

Инструкция

Турник - брусья Power Tower DFC Homegym G008Y

Полезные ссылки:

[Турник - брусья Power Tower DFC Homegym G008Y - смотреть на сайте](#)



МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНАЯ УСТАНОВКА ДЛЯ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Артикул: G008

DFC

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ



** Для обеспечения наиболее эффективной работы оборудование постоянно обновляется, поэтому 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. ВАЖНЫЕ ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

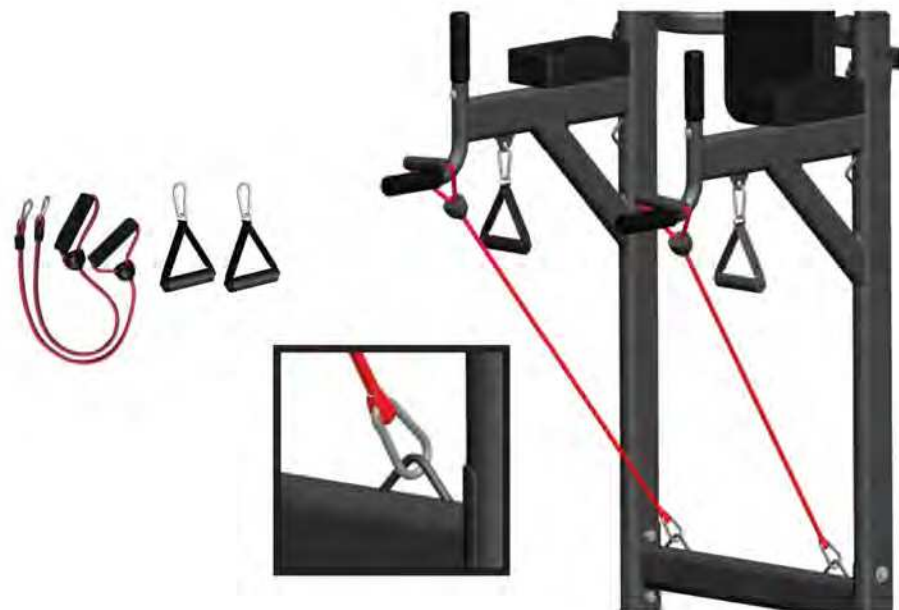
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ – Перед эксплуатацией оборудования ознакомьтесь со всеми инструкциями. Сохраните данное руководство для дальнейшего использования.

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.

ШАГ 11:

При помощи зажимов установите на основной раме тренажёра эластичную резинку и рукоятки для выполнения упражнений (18).

Убедитесь, что все зажимы плотно закреплены.



ШАГ 9:

Вставьте верхние регулируемые стойки (3) в основную раму.

Закрепите турник (6) при помощи винтов M8x80мм (20).



ШАГ 10:

Закрепите на основной раме ручки (16)

для

регулировки положения верхней стойки (3).



2. ИНСТРУКЦИИ 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.

****К работе с тренажёром допускаются пользователи с ростом 150-190 см. 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.



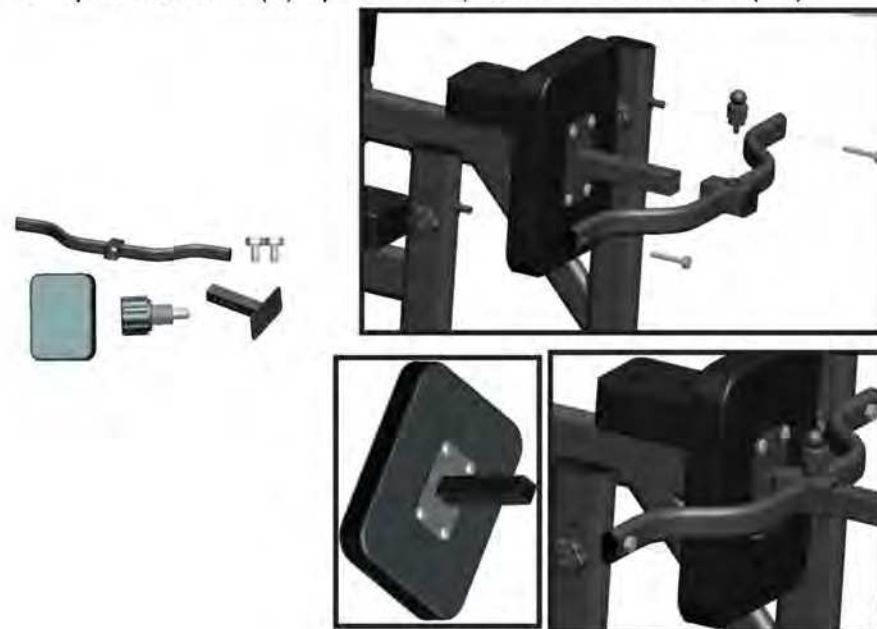
ШАГ 7:

Установите подлокотники (12).



ШАГ 8:

Установите смягчающую накладку для спины (13) на заднюю регулируемую стойку (15) и закрепите полученную конструкцию на задней опорной стойке (8) при помощи винтов M8x12мм (24).



ШАГ 5:

На полученной конструкции закрепите соединительную перекладину основной рамы (7) четырьмя винтами M8x45мм (22) и шайбами (25).



ШАГ 6:

Подсоедините рукоятки (11) к полученной сборке, закрепив их винтами M6x16мм (23).



23. Винт M6X16мм



24. Винт M8X12мм



25. Шайба



26. Торцевой, гаечный ключи

СПЕЦИФИКАЦИЯ

№	Наименование	Кол-во
1	Опорная рама (левый и правый)	1 комплект
2	Основная рама	1 комплект
3	Верхняя регулируемая стойка	1 комплект
4	Передняя выдвигаемая опора	1 комплект
5	Соединительная перекладина опорной рамы	1
6	Турник	1
7	Соединительная перекладина основной рамы	1
8	Задняя опорная стойка	1
9	Заглушка опорной рамы	4
10	Металлическая пластина	4
11	Рукоятки	2
12	Подлокотник	2
13	Смягчающая накладка для спины	1

№	Наименование	Кол-во
14	Пружинная ручка	1
15	Регулируемая задняя стойка	1
16	Ручка	2
18	Резинка для упражнений	1
19	Рукоятка	2
20	M8X80 мм	Комплект из 10 шт
21	Шестигранный винт M8X45 мм	Комплект из 8 шт
22	Винт M8X45мм	Комплект из 4 шт
23	Винт M6X16мм	2
24	Винт M8X12мм	2
25	Шайба	4
26	Торцевой, гаечный ключи	3

4. ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

ШАГ 1 :

Установите заглушку опорной рамы (9) на саму раму (1).



ШАГ 2:

Закрепите соединительную перекладину опорной рамы (5) на самой опорной раме (1) при помощи металлической пластины (10) и четырёх винтов M8x80 мм (20).



ШАГ 3:

Подсоедините переднюю выдвижную опору (4) к конструкции опорной рамы из шага 2 при помощи четырёх шестигранных винтов M8x45мм (21).



ШАГ 4:

Установите конструкцию из шага 3 на основную раму (2) и закрепите её с двух сторон – при помощи четырёх шестигранных винтов M8x45мм (21) с нижней стороны и металлической пластины (10) + четырёх винтов M8x80мм (20) с задней стороны.

