

**Návod k obsluze**

**Posilovací stroj BH FITNESS PL010**

**izolované předkopávání**

## 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 1 metru volného prostoru.
- Zařízení je navrženo v souladu s nejnovějšími bezpečnostními normami.
- Toto zařízení vyhovuje normě EN 20957. Je vhodné pro profesionální použití s hmotností uživatele do 330 liber/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.

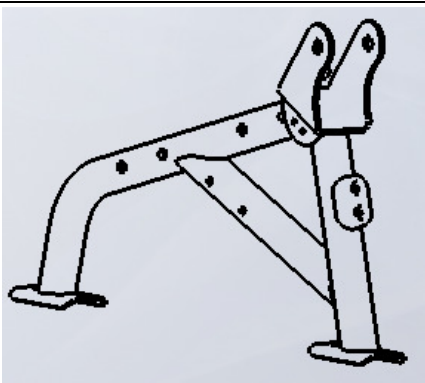
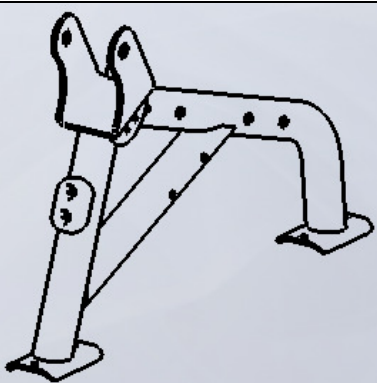
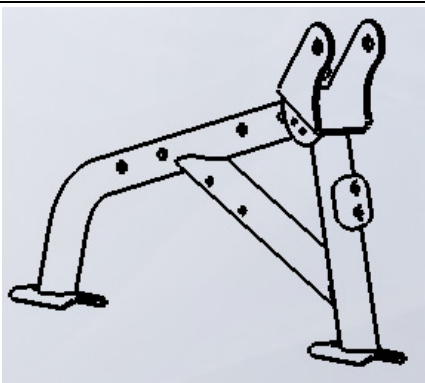
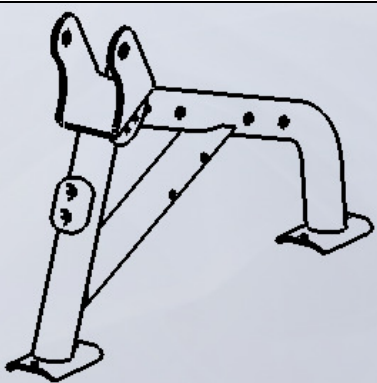
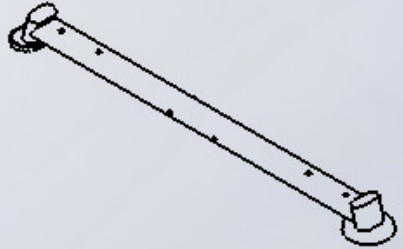
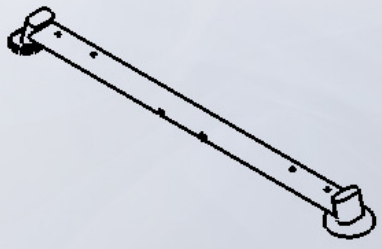
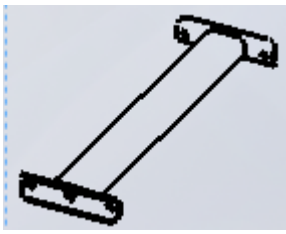
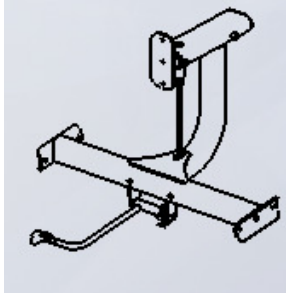
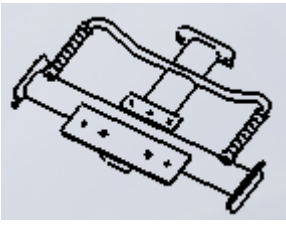
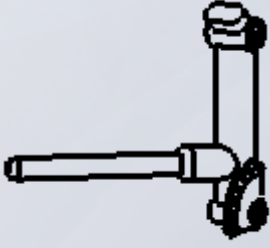
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se. Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

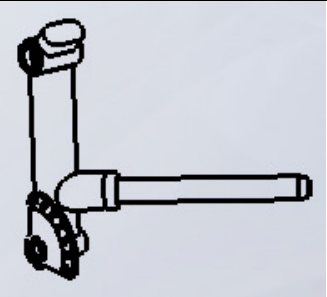
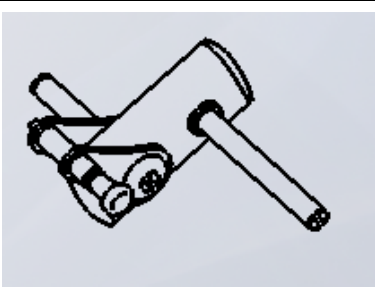
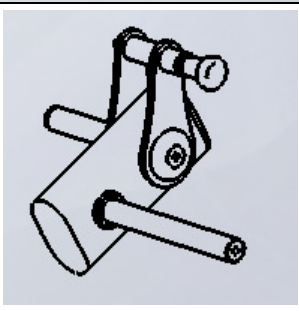
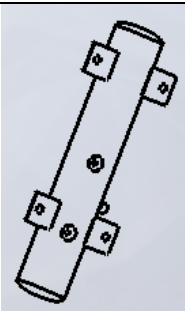

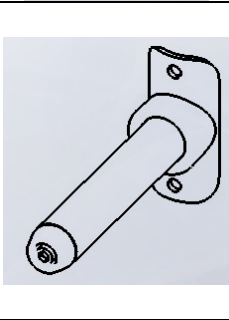


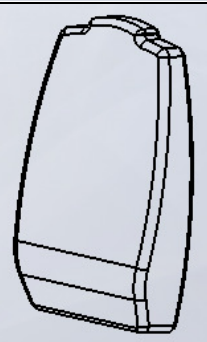
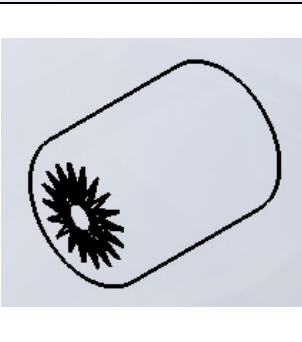
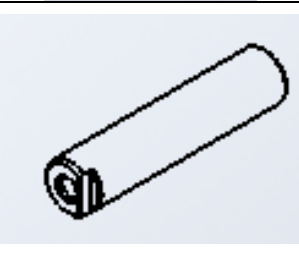
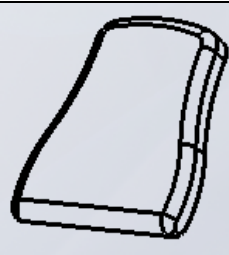

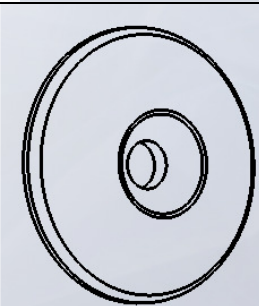
- Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

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












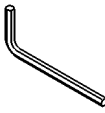
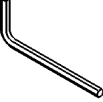
Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybějí žádné díly.

Obr. A

Nº		✓	Nº		✓
1		1	2		1
3		1	4		1
5		1	6		1
7		1	8		1

9		1	10		1
11		1	12		1
13		1	14		2
15		4	16		6
17		1	18		2
19		2	20		1
21		4	22		2

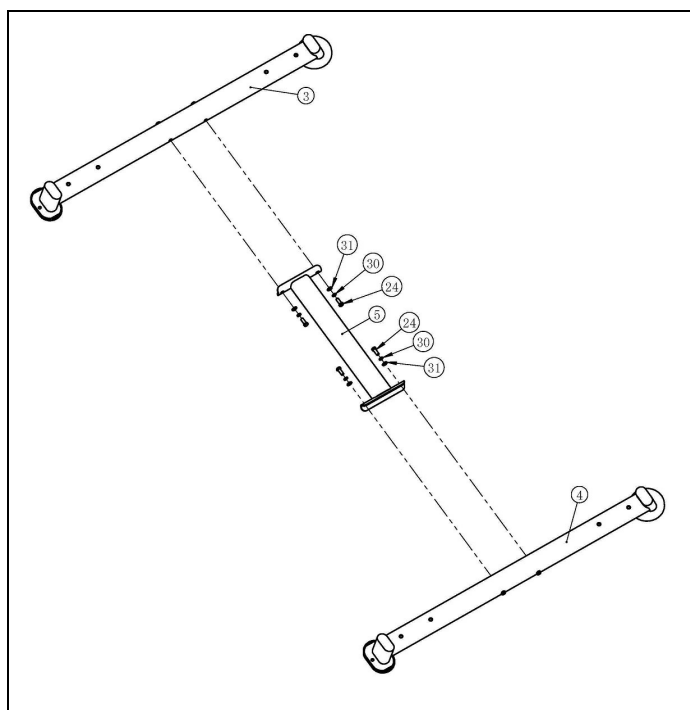
**Obr. B**

Nº		✓			✓
23	 <b>M10x30</b>	2		24  <b>M12x30</b>	26
25	 <b>M10x60</b>	2		26  <b>M10</b>	2
27	 <b>M10</b>	10		28  <b>M10x30</b>	8
29	 <b>M12x35</b>	6		30  <b>M12</b>	26
31	 <b>M12</b>	26		32  <b>D25</b>	2
33		1		35  <b>Hex Key S=8</b>	1
36	 <b>Hex Key S=6</b>	1			

## MONTÁŽNÍ POKYNY

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

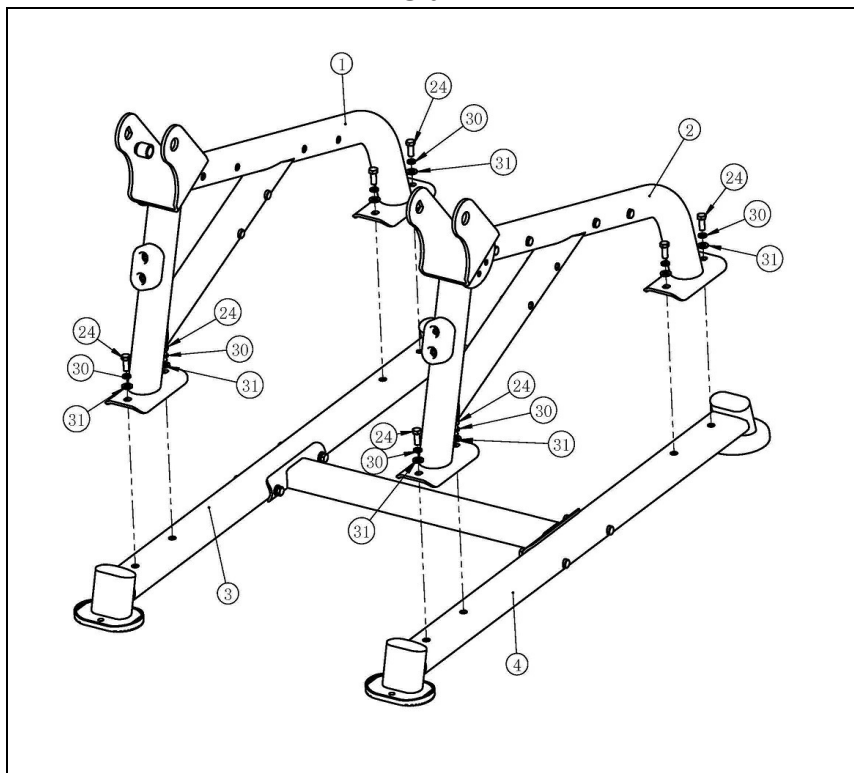
Obr. 1



Levou podpěru (4) položte na zem. Umístěte příčnou trubku (5) vedle levé podpěry a upevněte ji šrouby (24) a podložkami (30) a (31).

Totéž proveďte s pravou podpěrou (3) a upevněte ji šrouby (24) s podložkami (30) a (31).

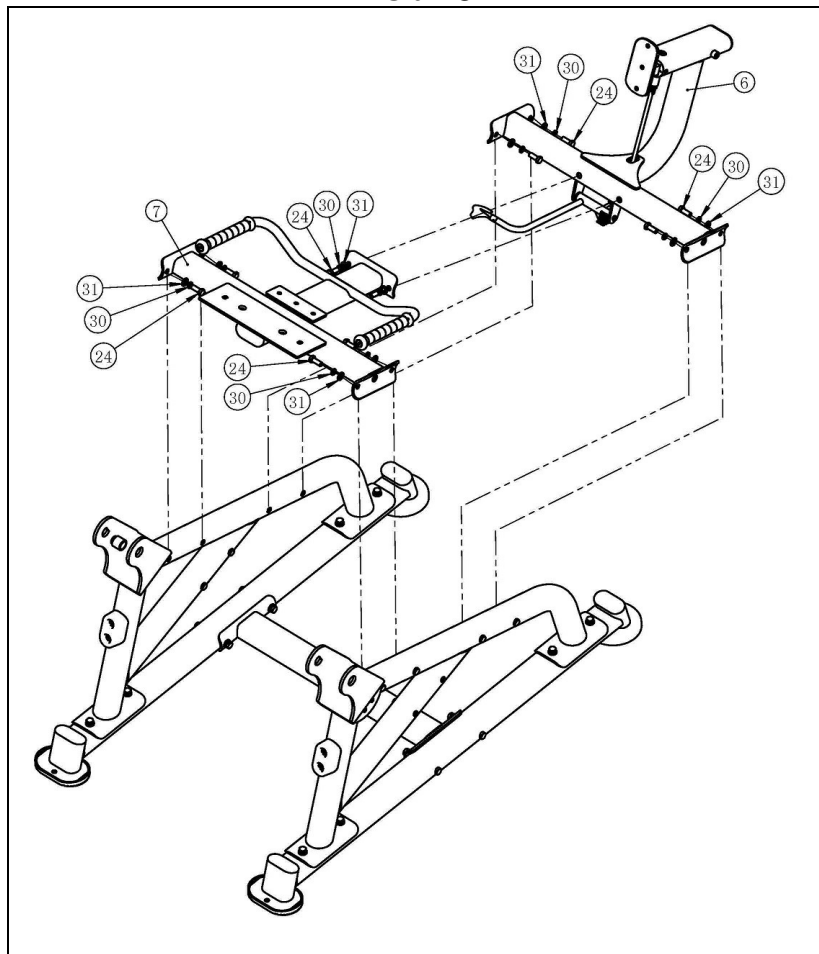
Obr. 2



Umístěte levý rám (1) a přišroubujte jej ke spodnímu držáku (3) pomocí šroubů (24) a podložek (30) a (31). Totéž opakujte s pravým rámem (2).

**Poznámka:** Šrouby neutahujte, dokud nedokončíte další krok.

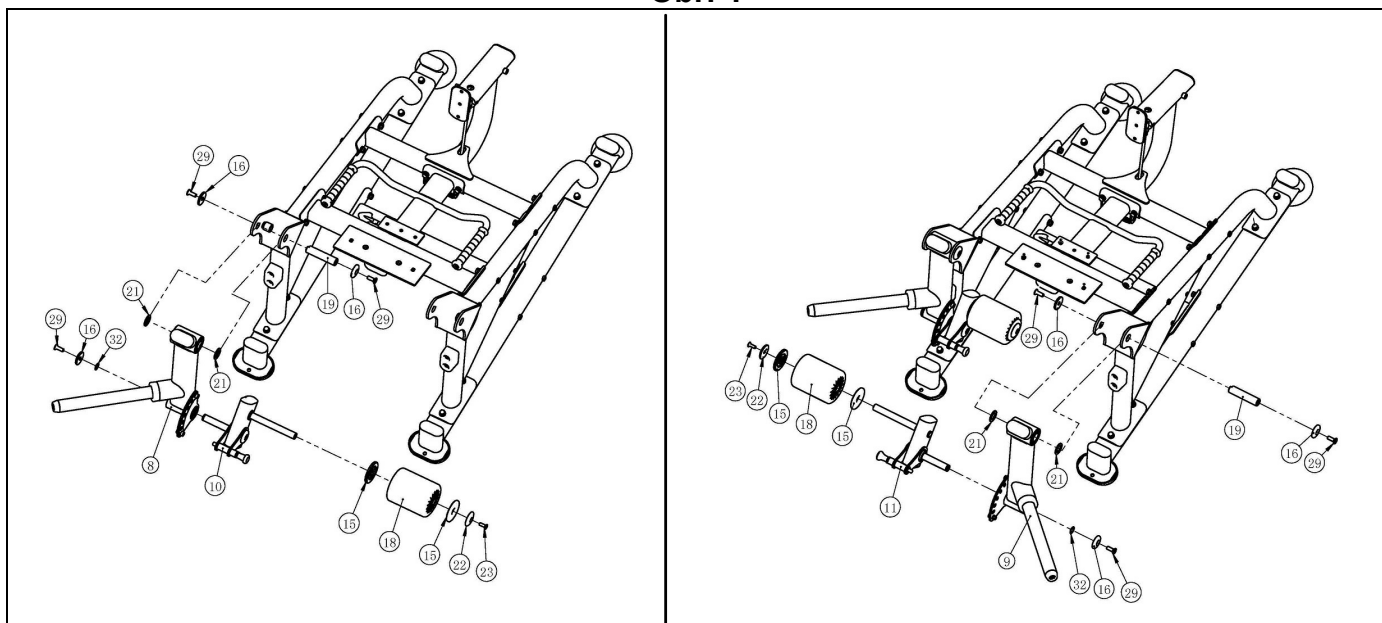
Obr. 3



Příčné trubky (6) a (7) umístěte mezi boční podpěry a připevněte je šestihranným šroubem (24), plochými podložkami (30) a pérovou podložkou (31). Nyní pevně utáhněte všechny šrouby.



Obr. 4



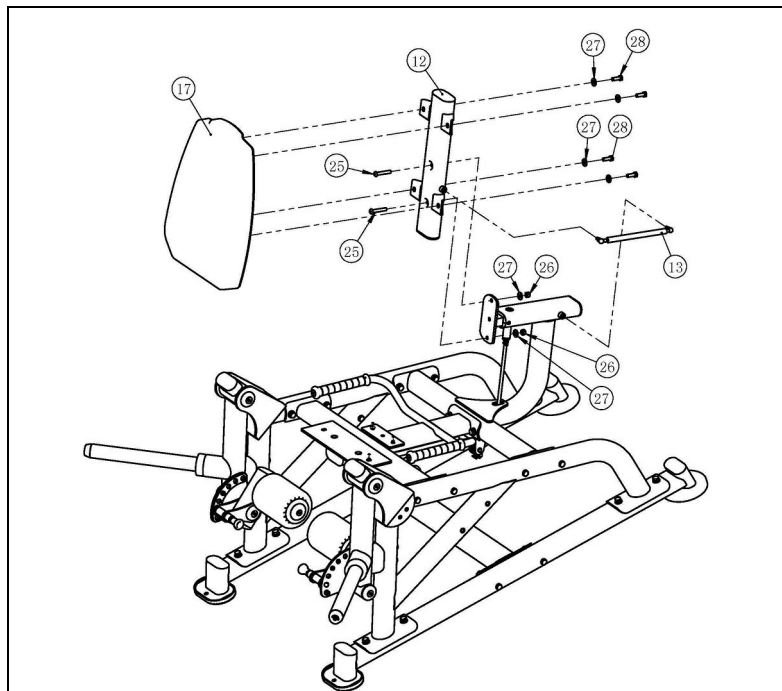
**Poznámka:** V tomto kroku je doporučena pomoc druhé osoby.

Pravé rameno (8) umístěte na pravou "U" konzolu. Umístěte distanční podložky (21) a vložte hřídel (19). Poté upevněte osu pomocí šroubu (29) a hliníkové podložky (16). Ujistěte se, že je pohyb plynulý.

Vložte nosnou osu kladky (10) do otvoru na rameni a zajistěte ji šroubem (29) a hliníkovou podložkou (16) a (32). Na levý konec hřídele (10) nasadte podložku (15), válečkovou (18) podložku (15) a (22), jak je znázorněno na obrázku, a zajistěte je šroubem (23).

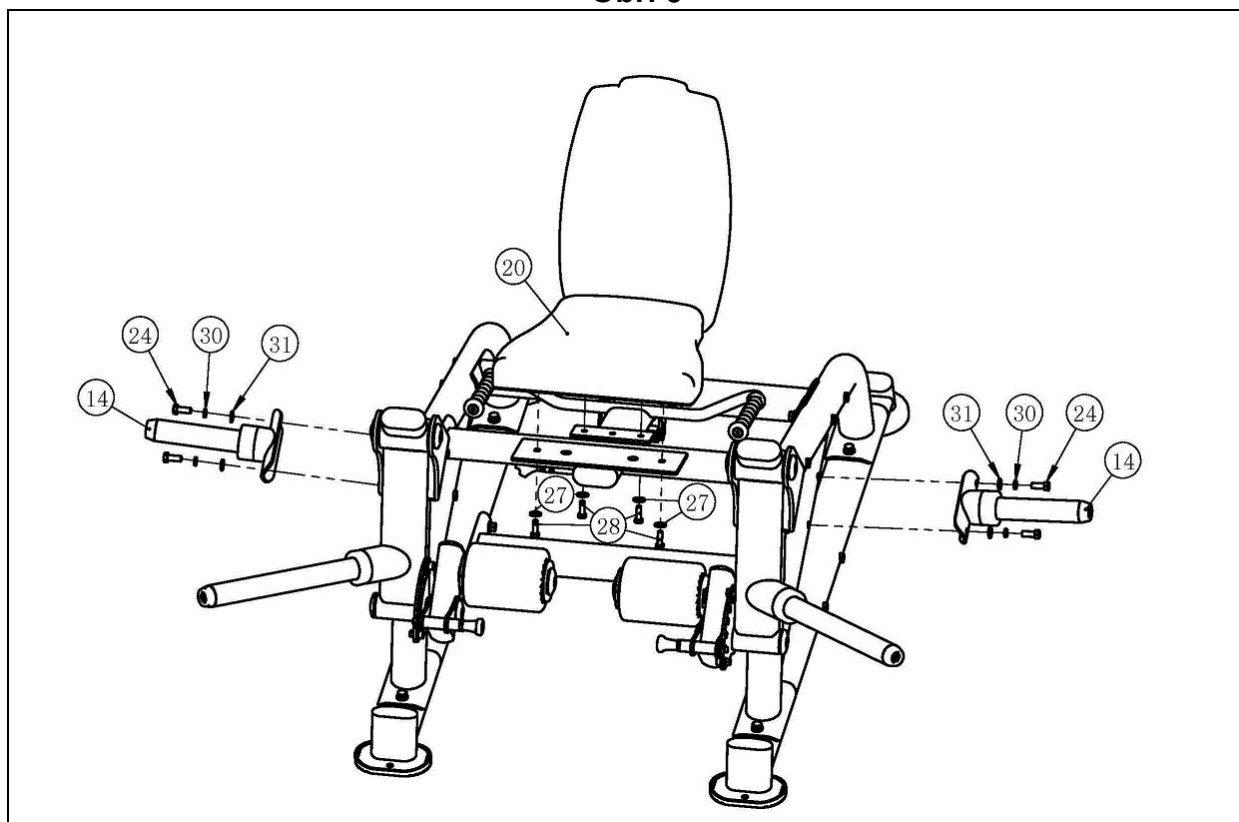
Opakujte stejný postup s levým ramenem (9).

Obr. 5



Opěrku (12) zajistěte šrouby (25), podložkami (27) a maticemi (26). Umístěte zádivou podložku (17) na opěrku (12) a zajistěte ji šestihřanným šroubem (28) a plochými podložkami (27). Umístěte opěrku (17) co nejvíc dopředu a upevněte váleček (13).

Obr. 6

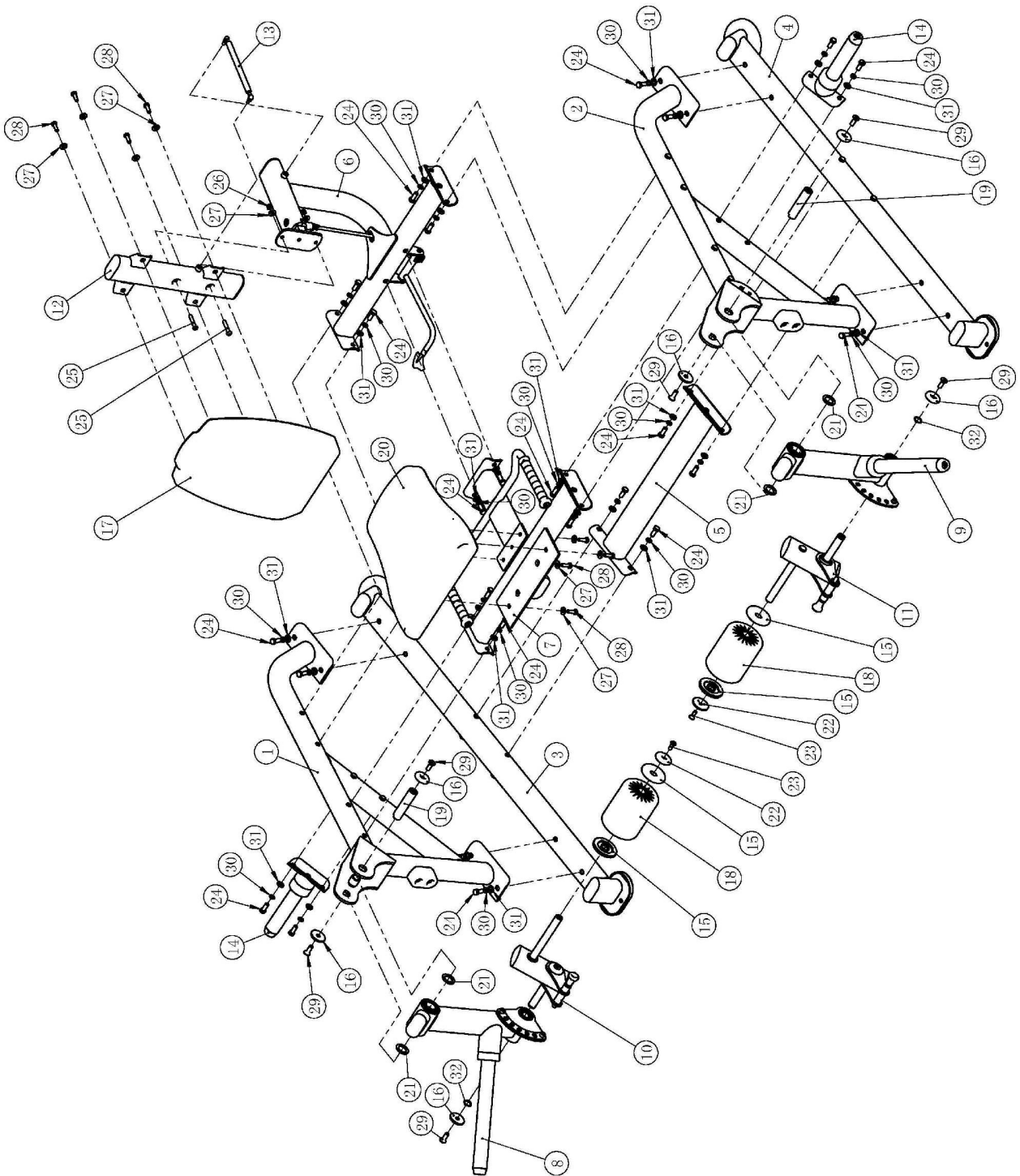


Podložku sedla (20) umístěte na podpěru sedla a zajistěte ji pomocí šroubu se šestihrannou hlavou (28) a plochých podložek (27). Zásobníky závaží (14) umístěte na obě strany trenažéru a utáhněte je šestihranným šroubem (24), plochými podložkami (30) a pružinovou podložkou (31).

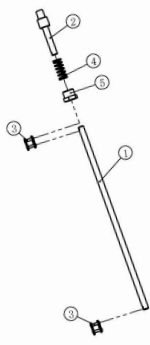
Poznámka: Uvědomte si, že podpěra závaží je nakloněna, aby se zabránilo náhodnému sklouznutí disku.

**VELMI DŮLEŽITÉ:**

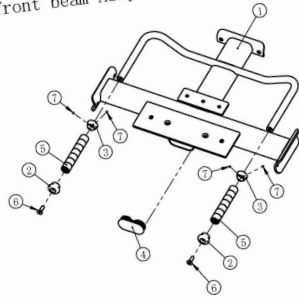
Po dokončení montáže trenažéru zkontrolujte, zda jsou namontovány všechny šrouby a zda jsou bezpečně utaženy.



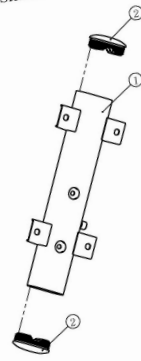
Spring Pin Assy



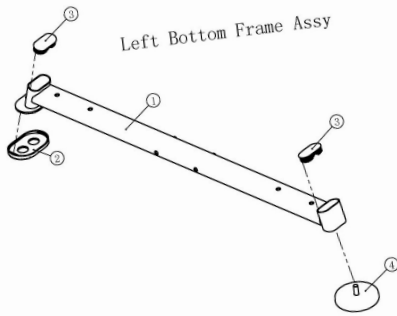
front beam Assy



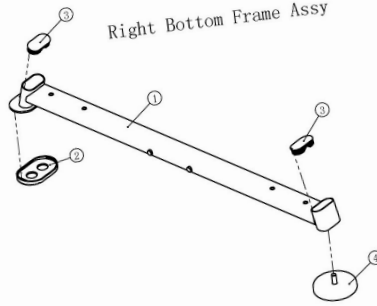
Back cushion frame Assy



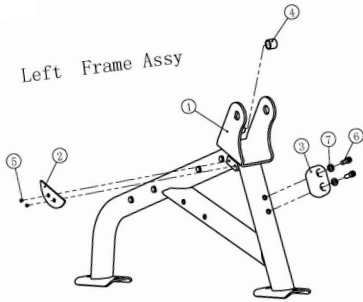
Left Bottom Frame Assy



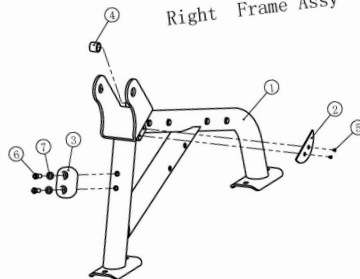
Right Bottom Frame Assy



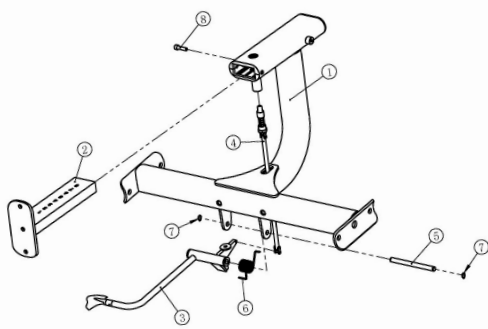
Left Frame Assy



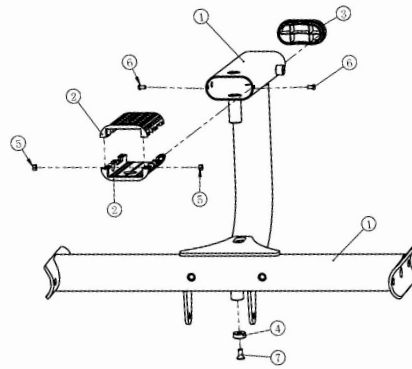
Right Frame Assy



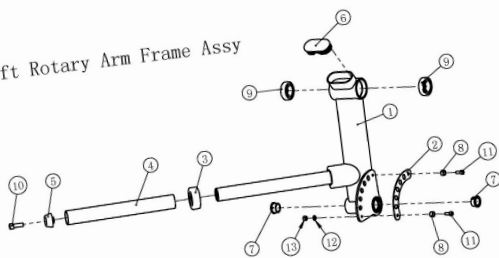
Rear beam Second Assy



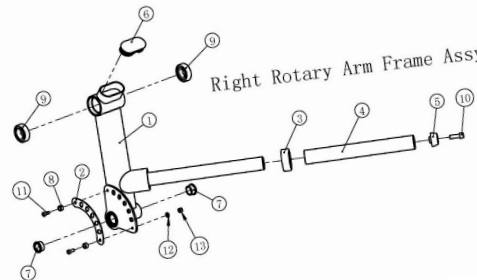
Rear beam First Assy



Left Rotary Arm Frame Assy



Right Rotary Arm Frame Assy



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