

Руководство пользователя

Скамья силовая универсальная с эспандерами

Артикул: DT029



Внимание

Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.

Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

Производитель имеет право вносить изменения в конструкцию не ухудшающие потребительские свойства изделия, без специального уведомления.

Тренажёр предназначен для домашнего (бытового) использования.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ (Перед началом использования)

Перед началом сборки внимательно изучите данную инструкцию. Важная информация и полезные советы упростят установку и сделают процесс более удобным.

Убедитесь, что все детали и компоненты установлены правильно, а болты с гайками надежно затянуты после сборки.

Регулярно проверяйте тренажер. При обнаружении ослабления креплений или других неисправностей немедленно устраните их.

Устанавливайте тренажер на ровную поверхность, убедившись, что поблизости нет острых или опасных предметов во избежание травм.

Перед использованием проконсультируйтесь с фитнес-тренером и следуйте его рекомендациям.

Запрещено использование тренажера беременным, людям с заболеваниями сердца, гипертонией и физическими нарушениями.

Дополнительные указания:

А. Дозируйте нагрузку и частоту тренировок в соответствии с вашей физической подготовкой.

В. Запрещены опасные движения и неправильная эксплуатация тренажера.

С. При возникновении недомогания немедленно прекратите использование и обратитесь к врачу или тренеру.

Неправильное использование может привести к опрокидыванию тренажера и созданию опасной ситуации.

Каждые 1-2 месяца проверяйте все детали тренажера, проверяйте затяжку соединений. При необходимости подтяните гайки.

Не занимайтесь на тренажере если он не исправен.

Максимальный вес пользователя: 110 кг.

СПИСОК ОСНОВНЫХ КОМПЛЕКТУЮЩИХ

A*1



Основная часть лавки

B*1



Упор для ног

C*1



Болт крепежный

D*1



Фиксатор

E*2



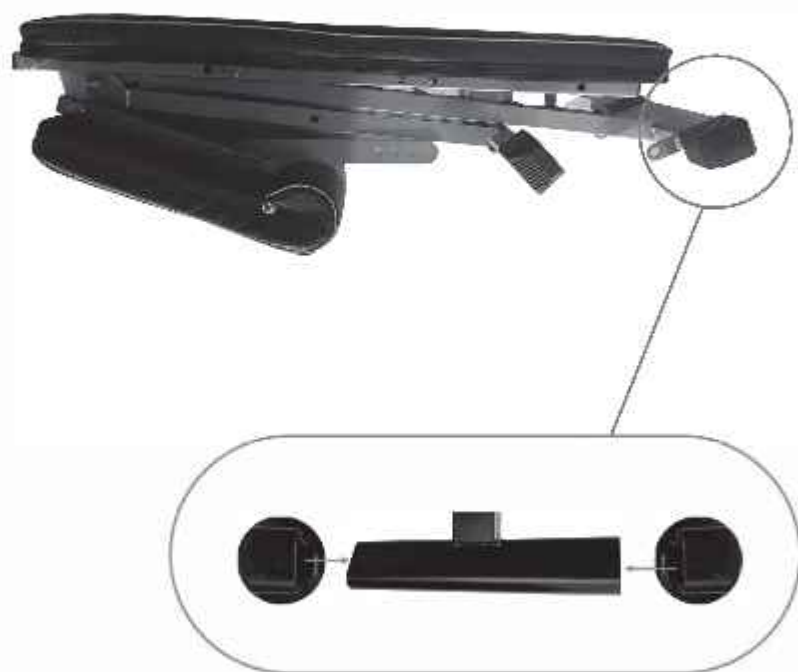
Защитная накладка
для ног



Тяговый трос
(одна пара)

ЭТАП 1

Установите накладку для ног на опоры основной части лавки.



ЭТАП 2

Откройте заднюю панель, найдите защелку и потяните ее, чтобы извлечь.



ЭТАП 3

Разложите две опорные стойки основной рамы и вставьте фиксатор, когда отверстия совпадут.



ЭТАП 4

Разверните лавку для упражнений, опустите внутреннюю опорную штангу и установите ее конец в крепежную стойку.

Устанавливайте изделие на боковую сторону во время монтажа, чтобы предотвратить падение опорной пластины!



ЭТАП 5

Разверните спинку, опустите внутреннюю опорную штангу и вставьте ее конец в крепежную стойку.

Размещайте изделие на боковой поверхности во время установки, чтобы избежать падения опорной пластины!



ЭТАП 6

Закрепите упор для ног на нужной высоте, вручную закрутив его в соответствующее отверстие.

