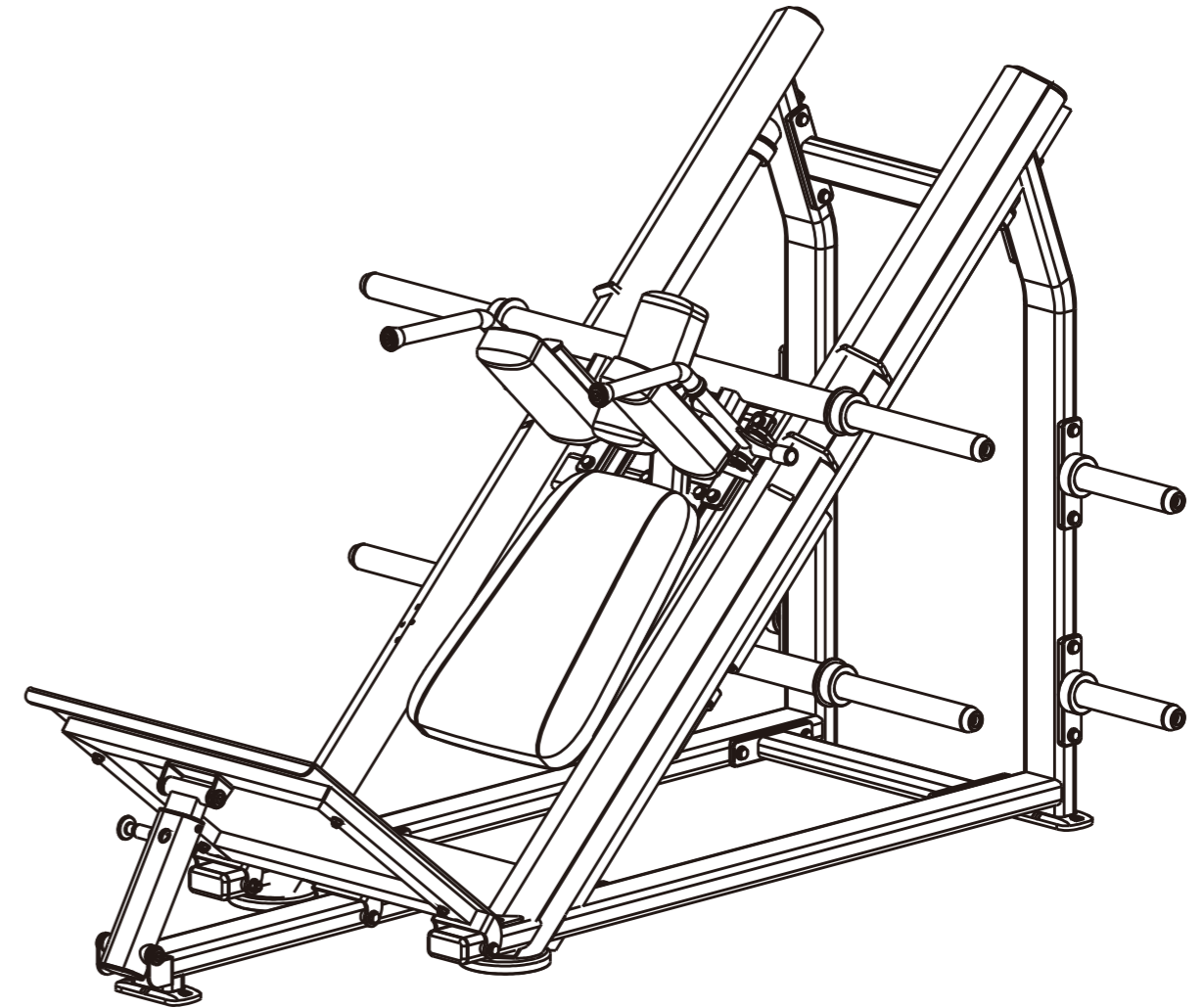


# AnyFit®



## AnyFit®

ANYFIT HEALTH TECH GMBH (международная)  
Ханауэр Ландштрассе 287-289,60314  
Франкфурт-на-Майне, Германия  
Тел: +49(0)69 90439168  
Факс: +49(0)69 90439169  
W:www.anyfit.de

### РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

### Гакк-приседания на свободных весах PE B204

Copyright © 2018 Anyfit . Все права защищены.

Перед использованием тренажера, пожалуйста, прочтите руководство и следуйте инструкциям.

**Гакк-приседания на  
свободных весах  
AnyFit PEВ204**



## **ВНИМАНИЕ :**

Прочитайте все инструкции и правила техники безопасности перед использованием оборудования.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Важные правила безопасности - - - - -	3
Памятка - - - - -	3
Инструменты - - - - -	4
Список деталей - - - - -	5
Общий вид сборки - - - - -	7
Крепежные детали - - - - -	8
Сборка - - - - -	9
График обслуживания - - - - -	13
Общая информация по эксплуатации - - - - -	16
Гарантия - - - - -	17
Послепродажное обслуживание - - - - -	17
Спецификация - - - - -	18

## Важные правила безопасности

Перед тем, как начать программу любых тренировок, пройдите полное медицинское обследование. При использовании оборудования соблюдайте следующие меры предосторожности:

- Прочитайте все инструкции перед использованием оборудования. Инструкции необходимы для Вашей собственной безопасности и безопасности оборудования.
- Не разрешайте детям находиться рядом с оборудованием.
- Используйте оборудование только по назначению.
- Не используйте аксессуары и детали, не рекомендованные производителем, они могут стать причиной травм.
- Надевайте подходящую для упражнений одежду и обувь, не надевайте слишком свободную одежду.
- Будьте осторожны, садясь и вставая с оборудования.
- Не перенапрягайтесь и не тренируйтесь до изнеможения.
- Если во время использования оборудования Вы почувствуете боль или другие симптомы, не продолжайте занятие, остановитесь, обратитесь к врачу.
- Не пользуйтесь оборудованием, если оно не работает или повреждено. Избегайте попадания чего-либо в щели оборудования.
- Перед использованием всегда проверяйте оборудование и тросы. Убедитесь, что все ремни и тросы безопасны и находятся в рабочем состоянии.
- Поврежденные и изношенные тросы опасны и могут стать причиной травм. Периодически проверяйте тросы на степень изношенности.
- Избегайте попадания рук, иных конечностей, одежды и волос между подвижными частями.
- Не пытайтесь поднять вес больший, чем Вы можете контролировать.
- Не пользуйтесь оборудованием на улице.

## Персональная безопасности при сборке

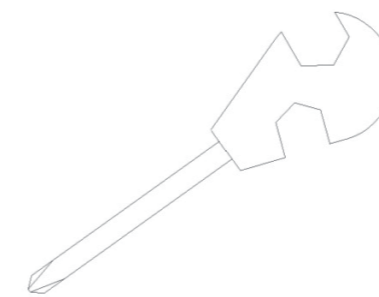
- Прочтите каждый пункт инструкции и следуйте каждому шагу по порядку. Не пропускайте ни одного пункта. Если пропустите, Вы можете собрать оборудование неправильно и обнаружить, что повредили детали.
- Собирайте и используйте оборудование только на ровной поверхности. Расположите оборудование на достаточном расстоянии от стен или мебели для нормального функционирования. Оборудование спроектировано таким образом, чтобы Вы получили удовольствие от занятий. Следуя всем инструкциям и правилам безопасности, Вы проведете время с удовольствием и пользой для здоровья с нашим оборудованием.

## Памятка

Перед началом сборки внимательно прочтите инструкцию. Пожалуйста, проверьте наличие всех доставленных Вам деталей по всем перечням этого руководства. При заказе укажите артикул изделия и его описание. Используйте только наши компоненты для замены и обслуживания. Не делайте ничего, что может прекратить действие гарантии или травмировать Вас.

Оборудование спроектировано таким образом, чтобы Ваши упражнения были наиболее эффективны и приятны. После сборки проверьте оборудование и убедитесь, что оно правильно функционирует. Если обнаружили проблему, перечитайте инструкцию, определите, где была допущена ошибка во время сборки. Если у Вас не получается решить возникшую проблему, обратитесь к продавцу. При обращении имейте при себе артикул изделия и руководство пользователя. Когда все детали собраны, продолжите проверку.

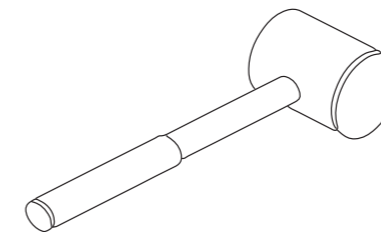
## Необходимые инструменты



Мультитул



Гаечный ключ



Резиновый молоток



Комплект шестигранных ключей

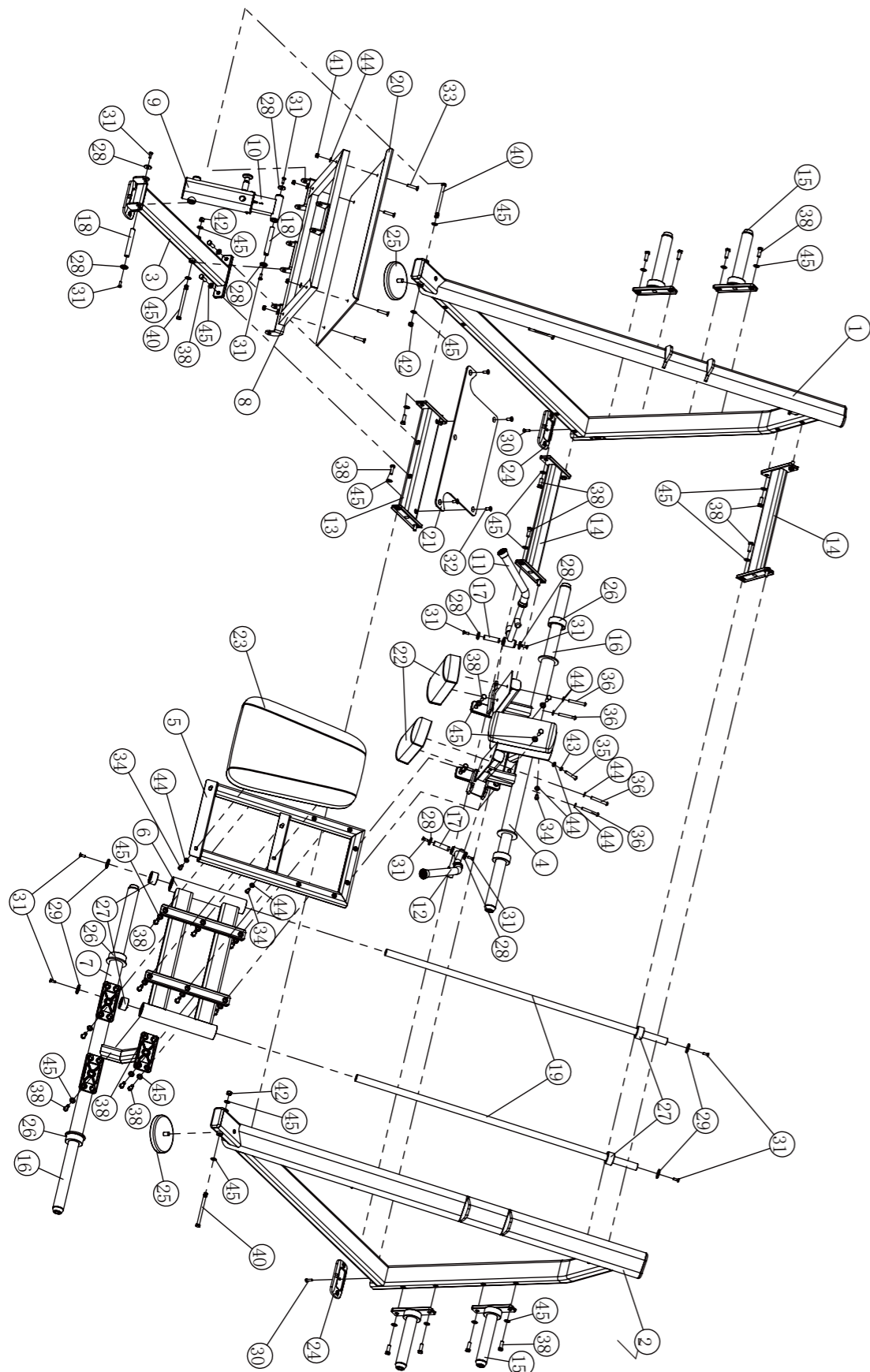
# Список деталей

Примечание: некоторые из этих деталей могут быть предварительно установлены.

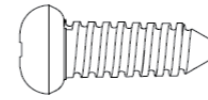
№	Название детали	Кол-во
1	Левая стойка сборная	1
2	Правая стойка сборная	1
3	Передняя опора сборная	1
4	Рама для подушек сборная	1
5	Рама спинки сборная	1
6	Подвижная рама сборная	1
7	Рама нижнего подшипника сборная сварная	1
8	Рама педали сварная	1
9	Наружный корпус сборный	1
10	Регулирующая рама сборная	1
11	Левая рукоятка сборная	1
12	Правая рукоятка сборная	1
13	Сборная нижняя передняя соединительная рама	1
14	Передняя соединительная рама сварная	2
15	Короткий держатель для дисков сборный	4
16	Штанга для дисков сборная	2
17	Ось 19 x72	2
18	Ось 19 x136	2
19	Направляющие стержни	2
20	Платформа для ног с узором	1
21	Педаль с узором	1
22	Подушка	3
23	Спинка	1
24	Накладки на основание	2
25	Круглые накладки на основание	2
26	Комплект резиновых манжет	4
27	Амортизирующие вкладки	4
28	Декоративная торцевая крышка ф32	8
29	Декоративная торцевая крышка ф40	4
30	Винт с потайной головкой и внутренним шестигран. М8Х30	2

31	Винт с потайной головкой и внутренним шестигран. М8Х25	12
32	Винт с потайной головкой и внутренним шестигран. М10Х25	5
33	Винт с потайной головкой и внутренним шестигран. М10Х50	4
34	Болт с внутренним шестигранником М10Х30	8
35	Болт с внутренним шестигранником М10Х65	2
36	Болт с внутренним шестигранником М10Х50	2
37	Болт с шестигранной головкой М8Х25	1
38	Болт с шестигранной головкой М12Х5	40
39	Болт с шестигранной головкой М12Х80	4
40	Болт с шестигранной головкой М12Х160	3
41	Нейлоновый колпачок М10	4
42	Нейлоновый колпачок М12	7
43	Пружинная шайба	2
44	Плоская шайба ф 11х20х2	16
45	Плоская шайба ф 11х20х2	54

# Общий вид сборки



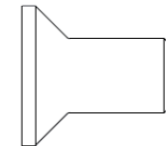
# Крепежные детали



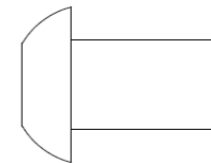
Саморез с крестообразным шлицем



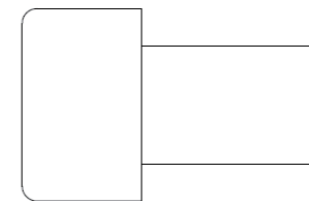
Шестигранный установочный винт с плоским концом



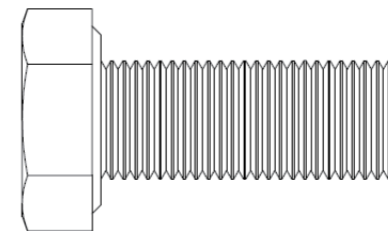
Болт с плоской головкой



Болт с круглой головкой



Болт с цилиндрической головкой



Болт с шестигранной головкой



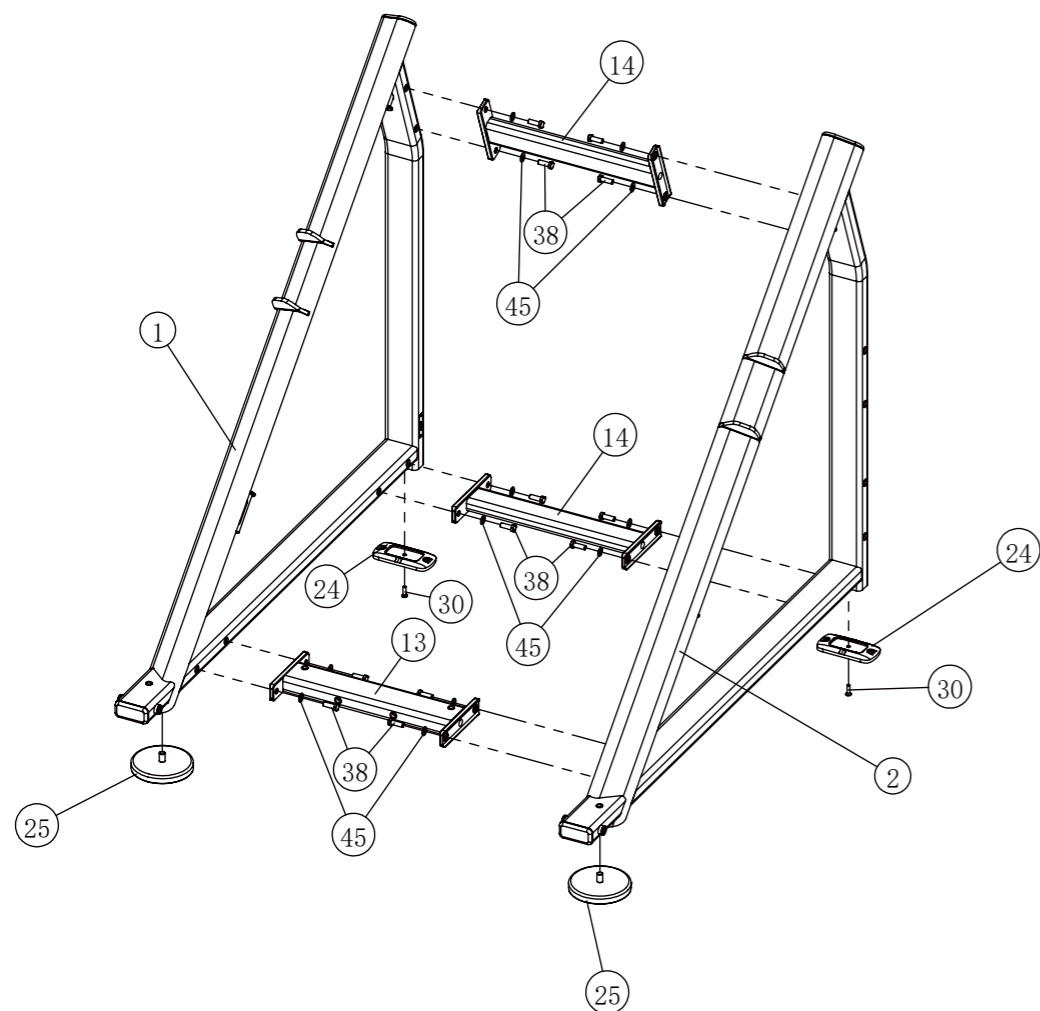


# Сборка

Примечание. Как и в случае с любым сборным изделием, необходима правильная калибровка и регулировка. Когда Вы фиксируете крепежные детали, убедитесь, что оставили достаточно места для подгонки. Не затягивайте крепежные детали полностью, пока об этом не будет сказано в инструкции. Пожалуйста, следуйте данному руководству.

## Шаг 1

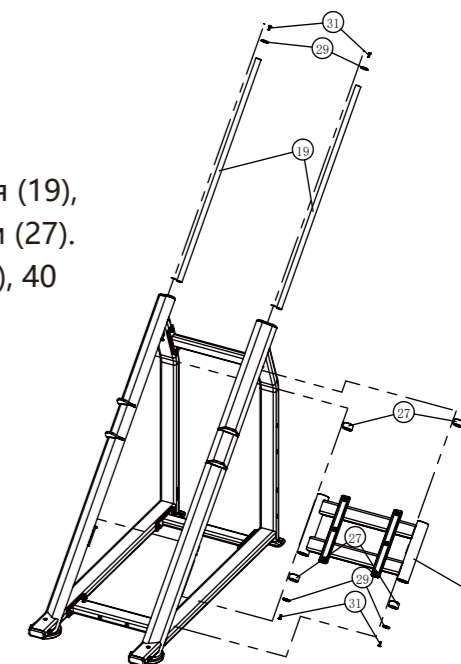
1. Прикрепите 1 накладку на основание (24) и 1 круглую накладку на основание (25) к левой стойке (1). Используйте: 1 винт с потайной головкой и внутренним шестигранником M8x30 (30).
2. Прикрепите 1 накладку на основание (24) и 1 круглую накладку на основание (25) к правой стойке (2). Используйте: 1 винт с потайной головкой и внутренним шестигранником M8x30 (30).
3. Соедините 1 левую стойку (1), 1 правую стойку (2), 1 нижнюю переднюю соединительную раму (13) и 2 передние соединительные рамы (14) вместе. Используйте: 12 болтов с шестигранной головкой M12X35 (38) и 12 плоских шайб  $\varnothing 13 \times \varnothing 24 \times 2$  (45).



# Сборка

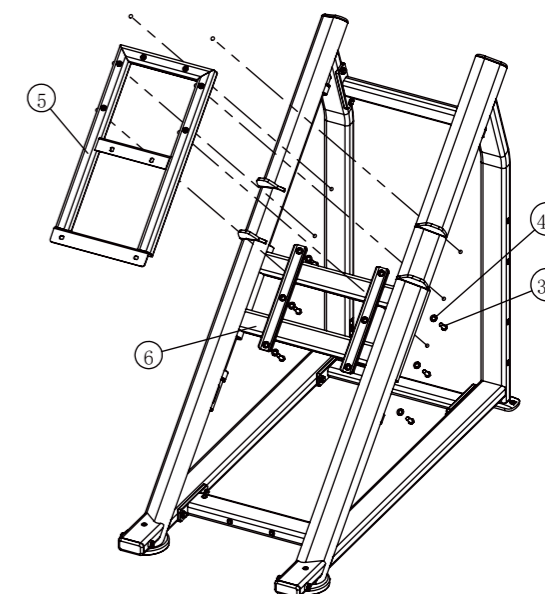
## Шаг 2

1. Установите на тренажер 2 направляющих стержня (19), 1 подвижную раму (6) и 4 амортизирующие вкладки (27). Используйте: 4 декоративные торцевые крышки (29), 40 винтов с потайной головкой и внутренним шестигранником M8X25 (31).



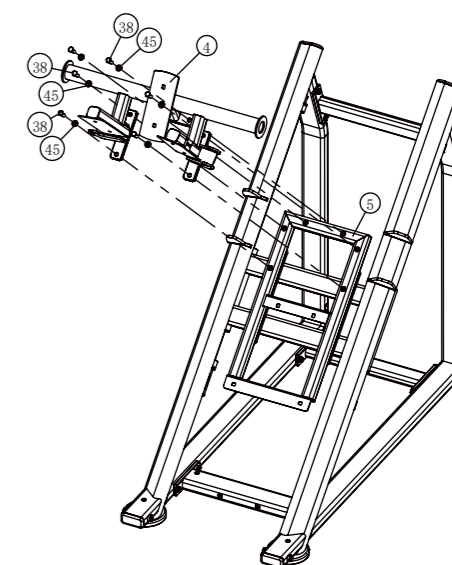
## Шаг 3

1. Установите 1 раму спинки (5) на подвижную раму (6). Используйте: 6 болтов с шестигранной головкой M12X35 (38) и 6 плоских шайб  $\varnothing 13 \times \varnothing 24 \times 2$  (45).



## Шаг 4

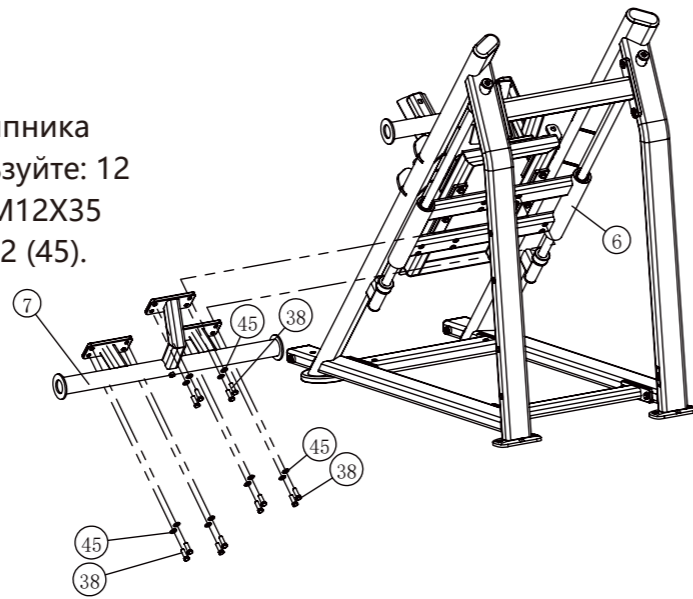
1. Установите 1 раму для подушек (4) на раму спинки (5). Используйте: 6 болтов с шестигранной головкой M12X35 (38) и 6 плоских шайб  $\varnothing 13 \times \varnothing 24 \times 2$  (45).



# Сборка

## Шаг 5

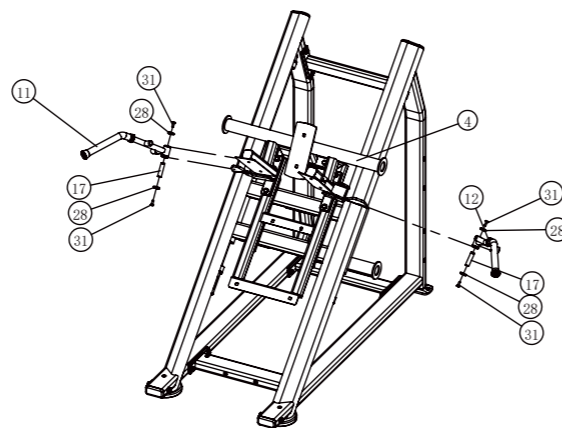
Установите 1 раму нижнего подшипника (7) на подвижную раму (6). Используйте: 12 болтов с шестигранной головкой M12X35 (38) и 12 плоских шайб  $\phi 13 \times \phi 24 \times 2$  (45).



## Шаг 6

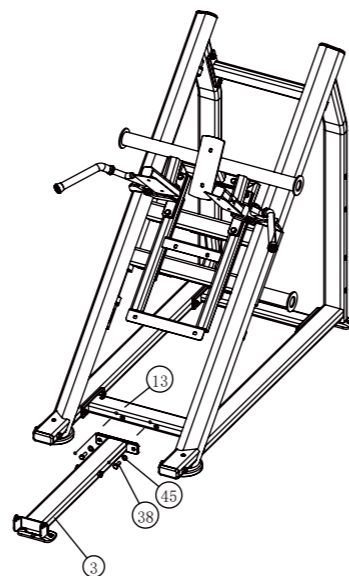
1. Установите 1 левую рукоятку (11) на раму для подушек (4). Используйте: 1 ось  $\phi 19 \times 72$  (17), 2 декоративные торцевые крышки  $\phi 32$  (28) и 2 винта с потайной головкой и внутренним шестигранником M8X25 (31).

2. Установите 1 правую рукоятку (12) на раму для подушек (4). Используйте: 1 ось  $\phi 19 \times 72$  (17), 2 декоративные торцевые крышки  $\phi 32$  (28) и 2 винта с потайной головкой и внутренним шестигранником M8X25 (31).



## Шаг 7

Установите 1 переднюю опору (3) на нижнюю переднюю соединительную раму (13). Используйте: 2 болта с шестигранной головкой M12X35 (38) и 2 плоские шайбы  $\phi 13 \times \phi 24 \times 2$  (45). Используйте: 2 оси  $\phi 19 \times 136$  (18), 4 декоративные торцевые крышки  $\phi 32$  (28), 4 винта с потайной головкой и внутренним шестигранником M8X25 (31).



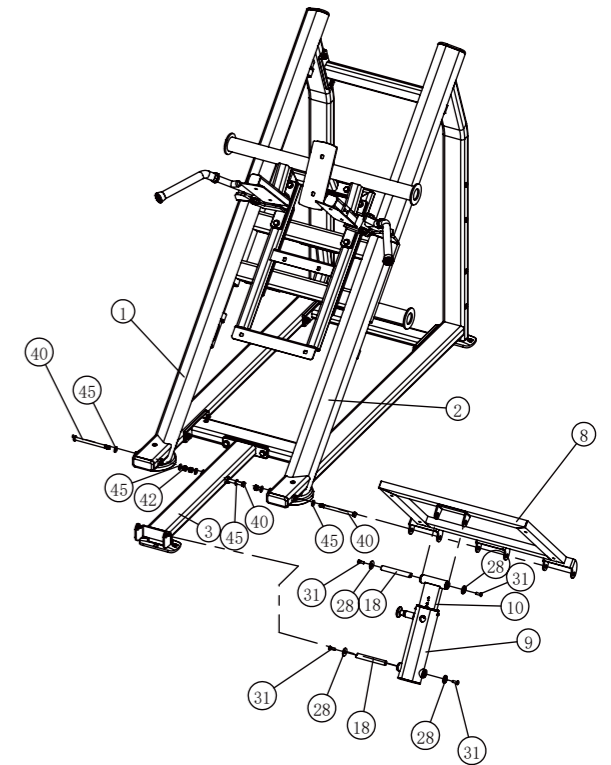
# Сборка

## Шаг 8

1. Установите 1 раму педали (8) и зафиксируйте ее так, как показано на рисунке.

Используйте: 3 болта с шестигранной головкой M12X160 (40), 6 плоских шайб  $\phi 13 \times \phi 24 \times 2$  (45), 3 нейлоновых колпачка M12 (42).

2. Соедините 1 наружный корпус (9) и 1 регулируемую раму (10), зафиксируйте оба конца рамы педали (8) соответственно. Прикрепите все к передней опоре (3). Используйте: 2 оси  $\phi 19 \times 136$  (18), 4 декоративные торцевые крышки  $\phi 32$  (28), 4 винта с потайной головкой и внутренним шестигранником M8X25 (31).



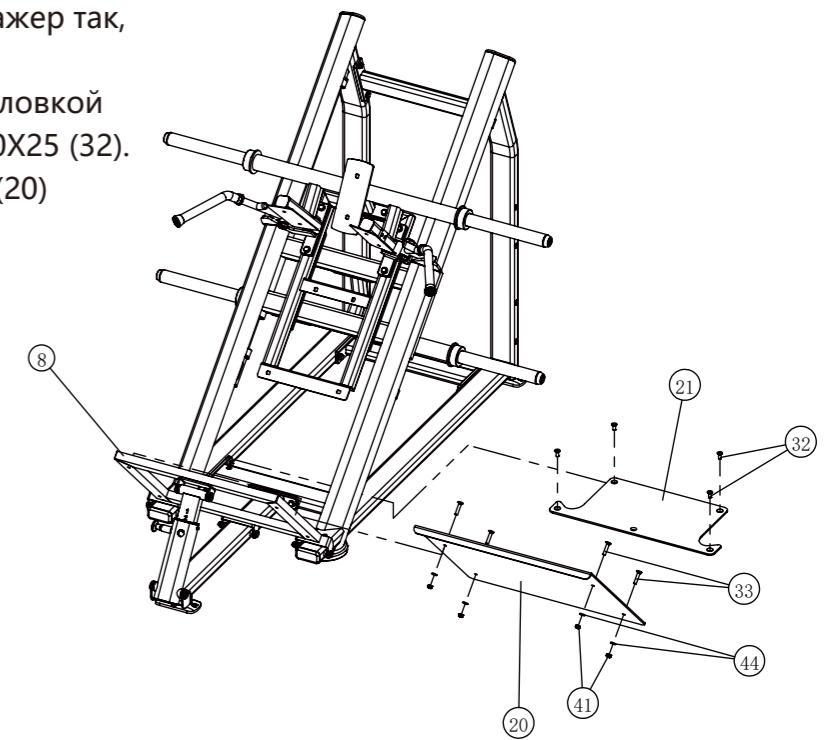
## Шаг 9

1. Установите 1 педаль (21) на тренажер так, как показано на рисунке.

Используйте: 4 винта с потайной головкой и внутренним шестигранником M10X25 (32).

2. Установите 1 платформу для ног (20) на раму педали (8).

Используйте: 4 винта с потайной головкой и внутренним шестигранником M10X50 (33), 4 плоские шайбы  $\phi 11 \times \phi 20 \times 2$  (44) и 4 нейлоновых колпачка M10 (41).





# Сборка

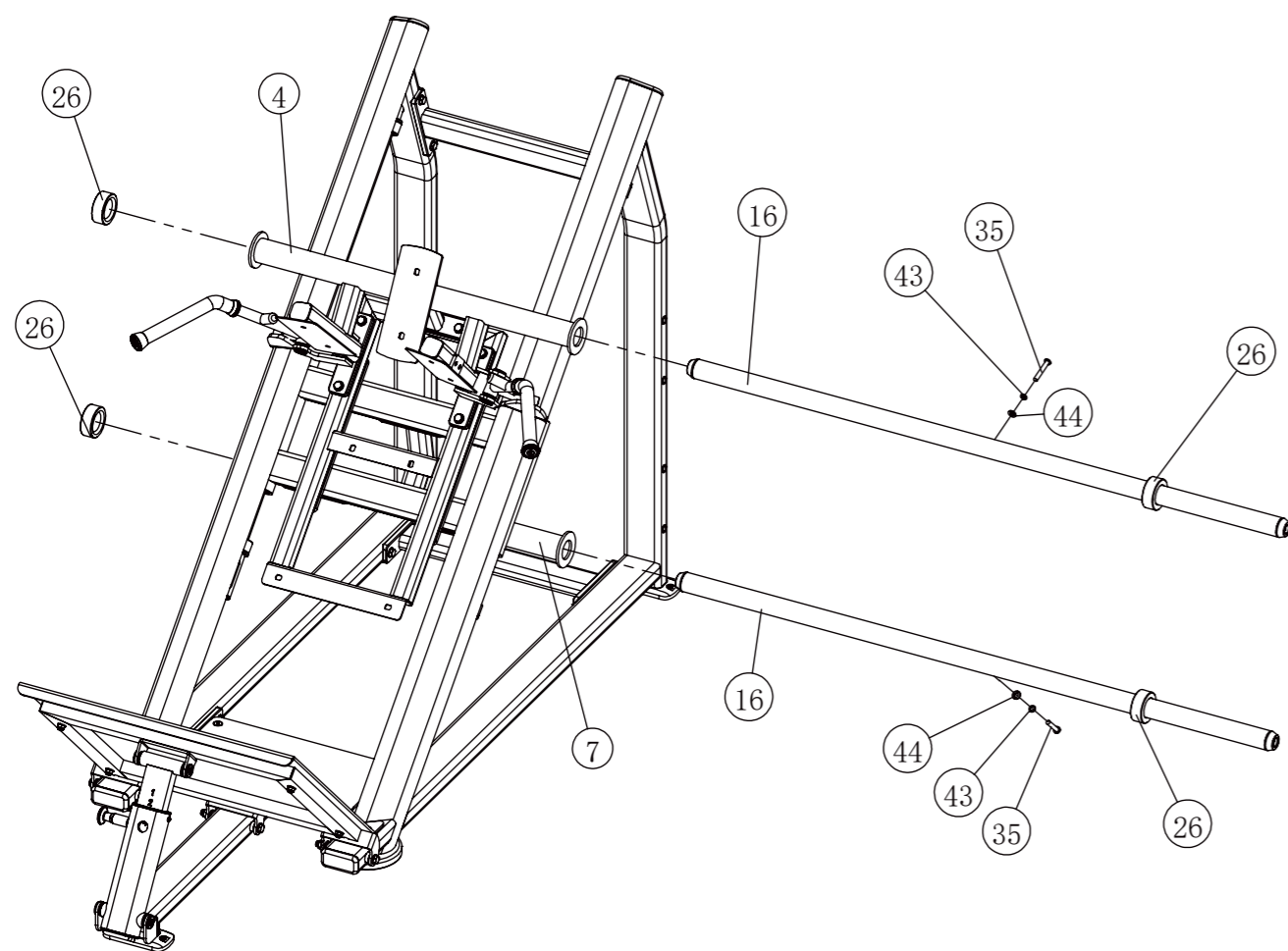
## Шаг 10

1. Установите 1 штангу для дисков (16) и 2 резиновые манжеты А (26) на раму для подушек (4).

Используйте: 1 болт с внутренним шестигранником (35) М10Х65, 1 пружинную шайбу  $\varnothing 10$  (43) и 1 плоскую шайбу  $\varnothing 11 \times \varnothing 20 \times 2$  (44).

2. Установите 1 штангу для дисков (16) и 2 резиновые манжеты А (26) на раму нижнего подшипника (7).

Используйте: 1 болт с внутренним шестигранником и полукруглой головкой М10Х65 (35), 1 пружинную шайбу  $\varnothing 10$  (43) и 1 плоскую шайбу  $\varnothing 11 \times \varnothing 20 \times 2$  (44).



# Сборка

## Шаг 11

Установите 3 подушки (22) на раму для подушек (4).

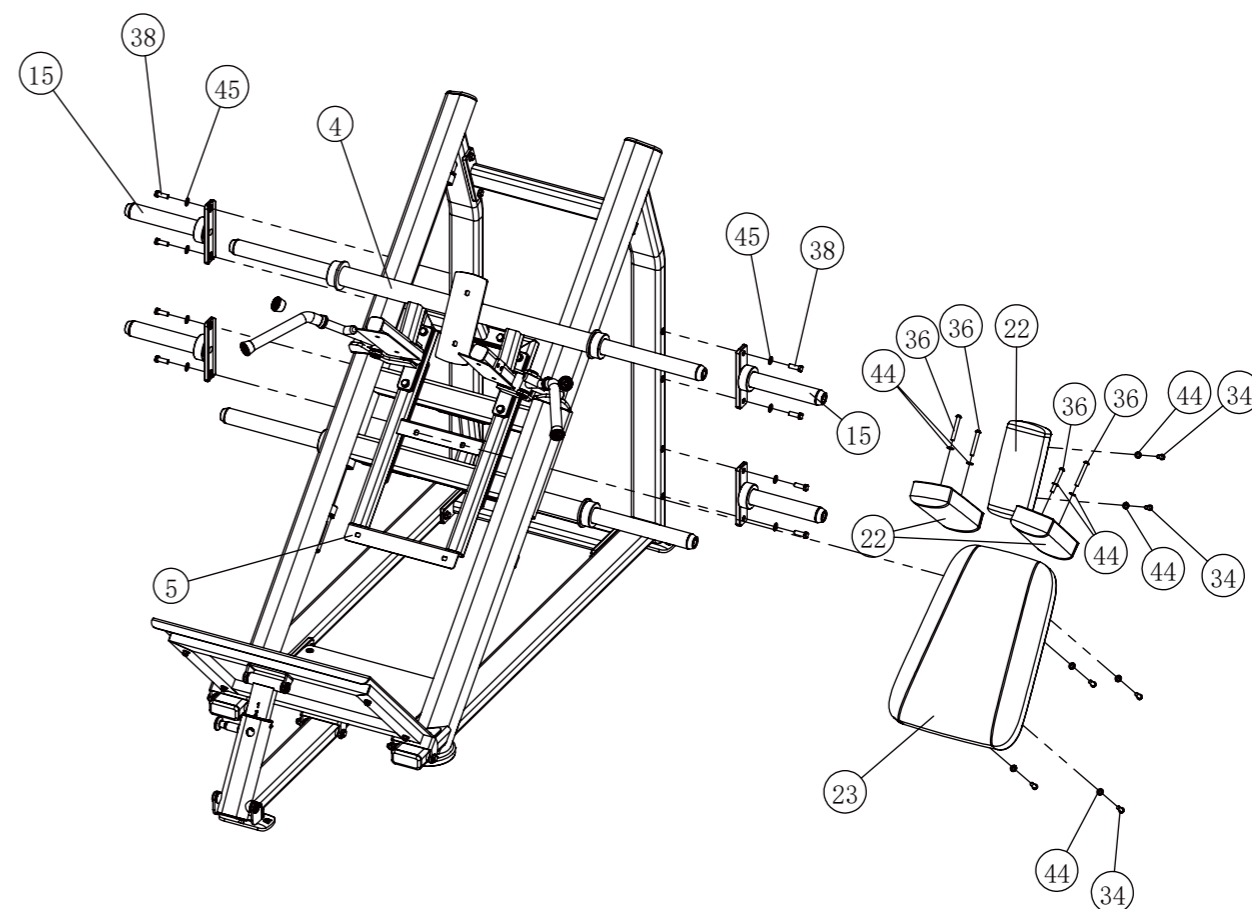
Используйте: 2 болта с внутренним шестигранником М10Х30 (34), 4 болта с внутренним шестигранником М10Х75 (36) и 6 плоских шайб  $\varnothing 11 \times \varnothing 20 \times 2$  (44).

Установите 1 спинку (23) на раму спинки (5).

Используйте: 4 болта с внутренним шестигранником и полукруглой головкой М10Х30 (34), 4 плоские шайбы  $\varnothing 11 \times \varnothing 20 \times 2$  (44).

Установите 4 коротких держателя для дисков (15), как показано на рисунке.

Используйте: 8 болтов с шестигранной головкой М12Х35 (38) и 8 плоских шайб  $\varnothing 13 \times \varnothing 24 \times 2$  (45).



## График обслуживания

УХОД	В УСЛОВИЯХ ТРЕНАЖЕРНЫХ ЗАЛОВ	В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ	ДАТА ПОСЛЕДНЕЙ ПРОЦЕДУРЫ						
Проверить: соединительные детали, шплинты, карабинные крючки, шарнирные соединения, фиксаторы для грузоблоков (штифты)	КАЖДЫЙ ДЕНЬ	ОДИН РАЗ В НЕДЕЛЮ							
Почистить: обивка	КАЖДЫЙ ДЕНЬ	ОДИН РАЗ В НЕДЕЛЮ							
Проверить: тросы/ремни и их натяжение	КАЖДЫЙ ДЕНЬ	ОДИН РАЗ В НЕДЕЛЮ							
Проверить: грузоблоки и рукоятки	ОДИН РАЗ В НЕДЕЛЮ	ОДИН РАЗ В КВАРТАЛ							
Проверить: все предупредительные надписи	ОДИН РАЗ В НЕДЕЛЮ	ОДИН РАЗ В КВАРТАЛ							
Проверить: все гайки и болты, при необходимости затяните	ОДИН РАЗ В НЕДЕЛЮ	ОДИН РАЗ В КВАРТАЛ							
Проверить: противоскользящие поверхности	ОДИН РАЗ В НЕДЕЛЮ	ОДИН РАЗ В КВАРТАЛ							
Почистить и смазать: направляющие стержни с помощью смазки (Superlube) на основе фторопласта (PTFE)	ОДИН РАЗ В НЕСКОЛЬКО МЕСЯЦЕВ	ОДИН РАЗ В КВАРТАЛ							
Смазать: насадки, втулки, линейный подшипник	ОДИН РАЗ В НЕСКОЛЬКО МЕСЯЦЕВ	ОДИН РАЗ В КВАРТАЛ							
Почистить и отполировать: все глянцевые поверхности	ОДИН РАЗ В ПОЛГОДА	ОДИН РАЗ В ГОД							
Разобрать и смазать: линейный подшипник	ОДИН РАЗ В ПОЛГОДА	ОДИН РАЗ В ГОД							
Заменить: тросы, ремни и соединительные детали	ОДИН РАЗ В ГОД	ОДИН РАЗ В ТРИ ГОДА							

## Общая информация по эксплуатации

### Соединительные детали, шплинты, карабинные крючки, шарнирные соединения, фиксаторы для грузоблоков:

- Проверьте все детали на наличие повреждений и степень износа.
- Проверьте натяжение и расположение пружины в карабинных крючках и шплинтах.
- Если пружина заедает или потеряла свою жесткость, замените ее немедленно

### Предупредительные надписи:

- Ознакомьтесь и изучите все правила безопасности, а также всю информацию, указанную на этикетках.

### Гайки и болты:

- Проверьте, плотно ли затянуты гайки и болты, затяните, если необходимо.
- Периодически поджимайте все элементы для большей надежности конструкции.

### Противоскользящие накладки:

- Такие накладки необходимы, чтобы обеспечить безопасность и устойчивость основания, их необходимо заменить при первых признаках износа.

### Ремни и тросы:

- Мы используем ремни и тросы, соответствующие стандартам самого высокого качества.
- Проверяйте ремни и тросы на наличие повреждений, трещин, износа и изменение цвета.
- В перерыве между тренировками осторожно прощупайте пальцами ремень или трос на наличие истончений и утолщений.
- Замените ремень или трос немедленно при первых признаках повреждения и износа. Не пользуйтесь оборудованием, пока не замените ремни/тросы.

### Натяжение ремня и троса:

- Проверьте все болты и крепежные детали во время работы ремней или тросов, чтобы убедиться, что они надежно затянуты.
- Проверьте натяжение троса и отрегулируйте, при необходимости.

### Насадки, направляющие стержни:

- Протрите элементы чистой тряпкой перед смазыванием.
- Смажьте насадки и направляющие тяги смазкой на силиконовой или фторопластовой основе.

### Линейный подшипник:

- Осторожно разберите подшипник, и протрите внутри пальцем, используя неплотную смазку (литиевую, масляную или другие смазочные материалы). Пальцем продавите смазочное вещество внутрь шаровой опоры и направляющих. Повторяйте, пока они полностью не будут смазаны. Соберите детали обратно, сотрите лишнюю смазку.

## Гарантия

AnyFit гарантирует, что оборудование не будет иметь дефектов материалов и изготовления в течение гарантийного срока, указанного ниже. Гарантийный срок начинается с даты выставления счета при первоначальной покупке. Настоящая гарантия покрывает только дефекты, обнаруженные в течение гарантийного срока, и распространяется только на первоначального покупателя продукции. Гарантия на детали, отремонтированные или замененные в соответствии с условиями настоящей гарантии, распространяется только на оставшуюся часть первоначального гарантийного срока.

Чтобы предъявить претензию по гарантии, покупатель должен уведомить AnyFit или официального дистрибьютора AnyFit в течение 30 дней с даты обнаружения любого несоответствия и предоставить неисправную продукцию для проверки компанией AnyFit или ее сервисным представителем. Гарантийные обязательства AnyFit ограничены сроками, указанными ниже.

### Гарантийные сроки покрытия

Движущиеся детали (весовая плита, аксессуары, грузоблоки): 3 года  
Рукоятки, устройство регулировки сиденья, крышки и пружины: 1 год  
Обивка: 180 дней  
Подшипник: 3 года  
Конструкция рамы: 10 лет  
Комплект шкивов (включая стальной трос): 3 года  
Покрывало: 180 дней

### Условия и ограничения

1. Данная гарантия не распространяется на повреждения, вызванные модификацией, несчастным случаем, неправильным использованием, ненадлежащим обслуживанием без получения разрешения от AnyFit, включая следующие детали, но не ограничиваясь ими: руль, обивка, этикетки и другие запасные части.
2. Эта гарантия не распространяется на бирку с серийным номером продукции AnyFit, которая была изменена или повреждена.
3. При возврате оборудования в AnyFit пользователь должен правильно упаковать его, чтобы избежать каких-либо повреждений во время транспортировки.

## Служба поддержки клиентов

Горячая линия обслуживания клиентов AnyFit - это мост, соединяющий пользователей и компанию, который является прямым, быстрым и эффективным способом связи между клиентами и AnyFit.

Через службу горячей линии обслуживания клиентов Вы можете узнать всю соответствующую информацию, касающуюся AnyFit.

ANYFIT HEALTH TECH GMBH (международная)

Ханауэр Ландштрассе 287-289, 60314 Франкфурт-на-Майне, Германия

Тел.: +49(0)69 90439168

Факс: +49(0)69 90439169

Эл. почта: account-office@anyfit.de

W:www.anyfit.de

## Характеристики

Размер изделия: 202x116x148 мм

Вес: 178 кг