



A91-111



Πολυόργανο Γυμναστικής

Σας ευχαριστούμε που αγοράσατε αυτό το προϊόν. Παρακαλούμε διαβάστε αυτές τις οδηγίες προσεκτικά για σωστή χρήση.

Μέτρα ασφαλείας

Προειδοποίηση

- ❗ Μην το χρησιμοποιείτε μετά από ασθένεια, υπερβολική κόπωση ή κατανάλωση αλκοόλ.
 - ❗ Τα παιδιά χρήστες πρέπει να συνοδεύονται από ενήλικα για την αποφυγή ατυχημάτων.
 - ❗ Κατά τη χρήση, να φοράτε άνετα ρούχα και να αποφεύγετε να φοράτε παντόφλες ή φούστες.
 - ❗ Ξεκινήστε με την πιο κατάλληλη ποσότητα άσκησης, όπως μπορεί η υπερβολική άσκηση επηρεάσει την υγεία σας.
 - ❗ Το βάρος φορτίου του προϊόντος είναι 120 κιλά. Η υπερφόρτωση μπορεί να προκαλέσει αστοχία ή ζημιά.
 - Πριν από τη χρήση, βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα έχουν τοποθετηθεί σωστά και ότι όλες οι βίδες και τα παξιμάδια έχουν τοποθετηθεί σωστά βιδώνεται στη θέση του.
 - ❗ Συμβουλευτείτε τον γυμναστή σας πριν από τη χρήση και χρησιμοποιήστε τον εξοπλισμό σύμφωνα με τη Σημείωση
 - ❗ Αυτό το προϊόν είναι οικιακό μηχάνημα. Αποφύγετε την εμπορική χρήση.
 - ❗ Μην το χρησιμοποιείτε σε μέρη όπου μπορεί να εκδηλωθούν πυρκαγιές.
 - ❗ Όταν ασκείστε, πηγαίνετε σε μεγάλες περιοχές όπου δεν υπάρχει κανένας και κρατηθείτε μακριά
 - ❗ Επικίνδυνα πράγματα.
 - ❗ Εάν αυτό το προϊόν δεν χρησιμοποιηθεί, το δάπεδο μπορεί να υποστεί ζημιά. Φροντίστε να στρώσετε ένα χαλί.
 - ❗ Εάν δεν χρησιμοποιείτε το προϊόν, μην το τοποθετείτε στα ακόλουθα σημεία:
 - A. μέρος που είναι πολύ ζεστό ή πολύ κρύο.
 - B. Ο ήλιος λάμπει ακριβώς έξω από το σπίτι.
 - Γ. Τοποθετήστε κοντά στον φούρνο αερίου ή κοντά στη φωτιά.
 - Δ. Μέρος ψυχρός και υγρός.
 - Ε. Μέρη όπου τα παιδιά μπορούν να αγγίξουν
 - ΣΤ. Μέρη όπου παράγεται καπνός λαδιού και υδρατμοί.
 - ❗ Μη χρησιμοποιείτε το προϊόν σε τραχιά επιφάνεια.
- οδηγίες.

Βήμα 1: Ανοίξτε το κουτί για να ελέγξετε τα εξαρτήματα του προϊόντος

(A) Leg tube (2)	(B) Main frame (2)
(C) Auxiliary pipe (2)	(D) Foot connecting tube (1)
(E) Main pipe connection (1)	(F) Horizontal bar (1)
(G) Backrest tube (1)	(H) Elbow pad (1)
(I) Legrest adjustment tube(1)	(J) Sit-up board support tube (1)
(K) Leg rest tube (1)	(L) Elbow pad (2)
(M) Sit-up board (1)	

Βήμα 2: Βγάλτε τον σωλήνα του ποδιού

1. Αφαιρέστε τον αριστερό και τον δεξιό σωλήνα ποδιού

Βήμα 3: Τοποθετήστε το σωλήνα σύνδεσης του ποδιού

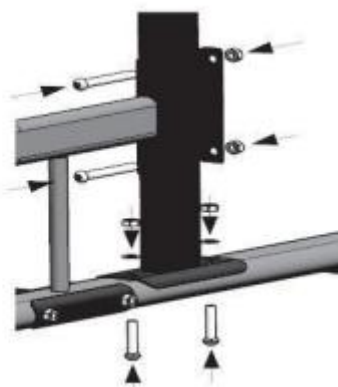
1. Χρησιμοποιήστε τέσσερις εξάγωνες βίδες M8*70 (2) για να βιδώσετε τον σωλήνα ποδιών από μέσα, βάλτε το καμπύλο μαξιλαράκι και σφίξτε το παξιμάδι M8(8).

Βήμα 4 ; τοποθετήστε το κύριο πλαίσιο

1. Χρησιμοποιήστε 4 βίδες με τετράγωνο λαιμό με στρογγυλή κεφαλή M8*40 για να περάσετε μέσα από τον σωλήνα ποδιών το κάτω μέρος, βάλτε μια κυκλική φλάντζα και στερεώστε με παξιμάδι M8.

2. Χρησιμοποιήστε τέσσερις βίδες εξαγωνικής υποδοχής M8*70 για να βιδώσετε έξω από το εσωτερικό, τοποθετήστε τις καμπύλες ταμπονάρετε και στερεώστε με το παξιμάδι M8.

(1)Semi-circular square neck screw M8*40 (4 pieces)	(2)Hexagon socket head cap screws M8*70 (8 pcs)	(3) Hexagon socket head cap screws M8*80 (2 pcs)
		
(4)Hexagon socket head cap screws M8*40 (4 pcs)	(5)Hexagon socket head cap screws M8*15 (2 pcs)	(6)Hexagon socket head cap screws M8*50 (3 pcs)
		
(7) Plastic handle nut M8 (4 pieces)	(8) M8 nuts (21)	(9)Plastic handle screw M8*45 (4)
		
(10)Reinforced pad (2 pieces)	(11)Round gaskets (6)	(12)Curved gaskets (4)
		
(13)Curved pad (4 pieces)	(14)Plug (3 pieces)	
		
(15)External hexagon wrench (16)hex wrenches		



Βήμα 5: Τοποθετήστε τον ενισχυτικό σωλήνα

1. Χρησιμοποιήστε τέσσερις βίδες κεφαλής υποδοχής M8*40, τοποθετήστε το ενισχυτικό μαξιλαράκι, διεισδύστε από εξωτερικά και στερεώστε με το παξιμάδι M8.

Βήμα 6: Τοποθετήστε τα μαξιλαράκια αγκώνων

1. Χρησιμοποιήστε την αυτόνομη βίδα στο μαξιλαράκι του αγκώνα και σφίξτε την μέσα από τη σιδερένια πλάκα.

Βήμα 7: Τοποθέτηση του μαξιλαριού πλάτης

1. Χρησιμοποιήστε τις βίδες στο σωλήνα της πλάτης για να σφίξετε τον ουρανό και το μαξιλάρι πλάτης.

Βήμα 8: Τοποθετήστε το μοχλό της πλάτης καθίσματος

1. Οι εσωτερικές και εξωτερικές σπές του σωλήνα της πλάτης του καθίσματος (G) είναι ασυνεπείς σε διάμετρο και οι μεγάλες τρύπες είναι στραμμένες προς τα μέσα. Χρησιμοποιήστε τις εξαγωνικές βίδες του M8* 15(5), βάλτε το κυκλική ροδέλα (11) και σφίξτε το κλειδί Άλεν (16). .

Βήμα 9: Εγκαταστήστε την οριζόντια μπάρα

1. Τοποθετήστε την οριζόντια ράβδο στον επάνω βραχίονα, ευθυγραμμίστε την οπή με την εξαγωνική βίδα M8*80, τοποθετήστε την κυρτή ροδέλα, περάστε την από το κάτω μέρος, προσθέστε την κυρτή ροδέλα και σφίξτε με το παξιμάδι M8.

Βήμα 10: Εγκαταστήστε τον δευτερεύοντα σωλήνα για ρύθμιση

Βήμα 12: Τοποθετήστε την πλάκα στήριξης της πλάκας σε ύπτια θέση

1. Ευθυγραμμίστε το σκέλος στήριξης με την τετράγωνη οπή σωλήνα της πλάκας σε ύπτια θέση, χρησιμοποιήστε το εξαγωνική βίδα M8* 50 για να περάσει μέσα από τον τετράγωνο σωλήνα και σφίξτε το παξιμάδι M8 με το εξάγωνο κλειδί.

Βήμα 13: Τοποθετήστε τον σταθερό πείρο

1. Εισαγάγετε την οπή από το εξωτερικό με τον πείρο και στερεώστε την ύπτια πλάκα (Εικ. 1 ενεργεί αποτρέψτε το κούνημα της ύπτιας πλάκας. Η φιγούρα λειτουργεί ως σταθερό πόδι στήριξης.)

Βήμα 14: Εγκατάσταση της διάταξης του στηρίγματος ποδιών

Εικ1 Εικ2

8

Βήμα 15: Τοποθετήστε το υποπόδιο

1. Ευθυγραμμίστε το υποπόδιο με την οπή του συνδετικού εξαρτήματος. Τοποθετήστε το με ένα M8*50

Βιδώστε την εξάγωνη υποδοχή από έξω και σφίξτε το παξιμάδι M8.

2. Αντιστοιχεί σε 2 τρύπες, εισάγεται και στερεώνεται από έξω με ένα μπουλόνι (το η γωνία του σωλήνα μπορεί να ρυθμιστεί)

Καθίστε αναδιπλούμενο:

1. Ο πείρος στερέωσης της πλάκας σε ύπτια θέση σε επίπεδη κατάσταση και ο σταθερός πείρος σωλήνα πλάκας σε ύπτια θέση είναι τραβιέται και διπλώνεται προς τα πάνω (όπως φαίνεται στο σχήμα).

Εικ2

Εικ2

9

2. Τραβήξτε προς τα έξω τον πείρο στερέωσης της πλάκας σε ύπτια θέση σε διπλωμένη κατάσταση. (Προσοχή στο κράτημα την ύπτια σανίδα.) Τοποθετήστε τη σανίδα σε ύπτια θέση και ευθυγραμμίστε την στο έδαφος.



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

