



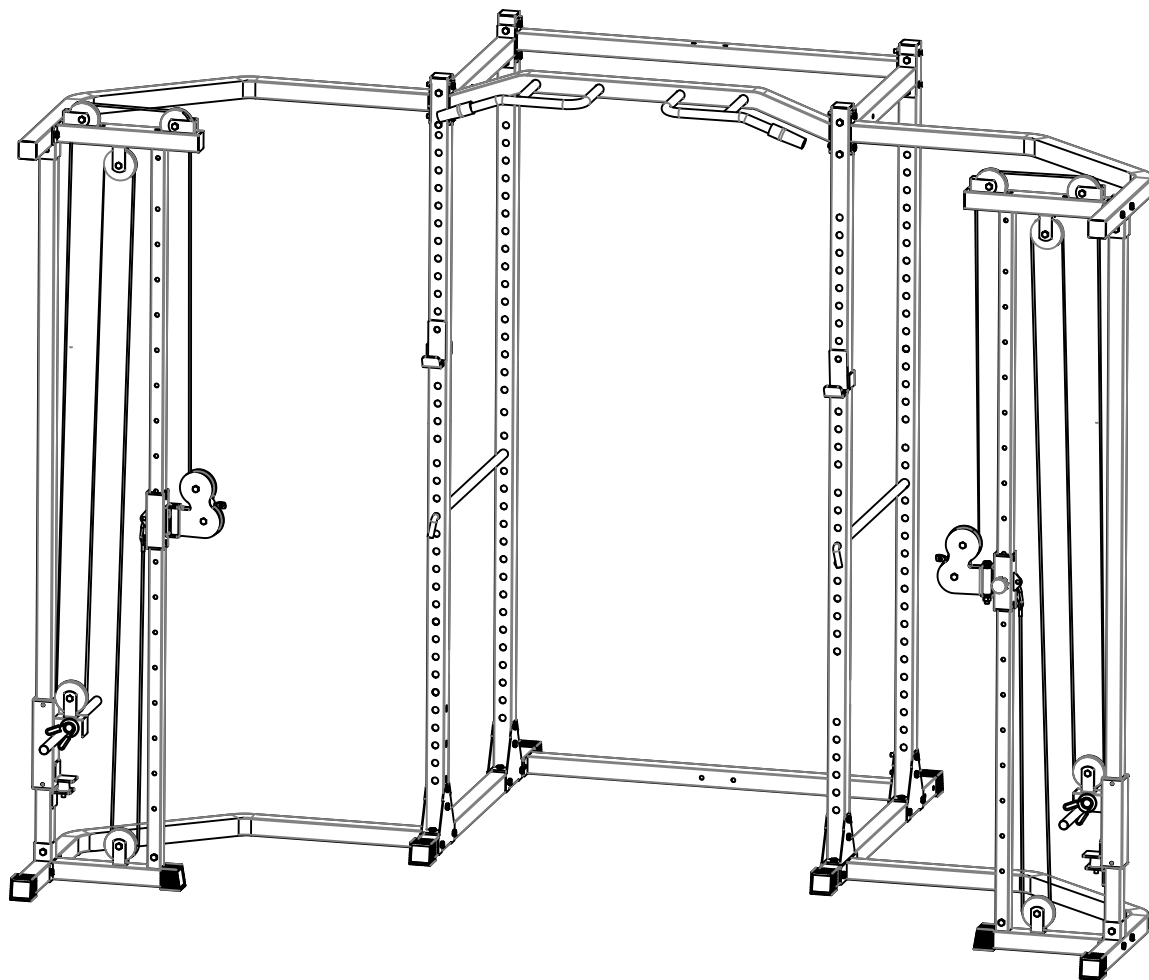
HOME GYM

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Машина Смита, Силовая рама

Артикул: USAFIGN1026788

Модель: PAPAABABE



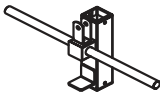




МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

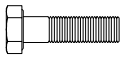
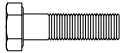
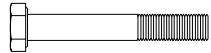
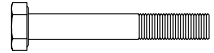


Благодарим вас за выбор нашего продукта! Для обеспечения вашей безопасности соблюдайте меры предосторожности. Перед сборкой и эксплуатацией тренажёра ознакомьтесь со всеми инструкциями в данном руководстве. Для безопасной и эффективной работы с тренажёром убедитесь, что оборудование правильно собрано и используется должным образом. Проконтролируйте, чтобы все пользователи были проинформированы о необходимых мерах предосторожности.

1. Перед началом работы с тренажёром проконсультируйтесь с 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.
2. Следите за своим самочувствием во время тренировки. Чрезмерная нагрузка или неправильная работа с тренажёром может нанести вред вашему здоровью. Если во время тренировки вы почувствуете боль или стеснение в груди, головокружение, мышечную слабость, одышку или обнаружите у себя какие-либо другие болезненные симптомы, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
3. Не подпускайте к тренажёру детей и питомцев. Изделие предназначено исключительно для взрослых.
4. Разместите тренажёр на ровной и устойчивой поверхности. Для защиты пола от возможных повреждений рекомендуется использовать специальное покрытие. Важно также обеспечить свободное пространство вокруг тренажера не менее 60 см.
5. Перед началом занятий на тренажёре проверьте все винты, гайки и другие соединения. Для поддержания должного уровня безопасности изделия регулярно проводите осмотр конструкции на предмет повреждений и износа.
6. Используйте тренажёр только по его прямому назначению. Если при сборке или проверке изделия были обнаружены неисправные компоненты, или вы услышали необычные шумы от оборудования во время использования, приостановите работу с тренажёром до тех пор, пока неисправность не будет устранена.
7. Для занятий на тренажёре надевайте удобную спортивную одежду и обувь. Не занимайтесь босиком.
8. Максимально допустимая нагрузка на изделие - 180 кг.
9. Данный тренажёр не предназначен для терапевтических целей.
10. Во избежание получения травм и повреждения устройства, соблюдайте осторожность при подъёме и перемещении тренажёра.
11. Тренажёр предназначен только для домашнего (бытового) пользования; не используйте изделие в коммерческих целях.

ПЕРЕЧЕНЬ ДЕТАЛЕЙ

<p>A БОКОВАЯ ОПОРА (ЛЕВАЯ)</p>  <p style="text-align: right;">1 ШТ.</p>	<p>B БОКОВАЯ ОПОРА (ПРАВАЯ)</p>  <p style="text-align: right;">1 ШТ.</p>	<p>C ВЕРХНЯЯ ПЕРЕКЛАДИНА (ЛЕВАЯ)</p>  <p style="text-align: right;">1 ШТ.</p>	<p>D ВЕРХНЯЯ ПЕРЕКЛАДИНА (ПРАВАЯ)</p>  <p style="text-align: right;">1 ШТ.</p>
<p>E НИЖНЯЯ РАМА</p>  <p style="text-align: right;">2 ШТ.</p>	<p>F ВЕРХНЯЯ РАМА</p>  <p style="text-align: right;">2 ШТ.</p>	<p>G СТОЙКА А (50)</p>  <p style="text-align: right;">2 ШТ.</p>	<p>H СТОЙКА В (38)</p>  <p style="text-align: right;">2 ШТ.</p>
<p>I ГРУЗОВАЯ КАРЕТКА</p>  <p style="text-align: right;">2 ШТ.</p>	<p>J ПОЛЗУНОК</p>  <p style="text-align: right;">2 ШТ.</p>	<p>K ТРОС</p>  <p style="text-align: right;">2 ШТ.</p>	<p>L ЗАГЛУШКА (50)</p>  <p>УЖЕ УСТАНОВЛЕНА</p> <p style="text-align: right;">6 ШТ.</p>
<p>M ЗАГЛУШКА</p>  <p style="text-align: right;">4 ШТ.</p>	<p>N РУЧКА-ФИКСАТОР</p>  <p style="text-align: right;">2 ШТ.</p>	<p>O АМОРТИЗАТОР</p>  <p style="text-align: right;">2 ШТ.</p>	<p>P ШКИВ (90)</p>  <p style="text-align: right;">14 ШТ.</p>
<p>Q ПРОКЛАДКА</p>  <p style="text-align: right;">4 ШТ.</p>	<p>R ПРУЖИННЫЙ ЗАЖИМ</p>  <p style="text-align: right;">4 ШТ.</p>		

КРЕПЕЖИ

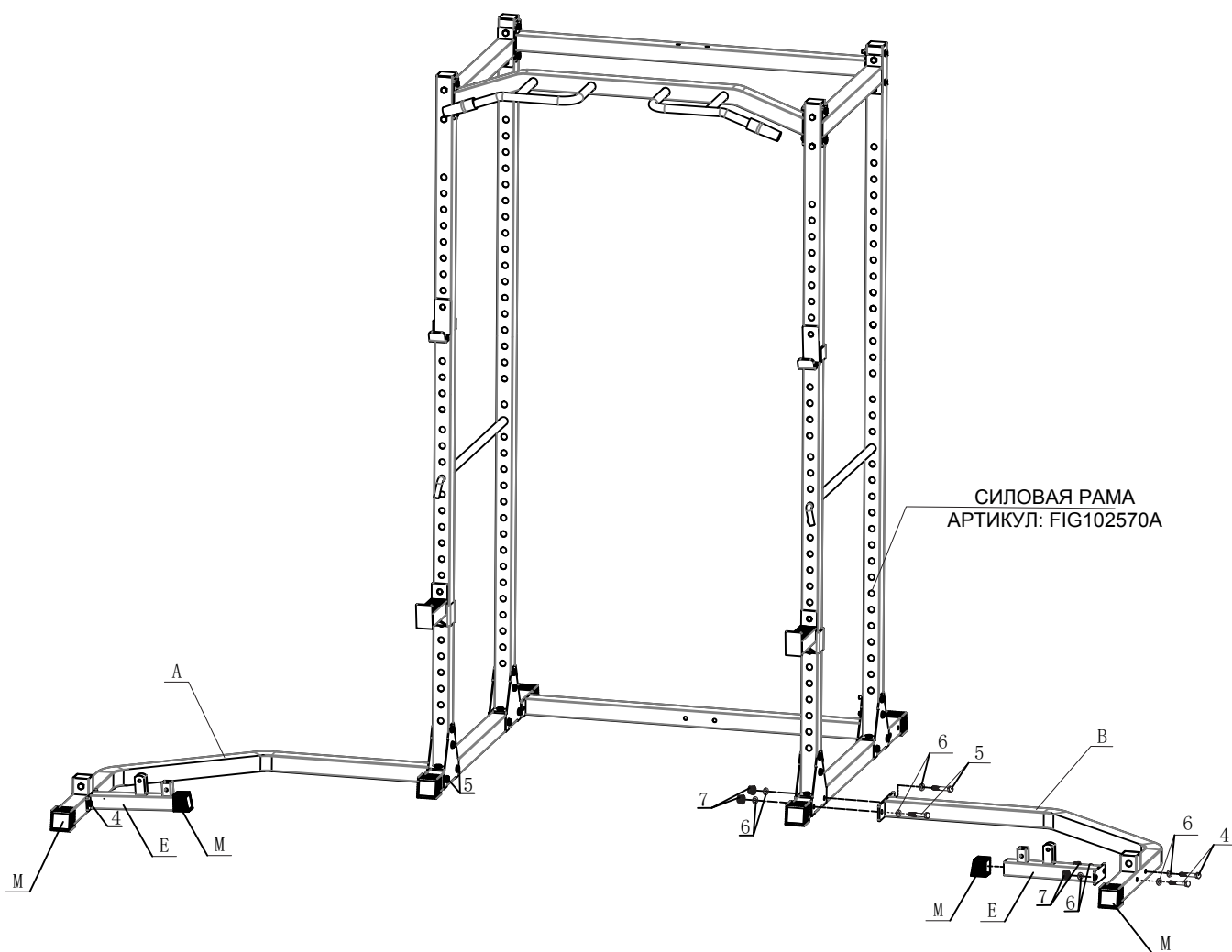
1	2	3	4	5
Н/Д	<p>БОЛТ М10*45</p>  <p style="text-align: right;">14 ШТ.</p>	<p>БОЛТ М10*50</p>  <p style="text-align: right;">4 ШТ.</p>	<p>БОЛТ М10*70</p>  <p style="text-align: right;">16 ШТ.</p>	<p>БОЛТ М10*75</p>  <p style="text-align: right;">4 ШТ.</p>
6	7			
<p>ШАЙБА М10</p>  <p style="text-align: right;">76 ШТ.</p>	<p>КОНТРГАЙКА М10</p>  <p style="text-align: right;">38 ШТ.</p>			

СПЕЦИФИКАЦИЯ

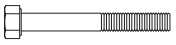
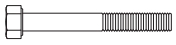


A	БОКОВАЯ ОПОРА (ЛЕВАЯ)	1 ШТ.	2	БОЛТ М10*45	14 ШТ.
B	БОКОВАЯ ОПОРА (ПРАВАЯ)	1 ШТ.	3	БОЛТ М10*50	4 ШТ.
C	ВЕРХНЯЯ ПЕРЕКЛАДИНА (ЛЕВАЯ)	1 ШТ.	4	БОЛТ М10*70	16 ШТ.
D	ВЕРХНЯЯ ПЕРЕКЛАДИНА (ПРАВАЯ)	1 ШТ.	5	БОЛТ М10*75	4 ШТ.
E	НИЖНЯЯ РАМА	2 ШТ.	6	ШАЙБА М10	76 ШТ.
F	ВЕРХНЯЯ РАМА	2 ШТ.	7	КОНТРГАЙКА М10	38 ШТ.
G	СТОЙКА А (50)	2 ШТ.			
H	СТОЙКА В (38)	2 ШТ.			
I	ГРУЗОВАЯ КАРЕТКА	2 ШТ.			
J	ПОЛЗУНОК	2 ШТ.			
K	ТРОС	2 ШТ.			
L	ЗАГЛУШКА (50)	6 ШТ.			
M	ЗАГЛУШКА	4 ШТ.			
N	РУЧКА-ФИКСАТОР	2 ШТ.			
O	АМОРТИЗАТОР	2 ШТ.			
P	ШКИВ (90)	14 ШТ.			
Q	ПРОКЛАДКА	4 ШТ.			
R	ПРУЖИННЫЙ ЗАЖИМ	4 ШТ.			

ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

РИСУНОК 1.

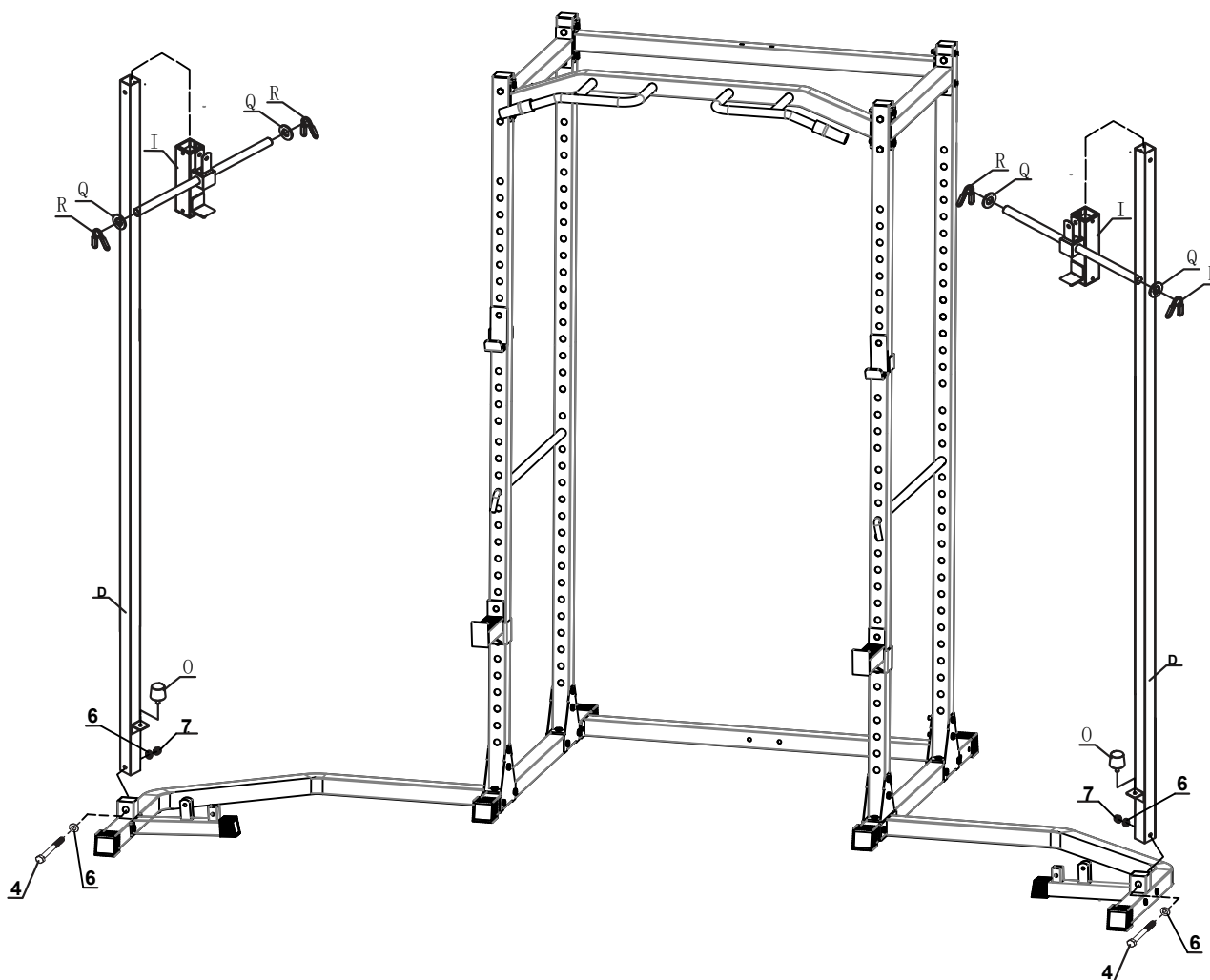


КРЕПЕЖИ

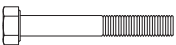
4	5	6	7
БОЛТ M10*70	БОЛТ M10*75	ШАЙБА M10	КОНТРГАЙКА M10
			
4 ШТ.	4 ШТ.	16 ШТ.	8 ШТ.

ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

РИСУНОК 2.

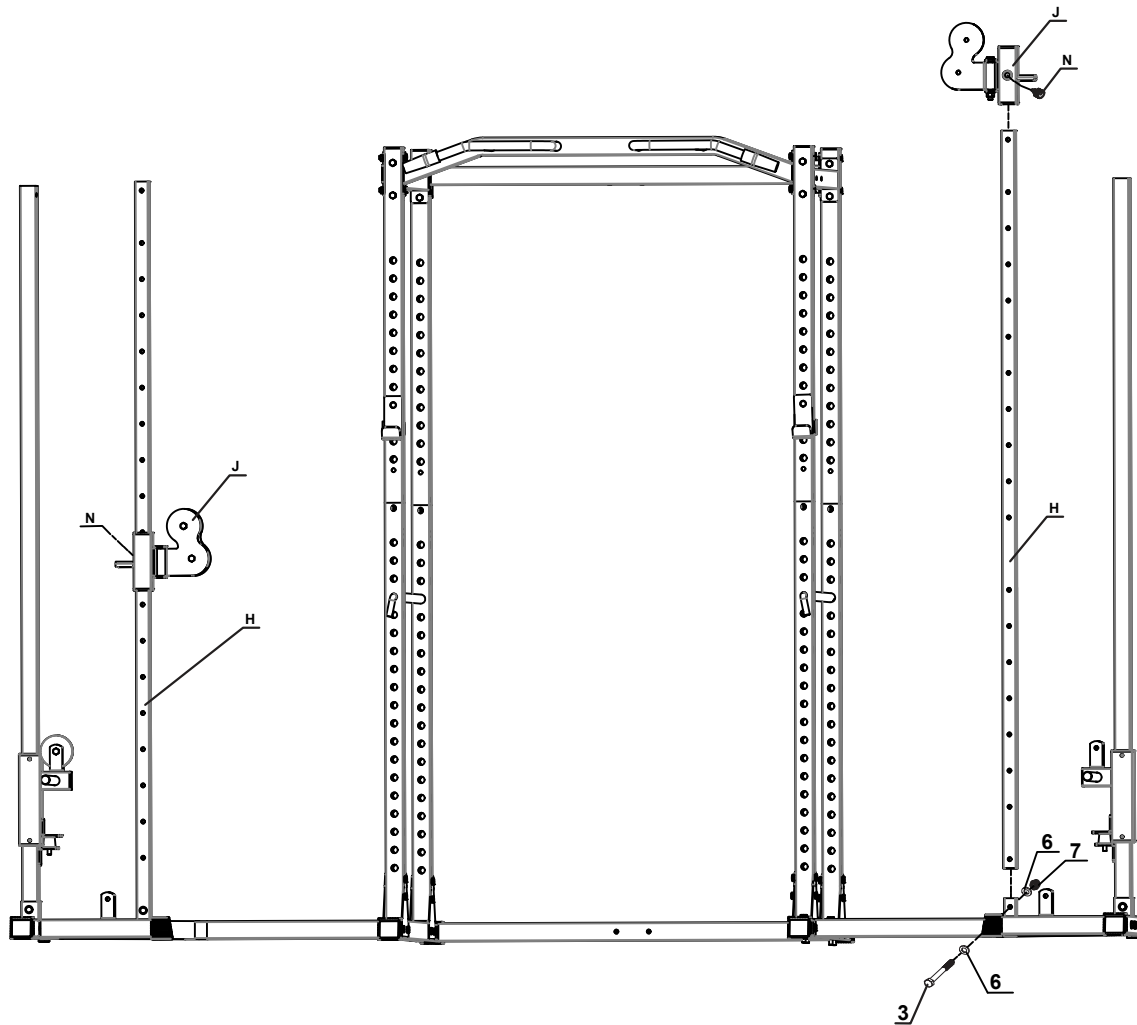


КРЕПЕЖИ

4	6	7	
БОЛТ М10*70	ШАЙБА М10	КОНТРОГАНКА М10	
			
2 ШТ.	4 ШТ.	2 ШТ.	

ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

РИСУНОК 3.

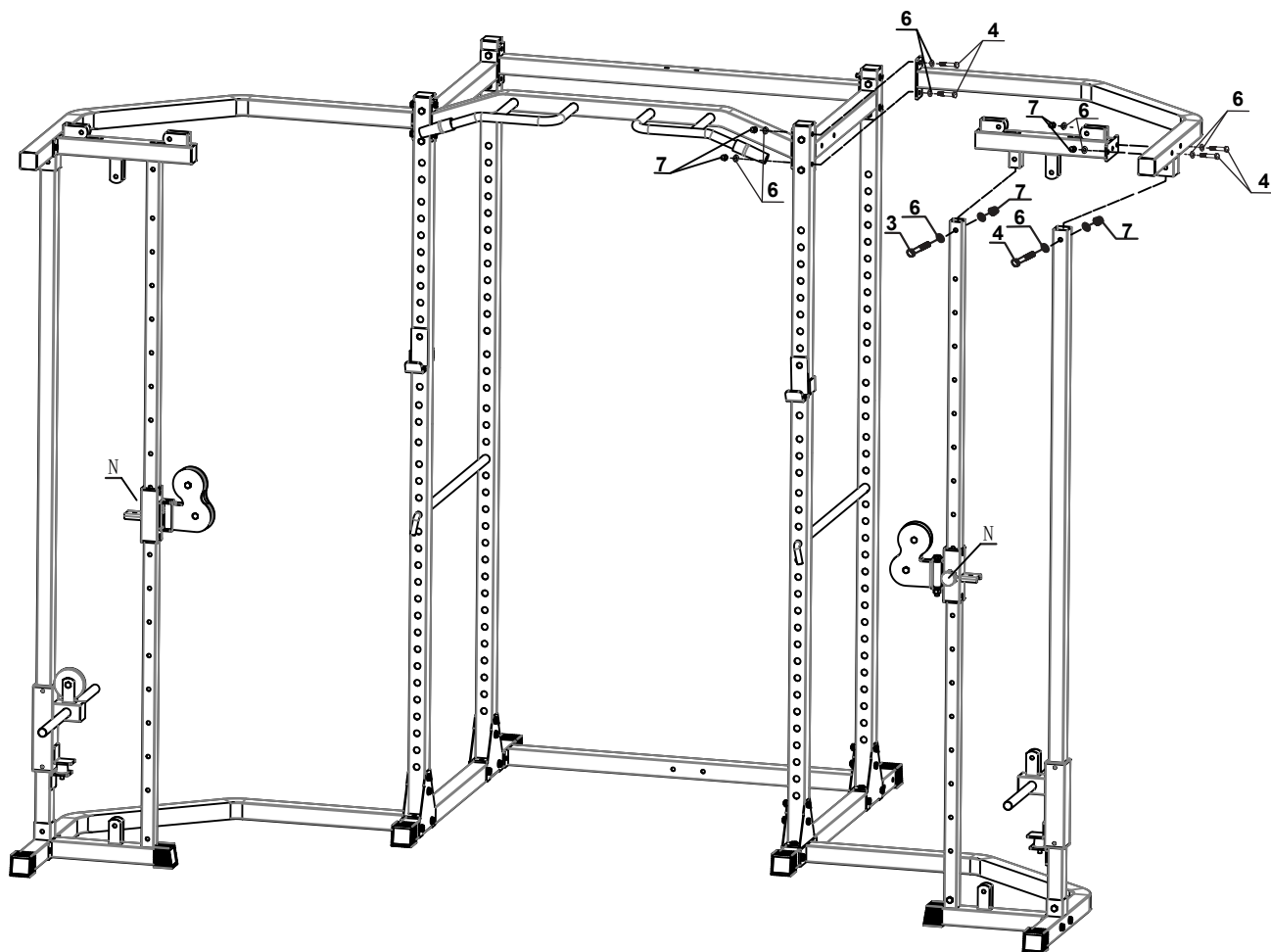


КРЕПЕЖИ

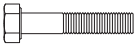
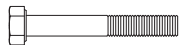


3	6	7	
БОЛТ M10*50	ШАЙБА M10	КОНТРГАЙКА M10	
			
2 ШТ.	4 ШТ.	2 ШТ.	

ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

РИСУНОК 4.





КРЕПЕЖИ

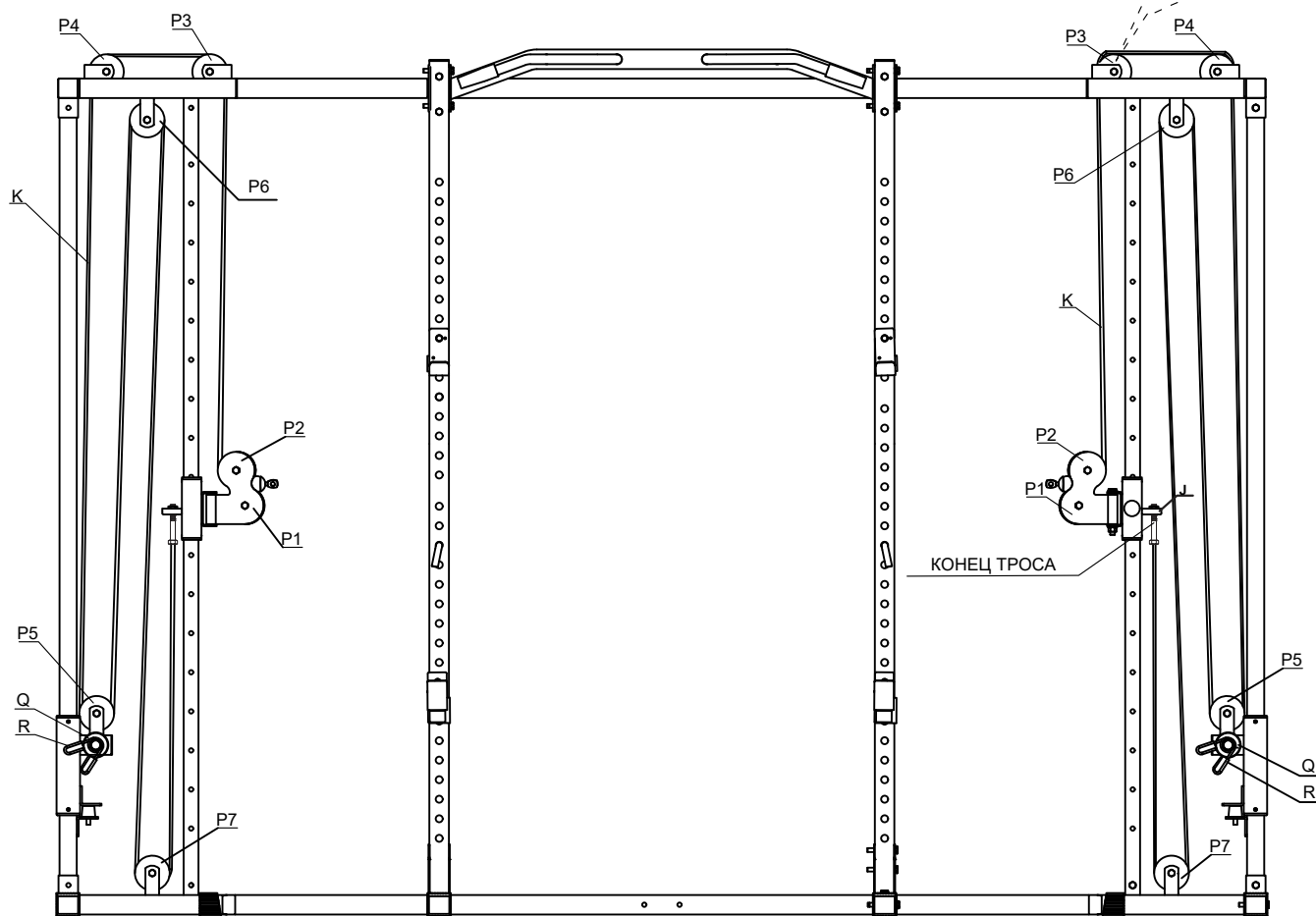
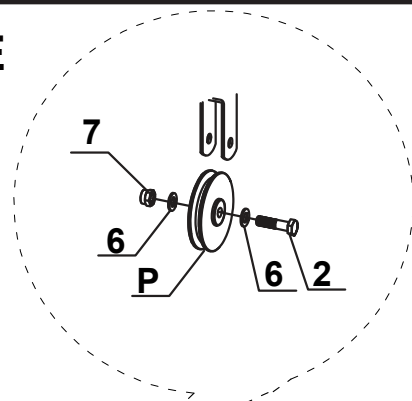
3	4	6	7
БОЛТ M10*50	БОЛТ M10*70	ШАЙБА M10	КОНТРГАЙКА M10
 2 ШТ.	 10 ШТ.	 24 ШТ.	 12 ШТ.

ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

РИСУНОК 5.

КРЕПЕЖИ

2	6	7
БОЛТ М10*45	ШАЙБА М10	КОНТРГАЙКА М10
 14 ШТ.	 28 ШТ.	 14 ШТ.



На рисунке выше представлена схема размещения троса и сопутствующих креплений. Все шкивы крепятся к конструкции по ходу того, как прокладывается трос. Всего предусмотрено 14 шкивов (7 с левой стороны и 7 с правой).

ШАГ 6.

Закрепите шкивы на своих позициях при помощи болтов М10*45 (2), шайб М10 (6) и контргаяк М10 (7). Последним этапом зафиксируйте конец троса (отмечен на рисунке) на ползунке (J) - для этого вам потребуется гайка.

ЗАТЯНИТЕ ВСЕ КРЕПЕЖИ!