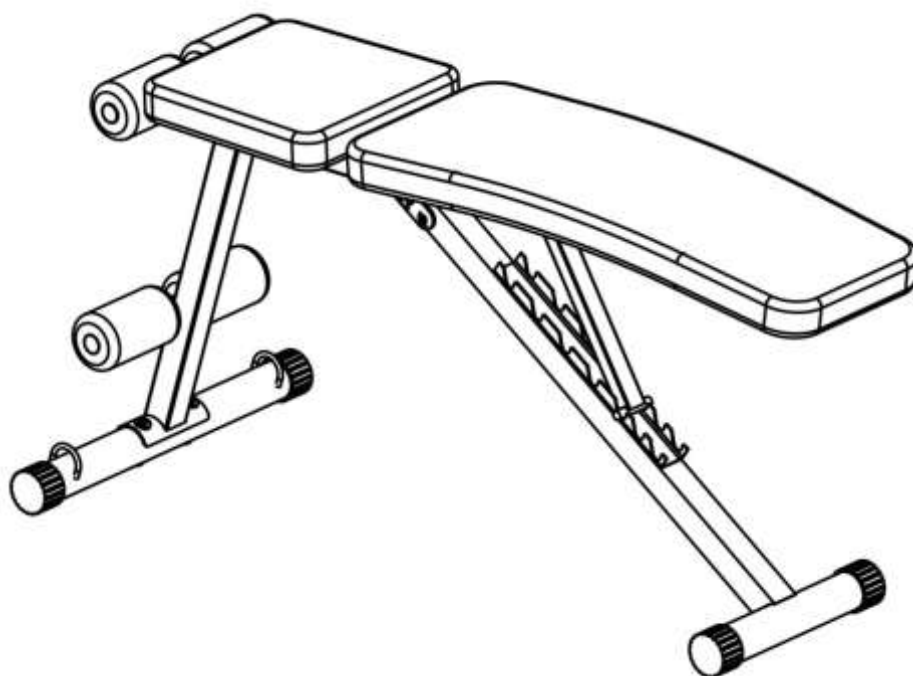




# СКАМЬЯ СИЛОВАЯ УНИВЕРСАЛЬНАЯ DFC с эспандерами

Артикул: DCH310



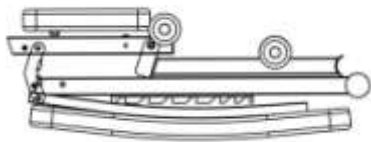
## РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

- \* Прочитайте это руководство перед сборкой или использованием тренажера.
- \* Держите инструкцию под рукой для дальнейшего использования.
- \* Если вы хотите подарить этот товар своим друзьям, не забудьте передать им инструкцию по эксплуатации.

## **ВАЖНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ**

- \* Максимальный вес пользователя - 120 кг.
- \* Не допускайте домашних животных и детей к тренажеру.
- \* Единовременно тренажером может пользоваться только один человек.
- \* Если вы чувствуете недомогание во время тренировки, немедленно прекратите использование тренажера и обратитесь к врачу за дальнейшими рекомендациями.
- \* Рекомендуется использовать под присмотром партнера. Люди с ограниченными возможностями могут пользоваться тренажером только под присмотром профессионала.
- \* Расположите скамью на сухой, ровной, твердой поверхности, чтобы предотвратить опрокидывание.
- \* Во время тренировок лучше носить подходящую спортивную одежду. Не надевайте слишком свободную одежду, чтобы избежать попадания одежды в узлы тренажера.
- \* Разминайтесь перед тренировкой.
- \* Не располагайте вокруг тренажера препятствия или острые предметы.
- \* Регулярно смазывайте подвижные узлы.
- \* Проверяйте устройство на отсутствие или износ деталей перед каждым использованием.
- \* Протирайте тренажер влажной тканью. Не используйте чистящие средства на основе растворителей.

## СБОРОЧНЫЕ ЕДИНИЦЫ



1. Основание скамьи x 1шт



2. Передняя опора x1 шт



3. Винт с кареткой M8 \* 60, изогнутая шайба M8, контргайка M8 x 2 шт.



4. Штекерный штифт x 3 шт



5. Тросы x 1 пара



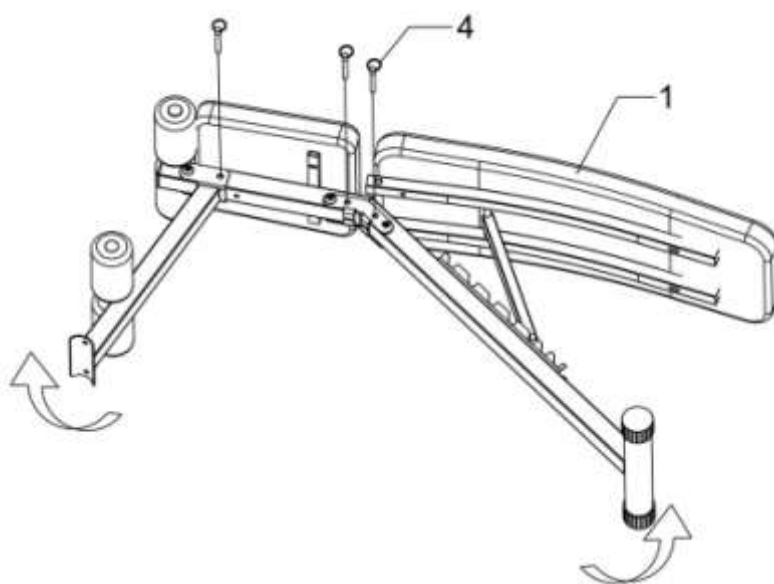
6. Гаечный ключ x 1шт



## ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

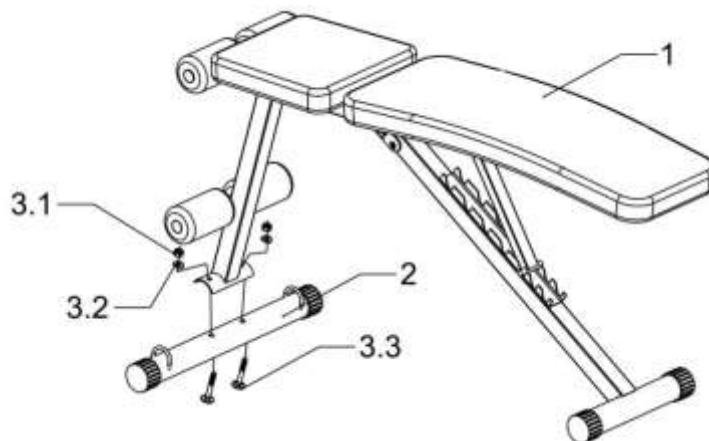
### Шаг 1:

Извлеките основание силовой скамьи (1) из упаковки. Разложите силовую скамью в направлении, указанном стрелкой, и поместите его на пол, как показано на рисунке ниже, совместите соответствующие отверстия для штифтов. Затем вставьте три штифта (4) в отверстия для штифтов соответственно (как показано на рисунке).



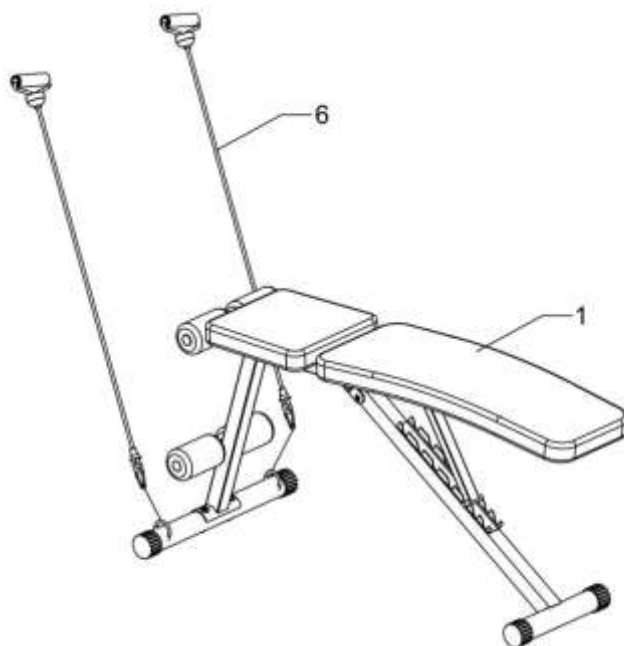
### Шаг 2:

Прикрепите переднюю опору (2) к основанию (1) с помощью двух контргаек (3.1), двух изогнутых шайб (3.2) и двух винтов (3.3), затяните гайки по часовой стрелке с помощью гаечного ключа (6) (как показано на рисунке).



### Шаг 3:

Закрепите тросы (6) на основании (1), как показано ниже.

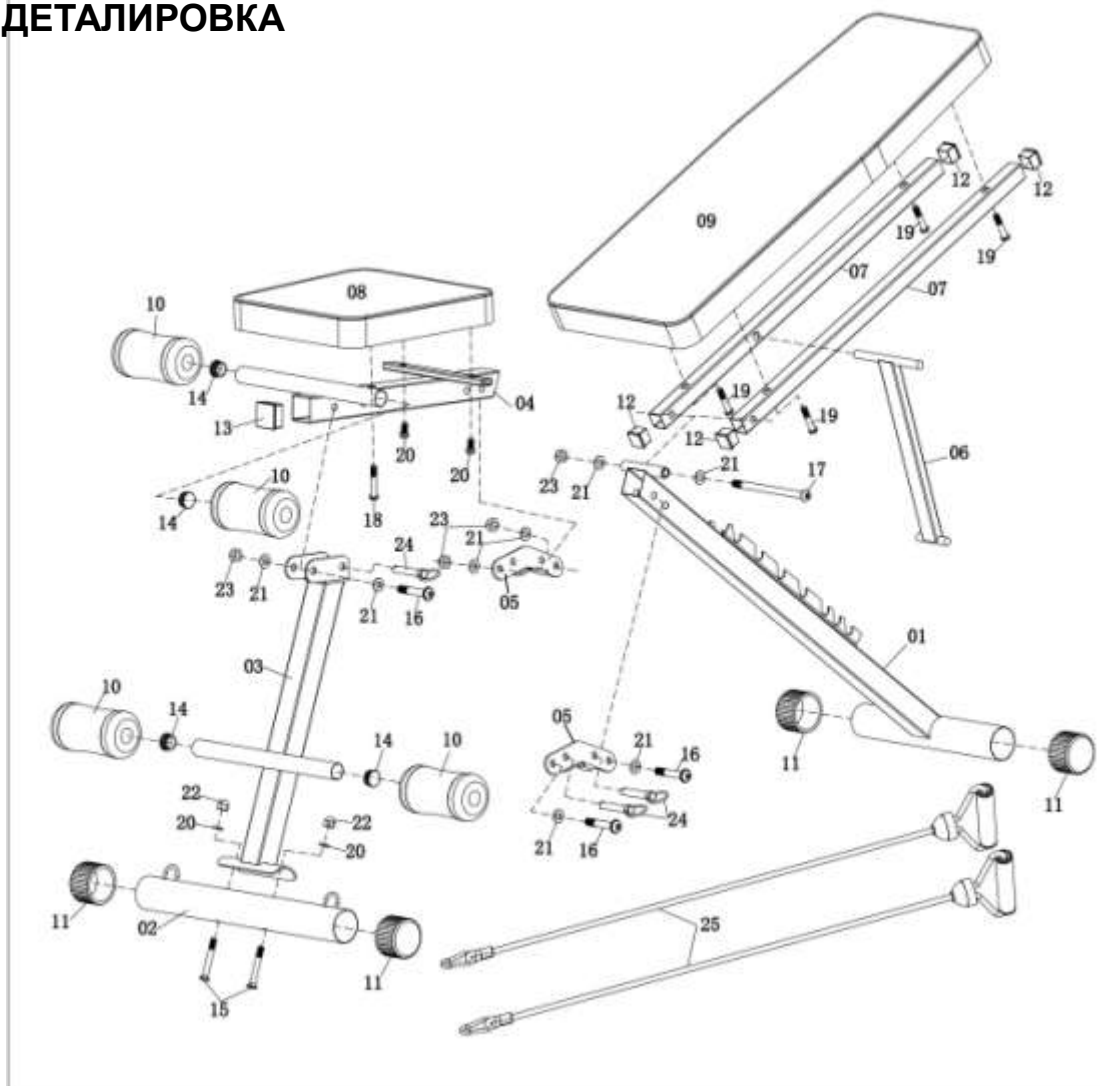


Силовая скамья готова к использованию.

Отрегулируйте спинку вверх или вниз при необходимости, как показано ниже.



# ДЕТАЛИРОВКА



	Наименование	Кол-во	№	Наименование	Кол-во
1	Рама задней трубы	1	13	Пластиковый кожух	1
2	Передняя ножная труба	1	14	Пластиковая заглушка	4
3	Рама передней трубы	1	15	M8x60 Винт каретки	2
4	Каркас подседельной трубы	1	16	M10x55 Болт	3
5	Соединительная трубка рамы	2	17	M10x150 Болт	1
6	Задняя опорная труба	1	18	M8x55 Болт	1
7	Рама задней трубы	2	19	M8x40 Болт	4
8	Подушка сидения	1	20	Изогнутая шайба	2
9	Подушка для спины	1	21	Плоская шайба	8
10	Роли для поддержки ног	4	22	Контргайка M8	2
11	Пластиковая заглушка	4	23	Контргайка M10	4
12	Пластиковая заглушка	4	24	Штырь	3
			25	Эспандеры	2