



## **Návod k obsluze**

**Posilovací stroj BH FITNESS L250 roznožování/snožování**

## BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Před montáží a používáním trenažéru si prosím pečlivě přečtete tyto pokyny. Obsahují důležité informace pro vaši bezpečnost a pro používání a údržbu trenažéru.

Pokyny uschovejte pro budoucí využití a rady k údržbě i pro objednávání náhradních dílů.



### **POZOR:**

- Toto zařízení lze používat pouze k určenému účelu, tj. fyzickému cvičení.

Jakékoli jiné použití trenažéru je zakázáno a může být nebezpečné. Výrobce neodpovídá za poškození nebo zranění způsobená nesprávným používáním zařízení.

- Zařízení používejte na pevném a rovném povrchu.
- Kolem trenažéru musí zůstat alespoň 0,5 metru volného prostoru.
- Zařízení je navrženo v souladu s nejnovějšími bezpečnostními normami.
- Toto zařízení vyhovuje normě EN 957. Je vhodné pro profesionální použití s hmotností uživatele do 150 kg.

Nesprávné opravy a/nebo úpravy trenažéru (např. odstranění dílů) mohou ohrozit bezpečnost uživatele.

- Poškozené součásti mohou ohrozit vaši bezpečnost a/nebo snížit životnost zařízení.

Z tohoto důvodu musí být poškozené díly neprodleně vyměněny a zařízení nesmí být používáno, dokud není opraveno. Používejte pouze originální náhradní díly BH.

- Pokud je zařízení pravidelně používáno, důkladně kontrolujte všechny součásti každé 1 - 2 měsíce a věnujte zvláštní pozornost dotažení matic a šroubů.

- Před zahájením cvičební se poradte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.

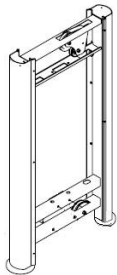
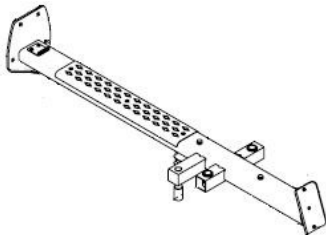

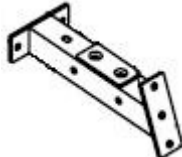
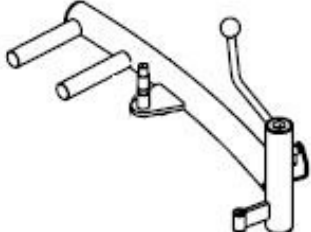
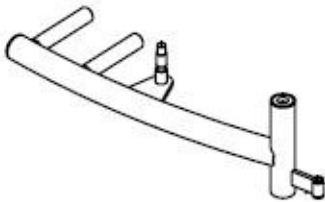
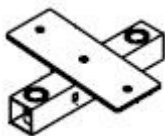
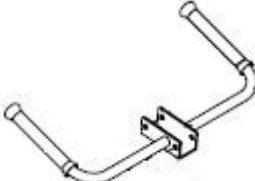
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se. Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

- Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

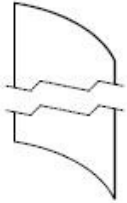
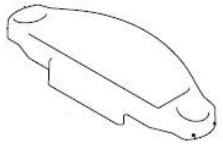


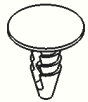


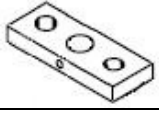
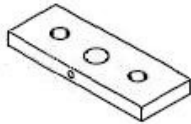
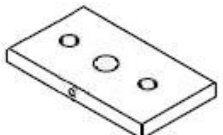
**Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.**

Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybí žádné díly.
















**Obr. A**

N <sup>o</sup>		✓	N <sup>o</sup>		✓
1		1	2		1
3		1	4		1
5		1	6		1
7		1	8		1



50		1		51		1
56		2		57		1
59		6		61		4
68		3		105		7
106		3		107		5

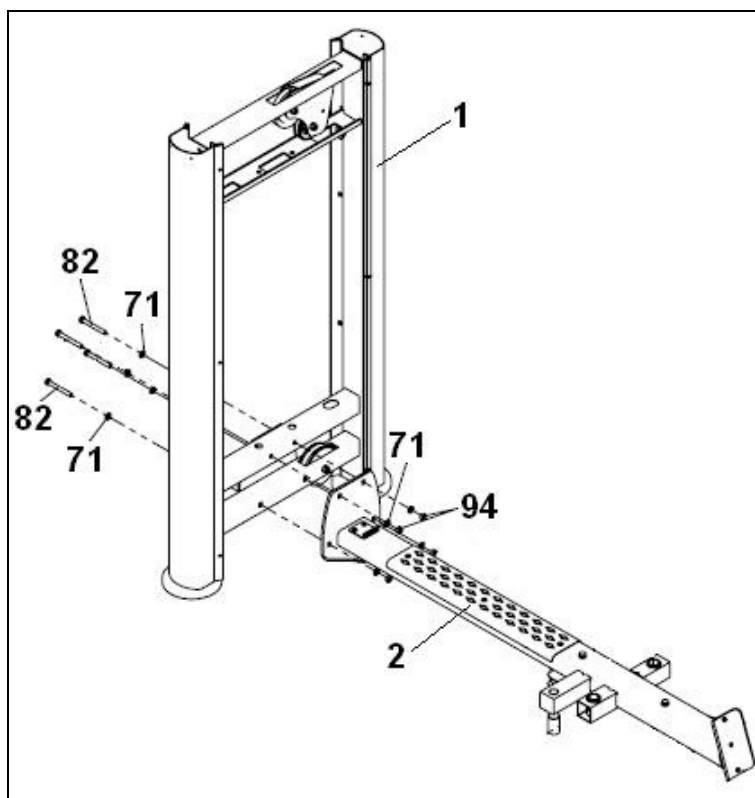
**Obr. B**

Nº		✓			✓	
69	 M-12	1		70	 M-5	4
71	 M-10	42		74	 M-10x35	3
75	 M-10X75	2		80	 M-10x75	3
81	 M-10x80	7		82	 M-10x85	4
83	 M-10x15	2		84	 M-10x25	6
85	 M-10x30	5		86	 M-10x40	1
87	 M-12x25	1		91	 M-5x12	4
94	 M-10	16				

## MONTÁŽNÍ POKYNY

**POZNÁMKA:** Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

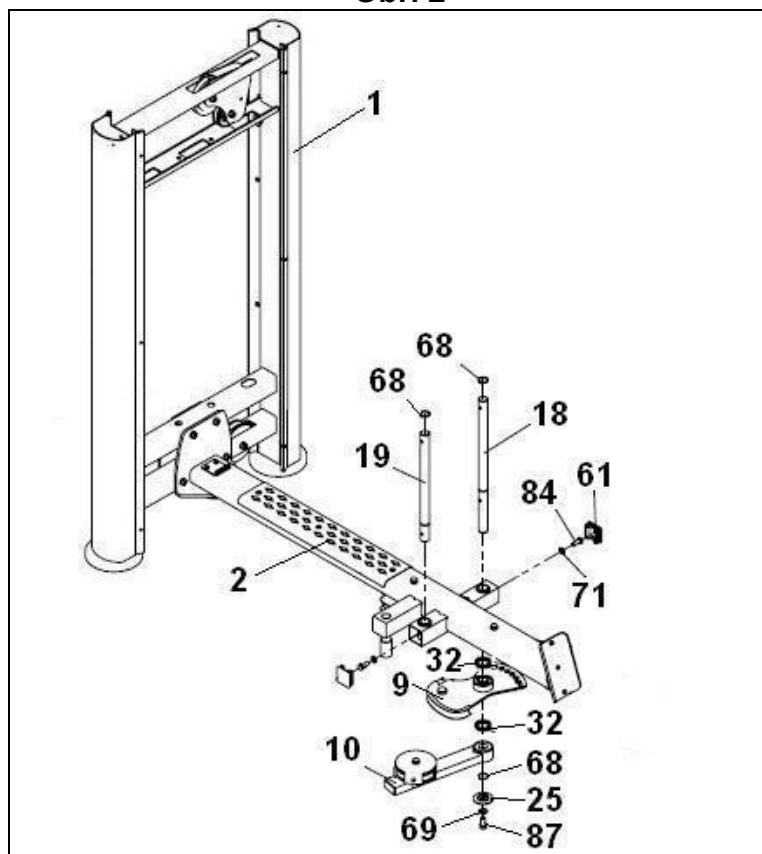
Obr. 1



Opřete hlavní podpěru (1) o zem, obr. 1.

Umístěte držák (2) a zajistěte jej pomocí šroubů (82), podložek (71) a matic (94).

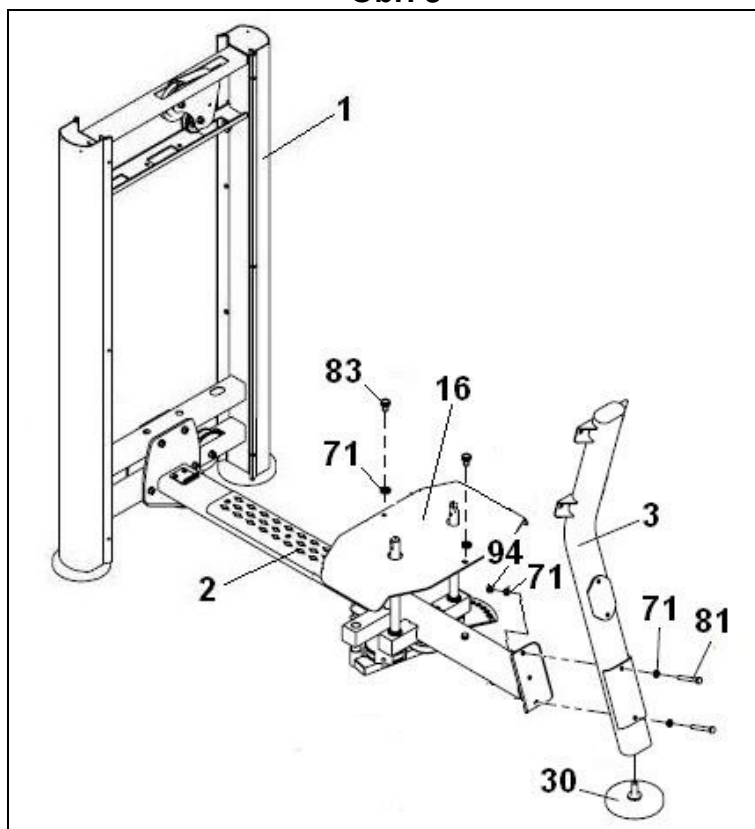
Obr. 2



Vložte hřídel (18) do držáku (2), obr. 2, nasadte distanční podložku (68) a připevněte ji k držáku (2) pomocí šroubů (84), podložek (71) a vložte krytku (61).

Vložte vačku (9), distanční podložku (32) a podpěru kladky (10) na spodní část hřídele (18), obr. 2. Připevněte je k hřídeli pomocí šroubu (87), podložek (68 -69) a hliníkové podložky (25). Poté vložte hřídel (19) do držáku (2), obr. 2, nasadte distanční podložku (68) a připevněte ji k držáku (2) šrouby (84) a podložkami (71) a vložte krytku (61).

Obr. 3



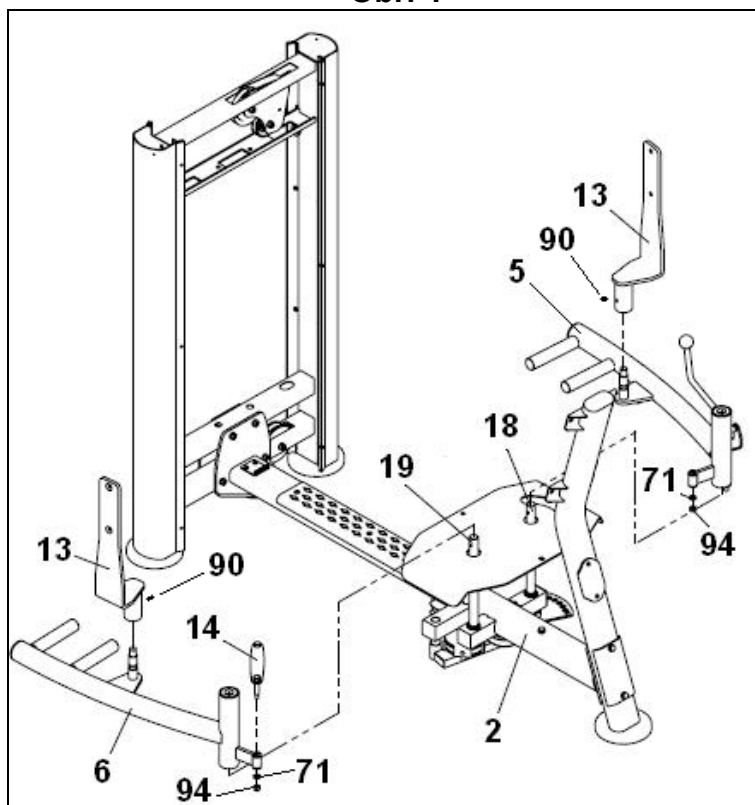
Našroubujte vyrovnávací patku (30) na podpěru (3), obr. 3.

Umístěte držák (16) a zajistěte jej pomocí šroubů (83) a podložek (71), obr. 3.

Umístěte držák (3), obr. 3, a zajistěte jej šrouby (81), podložkami (71) a maticemi (94).

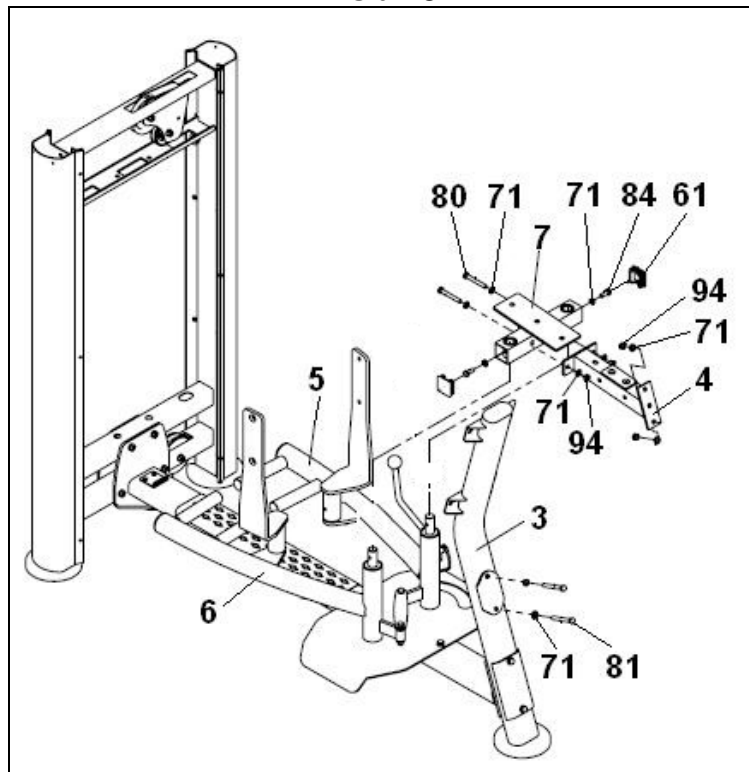


Obr. 4



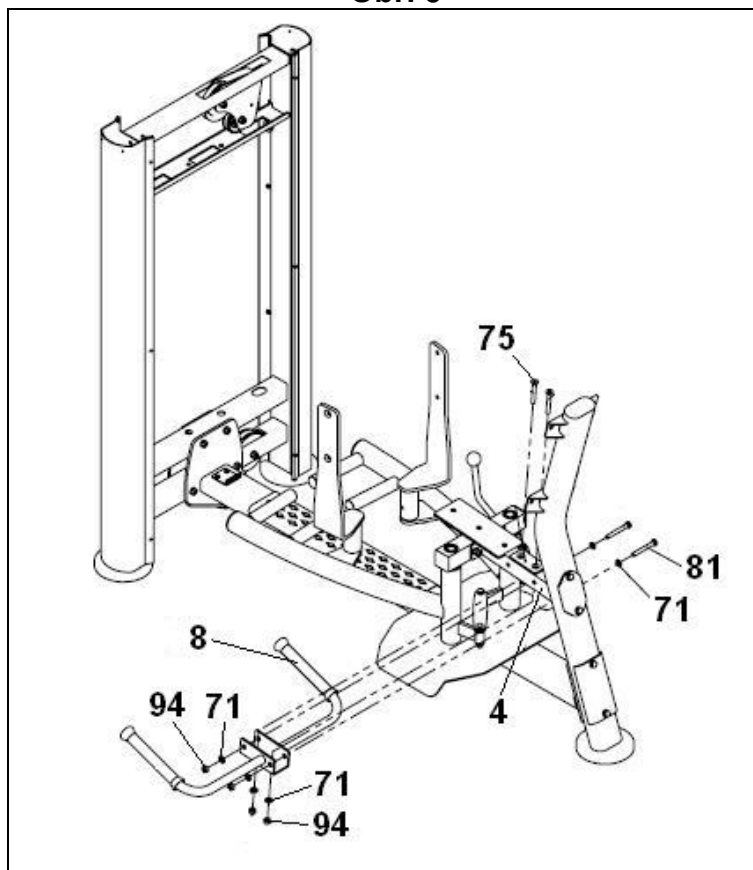
Umístěte pravé rameno (5) na hřídel (18) pro podpěru (2), obr. 4.  
Namontujte podpěru tlačné tyče (13) a zajistěte ji pojistným šroubem (90).  
Umístěte levé rameno (6) na hřídel (19) pro podpěru (2), obr. 4.  
Namontujte podpěru tlačné tyče (13) a zajistěte ji pojistným šroubem (90), nasadte podpěru připojení ramene (14) a zajistěte ji šroubem (94) a podložkou (71).

Obr. 5



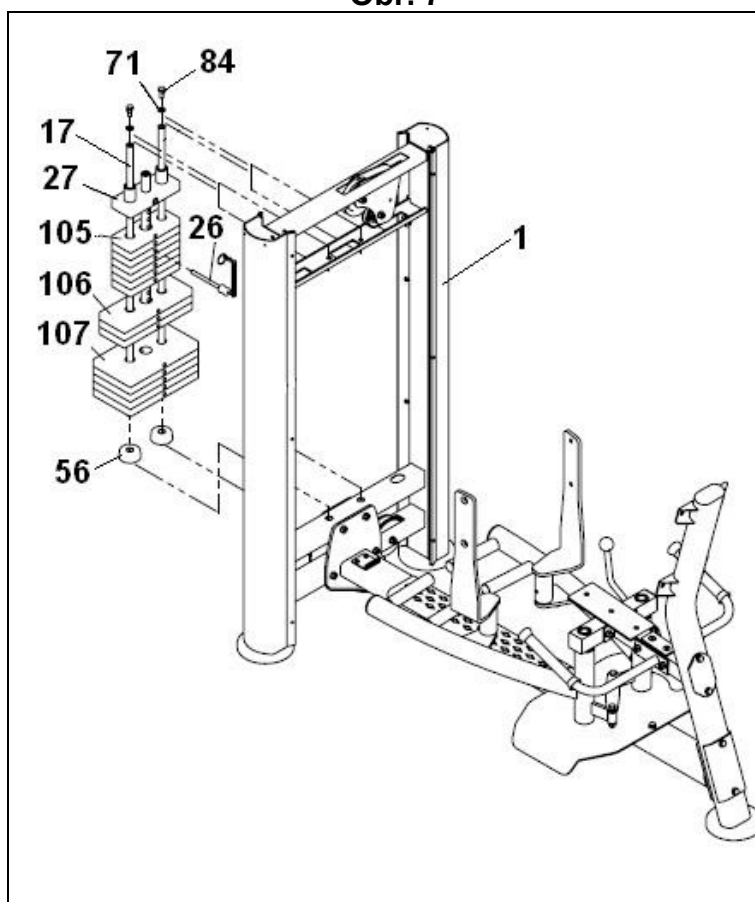
Umístěte podpěru (4) a připevněte ji k držáku (3), obr. 5, pomocí šroubů (81), podložek (71) a matic (94). Vložte hřídele (18 a 19), nasadte podpěru (7), obr. 5, a poté namontujte šrouby (80), podložky (71) a matice (94). Hřídele (18 a 19) zajistěte šrouby (84) a podložkami (71) a nasadte krytku (61), obr. 5.

Obr. 6



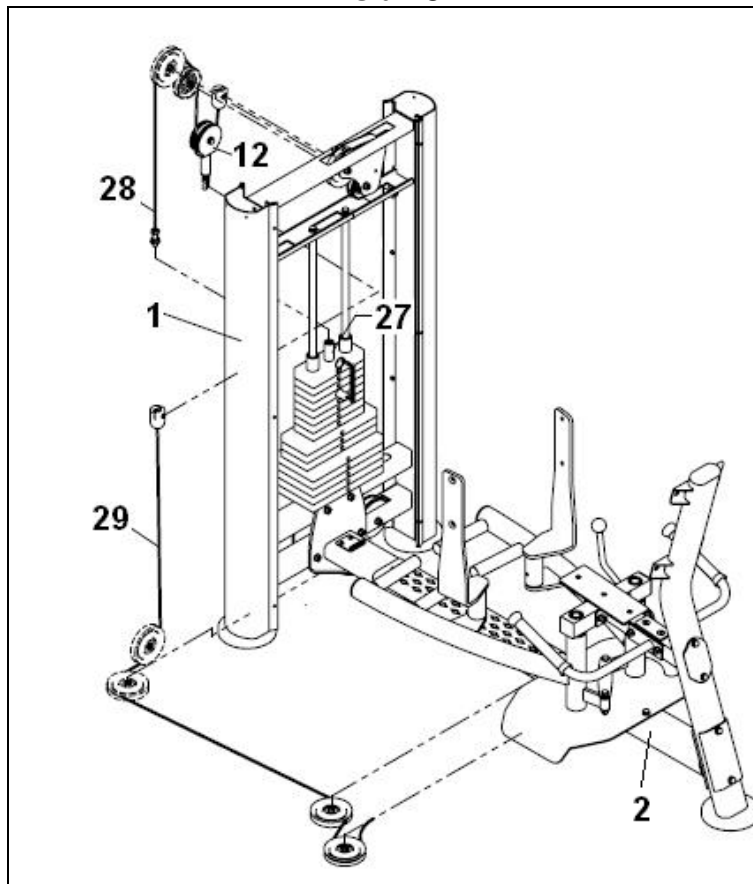
Umístěte říditka (8) na podpěru (4) dle obr.6 a připevněte je ve spodní části pomocí šroubů (75), podložek (71) a matic (94). Na boku je utáhněte šrouby (81), podložkami (71) a maticemi (94).

Obr. 7



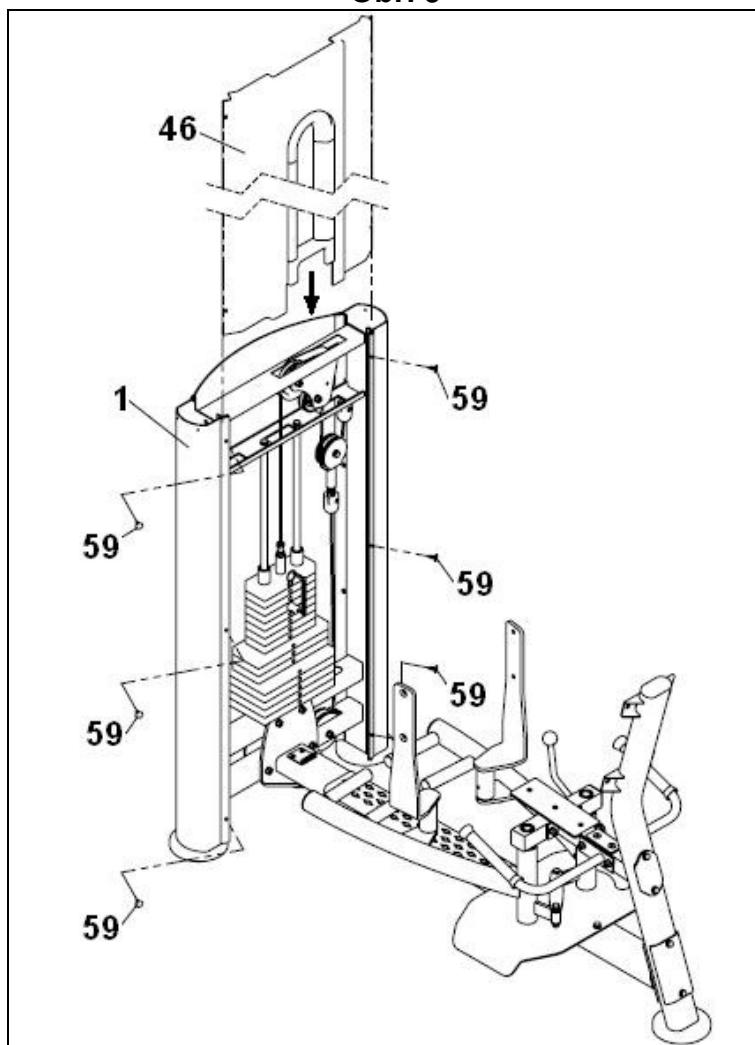
Umístěte zarážku závaží (56) na sadu závaží (1), obr. 7, vložte vodící tyče závaží (17).  
Dále namontujte závaží (107), (106), (105), těžší závaží vždy dole, nakonec vodící závaží osadte volící lištou (27),  
horní část vodících tyčí utáhněte pomocí podložek (71) a šroubů (84).  
Nasaďte volící kroužek (26) do středového pouzdra na vodícím závaží (27).

Obr. 8



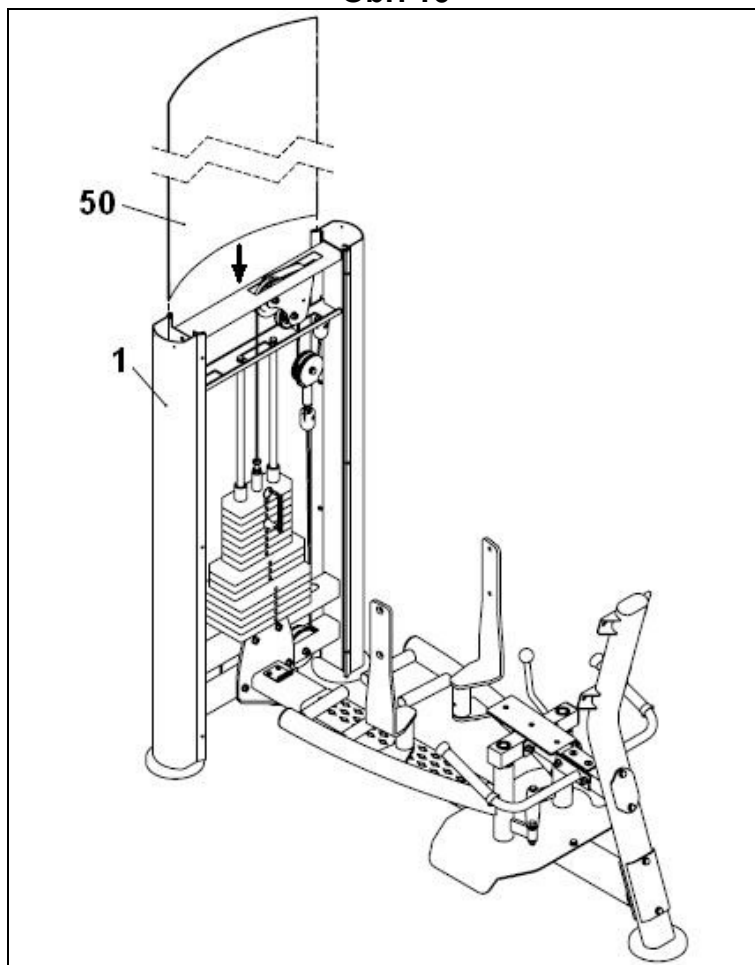
Konec kabelu (28) našroubujte na vodící závaží (27). Vezměte druhý konec kabelu (28) a protáhněte jej přes horní kladky a střední kladku (12), obr. 8, a zajistěte konec kabelu na podpěru (1), obr. 8. Zašroubujte konec kabelu (29) do střední kladky (12), obr. 8, protáhněte druhý konec kabelu spodními kladkami, obr. 8, a konec kabelu (29) našroubujte na podpěru (2).

Obr. 9



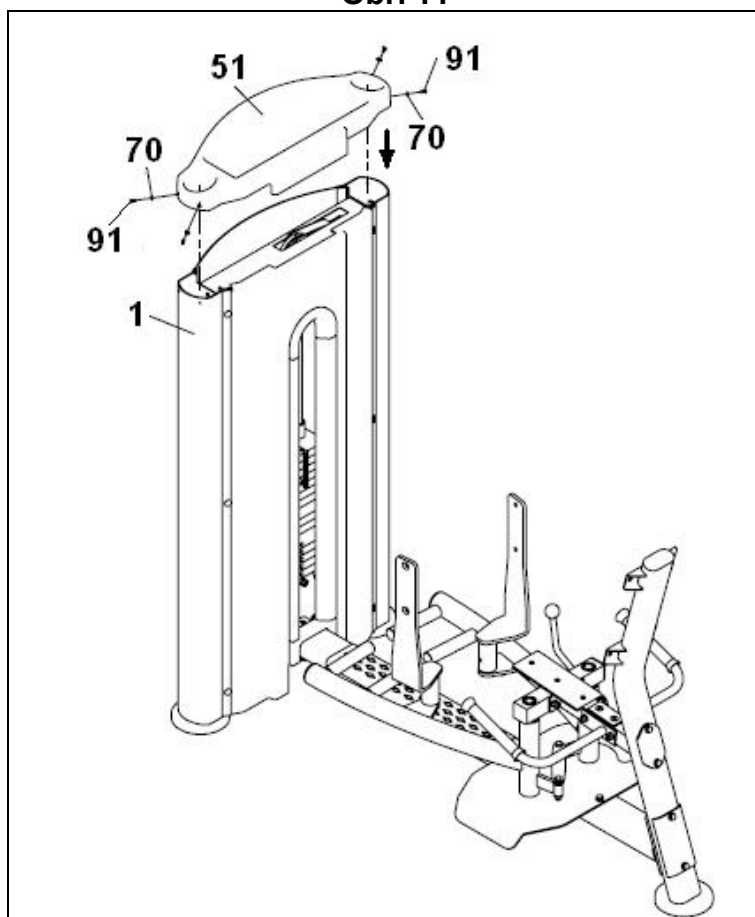
Přední kryt (46) nasadíte shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 9. Nasadíte vložky (59) na obě strany sady závaží.

Obr. 10



Namontujte zadní kryt (50) na sadu závaží (1), obr. 10, shora ve směru šipky.

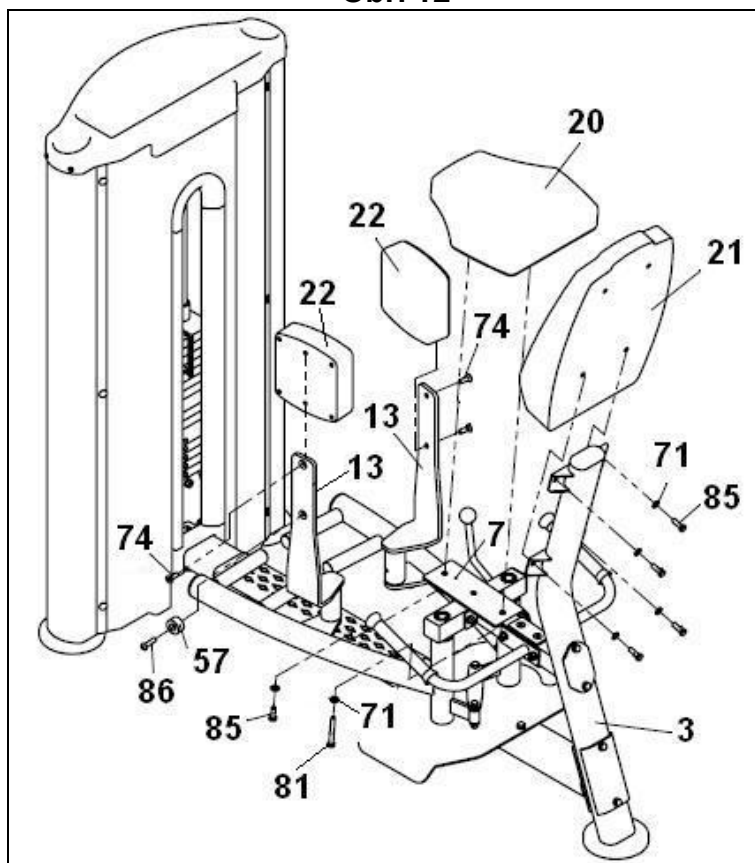
Obr. 11



Namontujte horní kryt (51) shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 11. Namontujte podložky (70) a šrouby (91).



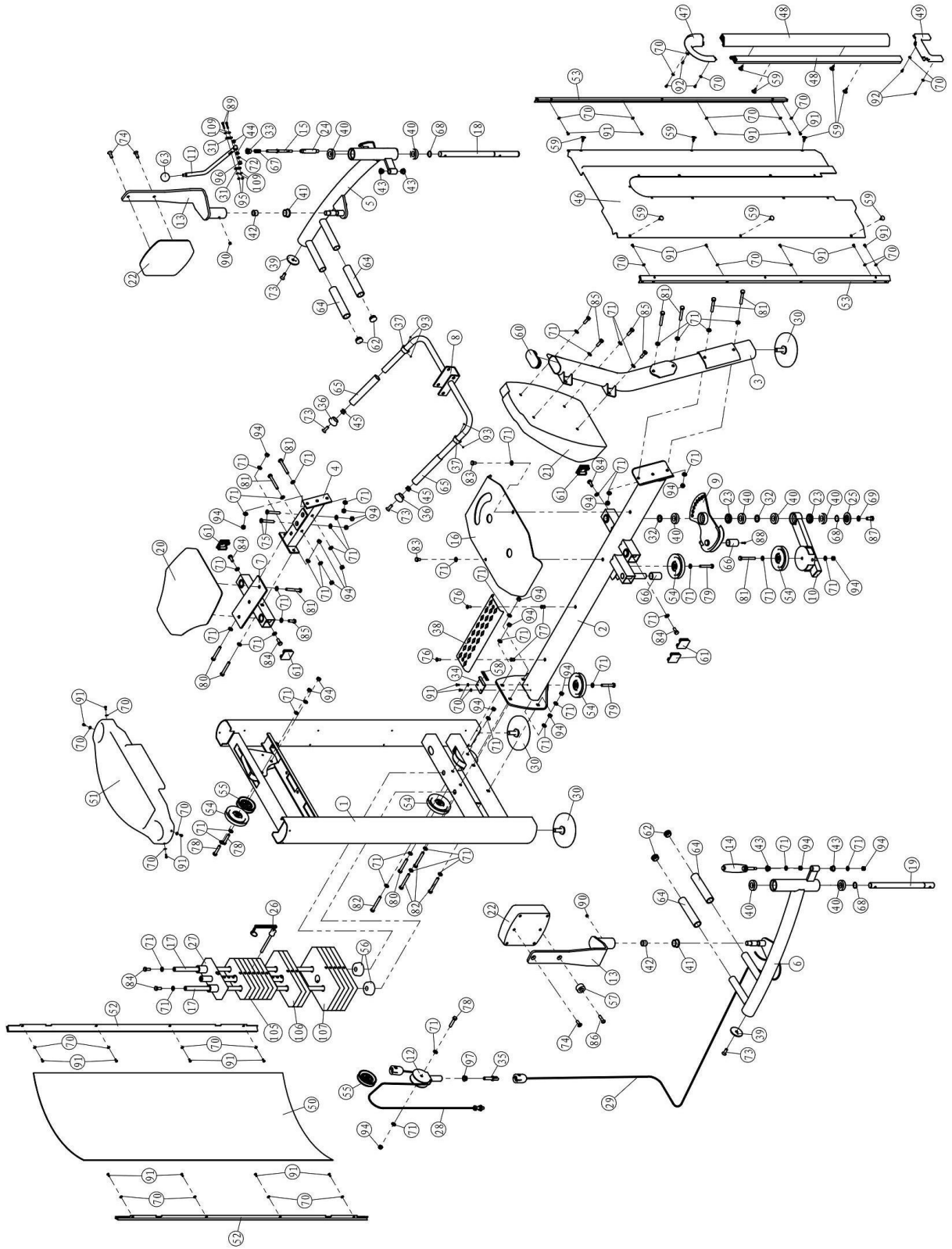
Obr. 12



Umístěte opěradlo (21) na podpěru (3), obr. 12, zajistěte jej šrouby (85) a podložkami (71). Poté umístěte sedlo (20) na podpěru (7), obr. 12, zajistěte jej šrouby (81) a plochými podložkami (71). Umístěte podložky tlačné tyče (22) na podpěru (13), obr. 12, nasadte gumovou zarážku (57) a zajistěte ji pomocí šroubů (86), horní část zajistěte pomocí šroubu (74), obr.12.

### **VELMI DŮLEŽITÉ:**

Po dokončení montáže trenážeru zkontrolujte, zda jsou namontovány všechny šrouby a zda jsou bezpečně utaženy.



Dovozce a distributor pro  
Českou a Slovenskou republiku  
Trinteco spol. s r.o.  
Na Strži 2102/61a,  
140 00 Praha 4 – Krč  
IČ: 052 54 175  
DIČ:CZ05254175



Dovozce a distributor pro Českou a Slovenskou republiku  
Trinteco spol. s r.o.  
Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč  
IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175

Email: [info@trinteco.cz](mailto:info@trinteco.cz)  
Telefon: +420 725 552 257