



OXYGEN
F I T N E S S

FORT SMITH
СИЛОВАЯ СКАМЬЯ



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

Меры безопасности

Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Тренажер предназначен для домашнего использования. В целях обеспечения безопасности и надежной работы оборудования перед использованием тренажера ознакомьтесь с инструкцией.

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача кислорода;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;

ОСТОРОЖНО! Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно ПРЕКРАТИТЕ занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

Транспортировка и эксплуатация тренажера:

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

Хранение тренажера:

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

1. температура + 10 - + 35 C;
2. влажность: 50 -75%;

Настройка оборудования

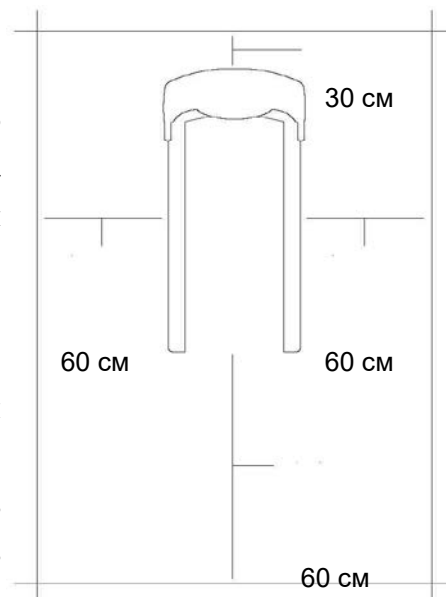
ВЫБОР МЕСТА ДЛЯ ТРЕНАЖЕРА

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности, так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него

Если вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

Не размещайте тренажёр в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на компоненты тренажера. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СБОРКЕ

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали, и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажера, не до конца затянув гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.

Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

ЧИСТКА ТРЕНАЖЕРА

Профилактическое обслуживание и ежедневная чистка оборудования продлят срок его эксплуатации и помогут сохранить его внешний вид.

При этом важно соблюдать следующие рекомендации:

- Защищайте тренажер от попадания прямого солнечного света, в противном случае возможно выцветание деталей;
- Тренажер необходимо устанавливать в сухом месте;
- Для чистки используйте мягкую хлопчатобумажную ткань;
- Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера, такие как ацетон, бензин, уайт-спириты, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости (мыльный раствор) ткань с последующей протиркой сухой тканью;
- После каждого использования тренажера протирайте рукоятки и поручни;
- Если тренажер неустойчив и «качается», выровняйте его с помощью регулировочных ножек;
- Регулярно выполняйте уборку территории вокруг тренажера.

ПРОВЕРКА ТРЕНАЖЕРА НА ПРЕДМЕТ ПОВРЕЖДЕНИЯ ДЕТАЛЕЙ

НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ тренажер, если он поврежден или имеет сломанные или изношенные детали. Используйте только те запасные части, которые поставляются заводом-изготовителем оборудования.

РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА. Оно является залогом бесперебойной работы оборудования и сохранения гарантийных обязательств. Необходимо проводить регулярный осмотр тренажера. Дефектные детали следует немедленно заменять. Не следует использовать некоректно работающее оборудование до проведения ремонта. Обслуживание и ремонт должны проводиться только лицами, обладающими необходимой квалификацией.

ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

ЕЖЕДНЕВНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Рекомендуем вам ежедневно протирать тренажер влажной тканью с мягким чистящим

средством (мыльный раствор) , не содержащим этилового или нашатырного спирта.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверить горизонтальное положение тренажёра. В случае необходимости выровняйте его.
- Протереть детали тренажёра: поручни, направляющие от пыли, грязи и пота.

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверьте затяжку винтов на всех соединениях.
- Убедитесь в отсутствии люфта после затяжки винтов.
- Пропылесосьте пространство под и вокруг тренажёра.

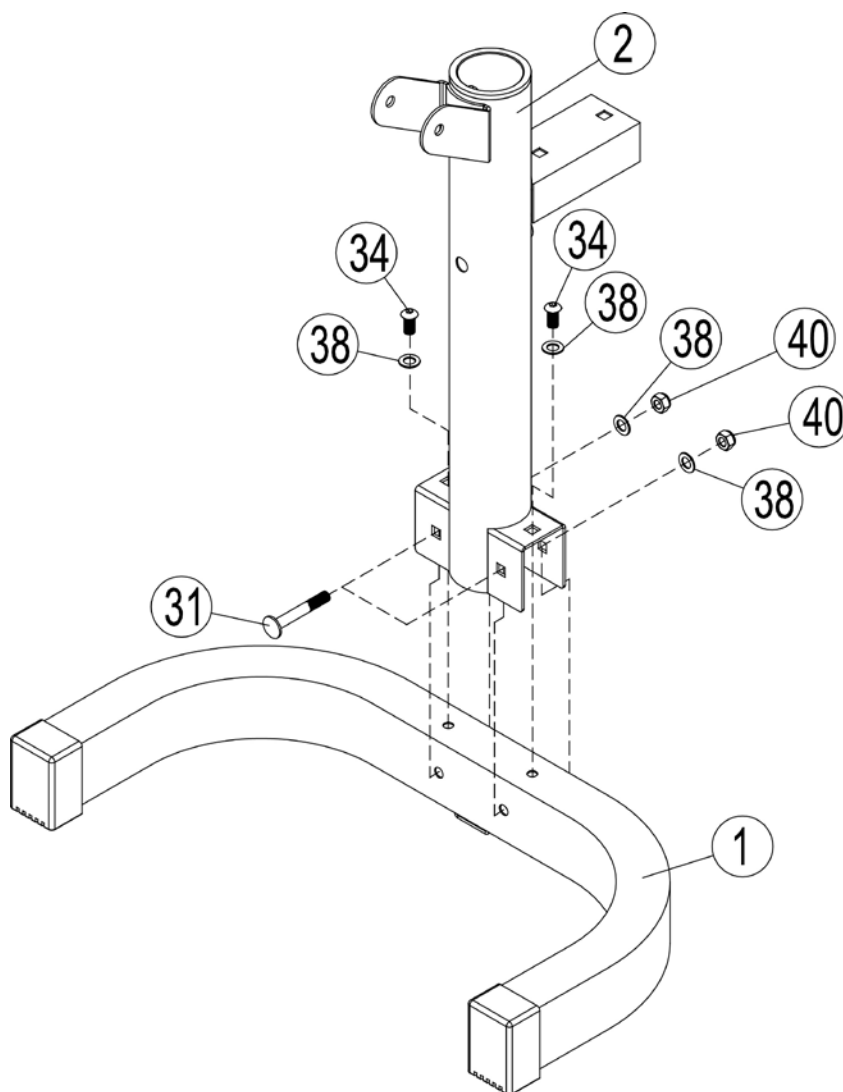
Тренажёр предназначен для домашнего использования.

Сборка оборудования

ВНИМАНИЕ! Во время установки различных винтов и болтов не следует их сильно затягивать. Это необходимо сделать в самом конце сборки.

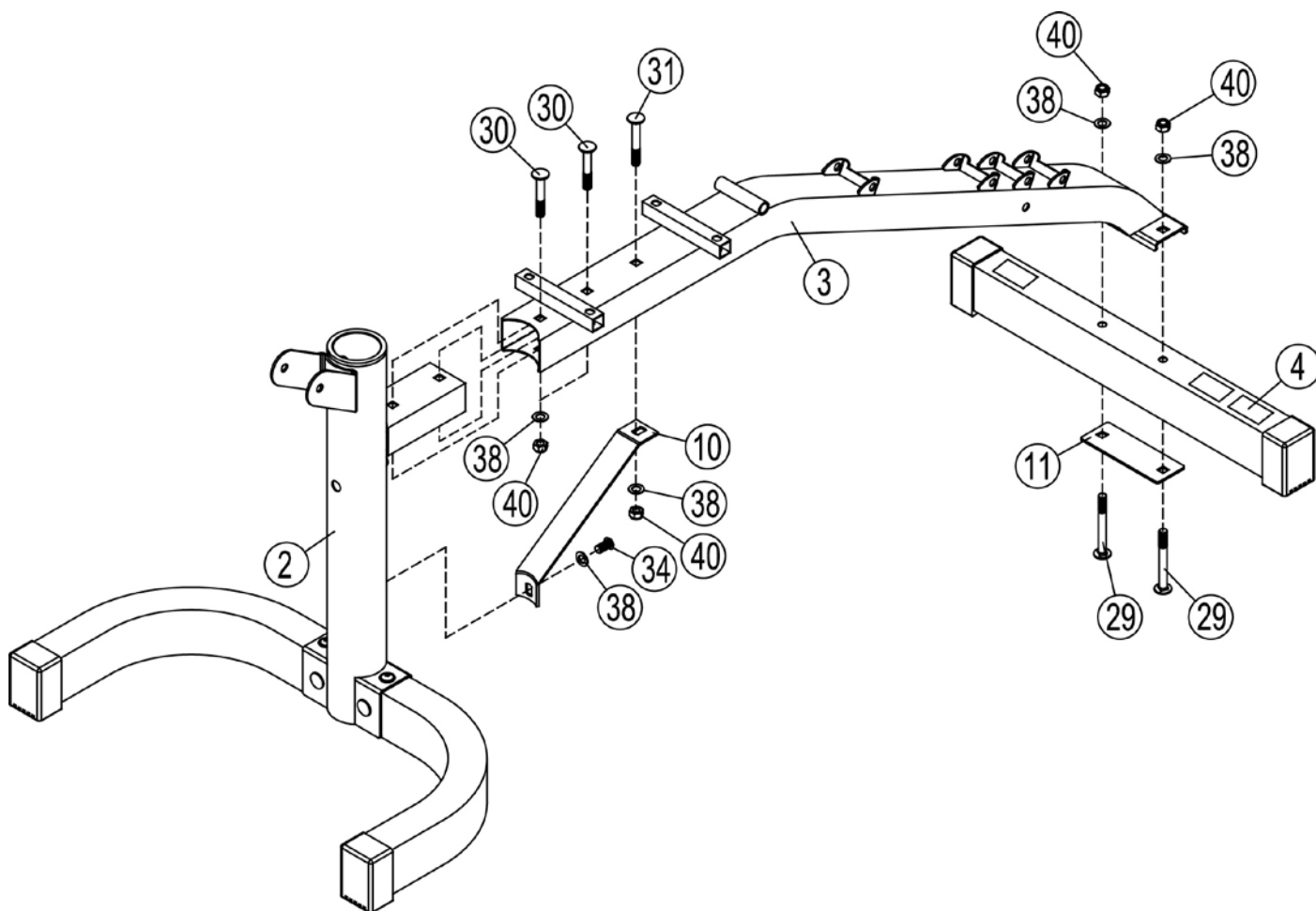
Шаг 1

Закрепите опору (#2) на передней ножке (#1) горизонтально с помощью болтов (#31), 2 шайб (#38) и 2 гаек (#40). Затем вертикально с помощью болтов (#34), 2 шайб (#38).



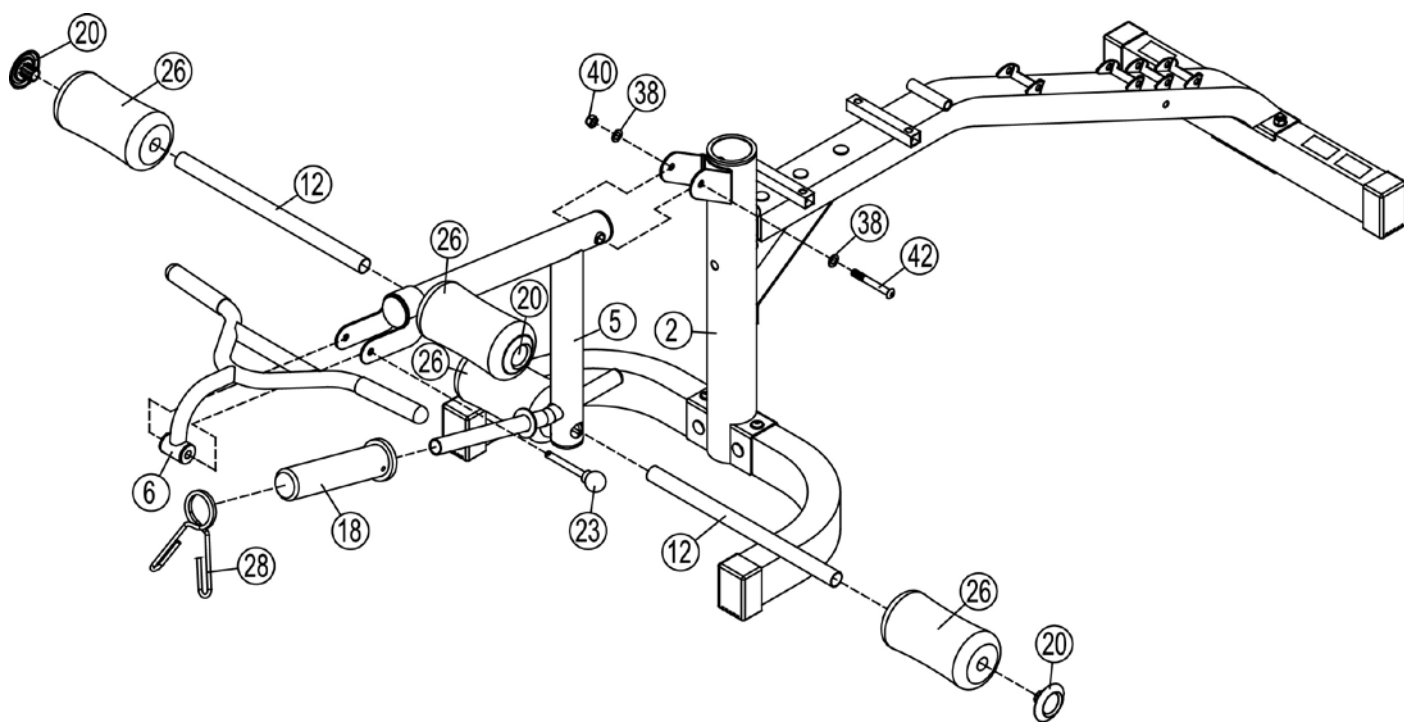
Шаг 2

1. Закрепите опору сиденья (#3) на задней ножке (#4), используя 2 болта (#29), металлическую прокладку (#11), 2 шайбы (#38), 2 гайки (#40). Не затягивайте болты слишком сильно.
2. Закрепите другой конец опоры сиденья (#3) на опоре (#2) с помощью 2 болтов (#30), 2 шайб (#38), 2 гаек (#40).
3. Закрепите один конец опоры (#10) на опоре (#2) с помощью 1 шайбы (#38), 1 болта (#34). А другой конец на опоре сиденья (#3), используя 1 болта (#31), 1 шайбы (#38), 1 гайки (#40).



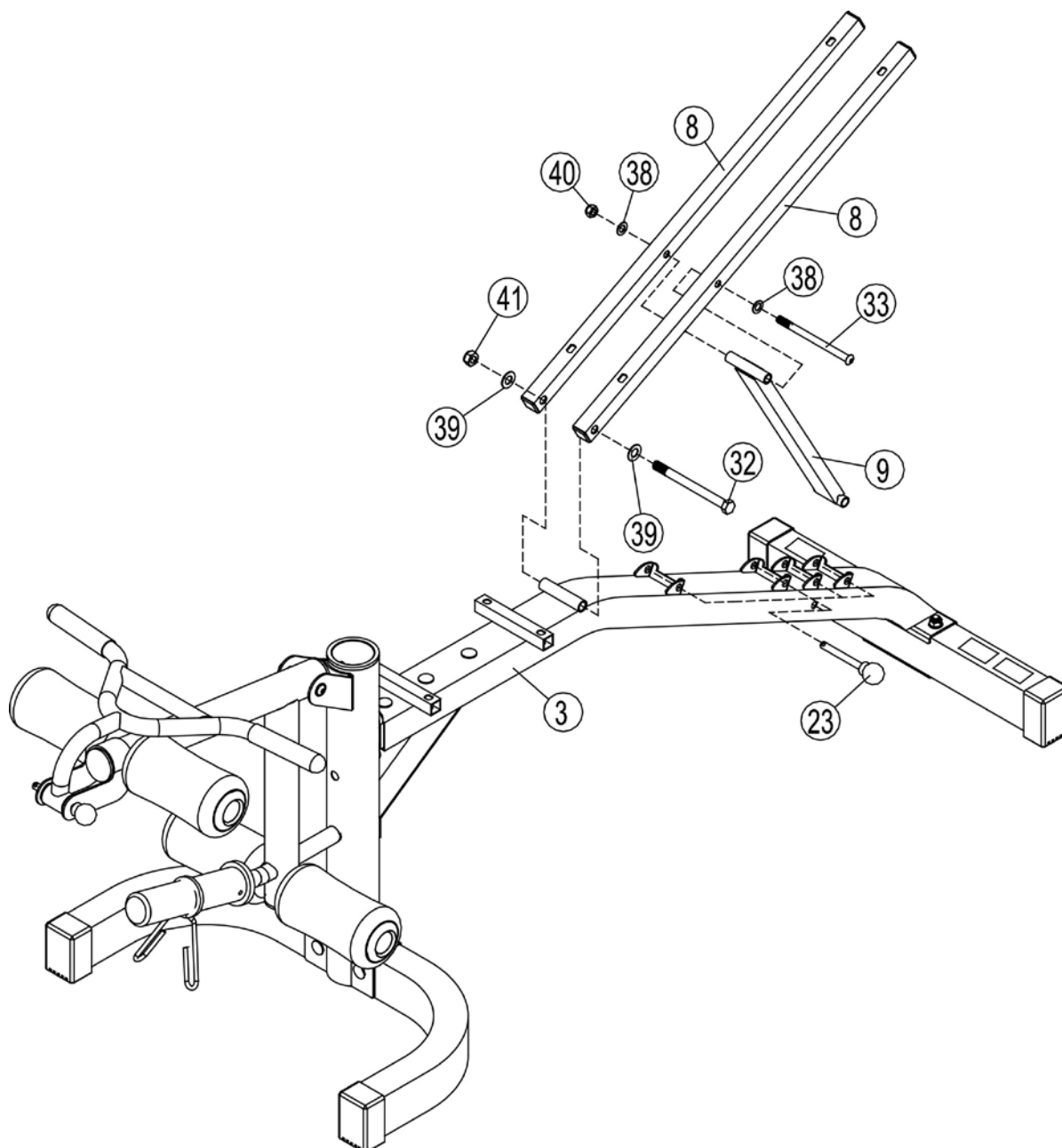
Шаг 3

1. Зафиксируйте нагрузку для ног (#5) на опоре (#2) с помощью 1 болта (#42), 2 шайб (#38), 1 гайки (#40).
2. Закрепите ось (#12) в отверстиях нагрузки для ног. Зафиксируйте валики (#26) с обеих.
3. Закрепите втулку (#18) и зажим (#28) на нагрузке.
4. Закрепите рукоять (#6) на нагрузке (#5), используя фиксатор (#23).



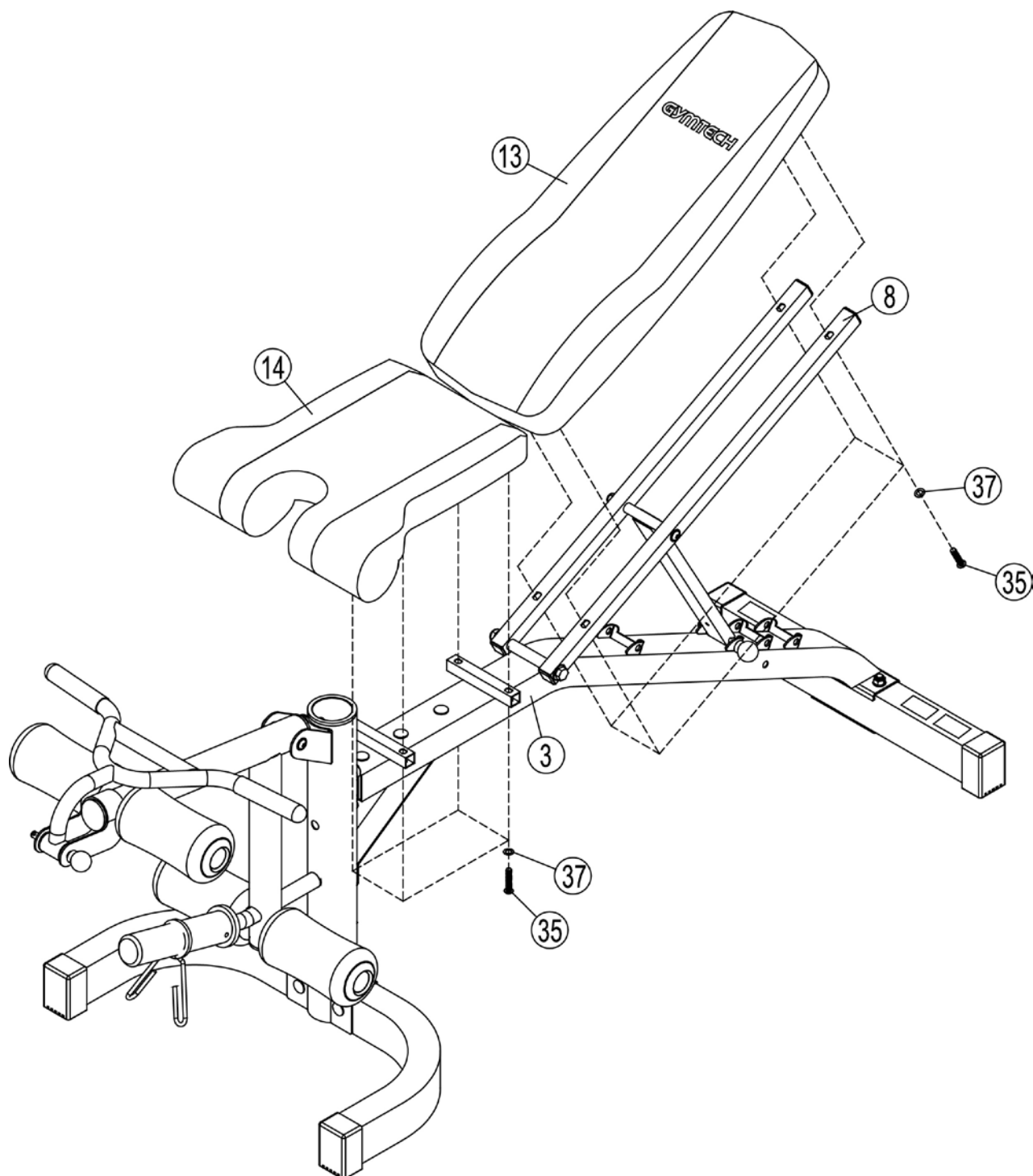
Шаг 4

1. Закрепите опору спинки (#8) на опоре сиденья (#3), скрепив 2 болтами (#32), 2 шайбами (#39) и 1 гайкой(#41).
2. Установите фиксатор наклона спинки (#9) на опору спинки (#8), закрепите с помощью 1 болта (#33), 2 шайб (#38), 1 гайки (#40).



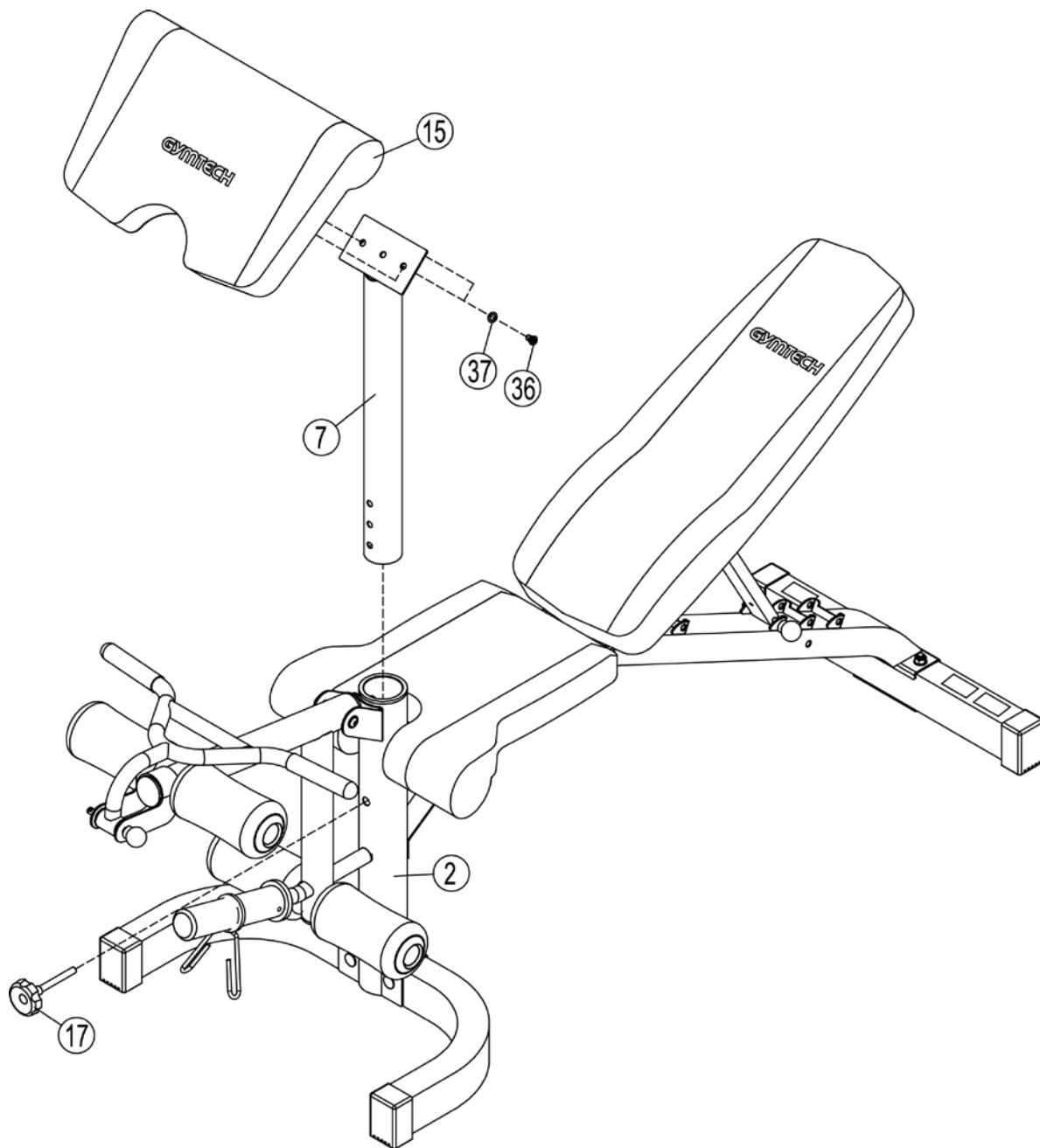
Шаг 5

1. Закрепите сиденье (#14) на опоре сиденья (#3) 4 болтами (#35) и 4 шайбами (#37).
2. Закрепите спинку (#13) на опоре (#8) болтами (#35) и 4 шайбами (#37).



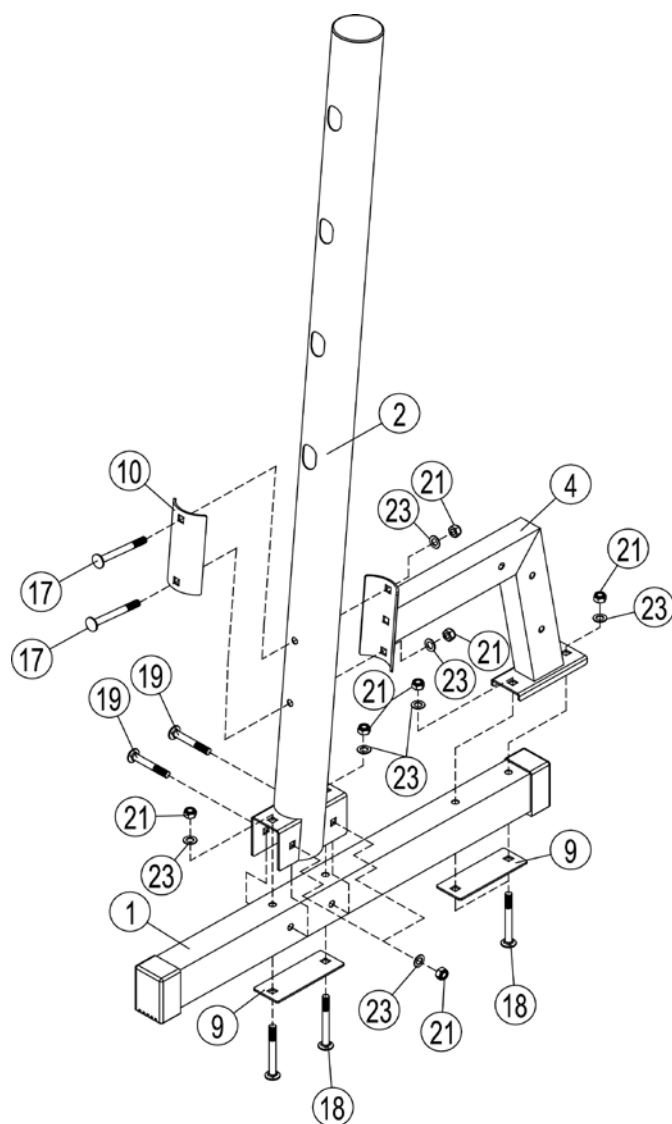
Шаг 6

1. Закрепите опору подставки для рук (#7) в отверстиях опоры (#2), отрегулируйте его положение фиксатором (#17).
2. Закрепите подставку для рук (#15) на опоре (#7), используя 2 шайбы (#37) и 2 болта (#36).
3. Затяните болты и гайки.



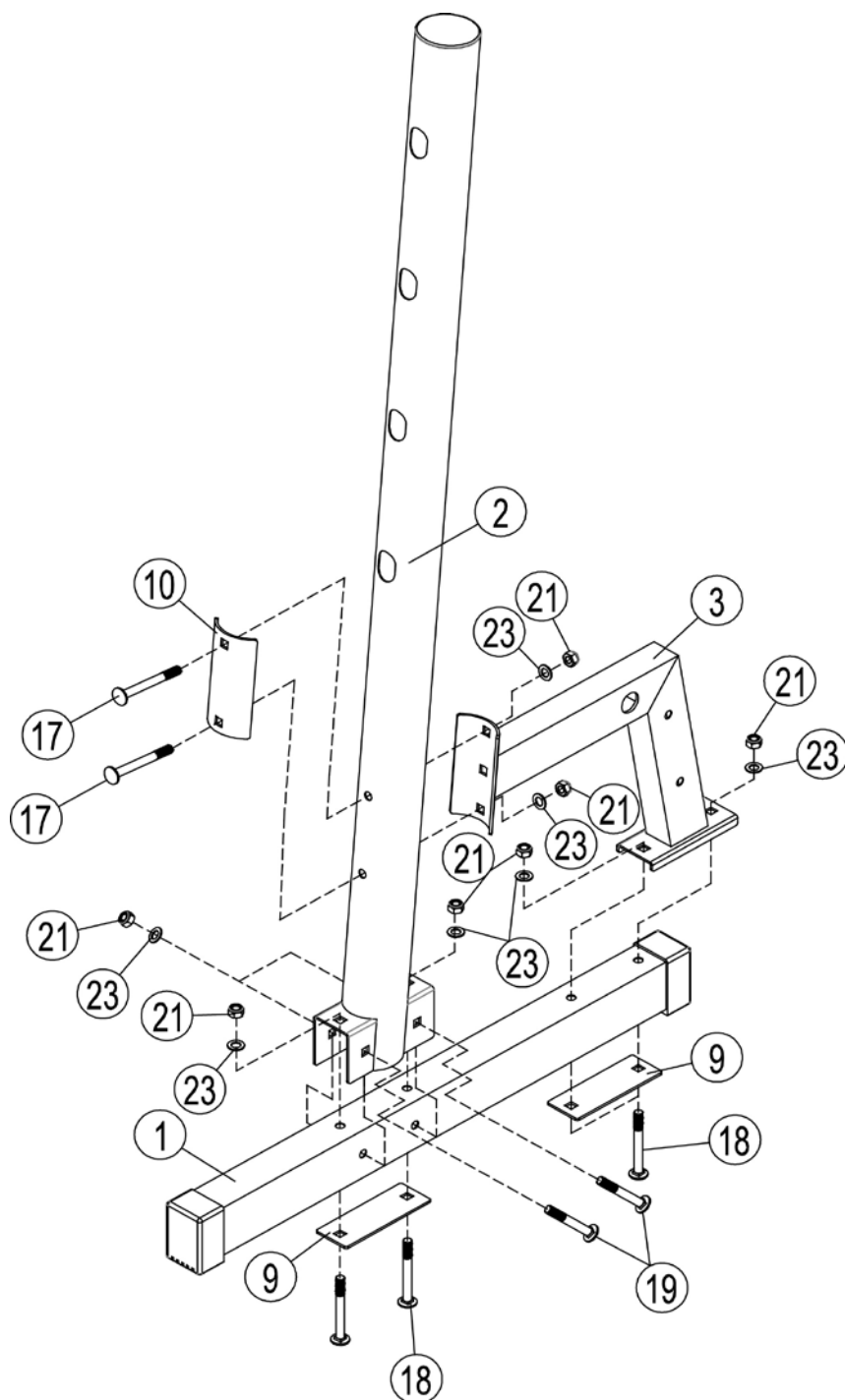
Шаг 7

1. Закрепите правую стойку (#2) на правой опорной ножке (#1), закрепите с помощью металлической прокладки (#9), 2 болтов (#18), 2 шайб (#23), 2 гаек (#21). Зафиксируйте их горизонтально болтами (#19), 2 шайбами (#23), 2 гайками (#21).
2. Закрепите правую опору (#4) на правой стойке (#2), используя прокладку (#10), 2 болта (#17), 2 шайбы (#23), 2 гайки (#21). Другой конец опоры (#4) закрепите на опорной ножке (#1) с помощью металлической прокладки (#9), 2 болтов (#18), 2 шайб (#23), 2 гаек (#21).



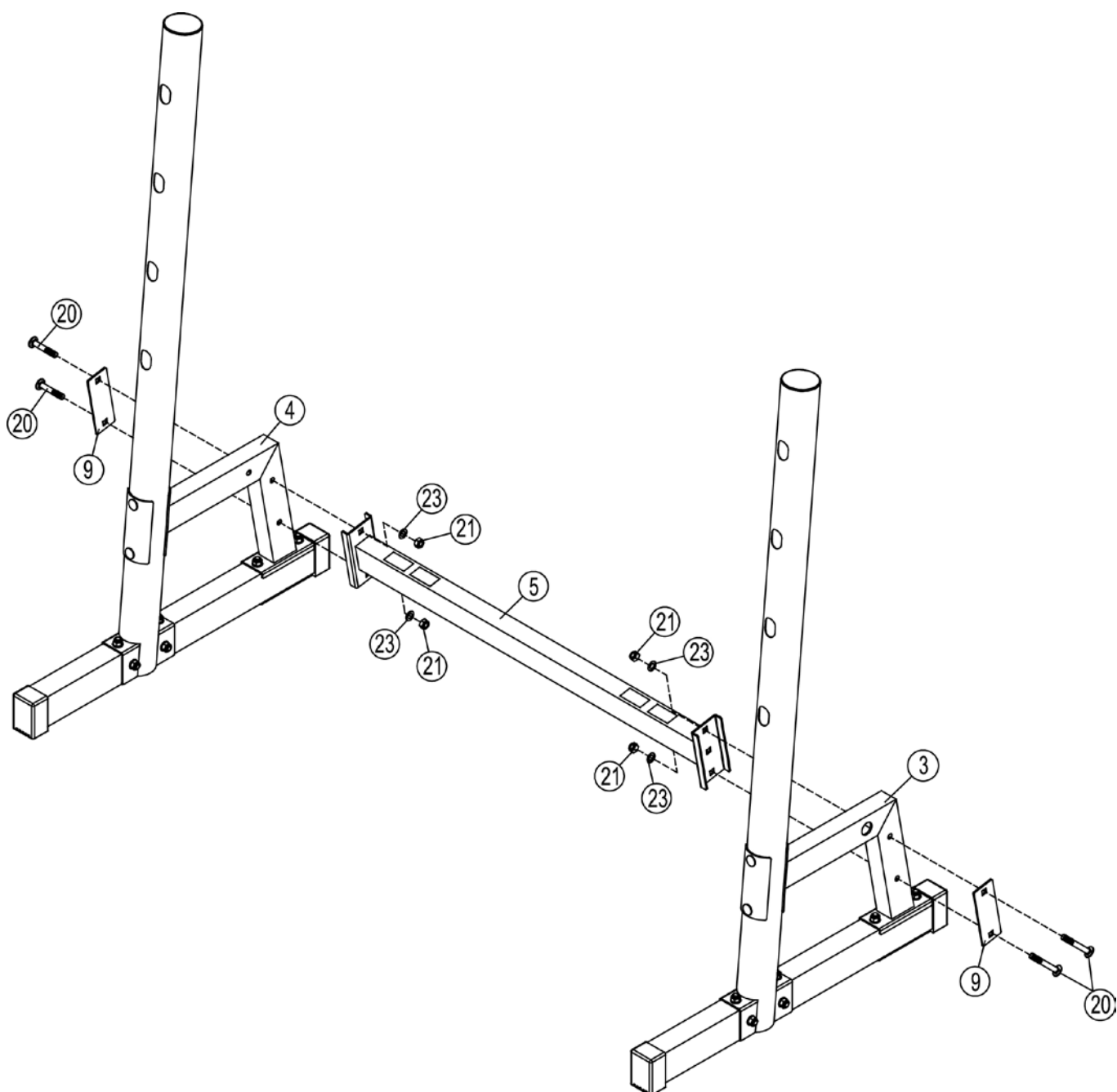
Шаг 8

Повторите действия, чтобы закрепить левую опорную ножку (#1), левую стойку(#2) и левую опору (#3).



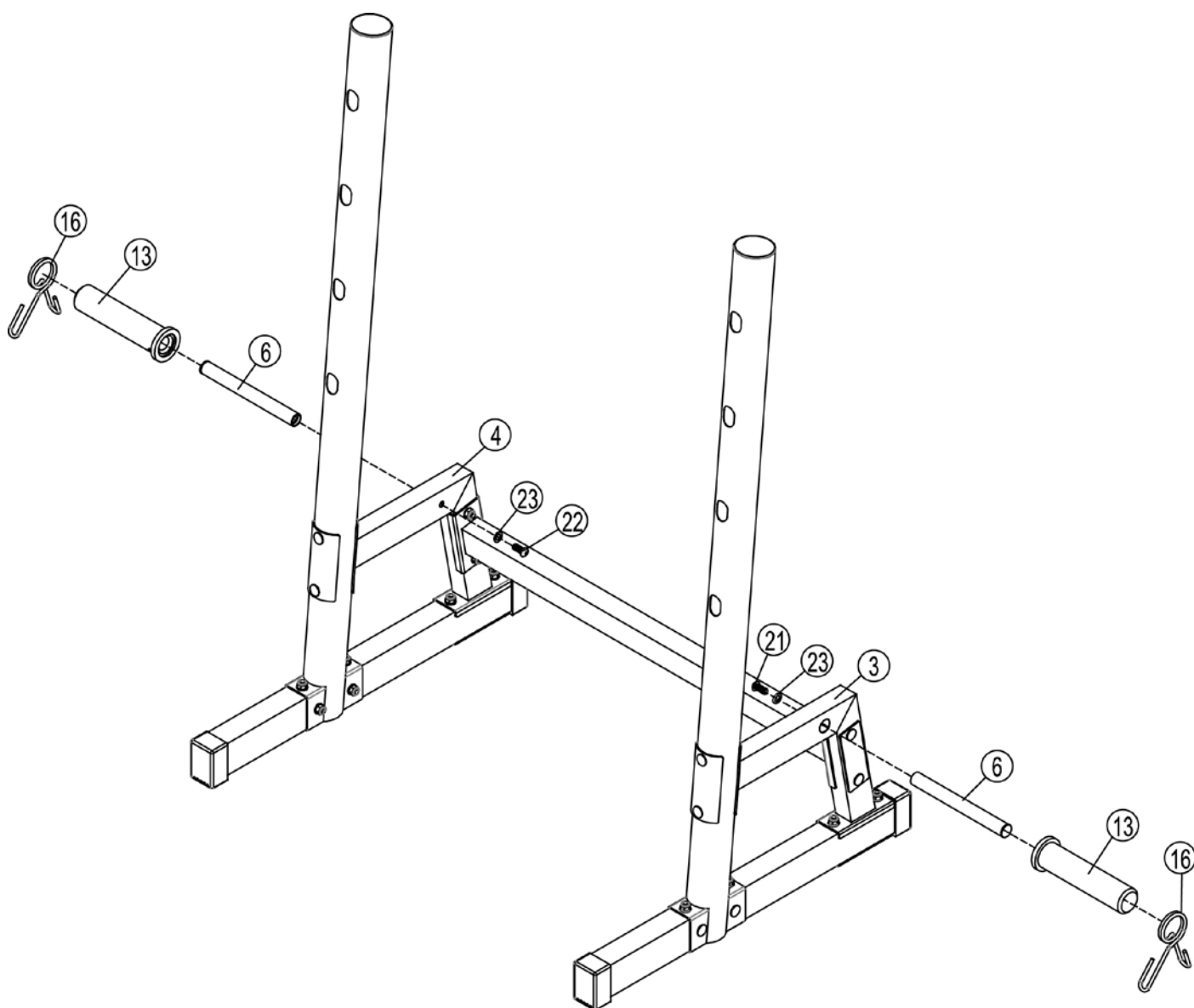
Шаг 9

1. Закрепите поперечную балку (#5) на правой опоре (#4) с помощью 2 болтов (#20), 1 прокладки (#9), 2 шайб (#23), 2 гаек (#21).
2. Повторите действия для крепления поперечной балки на левой опоре.



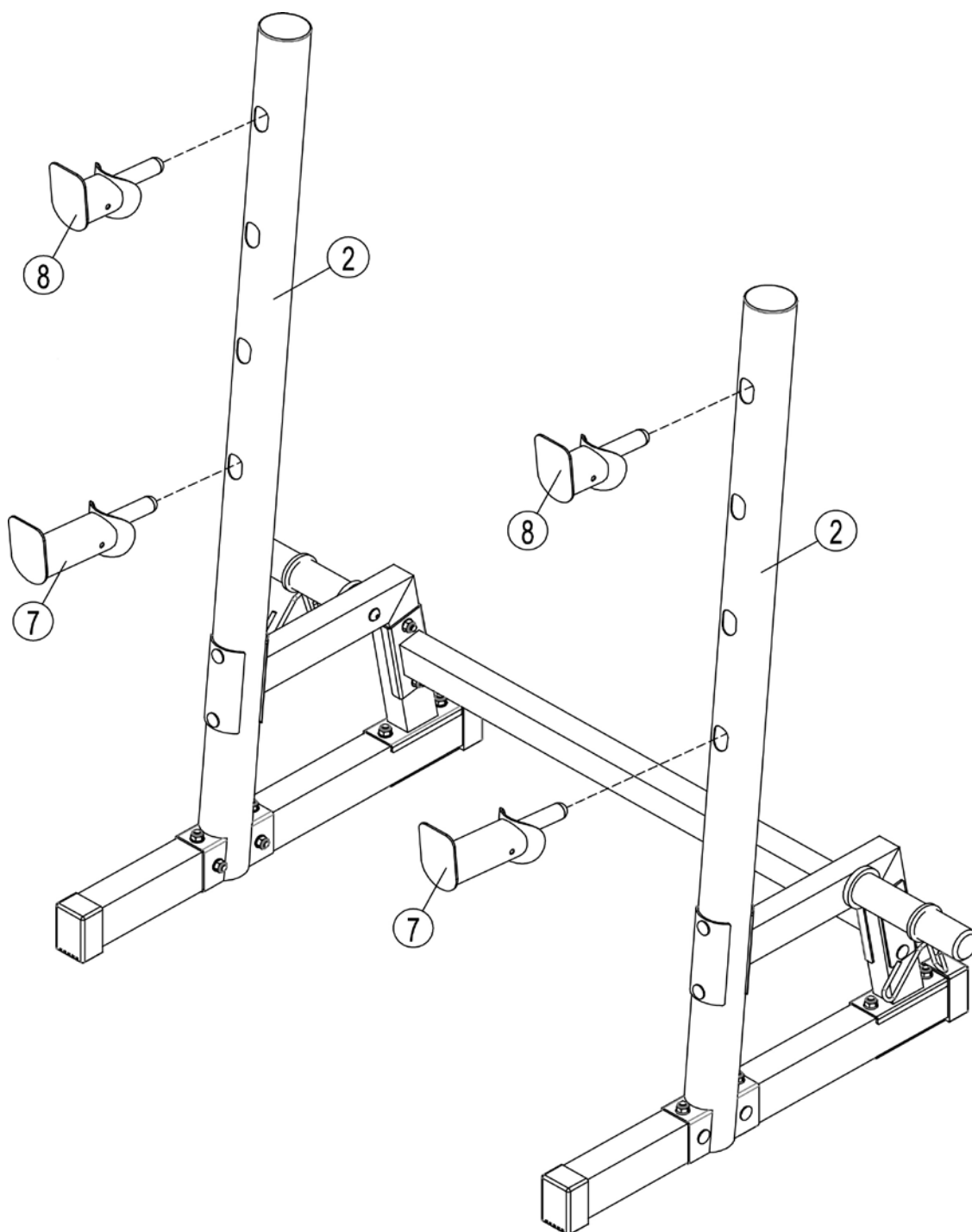
Шаг 10

1. Закрепите накопитель дисков (#6) на левой опоре (#3), с помощью 1 болта (#22) и 1 шайбы (#23). Закрепите втулку (#13) и зажим (#16) на накопителе дисков (#6).
2. Повторите действия для противоположной стороны.



Шаг 11

1. Закрепите 2 коротких фиксатора (#8) на стойках (#2).
2. Закрепите длинные фиксаторы (#7) на стойках (#2).



Список комплектующих частей

Скамья

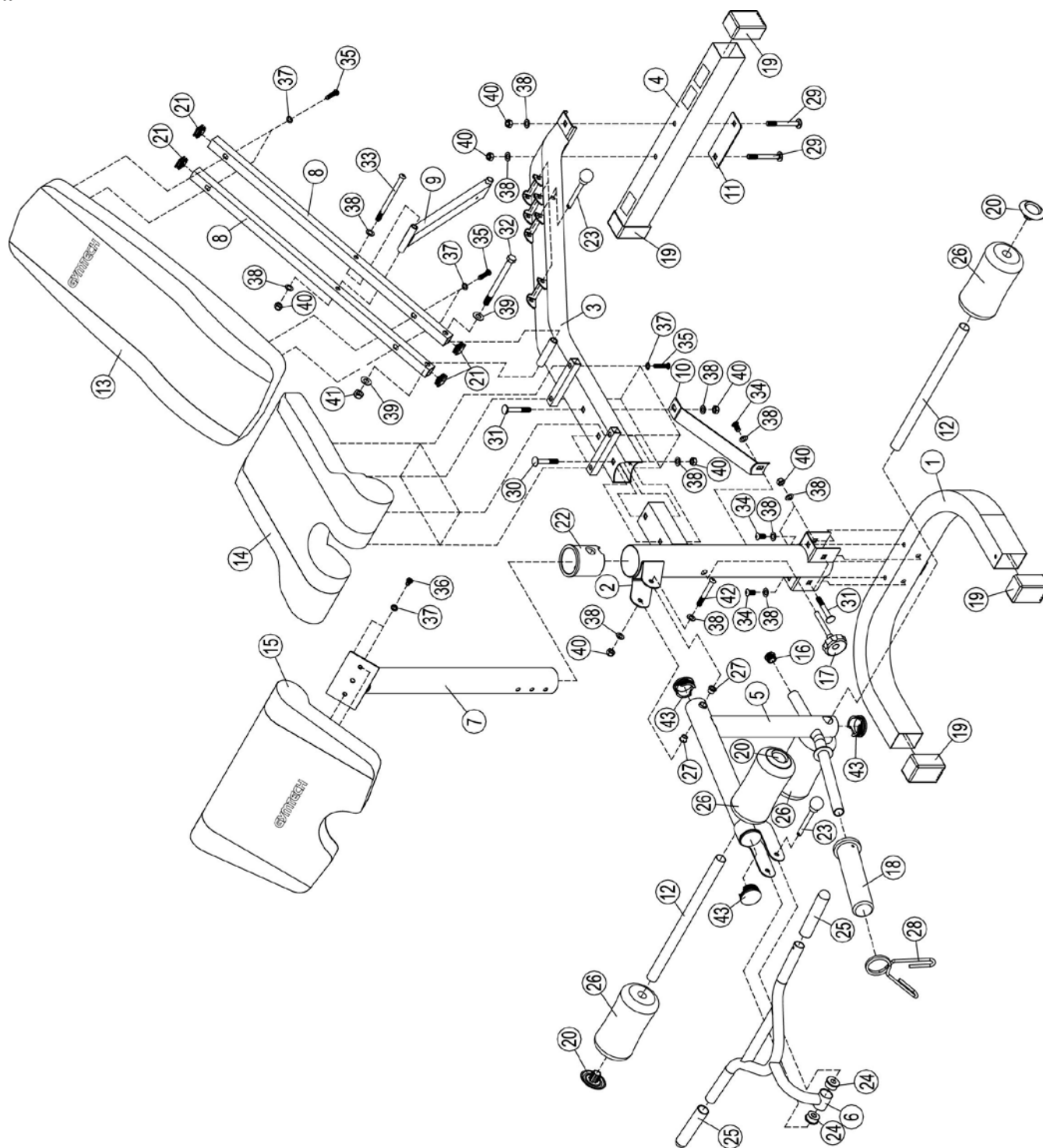
№	Наименование	Кол-во	№.	Наименование	Кол-во
1	Передняя опорная ножка	1	24	Ø32 Втулка	2
2	Опора	1	25	Ø25×130 Поручень	2
3	Опора сиденья	1	26	Ø22×Ø100×180 Валик	4
4	Задняя опорная ножка	1	27	Ø18×Ø10×12 Втулка	2
5	Нагрузка для ног	1	28	Ø49 Зажим	1
6	Рукоять	1	29	M10×90мм Болт	2
7	Опора подставки для рук	1	30	M10×63мм Болт	2
8	Опора спинки	2	31	M10×70мм Болт	3
9	Фиксатор наклона спинки	1	32	M12×145мм Болт	1
10	Опора	1	33	M10×145мм Болт	1
11	Прокладка металлическая	1	34	M10×20мм Болт	3
12	Ось	2	35	M8×40 мм Болт	8
13	Спинка	1	36	M8×16мм Болт	2
14	Сиденье	1	37	Ø8 Шайба	10
15	Подставка для рук	1	38	Ø10 Шайба	14
16	Ø25×2 Заглушка	1	39	Ø12 Шайба	2
17	M10×90 Фиксатор	2	40	M10 мм Гайка	9
18	Ø50×Ø26.5×200 мм Втулка	1	41	M12 мм Гайка	1
19	Закрутка	4	42	M10×80 мм Болт	1
20	Ø25×1.3мм Закрутка	4	43	Ø50×1.5 Закрутка	3
21	□25×2 Закрутка	4		4# Ключ	1
22	Ø76×60 Втулка	1		5# Ключ	1
23	Ø10×100 Фиксатор	1		6# Ключ	1

Стойка

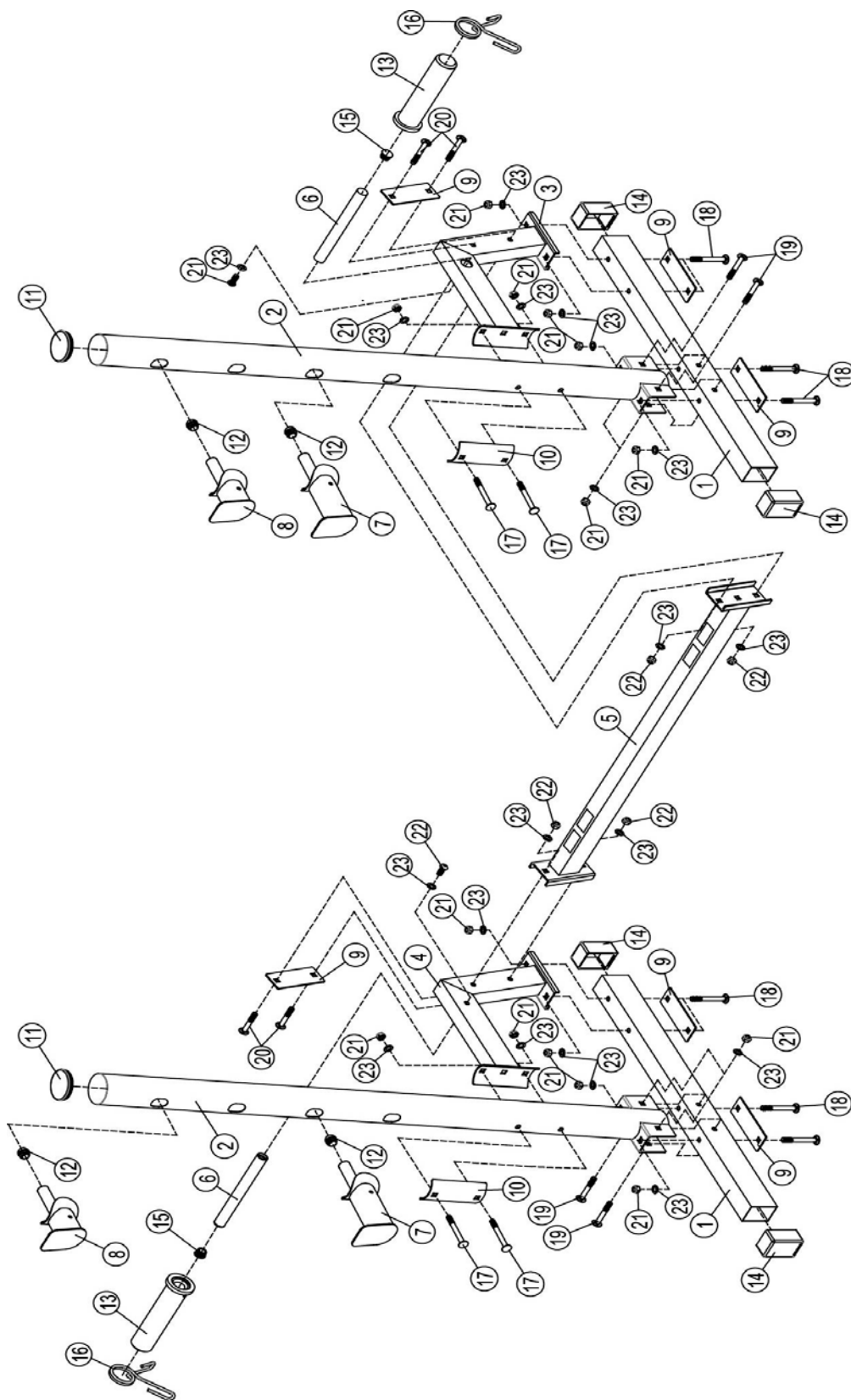
№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
1	Опорная ножка	2	22	M10×25мм Болт	2
2	Правая/Левая стойка	2	23	Ø10 Шайба	22
3	Левая опора	1		4# Ключ	1
4	Правая опора	1		6# Ключ	1
5	Поперечная балка	1			
6	Накопитель дисков	2			
7	Длинный фиксатор	2			
8	Короткий фиксатор	2			
9	Металлическая прокладка	6			
10	Закругленная прокладка	2			
11	Ø76×1.5 Заглушка	2			
12	Ø25×2.0 Заглушка	4			
13	Ø50×Ø26.5×200 Втулка	2			
14	□50×70 Заглушка	1			
15	Ø25×2.0 Заглушка	2			
16	Ø49 Зажим	2			
17	M10×95мм Болт	4			
18	M10×90мм Болт	8			
19	M10×70мм Болт	4			
20	M10×60мм Болт	4			
21	M10 Гайка	20			

Схема тренажера в разобранном виде

Скамья



Стойка



ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ

Тип	многофункциональная силовая скамья
Упражнения	жим штанги, разведение-сведение гантелей лежа/сидя, разгибание и сгибание ног, бицепс, приседания со штангой
Рама	высокопрочная, с однослойной покраской (Ø76*1.5 мм.)
Нагрузка	штанга, гантели, диски 26/51 мм.
Сидение	комфортабельное (50 мм.)
Регулировка положения сидения	есть
Складывание	нет
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	203*142*145 см.
Вес нетто	52 кг.
Вес брутто	58 кг.
Макс. вес пользователя	250 кг.
Гарантия	2 года
Производитель	Neotren GmbH, Германия
Страна изготовления	КНР

Поставщик: ООО «Фитатлон» 115230, Россия, г. Москва, Каширское шоссе, дом 13 Б, 5 этаж, комната № 31 в помещении № 1.

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

**Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра. Пример: C200122, где 20 – год изготовления, 01 – месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.*

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

**Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.*

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Фитатлон»:

www.fitathlon.ru.

Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте поставщика ООО «Фитатлон»:
www.fitathlon.ru.

ВНИМАНИЕ!

ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

