

## **Инструкция**

### **Функциональный тренажер Cybex Bravo FT-450 8800 Компакт**

Полезные ссылки:

[Функциональный тренажер Cybex Bravo FT-450 8800 Компакт - смотреть на сайте](#)

[Функциональный тренажер Cybex Bravo FT-450 8800 Компакт - читать отзывы](#)



**Cybex Bravo™ 8800/8810**  
**Руководство пользователя**  
Силовые тренажеры  
Номер детали 8800-999-8 L

# Содержание

## Безопасность

|  |   |
|--|---|
| Руководства и инструкции по технике безопасности . . . . . | 3 |
| Крепление оборудования . . . . .                           | 3 |
| Меры предосторожности для оборудования . . . . .           | 3 |
| Меры предосторожности для пользователя . . . . .           | 4 |
| Предостережения и предупреждения . . . . .                 | 6 |
| Местоположение надписи . . . . .                           | 7 |

## Сборка

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| Спецификации тренажера . . . . .     | 8  |
| Выбор и подготовка места . . . . .   | 8  |
| Необходимые приспособления . . . . . | 9  |
| Процедура сборки . . . . .           | 10 |
| Установите весовые плиты . . . . .   | 12 |
| Протягивание троса . . . . .         | 13 |
| Этикетки блоков отягощений . . . . . | 14 |

## Упражнение

|                          |    |
|--------------------------|----|
| Предназначение . . . . . | 17 |
| Инструкции . . . . .     | 17 |

## Техническое обслуживание

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Предостережения . . . . .        | 20 |
| Ежедневные процедуры . . . . .   | 20 |
| Еженедельные процедуры . . . . . | 23 |
| Ежегодные процедуры . . . . .    | 25 |
| Регулировка троса . . . . .      | 26 |
| Регулировка ремня . . . . .      | 27 |

## Служба по работе с клиентами

|   |    |
|---|----|
| Регистрация продукта . . . . .                          | 28 |
| Обращение в службу по работе с клиентами . . . . .      | 28 |
| Заказ деталей . . . . .                                 | 28 |
| Выдача разрешений на возврат материалов (RMA) . . . . . | 29 |
| Поврежденные детали . . . . .                           | 30 |

Наименование Cybex® и логотип Cybex являются зарегистрированными товарными знаками компании Cybex International, Inc.

ЗАЯВЛЕНИЕ ОБ ОГРАНИЧЕНИИ ОТВЕТСТВЕННОСТИ: Компания Cybex International, Inc. не делает заявлений и не дает гарантий в отношении содержания данного руководства. Мы сохраняем за собой право изменить текст данного документа в любое время или внести изменения в описываемое в нем изделие без уведомления или обязательства в отношении уведомления любых лиц о таких поправках или изменениях.

© Cybex International, Inc., 2014. Все права защищены. Напечатано в США.

10 Trotter Drive Medway, MA 02053 • 508-533-4300 • ФАКС 508-533-5183 [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com) • 8800-999-8 L • август 2014

## Безопасность

### Руководства и инструкции по технике безопасности

 Перед сборкой, обслуживанием или использованием данного оборудования внимательно ознакомьтесь с руководством по эксплуатации. Владелец должен соблюдать все правила техники безопасности, содержащиеся в данном руководстве. Кроме того, ответственность владельца проинструктировать пользователей о безопасной и правильной эксплуатации оборудования, а также правильно отображать любые предупреждающие надписи и учебные плакаты. Все пользователи должны прочитать эти надписи и плакаты перед использованием оборудования.



Несоблюдение нижеизложенных мер предосторожности и инструкций может привести к летальному исходу или получению серьезных телесных повреждений.

### Крепление оборудования



- Владелец не должен допускать использование оборудования, которое не закреплено должным образом, как описано ниже.
- Для обеспечения максимальной стабильности и устранения раскачивания, опрокидывания или падения, оборудование должно быть закреплено на твердой, ровной поверхности, используя все отверстия крепления.
- Крепежные элементы должны иметь минимальный предел прочности на растяжение в 500 фунтов. Cybex рекомендует использовать болты размером 3/8 дюйма 2-го или более высокого класса. Для каждого фиксатора требуется минимальное тяговое усилие в 220 фунтов/100 кг.
- Если стойка рамы не соприкасается с поверхностью, **НЕ** прижимайте её с помощью крепежного болта. Отрегулируйте стойку или раму, которая не соприкасается с поверхностью, с помощью плоских шайб
- Из-за широкого выбора настила полов, на которые станки могут быть закреплены или установлены, проконсультируйтесь с квалифицированным и лицензированным подрядчиком для обеспечения правильного крепления и установки

### Меры предосторожности для оборудования

Не позволяйте никому, в том числе обучающему персоналу, использовать оборудование иным способом, кроме того, который показан на предупреждающих надписях и учебных плакатах, расположенных на каждом станке.

Не устанавливайте оборудование на неровную поверхность. Твердая, ровная поверхность не должна искривляться более чем на 1/8 дюйма на расстоянии в 10 дюймов или согласно определениям и требованиям местных строительных и архитектурных норм.

Владелец зала/тренажера несет ответственность за обеспечение вокруг каждого тренажера свободного пространства, достаточного для безопасного пользования и прохода.

В соответствии с Американским законом об инвалидах (ADA) как минимум возле одного из тренажеров каждого вида должно иметься свободное место размером не менее 30 на 48 дюймов (76 на 122 см) со свободным проходом к нему. Если такое свободное место окружено с трех сторон (например, стенами или оборудованием), то его размер должен составлять 36 на 48 дюймов (91 на 122 см).

Около всех остальных тренажеров должно иметься свободное пространство размером 23 дюйма (58 см) в месте доступа к тренажеру.

Среди размеров, приведенных в инструкциях по сборке, которые содержатся в данном руководстве, имеются максимальные размеры установочной поверхности (используемой).

Все оборудование должно использоваться под контролем и в зоне с контролем доступа.

Не допускайте использование оборудования детьми до 12 лет. Обеспечьте контроль людей с ограниченными физическими возможностями и детей старше 13 лет

Владелец должен обеспечить осуществление регулярных осмотров и проверок технического состояния согласно указаниям данного руководства. Ведите журнал всех работ по обслуживанию и ремонту.

Каждый день перед использованием владелец должен проверить оборудование. В случае наличия ослабленных или изношенных деталей, таких как ремни, кабели, зажимы, блоки, а также в случае отсутствия, повреждения этикеток или плакатов, владелец должен устранить все недостатки перед допуском к использованию оборудования

Используйте только детали производства Cybex для обслуживания и ремонта оборудования.

Поместите знак безопасности установки так, чтобы он был видимым и заметным.

### **Меры предосторожности для пользователя**

Владельцы должны проинструктировать пользователей касательно выполнения нижеследующего:

- Соблюдения всех предупреждающих надписей и учебных плакатов при использовании оборудования.
- Полной установки штифта веса перед использованием настраиваемого оборудования.
- Консультаций с врачом перед началом программы подготовки. Если в любой момент во время выполнения упражнений вы почувствуете слабость, головокружение или испытаете боль, прекратите выполнение упражнения и обратитесь к врачу.
- Помощи страхующего при использовании оборудования со свободным отягощением.

Владельцы должны проинструктировать пользователей касательно избегания нижеследующего:

- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** заштифтовывания веса на настраиваемом оборудовании в приподнятом положении или использовании оборудования при обнаружении веса в таком положении.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** увеличения веса сопротивления на оборудовании с помощью любых средств, кроме тех, которые предусмотрены Cybex.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** ношения свободной или оборванной одежды или украшений при использовании оборудования. Держитесь подальше от движущихся частей.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** наклонять или тянуть прибор.

- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** использовать прибор в качестве опоры при выполнении упражнений на растяжение.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** подсоединять к оборудованию ремни, канаты или другие приспособления. Исключением являются ремни, которые поставляются производителем для целевого применения с данным оборудованием.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** превышения максимального веса для конкретного пользователя.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** использования поврежденного или неоперабельного оборудования после проверки.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** использования оборудования при отсутствии или повреждении средств страхования.
- **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** удаления маркировки с оборудования.

## Предостережения и предупреждения

Предостерегающие надписи указывают на потенциально опасную ситуацию, которая может привести к летальному исходу или серьезной травме при несоблюдении мер предосторожности.

Предупреждающие надписи указывают на возможность опасной ситуации, которая (в случае если не будет предотвращена) может повлечь причинение легкого или среднего вреда здоровью..

Схемы, приводимые после надписей, указывают на расположение каждой надписи.

**⚠ ВНИМАНИЕ**

**Для минимизации риска травм:**

**Прежде чем приступить к использованию:**

- Перед выполнением любых упражнений пройдите медицинский осмотр.
- Прежде чем приступить к использованию, получите инструкции.
- Прочтите и уясните себе предупреждающие надписи. 
- Прежде чем приступить к использованию, полностью вставьте регулировочные штифты.
- Осмотрите устройство, тросы и кабели, ремни, соединения и защитные ограждения. При наличии повреждений, износа, потертостей или при отсутствии каких-либо деталей сообщите об этом обслуживающему персоналу. **НЕ ПРИСТУПАЙТЕ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ.**

**В процессе использования:**

- Применяйте, только как показано на табличке с инструкциями.
- Не применяйте это устройство для упражнений на растяжение, не присоединяйте к нему ремни или другие устройства.
- Не вносите изменений в конструкцию устройства.
- Не позволяйте детям в возрасте до 12 лет включительно находиться на тренажере или рядом с ним.
- Если стопка с грузами поднята, сообщите об этом обслуживающему персоналу. **НЕ ПРИСТУПАЙТЕ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ.**
- Прекратите тренировку, если вы испытываете слабость, головокружение или боль.
- Воспользуйтесь помощью страхующего.

**Не снимайте эту табличку. Замените ее, если она повреждена или стала неразборчивой.**

DE000001-8

**⚠ ОСТОРОЖНО!**

Во избежание травм полностью вставьте штифт в регулировочное отверстие, прежде чем приступать к использованию.

8500-025-8 B

**⚠ ОСТОРОЖНО!**

Чтобы минимизировать риск травм не становитесь и не садитесь на стабилизирующую упорную подушку или рукоятку.

8800-442-8 B

**⚠ ОСТОРОЖНО!**

**Опасность защемления.**

Держите руки и пальцы подальше от стопки грузов, когда она поднята.

DE000005-8

Местоположение надписи

8810 Chin-Up Bar

8800-442-X

8500-025-X

8500-025-X

DE000001-X

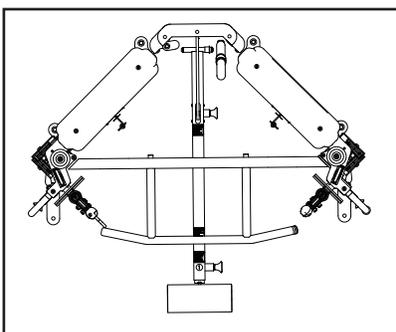
DE000005-X

8500-025-X

## Сборка

### Спецификации тренажера

| Размеры/вес   | 8800 при эксплуатации и в состоянии покоя | 8810 при эксплуатации и в состоянии покоя |
|---------------|---|---|
| Д x Ш x В     | 45" Д 54" Ш x 77" В                       | 45" Д 54" Ш x 87" В                       |
| Д x Ш x В     | 114 см Д x 137 см Ш x 196 см В            | 114 см Д x 137 см Ш x 221 см В            |
| Вес тренажера | 866 фунтов (393 кг)                       | 901 фунт (407 кг)                         |



| Максимальный вес пользователя | Максимальная тренировочная нагрузка |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| 300 фунтов/135кг              | 350 фунтов/159кг                    |

### Выбор и подготовка места

Перед сборкой тренажера убедитесь в том, что выбранное место соответствует указанным ниже критериям.

- Место хорошо освещено и хорошо проветривается.
- Поверхность конструктивно прочная и ровная.
- Обеспечено свободное пространство для доступа к тренажеру и для экстренного схода с него. Ширина свободного пространства с каждой стороны тренажера должна составлять не менее 23,6 дюймов (0,6 метра), а сзади тренажера – .

Владелец зала/тренажера несет ответственность за обеспечение вокруг каждого тренажера свободного пространства, достаточного для безопасного пользования и прохода.

В соответствии с Американским законом об инвалидах (ADA) как минимум возле одного из тренажеров каждого вида должно иметься свободное место размером не менее 30 на 48 дюймов (76 на 122 см) со свободным проходом к нему. Если такое свободное место окружено с трех сторон (например, стенами или оборудованием), то его размер должен составлять 36 на 48 дюймов (91 на 122 см).

Около всех остальных тренажеров должно иметься свободное пространство размером 23 дюйма (58 см) в месте доступа к тренажеру.

Среди размеров, приведенных в инструкциях по сборке, которые содержатся в данном руководстве, имеются максимальные размеры установочной поверхности (используемой).

- Вблизи места установки не должно быть источников высокой влажности, например, парных, саун, бассейнов. Данное устройство предназначено для эксплуатации при относительной влажности от 30 % до 75 %.

Воздействие водяного пара, соединений хлора и/или брома может оказать негативное влияние на электронные и другие компоненты устройства.

- Температура в месте эксплуатации должна поддерживаться в диапазоне от 50 °F (10 °C) до 104 °F (40 °C).

### Необходимые приспособления

- 9/16-дюймовый гаечный ключ
- 7/32-дюймовый шестигранный торцевой гаечный ключ
- 3/4-дюймовая головка для торцевого ключа
- Молоток
- 3/16-дюймовый бородок
- Loctite® #242

В выполнении данной процедуры должны участвовать два человека. Владелец зала/пользователь оборудования обязаны проследить за тем, чтобы вокруг каждого тренажера имелось свободное место, достаточное для безопасной эксплуатации и прохода.

### Надежно прикрепите тренажер к полу

Чтобы обеспечить максимальную устойчивость оборудования, компания Cybex настоятельно рекомендует крепить тренажеры к твердой и ровной поверхности.



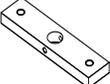
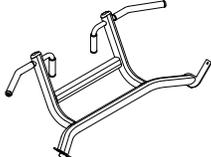
### **ВНИМАНИЕ!** Надежно прикрепите тренажер к полу

- Компания Cybex не несет ответственность за фактическое крепление оборудования. Обратитесь за консультацией к профессиональному подрядчику.
- Используйте крепежные детали, обладающие прочностью на растяжение не менее 500 фунтов (3/8-дюймовые болты класса 2 или более мощные).
- Если опоры/рама не касаются поверхности, НЕ подтягивайте их с помощью анкерных болтов. Подложите под опору или раму, не имеющую контакта с поверхностью, прокладки в виде плоских шайб.

**Процедура сборки**

 Перед сборкой тренажера внимательно прочтите и усвойте все инструкции.

Проверьте перечень деталей, указанный ниже.

| Кол-во | Номер детали | Описание   | Схема   |
|--------|--------------|--|---|
| 2      | 12090-322    | Подкладка под стойку 6,25" x 2,00"                                       |    |
| 2      | 13000-353    | Подкладка под стойку 5,00" x 2,00"                                       |    |
| 1      | 13000-354    | Подкладка под стойку   |    |
| 1      | 13000-355    | Подкладка под стойку   |    |
| 1      | DE000007     | Этикетка, стандарт 80-100, входит в комплект грузов 13000-038            |   |
| 16     | 4700-337     | Весовая плита (стандартный блок), входит в комплект отягощений 13000-038 |  |
| 1      | DE000006     | Этикетка, стандарт 5-75, входит в комплект отягощений 13000-038          |  |
| 1      | 8810-101     | Турник 8810  |  |
| 4      | HC700417     | BHSCS .375-16 x 1,00<br>входит в комплект 8810-101                       |  |
| 2      | HN704901     | Контргайка .375-16, нейлон,<br>входит в комплект 8810-101                |  |
| 2      | PN660200     | Вкладыш, пластик 1,00 Dia-11G,<br>входит в комплект 8810-101             |  |
| 1      | YA000201     | Loctite #242<br>входит в комплект 8810-101                               |  |

Переместите тренажер к предполагаемому месту его установки

| Если   | Тогда   |
|--|---|
| <p>Если тренажер можно переместить, не присоединяя или не снимая блоки отягощений.</p> | <p><b>В выполнении данной процедуры должны участвовать два человека.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Переместите тренажер к предполагаемому месту его установки.</li> <li>2. Выкрутите четыре транспортировочных болта с помощью 3/4-дюймовой головки для торцевого ключа или гаечного ключа.</li> <li>3. Прикрепите подкладки к каждой стойке рамы.</li> </ol> |

| Если   | Тогда   |
|--|---|
| <p>Если необходимо снять блоки отягощений перед перемещением в нужное место.</p> | <p><b>В выполнении данной процедуры должны участвовать два человека</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Извлеките два винта с круглой головкой с углублением под ключ (BHSCS), которые крепят верхнюю крышку к раме, используя 7/32-дюймовый шестигранный торцевой гаечный ключ.</li> </ol> <div data-bbox="639 871 1339 1234" data-label="Image"> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Снимите верхнюю крышку и винты BHSCS.</li> <li>3. Поднимите защитный кожух и извлеките его из тренажера.</li> <li>4. Снимите колпаки направляющих штанг. Колпак направляющей штанги содержит нажимную пружину, которая может отлететь в сторону, если резко отпустить колпак. Плавно перемещайте подпружиненный колпак направляющей штанги вниз вдоль штанги, пока колпак не отсоединится от рамы. Медленно отпустите колпак направляющей штанги и снимите.</li> </ol> <div data-bbox="511 1619 1468 1965" data-label="Image"> </div> |

| Если   | Тогда   |
|--|---|
| <p>Если необходимо снять блоки отягощений перед перемещением в нужное место.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Повторите процедуру для противоположных направляющих штанг.</li> <li>6. Вытащите спиральный штифт, соединяющий наконечник троса с верхним отягощением, с помощью 3/16-дюймового борodka и молотка.</li> </ol> <div data-bbox="592 436 1386 758" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Снимите подъемную стойку.</li> <li>8. Снимите весовые плиты</li> <li>9. Переместите тренажер к предполагаемому месту установки.</li> <li>10. Выкрутите четыре транспортировочных болта с помощью 3/4-дюймовой головки для торцевого ключа или гаечного ключа.</li> <li>11. Прикрепите подкладки к каждой стойке рамы.</li> </ol> |

### Установите весовые плиты

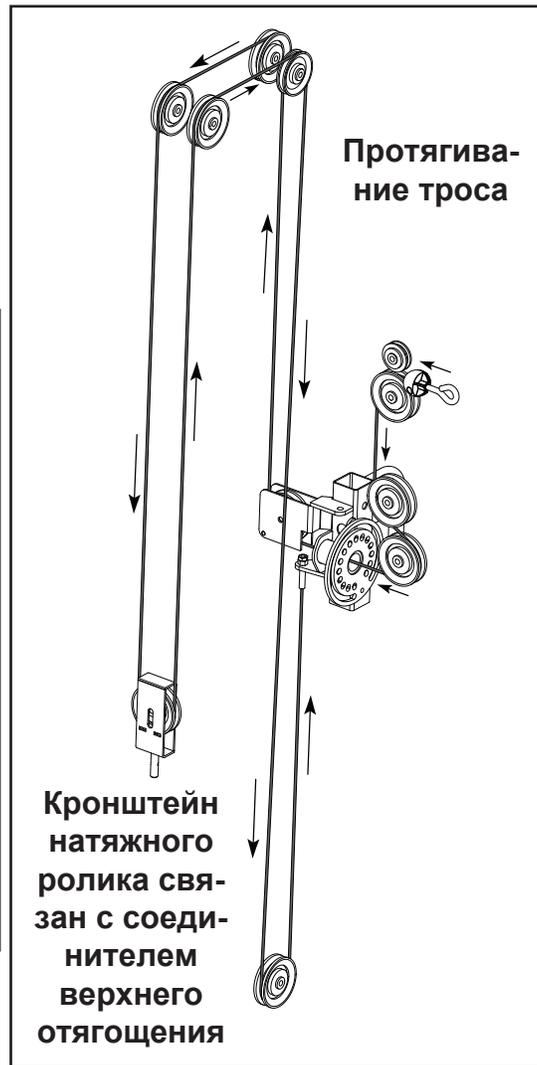
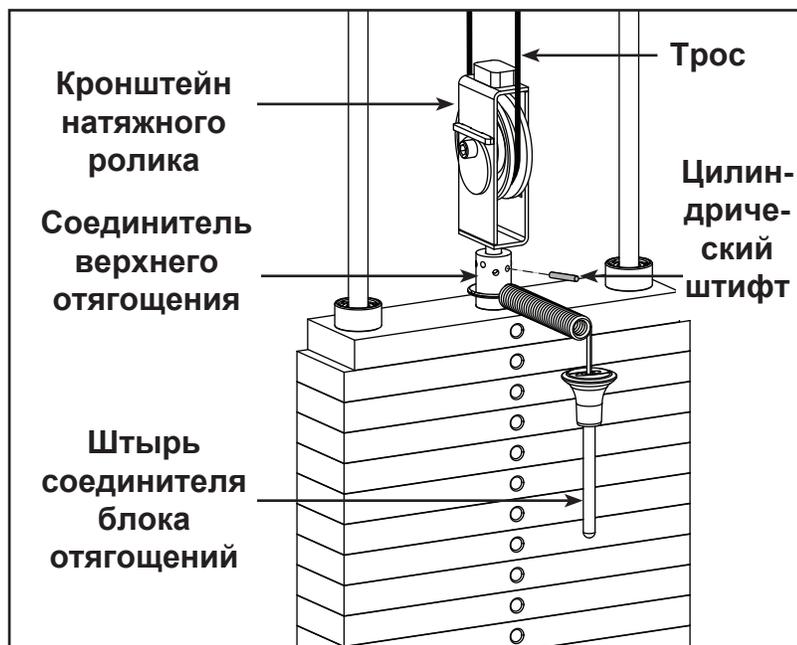
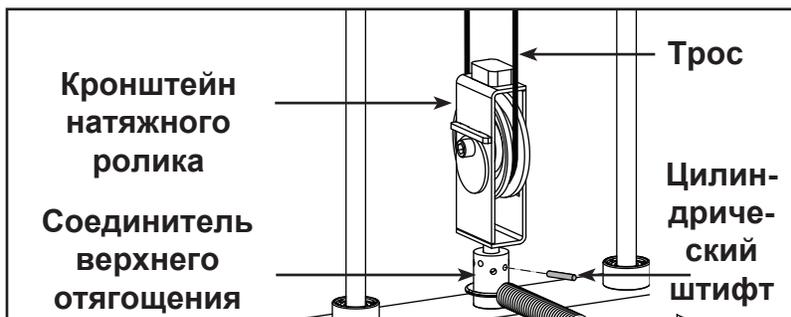
1. Весовые плиты устанавливайте одну за раз.
2. Каждую весовую плиту располагайте таким образом, чтобы широкие края фитингов были обращены вверх, а узкие – вниз.



3. Установите подъемную стойку.
4. Зафиксируйте направляющие штанги в нужном положении.

## Протягивание троса

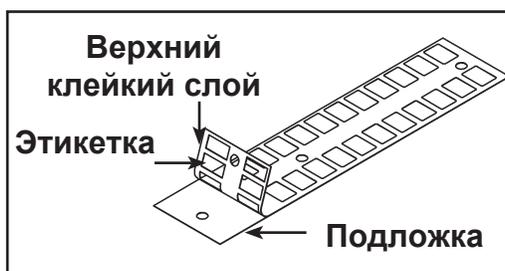
1. Убедитесь в том, что трос протянут через верхнюю часть кронштейна натяжного ролика, а затем протяните наконечник троса к соединителю верхнего отягощения.
2. Натяните трос туго и закрепите на месте спиральным штифтом с помощью 3/16-дюймового бородка и молотка.



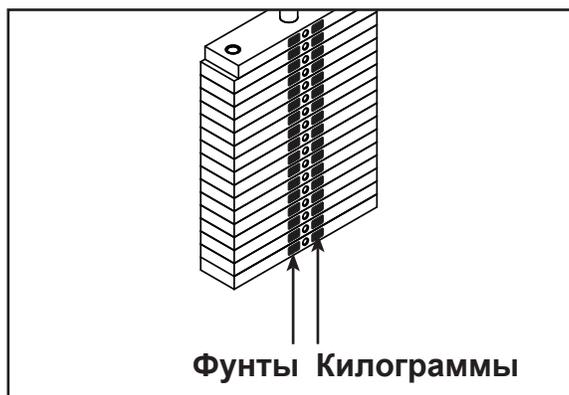
3. Вставьте шпильку блока отягощений в каждую плиту-отягощение, чтобы убедиться в правильности установки.
4. Поднимите и опустите верхнее отягощение, имитируя обычную работу тренажера (не выбирая уровень сопротивления).
5. Убедитесь в том, что трос ходит плавно и протянут прямо от кронштейна натяжного ролика к верхней части соединителя весовой плиты.

### Этикетки блоков отягощений

1. Выберите соответствующую этикетку; фунты, килограммы или то и другое.
2. Отделите подложку этикетки. Отделяя подложку, проследите за тем, чтобы этикетки не отрывались от верхнего клейкого слоя.



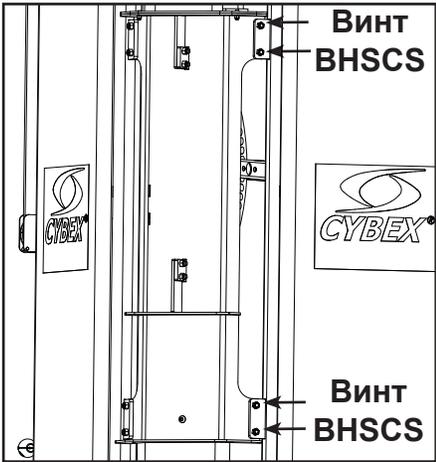
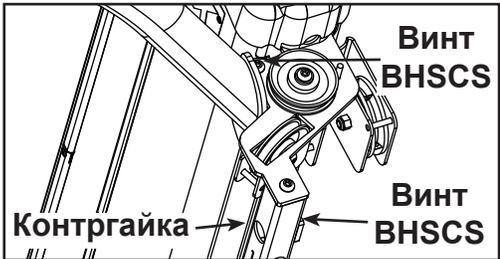
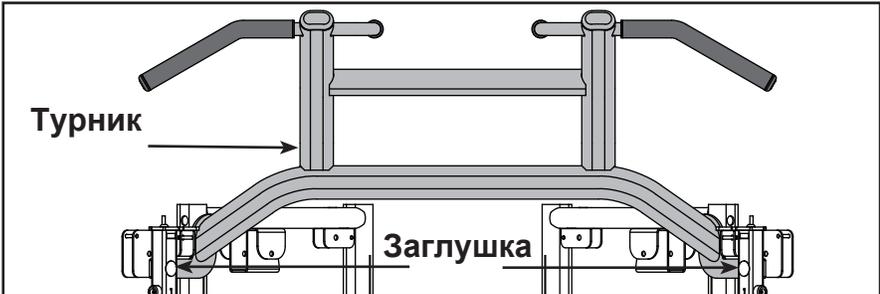
3. Совместите отверстия в этикетках с соответствующими отверстиями блока отягощений. Не допускайте контакта липкого слоя с блоком отягощений на данном этапе.
4. Проденьте направляющий элемент через каждое из отверстий на трафарете. Направляющим элементом может быть любой предмет, который по размерам проходит в отверстие блока отягощений (например, шпилька блока).
5. Выровняйте этикетку и прикрепите ее к весовой плите.
6. Осторожно удалите верхний слой. Этикетки должны остаться на отягощениях.



### Установите защитный кожух обратно

1. Поместите защитный кожух на место.
2. Закрепите верхнюю часть с помощью двух винтов BHSCS и 7/32-дюймового шестигранного торцевого гаечного ключа.

| Если  | Тогда   |
|---|---|
| <p><b>8800/8810 может пройти сквозь дверной проем</b></p> | <p><b>В выполнении данной процедуры должны участвовать два человека</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Переместите тренажер к предполагаемому месту его установки.</li> <li>2. Выкрутите четыре транспортировочных болта с помощью 3/4-дюймовой головки для торцевого ключа или гаечного ключа.</li> <li>3. Прикрепите подкладки к каждой стойке рамы.</li> </ol>  |
| <p><b>8800 не может пройти сквозь дверной проем</b></p>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выкрутите четыре транспортировочных болта с помощью 3/4-дюймовой головки для торцевого ключа или гаечного ключа.</li> <li>2. Установите подкладки на каждой стойке рамы.</li> <li>3. Снимите турник.                     <div data-bbox="527 699 1409 934" data-label="Image"> </div> </li> <li>4. Выкрутите четыре винта BHSCS, закрепив одну из половин рамы.                     <div data-bbox="719 953 1218 1213" data-label="Image"> </div> </li> <li>5. Переместите тренажер к предполагаемому месту установки.</li> <li>6. Соедините половины рамы и надежно затяните четыре винта BHSCS.                     <div data-bbox="751 1276 1187 1671" data-label="Image"> </div> </li> <li>7. Снова установите турник. Нанесите Loctite #242 на каждый винт BHSCS и резьбовое соединение. Туго затяните винты. Установите заглушки на место.</li> </ol> |

| Если  | Тогда  |
|---|--|
| <p><b>8810 не может пройти сквозь дверной проем</b></p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выкрутите четыре транспортировочных болта с помощью 3/4-дюймовой головки для торцевого ключа или гаечного ключа.</li> <li>2. Установите подкладки на каждой стойке рамы.</li> <li>3. Выкрутите четыре винта BHSCS, закрепив одну из половин рамы.</li> </ol>  <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Переместите тренажер к предполагаемому месту установки.</li> <li>5. Соедините половинки рамы и надежно затяните четыре винта BHSCS.</li> <li>6. Установите турник. Нанесите Loctite #242 на каждый винт BHSCS и резьбовое соединение. Туго затяните винты и закрепите заглушки.</li> </ol>   |

# Упражнение

## Предназначение

Коммерческое предназначение этого тренажера – помощь в тренировках и улучшение общего физического состояния.

## Инструкции

 Прежде чем использовать данный тренажер, прочтите и усвойте все инструкции и предупреждения, указанные в разделе «Техника безопасности» руководства пользователя.

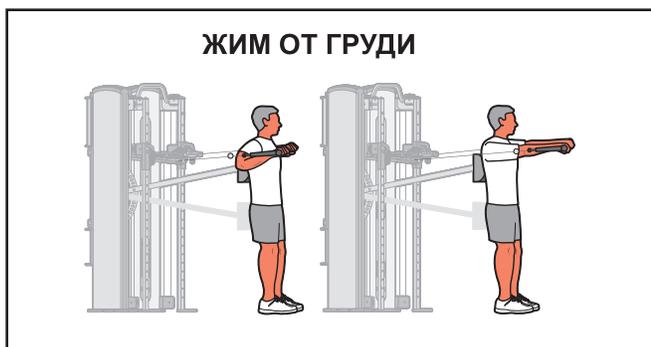
Все регулируемые узлы тренажера оснащены желтыми рычагами или фиксаторами.

1. Выберите нужный уровень сопротивления.
2. Отрегулируйте положение рукоятей исходя из необходимой высоты натяжного ролика.
3. Переведите натяжные ролики в положение, обеспечивающее нужный угол.
4. Отрегулируйте положение кронштейна стабилизирующего щитка, установив его под нужным углом.
5. Приведите стабилизирующий щиток в нужное положение.
6. Убедитесь в том, что все регуляторы нагрузки надежно зафиксированы.
7. По завершении занятия задвиньте кронштейн со стабилизирующим щитком внутрь до упора и приведите их в полностью опущенное положение.

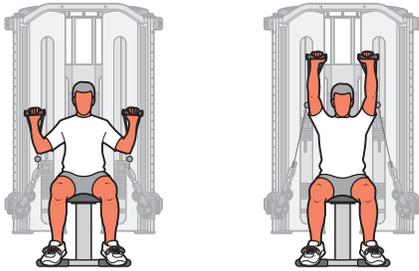


**ОСТОРОЖНО!** Применяйте только в соответствии с инструкциями

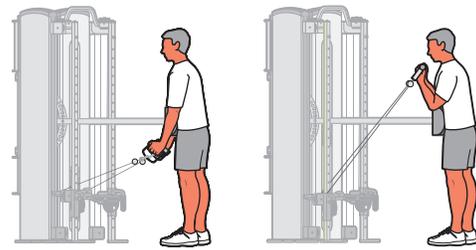
Во избежание тяжелых травм используйте оборудование, только в соответствии с инструкциями и рисунками на табличках, которые имеются на каждом тренажере.



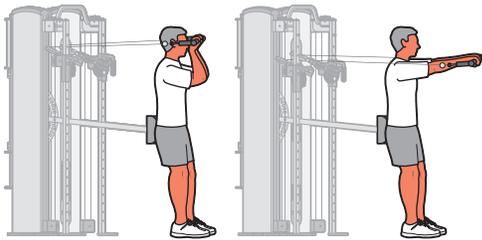
**ЖИМ СИДЯ**



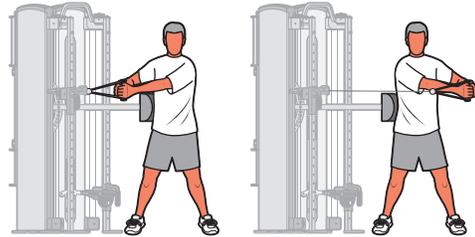
**СГИБАНИЕ РУК**



**РАЗГИБАНИЕ РУК**



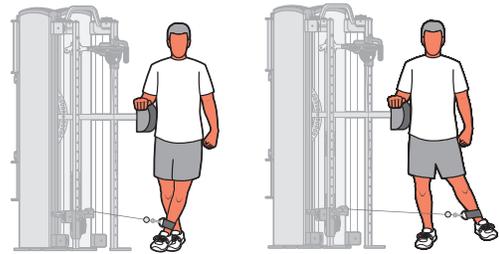
**ВРАЩЕНИЕ ТУЛОВИЩА**



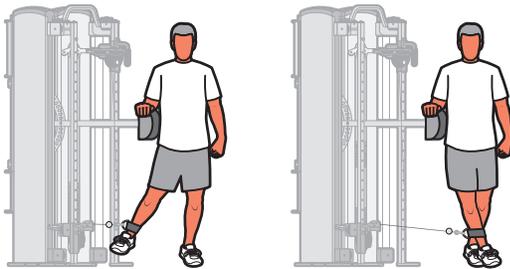
**ПРИСЕДАНИЯ**



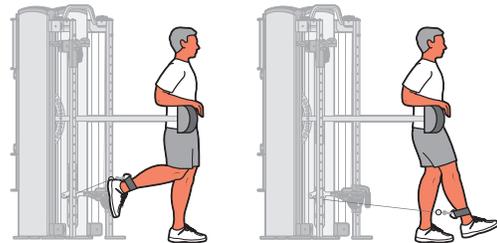
**РАЗВЕДЕНИЕ БЕДЕР**



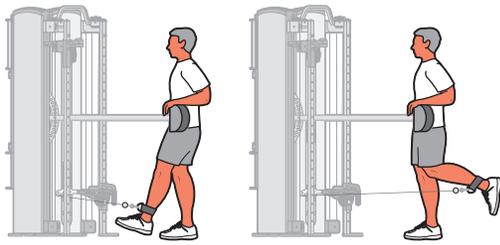
**СВЕДЕНИЕ БЕДЕР**



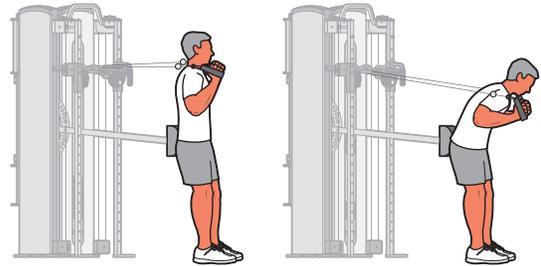
**СГИБАНИЕ БЕДРА – РАЗГИБАНИЕ  
НОГ В КОЛЕНЕ**



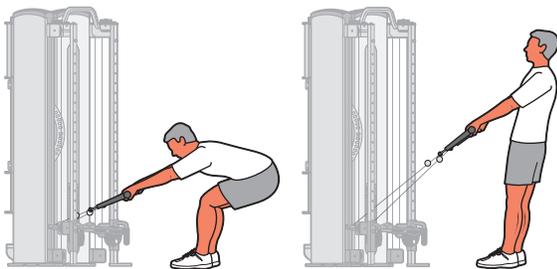
**РАЗГИБАНИЕ БЕДРА – СГИБАНИЕ  
НОГ В КОЛЕНЕ**



**НАКЛОН ТУЛОВИЩА**



**РАЗГИБАНИЕ ТУЛОВИЩА**



# Техническое обслуживание

Все работы по профилактическому обслуживанию должны проводиться регулярно. Проведение регулярного профилактического обслуживания помогает обеспечить безопасную и бесперебойную эксплуатацию оборудования Сувех.

Сувех не несет ответственности за проведение регулярной проверки и регулярного обслуживания Вашего оборудования. Проинструктируйте всех сотрудников о порядке проверки и обслуживания оборудования, а также о порядке сообщения об аварийных ситуациях и их документирования. Представители Сувех ответят на любые возникшие вопросы.

## Предостережения



Ознакомьтесь со всеми предостережениями, приведенными в данном разделе.



**ВНИМАНИЕ:** *Все операции по техническому обслуживанию и ремонту:*

- *должны выполняться только квалифицированным обслуживающим персоналом,*
- *только с использованием запасных частей производства Сувех,*

Соблюдайте следующие меры предосторожности:



**ВНИМАНИЕ:** *Опасность использования неисправного оборудования.*

*Во избежание серьезных травм или летального исхода изношенные или поврежденные детали подлежат немедленной замене, в противном случае оборудование не должно использоваться до тех пор, пока оно не будет отремонтировано.*

## Ежедневные процедуры

При использовании сильного моющего средства, такого как спирт для протирки или отбеливатель, опробуйте его сначала на каком-нибудь малозаметном участке. Другие моющие средства могут содержать жесткие или неизвестные растворители. Кроме того, их формула может быть изменена производителем без предупреждения. Если Вы хотите использовать другие моющие средства, тщательно проверьте их действие на каком-нибудь малозаметном участке, чтобы оценить вероятность повреждения материала. Никогда не используйте жесткие растворители или очистители, предназначенные для промышленного применения. Для очистки загрязненных или покрытых пятнами участков рекомендуется использовать мягкую белую ткань. Не рекомендуется использовать бумажные полотенца.

Чистящие вещества могут оказывать вредное/раздражающее воздействие на кожу, глаза и т.д. Применяйте защитные перчатки и средства защиты глаз. **Не** вдыхайте и не глотайте чистящие вещества. Защищайте помещение/одежду от их воздействия. Применяйте в хорошо вентилируемом помещении. Следуйте всем предупреждениям производителя оборудования. Компания Сувех и ее поставщики не несут ответственности за повреждения или травмы, причиненные вследствие применения или неправильного использования чистящих средств.

**Очистка обивки**

| <b>Если</b>   | <b>Тогда</b>   |
|---|--|
| <b>Легкое загрязнение</b>                               | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приготовьте 10 % раствор из хозяйственного жидкого мыла и теплой воды.</li> <li>2. Нанесите его с помощью мягкой влажной ткани.</li> <li>3. При необходимости нанесите раствор жидкого моющего средства с помощью мягкой щетинной щетки.</li> <li>4. Смочите чистую мягкую ткань в воде и удалите остатки раствора.</li> </ol>   |
| <b>Более сильное загрязнение</b>                        | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приготовьте раствор, состоящий на 10 % из бытового отбеливателя (гипохлорит натрия) и на 90 % из воды. Смочите мягкую белую ткань в растворе.</li> <li>2. Аккуратно протрите загрязненный участок.</li> <li>3. Смочите в воде чистую мягкую ткань и удалите остатки раствора.</li> <li>4. Если загрязнение не устранено, можно воспользоваться концентрированным бытовым отбеливателем. Дайте отбеливателю пропитать загрязненный участок или промокайте участок смоченной в отбеливателе тканью в течение приблизительно 30 минут. Смочите чистую мягкую ткань в воде и протрите участок, чтобы удалить остатки концентрированного отбеливателя.</li> </ol> |
| <b>Более сильное загрязнение (альтернативный метод)</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Смочите мягкую белую ткань в медицинском спирте.</li> <li>2. Аккуратно протрите загрязненный участок.</li> <li>3. Смочите в воде чистую мягкую ткань и удалите остатки раствора.</li> </ol>  |
| <b>Восстановление блеска</b>                            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нанесите тонкий слой воска для мебели в течение 30 секунд.</li> <li>2. Аккуратно протрите участок с помощью чистой белой ткани.</li> </ol>   |

## Очистка рам

Протрите все рамы мягким раствором теплой воды и мыла для мытья автомобилей. Тщательно просушивайте поверхности. **ИЗБЕГАЙТЕ** применения чистящих средств на основе кислот или хлора, а также средств, содержащих абразивы, так как они могут поцарапать или повредить оборудование.

## Очистка хромированных поверхностей

Очищайте хромированные трубки сначала с помощью средства для полировки хромированных поверхностей, а затем с помощью восковой пасты для полировки автомобилей. Рекомендуется использовать нейтральные очистители с pH от 5,5 до 8,5. Тщательно просушивайте поверхности. **ИЗБЕГАЙТЕ** применения чистящих средств на основе кислот или хлора, а также средств, содержащих абразивы, так как они могут поцарапать или повредить оборудование.

## Рекомендации в отношении чистки лицевой панели

Используйте чистую мягкую ткань или губку для нанесения чистящего средства, а затем для промывки и споласкивания. После каждого нанесения сполосните участок теплой водой.

- **НЕ** используйте абразивы или сильнощелочные чистящие средства.
- **НЕ** оставляйте чистящие средства на поверхности на длительный период. Смывайте их немедленно.
- **НЕ** применяйте чистящие средства под прямыми солнечными лучами или при повышенной температуре.
- **НЕ** используйте скребки, резиновые валики или бритвы.
- **НЕ** применяйте для очистки бензин.

## Совместимые моющие средства и детергенты:

- «Формула 409» (Formula 409)
- «Топ Джоб» (Top Job)
- «Джой» (Joy)
- «Палмолив» (Palmolive)
- «Уиндекс» (Windex) с аммиаком D

## Чтобы свести к минимуму появление царапин от полирования или тонких царапин

Мягкое средство для полировки автомобилей, наносимое и удаляемое мягкой чистой тканью, помогает заполнить царапины.

## Рекомендуемые средства для полировки:

- Johnson Paste Wax
- Mirror Glaze #10 Plastic Polish (производство Mirror Bright Polish Co.)
- Novus Plastics Polish #1, #2 (производство Novus Inc.)

## Еженедельные процедуры

### Осмотр всех гаек и болтов

При необходимости затяните все ослабленные гайки и болты.



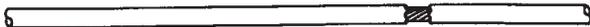
**ВНИМАНИЕ:** Опасность использования неисправного оборудования.

Во избежание серьезных травм или летального исхода изношенные или поврежденные детали подлежат немедленной замене, в противном случае оборудование не должно использоваться до тех пор, пока оно не будет отремонтировано.

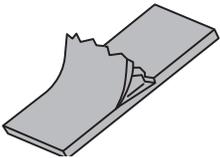
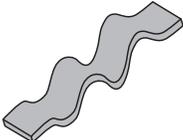
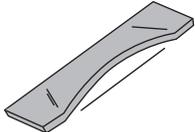
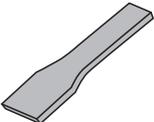
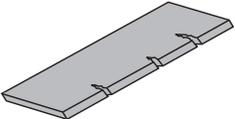
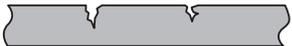
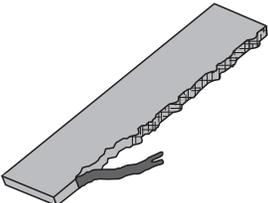
### Осмотр тросов и ремней

Осмотрите все тросы и ремни для выявления признаков износа или повреждений, а также для проверки правильности натяжения. При осмотре тросов и ремней пройдите по ним пальцами, уделяя особое внимание изгибам и точкам соединения. Признаком изношенности троса может служить следующее:

#### консоли

| Состояние троса  | Схема  |
|--|--|
| Разрыв или трещина оболочки, через которую проглядывает трос |   |
| Излом троса  |  |
| Извитая оболочка   |  |
| Утонение – растянутая оболочка троса                         |  |

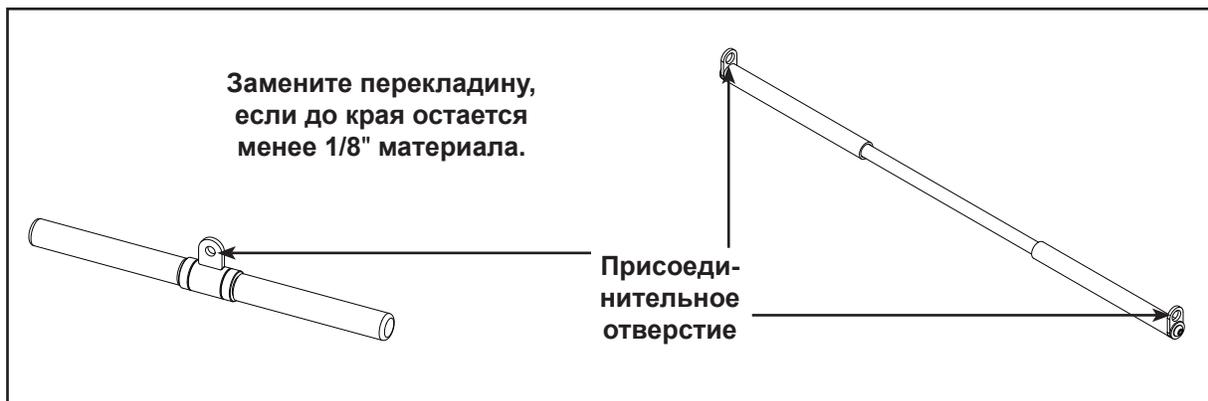
Ремни

| Состояние ремня  | Объемное изображение  | Объемное изображение или вид сбоку  |
|--|---|---|
| Отслаивание покрытия ремня.  |    |    |
| Волна на ремне   |    |    |
| «Горлышко» на ремне (суженный участок)   | <p data-bbox="654 667 980 888">Замените ремень, если какой-либо участок окажется на 1/32" (0,03) уже остальной поверхности ремня</p>  | <p data-bbox="997 667 1498 814">Осмотрите оба края ремня. Замените ремень, если какой-либо участок окажется уже прочей поверхности ремня.</p>  |
| Растрескивание или расщепление   |    |    |
| Выбилась одна или несколько кевларовых нитей. Или истерлось значительное количество кевлара. |    |   |

**! ОСТОРОЖНО! Изношенные ручки**

- Не используйте ручки, если толщина материала по краям не превышает 1/8 дюйма (3 мм).
- Немедленно заменяйте все изношенные ручки.

Осмотрите переключатели и рукояти на предмет износа, обращая особое внимание на контактные точки соединительных выступов.



| Осмотр  | Действия   |
|---|--|
| Осмотрите переключатели и рукояти на предмет износа, обращая особое внимание на контактные точки соединительных выступов.       | Немедленно замените все изношенные рукояти.  |
| Осмотрите карабины на предмет качества защелкивания (свидетельствует о степени износа).   | Сразу же заменяйте все ослабленные или изношенные накладки.  |
| Проверьте на предмет износа все надписи и рукояти, включая таблички с инструкциями, предостерегающие и предупреждающие надписи. | Сразу же заменяйте все неразборчивые надписи.  |
| Осмотрите все блоки пластин-отягощений на предмет правильности их выравнивания и функционирования.                              | Сразу же устраняйте все проблемы с выравниванием и функционированием.  |
| Проверьте уровень смазки на направляющих штангах.   | Протрите направляющие штанги блоков пластин-отягощений по всей длине. Смажьте тонким слоем среднетяжелого машинного масла. |

**Ежегодные процедуры**

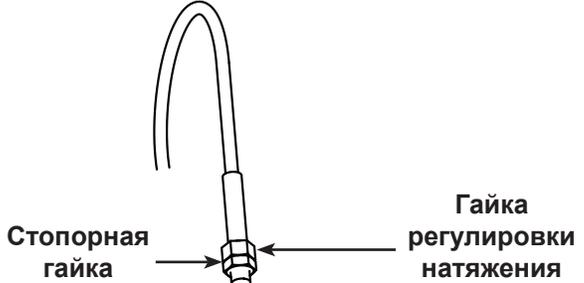
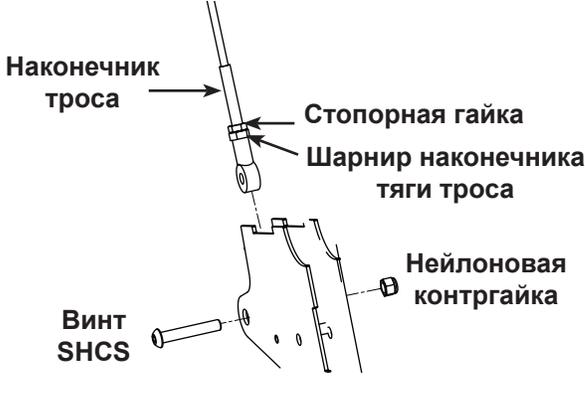
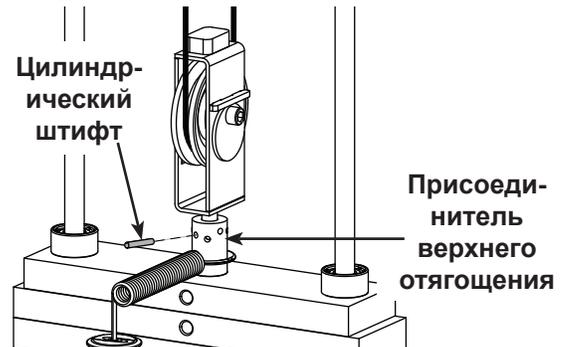
Заменяйте все тросы и ремни каждый год

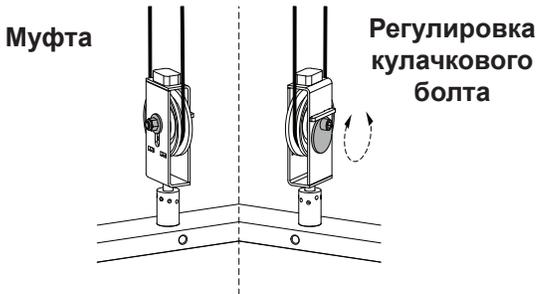
## Регулировка троса

### Необходимые приспособления

9/16-дюймовый гаечный ключ (2)

В атлетических тренажерах компании Cybex применяются четыре способа регулировки натяжения троса:

| Регулировка троса                  | Описание   | Схема   |
|------------------------------------|--|---|
| Регулировка стопорной гайки        | В данном случае, прежде всего, регулируется стопорная гайка и гайка регулировки натяжения на кулачковом конце троса. На другом конце троса обычно применяется регулировка цилиндрического штифта.  |  <p>Стопорная гайка</p> <p>Гайка регулировки натяжения</p>  |
| Регулировка конца штанги           | В данном случае регулируется винт с головкой с углублением под ключ (SHCS), соединяющий шарнир наконечника тяги троса с тренажером. Основная регулировка осуществляется поворотом шарнира наконечника тяги. На другом конце троса обычно применяется регулировка цилиндрического штифта троса. |  <p>Наконечник троса</p> <p>Стопорная гайка</p> <p>Шарнир наконечника тяги троса</p> <p>Винт SHCS</p> <p>Нейлоновая контргайка</p> |
| Регулировка цилиндрического штифта | В данном случае регулируется цилиндрический штифт и ряд отверстий в соединителе верхнего отягощения для весового стека.  |  <p>Цилиндрический штифт</p> <p>Присоединитель верхнего отягощения</p>  |

| Регулировка троса                   | Описание  | Схема  |
|-------------------------------------|---|--|
| Регулировка кулачкового конца троса | В данном случае регулируется установочный болт на кронштейне ролика. Ослабьте гайку и поверните кулачковый болт, чтобы отрегулировать трос. |  |

### Регулировка ремня

#### Необходимые приспособления

- 7/32-дюймовый гаечный ключ
- Динамометрический ключ (фунтов на дюйм)

| Регулировка ремня  | Действия  |
|--------------------|---|
| Ослабленный ремень | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. С помощью 7/32-дюймового шестигранного торцевого гаечного ключа открутите стопорные винты.</li> <li>2. Затяните ремень.</li> <li>3. Закрепите ремень на месте с помощью стопорных винтов.</li> <li>4. Закрутите стопорные винты до 300-350 фунтов на дюйм.</li> <li>5. Убедитесь, что ремень ходит плавно и протянут прямо от кронштейна верхнего ролика до зажимной планки верхнего отягощения.</li> </ol> |

# Служба по работе с клиентами

## Регистрация продукта

Порядок регистрации продукта.

1. Посетите веб-сайт [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com).
2. В разделе поддержки «Support» перейдите к части регистрации продукта «Product Registration».
3. Заполните все поля формы.
4. Чтобы зарегистрировать продукт, нажмите кнопку «Submit».

## Обращение в службу по работе с клиентами

Телефонные звонки принимаются с понедельника по пятницу с 8:30 до 18:00, Восточное Стандартное Время.

Для клиентов Cybex в США номер службы по работе с клиентами – 888-462-9239.

Для клиентов Cybex вне США номер службы по работе с клиентами – 508-533-4300, или факс – 508-533-5183 Электронная почта [internationaltechhelp@cybexintl.com](mailto:internationaltechhelp@cybexintl.com)

Дополнительную информацию см. на веб-сайте [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com).

Для онлайн контакта Веб-сайт [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com).

## Заказ деталей

Для заказа деталей откройте веб-сайт [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com).

Чтобы пообщаться с представителем службы по работе с клиентами, позвоните по номеру 888-462-9239 (для клиентов в США) или по номеру 508-533-4300 (для клиентов вне США).

Следующая информация, которая указана на бирке с серийным номером, поможет представителям Cybex лучше ответить на Ваш запрос.

- Серийный номер устройства, название продукта и номер модели.
- Описание и номер детали, при наличии. Все детали можно найти на веб-сайте [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com)
- Адрес поставки
- Имя контактного лица
- Опишите проблему.

Кроме адреса поставки и имени контактного лица, будет полезен, но не обязателен, номер учетной записи. Заказы также можно отправить факсом по номеру 508-533-5183.

## Выдача разрешений на возврат материалов (RMA)

Система выдачи разрешений на возврат материалов (RMA) используется при возврате материала с целью замены, ремонта или зачета уплаченных сумм. Эта система обеспечивает надлежащее обслуживание и диагностику возвращаемых материалов. Просим вас тщательно соблюдать изложенный ниже порядок.

По любым вопросам, связанным с гарантией, свяжитесь с вашим авторизованным дилером продукции Сувех. Ваш местный дилер продукции Сувех запросит у компании Сувех разрешение по системе RMA (при необходимости). Компания Сувех ни при каких обстоятельствах не принимает дефектные детали или оборудование без надлежаще оформленного ярлыка в соответствии с системами RMA и ARS (система автоматизированного возврата).

Чтобы получить информацию о возврате какой-либо дефектной детали, обратитесь в службу поддержки компании Сувех.

Подробно опишите специалисту возникшую проблему или дефект в изделии, которое Вы хотите вернуть. Сообщите модель и заводской номер вашего оборудования Сувех.

По усмотрению компании Сувех, наш специалист может попросить вас вернуть проблемные детали для диагностики, ремонта или замены. Наш специалист присвоит вашему заказу номер RMA и отправит вам ярлык ARS. Ярлык ARS и номера RMA должны быть нанесены на внешнюю сторону упаковки, в которой будут возвращены изделия. Приложите к возвращаемым деталям описание проблемы, заводской номер оборудования, а также имя и адрес владельца отправления.

Приемное отделение компании Сувех отказывается от получения изделий, возвращаемых без размещенного на внешней стороне упаковки номера RMA, а также отправлений, пересылаемых наложенным платежом.

## Поврежденные детали

Зачет уплаченных сумм за возвращаемые материалы, которые были повреждены при доставке, не производится. Ответственность за повреждения при доставке возлагается на перевозчика (службу UPS, службу Federal Express, автотранспортную компанию и т.п.)

### Видимое повреждение

При получении отправления внимательно проверьте все детали. Любое повреждение, наличие которого может быть установлено путем визуального осмотра, должно быть зафиксировано в грузовой накладной и подписано агентом перевозчика. Если этого не сделать, перевозчик откажется рассматривать ваше требование о возмещении ущерба. Формы, необходимые для предъявления такого требования, будут предоставлены вам перевозчиком.

### Скрытое повреждение

Повреждение, которое невозможно установить путем визуального осмотра при получении отправления, но, в случае последующего обнаружения такого, о нем необходимо сообщить перевозчику в кратчайшие сроки. После обнаружения повреждения необходимо обратиться к перевозчику (в письменной форме или по телефону) с просьбой о проведении осмотра материалов не позднее десяти суток со дня доставки. Сохраняйте всю транспортную тару и упаковочные материалы, поскольку их будет необходимо представить в рамках такого осмотра. Перевозчик предоставит вам акт осмотра и формы, необходимые для предъявления требования о возмещении ущерба в связи со скрытым повреждением. Требование о возмещении ущерба в связи со скрытым повреждением предъявляется перевозчику.





10 Trotter Drive Medway, MA 02053 • 508-533-4300 • ФAKC 508-533-5183

[www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com)