

# *Soozier*

INade036V02\_CA

**A91-056**



READ AND SAVE THIS INSTRUCTIONS FOR FUTURE USE

## ASSEMBLY & INSTRUCTION MANUAL

## Notices before exercise

1. Please read the manual carefully before exercise.
2. Please take warm-up exercise before using the equipment. Be aware of your physical ability and condition. Do not overuse.
3. Before exercise, please carefully examine the equipment make sure it is in good condition. If any defect, adjust and repair it before use. Ensure to wear proper outfit while using this equipment to avoid any possible dangerous circumstances.
4. The machine is intend for user over 12 years old. Users under 12 years old should exercise under adult's supervision.
5. Maximum load: 150KGS.

**Warning:** if there is a physical defects or movement disorders. Please consult the physician and trainer before exercise. Please read the manual carefully before use. We will not responsible for personal injury and damage to the equipment which is caused by improper use.

## Avis avant l'exercice

1. Veuillez lire attentivement le manuel avant l'exercice.
2. Effectuez des exercices d'échauffement avant d'utiliser l'équipement. Soyez conscient de votre capacité et de votre état physique. Ne pas abuser.
3. Avant l'exercice, examinez attentivement le matériel pour vous assurer qu'il est en bon état. En cas de défaut, ajustez-le et réparez-le avant utilisation. Assurez-vous de porter une tenue appropriée lors de l'utilisation de cet équipement pour éviter toute situation dangereuse.
4. La machine est destinée aux utilisateurs de plus de 12 ans. Les utilisateurs de moins de 12 ans devraient exercer sous la supervision de l'adulte.
5. Charge maximale: 150 KGS.

**Avertissement:** s'il existe des défauts physiques ou des troubles du mouvement. Veuillez consulter le médecin et le formateur avant l'exercice. Veuillez lire attentivement le manuel avant utilisation. Nous ne serons pas responsables des blessures corporelles et des dommages causés à l'équipement causé par une mauvaise utilisation.

 <p><b>A</b> x 2</p>	 <p><b>I</b> x 1</p>	 <p><b>Q</b> x 2</p>
 <p><b>B</b> x 2</p>	 <p><b>J</b> x 2</p>	 <p><b>R</b> x 2</p>
 <p><b>C</b> x 2</p>	 <p><b>K</b> x 2</p>	 <p><b>S</b> x 8</p>
 <p><b>D</b> x 2</p>	 <p><b>L</b> x 4</p>	 <p><b>T</b> x 2</p>
 <p><b>E</b> x 4</p>	 <p><b>M</b> x 10</p>	 <p><b>U</b> x 2</p>
 <p><b>F</b> x 1</p>	 <p><b>N</b> x 4</p>	 <p><b>V</b> x 12</p>
 <p><b>G</b> x 1</p>	 <p><b>O</b> x 1</p>	 <p><b>W</b> x 2</p>
 <p><b>H</b> x 1</p>	 <p><b>P</b> x 4</p>	 <p><b>X</b> x 2</p>

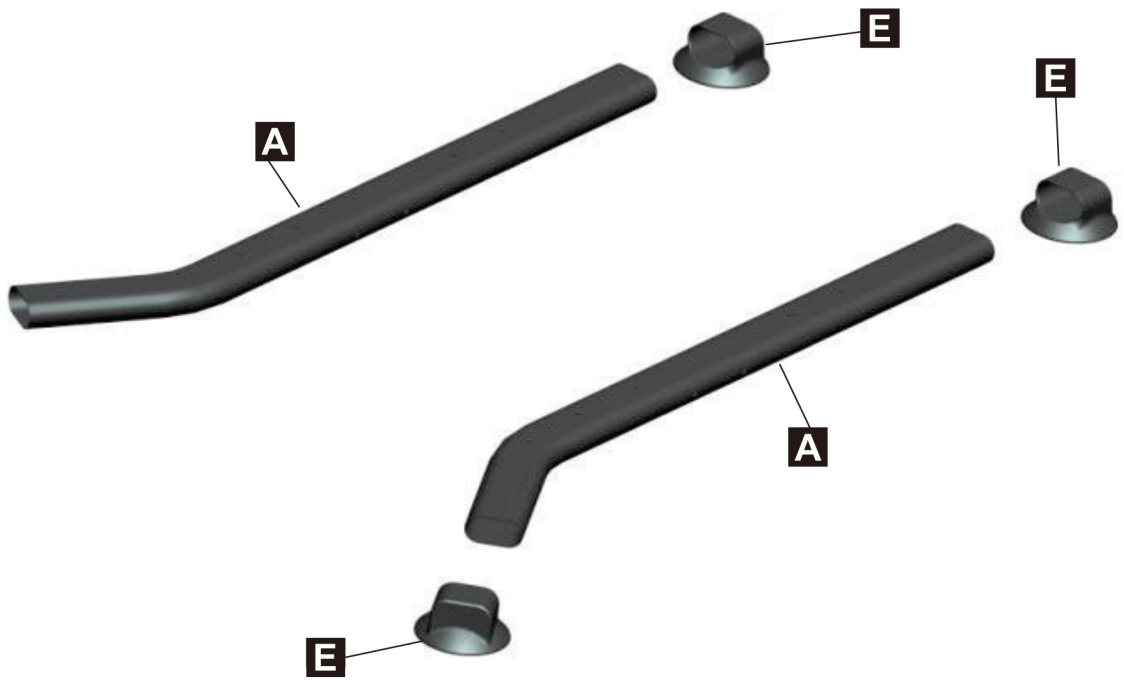
M8\*12

M8\*45

M8\*12

M8\*80

M8\*45

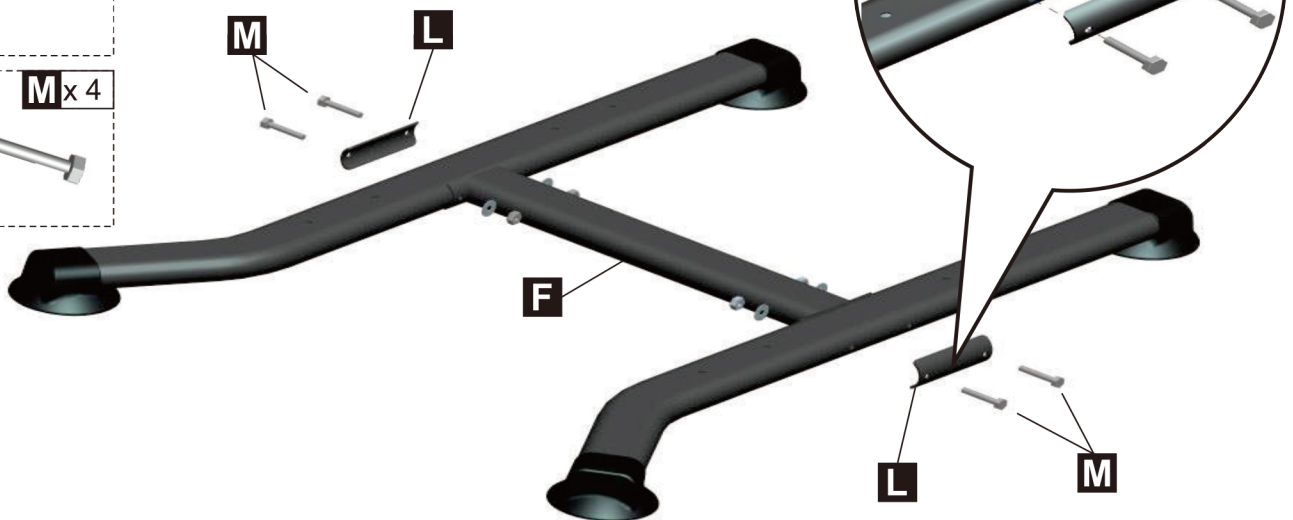
**A** x 2**E** x 4**E**

EN-Socket Assembling: Take 4 sockets into the two foot bars (Make sure the socket is parallel to the floor.)

FR-Assemblage de douilles: Prenez 4 prises dans les deux barres de pied (Assurez-vous que la douille est parallèle au sol.)

**F** x 1**L** x 2**M** x 4

M8\*80



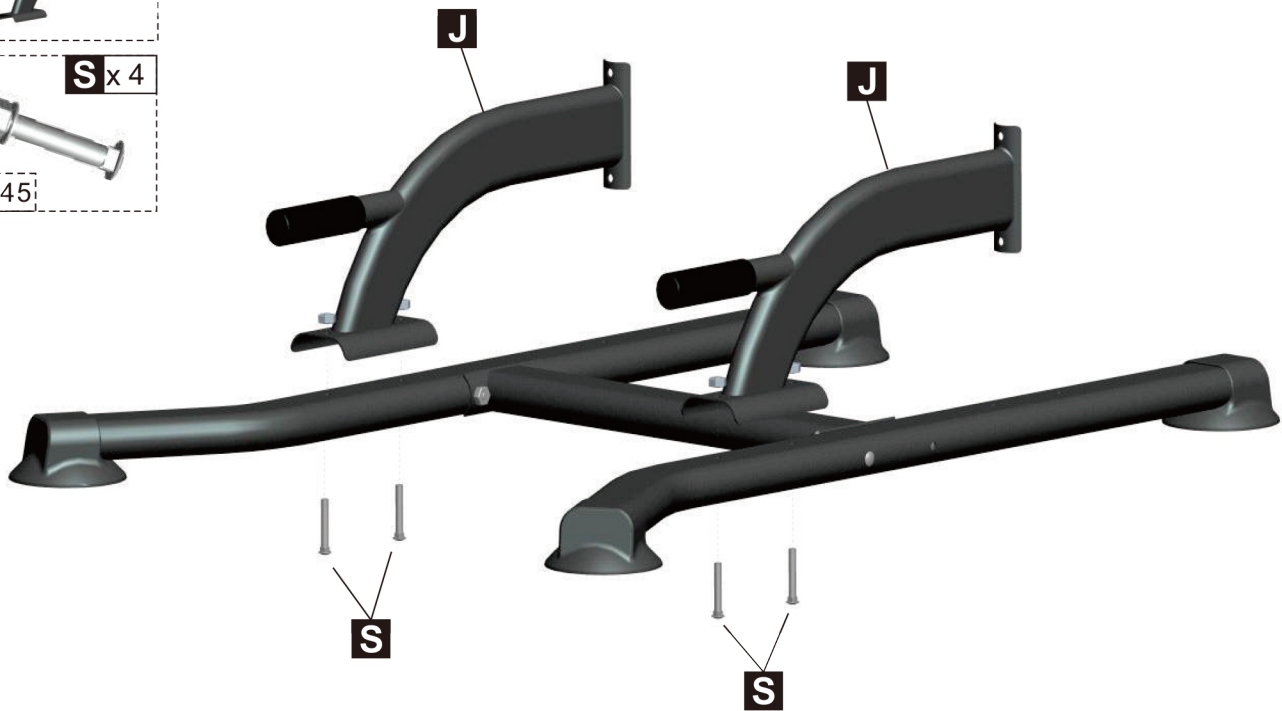
EN-Foot Bar Connecting Pipe Assembling: Fix the foot bar with 4 M8X75mm screw. As follow,

FR-Ensemble de tuyauterie de connexion de barre de pied: Fixez la barre de pied avec une vis 4 M8X75mm. Comme suit



**J x 2****S x 4**

M8\*45



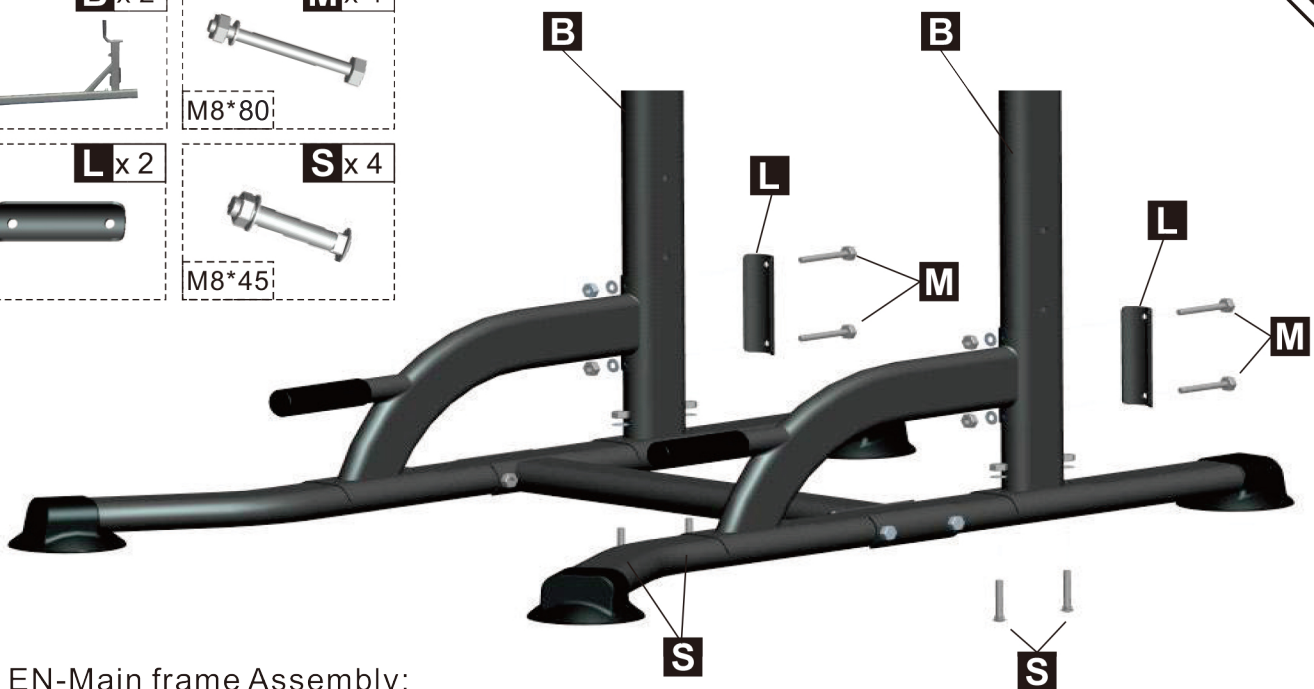
EN-Supporting bar Assembling: Fix the supporting bar with 4 pcs carriage M8\*45mm.  
 FR-Ensemble de barre de support: Fixez la barre de support avec un chariot 4 pièces M8 \* 45mm.

**B x 2****M x 4**

M8\*80

**L x 2****S x 4**

M8\*45



EN-Main frame Assembly:

1. Fix the main frame bottom with 4pcs Carriage M8X45mm
2. Fix the main frame and supporting bar with Arc iron and hex(agonal)screw M8x75mm. As follow

FR-Assemblage du cadre principal:

1. Fixer le fond du cadre principal avec 4pcs Chariot M8X45mm
2. Fixez le cadre principal et la barre de support avec la vis arc et hexagonale (agonal) M8x75mm. Comme suivant,

**H** x 1**N** x 4**P** x 4

M8\*45



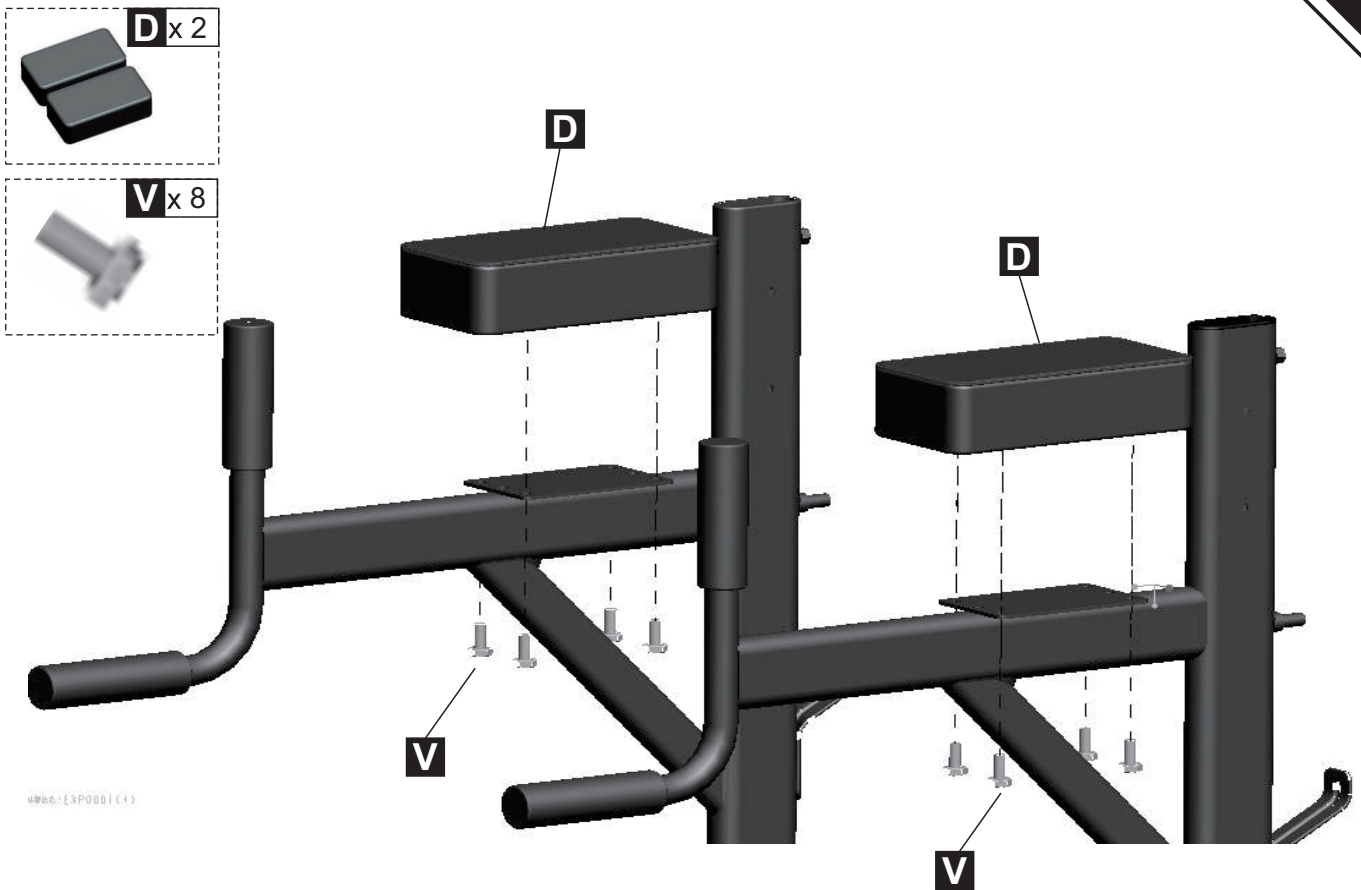
EN-Main frame connecting pipe Assembly: Fix the main frame connecting pipe with hexagonal screw M8X45mm

FR-Assemblage du tuyau de raccordement du cadre principal: Fixez le tuyau de raccordement du châssis principal avec la vis hexagonale M8X45mm

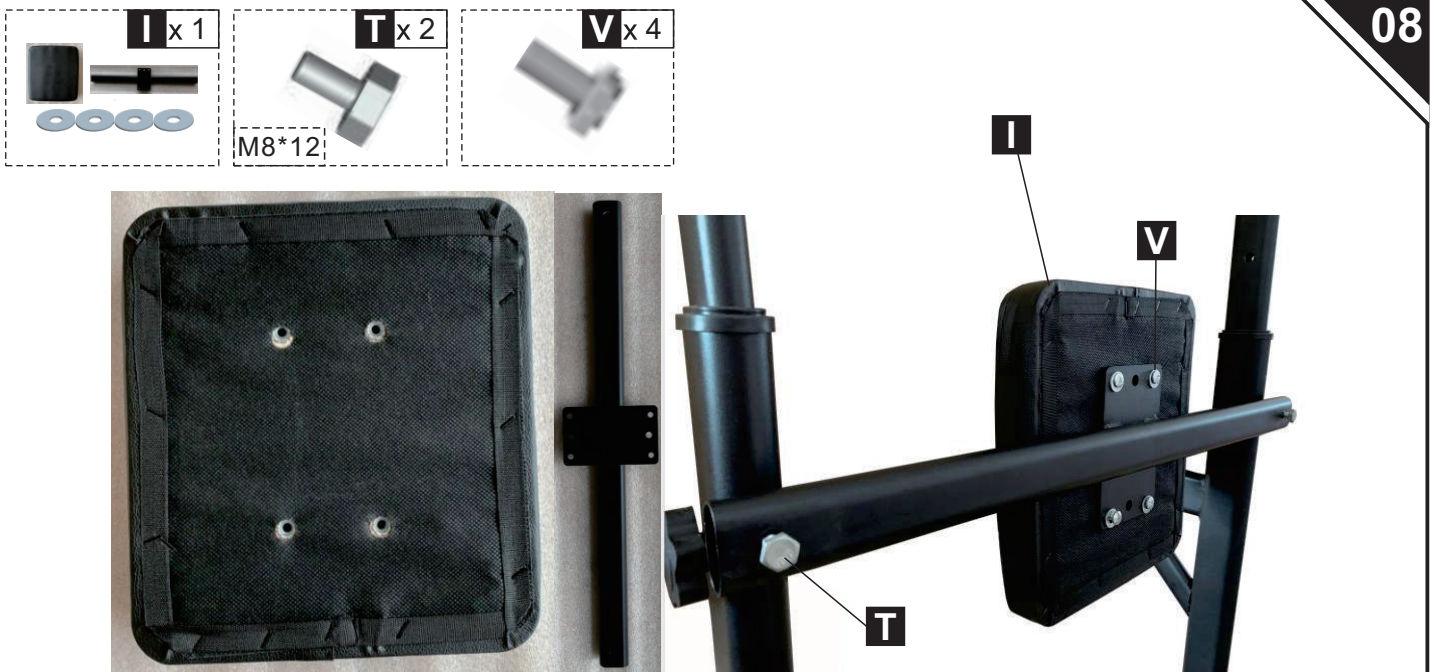
**K** x 2**Q** x 2

M8\*12





EN-Armrest Assembly: Fix the armrest to the main frame with 8 pcs.  
 FR-Assemblage repose bras: Fixez l'accoudeur au cadre principal avec 8 pcs.

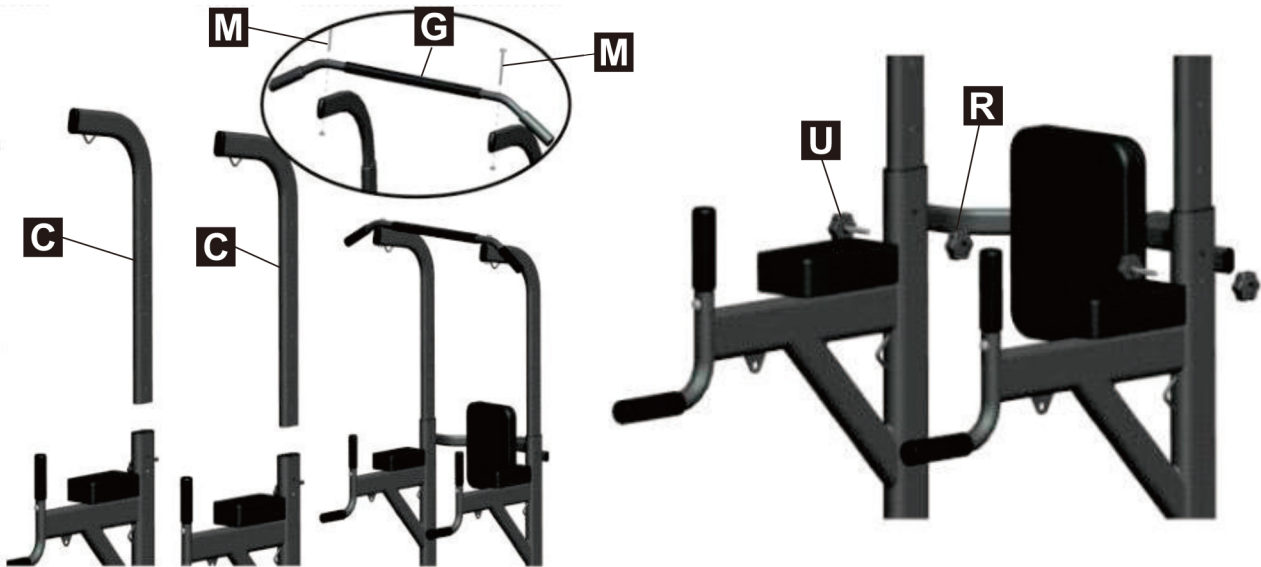
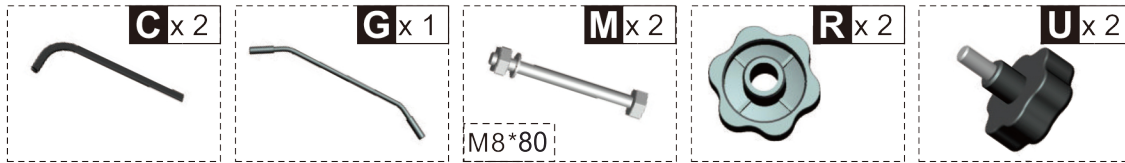


EN-Cushion+cushion bar Assembly:

1. fix the cushion with 4 pcs armrest nuts.
2. Fix the cushion to the main frame with 2 pcs Hex (agonal) screw M8x12.
3. Install the adjusting screw.

FR-Assemblage Coussin + Barre de coussin

1. Fixez le coussin avec des écrous d'accoudeurs 4 pcs.
2. Fixez le coussin au cadre principal avec la vis 2x hexagonale (agonal) M8x12.
3. Installez la vis de réglage.

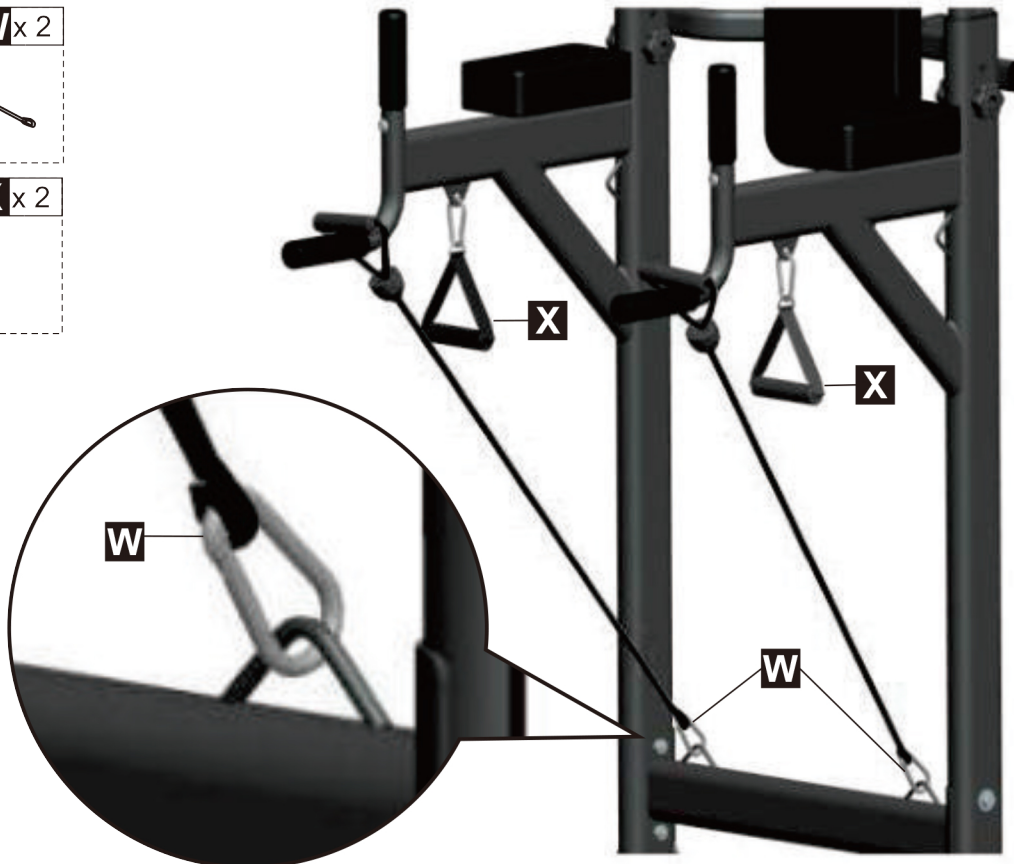
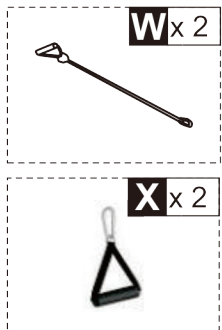


#### EN-Supporting bar&Pull bar Assembly:

- 1.insert the supporting bar to the main frame with two plastic nuts.
- 2.Fix the pull bar to the two supporting bar with M8x75mm screw.

#### FR-Assemblage Barre de support et barre de traction

- 1.Insérez la barre de support sur le cadre principal avec deux écrous en plastique.
- 2.Fixez la barre de traction sur la barre de support avec une vis M8x80mm.



#### EN-Rope Assembling:Take the rope in right position,as follow

FR-Assemblage corde:Prenez la corde dans la bonne position, comme suivant





US



001-877-644-9366  
customerservice@aosom.com

CA



001-855-537-6088  
customerservice@aosom.ca

UK



0044-800-240-4004  
enquiries@mhstar.co.uk

DE



0049-(0)40-88307530  
service@aosom.de

FR



0033-1-84166106  
contact@aosom.fr

ES



0034-931294512  
atencioncliente@aosom.es

IT



0039-0249471447  
clienti@aosom.it