L290



Návod k obsluze

Posilovací stroj BH FITNESS L290 přítahy na záda

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.

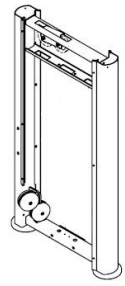
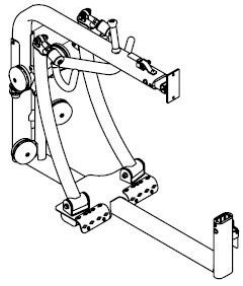
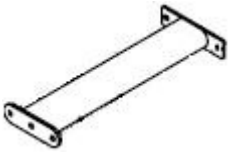
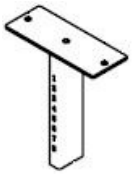
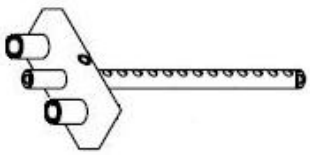
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

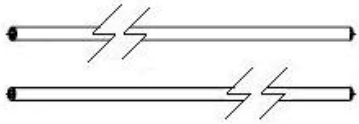
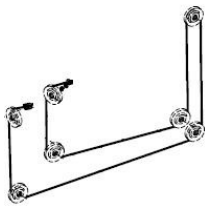
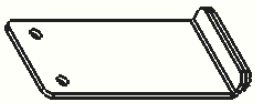
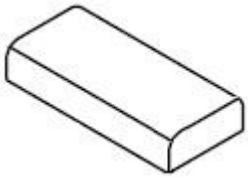
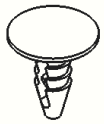
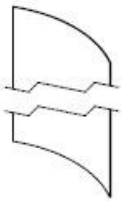
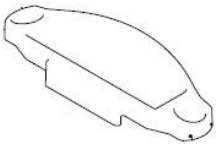
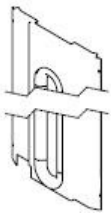
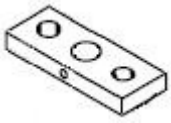
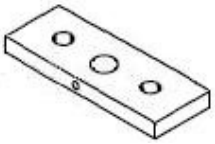
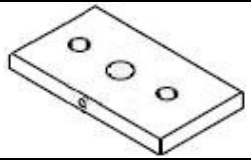
■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

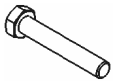
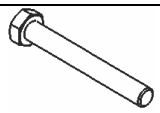
Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybí žádné díly.

Obr. A

№		✓		№		✓
1		1		2		1
3		1		4		1
9		1		10		1
11		2		12		1

14		1		17		2
20		1		21		1
22		1		23		1
24		1		28		2
39		2		42		6
44		1		45		1
46		1		54		2
101		2		102		3
103		10				

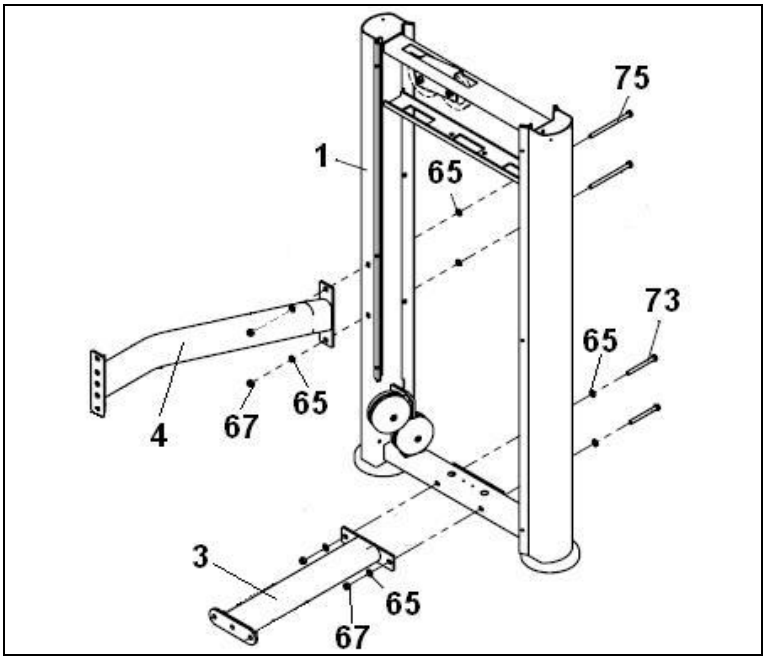
Obr. B

№		✓				✓
64	 M-5	6		65	 M-10	8
67	 M-10	8		73	 M-10x100	2
74	 M-10x135	2		75	 M-10x150	2
76	 M-10x25	2		77	 M-10x30	4
78	 M10x35	2		79	 M-10x50	2
85	 M-5x12	6				

MONTÁŽNÍ POKYNY

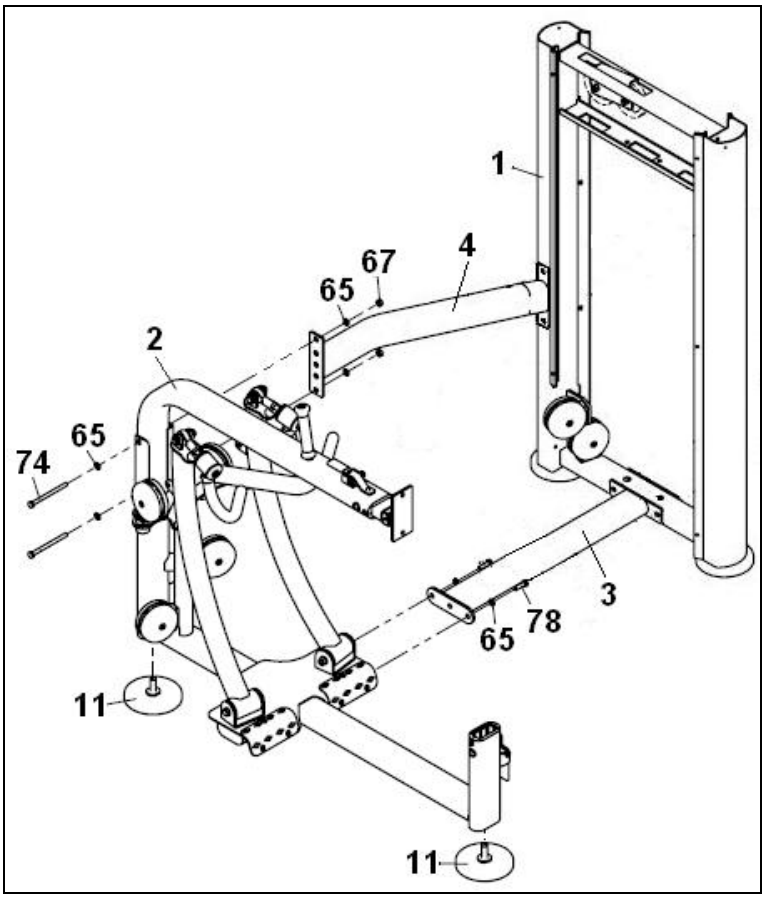
POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

Obr. 1



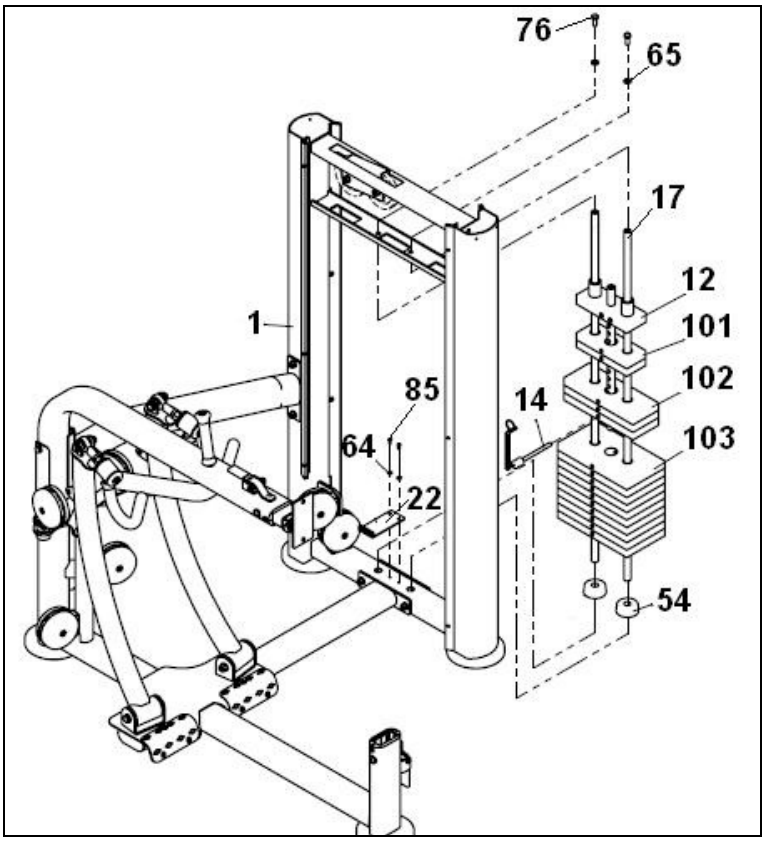
Opřete hlavní podpěru (1) o zem, obr. 1.
Umístěte držák (3) a zajistěte jej pomocí šroubů (73), podložek (65) a matic (67). Poté umístěte držák (4) a zajistěte jej šrouby (75), podložkami (65) a maticemi (67).

Obr. 2



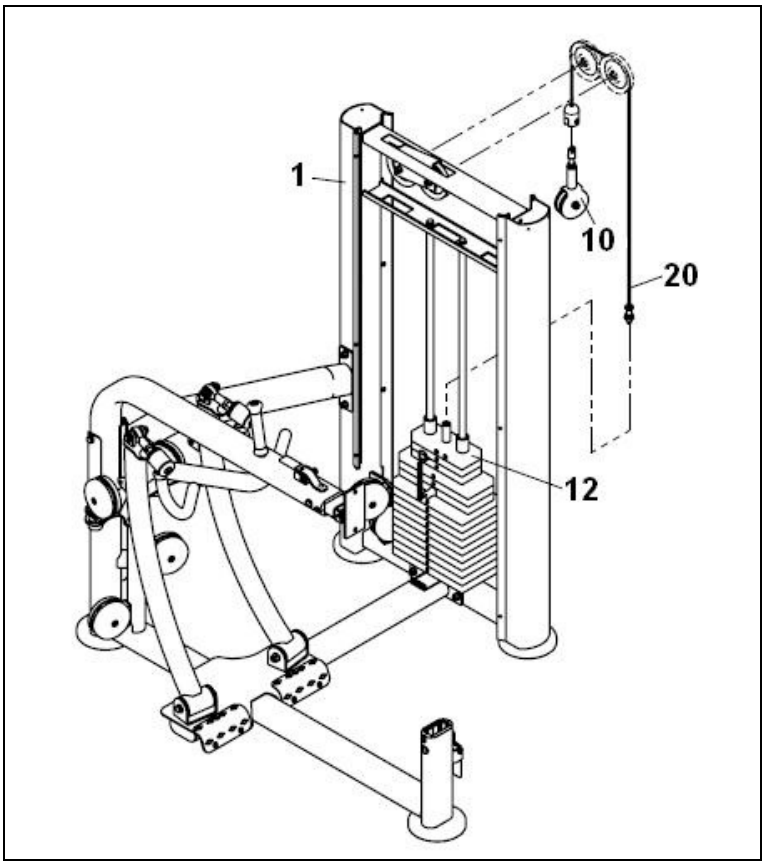
Našroubujte vyrovnávací patky (11) na podpěru (2), obr. 2.
Poté umístěte držák (2) a zajistěte jej k podpěrám (3) a (4), obr. 2, pomocí šroubů (74) a (78), podložek (65) a matic (67).

Obr. 3



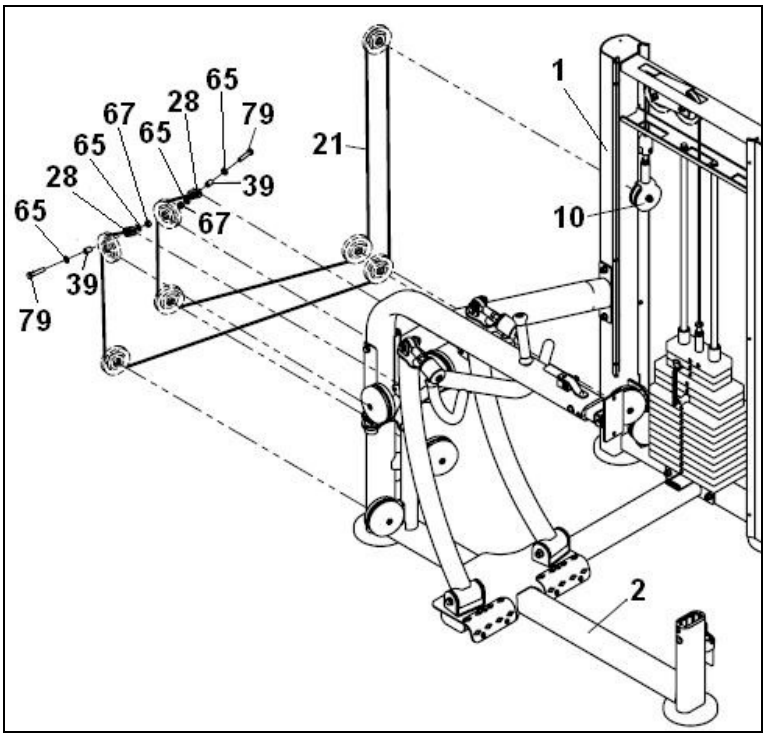
Umístěte zarážku závaží (54) na sadu závaží (1), obr. 3, a vložte vodící tyče závaží (17).
Dále namontujte závaží (103), (102); (101), těžší závaží vždy dole, nakonec vodící závaží osaďte volící lištou (12), horní část vodících tyčí utáhněte pomocí podložek (65) a šroubů (76), obr. 3.
Volící kroužek (14) nasaďte do středového pouzdra na vodící závaží (12).
Umístěte přídržnou desku předního krytu (22) a utáhněte pomocí šroubu (85) a ploché podložky (64), obr. 3.

Obr. 4



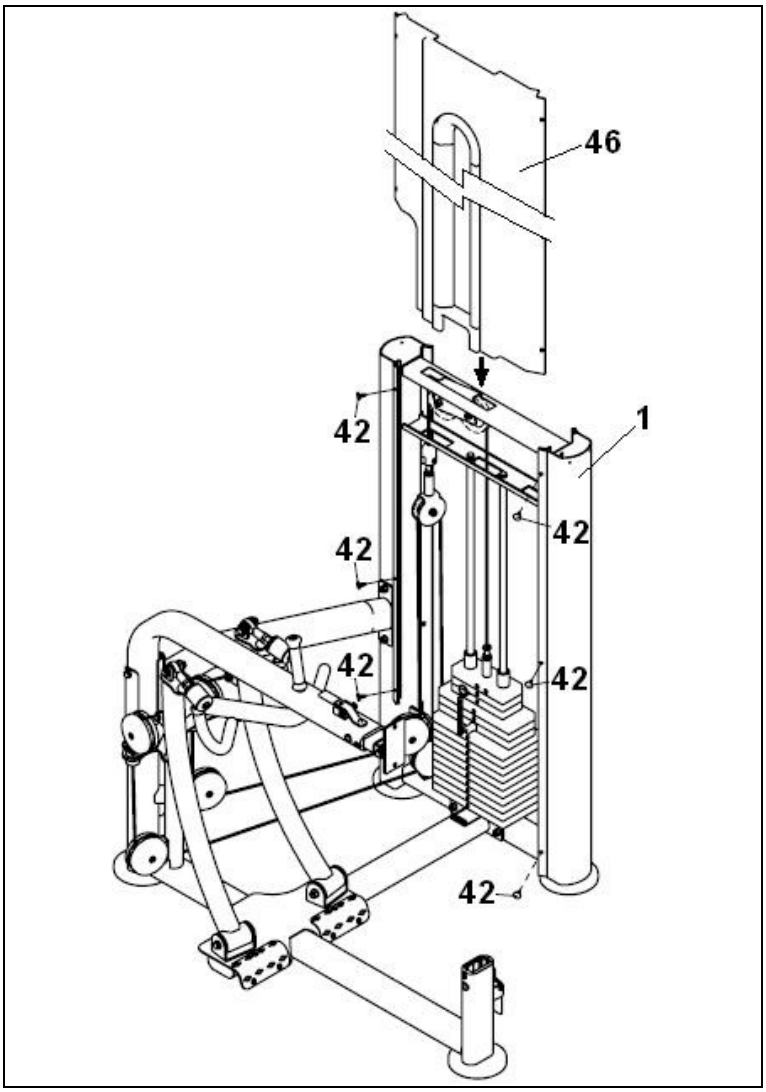
Konec kabelu (20) našroubujte na vodící závaží (12). Vezměte druhý konec kabelu (20) a protáhněte jej horními kladkami, obr. 4, a zajistěte druhý konec kabelu na držáku pro střední kladku (10), obr. 4.

Obr. 5



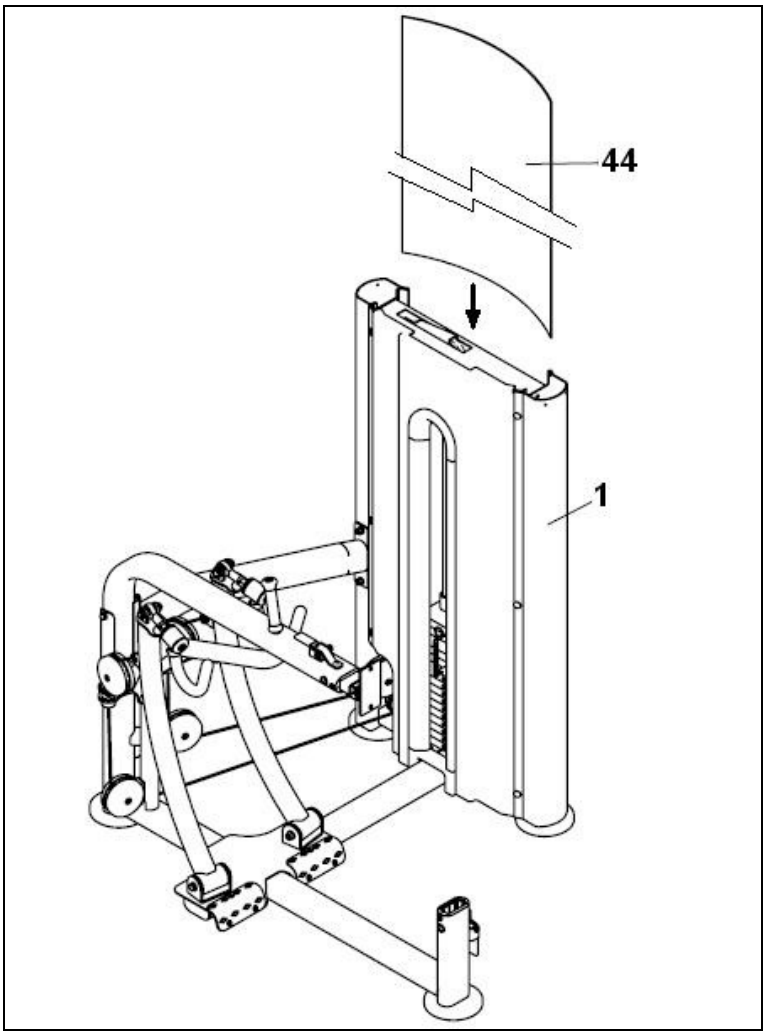
Konec kabelu (21) protáhěte střední kladkou (10) a spodními kladkami, obr. 5, zajistěte dva konce kabelu (21) k držáku (2) pomocí šroubů (79), podložek (65) a matic (67).

Obr. 6



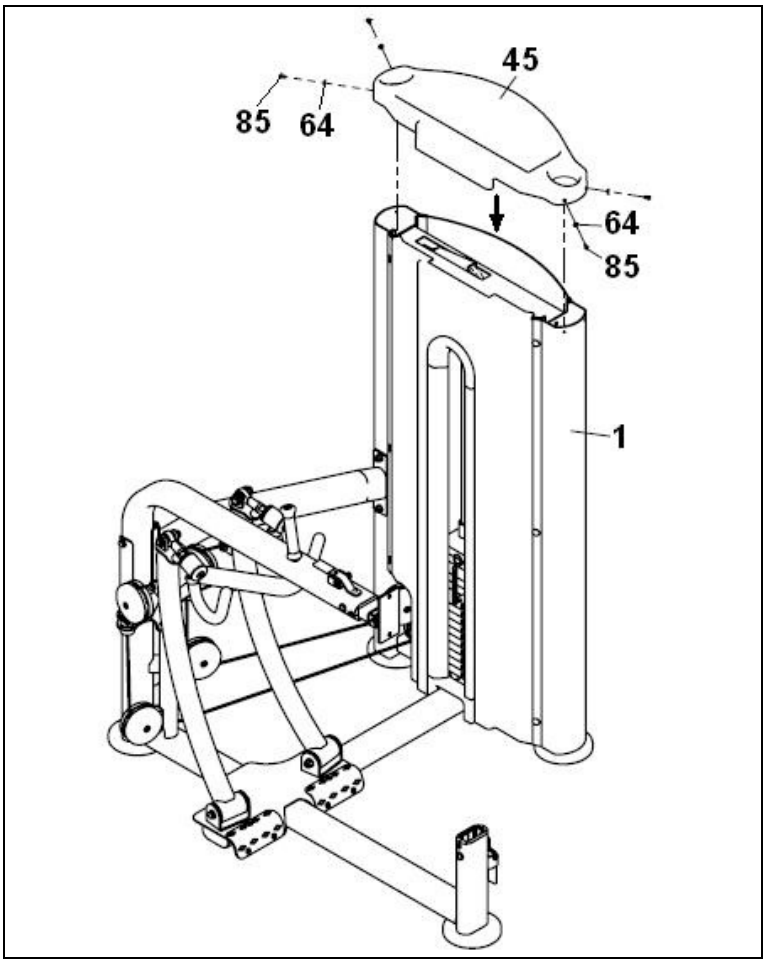
Přední kryt (46) nasaďte shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 6. Nasaďte vložky (42) na obě strany sady závaží.

Obr. 7



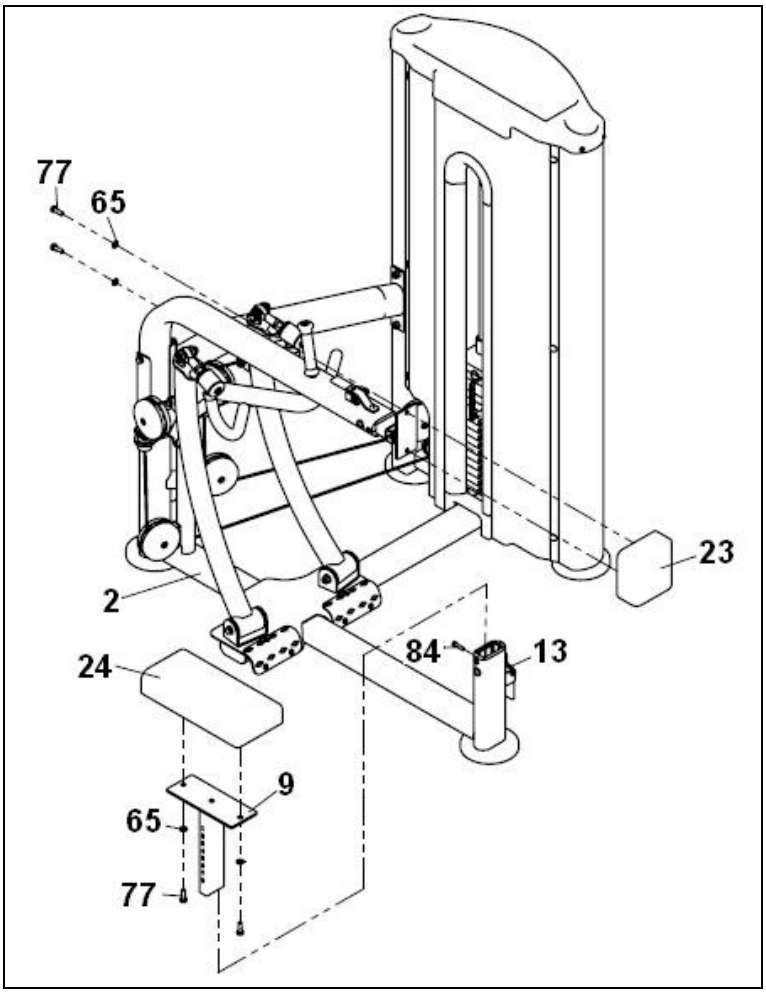
Namontujte zadní kryt (44) na sadu závaží (1), obr. 7, shora ve směru šipky.

Obr. 8



Namontujte horní kryt (45) shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 8. Namontujte podložky (64) a šrouby (85).

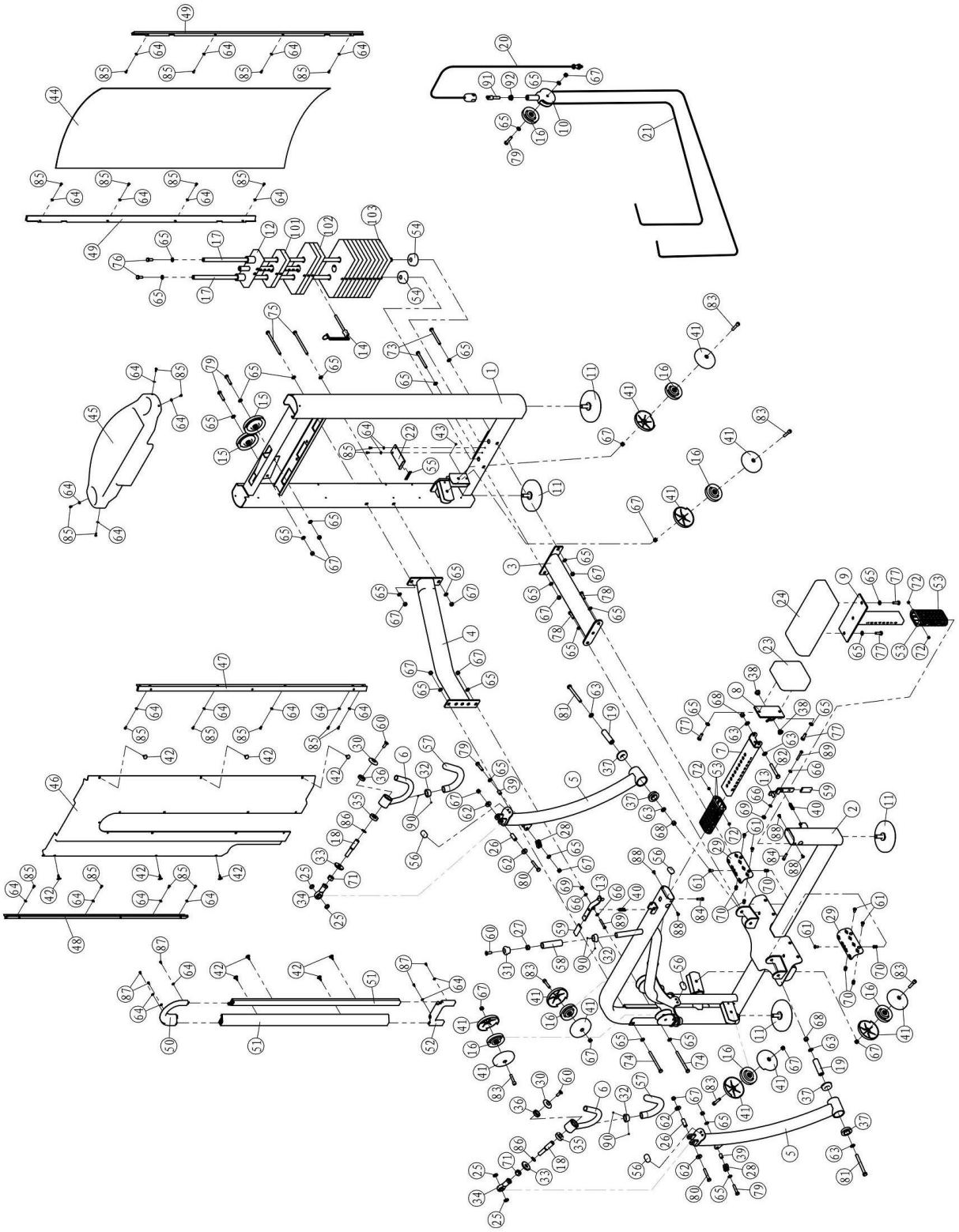
Obr. 9



Umístěte opěrku trupu (23) na podpěru (2), obr. 9, zajistěte ji šrouby (77) a plochými podložkami (65). Poté umístěte sedlo (24) na podpěru (9), obr. 9, zajistěte jej pomocí šroubů (77) a plochých podložek (65).

VELMI DŮLEŽITÉ:

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





Návod na obsluhu

Posilňovacie zariadenie BH FITNESS
L290príťahy na chrbát

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 vhodný 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 len 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.

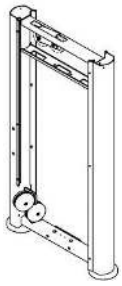
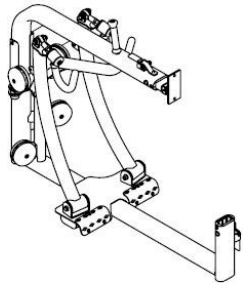
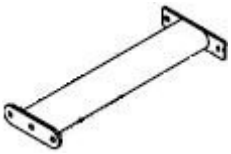
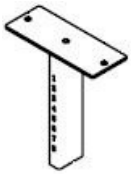
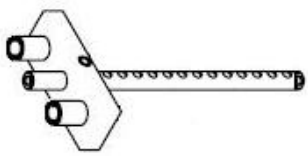
■ Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, aby ste sa uistili, že môžete používať trenažér.
Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, neprepínajte sa.
Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

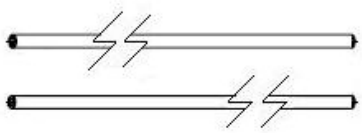
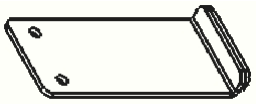
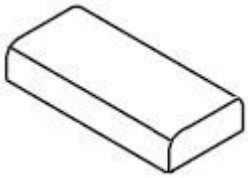
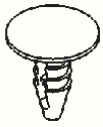
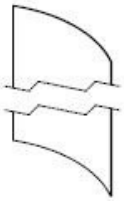
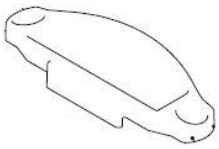
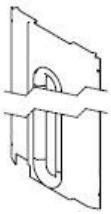
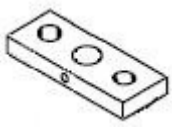
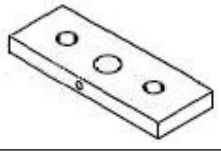
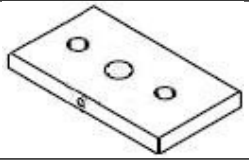
■ Dávajte pozor na pokyny trénera.

Pri montáži trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.

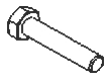
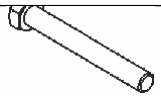
Vyberte jednotku z krabice a skontrolujte jednotlivé komponenty podľa zoznamu na obr. A a obr. B, aby ste sa uistili, že nechýbajú žiadne súčasti.

Obr. A

Nº		✓		Nº		✓
1		1		2		1
3		1		4		1
9		1		10		1
11		2		12		1

14		1		17		2
20		1		21		1
22		1		23		1
24		1		28		2
39		2		42		6
44		1		45		1
46		1		54		2
101		2		102		3
103		10				

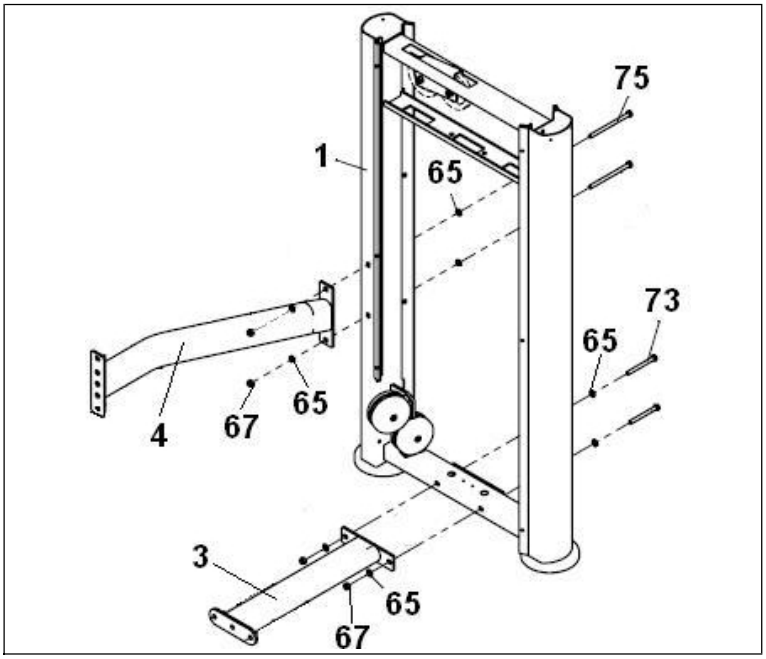
Obr. B

Nº		✓				✓
64	 M-5	6		65	 M-10	8
67	 M-10	8		73	 M-10x100	2
74	 M-10x135	2		75	 M-10x150	2
76	 M-10x25	2		77	 M-10x30	4
78	 M10x35	2		79	 M-10x50	2
85	 M-5x12	6				

MONTÁŽNE POKYNY

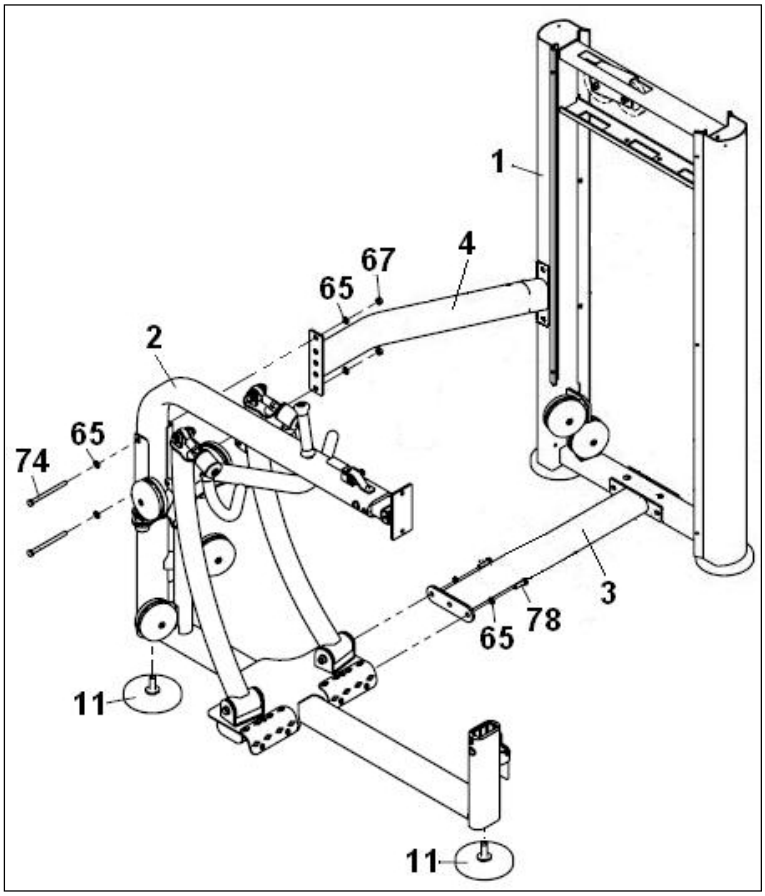
POZNÁMKA: Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

Obr. 1



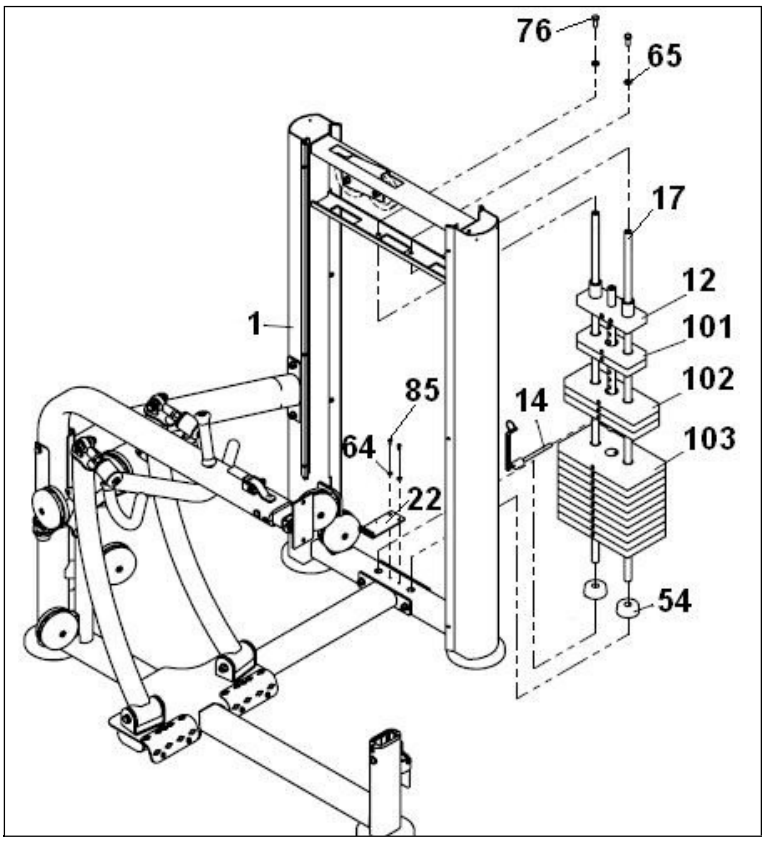
Hlavnú podperu (1) položte na zem, obr. 1.
Umiestnite držiak (3) a zaistite ho skrutkami (73), podložkami (65) a maticami (67). Potom umiestnite konzolu (4) a zaistite ju skrutkami (75), podložkami (65) a maticami (67).

Obr. 2



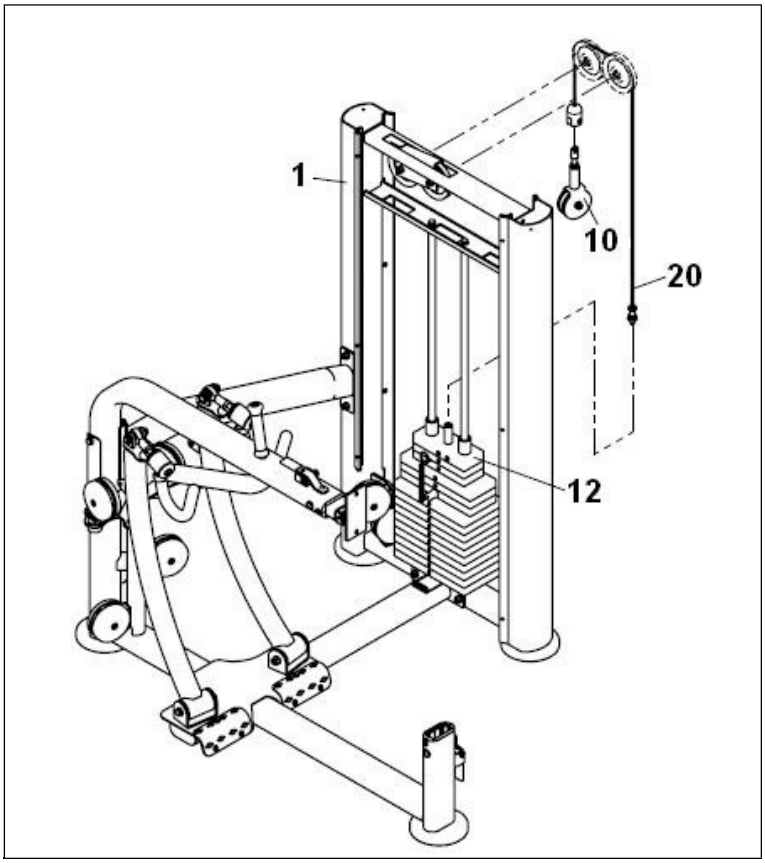
Naskrutkujte vyrovnávacie nožičky (11) na podperu (2), obr. 2.
Potom umiestnite konzolu (2) a upevnite ju k podperám (3) a (4), obr. 2, pomocou skrutiek (74) a (78), podložiek (65) a matíc (67).

Obr. 3



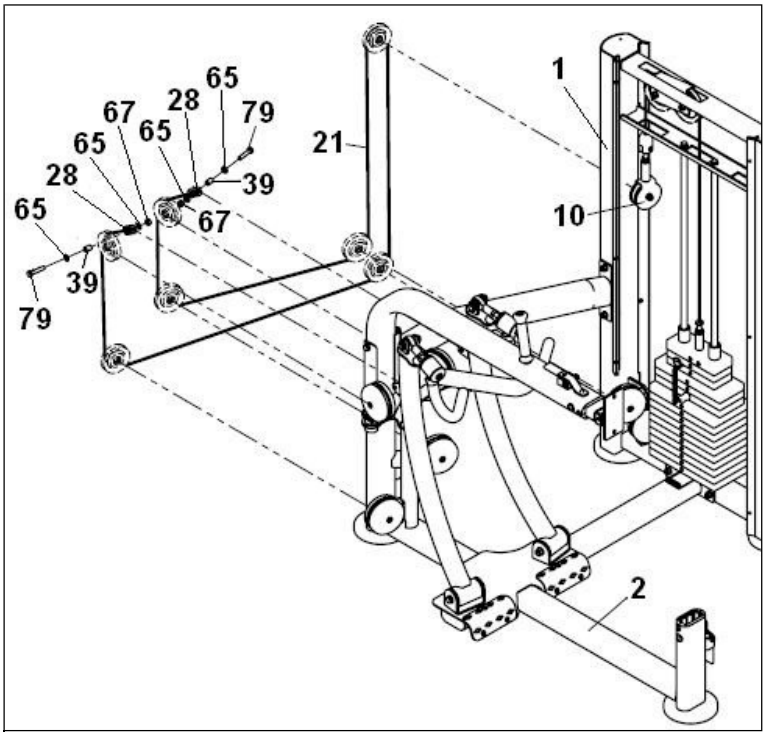
Na súpravu závaží (1) nasaďte doraz závažia (54), obr. 3, a vložte vodiace tyče závažia (17).
Ďalej nainštalujte závažia (103), (102); (101), ťažšie závažia vždy v spodnej časti, nakoniec nasaďte vodiace závažia s vodiacou lištou (12), utiahnite hornú časť vodiacich tyčí pomocou podložiek (65) a skrutiek (76), obr. 3.
Vložte krúžok voliča (14) do stredového puzdra na vodiacom závaží (12).
Umiestnite upevňovaciu dosku predného krytu (22) a utiahnite ju pomocou skrutky (85) a plochej podložky (64), obr. 3.

Obr. 4



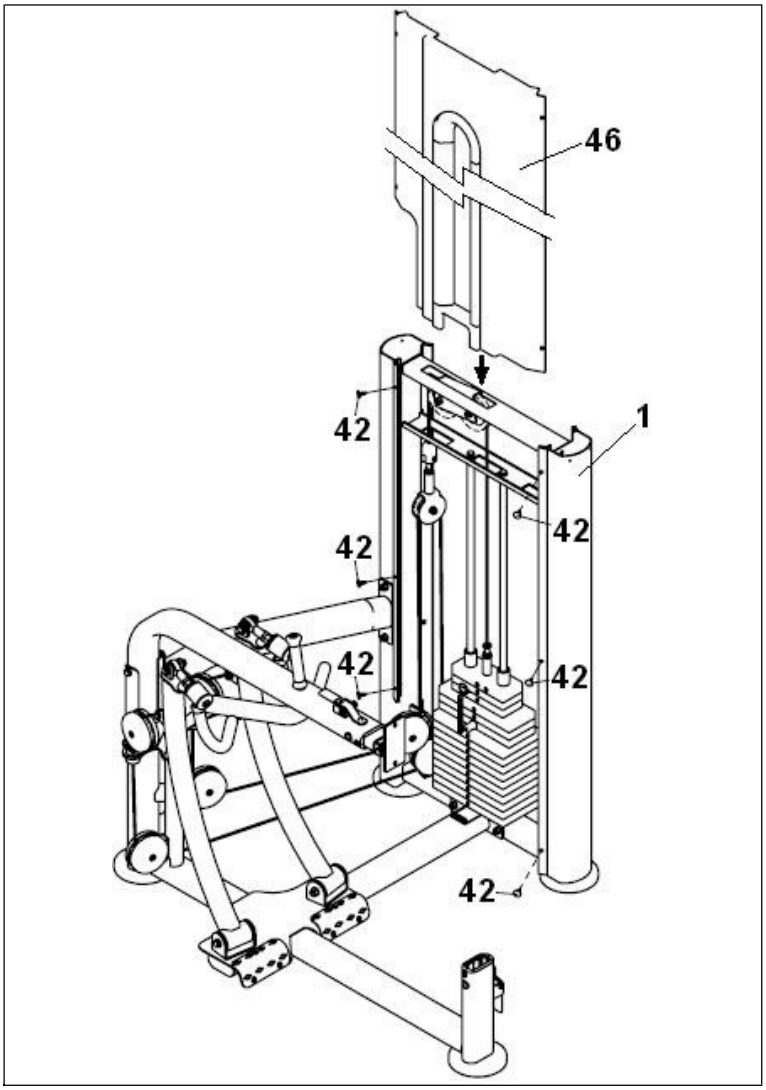
Koniec kábla (20) naskrutkujte na vodiace závažie (12). Vezmite druhý koniec lanka (20) a pretiahnite ho cez horné kladky, obr. 4, a druhý koniec lanka upevnite na držiak strednej kladky (10), obr. 4.

Obr. 5



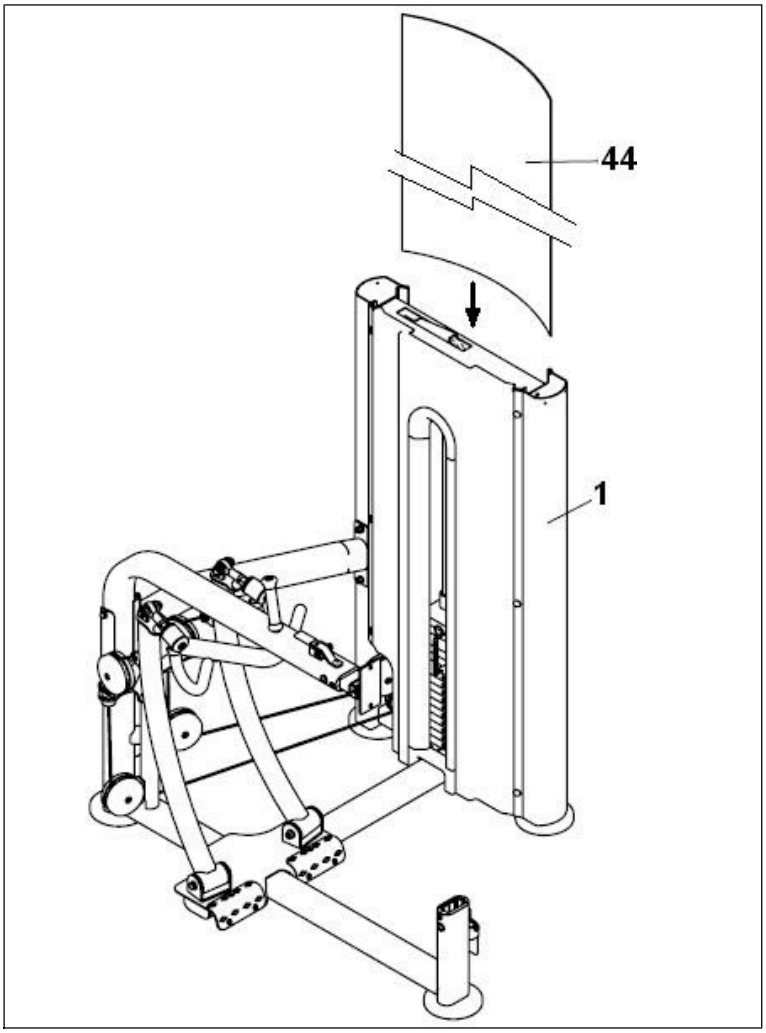
Pretiahnite koniec kábla (21) cez strednú kladku (10) a cez spodné kladky, obr. 5, pričom oba konce kábla (21) zaistite k držiaku (2) pomocou skrutiek (79), podložiek (65) a matíc (67).

Obr. 6



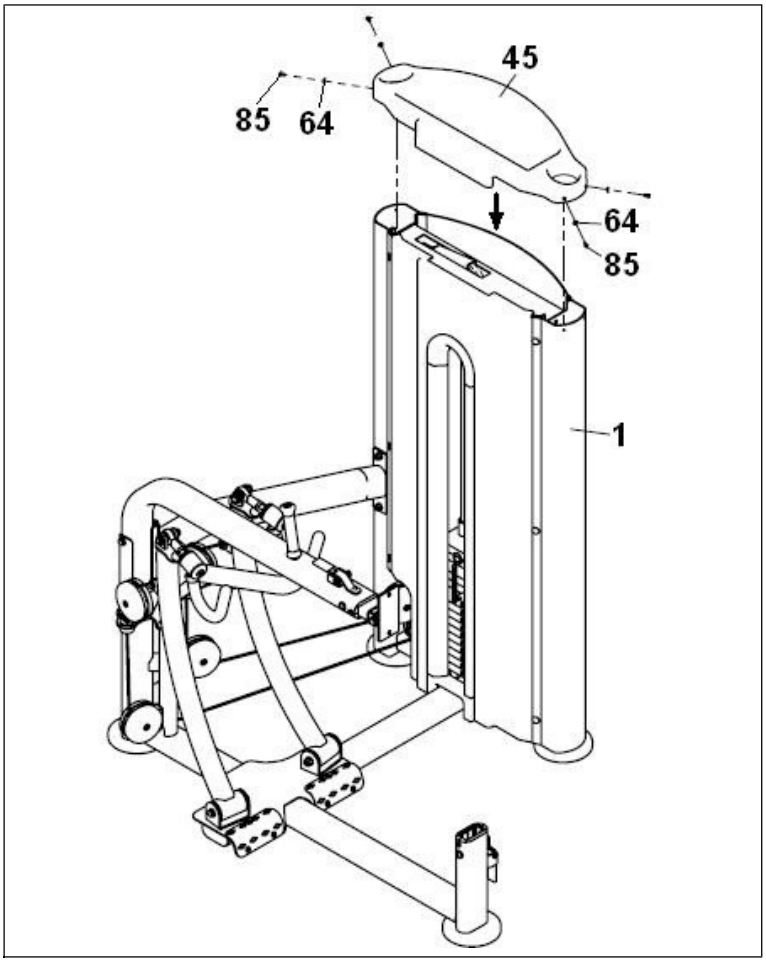
Nasaďte predný kryt (46) zhora v smere šípky na súprave závažia (1), obr. 6. Na obe strany súpravy závaží umiestnite vložky (42).

Obr. 7



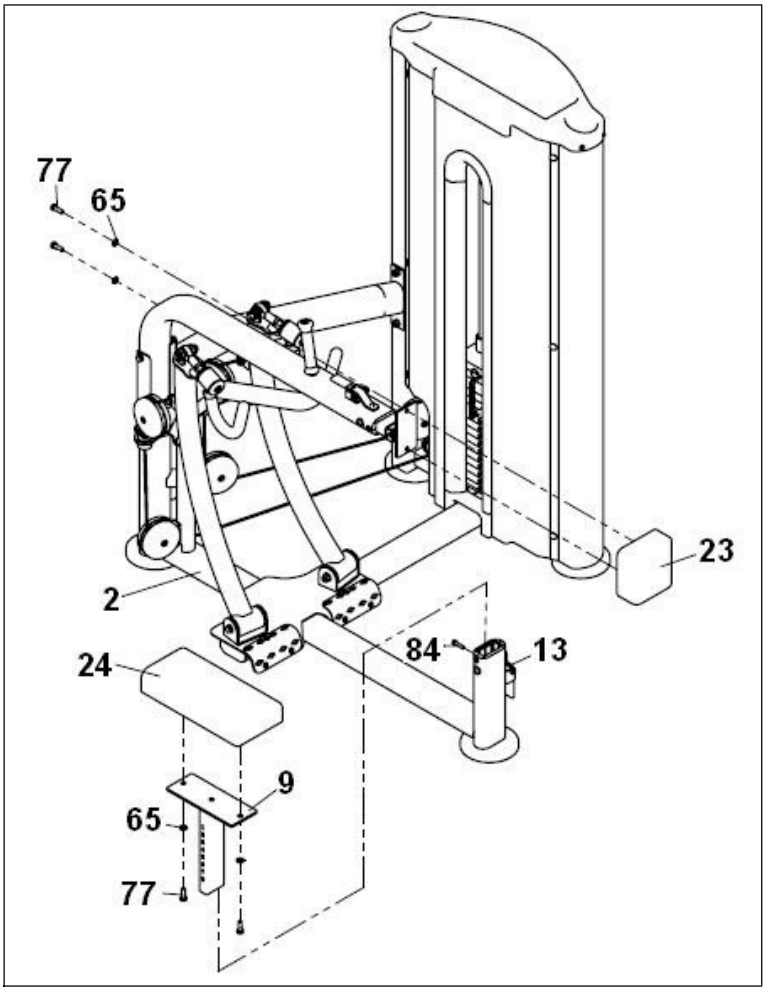
Nasaďte zadný kryt (44) na súpravu závažia (1), obr. 7, zhora v smere šípky.

Obr. 8



Nainštalujte horný kryt (45) zhora v smere šípky na súprave závažia (1), obr. 8. Nainštalujte podložky (64) a skrutky (85).

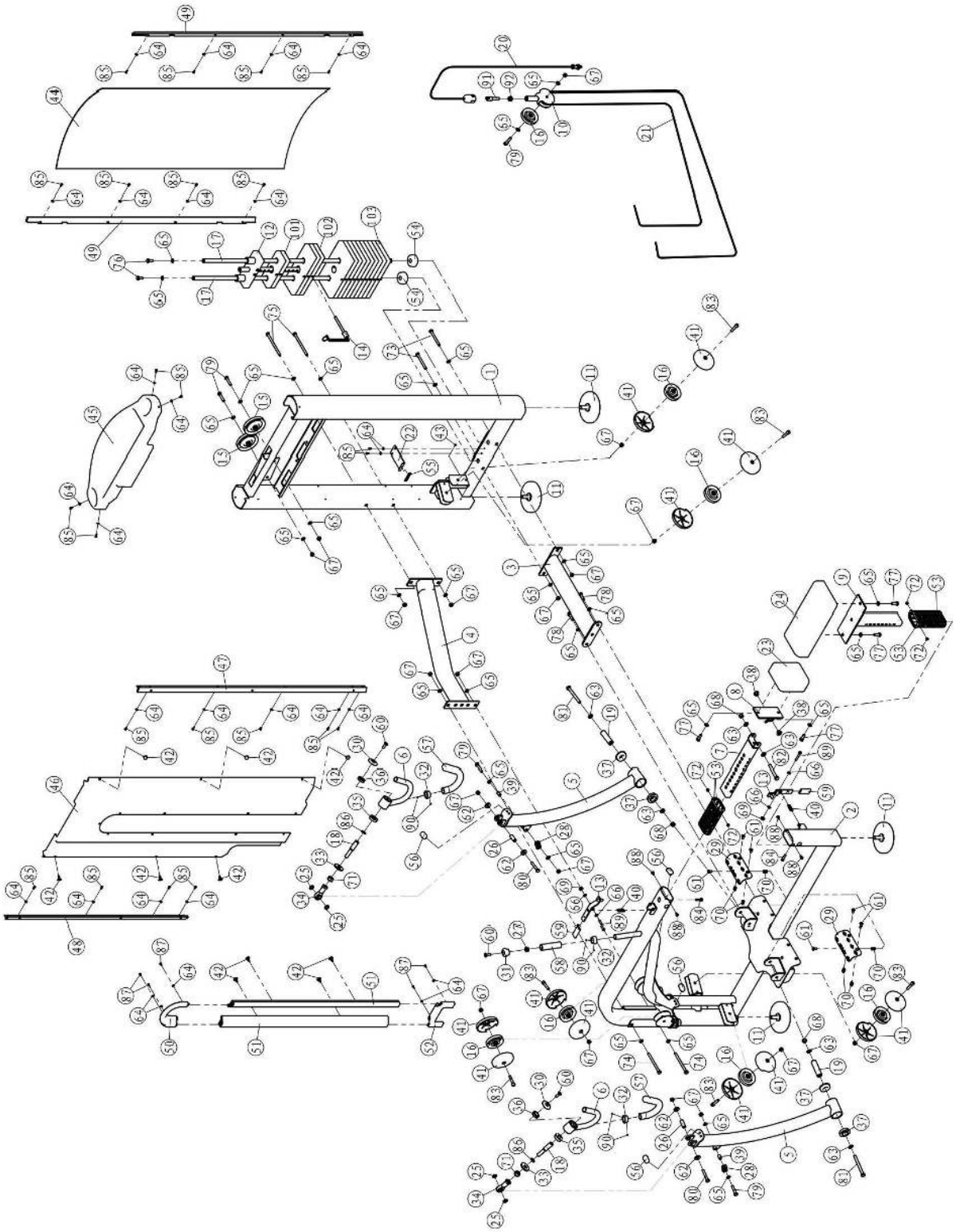
Obr. 9



Umiestnite podperu trupu (23) na podperu (2), obr. 9, a zaistite ju skrutkami (77) a plochými podložkami (65). Potom umiestnite sedlo (24) na podperu (9), obr. 9, a zaistite ho skrutkami (77) a plochými podložkami (65).

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