Инструкция

Машина Смита Protrain HC-SM680C

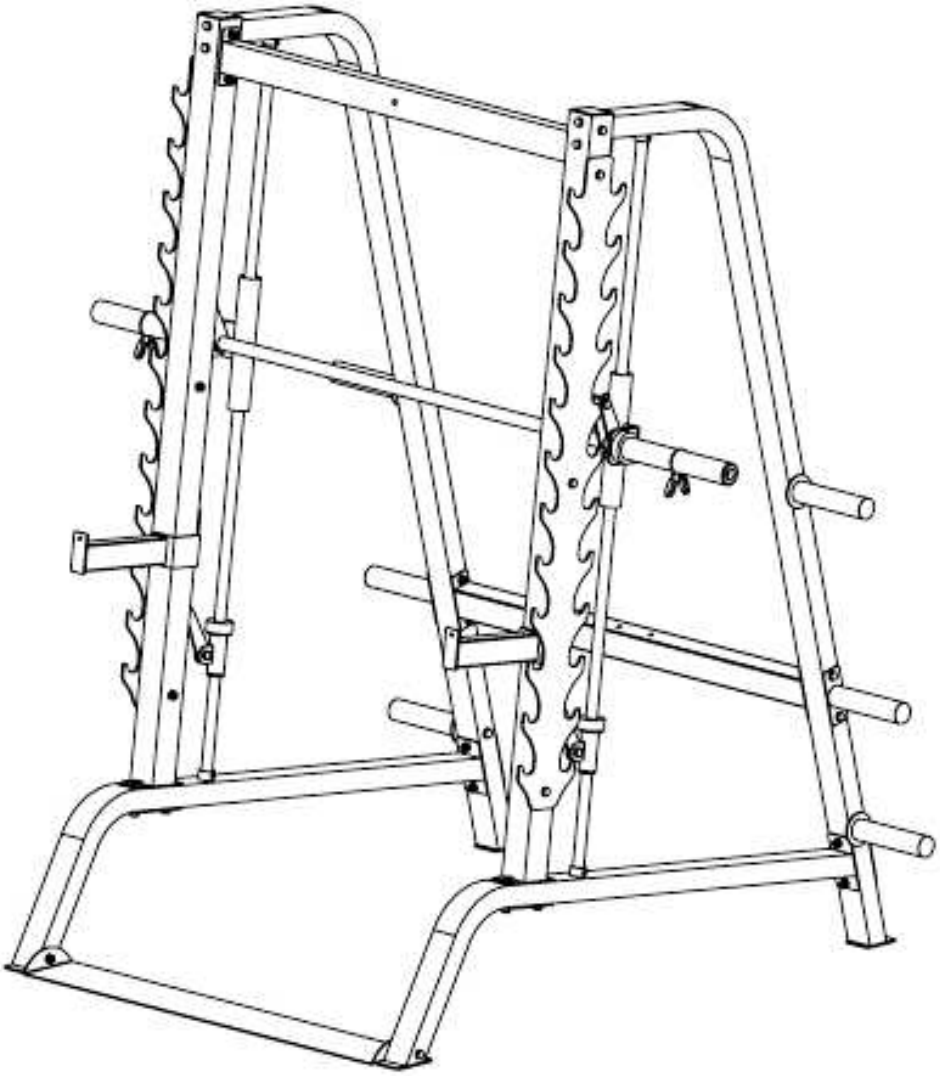
Полезные ссылки:

Машина Смита Protrain HC-SM680C - смотреть на сайте

Машина Смита Protrain HC-SM680C - читать отзывы

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

МАШИНА СМИТА
Модель #: HC-SM680C



⚠ Внимание: перед использованием оборудования ознакомьтесь со всеми инструкциями и предупреждениями. Сохраните данное руководство.

Инструкции по сборке

Перед началом сборки

Данное оборудование создано для безопасного использования. Перед началом сборки и использования данного оборудования необходимо ознакомиться с инструкцией. Обратите внимание на следующие меры безопасности:

1. Не разрешайте детям и домашним животным подходить близко к оборудованию. Не оставляйте детей без присмотра в помещении, где находится оборудование.
2. Только один человек может заниматься на оборудовании.
3. Если пользователь почувствовал головокружение, тошноту, боль в груди или другие опасные симптомы, необходимо немедленно ОСТАНОВИТЬ занятия. И ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ.
4. Располагайте оборудование на чистой ровной поверхности. НЕ используйте тренажер возле воды или на улице.
5. Держите руки подальше от движущихся частей.
6. Всегда надевайте подходящую одежду на занятия. НЕ носите слишком широкую и длинную одежду, или любую другую, которая может попасть в оборудование.
7. Используйте оборудование только по прямому назначению, указанному в руководстве. НЕ используйте не рекомендованные производителем дополнительные части.
8. Перед началом занятий всегда проводите разминку и упражнения на растяжку.
9. Не занимайтесь на оборудовании, если оно неисправно.

Необходимые инструменты

Необходимые инструменты: Комплект торцевых ключей / гаечных ключей
Разводной ключ / серповидный гаечный ключ
Резиновый молот / мерная лента/ крестовая отвертка

ДЛЯ СБОРКИ НЕОБХОДИМО, КАК МИНИМУМ, ДВА ЧЕЛОВЕКА

Внимание: данный продукт предназначен только для домашнего использования!

Использование данного продукта в коммерческих целях аннулирует гарантию и может привести к серьезным травмам и смерти!

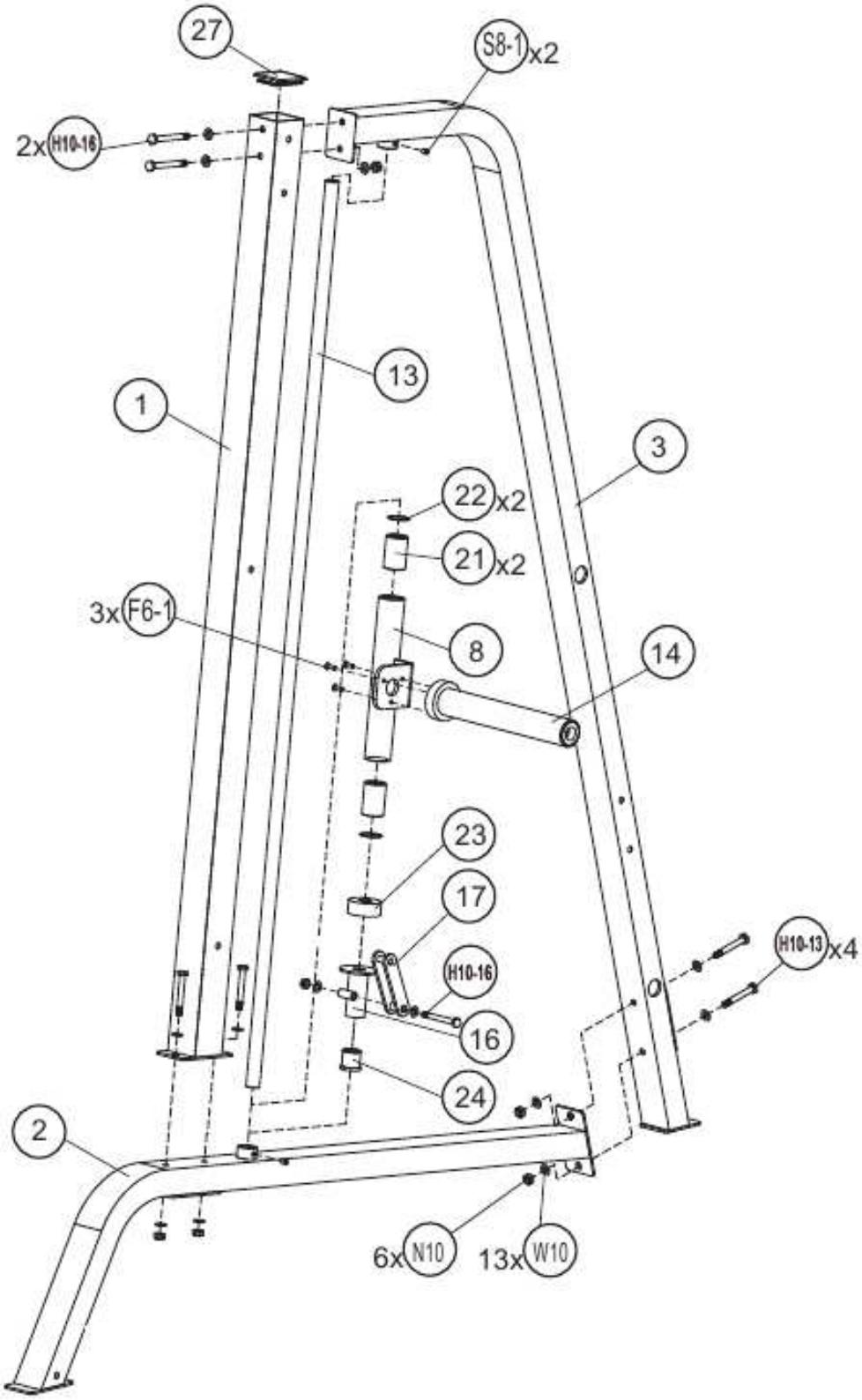
Инструкции по сборке

Шаг 1 - Список частей и креплений

№ п/п	Описание	К-во	Примечание
1	Передняя стойка	2	
2	Нижняя рама	2	
3	Задняя правая рама	1	
4	Задняя левая рама	1	
8	Правый кожух подшипника	1	
9	Левый кожух подшипника	1	
13	Передняя направляющая штанга	2	
14	Штуцер грифа олимпийской штанги	2	
16	Держатель грифа олимпийской штанги	2	
17	Предохранительный крюк	2	
21	Направляющая качения	4	Предсборка
22	Стопорное кольцо	4	Предсборка
23	Резиновый амортизатор	2	
24	Штуцер держателя балки	2	Предсборка
27	Внутренний колпачок F70x70мм	2	
F6-1	Болт с плоской головкой M6x16мм	6	
S8-1	Винтовая группа M8x10мм	4	
H10-13	Болт с шестигранной головкой M10x75мм	8	
H10-16	Болт с шестигранной головкой M10x90мм	6	
W10	Шайба M10	26	
N10	Гайка M10	12	

Инструкции по сборке

ШАГ 1



Примечание: 1. Затяните болт (F6-1) с помощью крестовой отвертки;
2. Таким же образом соберите вторую сторону.

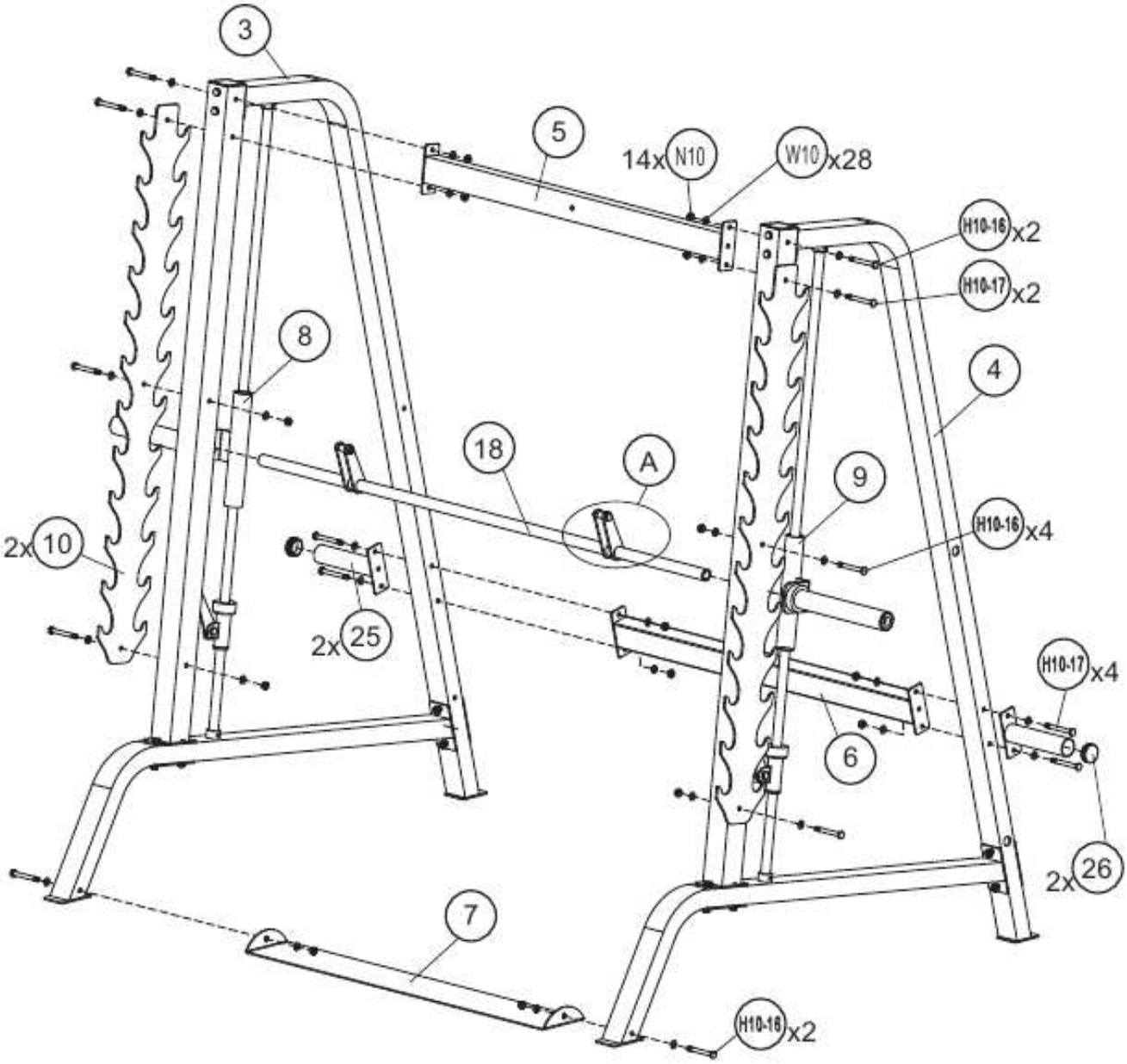
Инструкции по сборке

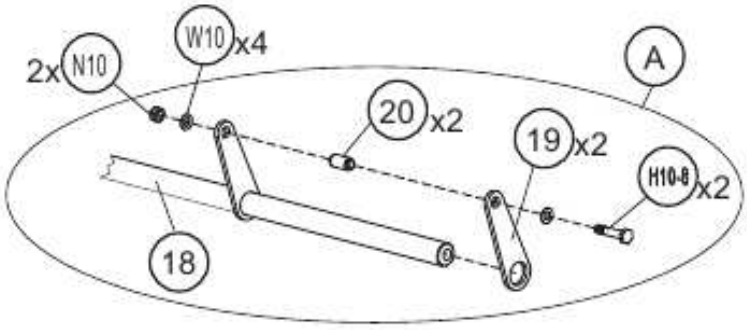
Шаг 2 - Список частей и креплений

№ п/п	Описание	К-во	Примечание
5	Верхняя поперечная рама	1	
6	Нижняя поперечная рама	1	
7	Подножка	1	
10	Держатель штанги	2	
18	Гриф штанги	1	
19	Пластина грифа штанги	2	
20	Втулка грифа штанги	2	
25	Коннектор нижней поперечной тяги	2	
26	Внутренний колпачок диам. 48мм	2	Предсборка
H10-8	Болт с шестигранной головкой M10x50мм	2	
H10-16	Болт с шестигранной головкой M10x90мм	8	
H10-17	Болт с шестигранной головкой M10x95мм	6	
W10	Шайба M10	32	
N10	Гайка M10	16	

Инструкции по сборке

ШАГ 2





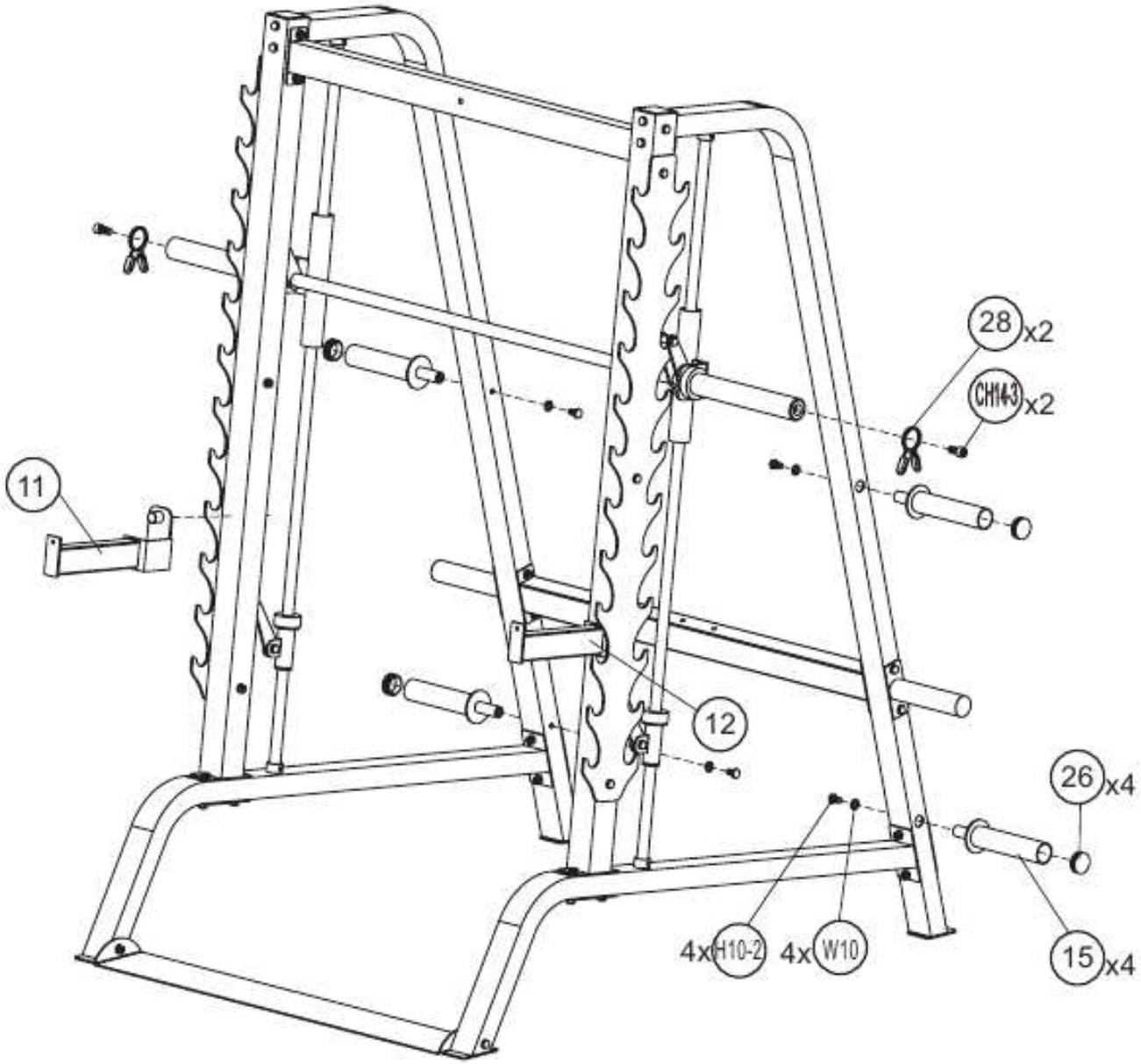
Инструкции по сборке

Шаг 3 - Список частей и креплений

№ п/п	Описание	К-во	Примечание
11	Правая подставка-предохранитель	1	
12	Левая подставка-предохранитель	1	
15	Держатель дисков	4	
26	Внутренний колпачок диам. 48мм	2	Предсборка
28	Большой олимпийский пружинящий зажим	2	
CH14-3	Болт с цилиндрической головкой M14x25мм	2	
H10-2	Болт с шестигранной головкой M10x20мм	4	
W10	Шайба M10	4	

Инструкции по сборке

ШАГ 3



Инструкции по сборке

Список частей и креплений

№ п/п	Описание	К-во	Примечание
1	Передняя стойка	2	
2	Нижняя рама	2	
3	Задняя правая рама	1	
4	Задняя левая рама	1	
5	Верхняя поперечная рама	1	
6	Нижняя поперечная рама	1	
7	Подножка	1	
8	Правый кожух подшипника	1	
9	Левый кожух подшипника	1	
10	Держатель штанги	2	
11	Правая подставка-предохранитель	1	
12	Левая подставка-предохранитель	1	
13	Передняя направляющая штанга	2	
14	Штуцер грифа олимпийской штанги	2	
15	Держатель дисков	4	
16	Держатель грифа олимпийской штанги	2	
17	Предохранительный крюк	2	
18	Гриф штанги	1	
19	Пластина грифа штанги	2	
20	Втулка грифа штанги	2	
21	Направляющая качения	4	Предсборка
22	Стопорное кольцо	4	Предсборка
23	Резиновый амортизатор	2	
24	Штуцер держателя балки	2	Предсборка
25	Коннектор нижней поперечной тяги	2	
26	Внутренний колпачок диам. 48мм	6	Предсборка
27	Внутренний колпачок F70x70мм	2	
28	Большой олимпийский пружинящий зажим	2	
F6-1	Болт с плоской головкой M6x16мм	6	
S8-1	Винтовая группа M8x10мм	4	
CH14-3	Болт с цилиндрической головкой M14x25мм	2	
H10-2	Болт с шестигранной головкой M10x20мм	4	
H10-8	Болт с шестигранной головкой M10x50мм	2	
H10-13	Болт с шестигранной головкой M10x75мм	8	
H10-16	Болт с шестигранной головкой M10x90мм	14	
H10-17	Болт с шестигранной головкой M10x95мм	6	
W10	Шайба M10	62	
N10	Гайка M10	28	