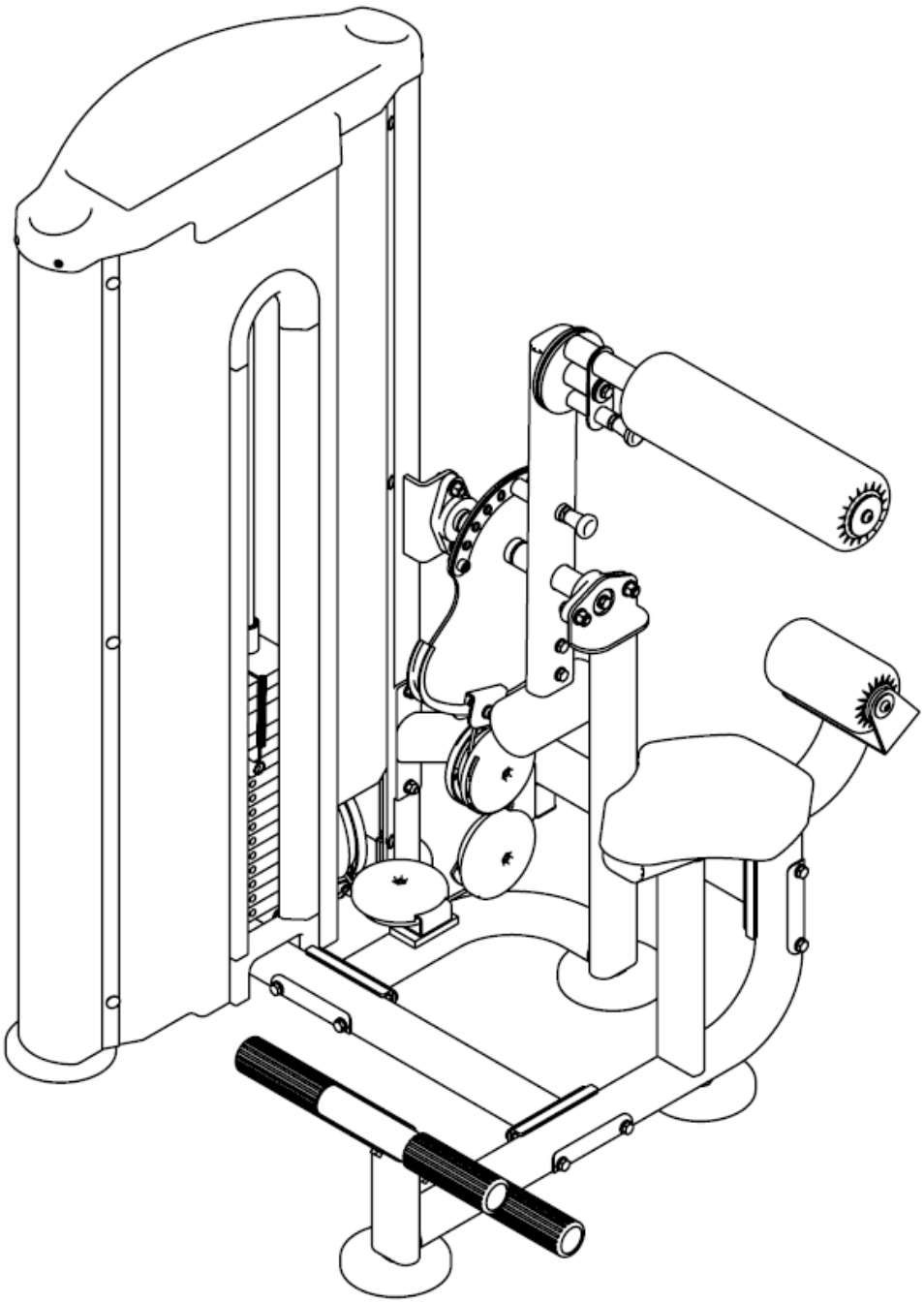
L610



Návod k obsluze
Posilovací stroj BH FITNESS L610 Abs/Hyperextenze
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.

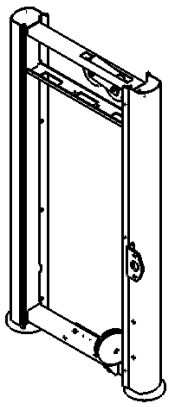
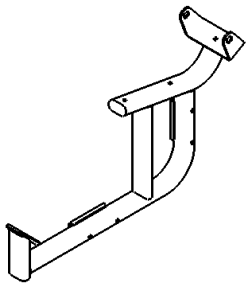
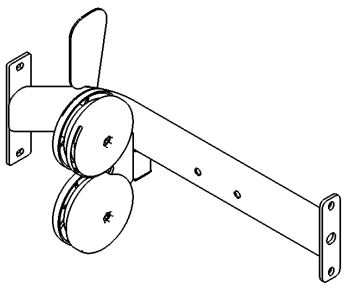
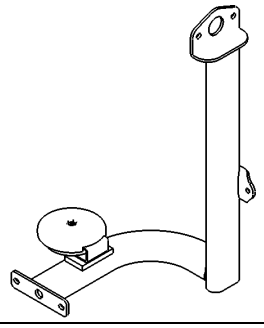
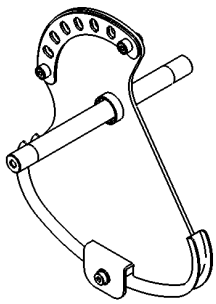
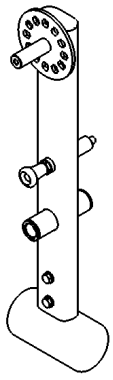
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

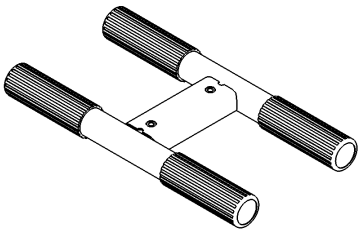
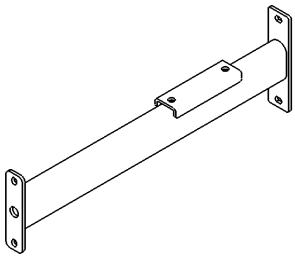
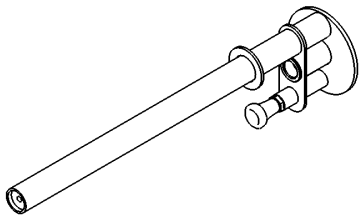
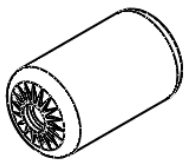
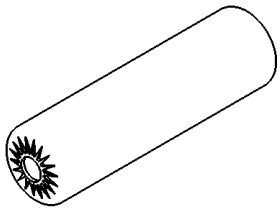
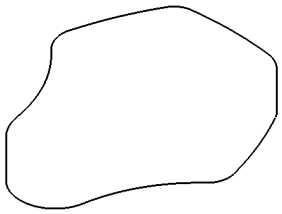
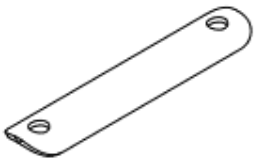
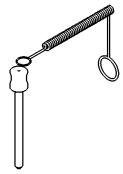
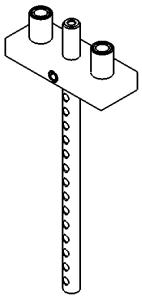
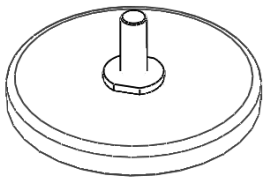
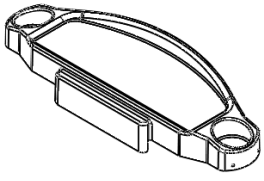
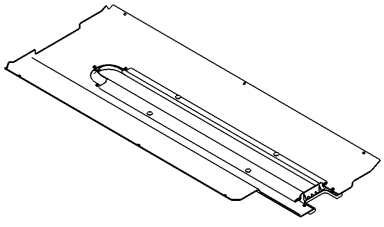
■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

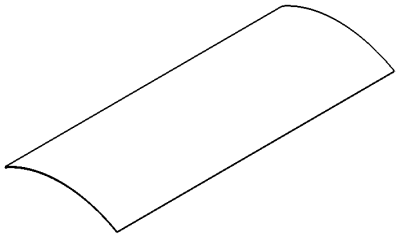
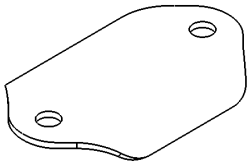
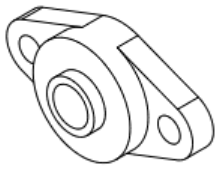
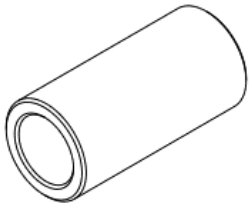
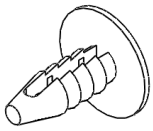
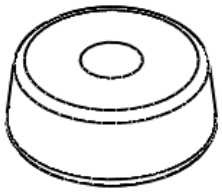
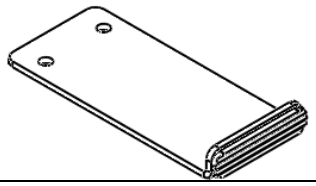
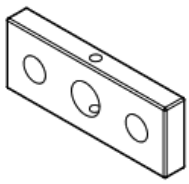
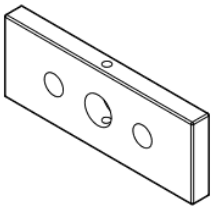
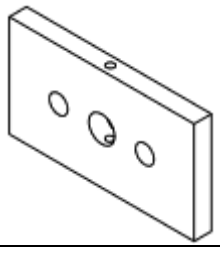
Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

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

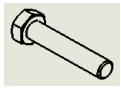
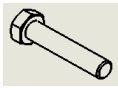
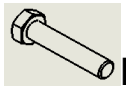
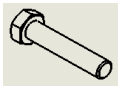
Obr. A

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

7		**1**		**8**		**1**
10		**1**		**14**		**1**
15		**1**		**16**		**1**
18		**3**		**19**		**1**
20		**1**		**21**		**1**
24		**2**		**25**		**3**
26		**1**		**31**		**1**

32		**1**		**38**		**2**
39		**2**		**40**		**1**
41		**1**		**42**		**1**
43		**2**		**44**		**1**
48		**4**		**49**		**3**
50		**6**		**51**		**2**
52		**1**		**80**		**2**
81		**3**		**82**		**10**

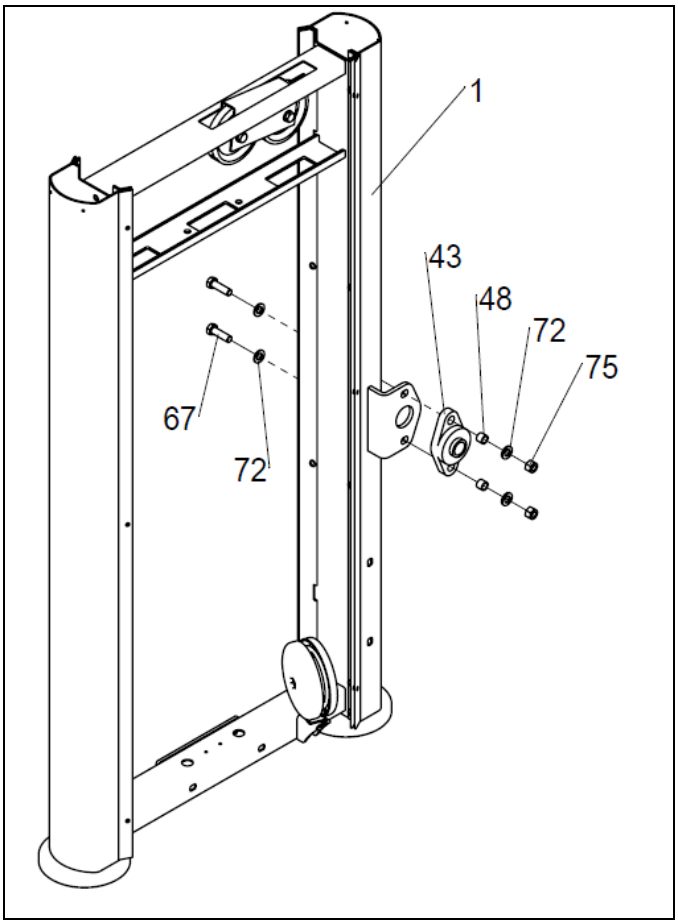
Obr. B

№		✓				✓
54	 M-5x12	6		57	 M-10x25	3
59	 M-10x25	7		61	 M-10x65	4
62	 M-10x100	2		63	 M-10x110	6
64	 M-10x150	2		67	 M-12x40	4
68	 M-5	6		70	 M-10	34
71	 M-10	2		72	 M-12	8
74	 M-10	12		75	 M-12	4

MONTÁŽNÍ POKYNY

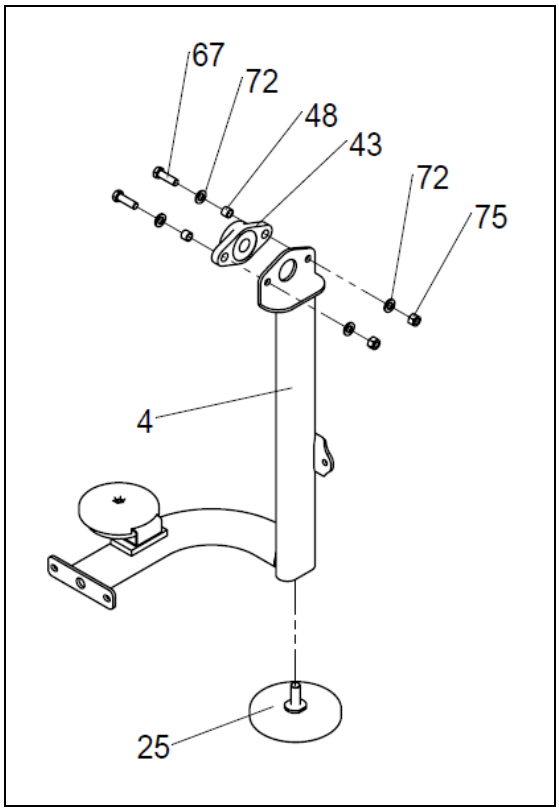
POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

Obr. 1



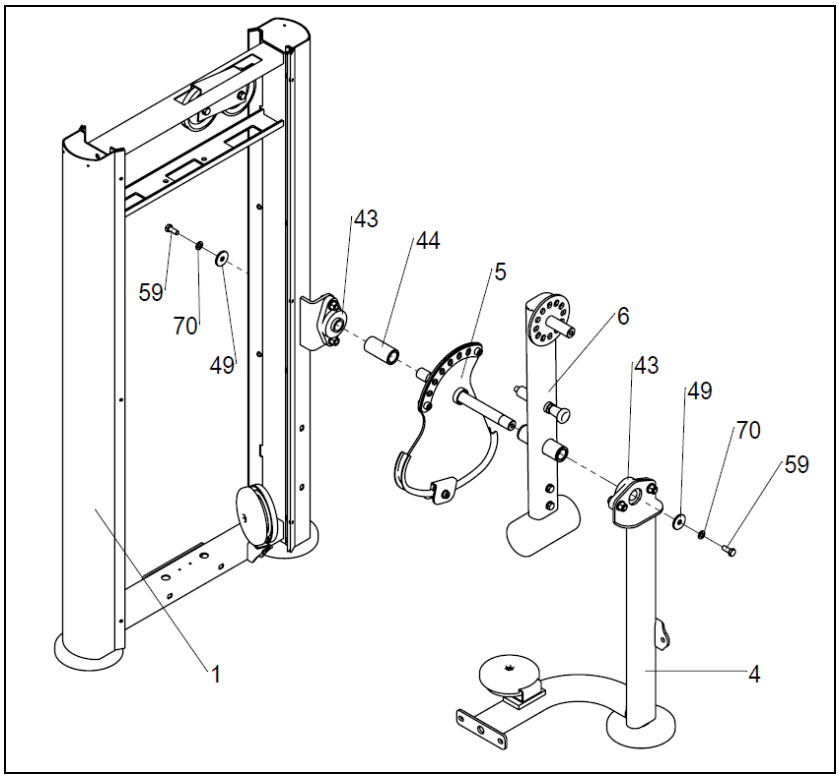
Hlavní podpěru (1) položte na zem. Namontujte podpěru ložiska (43) a zajistěte ji šrouby (67), podložkami (72), průchodkami (48) a maticemi (75).

Obr. 2



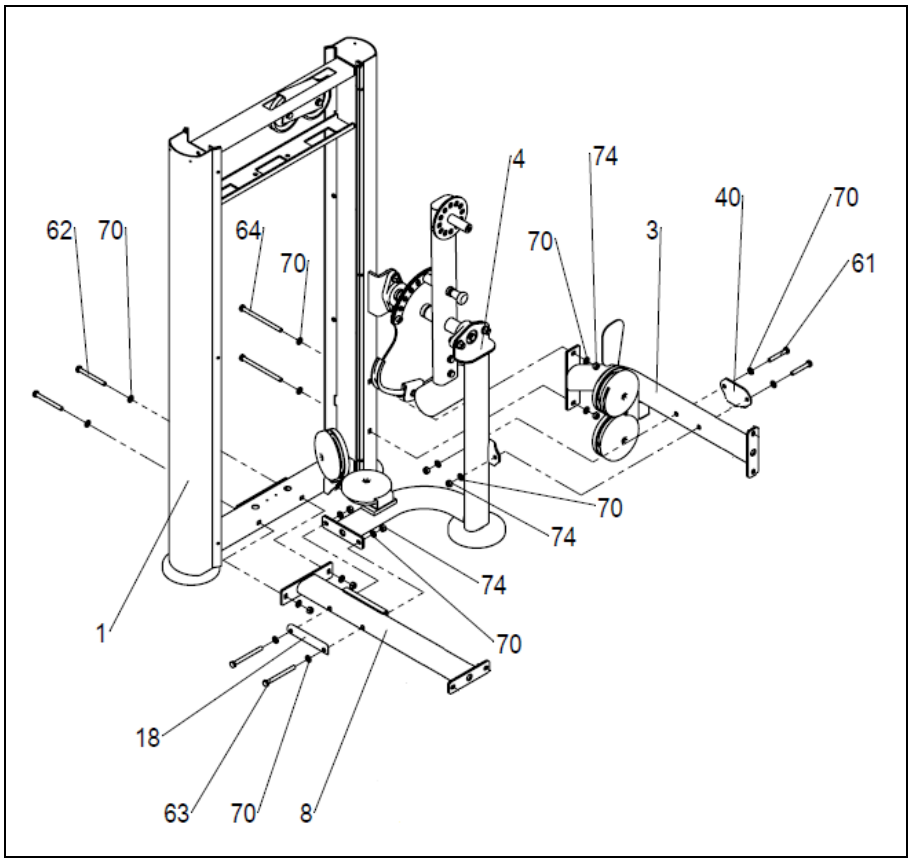
Vyrovnávač nerovností (25) našroubujte na podpěru (4).
Poté namontujte podpěru ložiska (43) a zajistěte ji šrouby (67), podložkami (72), průchodkami (48) a maticemi (75).

Obr. 3



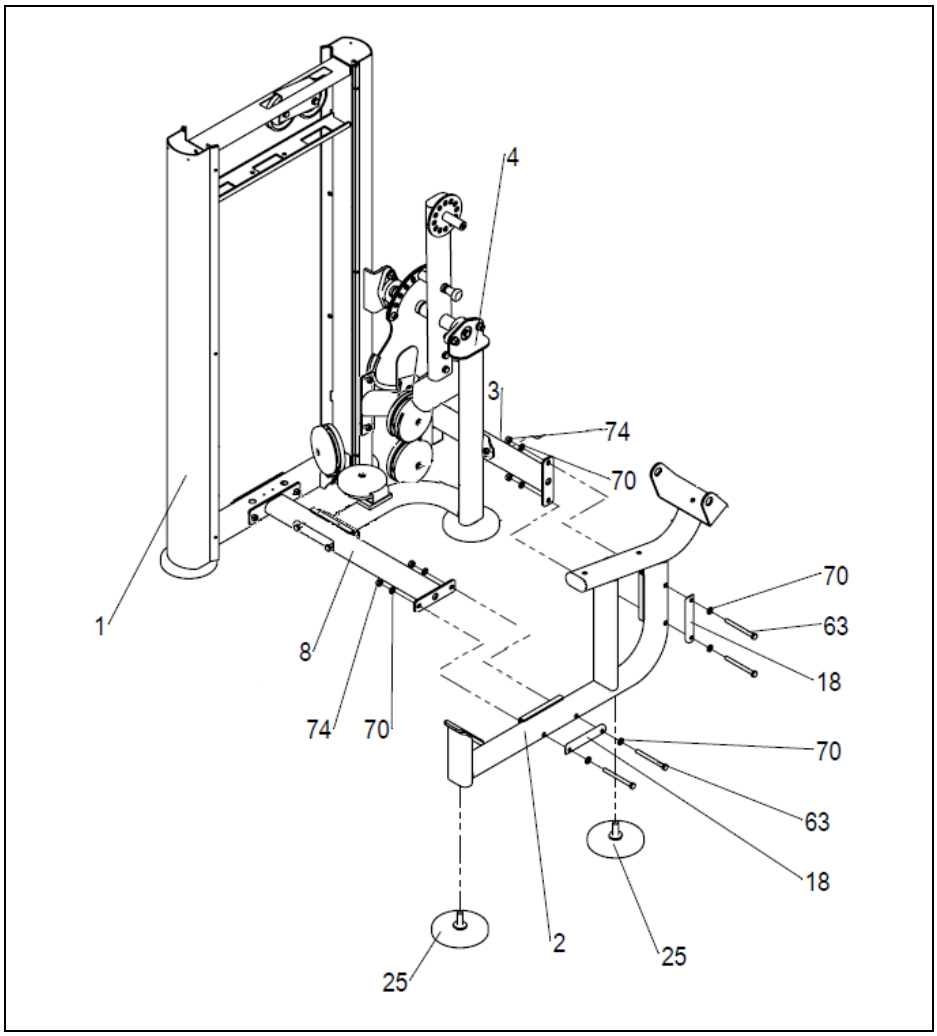
Do rozpěrky pro podpěru (6) vložte hřídel (5).
Vložte konec hřídele (5) do podpěry ložiska (43), na konec hřídele (5) nasaďte hliníkovou podložku (49) a podložku (70) a utáhněte je šroubem (59).
Nasaďte distanční vložku (44) a stejně postupujte na druhém konci hřídele (5).

Obr. 4



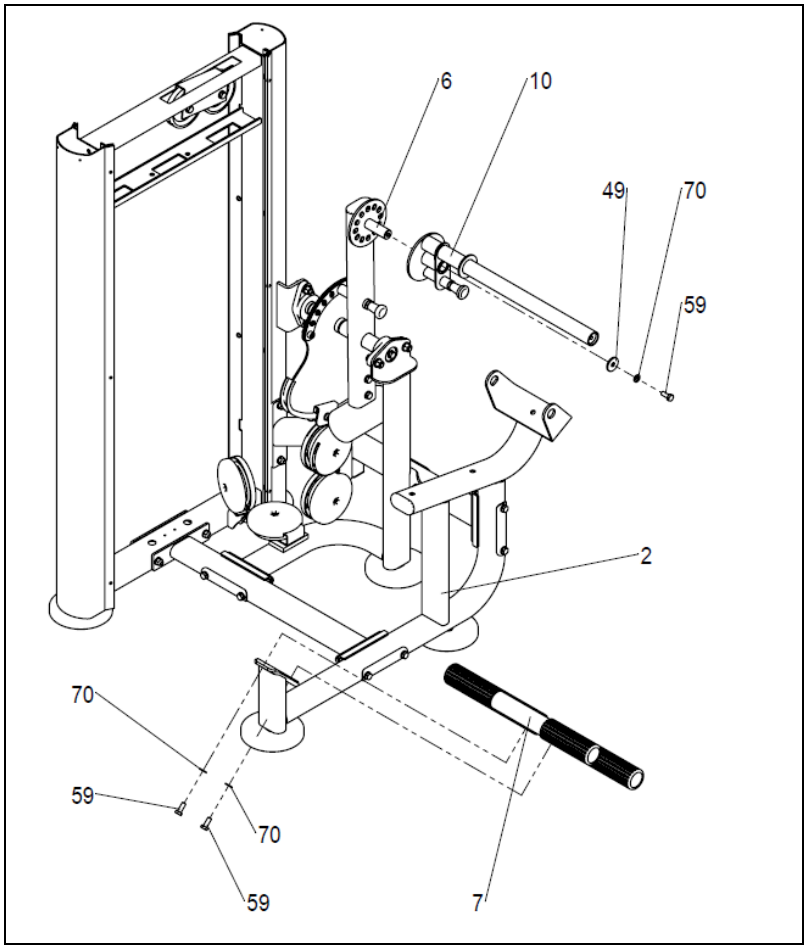
Umístěte držáky (8) a (18) a zajistěte je šrouby (62) a (63), podložkami (70) a maticemi (74).
Dále umístěte držáky (3) a (40) a zajistěte je pomocí šroubů (61) a (64), podložek (70) a matic (74).

Obr. 5



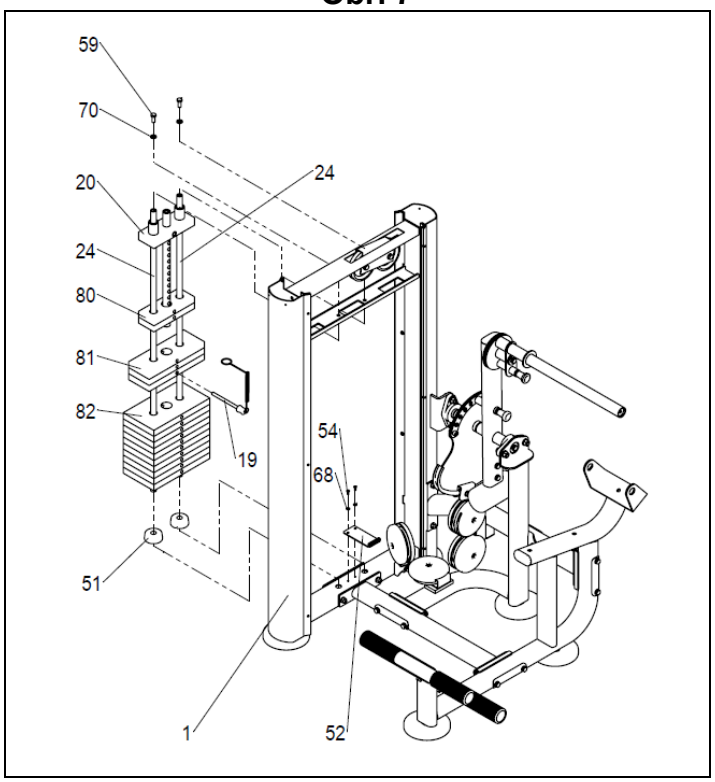
Vyrovnávače nerovností (25) našroubujte na podpěru (2).
Umístěte držák (2) a (18) a zajistěte jej pomocí šroubů (63), podložek (70) a matic (74).

Obr. 6



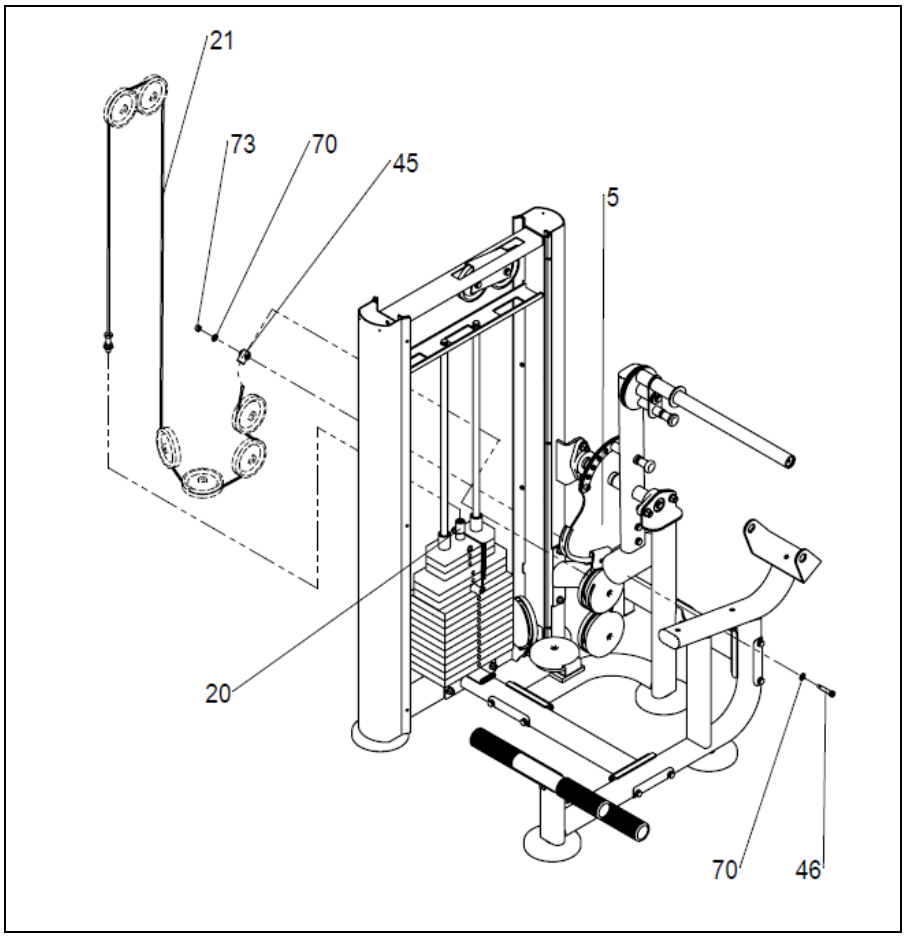
Konec hřídele (6) vložte do držáku (10), na konec hřídele (6) nasaďte hliníkovou podložku (49) a podložku (70) a utáhněte je šroubem (59).
Dále umístěte držák (7) a zajistěte jej šrouby (59) a podložkami (70).

Obr. 7



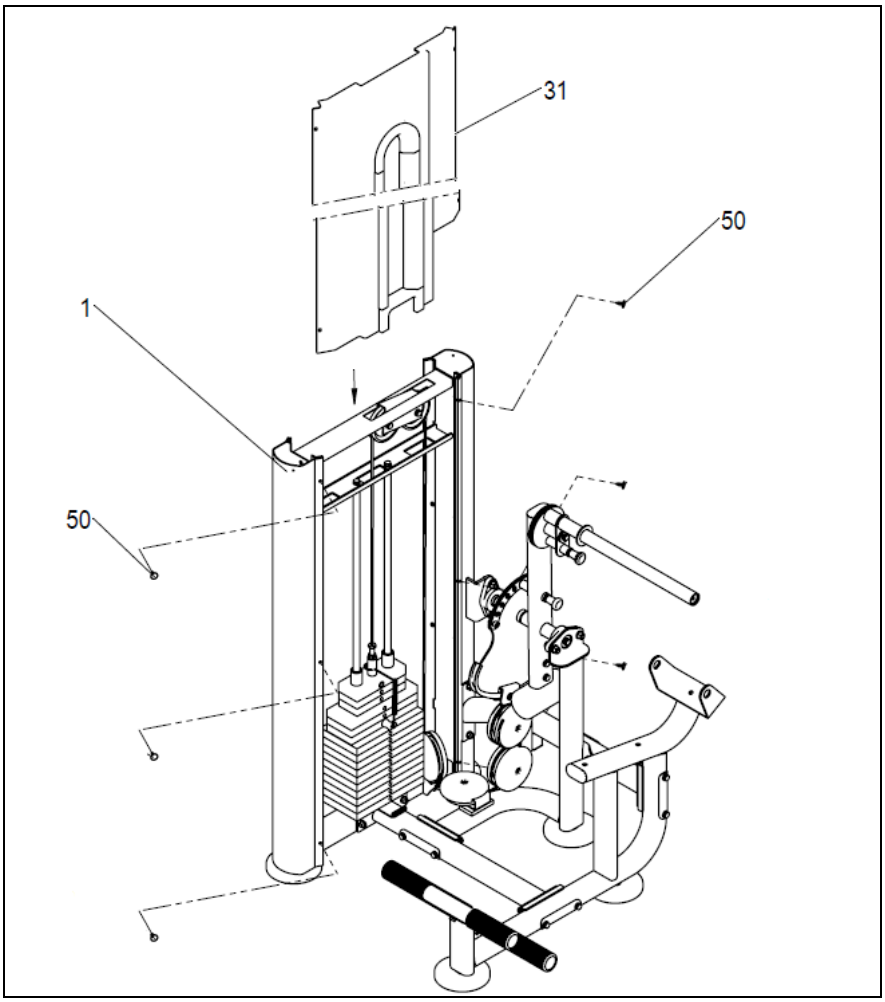
Přední přídržnou desku krytu (52) umístěte a utáhněte pomocí šroubu (54) a ploché podložky (68).
Zarážku závaží (51) umístěte na závaží (1) a vložte vodící tyče závaží (24).
Dále nasaďte závaží (82), (81), (80), těžší závaží vždy dole, nakonec nasaďte vodící závaží s volící tyčí (20), utáhněte horní část vodících tyčí závaží pomocí podložek (70) a šroubů (59).
Nasaďte kroužek voliče závaží (26) na středový výstupek na vodícím závaží

Obr. 8



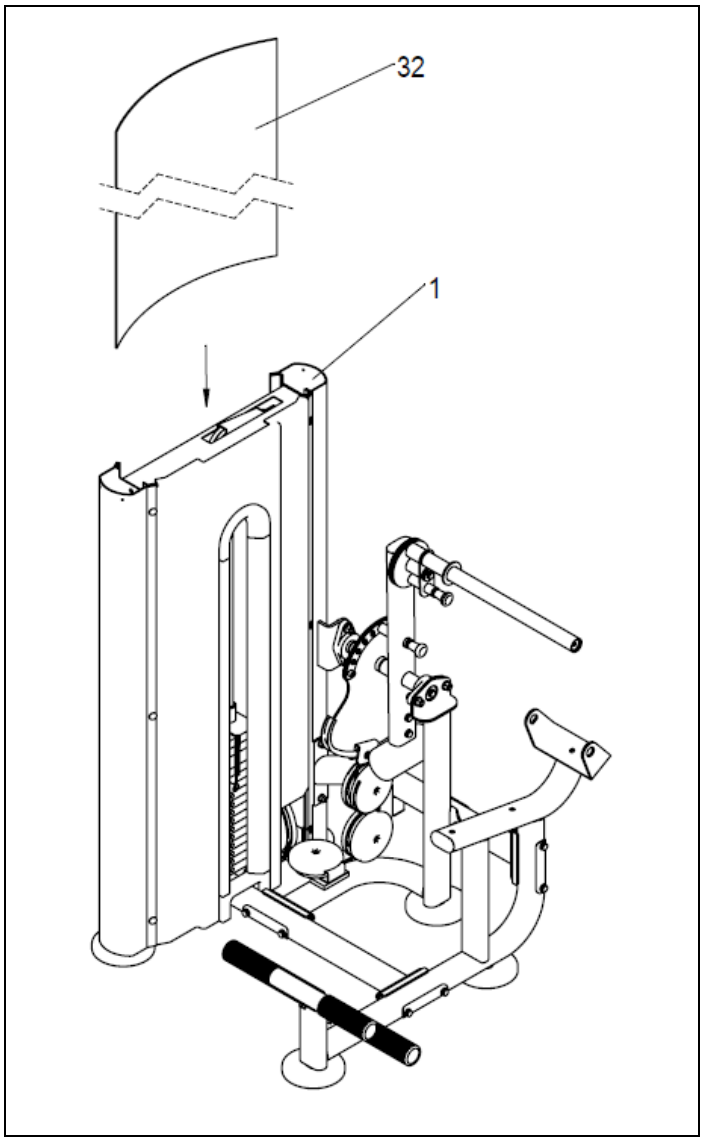
Konec lana (21) našroubujte na vodící závaží (20), poté vezměte druhý konec lana (21) a protáhněte jej horními a spodními kladkami. Zajistěte tento konec lana (21) na vačku (5) pomocí šroubu (46), podložky (70) a matice (73).

Obr. 9



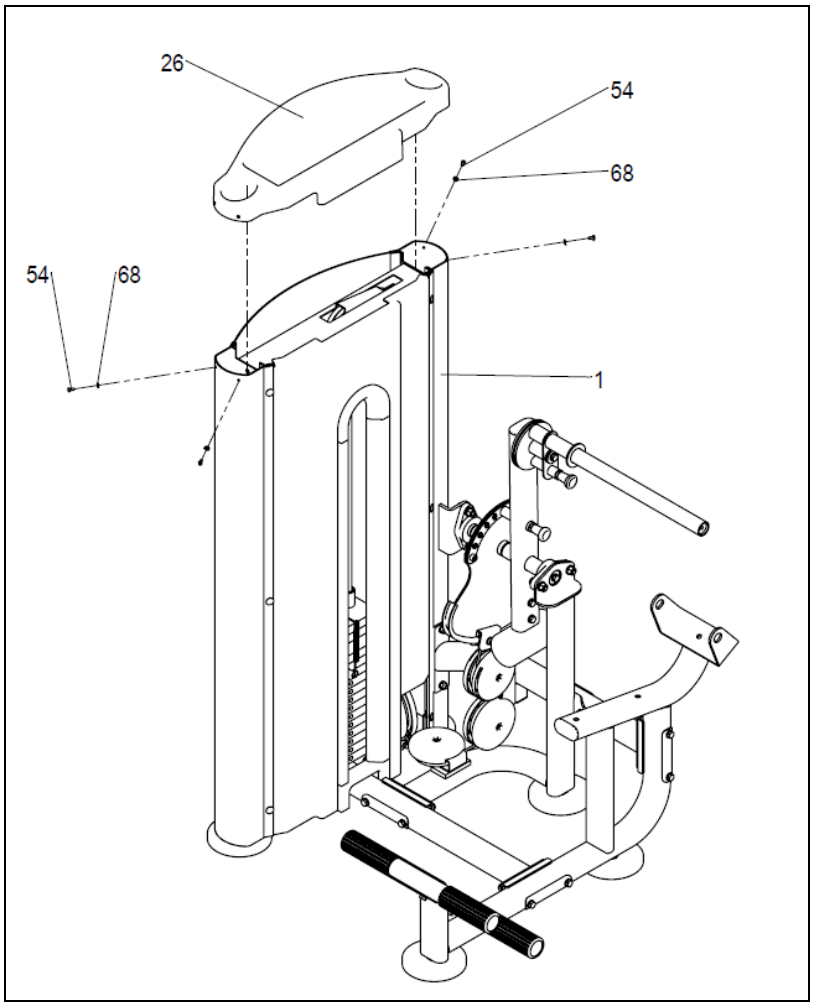
Přední kryt (31) nasaďte shora ve směru šipky na sadu závaží (1). Nasaďte vložky (50) na obě strany sady závaží.

Obr. 10



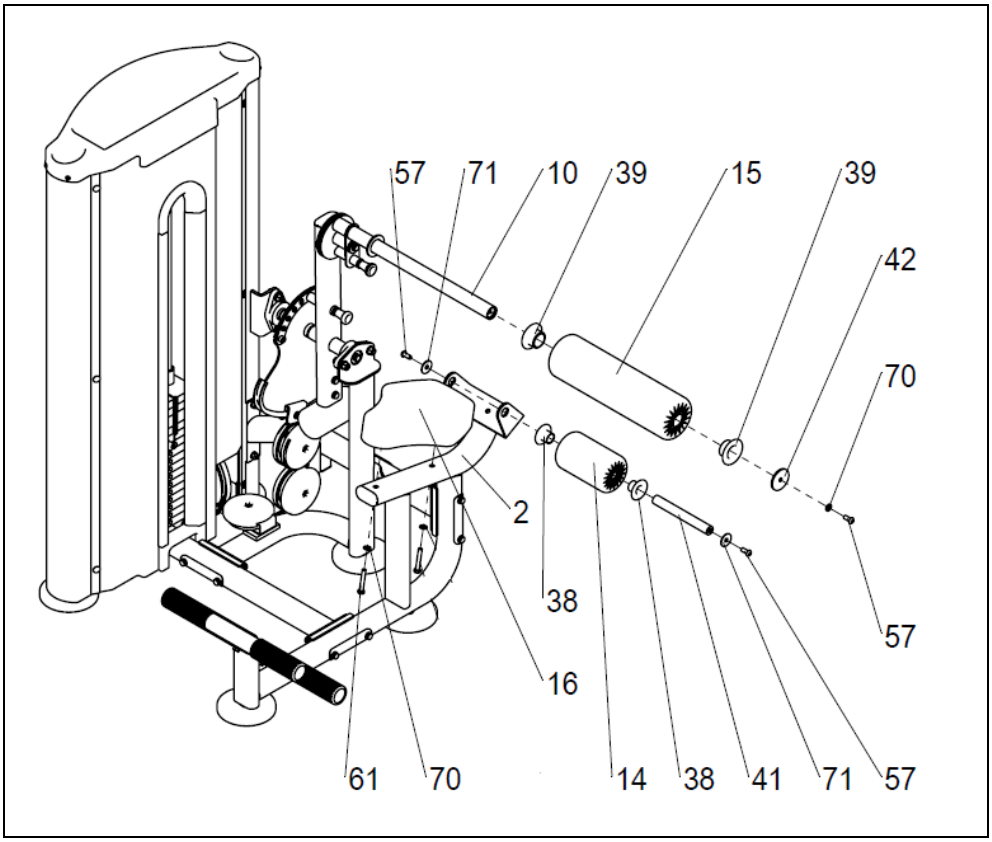
Zadní kryt (32) namontujte shora ve směru šipky na sadu závaží (1).

Obr. 11



Horní kryt (26) namontujte shora ve směru šipky na závaží (1), obr. 11. Namontujte podložky (68) a šrouby (54).

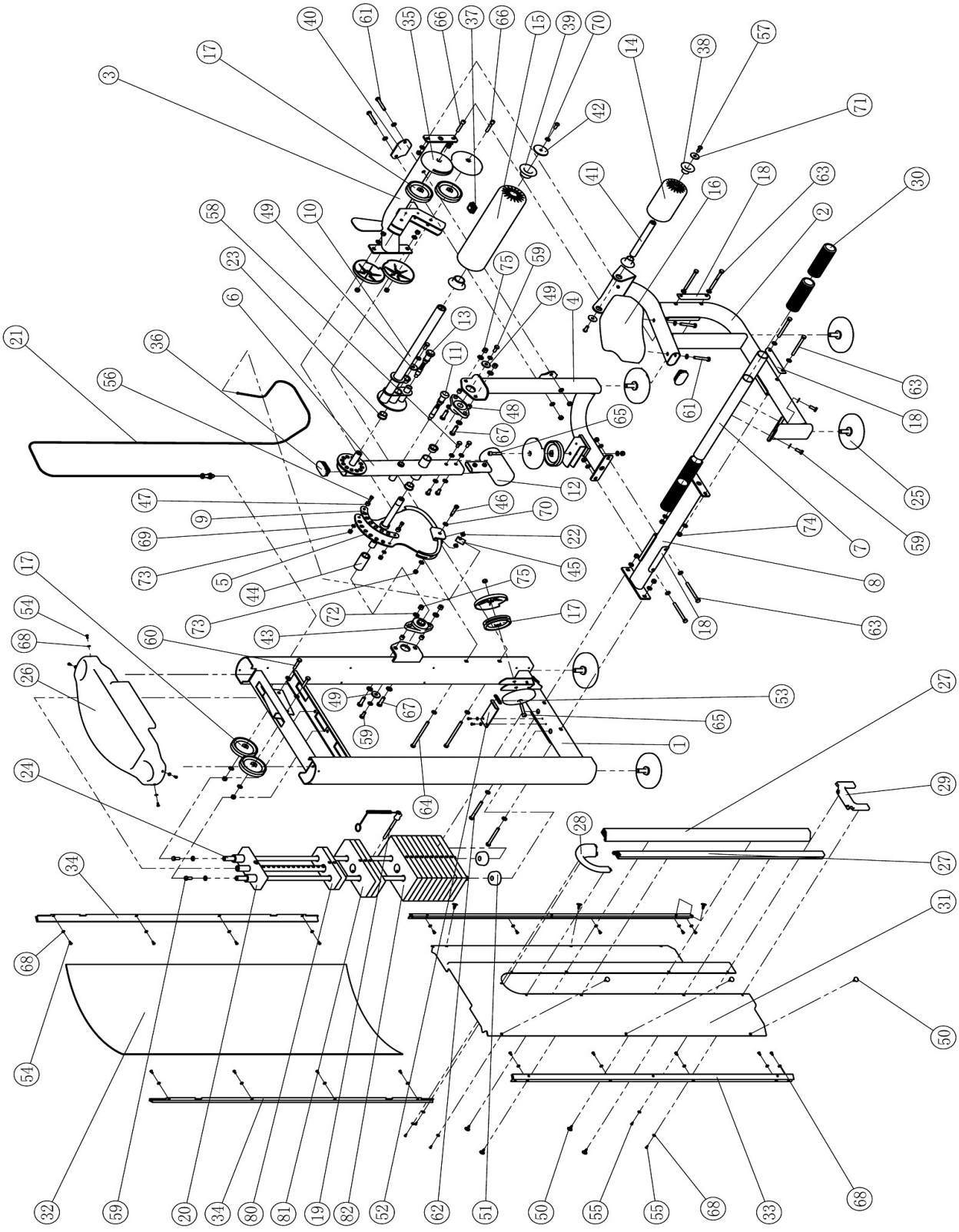
Obr. 12

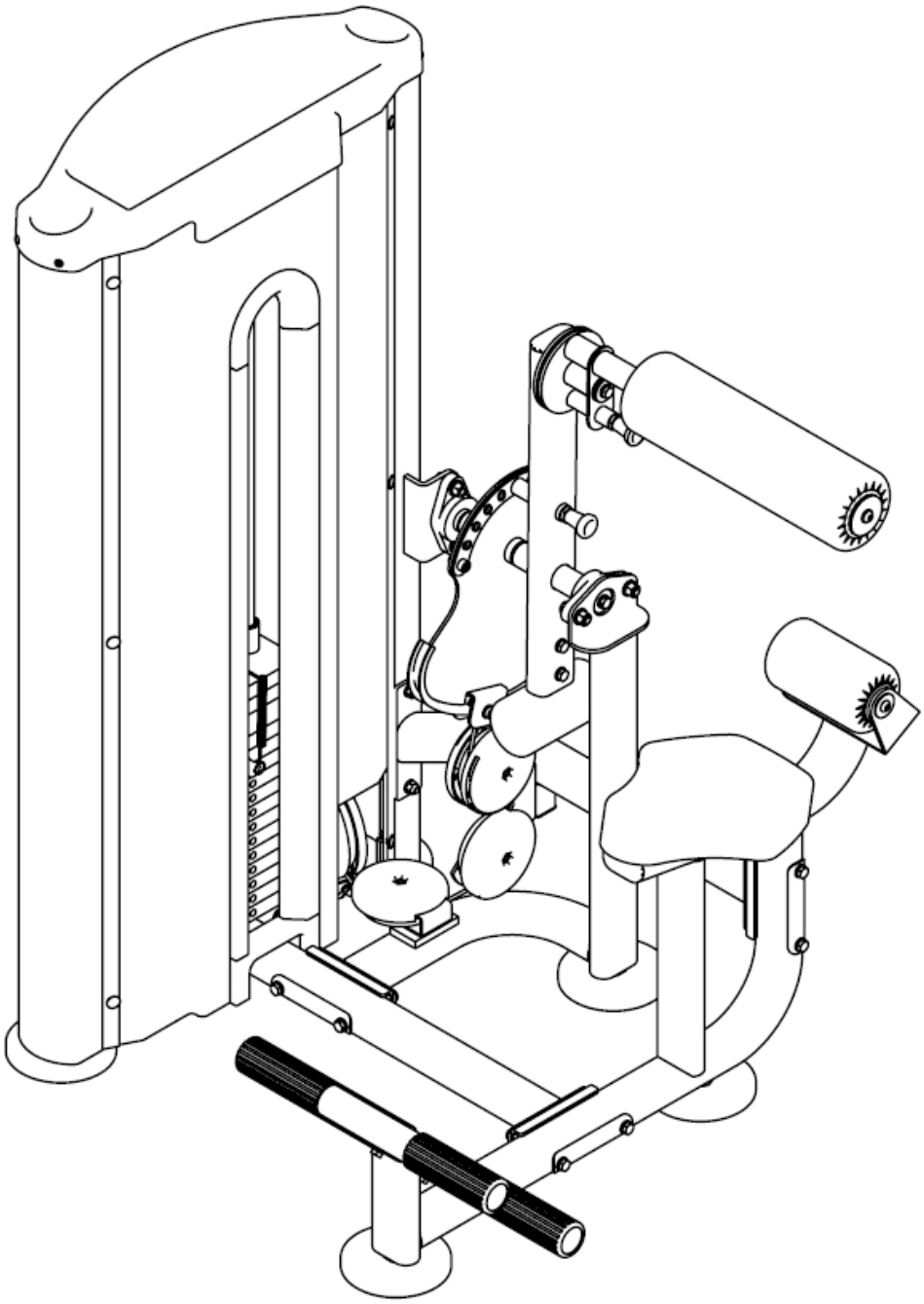


Podložku (39) nasaďte na hřídel podpěry (10), poté nasaďte váleček (15), podložku (39) a hliníkovou podložku (42), podložku (70) a utáhněte je šroubem (57).
Nasaďte podložky (38) na váleček (14) a vložte jej do „U“ podpěry (2) a vložte hřídel (41).
Nasaďte hliníkové podložky (71) a utáhněte je pomocí šroubů (57).
Sedlo (16) dejte na přídržnou desku (2) a utáhněte jej šrouby (61) a podložkami (70).

VELMI DŮLEŽITÉ:

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


40
61
35
66
37
66
15
39
70
17
3
14
38
57
71
42
41
16
18
63
30
2
58
49
10
23
75
59
6
49
4
13
11
48
67
65
61
63
18
25
59
7
8
18
63
21
36
56
12
47
9
69
73
5
44
46
70
22
45
75
72
43
17
54
68
60
26
49
67
59
64
53
65
1
27
24
29
28
27
34
31
68
54
50
32
59
20
34
80
81
19
82
52
62
51
50
55
55
68
33
68



Návod na obsluhu
Posilňovací stroj BH FITNESS L610 Abs/Hyperextenzia
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 použitie 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.

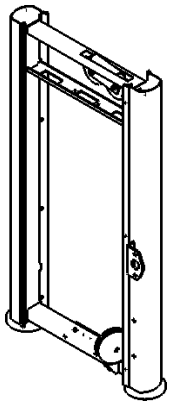
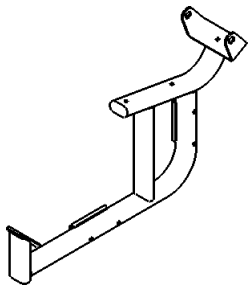
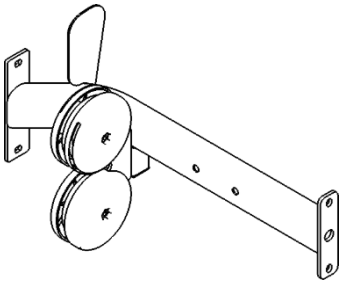
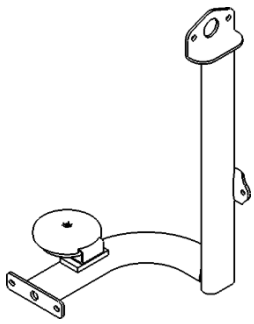
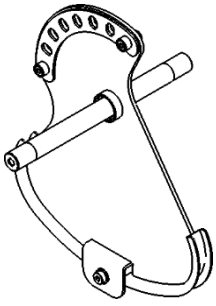
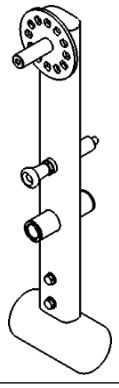
■ Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, aby ste sa uistili, že môžete používať trenažér.
Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, neprepínajte sa.
Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

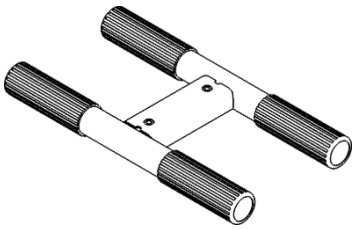
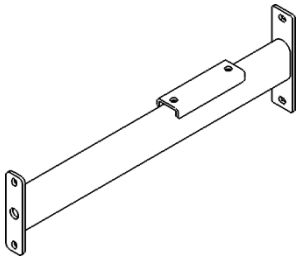
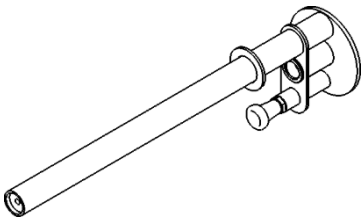
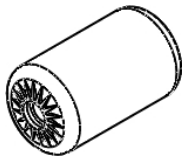
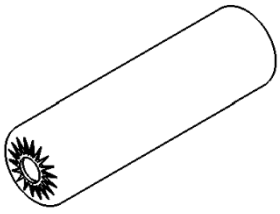
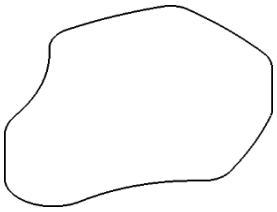
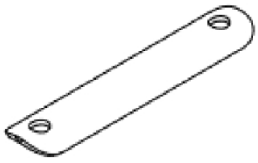
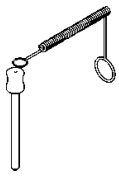
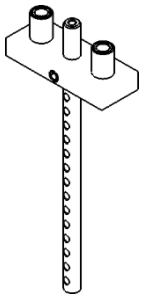
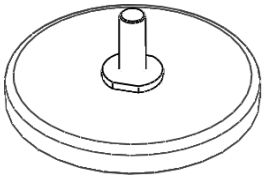
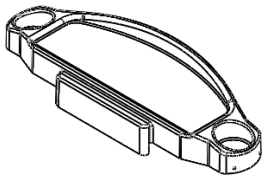
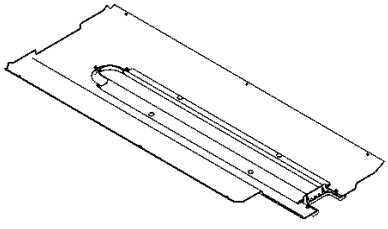
■ Dávajte pozor na pokyny trénera.

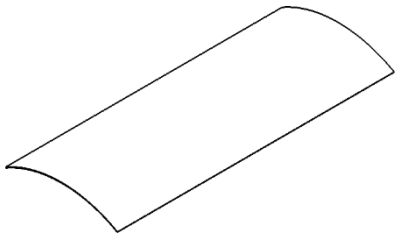
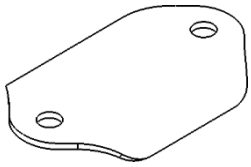
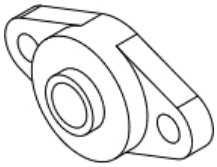
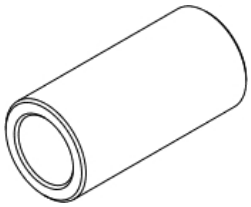
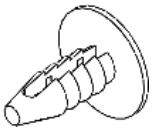
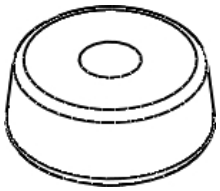
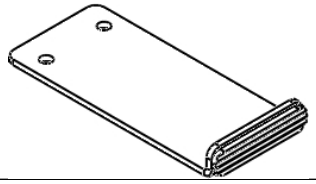
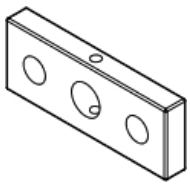
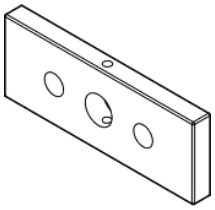
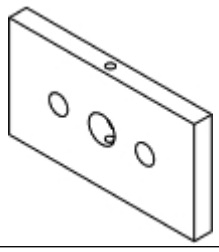
Pri montáži trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.

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

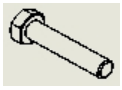
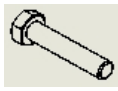
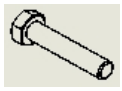
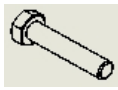
Obr. A

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

7		**1**		**8**		**1**
10		**1**		**14**		**1**
15		**1**		**16**		**1**
18		**3**		**19**		**1**
20		**1**		**21**		**1**
24		**2**		**25**		**3**
26		**1**		**31**		**1**

32		**1**		**38**		**2**
39		**2**		**40**		**1**
41		**1**		**42**		**1**
43		**2**		**44**		**1**
48		**4**		**49**		**3**
50		**6**		**51**		**2**
52		**1**		**80**		**2**
81		**3**		**82**		**10**

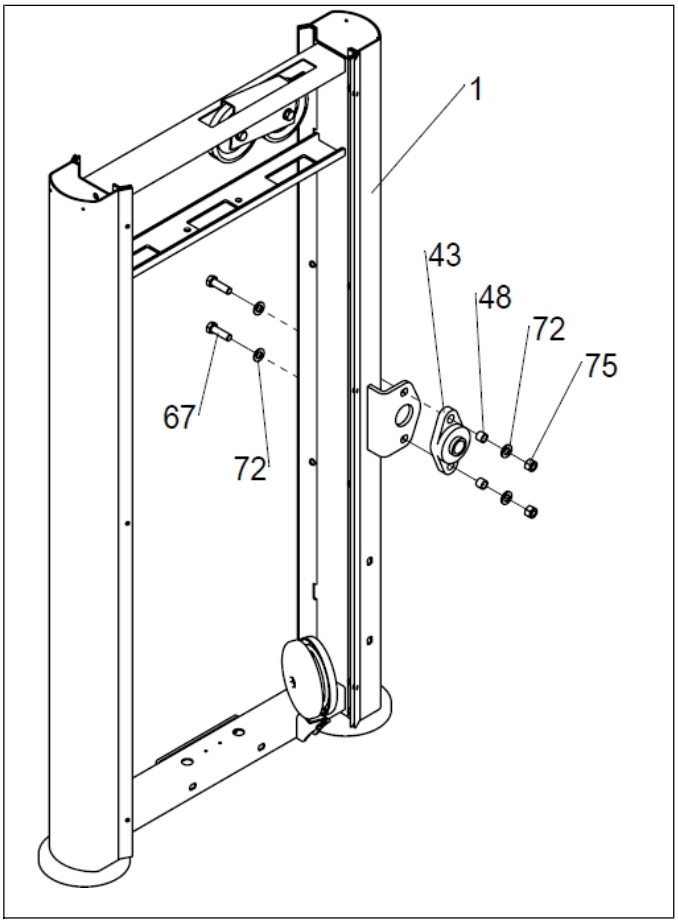
Obr. B

Nº		✓				✓
54	 M-5x12	6		57	 M-10x25	3
59	 M-10x25	7		61	 M-10x65	4
62	 M-10x100	2		63	 M-10x110	6
64	 M-10x150	2		67	 M-12x40	4
68	 M-5	6		70	 M-10	34
71	 M-10	2		72	 M-12	8
74	 M-10	12		75	 M-12	4

MONTÁŽNE POKYNY

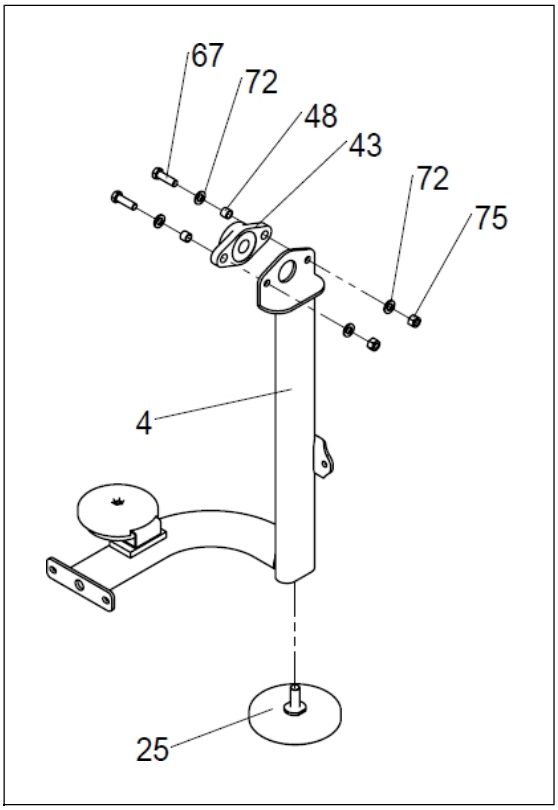
POZNÁMKA: Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

Obr. 1



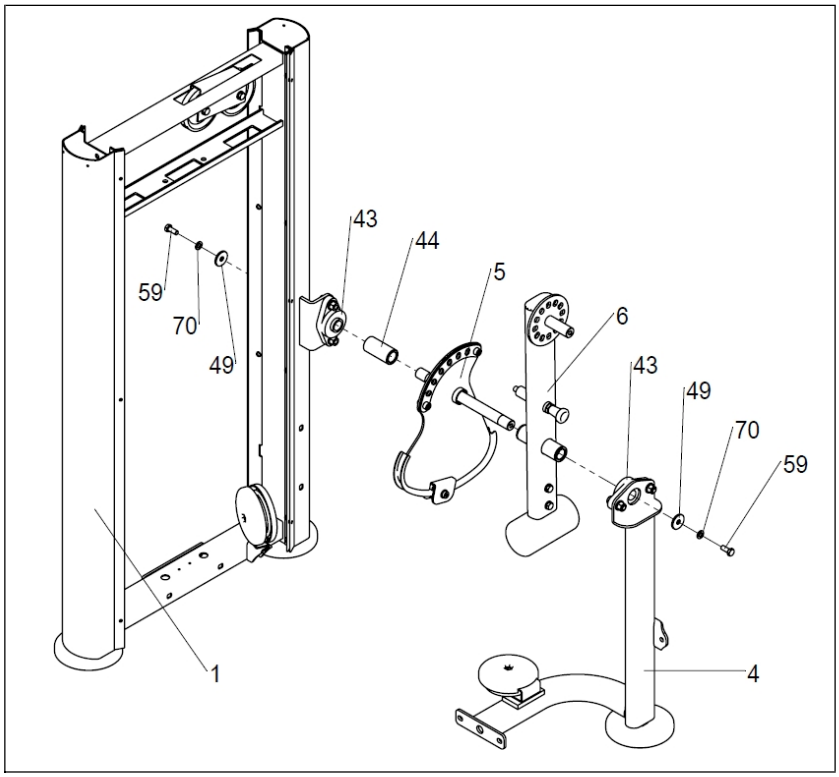
Hlavnú podperu (1) položte na zem. Nainštalujte nosnú podperu (43) a zaistite ju skrutkami (67), podložkami (72), priechodky (48) a matice (75).

Obr. 2



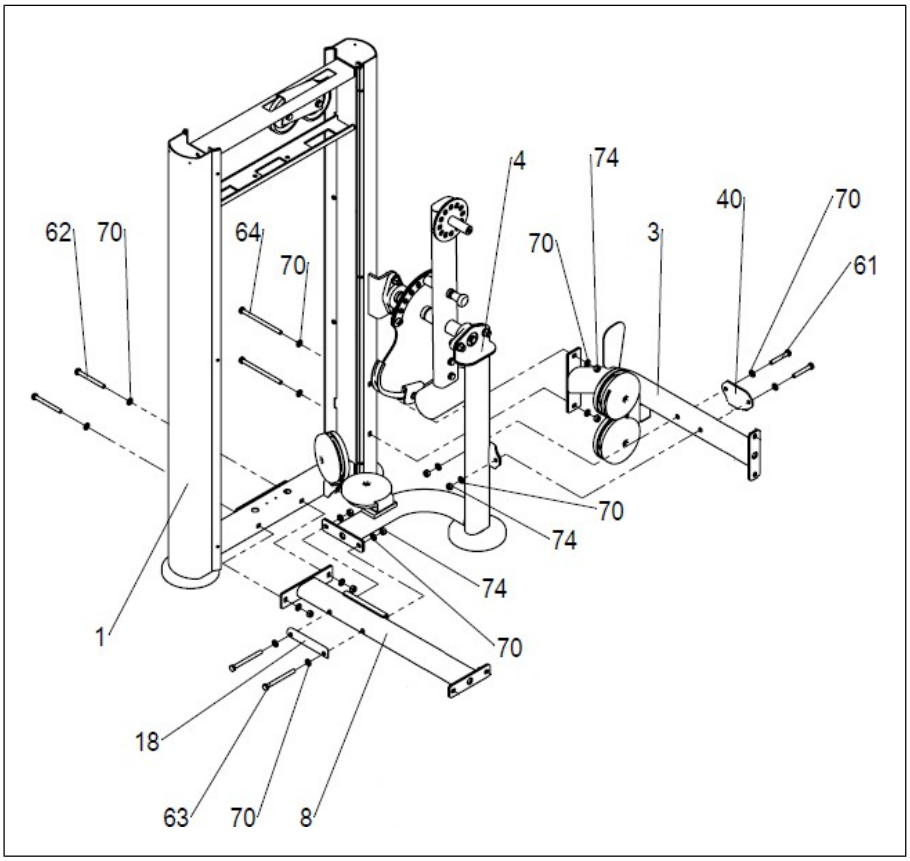
Naskrutkujte vyrovnávaciu lištu (25) na podperu (4).
Potom namontujte podperu ložiska (43) a zaistite ju skrutkami (67), podložkami (72), priechodkami (48) a maticami (75).

Obr. 3



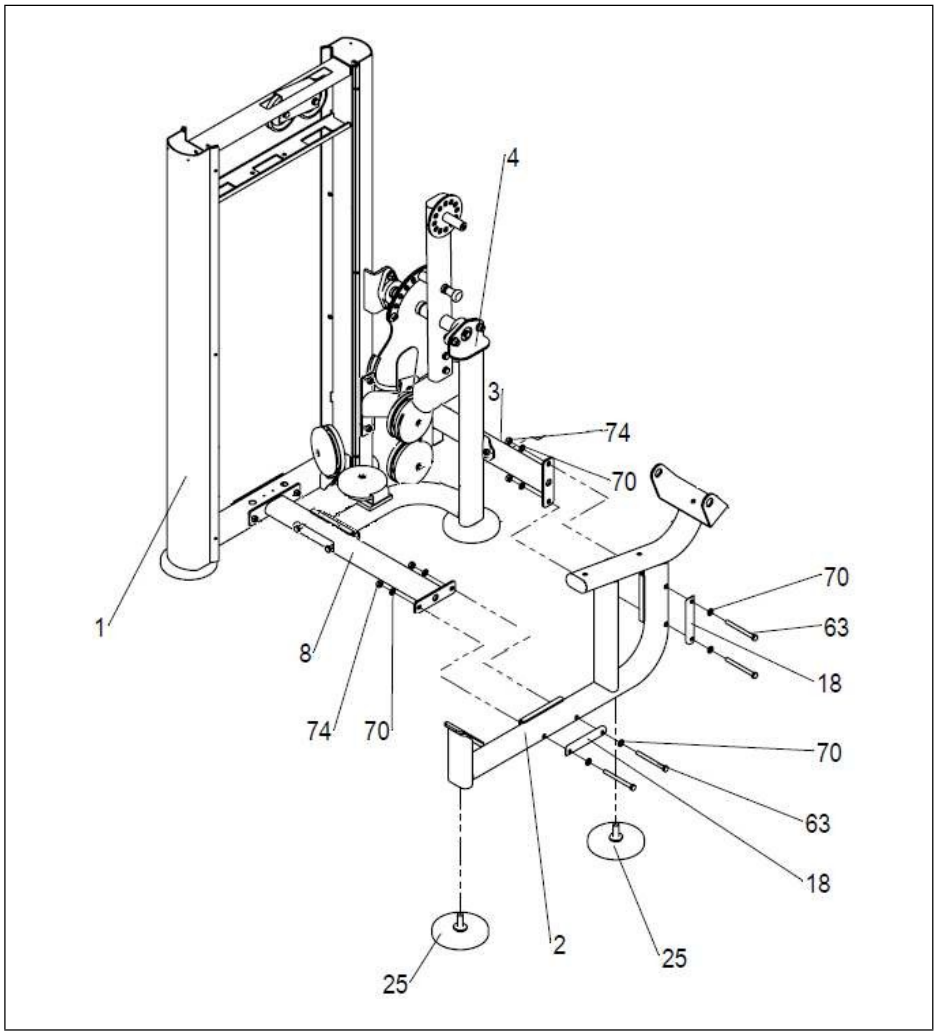
Vložte hriadeľ (5) do podpornej podložky (6).
Vložte koniec hriadeľa (5) do ložiskovej podpery (43), na koniec hriadeľa (5) nasaďte hliníkovú podložku (49) a podložku (70) a utiahnite ich skrutkou (59).
Nasaďte dištančnú podložku (44) a to isté urobte na druhom konci hriadeľa (5).

Obr. 4



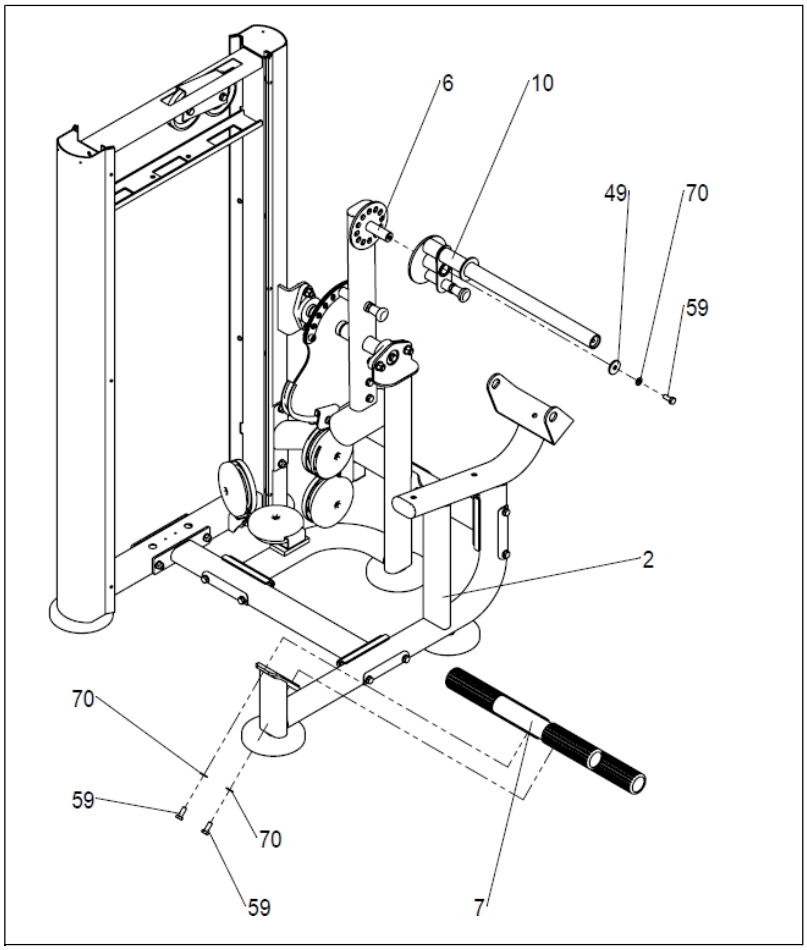
Umiestnite držiaky (8) a (18) a zaistite ich skrutkami (62) a (63), podložkami (70) a maticami (74). Ďalej umiestnite držiaky (3) a (40) a zaistite ich pomocou skrutiek (61) a (64), podložiek (70) a matíc (74).

Obr. 5



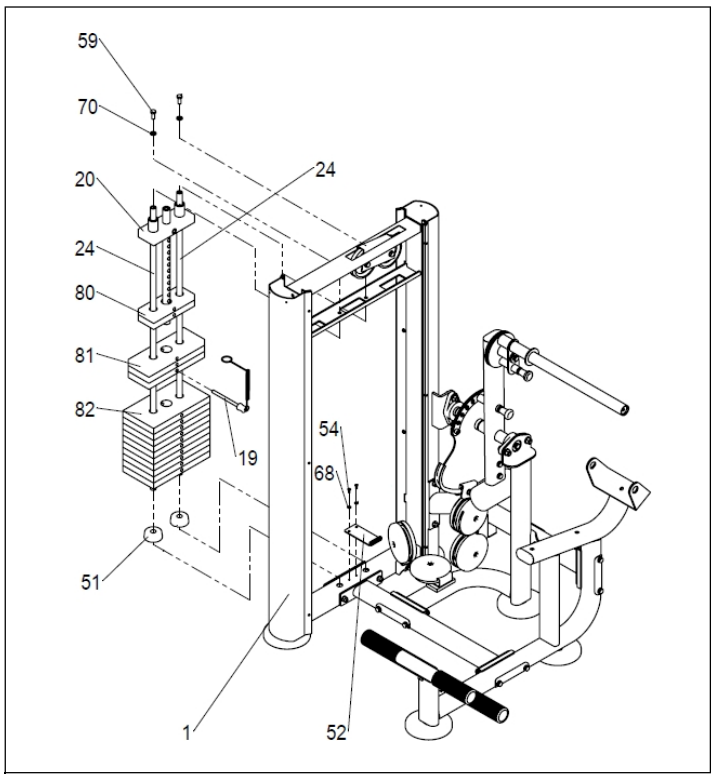
Na podperu (2) naskrutkujte vyrovnávače nerovností (25).
Umiestnite držiak (2) a (18) a zaistite ho skrutkami (63), podložkami (70) a maticami (74).

Obr. 6



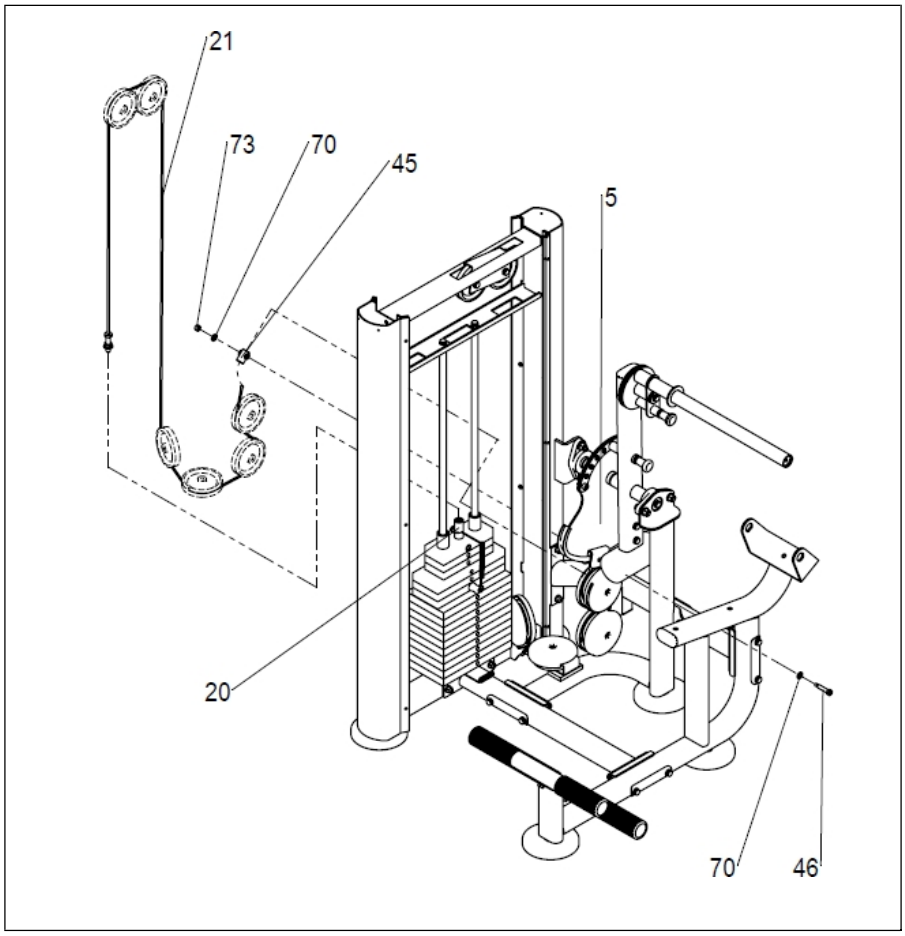
Koniec hriadeľa (6) vložte do držiaka (10), na koniec hriadeľa (6) nasaďte hliníkovú podložku (49) a podložku (70) a utiahnite ich skrutkou (59).
Potom umiestnite držiak (7) a upevnite ho pomocou skrutiek (59) a podložiek (70).

Obr. 7



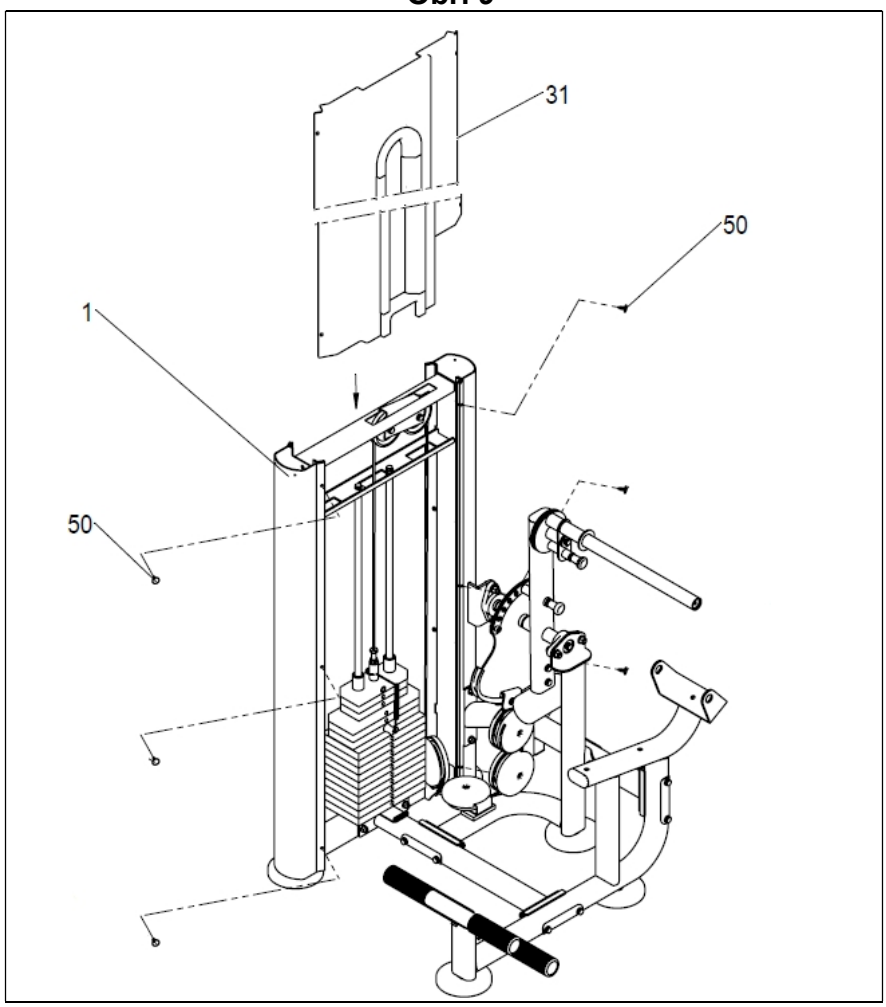
Umiestnite a utiahnite upevňovaciu dosku predného krytu (52) pomocou skrutky (54) a plochej podložky (68).
Na závažie (1) nasaďte zarážku závažia (51) a vložte vodiace tyče závažia (24).
Ďalej nasaďte závažia (82), (81), (80), ťažšie závažia vždy v spodnej časti, nakoniec nasaďte vodiace závažia s výberovou tyčou (20), utiahnite hornú časť vodiacich tyčí závažia podložkami (70) a skrutkami (59).
Nasaďte krúžok na výber závažia (26) na stredový výstupok na vodiacom závaží.

Obr. 8



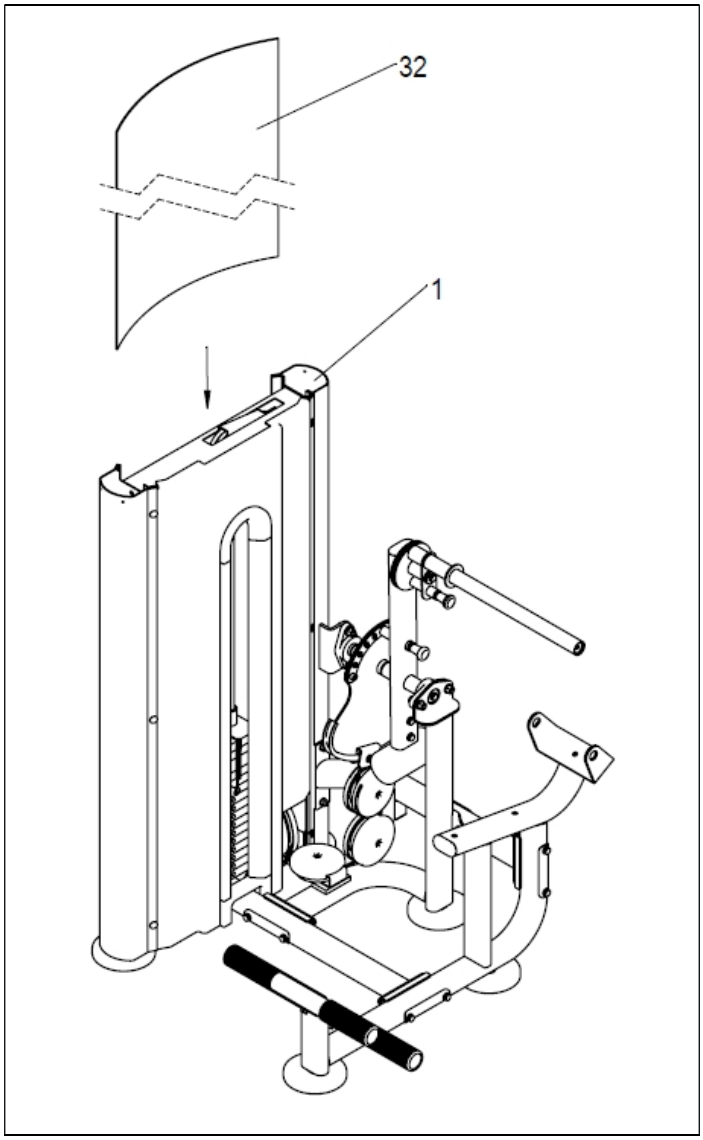
Koniec lana (21) naskrutkujte na vodiace závažie (20), potom vezmite druhý koniec lana (21) a pretiahnite ho cez hornú a dolnú kladku. Tento koniec lana (21) pripevnite k vačke (5) pomocou skrutky (46), podložky (70) a matice (73).

Obr. 9



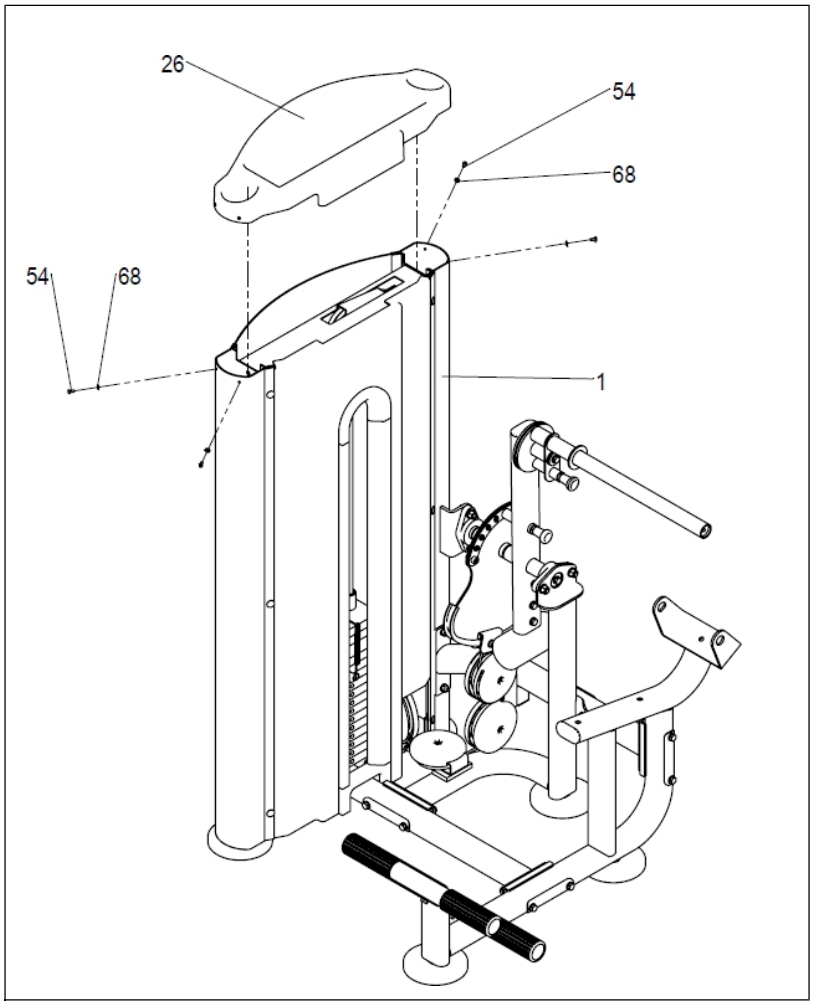
Nasaďte predný kryt (31) zhora v smere šípky na súpravu závažia (1). Vložte vložky (50) na obe strany sady závaží.

Obr. 10



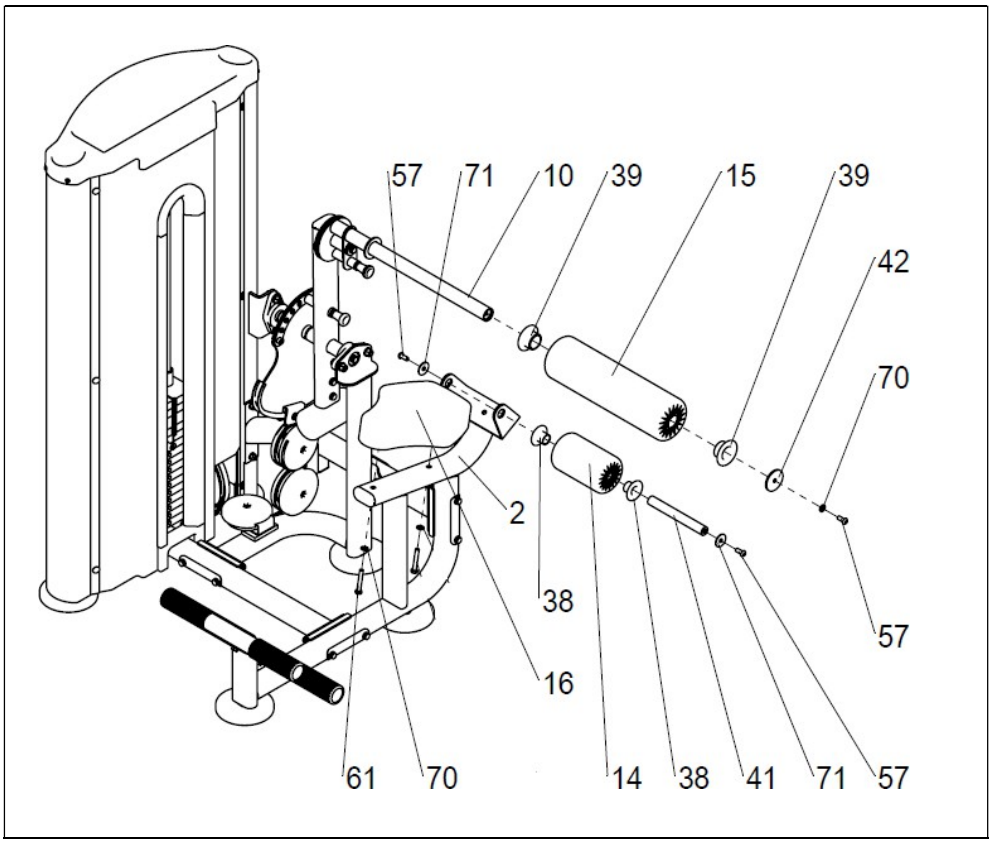
Zadný kryt (32) namontujte zhora v smere šípky na súpravu závažia (1).

Obr. 11



Horný kryt (26) namontujte zhora v smere šípky na závažie (1), obr.
11. Namontujte podložky (68) a skrutky (54).

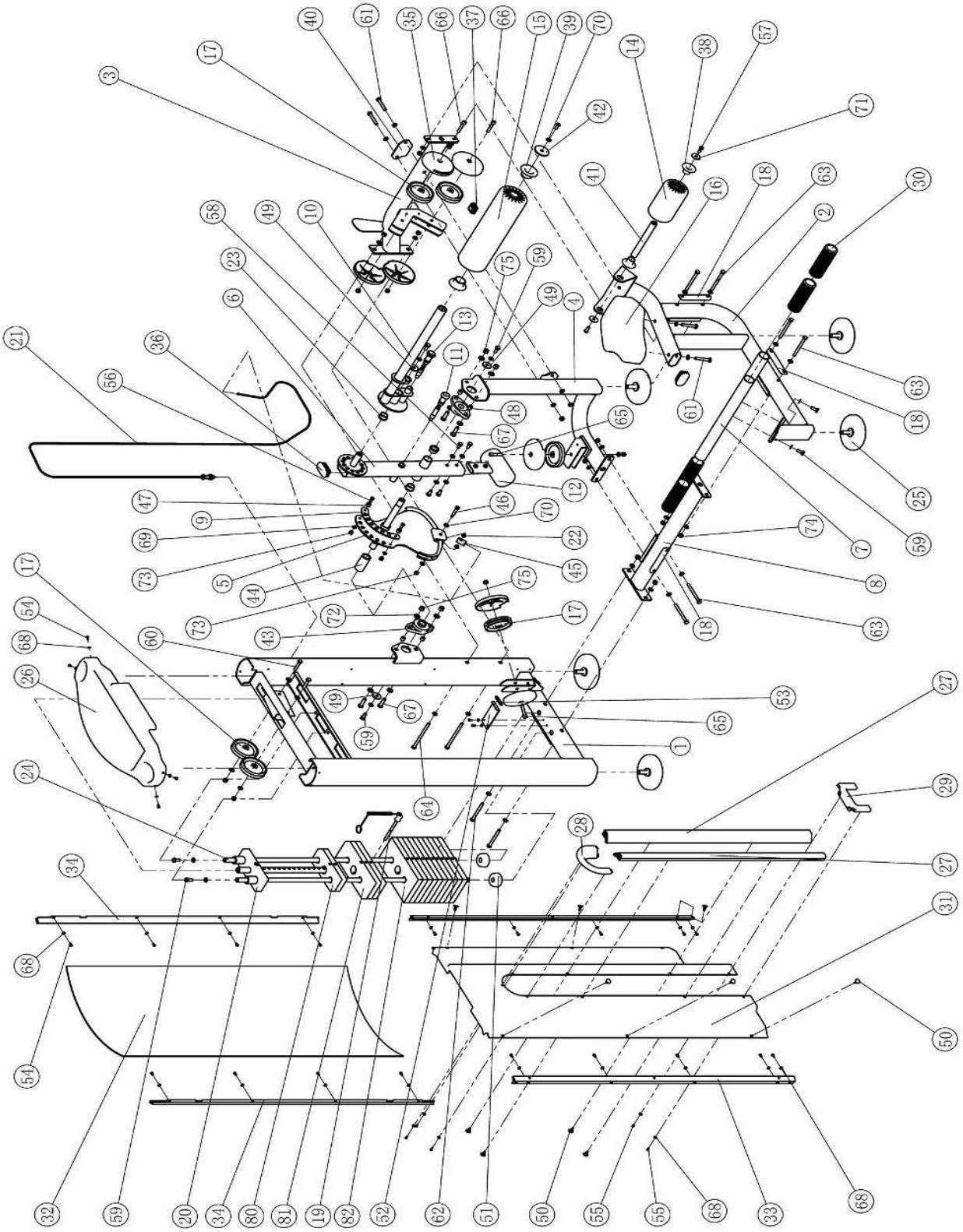
Obr. 12



Na nosný hriadeľ (10) nasaďte podložku (39), potom nainštalujte valček (15), podložku (39) a hliníkovú podložku (42), podložku (70) a utiahnite skrutkou (57).
Na valček (14) nasaďte podložky (38), vložte ho do "U" podpery (2) a zasuňte hriadeľ (41).
Nasaďte hliníkové podložky (71) a utiahnite ich pomocou skrutiek (57).
Umiestnite sedlo (16) na prídržnú dosku (2) a utiahnite ho pomocou skrutiek (61) a podložiek (70).

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