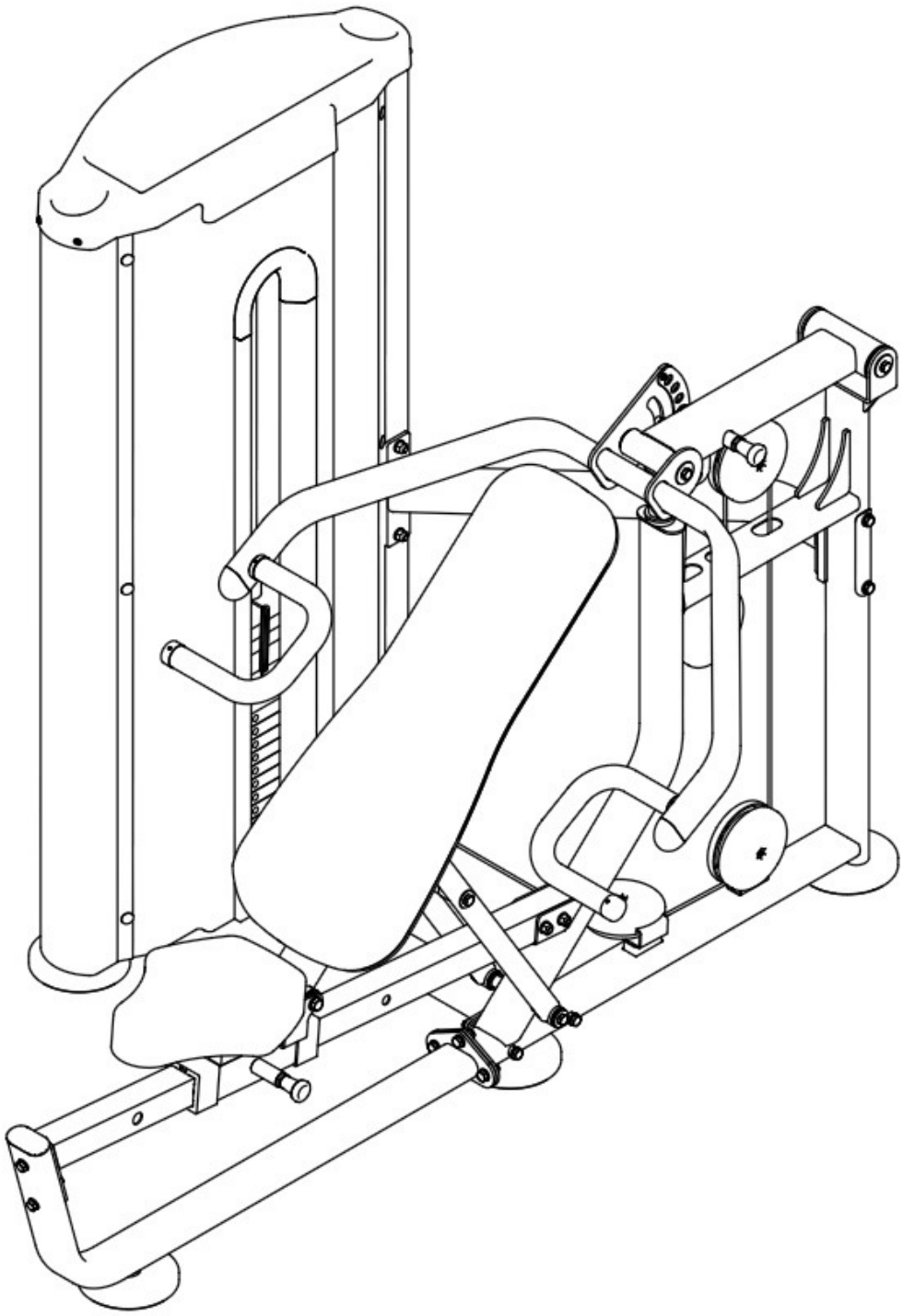
L080



Návod k obsluze
Posilovací stroj BH FITNESS L080 Shoulder / Chest Press
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 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.

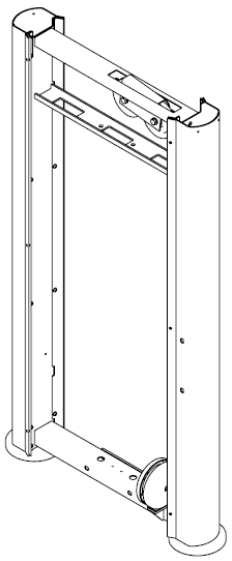
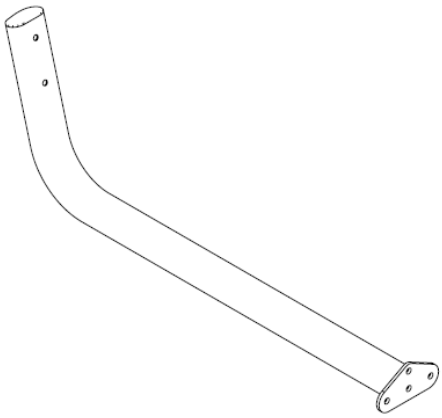
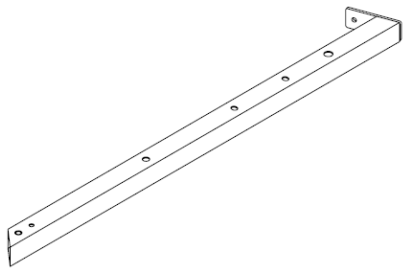
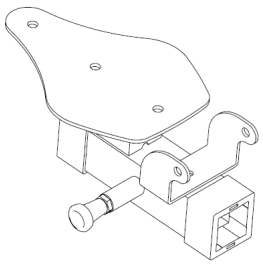
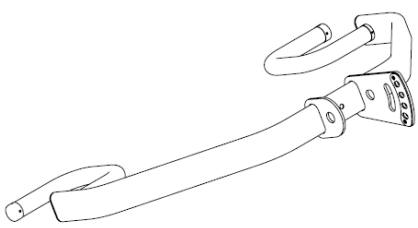
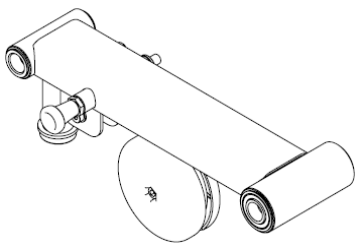
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

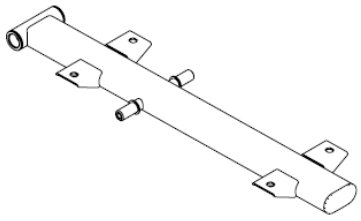
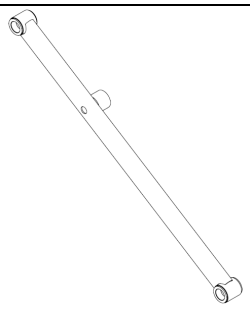
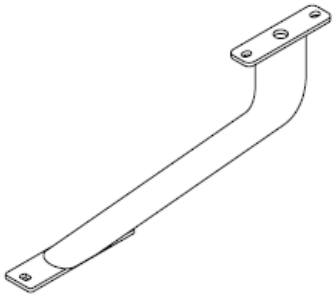
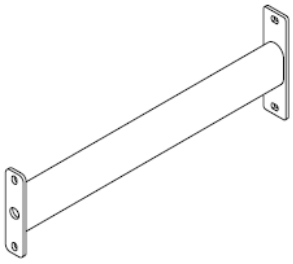
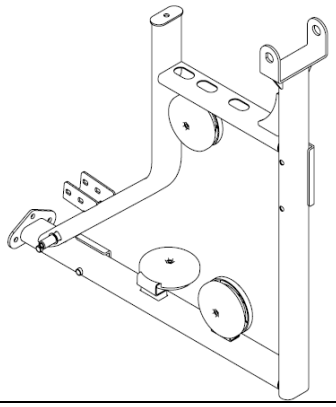
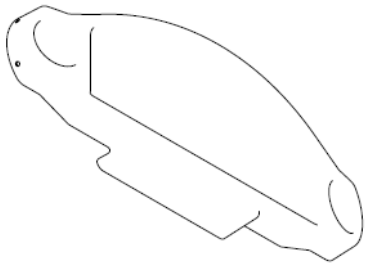
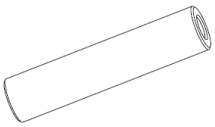
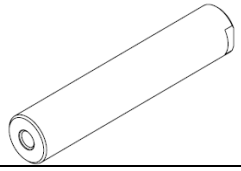
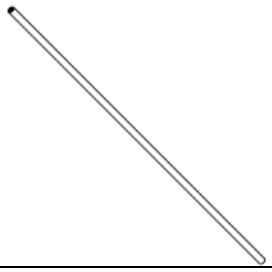
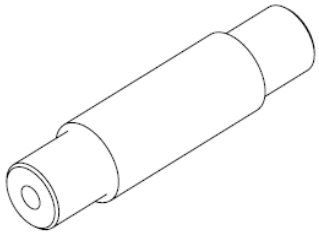
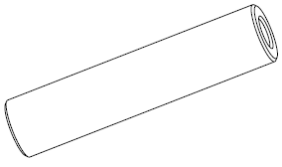
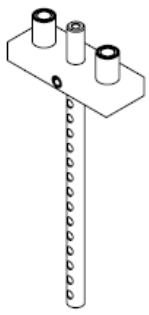
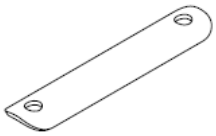
■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

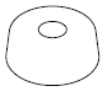
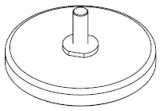
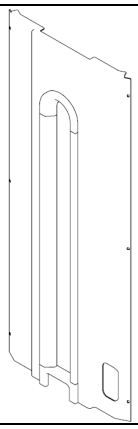
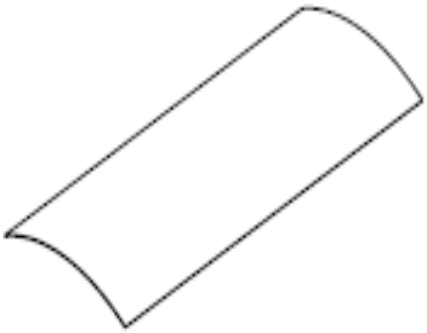
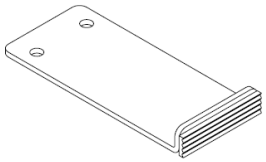
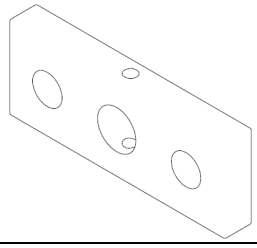
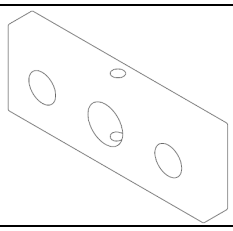
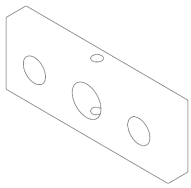
Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

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

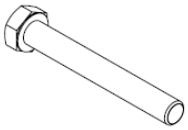
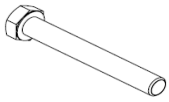
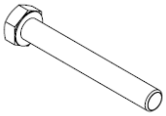
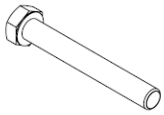
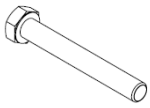
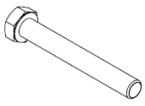
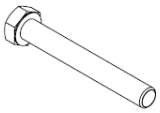
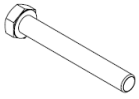
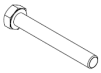
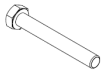
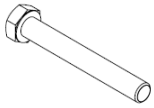
Obr. A

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

7		**1**	**8**		**2**
9		**1**	**10**		**1**
11		**1**	**12**		**1**
14		**1**	**15**		**1**
16		**2**	**17**		**1**
18		**1**	**21**		**1**
24		**1**	**23**		**1**

26		**2**		**27**		**3**
28		**1**		**29**		**1**
37		**1**		**38**		**1**
42		**1**		**85**		**6**
82		**1**		**94**		**10**
95		**3**		**96**		**2**

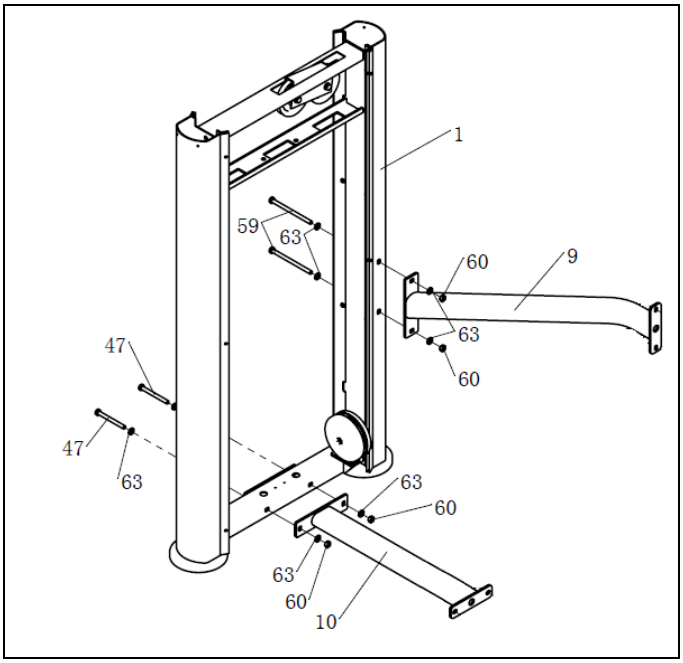
Obr. B

№		✓		№		✓
44	 M-12*140	1		45	 M-10*110	2
46	 M-10*115	2		47	 M-10*100	2
48	 M-10*75	2		49	 M-10*65	1
50	 M-10*60	1		53	 M-10*40	2
54	 M-10*30	9		55	 M-10*25	10
56	 M-10*20	1		59	 M-10*150	2
60	 M-10	14		61	 M-12	1
62	 M-10(φ38*11*2)	4		63	 M-10	37
64	 M-12	2		65	 M-10(φ30*11*2)	6
86	 M-5*12	6		88	 M-5	6

IMONTÁŽNÍ POKYNY

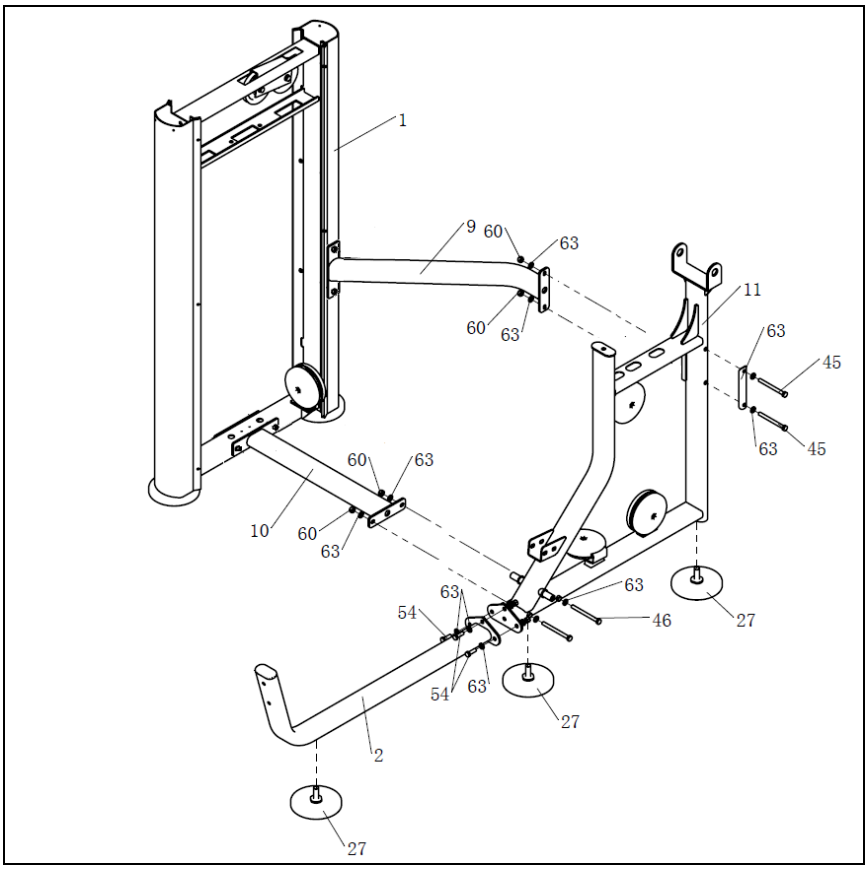
POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

Obr. 1



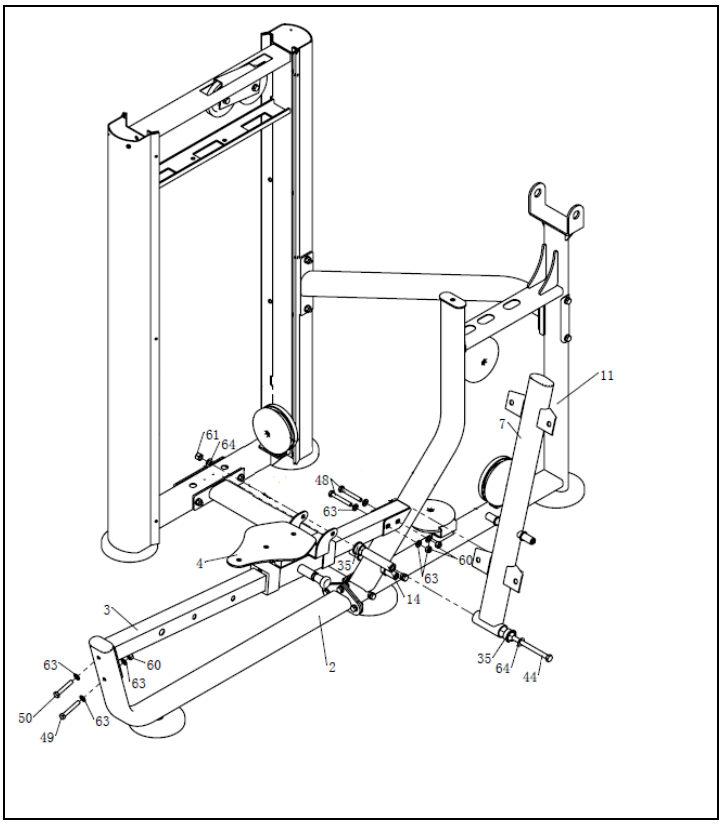
Opřete hlavní podpěru (1) o zem.
Umístěte držák (9) a zajistěte jej pomocí šroubů (59), podložek (63) a matic (60). Dále umístěte držák (10) a pevně jej přišroubujte šrouby (47), podložkami (63) a maticemi (60).

Obr. 2



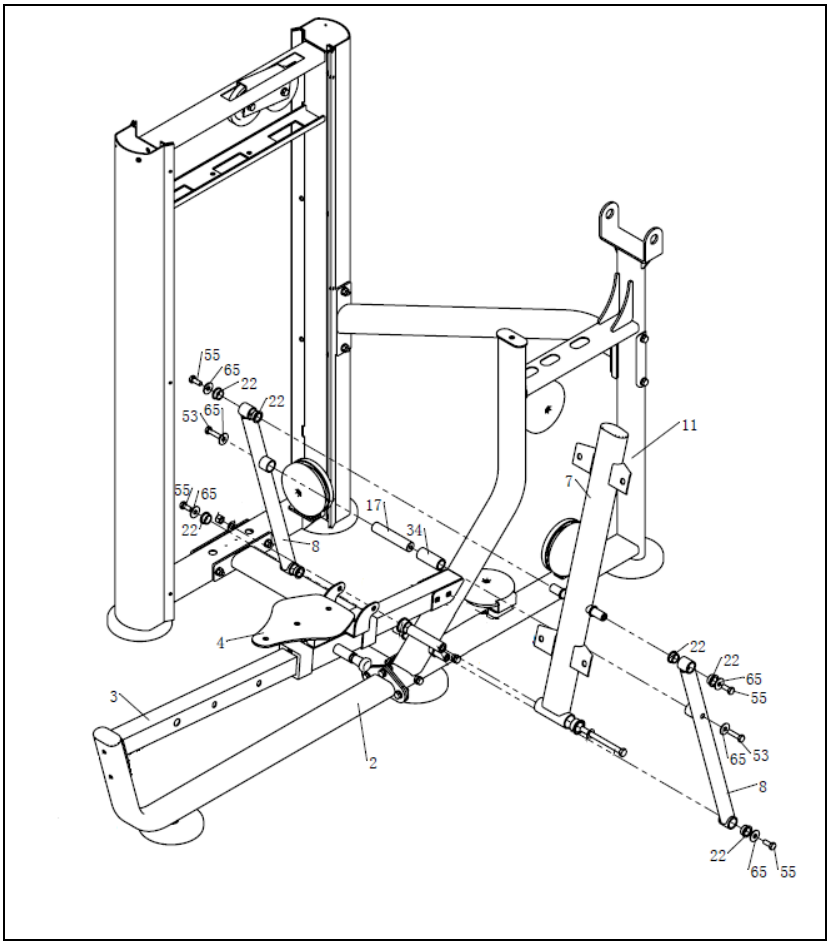
Umístěte podpěru (11), utáhněte pomocí šroubů (54) spolu s podložkami (63) a maticemi (60).
Našroubujte vyrovnávací patky (27) na podpěru (11).
Poté umístěte podpěru (11) a zajistěte ji k podpěrám (9) a (10) pomocí šroubů (45) (46) spolu s podložkami (63) a maticemi (60).

Obr. 3



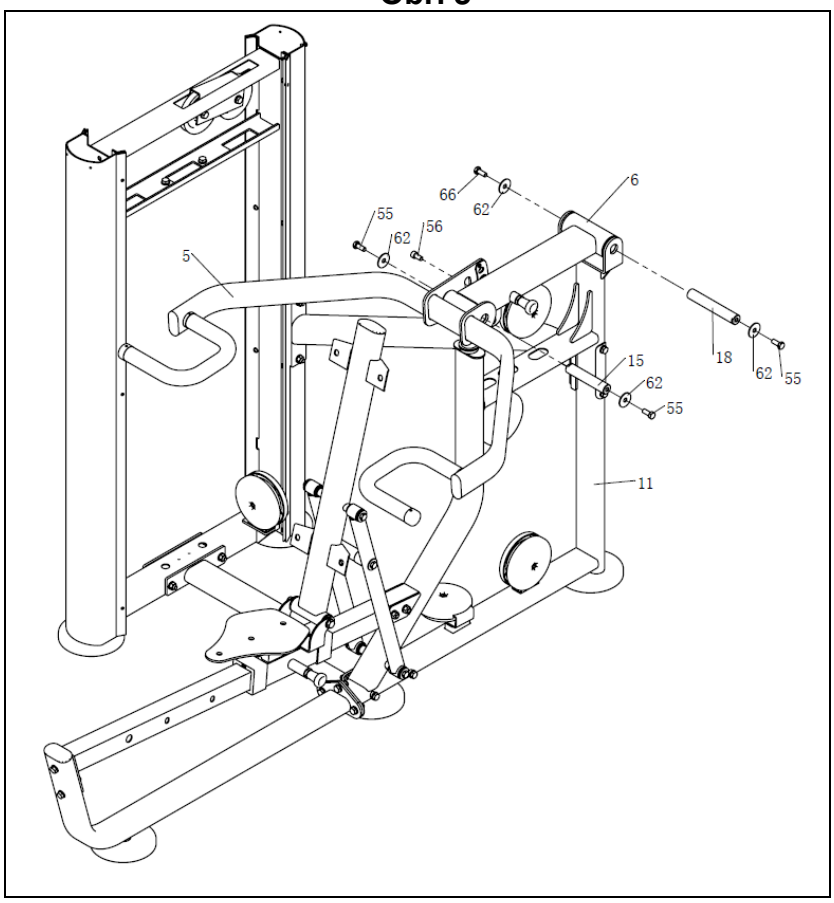
Poté umístěte podpěru (2), utáhněte pomocí šroubů (48), (49) a (50), podložek (63) a matic (60). Umístěte rameno (7) na hřídel pro podpěru (3).
Vložte hřídel (14), nasaďte podložky (35) a utáhněte pomocí šroubu (104), podložek (64) a matic (61).

Obr. 4



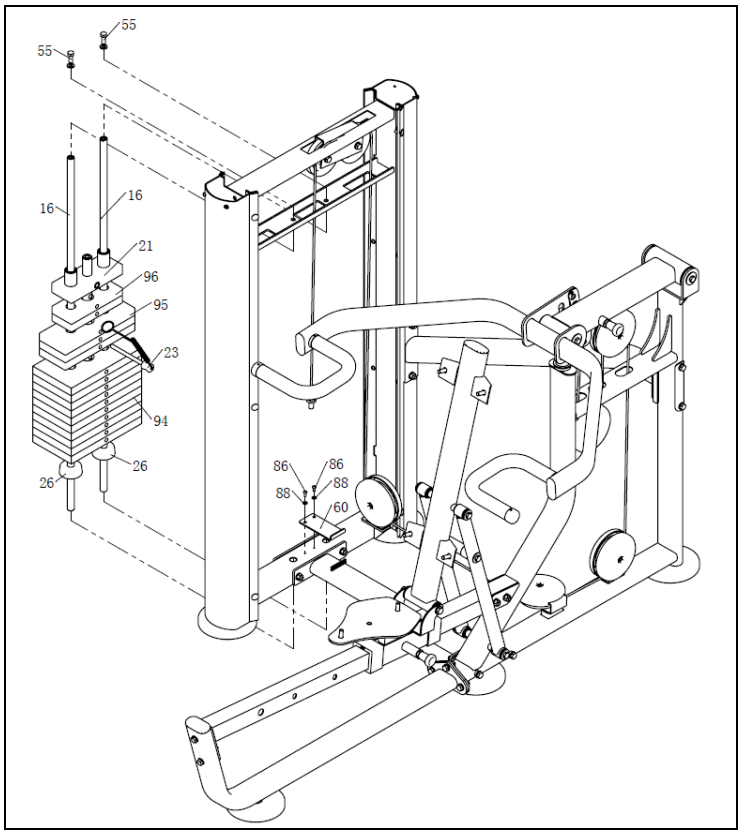
Umístěte levé rameno (8) na hřídel pro podpěru (7) a (11). Vložte pouzdro (22), nasaďte hliníkové podložky (65) a utáhněte šrouby (55).
Vložte hřídel (17) a (34), nasaďte podložky (65) a utáhněte šroubem (53).
Opakujte postup s pravým ramenem (8).

Obr. 5



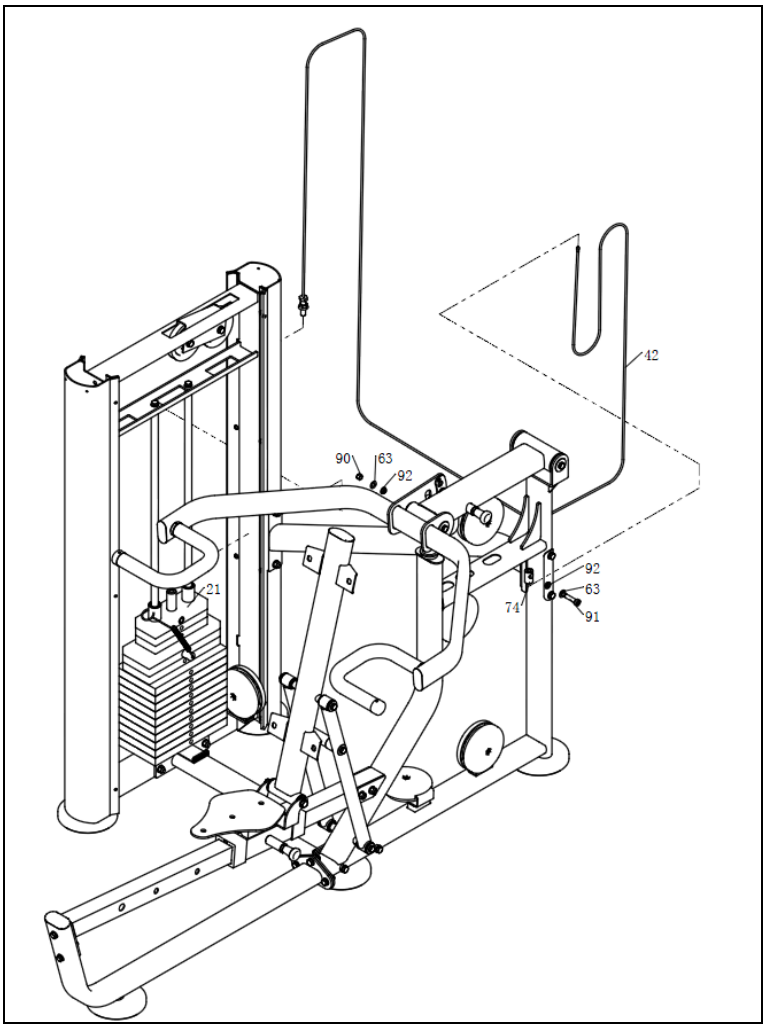
Umístěte rameno (6) na hřídel pro podpěru (11).
Vložte hřídel (18), nasaďte hliníkové podložky (62) a utáhněte šrouby (55).
Umístěte rameno (5) na hřídel pro podpěru (6).
Vložte hřídel (15), nasaďte hliníkové podložky (62) a utáhněte šrouby (55).
Zašroubujte šroub (56).

Obr. 6



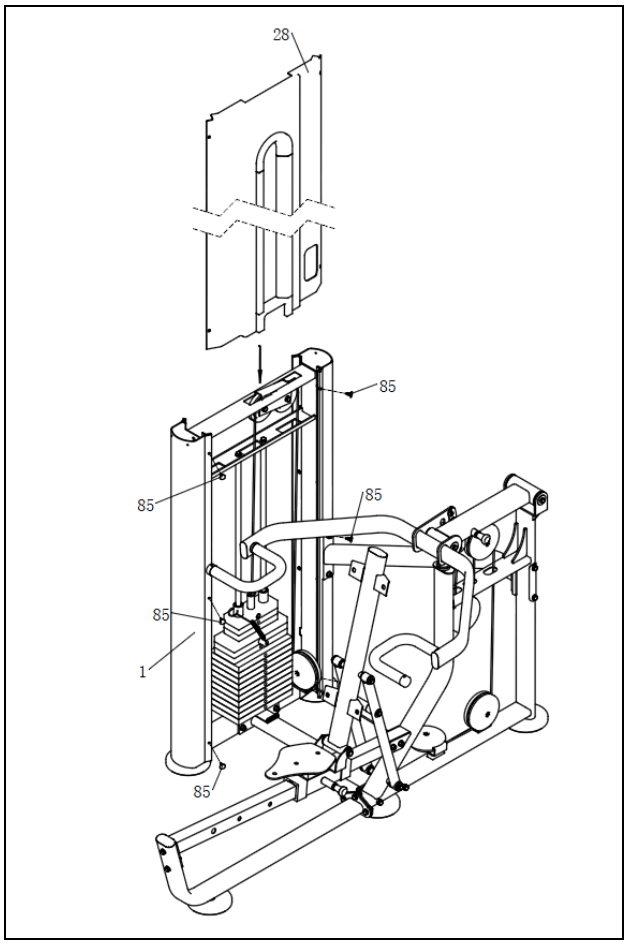
Umístěte přídržnou desku předního krytu (60) a utáhněte pomocí šroubu (86) a ploché podložky (88).
Umístěte zarážku závaží (26) na sadu závaží (1) a vložte vodící tyče závaží (16).
Dále namontujte závaží (94); (95), (96), těžší závaží vždy dole, nakonec vodící závaží osaďte volící lištou (21), horní část vodících tyčí utáhněte pomocí podložek (63) a šroubů (55).
Nasaďte volící kroužek (23) do středového pouzdra na vodícím závaží (21).

Obr. 7



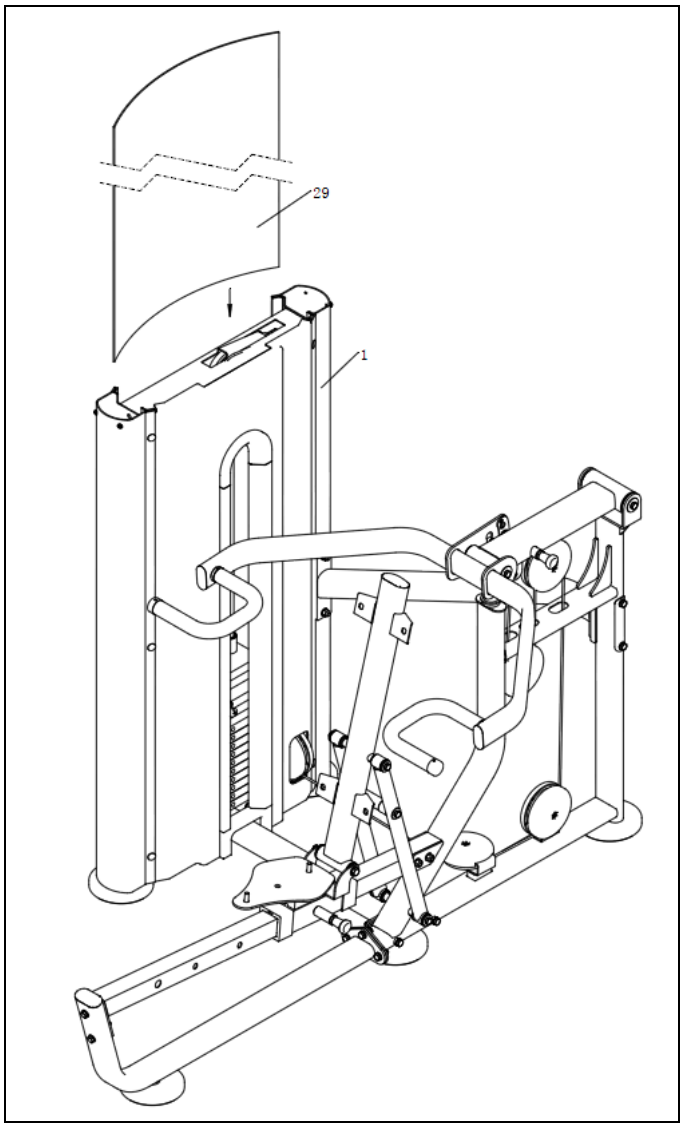
Zašroubujte konec kabelu (42) na vodící závaží (21), vezměte druhý konec kabelu (42) a protáhněte jej horními kladkami a spodními kladkami a zajistěte konec kabelu na podpěře (74) pomocí šroubu (91), podložek (63) a matice (90).

Obr. 8



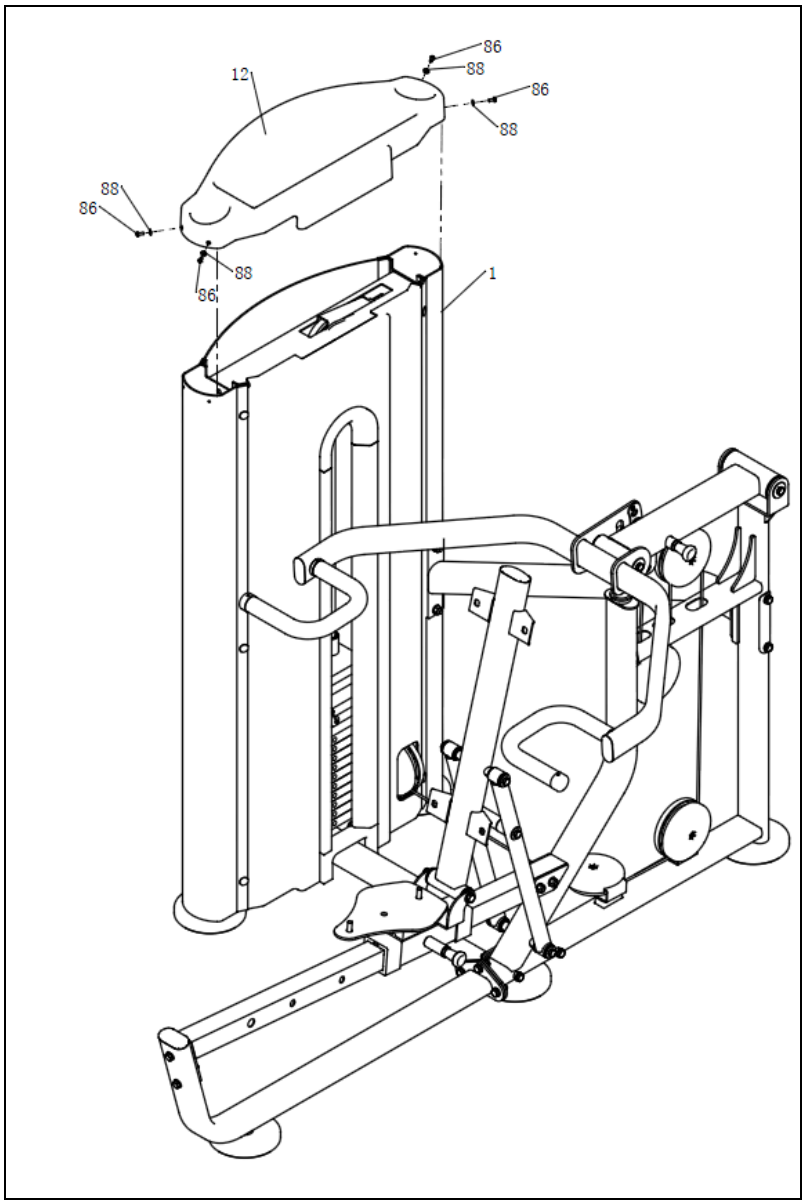
Přední kryt (28) nasaďte shora ve směru šipky na sadu závaží (1). Nasaďte vložky (85) na obě strany sady závaží.

Obr. 9



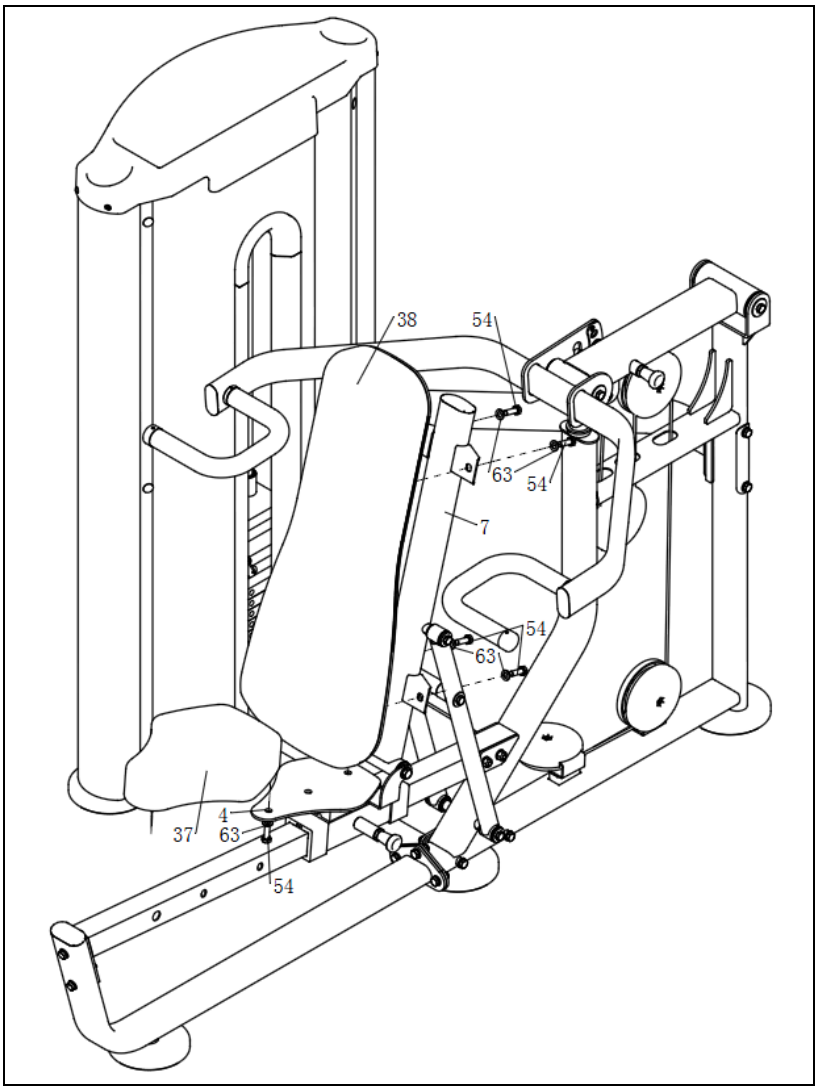
Namontujte zadní kryt (29) na sadu závaží (1) shora ve směru šipky.

Obr. 10



Namontujte horní kryt (12) shora ve směru šipky na sadu závaží (1). Namontujte podložky (88) a šrouby (86).

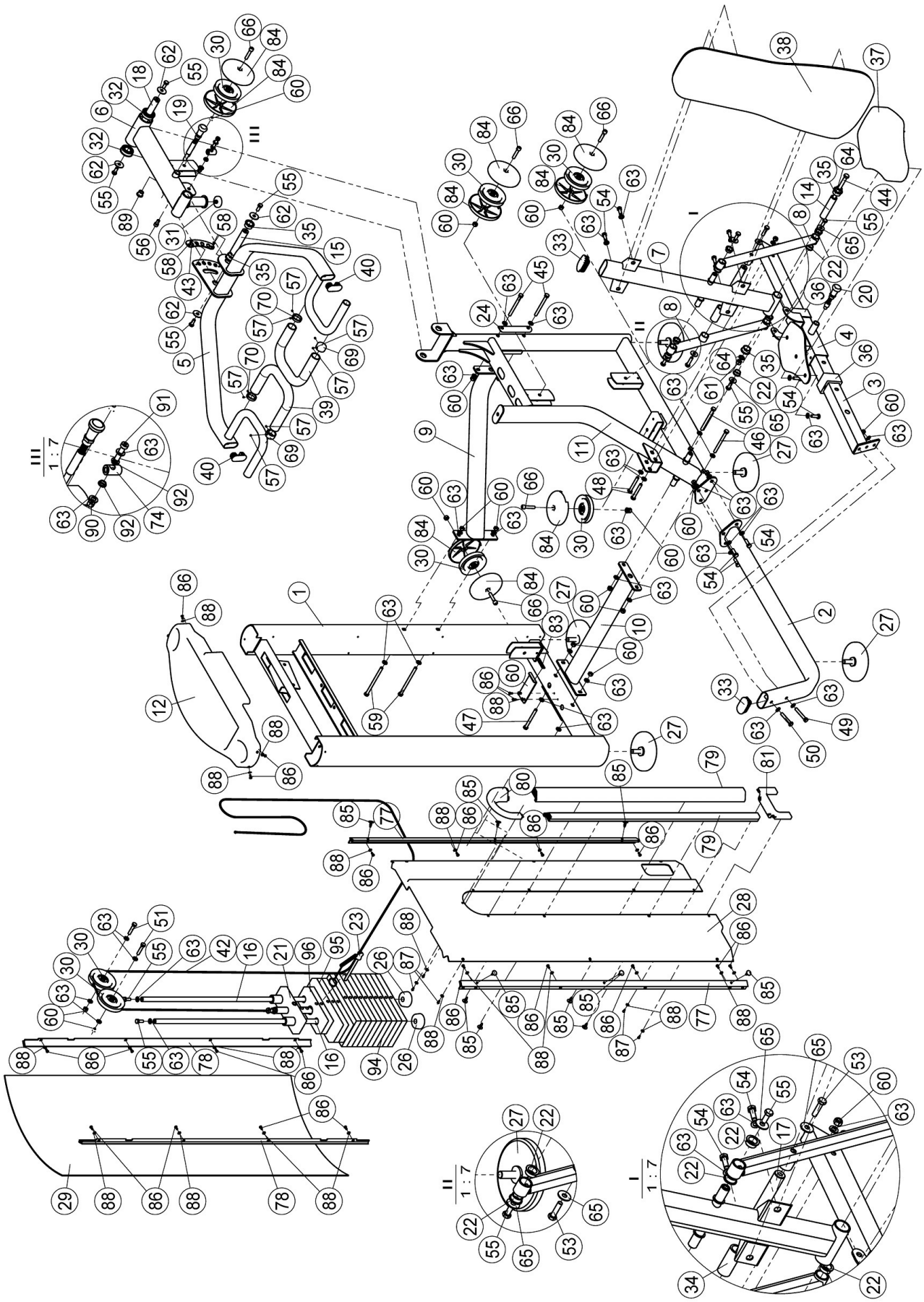
Obr. 11

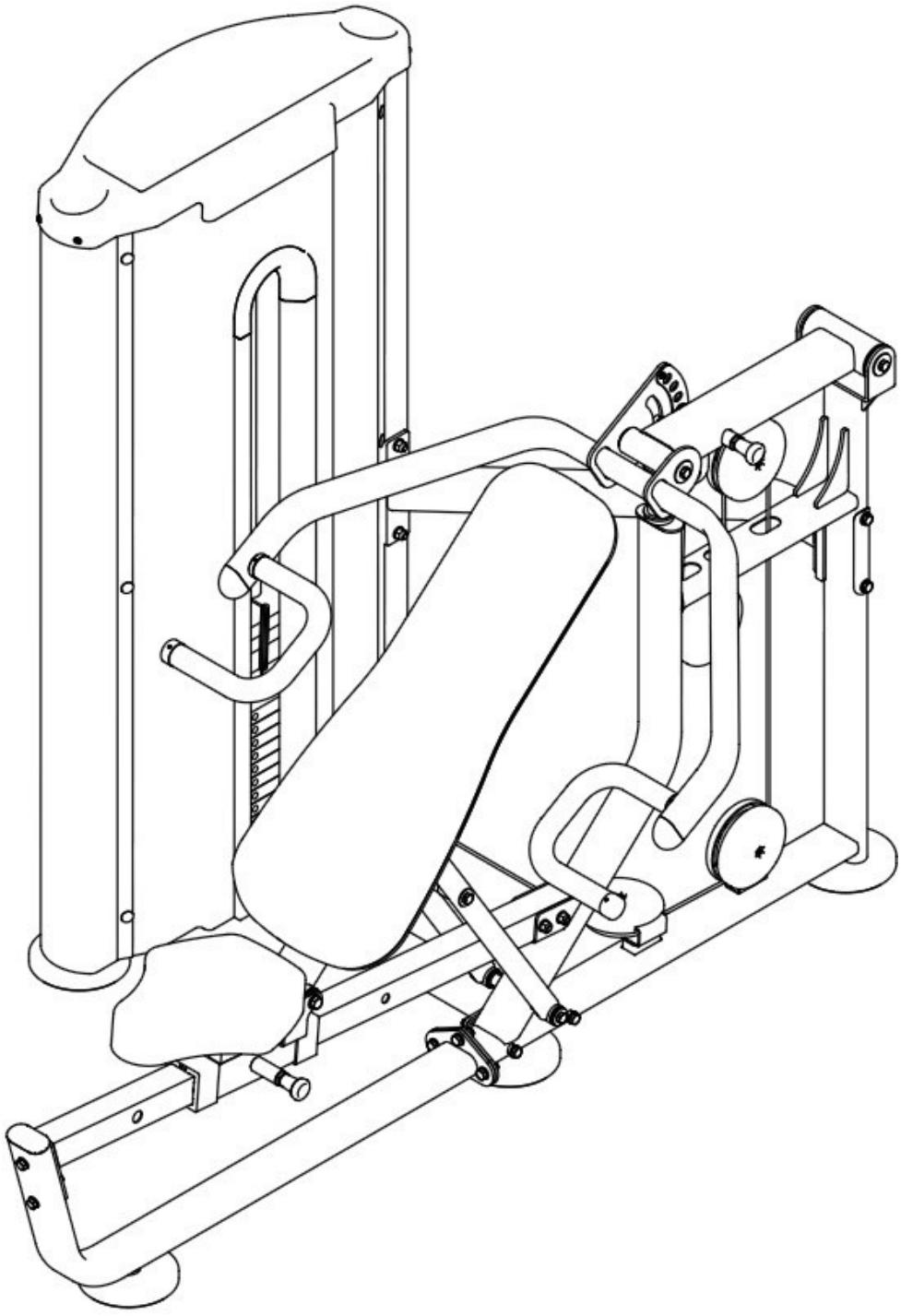


Umístěte opěrku (38) na podpěru (7), zajistěte ji šrouby (54) a podložkami (63). Poté umístěte sedlo (37) na podpěru (4), zajistěte jej pomocí šroubů (54) spolu s plochými podložkami (63).

VELMI DŮLEŽITÉ:

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





Návod na obsluhu
Posilňovací stroj BH FITNESS L080 Shoulder / Chest Press
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 najmenej 0,5 metra voľného priestoru.

■ Zariadenie je navrhnuté v súlade s najnovšími bezpečnostnými normami.

■ Toto zariadenie je v súlade s normou EN 957. Je vhodné 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 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.

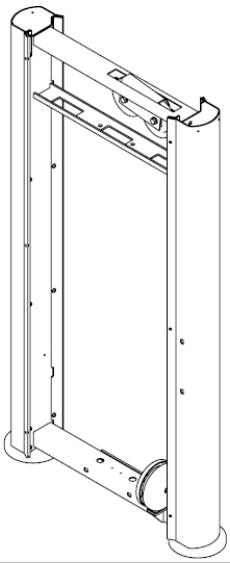
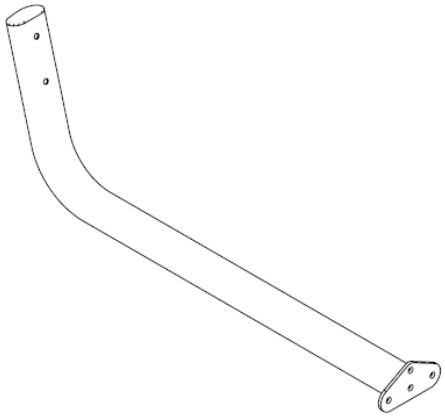
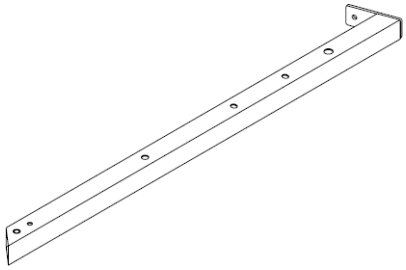
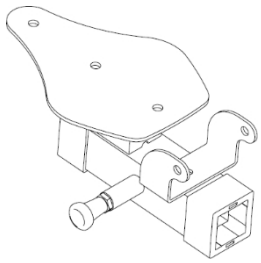
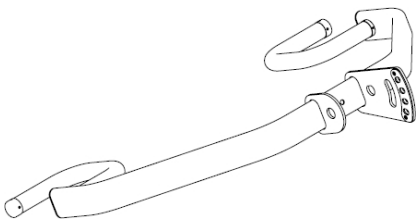
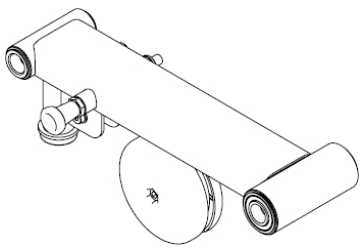
■ Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, aby ste sa uistili, že môžete používať trenažér.
Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, neprepínajte sa.
Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

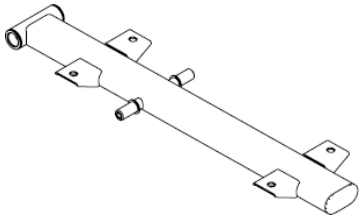
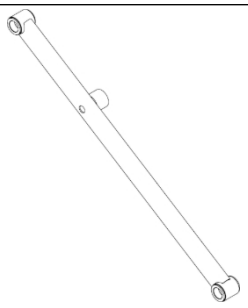
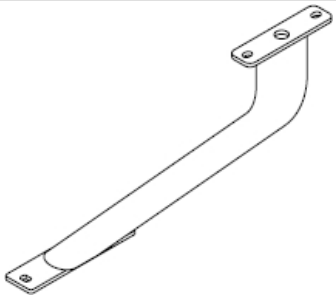
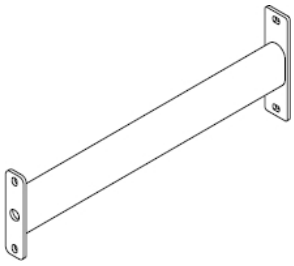
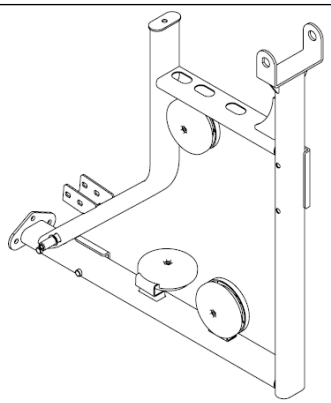
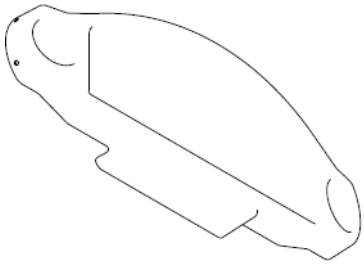
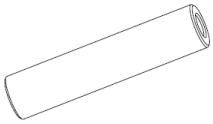
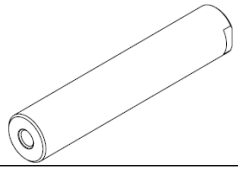
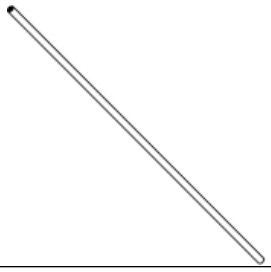
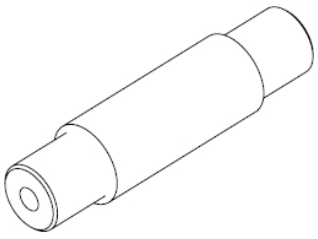
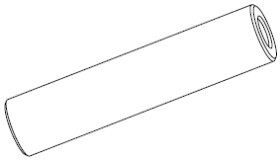
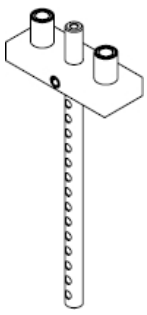
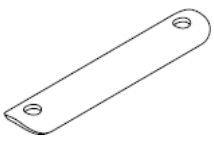
■ Dávajte pozor na pokyny trénera.

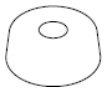
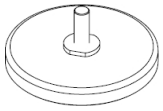
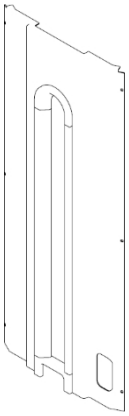
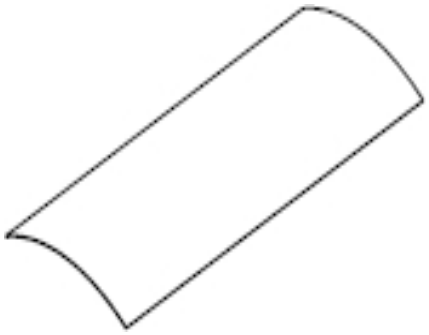
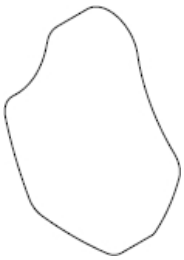
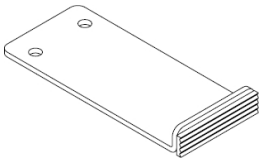
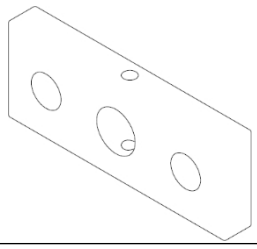
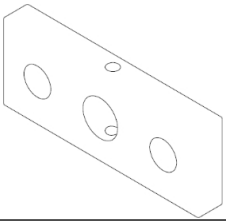
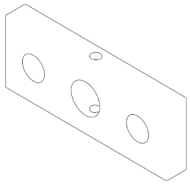
Pri montáži trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.

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

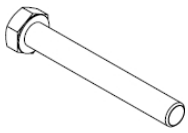
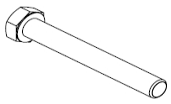
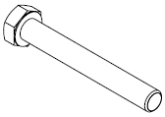
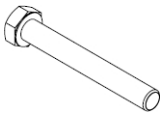
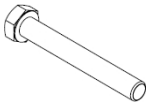
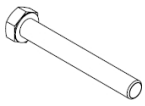
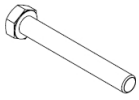
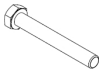
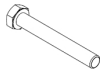
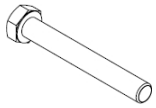
Obr. A

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

7		1	8		2
9		1	10		1
11		1	12		1
14		1	15		1
16		2	17		1
18		1	21		1
24		1	23		1

26		**2**		**27**		**3**
28		**1**		**29**		**1**
37		**1**		**38**		**1**
42		**1**		**85**		**6**
82		**1**		**94**		**10**
95		**3**		**96**		**2**

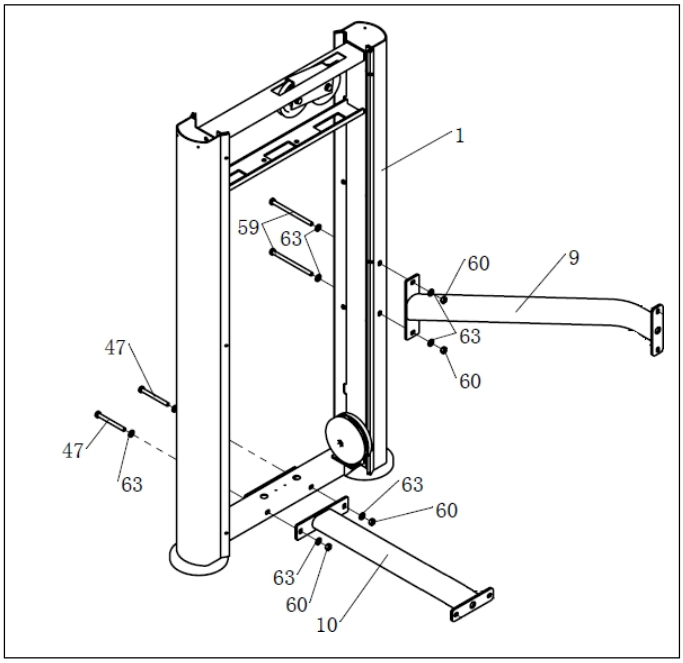
Obr. B

Nº		✓		Nº		✓
44	 M-12*140	1		45	 M-10*110	2
46	 M-10*115	2		47	 M-10*100	2
48	 M-10*75	2		49	 M-10*65	1
50	 M-10*60	1		53	 M-10*40	2
54	 M-10*30	9		55	 M-10*25	10
56	 M-10*20	1		59	 M-10*150	2
60	 M-10	14		61	 M-12	1
62	 M-10(φ38*11*2)	4		63	 M-10	37
64	 M-12	2		65	 M-10 (φ30*11*2)	6
86	 M-5*12	6		88	 M-5	6

MONTÁŽNE POKYNY

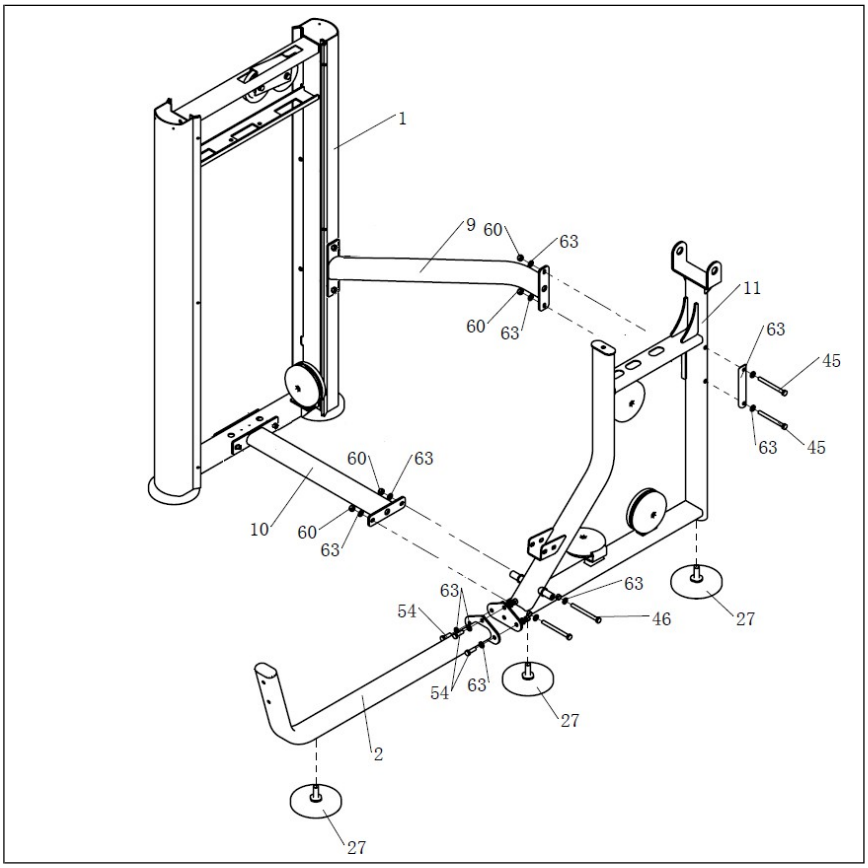
POZNÁMKA: Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

Obr. 1



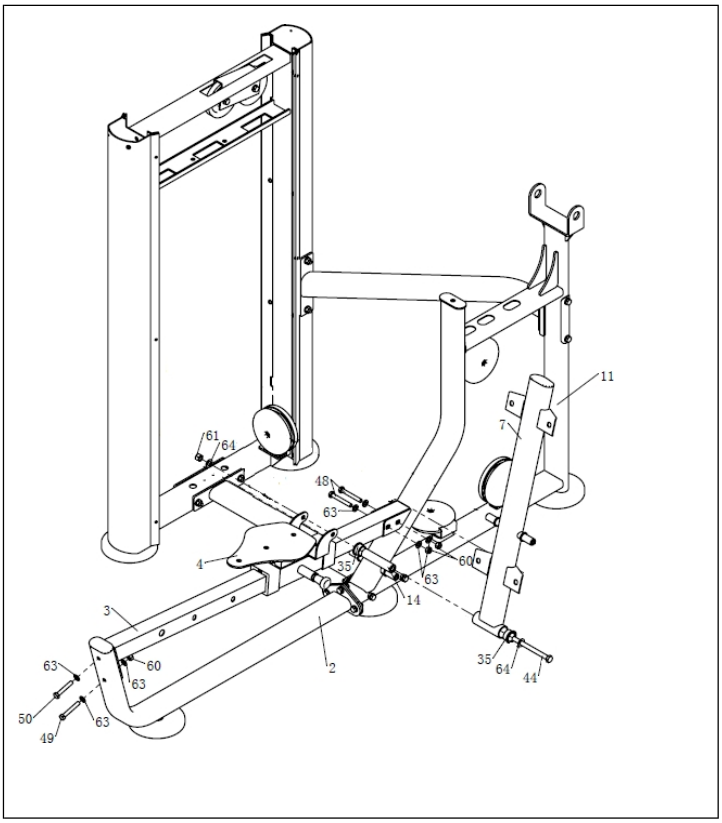
Hlavnú podperu (1) položte na zem.
Umiestnite držiak (9) a upevnite ho pomocou skrutiek (59), podložiek (63) a matíc (60). Potom umiestnite konzolu (10) a pevne ho priskrutkujte skrutkami (47), podložkami (63) a maticami (60).

Obr. 2



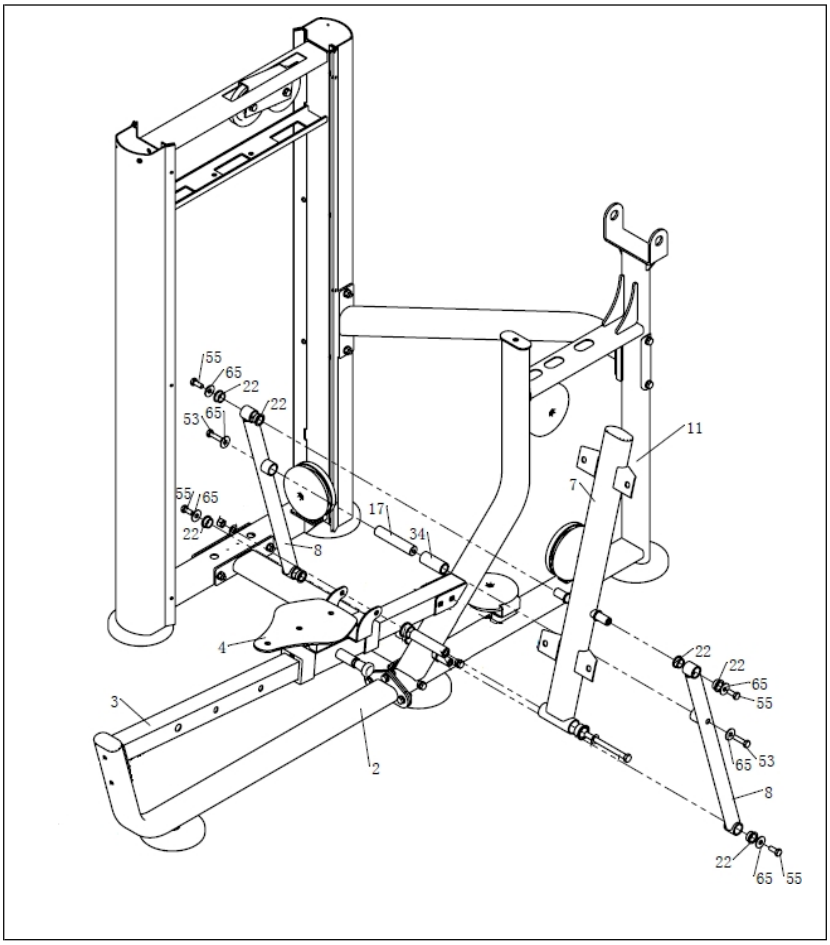
Umiestnite podperu (11), utiahnite ju skrutkami (54) spolu s podložkami (63) a maticami (60). Na podperu (11) naskrutkujte vyrovnávacie nožičky (27).
Potom umiestnite podperu (11) a upevnite ju k podperám (9) a (10) pomocou skrutiek (45) (46) spolu s podložkami (63) a maticami (60).

Obr. 3



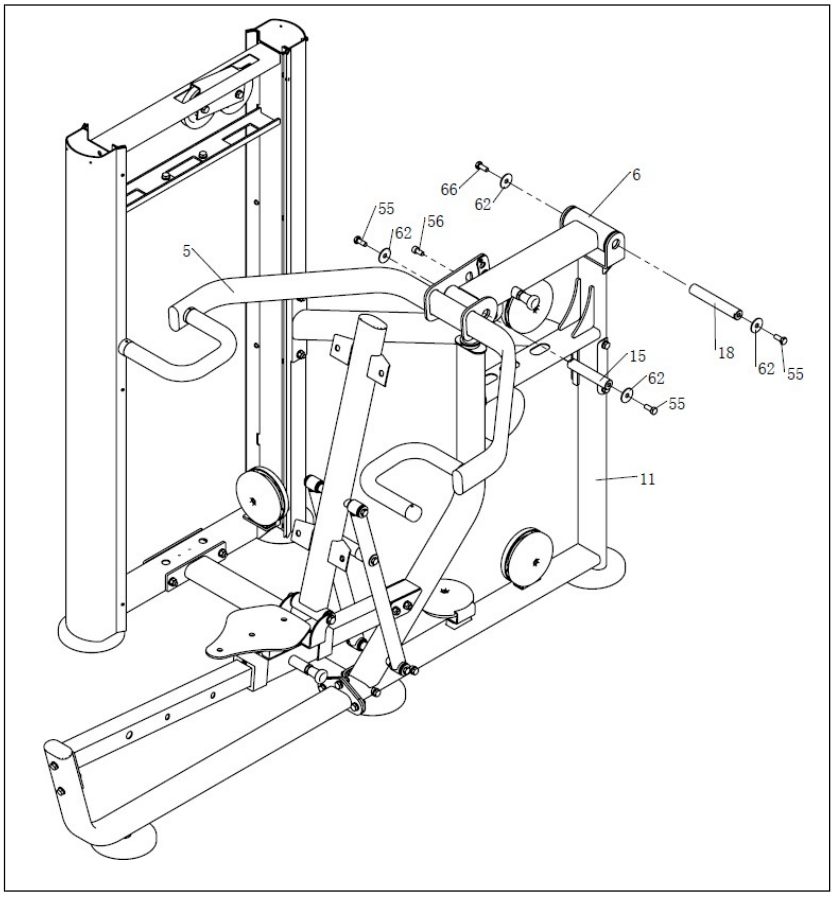
Potom umiestnite podperu (2), utiahnite ju skrutkami (48), (49) a (50), podložkami (63) a maticami (60). Umiestnite rameno (7) na hriadeľ podpery (3).
Vložte hriadeľ (14), nasaďte podložky (35) a utiahnite skrutkou (104), podložkami (64) a maticami (61).

Obr. 4



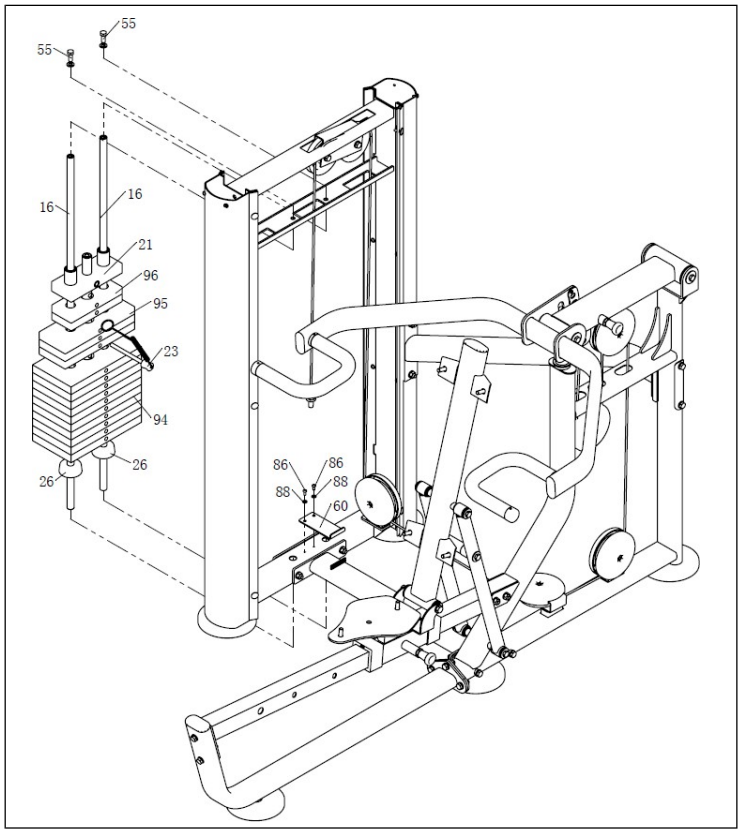
Umiestnite ľavé rameno (8) na hriadeľ pre podperu (7) a (11). Vložte puzdro (22), nainštalujte hliníkové podložky (65) a utiahnite skrutky (55).
Vložte hriadeľ (17) a (34), nasaďte podložky (65) a utiahnite skrutkou (53). Postup zopakujte s pravým ramenom (8).

Obr. 5



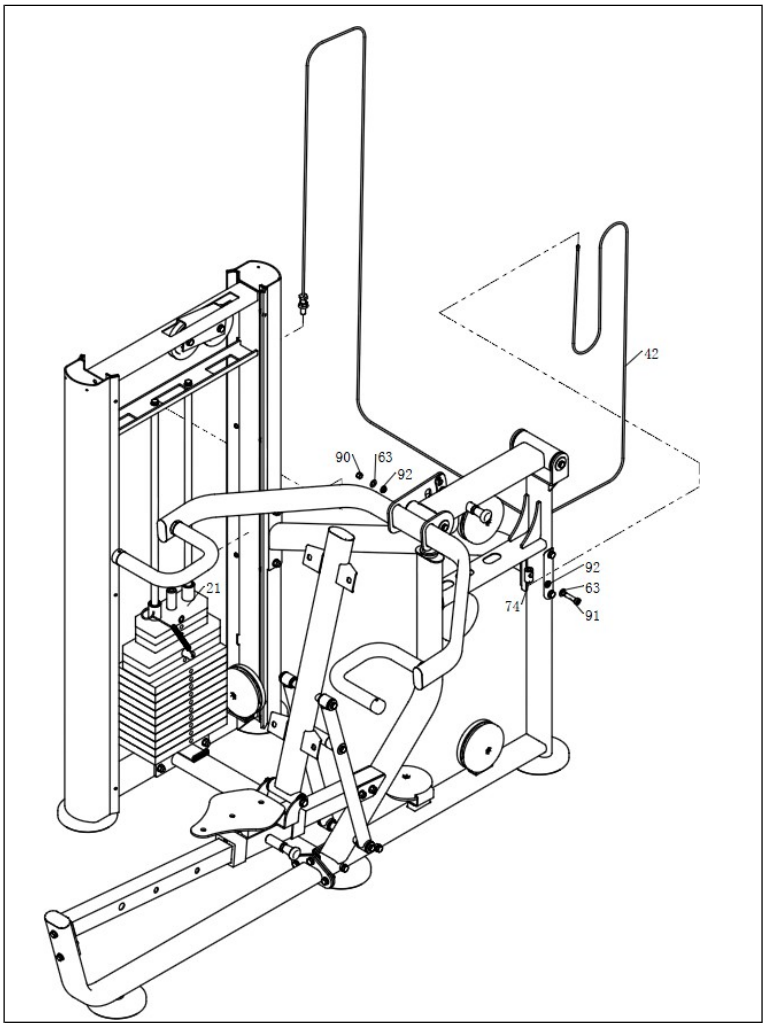
Umiestnite rameno (6) na nosný hriadeľ (11).
Vložte hriadeľ (18), nasaďte hliníkové podložky (62) a utiahnite skrutky (55). Rameno (5) nasaďte na nosný hriadeľ (6).
Vložte hriadeľ (15), nasaďte hliníkové podložky (62) a utiahnite skrutky (55). Zaskrutkujte skrutku (56).

Obr. 6



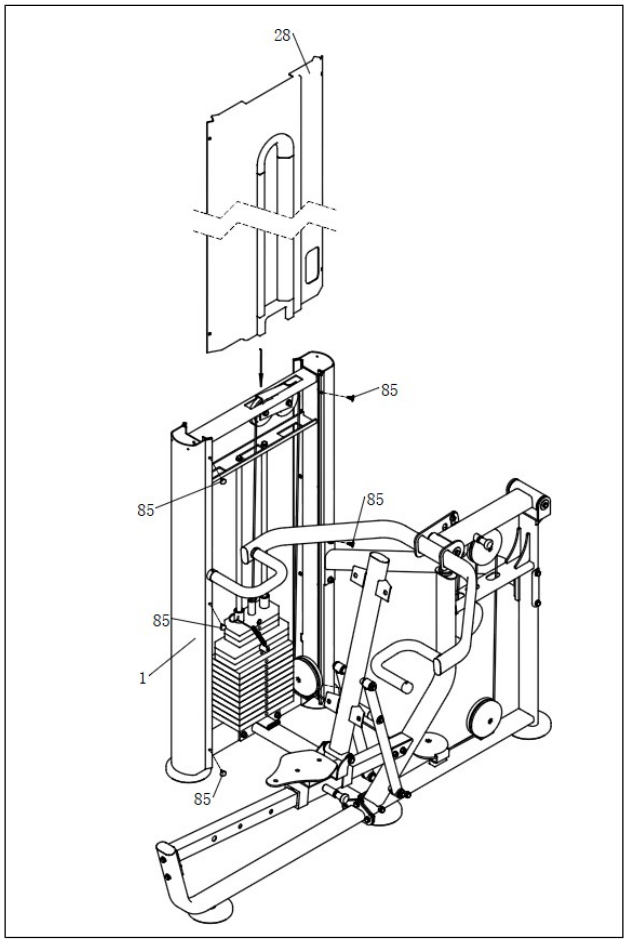
Umiestnite upevňovaciu dosku predného krytu (60) a utiahnite ju pomocou skrutky (86) a plochej podložky (88). Na súpravu závažia (1) nasaďte doraz závažia (26) a vložte vodiace tyče závažia (16).
Ďalej nainštalujte závažia (94); (95), (96), ťažšie závažia vždy v spodnej časti, nakoniec namontujte vodiace závažia s vodiacou lištou (21), utiahnite hornú časť vodiacich tyčí pomocou podložiek (63) a skrutiek (55).
Vložte krúžok voliča (23) do stredového puzdra na vodiacom závaží (21).

Obr. 7



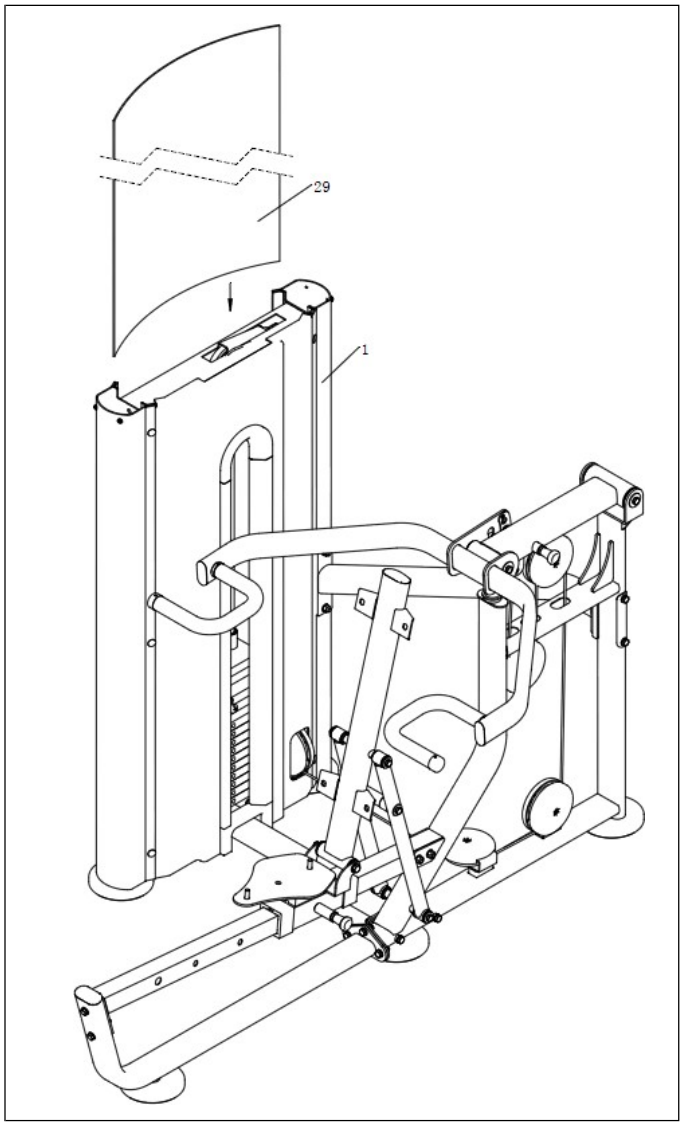
Zaskrutkujte koniec kábla (42) na vodiace závažie (21), vezmite druhý koniec kábla (42) a pretiahnite ho hornými kladkami a spodnými kladkami a zaistite koniec kábla na podpere (74) pomocou skrutky (91), podložiek (63) a matice (90).

Obr. 8



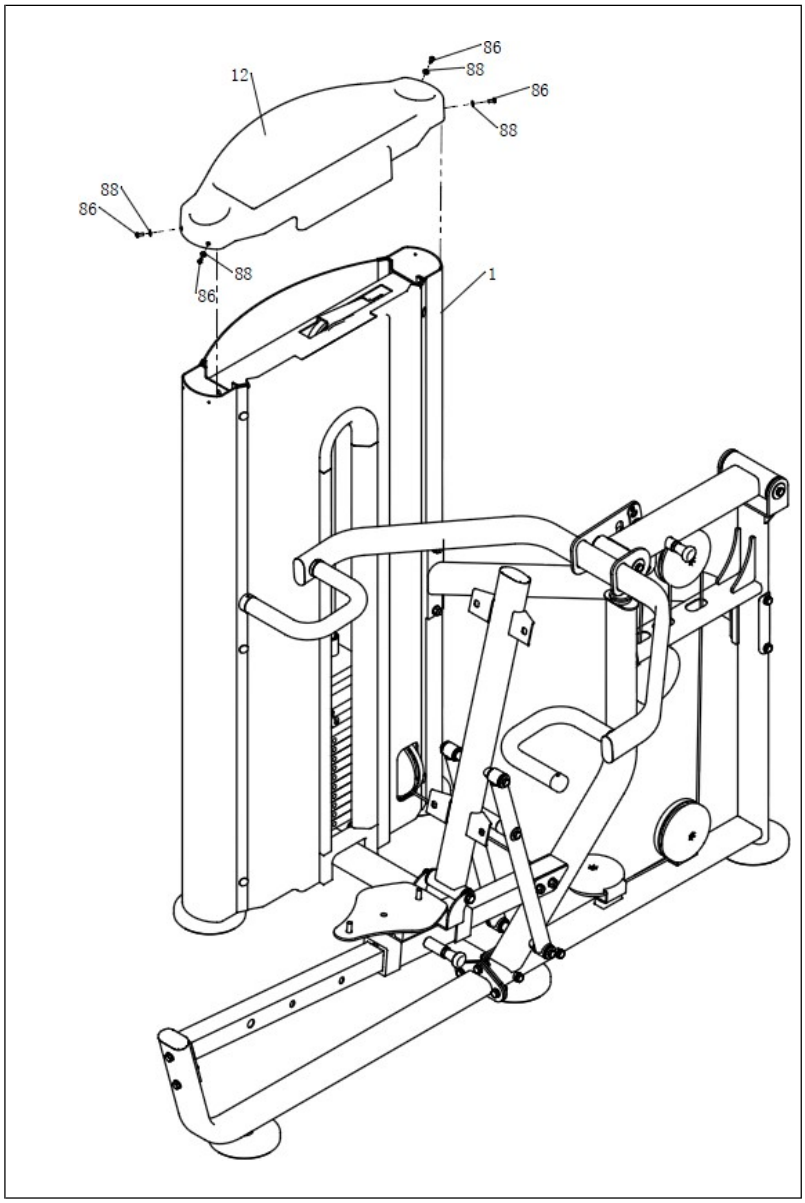
Nasaďte predný kryt (28) zhora v smere šípky na súprave závažia (1). Vložte vložky (85) na obe strany sady závaží.

Obr. 9



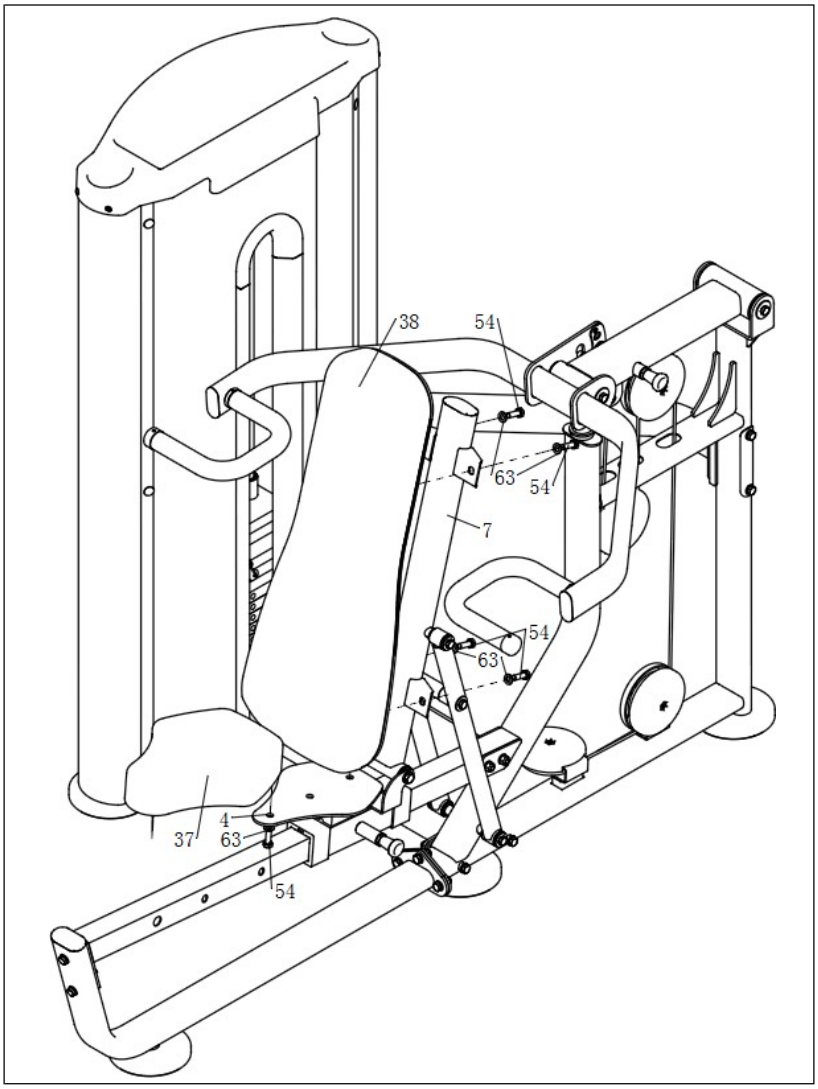
Zadný kryt (29) nasaďte na súpravu závažia (1) zhora v smere šípky.

Obr. 10



Horný kryt (12) nasaďte zhora v smere šípky na súpravu závažia (1). Namontujte podložky (88) a skrutky (86).

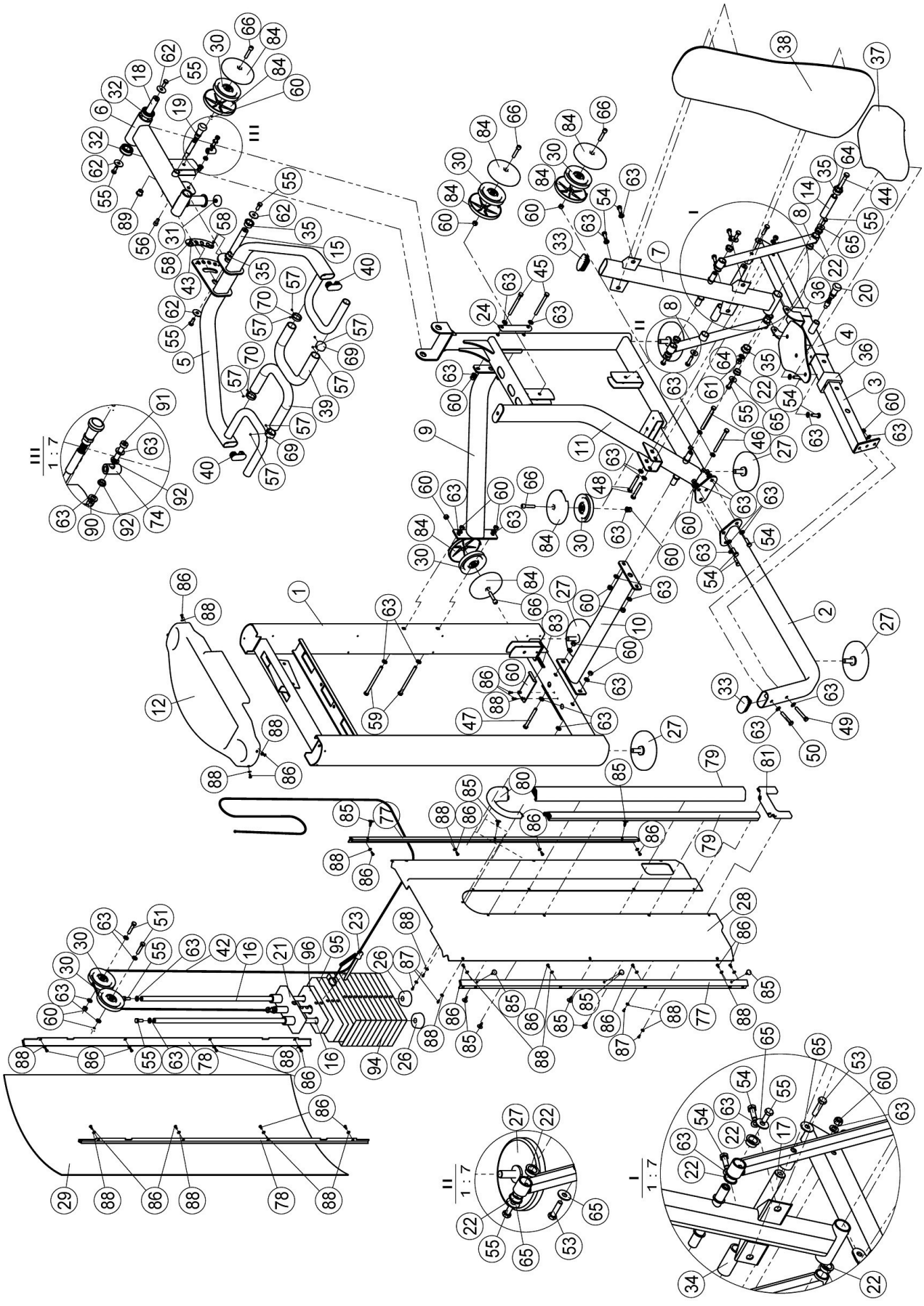
Obr. 11



Umiestnite podperu (38) na podperu (7) a zaistite ju skrutkami (54) a podložkami (63). Potom umiestnite sedlo (37) na podperu (4) a zaistite ho skrutkami (54) a plochými podložkami (63).

VEĽMI DÔLEŽITÉ:

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



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