L210



Návod k obsluze
Posilovací stroj BH FITNESS L210 výpony vsedě
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.

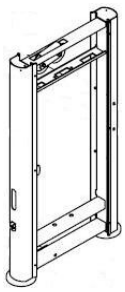
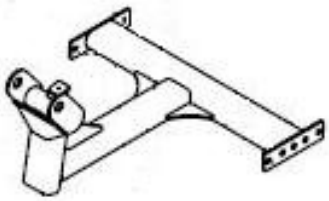
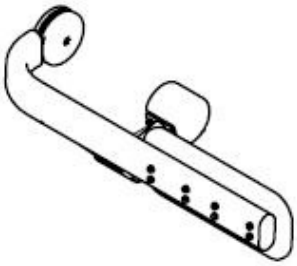
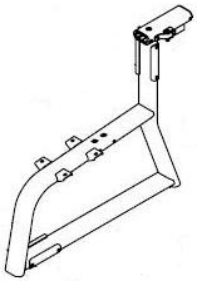
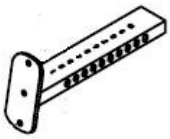
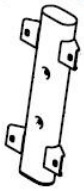
■ Před zahájením cvičební se poraďte se svým lékařem, abyste se ujistili, že můžete trenažér používat.
Cvičte na doporučené úrovni od lékaře nebo trenéra, nepřemáhejte se.
Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví.

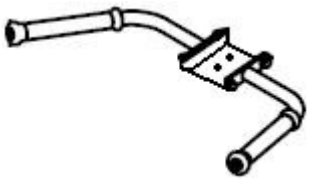
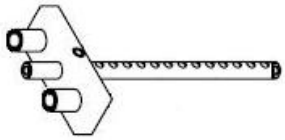
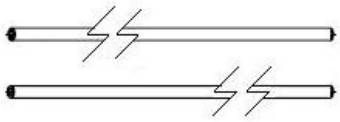
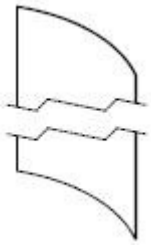
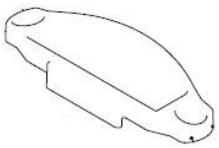
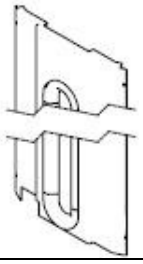
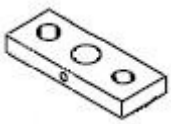
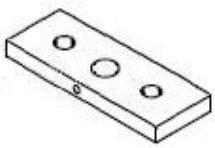
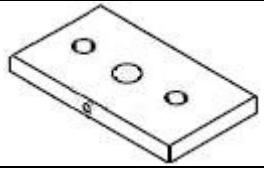
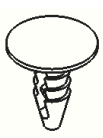
■ Věnujte velkou pozornost pokynům trenéra.

Při montáži trenažéru je doporučena pomoc druhé osoby.

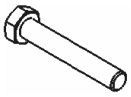
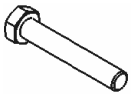
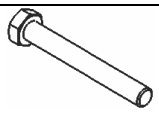
Vyjměte jednotku z krabice a zkontrolujte jednotlivé součásti podle seznamu na obr. A a obr. B, abyste se ujistili, že nechybí žádné díly.

Obr. A

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

11		**1**		**13**		**1**
14		**1**		**15**		**1**
17		**2**		**19**		**1**
25		**2**		**28**		**1**
29		**1**		**34**		**2**
42		**1**		**43**		**1**
45		**1**		**49**		**2**
50		**3**		**51**		**10**
52		**6**				

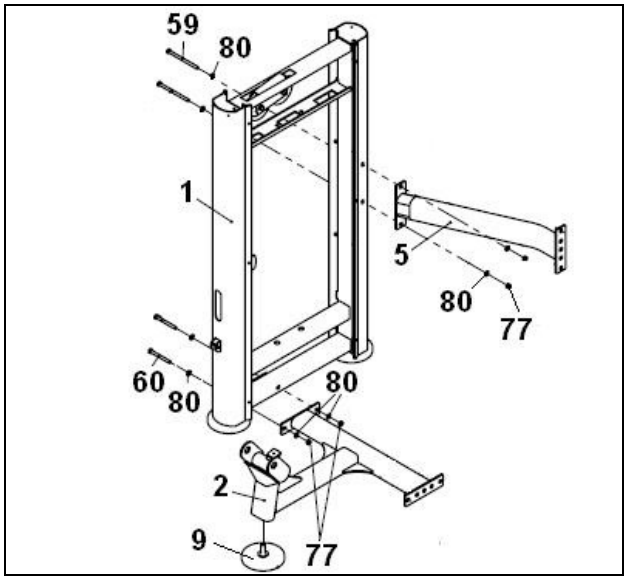
Obr. B

№		✓				✓
53	 M-5x12	4		55	 M-5	7
57	 M-10x135	4		58	 M-10x130	2
59	 M-10x150	2		60	 M-10x100	2
61	 M-10x45	1		63	 M-10x30	8
64	 M-10x25	2		68	 M-10x65	4
72	 M-10x25	2		77	 M-10	15
80	 M-10	40				

MONTÁŽNÍ POKYNY

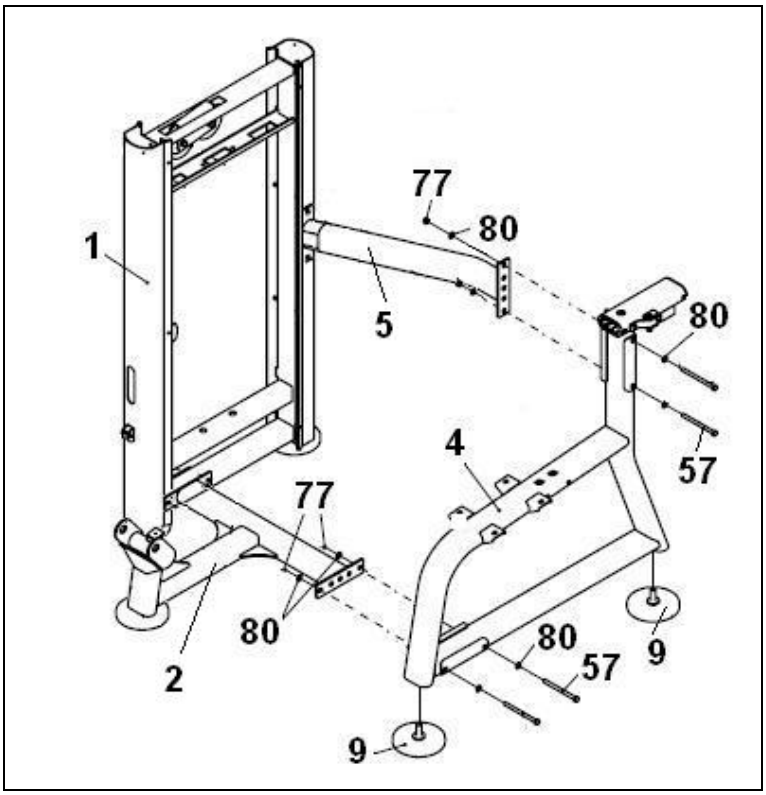
POZNÁMKA: Popis částí na obrázcích vždy odpovídá poloze, kterou uživatel zaujímá při cvičení.

Obr. 1



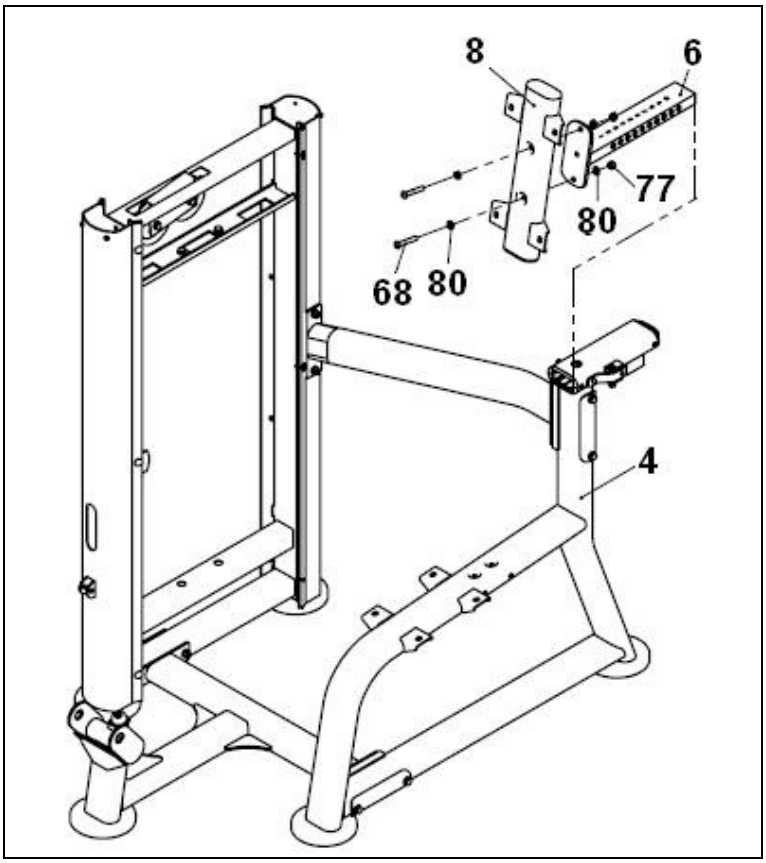
Opřete hlavní podpěru (1) o zem, obr. 1.
Umístěte držák (5) a zajistěte jej pomocí šroubů (59), podložek (80) a matic (77). Našroubujte vyrovnávací patku (9) na podpěru (2), obr. 1.
Poté umístěte držák (2) a zajistěte jej pomocí šroubů (60), podložek (80) a matic (77)

Obr. 2



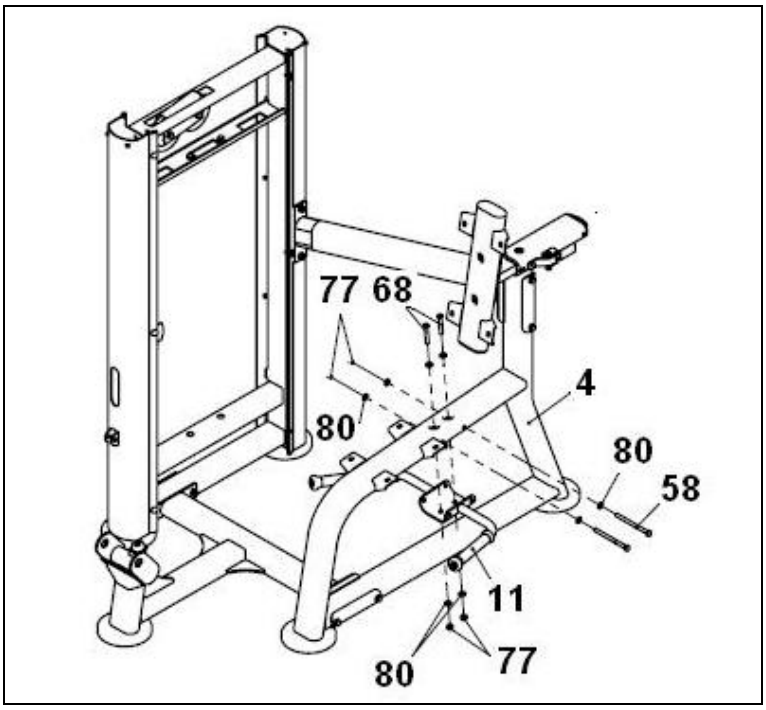
Našroubujte vyrovnávací patky (9) na podpěru (4), obr. 2.
Poté umístěte držák (4) a zajistěte jej k podpěrám (2) a (5), obr. 2, pomocí šroubů (57),podložek (80) a matic (77).

Obr. 3



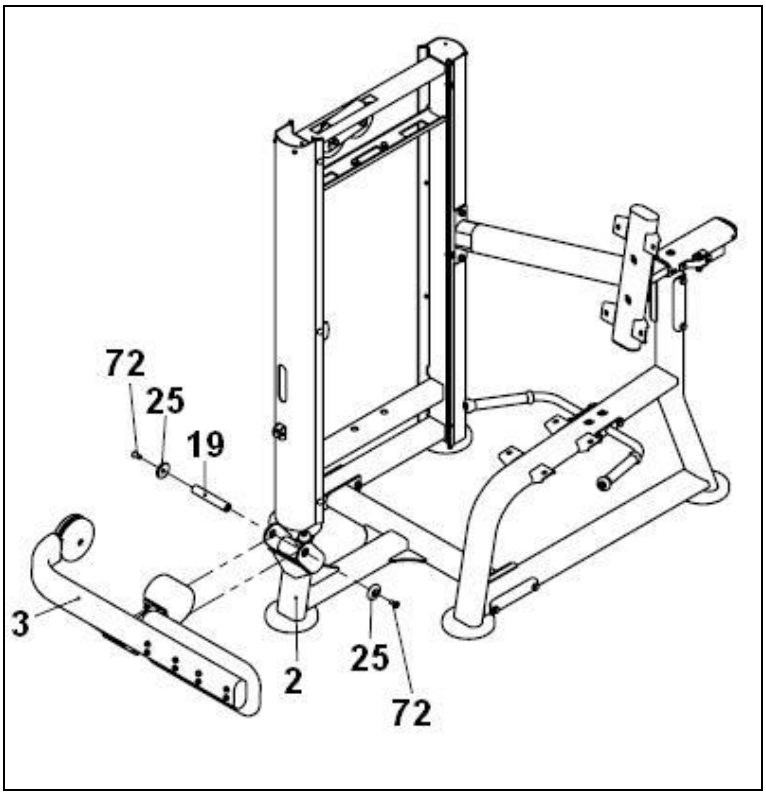
Sedlový sloupek (6) dejte k podpěře opěradla (8), obr. 3, zajistěte jej pomocí šroubů (68), podložek (80) a matic (77). Vložte sedlový sloupek do jeho pouzdra (4).

Obr. 4



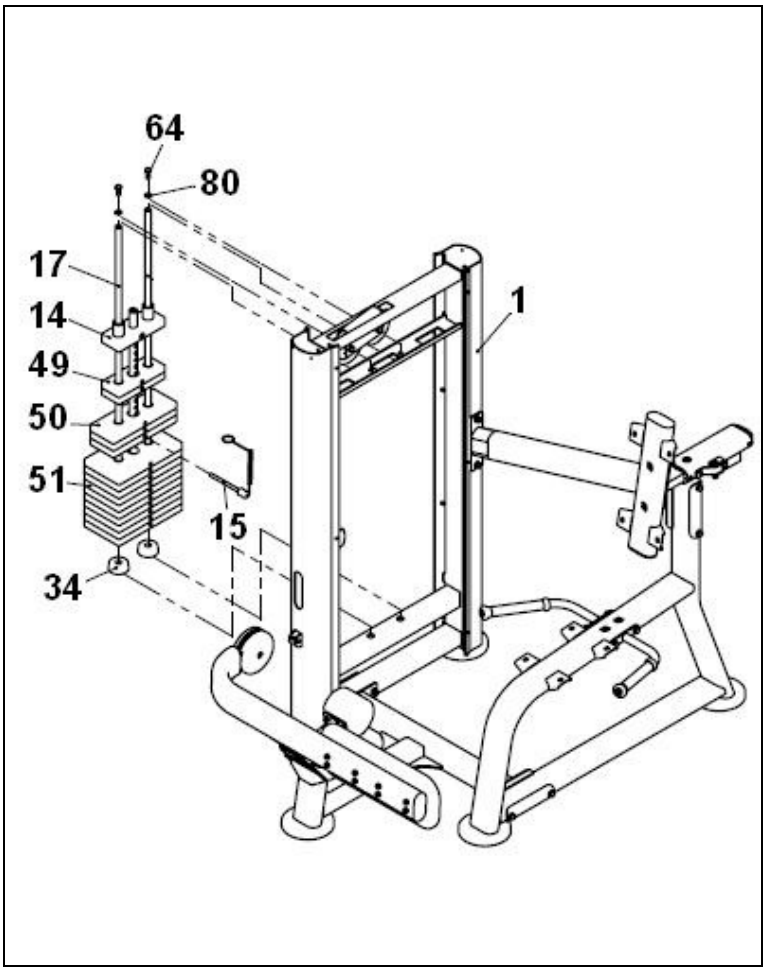
Umístěte řídítka (11) na podpěru (4) dle obr. 4, zajistěte je ve spodní části pomocí šroubů (68), podložek (80) a matic (77). Na boku je utáhněte šrouby (58), podložkami (80) a maticemi (77).

Obr. 5



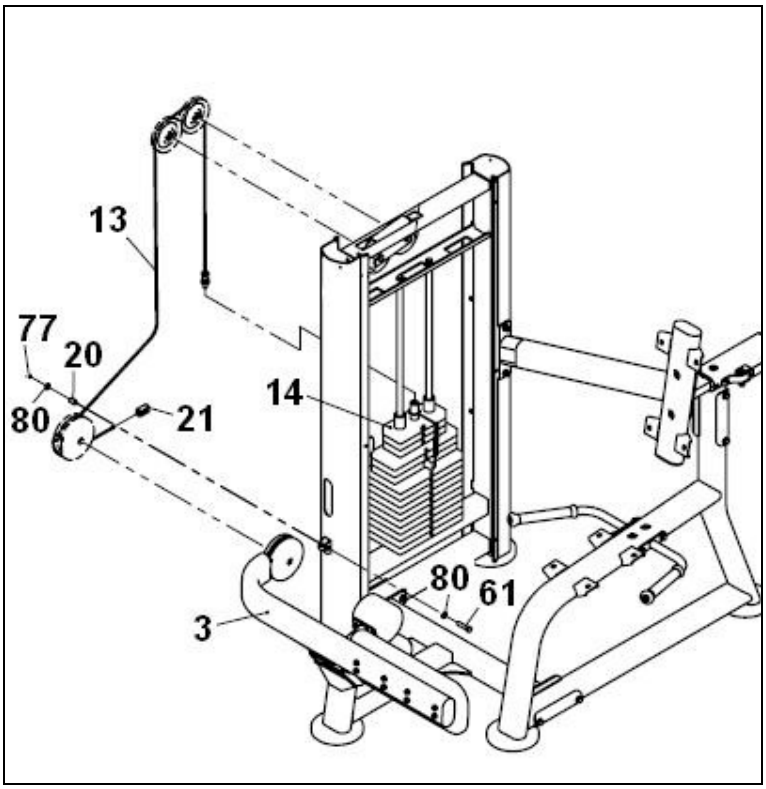
Díl (3) umístěte do „U“ držáku na podpěře (2), obr. 5.
Vložte vřeteno (19) a utáhněte šrouby (72) s hliníkovými podložkami (25), obr. 5.

Obr. 6



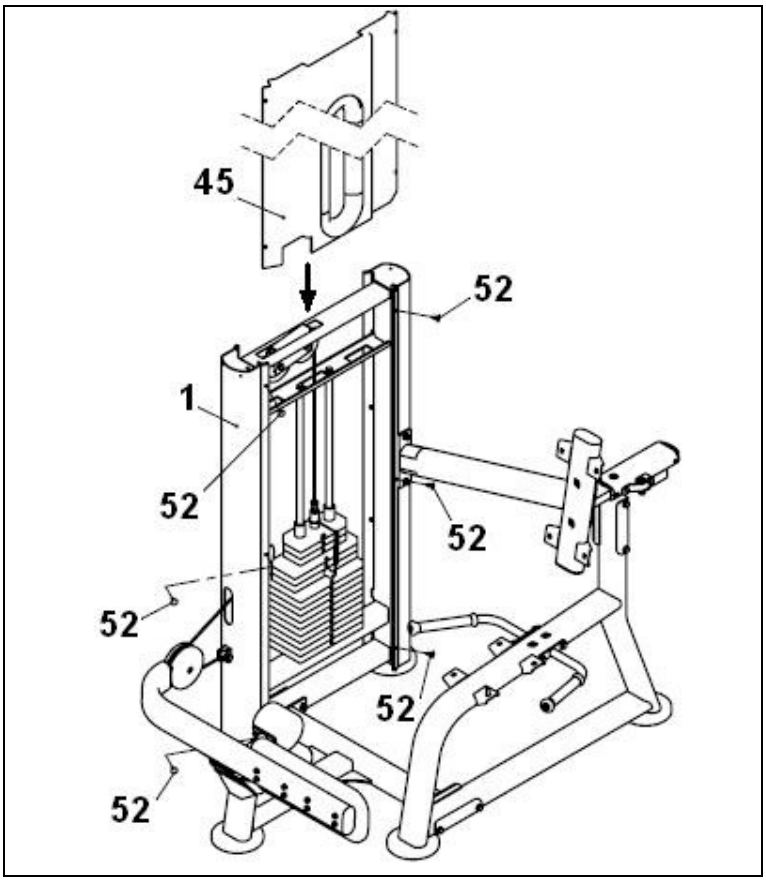
Umístěte zarážku závaží (34) na sadu závaží (1), obr. 6, a vložte vodící tyče závaží (17).
Dále namontujte závaží (51); (50), (49), těžší závaží vždy dole, nakonec vodící závaží osaďte volící lištou (14), horní část vodících tyčí utáhněte pomocí podložek (80) a šroubů (64).
Nasaďte volící kroužek (15) do středového pouzdra na vodícím závaží (14).)

Obr. 7



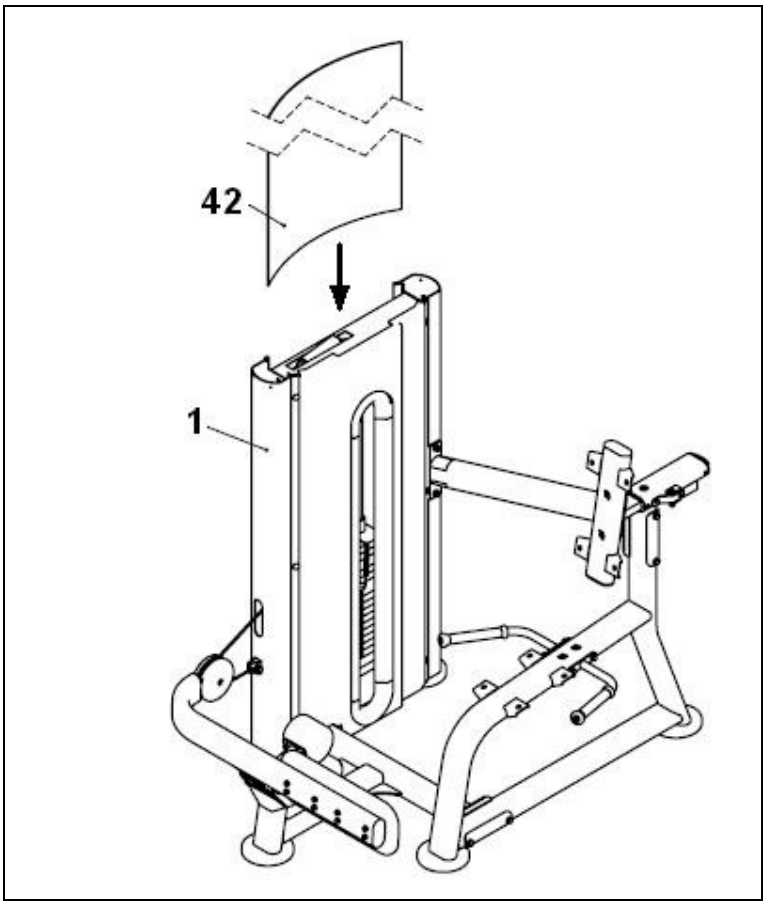
Zašroubujte konec kabelu (13) na vodící závaží (14), vezměte druhý konec kabelu (13) a protáhněte jej přes horní kladky a spodní kladku a zajistěte konec kabelu v hlavní podpěře (1), obr. 7.

Obr. 8



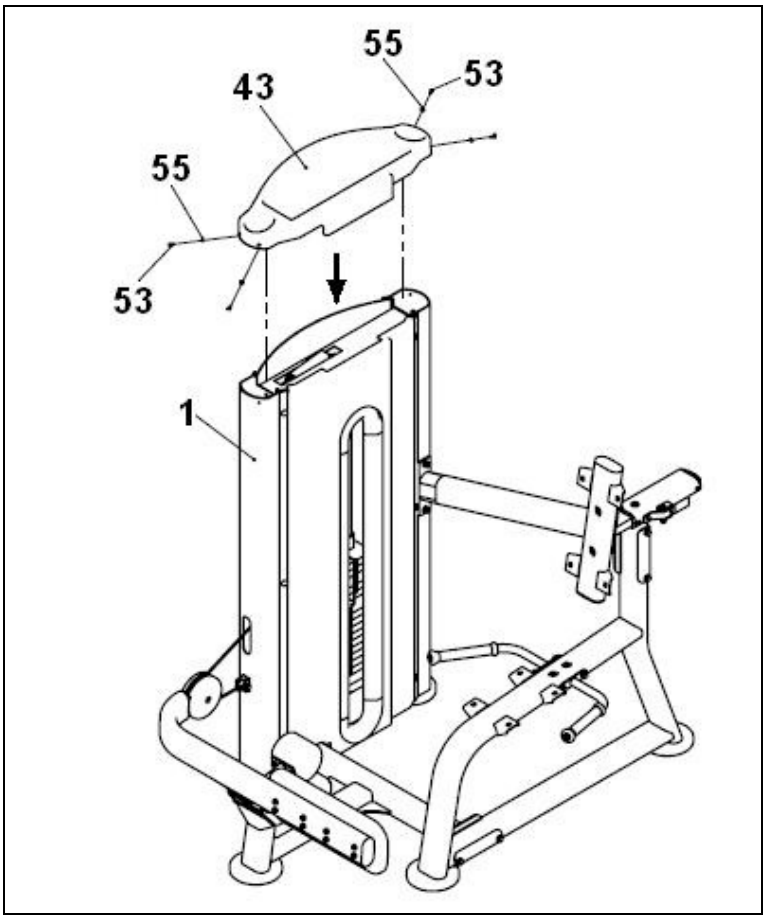
Přední kryt (45) nasaďte shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 8. Nasaďte vložky (52) na obě strany sady závaží.

Obr. 9



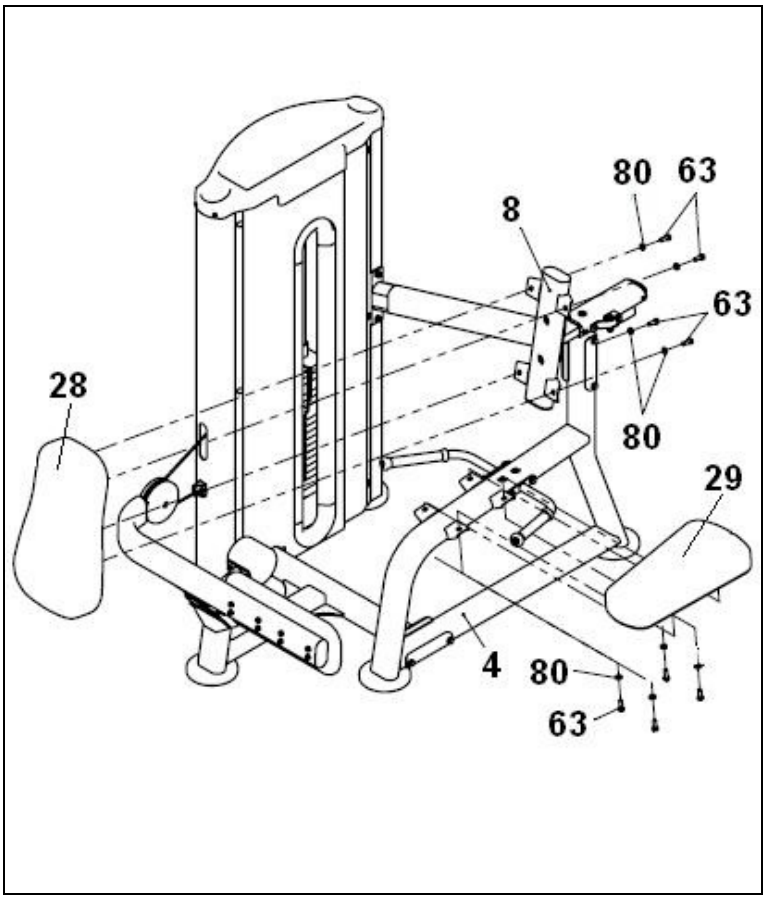
Namontujte zadní kryt (42) na sadu závaží (1), obr. 9, shora ve směru šipky.

Obr. 10



Namontujte horní kryt (43) shora ve směru šipky na sadu závaží (1), obr. 10. Namontujte podložky (55) a šrouby (53).

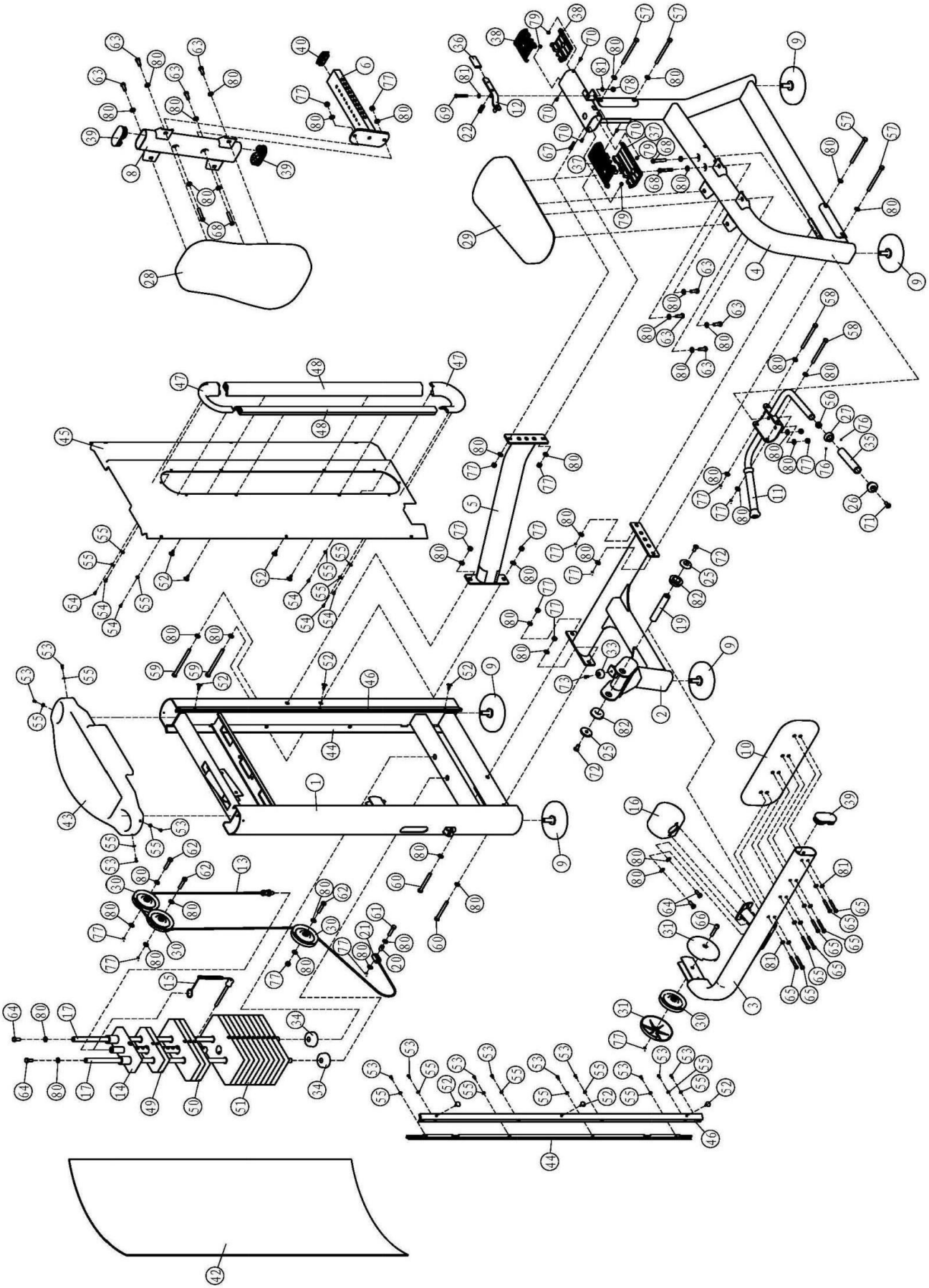
Obr. 11



Umístěte opěradlo (28) na podpěru (8), obr. 11, zajistěte jej šrouby (63) a podložkami (80). Dále umístěte sedlo (29) na podpěru (4), obr. 11, zajistěte jej šrouby (63) a plochými podložkami (80).

VELMI DŮLEŽITÉ:

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





Návod na obsluhu
Posilňovací stroj BH FITNESS L210 výpony v sede
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 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 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.

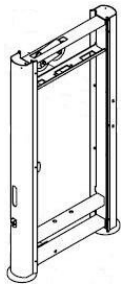
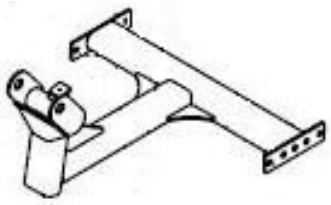
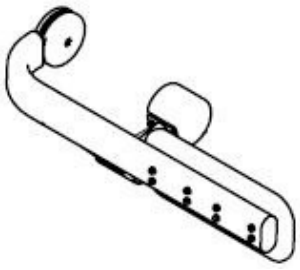
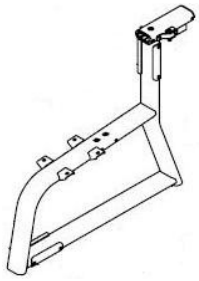
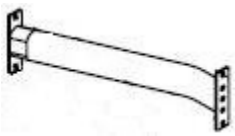
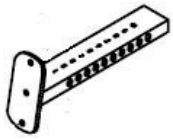
■ Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom, či môžete používať bežecký pás. Cvičte na úrovni odporúčanej lekárom alebo trénerom, neprepínajte sa. Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť vaše zdravie.

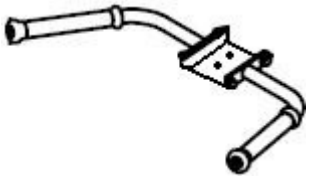
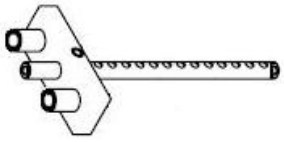
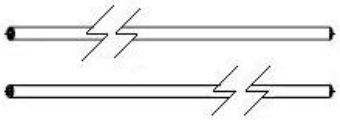
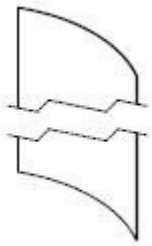
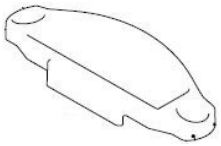
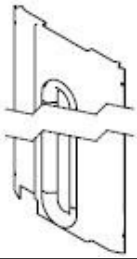
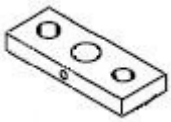
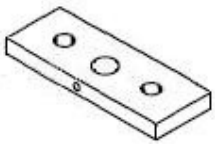
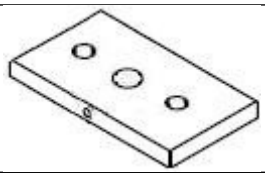
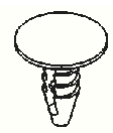
■ Dávajte pozor na pokyny trénera.

Pri montáži trenažéra sa odporúča pomoc inej osoby.

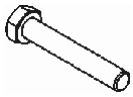
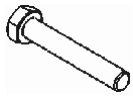
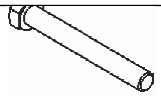
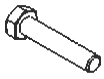
Vyberte jednotku z krabice a skontrolujte jednotlivé komponenty podľa zoznamu na obr. A a obr. B, aby ste sa uistili, že nechýbajú žiadne súčasti.

Obr. A

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

11		1		13		1
14		1		15		1
17		2		19		1
25		2		28		1
29		1		34		2
42		1		43		1
45		1		49		2
50		3		51		10
52		6				

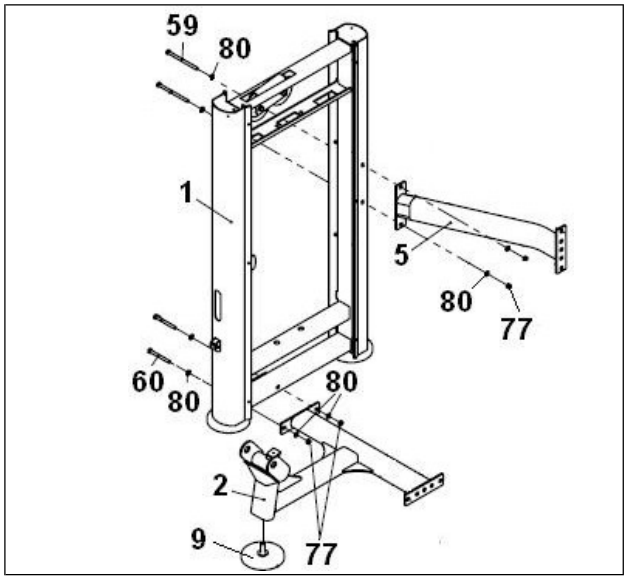
Obr. B

Nº		✓		Nº		✓
53	 M-5x12	4		55	 M-5	7
57	 M-10x135	4		58	 M-10x130	2
59	 M-10x150	2		60	 M-10x100	2
61	 M-10x45	1		63	 M-10x30	8
64	 M-10x25	2		68	 M-10x65	4
72	 M-10x25	2		77	 M-10	15
80	 M-10	40				

MONTÁŽNE POKYNY

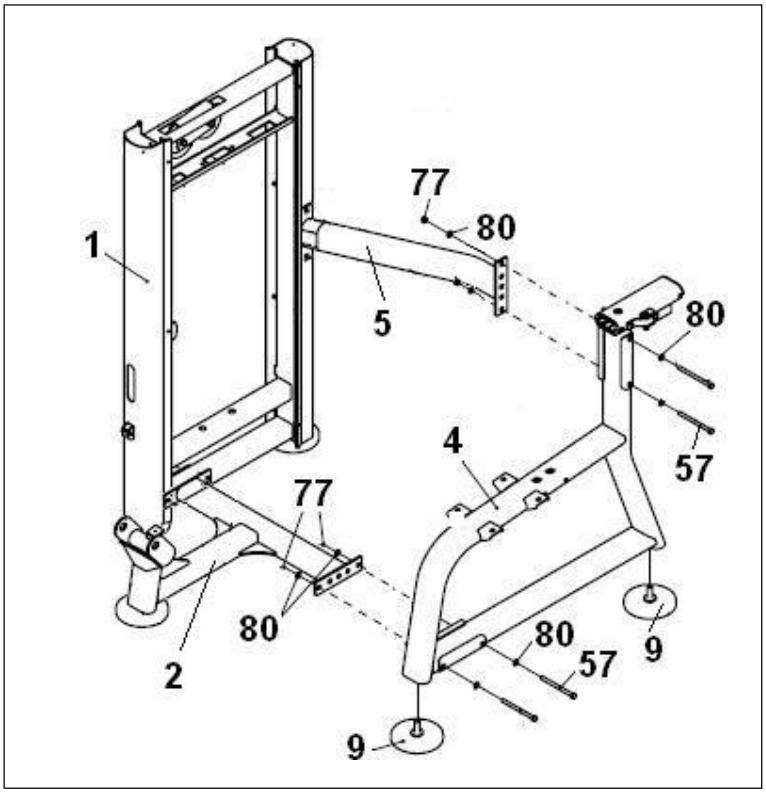
POZNÁMKA: Popis častí na obrázkoch vždy zodpovedá polohe, ktorú používateľ zaujme počas cvičenia.

Obr. 1



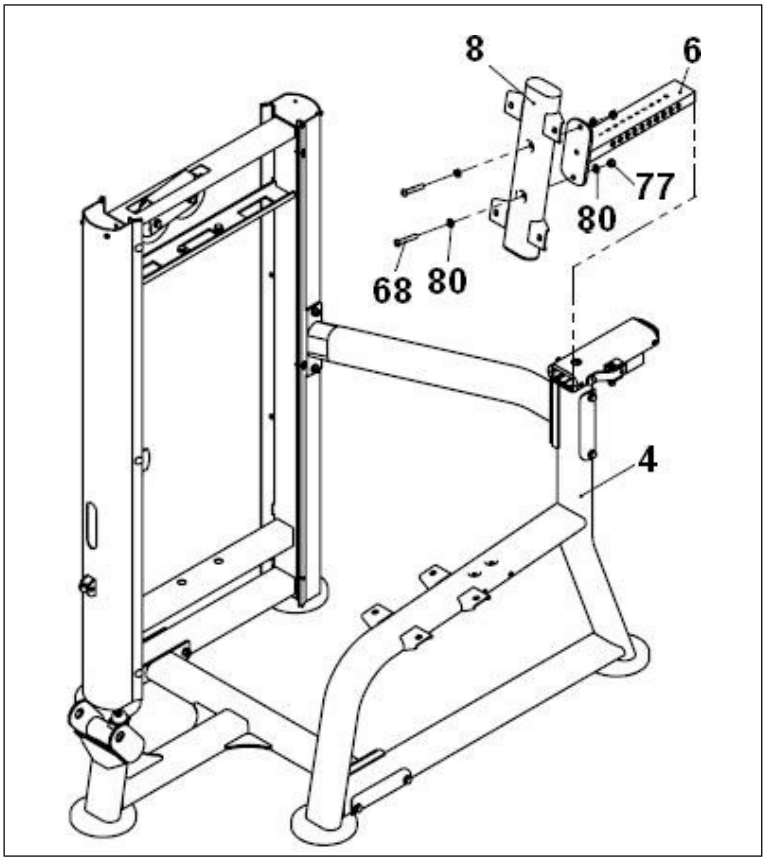
Hlavnú podperu (1) položte na zem, obr. 1.
Umiestnite držiak (5) a zaistite ho skrutkami (59), podložkami (80) a maticami (77). Naskrutkujte nivelačnú pätku (9) na podperu (2), obr. 1.
Potom umiestnite držiak (2) a zaistite ho skrutkami (60), podložkami (80) a maticami (77).

Obr. 2



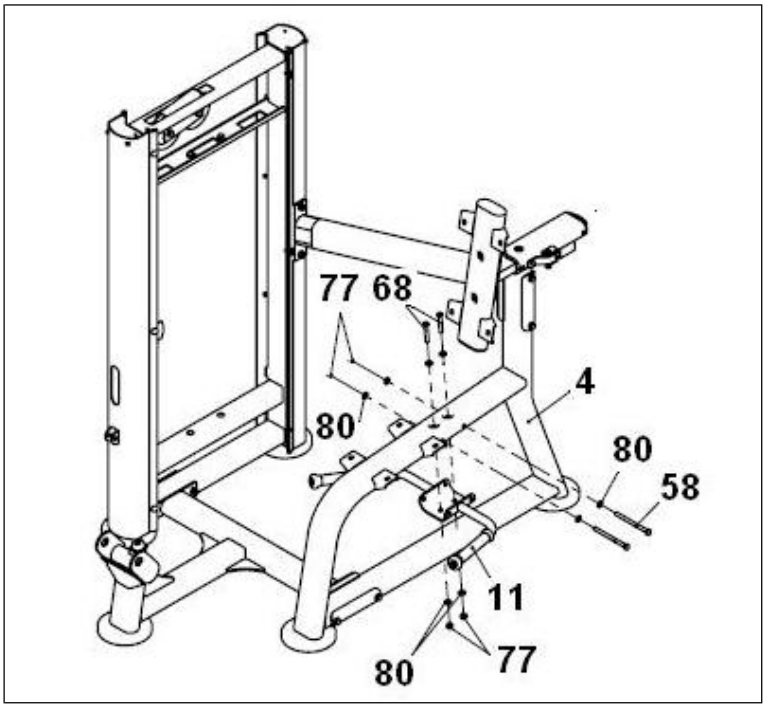
Naskrutkujte vyrovnávacie nožičky (9) na podperu (4), obr. 2.
Potom umiestnite konzolu (4) a upevnite ju k podperám (2) a (5), obr. 2, pomocou skrutiek (57), podložiek (80) a matíc (77).

Obr. 3



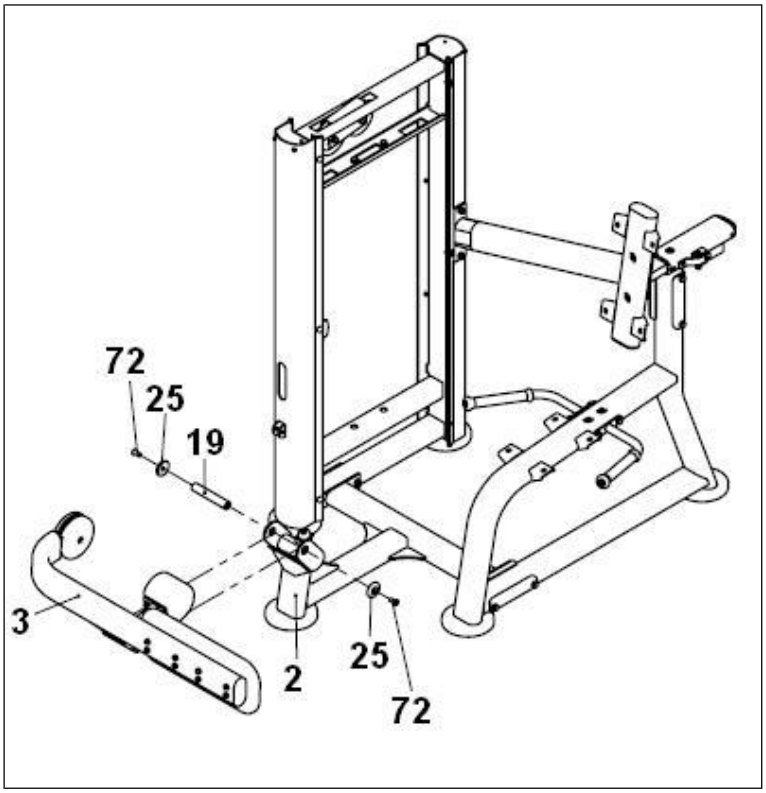
Umiestnite stĺpik sedadla (6) na opierku chrbta (8), obr. 3, zaistite ho skrutkami (68), podložkami (80) a maticami (77). Vložte stĺpik sedadla do jeho puzdra (4).

Obr. 4



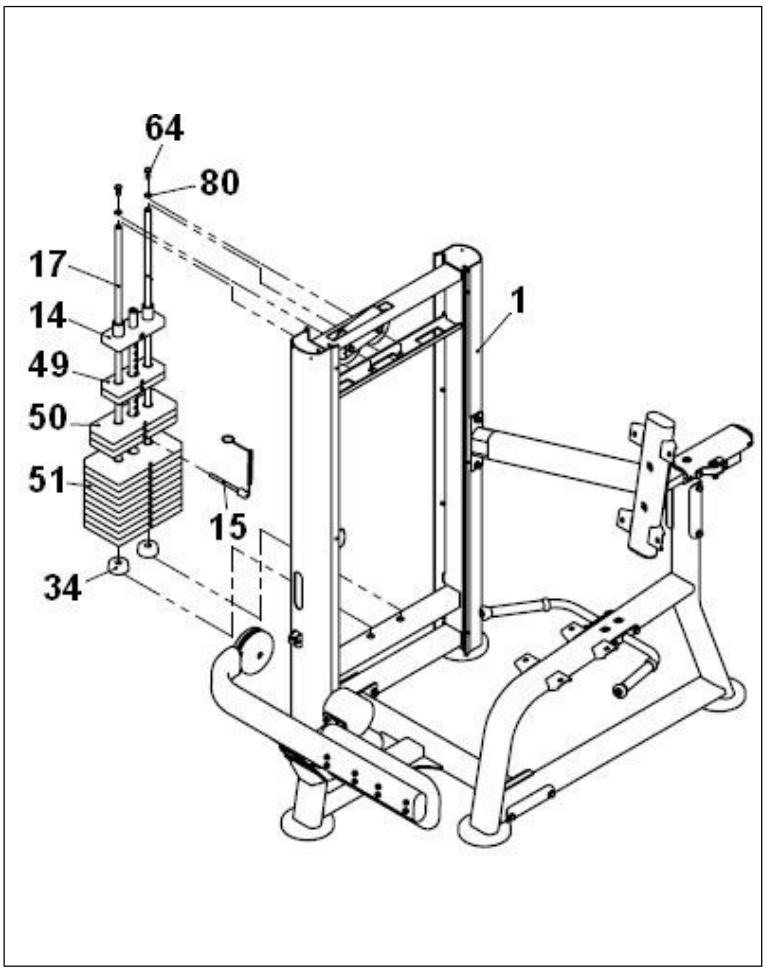
Umiestnite riadidlá (11) na podperu (4), ako je znázornené na obrázku 4, a zaistite ich v spodnej časti skrutkami (68), podložkami (80) a maticami (77). Na boku ich utiahnite skrutkami (58), podložkami (80) a maticami (77).

Obr. 5



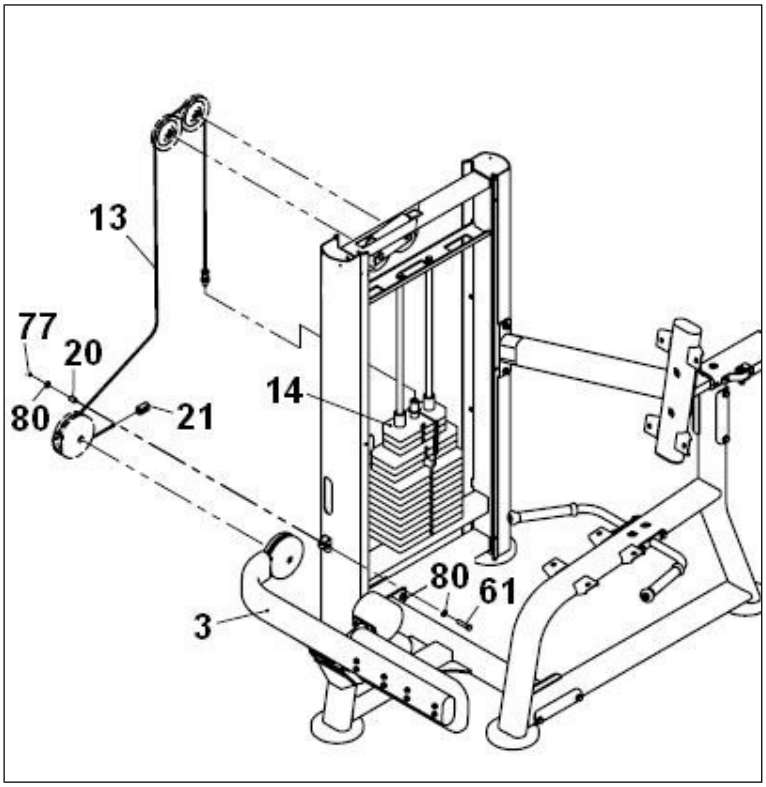
Umiestnite diel (3) do "U" držiaka na podperu (2), obr. 5.
Vložte vreteno (19) a utiahnite skrutky (72) s hliníkovými podložkami (25), obr. 5.

Obr. 6



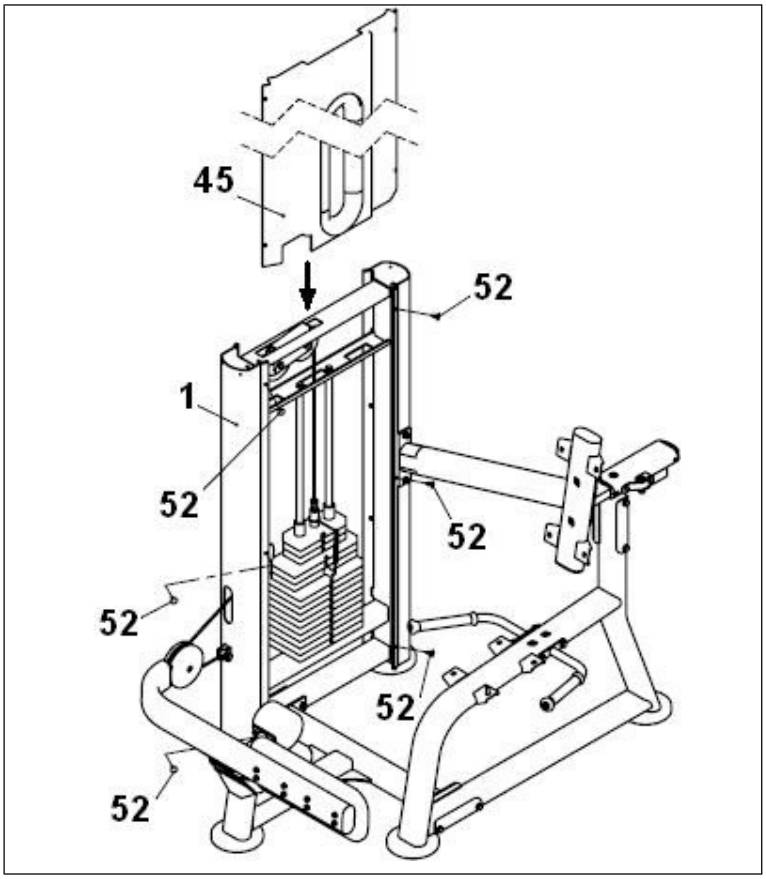
Na súpravu závaží (1) nasaďte doraz závažia (34), obr. 6, a vložte vodiace tyče závažia (17).
Ďalej nainštalujte závažia (51); (50), (49), ťažšie závažia vždy v spodnej časti, nakoniec namontujte vodiace závažia s vodiacou lištou (14), utiahnite hornú časť vodiacich tyčí pomocou podložiek (80) a skrutiek (64).
Vložte krúžok voliča (15) do stredového puzdra na vodiacom závaží (14).

Obr. 7



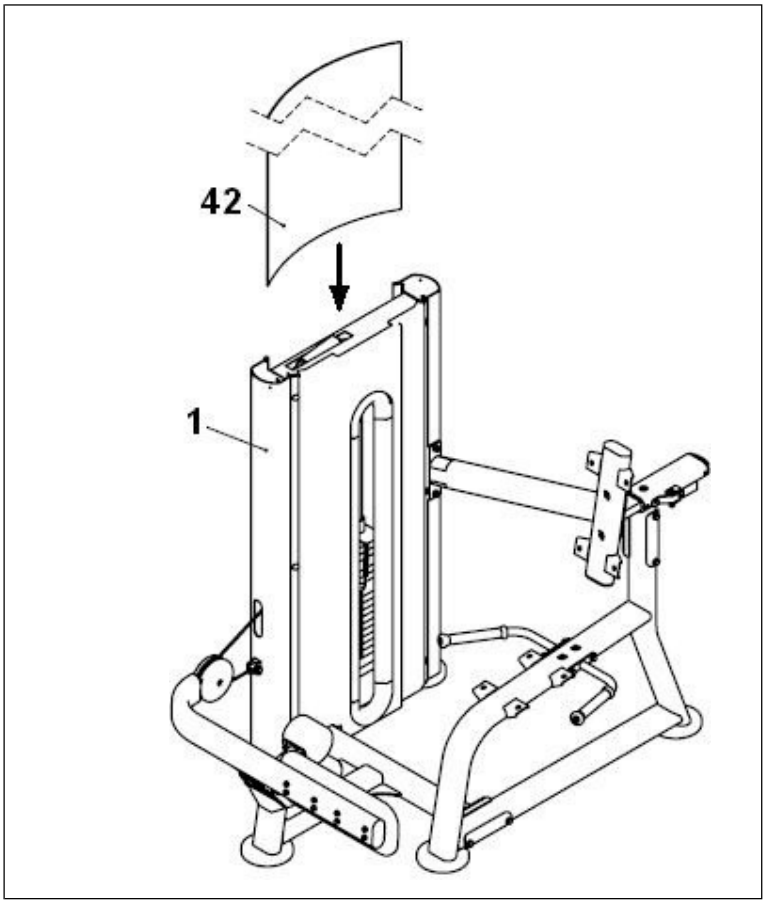
Naskrutkujte koniec kábla (13) na vodiace závažie (14), vezmite druhý koniec kábla (13) a pretiahnite ho cez horné kladky a spodnú kladku a zaistite koniec kábla v hlavnej podpere (1), obrázok 7.

Obr. 8



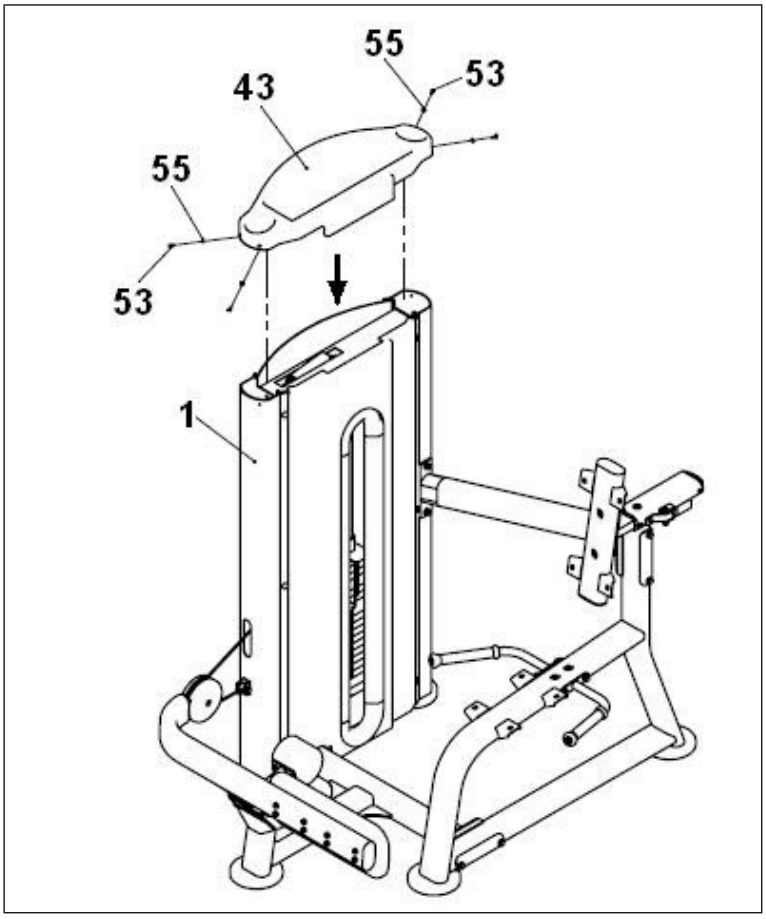
Nasaďte predný kryt (45) zhora v smere šípky na súprave závažia (1), obr. 8. Na obe strany súpravy závaží umiestnite vložky (52).

Obr. 9



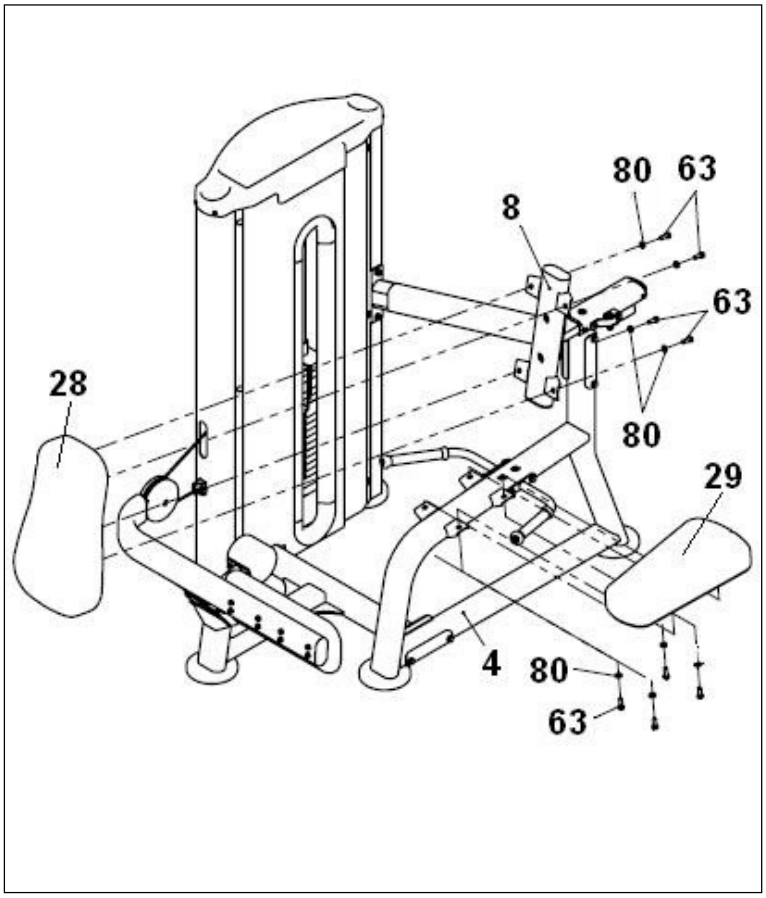
Nasaďte zadný kryt (42) na súpravu závažia (1), obr. 9, zhora v smere šípky.

Obr. 10



Nainštalujte horný kryt (43) zhora v smere šípky na súprave závaží (1), obr. 10. Nainštalujte podložky (55) a skrutky (53).

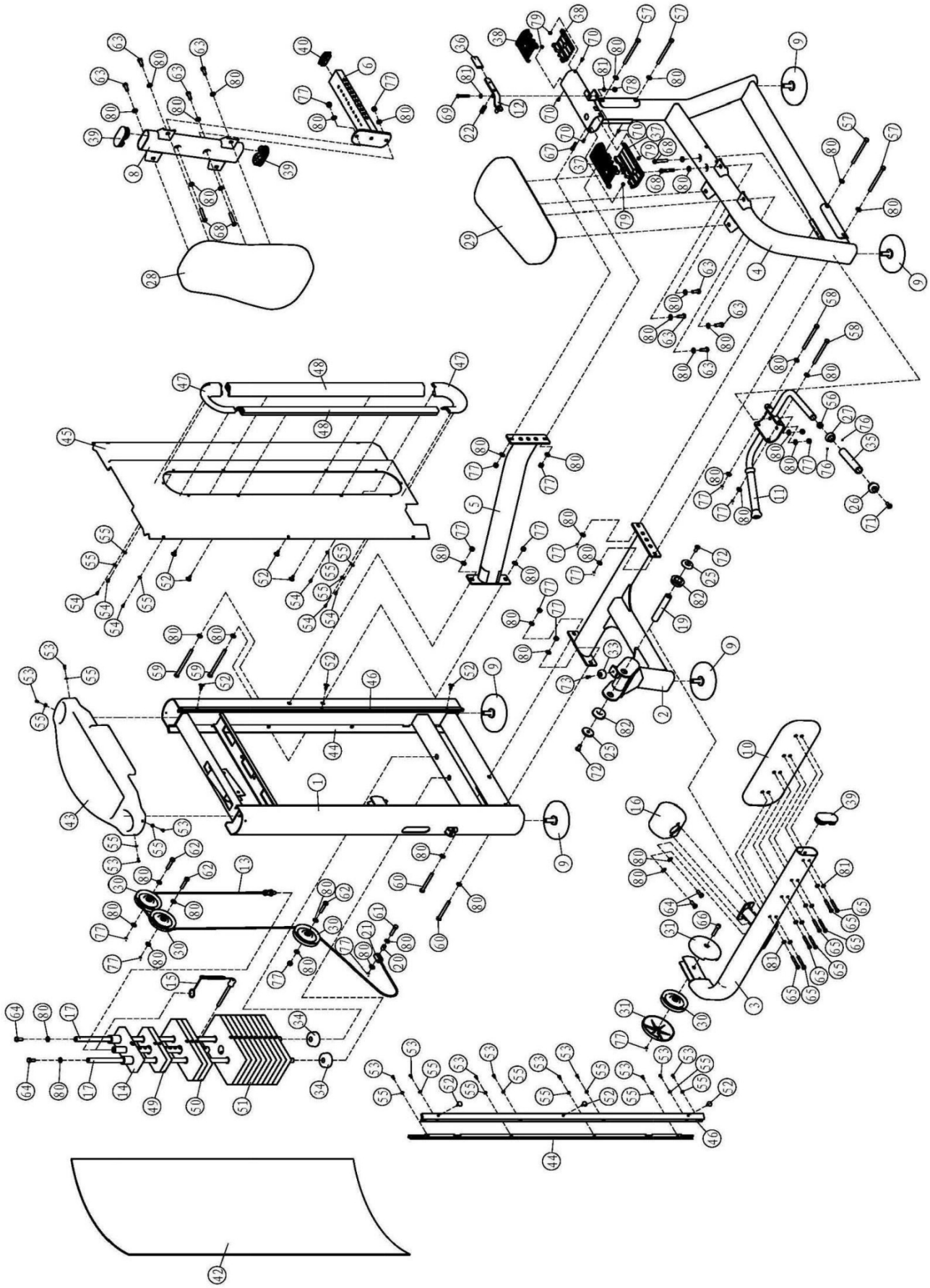
Obr. 11



Umiestnite operadlo (28) na podperu (8), obr. 11, a upevnite ho pomocou skrutiek (63) a podložiek (80). Potom umiestnite sedlo (29) na podperu (4), obr. 11, zaistite ju skrutkami (63) a plochými podložkami (80).

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