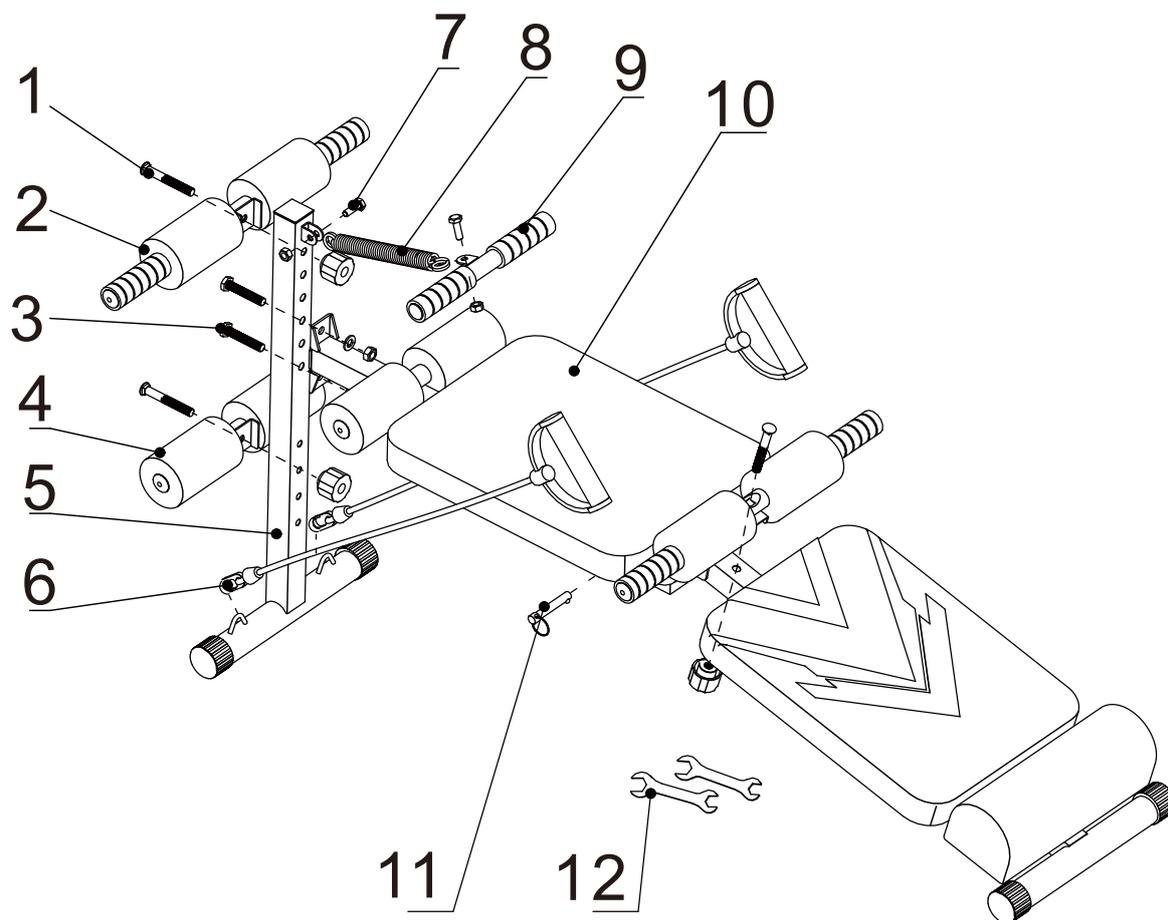


Si prega di leggere attentamente tutte le istruzioni nel manuale prima di installare e utilizzare il prodotto, inoltre conservare le istruzioni in maniera corretta.

READ AND SAVE THESE INSTRUCTIONS FOR FUTURE USE

ASSEMBLY INSTRUCTION

Diagramma di installazione

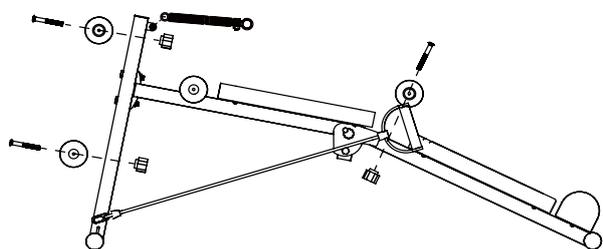


- 1, Bullone portante M10 * 75, manopola (3)
- 2, Protezione in gomma piuma lunga (2)
- 3, Bullone esagonale esterno M10 * 50, dado, cuscinetto piatto (2)
- 4, Protezione in gomma piuma corta (1)
- 5, Telaio T (1)
- 6, Cavo di trazione (2)

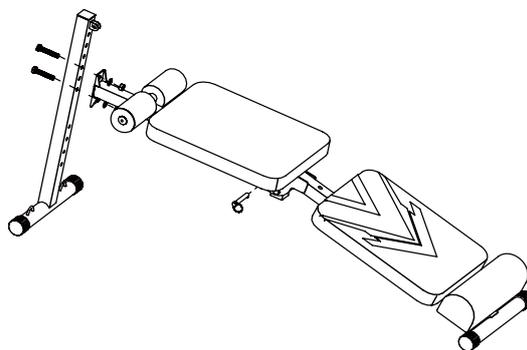
- 7. Bullone esagonale esterno M8 * 20, dado M8 (2)
- 8. Molla a spinta (1)
- 9. Maniglia di supporto (1)
- 10. Pannello principale (1)
- 11. Bullone Ø10 * 60(1)
- 12. Chiave 14-17mm(2)

Step per la chiusura:

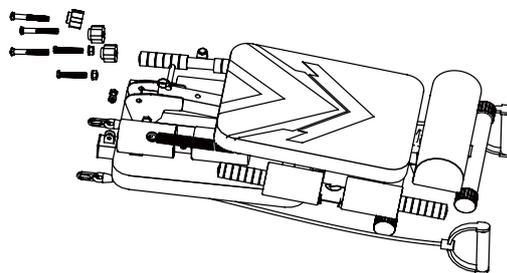
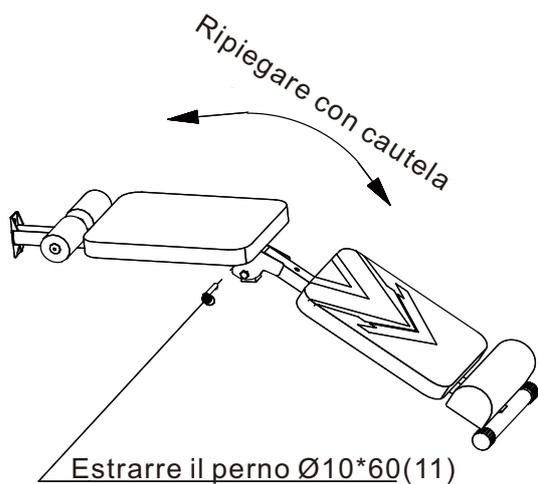
Allentare il dado (7) con la chiave (12)
Rimuovere la molla a spinta (8), la maniglia di supporto (9)
Allentare la manopola (1)
Rimuovere la protezione in gomma piuma lunga (2), la protezione in gomma piuma lunga (4) e il cavo di trazione (6)



Allentare il dado (3) con la chiave (12)
Rimuovere il telaio T (5)



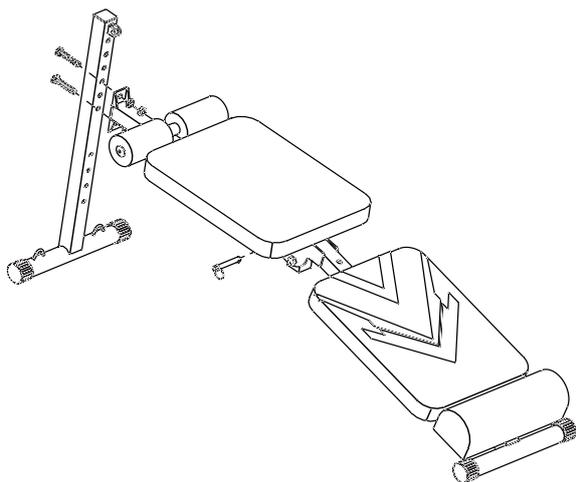
Conservare correttamente nella confezione



Step di installazione:

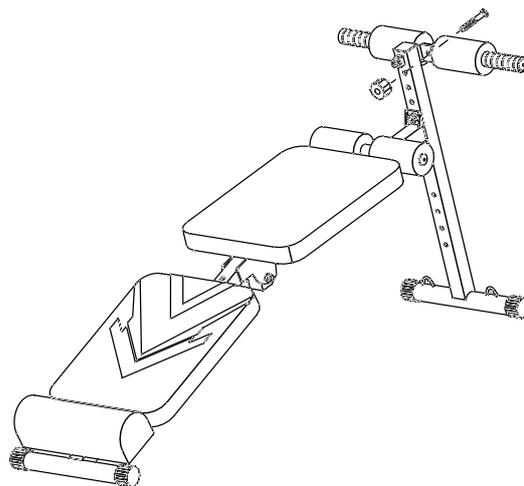
Passo 1

Collegare il telaio a T (5) e il telaio principale (10) usando i bulloni esagonali M10*50, il cuscinetto piatto, e il dado (3).
Fissare in sicurezza.



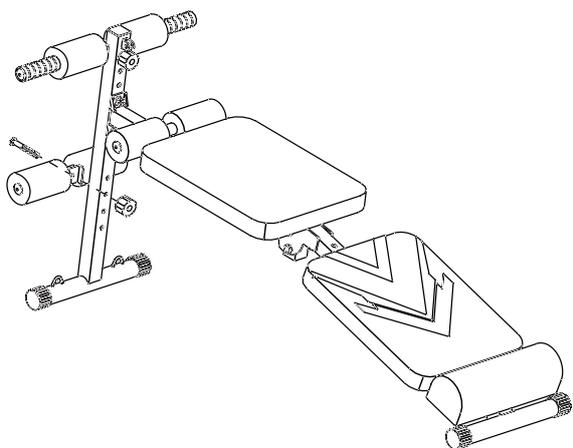
Passo 2

Posizionare la protezione in gomma piuma lunga (2) sul telaio a T (5) con il bullone portante M10*75 e la manopola (1).
Fissare in sicurezza.



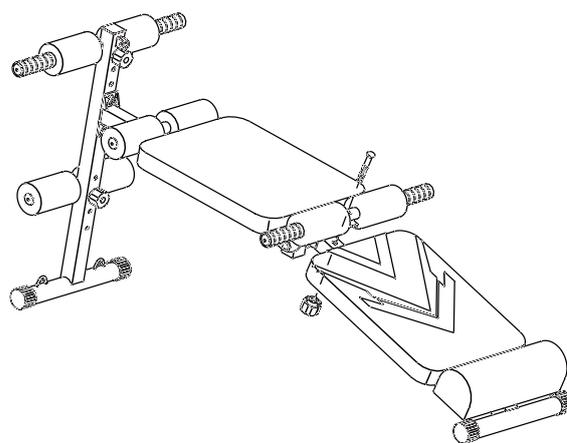
Passo 3

Inserire la protezione in gomma piuma corta (4) sul telaio a T (5) con il bullone portante M10*75 e la manopola (1).
Fissare in sicurezza.



Passo 4

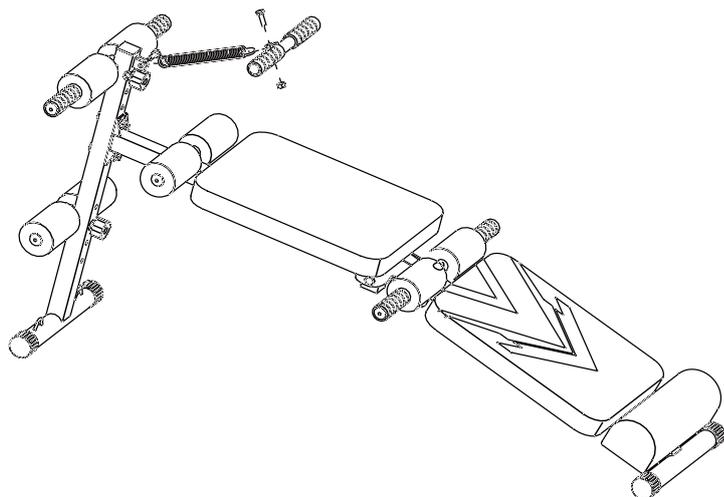
Posizionare protezione in gomma piuma lunga (2) sul telaio principale (10) con il bullone portante M10*75 e la manopola (1).
Fissare in sicurezza.



Step di installazione:

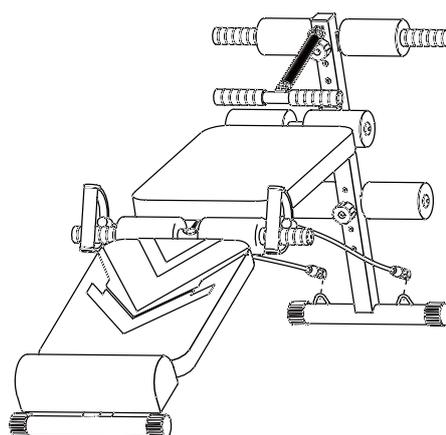
Passo 5

Estrarre la molla (8) e il telaio a T (5) e inserire la maniglia di supporto (9) usando il bullone esagonale M8*20, e il dado M8 (7). Fissare in sicurezza.

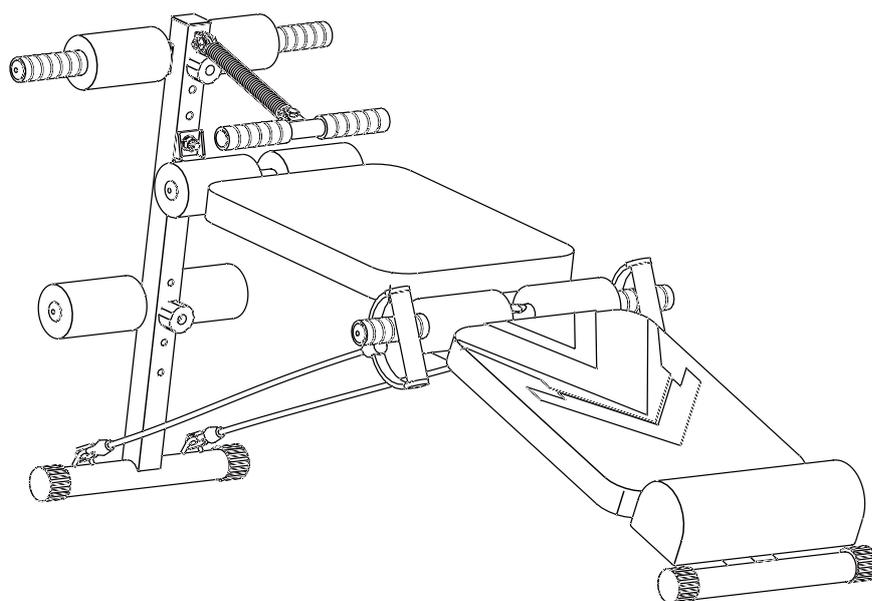


Passo 6

Inserire il cavo di trazione (6) nel telaio a T (5).



Installazione completa.
Buon allenamento.



Note sulla sicurezza

1. Prima di assemblare e utilizzare l'apparecchiatura per l'allenamento, è molto importante leggere attentamente tutto il contenuto del manuale d'uso. Solo con una corretta installazione, manutenzione ed uso dell'attrezzatura si possono ottenere effetti allenamento sicuri ed efficaci. È importante assicurarsi che tutti gli utenti abbiano preso familiarità con tutte le avvertenze e le precauzioni riguardanti l'attrezzo.
2. Prima di utilizzare l'attrezzo, l'utente deve consultare un medico in base alle proprie condizioni fisiche per prevenire rischi per la propria salute o alla sicurezza durante l'allenamento, in modo tale non venga praticato un allenamento regolare se l'utilizzatore è sottoposto a una qualsiasi terapia e tale trattamento influisce sul cuore, sulla frequenza cardiaca, su pressione arteriosa e colesterolo. Assicurarsi di seguire i consigli del medico prima dell'allenamento.
3. Essere consapevoli delle proprie condizioni fisiche in ogni momento. Un allenamento incorretto o eccessivo può essere dannoso per la salute. Se incorrete nei seguenti sintomi (inclusi mal di testa, dolore toracico, battito cardiaco irregolare, respiro corto, vertigini, nausea, ecc.), interrompere immediatamente l'allenamento e continuare ad allenarsi solo dopo che il medico ha verificato e confermato che non vi sono ulteriori problemi di salute.
4. Tenere i bambini e gli animali domestici lontano da questo attrezzo, in quanto è progettato solo per adulti.
5. Posizionare l'attrezzo in un luogo solido e piano e posizionare uno strato protettivo sul pavimento o sul tappeto per evitare danni ad esso o al pavimento. Per motivi di sicurezza, assicurarsi che la distanza tra il perimetro dell'attrezzo e ciascun oggetto circostante non sia inferiore a 0,5m.
6. Prima di utilizzare l'attrezzo, verificare che tutte le viti e i dadi siano bloccati in sicurezza in modo che possano essere utilizzati anche in un secondo momento.
7. L'uso sicuro dell'attrezzo può essere garantito solo grazie a frequenti riparazioni e da una manutenzione regolare delle parti soggette a danni, usura e rotture.
8. Assicurarsi che l'attrezzo sia utilizzato solo nei modi specificati nel manuale. Quando vengono trovate parti difettose durante l'installazione e la riparazione, o se vengono riscontrati rumori anomali durante l'uso, interrompere l'allenamento immediatamente. Assicurarsi che tutte le problematiche siano risolte prima di continuare con l'allenamento.
9. Quando si utilizza l'attrezzo, indossare abiti da ginnastica adeguati ed evitare di indossare vestiti troppo larghi. I vestiti di grandi dimensioni possono impigliarsi nell'attrezzo, ostacolandone il funzionamento e potrebbe essere rimuoverli se si impigliano durante l'allenamento.
10. L'attrezzo non è adatta ad uso medico.
11. Prestare attenzione a non ferirsi alla schiena durante il sollevamento o lo spostamento dell'attrezzo. Utilizzare il movimento corretto per sollevarla da soli o con l'assistenza di altri.

