

Инструкции по сборке. Шаг 6

Установите турник (6) поверх конструкции, закрепите его при помощи комплекта крепежей (d). Обратите внимание: шайбу следует крепить с нижней части изделия – см. рисунок.



Инструменты:



Инструкции по сборке. Шаг 7.

Для регулировки конструкции используйте ручки (e). Ослабьте их, установите стойки (2) на нужную высоту, после чего заново затяните, зафиксировав конструкцию. После данного шага затяните все крепежи. Сборка завершена!



e



Инструменты:



Турник-брусья DFC

Артикул: G007Y; G007G

Руководство пользователя



Рекомендации (прочтите перед использованием)

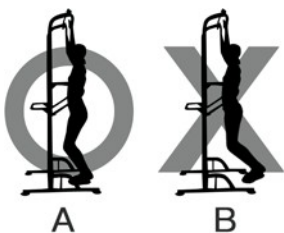
Благодарим вас за приобретение продукта! Чтобы использование тренажёра принесло вам максимум пользы, внимательно изучите инструкции по технике безопасности:

1. Собирайте тренажёр в соответствии с инструкциями данного руководства.
2. Сборка тренажёра занимает в среднем 50 минут.
3. Перед использованием тренажёра убедитесь, что все детали надёжно закреплены.
4. Регулярно выполняйте осмотр тренажёра. Если какая-то из деталей ослаблена, затяните её, при обнаружении повреждённой детали – выполните замену.
5. Тренажёр необходимо устанавливать на ровную и устойчивую поверхность. Убедитесь, что вокруг изделия нет острых предметов.
6. Во время занятий следуйте рекомендациям тренера.
7. Запрещается использовать тренажёр беременным женщинам, а также пользователям с сердечными заболеваниями и гипертонией.
8. Максимальный вес пользователя: 120 кг.

А Обратите внимание, что каждый отдельный пользователь имеет свою скорость обучения, поэтому адекватно оценивайте свои возможности.

Б Используйте тренажёр по его прямому назначению, избегайте опасных действий, которые могут стать причиной травм.

В Если во время занятий вы почувствуете недомогание, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к врачу.



Меры предосторожности

На рисунке А показано правильное положение тела во время подтягиваний, на рисунке Б – нарушения. Нарушение техники может привести не только к раскачиванию конструкции, но и к её опрокидыванию, поэтому будьте осторожны.

Инструкции по сборке. Шаг 4.

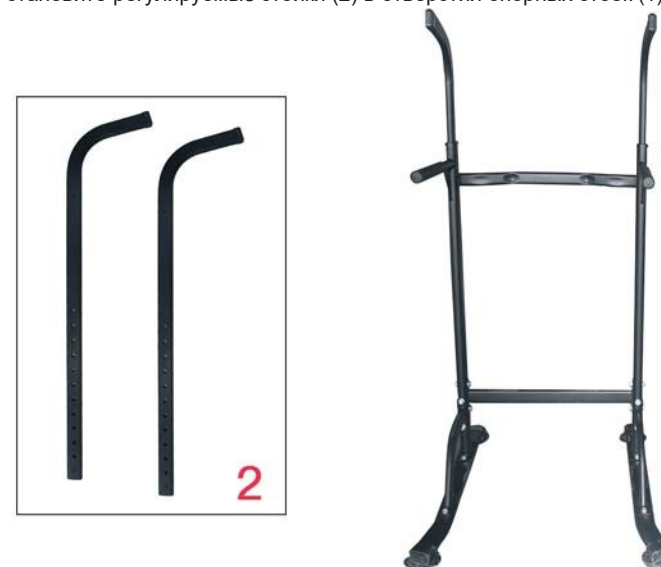
1. При помощи двух комплектов крепежей (с) закрепите спинку (3) на стойках (1).

Обратите внимание: не затягивайте винты на данном этапе полностью.



Инструкции по сборке. Шаг 5.

Установите регулируемые стойки (2) в отверстия опорных стоек (1).



Инструкции по сборке. Шаг 2.

При помощи четырёх комплектов крепежей (а) и (b) закрепите ножки (4) на стабилизаторах (7) и стойках (1) – см.рисунок.
Обратите внимание: не затягивайте винты на данном этапе полностью.



Инструкции по сборке. Шаг 3.

При помощи четырёх комплектов крепежей (а) закрепите соединительную перекладину (5) на стойках (1). Увеличенные шайбы должны быть установлены с наружной части конструкции.
Обратите внимание: не затягивайте винты на данном этапе полностью.



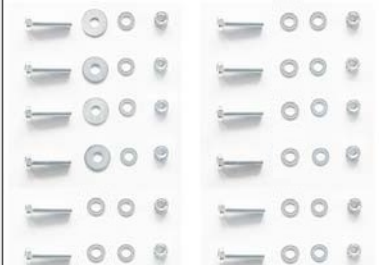
Перечень деталей



6. Турник



7. Левый и правый стабилизатор



а. Крепёж в комплекте (винт 8*45, шайбы, гайка) - 12 шт.



б. Крепёж в к-те (винт 8*80, шайбы, гайка) - 4 шт.



с. Винт 8*16, шайба - 2 шт.



д. Крепёж в комплекте (винт 8*80, шайба, гайка), гаечный ключ-2 шт.



е. Регулировочная ручка - 4 шт.

Инструкции по сборке. Шаг 1.

1

а

8



1. При помощи четырёх комплектов крепежей (а) закрепите на стабилизаторах (7) опорные стойки (1).
 2. Винты следует устанавливать с нижней части конструкции, чтобы завершить крепление, разместите сверху сначала большую шайбу, а затем малую.
- Обратите внимание: не затягивайте винты на данном этапе полностью.**

Инструменты:

