



КРОССОВЕР

Руководство по сборке

Инструкция по сборке

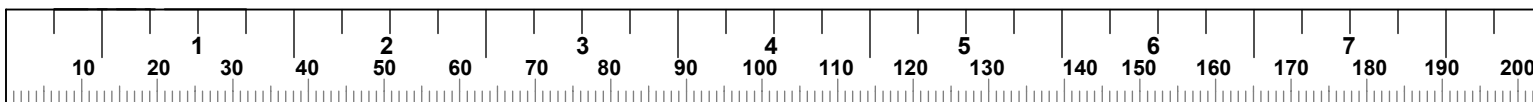
1. Чтобы собрать данное оборудование необходимо не менее двух человек.
2. Собирайте оборудование на ровной поверхности. После сборки оборудование должно ровно стоять и быть устойчивым.
3. В комплект оборудования входят инструменты для монтажно-сборочных работ.
4. В руководстве по сборке есть список всех деталей, входящих в комплект, с указанием их количества.
5. Размер тренажера: 2300 X 1080 X 4480 мм.

Инструкция по безопасности

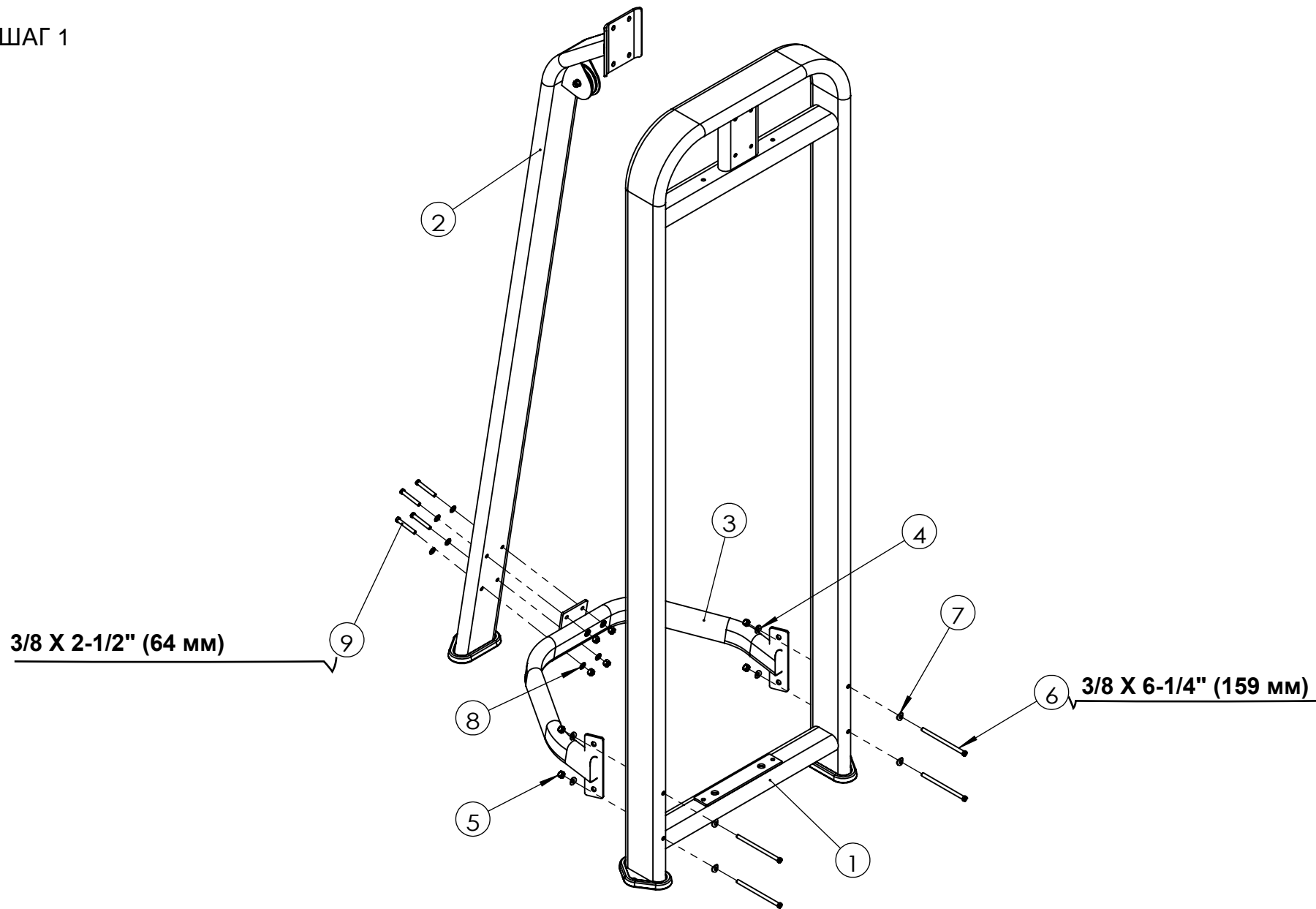
Для обеспечения безопасности перед использованием данного тренажера, пожалуйста, прочитайте следующую информацию.

1. Оборудование соответствует стандарту GB17498.2-2008 S (S: коммерческий).
2. Область применения: данный тренажер подходит для тренажерного зала и занятий под профессиональным руководством.
3. Перед использованием:
 - (1) Прочитайте и ознакомьтесь с руководством и всеми предупреждающими надписями, чтобы иметь представление о правильной работе оборудования.
 - (2) Перед началом тренировки необходимо размяться. Разомните все мышцы, затем приступайте к основным упражнениям.
 - (3) Что касается силовых упражнений, увеличивайте нагрузку постепенно, чтобы избежать травм.
 - (4) Не добавляйте третью часть к оборудованию, чтобы тренировочная зона была свободна.
 - (5) Во избежание травм, дети не должны находиться рядом с оборудованием без присмотра.
4. Сохраните данное руководство и убедитесь, что все предупреждающие надписи читаемы и не повреждены.
5. Для безопасного использования оборудования держите руки, кисти рук и ноги вытянутыми, надевайте только удобную одежду для занятий.
6. Перед тренировкой проконсультируйтесь с врачом и узнайте свое физическое состояние. Исходя из своего состояния, контролируйте время и скорость тренировки. Если во время тренировки Вы почувствуете волнение, головокружение, нехватку дыхания, тошноту и т.п., немедленно прекратите тренировку и отдохните, обратитесь к врачу.
7. Пожалуйста, всегда обращайте внимание на состояние оборудования, включая износ, ослабление крепежных деталей, а также трещины. При необходимости, свяжитесь с нашим отделом послепродажного обслуживания.
8. На оборудовании должна быть наклеена инструкция к тренировкам.
9. Периодически проверяйте все движущиеся части и рукоятки на предмет износа и повреждений. При обнаружении немедленно прекратите использование оборудования и свяжитесь с нашим отделом послепродажного обслуживания.
10. Все винты и гайки должны быть плотно затянуты. В противном случае, немедленно затяните все болтовые соединения.
11. Проверьте, нет ли трещин.
12. Невыполнение планового технического обслуживания может привести к травме или повреждению оборудования.
13. Регулярно осматривайте трос на наличие любых признаков износа, иначе это может представлять некоторую опасность для пользователей.
14. Периодически проверяйте и регулируйте натяжение троса.
15. Максимальная нагрузка во время тренировки - 204 кг.
16. Максимальный вес пользователя - 100 кг.

НОМЕР	КОЛ-ВО	КОД ДЕТАЛИ	ОПИСАНИЕ	НОМЕР	КОЛ-ВО	КОД ДЕТАЛИ	ОПИСАНИЕ
1	2	V20-0008	ОСНОВНАЯ РАМА	14	30	V10-0778	ПЛИТА 7 кг
2	2	V20-0003	СТОЙКА ДЛЯ ГРУЗОБЛОКА	15	2	V04-0207	ПЛАСТИНА, ФИКСИРУЮЩАЯ НАПРАВЛЯЮЩИЕ СТЕРЖНИ
3	2	V04-0196	НИЖНЯЯ ОПОРНАЯ РАМА	16	8		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ $\phi 3/8-16 \times 2 \frac{3}{4}$ " (стандартная крупная резьба)
4	16		ИЗОГНУТАЯ ШАЙБА $\phi 22 \times \phi 10 \times 1.5t$ R26	17	8		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ $\phi 3/8-16 \times 3$ " (стандартная крупная резьба)
5	52		ГАЙКА С НЕЙЛОНОМ $\phi 3/8$ "-16 \times 11t (стандартная крупная резьба)	18	1	V20-0006	ВЕРХНИЕ РУКОЯТКИ
6	8		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ $\phi 3/8-16 \times 6 \frac{1}{4}$ " (стандартная крупная резьба)	19	4		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ $\phi 3/8-16 \times 4 \frac{3}{4}$ " (стандартная крупная резьба)
7	8		ИЗОГНУТАЯ ШАЙБА $\phi 22 \times \phi 10 \times 1.5t$ R20	20	2	V01-0288	РЕГУЛИРУЕМАЯ СТОЙКА СО ШКИВОМ
8	80		ПЛОСКАЯ КОЛЬЦЕВАЯ ПРОКЛАДКА $\phi 20 \times \phi 10 \times 1.0t$	21	1	V20-0001	РЕГУЛИРУЕМЫЙ ШКИВ (ЛЕВЫЙ)
9	24		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ $\phi 3/8$ "-16UNC \times 2-1/2" (стандартная крупная резьба)	22	1	V20-0002	РЕГУЛИРУЕМЫЙ ШКИВ (ПРАВЫЙ)
10	2	V20-0007	СОЕДИНИТЕЛЬНАЯ РАМА	23	2	V13-0010	ТРОС
11	2	V20-0004	ВЕРХНЯЯ СОЕДИНИТЕЛЬНАЯ РАМА	24	2	V12-7001	РУКОЯТКИ
12	4	V20-0005	НАПРАВЛЯЮЩИЕ СТЕРЖНИ	25	2	V05-7002	ГРУЗОВОЙ КРЮК
13	2	V20-0009	ВЕРХНЯЯ ПЛИТА 7 КГ	26	2	V12-7002	РЕМЕШКИ ДЛЯ УПРАЖНЕНИЙ НА НОГИ

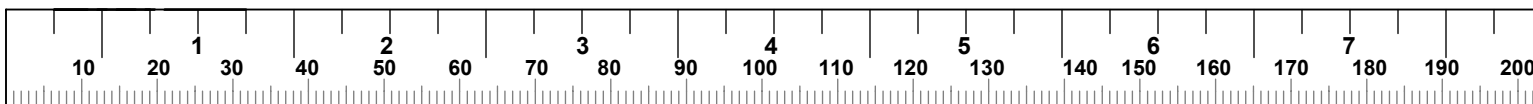


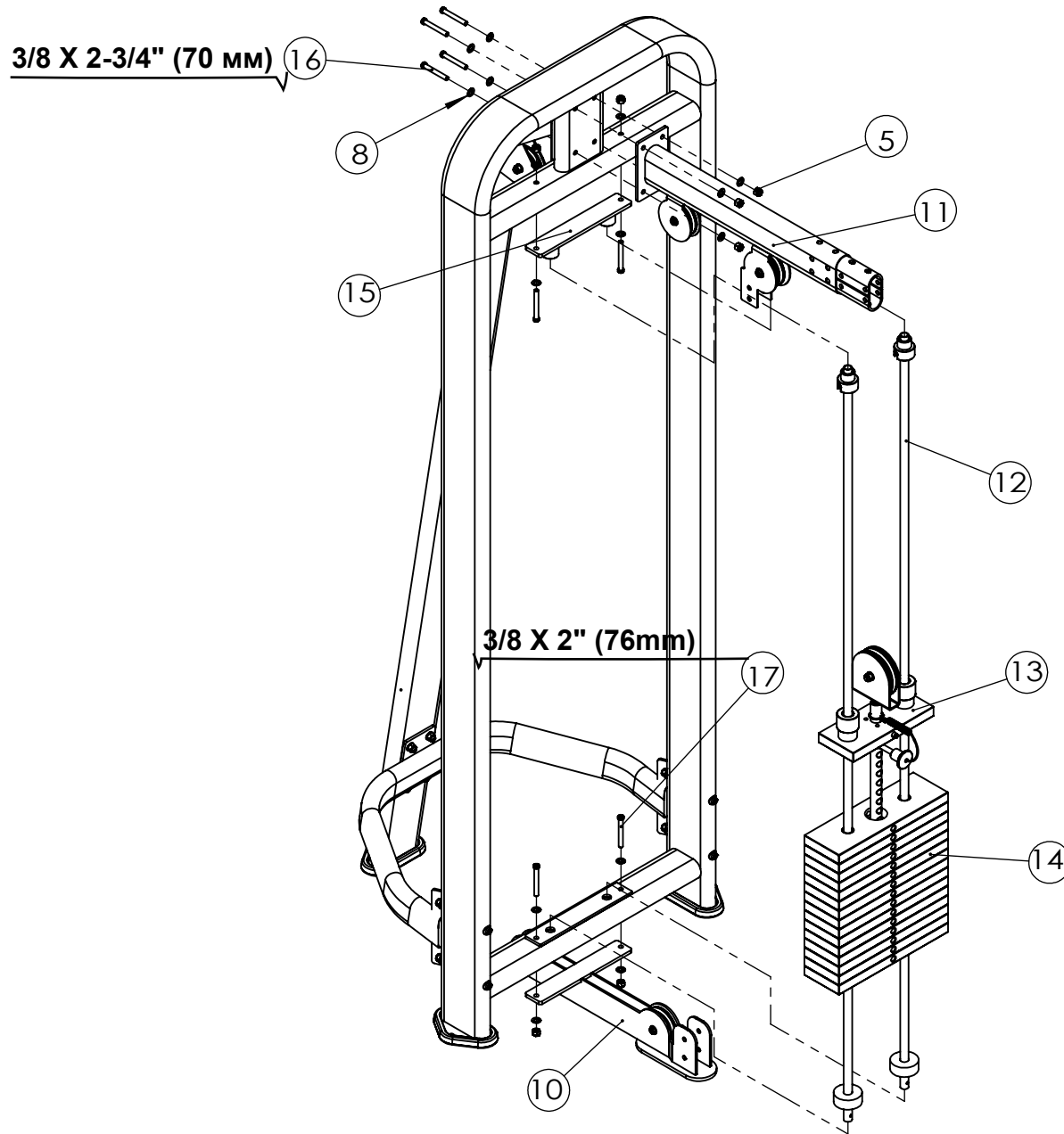
ШАГ 1



ЛЕВАЯ СТОРОНА

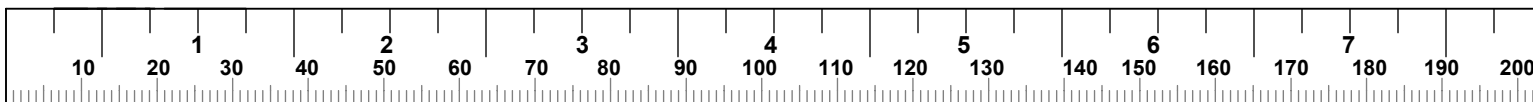
- На этом этапе болты затягивайте НЕ СИЛЬНО.



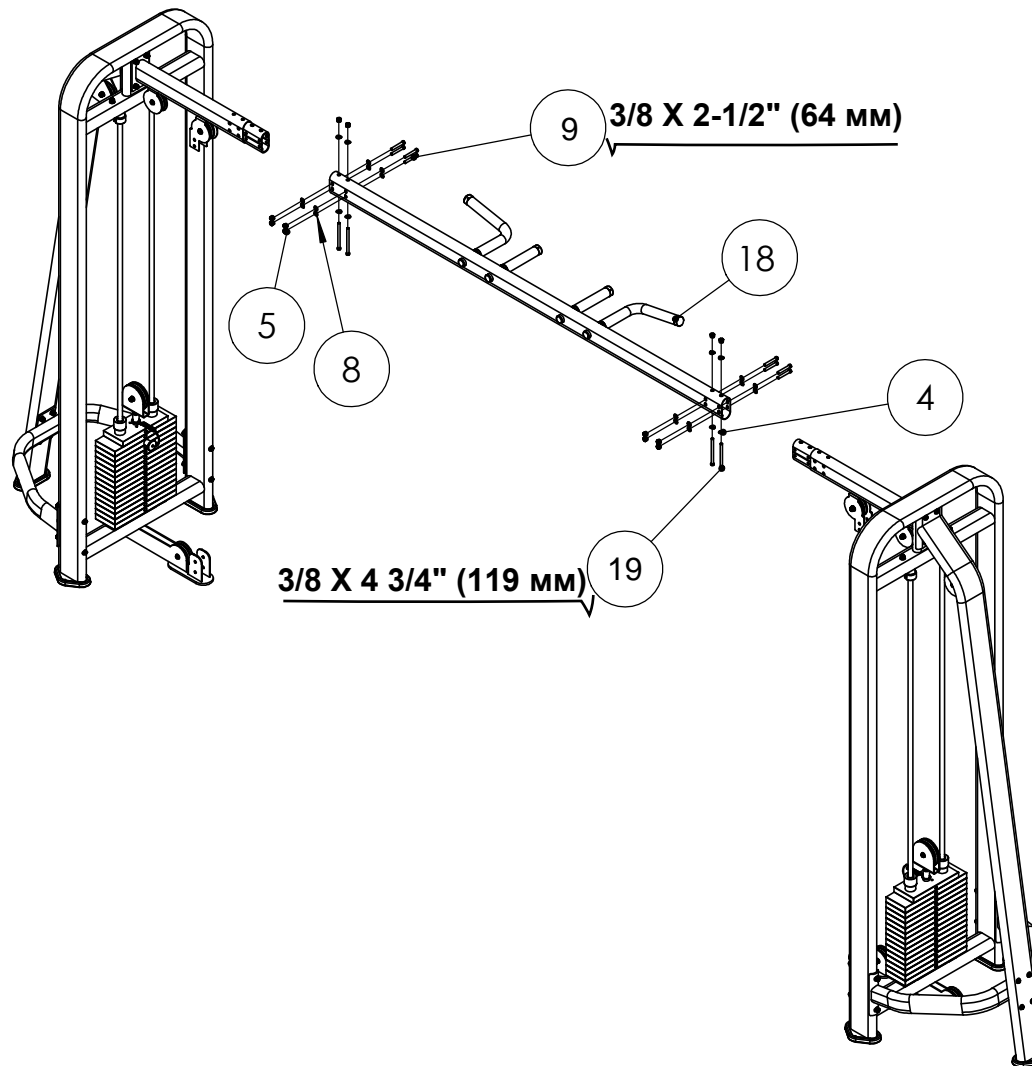


ЛЕВАЯ СТОРОНА

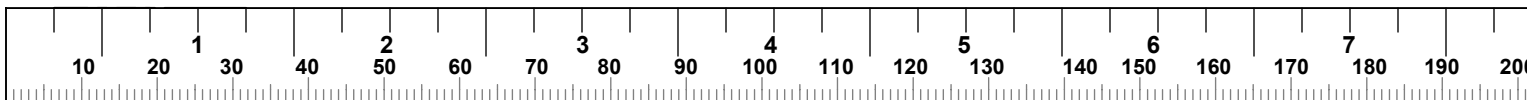
- Плотно затяните болты из ШАГОВ 1 И 2.

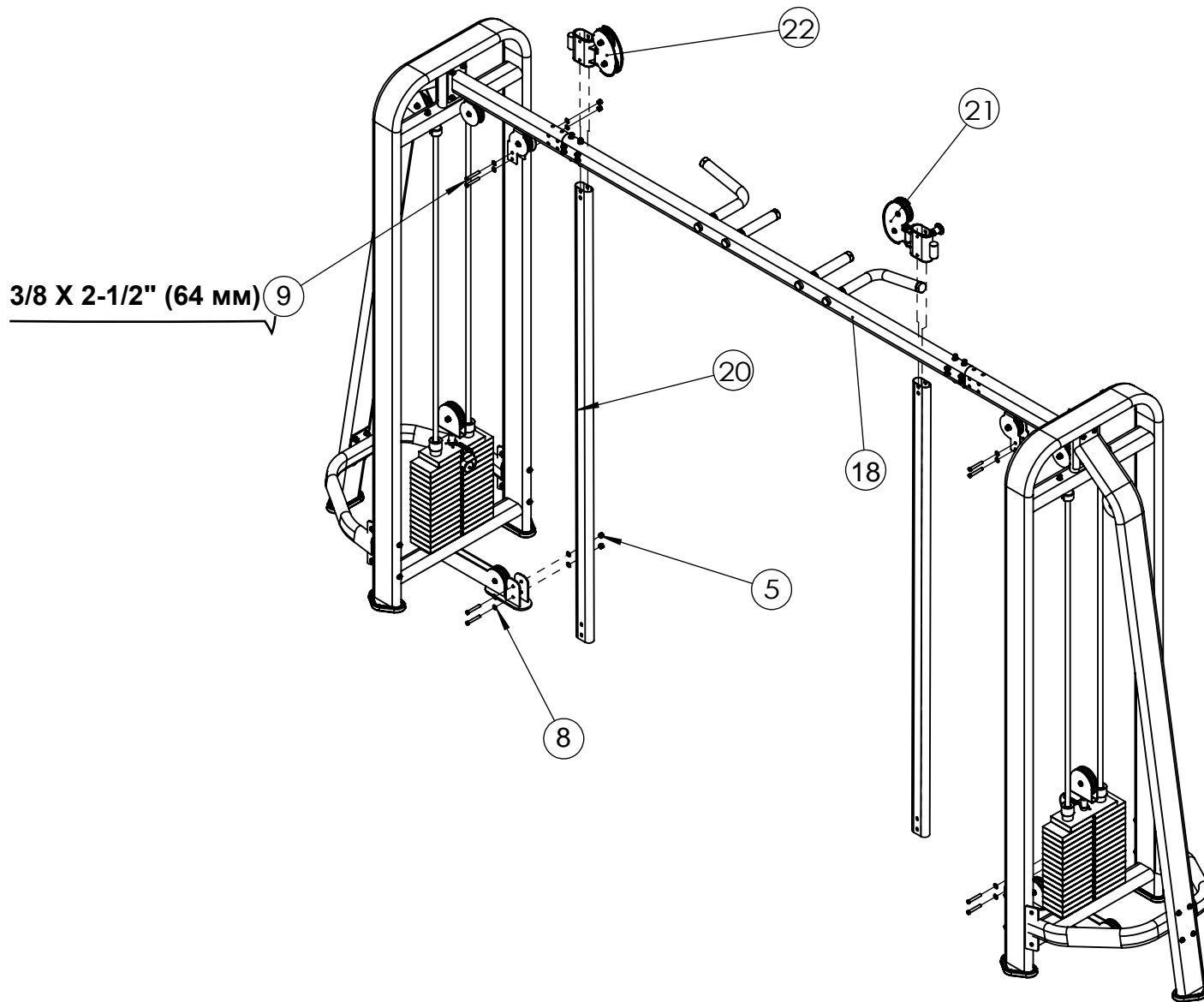


ШАГ 3

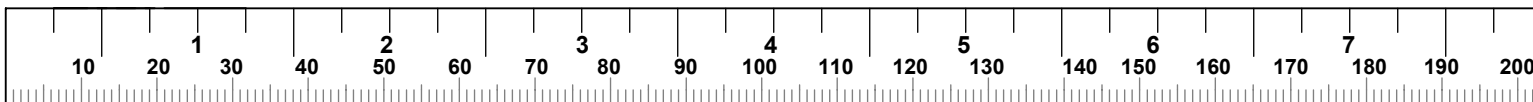


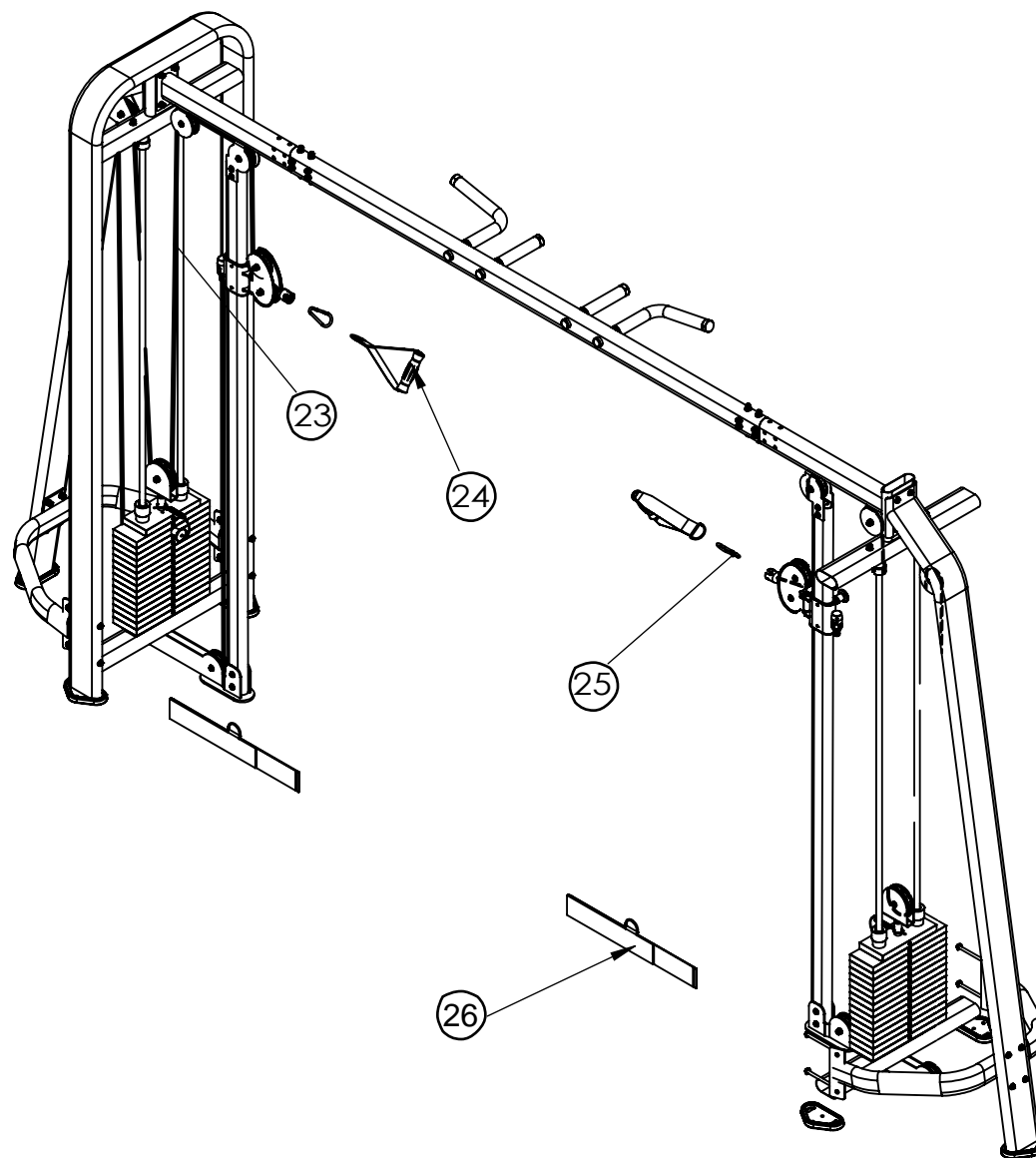
- Плотно затяните все болты.



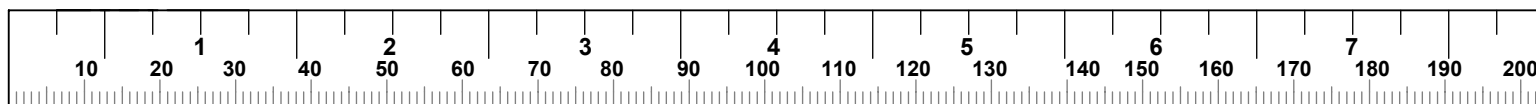


- Плотно затяните все болты.





- Плотно затяните все болты.



Завершение сборки

1. Затяните все болты и гайки, используя для этого гаечный ключ.
2. Сборка оборудования завершена.
3. Перед использованием, пожалуйста, проверьте и убедитесь, что все шкивы и тросы хорошо закреплены.
4. Перед первым использованием тренажера, отрегулируйте натяжение тросов, исходя из их фактического состояния.

Обслуживание

Порядок технического обслуживания.

Чтобы продлить срок службы оборудования, необходимо своевременно смазывать все крепежные детали, оборудование перед поставкой уже смазано. Кроме того, после определенного периода эксплуатации тренажера, периодически необходимо смазывать область между направляющим стержнем и плитами.

1. Также необходимо регулярно смазывать вращающиеся детали (не реже одного раза в три месяца). Нанесите подходящее масло или смазку на внутреннюю поверхность подшипника.
2. Следите за тем, чтобы острые предметы не касались поверхностей подушек сиденья и спинки.
3. Оборудование размещайте в прохладном и сухом месте, не следует размещать тренажер во влажном и душном помещении.
4. Избегайте использования бензина, бензола и других органических растворителей для очистки оборудования, которое может повредить его поверхность.
5. Такие хрупкие детали, как шкив, трос и подшипник, должны быть своевременно заменены при повреждении.
Примечание: не используйте моторное масло или органическое, они адсорбируют пыль и грязь в воздухе, подойдет масло для швейной машины.
6. Регулярно проверяйте все шкивы и тросы на предмет износа или повреждений, обращайтесь особое внимание на детали, которые быстро изнашиваются.
7. Периодически проверяйте и регулируйте натяжение троса.
8. Регулярно проверяйте все движущиеся части и рукоятки на предмет износа и повреждений. В случае возникновения проблем необходимо прекратить использование оборудования и обратиться в отдел послепродажного обслуживания нашей компании. Затем объясните пользователям, что оборудование безопасно после ремонта.
9. Периодически проверяйте, плотно ли затянуты все болты и гайки. Если они ослаблены, их следует затянуть.
10. Осматривайте раму на наличие трещин. Трещины могут возникать из-за внешних процессов во время эксплуатации оборудования. Обслуживающий персонал и пользователи должны всегда следить за состоянием оборудования. Для обеспечения безопасного использования оборудования обучите персонал предпринимать необходимые меры в случае обнаружения трещин на оборудовании.
11. Несоблюдение правил эксплуатации может привести к травме или повреждению оборудования.

维护保养1

- 1、请用扳手拧紧所有螺栓和螺母。
- 2、您的器械现在已经完全组装。
- 3、在正常使用前请检查所有滑轮和钢丝绳已经固定好。
- 4、在第一阶段使用时根据实际情况对钢丝绳（如有钢丝绳）做一定的调节。

维护保养2

维护方法：

为了延长器械的使用寿命，必须按时对零部件进行润滑，本产品在出厂前已对器械进行了初步润滑，但在使用一定的期限后必须对导杆和重量板之间进行必要的润滑保养。

- 1、定期对产品的转动部位进行润滑，至少每三个月进行一次，在粉末冶金轴承内侧涂覆适量的润滑油或润滑脂。
- 2、对于坐垫、靠垫等注意保护，避免接触利器、尖锐物。
- 3、器械应放置于阴凉、干燥处，避免潮湿或过热。
- 4、避免使用汽油、苯之类的有机溶剂擦洗器械，以免损伤器械表面，失去光泽；
- 5、对于滑轮、钢丝绳及粉末冶金轴承等易损件，损坏后应及时更换。

注意：禁止使用机油黄油，否则会吸附空气中的灰尘和污垢，建议使用缝纫机油

- 6、所有的滑轮和钢丝绳应定期检查是否有磨损和损坏迹象。尤其是最容易磨损的构件。
- 7、定期检查并调整钢丝绳的张紧力。

- 3、定期检查所有的运动部件和把手是否有磨损和损坏迹象，如果有问题必须立刻停止使用该器械并联系我公司售后部，并警示告知用户单纯维修后器材可保持的安全程度。
- 4、检查时，必须确定所有螺栓螺母都是完全固定，如有螺栓或螺母连接松开，请及时锁紧。
- 5、检查焊接无裂纹。由于器材在使用过程中受到各种外力的作用，焊接处可能会产生焊接裂缝，器材的维护保养人员及使用者应经常注意焊接处的情况，发现裂缝要及时通知有关人员采取措施，以保证器材的安全使用。
- 6、如果未能执行日常维护，可能会导致人身伤害或器械损坏。