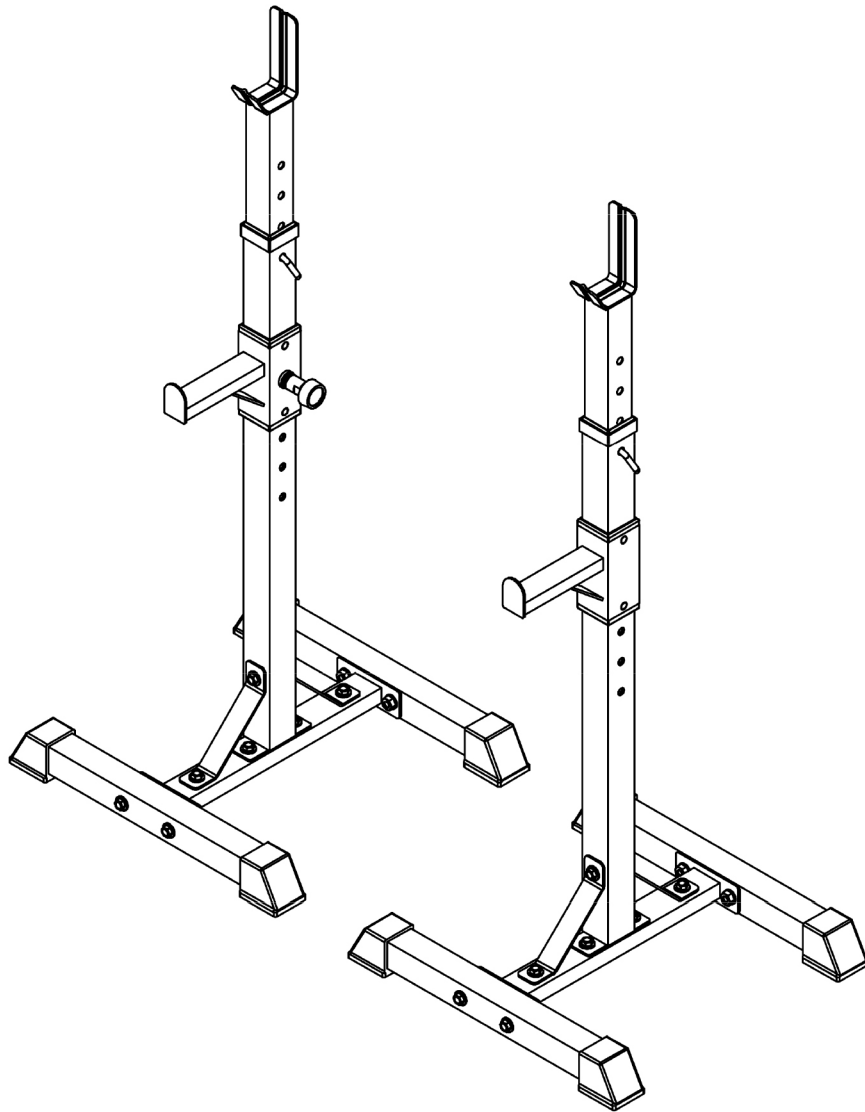


Soozier

INadf016_US_CA



READ AND SAVE THIS INSTRUCTION FOR FUTURE USE

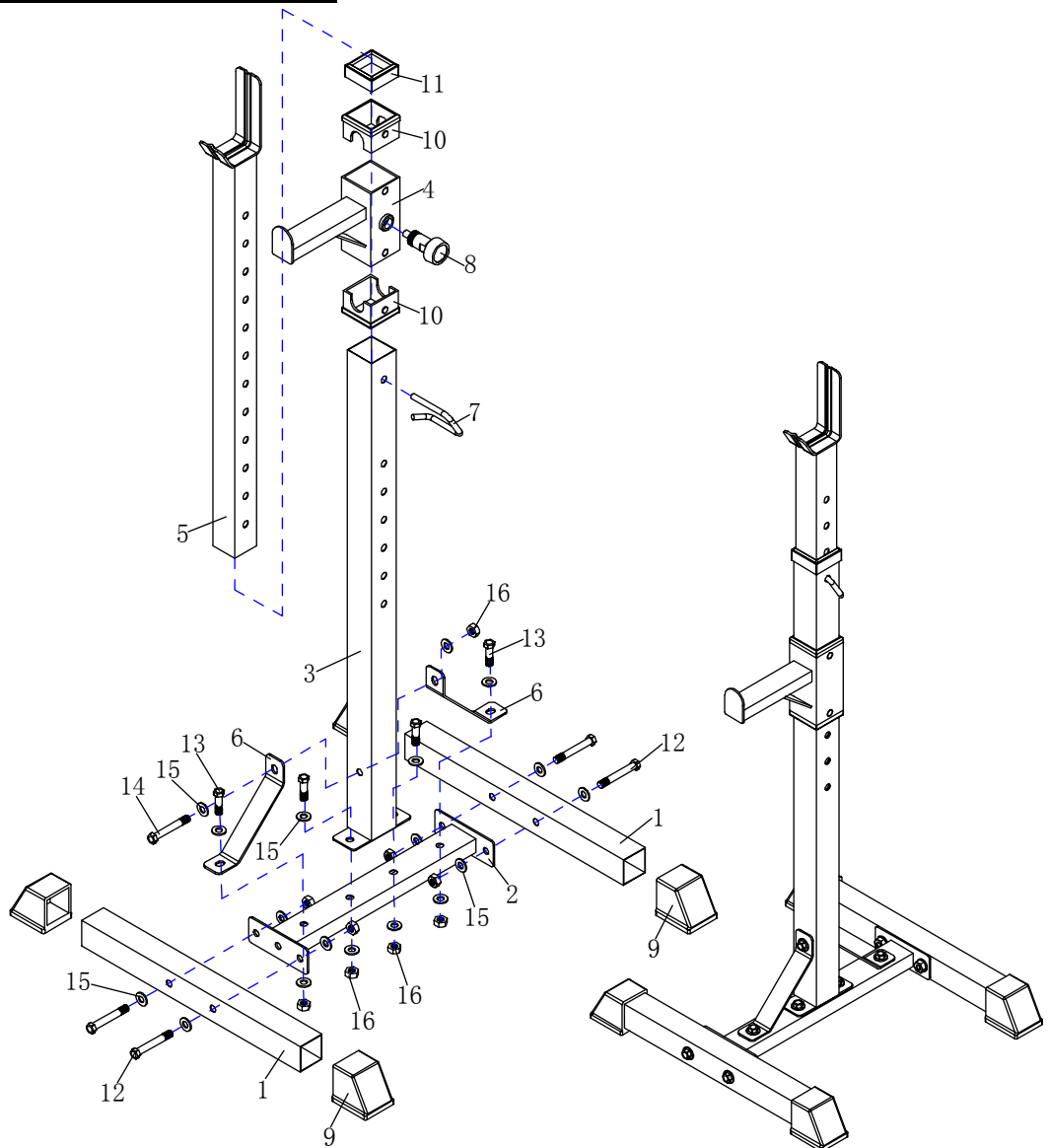
ASSEMBLY INSTRUCTION

Important Safety Information

Please keep this manual in a safe place for reference.

1. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment. Safe and efficient use can only be achieved if the equipment is assembled, maintained and used properly. It is your responsibility to ensure that all users of the equipment are informed of all warnings and precautions.
2. Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any physical or health conditions that could create a risk to your health and safety, or prevent you from using the equipment properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level.
3. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: Pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, feeling light headed, dizzy or nauseous. If you do experience any of these conditions you should consult your doctor before continuing with your exercise program.
4. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
5. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. For safety, the equipment should have at least 0.5 meter of free space all around it.
6. Before using the equipment, check the nuts and bolts are securely tightened.
7. The safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
8. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components whilst assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment during use, stop. Do not use the equipment until the problem has been rectified.
9. Wear suitable clothing whilst using the equipment. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
10. The equipment is not suitable for therapeutic use.
11. Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or use assistance.

EXPLODED DRAWING

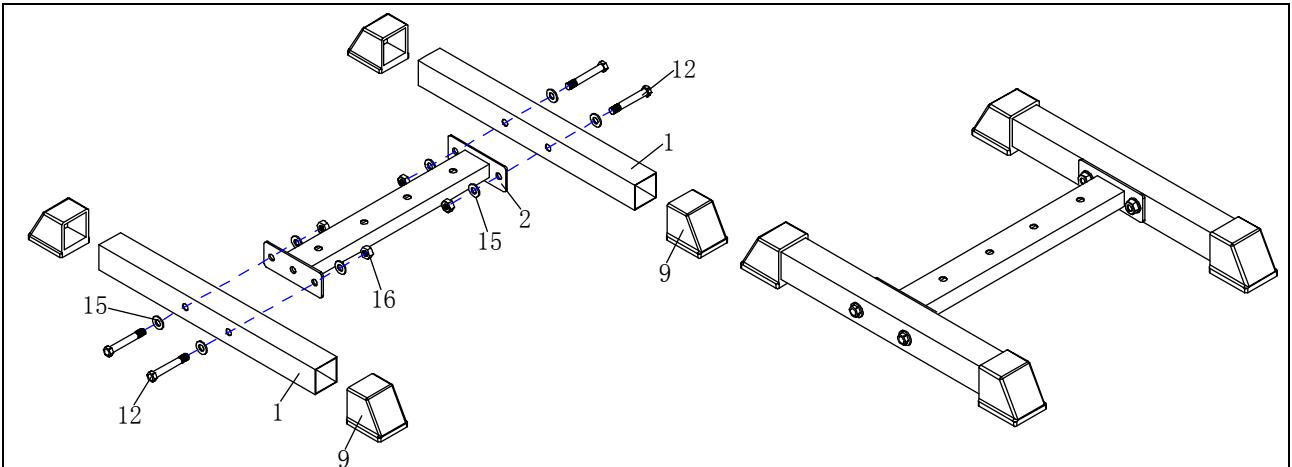


PART LIST

PART NO.	DESCRIPTION	QTY
1.	Base Tube	4
2.	Connect Tube	2
3.	Stand Tube	2
4.	Adjustable Tube	2
5.	Support Tube	2
6.	Support Plate	4
7.	Safety Pin	2
8.	Quick Pin	2
9.	Foot Cap	8
10.	60x50 Mid-empty Plug	4
11.	50x45 Mid-empty Plug	2
12.	M10x65 Hex Bolt	8
13.	M10x40 Hex Bolt	8
14.	M10x70 Hex Bolt	2
15.	M10 Washer	36
16.	M10 Nylon Nut	18

ASSEMBLY DRAWING

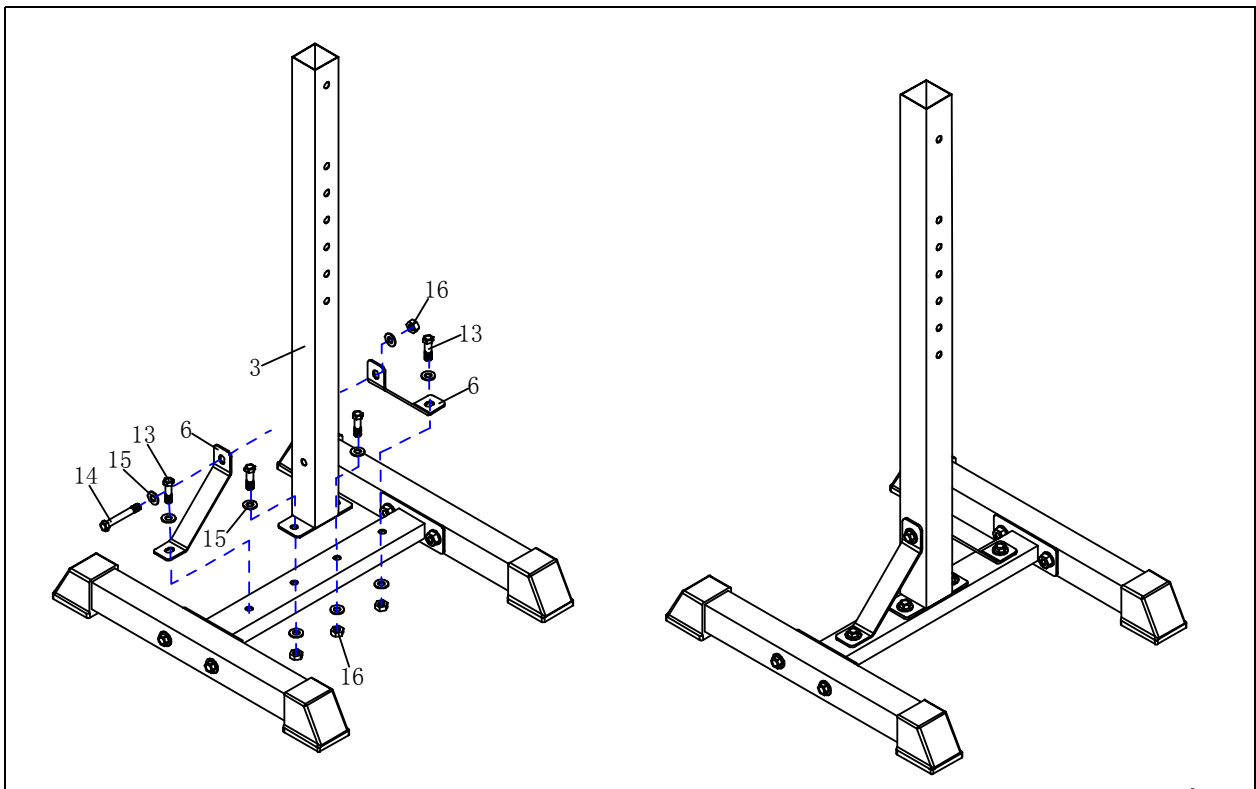
Step 1



Assembly of the base frame

- 1) Assemble the foot cap (9) to the base tube (1).
- 2) Screw together the base tube (1) to the connect tube (2), secured with hex bolt (12-4pcs), washer (15-8pcs) and nylon nut (16-4pcs).

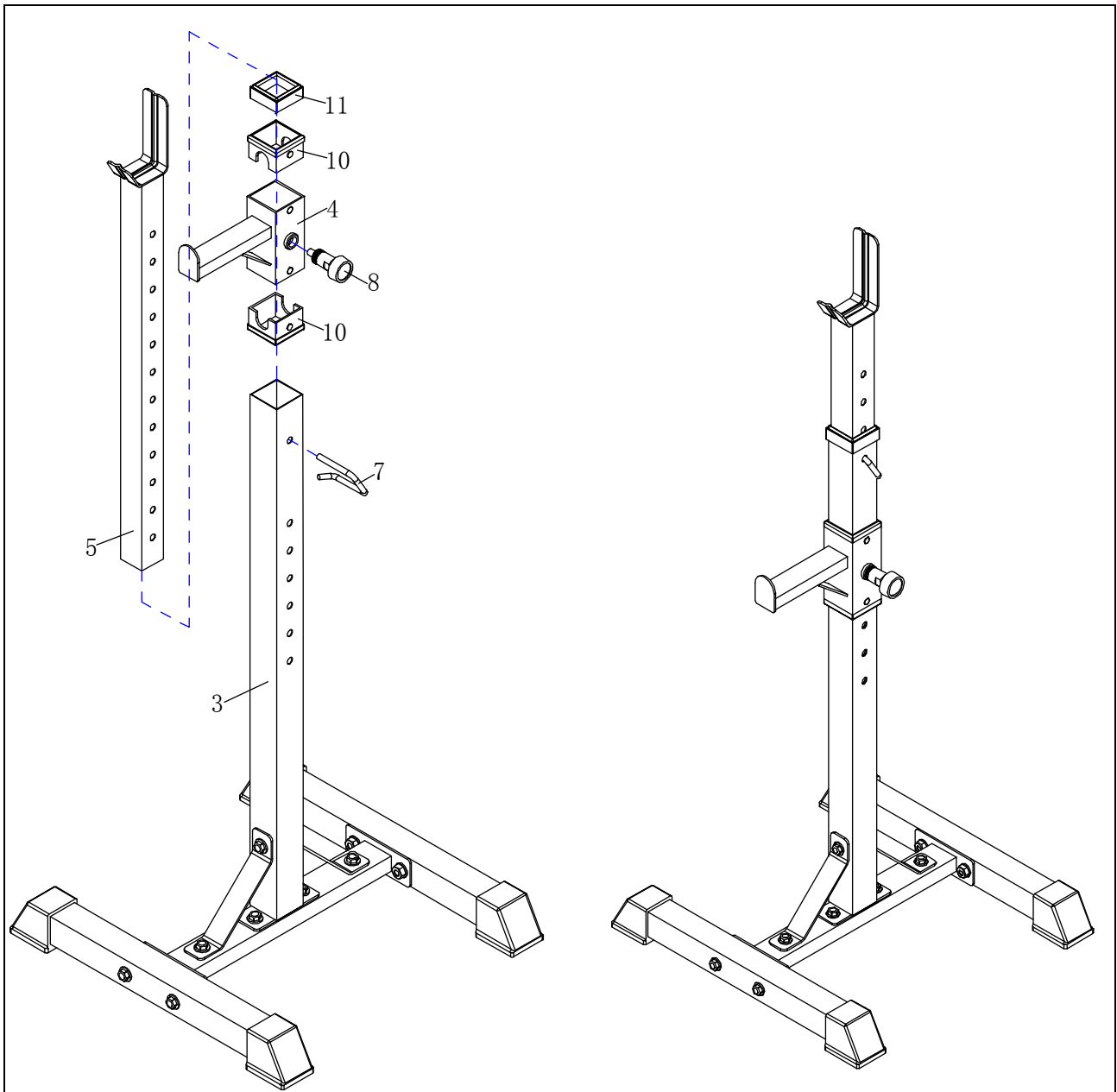
Step 2



Assembly of the stand tube

- 1) Screw together the stand tube (3) to the connect tube (2), secured with hex bolt (13-2pcs), washer (15-4pcs) and nylon nut (16-2pcs).
- 2) Screw together the support plate (6) to the connect tube (2), secured with hex bolt (13-2pcs), washer (15-4pcs) and nylon nut (16-2pcs).
- 3) Screw together the support plate (6) to the stand tube (3), secured with hex bolt (14-1pc), washer (15-2pcs) and nylon nut (16-1pc).

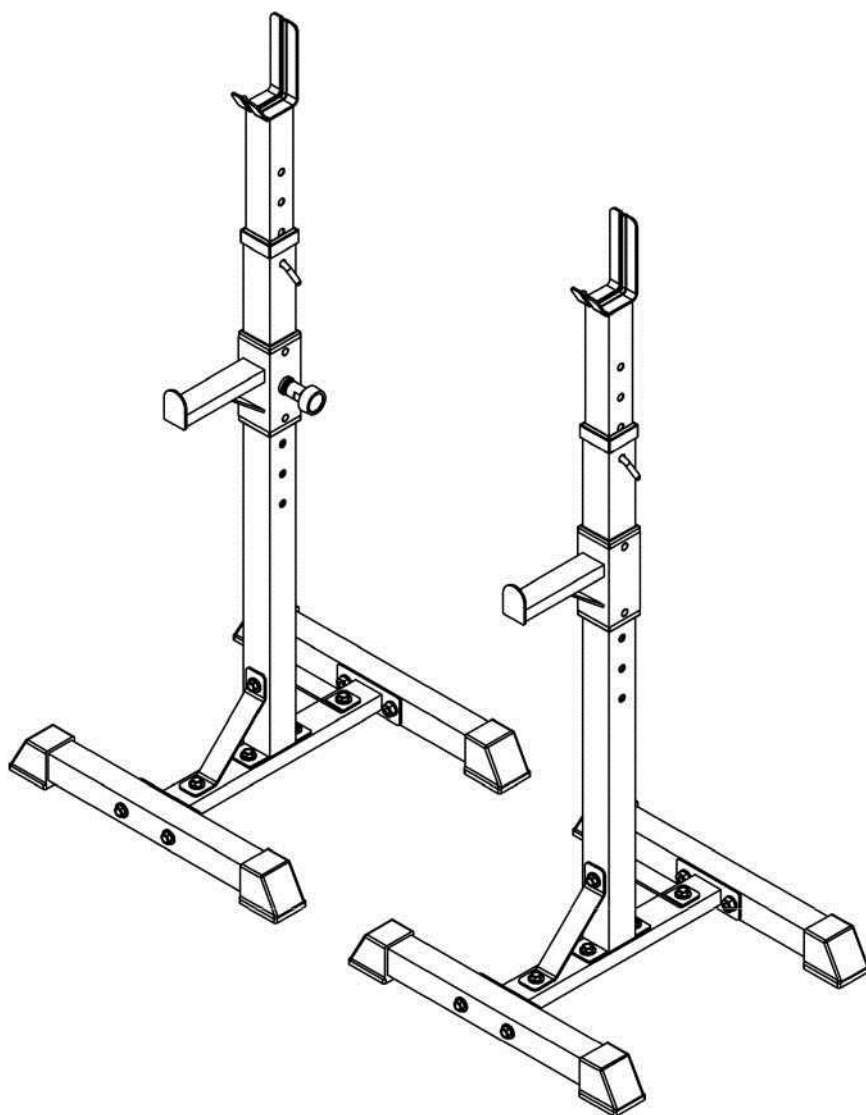
Step 3



Assembly of the support tube

- 1) Insert the adjustable tube(4) into the stand tube(3), locked with quick pin(8).then put the 60x50 mid-empty plug(11) onto the stand tube(3).
- 2) Insert the support tube(5) into the stand tube(3), locked with safety pin(7).

CREMAILLIERE DE SUPPORT



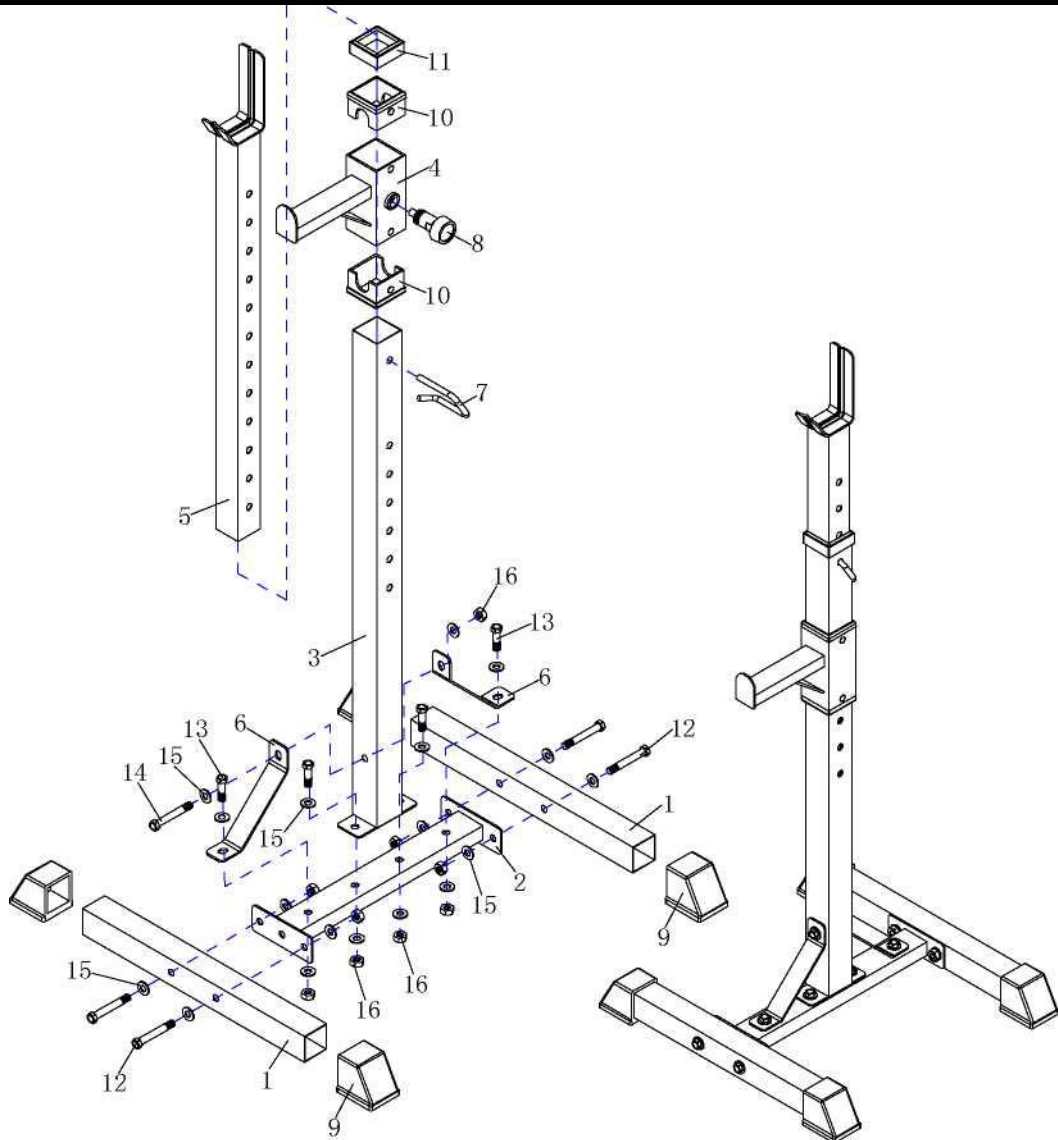
Instructions de montage

Importantes informations relatives à la sécurité

Veillez conserver ce manuel soigneusement afin de pouvoir vous y référer ultérieurement.

1. Il est très important de lire ce manuel entièrement avant de commencer l'assemblage et d'utiliser l'équipement. L'équipement doit être assemblé et utilisé de manière appropriée afin d'assurer une utilisation sûre et efficace. Il est de votre responsabilité d'assurer que tous les utilisateurs de cet équipement soient informés de toutes les mises en garde et précautions.
2. Si vous avez un problème médical quelconque, consultez votre médecin avant de débiter tout exercice physique et d'utiliser cet appareil. Si vous utilisez des médicaments qui pourraient affecter votre fréquence cardiaque, tension artérielle ou aux de cholestérol, consultez votre pharmacien ou docteur avant d'utiliser cet appareil.
3. Soyez attentif aux signaux émis par votre corps. Une activité physique excessive peut endommager votre santé. Arrêtez d'utiliser cet appareil si vous ressentez les symptômes suivants: douleur, poitrine serrée, fréquence cardiaque irrégulière, difficulté respiratoire, étourdissement ou nausée. Consultez votre médecin avant de continuer tout exercice physique.
4. Ne laissez ni les enfants, ni les animaux s'approcher de la machine. Cet appareil est conçu pour les adultes uniquement.
5. Utilisez cet appareil sur une surface plate et solide avec un revêtement protecteur pour votre sol ou tapis. Par mesure de sécurité, l'appareil devrait avoir 0.5 mètre d'espace libre autour de lui.
6. Avant d'utiliser l'appareil, vérifiez que les écrous et boulons soient bien serrés.
7. Cet appareil doit être entretenu régulièrement afin d'assurer son bon fonctionnement ainsi qu'un bon niveau de sécurité.
8. Utilisez l'appareil comme indiqué dans ce manuel. Si vous trouvez des composants défectueux lors de l'installation de l'appareil, ou si vous entendez un bruit inhabituel pendant que l'appareil fonctionne, arrêtez immédiatement. N'utilisez pas l'appareil jusqu'à ce que le problème soit réglé.
9. Portez des vêtements appropriés lors de l'utilisation de l'appareil. Évitez de porter des vêtements amples qui pourraient se coincer dans l'appareil ou limiter vos mouvements.
11. Cet appareil n'est pas adapté à l'usage thérapeutique.
12. Il est important de faire attention lorsque vous soulevez ou déplacez l'appareil afin de ne pas vous faire mal au dos. Si besoin, demandez de l'aide.

Vue en éclaté

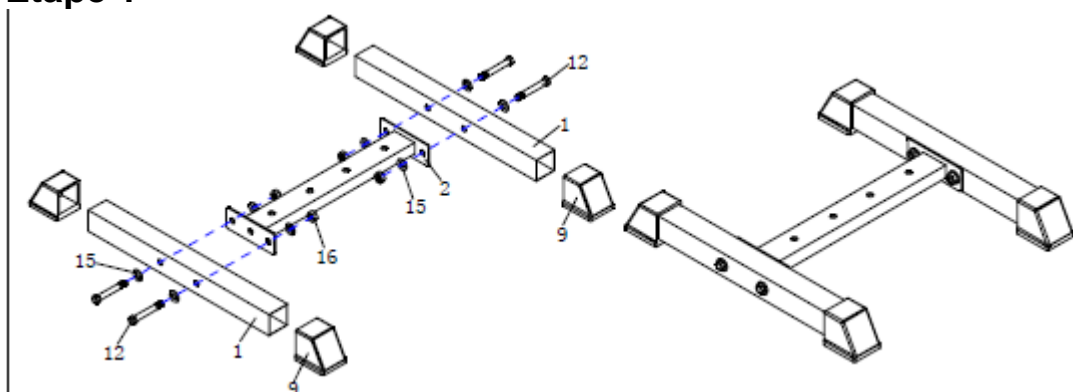


LISTE DE PART

PART NO.	DESCRIPTION	QTE
1.	Tube de base	4
2.	Raccord de tube	2
3.	Tube vertical	2
4.	Tube réglable	2
5.	Tube de support	2
6.	Plaque de support	4
7.	Epingle de sûreté	2
8.	Broche rapide	2
9.	Calotte pour pieds	8
10.	60x50 Vis bouchon à moitié-vide	4
11.	50x45 Vis bouchon à moitié-vide	2
12.	M10x65 boulons hexagonaux	8
13.	M10x40 boulons hexagonaux	8
14.	M10x70 boulons hexagonaux	2
15.	M10 Joint	36
16.	M10 Écrou de blocage en nylon	18

Dessin d'assemblage

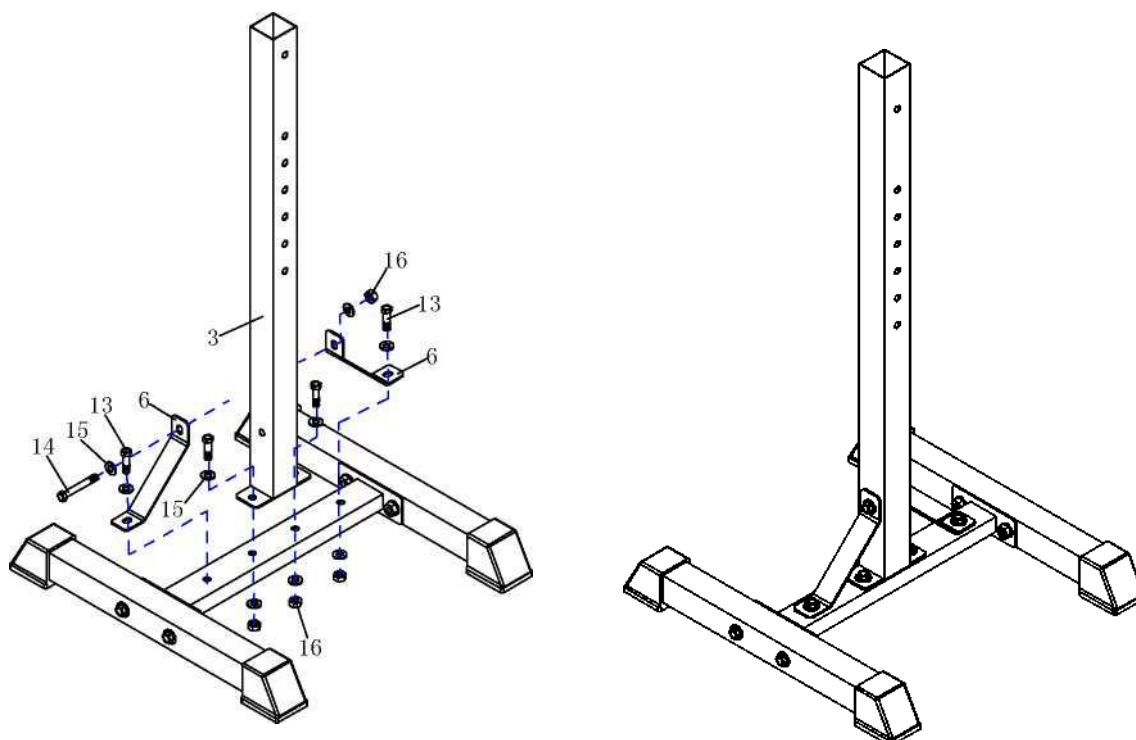
Etape 1



Assemblage du cadre de base

- 1) Assembler la calotte pour pied (9) au tube de base (1).
- 2) Visser le tube de base (1) au raccord de tube (2), fixé à l'aide de boulons hexagonaux (12-4pcs), joint (15-8pcs) et écrou de blocage en nylon (16-4pcs).

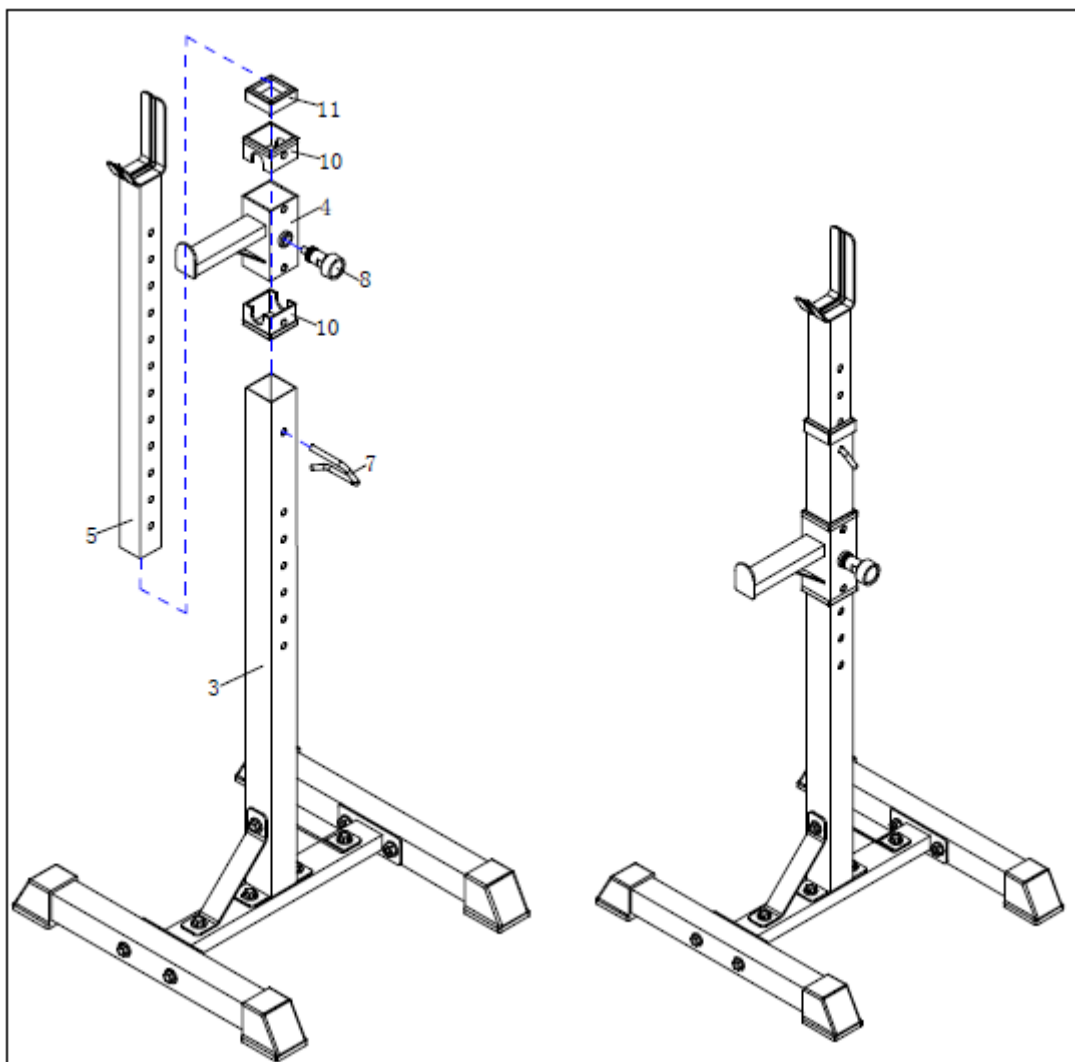
Etape 2



Assemblage du tube vertical

- 1) Visser le tube de support (3) au raccord de tube (2), fixé à l'aide de boulons hexagonaux (13-2pcs), joint (15-4pcs) et écrou de blocage en nylon (16-2pcs).
- 2) Visser la plaque de support (6) au raccord de tube (2), fixé à l'aide de boulons hexagonaux (13-2pcs), joint (15-4pcs) et écrou de blocage en nylon (16-2pcs).
- 3) Visser la plaque de support (6) au tube de support (3), fixé à l'aide de boulons hexagonaux (14-1pc), joint (15-2pcs) et écrou de blocage en nylon (16-1pc).

Etape 3



Assemblage du tube de support

- 1) Insérer le tube réglable (4) dans le tube de support (3), visser avec la broche rapide (8). Puis, mettre 60x50 vis bouchon à moitié-vide (11) dans le tube de support (3).
- 2) Insérer le tube de support (5) dans le tube réglable (3), verrouillé avec des épingles de sûreté (7).

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