HI-POWER BH

L150



Návod k obsluze
Posilovací stroj BH FITNESS L150 tricepsové kliky vsedě
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.

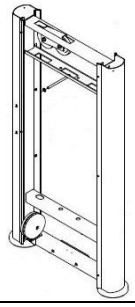
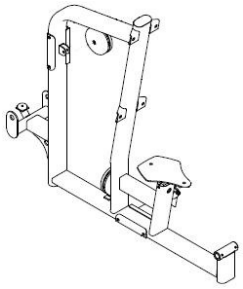
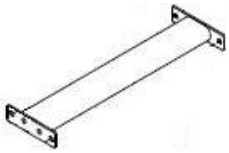
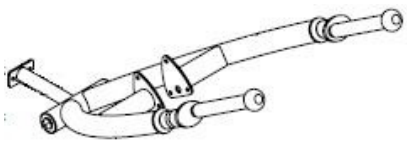
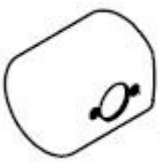
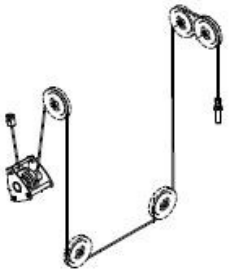
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

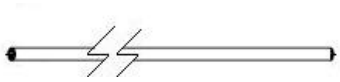
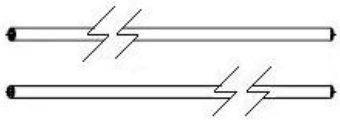
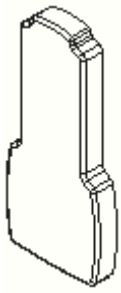
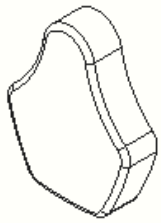
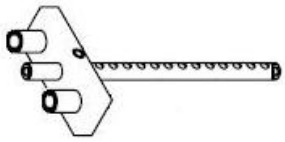
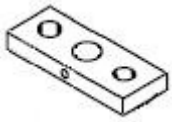
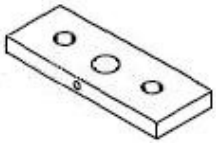
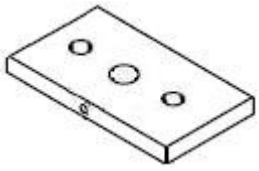
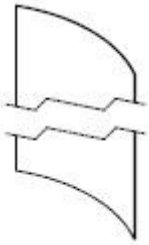
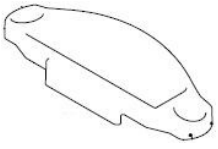
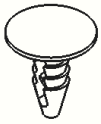
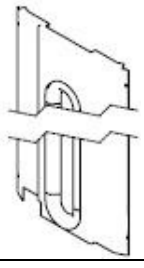
■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

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.

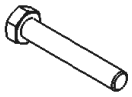
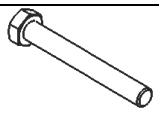
Obr. A

№		✓		№		✓
1		1		2		1
3		1		4		1
5		1		7		1
9		1		10		1

11		**1**		**14**		**2**
17		**1**		**18**		**1**
23		**1**		**25**		**2**
28		**2**		**29**		**1**
30		**1**		**31**		**2**
32		**3**		**33**		**10**
35		**1**		**36**		**1**
38		**1**		**42**		**1**
45		**10**		**46**		**1**

48		2		51		2
52		2		53		1
54		1		55		4

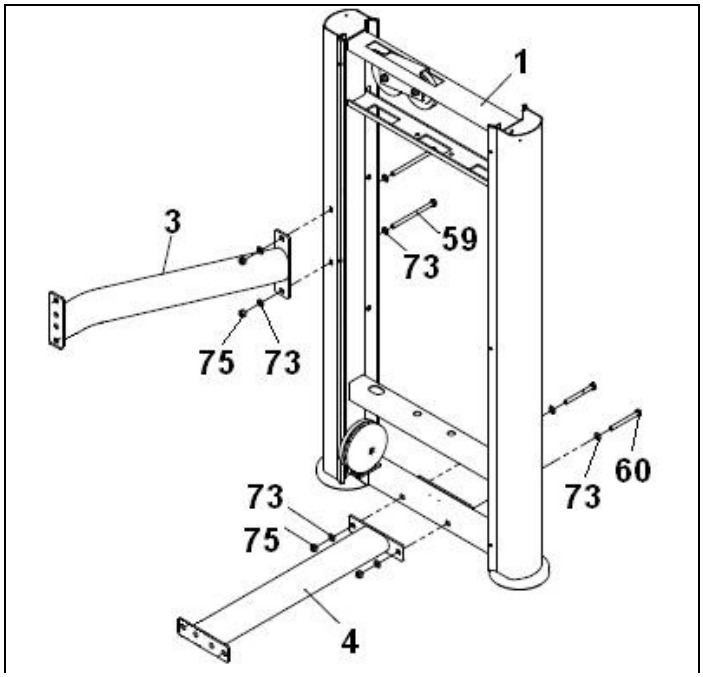
Obr. B

№		✓				✓
58	 M-10x135	7		59	 M-10x150	2
60	 M-10x100	2		61	 M-10x45	1
64	 M-10x30	6		65	 M-10x25	4
66	 M-10x30	2		73	 M-10	34
75	 M-10	12		77	 M-5	6
78	 M-5x12	6		89	 M-10x25	2

MONTÁŽNÍ POKYNY

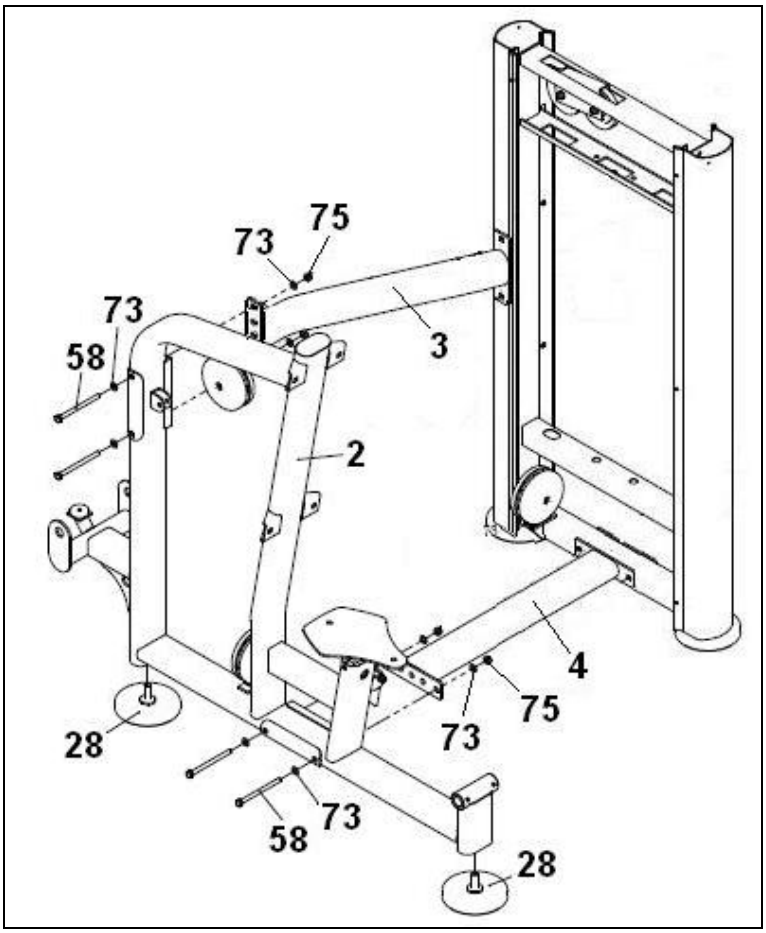
POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

Obr. 1



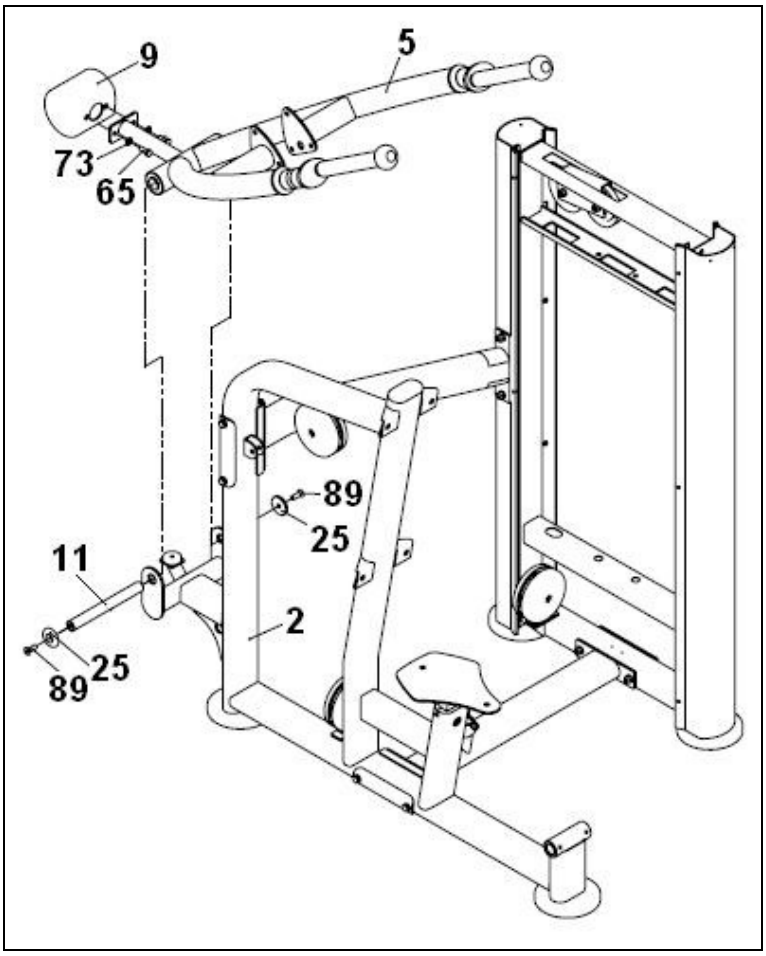
Opřete hlavní podpěru (1) o zem, obr. 1.
Umístěte držák (3) a zajistěte jej pomocí šroubů (59), podložek (73) a matic (75). Dále umístěte držák (4) a přišroubujte jej šrouby (60), podložkami (73) a maticemi (75).

Obr. 2



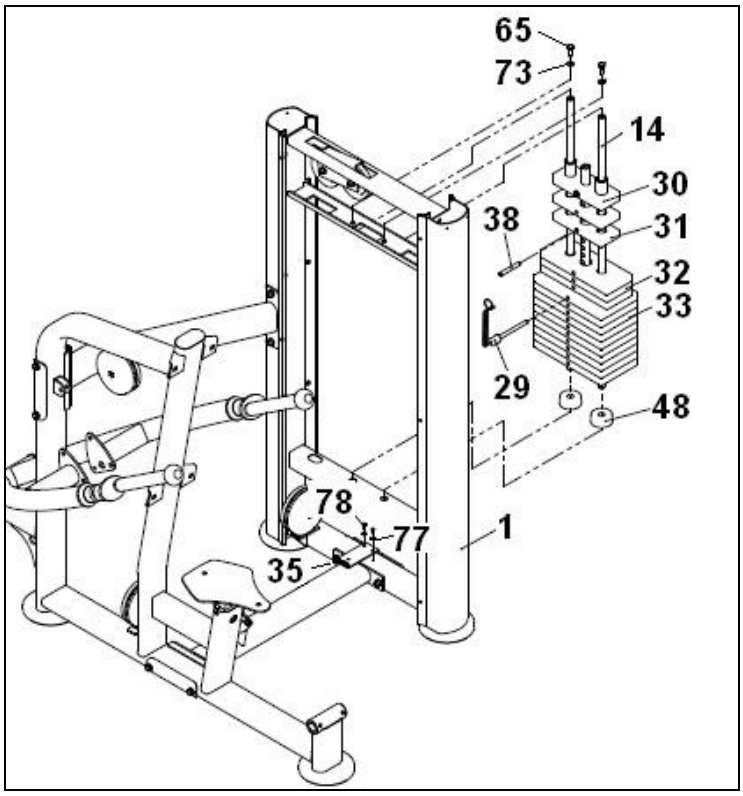
Našroubujte vyrovnávací patky (28) na podpěru (2), obr. 2.
Poté umístěte držák (2) a zajistěte jej k podpěrám (3) a (4), obr. 2, pomocí šroubů (58), podložek (73) a matic (75).

Obr. 3



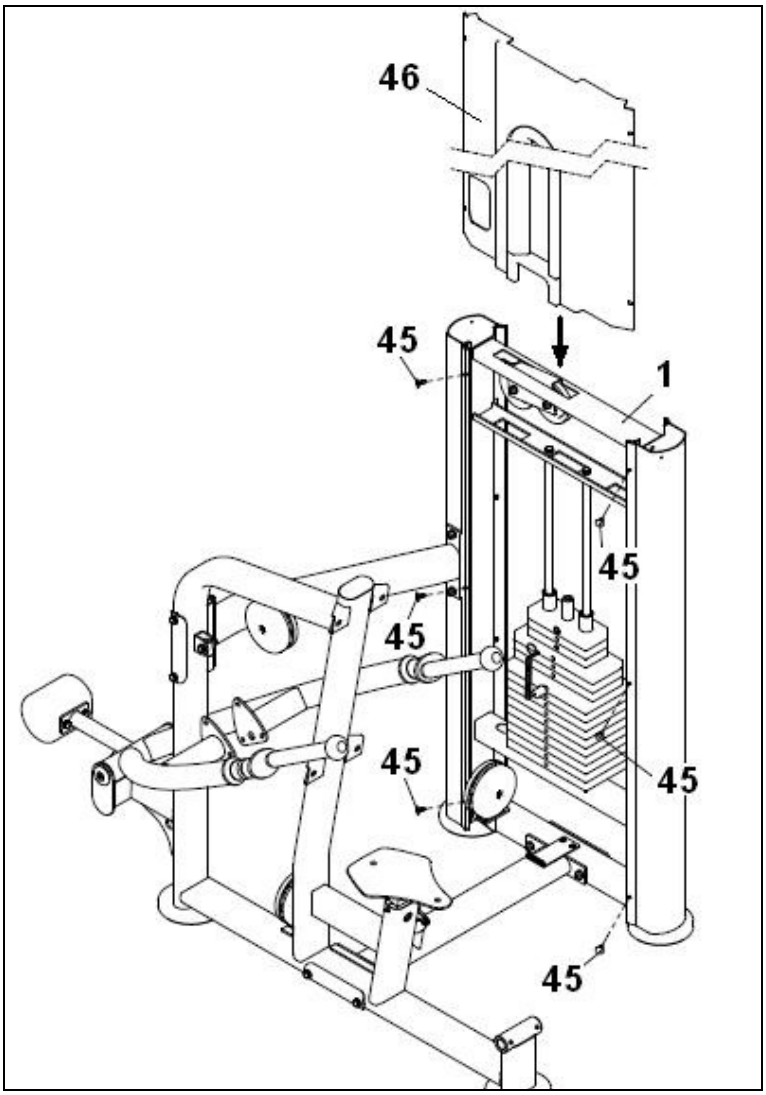
Umístěte rameno (5) na „U“ držák pro podpěru (2), obr. 4.
Vložte hřídel (11), nasaďte hliníkové podložky (25) a utáhněte šrouby (89), obr. 4.
Poté namontujte protizávaží (9), obr. 4, a zajistěte jej pomocí šroubů (65) a podložek (73).

Obr. 4



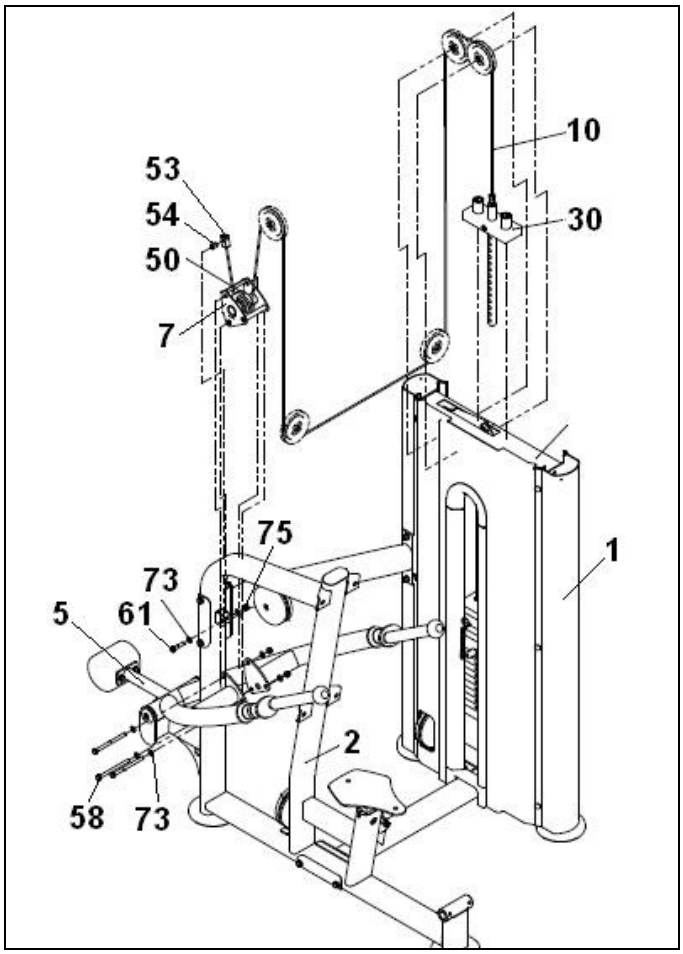
Umístěte zarážku závaží (48) na sadu závaží (1), obr. 4, vložte vodící tyče závaží (14).
Dále namontujte závaží (33); (32), (31), těžší závaží vždy dole, nakonec vodící závaží osaďte volící lištou (30), horní část vodících tyčí utáhněte pomocí podložek (73) a šroubů (65), obr. 4.
Nasaďte volící kroužek (29) do středového pouzdra na vodící závaží (30).
Namontujte pružinový kolík (38) na třetí závaží (31), obr. 4.
Umístěte přídržnou desku předního krytu (35) a utáhněte pomocí šroubu (78) a ploché podložky (77), obr. 4.

Obr. 5



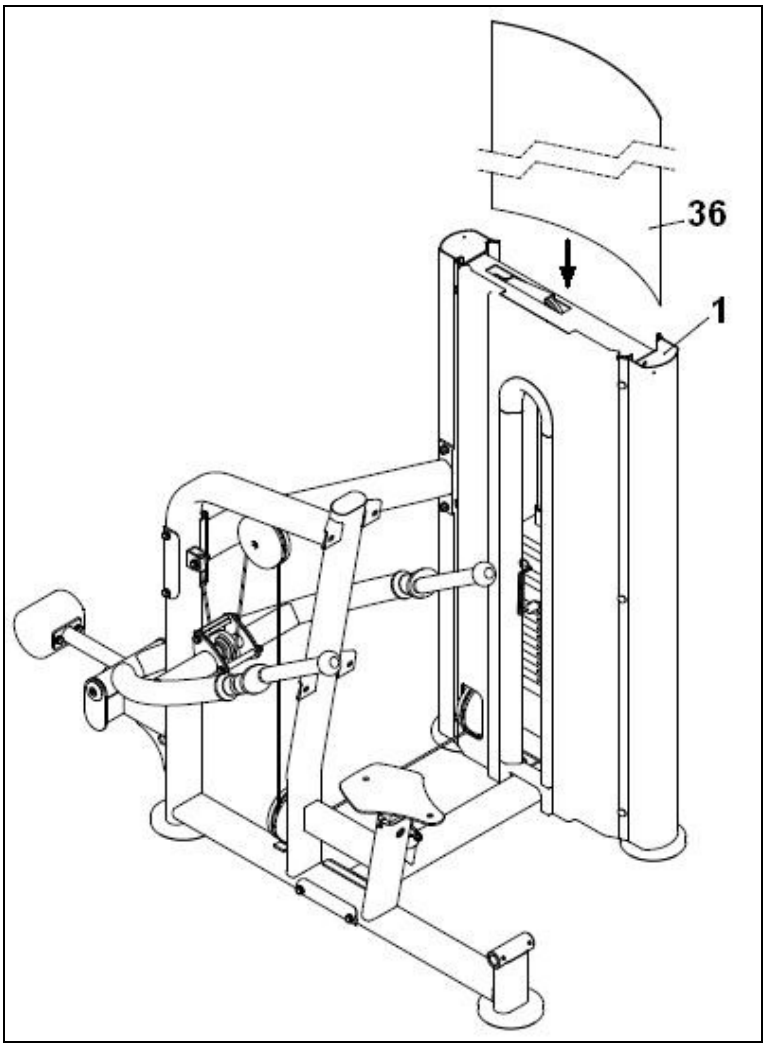
Přední kryt (46) nasaďte shora ve směru šipky na sadu závaží (1). Nasaďte vložky (45) na obě strany sady závaží.

Obr. 6



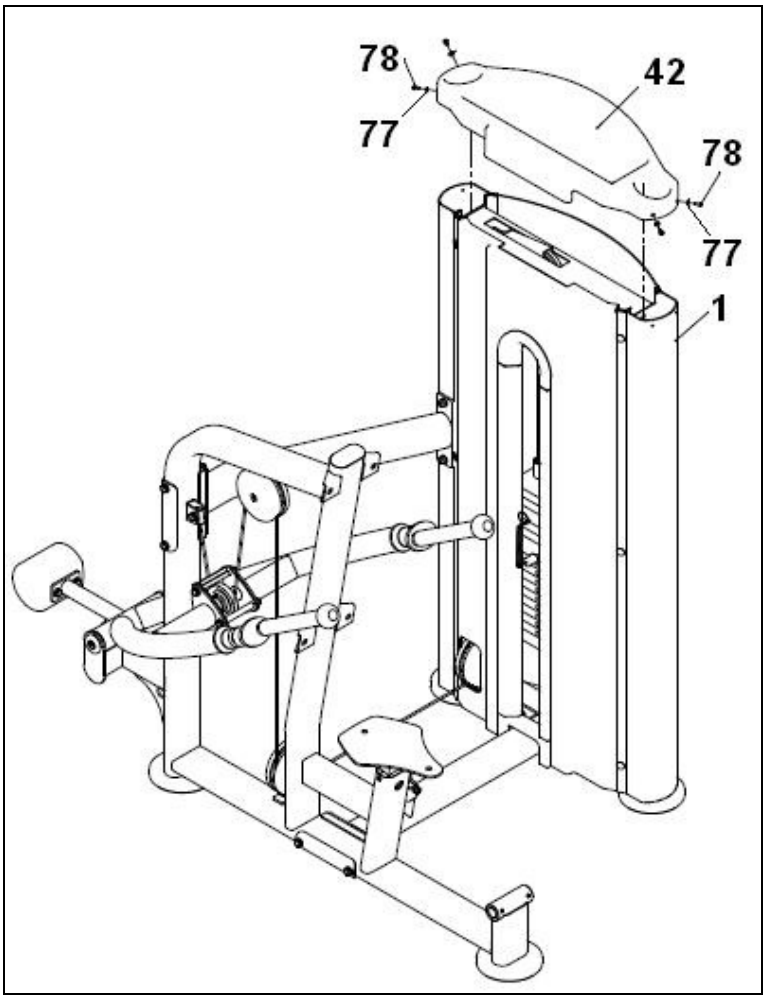
Zašroubujte konec kabelu (10) na vodící závaží (30), obr. 6, vezměte druhý konec kabelu (10) a protáhněte jej horními a spodními kladkami
Protáhněte konec kabelu (53) kladkou (7) a namontujte zpět podpěru kladky (7) veslovací tyče a zajistěte ji šrouby (58), podložkami (73) a maticemi (75).
Druhý konec kabelu našroubujte na držák (2) pomocí šroubu (61), podložky(73) a matice (75), obr. 6.

Obr. 7



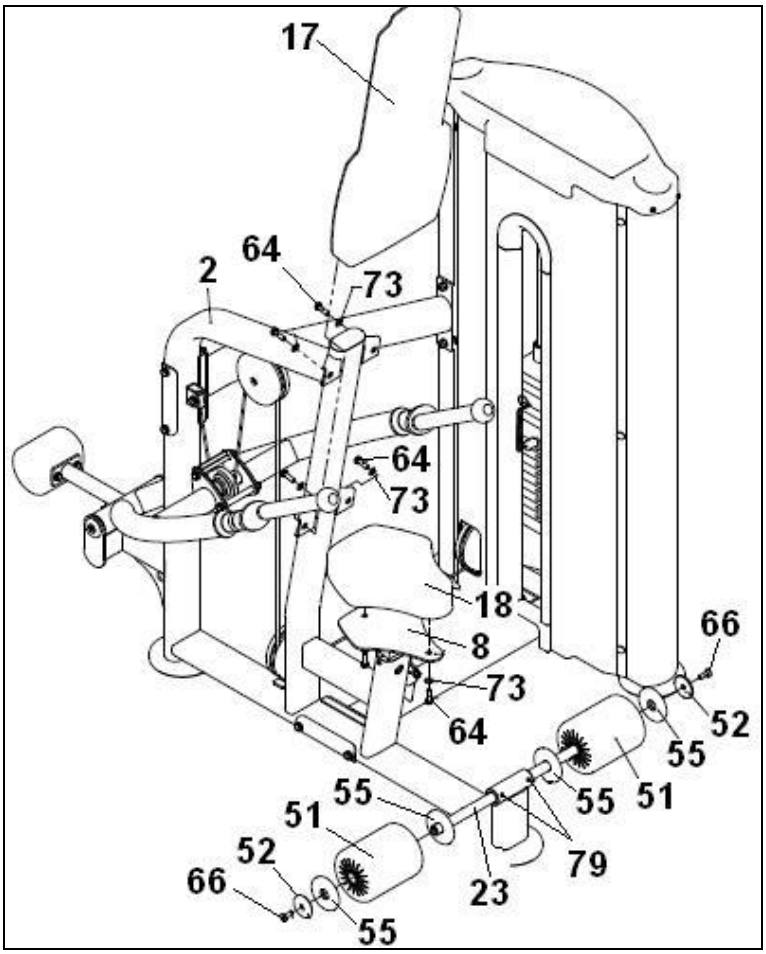
Namontujte zadní kryt (36) na sadu závaží (1), obr. 7, shora ve směru šipky.

Obr. 8



Namontujte horní kryt (42) shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 8. Namontujte podložky (77) a šrouby (78).

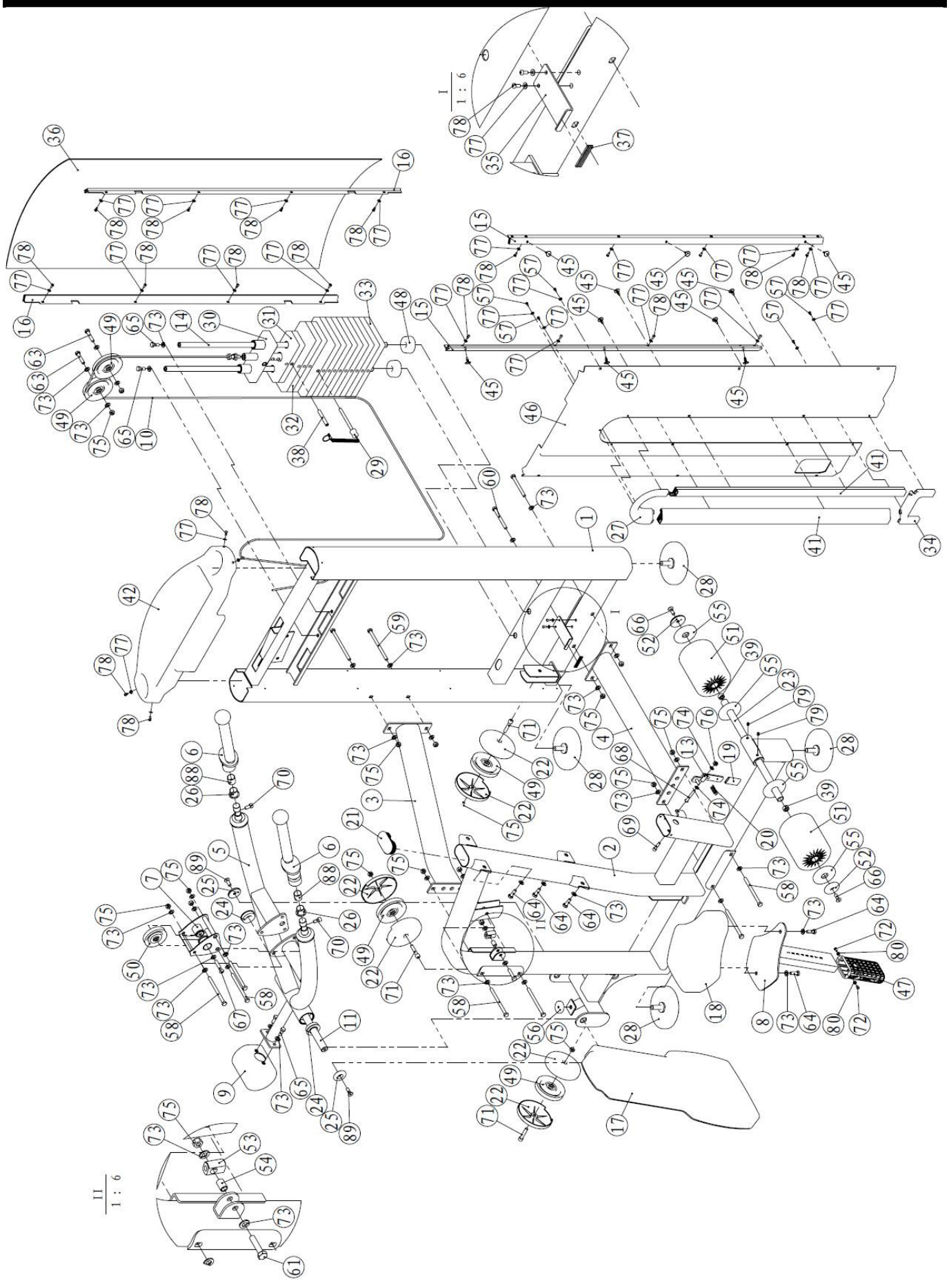
Obr. 9



Umístěte opěradlo (17) na podpěru (2), obr. 9, zajistěte jej pomocí šroubů (64) a podložek (73). Poté umístěte sedlo (18) na podpěru (8), obr. 9, zajistěte jej pomocí šroubů (64) a plochých podložek (73). Vložte hřídel válečku (23) do podpěry (2), obr. 9, vycentrujte ji a zajistěte šrouby (79).
Namontujte podložky (55), válečky (51) a utáhněte šrouby (66) společně s hliníkovými podložkami (52), obr. 9.

VELMI DŮLEŽITÉ:

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





Návod na obsluhu
Posilňovací stroj BH FITNESS L150 tricepsové kľučky v sede
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.

Pokyny si uschovajte pre budúce použitie a pre rady týkajúce sa údržby a objednávania náhradných dielov.



UPOZORNENIE:

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

Akékoľvek iné použitie 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 voľný priestor najmenej 0,5 metra.

■ 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.

Nesprávna oprava a/alebo úprava trenažéra (napr. odstránenie častí) môže ohroziť bezpečnosť používateľa.

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

Z tohto dôvodu sa poškodené diely 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 diely a venujte osobitnú pozornosť utiahnutiu matíc a skrutiek.

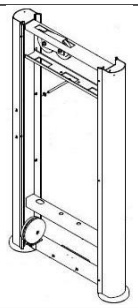
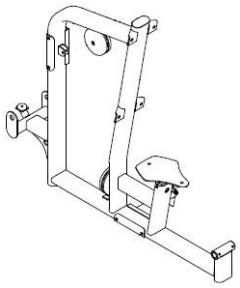
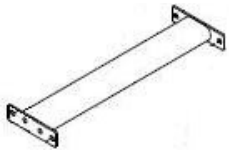
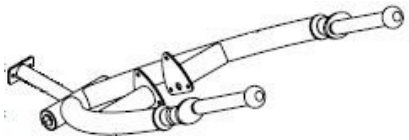
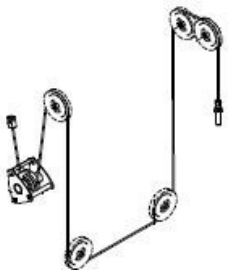
■ Pred cvičením sa poraďte so svojím lekárom, či môžete trenažér používať.
Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, nepreťažujte sa.
Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

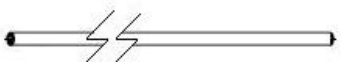
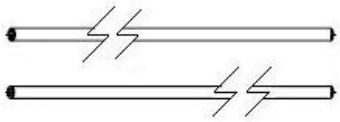
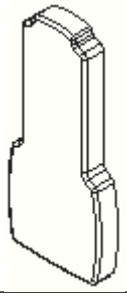
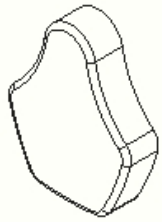
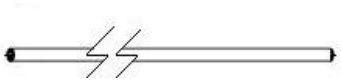
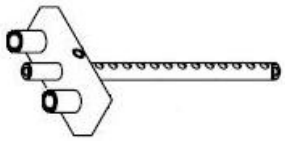
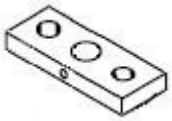
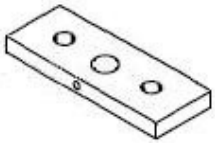
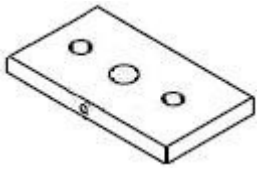
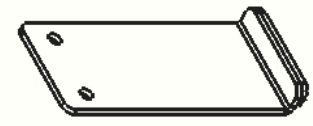
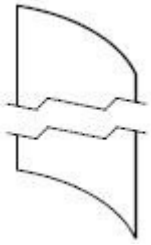
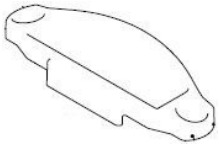
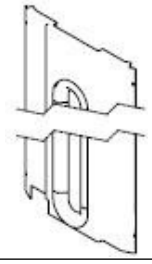
■ Dbajte pozorne na pokyny trénera.

Pri zostavovaní trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.

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

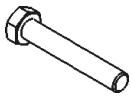
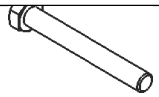
Obr. A

Nº		✓		Nº		✓
1		1		2		1
3		1		4		1
5		1		7		1
9		1		10		1

11		1		14		2
17		1		18		1
23		1		25		2
28		2		29		1
30		1		31		2
32		3		33		10
35		1		36		1
38		1		42		1
45		10		46		1

48		2		51		2
52		2		53		1
54		1		55		4

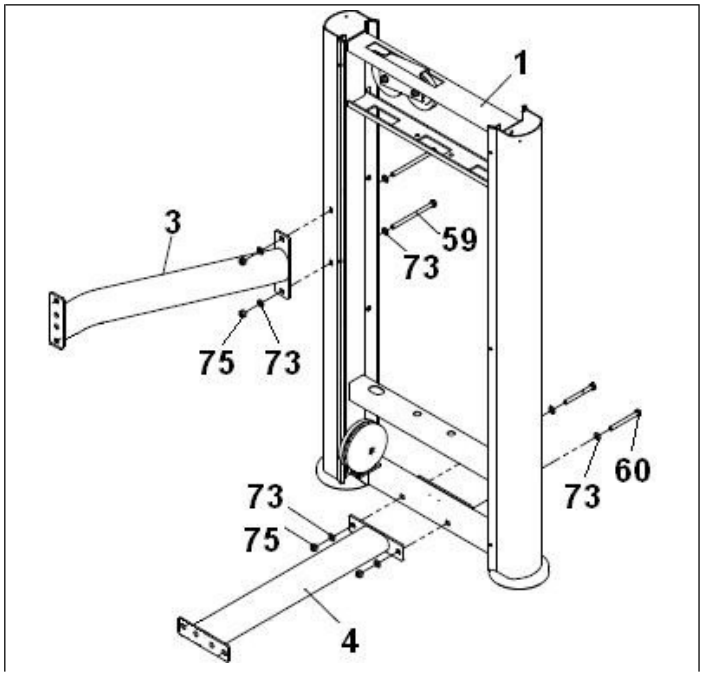
Obr. B

Nº		✓				✓
58	 M-10x135	7		59	 M-10x150	2
60	 M-10x100	2		61	 M-10x45	1
64	 M-10x30	6		65	 M-10x25	4
66	 M-10x30	2		73	 M-10	34
75	 M-10	12		77	 M-5	6
78	 M-5x12	6		89	 M-10x25	2

MONTÁŽNE POKYNY

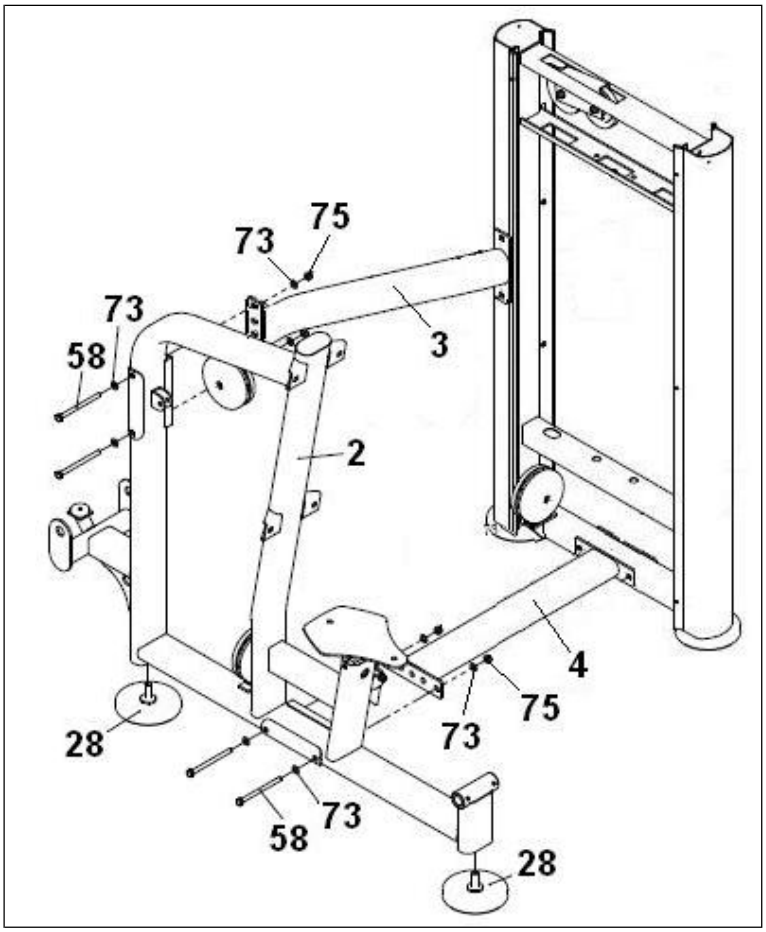
POZNÁMKA: Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

Obr. 1



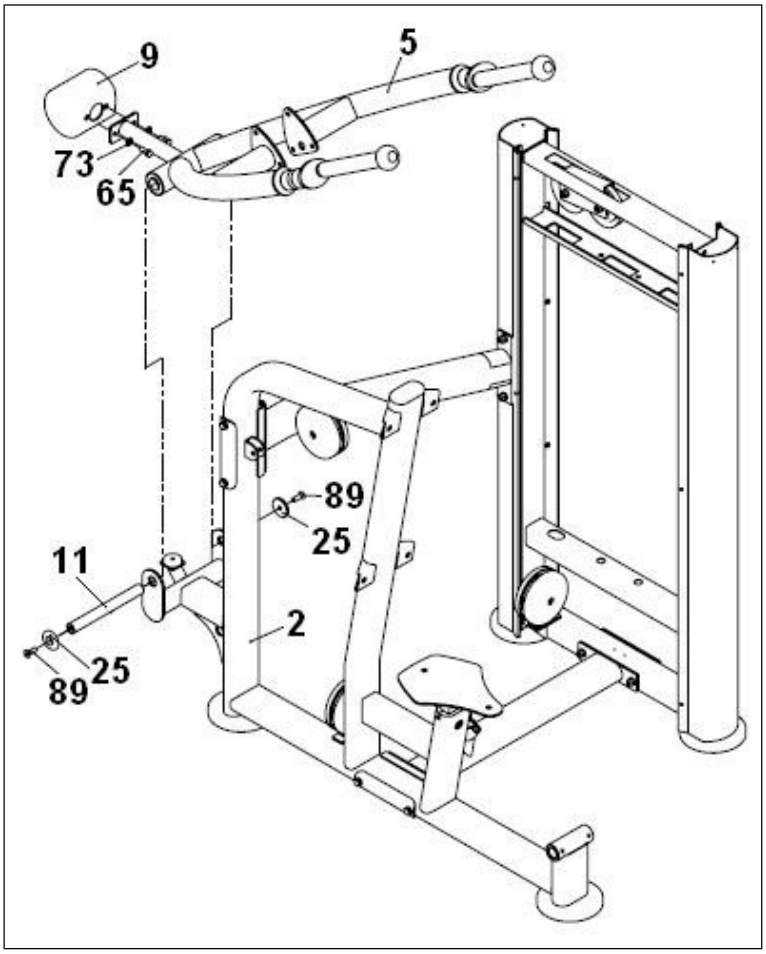
Oprite hlavnú podperu (1) o zem, obr. 1.
Umiestnite držiak (3) a zaistite ho skrutkami (59), podložkami (73) a maticami (75). Ďalej umiestnite držiak (4) a zaistite ho skrutkami (60), podložkami (73) a maticami (75).

Obr. 2



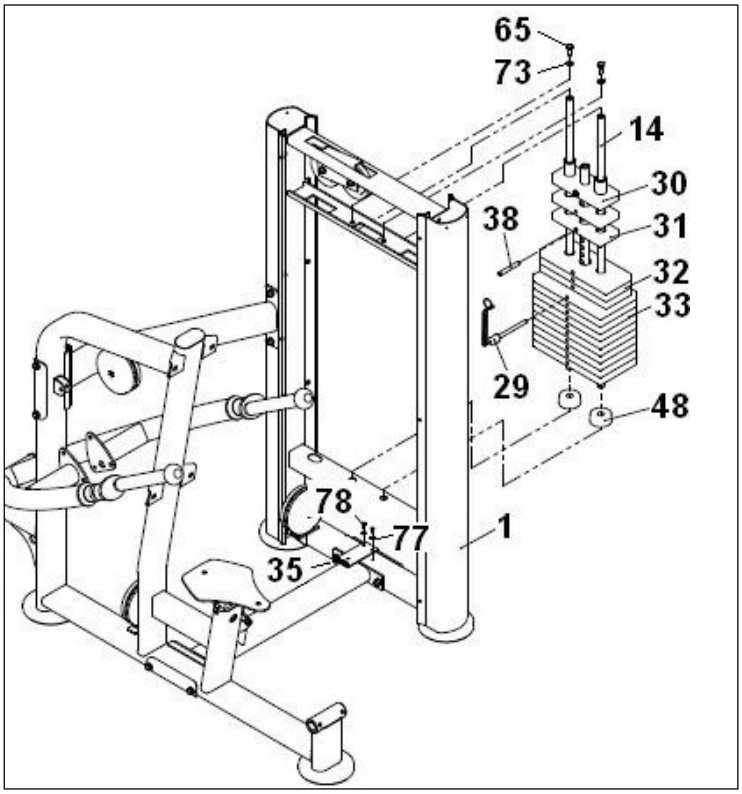
Na podperu (2) naskrutkujte vyrovnávacie nožičky (28), obr. 2.
Potom umiestnite konzolu (2) a upevnite ju k podperám (3) a (4), obr. 2, pomocou skrutiek (58), podložiek (73) a matíc (75).

Obr. 3



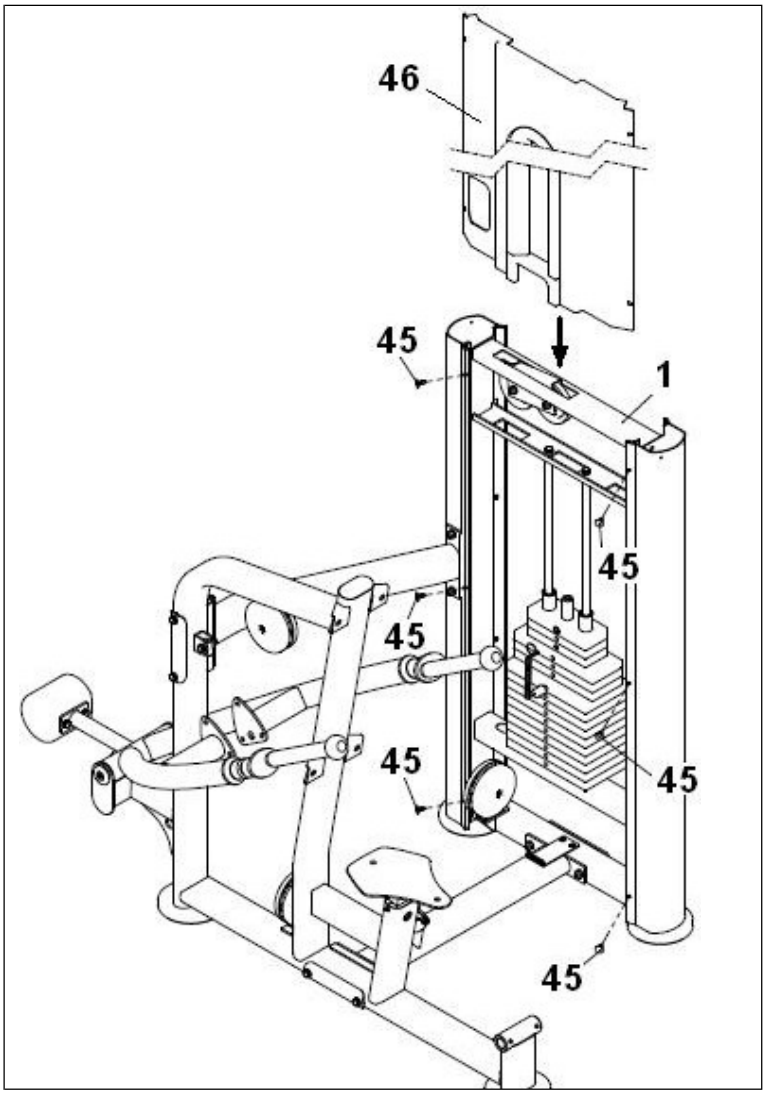
Umiestnite rameno (5) na "U" konzolu pre podperu (2), obr. 4.
Vložte hriadeľ (11), nainštalujte hliníkové podložky (25) a utiahnite skrutky (89), obr. 4.
Potom nainštalujte protizávažie (9), obr. 4, a zaistite ho skrutkami (65) a podložkami (73).

Obr. 4



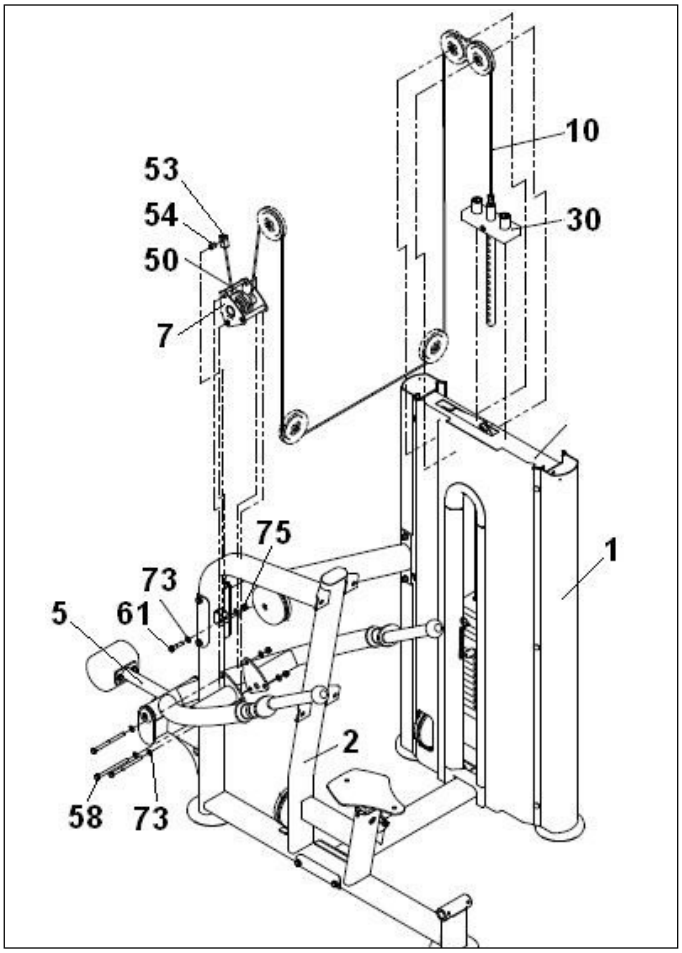
Umiestnite doraz závažia (48) na súpravu závažia (1), obr. 4, vložte vodiace tyče závažia (14).
Ďalej nainštalujte závažia (33); (32), (31), ťažšie závažia vždy v spodnej časti, nakoniec nasaďte vodiace závažia s výberovou tyčou (30), hornú časť vodiacich tyčí utiahnite podložkami (73) a skrutkami (65), obr. 4.
Nasaďte krúžok voliča (29) do stredového puzdra na vodiacom závaží (30). Namontujte pružinový kolík (38) na tretie závažie (31), obr. 4.
Umiestnite pridržiavaciu dosku predného krytu (35) a utiahnite ju skrutkou (78) a plochou podložkou (77), obr. 4.

Obr. 5



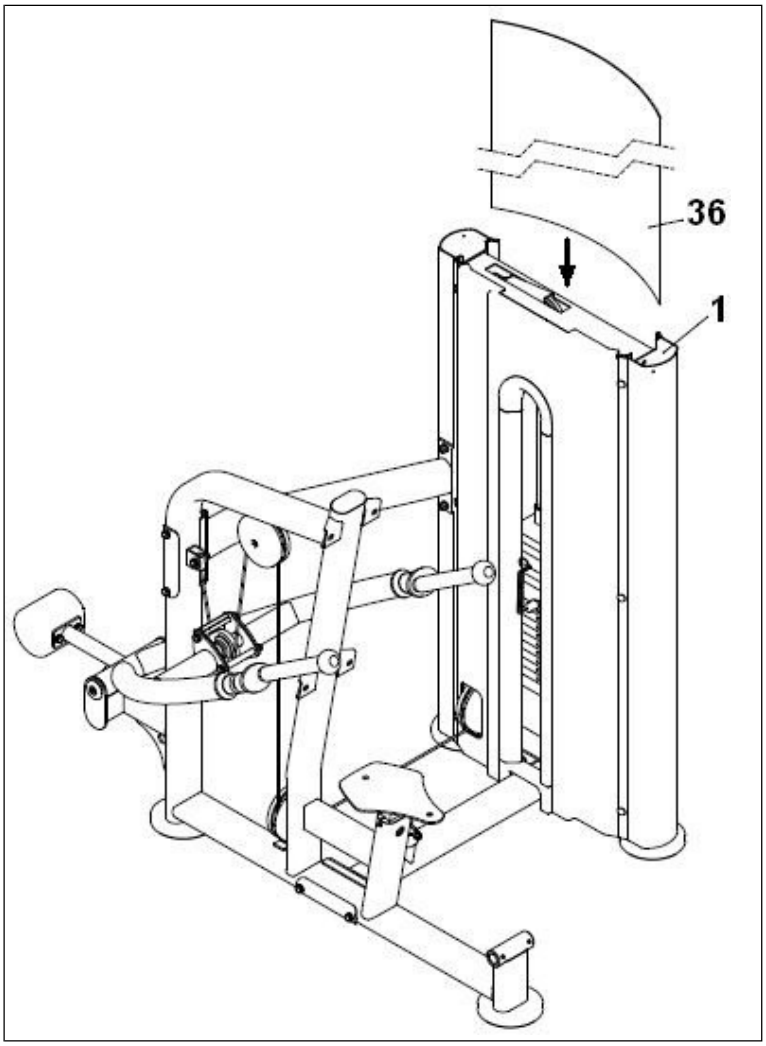
Nasaďte predný kryt (46) zhora v smere šípky na súprave závaží (1). Na obe strany súpravy závaží umiestnite vložky (45).

Obr. 6



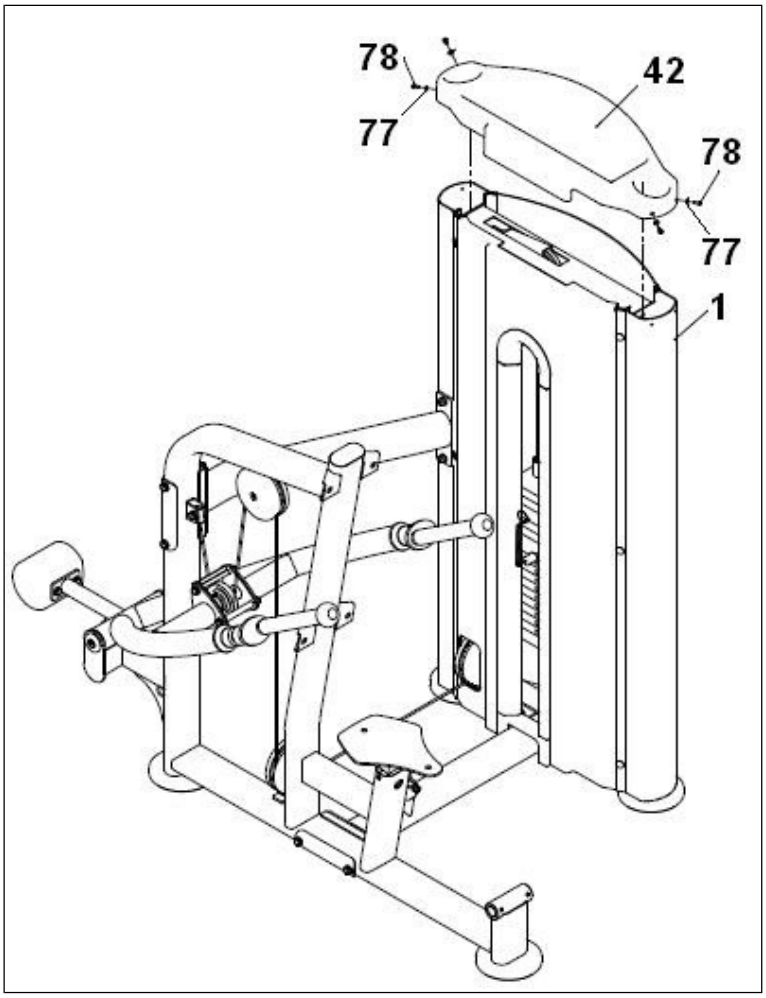
Naskrutkujte koniec lanka (10) na vodiace závažie (30), obr. 6, vezmite druhý koniec lanka (10) a pretiahnite ho cez hornú a dolnú kladku.
Pretiahnite koniec lanka (53) cez kladku (7) a znovu namontujte podperu kladky veslovacej trenažéra (7) a zaistite ju skrutkami (58), podložkami (73) a maticami (75).
Druhý koniec lanka naskrutkujte na držiak (2) pomocou skrutky (61), podložky (73) a matice (75), obr. 6.

Obr. 7



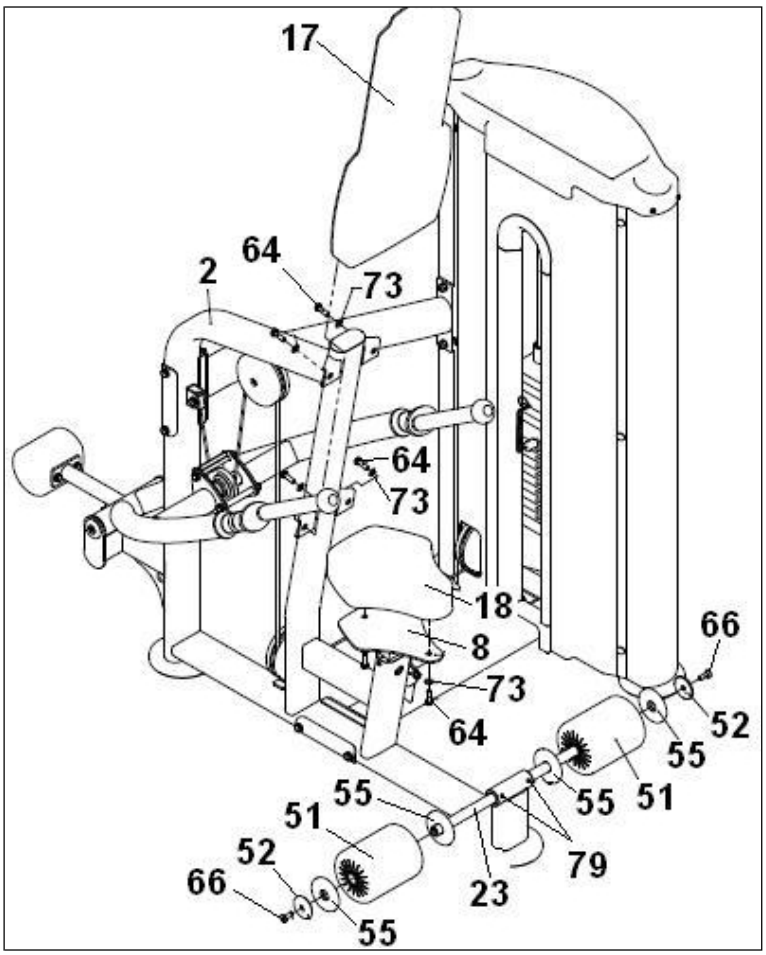
Namontujte zadný kryt (36) na súpravu závažia (1), obr. 7, zhora v smere šípky.

Obr. 8



Namontujte horný kryt (42) zhora v smere šípky na súpravu závaží (1), obr. 8. Namontujte podložky (77) a skrutky (78).

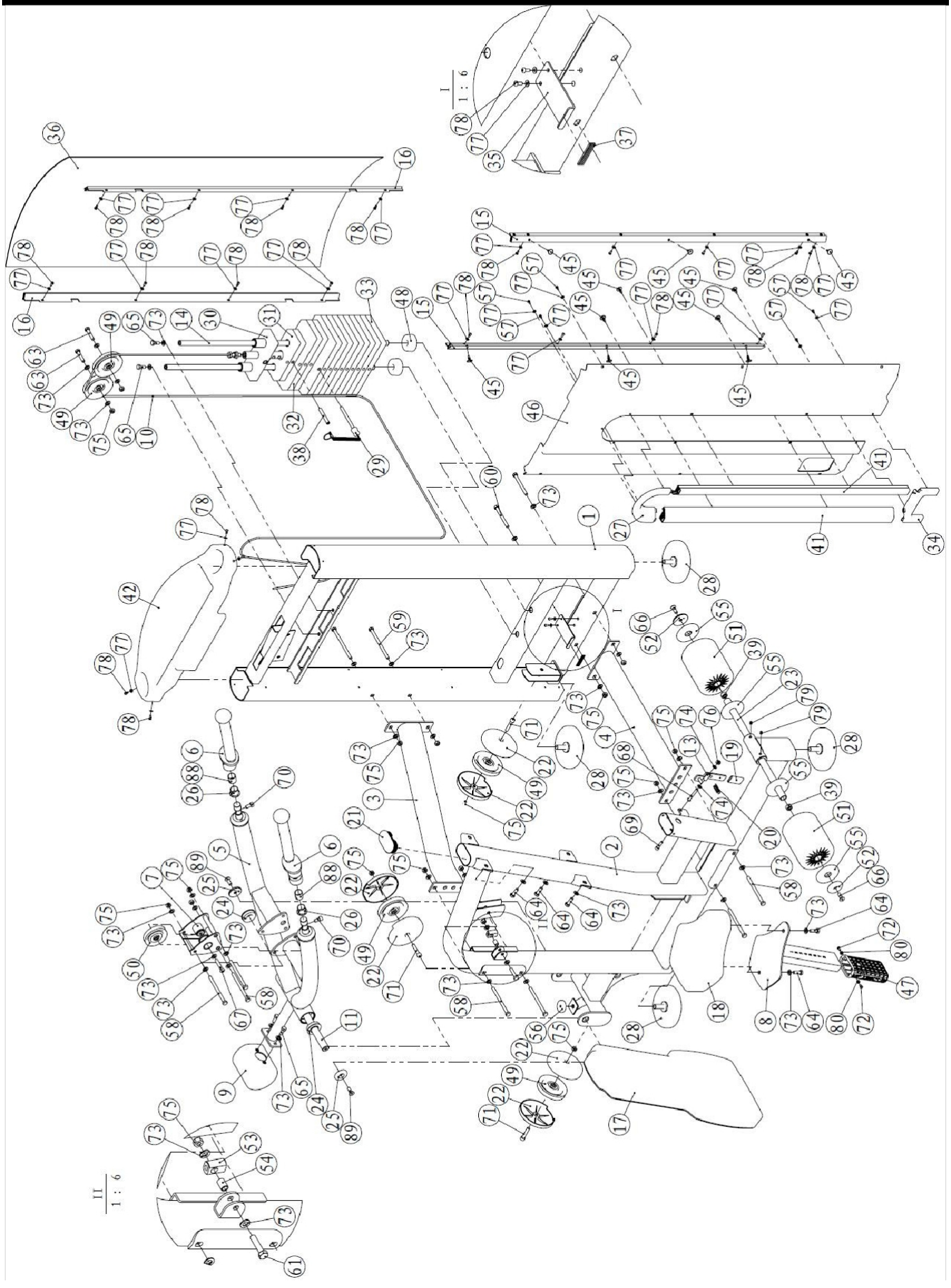
Obr. 9



Umiestnite operadlo (17) na podperu (2), obr. 9, a zaistite ho skrutkami (64) a podložkami (73). Potom umiestnite sedadlo (18) na podperu (8), obr. 9, a zaistite ho skrutkami (64) a plochými podložkami (73). Vložte hriadeľ valca (23) do podpery (2), obr. 9, vycentrujte ho a zaistite skrutkami (79).
Nainštalujte podložky (55), valčeky (51) a utiahnite skrutky (66) spolu s hliníkovými podložkami (52), obr. 9.

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