

Инструкция

Скамья силовая универсальная DFC DZ003B

Полезные ссылки:

[Скамья силовая универсальная DFC DZ003B - смотреть на сайте](#)

СКАМЬЯ СИЛОВАЯ

Артикулы:

DZ003 (wine)

DZ003B (black)

DZ005AB (скамья со стойкой, wine)

DZ005ABB (скамья со стойкой, black)

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



** Спецификация данного продукта может отличаться от того вида, который представлен в руководстве.

** Перед началом эксплуатации устройства ознакомьтесь со всеми инструкциями. Сохраните данное руководство для дальнейшего использования.

1. ИНСТРУКЦИИ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ – Перед началом эксплуатации устройства ознакомьтесь со всеми инструкциями. Сохраните данное руководство для дальнейшего использования.

1. Перед сборкой и эксплуатацией тренажёра ознакомьтесь со всеми инструкциями в данном руководстве. Для безопасной и эффективной работы с тренажёром убедитесь, что оборудование правильно собрано и используется должным образом. Примечание: Обязательно ознакомьте всех пользователей тренажёра с инструкциями и мерами предосторожности.
2. Перед началом работы с тренажёром проконсультируйтесь со своим врачом, чтобы определить, есть ли у вас какие-либо медицинские или физические противопоказания, которые могут поставить под угрозу ваше здоровье и безопасность, или препятствовать правильному использованию оборудования. Обязательно обратитесь к врачу за рекомендациями, если вы принимаете лекарства, которые могут повлиять на ваш пульс, кровяное давление или уровень холестерина.
3. Чрезмерная нагрузка или неправильная работа с тренажёром может нанести вред вашему здоровью. Если во время тренировки вы почувствуете головокружение, слабость или обнаружите у себя какие-либо другие болезненные симптомы, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
4. Не подпускайте к тренажёру детей и питомцев. Оборудование предназначено исключительно для взрослых.
5. Используйте тренажёр на твёрдой ровной поверхности. Положите под тренажёр специализированное покрытие для защиты пола от загрязнений и любых других повреждений. Для обеспечения безопасности, вокруг оборудования должно находиться не менее 2 метров свободного пространства.
6. Перед первым запуском тренажёра проверьте все винты, гайки и другие соединения. Убедитесь, что тренажёр установлен в безопасном положении. Для поддержания должного уровня безопасности оборудования, регулярно проводите осмотр тренажёра на предмет повреждений и износа.
7. При использовании оборудования надевайте соответствующую спортивную одежду. Не рекомендуется надевать свободную одежду, которая может попасть в подвижные детали тренажёра или ограничить ваши движения.
8. Тренажёр предназначен исключительно для домашнего использования.
9. Будьте осторожны при подъёме и перемещении тренажёра, чтобы избежать повреждение спины.
10. Сохраните данное руководство и сборочные инструменты для дальнейшего использования.
11. Данный тренажёр не предназначен для терапевтических целей.

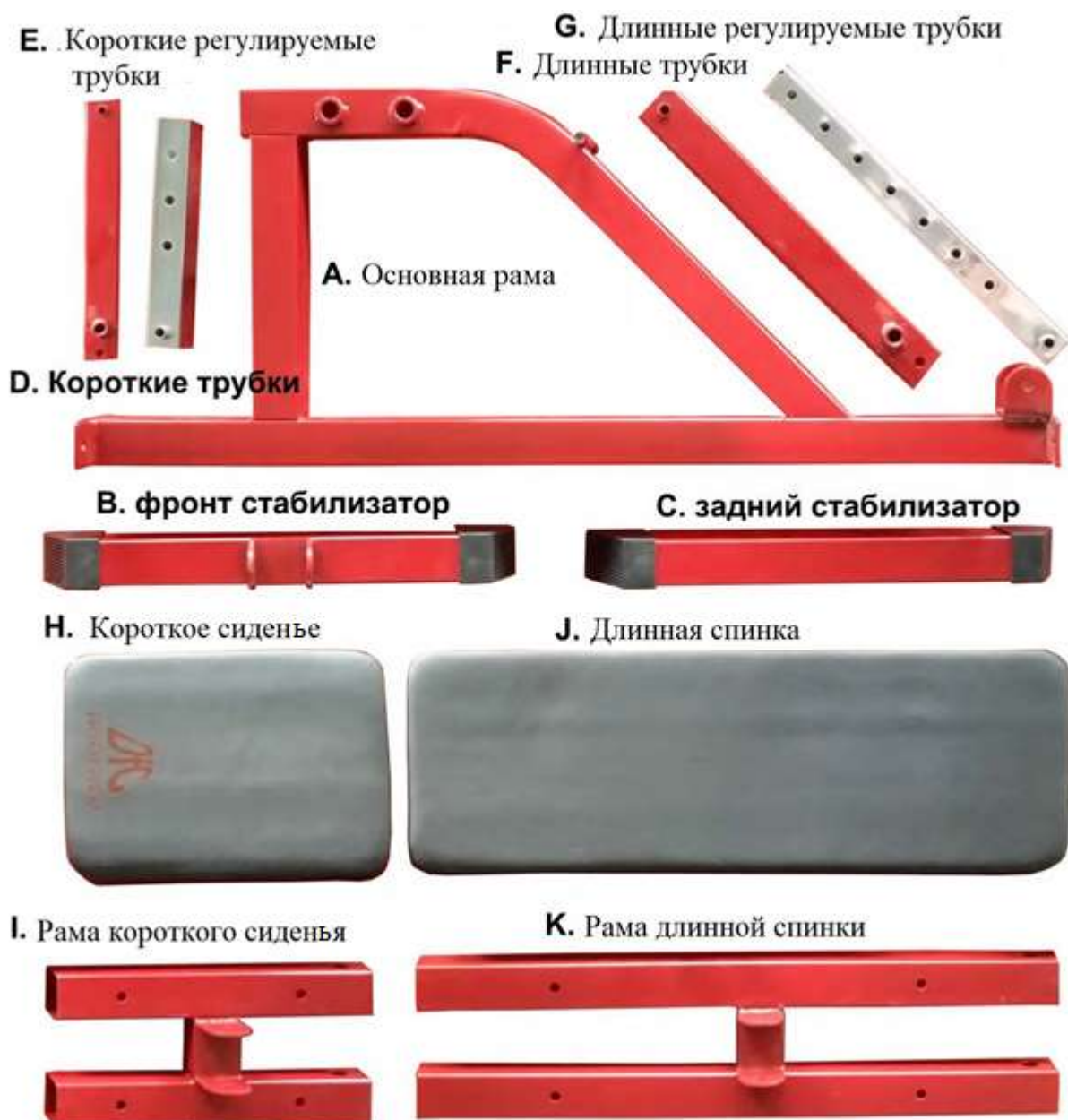
2. ИСТРУКЦИИ ПО УХОДУ ЗА ТРЕНАЖЁРОМ

- · Периодически смазывайте подвижные соединения тренажёра после его использования.
- ▣ · Будьте осторожны, чтобы не повредить пластиковые/металлические детали тренажёра тяжёлыми или острыми предметами.
- ▣ · Избегайте попадания влаги на оборудование, протирайте тренажёр сухой тряпкой.
- Максимально допустимый вес пользователя – 120 кг.

3. СПЕЦИФИКАЦИЯ – Предварительная сборка

*** Напоминание: Советы по сборке

Перед началом сборки установите все болты в соответствующие соединения тренажёра. Не затягивайте болты на данном этапе. После того, как все детали будут установлены, затяните болты. Подобные действия сделают сборку более эффективной и экономичной по времени.





СПЕЦИФИКАЦИЯ

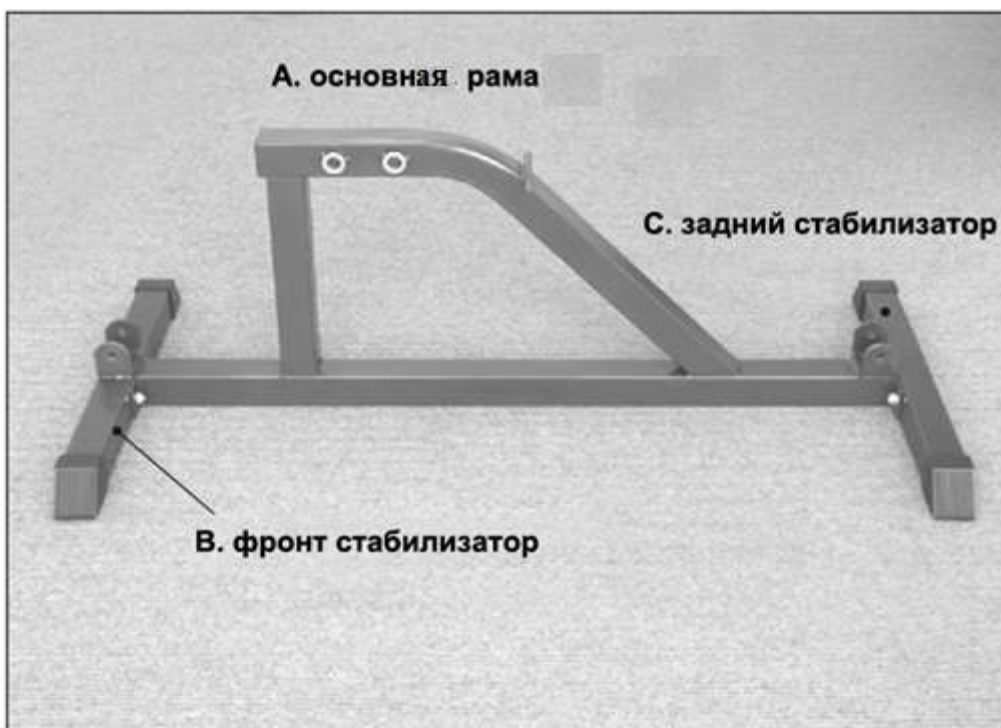
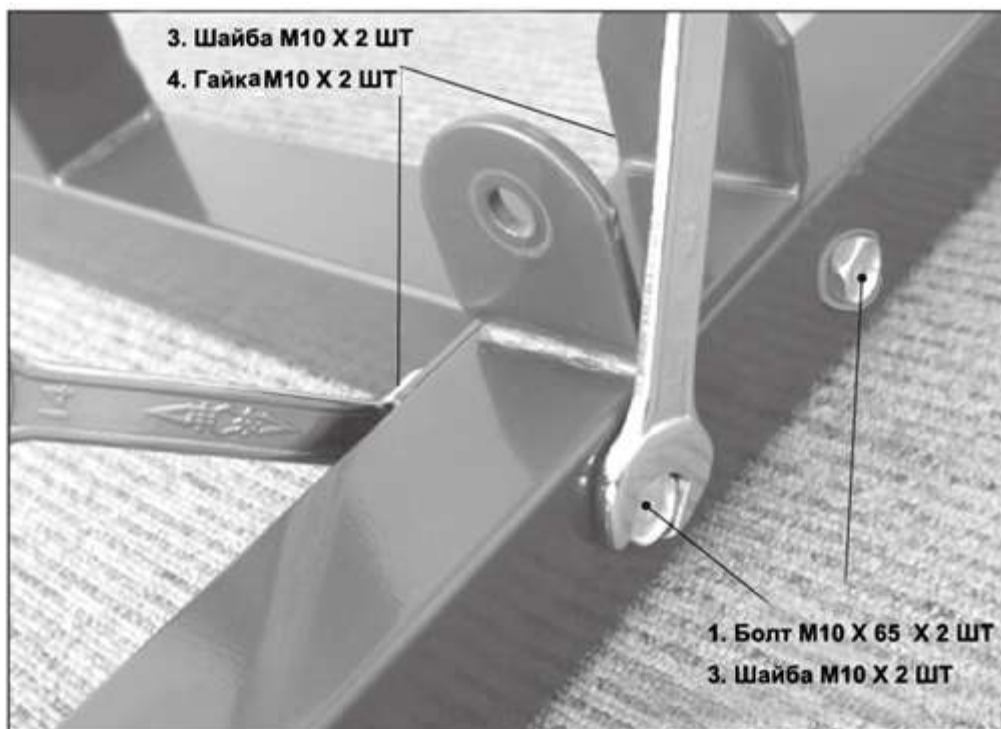
NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	ШТ
A	Основная рама	1
B	Фронт стабилизатор	1
C	Задний стабилизатор	1
D	Короткие трубки	1
E	Короткие регулируемые трубки	1
F	Длинные трубки	1
G	Длинные регулируемые трубки	1
H	Короткое сиденье	1
I	Рама короткого сиденья	1
J	Длинная спинка	1
K	Рама длинной спинки	1

NO.	НАИМЕНОВАНИЕ	ШТ
1	Болт М10 x 65	4
2	Болт М10 x 80	4
3	Шайба М10	16
4	Гайка М10	8
5	Болт М8 x 65	8
6	Шайба М8	8
7	Регулируемая ручка	2
8	Болт 10 x 25	4
9	Шайба М10 (No.8 Болт)	4
10	Стержень	2
11	Гаечный ключ с открытым концом	2
12	Универсальный гаечный ключ	2

ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

ШАГ 1:

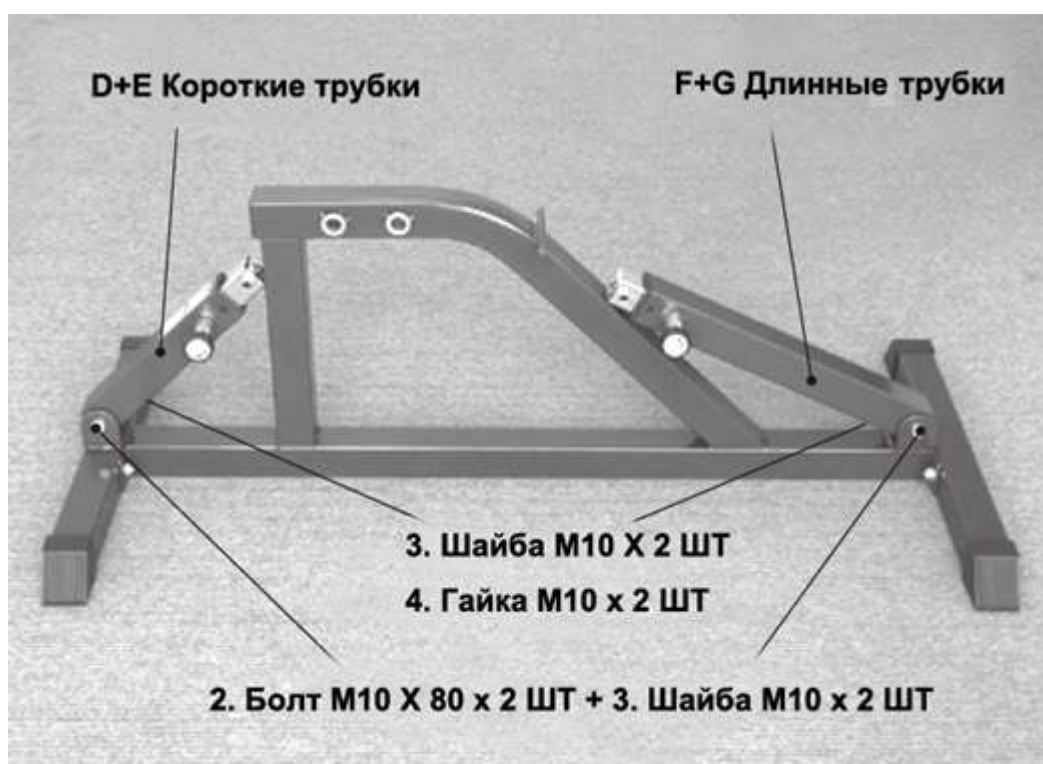
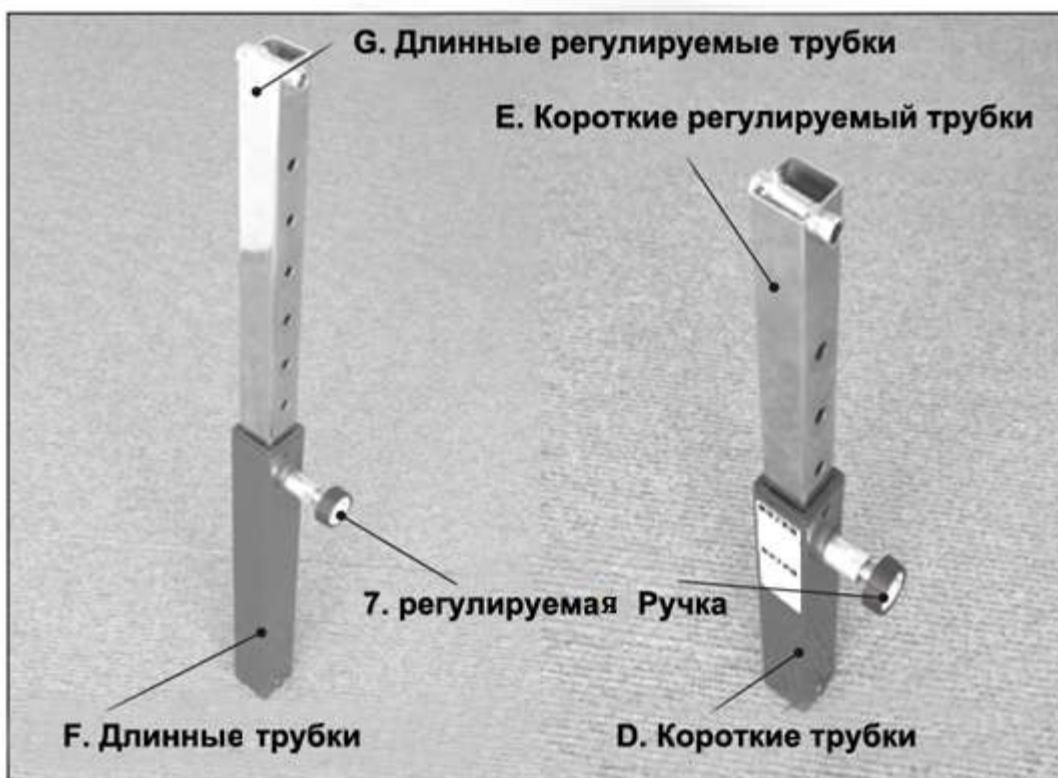
Соедините **(В)** фронт стабилизатор и **(С)** задний стабилизатор с **(А)** основной рамой, используя ① Болт М10 х 65 х 4 ШТ, ③ Шайбу М10 х 8 ШТ, ④ Гайку М10 х 4 ШТ.



ШАГ 2:

1) Соедините **(D)** Короткие трубки и **(E)** Короткие регулируемые трубки с **(F)** Длинными трубками и **(G)** Длинными регулируемыми трубками с помощью **⑦** регулируемых ручек.

2) Соедините **(A)** основную раму с **(DE)** Короткими трубками и **(FG)** Длинными трубками с помощью **②** Болта M10 X 80 x 2 ШТ, **③** Шайбы M10 x 4 ШТ, **④** Гайки M10 x 2 ШТ

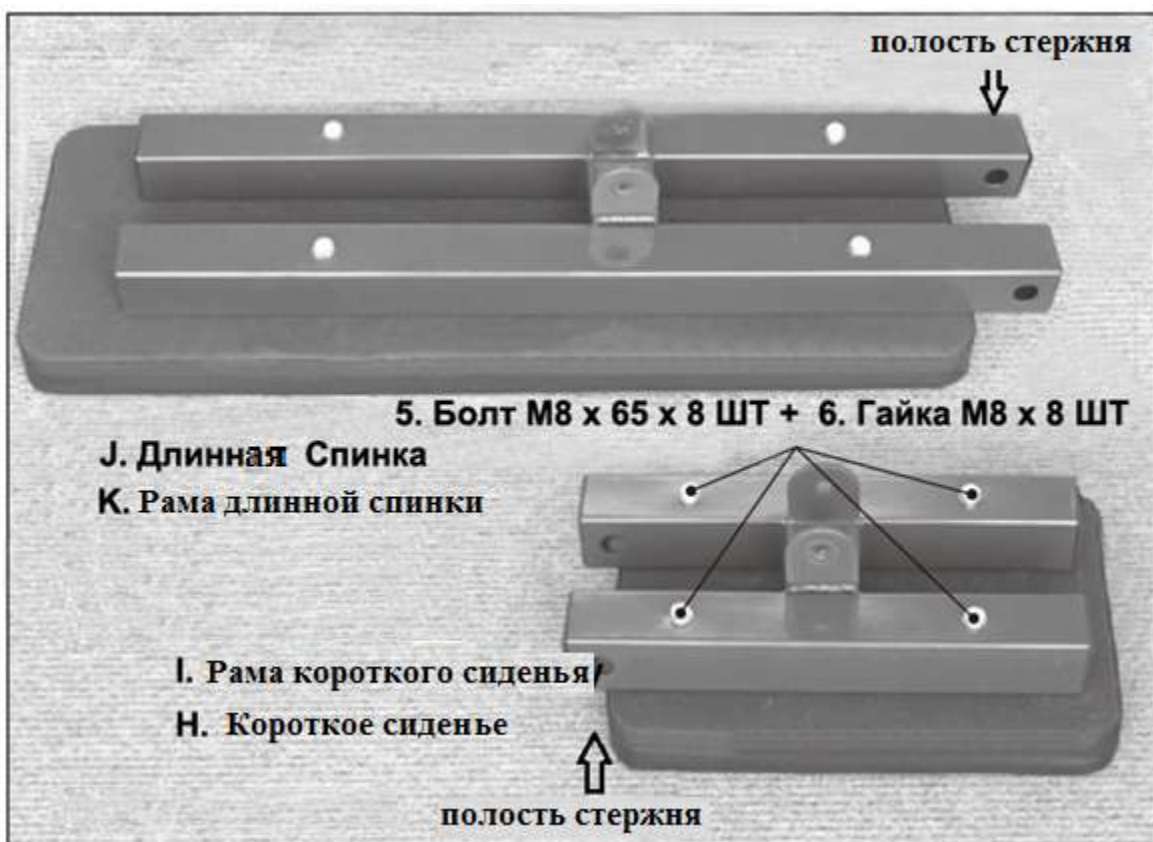


ШАГ 3:

Соедините **(I) Раму короткого сиденья** с **(H) коротким сиденьем** и

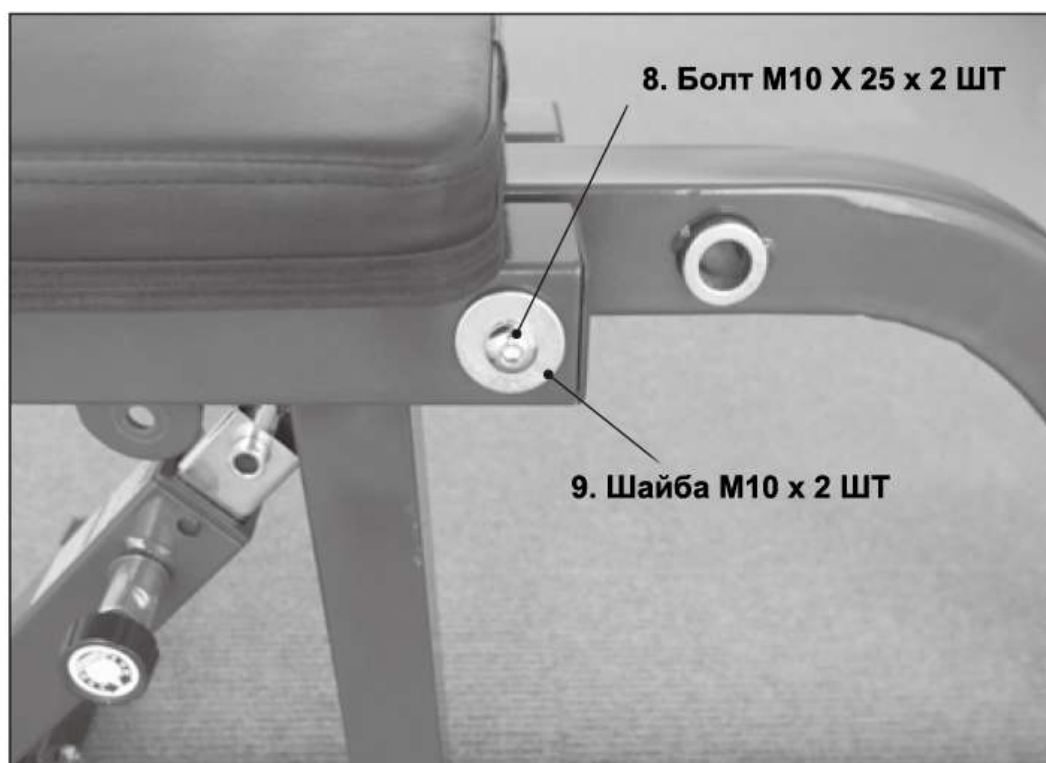
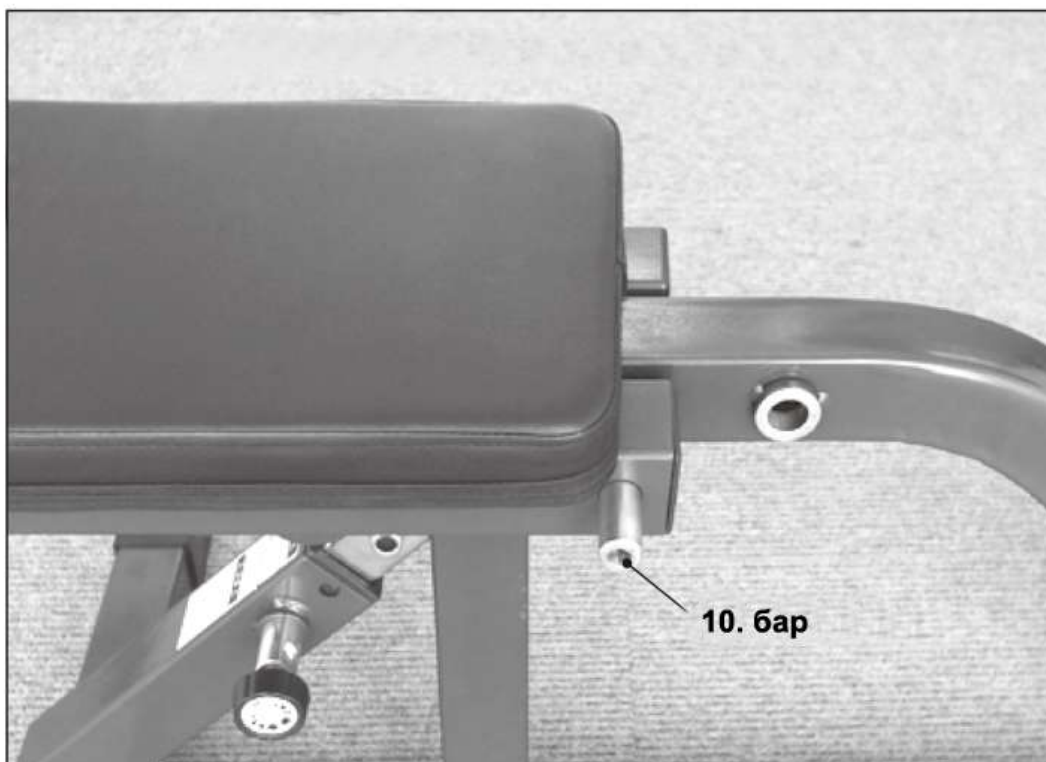
(K) Раму длинной спинки с **(J) Длинной Спинкой** с помощью **⑤ Болта М8 х 65 х 8 ШТ** и **⑥ Шайбы М8 х 8 ШТ**

внимание: полость стержня (10) должна быть установлена правильной стороной



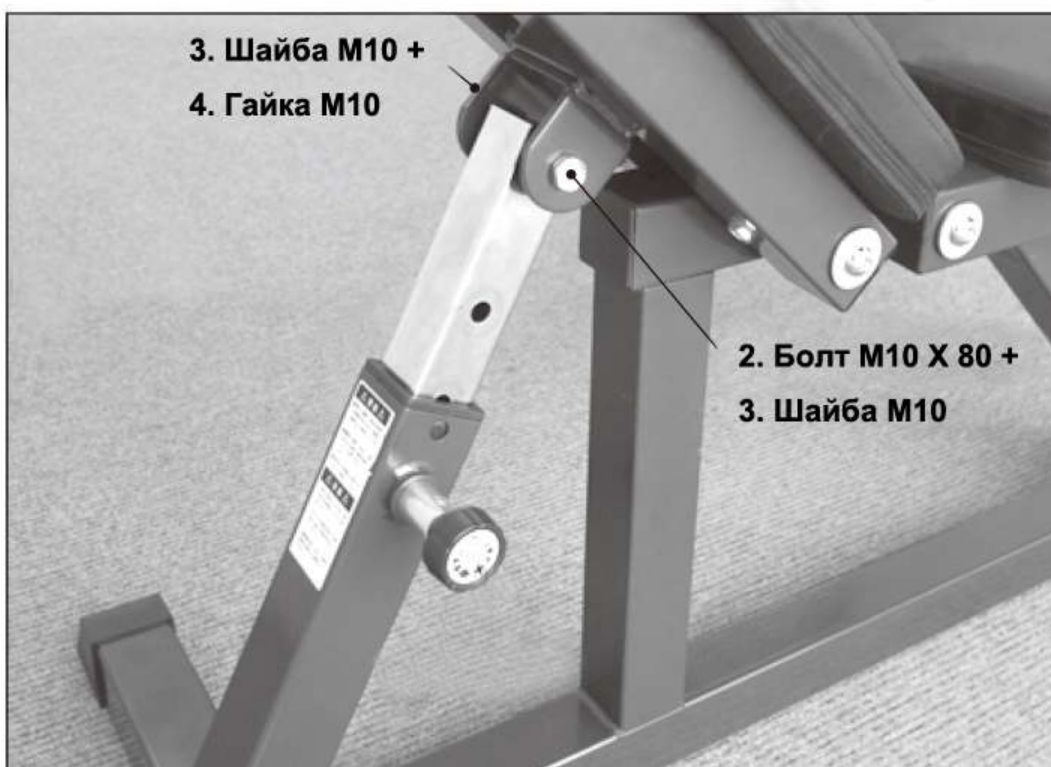
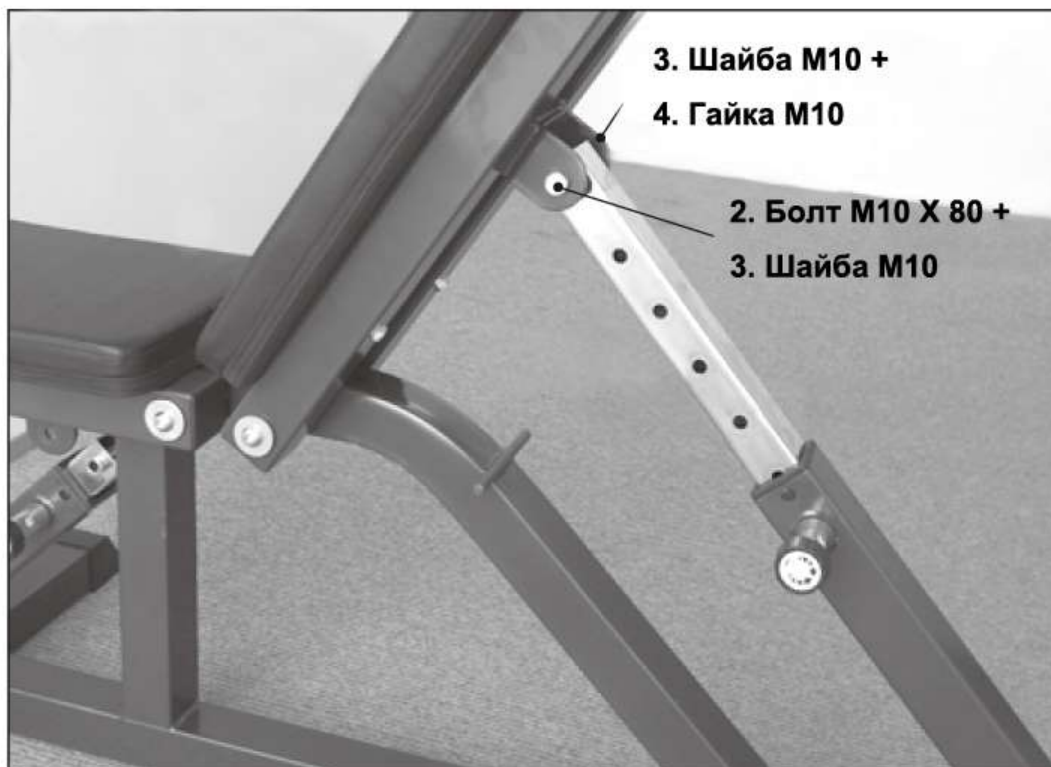
ШАГ 4:

Соедините **(ШАГ 3)** Короткое сиденье и Рамой короткого сиденья вместе с **(ШАГ 2)** основной рамой с помощью **⑩** стержня, **⑧** Болта М10 х 25 х 4 ШТ и **⑨** Шайбы М10 х 4 ШТ



ШАГ 5:

Соедините **(D+E & F+G)** Короткие трубки и Длинные трубки с основной рамой с помощью ② Болта М10 X 80 x 2 ШТ, ③ Шайбы М10 x 4 ШТ, ④ М10 Гайки x 2 ШТ



Поздравляем! Тренажер готов к использованию!

