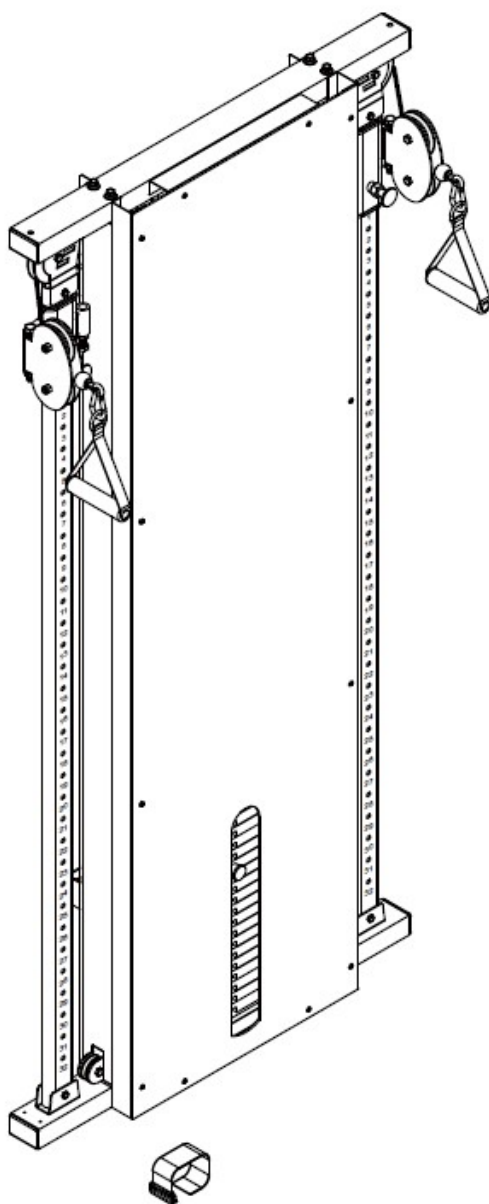




BODYCRAFT

HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ – HU

IN 23288 Állítható kétkábeles erősítő Body Craft DPDL M



TARTALOM

BIZTONSÁGI ÚTMUTATÓ.....	3
ÖSSZESZERELÉS.....	4
KARBANTARTÁS ÉS TISZTÍTÁS.....	13
SZERKEZETI RAJZ.....	14
ALKATRÉSZ LISTA.....	15
KÖRNYEZETVÉDELEM.....	15

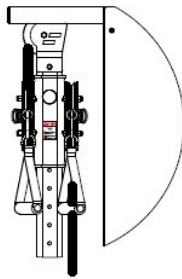
SAFETY INSTRUCTIONS

- Használat és összeszerelés előtt olvassa el a kézikönyvet, és őrizze meg ha a későbbiekben szüksége lenne rá.
- A készülék összeszerelését és elhelyezését sima és szilárd felületen kell végezni.
- Tartson legalább 0,6 m biztonsági távolságot más tárgyaktól.
- Rendszeresen ellenőrizze a terméket, hogy nincs-e rajta sérülés vagy kopás.
- Ne módosítsa a terméket.
- Edzésprogram megkezdése előtt kérjen tanácsot orvosától.
- Tartsa távol a készüléket gyermekektől és kiskorúaktól.
- Használat előtt mindig melegítsen be.
- Használat előtt olvassa el az összes utasítást és figyelmeztetést.
- Az összeszerelés megkezdése előtt ellenőrizze, hogy minden alkatrész hiánytalan és sértetlen-e. Csak eredeti alkatrészeket és tartozékokat használjon. Ne végezzen jogosulatlan módosításokat a terméken.
- Az összeszerelést csak felnőtt végezheti. Használat előtt győződjön meg arról, hogy a termék megfelelően van összeszerelve és rögzítve. Ezt az eszközt megfelelően össze kell szerelni és rögzíteni, hogy elkerülje a felhasználó sérülését. Ha a készülék nem működik megfelelően, sérülés vagy kopás jeleit mutatja, azonnal hagyja abba a használatát. A sérült vagy kopott alkatrészeket azonnal ki kell cserélni.
- Használat előtt győződjön meg arról, hogy minden csavar és anya meg van húzva. Ha a termék sérült, ne használja.
- Eddzen ésszerűen és körültekintően, ne terhelje túl magát. A sérülések elkerülése érdekében a mozdulatok nem lehetnek hirtelenek.
- Edzés közben ne tartsa vissza a lélegzetét.
- Eddzen megfelelően és vegye edzettségi szintjét. A nagy intenzitású edzés egészségügyi szövődményekhez vezethet.
- Mindig viseljen sportruházatot és cipőt. Minden ruházatot és testrészt tartson távol a mozgó alkatrészeketől.
- Az állítható részek nem akadályozhatják a felhasználó mozgását.
- A nem megfelelő gyakorlat vagy a biztonsági óvintézkedések be nem tartása súlyos sérülést okozhat. Viseljen megfelelő sportruházatot, beleértve a sportcipőt is.
- Soha ne lépje túl a megadott súlyhatárokat.
- Figyeljen teste jelzéseire. Bármilyen rosszullet esetén azonnal hagyja abba az edzést és forduljon orvosához.

- Használat előtt győződjön meg arról, hogy a kábelek a csigákban vannak.
- Ha nem biztos a rögzítésben, forduljon szakemberhez a helyes rögzítés érdekében.
- **Kategória:** H otthoni használatra
- **Terheltség:** 150 kg
- **Max. súlyok:** 90 kg
- **Termék súlya:** 72,8 kg

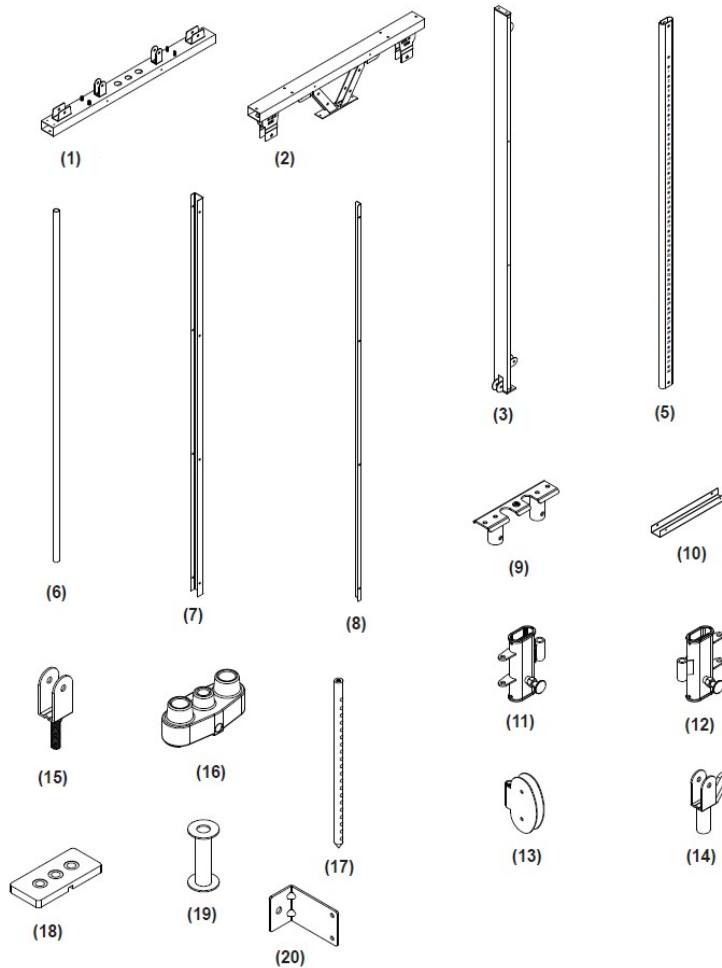
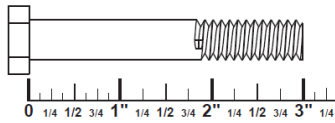


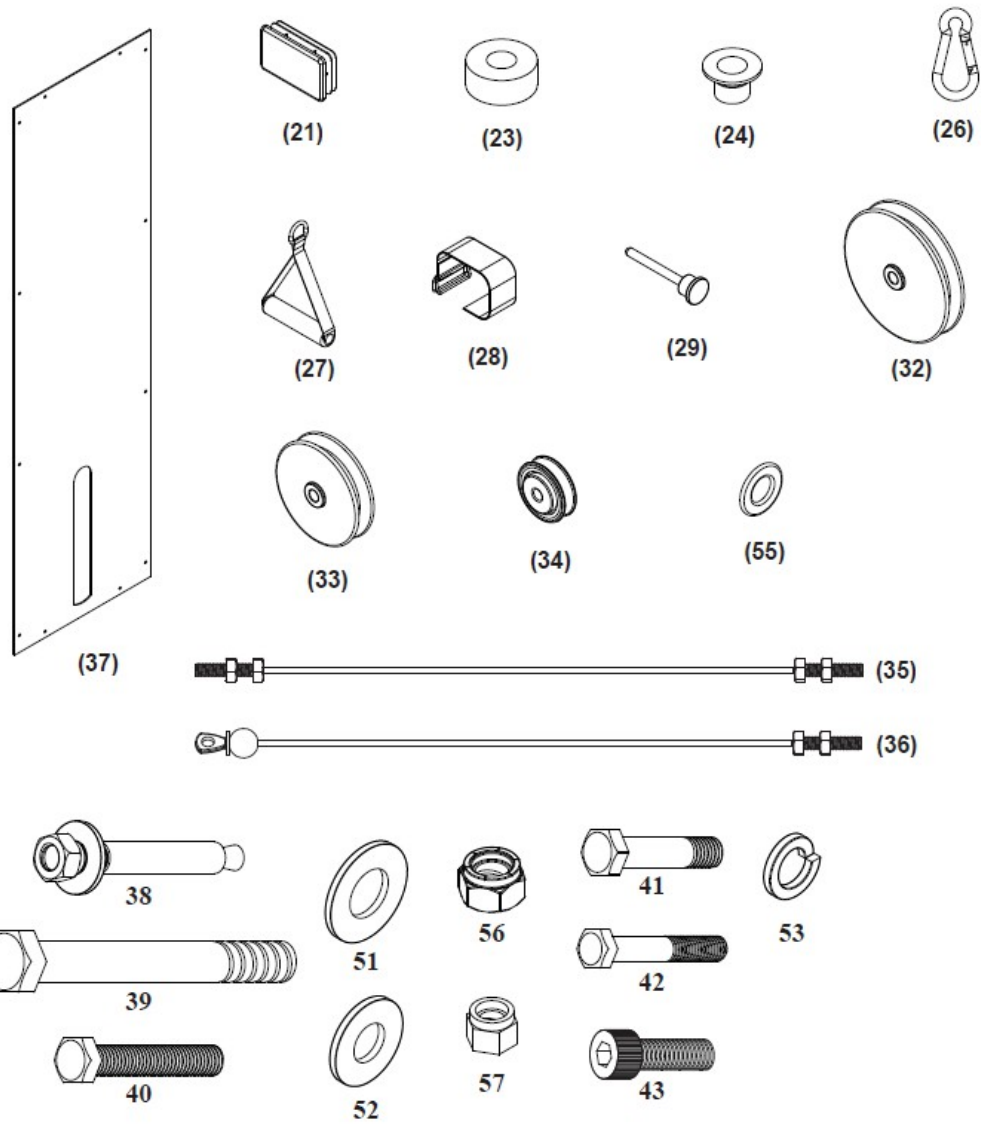
Figyelmeztető címke helye



ÖSSZESZERELÉS

- Ne húzza meg a csavarokat, amíg nem kérik.
- Az összeszereléshez legalább két ember szükséges.
- A súlyok elhelyezése előtt kenje meg a vezetőrudakat.
- Rögzítse a műanyag kupakokat gumikalapáccsal.
- A csavarok mérése fej nélkül történik.
- A falhoz rögzítés előtt győződjön meg arról, hogy a fal alkalmas-e a rögzítésre, ha nem biztos benne, forduljon szakemberhez.





No.	név	db	No.	név	db
1	Alap	1	15	Szíjtárcsa tartó	1
2	Felső keret	1	16	Felső súlytárcsa	1
3	Fő függőleges keret	2	17	Súlyválasztó rúd	1
5	Keret	2	18	Súlyok 68 kg / 90 kg	14/19
6	Vezető rúd	2	19	Súlytávtartó	2
7	Burkolat	2	20	L alakú konzol	4
8	Hátsó burkolat	2	21	Végsapka 45x75 mm	4
9	Vezetőrúd tartó	1	23	Gumi alátét	2
10	Rövid burkolat	2	24	Vezetőrúd tartó	2
11	Jobb oldali állítható kábeltartó	1	26	Karabiner	2
12	Bal oldali állítható kábeltartó	1	27	Fogantyú	2
13	Dupla görgős tartó	2	28	Bokapánt	1
14	Szíjtárcsa tartó	2	29	Súlyválasztó csapszeg	1

32	Szjártárca 114 mm	2	41	Hatlapfejű csavar 3/8"x2"	4
33	Szjártárca 90 mm	15	42	Hatlapfejű csavar 3/8"x1-3/4"	23
34	Szjártárca 50 mm	6	43	Felső lemez csavar	1
35	Súlykábel	1	51	Alátét 1/2"	4
36	Kábel	2	52	Alátét 3/8"	12
37	Burkolat	1	53	Rugós alátét 3/8"	4
38	Rögzítőcsavar 5/16"x2-1/2"	4	55	Gumi alátét M6	12
39	Hatlapfejű csavar 1/2"x4-1/4"	2	56	Nylon anya 1/2"	2
40	Hatlapfejű csavar 3/8"x2-1/4"	4	57	Nylon anya 3/8"	27

1. Lépés

Rögzítsen 2x 45x75 mm-es végsapkát (21) és 2x vezetőrúd-tartót (24) az alapra. Rögzítse a fő függőleges kereteket (3) az alaphoz (1) 4x 3/8" alátéttel (52) és 4x 3/8" nylon anyákkal (57).

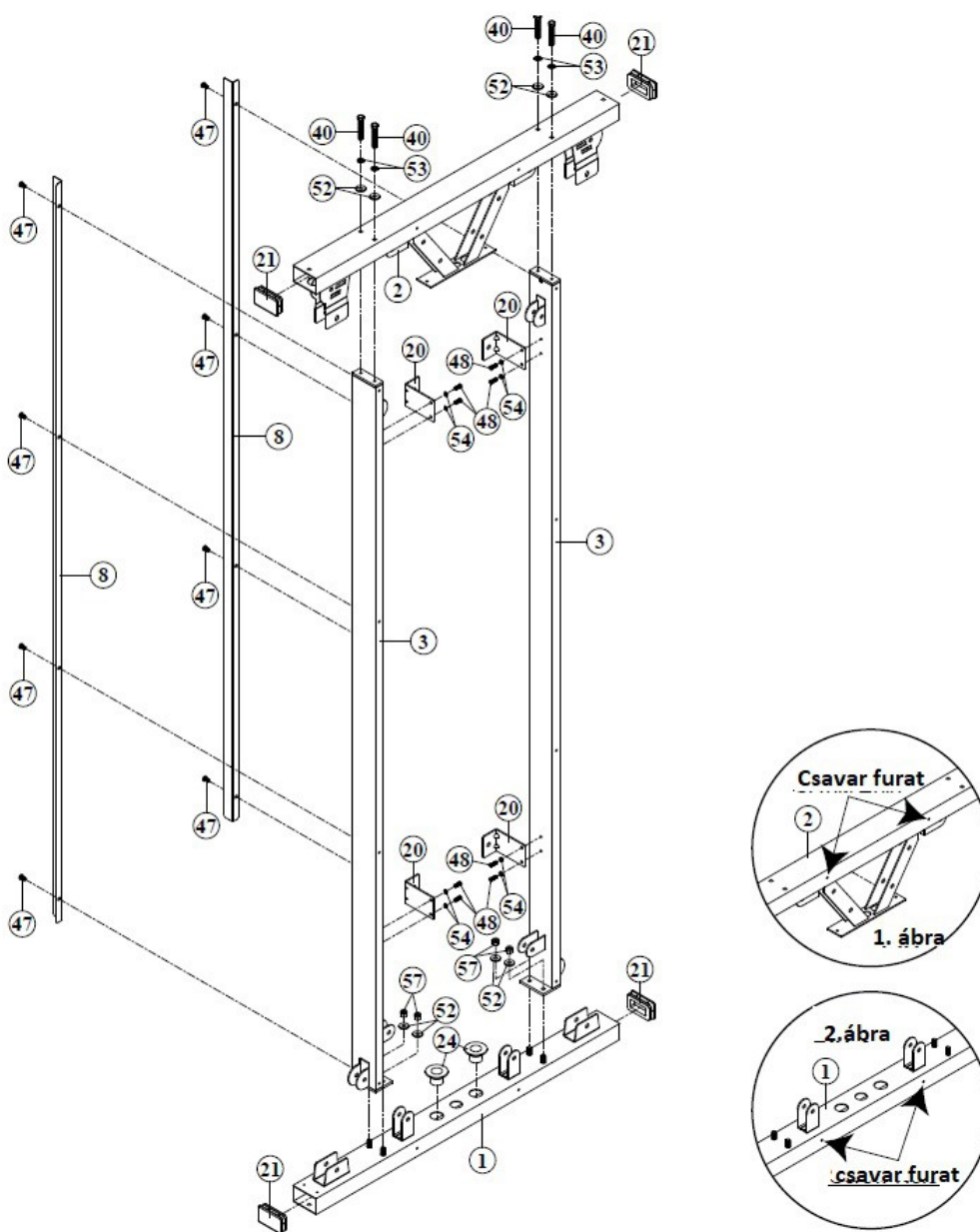
Rögzítsen 2 db 45x75 mm-es végsapkát (21) a felső keretre (2). Rögzítse a felső keret (2) a fő függőleges keretekhez (3) 4 x 3/8 "x2-1 / 4" csavarral (40), 4 x 3/8" rugós alátéttel (53) és 4 x 3/8" alátéttel (52).

Rögzítse a 2x hátsó burkolatot (8) a fő függőleges keretekhez (3) 8x M6x15 mm-es imbuszcsavarokkal (47).

Rögzítsen 2x L alakú tartót (20) a fő függőleges keretekhez (3) 8x M6x10mm imbuszcsavarokkal (48) és 8x M6 rugós alátétekkel (54).

Húzza meg az összes csavart.

Fontos: Az alap (1) és a felső keret (2) csatlakoztatása előtt győződjön meg arról, hogy a lyukak elől vannak (1. és 2. Ábra)

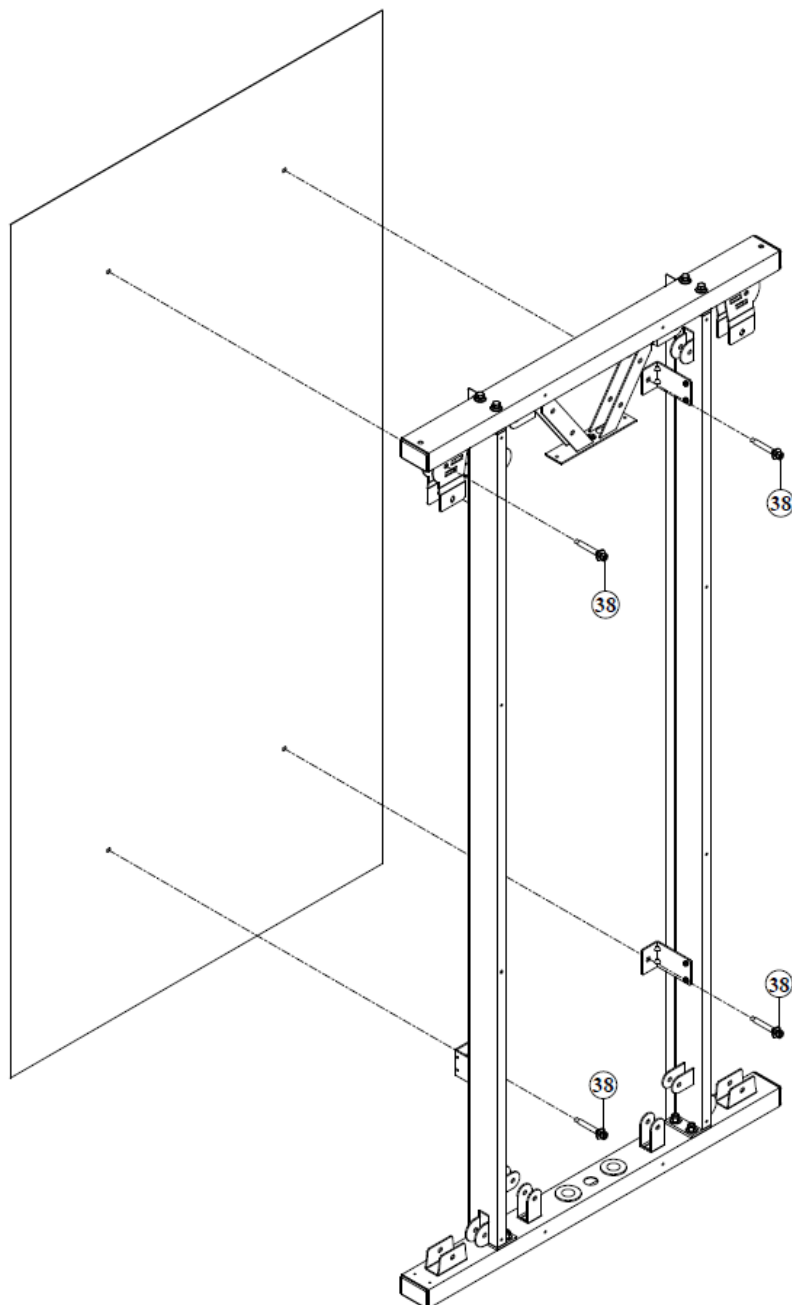


2. Lépés

FIGYELMEZTETÉS: A falhoz rögzítés előtt konzultáljon szakértővel.

FIGYELMEZTETÉS: A szíjtárcsát vízszintes felületre kell helyezni, közel a falhoz. Győződjön meg arról, hogy a csavarok szilárdak.

Rögzítse a gépet 4 db 5/16 "x2-1 / 2" horgonycsavarral (38).



3. Lépés

A súlyok elhelyezése a súlyok konfigurációjától függ:

- 14x súly(18), távtartókat (19) kell helyezni a vezetőrudakra (6), lásd. 1. ábra 14x súly és felső súlylap (16) = 68 kg

- 19x súly (18), NE helyezzen távtartókat (19) a vezetőrudakra (6) lásd. 2. ábra 19x súly és felső súlylap (16) = 90 kg

1. Rögzítsen 2 db dupla tárcsatartót (13) a jobb és bal oldali állítható kábeltartókhöz (11 és 12) 2 db 1/2 "X 4-1 / 4" hatlapfejű csavarral (39), 4 x 1/2" alátéttel (51)) és 2 db 1/2"-os nejlon anyát (56).

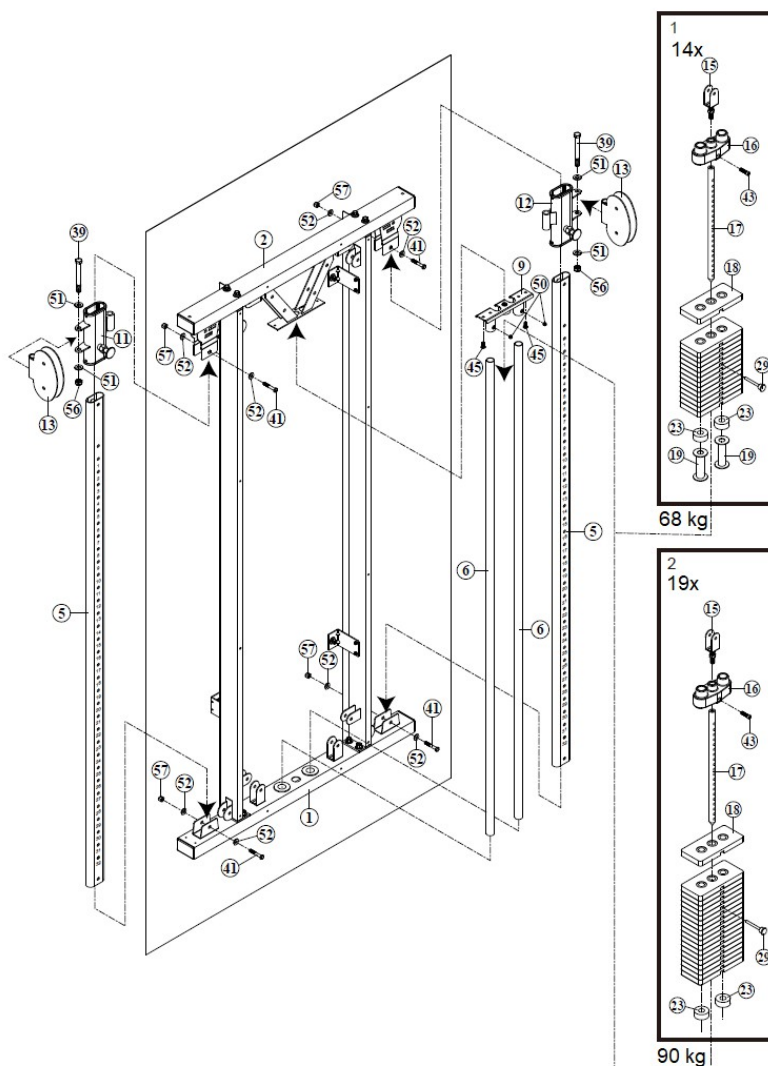
2. Rögzítse a 2x vezetőrudat (6) az alaphoz (1). A súlykonfigurációtól függően rögzítse a súlyt az 1. vagy 2. ábra szerint. Csúsztassa a súlytávtartókat (19 a konfigurációtól függően), a gumi alátéteket (23) és a súlyokat (18) a vezetőrudakra (6).

3. Csúsztassa a felső súlylemez (16) a súlyválasztó rúdra (17), és rögzítse a felső súlytárcsa csavarjával (43). Húzza meg. Csavarja rá a tárcsatartót (15) a súlyválasztó rúdra (17) 10 teljes fordulattal. Ezután csúsztassa a felső súlylemez (16) és a súlyválasztó rudat (17) a vezetőrudakra (6), lásd az ábrán.

4. Rögzítse a vezetőlemez tartót (9) a vezetősínhez (6), majd rögzítse a vezetőrúd tartót (9) a felső kerethez (2) 2 db 5/16 "X1 / 2" imbuszcsavarral (45).

5. Rögzítse a vezetőrudakat (6) a tartóhoz (9) 2 db 5/16 "X 1/4" hatlapfejű csavarral (50).

Húzza meg az összes csavart.



4. Lépés

Ne húzza meg, amíg nem utasítják rá. Az összeállítás egy kábelt tartalmaz, de a lépések fel vannak osztva a jobb érthetőség érdekében. Rögzítse a szíjtárcsákat a kábellel együtt.

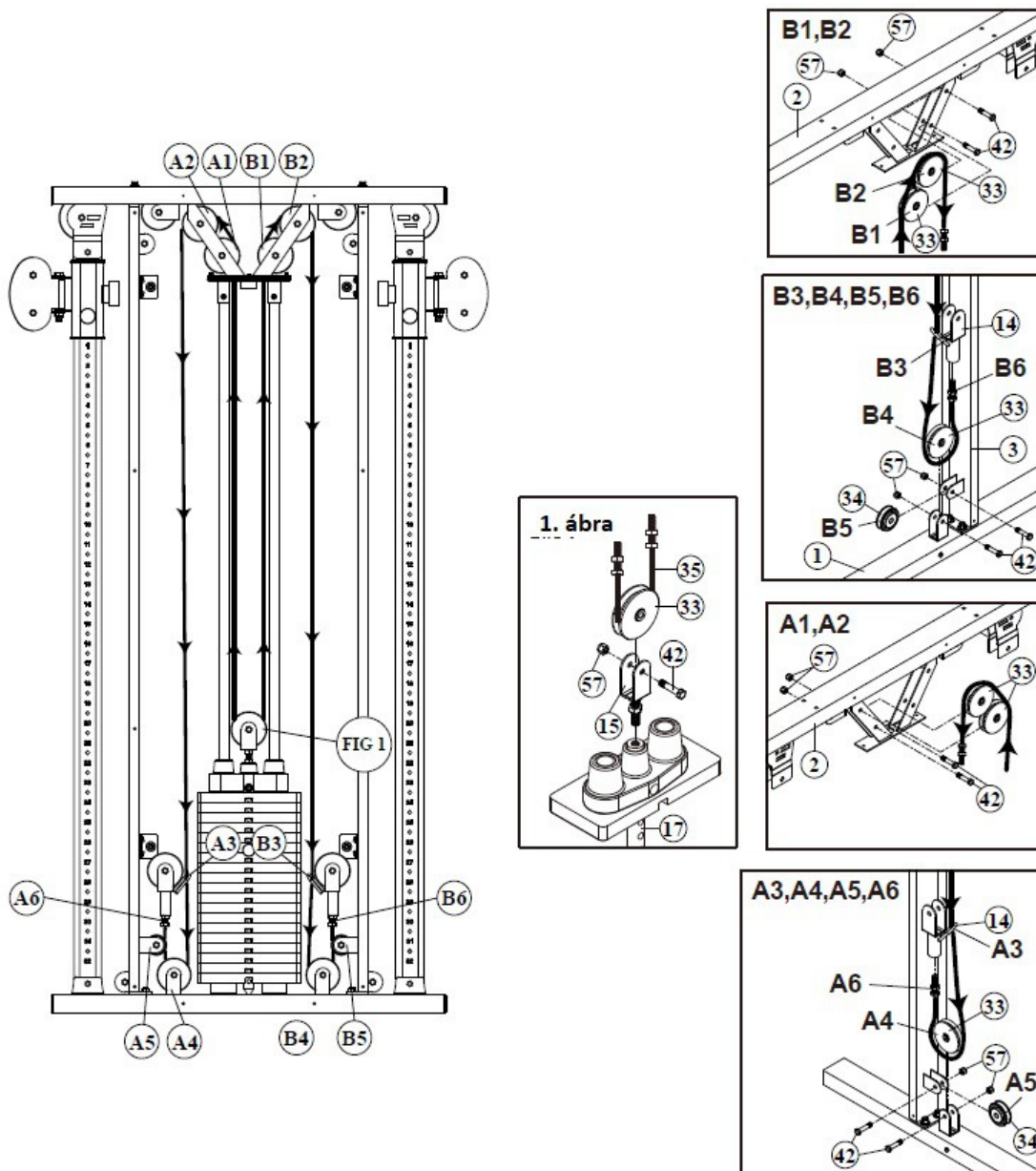
1. ábra - Rögzítse a 90 mm-es szíjtárcsát (33) a tartóhoz (15) a 3/8 "X 1-3 / 4" csavarral (42) és a 3/8"-os nylon anyával (57) a kábellel együtt felfelé vezetve.

A1, A2 ábra - Rögzítsen 2 db 90 mm-es szíjtárcsát (33) a felső kerethez (2) 2 db 3/8 "X 1-3 / 4" hatlapfejű csavarral (42) és 2x 3/8" nylon anyával (57) a kép szerint vezetett kábellel (35).

A3, A4, A5, A6 ábra - Rögzítse a 90 mm-es szíjtárcsát (33) az alaphoz (1) egy 3/8 "X 1-3 / 4" hatlapfejű csavarral (42) és egy 3/8"-os nylon anyával (57) a kép szerint vezetett kábellel (35). Rögzítse az 50 mm-es szíjtárcsát (34) a fő függőleges kerethez (3) egy 3/8 "X1-3 / 4" hatlapfejű csavarral (42) és egy 3/8"-os nylon anyával (57) úgy, hogy a kábelt az ábrán látható módon vezesse. (35). Ismétlje meg a B1-B6-hoz.

Húzza meg az összes csavart.

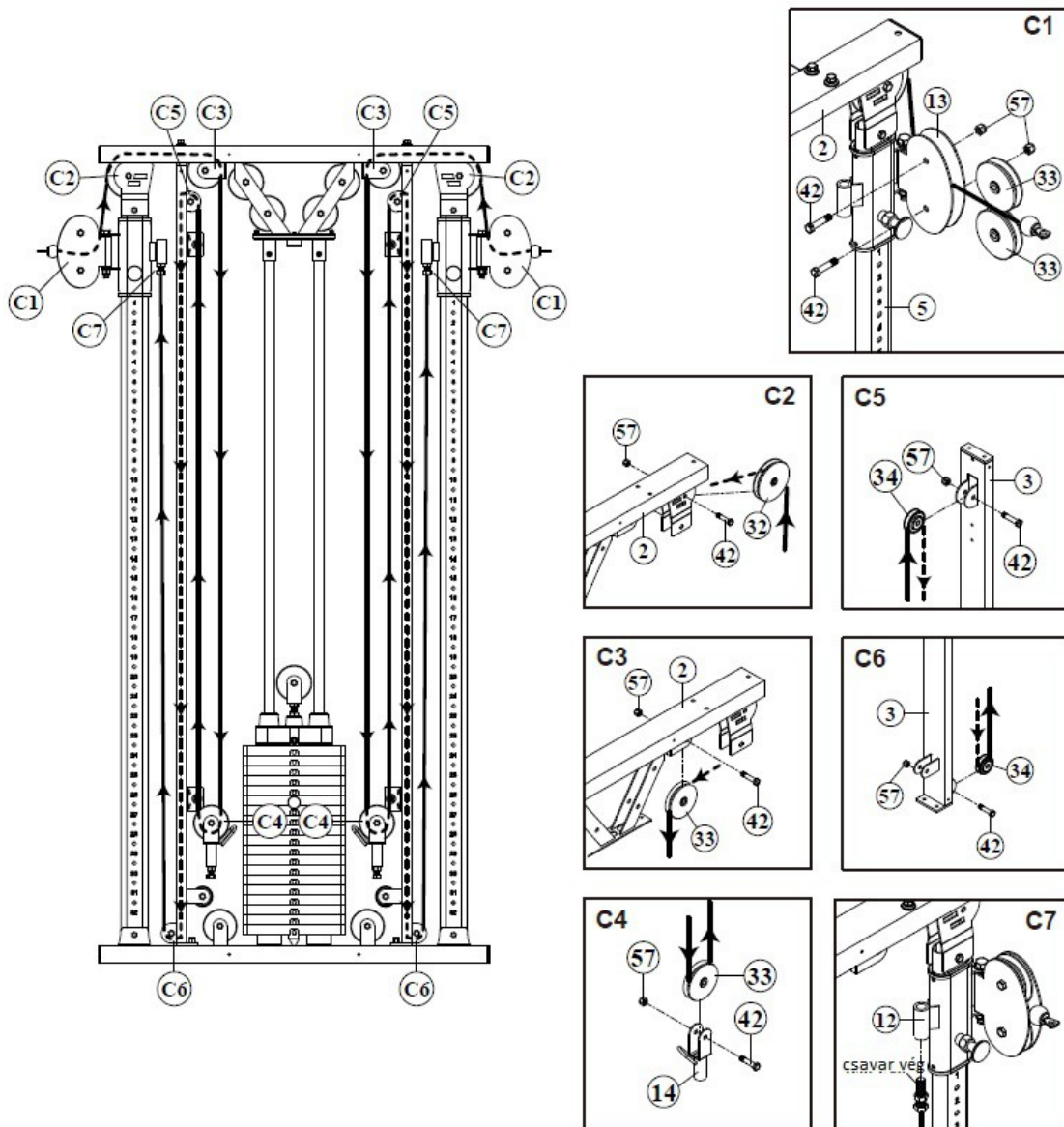
Fontos: A kábel (35) feszessége és hossza az A6 és B6 anyák elforgatásával állítható be. Az óramutató járásával megegyező irányú feszítéshez / rövidítéshez, az óramutató járásával ellentétes irányba történő kioldáshoz / kinyújtáshoz.



5. Lépés

1. C1 ábra - rögzítsen 2x 90 mm-es szíjtárcsát (33) a dupla tárcsatartóhoz (13) 2 x 3/8 "X 1-3 / 4" hatlapfejű csavarral (42) és 2x 3/8"-os nylon anyával (42)) a kép szerint vezetett kábellel.
2. C2 ábra - Rögzítse a 114 mm-es szíjtárcsát (32) a felső kerethez (2) egy 3/8 "X 1-3 / 4" hatlapfejű csavarral (42) és egy nylon anyával (57) a kábellel (36) az ábrán látható módon vezetve.
3. C3 ábra - rögzítse a 90 mm-es szíjtárcsát (33) a felső kerethez (2) egy 3/8 "X 1-3 / 4" hatlapfejű csavarral (42) és egy 3/8 hüvelykes nylon anyával (57) kábellel (36) a kép szerint vezetve.
4. C4 ábra - Rögzítse a 90 mm-es szíjtárcsát (33) a tartóhoz (14) a 3/8 "X 1-3 / 4" hatlapfejű csavarral (42) és a 3/8 hüvelykes nylon anyával (57) a kábelt (36) az ábra szerint vezesse.
5. C5, C6 ábra - rögzítse az 50 mm-es szíjtárcsát (34) a fő függőleges kerethez (3) egy 3/8 "X 1-3 / 4" hatlapfejű csavarral (42) és egy 3/8 hüvelykes nylon anyával (57) a kép szerint megvezetett kábellel (36).
6. C7 ábra - Rögzítse a csatlakozót a bal oldali kábeltartóhoz (12). Ismétlje meg a másik oldalon.

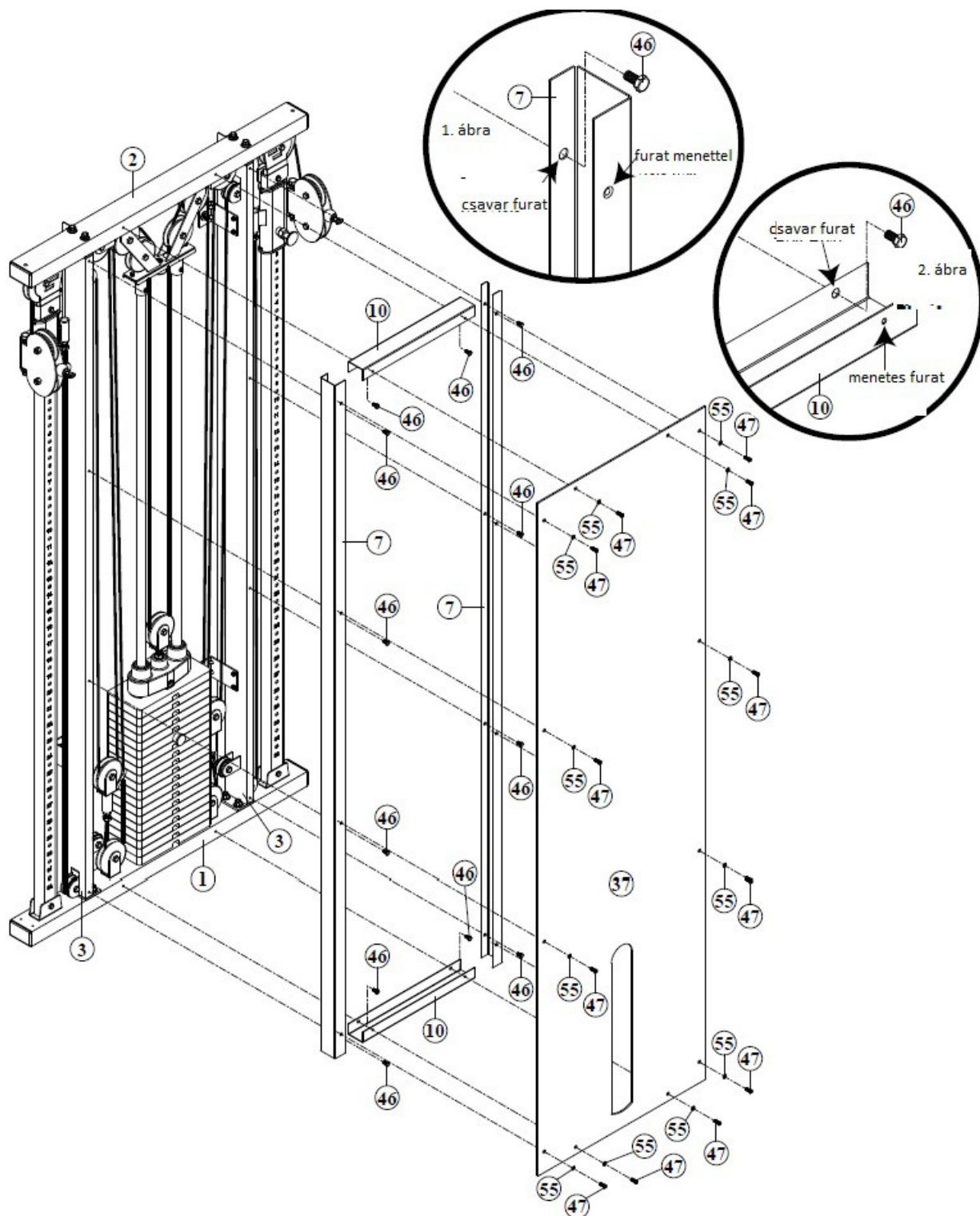
Fontos: A kábel (35) feszessége és hossza az anyák elforgatásával állítható be C7. ábra. Az óramutató járásával megegyező irányú feszítéshez / rövidítéshez, az óramutató járásával ellentétes irányba történő kioldáshoz / kinyújtáshoz.



6. Lépés

Fontos: A burkolatok (7 és 10) felhelyezése előtt győződjön meg arról, hogy a menetes furat kifelé néz, így a nagy burkolat (37) felhelyezhető.

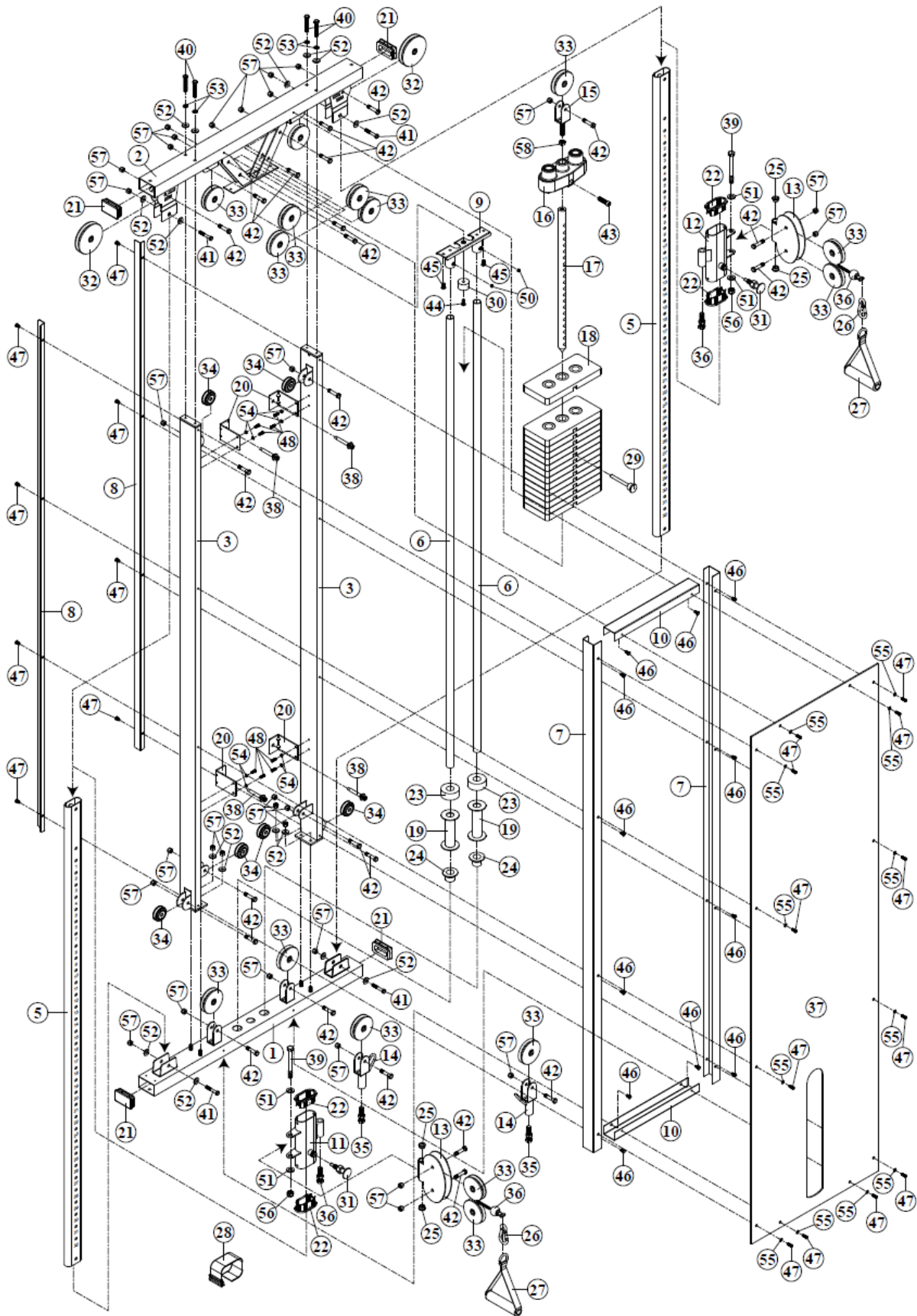
1. Rögzítse a burkolatot (7) a fő oszlopokhoz (3) 8x M6x12mm hatlapfejű csavarokkal (46)
2. Rögzítse a rövid burkolatokat (10) a tetejére (2) és az alapra (1) 4x M6 X 15 mm-es hatlapfejű csavarokkal (46).
3. Rögzítse a burkolatot (37) a burkolathoz (7 és 10) 12x M6 X 15 mm-es imbuszcsonnyal (47) és 12x M6 gumialátétkel (55).



KARBANTARTÁS ÉS TISZTÍTÁS

- Rendszeresen ellenőrizze a készüléket minden használat előtt. Győződjön meg arról, hogy minden csavar megfelelően meg van húzva.
- Ellenőrizze a kábelvezetést.
- Győződjön meg arról, hogy a súlyválasztó csapszeg megfelelően van behelyezve, és nem sérült.
- A kábeltartó magasságát egy csapszeggel állíthatja be.
- Tisztítsa meg a keretet nedves ruhával.
- Ellenőrizze a kábelek állapotát.
- Kenje meg az állítható részeket és a vezetőrudakat.

SZERKEZETI RAJZ



ALKATRÉS Z LISTA

No.	név	db	No.	név	db
1	Alapkeret	1	31	Csapszeg	2
2	Felső keret	1	32	114 mm-es alumínium tárcsa	2
3	Fő függőleges keret	2	33	90 mm-es alumínium tárcsa	15
5	Álló keret	2	34	50 mm-es szíjtárcsa	6
6	Vezetőrúd	2	35	Súlyzókábel	1
7	Hosszabb burkolat	2	36	Szíjtárcsa oszlop kábel	2
8	Hátsó burkolat	2	37	Akril panel	1
9	Vezetőrúd tartó	1	38	5/16" x 2-1/2" csavarkészlet	4
10	Rövidebb burkolat	2	39	1/2" x 4-1/4" hatlapfejű csavar	2
11	Jobb kábel magasságállító	1	40	3/8" x 2-1/4" hatlapfejű menetes csavar	4
12	Bal kábel magasságállító	1	41	3/8" x 2" hatlapú csavar	4
13	Dupla görgős tartó	2	42	3/8" x 1-3/4" hatlapfejű csavar	23
14	Egytárcsás tartó	2	43	Felső lemez csavar	1
15	Szíjtárcsa tartó	1	44	3/8" x 3/4" belső hatlapú csavar	1
16	Felső lemez	1	45	5/16" x 1/2" hatszögletű ötvözet	2
17	Kiválasztó rúd	1	46	Acél csavar	12
18	Súlytárcsa	19	47	M6 x 12mm hatlapfejű csavar	20
19	Súlytávtartó	2	48	M6 x 15mm belső hatlapú csavar	8
20	L alakú konzol	4	50	M6 x 10mm hatszögletű ötvözet	2
21	45 x 75 mm-es végsapka	4	51	Acél csavar	4
22	Műanyag persely	4	52	5/16" x 1/4" rögzítőcsavar	16
23	Gumi alátét	2	53	1/2" alátét	4
24	Műanyag vezetőrúd tartó	2	54	3/8" alátét	8
25	Persely	4	55	3/8" rugós alátét	12
26	Karabiner	2	56	M6 rugós alátét	2
27	Egykezes fogantyú	2	57	M6 gumi tömítés	31
28	Bokapánt	1	58	1/2" nylon anya	1
29	Kiválasztó csapszeg	1	59	3/8"-os nylon anya	1
30	Dugó	1	60	1/2" anya	1

KÖRNYEZETVÉDELLEM

Miután a termék élettartama lejárt, vagy ha a lehetséges javítás nem gazdaságos, a helyi törvényeknek megfelelően és környezetbarát módon dobja el a legközelebbi gyűjtőhelyen. Ezáltal megóvj a környezetet és a természetes forrásokat. Ezenkívül hozzájárulhat az emberi egészség védelméhez. Ha nem biztos a hulladék helyes eltávolításában, kérjen tájékoztatást a helyi hatóságoktól, hogy elkerülje a törvényszegést vagy a szankciókat. Ne tegye az elemeket a háztartási hulladék közé, hanem vigye az újrahasznosítási helyre.