

BH FITNESS

Руководство пользователя

OPTIMA PRESS
(G330)

СИЛОВАЯ СКАМЬЯ



Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования. Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

Меры безопасности

Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам, настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Тренажер предназначен для домашнего использования. В целях обеспечения безопасности и надежной работы оборудования перед использованием тренажера ознакомьтесь с инструкцией.

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача кислорода;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы Ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера.

ОСТОРОЖНО! Если Вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно ПРЕКРАТИТЕ занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

Транспортировка и эксплуатация тренажера:

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

Хранение тренажера:

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

1. Температура: +10-+35С;
2. Влажность: 50-75%.

Настройка оборудования

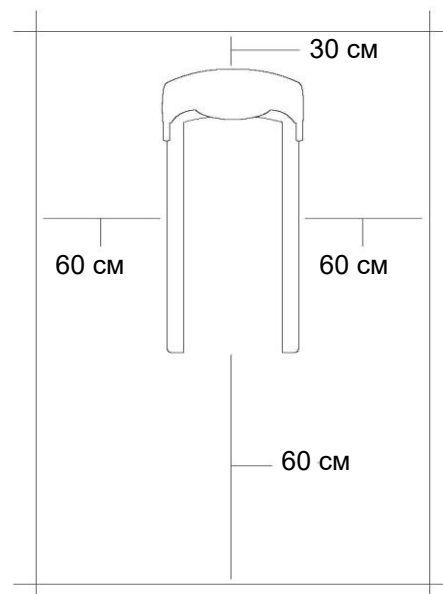
ВЫБОР МЕСТА ДЛЯ ТРЕНАЖЕРА

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности, так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит Вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него.

Если Вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

Не размещайте тренажер в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на компоненты тренажера. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СБОРКЕ

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали, и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажера, не до конца затянув гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.

Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

Профилактическое обслуживание и ежедневная чистка оборудования продлят срок его эксплуатации и помогут сохранить его внешний вид.

При этом важно соблюдать следующие рекомендации:

- Защищайте тренажер от попадания прямого солнечного света, в противном случае возможно выцветание деталей;
- Тренажер необходимо устанавливать в сухом месте;
- Для чистки используйте мягкую хлопчатобумажную ткань;
- Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера, такие как ацетон, бензин, уайт-спириты, бензол и их производные, во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости (мыльный раствор) ткань с последующей протиркой сухой тканью;
- После каждого использования тренажера протирайте рукоятки и поручни;
- Если тренажер неустойчив и качается, выровняйте его с помощью регулировочных ножек;
- Регулярно выполняйте уборку территории вокруг тренажера.

ПРОВЕРКА ТРЕНАЖЕРА НА ПРЕДМЕТ ПОВРЕЖДЕНИЯ ДЕТАЛЕЙ

НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ тренажер, если он поврежден или имеет сломанные или изношенные детали. Используйте только те запасные части, которые поставляются заводом-изготовителем оборудования.

РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА. Оно является залогом бесперебойной работы оборудования и сохранения гарантийных обязательств. Необходимо проводить регулярный осмотр тренажера. Дефектные детали следует немедленно заменять. Не следует использовать некорректно работающее оборудование до проведения ремонта. Обслуживание и ремонт должны проводиться только лицами, обладающими необходимой квалификацией.

ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

ЕЖЕДНЕВНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Рекомендуем Вам ежедневно протирать тренажер влажной тканью с мягким чистящим средством (мыльный раствор), не содержащим этилового или нашатырного спирта.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверять горизонтальное положение тренажера. В случае необходимости выравнивать его;
- Протирать детали тренажера от пыли, грязи и пота: поручни, направляющие.

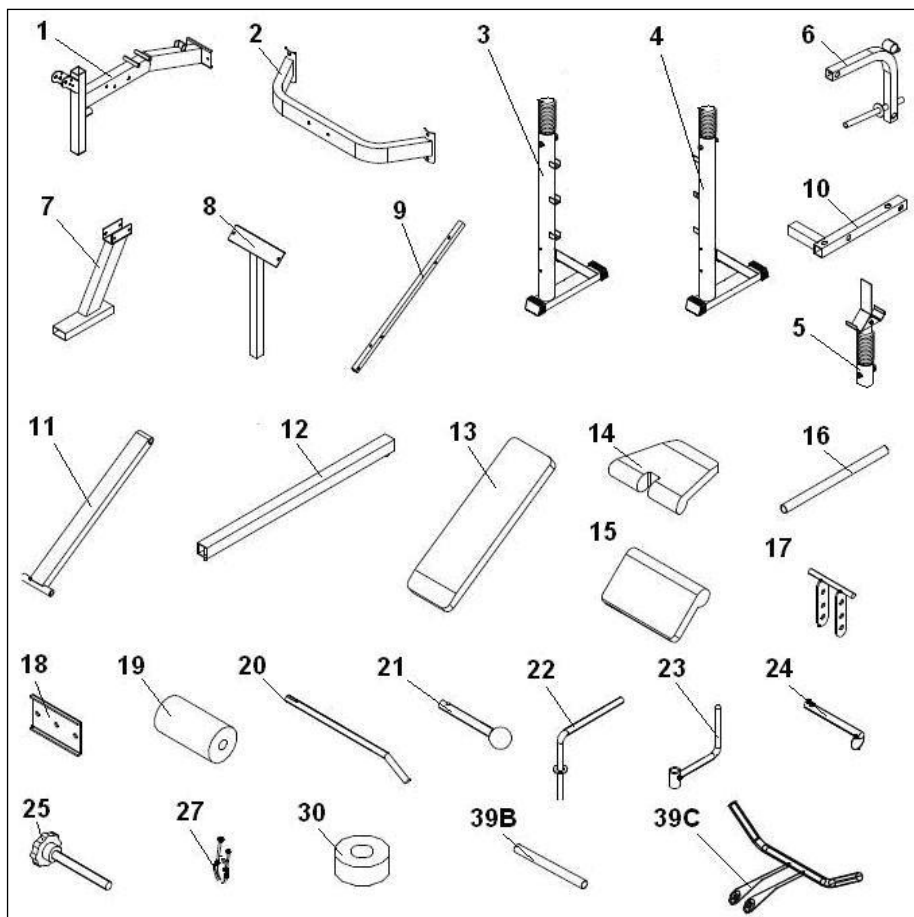
ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверять затяжку винтов на всех соединениях;
- Убедиться в отсутствии люфта после затяжки винтов;
- Пылесосить пространство под и вокруг тренажера.

Тренажер предназначен для домашнего использования.

Сборка оборудования

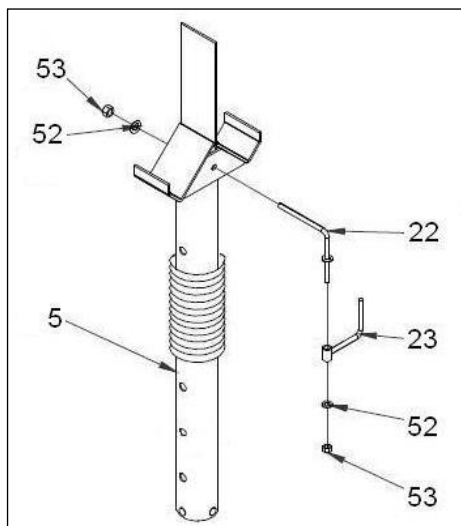
Рис.1



ШАГ 1

Вставьте фиксатор (22) в верхнюю часть стойки (5), Рис.2, установите шайбу (52) и затяните гайкой (53), убедитесь, что она свободно вращается. Вставьте фиксатор (23) в фиксатор (22), установите шайбу (52) и затяните гайкой (53), убедитесь, что она вращается свободно.

Рис.2



ШАГ 2

Поставьте правую вертикальную стойку (3) на землю, совместите ее с центральной перекладиной (2), Рис. 3, установите болты (41), с шайбами (51) и закрепите гайками (49).

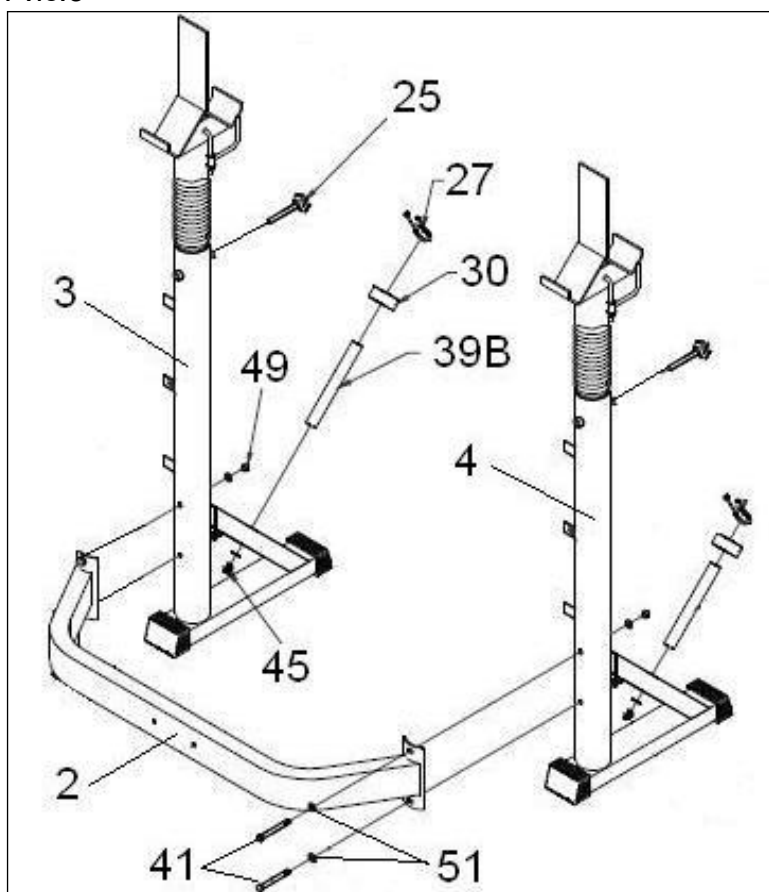
Затем установите левую вертикальную стойку (4) на землю, совместите ее с центральной перекладиной (2), рис. 3, установите болты (41), с шайбами (51) и закрепите гайками (49), Рис.3.

Вставьте верхнюю часть стойки (5), Рис.2, в правую и левую вертикальную стойку (3 и 4), Рис. 3, установите фиксатор (25) и затяните по часовой стрелке.

Вставьте накопители для дисков (39В) в заднюю трубу правой и левой вертикальной стойки (3), установите шайбы (51), болты (45) и надежно затяните, Рис.3.

Установите отбойники (30) и замки (27), Рис.3.

Рис.3

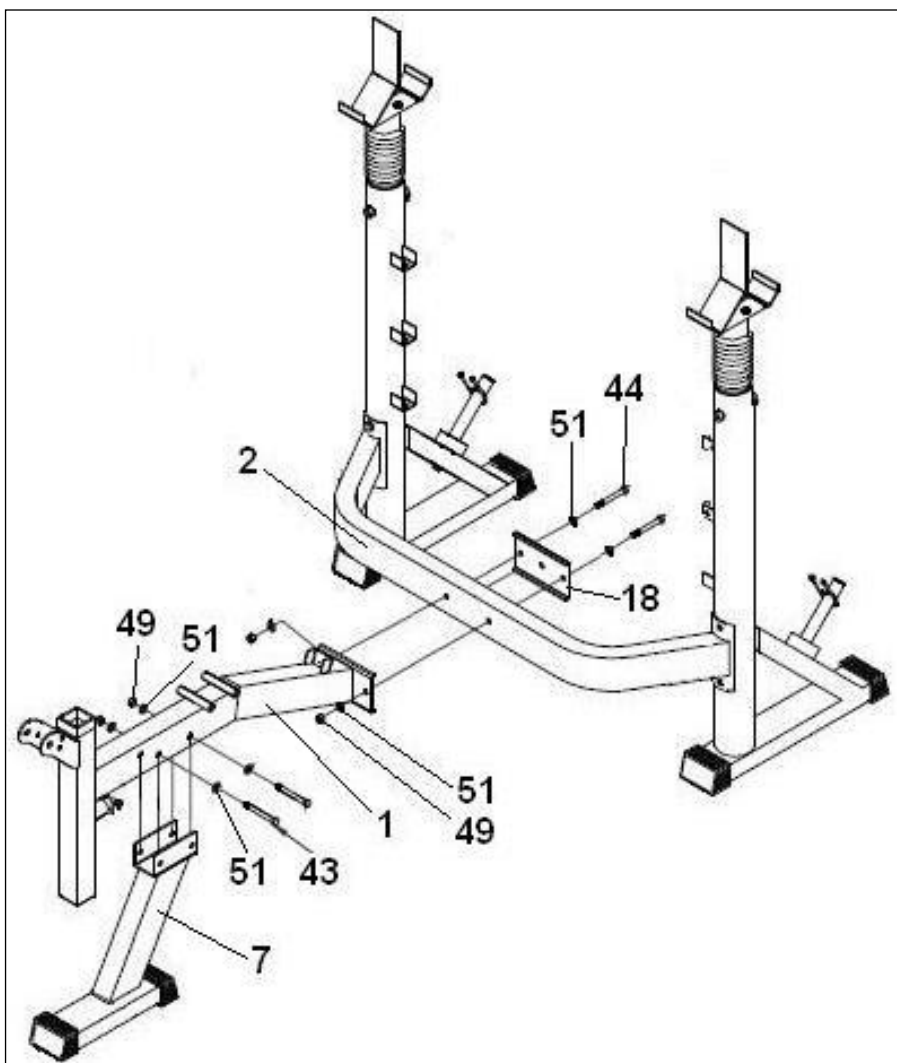


ШАГ 3

Поднесите основную стойку (7) к раме крепления сиденья (1), Рис.4, закрепите винтами (43), шайбами (51) и гайками (49).

Установите раму крепления сиденья (1) на центральную перекладину (2), Рис. 4, установите задний U-образный кронштейн и закрепите винтами (44) вместе с шайбами (51) и гайками (49).

Рис.4



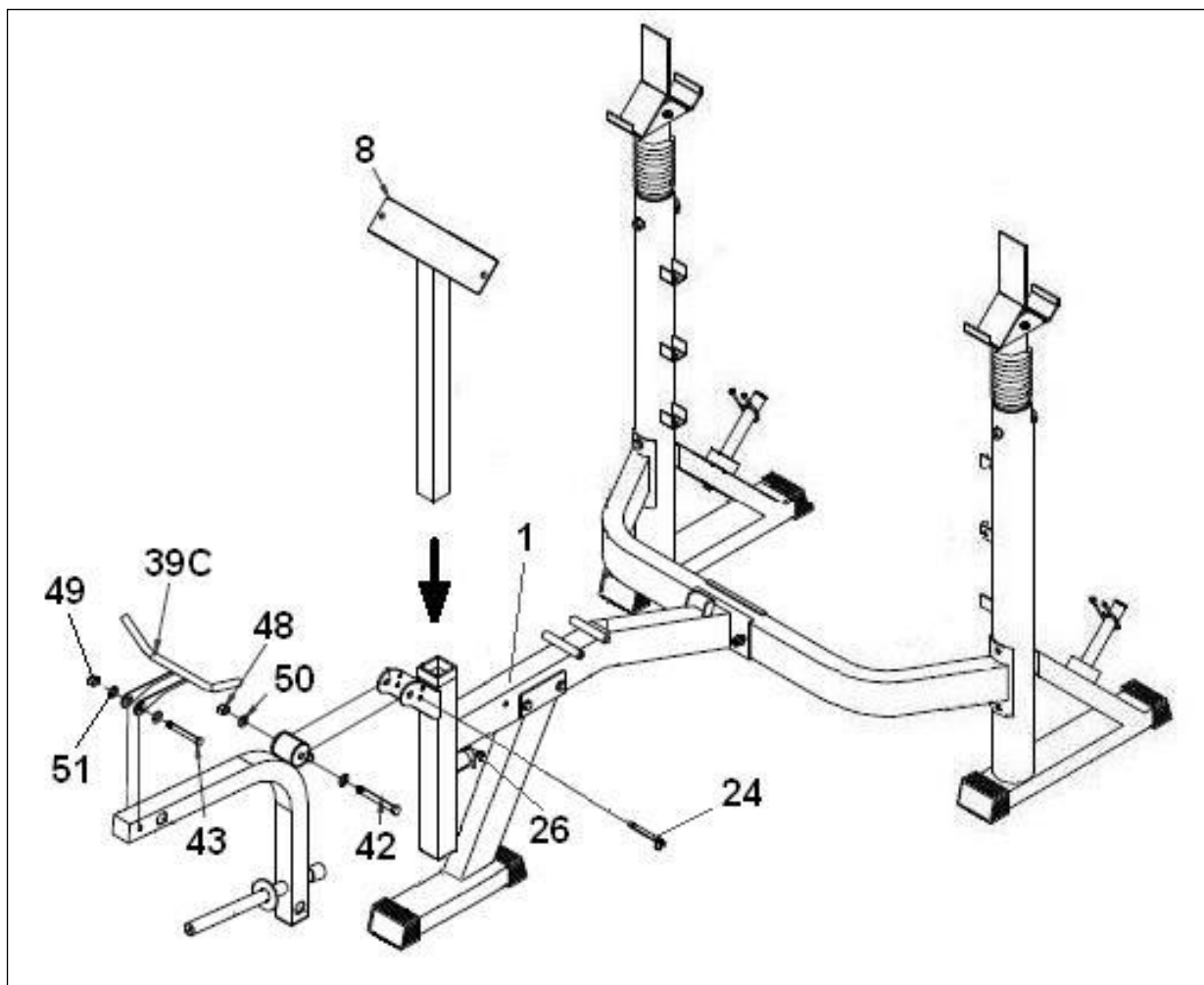
ШАГ 4

Установите поворотный рычаг для ног (6) на раму крепления сиденья (1), Рис.5, закрепите болтом (42), шайбой (50) и гайкой (48).

Потяните ручку регулировки высоты (26) назад, Рис. 5, и вставьте стойку упора для рук (8) в раму крепления сиденья (1) в направлении стрелки.

Установите гриф для бицепса (39С) на поворотный рычаг для ног (6), Рис. 5, закрепите болтом (43), шайбами (51) и гайкой (49), убедитесь, что она свободно вращается.

Рис.5

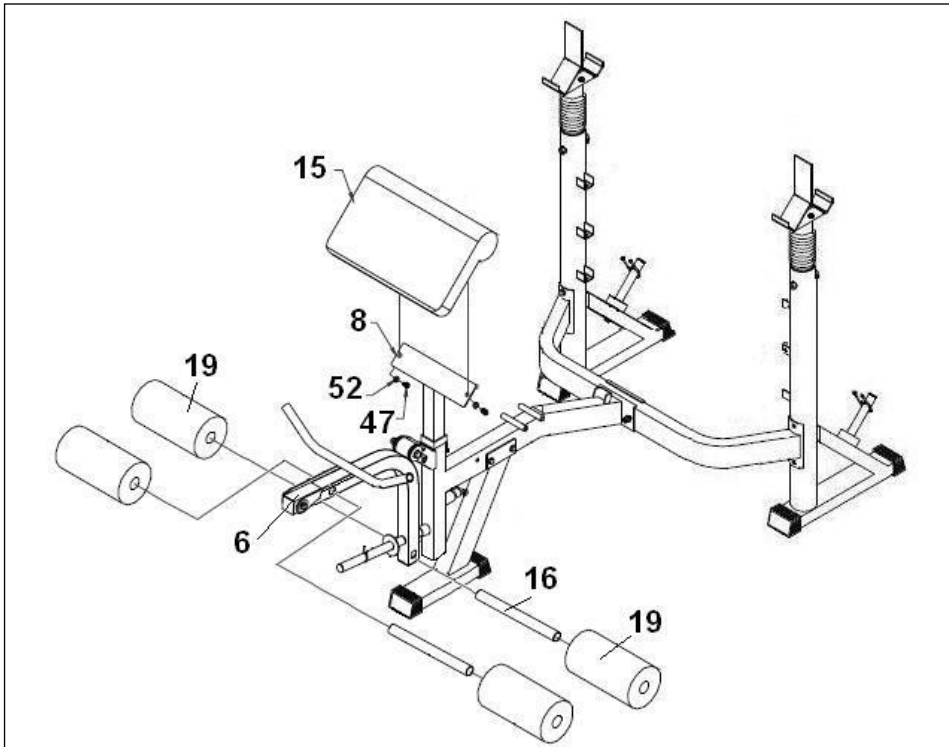


ШАГ 5

Установите подушку упора для рук (15) на стойку упора для рук (8), Рис.6, закрепите болтами (47) и шайбами (52).

Вставьте ось для роликов (16) в поворотный рычаг для ног (6), Рис.6, отцентрируйте их и наденьте ролики (19) на ось для роликов (16).

Рис.6



ШАГ 6

Установите регулятор спинки (11) между стойками (9) на стойке спинки, Рис.7, закрепите болтами (40), шайбами (51) и гайками (49), вставьте фиксатор положения спинки (20).

Затем установите регулятор на трубку (A) рамы крепления сиденья (1), Рис.9, закрепите болтом (40) с шайбами (51) и гайками (49).

Рис.7.

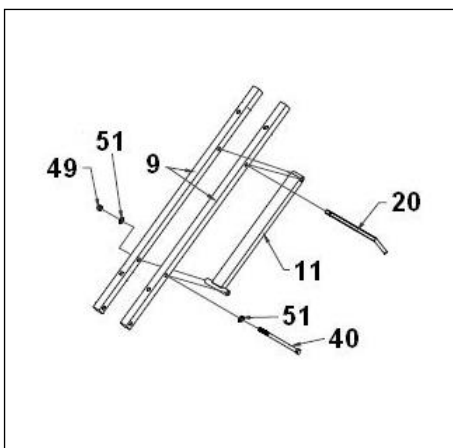
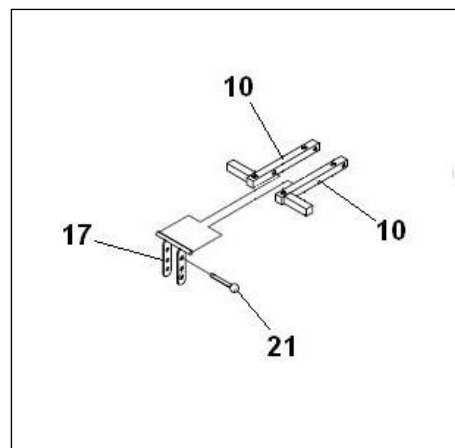


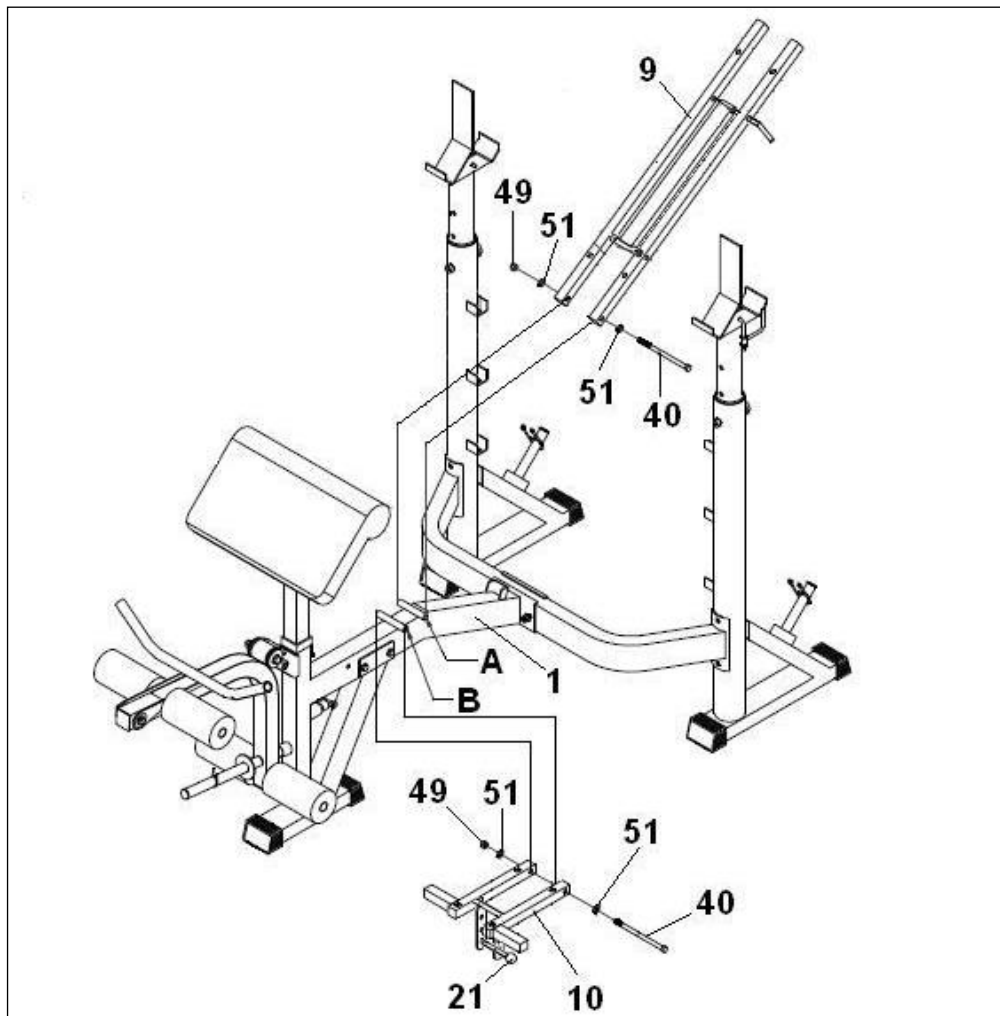
Рис.8



ШАГ 7

Расположите кронштейн регулировки высоты сиденья (17) с внутренними отверстиями на кронштейне сиденья (10), рис.8. Поместите его на трубку (B) рамы крепления сиденья (1), рис.9, закрепите болтом (40) вместе с шайбами (51) и гайками (49), вставьте фиксатор положения сиденья (21).

Рис.9

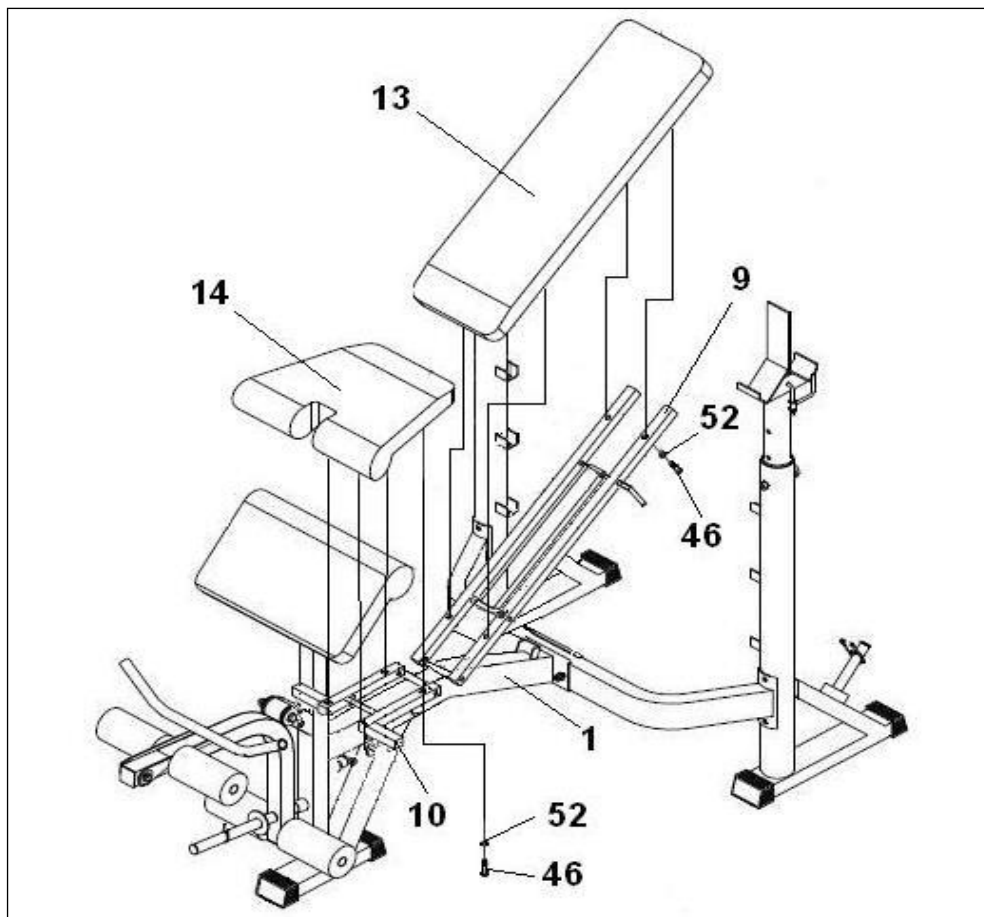


ШАГ 8

Возьмите спинку (13) и поместите ее на стойку (9), Рис.10.

Установите болты (46) вместе с шайбами (52) и зафиксируйте спинку (13).

Рис.10



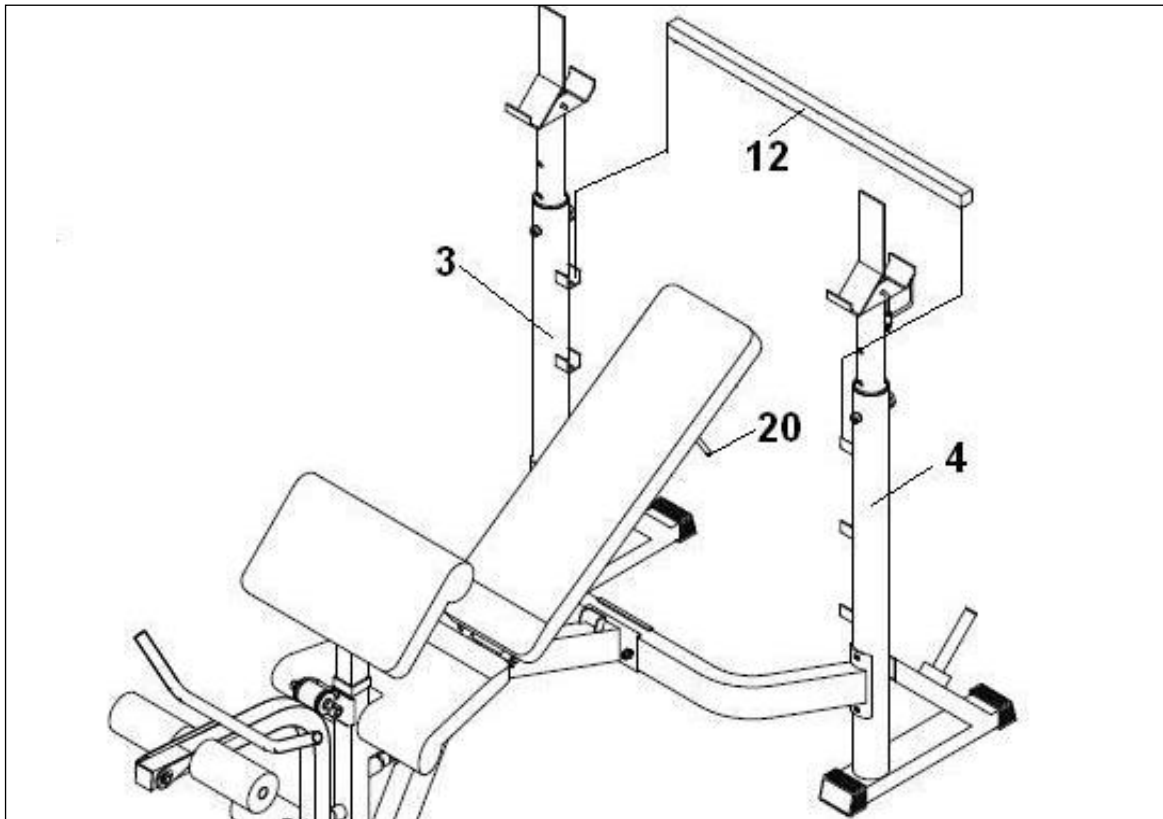
ШАГ 9

Возьмите сиденье (14) и поместите его на кронштейн сиденья (10), Рис.10, и закрепите болтами (46) вместе с шайбами (52).

ШАГ 10

Чтобы установить угол наклона спинки, поместите стойку спинки (12) в любой из U-образных кронштейнов на левой и правой вертикальных стойках (3 и 4), Рис.11. Удалите фиксатор (20) и переместите его в положение, наиболее подходящее для тренировки, Рис.11.

Рис.11

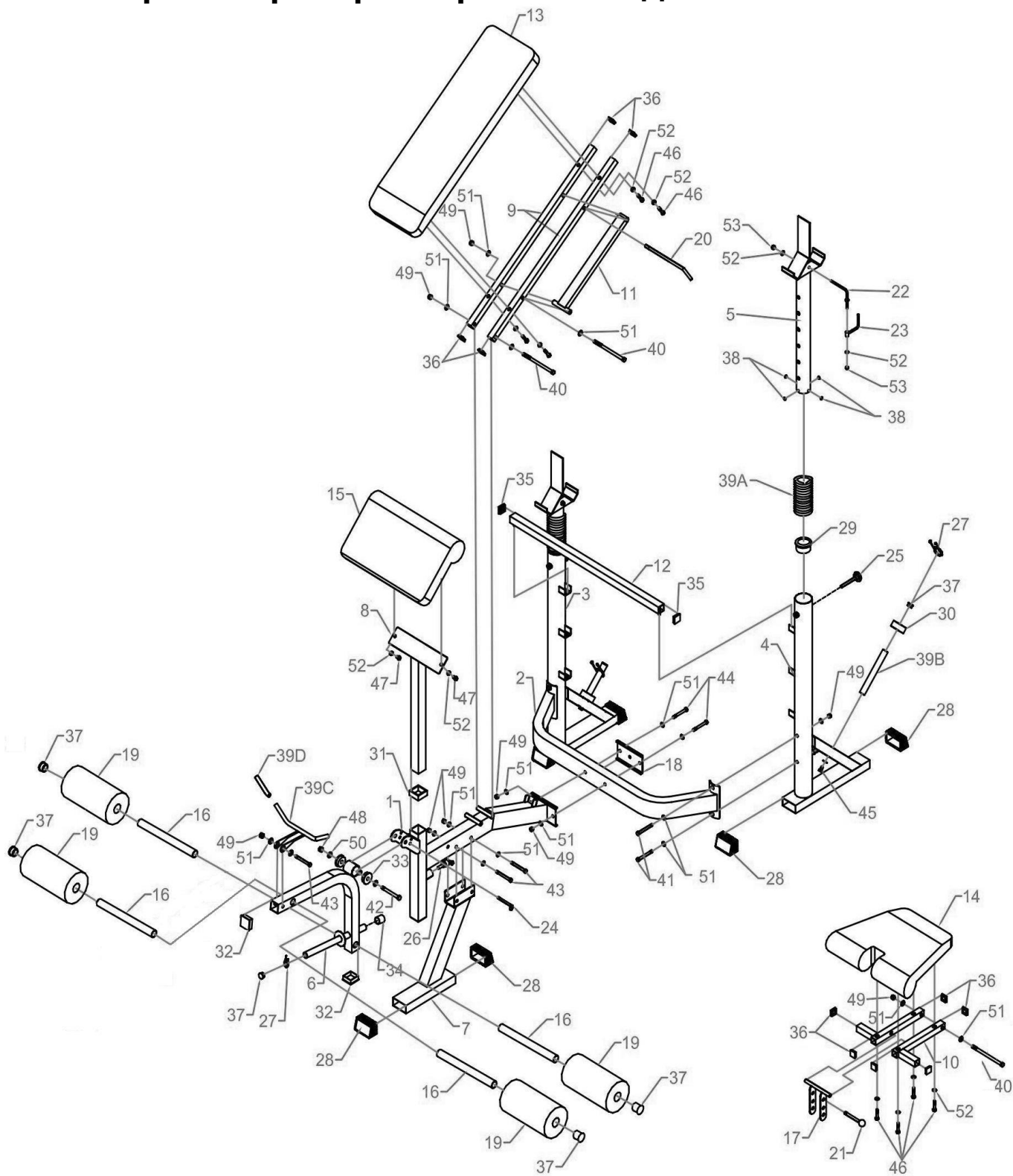


Список комплектующих частей

№.	Наименование
1	Рама крепления сиденья
2	Центральная перекладина
3	Правая вертикальная стойка
4	Левая вертикальная стойка
5	Верхняя часть стойки
6	Поворотный рычаг для ног
7	Основная стойка
8	Стойка упора для рук
9	Стойка
10	Кронштейн сиденья
11	Регулятор спинки
12	Стойка спинки
13	Спинка
14	Сиденье
15	Подушка упора для рук
16	Ось для валиков
17	Кронштейн регулировки высоты сиденья
18	U-образная пластина
19	Верхний и нижний валик
20	Фиксатор положения спинки
21	Фиксатор положения сиденья
22	Фиксатор
23	Фиксатор
24	Фиксатор
25	Фиксатор
26	Ручка регулировки высоты
27	Замок
30	Отбойник
39В	Накопитель для дисков
39С	Гриф для бицепса
40	Болт М10х155

41	Болт М10х98
42	Болт М12х85
43	Болт М10х75
44	Болт М10х65
45	Болт М10х20
46	Болт М8х38
47	Болт М8х16
48	Гайка М12.
49	Гайка М10
50	Шайба М12
51	Шайба М10
52	Шайба М8
53	Гайка М8

Схема тренажера в разобранном виде



ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ

Назначение	домашнее
Тип	многофункциональная силовая скамья
Упражнения	жим штанги, разведение-сведение гантелей лежа/сидя, разгибание и сгибание ног, бицепс, приседания со штангой
Рама	высокопрочная, с однослойной покраской
Нагрузка	штанга, гантели, диски
Сиденье	комфортабельное
Регулировка положения сиденья	есть
Регулировка положения спинки	есть
Складывание	нет
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	208*103*171 см
Размер в упаковке (Д*Ш*В)	22,5*56,5*139 см
Вес нетто	46 кг
Макс. вес пользователя	100 кг
Производитель	ВН Fitness, Испания
Страна изготовления	КНР

Поставщик: ООО «Фитатлон» 115230, Россия, г. Москва, Каширское шоссе, дом 13 Б, 5 этаж, комната № 31 в помещении № 1.

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

**Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра. Пример: С200122, где 20 – год изготовления, 01 – месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.*

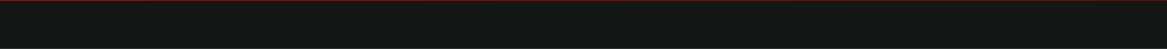
Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Фитатлон»: www.neotren.ru

Последнюю версию Руководства пользователя можно найти на сайте поставщика ООО «Фитатлон»: www.neotren.ru

ВНИМАНИЕ!
ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ
НЕ ПОДЛЕЖИТ ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ СЕРТИФИКАЦИИ.



BHFITNESS

