



## **Инструкция**

### **Силовой комплекс Winner/Oxygen Spartan**

Полезные ссылки:

[Силовой комплекс Winner/Oxygen Spartan - смотреть на сайте](#)

[Силовой комплекс Winner/Oxygen Spartan - читать отзывы](#)



**СИЛОВОЙ КОМПЛЕКС  
SPARTAN**



**РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

## **Уважаемый покупатель!**

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

### **Внимание!**

Перед тем как приступить к тренировкам настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

### **Транспортировка и эксплуатация тренажера:**

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

### **Хранение тренажера:**

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

1. температура + 10 - + 35 С;
2. влажность: 50 -75%;
3. Если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

### **Перед тем как начать тренировку:**

Перед первым занятием проверьте, правильно ли была проведена сборка тренажера. Ознакомьтесь со

всеми функциями и настройками тренажера и проводите тренировки в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации. Перед началом тренировки убедитесь, что все защитные элементы надежно установлены и закреплены, проверьте надежность механических и электрических соединений. Установите тренажер на ровную нескользящую поверхность, оставляя с каждой стороны по 0,5 м. свободного пространства. Для снижения шума и вибраций рекомендуется использовать специальные резиновые коврики.

#### **Рекомендации по сборке:**

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все компоненты, неплотно закрепив гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, окончательно затяните их.

#### **Меры предосторожности:**

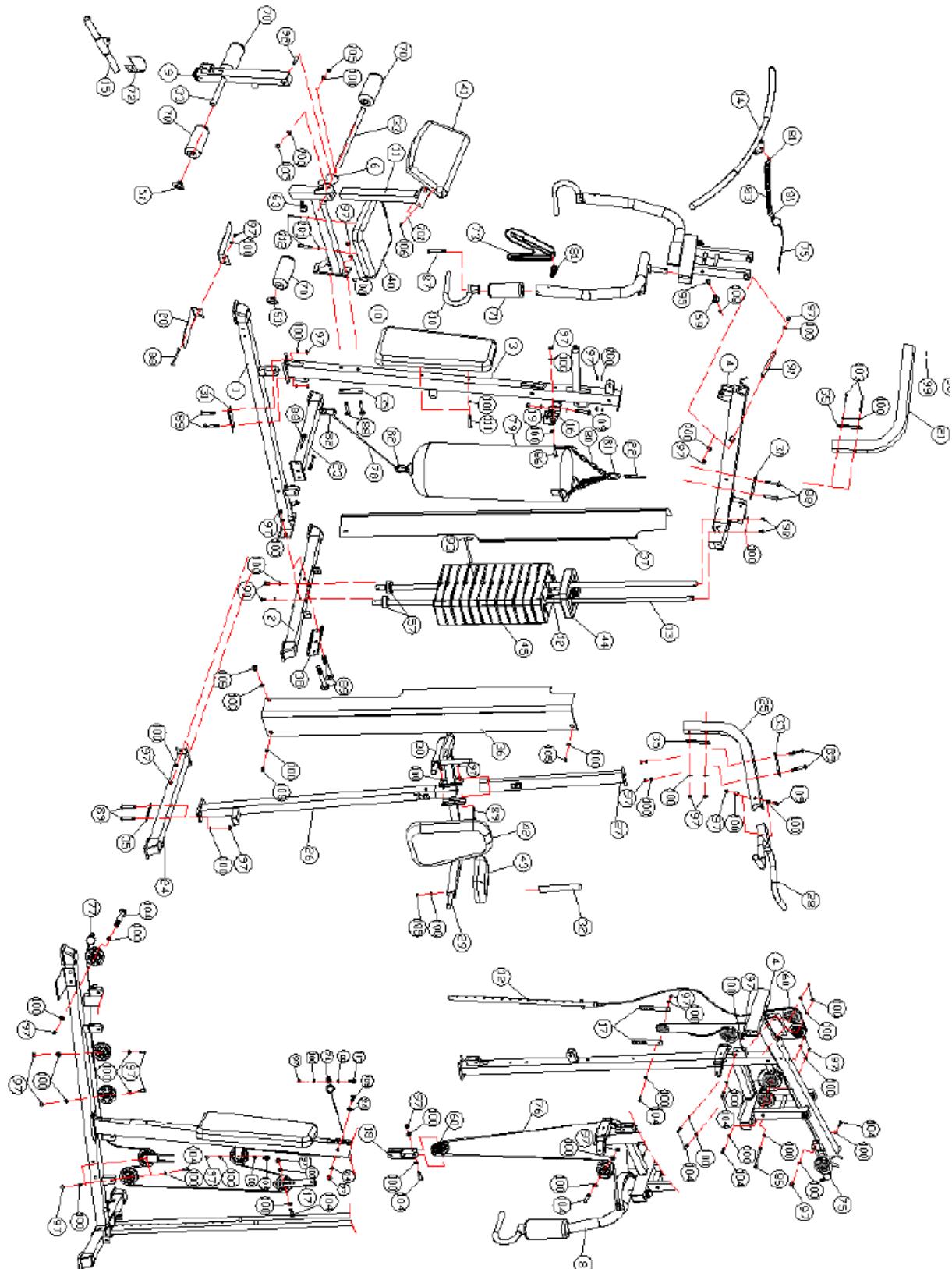
Тренажер должен использоваться только по назначению, то есть для физических тренировок взрослых людей. Любое другое использование тренажера запрещено и может быть опасно. Продавец не несет ответственности за любые травмы или повреждения, вызванные неправильным использованием тренажера. Тренажер предназначен для использования взрослыми людьми, конструкция и установленные нагрузки рассчитаны на взрослых людей, поэтому эксплуатация несовершеннолетними лицами не допускается. Дети и домашние животные не должны приближаться к работающему тренажеру ближе, чем на 3 м.

## СПИСОК КОМПЛЕКТУЮЩИХ ЧАСТЕЙ

No.	Наименование	Кол-во	No.	Наименование	Кол-во
1	Основная опорная рама	1	44	Верхний грузоблок	1
2	Задний стабилизатор	1	45	Грузоблок	14
3	Передняя вертикальная рама	1	46	50x70 Ножка	1
4	Верхняя рама	1	47	50 Ножка	4
5	Передняя нажимная рама	1	48	50*1.5 Заглушка	5
6	Рама сиденья	1	49	Φ25*1.5 Заглушка	2
7	Левый рычаг	1	50	Φ25*2 Заглушка	1
8	Правый рычаг	1	51	Φ25*1.3 Заглушка	4
9	Рама упора для ног	1	52	50*25*1.5 Заглушка	3
10	Ручка	2	53	50*70*2 Заглушка	2
11	Рама парты для бицепса	1	54	50*70*1.5 Заглушка	1
12	Ось выборки стека	1	55	50*45 Втулка	1
13	Направляющая	2	56	Ф45*40 Резиновый отбойник	1
14	Ручка для тяги сверху	1	57	φ62Xφ26X25ММ Резиновый отбойник	2
15	Ручка тяги снизу	1	58	φ37Xφ7X16ММ Резиновый отбойник	1
16	Кронштейн	1	59	Втулка	2
17	Крепление шкива	2	60	Ролик	18
18	Кронштейн крепления ролика	1	61	Ф38*Ф27*26 Втулка	2
19	Кронштейн ролика	2	62	Ф29*Ф20*81 Втулка	2
20	Упор для ног	2	63	Ф53*M18*Ф10	1
21	Боксерская рама	1	64	Ф25*Ф22*Ф16*10 Втулка	4
22	Крепление груши	1	65	Ф25*Ф22*Ф16*28	2
23	Левый стабилизатор	1	66	Ф25*130 Ручка	4
24	Правый стабилизатор	1	67	Ф25*170 Ручка	2
25	Верхняя рама	1	68	Ф25*325 Ручка	2
26	Нижняя вертикальная рама	1	69	Ф28*130 Ручка	2

27	Правая вертикальная рама	1	70	Ф22*Ф80*175 Валик	4
28	Турник	1	71	Ф47*Ф100*220 Валик	2
29	Левая ручка брусьев	1	72	Ремешок для лодыжки	1
30	Правая ручка брусьев	1	73	Брюшной ремень	1
31	Пластина	2	74	Двойной ремешок	1
32	Вертикальная ручка	2	75	Верхний трос	1
33	Ось	2	76	Трос баттерфляя	1
34	Ручка	1	77	Нижний трос	1
35	Пластина	5	78	Пластиковый канат	1
36	Левый кожух стека	1	79	Груша	1
37	Правый кожух стека	1	80	7- Цепь	3
38	U-образная пластина	1	81	7# Крюк	4
39	Спинка	1	82	6# Крюк	2
40	Сиденье	1	83	15-Цепь	1
41	Парта для бицепса	1	84	Втулка ролика	2
42	Спинка	1	85	M10*175ММ Болт	1
43	Подушка опоры для рук	2	86	M10*110ММ Болт	1
87	M10*85ММ Болт	2	103	M10*170ММ Болт	2
88	M10*90ММ Болт	8	104	M10*45ММ Болт	16
89	M10*70ММ Болт	10	105	M10*16ММ Болт	10
90	M10*25ММ Болт	4	106	M8*16ММ Болт	2
91	Передняя ось	1	107	M5*10 Винт	4
92	Φ16*M10*57 Ось	1	108	M6*33 Болт	4
93	L-образный фиксатор	1	109	M10*65ММ Болт	4
94	Фиксатор	2	110	M8*60ММ Болт	4
95	M6 Гайка	2	111	M8*85ММ Болт	2
96	M5 Гайка	4	112	M8*65ММ Болт	2
97	M10 Гайка	44	113	M10*30ММ Болт	1
98	M12 Гайка	1	114	M10/δ=7 Гайка	1
99	Φ12 Шайба	1	115	M6*16ММ Винт	2
100	Φ10 Шайба	82	116	45 Втулка	2
101			117		1
	Ф8 Шайба	12		Кабель L-образного фиксатора	
102	M8*70ММ Болт	2		5# Ключ 1	
				6# Ключ 2	

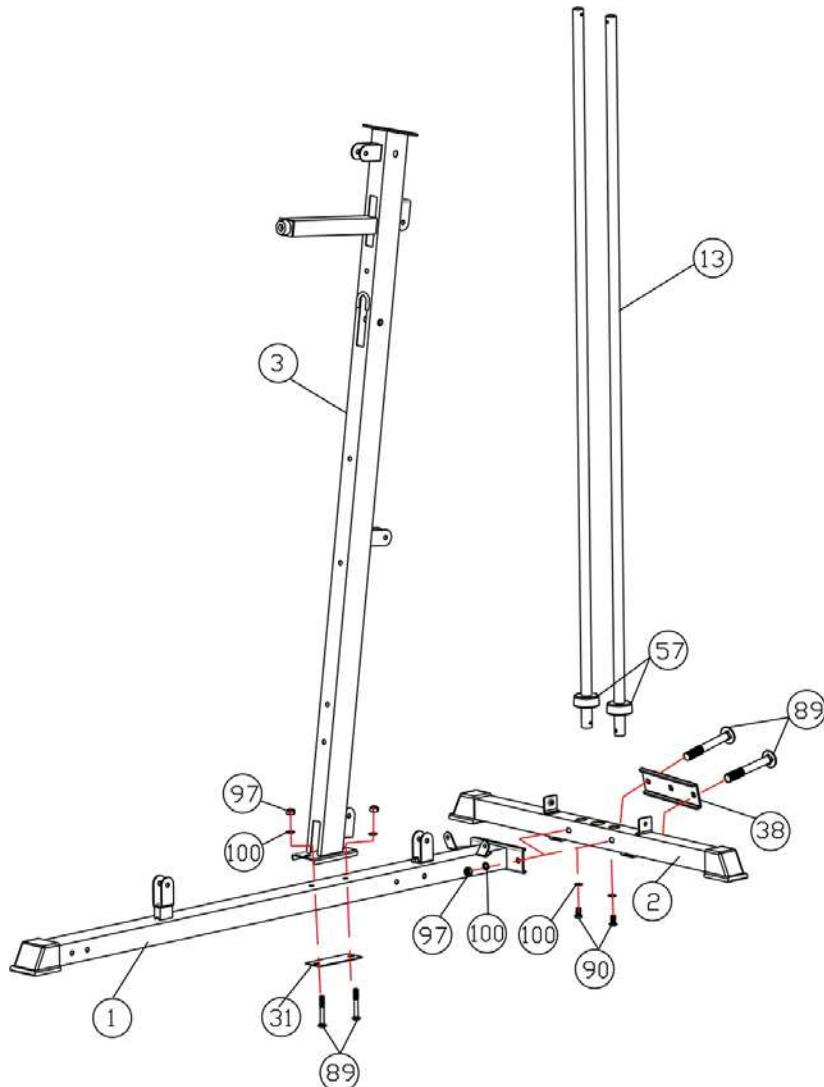
**СХЕМА ТРЕНАЖЕР В РАЗОБРАННОМ ВИДЕ**



## ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ ТРЕНАЖЕРА

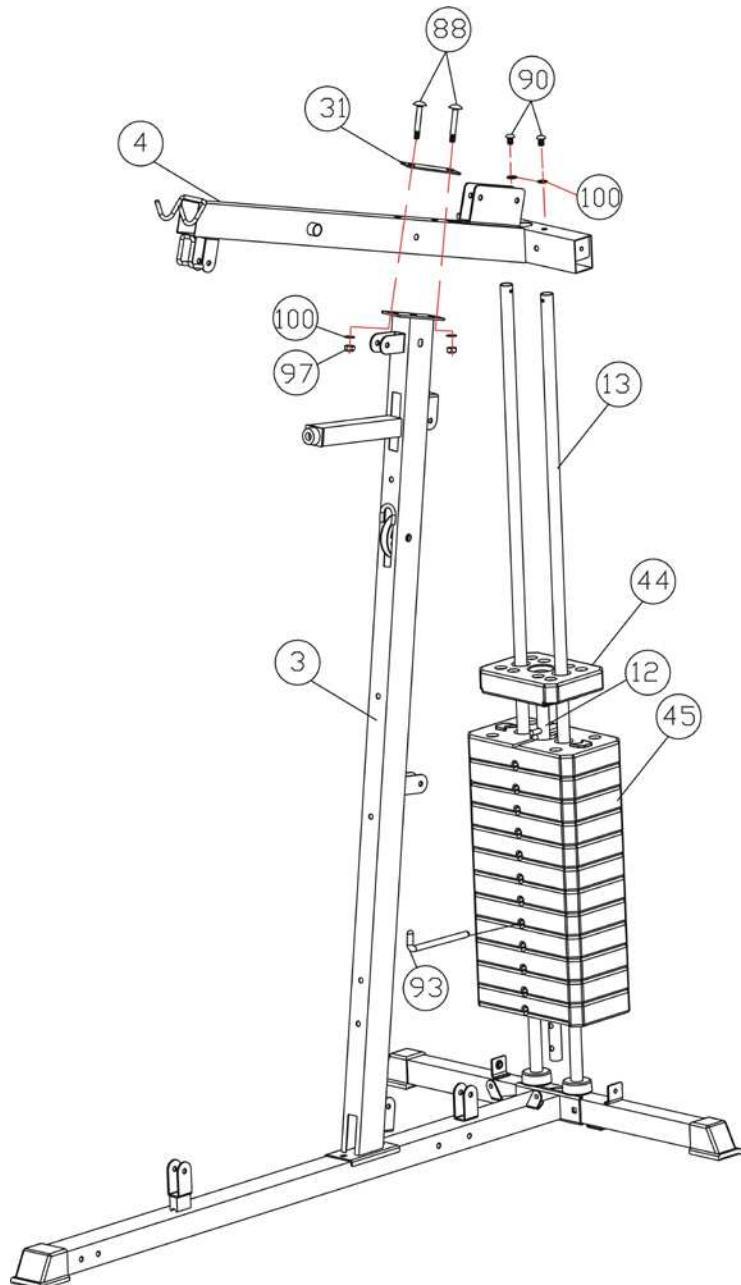
**ВНИМАНИЕ! Убедитесь, что все болты, шайбы и винты на месте, прежде, чем их затягивать.**

### Шаг 1



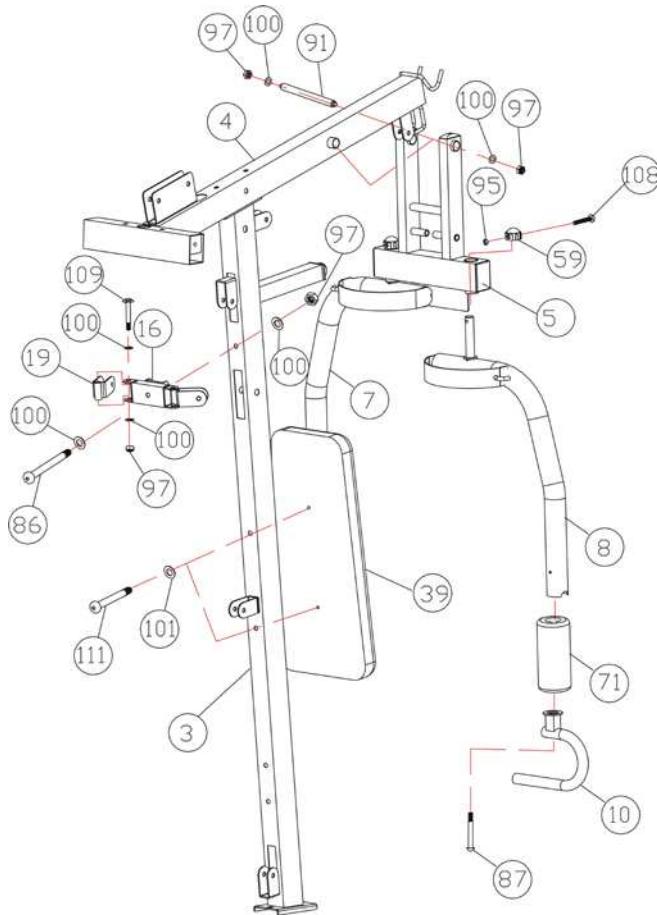
1. Закрепите направляющие (13#) в отверстиях на задней опоре (2#) с помощью 2 болтов M10×25 (89#) и 2 шайб φ10 (100#), затем протяните 2 резиновые втулки (57) к основанию.
2. Закрепите основную раму (1#) на задней опоре (2#), закрепите 2 болтами M10×70 (89#), 1 U- образного держателя (38#), 2 шайб φ10 (100#) и 2 гаек (97#) .
3. Закрепите переднюю вертикальную раму (3#) на основной раме (1#), используя 2 болта M10X70 (89#), 1 держатель (31#), 2 шайбы φ 10 (100#) и 2 гайки (97#).

## Шаг 2



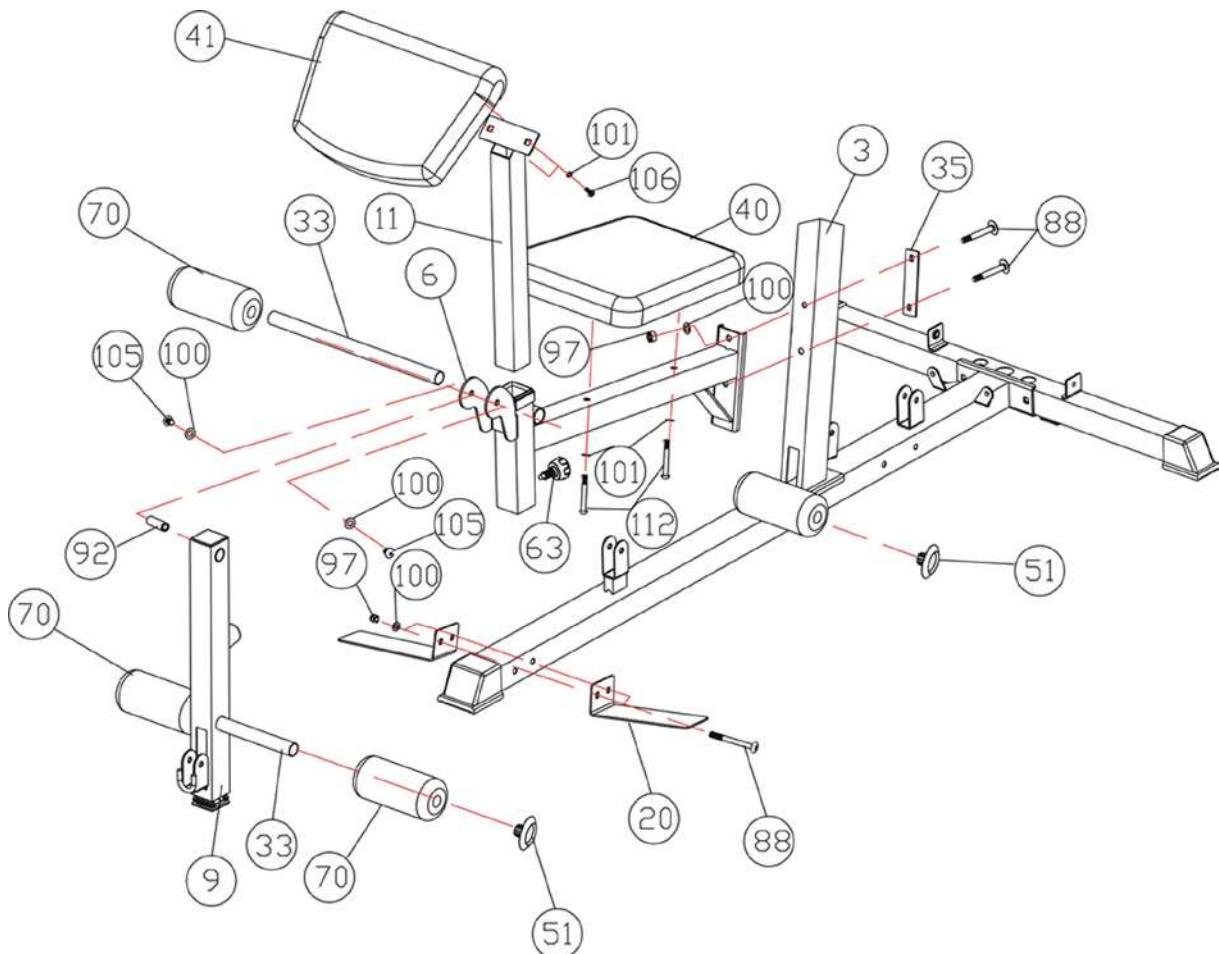
1. Закрепите весовые стеки (45#) на направляющих (13#), установите фиксатор (12#), затем закрепите панель (44#).
2. Закрепите верхнюю раму (4#) на направляющих (13#) с помощью 2 болтов M10×25 (90#), 2 шайб Φ10 (100#) .
3. Закрепите верхнюю раму (4#) на вертикальной раме (3#), используя 2 болта M10×90 (88#), 1 держатель (31#), 2 шайбы Φ10 (100#), 2 гайки M10 (97#).

### Шаг 3



1. Закрепите раму пресса (5#) на верхней раме (4#) с помощью оси (91#), 2 шайб Ф10 (100#) и 2 гаек М10 (97#). Не затягивайте гайки и шайбы.
2. Закрепите правый баттерфляй (8#) на передней раме пресса (5#), используйте 1 болт (108#), 1 фиксирующее кольцо (59#) и 1 гайку М6 (95#). Установите неопреновый ролик (71#) на правом баттерфляе (8#), зафиксируйте поручень (10#) на правом баттерфляе (8#), затем закрепите 1 болтом М10\*85 (87#).
3. Повторите действия для левого баттерфляя (7#).
4. Закрепите спинку (39#) на вертикальной раме (3#), 2 болтами М8\*85 (111#) и 2 шайбами Ф8 (101#).
5. Закрепите держатель фиксатора (16#) на передней вертикальной раме (3#), используя 1 болт М10\*110 (86#), 2 шайбы М10 (100#) и 1 гайку М10 (97#). Закрепите защелку (19#) на держателе (16#), используя болт М10\*65 (109#), 2 шайбы Ф10 (100#) и 1 гайку М10 (97#). Установите другую защелку (19) таким же способом.

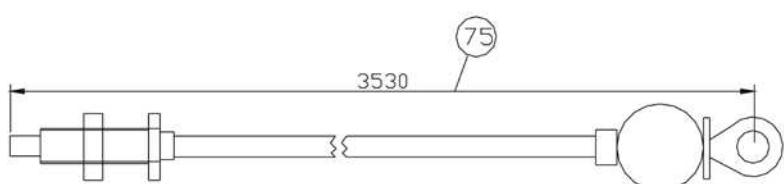
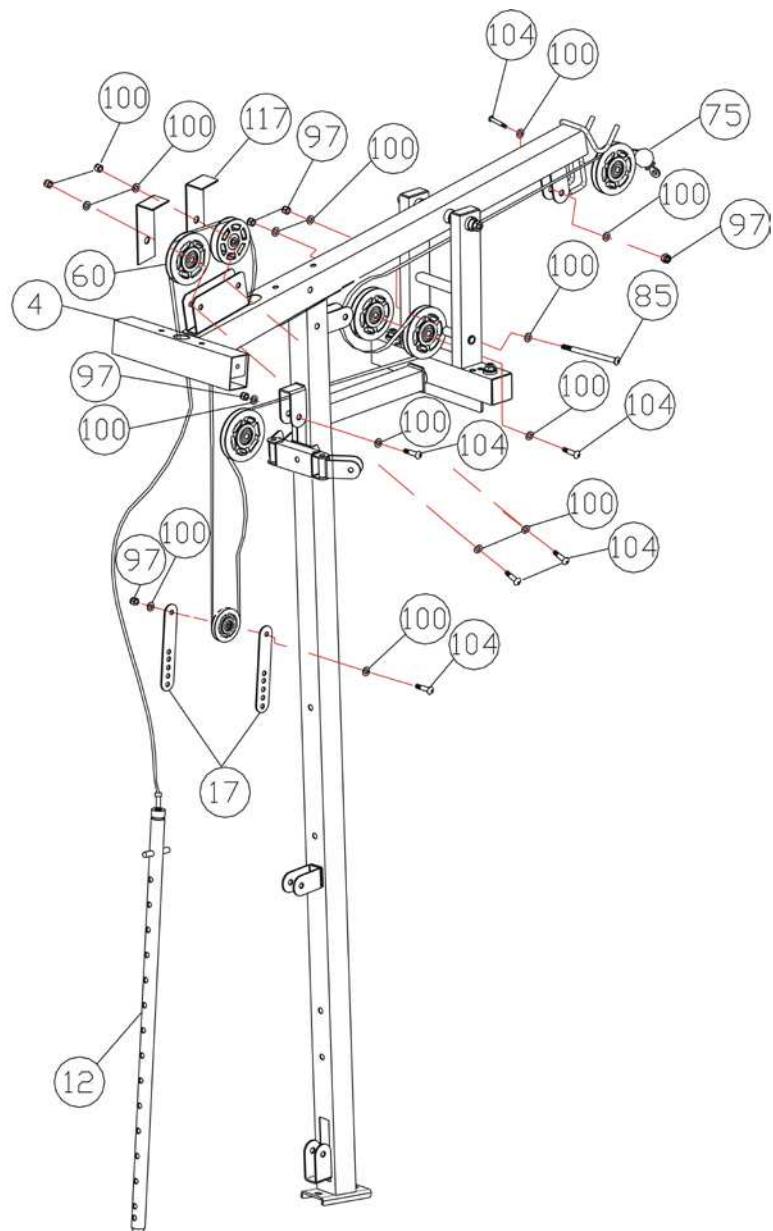
#### Шаг 4



1. Закрепите раму опоры сиденья (6#) на вертикальной раме (3#) с помощью 2 болтов M10\*90 (88#), 1 держателя (35#), 2 шайб Ф10 (100#) и 2 гаек M10 (97#).
2. Закрепите тренажер для ног (9#) на опоре сиденья (6#) с помощью 2 болтов M10\*16 (105#), 2 шайб Ф10 (100#), 1 оси (92#). Закрепите стойку опоры для рук (11#) на раме сиденья (6#) установите необходимую высоту с помощью фиксатора (63#).
3. Закрепите сиденье (40#) на опоре (6#), закрепите 2 болтами M8\*65 (112#), 2 шайбами Ф8 (101#) . Закрепите подушку опоры для рук (41) на раме (11#), закрепите 2 болтами M8 (106#) и 2 шайбами (101#).
4. Закрепите оси неопреновых роликов (33#) на раме (6#) и на тренажере для ног (9#). Зафиксируйте ролики (70#) на осях (33#), используя заглушки (51#) для осей (33#).
5. Закрепите 2 опоры для ног (20#) на основной раме (1#), 2 болтами (88#), 2 шайбами Ф10 (100#) и гайками Ф10 (97#).

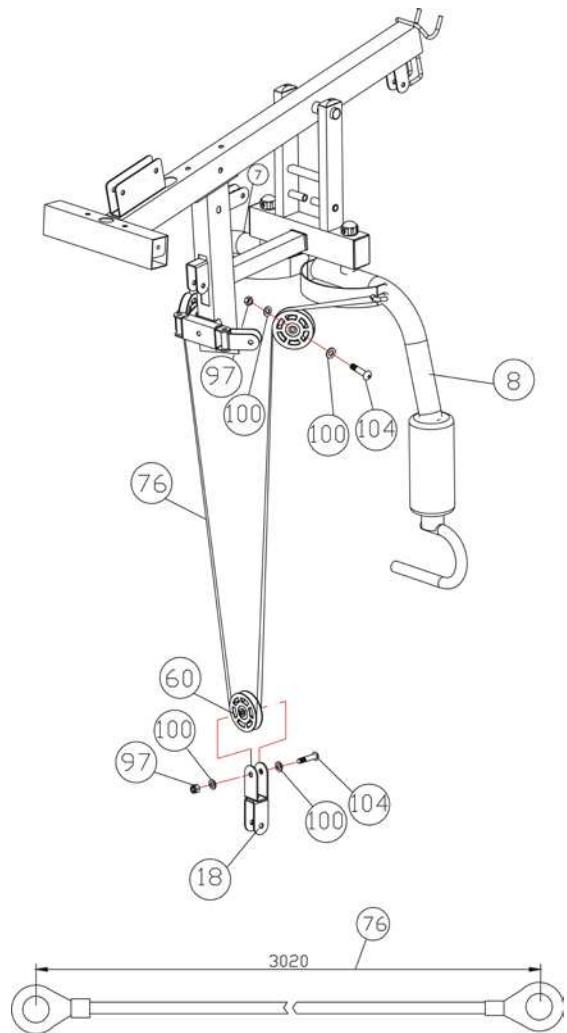
## **Шаг 5**

1. Протяните верхний кабель (75#) через верхнюю раму (4#), убедитесь, что все стопперы под рамой.
2. Закрепите фиксатор (60#) на держателе, используя 1 болт M10\*45 (104#), 2 шайбы Ф10 (100#) и 1 гайку M10 (97#).
3. Протяните кабель (75#) назад к кронштейну вертикальной рамы (3#), затем повторите шаг 2, установите фиксатор.
4. Протяните кабель через центр рамы пресса (5#), затем повторите шаг 2.
5. Протяните верхний кабель (75#) назад к кронштейну вертикальной рамы (3#), затем повторите шаг 2, установите фиксатор.
6. Протяните верхний кабель (75#) назад и установите фиксатор, закрепите 1 болтом M10\*45 (104#), 2 шайбами Ф10 (100#) и 1 гайкой M10 (97#).
7. Протяните кабель вокруг шкива верх, закрепите фиксаторы на задней части верхней рамы (4#) 2 болтами M10\*45(104#), 4 шайбами Ф10 (100#) , 2 pcs L-образными разделителями (117#), 2 гайками M10 (97#).
8. Протяните кабель вниз между направляющими (13#) на оси разделителей (12#), затяните болт на оси и закрепите кабель.



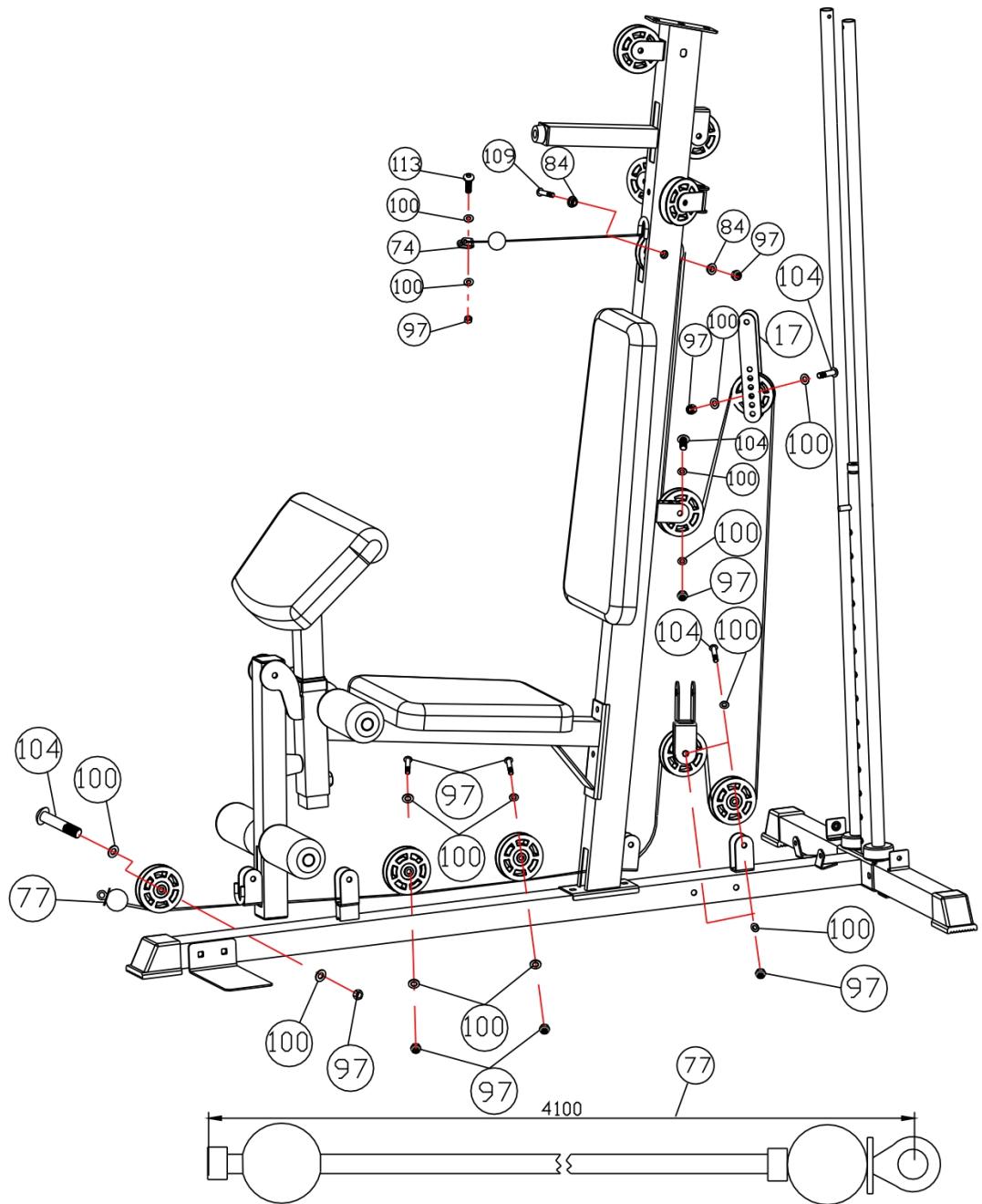
## Шаг 6

1. Закрепите один конец кабеля баттерфляя (76#) на крюке правого баттерфляя (8#). Закрепите 1 фиксатор (60#) под кабелем, зажмите держателем (19#), закрепите, используя 1 болт M10\*45 (104#), 2 шайбы Ф10 (100#), 1 гайку M10 (97#).
2. Протяните кабель баттерфляя назад (76#) закрепите фиксатор (60#) на кабеле держателем (18#) с помощью 1 болта M10\*45 (104#), 2 шайб Ф10 (100#), 1 гайки M10 (97#).
3. Протяните кабель вверх вокруг шкива, повторите шаг 2.
4. Другой конец кабеля баттерфляя (76#) закрепите на крюке левого баттерфляя.



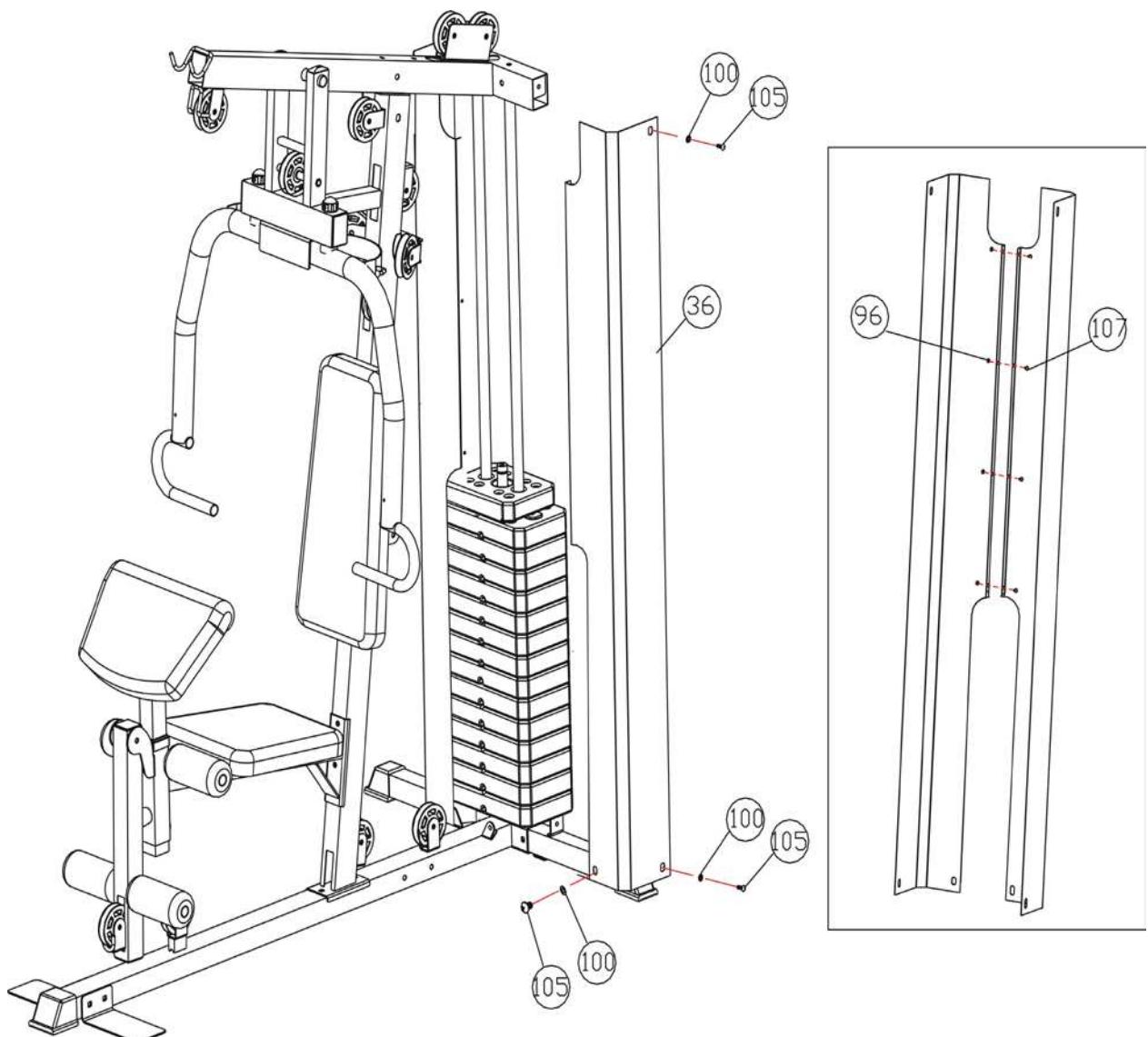
## Шаг 7

1. Снимите ремень (74#) и стоппер с конца нижнего кабеля (77#) так, чтобы кабель (77#) прошел через отверстия .
2. Закрепите нижний кабель (77#) на тренажере для ног (9#), убедитесь, что стоппер находится на передней части тренажера для ног. Закрепите 1 фиксатор (60#) с помощью 1 болта M10\*45 (104#), 2 шайб Ф10 washer(100#), 1 гайки M10 (97#).
3. Второй кабель закрепите сзади тренажера на вертикальной раме (3#) с помощью 2 фиксаторов (60#) и на кабеле 2 болтами M10\*45 (104#), 4 шайбами Ф10 (100#), 2 гайками M10 (97#).
4. Протяните кабель вверх, установите фиксатор (60#), закрепите фиксатор с обратной стороны держателя (18#).
5. Протяните кабель вверх, закрепите фиксатором на держателе с помощью 1 болта M10\*45 (104#), 2 шайб Ф10 (100#), 1 гайки M10 (97#).
6. Протяните кабель вверх, установите фиксатор, закрепите 1 болтом M10\*45 (104#), 2 шайбами Ф10 (100#), 1 гайкой M10 (97#).
7. Протяните кабель вниз, закрепите фиксатором, закрепите на держателе вертикальной рамы (3#).
8. Протяните кабель вверх (3#) через отверстие вертикальной рамы, закрепите с помощью 1 болта M10\*65 (109#), 2 шайб Ф10 (100#) и гайкой M10 (97#).
9. Закрепите пряжку (74#) на нижнем конце кабеля (77#) с помощью болта M10\*30 (113#), 2 шайбы Ф10 (100#) и 1 гайки M10 (97#).



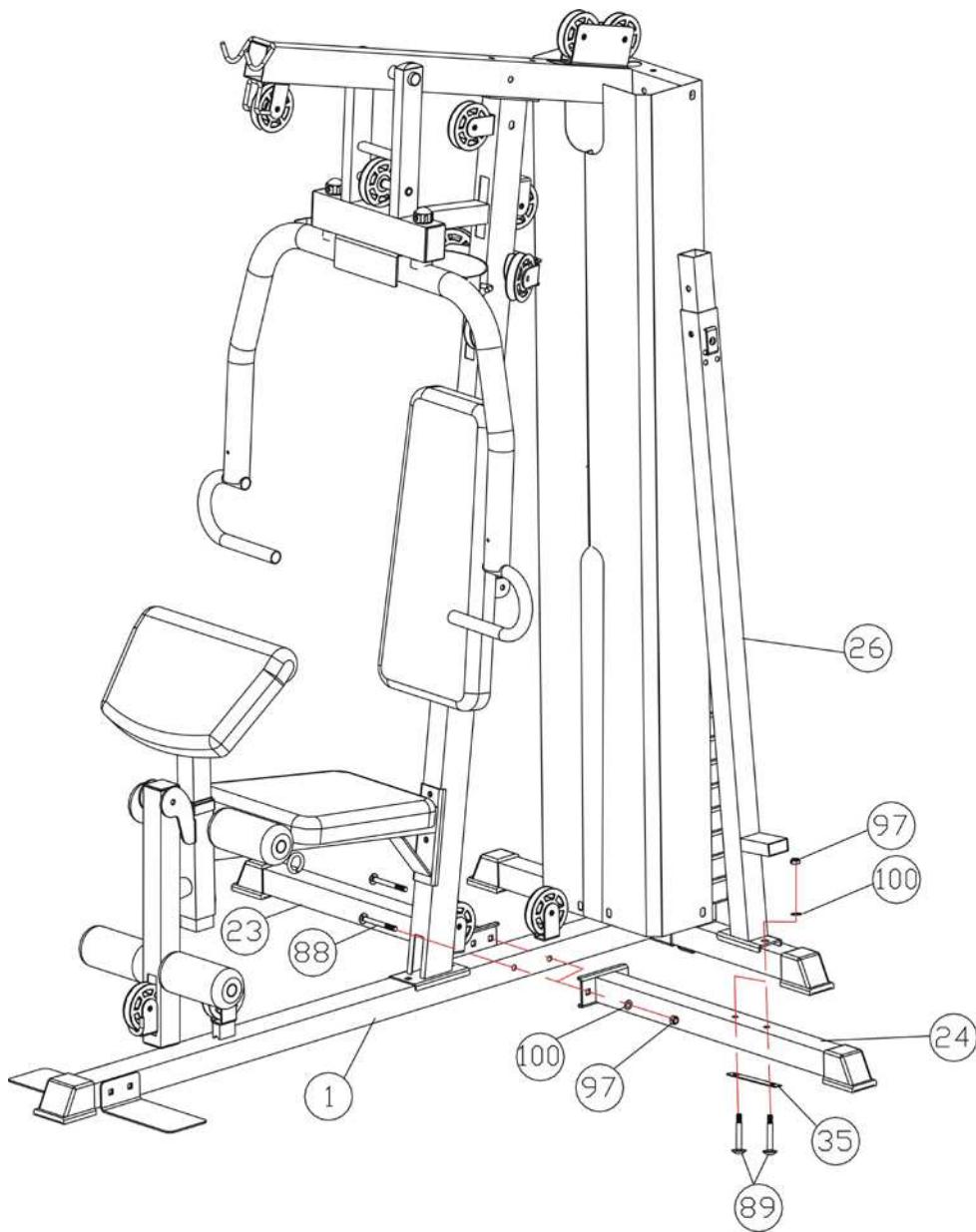
## Шаг 8

1. Закрепите правую и левую крышки стеков (36&37) с помощью винтов (107#) и 4 гаек M5 (96#).
2. Закрепите правую и левую крышки весовых стеков (36&37) на задней опоре (2#) с помощью 6 болтов M10\*16 (105#) и 6 шайб Ф10 (100#).



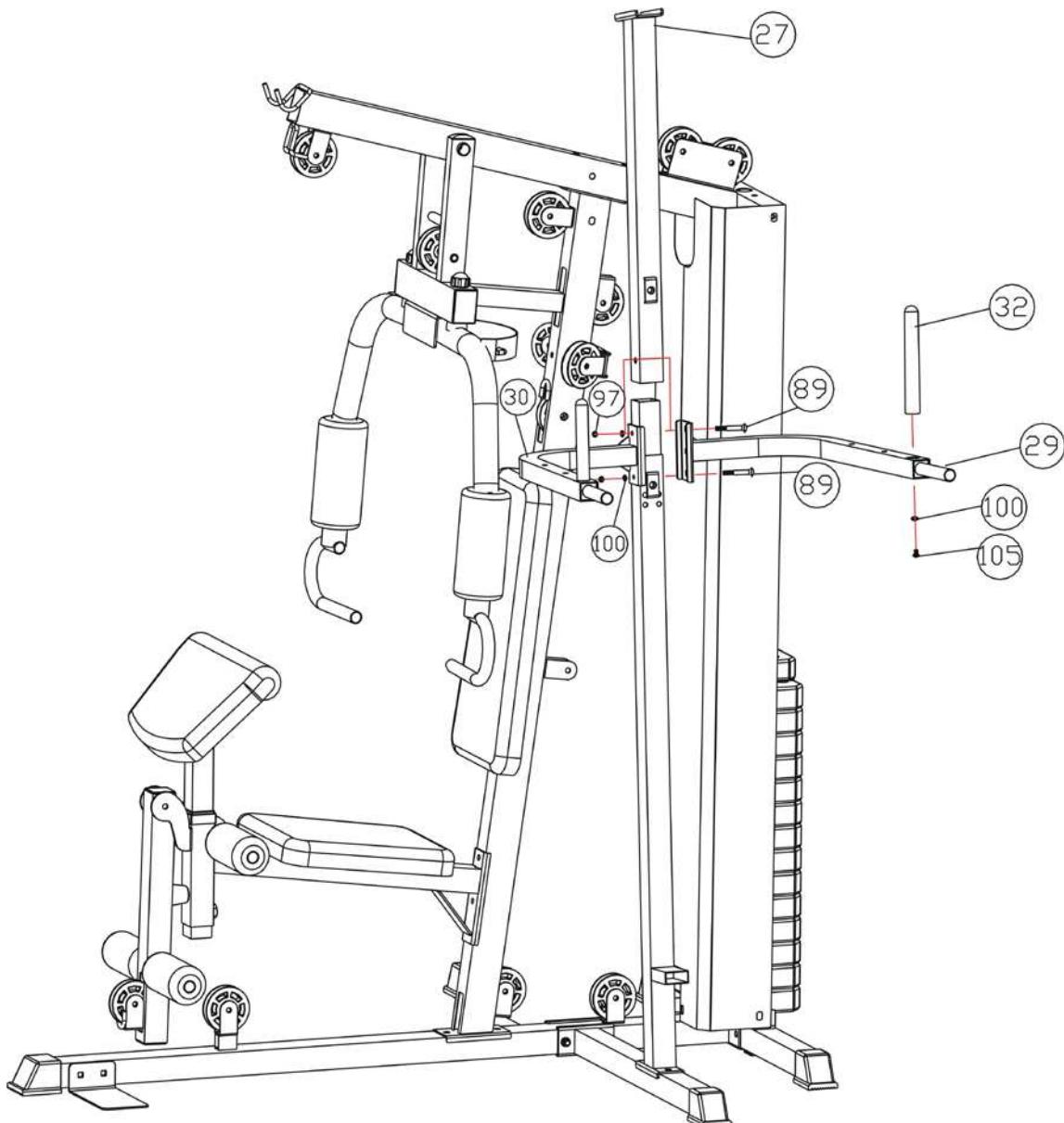
## Шаг 9

1. Закрепите левую опору (23#) и правую опору (24#) на основной раме (1#), закрепите 2 болтами M10\*90 (88#), 2 шайбами Ø 10 (100#) и 2 гайками M10 (97#).
2. Закрепите нижнюю вертикальную раму (26#) на правой опоре (24#), с помощью 2 болтов M10\*70 (89#), 1 держателя (35#), 2 шайб Ø 10 (100#), 2 гаек (97#).



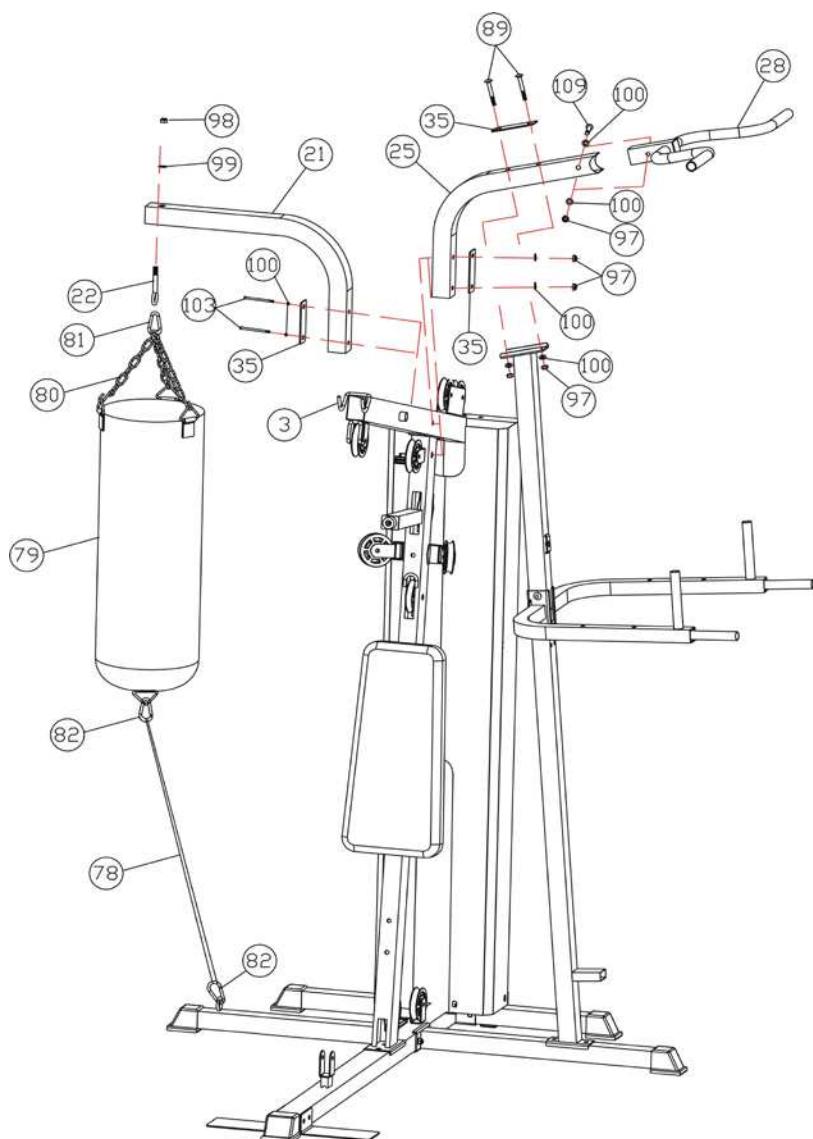
## Шаг 10

1. Закрепите верхнюю вертикальную раму (27#) на нижней (26#).
2. Соедините левую опору для рук (29#), правую опору для рук (30#), верхнюю вертикальную раму(27#), нижнюю вертикальную раму, (26#), используйте 2 болта M10\*70 (89#), 2 шайбы Ø 10 (100#) и гайки M10 (97#).
3. Закрепите 2 поручня (32#) на опорах для рук (29&30#), используйте 2 болта M10\*16 (105#) и 2 шайбы Ø 10 (100#).



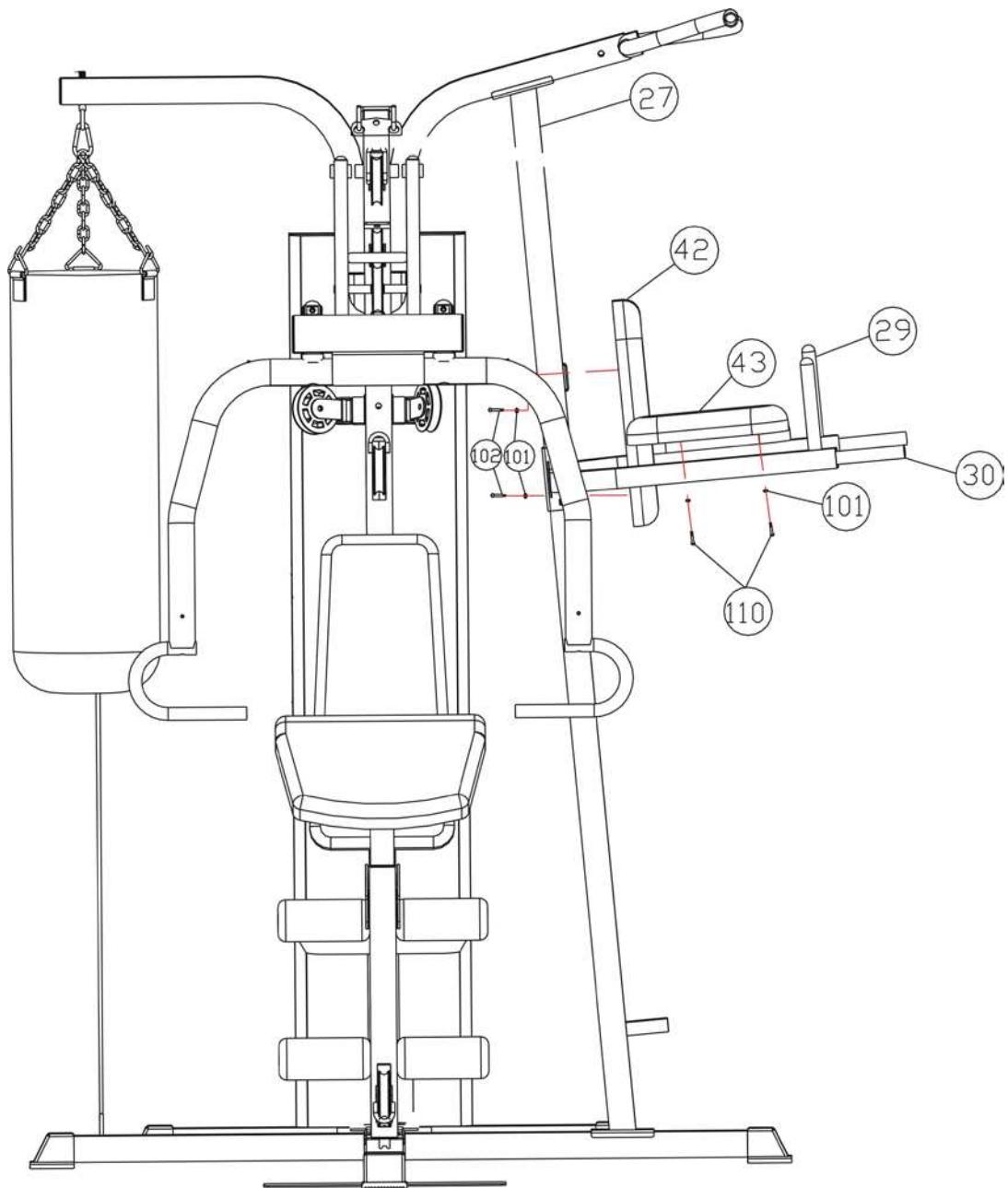
## Шаг 11

1. Раму груши (21#) на верхней изогнутой раме(25#) и верхней раме (3#) с помощью 2 болтов M10\*170 (103#), 74 шайб Ø 10 (100#), 2 гаек M10 (97#), 2 держателей (35#).
2. Закрепите изогнутую раму(25#) на верхней вертикальной раме (27#) болтами M10\*70 (89#), держателем (35#), 2 шайбами Ø 10 (100#) и 2 гайками M10 (97#).
3. Закрепите рукоять(28#) на передней части изогнутой рамы (25#), с помощью 1 болта M10\*65 (109#), 2 шайб Ø 10 (100#) и 1 гайки M10 (97#)
4. Закрепите болт-крюк (22#) на груше (21#), 1 шайбой Ø 12 (99#) и 1 гайкой M12 (98#). Закрепите грушу (79#) на крюке (22#), 2 крюками 6# (82#), 1 крюком 7# (81#), 3 цепями и пластиковым тросом (78#).



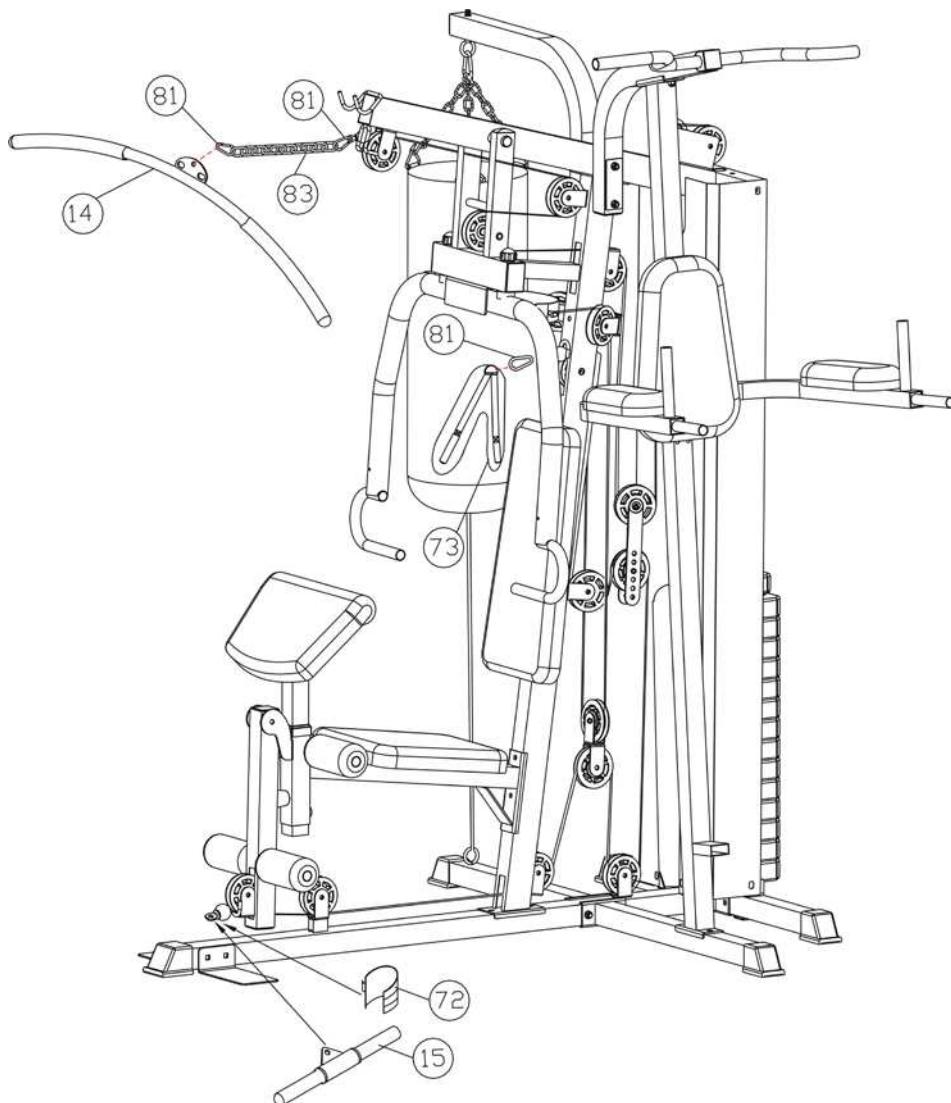
## Шаг 12

1. Закрепите спинку (42#) на вертикальной раме (27#) с помощью 2 болтов M8\*70 (102#), 2 шайб Ø 8 (101#).
2. Закрепите мягкие опоры (43#) на правом и левом поручне (29#&30#), используя 4 болта M8\*60 (110#) и 4 шайбы Ø 8 (101#)



### Шаг 13

1. Закрепите тягу (14#) на конце кабеля (75#) с помощью 2 замков (81#) и цепи (83#) . Установите необходимую длину.
2. Закрепите мягкую тягу (73#) нижнем кабеле замком.



## ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ

Тип	трехпозиционный многофункциональный
Упражнения	жим от груди, баттерфляй, верхняя тяга, нижняя тяга, гребная тяга, бицепс, трицепс, пресс/спина, разведение ног, сведение ног, турник/пресс/брюсья, боксерский мешок
Рама	стальная высокопрочная с однослойной покраской (основной профиль 50*70 мм.)
Вес стека	66 кг. (14*4.5 кг. + 3 кг.)
Тип стека	1 стек с 15-тью весовыми плитами в пластикате и защитным кожухом
Полезная нагрузка	89 кг. (коэффициент полезной нагрузки 1:1.35 по технологии F-Tension™)
Тросы	стальные в нейлоновой оболочке
Направляющие	хромированные
Сидение	комфортабельное эргономичное толщиной 50 мм. с обивкой из комбинированной кожи (F-Composite™)
Регулировка положения сидения	нерегулируемое, парты на бицепс регулируются в 2-ух положениях
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	179*146*215 мм.
Вес нетто	145 кг.
Вес брутто	170 кг.
Макс. вес пользователя	180 кг. (турник/пресс/брюсья - 125 кг.)
Гарантия	2 года
Производитель	Neotren GmbH, Германия
Страна изготовления	КНР

Поставщик: ООО «Неотрен», 115201 Россия, Москва, Каширский проезд, д.17 стр.9,

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

\*Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра.  
Пример: C180122, где 18 – год изготовления, 01 –месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

\*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Неотрен» [www.neotren.ru](http://www.neotren.ru)

Последнюю версию Руководства пользователя Вы можете найти на сайте поставщика ООО «Неотрен» [www.neotren.ru](http://www.neotren.ru)

### ВНИМАНИЕ!



**ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**