BH FITNESS

L825-L825B



Návod k obsluze

Posilovací lavice na jednoručky

BH FITNESS L825-L825B Multi-Position Bench

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.

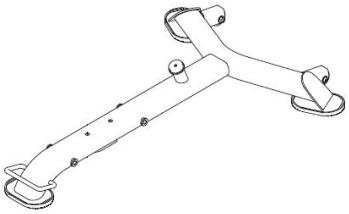
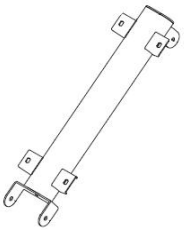
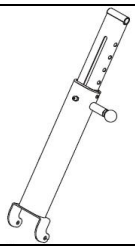
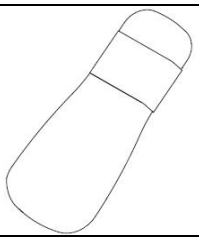
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

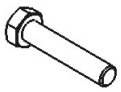
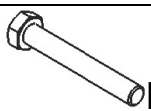
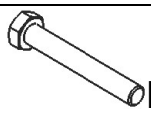
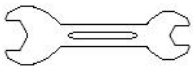
Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybějí žádné díly.

Obr. A

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

12		1				

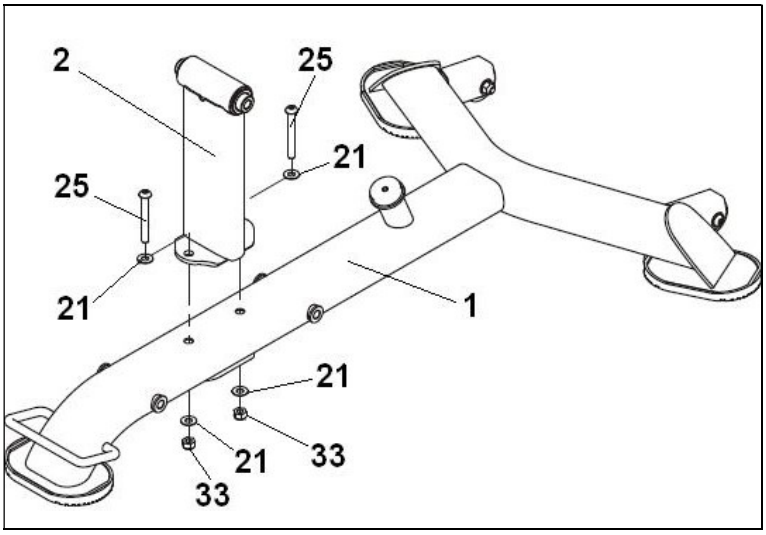
Obr. B

Nº		✓				✓
21	 M-12	14		22	 M-10	6
23	 M-10x30	6		25	 M-12x80	2
26	 M-12x110	2		27	 M-12x140	2
28	 M-12x160	1		33	 M-12	7
						

MONTÁŽNÍ POKYNY

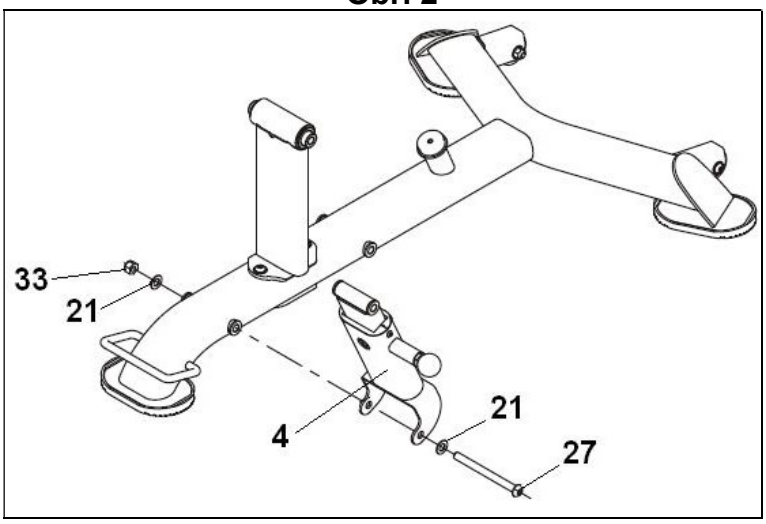
POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

Obr. 1



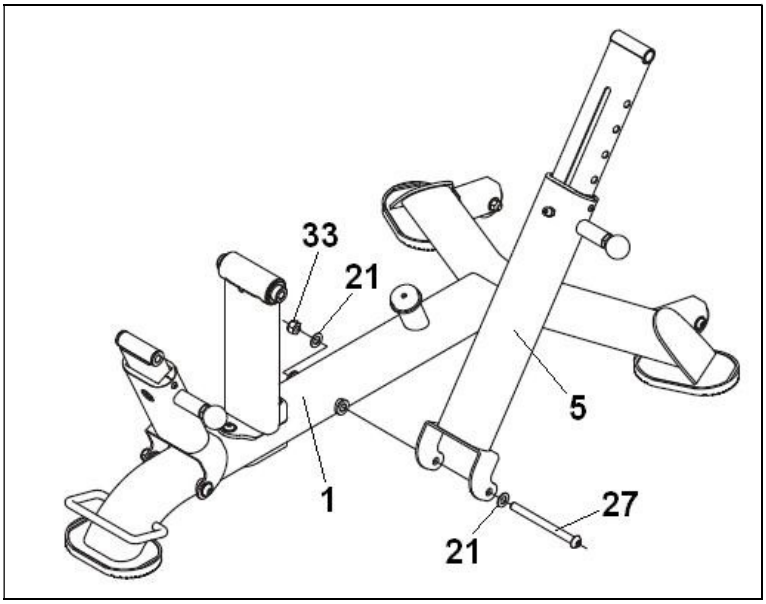
Hlavní podpěru (1) položte na zem. Umístěte držák (2) a zajistěte jej šrouby (25), podložkami (21) a maticemi (33).

Obr. 2



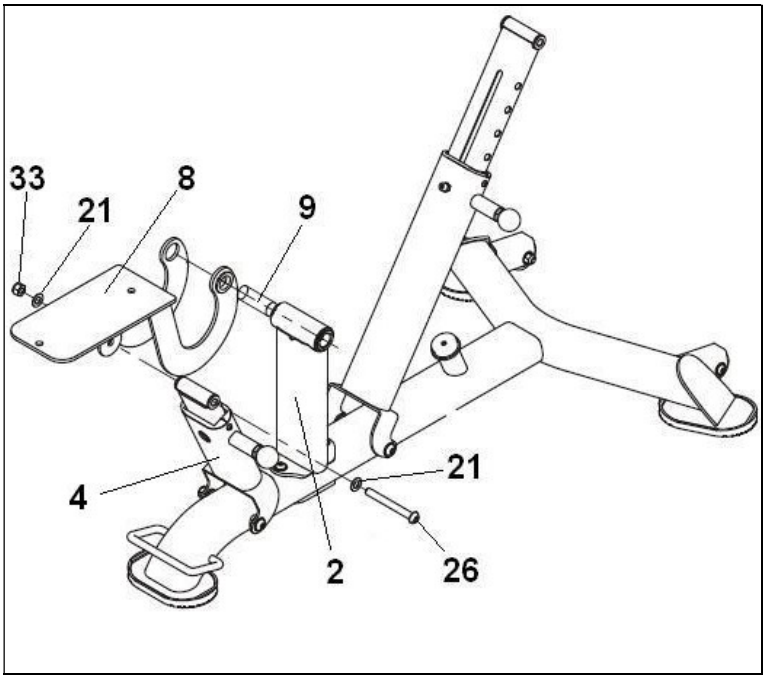
„U“ držák umístěte na teleskopickou podpěru sedla (4) na hlavní podpěru (1).
Nasaďte šrouby (27) s podložkami (21) a maticemi (33) a pevně je utáhněte.

Obr. 3



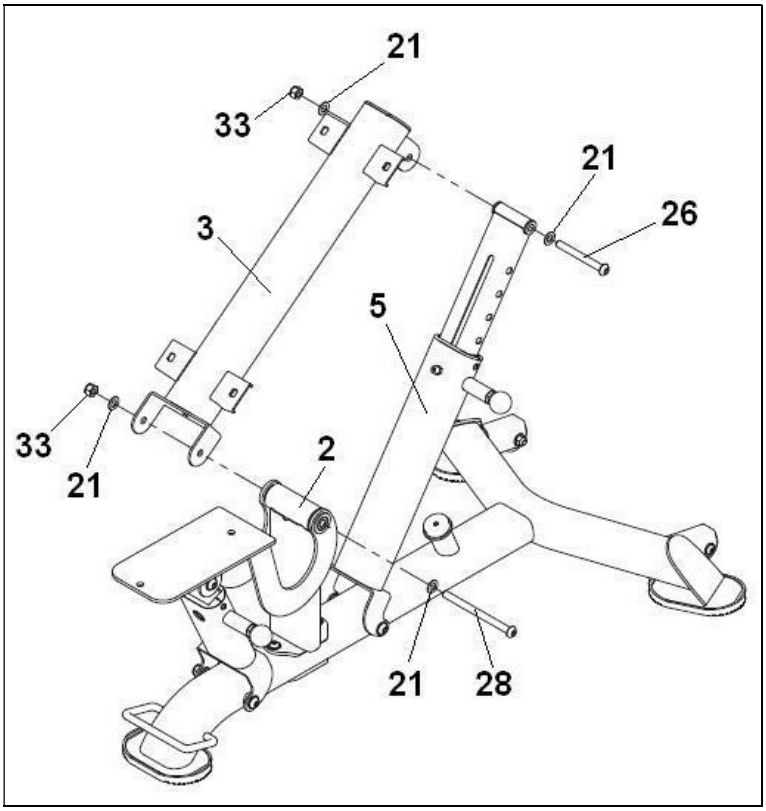
„U“ držák umístěte na teleskopickou podpěru zad (5) na hlavní podpěru (1). Nasaďte šroub (27) s podložkami (21) a maticí (33) a utáhněte.

Obr. 4



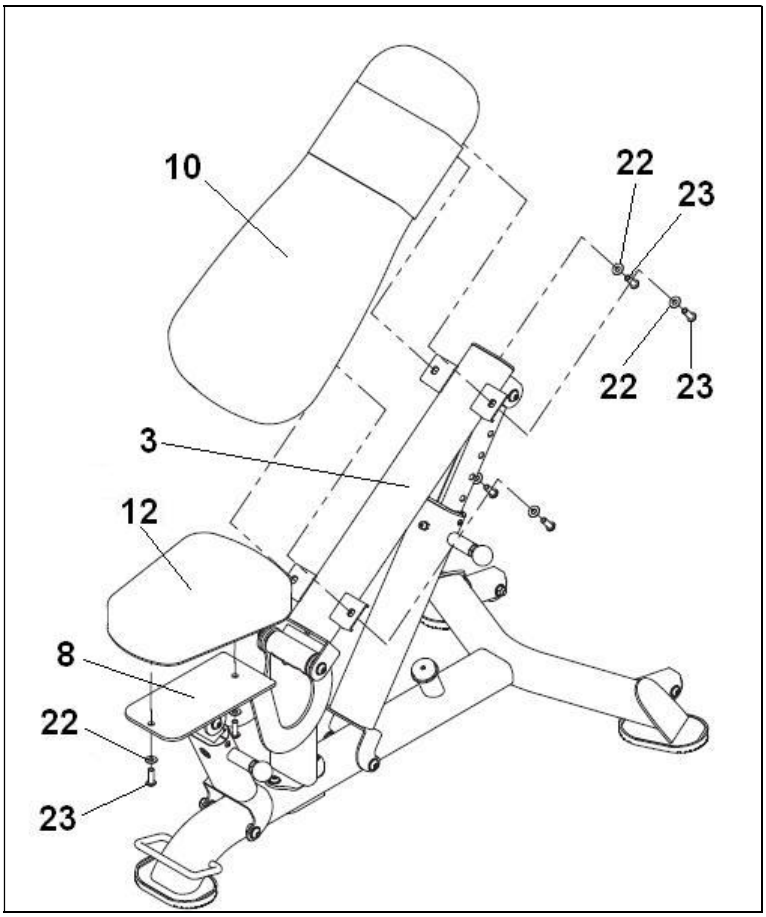
Distanční vložku (9) dejte do otvoru na podpěře (2) a vycentrujte ji.
Umístěte podpěru sedla (8) na hřídel teleskopické podpěry sedla (4), jak je znázorněno na obrázku, a zajistěte ji pomocí šroubu (26), podložek (21) a matice (33).

Obr. 5



„U“ držák opěrky zad (3) umístěte na hřídel opěrky sedla (2), zajistěte je pomocí šroubu (28) s podložkami (21) a maticí (33).
Poté zvedněte teleskopickou trubku opěrky (5) a vložte ji do „U“ na trubce opěrky (3) a zajistěte ji šroubem (26), podložkami (21) a maticí (33).

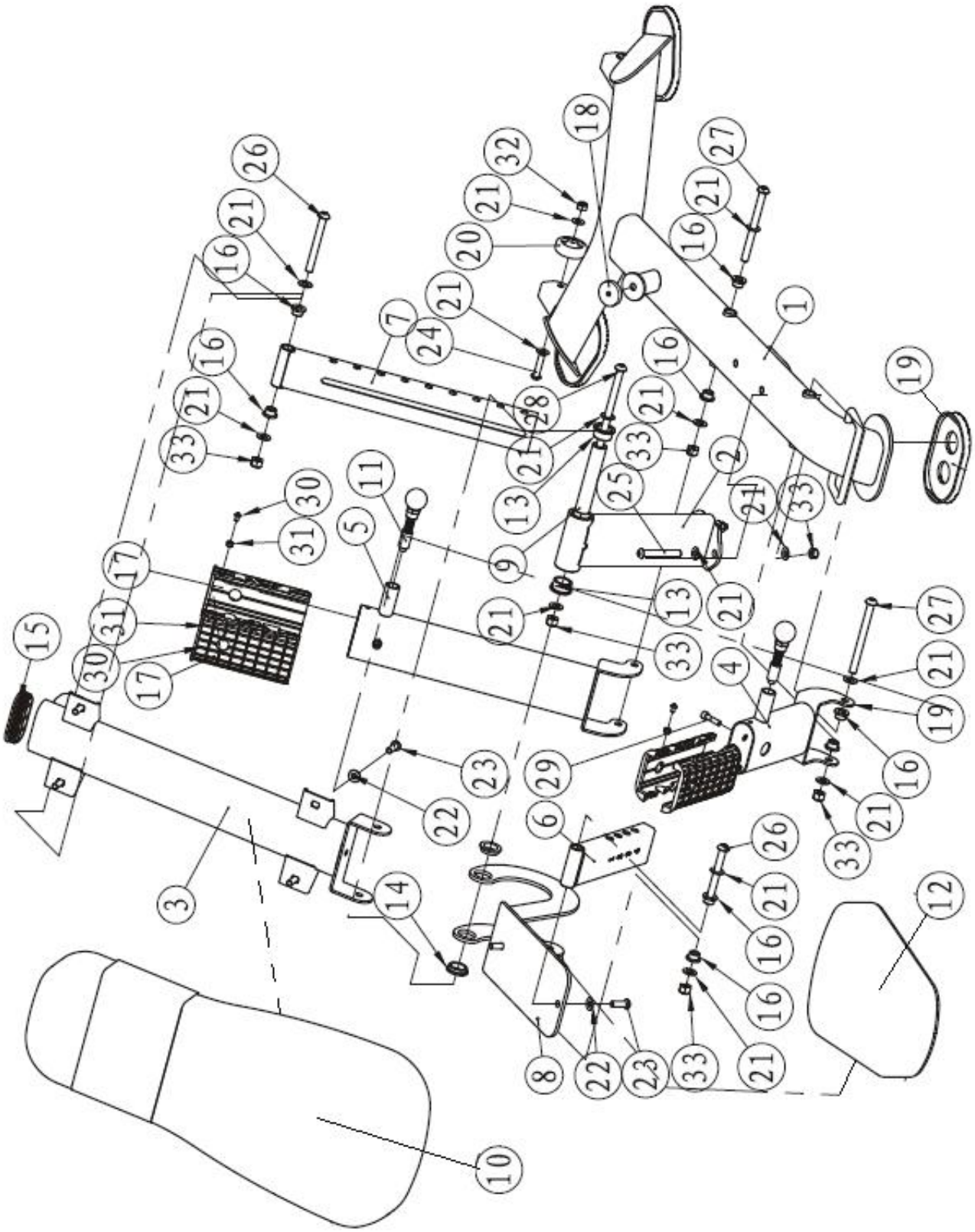
Obr. 6

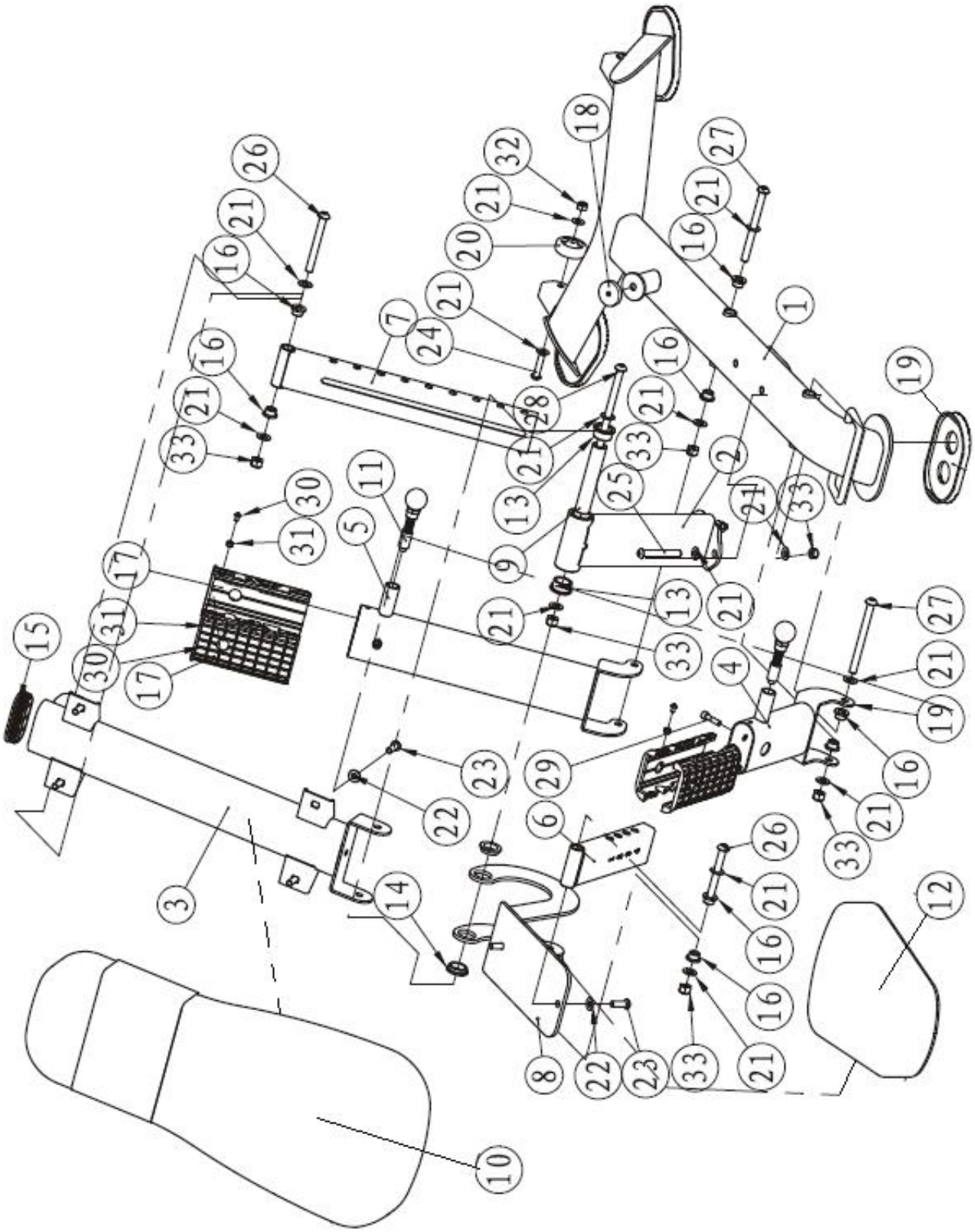


Opěrku zad (10) umístěte na podpěru (3) a zajistěte ji pomocí šroubů (23) s podložkami (22). Poté umístěte sedlo (12) na podpěru sedla (8) a zajistěte jej šrouby (23) a podložkami (22).

VELMI DŮLEŽITÉ

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


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33



Návod na obsluhu

Posilňovacie lavice na jednoručky

BH FITNESS L825-L825B Multi-Position Bench

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 obsluhu 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 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.

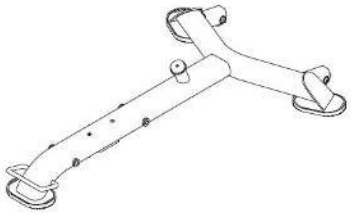
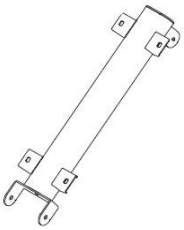
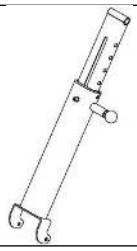
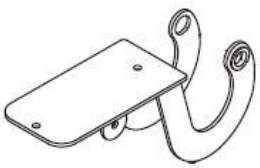
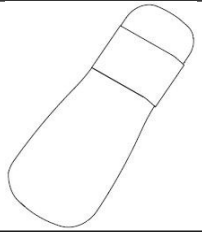
■ Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, aby ste sa uistili, že môžete používať trenažér.
Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, neprepínajte sa. Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

■ Dávajte pozor na pokyny trénera.

Pri montáži trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.

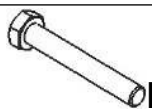
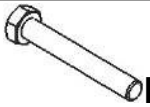
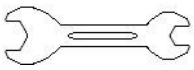
Vyberte jednotku z krabice a skontrolujte jednotlivé komponenty podľa zoznamu na obr. A a obr. B, aby ste sa uistili, že nechýbajú žiadne súčasti.

Obr. A

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

12		1				

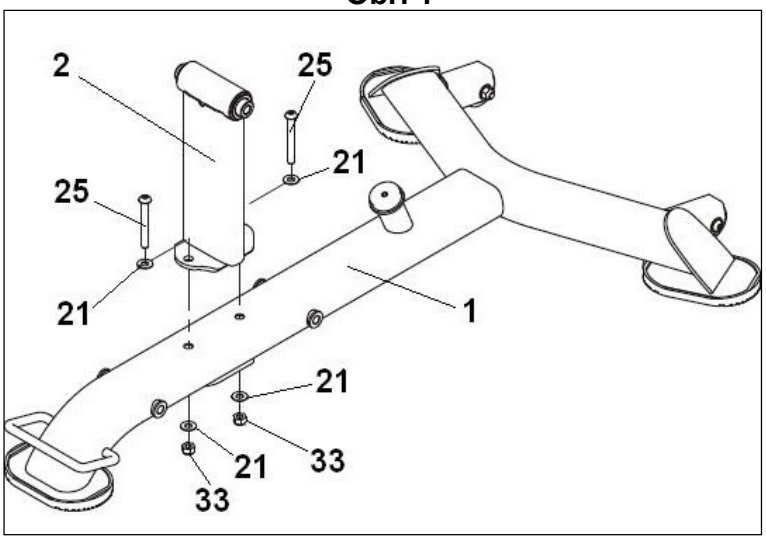
Obr. B

Nº		✓				✓
21	 M-12	14		22	 M-10	6
23	 M-10x30	6		25	 M-12x80	2
26	 M-12x110	2		27	 M-12x140	2
28	 M-12x160	1		33	 M-12	7
						

MONTÁŽNE POKYNY

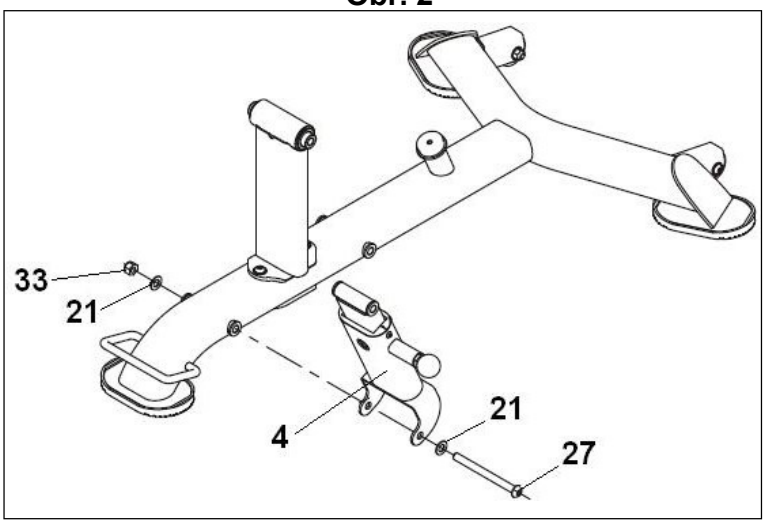
POZNÁMKA: Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

Obr. 1



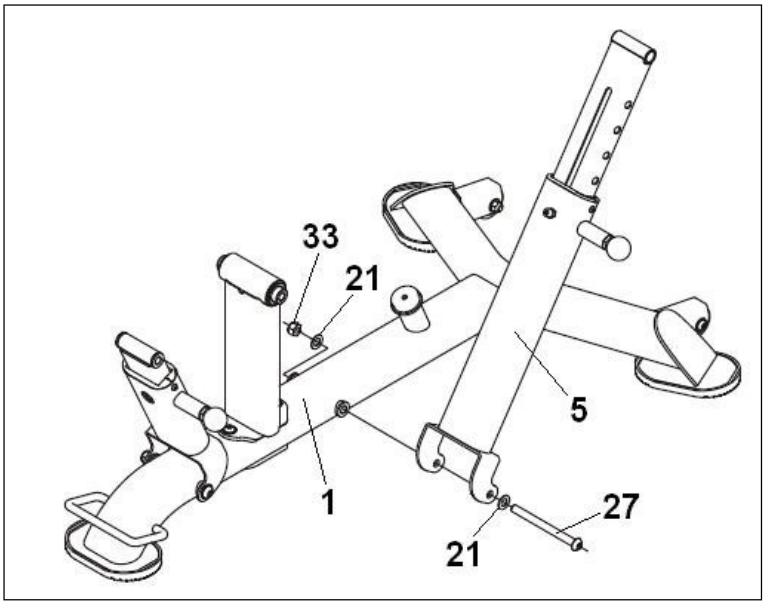
Hlavnú podperu (1) položte na zem. Umiestnite konzolu (2) a zaistite ju skrutkami (25), podložkami (21) a maticami (33).

Obr. 2



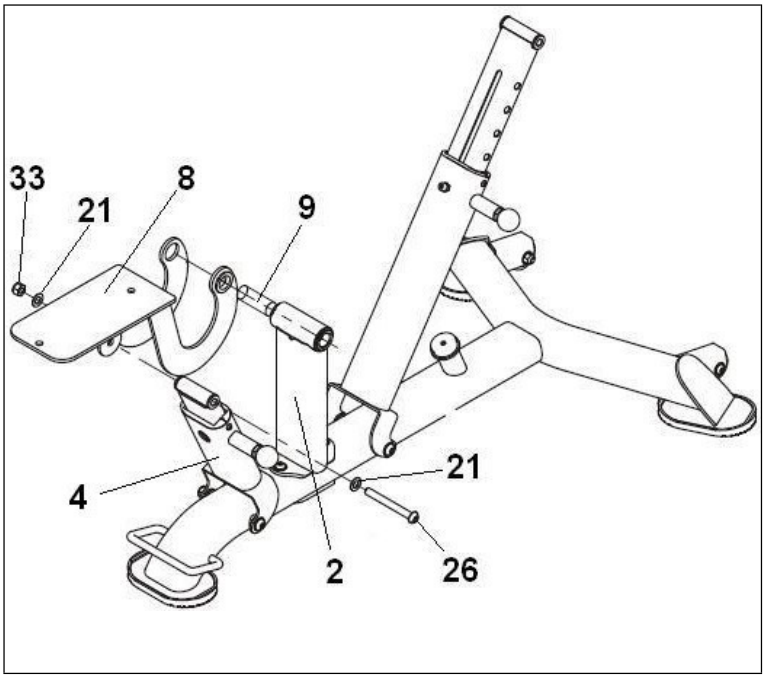
Umiestnite držiak "U" na teleskopickú podperu sedla (4) na hlavnú podperu (1). Nasaďte skrutky (27) s podložkami (21) a maticami (33) a pevne ich utiahnite.

Obr. 3



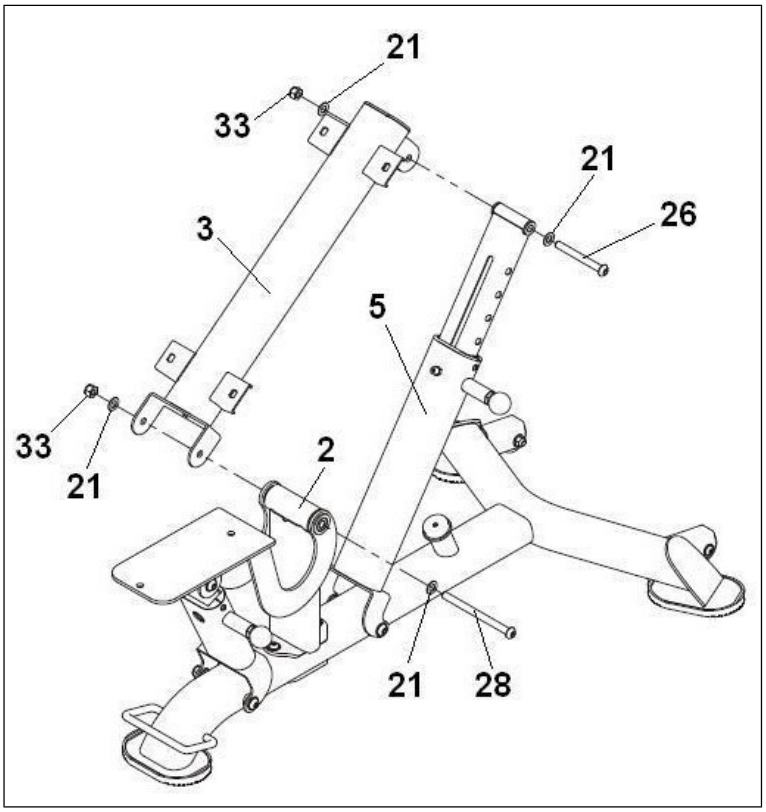
Umiestnite držiak "U" na teleskopickú zadnú opierku (5) na hlavnú podperu (1). Namontujte skrutku (27) s podložkami (21) a maticou (33) a utiahnite ju.

Obr. 4



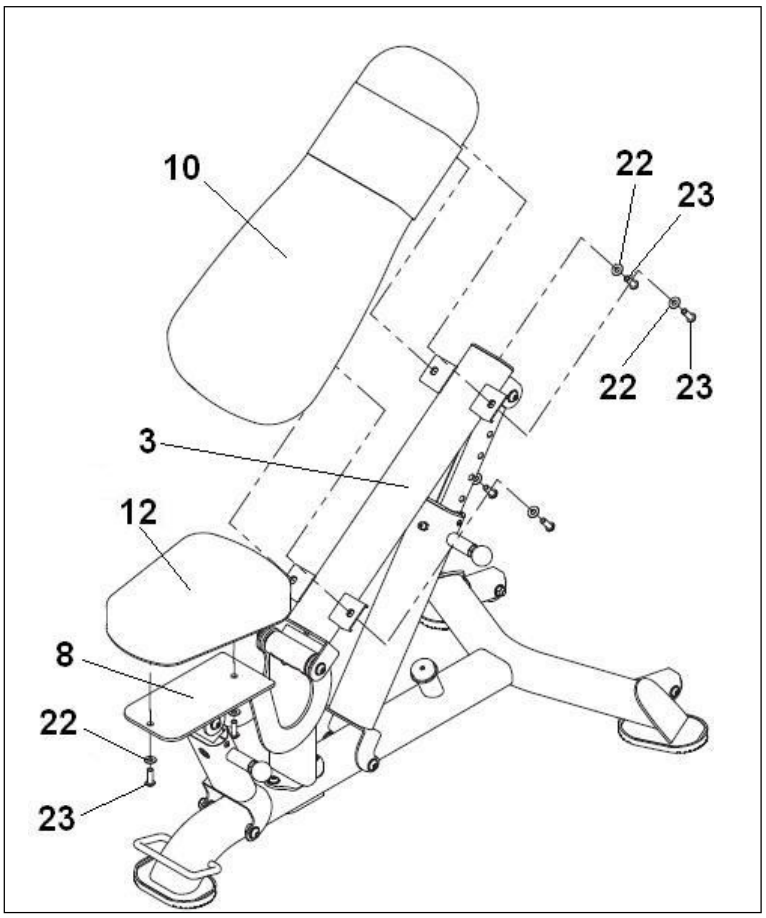
Vložte dištančný prvok (9) do otvoru na podpere (2) a vycentrujte ho.
Umiestnite podperu sedla (8) na hriadeľ teleskopickej podpery sedla (4), ako je znázornené, a zaistite ju skrutkou (26), podložkami (21) a maticou (33).

Obr. 5



Umiestnite držiak "U" operadla (3) na hriadeľ operadla sedadla (2), zaistite ho skrutkou (28) s podložkami (21) a maticou (33).
Potom zdvihnite teleskopickú nosnú rúrku (5), vložte ju do "U" na nosnej rúrke (3) a zaistite ju skrutkou (26), podložkami (21) a maticou (33).

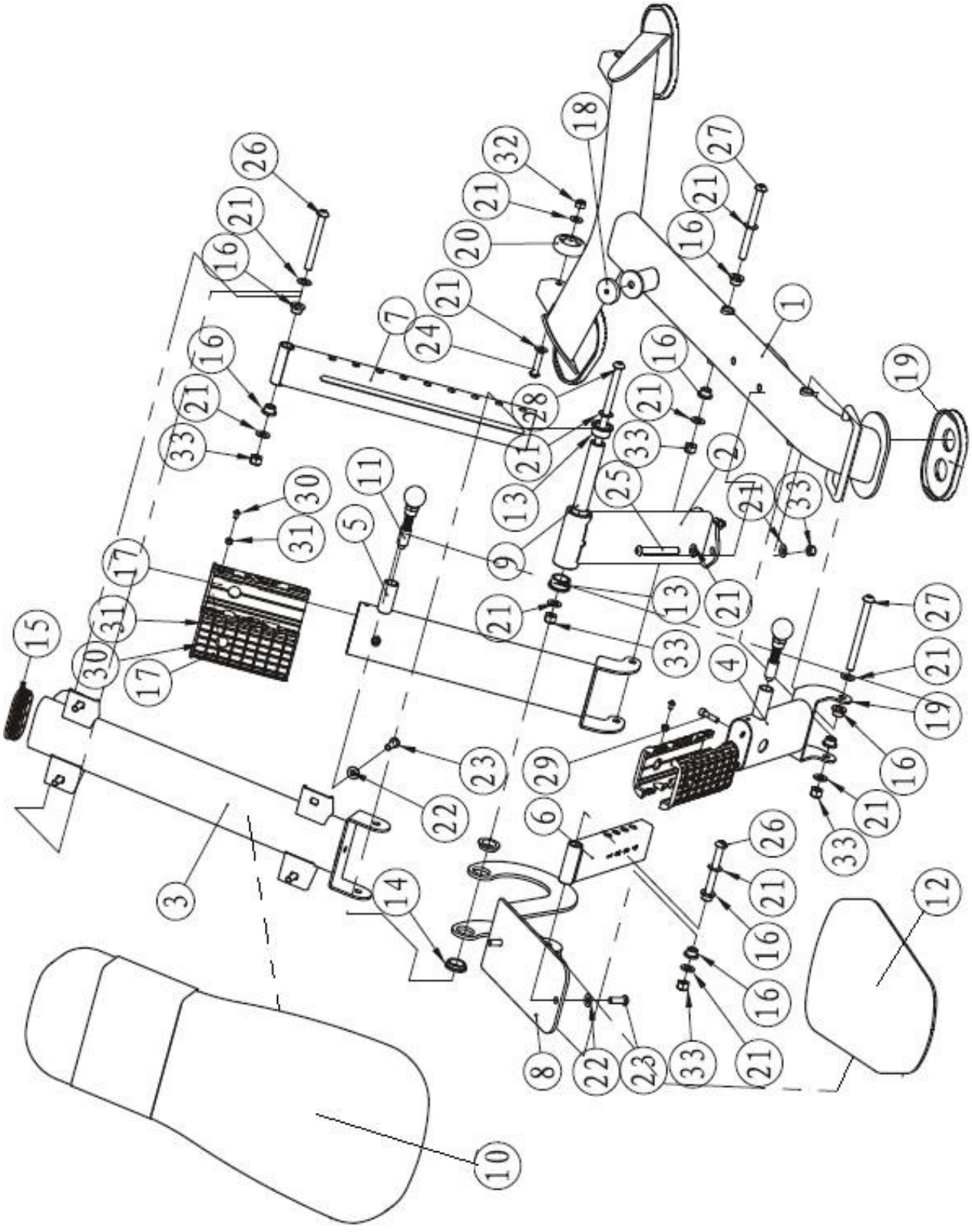
Obr. 6

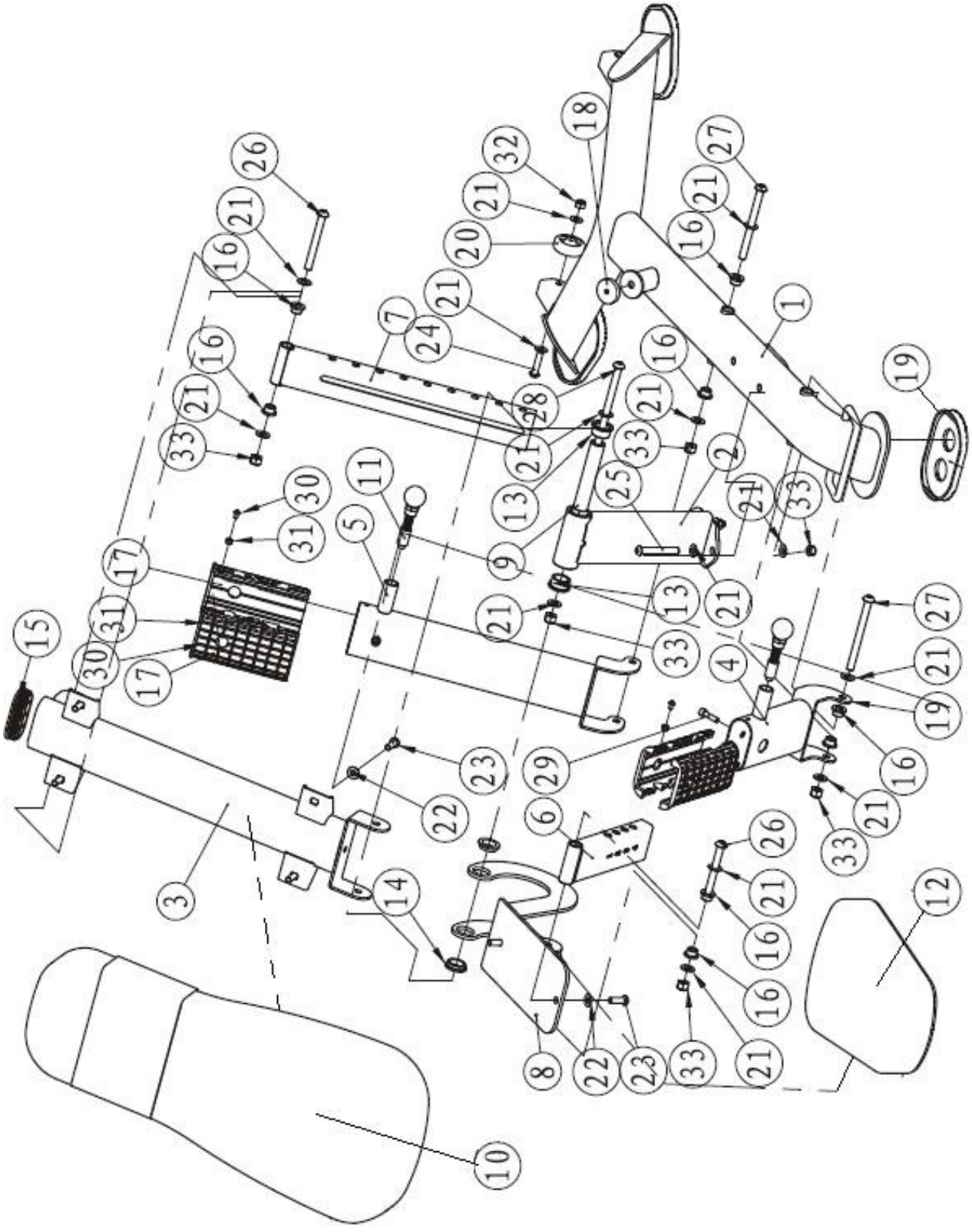


Umiestnite operadlo (10) na podperu (3) a upevnite ho pomocou skrutiek (23) a podložiek (22). Potom umiestnite sedlo (12) na podperu sedla (8) a zaistite ho skrutkami (23) a podložkami (22).

VELMI DÔLEŽITÉ

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


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33

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