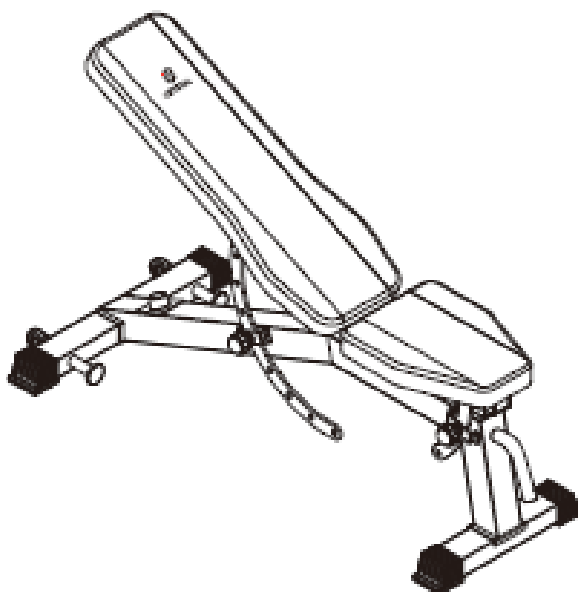




Руководство пользователя

Скамья универсальная

Артикул	Модель
SJ804	CRYSTAL



ВВЕДЕНИЕ

Благодарим вас за покупку силовой скамьи DFC. Внимательно прочтите инструкции настоящего руководства. Сохраните документ для дальнейшего использования. Если вам нужна помощь, свяжитесь с нашей службой поддержки -для оперативного решения проблемы, пожалуйста, укажите артикул тренажёра.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Перед началом любой тренировочной программы обязательно проконсультируйтесь с врачом. Чрезмерные нагрузки и неправильная техника могут привести к серьезным травмам. Перед сборкой и эксплуатацией изделия внимательно прочтите настоящее руководство.

1. Для безопасного использования тренажёра изучите все инструкции и предупреждения, представленные в руководстве.
2. Перед началом занятий убедитесь, что оборудование правильно собрано и функционирует должным образом.
3. По завершению сборки проверьте, чтобы все крепежи были надёжно затянуты.
4. Тренажёр следует размещать на твёрдую и устойчивую поверхность.
5. Для занятий на тренажёре надевайте удобную спортивную одежду и обувь. Избегайте слишком свободной одежды, которая может попасть в подвижные механизмы.
6. Держите руки и ноги подальше от подвижных частей. Не вставляйте посторонние предметы в отверстия на тренажёре.
7. Данный тренажёр не предназначен для использования детьми. Во избежание травм не подпускайте детей к тренажёру.
8. Заниматься на тренажёре следует не раньше, чем через 2 часа после еды. При появлении тошноты немедленно прекратите тренировку.
9. Для безопасного использования тренажёра вокруг него должно быть не менее 1 метра свободного пространства.

Владелец изделия несёт ответственность за то, чтобы все пользователи были должным образом проинформированы обо всех предостережениях и правилах пользования тренажёром. Если во время тренировки вы почувствуете слабость, головокружение или обнаружите у себя какие-либо другие болезненные симптомы, приостановите занятия и обратитесь за консультацией к врачу.

Нагрузка на тренажёр не должна превышать 300 кг, включая вес пользователя.

Перед использованием тренажёра обязательно проконсультируйтесь с врачом, чтобы убедиться в его безопасности для вас. Не используйте изделие без разрешения врача. При наличии следующих состояний и заболеваний применение данного тренажёра противопоказано:

- Травмы позвоночника, церебральный склероз или острые воспаления суставов.
- Беременность.
- Высокая степень ожирения.
- Глаукома, отслойка сетчатки или конъюнктивит.
- Инфекции среднего уха.
- Высокое кровяное давление (гипертония), недавний инсульт.
- Заболевания сердца или сосудов, требующие лечения.
- Грыжа пищеводного отверстия диафрагмы или вентральная грыжа.
- Слабость костей (включая остеопороз), незажившие переломы, имплантированные элементы или протезы.
- Использование антикоагулянтов, включая аспирин в высоких дозах.

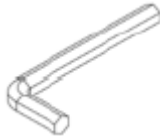
СПЕЦИФИКАЦИЯ

№	Наименование	Кол-во
1	Главная рама	1
2	Задний стабилизатор	1
3	Передний стабилизатор	1
4	Опора спинки	1
5	Опора сиденья	1
6	Регулятор спинки	1
7	Регулятор сиденья	1
8	Спинка	1
9	Сиденье	1
10	Болт М10*100мм	2
11	Болт М8*15мм	16
12	Болт М8*60мм	4
13	Болт М6*40мм	2
14	Гайка М6	2
15	Гайка М10	2
16	Шайба М10	4
17	Шайба М8	20
18	Шайба М6	4
19	Втулка	4
20	Ручка-фиксатор	2
21	Квадратная заглушка 50*50мм	4
22	Валик	1
23	Заглушка М6	1
24	Заглушка М8	1
25	Заглушка 75*75мм	4
26	Колесо	2
27	Колпачок	2

ВНИМАНИЕ!
ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ!

Болты		
		
#10 Болт М10*100 мм (2 шт.)	#11 Болт М8*15 мм (16 шт.)	#12 Болт М8*60 мм (4 шт.)

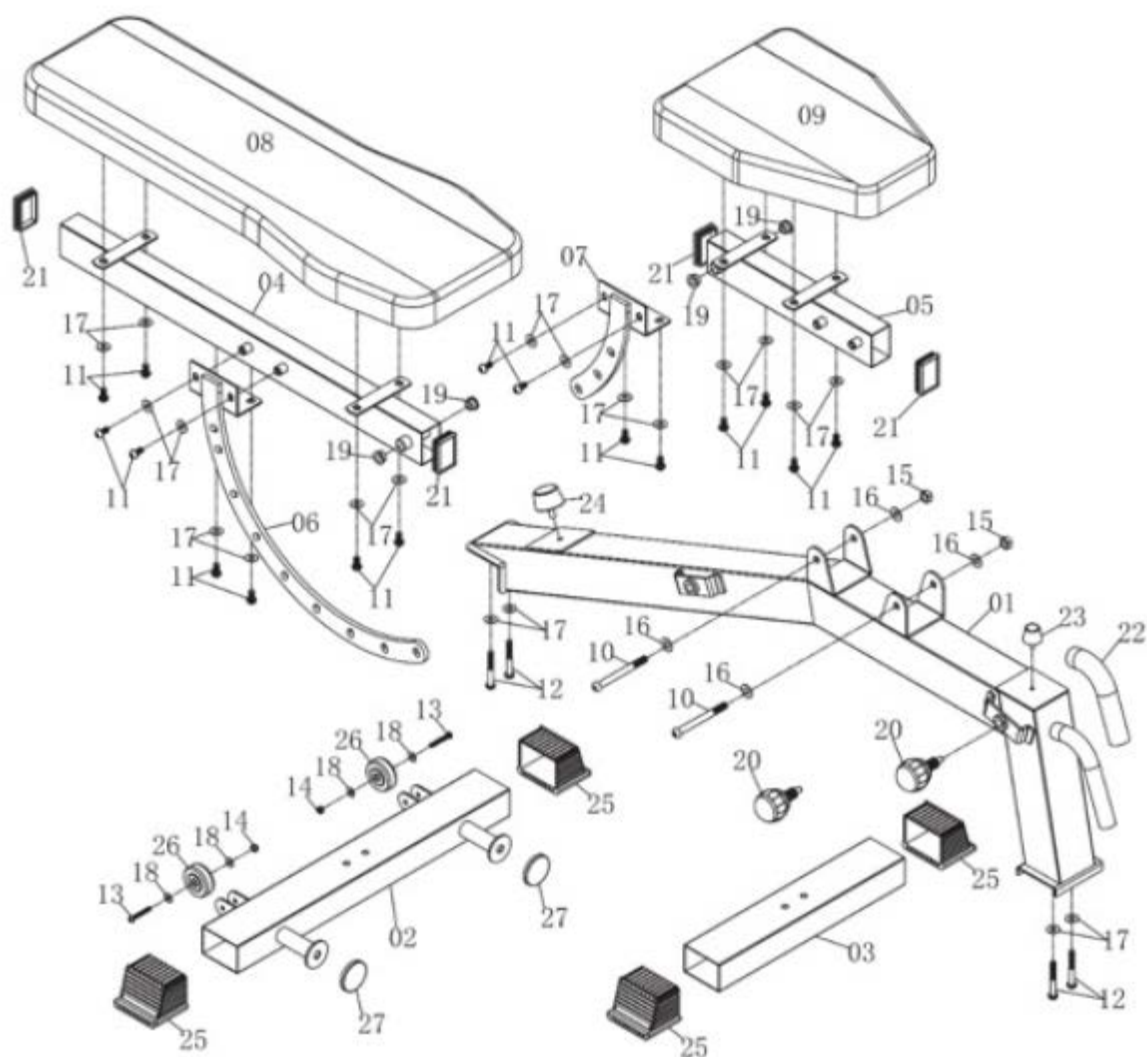
Шайбы	Гайки	
		
#16 Шайба М10 (4 шт.)	#17 Шайба М8 (20 шт.)	#15 Гайка М10 (2 шт.)

Другое		
		
#19 Втулка М10 (4 шт.)	#20 Ручка-фиксатор (2 шт.)	Шестигранник (1 шт.)

СБОРОЧНЫЙ ЧЕРТЕЖ

Обратите внимание, некоторые детали уже собраны.

1. Перед тем, как приступить к сборке, проверьте, все ли детали в наличии.
2. Установите изделие на ровную поверхность и следуйте инструкциям по сборке.
3. В процессе сборки не затягивайте крепежи до упора. Затяните все крепежи, когда сборка будет завершена.

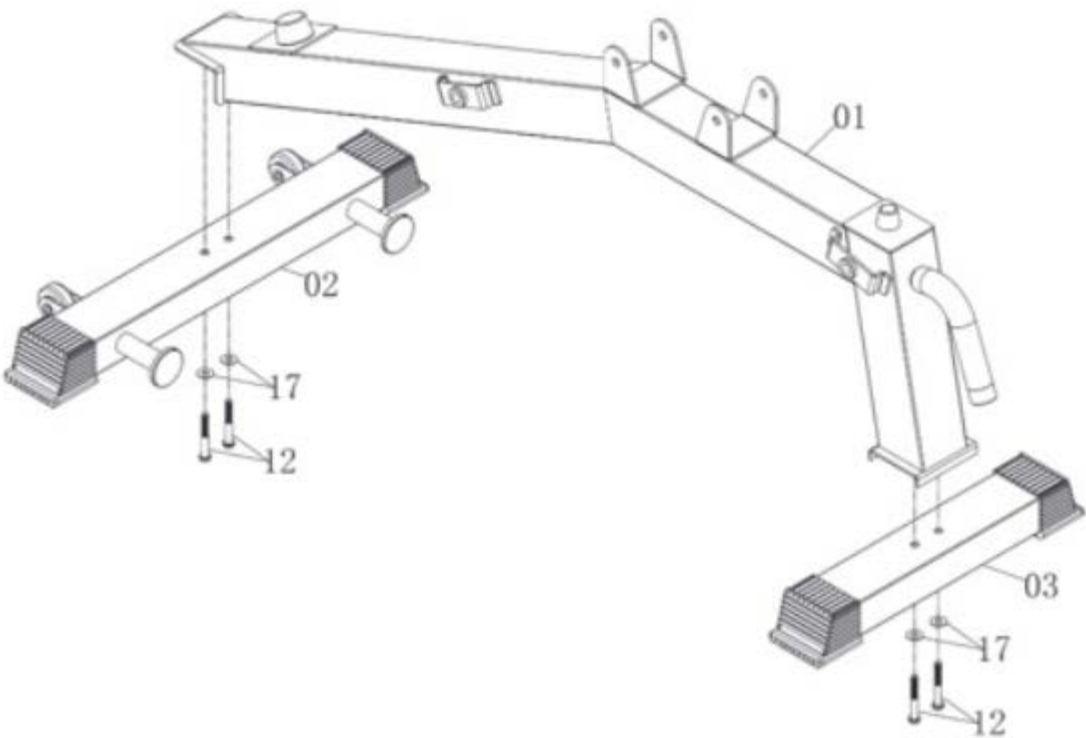


СБОРКА

Шаг 1:

Прикрепите к раме (01) передний (02) и задний (03) стабилизаторы, используя четыре комплекта болтов (12) и шайб (17).
Необходимые крепежи:

Болты	Шайбы
	
#12 Болт М8*60 мм (4 шт.)	#17 Шайба М8 (4 шт.)



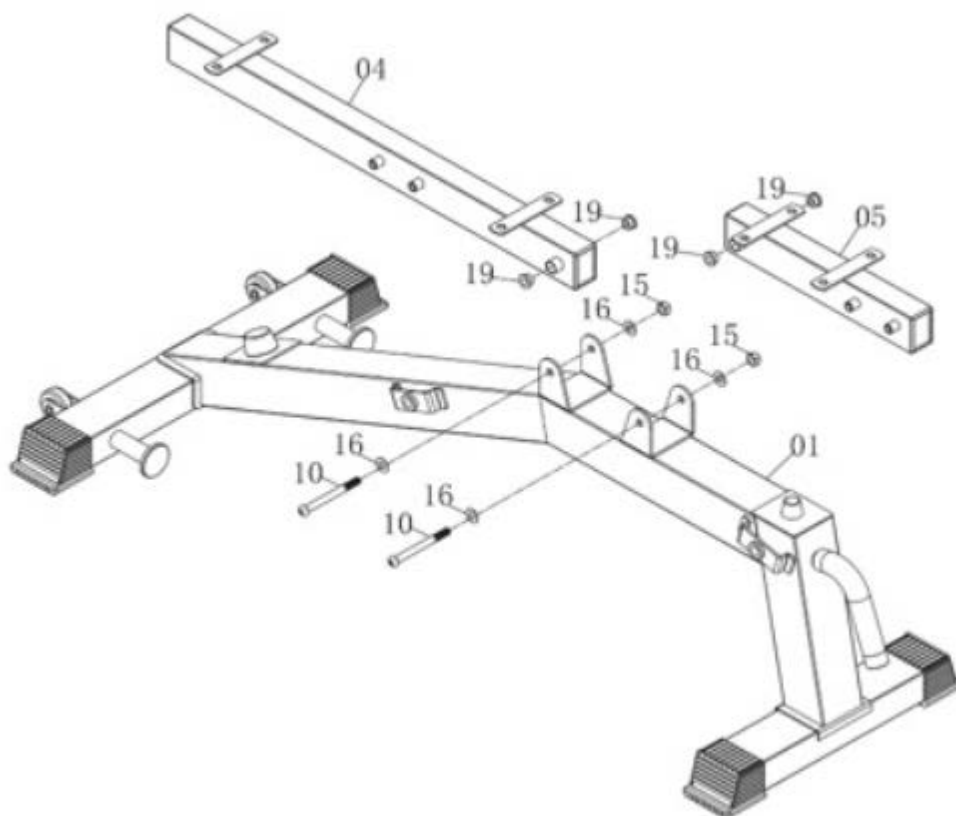
Шаг 2:

Установите четыре втулки (19) на опоры(04) и (05).

Закрепите обе опоры на раме (01) с помощью двух болтов (10), четырёх шайб (16) и двух гаек (15).

Необходимые крепежи:

Болты	Шайбы	Гайки	Другое
			
#10 Болт М10*100 мм (2 шт.)	#16 Шайба М10 (4 шт.)	#15 Гайка М10 (2 шт.)	#19 Втулка М10 (4 шт.)



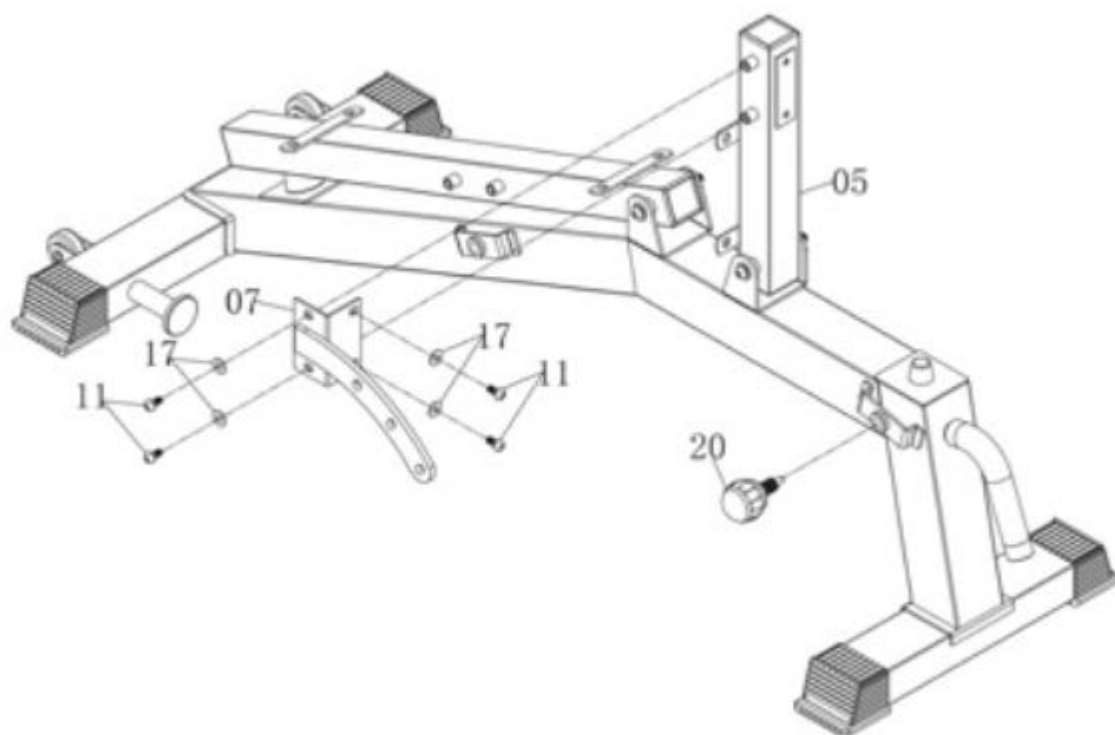
Шаг 3:

Зафиксируйте регулятор (07) на раме (01) с помощью ручки (20).

Прикрепите деталь к опоре (05), используя четыре комплекта болтов (11) и шайб (17).

Необходимые крепежи:

Болты	Шайбы	Гайки
		
#11 Болт М8*15 мм (4 шт.)	#17 Шайба М8 (4 шт.)	#20 Ручка-фиксатор (1 шт.)

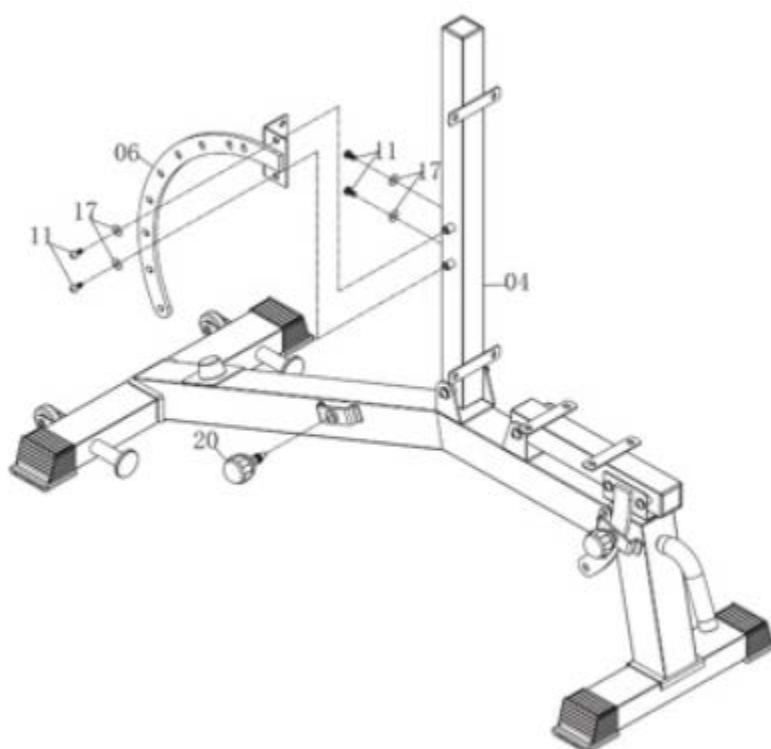


Шаг 4:

Зафиксируйте второй регулятор (06) на раме (01) с помощью ручки (20). Прикрепите деталь к опоре (04), используя четыре комплекта болтов (11) и шайб (17).

Необходимые крепежи:

Болты	Шайбы	Гайки
		
#11 Болт М8*15 мм (4 шт.)	#17 Шайба М8 (4 шт.)	#20 Ручка-фиксатор (1 шт.)

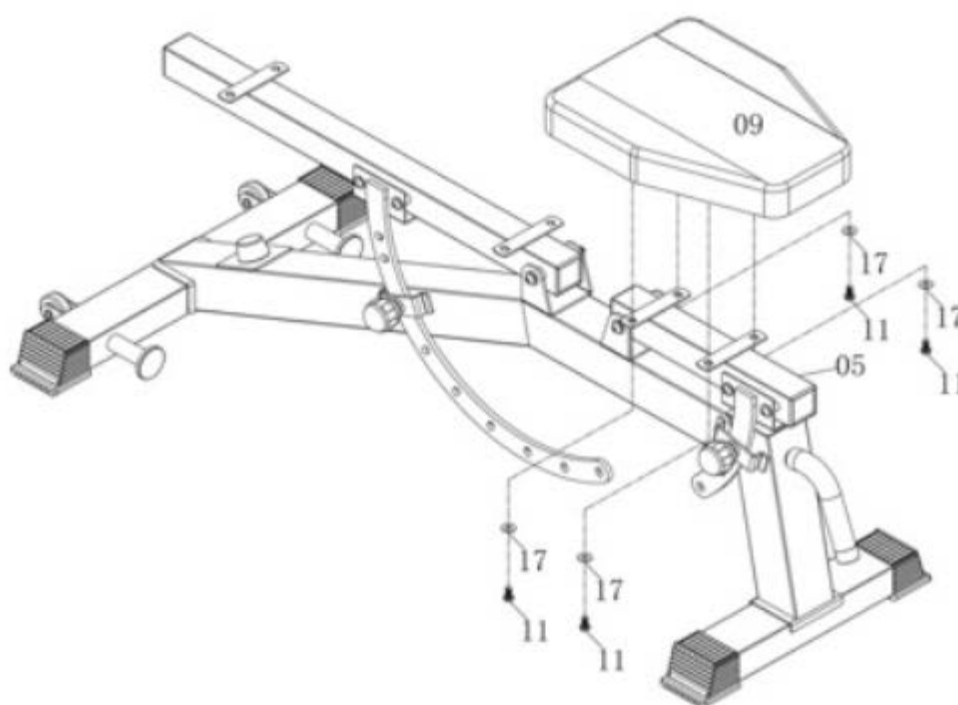


Шаг 5:

Закрепите сиденье (09) на опоре (05) с помощью четырёх комплектов болтов (11) и шайб (17)

Необходимые крепежи:

Болты	Шайбы
	
#11 Болты M8*15 мм (4 шт.)	#17 Шайба M8 (4 шт.)

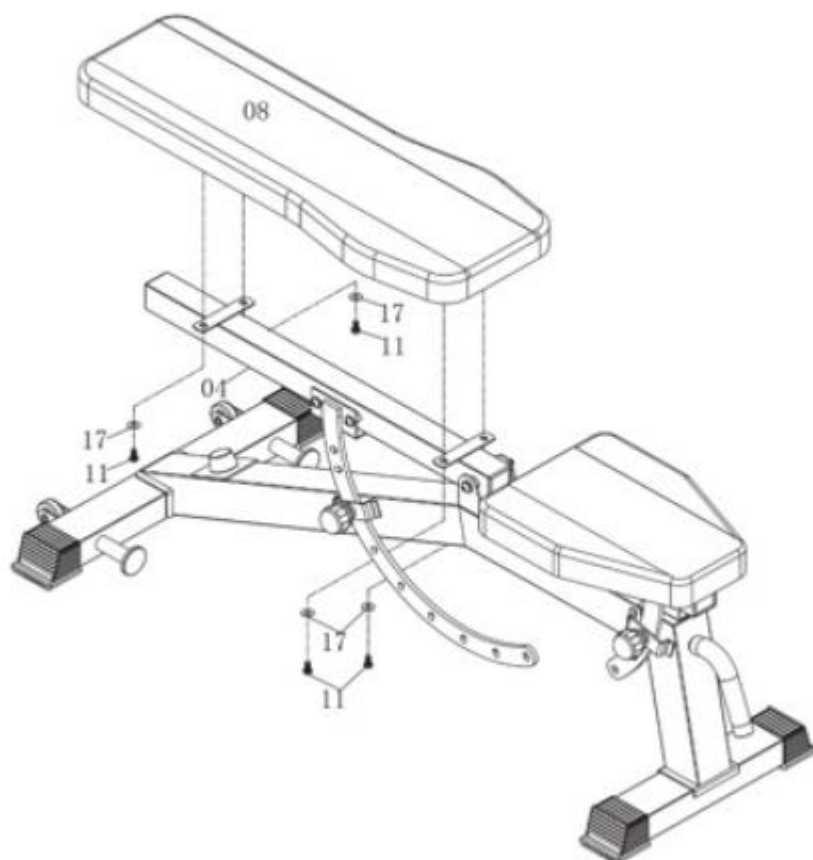


Шаг 6:

Закрепите спинку (08) на опоре (04) с помощью четырёх комплектов болтов (11) и шайб (17)

Необходимые крепежи:

Болты	Шайбы
	
#11 Болт М8*15 мм (4 шт.)	#17 Шайба М8 (4 шт.)



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ТРЕНАЖЁРОМ

1. Перед тем, как приступить к занятиям, убедитесь, что все крепежи затянуты.
2. Проверьте, чтобы регуляторы и все предохранительные устройства были правильно установлены и зафиксированы.
3. До тренировки и по её завершению обязательно делайте упражнения на растяжку

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Артикул	SJ804
Модель	CRYSTAL
Наименование	Скамья универсальная
Габариты (Д*Ш*В)	141*64*124 см
Вес брутто	22,5 кг
Материал	Сталь Q235
Рабочие зоны	Грудные мышцы, спина, плечи, пресс, бедра
Дополнительные возможности	В комплект входят транспортировочные колеса

УСТРАНЕНИЕ НЕПОЛАДОК

Неисправность	Причины возникновения	Решение
Не получается закрутить винты	1. Попытка закрутить винты в неправильном направлении. 2. Не используется отвертка. 3. Винт не попал в отверстие.	1. Установите винт в отверстие и закрутите его по часовой стрелке. 2. Используйте отвертку с подходящим наконечником.
Не найден какой-то крепеж	Могут быть скрыты внутри упаковки.	Проверьте комплектность деталей перед распаковкой, не выбрасывайте упаковку до полной сборки изделия.
Устройство издает посторонние шумы	1. Ошибка сборки (возможно, при несоблюдении порядка сборки). 2. Ослабление крепежей.	1. Сверьтесь с руководством, убедитесь, что все крепления выполнены верно. 2. Перетяните винты. 3. Обратитесь в службу поддержки за помощью.
Отсутствуют детали	1. Могут быть потеряны во время транспортировки изделия. 2. Могут быть случайно выброшены в процессе сборки.	Свяжитесь с нами, и мы направим Вам нужную деталь.

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Для обеспечения безопасности и сохранности тренажера необходимо регулярно проводить техническое обслуживание. Пользователь несёт полную ответственность за его своевременное выполнение.

1. Регулярно очищайте рабочую поверхность тренажёра от пыли.
2. Для очистки пластиковых деталей используйте влажную ткань, для металлических — сухую.
3. При необходимости очищайте обивку влажной тканью.
4. Избегайте использования кислородсодержащих и абразивных чистящих средств, которые могут повредить поверхность тренажёра.
5. Проверяйте все детали на целостность и работоспособность. При обнаружении повреждений не используйте тренажёр до его ремонта.
6. Не храните тренажёр в закрытом помещении под прямыми солнечными лучами или в условиях сильного дождя. Это может привести к повреждению и сокращению срока службы.

Для получения гарантии DFC:

- Сохраните подтверждение покупки.
- Используйте и обслуживайте изделие в соответствии с положениями руководства. Используйте изделие только по прямому назначению.
- В случае проблемы с изделием сообщите о ней в DFC в течение 30 дней. Выполняйте замену деталей строго в соответствии с инструкциями DFC.
- При необходимости проведите диагностику с уполномоченным представителем DFC. Гарантия не покрывает расходы на рабочую силу или сопутствующие затраты.

Гарантия не распространяется на:

- Повреждения, вызванные неправильным использованием, модификациями, несоблюдением инструкций по сборке, обслуживанию или безопасности, а также повреждения, связанные с ненадлежащим хранением, воздействием влаги, погоды, несчастными случаями, стихийными бедствиями или перепадами напряжения.
- Устройства, используемые в коммерческих целях, в аренду, или в общественных местах (например, спортзалы, офисные помещения, фитнес-центры и т.д.).
- Повреждения, связанные с превышением максимальных значений, указанных в руководстве или на этикетке.
- Повреждения, возникшие в результате нормального износа и использования.