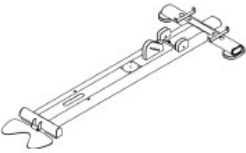

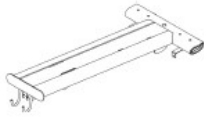

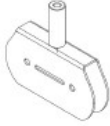



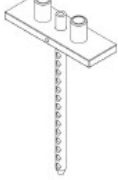
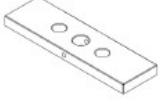








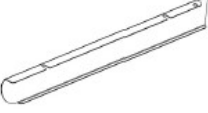




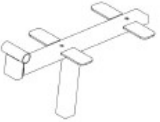




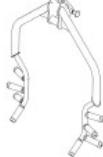





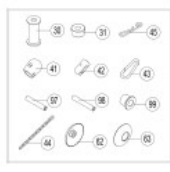

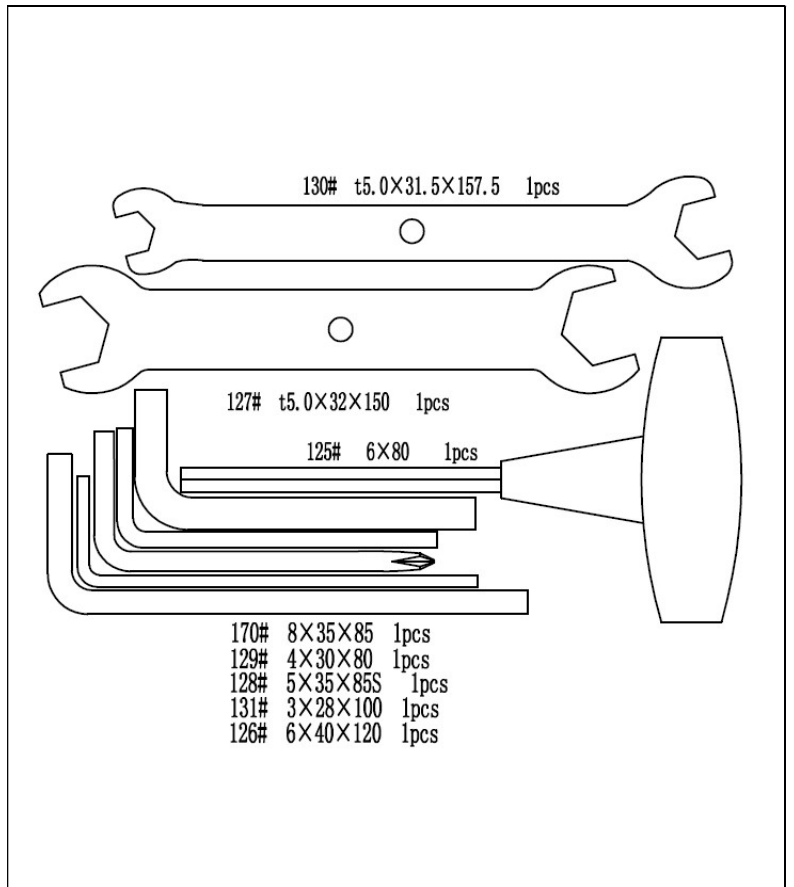
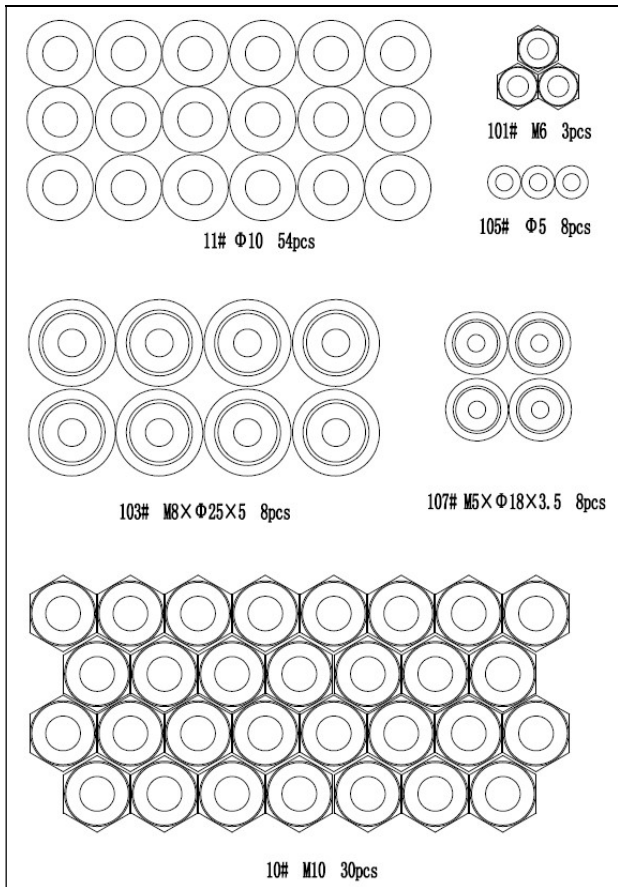
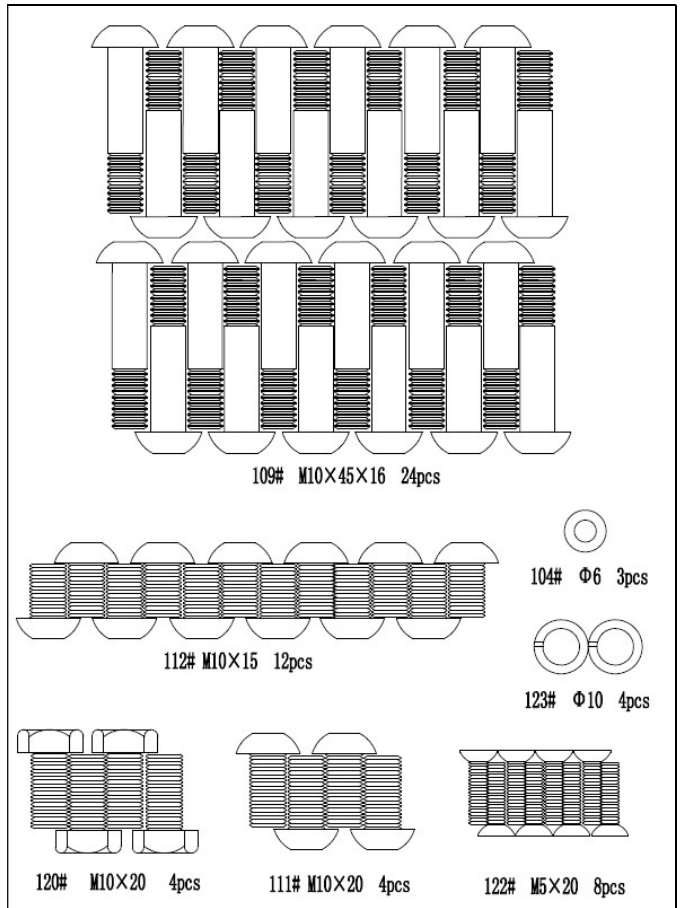
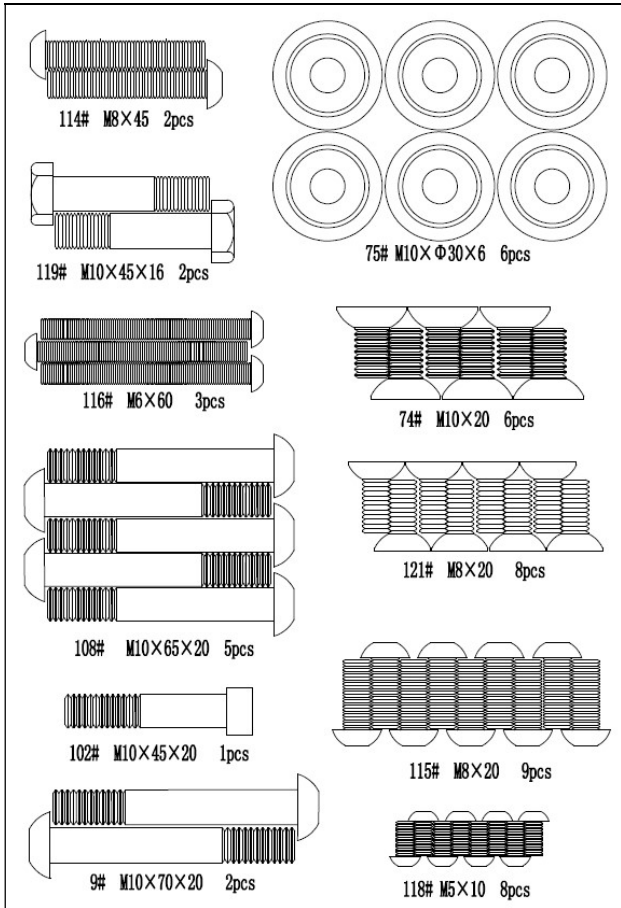


Posilovací stanice BH Fitness G127
Návod k obsluze

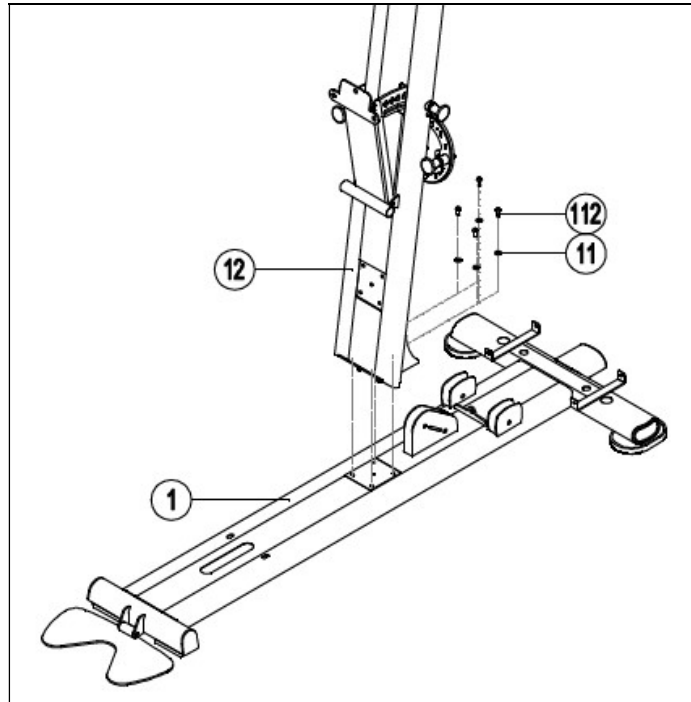
Obr. A

					
1	12	20	21	22	23
					
24	25	26	27	28	32
					
46	47	48	49	50	52
					
53	54	55	58	59	60
					
61	64	65	66	76	77
					
83	88	96			

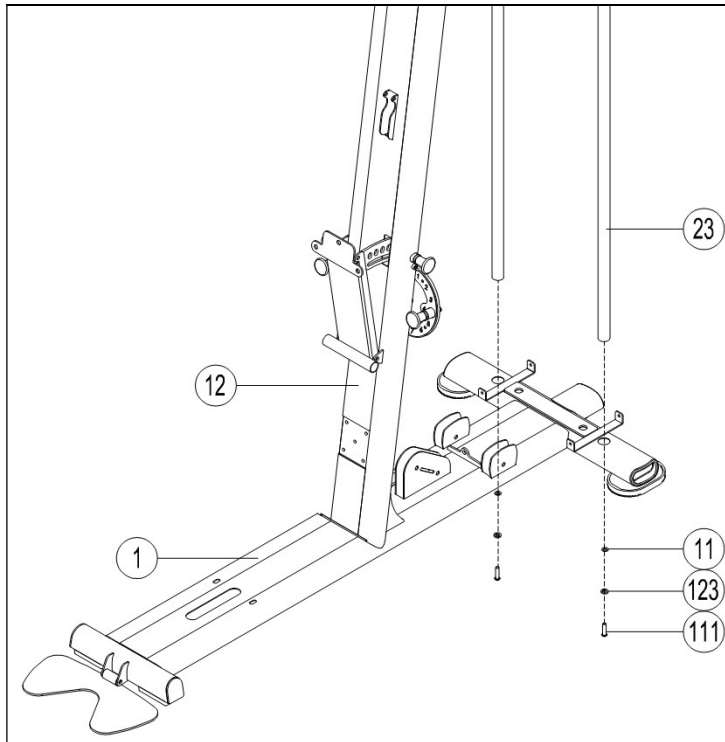
Obr. B



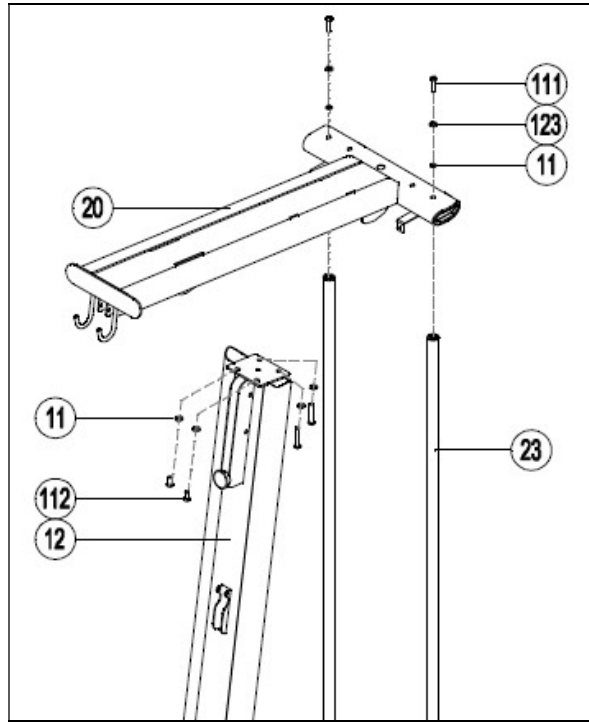
Obr. 1



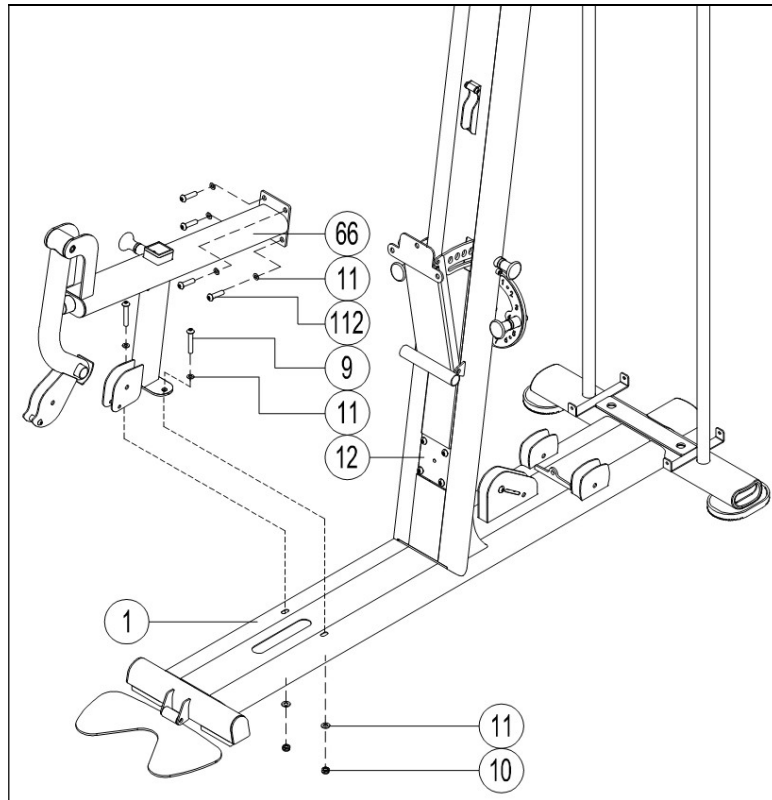
Obr. 2



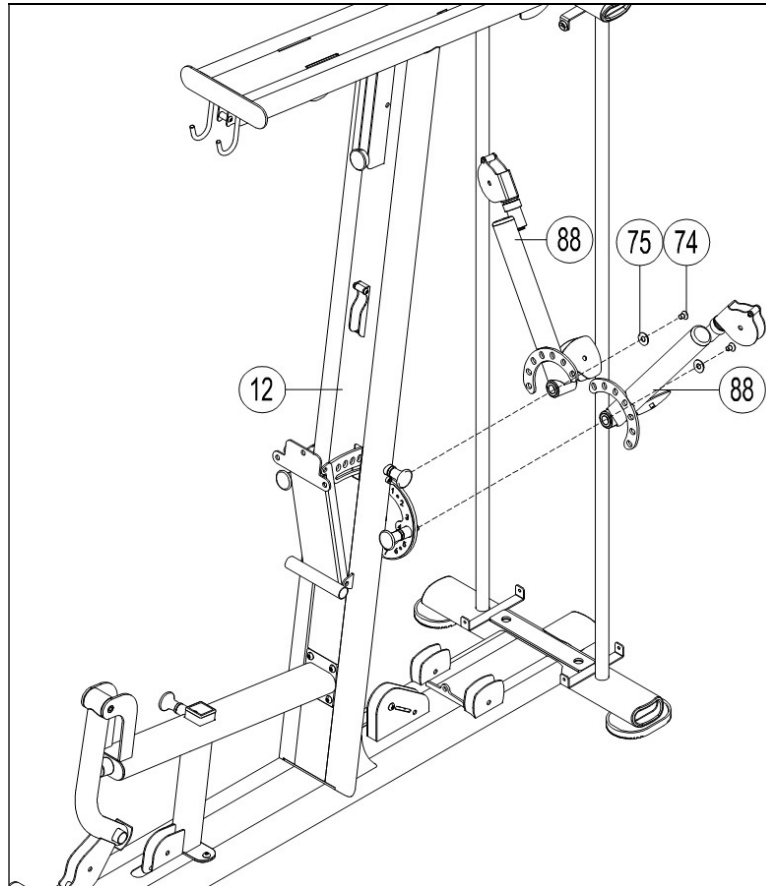
Obr. 3



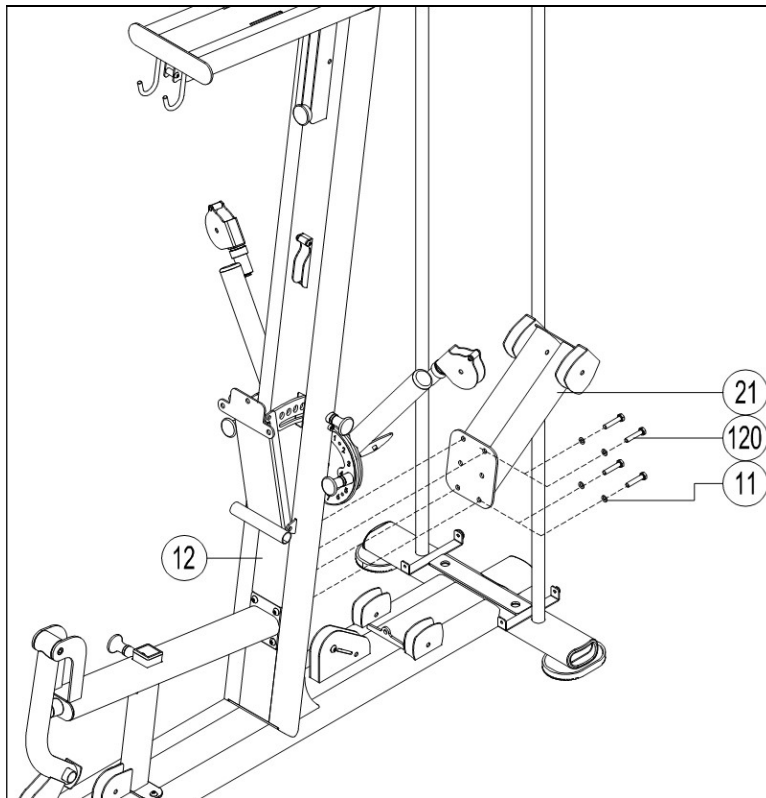
Obr. 4



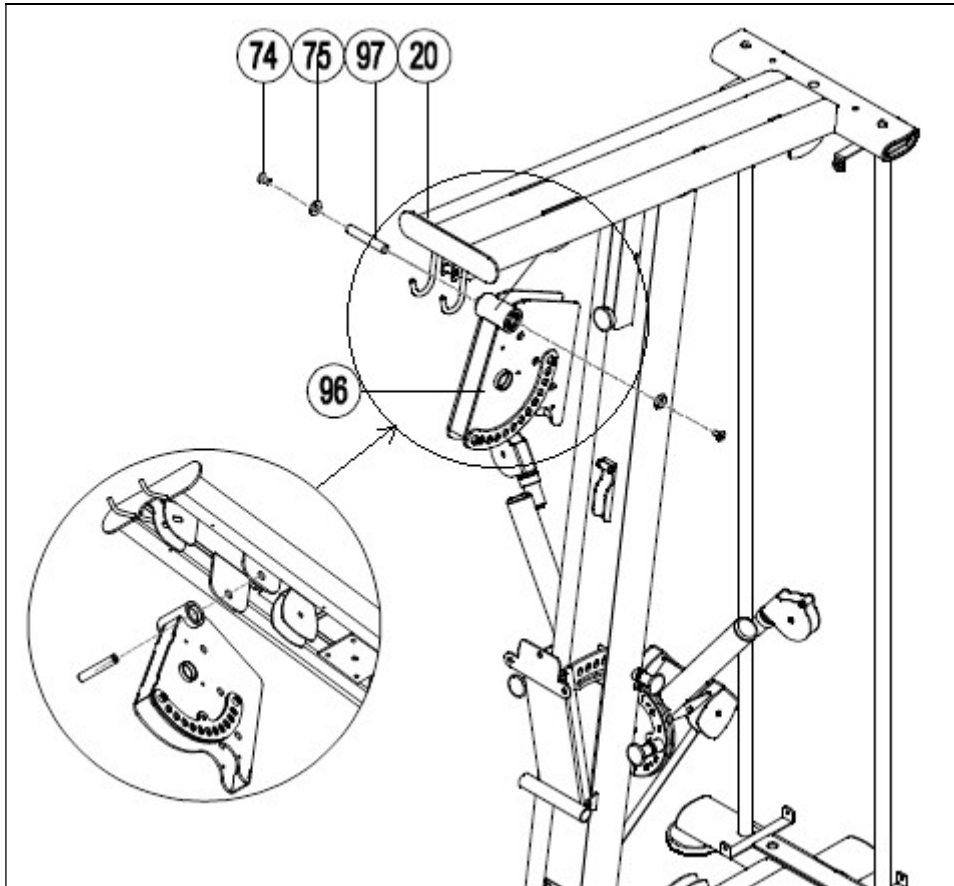
Obr. 5



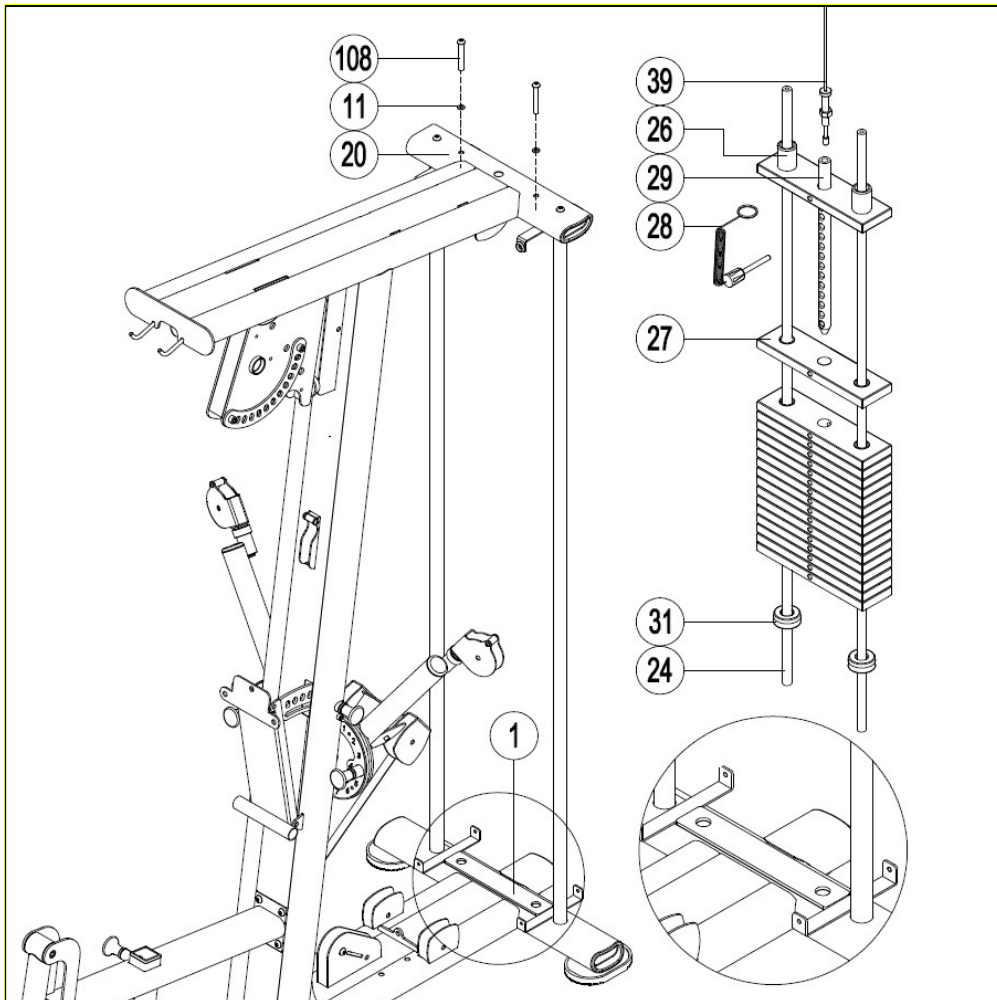
Obr. 6



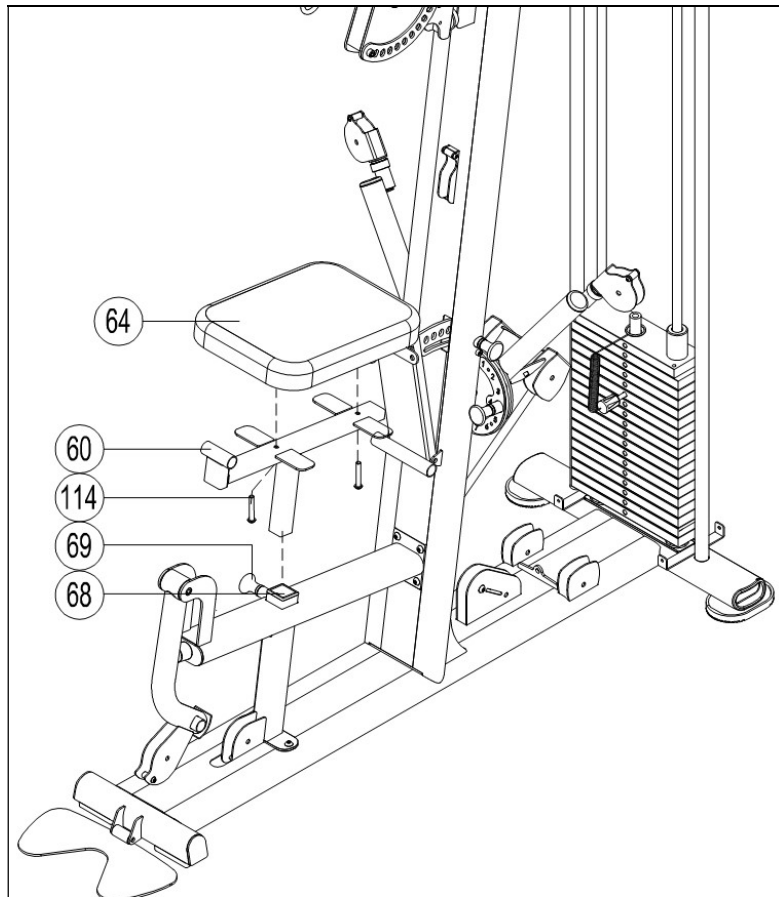
Obr. 7



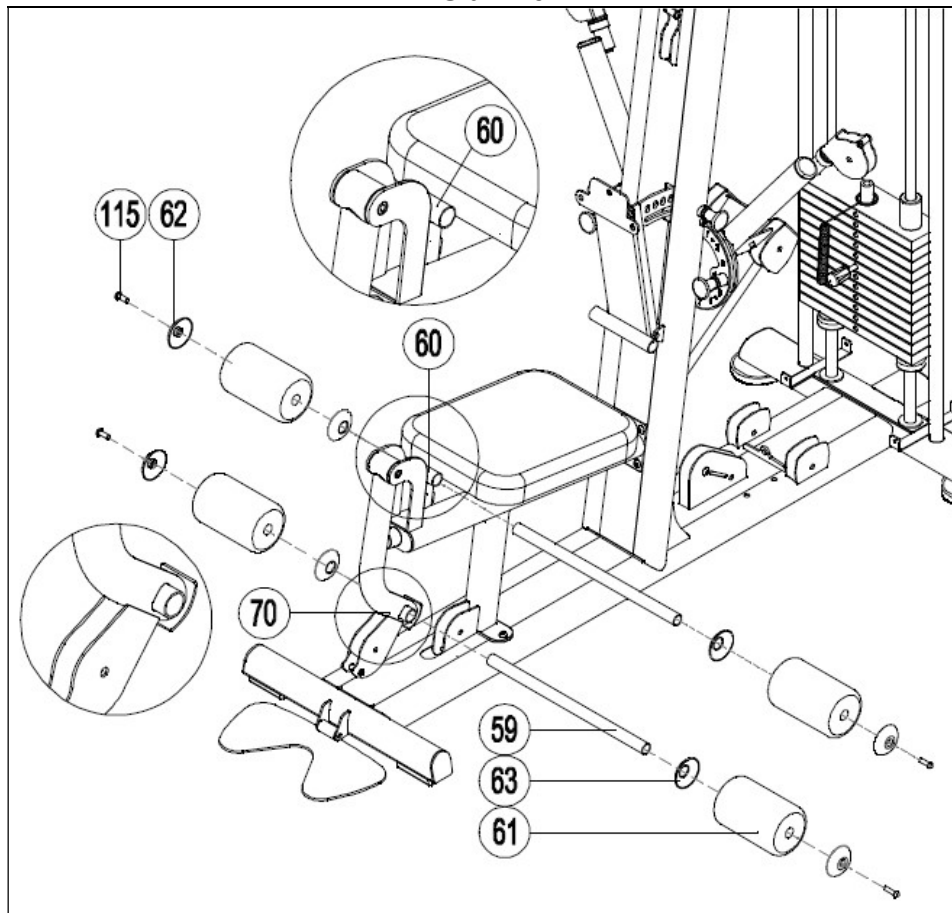
Obr. 8



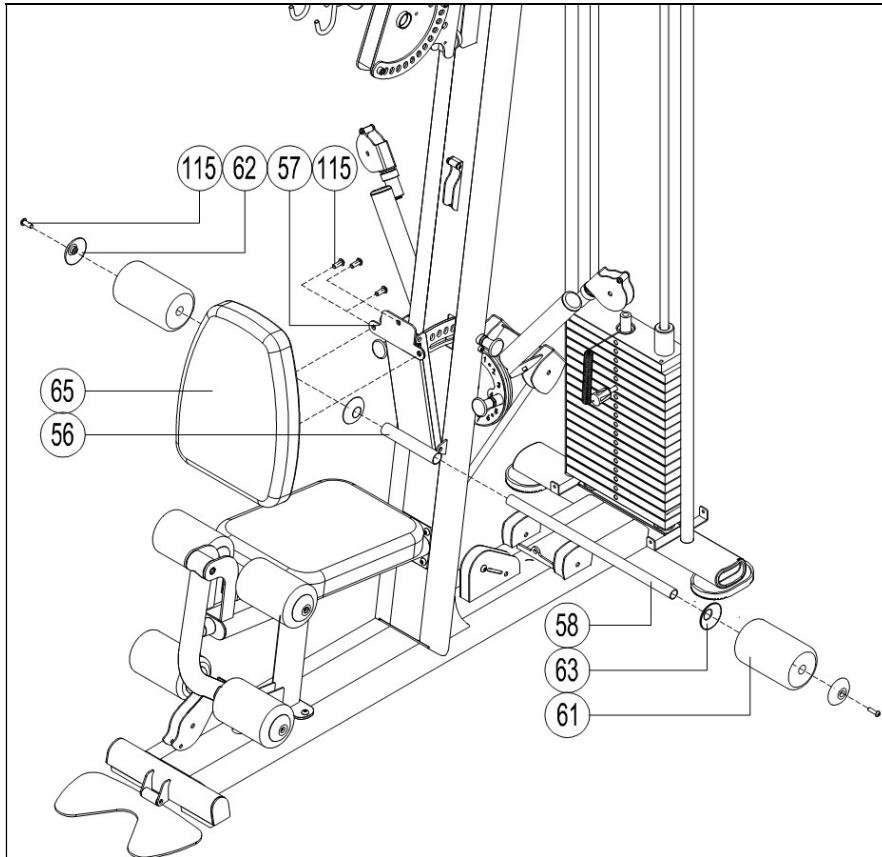
Obr. 9



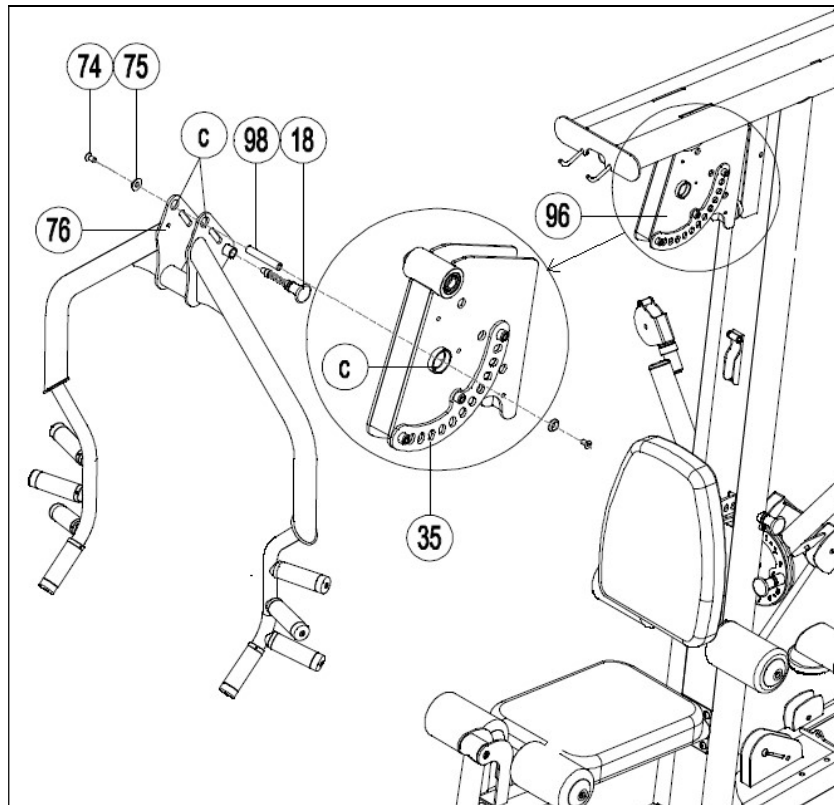
Obr. 10



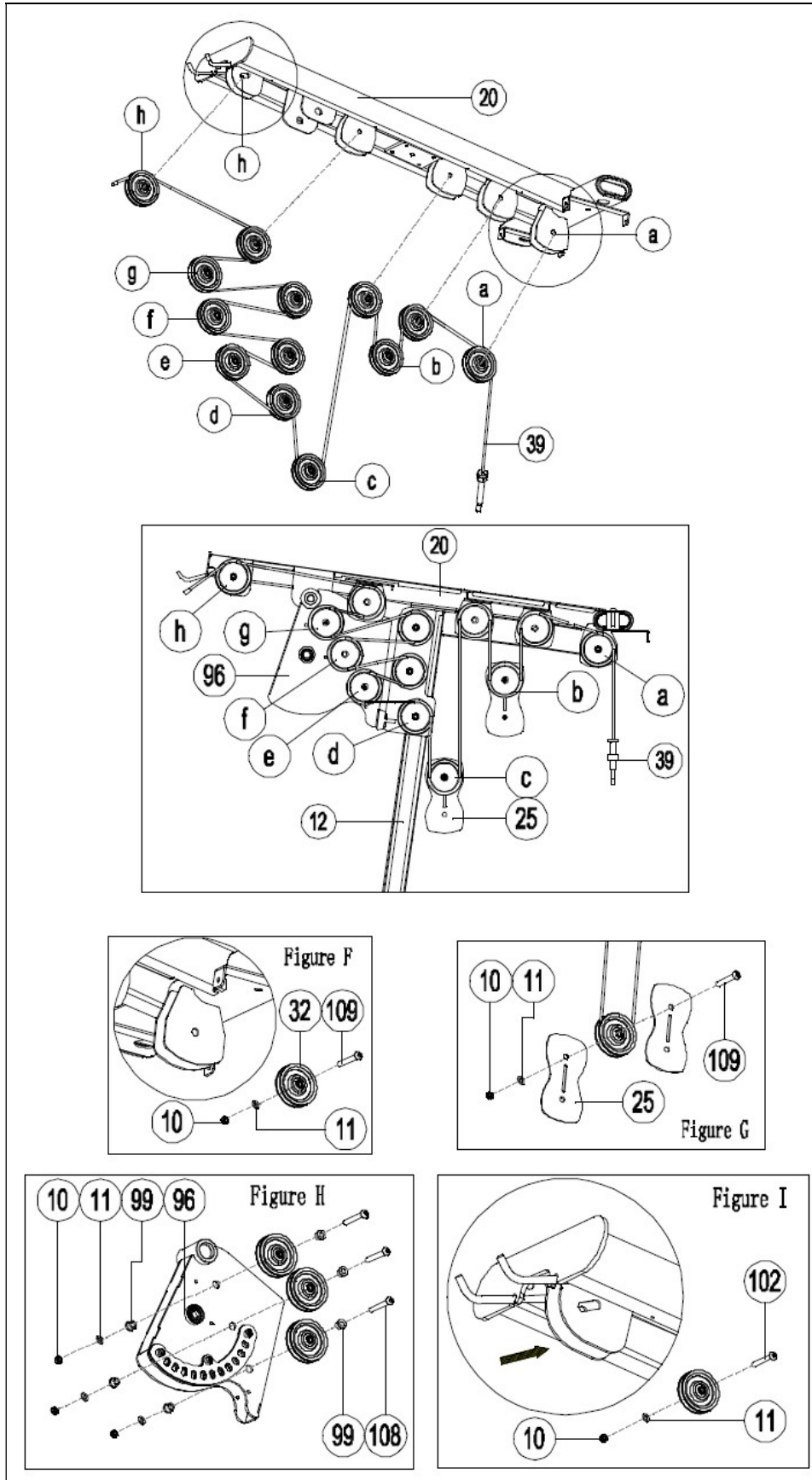
Obr. 11



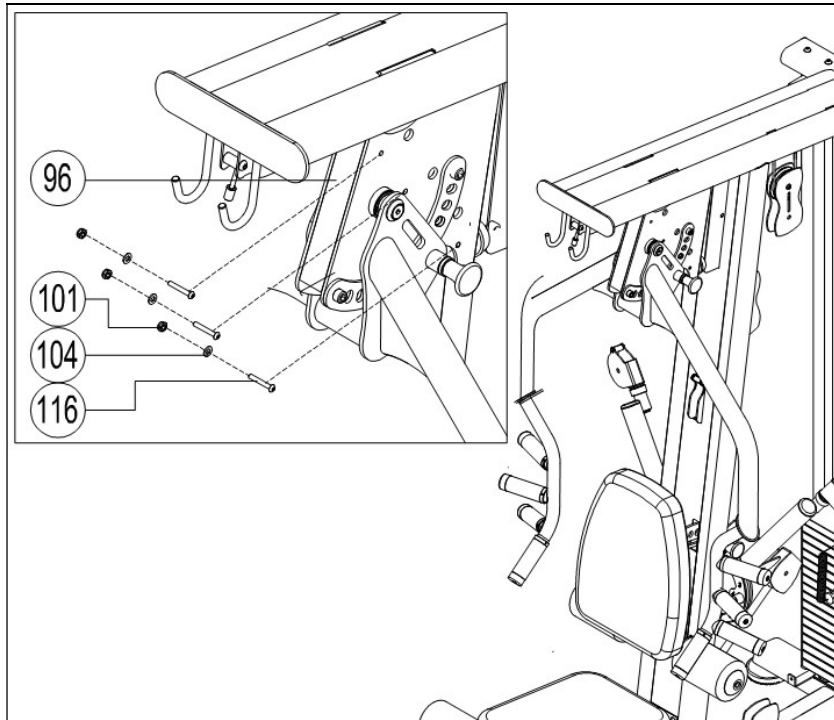
Obr. 12



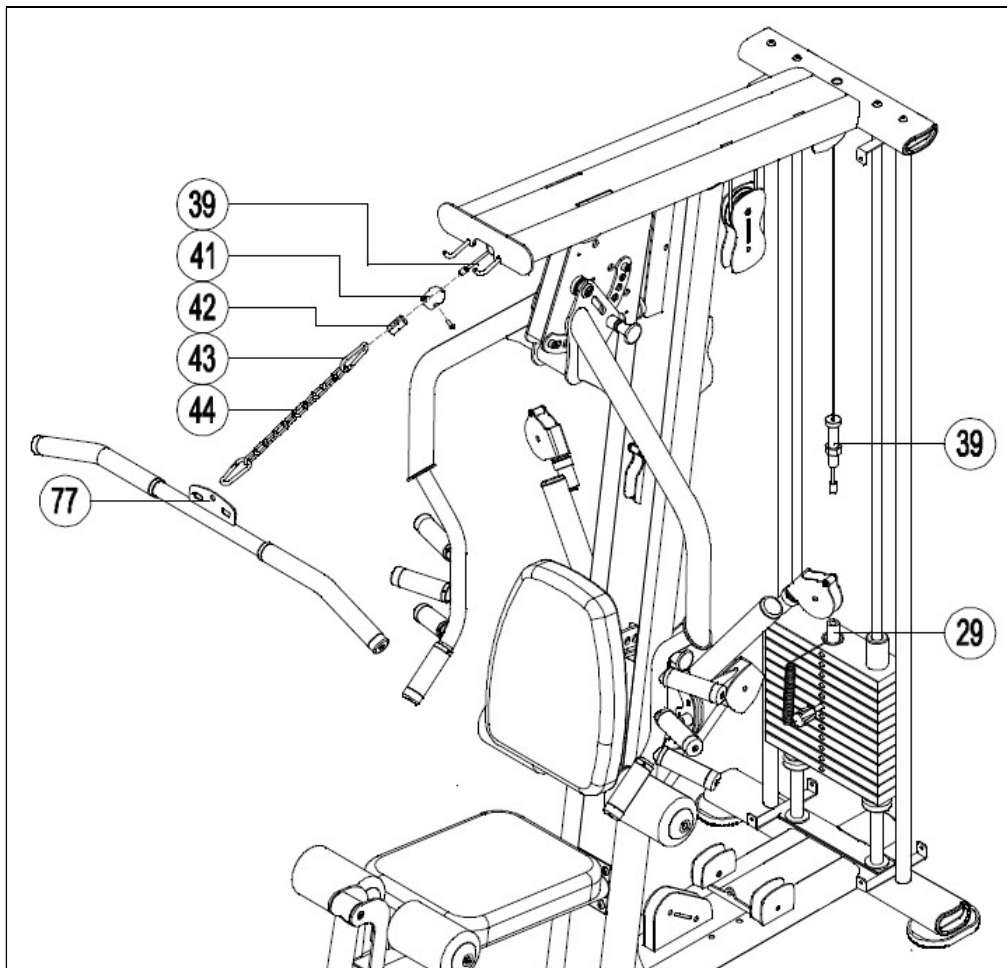
Obr. 13



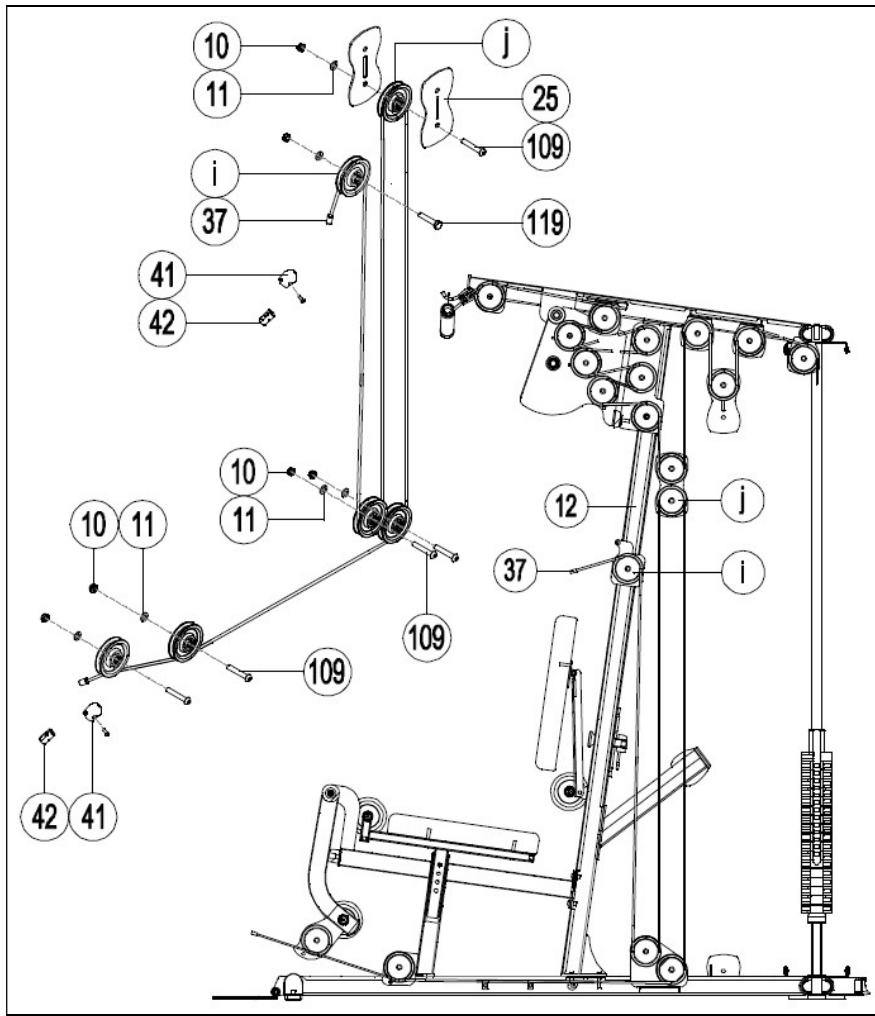
Obr. 14



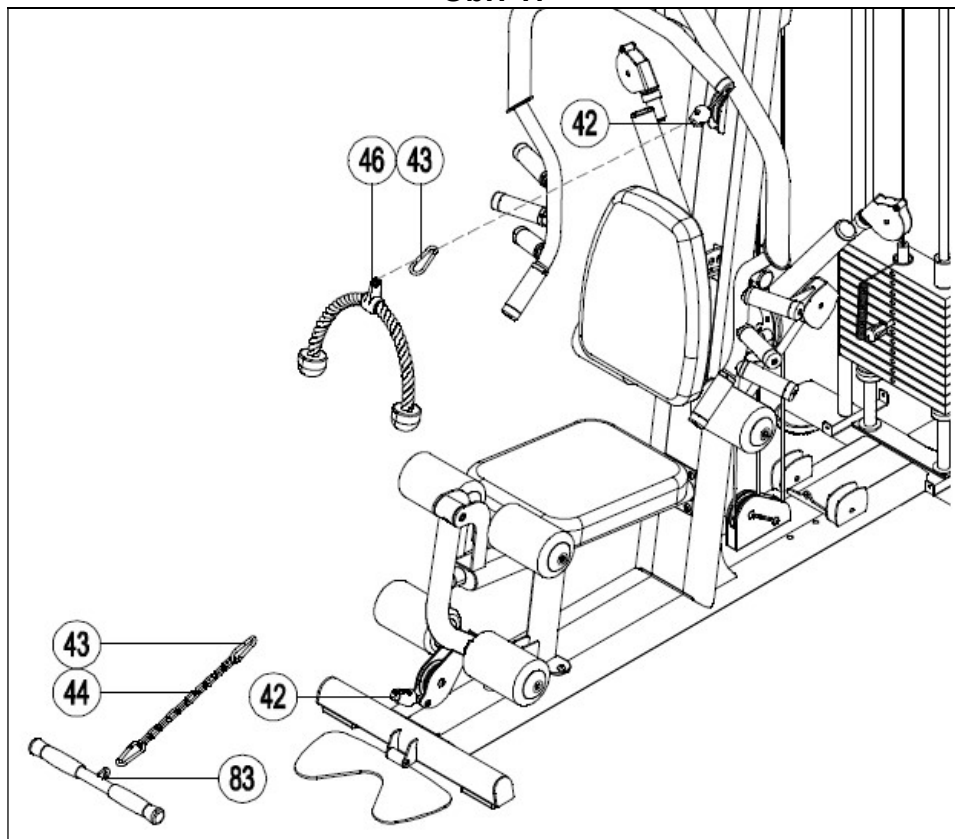
Obr. 15



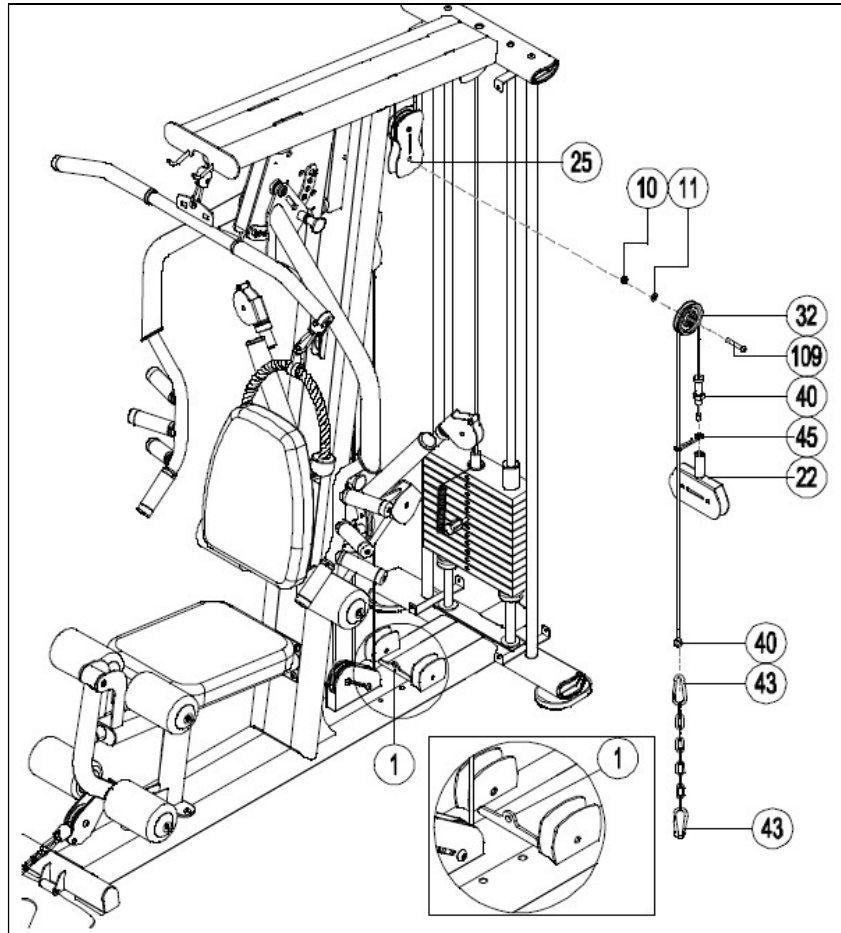
Obr. 16



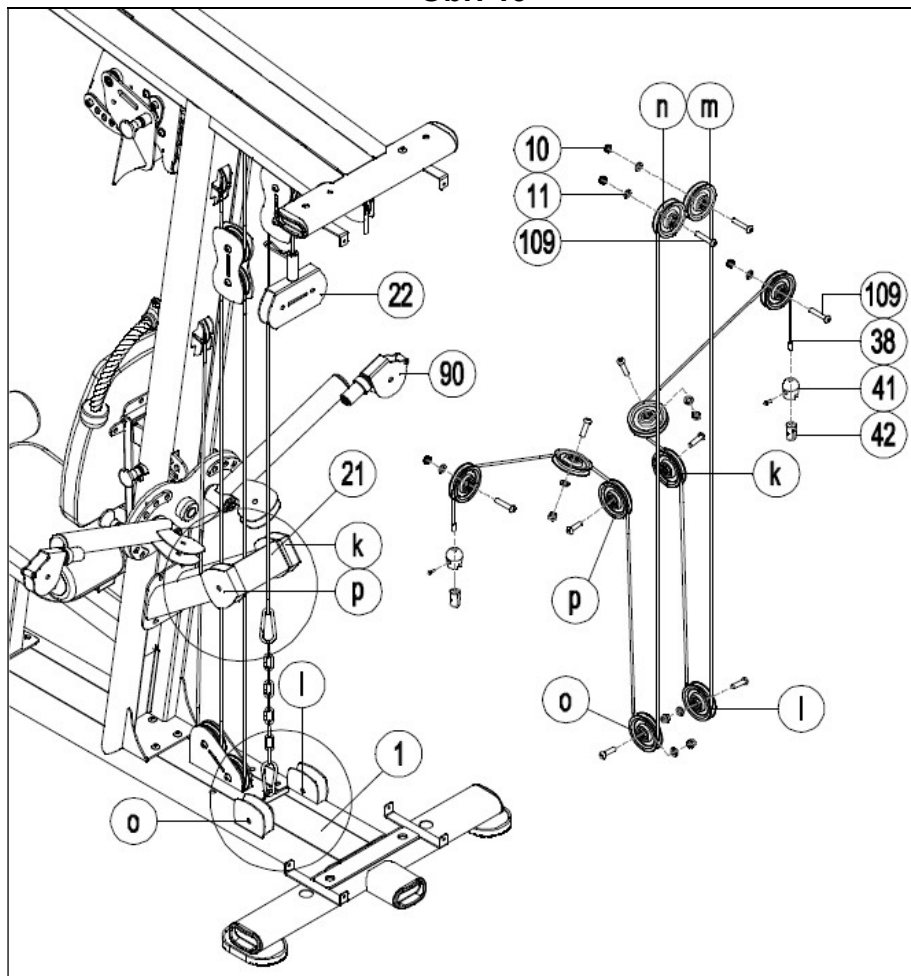
Obr. 17



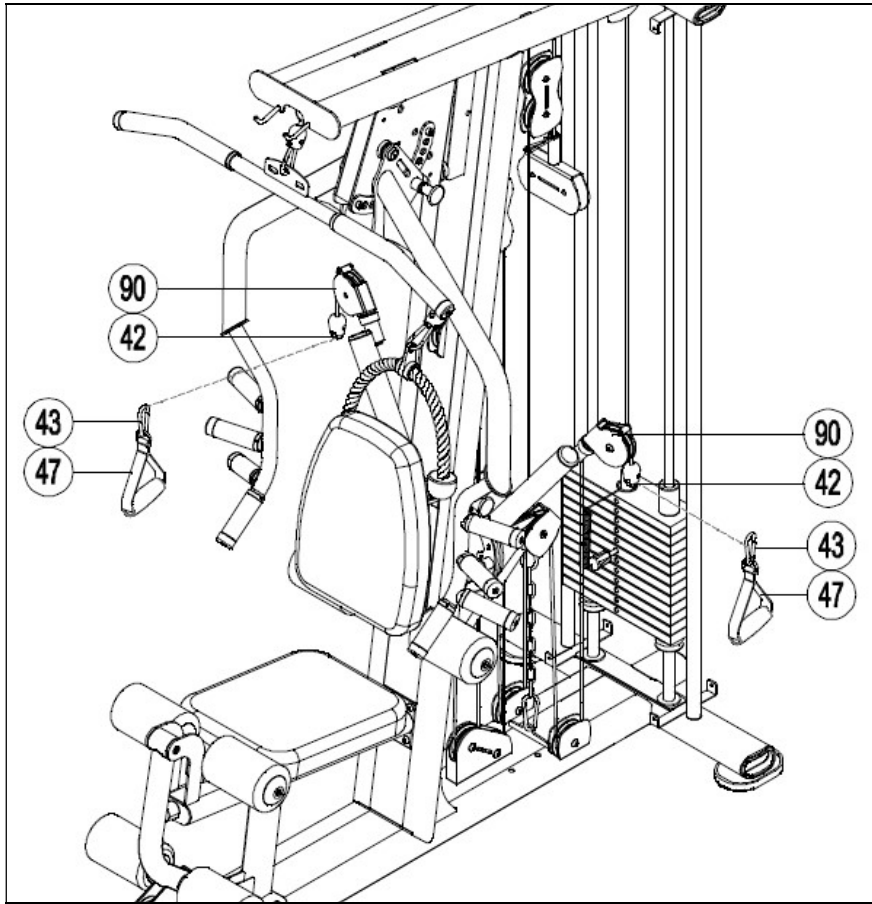
Obr. 18



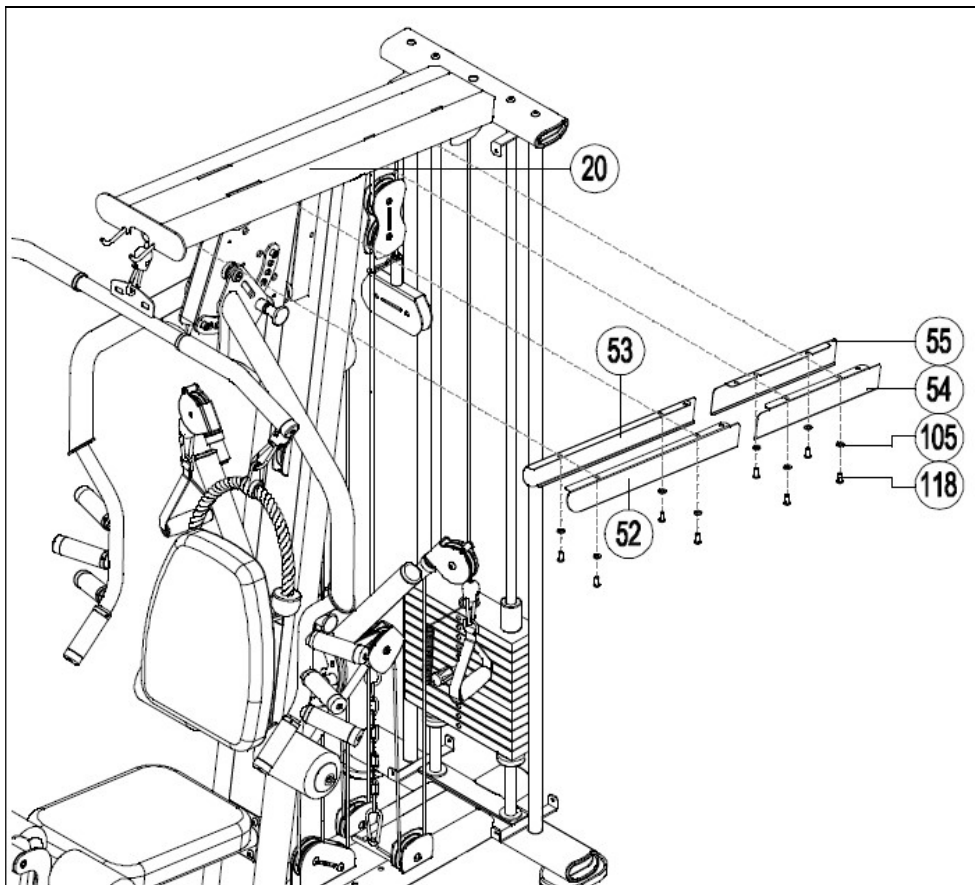
Obr. 19



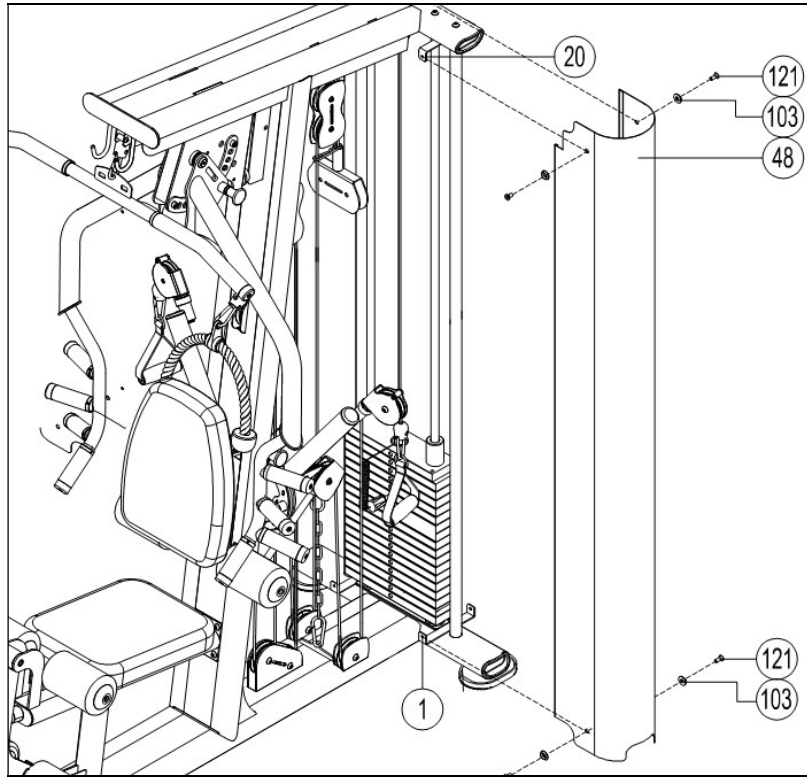
Obr. 20



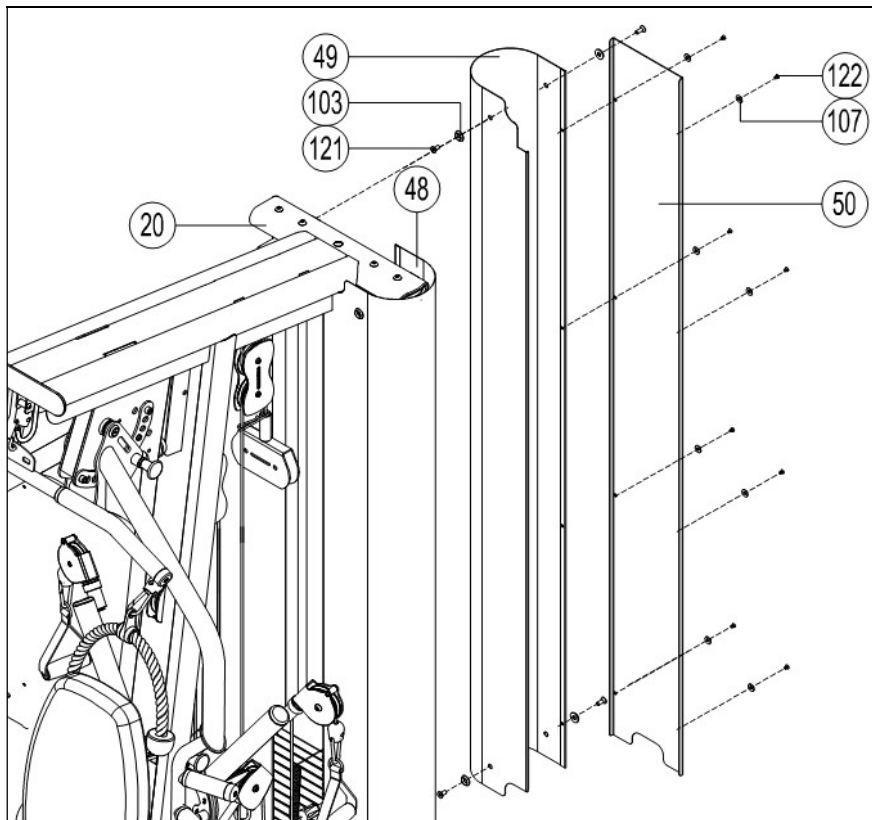
Obr. 21



Obr. 22



Obr. 23



VŠEOBECNÉ POKYNY

Pečlivě si prostudujte pokyny obsažené v této příručce. Naleznete zde důležité informace o montáži, bezpečnosti a používání posilovací stanice.

Dodržujte následující doporučení:

- 1 Nenechávejte děti nebo zvířata v blízkosti zařízení bez dozoru.
- 2 Na trenážeru může v daném čase cvičit pouze jedna osoba.
- 3 Cvičte na doporučené úrovni, nepřepínejte se. Pokud pocítíte bolest nebo nevolnost, okamžitě přestaňte cvičit a poraďte se se svým lékařem.
- 4 Umístěte jednotku na rovný povrch tak, aby kolem dokola zůstal alespoň 1 m volného prostoru. Jednotku používejte na pevném a rovném povrchu, nepoužívejte jej venku.
- 5 Udržujte ruce mimo dosah pohyblivých částí,
- 6 Používejte vhodný oděv a obuv, dbejte na zavázané tkaničky.
- 7 Nikdy nepoužívejte příslušenství, které není doporučeno výrobcem.
- 8 Kolem jednotky nepokládejte žádné ostré předměty.
- 9 Nedovolte dětem nebo osobám s postižením používat zařízení bez dohledu kvalifikované osoby.
- 10 Před cvičením se protáhněte.
- 11 Zvolte vhodné závaží podle vaší fyzické kondice.
- 12 Zařízení nepoužívejte, pokud je poškozené nebo neúplné.
- 13 Je doporučeno cvičit pod dohledem.
- 14 Tato jednotka byla navržena pro poloprofesionální použití. Maximální hmotnost uživatele je 130 kg.

Upozornění: Než začnete trénovat, poraďte se se svým lékařem. Tato rada je zvláště důležitá pro osoby starší 35 let nebo pro osoby se zdravotními problémy.

Pokyny uschovejte pro případné budoucí využití.

ÚDRŽBA

- 1 Pohyblivé části pravidelně mažte. Alespoň jednou ročně.
- 2 Před prvním použitím zkontrolujte, zda jsou všechny části utaženy a zda jednotka funguje správně.
- 3 K čištění zařízení použijte vlhký hadřík. Nepoužívejte rozpouštědla.

MONTÁŽNÍ POKYNY

Vyjměte jednotku z krabice a ujistěte se, že tam jsou všechny díly, viz obr. A a obr. B.

K montáži je třeba pomoc další osoby.

- 1.- Připevněte sloupek stojanu (12) k základnímu rámu (1) a upevněte jej pomocí šroubů (112) a podložek (11), obr.1.
- 2.- Připevněte sloupky (23) k základnímu rámu (1) a upevněte je pomocí šroubů (111) a podložek (123), (11), obr.2.
- 3.- Horní rám (20) nasadte na sloupky (23), upevněte jej pomocí šroubů (111) a podložek (123), (11), obr.3. Neutahujte úplně. Připevněte horní rám (20) ke svislému rámu (12) pomocí šroubů (112) a podložek (11), obr.3. Všechny šrouby utáhněte.
- 4.- Rám (66) umístěte na základní rám (1) a namontujte šrouby (9), podložky (11) a matice (10), obr.4. Neutahujte úplně. Připevněte rám (66) ke sloupku stojanu (12) pomocí šroubů (112) a podložek (11), obr.4. Utáhněte všechny šrouby.
- 5.- Připevněte sestavu ramene (88) a upevněte ji ke sloupku stojanu (12) pomocí šroubů (74) a podložek (75), obr.5.
- 6.- Připevněte zadní rám (21) a připevněte jej ke svislému rámu (12) pomocí šroubů (120) a podložek (11), obr.6.
- 7.- Umístěte podpěru (96) na horní konstrukci (20) a připevněte ji pomocí matice (97), šroubů (74) a podložek (75), obr.7.
- 8.- Vložte tlumení (31) do vodících tyčí (24). Umístěte vodící tyče (24) na rám (1), obr.8. S pomocí další osoby vložte závaží (27) a horní závaží (26). Namontujte šrouby (108) a podložky (11), obr.8. Zasuňte kolík pro volbu závaží (28) do tyče (29) tak, aby jej nebylo možné po sestavení lana (39) vyjmout, obr.8. Vložte kolík pro volbu závaží (28) do jednoho ze závaží (27).
- 9.- Umístěte podložku sedla (64) na podpěru (60) a našroubujte šrouby (114), obr.9. Uvolněte aretační šroub (69), vložte podpěru (60) do pouzdra (68), nastavte polohu sedla (64) a uvolněním aretačního šroubu (69) polohu zafixujte, obr. 9.
- 10.- Umístěte tyče (59) podle obr. 10, umístěte vnitřní krytky (63), pěnové kroužky (61), vnější krytky (62) a našroubujte šrouby (115). Utáhněte šrouby.
- 11.- Umístěte tyč (58) podle obr. 11, umístěte vnitřní krytky (63), pěnové kroužky (61), vnější krytky (62) a našroubujte šrouby (115). Umístěte podložku opěrky (65) na podpěru (57) a našroubujte šrouby (115), obr.11.

12.- Připevněte sestavu "butterfly" (76) k podpěře (96) v zákrytu s bodem (c), sejměte aretační šroub (18), upravte polohu a aretační šroub (18), uvolněte, obr.12. Umístěte hřídel (98) do bodu (c), obr. 12, nasadte šrouby (74) a podložky (75), obr. 12.

13.- Nejprve připevněte kladku (a) k hornímu rámu (20) pomocí šroubu (109), podložky (11) a matice (10), obr. 13, F. Protáhněte lanko (39) první kladkou, konec lanka ponechejte vpravo, obr.13. Lanko (39) musí být protaženo každou kladkou při montáži jednotlivých kladek. Při montáži kladek (b), (c) nejprve umístěte svorku kladky (25) na obě strany kladky a poté nasadte šroub (109), podložku (11) a matici (10), obr.13, G. Nasadte kladku (d) na sloupek (12) a nasadte šroub (119), podložku (11) a matici (10), obr.13. Při instalaci kladek (e), (f), (g) umístěte díl (99) na každou stranu podpěry (96), poté umístěte kladku a nasadte šroub (108), podložku (11) a matice (10), obr. 13, H. Připevněte kladku (h) k hornímu rámu (20) pomocí šroubu (102), podložky (11) a matice (10), obr.13, I. Když dokončíte protahování lanka (39) poslední kladkou, umístěte kolík, abyste zabránili vypadnutí.

14.- Nasadte šrouby (116), podložky (104) a matice (101) na podpěru (96), obr.14.

15.- Protáhněte kabel (39) krytem (41) a hřídelí (42) Obr.15. Zahákněte jeden konec řetězu (44) na hřídel (42) a druhý konec na lištu (77), obr.15. Druhý konec lanka (39) připevněte k tyči (29), obr.15.

16.- Protáhněte jeden konec lanka (37) krytem (41) a hřídelí (42) a upevněte kabel pomocí šroubu (41), obr.16. Nasadte kladku (i) na sloupek (12) a nasadte šroub (119), podložku (11) a matici (10), poté protáhněte lanko (37) kladkou. Na ostatní kladky potřebujete šroub (109), podložku (11) a matici (10), obr.16. Protáhněte lanko kladkami pokaždé, když další jednu připojíte. Při instalaci kladky (j) umístěte svorky (25) na každou stranu kladky a nasadte šroub (109), podložku (11) a matici (10). Po protažení lanka (37) poslední kladkou protáhněte koncovku krytem (41) a hřídelí (42) a zajistěte ji šroubem (41), obr.16.

17.- Pomocí háku (43) zafixujte bicepsově lano (46) s dříkem lanka (42), obr.17. Řetěz (44) s háky (43) zavěste na tyč (83) na jedné straně a na hřídel lanka (42) na straně druhé, obr.17.

18.- Protáhněte konec lanka (40) s maticí a podložkou (45) a upevněte jej na sestavu (22), obr.18. Připevněte kladku (32) na podpěru (25) pomocí šroubu (109), podložky (11) a matice (10), obr.18. Protáhněte lanko (40) kladkou, zavěste hákem (43), obr.18. Připevněte jej ke konstrukci (1) pomocí druhého háku (43), obr.18.

19.- Protáhněte konec lanka (38) krytem (41) a hřídelí (42) a upevněte jej šroubem (41), obr.19. Nejprve nasadte kladku na držák (90) pomocí šroubu (109), podložky (11) a matice (10), poté protáhněte lanko kladkou. Na ostatní kladky použijte stejné šrouby. Při každé montáži protáhněte lanko kladkami. Umístěte kladky (m) a (n) na podpěry (22), obr.19. Kladky (k) a (p) nasadte na zadní část jednotky (21), k jejich uchycení potřebujete pouze šroub (109), obr.19. Umístěte kladky (l) a (o) na rám (1), obr.19. Po protažení lanka (38) poslední kladkou protáhněte koncovku krytem (41) a hřídelí (42) a zajistěte ji šroubem (41), obr.19.

20.- Pro nasazení rukojetí protáhněte kabel (38) krytem (41) a hřídelí (42) a připevněte jej k háku (43), obr.20.

21.- Umístěte kryty (52), (53), (54), (55) pomocí šroubů (118) a podložek (105), obr.21.

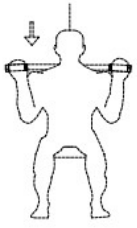
22.- Připevněte levý kryt (48) a upevněte jej k hornímu rámu (20) a základnímu rámu (1) pomocí šroubů (121) a podložek (103), obr.22.

23.- Umístěte pravý kryt (49) a připevněte jej k hornímu rámu (20) a základnímu rámu (1) pomocí šroubů (121) a podložek (103), obr.23. Nasadte střední kryt (50) a namontujte šrouby (122) a podložky (107), obr.23.

Pokud máte jakékoli dotazy, obraťte se na naši technickou asistenční službu (viz poslední strana příručky).

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO ZMĚNIT SPECIFIKACE SVÝCH VÝROBKŮ BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

Tabulka cviků



LAT PULL



LAT PULL



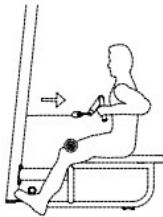
LAT PULLDOWN



LAT PULLDOWN



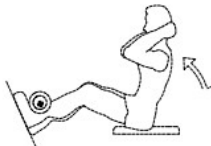
TRICEPS



SEATED MID ROW



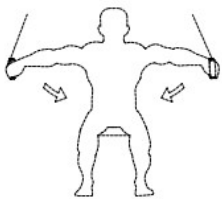
AB CRUNCH



AB CRUNCH



AB CRUNCH



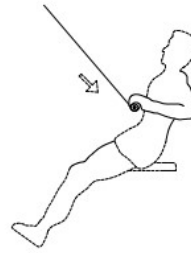
CHEST PRESS



CHEST PRESS



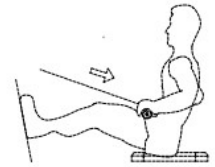
CHEST PRESS



BACK RAISE



BACK RAISE



SEATED ROW



BICEPS



BICEPS



SHOULDER PRESS



LEG CURL



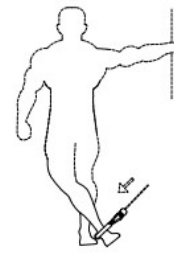
LEG EXTENSION



SHOULDER SHRUG



IN. THIGH KICK

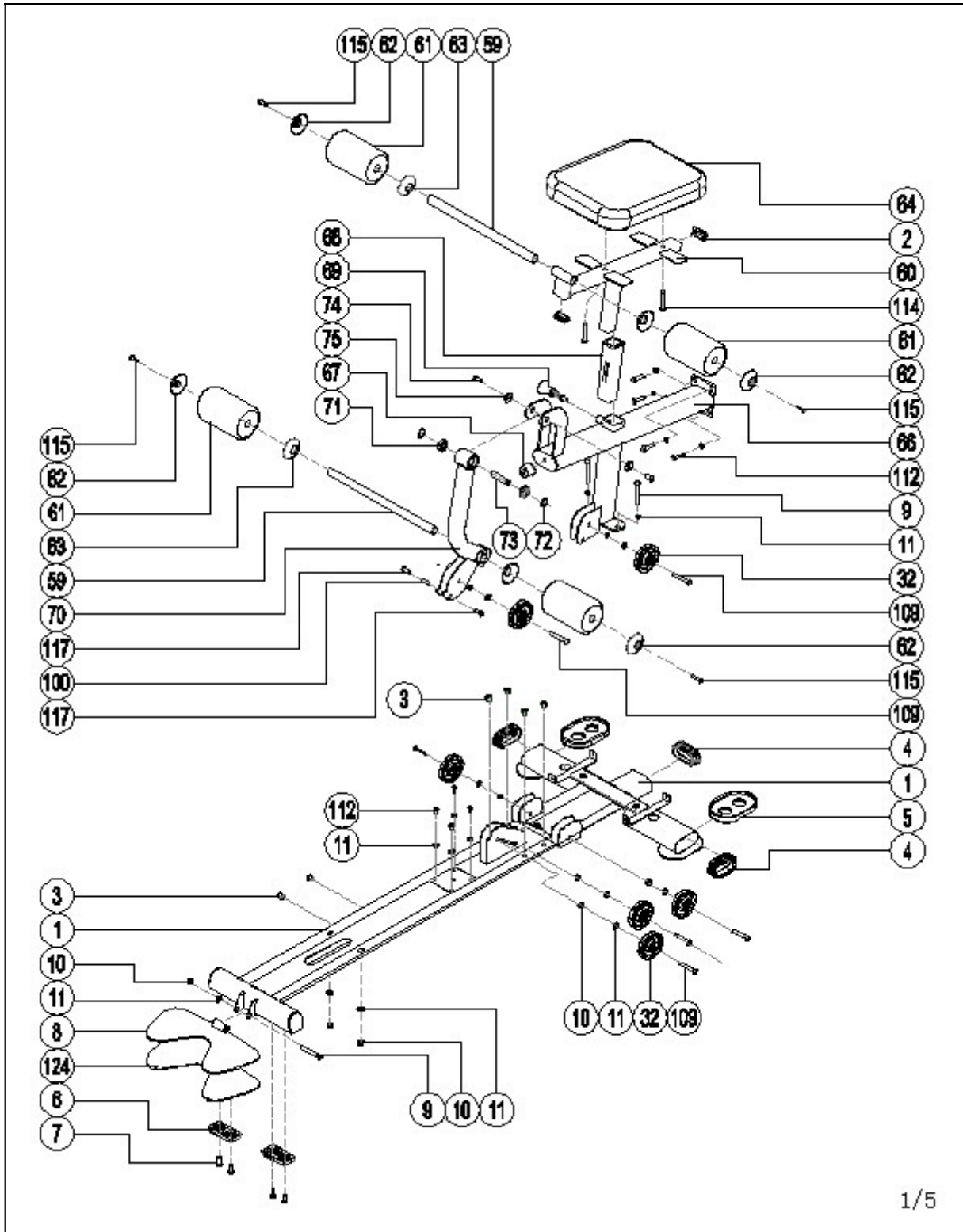


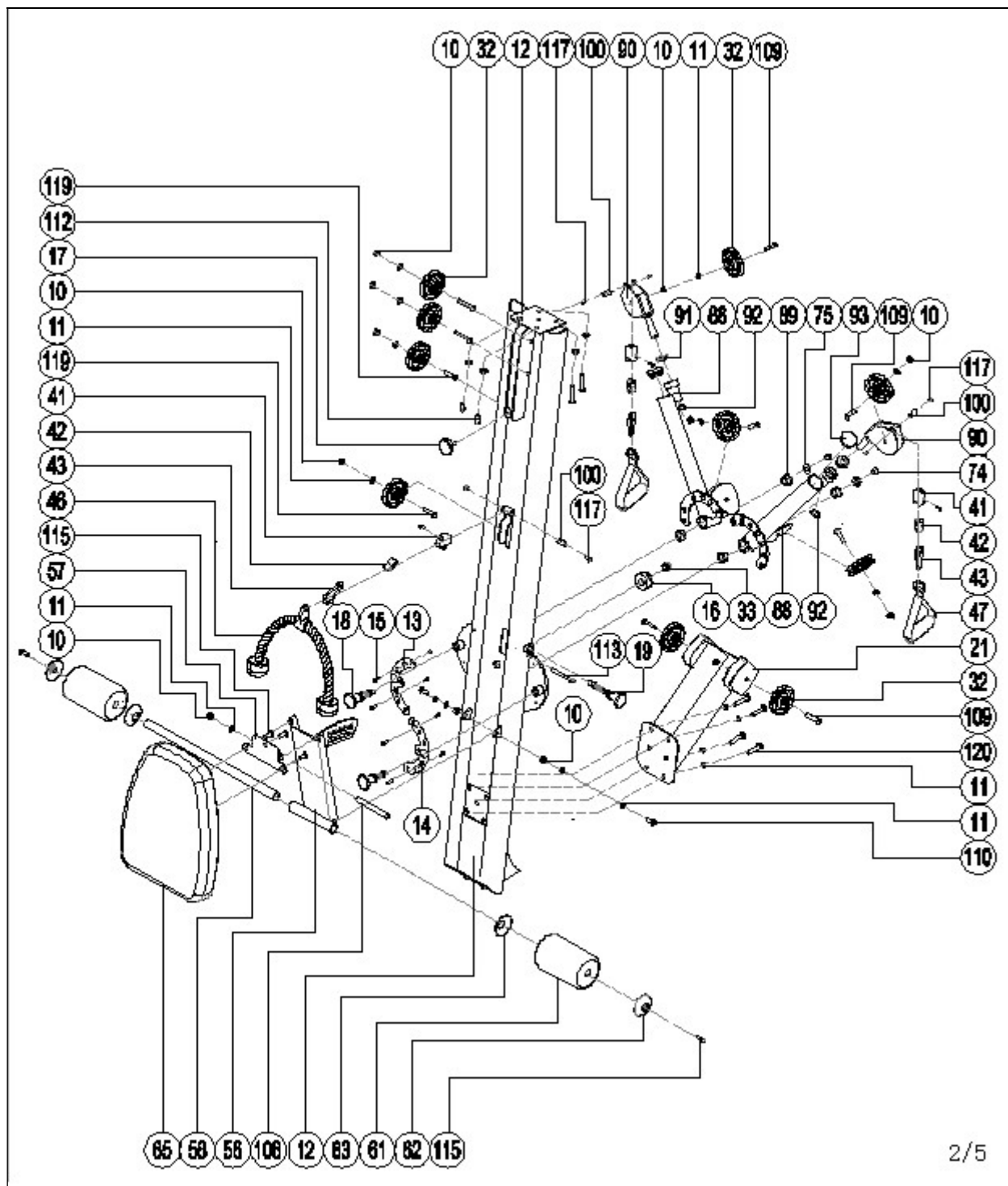
OUT. THIGH KICK

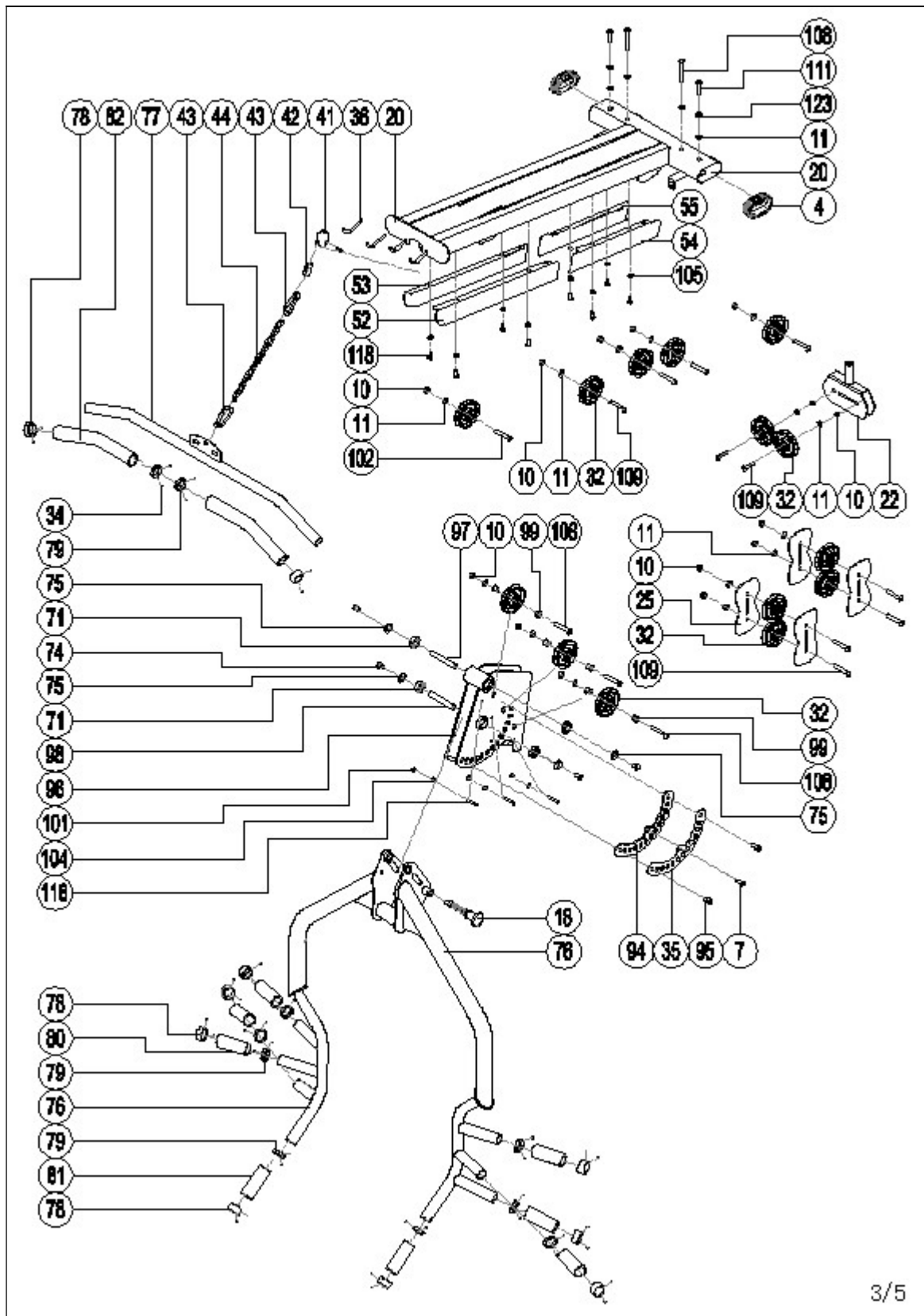


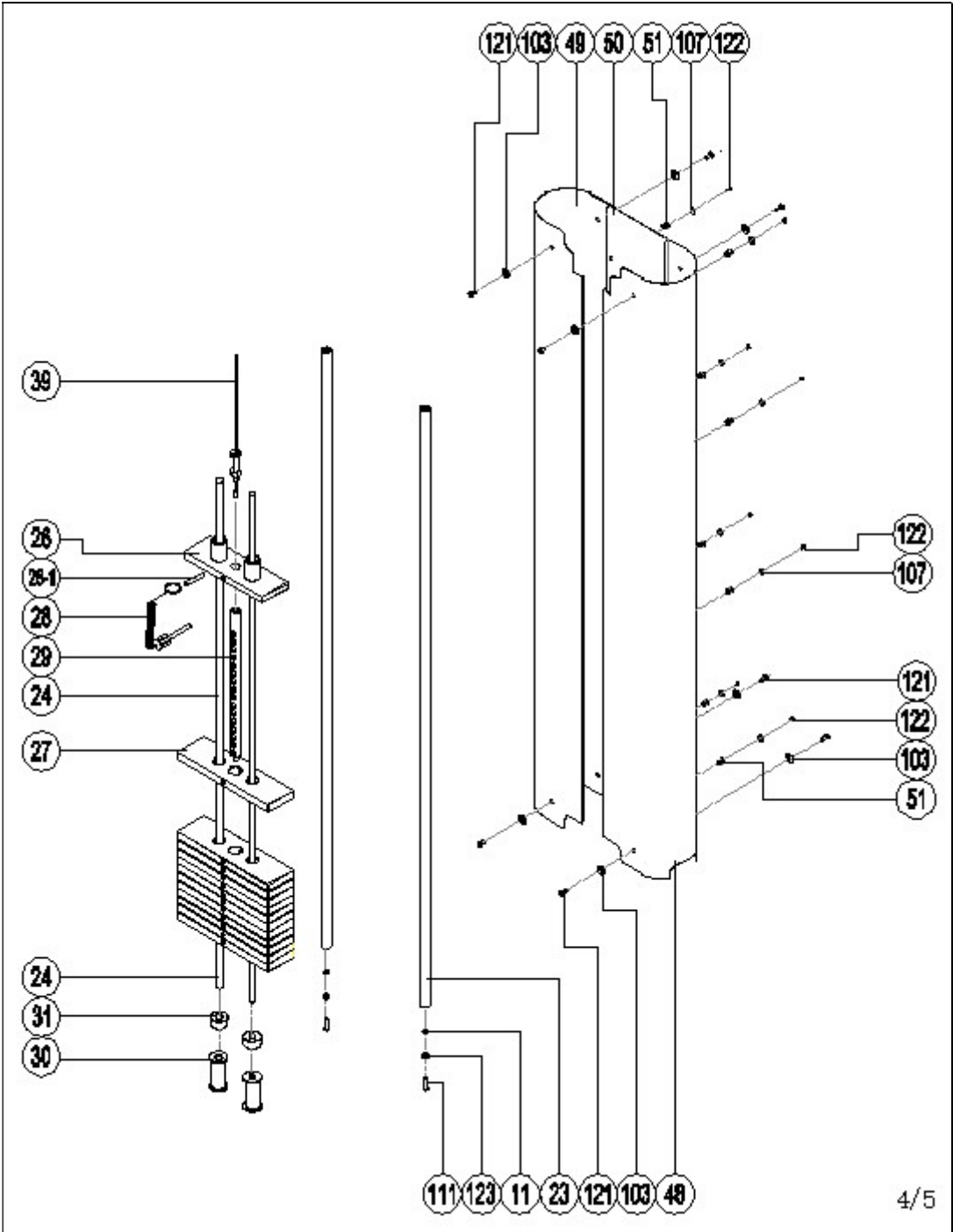
LEG LIFT BACK

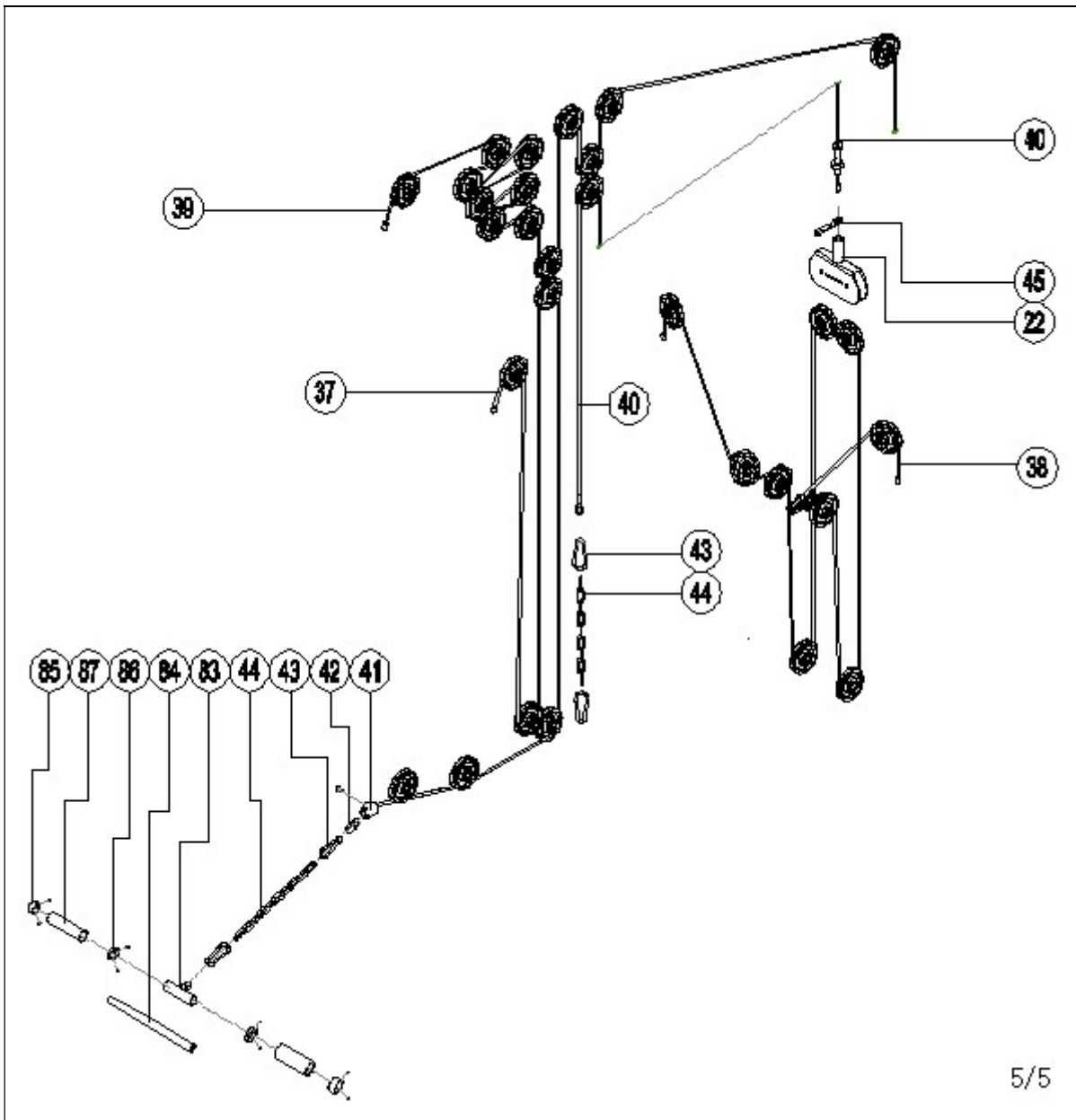
G127











5/5

Dovozce a distributor pro
 Českou a Slovenskou republiku
 Trinteco spol. s r.o.
 Na Strži 2102/61a,
 140 00 Praha 4 – Krč
 IČ: 052 54 175
 DIČ:CZ05254175



Dovozce a distributor pro Českou a Slovenskou republiku
 Trinteco spol. s r.o.
 Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč
 IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175
 Email: info@trinteco.cz
 Telefon: +420 725 552 257