

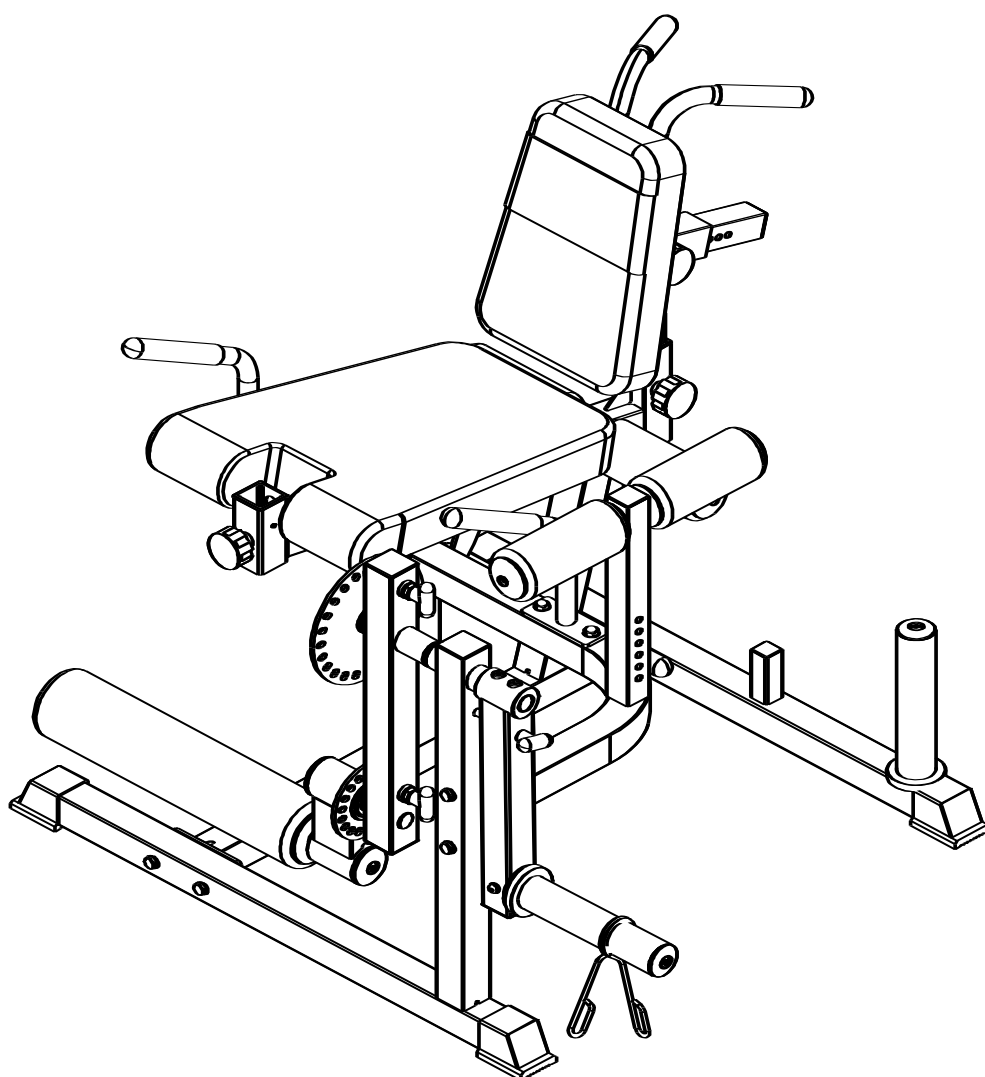


Руководство по сборке

Тренажер для сгибания-разгибания ног

Артикул: JS LC203

Модель: HVO



Внимание

Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.

Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

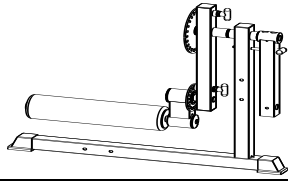
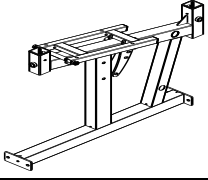
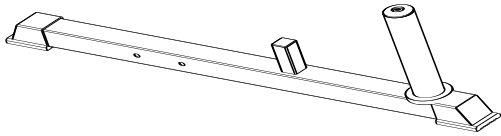
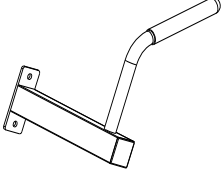
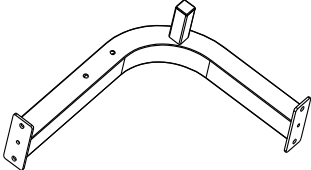
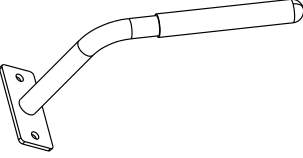
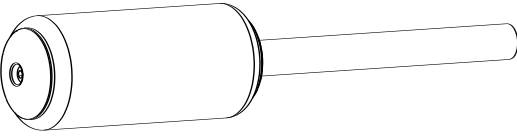
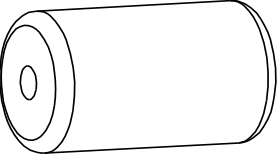
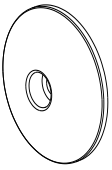
Производитель имеет право вносить изменения в конструкцию не ухудшающие потребительские свойства изделия, без специального уведомления.

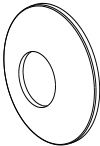
Тренажёр предназначен для домашнего (бытового) использования.

ПРАВИЛА ЭКСПЛУАТАЦИИ

Пожалуйста, внимательно ознакомьтесь со следующими примечаниями.

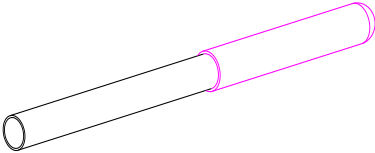
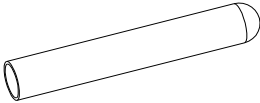
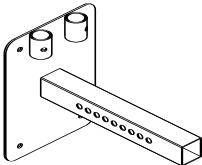
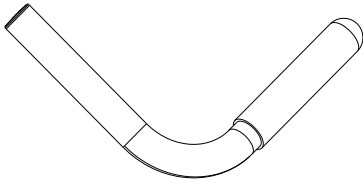
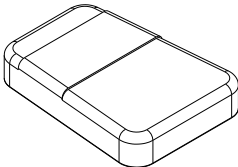
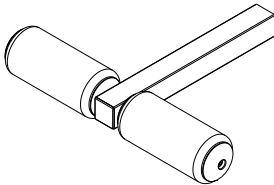
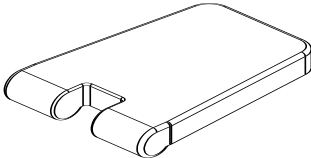
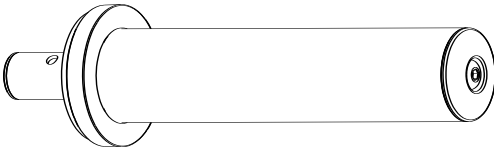
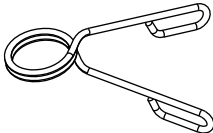
1. Данный продукт предназначен для домашнего использования и не является медицинским оборудованием.
2. Запрещено использовать данный продукт для медицинской реабилитации.
3. Держите детей и домашних животных подальше от данного продукта. Продукт предназначен для лиц старше 16 лет.
4. Не размещайте продукт в сырых местах. Запрещено использовать его на улице или в условиях повышенной влажности.
5. Не используйте продукт в неподходящей обуви или босиком.
6. Устанавливайте изделие на ровной и чистой поверхности.
7. При неисправности немедленно прекратите использование.
9. Перед каждым использованием проверяйте тренажёр на наличие ослабленных креплений или повреждений.
10. Не помещайте посторонние предметы или части тела в отверстия тренажёра.
11. Не модифицируйте тренажёр и не используйте неоригинальные аксессуары без разрешения. Вскрытие корпуса допустимо только для специалистов.
15. Не вращайте педали вручную и не касайтесь движущихся механических частей во избежание травм.
16. Используйте профессиональную спортивную форму и кроссовки.
19. Минимальное свободное пространство вокруг тренажёра: 600 мм сбоку и 600 мм спереди/сзади для безопасного доступа и эвакуации.
20. Некорректные или чрезмерные нагрузки могут привести к травмам.
21. Строго следуйте инструкции. Разминайтесь перед тренировкой.
22. Поддерживайте водный баланс во время занятий.
23. Без предварительной оценки уровня подготовки и медицинского заключения избегайте высокоинтенсивных нагрузок. Контролируйте скорость и позу.
24. При головокружении, боли в груди или ином дискомфорте немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
25. Беременным, а также лицам с гипертонией, болезнями сердца, остеохондрозом или ограниченной подвижностью требуется разрешение врача.
26. Вес пользователя не должен превышать максимально допустимый. Не превышайте максимально допустимую нагрузку на узлы тренажёра.
26. Для сборки тренажёра требуется два взрослых человека.
27. Регулярно проводите профилактическое техническое обслуживание.
28. Максимальный вес пользователя: 150 кг.
29. Максимальная нагрузка на переднюю вертикальную стойку - 100 кг.
27. Максимальная нагрузка на кронштейн для хранения дисков - 100 кг.

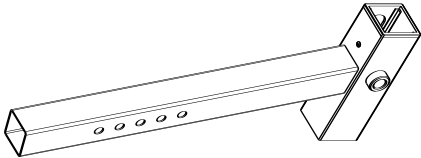
№	Название детали	Изображение	Кол-во
01	Передняя вертикальная стойка в сборе		1
02	Основная рама в сборе		1
03	Задняя стойка в сборе		1
04	Правая труба рукоятки в сборе		1
05	Соединительный узел в сборе		1
06	Левая труба рукоятки в сборе		1
07	Крепление поролонового валика для фиксации ног в сборе		1
08	Поролоновый валик для фиксации ног		1
09	Внешняя защита валика		1

10	Внутренняя защита валика		1
----	--------------------------	--	---

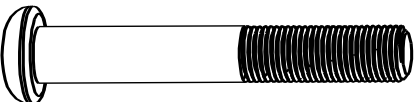
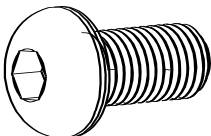
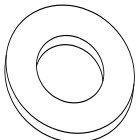
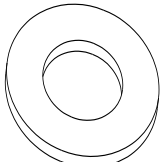
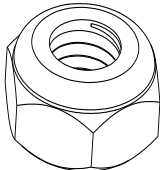
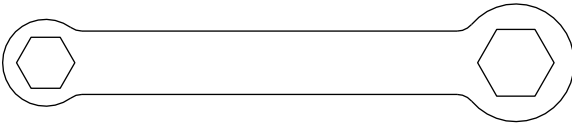
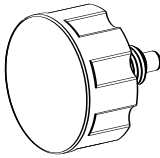
Перечень деталей

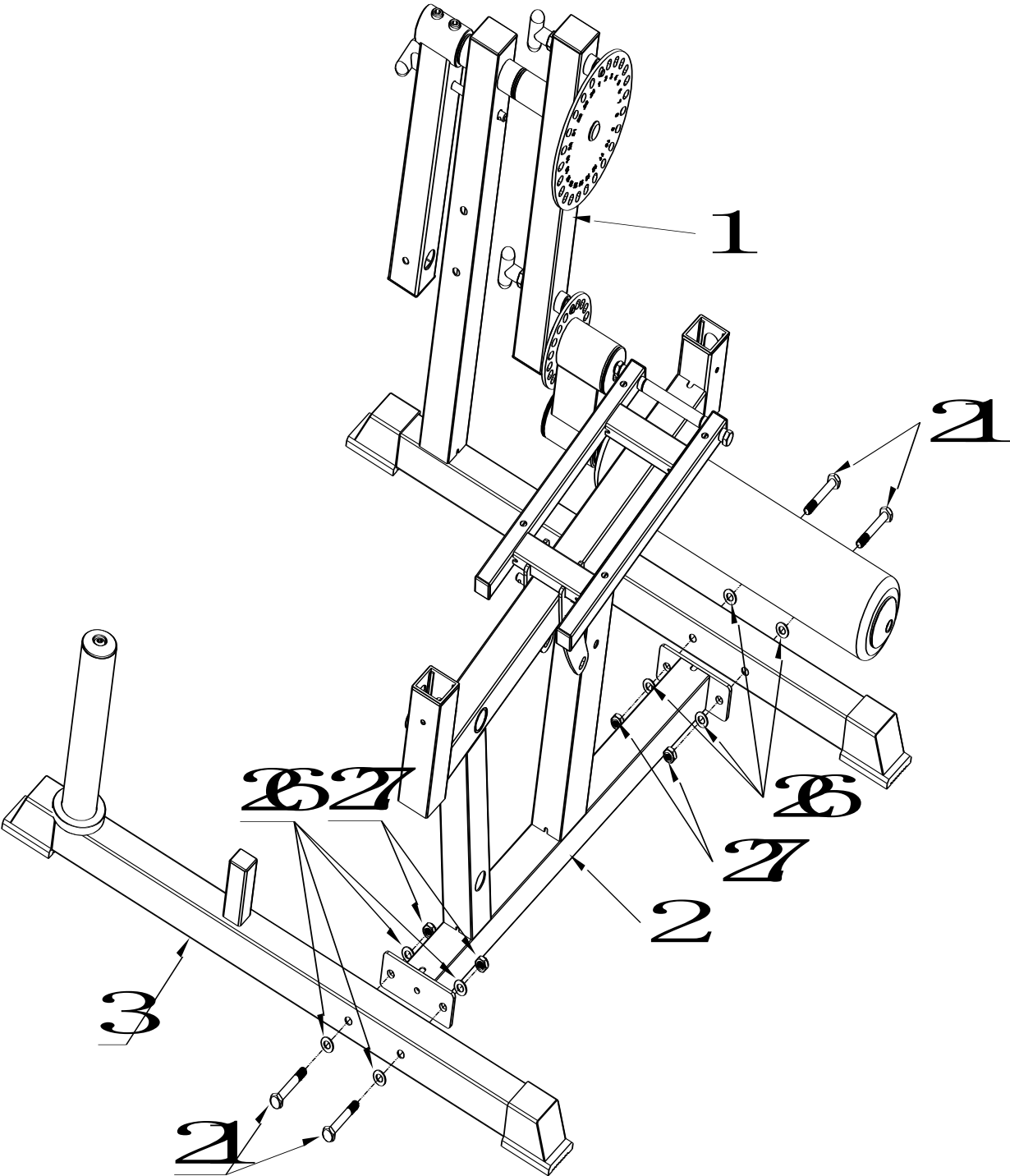
Перечень деталей

№	Название детали	Изображение	Кол-во
11	Опора для ног в сборе		1
12	Втулка опоры для ног		1
13	Узел регулировки опоры спинки в сборе		1
14	Труба рукоятки в сборе		2
15	Спинка		1
16	Узел регулировки жима ногами в сборе		1
17	Сиденье		1
18	Узел подвесной штанги в сборе		1
19	Пружинный зажим Ф50		1

20	Механизм вертикальной регулировки спинки в сборе		1
----	--	--	---

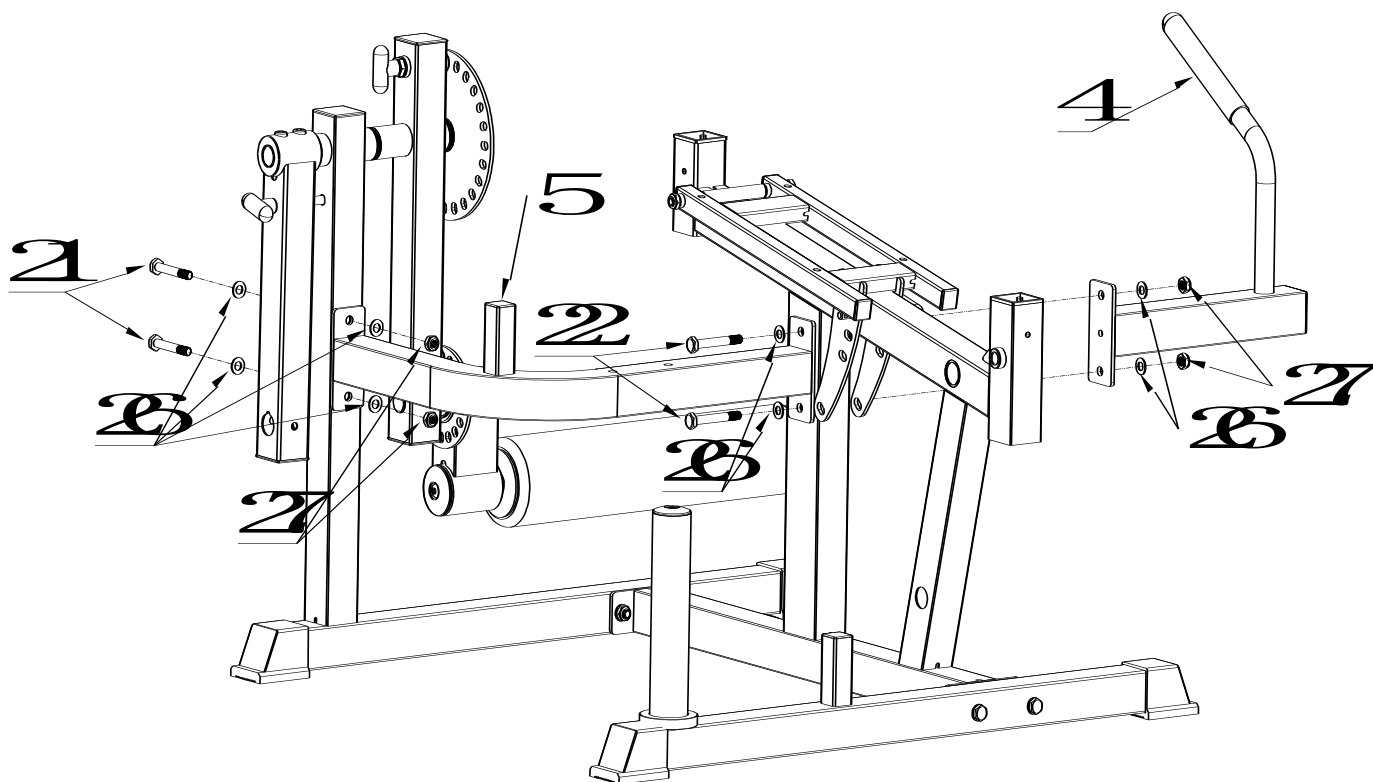
Перечень деталей

№	Название детали	Изображение	Кол-во
21	Болт с шестигранной головкой (М10×70 мм)		8
22	Болт с шестигранной головкой (М10×75 мм)		2
23	Винт с внутренним шестигранником и полукруглой головкой (М8×45 мм)		4
24	Винт с внутренним шестигранником и полукруглой головкой (М8×25 мм)		8
25	Плоская шайба Ф8		12
26	Плоская шайба Ф10		20
27	Самоконтрящаяся гайка М10		10
28	Рожковый ключ (14#/17#)		2
29	Г-образный шестигранный ключ		1
30	М16 Регулировочный болт		3



Список деталей для сборки на текущем этапе

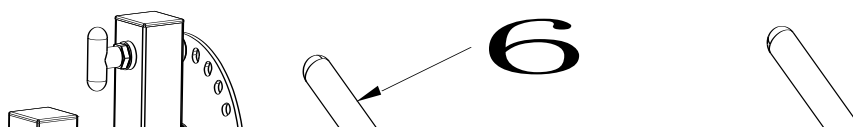
№	Название детали	Кол-во	№	Название детали	Кол-во
01	Передняя вертикальная стойка в сборе	1	21	Болт с шестигранной головкой (M10×70 мм)	4
02	Основная рама в сборе	1	26	Плоская шайба Ф10	8
03	Задняя стойка в сборе	1	27	Самоконтрящаяся гайка M10	4



Список деталей для сборки на текущем этапе

№	Название детали	Кол-во	№	Название детали	Кол-во
04	Правая труба рукоятки в сборе	1	22	Болт с шестигранной головкой (M10×75 мм)	2
05	Соединительный узел в сборе	1	26	Плоская шайба Ф10	8
21	Болт с шестигранной головкой (M10×70 мм)	2	27	Самоконтрящаяся гайка M10	4

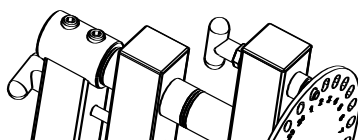
Этап сборки 3



Список деталей для сборки на текущем этапе

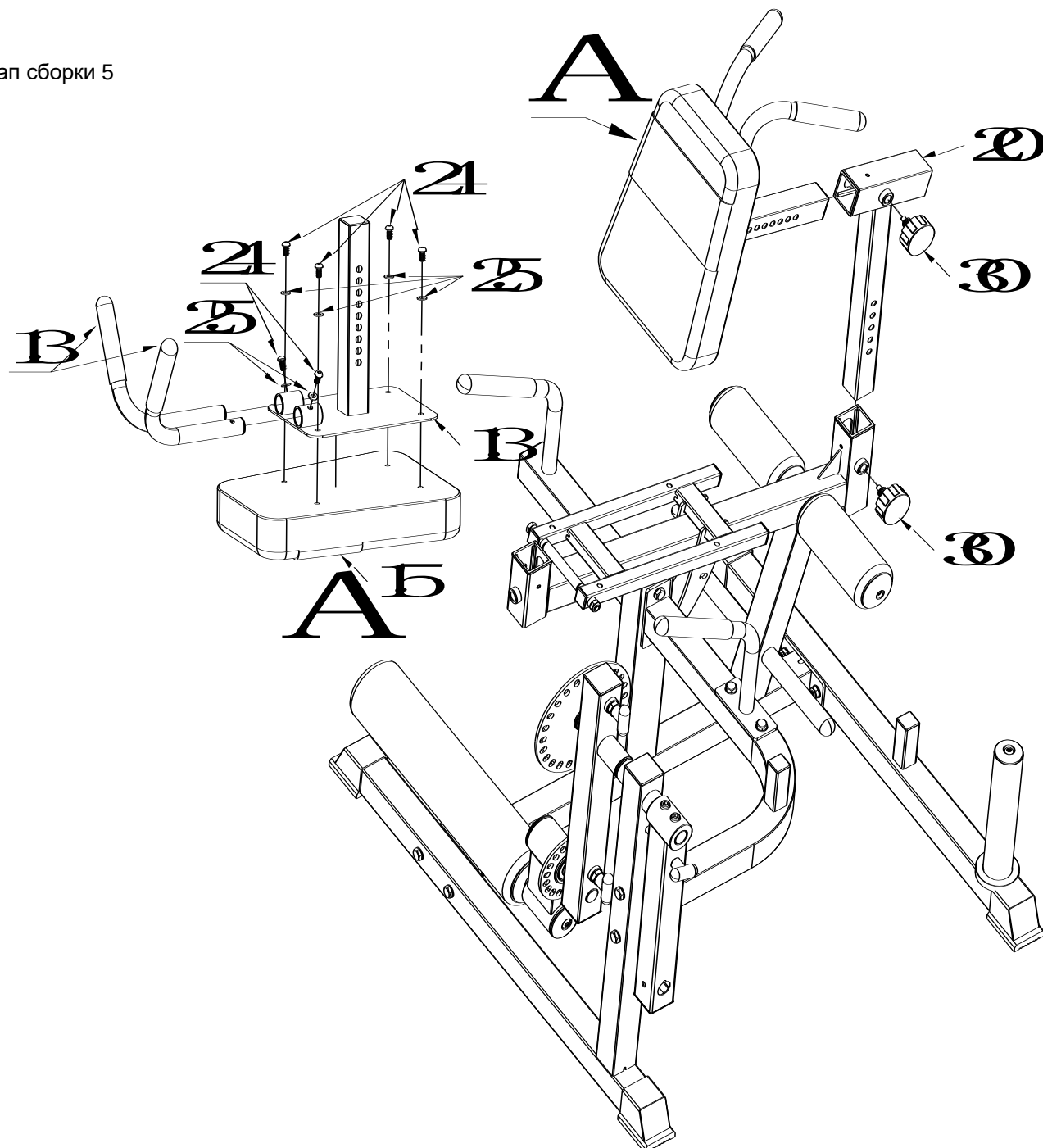
№	Название детали	Кол-во	№	Название детали	Кол-во
06	Левая труба рукоятки в сборе	1	27	Самоконтрящаяся гайка М10	2
21	Болт с шестигранной головкой (М10×70 мм)	2			
26	Плоская шайба Ф10	4			

Этап сборки 4



Список деталей для сборки на текущем этапе

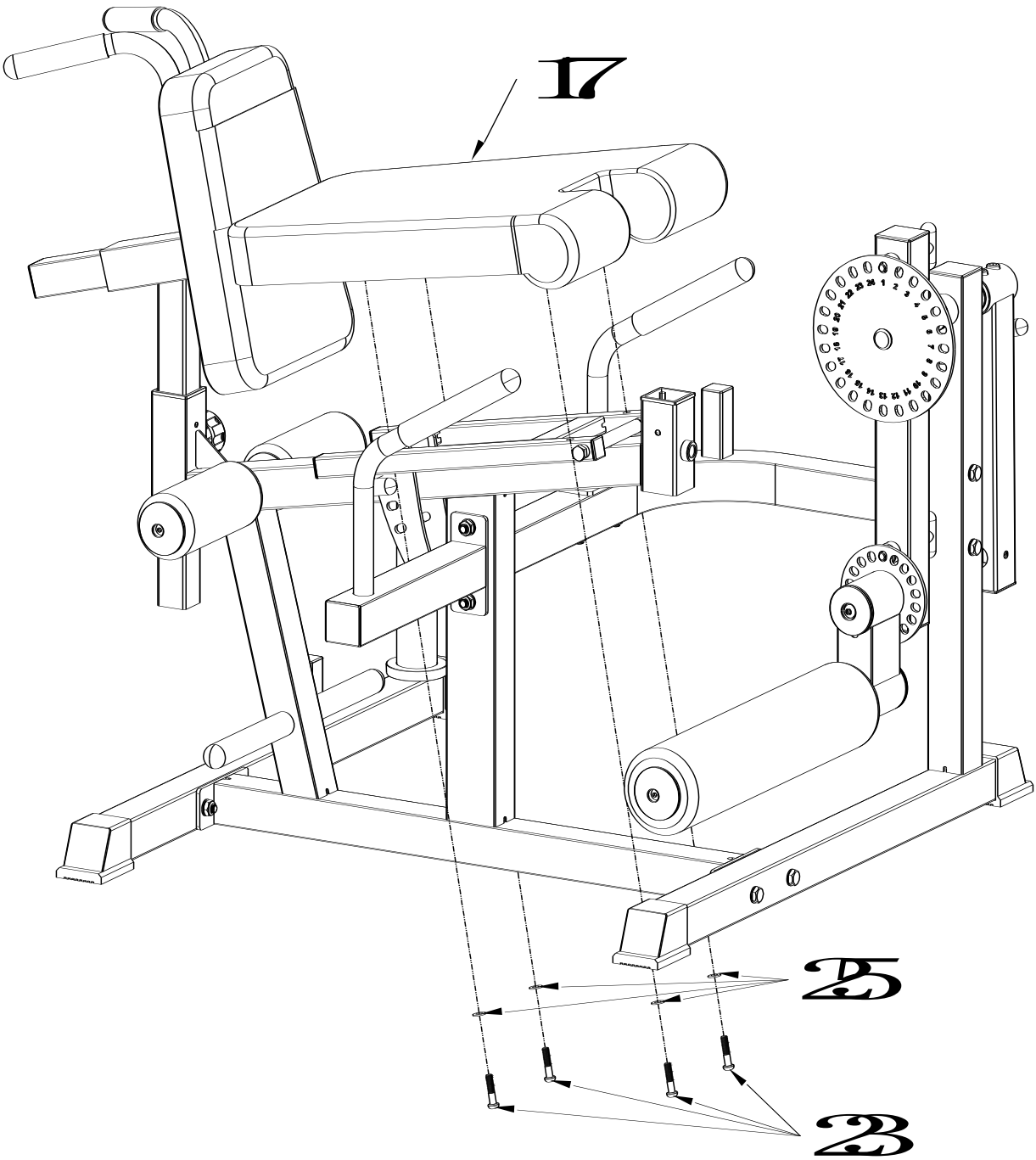
№	Название детали	Кол-во		№	Название детали	Кол-во
07	Крепление поролонового для фиксации ног в сборе	1		11	Опора для ног в сборе	1
08	Поролоновый валик для фиксации ног	1		12	Втулка опоры для ног	1
09	Внешняя защита валика	1		24	Винт с внутренним шестигранником и полукруглой головкой (M8×25 мм)	1
10	Внутренняя защита валика	1				



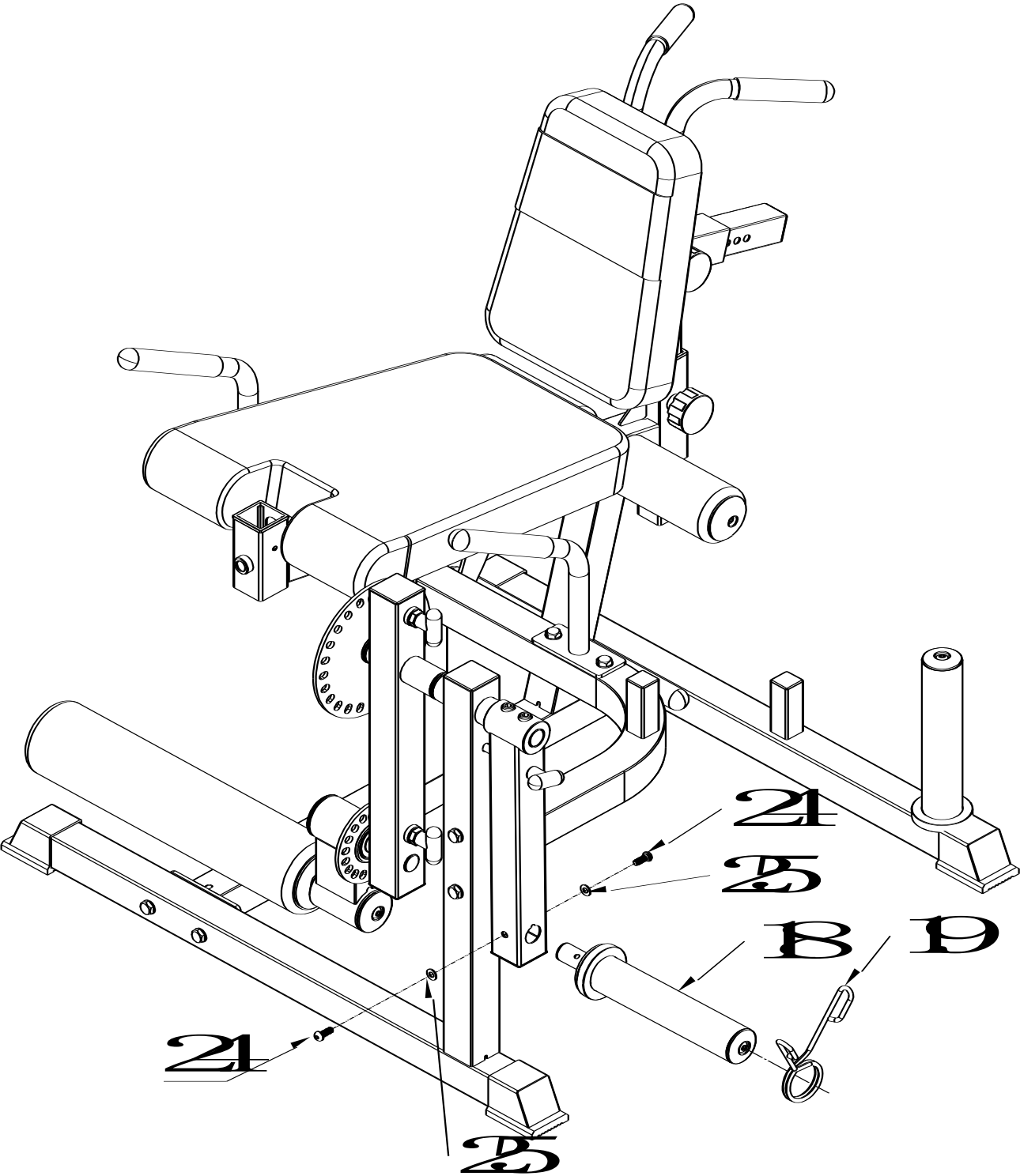
Примечание: сначала полностью соберите узел спинки А, затем установите узел спинки А на основную раму, как показано на рисунке.

Список деталей для сборки на текущем этапе

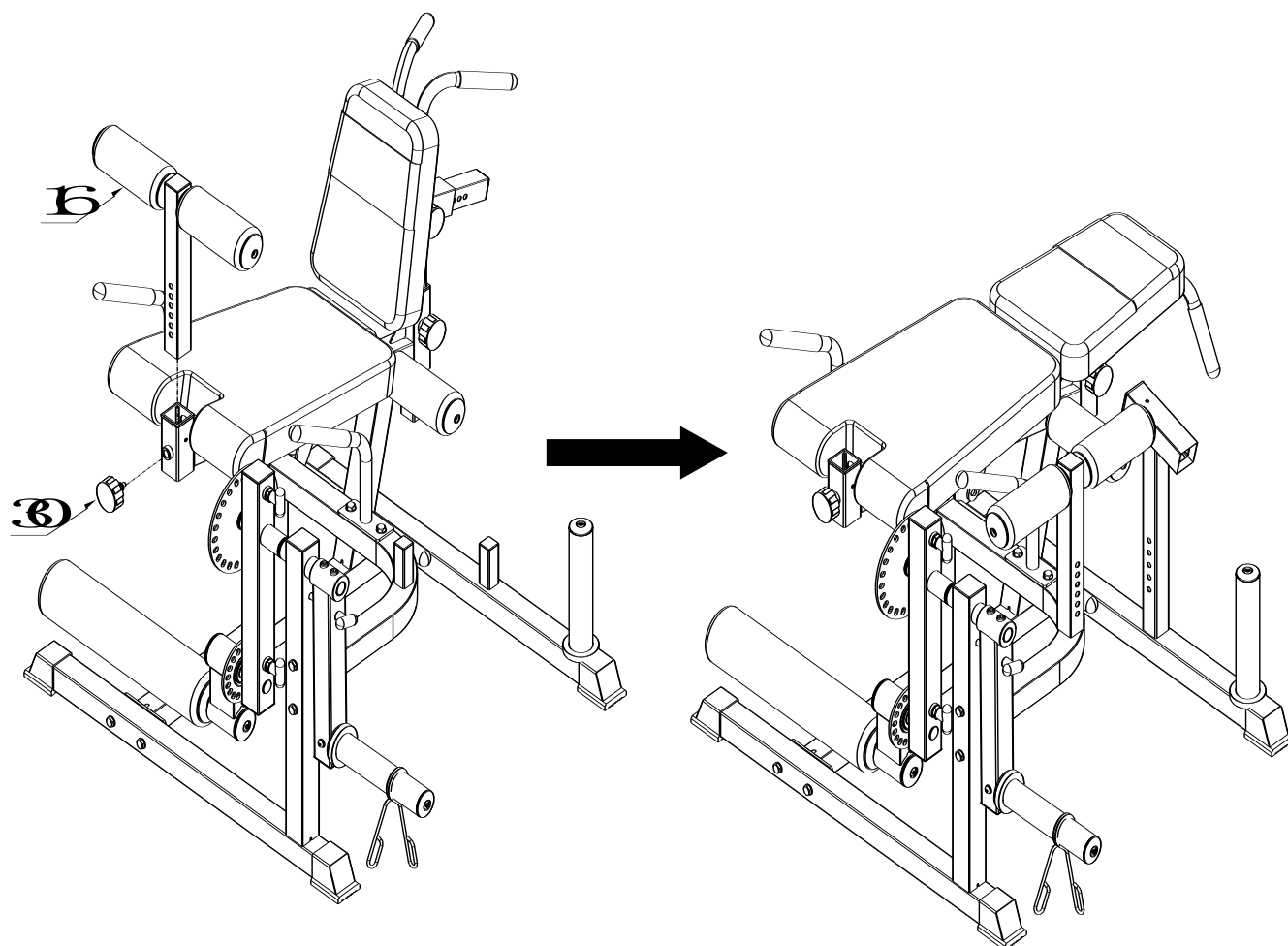
№	Название детали	Кол-во	№	Название детали	Кол-во
13	Узел регулировки опоры спинки в сборе	1	24	Винт с внутренним шестигранником и полукруглой головкой (М8×25 мм)	6
14	Труба рукоятки в сборе	2	25	Плоская шайба Ф8	6
15	Спинка	1	30	М16 Регулировочный болт	2
20	Механизм вертикальной регулировки спинки в сборе	1			



Список деталей для сборки на текущем этапе					
№	Название детали	Кол-во	№	Название детали	Кол-во
17	Сиденье	1			
23	Винт с внутренним шестигранником и полукруглой головкой (M8×45 мм)	4			
25	Плоская шайба Ф8	4			



Список деталей для сборки на текущем этапе					
№	Название детали	Кол-во	№	Название детали	Кол-во
18	Узел подвесной штанги в сборе	1	25	Плоская шайба Ф8	2
19	Пружинный зажим Ф50	1			
24	Винт с внутренним шестигранником и полукруглой головкой (М8×25 мм)	2			



Примечание: если узел регулировки жима ногами в сборе (№ 16) не используется, его можно разместить так, как показано на рисунке справа.

Список деталей для сборки на текущем этапе

№	Название детали	Кол-во	№	Название детали	Кол-во
16	Узел регулировки жима ногами в сборе	1			
30	M16 Регулировочный болт	1			

Информация по техническому обслуживанию

1. Периодически проверяйте все подвижные части, обивку и ручки на наличие признаков износа или повреждений. В случае возникновения проблем или необходимости замены деталей, пожалуйста, немедленно остановите работу тренажера и свяжитесь с местным продавцом. Заменяйте детали, используя оригинальные запчасти.
2. При необходимости обивку можно очистить мягким мыльным раствором. Регулярное использование средств для обработки винила продлевает срок службы и улучшает внешний вид обивки.
3. Все хромированные поверхности следует регулярно очищать, чтобы продлить срок службы и блеск покрытия. Ежедневно протирайте тренажер влажными салфетками и тщательно высушивайте. Хромированное оборудование следует полировать не реже одного раза в неделю с помощью промышленного или автомобильного полировального средства.

При проверке винтов и болтов убедитесь, что все они надежно затянуты. Если болты или гайки все еще ослаблены или вышли из строя, вы можете приобрести запасные части у местного продавца.