

Nautilus[®] Instinct[®] ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ

- Сгибание Ног
 - Разгибание Ног
 - Двойное Сгибание /
Разгибание Ног
-

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|-----------|
| Введение | 6 |
| Об этом руководстве..... | 6 |
| Инструкции по безопасности | 7 |
| Г | 8 |
| Части и материалы | 8 |
| Требования к расположению | 8 |
| Распаковка | 8 |
| Сборка..... | 9 |
| Крепление оборудования | 13 |
| Д | 14 |
| Части и материалы | 14 |
| Требования к расположению | 14 |
| Распаковка | 14 |
| Сборка | 15 |
| Крепление оборудования | 19 |
| Ж | 21 |
| Части и материалы | 21 |
| Требования к расположению..... | 21 |
| Распаковка | 21 |
| Сборка | 22 |
| Крепление оборудования | 27 |
| Рекомендации по упражнениям | 27 |
| Общее руководство..... | 27 |
| Использование и эксплуатация изделия | 28 |
| Профилактическое обслуживание | 28 |
| Регламент техобслуживания | 28 |
| Порядок техобслуживания..... | 29 |
| Предупреждающие знаки и информационные табло | 31 |
| Гарантия и ограничения | 34 |

Защищено авторскими правами 2016. Core Health and Fitness, LLC. Все права защищены, в том числе копирование текста данной инструкции или ее частей в любой форме без предварительного получения письменного разрешения от Core Health and Fitness, LLC.

Делается все возможное для того, чтобы эта информация оставалась актуальной, однако периодически в нее вносятся изменения, которые будут включены в новые издания данной публикации. Все названия продуктов и логотипы являются товарными знаками соответствующих владельцев.



Сгибание Ног



Разгибание Ног



Двойное Сгибание/Разгибание Ног

Введение

Спасибо, что выбрали *ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT*. Эти тренажеры были разработаны для того, чтобы извлечь из них максимальную пользу для вашего тела, основанную на тщательно проработанных функциях, которыми обладают данные изделия. Элементы дизайна этих продуктов предоставят вам удобное, интуитивно понятное, безопасное и надежное пользование, создающее привычку вести соответствующий образ жизни. Наша миссия - сделать вам такие тренажеры, которые будут формировать пожизненные привычки здорового образа жизни, и *ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT* осветит вам дорогу, по которой вы достигнете к своим целям.

ОБ ЭТОМ РУКОВОДСТВЕ

Данное руководство применимо к *ТРЕНАЖЕРУ ДЛЯ НОГ INSTINCT*. Руководство состоит из следующих восьми разделов:

Введение

Содержит обзор каждого раздела руководства.

Инструкции по безопасности

Предоставляет рекомендации по безопасному использованию *ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ INSTINCT*.

Сборка и установка

Содержит инструкции по распаковке, сборке и настройке *ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ INSTINCT*.

Рекомендации по упражнениям

Предоставляет общие рекомендации, которые следует соблюдать при использовании *ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ INSTINCT*.

Профилактическое обслуживание

Описывает меры профилактического техобслуживания, необходимые для того, чтобы сохранить *ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ INSTINCT* в наилучшем состоянии.

Предупреждающие знаки и информационные табло

Содержит иллюстрации и информацию по номеру изделия на предупреждающих знаках и информационных табло, используемых на продукции *NAUTILUS INSTINCT*.

Нормативная информация

Предоставляет информацию о гарантии и обслуживании *ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ INSTINCT*.

Инструкции по безопасности

Внимательно прочитайте данное Руководство пользователя перед сборкой, обслуживанием или использованием устройства **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT**.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: ЕСЛИ НЕ СОБЛЮДАТЬ ЭТИ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ, МОЖЕТ ПРОИЗОЙТИ СЕРЬЕЗНАЯ ТРАВМА. ВАЖНО ПОНИМАТЬ КАЖДОЕ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ В ПОЛНОЙ МЕРЕ. ЕСЛИ КАКИЕ-ЛИБО ИЗ ЭТИХ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЙ НЕЯСНЫ, ОБРАТИТЕСЬ В СЛУЖБУ ПОДДЕРЖКИ NAUTILUS ДЛЯ УТОЧНЕНИЯ.

1. Не используйте оборудование, которое не предусмотрено и не предназначено производителем. Крайне важно, чтобы грузоблоки, а также любое другое оборудование **NAUTILUS INSTINCT** использовалось должным образом, чтобы избежать травм.
 2. Убедитесь, что имеется достаточно места для безопасного доступа и работы **ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ INSTINCT**.
 3. Держите руки, ноги, голову, конечности, пальцы и волосы в безопасном расстоянии от движущихся частей, чтобы избежать травм. Используйте соответствующие расположение, скорость и контролируйте движения.
 4. НЕ используйте поврежденное, изношенное или сломанное оборудование. Используйте только запасные части, поставляемые компанией **NAUTILUS**.
 5. НЕ носите висящую или оборванную одежду, используя **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ INSTINCT**. Держите ее вдали от всех движущихся частей.
 6. Перед началом занятий физическими упражнениями необходимо проконсультироваться у врача.
 7. Если Вы почувствовали боль или неприятные ощущения, то следует немедленно прекратить тренировку и обратиться к врачу.
 8. Дети не должны иметь доступ к работе на **ТРЕНАЖЕРЕ ДЛЯ НОГ INSTINCT**. Подростки должны находиться под контролем при использовании **ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ INSTINCT**.
 9. Не пытайтесь самостоятельно починить неисправное или застрявшее устройство. Сообщите об этом уполномоченному персоналу.
 10. Используйте **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ INSTINCT** только для предназначенных целей. Изучите инструкцию по правильному использованию устройства. Ответственность покупателя заключается в том, чтобы надлежащим образом проинструктировать конечных пользователей, а также наблюдать за персоналом в отношении надлежащих рабочих процедур всего оборудования **NAUTILUS INSTINCT**. НЕ модифицируйте устройство.
 11. Загружайте веса равномерно и осторожно, чтобы избежать опрокидывания оборудования и возможных травм.
 12. Не используйте **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ INSTINCT**, если предохранители или кожухи отсутствуют или повреждены.
 13. Используйте страховку.
 14. НЕ добавляйте добавочные веса, кроме тех, которые предусмотрены **NAUTILUS**.
 15. **ОСНОВНЫЕ ЗНАКИ И МАРКИРОВКИ:** Не удаляйте этикетки по какой-либо причине; они содержат важную информацию. Если написано неразборчиво или этикетка вовсе отсутствует, обратитесь в отдел запчастей **NAUTILUS** для замены.
 16. **РАСПОЛОЖЕНИЕ ОБОРУДОВАНИЯ:** **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ INSTINCT** ДОЛЖЕН быть закреплен на полу для стабилизации и избежания опрокидывания. Это должно выполняться лицензированным подрядчиком. НЕ используйте устройство, если оно не настроено и не расположено на ровной поверхности твердого покрытия.
 17. Убедитесь, что каждое устройство настроено и работает на твердой ровной поверхности. Не устанавливайте оборудование на неровной поверхности.
 18. Обслуживайте все оборудование: профилактическое обслуживание обеспечивает долгую и надежную деятельность **ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ INSTINCT**, а также сводит вашу ответственность до минимума. Проверяйте устройство перед использованием. Уделяйте особое внимание частям, наиболее подверженным износу. Не используйте устройство, если оно повреждено или не работает.
 19. Убедитесь, что настройка, техническое обслуживание и / или ремонт **ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ INSTINCT** выполняется ТОЛЬКО квалифицированным персоналом. Своевременно заменяйте изношенные или поврежденные компоненты. Если вы не можете немедленно заменить изношенные или поврежденные компоненты, тогда не используйте **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ INSTINCT** до тех пор, пока не будут сделаны ремонтные работы.
 20. Ведите журнал ремонта по всем видам работ по техническому обслуживанию.
 21. Регулярно проверяйте все вспомогательные зажимы, которые присоединяются к весовым ремням или кабелям, и заменяйте их при первых признаках износа.
 22. Используйте только штыревые фиксаторы веса, поставляемые **NAUTILUS** на весах. Заменители запрещены.
 23. Кабели и ремни представляют собой определенную опасность, если используются в изношенном состоянии. Всегда заменяйте любую кабель или ремень при первых признаках износа (если необходимо, проконсультируйтесь со службой поддержки **NAUTILUS**).
 24. Вставляйте до конца штыревой фиксатор веса при выборе нужного веса. Частично вставленные фиксаторы могут привести к неожиданному падению веса. НИКОГДА не вынимайте фиксатор, если задействованы какие-либо веса. НИКОГДА не пытайтесь освободить застрявшие веса или детали.
 25. НЕ используйте гриф для тяги на кроссоверных кабелях многофункциональных комплексов или любых других системах шкивов. Эти грифы предназначены ТОЛЬКО для вертикальных блоков. Если неправильно использовать, рукоять может неожиданно упасть, ударив пользователя, при перемещении фиксатора веса.
 26. Вертикальные блоки представляют опасность при использовании с изношенными или поврежденными кабелями и соединительными звеньями. Пользователь может быть поражен в области головы, если кабель или связанные с ним части ломаются во время использования.
 27. При настройке любого сиденья, подставки для удержания колен, диапазона ограничителя движения, опоры или любого другого регулятора, убедитесь, что регулировочный штифт полностью вставлен в отверстие фиксатора во избежание травм.
- ПРИМЕЧАНИЕ.** Ответственность за выполнение регулярного технического обслуживания несет пользователь / владелец или оператор.

Сборка и установка - Сгибание Ног

Части и материалы

Следующие части идут в комплекте с **ТРЕНАЖЕРОМ СГИБАНИЕ НОГ NAUTILUS INSTINCT**:

| | | | | | |
|----|---------------------------------|---|----|--------------------------------------|----|
| 1 | Рама грузоблока | 1 | 43 | Фиксатор ремня | 2 |
| 2 | Основная рама | 1 | 46 | Упор грузоблока | 2 |
| 3 | Нижняя переключательная планка | 1 | 47 | Резиновая заглушка | 2 |
| 4 | Верхняя переключательная планка | 1 | 48 | Направляющая грузоблока | 2 |
| 5 | Рукоятки | 1 | 49 | Верхняя пластина грузоблока | 1 |
| 6 | Стойка сиденья | 1 | 50 | Вес, 4,5 кг | 6 |
| 7 | Упор задней подушки | 1 | 52 | Гайка с внутренней резьбой | 6 |
| 8 | Упор подушки сиденья | 1 | 54 | Шайба, M25.5 | 1 |
| 10 | Привод рычага | 1 | 57 | Установочный винт | 2 |
| 11 | Рычаг | 1 | 58 | Установочный винт | 4 |
| 13 | Упор подушки для колен | 1 | 62 | Винт | 2 |
| 17 | Подушка для сиденья | 1 | 63 | Винт с плоской головкой, M10X25 | 9 |
| 19 | Подушка для ног | 2 | 65 | Винт с шляпкой, M8X20 | 6 |
| 20 | Ремень | 1 | 66 | Винт с шляпкой, M10X30 | 4 |
| 21 | Фиксатор подушки для ног | 1 | 67 | Винт с шляпкой, M10X35 | 6 |
| 22 | Селекторный разъединитель | 1 | 68 | Винт с шляпкой, M10X63 | 2 |
| 23 | Шaft привода рычага | 1 | 69 | Винт с шляпкой, M10X80 | 3 |
| 26 | Подушка для спинки | 1 | 71 | Винт с шляпкой, M10X125 | 2 |
| 27 | Шaft рычага | 1 | 72 | Винт с шляпкой, M10X130 | 6 |
| 29 | Шайба, алюминий | 1 | 75 | Контргайка с нейлоновым кольцом, M10 | 15 |
| 30 | Заглушка | 4 | 77 | Шайба, M11 | 6 |
| 34 | Широкая втулка | 4 | 78 | Шайба, M9 | 38 |
| 35 | Втулка | 1 | 79 | Пружинная шайба, M10 | 3 |
| 38 | Задняя нижняя накладка | 1 | 80 | Вес, 2,26 кг | 4 |
| 39 | Передняя нижняя накладка | 1 | 81 | Вес, 6,81 кг | 4 |
| 40 | Верхняя накладка | 2 | | | |

НЕОБХОДИМЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ

Большинство **NAUTILUS INSTINCT** могут быть собраны с использованием следующих инструментов:

- Метрические шестигранные ключи - 2.5мм, 5мм, 6мм, 8 мм, 10мм
- Метрические гаечные ключи с открытым зевом - 10мм, 15мм, 17мм
- Набор метрических торцевых головок (включая головку на 17мм)
- Динамометрический ключ
- Раздвижные пассатижи
- Плоскогубцы с зажимом
- Резиновый молоток
- Крестообразная отвертка - #2

Ваш **ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ НОГ INSTINCT** включает в себя набор шестигранных ключей и комбинацию гаечных ключей с открытым зевом.

ТРЕБОВАНИЯ К РАСПОЛОЖЕНИЮ

Ваш **ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ НОГ INSTINCT** требует приблизительно 32 квадратных фута (2.97 м²) площади для обеспечения безопасной работы устройства.

РАСПАКОВКА

Ваш **ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ НОГ INSTINCT** поставляется в одной или нескольких транспортировочных коробках. Каждая коробка, как правило, содержит один компонент сборки всего устройства. Порядок распаковки:

- Снимите транспортировочные ленты с каждой упаковочной коробки.
- Откройте верхнюю часть каждой коробки и откиньте все четыре створки.
- Извлеките упаковочные материалы, вкладыши и ВСЕ детали из каждой упаковочной коробки. Сложите содержимое каждой коробки в отдельном месте, чтобы облегчить сборку. Для обеспечения личной безопасности во время сборки поместите все упаковочные материалы за пределы монтажной площадки.
- Убедитесь, что все вышеперечисленные детали присутствуют.

Найдите время, чтобы ввести серийный номер **ТРЕНАЖЕРА СГИБАНИЕ НОГ INSTINCT** в следующей графе. Если детали отсутствуют или у вас есть какие-либо вопросы, связанные со сборкой, позвоните в отдел обслуживания Nautilus по телефону (800) 503-1221; необходимо будет назвать Ваш серийный номер.

Серийный номер _____

СБОРКА

1. Прикрепление основной рамы к раме грузоблока

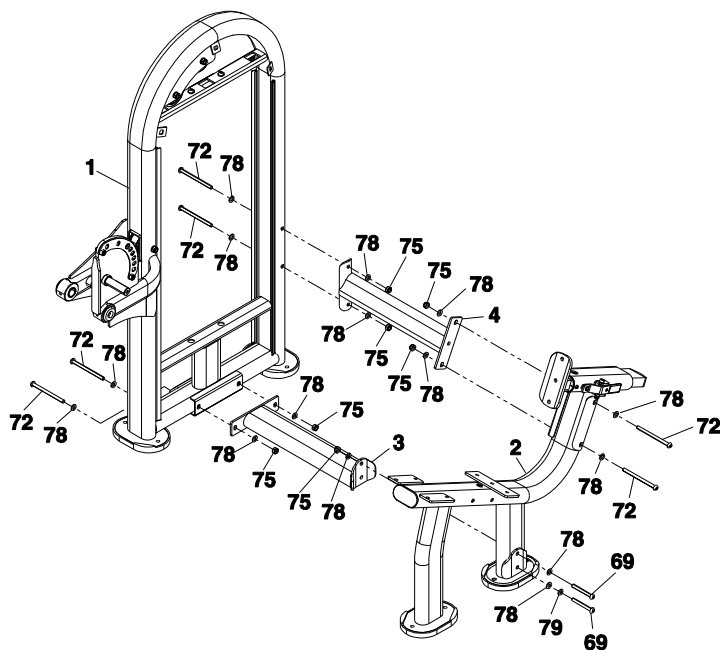
Совместите два отверстия в нижней перекладине (3) с отверстиями внизу рамы грузоблока (1). Прикрепите перекладину к грузоблоку, используя два винта (72), четыре шайбы (78), и две контргайки (75). Надежно затяните гайки.

Соотнесите два отверстия в верхней перекладине (4) с отверстиями в боковой балке рамы грузоблока (1).

Прикрепите перекладину к раме, используя два винта (72), четыре шайбы (78), и две контргайки (75). Надежно затяните гайки.

Расположите основную раму (2) так, чтобы отверстия в нижней перекладине (3) и отверстия в верхней перекладине (4) совпали с отверстиями рамы. Прикрепите нижнюю перекладину к раме, используя два винта (69), одну пружинную шайбу (79), четыре шайбы (78) и две контргайки (75). Надежно затяните гайки.

Прикрепите верхнюю перекладину к раме, используя два винта (72), четыре шайбы (78), и две контргайки (75). Надежно затяните гайки.



2. Установка рычага

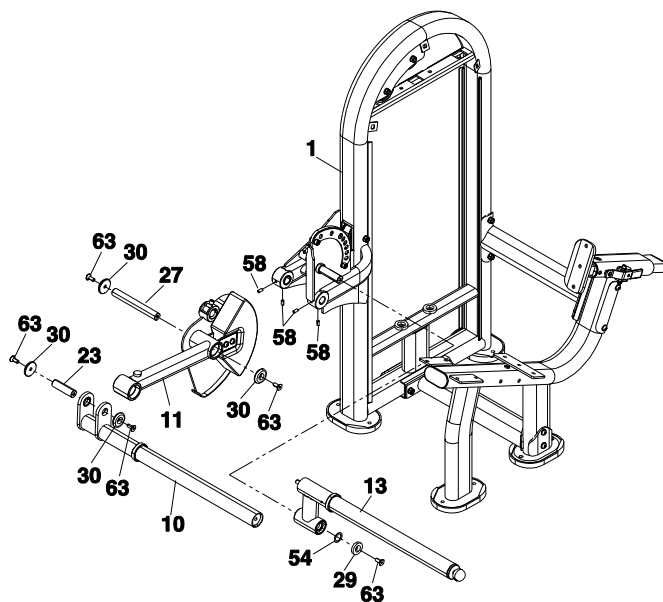
Внимание: для сборки рычага нужно два человека; один держит рычаг, другой устанавливает шaft рычага. Ослабьте два установочных винта (58) в каждом упоре шaftа рычага на раме грузоблока (1).

Расположите рычаг (11) между двумя подшипниками упора шaftа на раме грузоблока (1).

Вставьте шaft рычага (27) в рычаг и оба подшипника. Закрепите шaft рычага (27) на раме грузоблока (1), используя два винта (63) и заглушки (30). Затяните установочные винты (58) в каждом упоре шaftа рычага на раме грузоблока (1).

Внимание: Для установки привода рычага нужно два человека; один держит привод, второй устанавливает шaft привода.

Расположите привод рычага (10) на рычаге (11), расположив крепежные фланцы вокруг направляющей шaftа на рычаге.



Вставьте шaft привода рычага (23) через рычаг и оба крепежных фланца привода.

Закрепите шaft привода рычага (23) на рычаге (11), используя два винта (63) и заглушки (30). Надежно затяните винты.

Вставьте упор подставки под колени (13) в поддерживающий шaft на раме грузоблока (1), фиксатор должен совпадать с просверленным отверстием на раме грузоблока.

Закрепите упор подставки под колени (13) на раме грузоблока (1), используя одну шайбу (54), винт (63) и шайбу (29). Надежно затяните винт.

3. Сборка грузоблока

Внимание: Для сборки грузоблока необходимо два человека; один держит направляющие грузоблока в нужном положении, а второй устанавливает компоненты грузоблока.

Вставьте один упор грузоблока (46) в каждую направляющую грузоблока (48).

Вставьте направляющие грузоблока (48) в специальные отверстия рамы грузоблока (1).

Убедитесь, что концы направляющих грузоблока направлены вверх относительно верха грузоблока.

ВНИМАНИЕ: Для предотвращения травмирования, устанавливайте веса по одному.

Установите веса (50, 80, 81) на направляющие грузоблока (48), по одному за раз, в следующей последовательности:

- Вес (81) - 4 шт.
- Вес (50) - 6 шт.
- Вес (80) - 4 шт.

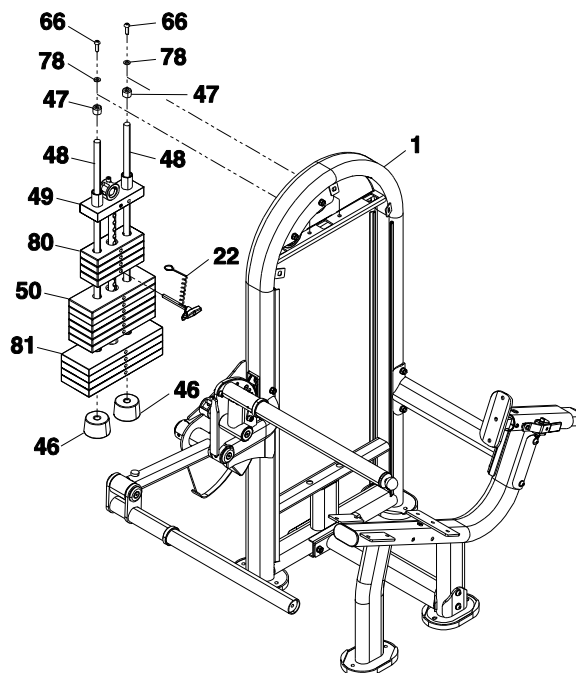
Вденьте петлеобразный конец вытяжного троса в селекторный разъединитель (22) на рукоятке верхней пластины (49).

Внимание: Убедитесь, что вытяжной трос находится на месте, во время установки верхней пластины.

Установите верхнюю пластину (49) на направляющие грузоблока (48), продевая шaft верхней пластины через отверстия в весах. Вставьте селекторный разъединитель (22) через один вес, пока он не захватит шaft верхней пластины.

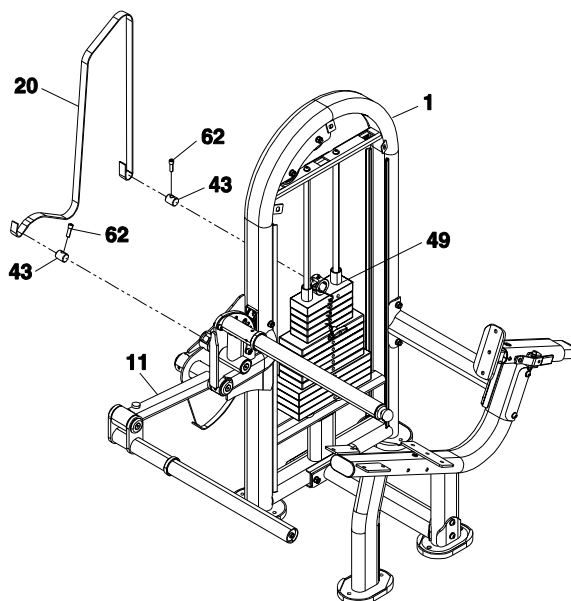
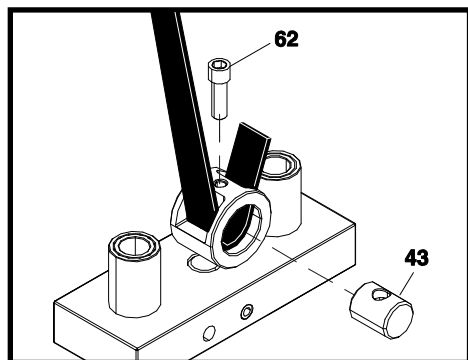
Установите по одной резиновой заглушке (47) на каждую направляющую грузоблока (48).

Поднимите одну направляющую грузоблока (48) так, чтобы резиновая заглушка (47) контактировала с нижней частью поперечной балки рамы грузоблока. Прикрепите направляющую к грузоблоку помощью одного винта (66) и шайбы (78). Повторите действия для второй направляющей.



4. Установка весового ремня

Внимание: весовой ремень (20) прикрепляется к верхней пластине (49) и рычагу (11) с помощью специальных фиксаторов (см. детали). Для правильной установки и натяжения ремней могут потребоваться два человека.



Уберите крепежные винты (62) и фиксаторы ремня (43) с зажимов ремня на верхней пластине грузоблока (49) и рычага (11).

Проденьте один конец весового ремня (20) через щель в зажиме верхней пластины грузоблока так, чтобы свободный конец ремня примерно на 1 дюйм (2,54 см) свисал с другой стороны зажима.

Удерживайте свободный конец ремня и давите на противоположную его сторону, так, чтобы он расправился внутри зажима.

Вставьте фиксатор ремня (43) в зажим для ремня. Убедитесь, что отверстие фиксатора ремня совпадает с отверстием в зажиме.

ВНИМАНИЕ: Держите ремень ровно во время установки крепежных винтов (62) на фиксаторе (43). Неправильное выравнивание весового ремня может сместить верхнюю пластину и вызвать чрезмерное трение шфта верхней пластины с весами, что вызовет возникновение шума во время работы на тренажере и может привести к травмам пользователей.

Вставьте крепежный винт (62) в зажим и фиксатор ремня (43). Затяните крепежный винт на 400 дюйм-фунтов.

Проведите весовой ремень (20) через три ролика и паз рычага, как показано на картинке.

Вставьте свободный конец весового ремня (20) в щель в зажиме для ремня на рычаге, протяните через противоположную щель пока не почувствуете, что к верхней пластине (49) приложена сила. Это устранил провисание ремня и обеспечит хорошее натяжение.

Регулируя натяжение весового ремня, тяните свободный конец так, чтобы он плотно прилегал к отверстию зажима.

Вставьте фиксатор ремня (43) в зажим для ремня. Убедитесь, что отверстие фиксатора ремня совпадает с отверстием в зажиме.

Вставьте крепежный винт (62) в зажим и фиксатор ремня (43). Затяните крепежный винт на 400 дюйм-фунтов.

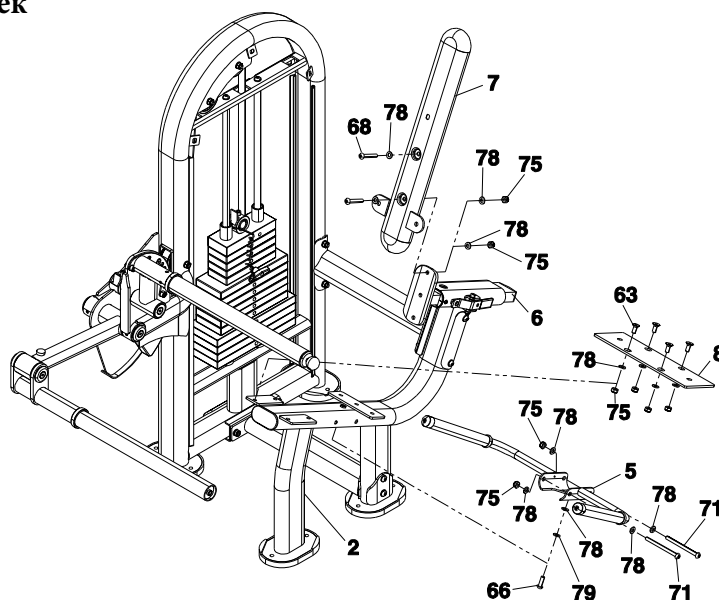
Проверьте натяжение весового ремня с помощью поперечного давления на ремень на отрезке между двумя роликами. Провисание ремня не должно превышать 25 мм. Ослабьте крепежный винт (62) и отрегулируйте натяжение ремня, при необходимости.

5. Установка рукояток и креплений подушек

Поднесите рукоятки (5) к нижней части основной рамы (2) и соотнесите пять отверстий в рукоятках с отверстиями на основной раме. Прикрепите ручки, используя два винта (71), четыре шайбы (78), две контргайки (75), один винт (66), одну пружинную шайбу (79) и одну шайбу (78). Надежно закрепите все детали.

Поднесите упор подушки для сидения (8) к основной раме (2). Закрепите упор, используя четыре винта (63), шайбы (78) и контргайки (75). Плотно затяните гайки.

Поднесите упор задней подушки (7) к стойке сидения (6) (установлена производителем). Закрепите упор на стойке, используя два винта (68), четыре шайбы (78) и две контргайки (75). Надежно затяните гайки.



6. Установка подушек для сиденья, ног и спинки

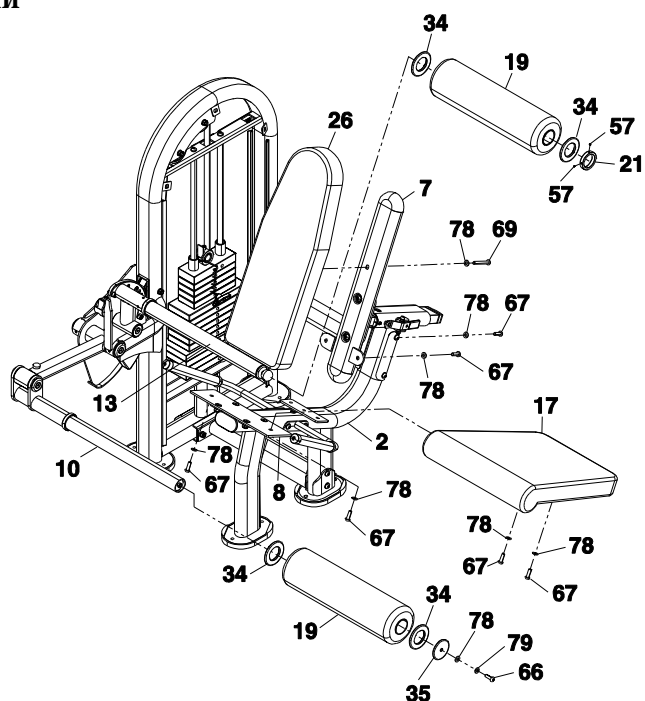
Поднесите подушку для сиденья (17) к основной раме (2). Закрепите подушку на раме и упоре сиденья (8), используя четыре винта (67) и шайбы (78). Надежно затяните винты.

Поднесите подушку для спинки (26) к упору задней подушки (7). Закрепите подушку на упоре, используя один винт (69), два винта (67) и три шайбы (78). Надежно затяните винты.

Установите одну широкую втулку (34), одну подушку для ног (19) и одну широкую втулку (34) на приводе рычага (10). Закрепите подушку для ног на приводе, используя один винт (66), пружинную шайбу (79), шайбу (78) и втулку (35). Надежно затяните винты.

Установите одну большую втулку (34), одну подушку для ног (19) и одну большую втулку (34) на упоре подушки для колен (13). Ослабьте два установочных винта (57) в фиксаторе подушки для ног (21).

Установите фиксатор подушки для ног на упоре и затяните два установочных винта (57).



7. Установка накладок грузоблока

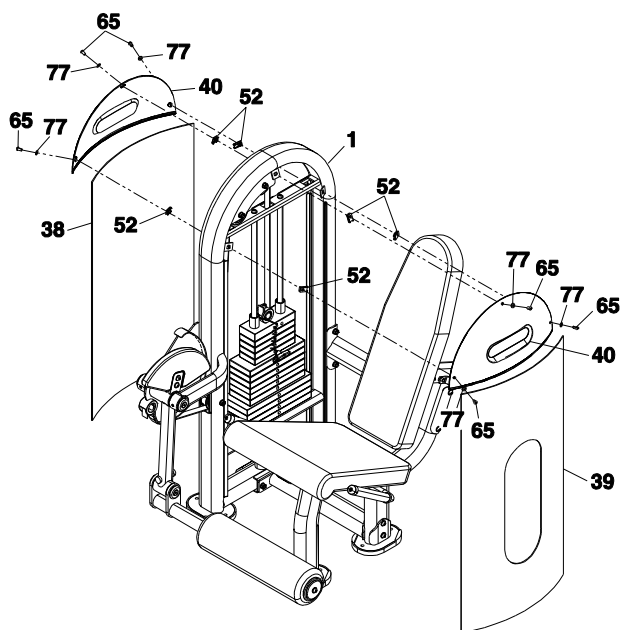
ВНИМАНИЕ: Необходимо слегка согнуть нижние накладки (38, 39) чтобы отверстия на них совпали с пазами на раме грузоблока (1).

Вставьте нижнюю переднюю накладку (39) в соответствующие пазы на раме грузоблока (1). Вставьте нижнюю заднюю накладку (38) в пазы рамы грузоблока.

Установите гайку с внутренней резьбой (52) на каждой из шести монтажных петель на раме грузоблока (1).

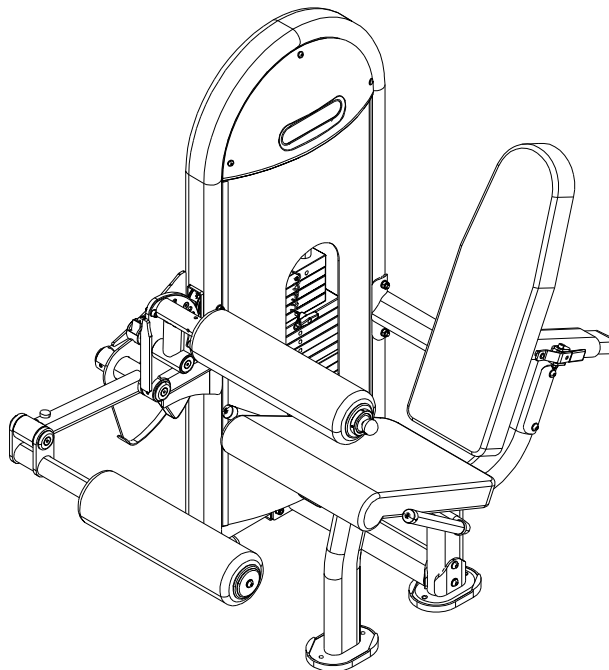
Расположите одну верхнюю накладку (40) напротив рамы грузоблока (1), и прикрепите ее к раме, используя три винта (65) и шайбы (77).

Повторите действия для оставшейся верхней накладки (40).



8. Финальная сборка и проверка Убедитесь, что все крепления надежно зафиксированы. Проверьте работу стойки сидения:

- Удерживая стойку сидения, нажмите на ручку храповика, чтобы освободить фиксатор и нагните подушку для спинки вперед. Освободите ручку трещоточной рукоятки, фиксатор должен расположиться в отверстии, соответствующему первому положению сидения.
- Повторите действия, чтобы проверить, может ли сиденье занимать все позиции.
- Верните стойку сиденья в исходное положение.
- Проверьте мягкость скольжения сидения, без торможения и прокручивания.



Проверьте работу подушки для коленей:

- Вытяните зажим из упора подушки для колен, чтобы освободить фиксатор в вытянутом положении. Нагните упор для подушки вперед и отпустите фиксатор. Фиксатор должен занимать отверстие в запоре подушки для колен.
- Повторите, чтобы проверить, занимает ли фиксатор все положения.
- Верните подушку для коленей в исходное положение.

Расположитесь на устройстве. Выберите желаемый вес с помощью селекторного разъединителя. Отрегулируйте положение спинки и подушки для колен. Поработайте рычагом и проверьте следующее:

- Проверьте плавность работы рычага.
- Проверьте, нет ли шатания во время переключения рычага из исходного положения.
- Проверьте отсутствие чрезмерного шума во время работы.

Верните рычаг в исходное положение.

Вы завершили сборку вашего **ТРЕНАЖЕРА СГИБАНИЕ НОГ INSTINCT**.

ЗАКРЕПЛЕНИЕ

ВАЖНО: ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ НОГ INSTINCT должен быть прикреплен к полу для стабилизации работы и исключения шатания и заваливания на бок. Данная операция производится сертифицированным работником. Некорректное крепление устройства приведет к аннулированию гарантии. NAUTILUS не несет ответственности за ущерб или травмы, вызванные незакрепленным или плохо закрепленным устройством.

ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ НОГ INSTINCT должен быть закреплен к полу с помощью сквозных болтов или анкерных шпилек. На каждой подставке для ног есть два анкерных отверстия, к которым подходят болты до 12 мм (7/16") в диаметре. Во время закрепления следует использовать только одно отверстие. Выбор отверстия будет зависеть от условия установки или предпочтений пользователя.

Анкерные болты/шпилки должны соответствовать следующим параметрам:

- Анкерные болты должны быть Grade 8.8 или Grade SAE 5.
- Минимальный размер анкерных болтов или шпилек – 6 мм (1/4") в диаметре; рекомендуется использовать 8 мм (5/16") диаметр.
- Вырывное усилие должно быть минимум 100 кг (2201 lbs) для каждого отдельного крепления. Это обеспечит безопасное и надежное крепление тренажера.

Сборка и установка - Разгибание ног

Части и материалы

Следующие части идут в комплекте с **ТРЕНАЖЕРОМ РАЗГИБАНИЕ НОГ NAUTILUS INSTINCT**:

| | | | | | |
|----|---------------------------|---|----|--------------------------------------|----|
| 1 | Рама грузоблока | 1 | 36 | Фиксатор ремня | 2 |
| 2 | Основная рама | 1 | 39 | Упор грузоблока | 2 |
| 3 | Нижняя перекладина | 1 | 40 | Резиновая заглушка | 2 |
| 4 | Верхняя перекладина | 1 | 41 | Направляющая грузоблока | 2 |
| 5 | Рукоятки | 1 | 42 | Верхняя пластина грузоблока | 1 |
| 6 | Стойка сиденья | 1 | 43 | Вес, 10lb (4,5 кг) | 6 |
| 7 | Упор подушки для спинки | 1 | 45 | Гайка с внутренней резьбой | 6 |
| 8 | Упор подушки для сидения | 1 | 48 | Установочный винт | 4 |
| 9 | Привод рычага | 1 | 51 | Винт | 2 |
| 10 | Рычаг | 1 | 52 | Винт с плоской головкой, M10X25 | 8 |
| 11 | Подушка для сиденья | 1 | 53 | Винт с шляпкой, M8X20 | 6 |
| 15 | Ремень | 1 | 54 | Винт с шляпкой, M10X30 | 4 |
| 16 | Подушка для ног | 1 | 55 | Винт с шляпкой, M10X35 | 6 |
| 17 | Селекторный разъединитель | 1 | 56 | Винт с шляпкой, M10X63 | 2 |
| 18 | Шaft привода рычага | 1 | 57 | Винт с шляпкой, M10X80 | 3 |
| 21 | Подушка для спинки | 1 | 59 | Винт с шляпкой, M10X125 | 2 |
| 22 | Шaft рычага | 1 | 60 | Винт с шляпкой, M10X130 | 6 |
| 24 | Заглушка | 4 | 63 | Контргайка с нейлоновым кольцом, M10 | 15 |
| 28 | Широкая втулка | 2 | 65 | Шайба, M9 | 6 |
| 29 | Втулка | 1 | 66 | Шайба, M11 | 38 |
| 32 | Нижняя задняя накладка | 1 | 67 | Пружинная шайба, M10 | 3 |
| 33 | Нижняя передняя накладка | 1 | 68 | Вес, 5lb (2,26 кг) | 4 |
| 34 | Верхняя накладка | 2 | 69 | Вес, 15lb (6,8 кг) | 4 |

НЕОБХОДИМЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ

Большинство **NAUTILUS INSTINCT** могут быть собраны с использованием следующих инструментов:

- Метрические шестигранные ключи - 2.5 мм, 5 мм, 6 мм, 8 мм, 10мм
- Метрические гаечные ключи с открытым зевом - 10мм, 15мм, 17мм
- Набор метрических торцевых головок (включая головку на 17мм)
- Динамометрический ключ
- Раздвижные пассатижи
- Плоскогубцы с зажимом
- Резиновый молоток
- Крестообразная отвертка - #2

Ваш **ТРЕНАЖЕР РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT** включает в себя набор шестигранных ключей и комбинацию гаечных ключей с открытым зевом.

ТРЕБОВАНИЯ К РАСПОЛОЖЕНИЮ

Ваш **ТРЕНАЖЕР РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT** требует приблизительно 2,97 м² площади для обеспечения безопасной работы устройства.

РАСПАКОВКА

Ваш **ТРЕНАЖЕР РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT** поставляется в одной или нескольких транспортировочных коробках. Каждая коробка, как правило, содержит один компонент сборки всего устройства. Порядок распаковки:

- Снимите транспортировочные ленты с каждой упаковочной коробки.
- Откройте верхнюю часть каждой коробки и откиньте все четыре створки.
- Извлеките упаковочные материалы, вкладыши и ВСЕ детали из каждой упаковочной коробки. Сложите содержимое каждой коробки в отдельном месте, чтобы облегчить сборку. Для обеспечения личной безопасности во время сборки поместите все упаковочные материалы за пределы монтажной площади.
- Убедитесь, что все вышеперечисленные детали присутствуют.

Найдите время, чтобы ввести серийный номер **ТРЕНАЖЕРА РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT** в следующей графе. Если детали отсутствуют или у вас есть какие-либо вопросы, связанные со сборкой, позвоните в отдел обслуживания Nautilus по телефону (800) 503-1221; необходимо будет назвать Ваш серийный номер.

Серийный номер _____

СБОРКА

1. Прикрепление основной рамы к раме грузоблока

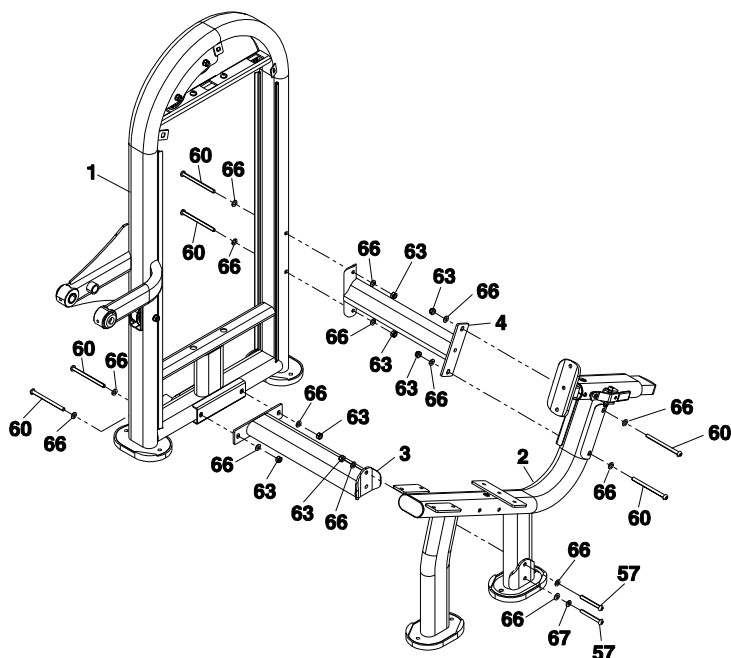
Соотнесите два отверстия в нижней перекладине (3) с отверстиями внизу рамы грузоблока (1). Закрепите балки на раме, используя два винта (60), четыре шайбы (66) и две контргайки (63). Надежно затяните гайки.

Соотнесите два отверстия в верхней перекладине (4) с отверстиями в боковой балке на раме грузоблока (1). Закрепите балку на раме, используя два винта (60), четыре шайбы (66), и две контргайки (63). Надежно затяните гайки.

Расположите основную раму (2) так, чтобы два отверстия в нижней перекладине (3) и два отверстия в верхней перекладине (4) совпадали с отверстиями на основной раме.

Закрепите основную раму с нижней перекладиной, используя два винта (57), одну пружинную шайбу (67), четыре шайбы (66), и две контргайки (63). Надежно затяните гайки.

Закрепите основную раму с верхней перекладиной, используя два винта (60), четыре шайбы (66), и две контргайки (63). Надежно затяните гайки.



2. Установка рычага

Внимание: При желании, установите ограничитель диапазона движения на этом шаге (см. "Установка ограничителя" на стр. 20).

Внимание: Для сборки рычага нужны усилия двух людей: один держит рычаг, второй – устанавливает шaft рычага.

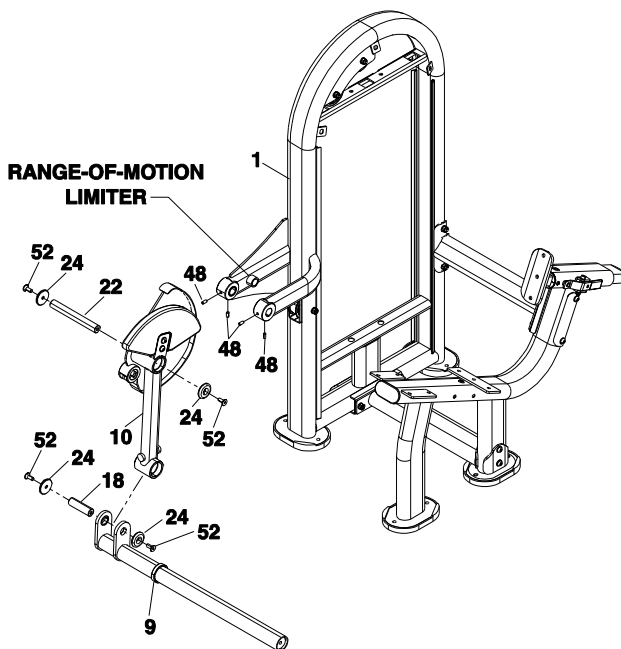
Ослабьте установочные винты (48) в каждом подшипнике упора шaftа рычага на раме грузоблока (1).

Расположите рычаг (10) между двумя подшипниками упора шaftа на раме грузоблока (1). Вставьте шaft рычага (22) через рычаг и оба подшипника упора. Закрепите шaft рычага (22) на раме грузоблока (1), используя два винта (52) и заглушки (24). Затяните два установочных винта (48) на каждом подшипнике упора шaftа рычага на раме грузоблока (1).

Внимание: Для установки привода рычага потребуются усилия двух людей: один держит привод, второй – устанавливает шaft привода.

Разместите привод рычага (9) на рычаге (10), крепежные фланцы расположены вокруг направляющего шaftа на рычаге.

Вставьте шaft привода рычага (18) через рычаг и оба крепежных фланца рычага. Закрепите шaft привода рычага (18) на рычаге (10) используя два винта (52) и заглушки (24). Надежно затяните винты.



3. Сборка грузоблока

Внимание: Для сборки грузоблока необходимо два человека; один держит направляющие грузоблока в нужном положении, а второй устанавливает компоненты грузоблока.

Вставьте один упор грузоблока (39) в каждую направляющую грузоблока (41). Вставьте направляющие грузоблока (41) в специальные отверстия рамы грузоблока (1). Убедитесь, что концы направляющих грузоблока направлены отверстиями вверх относительно верха рамы грузоблока.

Внимание: Для предотвращения травмирования, устанавливайте веса по одному.

Установите веса (43, 68, 69) на направляющие грузоблока (41), по одному за раз, в следующей последовательности:

- а.** Вес (69) – 4 шт.
- б.** Вес (43) – 6 шт.
- с.** Вес (68) – 4 шт.

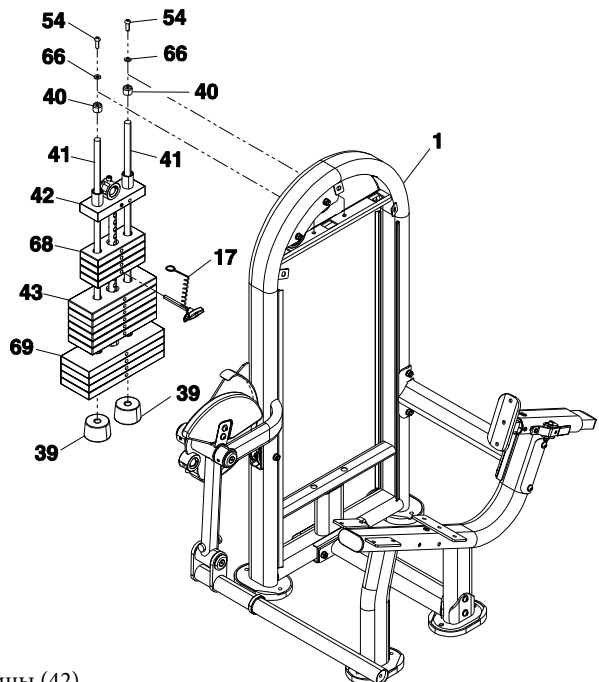
Вденьте петлеобразный конец вытяжного троса в селективный разъединитель (17) на рукоятке верхней пластины (42).

Внимание: Убедитесь, что вытяжной трос находится на месте, во время установки верхней пластины.

Установите верхнюю пластину (42) на направляющие грузоблока (41), продевая шaft верхней пластины через отверстия в весах. Вставьте селективный разъединитель (17) через один вес, пока он не захватит шaft верхней пластины.

Установите резиновую заглушку на каждую направляющую грузоблока (41).

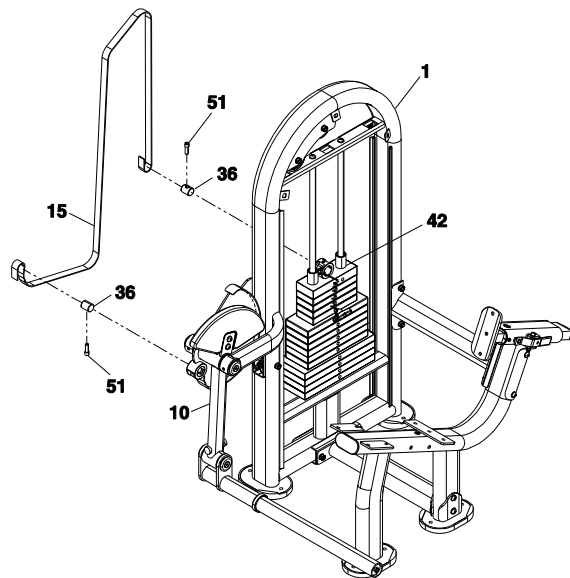
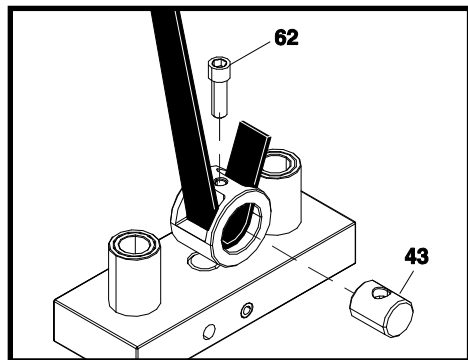
Поднимите одну направляющую грузоблока (41) таким образом, чтобы резиновая заглушка (40) контактировала с нижней частью поперечной балки рамы грузоблока. Закрепите направляющую к грузоблоку, используя один винт (54) и одну шайбу (66). Повторите для второй направляющей.



4. Установка весового ремня

Внимание: весовой ремень (15) прикрепляется к верхней пластине (42) и рычагу (10), используя Специальные фиксаторы (см. детали). Для правильной установки и натяжения ремней может потребоваться два человека.

Уберите крепежные винты (51) и фиксаторы ремня (36) с зажимов ремня на верхней пластине грузоблока (42) и рычаге (10).



Проденьте один конец весового ремня (15) через щель в зажиме верхней пластины грузоблока так, чтобы свободный конец ремня примерно на 1 дюйм (2,54 см) свисал с другой стороны зажима.

Удерживая свободный конец ремня, нажмите на противоположную сторону ремня так, чтобы он плотно прилегал к внутренней стороне зажима.

Вставьте фиксатор ремня (36) в зажим для ремня. Убедитесь, что отверстие фиксатора ремня совпадает с отверстием в зажиме.

ВНИМАНИЕ: Держите ремень ровно, во время установки крепежных винтов (51) на фиксаторе (36). Неправильное выравнивание весового ремня может сместить верхнюю пластину и вызвать чрезмерное трение шфта верхней пластины с весами, что вызовет возникновение шума во время работы на тренажере и может привести к травмам пользователей.

Вставьте крепежный винт (51) в зажим и фиксатор ремня (36). Затяните крепежный винт на 400 дюйм-фунтов.

Проведите весовой ремень (15) через три ролика и вокруг паза рычага, как показано на картинке.

Вставьте свободный конец весового ремня (15) в щель в зажиме для ремня на рычаге, протяните через противоположную щель пока не почувствуете, что к верхней пластине (42) приложена сила. Это устранил провисание ремня и обеспечит хорошее натяжение.

Регулируя натяжение весового ремня, тяните свободный конец так, чтобы он плотно прилегал к отверстию зажима.

Вставьте фиксатор ремня (36) в зажим для ремня. Убедитесь, что отверстие фиксатора ремня совпадает с отверстием в зажиме.

Вставьте крепежный винт (51) в зажим и фиксатор ремня (36). Затяните крепежный винт на 400 дюйм-фунтов.

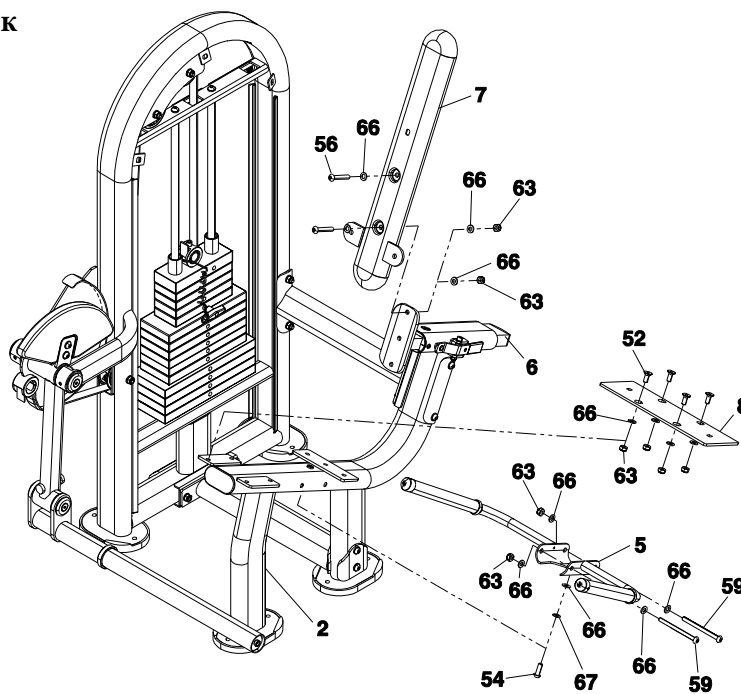
Проверьте натяжение весового ремня с помощью поперечного давления на ремень на отрезке между двумя роликами. Провисание ремня не должно превышать 25 мм. При необходимости, ослабьте крепежный винт (51) и отрегулируйте натяжение ремня.

5. Установка рукояток и креплений подушек

Поднесите рукоятки (5) к нижней части основной рамы (2) и соотнесите пять отверстий на рукоятках с отверстиями на раме. Закрепите ручки на раме, используя два винта (59), четыре шайбы (66), две контргайки (63), один винт (54), одну пружинную шайбу (67) и одну шайбу (66). Надежно закрепите детали.

Расположите упор подушки для сидения(8) на основной раме (2). Закрепите упор подушки для сидения на основной раме, используя четыре винта (52), шайбы(66) и контргайки (63). Надежно затяните винты.

Расположите упор подушки для спинки (7) на стойке сиденья (6) (установлена производителем). Закрепите упор на стойке, используя два винта (56), четыре шайбы (66) и две контргайки (63). Надежно затяните гайки.

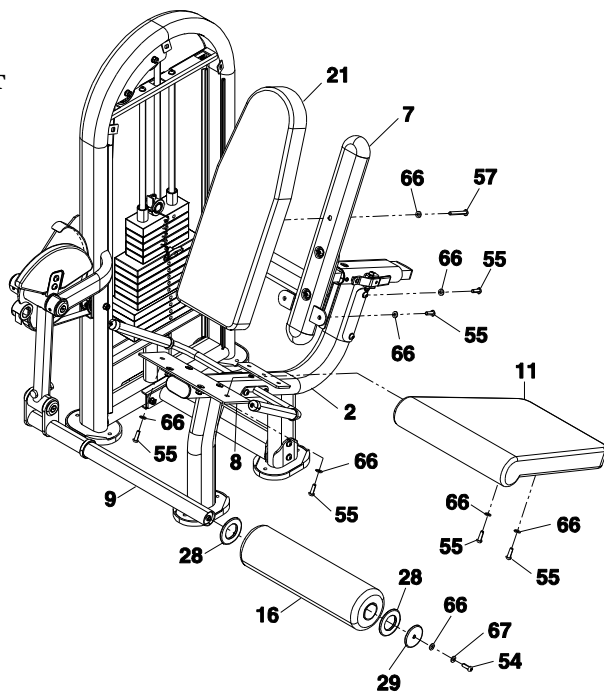


6. Установка подушки для сиденья, спинки и ног

Расположите подушку для сиденья (11) на основной раме (2). Закрепите подушку на раме и упор подушки для сиденья (8), используя четыре винта (55) и шайбы (66). Надежно затяните винты.

Расположите подушку для спинки (21) на упоре подушки для спинки (7). Закрепите подушку на упоре, используя один винт (57), два винта (55) и три шайбы (66). Надежно затяните винты.

Установите одну широкую втулку (28), подушку для ног (16) и одну широкую втулку (28) на приводе рычага (9). Закрепите подушку для ног на приводе рычага, используя один винт (54), пружинную шайбу (67), шайбу (66) и втулку (29). Надежно затяните винт.



7. Установка накладок грузоблока

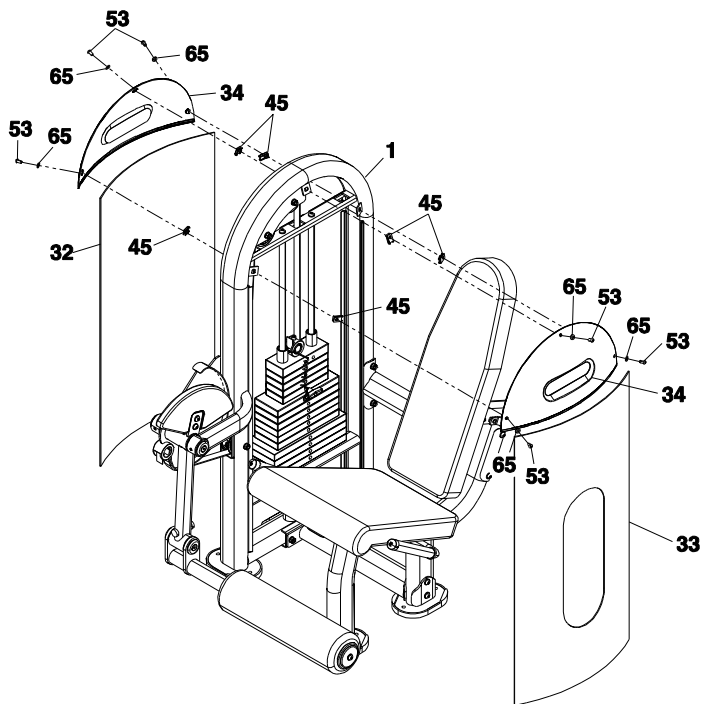
ВНИМАНИЕ: Необходимо слегка согнуть нижние накладки (32,33), чтобы отверстия на них совпали с пазами на раме грузоблока (1).

Вставьте нижнюю переднюю накладку (33) в соответствующие пазы на раме грузоблока (1). Вставьте нижнюю заднюю накладку (32) в пазы рамы грузоблока.

Установите гайку с внутренней резьбой (45) на каждой из шести монтажных петель на раме грузоблока (1).

Расположите одну верхнюю накладку (34) напротив рамы грузоблока (1), и прикрепите ее к раме, используя три винта (53) и шайбы (65).

Повторите действия для оставшейся верхней накладки (40).



8. Финальная сборка и проверка

Убедитесь, что все крепления прочно зафиксированы.

Проверьте работу стойки сиденья:

- Удерживая стойку сиденья, нажмите на ручку храпового механизма, чтобы освободить фиксатор и нагните вперед подушку для спинки. Освободите ручку храпового механизма, расположив фиксатор в отверстии, соответствующем первому положению сиденья.
- Повторите действия, чтобы проверить, может ли сиденье занимать все позиции.
- Верните стойку сиденья в исходное положение.
- Проверьте мягкость скольжения сиденья, чтобы оно работало без торможения и прокручивания.

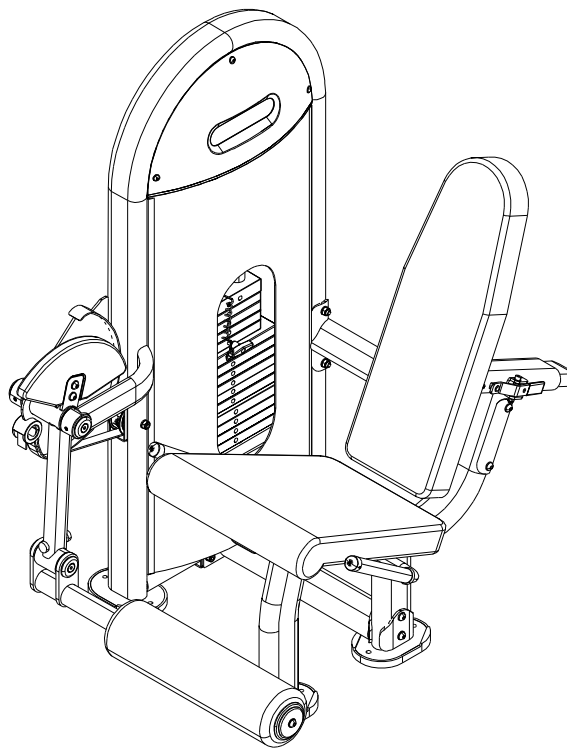
Расположитесь на устройстве. Выберите желаемый вес с помощью селекторного разъединителя. Отрегулируйте подушку для спинки.

Поработайте рычагом и проверьте следующее:

- Проверьте плавность работы рычага.
- Проверьте, нет ли шатания во время переключения рычага из исходного положения.
- Проверьте отсутствие чрезмерного шума во время работы.

Верните рычаг в исходное положение.

Вы завершили сборку вашего **ТРЕНАЖЕРА РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT**.



ЗАКРЕПЛЕНИЕ

ВАЖНО: ТРЕНАЖЕР РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT должен быть прикреплен к полу для стабилизации работы и исключения шатания и заваливания на бок. Данная операция производится сертифицированным работником. Некорректное крепление устройства приведет к аннулированию гарантии. NAUTILUS не несет ответственности за ущерб или травмы, вызванные незакрепленным или плохо закрепленным устройством.

ТРЕНАЖЕР РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT должен быть закреплен к полу с помощью сквозных болтов или анкерных шпилек. На каждой подставке для ног есть два анкерных отверстия, к которым подходят болты до 12 мм (7/16") в диаметре. Во время закрепления следует использовать только одно отверстие. Выбор отверстия будет зависеть от условия установки или предпочтений пользователя.

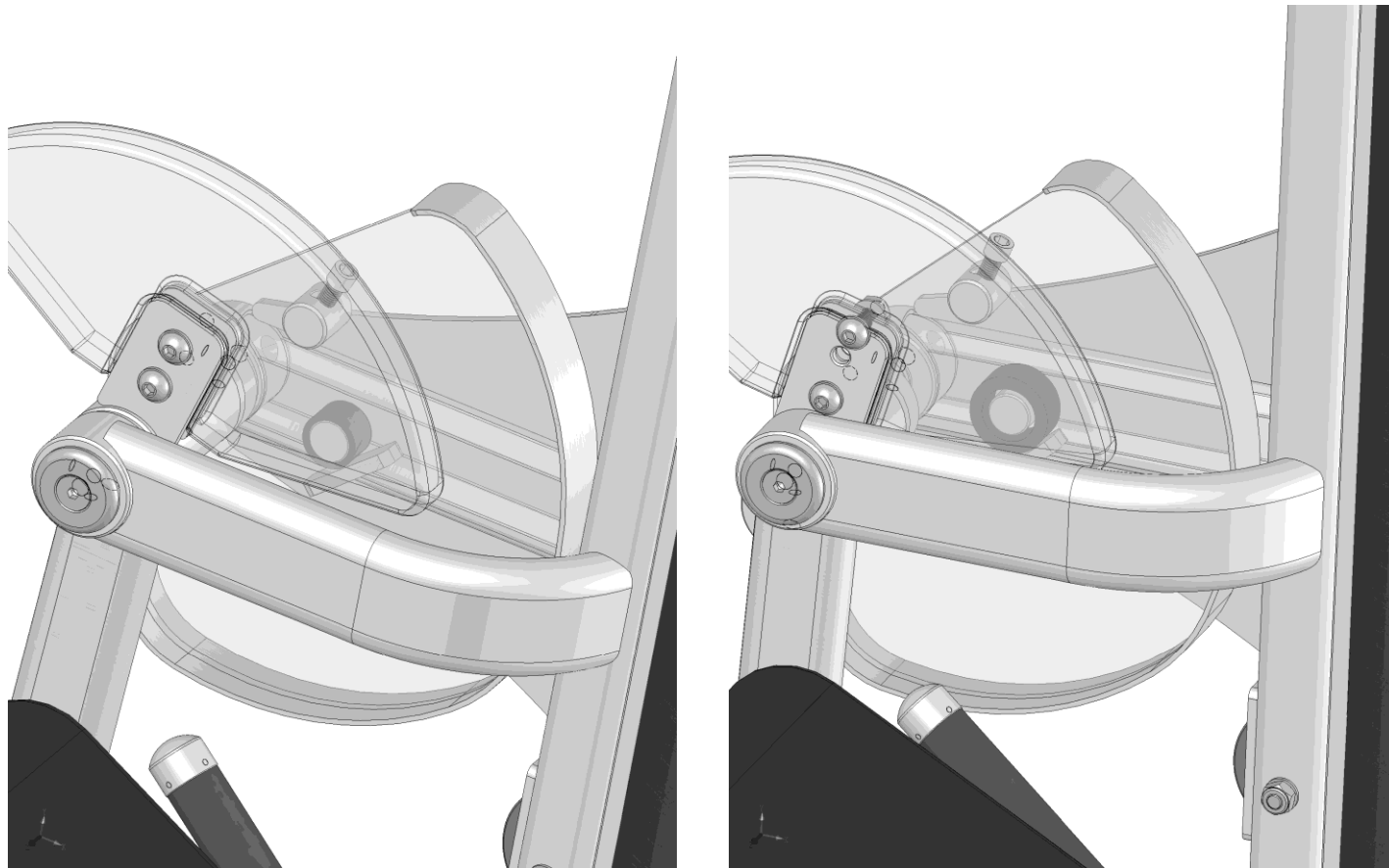
Анкерные болты/шпильки должны соответствовать следующим параметрам:

- Анкерные болты должны быть Grade 8.8 или Grade SAE 5.
- Минимальный размер анкерных болтов или шпилек – 6 мм (1/4") в диаметре; рекомендуется использовать 8 мм (5/16") диаметр.
- Вырывное усилие должно быть минимум 100 кг (2201 lbs) для каждого отдельного крепления. Это обеспечит безопасное и надежное крепление тренажера.

УСТАНОВКА ОГРАНИЧИТЕЛЯ

ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT может быть оснащен одним или двумя ограничителями. Ограничитель лимитирует стартовую позицию нижней подставки для ног. Вы сами можете оснастить **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT** большим или маленьким ограничителем.

- Маленький ограничитель подойдет для пользователей с менее массивными ногами. После его установки, стартовая позиция ног пользователя будет ближе к сидению. Это позволит сделать движения более свободными, но диапазон движения для нижней части ног увеличится.
 - Большой ограничитель тоже делает движения свободными, но уменьшает диапазон движений. Большой ограничитель рекомендуется использовать для тренажеров, установленных в психотерапевтических клиниках или для реабилитационных целей, для менее подготовленных пользователей.
- По умолчанию, на тренажере предустановлен маленький ограничитель.



Маленький Ограничитель

Большой Ограничитель

Во время сборки, ограничитель легко снимается перед выполнением шага 2 (см. стр. 15). Если вы снимаете ограничитель с уже собранного тренажера, будьте осторожны, чтобы не зажать пальцы. Вращайте и тяните ограничитель, чтобы снять его. Используйте надавливающие и вращающие движения, чтобы установить новый ограничитель.

Сборка и установка - Сгибание /Разгибание Ног

ЧАСТИ И МАТЕРИАЛЫ

Следующие части идут в комплекте с ТРЕНАЖЕРОМ СГИБАНИЕ/РАЗГИБАНИЕ НОГ NAUTILUS INSTINCT

| | | | | | |
|----|----------------------------|---|----|--------------------------------------|----|
| 1 | Рама грузоблока | 1 | 47 | Нижняя верхняя накладка | 1 |
| 2 | Основная рама | 1 | 48 | Верхняя накладка | 2 |
| 3 | Нижняя переключательная | 1 | 51 | Фиксатор ремня | 2 |
| 4 | Верхняя переключательная | 1 | 55 | Упор грузоблока | 2 |
| 5 | Рукоятки | 1 | 56 | Резиновая заглушка | 2 |
| 6 | Стойка подушки для спинки | 1 | 57 | Направляющая грузоблока | 2 |
| 7 | Упор сиденья | 1 | 58 | Верхняя пластина грузоблока | 1 |
| 8 | Упор подушки для сиденья | 1 | 59 | Вес, 10lb (4,5 кг) | 6 |
| 10 | Привод рычага | 1 | 61 | Гайка с внутренней резьбой | 6 |
| 11 | Маховик диапазона движения | 1 | 63 | Шайба, М25.5 | 1 |
| 12 | Стопор маховика | 1 | 66 | Установочный винт | 2 |
| 14 | Рычаг | 1 | 67 | Установочный винт | 4 |
| 15 | Упор подушки для коленей | 1 | 71 | Крепежный винт | 2 |
| 21 | Подушка для сиденья | 1 | 72 | Винт с плоской головкой, М10Х25 | 9 |
| 24 | Подушка для ног | 2 | 74 | Винт с шляпкой, М8Х20 | 6 |
| 25 | Ремень | 1 | 75 | Винт с шляпкой, М10Х30 | 4 |
| 26 | Втулка | 1 | 76 | Винт с шляпкой, М10Х35 | 6 |
| 27 | Селекторный разъединитель | 1 | 77 | Винт с шляпкой, М10Х63 | 2 |
| 28 | Шaft привода рычага | 1 | 78 | Винт с шляпкой, М10Х80 | 3 |
| 31 | Подушка для спинки | 1 | 81 | Винт с шляпкой, М10Х125 | 2 |
| 32 | Шaft рычага | 1 | 82 | Винт с шляпкой, М10Х130 | 6 |
| 34 | Шайба, алюминий | 1 | 85 | Контргайка с нейлоновым кольцом, М10 | 15 |
| 35 | Заглушка | 4 | 87 | Шайба, М9 | 6 |
| 41 | Шайба, М35 | 2 | 88 | Шайба, М11 | 38 |
| 42 | Втулка | 4 | 89 | Пружинная шайба, М10 | 3 |
| 43 | Втулка | 1 | 93 | Вес, 5lb (2,26 кг) | 4 |
| 46 | Нижняя задняя накладка | 1 | 94 | Вес, 15lb (6,8 кг) | 4 |

НЕОБХОДИМЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ

Большинство NAUTILUS INSTINCT могут быть собраны с использованием следующих инструментов:

- Метрические шестигранные ключи - 2,5 мм, 5 мм, 6 мм, 8 мм, 10мм
- Метрические гаечные ключи с открытым зевом - 10мм, 15мм, 17мм
- Набор метрических торцевых головок (включая головку на 17мм)
- Динамометрический ключ
- Раздвижные пассатижи
- Плоскогубцы с зажимом
- Резиновый молоток
- Крестообразная отвертка - #2

Ваш ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ/РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT включает в себя набор шестигранных ключей и комбинацию гаечных ключей с открытым зевом.

ТРЕБОВАНИЯ К РАСПОЛОЖЕНИЮ

Ваш ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ/РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT требует приблизительно 2,97 м² площади для обеспечения безопасной работы устройства.

РАСПАКОВКА

Ваш ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ/РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT поставляется в одной или нескольких транспортировочных коробках. Каждая коробка, как правило, содержит один компонент сборки всего устройства. Порядок распаковки:

- Снимите транспортировочные ленты с каждой упаковочной коробки.
- Откройте верхнюю часть каждой коробки и откиньте все четыре створки.
- Извлеките упаковочные материалы, вкладыши и ВСЕ детали из каждой упаковочной коробки. Сложите содержимое каждой коробки в отдельном месте, чтобы облегчить сборку. Для обеспечения личной безопасности во время сборки поместите все упаковочные материалы за пределы монтажной площади.

- Убедитесь, что все вышеперечисленные детали присутствуют.

Найдите время, чтобы ввести серийный номер **ТРЕНАЖЕРА СГИБАНИЕ/РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT** в следующей графе. Если детали отсутствуют или у вас есть какие-либо вопросы, связанные со сборкой, позвоните в отдел обслуживания Nautilus по телефону (800) 503-1221; необходимо будет назвать Ваш серийный номер.

Серийный номер _____

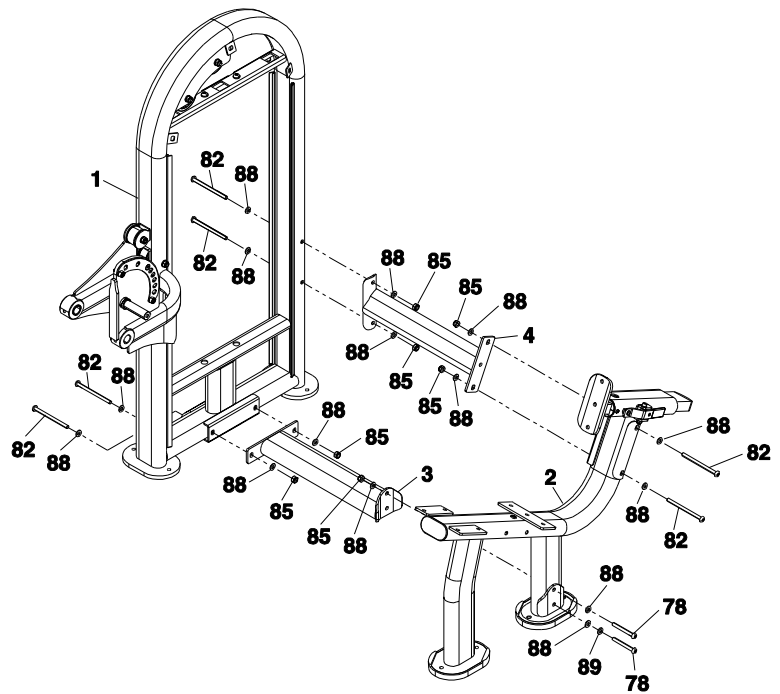
СБОРКА

1. Прикрепление основной рамы к раме грузоблока

Соотнесите два отверстия в нижней поперечной балке (3) с отверстиями внизу рамы грузоблока (1). Закрепите балку на раме, используя два винта (82), четыре шайбы (88), и две контргайки (85). Надежно затяните гайки.

Соотнесите два отверстия в верхней перекладине (4) с отверстиями в боковой балке на раме грузоблока (1). Закрепите балку на раме, используя два винта (82), четыре шайбы (88) и две контргайки (85). Надежно затяните гайки.

Расположите основную раму (2) так, чтобы два отверстия в нижней перекладине (3) и два отверстия в верхней перекладине (4) совпадали с отверстиями на основной раме. Закрепите основную раму с нижней перекладиной, используя два винта (78), одну пружинную шайбу (89), четыре шайбы (88), и две контргайки (85). Надежно затяните гайки. Закрепите основную раму с верхней перекладиной, используя два винта (82), четыре шайбы (88), и две контргайки (85). Надежно затяните гайки.

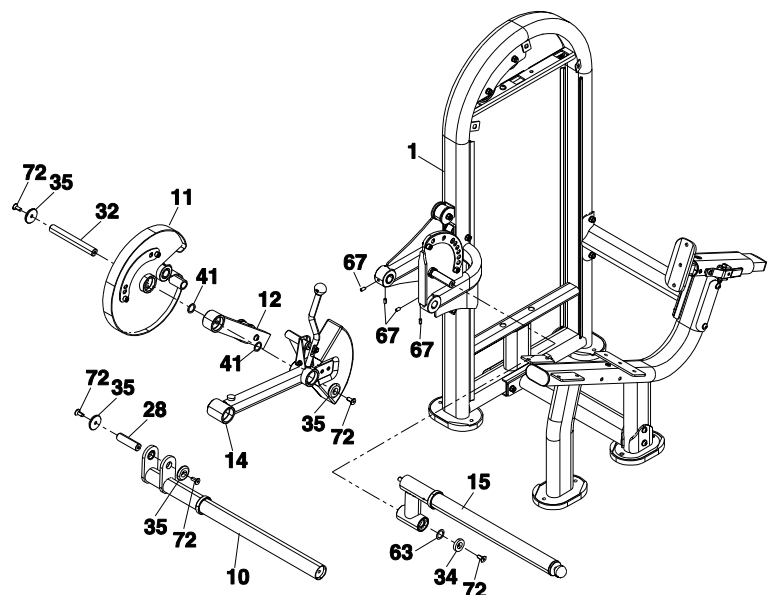


2. Установка рычага

Внимание: Для сборки рычага нужны усилия двух людей; один держит рычаг, второй – устанавливает шaft рычага.

Ослабьте установочные винты (67) в каждом подшипнике упора шaftа рычага на раме грузоблока (1). Вставляйте шaft рычага (32) через подшипник переднего упора на раме грузоблока (1), пока шaft не расположится между двумя подшипниками упора на раме грузоблока (1). Вставьте рычаг (14) в шaft рычага. Вставьте шaft рычага (32) по направлению к подшипнику заднего упора на раме грузоблока и установите данные детали на шaft, по одной за раз:

- Шайба (41)
- Стопор маховика (12)
- Шайба (41)
- Маховик диапазона движения (11)



Вставьте шaft рычага (32) в подшипник заднего упора грузоблока (1).

Закрепите шaft рычага (32) на раме грузоблока (1), используя два винта (72) и заглушки (35). Надежно затяните винты.

Затяните два установочных винта (67) в каждом подшипнике упора шaftа рычага на раме грузоблока (1).

Внимание: Для установки привода рычага нужны усилия двух людей: один держит привод, второй устанавливает шaft привода.

Разместите привод рычага (10) на рычаге (14), расположив крепежные фланцы вокруг направляющей шaftа на рычаге.

Вставьте шaft привода рычага (28) через рычаг и оба крепежных фланца рычага.

Закрепите шaft привода рычага (28) на рычаге (14), используя два винта (72) и заглушки (35). Надежно затяните винты.

Вставьте упор подушки для коленей (15) в упор шaftа на раме грузоблока (1), соотнесите фиксатор в упоре с отверстием в храповом механизме рамы грузоблока.

Прикрепите упор подушки для коленей (15) к раме грузоблока (1), используя одну шайбу (63), винт (72) и алюминиевую шайбу (34). Надежно затяните винты.

3. Сборка грузоблока

Внимание: для сборки грузоблока понадобятся усилия двух людей; один держит направляющие блока, другой – устанавливает детали блока на направляющие.

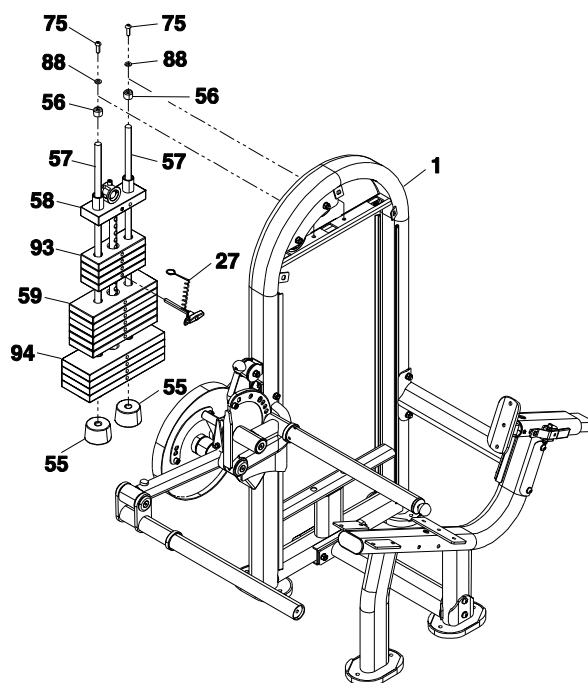
Вставьте один упор грузоблока (55) в каждую направляющую грузоблока (57).

Вставьте направляющие грузоблока (57) в специальные отверстия в основании рамы грузоблока (1). Убедитесь, что концы направляющих грузоблока направлены отверстиями вверх относительно верха рамы грузоблока.

Внимание: Для предотвращения травмирования, устанавливайте веса по одному.

Установите веса (59, 93, 94) на несущие грузоблока (57), по одному за раз, в следующей последовательности:

- Вес (94) - 4 шт.
- Вес (59) - 6 шт.
- Вес (93) - 4 шт.



Вденьте петлеобразный конец вытяжного троса в селекторный разъединитель (27) на рукоятке верхней пластины (58).

Внимание: Убедитесь, что вытяжной трос находится на месте, во время установки верхней пластины.

Установите верхнюю пластину (58) на направляющие грузоблока (57), продевая шaft верхней пластины через отверстия в весах. Вставьте селекторный разъединитель (27) через один вес, пока он не захватит шaft верхней пластины.

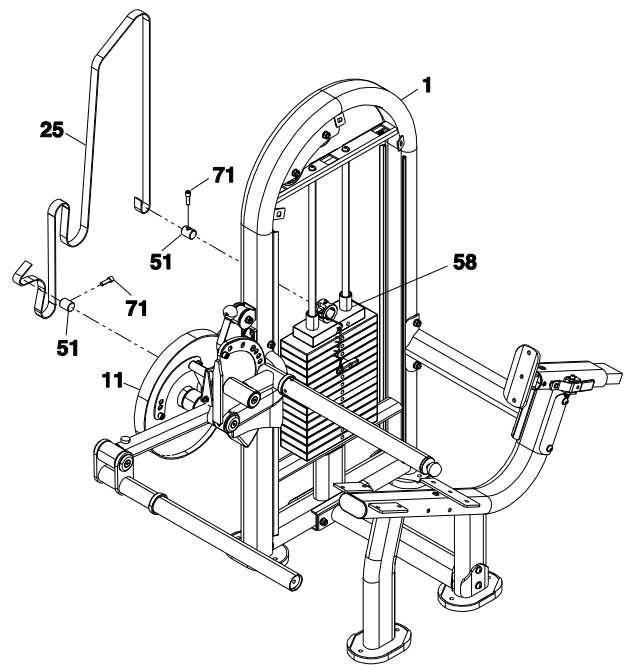
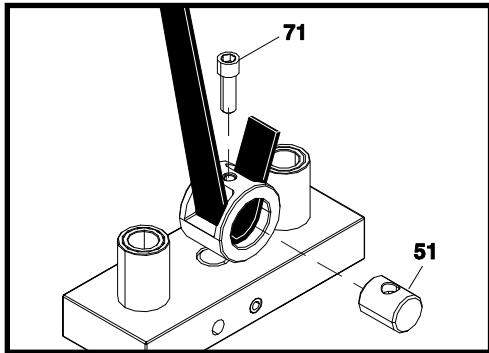
Установите по одной резиновой заглушке (56) на каждую направляющую грузоблока (57).

Поднимите одну направляющую грузоблока (57) таким образом, чтобы резиновая заглушка (56) контактировала с нижней частью поперечной балки рамы грузоблока. Прикрепите направляющую к грузоблоку с помощью одного винта (75) и шайбы(88). Повторите действия для второй направляющей.

4. Установка весового ремня

Внимание: весовой ремень (25) прикреплен к верхней пластине (58) и маховику диапазона движения(11) с помощью специальных фиксаторов (см. детали). Для правильной установки и натяжения ремней может потребоваться два человека.

Уберите крепежные винты (71) и фиксаторы ремня (51) с зажимов ремня на верхней пластине грузоблока (58) и маховике диапазона движения (11).



Проденьте один конец весового ремня (25) через щель в зажиме верхней пластины грузоблока таким образом, чтобы свободный конец ремня примерно на 1 дюйм (2,54 см) свисал с другой стороны зажима.

Удерживайте свободный конец ремня и давите на противоположную его сторону, так, чтобы он расправился внутри зажима.

Вставьте фиксатор ремня (51) в зажим для ремня. Убедитесь, что отверстие фиксатора ремня совпадает с отверстием в зажиме.

ВНИМАНИЕ: Держите ремень ровно, во время установки крепежных винтов (71) на фиксаторе (51). Неправильное выравнивание весового ремня может сместить верхнюю пластину и вызвать чрезмерное трение шайфа верхней пластины с весами, что вызовет возникновение шума во время работы на тренажере и может привести к травмам пользователей.

Вставьте крепежный винт (71) в зажим и фиксатор ремня (51). Затяните крепежный винт на 400 дюйм-фунтов.

Проведите весовой ремень (25) через пять роликов и маховик диапазона движения, как показано на картинке.

Вставьте свободный конец весового ремня (25) в щель в зажиме для ремня на рычаге, протяните через противоположную щель пока не почувствуете, что к верхней пластине (58) приложена сила. Это устранил провисание ремня и обеспечит хорошее натяжение.

Регулируя натяжение весового ремня, тяните свободный конец так, чтобы он плотно прилегал к отверстию зажима.

Вставьте фиксатор ремня (51) в зажим для ремня. Убедитесь, что отверстие фиксатора ремня совпадает с отверстием в зажиме.

Вставьте крепежный винт (71) в зажим и фиксатор ремня (51). Затяните крепежный винт на 400 дюйм-фунтов.

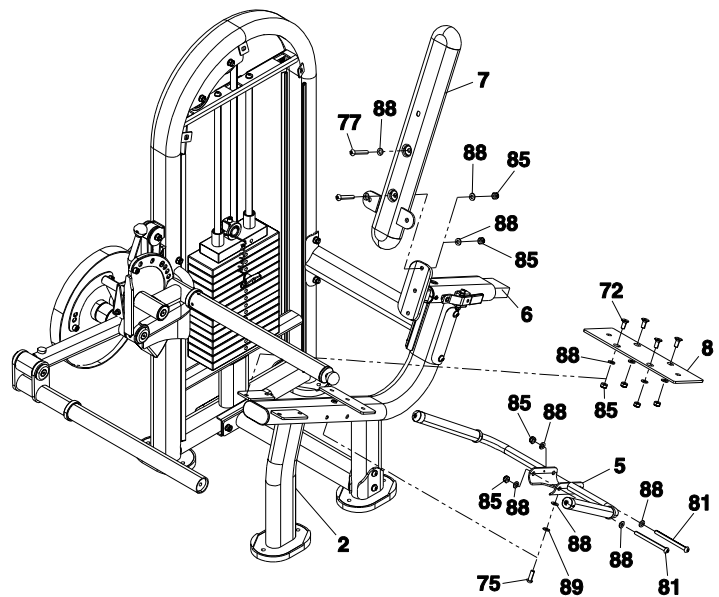
Проверьте натяжение весового ремня с помощью поперечного давления на ремень на отрезке между двумя роликами. Провисание ремня не должно превышать 25 мм. При необходимости, ослабьте крепежный винт (71) и отрегулируйте натяжение ремня.

5. Установка рукояток и креплений подушек

Поднесите рукоятки (5) к нижней части основной рамы (2) и соотнесите пять отверстий в рукоятках с отверстиями на основной раме. Прикрепите рукоятки, используя два винта (81), четыре шайбы (88), две контргайки (85), один винт (75), одну пружинную шайбу (89) и одну шайбу (88). Надежно закрепите все детали.

Поднесите упор подушки для сиденья (8) к основной раме (2). Закрепите упор, используя четыре винта (72), шайбы (88) и контргайки (85). Надежно затяните гайки.

Поднесите упор подушки для спинки (7) к стойке сиденья (6) (установлена производителем). Закрепите упор на стойке, используя два винта (77), четыре шайбы (88) и две контргайки (85). Надежно затяните гайки.



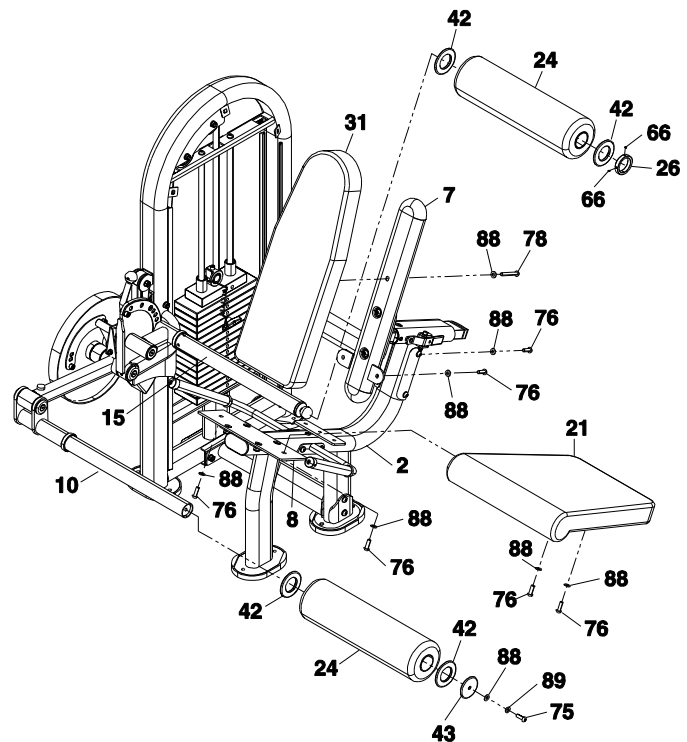
6. Установка подушек для сиденья, спинки и ног

Поднесите подушку для сиденья (21) к основной раме (2). Закрепите подушку на раме и упоре сиденья (8), используя четыре винта (76) и шайбы (88). Надежно затяните винты.

Поднесите подушку для спинки (31) к упору подушки для спинки (7). Закрепите подушку на упоре, используя один винт (78), два винта (76) и три шайбы (88). Надежно затяните винты.

Установите одну втулку (42) одну подушку для ног (24) и одну втулку (42) на приводе рычага (10). Закрепите подушку для ног на приводе, используя один винт (75), пружинную шайбу (89), шайбу (88) и хомут (43). Надежно затяните винты.

Установите одну втулку (42), одну подушку для ног (24), одну втулку (42) на упоре подушки для колен (15). Ослабьте два установочных винта (66) на втулке (26). Установите втулку на упоре подушки для колен, и затяните два установочных винта (66).



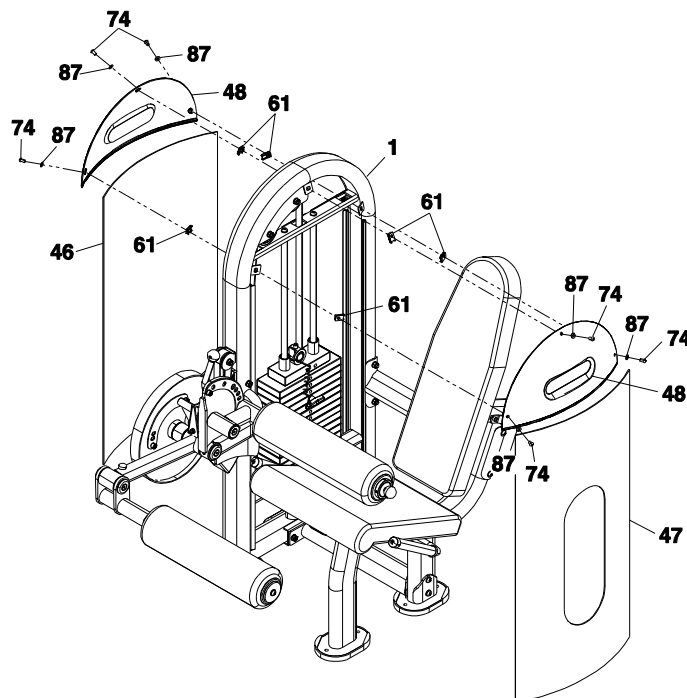
7. Установка накладок грузоблока

Внимание: Необходимо слегка согнуть нижние накладки (46, 47), чтобы отверстия на них совпали с пазами на раме грузоблока (1).

Вставьте нижнюю переднюю накладку (47) в соответствующие пазы на раме грузоблока (1). Вставьте нижнюю заднюю накладку (46) в пазы рамы грузоблока.

Установите гайку с внутренней резьбой (61) на каждой из шести монтажных петель на раме грузоблока (1).

Расположите одну верхнюю накладку (48) напротив рамы грузоблока (1) и прикрепите ее к раме, используя три винта (74) и шайбы (87). Повторите действия для оставшейся верхней накладки (40).



8. Финальная сборка и проверка

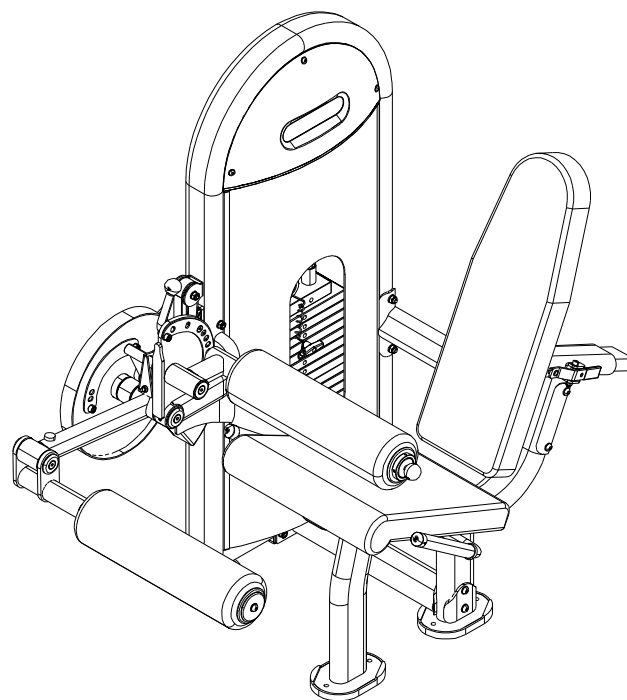
- Убедитесь, что все крепления надежно зафиксированы. Проверьте работу стойки сиденья:

Удерживая стойку сиденья, нажмите на ручку храпового механизма, чтобы освободить фиксатор и нагните подушку для спинки вперед. Освободите ручку храпового механизма, фиксатор должен расположиться в отверстии, соответствующем первому положению сиденья.

- Повторите действия, чтобы проверить, может ли сиденье занимать все позиции.

- Верните стойку в исходное положение.

- Проверьте мягкость работы стойки сиденья.



Проверьте работу подушки для коленей:

- Вытяните зажим из упора подушки для колен, чтобы освободить фиксатор в вытянутом положении. Нагните упор для подушки вперед и отпустите фиксатор. Фиксатор должен занимать отверстие в храповом механизме подушки для колен.
- Повторите, чтобы проверить, занимает ли фиксатор все положения.
- Верните подушку для колен в первое положение.

Расположитесь на устройстве. Выберите желаемый вес с помощью селекторного разъединителя. Отрегулируйте положение спинки и подушки для колен.

При необходимости, отпустите фиксатор привода рычага и расположите рычаг в положении "сгибание ног", затем верните фиксатор. Поработайте рычагом и проверьте следующее:

- Проверьте плавность работы рычага.
- Проверьте, нет ли шатания во время переключения рычага из исходного положения.
- Проверьте отсутствие чрезмерного шума во время работы.

Освободите фиксатор рычага привода и расположите рычаг в позиции "разгибание ног", затем протестируйте снова по вышеописанной схеме. Верните рычаг в положение "сгибание ног".

Вы завершили сборку вашего **ТРЕНАЖЕРА СГИБАНИЕ/РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT**.

ЗАКРЕПЛЕНИЕ

ВАЖНО: ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ/РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT должен быть прикреплен к полу для стабилизации работы и исключения шатания и заваливания на бок. Данная операция производится сертифицированным работником. Некорректное закрепление устройства приведет к аннулированию гарантии. NAUTILUS не несет ответственности за ущерб или травмы, вызванные незакрепленным или плохо закрепленным устройством.

ТРЕНАЖЕР СГИБАНИЕ/РАЗГИБАНИЕ НОГ INSTINCT должен быть прикреплен к полу с помощью сквозных болтов или анкерных шпилек. На каждой подставке для ног есть два анкерных отверстия, к которым подходят болты до 12 мм (7/16") в диаметре. Во время закрепления следует использовать только одно отверстие. Выбор отверстия будет зависеть от условий установки или предпочтений пользователя.

Анкерные болты/шпильки должны соответствовать следующим параметрам:

- Анкерные болты должны быть Grade 8.8 или Grade SAE 5.
- Минимальный размер анкерных болтов или шпилек – 6 мм (1/4") в диаметре; рекомендуется использовать 8 мм (5/16") диаметр.
- Вырывное усилие должно быть минимум 100 кг (220 lbs) для каждого отдельного крепления. Это обеспечит безопасное и надежное закрепление тренажера.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УПРАЖНЕНИЯМ

ОБЩЕЕ РУКОВОДСТВО

Как и в любой другой программе упражнений, силовая тренировка включает в себя элемент риска. Информация, представленная в этом разделе, поможет вам и / или вашим клиентам безопасно и продуктивно использовать **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT**.

- ВСЕГДА консультируйтесь с врачом перед началом любой программы силовых тренировок. Это особенно важно для людей с заболеваниями и/или лиц, которые не знакомы с рисками, связанными с весовыми тренировками.
- Все тренировки должны контролироваться обученным персоналом.
- **УБЕДИТЕСЬ**, что все предупреждающие надписи и информационные табло, прикрепленные к **ТРЕНАЖЕРУ ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT**, остаются на устройстве. **НЕ ИЗМЕНЯЙТЕ** предупреждающие надписи и информационные табло. Убедитесь, что каждый пользователь имеет возможность прочесть и понять информацию, отображаемую на всех этикетках и информационных табло (безопасность, инструктаж и/или другое).
- Проинструктируйте всех пользователей о правильном использовании **ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT**, а также о тех действиях, которых следует избегать.
- Ваш **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT** предназначен для размещения самых разных типов телосложения. Перед использованием отрегулируйте высоту сиденья для обеспечения комфортного пользования.

Чтобы минимизировать травмы пользователя и / или находящихся рядом лиц:

- Не опирайтесь на корпус, грузоблок или другие компоненты, независимо от того, работают они или нет.
- Держите части тела и одежду вдали от подвижных частей тренажера, тросов, ремней, кулачков и роликов. Приближение к этим трансмиссионным частям может вызвать серьезные травмы.
- Упражнения со свободными весами должны выполняться с помощью страхующего лица.

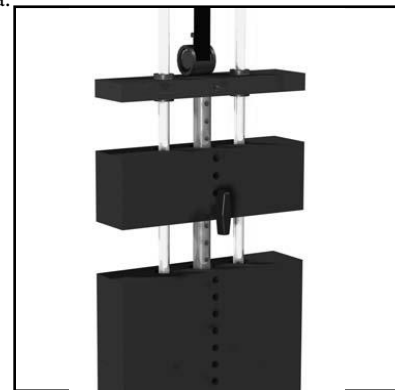
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОДУКТА И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Ремонт **ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ INSTINCT** должен осуществляться только авторизованными специалистами.

Никогда не модифицируйте **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ INSTINCT** и не пытайтесь починить или отрегулировать его самостоятельно без информирования службы поддержки **NAUTILUS**. Всегда сообщайте авторизованному персоналу о проведении каких-либо операций такого рода.

Обязуйте пользователей **НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО** сообщать персоналу о неполадках в работе тренажера.

ВНИМАНИЕ: Не закрепляйте селекторный разъединитель во время поднятия веса и не делайте двойное закрепление. Данные действия опасны для пользователей, находящихся рядом людей и могут повредить **ТРЕНАЖЕРУ ДЛЯ НОГ INSTINCT**. Кроме механических повреждений, это может привести к падению грузоблока или травмированию конечностей. Не пользуйтесь тренажером, если верхняя пластина поднята или селекторный разъединитель закреплен в поднятом положении. Попросите помощи у персонала, для исправления данной ситуации.



ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

РЕГЛАМЕНТ ТЕХОБСЛУЖИВАНИЯ

Nautilus настоятельно рекомендует осуществлять регулярные профилактические процедуры для вашего **ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT**. Без регулярного профилактического обслуживания, обычный износ или амортизация могут вызвать кумулятивный эффект, в том числе смещение осей или преждевременный износ, что приводит к простоям оборудования. Именно поэтому мы рекомендуем следовать графику профилактического обслуживания. Также, при появлении необычных признаков, таких как чрезмерный шум во время работы, тугая или слишком свободная работа деталей тренажера и др., нужно попытаться их устранить (отрегулировать или заменить деталь). Если обнаружилось повреждение или поломка деталей, то тренажер следует вывести из эксплуатации до тех пор, пока не будут проведены ремонтные работы. Для ремонта следует использовать только детали, одобренные Nautilus.

Ежедневная профилактика

- Протирайте и проверяйте корпус и другие структурные компоненты (см. Уход за корпусом на стр.28). Проверяйте прочность всех соединений. При необходимости, затяните сильнее.
- Очищайте и проверяйте обивку и рукоятки (см. Уход за обивкой на стр. 28).
- Очистите и смажьте направляющие с помощью х/б материи и специального смазочного средства. Нанесите смазочное средство на материю, проведите вверх и вниз по направляющей необходимое количество раз.
- Проверьте весовые ремни на чрезмерный износ и другие повреждения. Проверьте натяжение ремней (провисание ремня на любом отрезке не должно превышать 25 мм); при необходимости, отрегулируйте. (см. Проверка весового ремня на стр. 29).
- Проверьте подшипники рычагов на плавность работы; при необходимости смажьте (подшипники оснащены системой облегчения смазочного раствора).

Еженедельная профилактика

- Проверьте крепежные винты на верхней пластине грузоблока, рычагах и маховике диапазона движения (крепежные винты должны быть закручены на 400 дюйм-фунтов). При необходимости, затяните сильнее.
- Проверьте четкость и прочность этикеток и информационных табло, прилагаемых к тренажеру. При необходимости, замените нечеткие этикетки и информационные табло (см. Этикетки и плакаты на стр. 30 для ознакомления с этикетками и информационными табло, используемыми на устройствах **NAUTILUS INSTINCT**).

Ежемесячная профилактика

- Очищайте верхнюю часть подшипников верхней пластины грузоблока. Проверьте наличие больших наростов на несущих ниже верхней пластины (поднимите половину грузоблока, чтобы осмотреть несущие и очистить их при необходимости).

Ежеквартальная профилактика

- Нанесите воск на области корпуса с порошковым покрытием и другие структурные компоненты.

ПОРЯДОК ТЕХОБСЛУЖИВАНИЯ

Уход за корпусом

Внимание: НЕ используйте полироли, ацетон или другие растворители для очистки областей корпуса с порошковым покрытием или других структурных компонентов. Растворители сделают покрытие тусклым, они содержат компоненты, которые могут удалить эпоксидное покрытие рамы.

Корпус и другие структурные компоненты нуждаются в ежедневной очистке с помощью воды. Это повысит срок службы порошкового покрытия. Во время чистки, корпус необходимо проверять на наличие трещин, царапин и сколов покрытия, расшатанного крепления, поврежденного ремня/троса, а других неполадок, требующих внимания.

Нанесите легкий автомобильный воск на все поверхности с порошковым покрытием раз в квартал. Регулярная обработка воском предотвратит преждевременное возникновение ржавчины и облегчит удаление свободных частиц при ежедневной очистке.

Процедуры по исправлению царапин и сколов зависят от степени повреждения:

- Поверхностные царапины могут быть устранены специальной автомобильной полировкой.
- Глубокие царапины и сколы могут быть удалены с помощью заполнения поврежденной области специальной краской соответствующего цвета (можно заказать через отдел запчастей **NAUTILUS**). Заполните поврежденную область умеренно, используя два или более слоя. Дайте обработанной зоне полностью высохнуть между слоями. По завершении закрашивания, вы можете оставить все как есть, или можете отшлифовать обработанную поверхность.

ПРИМЕЧАНИЕ: Процесс смешивания и шлифования отремонтированных участков весьма сложный. Это должно делаться ТОЛЬКО лицами, разбирающимися в этой области.

Накладки грузоблока сделаны из PETG (гликоль-модифицированный полиэтилентерефталат). Необходима постоянная профилактическая чистка накладок. Следующие чистящие средства подходят для PETG: Original Dawn®, Freon® T.F., Palmolive Liquid®, Top Job® and Windex® with Ammonia D.

ВНИМАНИЕ: Используйте ТОЛЬКО рекомендованные чистящие средства и процедуры во время чистки накладок грузоблоков:

- НЕ используйте абразивные или щелочные средства.
- НЕ используйте скребки, лезвия и другие острые приспособления. НЕ используйте щетки на накладках.
- НЕ используйте бензин, газолин, ацетон и тетрахлорид для очистки накладок.
- НЕ чистите накладки на раскаленном солнце или при высоких температурах.

Помойте накладки, используя чистую губку или мягкую материю и мыльный раствор или моющее средство с теплой водой. Хорошо промойте чистой водой и насухо вытрите замшевой или влажной целлюлозной губкой, чтобы избежать образование капелек воды на поверхности.

Удалите остатки краски, грязи, и пятен слегка протерев изопропиловым спиртом перед высушиванием. Уберите излишки клея с этикеток и плакатов с помощью растворителя. Если растворитель не действует на клей, подогрейте участок с помощью фена, чтобы размягчить клей и облегчить его удаление.

Очистите все участки, на которых применялся растворитель, используя чистую губку или мягкую материю и мыльный раствор или моющее средство с теплой водой. Тщательно промойте чистой водой.

Уход за обивкой

ВНИМАНИЕ: НЕ используйте чистящие средства, такие как Lysol®, Armor All®, Windex®, или другие абразивные средства для чистки обивочной поверхности. Данные средства удалят влагу из обивки Naugahyde®, что может привести к ее преждевременному износу.

Мягкие подушки должны чиститься ежедневно, чтобы предотвратить их коррозию из-за потоотделения пользователей.

Протрите поддерживающие подушки сверху и по бокам, используя материю, смоченную в растворе ланолинового средства для рук (100 мл средства на 900 мл воды). После чистки, вытрите обивку сухим полотенцем, чтобы удалить остатки средства.

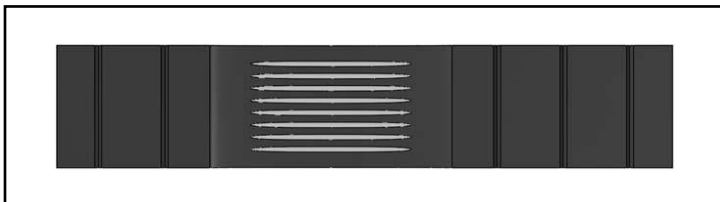
Требования к проверке весового ремня

ВНИМАНИЕ: НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО ЗАМЕНЯЙТЕ ИЗНОШЕННЫЕ ВЕСОВЫЕ РЕМНИ. НЕСОБЛЮДЕНИЕ ДАННОЙ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ТРАВМИРОВАНИЮ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ И НАХОДЯЩИХСЯ РЯДОМ ЛЮДЕЙ.

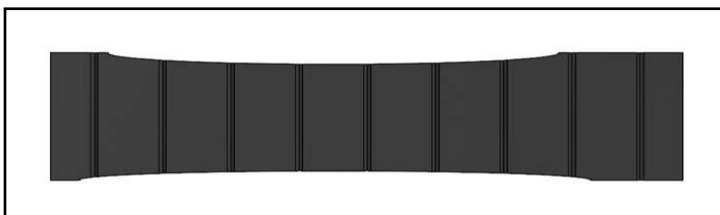
Проверьте все весовые ремни на наличие чрезмерной изношенности и другие повреждения. Особое внимание уделите следующим состояниям:



- Порванный или потрескавшийся ремень



- Вытянутые тросы ремня



- Потрепанные края

РАЗГИБАНИЕ НОГ



- 1 Расположите ноги за подушкой, колени на краю сидения.
- 2 Разогните ноги, медленно вернитесь в исходное положение.



**NAUTILUS
INSTINCT**

⚠️ WARNINGS

Pravilno uporabiti, lahko prepreči poškodbe. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb.

⚠️ ATTENTION

Pravilno uporabiti, lahko prepreči poškodbe. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb.

⚠️ ACHTUNG

Pravilno uporabiti, lahko prepreči poškodbe. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb. Če uporabite napravo nepravilno, lahko pride do poškodb.

СГИБАНИЕ/РАЗГИБАНИЕ НОГ

РАЗГИБАНИЕ НОГ

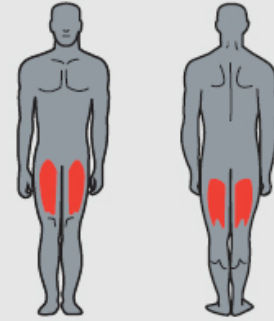


- 1 Расположите ноги за подушкой, колени на краю сидения.
- 2 Разогните ноги, медленно вернитесь в исходное положение.

СГИБАНИЕ НОГ



- 1 Расположите ноги над подушкой, колени на краю сидения.
- 2 Согните ноги в коленях, медленно вернитесь в исходное положение.



РАЗГИБАНИЕ НОГ

СГИБАНИЕ НОГ

**NAUTILUS
INSTINCT**

⚠ WARNING
This machine should be permanently secured to the floor. Do not use the machine if it is not properly secured. Always use proper technique and do not overexert yourself. Do not use the machine if you are injured or have any medical conditions. Do not use the machine if you are pregnant. Do not use the machine if you are under the influence of alcohol or drugs. Do not use the machine if you are feeling dizzy or lightheaded. Do not use the machine if you are feeling any pain or discomfort. Do not use the machine if you are feeling any numbness or tingling. Do not use the machine if you are feeling any weakness or fatigue. Do not use the machine if you are feeling any other symptoms. Do not use the machine if you are feeling any other symptoms.

⚠ ATTENTION
This machine should be permanently secured to the floor. Do not use the machine if it is not properly secured. Always use proper technique and do not overexert yourself. Do not use the machine if you are injured or have any medical conditions. Do not use the machine if you are pregnant. Do not use the machine if you are under the influence of alcohol or drugs. Do not use the machine if you are feeling dizzy or lightheaded. Do not use the machine if you are feeling any pain or discomfort. Do not use the machine if you are feeling any numbness or tingling. Do not use the machine if you are feeling any weakness or fatigue. Do not use the machine if you are feeling any other symptoms. Do not use the machine if you are feeling any other symptoms.

⚠ ACHTUNG
Dieses Gerät sollte dauerhaft an den Boden gesichert werden. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es nicht ordnungsgemäß gesichert ist. Verwenden Sie die richtige Technik und überanstrengen Sie sich nicht. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie verletzt sind oder eine medizinische Erkrankung haben. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie schwanger sind. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie unter dem Einfluss von Alkohol oder Drogen stehen. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie Schwindel oder Schwindel verspüren. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie Schmerzen oder Unwohlsein verspüren. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie Taubheit oder Kribbeln verspüren. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie Schwäche oder Müdigkeit verspüren. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie andere Symptome verspüren. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie andere Symptome verspüren.



Зона защемления.
Держите руки
вдали от
подвижных частей.



ВНИМАНИЕ! Данное устройство должно быть прикреплено к полу

Гарантия и ограничения

NAUTILUS дает 10-летнюю гарантию на корпус изделия и годовую - на все подвижные части устройства. Лимитированная гарантия на 10 лет на несущую раму не включает гарантию на покрытие. 90 дней гарантии предоставляется на обивку, кабели и ремни. Гарантия распространяется только на части тренажера и действительна только для первоначального покупателя, записанного в прилагаемых к тренажеру документах **NAUTILUS** и не передается при перепродаже устройства. **NAUTILUS** не может дать гарантию на тренажеры, которые неправильно использовали или находились в неправильном содержании. Все оборудование должно быть осмотрено во время доставки на предмет целостности, наличие поломок или нехватку каких-либо компонентов и частей. Любые претензии по гарантии должны быть предоставлены в письменном виде в течение 70 дней с момента обнаружения. Не меняйте и не модифицируйте продукцию **NAUTILUS**, также не используйте детали, не предусмотренные производителем, т.к. это ограничит или аннулирует гарантию **NAUTILUS**. **NAUTILUS** оставляет за собой право менять, замещать и модифицировать устройства, детали, аксессуары, без предупреждения. Депозиты по отмененным заказам подлежат обработке и комиссии за возврат.

На что распространяется гарантия

Гарантировано, что этот **ТРЕНАЖЕР ДЛЯ НОГ NAUTILUS INSTINCT** не содержат дефектов в комплектации и сборке.

Для кого действительна гарантия

Для первоначального покупателя или для человека, получившего тренажер в подарок от первоначального покупателя.

Кто оплачивает расходы по транспортировке и страхованию

Если тренажер или какая-либо деталь нуждается в замене, то в течение первого года расходы по транспортировке и страхованию оплачиваются **NAUTILUS**. Последующие годы оплата по транспортировке и страхованию осуществляется владельцем тренажера.

Что мы сделаем, чтобы исправить существующие дефекты

Мы отправим вам любую исправленную или новую деталь или предложим заменить тренажер. Гарантия на замененные детали действует оставшийся период времени от указанного в гарантии.

На что гарантия не распространяется

На дефекты и поломки, вызванные неквалифицированным обслуживанием, небрежным отношением, использованием не по инструкции, неправильной сборкой и установкой, на ржавчину и коррозию, вызванные неправильным размещением тренажера, на изменения и модификации, произведенные без нашего письменного разрешения или из-за ваших действий не согласованных с руководством пользователя.

Руководство пользователя

ОЧЕНЬ ВАЖНО ПРОЧЕСТЬ РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ до начала пользования изделием. Не забывайте периодически проводить профилактическое обслуживание, чтобы обеспечить правильную работу тренажера и продлить срок его эксплуатации и ваше удовлетворение от пользования тренажером.

Как получить детали и техническую поддержку

Просто позвоните в службу поддержки клиентов по номеру (800) 966-3539 или (951) 600-3800, с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00 по стандартному тихоокеанскому времени и сообщите свое имя, адрес и номер модели вашего тренажера. Служба поддержки расскажет вам, как заменить и получить детали, или, если необходимо, поможет осуществить сервисное обслуживание по месту нахождения тренажера или организовать отправку деталей или тренажера на сервисное обслуживание. Вы также можете связаться с нами по факсу (951) 600-1706 или электронной почте.

Перед отправкой:

1. Получите номер разрешения на возврат (RA#) от службы поддержки.
2. Аккуратно упакуйте тренажер (при возможности используйте исходную упаковку)
3. Напишите номер RA# сверху упаковки
4. Застрахуйте тренажер, и
5. Приложите письмо, объясняющее дефект или проблему, и копию доказательства того, что вы являетесь первоначальным покупателем, если вы считаете, что сервис будет осуществляться по гарантии.

Эксклюзивная гарантия

Эта ограниченная гарантия замещает любые другие гарантии явные и подразумеваемые, включая, но не ограничивая, гарантии коммерческой пригодности и другую ответственность и обязательства с нашей стороны. Мы не уполномочиваем третьих лиц осуществлять гарантии и обязательства относительно покупки данного продукта. Ни при каких обстоятельствах, продавец не несет ответственность по данной гарантии в случае нанесения ущерба лицу или его имуществу, включая финансовые потери или потерю сбережений, а также ответственность за любые особые, вторичные или косвенные убытки любой природы, вытекающие из использования или неспособности надлежащего использования данного продукта. В силу специфики законодательства некоторых стран относительно перечисленных случаев гарантии, некоторые из перечисленных ограничений могут к вам не относиться.

Запрет на внесение изменений в гарантию

Никто не в праве изменять, модифицировать или увеличивать сроки данной лимитированной гарантии.

Влияние государственных законов

Данная гарантия дает вам конкретные юридические права, вы также можете воспользоваться другими правами, которые будут зависеть от вашей страны.

Наши обязательства по отношению к вам

Наша продукция разработана и произведена с учетом высоких стандартов. **NAUTILUS** хочет, чтобы вы остались довольны нашей продукцией, и мы сделаем все возможное, в рамках данной гарантии, чтобы вы были уверены, что вы приобрели товар наилучшего качества!



ПРОИЗВОДИТЕЛЬ

4400 NE 77th Avenue, Suite 300, Vancouver, WA 98662 USA

Тел. +1 (888) 678-2476

www.corehandf.com

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

Свяжитесь с местным дистрибьютором, или напрямую с Core

Health & Fitness: **Тел.** +1-800-503-1221

www.support@corehandf.com