

Инструкция

Трицепс сидя Protrain V8-508-200

Полезные ссылки:

[Трицепс сидя Protrain V8-508-200 - смотреть на сайте](#)

[Трицепс сидя Protrain V8-508-200 - читать отзывы](#)

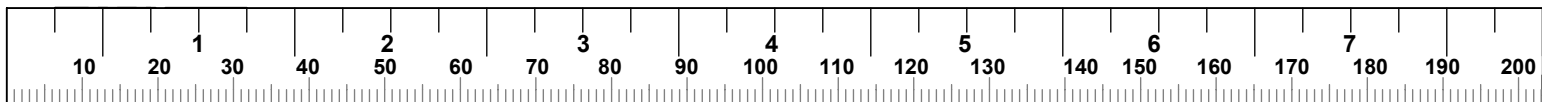


ТРИЦЕПС МАШИНА

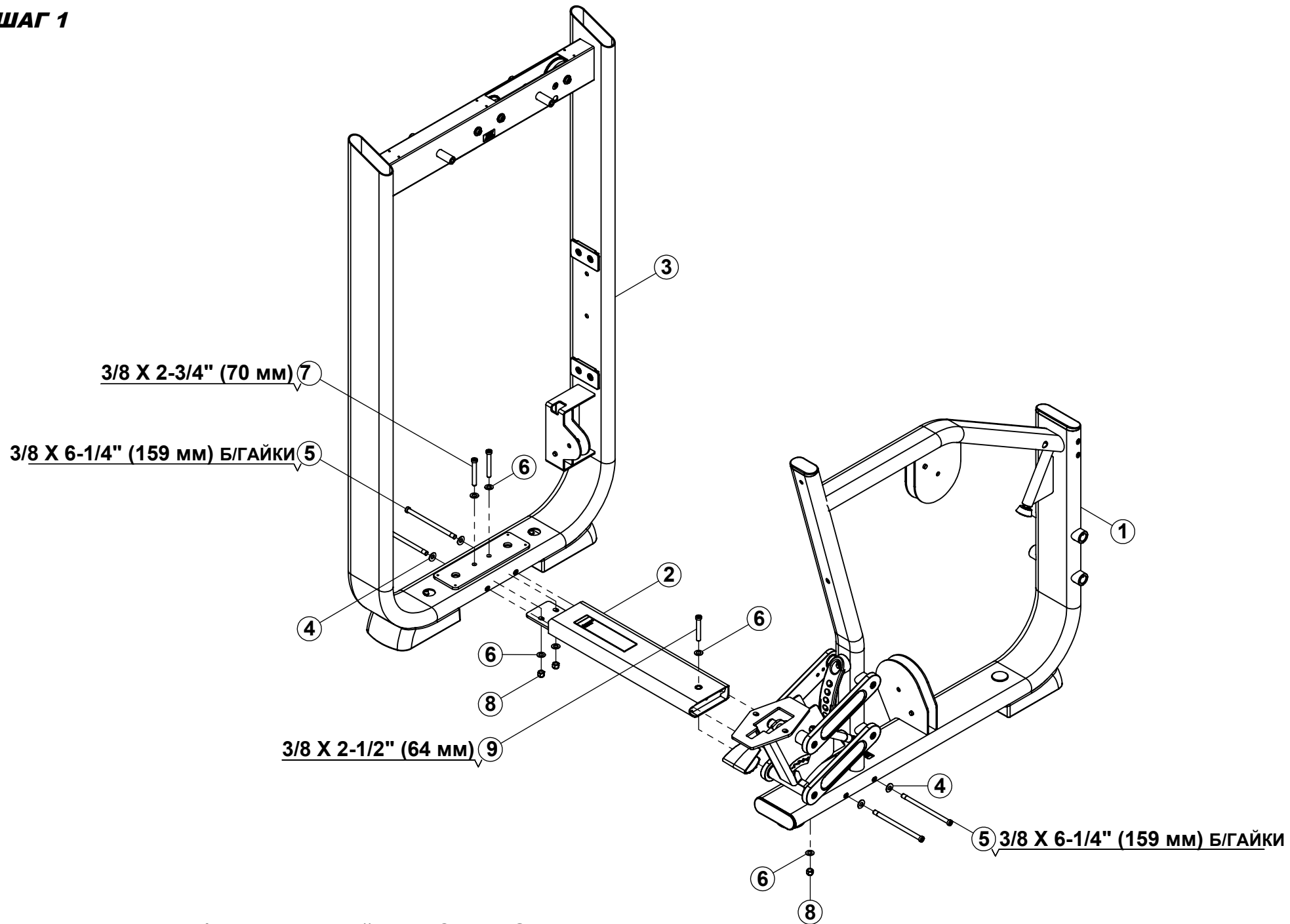
Руководство по сборке

ПАРТИЯ #: 5290901-B

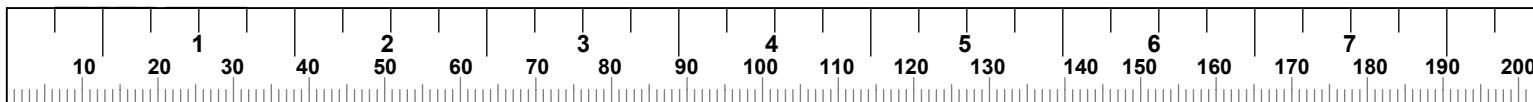
НОМЕР	КОЛ-ВО	КОД ДЕТАЛИ	ОПИСАНИЕ	НОМЕР	КОЛ-ВО	КОД ДЕТАЛИ	ОПИСАНИЕ
1	1	5299701-C	РАМА	33	2	5098201	АМОТИЗАТОР ПОД ГРУЗОБЛОК
2	1	52282РА-А	НИЖНЯЯ СОЕДИНЯЮЩАЯ РАМА	34	1	2002801	СТОПОРНАЯ Е-ОБРАЗНАЯ ШАЙБА, НАРУЖНАЯ, внутр. диам. 8 мм
3	1	52278РА-В	СТОЙКА ДЛЯ ГРУЗОБЛОКА	35	1	5282301-А	ШТЫРЕВОЙ ФИКСАТОР
4	6	2003001	ИЗОГНУТАЯ ШАЙБА 3/8" SAE	36	1	5224601-А	РЕМЕНЬ
5	6	2006424	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 6-1/4" (159 мм) БЕЗ ГАЙКИ	37	1	52245РА-А	РЕМЕННОЙ ШКИВ 4.5, 90°
6	40	2001101	ПЛОСКАЯ ШАЙБА 3/8, SAE СТ ЦИНК	38	1	5248401-А	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА, внеш. диам. 16 X внутр. диам. 10.1 X 36
7	7	2005410	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 2-3/4" (70 мм)	39	2	5248501-А	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА, ФЛАНЕЦ 16.2 X 10.1 X 6
8	18	2001201	СТЯГИВАЮЩАЯ ГАЙКА 3/8-16 СТ ЦИНК	40	2	5208201-А	ПЛАНКА, ФИКСИРУЮЩАЯ РЕМЕНЬ
9	3	2005409	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 2-1/2" (64 мм)	41	2	2005404	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 1-1/4" (32 мм)
10	1	5229301-А	ВЕРХНЯЯ СОЕДИНЯЮЩАЯ РАМА	42	1	5231701-В	ТРОС
11	1	5221401-А	ПЛИТА 50 X 155 X 4 мм	43	1	5297701	МАРКИРОВКА ГРУЗОБЛОКА, 15LBS (7 кг)
12	2	5229001-А	ОСЬ ПОВОРОТНОГО РЫЧАГА	44	6	5214601-С	КРЫШКА ШКИВА, диам. 152 мм
13	2	52305РА-А	ВТОРАЯ ЧАСТЬ ПОВОРОТНОГО РЫЧАГА	45	6	5217601-А	РЕЗИНОВАЯ КОЛЬЦЕВАЯ ПРОКЛАДКА, внутр. диам. 19 X внеш. диам. 25 X 3
14	4	5208901	КРЫШКА	46	6	5216301-А	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА, ФЛАНЕЦ 16.2 X 10.2 X 7.5
15	4	2003501	ФИКСИРУЮЩИЙ ВИНТ 5/16-18 X 5/16"	47	1	5212801-С	ПЕРЕДНИЙ ЗАЩИТНЫЙ ЭКРАН, ПРАВЫЙ
16	4	2006403	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 1" (25 мм) БЕЗ ГАЙКИ	48	1	5212901-В	ПЕРЕДНИЙ ЗАЩИТНЫЙ ЭКРАН, ЛЕВЫЙ
17	2	52295РА	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ ПОВОРОТНОГО РЫЧАГА	49	4	5213201	КРОНШТЕЙН, внутр. диам. 19 мм
18	4	5226701-А	ШКИВ 4-1/2 X 1 X 1/4"	50	4	2005405	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 1-1/2" (38 мм)
19	1	5248301-А	УПОР ОСИ	51	1	5216401-А	НАКОНЕЧНИК М-12, ВНЕШНИЙ
20	4	2004301	СТЯГИВАЮЩАЯ ГАЙКА С ЛЕВОЙ РЕЗЬБОЙ 3/8-16 СТ ЦИНК	52	1	2005701	ЗАЖИМНАЯ ГАЙКА М12 СТ ЦИНК
21	5	2005406	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 1-3/4" (45 мм)	53	2	5231801-А	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА, ФЛАНЕЦ, внеш. диам. 16.2 X внутр. диам. 10.1 X 29.5
22	2	5230701	ВТУЛКА, диам. 19 X внутр. диам. 10.1 X 95.5	54	1	2005414	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 3-3/4" (95 мм)
23	2	52308РА-А	РУКОЯТКА	55	3	5230101-А	ВТУЛКА, внеш. диам. 16 X внутр. диам. 10.1 X 25
24	4	2005418	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 4-3/4" (121 мм)	56	1	5297001	ЗАДНИЙ ЗАЩИТНЫЙ ЭКРАН
25	1	5212601	НИЖНЯЯ КРЫШКА	57	1	5296401-А	ЭКРАН С ПЛАКАТОМ
26	12	2004802	ВИНТ С ПЛОСКОЙ ГОЛОВКОЙ 10-32 X 1/2" (12 мм) БЕЗ ГАЙКИ	58	1	5294601	ВЕРХНЯЯ КРЫШКА
27	2	5209701	НАПРАВЛЯЮЩИЙ СТЕРЖЕНЬ, диам. 19 X 1315	59	1	5244101	ПОДСТАВКА, МАЛЕНЬКАЯ
28	15	52101РА	ПЛИТА 7 кг	60	2	5244001	ПОДСТАВКА, БОЛЬШАЯ
29	1	5250201-С	ВЕРХНЯЯ ПЛИТА 7 кг	61	1	5246201	СИДЕНЬЕ, МАЛЕНЬКОЕ
30	1	5218201-D	ПЛИТА 3 кг ВЕС	62	2	2006404	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 1-1/4" (32 мм) БЕЗ ГАЙКИ
31	2	5095301	КОЛЬЦО, УДЕРЖИВАЮЩЕЕ НАПРАВЛЯЮЩИЙ СТЕРЖЕНЬ	63	1	5223001-В	СПИНКА С ПЛАСТИКОВЫМ ПОКРЫТИЕМ
32	2	5209801	ВТУЛКА, ФИКСИРУЮЩАЯ НАПРАВЛЯЮЩИЙ СТЕРЖЕНЬ	64	2	2006410	БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 2-3/4" (70 мм) БЕЗ ГАЙКИ



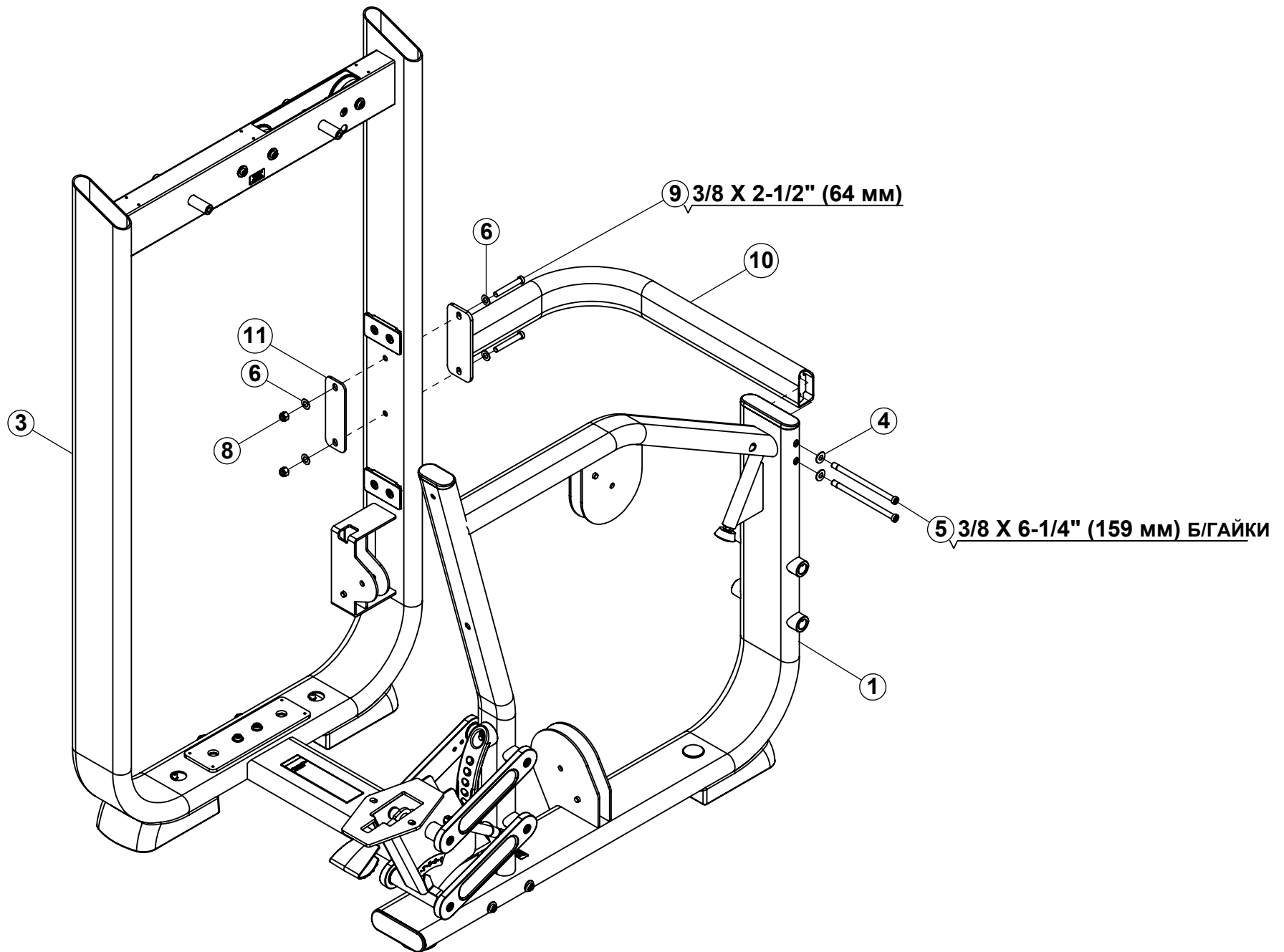
ШАГ 1



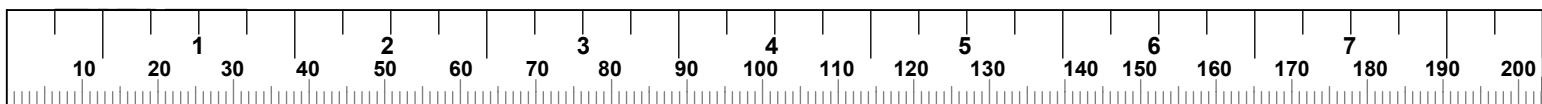
- На этом этапе болты затягивайте НЕ СИЛЬНО.



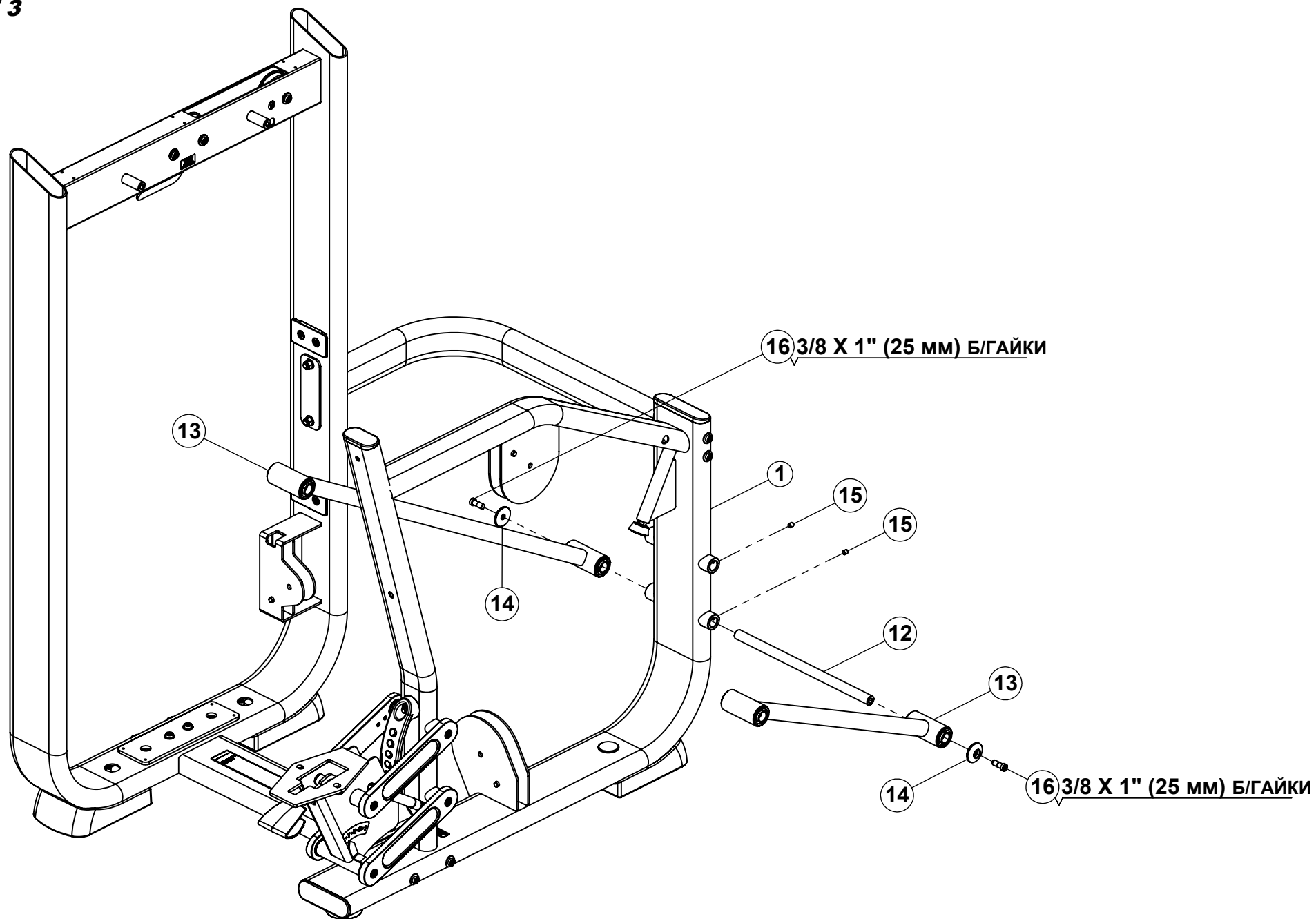
ШАГ 2



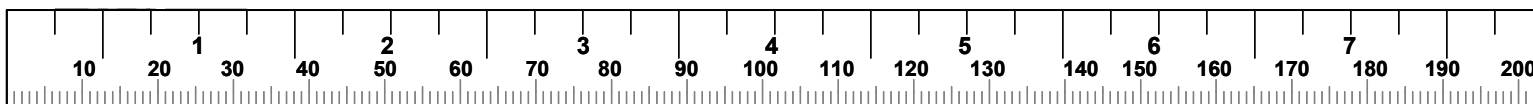
- Плотно затяните болты из ШАГОВ 1 И 2.



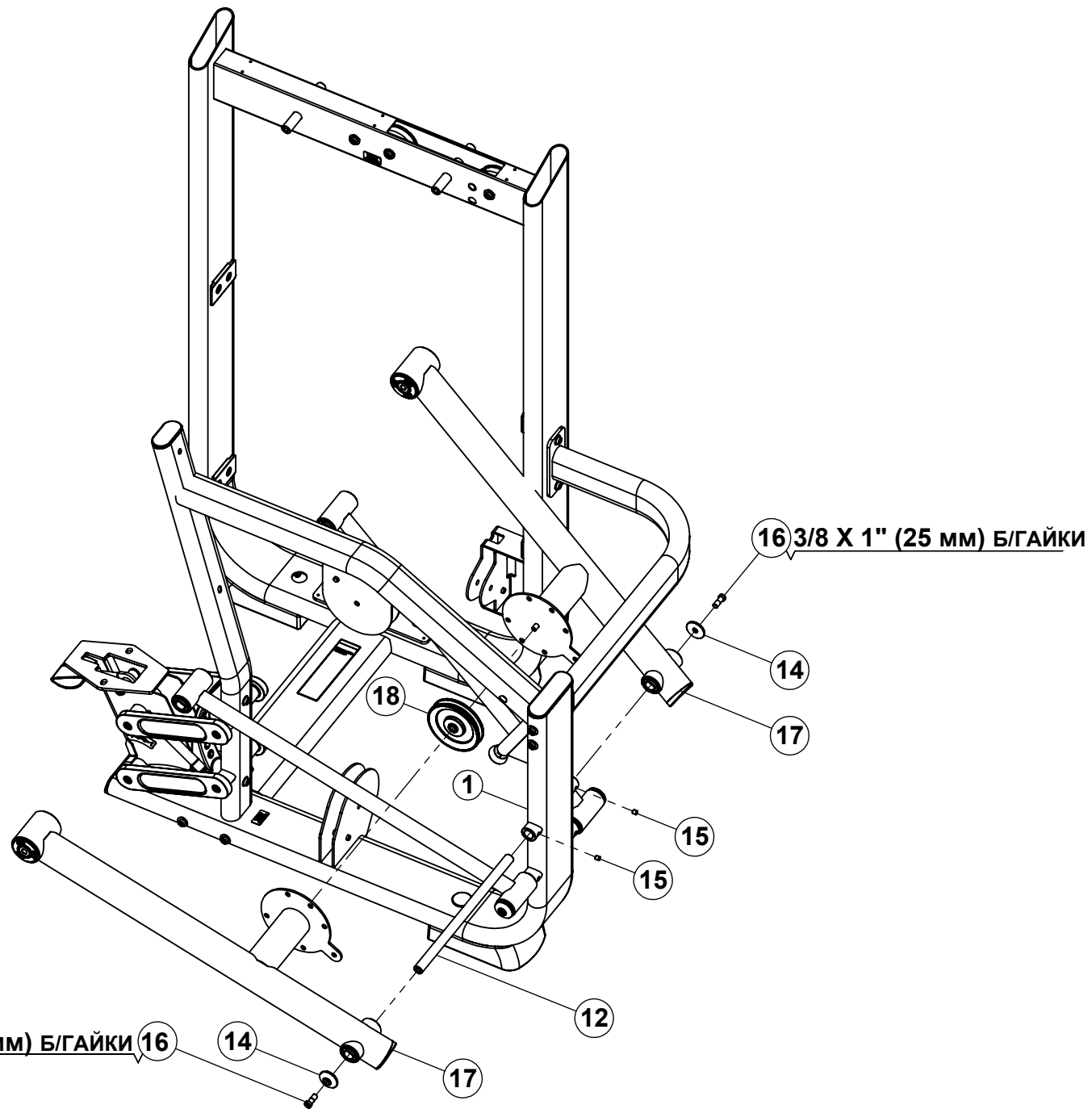
ШАГ 3



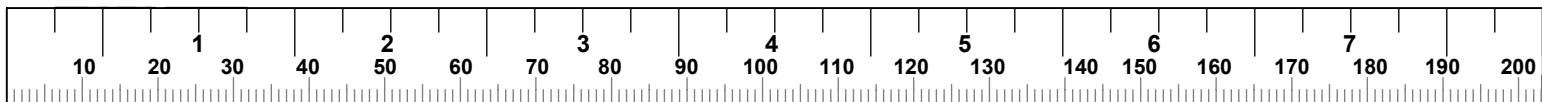
- **Плотно затяните все болты.**



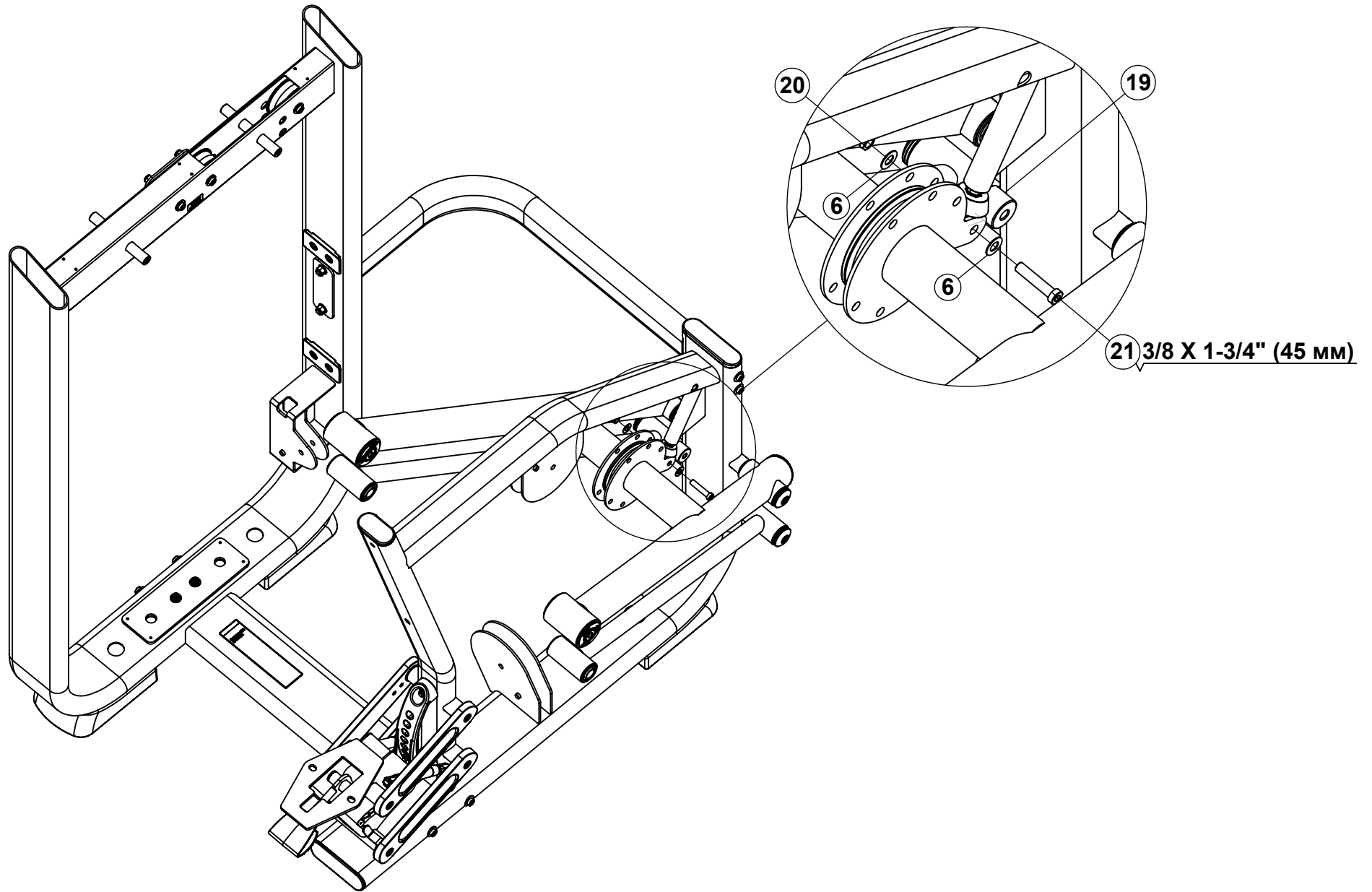
ШАГ 4



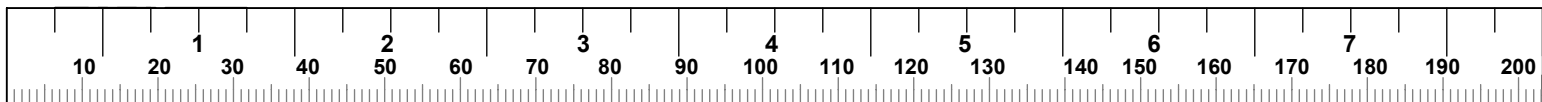
- Плотно затяните все болты.



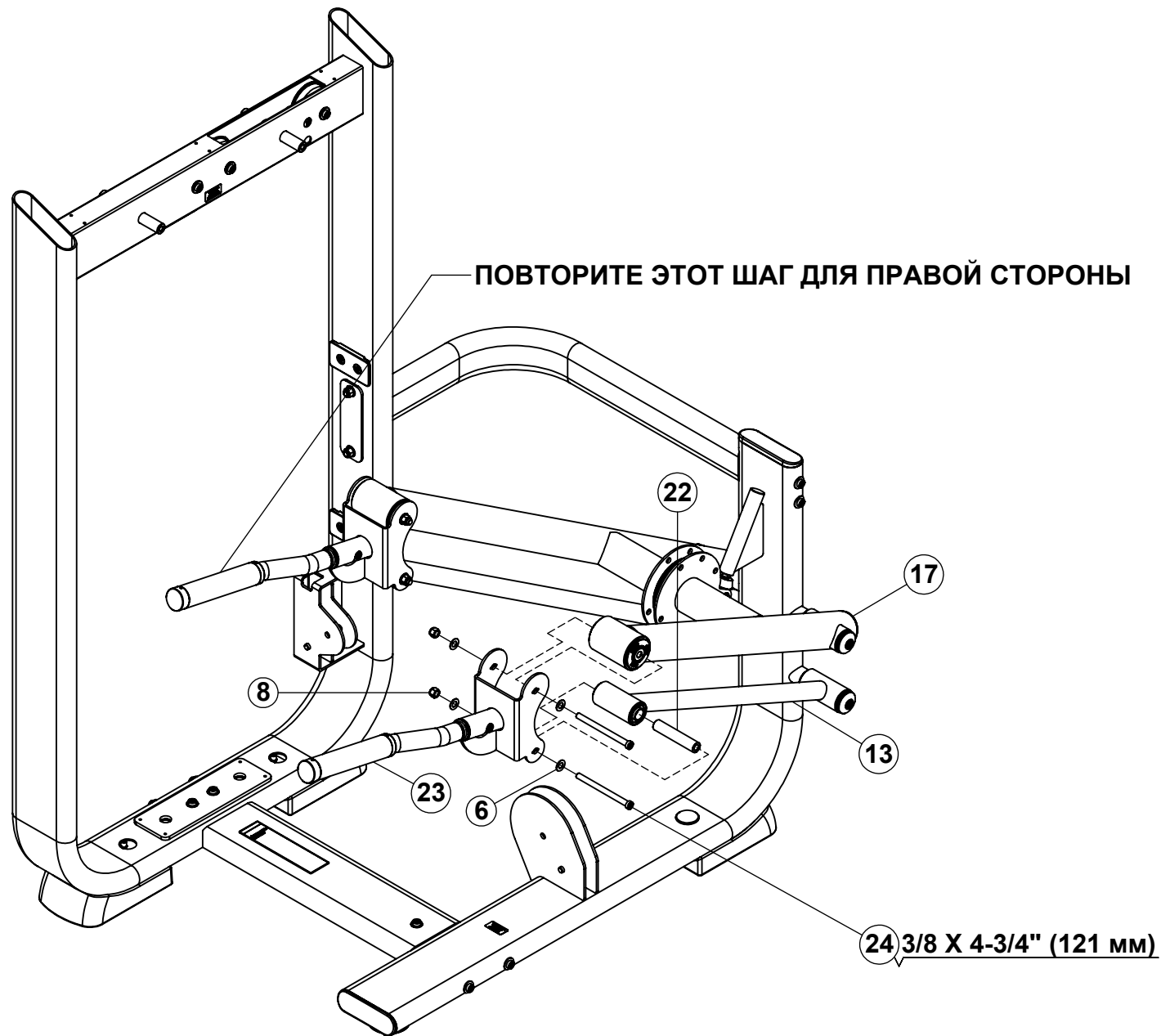
ШАГ 5



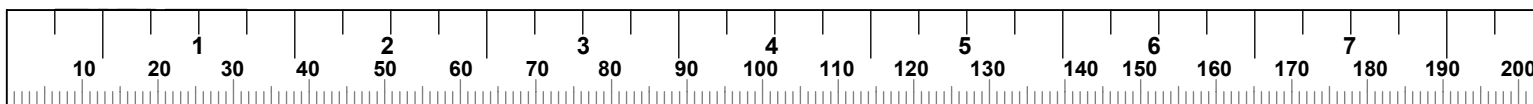
- **Плотно затяните все болты.**



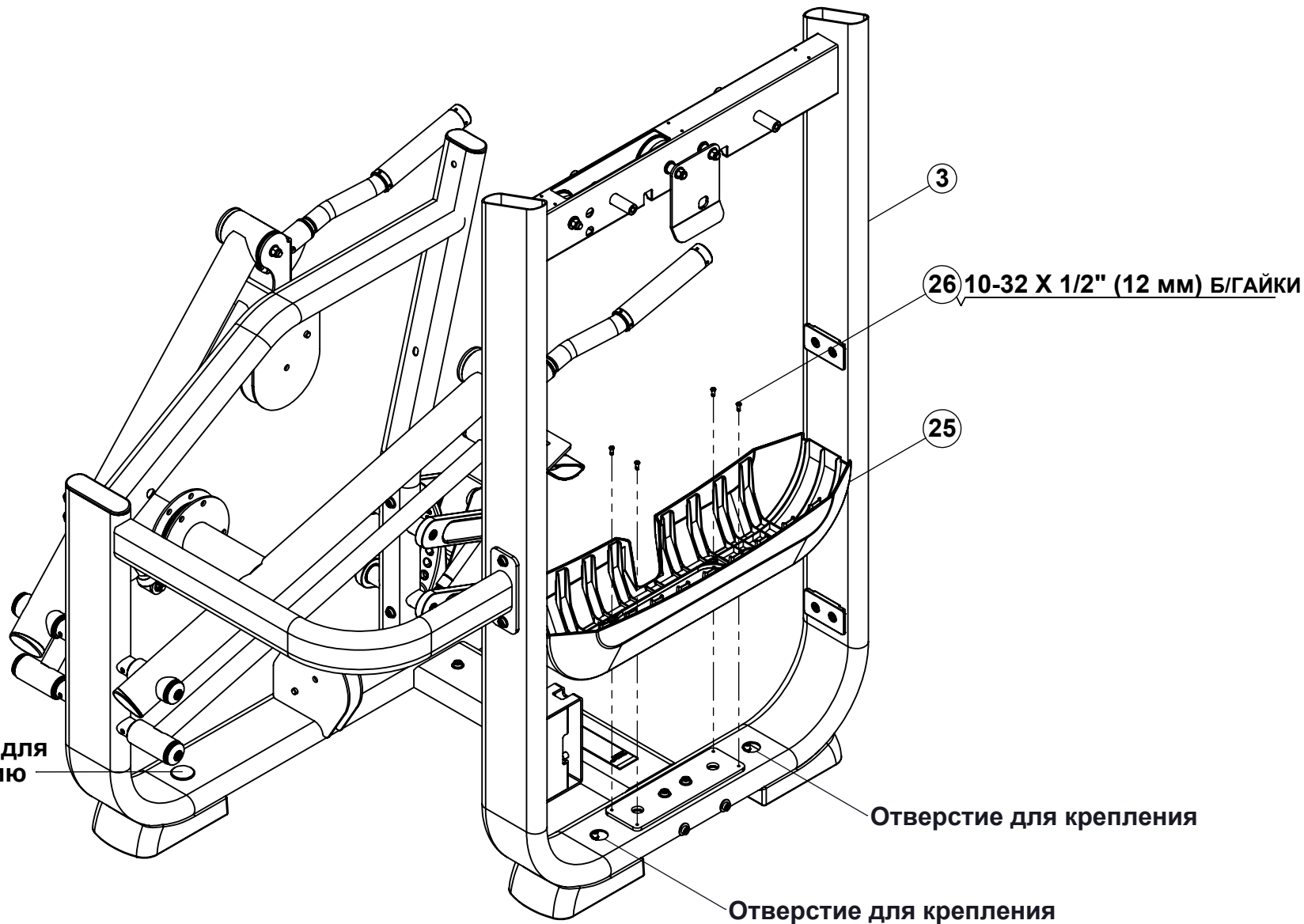
ШАГ 6



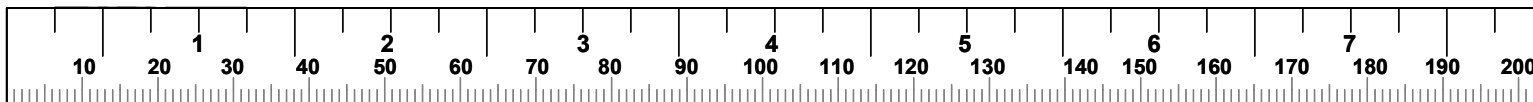
- Плотно затяните все болты.
- **ПРИМЕЧАНИЕ:** некоторые детали на рисунке скрыты.



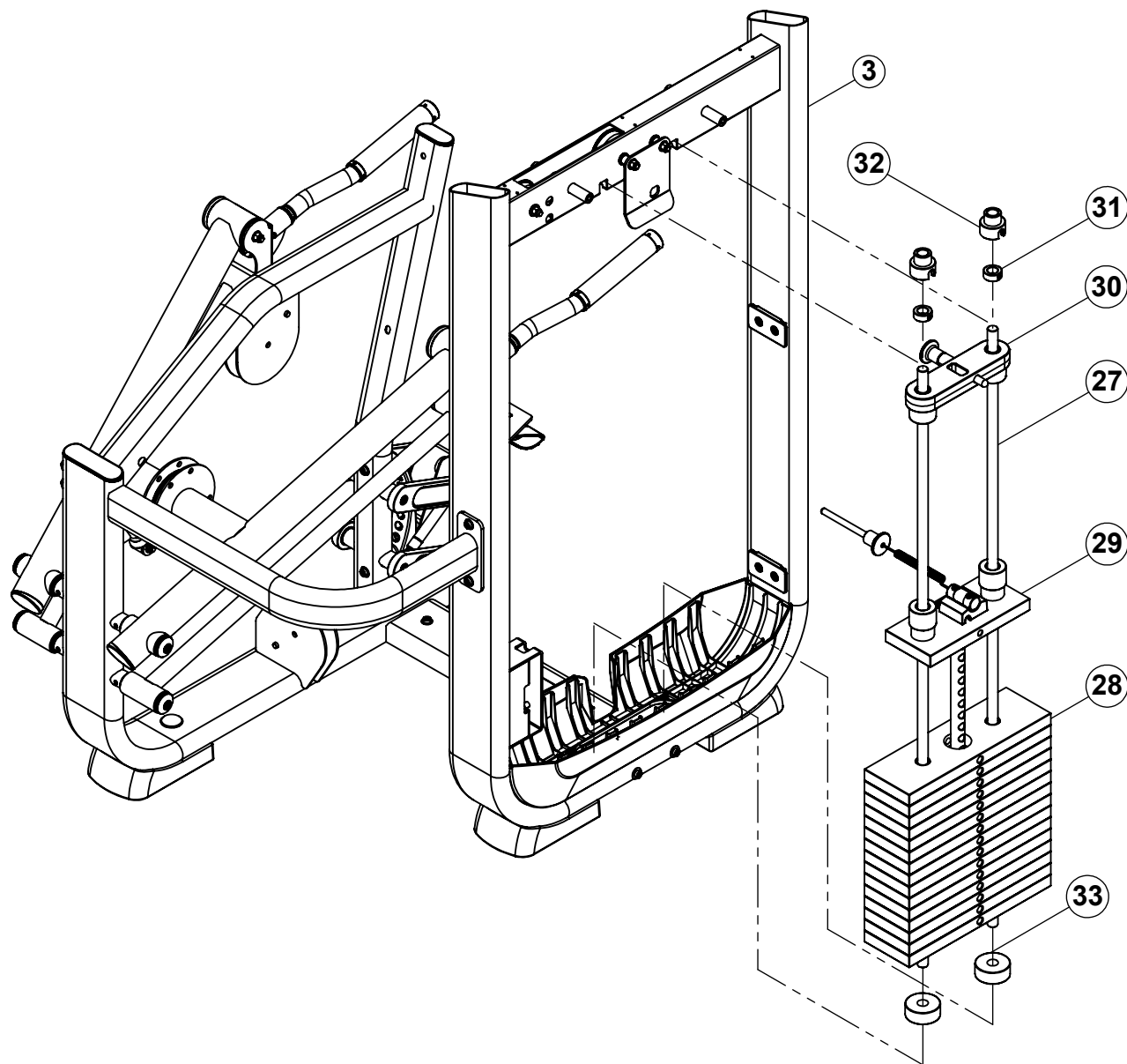
ШАГ 7



- Плотно затяните все болты.
- Тренажер необходимо зафиксировать на полу до того, как будет собран грузоблок.
- Надежно зафиксируйте скамью на полу, используя отверстия для крепления.
ПРИМЕЧАНИЕ: проконсультируйтесь со специалистом перед непосредственной установкой тренажера.



ШАГ 8



По желанию: выполните следующие действия, чтобы прочно присоединить ремень к верхней плите:

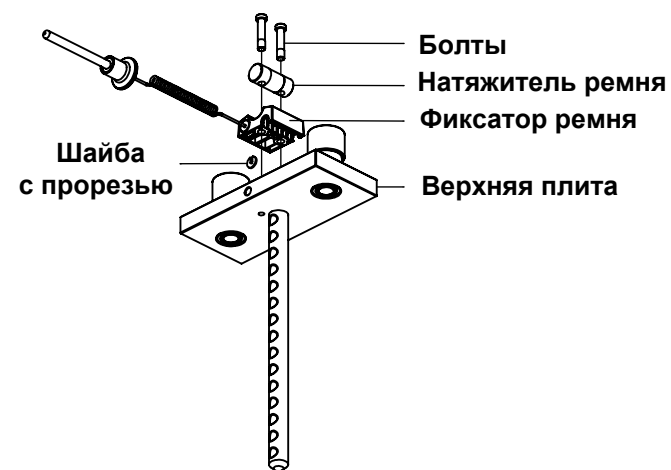
А) Ослабьте и снимите два болта и натяжитель ремня с фиксатора ремня

В) Снимите фиксатор ремня с верхней плиты и дайте шайбе с прорезью выпасть

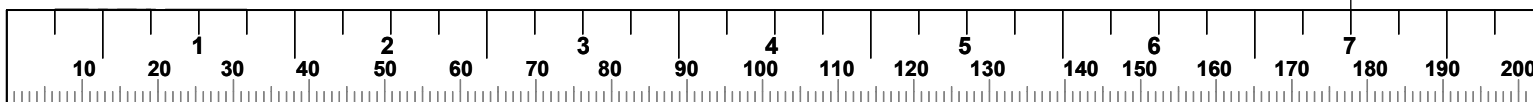
С) Протолкните ремень до упора

Д) Вставьте шайбу с прорезью (прорезью вверх) в отверстие фиксатора ремня, чтобы закрепить ремень

Е) Прикрутите фиксатор ремня, натяжитель ремня и два болта к верхней плите, плотно не зажимая



- **Плотно затяните все болты.**



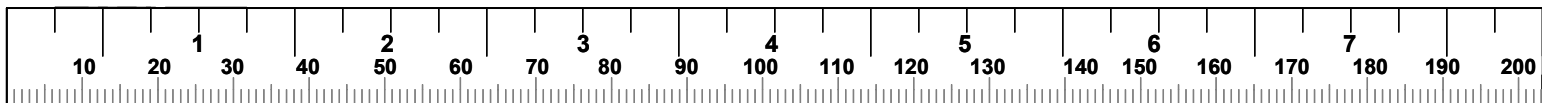
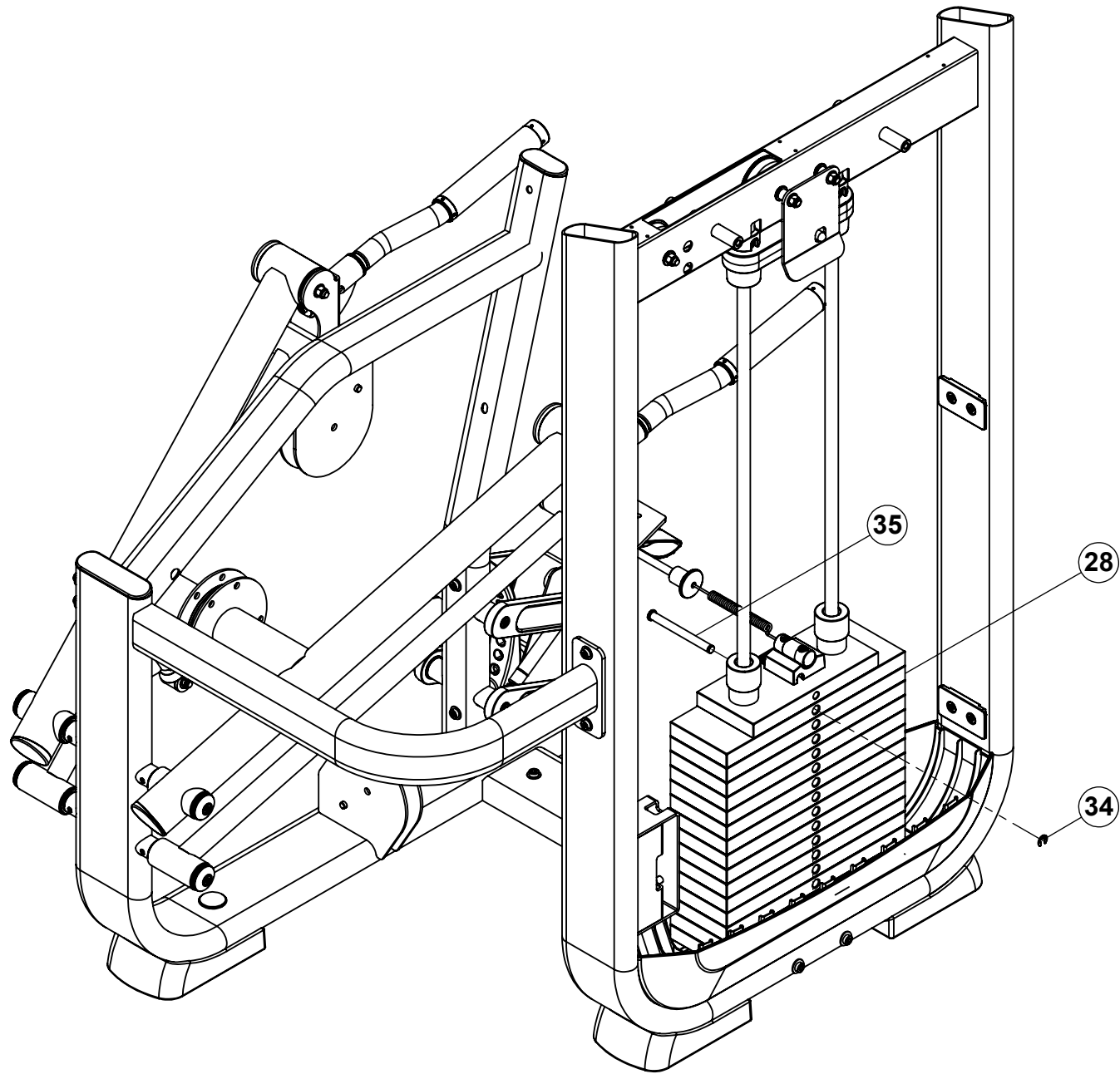
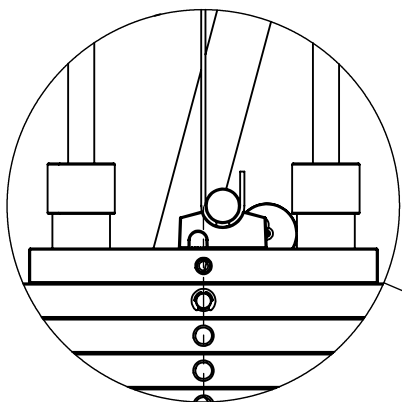
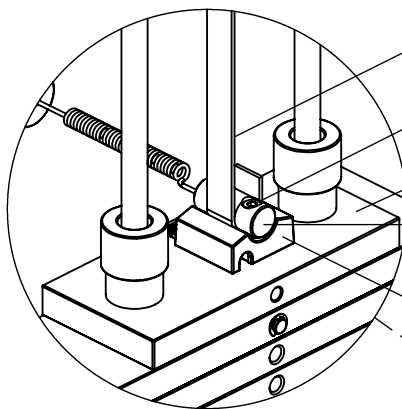


СХЕМА УКЛАДКИ РЕМНЯ



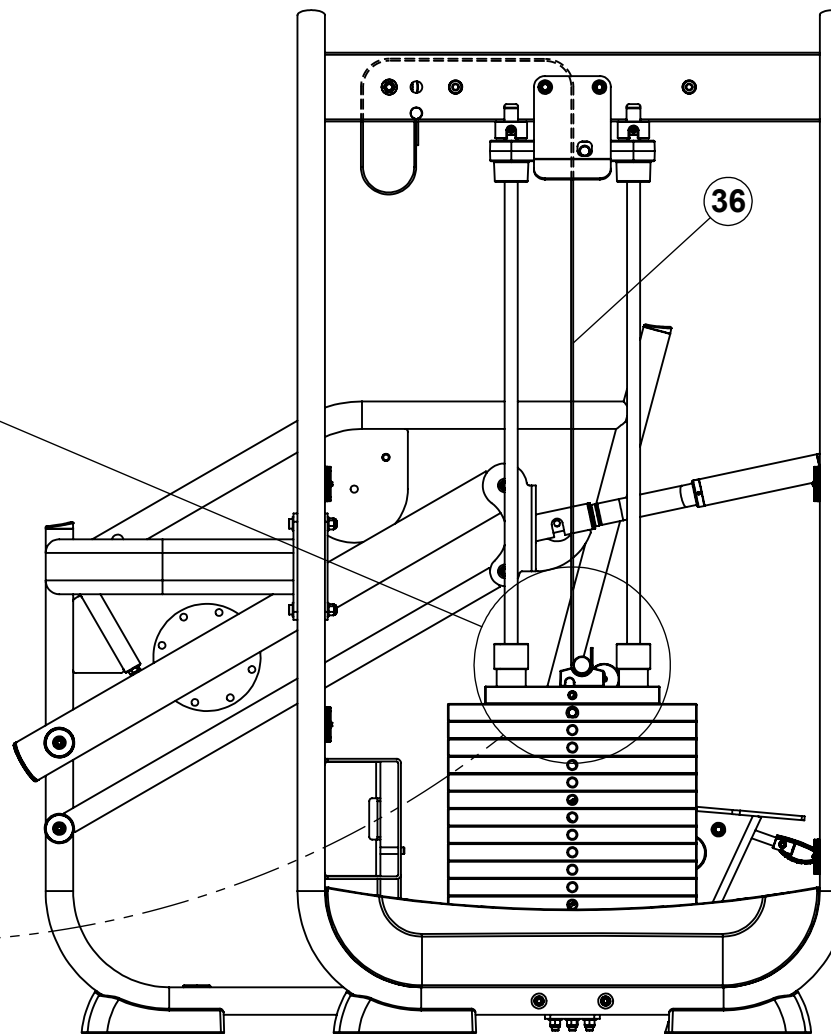
ПРИМЕЧАНИЕ: ремень должен быть проложен по центру верхней плиты, как показано на рисунке



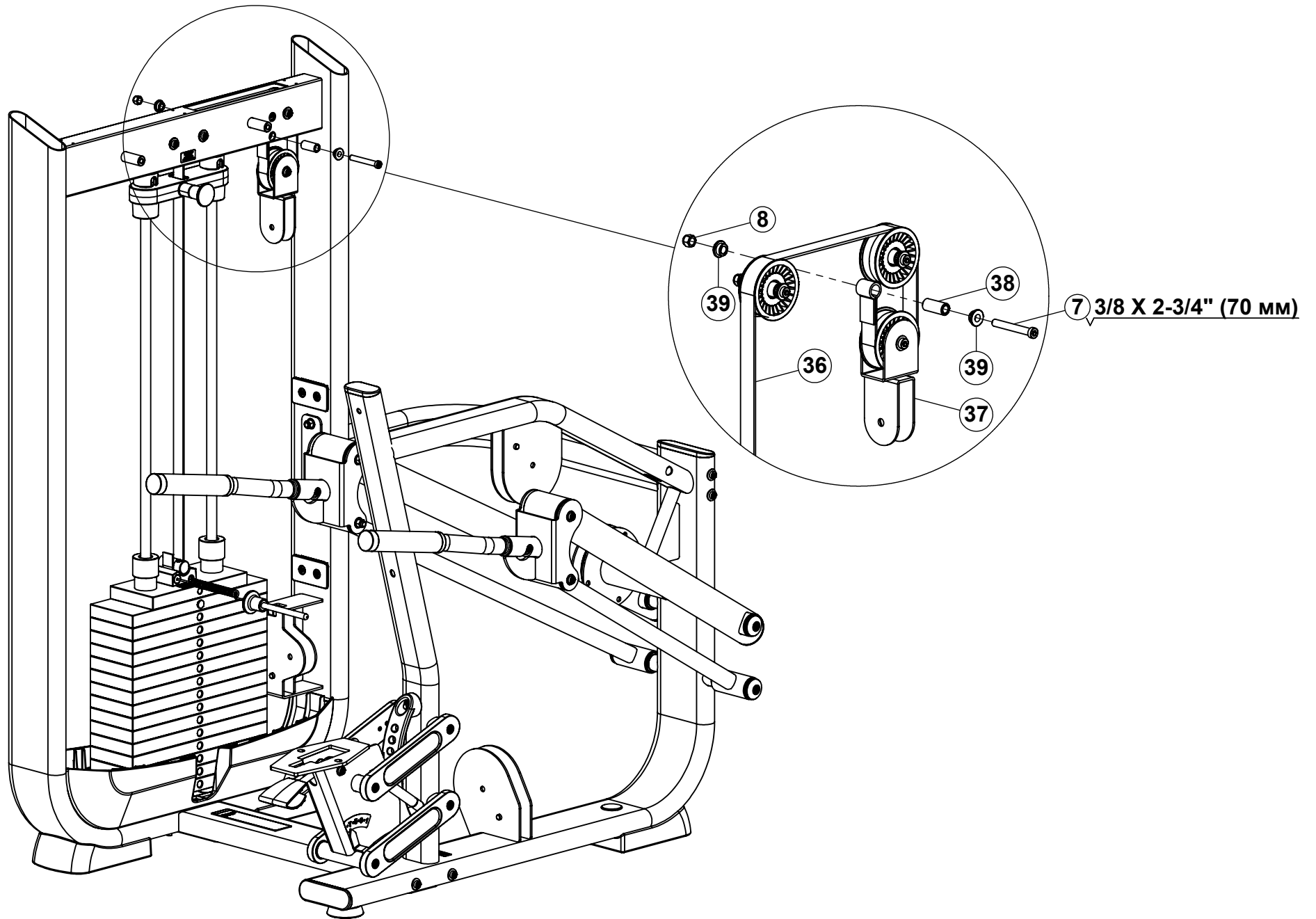
- Ремень
- Болты
- Верхняя плита
- Натяжитель ремня
- Фиксатор ремня

Выполните следующие действия, чтобы присоединить ремень к верхней плите:

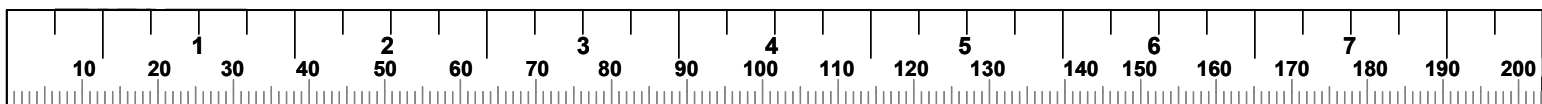
- А) Ослабьте болты, которые соединяют натяжитель ремня и фиксатор ремня
- В) Вставьте ремень под натяжитель, между болтами, оставив приблизительно 2.5 см ремня на другой стороне
- С) Плотно затяните болты, соединяющие натяжитель и фиксатор ремня

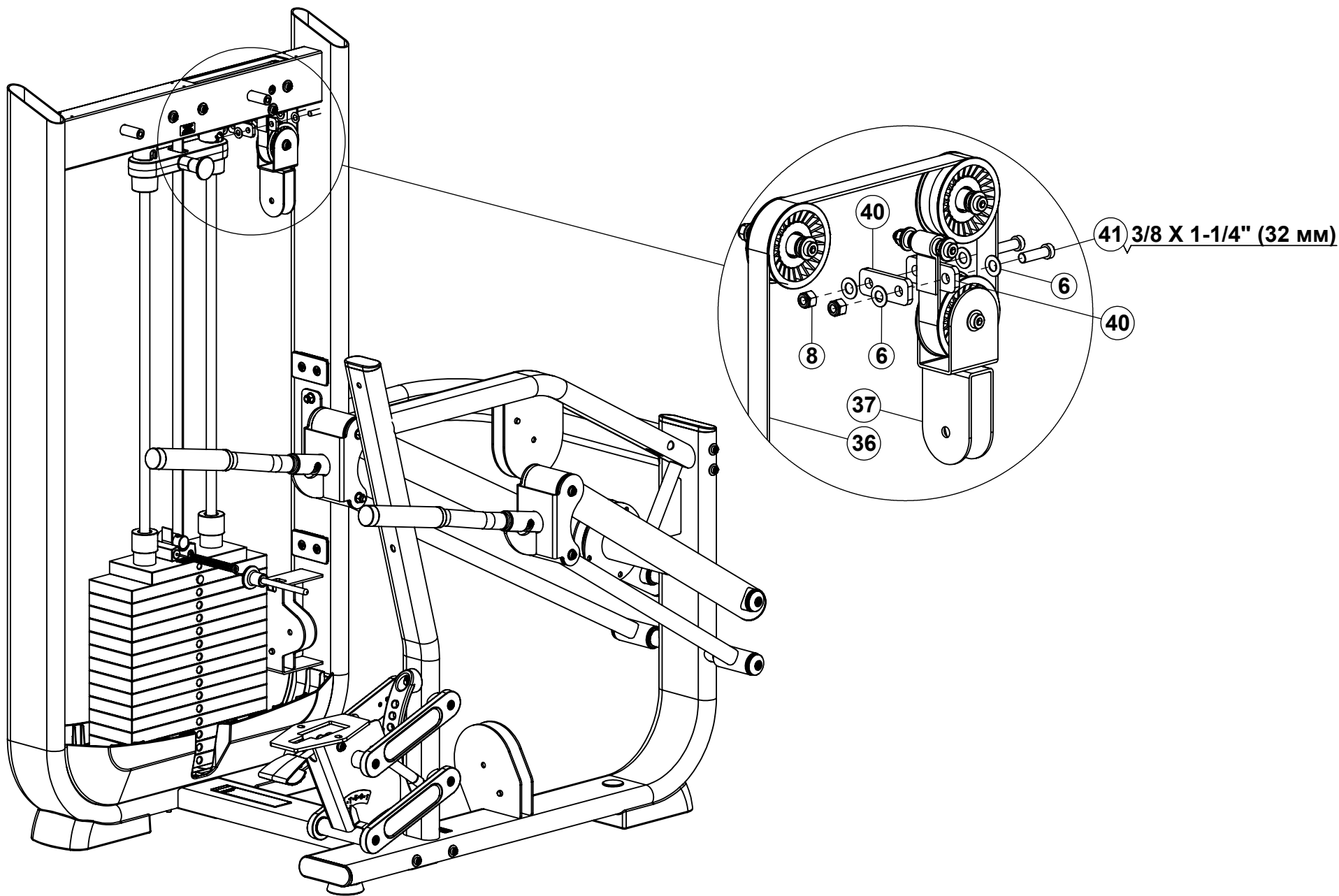


ШАГ 10

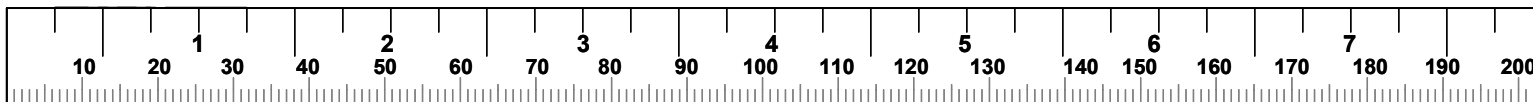


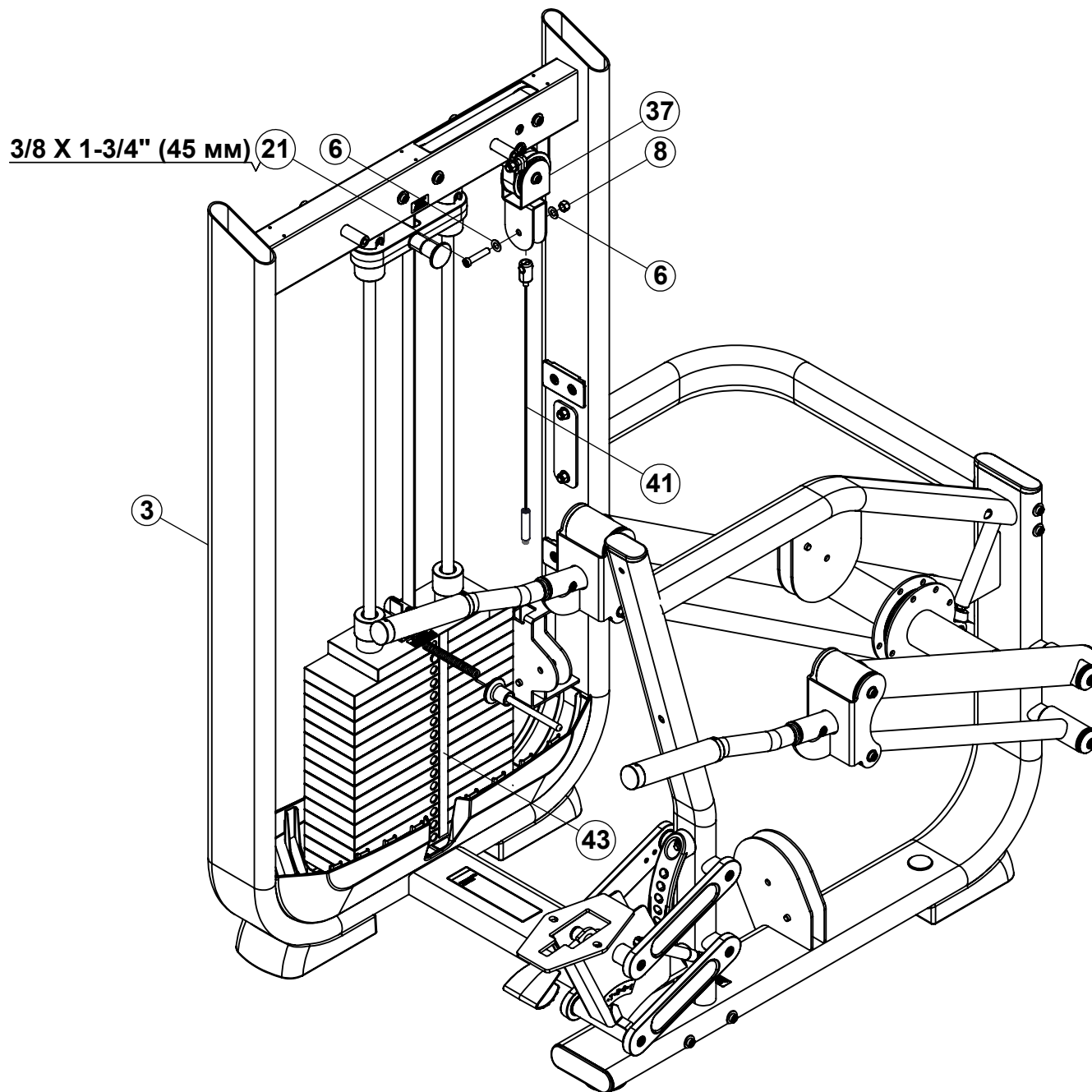
- **Плотно затяните все болты.**



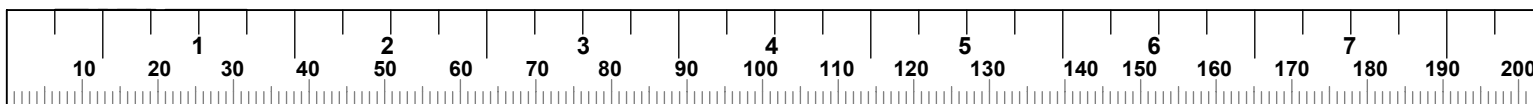


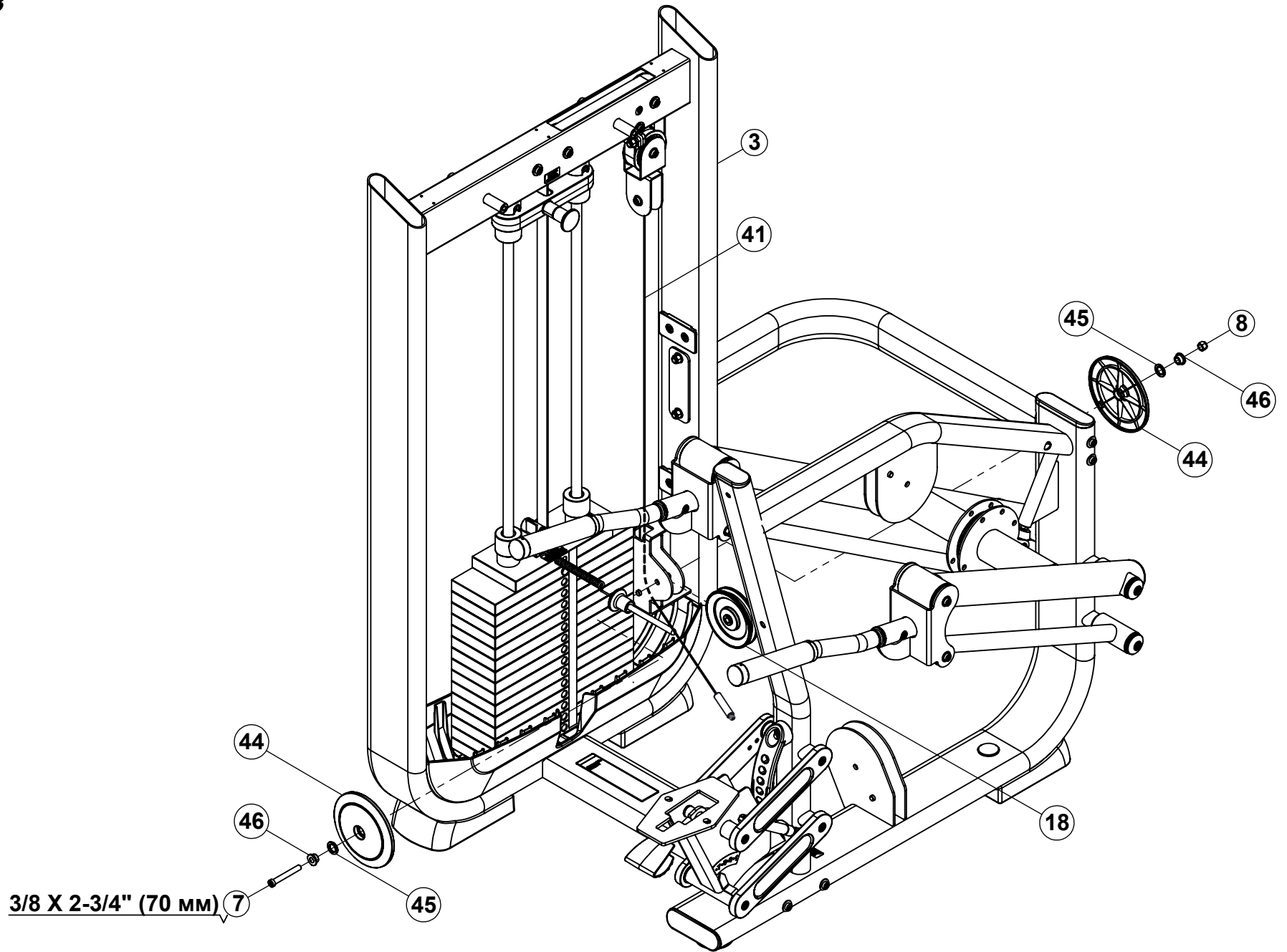
- **Плотно затяните все болты.**



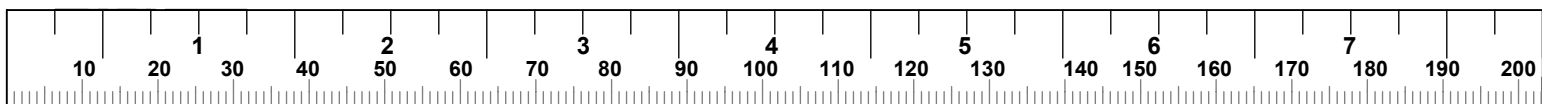


- **Плотно затяните все болты.**

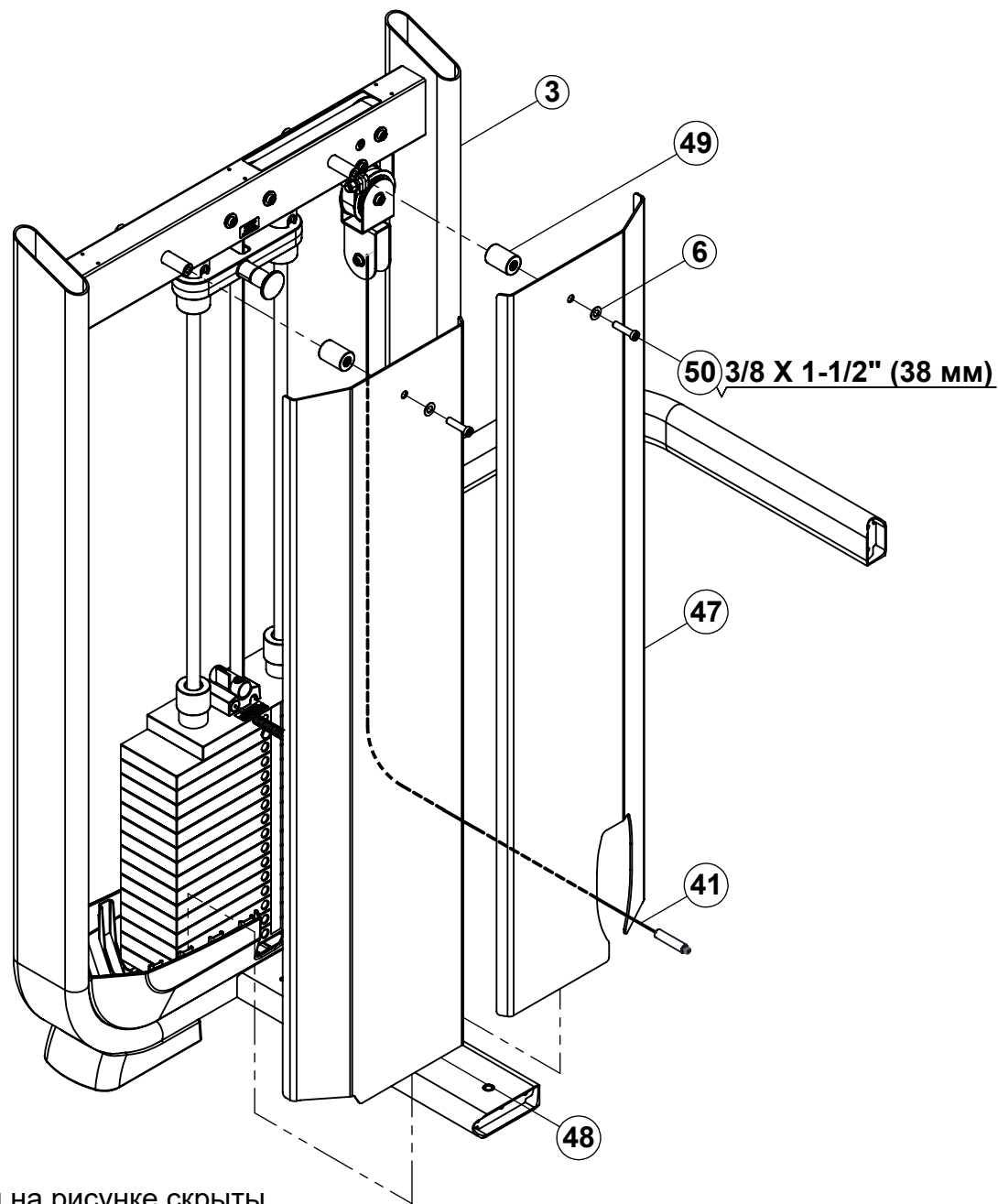




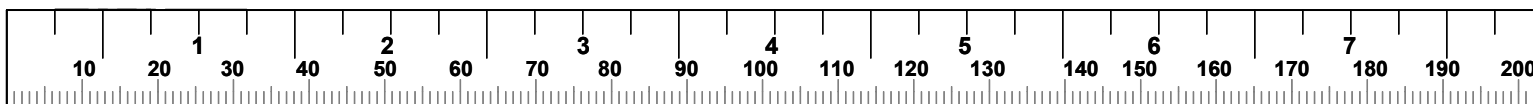
- **Плотно затяните все болты.**

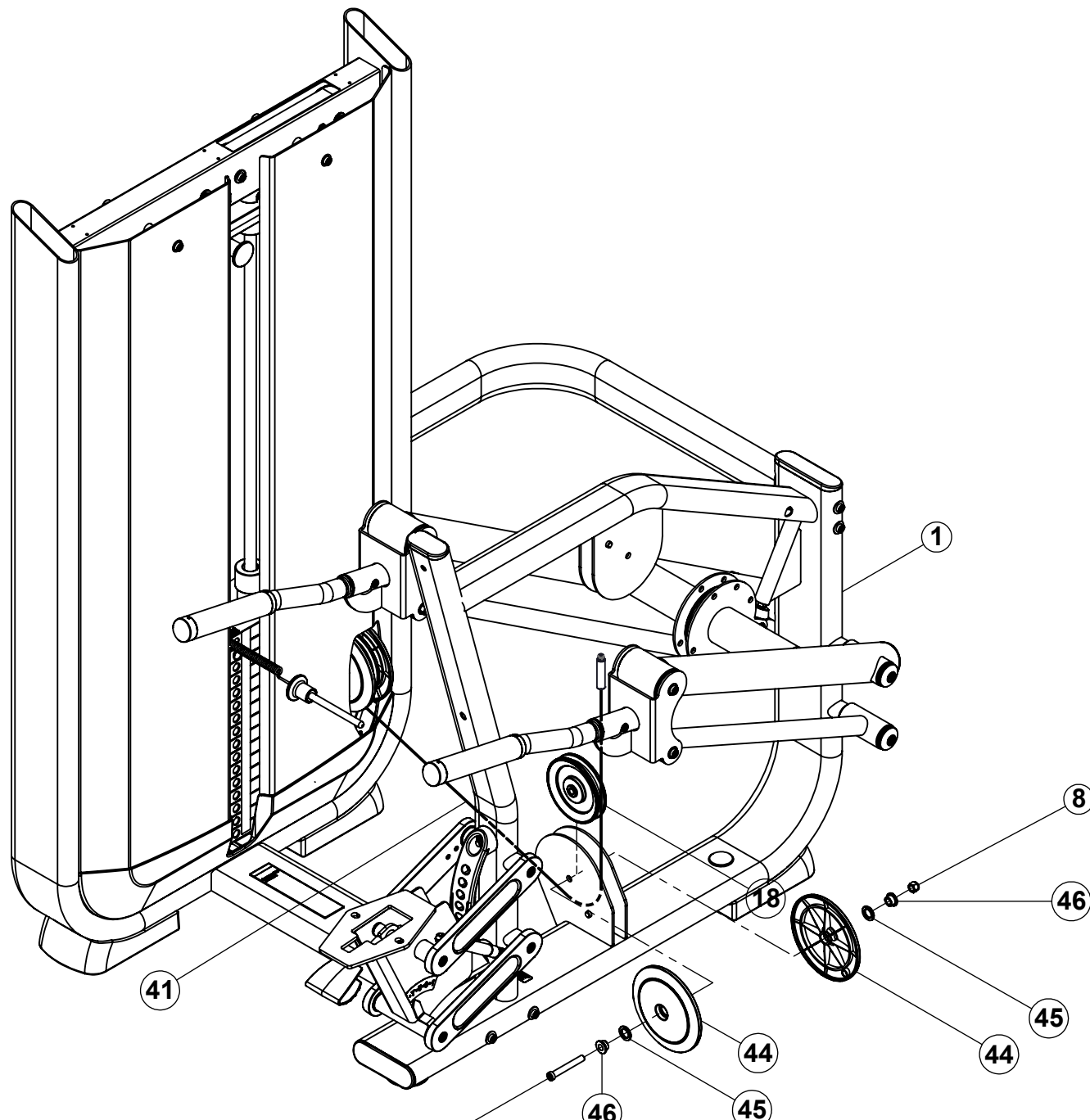


ШАГ 14



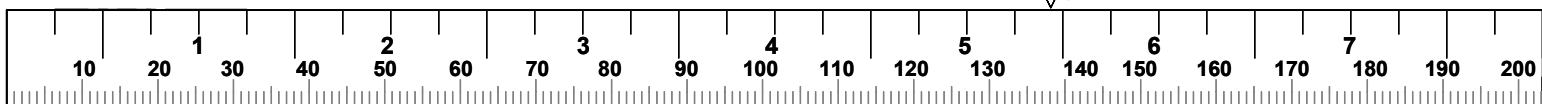
- **ПРИМЕЧАНИЕ:** некоторые детали на рисунке скрыты.
- **ПРИМЕЧАНИЕ:** проложите трос через отверстие правого защитного экрана перед тем, как установите защитный экран на стойку грузоблока.

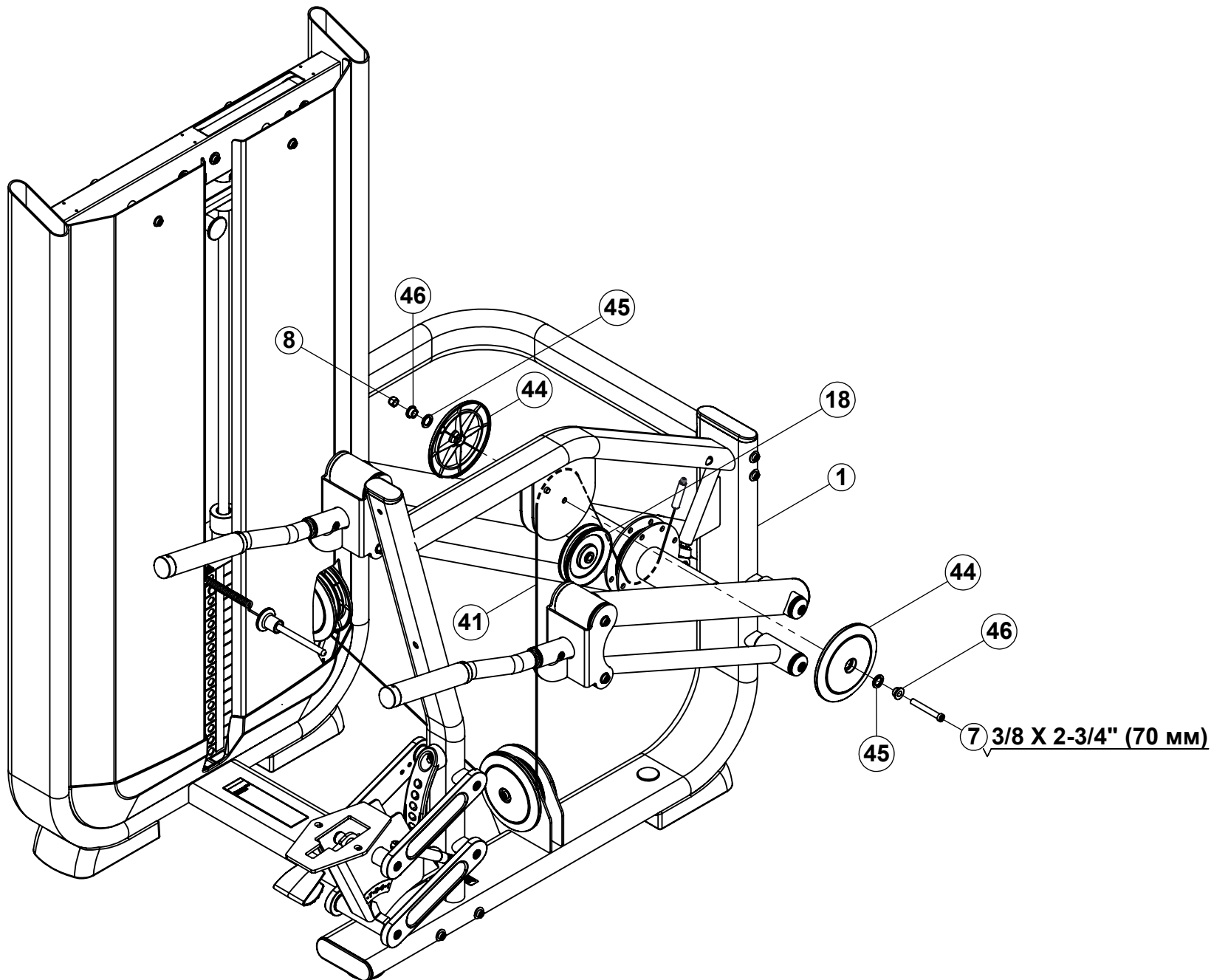




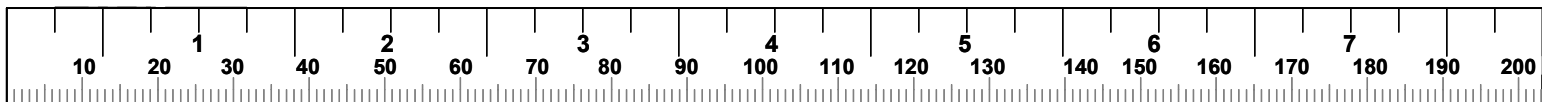
• **Плотно затяните все болты.**

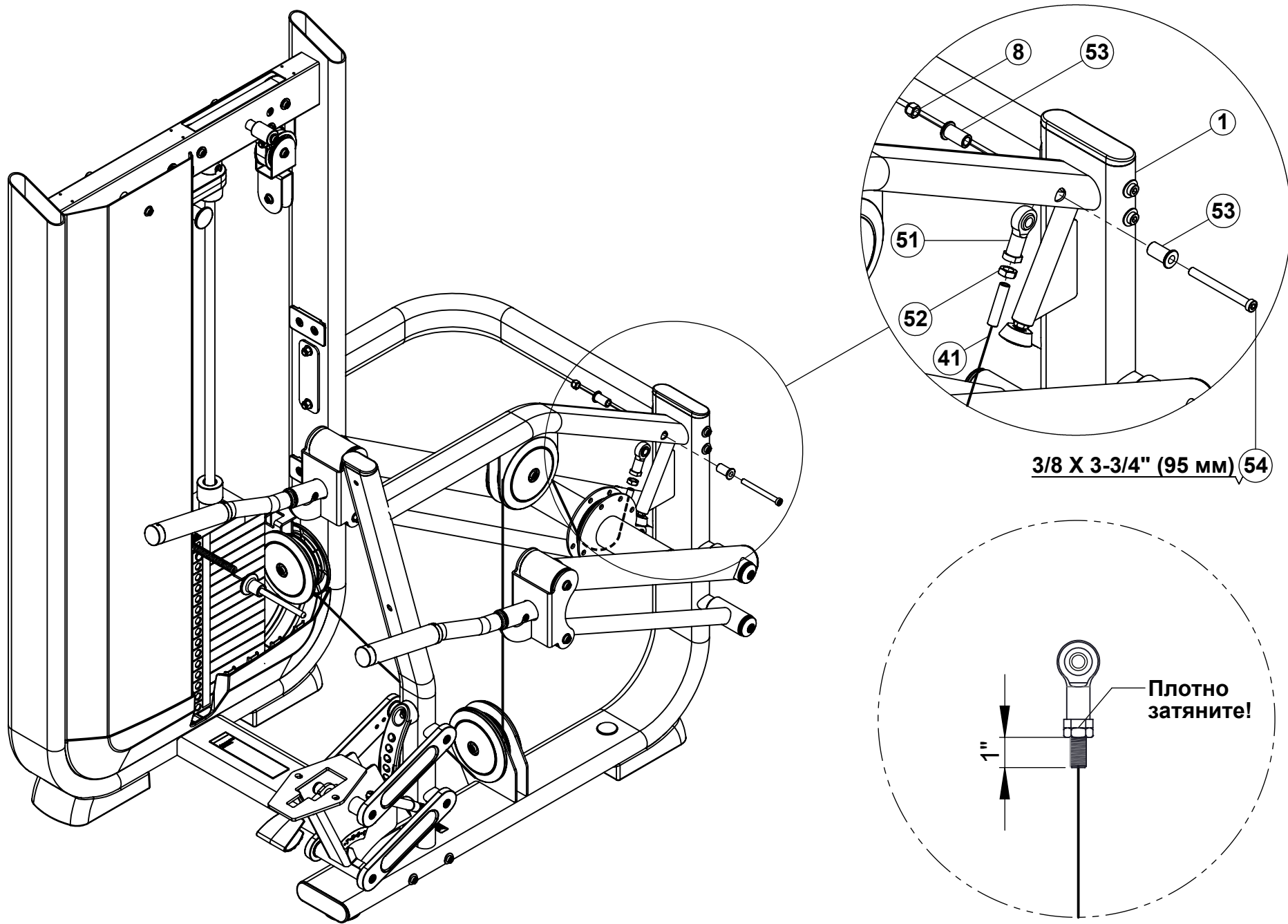
3/8 X 2-3/4" (70 мм) 7



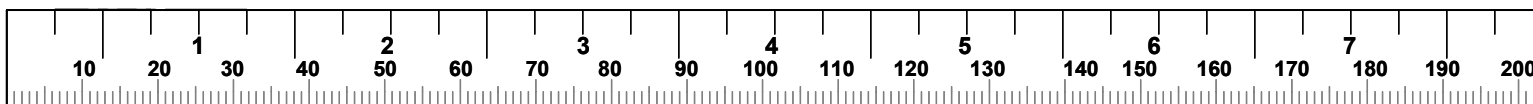


- **Плотно затяните все болты.**

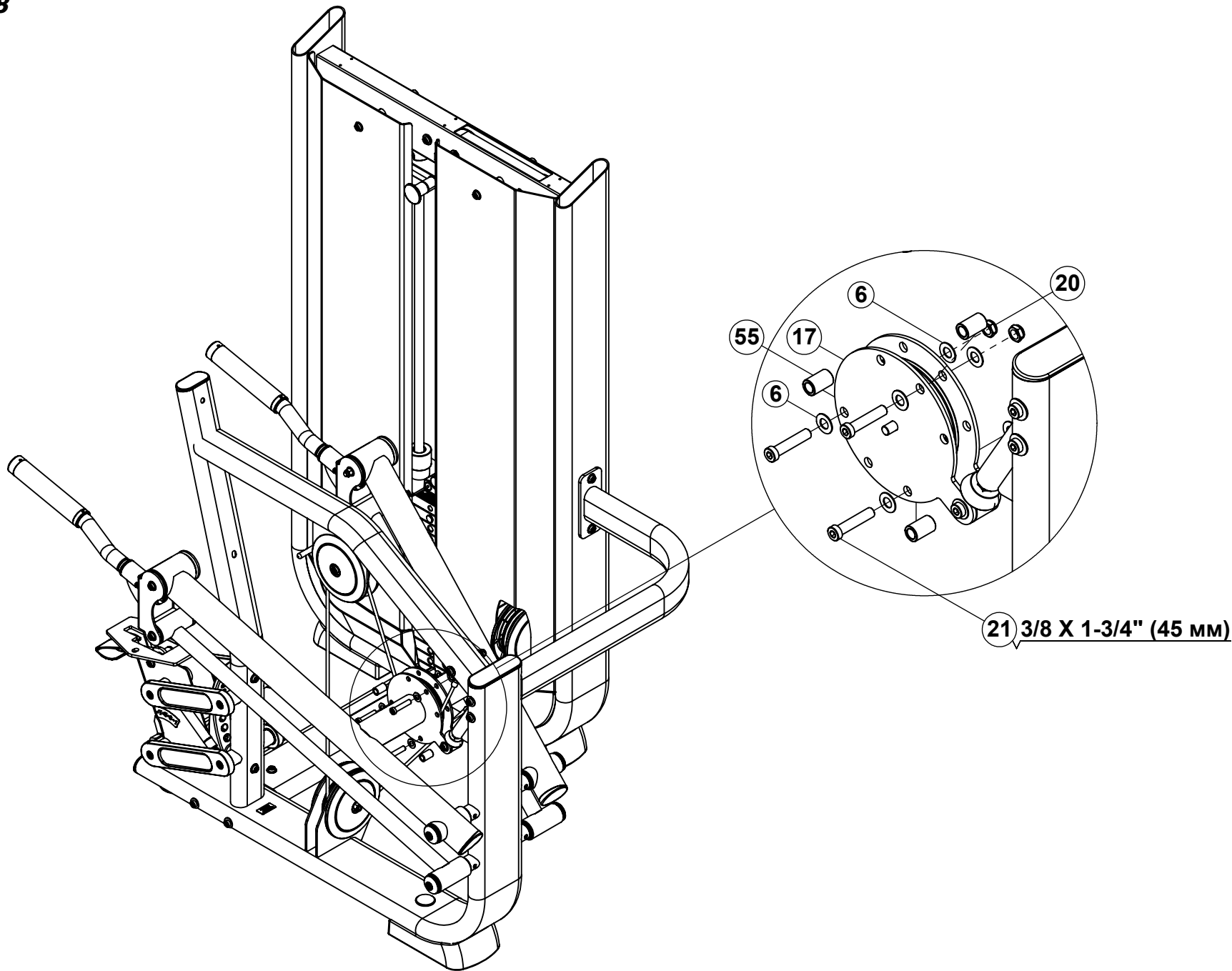




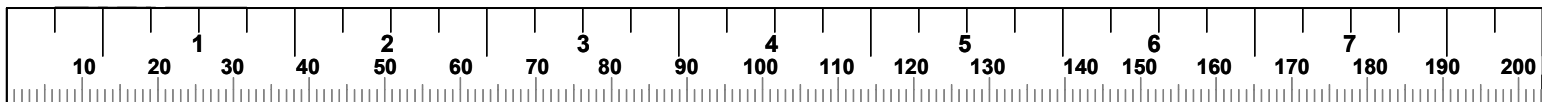
- **Плотно затяните все болты.**

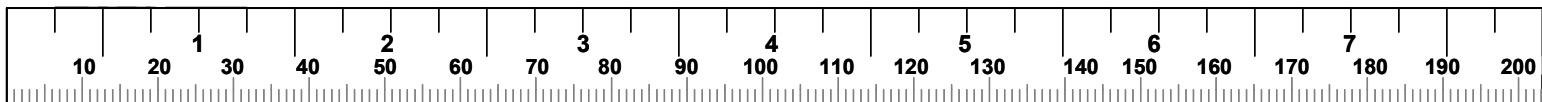
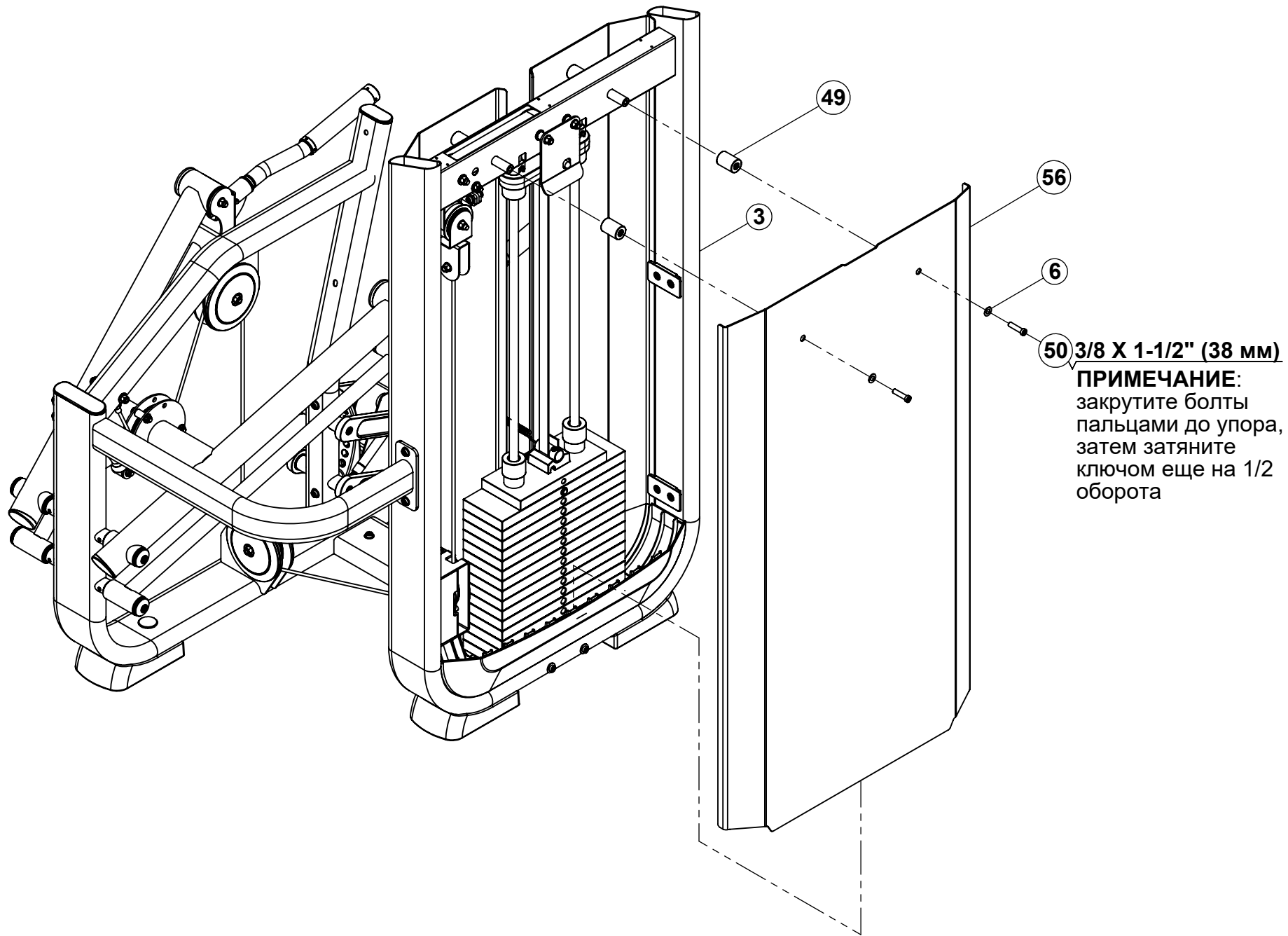


ШАГ 18

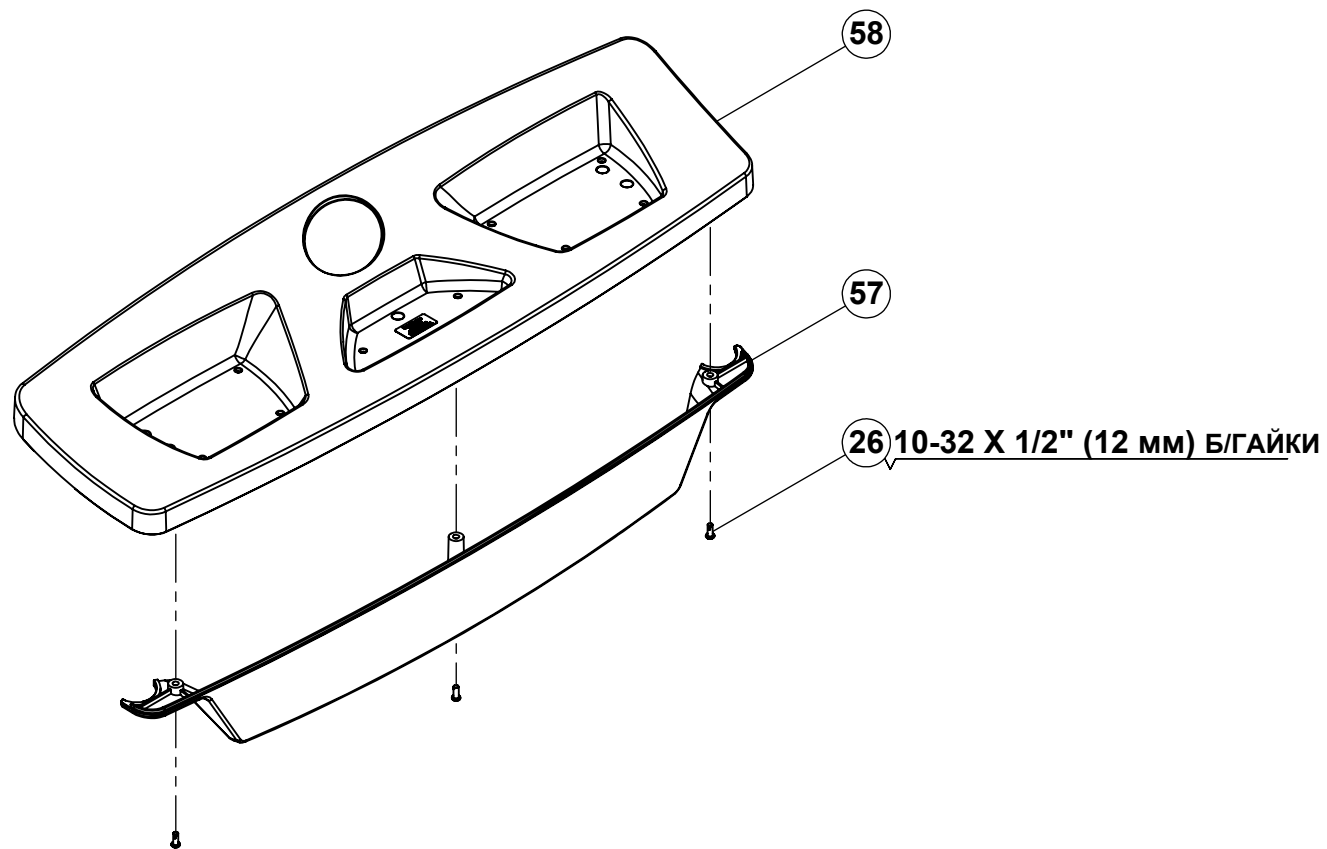


- Плотно затяните все болты.

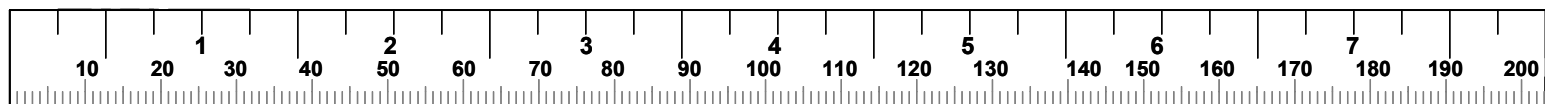




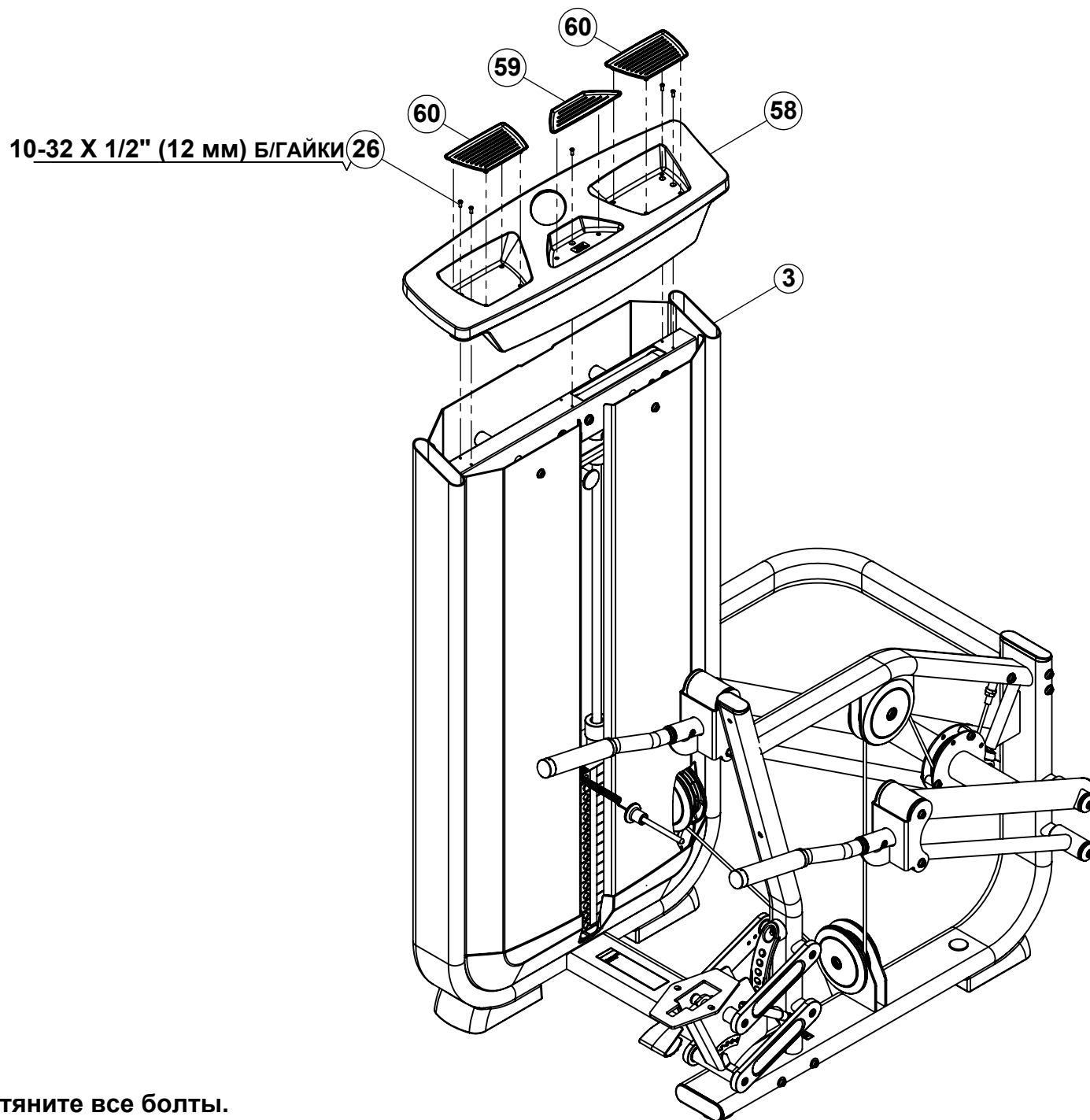
ШАГ 20



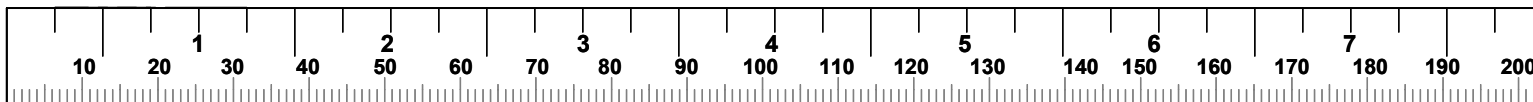
- Плотно затяните все болты.

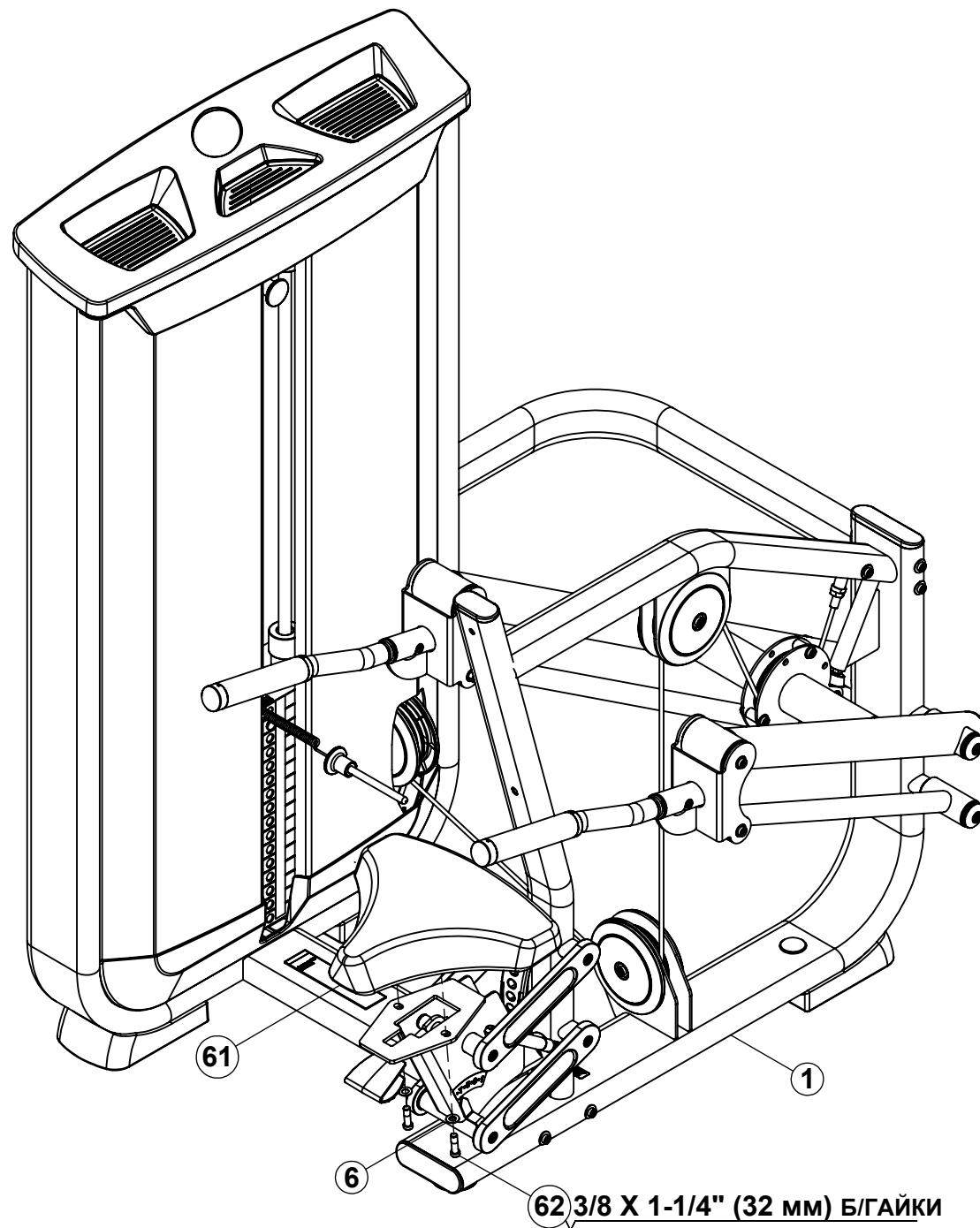


ШАГ 21

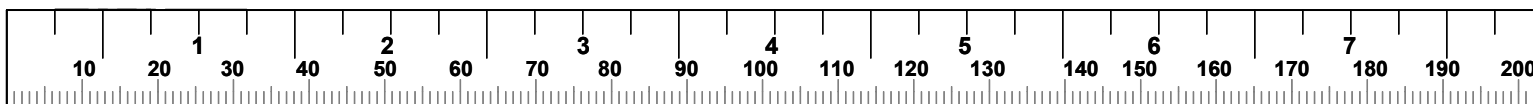


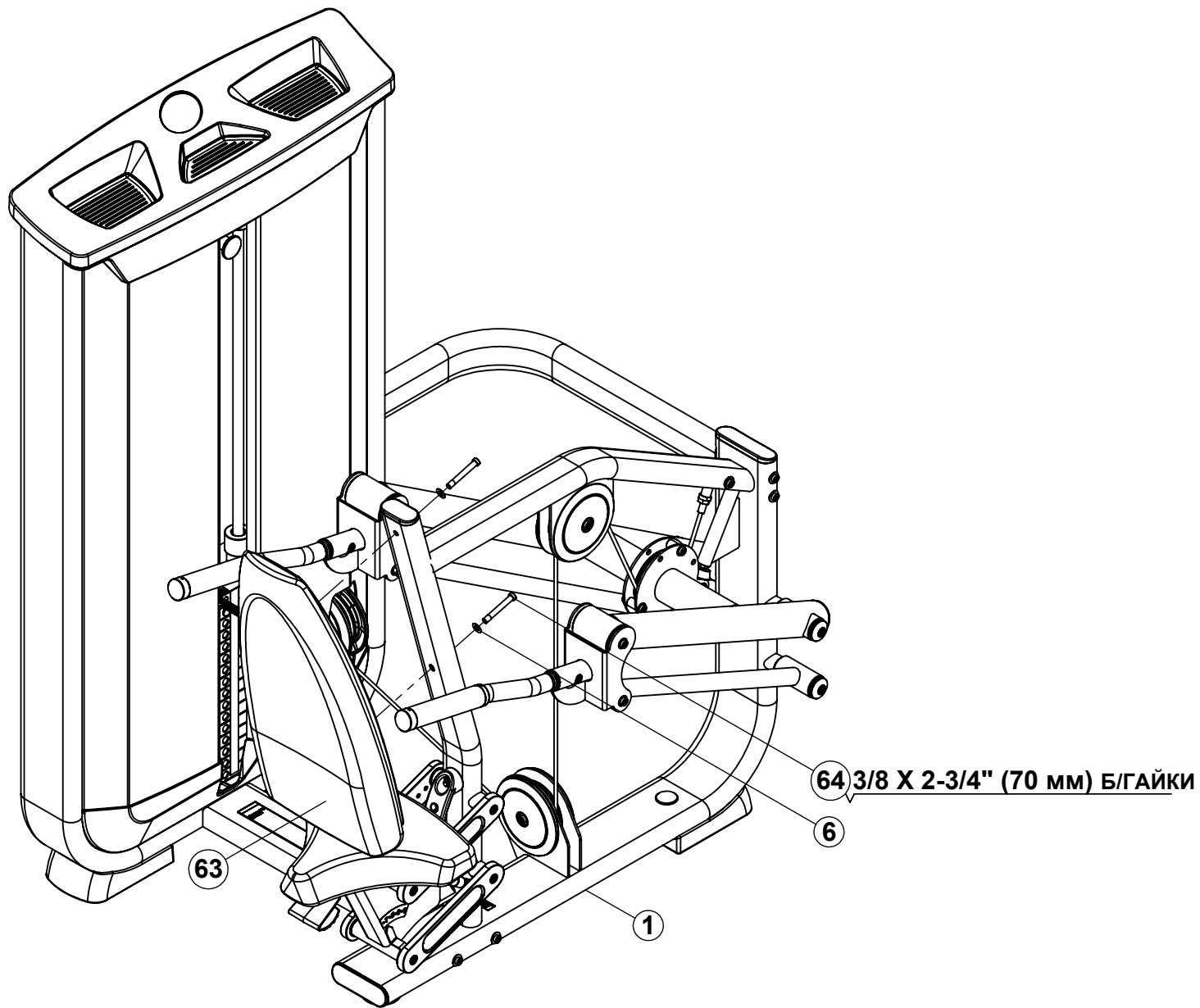
- Плотно затяните все болты.





- **Плотно затяните все болты.**





- **Плотно затяните все болты.**

