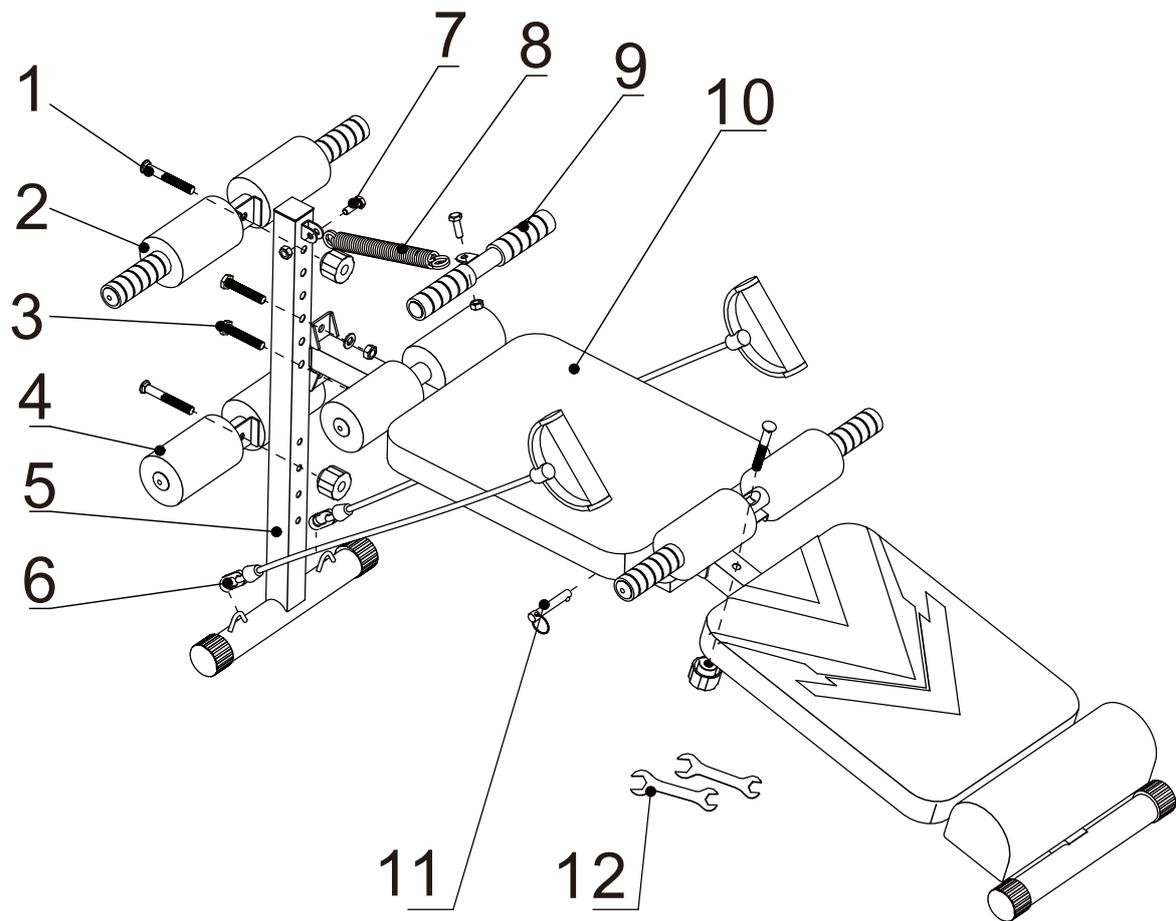


Bitte lesen Sie alle Anweisungen im Handbuch sorgfältig durch, bevor Sie das Produkt installieren und benutzen und bewahren Sie die Anweisungen ordnungsgemäß auf.

READ AND SAVE THESE INSTRUCTIONS FOR FUTURE USE

ASSEMBLY INSTRUCTION

Installationsdiagramm

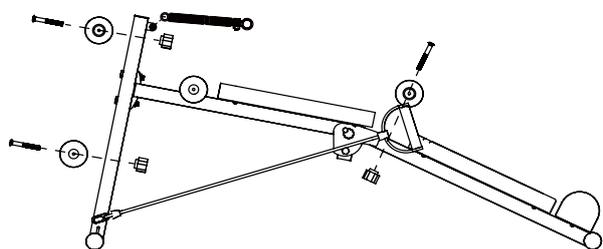


- 1. Schlittenschraube M10 * 75, Pflaumendrehung (3)
- 2. Lange Gummibaumwolle (2)
- 3. Außensechskantschraube M10 * 50, Mutter, Flachpolster (2)
- 4. Kurze Gummibaumwolle (1)
- 5. T-Rahmen (1)
- 6. Seil (2) ziehen

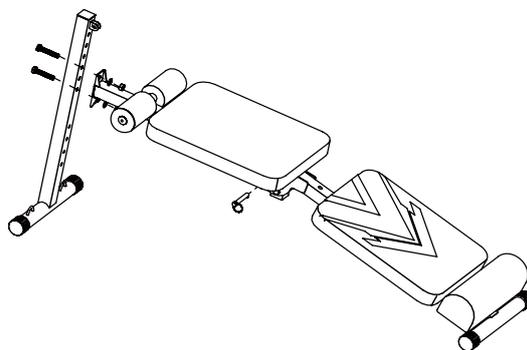
- 7. Außensechskantschraube M8 * 20, M8 lose Mutter (2)
- 8. Feder (1)
- 9. Hilfegriff (1)
- 10. Hauptpanel (1)
- 11. Schraube Ø10 * 60 (1)
- 12. Schraubenschlüssel 14-17 mm (2)

Schritte zum Entfernen:

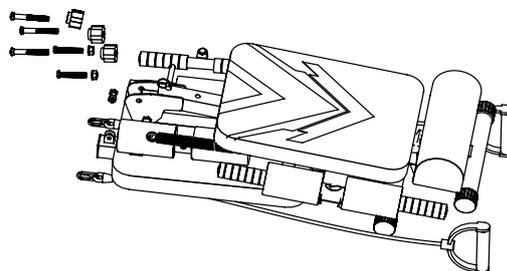
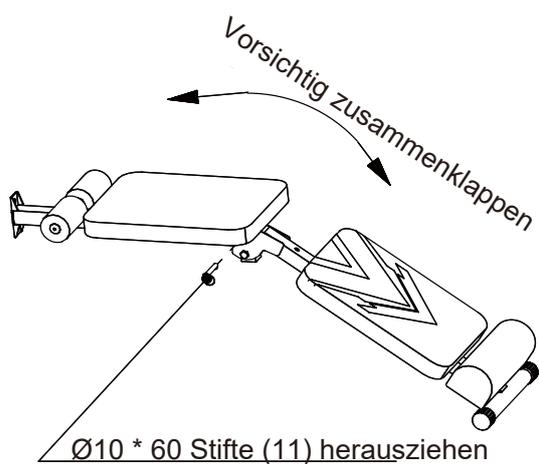
Lose Mutter (7) mit Schraubenschlüssel (12) lösen
Feder (8) entfernen, Hilfsgriff (9)
Pflaumenmutter (1) lösen
Lange Gummibaumwolle (2), kurze
Gummibaumwolle (4) entfernen
Seil ziehen (6)



Mutter (3) mit Schraubenschlüssel (12) lösen
T-Rahmen (5) entfernen



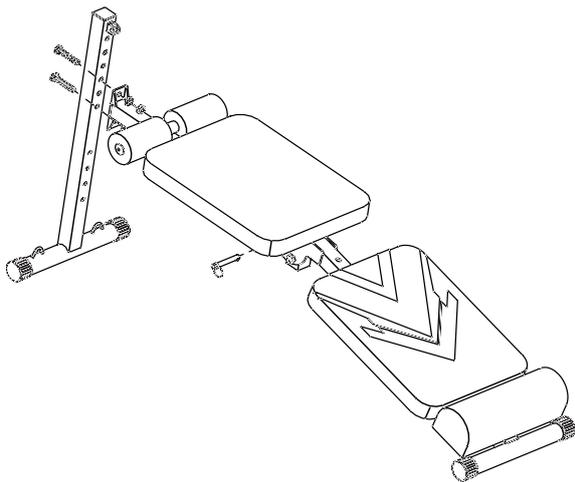
Entfernen Sie die vollständige
Kartonkonservierung



Schritt zur Installation:

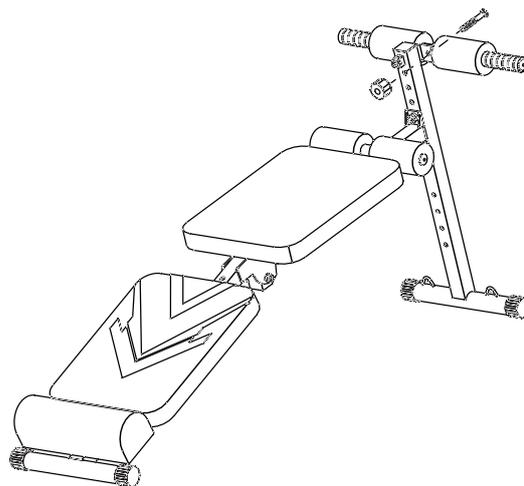
Schritt 1

T-Rahmen (5) und Hauptrahmen (10)
Verwenden Sie das äußere sechseckige M10 * 50, Flachpolster, Mutter (3)
Verbindung behoben



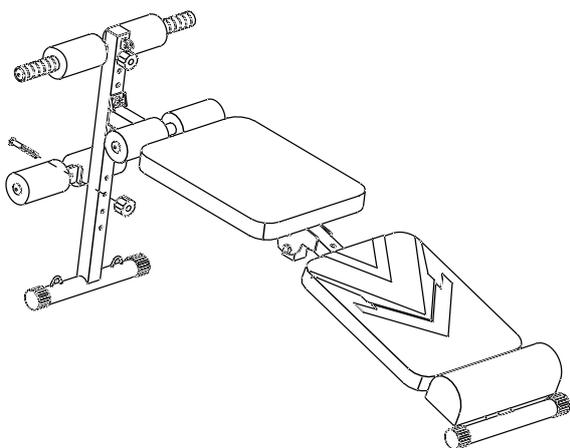
Schritt 2

Legen Sie lange Gummibaumwolle (2) und
T-Rahmen (5) mit Schlittenschraube M10 * 75, Pflaumendrehung (1)
Verbindung behoben



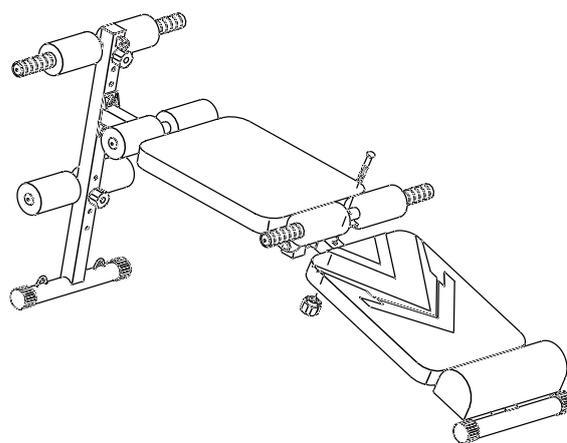
Schritt 3

Kurze Gummibaumwolle (4) und T-Rahmen
(5) mit Schlittenschraube M10 * 75,
Pflaumendrehung (1) einlegen.
Verbindung behoben



Schritt 4

Legen Sie die lange Gummibaumwolle (2) und
den Hauptrahmen (10) mit der
Schlittenschraube M10 * 75, Pflaumendrehung
(1).
Verbindung behoben



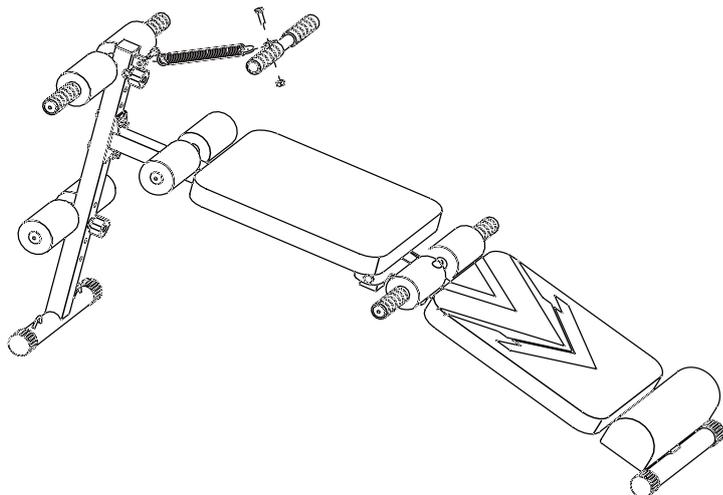
Schritt zur Installation:

Schritt 5

Ziehen Sie an der Feder (8) und am T-Rahmen (5), um den Griff (9) zu unterstützen.

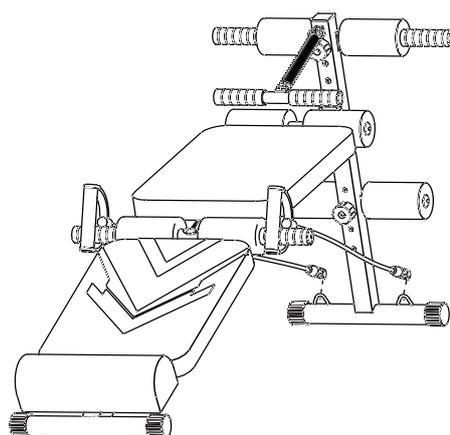
Verwenden Sie die äußere Sechskantschraube M8 * 20, M8 lose Mutter (7)

Verbindung behoben

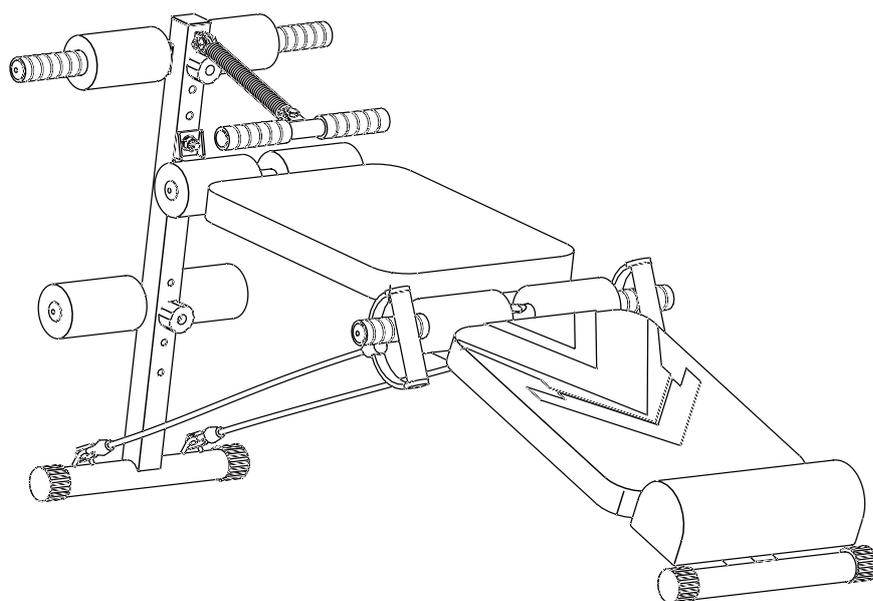


Schritt 6

Kabel (6) in T ~ Rack (5) einhängen



Installation abgeschlossen
Genieße dein Training.



Sicherheitswissen

1. Vor dem Zusammenbau und dem Gebrauch der Trainingsgeräte ist es sehr wichtig, den gesamten Inhalt der Bedienungsanleitung sorgfältig zu lesen. Nur die korrekte Installation, Wartung und Verwendung der Trainingsgeräte kann einen sicheren und effektiven Trainingseffekt gewährleisten. Es ist wichtig sicherzustellen, dass alle Benutzer mit allen Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen der Trainingsgeräte vertraut sind.
2. Vor dem Gebrauch der Trainingsgeräte sollte der Benutzer nach seinem eigenen körperlichen Zustand einen Arzt konsultieren, um Gesundheits- oder Sicherheitsunfälle während des Trainingsprozesses zu vermeiden, damit normales Training durchgeführt werden kann. Wenn der Benutzer Medikamente einnimmt, deren Behandlung die Herzfrequenz-, Blutdruck- und Cholesterinindikatoren beeinflussen, befolgen Sie vor dem Training unbedingt die Anweisungen des Arztes.
3. Achten Sie jederzeit auf Ihre körperliche Verfassung. Falsches oder übermäßiges Training kann sich nachteilig auf Ihre Gesundheit auswirken. Wenn Sie die folgenden Symptome haben (einschließlich Kopfschmerzen, Brustkorb, unregelmäßiger Herzschlag, Atemnot, Schwindel, Schwindel, Übelkeit usw.), stoppen Sie das Training sofort und setzen Sie das Training erst fort, nachdem der Arzt überprüft und bestätigt hat, dass kein Problem vorliegt.
4. Halten Sie Ihre Kinder und Haustiere von diesem Trainingsgerät fern, das nur für Erwachsene verfügbar ist.
5. Stellen Sie das Trainingsgerät an einem festen, flachen Ort auf und legen Sie eine Schutzschicht auf den Boden und die Teppichoberfläche, um Bodenschäden zu vermeiden. Stellen Sie zu Ihrer Sicherheit sicher, dass der Abstand zwischen dem Umfang der Trainingsausrüstung und jedem Hindernis nicht weniger als 0,5 m beträgt.
6. Bevor Sie das Trainingsgerät benutzen, überprüfen Sie bitte, ob alle Schrauben und Muttern gesichert sind, sodass sie später verwendet werden können.
7. Die sichere Verwendung der Trainingsgeräte kann nur durch häufige Reparatur und Wartung von Bereichen gewährleistet werden, die anfällig für Beschädigungen, Verschleiß und Bruch sind.
8. Bitte stellen Sie sicher, dass das Gerät auf die im Handbuch angegebene Weise benutzt wird. Wenn bei der Montage und Reparatur defekte Teile festgestellt werden oder während des Gebrauchs Geräusche auftreten, stellen Sie den Betrieb ein sofort. Stellen Sie sicher, dass alle Richtungen gesichert sind, bevor Sie fortfahren.
9. Tragen Sie bei Verwendung der Trainingsausrüstung geeignete Trainingskleidung und vermeiden Sie das Tragen großer Kleidung. Große Kleidungsstücke können an der Maschine hängen bleiben, den Betrieb behindern, am Gerät hängen bleiben und nicht bewegt werden.
10. Das Trainingsgerät ist nicht für medizinische Geräte geeignet.
11. Achten Sie darauf, Ihren Rücken beim Heben oder Bewegen der Trainingsgeräte nicht zu verletzen. Verwenden Sie die richtige Bewegungsmethode oder die Unterstützung anderer.

