

СИЛОВОЙ ТРЕНАЖЁР СО СКАМЬЕЙ

DZ005FB DFC



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



** Спецификация данного продукта может отличаться от того вида, который представлен в руководстве.

** Перед началом эксплуатации устройства ознакомьтесь со всеми инструкциями. Сохраните данное руководство для дальнейшего использования.

1. ИНСТРУКЦИИ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ – Перед началом эксплуатации устройства ознакомьтесь со всеми инструкциями. Сохраните данное руководство для дальнейшего использования.

1. Перед сборкой и эксплуатацией тренажёра ознакомьтесь со всеми инструкциями в данном руководстве. Для безопасной и эффективной работы с тренажёром убедитесь, что оборудование правильно собрано и используется должным образом. Примечание: Обязательно ознакомьте всех пользователей тренажёра с инструкциями и мерами предосторожности.
2. Перед началом работы с тренажёром проконсультируйтесь со своим врачом, чтобы определить, есть ли у вас какие-либо медицинские или физические противопоказания, которые могут поставить под угрозу ваше здоровье и безопасность, или препятствовать правильному использованию оборудования. Обязательно обратитесь к врачу за рекомендациями, если вы принимаете лекарства, которые могут повлиять на ваш пульс, кровяное давление или уровень холестерина.
3. Чрезмерная нагрузка или неправильная работа с тренажёром может нанести вред вашему здоровью. Если во время тренировки вы почувствуете головокружение, слабость или обнаружите у себя какие-либо другие болезненные симптомы, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
4. Не подпускайте к тренажёру детей и питомцев. Оборудование предназначено исключительно для взрослых.
5. Используйте тренажёр на твёрдой ровной поверхности. Положите под тренажёр специализированное покрытие для защиты пола от загрязнений и любых других повреждений. Для обеспечения безопасности, вокруг оборудования должно находиться не менее 2 метров свободного пространства.
6. Перед первым запуском тренажёра проверьте все винты, гайки и другие соединения. Убедитесь, что тренажёр установлен в безопасном положении. Для поддержания должного уровня безопасности оборудования, регулярно проводите осмотр тренажёра на предмет повреждений и износа.
7. При использовании оборудования надевайте соответствующую спортивную одежду. Не рекомендуется надевать свободную одежду, которая может попасть в подвижные детали тренажёра или ограничить ваши движения.
8. Тренажёр предназначен исключительно для домашнего использования.
9. Будьте осторожны при подъёме и перемещении тренажёра, чтобы избежать повреждение спины.
10. Сохраните данное руководство и сборочные инструменты для дальнейшего использования.
11. Данный тренажёр не предназначен для терапевтических целей.

2. ИСТРУКЦИИ ПО УХОДУ ЗА ТРЕНАЖЁРОМ

- Периодически смазывайте подвижные соединения тренажёра после его использования.
- Будьте осторожны, чтобы не повредить пластиковые/металлические детали тренажёра тяжёлыми или острыми предметами.
- Избегайте попадания влаги на оборудование, протирайте тренажёр сухой тряпкой.

* Максимально допустимый вес пользователя – 120 кг.

3. СПЕЦИФИКАЦИЯ – Предварительная сборка

*** Напоминание: Советы по сборке

Перед началом сборки установите все болты в соответствующие соединения тренажёра. Не затягивайте болты на данном этапе. После того, как все детали будут установлены, затяните болты. Подобные действия сделают сборку более эффективной и экономичной по времени.

Б. Основная рама



А. Спинка



В. Короткий стабилизатор

Г. Длинный стабилизатор

2. Гайка



3. Шайба М10



1. Шайба М8



4. Болт М8х16



5. Гаечный ключ



7. Болт М8х65



6. Болт М8х75



СПЕЦИФИКАЦИЯ

№	Наименование	Кол-во
А	Спинка	1
Б	Основная рама	1
В	Короткий стабилизатор	1
Г	Длинный стабилизатор	1

№	Наименование	Кол-во
1	Гайка	4
2	Шайба М10	6
3	Шайба М8	4
4	Болт М8 х 16	1
5	Болт М8 х 65	3
6	Болт М8 х 75	2
7	Гаечный ключ	2

ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

ШАГ 1:

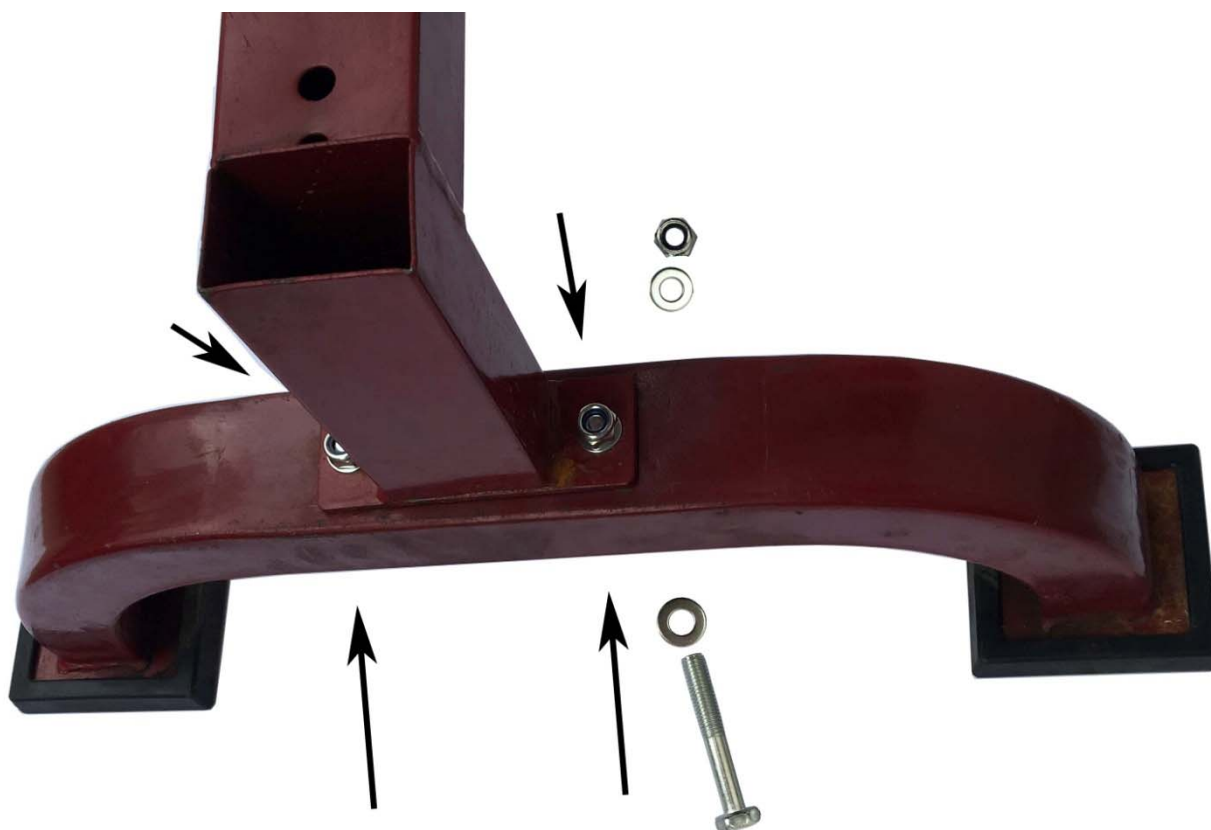
Подсоедините основную раму (Б) к короткому стабилизатору (В) и закрепите конструкцию при помощи двух гаек (1) и двух шайб М10 (2).

(Обратите внимание, что болты уже заранее установлены в стабилизаторе)



ШАГ 2:

Прикрепите основную раму (Б) к длинному стабилизатору (Г) при помощи двух гаек (1), двух болтов M8x75 (6) и четырёх шайб M10 (2).



ШАГ 3:

Установите спинку (А) скамьи на основную раму (Б), зафиксируйте спинку при помощи болта М8х16 (4), трёх болтов М8х65 (3) и четырёх шайб М8 (3).



ПОЛУЧЕННАЯ КОНСТРУКЦИЯ:

