

Инструкция

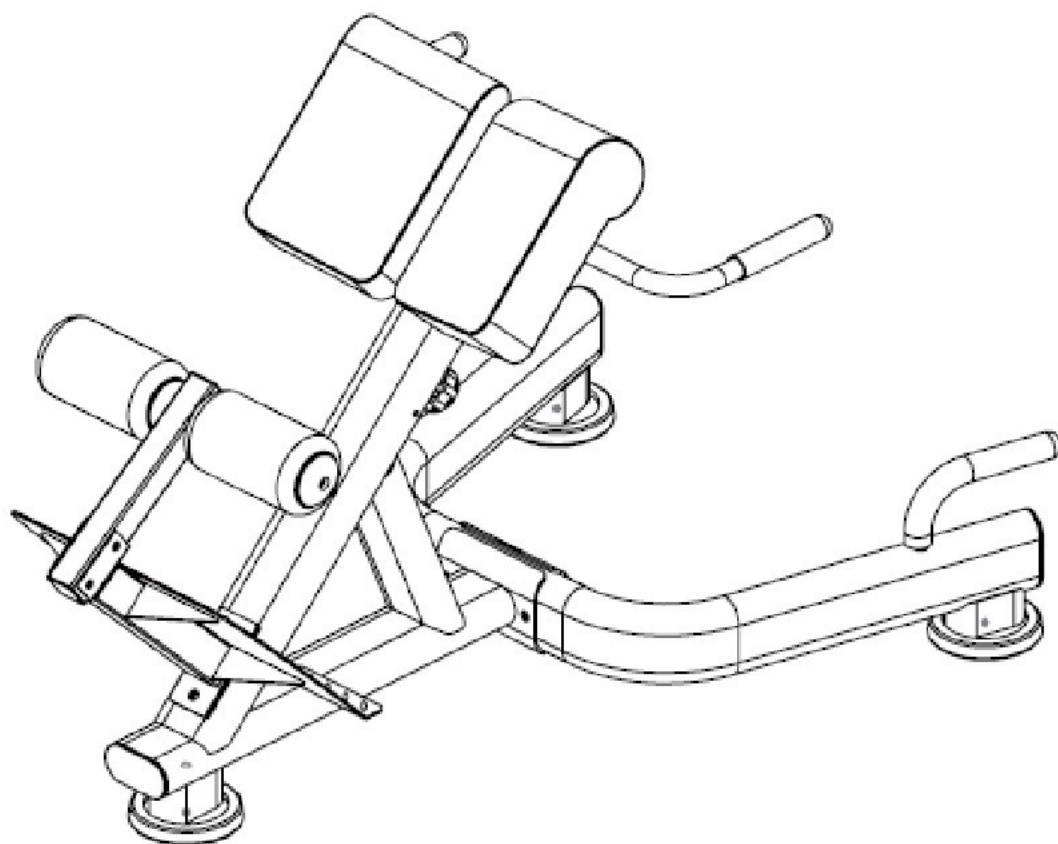
Гиперэкстензия Smith Fitness G31

Полезные ссылки:

[Гиперэкстензия Smith Fitness G31 - смотреть на сайте](#)

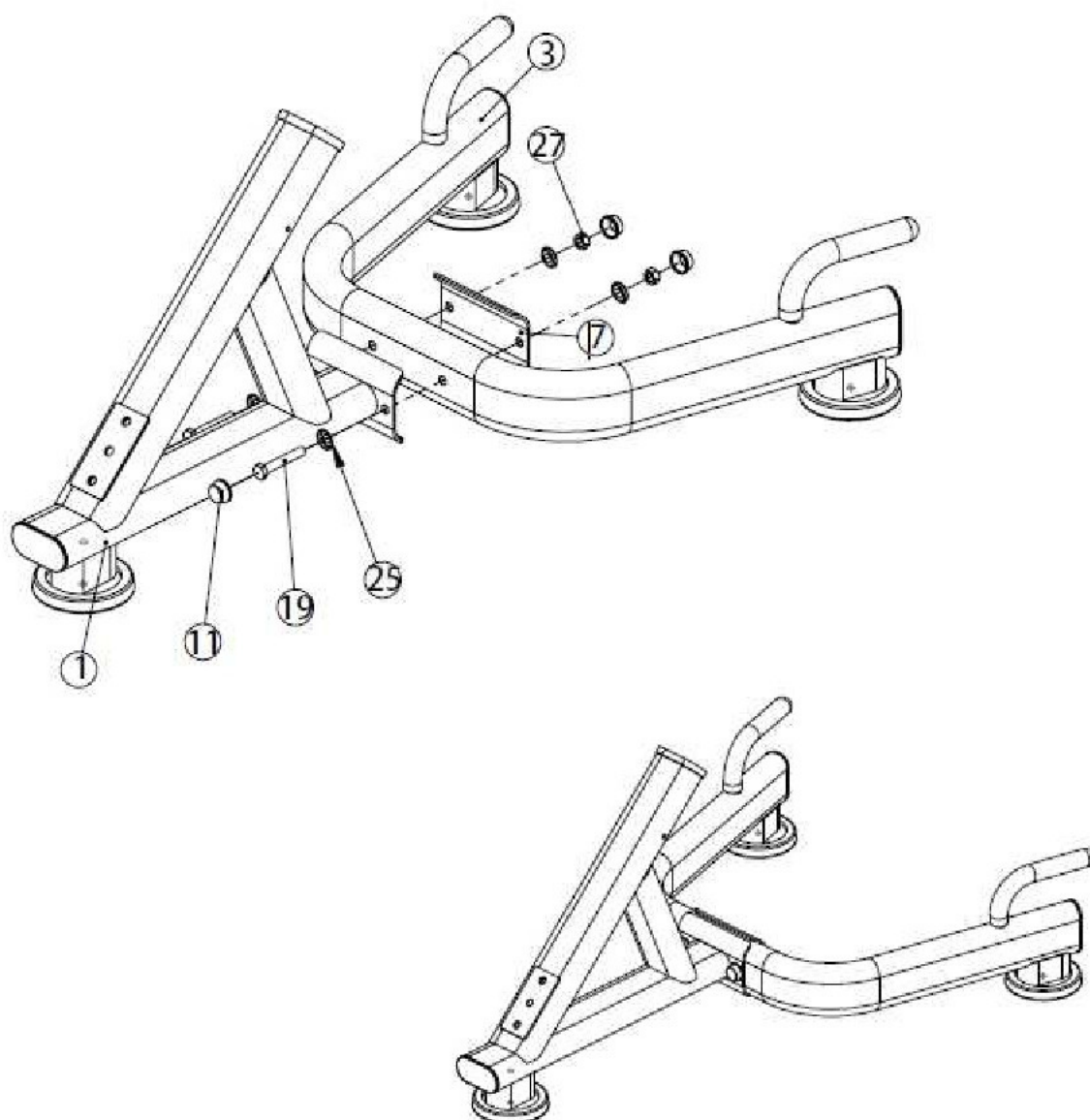


G31
Скамья для гиперэкстензии
Руководство по сборке



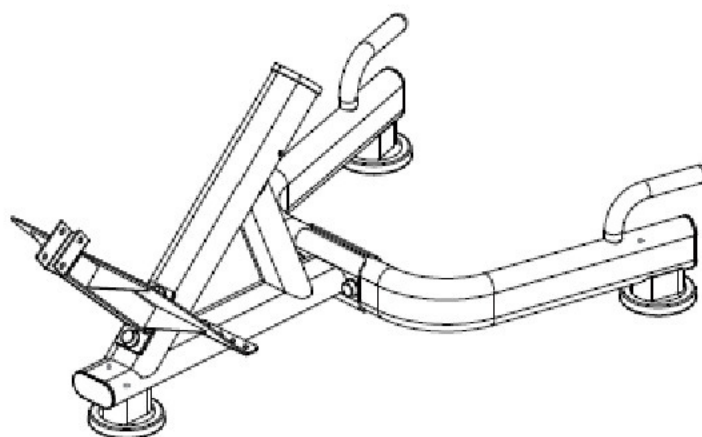
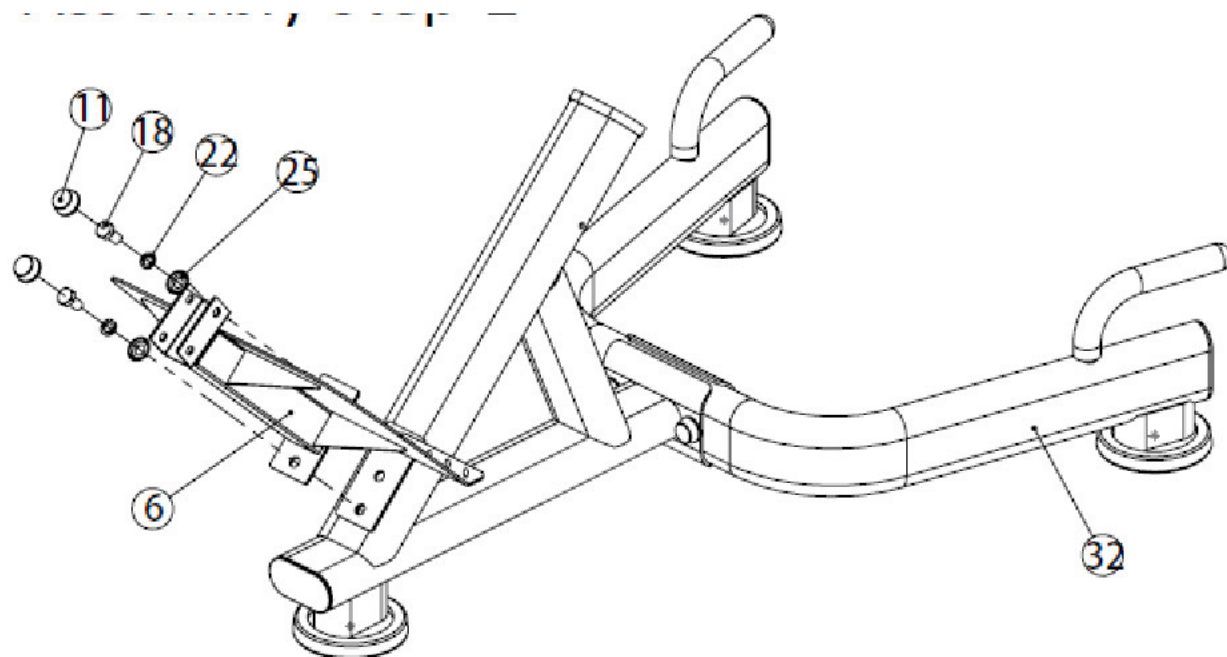
| № | Описание | Примечание | Кол-во |
|----|--|------------|--------|
| 1 | Передняя базовая рама | | 1 |
| 2 | Ручка | | 1 |
| 3 | Задняя базовая рама | | 1 |
| 4 | Губчатая трубка | | 1 |
| 5 | Труба регулировки подушки для ног | | 1 |
| 6 | Пластина для ног | | 1 |
| 7 | Усиливающая пластина | | 1 |
| 8 | Подушка для пресса | | 2 |
| 9 | Губка | | 2 |
| 10 | Ручка запорной пружины | M18x1.5 | 1 |
| 11 | Пластиковый кожух | | 14 |
| 12 | Внутренний колпачок губки | Φ65xΦ25 | 2 |
| 13 | Внешний колпачок губки | Φ65xΦ9xΦ15 | 2 |
| 14 | Болт со сферической головкой и внутренним шестигранным углублением | M8x25 | 2 |
| 15 | Болт со сферической головкой и внутренним шестигранным углублением | M10x50 | 2 |
| 16 | Болт с шестигранной головкой | M8x20 | 4 |
| 17 | Болт с шестигранной головкой | M10x60 | 2 |
| 18 | Болт с шестигранной головкой | M12x25 | 2 |
| 19 | Болт с шестигранной головкой | M12x75 | 2 |
| 20 | Изогнутая прокладка | Φ10 | 2 |
| 21 | Шайба | Φ10 | 2 |
| 22 | Пружинная шайба | Φ12 | 2 |
| 23 | Большая шайба | Φ8 | 4 |
| 24 | Большая шайба | Φ10 | 4 |
| 25 | Большая шайба | Φ12 | 6 |
| 26 | Контргайка | M10 | 4 |
| 27 | Контргайка | M12 | 2 |
| 28 | Гаечный ключ с открытым зевом | 17-19 | 2 |
| 29 | Гаечный ключ | 14-17 | 1 |
| 30 | Ключ под внутренний шестигранник | 6мм | 1 |
| 31 | Ключ под внутренний шестигранник | 5мм | 1 |

Шаг сборки-1



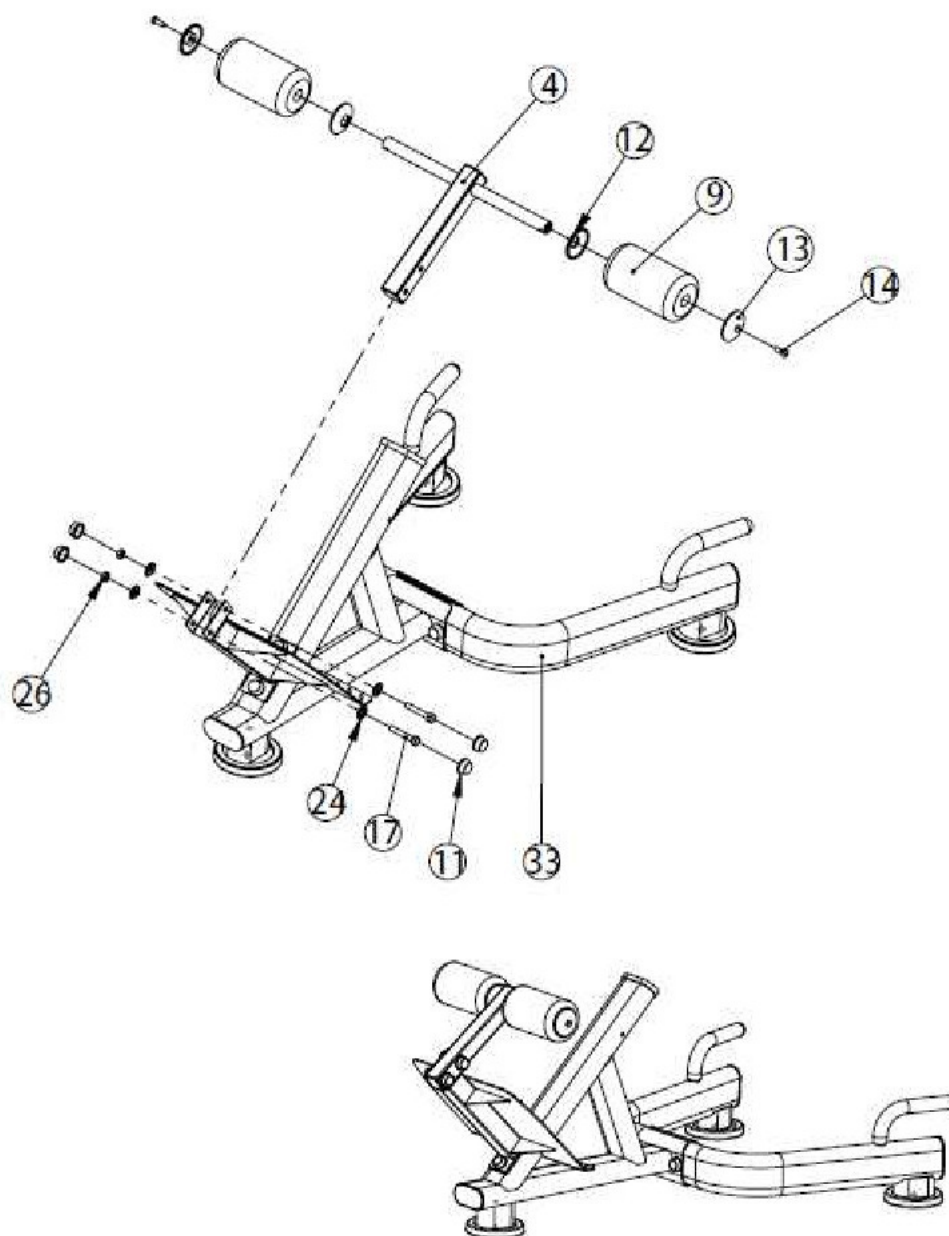
| № | Описание | Примечание | Кол-во |
|----|------------------------------|------------|--------|
| 3 | Задняя базовая рама | | 1 |
| 1 | Передняя базовая рама | | 1 |
| 7 | Усиливающая пластина | | 1 |
| 19 | Болт с шестигранной головкой | M12x75 | 2 |
| 27 | Контргайка | M12 | 2 |
| 25 | Большая шайба | Φ12 | 4 |
| 11 | Пластиковый кожух | | 4 |

Шаг сборки-2



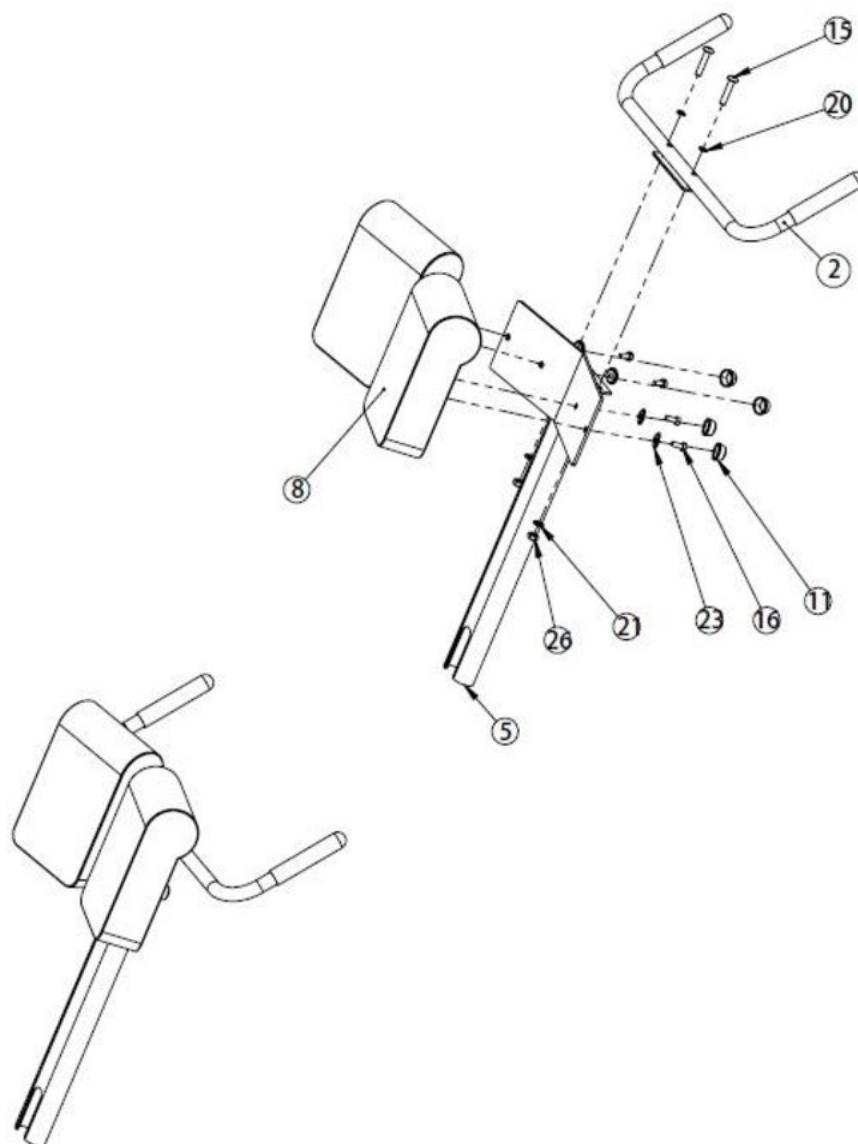
| № | Описание | Примечание | Кол-во |
|----|------------------------------|------------|--------|
| 6 | Пластина для ног | | 1 |
| 32 | Шаг сборки-1 | | 1 |
| 25 | Большая шайба | Ф12 | 2 |
| 11 | Пластиковый кожух | | 2 |
| 22 | Пружинная шайба | Ф12 | 2 |
| 18 | Болт с шестигранной головкой | М12x25 | 2 |

Шаг сборки-3



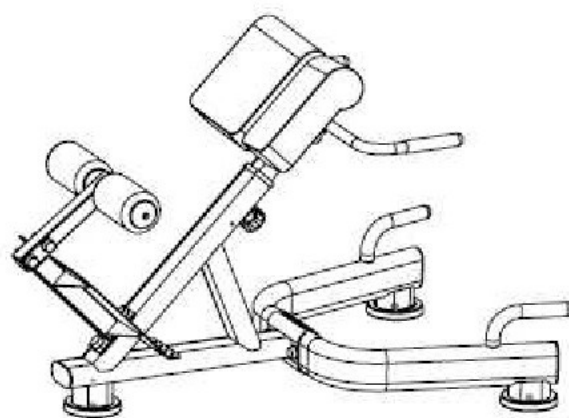
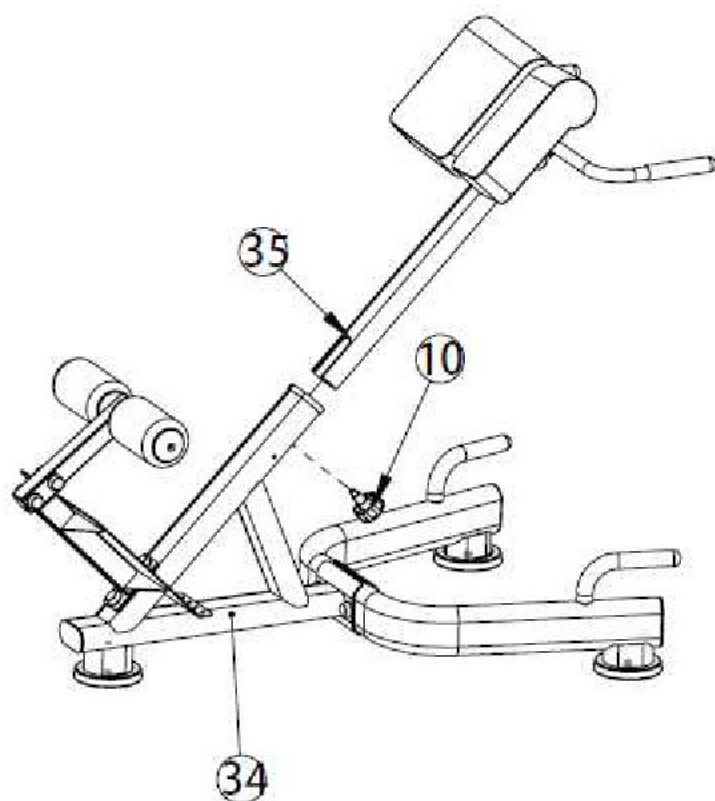
| № | Описание | Примечание | Кол-во |
|----|--|------------|--------|
| 33 | Шаг сборки-2 | | 1 |
| 4 | Губчатая трубка | | 1 |
| 24 | Большая шайба | Ф10 | 4 |
| 26 | Контргайка | M10 | 2 |
| 17 | Болт с шестигранной головкой | M10x60 | 2 |
| 11 | Пластиковый кожух | | 4 |
| 9 | Губка | | 2 |
| 12 | Внутренний колпачок губки | Ф65xФ25 | 2 |
| 14 | Болт со сферической головкой и внутренним шестигранным углублением | M8x25 | 2 |
| 13 | Внешний колпачок губки | Ф65xФ9xФ15 | 2 |

Шаг сборки-4



| № | Описание | Примечание | Кол-во |
|----|--|------------|--------|
| 8 | Подушка для пресса | | 2 |
| 15 | Болт со сферической головкой и внутренним шестигранным углублением | M10x50 | 2 |
| 20 | Изогнутая прокладка | Ф10 | 2 |
| 26 | Контргайка | M10 | 2 |
| 16 | Болт с шестигранной головкой | M8x20 | 4 |
| 23 | Большая шайба | Ф8 | 4 |
| 11 | Пластиковый кожух | | 4 |
| 21 | Шайба | Ф10 | 2 |
| 5 | Труба регулировки подушки для ног | | 1 |
| 2 | Ручка | | 1 |

Шаг сборки-5



| № | Описание | Примечание | Кол-во |
|----|------------------------|------------|--------|
| 34 | Шаг сборки-3 | | 1 |
| 35 | Шаг сборки-4 | | 1 |
| 10 | Ручка запорной пружины | M18x1.5 | 1 |