

Инструкция

Силовая скамья DFC TF-307F

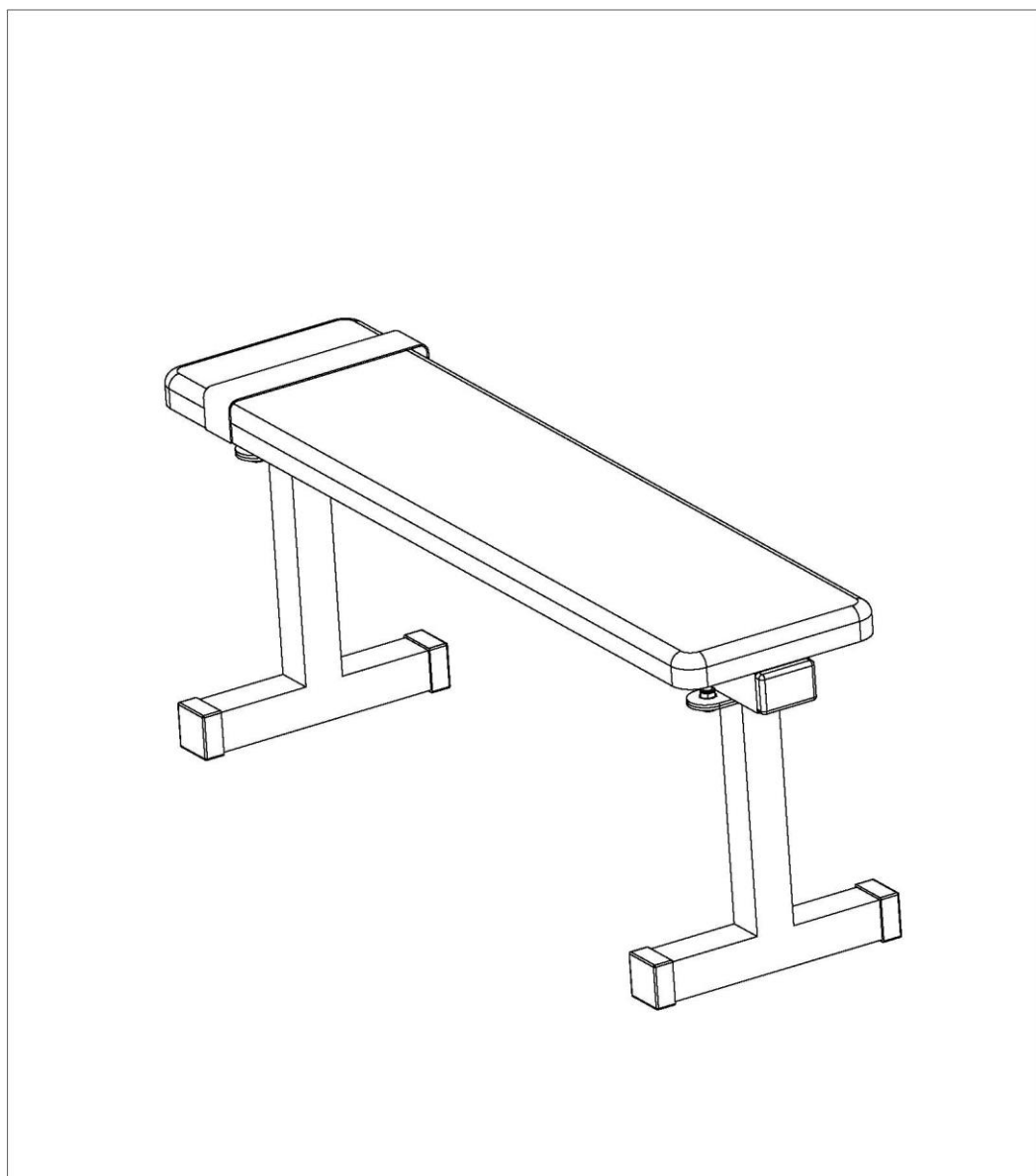
Полезные ссылки:

[Силовая скамья DFC TF-307F - смотреть на сайте](#)

[Силовая скамья DFC TF-307F - читать отзывы](#)

СИЛОВАЯ СКАМЬЯ ПОД ШТАНГУ DFC TF-307F

Инструкция пользователя



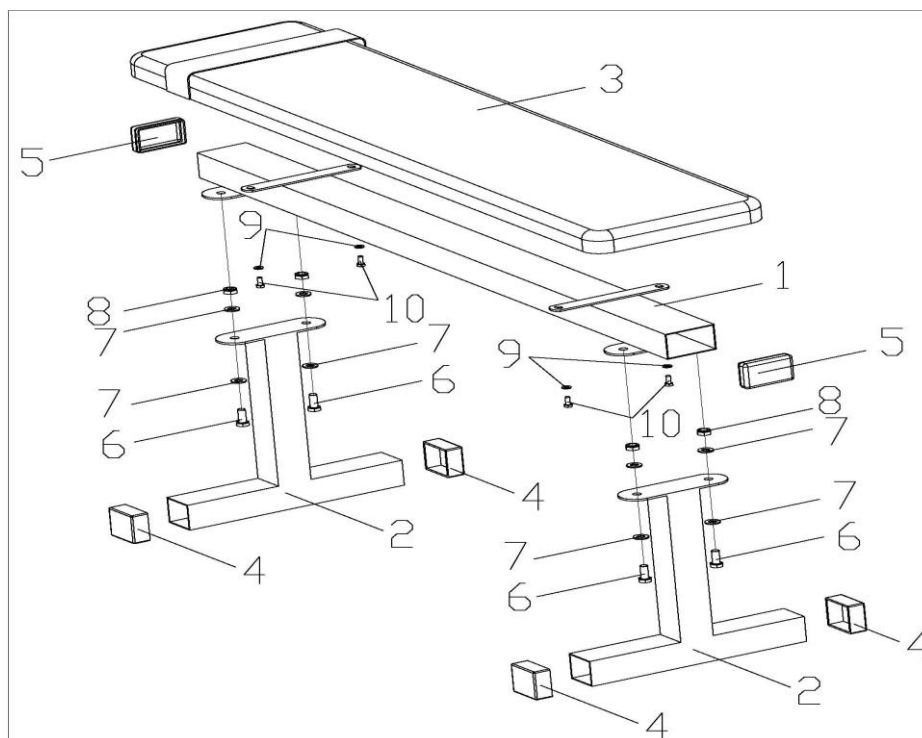
Меры предосторожности

Предупреждение!

Во избежание травм внимательно прочтите нижеприведенные инструкции прежде, чем приступить к занятиям.

1. Прочитайте все инструкции в данном руководстве перед началом занятий.
2. Ответственность за правильное инструктирование всех пользователей тренажера несет его владелец.
3. Тренажер предназначен только для домашнего пользования. Он не подлежит сдаче в аренду или использованию в иных коммерческих целях.
4. Тренажер устанавливается на ровную поверхность. Для защиты пола или ковра подстилается специальный коврик для тренажера. Тренажер хранится в сухом и чистом помещении.
5. Регулярно проверяйте и подтягивайте все крепежные детали.
6. Не допускайте детей до 12 лет к самостоятельному пользованию тренажером.
7. Не превышайте разрешенную максимальную нагрузку на скамью 150 килограмм.
8. Пользуйтесь специальной спортивной одеждой, не надевайте одежду, которая могла бы попасть в тренажер. Занимайтесь только в спортивной обуви во избежание травмы ног.
9. Если вы почувствовали боль или головокружение в процессе тренировки, немедленно прекратите занятия.

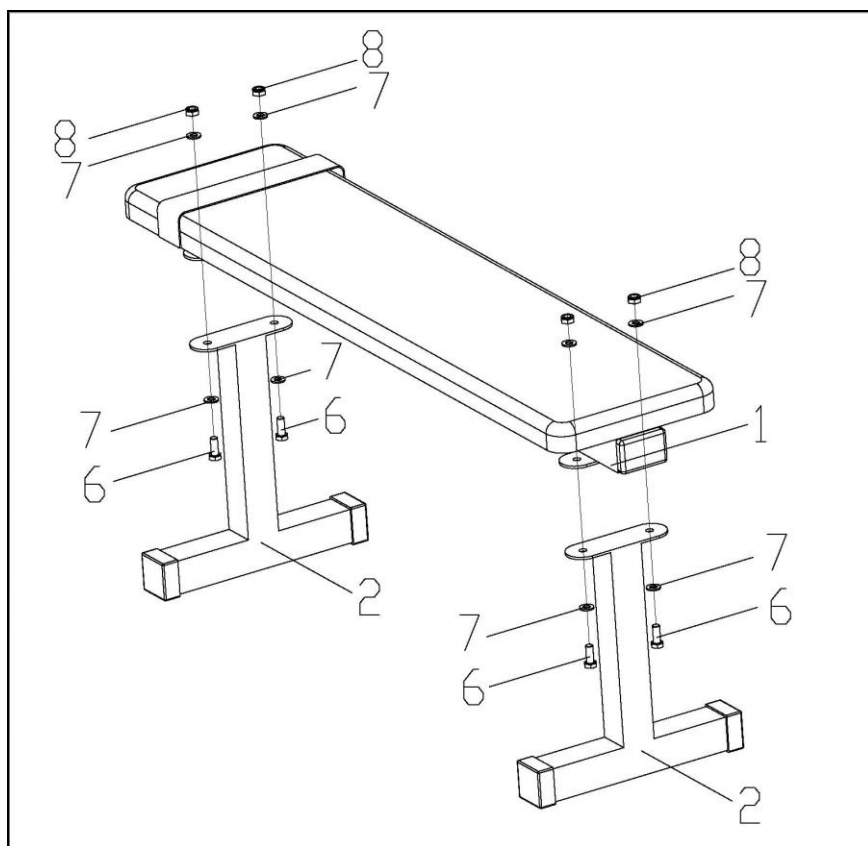
ПОДЕТАЛЬНАЯ СХЕМА ТРЕНАЖЕРА



Список комплектующих:

No.	Описание	Кол-во	No.	Описание	Кол-во
1	Основная рама	1	6	Болт	4
2	Несущая рама	2	7	Плоская шайба	8
3	Рабочая доска	1	8	Нейлоновая гайка	4
4	Заглушка	4	9	Плоская шайба	4
5	Заглушка	2	10	Болт	4

СХЕМА СБОРКИ:



Прикрепите несущую раму (2) к основной раме (1) болтами (6), плоскими шайбами (7) и нелоновыми гайками (8).