Инструкция

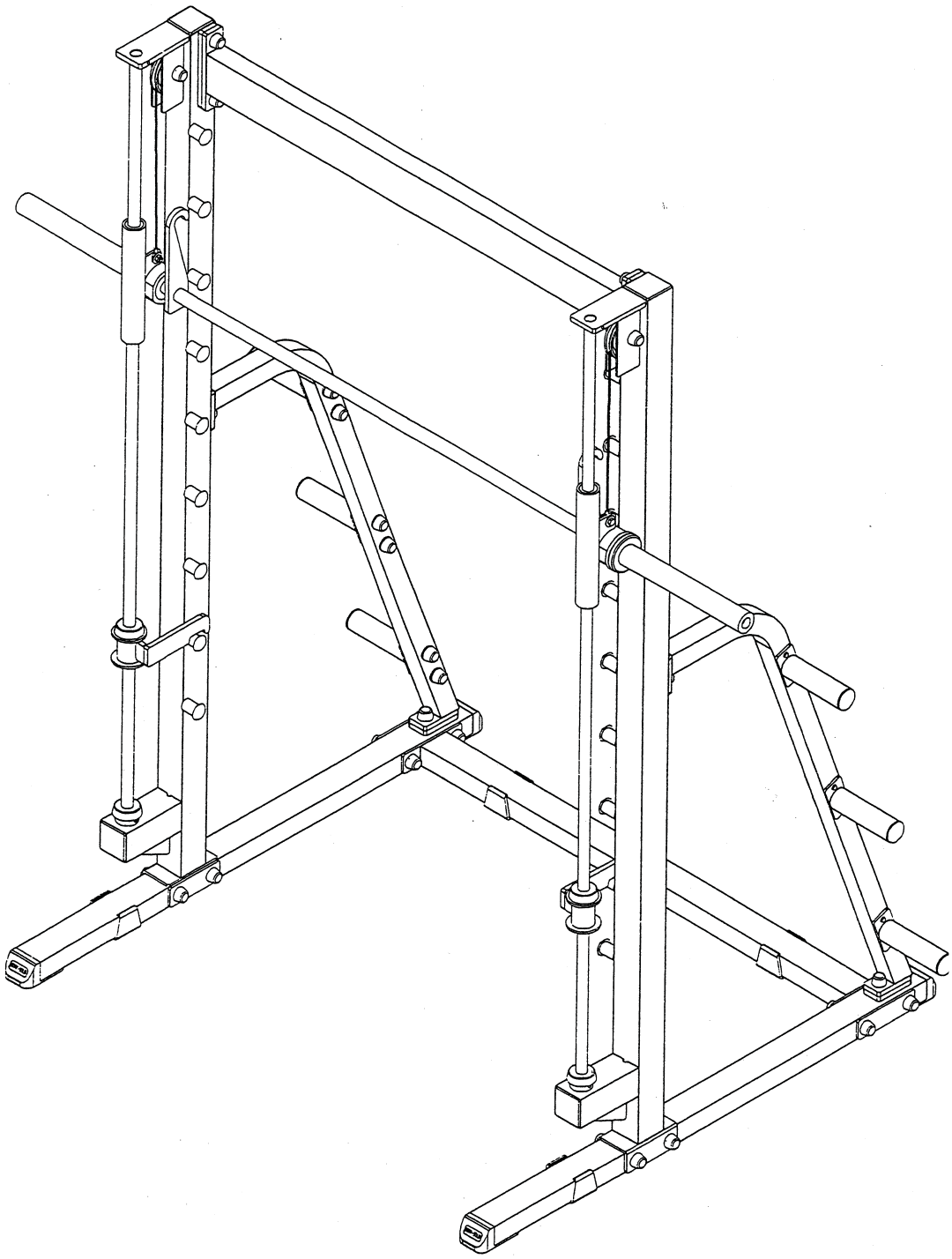
Машина Смита Body Solid ProClub SSM350G

Полезные ссылки:

Машина Смита Body Solid ProClub SSM350G - смотреть на сайте

Машина Смита Body Solid ProClub SSM350G - читать отзывы

SSM-350
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МАШИНА СМИТА С БАЛАНСИРОВАННЫМ ПРОТИВОВЕСОМ



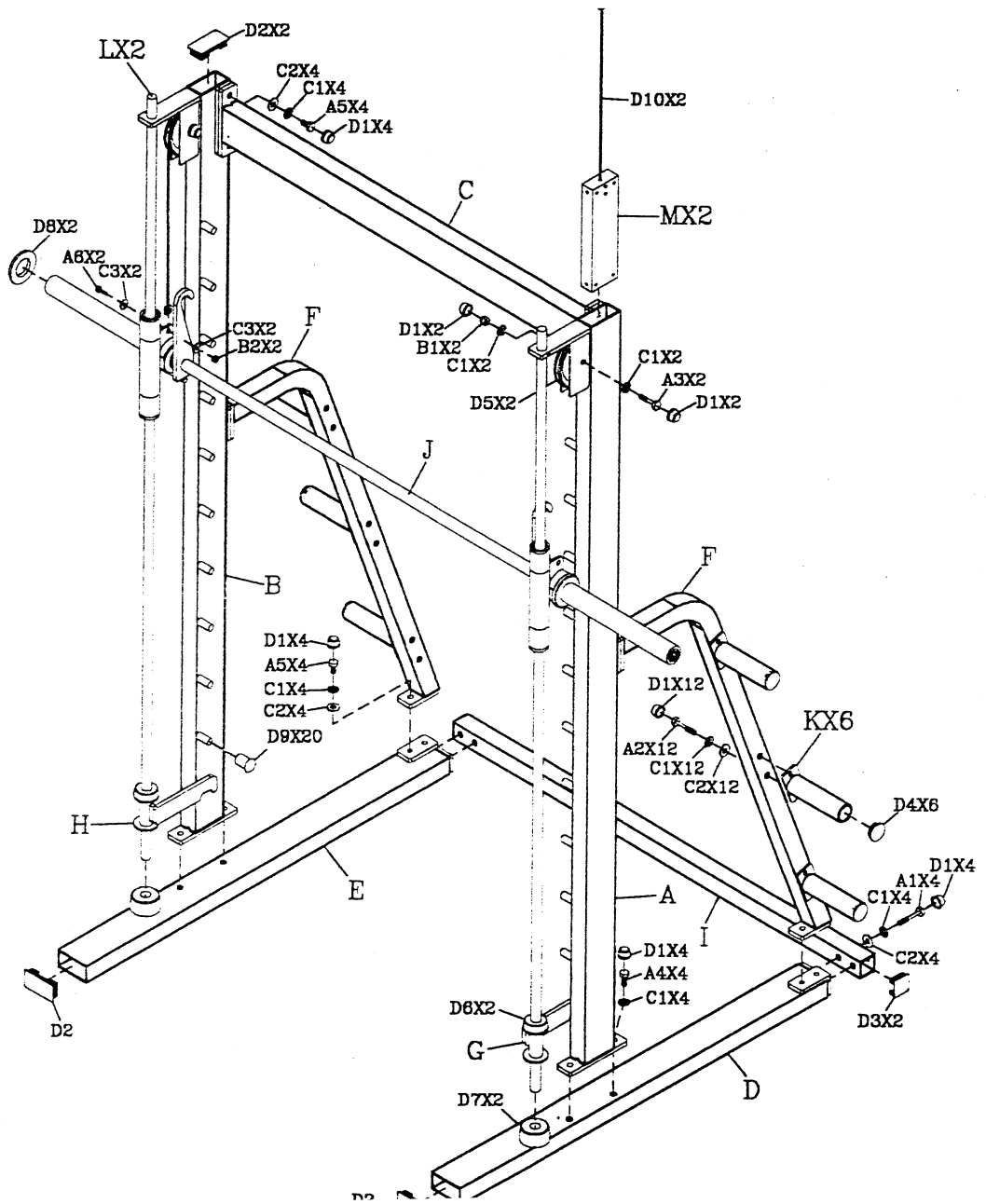
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И ЭКСПЛУАТАЦИИ

Внимание! Для сборки тренажера необходимо 2 человека!

Шаг 1.
Присоедините рамы D и E к задней раме I.
Присоедините вертикальные стойки A и B к рамам D и E захватами направляющих вперед.
Присоедините угловые опоры F к стойкам A и B.
Присоедините D10 тросы к контрвесам M.
Опустите контрвеса M в вертикальные стойки - держите контрвеса за тросы.
Удерживая тросы, присоедините ролики D5 к вертикальным стойкам A и B.

Шаг 2.
Пропустите хромированные направляющие через верхние отверстия в вертикальных стойках A и B.
Оденьте гриф J на направляющие снизу.
Оденьте резиновые амортизаторы D6 на направляющие снизу.
Оденьте стопоры G и H на направляющие снизу.
Опустите направляющие в нижние отверстия вертикальных стоек A и B.

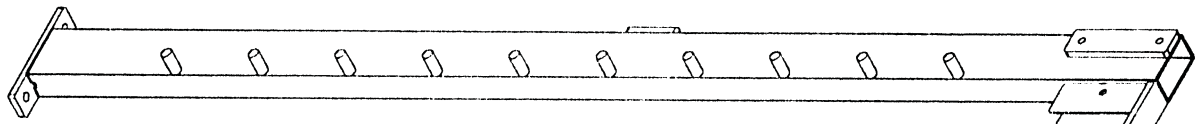
Шаг 3.
Присоедините тросы D10 к грифу J.
Присоедините C суппорты к вертикальным стойкам A и B.
Присоедините штыри хранения весов K к F опорам.
Оденьте заглушки и колпачки на болты и гайки.



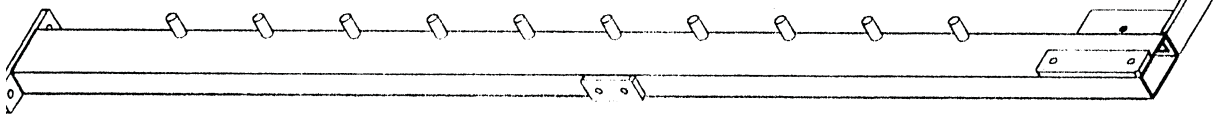
SSM-350 ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МАШИНА СМИТА
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И ЭКСПЛУАТАЦИИ

SSM-350 ПЕРЕЧЕНЬ ДЕТАЛЕЙ

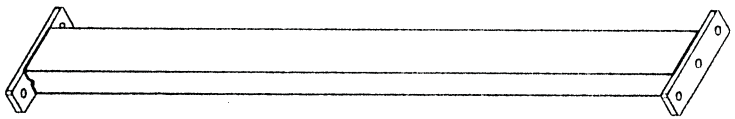
1 ШТ.]



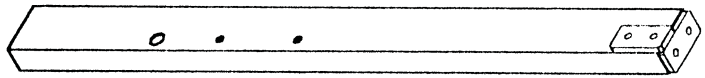
1 ШТ.]



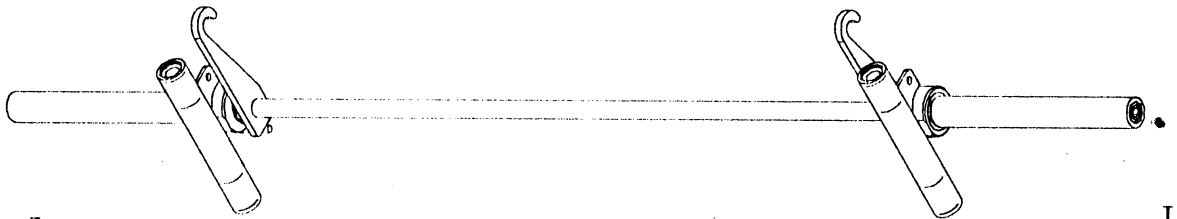
1 ШТ.]



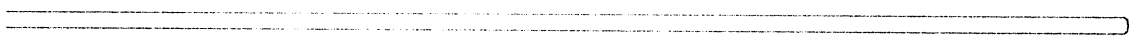
1 ШТ.]



1 ШТ.]



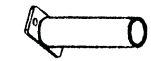
2 ШТ.]



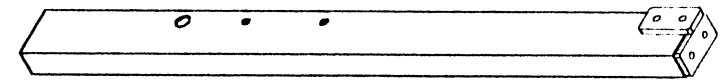
G [1 ШТ.]

H [1 ШТ.]

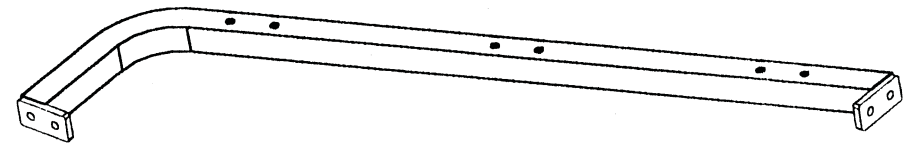
K [6 ШТ.]



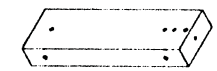
E [1 ШТ.]



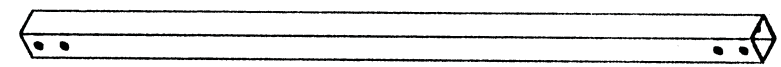
F [2 ШТ.]



M [2 ШТ.]



I [1 ШТ.]



SSM-350 ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МАШИНА СМИТА
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И ЭКСПЛУАТАЦИИ

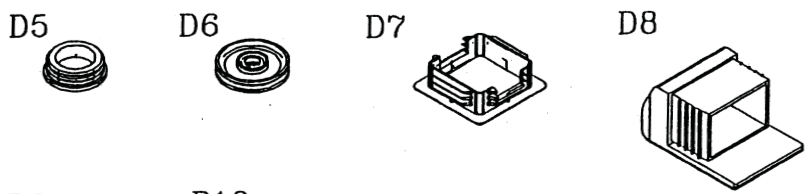
SSM-350 ПЕРЕЧЕНЬ ДЕТАЛЕЙ

A1. 1/2"X4" БОЛТ ---------- [8 ШТ.]
A2. 1/2"X2 1/2" БОЛТ ---- [12 ШТ.]
A3. 1/2"X2" БОЛТ ---------- [2 ШТ.]
A4. 1/2"X1" БОЛТ ---------- [8 ШТ.]
A5. 3/8"X1" БОЛТ ---------- [2 ШТ.]
B1. 1/2" ГАЙКА С ПЛАСТ. ВТУЛКОЙ ---------- [10 ШТ.]
B2. 3/8" ГАЙКА С ПЛАСТ. ВТУЛКОЙ ---------- [2 ШТ.]
C1. 1/2" ШАЙБА-ФИКСАТОР ПЛАСТ. КОЛПАЧКА [40 ШТ.]
C2. 1/2" (I.D) ШАЙБА ---------- [12 ШТ.]
C3. 3/8" (I.D) ШАЙБА ---------- [4 ШТ.]
C4. 1/2" ШАЙБА ГРОВЕРА ---------- [8 ШТ.]

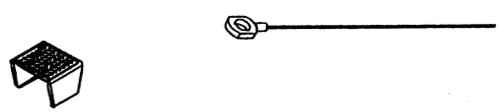
D1
D2
D3
D4

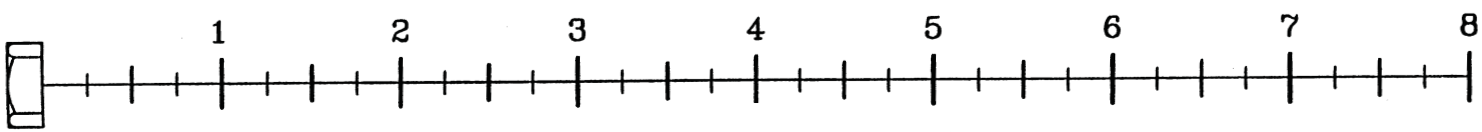
D1. 1/2" ПЛАСТИКОВЫЙ ЗАЩИТНЫЙ КОЛПАЧЕК [40 ШТ.
D2. ø2 1/2"X19t РЕЗИНОВЫЙ АМОРТИЗАТОР [4 ШТ.
D3. ø90X10t РЕЗИНОВЫЙ АМОРТИЗАТОР (E2027) -- [4 ШТ.
D4. ø3/4" РЕЗИНОВЫЙ АМОРТИЗАТОР (E4067) --- [18 ШТ.
D5. ø50 ЗАГЛУШКА (E4098) ---- [6 ШТ.
D6. ø4 1/2 "РОЛИК (E4047) ---------- [2 ШТ.
D7. 75X75 ЗАГЛУШКА (E4100) ---------- [4 ШТ.
D8. 50X75 НОЖКА (E4101) ---------- [4 ШТ.
D9. 2"X3" СТАБИЛИЗАТОР (E4102) ---- [4 ШТ.
D10. 2020mm ТРОС ---------- [2 ШТ.

D5 D6 D7 D8



D9 D10

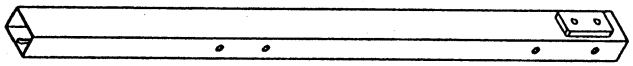




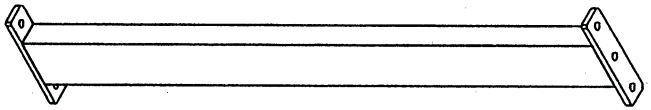
SSM-350 ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МАШИНА СМИТА
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И ЭКСПЛУАТАЦИИ

SSM-350 ПЕРЕЧЕНЬ ДЕТАЛЕЙ

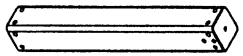
A [2 ШТ.]



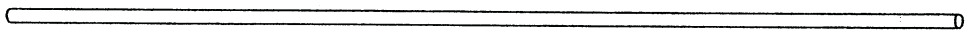
G [1 ШТ.]



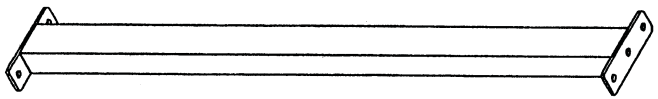
L [2 ШТ.]



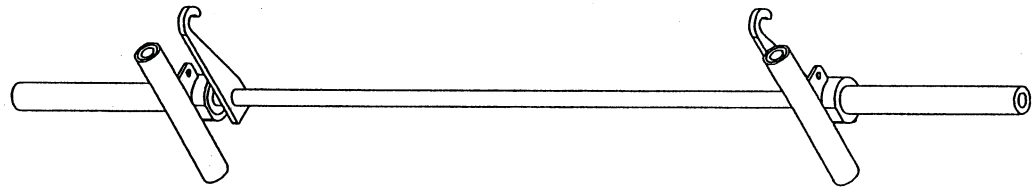
B [2 ШТ.]



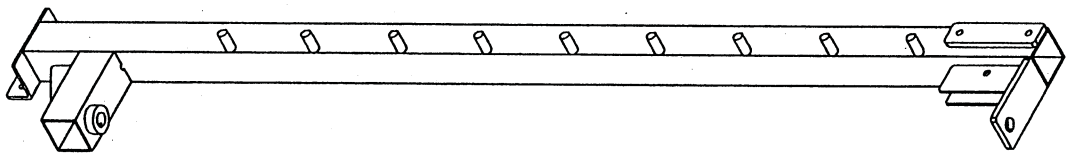
C [1 ШТ.]



J 1 ШТ.]

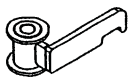


D−1 [1 ШТ.]

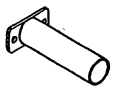


H [1 ШТ.]

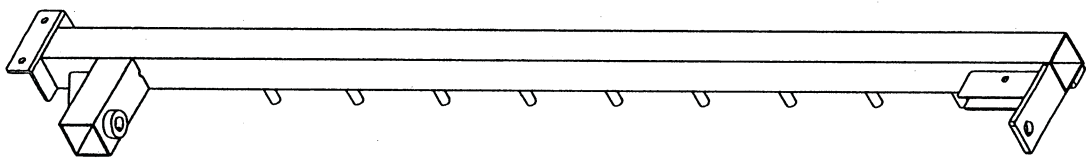
I [1 ШТ.]



K [6 ШТ.]



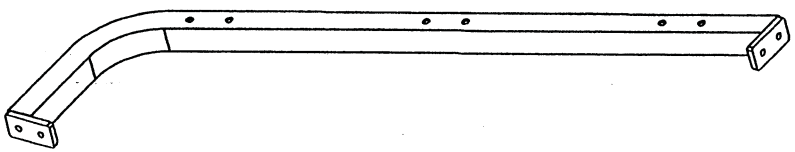
E−1 [1 ШТ.]



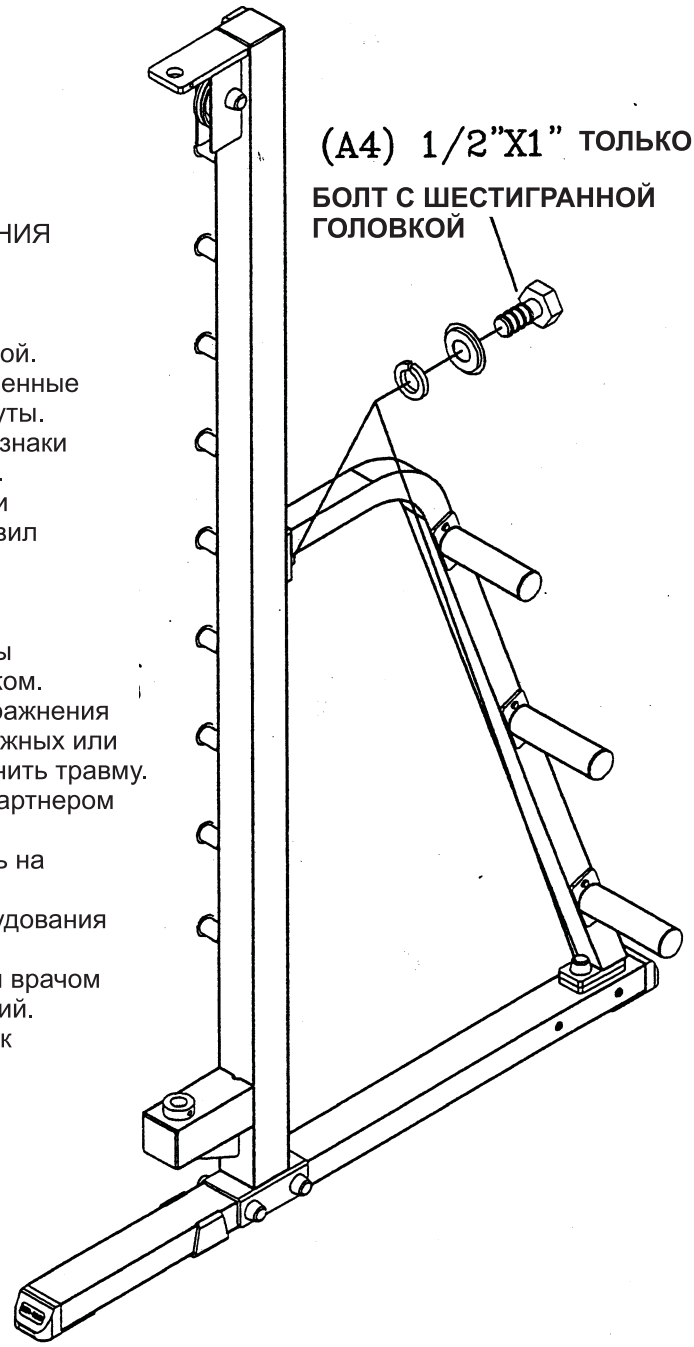
M [2 ШТ.]

N [2 ШТ.]

F [2 ШТ.]

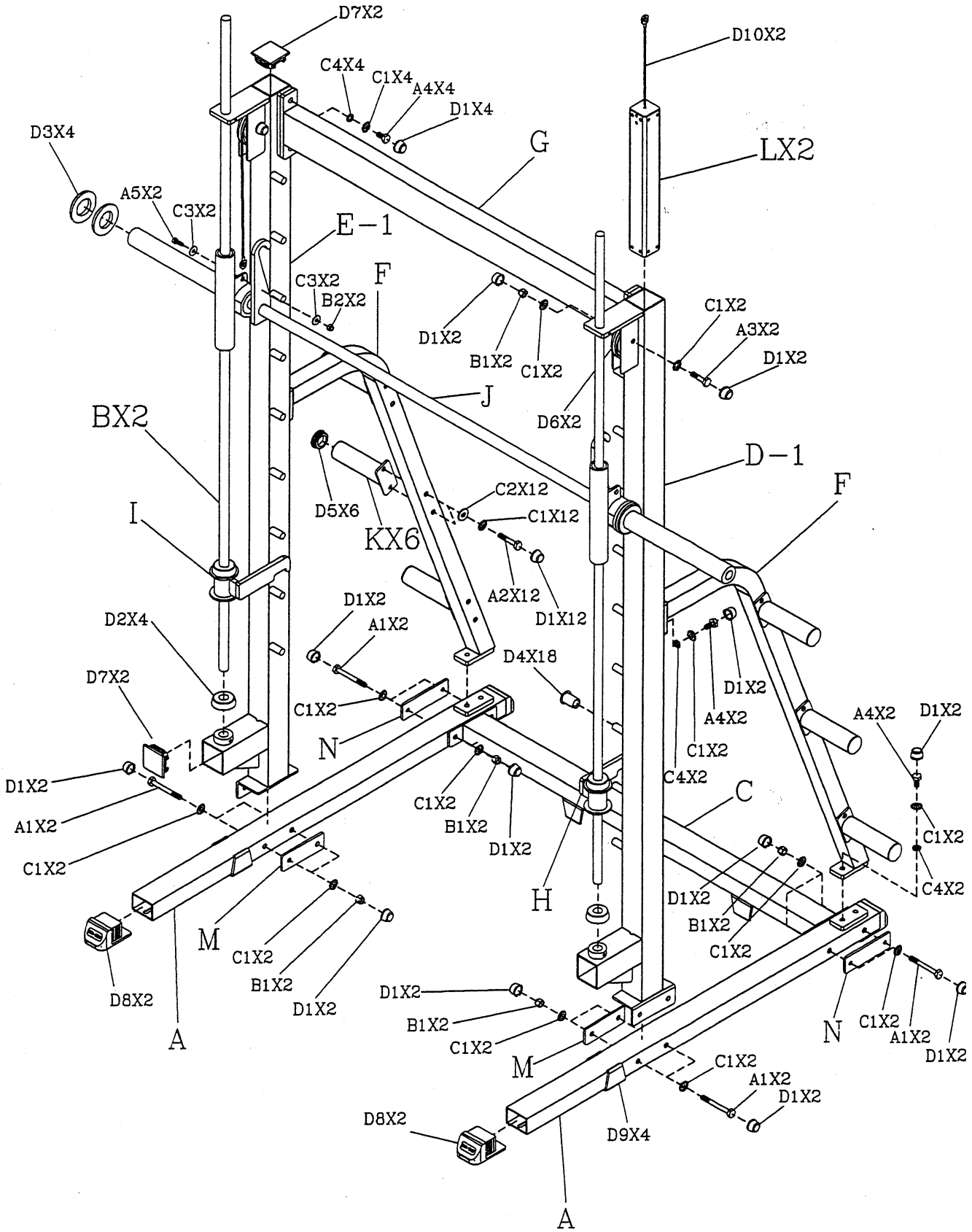


SSM-350 ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МАШИНА СМИТА
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И ЭКСПЛУАТАЦИИ



ЛИЦА, ИСПОЛЬЗУЮЩИЕ ДАННЫЙ ТИП ОБОРУДОВАНИЯ ПРИНИМАЮТ НА СЕБЯ ОПРЕДЕЛЕННЫЙ РИСК. ЧТОБЫ МИНИМИЗИРОВАТЬ РИСК, НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА:

1. Осматривать оборудование перед каждой тренировкой. Проверять, чтобы все гайки, болты, винты и подпружиненные штифты находились на месте и были полностью затянуты. Также, перед использованием, проверять тросы на признаки износа. Все изношенные детали заменять немедленно. Никогда не пользоваться станком, если какие-то детали повреждены или отсутствуют. Не соблюдение этих правил может привести к тяжелой травме.
2. Не касаться тросов и всех движущихся деталей, когда станок находится в использовании.
3. Всегда проверять, чтобы все карабины были закрыты при выполнении любых упражнений с тросом или блоком.
4. Внимательно выполнять упражнения. Выполнять упражнения в плавном умеренном темпе; никогда не делать судорожных или нескоординированных движений, которые могут причинить травму.
5. Рекомендуется, чтобы Вы проводили тренировки с партнером по тренировке.
6. Не позволять детям или несовершеннолетним играть на оборудовании или рядом с ним.
7. Если в отношении правильного использования оборудования имеются вопросы, обратитесь к дилеру.
8. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Проконсультируйтесь со своим врачом перед тем как приступить к своей программе упражнений. Для вашей собственной безопасности, не приступайте к выполнению программы упражнений без получения надлежащих указаний.

SSM-350 ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МАШИНА СМИТА
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ И ЭКСПЛУАТАЦИИ

ОБЩИЙ ВИД