



FE9704

Баттерфляй классический

Руководство пользователя

17ZV4

Внимание! Перед использованием тренажера ознакомьтесь с данным руководством.

ВНИМАНИЕ!

Любая часть информации, содержащаяся в данном руководстве пользователя, может быть изменена без предварительного уведомления. Актуальная информация отражена на официальном сайте поставщика оборудования ООО «СпортРус»: www.aerofit.ru. Производитель оставляет за собой право вносить изменения без предупреждения в конструкцию изделия, не ухудшающие его потребительских свойств.

Содержание

| | |
|---|----|
| Инструкция по технике безопасности ----- | 3 |
| Общие рекомендации по сборке ----- | 5 |
| Сборочный чертеж и список деталей ----- | 6 |
| Тип крепежа ----- | 25 |
| Инструкция по сборке ----- | 26 |
| Этапы сборки ----- | 27 |
| Инструкция по регулировке ----- | 41 |
| Техника выполнения упражнения ----- | 42 |
| Функции мини-компьютера ----- | 42 |
| Замена батареек ----- | 43 |
| График технического обслуживания ----- | 44 |
| Общая информация о техническом обслуживании ----- | 45 |
| Общие рекомендации ----- | 46 |

ПОКУПАТЕЛЬ (ВЛАДЕЛЕЦ) НЕСЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА:

- соблюдение правил прилагаемого руководства пользователя
- информирование и инструктаж лиц, являющихся конечными пользователями и лиц, относящихся к обслуживающему персоналу, о содержании данного руководства в части надлежащего использования, эксплуатации и обслуживания.

Варианты сборки весового стека и зачехления отличаются в зависимости от выбранного типа тренажера

Инструкция по технике безопасности

Перед началом тренировки, необходимо пройти физическое обследование у врача. Помните, что неправильные или чрезмерные тренировки могут закончиться травмами или нанести вред здоровью. Во избежание травм или любого увечья, внимательно прочитайте инструкцию по технике безопасности, прежде чем приступить к занятиям.

1. Ознакомьтесь внимательно с пунктами, описанными в инструкции и соблюдайте их в процессе эксплуатации.
2. Используйте тренажер только по его прямому назначению, описанному в инструкции. Не используйте приспособления, не рекомендованные производителем.
3. Тренажер следует устанавливать на ровной устойчивой поверхности, оставляя вокруг не менее 60-ти см свободного пространства при полной амплитуде движения составных частей тренажера, для обеспечения полного доступа. Тренажер предназначен для занятий в закрытых помещениях, не используйте тренажер на открытом воздухе.
4. В целях безопасности рама весового стека на некоторых моделях имеет отверстия для крепления к полу. Для обеспечения устойчивости и предотвращения раскачивания или опрокидывания необходимо прикрепить тренажер к полу.
5. Не подпускайте детей, а также лиц с ограниченными способностями, к тренажеру. Подростки должны тренироваться под присмотром тренера.
6. Помните, что неправильные или чрезмерные тренировки могут закончиться травмами или нанести вред здоровью. Если во время тренировки Вы почувствовали неприятные ощущения или боль, прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
7. Никогда не используйте неправильно собранное или поврежденное оборудование. Не засоряйте и не вставляйте посторонние предметы в отверстия в тренажере.
8. Всегда проверяйте оборудование и стальные тросы перед эксплуатацией. Убедитесь, что все крепежи и стальные тросы безопасны находятся в пригодном состоянии.
9. Потертые или изношенные стальные тросы при разрыве могут быть причиной травм и увечий. Необходимо проверять состояние стальных тросов на наличие признаков износа.
10. Не пытайтесь поднять вес больше ваших физических возможностей.
11. Будьте внимательны при посадке и выходе из тренажера.
12. Для тренировки надевайте соответствующую спортивную одежду и обувь. Не одевайте слишком широкую или длинную одежду. Длинные волосы необходимо собрать в пучок.

Инструкция по технике безопасности

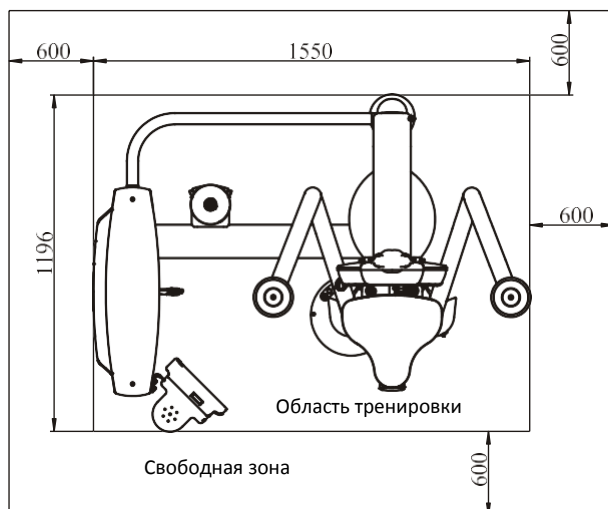
Меры предосторожности во время сборки

Ознакомьтесь внимательно с этапами сборки, описанными в инструкции и следуйте им в строгой последовательности.

Сборка и эксплуатация оборудования должны производиться на твердой ровной поверхности. Во время сборки держите детали тренажера подальше от стен и мебели.

Требуемая площадь для расстановки тренажеров (вкл. зоны безопасности).

Рисунок «Вид сверху» показывает габаритные размеры тренажера и свободную зону. При расстановке тренажеров необходимо учитывать амплитуду движения частей тренажера и занимающего на нем человека, а также обеспечить необходимую зону безопасности и зону для передвижения.



Характеристики

Класс: S

Макс. весовой стек: 134 кг / 295 ф.

Макс. вес пользователя: 150 кг / 330 ф.

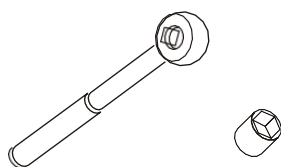
Габариты ДхШхВ: 1550 x 1196 x 1490 мм

Вес тренажера: 131 кг

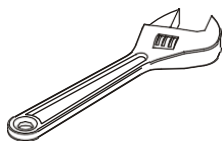
Общие рекомендации по сборке

Внимательно сверьте список деталей с фактическими деталями, находящимися в заводской упаковке. При заказе запасных частей используйте номер детали и описание из инструкции. Для заказа запчастей необходимо обратиться к официальному представителю. После сборки проверьте правильно ли работают все части тренажера. При возникновении неполадок, сначала проверьте правильность сборки согласно инструкции, при условии, если сборка была самостоятельной. Если проблему не удалось решить, обратитесь к официальному представителю. При обращении в сервисную службу необходимо назвать серийный номер тренажера.

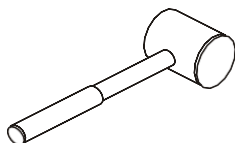
Инструменты для сборки



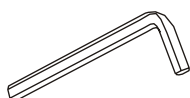
Ключ-трещетка с головкой



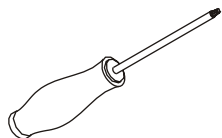
Разводной ключ



Резиновый молоток



Набор шестигранных ключей



Отвертка

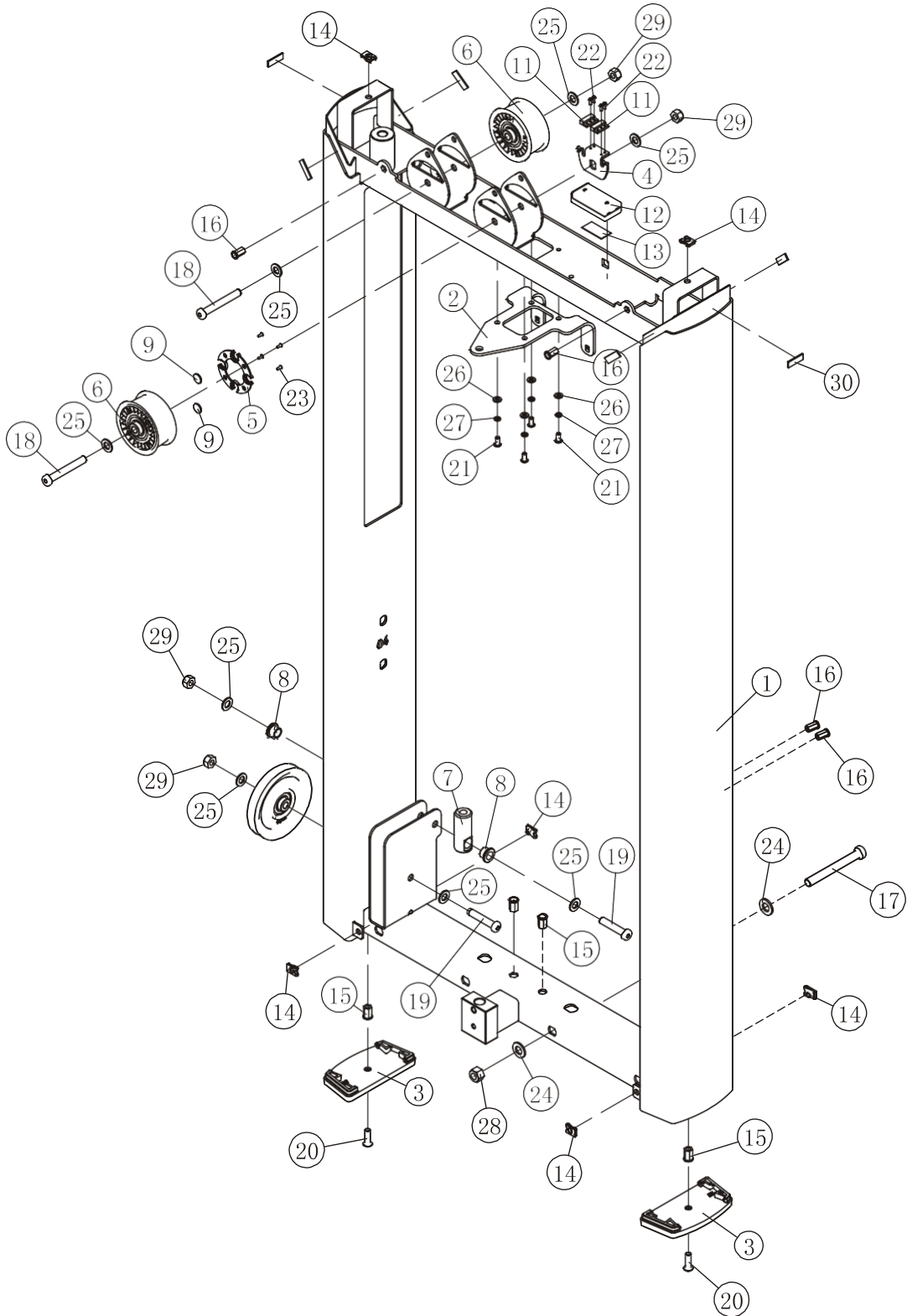
Список деталей и сборочный чертеж

Рама весового стека в сборе

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|-----------------------|--------------------------------|------|
| 1 | 1.1 | FE97040100V1 | Рама весового стека | 1 |
| 2 | 1.2 | FE97211200 | Верхняя рамка | 1 |
| 3 | 1.3 | FE97011500 | Опора | 2 |
| 4 | 1.4 | FE97122000 | Пластина для крепления датчика | 1 |
| 5 | 1.5 | FE97123000 | Кожух | 1 |
| 6 | 1.6 | FE97123900 | Ролик Ф76 | 2 |
| 7 | 1.7 | ROC-IT1013600V1 | Ось | 1 |
| 8 | 1.8 | BNH0528 | Втулка | 2 |
| 9 | 1.9 | IE951814700 | Магнит | 2 |
| 10 | 1.10 | SG500110400V2 | Ролик 4.5" | 1 |
| 11 | 1.11 | DQCGQ01 | Датчик | 2 |
| 12 | 1.12 | DQDCH02 | Проставка | 1 |
| 13 | 1.13 | SMJ20*1*1000 | Двухсторонняя клейкая лента | 0.1 |
| 14 | 1.14 | AC32705800 | U-образная гайка М6 | 6 |
| 15 | 1.15 | GB17880.5M8*16.5DCS17 | Гайка М8 | 2 |
| 16 | 1.16 | GB17880.5M6*16.5DS17 | Гайка М6 | 4 |
| 17 | 1.17 | GB70BTM12*105DN18 | SHCS винт М12*105 | 1 |
| 18 | 1.18 | GB70BTM10*75DN18 | SHCS винт М10*75 | 2 |
| 19 | 1.19 | GB70BTM10*50DN18 | SHCS винт М10*50 | 2 |
| 20 | 1.20 | PNLM8*25DN20NL | ВHCS винт М8*25 | 2 |
| 21 | 1.21 | PNLM6*12DN20 | ВHCS винт М6*12 | 4 |
| 22 | 1.22 | GB818M3*8DS2 | Болт М3*8 | 4 |
| 23 | 1.23 | GB846ST2.9*9.5DS | Болт ST2.9*9.5 | 4 |
| 24 | 1.24 | GB9512DN2 | Плоская шайба Ф13*Ф24*2.5 | 2 |
| 25 | 1.25 | GB9510DN2 | Плоская шайба Ф11*Ф20*2 | 8 |
| 26 | 1.26 | GB956DN2 | Плоская шайба Ф6.6*Ф12*1.6 | 4 |
| 27 | 1.27 | GB936DN19 | Пружинная шайба Ф6 | 4 |
| 28 | 1.28 | NM12DN2 | Гайка М12 | 1 |
| 29 | 1.29 | NM10DN2 | Гайка М10 | 4 |
| 30 | 1.30 | YDMJ12*2*30 | Односторонний жесткий скотч | 6 |

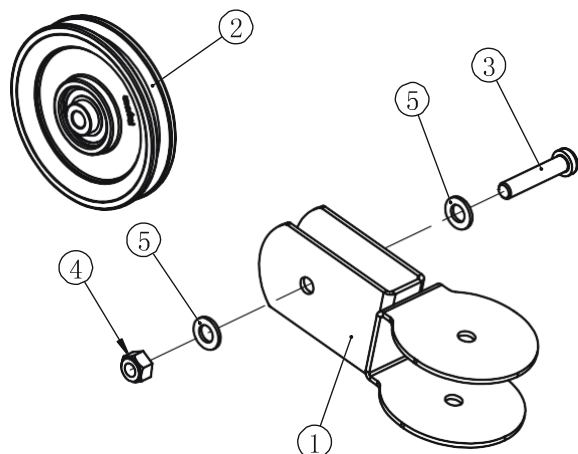
Список деталей и сборочный чертеж

Рама весового стека в сборе

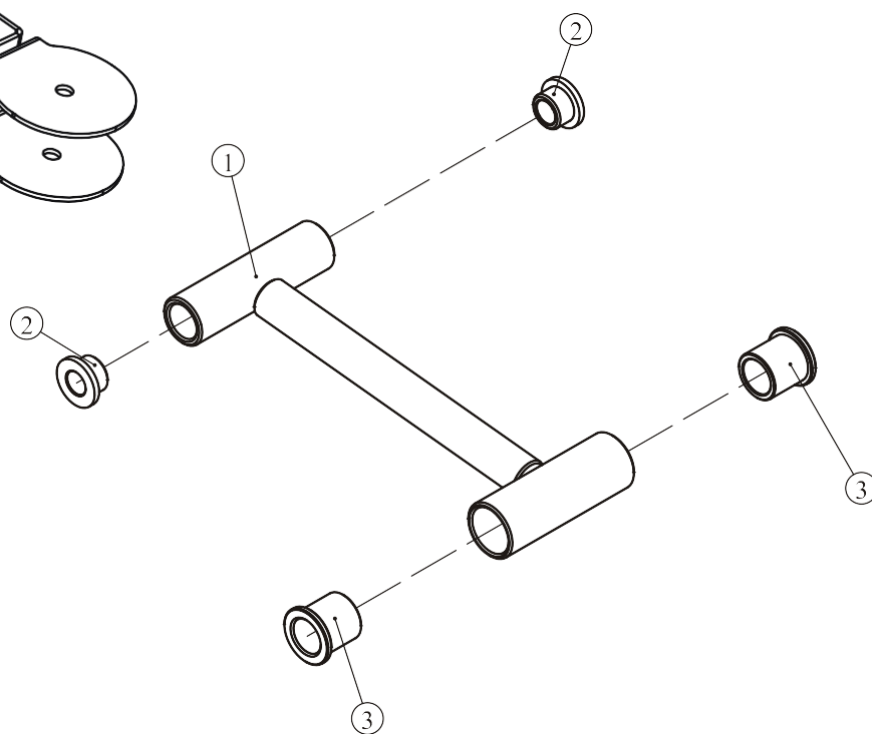


Список деталей и сборочный чертеж

Блок ролика



Нижняя рама

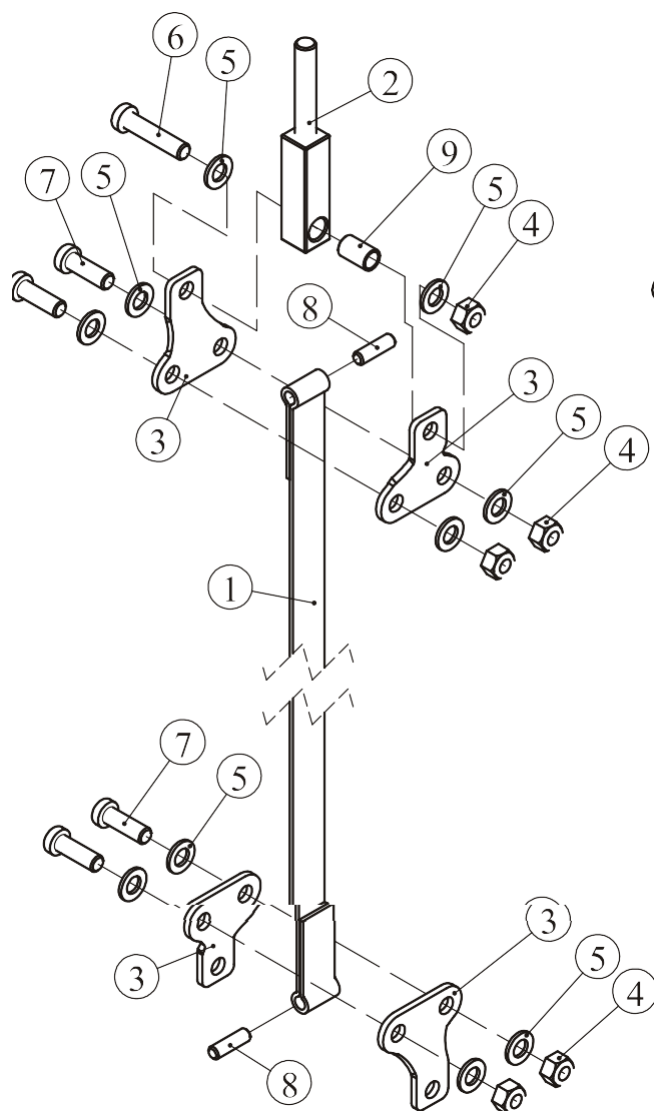


| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------------|-------------------------|------|
| 1 | 13.1 | FE97203000 | Блок ролика | 1 |
| 2 | 13.2 | SG500110400V2 | Ролик 4.5" | 1 |
| 3 | 13.3 | GB70BTM10*50DN18 | SHCS винт M10*50 | 1 |
| 4 | 13.4 | NM10DN2 | Гайка M10 | 1 |
| 5 | 13.5 | GB9510DN2 | Плоская шайба Ф11*Ф20*2 | 2 |

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------|------------------------|------|
| 1 | 2.2.2.1 | FE97011400 | Нижняя рама | 1 |
| 2 | 2.2.2.2 | M01402000 | Проставка Ф25*Ф12.2*13 | 2 |
| 3 | 2.2.2.3 | RS1302C11000 | Проставка Ф29*Ф18*25 | 2 |

Список деталей и сборочный чертеж

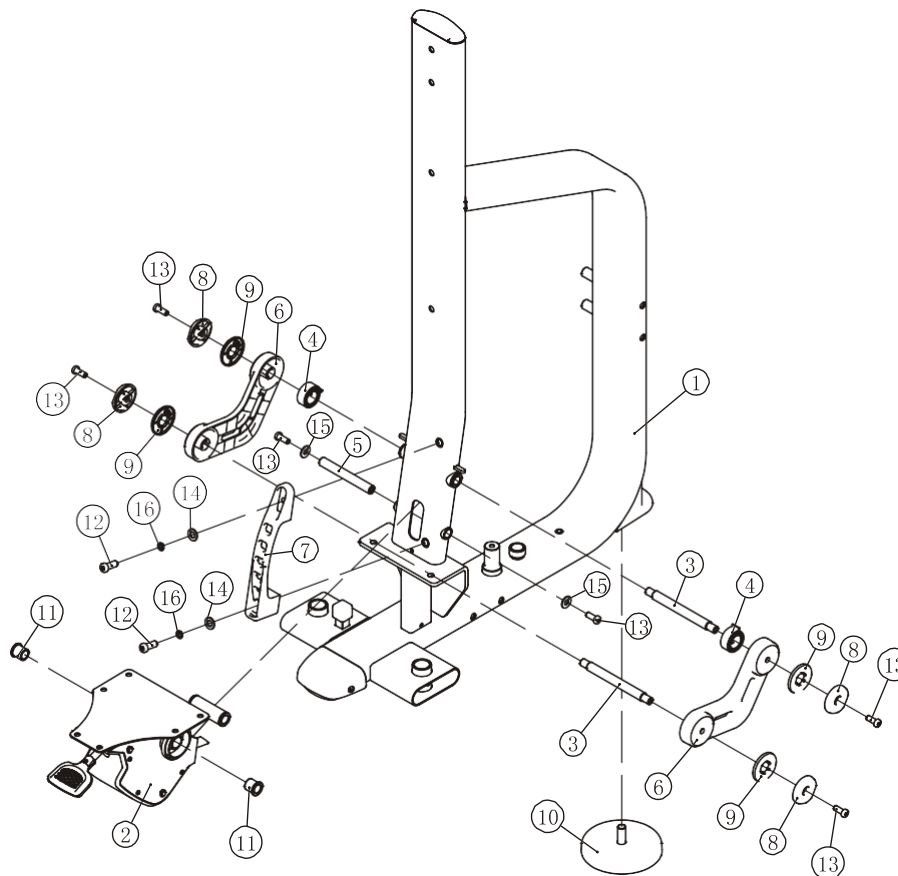
Ремень



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------------|---|------|
| 1 | 16.1 | FE97214500 | Ремень | 1 |
| 2 | 16.2 | FE97214700 | Наконечник | 1 |
| 3 | 16.3 | FE97193300 | Крепежная пластина | 4 |
| 4 | 16.4 | NM10DN2 | Гайка М10 | 5 |
| 5 | 16.5 | GB9510DN2 | Плоская шайба $\Phi 11 \times \Phi 20 \times 2$ | 10 |
| 6 | 16.6 | GB70BTM10*45DN18 | SHCS винт М10*45 | 1 |
| 7 | 16.7 | GB70BTM10*30DN18 | SHCS винт М10*30 | 4 |
| 8 | 16.8 | FE97024501 | Фиксатор $\Phi 8 \times 42$ | 2 |
| 9 | 16.9 | FE972111500 | Проставка $\Phi 13 \times \Phi 10.3 \times 21$ | 1 |

Список деталей и сборочный чертеж

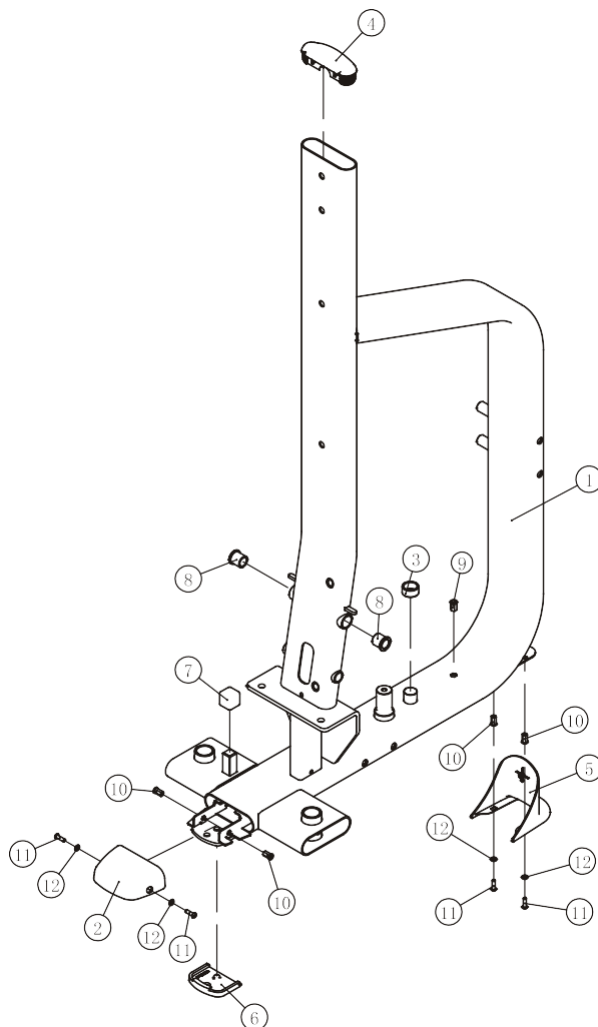
Основная рама



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|---|------|
| 1 | 2.1 | FE97040200ASSY | Основная рама | 1 |
| 2 | 2.2 | FE970113ASSY | Рама сиденья | 1 |
| 3 | 2.3 | FE97011900 | Ось $\Phi 18 \times 190$ | 2 |
| 4 | 2.4 | FE97012400 | Кольцо | 2 |
| 5 | 2.5 | FE97013000 | Ось $\Phi 18 \times 140$ | 1 |
| 6 | 2.6 | FE97013100 | Алюминиевая опора | 2 |
| 7 | 2.7 | FE970113800 | Пластина для фиксации | 1 |
| 8 | 2.8 | FE97211900 | Заглушка $\Phi 60$ | 4 |
| 9 | 2.9 | FE97212000 | Кольцо $\Phi 62.5 \times 5$ | 4 |
| 10 | 2.10 | SD1000B3000ASSY | Регулируемая опора | 1 |
| 11 | 2.11 | RS1302C11000 | Втулка $\Phi 29 \times \Phi 18 \times 25$ | 2 |
| 12 | 2.12 | GB70BTM12*30DN18 | SHCS винт M12*30 | 2 |
| 13 | 2.13 | GB70BTM10*25DN18NL | SHCS винт M10*25 | 6 |
| 14 | 2.14 | GB9512DN2 | Плоская шайба $\Phi 13 \times \Phi 24 \times 2.5$ | 2 |
| 15 | 2.15 | DQ10N19B | Плоская шайба $\Phi 11 \times \Phi 25 \times 2$ | 2 |
| 16 | 2.16 | GB9312N19 | Пружинная шайба $\Phi 12$ | 2 |

Список деталей и сборочный чертеж

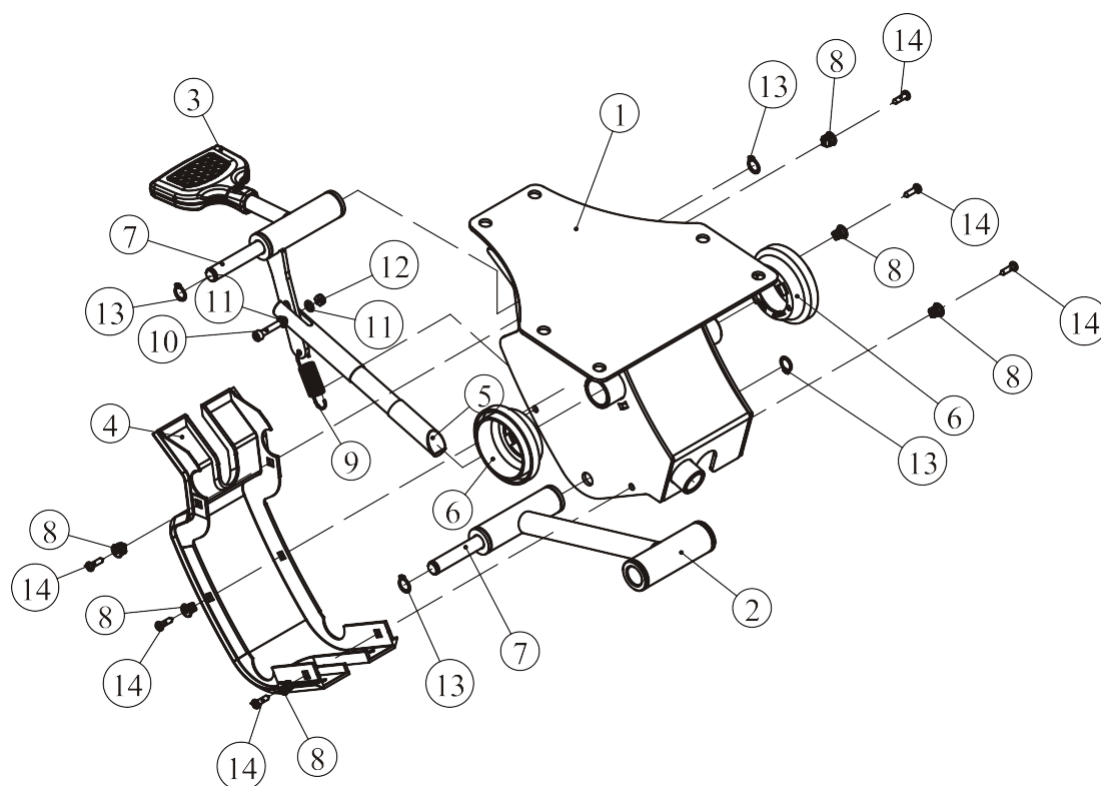
Основная рама



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|----------------------|---|------|
| 1 | 2.1.1 | FE97040200 | Основная рама | 1 |
| 2 | 2.1.2 | FE97123700V1 | Передняя заглушка | 1 |
| 3 | 2.1.3 | FE97151800 | Резиновая втулка $\Phi 32*\Phi 25.4*16$ | 1 |
| 4 | 2.1.4 | FE97211500 | Заглушка RT40*133*3 | 1 |
| 5 | 2.1.5 | FE97211700ASSY | Задняя заглушка | 1 |
| 6 | 2.1.6 | FE97211800 | Резиновая опора | 1 |
| 7 | 2.1.7 | FE97213100 | Резиновая втулка | 1 |
| 8 | 2.1.8 | RS1302C11000 | Втулка $\Phi 29*\Phi 18*25$ | 2 |
| 9 | 2.1.9 | GB17880.5M8*16.5DS17 | Гайка M8 | 1 |
| 10 | 2.1.10 | GB17880.5M6*16.5DS17 | Гайка M6 | 4 |
| 11 | 2.1.11 | PNLM6*20DN20 | ВНКС винт M6*20 | 4 |
| 12 | 2.1.12 | GB956DN2 | Плоская шайба $\Phi 6.6*\Phi 12*1.6$ | 4 |

Список деталей и сборочный чертеж

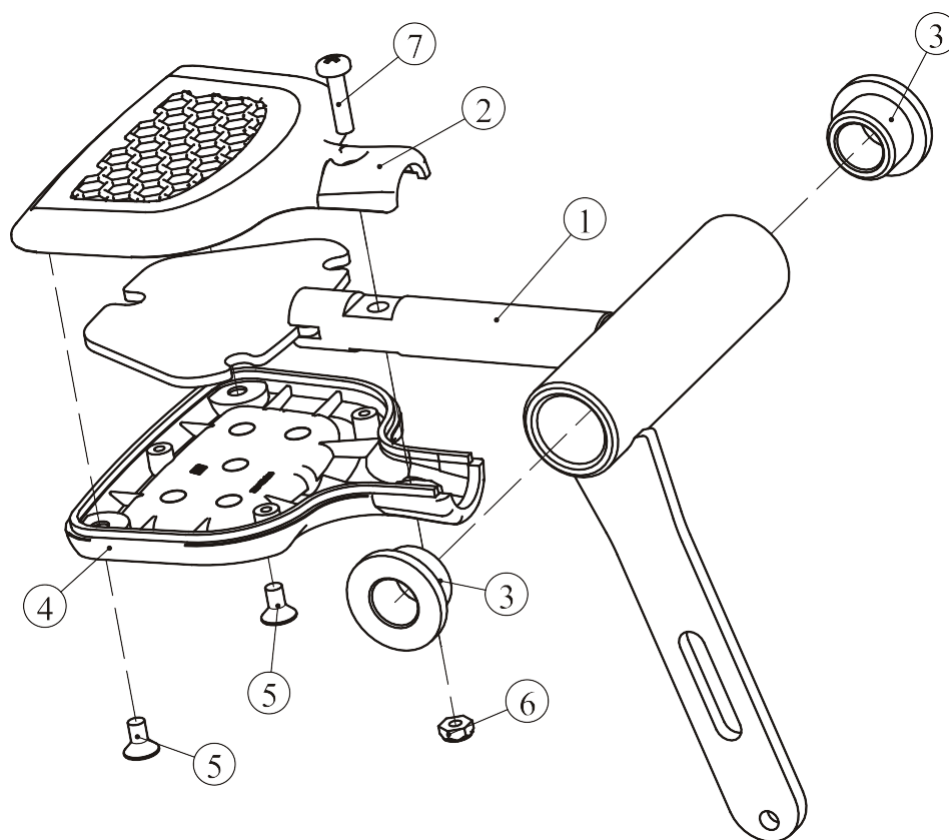
Рама сиденья



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------------|--|------|
| 1 | 2.2.1 | FE97011300 | Рама сиденья | 1 |
| 2 | 2.2.2 | FE970114ASSY | Нижняя рама | 1 |
| 3 | 2.2.3 | FE970128ASSY | Рычаг регулировки положения | 1 |
| 4 | 2.2.4 | FE970113500 | Декоративный кожух | 1 |
| 5 | 2.2.5 | FE97012100 | Ось | 1 |
| 6 | 2.2.6 | FE970114300 | Втулки регулировки высоты сиденья | 2 |
| 7 | 2.2.7 | FE97012000 | Ось $\Phi 12 \times 109$ | 2 |
| 8 | 2.2.8 | ECU7P3500 | Гайка | 6 |
| 9 | 2.2.9 | KPSFID2400 | Пружина $\Phi 1.5 \times \Phi 13 \times 43$ | 1 |
| 10 | 2.2.10 | GB70M5*25N19 | SHCS винт M5*25 | 1 |
| 11 | 2.2.11 | GB955N19 | Плоская шайба $\Phi 5.5 \times \Phi 10 \times 1$ | 2 |
| 12 | 2.2.12 | NM5N19 | Гайка M5 | 1 |
| 13 | 2.2.13 | GB894.112FH12 | Кольцо $\Phi 12$ | 4 |
| 14 | 2.2.14 | GB845ST4.2*16N19 | Болт ST4.2*16 | 6 |

Список деталей и сборочный чертеж

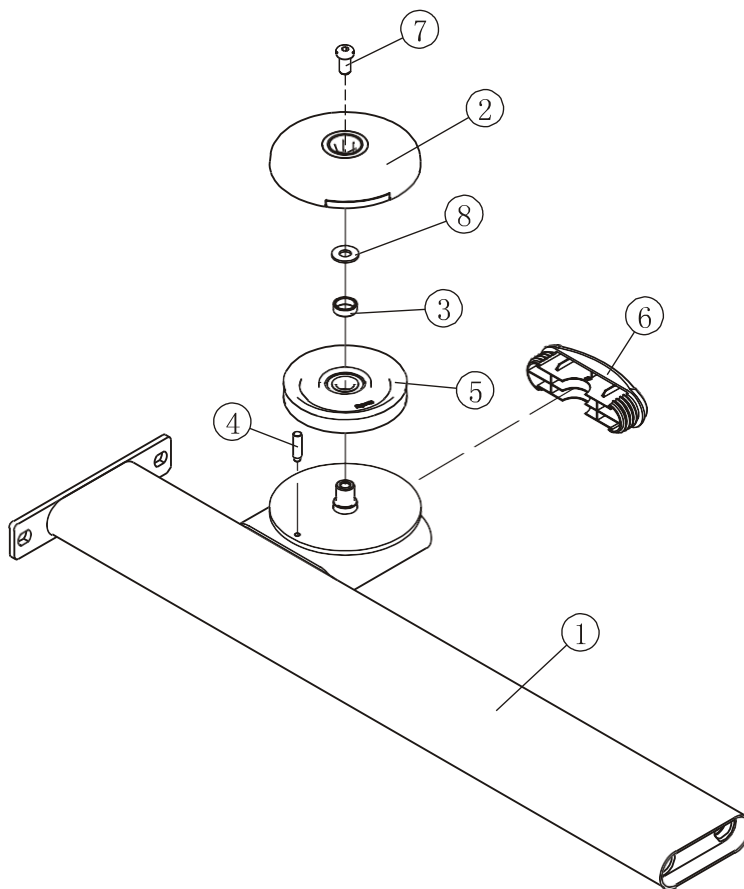
Рычаг регулировки положения



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|---------------|-----------------------------------|------|
| 1 | 2.2.3.1 | FE97012800 | Рычаг регулировки положения | 1 |
| 2 | 2.2.3.2 | FE970114200 | Верхний кожух | 1 |
| 3 | 2.2.3.3 | M01402000 | Втулка $\Phi 25 * \Phi 12.2 * 13$ | 2 |
| 4 | 2.2.3.4 | FE970114100 | Нижний кожух | 1 |
| 5 | 2.2.3.5 | GB819M4*8DN20 | Болт М4*8 | 2 |
| 6 | 2.2.3.6 | NM4DN2 | Гайка М4 | 1 |
| 7 | 2.2.3.7 | GB818M4*16DN2 | Болт М4*16 | 1 |

Список деталей и сборочный чертеж

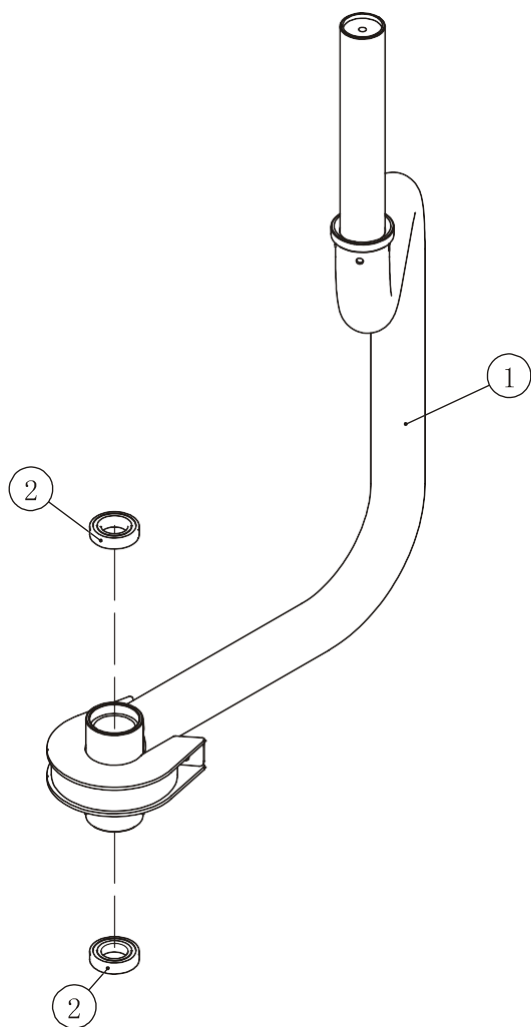
Соединительная рама



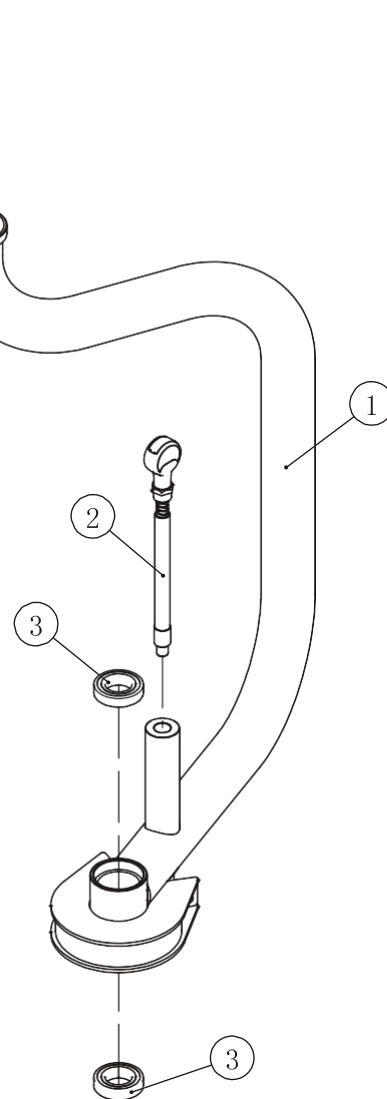
| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|-------------------------|------|
| 1 | 3.1 | FE97040300 | Соединительная рама | 1 |
| 2 | 3.2 | FE97023800 | Кожух ролика | 1 |
| 3 | 3.3 | FE97122100 | Проставка 1 | 1 |
| 4 | 3.4 | FE97122300 | Ось | 1 |
| 5 | 3.5 | FE97123500 | Ролик 4.5" | 1 |
| 6 | 3.6 | FE97211500 | Заглушка RT40*133*3 | 1 |
| 7 | 3.7 | GB70BTM10*20DN18NL | SHCS винт M10*20 | 1 |
| 8 | 3.8 | DQ10N19B | Плоская шайба Ф11*Ф25*2 | 1 |

Список деталей и сборочный чертеж

Правый рычаг



Левый рычаг

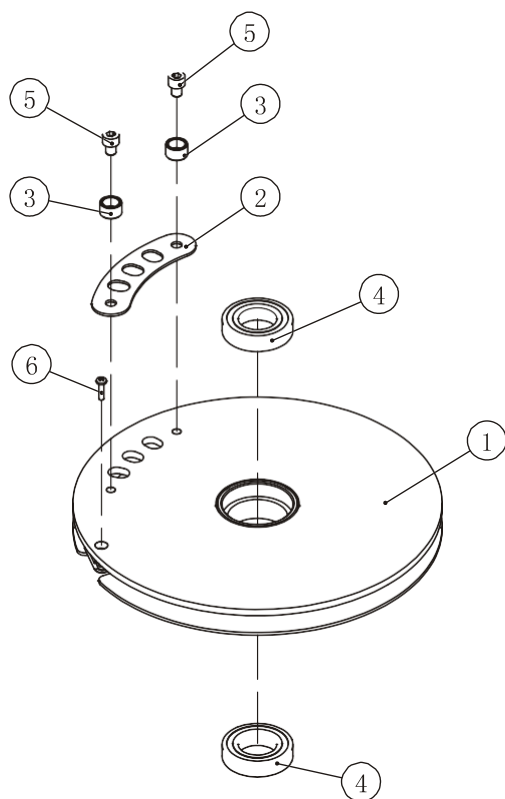


| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|--------------------|------|
| 1 | 4.1 | FE97040400 | Правый рычаг | 1 |
| 2 | 4.2 | GB2766006-2RSC3NBK | Подшипник 6006 NBK | 2 |

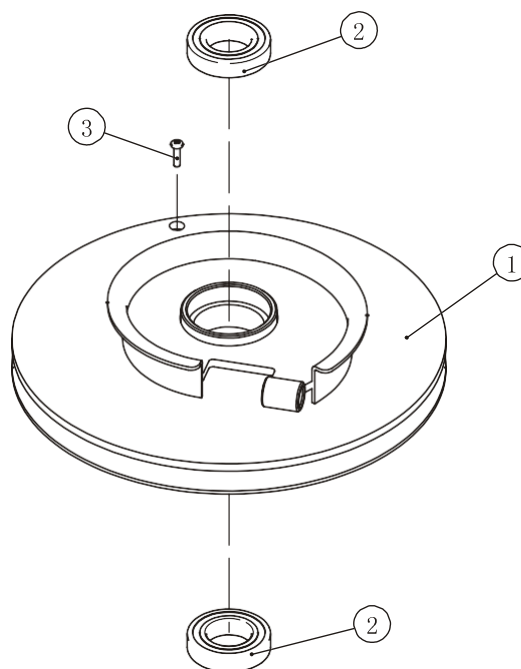
| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|--------------------|------|
| 1 | 5.1 | FE97040500 | Левый рычаг | 1 |
| 2 | 5.2 | FE97151600 | Фиксатор | 1 |
| 3 | 5.3 | GB2766006-2RSC3NBK | Подшипник 6006 NBK | 2 |

Список деталей и сборочный чертеж

Регулировочная пластина



Пластина

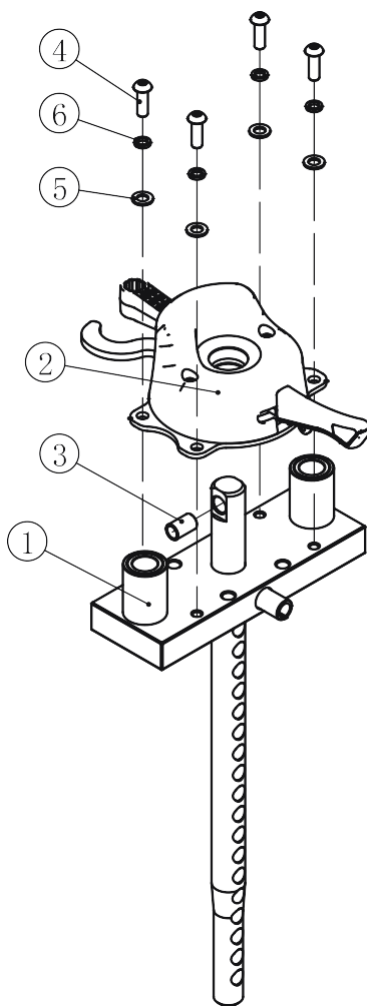


| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|-------------------------------|------|
| 1 | 6.1 | FE97040600 | Регулировочная пластина | 1 |
| 2 | 6.2 | FE97041100 | Пластина выбора положения | 1 |
| 3 | 6.3 | IN-D51202800 | Резиновая втулка Ф32*Ф25.4*28 | 1 |
| 4 | 6.4 | GB2766006-2RSC3NBK | Подшипник 6006 NBK | 2 |
| 5 | 6.5 | IN-S10111200 | Втулка Ф17*10.5 | 2 |
| 6 | 6.6 | GB70M8*10DS2 | SHCS винт М8*10 | 2 |
| 7 | 6.7 | GB818M4*16DN2NL | Болт М4*16 | 1 |

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|--------------------|------|
| 1 | 7.1 | FE97040700 | Пластина | 1 |
| 2 | 7.2 | GB2766006-2RSC3NBK | Подшипник 6006 NBK | 2 |
| 3 | 7.3 | GB818M4*16DN2NL | Болт М4*16 | 1 |

Список деталей и сборочный чертеж

Верхняя плита в сборе



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------|--|------|
| 1 | 12.1 | FE97193000 | Верхняя плита в сборе | 1 |
| 2 | 12.2 | FE971938ASSY | Дополнительный груз | 1 |
| 3 | 12.3 | FE972111500 | Проставка $\Phi 13 * \Phi 10.3 * 21$ | 1 |
| 4 | 12.4 | PNLM8*25DN20 | ВНCS винт M8*25 | 4 |
| 5 | 12.5 | GB958DN2 | Плоская шайба $\Phi 9 * \Phi 16 * 1.6$ | 4 |
| 6 | 12.6 | GB938N19 | Пружинная шайба $\Phi 8$ | 4 |

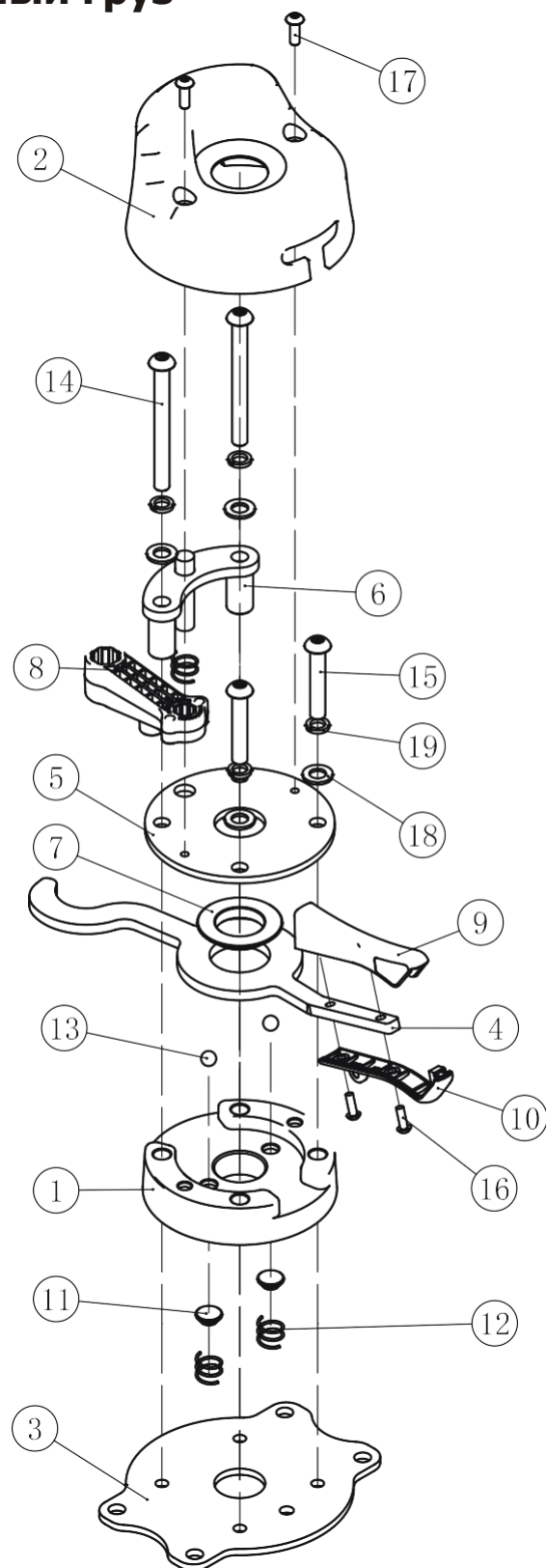
Список деталей и сборочный чертеж

Дополнительный груз

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------|--|------|
| 1 | 12.2.1 | FE97192700 | База | 1 |
| 2 | 12.2.2 | FE97192800 | Пластиковый кожух | 1 |
| 3 | 12.2.3 | FE97193500 | Пластина | 1 |
| 4 | 12.2.4 | FE97193600 | Крюк | 1 |
| 5 | 12.2.5 | FE97193700 | Верхняя плита | 1 |
| 6 | 12.2.6 | FE97193800 | Направляющая | 1 |
| 7 | 12.2.7 | FE97193900 | Проставка $\Phi 45 \times \Phi 26 \times 7.5$ | 1 |
| 8 | 12.2.8 | FE97194000 | Стопорный замок | 1 |
| 9 | 12.2.9 | FE97194100 | Верхний пластиковый кожух | 1 |
| 10 | 12.2.10 | FE97194200 | Нижний пластиковый кожух | 1 |
| 11 | 12.2.11 | CWRVL0251800 | База для стальных шариков | 2 |
| 12 | 12.2.12 | CWRVL0251900 | Пружина $\Phi 1.2 \times \Phi 13 \times 11$ | 3 |
| 13 | 12.2.13 | GB3088G20 | Стальные шарики | 2 |
| 14 | 12.2.14 | PNLM8*80DN20 | ВНCS винт М8*80 | 2 |
| 15 | 12.2.15 | PNLM8*45DN20 | ВНCS винт М8*45 | 2 |
| 16 | 12.2.16 | PNLM4*12DN20 | ВНCS винт М4*12 | 2 |
| 17 | 12.2.17 | PNLM5*15DN20 | ВНCS винт М5*15 | 2 |
| 18 | 12.2.18 | GB958DN2 | Плоская шайба $\Phi 9 \times \Phi 16 \times 1.6$ | 4 |
| 19 | 12.2.19 | GB938N19 | Пружинная шайба $\Phi 8$ | 4 |

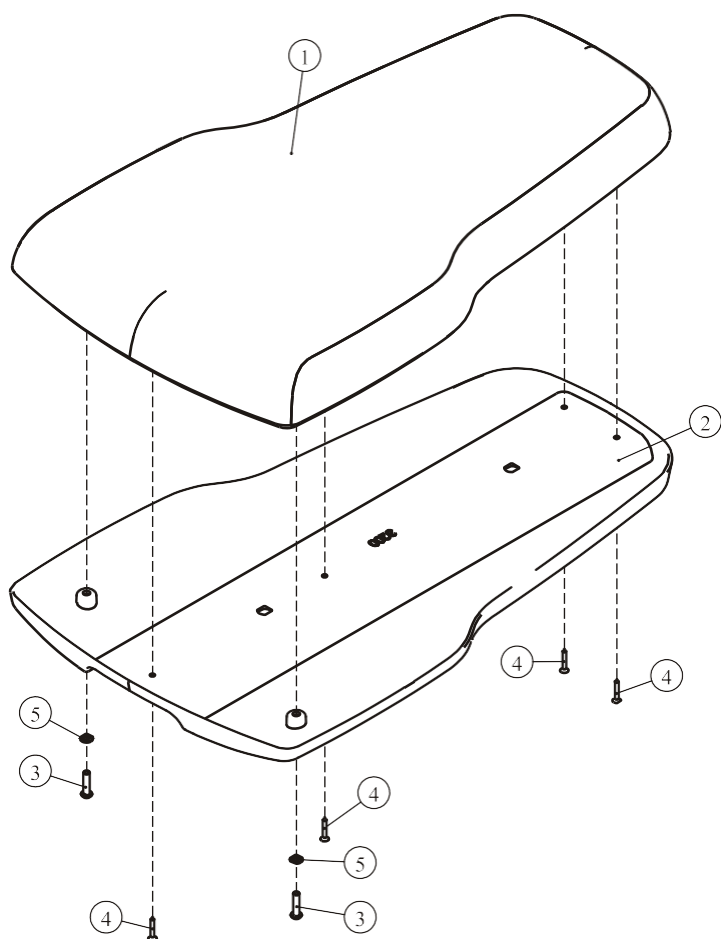
Список деталей и сборочный чертёж

Дополнительный груз

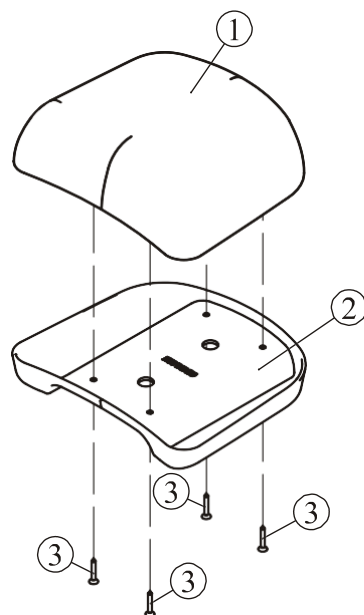


Список деталей и сборочный чертеж

Спинка



Подголовник

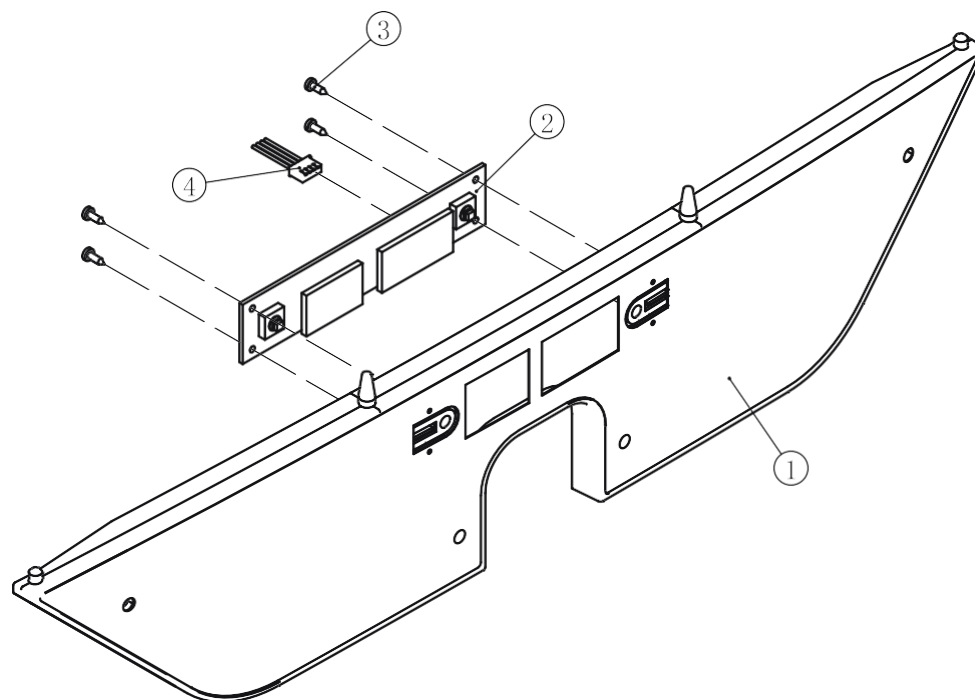


| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|-----------------|----------------------------|------|
| 1 | 30.2 | FE97123200 | Спинка | 1 |
| 2 | 30.3 | | Кожух спинки | 1 |
| 3 | 30.3 | PNLM6*25*25N19 | ВНCS винт М6*25 | 2 |
| 3 | 30.4 | GB846ST3.5*25DN | Болт ST3.5*25 | 4 |
| 4 | 30.5 | GB956DN2 | Плоская шайба Ф6.6*Ф12*1.6 | 2 |

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|-----------------|--------------------|------|
| 1 | 31.1 | FE97123300 | Подголовник | 1 |
| 2 | 31.2 | FE97123400 | Кожух подголовника | 1 |
| 3 | 31.3 | GB846ST3.5*25DN | Болт ST3.5*25 | 4 |

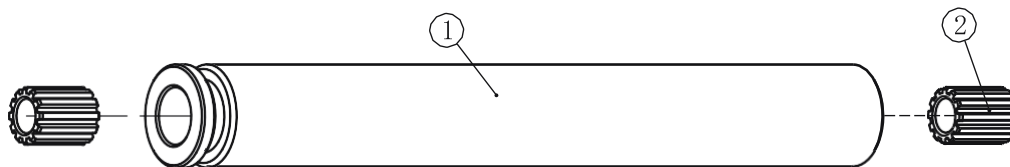
Список деталей и сборочный чертеж

Кожух информационного стикера



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------------|-------------------------------|------|
| 1 | 34.1 | FE97052600 | Кожух информационного стикера | 1 |
| 2 | 34.2 | B117 | Плата консоли | 1 |
| 3 | 34.3 | GB845ST2.9*9.5DS | Болт ST2.9*9.5 | 4 |
| 4 | 34.4 | L350XHP/SMY-4 | Сенсор 4С*22#350 мм | 1 |

5 ф. дополнительный груз



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|---------------|---------------------------------|------|
| 1 | 25.1 | FE97213500 | 5 ф. дополнительный груз | 1 |
| 2 | 25.2 | CXT-1001900V1 | Втулка $\Phi 25^* \Phi 15^* 32$ | 2 |

Список деталей и сборочный чертеж

Общий список

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|----------------|-------------------------------|------|
| 1 | 1 | FE970401V1ASSY | Рама весового стека | 1 |
| 2 | 2 | FE970402ASSY | Основная рама | 1 |
| 3 | 3 | FE970403ASSY | Соединительная рама | 1 |
| 4 | 4 | FE970404ASSY | Правый рычаг | 1 |
| 5 | 5 | FE970405ASSY | Левый рычаг | 1 |
| 6 | 6 | FE970406ASSY | Регулировочная пластина | 1 |
| 7 | 7 | FE970407ASSY | Пластина | 1 |
| 8 | 8 | FE97040800 | Рамка | 1 |
| 9 | 9 | FE97040900 | Защитный кожух | 1 |
| 10 | 10 | FE97041000 | Ось Ф30*193.5 | 2 |
| 11 | 11 | FE97041200 | Задняя соединительная рама | 1 |
| 12 | 12 | FE971930ASSY | Верхняя плита в сборе | 1 |
| 13 | 13 | FE972030ASSY | Подвижный блок ролика | 1 |
| 14 | 14 | FE97211400 | Нижняя рамка | 1 |
| 15 | 15 | FE97214000 | Ролик Ф76 | 1 |
| 16 | 16 | FE972145ASSY | Ремень | 1 |
| 17 | 17 | FE97042100 | Трос I | 1 |
| 18 | 18 | FE97042200 | Трос II | 1 |
| 19 | 19 | FE97042300 | Трос III | 2 |
| 20 | 20 | FE97215000V1 | Направляющие Ф19 | 2 |
| 21 | 21 | FE97053500 | Держатель для бутылки | 1 |
| 22 | 22 | FE97053600 | Крепежная пластина | 1 |
| 23 | 23 | FE97011600V1 | Верхняя крышка | 1 |
| 24 | 24 | FE97194300 | Направляющая Ф14 | 1 |
| 25 | 25 | FE972135ASSY | Дополнительный груз 5 ф. | 1 |
| 26 | 26 | FE97192500 | Пластиковая проставка | 2 |
| 27 | 27 | FE97192600 | Пластиковая проставка II | 1 |
| 28 | 28 | FE97211500 | Заглушка RT40*133 | 2 |
| 29 | 29 | FE970425ASSY | Валик | 2 |
| 30 | 30 | FE971231ASSY | Спинка | 1 |
| 31 | 31 | FE971233ASSY | Подголовник | 1 |
| 32 | 32 | FE970112200 | Сиденье | 1 |
| 33 | 33 | FE97052500 | Переднее зачехление | 2 |
| 34 | 34 | FE970526ASSY | Кожух информационного стикера | 1 |
| 35 | 35 | FE97022700 | Переднее нижнее зачехление | 1 |
| 36 | 36 | FE97052800 | Заднее зачехление | 1 |
| 37 | 37 | FE97052900 | Заднее нижнее зачехление | 1 |
| 38 | 38 | FE97213400 | Проставка Ф30*65 | 2 |
| 39 | 39 | FE97194400 | Проставка | 1 |
| 40 | 40 | FE97214800 | Ролик Ф17*49 | 2 |
| 41 | 41 | FE97053700 | Пластиковая заглушка | 1 |
| 42 | 42 | FE97123800 | Фиксатор грузов | 1 |
| 43 | 43 | IN-D10132900 | Резиновый амортизатор Ф76*60 | 2 |

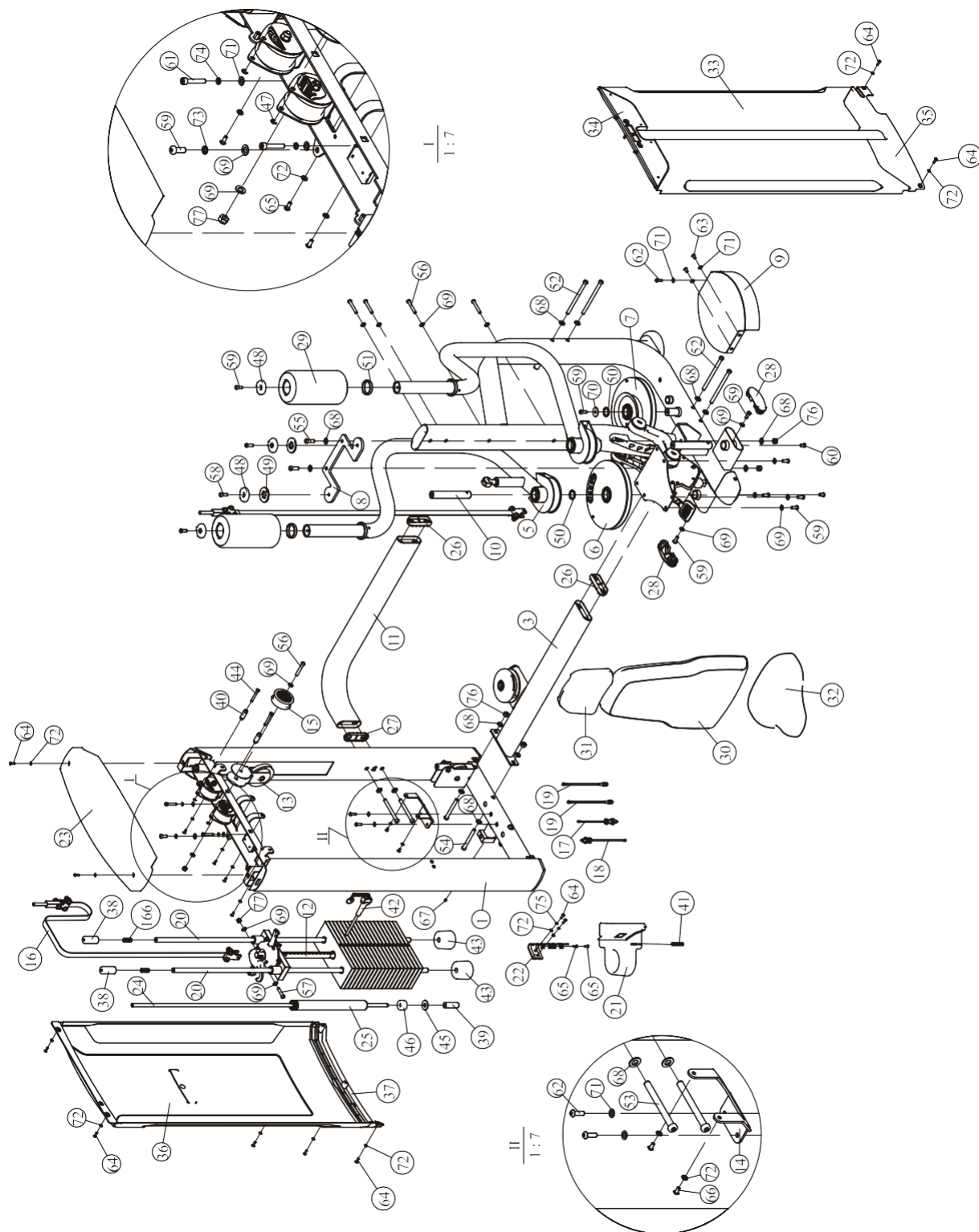
Список деталей и сборочный чертеж

Общий список

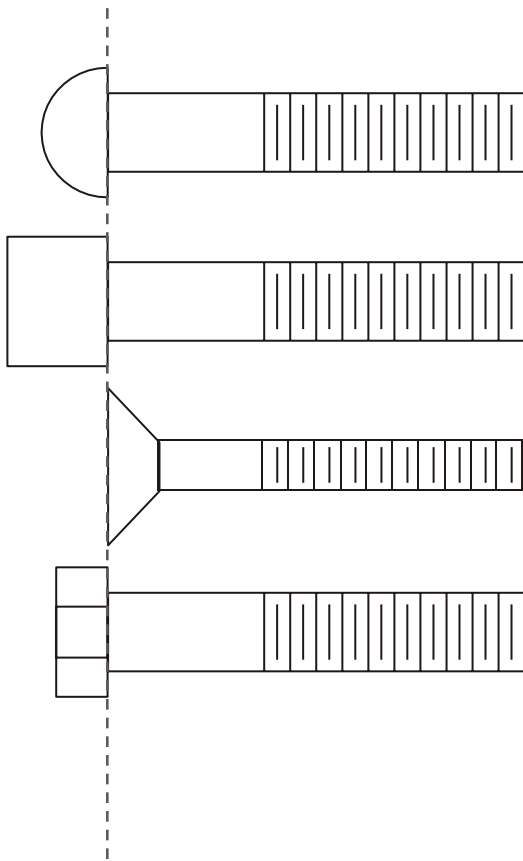
| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|-----|--------------|---------------------|----------------------------|------|
| 44 | 44 | FE97216900 | Шпилька Ф15*Ф8*65.5 | 2 |
| 45 | 45 | CWRVL0250900 | Плоская шайба Ф15*Ф40*3 | 1 |
| 46 | 46 | CWRVL0251000 | Проставка Ф14*Ф40*25.4 | 1 |
| 47 | 47 | GB8966FH12 | Ось Ф6 | 2 |
| 48 | 48 | FE97211900 | Заглушка Ф60 | 4 |
| 49 | 49 | FE97212000 | Кольцо Ф62.5*5 | 2 |
| 50 | 50 | FE97020209V1 | Проставка | 2 |
| 51 | 51 | IE950912800 | Пластиковое кольцо | 2 |
| 52 | 52 | GB70BTM12*180DN18NL | SHCS винт M12*180 | 4 |
| 53 | 53 | GB70BTM12*120DN18NL | SHCS винт M12*120 | 2 |
| 54 | 54 | GB70BTM12*105DN18 | SHCS винт M12*105 | 2 |
| 55 | 55 | GB70BTM12*35DN18NL | SHCS винт M12*35 | 2 |
| 56 | 56 | GB70BTM10*65DN18 | SHCS винт M10*65 | 5 |
| 57 | 57 | GB70BTM10*45DN18 | SHCS винт M10*45 | 1 |
| 58 | 58 | GB70BTM10*30DN18NL | SHCS винт M10*30 | 2 |
| 59 | 59 | GB70BTM10*25DN18NL | SHCS винт M10*25 | 10 |
| 60 | 60 | GB70BTM10*16DN18NL | SHCS винт M10*16 | 4 |
| 61 | 61 | GB70M8*45*45N19 | SHCS винт M8*45 | 2 |
| 62 | 62 | PNLM8*25DN20NL | BHCS винт M8*25 | 3 |
| 63 | 63 | PNLM8*15DN20 | BHCS винт M8*15 | 2 |
| 64 | 64 | PNLM6*20DN20 | BHCS винт M6*20 | 11 |
| 65 | 65 | PNLM6*15DN20 | BHCS винт M6*15 | 6 |
| 66 | 66 | PNLM6*12DN20 | BHCS винт M6*12 | 2 |
| 67 | 67 | GB77M8*8DS18 | Болт M8*8 | 1 |
| 68 | 68 | GB9512DN2 | Плоская шайба Ф13*Ф24*2.5 | 15 |
| 69 | 69 | GB9510DN2 | Плоская шайба Ф11*Ф20*2 | 15 |
| 70 | 70 | DQ10DS2D | Плоская шайба Ф11*Ф38*2 | 1 |
| 71 | 71 | GB958DN2 | Плоская шайба Ф9*Ф16*1.6 | 7 |
| 72 | 72 | GB956DN2 | Плоская шайба Ф6.6*Ф12*1.6 | 17 |
| 73 | 73 | GB9310N19 | Пружинная шайба Ф10 | 1 |
| 74 | 74 | GB938N19 | Пружинная шайба Ф8 | 2 |
| 75 | 75 | GB936N19 | Пружинная шайба Ф6 | 2 |
| 76 | 76 | NM12DN2 | Гайка M12 | 5 |
| 77 | 77 | NM10DN2 | Гайка M10 | 2 |
| 78 | 78 | GB6172.1M10N19 | Гайка M10 | 2 |
| 79 | 79 | NBS4DHS | Шестигранный ключ S=4 | 1 |
| 80 | 80 | NBS5DHS | Шестигранный ключ S=5 | 1 |
| 81 | 81 | NBS6DHS | Шестигранный ключ S=6 | 1 |
| 82 | 82 | NBS8DHS | Шестигранный ключ S=8 | 1 |
| 83 | 83 | LW200BS | Отвертка Ф6*117 | 1 |
| 84 | 84 | YHY | Смазка | 1 |
| 166 | 166 | HFOPT900-04A0602 | Пружина | 2 |

Список деталей и сборочный чертёж

Общий вид



Тип крепежа



BHCS = Винт с полукруглой головкой

SHCS = Винт с внутренним шестигранником

FHCS = Винт с плоской головкой

HNB = Болт с шестигранной головкой



| Диаметр болтов (мм/дюймы) | M6(1/4") | M8(5/16") | M10(3/8") | M12(1/2") | M16(5/8") |
|-------------------------------|-----------------|------------------------------|------------------|---------------------------------------|---------------|
| Крутящий момент затяжки (N.m) | 9~12 | 22~30 | 45~59 | 78~104 | 193~257 |
| Виды приложенного усилия | Усилие запястья | Усилие запястья и предплечья | Усилие всей руки | Усилие всей руки и верхней части тела | Со всей силой |

Инструкция по сборке

ВНИМАНИЕ

Для монтажа оборудования производитель рекомендует обратиться к профессиональным сборщикам.

Примерное время сборки тренажера составляет 2 часа. Если вы производите сборку самостоятельно, это займет больше времени. Сборка должна осуществляться двумя людьми, в целях безопасности не собирайте тренажер в одиночку.

После сборки проверьте правильно ли работают все части тренажера. При возникновении неполадок, сначала проверьте правильность сборки согласно инструкции, при условии, если сборка была самостоятельной. Если проблему не удалось решить, обратитесь к официальному представителю. При обращении в сервисную службу необходимо назвать серийный номер тренажера. Проверьте все детали прежде чем начать сборку.

До окончательной сборки тренажера не рекомендуется затягивать болты слишком сильно. Будьте внимательны при сборке, соблюдайте последовательность сборки согласно инструкции.

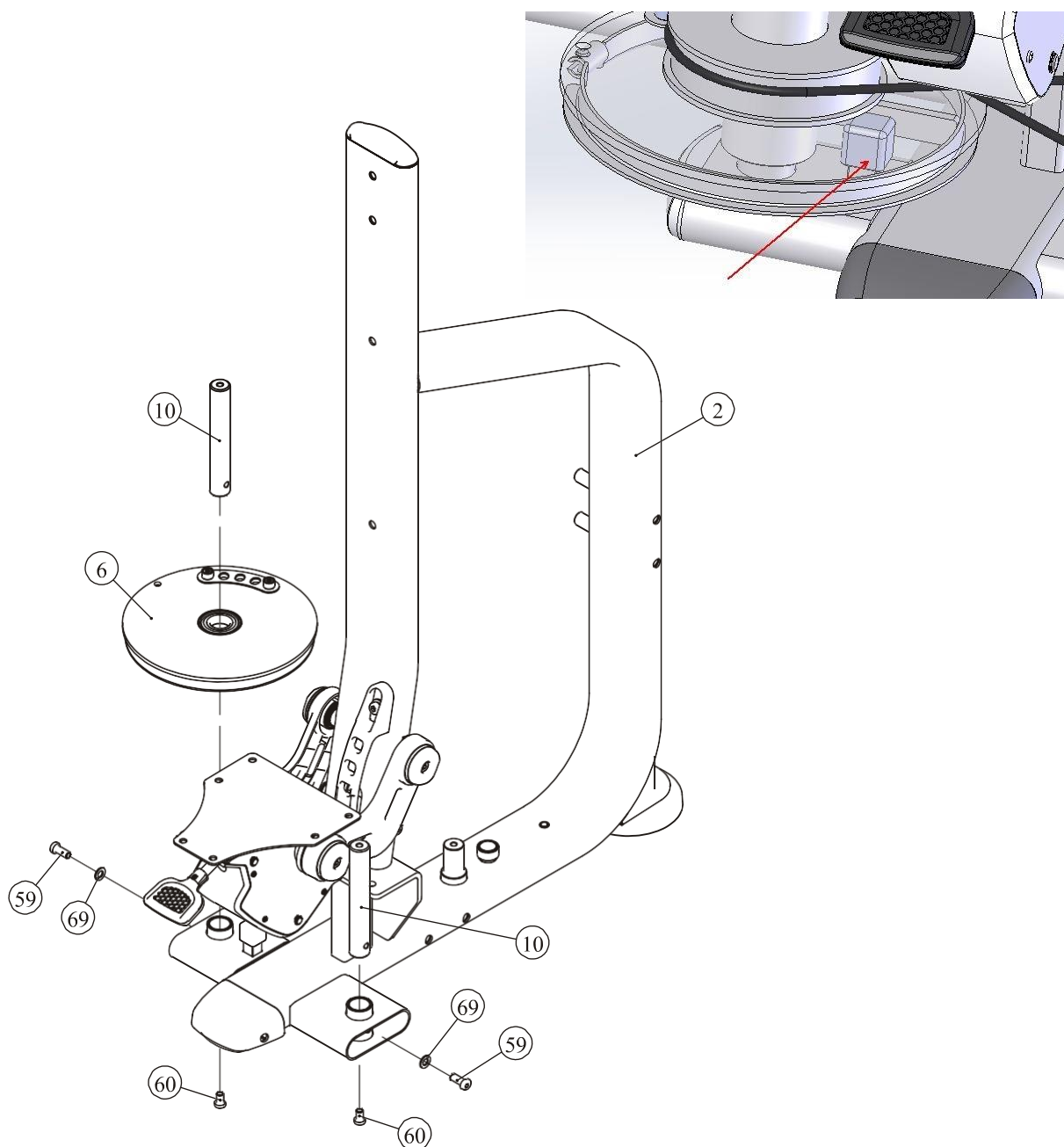
Этапы сборки

ШАГ 1

1. Прикрепите две оси (#10) и регулировочную пластину (#6) к основной раме (#2) используя: два винта с внутренним шестигранником M10*25 SHCS (#59), два винта с внутренним шестигранником M10*16 SHCS (#60), две плоские шайбы Ф11*Ф20*2 (#69).

Прим: 1. Не затягивайте болты.

2. Обратите внимание на положение пластины (#6).



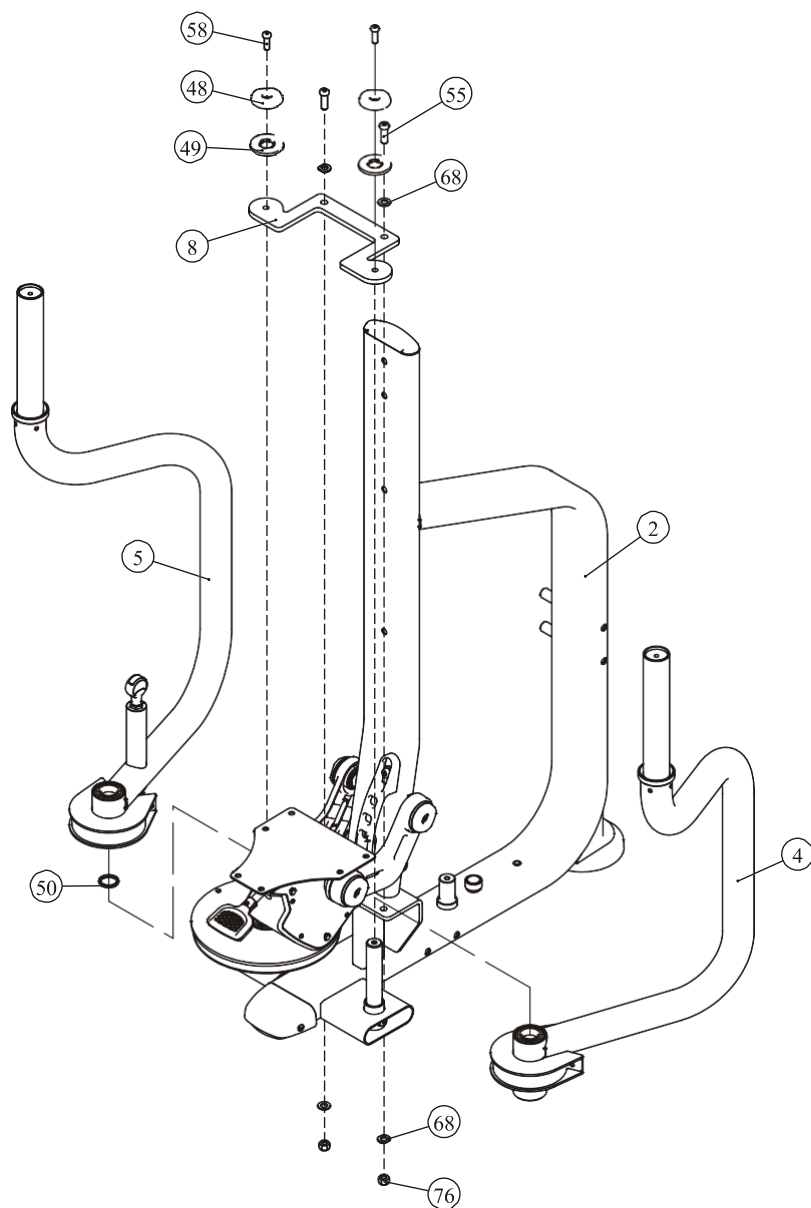
Этапы сборки

ШАГ 2

1. Прикрепите правый рычаг (#4) и левый рычаг (#5), проставку (#50) к основной раме (#2).
2. Прикрепите рамку (#8) к рычагу (#4) и (#5) и к основной раме (#2) используя: две заглушки Ф60 Caps (#48), два кольца Ф62.5*5 (#49), два винта М10*30 SHCS (#58), два винта М12*35 SHCS (#55), четыре плоские шайбы Ф13*Ф24*2.5 (#68), две гайки М12 (#76).

Прим: 1. Затяните болты

2. Отрегулируйте положение правого рычага (#4) и левого рычага (#5) относительно центральной оси.

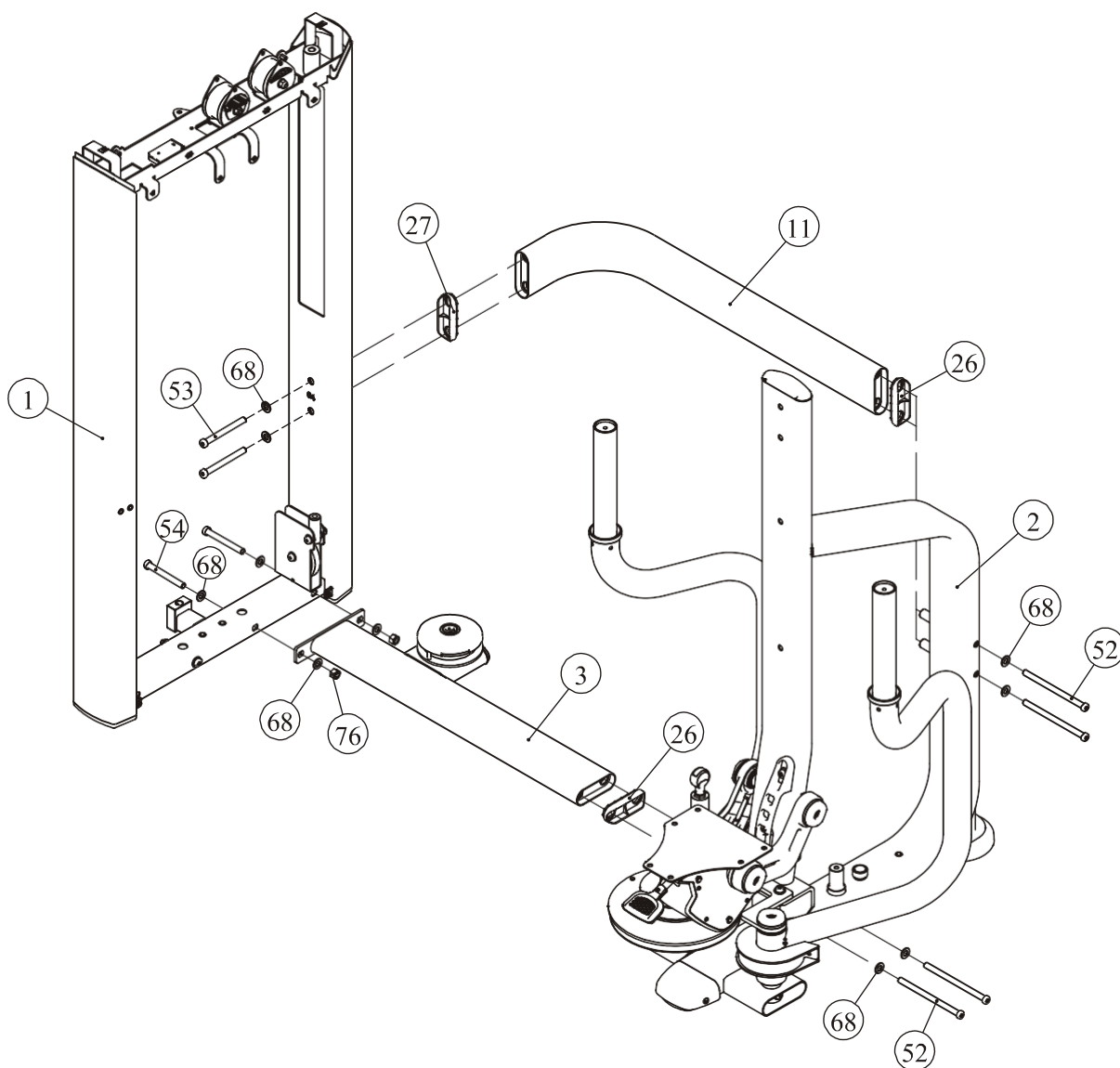


Этапы сборки

ШАГ 3

1. Прикрепите соединительную раму (#3) и заднюю соединительную раму (#11) к раме весового стека (#1) используя: два винта с внутренним шестигранником M12*105 SHCS (#54), два винта с внутренним шестигранником M12*120 SHCS (#53), шесть плоских шайб Ф13*Ф24*2.5 (#68), две гайки M12 (#76), одну проставку II (#27).
2. Прикрепите основную раму (#2) к соединительной раме (#3) и к задней соединительной раме (#11) используя: четыре винта с внутренним шестигранником M12*180 SHCS (#52), четыре плоские шайбы Ф13*Ф24*2.5 (#68), две пластиковые проставки (#26)

Примечание: Примечание: Затяните болты используя гаечный ключ.



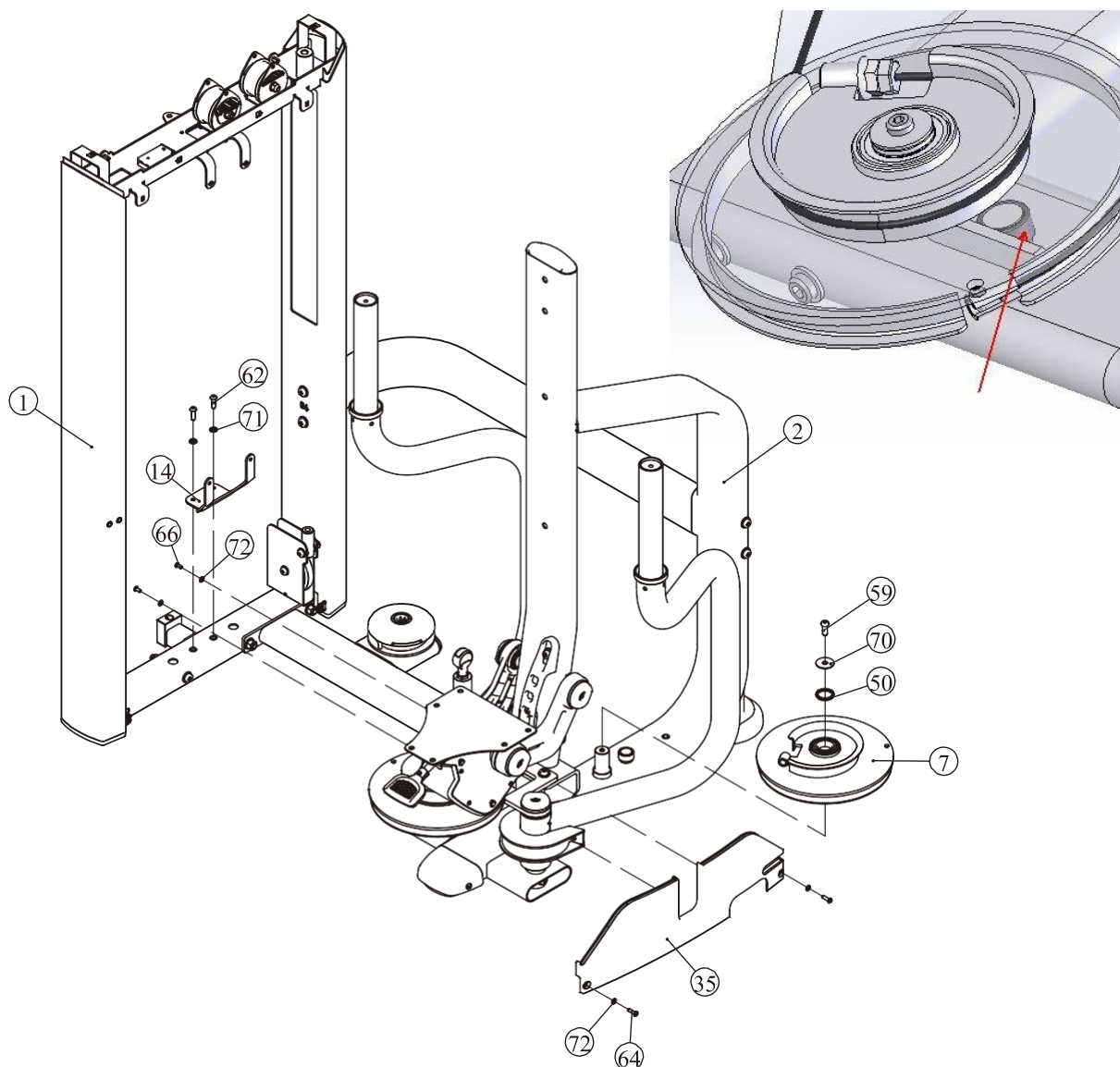
Этапы сборки

ШАГ 4

1. Прикрепите нижнюю рамку (#14) к раме весового стека (#1) используя: два винта с внутренним шестигранником M8*25 BHCS (#62), две плоские шайбы Ф9*Ф16*1.6 (#71).
2. Прикрепите переднее нижнее зачехление (#35) к раме весового стека (#1) используя: два винта с внутренним шестигранником M6*20 BHCS (#64), два винта M6*12 BHCS (#66), четыре плоские шайбы Ф6.6*Ф12*1.6 (#72).
3. Прикрепите пластину (#7) к основной раме (#2) используя: один винт с внутренним шестигранником M10*25 SHCS (#59), одну плоскую шайбу Ф11*Ф38*2 (#70), одну проставку (#50).

Прим: 1.Затяните болты.

2. Обратите внимание на положение пластины (#7).



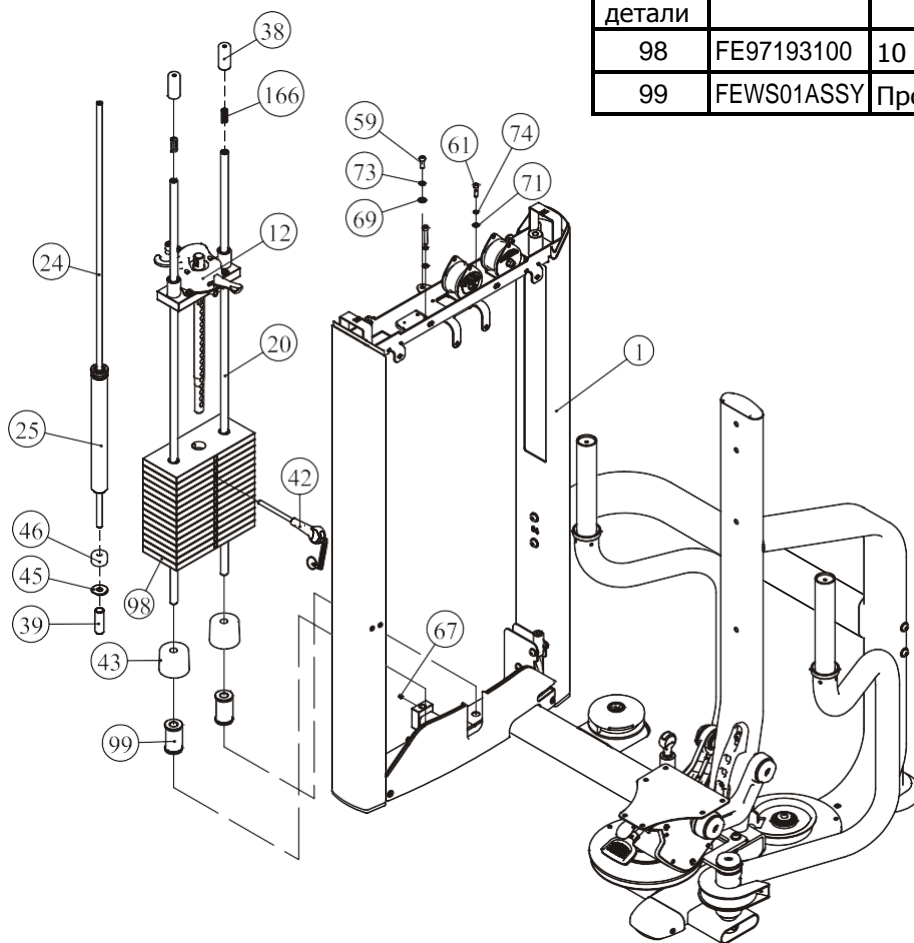
Этапы сборки

ШАГ 5 СБОРКА ВЕСОВОГО СТЕКА – 160 ф. (10фх15шт.)

1. Для сборки используйте две направляющие Ф19 (#20), два резиновых амортизатора Ф76*60 (#43), пятнадцать весовых плит 10 ф. (#98), две проставки (#99) и одну верхнюю плиту в сборе (#12). Для крепления данных деталей к раме весового стека (#1) используйте следующий крепеж: два винта с внутренним шестигранником М8*45 SHCS (#61), две плоские шайбы Ф9*Ф16*1.6 (#71), две проставки Ф30*65 (#38), две пружинные шайбы Ф8 (#74), две пружины (#166).
2. Прикрепите фиксатор грузов (#42) к верхней плите в сборе (#12).
3. Выкрутите один болт М8*8 (#67), затем возьмите одну направляющую Ф14*1296 (#24) и один дополнительный груз 5 ф. (#25). Для крепления данных деталей к раме весового стека (#1) используйте: одну проставку Ф22*2*66 (#39), одну плоскую шайбу Ф15*Ф40*3 (#45), одну проставку Ф14*Ф40*25.4 (#46), один винт с внутренним шестигранником М10*25 SHCS (#59), одну пружинную шайбу Ф10 (#73) одну плоскую шайбу Ф11*Ф20*2 Flat Washer (#69).
4. После установки дополнительного груза вкрутите болт М8*8 (#67) в тоже место.

Примечание: Затяните болты используя гаечный ключ.

| № детали | Артикул | Описание | К-во |
|----------|------------|---------------------|------|
| 98 | FE97193100 | 10 ф. весовые плиты | 15 |
| 99 | FEWS01ASSY | Проставки | 2 |



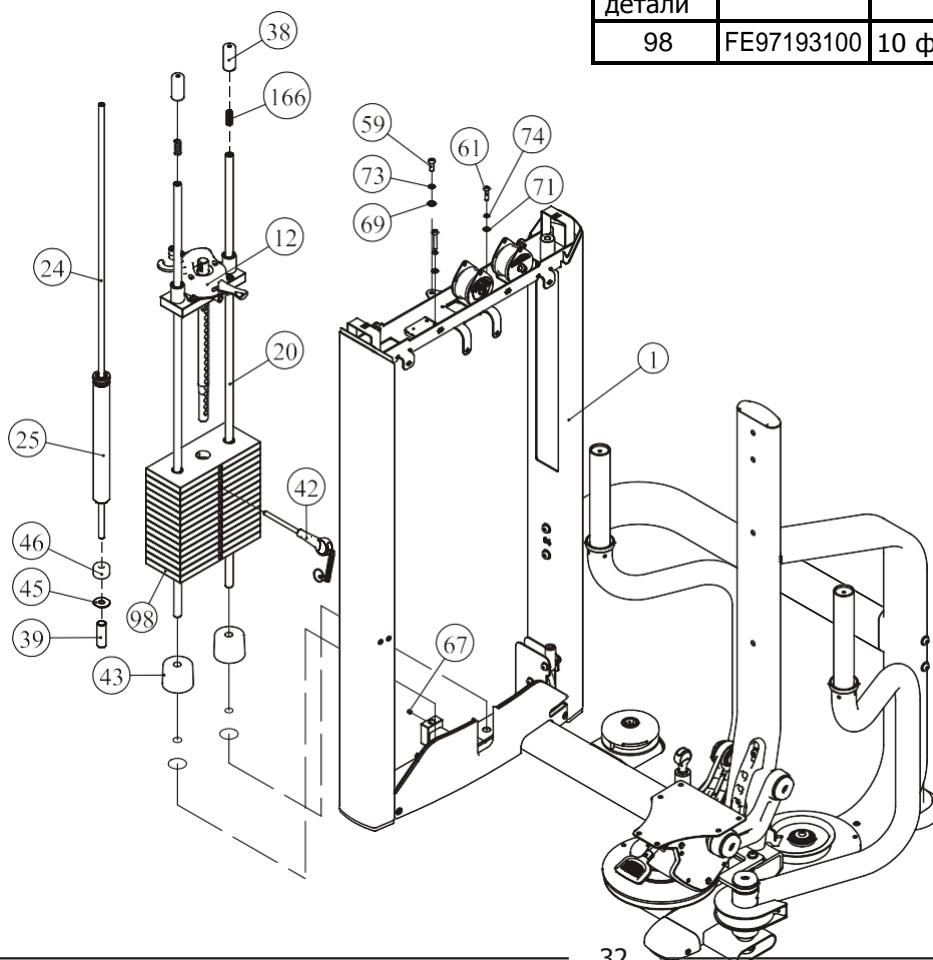
Этапы сборки

ШАГ 5 СБОРКА ВЕСОВОГО СТЕКА – 200 ф. (10фх19шт.)

1. Для сборки используйте две направляющие Ф19 (#20) два резиновых амортизатора Ф76*60 (#43) девятнадцать весовых плит 10 ф. (#98) и одну верхнюю плиту в сборе (#12). Для крепления данных деталей к раме весового стека (#1) используйте следующий крепеж: два винта с внутренним шестигранником М8*45 SHCS (#61), две плоские шайбы Ф9*Ф16*1.6 (#71), две проставки Ф30*65 (#38), две пружинные шайбы Ф8 (#74), две пружины (#166).
2. Прикрепите фиксатор грузов (#42) к верхней плите в сборе (#12).
3. Выкрутите один болт М8*8 (#67), затем возьмите одну направляющую Ф14*1296 (#24) и один дополнительный груз 5 ф. (#25). Для крепления данных деталей к раме весового стека (#1) используйте: одну проставку Ф22*2*66 (#39), одну плоскую шайбу Ф15*Ф40*3 (#45), одну проставку Ф14*Ф40*25.4 (#46), один винт с внутренним шестигранником М10*25 SHCS (#59), одну пружинную шайбу Ф10 (#73), одну плоскую шайбу Ф11*Ф20*2 (#69).
4. После установки дополнительного груза вкрутите болт М8*8 (#67) в то же место.

Примечание: Затяните болты используя гаечный ключ.

| № детали | Артикул | Описание | К-ВО |
|----------|------------|---------------------|------|
| 98 | FE97193100 | 10 ф. весовые плиты | 19 |



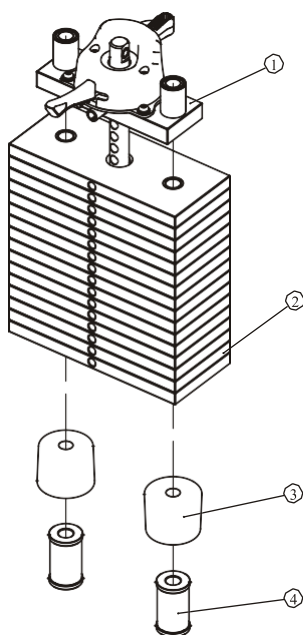
Этапы сборки

ВАЖНО! Варианты сборки весового стека отличаются в зависимости от выбранного вами веса

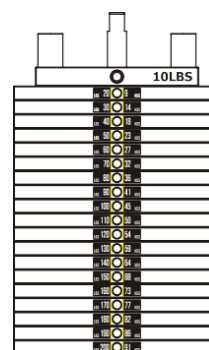
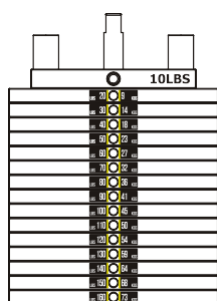
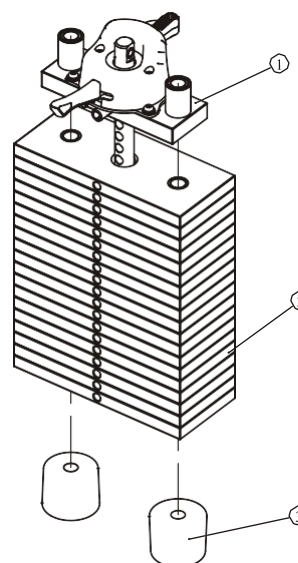
160ф (10ф×15шт.)

200ф (10ф×19шт.)

| № детали | Артикул | Описание | К-во | № детали | Артикул | Описание | К-во |
|----------|--------------|------------------------|------|----------|--------------|------------------------|------|
| 1 | FE971930ASSY | 10 ф верхняя плита | 1 | 1 | FE971930ASSY | 10 ф верхняя плита | 1 |
| 2 | FE97193100 | 10 ф весовые плиты | 15 | 2 | FE97193100 | 10 ф весовые плиты | 19 |
| 3 | IN-D10132900 | Резиновые амортизаторы | 2 | 3 | IN-D10132900 | Резиновые амортизаторы | 2 |
| 4 | FEWS01ASSY | Проставки | 2 | | | | |



| | |
|---------|---------|
| LBS 20 | 9 KGS |
| LBS 30 | 14 KGS |
| LBS 40 | 18 KGS |
| LBS 50 | 23 KGS |
| LBS 60 | 27 KGS |
| LBS 70 | 32 KGS |
| LBS 80 | 36 KGS |
| LBS 90 | 41 KGS |
| LBS 100 | 45 KGS |
| LBS 110 | 50 KGS |
| LBS 120 | 54 KGS |
| LBS 130 | 59 KGS |
| LBS 140 | 64 KGS |
| LBS 150 | 68 KGS |
| LBS 160 | 73 KGS |
| LBS 170 | 77 KGS |
| LBS 180 | 82 KGS |
| LBS 190 | 86 KGS |
| LBS 200 | 91 KGS |
| LBS 210 | 95 KGS |
| LBS 220 | 100 KGS |
| LBS 230 | 104 KGS |



20-160 ф.

20-200 ф.

Схема расположения стикеров весовых плит

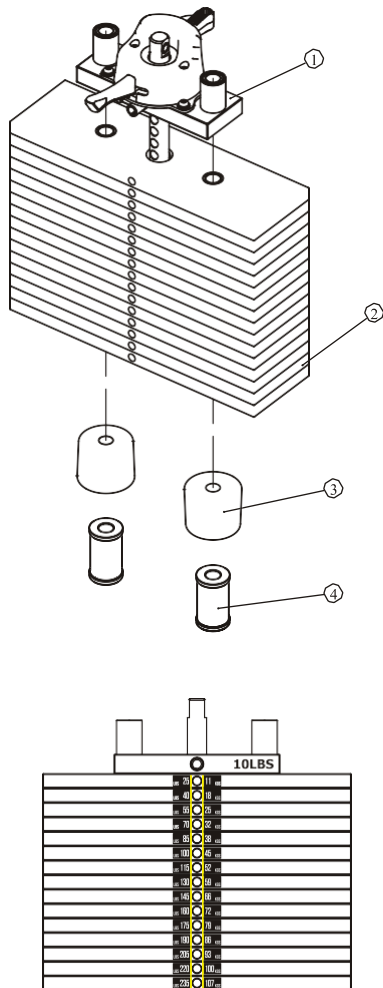
Этапы сборки

ВАЖНО! Варианты сборки весового стека отличаются в зависимости от выбранного вами веса

235ф (15ф×15шт.)

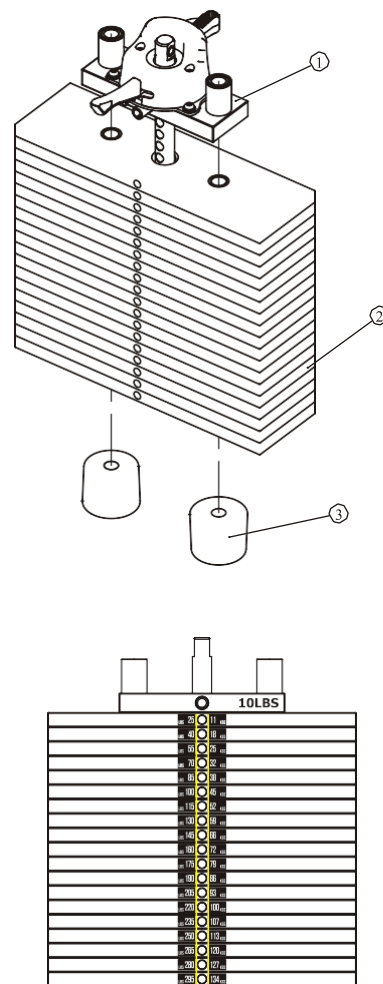
295ф (15ф×19шт.)

| № детали | Артикул | Описание | К-во | № детали | Артикул | Описание | К-во |
|----------|--------------|------------------------|------|----------|--------------|------------------------|------|
| 1 | FE971930ASSY | 10 ф верхняя плита | 1 | 1 | FE971930ASSY | 10 ф верхняя плита | 1 |
| 2 | FE97193200 | 15 ф весовые плиты | 15 | 2 | FE97193200 | 15 ф весовые плиты | 19 |
| 3 | IN-D10132900 | Резиновые амортизаторы | 2 | 3 | IN-D10132900 | Резиновые амортизаторы | 2 |
| 4 | FEWS01ASSY | Проставки | 2 | | | | |



25-235 ф.

| | | |
|---------|-----|-----|
| LBS 25 | 11 | KGS |
| LBS 40 | 18 | KGS |
| LBS 55 | 25 | KGS |
| LBS 70 | 32 | KGS |
| LBS 85 | 38 | KGS |
| LBS 100 | 45 | KGS |
| LBS 115 | 52 | KGS |
| LBS 130 | 59 | KGS |
| LBS 145 | 66 | KGS |
| LBS 160 | 72 | KGS |
| LBS 175 | 79 | KGS |
| LBS 190 | 86 | KGS |
| LBS 205 | 93 | KGS |
| LBS 220 | 100 | KGS |
| LBS 235 | 107 | KGS |
| LBS 250 | 113 | KGS |
| LBS 265 | 120 | KGS |
| LBS 280 | 127 | KGS |
| LBS 295 | 134 | KGS |
| LBS 310 | 141 | KGS |
| LBS 325 | 147 | KGS |



25-295 ф.

Схема расположения стикеров весовых плит

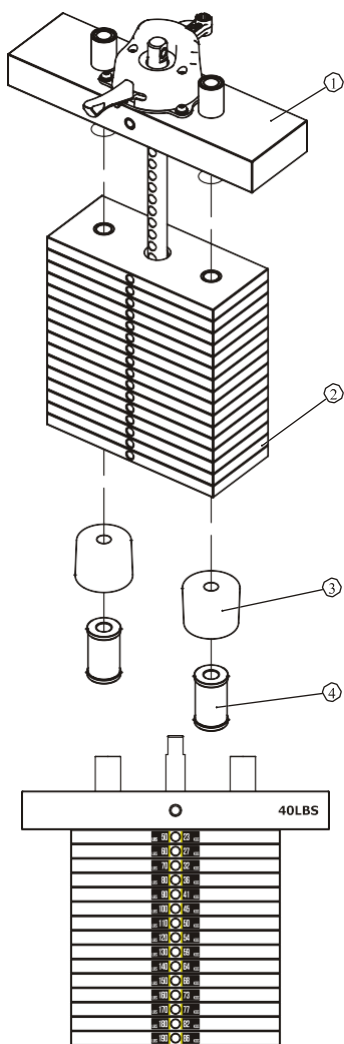
Этапы сборки

ВАЖНО! Варианты сборки весового стека отличаются в зависимости от выбранного вами веса

190ф (10ф×15шт.)

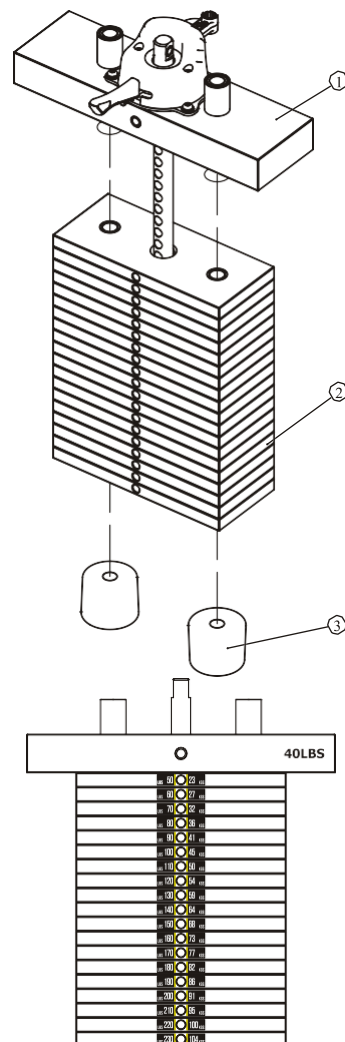
230ф (10ф×19шт.)

| № детали | Артикул | Описание | К-во | № детали | Артикул | Описание | К-во |
|----------|--------------|------------------------|------|----------|--------------|------------------------|------|
| 1 | FE970230ASSY | 40 ф верхняя плита | 1 | 1 | FE970230ASSY | 40 ф верхняя плита | 1 |
| 2 | FE97193100 | 10 ф весовые плиты | 15 | 2 | FE97193100 | 10 ф весовые плиты | 19 |
| 3 | IN-D10132900 | Резиновые амортизаторы | 2 | 3 | IN-D10132900 | Резиновые амортизаторы | 2 |
| 4 | FEWS01ASSY | Проставки | 2 | | | | |



50-190 ф.

| | | |
|---------|-----|-----|
| LBS 20 | 9 | KGS |
| LBS 30 | 14 | KGS |
| LBS 40 | 18 | KGS |
| LBS 50 | 23 | KGS |
| LBS 60 | 27 | KGS |
| LBS 70 | 32 | KGS |
| LBS 80 | 36 | KGS |
| LBS 90 | 41 | KGS |
| LBS 100 | 45 | KGS |
| LBS 110 | 50 | KGS |
| LBS 120 | 54 | KGS |
| LBS 130 | 59 | KGS |
| LBS 140 | 64 | KGS |
| LBS 150 | 68 | KGS |
| LBS 160 | 73 | KGS |
| LBS 170 | 77 | KGS |
| LBS 180 | 82 | KGS |
| LBS 190 | 86 | KGS |
| LBS 200 | 91 | KGS |
| LBS 210 | 95 | KGS |
| LBS 220 | 100 | KGS |
| LBS 230 | 104 | KGS |



50-230 ф.

Схема расположения стикеров весовых плит

Прим: 40 ф. верхняя плита используется вместе с доп. грузом.

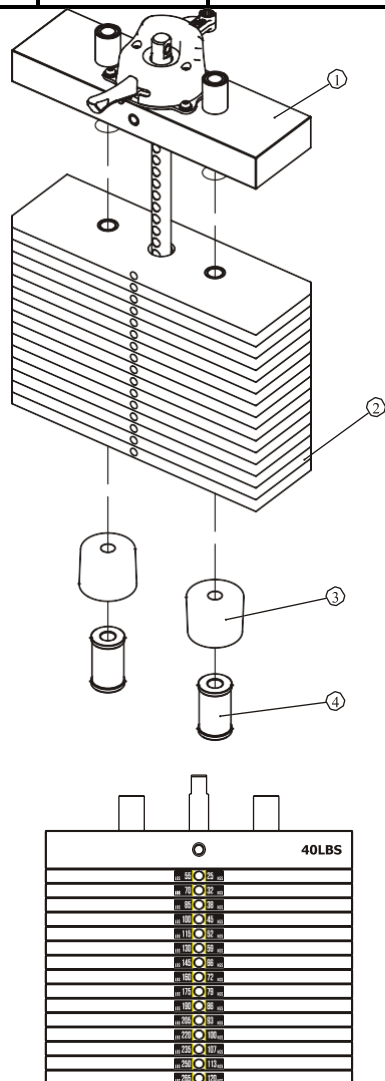
Этапы сборки

ВАЖНО! Варианты сборки весового стека отличаются в зависимости от выбранного вами веса

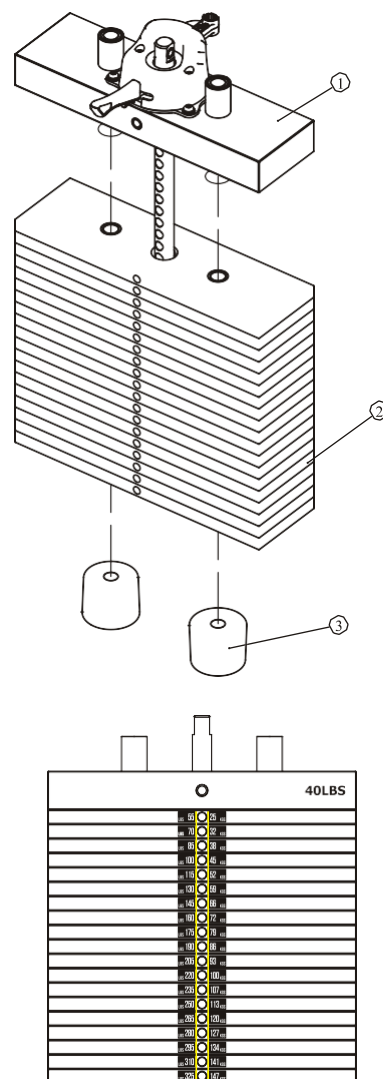
265ф (15ф×15шт.)

325ф (15ф×19шт.)

| № детали | Артикул | Описание | К-во | № детали | Артикул | Описание | К-во |
|----------|--------------|------------------------|------|----------|--------------|------------------------|------|
| 1 | FE970230ASSY | 40 ф верхняя плита | 1 | 1 | FE970230ASSY | 40 ф верхняя плита | 1 |
| 2 | FE97193200 | 15 ф весовые плиты | 15 | 2 | FE97193200 | 15 ф весовые плиты | 19 |
| 3 | IN-D10132900 | Резиновые амортизаторы | 2 | 3 | IN-D10132900 | Резиновые амортизаторы | 2 |
| 4 | FEWS01ASSY | Проставки | 2 | | | | |



55-265 ф.



55-325 ф.

Схема расположения стикеров весовых плит

Прим: 40 ф. верхняя плита используется вместе с доп. грузом.

Этапы сборки

ШАГ 6

1. Прикрепите один конец ремня (#16) к верхней плите весового стека (#12) используя: один винт с внутренним шестигранником M10*45 SHCS (#57), две плоские шайбы Ф11*Ф20*2 (#69), одну гайку M10 (#77).
2. Далее пропустите ремень (#16) через подвижный блок роликов (#13) затем прикрепите ролик (#15) к подвижному блоку роликов (#13) используя крепеж: один винт с внутренним шестигранником M10*65 SHCS (#56), две плоские шайбы Ф11*Ф20*2 (#69), одну гайку M10 (#77), а затем пропустите ремень через два верхних ролика на раме весового стека (#1).
3. Прикрепите второй конец ремня (#16) к раме весового стека (#1) используя: плоскую шайбу Ф13*Ф24*2.5 (#68), одну гайку M12 (#76).
4. Прикрепите два ролика Ф17*49 (#40) к раме весового стека (#1) используя: две шпильки Ф15*Ф8*65.5 (#44), два стопорных кольца Ф6 (#47).
5. Прикрепите конец троса I (#17) к основанию рамы весового стека, затем пропустите трос через ролик подвижного блока (#13) и второй конец прикрепите к пластине (#7).
6. Прикрепите концы троса II (#18) к пластине (#6) и к пластине (#7).
7. Пропустите концы троса III (#19) через отверстия в основании левого рычага (#5) и правого рычага (#4), зафиксируйте их болтами M10*16 SHCS (#60) и двумя гайками M10 (#78).
8. Выкрутите четыре гайки M8, затем прикрепите вторые два конца тросов III (#19) к другому отверстию в основании правого рычага (#4) и левого рычага (#5).
9. Затяните четыре гайки M8 зафиксировав концы троса III (#19).

Прим: 1. Затяните болты и гайки.

2. Отрегулируйте положение рычагов (#4) и (#5) при помощи гаек M8 тросов III (#19).

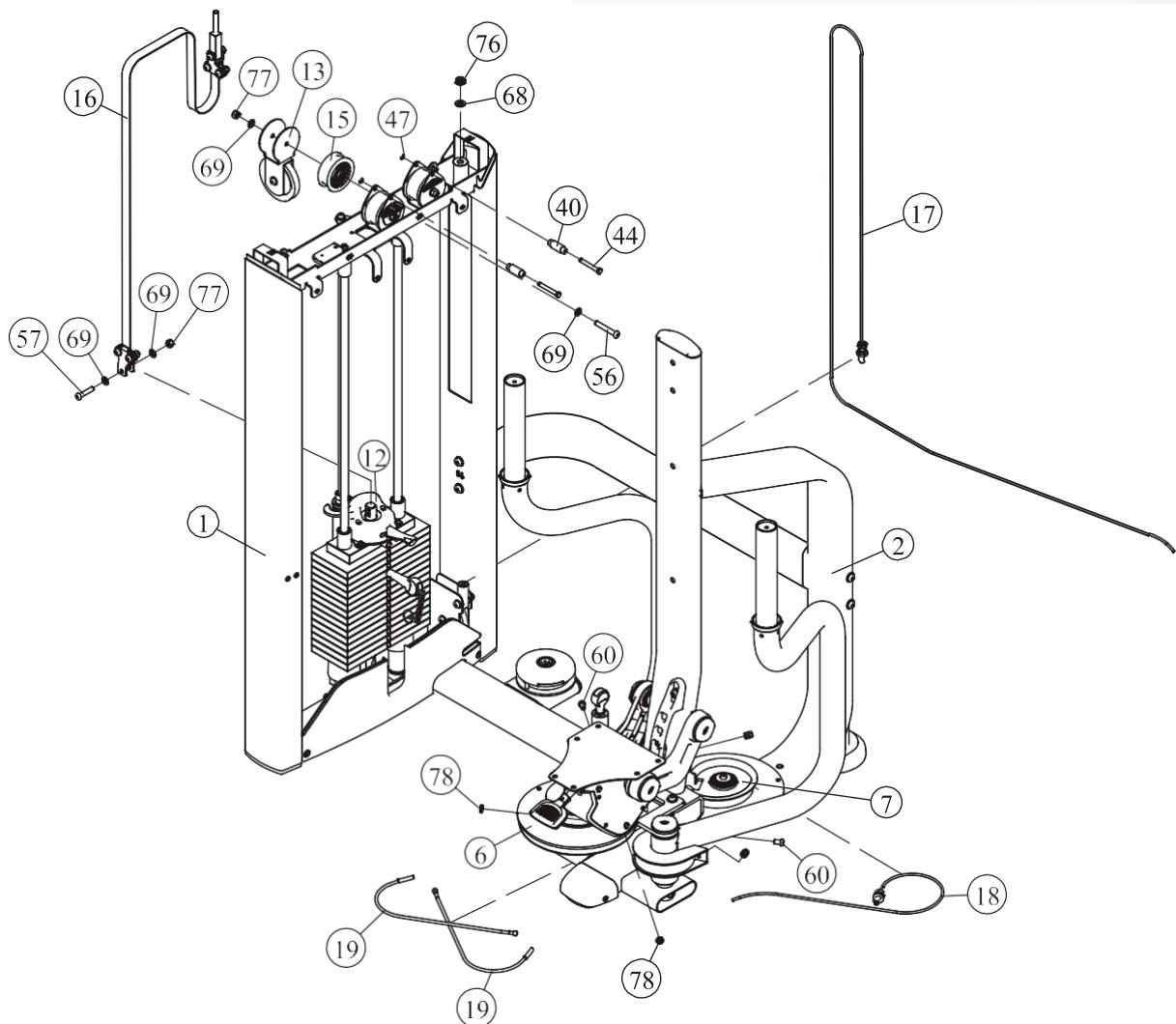
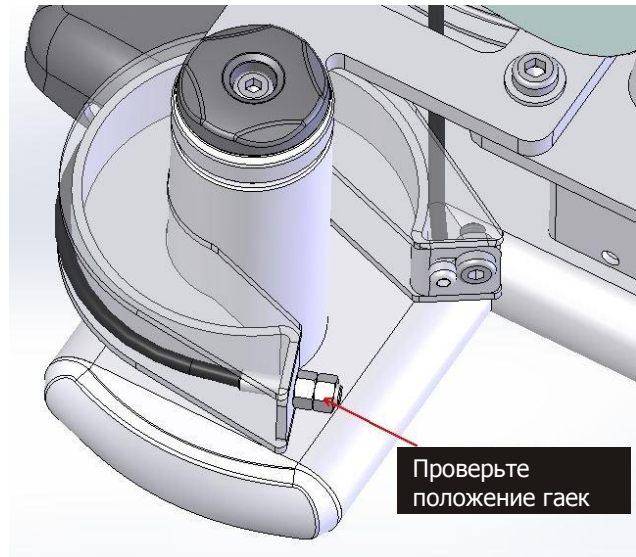
ШАГ 7

1. Прикрепите задний нижний кожух (#37) к раме весового стека (#1) используя: три винта M6*20 BHCS (#64), три плоские шайбы Ф6.6*Ф12*1.6 (#72).
2. Прикрепите два передних зачехления (#33) к нижнему переднему кожуху (#35) на раме весового стека (#1).
3. Подключите провода к плате мини-компьютера согласно рисунку, затем закрепите верхний декоративный кожух (#34) к раме весового стека (#1) используя: четыре винта M6*15 BHCS (#65), четыре плоские шайбы Ф6.6*Ф12*1.6 (#72).
4. Прикрепите заднее зачехление (#36) к заднему нижнему кожуху (#37) и к раме весового стека (#1) используя: два винта M6*20 BHCS (#64), две плоские шайбы Ф6.6*Ф12*1.6 (#72).
5. Прикрепите верхнюю крышку (#23) к раме весового стека (#1) используя: два винта M6*20 BHCS (#64), две плоские шайбы Ф6.6*Ф12*1.6 (#72).
6. Прикрепите защитный кожух (#9) к основной раме (#2) используя: один винт M8*25 BHCS (#62), два винта M8*15 BHCS (#63), три плоские шайбы Ф9*Ф16*1.6 (#71).

Прим: Затяните болты и гайки.

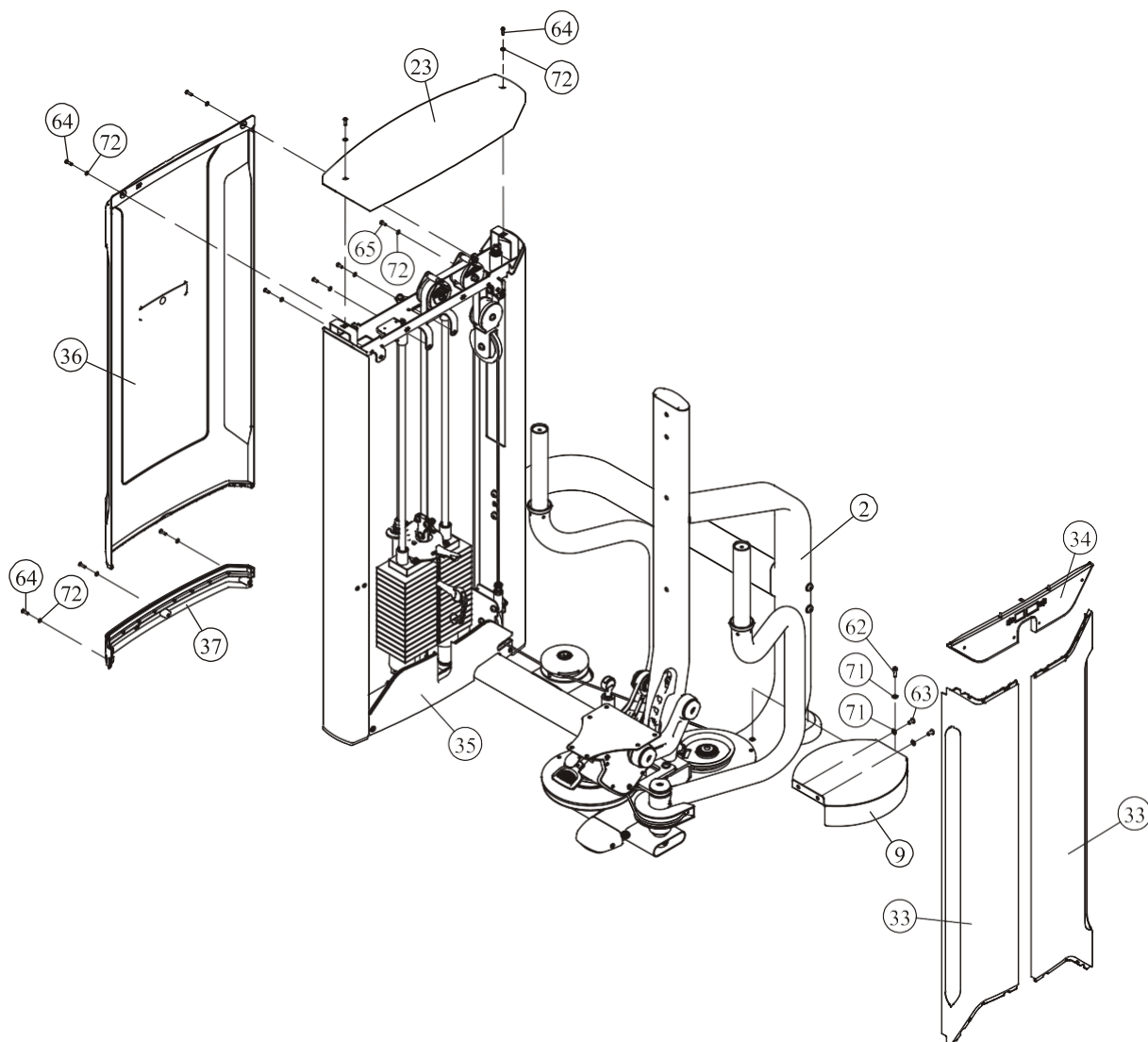
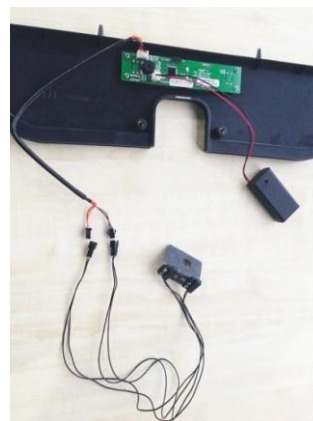
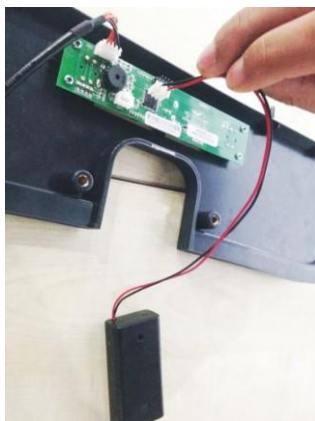
Этапы сборки

ШАГ 6



Этапы сборки

ШАГ 7

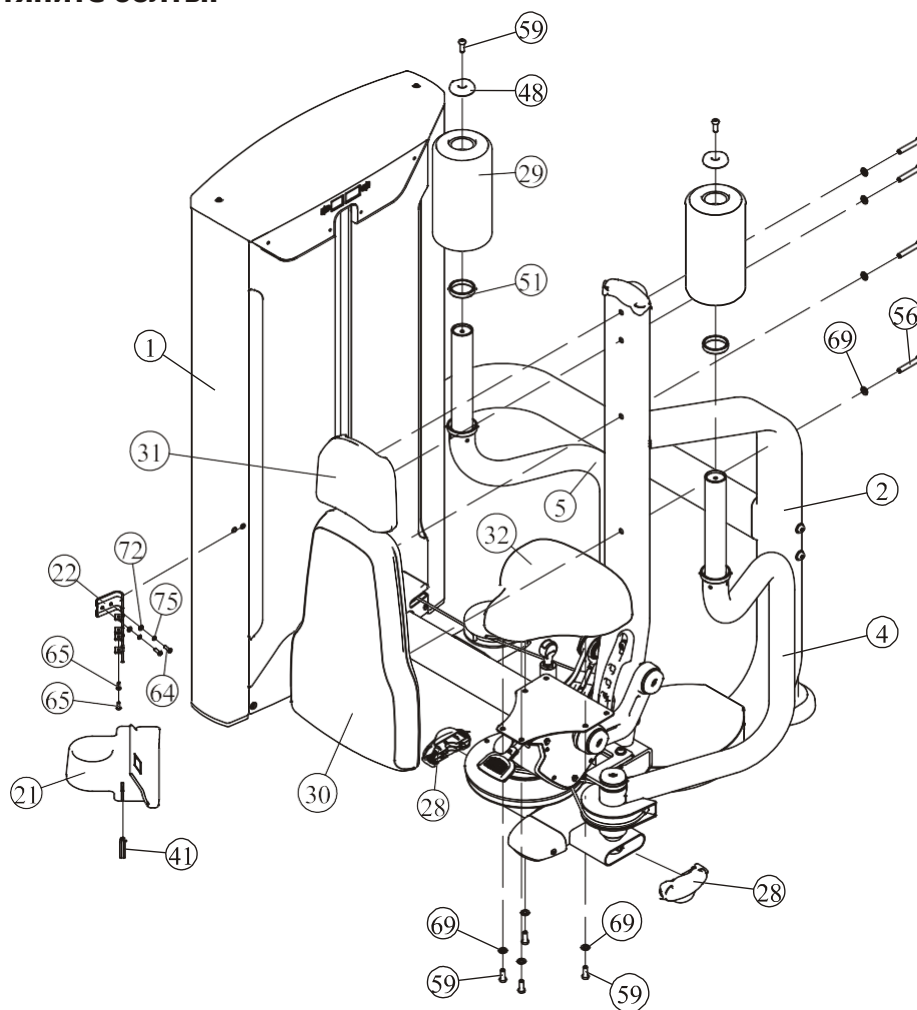


Этапы сборки

ШАГ 8

1. Прикрепите пластиковую заглушку (#41) к держателю бутылки (#21).
2. Затем закрепите держатель для бутылки (#21) к крепежной пластине (#22) используя: два болта М6*15 ВНС (№65).
3. Прикрепите собранные детали (#21/#22) к раме весового стека (#1) используя: два болта М6*20 ВНС (№64), две плоские шайбы Ф6.6*Ф12*1.6 (№72), две пружинные шайбы Ф6 (№75).
4. Прикрепите сиденье (#32) к основной раме (#2) используя: четыре винта М10*25 СНС (№59), четыре плоские шайбы Ф11*Ф20*2 (№69).
5. Прикрепите спинку (#30) и подголовник (#31) к основной раме (#2) используя: четыре винта М10*65 СНС (№56), четыре плоские шайбы Ф11*Ф20*2 (№69).
6. Прикрепите два валика (#29) к правому рычагу (#4) и к левому рычагу (#5) используя: два винта М10*25 СНС (№59), две заглушки Ф60 (№48), два пластиковых кольца (#51).

Прим: Затяните болты.



Инструкция по регулировке

Как пользоваться фиксатором груза (выбор рабочего веса)

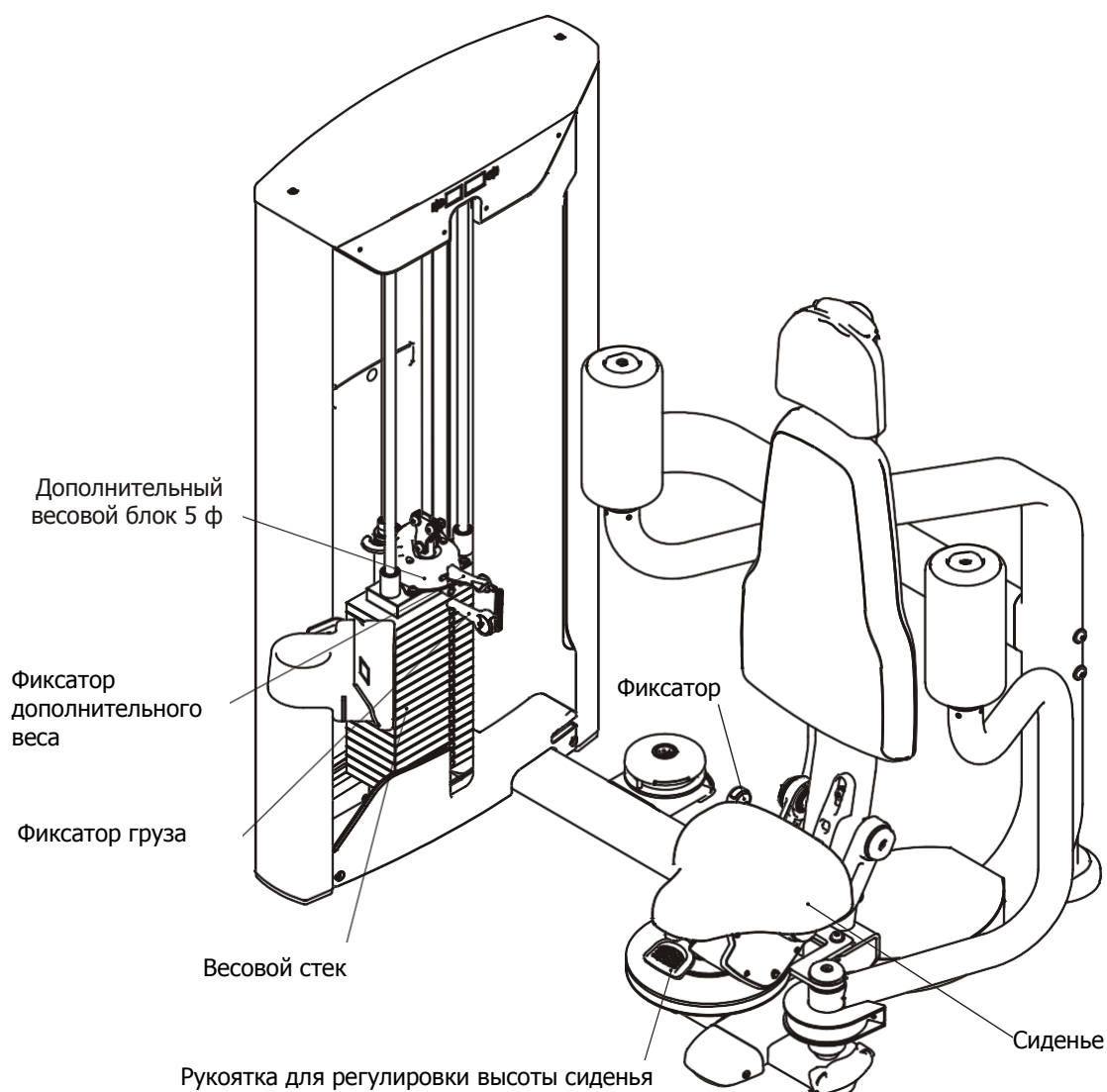
1. Выберите необходимый вес и вставьте стержень фиксатора в соответствующее отверстие.
2. Убедитесь, что стержень фиксатора полностью вставлен в отверстие.

Добавление дополнительного веса 5 ф.

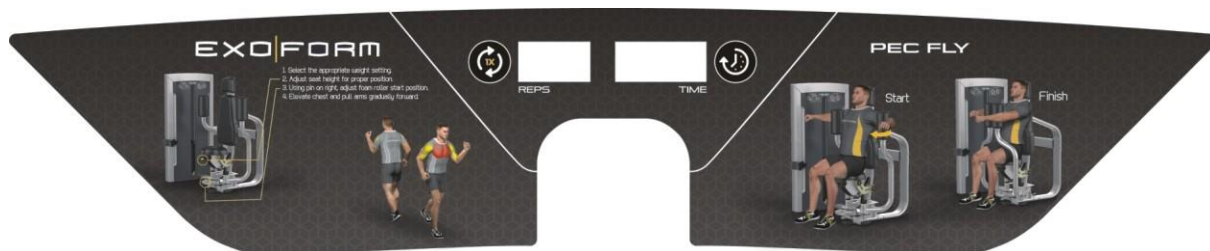
1. Переведите фиксатор, дополнительного веса (верхушка весового стека) в специальный паз для включения в работу 5 ф. весового блока.
2. Убедитесь, что фиксатор находится в соответствующем положении.

Регулировка сиденья

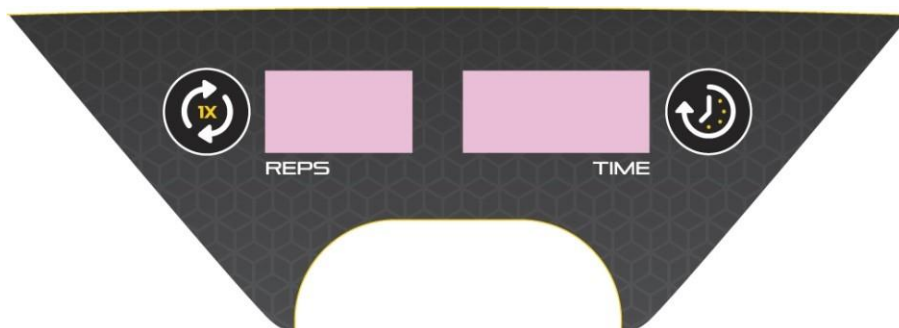
1. Потяните за рукоятку, расположенную под сиденьем, отрегулируйте высоту сиденья.
2. Убедитесь, что сиденье зафиксировано.



Техника выполнения упражнения



Функции мини-компьютера



1. Функции консоли

1.1 Окно TIME отображает время тренировки

Отображает время тренировки в минутах и секундах (0-99 минут, 0-59 секунд).

1.2 Окно REPS отображает количество повторов

Отображает количество повторов, диапазон от 0 до 999.

2. Кнопки

2.1 **REPS RESET:** Сброс данных окна REPS.

2.2 **TIME RESET:** Сброс данных окна TIME.

3. Режим экономии энергии

3.1 Консоль компьютера включается автоматически, при старте.

3.2 Консоль переходит в режим экономии энергии, после трех минут нахождения в режиме паузы.

Замена батареек

Замена батареек

Для работы данного мини-компьютера необходимы 2 батарейки 1.5V AA. В случае если изображение на дисплее нечеткое или отсутствует, замените батарейки.



Для предотвращения поломки компьютера по причине вытекания щелочи регулярно проверяйте состояние батареек.

Утилизация батареек

Утилизируйте отработавшие срок службы батарейки в специально отведенные места, не следует выбрасывать их вместе с общим мусором.



Производитель рекомендует использовать щелочные батарейки

Маркировка веществ, содержащихся в батарейках:

Pb = в состав входит свинец

Cd = в состав входит свинец

Hg = в состав входит ртуть



Pb



Cd



Hg

График технического обслуживания

| Типовая проверка | Коммерческое использование | Использование дома | ОТМЕТКИ | | | | | | |
|--|----------------------------|--------------------|---------|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | |
| Осмотр цепей и их соединений, фиксаторов грузов, карабинов, фиксаторов положения, шарнирных соединений | ЕЖЕДНЕВНО | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | | | | | | | |
| Чистка обивки | ЕЖЕДНЕВНО | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | | | | | | | |
| Проверка тросов, ремней и их натяжения | ЕЖЕДНЕВНО | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | | | | | | | |
| Осмотр поручней, рукояток, турников | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Проверка наличия наклеек | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Осмотр гаек и болтов, при необходимости их затяжка | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Проверка антискользящего покрытия | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Чистка и смазка Направляющих стержней весовых стеков, тефлоносодержащей или силиконовой смазкой | ЕЖЕМЕСЯЧНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Смазка пластиковых направляющих, линейных подшипников и втулок | ЕЖЕМЕСЯЧНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Эстетическая чистка гляцевых элементов | РАЗ В 6 МЕСЯЦЕВ | ЕЖЕГОДНО | | | | | | | |
| Обновление литиевой смазки в линейных подшипниках | РАЗ В 6 МЕСЯЦЕВ | ЕЖЕГОДНО | | | | | | | |
| Замена тросов, ремней и соединительных частей | ЕЖЕГОДНО | РАЗ В 3 ГОДА | | | | | | | |

Данный тренажер предназначен для коммерческого использования, соответственно должен обслуживаться согласно графику для коммерческого использования.

Общая информация о техническом обслуживании

Цепи и их соединения, Фиксаторы грузов, Карабины, Фиксаторы положения, Шарнирные соединения, Пружины:

Проверьте все вышеперечисленные детали на предмет износа или повреждения.

Проверьте пружины в фиксаторах положения, если пружина растянулась, необходимо ее заменить.

Обивка:

Для продления срока службы обивки и в целях соблюдения гигиены, обивку необходимо протирать влажной тряпкой, каждый раз после завершения тренировки.

Периодически необходимо проводить полную чистку обивки, используя мягкое мыло или специальное средство, предназначенное для чистки винила.

После чистки производитель рекомендует использовать специальное средство по уходу за покрытиями из винила или ПВХ. Не используйте абразивные чистящие средства или другие средства, не предназначенные для ухода за винилом.

Порванную или потрескавшуюся обивку необходимо заменить. Держите острые или режущие предметы вдали от валиков и сидений.

Наклейки:

Каждая наклейка содержит первичную информацию о технике безопасности, а также другую пользовательскую информацию.

Гайки и болты:

Осмотрите затянуты ли все гайки и болты, при необходимости затяните.

Периодически необходимо производить повторное затягивание болтов и гаек, во избежание расшатывания деталей.

Антискользящая поверхность:

Упоры для ног покрыты специальным покрытием, которое препятствует проскальзыванию ног во время тренировки, если покрытие износилось или истерлось его необходимо заменить.

Ремни и тросы:

Данный тренажер укомплектован высококачественными ремнями и тросами.

Необходимо проводить периодический визуальный осмотр ремней и тросов, на предмет наличия трещин, царапин заусенцев.

Когда тренажер не используется, возьмитесь двумя пальцами за трос и проведите по всей длине торса. Это позволит проверить выпуклости и вмятины на тросе.

Необходимо немедленно производить замену тросов и ремней при появлении первых признаков истирания и износа. Не используйте оборудование с изношенными тросами.

Натяжение ремней и тросов:

Проверьте правильное положение тросов, (обратитесь к инструкции по сборке) а также проверьте затянуты ли болты и надежность фиксации самих тросов.

Проверьте не провисает ли трос, при необходимости отрегулируйте натяжение.

Втулки, Направляющие стержни:

Удалите тряпкой грязь и пыль с направляющих стержней, перед нанесением смазки.

Нанесите силикон или специальный спрей на втулки и направляющие стержни.

Линейные подшипники:

Перед сборкой/при проведении тех. обслуживания извлеките линейные подшипники и нанесите смазку во внутреннюю часть подшипника, при помощи трубки-удлинителя, вдавив смазку в шарики.

Используйте вышеуказанные рекомендации во время проведения профилактических работ и технического обслуживания.

Общие рекомендации

Перед началом использования тренажера внимательно ознакомьтесь со всей инструкцией по эксплуатации или пройдите вводный инструктаж. Для достижения максимального результата, а также во избежание повреждений и травм необходимо получить персональную консультацию от фитнес-тренера и следовать его рекомендациям.

Для достижения видимого результата от выполнения силовых упражнений необходимо знать и соблюдать общие основы методик тренировок. Не спешите приступать к выполнению упражнений без первоначальных знаний.

Перед тем как начать тренировку на силовом тренажере необходимо сделать разминку. Растяжка, йога, бег трусцой, гимнастика или другие кардио упражнения помогут разогреть мышцы и подготовить их для силовых нагрузок.

Прежде чем устанавливать слишком тяжелый вес, необходимо проконсультироваться с фитнес инструктором. Для тренировки правильных групп мышц следите за положением тела во время тренировки.

Не превышайте свои физические возможности. Если у вас нет опыта или Вы приступили к тренировке после длительного перерыва, во избежание получения увечий и травм, увеличивайте веса постепенно.

Контролируйте дыхание во время тренировки и не задерживайте его.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Вы стали обладателем профессионального тренажера FE9704 от Impulse.

Наша команда призвана сделать Ваши тренировки интересными и полезными, предоставляя подробную информацию и поддержку, на которую Вы всегда можете рассчитывать. Благодарим Вас за приобретение высококачественного тренажера и желаем успешных тренировок!

Тренажеры AEROFIT проходят многоступенчатое тестирование, чтобы максимально снизить возможность брака и гарантировать бесперебойные продолжительные тренировки в течение длительного времени.

Если Вам нужна помощь в настройке тренажеров AEROFIT или пришло время проводить периодическое сервисное обслуживание, просим связаться с официальным сервисным центром AEROFIT по контактной информации, указанной ниже:

Тел.: 8(800) 777-70-70 (многоканальный)
Электронный адрес: aerofit2013@yandex.ru

Согласно статистическим данным, профессиональное регулярное обслуживание тренажеров продлевает срок службы оборудования минимум в 2 раза и тем самым значительно экономит Ваши деньги.

**ООО «СпортРус»
Официальный представитель AEROFIT и Impulse
на территории Российской Федерации и СНГ
РФ, Московская область,
Ленинский район, пос. Горки Ленинские
ул. Западная, вл.1, стр.1
Территория складского комплекса
"АБК "ТЕХНОПАРК М-4"
8(800) 777-70-70
www.aerofit.ru**

