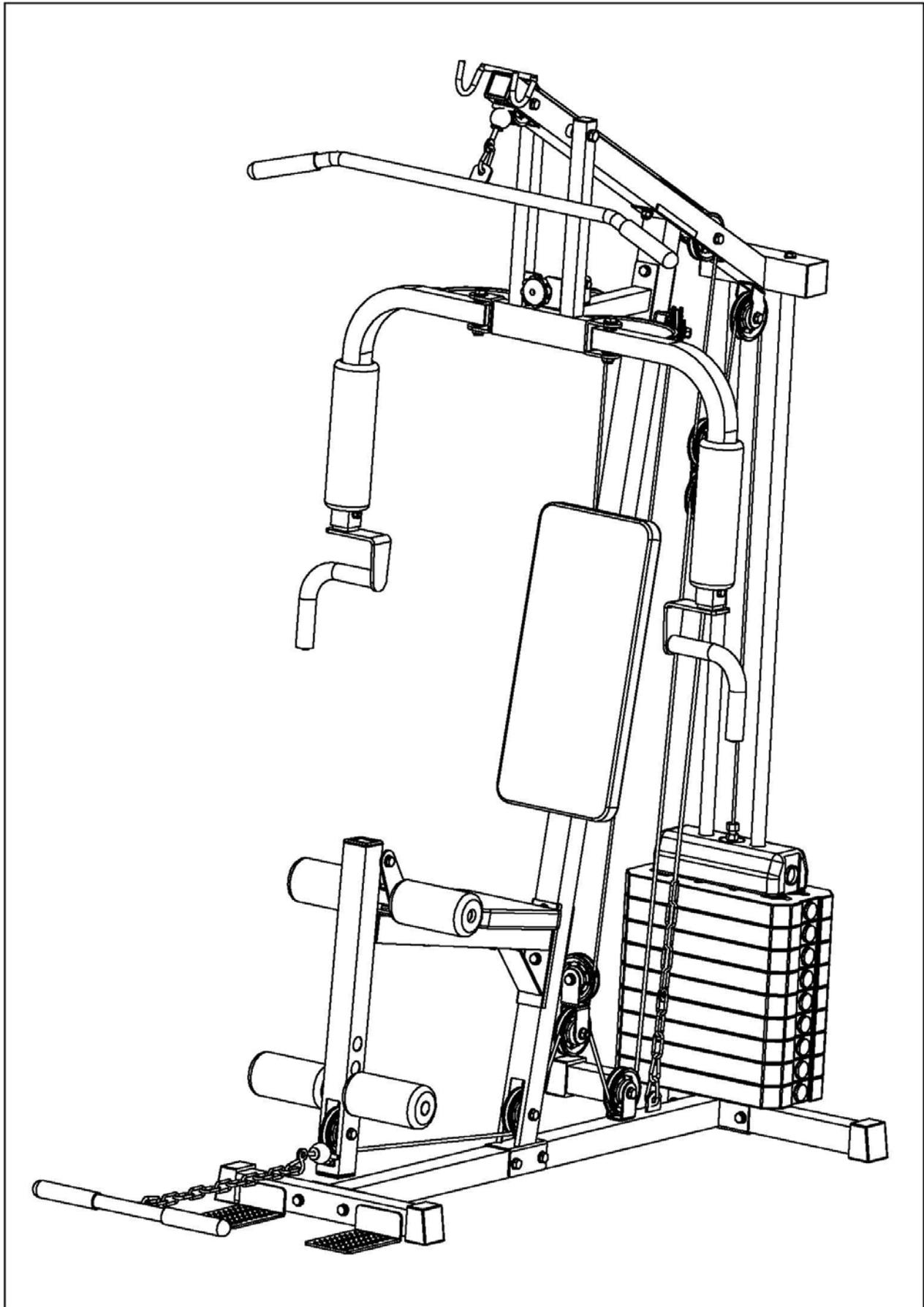
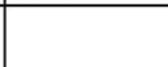
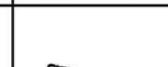
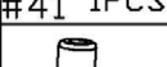
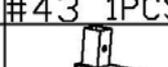
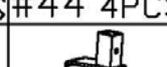
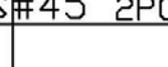
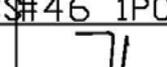
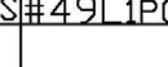
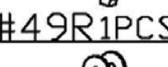
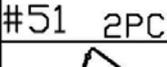
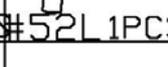
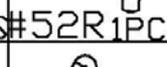
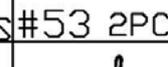
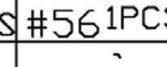
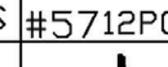
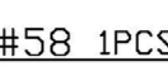
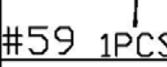
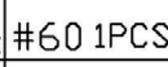
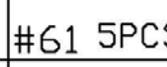
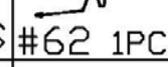


ДОМАШНИЙ ТРЕНАЖЕР

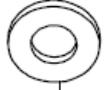
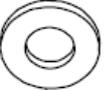
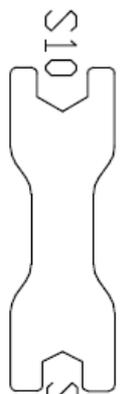
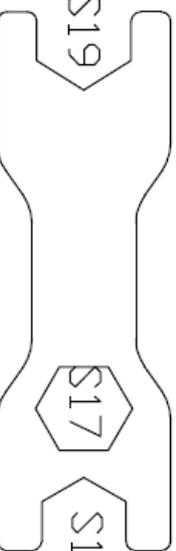
Руководство пользователя



						
#1 1PCS	#2 1PCS	#3 1PCS	#4 1PCS	#8 2PCS	#9 2PCS	#10 9PCS
						
#11 1PCS	#12 1PCS	#13 1PCS	#14 1PCS	#15 1PCS	#16 1PCS	#18 4PCS
						
#19 1PCS	#20 1PCS	#23 2PCS	#24 3PCS	#27 1PCS	#28 1PCS	#29 1PCS
						
#33 1PCS	#34 1PCS	#35 1PCS	#36 1PCS	#37 2PCS	#38 1PCS	#39 6PCS
						
#40 1PCS	#41 1PCS	#43 1PCS	#44 4PCS	#45 2PCS	#46 1PCS	#49L 1PCS
						
#49R 1PCS	#51 2PCS	#52L 1PCS	#52R 1PCS	#53 2PCS	#56 1PCS	#57 2PCS
						
#58 1PCS	#59 1PCS	#60 1PCS	#61 5PCS	#62 1PCS	#63 1PCS	#64 1PCS
						
#65 1PCS	#66 1PCS	#67 1PCS	#69 8PCS	#70 1PCS		

СПЕЦИФИКАЦИЯ ДЕТАЛЕЙ

№	НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛ-ВО	№	НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛ-ВО
1	Главная опора сиденья	1	39	Колпачковая гайка $\varnothing 25 \times 1.5$	6
2	Передняя база	1	40	Кронштейн для сиденья	1
3	Задняя база	1	41	Сиденье	1
4	Главная рама	1	42	Болт с шестигранной головкой M10X85	1
5	Болт с шестигранной головкой M10X70	12	43	Заглушка тренажера для разгибания ног	1
6	Плоская шайба $\varnothing 10 \times 2.0$	58	44	Поролоновый валик	4
7	Гайка с нейлоновой вставкой M10	29	45	Ось для поролонового валика	2
8	Резиновый амортизатор направляющего прута $\varnothing 75 \times \varnothing 26 \times 12$	2	46	Опора тренажера для разгибания ног	1
9	Направляющий прут весовых плит	2	47	Болт с шестигранной головкой M12X80	2
10	Весовая плита	9	48	Плоская шайба $\varnothing 12 \times 2.0$	6
11	L-образный штифт	1	49П/Л	Рычаг	1
12	Регулировочный прут	1	50	Болт с шестигранной головкой M8X50	2
13	Штифт	1	51	Поролоновый валик 1	2
14	Пластиковая заглушка	1	52П/Л	Рычаг тренажера грудных мышц	1
15	Механизм для выбора веса	1	53	Колпачковая гайка $38 \times 38 \times 1.5$	2
16	Пластмассовая прокладка	1	54	Болт с шестигранной головкой M10X35	2
17	Болт с шестигранной головкой M10X25	4	55	Болт с шестигранной головкой M10X50	8
18	Колпачковая гайка	4	56	Трос Длина=3232	1
19	Верхняя рама	1	57	Шкив	12
20	Спинка	1	58	Двойной плавающий блок шкивов 2	1
21	Болт с шестигранной головкой M6X60	4	59	Трос L=2720	1
22	Плоская шайба $\varnothing 6 \times \varnothing 16 \times 1.2$	4	60	Длинная перекладина	1
23	Колпачковая гайка $60 \times 60 \times 1.5$	2	61	C-образный зажим	5
24	Колпачковая гайка $50 \times 50 \times 1.5$	3	62	Трос L=3430	1
25	Болт с шестигранной головкой M8X45	1	63	Короткая перекладина	1
26	Плоская шайба $\varnothing 8 \times 1.5$	6	64	Длинная цепь	1
27	Регулировочное колесо	1	65	Короткая цепь	1
28	Рама тренажера грудных мышц	1	66	Кронштейн задней базы 2	1
29	Болт с петлей	1	67	Кронштейн задней базы 1	1
30	Гайка с нейлоновой вставкой M8	3	68	Болт с шестигранной головкой M10X65	6
31	Болт с шестигранной головкой M12X160	1	69	Втулка	8
32	Гайка с нейлоновой вставкой M12	3	70	Двойной плавающий блок шкивов 1	1
33	Втулка из сплава	6	71	Поворотный блок шкивов	2
34	Крепежная пластина 1	1			
35	Крепежная пластина 2	1			
36	Колпачковая гайка	1			
37	Колпачковая гайка $30 \times 30 \times 1.5$	2			
38	Опорная трубка	1			

	M6X60	#21	4PCS		D6	#22	4PCS
	M8X45	#25	1PCS		D8	#26	6PCS
	M8X50	#50	2PCS		D10	#6	58PCS
	M10X25	#17	4PCS		D12	#48	6PCS
	M10X35	#54	2PCS		M8	#30	3PCS
	M10X50	#55	8PCS		M10	#7	29PCS
	M10X65	#68	6PCS		M12	#32	3PCS
	M10X70	#5	12PCS		S10		S14
	M12X80	#47	2PCS		S19		S17
	M10X85	#42	1PCS				
	M12X160	#31	1PCS				

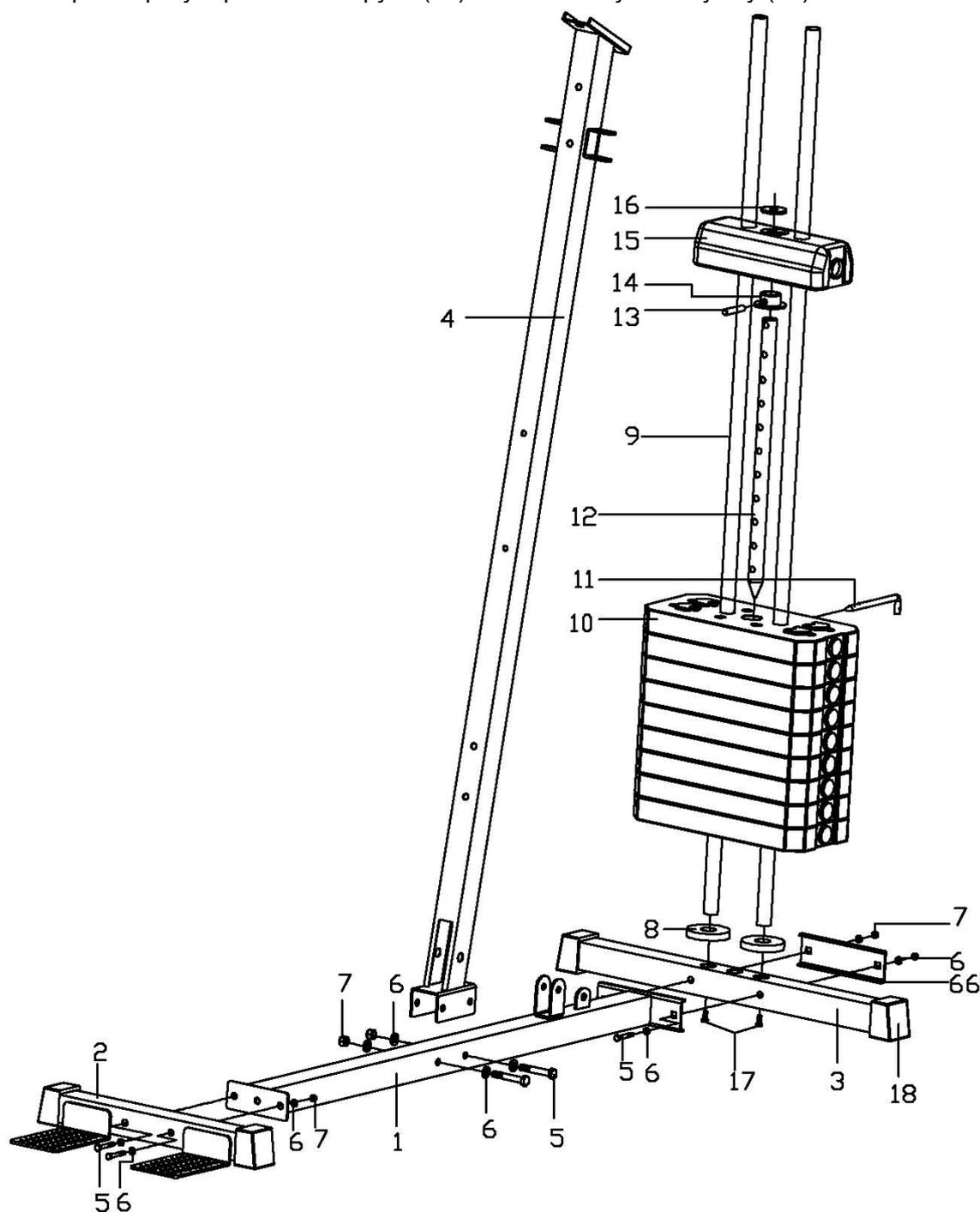
ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

ШАГ 1

А: Присоедините заднюю базу (3) к главной опоре сиденья (1) и закрепите ее с помощью болтов с шестигранными головками (5), плоских шайб (6), кронштейна задней базы 2 (66) и гаек с нейлоновыми вставками (7). Затем присоедините переднюю базы (2) к главной опоре сиденья (1) и закрепите ее с помощью болтов с шестигранными головками (5), плоских шайб (6) и гаек с нейлоновыми вставками (7).

В: Присоедините главную раму (4) к главной опоре сиденья (1) и закрепите ее с помощью болтов с шестигранными головками (5), плоских шайб (6) и гаек с нейлоновыми вставками (7).

С: Присоедините направляющие прутья весовых плит (9) к задней базе (3) и закрепите их с помощью болтов с шестигранными головками (17). Наденьте резиновые амортизаторы направляющего прута (8), весовые плиты (10), регулировочный прут (12), пластиковую заглушку (14), штифт (13), механизм для выбора веса (15), пластмассовую прокладку (16) на направляющие прутья весовых плит (9). Затем вставьте L-образный штифт (11). **Примечание:** Перед тем, как надевать регулировочный прут (12), наденьте пластиковую заглушку (14) на него и выровняйте отверстия так, чтобы можно было вставить штифт (13) в отверстие регулировочного прута (12) и пластиковую заглушку (14).

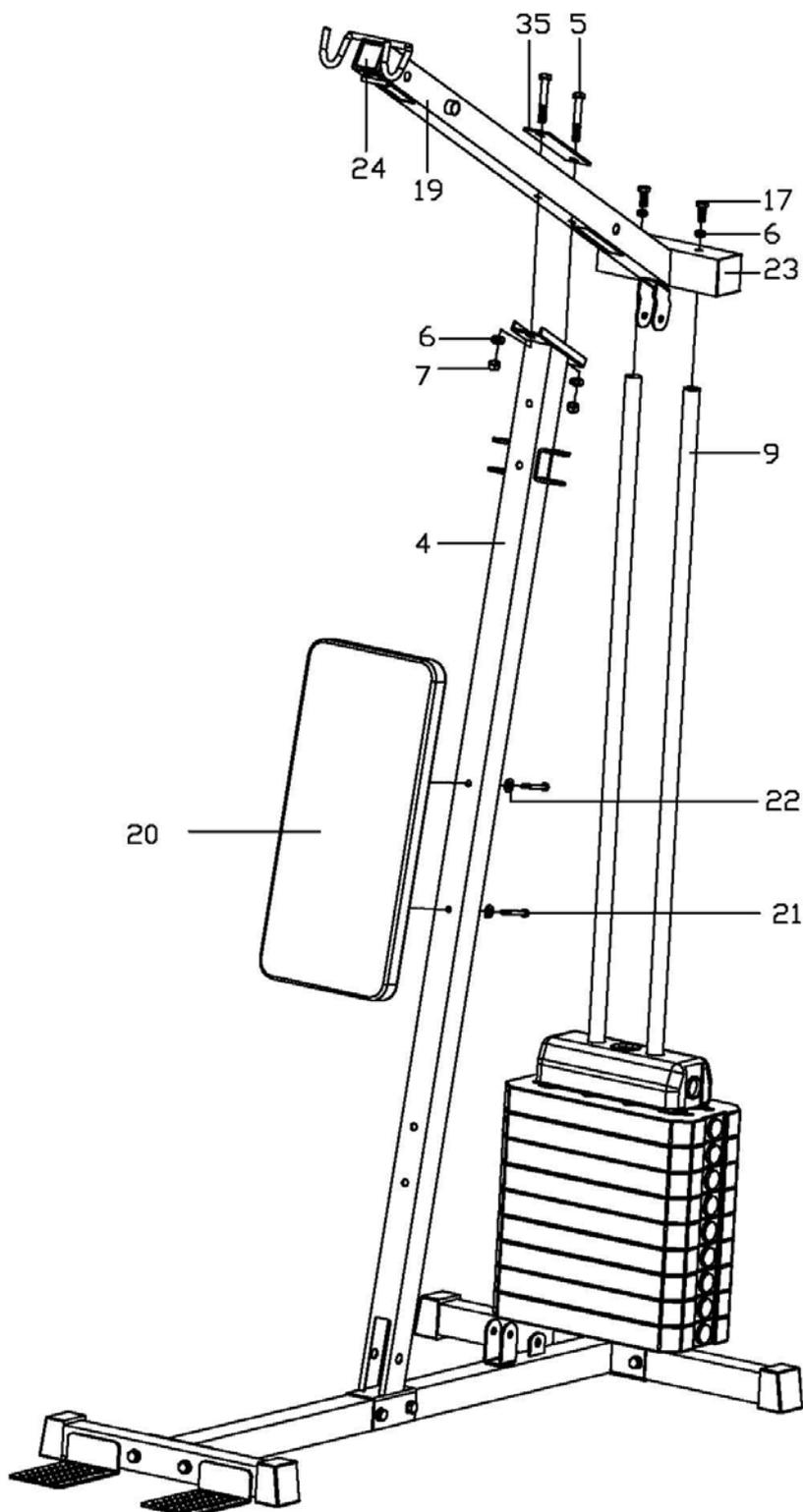


ШАГ 2

А: Присоедините верхнюю раму (19) к главной раме (4) и закрепите ее с помощью болтов с шестигранными головками (5), крепежной пластины 2 (35), плоских шайб (6) и гаек с нейлоновыми вставками (7).

В: Присоедините верхнюю раму (19) к направляющим прутьям весовых плит (9) и закрепите ее с помощью болтов с шестигранными головками (17) и плоских шайб (6).

С: Присоедините спинку (20) к главной раме (4) и закрепите ее с помощью болтов с шестигранными головками (21) и плоских шайб (22).



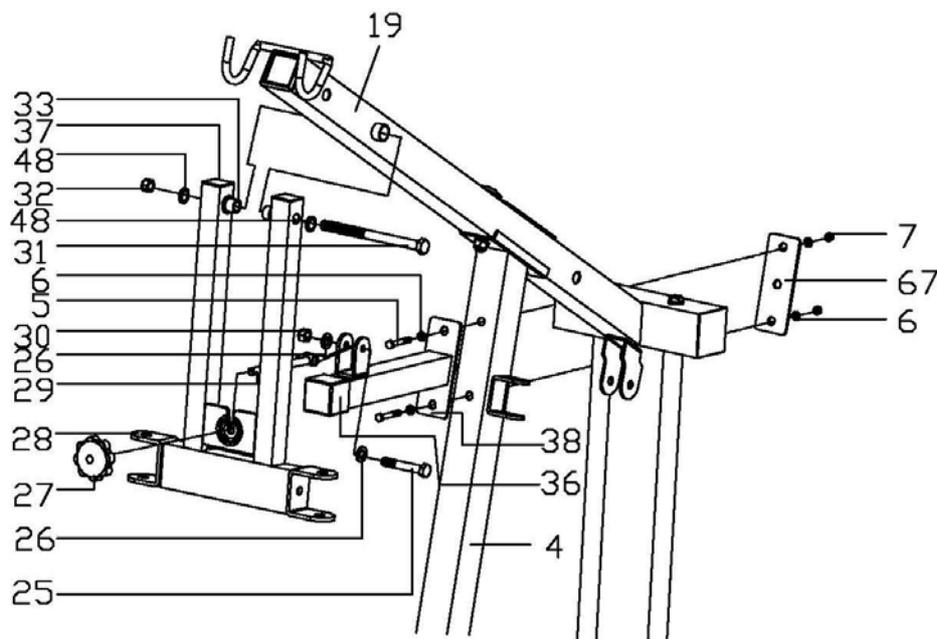
ШАГ 3

А: Присоедините раму тренажера грудных мышц (28) к верхней раме (19) с помощью болта с шестигранной головкой (31), плоской шайбы (48), втулки из сплава (33) и гайки с нейлоновой вставкой (32).

В: Присоедините опорную трубку (38) к главной раме (4) с помощью болтов с шестигранными головками (5), плоских шайб (6), гаек с нейлоновыми вставками (7) и кронштейна задней базы 1 (67).

С: Присоедините болт с петлей (29) к опорной трубке (38) с помощью болта с шестигранной головкой (25), плоской шайбы (26) и гайки с нейлоновой вставкой (30).

Д: Присоедините болт с петлей (29) к раме тренажера грудных мышц (28) с помощью регулировочного колеса (27).



ШАГ 4

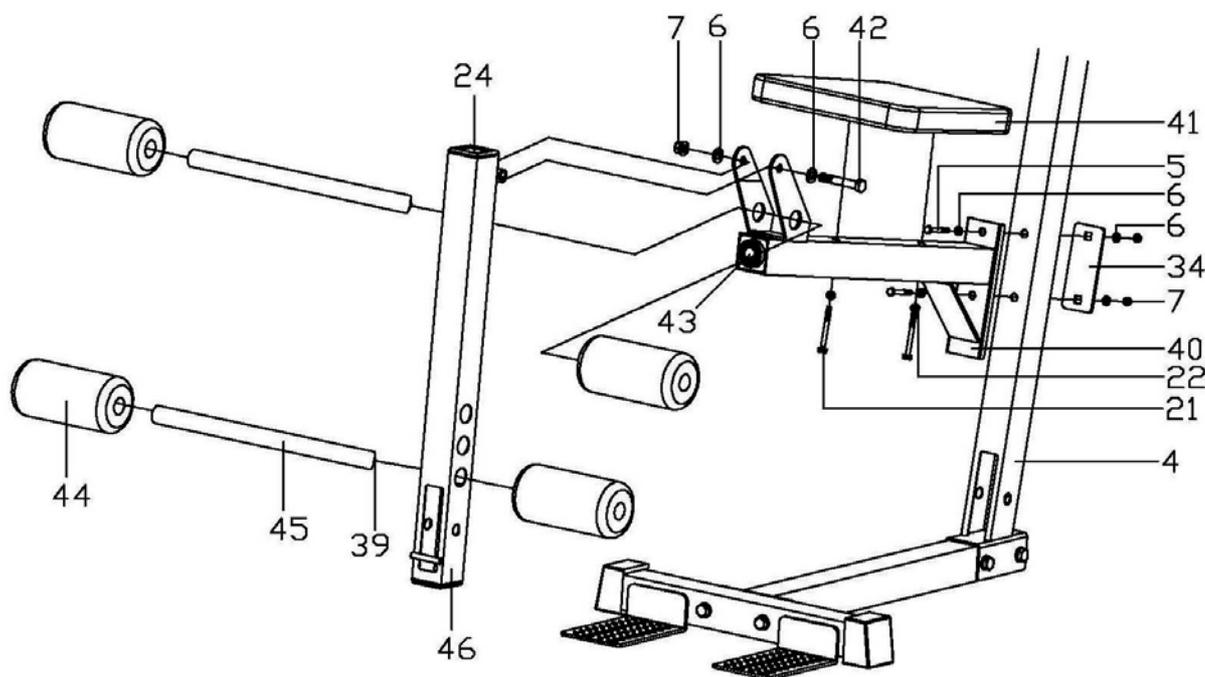
А: Присоедините кронштейн для сиденья (40) к главной раме (4) с помощью болтов с шестигранными головками (5), плоских шайб (6), крепежной пластины 1 (34) и гаек с нейлоновыми вставками (7).

В: Присоедините сиденье (41) к кронштейну для сиденья (40) с помощью болта с шестигранной головкой (21) и плоской шайбы (22).

С: Присоедините опору тренажера для разгибания ног (46) к U-образной базе на кронштейне для сиденья (40) с помощью болта с шестигранной головкой (42), плоской шайбы (6) и гайки с нейлоновой вставкой (7).

Д: Вставьте ось для поролонового валика (45) в отверстия в кронштейне для сиденья (40), затем наденьте поролоновые валики (44).

Е: Вставьте ось для поролонового валика (45) в отверстия опоры тренажера для разгибания ног (46), затем наденьте поролоновые валики (44).

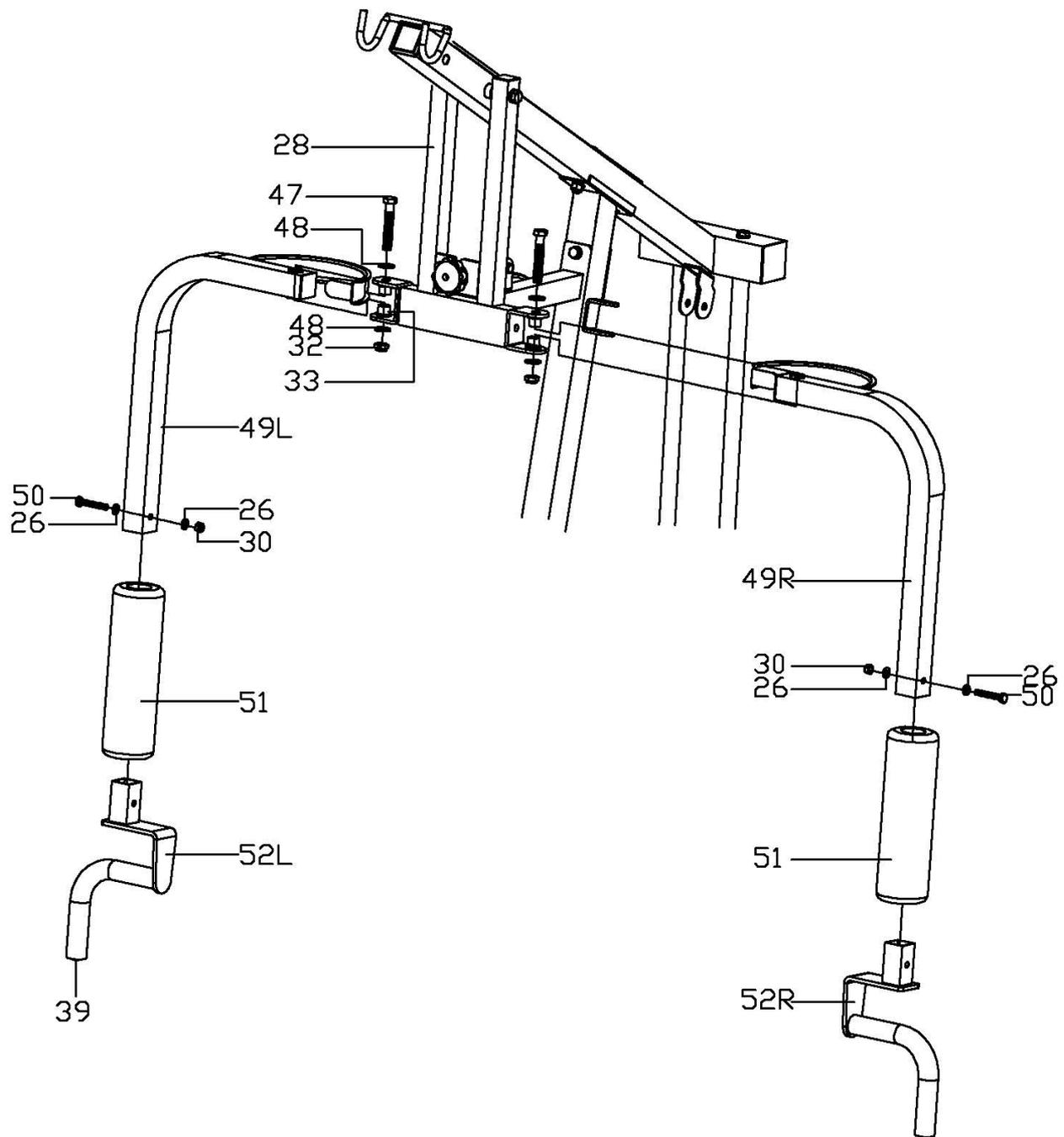


ШАГ 5

А: Присоедините рычаги (49П/Л) к раме тренажера грудных мышц (28) с помощью болтов с шестигранными головками (47), плоских шайб (48), втулок из сплава (33) и гаек с нейлоновыми вставками (32).

В: Наденьте на рычаги (49П/Л) поролоновые валики 1(51).

С: Присоедините рычаги тренажера грудных мышц (52П/Л) к рычагам (49П/Л) с помощью болтов с шестигранными головками (50), плоских шайб (26) и гаек с нейлоновыми вставками (30).



ШАГ 6

А: Закрепите один конец троса (56) на правом рычаге (49П) с помощью болта с шестигранной головкой (54), плоской шайбы (6) и гайки с нейлоновой вставкой (7).

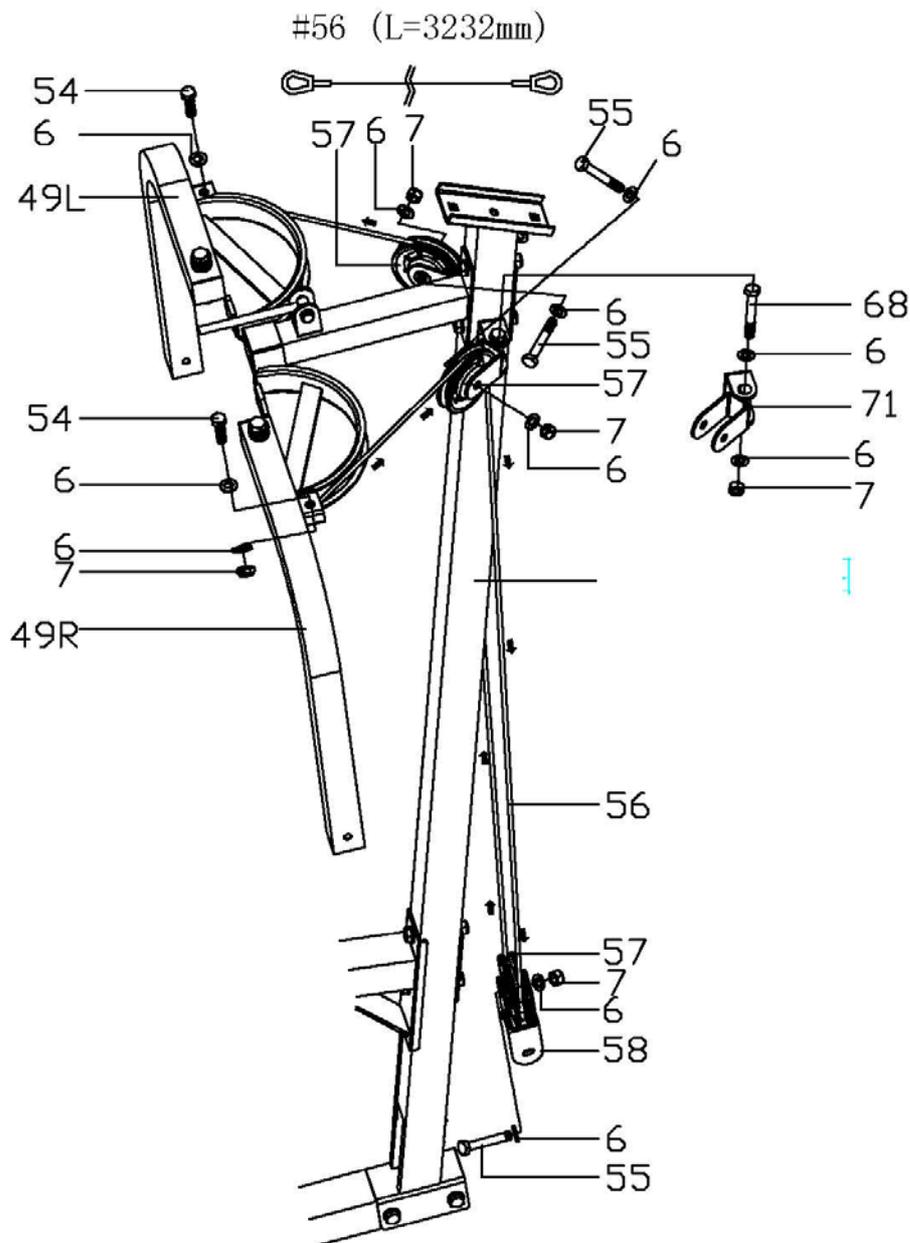
В: Закрепите поворотный блок шкивов (71) на главной раме (4) с помощью болта с шестигранной головкой (68), плоской шайбы (6) и гайки с нейлоновой вставкой (7).

С: Протяните трос (56) через шкивы (57). Затем закрепите шкивы (41) на главной раме (4) и двойной плавающий блок шкивов 2 (58) с помощью болта с шестигранной головкой (55), плоской шайбы (6) и гайки с нейлоновой вставкой (7).

Д: Закрепите один конец троса (56) на левом рычаге (49Л) с помощью болта с шестигранной головкой (54), плоской шайбы (6) и гайки с нейлоновой вставкой (7).

Примечание: Перед закреплением шкивов протяните в первую очередь трос (56), иначе трос (56) не пройдет через шкивы (57).

Е: Соберите трос (56) как показано на схеме.



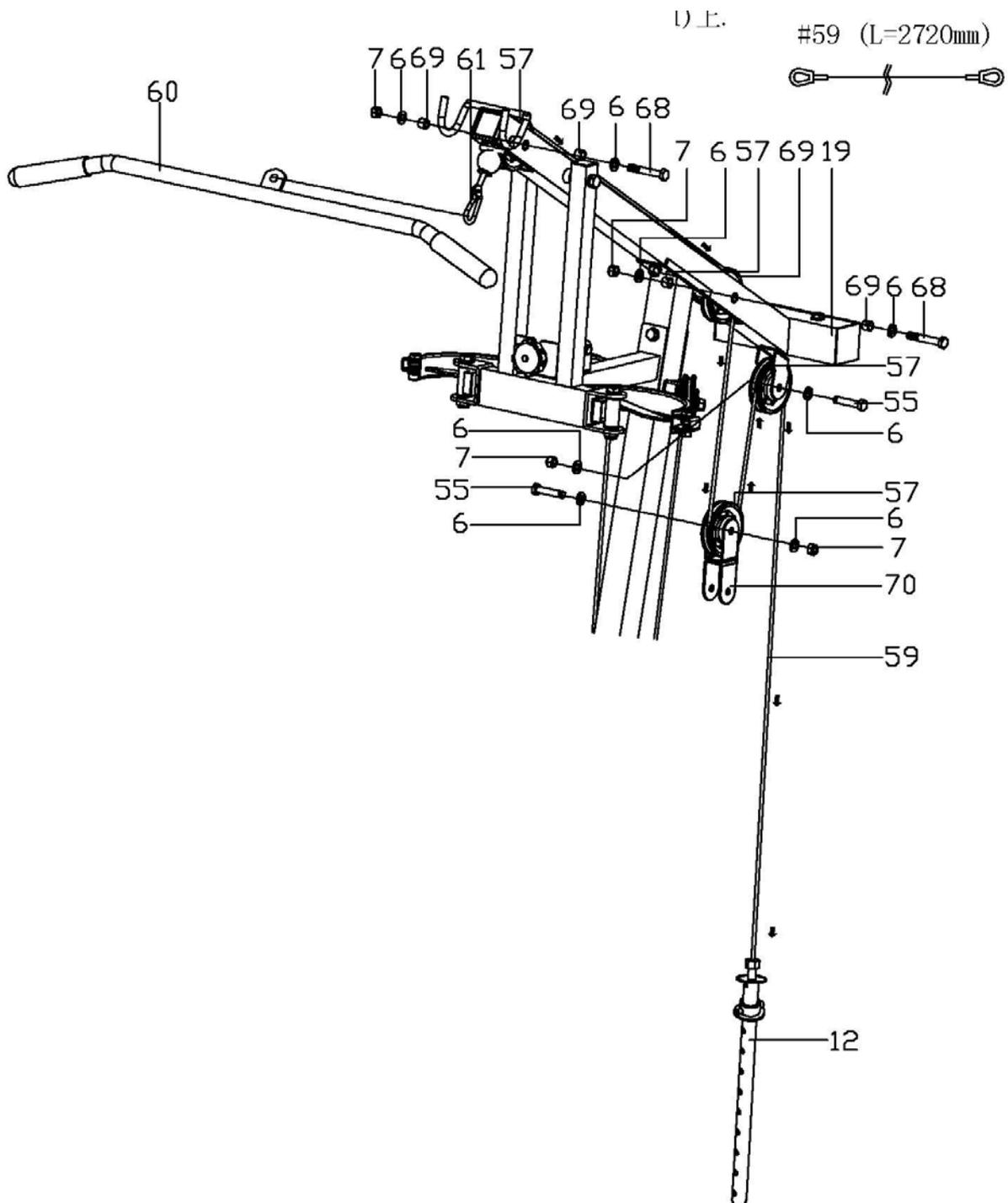
ШАГ 7

А: Протяните трос (59) через шкивы (57). Затем закрепите шкив (41) на верхней раме (19) с помощью болта с шестигранной головкой (68), плоской шайбы (6), втулки (69) и гайки с нейлоновой вставкой (7). Протяните трос (59) через шкив (57). Затем закрепите шкив (41) на двойном плавающем блоке шкивов 1 (70) и верхней раме (19) с помощью болта с шестигранной головкой (68), плоской шайбы (6) и гайки с нейлоновой вставкой (7).

Примечание: Перед закреплением шкивов протяните в первую очередь трос (56), иначе трос (56) не пройдет через шкивы (57).

В: Соберите трос (59) как показано на схеме.

С: Присоедините длинную перекладину (60) к С-образному зажиму (61) с помощью троса (59).

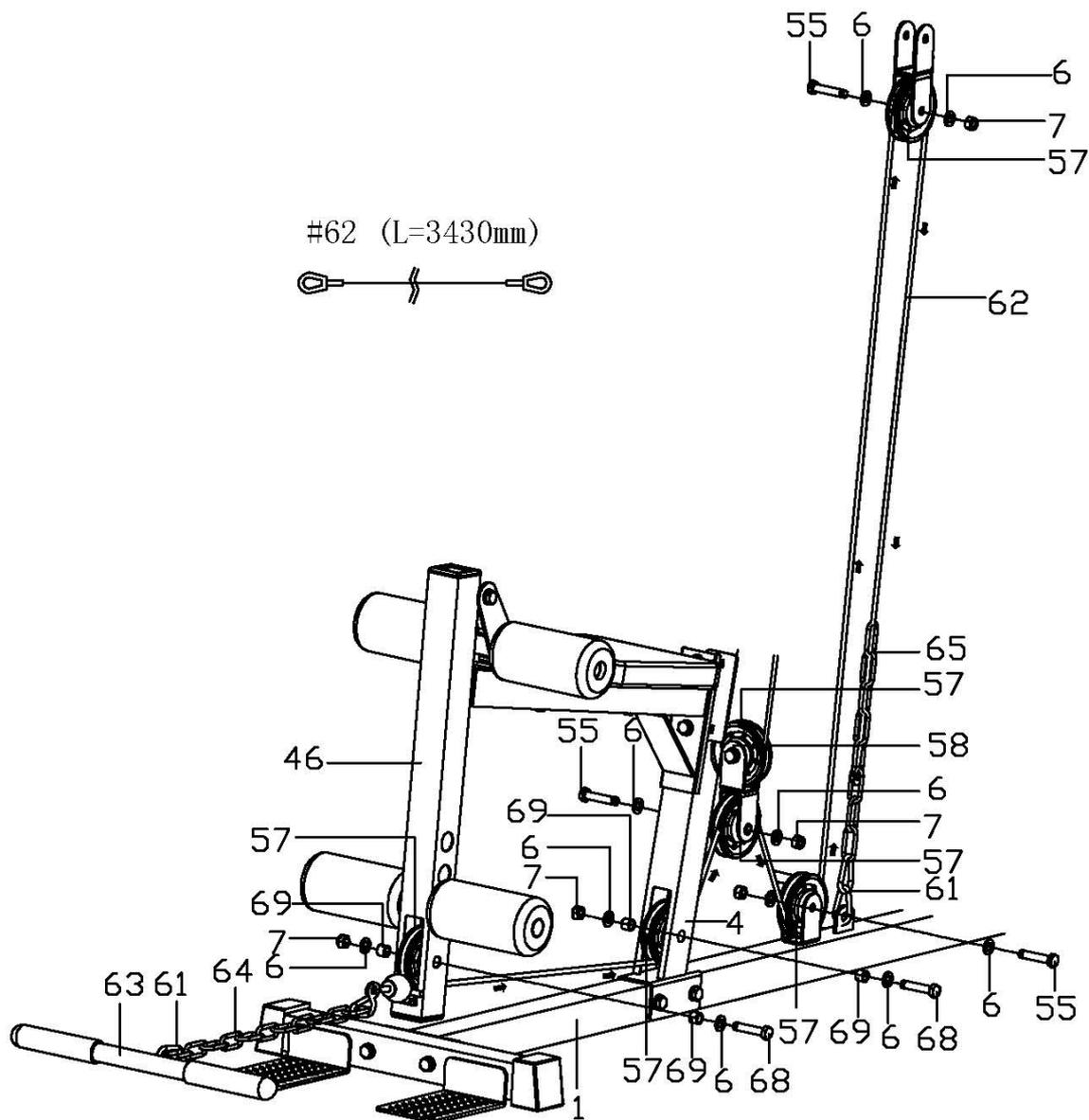


ШАГ 8

А: Протяните трос (62) через шкив (57). Затем закрепите шкив (57) на опоре тренажера для разгибания ног (46) и главной раме (4) с помощью болта с шестигранной головкой (68), плоской шайбы (6), втулки (69) и гайки с нейлоновой вставкой (7). Протяните трос (62) через шкив (57). Затем закрепите шкив (57) на двойном плавающем блоке шкивов 2 (58) и главной опоре сиденья (1) с помощью болта с шестигранной головкой (55), плоской шайбы (6) и гайки с нейлоновой вставкой (7).

Примечание: Перед закреплением шкивов протяните в первую очередь трос (62) иначе трос (62) не пройдет через шкивы (57).

В: Соберите трос (62) как показано на схеме. Сначала убедитесь, что L-образный штифт (11) был помещен в весовую пластину (10). Чтобы сделать трос втрое крепче, соедините трос (59) и короткую цепь (65). Затем соедините короткую перекладину (63), длинную цепь (64) и короткую цепь (65).



ШАГ 9

После того, как Вы собрали тренажер, убедитесь, что трос (62), трос (59) и трос (56) соединены в направлении, показанном на схеме.

