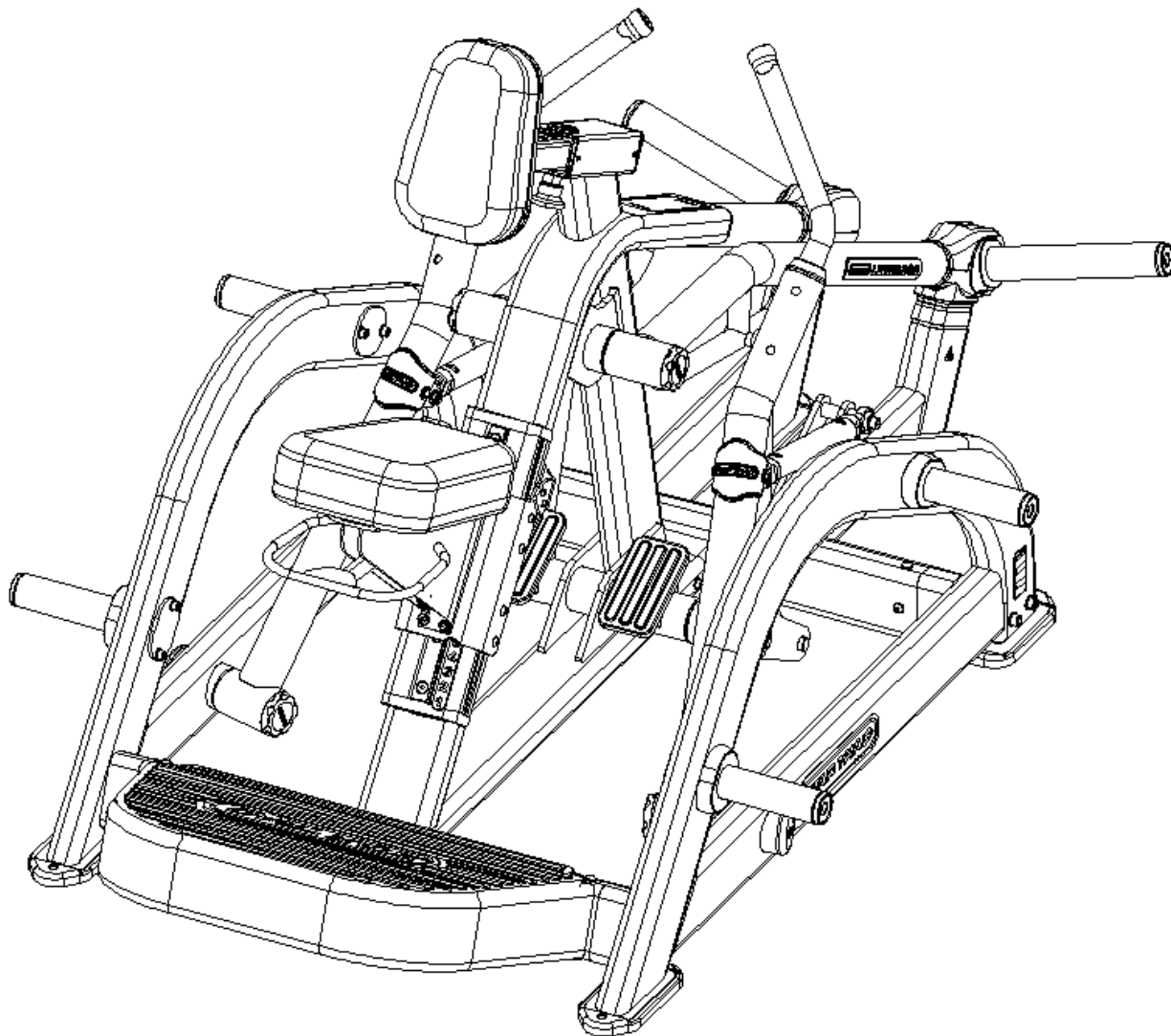


# LEVERAGE®



**ГОРИЗОНТАЛЬНАЯ (ГРЕБНАЯ)  
ТЯГА НА СВОБОДНЫХ ВЕСАХ NP-L3004**

**РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ И  
ИНСТРУКЦИИ ПО УСТАНОВКЕ**



---

# Руководство пользователя

Copyright 2016. Core Health and Fitness, LLC. Все права защищены, в том числе для воспроизведения данной книги или ее частей в любой форме без предварительного получения письменного разрешения от Core Health and Fitness, LLC.

Прилагаются все усилия для поддержания текущей информации; однако периодически вносятся изменения в содержащуюся здесь информацию, эти изменения будут включены в новые издания данной публикации. Все названия продуктов и логотипы являются товарными знаками соответствующих владельцев.

## ГЛАВНЫЙ ОФИС КОМПАНИИ

4400 NE 77<sup>th</sup> Avenue, Каб. 300, Ванкувер, WA 98662 США

**Тел.** +1 (888) 678-2476

[www.corehandf.com](http://www.corehandf.com)

## СЛУЖБА ПОДДЕРЖКИ КЛИЕНТОВ

Свяжитесь с местным дистрибьютором или напрямую с Health & Fitness, LLC:

**Тел.** +1-800-503-1221

[www.support@corehandf.com](mailto:www.support@corehandf.com)

# СОДЕРЖАНИЕ

---

• ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ / ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ	4
• ПРЕДУПРЕЖДАЮЩИЕ НАКЛЕЙКИ С НОМЕРАМИ ДЕТАЛЕЙ	7
• РУКОВОДСТВО ПО УПРАЖНЕНИЯМ	8
• ОБСЛУЖИВАНИЕ И ЭКСПЛУАТАЦИЯ	9
• ИНСТРУКЦИЯ ПО УСТАНОВКЕ	10
• КРЕПЕЖНЫЕ ДЕТАЛИ	17

# Предупредительная информация и правила техники безопасности



Очень важно, чтобы Вы прочли и просмотрели данное руководство перед началом работы с продуктом и сохранили его для дальнейшего пользования. Необходимо выполнить требования технического обслуживания, указанные в руководстве, для обеспечения надлежащей работы оборудования и Вашей удовлетворенности.

Закупщик оборудования Nautilus® Leverage® обязан прочитать руководство пользователя, предупреждающие наклейки и надлежащим образом проинструктировать своих покупателей и персонал относительно правильного использования оборудования.

Всем пользователям Nautilus рекомендуется ознакомиться со следующей информацией перед использованием оборудования.

Nautilus рекомендует использовать все коммерческое фитнес-оборудование в контролируемой зоне. Мы рекомендуем размещать оборудование в зоне контролируемого доступа. За это несет ответственность владелец оборудования. Степень контроля - по усмотрению владельца.

## Надлежащее использование

Не используйте оборудование иным способом, не предусмотренным производителем. Для избежания травм используйте оборудование Nautilus только по назначению.

Избегайте попадания рук и ног между подвижными частями для избежания травм.

Прочтите все предупреждающие надписи и попросите квалифицированного специалиста проинструктировать вас перед началом использования оборудования для силовых тренировок Nautilus.

## Крепежные детали

Все оборудование ДОЛЖНО быть закреплено (с помощью болтов и плотно затянуто) на твердой ровной поверхности, используя минимум 3 крепежных отверстия для стабилизации и предотвращения качания или опрокидывания. Выровняйте любую опорную поверхность, которая не лежит полностью на полу, с помощью прокладок, НЕ прижимайте основание к полу с помощью крепежных болтов.

Предел прочности на растяжение у крепежных болтов должен быть минимум 227 кг, класс прочности - 2 или выше, болты должны быть установлены по спецификациям производителя.

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ.** Из-за большого разнообразия напольных покрытий, на которых оборудование может быть закреплено или установлено, а также из-за различий в строительных нормах, Core Health & Fitness не несет никакой ответственности за ущерб, нанесенный напольному покрытию, который может возникнуть из-за закрепления или установки оборудования для соответствия местным строительным нормам. Для правильной установки и соответствия местным строительным нормам следует обращаться только к лицензированным подрядчикам или квалифицированным специалистам.

# Проверьте детали на наличие повреждений

НЕ используйте оборудование, которое повреждено, изношено или сломано. Используйте только запасные части, поставляемые официальными дилерами и дистрибьюторами Nautilus® и Core Health & Fitness.

НЕ УДАЛЯЙТЕ ПРЕДУПРЕЖДАЮЩИЕ НАДПИСИ И НАКЛЕЙКИ. Не удаляйте предупреждающие надписи и наклейки. Они содержат важную информацию. Если они нечитаемы или отсутствуют, свяжитесь с дилерами и дистрибьюторами Nautilus для последующей замены.

ОБСЛУЖИВАНИЕ ВСЕГО ОБОРУДОВАНИЯ. Профилактическое обслуживание, а также безопасные условия эксплуатации необходимы для длительного и надежного использования оборудования. Несоблюдение мер профилактического обслуживания со стороны владельца может привести к неправильной работе оборудования. Оборудование необходимо проверять и поддерживать на регулярной основе в соответствии с планом профилактического обслуживания, приведенным в этом руководстве.

Убедитесь, что человек (люди), которое производит корректировку или выполняет техническое обслуживание или ремонт любого типа, достаточно квалифицирован. Nautilus проводит обучение персонала методам технического обслуживания и текущего ремонта на корпоративном предприятии по запросу или на месте работы, если будут созданы подходящие для обучения условия.

## Предупредительная информация и правила техники безопасности

### Особое предупреждение

1. Данное оборудование предназначено для использования в тренажерных залах или спортивно-оздоровительных центрах. Перед началом занятий для надлежащего и безопасного использования оборудования все пользователи должны прочитать это руководство. Этот тренажер должен стать частью Вашей программы тренировок в клубе и использоваться клиентами безопасным способом. Кроме инструктажа по правильному использованию оборудования, члены клуба перед тем, как начать программу любых тренировок, должны пройти полное медицинское обследование.
2. Оборудование не предназначено для детей. Оно также не предназначено для использования лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или лицами с недостаточным опытом и знаниями, за исключением случаев, когда они проинструктированы и во время работы с оборудованием находятся под личным контролем лиц, ответственных за их безопасность. Не оставляйте детей без присмотра рядом с оборудованием.
3. Не перенапрягайтесь во время упражнений. Остановитесь, если почувствуете боль или стеснение в грудной клетке, начнете задыхаться или почувствуете слабость. Если во время упражнений Вы почувствуете боль или другие симптомы, не продолжайте занятие, остановитесь, обратитесь к врачу.
4. Безопасность и целостность оборудования может быть гарантирована только в том случае, если оборудование регулярно проверяется на предмет повреждений, износа и во время ремонтируется. За регулярное техническое обслуживание ответственность несет лично владелец оборудования. Незамедлительно замените износившиеся или поврежденные детали, не используйте оборудование, до тех пор, пока не будет произведен ремонт.
5. НЕ пытайтесь починить сломанное или неисправное оборудование. Обратитесь к соответствующему персоналу Nautilus.
6. Перед использованием оборудования убедитесь, что все регулировочные приспособления и

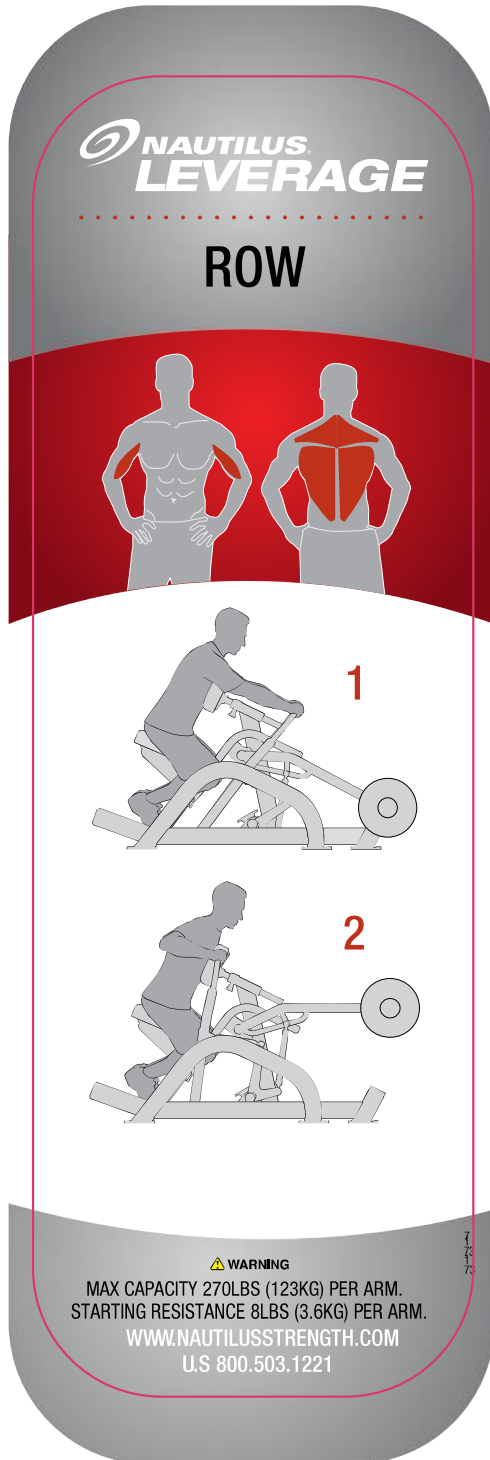
запорные устройства надежно закреплены.

7. Устанавливайте платформу оборудования строго на ровной поверхности для предотвращения опрокидывания и травмирования. Вес с каждой стороны НЕ должен превышать 104.5 кг.
8. Пользуйтесь помощью страхующего при выполнении всех видов упражнений.
9. Для утяжеления используйте диски только олимпийского образца (2.0"). Не используйте гантели или какие-либо другие средства утяжеления, кроме указанных.
10. Всегда используйте устройства для удержания веса, например зажимы или штыри.
11. Добавляйте весовые плиты до предельно допустимой нагрузки оборудования. Убедитесь, что все плиты полностью помещены на шток.
12. Никогда не превышайте максимально допустимую нагрузку для силовых комплексов, тренажеров со свободным весом, скамеек или другого оборудования, включая ограничения по удельному весу для штанг и крючков. См. стр. 5, где указана максимальная нагрузка для создания сопротивления.
13. Убедитесь, что у вас достаточно пространства для безопасного доступа и работы с оборудованием NAUTILUS.
14. Убедитесь, что все пользователи обучены тому, как пользоваться оборудованием NAUTILUS®
15. Надевайте подходящую для упражнений одежду и обувь. Не надевайте слишком свободную одежду. Завяжите волосы, и избегайте попадания полотенца между движущимися частями тренажера. Всегда смотрите прямо, не пытайтесь повернуться когда оборудование находится в работе.
16. Закупщик обязан надлежащим образом проинструктировать своих покупателей и персонал относительно правильного использования всего оборудования NAUTILUS.
17. Держитесь на расстоянии от движущихся деталей оборудования. Избегайте попадания рук и ног между подвижными частями. Это может привести к серьезным травмам.
18. Убедитесь, что человек (люди), которое производит корректировку или выполняет техническое обслуживание или ремонт любого типа, достаточно квалифицирован.
19. Для обеспечения целостности устройства регулярно проверяйте все крепежные детали, которые соединяют части оборудования с основным каркасом, затяните в случае необходимости.
20. Регулярно осуществляйте профилактическое обслуживание оборудования NAUTILUS . Также обратите особое внимание на все области, наиболее подверженные износу.
21. Ведите журнал учета работ по техническому обслуживанию оборудования.
22. Незамедлительно замените износившиеся или поврежденные детали. Если вы не можете своевременно заменить изношенные или поврежденные детали, демонтируйте эти части оборудования NAUTILUS до тех пор, пока не будет произведен ремонт.
23. Используйте только запасные части, поставляемые официальными дилерами и дистрибьюторами Nautilus. Ничем не заменяйте, иначе гарантия недействительна.

# Предупреждающие наклейки и надписи

На следующих страницах показаны примеры предупреждающих наклеек и надписей NAUTILUS®, размещаемых на оборудовании в рамках производственного процесса. Очень важно, чтобы владельцы оборудования сохраняли целостность наклеек и их расположение. Если Вы обнаружите, что какие-либо наклейки отсутствуют или повреждены, вы можете заказать замену, у каждого образца для этого есть соответствующий номер.

ПРИМЕЧАНИЕ: НАКЛЕЙКИ И ЭТИКЕТКИ ПОКАЗАНЫ НЕ В МАСШТАБЕ



Плакат с упражнениями  
731-7317



! ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ  
ЗАКРЕПИТЕ ТРЕНАЖЕР

Наклейка с  
предупреждением  
731-0517

Точка защемления,  
располагается на  
движущихся деталях  
731-0512



# РУКОВОДСТВО ПО УПРАЖНЕНИЯМ

---

- Как и большинство спортивных упражнений, силовые тренировки связаны с определенной степенью риска. Используйте эту информацию, чтобы помочь себе и/или Вашим клиентам сделать работу с оборудованием NAUTILUS продуктивной и безопасной.
- Перед началом любой программы силовых тренировок людям, имеющим какие-либо проблемы со здоровьем и/или лицам, которые не знакомы с риском, связанным с силовыми тренировками, необходимо проконсультироваться с врачом.
- Все тренировки должны контролироваться квалифицированным персоналом.
- Убедитесь, что предупреждающие наклейки, размещенные на оборудовании NAUTILUS, находятся на изделии и не повреждены. Также убедитесь, что каждый пользователь прочитал и понял всю информацию на наклейках (по безопасности, обучающих и/или других).
- Все пользователи должны быть проинструктированы относительно правильного использования оборудования NAUTILUS, а также действий, которых следует избегать.
- Горизонтальная тяга NAUTILUS оснащена предохранительными защелками, специально разработанными для более комфортного использования тренажера и защиты пользователя – ВСЕГДА используйте предохранительные защелки, как указано на плакатах.

## **Для предотвращения травмирования пользователя и людей, находящихся рядом:**

- Не опирайтесь на каркас, держатель грузоблока или любой другой компонент независимо от того находится он в движении или нет.
- Держитесь на расстоянии от движущихся деталей оборудования. Избегайте попадания рук и ног между подвижными частями. Это может привести к серьезным травмам.
- Упражнения со свободным или выбранным весом должны выполняться с привлечением страхующего.
- Всегда обеспечивайте точное позиционирование предохранительных стопоров во время каждого упражнения.



# ОБСЛУЖИВАНИЕ И ЭКСПЛУАТАЦИЯ

---

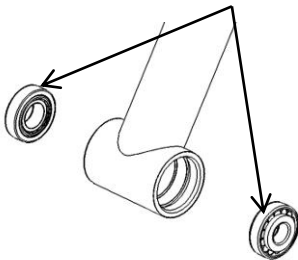
ГОРИЗОНТАЛЬНАЯ ТЯГА требует очень небольшого технического обслуживания. Чтобы ваше оборудование работало наилучшим образом, придерживайтесь следующих рекомендаций.

## ОБЩАЯ ЧИСТКА

- ☑ Протирайте тренажер легким универсальным чистящим средством, например разбавленным Simple Green в соотношении 30:1.
- ☑ Высушите оборудование мягкой тканью, чтобы предотвратить появление ржавчины.

## НАСАДКА ДЛЯ СМАЗКИ ПОДШИПНИКОВ

- ☑ Перед установкой подшипников 731-0842 и 731-2595 они должны быть полностью заполнены литевой смазкой общего назначения 2-го класса.



## ЗАТЯЖКА КОНИЧЕСКОГО РОЛИКОВОГО ПОДШИПНИКА НА ВСЕХ ВАЛАХ

- Для правильной затяжки роликового подшипника:
  - ☑ Если лепестковая шайба не установлена, затяните гайку подшипника до 40-42 фунт/фут. (Это выровняет и установит подшипники на место.)
  - ☑ Открутите гайку, затем установите лепестковую шайбу.
  - ☑ Затяните гайку до 7-9 фунт/фут, теперь согните лепестки на шайбах, чтобы зафиксировать их на месте.

# ИНСТРУКЦИЯ ПО УСТАНОВКЕ

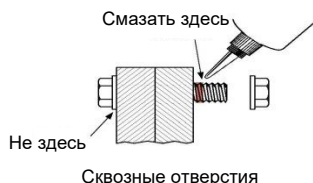
## НЕОБХОДИМЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ:

• Накидной/открытый ключ 13 мм.....	1	• Головка для шестигранного ключа 5 мм .....	1
• Торцевая головка 13 мм .....	1	• Головка для шестигранного ключа 6 мм .....	1
• Динамометрический ключ .....	1		

## ОБЩИЕ УКАЗАНИЯ:

- Если не указано иное, используйте жидкий фиксатор резьбовых соединений 242/243 или эквивалентный ограничитель резьбы на всех резьбовых крепежных деталях. (Не применяйте ограничитель резьбы при использовании гайки с нейлоном.)
- Всё оборудование NAUTILUS Strength ДОЛЖНО быть закреплено на полу с помощью болтов 10 мм или 3/8" (класс прочности - минимум 5).
- Данная инструкция по установке должна использоваться вместе с руководством по эксплуатации устройства. Руководство пользователя описывает настройку оборудования и инструктирует пользователей оборудования на предмет правильного и безопасного его использования.
- Для выполнения установки требуется по крайней мере два человека.

ПРИМЕНЕНИЕ ФИКСАТОРА РЕЗЬБОВЫХ СОЕДИНЕНИЙ. Очистите резьбу и отверстия, нанесите не более 3-4 капель на болт.



## Технические характеристики по затяжке стальных болтов

Размер болта	Шаг резьбы	Момент затяжки, Н (фунты/фут)
6 мм	1.25	от 10 до 13.5 (от 8 до 10)
8 мм	1.25	от 25.5 до 28.5 (от 19 до 21)
10 мм	1.75	от 55.5 до 58 (от 41 до 43)
12 мм	1.25	от 61 до 65 (от 45 до 48)

1. Затяните все болты до значений, которые рекомендованы выше, если не указано иное.
2. См. страницу со списком крепежных деталей в настоящем руководстве, где дана информации о размерах крепежных деталей; только для справки.
3. Примечание. Все значения момента затяжки соответствуют значения, указанным в таблице, если не указано иное.

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ.** Все конические роликовые подшипники должны поставляться с завода в упаковке со смазкой. Прежде чем приступать к сборке изделия, Вы обязаны убедиться, что ВСЕ конические роликовые подшипники полностью заполнены смазкой. Если какой-либо подшипник нуждается в смазке, используйте универсальную литиевую смазку 2-го класса. Полностью заполните роликовый подшипник смазкой, выдавив смазку под сепаратор подшипника между роликами со стороны большего диаметра, таким образом она должна просочится в сторону меньшего диаметра.

Несоблюдение правил смазки подшипников и поддержания их в надлежащем состоянии может привести к повреждению, которое в свою очередь может послужить причиной выхода подшипника из строя во время эксплуатации, создавая риск серьезных телесных повреждений.

## УДАЛЕНИЕ УПАКОВКИ:

Осторожно удалите все упаковочные материалы, в которые сложено оборудование.

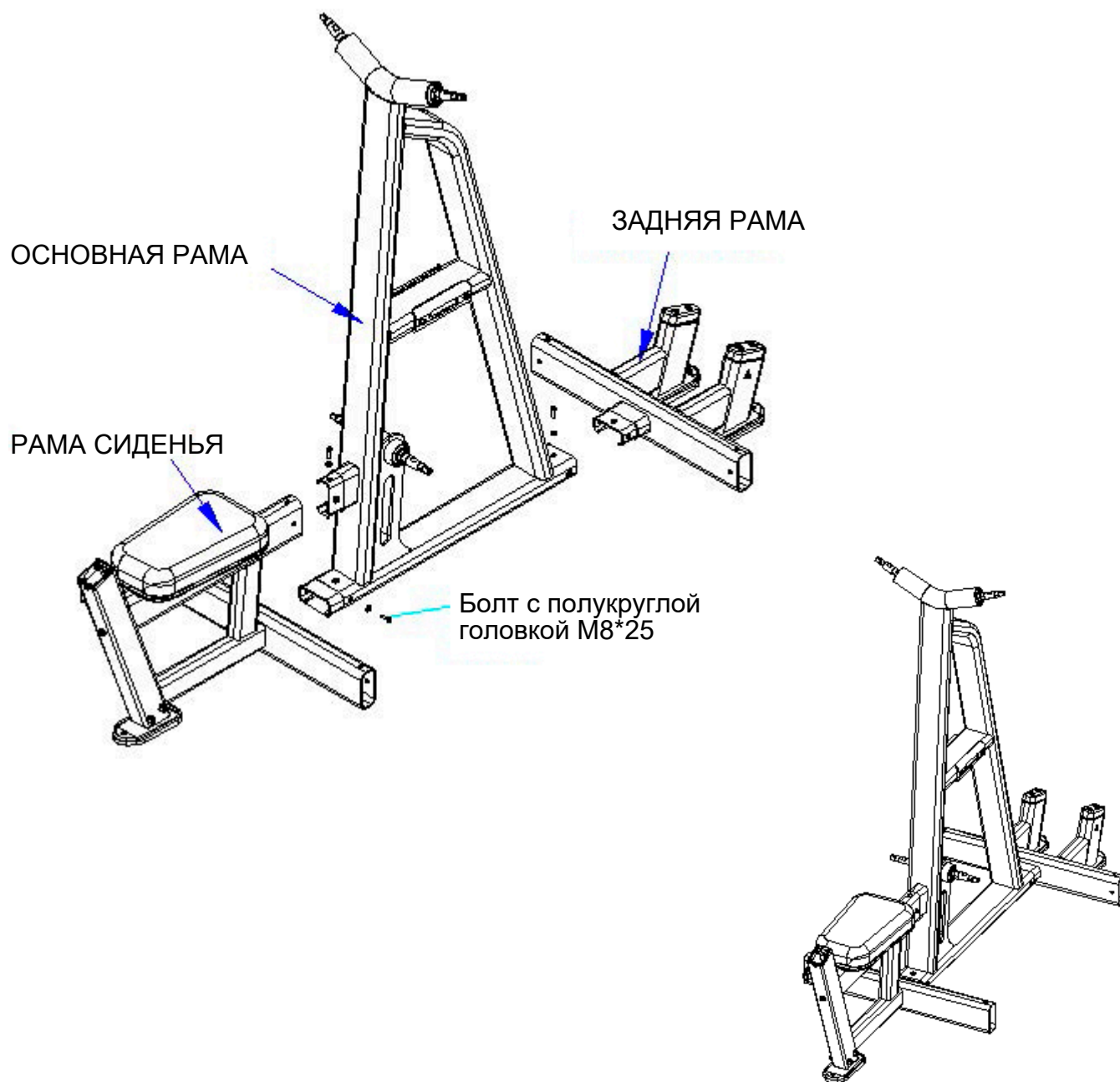
**НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛЕЗВИЕ ИЛИ КАНЦЕЛЯРСКИЙ НОЖ, Т.К. МОЖЕТЕ ПОВРЕДИТЬ ОБОРУДОВАНИЕ.**  
Достаньте все компоненты из коробки и отложите в сторону для последующей сборки.



Если какая-либо деталь отсутствует или у Вас есть вопросы по работе с оборудованием, обратитесь к руководству пользователя или воспользуйтесь сайтом @ [www.nautilus.com](http://www.nautilus.com). Смотрите серийный номер и номер модели, указанные на Вашем оборудовании.

## ШАГ №1. РАСПАКОВКА И СБОРКА ОСНОВНОЙ РАМЫ

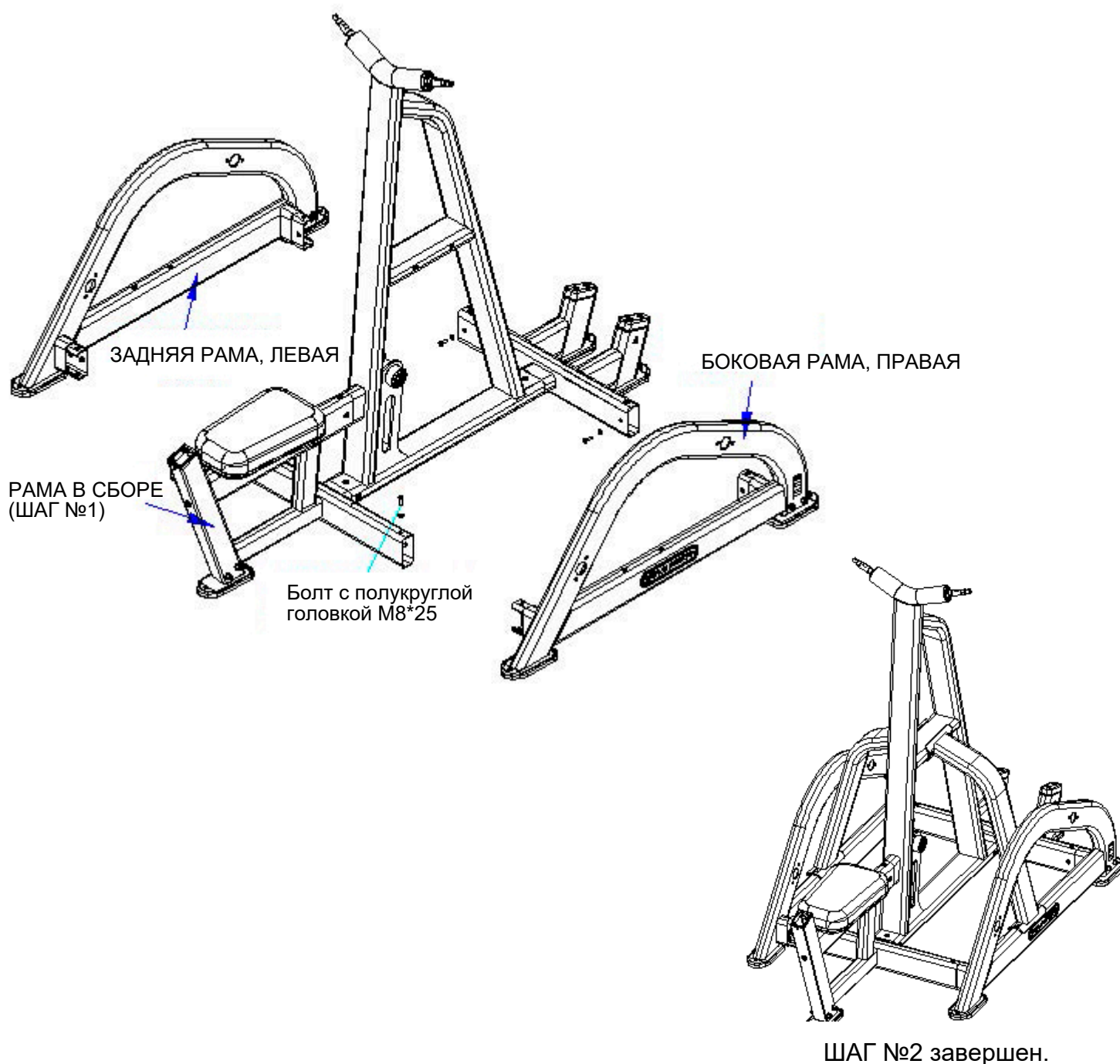
1. Извлеките и разверните все детали из упаковочных коробок. Разложите все детали на чистом открытом месте, чтобы подготовиться к сборке.
2. Найдите ОСНОВНУЮ РАМУ, ЗАДНЮЮ РАМУ и РАМУ СИДЕНЬЯ, как показано ниже.
3. Вставьте РАМУ СИДЕНЬЯ в ОСНОВНУЮ РАМУ. Установите не затягивая три БОЛТА С ПОЛУКРУГЛОЙ ГОЛОВКОЙ (M8x25 мм), и три ПЛОСКИЕ ШАЙБЫ (M8).
4. Вставьте ЗАДНЮЮ РАМУ в ОСНОВНУЮ РАМУ. Установите не затягивая три БОЛТА С ПОЛУКРУГЛОЙ ГОЛОВКОЙ (M8x25 мм), и три ПЛОСКИЕ ШАЙБЫ (M8).



ШАГ №1 завершен.

## ШАГ №2. УСТАНОВКА БОКОВЫХ РАМ

1. Найдите БОКОВУЮ ЛЕВУЮ РАМУ и БОКОВУЮ ПРАВУЮ РАМУ, как показано ниже.
2. Придвиньте ЛЕВУЮ БОКОВУЮ РАМУ к РАМЕ В СБОРЕ (ШАГ №1), как показано на рисунке. На каждом соединении установите не затягивая три БОЛТА С ПОЛУКРУГЛОЙ ГОЛОВКОЙ (M8x25 мм), и три ПЛОСКИЕ ШАЙБЫ (M8).
3. Придвиньте ПРАВУЮ БОКОВУЮ РАМУ к РАМЕ В СБОРЕ (ШАГ №1), как показано на рисунке. На каждом соединении установите не затягивая три БОЛТА С ПОЛУКРУГЛОЙ ГОЛОВКОЙ (M8x25 мм), и три ПЛОСКИЕ ШАЙБЫ (M8).
4. Используя шестигранный ключ 5 мм, затяните все БОЛТЫ с ПОЛУКРУГЛОЙ ГОЛОВКОЙ (M8x25 мм), начиная с ШАГА №1 и №2, до заданного момента затяжки. **Примечание. На каждом соединении будет по три болта: сверху, снизу и сбоку.**



### ШАГ №3. УСТАНОВКА ВЕРХНИХ И НИЖНИХ РЫЧАГОВ

1. Возьмите один верхний и один нижний рычаги и наденьте их на соответствующие валы, как показано ниже. Надеть необходимо той стороной, на которой находятся подшипник и прокладка.
2. После того, как рычаги будут надеты, установите полностью смазанный ПОДШИПНИК (КОНИЧЕСКИЙ, 20 мм) меньшим диаметром вперед. Затем установите ШАЙБУ (толщиной 3 мм, с внутренним диаметром 17 мм), ЛЕПЕСТКОВУЮ ШАЙБУ и ГАЙКУ ПОДШИПНИКА, как показано на рисунке А. **Примечание. Лепестковая шайба будет иметь выступающий через внутренний диаметр лепестков, который должен совпадать с пазом на валу.**
3. Используя идущий в комплекте гаечный ключ, затяните гайку подшипника с моментом затяжки 7-9 фунт/фут. Убедитесь, что подшипники установлены правильно, покачивая нижний и верхний рычаги. Если в рычаге имеется чрезмерный люфт, вам необходимо сильнее затянуть гайку подшипника.
4. После того, как гайка будет плотно затянута, с помощью маленькой плоской отвертки загните один из лепестков шайбы в один из четырех пазов в гайке подшипника, как показано на рис. В.
5. Повторите шаги с 1 по 4 с оставшимися нижним и верхним рычагами, как показано на рисунке.

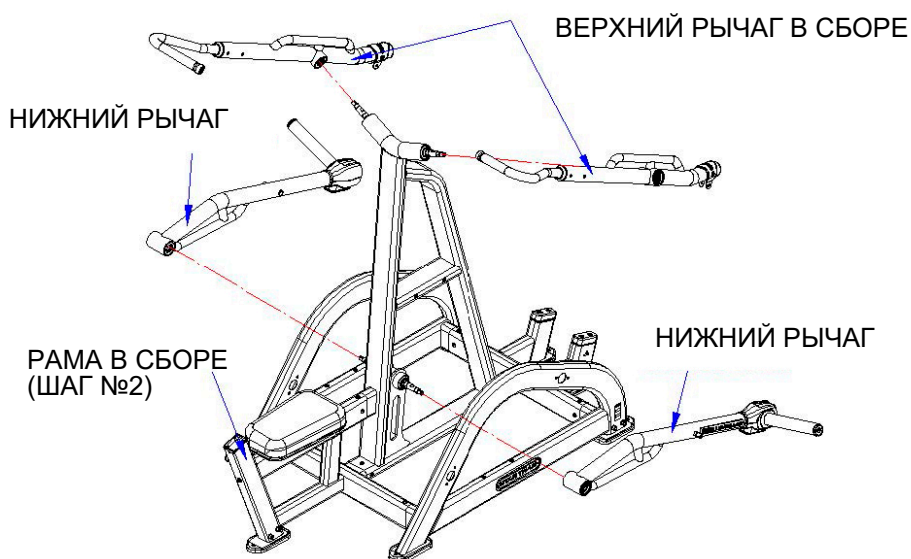


Рис. А

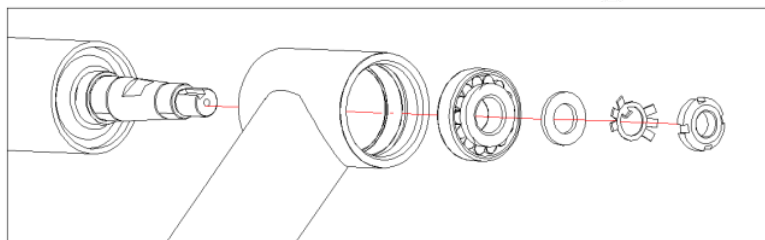
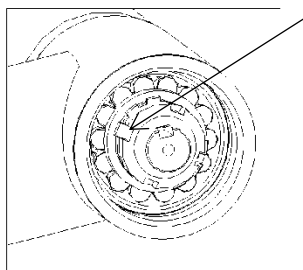
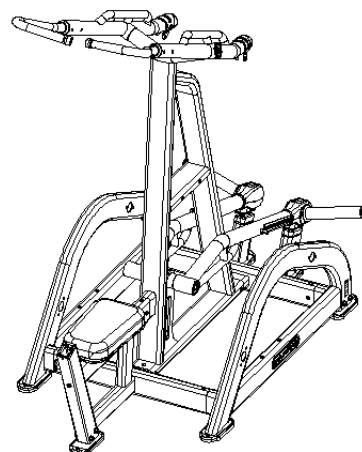


Рис. В



СОВМЕСТИТЕ 1 ИЗ 6 ЛЕПЕСТКОВ С ПАЗОМ В ГАЙКЕ. ЗАГНИТЕ ЛЕПЕСТОК В ПАЗ.

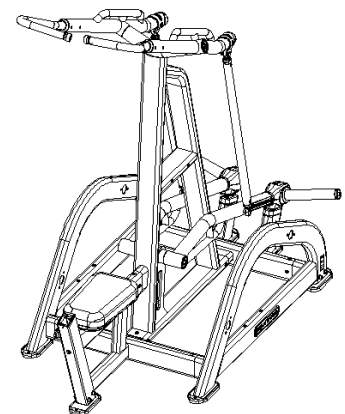
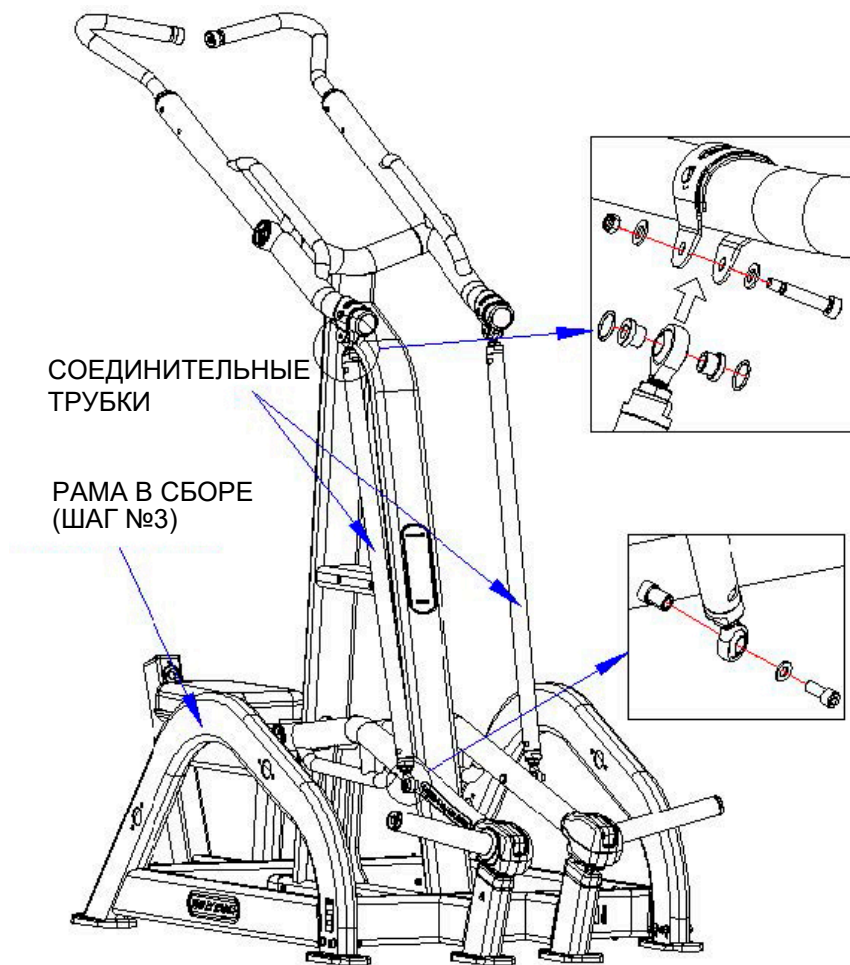


ШАГ №3 завершен.

#### ШАГ №4. УСТАНОВКА СОЕДИНИТЕЛЬНЫХ ТРУБОК

1. Возьми одну из соединительных трубок. -С каждой стороны трубки установите по одной втулке и одному уплотнительному кольцу, как показано на рисунке ниже.
2. Вставьте один конец трубки в хомутный держатель из нержавеющей стали, затем установите один СТУПЕНЧАТЫЙ БОЛТ (M10x40 мм), две ПЛОСКИЕ ШАЙБЫ (M10) и ОДНУ ГАЙКУ С НЕЙЛОНОВОЙ ВСТАВКОЙ (M8). Затяните до указанного момента с помощью шестигранного ключа 5 мм, торцевого динамометрического ключа 13 мм.
3. Наденьте нижний конец соединительной трубки на крепление рычага, как показано на рисунке. Установите один БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ (M10x5 мм) и одну ПЛОСКУЮ ШАЙБУ (M10), затяните до указанного момента.
4. Повторите пункты с 1 по 3 для другой соединительной трубки.

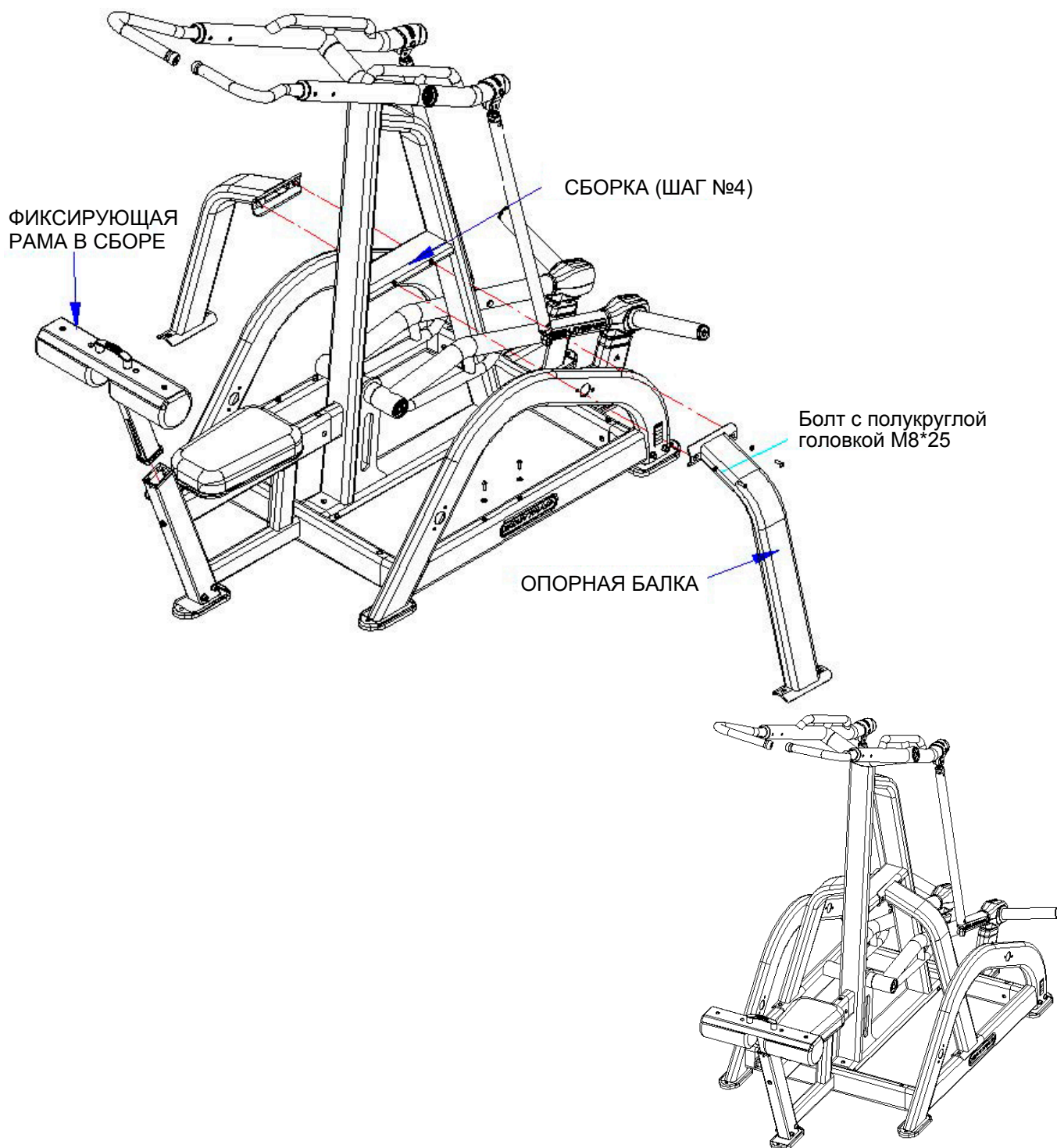
**ПРИМЕЧАНИЕ.** По завершении проверьте движение рычагов, оно должно быть плавным и бесшумным. Затем затяните все болты.



ШАГ №4 завершен.

## ШАГ №5. УСТАНОВКА ПОДУШЕК И ОПОРНЫХ БАЛОК

1. Прикрутите одну ОПОРНУЮ БАЛКУ, используйте четыре БОЛТА С ПОЛУКРУГЛОЙ ГОЛОВКОЙ (M8x25 мм) и четыре ПЛОСКИЕ ШАЙБЫ (M8). Затяните все болты.
2. Повторите пункт 1, чтобы установить другую ОПОРНУЮ БАЛКУ, как показано на рисунке ниже.
3. Вставьте ПОДУШКУ в ФИКСИРУЮЩУЮ РАМУ, убедитесь, что отверстия обращены к ручке, выровняйте выступающий штифт ручки и зафиксируйте ПОДУШКУ. **Примечание. Перед использованием тренажера Вы можете отрегулировать высоту фиксирующей рамы в соответствии с Вашими потребностями.**

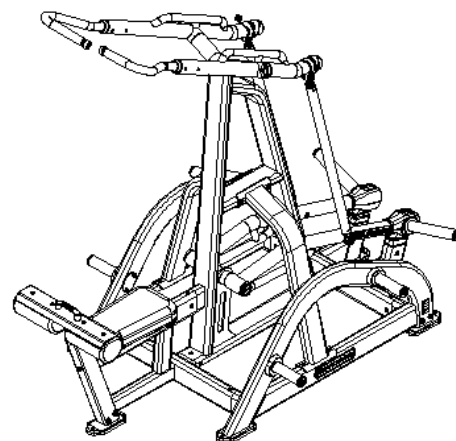
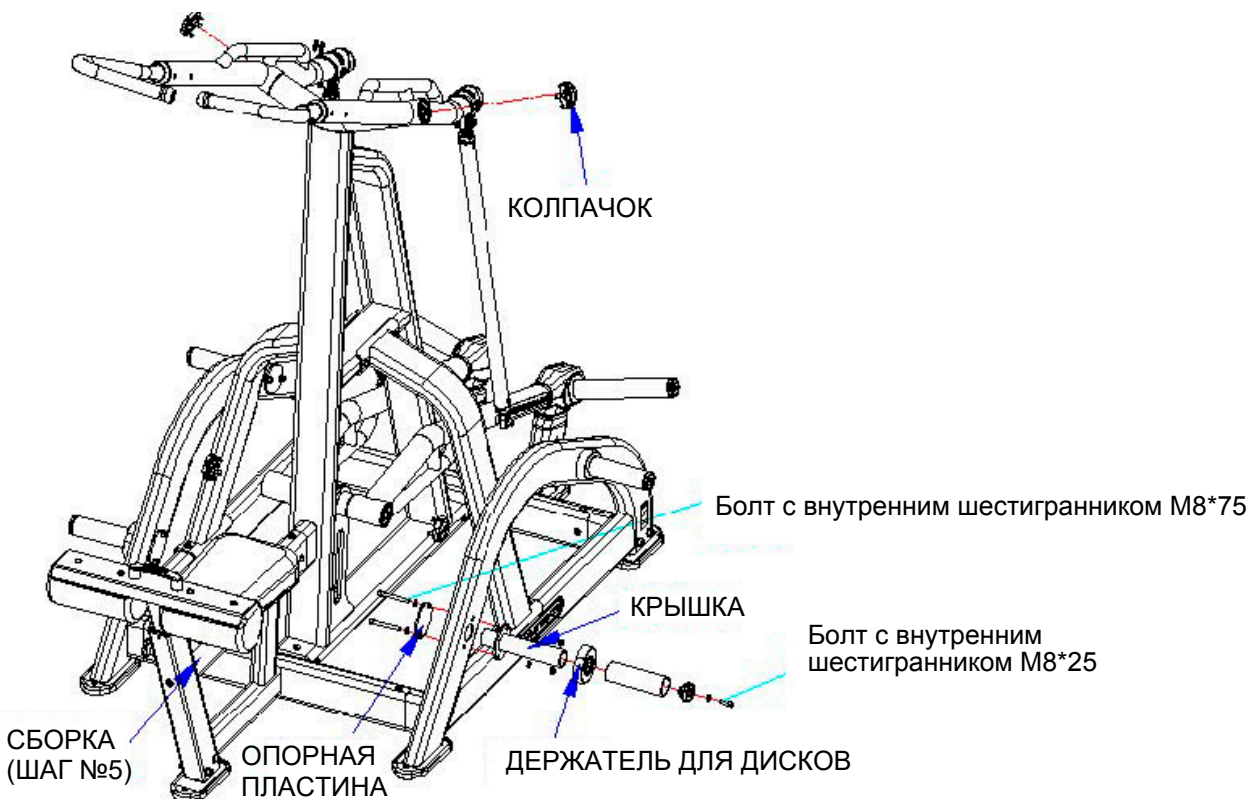


ШАГ №5 завершен.

## ШАГ №6. УСТАНОВКА ДЕРЖАТЕЛЕЙ ДИСКОВ И ТОРЦЕВЫХ КРЫШЕК ПОДШИПНИКОВ

1. Прикрепите ДЕРЖАТЕЛЬ и ОПОРНУЮ ПЛАСТИНУ, используя два БОЛТА С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ (M8x75 мм), четыре ПЛОСКИЕ ШАЙБЫ (M8) и две СТОПОРНЫЕ ГАЙКИ (M8). Затяните до указанного момента с помощью шестигранного ключа 6 мм и ключа 13 мм.
2. Наденьте КРЫШКУ и ПЛАСТИКОВУЮ ВТУЛКУ на ДЕРЖАТЕЛЬ. Установите резиновую ЗАГЛУШКУ, используя один БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ (M8x25 мм) и одну ПЛОСКУЮ ШАЙБУ (M8), как показано на рисунке.
3. Повторите пункты 1 и 2, чтобы установить все четыре держателя для дисков.
4. После того как Вы убедились в плавной и бесшумной работе рычагов, установите четыре черных торцевых колпачка на концы рычагов, как показано на рисунке.

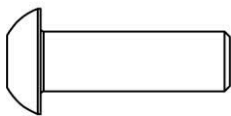
**ПРИМЕЧАНИЕ.** При установке убедитесь, что Вы прижимаете колпачки ровно. После установки потяните за колпачки, чтобы убедиться, что они полностью встали на место.



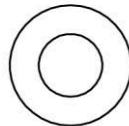
ШАГ №6 завершен.



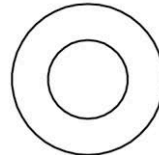
# КРЕПЕЖНЫЕ ДЕТАЛИ



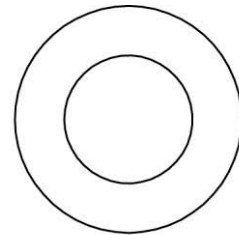
731-0359 - M8 X 25 мм



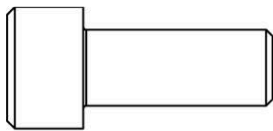
731-0355



731-0367



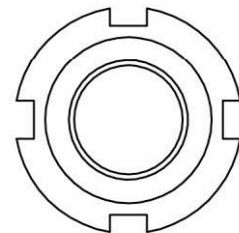
731-2601



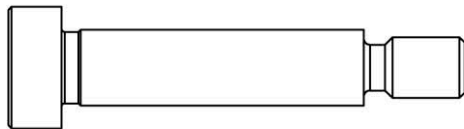
731-0350 - M10 X 25 мм



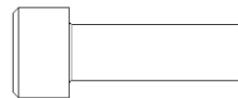
731-0365



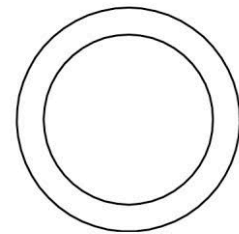
731-2594



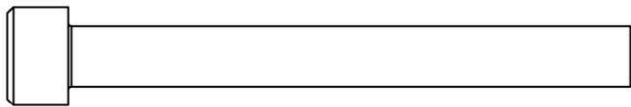
731-2624 - M10 X 40 мм



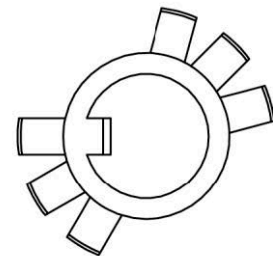
731-0390 - M8\*25 мм



731-3452



731-1450 - M8 X 75 мм



731-2593

# ОКОНЧАТЕЛЬНАЯ СБОРКА. КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ

---

1. Убедитесь, что **ВСЕ** крепежные детали затянуты в соответствии с техническими данными, указанными в руководстве.
2. См. страницы руководства по обслуживанию и эксплуатации.
  1. Выполните все шаги.

## ОБСЛУЖИВАНИЕ И РАСПОЛОЖЕНИЕ ОБОРУДОВАНИЯ

Для безопасной работы с оборудованием NAUTILUS® Strength рекомендуется поддерживать зазор в 61 см между оборудованием и сзади, включая движущиеся рукоятки и рычаги. Чтобы обеспечить безопасный подход к каждому оборудованию, рекомендуется поддерживать расстояние не менее 91.44 см с каждой входной стороны.

## ВНИМАНИЕ!



Перед использованием данного продукта необходимо **ПОЛНОСТЬЮ** ознакомиться с руководством по эксплуатации и **ВСЕМИ** инструкциями по установке. Руководство пользователя описывает настройку оборудования и инструктирует пользователей оборудования на предмет правильного и безопасного его использования.



Травмы могут быть результатом неправильного использования тренажера или перенапряжения. NAUTILUS настоятельно рекомендует посоветоваться своим клиентам обсудить свою программу тренировок или спортивный режим с терапевтом, особенно если вы или ваш клиент не занимались несколько лет, старше 35 или имеете какие-либо проблемы со здоровьем.





ГЛАВНЫЙ ОФИС КОМПАНИИ  
4400 NE 77<sup>th</sup> Avenue, Каб. 300, Ванкувер, WA 98662 США  
**Тел.** +1 (888) 678-2476  
[www.corehandf.com](http://www.corehandf.com)

СЛУЖБА ПОДДЕРЖКИ КЛИЕНТОВ  
Свяжитесь с местным дистрибьютором или напрямую с Health & Fitness:  
**Тел.** +1-800-503-1221  
[www.support@corehandf.com](mailto:www.support@corehandf.com)