Инструкция

Силовая станция Adidas ADBE-10250

Полезные ссылки:

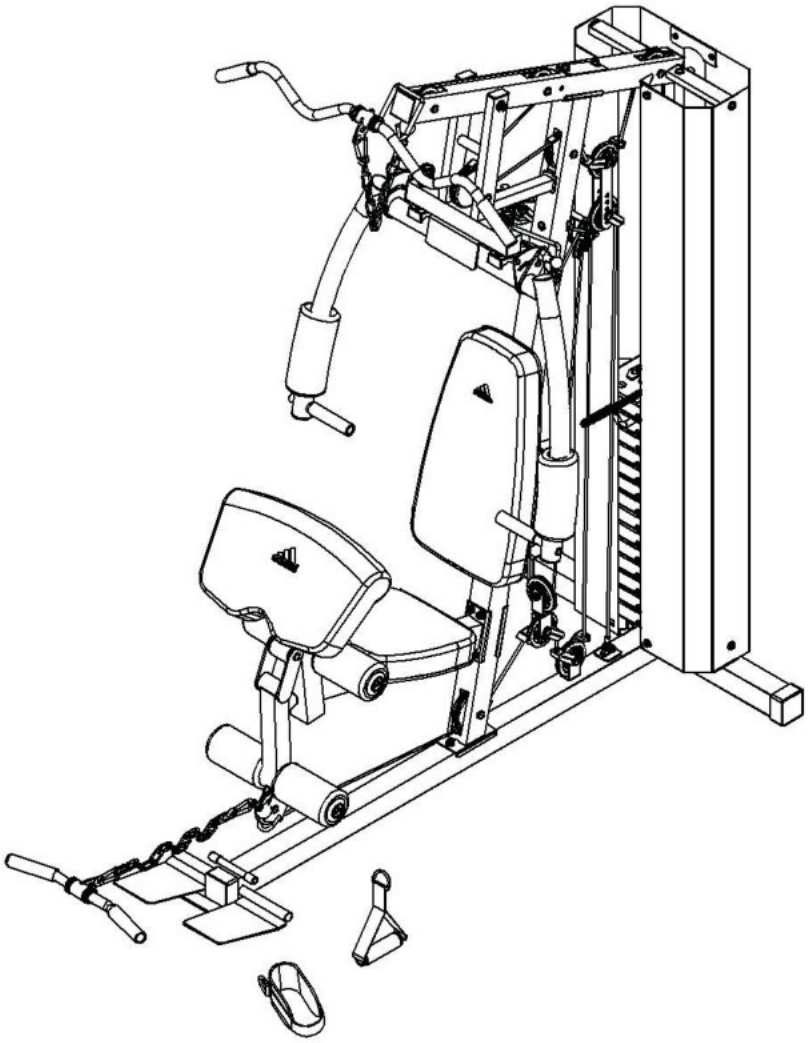
Силовая станция Adidas ADBE-10250 - смотреть на сайте

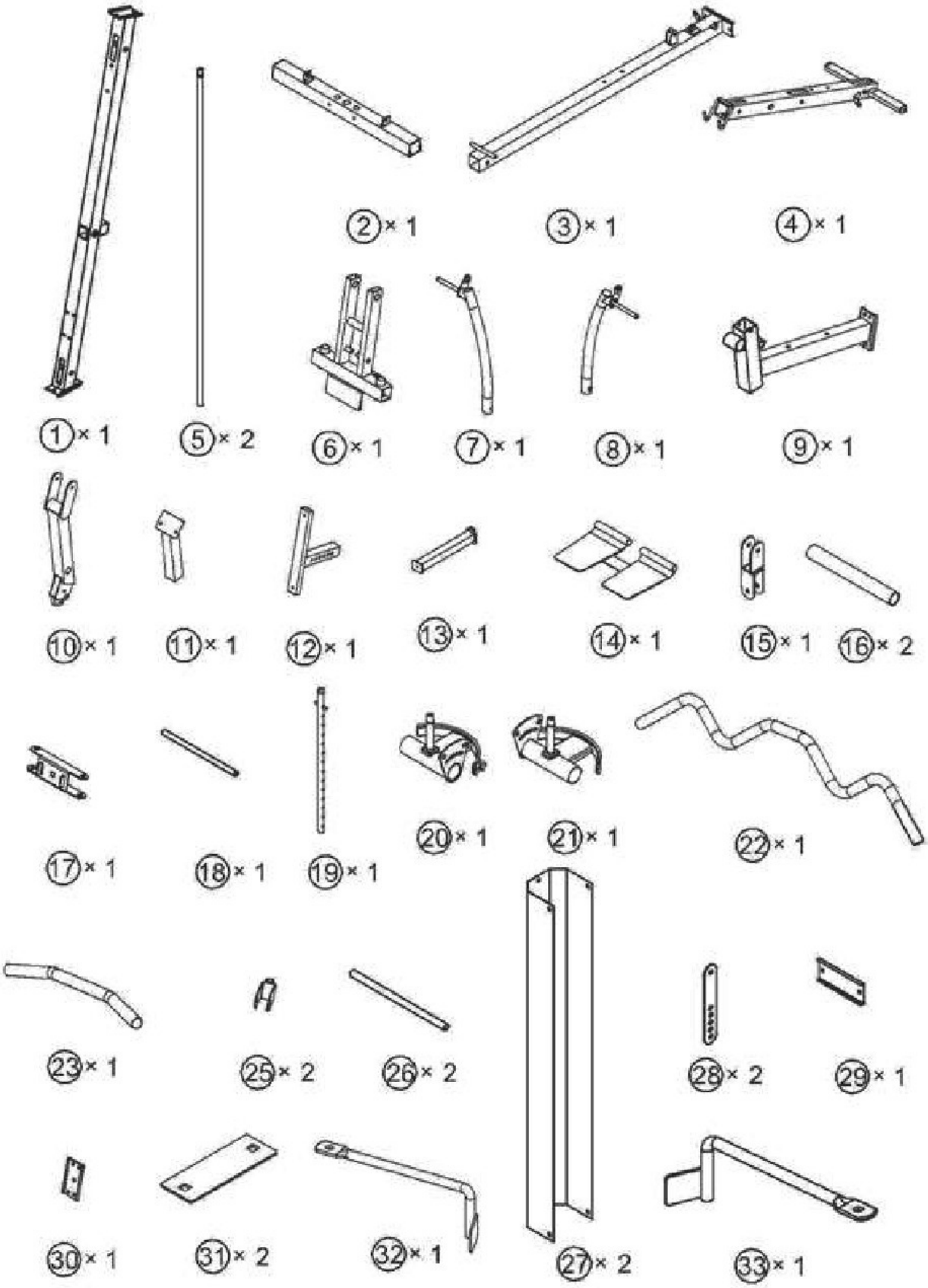
Силовая станция Adidas ADBE-10250 - читать отзывы

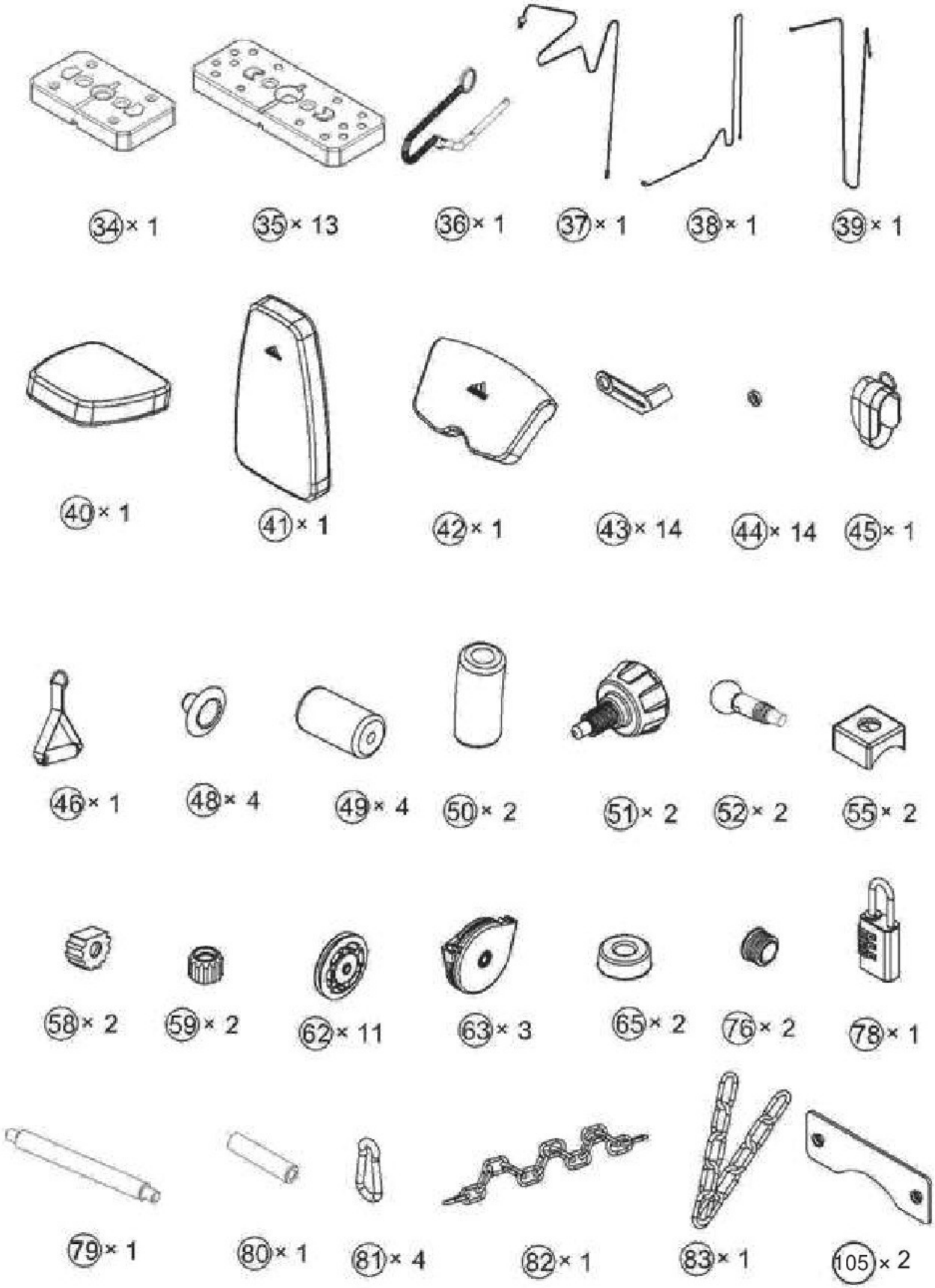
adidas
PERFORMANCE

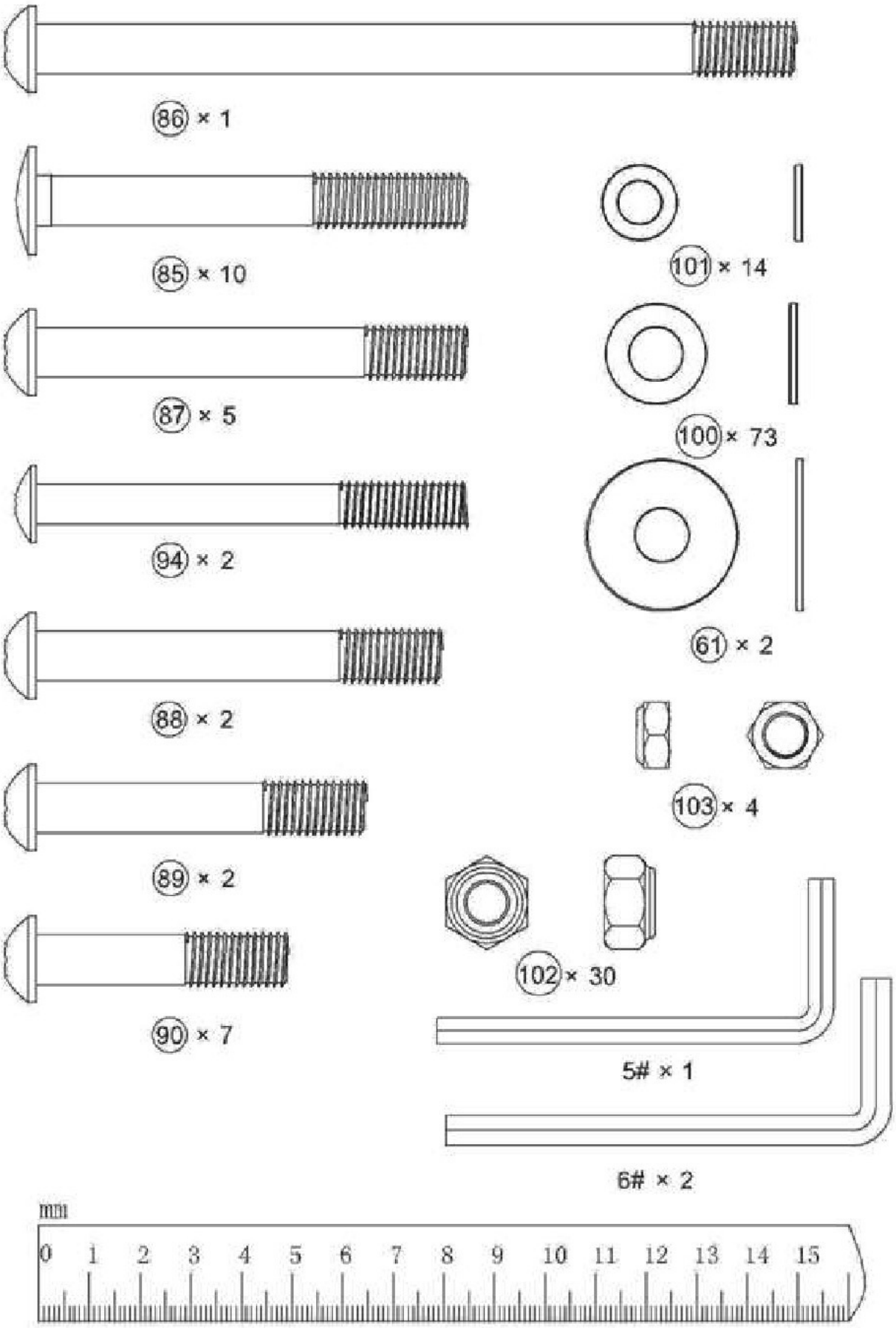
силовая станция

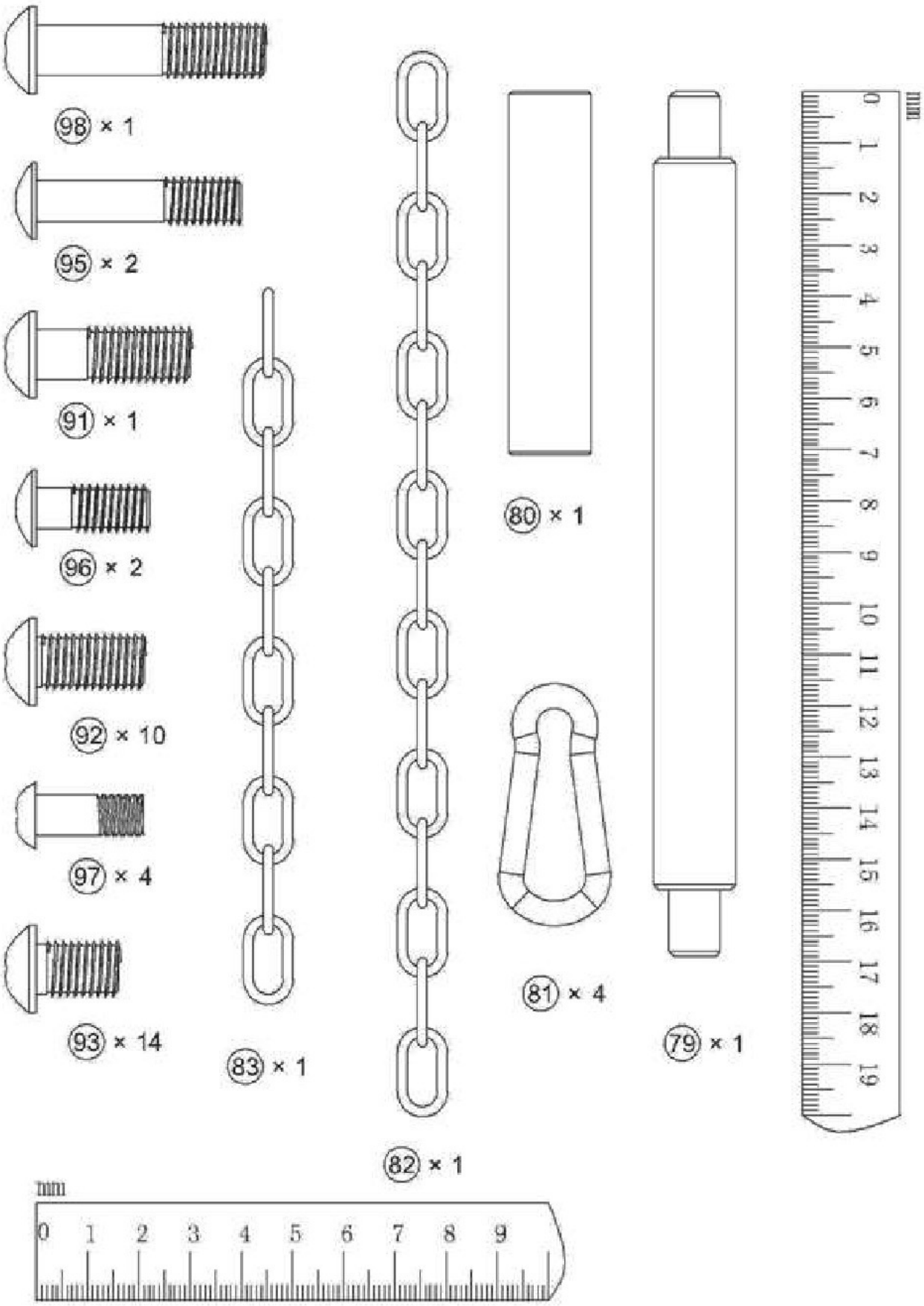
ADBE-10250

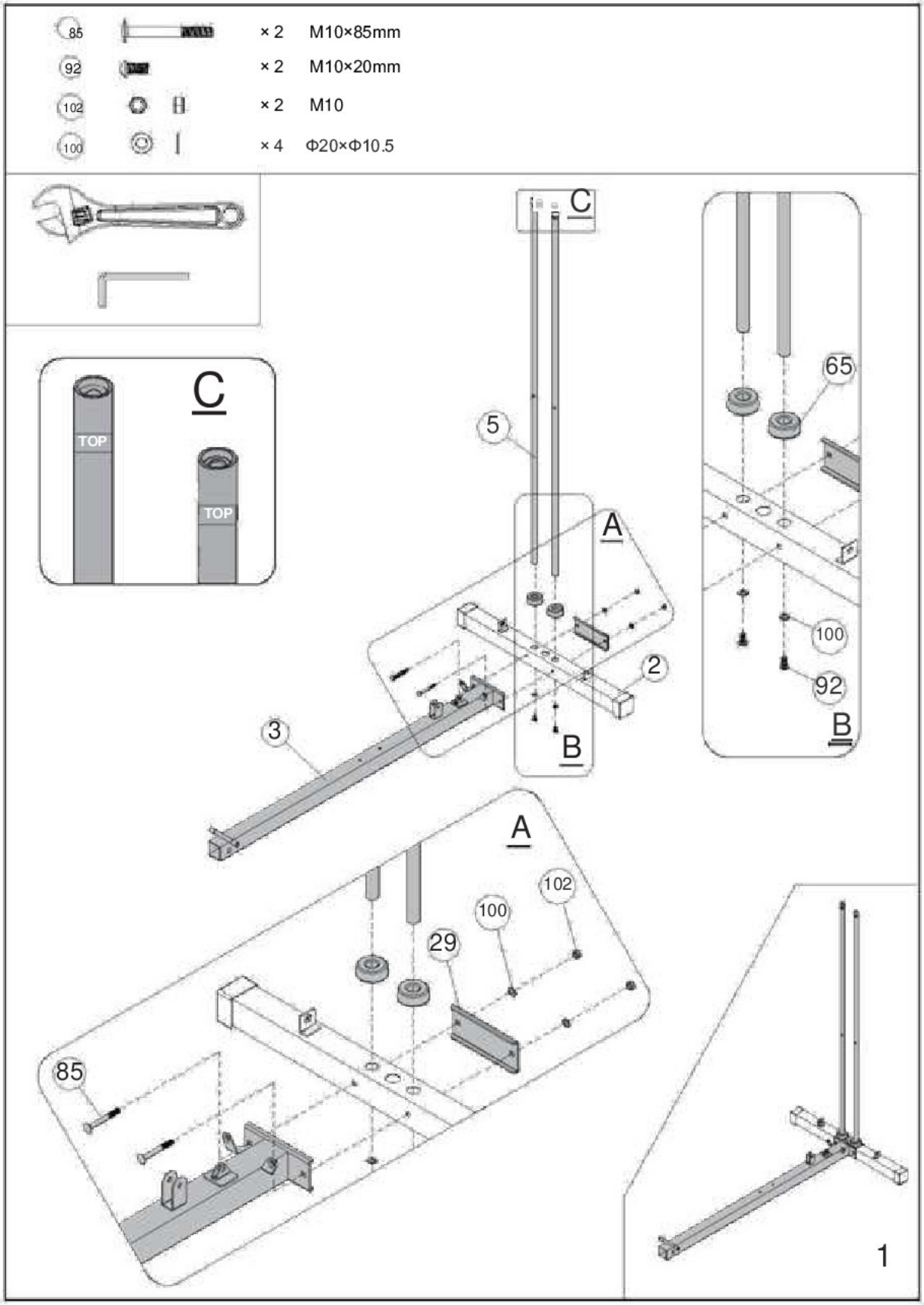


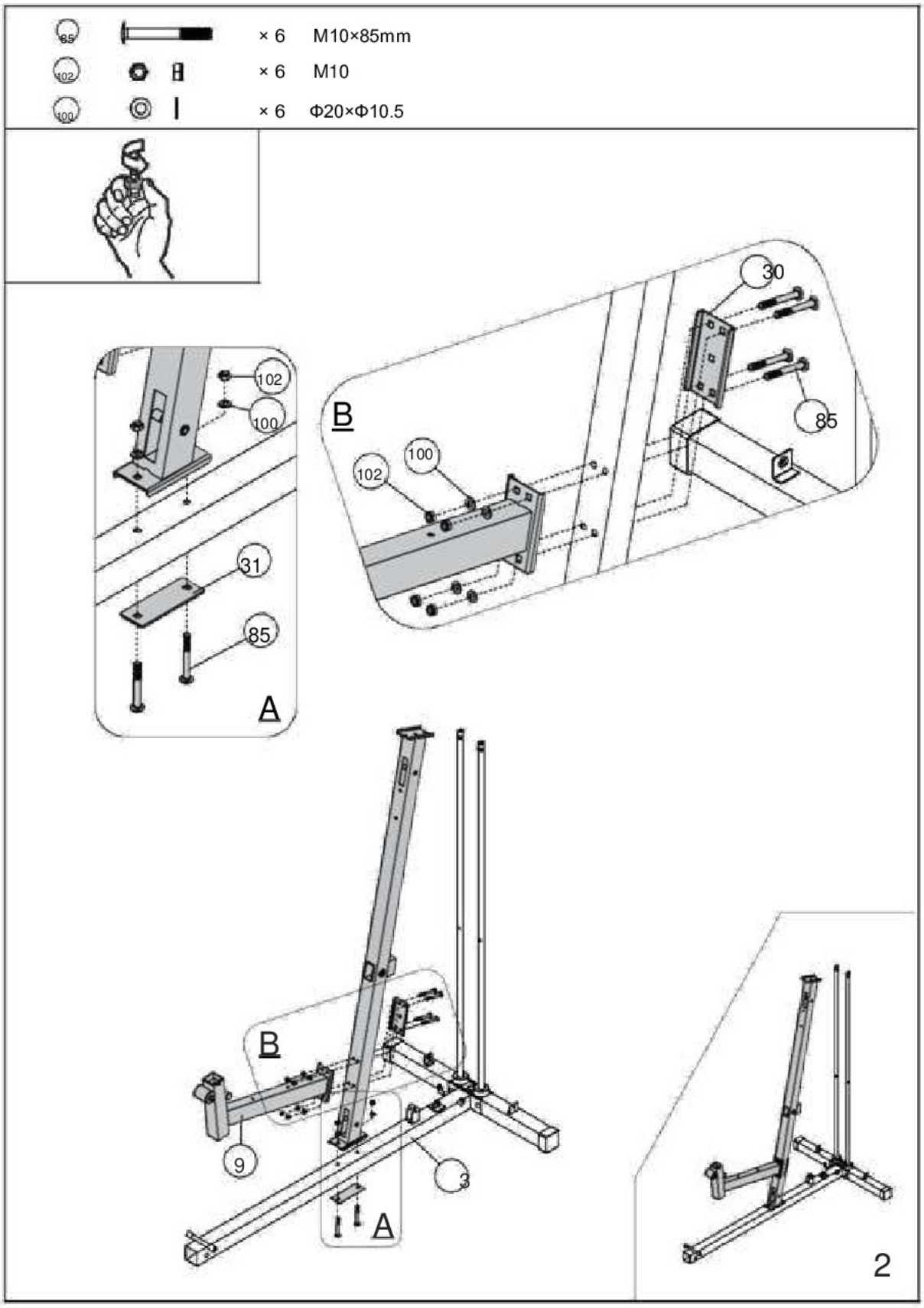

① × 1
② × 1
③ × 1
④ × 1
⑤ × 2
⑥ × 1
⑦ × 1
⑧ × 1
⑨ × 1
⑩ × 1
⑪ × 1
⑫ × 1
⑬ × 1
⑭ × 1
⑮ × 1
⑯ × 2
⑰ × 1
⑱ × 1
⑲ × 1
⑳ × 1
㉑ × 1
㉒ × 1
㉓ × 1
㉕ × 2
㉖ × 2
㉘ × 2
㉙ × 1
㉚ × 1
㉛ × 2
㉜ × 1
㉗ × 2
㉝ × 1

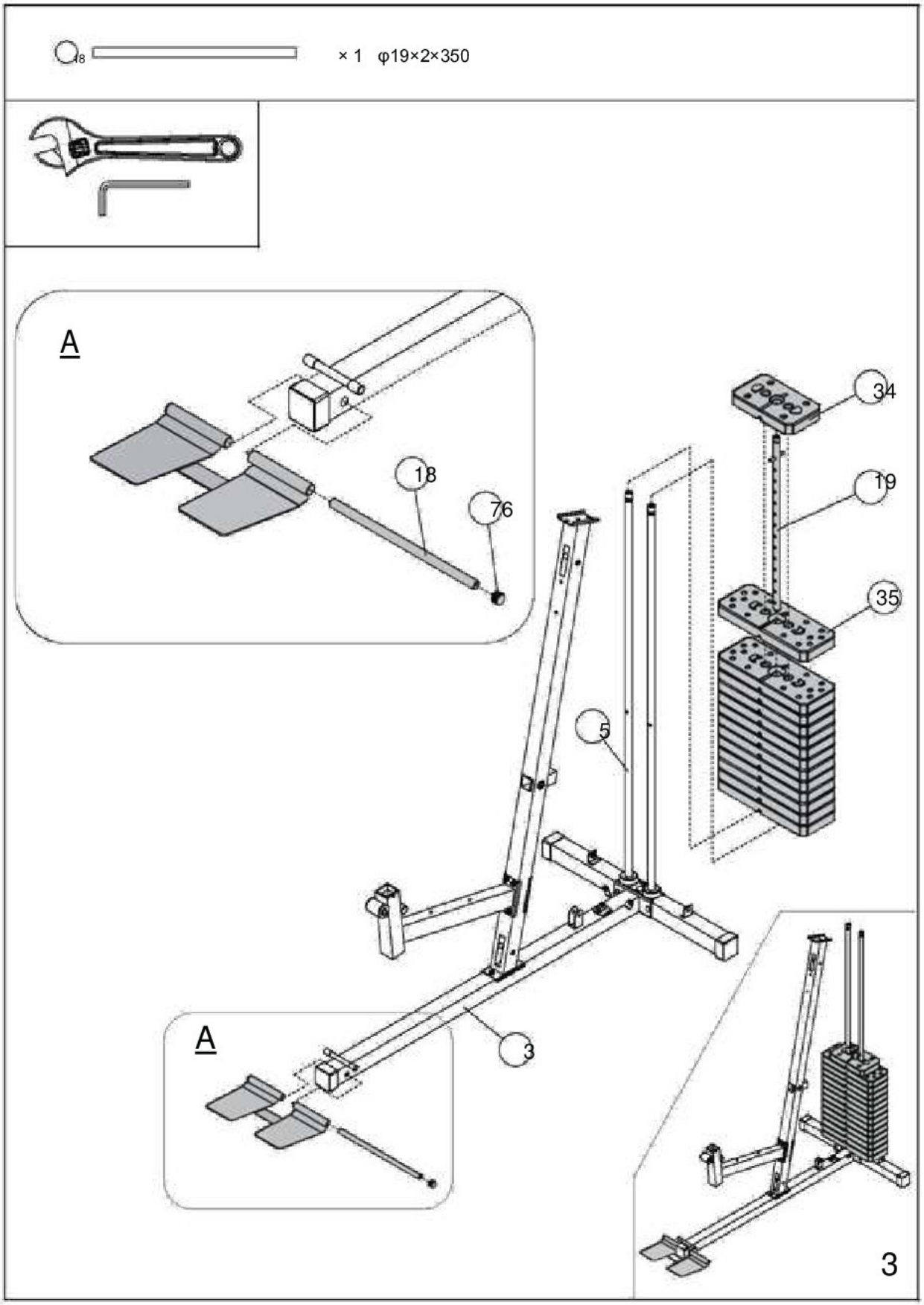

34 × 1
35 × 13
36 × 1
37 × 1
38 × 1
39 × 1
40 × 1
41 × 1
42 × 1
43 × 14
44 × 14
45 × 1
46 × 1
48 × 4
49 × 4
50 × 2
51 × 2
52 × 2
55 × 2
58 × 2
59 × 2
62 × 11
63 × 3
65 × 2
76 × 2
78 × 1
79 × 1
80 × 1
81 × 4
82 × 1
83 × 1
105 × 2

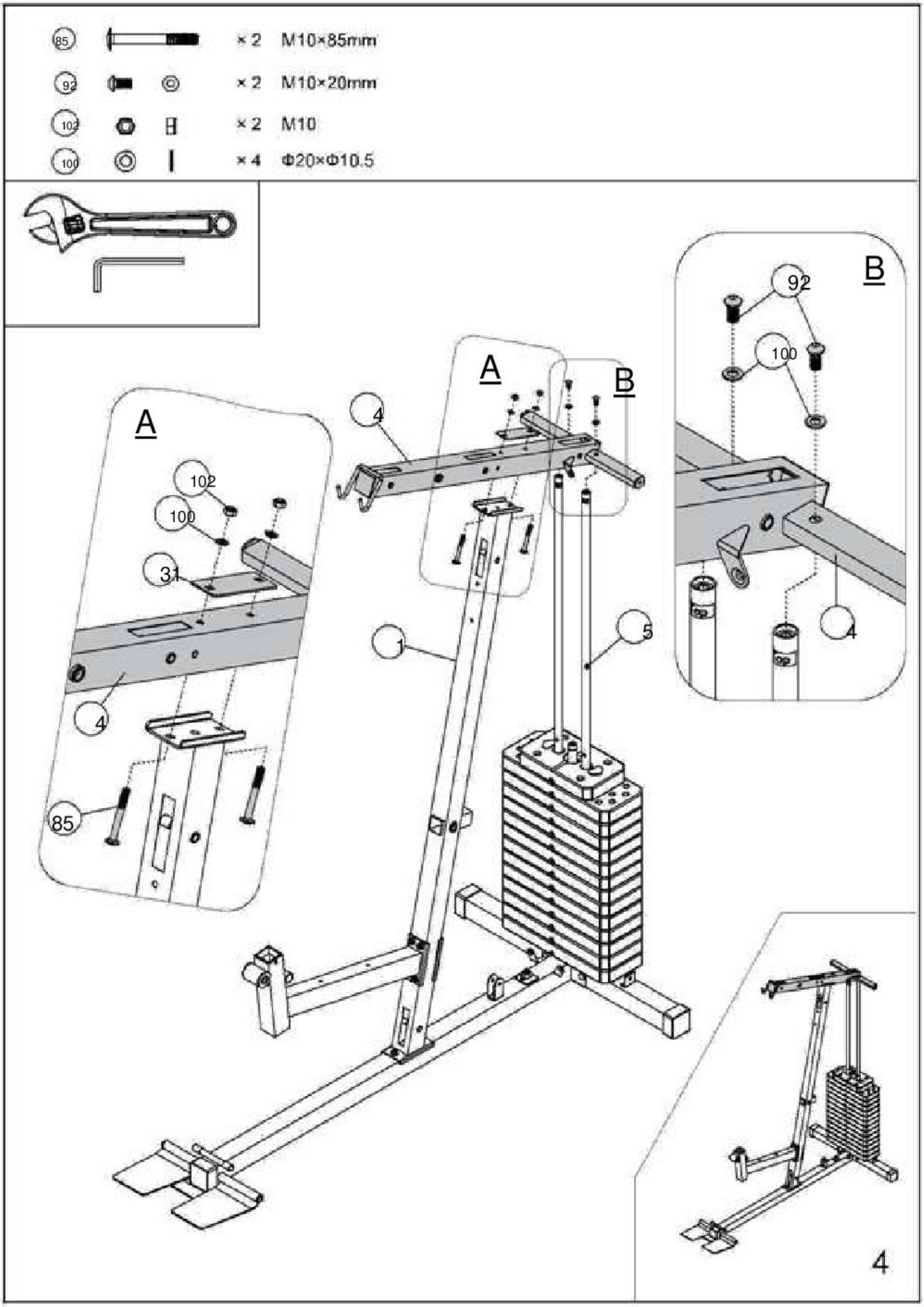

86 × 1
85 × 10
101 × 14
87 × 5
100 × 73
94 × 2
61 × 2
88 × 2
103 × 4
89 × 2
102 × 30
90 × 7
5# × 1
6# × 2
mm
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

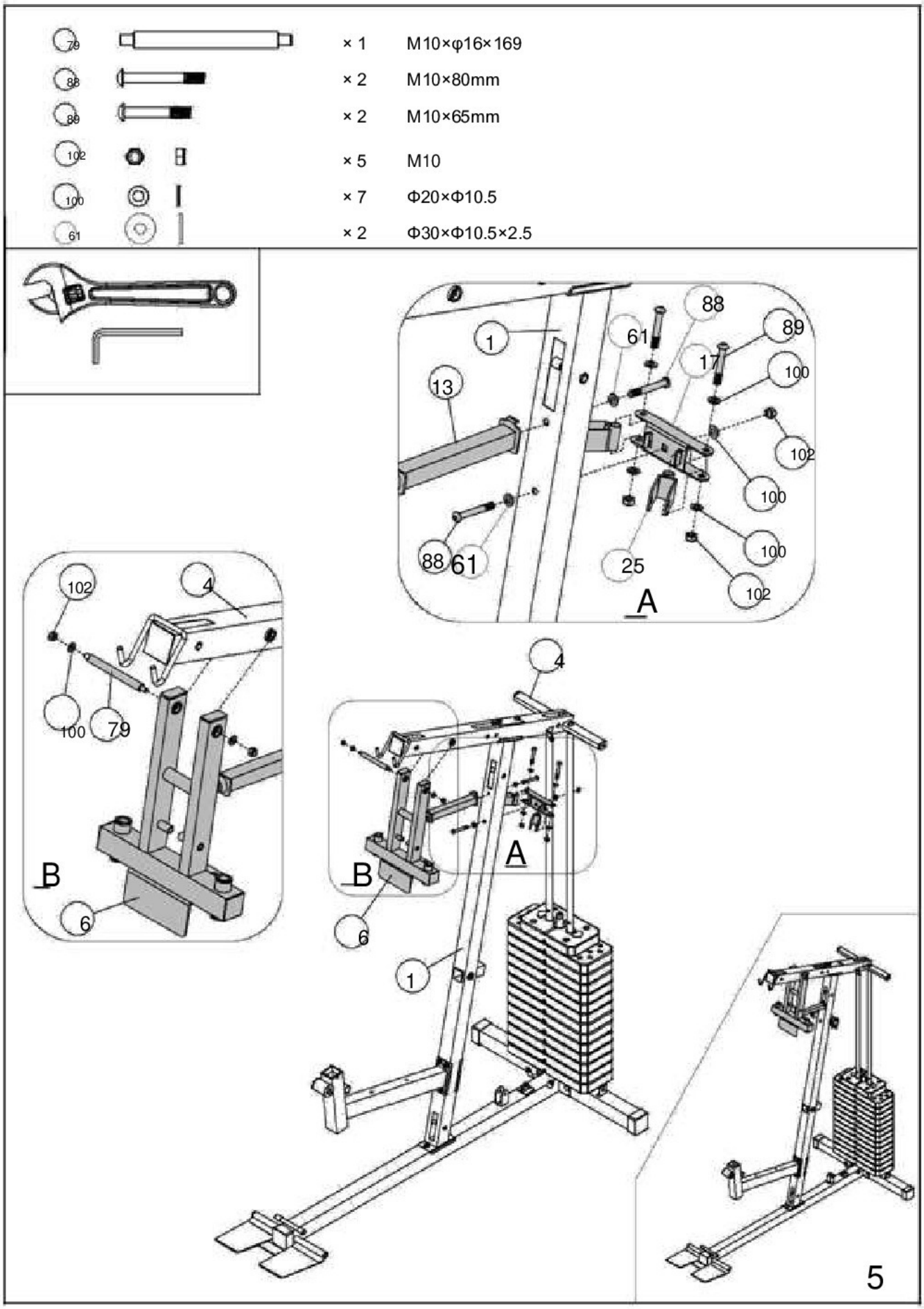

98 × 1
95 × 2
91 × 1
96 × 2
92 × 10
97 × 4
93 × 14
83 × 1
82 × 1
80 × 1
81 × 4
79 × 1
mm
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19
mm
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

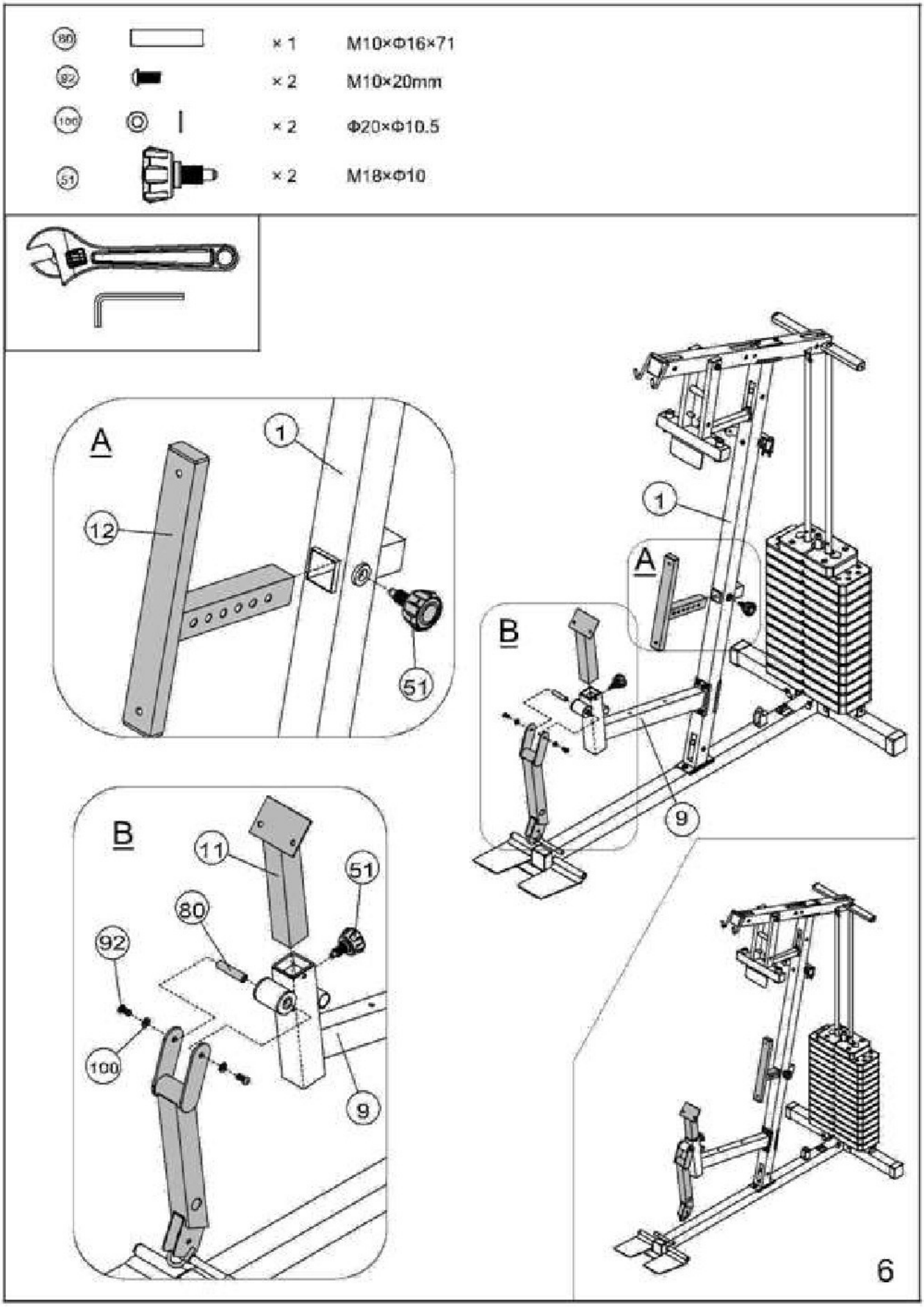

85
× 2 M10×85mm
92
× 2 M10×20mm
102
× 2 M10
100
× 4 Φ20×Φ10.5
C
TOP
TOP
C
5
A
B
2
3
65
100
92
B
A
102
100
29
85
1

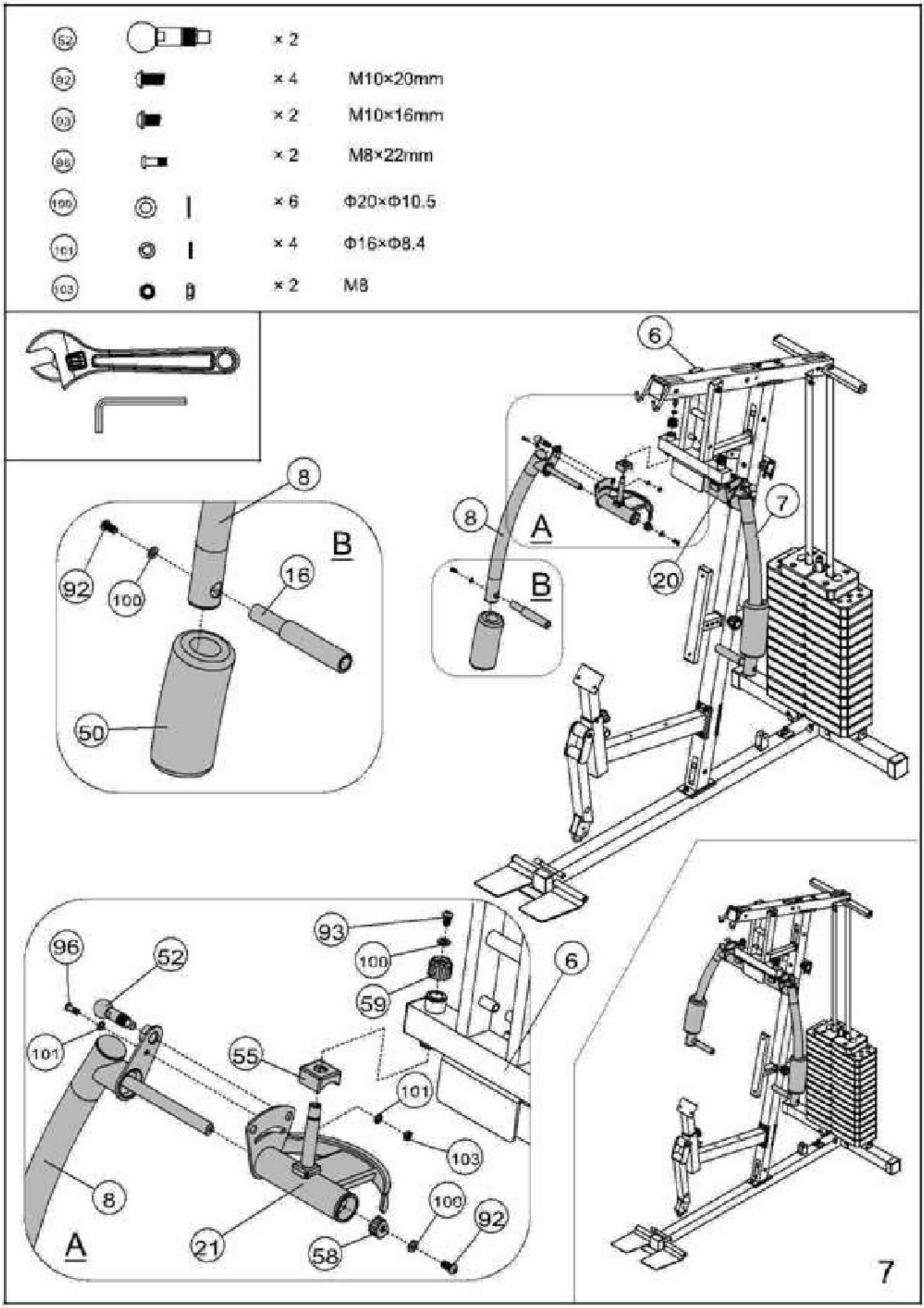

85
× 6 M10×85mm
102
× 6 M10
100
× 6 Φ20×Φ10.5
30
102
100
B
85
102
100
31
85
A
B
9
3
A
2

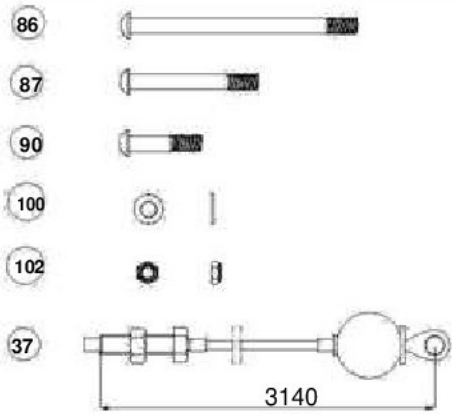

48
× 1 φ19×2×350
A
18
76
34
19
35
5
3
A
3


85
× 2 M10×85mm
92
× 2 M10×20mm
102
× 2 M10
100
× 4 Φ20×Φ10.5
A
102
100
31
4
85
A
B
4
1
5
B
92
100
4
4

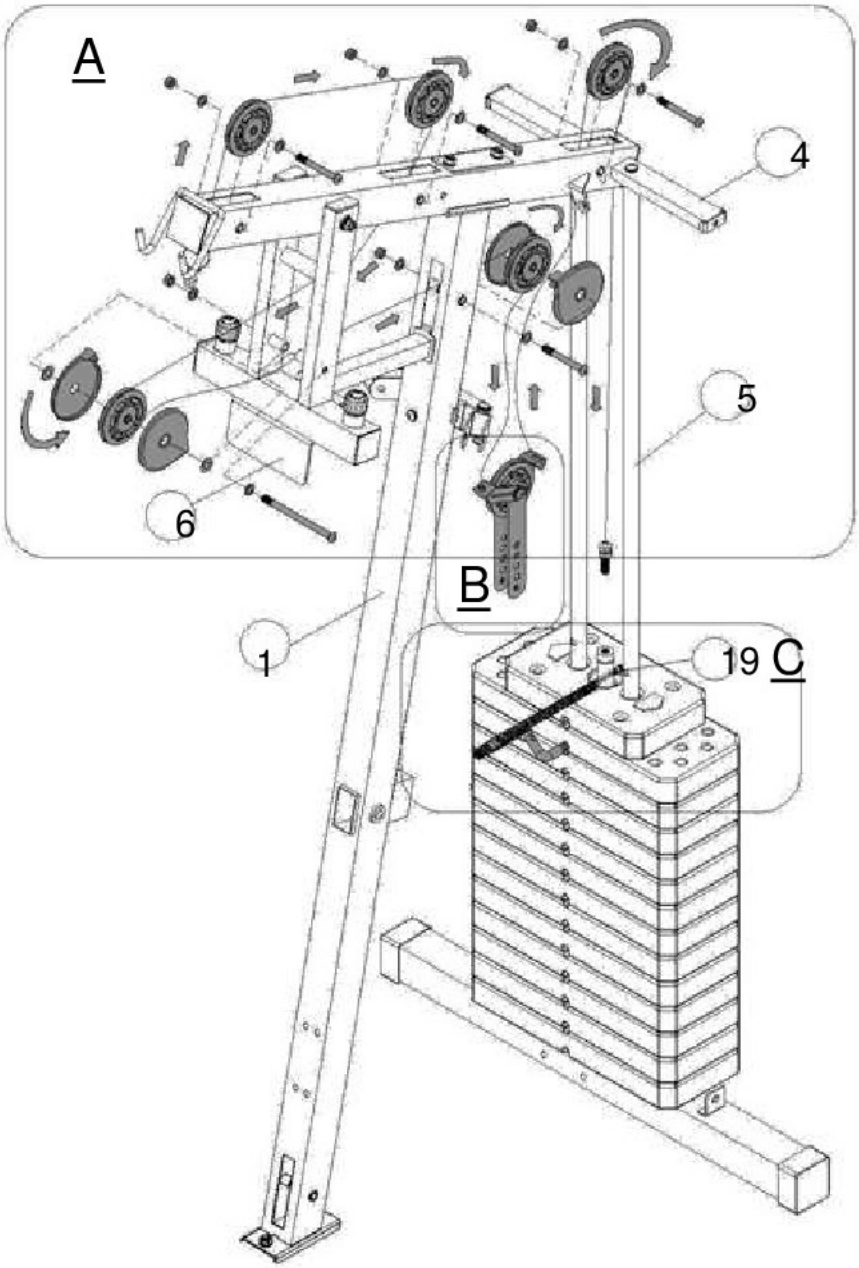

79
× 1
M10×φ16×169
88
× 2
M10×80mm
89
× 2
M10×65mm
102
× 5
M10
100
× 7
Φ20×Φ10.5
61
× 2
Φ30×Φ10.5×2.5
1
13
61
88
17
89
100
102
100
100
102
88
61
25
A
102
4
100
79
B
6
4
B
A
6
1
5


80
× 1
M10×Φ16×71
92
× 2
M10×20mm
100
× 2
Φ20×Φ10.5
51
× 2
M18×Φ10
A
1
12
51
B
11
51
80
92
100
9
1
A
B
9
6

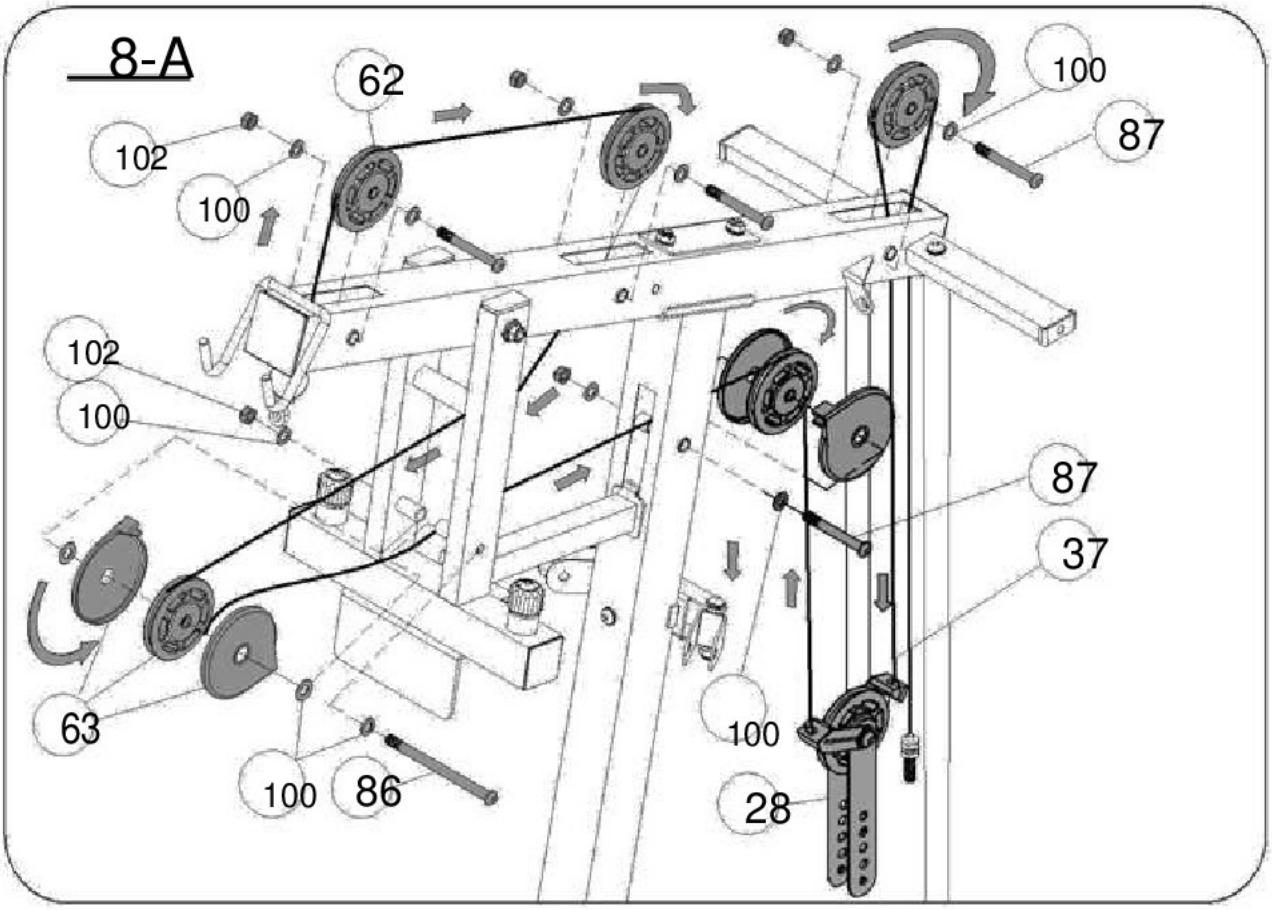

52 × 2
92 × 4 M10×20mm
93 × 2 M10×16mm
96 × 2 M8×22mm
100 × 6 Φ20×Φ10.5
101 × 4 Φ16×Φ8.4
103 × 2 M8
6
7
8
A
B
20
8
92
100
16
50
93
100
59
6
96
52
101
55
101
103
8
100
92
21
58
A
7

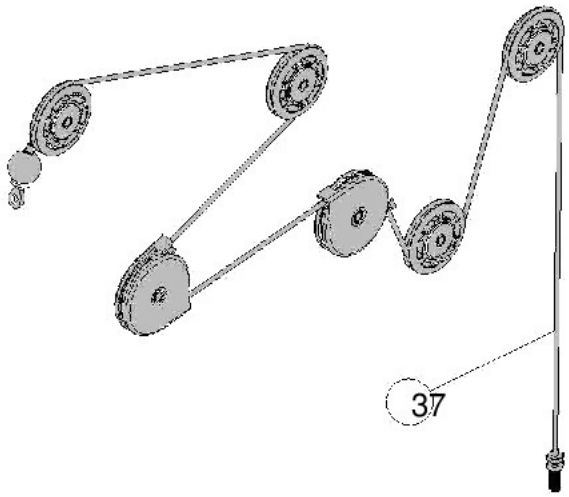


× 1	M10×150mm
× 4	M10×85mm
× 1	M10×50mm
× 14	Φ20×Φ10.5
× 6	M10
× 1	

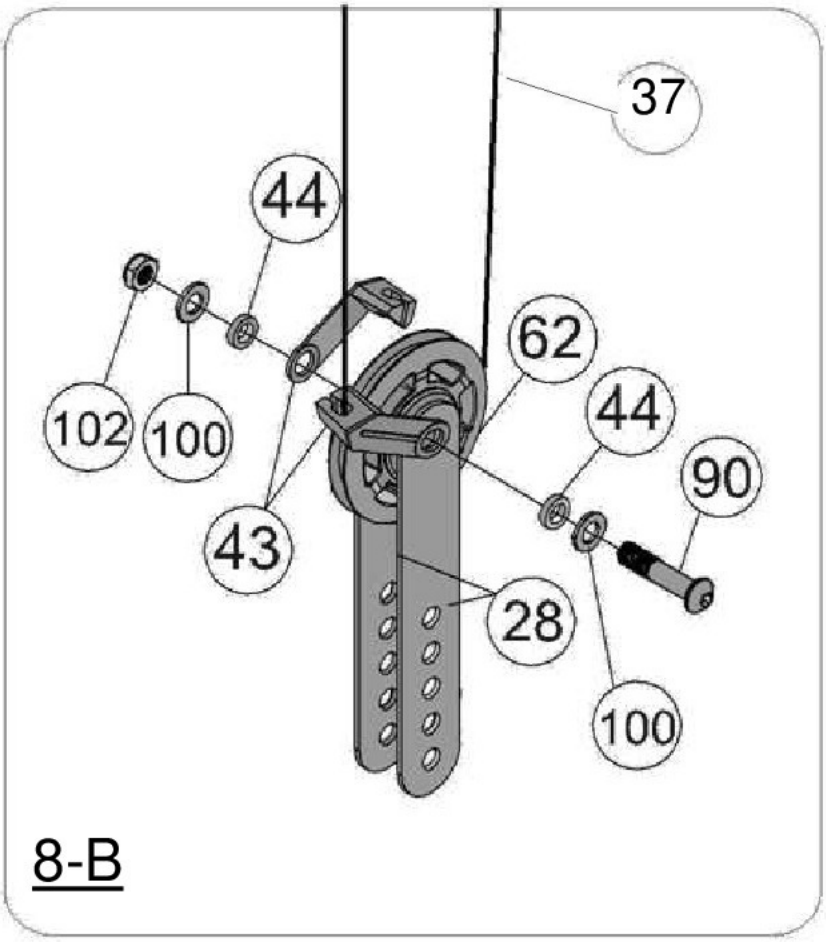


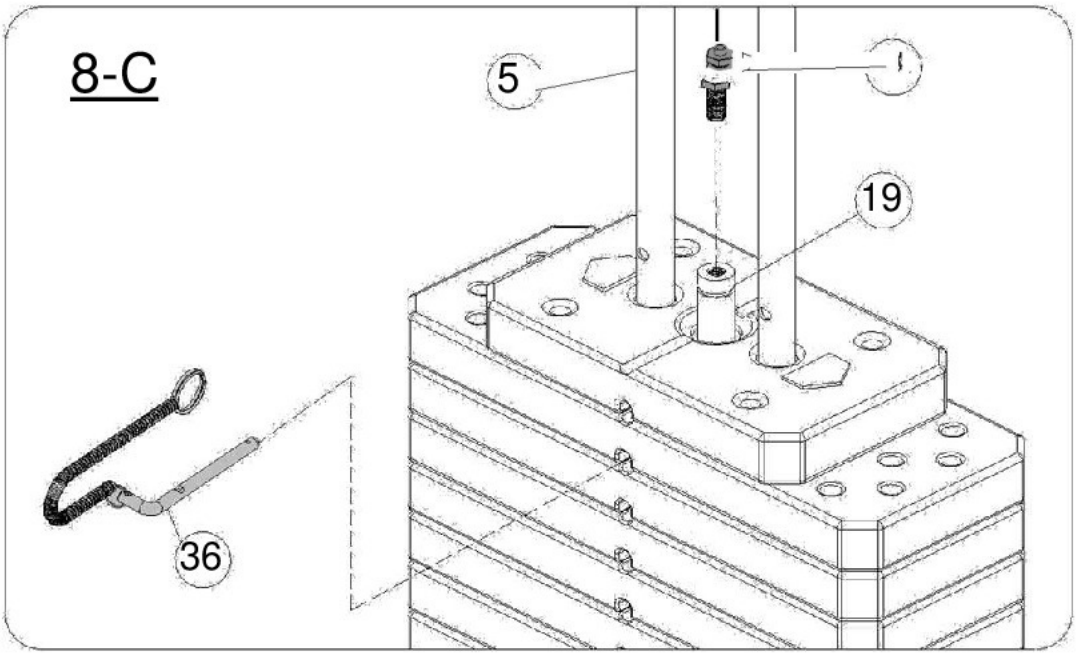
8



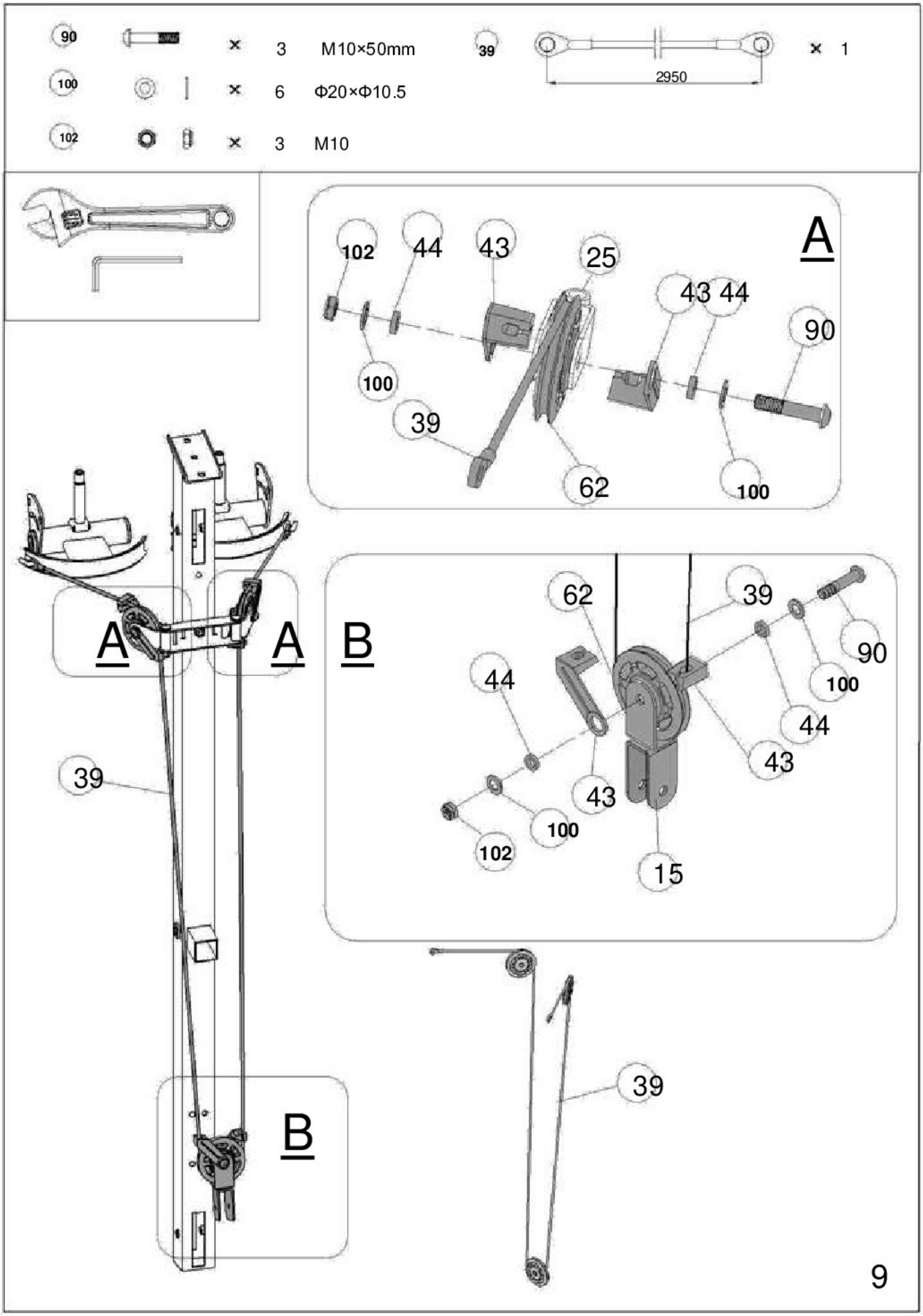


8-A

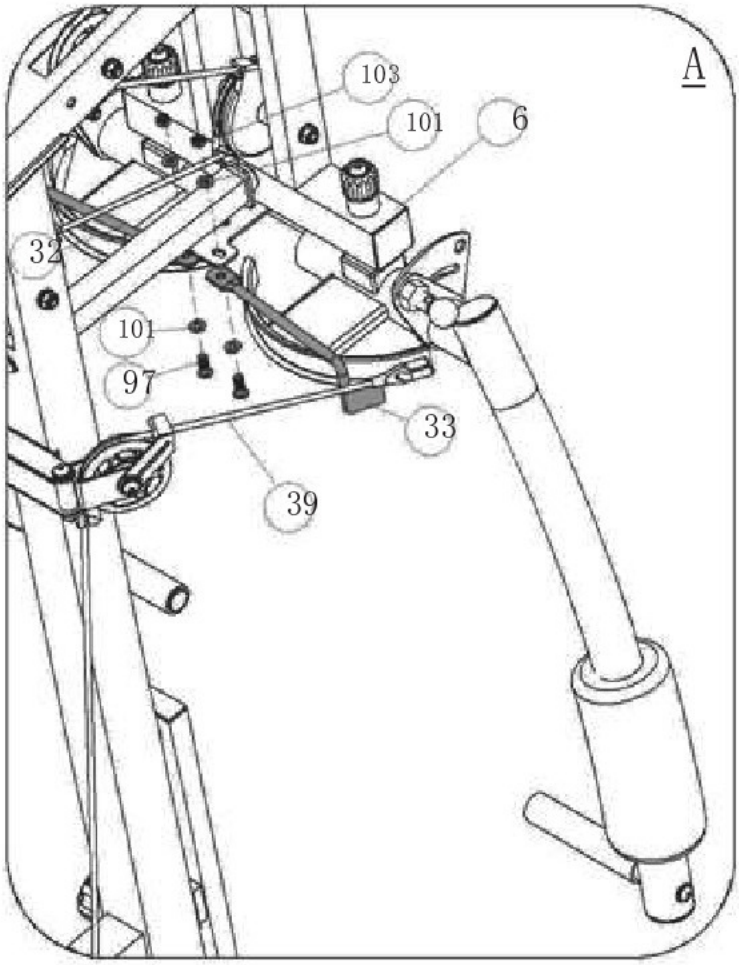


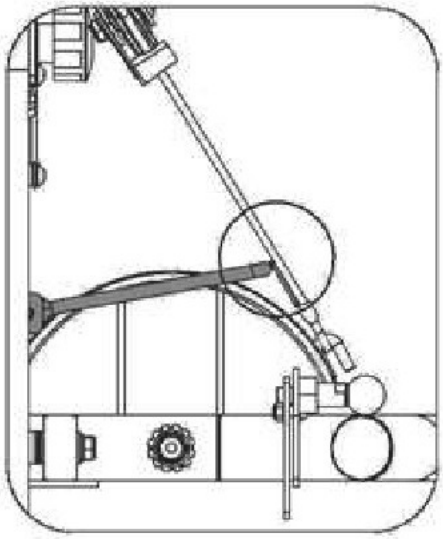


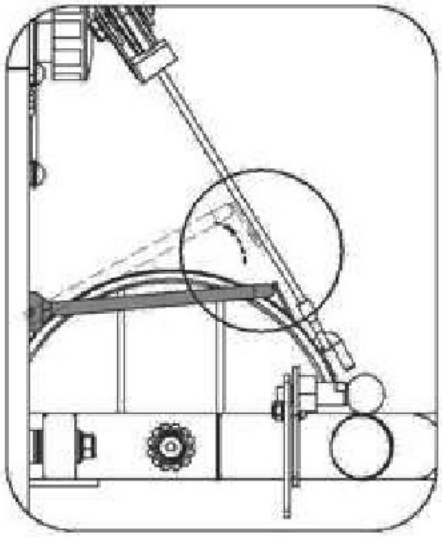
8-B
8-C


90
× 3 M10×50mm
39
2950
× 1
100
× 6 Φ20×Φ10.5
102
× 3 M10
A
102
44
43
25
43 44
90
100
39
62
100
A
A
B
62
39
90
44
100
44
43
43
100
102
15
39
B
39
9

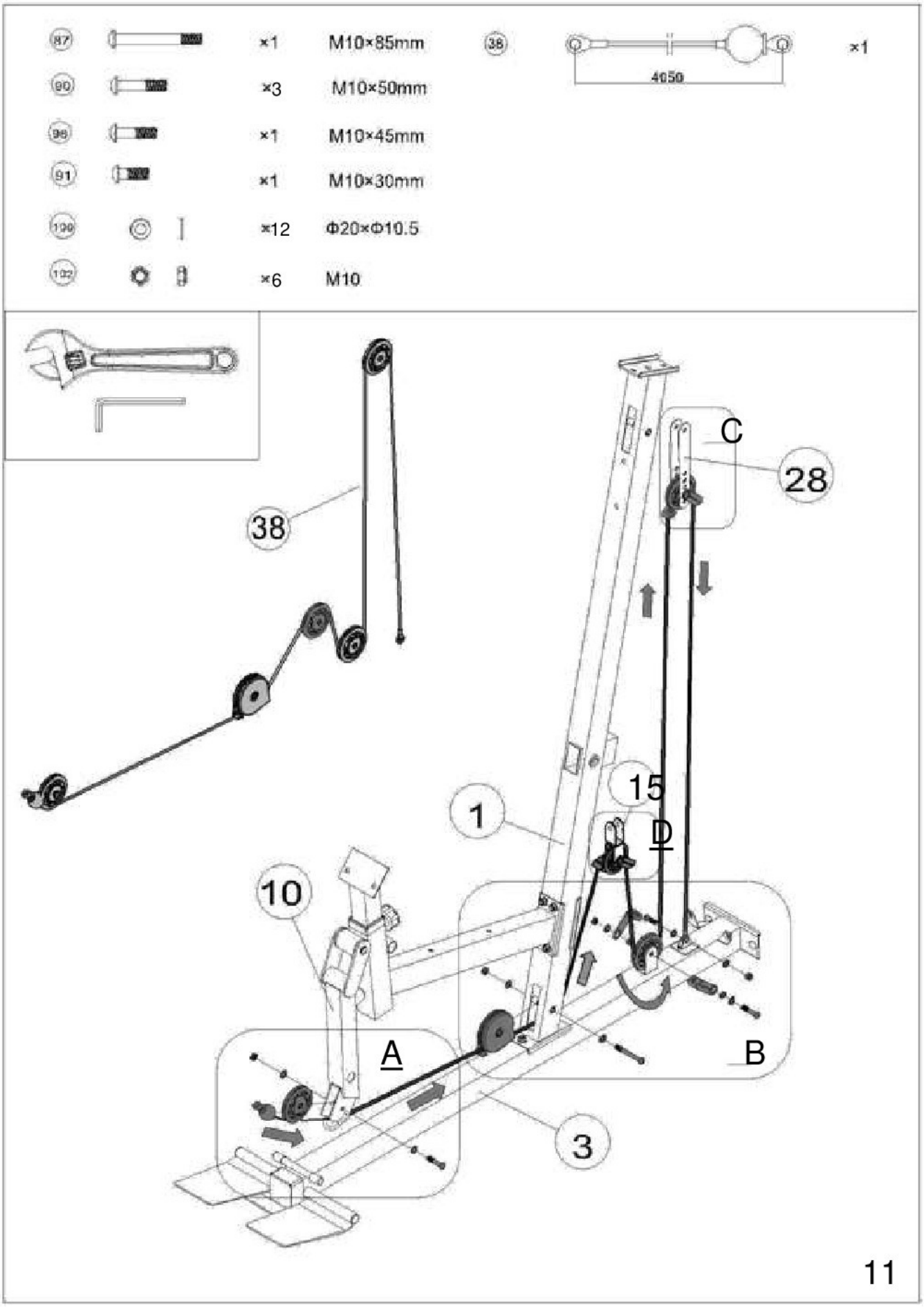
97	×	2	M8×18mm
10	×	4	Φ16×Φ8.4
101	×	2	M8

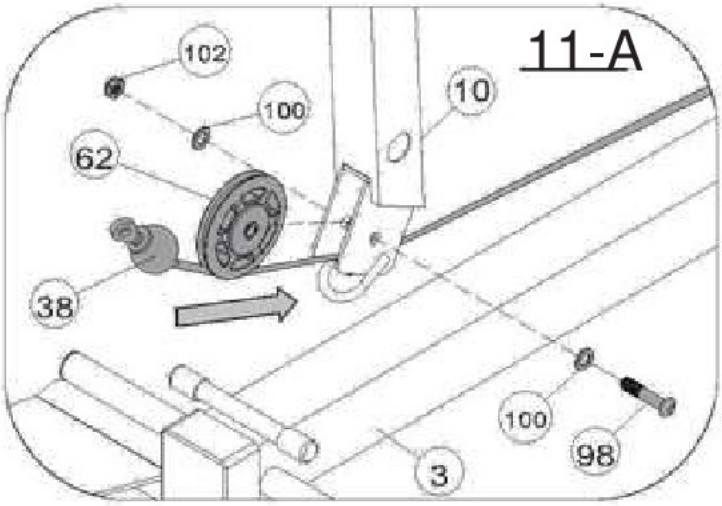


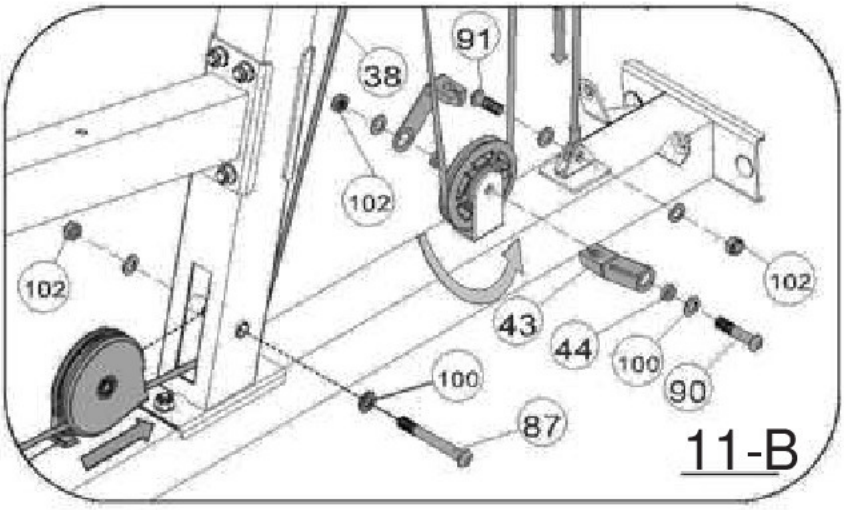


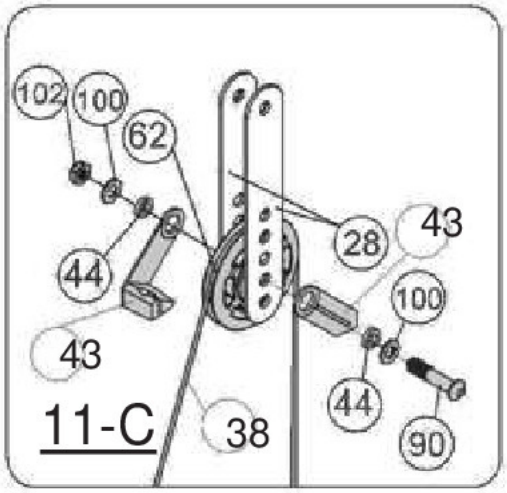


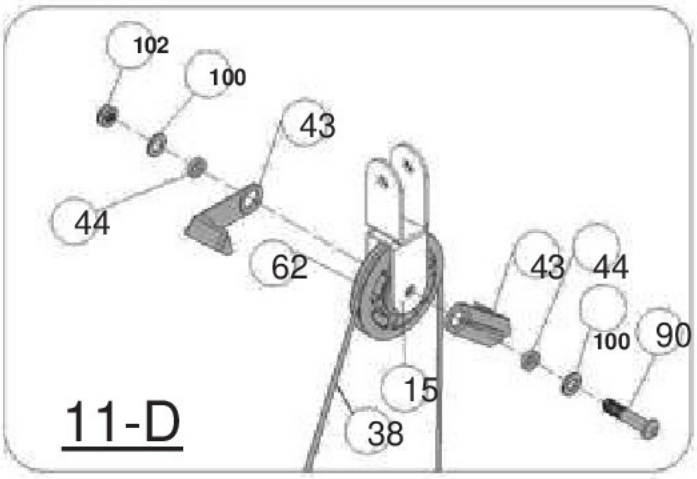
10


87
×1
M10×85mm
90
×3
M10×50mm
96
×1
M10×45mm
91
×1
M10×30mm
109
×12
Φ20×Φ10.5
102
×6
M10
38
4050
×1
38
C
28
15
1
D
10
A
B
3
11



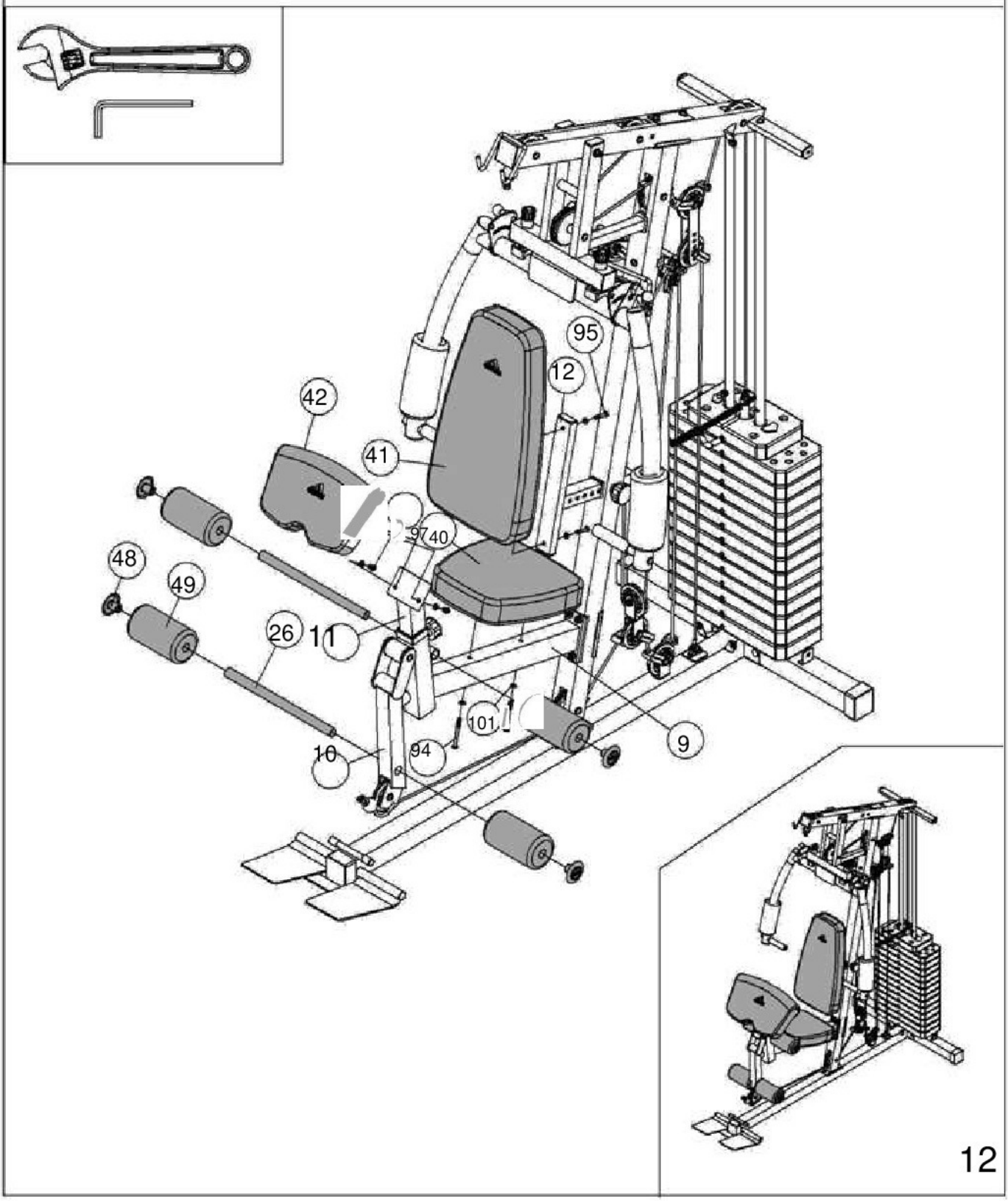




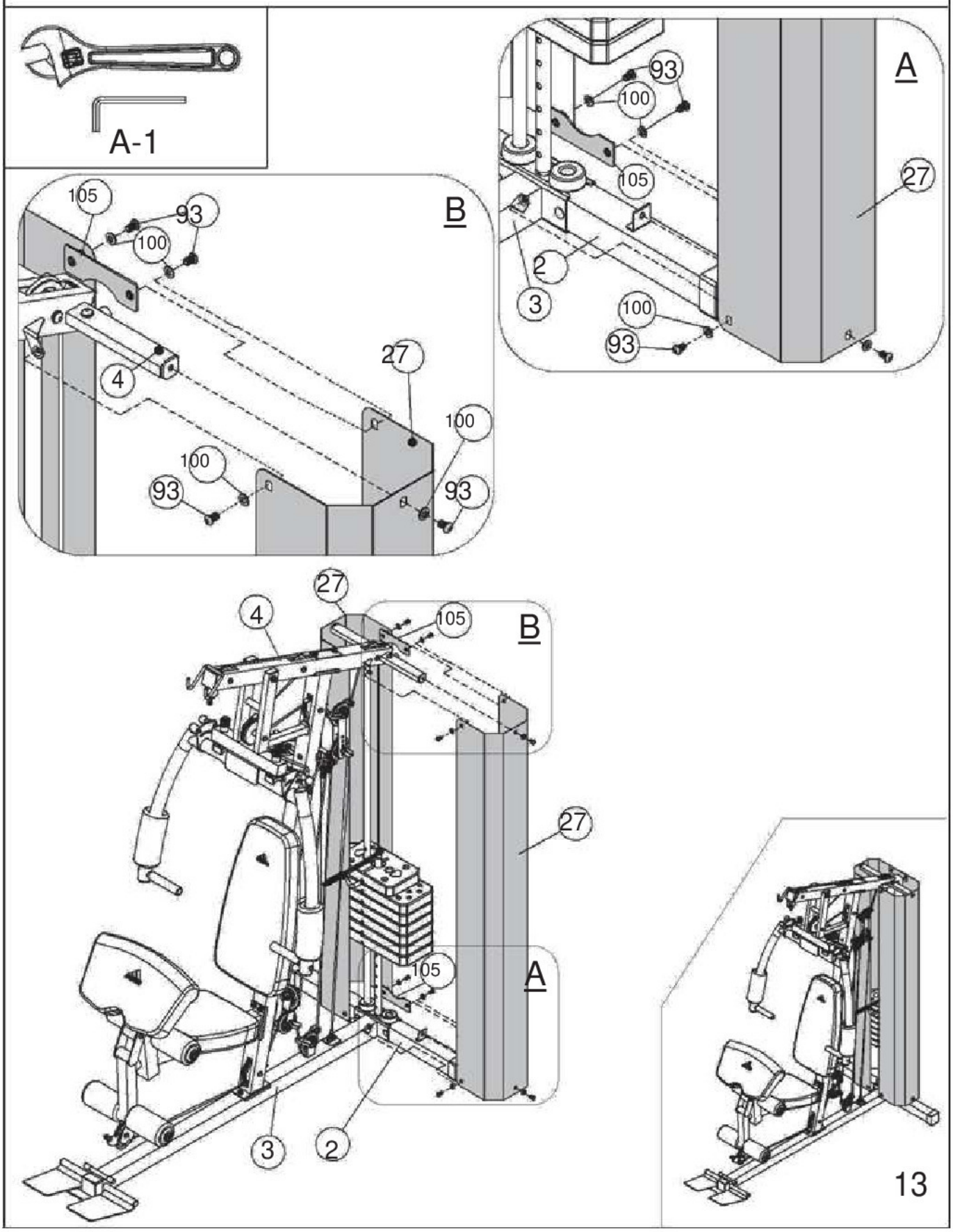


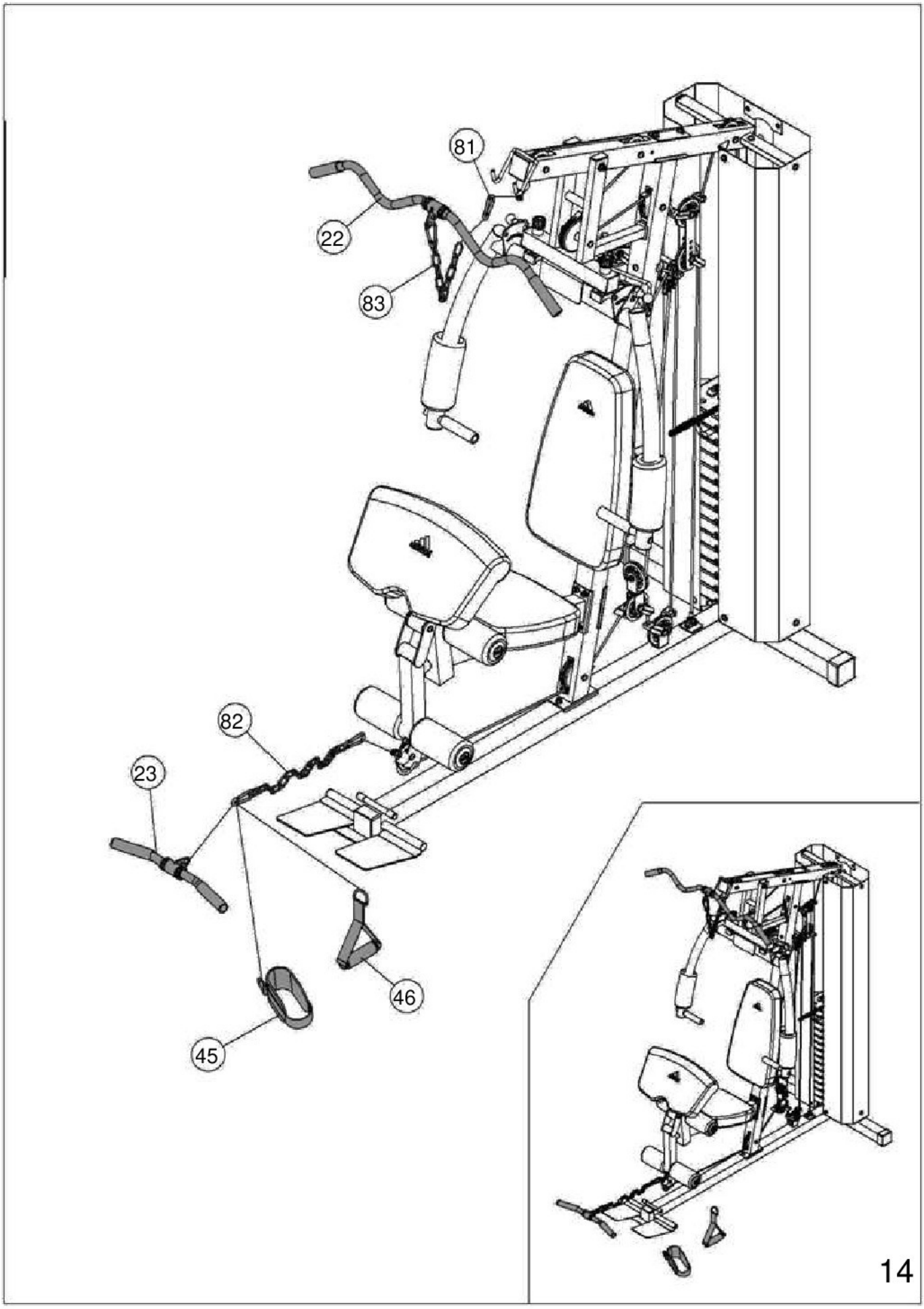
11-A 11-B
11-C 11-D

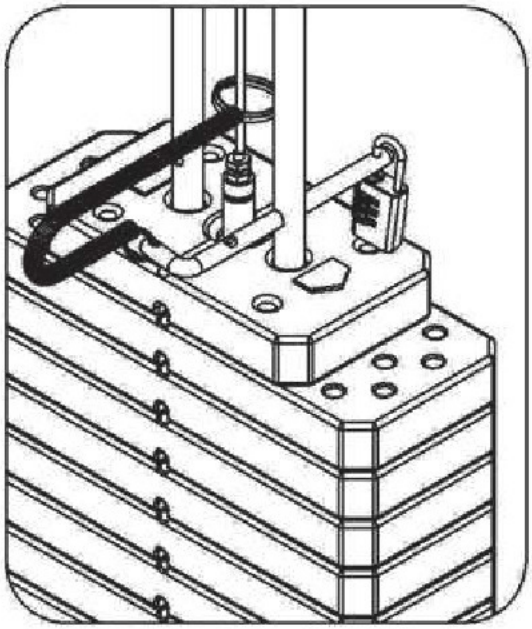
94		× 2	M8×85mm
95		× 2	M8×40mm
97		× 2	M8×18mm
101		× 6	Φ16×Φ8.4

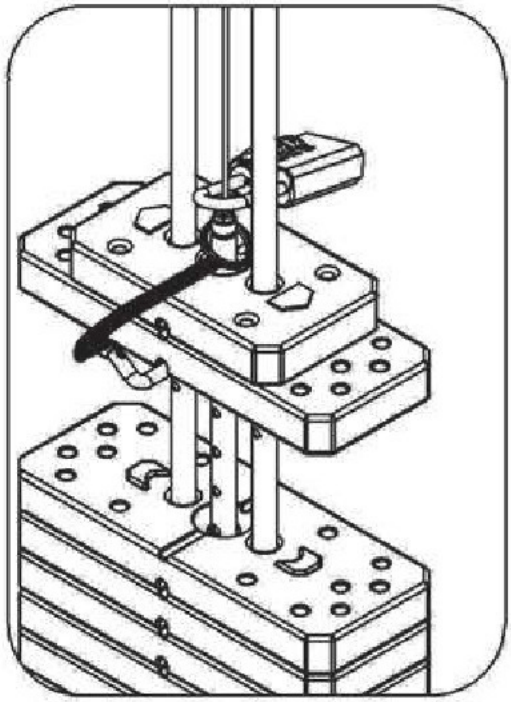


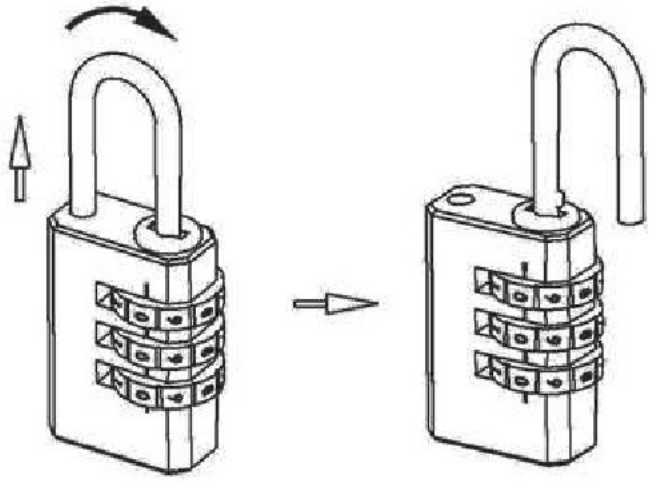
93	12	M10×16mm
100	12	Φ20×Φ10.5

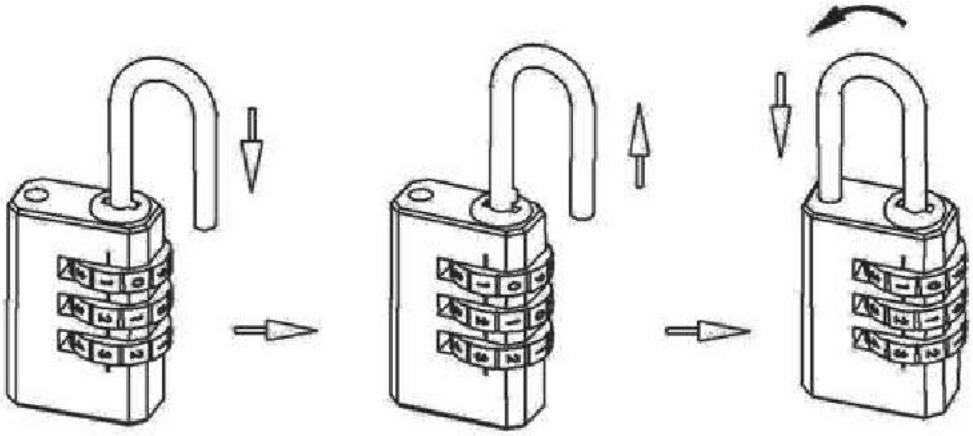



81
22
83
82
23
46
45
14

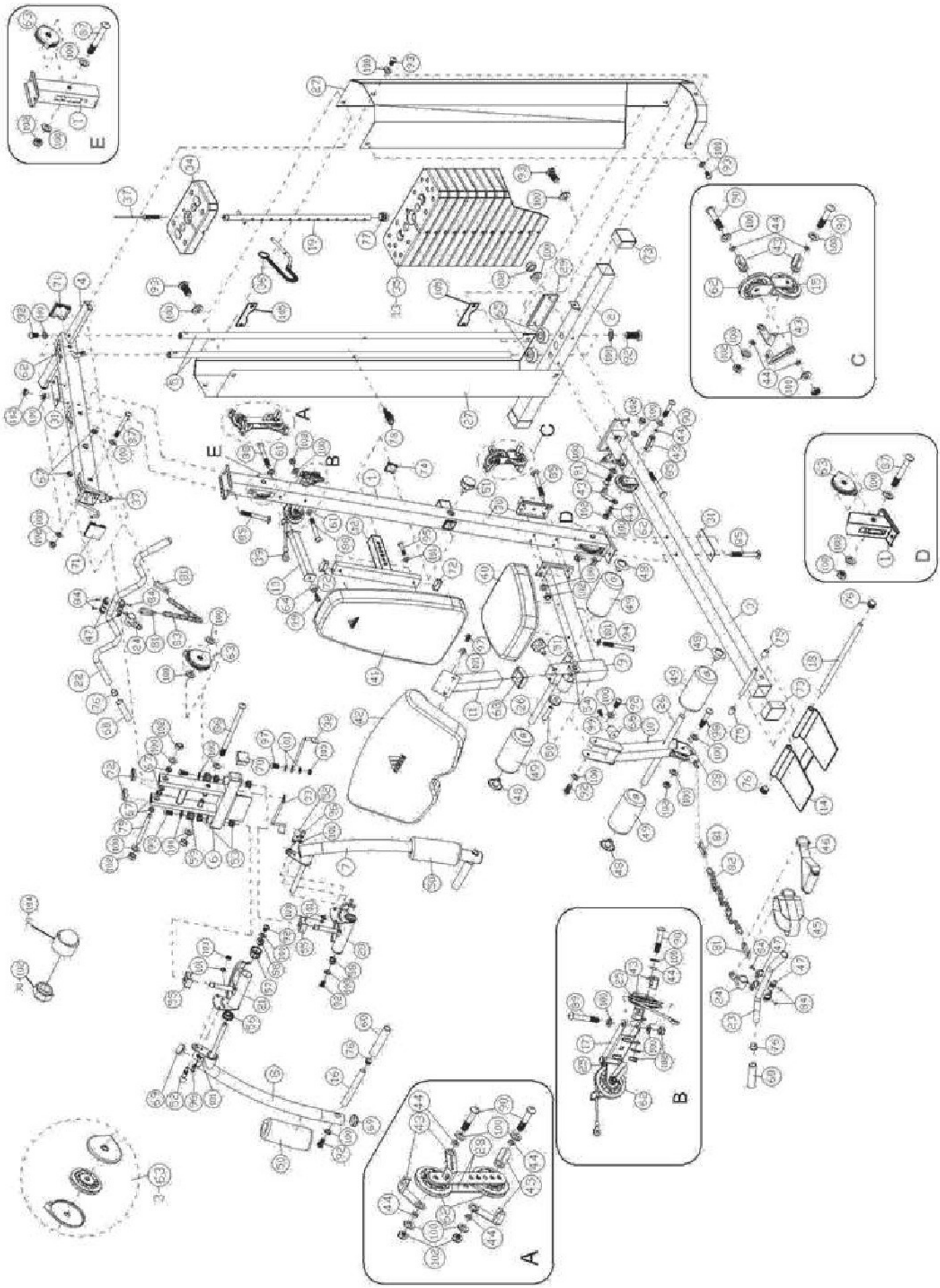








15


A
B
C
D
E

1	Передняя вертикальная стойка рамы		1
2	Задняя опора рамы		1
3	Передняя опора рамы		1
4	Верхняя рама		1
5	Направляющий стержень		2
6	Передняя верхняя рама		1
7	Рычаг левый		1
8	Рычаг правый		1
9	Опора сиденья		1
10	Рычаг для ног		1
11	Опора подушки для рук		1
12	Опора спинки		1
13	Упор передней верхней рамы		1
14	Упор для стоп		1
15	Кронштейн поперечных блоков		1
16	Рукоятка рычагов		2
17	Кронштейн угловых блоков		1
18	Ось упора для стоп		1
19	Стержень грузов		1
20	Регулировочный кронштейн левого рычага		1
21	Регулировочный кронштейн правого рычага		1
22	Перекладина для тяги изогнутая		1
23	Перекладина для тяги малая		1
24	Уздечка перекладин		2
25	Блок угловой		2
26	Ось валиков	Ø25мм*400мм	2
27	Кожух грузов		2
28	Кронштейн продольных блоков	218мм*38мм	2
29	Планка-усилитель	180мм*66мм	1
30	Планка-усилитель	140мм*65мм	1
31	Планка-усилитель	140мм*50мм	2
32	Ограничитель левого рычага		1
33	Ограничитель правого рычага		1
34	Верхний груз		1
35	Груз		13
36	Палец-фиксатор грузов		1
37	Трос верхний	3140мм	1
38	Нижний трос	4050мм	1
39	Средний трос	2950мм	1
40	Сиденье		1
41	Спинка		1
42	Подушка для рук		1
43	Направляющая тросов		14
44	Втулка направляющей тросов	Ø16мм*11мм	14
45	Ремень для тяги ножной		1
46	Рукоятка для тяги		1

47	Вкладыш перекладин пластиковый		8
48	Ограничитель валиков		4
49	Валик		4
50	Валик рычагов		2
51	Ручка-фиксатор	М18	2
52	Палец-фиксатор рычагов		2
53	Втулка	Ø32мм*19	4
54	Втулка	Ø50мм*16	2
55	Втулка кронштейнов рычагов	41мм*Ø21мм	2
56	Втулка кронштейнов рычагов наружняя	Ø50мм*20мм	2
57	Втулка кронштейнов рычагов внутренняя 1	Ø50мм*35мм	2
58	Втулка кронштейнов рычагов внутренняя 2	Ø35мм*12мм	2
59	Стопорное кольцо		2
60	Оплетка рукояток	150мм	6
61	Шайба	Ø30мм*Ø10.5мм	2
62	Блок		11
63	Блок закрытый		3
64	Демпфер	Ø38мм*15мм	1
65	Демпфер	Ø62мм*25мм	2
66	Демпфер	Ø45мм*40мм	1
67	Втулка	Ø38мм*15мм	6
68	Направляющяя опоры подушки для рук	60мм*50мм	1
69	Заглушка рычагов для рук	Ø50мм	4
70	Заглушка передней верхней рамы	50мм*50мм	2
71	Заглушка верхней рамы	65мм*65мм	2
72	Заглушка прямоугольная	50мм*25мм	4
73	Заглушка опор рамы	65мм*65мм	3
74	Направляющая опоры спинки	38мм*38мм	1
75	Демпфер	Ø20мм*29мм	2
76	Заглушка круглая	Ø25мм	8
77	Заглушка стержня грузов	Ø25мм	1
78	Кодовый замок		1
79	Ось передней верхней рамы	М10*169мм	1
80	Ось рычага для ног	М10*71мм	1
81	Карабин		4
82	Цепь нижняя	15 звеньев	1
83	Цепь верхняя	10 звеньев	1
84	Заклепка	Ø4мм*10мм	8
85	Болт с квадратом	М10*85мм	10
86	Болт	М10*150мм	1
87	Болт	М10*85мм	5
88	Болт	М10*80мм	2
89	Болт	М10*65мм	2
90	Болт	М10*50мм	7
91	Болт	М10*30мм	1
92	Болт	М10*20мм	10

93	Болт	М10*16мм	14
94	Болт	М8*85мм	2
95	Болт	М8*40мм	2
96	Болт	М8*22мм	2
97	Болт	М8*18мм	4
98	Болт	М10*45мм	1
99	Винт	М6*16мм	2
100	Шайба	Ø10мм	73
101	Шайба	Ø8	14
102	Гайка	М10	30
103	Гайка	М8	4
104	Колпачок гайки	М10	30
105	Планка соединительная	155мм*50мм	1
	Ключ	№5	1
	Ключ	№6	2

Таблица нагрузки при использовании грузов из стека для различных упражнений (ADBE-10250)					
количество грузов	общий вес грузов	жим от груди	баттерфляй	верхняя тягя	нижняя тягя
1	13.6	14.7	5.7	13.6	15.9
2	22.7	24.5	9.1	20.5	22.7
3	31.8	34.3	12.5	27.3	29.5
4	40.9	44.1	15.9	34.1	36.3
5	50	53.9	19.3	40.9	43.1
6	59.1	63.8	22.7	47.7	49.9
7	68.2	73.5	26.1	54.5	56.7
8	77.3	83.3	29.5	61.3	63.5
9	86.4	93.1	32.9	68.1	70.3
10	95.5	102.9	36.3	74.9	77.1
11	104.5	112.7	39.7	81.7	83.9
12	113.6	122.5	43.1	88.5	90.7
13	122.7	132.3	46.5	95.3	97.5

= 7.3 kg

Важно: Перед использованием оборудования необходимо изучить данное руководство!

Меры безопасности

- Изучите настоящее руководство пользователя и храните его в надежном месте. При использовании данного устройства всецело следуйте инструкциям настоящего руководства.
- Только взрослые люди допускаются к сборке и использованию данного оборудования.
- Оборудование произведено в соответствии со стандартом EN-957 и TUV, классификацией H и предназначено для использования в домашних условиях. Запрещается использовать оборудование в спортивных комплексах или других общественных помещениях, на территории совладельца помещения или в арендуемых помещениях.
- Для обеспечения полной безопасности при использовании, необходимо устанавливать оборудование на ровной поверхности. Для защиты поверхности пола, необходимо постелить коврик. Запрещается использовать оборудование в помещениях с высоким уровнем влажности (плавательный бассейн, сауна и т.д.).
- **Не позволяйте детям играть с этим оборудованием. Компания «Adidas» снимает с себя полную ответственность за любые травмы, которые они могут получить. Не позволяйте детям подходить близко к оборудованию во время Вашей тренировки**.
- Компания «Adidas» снимает с себя полную ответственность, если пользователь вносит технические изменения в любое из приобретенного в этой компании оборудования.
- Максимальный вес пользователя – 135кг.
- Перед началом тренировки, Вам необходимо проконсультироваться со своим врачом, чтобы определить уровень интенсивности программы, по которой Вы будете заниматься.
- Тренировка с чрезмерной нагрузкой или плохо продуманной программой может навредить Вашему здоровью.
- Во время тренировки всегда держите спину прямо.
- Настоятельно рекомендуется надевать удобную одежду и обувь.
- При регулировке элементов оборудования, необходимо учитывать максимально допустимые позиции.

Техническое обслуживание

- Необходимо регулярно проверять элементы оборудования на надежность крепления гаек и болтов.
- Регулярно проверяйте оборудование, чтобы обеспечить его безопасное использование. Необходимо заменить все повреждѐнные детали и пользоваться только исправным оборудованием. Не забывайте регулярно смазывать подвижные части.
- Так как пот является веществом, вызывающим коррозию, избегайте контакта пота с хромированными деталями или деталями оборудования, покрытыми эмалью. После окончания тренировки, оборудование следует протереть. Детали оборудования, покрытые эмалью, можно очищать с помощью влажной губки. Следует избегать любых агрессивных или коррозионных веществ.

Гарантия: гарантия на раму - 5 лет. Гарантия на механизмы – 2 года. Гарантия действует при нормальной эксплуатации оборудования частным лицом в собственном доме.

ЕСТЬ ВОПРОСЫ?

Если у вас возникли вопросы или некоторые детали отсутствуют, пожалуйста, обратитесь в нашу организацию:

Телефон: 8 (495) 627-60-59
Веб-сайт: www.fitness-boutique.ru