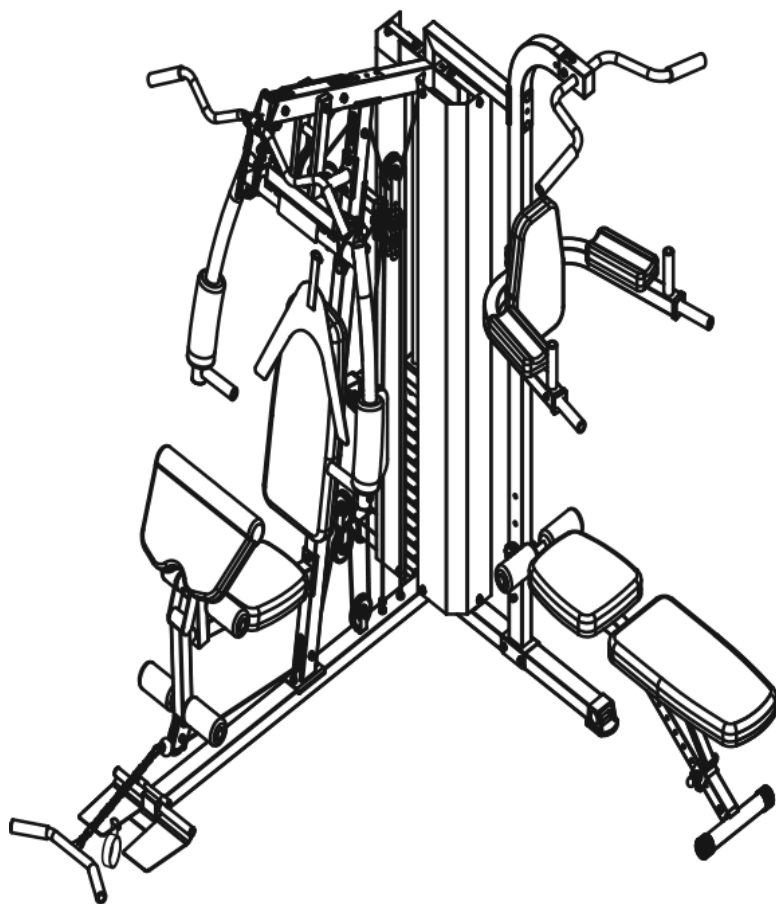


REVOGYM



LS09

- (PL) Dziękujemy Państwu za zakup naszego produktu. Przed rozpoczęciem użytkowania, prosimy o uważne zapoznanie się z poniższą instrukcją. Zamieszczone w instrukcji schematy i rysunki są uproszczone i zawierają jedynie szczegóły niezbędne do prawidłowego użytkowania produktu.
UWAGA: Niestosowanie się do zaleceń zamieszczonych w niniejszej instrukcji może być podstawą do odrzucenia reklamacji.
- (EN) Thank you for purchasing our product. Before starting to use it, please carefully read the following instructions. The diagrams and illustrations included in this manual are simplified and contain only the details necessary for the correct use of the product.
WARNING: Failure to follow the recommendations in this manual may be grounds for rejecting a warranty claim.
- (CS) Děkujeme vám za zakoupení našeho produktu. Před zahájením používání si prosím pečlivě přečtěte následující pokyny. Schémata a obrázky uvedené v této příručce jsou zjednodušené a obsahují pouze podrobnosti nezbytné pro správné používání produktu.
UPOZORNĚNÍ: Nedodržení doporučení uvedených v této příručce může být důvodem k zamítnutí reklamace.
- (SK) Ďakujeme vám za zakúpenie nášho produktu. Pred začatím používania si prosím pozorne prečítajte nasledujúce pokyny. Schémy a obrázky uvedené v tejto príručke sú zjednodušené a obsahujú iba podrobnosti nevyhnutné na správne používanie produktu.
UPOZORNENIE: Nedodržanie odporúčaní uvedených v tejto príručke môže byť dôvodom na zamietnutie reklamácie.
- (HU) Köszönjük, hogy megvásárolta termékünket. Használat megkezdése előtt kérjük, figyelmesen olvassa el az alábbi útmutatót. Az útmutatóban található ábrák és rajzok egyszerűsítettek, és csak a termék helyes használatához szükséges részleteket tartalmaznak.
FIGYELEM: Az útmutatóban foglalt ajánlások be nem tartása a jótállási igény elutasításának alapja lehet.
- (RO) Vă mulțumim pentru achiziționarea produsului nostru. Înainte de a începe utilizarea, vă rugăm să citiți cu atenție instrucțiunile de mai jos. Schemele și desenele incluse în acest manual sunt simplificate și conțin doar detaliile necesare utilizării corecte a produsului.
ATENȚIE: Nerespectarea recomandărilor din acest manual poate constitui motiv de respingere a reclamației.
- (UA) Дякуємо Вам за придбання нашого продукту. Перед початком використання, будь ласка, уважно ознайомтеся з наступною інструкцією. Схеми та малюнки, наведені в цій інструкції, спрощені та містять лише необхідні деталі для правильного використання продукту.
УВАГА: Недотримання рекомендацій, зазначених у цій інструкції, може бути підставою для відхилення reklamaciji.
- (RU) Благодарим Вас за приобретение нашего продукта. Перед началом использования, пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с данной инструкцией. Схемы и рисунки, приведенные в инструкции, упрощены и содержат только необходимые детали для правильного использования продукта.
ВНИМАНИЕ: Несоблюдение рекомендаций, указанных в данной инструкции, может являться основанием для отказа в удовлетворении претензии.
- (DE) Vielen Dank für den Kauf unseres Produkts. Bevor Sie es verwenden, lesen Sie bitte sorgfältig die folgenden Anweisungen. Die in dieser Anleitung enthaltenen Diagramme und Abbildungen sind vereinfacht und enthalten nur die für die korrekte Verwendung des Produkts erforderlichen Details.
ACHTUNG: Die Nichtbeachtung der in dieser Anleitung enthaltenen Empfehlungen kann ein Grund für die Ablehnung einer Reklamation sein.
- (LT) Dėkojame, kad įsigijote mūsų gaminį. Prieš pradėdami naudoti, atidžiai perskaitykite šią instrukciją. Šioje instrukcijoje pateikti brėžiniai ir schemos yra supaprastinti ir pateikia tik detales, būtinas tinkamam gaminio naudojimui.
ISPĖJIMAS: Nesilaikant šios instrukcijos rekomendacijų, pretenzijos gali būti atmestos.

(PL) WSKAZÓWKI BEZPIECZEŃSTWA

1. Trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od sprzętu; nie zostawiaj ich samych w pomieszczeniu.
2. Sprzęt może używać tylko jedna osoba jednocześnie.
3. W razie zawrotów głowy, nudności lub duszności – przerwij trening i skontaktuj się z lekarzem.
4. Ustaw sprzęt na równej, stabilnej powierzchni. Nie używaj na zewnątrz ani w pobliżu wody.
5. Trzymaj ręce z dala od ruchomych części.
6. Ćwicz w odpowiednim stroju i obuwiu sportowym.
7. Używaj sprzętu tylko zgodnie z instrukcją.
8. Nie kładź ostrych przedmiotów wokół urządzenia.
9. Osoby z niepełnosprawnościami mogą korzystać ze sprzętu tylko pod nadzorem.
10. Zawsze wykonaj rozgrzewkę przed treningiem.
11. Nie używaj sprzętu, jeśli działa nieprawidłowo.
12. Sprzęt nie jest przeznaczony do celów medycznych.
13. Maksymalna waga użytkownika: 120 kg.

WAŻNE: Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się z lekarzem, szczególnie jeśli masz ponad 35 lat lub problemy zdrowotne. Firma nie ponosi odpowiedzialności za urazy spowodowane niewłaściwym użyciem.



Wskazówka dotycząca usuwania odpadów

Nasze produkty podlegają recyklingowi. Pod koniec okresu używalności proszę oddać urządzenie do właściwego punktu usuwania odpadów (lokalny punkt zbiorczy).

(EN) SAFETY INSTRUCTIONS

1. Keep children and pets away from the equipment; do not leave them alone in the room.
2. Only one person may use the equipment at a time.
3. If you experience dizziness, nausea, or shortness of breath, stop exercising and consult a doctor.
4. Place the equipment on a flat, stable surface. Do not use outdoors or near water.
5. Keep hands away from moving parts.
6. Exercise in appropriate sports clothing and footwear.
7. Use the equipment only as instructed.
8. Do not place sharp objects around the equipment.
9. Persons with disabilities may use the equipment only under supervision.
10. Always warm up before training.
11. Do not use the equipment if it is malfunctioning.
12. The equipment is not intended for medical purposes.
13. Maximum user weight: 120 kg.

IMPORTANT: Before starting training, consult a doctor, especially if you are over 35 years old or have health problems. The company is not responsible for injuries caused by improper use.



Disposal Information

Our products are recyclable. At the end of their service life, please take the device to an appropriate waste disposal facility (local collection point).

(CS) BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

1. Držte děti a zvířata dál od zařízení; nenechávejte je samotné v místnosti.
2. Zařízení smí používat pouze jedna osoba najednou.
3. Pokud pocítíte závratě, nevolnost nebo dušnost, přerušte cvičení a poraďte se s lékařem.
4. Umístěte zařízení na rovný, stabilní povrch. Nepoužívejte venku ani v blízkosti vody.
5. Držte ruce dál od pohyblivých částí.
6. Cvičte ve vhodném sportovním oblečení a obuvi.
7. Používejte zařízení pouze podle návodu.
8. Nepokládejte ostré předměty kolem zařízení.
9. Osoby se zdravotním postižením mohou zařízení používat pouze pod dohledem.
10. Vždy se před cvičením rozehřejte.
11. Nepoužívejte zařízení, pokud nefunguje správně.
12. Zařízení není určeno k lékařským účelům.
13. Maximální hmotnost uživatele: 120 kg.

DŮLEŽITÉ: Před zahájením cvičení se poraďte s lékařem, zejména pokud je vám více než 35 let nebo máte zdravotní problémy. Firma nenesie odpovědnost za zranění způsobená nesprávným používáním.



Pokyny k likvidaci

Naše výrobky jsou recyklovatelné. Po skončení životnosti prosím odevzdejte zařízení do příslušného sběrného místa.

(SK) BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

1. Držte deti a zvieratá ďalej od zariadenia; nenechávajte ich samé v miestnosti.
2. Zariadenie môže používať iba jedna osoba naraz.
3. Ak pocítite závraty, nevoľnosť alebo dýchavičnosť, prerušte cvičenie a poraďte sa s lekárom.
4. Umiestnite zariadenie na rovnú, stabilnú plochu. Nepoužívajte ho vonku ani v blízkosti vody.
5. Držte ruky ďalej od pohyblivých častí.
6. Cvičte v vhodnom športovom oblečení a obuvi.
7. Používajte zariadenie iba podľa návodu.
8. Nepokladajte ostré predmety okolo zariadenia.
9. Osoby so zdravotným postihnutím môžu zariadenie používať len pod dohľadom.
10. Pred cvičením sa vždy rozcvičte.
11. Nepoužívajte zariadenie, ak nefunguje správne.
12. Zariadenie nie je určené na lekárske účely.
13. Maximálna hmotnosť používateľa: 120 kg.

DÔLEŽITÉ: Pred začiatkom tréningu sa poraďte s lekárom, najmä ak máte viac ako 35 rokov alebo zdravotné problémy. Spoločnosť nenesie zodpovednosť za zranenia spôsobené nesprávnym používaním.



Pokyny na likvidáciu

Naše výrobky sú recyklovateľné. Po skončení životnosti odovzdajte zariadenie do príslušného zberného miesta.

(HU) BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK

1. Tartsa távol a gyerekeket és háziállatokat a berendezéstől; ne hagyja őket egyedül a helyiségben.
2. A berendezést egyszerre csak egy személy használhatja.
3. Szédülés, hányinger vagy légszomj esetén azonnal hagyja abba az edzést, és forduljon orvoshoz.
4. Helyezze a berendezést sík, stabil felületre. Ne használja szabadban vagy víz közelében.
5. Tartsa a kezét távol a mozgó alkatrészekről.
6. Edzen megfelelő sportöltözetben és sportcipőben.

7. A berendezést csak a használati utasításnak megfelelően használja.
8. Ne helyezzen éles tárgyakat a berendezés köré.
9. Fogyatékkal élő személyek csak felügyelet mellett használhatják a berendezést.
10. Edzés előtt mindig melegítsen be.
11. Ne használja a berendezést, ha az hibásan működik.
12. A berendezés nem orvosi célokra szolgál.
13. Maximális felhasználói súly: 120 kg.

FONTOS: Az edzés megkezdése előtt konzultáljon orvosával, különösen, ha elmúlt 35 éves, vagy egészségügyi problémái vannak. A gyártó nem vállal felelősséget a helytelen használatból eredő sérülésekért.



Hulladékkezelési útmutató

Termékeink újrahasznosíthatók. Használati idejük végén kérjük, adja le a készüléket a megfelelő hulladékgyűjtő helyen (helyi gyűjtőponton).

(RO) INSTRUȚIUNI DE SIGURANȚĂ

1. Țineți copiii și animalele de companie departe de aparat; nu îi lăsați singuri în încăpere.
2. Aparatul poate fi utilizat doar de o singură persoană la un moment dat.
3. Dacă aveți amețeli, greață sau dificultăți de respirație, opriți imediat antrenamentul și consultați un medic.
4. Așezați aparatul pe o suprafață plană și stabilă. Nu îl utilizați în aer liber sau lângă apă.
5. Țineți mâinile departe de piesele în mișcare.
6. Exersați purtând echipament și încălțăminte sportivă adecvată.
7. Utilizați aparatul doar conform instrucțiunilor.
8. Nu așezați obiecte ascuțite în jurul aparatului.
9. Persoanele cu dizabilități pot utiliza aparatul doar sub supraveghere.
10. Faceți întotdeauna încălzirea înainte de antrenament.
11. Nu utilizați aparatul dacă nu funcționează corect.
12. Aparatul nu este destinat scopurilor medicale.
13. Greutatea maximă a utilizatorului: 120 kg.

IMPORTANT: Înainte de a începe antrenamentul, consultați un medic, mai ales dacă aveți peste 35 de ani sau probleme de sănătate. Compania nu este responsabilă pentru accidentările cauzate de utilizarea necorespunzătoare.



Instrucțiuni de eliminare

Produsele noastre sunt reciclabile. La sfârșitul duratei de viață, vă rugăm să predați dispozitivul la un punct de colectare adecvat (punct local de colectare).

(UA) ІНСТРУКЦІЇ З БЕЗПЕКИ

1. Тримайте дітей та тварин подалі від обладнання; не залишайте їх самих у приміщенні.
2. Обладнання може використовувати лише одна особа одночасно.
3. У разі запаморочення, нудоти чи задишки – припиніть тренування та зверніться до лікаря.
4. Встановіть обладнання на рівну, стійку поверхню. Не використовуйте його на вулиці або біля води.
5. Тримайте руки подалі від рухомих частин.
6. Тренуйтеся у відповідному спортивному одязі та взутті.
7. Використовуйте обладнання лише згідно з інструкцією.
8. Не кладіть гострих предметів навколо обладнання.
9. Особи з інвалідністю можуть користуватися обладнанням тільки під наглядом.
10. Завжди робіть розминку перед тренуванням.
11. Не використовуйте обладнання, якщо воно працює неправильно.
12. Обладнання не призначене для медичних цілей.
13. Максимальна вага користувача: 120 кг.

ВАЖЛИВО: Перед початком тренувань проконсультуйтеся з лікарем, особливо якщо вам більше 35 років або маєте проблеми зі здоров'ям. Компанія не несе відповідальності за травми, спричинені неправильним використанням.



Instrucțiuni de eliminare

Produsele noastre sunt reciclabile. La sfârșitul duratei de viață, vă rugăm să predați dispozitivul la un punct de colectare adecvat (punct local de colectare).

(RU) ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

1. Держите детей и животных подальше от оборудования; не оставляйте их одних в помещении.
2. Оборудование может использовать только один человек одновременно.
3. При головокружении, тошноте или одышке прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
4. Установите оборудование на ровную, устойчивую поверхность. Не используйте его на улице или рядом с водой.
5. Держите руки подальше от движущихся частей.
6. Занимайтесь в подходящей спортивной одежде и обуви.
7. Используйте оборудование только согласно инструкции.
8. Не размещайте острые предметы вокруг оборудования.
9. Лица с ограниченными возможностями могут пользоваться оборудованием только под присмотром.
10. Всегда делайте разминку перед тренировкой.
11. Не используйте оборудование, если оно работает неисправно.
12. Оборудование не предназначено для медицинских целей.
13. Максимальный вес пользователя: 120 кг.

ВАЖНО: Перед началом тренировок проконсультируйтесь с врачом, особенно если вам больше 35 лет или у вас есть проблемы со здоровьем. Компания не несёт ответственности за травмы, вызванные неправильным использованием.



Инструкция по утилизации

Наши продукты подлежат переработке. По окончании срока службы сдайте устройство в соответствующий пункт утилизации отходов (местный пункт сбора).

(DE) SICHERHEITSHINWEISE

1. Halten Sie Kinder und Haustiere vom Gerät fern; lassen Sie sie nicht unbeaufsichtigt im Raum.
2. Das Gerät darf jeweils nur von einer Person benutzt werden.
3. Bei Schwindel, Übelkeit oder Atemnot – beenden Sie sofort das Training und konsultieren Sie einen Arzt.
4. Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, stabile Fläche. Nicht im Freien oder in der Nähe von Wasser verwenden.
5. Halten Sie Ihre Hände von beweglichen Teilen fern.
6. Trainieren Sie in geeigneter Sportkleidung und Sportschuhen.
7. Verwenden Sie das Gerät nur gemäß der Anleitung.
8. Legen Sie keine scharfen Gegenstände um das Gerät herum.
9. Personen mit Behinderungen dürfen das Gerät nur unter Aufsicht benutzen.
10. Führen Sie vor jedem Training immer Aufwärmübungen durch.
11. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es nicht ordnungsgemäß funktioniert.
12. Das Gerät ist nicht für medizinische Zwecke bestimmt.
13. Maximales Benutzergewicht: 120 kg.

WICHTIG: Konsultieren Sie vor Beginn des Trainings einen Arzt, insbesondere wenn Sie über 35 Jahre alt sind oder gesundheitliche Probleme haben. Das Unternehmen übernimmt keine Haftung für Verletzungen, die durch unsachgemäße Verwendung verursacht werden.



Hinweis zur Entsorgung

Unsere Produkte sind recycelbar. Am Ende der Lebensdauer geben Sie das Gerät bitte an einer geeigneten Entsorgungsstelle (örtliche Sammelstelle) ab.

(LT) SAUGOS NURODYMAI

1. Laikykite vaikus ir gyvūnus atokiau nuo įrenginio; nepalikite jų vienu patalpoje.
2. Įrenginį vienu metu gali naudoti tik vienas asmuo.
3. Jei pajutote galvos svaigimą, pykinimą ar dusulį – nutraukite treniruotę ir kreipkitės į gydytoją.
4. Pastatykite įrenginį ant lygaus, stabilaus paviršiaus. Nenaudokite jo lauke ar šalia vandens.
5. Laikykite rankas atokiau nuo judančių dalių.
6. Sportuokite tinkama sportine apranga ir avalyne.
7. Naudokite įrenginį tik pagal instrukciją.
8. Nedėkite aštrių daiktų aplink įrenginį.
9. Asmenys su negalia gali naudotis įrenginiu tik prižiūrimi.
10. Prieš treniruotę visada atlikite apšilimą.
11. Nenaudokite įrenginio, jei jis veikia netinkamai.
12. Įrenginys nėra skirtas medicininiams tikslams.
13. Maksimalus naudotojo svoris: 120 kg.

SVARBU: Prieš pradėdami treniruotę, pasitarkite su gydytoju, ypač jei jums daugiau nei 35 metai arba turite sveikatos problemų. Įmonė neatsako už traumas, patirtas dėl netinkamo naudojimo.



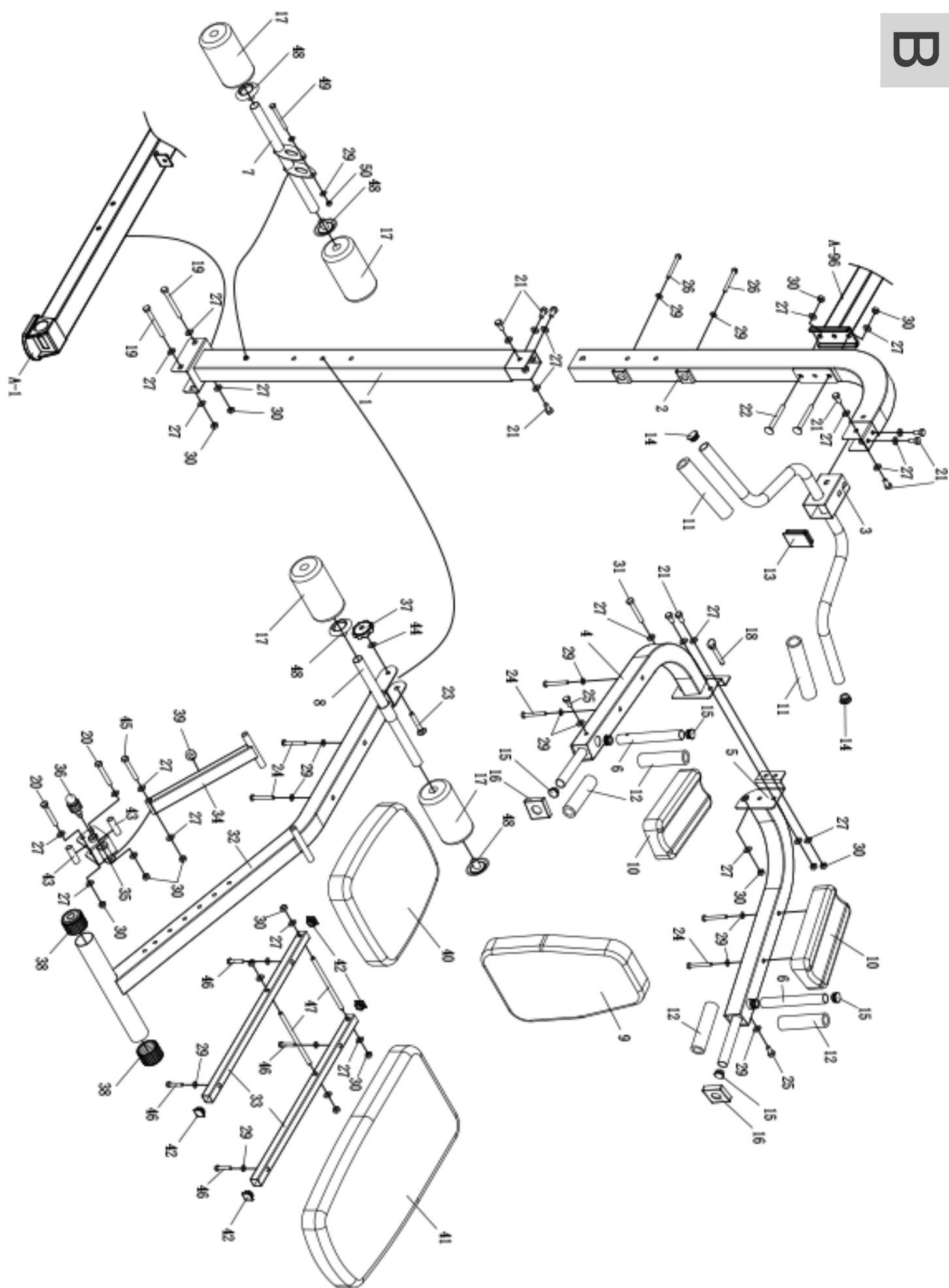
Atliekų šalinimo instrukcija

Mūsų gaminiai yra perdirbami. Pasibaigus naudojimo laikui, prietaisą prašome pristatyti į tinkamą atliekų šalinimo punktą (vietinį surinkimo punktą).

2

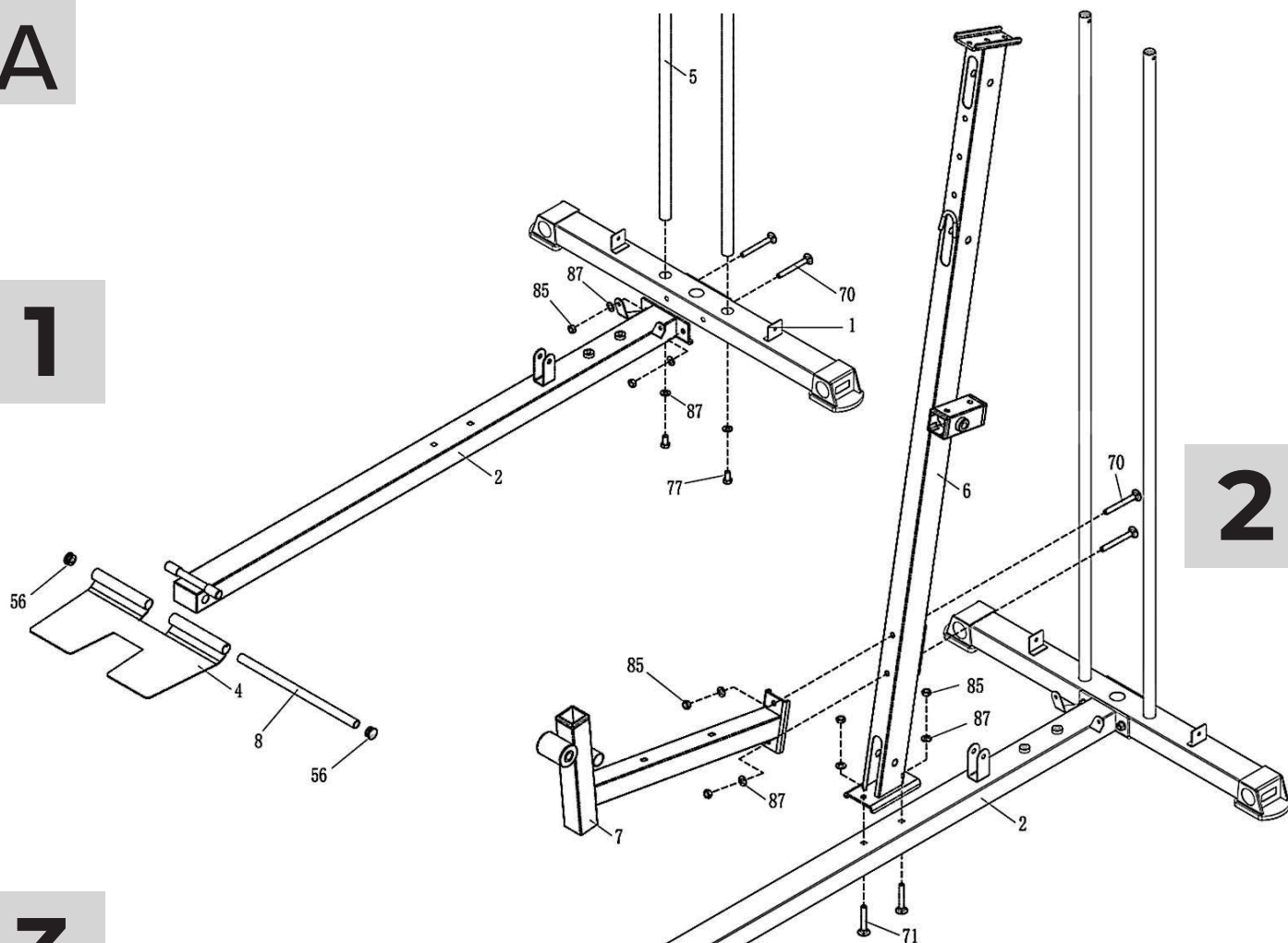
Instrukcja montażu / Assembly Instructions / Návod k montáži / Návod na montáž / Szerelési útmutató / Instrucțiuni de asamblare / Інструкція з монтажу / Инструкция по сборке / Montageanleitung / Surinkimo instrukcija

- (PL) Przedstawione elementy oraz schematy montażu mają charakter poglądowy. Rzeczywisty produkt może nieznacznie różnić się od ilustracji, a zawartość opakowania może odbiegać od przedstawionych rysunków.
- (EN) The components and assembly diagrams shown are for illustrative purposes only. The actual product may differ slightly from the illustrations, and the contents of the package may vary from the drawings shown.
- (CS) Uvedené prvky a montážní schémata mají pouze ilustrační charakter. Skutečný výrobek se může mírně lišit od ilustrací a obsah balení se může od uvedených obrázků odlišovat.
- (SK) Uvedené prvky a montážne schémy majú iba ilustračný charakter. Skutočný výrobok sa môže mierne líšiť od ilustrácií a obsah balenia sa môže od uvedených obrázkov odlišovať.
- (HU) A bemutatott elemek és szerelési ábrák csak tájékoztató jellegűek. A tényleges termék kis mértékben eltérhet az illusztrációktól, és a csomag tartalma eltérhet a bemutatott rajzoktól.
- (RO) Elementele și schemele de asamblare prezentate au doar caracter ilustrativ. Produsul real poate diferi ușor de ilustrații, iar conținutul pachetului poate varia față de desenele prezentate.
- (UA) Наведені елементи та схеми складання мають ознайомчий характер. Реальний продукт може дещо відрізнятися від ілюстрацій, а вміст упаковки може відрізнятися від поданих зображень.
- (RU) Представленные элементы и схемы сборки носят ознакомительный характер. Реальный продукт может незначительно отличаться от изображений, а комплект поставки может отличаться от представленных рисунков.
- (DE) Die dargestellten Teile und Montageschemata dienen nur zur Veranschaulichung. Das tatsächliche Produkt kann geringfügig von den Abbildungen abweichen, und der Packungsinhalt kann von den dargestellten Zeichnungen unterschiedlich sein.
- (LT) Pateikti elementai ir surinkimo schemas yra tik iliustracinio pobūdžio. Tikrasis gaminys gali šiek tiek skirtis nuo iliustracijų, o pakuotės turinys gali neatitikti pateiktų brėžinių.



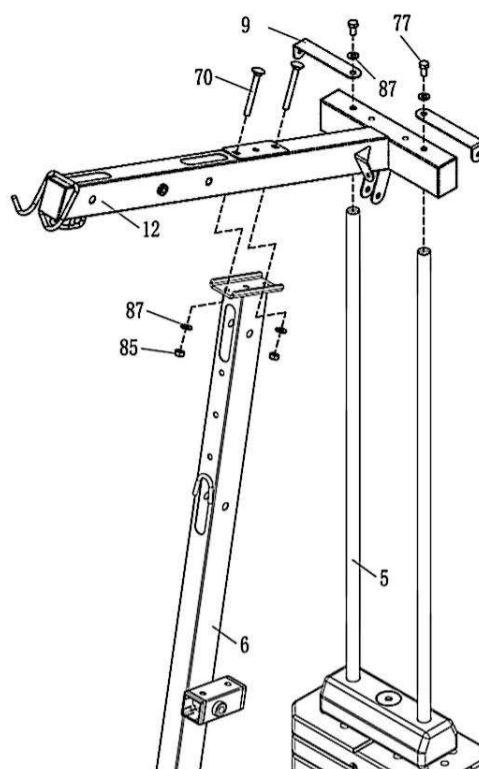
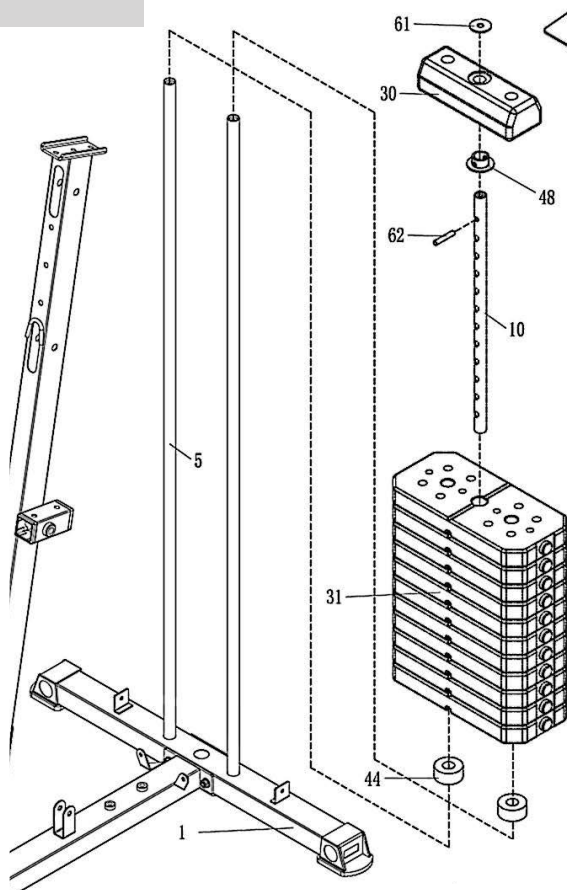
A

1



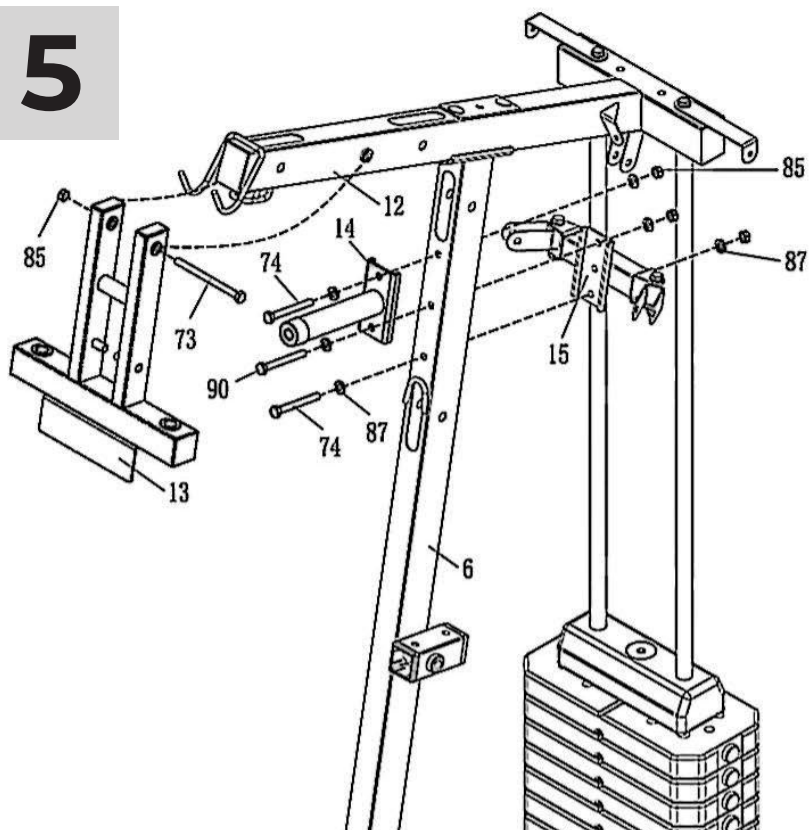
2

3

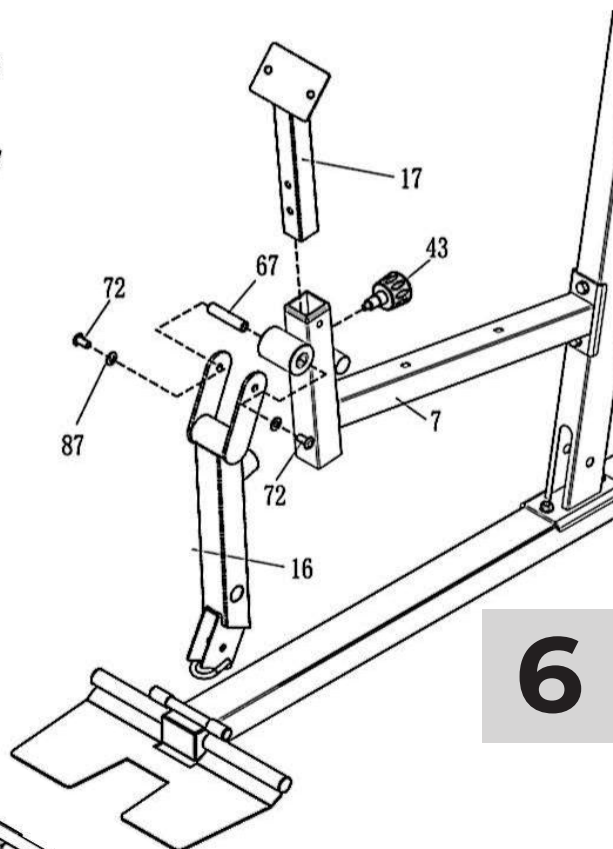


4

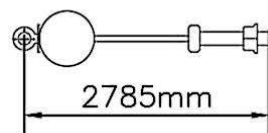
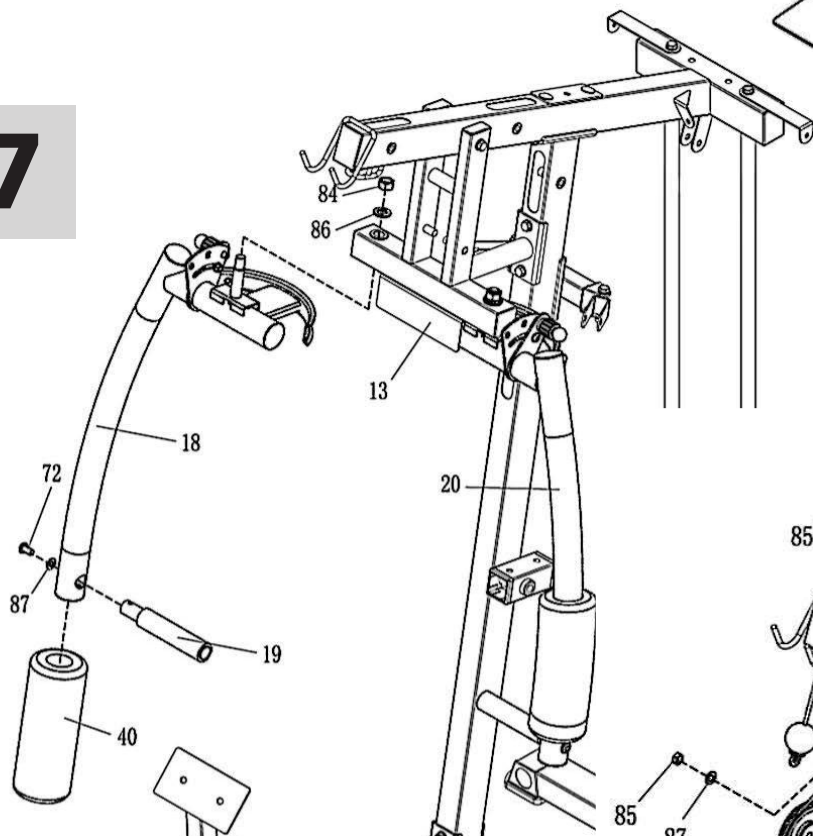
5



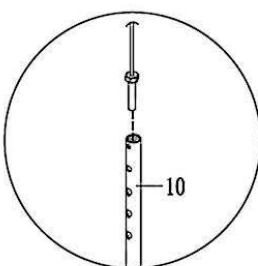
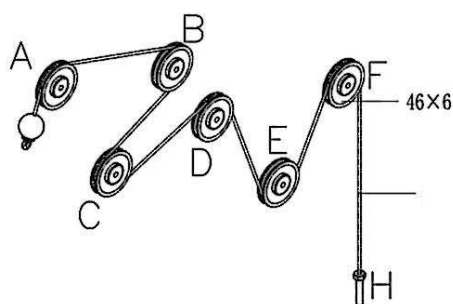
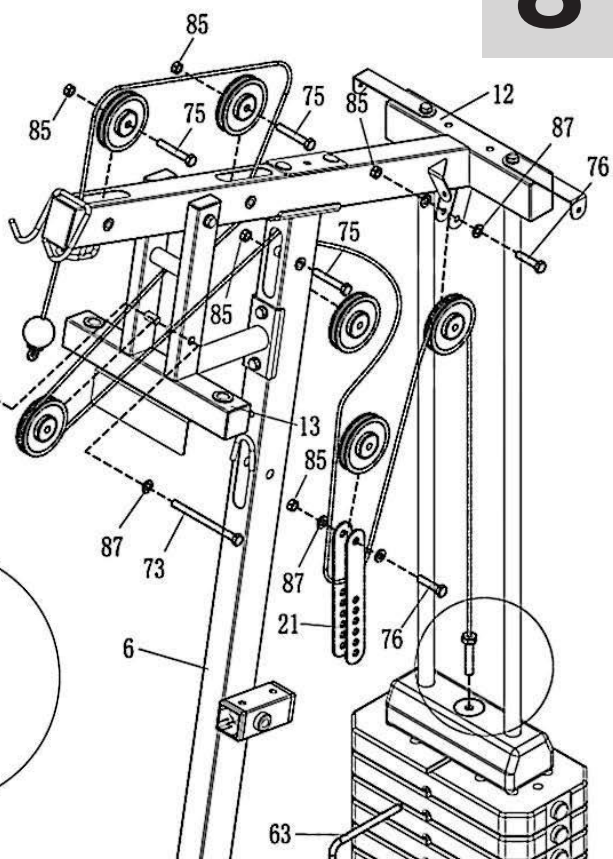
6



7

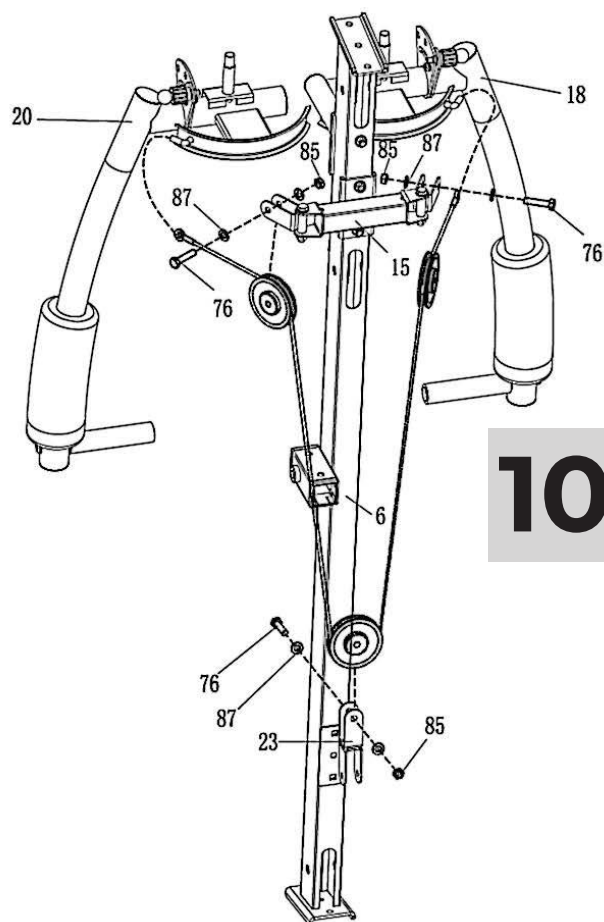
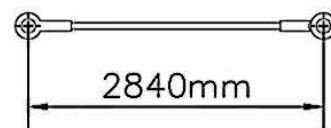
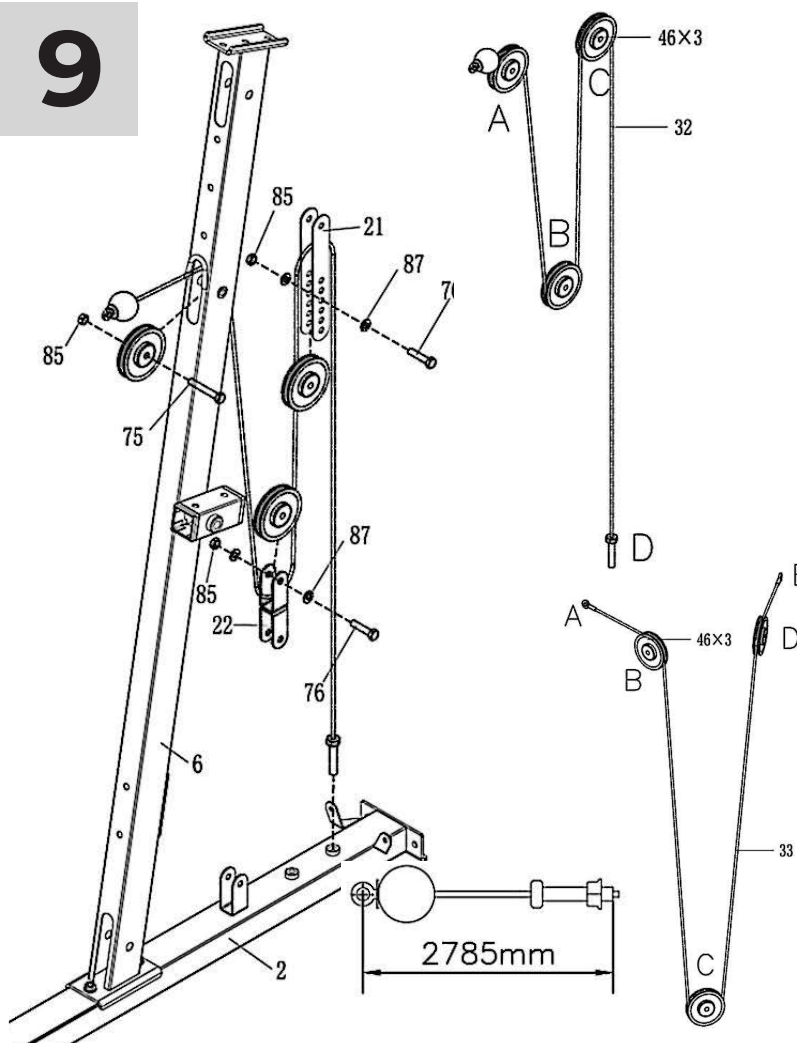


8



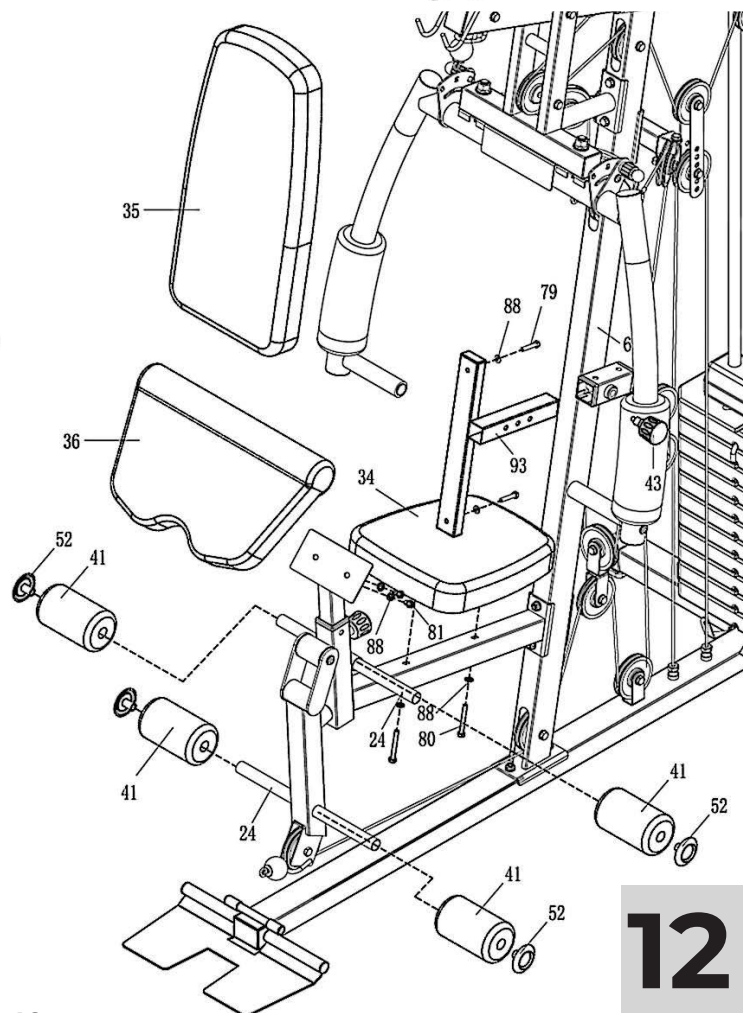
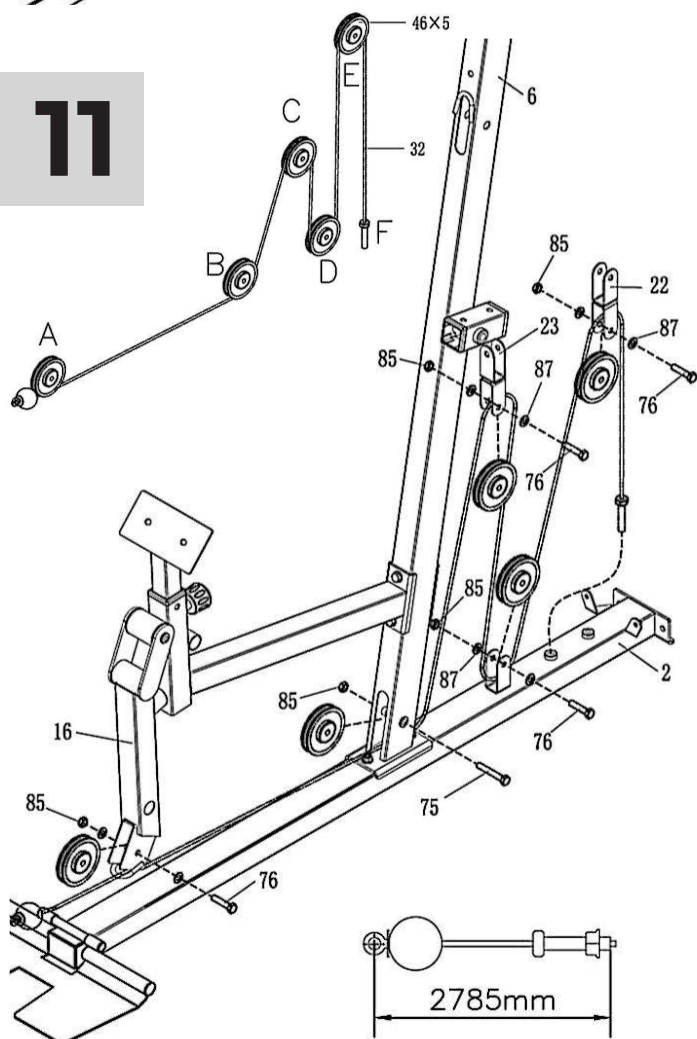
9

9

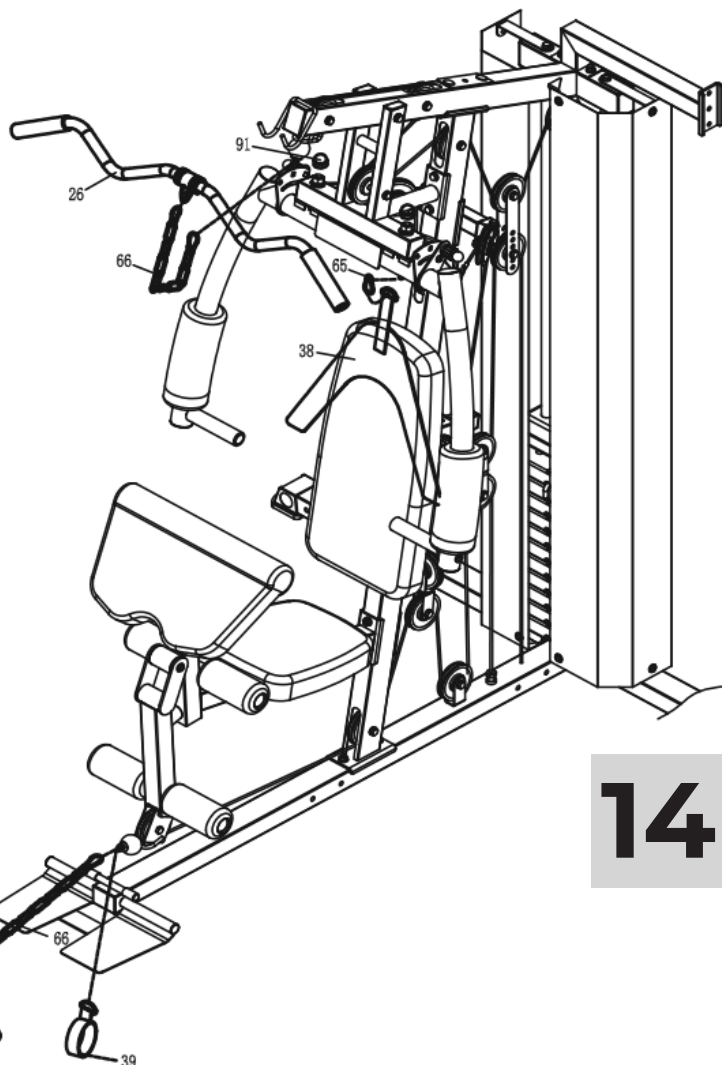
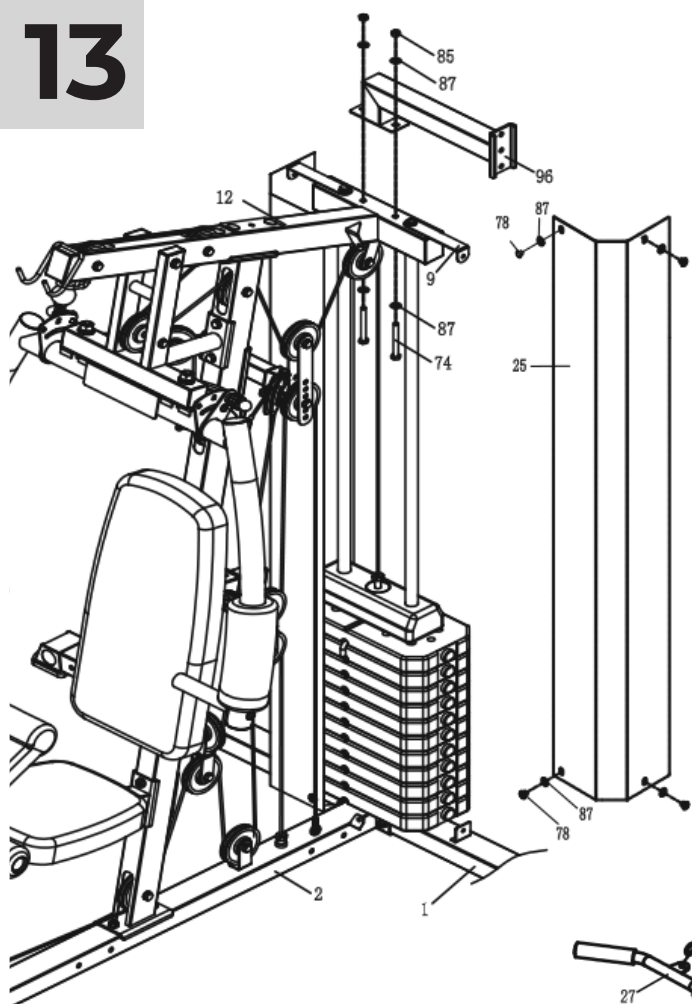


10

11



12



(PL) KROKI MONTAŻU

KROK 1.

- Połącz tylną rurę dolną (1) z rurą podstawy (2) i skręć śrubami M10*90 z podkładkami i nakrętkami (70, 87, 85).
- Włóż pręt prowadzący przeciwwagi (5) w rurę dolną (1), przykręć śrubą M10*20 (77) z podkładką.
- Przetnij rurkę ogranicznika (8) przez pedał (4), zamocuj do rury przedniej (3) i zamknij korkami (56).

KROK 2.

- Zamocuj rurę skośną przednią (6) do rury podstawy (2) śrubami M10*65 (71).
- Połącz rurę wspornika dolnego (7) z rurą skośną (6), używając śrub M10*90 (70).

KROK 3.

- Załóż podkładkę amortyzującą (44) i obciążniki (31) na pręt prowadzący (5).
- Włóż kołeczek (62) przez tuleję (48) i otwór dźwigni (10), zamontuj głowicę przeciwwagi (30) i podkładkę regulacyjną (61).

KROK 4.

- Połącz belkę nośną (12) z prętem przeciwwagi (5), używając śruby M10*20 (77).
- Zamocuj belkę nośną (12) do rury skośnej (6) śrubami M10*90 (70).

KROK 5.

- Połącz rurę ogranicznika (14), rurę skośną (6) i rurę łączącą U (15) śrubami M1095 i M1090.
- Zamocuj wysięgnik (13) do belki nośnej (12) śrubami M10*135 (73).

KROK 6.

- Włóż wał obrotowy (67) do rury wspornika dolnego (7) i zamocuj zespół podnoszenia nóg (16).
- Włóż uchwyty (17) do rury wspornika dolnego (7) i zabezpiecz pokrętką sprężynową (43).

KROK 7.

- Zamontuj ramiona kołyszące prawe (18) i lewe (20) na wysięgniku (13) z podkładkami $\Phi 16$ i nakrętkami M16.
- Nałóż gąbki (40).
- Przetnij kierownicę (19) przez ramiona i skręć śrubami M10*20 (72).

KROK 8.

- Poprowadź linki (32) zgodnie ze schematem.
- Zamontuj rolki A, B, D śrubami M1065 (75); pozostałe rolki (C, E, F, H) śrubami M1045 lub M10*135, z podkładkami i nakrętkami.
- Drugi koniec linki zamocuj do dźwigni obciążnika (10).

KROK 9.

- Poprowadź linki (97) zgodnie z rysunkiem.
- Zamontuj rolki w rurze skośnej (6) i płytach łączących śrubami M1045 i M1065.
- Na końcu zamocuj linkę do prasy nóg (97).

KROK 10.

- Poprowadź linki motylkowe (33) zgodnie z obrazkiem.
- Zawieś końce na ramionach (18, 20).
- Zamocuj rolki w rurze U (15) i siedzisku obrotowym U (23) śrubami M10*45.

KROK 11.

- Poprowadź linki (32) zgodnie z rysunkiem.
- Zamocuj rolki w podnośniku nóg (16), rurze skośnej (6), siedzisku U (23), rurze podstawy (2) i uchwycie U (22).
- Drugi koniec linki przymocuj do rury podstawy (2).

KROK 12.

- Zamocuj oparcie (35) do rury regulacyjnej (93), a następnie do rury skośnej (6). Zabezpiecz pokrętką (43).
- Zamontuj siedzisko (34) śrubami M8*65.
- Zamontuj podłokietniki (36) śrubami M8*15.
- Na rurach gąbkowych (24) zamocuj osłony PVC (95) i gąbki (41).

KROK 13.

- Połącz uchwyty spawane (96) z belką nośną (12) śrubami M10*90.
- Zamocuj osłonę siatkową (25) śrubami M10*10.

KROK 14.

- Zamontuj wysoką kierownicę (26), łańcuch (66), zatrask (65), dolną kierownicę (27), linę treningową (38) i nakrętki z osłonami (91).
- Przyklej elementy z taśmy (39).
- Sprawdź, czy wszystkie śruby są dobrze dokręcone.

(EN) ASSEMBLY STEPS

STEP 1.

- Connect the rear bottom pipe (1) with the ground pipe (2) using M10*90 bolts, washers, and nuts (70, 87, 85).
- Insert the counterweight guide rod (5) into the rear bottom pipe (1) and secure with M10*20 bolt (77) and washer.
- Pass the limit tube (8) through the pedal (4), fix it to the front ground pipe (3), and close both ends with plugs (56).

STEP 2.

- Attach the front inclined pipe (6) to the ground pipe (2) using M10*65 bolts (71).
- Connect the bottom support pipe (7) to the inclined pipe (6) with M10*90 bolts (70).

STEP 3.

- Mount the shock pad (44) and weights (31) onto the guide rod (5).
- Insert straight pin (62) through the bushing (48) and lever hole (10), then install the counterweight head (30) and adjusting pad (61).

STEP 4.

- Connect the carrying bar (12) to the guide rod (5) with M10*20 bolts (77).
- Fix the carrying bar (12) to the inclined pipe (6) with M10*90 bolts (70).

STEP 5.

- Connect the limit pipe (14), inclined pipe (6), and U-shaped pipe (15) with M1095 and M1090 bolts.
- Fix the cantilever (13) to the carrying bar (12) with M10*135 bolts (73).

STEP 6.

- Insert the rotation shaft (67) into the bottom support pipe (7) and attach the leg-lifting unit (16).
- Insert the hand grips (17) into the bottom support pipe (7) and secure with knob (43).

STEP 7.

- Mount the right (18) and left (20) swing arms onto the cantilever (13) with M16 nuts and washers.
- Add sponge covers (40).
- Insert the handlebar (19) through both swing arms and secure with M10*20 bolts (72).

STEP 8.

- Route the wire ropes (32) as shown.
- Install pulleys A, B, D with M1065 bolts (75); pulleys C, E, F, H with M1045 or M10*135 bolts.
- Secure the other end of the rope to the weight lever (10).

STEP 9.

- Route the wire ropes (97) as shown.
- Fix pulleys in the inclined pipe (6) and connecting plates with M1045 and M1065 bolts.
- Attach the rope to the leg press (97).

STEP 10.

- Route the butterfly ropes (33) as shown.
- Hang both ends on swing arms (18, 20).
- Secure pulleys in U-pipe (15) and U-seat (23) with M10*45 bolts.

STEP 11.

- Route the wire ropes (32) as shown.
- Fix pulleys in the leg-lifting unit (16), inclined pipe (6), U-seat (23), ground pipe (2), and U-bracket (22).
- Secure the rope's end to the ground pipe (2).

STEP 12.

- Attach back cushion (35) to the adjustment tube (93), then fix the tube to the inclined pipe (6). Lock with knob (43).
- Mount the seat cushion (34) with M8*65 bolts.
- Mount the arm pads (36) with M8*15 bolts.
- Place sponge tubes (24), then add PVC covers (95) and sponge pads (41).

STEP 13.

- Connect weldments (96) with carrying bar (12) using M10*90 bolts.
- Fix mesh cover (25) with M10*10 bolts.

STEP 14.

- Mount the high handlebar (26), chain (66), lock catch (65), low handlebar (27), training rope (38), and nut covers (91).
- Attach adhesive tape pads (39).
- Check all bolts are tightened securely.

(CS) KROKY MONTÁŽE

KROK 1.

- Spojte zadní spodní trubku (1) se základní trubkou (2) pomocí šroubů M10*90, podložek a matic (70, 87, 85).
- Vložte vodicí tyč závaží (5) do zadní spodní trubky (1) a zajistěte šroubem M10*20 (77) s podložkou.
- Protáhněte omezovací trubku (8) pedálem (4), upevněte k přední základní trubce (3) a uzavřete zátkami (56).

KROK 2.

- Připevněte přední šikmou trubku (6) k základní trubce (2) pomocí šroubů M10*65 (71).
- Spojte spodní nosnou trubku (7) se šikmou trubkou (6) pomocí šroubů M10*90 (70).

KROK 3.

- Nasad'te tlumicí podložku (44) a závaží (31) na vodicí tyč (5).
- Vsaňte kolík (62) přes pouzdro (48) a páku (10), poté namontujte hlavu závaží (30) a seřizovací podložku (61).

KROK 4.

- Spojte nosnou příčku (12) s vodicí tyčí (5) pomocí šroubu M10*20 (77).
- Připevněte příčku (12) k šikmé trubce (6) pomocí šroubů M10*90 (70).

KROK 5.

- Spojte omezovací trubku (14), šikmou trubku (6) a U-trubku (15) šrouby M1095 a M1090.
- Připevněte konzolu (13) k příčce (12) pomocí šroubů M10*135 (73).

KROK 6.

- Vložte otočnou hřídel (67) do spodní nosné trubky (7) a upevněte zdvihací jednotku nohou (16).
- Vložte rukojeti (17) do spodní nosné trubky (7) a zajistěte knoflíkem (43).

KROK 7.

- Namontujte pravé (18) a levé (20) kývací rameno na konzolu (13) pomocí matic M16 a podložek.
- Přidejte pěnové kryty (40).
- Prostrčte řídítka (19) rameny a upevněte šrouby M10*20 (72).

KROK 8.

- Ved'te ocelová lana (32) podle schématu.
- Namontujte kladky A, B, D šrouby M1065 (75); kladky C, E, F, H šrouby M1045 nebo M10*135.
- Druhý konec lana upevněte k pákovému závaží (10).

KROK 9.

- Ved'te ocelová lana (97) podle obrázku.
- Upevněte kladky ve šikmé trubce (6) a spojovacích deskách šrouby M1045 a M1065.
- Připevněte lano k leg pressu (97).

KROK 10.

- Ved'te motýlová lana (33) podle obrázku.
- Zavěste oba konce na ramena (18, 20).
- Upevněte kladky v U-trubce (15) a otočném U-sedle (23) šrouby M10*45.

KROK 11.

- Ved'te lana (32) podle obrázku.
- Připevněte kladky ke zdvihu nohou (16), šikmé trubce (6), U-sedlu (23), základní trubce (2) a U-držáku (22).
- Druhý konec lana upevněte k základní trubce (2).

KROK 12.

- Připevněte opěradlo (35) k nastavovací trubce (93), poté ji upevněte k šikmé trubce (6). Zajistěte knoflíkem (43).
- Připevněte sedák (34) šrouby M8*65.
- Namontujte opěrky rukou (36) šrouby M8*15.
- Na pěnové trubky (24) nasad'te PVC kryty (95) a pěnové podložky (41).

KROK 13.

- Spojte svařence (96) s příčkou (12) šrouby M10*90.
- Připevněte ochranný síťový kryt (25) šrouby M10*10.

KROK 14.

- Namontujte vysoká řídítka (26), řetěz (66), západku (65), spodní řídítka (27), tréninkové lano (38) a krytky matic (91).
- Nalepte samolepicí podložky (39).
- Zkontrolujte, že všechny šrouby jsou pevně utažené.

(SK) KROKY MONTÁŽE

KROK 1.

- Spojte zadnú spodnú rúrku (1) so základovou rúrkou (2) pomocou skrutiek M10*90, podložiek a matíc (70, 87, 85).
- Vložte vodiacu tyč závažia (5) do zadnej spodnej rúrky (1) a upevnite skrutkou M10*20 (77) s podložkou.
- Prevlečte obmedzovaciu rúrku (8) cez pedál (4), upevnite ju k prednej základovej rúrke (3) a uzavrite zátkami (56).

KROK 2.

- Pripojte prednú šikmú rúrku (6) k základovej rúrke (2) pomocou skrutiek M10*65 (71).
- Spojte spodnú nosnú rúrku (7) so šikmou rúrkou (6) pomocou skrutiek M10*90 (70).

KROK 3.

- Nasadte tlmiaču podložku (44) a závažia (31) na vodiacu tyč (5).
- Vsuňte kolík (62) cez puzdro (48) a páku (10), potom namontujte hlavu závažia (30) a nastavovaciu podložku (61).

KROK 4.

- Spojte nosník (12) s vodiacou tyčou (5) pomocou skrutky M10*20 (77).
- Pripojte nosník (12) k šikmej rúrke (6) pomocou skrutiek M10*90 (70).

KROK 5.

- Spojte obmedzovaciu rúrku (14), šikmú rúrku (6) a U-rúrku (15) skrutkami M1095 a M1090.
- Pripojte konzolu (13) k nosníku (12) pomocou skrutiek M10*135 (73).

KROK 6.

- Vložte otočný hriadeľ (67) do spodnej nosnej rúrky (7) a upevnite zdvíhaciu jednotku nôh (16).
- Vložte rukoväť (17) do spodnej nosnej rúrky (7) a zaistite gombíkom (43).

KROK 7.

- Namontujte pravé (18) a ľavé (20) kývne rameno na konzolu (13) pomocou matíc M16 a podložiek.
- Nasadte penové návleky (40).
- Prevlečte riadidlá (19) ramenami a upevnite skrutkami M10*20 (72).

KROK 8.

- Ved'te oceľové lanká (32) podľa schémy.
- Namontujte kladky A, B, D skrutkami M1065 (75); kladky C, E, F, H skrutkami M1045 alebo M10*135.
- Druhý koniec lana upevnite k pákovému závažiu (10).

KROK 9.

- Ved'te oceľové lanká (97) podľa obrázka.
- Upevnite kladky v šikmej rúrke (6) a spojovacích doskách skrutkami M1045 a M1065.
- Pripojte lano k leg pressu (97).

KROK 10.

- Ved'te motýľové lanká (33) podľa obrázka.
- Zaveste oba konce na ramená (18, 20).
- Upevnite kladky v U-rúrke (15) a otočnom U-sedadle (23) skrutkami M10*45.

KROK 11.

- Ved'te lanká (32) podľa obrázka.
- Upevnite kladky na zdvih nôh (16), šikmú rúrku (6), U-sedadlo (23), základovú rúrku (2) a U-držiak (22).
- Druhý koniec lana upevnite k základovej rúrke (2).

KROK 12.

- Pripojte operadlo (35) k nastavovacej rúrke (93), potom ju upevnite k šikmej rúrke (6). Zaistite gombíkom (43).
- Namontujte sedadlo (34) skrutkami M8*65.
- Namontujte opierky rúk (36) skrutkami M8*15.
- Na penové rúrky (24) nasadte PVC kryty (95) a penové návleky (41).

KROK 13.

- Spojte zvary (96) s nosníkom (12) skrutkami M10*90.
- Namontujte ochranný sieťový kryt (25) skrutkami M10*10.

KROK 14.

- Namontujte vysoké riadidlá (26), reťaz (66), západku (65), spodné riadidlá (27), tréningové lano (38) a krytky matíc (91).
- Prilepte samolepiace podložky (39).
- Skontrolujte, že všetky skrutky sú pevne dotiahnuté.

(HU) Szerelési lépések

1. LÉPÉS

- Kösd össze a hátsó alsó csövet (1) az alapcsővel (2) M10*90 csavarokkal, alátétekkel és anyákkal (70, 87, 85).
- Helyezd be a súlyvezető rudat (5) a hátsó alsó csőbe (1), és rögzítsd M10*20 csavarral (77) és alátéttel.
- Vezesd át a határolócsövet (8) a pedálon (4), rögzítsd az első alapcsőhöz (3), és zárd le a végeket dugókkal (56).

2. LÉPÉS

- Rögzítsd az első ferde csövet (6) az alapcsőhöz (2) M10*65 csavarokkal (71).
- Csatlakoztasd az alsó tartócsövet (7) a ferde csőhöz (6) M10*90 csavarokkal (70).

3. LÉPÉS

- Helyezd fel a rezgéscsillapító alátétet (44) és a súlyokat (31) a vezetőrúdra (5).
- Illeszd be a csapot (62) a perselyen (48) és a karon (10) keresztül, majd szereld fel a súlyfejet (30) és az állító alátétet (61).

4. LÉPÉS

- Kösd össze a tartógerendát (12) a vezetőrúddal (5) M10*20 csavarral (77).
- Rögzítsd a gerendát (12) a ferde csőhöz (6) M10*90 csavarokkal (70).

5. LÉPÉS

- Kapcsold össze a határolócsövet (14), a ferde csövet (6) és az U-alakú csövet (15) M1095 és M1090 csavarokkal.
- Szereld a konzolt (13) a gerendára (12) M10*135 csavarokkal (73).

6. LÉPÉS

- Helyezd be a forgótengelyt (67) az alsó tartócsőbe (7), és szereld fel a lábemelő egységet (16).
- Helyezd be a fogantyúkat (17) az alsó tartócsőbe (7), és rögzítsd a rugós gombbal (43).

7. LÉPÉS

- Szereld fel a jobb (18) és bal (20) lengőkart a konzolra (13) M16 anyákkal és alátétekkel.
- Tedd rá a habszivacs borításokat (40).
- Húzd át a kormányt (19) a karokon, és rögzítsd M10*20 csavarokkal (72).

8. LÉPÉS

- Vezesd el az acélkábeleket (32) a rajz szerint.
- Szereld fel az A, B, D görgőket M1065 csavarokkal (75); a C, E, F, H görgőket M1045 vagy M10*135 csavarokkal.
- A kábel másik végét rögzítsd a súlykarhoz (10).

9. LÉPÉS

- Vezesd el az acélkábeleket (97) a rajz szerint.
- Rögzítsd a görgőket a ferde csőben (6) és a csatlakozó lemezekben M1045 és M1065 csavarokkal.
- Csatlakoztasd a kábelt a lábpréshez (97).

10. LÉPÉS

- Vezesd el a pillangó kábeleket (33) a rajz szerint.
- Akaszd mindkét végét a karokra (18, 20).
- Rögzítsd a görgőket az U-csőben (15) és az U-ülésben (23) M10*45 csavarokkal.

11. LÉPÉS

- Vezesd el a kábeleket (32) a rajz szerint.
- Rögzítsd a görgőket a lábemelő egységhez (16), a ferde csőhöz (6), az U-üléshez (23), az alapcsőhöz (2) és az U-tartóhoz (22).
- A kábel másik végét rögzítsd az alapcsőhöz (2).

12. LÉPÉS

- Rögzítsd a háttámlát (35) az állítható csőhöz (93), majd a ferde csőhöz (6). Biztosítsd a gombbal (43).
- Szereld fel az üléspárnát (34) M8*65 csavarokkal.
- Szereld fel a kartámaszokat (36) M8*15 csavarokkal.
- Húzd rá a habszivacs csövekre (24) a PVC borításokat (95) és a habszivacs párnákat (41).

13. LÉPÉS

- Kapcsold össze a hegesztett elemeket (96) a gerendával (12) M10*90 csavarokkal.
- Szereld fel a védőhálós burkolatot (25) M10*10 csavarokkal.

14. LÉPÉS

- Szereld fel a magas kormányt (26), a láncot (66), a reteszt (65), az alsó kormányt (27), az edzőkötelet (38) és az anyavédő kupakokat (91).
- Ragaszd fel az öntapadó alátéteket (39).
- Ellenőrizd, hogy minden csavar megfelelően meg van húzva.

(RO) Pașii de asamblare

PASUL 1.

- Conectați țeava de jos din spate (1) cu țeava de bază (2) folosind șuruburi M10*90, șaibe și piulițe (70, 87, 85).
- Introduceți tija de ghidare a greutății (5) în țeava de jos din spate (1) și fixați cu șurub M10*20 (77) și șaibă.
- Treceți țeava limitatoare (8) prin pedală (4), fixați de țeava de bază din față (3) și închideți capetele cu dopuri (56).

PASUL 2.

- Atașați țeava înclinată din față (6) la țeava de bază (2) cu șuruburi M10*65 (71).
- Conectați țeava de suport de jos (7) la țeava înclinată (6) cu șuruburi M10*90 (70).

PASUL 3.

- Montați garnitura de amortizare (44) și greutatea (31) pe tija de ghidare (5).
- Introduceți bolțul (62) prin bucșă (48) și pârgă (10), apoi montați capul greutății (30) și șaiba de reglaj (61).

PASUL 4.

- Conectați bara de susținere (12) la tija de ghidare (5) cu șurub M10*20 (77).
- Fixați bara (12) de țeava înclinată (6) cu șuruburi M10*90 (70).

PASUL 5.

- Conectați țeava limitatoare (14), țeava înclinată (6) și țeava în formă de U (15) cu șuruburi M1095 și M1090.
- Atașați consola (13) la bara de susținere (12) cu șuruburi M10*135 (73).

PASUL 6.

- Introduceți axul rotativ (67) în țeava de suport de jos (7) și montați unitatea de ridicare a picioarelor (16).
- Introduceți mânerul (17) în țeava de suport de jos (7) și fixați cu butonul cu arc (43).

PASUL 7.

- Montați brațul oscilant drept (18) și stâng (20) pe consolă (13) cu piulițe M16 și șaibe.
- Puneți protecțiile din burete (40).
- Treceți ghidonul (19) prin brațe și fixați cu șuruburi M10*20 (72).

PASUL 8.

- Conduceți cablurile de oțel (32) conform schemei.
- Montați rolele A, B, D cu șuruburi M1065 (75); rolele C, E, F, H cu șuruburi M1045 sau M10*135.
- Fixați celălalt capăt al cablului de pârgă greutății (10).

PASUL 9.

- Conduceți cablurile de oțel (97) conform desenului.
- Fixați rolele în țeava înclinată (6) și plăcile de legătură cu șuruburi M1045 și M1065.
- Conectați cablul la presa pentru picioare (97).

PASUL 10.

- Conduceți cablurile tip fluture (33) conform desenului.
- Agățați ambele capete de brațe (18, 20).
- Fixați rolele în țeava U (15) și scaunul rotativ U (23) cu șuruburi M10*45.

PASUL 11.

- Conduceți cablurile (32) conform desenului.
- Fixați rolele la unitatea de ridicare a picioarelor (16), țeava înclinată (6), scaunul U (23), țeava de bază (2) și suportul U (22).
- Fixați celălalt capăt al cablului de țeava de bază (2).

PASUL 12.

- Atașați spătarul (35) la țeava de reglaj (93), apoi fixați de țeava înclinată (6). Blocați cu butonul (43).
- Montați șezutul (34) cu șuruburi M8*65.
- Montați cotierele (36) cu șuruburi M8*15.
- Pe țevile cu burete (24) puneți capacele PVC (95) și protecțiile din burete (41).

PASUL 13.

- Conectați elementele sudate (96) cu bara (12) folosind șuruburi M10*90.
- Montați capacul de protecție din plasă (25) cu șuruburi M10*10.

PASUL 14.

- Montați ghidonul înalt (26), lanțul (66), zăvorul (65), ghidonul de jos (27), frânghia de antrenament (38) și capacele pentru piulițe (91).
- Lipiți tampoanele autoadezive (39).
- Verificați ca toate șuruburile să fie bine strânse.

(UA) Кроки складання

КРОК 1.

- З'єднайте задню нижню трубу (1) з базовою трубою (2) за допомогою болтів M10*90, шайб і гайок (70, 87, 85).
- Вставте напрямний стрижень для вантажів (5) у задню нижню трубу (1) і закріпіть болтом M10*20 (77) з шайбою.
- Пропустіть обмежувальну трубу (8) через педаль (4), закріпіть до передньої базової труби (3) і закрийте кінці заглушками (56).

КРОК 2.

- Прикріпіть передню похилу трубу (6) до базової труби (2) болтами M10*65 (71).
- З'єднайте нижню опорну трубу (7) з похилою трубою (6) болтами M10*90 (70).

КРОК 3.

- Встановіть амортизаційну шайбу (44) і вантажі (31) на напрямний стрижень (5).
- Вставте шплінт (62) через втулку (48) та важіль (10), потім встановіть головку вантажу (30) і регульовальну шайбу (61).

КРОК 4.

- З'єднайте несучу балку (12) з напрямним стрижнем (5) болтом M10*20 (77).
- Закріпіть балку (12) до похилої труби (6) болтами M10*90 (70).

КРОК 5.

- З'єднайте обмежувальну трубу (14), похилу трубу (6) та U-подібну трубу (15) болтами M1095 і M1090.
- Прикріпіть консоль (13) до балки (12) болтами M10*135 (73).

КРОК 6.

- Вставте обертовий вал (67) у нижню опорну трубу (7) і закріпіть блок для підйому ніг (16).
- Вставте ручки (17) у нижню опорну трубу (7) і зафіксуйте пружинним гвинтом (43).

КРОК 7.

- Встановіть праве (18) та ліве (20) хитні важелі на консоль (13) за допомогою гайок M16 і шайб.
- Надягніть поролонові накладки (40).
- Пропустіть кермо (19) через важелі та закріпіть болтами M10*20 (72).

КРОК 8.

- Проведіть сталеві троси (32) за схемою.
- Встановіть ролики A, B, D болтами M1065 (75); ролики C, E, F, H болтами M1045 або M10*135.
- Інший кінець троса закріпіть на важелі вантажу (10).

КРОК 9.

- Проведіть сталеві троси (97) за кресленням.
- Закріпіть ролики у похилій трубі (6) та з'єднувальних пластинах болтами M1045 і M1065.
- Під'єднайте трос до жиму ногами (97).

КРОК 10.

- Проведіть «метеликові» троси (33) за кресленням.
- Закріпіть обидва кінці на важелях (18, 20).
- Встановіть ролики в U-трубу (15) і U-сидіння (23) болтами M10*45.

КРОК 11.

- Проведіть троси (32) за кресленням.
- Закріпіть ролики на блоці підйому ніг (16), похилій трубі (6), U-сидінні (23), базовій трубі (2) та U-кронштейні (22).
- Інший кінець троса закріпіть на базовій трубі (2).

КРОК 12.

- Прикріпіть спинку (35) до регульовальної труби (93), потім до похилої труби (6). Зафіксуйте гвинтом (43).
- Встановіть сидіння (34) болтами M8*65.
- Прикріпіть підлокітники (36) болтами M8*15.
- На поролонові труби (24) надягніть ПВХ-накладки (95) і поролонові валики (41).

КРОК 13.

- З'єднайте зварні елементи (96) з балкою (12) болтами M10*90.
- Встановіть захисний сітчастий кожух (25) болтами M10*10.

КРОК 14.

- Встановіть високе кермо (26), ланцюг (66), фіксатор (65), нижнє кермо (27), тренувальний канат (38) і ковпачки для гайок (91).
- Приклейте самоклеючі накладки (39).
- Переконайтеся, що всі болти добре затягнуті.

(RU) Шаги сборки

ШАГ 1.

- Соедините заднюю нижнюю трубу (1) с базовой трубой (2) болтами M10*90 с шайбами и гайками (70, 87, 85).
- Вставьте направляющий стержень для грузов (5) в заднюю нижнюю трубу (1) и закрепите болтом M10*20 (77) с шайбой.
- Пропустите ограничительную трубу (8) через педаль (4), прикрепите к передней базовой трубе (3) и закройте концы заглушками (56).

ШАГ 2.

- Прикрепите переднюю наклонную трубу (6) к базовой трубе (2) болтами M10*65 (71).
- Соедините нижнюю опорную трубу (7) с наклонной трубой (6) болтами M10*90 (70).

ШАГ 3.

- Установите амортизационную шайбу (44) и грузы (31) на направляющий стержень (5).
- Вставьте шплинт (62) через втулку (48) и рычаг (10), затем установите головку груза (30) и регулировочную шайбу (61).

ШАГ 4.

- Соедините несущую балку (12) с направляющим стержнем (5) болтом M10*20 (77).
- Закрепите балку (12) на наклонной трубе (6) болтами M10*90 (70).

ШАГ 5.

- Соедините ограничительную трубу (14), наклонную трубу (6) и U-образную трубу (15) болтами M1095 и M1090.
- Прикрепите консоль (13) к балке (12) болтами M10*135 (73).

ШАГ 6.

- Вставьте вращающийся вал (67) в нижнюю опорную трубу (7) и установите блок подъема ног (16).
- Вставьте ручки (17) в нижнюю опорную трубу (7) и зафиксируйте пружинным винтом (43).

ШАГ 7.

- Установите правый (18) и левый (20) качающиеся рычаги на консоль (13) с гайками M16 и шайбами.
- Наденьте поролоновые накладки (40).
- Пропустите руль (19) через рычаги и закрепите болтами M10*20 (72).

ШАГ 8.

- Проложите стальные тросы (32) по схеме.
- Установите ролики A, B, D болтами M1065 (75); ролики C, E, F, H болтами M1045 или M10*135.
- Другой конец троса закрепите на рычаге груза (10).

ШАГ 9.

- Проложите стальные тросы (97) по рисунку.
- Закрепите ролики в наклонной трубе (6) и соединительных пластинах болтами M1045 и M1065.
- Подсоедините трос к жиму ногами (97).

ШАГ 10.

- Проложите «бабочки»-тросы (33) по рисунку.
- Зафиксируйте оба конца на рычагах (18, 20).
- Установите ролики в U-образную трубу (15) и U-образное сиденье (23) болтами M10*45.

ШАГ 11.

- Проложите тросы (32) по рисунку.
- Закрепите ролики на блоке подъема ног (16), наклонной трубе (6), U-сиденье (23), базовой трубе (2) и U-кронштейне (22).
- Другой конец троса закрепите на базовой трубе (2).

ШАГ 12.

- Прикрепите спинку (35) к регулировочной трубе (93), затем к наклонной трубе (6). Зафиксируйте винтом (43).
- Установите сиденье (34) болтами M8*65.
- Прикрепите подлокотники (36) болтами M8*15.
- На поролоновые трубы (24) наденьте ПВХ-накладки (95) и поролоновые валики (41).

ШАГ 13.

- Соедините сварные элементы (96) с балкой (12) болтами M10*90.
- Установите защитный сетчатый кожух (25) болтами M10*10.

ШАГ 14.

- Установите высокий руль (26), цепь (66), фиксатор (65), нижний руль (27), тренировочный канат (38) и колпачки для гаек (91).
- Наклейте самоклеящиеся прокладки (39).
- Проверьте, чтобы все болты были хорошо затянуты.

(DE) Montageschritte

SCHRITT 1.

- Verbinden Sie das hintere Unterrohr (1) mit dem Basisrohr (2) mithilfe von M10*90-Schrauben, Unterlegscheiben und Muttern (70, 87, 85).
- Setzen Sie die Führungsstange für die Gewichte (5) in das hintere Unterrohr (1) ein und sichern Sie sie mit einer M10*20-Schraube (77) und Unterlegscheibe.
- Führen Sie das Begrenzungsrohr (8) durch das Pedal (4), befestigen Sie es am vorderen Basisrohr (3) und verschließen Sie die Enden mit Stopfen (56).

SCHRITT 2.

- Befestigen Sie das vordere schräge Rohr (6) am Basisrohr (2) mit M10*65-Schrauben (71).
- Verbinden Sie das untere Stützrohr (7) mit dem schrägen Rohr (6) mit M10*90-Schrauben (70).

SCHRITT 3.

- Montieren Sie die Dämpfungsscheibe (44) und die Gewichte (31) auf die Führungsstange (5).
- Stecken Sie den Splint (62) durch die Buchse (48) und den Hebel (10), montieren Sie dann den Gewichtskopf (30) und die Einstellscheibe (61).

SCHRITT 4.

- Verbinden Sie den Tragträger (12) mit der Führungsstange (5) mit einer M10*20-Schraube (77).
- Befestigen Sie den Träger (12) am schrägen Rohr (6) mit M10*90-Schrauben (70).

SCHRITT 5.

- Verbinden Sie das Begrenzungsrohr (14), das schräge Rohr (6) und das U-förmige Rohr (15) mit M1095- und M1090-Schrauben.
- Befestigen Sie den Ausleger (13) am Träger (12) mit M10*135-Schrauben (73).

SCHRITT 6.

- Setzen Sie die Drehachse (67) in das untere Stützrohr (7) ein und montieren Sie die Beinanhebeeinheit (16).
- Setzen Sie die Griffe (17) in das untere Stützrohr (7) ein und sichern Sie sie mit dem Federknopf (43).

SCHRITT 7.

- Montieren Sie den rechten (18) und linken (20) Schwenkarm am Ausleger (13) mit M16-Muttern und Unterlegscheiben.
- Bringen Sie die Schaumstoffabdeckungen (40) an.
- Führen Sie den Lenker (19) durch die Arme und befestigen Sie ihn mit M10*20-Schrauben (72).

SCHRITT 8.

- Führen Sie die Stahlseile (32) gemäß Schaltplan.
- Montieren Sie die Rollen A, B, D mit M1065-Schrauben (75); Rollen C, E, F, H mit M1045- oder M10*135-Schrauben.
- Befestigen Sie das andere Ende des Seils am Gewichtshebel (10).

SCHRITT 9.

- Führen Sie die Stahlseile (97) gemäß Zeichnung.
- Befestigen Sie die Rollen im schrägen Rohr (6) und in den Verbindungsplatten mit M1045- und M1065-Schrauben.
- Verbinden Sie das Seil mit der Beinpresse (97).

SCHRITT 10.

- Führen Sie die Butterfly-Seile (33) gemäß Zeichnung.
- Hängen Sie beide Enden an die Arme (18, 20).
- Befestigen Sie die Rollen im U-Rohr (15) und im U-Sitz (23) mit M10*45-Schrauben.

SCHRITT 11.

- Führen Sie die Seile (32) gemäß Zeichnung.
- Befestigen Sie die Rollen an der Beinanhebeeinheit (16), am schrägen Rohr (6), am U-Sitz (23), am Basisrohr (2) und an der U-Halterung (22).
- Befestigen Sie das andere Ende des Seils am Basisrohr (2).

SCHRITT 12.

- Befestigen Sie die Rückenlehne (35) am Verstellrohr (93) und dann am schrägen Rohr (6). Sichern Sie sie mit dem Knopf (43).
- Montieren Sie das Sitzpolster (34) mit M8*65-Schrauben.
- Montieren Sie die Armlehnen (36) mit M8*15-Schrauben.
- Setzen Sie die PVC-Abdeckungen (95) und Schaumstoffpolster (41) auf die Schaumstoffrohre (24).

SCHRITT 13.

- Verbinden Sie die Schweißteile (96) mit dem Träger (12) mit M10*90-Schrauben.
- Montieren Sie die Schutzgitterabdeckung (25) mit M10*10-Schrauben.

SCHRITT 14.

- Montieren Sie den hohen Lenker (26), die Kette (66), den Riegel (65), den unteren Lenker (27), das Trainingsseil (38) und die Mutterschutzkappen (91).
- Kleben Sie die selbstklebenden Pads (39) auf.
- Überprüfen Sie, dass alle Schrauben fest angezogen sind.

(LT) Surinkimo žingsniai

1. ŽINGSNIS

- Sujunkite galinį apatinį vamzdį (1) su pagrindiniu vamzdžiu (2) naudodami M10*90 varžtus, poveržles ir veržles (70, 87, 85).
- Įstatykite svorio kreipiamąjį strypą (5) į galinį apatinį vamzdį (1) ir pritvirtinkite M10*20 varžtu (77) su poveržle.
- Perkiškite ribojimo vamzdį (8) per pedalą (4), pritvirtinkite prie priekinio pagrindinio vamzdžio (3) ir uždarykite galus kamšteliais (56).

2. ŽINGSNIS

- Prijunkite priekinį įstrižą vamzdį (6) prie pagrindinio vamzdžio (2) su M10*65 varžtais (71).
- Sujunkite apatinį atraminį vamzdį (7) su įstrižiniu vamzdžiu (6) naudodami M10*90 varžtus (70).

3. ŽINGSNIS

- Užmaukite amortizuojančią poveržlę (44) ir svorius (31) ant kreipiamojo strypo (5).
- Įstatykite kaištį (62) per įvorę (48) ir svirtį (10), tada pritvirtinkite svorio galvutę (30) ir reguliavimo poveržlę (61).

4. ŽINGSNIS

- Sujunkite laikantį skersinį (12) su kreipiamuoju strypu (5) M10*20 varžtu (77).
- Pritvirtinkite skersinį (12) prie įstrižinio vamzdžio (6) M10*90 varžtais (70).

5. ŽINGSNIS

- Sujunkite ribojimo vamzdį (14), įstrižą vamzdį (6) ir U formos vamzdį (15) M1095 ir M1090 varžtais.
- Pritvirtinkite konsolę (13) prie skersinio (12) M10*135 varžtais (73).

6. ŽINGSNIS

- Įstatykite besisukantį veleną (67) į apatinį atraminį vamzdį (7) ir sumontuokite kojų kėlimo bloką (16).
- Įdėkite rankenas (17) į apatinį atraminį vamzdį (7) ir pritvirtinkite spyruoklinių ratukų (43).

7. ŽINGSNIS

- Sumontuokite dešinę (18) ir kairę (20) sūpynės svirtis prie konsolės (13) su M16 veržlėmis ir poveržlėmis.
- Užmaukite porolonines apsaugas (40).
- Perverkite vairą (19) per svirtis ir pritvirtinkite M10*20 varžtais (72).

8. ŽINGSNIS

- Nutieskite plieninius trosus (32) pagal schemą.
- Sumontuokite ritinėlius A, B, D su M1065 varžtais (75); ritinėlius C, E, F, H su M1045 arba M10*135 varžtais.
- Kitą trosą galą pritvirtinkite prie svorio svirties (10).

9. ŽINGSNIS

- Nutieskite plieninius trosus (97) pagal brėžinį.
- Pritvirtinkite ritinėlius įstrižiniame vamzdyje (6) ir jungiamose plokštėse su M1045 ir M1065 varžtais.
- Prijunkite trosą prie kojų preso (97).

10. ŽINGSNIS

- Nutieskite „drugelio“ trosus (33) pagal brėžinį.
- Pakabinkite abu galus ant svirčių (18, 20).
- Pritvirtinkite ritinėlius U vamzdyje (15) ir U sėdynėje (23) su M10*45 varžtais.

11. ŽINGSNIS

- Nutieskite trosus (32) pagal brėžinį.
- Pritvirtinkite ritinėlius prie kojų kėlimo bloko (16), įstrižinio vamzdžio (6), U sėdynės (23), pagrindinio vamzdžio (2) ir U laikiklio (22).
- Kitą trosą galą pritvirtinkite prie pagrindinio vamzdžio (2).

12. ŽINGSNIS

- Pritvirtinkite atlošą (35) prie reguliuojamo vamzdžio (93), tada prie įstrižinio vamzdžio (6). Užfiksuokite ratuką (43).
- Sumontuokite sėdynę (34) su M8*65 varžtais.
- Sumontuokite porankius (36) su M8*15 varžtais.
- Ant poroloninių vamzdžių (24) uždėkite PVC dangtelius (95) ir poroloninius volelius (41).

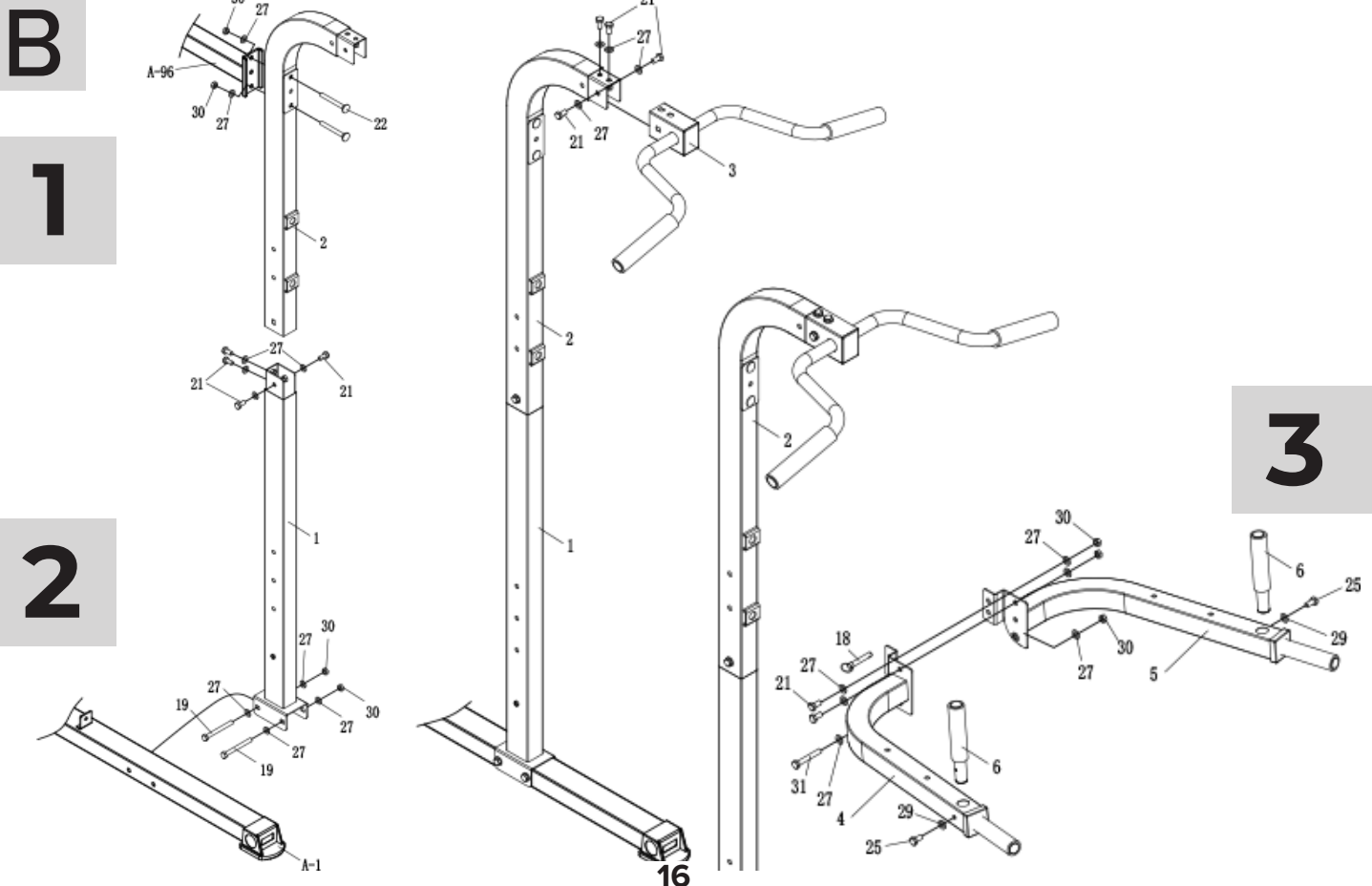
13. ŽINGSNIS

- Sujunkite suvirintus elementus (96) su skersiniu (12) M10*90 varžtais.
- Sumontuokite apsauginį tinklinį gaubtą (25) su M10*10 varžtais.

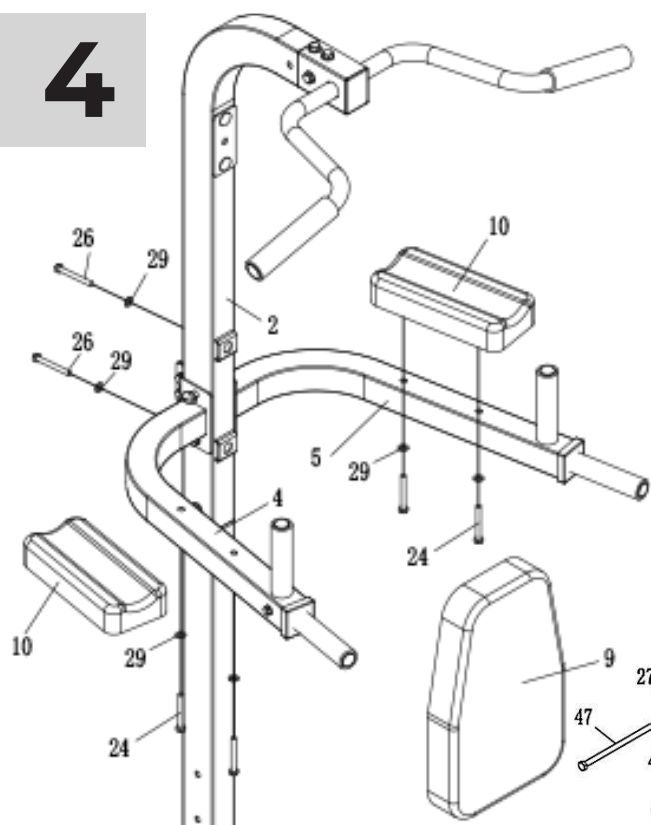
14. ŽINGSNIS

- Sumontuokite aukštą vairą (26), grandinę (66), fiksatorių (65), žemą vairą (27), treniruočių virvę (38) ir veržlių dangtelius (91).
- Užklijuokite lipnias pagalvėles (39).
- Patikrinkite, kad visi varžtai būtų tvirtai priveržti.

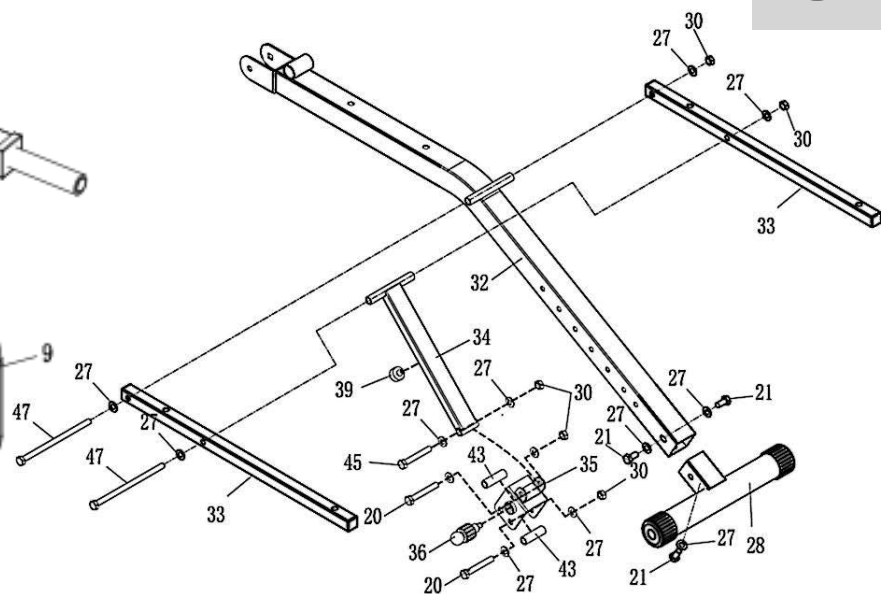
INSTALACJA / INSTALLATION / INSTALACE / INŠTALÁCIA / TELEPÍTÉS / INSTALARE /
ВСТАНОВЛЕННЯ / УСТАНОВКА / INSTALLATION / ĮRENGIMAS



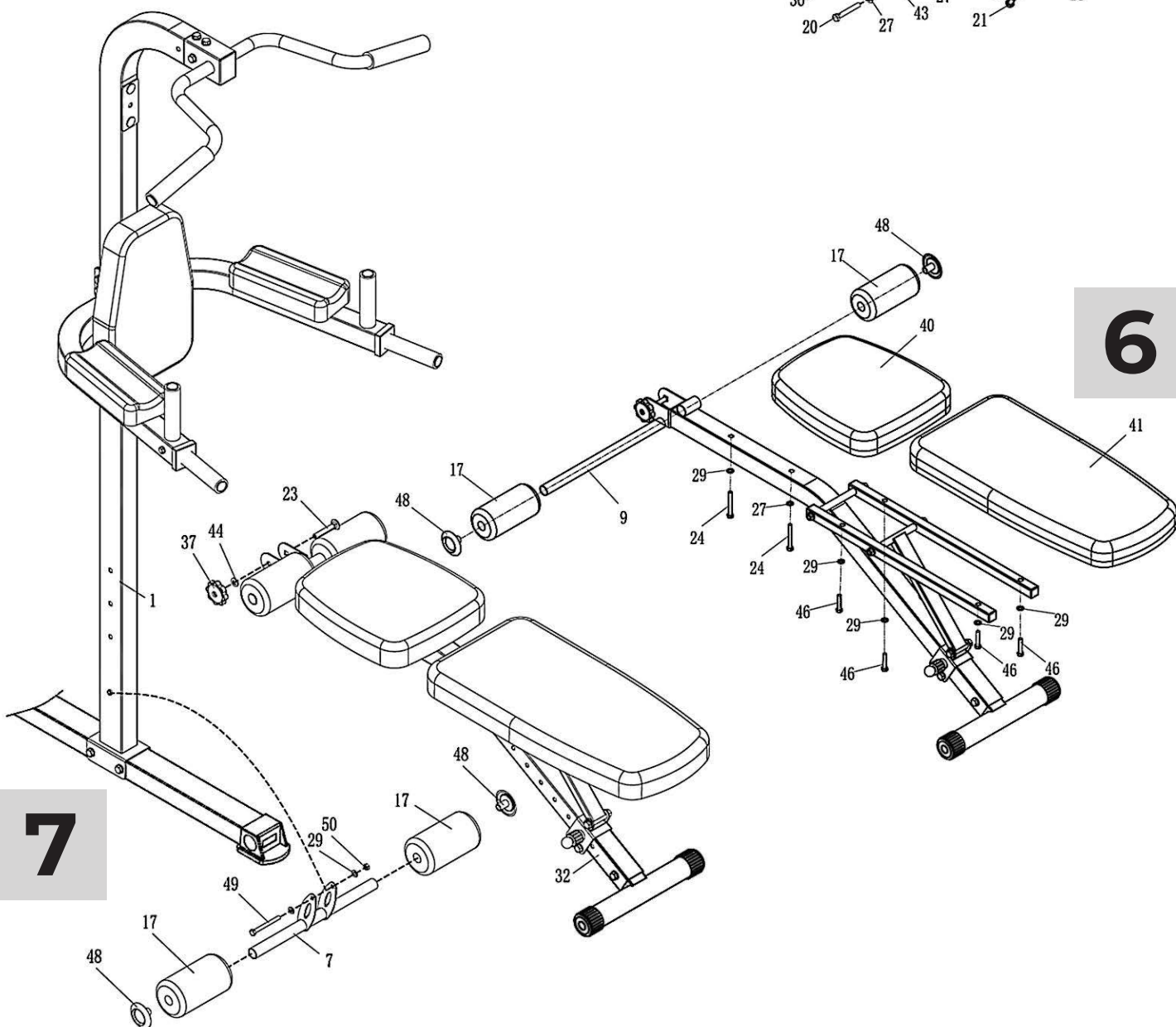
4



5



6



7

(PL) KROKI MONTAŻU

KROK 1.

- Zamontuj dolną ramę wsporczą poręczy (1) i tylną rurę dolną (A-1) używając śrub M10*95 (19), podkładek Φ10 (27) i nakrętek M10 (30).
- Połącz dolną ramę (1) z górną ramą poręczy (2) śrubami M10*20 (21) i podkładkami Φ10 (27).
- Zamontuj górną ramę poręczy (2) i łączniki rury (A-96) śrubami M10*90 (22), podkładkami Φ10 (27) i nakrętkami M10 (30).

KROK 2.

- Połącz górną ramę poręczy (2) z uchwytem do podciągania (3) za pomocą śrub M10*20 (21) i podkładek Φ10 (27).

KROK 3.

- Zamocuj lewy (4) i prawy (5) podłokietnik do górnej ramy (2) używając śrub M1075 (31), M1020 (21), podkładek Φ10 (27) i nakrętek M10 (30). Dodaj trzpień z zawieszka (18).
- Zamontuj rurę pionową podłokietnika (6) z lewym (4) i prawym (5) podłokietnikiem przy pomocy śrub M8*25 (25) i podkładek Φ8 (29).

KROK 4.

- Przykręć górną ramę (2) do oparcia (9) śrubami M8*95 (26) i

podkładkami Φ8 (29).

- Połącz podłokietniki (4, 5) z uchwytem gumowym (10) śrubami M8*65 (24) i podkładkami Φ8 (29). Śrubami M10*90 (22), podkładkami Φ10 (27) i nakrętkami M10 (30).

KROK 5.

- Zamontuj ramę regulacyjną (35) na ławce do hantli śrubą M10*70 (20), podkładką Φ10 (27) i nakrętką M10 (30).
- Przykręć rurę podstawy (28) śrubą M10*20 (21) i podkładką Φ10 (27).
- Zamontuj spawaną rurę regulacyjną (34), rurę wsporczą (33) i śrubę M10*65 (45) z podkładką Φ10 (27) i nakrętką M10 (30).

KROK 6.

- Załóż rurę z gąbką (9), pręt gąbkowy (17) i korek (48) na ramę ławki.
- Zamocuj poduszkę (40, 41) śrubami M865 (65), M840 (46) i podkładkami Φ8 (29).

KROK 7.

- Połącz ramę ławki (32) z dolną ramą poręczy (1) śrubami M10*70 (23), podkładkami Φ10 (44) i nakrętkami (37).
- Zamontuj ramę do ćwiczeń nóg (7), pręt gąbkowy (17) i korek (48) na dolnej ramie poręczy.

(EN) ASSEMBLY STEPS

STEP 1.

- Attach the lower support frame (1) and rear bottom tube (A-1) using M10*95 bolts (19), Φ10 washers (27), and M10 nuts (30).
- Connect the lower frame (1) to the upper support frame (2) with M10*20 bolts (21) and Φ10 washers (27).
- Mount the upper support frame (2) and pipe connectors (A-96) with M10*90 bolts (22), Φ10 washers (27), and M10 nuts (30).

STEP 2.

- Connect the upper support frame (2) with the pull-up handle assembly (3) using M10*20 bolts (21) and Φ10 washers (27).

STEP 3.

- Fix the left (4) and right (5) armrest tubes to the upper frame (2) with M1075 bolts (31), M1020 bolts (21), Φ10 washers (27), and M10 nuts (30). Add the pin with suspension loop (18).
- Install the armrest standpipe (6) with the left (4) and right (5) armrest tubes using M8*25 bolts (25) and Φ8 washers (29).

STEP 4.

- Attach the upper frame (2) to the backrest (9) with M8*95 bolts (26) and Φ8 washers (29).

- Connect the armrest tubes (4, 5) to the rubber grip assembly (10) using M8*65 bolts (24) and Φ8 washers (29).

STEP 5.

- Mount the adjusting frame (35) to the dumbbell bench frame using M10*70 bolt (20), Φ10 washer (27), and M10 nut (30).
- Fix the ground tube (28) with M10*20 bolt (21) and Φ10 washer (27).
- Install the adjusting pipe (34), support pipe (33), and M10*65 bolt (45) with Φ10 washer (27) and M10 nut (30).

STEP 6.

- Place the sponge tube (9), sponge rod (17), and plug (48) on the bench frame.
- Install the cushion (40, 41) with M865 bolts (65), M840 bolts (46), and Φ8 washers (29).

STEP 7.

- Connect the bench frame (32) with the lower support frame (1) using M10*70 bolts (23), Φ10 large washers (44), and knob nuts (37).
- Mount the leg curl frame (7), sponge rod (17), and plug (48) on the lower support frame.

(CS) KROKY MONTÁŽE

KROK 1.

- Připevněte spodní rám podpěry (1) a zadní spodní trubku (A-1) pomocí šroubů M10*95 (19), podložek Φ10 (27) a matic M10 (30).
- Spojte spodní rám (1) s horním rámem podpěry (2) šrouby M10*20 (21) a podložkami Φ10 (27).
- Namontujte horní rám podpěry (2) a spojky trubek (A-96) šrouby M10*90 (22), podložkami Φ10 (27) a maticemi M10 (30).

KROK 2.

- Spojte horní rám podpěry (2) s hrazdou (3) pomocí šroubů M10*20 (21) a podložek Φ10 (27).

KROK 3.

- Připevněte levou (4) a pravou (5) trubku opěrky rukou k hornímu rámu (2) pomocí šroubů M1075 (31), M1020 (21), podložek Φ10 (27) a matic M10 (30). Přidejte kolík se závěsnou smyčkou (18).
- Namontujte svislou trubku opěrky rukou (6) s levou (4) a pravou (5) trubkou pomocí šroubů M8*25 (25) a podložek Φ8 (29).

KROK 4.

- Připevněte horní rám (2) k opěradlu (9) pomocí šroubů M8*95 (26) a podložek Φ8 (29).
- Spojte trubky opěrek rukou (4, 5) s gumovými úchyty (10) pomocí šroubů M8*65 (24) a podložek Φ8 (29).

KROK 5.

- Namontujte nastavovací rám (35) na lavici s činkami pomocí šroubu M10*70 (20), podložky Φ10 (27) a matice M10 (30).
- Připevněte spodní trubku (28) pomocí šroubu M10*20 (21) a podložky Φ10 (27).
- Nainstalujte nastavovací trubku (34), podpěrnou trubku (33) a šroub M10*65 (45) s podložkou Φ10 (27) a maticí M10 (30).

KROK 6.

- Umístěte trubku s pěnou (9), pěnovou tyč (17) a zátku (48) na rám lavice.
- Nainstalujte polštář (40, 41) pomocí šroubů M865 (65), M840 (46) a podložek Φ8 (29).

KROK 7.

- Spojte rám lavice (32) se spodním rámem podpěry (1) pomocí šroubů M10*70 (23), velkých podložek Φ10 (44) a matic (37).
- Namontujte rám na zakopávání (7), pěnovou tyč (17) a zátku (48) na spodní rám podpěry.

(SK) KROKY MONTÁŽE

KROK 1.

- Pripojte spodný rám opory (1) a zadnú spodnú rúrku (A-1) pomocou skrutiek M10*95 (19), podložiek Φ10 (27) a matic M10 (30).
- Spojte spodný rám (1) s horným rámom opory (2) skrutkami M10*20 (21) a podložkami Φ10 (27).
- Namontujte horný rám opory (2) a spojky rúr (A-96) skrutkami M10*90 (22), podložkami Φ10 (27) a maticami M10 (30).

KROK 2.

- Spojte horný rám opory (2) s hrazdou (3) pomocou skrutiek M10*20 (21) a podložiek Φ10 (27).

KROK 3.

- Pripojte ľavú (4) a pravú (5) trubku opierky rúk k hornému rámu (2) pomocou skrutiek M1075 (31), M1020 (21), podložiek Φ10 (27) a matic M10 (30). Pridajte kolík so závesnou slučkou (18).

- Namontujte zvislú rúrku opierky (6) s ľavou (4) a pravou (5) trúbkou pomocou skrutiek M8*25 (25) a podložiek Φ8 (29).

KROK 4.

- Pripojte horný rám (2) k opěradlu (9) pomocou skrutiek M8*95 (26) a podložiek Φ8 (29).
- Spojte rúrky opierok (4, 5) s gumovými úchyty (10) pomocou skrutiek M8*65 (24) a podložiek Φ8 (29).

KROK 5.

- Namontujte nastavovací rám (35) na lavicu s činkami pomocou skrutky M10*70 (20), podložky Φ10 (27) a matice M10 (30).
- Pripojte spodnú rúrku (28) skrutkou M10*20 (21) a podložkou Φ10 (27).
- Nainštalujte nastavovaciu rúrku (34), podpornú rúrku (33) a skrutku M10*65 (45) s podložkou Φ10 (27) a maticou M10(30).

KROK 6.

(HU) Szerelési lépések

1. LÉPÉS

- Szerelje fel az alsó tartókeretet (1) és a hátsó alsó csövet (A-1) M10*95 csavarokkal (19), Φ10 alátétekkel (27) és M10 anyákkal (30).
- Kösse össze az alsó keretet (1) a felső tartókerettel (2) M10*20 csavarokkal (21) és Φ10 alátétekkel (27).
- Szerelje fel a felső tartókeretet (2) és a csőcsatlakozókat (A-96) M10*90 csavarokkal (22), Φ10 alátétekkel (27) és M10 anyákkal (30).

2. LÉPÉS

- Kösse össze a felső tartókeretet (2) a húzódkodó rúddal (3) M10*20 csavarokkal (21) és Φ10 alátétekkel (27).

3. LÉPÉS

- Rögzítse a bal (4) és jobb (5) kartámaszcsovet a felső kerethez (2) M1075 csavarokkal (31), M1020 csavarokkal (21), Φ10 alátétekkel (27) és M10 anyákkal (30). Adj a hozzá a függesztőgyűrűs csapot (18).
- Szerelje fel az álló kartámaszcsovet (6) a bal (4) és jobb (5) kartámaszcsovhöz M8*25 csavarokkal (25) és Φ8 alátétekkel (29).

4. LÉPÉS

- Umiesztните rúrku s penou (9), penový valec (17) a zátku (48) na rám lavice.
- Nainštalujte vankúš (40, 41) pomocou skrutiek M865 (65), M840 (46) a podložiek Φ8 (29).

KROK 7.

- Spojte rám lavice (32) so spodným rámom opory (1) pomocou skrutiek M10*70 (23), veľkých podložiek Φ10 (44) a matíc (37).
- Namontujte rám na zakopávanie (7), penový valec (17) a zátku (48) na spodný rám opory.

- Rögzítse a felső keretet (2) a háttámlához (9) M8*95 csavarokkal (26) és Φ8 alátétekkel (29).
- Kösse össze a kartámaszcsoveket (4, 5) a gumifogantyúkkal (10) M8*65 csavarokkal (24) és Φ8 alátétekkel (29).

5. LÉPÉS

- Szerelje fel az állítókeretet (35) a súlyzóspad keretére M10*70 csavarral (20), Φ10 alátéttel (27) és M10 anyával (30).
- Rögzítse az alsó csövet (28) M10*20 csavarral (21) és Φ10 alátéttel (27).
- Szerelje fel az állítócsövet (34), a tartócsövet (33) és az M10*65 csavart (45) Φ10 alátéttel (27) és M10 anyával (30).

6. LÉPÉS

- Helyezze fel a szivacsövet (9), a szivacsrudat (17) és a dugót (48) a pad keretére.
- Szerelje fel a párnát (40, 41) M865 (65), M840 (46) csavarokkal és Φ8 alátétekkel (29).

7. LÉPÉS

- Kösse össze a pad keretét (32) az alsó tartókerettel (1) M10*70 csavarokkal (23), nagy Φ10 alátétekkel (44) és anyákkal (37).
- Szerelje fel a lábtámaszkeretet (7), a szivacsrudat (17) és a dugót (48) az alsó tartókeretre.

(RO) Pașii de asamblare

PASUL 1.

- Atașați cadrul inferior de susținere (1) și țeava inferioară din spate (A-1) cu șuruburi M10*95 (19), șaibe Φ10 (27) și piulițe M10 (30).
- Conectați cadrul inferior (1) la cadrul superior de susținere (2) cu șuruburi M10*20 (21) și șaibe Φ10 (27).
- Montați cadrul superior de susținere (2) și conectorii de țeavă (A-96) cu șuruburi M10*90 (22), șaibe Φ10 (27) și piulițe M10 (30).

PASUL 2.

- Conectați cadrul superior de susținere (2) cu bara de tracțiuni (3) folosind șuruburi M10*20 (21) și șaibe Φ10 (27).

PASUL 3.

- Prindeți tuburile pentru cotiere, stânga (4) și dreapta (5), de cadrul superior (2) cu șuruburi M1075 (31), M1020 (21), șaibe Φ10 (27) și piulițe M10 (30). Adăugați știftul cu inel de suspensie (18).
- Montați țeava verticală a cotierei (6) cu tuburile laterale (4, 5) folosind șuruburi M8*25 (25) și șaibe Φ8 (29).

PASUL 4.

- Atașați cadrul superior (2) la spătar (9) cu șuruburi M8*95 (26) și șaibe Φ8 (29).
- Conectați tuburile cotierei (4, 5) la mânerle din cauciuc (10) cu șuruburi M8*65 (24) și șaibe Φ8 (29).

PASUL 5.

- Montați cadrul de reglare (35) pe banca pentru gantere cu șurub M10*70 (20), șaibă Φ10 (27) și piuliță M10 (30).
- Prindeți țeava de bază (28) cu șurub M10*20 (21) și șaibă Φ10 (27).
- Instalați țeava de reglare (34), țeava de sprijin (33) și șurubul M10*65 (45) cu șaibă Φ10 (27) și piuliță M10 (30).

PASUL 6.

- Așezați țeava cu burete (9), bara cu burete (17) și dopul (48) pe cadrul băncii.
- Montați perna (40, 41) cu șuruburi M865 (65), M840 (46) și șaibe Φ8 (29).

PASUL 7.

- Conectați cadrul băncii (32) cu cadrul inferior de susținere (1) cu șuruburi M10*70 (23), șaibe mari Φ10 (44) și piulițe (37).
- Montați cadrul pentru exerciții de picioare (7), bara cu burete (17) și dopul (48) pe cadrul inferior de susținere.

(UA) Кроки складання

КРОК 1.

- Прикріпіть нижню опорну раму (1) та задню нижню трубу (A-1) за допомогою болтів M10*95 (19), шайб Φ10 (27) та гайок M10 (30).
- З'єднайте нижню раму (1) з верхньою опорною рамою (2) болтами M10*20 (21) і шайбами Φ10 (27).
- Встановіть верхню опорну раму (2) та з'єднувальні труби (A-96) за допомогою болтів M10*90 (22), шайб Φ10 (27) і гайок M10 (30).

КРОК 2.

- З'єднайте верхню опорну раму (2) з турніком (3) за допомогою болтів M10*20 (21) і шайб Φ10 (27).

КРОК 3.

- Закріпіть ліву (4) та праву (5) труби підлокітників до верхньої рами (2) за допомогою болтів M1075 (31), M1020 (21), шайб Φ10 (27) та гайок M10 (30). Додайте штифт із кільцем для підвісу (18).
- Встановіть вертикальну трубу підлокітника (6) разом із лівою (4) та правою (5) трубами, використовуючи болти M8*25 (25) і шайби Φ8 (29).

КРОК 4.

- Прикріпіть верхню раму (2) до спинки (9) болтами M8*95

- (26) і шайбами Φ8 (29).

- З'єднайте труби підлокітників (4, 5) з гумовими ручками (10) за допомогою болтів M8*65 (24) і шайб Φ8 (29).

КРОК 5.

- Встановіть регульовальну раму (35) на лавку для гантелей, використовуючи болт M10*70 (20), шайбу Φ10 (27) і гайку M10 (30).
- Прикріпіть нижню трубу (28) болтом M10*20 (21) і шайбою Φ10 (27).
- Встановіть регульовальну трубу (34), опорну трубу (33) та болт M10*65 (45) із шайбою Φ10 (27) і гайкою M10 (30).

КРОК 6.

- Встановіть трубу з поролоном (9), поролоновий валик (17) та заглушку (48) на раму лавки.
- Закріпіть подушку (40, 41) болтами M865 (65), M840 (46) та шайбами Φ8 (29).

КРОК 7.

- З'єднайте раму лавки (32) з нижньою опорною рамою (1) за допомогою болтів M10*70 (23), великих шайб Φ10 (44) та гайок (37).
- Встановіть раму для вправ на ноги (7), поролоновий валик (17) і заглушку (48) на нижню опорну раму.

(RU) Шаги сборки

ШАГ 1.

- Прикрепите нижнюю опорную раму (1) и заднюю нижнюю трубу (A-1) с помощью болтов M10*95 (19), шайб Ф10 (27) и гаек M10 (30).
- Соедините нижнюю раму (1) с верхней опорной рамой (2) болтами M10*20 (21) и шайбами Ф10 (27).
- Установите верхнюю опорную раму (2) и соединительные трубы (A-96) с помощью болтов M10*90 (22), шайб Ф10 (27) и гаек M10 (30).

ШАГ 2.

- Соедините верхнюю опорную раму (2) с турником (3) болтами M10*20 (21) и шайбами Ф10 (27).

ШАГ 3.

- Закрепите левую (4) и правую (5) трубы подлокотников к верхней раме (2) с помощью болтов M1075 (31), M1020 (21), шайб Ф10 (27) и гаек M10 (30). Добавьте штифт с подвесным кольцом (18).
- Установите вертикальную трубу подлокотника (6) вместе с левым (4) и правым (5) подлокотниками, используя болты M8*25 (25) и шайбы Ф8 (29).

ШАГ 4.

- Прикрепите верхнюю раму (2) к спинке (9) болтами M8*95 (26) и шайбами Ф8 (29).

- Соедините трубы подлокотников (4, 5) с резиновыми ручками (10) с помощью болтов M8*65 (24) и шайб Ф8 (29).

ШАГ 5.

- Установите регулировочную раму (35) на скамью для гантелей с помощью болта M10*70 (20), шайбы Ф10 (27) и гайки M10 (30).
- Прикрепите нижнюю трубу (28) болтом M10*20 (21) и шайбой Ф10 (27).
- Установите регулировочную трубу (34), опорную трубу (33) и болт M10*65 (45) с шайбой Ф10 (27) и гайкой M10 (30).

ШАГ 6.

- Установите трубу с поролоном (9), поролоновый валик (17) и заглушку (48) на раму скамьи.
- Закрепите подушку (40, 41) болтами M865 (65), M840 (46) и шайбами Ф8 (29).

ШАГ 7.

- Соедините раму скамьи (32) с нижней опорной рамой (1) болтами M10*70 (23), большими шайбами Ф10 (44) и гайками (37).
- Установите раму для упражнений на ноги (7), поролоновый валик (17) и заглушку (48) на нижнюю опорную раму.

(DE) Montageschritte

SCHRITT 1.

- Befestigen Sie den unteren Stützrahmen (1) und das hintere Unterrohr (A-1) mit M10*95 Schrauben (19), Ф10 Unterlegscheiben (27) und M10 Muttern (30).
- Verbinden Sie den unteren Rahmen (1) mit dem oberen Stützrahmen (2) mit M10*20 Schrauben (21) und Ф10 Unterlegscheiben (27).
- Montieren Sie den oberen Stützrahmen (2) und die Rohrverbinder (A-96) mit M10*90 Schrauben (22), Ф10 Unterlegscheiben (27) und M10 Muttern (30).

SCHRITT 2.

- Verbinden Sie den oberen Stützrahmen (2) mit der Klimmzugstange (3) mit M10*20 Schrauben (21) und Ф10 Unterlegscheiben (27).

SCHRITT 3.

- Befestigen Sie das linke (4) und rechte (5) Armlehnenrohr am oberen Rahmen (2) mit M1075 Schrauben (31), M1020 Schrauben (21), Ф10 Unterlegscheiben (27) und M10 Muttern (30). Fügen Sie den Bolzen mit Aufhängeöse (18) hinzu.
- Montieren Sie das senkrechte Armlehnenrohr (6) mit den linken (4) und rechten (5) Armlehnenrohren unter Verwendung von M8*25 Schrauben (25) und Ф8 Unterlegscheiben (29).

SCHRITT 4.

- Befestigen Sie den oberen Rahmen (2) an der Rückenlehne (9)

mit M8*95 Schrauben (26) und Ф8 Unterlegscheiben (29).

- Verbinden Sie die Armlehnenrohre (4, 5) mit den Gummigriffen (10) mit M8*65 Schrauben (24) und Ф8 Unterlegscheiben (29).

SCHRITT 5.

- Montieren Sie den Einstellrahmen (35) am Hantelbankrahmen mit M10*70 Schraube (20), Ф10 Unterlegscheibe (27) und M10 Mutter (30).
- Befestigen Sie das Bodenrohr (28) mit M10*20 Schraube (21) und Ф10 Unterlegscheibe (27).
- Installieren Sie das Einstellrohr (34), das Stützrohr (33) und die M10*65 Schraube (45) mit Ф10 Unterlegscheibe (27) und M10 Mutter (30).

SCHRITT 6.

- Setzen Sie das Schaumstoffrohr (9), die Schaumstoffstange (17) und den Stopfen (48) am Bankrahmen ein.
- Montieren Sie das Polster (40, 41) mit M865 (65), M840 (46) Schrauben und Ф8 Unterlegscheiben (29).

SCHRITT 7.

- Verbinden Sie den Bankrahmen (32) mit dem unteren Stützrahmen (1) mit M10*70 Schrauben (23), großen Ф10 Unterlegscheiben (44) und Muttern (37).
- Montieren Sie den Beintrainer-Rahmen (7), die Schaumstoffstange (17) und den Stopfen (48) am unteren Stützrahmen.

(LT) Surinkimo žingsniai

1. ŽINGSNIS

- Prijunkite apatinį atraminį rėmą (1) ir galinį apatinį vamzdį (A-1) naudodami M10*95 varžtus (19), Ф10 poveržles (27) ir M10 veržles (30).
- Sujunkite apatinį rėmą (1) su viršutiniu atraminiu rėmu (2) naudodami M10*20 varžtus (21) ir Ф10 poveržles (27).
- Sumontuokite viršutinį atraminį rėmą (2) ir vamzdžių jungtis (A-96) naudodami M10*90 varžtus (22), Ф10 poveržles (27) ir M10 veržles (30).

2. ŽINGSNIS

- Sujunkite viršutinį atraminį rėmą (2) su prisitraukimų rankena (3) naudodami M10*20 varžtus (21) ir Ф10 poveržles (27).

3. ŽINGSNIS

- Prijunkite kairįjį (4) ir dešinįjį (5) porankių vamzdžius prie viršutinio rėmo (2) naudodami M1075 varžtus (31), M1020 varžtus (21), Ф10 poveržles (27) ir M10 veržles (30). Įdėkite kaištį su kilpa (18).
- Sumontuokite vertikalų porankio vamzdį (6) su kairiuoju (4) ir dešiniuoju (5) vamzdžiais naudodami M8*25 varžtus (25) ir Ф8 poveržles (29).

4. ŽINGSNIS

- Prijunkite viršutinį rėmą (2) prie atlošo (9) naudodami M8*95

varžtus (26) ir Ф8 poveržles (29).

- Sujunkite porankių vamzdžius (4, 5) su gumine rankena (10) naudodami M8*65 varžtus (24) ir Ф8 poveržles (29).

5. ŽINGSNIS

- Sumontuokite reguliuojamą rėmą (35) prie hantelių suoliuko rėmo naudodami M10*70 varžtą (20), Ф10 poveržlę (27) ir M10 veržlę (30).
- Prijunkite apatinį vamzdį (28) naudodami M10*20 varžtą (21) ir Ф10 poveržlę (27).
- Įdėkite reguliuojamą vamzdį (34), atraminį vamzdį (33) ir M10*65 varžtą (45) su Ф10 poveržle (27) ir M10 veržle (30).

6. ŽINGSNIS

- Uždėkite vamzdį su puta (9), putų strypą (17) ir dangtelį (48) ant suoliuko rėmo.
- Sumontuokite pagalvę (40, 41) naudodami M865 (65), M840 (46) varžtus ir Ф8 poveržles (29).

7. ŽINGSNIS

- Sujunkite suoliuko rėmą (32) su apatiniu atraminiu rėmu (1) naudodami M10*70 varžtus (23), didelės Ф10 poveržles (44) ir veržles (37).
- Sumontuokite kojų treniruoklio rėmą (7), putų strypą (17) ir dangtelį (48) ant apatinio atraminio rėmo.

IMPORTER / PRODUCENT

VELACO Sp. z o.o.

Świdry 104C,

21-400 Łuków

velaco.pl