



Návod k obsluze
Posilovací stroj BH FITNESS L490 rozpažování

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.



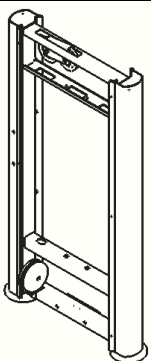
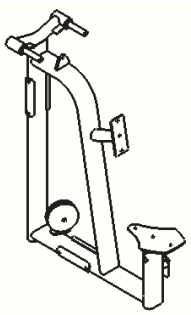
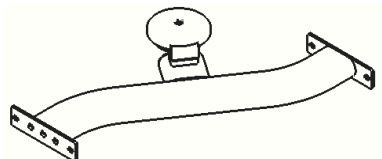
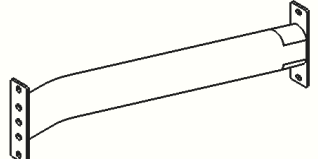
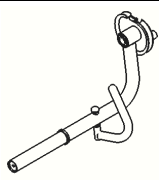
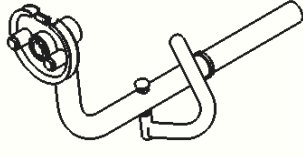
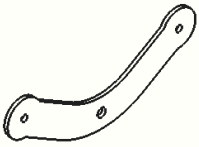


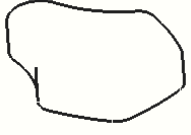
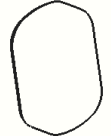
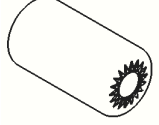
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se. Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

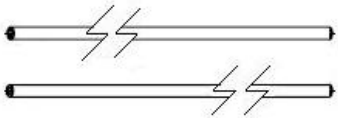
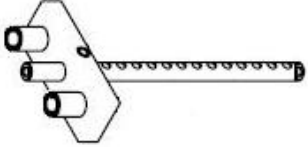



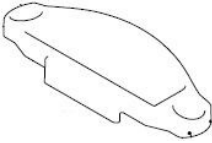
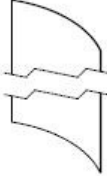
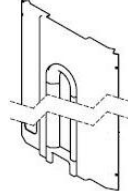





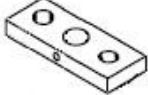
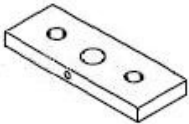
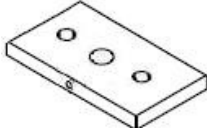

- Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.



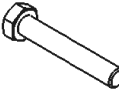
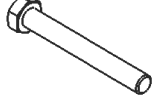
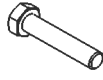








Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybějí žádné díly.

Obr. A

N ^o		N ^o	
1		2	
3		4	
5		6	
8		11	
12		13	
14		15	

16		2		17		1
18		1		21		1
22		1		23		1
24		1		25		1
30		2		35		6
38		4		39		2
77		1		78		2
79		3		80		10
84						

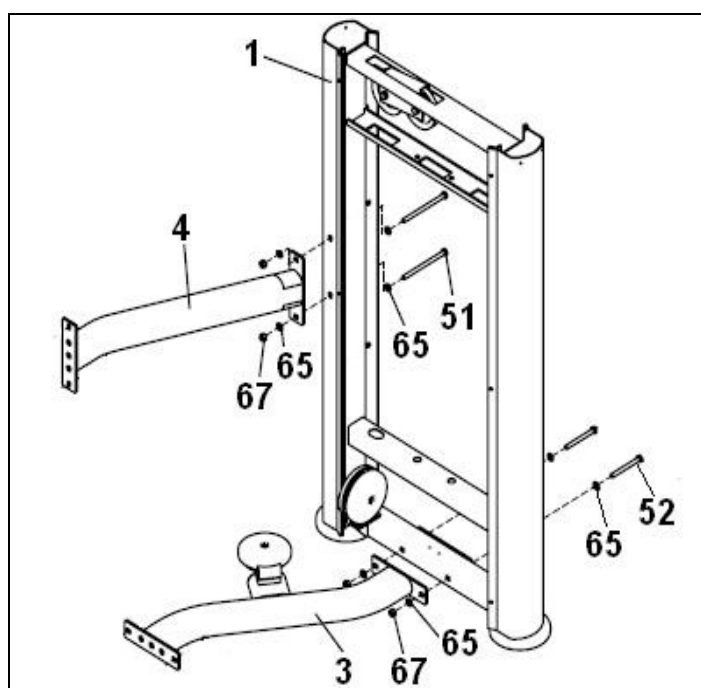
Obr. B

Nº		✓			✓	
47	 M-5x12	6		49	 M-5	6
50	 M-10x135	4		51	 M-10x150	2
52	 M-10x100	2		54	 M-10x30	4
55	 M-10x25	2		59	 M-10x20	3
63	 M-10x30	2		65	 M-10	25
67	 M-10	8		85	 M-6x12	4
86	 M-6	2				

MONTÁŽNÍ POKYNY

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

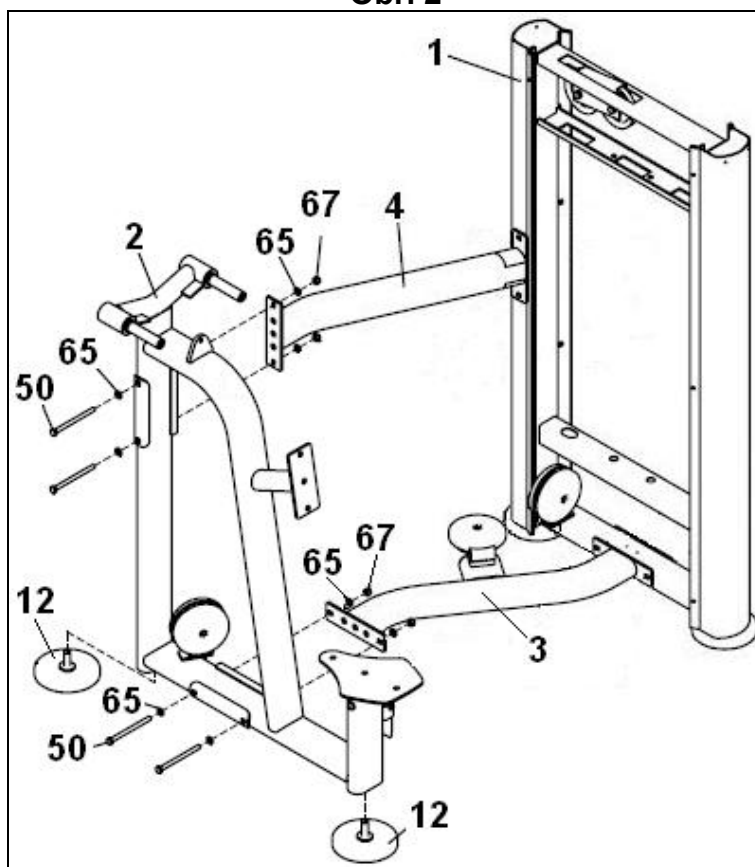
Obr. 1



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

Umístěte držák (3) a zajistěte jej šrouby (52), podložkami (65) a maticemi (67). Poté umístěte držák (4) a zajistěte jej pomocí šroubů (51), podložek (65) a matic (67).

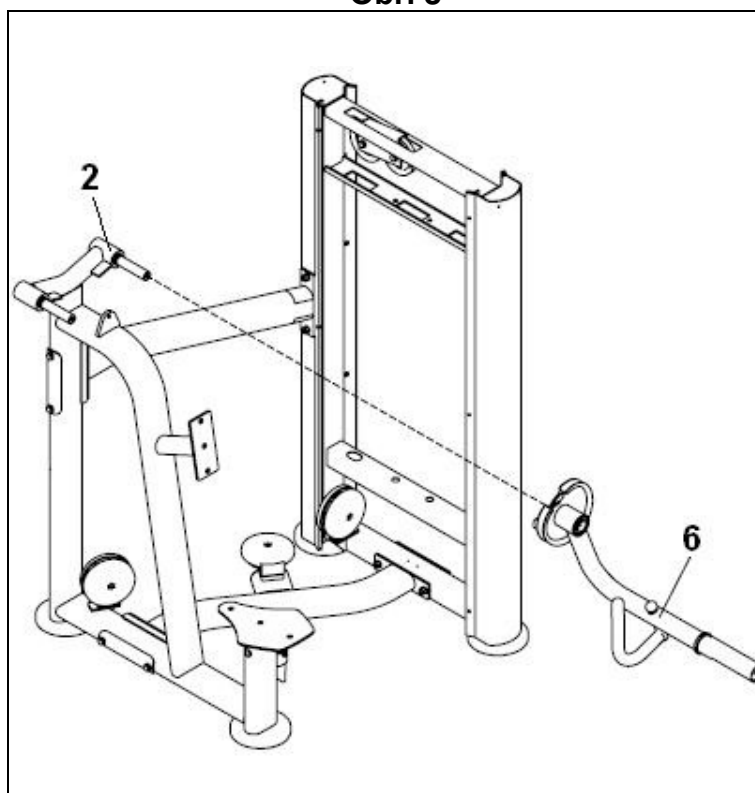
Obr. 2



Vyrovnávací patky (14) našroubujte na podpěru (2), obr. 2.

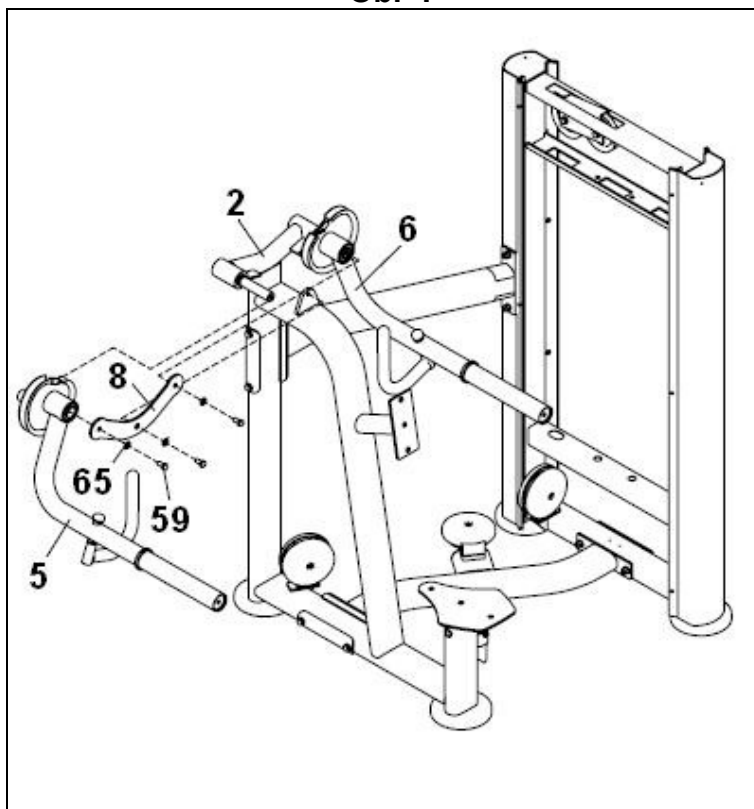
Umístěte držák (2) a zajistěte jej k podpěrám (3) a (4), obr. 2, pomocí šroubů (50) s podložkami (65) a maticemi (67).

Obr. 3



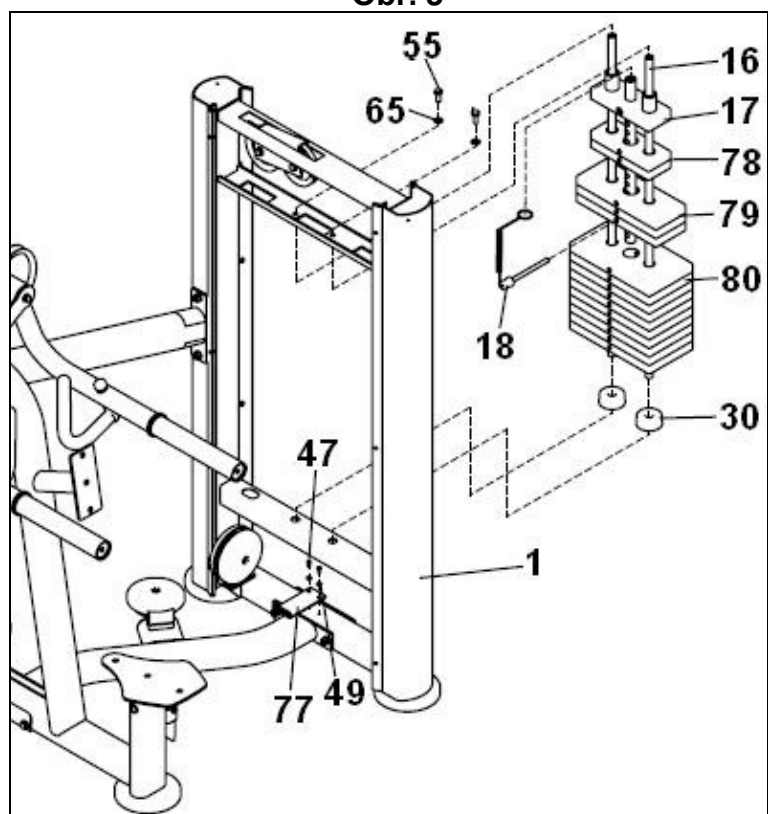
Pravé rameno (9) umístěte na hřídel podpěry (2), obr. 3.

Obr 4



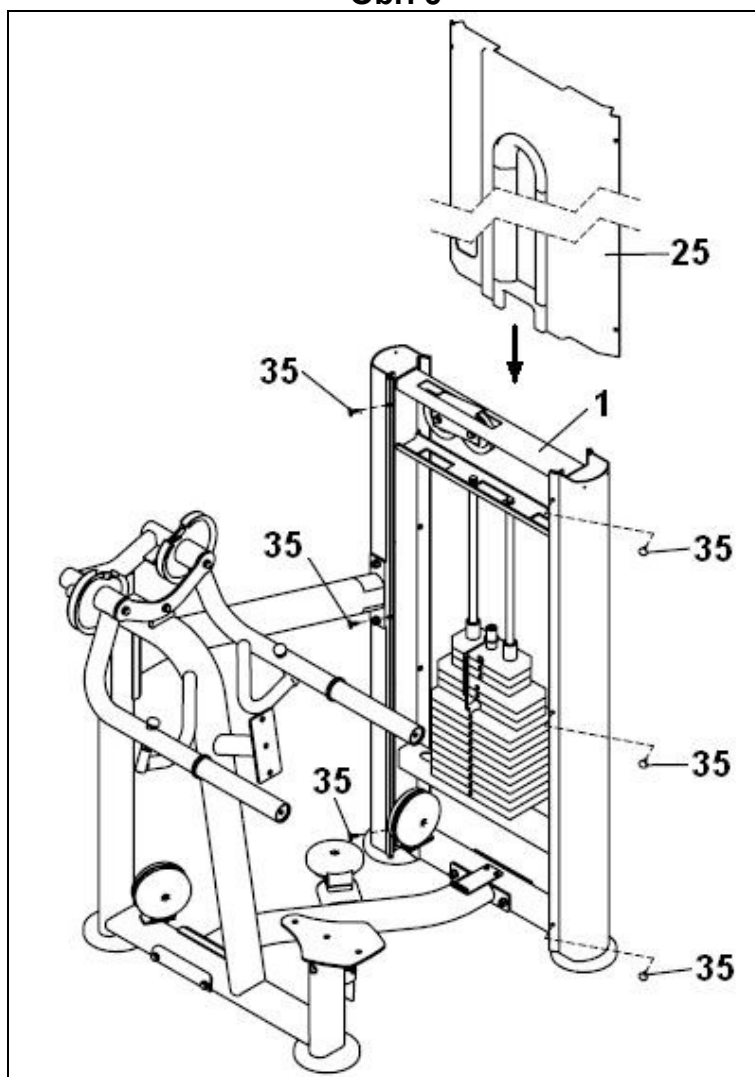
Umístěte levé rameno (5) na hřídel podpěry (2), obr. 4.
Namontujte distanční podložku (8), plochou podložku (65) a utáhněte pomocí šroubu (59), obr. 4.

Obr. 5



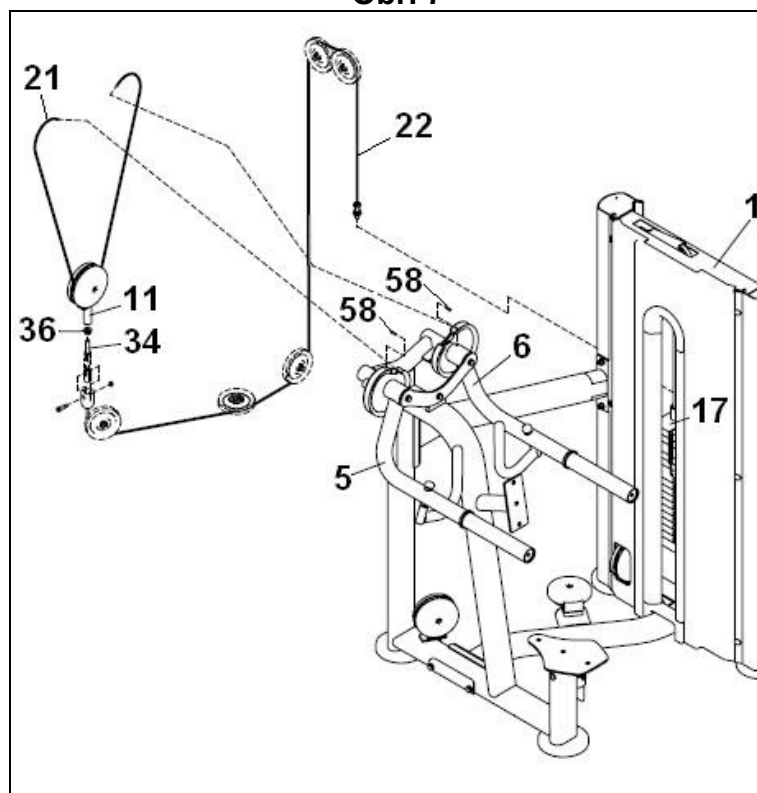
Zarážku závaží (30) umístěte na závaží (1), obr. 5, a vložte vodící tyče závaží (27).
Dále namontujte závaží (80), (79), (78), těžší závaží vždy dole, nakonec vodící závaží osadte volící lištou (17).
Horní část vodících tyčí utáhněte pomocí podložek (65) a šroubů (55), obr. 5.
Nasaďte volící kroužek (18) do středového pouzdra na vodícím závaží (17).
Umístěte přídržnou desku předního krytu (77) a utáhněte ji šroubem (47) a plochou podložkou (49), obr. 5.

Obr. 6



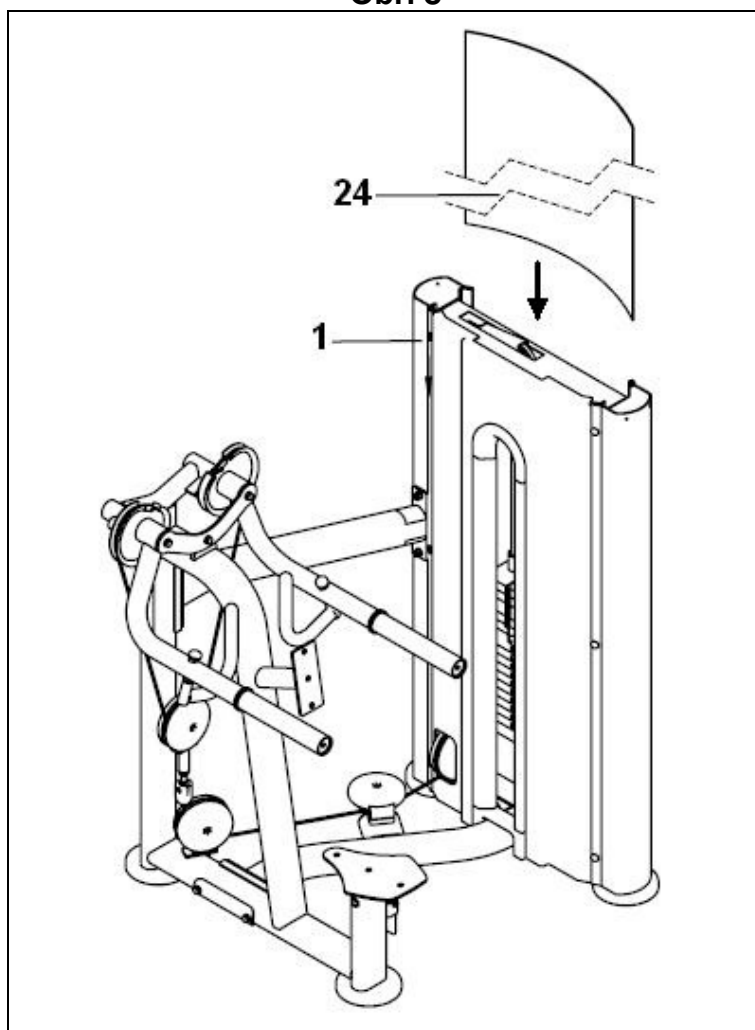
Přední kryt (25) nasadíte shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 6. Nasadíte vložky (35) na obě strany sady závaží.

Obr. 7



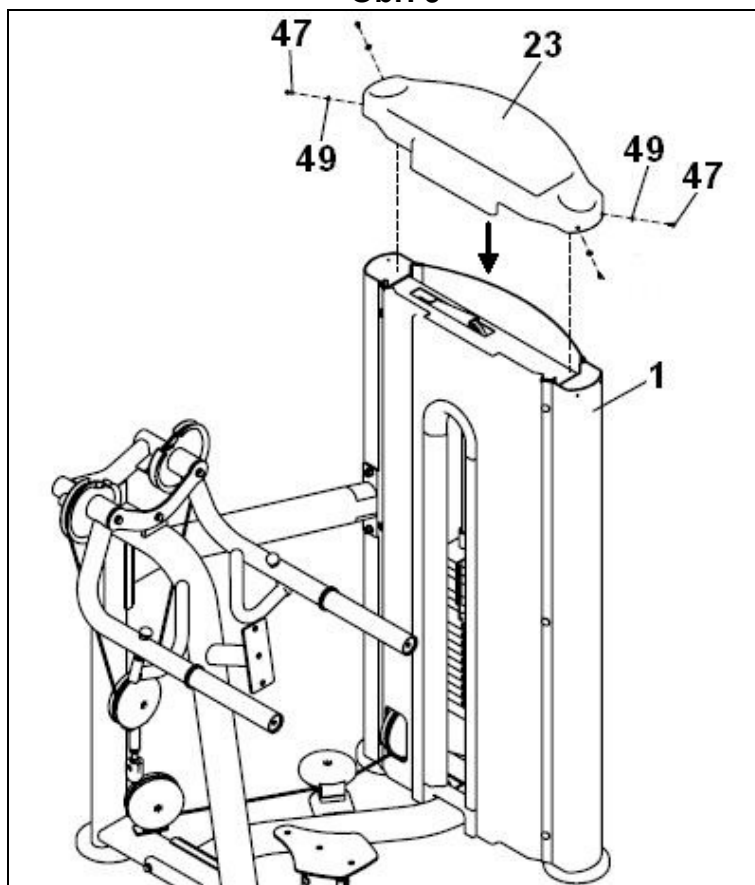
Konec lana (22) našroubujte na vodící závaží (17), obr. 7. Vezměte druhý konec lana (22) a protáhněte jej přes horní kladky a spodní kladky, zajistěte druhý konec lana na podpěru pro střední kladku (11), obr. 7. Protáhněte lano (21) střední kladkou (11) a připevněte jej k vačkám na ramenech (5 a 6) pomocí šroubů (58), obr. 7.

Obr. 8



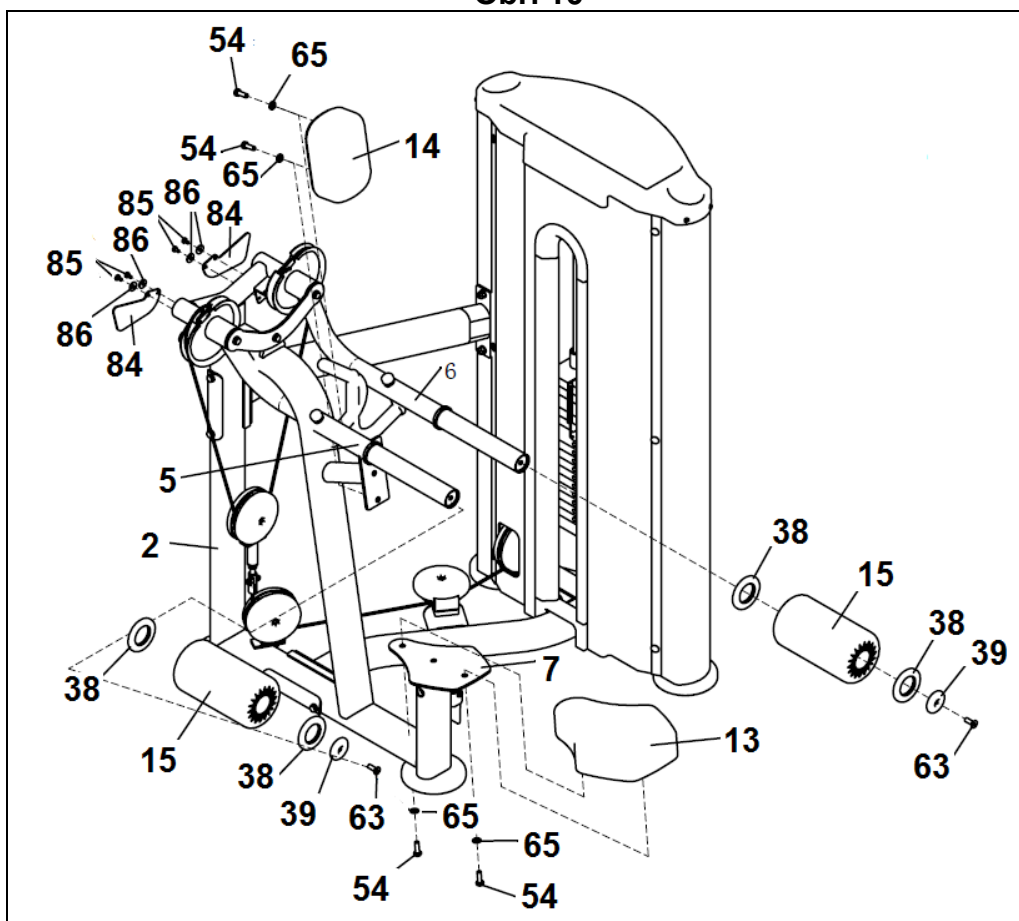
Zadní kryt (24) namontujte na sadu závaží (1), obr. 8, shora ve směru šipky.

Obr. 9



Horní kryt (23) namontujte shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 9. Namontujte podložky (49) a šrouby (47).

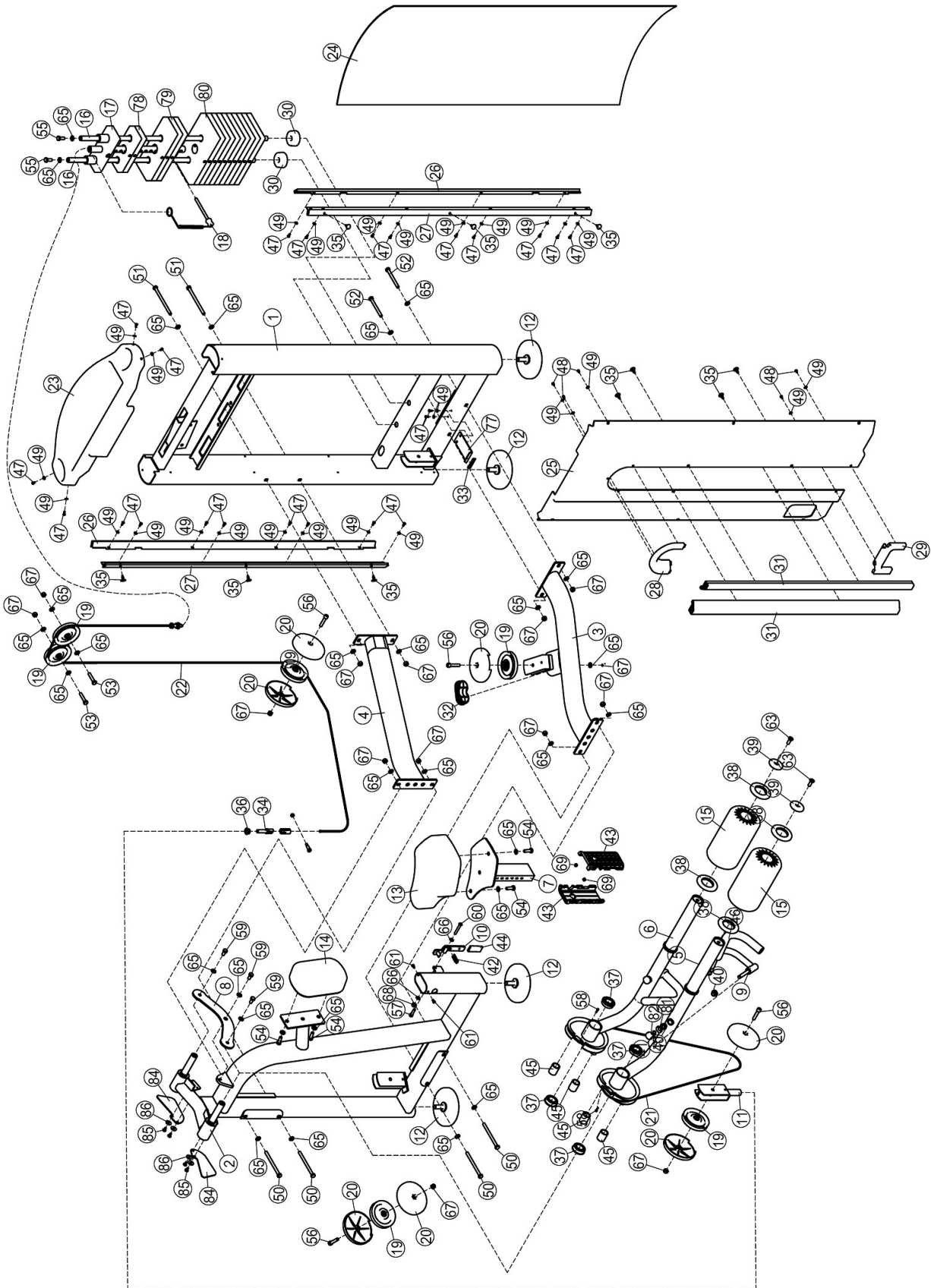
Obr. 10



Opěrku trupu (14) umístěte na podpěru (2), obr. 10, zajistěte ji šrouby (54) a plochými podložkami (65). Poté umístěte sedlo (13) na podpěru (7), obr. 10, zajistěte jej šrouby (54) a plochými podložkami (65). Nyní nasadte podložku (38) na hřídel (5), obr.10, nasadte váleček (15) s podložkou (38) na hřídel. Namontujte pouzdro (39) a zajistěte jej šrouby (63). Podložku (38) nasadte na hřídel (6), obr. 10, poté nasadte váleček (15) spolu s podložkou (38). Namontujte pouzdro (39) a zajistěte jej šrouby (63). Umístěte díly (84) a zajistěte je šrouby (85) a plochými podložkami (86).

VELMI DŮLEŽITÉ:

Po dokončení montáže trenažéru 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
Telefon: +420 725 552 257