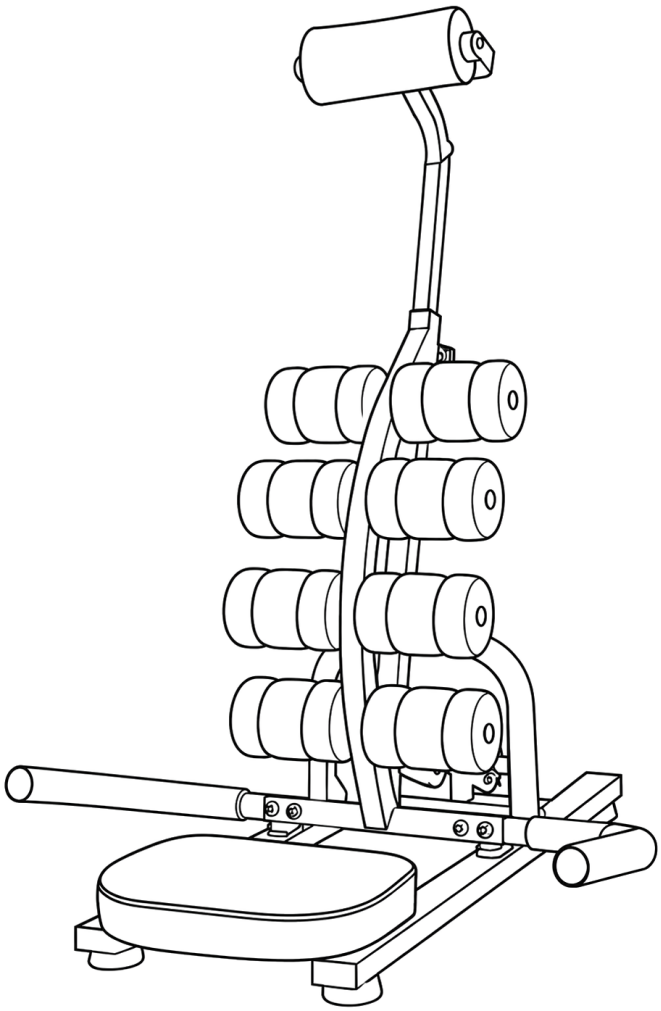
REVOGYM



RP10

velaco.pl

1

Informacje Ogólne / General Information / Všeobecné informace / Všeobecné informácie / Általános információk / Informații generale / Загальна інформація / Общая информация / Allgemeine Informationen / Bendroji informacija

(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 tartalmazzák.**
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 рекламації.

(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.**
ĮSPĖJIMAS: Nesilaikant šios instrukcijos rekomendacijų, pretenzijos gali būti atmestos.

(PL) ZALECENIA

1. Przed pierwszym użyciem upewnić się, że produkt został prawidłowo zmontowany oraz wszystkie śruby i elementy regulacyjne są odpowiednio dokręcone.
2. Przed każdym treningiem sprawdzić stabilność konstrukcji oraz stan blokad, rolek, uchwytów i pozostałych elementów ruchomych.
3. Produkt należy użytkować wyłącznie na stabilnym, równym i twardym podłożu.
4. Nie przekraczać maksymalnego dopuszczalnego obciążenia.
5. Korzystać z produktu wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem i wykonywać ćwiczenia w sposób kontrolowany.
6. Przed rozpoczęciem treningu zaleca się wykonanie rozgrzewki, a po jego zakończeniu ćwiczeń rozluźniających.
7. W przypadku wystąpienia bólu, zawrotów głowy, nudności lub innych niepokojących objawów należy natychmiast przerwać ćwiczenia.
8. Nie używać produktu, jeśli jakikolwiek element jest uszkodzony, poluzowany lub nosi ślady nadmiernego zużycia.
9. Nie dokonywać samodzielnych przeróbek konstrukcji ani nie stosować nieoryginalnych części zamiennych.
10. Podczas regulacji ustawień upewnić się, że wszystkie blokady zostały prawidłowo zabezpieczone przed rozpoczęciem ćwiczeń.
11. Produkt przeznaczony jest do użytku domowego i powinien być używany przez jedną osobę jednocześnie.
12. Dzieci nie powinny korzystać z produktu ani przebywać w jego pobliżu bez nadzoru osoby dorosłej.
13. Produkt należy czyścić miękką, lekko wilgotną ściereczką z użyciem łagodnych środków czyszczących.
14. Nie stosować środków ściernych, rozpuszczalników, alkoholu ani preparatów zawierających substancje żrące.
15. Po zakończeniu treningu usuwać z powierzchni produktu pot oraz zabrudzenia, aby ograniczyć ryzyko przedwczesnego zużycia materiałów.
16. Okresowo kontrolować dokręcenie wszystkich połączeń śrubowych oraz stan elementów konstrukcyjnych i w razie potrzeby je dokręcić.
17. Produkt przechowywać w suchym miejscu, chroniąc go przed wilgocią, bezpośrednim działaniem promieni słonecznych oraz źródłami ciepła.
18. Przed rozpoczęciem programu ćwiczeń osoby z problemami zdrowotnymi lub mające jakiekolwiek przeciwwskazania powinny skonsultować się z lekarzem.

(EN) RECOMMENDATIONS

1. Before first use, ensure that the product has been assembled correctly and that all screws and adjustment components are properly tightened.
2. Before each workout, check the stability of the structure and inspect the locks, rollers, handles, and all other moving parts.
3. Use the product only on a stable, level, and hard surface.
4. Do not exceed the maximum permitted load.
5. Use the product only for its intended purpose and perform exercises in a controlled manner.
6. Before starting your workout, perform a warm-up, and after training, carry out appropriate cool-down and stretching exercises.
7. If you experience pain, dizziness, nausea, or any other concerning symptoms, stop exercising immediately.
8. Do not use the product if any component is damaged, loose, or shows signs of excessive wear.
9. Do not modify the structure or use non-original replacement parts.
10. When adjusting the settings, ensure that all locking mechanisms are securely fastened before starting your workout.
11. The product is intended for home use and should be used by one person at a time.
12. Children must not use the product or remain near it without adult supervision.
13. Clean the product with a soft, slightly damp cloth and mild cleaning agents.
14. Do not use abrasive cleaners, solvents, alcohol, or products containing corrosive substances.
15. After each workout, remove sweat and dirt from the product to reduce the risk of premature material wear.
16. Periodically check that all bolted connections are tight and inspect the condition of all structural components. Tighten them if necessary.
17. Store the product in a dry place, protected from moisture, direct sunlight, and heat sources.
18. Before starting an exercise program, individuals with medical conditions or any health-related contraindications should consult a physician.

(CS) DOPORUČENÍ

1. Před prvním použitím se ujistěte, že je výrobek správně sestaven a že jsou všechny šrouby a nastavovací prvky řádně dotaženy.
2. Před každým cvičením zkontrolujte stabilitu konstrukce a stav zámků, kladek, úchytů a ostatních pohyblivých částí.
3. Výrobek používejte pouze na stabilním, rovném a pevném povrchu.
4. Nepřekračujte maximální přípustné zatížení.
5. Používejte výrobek pouze k určenému účelu a cvičení provádějte kontrolovaným způsobem.
6. Před zahájením cvičení proveďte zahřátí a po jeho ukončení zařaďte uvolňovací a protahovací cviky.
7. Pokud se objeví bolest, závratě, nevolnost nebo jiné znepokojivé příznaky, okamžitě cvičení přerušte.
8. Nepoužívejte výrobek, pokud je jakákoli jeho část poškozená, uvolněná nebo vykazuje známky nadměrného opotřebení.
9. Neprovádějte žádné úpravy konstrukce ani nepoužívejte neoriginální náhradní díly.
10. Při nastavování se ujistěte, že jsou všechny zajišťovací mechanismy před zahájením cvičení správně zajištěny.
11. Výrobek je určen pro domácí použití a může jej současně používat pouze jedna osoba.
12. Děti nesmí výrobek používat ani se pohybovat v jeho blízkosti bez dozoru dospělé osoby.
13. Výrobek čistěte měkkým, lehce navlhčeným hadříkem a jemnými čisticími prostředky.
14. Nepoužívejte abrazivní čisticí prostředky, rozpouštědla, alkohol ani přípravky obsahující žíravé látky.
15. Po každém cvičení odstraňte z povrchu výrobku pot a nečistoty, abyste omezili riziko předčasného opotřebení materiálů.
16. Pravidelně kontrolujte dotažení všech šroubových spojů a stav konstrukčních prvků. V případě potřeby je dotáhněte.
17. Výrobek skladujte na suchém místě, chraňte jej před vlhkostí, přímým slunečním zářením a zdroji tepla.
18. Před zahájením cvičebního programu by se osoby se zdravotními problémy nebo jakýmikoli zdravotními kontraindikacemi měly poradit s lékařem.

(SK) ODPORÚČANIA

1. Pred prvým použitím sa uistite, že je výrobok správne zmontovaný a že všetky skrutky a nastavovacie prvky sú riadne dotiahnuté.
2. Pred každým tréningom skontrolujte stabilitu konštrukcie a stav poistiek, kladiek, úchytov a ostatných pohyblivých častí.
3. Výrobok používajte iba na stabilnom, rovnom a pevnom povrchu.
4. Neprekračujte maximálne prípustné zaťaženie.
5. Výrobok používajte výlučne na určený účel a cvičenia vykonávajte kontrolovaným spôsobom.
6. Pred začiatkom tréningu vykonajte rozcvičku a po jeho ukončení zaraďte uvoľňovacie a strečingové cvičenia.
7. Ak sa objaví bolesť, závraty, nevoľnosť alebo iné znepokojujúce príznaky, okamžite prerušte cvičenie.
8. Výrobok nepoužívajte, ak je akákoľvek jeho časť poškodená, uvoľnená alebo vykazuje známky nadmerného opotrebenia.
9. Nevykonávajte žiadne úpravy konštrukcie ani nepoužívajte neoriginálne náhradné diely.
10. Pri nastavovaní sa uistite, že všetky zaisťovacie mechanizmy sú pred začiatkom cvičenia správne zaistené.
11. Výrobok je určený na domáce použitie a súčasne ho môže používať iba jedna osoba.
12. Deti nesmú výrobok používať ani sa zdržiavať v jeho blízkosti bez dozoru dospelej osoby.
13. Výrobok čistite mäkkou, mierne navlhčenou handričkou a jemnými čistiacimi prostriedkami.
14. Nepoužívajte abrazívne čistiace prostriedky, rozpúšťadlá, alkohol ani prípravky obsahujúce žieravé látky.
15. Po každom tréningu odstráňte z povrchu výrobku pot a nečistoty, aby ste znížili riziko predčasného opotrebenia materiálov.
16. Pravidelne kontrolujte dotiahnutie všetkých skrutkových spojov a stav konštrukčných prvkov. V prípade potreby ich dotiahnite.
17. Výrobok skladujte na suchom mieste, chráňte ho pred vlhkosťou, priamym slnečným žiarením a zdrojmi tepla.
18. Pred začatím cvičebného programu by sa osoby so zdravotnými problémami alebo akýmikoľvek zdravotnými kontraindikáciami mali poradiť s lekárom.

(HU) AJÁNLÁSOK

1. Az első használat előtt győződjön meg arról, hogy a termék megfelelően van összeszerelve, valamint hogy minden csavar és állítóelem megfelelően meg van húzva.
2. Minden edzés előtt ellenőrizze a szerkezet stabilitását, valamint a reteszek, görgők, fogantyúk és egyéb mozgó alkatrészek állapotát.
3. A terméket kizárólag stabil, sík és szilárd felületen használja.
4. Ne lépje túl a megengedett legnagyobb terhelést.
5. A terméket kizárólag rendeltetésszerűen használja, és a gyakorlatokat kontrollált módon végezze.
6. Az edzés megkezdése előtt végezzen bemelegítést, az edzés befejezése után pedig levezető és nyújtó gyakorlatokat.
7. Fájdalom, szédülés, hányinger vagy bármilyen egyéb aggasztó tünet jelentkezése esetén azonnal hagyja abba az edzést.
8. Ne használja a terméket, ha bármely alkatrésze sérült, meglazult vagy túlzott kopás jeleit mutatja.
9. Ne módosítsa a szerkezetet, és ne használjon nem eredeti pótalkatrészeket.
10. Beállításkor győződjön meg arról, hogy minden rögzítőelem megfelelően rögzítve van az edzés megkezdése előtt.
11. A termék otthoni használatra készült, és egyszerre csak egy személy használhatja.
12. Gyermekek felnőtt felügyelete nélkül nem használhatják a terméket, és nem tartózkodhatnak annak közelében.
13. A terméket puha, enyhén nedves ruhával és kímélő tisztítószerekkel tisztítsa.
14. Ne használjon súrolószereket, oldószereket, alkoholt vagy maró hatású anyagokat tartalmazó tisztítószereket.
15. Minden edzés után távolítsa el a verejtéket és a szennyeződéseket a termék felületéről, hogy csökkentse az anyagok idő előtti elhasználódásának kockázatát.
16. Rendszeresen ellenőrizze az összes csavarkötés meghúzását és a szerkezeti elemek állapotát. Szükség esetén húzza meg a csavarokat.
17. A terméket száraz helyen tárolja, védje a nedvességtől, a közvetlen napfénytől és a hőforrásoktól.
18. Az edzésprogram megkezdése előtt az egészségügyi problémákkal vagy bármilyen ellenjavallattal rendelkező személyek konzultáljanak orvosukkal.

(RO) RECOMANDĂRI

1. Înainte de prima utilizare, asigurați-vă că produsul este montat corect și că toate șuruburile și elementele de reglaj sunt strânse corespunzător.
2. Înainte de fiecare antrenament, verificați stabilitatea construcției și starea sistemelor de blocare, a rolelor, a mânerelor și a celorlalte componente mobile.
3. Utilizați produsul numai pe o suprafață stabilă, plană și solidă.
4. Nu depășiți sarcina maximă admisă.
5. Utilizați produsul numai conform destinației sale și efectuați exercițiile într-un mod controlat.
6. Înainte de începerea antrenamentului efectuați exerciții de încălzire, iar după terminarea acestuia exerciții de relaxare și întindere.
7. Dacă apar dureri, amețeli, greață sau orice alte simptome îngrijorătoare, întrerupeți imediat exercițiile.
8. Nu utilizați produsul dacă orice componentă este deteriorată, slăbită sau prezintă semne de uzură excesivă.
9. Nu modificați construcția produsului și nu utilizați piese de schimb neoriginale.
10. În timpul reglării, asigurați-vă că toate mecanismele de blocare sunt fixate corespunzător înainte de începerea exercițiilor.
11. Produsul este destinat utilizării casnice și poate fi folosit de o singură persoană la un moment dat.
12. Copiii nu trebuie să utilizeze produsul și nici să se afle în apropierea acestuia fără supravegherea unui adult.
13. Curățați produsul cu o lavetă moale, ușor umezită și cu agenți de curățare blânzi.
14. Nu utilizați produse abrazive, solvenți, alcool sau substanțe de curățare care conțin agenți corozivi.
15. După fiecare antrenament, îndepărtați transpirația și murdăria de pe suprafața produsului pentru a reduce riscul uzurii premature a materialelor.
16. Verificați periodic strângerea tuturor îmbinărilor cu șuruburi și starea elementelor structurale. Dacă este necesar, strângeți-le.
17. Depozitați produsul într-un loc uscat, ferit de umiditate, de lumina directă a soarelui și de surse de căldură.
18. Înainte de începerea unui program de exerciții, persoanele cu probleme de sănătate sau cu orice contraindicații medicale trebuie să consulte un medic.

(UA) РЕКОМЕНДАЦІЇ

1. Перед першим використанням переконайтеся, що виріб правильно зібраний, а всі гвинти та елементи регулювання надійно затягнуті.
2. Перед кожним тренуванням перевіряйте стійкість конструкції, а також стан фіксаторів, роликів, ручок та інших рухомих елементів.
3. Використовуйте виріб лише на рівній, твердій і стійкій поверхні.
4. Не перевищуйте максимально допустиме навантаження.
5. Використовуйте виріб лише за призначенням і виконуйте вправи контрольовано.
6. Перед початком тренування виконайте розминку, а після його завершення — вправи на розслаблення та розтягування.
7. У разі появи болю, запаморочення, нудоти або інших тривожних симптомів негайно припиніть тренування.
8. Не використовуйте виріб, якщо будь-який його елемент пошкоджений, ослаблений або має ознаки надмірного зношення.
9. Не змінюйте конструкцію виробу та не використовуйте неоригінальні запасні частини.
10. Під час регулювання переконайтеся, що всі фіксувальні механізми надійно закріплені перед початком тренування.
11. Виріб призначений для домашнього використання та одночасного користування лише однією особою.
12. Дітям заборонено користуватися виробом або перебувати поруч із ним без нагляду дорослих.
13. Очищуйте виріб м’якою злегка вологою тканиною та м’якими мийними засобами.
14. Не використовуйте абразивні засоби, розчинники, спирт або засоби, що містять агресивні хімічні речовини.
15. Після кожного тренування видаляйте з поверхні виробу піт і забруднення, щоб зменшити ризик передчасного зношення матеріалів.
16. Регулярно перевіряйте затягування всіх різьбових з’єднань і стан конструктивних елементів. За потреби підтягніть їх.
17. Зберігайте виріб у сухому місці, захищеному від вологи, прямих сонячних променів і джерел тепла.
18. Перед початком програми тренувань особам із захворюваннями або будь-якими медичними протипоказаннями слід проконсультуватися з лікарем.

(RU) РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Перед первым использованием убедитесь, что изделие правильно собрано, а все винты и регулировочные элементы надежно затянуты.
2. Перед каждой тренировкой проверяйте устойчивость конструкции, а также состояние фиксаторов, роликов, рукояток и других подвижных элементов.
3. Используйте изделие только на устойчивой, ровной и твердой поверхности.
4. Не превышайте максимально допустимую нагрузку.
5. Используйте изделие только по назначению и выполняйте упражнения контролируемым образом.
6. Перед началом тренировки выполните разминку, а после её окончания — упражнения на расслабление и растяжку.
7. При появлении боли, головокружения, тошноты или других тревожных симптомов немедленно прекратите тренировку.
8. Не используйте изделие, если какой-либо его элемент поврежден, ослаблен или имеет признаки чрезмерного износа.
9. Не вносите изменения в конструкцию изделия и не используйте неоригинальные запасные части.
10. При регулировке убедитесь, что все фиксирующие механизмы надежно закреплены перед началом тренировки.
11. Изделие предназначено для домашнего использования и одновременного использования только одним человеком.
12. Детям запрещается пользоваться изделием или находиться рядом с ним без присмотра взрослых.
13. Очищайте изделие мягкой слегка влажной тканью и мягкими чистящими средствами.
14. Не используйте абразивные чистящие средства, растворители, спирт или средства, содержащие агрессивные химические вещества.
15. После каждой тренировки удаляйте с поверхности изделия пот и загрязнения, чтобы снизить риск преждевременного износа материалов.
16. Регулярно проверяйте затяжку всех резьбовых соединений и состояние конструктивных элементов. При необходимости подтяните их.
17. Храните изделие в сухом месте, защищенном от влаги, прямых солнечных лучей и источников тепла.
18. Перед началом программы тренировок лицам с заболеваниями или любыми медицинскими противопоказаниями следует проконсультироваться с врачом.

(DE) EMPFEHLUNGEN

1. Vergewissern Sie sich vor der ersten Verwendung, dass das Produkt ordnungsgemäß montiert ist und alle Schrauben sowie Einstellelemente fest angezogen sind.
2. Überprüfen Sie vor jedem Training die Stabilität der Konstruktion sowie den Zustand der Verriegelungen, Rollen, Griffe und aller weiteren beweglichen Teile.
3. Verwenden Sie das Produkt ausschließlich auf einer stabilen, ebenen und festen Oberfläche.
4. Überschreiten Sie nicht die maximal zulässige Belastung.
5. Verwenden Sie das Produkt ausschließlich bestimmungsgemäß und führen Sie die Übungen kontrolliert aus.
6. Führen Sie vor dem Training Aufwärmübungen und nach dem Training Lockerungs- sowie Dehnübungen durch.
7. Brechen Sie das Training sofort ab, wenn Schmerzen, Schwindel, Übelkeit oder andere besorgniserregende Symptome auftreten.
8. Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn ein Bauteil beschädigt, locker oder übermäßig verschlissen ist.
9. Nehmen Sie keine Veränderungen an der Konstruktion vor und verwenden Sie keine nicht originalen Ersatzteile.
10. Stellen Sie bei der Einstellung sicher, dass alle Verriegelungsmechanismen vor Beginn des Trainings ordnungsgemäß gesichert sind.
11. Das Produkt ist für den Heimgebrauch bestimmt und darf jeweils nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.
12. Kinder dürfen das Produkt nicht benutzen und sich ohne Aufsicht einer erwachsenen Person nicht in seiner Nähe aufhalten.
13. Reinigen Sie das Produkt mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch und milden Reinigungsmitteln.
14. Verwenden Sie keine scheuernden Reinigungsmittel, Lösungsmittel, Alkohol oder Reinigungsmittel mit ätzenden Inhaltsstoffen.
15. Entfernen Sie nach jedem Training Schweiß und Verschmutzungen von der Oberfläche des Produkts, um das Risiko eines vorzeitigen Materialverschleißes zu verringern.
16. Überprüfen Sie regelmäßig den festen Sitz aller Schraubverbindungen sowie den Zustand der Konstruktionselemente. Ziehen Sie diese bei Bedarf nach.
17. Lagern Sie das Produkt an einem trockenen Ort und schützen Sie es vor Feuchtigkeit, direkter Sonneneinstrahlung und Wärmequellen.
18. Personen mit gesundheitlichen Beschwerden oder sonstigen medizinischen Kontraindikationen sollten vor Beginn eines Trainingsprogramms einen Arzt konsultieren.

(LT) REKOMENDACIJOS

1. Prieš pirmą naudojimą įsitikinkite, kad gaminys yra tinkamai surinktas, o visi varžtai ir reguliavimo elementai yra tvirtai priveržti.
2. Prieš kiekvieną treniruotę patikrinkite konstrukcijos stabilumą, fiksatorių, ratukų, rankenų ir kitų judančių dalių būklę.
3. Gaminį naudokite tik ant stabilaus, lygaus ir tvirto paviršiaus.
4. Neviršykite didžiausios leistinos apkrovos.
5. Gaminį naudokite tik pagal paskirtį ir pratimus atlikite kontroliuojamai.
6. Prieš treniruotę atlikite apšilimą, o po jos – atsipalaidavimo ir tempimo pratimus.
7. Pajutę skausmą, galvos svaigimą, pykinimą ar kitus nerimą keliančius simptomus, nedelsdami nutraukite treniruotę.
8. Nenaudokite gaminio, jei kuri nors jo dalis yra pažeista, atsilaisvinusi arba turi per didelio nusidėvėjimo požymių.
9. Nemodifikuokite gaminio konstrukcijos ir nenaudokite neoriginalių atsarginių dalių.
10. Reguliuodami įsitikinkite, kad visi fiksavimo mechanizmai prieš pradedant treniruotę yra tinkamai užfiksuoti.
11. Gaminys skirtas naudoti namuose, juo vienu metu gali naudotis tik vienas asmuo.
12. Vaikams draudžiama naudotis gaminiu arba būti šalia jo be suaugusiųjų priežiūros.
13. Valykite gaminį minkšta, šiek tiek sudrėkinta šluoste ir švelniomis valymo priemonėmis.
14. Nenaudokite abrazyvinių valiklių, tirpiklių, alkoholio ar valymo priemonių, kurių sudėtyje yra ėsdinančių medžiagų.
15. Po kiekvienos treniruotės nuo gaminio paviršiaus nuvalykite prakaitą ir nešvarumus, kad sumažintumėte priešlaikinio medžiagų nusidėvėjimo riziką.
16. Reguliariai tikrinkite visų varžtinių jungčių priveržimą ir konstrukcinių elementų būklę. Jei reikia, juos priveržkite.
17. Laikykite gaminį sausoje vietoje, saugokite nuo drėgmės, tiesioginių saulės spindulių ir šilumos šaltinių.
18. Prieš pradėdami treniruočių programą, asmenys, turintys sveikatos sutrikimų ar kitų medicininių kontraindikacijų, turėtų pasitarti su gydytoju.

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.

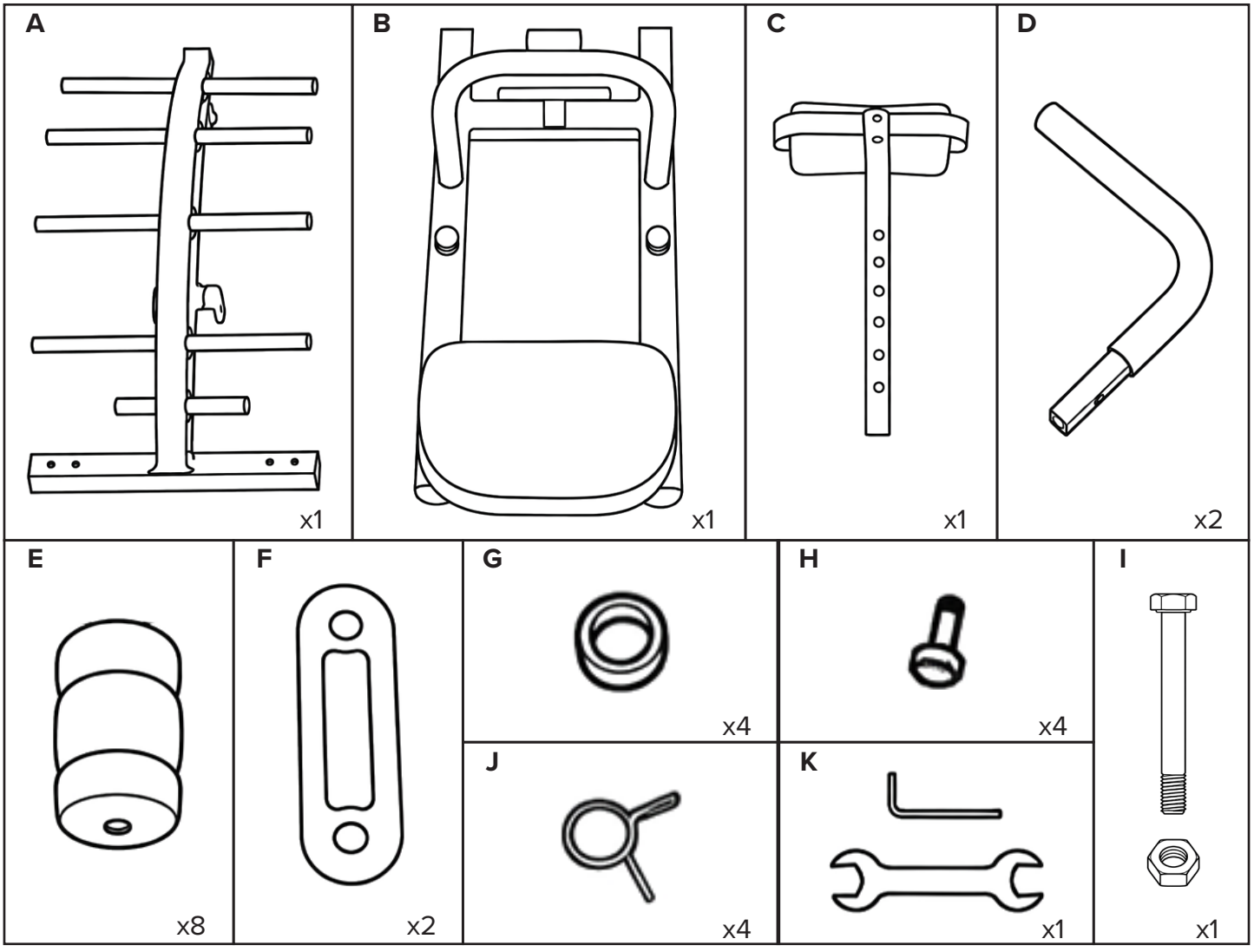
(UA) Наведені елементи та схеми складання мають ознайомчий характер. Реальний продукт може дещо відрізнятися від ілюстрацій, а вміст упаковки може відрізнятися від поданих зображень.

(RU) Представленные элементы и схемы сборки носят ознакомительный характер. Реальный продукт может незначительно отличаться от изображений, а комплект поставки может отличаться от представленных рисунков.

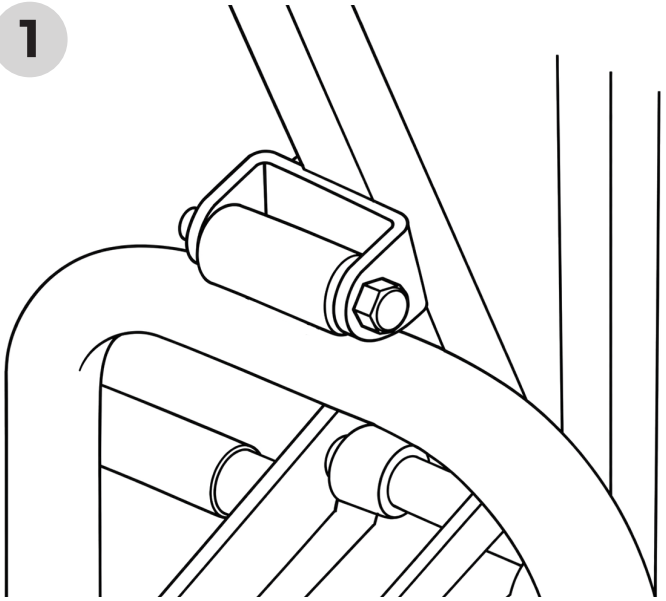
(DE) Die dargestellten Teile und Montageschemata dienen nur zur Veranschaulichung. Das tatsächliche Produkt kann geringfügig von den Abbildungen abweichen, und der Packungsinhalt kann von den dargestellten Zeichnungen unterschiedlich sein.

(LT) Pateikti elementai ir surinkimo schemos yra tik iliustracinio pobūdžio. Tikrasis gaminys gali šiek tiek skirtis nuo iliustracijų, o pakuotės turinys gali neatitikti pateiktų brėžinių.

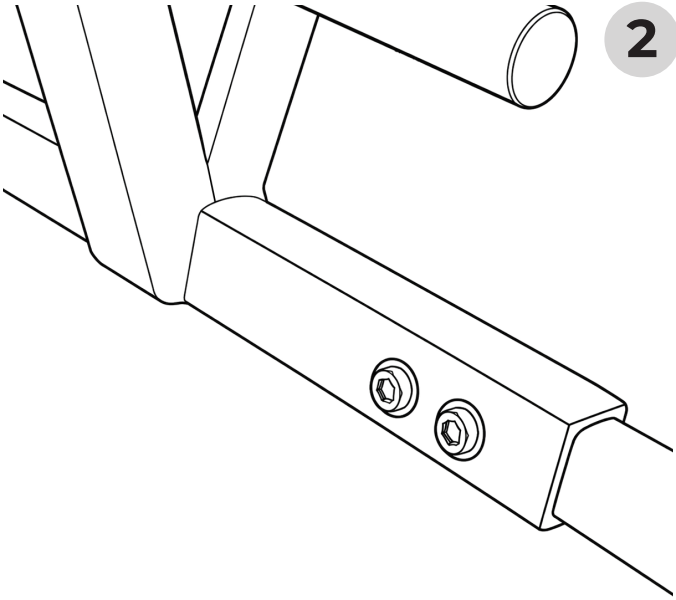
ELEMENTY PRODUKTU / PRODUCT COMPONENTS / PRVKY PRODUKTU / PRVKY PRODUKTU / A TERMÉK ELEMEI / ELEMENTELE PRODUSULUI / ЕЛЕМЕНТИ ПРОДУКТУ / ЭЛЕМЕНТЫ ПРОДУКТА / PRODUKTELEMENTE / PRODUKTO ELEMENTAI



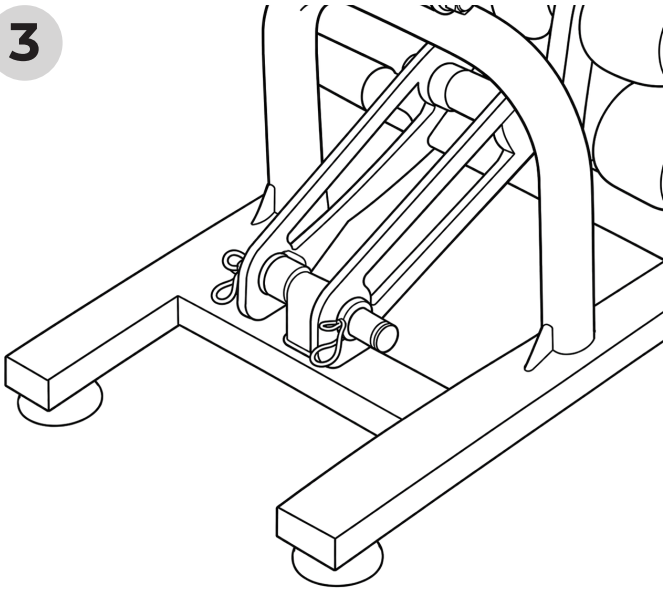
1



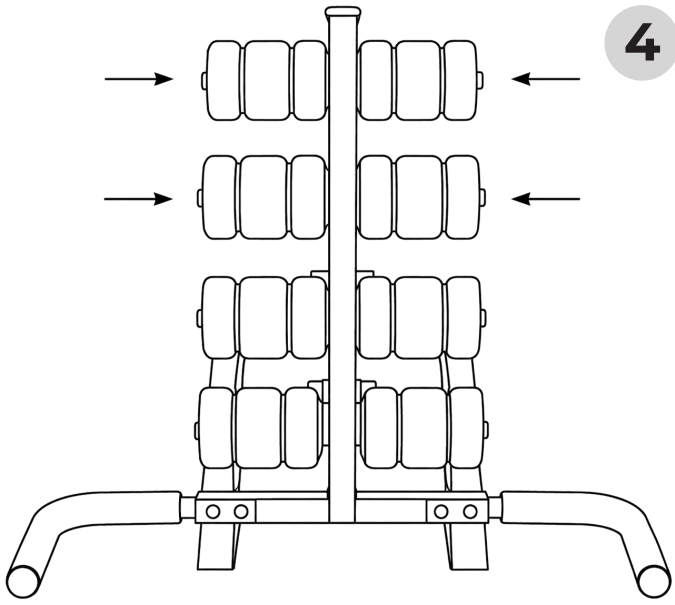
2



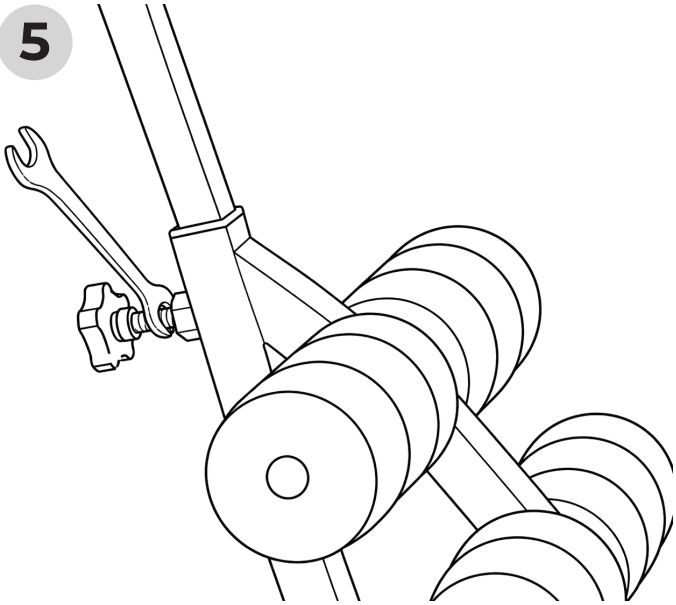
3



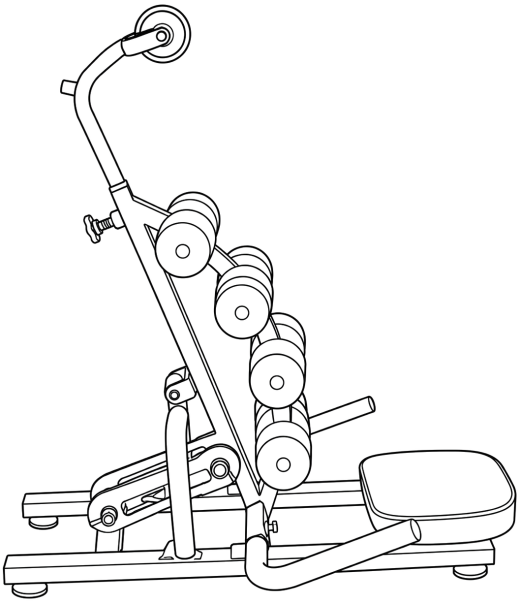
4



5



6



(PL) KROKI MONTAŻU

KROK 1.
Połącz ramę główną (B) z ramą podporową (A), wsuwając elementy montażowe w odpowiednie gniazda. Następnie zabezpiecz połączenie za pomocą śruby (I).
KROK 2.
Wsuń oba uchwyty (D) w gniazda znajdujące się w dolnej części ramy podporowej (A). Przykręć uchwyty śrubami (H).
KROK 3.
Na wystające trzpienie ramy podporowej zamontuj tuleje (G), a następnie załóż gumowe paski (F). Całość zabezpiecz klamrami (J).
KROK 4.
Nasuwaj piankowe wałki (E) na trzpienie ramy podporowej.
KROK 5.
Umieść zagłówek (C) w prowadnicy znajdującej się w górnej części ramy. Ustaw odpowiednią wysokość i zablokuj zagłówek w wybranym otworze regulacyjnym.
KROK 6.
Sprawdź dokręcenie połączeń oraz stabilność konstrukcji.

(CS) KROKY MONTÁŽE

KROK 1.
Spojte hlavní rám (B) s podpěrným rámem (A) zasunutím montážních prvků do příslušných otvorů. Poté spoj zajistěte šroubem (I).
KROK 2.
Zasuňte obě rukojeti (D) do otvorů umístěných ve spodní části podpěrného rámu (A). Rukojeti přišroubujte šrouby (H).
KROK 3.
Na vyčnívající čepy podpěrného rámu nasaďte pouzdra (G) a poté navlékněte gumové pásky (F). Celou sestavu zajistěte sponami (J).
KROK 4.
Nasuňte pěnové válce (E) na čepy podpěrného rámu.
KROK 5.
Vložte opěrku hlavy (C) do vodicí lišty umístěné v horní části rámu. Nastavte požadovanou výšku a zajistěte opěrku v zvoleném nastavovacím otvoru.
KROK 6.
Zkontrolujte dotažení všech spojů a stabilitu celé konstrukce.

(HU) SZERELÉSI LÉPÉSEK

1. LÉPÉS
Csatlakoztassa a fővázat (B) a tartóvázhoz (A) úgy, hogy a szerelőelemeket a megfelelő nyílásokba illeszti. Ezután rögzítse a csatlakozást a (I) csavarral.
2. LÉPÉS
Helyezze be mindkét fogantyút (D) a tartóváz (A) alsó részén található nyílásokba. Rögzítse a fogantyúkat a (H) csavarokkal.
3. LÉPÉS
Helyezze fel a perselyeket (G) a tartóváz kiálló csapjaira, majd húzza rá a gumiszalagokat (F). Az egész szerkezetet rögzítse a (J) rögzítőkapcsokkal.
4. LÉPÉS
Húzza rá a habszivacs hengereket (E) a tartóváz csapjaira.
5. LÉPÉS
Helyezze a fejtámlát (C) a váz felső részén található vezetősínbe. Állítsa be a kívánt magasságot, majd rögzítse a kiválasztott állítófuratban.
6. LÉPÉS
Ellenőrizze az összes csatlakozás megfelelő meghúzását és a teljes szerkezet stabilitását.

(UA) Кроки складання

КРОК 1.
З'єднайте основну раму (B) з опорною рамою (A), вставивши монтажні елементи у відповідні отвори. Потім закріпіть з'єднання гвинтом (I).
КРОК 2.
Вставте обидві ручки (D) в отвори, розташовані в нижній частині опорної рами (A). Закріпіть ручки гвинтами (H).
КРОК 3.
Встановіть втулки (G) на виступаючі штифти опорної рами, після чого надягніть гумові стрічки (F). Зафіксуйте всю конструкцію стопорними затискачами (J).

(EN) ASSEMBLY STEPS

STEP 1.
Connect the main frame (B) to the support frame (A) by inserting the mounting parts into the corresponding sockets. Then secure the connection using bolt (I).
STEP 2.
Insert both handles (D) into the sockets located at the bottom of the support frame (A). Fasten the handles with bolts (H).
STEP 3.
Install the sleeves (G) onto the protruding pins of the support frame, then fit the rubber straps (F). Secure the assembly with retaining clips (J).
STEP 4.
Slide the foam rollers (E) onto the pins of the support frame.
STEP 5.
Insert the headrest (C) into the guide located at the top of the frame. Adjust it to the desired height and lock it in the selected adjustment hole.
STEP 6.
Check that all connections are securely tightened and verify the stability of the assembled structure.

(SK) KROKY MONTÁŽE

KROK 1.
Spojte hlavný rám (B) s podporným rámom (A) zasunutím montážnych prvkov do príslušných otvorov. Následne spoj zaistite skrutkou (I).
KROK 2.
Zasuňte obe rukoväte (D) do otvorov nachádzajúcich sa v spodnej časti podporného rámu (A). Rukoväte priskrutkujte skrutkami (H).
KROK 3.
Na vyčnievajúce čapy podporného rámu nasaďte puzdrá (G) a následne navlečte gumové pásky (F). Celú zostavu zaistite sponami (J).
KROK 4.
Nasuňte penové valce (E) na čapy podporného rámu.
KROK 5.
Vložte opierku hlavy (C) do vodiacej lišty umiestnenej v hornej časti rámu. Nastavte požadovanú výšku a zaistite opierku vo vybranom nastavovacom otvore.
KROK 6.
Skontrolujte dotiahnutie všetkých spojov a stabilitu celej konštrukcie.

(RO) PAȘII DE ASAMBLARE

PASUL 1.
Conectați cadrul principal (B) la cadrul de susținere (A), introducând elementele de montaj în locașurile corespunzătoare. Apoi fixați îmbinarea cu șurubul (I).
PASUL 2.
Introduceți ambele mânere (D) în locașurile aflate în partea inferioară a cadrului de susținere (A). Fixați mânerele cu șuruburile (H).
PASUL 3.
Montați bucșele (G) pe pinii proeminenți ai cadrului de susținere, apoi montați benzile din cauciuc (F). Asigurați întregul ansamblu cu clemele (J).
PASUL 4.
Glisați rolele din spumă (E) pe pinii cadrului de susținere.
PASUL 5.
Introduceți tetiera (C) în ghidajul aflat în partea superioară a cadrului. Reglați înălțimea dorită și fixați tetiera în orificiul de reglare ales.
PASUL 6.
Verificați dacă toate îmbinările sunt strânse corespunzător și dacă întreaga construcție este stabilă.

(RU) Шаги сборки

ШАГ 1.
Соедините основную раму (B) с опорной рамой (A), вставив монтажные элементы в соответствующие отверстия. Затем закрепите соединение винтом (I).
ШАГ 2.
Вставьте обе рукоятки (D) в отверстия, расположенные в нижней части опорной рамы (A). Закрепите рукоятки винтами (H).
ШАГ 3.
Установите втулки (G) на выступающие штифты опорной рамы, затем наденьте резиновые ленты (F). Зафиксируйте всю конструкцию стопорными зажимами (J).

КРОК 4.
Надягніть пінні валики (E) на штифти опорної рами.
КРОК 5.
Вставте підголівник (C) у напрямну, розташовану у верхній частині рами. Відрегулюйте потрібну висоту та зафіксуйте підголівник у вибраному регулювальному отворі.
КРОК 6.
Перевірте надійність затягування всіх з'єднань і стійкість усієї конструкції.

(DE) Montageschritte

SCHRITT 1.
Verbinden Sie den Hauptrahmen (B) mit dem Tragrahmen (A), indem Sie die Montageteile in die entsprechenden Aufnahmen einsetzen. Sichern Sie die Verbindung anschließend mit der Schraube (I).
SCHRITT 2.
Stecken Sie beide Griffe (D) in die Aufnahmen im unteren Bereich des Tragrahmens (A). Befestigen Sie die Griffe mit den Schrauben (H).
SCHRITT 3.
Setzen Sie die Buchsen (G) auf die hervorstehenden Bolzen des Tragrahmens auf und ziehen Sie anschließend die Gummibänder (F) darüber. Sichern Sie die gesamte Baugruppe mit den Sicherungsklammern (J).
SCHRITT 4.
Schieben Sie die Schaumstoffrollen (E) auf die Bolzen des Tragrahmens.
SCHRITT 5.
Setzen Sie die Kopfstütze (C) in die Führung im oberen Bereich des Rahmens ein. Stellen Sie die gewünschte Höhe ein und fixieren Sie die Kopfstütze in der gewählten Einstellbohrung.
SCHRITT 6.
Überprüfen Sie den festen Sitz aller Verbindungen sowie die Stabilität der gesamten Konstruktion.

ШАГ 4.
Наденьте поролоновые валики (E) на штифты опорной рамы.
ШАГ 5.
Вставьте подголовник (C) в направляющую, расположенную в верхней части рамы. Отрегулируйте необходимую высоту и зафиксируйте подголовник в выбранном регулировочном отверстии.
ШАГ 6.
Проверьте надежность затяжки всех соединений и устойчивость всей конструкции.

(LT) Surinkimo žingsniai

1 ŽINGSNIS.
Sujunkite pagrindinį rėmą (B) su atraminiu rėmu (A), įstatydami tvirtinimo elementus į atitinkamas angas. Tada pritvirtinkite jungtį varžtu (I).
2 ŽINGSNIS.
Įstatykite abi rankenas (D) į angas, esančias apatinėje atraminio rėmo (A) dalyje. Rankenas pritvirtinkite varžtais (H).
3 ŽINGSNIS.
Uždėkite įvores (G) ant išsikišusių atraminio rėmo kaiščių, tada užmaukite gumines juostas (F). Visą mazgą užfiksuokite fiksavimo spaustukais (J).
4 ŽINGSNIS.
Užmaukite putplasčio volelius (E) ant atraminio rėmo kaiščių.
5 ŽINGSNIS.
Įstatykite galvos atramą (C) į kreiptuvą, esantį viršutinėje rėmo dalyje. Nustatykite norimą aukštį ir užfiksuokite galvos atramą pasirinktame reguliavimo taške.
6 ŽINGSNIS.
Patikrinkite, ar visos jungtys yra tinkamai priveržtos, ir įsitikinkite, kad visa konstrukcija yra stabili.

REVOGYM

IMPORTER / PRODUCENT

VELACO Sp. z o.o.
Świdry 104C,
21-400 Łuków
velaco.pl