

НИЖНИЙ БЛОК

Руководство по сборке

Инструкция по сборке

1. Чтобы собрать данное оборудование необходимо не менее двух человек.
2. Собирайте оборудование на ровной поверхности. После сборки оборудование должно ровно стоять и быть устойчивым.
3. В комплект оборудования входят инструменты для монтажно-сборочных работ.
4. В руководстве по сборке есть список всех деталей, входящих в комплект, с указанием их количества.
5. Размер тренажера: 1810 x 1150 x 1522 мм

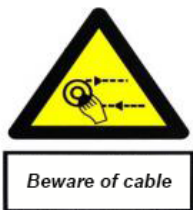
Инструкция по безопасности

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

1. Оборудование соответствует стандарту GB17498.2-2008 S (S: коммерческий).
2. Область применения: данный тренажер подходит для тренажерного зала и занятий под профессиональным руководством.
3. Перед использованием:
 - (1) Прочитайте и ознакомьтесь с руководством и всеми предупреждающими надписями, чтобы иметь представление о правильной работе оборудования.
 - (2) Перед началом тренировки необходимо размяться. Разомните все мышцы, затем приступайте к основным упражнениям.
 - (3) Что касается силовых упражнений, увеличивайте нагрузку постепенно, чтобы избежать травм.
 - (4) Не добавляйте третью часть к оборудованию, чтобы тренировочная зона была свободна.
 - (5) Во избежание травм, дети не должны находиться рядом с оборудованием без присмотра.
4. Сохраните данное руководство и убедитесь, что все предупреждающие надписи читаемы и не повреждены.
5. Для безопасного использования оборудования держите руки, кисти рук и ноги вытянутыми, надевайте только удобную одежду для занятий.
6. Перед тренировкой проконсультируйтесь с врачом и узнайте свое физическое состояние. Исходя из своего состояния, контролируйте время и скорость тренировки. Если во время тренировки Вы почувствуете волнение, головокружение, нехватку дыхания, тошноту и т.п., немедленно прекратите тренировку и отдохните, обратитесь к врачу.
7. Пожалуйста, всегда обращайтесь внимание на состояние оборудования, включая износ, ослабление крепежных деталей, а также трещины. При необходимости, свяжитесь с нашим отделом послепродажного обслуживания.

8. Регулярно проверяйте все движущиеся части и рукоятки на предмет износа и повреждений. При обнаружении немедленно прекратите использование оборудования и свяжитесь с нашим отделом послепродажного обслуживания.
9. Все винты и гайки должны быть плотно затянуты. В противном случае, немедленно затяните все болтовые соединения.
10. Регулярно осматривайте трос на наличие любых признаков износа, иначе это может представлять некоторую опасность для пользователей.
11. Периодически проверяйте и регулируйте натяжение троса.
12. Проверьте, нет ли трещин.
13. Несоблюдение планового технического обслуживания может привести к травме или повреждению оборудования.
14. На оборудовании должна быть наклеена инструкция к тренировкам.
15. Максимальная нагрузка во время тренировки - 100 кг.
16. Максимальный вес пользователя - 100 кг.
17. Предупреждающие надписи.

Не приближайтесь к тросу



Внимание
Пружинный фиксатор
должен полностью
входить в отверстие

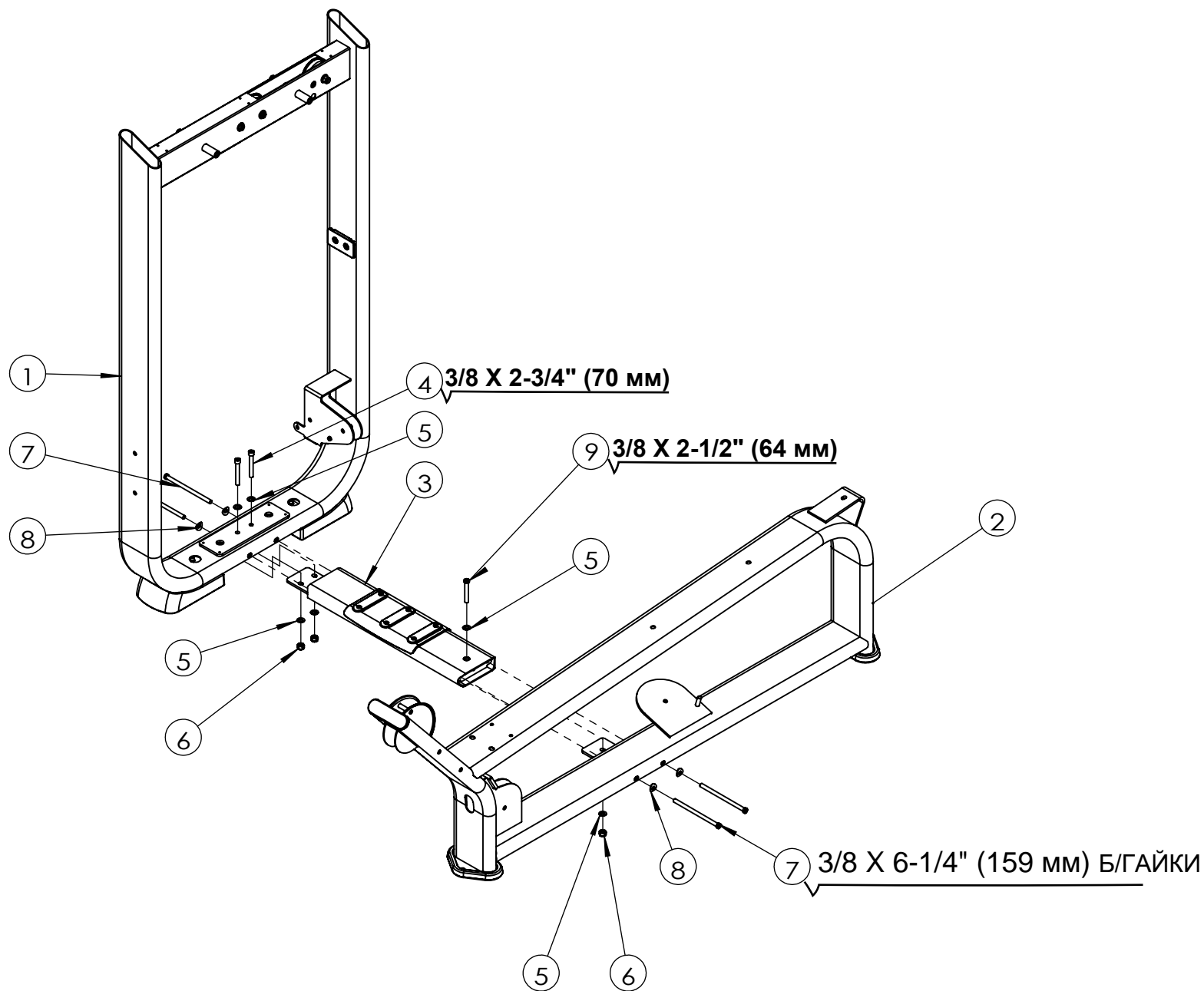


Внимание
Проверяйте трос и
все крепежные детали
на предмет износа.
В противном случае
это может привести к
травме.

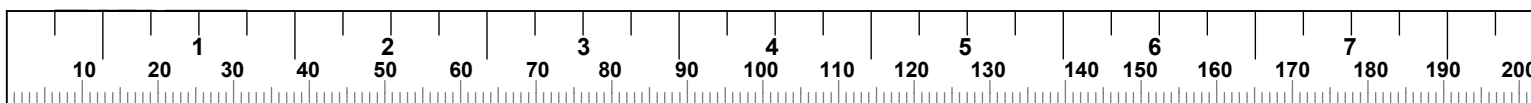


НОМЕР	КОЛ-ВО	КОД ДЕТАЛИ	ОПИСАНИЕ	НОМЕР	КОЛ-ВО	КОД ДЕТАЛИ	ОПИСАНИЕ
1	1	V20-7087	СТОЙКА ДЛЯ ГРУЗОБЛОКА	29	1	V20-2991	РЕМЕННОЙ ШКИВ 4.5, 90°
2	1	V20-7087	ОСНОВНАЯ РАМА	30	2		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8 X 1-1/4" (32 мм)
3	1	V20-7085	НИЖНЯЯ СОЕДИНЯЮЩАЯ РАМА	31	2	V02-4266	ПЛАНКА, ФИКСИРУЮЩАЯ РЕМЕНЬ
4	6		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8 X 2-3/4" (70 мм) - А4Т, БЕЗ ГАЙКИ	32	1	V13-7003	ТРОС
5	35		ПЛОСКАЯ ШАЙБА 3/8, SAE СТ ЦИНК	33	5		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8 X 1-1/2" (38 мм)
6	14		СТЯГИВАЮЩАЯ ГАЙКА 3/8-16 СТ ЦИНК	34	3	V06-0961	ШКИВ
7	6		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8 X 6 -1/4" (159 мм)	35	2	V06-2135	КРЫШКА ШКИВА, диам. 152 мм
8	7		ИЗОГНУТАЯ ШАЙБА 3/8" SAE	36	1	V03-2021	ШТЫРЬ, диам. 10 X 35
9	3		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8-16 X 2-1/2" (64 мм) БЕЗ ГАЙКИ	37	3	V06-0165	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА, ФЛАНЕЦ
10	1	V04-7090	ВЕРХНЯЯ СОЕДИНЯЮЩАЯ РАМА	38	3	V06-2208	КОЛЬЦЕВАЯ ПРОКЛАДКА
11	1	V05-7046	ЦЕПЬ	39	1	V06-0230	ШКИВ 152
12	1	V20-7086	УПОР ДЛЯ НОГ	40	1		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8 X 2-1/4" (58 мм) БЕЗ ГАЙКИ
13	5		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8 X 2" (51 мм) БЕЗ ГАЙКИ	41	1	V06-0584	ШКИВ V
14	1	V02-7134	ПОДДЕРЖИВАЮЩАЯ ПЛАСТИНА	42	1		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8 X 4-1/4" (108 мм) БЕЗ ГАЙКИ
15	5		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ 3/8 X 1" (25 мм) БЕЗ ГАЙКИ	43	1	V05-7007	МАНЖЕТА ДЛЯ ТРОСА
16	1	V07-0440	СПИНКА	44	1	V06-7007	СОЕДИНИТЕЛЬНАЯ МУФТА ДЛЯ ТРОСА
17	1	V06-2151	НИЖНЯЯ КРЫШКА	45	2		БОЛТ С ВНУТРЕННИМ ШЕСТИГРАННИКОМ М5 X 8 мм БЕЗ ГАЙКИ
18	12		ВИНТ С ПЛОСКОЙ ГОЛОВКОЙ 10-32 X 1/2" (12 мм) БЕЗ ГАЙКИ	46	2	V05-7002	КАРАБИН
19	2	V01-3735	НАПРАВЛЯЮЩИЙ СТЕРЖЕНЬ, диам. 19 X 1315	47	1	V20-7088	РУКОЯТКИ
20	2	V06-0034	АМОРТИЗАТОР ПОД ГРУЗОБЛОК	48	1	V10-0784	ПЕРЕДНИЙ ЗАЩИТНЫЙ ЭКРАН, ПРАВЫЙ
21	12	V10-0078	ПЛИТА 7 кг	49	1	V10-0785	ПЕРЕДНИЙ ЗАЩИТНЫЙ ЭКРАН, ЛЕВЫЙ
22	1	V20-2989	ВЕРХНЯЯ ПЛИТА	50	4	V06-2146	КРОНШТЕЙН, внутр. диам. 19 мм
23	1	V20-2988	ГРУЗОБЛОК	51	1	V10-0783	ЗАДНИЙ ЗАЩИТНЫЙ ЭКРАН
24	2	V05-0212	ВТУЛКА, ФИКСИРУЮЩАЯ НАПРАВЛЯЮЩИЙ СТЕРЖЕНЬ	52	1	V06-2152	ПЛАСТИКОВЫЙ КОЖУХ
25	2	V06-2144	ВТУЛКА, ФИКСИРУЮЩАЯ НАПРАВЛЯЮЩИЙ СТЕРЖЕНЬ	53	1	V06-2153	ВЕРХНЯЯ КРЫШКА
26	1	V17-0009	РЕМЕНЬ	54	2	V06-2155	ПОДСТАВКА, БОЛЬШАЯ
27	1	V03-2026	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА, ФЛАНЕЦ	55	1	V06-2155	ПОДСТАВКА, МАЛЕНЬКАЯ
28	2	V08-0121	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА, ФЛАНЕЦ 16.2 X 10.1 X 6				

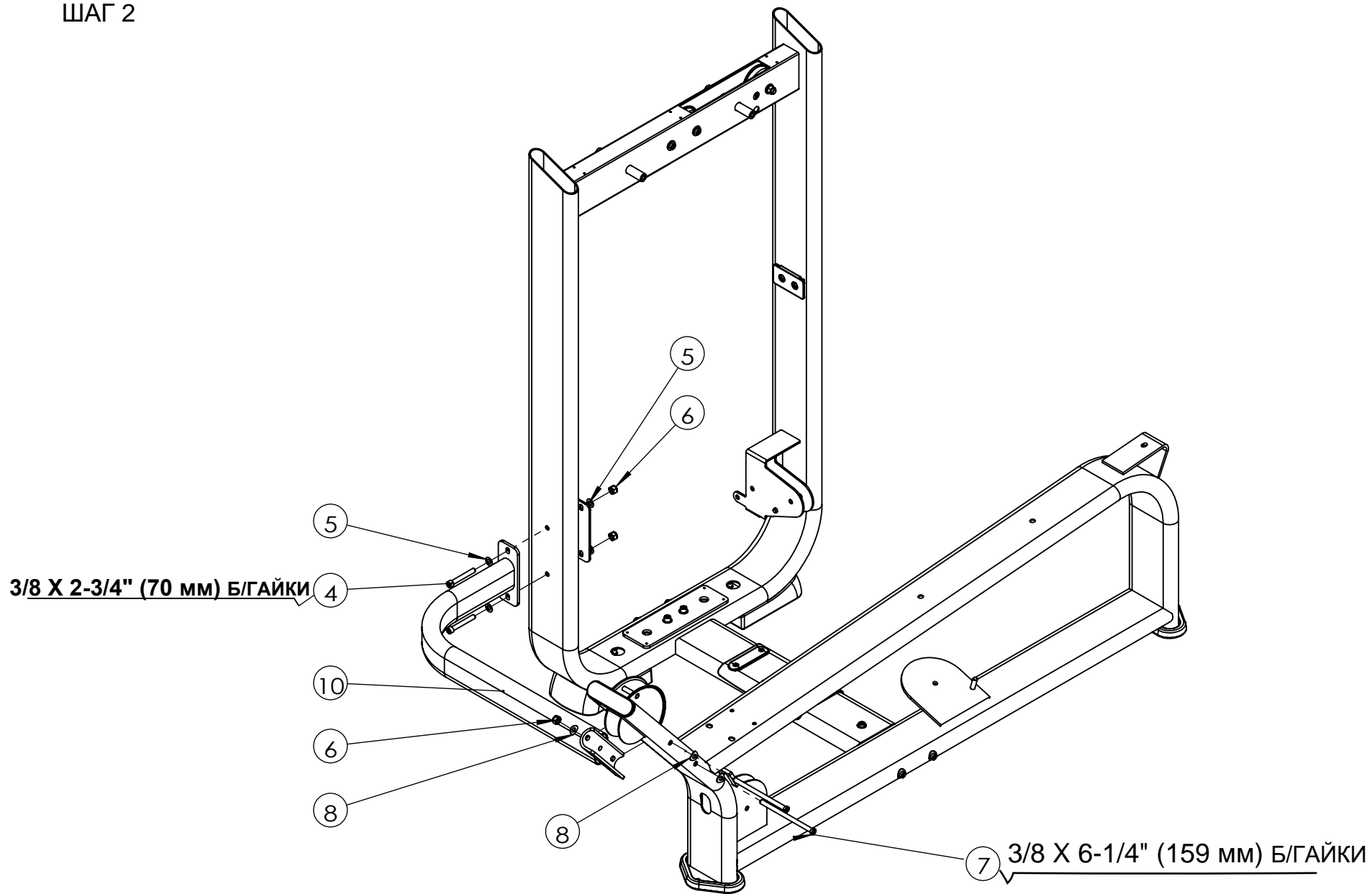
ШАГ 1



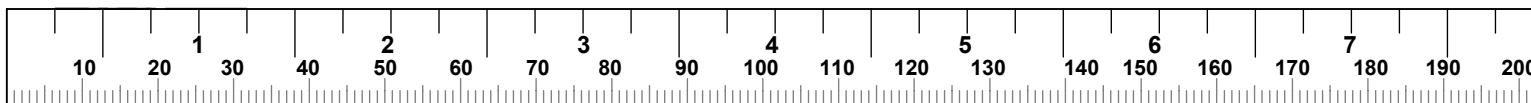
- На этом этапе болты затягивайте НЕ СИЛЬНО.



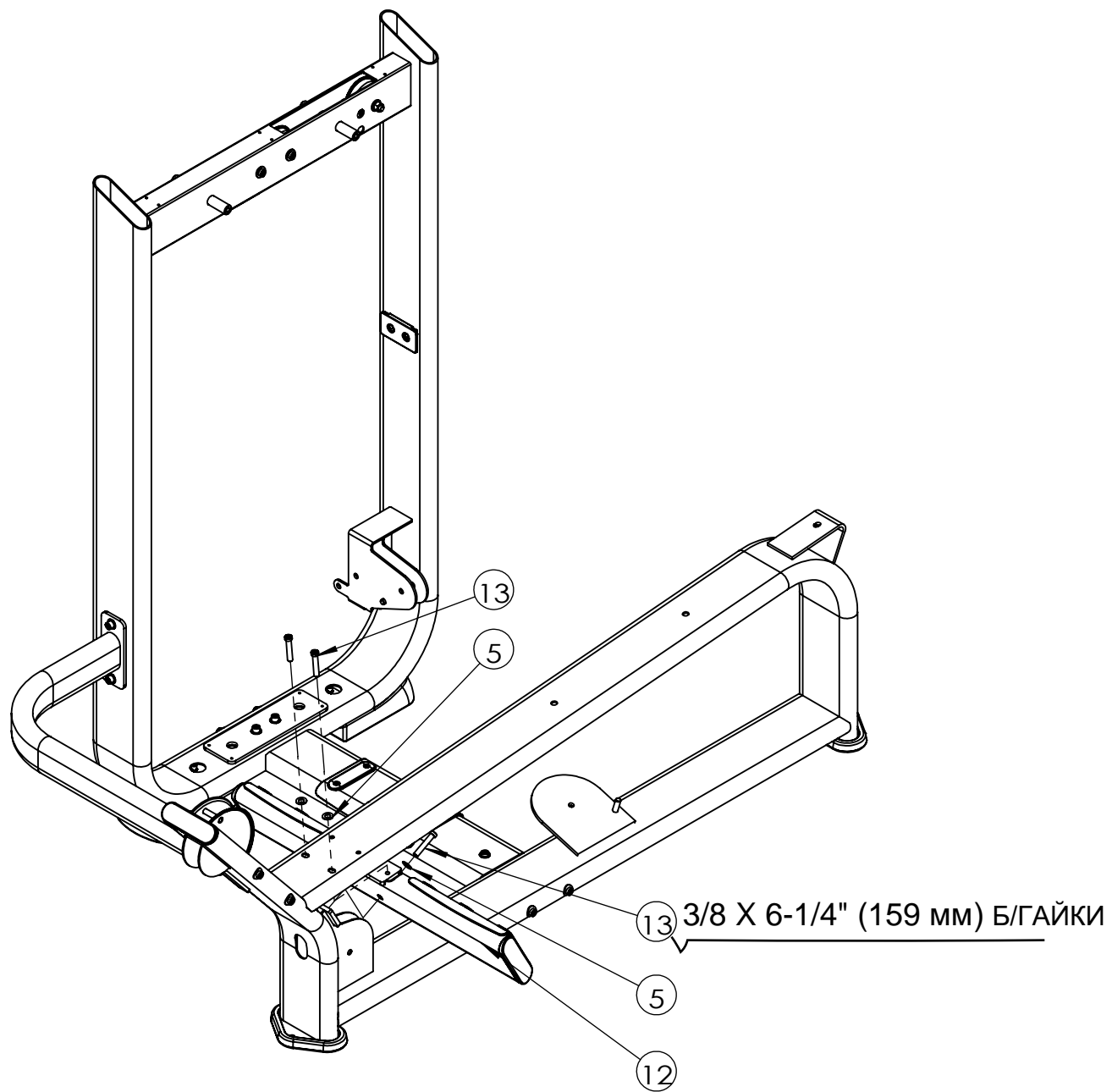
ШАГ 2



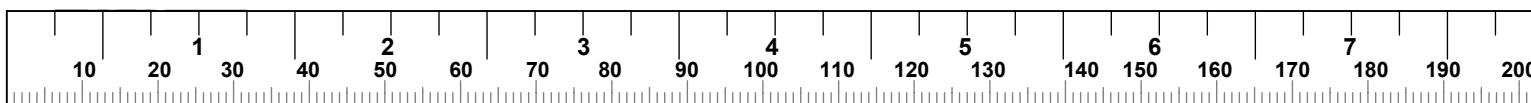
- Плотно затяните болты из ШАГОВ 1 И 2.



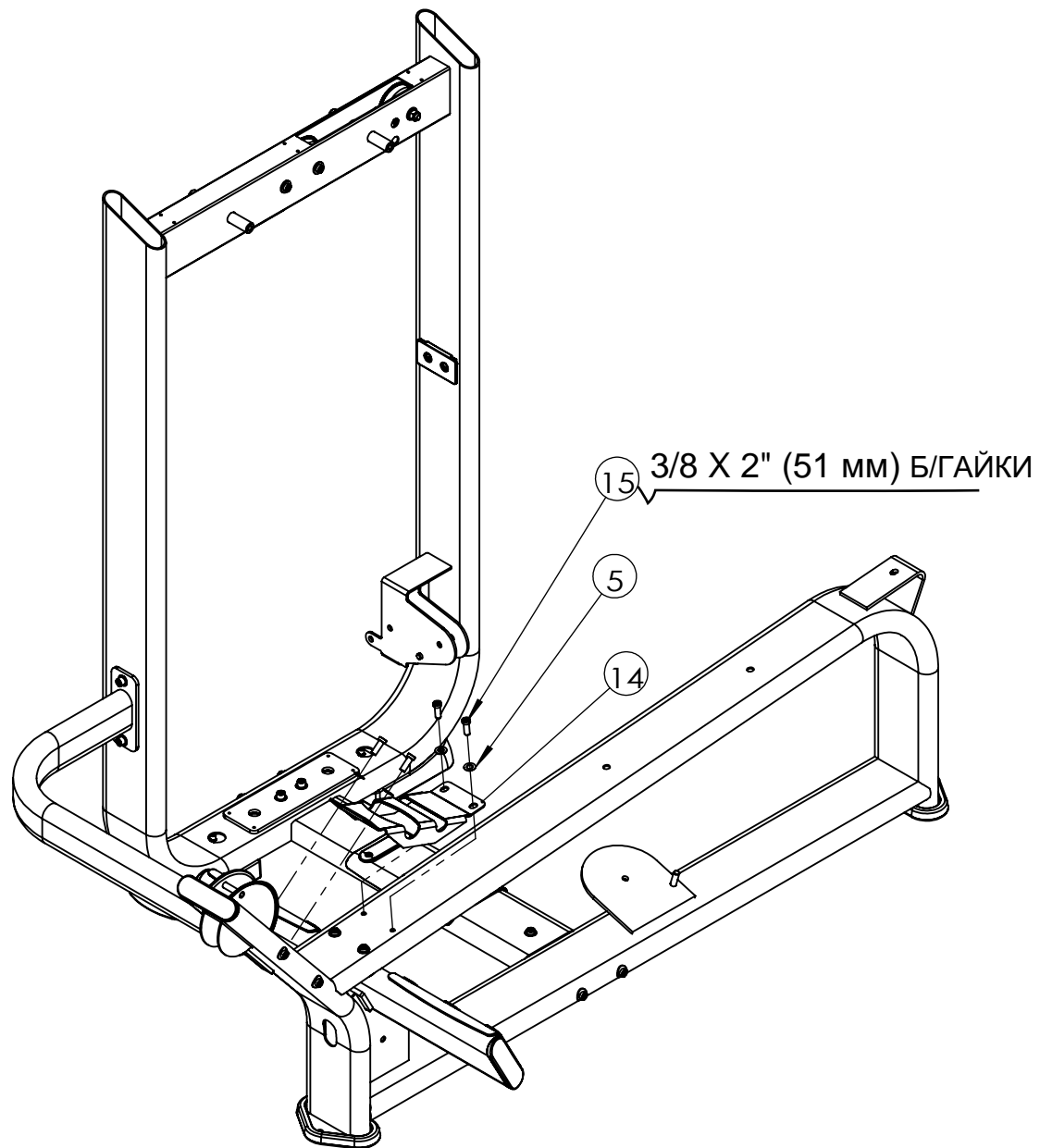
ШАГ 3



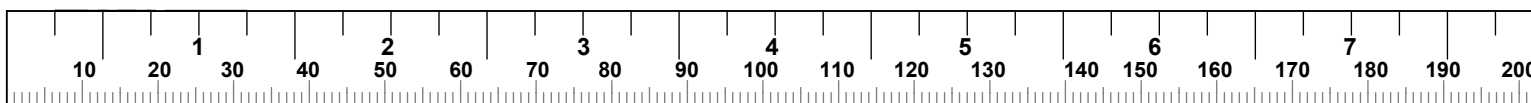
• Плотно затяните все болты.



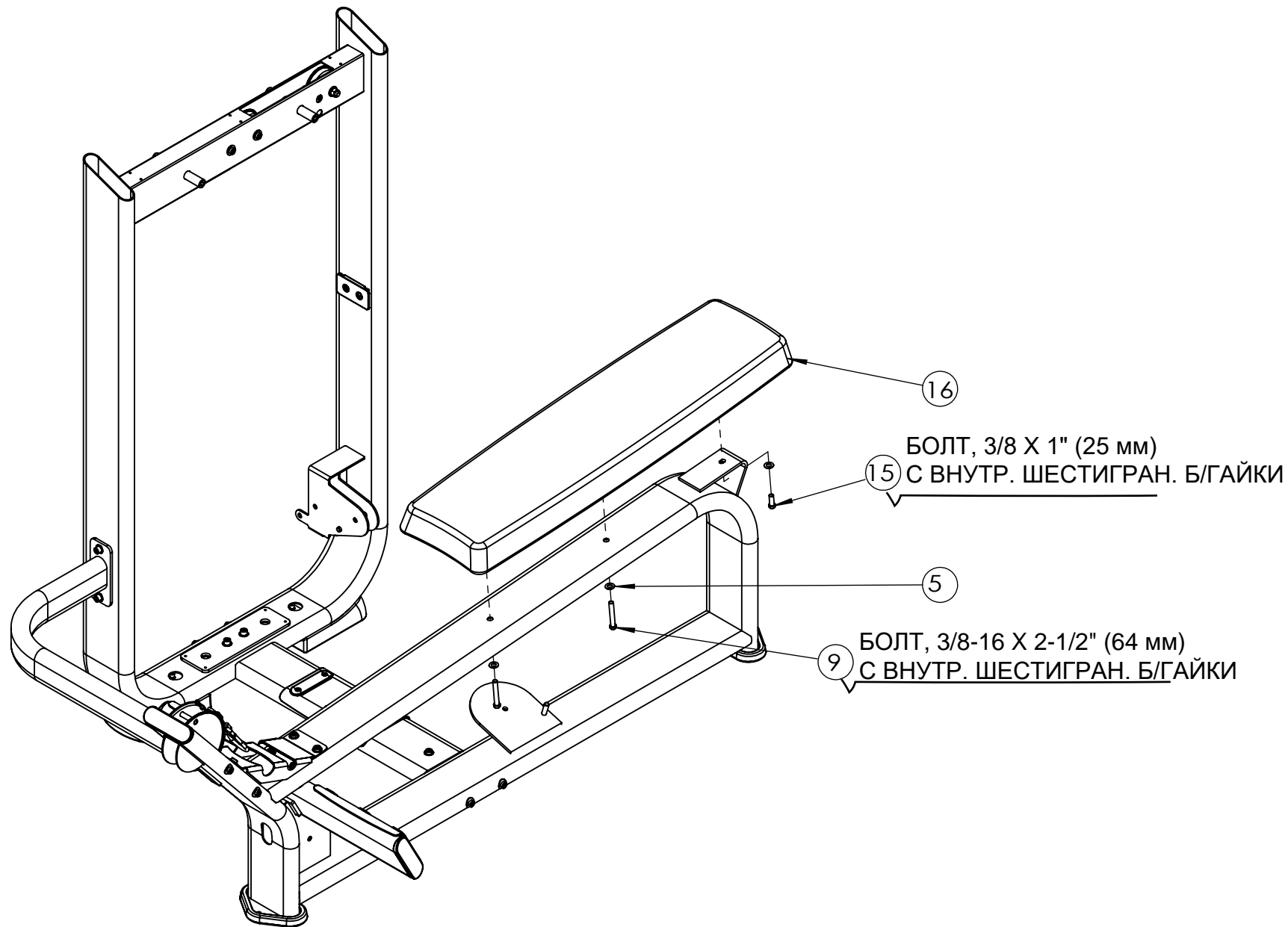
ШАГ 4



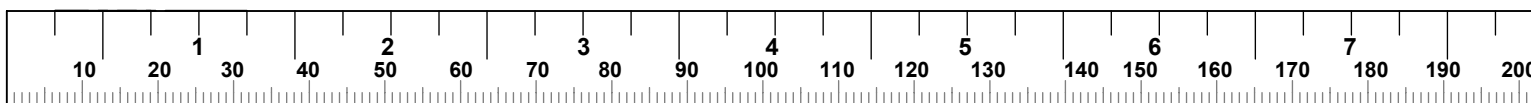
- Плотно затяните все болты.



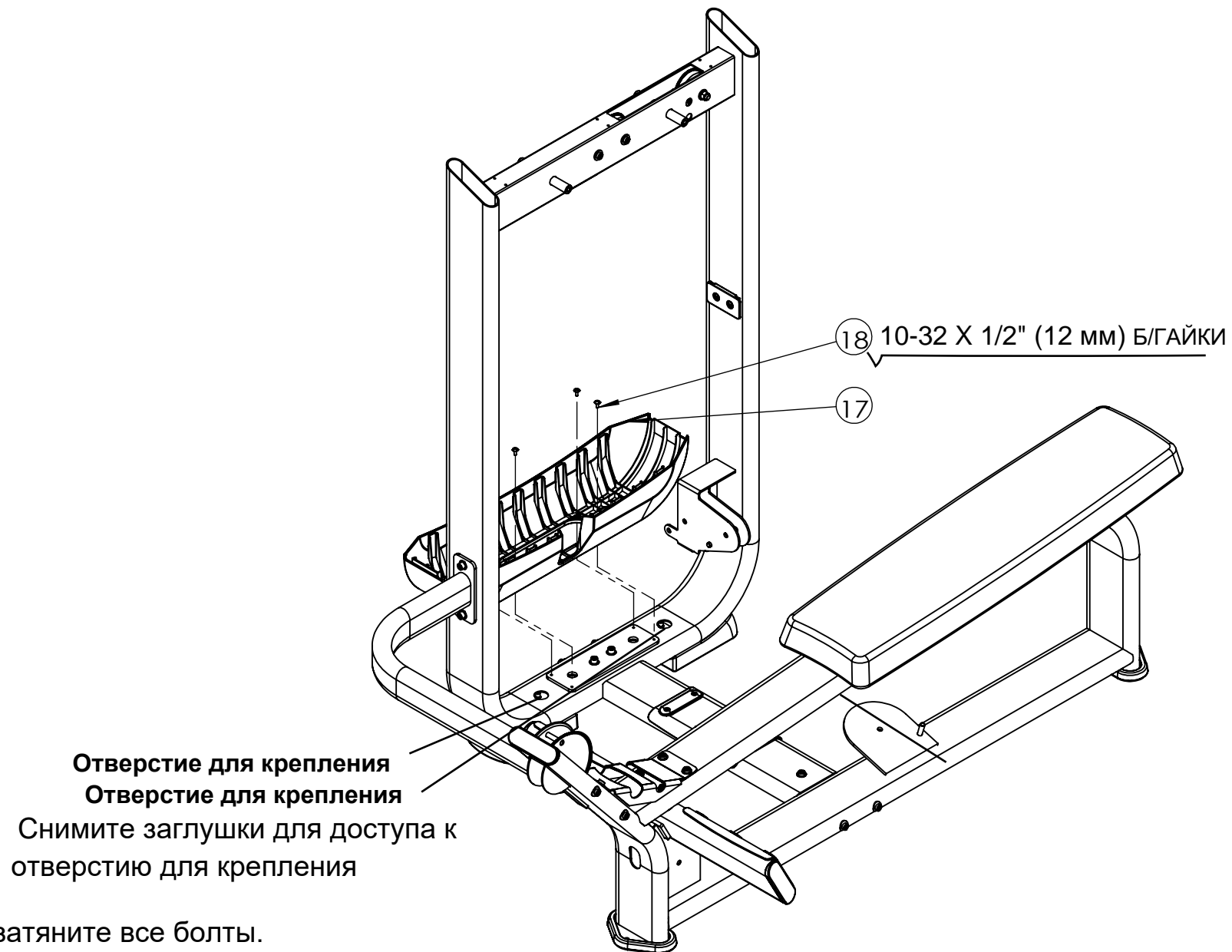
ШАГ 5



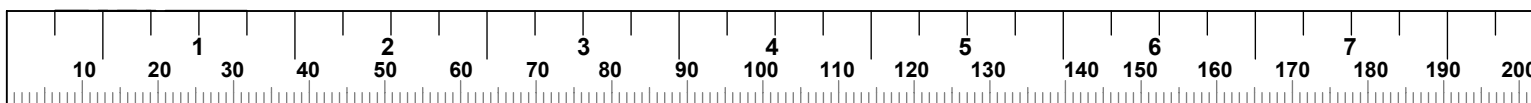
• Плотно затяните все болты.



ШАГ 6



- Плотно затяните все болты.
- Тренажер необходимо зафиксировать на полу до того, как будет собран грузоблок.
- Надежно зафиксируйте скамью на полу, используя отверстия для крепления.



ШАГ 7

По желанию: выполните следующие действия, чтобы прочно присоединить ремень к верхней плите:

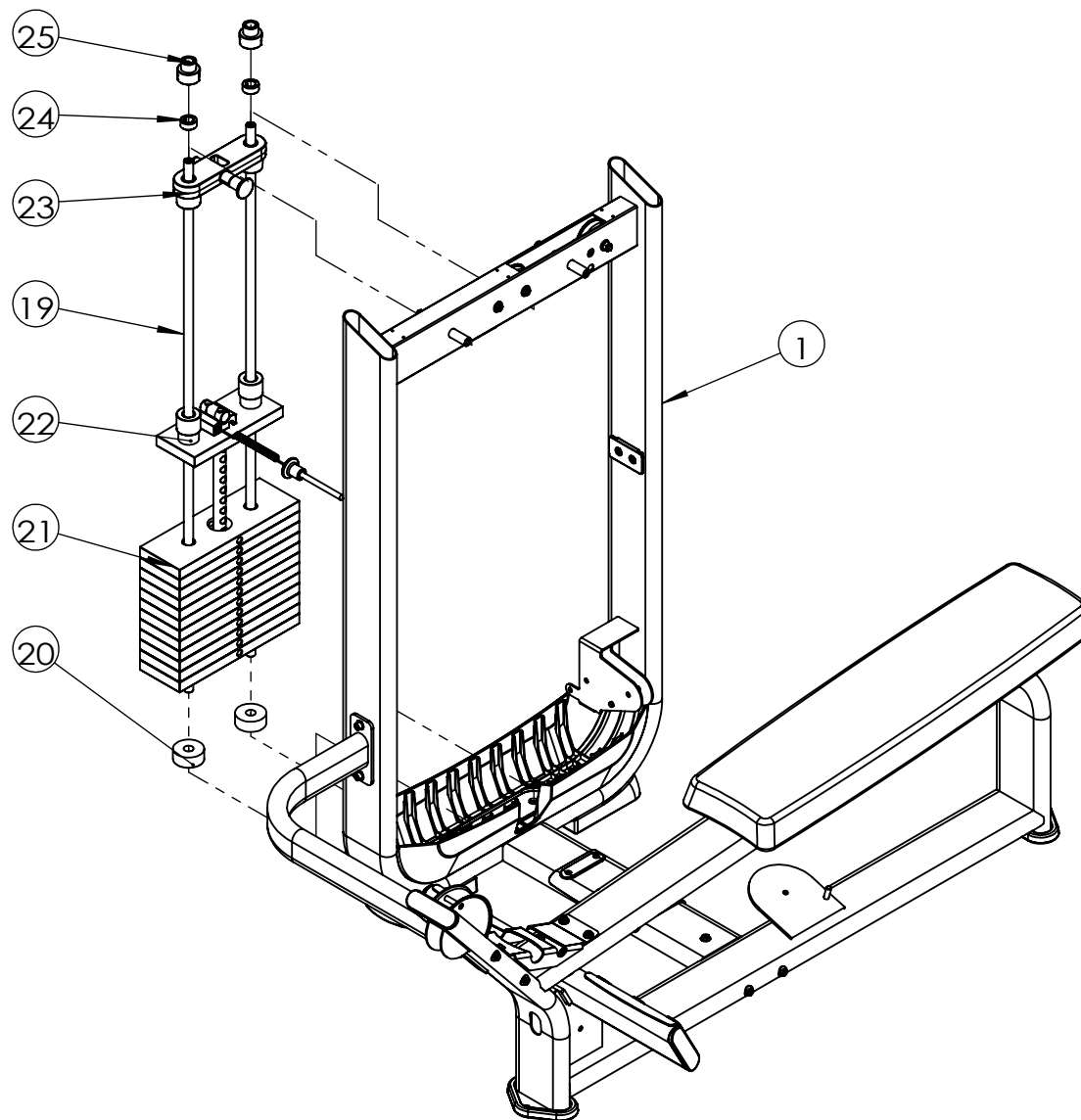
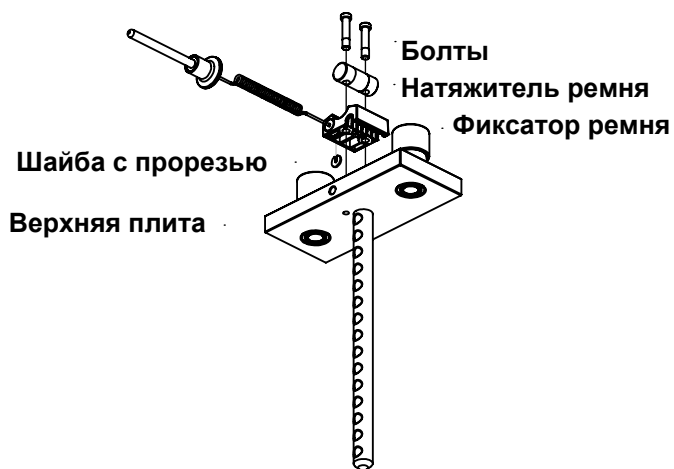
А) Ослабьте и снимите два болта и натяжитель ремня с фиксатора ремня

В) Снимите фиксатор ремня с верхней плиты и дайте шайбе с прорезью выпасть

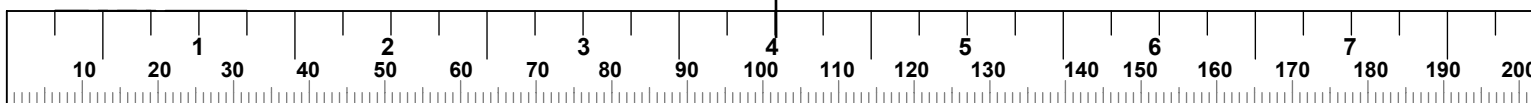
С) Протолкните ремень до упора

Д) Вставьте шайбу с прорезью (прорезью вверх) в отверстие фиксатора ремня, чтобы закрепить ремень

Е) Прикрутите фиксатор ремня, натяжитель ремня и два болта к верхней плите, плотно не зажимая

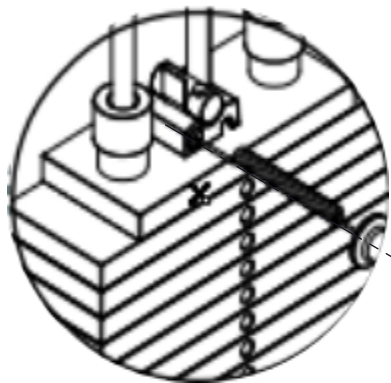


• Плотно затяните все болты.

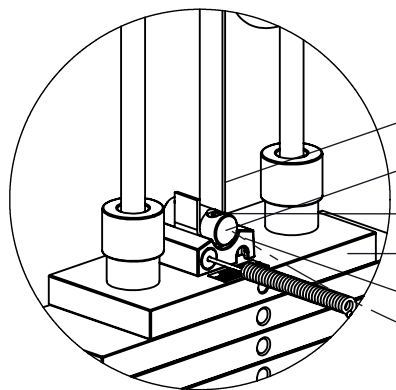


ШАГ 8

СХЕМА УКЛАДКИ РЕМНЯ



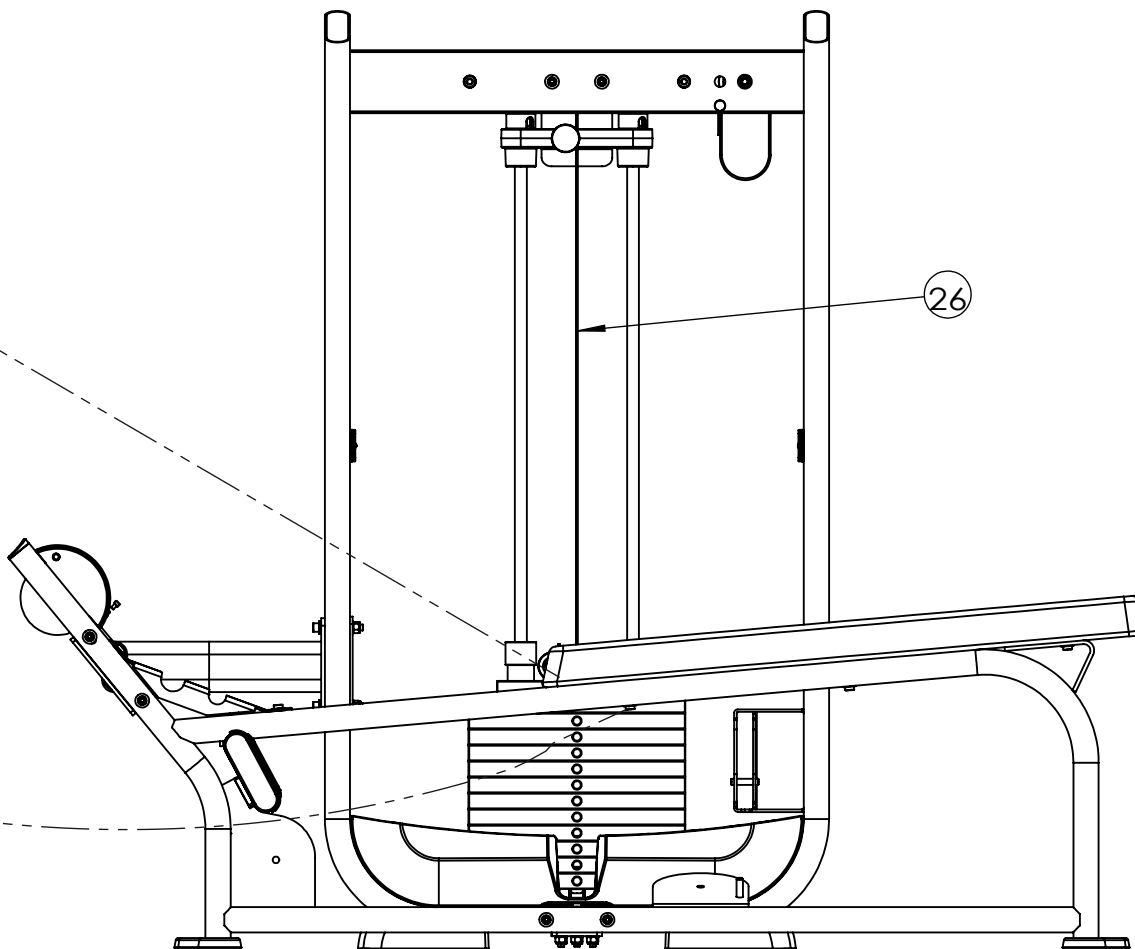
ПРИМЕЧАНИЕ: ремень должен быть проложен по центру верхней плиты, как показано на рисунке



Ремень
Натяжитель ремня
Болты
Верхняя плита
Фиксатор ремня

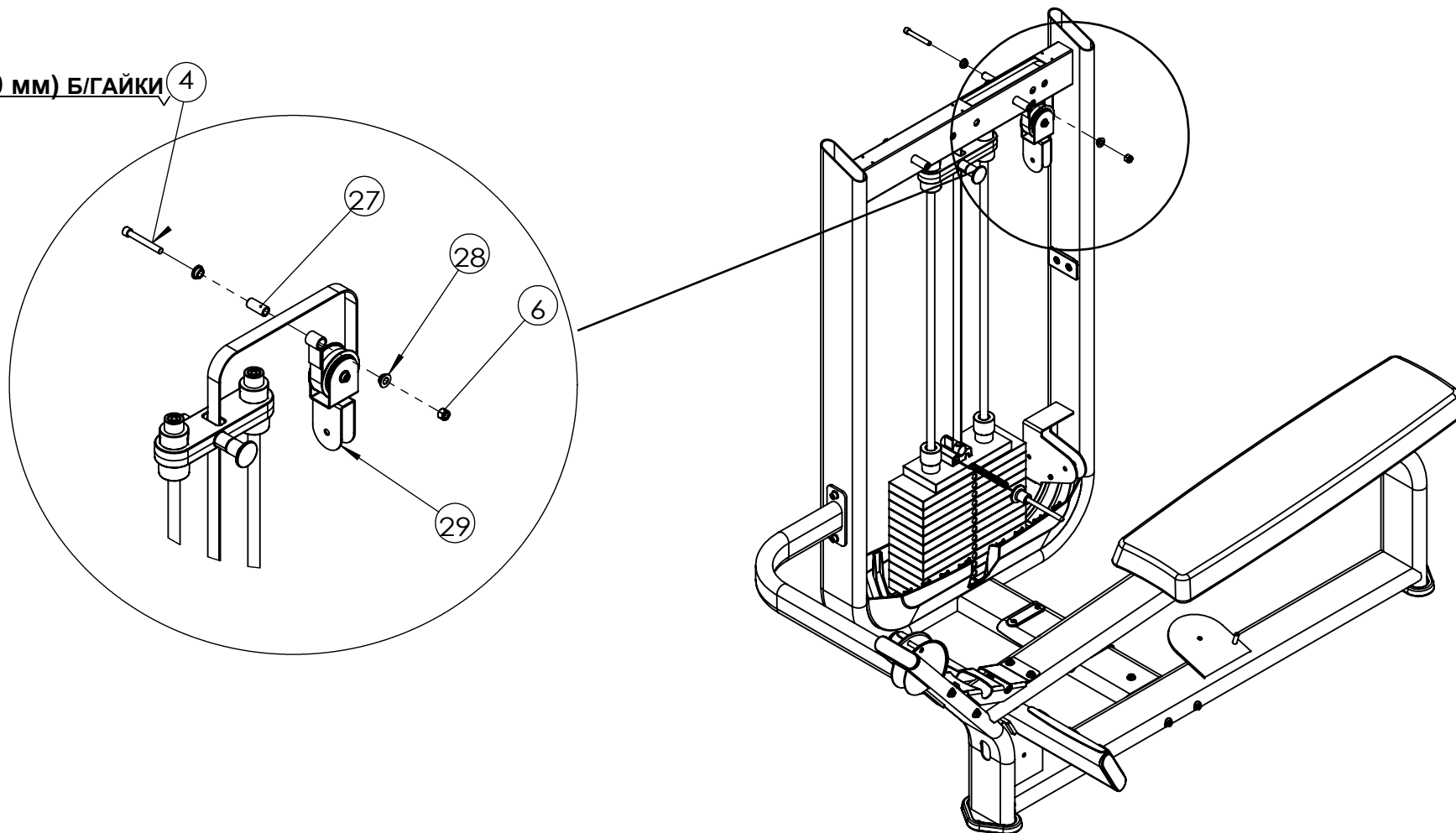
Выполните следующие действия, чтобы присоединить ремень к верхней плите:

- А) Ослабьте болты, которые соединяют натяжитель ремня и фиксатор ремня
- В) Вставьте ремень под натяжитель, между болтами, оставив приблизительно 2.5 см ремня на другой стороне
- С) Плотно затяните болты, соединяющие натяжитель и фиксатор ремня

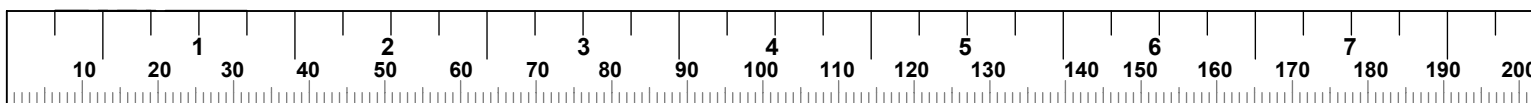


ШАГ 9

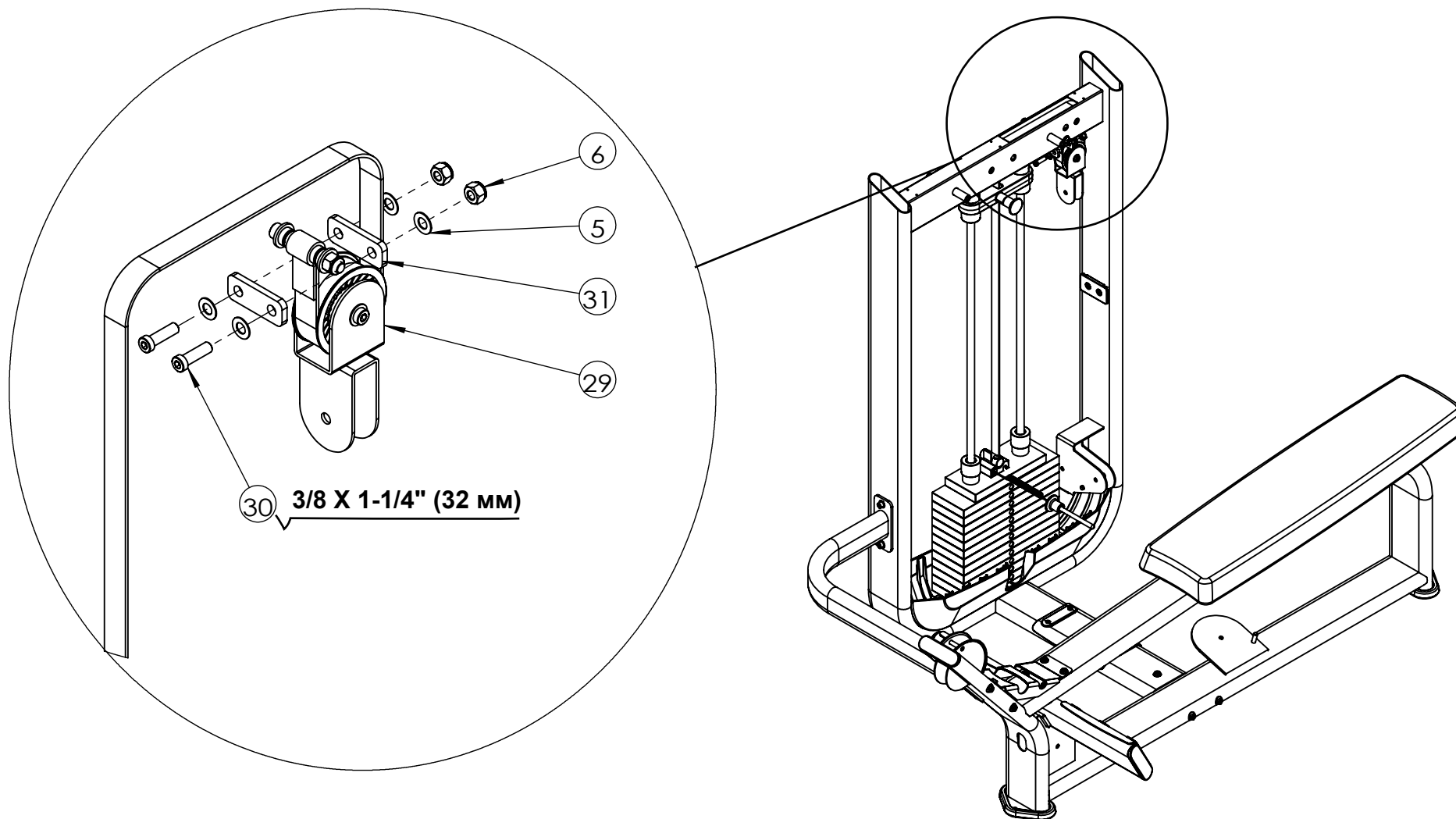
3/8 X 2-3/4" (70 мм) Б/ГАЙКИ 4



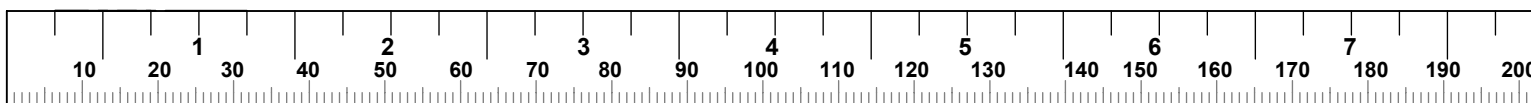
• Плотно затяните все болты.



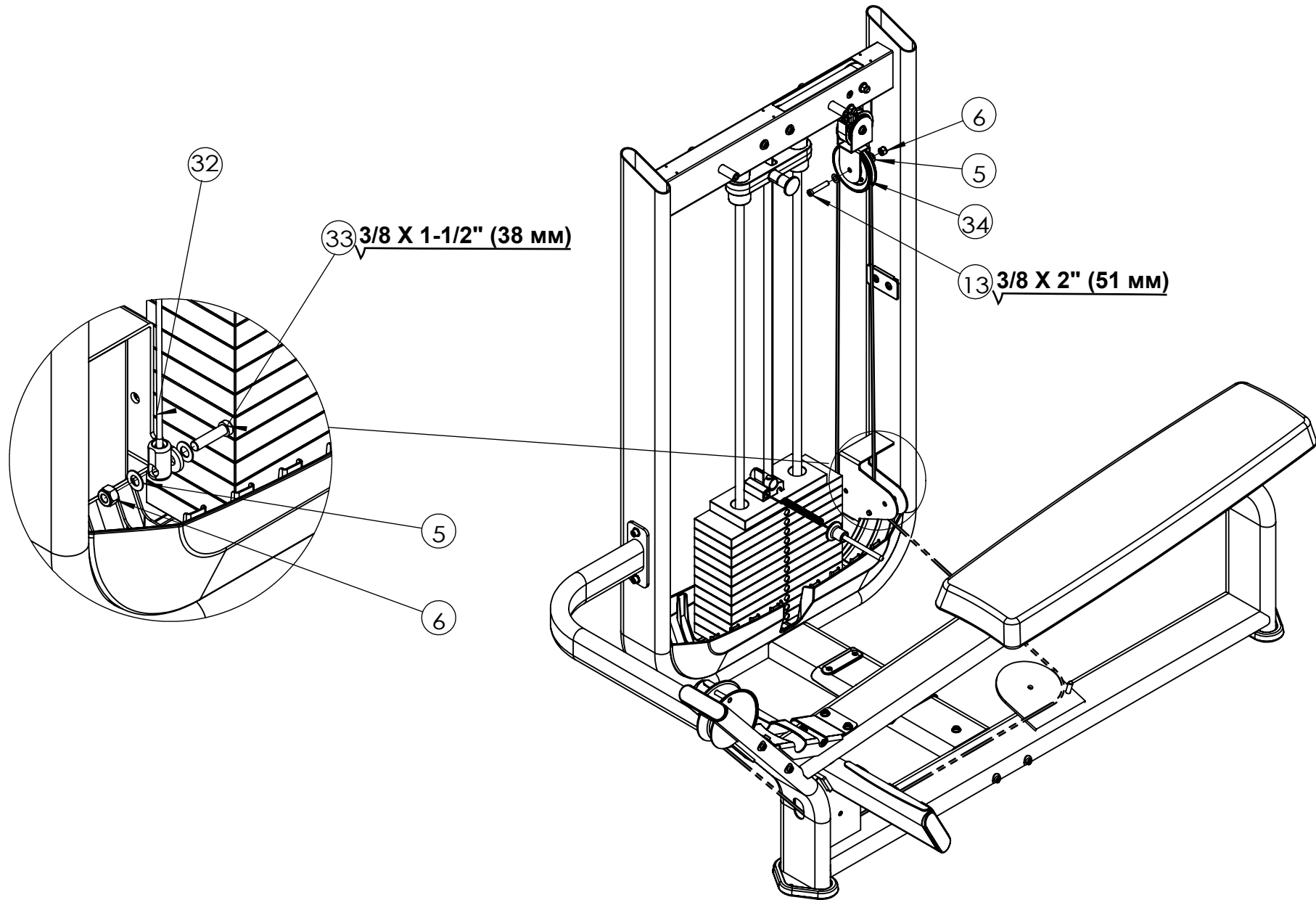
ШАГ 10



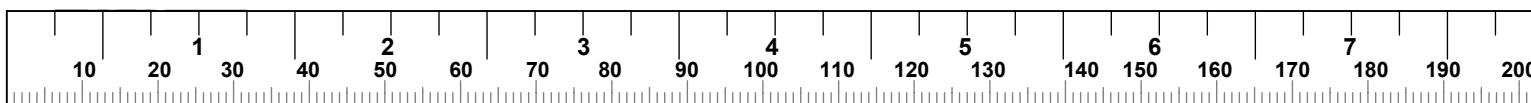
• Плотно затяните все болты.



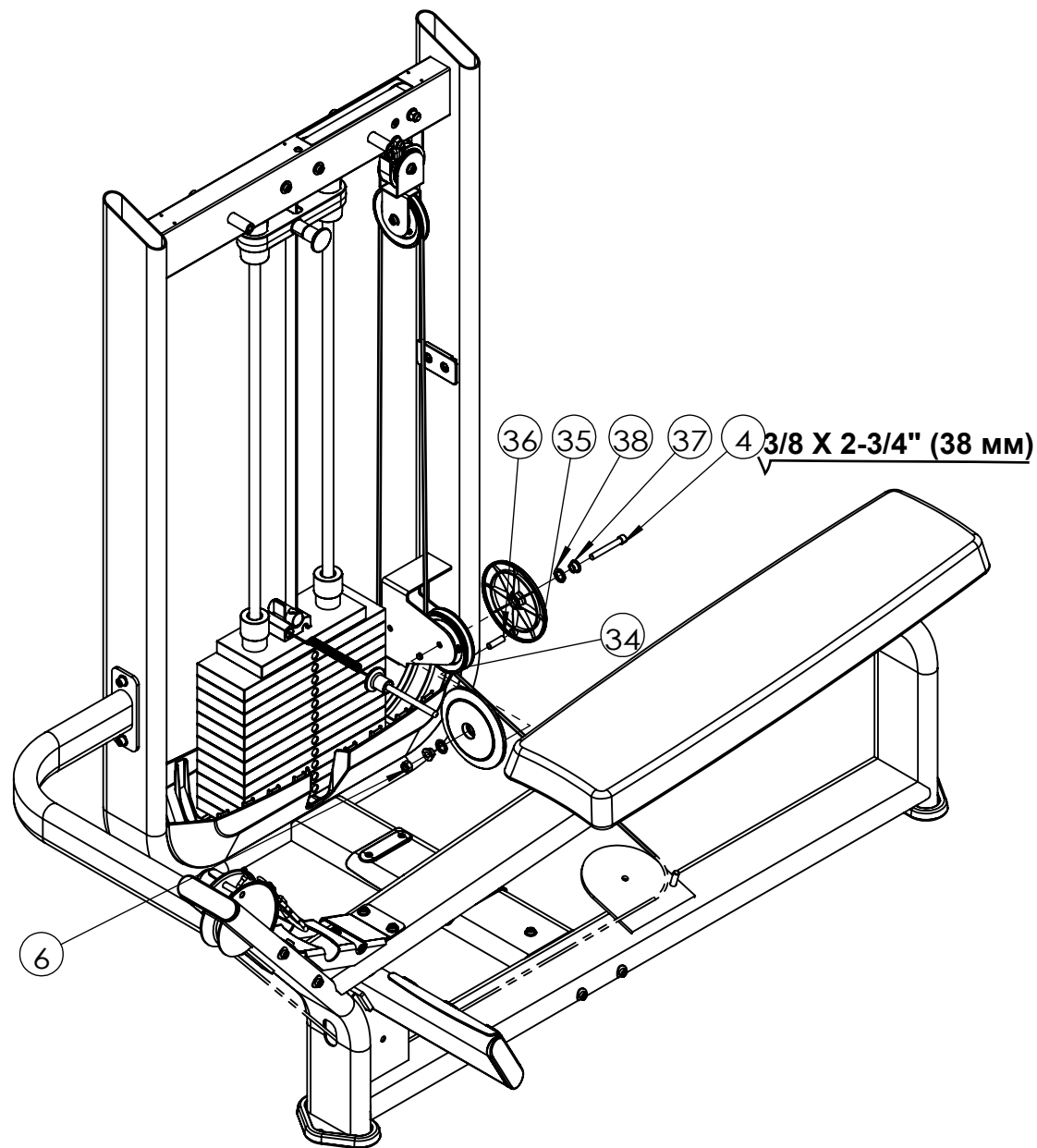
ШАГ 11



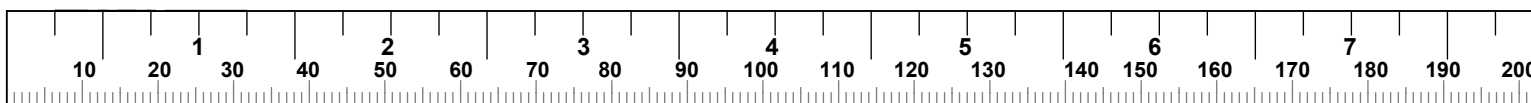
• Плотно затяните все болты.

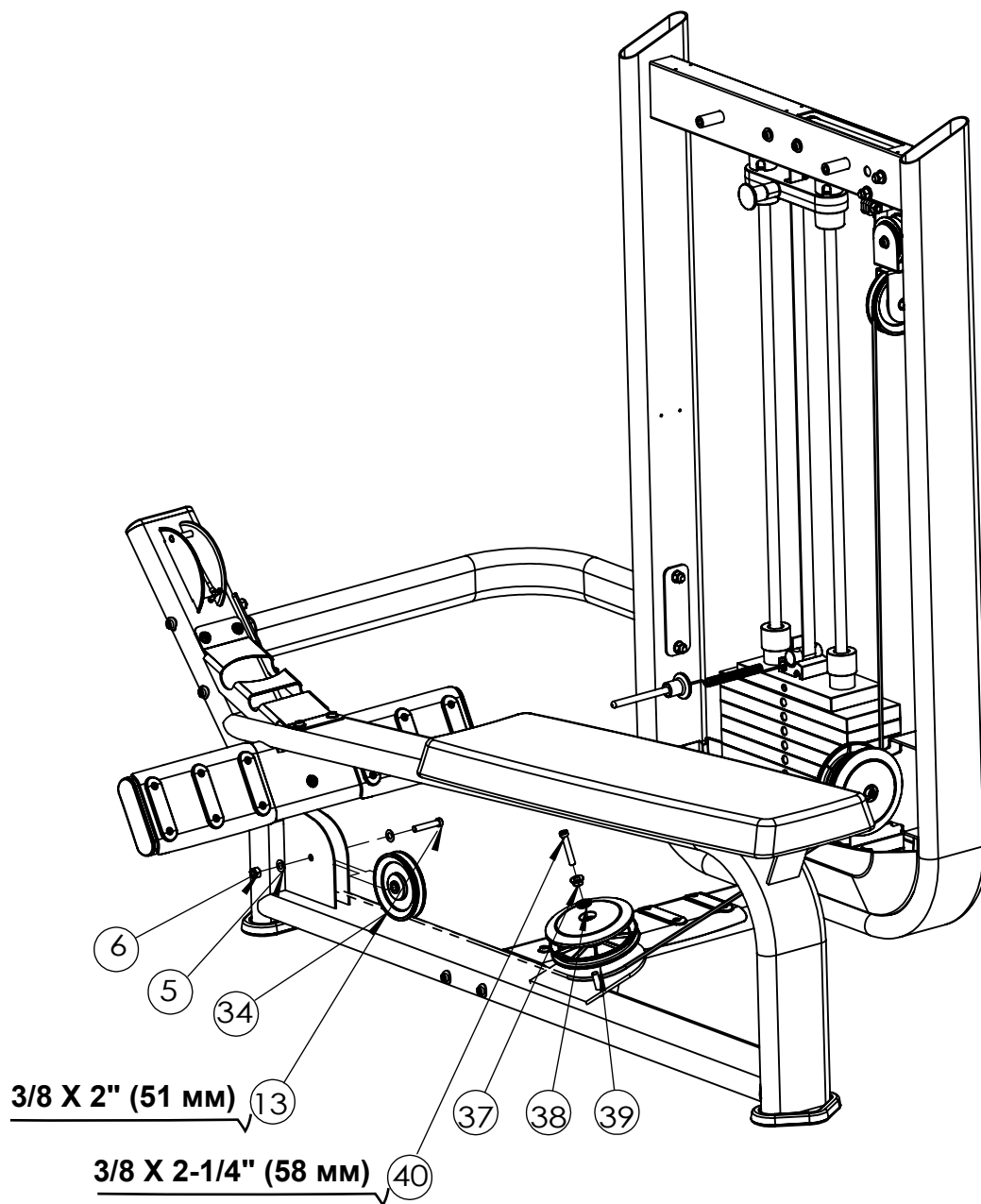


ШАГ 12

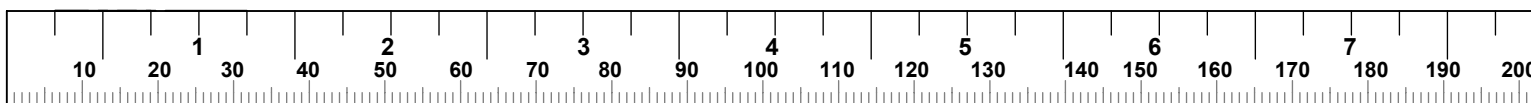


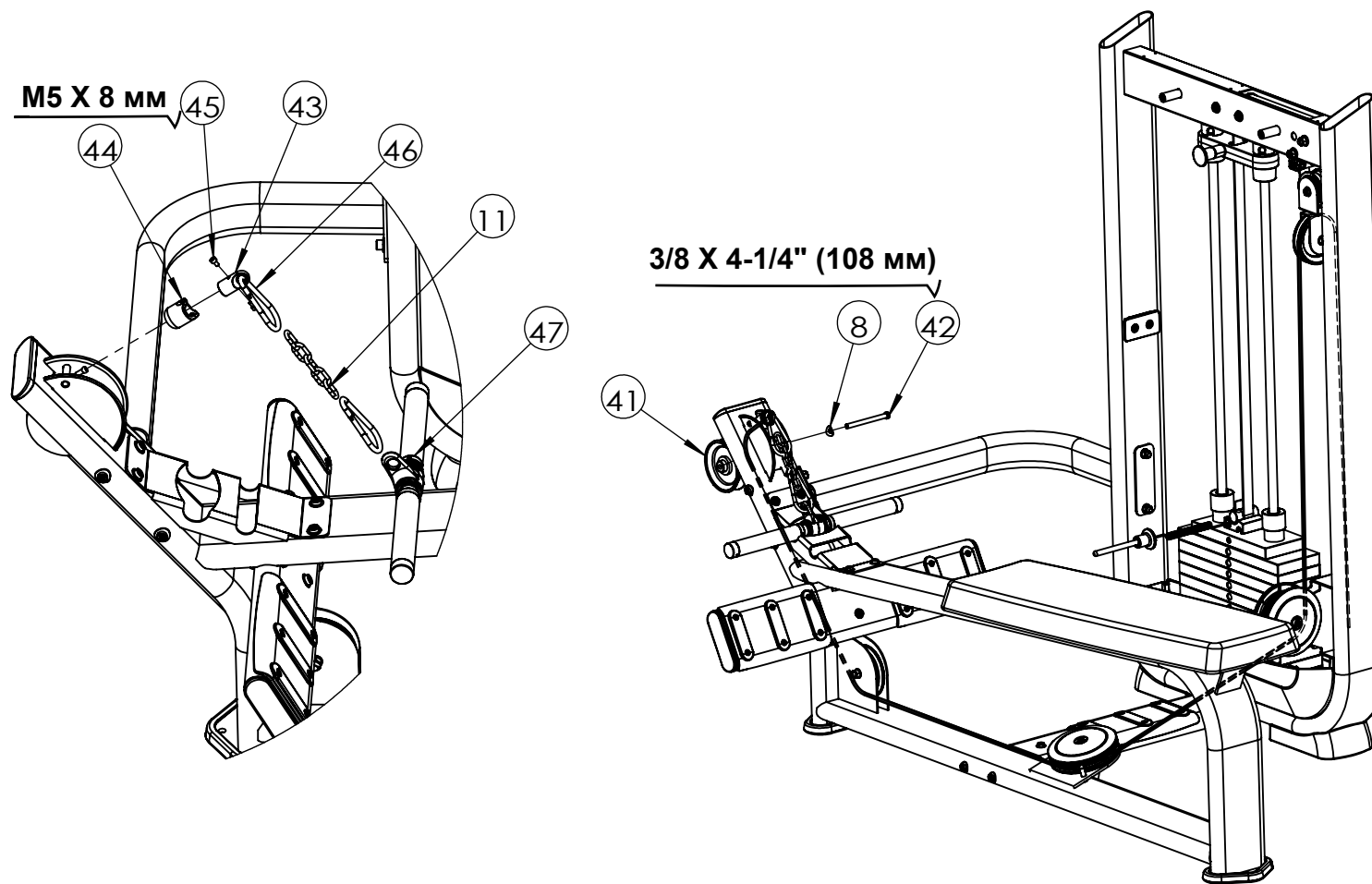
- Плотно затяните все болты.



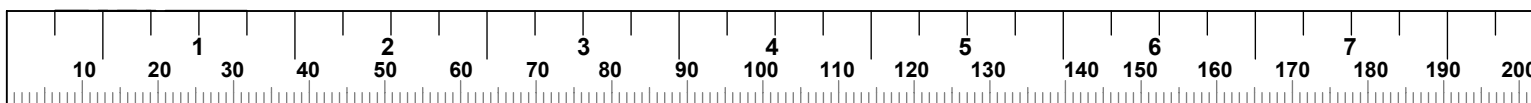


- Плотно затяните все болты.

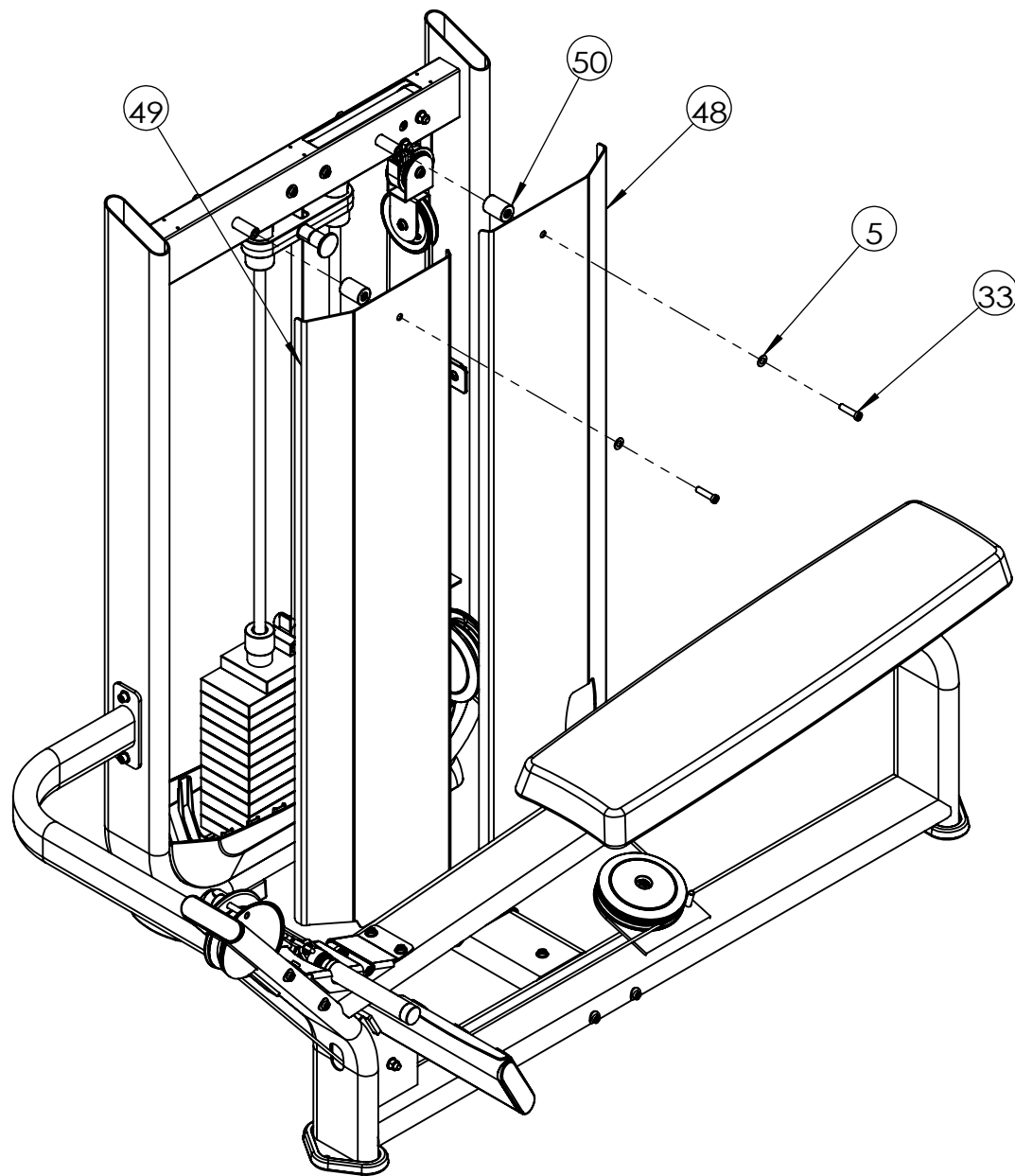




- Плотно затяните все болты.



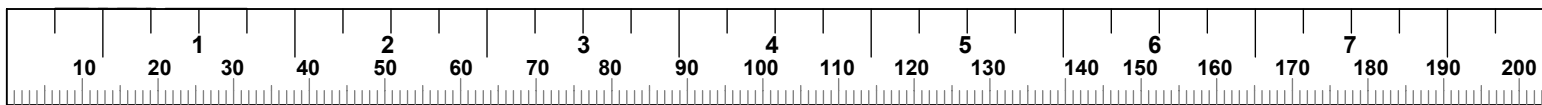
ШАГ 15



33 $\frac{3}{8}$ X 1-1/2" (38 мм) Б/ГАЙКИ

ПРИМЕЧАНИЕ:

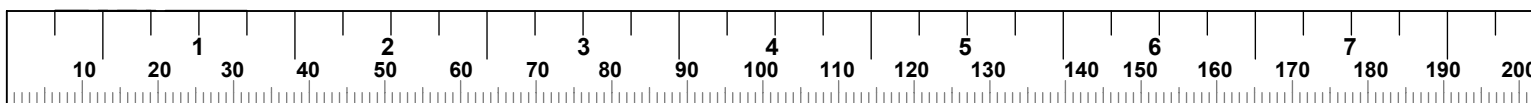
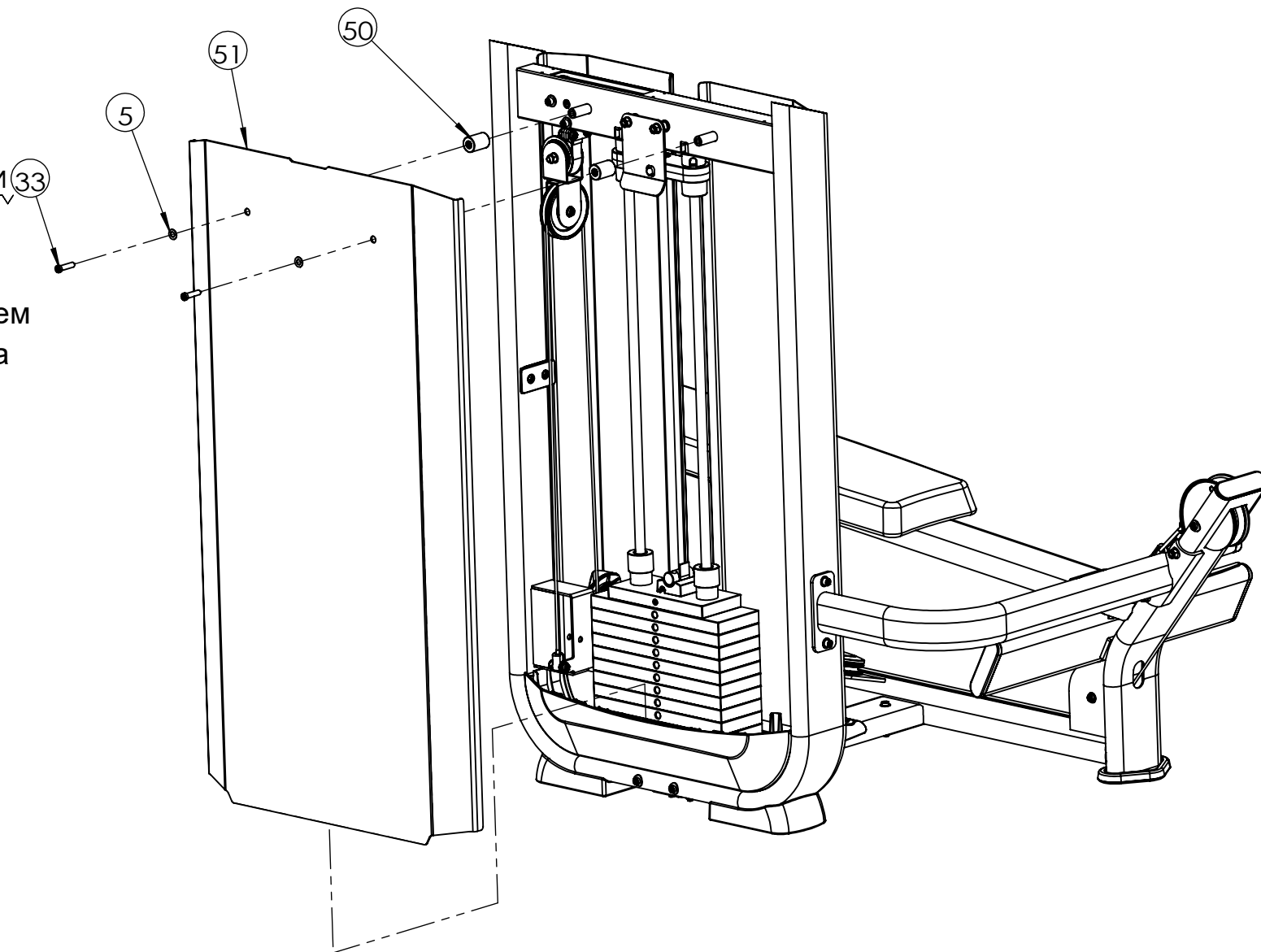
закрутите болты
пальцами до упора,
затем затяните ключом
еще на 1/2 оборота



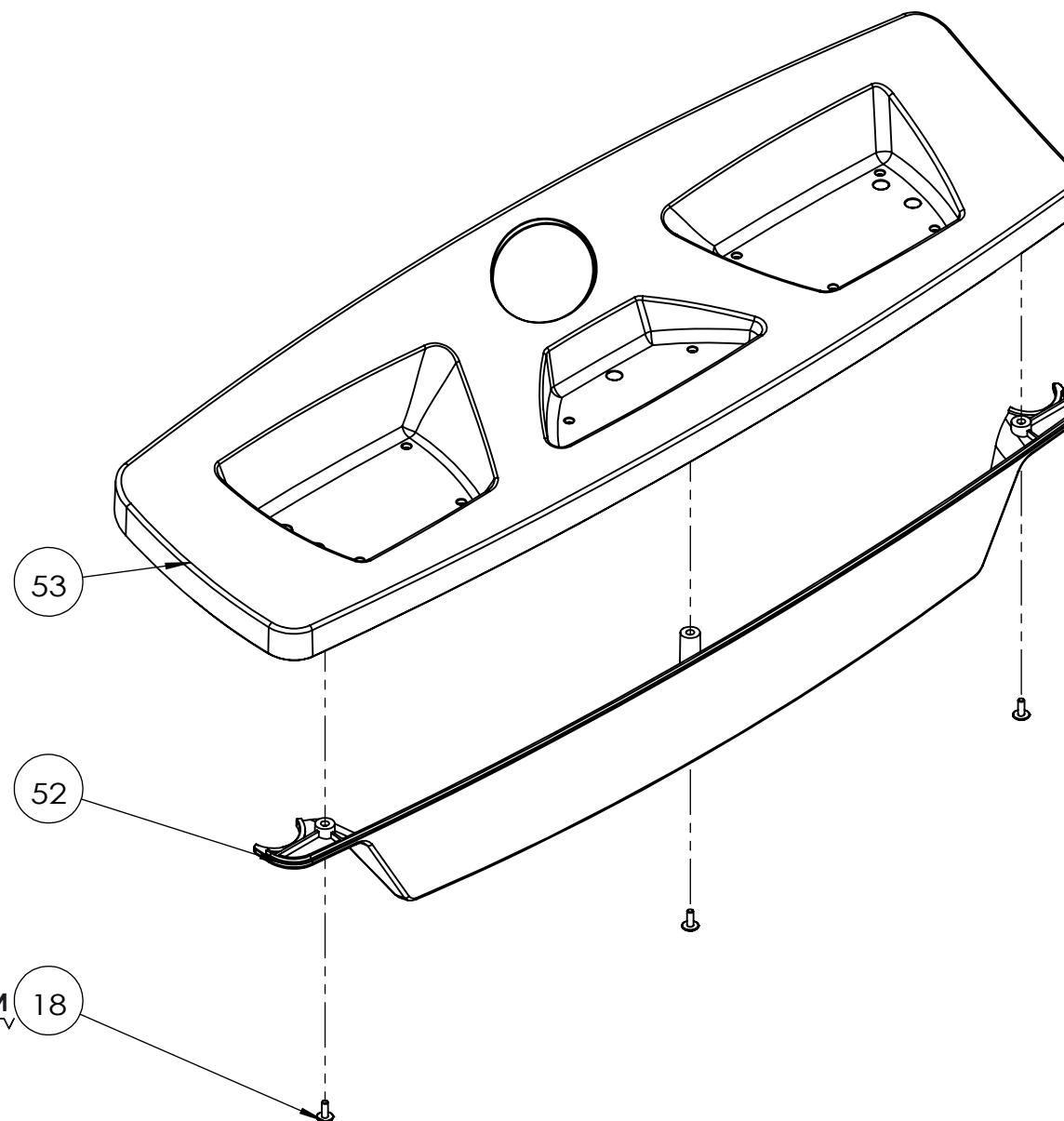
3/8 X 1-1/2" (38 мм) Б/ГАЙКИ 33

ПРИМЕЧАНИЕ:

закрутите болты
пальцами до упора, затем
затяните ключом еще на
1/2 оборота



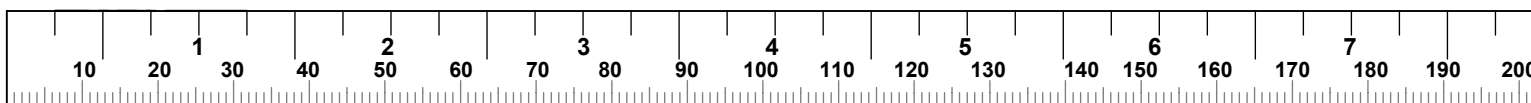
ШАГ 17



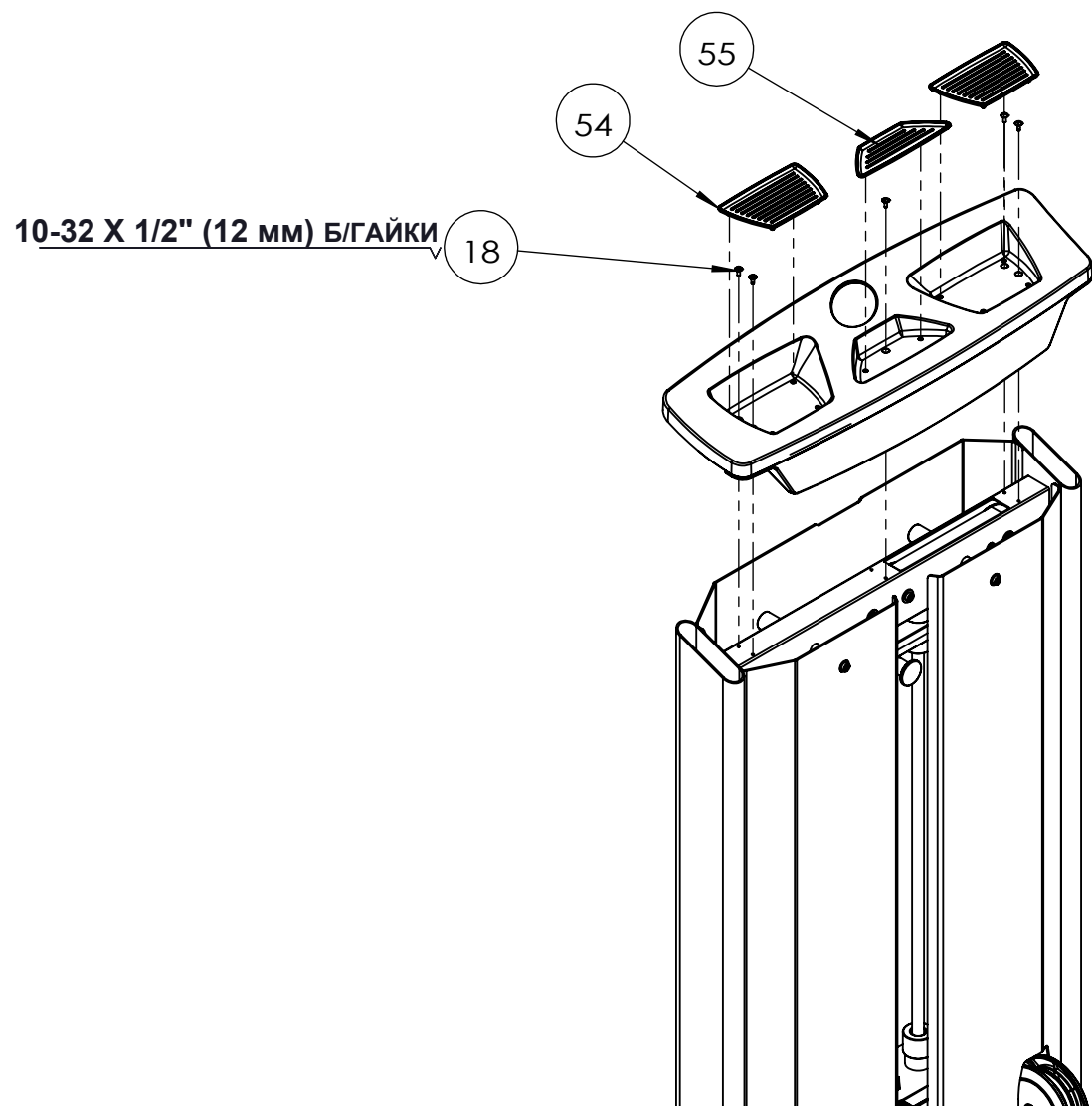
10-32 X 1/2" (12 мм) Б/ГАЙКИ

18

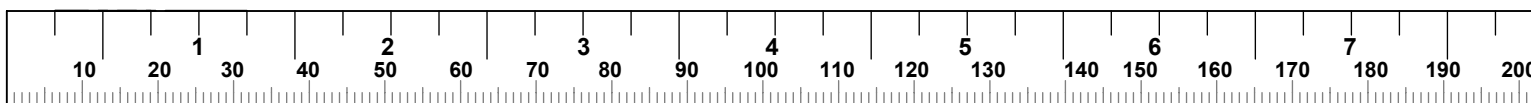
• Плотно затяните все болты.



ШАГ 18



- Плотно затяните все болты.



Завершение сборки

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

Обслуживание

Порядок технического обслуживания.

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

1. Также необходимо регулярно смазывать вращающиеся детали (не реже одного раза в три месяца). Нанесите подходящее масло или смазку на внутреннюю поверхность подшипника.

Примечание: Не используйте моторное масло или органическое, они адсорбируют пыль и грязь в воздухе, подойдет масло для швейной машины.

2. Следите за тем, чтобы острые предметы не касались поверхностей подушек сиденья и спинки.
3. Оборудование размещайте в прохладном и сухом месте, не следует размещать тренажер во влажном и душном помещении.
4. Избегайте использования бензина, бензола и других органических растворителей для очистки оборудования, которое может повредить его поверхность.
5. Такие хрупкие детали, как шкив, трос и подшипник, должны быть своевременно заменены при повреждении.
6. Регулярно проверяйте все шкивы и тросы на предмет износа или повреждений, обращайтесь особое внимание на детали, которые быстро изнашиваются.
7. Периодически проверяйте и регулируйте натяжение троса.

8. Регулярно проверяйте все движущиеся части и рукоятки на предмет износа и повреждений. В случае возникновения проблем необходимо прекратить использование оборудования и обратиться в отдел послепродажного обслуживания нашей компании.
9. Все винты и гайки должны быть плотно затянуты. В противном случае, немедленно затяните все болтовые соединения.
10. Проверьте, нет ли трещин. Так как оборудование будет испытывать все виды внешнего воздействия во время тренировки, на поверхности могут появиться трещины. Поэтому обслуживающий персонал и пользователи должны уделять особое внимание поверхности рамы. При обнаружении трещин необходимо сообщить ответственному лицу, принять требуемые меры и обеспечить безопасность.
11. невыполнение планового технического обслуживания может привести к травме или повреждению оборудования.