



IT9525

РЕГУЛИРУЕМАЯ ТЯГА РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

17ZV3

Внимание! Перед использованием тренажера ознакомьтесь с данным руководством

ВНИМАНИЕ!

Любая часть информации, содержащаяся в данном руководстве пользователя, может быть изменена без предварительного уведомления. Актуальная информация отражена на официальном сайте поставщика оборудования ООО «СпортРус»: www.aerofit.ru. Производитель оставляет за собой право вносить изменения без предупреждения в конструкцию изделия, не ухудшающие его потребительских свойств.

Содержание

| | |
|---|----|
| Инструкция по технике безопасности ----- | 3 |
| Общие рекомендации по сборке ----- | 5 |
| Сборочный чертеж и список деталей ----- | 6 |
| Тип крепежа ----- | 17 |
| Инструкция по сборке ----- | 18 |
| Этапы сборки ----- | 19 |
| Инструкция по регулировке ----- | 35 |
| Техника выполнения упражнения ----- | 36 |
| График технического обслуживания ----- | 37 |
| Общая информация о техническом обслуживании ----- | 38 |
| Общие рекомендации ----- | 39 |

ПОКУПАТЕЛЬ НЕСЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА:

- изучение и соблюдение правил прилагаемого руководства пользователя
- информирование и инструктаж лиц, являющихся конечными пользователями и лиц, относящихся к обслуживающему персоналу, о содержании данного руководства в части надлежащего использования, эксплуатации и обслуживания.

Варианты сборки весового стека и зачехления отличаются в зависимости от выбранного типа тренажера

Инструкция по технике безопасности

Перед началом тренировки, необходимо пройти физическое обследование у врача. Помните, что неправильные или чрезмерные тренировки могут закончиться травмами или нанести вред здоровью. Во избежание травм или любого увечья, внимательно прочитайте инструкцию по технике безопасности, прежде чем приступить к занятиям.

1. Ознакомьтесь внимательно с пунктами, описанными в инструкции и соблюдайте их в процессе эксплуатации.
2. Используйте тренажер только по его прямому назначению, описанному в инструкции. Не используйте приспособления, не рекомендованные производителем.
3. Тренажер следует устанавливать на ровной устойчивой поверхности, оставляя вокруг не менее 60-ти см свободного пространства при полной амплитуде движения составных частей тренажера, для обеспечения полного доступа. Тренажер предназначен для занятий в закрытых помещениях, не используйте тренажер на открытом воздухе.
4. В целях безопасности рама весового стека имеет отверстия для крепления к полу. Для обеспечения устойчивости и предотвращения раскачивания или опрокидывания необходимо прикрепить тренажер к полу.
5. Не подпускайте детей, а также лиц с ограниченными способностями, к тренажеру. Подростки должны тренироваться под присмотром тренера.
6. Помните, что неправильные или чрезмерные тренировки могут закончиться травмами или нанести вред здоровью. Если во время тренировки Вы почувствовали неприятные ощущения или боль, прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
7. Никогда не используйте неправильно собранное или поврежденное оборудование. Не засоряйте и не вставляйте посторонние предметы в отверстия в тренажере.
8. Всегда проверяйте оборудование и стальные тросы перед эксплуатацией. Убедитесь, что все крепежи и стальные тросы безопасны находятся в пригодном состоянии.
9. Потертые или изношенные стальные тросы при разрыве могут быть причиной травм и увечий. Необходимо проверять состояние стальных тросов на наличие признаков износа.
10. Не пытайтесь поднять вес больше ваших физических возможностей.
11. Будьте внимательны при посадке и выходе из тренажера.
12. Для тренировки надевайте соответствующую спортивную одежду и обувь. Не одевайте слишком широкую или длинную одежду. Длинные волосы необходимо собрать в пучок.

Инструкция по технике безопасности

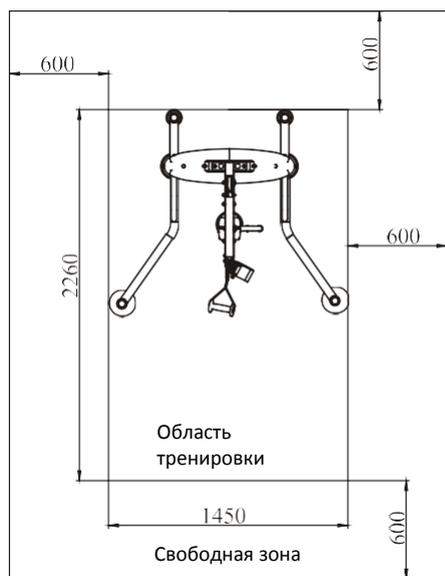
Меры предосторожности во время сборки

Ознакомьтесь внимательно с этапами сборки, описанными в инструкции и следуйте им в строгой последовательности.

Сборка и эксплуатация оборудования должны производиться на твердой ровной поверхности. Во время сборки держите детали тренажера подальше от стен и мебели.

Требуемая площадь для расстановки тренажеров (вкл. зоны безопасности).

Рисунок «Вид сверху» показывает габаритные размеры тренажера и свободную зону. При расстановке тренажеров необходимо учитывать амплитуду движения частей тренажера и занимающегося на нем человека, а также обеспечить необходимую зону безопасности и зону для передвижения.



Характеристики

Класс: S

Макс. весовой стек: 134 кг / 295ф.

Макс. вес пользователя: 150 кг/ 330 ф.

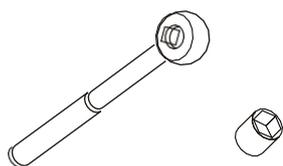
Габариты ДхШхВ: 1450 x 2260 x 2350 мм (при полной амплитуде движения частей тренажера)

Вес тренажера: 93.9 кг / 206.58ф.

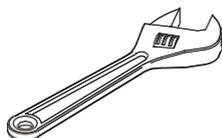
Общие рекомендации по сборке

Внимательно сверьте список деталей с фактическими деталями, находящимися в заводской упаковке. При заказе запасных частей используйте номер детали и описание из инструкции. Для заказа запчастей необходимо обратиться к официальному представителю. После сборки проверьте правильно ли работают все части тренажера. При возникновении неполадок, сначала проверьте правильность сборки согласно инструкции, при условии, если сборка была самостоятельной. Если проблему не удалось решить, обратитесь к официальному представителю. При обращении в сервисную службу необходимо назвать серийный номер тренажера.

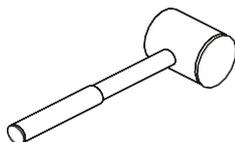
Инструменты для сборки



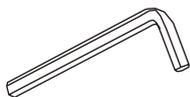
Ключ-трещетка с головкой



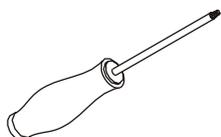
Разводной ключ



Резиновый молоток



Набор шестигранных ключей



Отвертка

Список деталей и сборочный чертеж

Общий список

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------------|---|------|
| 1 | 1 | IT952501ASSY | Рама весового стека | 1 |
| 2 | 2 | IT952523ASSY | Задняя рамка | 1 |
| 3 | 3 | IT95252400 | Передняя рамка | 1 |
| 4 | 4 | IT95255100 | Верхняя крышка | 1 |
| 5 | 5 | CXT-1001800V1 | Направляющие Ф19*1953 | 2 |
| 6 | 6 | IT95014200 | Верхняя плита в сборе | 1 |
| 7 | 7 | IT95015200 | Кожух информационного стикера | 1 |
| 8 | 8 | IT95015500 | Заднее зачехление | 1 |
| 9 | 9 | IT952502ASSY | Нижняя рама | 1 |
| 10 | 10 | IT95250300 | Верхняя рама | 1 |
| 11 | 11 | IT952504ASSY | Направляющая | 1 |
| 12 | 12 | IT952505ASSY | Левая передняя опора | 1 |
| 13 | 13 | IT952506ASSY | Правая передняя опора | 1 |
| 14 | 14 | IT952507ASSY | Задняя опора | 2 |
| 15 | 15 | IT95250800 | Рукоятки | 2 |
| 16 | 16 | IT95255000 | Трос | 1 |
| 17 | 17 | IT95255200 | Рукоятка для тяги | 1 |
| 18 | 18 | IT951550ASSY | Блок ролика | 1 |
| 19 | 19 | SG500110400V5 | Ролик Ф114 | 2 |
| 20 | 20 | V310800 | Манжет для ног | 1 |
| 21 | 21 | IT90013800P11C | Заглушка RT50*100 | 1 |
| 22 | 22 | IN-D10132900 | Резиновый амортизатор Ф63.5*Ф19*25.4 | 2 |
| 23 | 23 | IT95252200 | Втулка | 2 |
| 24 | 24 | IT90012000V1 | Фиксатор грузов | 1 |
| 25 | 25 | IT95016100 | Втулка-фиксатор Ф25*Ф19*45 | 2 |
| 26 | 26 | HFORT900-04A0602 | Пружина | 2 |
| 27 | 27 | IT95016500 | Заглушка Ф16.5*6.88 | 2 |
| 28 | 28 | M02903100 | Втулка | 2 |

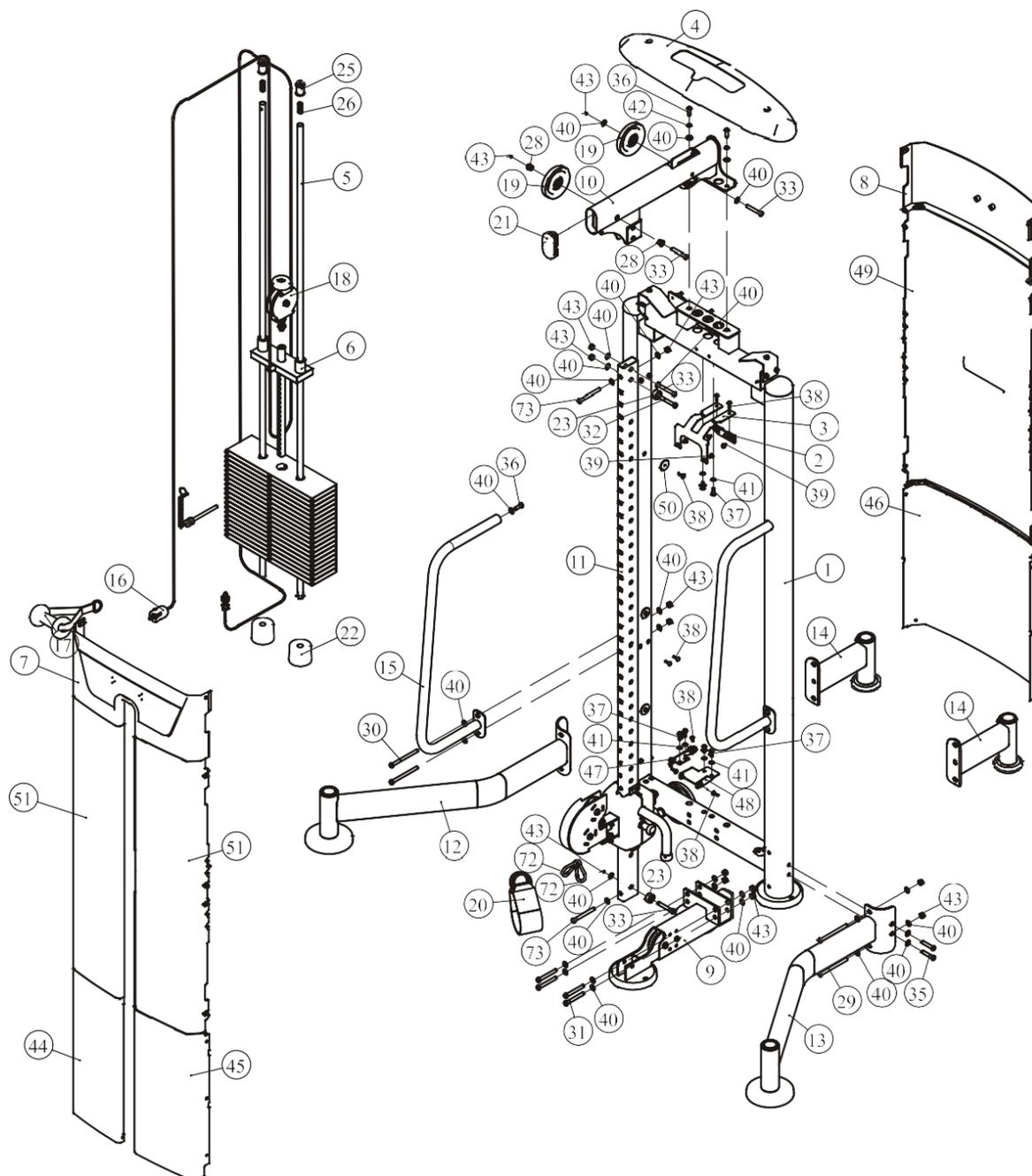
Список деталей и сборочный чертеж

Общий список

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|---------------------------------|------|
| 29 | 29 | GB70BTM10*125DN18 | SHCS винт M10*125 | 4 |
| 30 | 30 | GB70BTM10*120DN18 | SHCS винт M10*120 | 4 |
| 31 | 31 | GB70BTM10*80DN18 | SHCS винт M10*80 | 4 |
| 32 | 33 | GB70BTM10*65DN18 | SHCS винт M10*65 | 4 |
| 33 | 34 | GB70BTM10*70DN18 | SHCS винт M10*70 | 1 |
| 34 | 35 | GB70BTM10*50DN18 | SHCS винт M10*50 | 4 |
| 35 | 36 | GB70BTM10*25DN18NL | SHCS винт M10*25 | 4 |
| 36 | 37 | GB70M8*20DN20 | SHCS винт M8*20 | 8 |
| 37 | 38 | GB818M6*20DHS2 | CRPHS винт M6*20 | 28 |
| 38 | 39 | GB818M6*10DHS2 | CRPHS винт M6*10 | 4 |
| 39 | 40 | GB9510DN2 | Плоская шайба Ф11*Ф20*2 | 41 |
| 40 | 41 | GB958DN2 | Плоская шайба Ф9*Ф16*1.6 | 8 |
| 41 | 42 | GB9310N19 | Шайба Ф10 | 3 |
| 42 | 43 | NM10DN2 | Гайка M10 | 18 |
| 43 | 44 | IT95250900 | Левое переднее мет. зачехление | 1 |
| 44 | 45 | IT95251000 | Правое переднее мет. зачехление | 1 |
| 45 | 46 | IT95251100 | Заднее металлическое зачехление | 1 |
| 46 | 47 | IT952527ASSY | Пластина | 2 |
| 47 | 48 | IT952528ASSY | Нижняя рамка | 1 |
| 48 | 49 | IT95015600 | Заднее зачехление | 1 |
| 49 | 50 | IT95015900 | Пластиковая шайба | 6 |
| 50 | 51 | IT95015300 | Переднее зачехление | 2 |
| 51 | 67 | NBS6DHS | Шестигранный ключ S=6 | 1 |
| 52 | 69 | LW200BS | Отвертка Ф6*117 | 1 |
| 53 | 70 | YHY | Смазка | 1 |
| 54 | 71 | NBS0.188DHS | Шестигранный ключ S=3/16" | 1 |
| 55 | 72 | HLG8N9 | Карабин Ф8 | 2 |
| 56 | 73 | GB70BTM10*95DN18 | SHCS винт M10*95 | 2 |

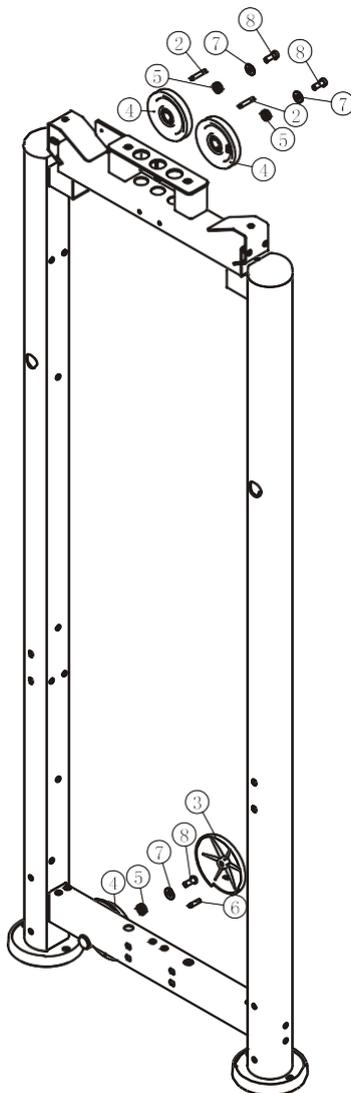
Список деталей и сборочный чертеж

Общий вид



Список деталей и сборочный чертеж

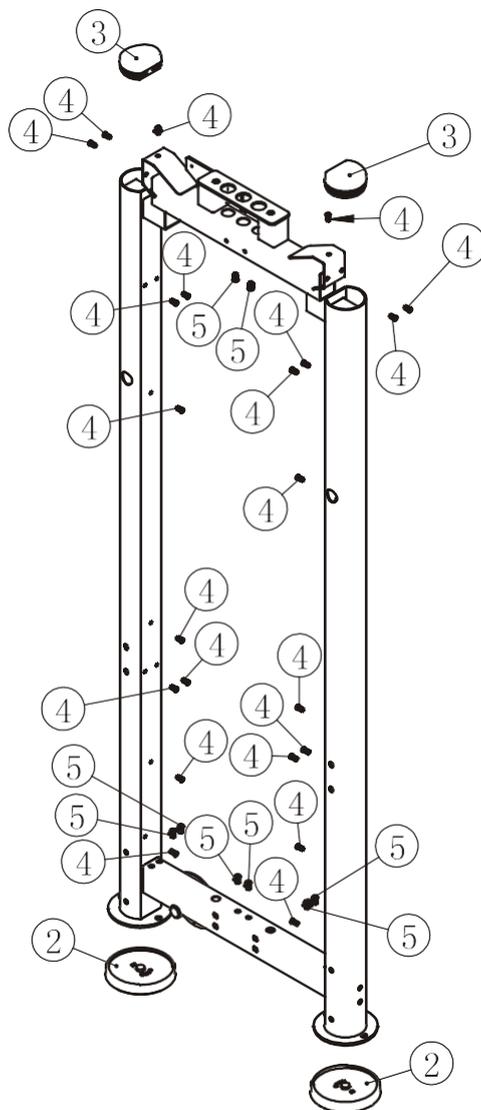
Рама весового стека (рис. 1)



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|-------------------------|------|
| 1 | 1.1 | IT95250100ASSY | Рама весового стека | 1 |
| 2 | 1.2 | FE97021800 | Ограничитель Ф8*42 | 2 |
| 3 | 1.3 | IT95016400 | Кожух ролика | 1 |
| 4 | 1.4 | IT95057800 | Ролик 4.5" | 3 |
| 5 | 1.5 | FE97122100 | Проставка 1 | 3 |
| 6 | 1.6 | FE97122300 | Ограничитель Ф8*30 | 1 |
| 7 | 1.7 | DQ10N19B | Плоская шайба Ф11*Ф25*2 | 3 |
| 8 | 1.8 | GB70BTM10*25DN18NL | SHCS винт М10*25 | 3 |

Список деталей и сборочный чертеж

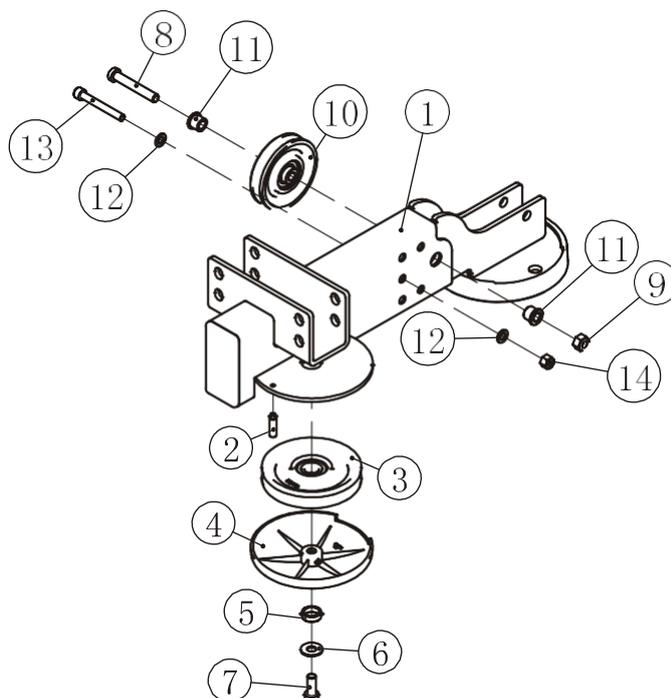
Рама весового стека (рис. 2)



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|-----------------------|---------------------|------|
| 1 | 1.1.1 | IT95250100 | Рама весового стека | 1 |
| 2 | 1.1.2 | IT95015700 | Опора | 2 |
| 3 | 1.1.3 | IT95015800 | Заглушка Ф95*81.1 | 2 |
| 4 | 1.1.4 | GB17880.5M6*16.5DS17 | Гайка M6 | 22 |
| 5 | 1.1.5 | GB17880.5M8*16.5DCS17 | Гайка M8 | 8 |

Список деталей и сборочный чертеж

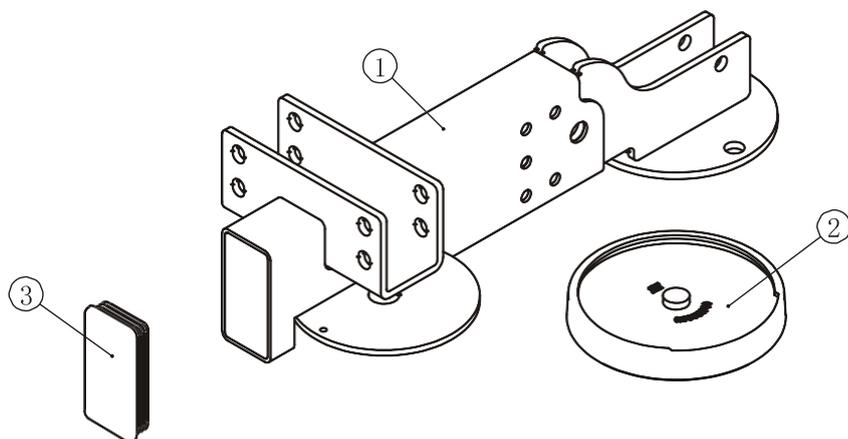
Нижняя рама с роликом (рис. 1)



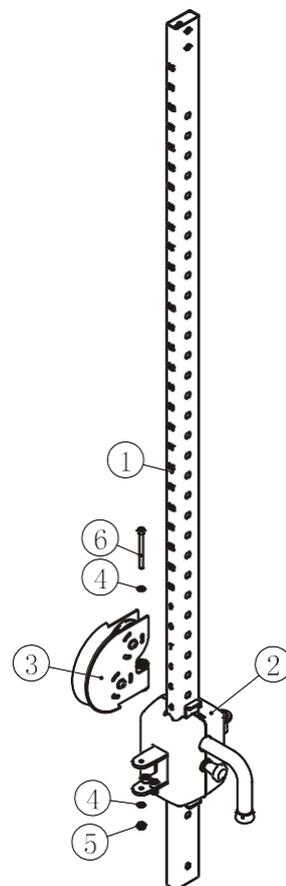
| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------------|--------------------------|------|
| 1 | 9.1 | IT95250200ASSY | Нижняя рама с роликом | 1 |
| 2 | 9.2 | FE97122300 | Ограничитель Ф8*30 | 1 |
| 3 | 9.3 | IT95057800 | Ролик 4.5" | 1 |
| 4 | 9.4 | IT95016400 | Кожух ролика | 1 |
| 5 | 9.5 | FE97122100 | Проставка 1 | 1 |
| 6 | 9.6 | DQ10N19B | Плоская шайба Ф11*Ф25*2 | 1 |
| 7 | 9.7 | GB70BTM10*25DN18 | SHCS винт М10*25 | 1 |
| 8 | 9.8 | GB70BTM10*65DN18 | SHCS винт М10*65 | 1 |
| 9 | 9.9 | NM10DN2 | Гайка М10 | 1 |
| 10 | 9.10 | M01004800V5 | Ролик 3.5" | 1 |
| 11 | 9.11 | M02903100 | Проставка | 2 |
| 12 | 9.12 | GB958DN2 | Плоская шайба Ф9*Ф16*1.6 | 2 |
| 13 | 9.13 | GB70M8*65DN20 | SHCS винт М8*65 | 1 |
| 14 | 9.14 | NM8DN2 | Гайка М8 | 1 |

Список деталей и сборочный чертеж

Нижняя рама (рис. 2)



Направляющая



Нижний блок ролика

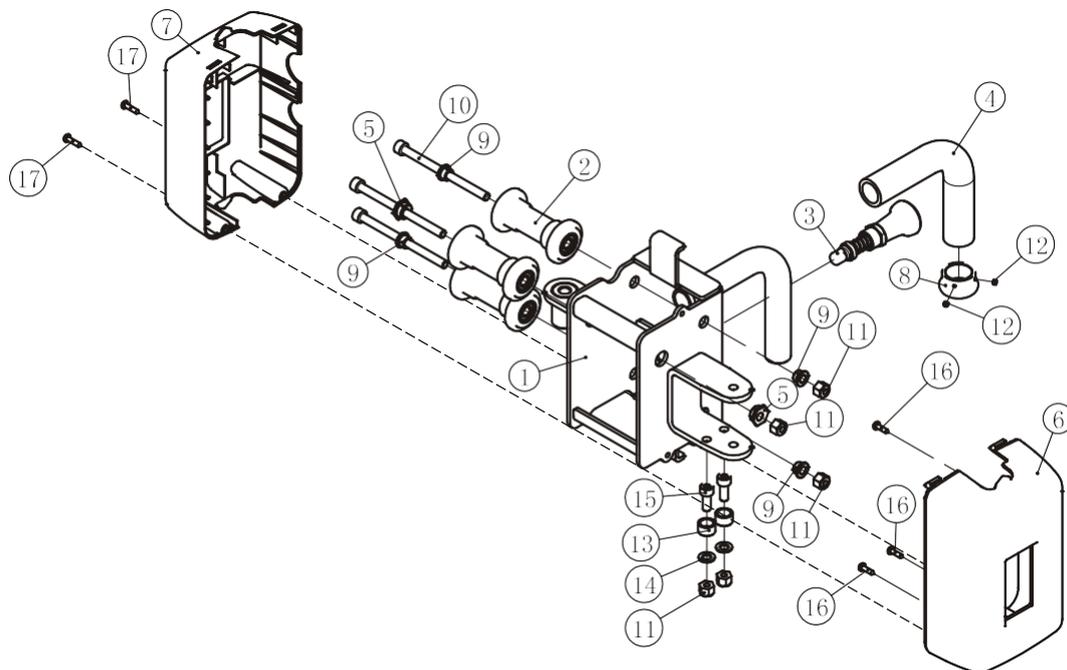
| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------|------------------|------|
| 1 | 9.1 | IT95250200 | Нижняя рама | 1 |
| 2 | 9.2 | IT95015700 | Опора | 1 |
| 3 | 9.3 | V511200 | Заглушка □50*100 | 1 |

Направляющая

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|---------------|--------------------------|------|
| 1 | 11.1 | IT95250400 | Направляющая | 1 |
| 2 | 11.2 | IT952519ASSY | Подвижной блок | 1 |
| 3 | 11.3 | IT952520ASSY | Двойной блок ролика | 1 |
| 4 | 11.4 | GB958DN2 | Плоская шайба Ф9*Ф16*1.6 | 2 |
| 5 | 11.5 | NM8DN2 | Гайка M8 | 1 |
| 6 | 11.6 | GB70M8*90DN20 | SHCS винт M8*90 | 1 |

Список деталей и сборочный чертеж

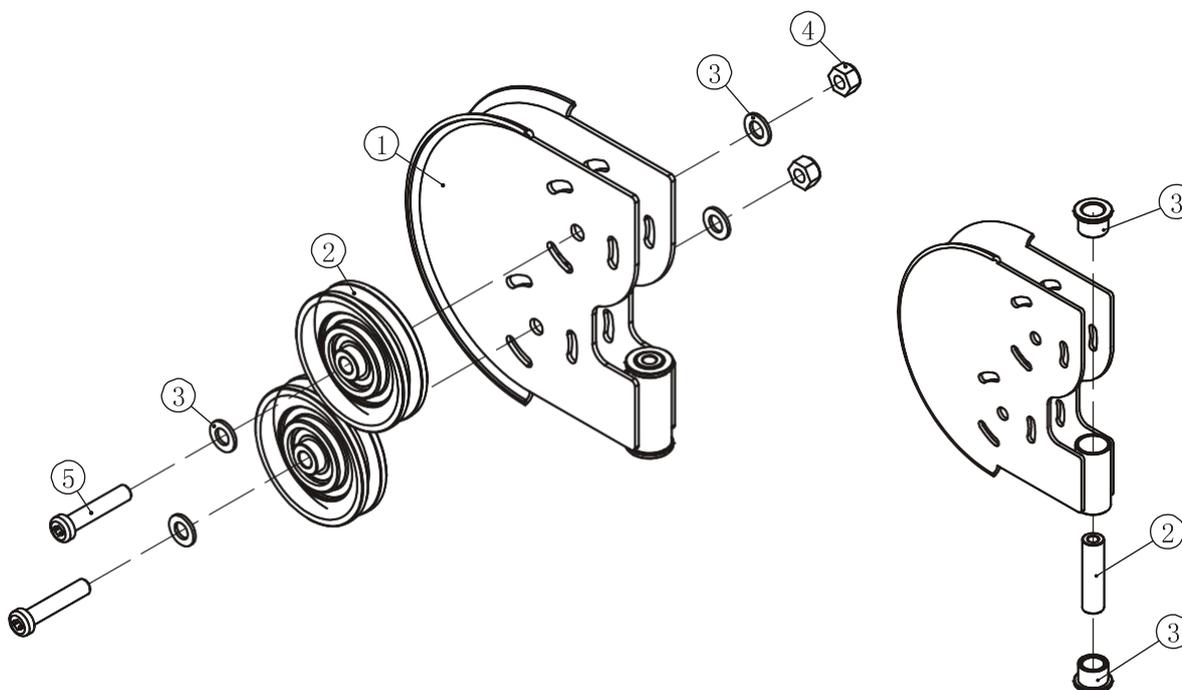
Подвижной блок



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|--|------|
| 1 | 11.2.1 | IT95251900 | Подвижной блок | 1 |
| 2 | 11.2.2 | IT95251500 | Ролик | 3 |
| 3 | 11.2.3 | IT95251600 | Пружинный фиксатор | 1 |
| 4 | 11.2.4 | IT95251700 | Рукоятка | 1 |
| 5 | 11.2.5 | IT95251200 | Шайба | 2 |
| 6 | 11.2.6 | IT95251300 | Переднее зачехление | 1 |
| 7 | 11.2.7 | IT95251400 | Заднее зачехление | 1 |
| 8 | 11.2.8 | IT95022100 | Алюминиевая заглушка $\Phi 25.4$ | 1 |
| 9 | 11.2.9 | P60015700 | Проставка | 4 |
| 10 | 11.2.10 | GB70M8*115DN20 | SHCS винт M8*115 | 3 |
| 11 | 11.2.11 | NM8DN2 | Гайка M8 | 5 |
| 12 | 11.2.12 | YZGB7710-32*3.2N19 | Болт 10-32UNF*3.2 | 2 |
| 13 | 11.2.13 | IN-S10111200 | Стопорное кольцо | 2 |
| 14 | 11.2.14 | GB958DN2 | Плоская шайба $\Phi 9 \times \Phi 16 \times 1.6$ | 2 |
| 15 | 11.2.15 | GB70M8*20DN20 | SHCS винт M8*20 | 2 |
| 16 | 11.2.16 | GB845ST4.2*16DHS | CRPHSTS винт ST4. 2*16 | 3 |
| 17 | 11.2.17 | GB845ST4.2*25DHS | CRPHSTS винт ST4. 2*25 | 2 |

Список деталей и сборочный чертеж

Двойной блок ролика в сборе Рама двойного блока ролика



Двойной блок ролика в сборе

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------------|-------------------------|------|
| 1 | 11.3.1 | IT95252000ASSY | Рама двойного блока | 1 |
| 2 | 11.3.2 | M01004800V5 | Ролик 3.5" | 2 |
| 3 | 11.3.3 | GB9510DN2 | Плоская шайба Ф11*Ф20*2 | 4 |
| 4 | 11.3.4 | NM10DN2 | Гайка M10 | 2 |
| 5 | 11.3.5 | GB70BTM10*50DN18 | SHCS винт M10*50 | 2 |

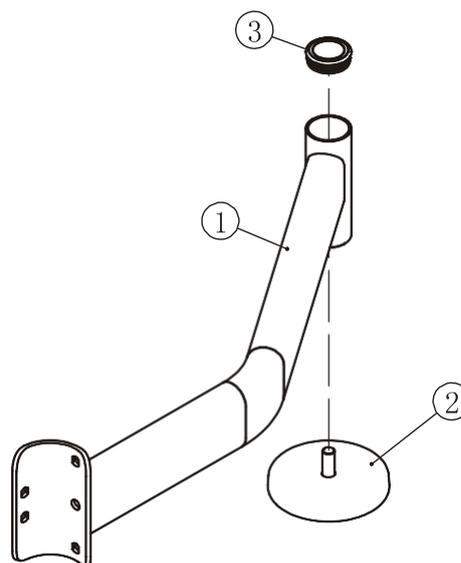
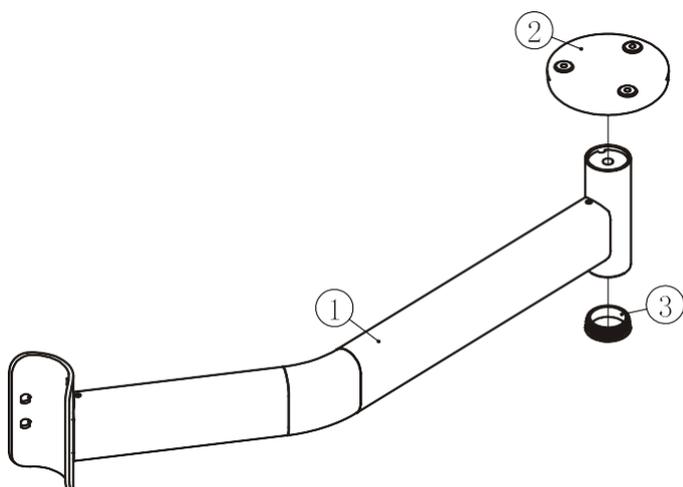
Рама двойного блока ролика

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------|---------------------|------|
| 1 | 11.3.1.1 | IT95252000 | Рама двойного блока | 1 |
| 2 | 11.3.1.2 | IT95251800 | Фиксатор | 1 |
| 3 | 11.3.1.3 | L1-6800 | Проставка | 2 |

Список деталей и сборочный чертеж

Левая передняя опора

Правая передняя опора



Левая передняя опора

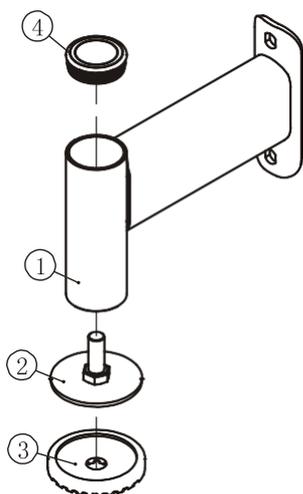
| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|-----------------|----------------------|------|
| 1 | 12.1 | IT95250500 | Левая передняя опора | 1 |
| 2 | 12.2 | SD1000B3000ASSY | Регулятор | 1 |
| 3 | 12.3 | PBF40014 | Заглушка Ф60 | 1 |

Правая передняя опора

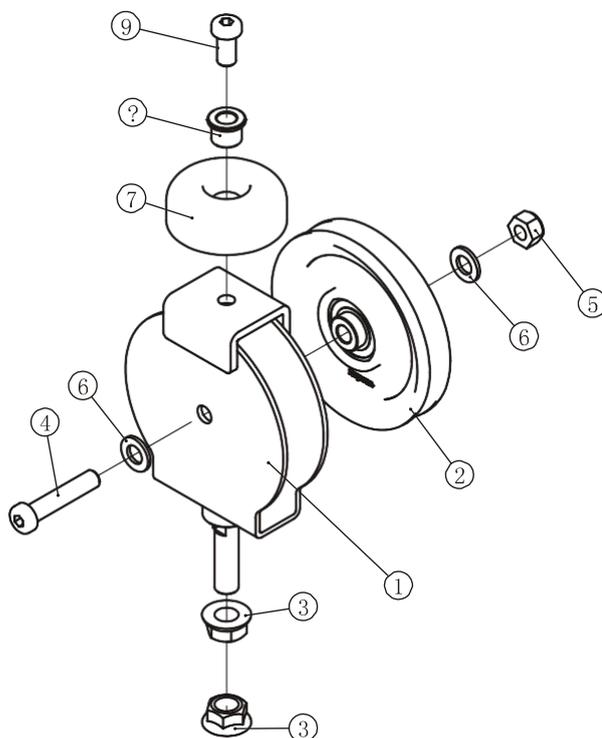
| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|-----------------|-----------------------|------|
| 1 | 13.1 | IT95250600 | Правая передняя опора | 1 |
| 2 | 13.2 | SD1000B3000ASSY | Регулятор | 1 |
| 3 | 13.3 | PBF40014 | Заглушка Ф60 | 1 |

Список деталей и сборочный чертеж

Задняя опора



Блок ролика



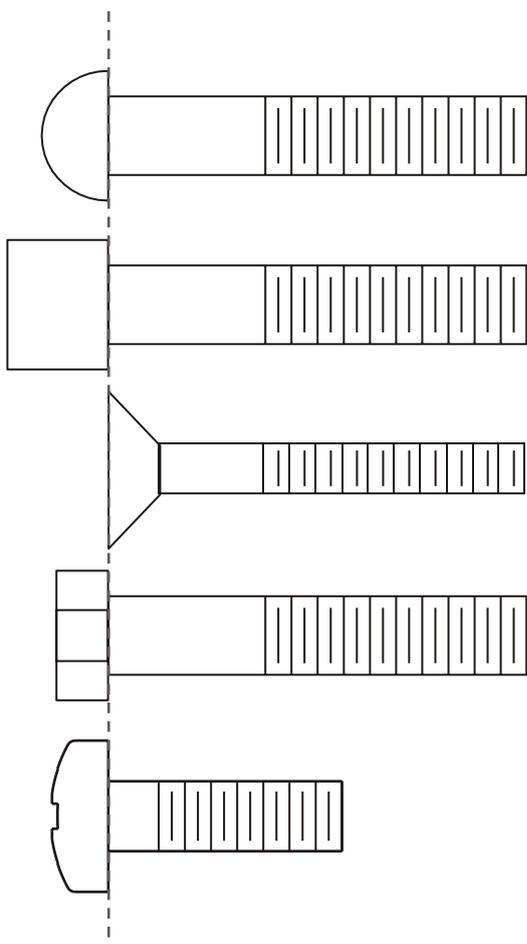
Задняя опора

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------|--------------------------|------|
| 1 | 14.1 | IT95250700 | Задняя опора | 1 |
| 2 | 14.2 | PE3000900 | Регулятор | 1 |
| 3 | 14.3 | PE3001200 | Противоскользкая насадка | 1 |
| 4 | 14.4 | PBF40014 | Заглушка Ф60 | 1 |

Блок ролика

| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|------------------|-------------------------|------|
| 1 | 18.1 | IT95155000 | Блок ролика | 1 |
| 2 | 18.2 | SG500110400V5 | Ролик 4.5" | 1 |
| 3 | 18.3 | HF900-03A1002 | Гайка | 2 |
| 4 | 18.4 | GB70BTM10*50DN18 | SHCS винт M10*50 | 1 |
| 5 | 18.5 | NM10DN2 | Гайка M10 | 1 |
| 6 | 18.6 | GB9510DN2 | Плоская шайба Ф11*Ф20*2 | 2 |
| 7 | 18.7 | PL90221500 | Амортизатор | 1 |
| 8 | 18.8 | M02903100 | Проставка | 1 |
| 9 | 18.9 | GB70BTM10*20DN18 | SHCS винт M10*20 | 1 |

Тип крепежа



BHCS = Винт с полукруглой головкой

SHCS = Винт с внутренним шестигранником

FHCS = Винт с плоской головкой

HNB = Болт с шестигранной головкой

CRPHS = Винт с цилиндрической головкой



| Диаметр болтов (мм/дюймы) | M6(1/4") | M8(5/16") | M10(3/8") | M12(1/2") | M16(5/8") |
|-------------------------------------|-----------------|---------------------------------|---------------------|---|---------------|
| Крутящий момент затяжки (N.m) | 9~12 | 22~30 | 45~59 | 78~104 | 193~257 |
| Виды приложенного усилия | Усилие запястья | Усилие запястья и предплечья | Усилие всей руки | Усилие всей руки и верхней части тела | Со всей силой |

Инструкция по сборке



ВНИМАНИЕ

Для монтажа оборудования производитель рекомендует обратиться к профессиональным сборщикам.

Примерное время сборки тренажера составляет 2 часа. Если вы производите сборку самостоятельно, это займет больше времени. Сборка должна осуществляться двумя людьми, в целях безопасности не собирайте тренажер в одиночку.

После сборки проверьте правильно ли работают все части тренажера. При возникновении неполадок, сначала проверьте правильность сборки согласно инструкции, при условии, если сборка была самостоятельной. Если проблему не удалось решить, обратитесь к официальному представителю. При обращении в сервисную службу необходимо назвать серийный номер тренажера. Проверьте все детали прежде чем начать сборку.

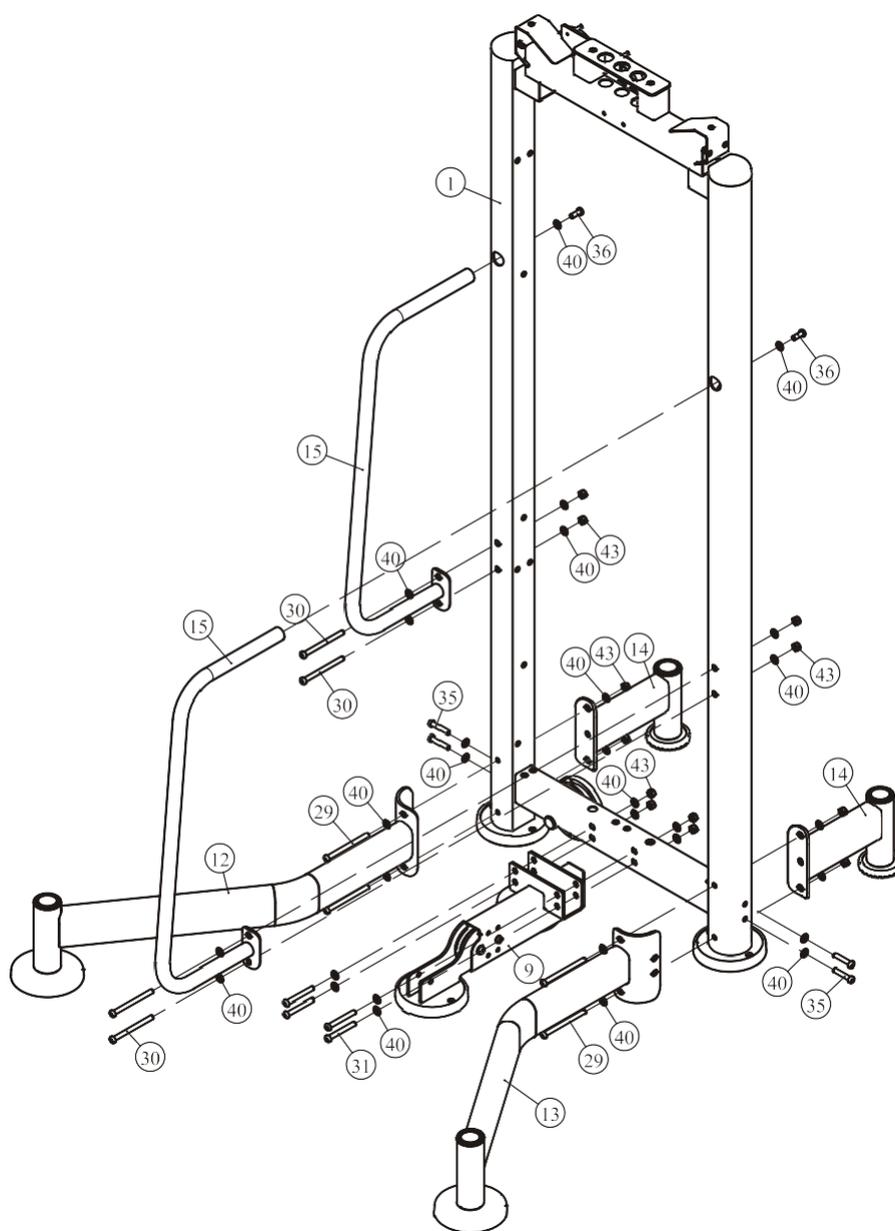
До окончательной сборки тренажера не рекомендуется затягивать болты слишком сильно. Будьте внимательны при сборке, соблюдайте последовательность сборки согласно инструкции.

Этапы сборки

ШАГ 1

Прикрепите нижнюю раму (#9), левую переднюю опору (#12), правую переднюю опору ASSY (#13), две задние опоры (#14) и две рукоятки (#15) к раме весового стека (#1) используя: четыре винта M10*125 SHCS (#29), четыре винта M10*120 SHCS (#30), четыре винта M10*80 SHCS (#31), четыре винта M10*50 SHCS (#35), два винта M10*25 SHCS (#36), двенадцать гаек M10 (#43), тридцать плоских шайб Ф11*Ф20*2 (#40).

Примечание: Затяните болты и гайки.



Этапы сборки

ШАГ 2

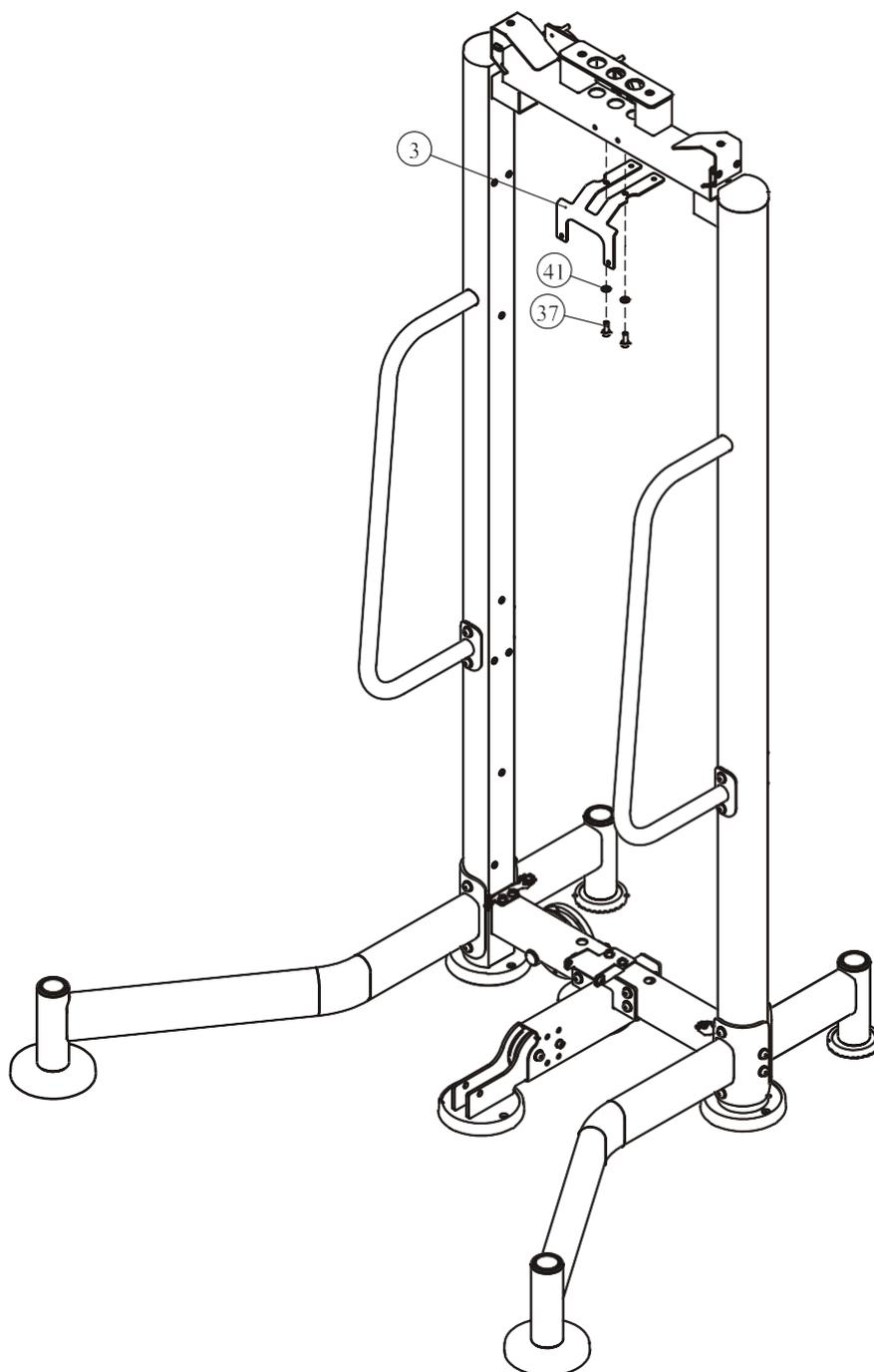
Прикрепите переднюю рамку (#3) к раме весового стека используя:

два винта M8*20 SHCS (#37)

две плоские шайбы Ф9*Ф16*1.6 (#41)

Примечание: 1. Затяните болты и гайки.

2. В случае если предполагается установка зачехления на тренажер IT9525, следуйте рекомендациям, указанным в шагах 3 и 4.



Этапы сборки

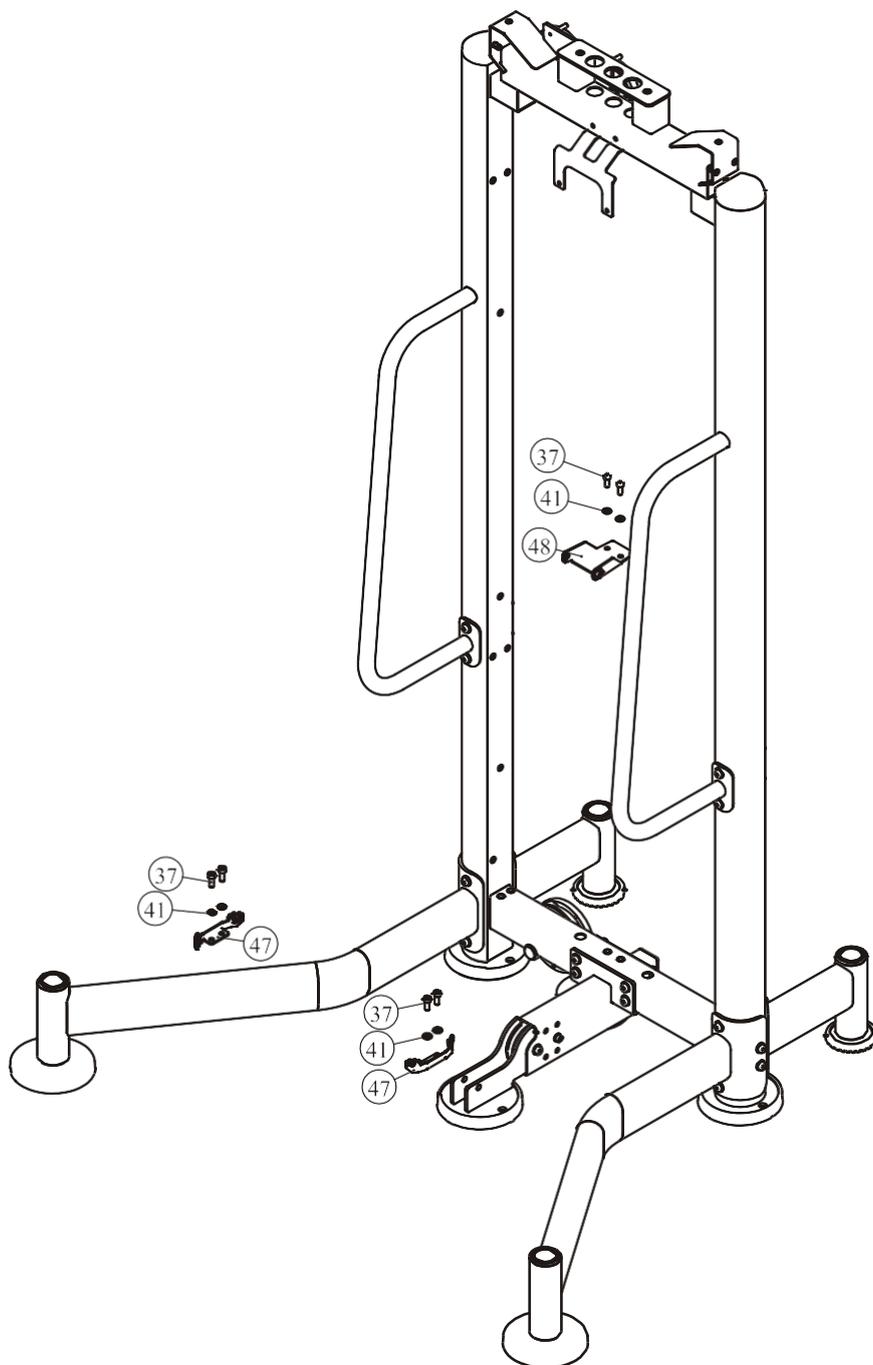
ШАГ 3

Прикрепите пластину (#47) и нижнюю рамку (#48) к раме весового стека, используя:

Шесть винтов M8*20 SHCS (#37)

Шесть плоских шайб Ф9*Ф16*1.6 (#41)

Примечание: Затяните болты и гайки.



Этапы сборки

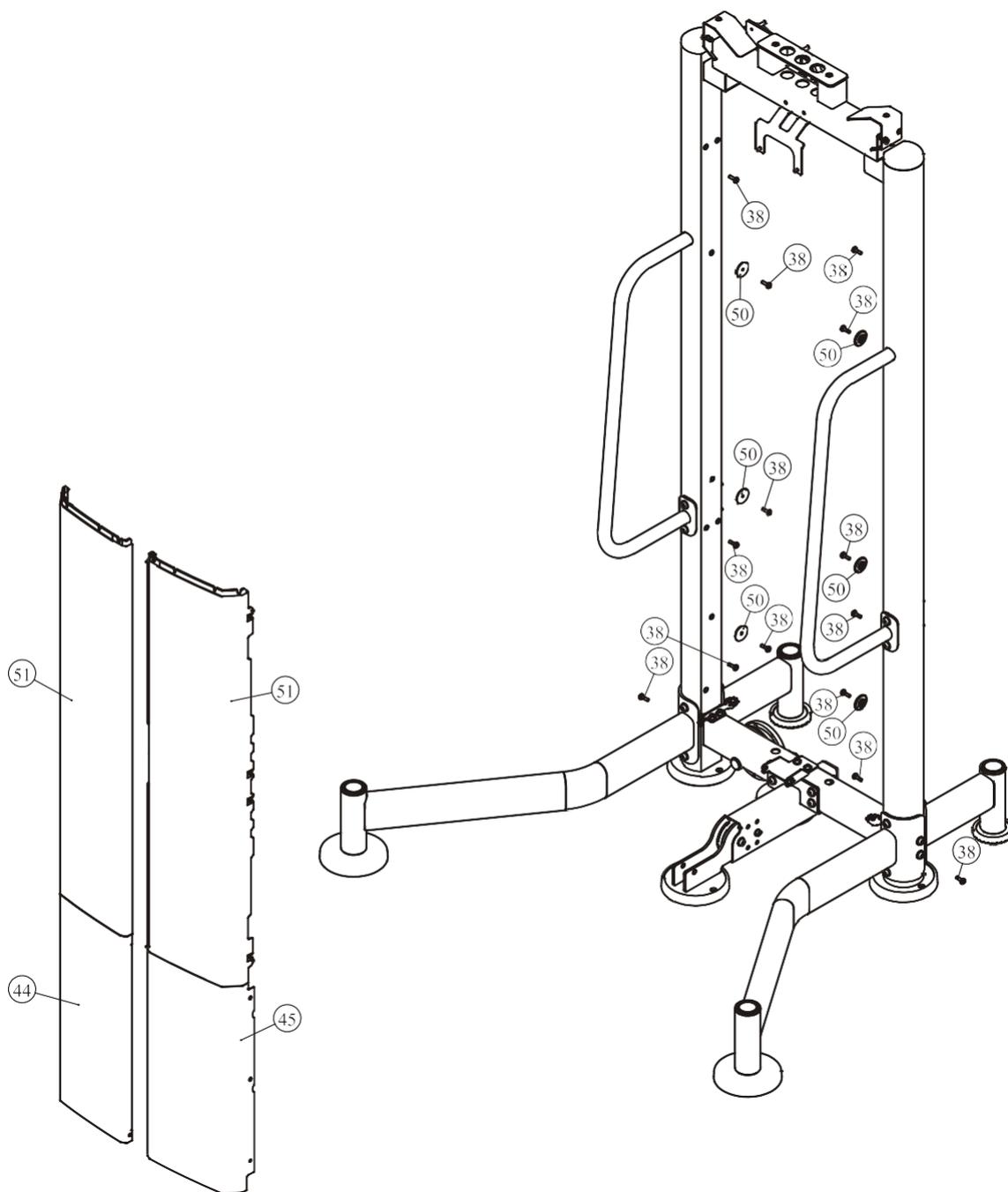
ШАГ 4

Прикрепите шесть пластиковых шайб (#50) к раме весового стека (#1).

Прикрепите левое переднее металлическое зачехление (#44), правое переднее металлическое зачехление (#45) и два передних зачехления (#51) к раме весового стека (#1) снизу-вверх, используя:

Четырнадцать винтов М6*20 CRPHS (#38)

Примечание: Затяните болты и гайки.

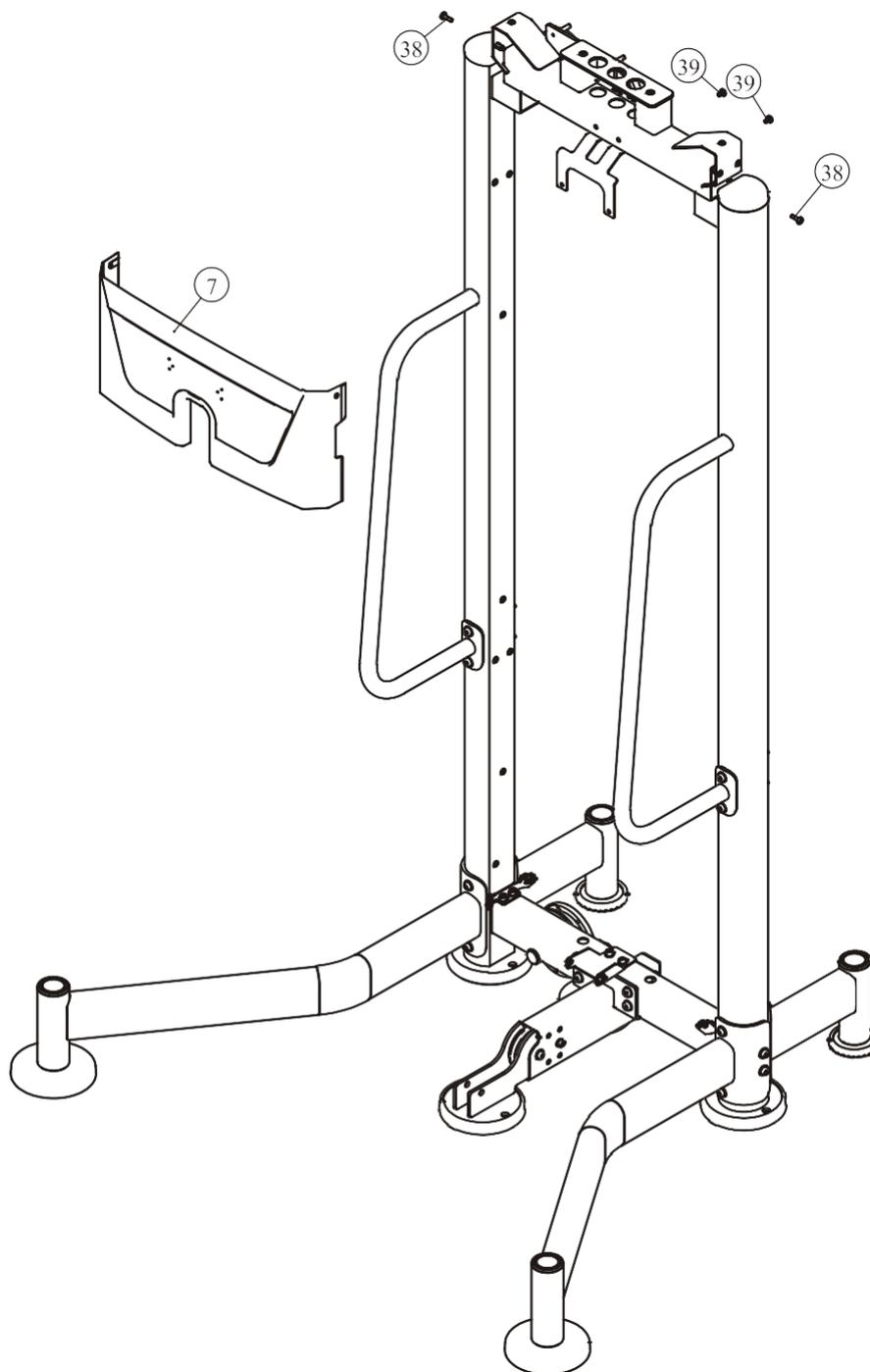


Этапы сборки

ШАГ 5-1 (без зачехления)

Прикрепите кожух информационного стикера (#7) к раме весового стека (#1) используя: два винта М6*20 CRPHS (#38), два винта М6*10 CRPHS (#39).

Примечание: Затяните болты и гайки.

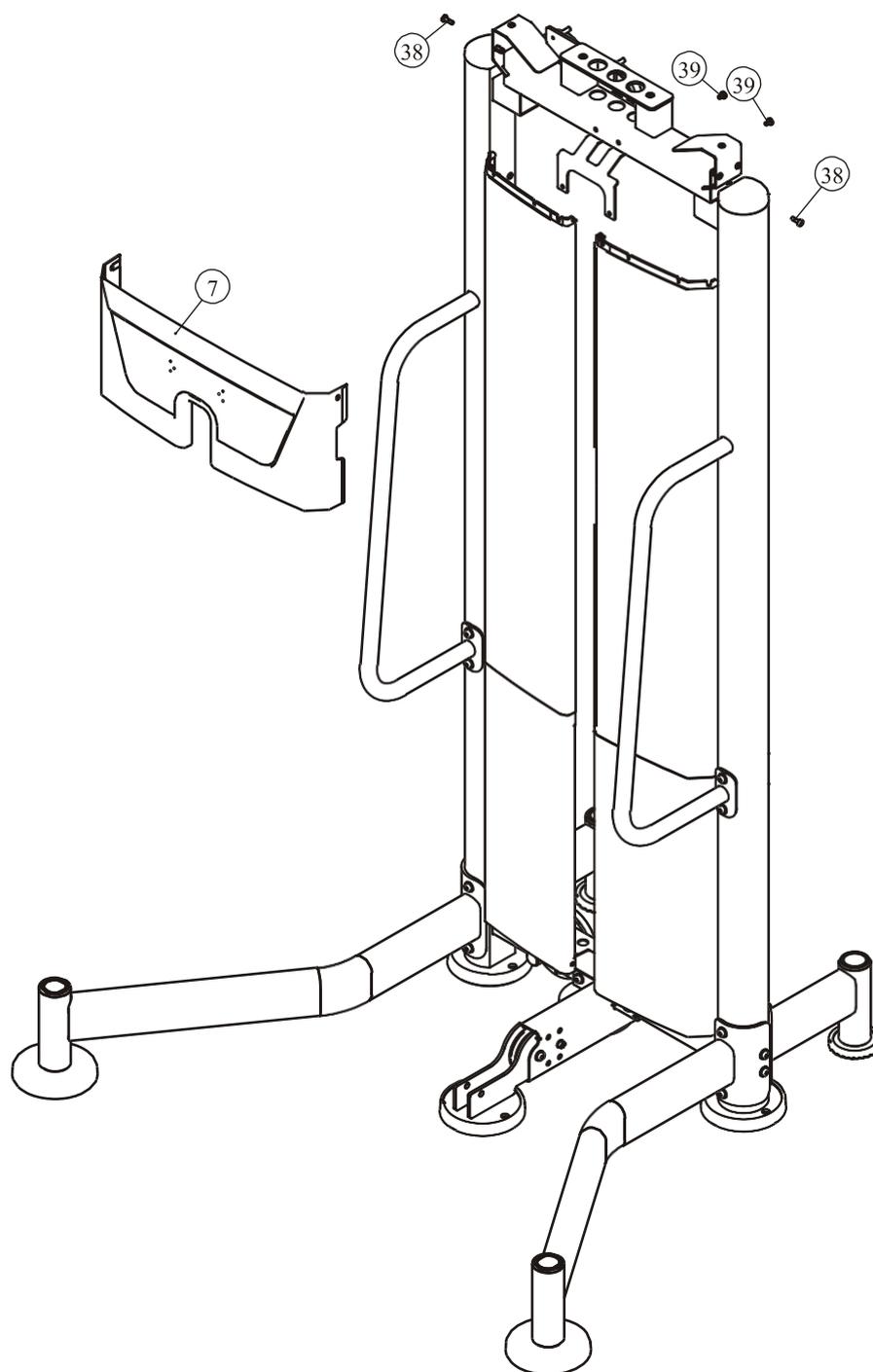


Этапы сборки

ШАГ 5-2 (с зачехлением)

Прикрепите кожух информационного стикера (#7) к раме весового стека (#1) используя: два винта М6*20 CRPHS (#38), два винта М6*10 CRPHS (#39).

Примечание: Затяните болты и гайки.



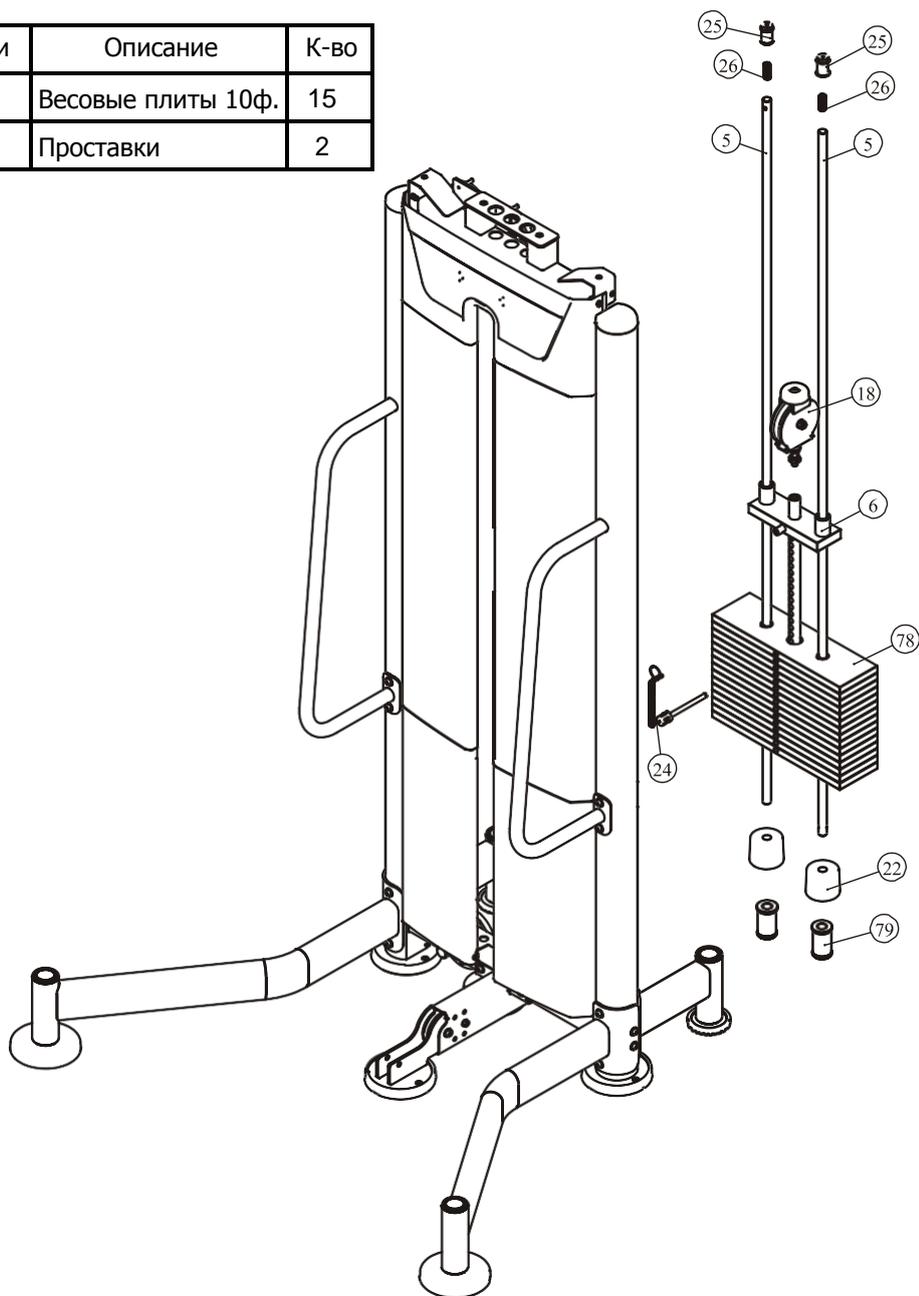
Этапы сборки

ШАГ 6

Сборка весового стека 160ф.

1. Для сборки используйте две направляющие $\Phi 19 \times 1953$ (#5), два резиновых амортизатора (#22), пятнадцать весовых плит весом по 10 ф. (#78), одну верхнюю плиту в сборе (#6), две проставки (#79). Собранный комплект прикрепите к раме весового стека (#1) используя: две втулки $\Phi 25 \times \Phi 19 \times 45$ (#25), две пружины (#26).
2. Прикрепите фиксатор грузов (#24) к верхней плите в сборе (#6).

| №. | Номер детали | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|------|
| 78 | FE97193100 | Весовые плиты 10ф. | 15 |
| 79 | FEWS01ASSY | Проставки | 2 |



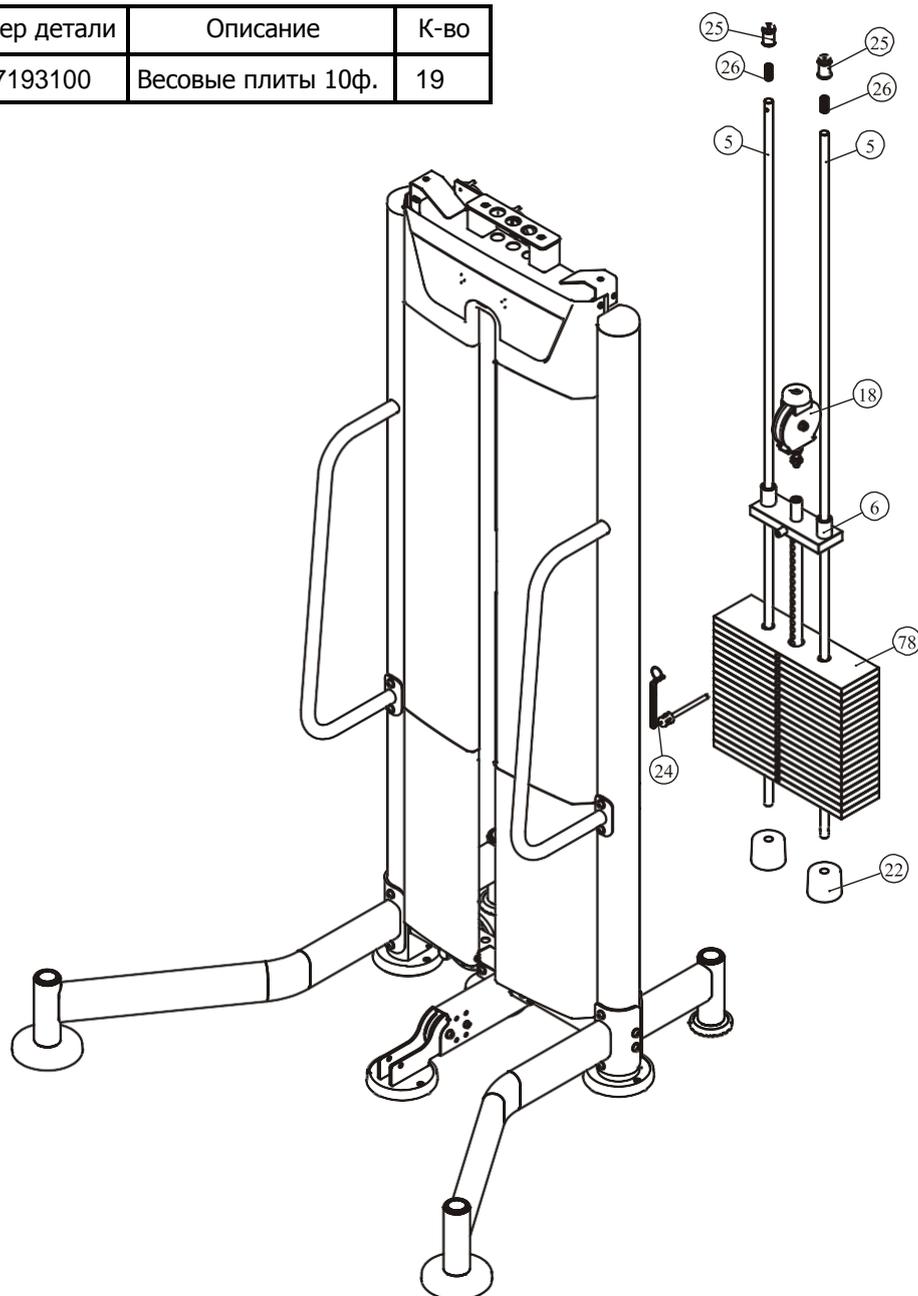
Этапы сборки

ШАГ 6

Сборка весового стека 200ф.

1. Для сборки используйте две направляющие $\Phi 19 \times 1953$ (#5), два резиновых амортизатора (#22), девятнадцать весовых плит весом по 10 ф. (#78), одну верхнюю плиту в сборе (#6). Собранный комплект прикрепите к раме весового стека (#1) используя: две втулки $\Phi 25 \times \Phi 19 \times 45$ (#25), две пружины (#26).
2. Прикрепите фиксатор грузов (#24) к верхней плите в сборе (#6).

| №. | Номер детали | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|------|
| 78 | FE97193100 | Весовые плиты 10ф. | 19 |



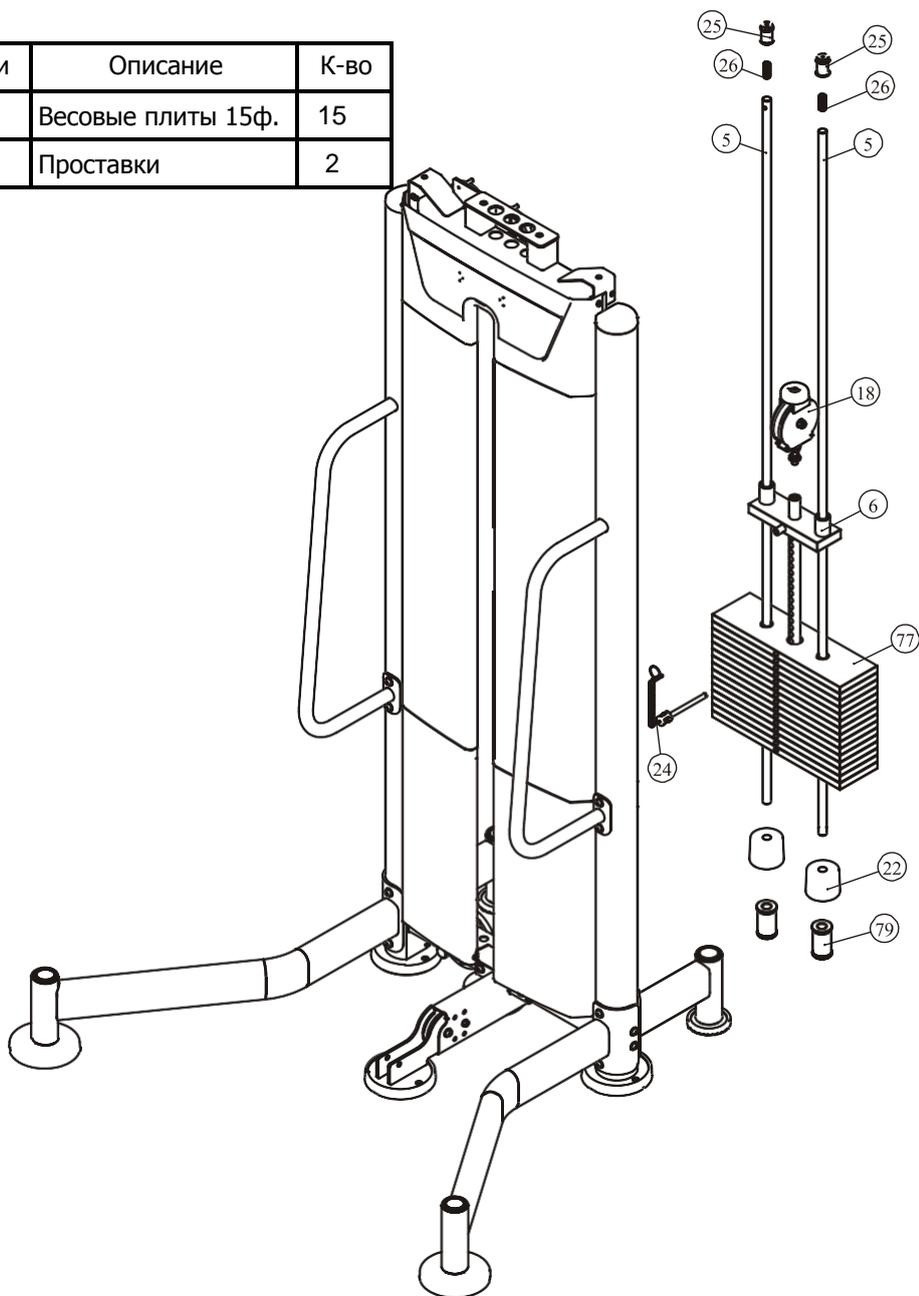
Этапы сборки

ШАГ 6

Сборка весового стека 235ф.

1. Для сборки используйте две направляющие $\Phi 19 \times 1953$ (#5), два резиновых амортизатора (#22), пятнадцать весовых плит весом по 15 ф. (#77), одну верхнюю плиту в сборе (#6), две проставки (#79). Собранный комплект прикрепите к раме весового стека (#1) используя: две втулки $\Phi 25 \times \Phi 19 \times 45$ (#25), две пружины (#26).
2. Прикрепите фиксатор грузов (#24) к верхней плите в сборе (#6).

| No. | Номер детали | Описание | К-во |
|-----|--------------|--------------------|------|
| 77 | FE97193200 | Весовые плиты 15ф. | 15 |
| 79 | FEWS01ASSY | Проставки | 2 |



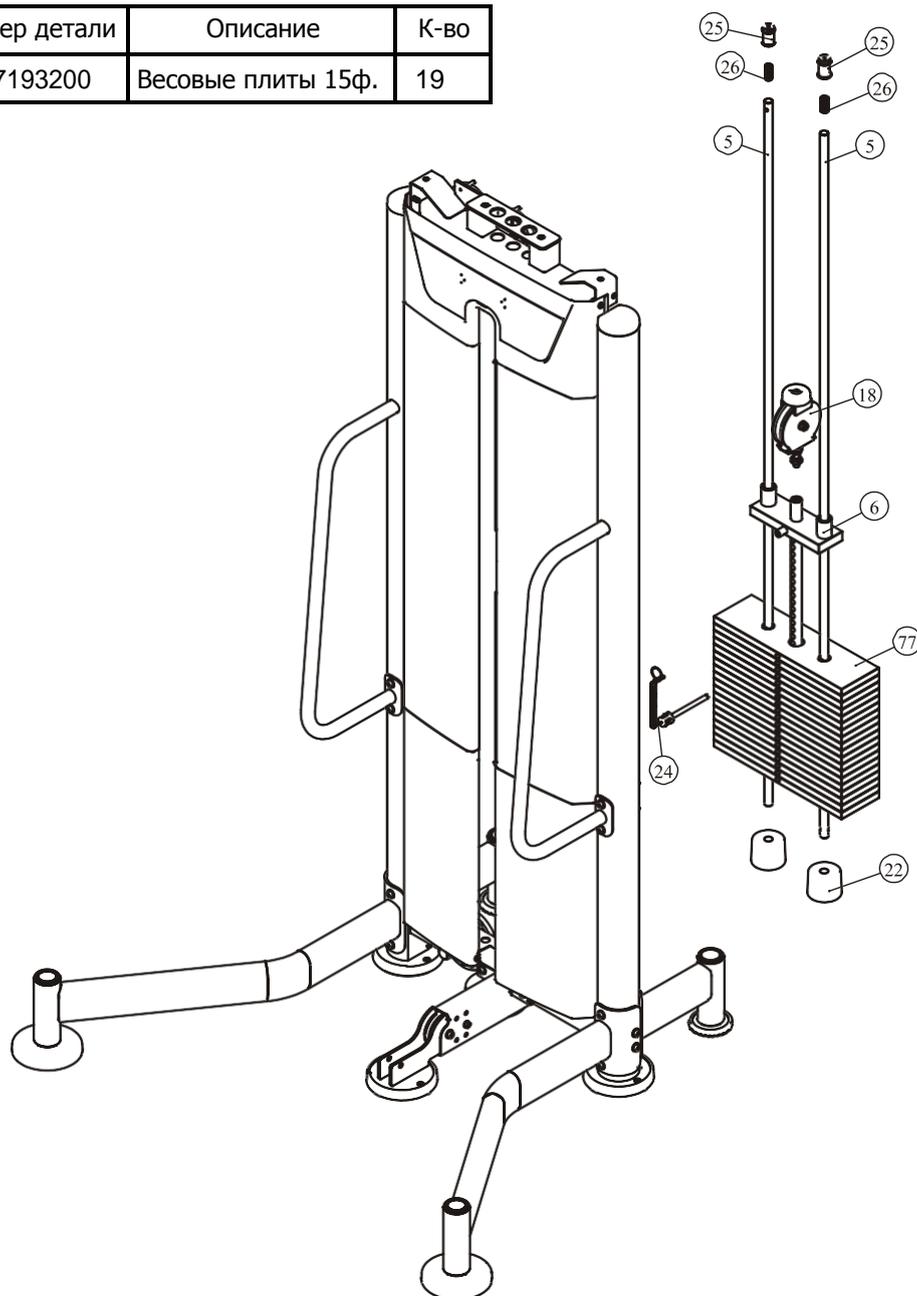
Этапы сборки

ШАГ 6

Сборка весового стека 295ф.

1. Для сборки используйте две направляющие $\Phi 19 \times 1953$ (#5), два резиновых амортизатора (#22) девятнадцать весовых плит весом по 15 ф. (#77), одну верхнюю плиту в сборе (#6). Собранный комплект прикрепите к раме весового стека (#1) используя: две втулки $\Phi 25 \times \Phi 19 \times 45$ (#25), две пружины (#26).
2. Прикрепите фиксатор грузов (#24) к верхней плите в сборе (#6).

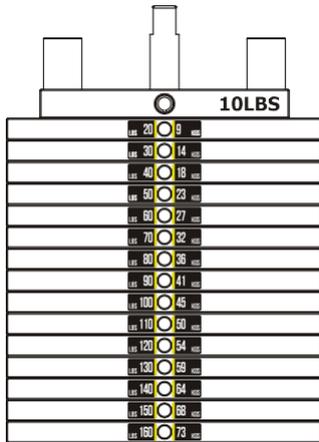
| №. | Номер детали | Описание | К-во |
|----|--------------|--------------------|------|
| 77 | FE97193200 | Весовые плиты 15ф. | 19 |



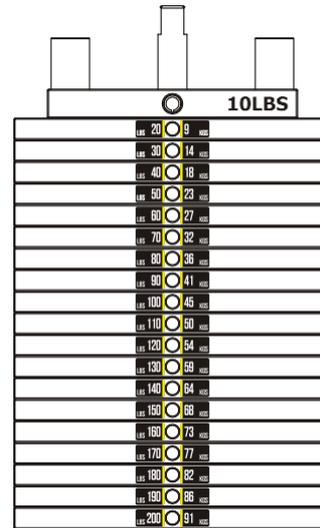
Этапы сборки

Схема расположения стикеров весовых плит

| | |
|-----|-----|
| 20 | 9 |
| 30 | 14 |
| 40 | 18 |
| 50 | 23 |
| 60 | 27 |
| 70 | 32 |
| 80 | 36 |
| 90 | 41 |
| 100 | 45 |
| 110 | 50 |
| 120 | 54 |
| 130 | 59 |
| 140 | 64 |
| 150 | 68 |
| 160 | 73 |
| 170 | 77 |
| 180 | 82 |
| 190 | 86 |
| 200 | 91 |
| 210 | 95 |
| 220 | 100 |
| 230 | 104 |

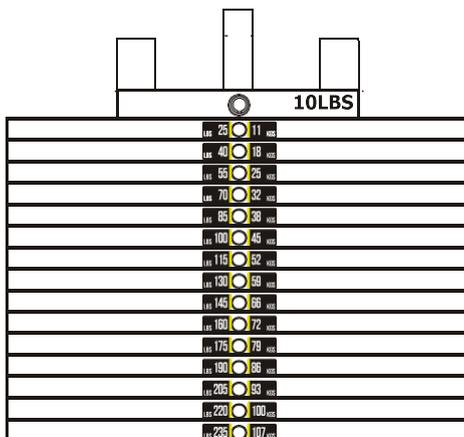


20-160ф.

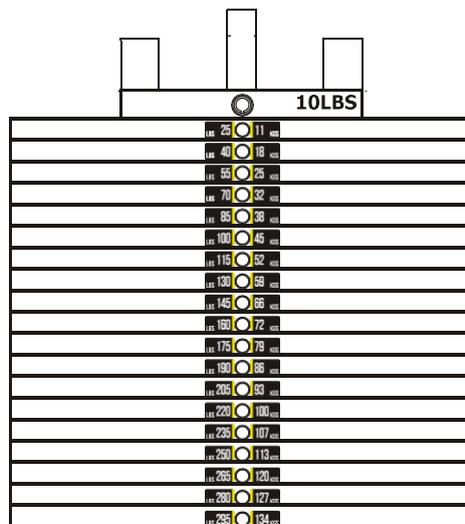


20-200ф.

| | |
|-----|-----|
| 25 | 11 |
| 40 | 18 |
| 55 | 25 |
| 70 | 32 |
| 85 | 38 |
| 100 | 45 |
| 115 | 52 |
| 130 | 59 |
| 145 | 66 |
| 160 | 72 |
| 175 | 79 |
| 190 | 86 |
| 205 | 93 |
| 220 | 100 |
| 235 | 107 |
| 250 | 113 |
| 265 | 120 |
| 280 | 127 |
| 295 | 134 |
| 310 | 141 |
| 325 | 147 |



25-235ф.



25-295ф.

Этапы сборки

ШАГ 7

1. Прикрепите верхнюю крышку (#4) к раме весового стека (#1) используя: два винта M6*20 CRPHS (#38), две заглушки Ф16.5*6.88 (#27).

Примечание: Не затягивайте болты.

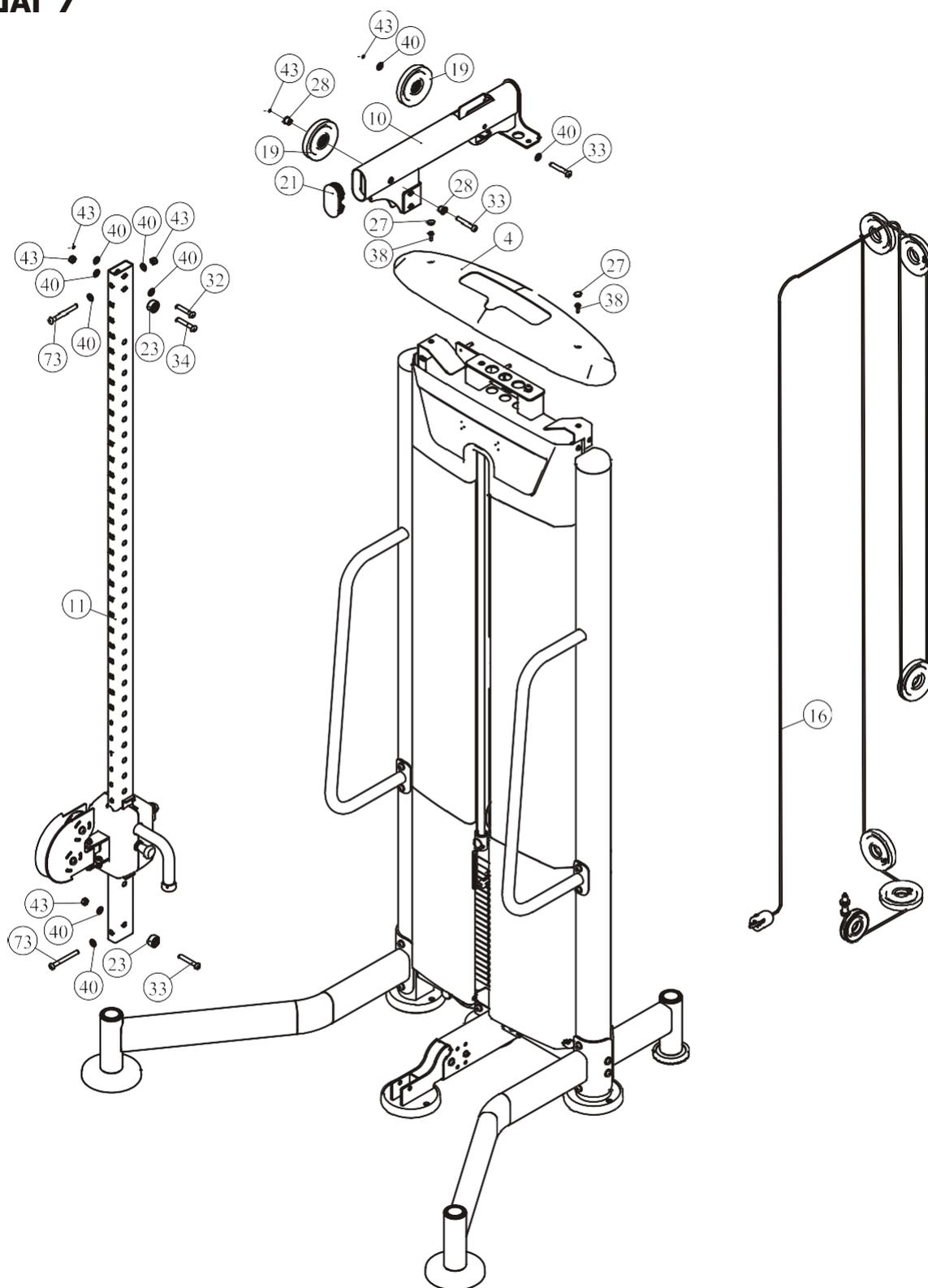
2. Прикрепите верхнюю раму (#10) к раме весового стека (#1) используя: два винта M10*25 SHCS (#36), две плоские шайбы Ф11*Ф20*2 (#40), две шайбы Ф10(#42).
3. Прикрепите направляющую (#11) к верхней раме (#10) и к нижней раме (#9) используя:
 - Один винт M10*55 SHCS (#32)
 - Один винт M10*65 SHCS (#33)
 - Один винт M10*60 SHCS (#34)
 - Два винта M10*95 SHCS (#73)
 - Семь плоских шайб Ф11*Ф20*2 (#40)
 - Четыре гайки M10 (#43)
 - Две втулки (#23)
4. Прикрепите трос (#16), следуя схеме на рисунке на стр 31.

Примечание: 1. Перед тем как прикрепить трос, вам необходимо извлечь болт при помощи шестигранного ключа S=3/16" (#70).

5. Прикрепите два ролика 4.5" (#19), к верхней раме (#10) используя: два винта M10*65 SHCS (#33)
 - Две втулки (#28)
 - Две плоские шайбы Ф11*Ф20*2 (#40)
 - Две гайки M10 (#43)
6. Прикрепите заглушку RT50*100 (#21) к верхней раме (#10).

Этапы сборки

ШАГ 7



Этапы сборки

ШАГ 8-1

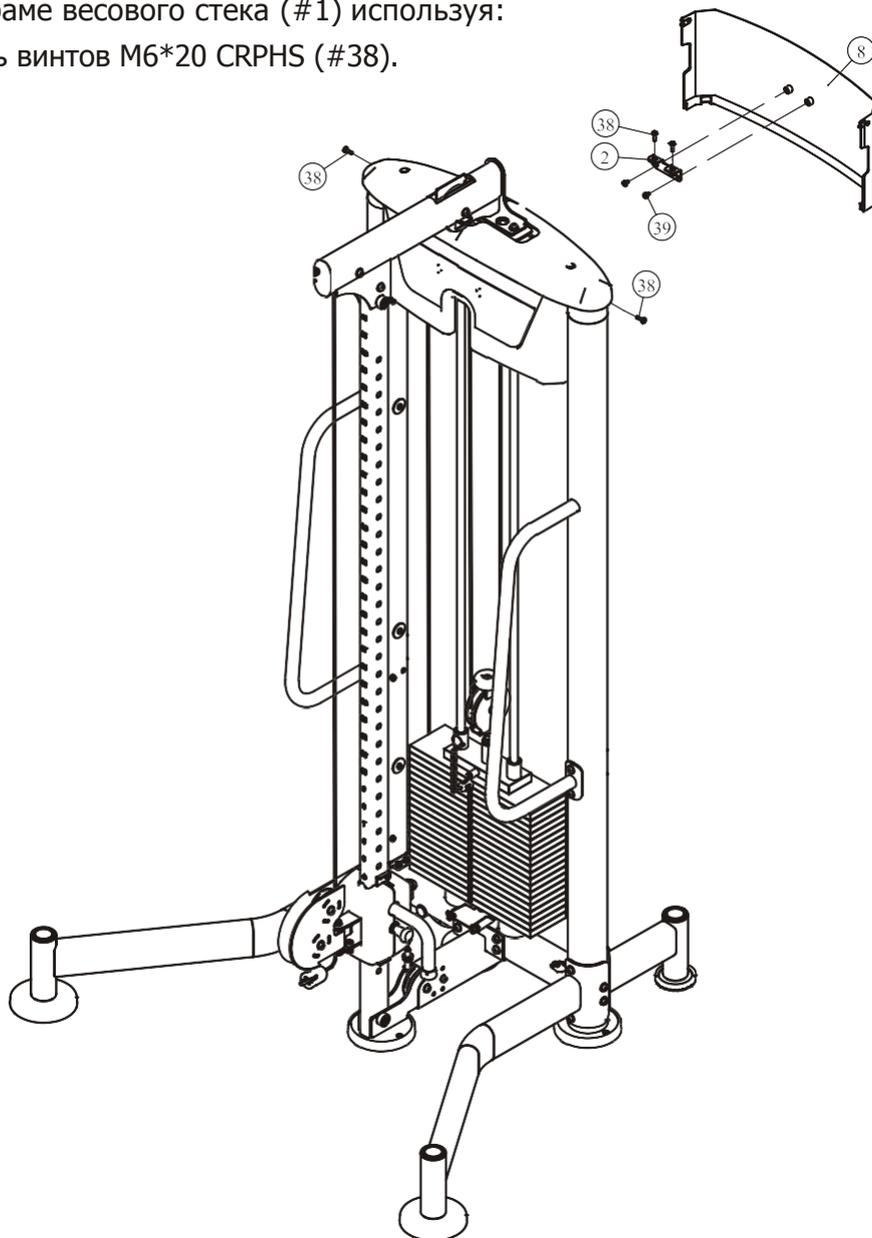
1. Прикрепите заднюю рамку к заднему кожуху (#8) используя:
два винта М6*10 CRPHS (#39)
2. Прикрепите задний кожух (#8) к раме весового стека используя:
четыре винта М6*20 CRPHS (#38).

Примечание:

1. Затяните болты, включая болты на верхней крышке #4.
2. **Внимание! В случае если предполагается установка зачехления на тренажер IT9525, следуйте рекомендациям, указанным в шаге 3 и 4.**

Прикрепите заднее металлическое зачехление (#46) и заднее зачехление (#49) к раме весового стека (#1) используя:

шесть винтов М6*20 CRPHS (#38).



Этапы сборки

ШАГ 8-2

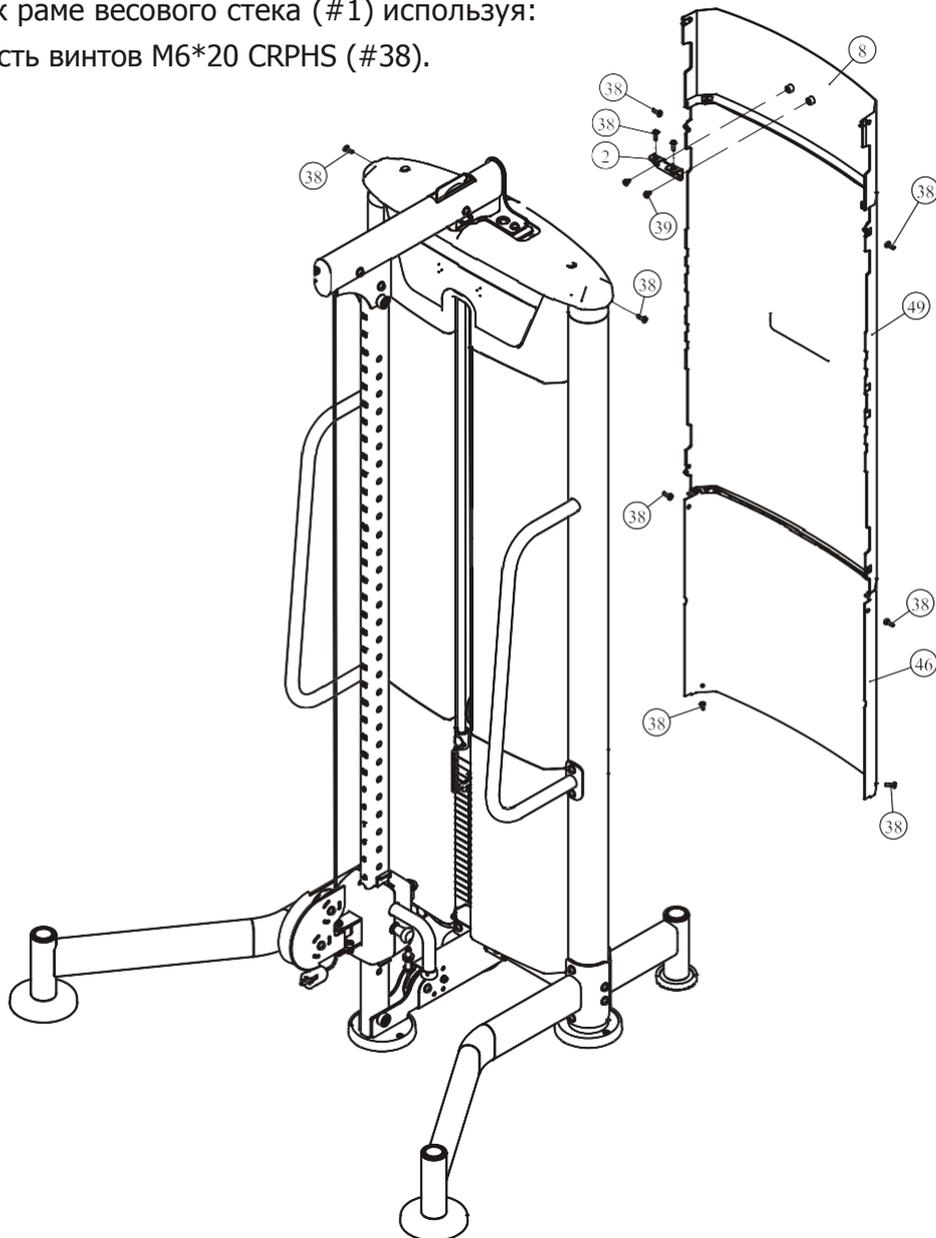
1. Прикрепите заднюю рамку к заднему кожуху (#8) используя:
два винта М6*10 CRPHS (#39)
2. Прикрепите задний кожух (#8) к раме весового стека используя:
четыре винта М6*20 CRPHS (#38)

Примечание:

3. Затяните болты, включая болты на верхней крышке #4.
4. **Внимание! В случае если предполагается установка зачехления на тренажер IT9525, следуйте рекомендациям, указанным в шаге 3 и 4.**

Прикрепите заднее металлическое зачехление (#46) и заднее зачехление (#49) к раме весового стека (#1) используя:

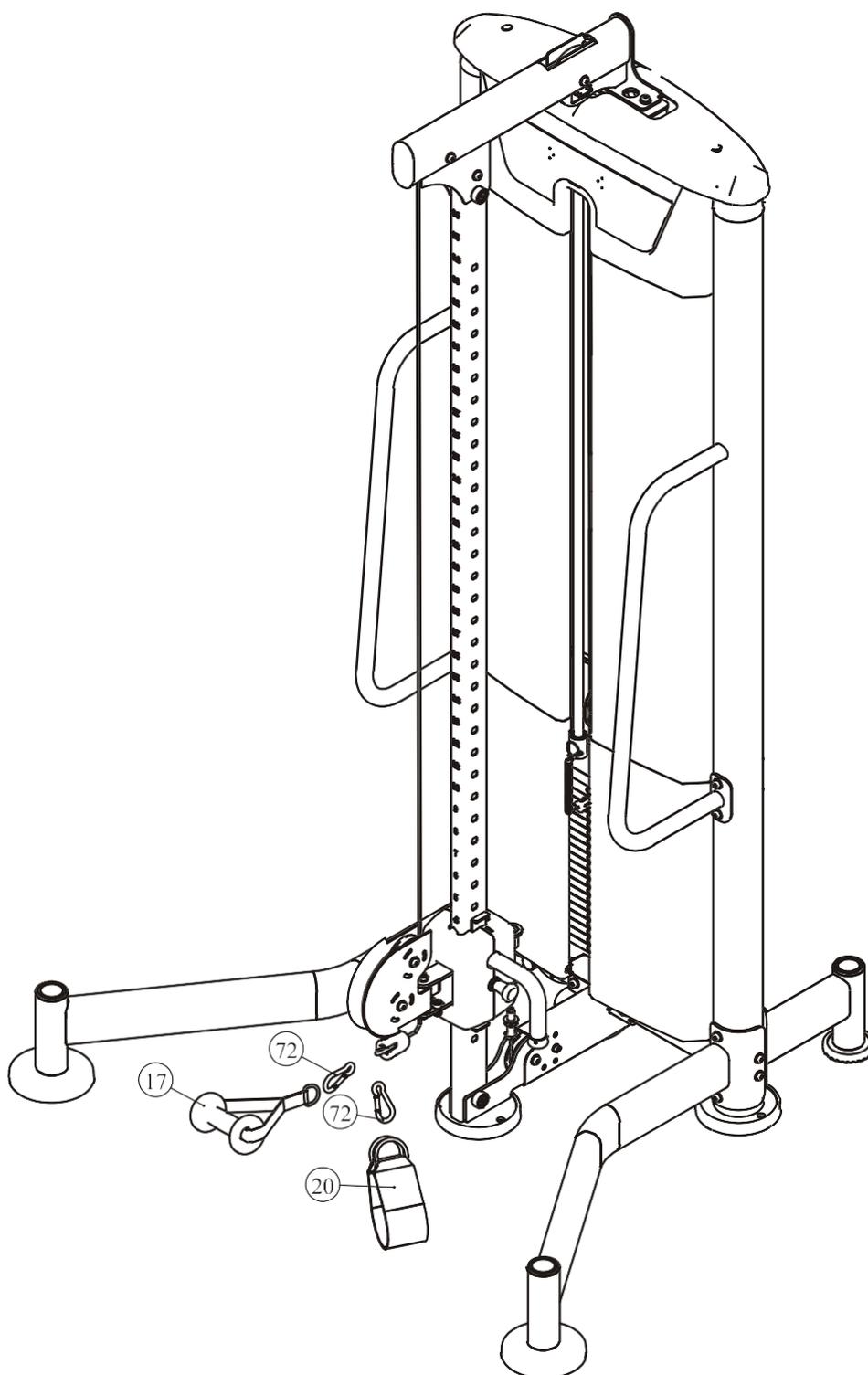
шесть винтов М6*20 CRPHS (#38).



Этапы сборки

ШАГ 9

Прикрепите рукоятку для тяги (#17), два карабина (#72), манжет для ног (#20) к тросу.



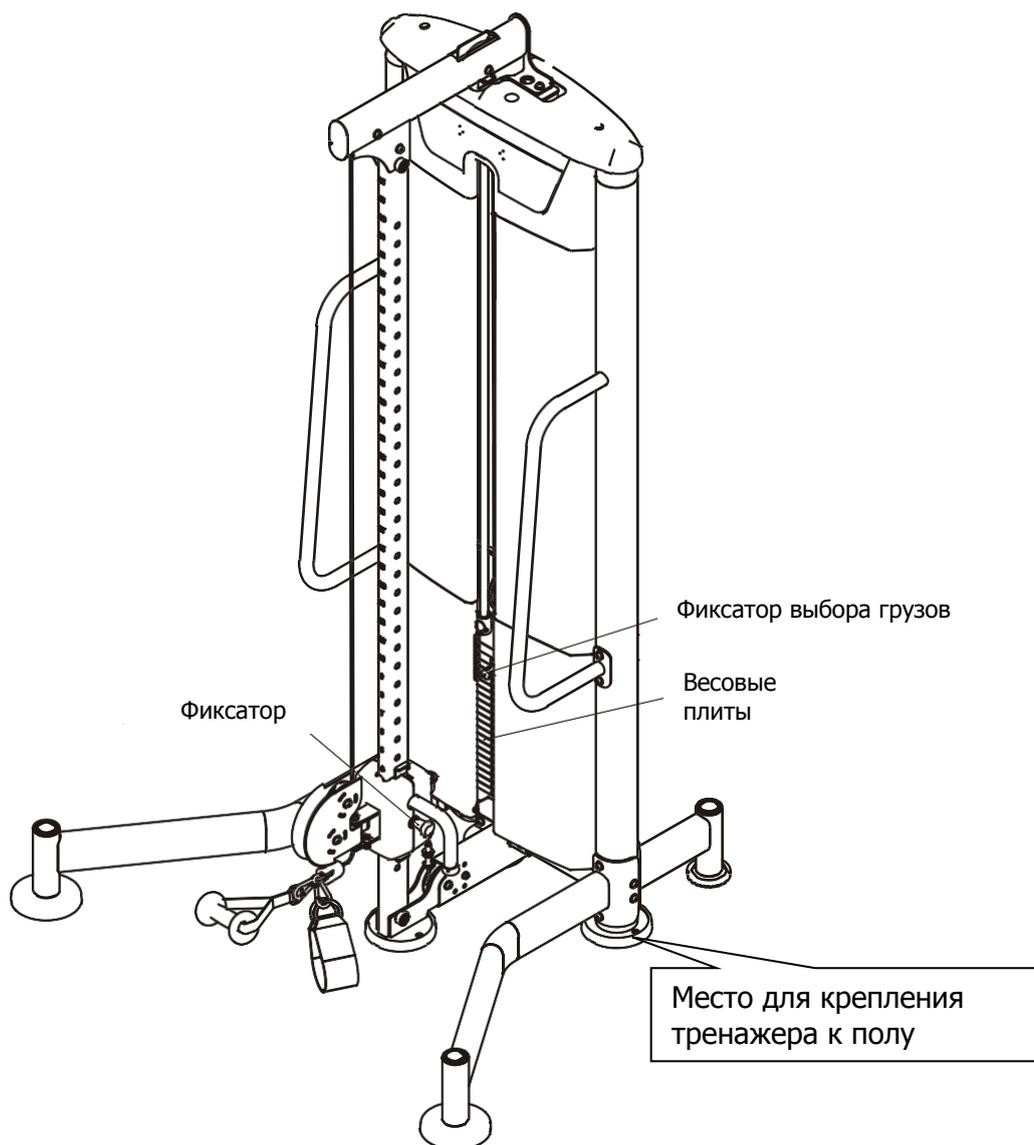
Инструкция по регулировке

Регулировка подвижного блока

1. Потяните за фиксатор, отрегулируйте положение подвижного блока.
2. Приведите фиксатор в исходное положение. Убедитесь, что фиксатор дошел до упора.

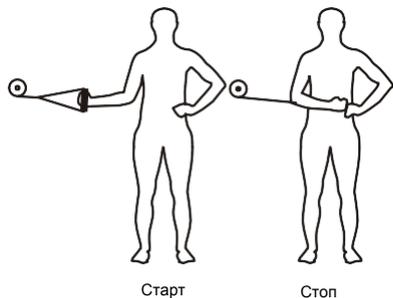
Выбор грузов

1. Выберите необходимый вес, согласно шкале весов, расположенной на весовых плитах. Вставьте селектор выбора грузов в отверстие весового стека.
2. Убедитесь, что фиксатор дошел до упора.

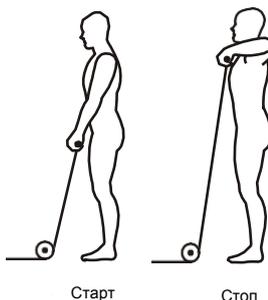


Техника выполнения упражнения

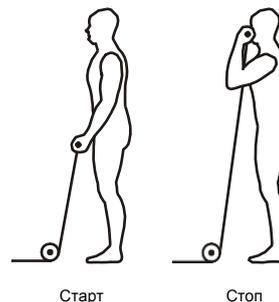
Вращение плеча внутрь



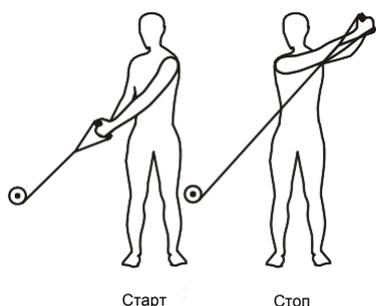
Тяга к подбородку



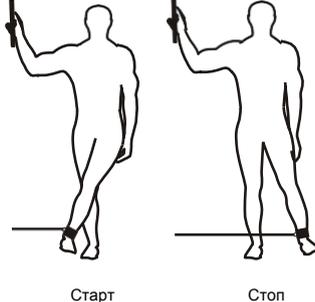
Бицепс



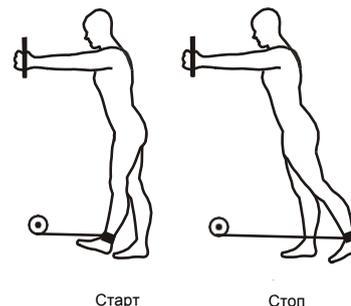
Вращение корпуса /снизу-вверх



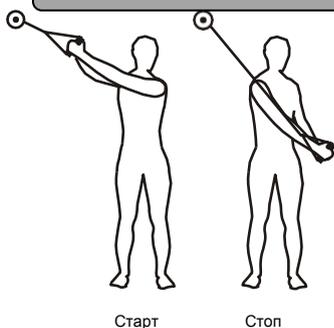
Отведение ноги в сторону



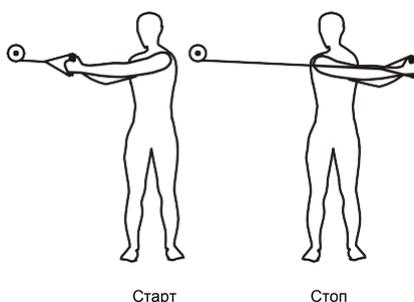
Отведение ноги назад



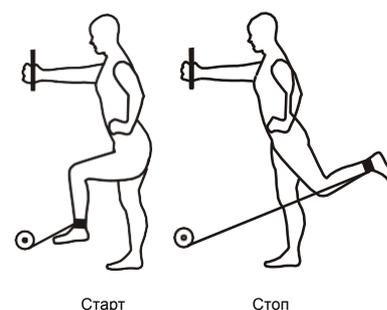
Вращение корпуса /сверху-вниз



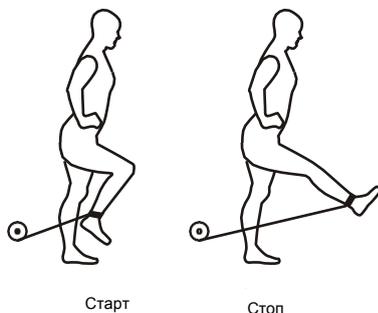
Повороты корпуса



Кик-бек



Разгибание ног



Инструкция

1. Выберите необходимый вес
2. Отрегулируйте положение подвижного блока
3. Используйте рукоятку для тяги или манжет для ног
4. Следите за плавностью движений

График технического обслуживания

| Типовая проверка | Коммерческое использование | Использование дома | ОТМЕТКИ | | | | | | |
|--|----------------------------|--------------------|---------|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | |
| Осмотр цепей и их соединений, фиксаторов грузов, карабинов, фиксаторов положения, шарнирных соединений | ЕЖЕДНЕВНО | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | | | | | | | |
| Чистка обивки | ЕЖЕДНЕВНО | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | | | | | | | |
| Проверка тросов, ремней и их натяжения | ЕЖЕДНЕВНО | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | | | | | | | |
| Осмотр поручней, рукояток, турников | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Проверка наличия наклеек | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Осмотр гаек и болтов, при необходимости их затяжка | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Проверка антискользящего покрытия | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Чистка и смазка Направляющих стержней весовых стеков, тефлоносодержащей или силиконовой смазкой | ЕЖЕМЕСЯЧНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Смазка пластиковых направляющих, линейных подшипников и втулок | ЕЖЕМЕСЯЧНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Эстетическая чистка гляцевых элементов | РАЗ В 6 МЕСЯЦЕВ | ЕЖЕГОДНО | | | | | | | |
| Обновление литиевой смазки в линейных подшипниках | РАЗ В 6 МЕСЯЦЕВ | ЕЖЕГОДНО | | | | | | | |
| Замена тросов, ремней и соединительных частей | ЕЖЕГОДНО | РАЗ В 3 ГОДА | | | | | | | |

Данный тренажер предназначен для коммерческого использования, соответственно должен обслуживаться согласно графику для коммерческого использования.

Общая информация о техническом обслуживании

Цепи и их соединения, Фиксаторы грузов, Карабины, Фиксаторы положения, Шарнирные соединения, Пружины:

Проверьте все вышеперечисленные детали на предмет износа или повреждения.

Проверьте пружины в фиксаторах положения, если пружина растянулась, необходимо ее заменить.

Обивка:

Для продления срока службы обивки и в целях соблюдения гигиены, обивку необходимо протирать влажной тряпкой, каждый раз после завершения тренировки.

Периодически необходимо проводить полную чистку обивки, используя мягкое мыло или специальное средство, предназначенное для чистки винила.

После чистки производитель рекомендует использовать специальное средство по уходу за покрытиями из винила или ПВХ. Не используйте абразивные чистящие средства или другие средства, не предназначенные для ухода за винилом.

Порванную или потрескавшуюся обивку необходимо заменить. Держите острые или режущие предметы вдали от валиков и сидений.

Наклейки:

Каждая наклейка содержит первичную информацию о технике безопасности, а также другую пользовательскую информацию.

Гайки и болты:

Осмотрите затянуты ли все гайки и болты, при необходимости затяните.

Периодически необходимо производить повторное затягивание болтов и гаек, во избежание расшатывания деталей.

Антискользящая поверхность:

Упоры для ног покрыты специальным покрытием, которое препятствует проскальзыванию ног во время тренировки, если покрытие износилось или истерлось его необходимо заменить.

Ремни и тросы:

Данный тренажер укомплектован высококачественными ремнями и тросами.

Необходимо проводить периодический визуальный осмотр ремней и тросов, на предмет наличия трещин, царапин заусенцев.

Когда тренажер не используется, возьмитесь двумя пальцами за трос и проведите по всей длине торса. Это позволит проверить выпуклости и вмятины на тросе.

Необходимо немедленно производить замену тросов и ремней при появлении первых признаков истирания и износа. Не используйте оборудование с изношенными тросами.

Натяжение ремней и тросов:

Проверьте правильное положение тросов, (обратитесь к инструкции по сборке) а также проверьте затянуты ли болты и надежность фиксации самих тросов.

Проверьте не провисает ли трос, при необходимости отрегулируйте натяжение.

Втулки, Направляющие стержни:

Удалите тряпкой грязь и пыль с направляющих стержней, перед нанесением смазки.

Нанесите силикон или специальный спрей на втулки и направляющие стержни.

Линейные подшипники:

Перед сборкой/при проведении тех. обслуживания извлеките линейные подшипники и нанесите смазку во внутреннюю часть подшипника, при помощи трубки-удлинителя, вдавив смазку в шарики.

Используйте вышеуказанные рекомендации во время проведения профилактических работ и технического обслуживания.

Общие рекомендации

Перед началом использования тренажера внимательно ознакомьтесь со всей инструкцией по эксплуатации или пройдите вводный инструктаж. Для достижения максимального результата, а также во избежание повреждений и травм необходимо получить персональную консультацию от фитнес-тренера и следовать его рекомендациям.

Для достижения видимого результата от выполнения силовых упражнений необходимо знать и соблюдать общие основы методик тренировок. Не спешите приступать к выполнению упражнений без первоначальных знаний.

Перед тем как начать тренировку на силовом тренажере необходимо сделать разминку. Растяжка, йога, бег трусцой, гимнастика или другие кардио упражнения помогут разогреть мышцы и подготовить их для силовых нагрузок.

Прежде чем устанавливать слишком тяжелый вес, необходимо проконсультироваться с фитнес инструктором. Для тренировки правильных групп мышц следите за положением тела во время тренировки.

Не превышайте свои физические возможности. Если у вас нет опыта или Вы приступили к тренировке после длительного перерыва, во избежание получения увечий и травм, увеличивайте веса постепенно.

Контролируйте дыхание во время тренировки и не задерживайте его.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Вы стали обладателем профессионального тренажера IT9525 от Impulse.

Наша команда призвана сделать Ваши тренировки интересными и полезными, предоставляя подробную информацию и поддержку, на которую Вы всегда можете рассчитывать. Благодарим Вас за приобретение высококачественного тренажера и желаем успешных тренировок!

Тренажеры AEROFIT проходят многоступенчатое тестирование, чтобы максимально снизить возможность брака и гарантировать бесперебойные продолжительные тренировки в течение длительного времени.

Если Вам нужна помощь в настройке тренажеров AEROFIT или пришло время проводить периодическое сервисное обслуживание, просим связаться с официальным сервисным центром AEROFIT по контактной информации, указанной ниже:

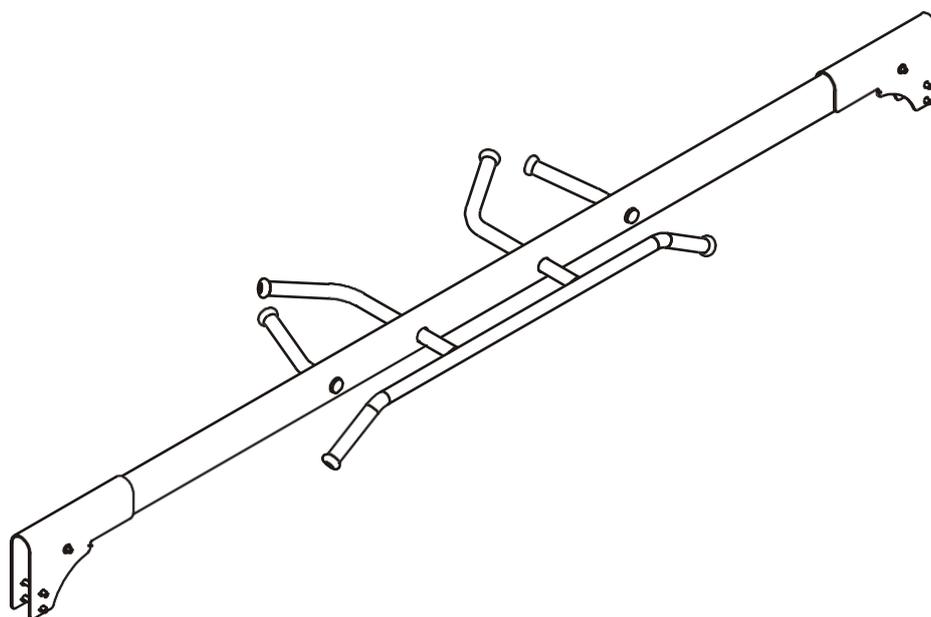
Тел.: 8(800) 777-70-70 (многоканальный)

Электронный адрес: aerofit2013@yandex.ru

Согласно статистическим данным, профессиональное регулярное обслуживание тренажеров продлевает срок службы оборудования минимум в 2 раза и тем самым значительно экономит Ваши деньги.

**ООО «СпортРус»
Официальный представитель AEROFIT и Impulse
на территории Российской Федерации и СНГ
РФ, Московская область,
Ленинский район, пос. Горки Ленинские
ул. Западная, вл.1, стр.1
Территория складского комплекса
"АБК "ТЕХНОПАРК М-4"
8(800) 777-70-70
www.aerofit.ru**





IT9527OPT

**Опция-турник для IT9327 и IT9325
(Средняя часть блочной рамки)**

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

ВНИМАНИЕ!

Любая часть информации, содержащаяся в данном руководстве пользователя, может быть изменена без предварительного уведомления. Актуальная информация отражена на официальном сайте поставщика оборудования ООО «СпортРус»: www.aerofit.ru. Производитель оставляет за собой право вносить изменения без предупреждения в конструкцию изделия, не ухудшающие его потребительских свойств.

Содержание

| | |
|---|----|
| Инструкция по технике безопасности | 3 |
| Общие рекомендации по сборке | 5 |
| Сборочный чертеж и список деталей | 6 |
| Тип крепежа | 8 |
| Инструкция по сборке | 9 |
| Варианты применения турника | 10 |
| График технического обслуживания | 13 |
| Общая информация о техническом обслуживании | 14 |
| Общие рекомендации | 15 |

ПОКУПАТЕЛЬ НЕСЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА:

- изучение и соблюдение правил прилагаемого руководства пользователя
 - информирование и инструктаж лиц, являющихся конечными пользователями и лиц, относящихся к обслуживающему персоналу, о содержании данного руководства в части надлежащего использования, эксплуатации и обслуживания.
-

Инструкция по технике безопасности

Перед началом тренировки, необходимо пройти физическое обследование у врача. Помните, что неправильные или чрезмерные тренировки могут закончиться травмами или нанести вред здоровью. Во избежание травм или любого увечья, внимательно прочитайте инструкцию по технике безопасности, прежде чем приступить к занятиям.

1. Ознакомьтесь внимательно с пунктами, описанными в инструкции и соблюдайте их в процессе эксплуатации.
2. Используйте тренажер только по его прямому назначению, описанному в инструкции. Не используйте приспособления, не рекомендованные производителем.
3. Тренажер следует устанавливать на ровной устойчивой поверхности, оставляя вокруг не менее 60-ти см свободного пространства при полной амплитуде движения составных частей тренажера, для обеспечения полного доступа. Тренажер предназначен для занятий в закрытых помещениях, не используйте тренажер на открытом воздухе.
4. В целях безопасности рама весового стека имеет отверстия для крепления к полу. Для обеспечения устойчивости и предотвращения раскачивания или опрокидывания необходимо прикрепить тренажер к полу.
5. Не подпускайте детей, а также лиц с ограниченными способностями, к тренажеру. Подростки должны тренироваться под присмотром тренера.
6. Помните, что неправильные или чрезмерные тренировки могут закончиться травмами или нанести вред здоровью. Если во время тренировки Вы почувствовали неприятные ощущения или боль, прекратите тренировку и обратитесь к врачу.
7. Никогда не используйте неправильно собранное или поврежденное оборудование. Не засоряйте и не вставляйте посторонние предметы в отверстия в тренажере.
8. Всегда проверяйте оборудование и стальные тросы перед эксплуатацией. Убедитесь, что все крепежи и стальные тросы безопасны находятся в пригодном состоянии.
9. Потертые или изношенные стальные тросы при разрыве могут быть причиной травм и увечий. Необходимо проверять состояние стальных тросов на наличие признаков износа.
10. Не пытайтесь поднять вес больше ваших физических возможностей.
11. Будьте внимательны при посадке и выходе из тренажера.
12. Для тренировки надевайте соответствующую спортивную одежду и обувь. Не одевайте слишком широкую или длинную одежду. Длинные волосы необходимо собрать в пучок.

Инструкция по технике безопасности

Меры предосторожности во время сборки

Ознакомьтесь внимательно с этапами сборки, описанными в инструкции и следуйте им в строгой последовательности.

Сборка и эксплуатация оборудования должны производиться на твердой ровной поверхности. Во время сборки держите детали тренажера подальше от стен и мебели.

Характеристики

Класс: S

Макс. весовой стек: 150 кг / 330 ф.

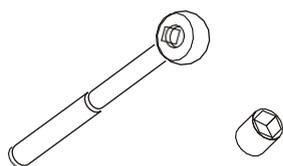
Габариты ДхШхВ: 2850 x 490 мм

Вес опции: 27,5 кг

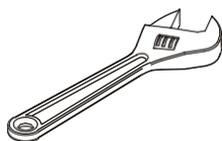
Общие рекомендации по сборке

Внимательно сверьте список деталей с фактическими деталями, находящимися в заводской упаковке. При заказе запасных частей используйте номер детали и описание из инструкции. Для заказа запчастей необходимо обратиться к официальному представителю. После сборки проверьте правильно ли работают все части тренажера. При возникновении неполадок, сначала проверьте правильность сборки согласно инструкции, при условии, если сборка была самостоятельной. Если проблему не удалось решить, обратитесь к официальному представителю. При обращении в сервисную службу необходимо назвать серийный номер тренажера.

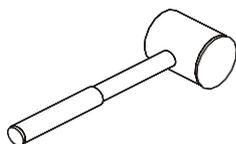
Инструменты для сборки



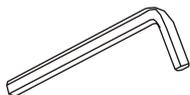
Ключ-трещетка с головкой



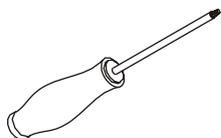
Разводной ключ



Резиновый молоток



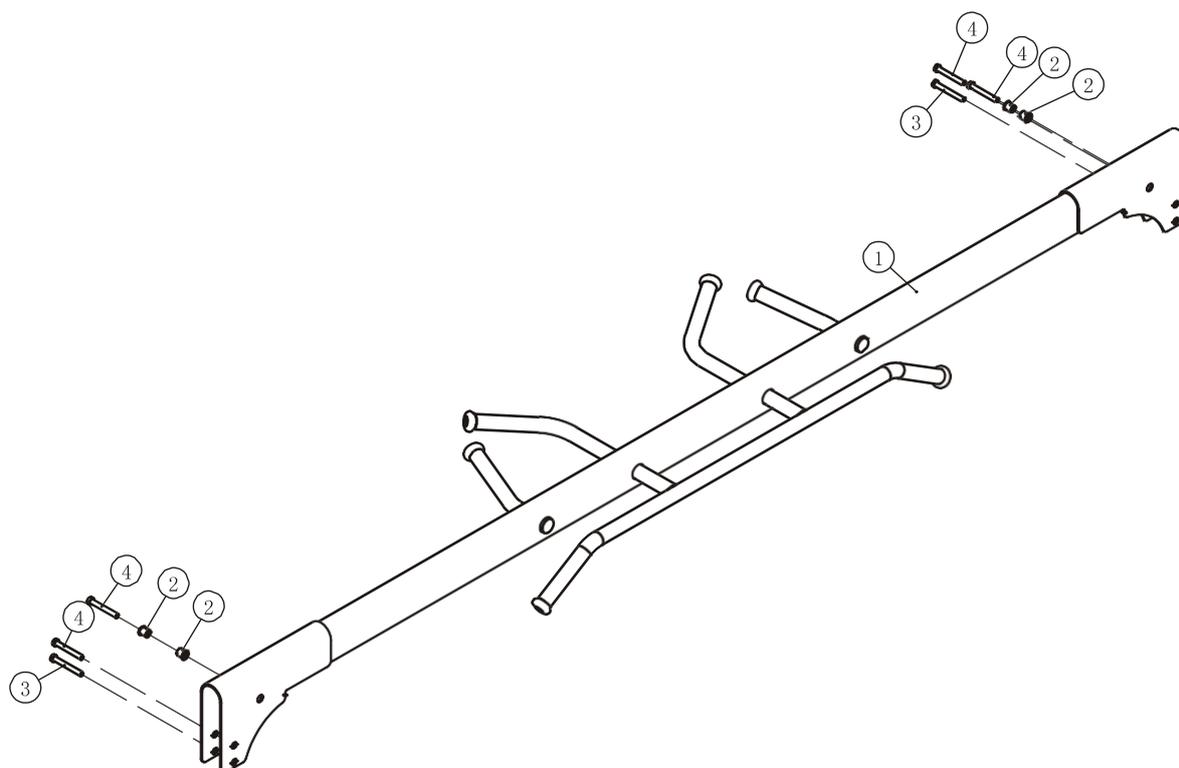
Набор шестигранных ключей



Отвертка

Список деталей и сборочный чертеж

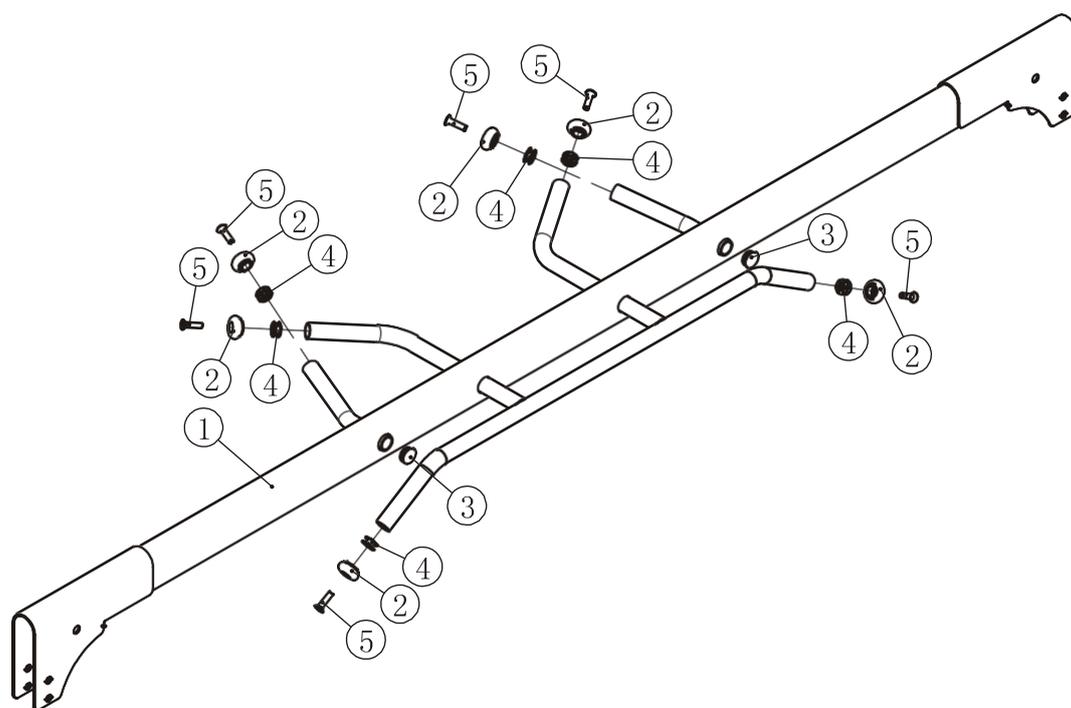
Общий список



| №. | Деталь | Описание | К-во |
|----|------------------|---------------------------|------|
| 1 | IT9527OPT01ASSY | Опция-турник (соед. рама) | 1 |
| 2 | PS10002000 | Проставки | 4 |
| 3 | GB70BTM10*80DN18 | SHCS винт M10*80 | 2 |
| 4 | GB70BTM10*75DN18 | SHCS винт M10*75 | 4 |

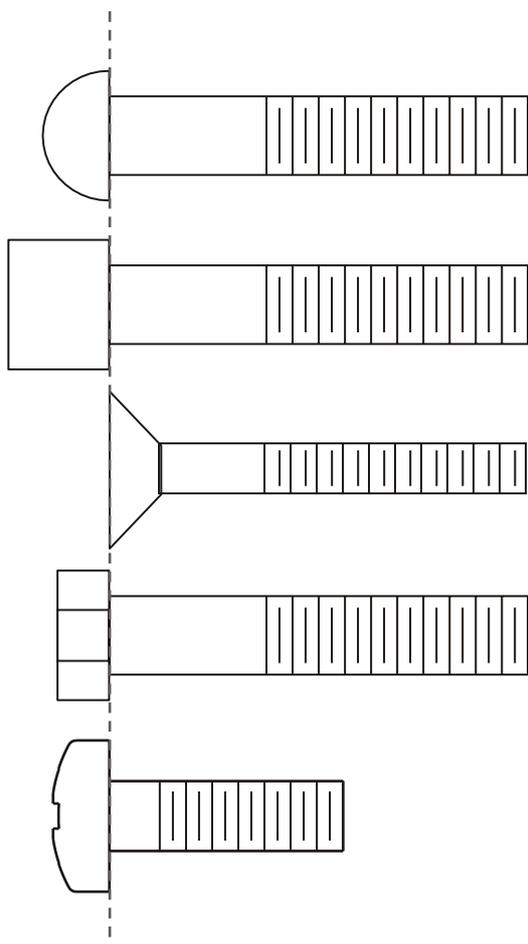
Список деталей и сборочный чертеж

Соединительная рама



| №. | Номер детали | Деталь | Описание | К-во |
|----|--------------|----------------|----------------------|------|
| 1 | 1.1 | IT9527OPT0100 | Соединительная рама | 1 |
| 2 | 1.2 | IT9030B9500 | Алюминиевые заглушки | 6 |
| 3 | 1.3 | BNH0573 | заглушки Ф32 | 2 |
| 4 | 1.4 | IF81212700 | Гайки М10 | 6 |
| 5 | 1.5 | CNLM10*40N19NL | FHCS винт М10*40 | 6 |

Тип крепежа



BHCS = Винт с полукруглой головкой

SHCS = Винт с внутренним шестигранником

FHCS = Винт с плоской головкой

HNB = Болт с шестигранной головкой

CRPHS = Винт с цилиндрической головкой



| Диаметр болтов (мм/дюймы) | M6(1/4") | M8(5/16") | M10(3/8") | M12(1/2") | M16(5/8") |
|-------------------------------------|-----------------|---------------------------------|---------------------|---|---------------|
| Крутящий момент затяжки (N.m) | 9~12 | 22~30 | 45~59 | 78~104 | 193~257 |
| Виды приложенного усилия | Усилие запястья | Усилие запястья и предплечья | Усилие всей руки | Усилие всей руки и верхней части тела | Со всей силой |

Инструкция по сборке



ВНИМАНИЕ

Для монтажа оборудования производитель рекомендует обратиться к профессиональным сборщикам.

Примерное время сборки тренажера составляет 2 часа. Если вы производите сборку самостоятельно, это займет больше времени. Сборка должна осуществляться двумя людьми, в целях безопасности не собирайте тренажер в одиночку.

После сборки проверьте правильно ли работают все части тренажера. При возникновении неполадок, сначала проверьте правильность сборки согласно инструкции, при условии, если сборка была самостоятельной. Если проблему не удалось решить, обратитесь к официальному представителю. При обращении в сервисную службу необходимо назвать серийный номер тренажера. Проверьте все детали прежде чем начать сборку.

До окончательной сборки тренажера не рекомендуется затягивать болты слишком сильно. Будьте внимательны при сборке, соблюдайте последовательность сборки согласно инструкции.

Варианты применения турника

Кроссовер: IT9525 + IT9525 + IT9527OPT

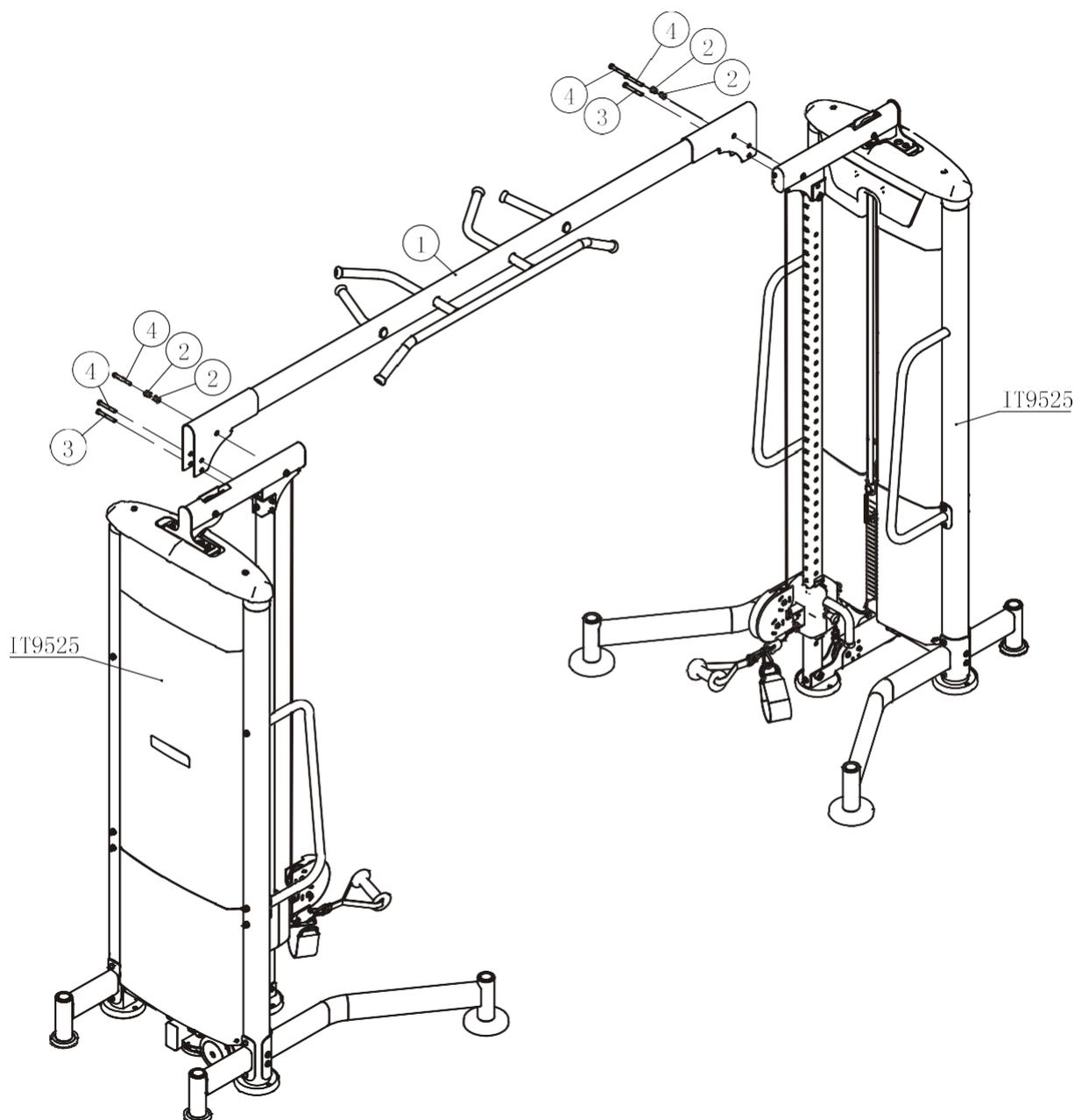
Прикрепите турник IT9527OPT (#1) к IT9525 & IT9525 используя крепежные детали, указанные ниже IT9525:

две проставки $\Phi 20 \times \Phi 10.5 \times 18.5$ (#2)

два винта M10*80 SHCS (#3)

четыре винта M10*75 SHCS (#4)

Примечание: Затяните болты и гайки.



Варианты применения турника

5-ти стековый тренажерный комплекс: IT9525 + IT9527 + IT9527OPT

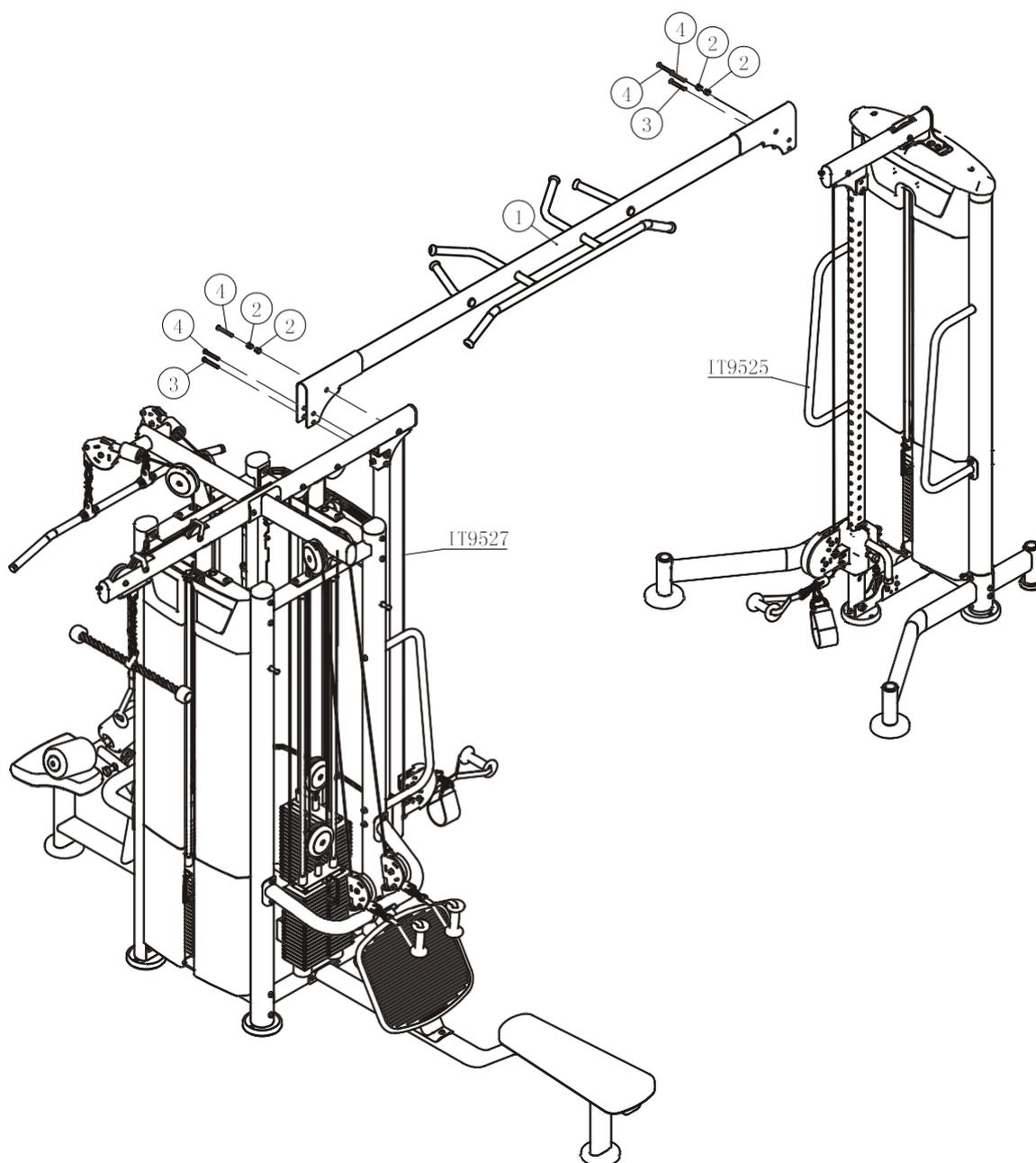
Прикрепите IT9527OPT (#1) к IT9525 & IT9527 используя крепежные детали указанные ниже IT9525 и IT9527:

две проставки $\Phi 20 \times \Phi 10.5 \times 18.5$ (#2)

два винта M10*80 SHCS (#3)

четыре M10*75 SHCS (#4)

Примечание: Затяните болты и гайки.



Варианты применения турника

8-ти стековый тренажерный комплекс: IT9527 + IT9527 + IT9527OPT

Прикрепите IT9527OPT (#1) к IT9527 & IT9527 используя крепежные детали указанные ниже IT9527:

две проставки $\Phi 20 \times \Phi 10.5 \times 18.5$ (#2)

два винта M10*80 SHCS (#3)

четыре винта M10*75 SHCS (#4)

Примечание: Затяните болты и гайки.

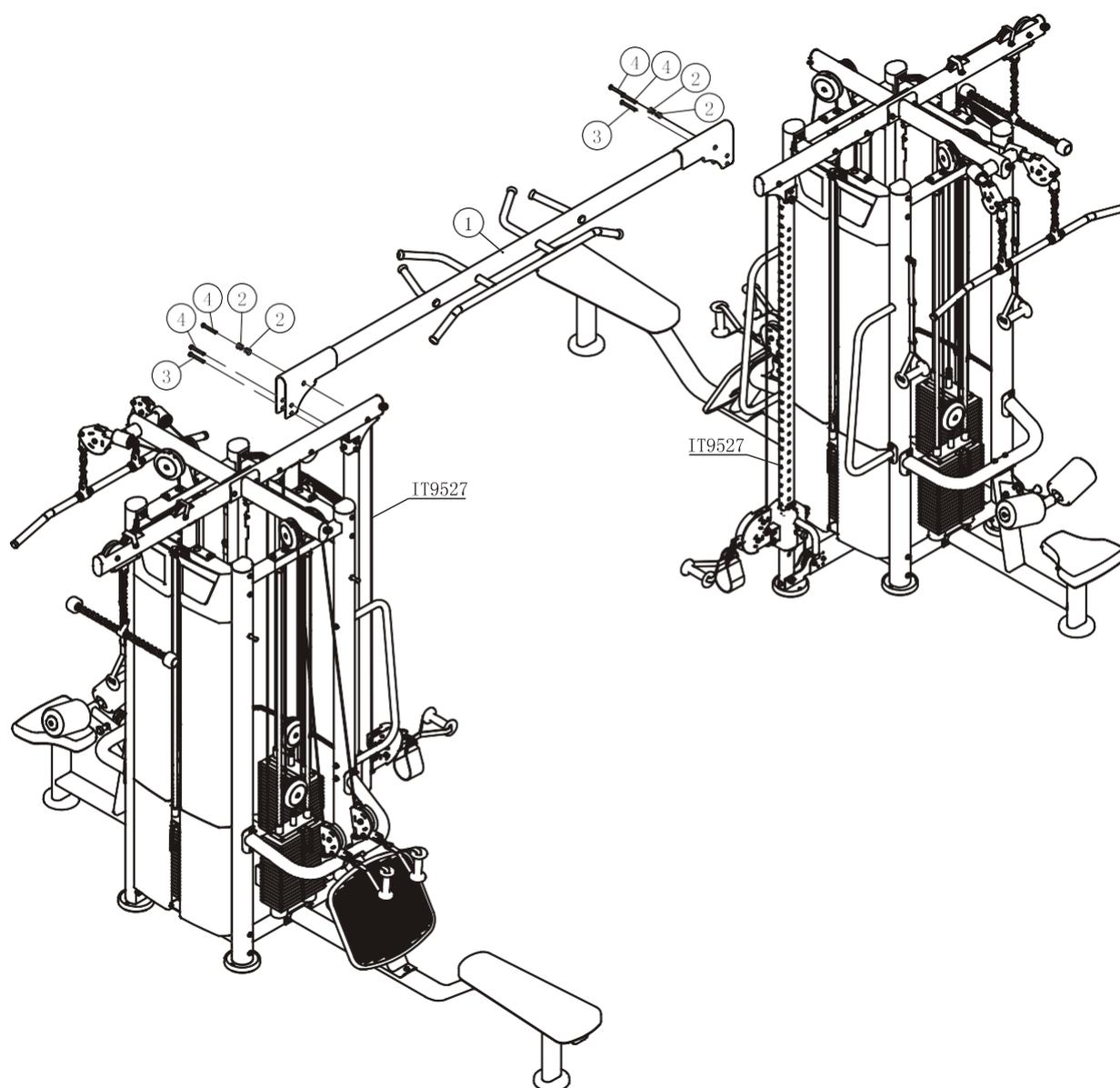


График технического обслуживания

| Типовая проверка | Коммерческое использование | Использование дома | ОТМЕТКИ | | | | | | |
|--|----------------------------|--------------------|---------|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | |
| Осмотр цепей и их соединений, фиксаторов грузов, карабинов, фиксаторов положения, шарнирных соединений | ЕЖЕДНЕВНО | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | | | | | | | |
| Чистка обивки | ЕЖЕДНЕВНО | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | | | | | | | |
| Проверка тросов, ремней и их натяжения | ЕЖЕДНЕВНО | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | | | | | | | |
| Осмотр поручней, рукояток, турников | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Проверка наличия наклеек | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Осмотр гаек и болтов, при необходимости их затяжка | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Проверка антискользящего покрытия | ЕЖЕНЕДЕЛЬНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Чистка и смазка Направляющих стержней весовых стеков, тефлоносодержащей или силиконовой смазкой | ЕЖЕМЕСЯЧНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Смазка пластиковых направляющих, линейных подшипников и втулок | ЕЖЕМЕСЯЧНО | РАЗ В 3 МЕСЯЦА | | | | | | | |
| Эстетическая чистка гляцевых элементов | РАЗ В 6 МЕСЯЦЕВ | ЕЖЕГОДНО | | | | | | | |
| Обновление литиевой смазки в линейных подшипниках | РАЗ В 6 МЕСЯЦЕВ | ЕЖЕГОДНО | | | | | | | |
| Замена тросов, ремней и соединительных частей | ЕЖЕГОДНО | РАЗ В 3 ГОДА | | | | | | | |

Данный тренажер предназначен для коммерческого использования, соответственно должен обслуживаться согласно графику для коммерческого использования.

Общая информация о техническом обслуживании

Цепи и их соединения, Фиксаторы грузов, Карабины, Фиксаторы положения, Шарнирные соединения, Пружины:

Проверьте все вышеперечисленные детали на предмет износа или повреждения.

Проверьте пружины в фиксаторах положения, если пружина растянулась, необходимо ее заменить.

Обивка:

Для продления срока службы обивки и в целях соблюдения гигиены, обивку необходимо протирать влажной тряпкой, каждый раз после завершения тренировки.

Периодически необходимо проводить полную чистку обивки, используя мягкое мыло или специальное средство, предназначенное для чистки винила.

После чистки производитель рекомендует использовать специальное средство по уходу за покрытиями из винила или ПВХ. Не используйте абразивные чистящие средства или другие средства, не предназначенные для ухода за винилом.

Порванную или потрескавшуюся обивку необходимо заменить. Держите острые или режущие предметы вдали от валиков и сидений.

Наклейки:

Каждая наклейка содержит первичную информацию о технике безопасности, а также другую пользовательскую информацию.

Гайки и болты:

Осмотрите затянуты ли все гайки и болты, при необходимости затяните.

Периодически необходимо производить повторное затягивание болтов и гаек, во избежание расшатывания деталей.

Антискользящая поверхность:

Упоры для ног покрыты специальным покрытием, которое препятствует проскальзыванию ног во время тренировки, если покрытие износилось или истерлось его необходимо заменить.

Ремни и тросы:

Данный тренажер укомплектован высококачественными ремнями и тросами.

Необходимо проводить периодический визуальный осмотр ремней и тросов, на предмет наличия трещин, царапин заусенцев.

Когда тренажер не используется, возьмитесь двумя пальцами за трос и проведите по всей длине торса. Это позволит проверить выпуклости и вмятины на тросе.

Необходимо немедленно производить замену тросов и ремней при появлении первых признаках истирания и износа. Не используйте оборудование с изношенными тросами.

Натяжение ремней и тросов:

Проверьте правильное положение тросов, (обратитесь к инструкции по сборке) а также проверьте затянуты ли болты и надежность фиксации самих тросов.

Проверьте не провисает ли трос, при необходимости отрегулируйте натяжение.

Втулки, Направляющие стержни:

Удалите тряпкой грязь и пыль с направляющих стержней, перед нанесением смазки.

Нанесите силикон или специальный спрей на втулки и направляющие стержни.

Линейные подшипники:

Перед сборкой/при проведении тех. обслуживания извлеките линейные подшипники и нанесите смазку во внутреннюю часть подшипника, при помощи трубки-удлинителя, вдавив смазку в шарики.

Используйте вышеуказанные рекомендации во время проведения профилактических работ и технического обслуживания.

Общие рекомендации

Перед началом использования тренажера внимательно ознакомьтесь со всей инструкцией по эксплуатации или пройдите вводный инструктаж. Для достижения максимального результата, а также во избежание повреждений и травм необходимо получить персональную консультацию от фитнес-тренера и следовать его рекомендациям.

Для достижения видимого результата от выполнения силовых упражнений необходимо знать и соблюдать общие основы методик тренировок. Не спешите приступать к выполнению упражнений без первоначальных знаний.

Перед тем как начать тренировку на силовом тренажере необходимо сделать разминку. Растяжка, йога, бег трусцой, гимнастика или другие кардио упражнения помогут разогреть мышцы и подготовить их для силовых нагрузок.

Прежде чем устанавливать слишком тяжелый вес, необходимо проконсультироваться с фитнес инструктором. Для тренировки правильных групп мышц следите за положением тела во время тренировки.

Не превышайте свои физические возможности. Если у вас нет опыта или Вы приступили к тренировке после длительного перерыва, во избежание получения увечий и травм, увеличивайте веса постепенно.

Контролируйте дыхание во время тренировки и не задерживайте его.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Вы стали приобрели опцию турник IT9527OPT к тренажерам IT9525 и IT9527 от Impulse.

Наша команда призвана сделать Ваши тренировки интересными и полезными, предоставляя подробную информацию и поддержку, на которую Вы всегда можете рассчитывать. Благодарим Вас за приобретение высококачественного тренажера и желаем успешных тренировок!

Тренажеры AEROFIT проходят многоступенчатое тестирование, чтобы максимально снизить возможность брака и гарантировать бесперебойные продолжительные тренировки в течение длительного времени.

Если Вам нужна помощь в настройке тренажеров AEROFIT или пришло время проводить периодическое сервисное обслуживание, просим связаться с официальным сервисным центром AEROFIT по контактной информации, указанной ниже:

Тел.: 8(800) 777-70-70 (многоканальный)
Электронный адрес: aerofit2013@yandex.ru

Согласно статистическим данным, профессиональное регулярное обслуживание тренажеров продлевает срок службы оборудования минимум в 2 раза и тем самым значительно экономит Ваши деньги.

**ООО «СпортРус»
Официальный представитель AEROFIT и Impulse
на территории Российской Федерации и СНГ
РФ, Московская область,
Ленинский район, пос. Горки Ленинские
ул. Западная, вл.1, стр.1
Территория складского комплекса
"АБК "ТЕХНОПАРК М-4"
8(800) 777-70-70
www.aerofit.ru**

