrám (10) a (4), pomocí šroubů (80) nasaďte držáky (67) spolu s podložkami (100) a maticemi (96).

Obr. 5



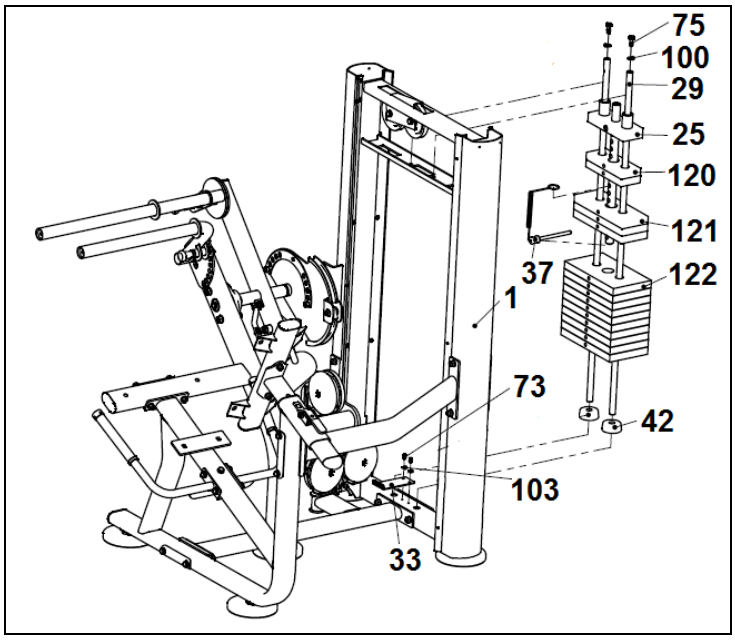
Vložte hřídel nožního válečku (6) do podpěry (4). Namontujte podložku (40) (100) a šroub (75). Vložte hřídel nožního válečku (7) do podpěry (12). Namontujte podložku (40) (100) a šroub (75).

Obr. 6



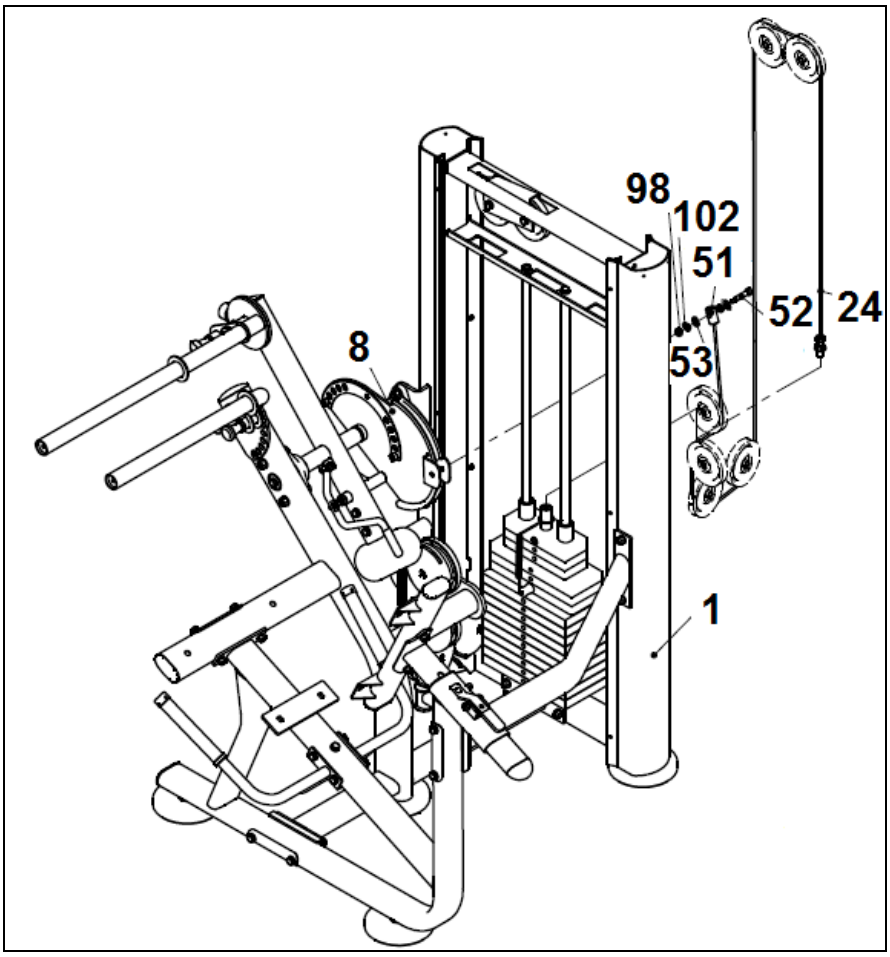
Umístěte řídítka (16) na podpěru (2), zajistěte je šrouby (78) spolu s podložkami (100) a maticemi (96). Na straně je utáhněte šrouby (81) spolu s podložkami (100) a maticemi (96).
Umístěte trubku opěradla (15) na nastavovací desku opěradla. Namontujte šrouby (77) spolu s podložkami (100) a maticemi (96) a pevně je utáhněte.

Obr. 7



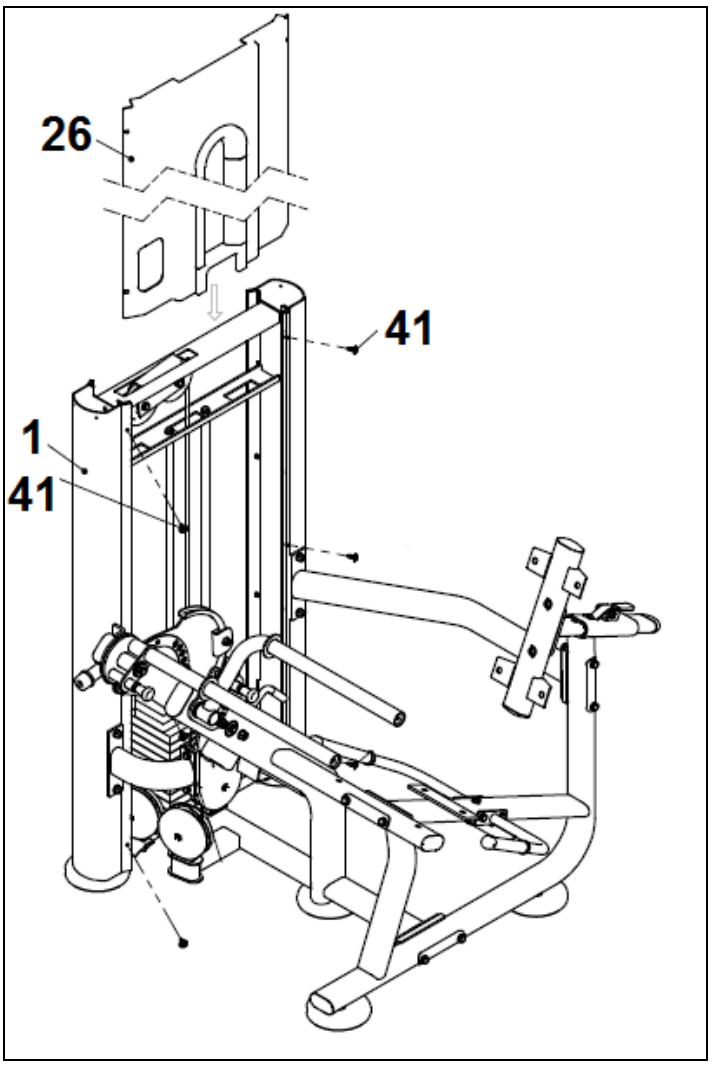
Poté umístěte držák (33) a zajistěte jej pomocí šroubů (73) spolu s podložkami (103).
Umístěte zarážku závaží (42) na sadu závaží (1) a vložte vodicí tyče závaží (29).
Dále namontujte závaží (122); (121), (120), těžší závaží vždy dole, nakonec vodicí závaží osaďte volící lištou (25), horní část vodicích tyčí utáhněte pomocí podložek (100) a šroubů (75).
Nasaďte volící kroužek (37) do středového pouzdra na vodícím závaží (25).

Obr. 8



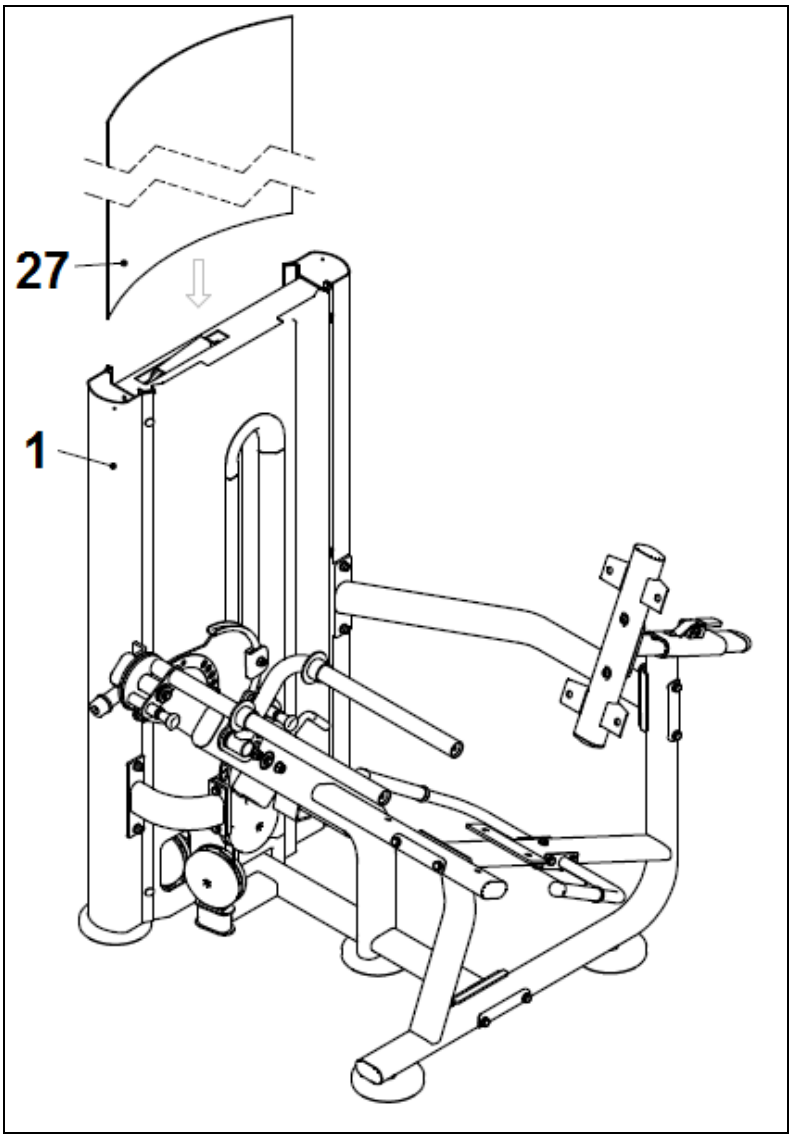
Zašroubujte konec kabelu (24) na vodící závaží (25), vezměte druhý konec kabelu (51) a protáhněte jej horními kladkami a spodní kladkou a zajistěte konec kabelu na vačce (8), pomocí šroubu (52) spolu s podložkami (102) (53) a maticemi (98).

Obr. 9



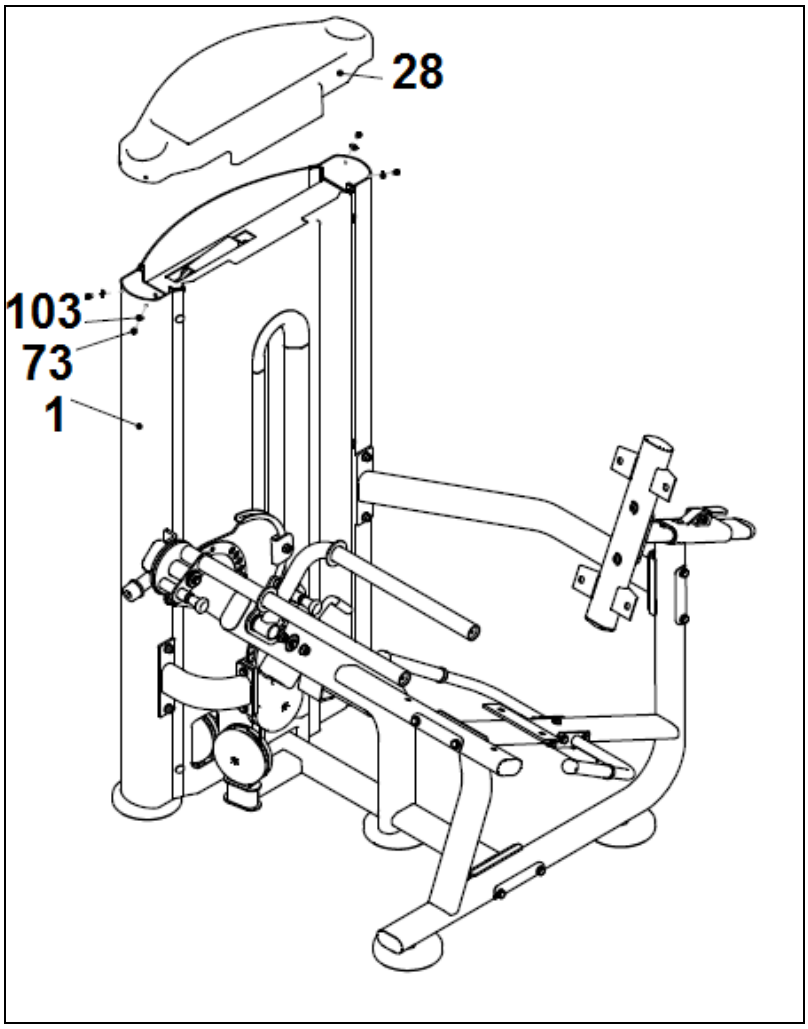
Přední kryt (26) nasaďte shora ve směru šipky na sadu závaží (1). Nasaďte vložky (41) na obě strany sady závaží.

Obr. 10



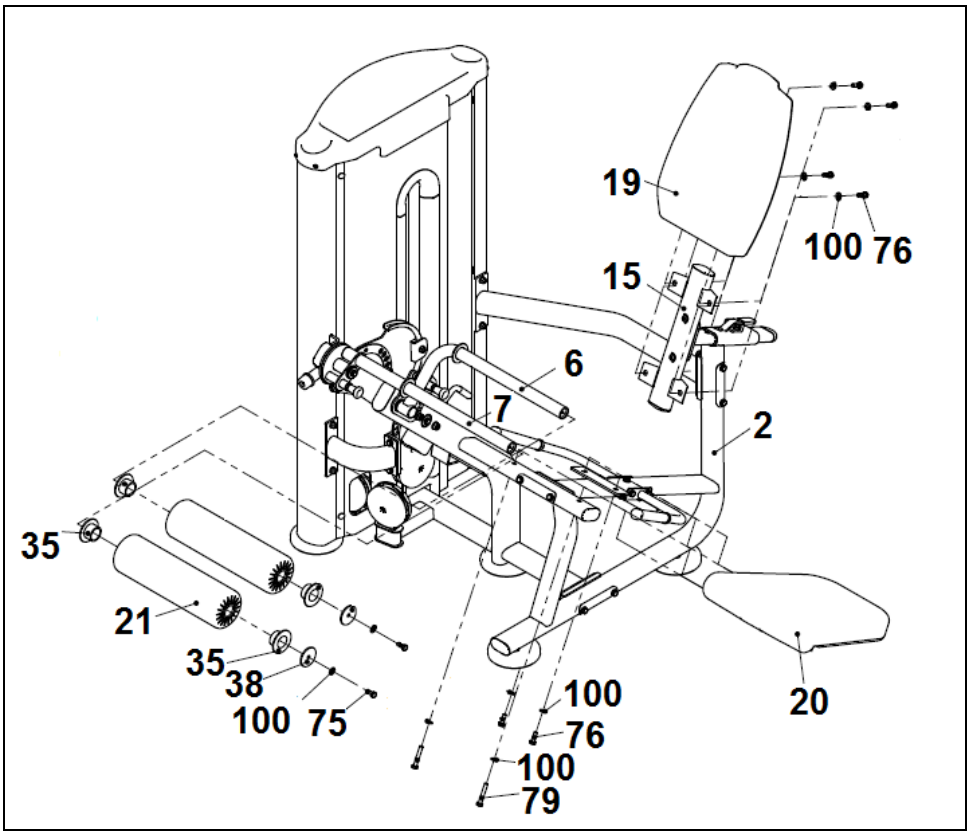
Namontujte zadní kryt (27) na sadu závaží (1) shora ve směru šipky.

Obr. 11



Namontujte horní kryt (28) shora ve směru šipky na sadu závaží (1). Namontujte podložky (103) a šrouby (73).

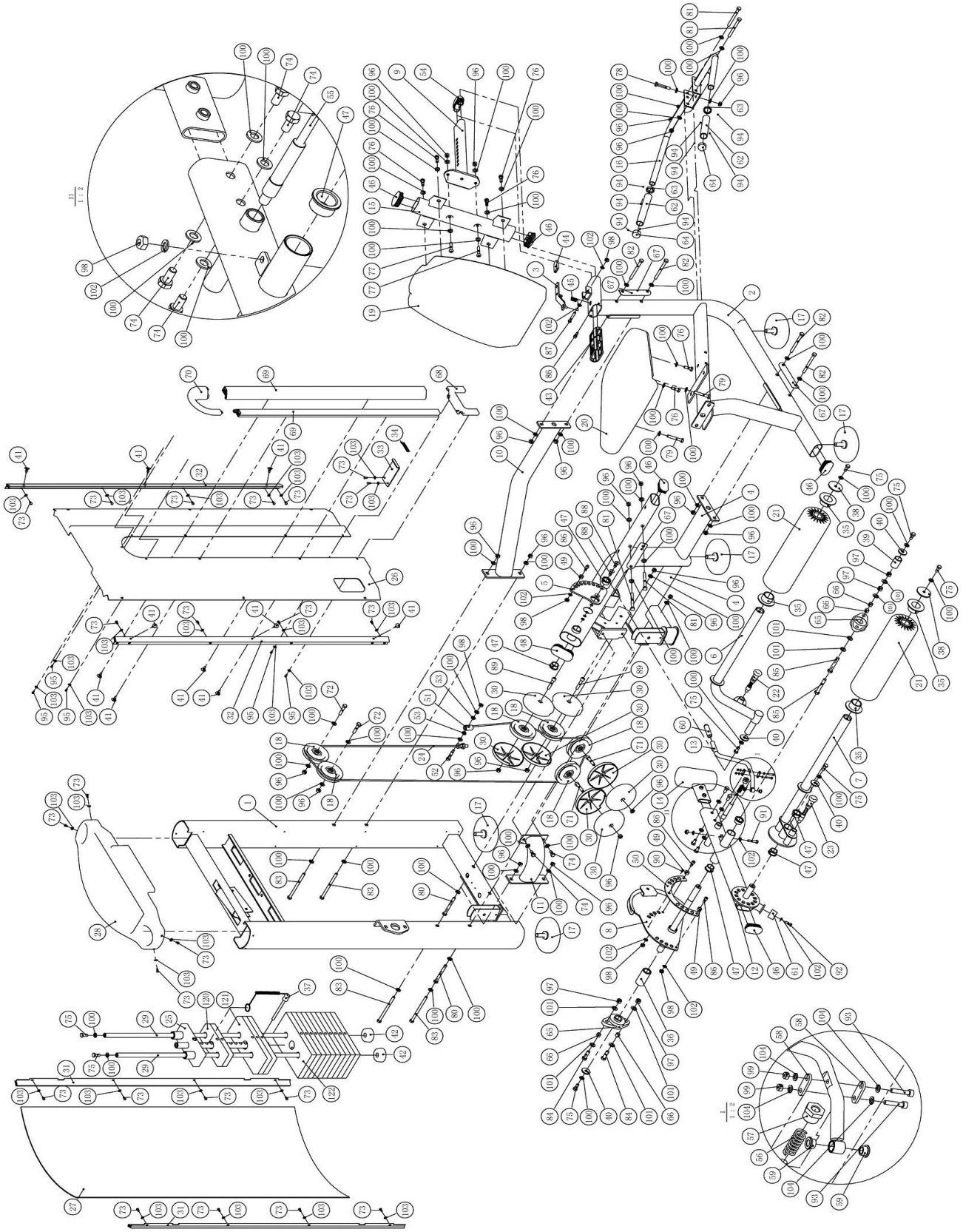
Obr. 12

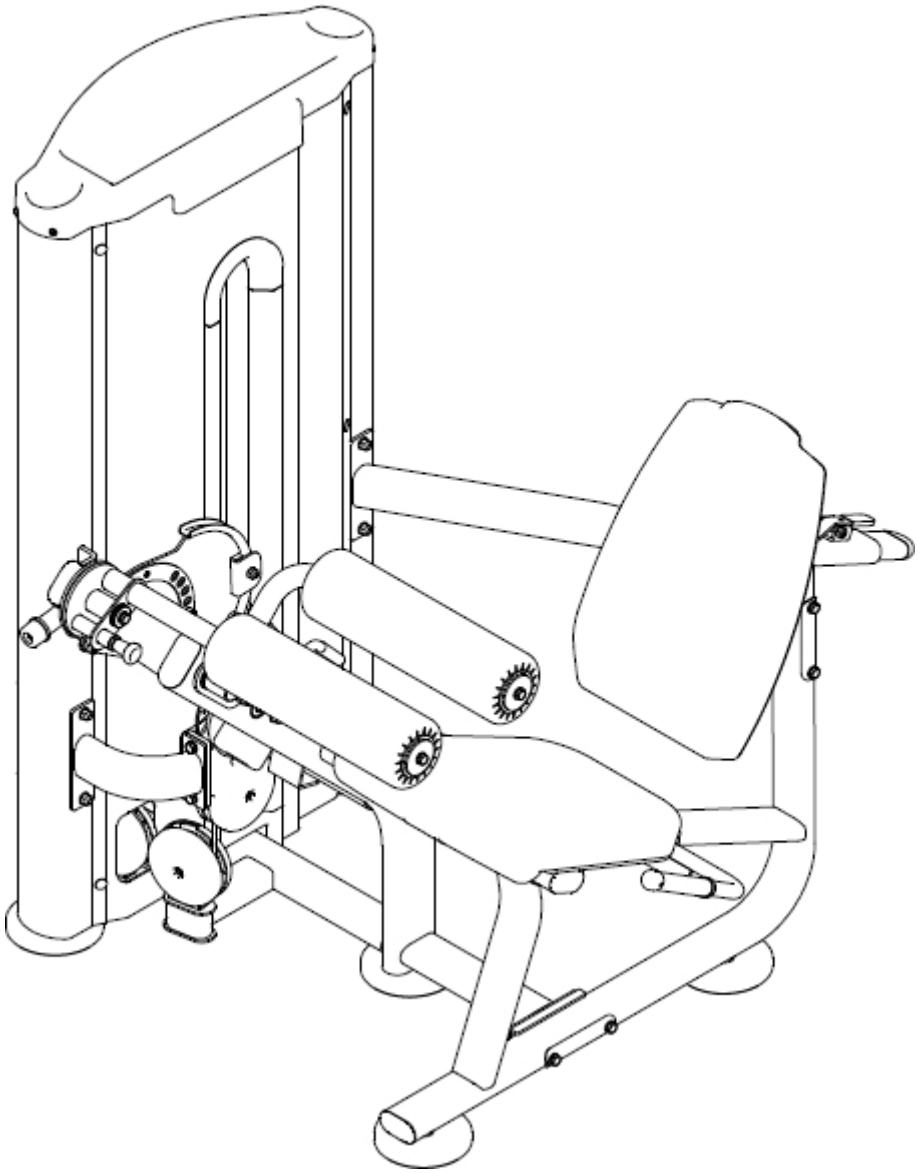


Umístěte opěradlo (19) na podpěru (15), zajistěte jej šrouby (76) spolu s podložkami (100).
Poté umístěte sedlo (20) na podpěru (2) a zajistěte jej pomocí šroubů (76) (79) spolu s plochými podložkami (100).
Nyní nasaďte podložku (35) na hřídel (6), poté nasaďte váleček (21) spolu s podložkou (35) na hřídel. Namontujte pouzdro (38) a zajistěte jej šrouby (75).

VELMI DŮLEŽITÉ:

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





Návod na obsluhu
Posilňovací stroj BH Fitness L020 Leg Extension/Leg Curl
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 najmenej 0,5 metra voľného priestoru.

■ Zariadenie je navrhnuté v súlade s najnovšími bezpečnostnými normami.

■ Toto zariadenie je v súlade s normou EN 957. 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.

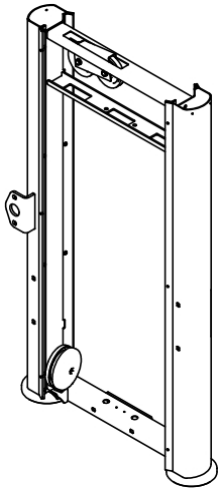
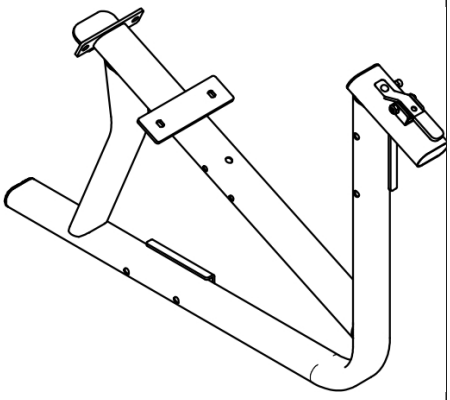
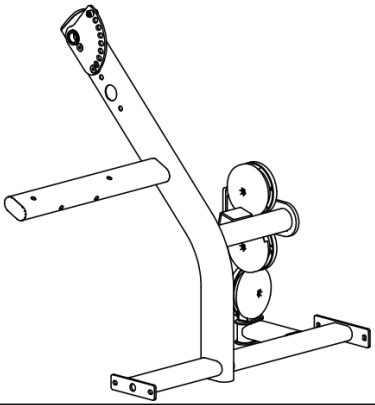
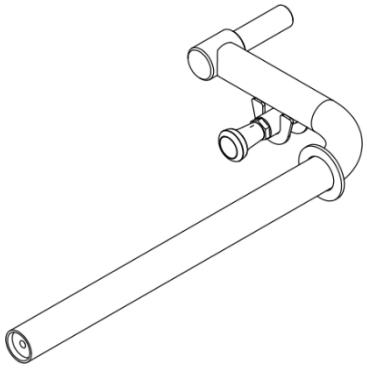
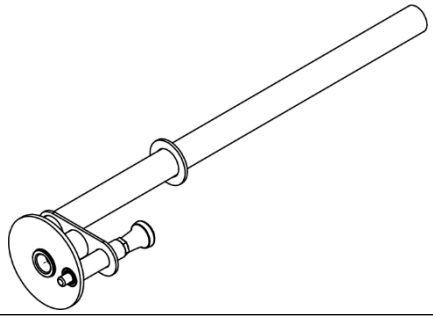
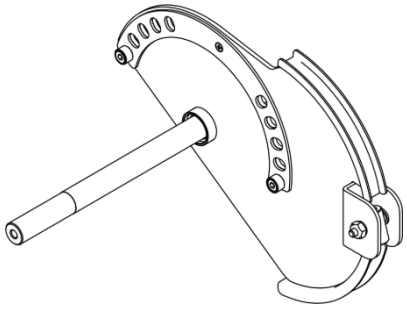
■ Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, aby ste sa uistili, že môžete používať trenažér.
Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, neprepínajte sa.
Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

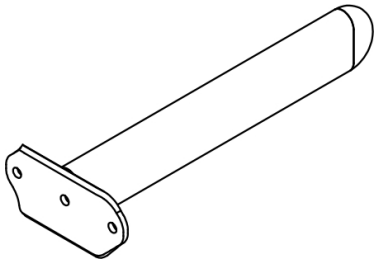
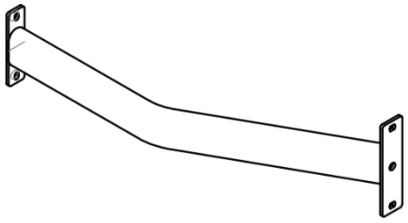
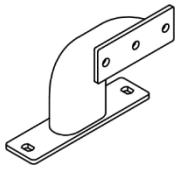
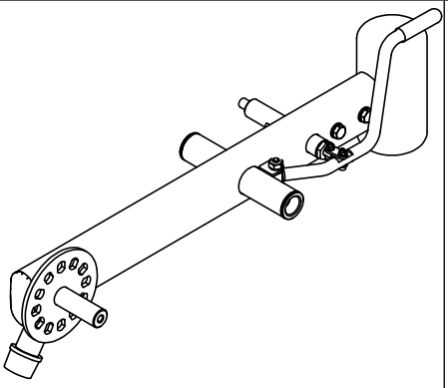
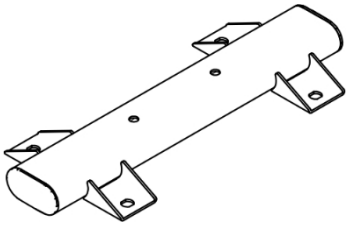
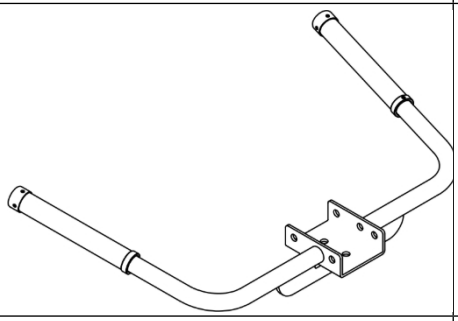
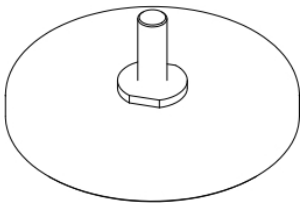
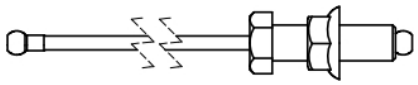
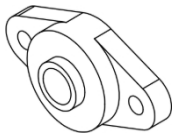
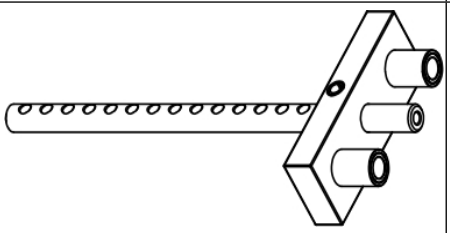
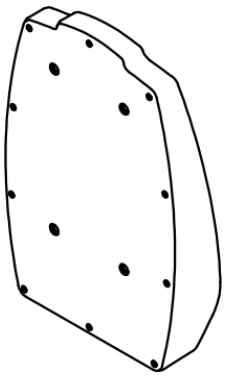
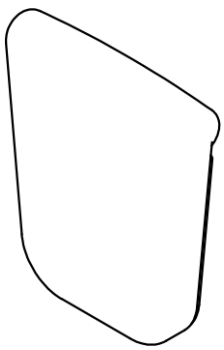
■ Dávajte pozor na pokyny trénera.

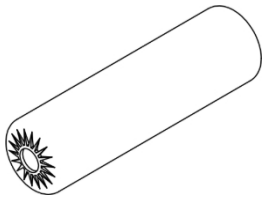
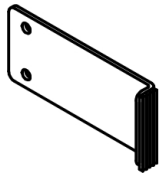
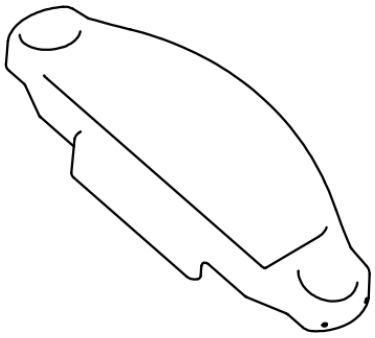
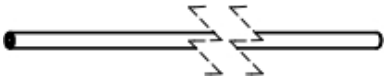
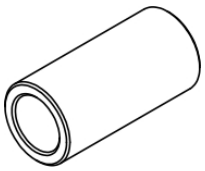
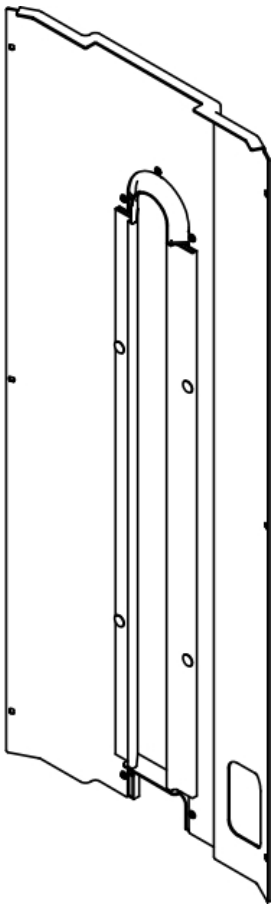
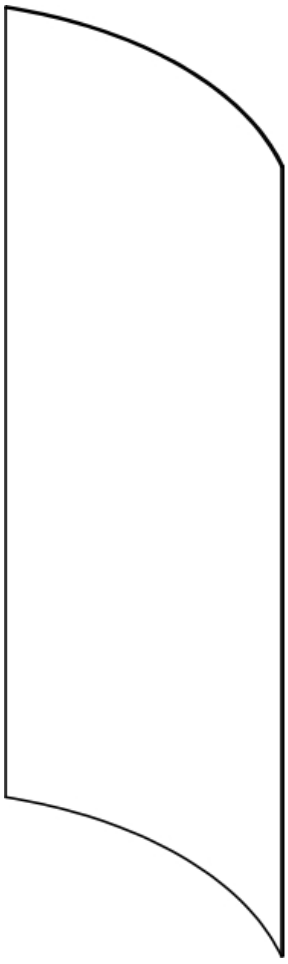
Pri montáži trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.

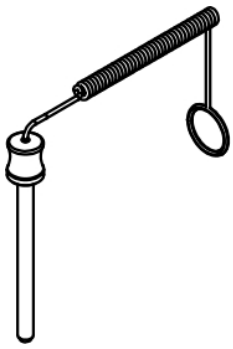
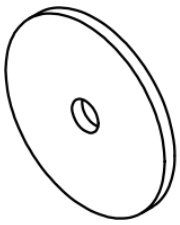
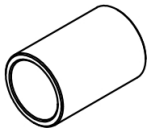
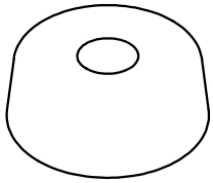
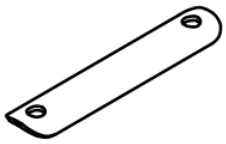
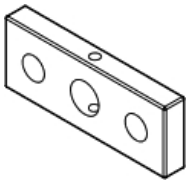
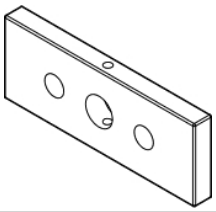
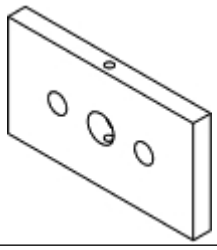
Vyberte jednotku z krabice a skontrolujte jednotlivé komponenty podľa zoznamu na obr. A a obr. B, aby ste sa uistili, že nechýbajú žiadne súčasti.

Obr. A

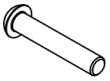
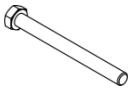
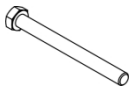
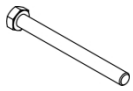
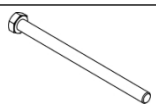
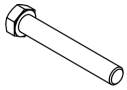
Nº		✓	Nº		✓
1		1	2		1
4		1	6		1
7		1	8		1

9		**1**		**10**		**1**
11		**1**		**12**		**1**
15		**1**		**16**		**1**
17		**3**		**24**		**1**
65		**2**		**25**		**1**
19		**1**		**20**		**1**

21		**2**		**33**		**1**
28		**1**		**29**		**2**
35		**4**		**36**		**1**
26		**1**		**27**		**1**

37		1		38		2
39		1		40		4
41		6		42		2
66		4		67		3
120		2		121		3
122		10				

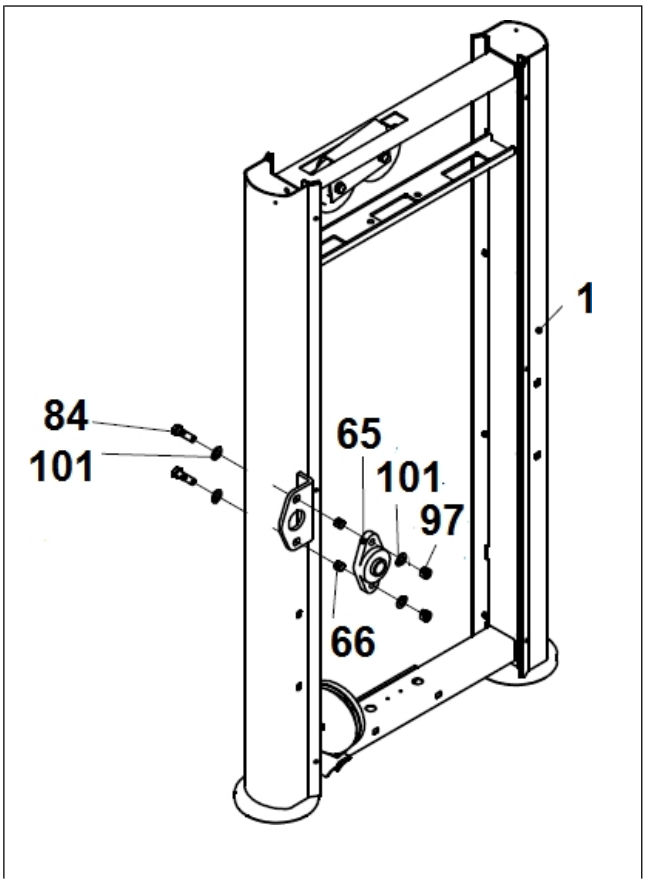
Obr. B

Nº		✓				✓
73	 M-5x12	6		74	 M-10x20	2
75	 M-10x25	8		76	 M-10x30	6
77	 M10x55	2		78	 M-10x60	1
79	 M-10x65	2		80	 M10x100	2
81	 M10x105	4		82	 M10x110	4
83	 M10x150	4		84	 M12x40	2
85	 M12x80	2		96	 M-10	17
97	 M-12	4		103	 M-5	6
100	 M-10	52		101	 M-12	8

MONTÁŽNE POKYNY

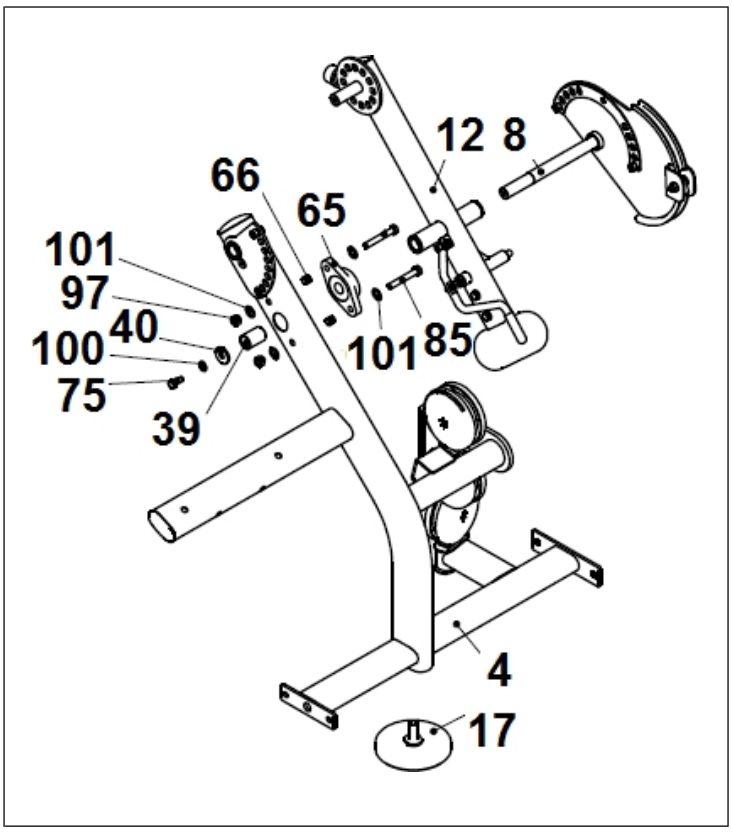
POZNÁMKA: Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

Obr. 1



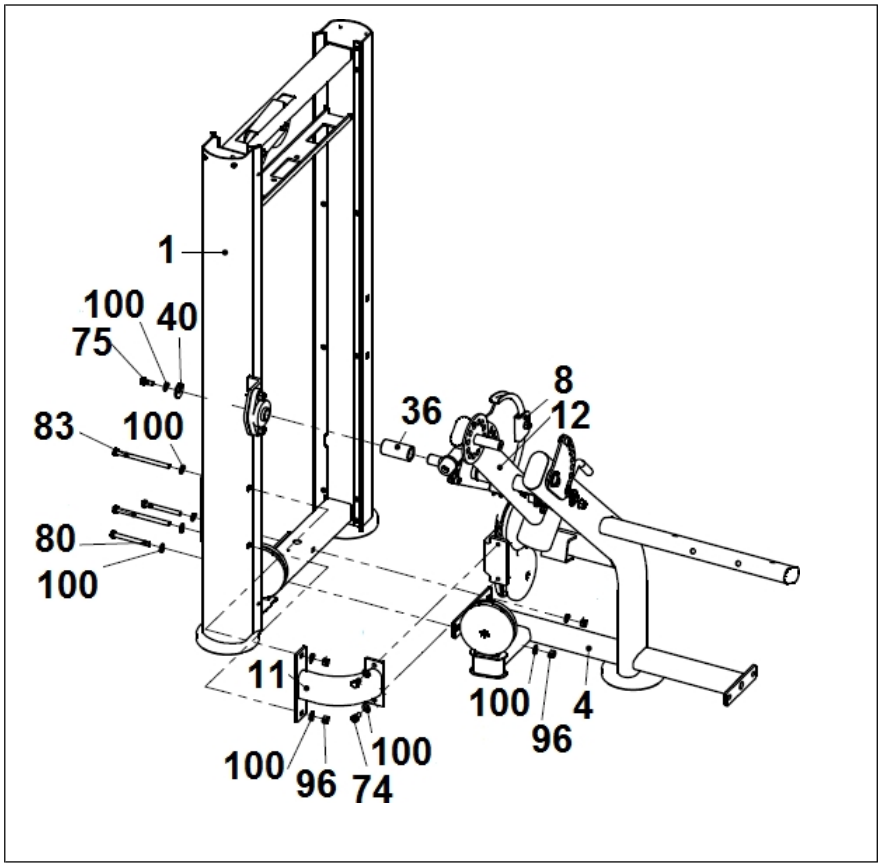
Hlavnú podperu (1) položte na zem, pozri obr. 1.
Potom umiestnite držiak (65) a zaistite ho skrutkami (84), podložkami (101) a maticami (97).

Obr. 2



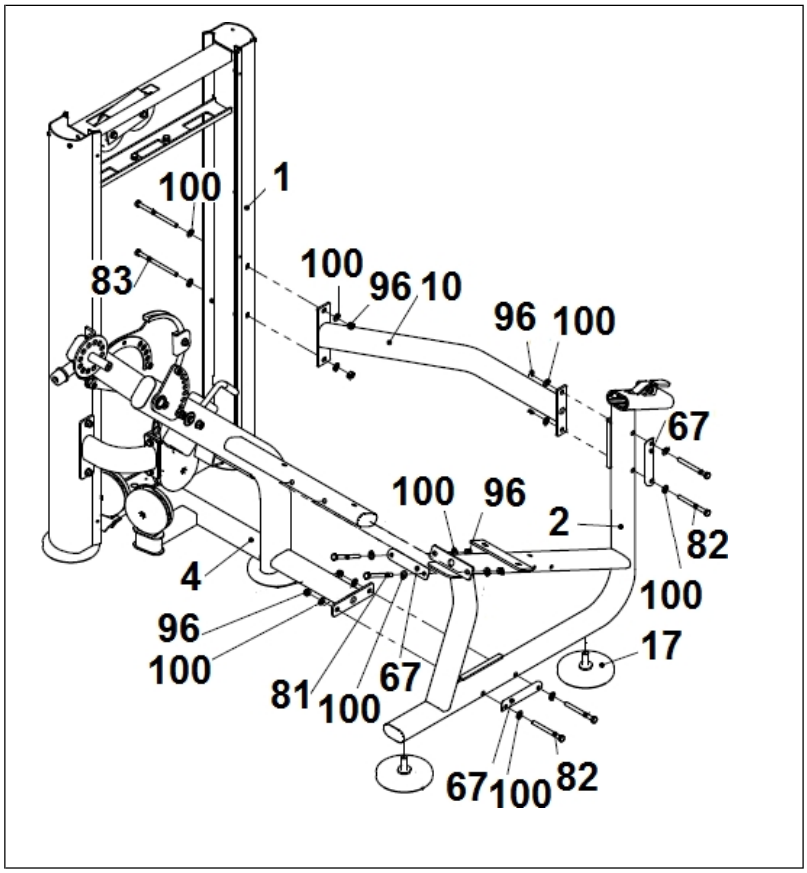
Vložte hriadeľ (8) do podpery (12). Umiestnite podperu (65) a upevnite ju k držiaku (4) pomocou skrutiek (85) spolu s podložkami (101) a maticami (97). Utiahnite nastavovacie skrutky (66) pre ložiskové podpery (65).
Potom vložte druhý koniec hriadeľa do podpery (65) a vložte dištančnú podložku (39) a podložku (40) (100) a pripevnite ju k hriadeľu (8) pomocou skrutky (75).
Naskrutkujte nivelačnú pätku (17) na podperu (4).

Obr. 3



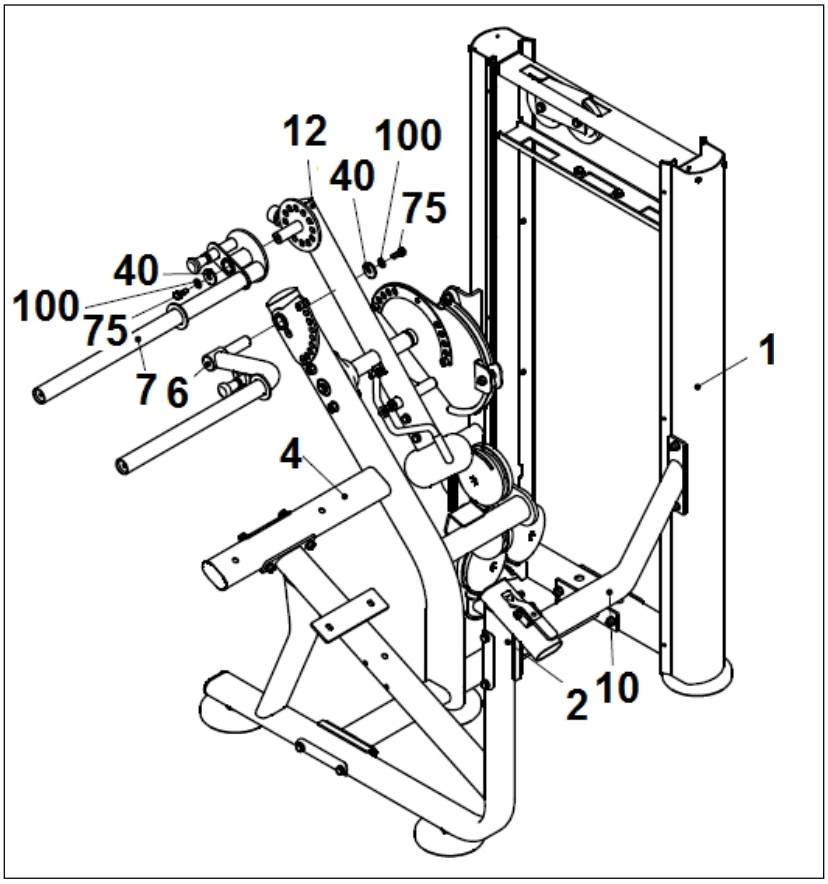
Nasaďte dištančnú podložku (36) a vložte hriadeľ (8), obr. 3, do držiaka (1), na koniec hriadeľa (8) nasaďte podložku (40) (100) a utiahnite skrutku (75).
Namontujte skrutky (80) do závažia a držiaka (4), utiahnite ich spolu s podložkami (100) a maticami (96). Umiestnite držiak (11) na závažie (1) a zaistite ho skrutkami (83) spolu s podložkami (100) a maticami (96). Namontujte skrutky (74) spolu s podložkami (100).

Obr. 4



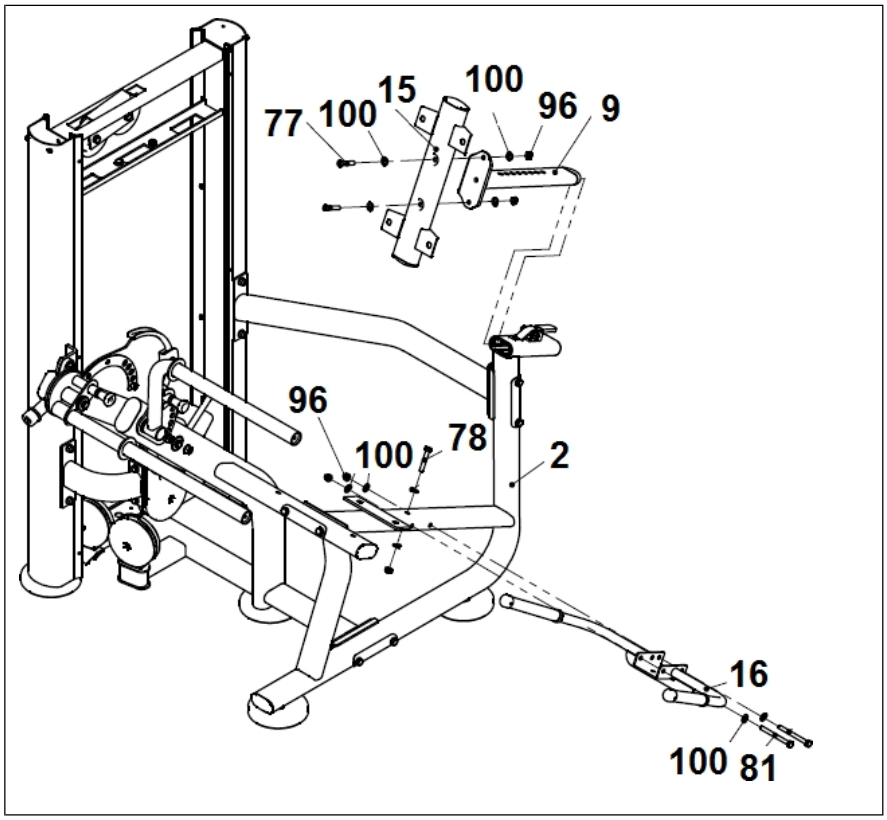
Umiestnite držiak (10) na závažie (1) a zaistite ho skrutkami (83) spolu s podložkami (100) a maticami (96). Na podperu (2) naskrutkujte vyrovnávacie nožičky (17), potom umiestnite konzolu (2) a upevnite ju na podpery (10) a (4) pomocou skrutiek (80), ktoré pripevnia konzoly (67) spolu s podložkami (100) a maticami (96).

Obr. 5



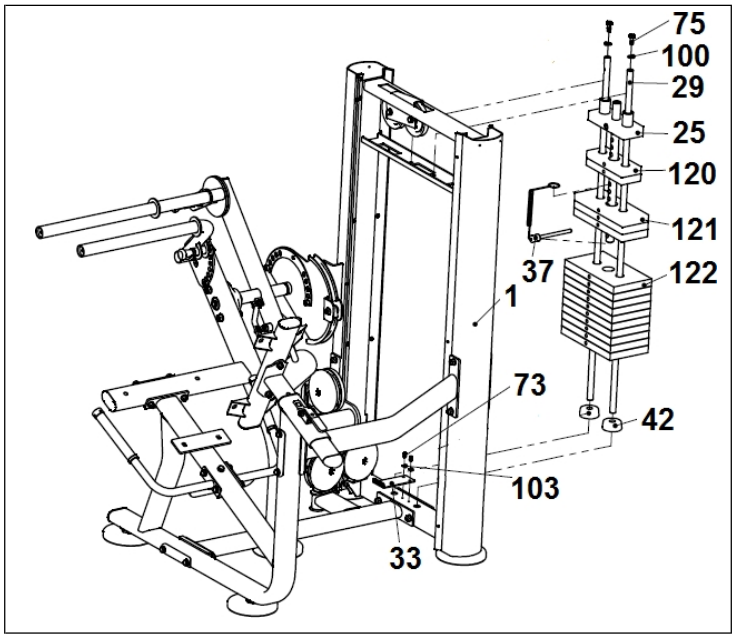
Vložte hriadeľ nožného valca (6) do podpery (4). Nasaďte podložku (40) (100) a skrutku (75). Vložte hriadeľ nožného valca (7) do podpery (12). Namontujte podložku (40) (100) a skrutka (75).

Obr. 6



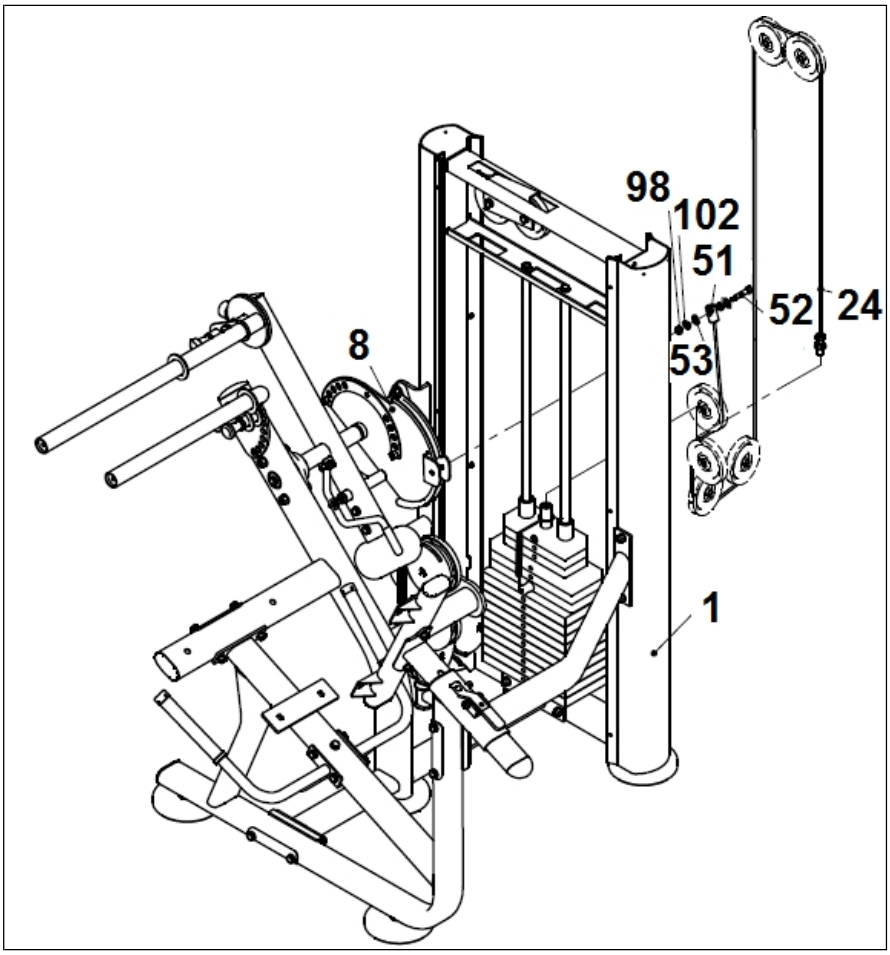
Umiestnite riadidlá (16) na podperu (2), upevnite ich skrutkami (78) spolu s podložkami (100) a maticami (96). Na strane utiahnite skrutky (81) spolu s podložkami (100) a maticami (96).
Umiestnite rúrku operadla (15) na nastavovaciu dosku operadla. Nasaďte skrutky (77) spolu s podložkami (100) a maticami (96) a pevne ich utiahnite.

Obr. 7



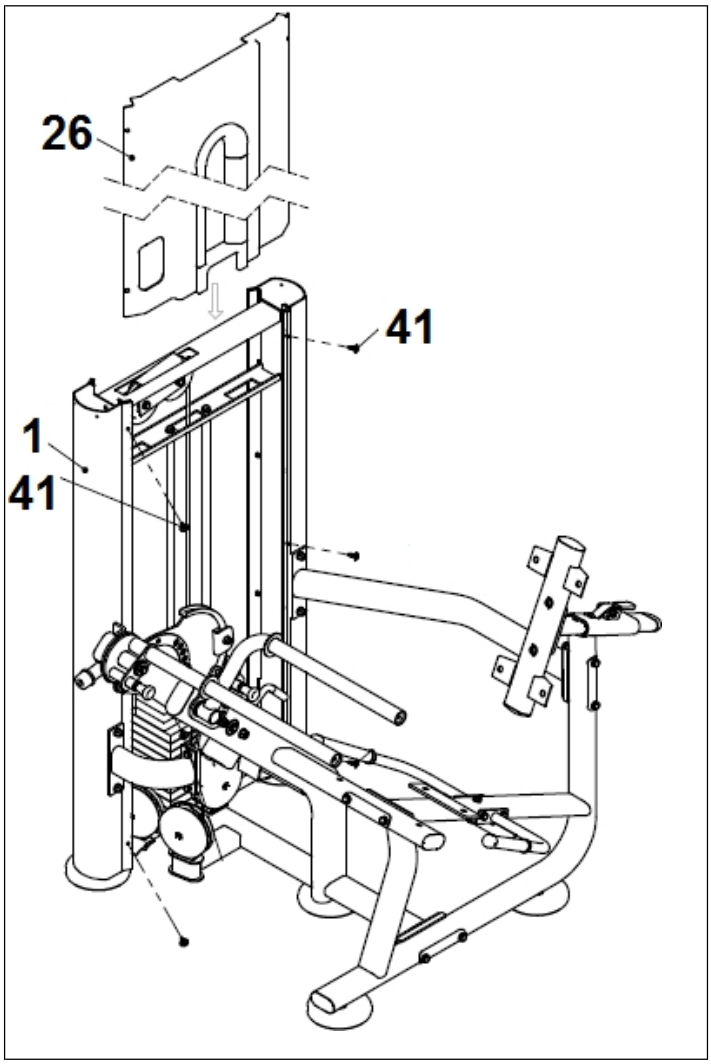
Potom umiestnite držiak (33) a zaistite ho pomocou skrutiek (73) spolu s podložkami (103).
Umiestnite zarážku závažia (42) na sadu závaží (1) a vložte vodiace tyče závažia (29).
Ďalej namontujte závažie (122); (121), (120), ťažšie závažie vždy dole, nakoniec vodiace závažie osaďte voliacou lištou (25), hornú časť vodiacich tyčí utiahnite pomocou podložiek (100) a skrutiek (75).
Nasaďte voliaci krúžok (37) do stredového puzdra na vodiacom závaží (25).

Obr. 8



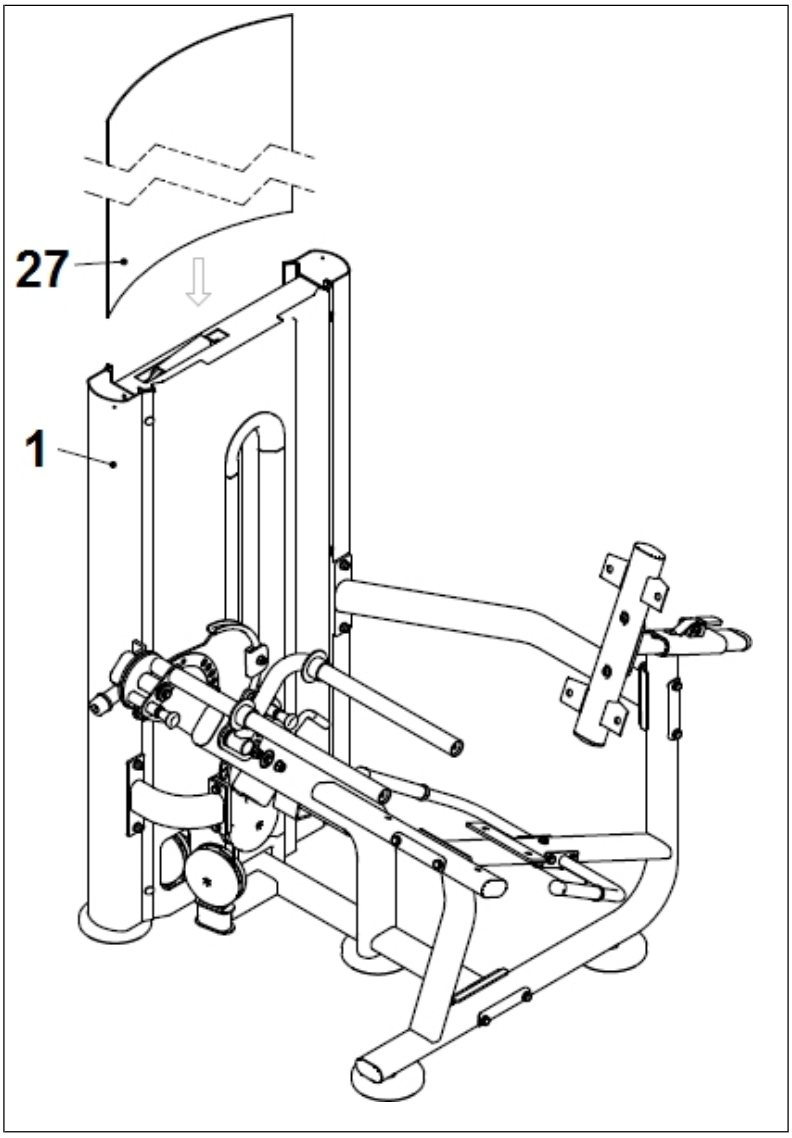
Naskrutkujte koniec lanka (24) na vodiace závažie (25), vezmite druhý koniec lanka (51) a pretiahnite ho cez horné kladky a spodnú kladku a zaistite koniec lanka na vačke (8) pomocou skrutky (52) spolu s podložkami (102) (53) a maticami (98).

Obr. 9



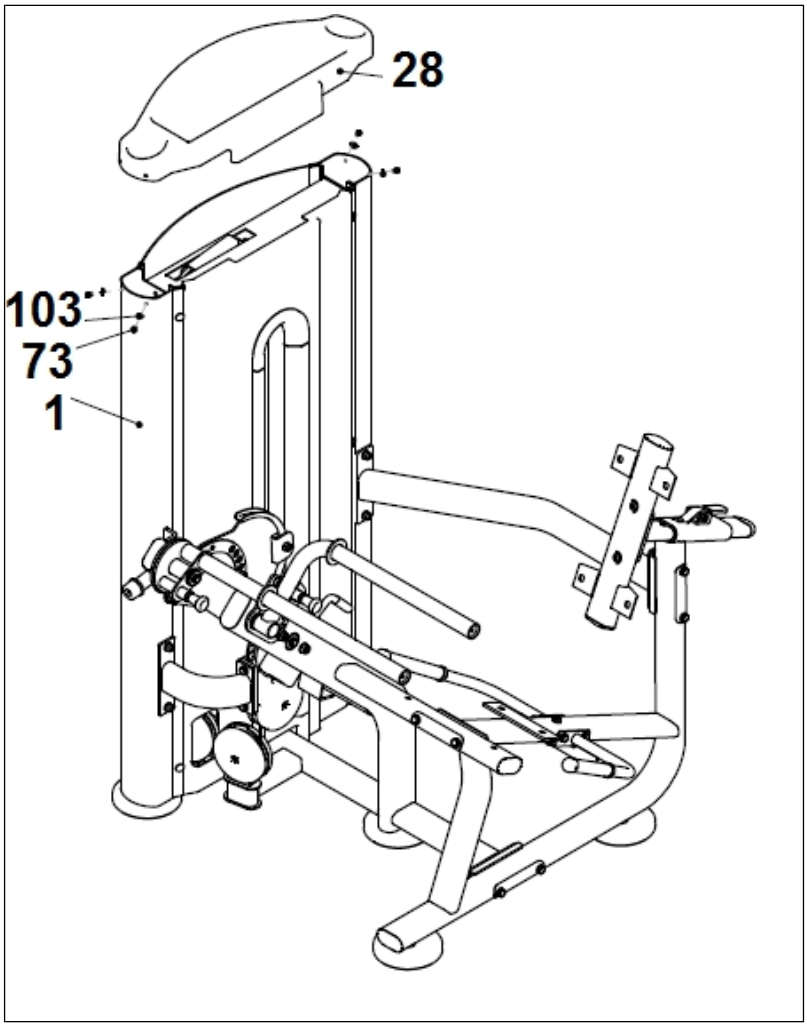
Nasaďte predný kryt (26) zhora v smere šípky na súpravu závažia (1). Vložte vložky (41) na obe strany sady závaží.

Obr. 10



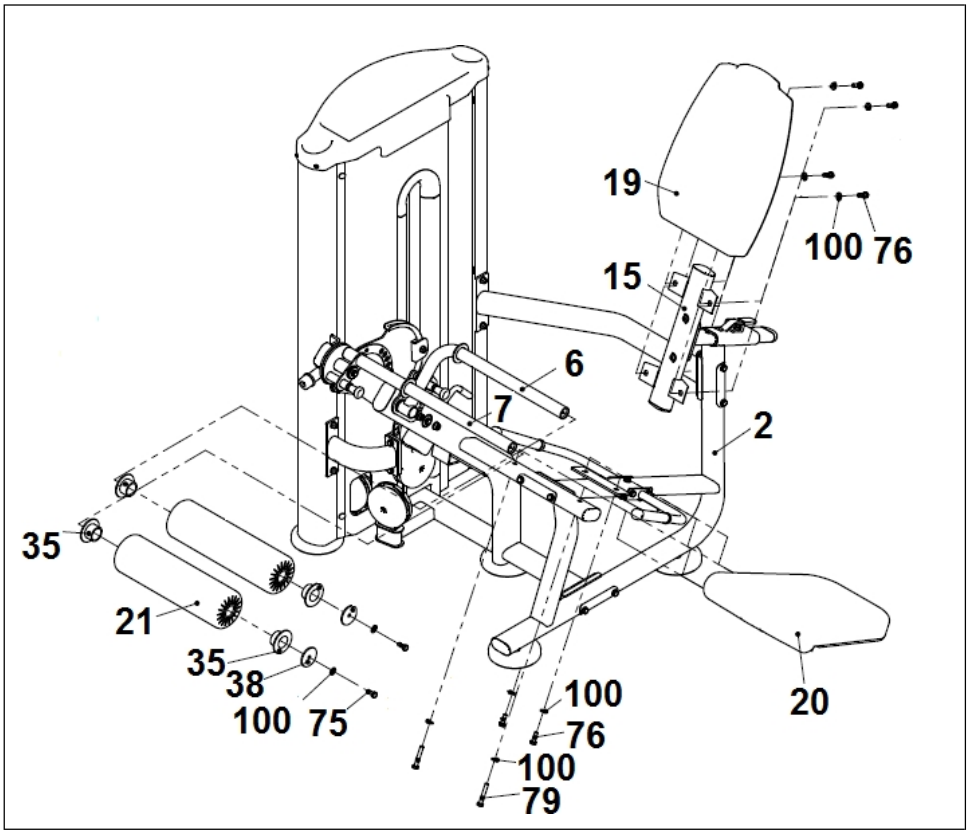
Nasaďte zadný kryt (27) na súpravu závažia (1) zhora v smere šípky.

Obr. 11



Horný kryt (28) namontujte zhora v smere šípky na súpravu závažia (1). Namontujte podložky (103) a skrutky (73).

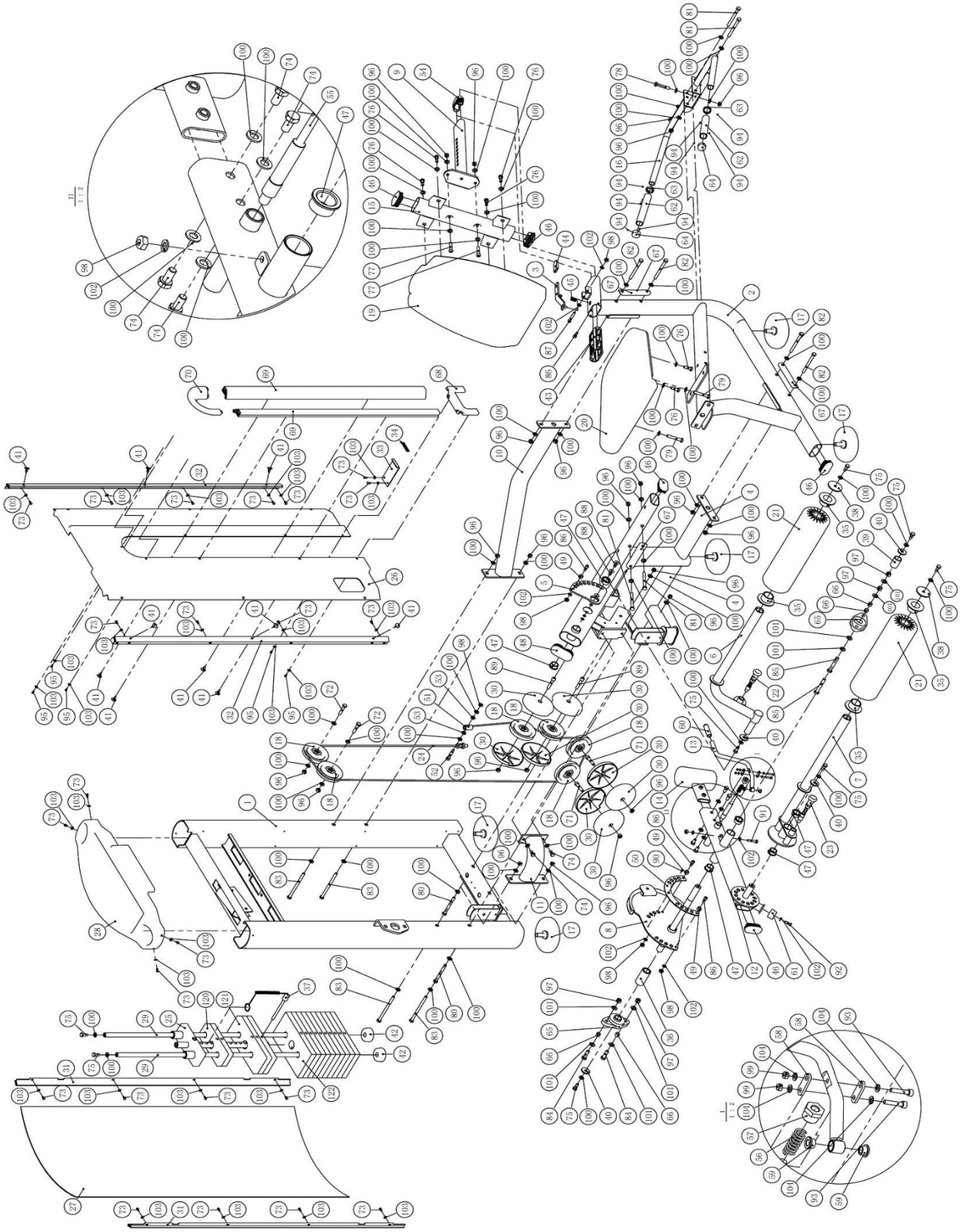
Obr. 12



Umiestnite operadlo (19) na podperu (15), zaistite ho skrutkami (76) spolu s podložkami (100).
Potom umiestnite sedlo (20) na podperu (2) a zaistite ho skrutkami (76) (79) spolu s plochými podložkami (100). Teraz nasaďte podložku (35) na hriadeľ (6), potom nasaďte valček (21) spolu s podložkou (35) na hriadeľ. Nasaďte puzdro (38) a zaistite ho skrutkami (75).

VEĽMI DÔLEŽITÉ:

Po dokončení montáže trenažéra skontrolujte, či sú všetky skrutky namontované a či sú pevne dotiahnuté.



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