

Инструкция

Двойной блок регулируемый Inspire FT1 (FT10B)

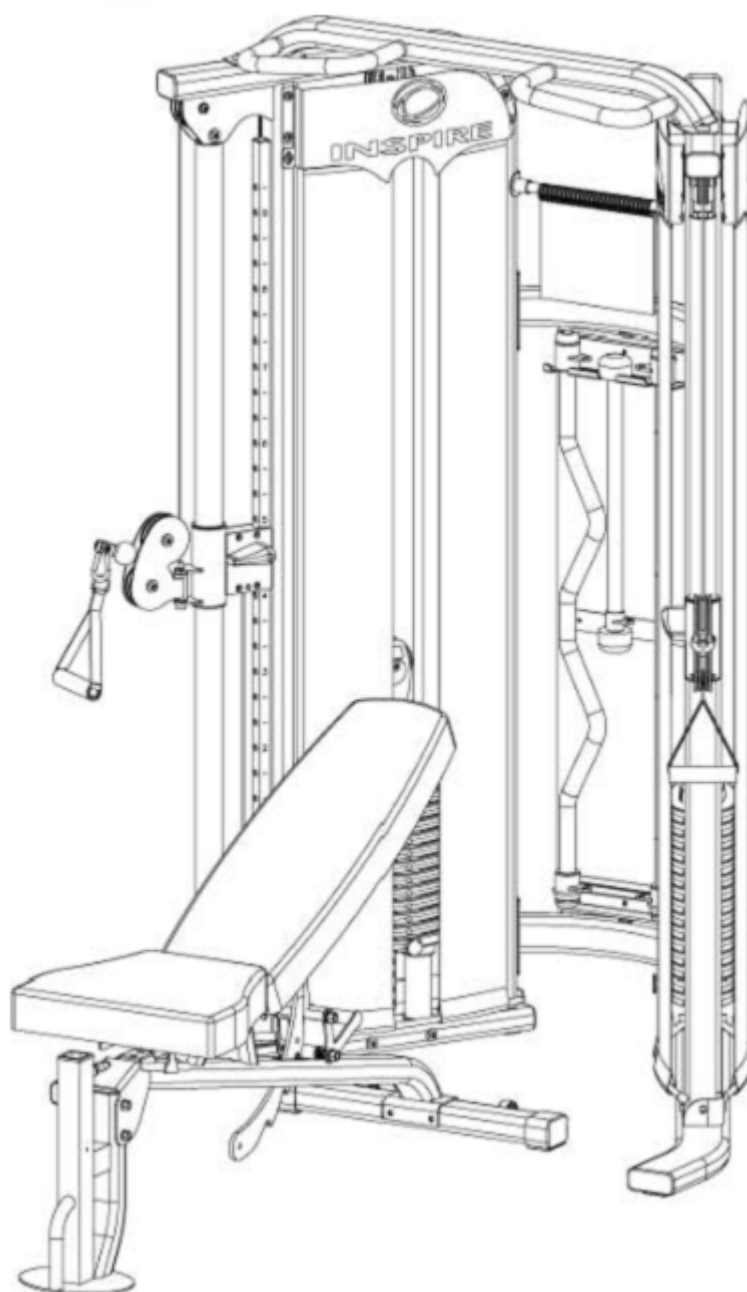
Полезные ссылки:

[Двойной блок регулируемый Inspire FT1 \(FT10B\) - смотреть на сайте](#)

[Двойной блок регулируемый Inspire FT1 \(FT10B\) - читать отзывы](#)

INSPIRE FT1

ИНСТРУКЦІЯ ПО СБОРКЕ І ЕКСПЛУАТАЦІИ



СОДЕРЖАНИЕ

Описание раздела.....	Страница
Перед сборкой.....	1
Важные замечания.....	2
Необходимые инструменты.....	2
Список запасных частей.....	3
Размеры оборудования.....	4
Инструкция по монтажу.....	5-16
Общая схема сборки.....	17
Дополнительная информация по уходу.....	18
График технического обслуживания	19

ПЕРЕД СБОРКОЙ

Прочитайте данную инструкцию перед сборкой и использованием этого тренажера. Данное руководство содержит пошаговые инструкции для правильной сборки.

Используйте список запасных частей, включенных в данное руководство. Если каких либо деталей не хватает, то обратитесь к вашему поставщику.

Обслуживанием вашего тренажера должны заниматься только специалисты сервисной службы. Обслуживание посторонними людьми приведет к потере гарантии. Используйте только оригинальные запчасти Inspire. Использование запчастей других брендов может также привести к потере гарантии. По всем возникающим вопросам обращайтесь в сервисную мастерскую.

ВАЖНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Этот тренажер построен для обеспечения полной безопасности. Тем не менее, определенные меры предосторожности должны выполняться перед каждым использованием тренажера. Обязательно прочтите все руководство перед сборкой или началом тренировки. Обязательно следуйте данным мерам предосторожности:

1. Не пускайте детей и животных к тренажеру. Не оставляйте детей без присмотра в помещении, где находится тренажер.
2. Заниматься на тренажере двум и более людям одновременно запрещено.
3. Если вы почувствовали какие-либо боли в спине и мышцах – обратитесь к врачу.
4. Установите тренажер на ровной, устойчивой поверхности. Не используйте на улице.
5. Не прикасайтесь к подвижным частям тренажера.
6. Используйте специальную одежду и обувь для занятий на тренажере.
7. Используйте тренажер только по прямому назначению.
8. Люди с нарушениями опорно-двигательного аппарата должны пользоваться тренажером только в присутствии специального тренера или лечащего врача.
9. Всегда разминайтесь перед использованием тренажера.
10. Не пользуйтесь тренажером при наличии каких-либо неисправностей.
11. Рекомендуется наличие корректировщика при занятиях на тренажере.
12. Максимальный вес пользователя – 135 кг.

НЕОБХОДИМЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ

Инструменты, требуемые для сборки тренажера: разводной ключ и универсальные ключи. Для сборки тренажера требуется минимум два человека. Не пытайтесь собрать тренажер в одиночку.

Список запчастей

№	Название	Кол-во	№	Название	Кол-во
1	Правая сборная станция	1	33	Правая внешняя табличка логотипа	1
2	Левая сборная станция	1	34	Стержень кожуха крепления	4
3	Верхняя сборная рама	1	35	Панель кронштейна	1
4	Нижняя поперечная	1	36	Рукоять регулировки высоты	2
5	Верхняя поперечная	1	37	Резиновый буфер	4
6	Кронштейн направляющей и кольцевой колпачок	2	38	Пластиковая шайба	2
7	Направляющая	4	39	Крюк	2
8	Кронштейн держателя информационной панели	2	40	M6 x 5/8" болт Аллена	16
9	Держатель информационной панели	1	41	M10 x 3 1/8" болт Аллена	4
10	Стержень селектора	2	42	M10 x 2 3/4" болт Аллена	8
11	Поддерживающая рама для весового стека	4	43	M10 x 1" болт Аллена	4
12	Штырь селектора веса	2	44	M10 x 3/4" болт Аллена	4
13	Груз	30	45	M5 x 3/8" болт Аллена	2
14	Кронштейн верхней опоры	1	46	M8 x 1/2" болт Аллена	1
15	Кронштейн нижней опоры	1	47	∅ 3/4" стопорная шайба	8
16	Верхний кронштейн	1	48	M10 авиационная гайка	8
17	Средний кронштейн	1	49	∅ 7/8 шайба	21
18	Нижний кронштейн	1	50	∅ 1" шайба	28
19	Кронштейн средней опоры	1	51	∅ 3/4" шайба	12
20	Канат	1	52	D-образная шайба	1
21	Рукоять	1	53	#6 гаечный ключ	1
22	Кривой стержень	1	54	#5 гаечный ключ	1
23	Прямой стержень	1	55	#4 гаечный ключ	1
24	Одиночная рукоять	2	56	#17 крестовой ключ	1
25	Ремень для подбородка	1	57	Флип схемы упражнений	1
26	Ремень для лодыжек	1	58	Набор меток сопротивления	2
27	Наружный тканевый кожух	2	59	M8 x 5/8" болт Аллена	20
28	Внутренний тканевый кожух	4	60	∅ 2" панель регулировки натяжения	2
29	Крепление нижнего кожуха	4	61	Шкив	2
30	Левая внутренняя табличка логотипа	1	62	U-образный кронштейн шкива	2
31	Правая внутренняя табличка логотипа	1	63	5-и фунтовый вес	2
32	Левая внешняя табличка логотипа	1			



#50 \varnothing 1" шайба (28 шт.)



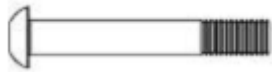
#51 \varnothing 3/4" шайба (12 шт.)



#49 \varnothing 7/8" шайба (21 шт.)



#52 D-образная шайба (1 шт.)



#42 M10 x 2 3/4" болт Аллена (8 шт.)



#43 M10 x 1" болт Аллена (4 шт.)



#40 M6 x 5/8" болт Аллена (16 шт.)



45 M5 x 3/8" болт Аллена (2 шт.)



#46 M8 x 1/2" болт Аллена (1 шт.)



#59 M8 x 5/8" болт Аллена (20 шт.)



#48 M10 авиационная гайка (8 шт.)



#47 \varnothing 3/4" стопорная шайба (4 шт.)



#38 пластиковая шайба (2 шт.)



#12 Штырь селектора веса (2 шт.)



56: #17 крестовой ключ (1 шт.)



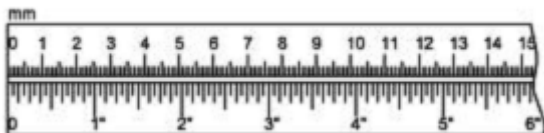
55: #4 гаечный ключ (1 шт.)



54: #5 гаечный ключ (1 шт.)



53: #6 гаечный ключ (1 шт.)

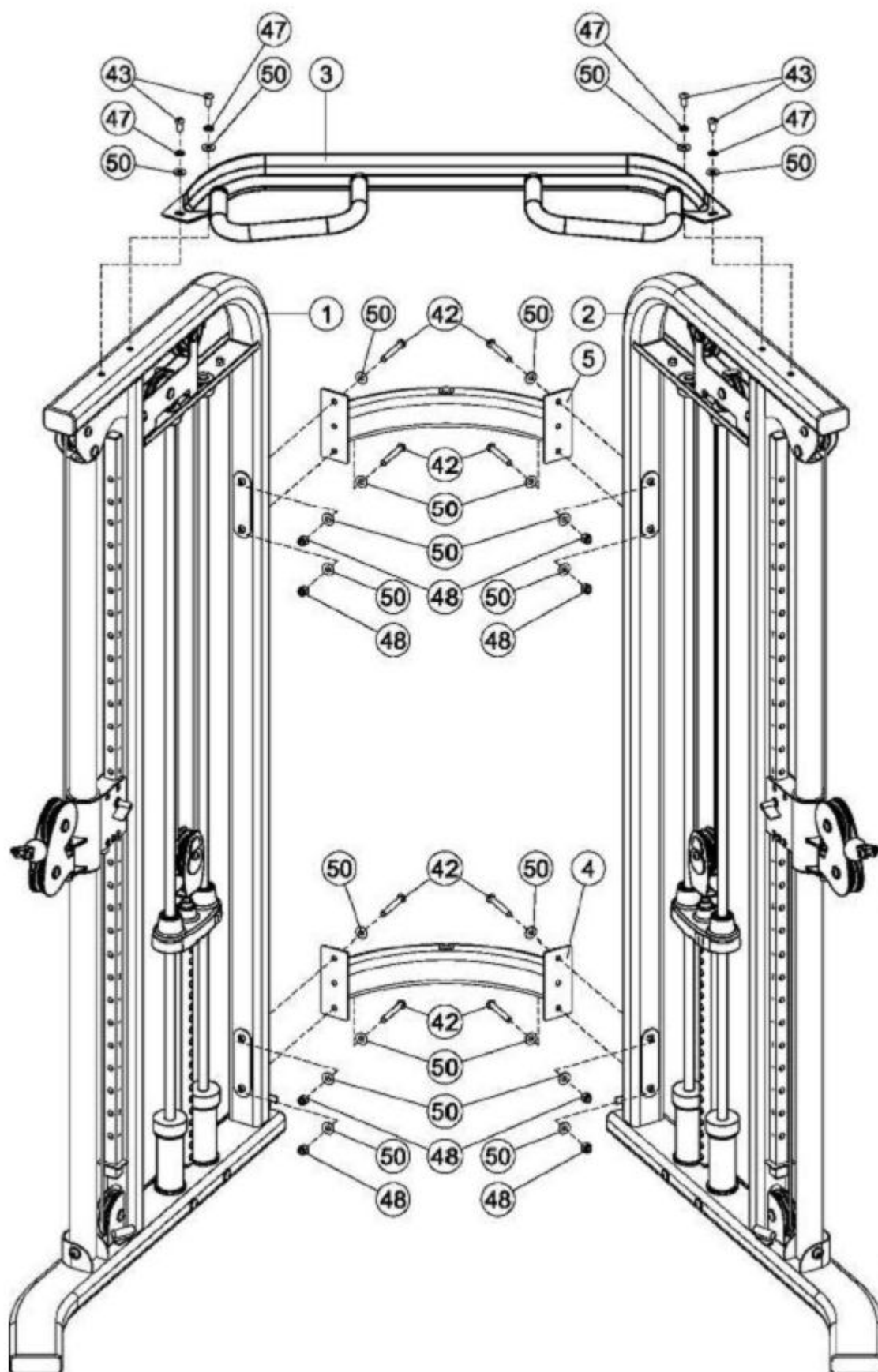


ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНОГО ТРЕНАЖЕРА

ШАГ 1 (См. Диаграмма 1)

- A.) Не затягивайте сильно болты и гайки, пока не будет указание сделать это.
- B) Разместите нижние поперечины (# 4) между правой и левой Станциями (#1 & #2) в середине пролета.
- C) Присоедините один конец нижней поперечины к правой станции. Закрепите двумя М10Х2 3/4" болтами Аллена (# 42), четырьмя \varnothing 1" шайбами (# 50), и двумя М10 гайками (#48). Повторите то же самое с другой стороны.
- D) Повторите шаг B & C, чтобы установить верхнюю поперечину (# 5).
- E) Поместите верхнюю раму (#3) в верхней части правой и левой станций.
- F) Закрепите каждый конец двумя М10х1" болтами Аллена (#43), двумя \varnothing 3/4" пружинными шайбами (#47) и \varnothing 1" шайбами (# 50).
- G) Надежно затяните все болты и гайки установлены.

ДИАГРАММА 1



ШАГ 2 (См. Диаграмма 2)

А) Поднимите стержень селектора (#10) на правой станции (#1) и немного подержите его, чтобы ослабить натяжение тросов. Удалите два М10х3/4” болта Аллена (#44) , \varnothing 3/4” стопорные шайбы (#47), и \varnothing 1” шайбы(#50), которые были предварительно установлены на заводе производителя, чтобы держать Кронштейн направляющей (#6).

В) Отделите две направляющие (#7) от стойки. Удалите Кронштейн направляющей (# 6) из верхней части направляющей.

С) Выньте стержень селектора (#19) из направляющей

Д) Насадите пятнадцать десятифунтовых весов(#13) на Стержень направляющей, пока они не упрутся в резиновые буферы (#37). Убедитесь, что весовой стикер направлен к внутренней части тренажера.

Е) Установите стержень селектора обратно на направляющую. Держите стержень селектора над весовым стеклом, чтобы упростить переустановку стержня селектора и кронштейна.

Ф.) Установите Кронштейн направляющей обратно на направляющую.

Г) Верните направляющую обратно в стойку.

Н) Закрепите кронштейн обратно в раму стойки, используя: два М10х3/4” болта Аллена (#44) , \varnothing 3/4” стопорные шайбы (#47), и \varnothing 1” шайбы(#50).

И.) Опустите стержень селектора вниз на стек веса.

Г) Проверьте все кабели, чтобы убедиться, что они находятся в шкивах.

К) Снимите сопротивления метку сопротивление из набора подобных меток (# 58) и прикрепите к пластинам.

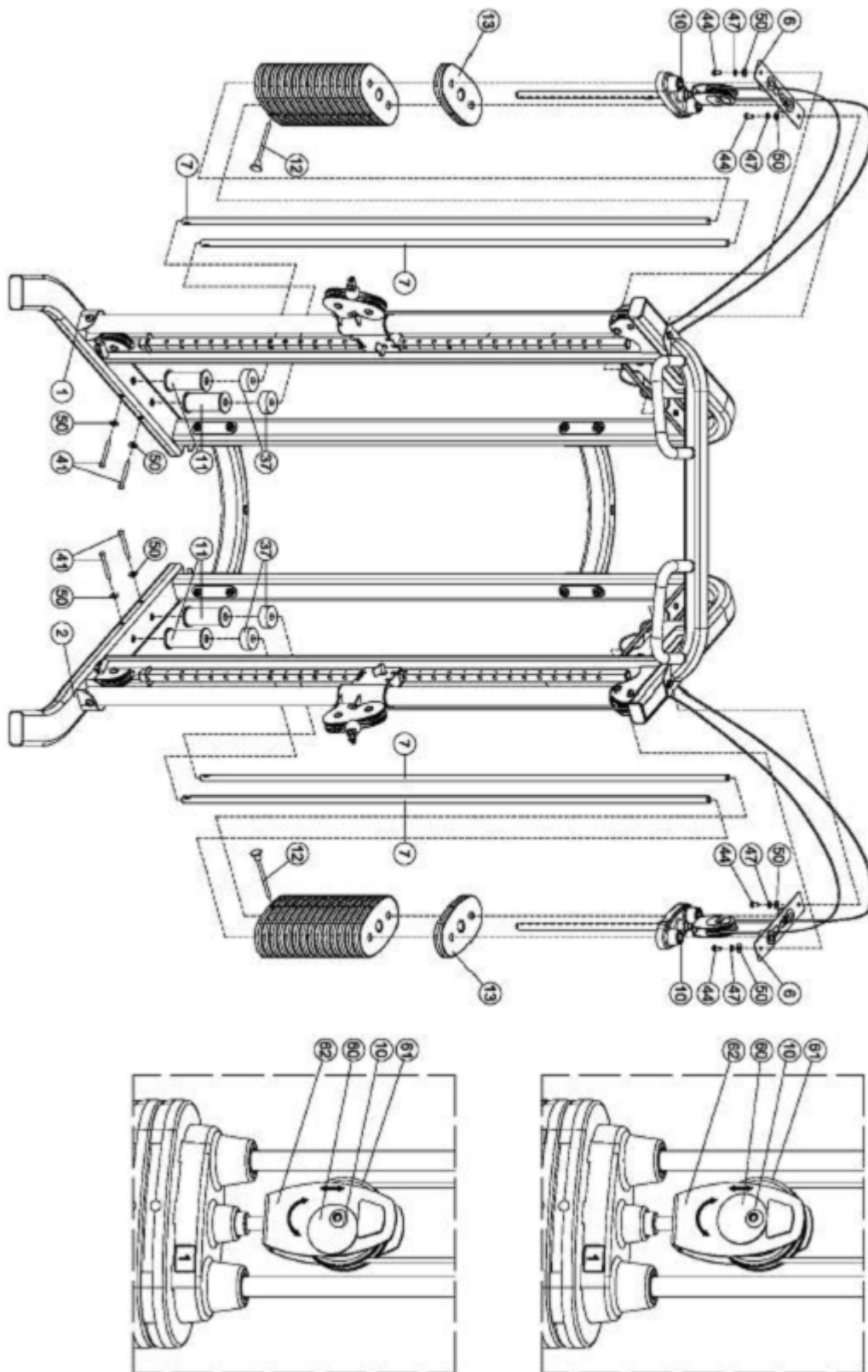
Л) Вставьте штырь селектора веса (#12) в стек веса.

М) Смажьте направляющую специальной смазкой

Н) Если требуется , Отрегулируйте натяжение троса , сначала ослабив болт (#10) , затем поверните корректирующей прижимную планку (#60) по часовой либо против , чтобы переместить Болт и большой шкив (#61) вверх и вниз вдоль открытого трека внутри U -образного Кронштейна шкива (#62). Как только желаемое напряжение достигается, надежно затяните Болт (#10) назад.

О) Повторите процедуру от А до N для установки весов на левой сборной станции (# 2) .

Диаграмма 2



Шаг 3 (См. Диаграмма 3)

А) Наденьте пластмассовую шайбу (#38) на ось на Кронштейне верхней опоры (# 14). Вставьте ось через верхнюю поперечную (#5) снизу. Закрепите одним М8х1/2” болт Аллена (# 46), одной \varnothing 7/8 шайба (# 49), и одной D-образной шайбой (# 52).

В) Наденьте пластмассовую шайбу (# 38) на ось на Кронштейне нижней опоры (# 15). Вставьте ось в Нижнюю поперечную (# 4) сверху.

С) Не затягивайте пока винты.

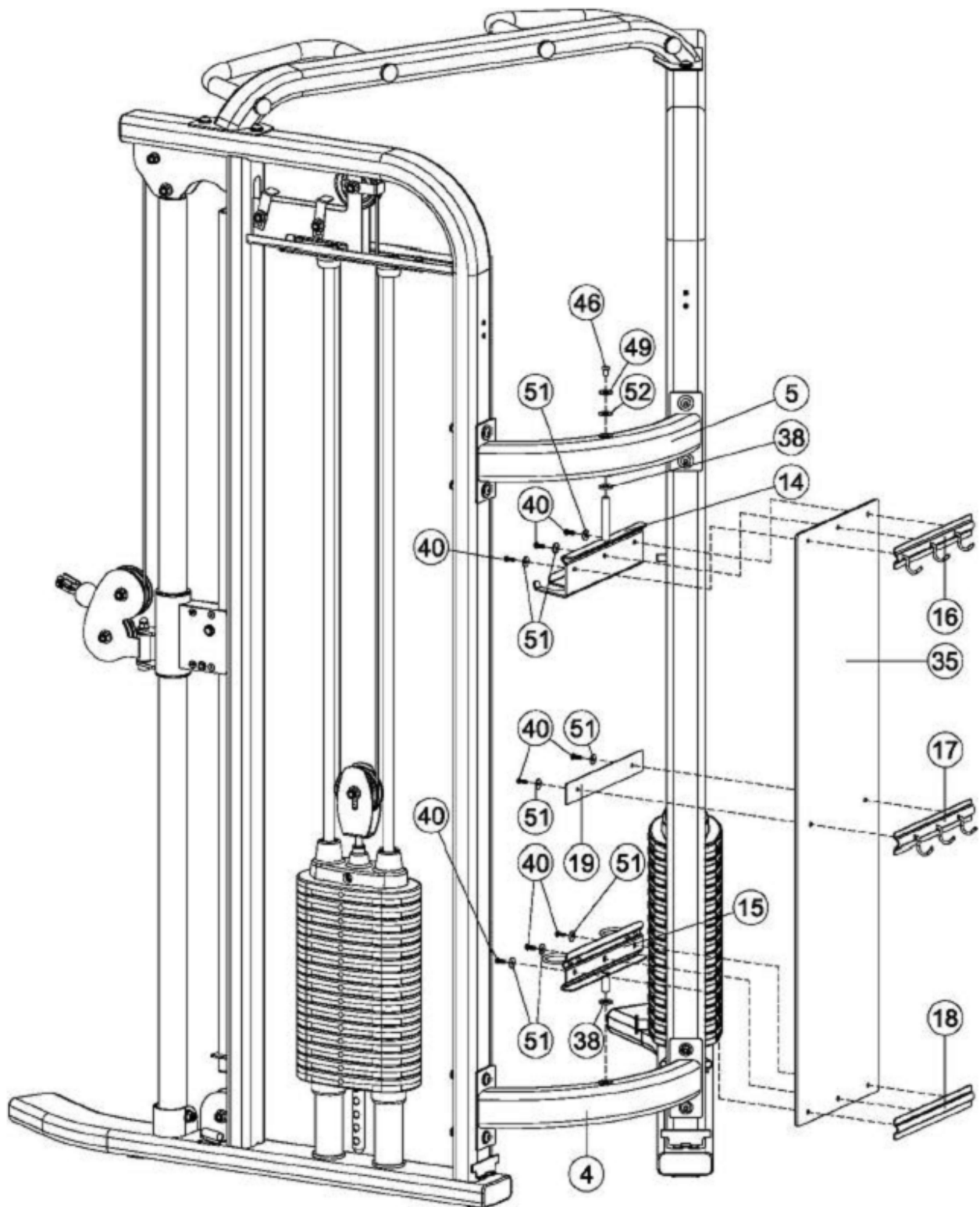
Д) Присоедините Панель кронштейна (#35) к Кронштейну верхней опоры. Прикрепите верхний кронштейн (# 16) к панели кронштейна. Совместите отверстия. Закрепите их, используя: три М6 х 5/8” болта Аллена (#40) и \varnothing 3/4” стопорная шайба (#47).

Е) Повторите шаг Д для установки Нижнего кронштейна (# 18).

Ф) Прикрепите Кронштейн средней опоры (# 19) и Средний кронштейн (# 17) к панели кронштейна с каждой стороны. Совместите отверстия, соедините их, используя: два М6х5/8” болта Аллена (# 40) и \varnothing 3/4” шайба (#51).

Г) Надежно затяните все болты.

Диаграмма 3



Шаг 4 (См. Диаграмма 4)

Начните с правой стороны тренажера.

А) Натяните две панели Внутреннего тканевого кожуха (#28) на Стержень кожуха крепления (#34), так, чтобы швы были лицом внутрь. Прикрепите Стержень кожуха крепления (# 34) к внутренней верхней раме, как показано на рисунке, используя два М8х5/8” болта Аллена (#59) и \varnothing 7/8 шайбы (#49).

В) Наденьте Крепление нижнего кожуха (#29) через нижние петли двух Внутренних тканевых кожухов (#28) в стадии А. Прикрепите Крепление нижнего кожуха (#29) в раму, сдвинув один конец в отверстие рамы. Другой конец защелкните под зубчатый фланец и присоедините одним 6х5/8” болтом Аллена (#40).

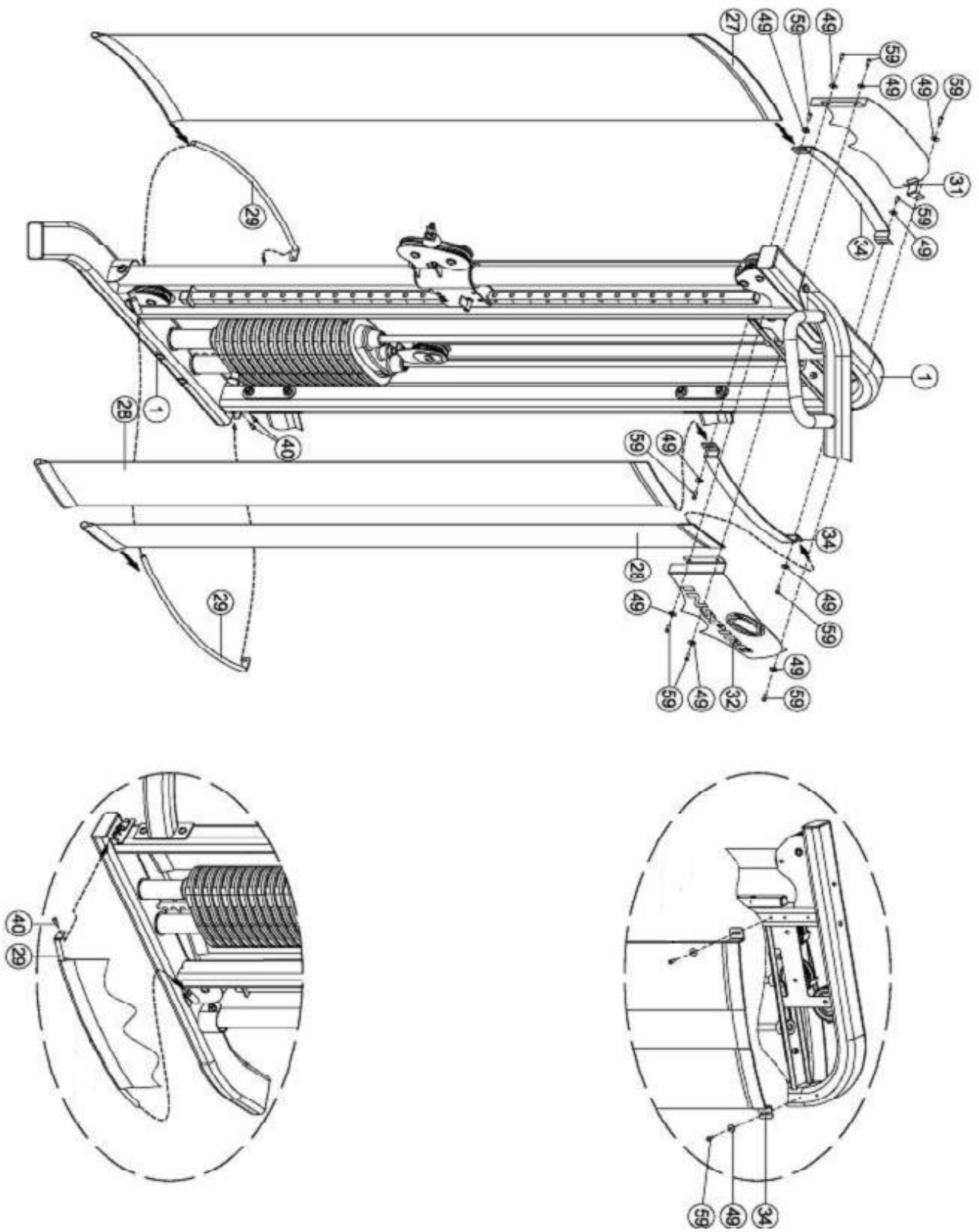
С) Присоедините правую внешнюю табличку логотипа (# 32), как показано на рисунке, с помощью трех М8х5/8” болтов Аллена (#59) и трех \varnothing 7/8 шайб (#49).

Д) Наденьте наружный тканевый кожух (#27) на Плащаницы горы Бар, так, чтобы швы были лицом вовнутрь. Прикрепите Стержень кожуха крепления (#34) к наружной части верхней рамы, как показано на рисунке, с использованием двух М8х5/8” болтов Аллена (#59) и двух \varnothing 7/8 шайб (#49). Обратите внимание: концы Стержня кожуха крепления имеют слоты. Обязательно установите болты в центре слотов и полностью затяните.

Е) Наденьте Крепление нижнего кожуха (#29) через нижнюю петлю Внешнего тканевого кожуха (#29) в стадии D. Прикрепите Крепление нижнего кожуха (#29) в раму, сдвинув один конец в отверстие рамы. Другой конец защелкните под зубчатый фланец и присоедините одним 6х5/8” болтом Аллена (#40).

Ф.) Повторите шаги А-Е, чтобы установить кожухи с левой стороны тренажера.

Диаграмма 4



Шаг 5 (См. Диаграмма 5)

А.) Присоедините один Кронштейн информационной панели (#8) к правой Станции (#1). Закрепите двумя М6х5/8" болтами Аллена (# 40) и \varnothing 3/4" шайбами (#51). Не затягивайте болты.

В) Вставьте Флип схемы упражнений (#57) в держатель информационной панели (# 15).

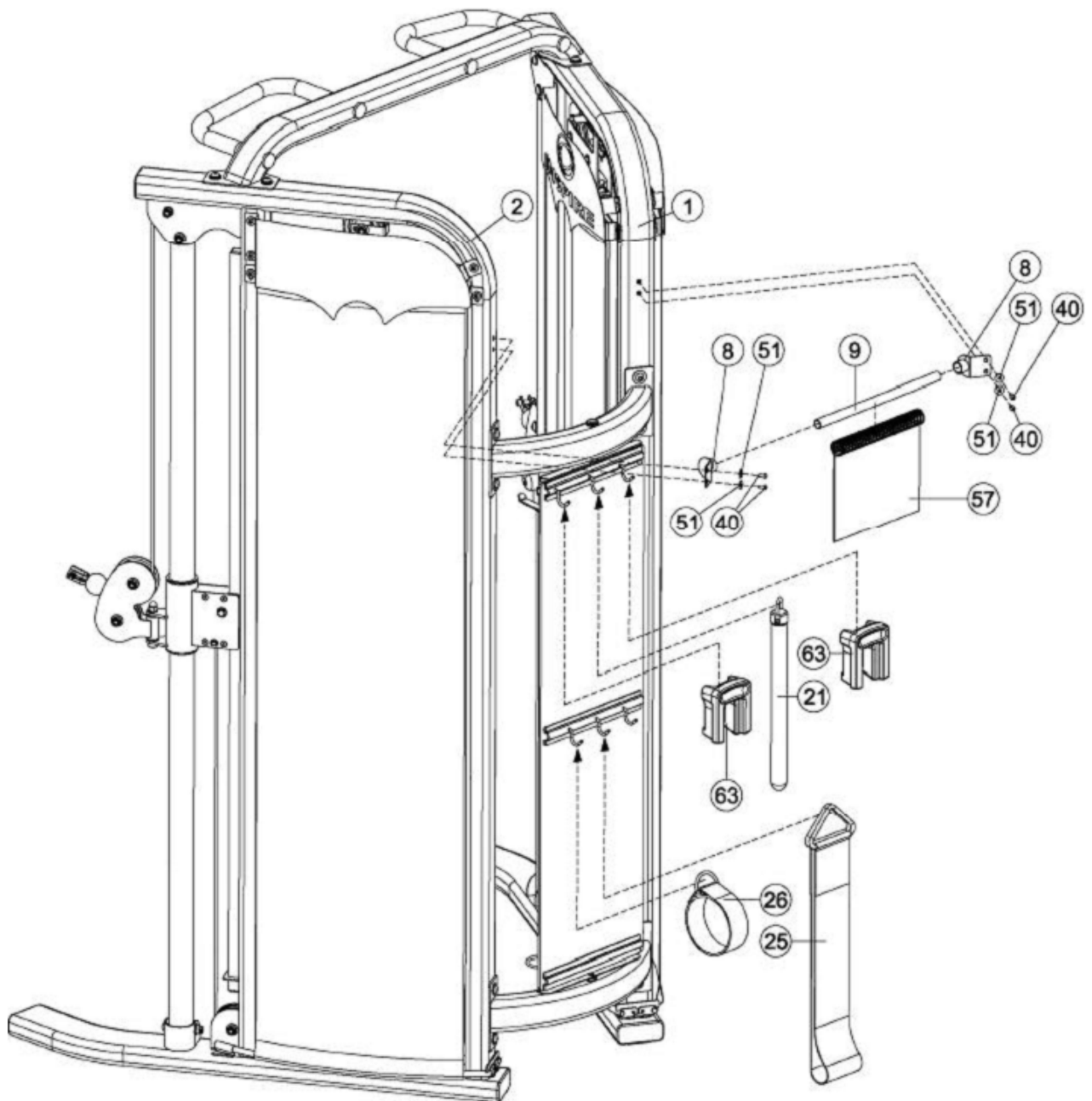
С) Присоедините держатель (# 15) к кронштейну (# 8).

Д) Закрепите другой кронштейн (#) к левой станции (#2) двумя М6х5/8" болтами Аллена (# 40) и \varnothing 3/4" шайбами (#51)

Е) Надежно затяните все болты.

Ф) Повесьте рукоять(# 21), 5 фунтов дополнительных весов (# 63), пояс подбородка (# 25) и ремень лодыжек (#26) на Верхний и Средний держатели.

Диаграмма 5



Шаг 6 (См. Диаграмма 6)

А) Присоедините Рукоять регулировки высоты (# 36) к сборному стержню селектора (# 10) на держателе шкива (#8), не видимом на диаграмме. Закрепите одним М5х3/8" болтом Аллена (# 45). Повторите ту же самую процедуру установки с другой стороны.

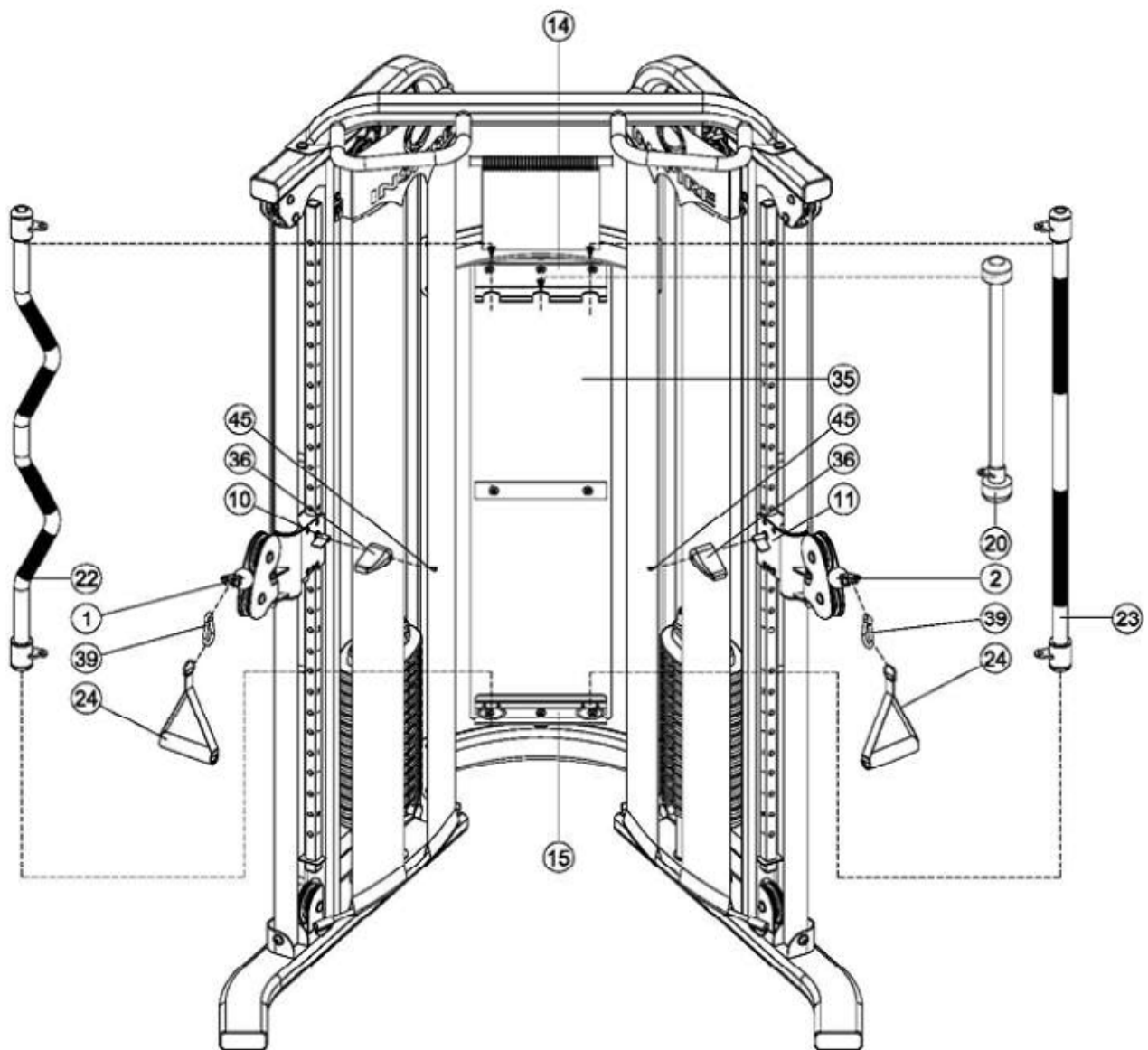
В) Присоедините одиночную рукоять (#24) к тросу (# 2) на правой Станции (№ 1) с пружинным зажимом (# 39). Повторите ту же самую процедуру установки с другой стороны.

С) Замените одиночную рукоять на ремень для лодыжек (# 6) или спортивную рукоять (#21) для различных упражнений.

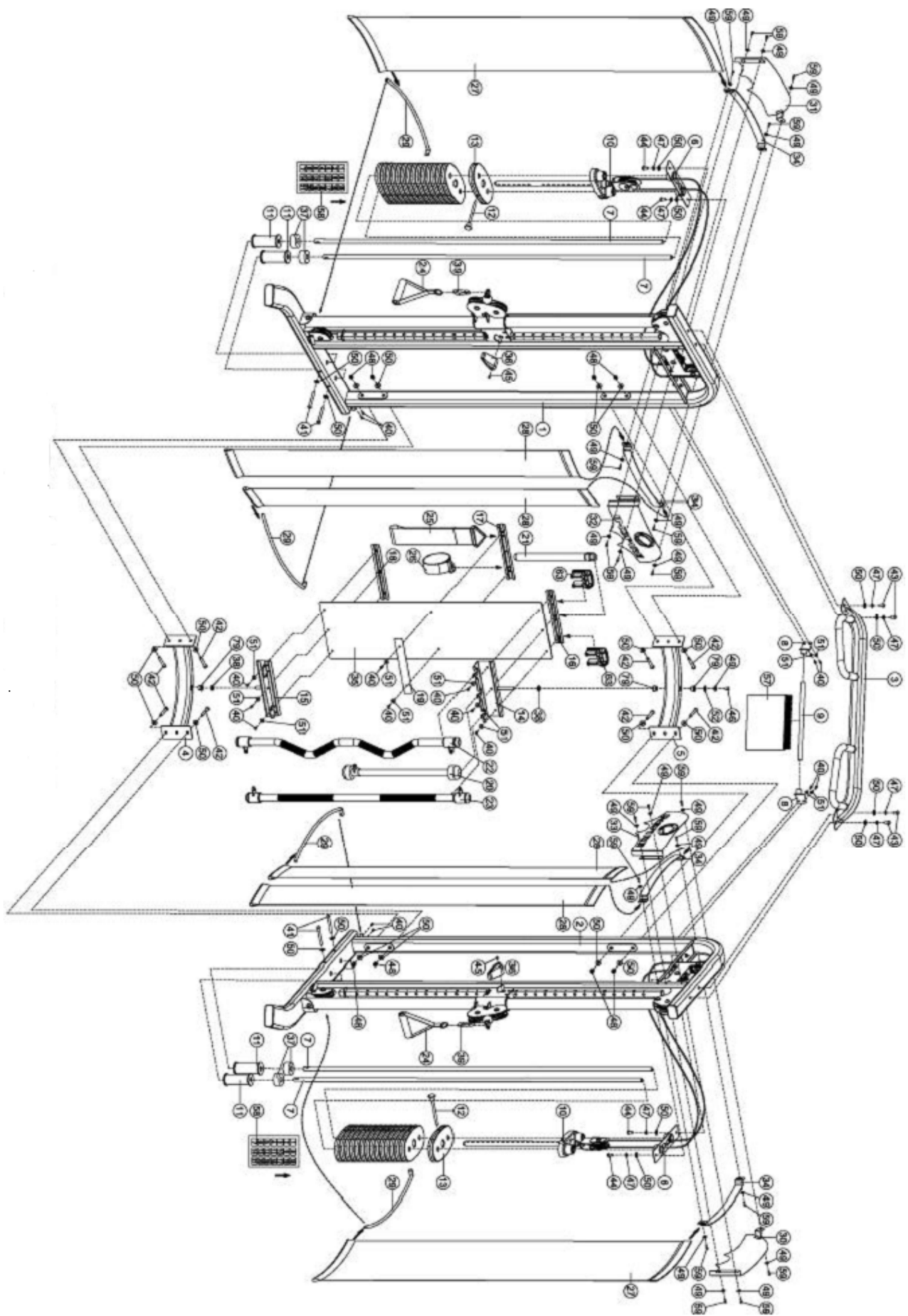
Д) Поднимите Рукоять регулировки высоты (#36) и продвиньте держатель шкива (# 8) вдоль опорной рамы держателя шкива до выбранного уровня. Отпустите ручку, чтобы зафиксировать держатель шкива в данном положении.

Е) Наденьте кривой стержень (#22), прямой стержень (#23) и канат (#20) на верхний и нижний кронштейны опоры (# 14) и (# 15).

Диаграмма 6



РАЗБИТАЯ ДИАГРАММА



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО УХОДУ

Внимание: НЕ устанавливайте пенополистирола или печатные материалы на ортопедические подушки сиденья. Со временем она может прилипнуть к контактным площадкам и испортить поверхность.

Не оставляйте вещи, сидя на ортопедических колодок сидений, эти колодки есть специальная плотность, которая принимает форму объектов и малых объектов оставят отпечатки на поверхности, что может занять некоторое время, чтобы выйти.

- Осматривайте трос на разного рода повреждения.
- Тросы заменяйте сразу же при первых признаках изношенности. Не используйте оборудование, пока тросы не будут заменены.
- Проверяйте все болты для троса, чтобы они были надежно прикреплены.
- Следите, чтобы трос не был ослаблен, перетяните трос.
- Регулярно проверяйте части на признаки износа или повреждений.
- Не храните и не используйте тренажер на улице.
- Проверяйте все болты и гайки. Подкручивайте их при необходимости.
- Периодически подкручивайте все части, чтобы они не ослабевали.
- Заменяйте поврежденную обивку.
- Ознакомьтесь со всеми предупредительными таблички на вашем тренажере.
- Периодически протирайте направляющие сухой тряпкой.

