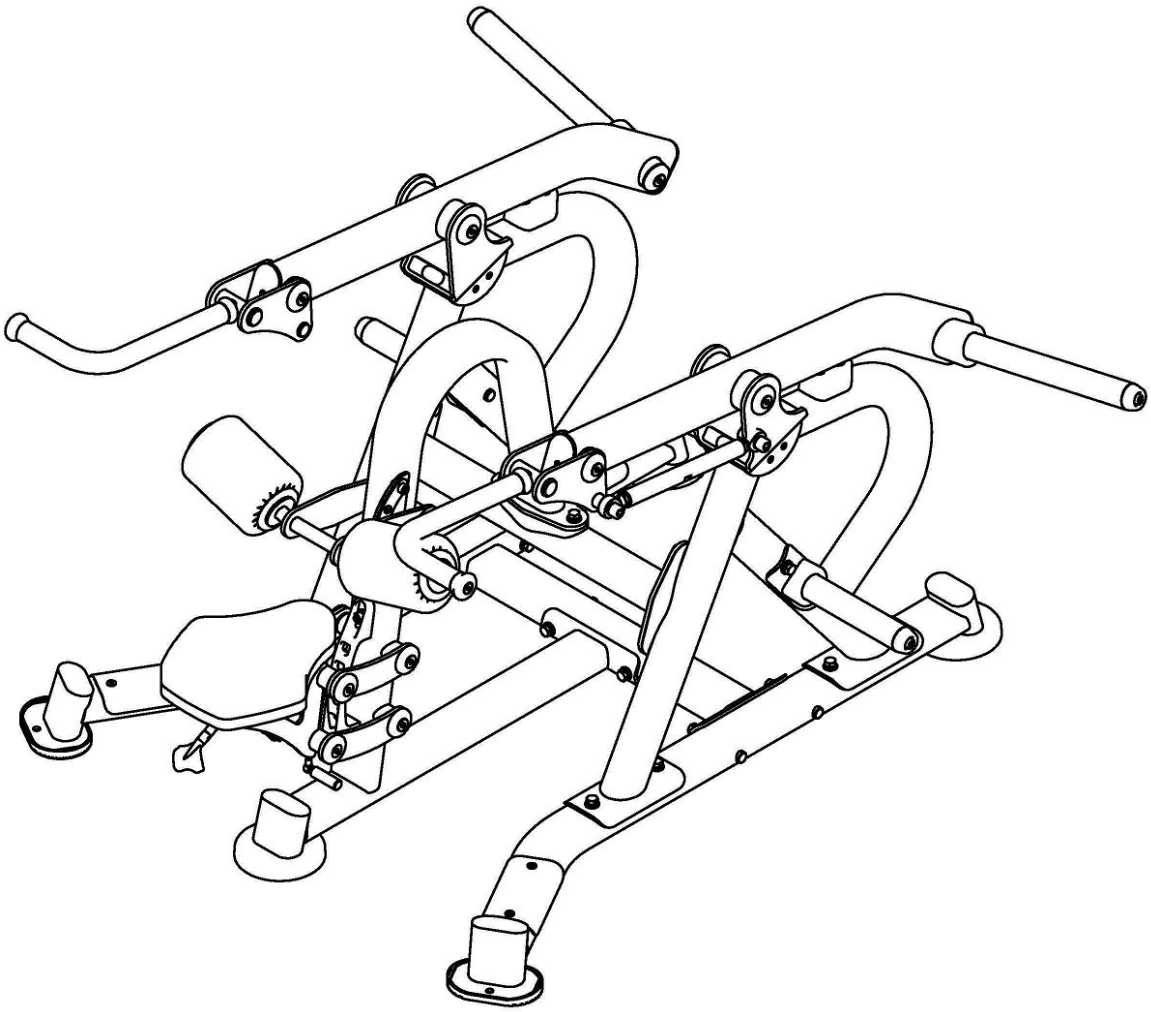
PL150



Návod k obsluze

Posilovací stroj BH FITNESS PL150
bradla na triceps

CZ

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Před montáží a používáním trenažéru si prosím pečlivě přečtěte 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 20957. Je vhodné pro komerční 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.

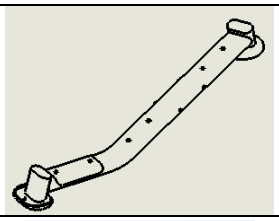
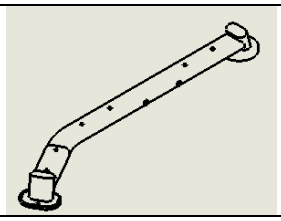
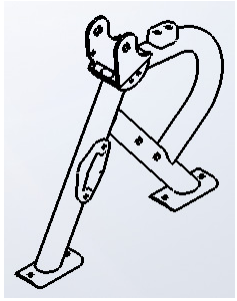
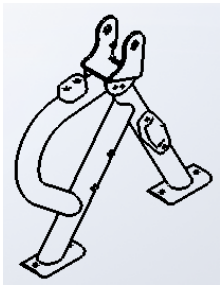
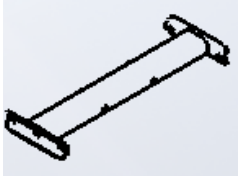
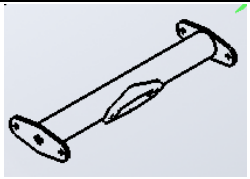
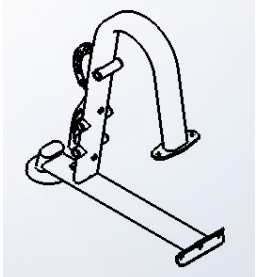
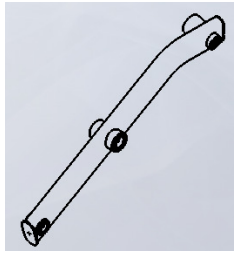
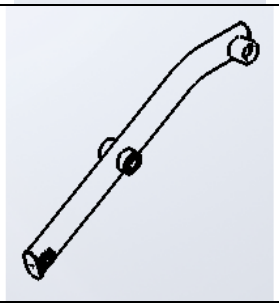
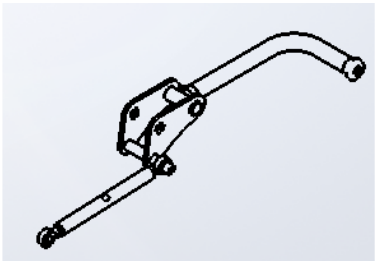
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

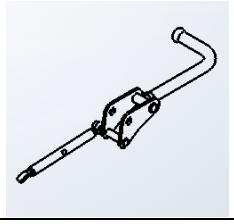
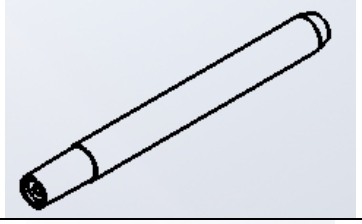
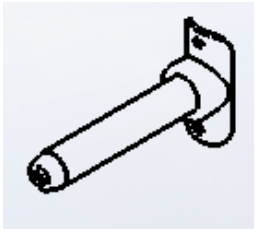
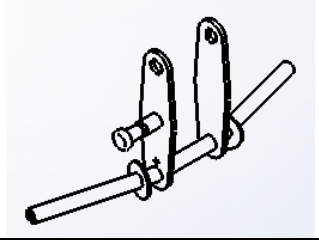
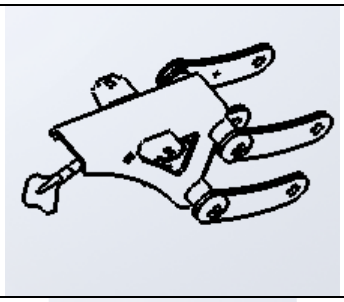
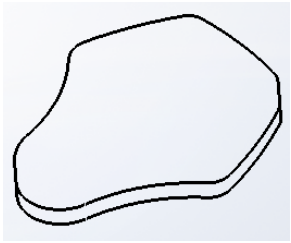
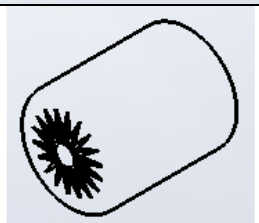
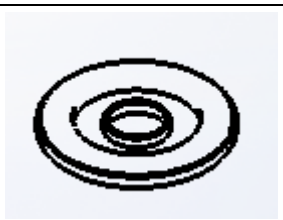
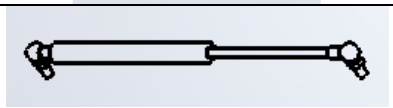
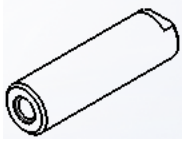
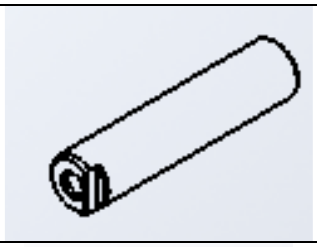
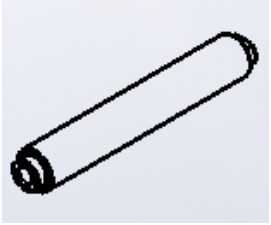
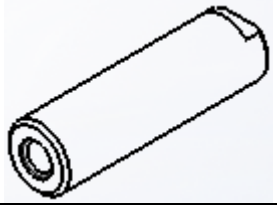
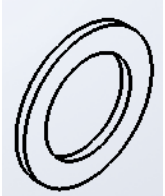
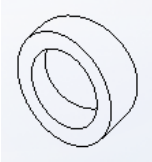
■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

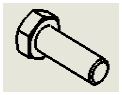
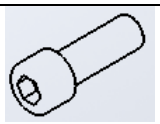
Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybějí žádné díly.

Obr. A

№		✓		№		✓
1		1		2		1
3		1		4		1
5		1		6		1
7		1		8		1
9		1		10		1

11		1		12		2
13		2		14		1
15		1		16		1
17		2		18		4
19		1		20		2
21		2		22		2
23		1		24		2
25		4		26		4
27		16		40		2

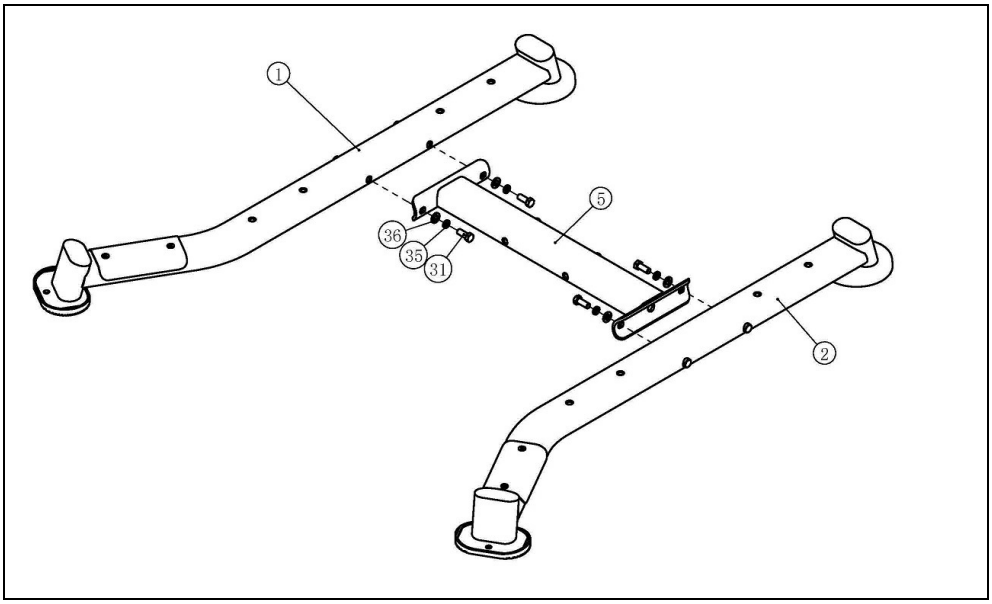
Obr. B

№		✓				✓
28	 M10x30	2		29	 M12x35	14
30	 M12x60	2		31	 M12x30	24
32	 M10x30	2		33	 M16x45	2
34	 M10	2		35	 M12	24
36	 M12	24		37	 M16	2
38	 M16	2		39	 5/16"-18	1
41		1		42	 Hex Key S=6	1
43	 Hex Key S=8	1		44	 Hex Key S=12	1

MONTÁŽNÍ POKYNY

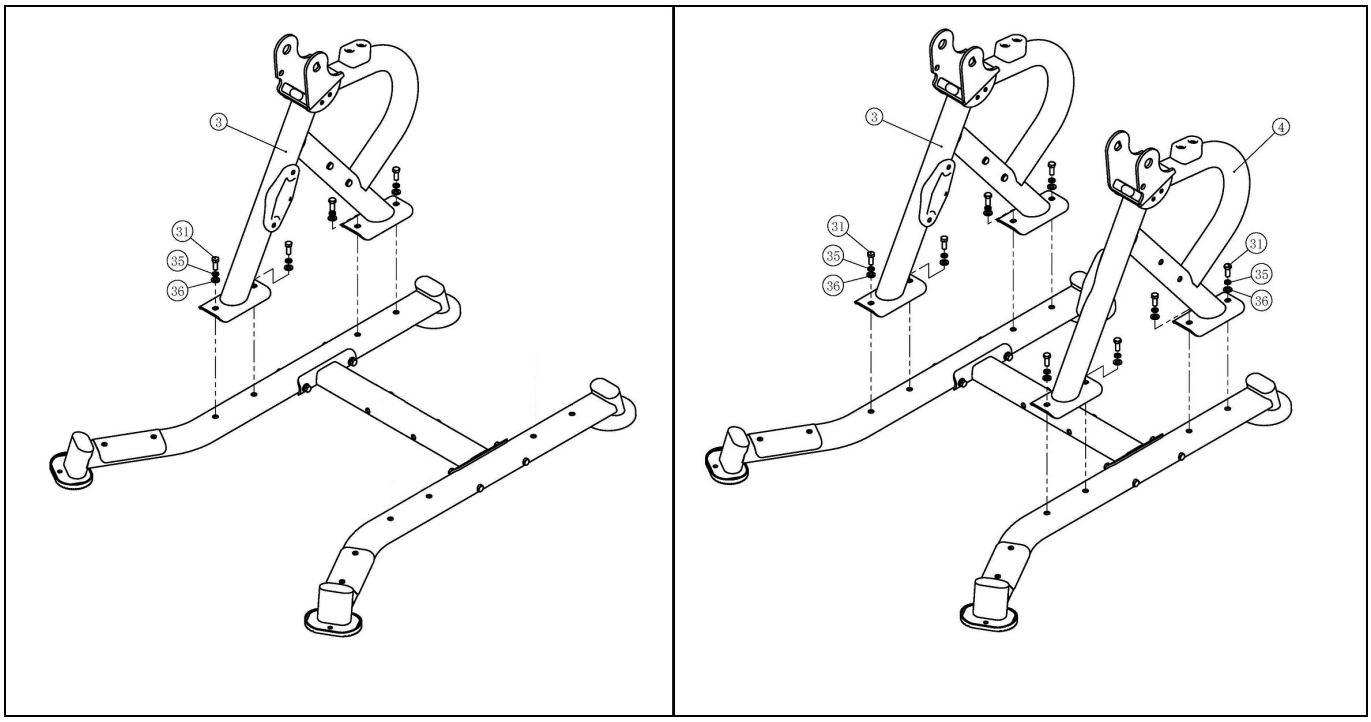
POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

Obr. 1



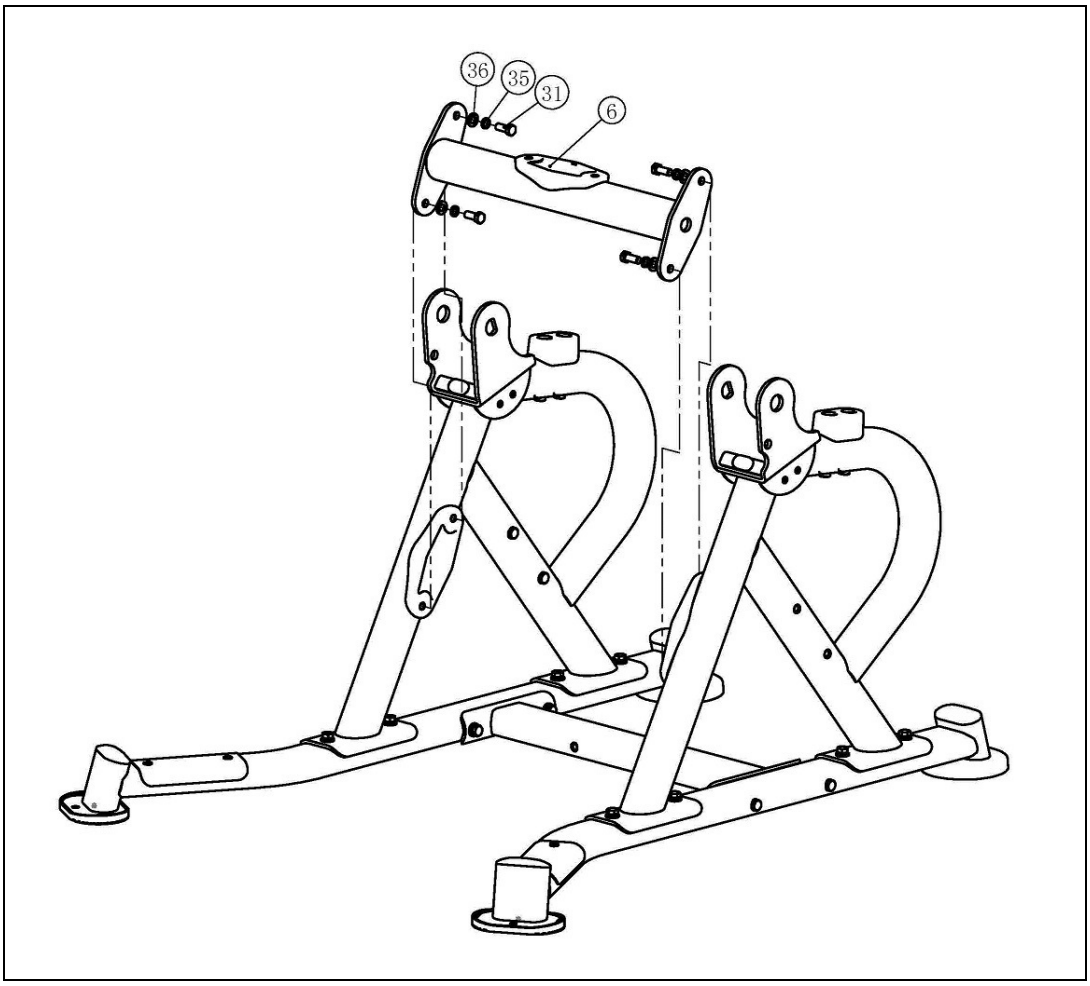
Levou podpěru (1) položte na zem. Umístěte příčnou trubku (5) a upevněte ji šrouby (31) s podložkami (35) a (36).
Poté umístěte pravou podpěru (2) a upevněte ji šrouby (31) s podložkami (35) a (36).

Obr. 2



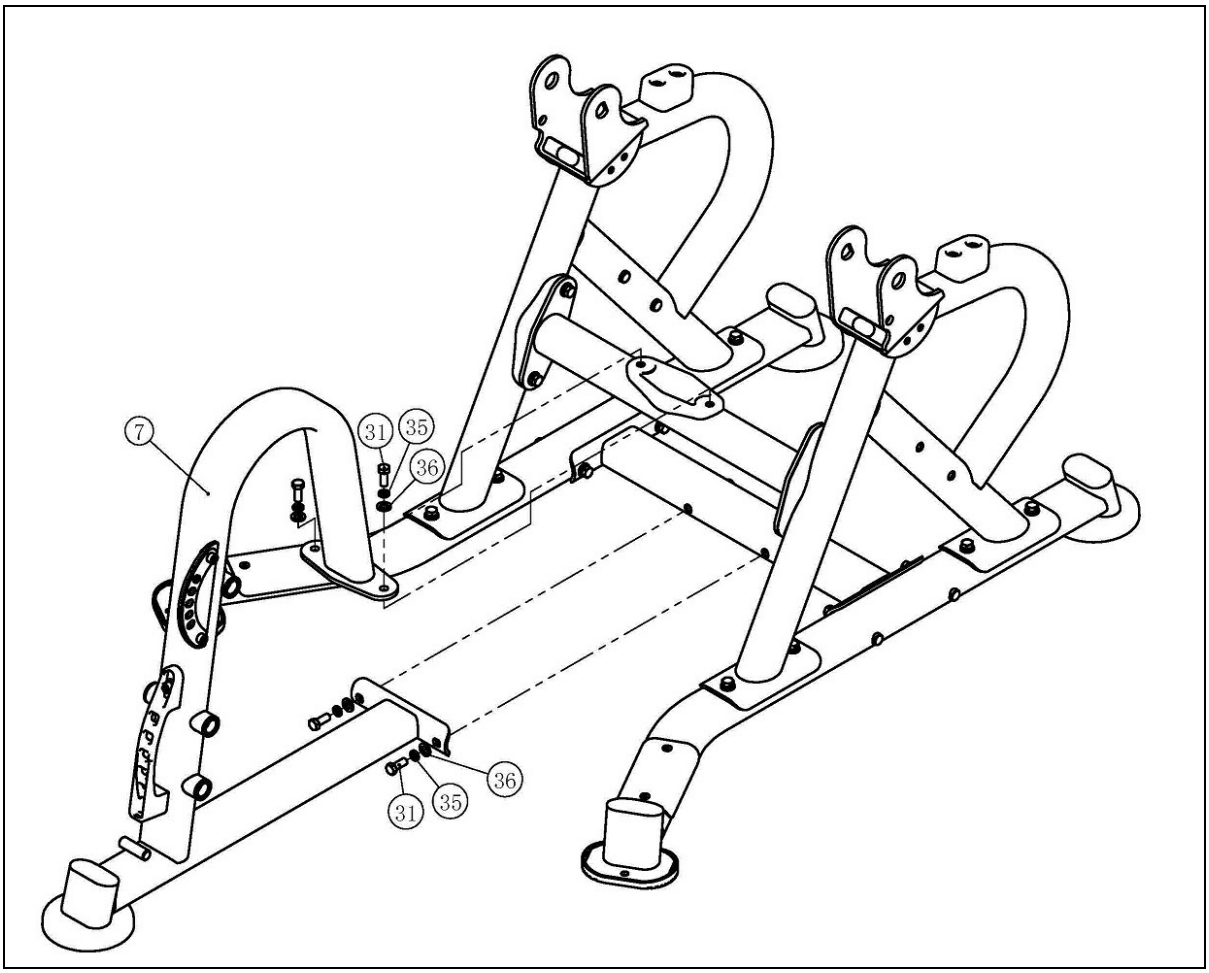
Umístěte pravou boční podpěru (3) a přišroubujte ji ke spodnímu držáku (1) pomocí šroubů (31) s podložkami (35) a (36).
Stejně postupujte na levé straně s levou boční podpěrou (4).
Poznámka: Šrouby neutahujte, dokud nebude dokončen následující krok.

Obr. 3



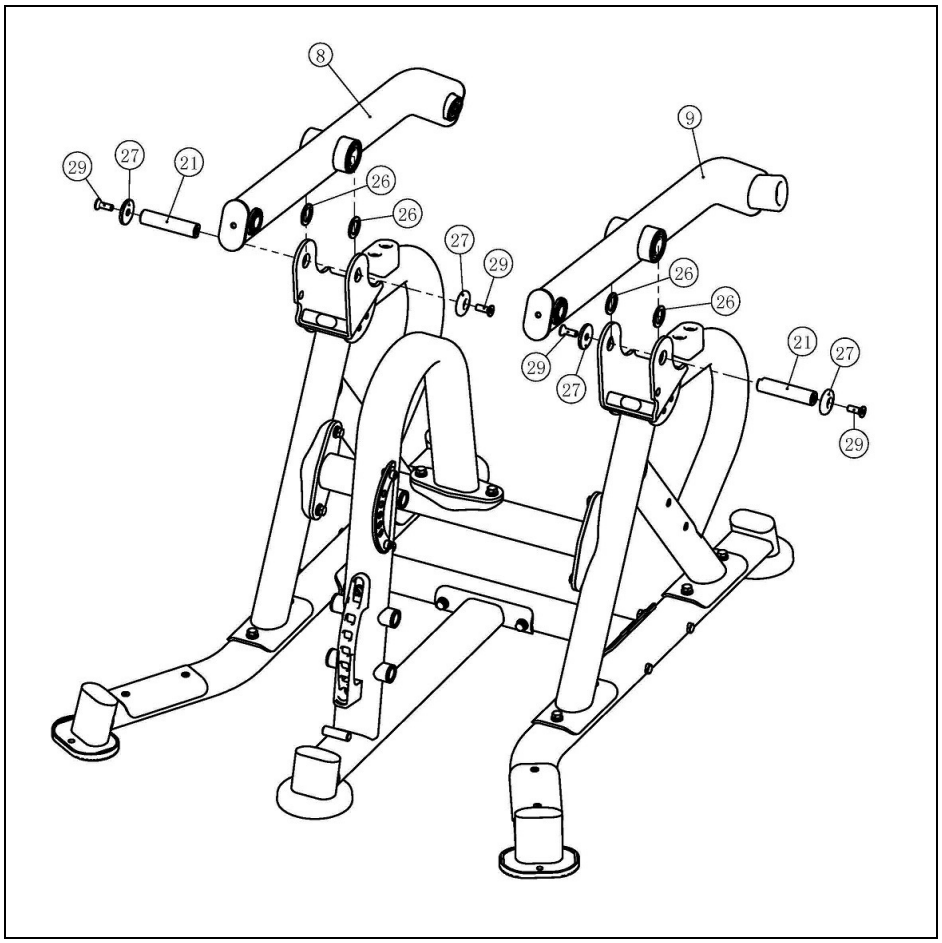
Příčnou trubku (6) umístěte mezi boční podpěry a připevněte ji šestihranným šroubem (31), plochými podložkami (36) a pružnou podložkou (35). Pevně dotáhněte šrouby z předchozího kroku.

Obr. 4



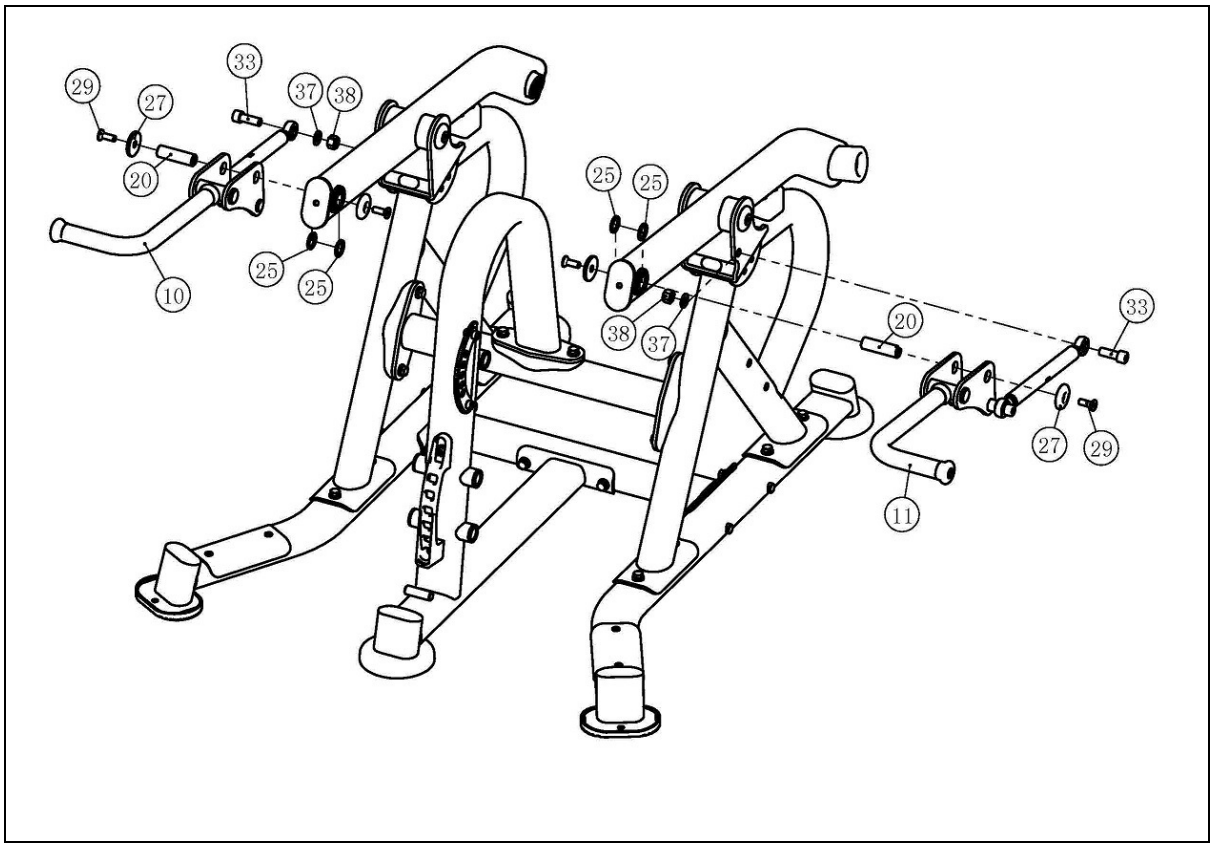
Střední rám (7) umístěte mezi horní a spodní příčné trubky a připevněte jej šestihranným šroubem (31), plochými podložkami (36) a pružnou podložkou (35).

Obr. 5



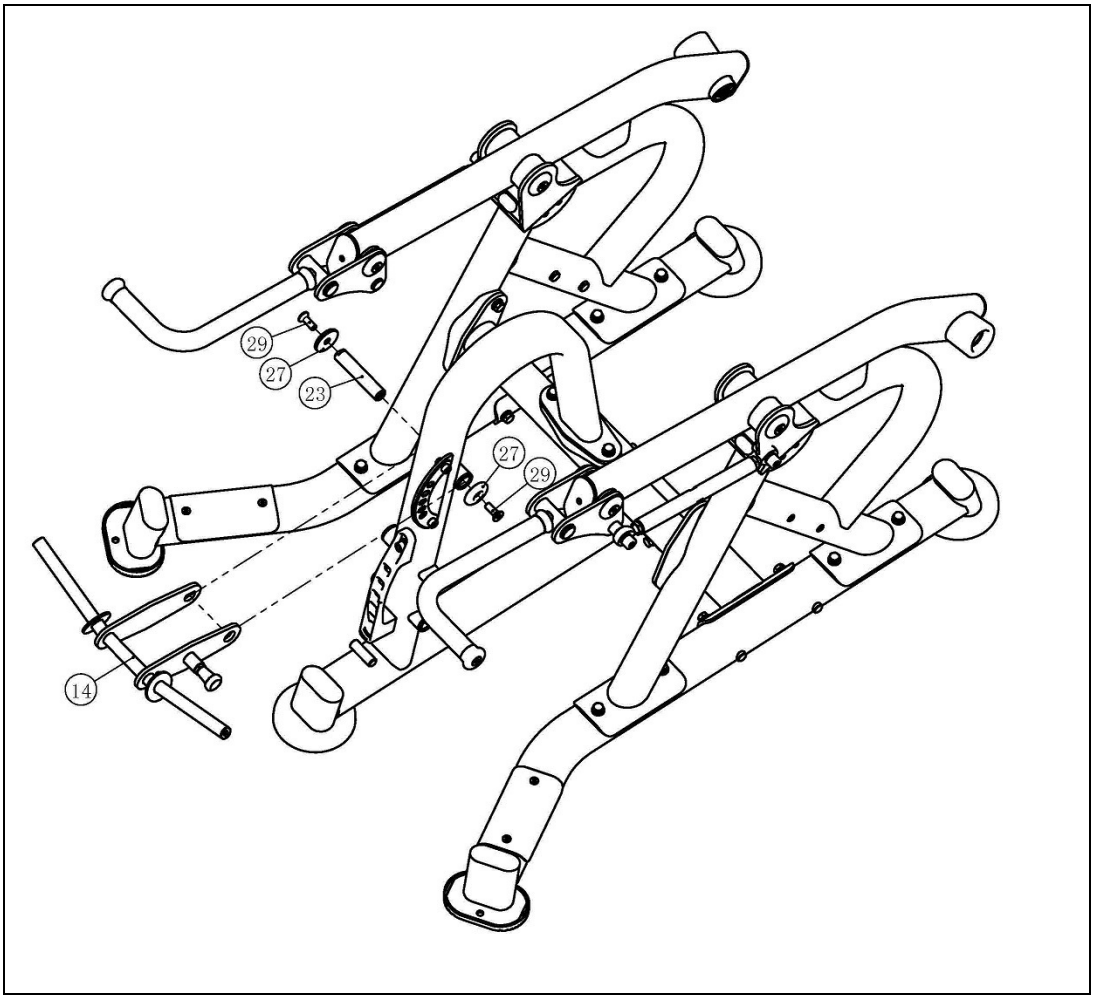
Poznámka: V tomto kroku je třeba pomoc druhé osoby.
Umístěte levé rameno (8) na "U" držák trenažéru, jak je znázorněno na obrázku. Umístěte podložky (26) a vložte hřídel (21). Poté upevněte osu pomocí šroubu (29) a hliníkové podložky (27). Ujistěte se, že pohyb je plynulý. Stejně postupujte při montáži pravého ramene (9).

Obr. 6



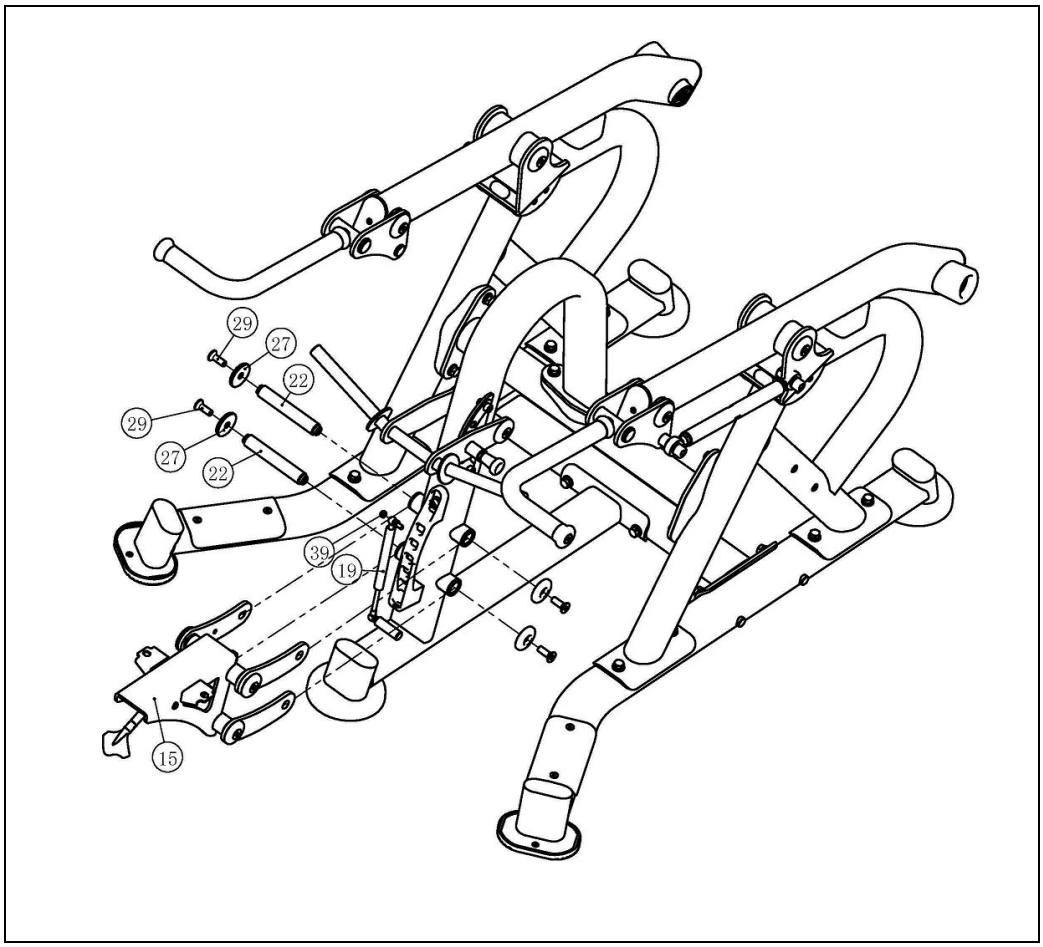
Umístěte distanční podložky (25) a vložte hřídel (20). Levou rukojeť (10) umístěte na levé rameno stroje, jak je znázorněno na obrázku. Poté upevněte osu pomocí šroubu (29) a hliníkové podložky (27). Zařízení zajistěte šroubem (33). Ujistěte se, že pohyb je plynulý.
Stejně postupujte při montáži pravého ramene (11).

Obr. 7



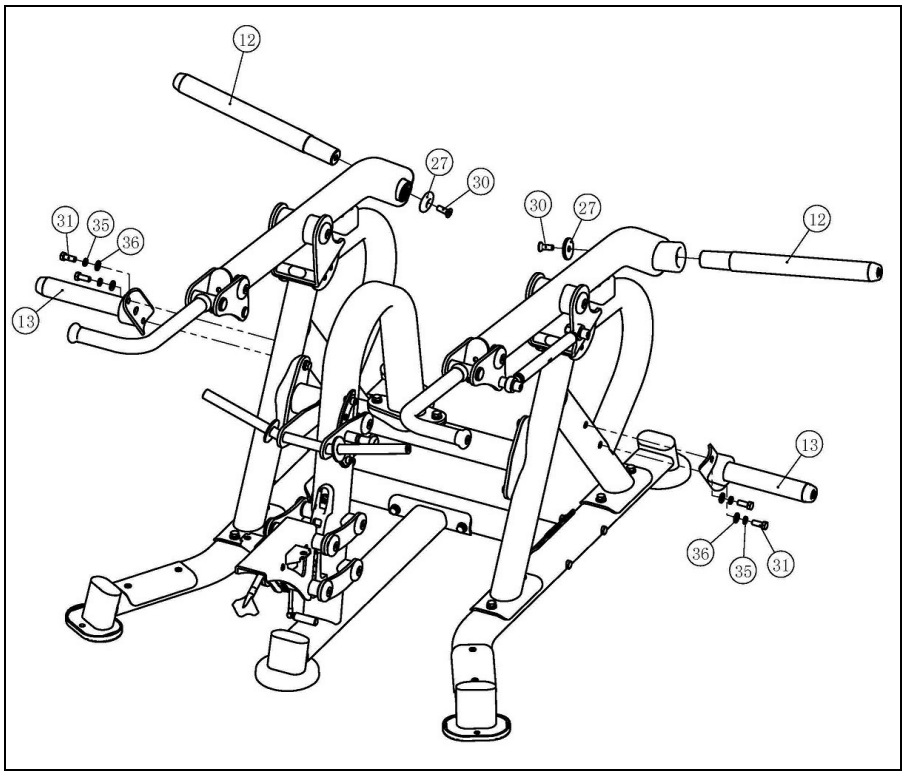
Hřídel (23) vložte do svislé trubky. Přišroubujte podpěru (14) šroubem (29) a podložkou (27).

Obr. 8



Hřídel (22) připevněte na pravou stranu držáku sedla (15) pomocí šroubu (29) a hliníkové podložky (27). Umístěte hřídel (22) do svislé trubky. Přišroubujte pravou stranu podpěry sedla (15) pomocí šroubu (29) a hliníkové podložky (27).
Poté stiskněte páku na podpěře sedla (15) a umístěte ji do nejvyšší polohy. Nasaďte plynovou vzpěru (19) a připevněte ji maticemi (39).

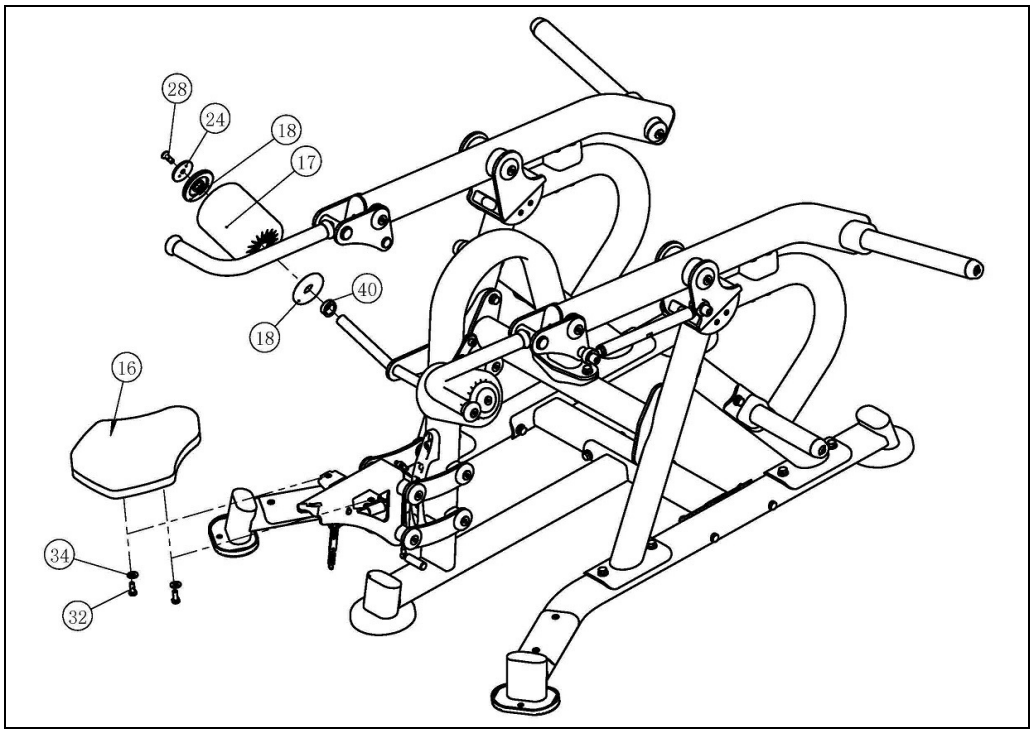
Obr. 9



Držáky závaží (12) vložte do otvoru na rameni a zajistěte je šroubem (30) a hliníkovou podložkou (27). Stejně postupujte na druhé straně.
Držáky závaží (13) umístěte na obě strany trenažéru, zarovnejte otvory a utáhněte je šestihranným šroubem (31), plochými podložkami (35) a pružnou podložkou (36).

Poznámka: Podpěra závaží je nakloněna, aby nedošlo náhodnému sklouznutí disku.

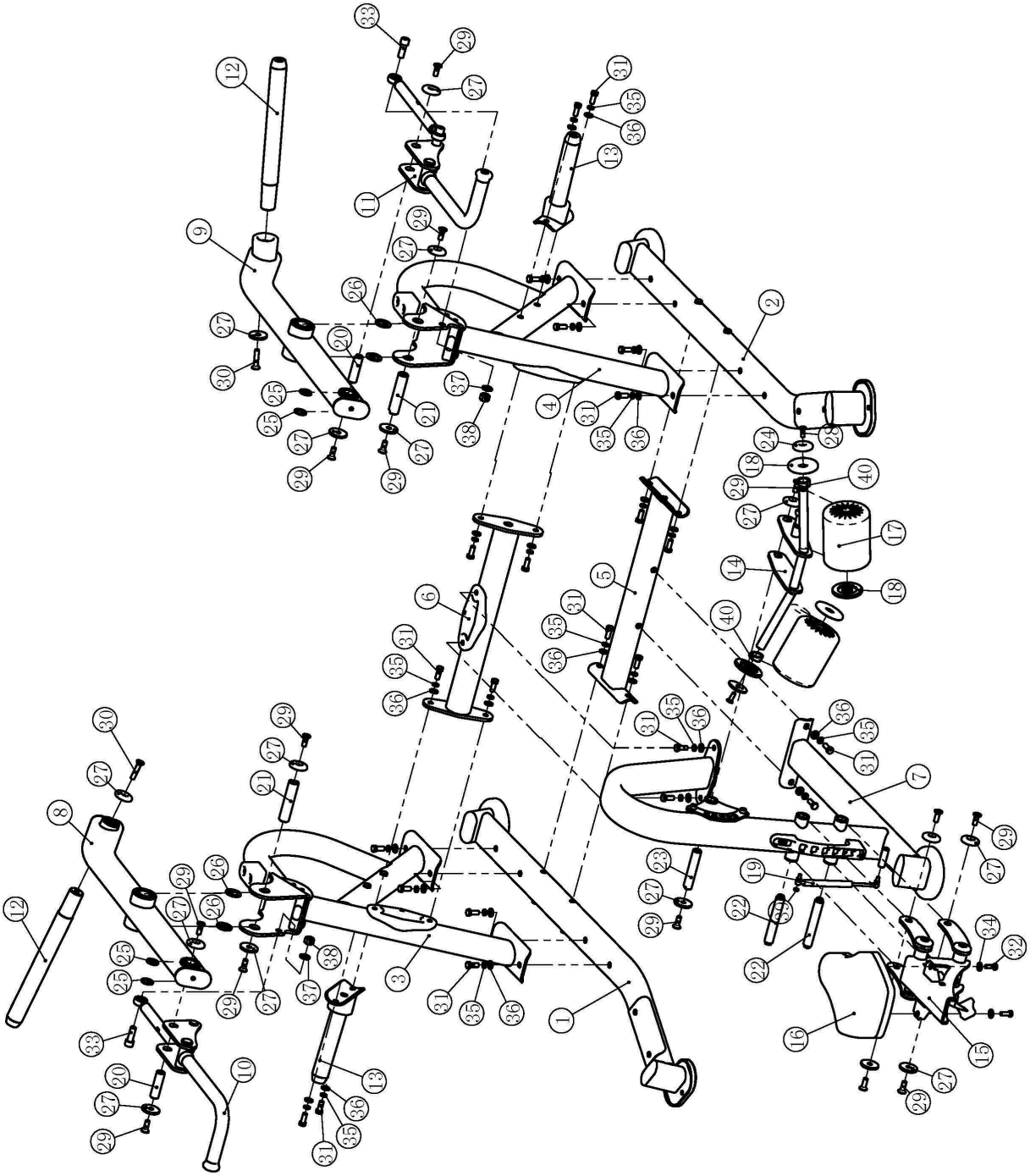
Obr. 10



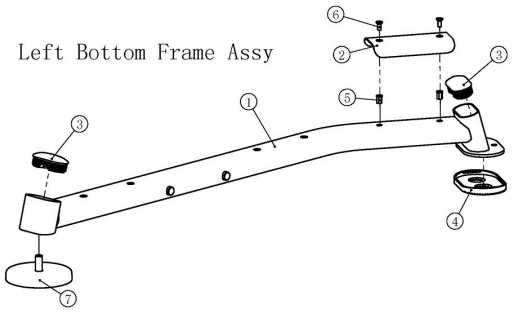
Na pravý konec hřídele (14) nasaďte podložku (18), váleček (17) podložku (18) a (24), jak je znázorněno na obrázku, a zajistěte je šroubem (28).
Stejně postupujte na levé straně.
Poté umístěte sedlo (16) na podpěru sedla a zajistěte jej pomocí šroubu se šestihrannou hlavou (32) a plochých podložek (34).

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

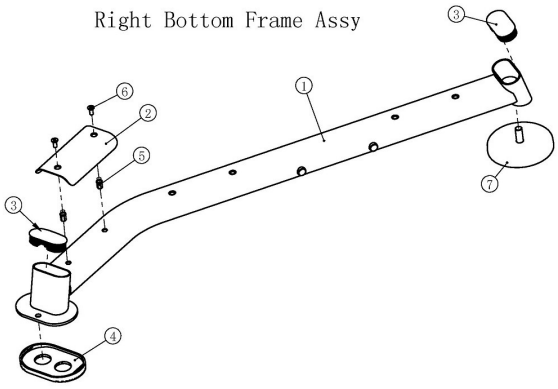
PL150



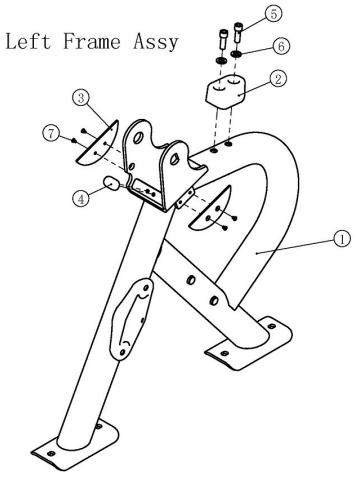
Left Bottom Frame Assy



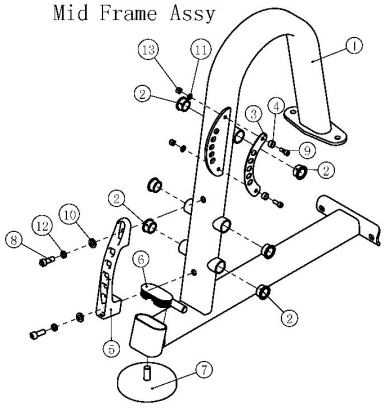
Right Bottom Frame Assy



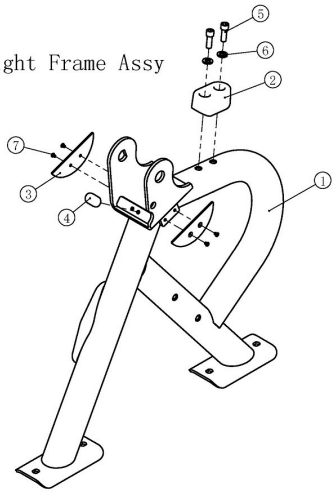
Left Frame Assy



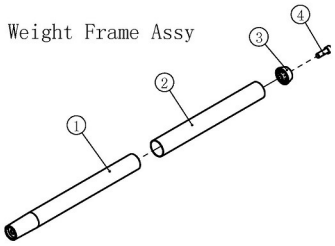
Mid Frame Assy

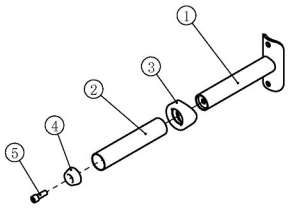


Right Frame Assy

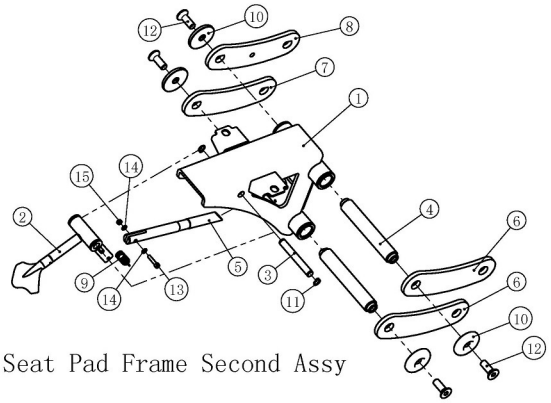


Weight Frame Assy



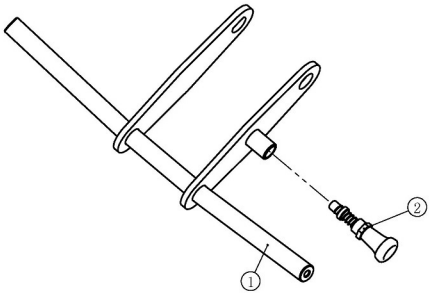


Weight Plate Storage Assy

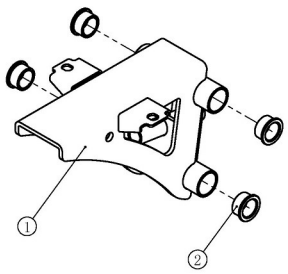


Seat Pad Frame Second Assy

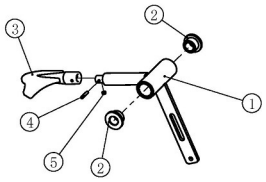
Rolling Pad Frame Assy



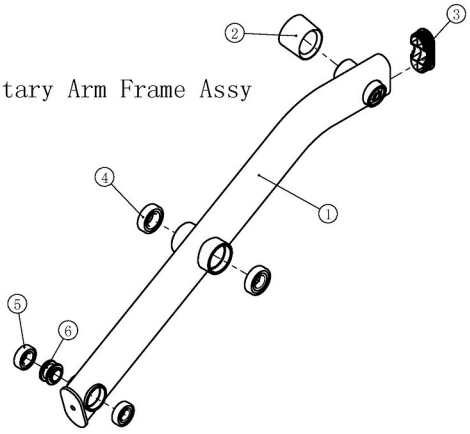
Seat Pad Frame First Assy



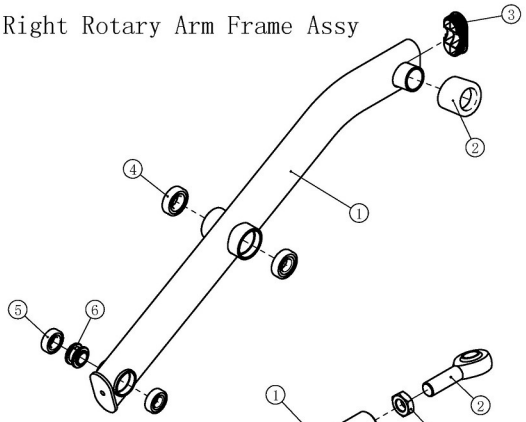
Adjustable Handle Assy

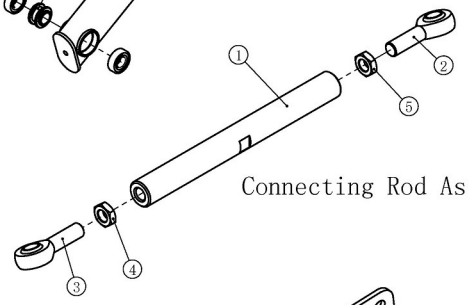


Left Rotary Arm Frame Assy



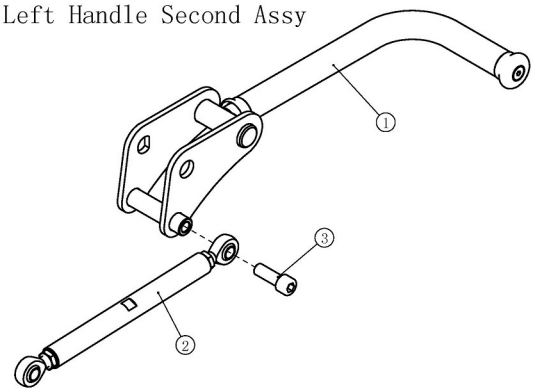
Right Rotary Arm Frame Assy

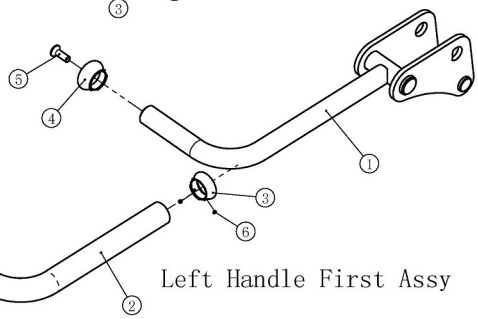




Connecting Rod Assy

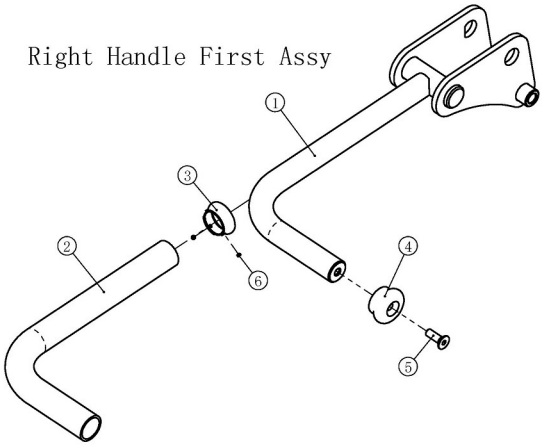
Left Handle Second Assy



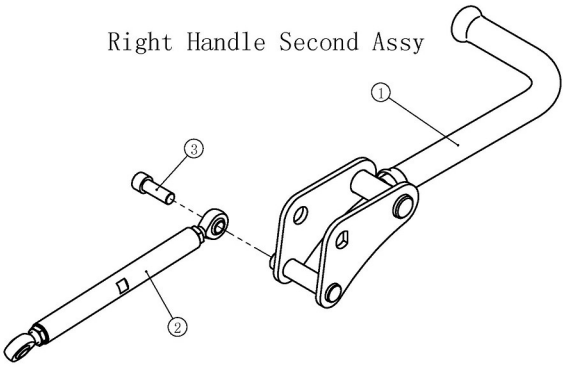


Left Handle First Assy

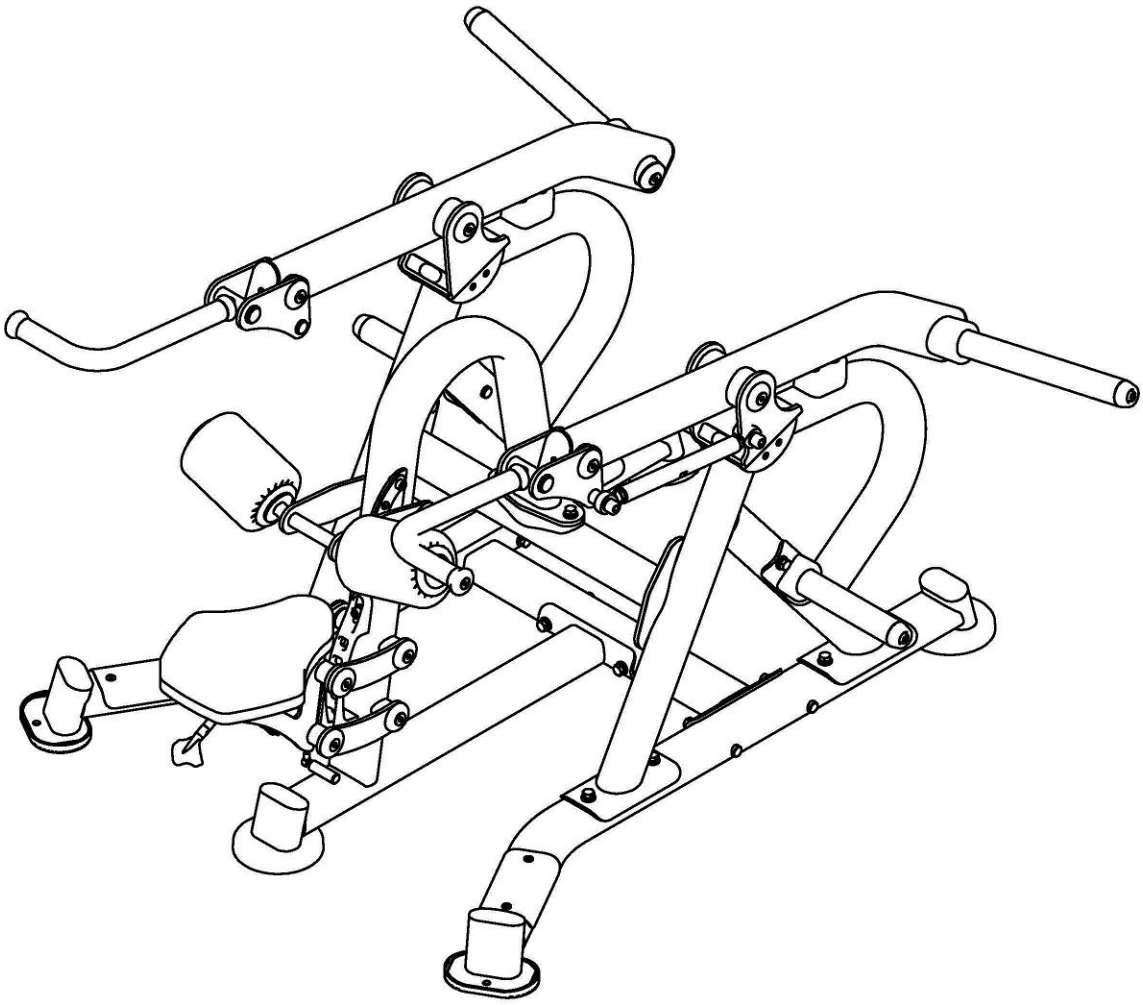
Right Handle First Assy



Right Handle Second Assy



PL150



Návod na obsluhu

Posilňovací stroj BH FITNESS PL150
tricepsová tyč

SK

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

Pred zostavením a používaním trenažéra si pozorne prečítajte tieto pokyny. Obsahujú dôležité informácie pre vašu bezpečnosť a pre používanie a údržbu trenažéra.

Návod na použitie si uschovajte pre budúce použitie a poradenstvo pri údržbe a objednávaní náhradných dielov.



POZOR:

■ Toto zariadenie sa môže používať len na určený účel, t. j. na fyzické cvičenie.

Akékoľvek iné používanie trenažéra je zakázané a môže byť nebezpečné. Výrobca nezodpovedá za škody alebo zranenia spôsobené nesprávnym používaním zariadenia.

■ Zariadenie používajte na pevnom a rovnom povrchu.

■ Okolo trenažéra musí zostať aspoň 1 meter voľného priestoru.

■ Zariadenie je navrhnuté v súlade s najnovšími bezpečnostnými normami.

■ Toto zariadenie spĺňa normu 20957. Je vhodné pre komerčné aplikácie s hmotnosťou používateľa do 330 libier/150 kg.

Nesprávne opravy a/alebo úpravy trenažéra (napr. odstránenie častí) môžu ohroziť bezpečnosť používateľa.

■ Poškodené komponenty môžu ohroziť vašu bezpečnosť a/alebo znížiť životnosť zariadenia.

Z tohto dôvodu sa poškodené časti musia okamžite vymeniť a zariadenie sa nesmie používať, kým nebude opravené. Používajte iba originálne náhradné diely BH.

■ Ak sa zariadenie používa pravidelne, každé 1-2 mesiace dôkladne skontrolujte všetky komponenty a venujte osobitnú pozornosť utiahnutiu matíc a skrutiek.

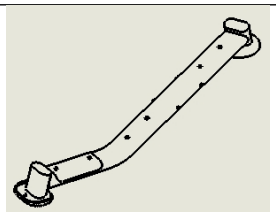
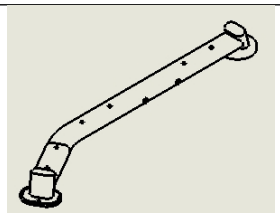
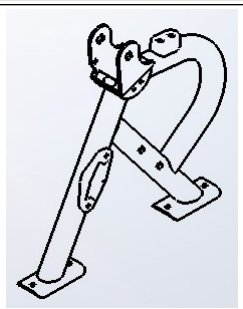
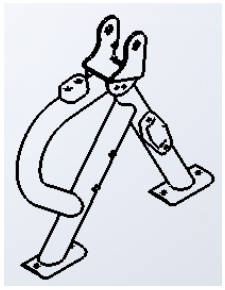
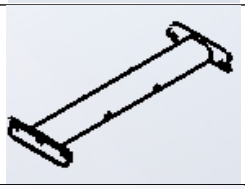
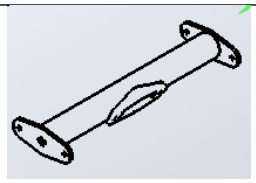
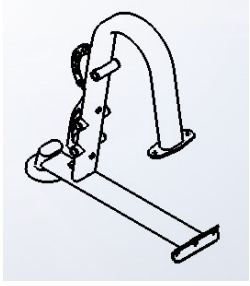
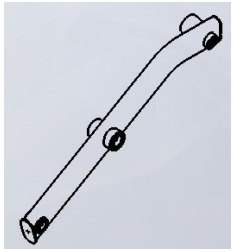
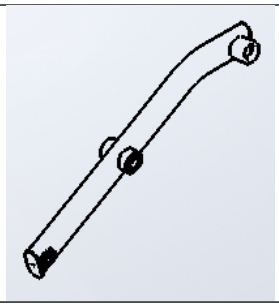
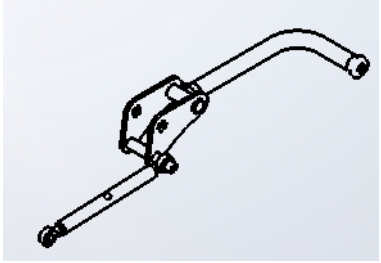
■ Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, či môžete používať bežecký pás. Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, neprepínajte sa. Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

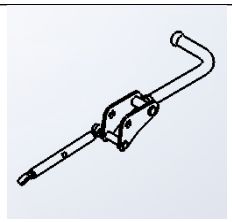
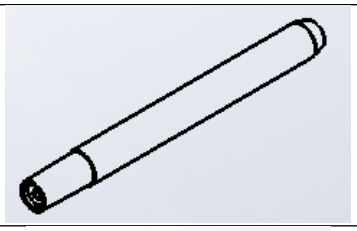
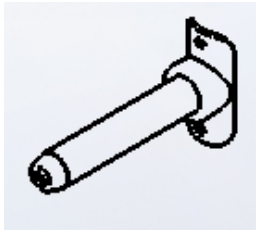
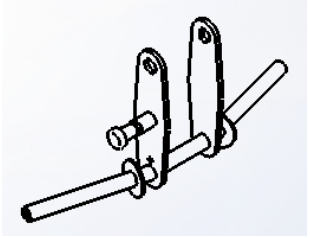
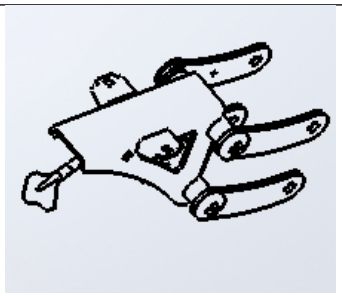
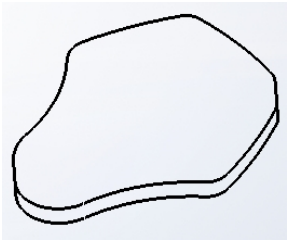
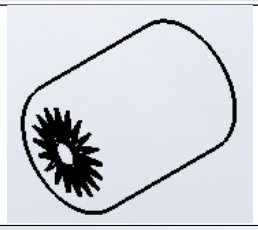
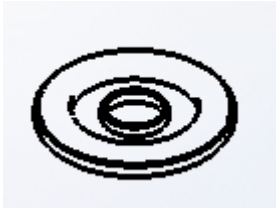
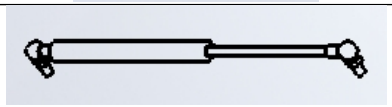
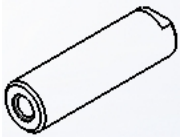
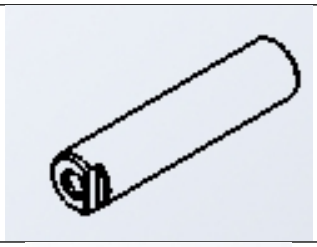
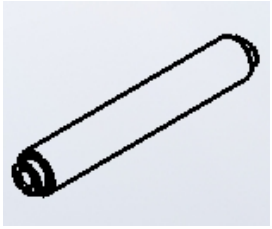
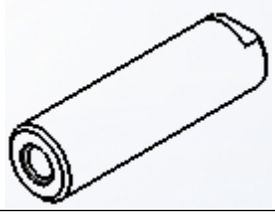
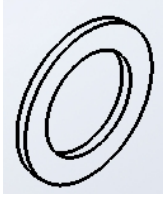
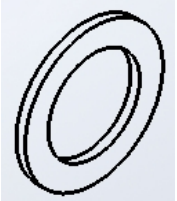
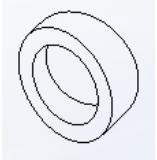
■ Dávajte pozor na pokyny trénera.

Pri montáži trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.

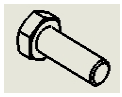
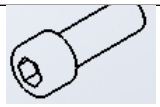
Vyberte jednotku z krabice a skontrolujte jednotlivé komponenty podľa zoznamu na obr. A a obr. B, aby ste sa uistili, že nechýbajú žiadne súčasti.

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		2
13		2		14		1
15		1		16		1
17		2		18		4
19		1		20		2
21		2		22		2
23		1		24		2
25		4		26		4
27		16		40		2

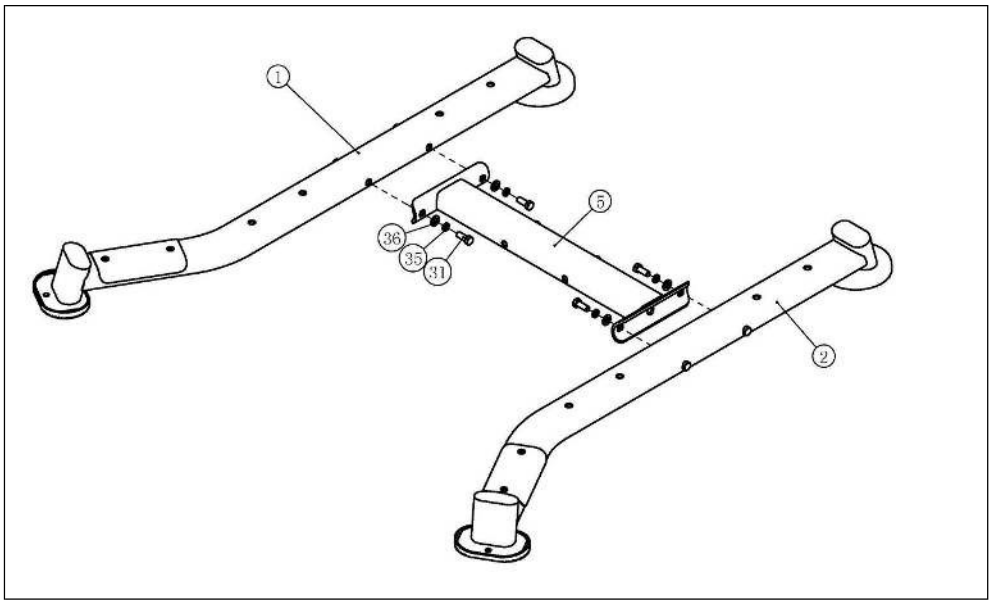
Obr. B

Nº		✓				✓
28	 M10x30	2		29	 M12x35	14
30	 M12x60	2		31	 M12x30	24
32	 M10x30	2		33	 M16x45	2
34	 M10	2		35	 M12	24
36	 M12	24		37	 M16	2
38	 M16	2		39	 5/16"-18	1
41		1		42	 Šesťhranný kľúč S=6	1
43	 Šesťhranný kľúč S=8	1		44	 Šesťhranný kľúč S=12	1

MONTÁŽNE POKYNY

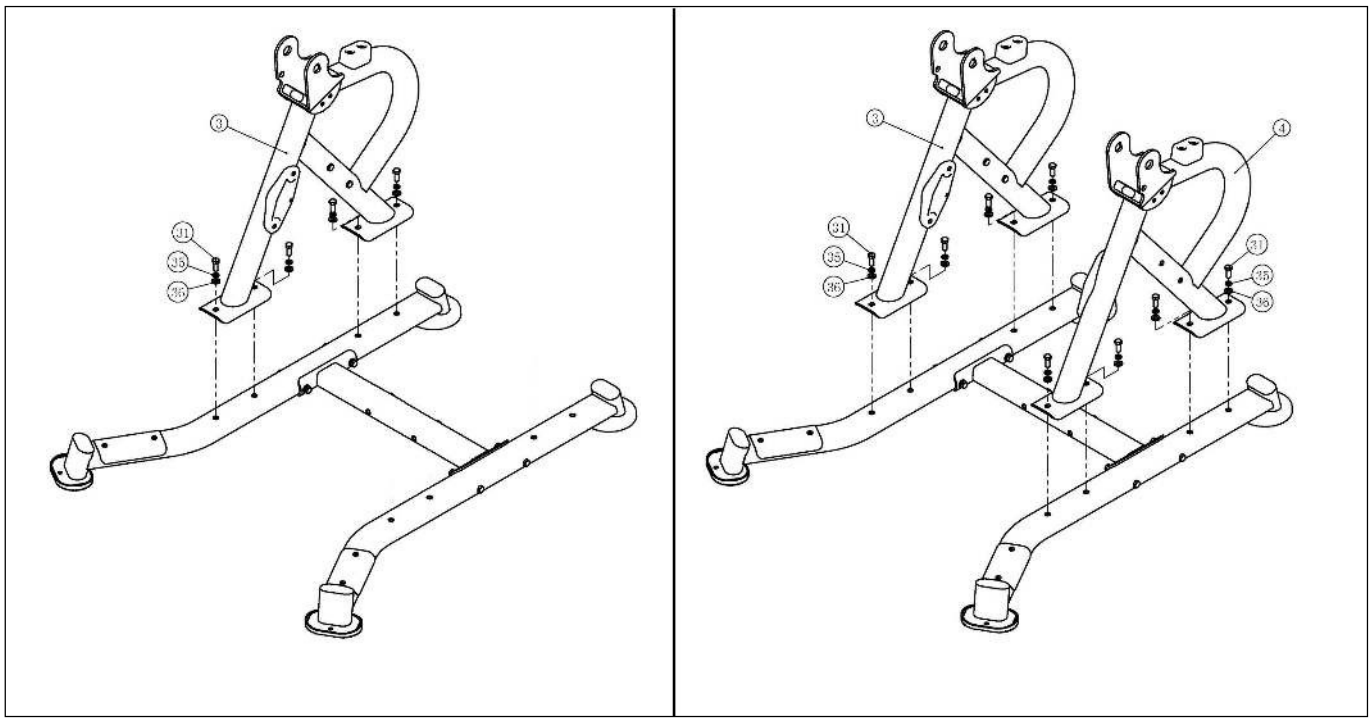
POZNÁMKA: Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

Obr. 1



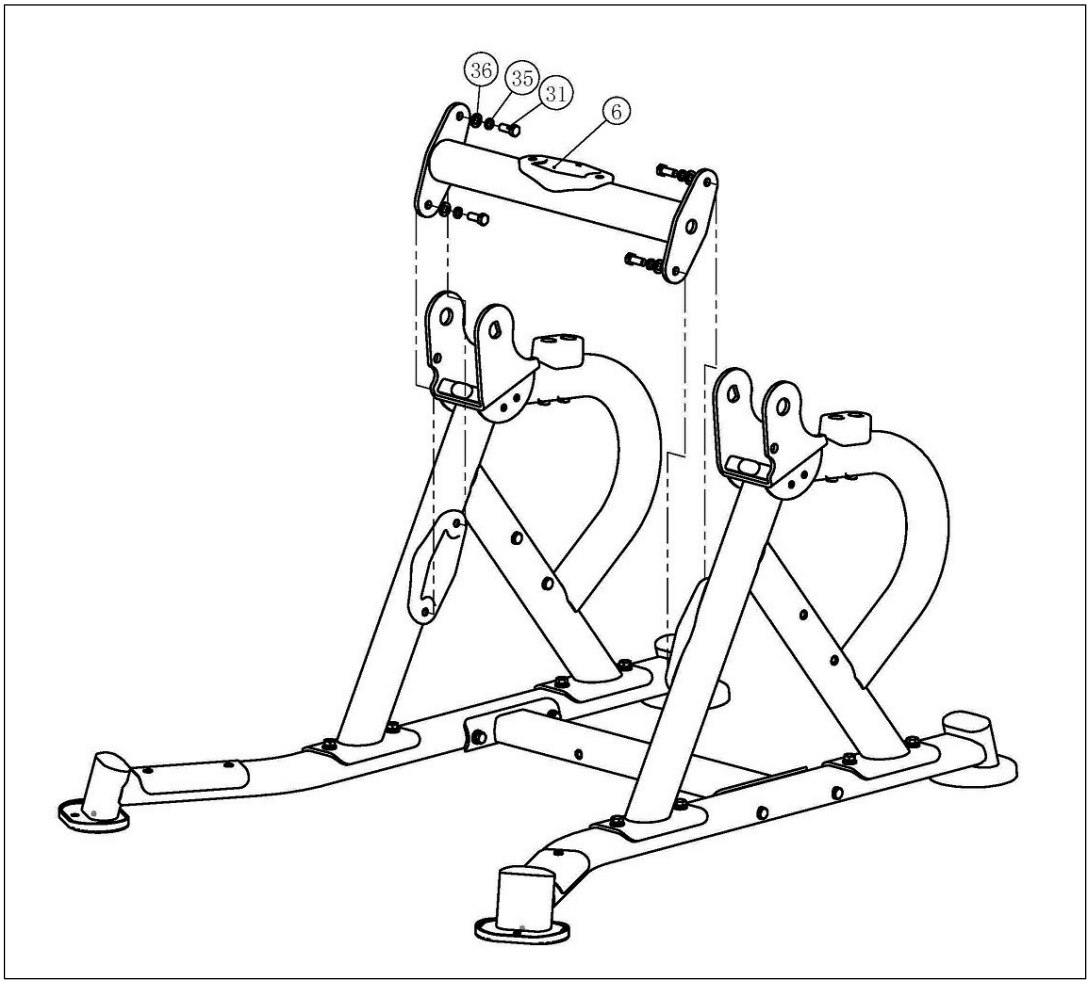
Ľavú podperu (1) položte na zem. Umiestnite priečnu rúrku (5) a upevnite ju pomocou skrutiek (31) a podložiek (35) a (36).
Potom umiestnite pravú podperu (2) a upevnite ju pomocou skrutiek (31) a podložiek (35) a (36).

Obr. 2



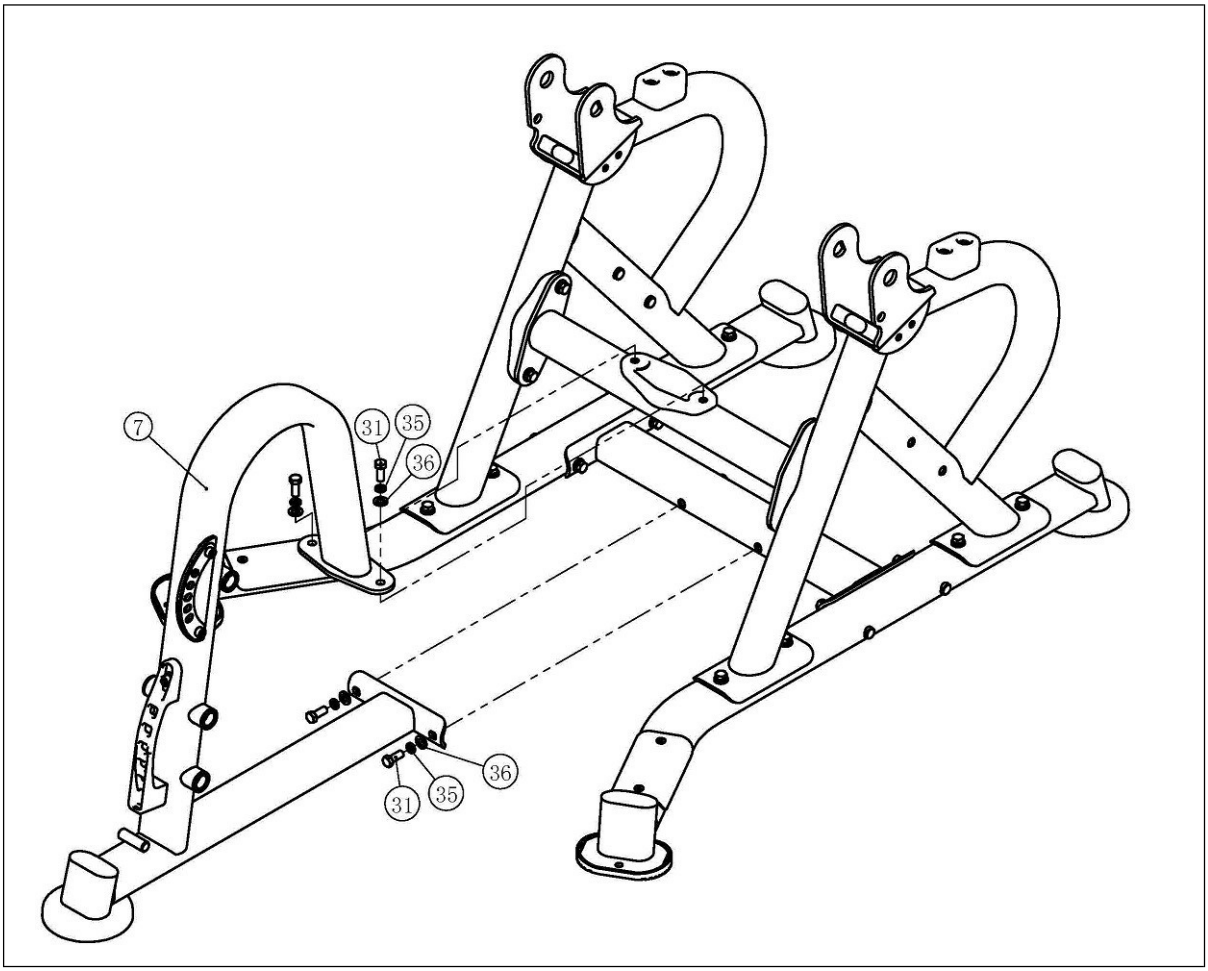
Umiestnite pravú bočnú podperu (3) a priskrutkujte ju k spodnej konzole (1) pomocou skrutiek (31) s podložkami (35) a (36).
To isté vykonajte na ľavej strane s ľavou bočnou opierkou (4).
Poznámka: Skrutky dotiahnite až po dokončení nasledujúceho kroku.

Obr. 3



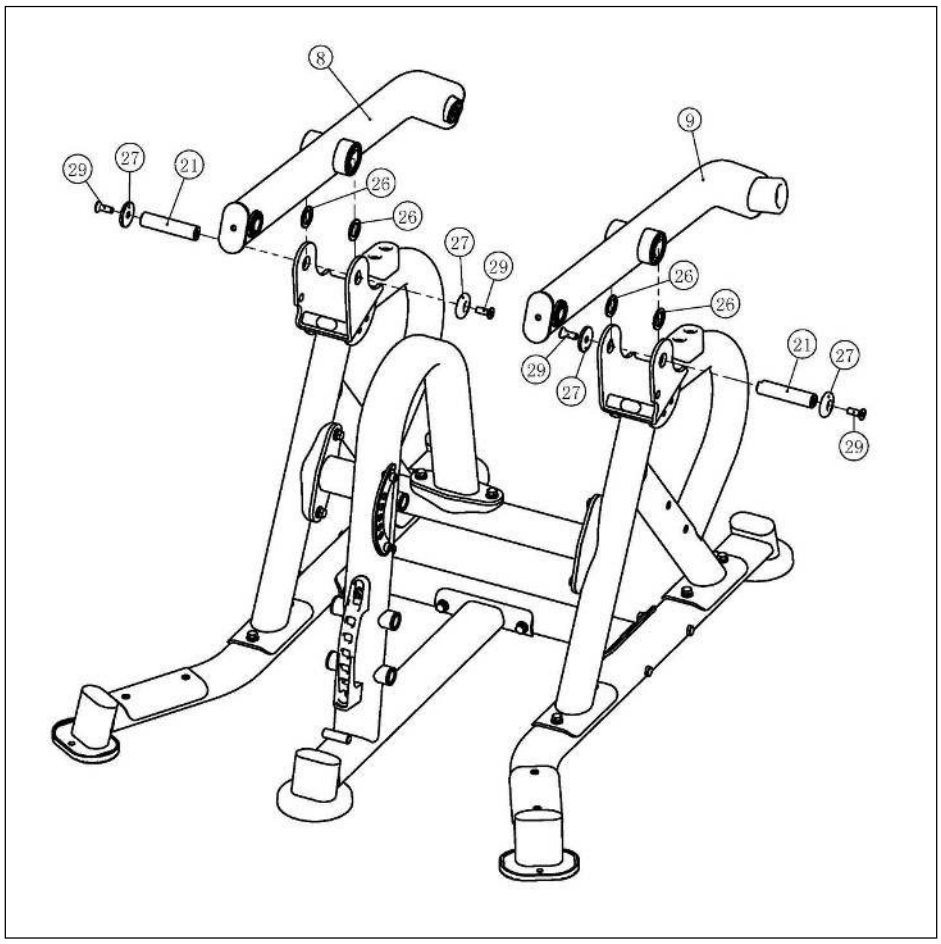
Umiestnite priečnu rúrku (6) medzi bočné podpery a zaistite ju šesťhrannou skrutkou (31), plochými podložkami (36) a pružnú podložku (35). Pevne utiahnite skrutky z predchádzajúceho kroku.

Obr. 4



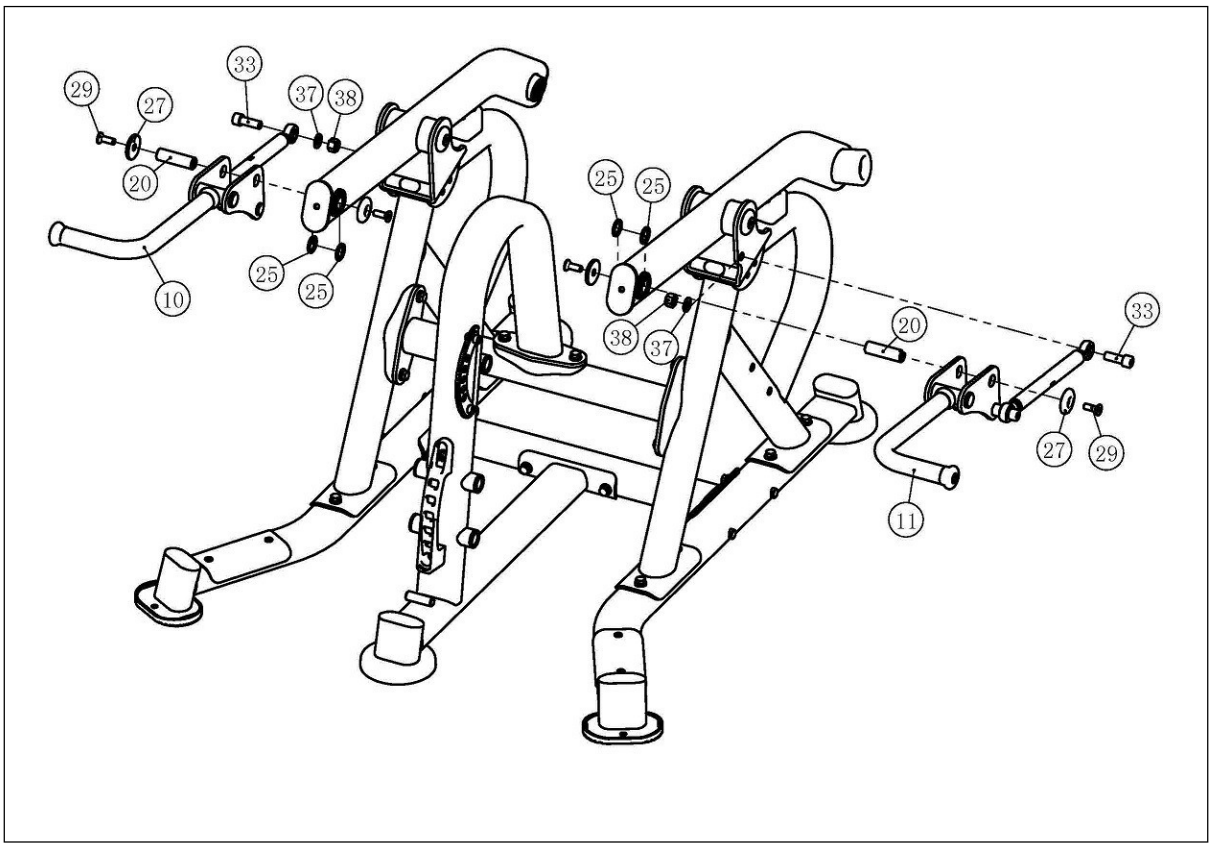
Umiestnite stredový rám (7) medzi hornú a dolnú priečnu rúrku a zaistite ho šesťhrannou skrutkou (31), plochými podložkami (36) a pružnou podložkou (35).

Obr. 5



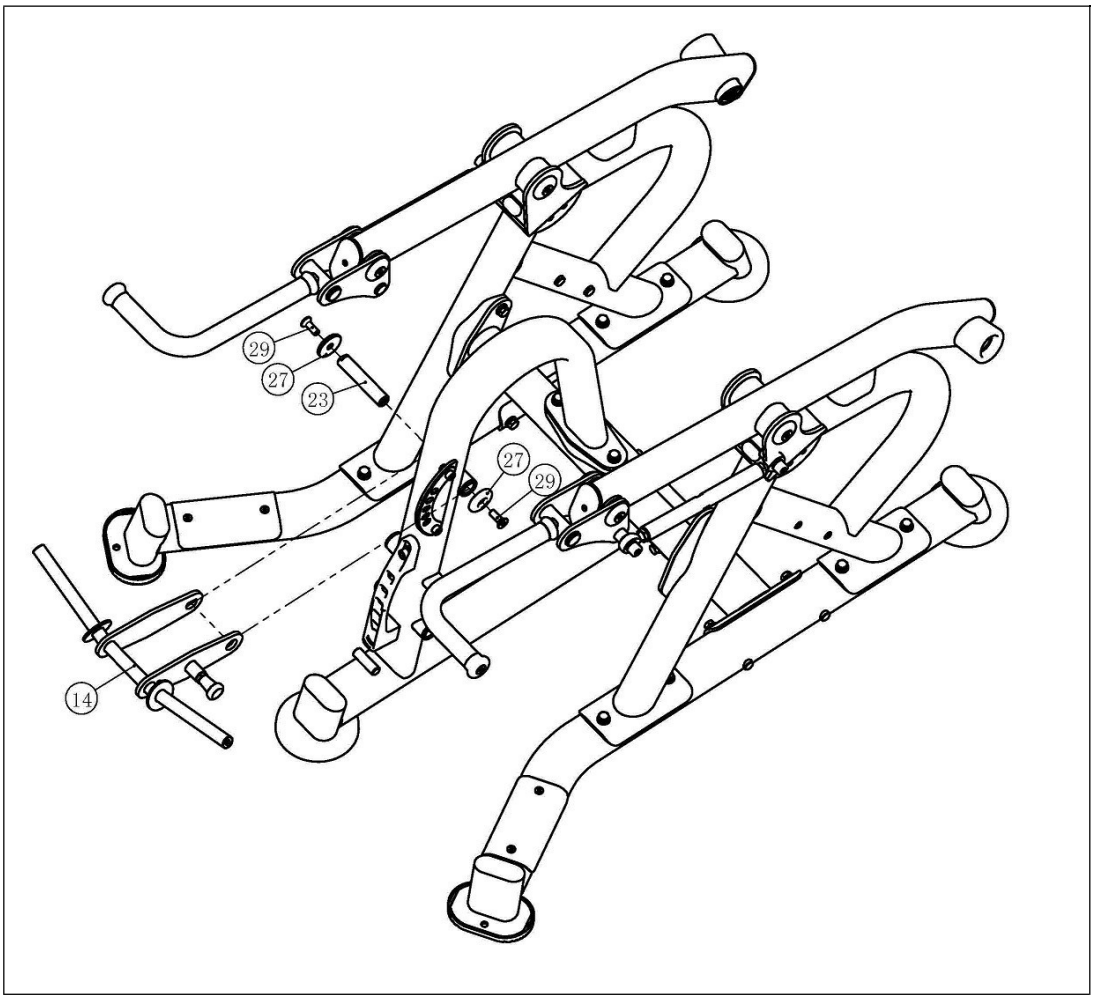
Poznámka: Tento krok si vyžaduje pomoc druhej osoby.
Umiestnite ľavé rameno (8) na "U" konzolu trenažéra, ako je znázornené na obrázku. Umiestnite podložky (26) a vložte hriadeľ (21). Potom os zaistite skrutkou (29) a hliníkovou podložkou (27). Uistite sa, že pohyb je plynulý.
Rovnakým spôsobom postupujte aj pri montáži pravého ramena (9).

Obr. 6



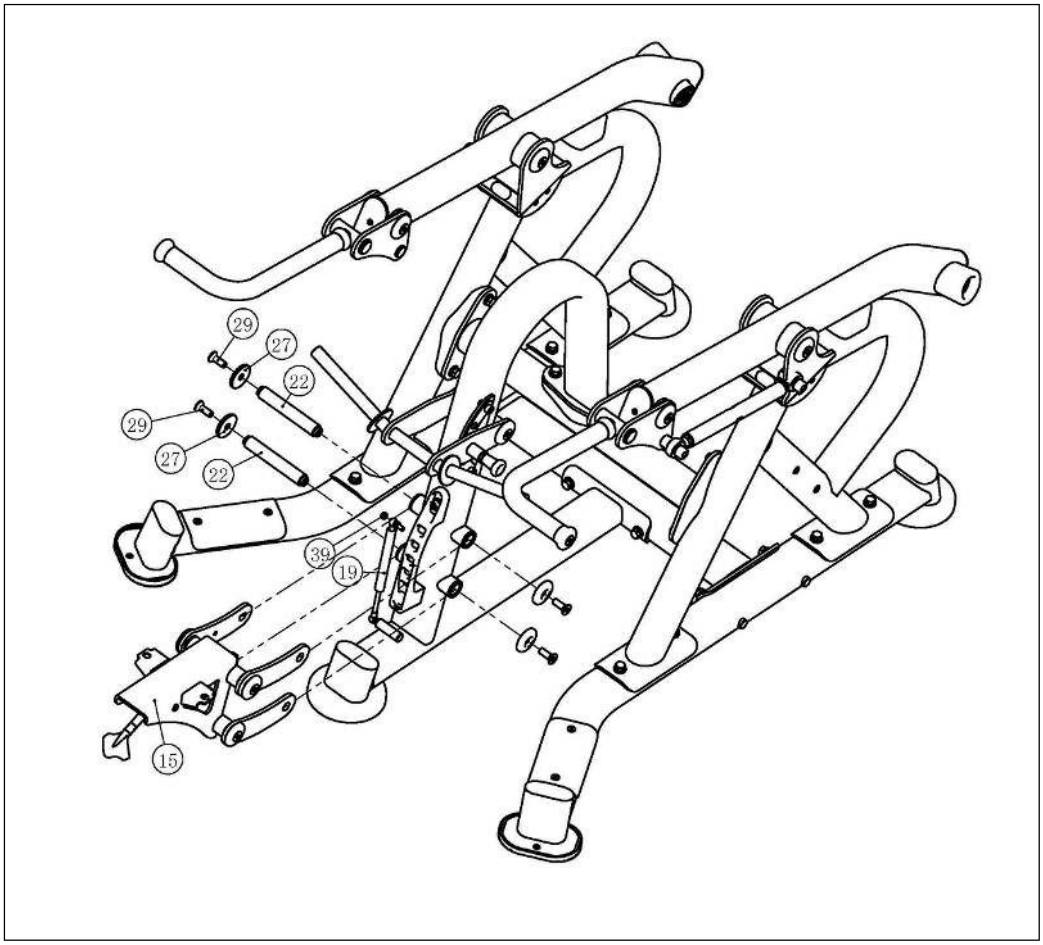
Umiestnite dištančné podložky (25) a vložte hriadeľ (20). Umiestnite ľavú rukoväť (10) na ľavé rameno stroja, ako je znázornené na obrázku. Potom upevnite os pomocou skrutky (29) a hliníkovej podložky (27). Stroj upevnite pomocou skrutky (33). Uistite sa, že pohyb je plynulý.
Rovnakým spôsobom postupujte aj pri montáži pravého ramena (11).

Obr. 7



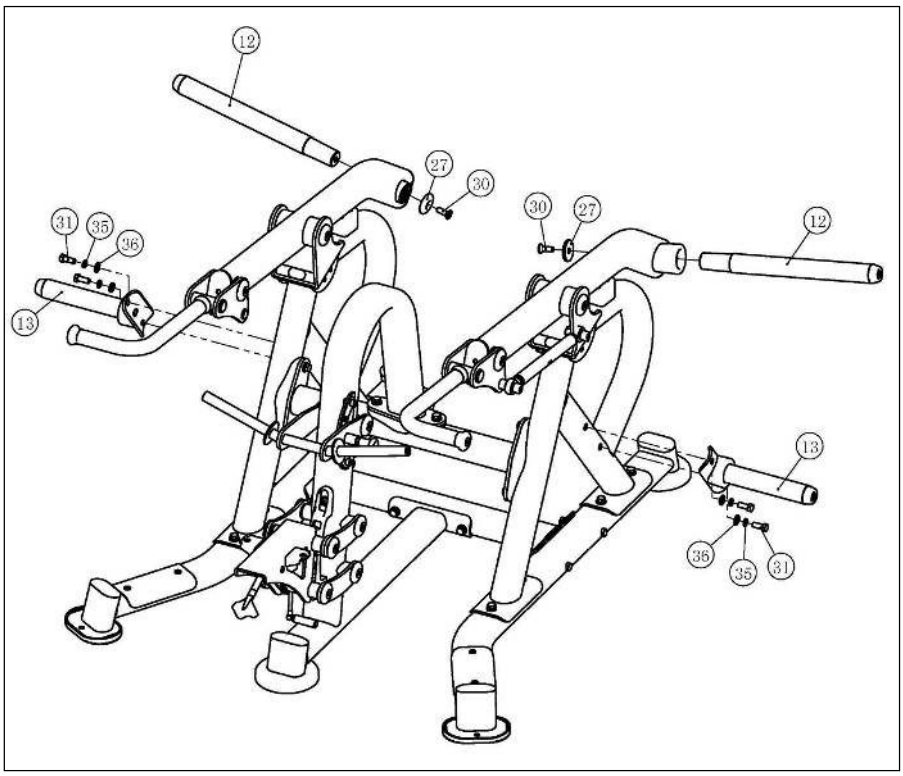
Vložte hriadeľ (23) do zvislej rúrky. Naskrutkujte podperu (14) pomocou skrutky (29) a podložky (27).

Obr. 8



Pripevnite hriadeľ (22) k pravej strane držiaka sedadla (15) pomocou skrutky (29) a hliníkovej podložky (27). Umiestnite hriadeľ (22) do vertikálnej rúrky. Priskrutkujte pravú stranu podpery sedla (15) pomocou skrutky (29) a hliníkovej podložky (27).
Potom stlačte páčku na podpere sedla (15) a nastavte ju do najvyššej polohy. Nasaďte plynovú vzperu (19) a zaistite ju maticami (39).

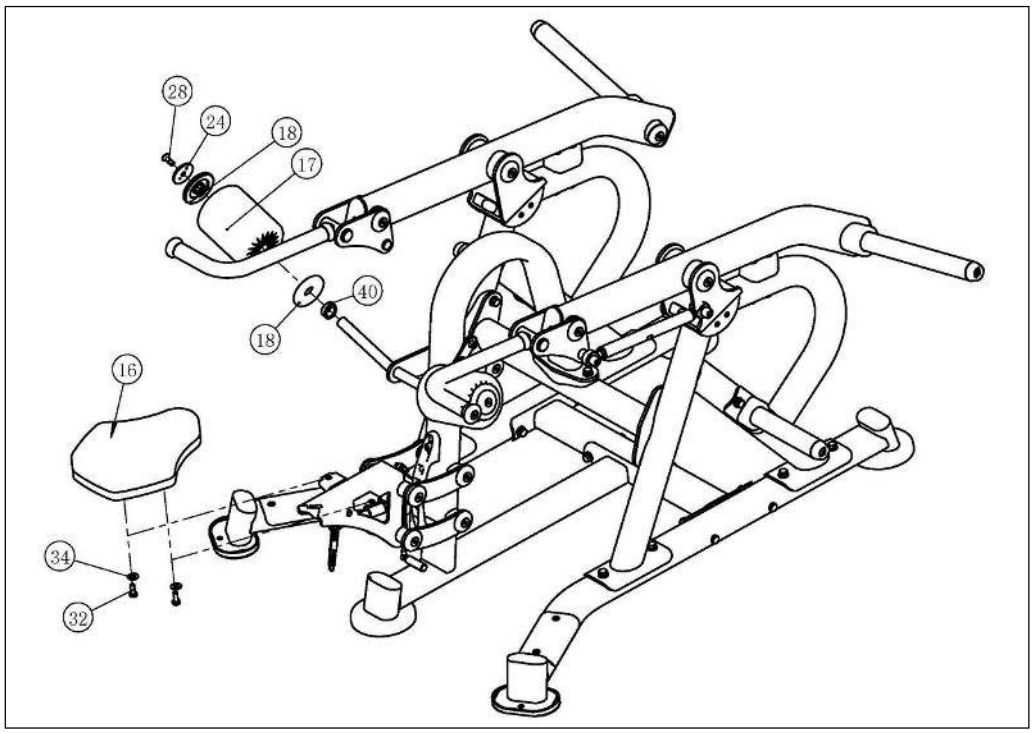
Obr. 9



Vložte držiaky závažia (12) do otvoru na ramene a zaistite ich skrutkou (30) a hliníkovou podložkou (27). To isté vykonajte na druhej strane.
Umiestnite držiaky závažia (13) na obe strany trenažéra, zarovnajte otvory a utiahnite ich pomocou šesťhrannej skrutky (31), plochých podložiek (35) a pružnej podložky (36).

Poznámka: Podpera závažia je naklonená, aby sa zabránilo náhodnému skĺznutiu disku.

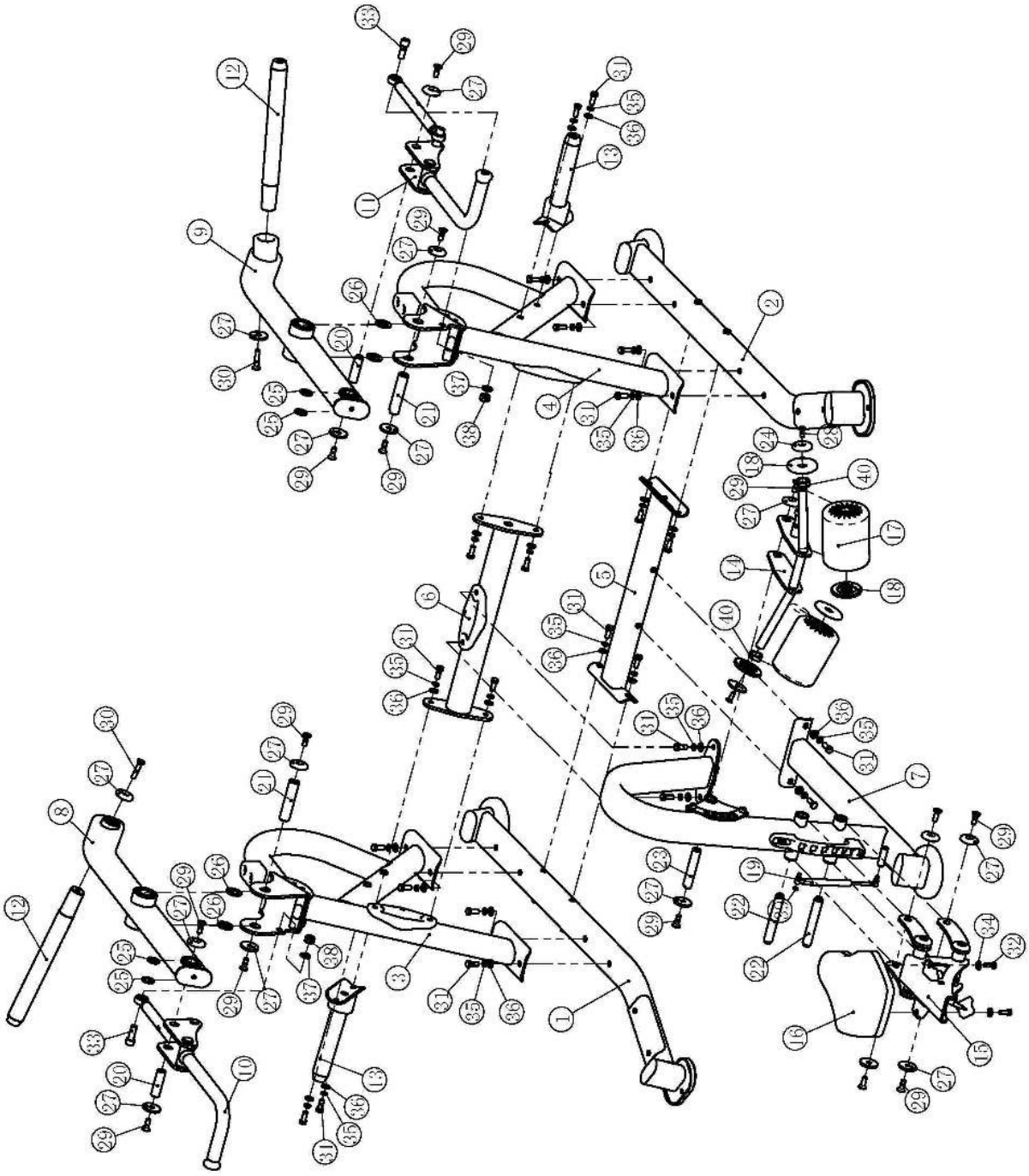
Obr. 10



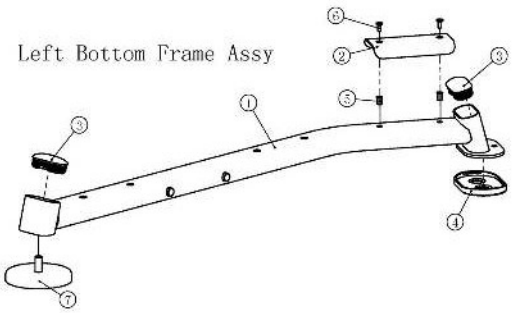
Na pravý koniec hriadeľa (14) nasaďte podložku (18), valček (17), podložku (18) a (24), ako je znázornené, a zaistite ich skrutkou (28).
To isté urobte na ľavej strane.
Potom umiestnite sedlo (16) na podperu sedla a zaistite ho skrutkou so šesťhrannou hlavou (32) a plochými podložkami (34).

VEĽMI DÔLEŽITÉ:
Po dokončení montáže trenažéra skontrolujte, či sú všetky skrutky namontované a či sú pevne dotiahnuté.

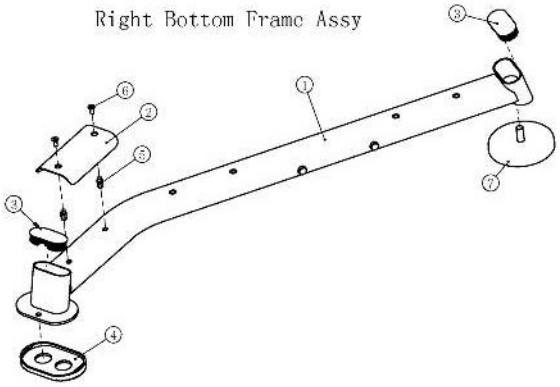
PL150



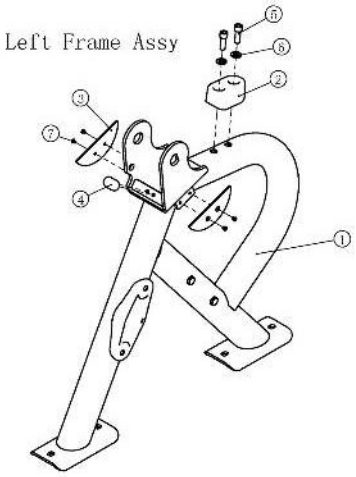
Left Bottom Frame Assy



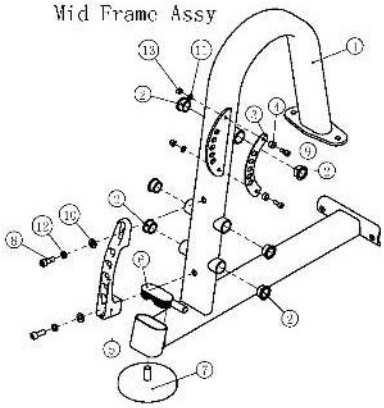
Right Bottom Frame Assy



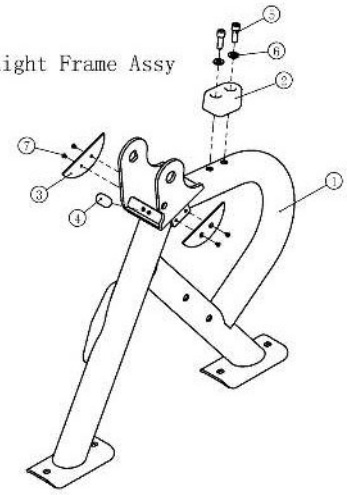
Left Frame Assy



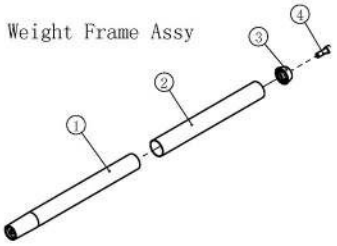
Mid Frame Assy

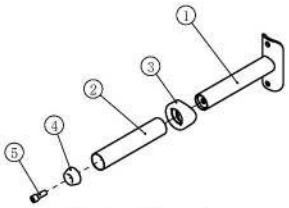


Right Frame Assy

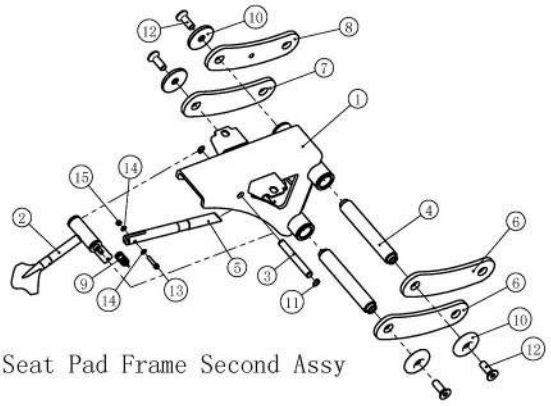


Weight Frame Assy



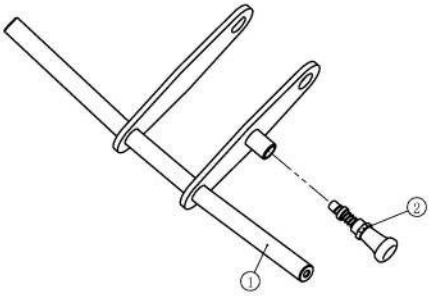


Weight Plate Storage Assy

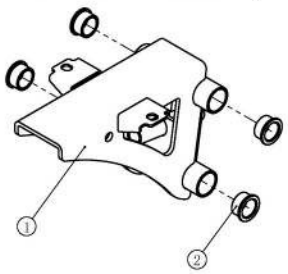


Seat Pad Frame Second Assy

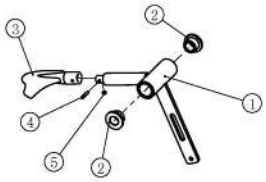
Rolling Pad Frame Assy



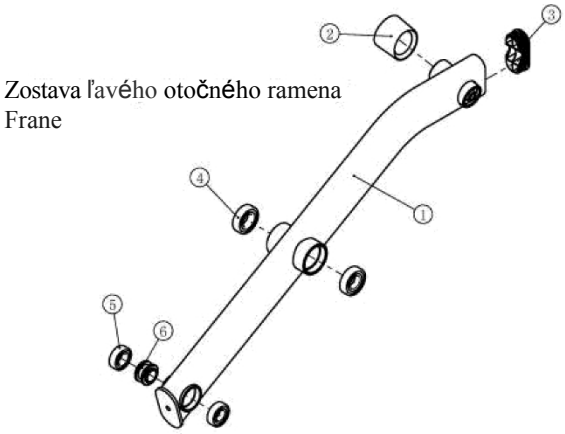
Seat Pad Frame First Assy



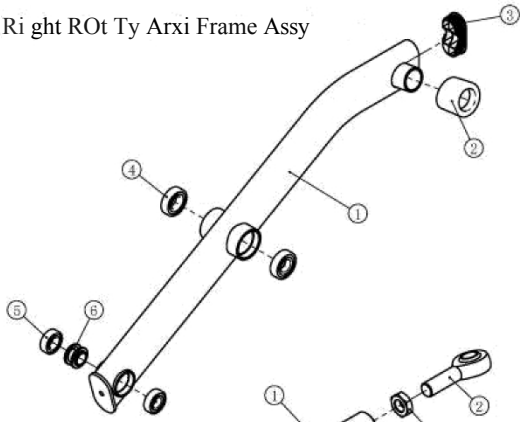
Adjustable Handle Assy



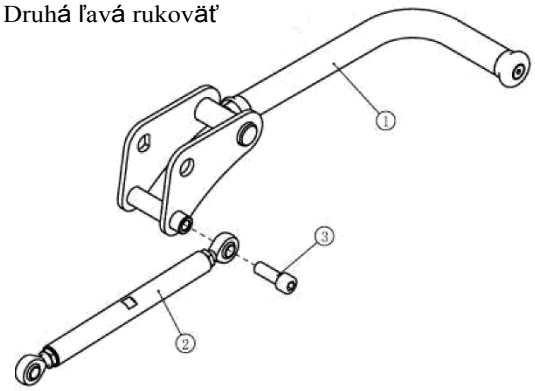
Zostava ľavého otočného ramena
Frane

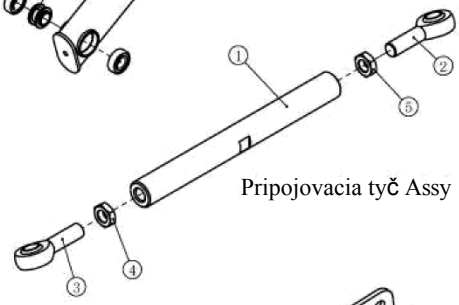


Ri ght ROt Ty Arxi Frame Assy

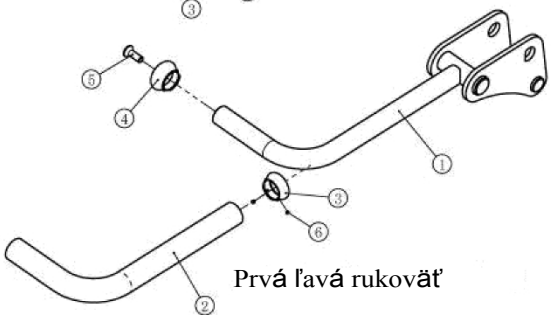


Druhá ľavá rukoväť



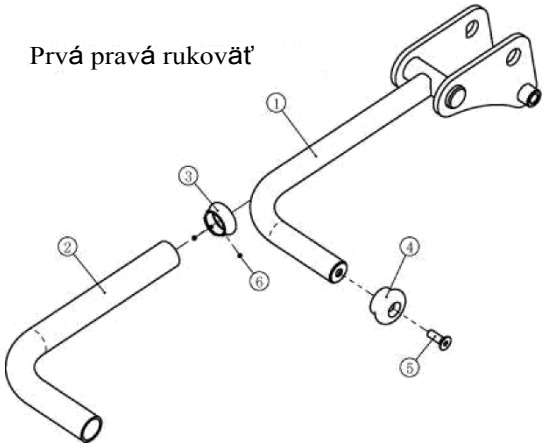


Pripojovacia tyč Assy

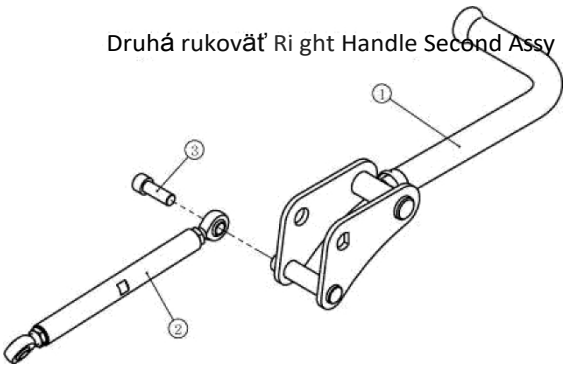


Prvá ľavá rukoväť

Prvá pravá rukoväť



Druhá rukoväť Ri ght Handle Second 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
Telefon: +420 725 552 257