# L855



## Návod k obsluze

## Posilovací lavice BH FITNESS L855
## bench v negativním úhlu

## 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 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.

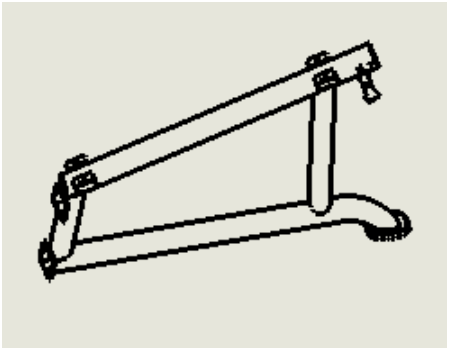
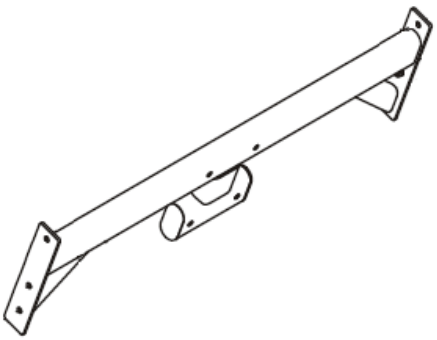
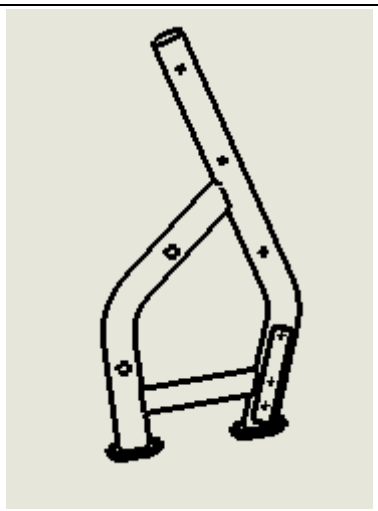
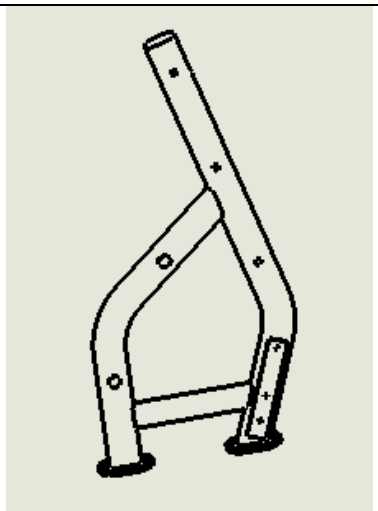
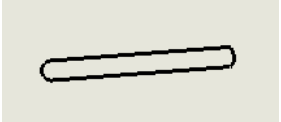
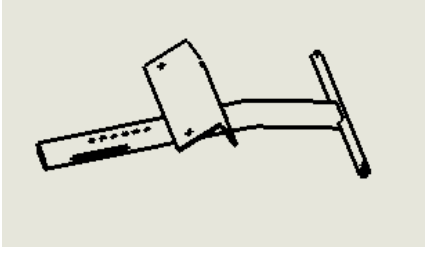
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

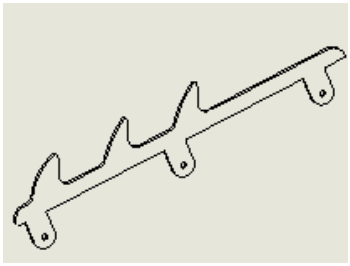
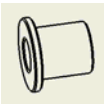
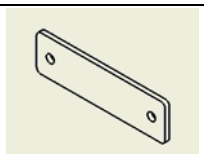
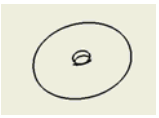
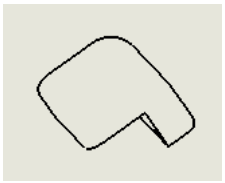
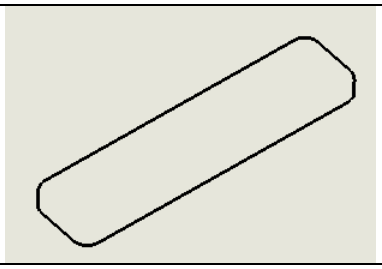
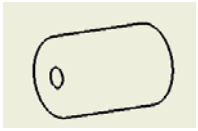
■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

**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**

| Nº | | ✓ | | Nº | | ✓ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 |  | 1 | | 2 |  | 1 |
| 3 |  | 1 | | 4 |  | 1 |
| 5 |  | 4 | | 6 |  | 1 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 9 |  | 2 | | 10 |  | 12 |
| 12 |  | 2 | | 13 |  | 2 |
| 14 |  | 1 | | 15 |  | 1 |
| 16 |  | 2 | | 19 |  | 4 |
| 22 |  | 4 | | | | |

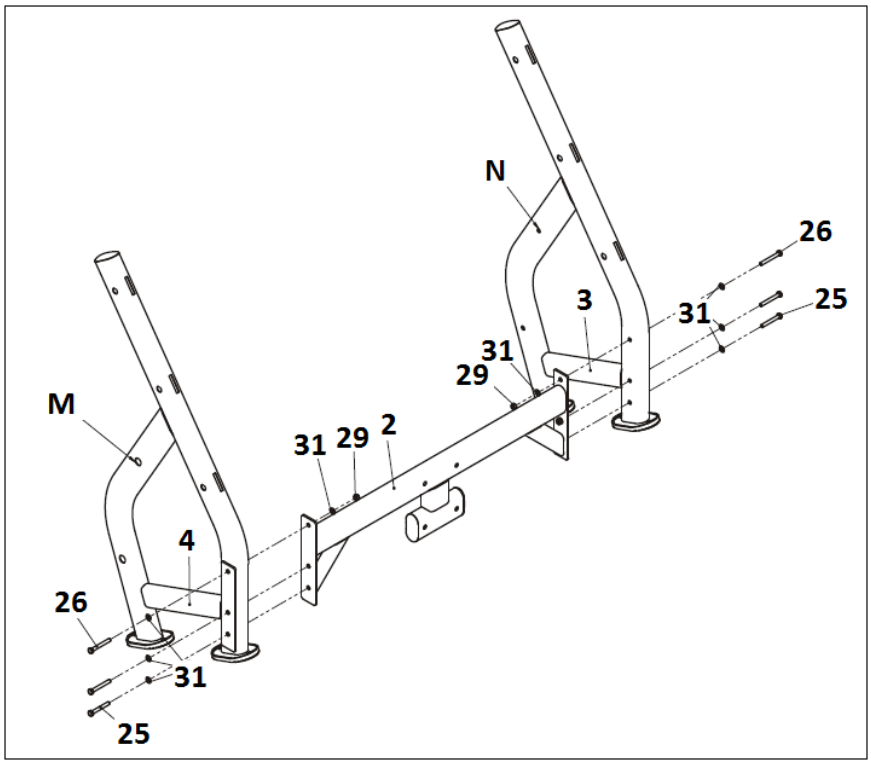
**Obr. B**

| Nº | | ✓ | | | | ✓ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 23 |  M12x30 | 4 | | 24 |  M10x30 | 8 |
| 25 |  M10x75 | 2 | | 26 |  M10x80 | 8 |
| 27 |  M12x70 | 6 | | 30 |  M12 | 6 |
| 29 |  M10 | 8 | | 32 |  M10x30 | 2 |
| 31 |  M10 | 26 | | 39 |  D6 | 2 |
| 36 |  M12 | 4 | | 40 |  M6x15 | 1 |

## MONTÁŽNÍ POKYNY

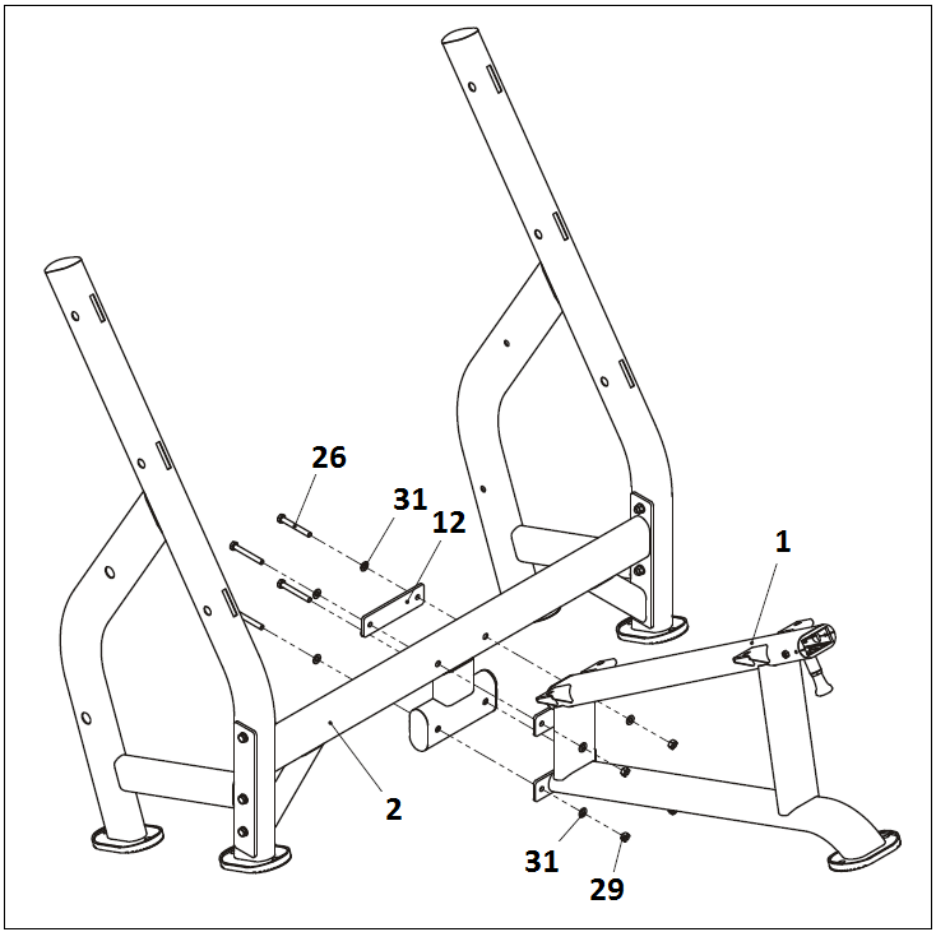
**POZNÁMKA:** Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

**Obr. 1**



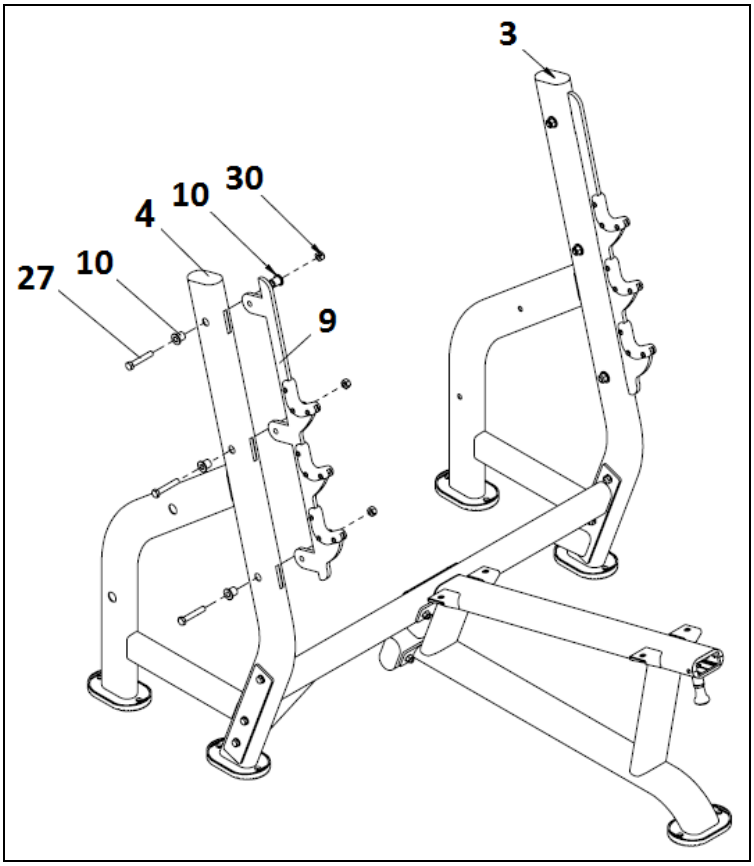

Nosnou tyč (3) opřete o zem a označte polohu otvoru (M).
Umístěte držák (2) a zajistěte jej pomocí šroubů (26), podložek (31) a matic (29). Spodní šroub (25) zajistěte podložkou (31).
Dále namontujte nosnou tyč (4) a označte polohu otvoru (N).
Zajistěte středový držák (2) šrouby (26), podložkami (31) a maticemi (29). Spodní šroub (25) zajistěte podložkou (31).

**Obr. 2**



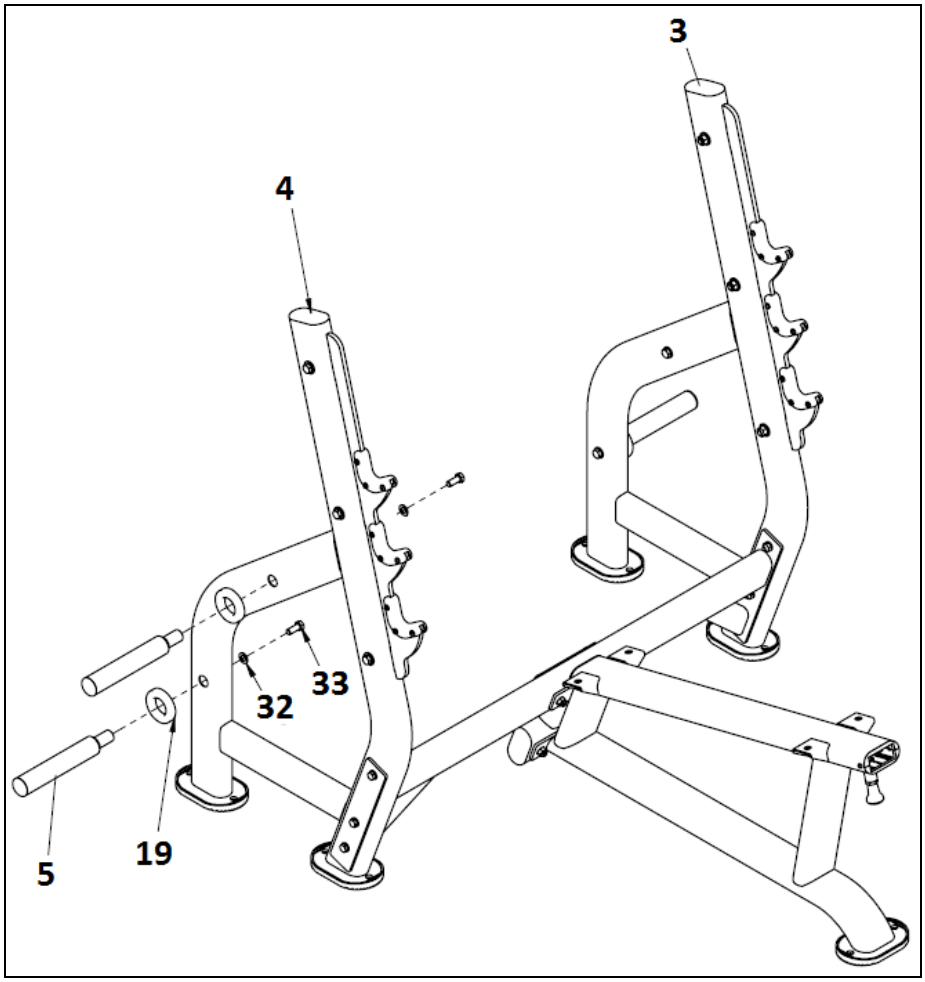

Umístěte podpěru zádové opěrky (1) na středový držák (2), nasaďte přídržné desky (12) a zajistěte je pomocí šroubů (26), podložek (31) a matic (29).

**Obr. 3**



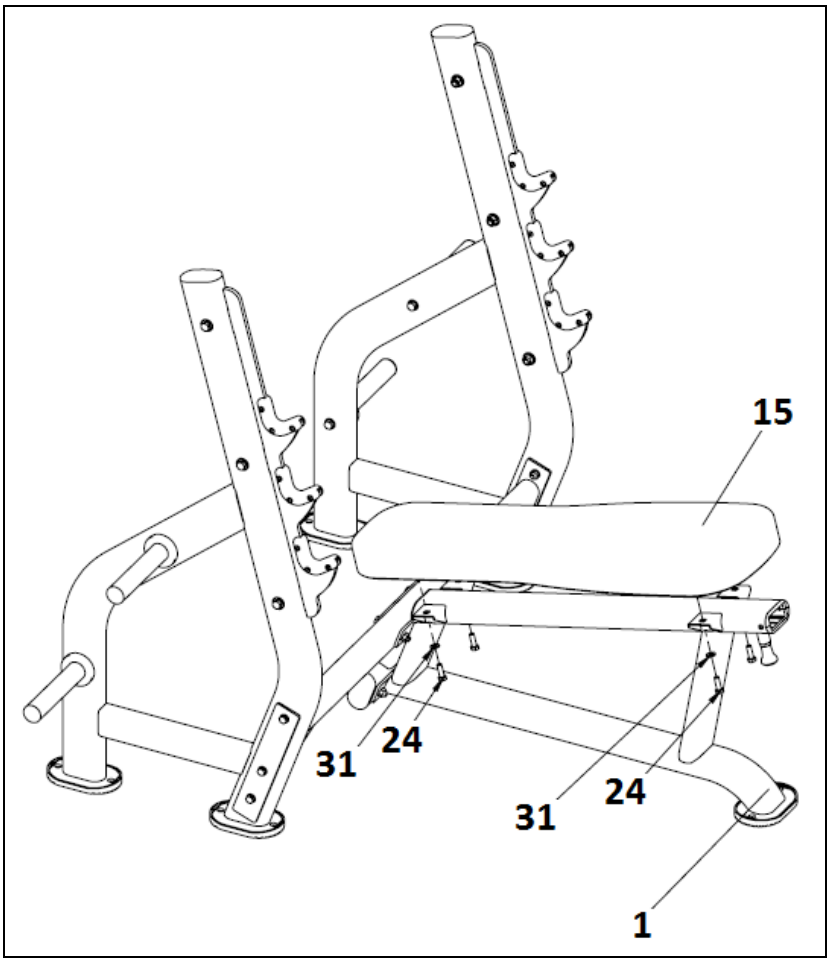

Volič výšky (9) umístěte na nosnou tyč (4).
Nasaďte distanční podložky (10) a připevněte je k držáku (4) šrouby (27) a maticemi (30).
Poté umístěte volič výšky (9) na nosnou tyč (3).
Nasaďte distanční podložky (10) a připevněte je k držáku (3) šrouby (27) a maticemi (30).

**Obr. 4**



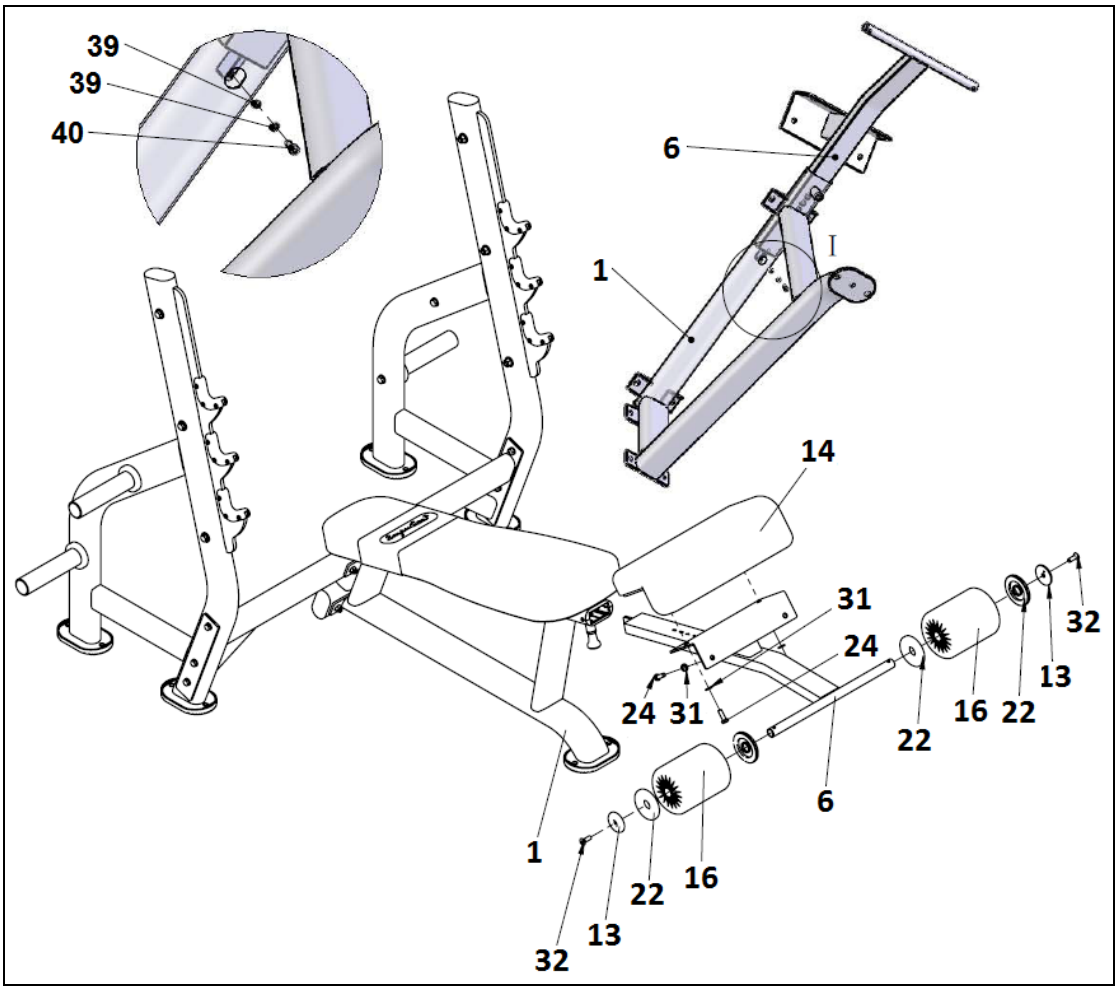

Hřídel držáku závaží (5) vložte do otvoru na držáku (4) a zajistěte ji pomocí šroubu (23) a podložky (32).
Pomocí trochy mýdlové vody vložte zarážku závaží (19).

**Obr. 5**




Zádovou opěrku (15) umístěte na podpěru opěrky (1) a zajistěte ji šrouby (24) a podložkami (31).

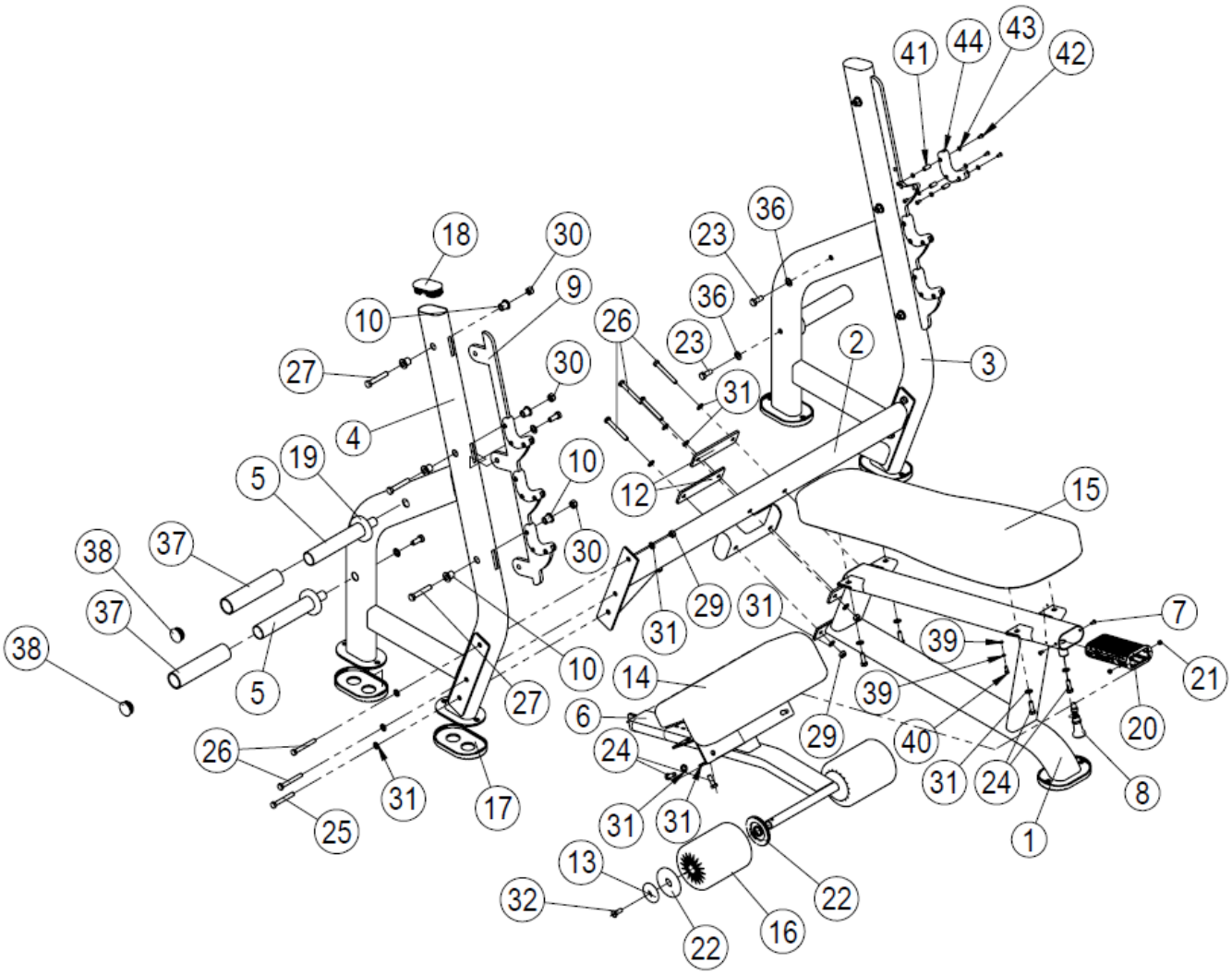
**Obr. 6**




Podložku (14) umístěte na držák a zajistěte ji pomocí šroubů (24) a podložek (31).
Na pravý konec hřídele (6) nasaďte podložku (22), válečkovou podložku (16), podložky (22) a (13) a zajistěte je šroubem (32).
Stejně postupujte na levé straně.
Vložte trubku (6) a uvolněte aretační šroub (8), poté nasaďte šroub (40) a podložky (39).

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

# L855




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

TRINTECO

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

# L855



## Návod na obsluhu

## Posilňovacia lavica BH FITNESS L855 v negatívnom uhle

## 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 použitie 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 je v súlade s normou EN 957. Je vhodný na profesionálne použitie s hmotnosťou používateľa do 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 len 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.

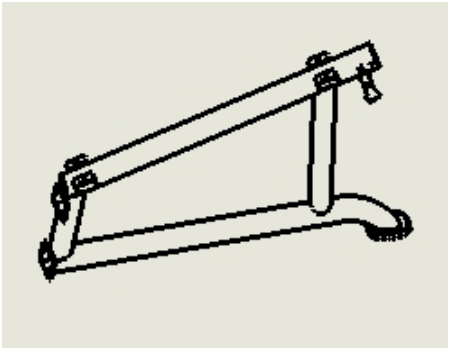
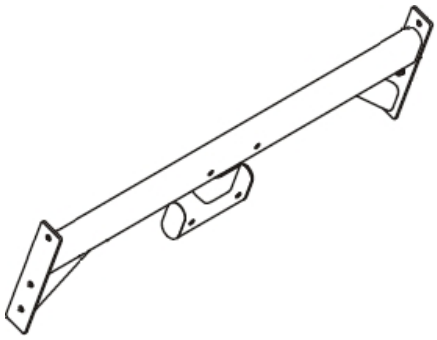
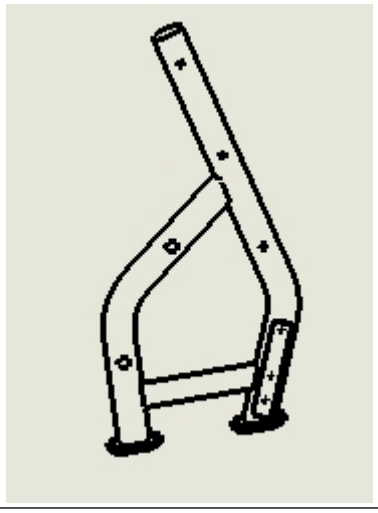
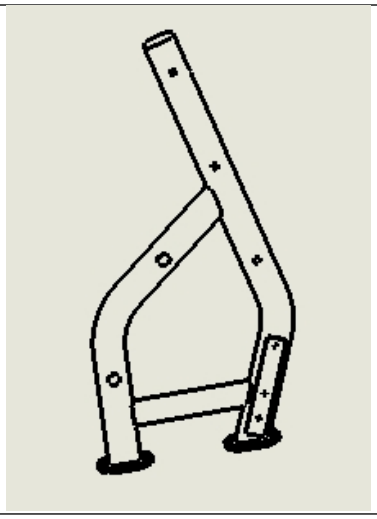
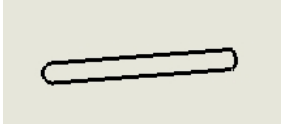
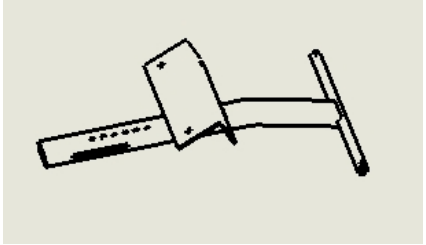
■ Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, aby ste sa uistili, že môžete používať trenažér.
Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, neprepínajte sa. Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

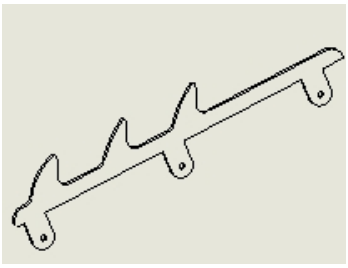
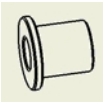
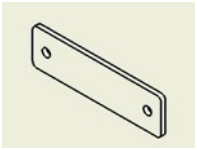
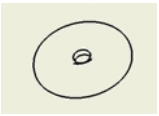
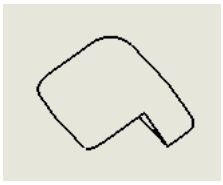
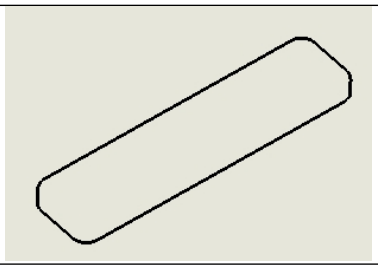
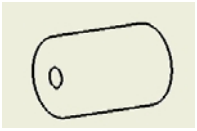
■ Dávajte pozor na pokyny trénera.

**Pri montáži trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.**

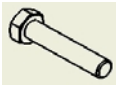
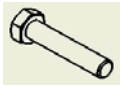
Vyberte jednotku z krabice a skontrolujte jednotlivé komponenty podľa zoznamu na obr. A a obr. B, aby ste sa uistili, že nechýbajú žiadne súčasti.

**Obr. A**

| Nº | | ✓ | | Nº | | ✓ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 |  | 1 | | 2 |  | 1 |
| 3 |  | 1 | | 4 |  | 1 |
| 5 |  | 4 | | 6 |  | 1 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 9 |  | 2 | | 10 |  | 12 |
| 12 |  | 2 | | 13 |  | 2 |
| 14 |  | 1 | | 15 |  | 1 |
| 16 |  | 2 | | 19 |  | 4 |
| 22 |  | 4 | | | | |

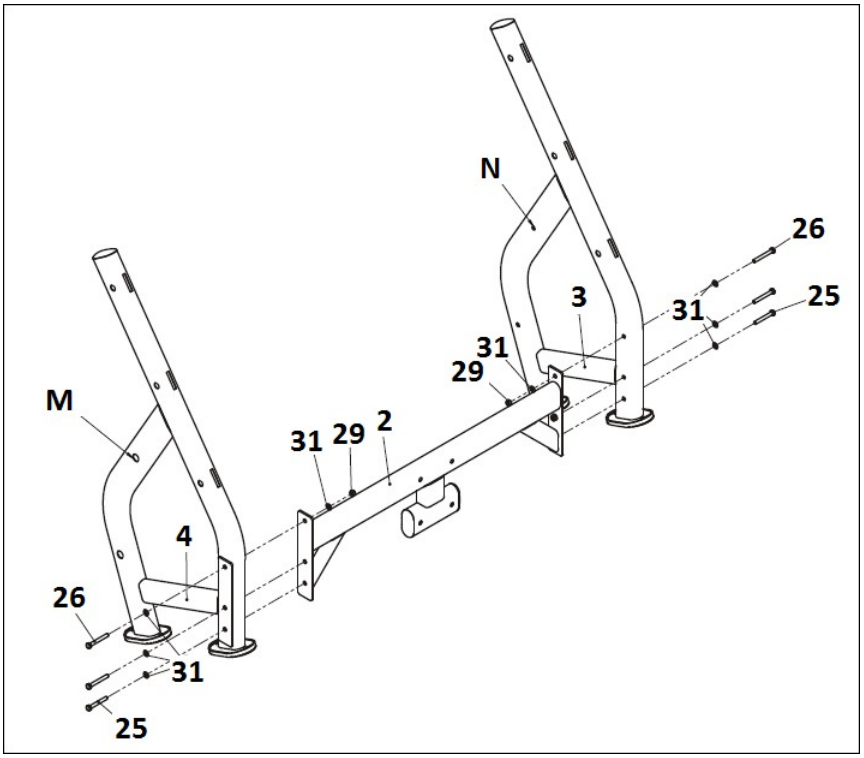
**Obr. B**

| Nº | | ✓ | | | | ✓ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 23 |  M12x30 | 4 | | 24 |  M10x30 | 8 |
| 25 |  M10x75 | 2 | | 26 |  M10x80 | 8 |
| 27 |  M12x70 | 6 | | 30 |  M12 | 6 |
| 29 |  M10 | 8 | | 32 |  M10x30 | 2 |
| 31 |  M10 | 26 | | 39 |  D6 | 2 |
| 36 |  M12 | 4 | | 40 |  M6x15 | 1 |

## MONTÁŽNE POKYNY

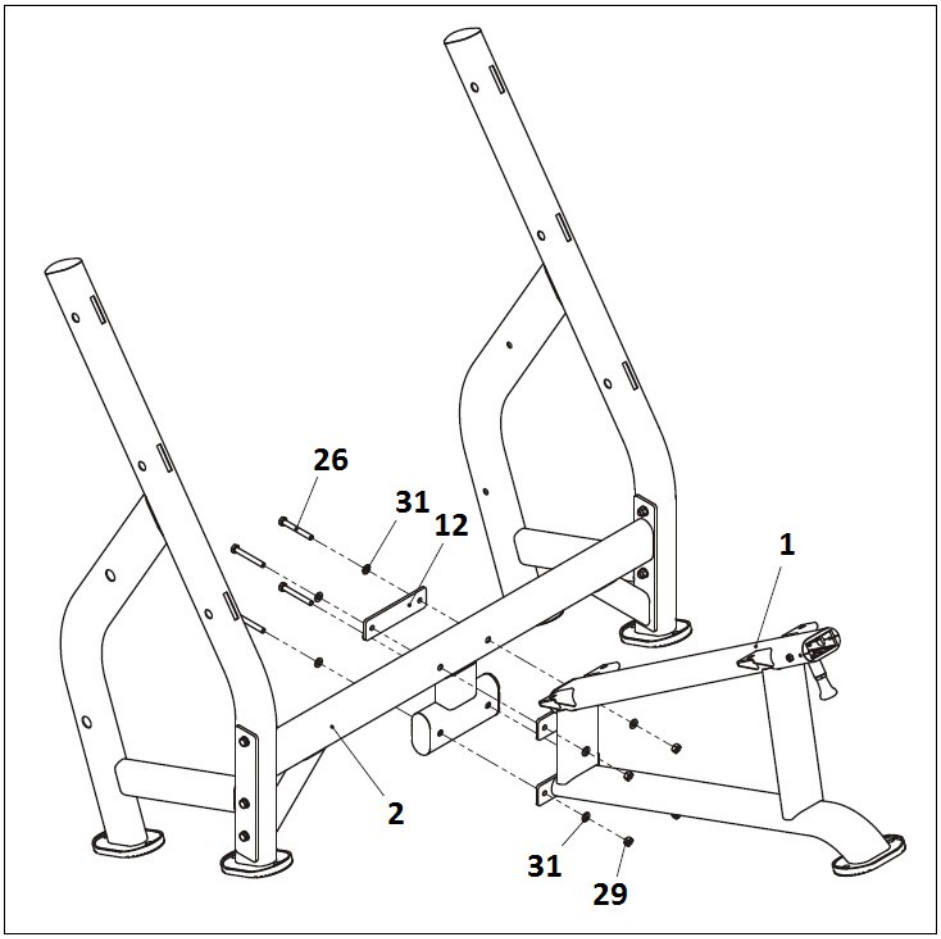
**POZNÁMKA:** Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

**Obr. 1**



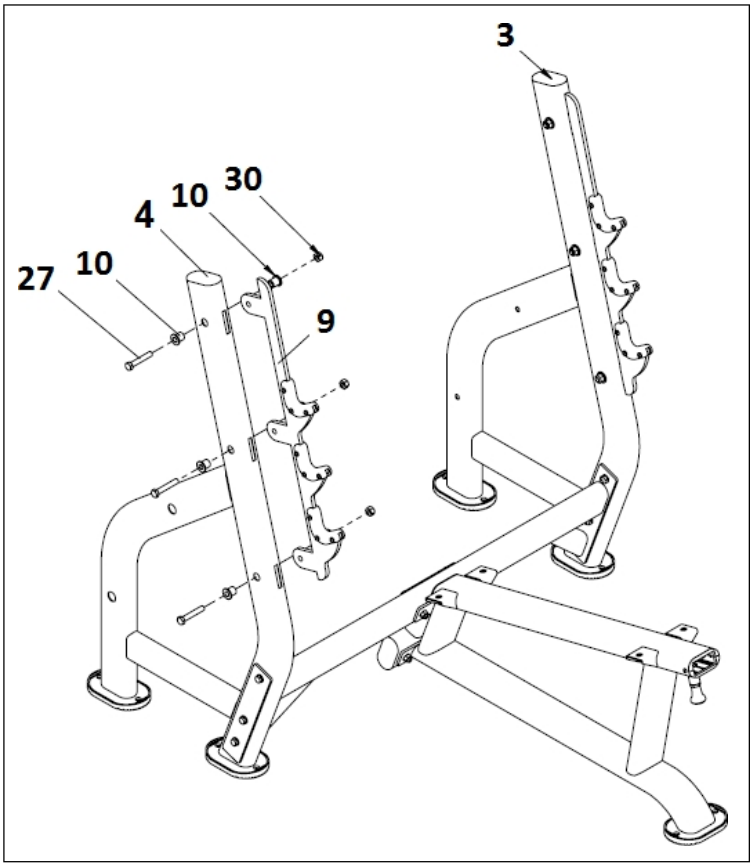

Podpernú tyč (3) položte na zem a označte polohu otvoru (M).
Umiestnite konzolu (2) a zaistite ju skrutkami (26), podložkami (31) a maticami (29). Spodnú skrutku (25) zaistite podložkou (31).
Potom nainštalujte podpernú tyč (4) a označte polohu otvoru (N).
Stredovú konzolu (2) upevnite skrutkami (26), podložkami (31) a maticami (29). Spodnú skrutku (25) upevnite podložkou. (31).

**Obr. 2**



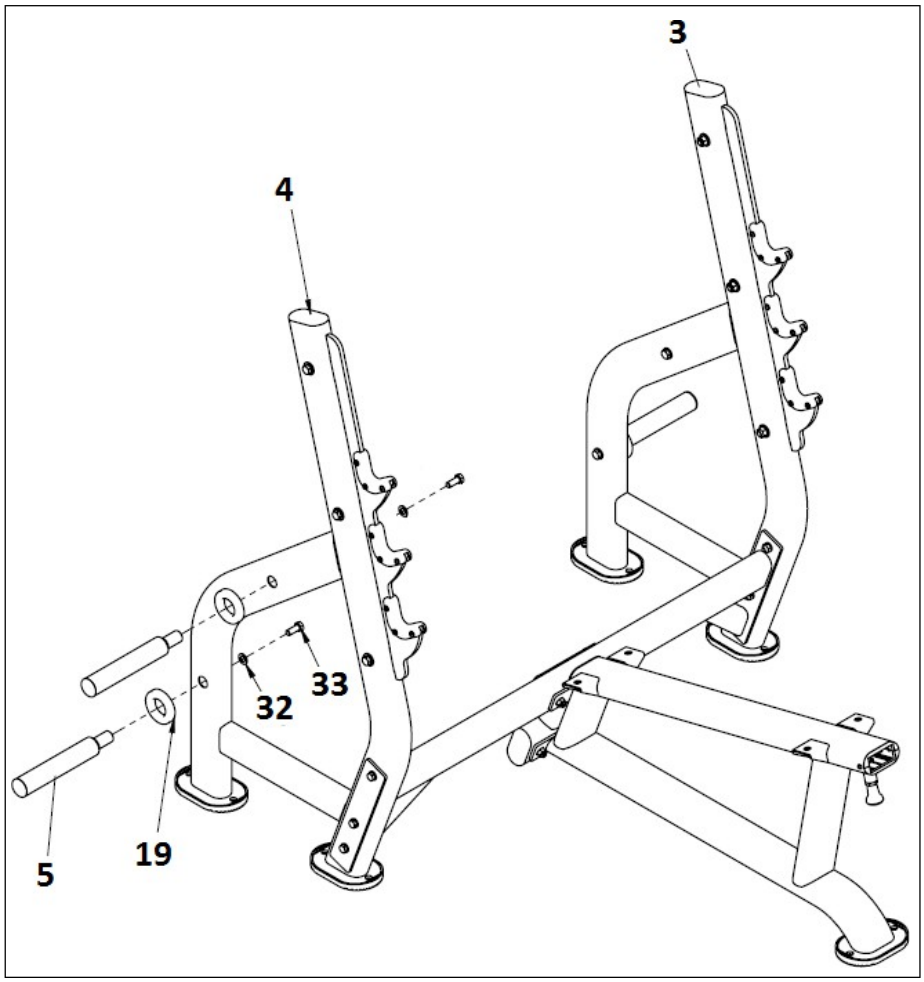

Umiestnite opierku chrbta (1) na stredovú konzolu (2), nasaďte prídržné dosky (12) a zaistite ich skrutkami (26), podložkami (31) a maticami (29).

**Obr. 3**



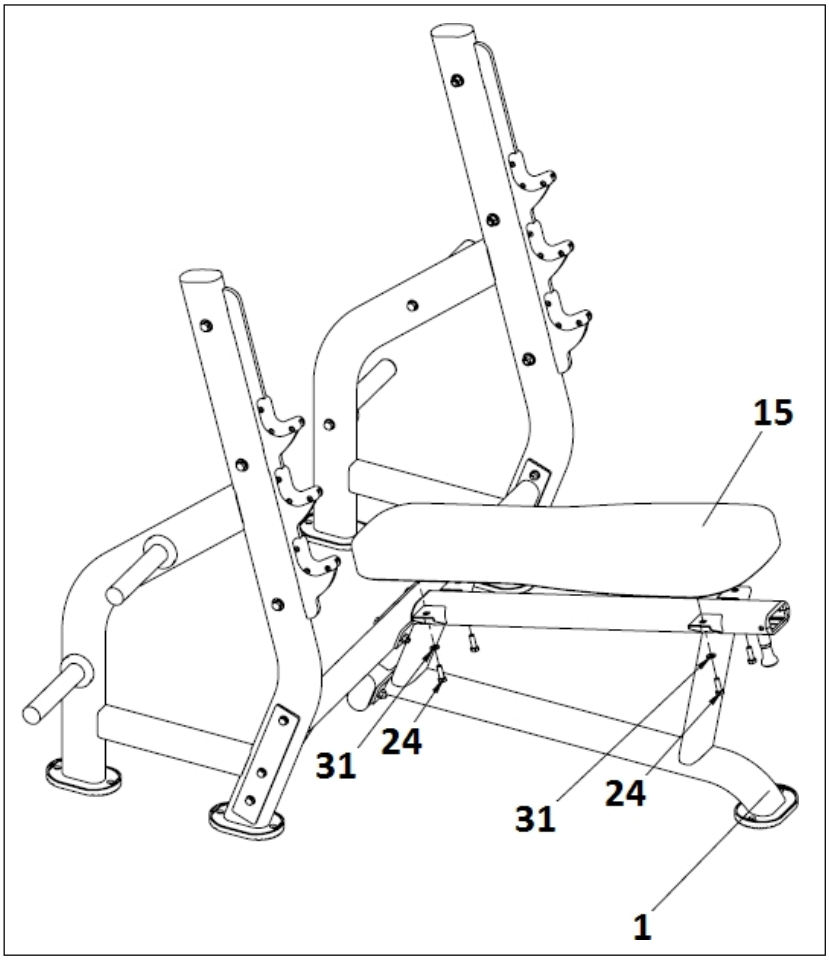

Umiestnite volič výšky (9) na nosnú tyč (4).
Namontujte dištančné podložky (10) a upevnite ich na konzolu (4) pomocou skrutiek (27) a matíc (30). Potom umiestnite výškový volič (9) na nosnú tyč (3).
Namontujte dištančné podložky (10) a upevnite ich na konzolu (3) pomocou skrutiek (27) a matíc (30).

**Obr. 4**



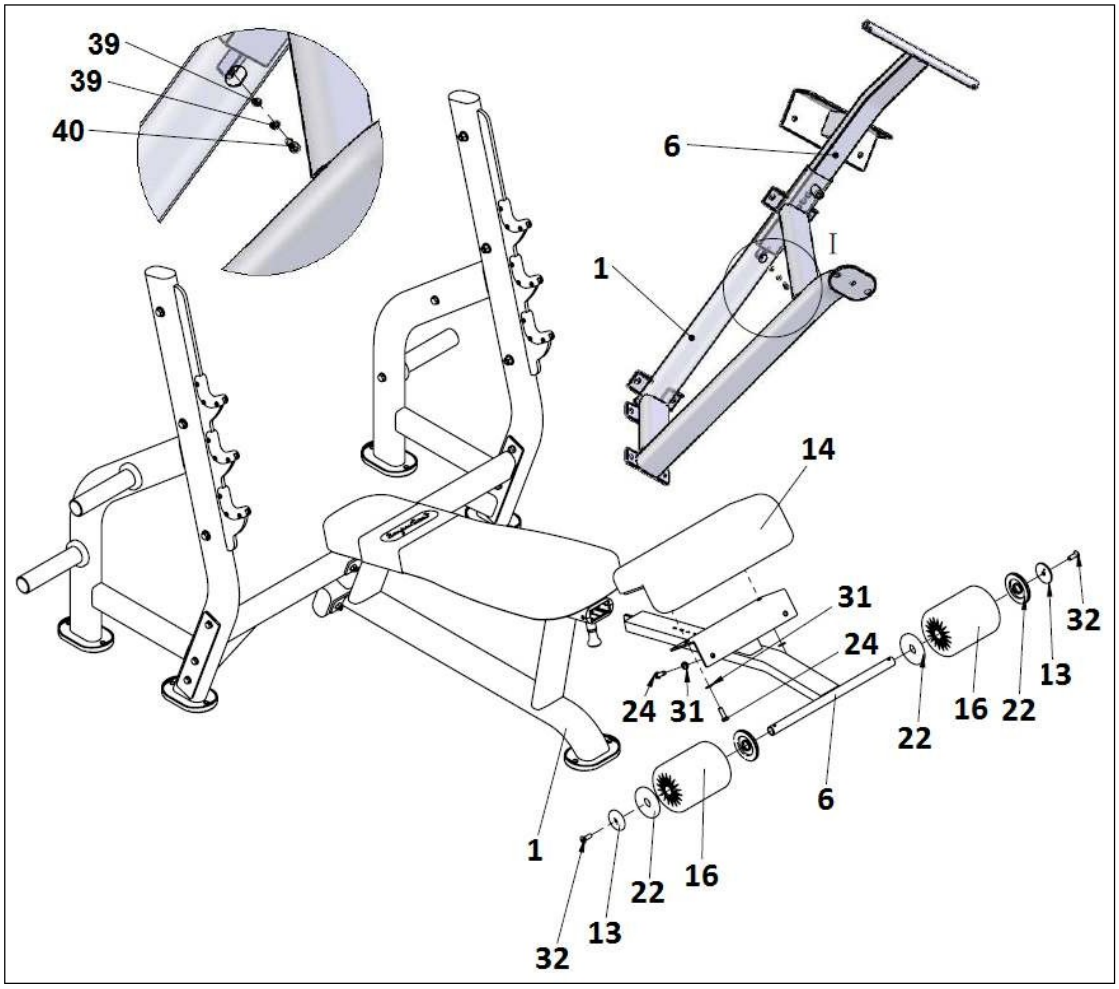

Vložte hriadeľ držiaka závažia (5) do otvoru na držiaku (4) a zaistite ho skrutkou (23) a podložkou (32). Pomocou trochy mydlovej vody vložte zarážku závažia (19).

**Obr. 5**




Umiestnite operadlo (15) na podperu operadla (1) a upevnite ho pomocou skrutiek (24) a podložiek (31).

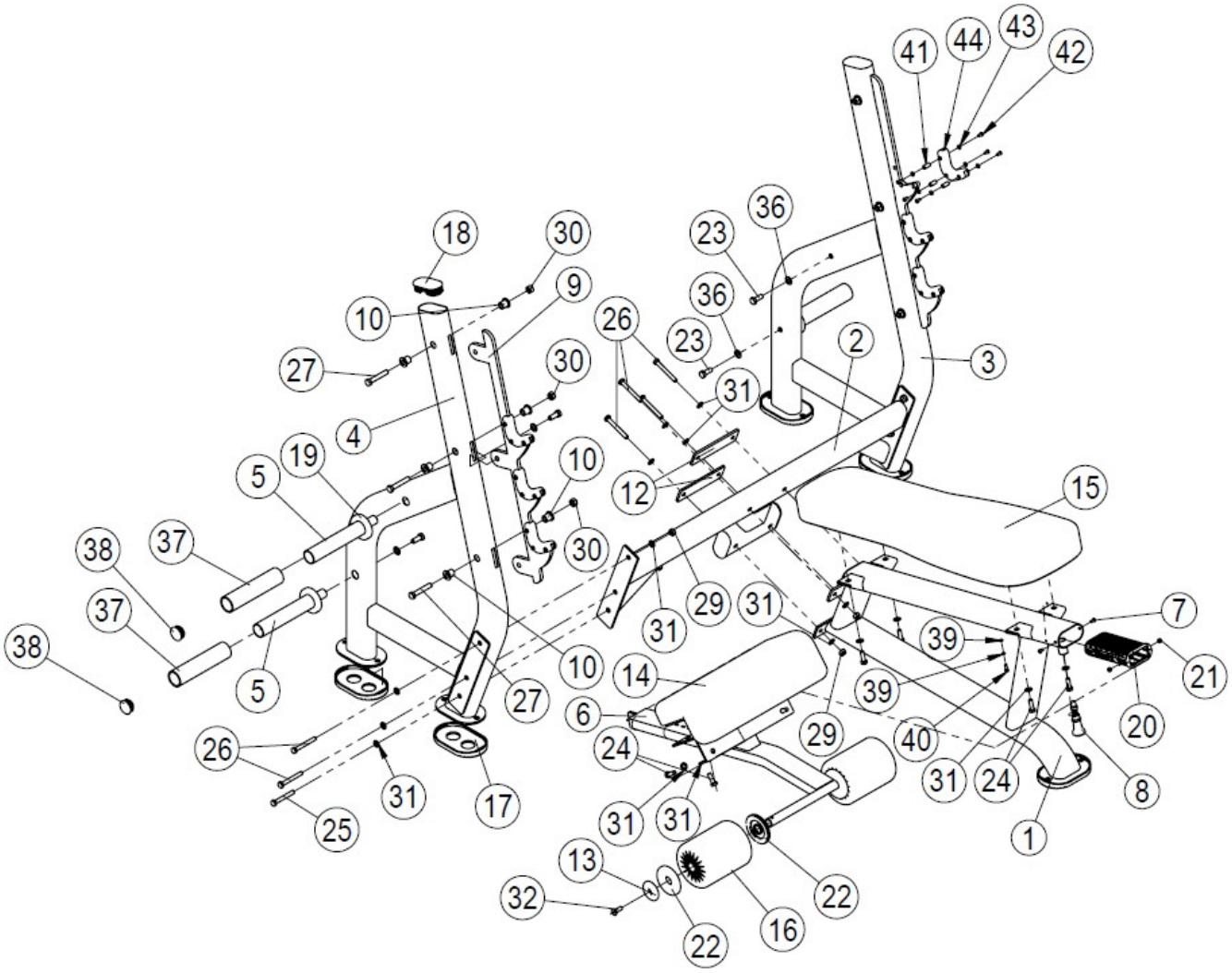
**Obr. 6**




Na konzolu nasaďte podložku (14) a upevnite ju pomocou skrutiek (24) a podložiek (31).
Na pravý koniec hriadeľa (6) nasaďte podložku (22), valčekovú podložku (16), podložky (22) a (13) a zaistite ich skrutkou (32).
To isté urobte na ľavej strane.
Vložte rúrku (6) a uvoľnite poistnú skrutku (8), potom vložte skrutku (40) a podložky (39).

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

# L855





Dovozca a distribútor pre Českú a Slovenskú republiku Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a,
140 00 Praha 4 - Krč
ID: 052 54 175
DIC:CZ05254175

TRINTECO

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