

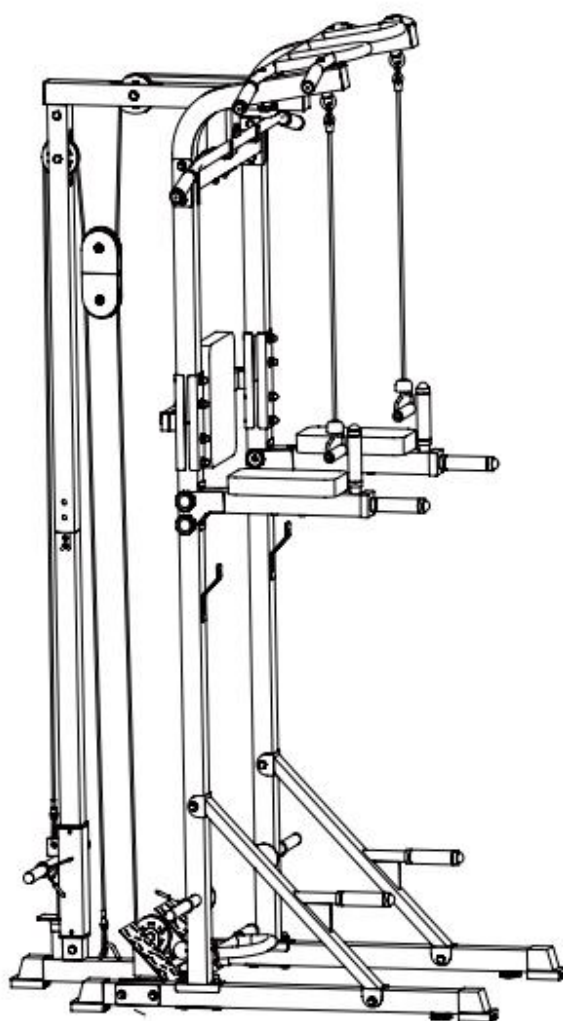


## **Турник-брусья, тяга сверху DFC**

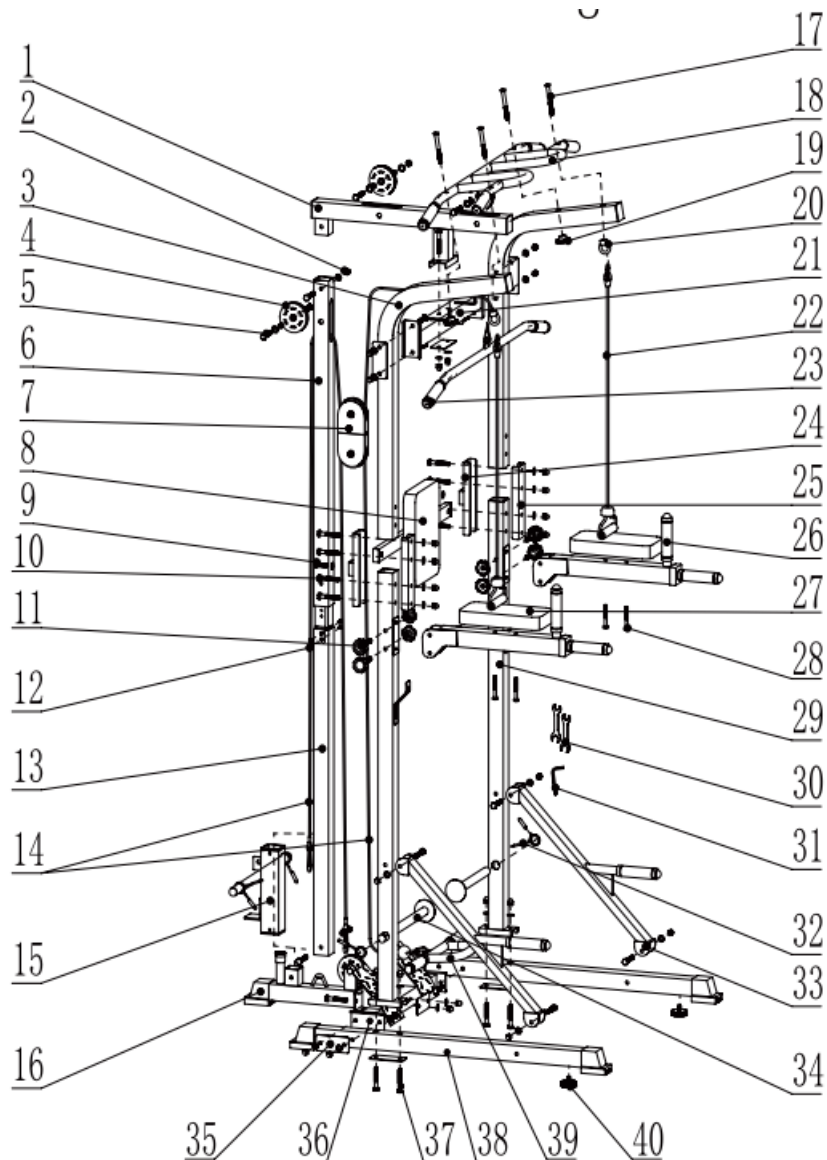
Артикул: D270

Модель: НОМСОМ

## **РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**



Пожалуйста, внимательно прочитайте все инструкции в руководстве перед установкой и использованием тренажера, и храните инструкции должным образом.



1. Верхняя рама (1)
2. Шестигранный болт M10\*65 M10, стопорная гайка 910, плоская шайба (2)
3. Верхняя труба основной колонны (2)
4. Шкив (4)
5. Шестигранный болт M10\*65 M10, стопорная гайка, стальная втулка@14, шайба (3)
6. Задняя верхняя стойка (17),
7. Гнездо шкива (1)
8. Средняя спинка (1)
9. Шестигранный болт M10\*35 010, плоская шайба (2)
10. Шестигранный болт M10\*70 M10, колпачковая гайка@10, плоская шайба (8)
11. Болт с защитной головкой M10\*65 (4)
12. Болт с крестообразным углублением и поперечной резьбой M6\*14 (4)
13. Труба задней стойки (1)
14. Стальной канат 7\*2915 (2)

15. Стойка для гантелей (1)
16. Задняя рама (1)
17. Болт опорного кронштейна M10\*90 (4)
18. Верхняя рукоятка (1)
19. Гайка с выемкой M10 (6)
20. Гайка с открытым концом M10 (2)
21. Усиливающий соединитель (1)
22. Эластичный натяжной канат (2)
23. Ручка для гантели (1)
24. Кронштейн для установки средней спинки (1)
25. Фиксированный коннектор (2)
26. Средняя рукоятка (2)
27. Накладка на подлокотник (2)
28. Шестигранный болт M8\*60 (4)
29. Труба стойки (2)
30. Товарная табличка (2)
31. Шестигранная крестовая отвертка (1)
32. Кольцо для зажима гантели (4)
33. Опорная стойка (2)
34. Запасная стойка для гантелей (2)
35. Усиливающий соединитель (8)
36. Разъем шасси (1)
37. Шестигранный болт M10\*6 M10, колпачковая гайка@10, плоская шайба (20)
38. Шасси (2)
39. Кронштейн нижней рукоятки гантели (1)
40. Ножная подушечка (2)

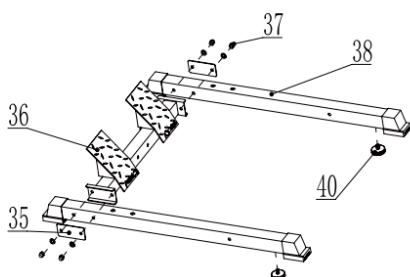
Тренажёр предназначен только для домашнего использования.

Максимально допустимый вес пользователя: 150 кг.

# Этапы установки:

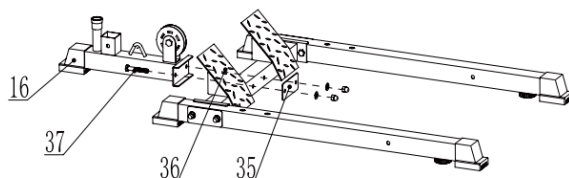
## Шаг 1:

Укрепите соединительный элемент (35) с шасси (38) и разъемом шасси (36) с помощью болтов с шестигранной головкой M10\*65, колпачковой гайки M10, плоской шайбы 010 (37) Зафиксируйте соединение. Накрутите подушку для ног (40) на шасси (38).



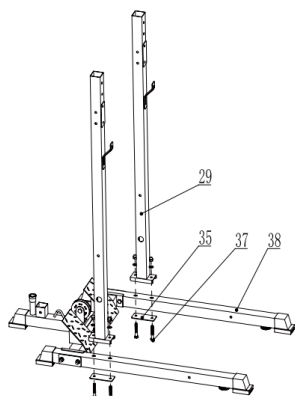
## Шаг 2:

Укрепите соединительного элемента (35) с задним шасси (16) и разъемом шасси (36) с помощью шестигранных болтов M10\*65, колпачковой гайки M10, плоской шайбы 010 (37). Зафиксируйте соединение.



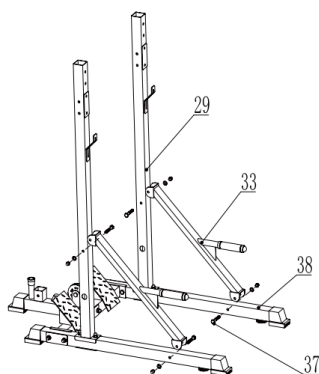
## Шаг 3

Закрепите соединительный элемент (35) с трубой стойки (29) и шасси (38) с помощью болтов с шестигранной головкой M10\*65, колпачковой гайки M10, плоской шайбы @10 (37) Зафиксируйте соединение.



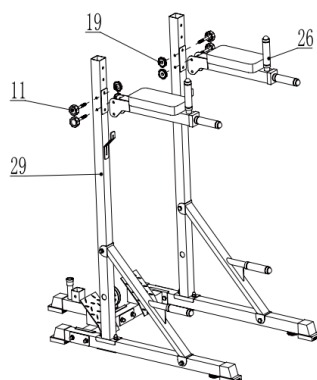
#### Шаг 4:

Закрепите опорную раму (33) с трубой стойки (29) шасси (38). Используйте болты с шестигранной головкой M10\*65, колпачковую гайку M10, плоскую шайбу 010 (37). Зафиксируйте соединение.



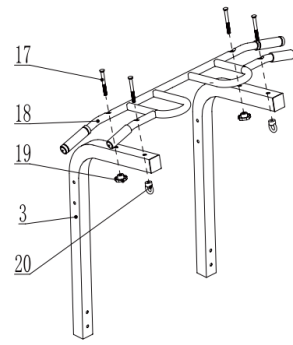
#### Шаг 5:

Закрепите среднюю рукоятку (26) и трубку стойки (29). Используйте болт с защитной головкой M10\*65 (11), гайку с выемкой M10 (19). Зафиксируйте соединение.



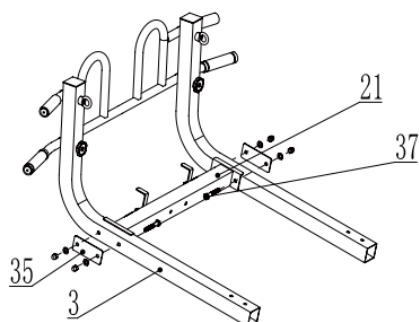
#### Шаг 6:

Установите верхнюю рукоятку (18) на верхнюю трубу основной колонны (3) с помощью болта опорного кронштейна M10\*90 (17), гайки с выемкой M10 (19), и гайки с открытым концом M10 (20). Временно закрепите гайку и переходите к следующему шагу.



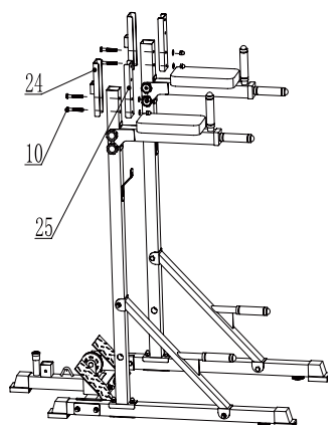
### Шаг 7:

Закрепите соединительный элемент (35) с верхним разъемом (21) и верхней трубой основной стойки (3). Используйте болты с шестигранной головкой M10\*65, колпачковую гайку M10, плоскую шайбу 010 (37). Зафиксируйте и затяните крепления на предыдущем этапе.



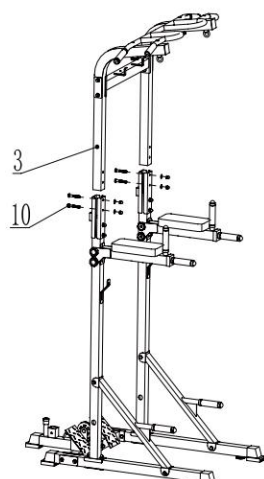
### Шаг 8:

Закрепите кронштейн для установки средней спинки (24) с помощью болтов с шестигранной головкой M10\*70, гайки M10, плоской шайбы 010 (10). Временно установите гайку и дождитесь следующего шага.



### Шаг 9:

Вставьте верхнюю трубу основной стойки (3) к соединению из восьмого шага, используя болты с шестигранной головкой M10\*70, гайку M10, плоские шайбы 010. Зафиксируйте и затяните соединения на предыдущем этапе.

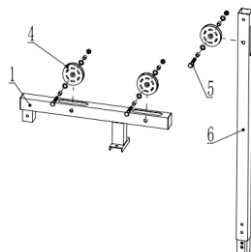


Шаг 10:

Используйте шестигранный болт 10\*65, стальную втулку, шайбу 014, контргайку M10 (5) для шкива (4).

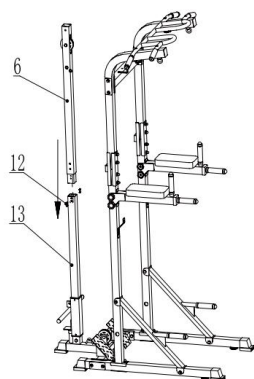
1 - закрепите к верхней раме (1)

2 - закрепите к задней верхней стойке (6)



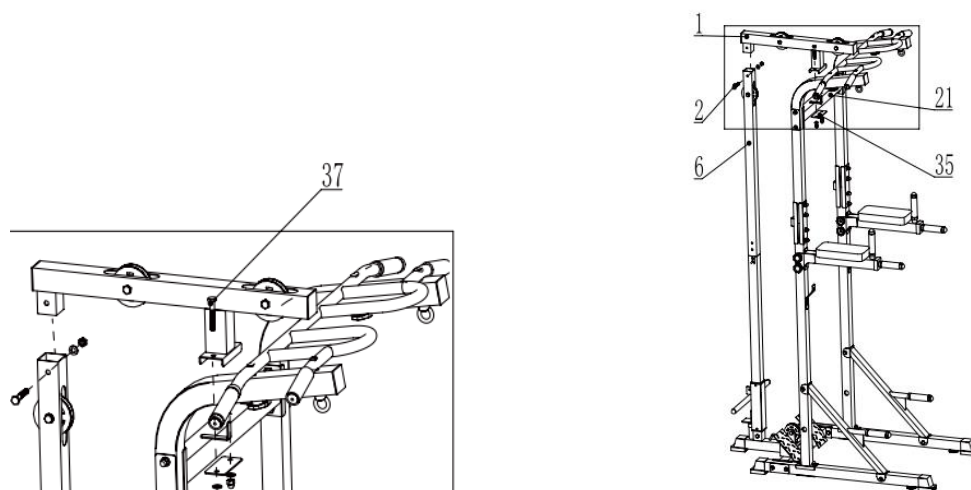
Шаг 12:

Вставьте заднюю верхнюю стойку (6) в трубу задней стойки (13) с помощью болта с крестообразным углублением и поперечной резьбой M6\*14 (12). Зафиксируйте соединение.



Шаг 13:

Верхнюю раму (1) и заднюю вертикальную стойку (6) Закрепите усиливающими соединителями (21) и (35) с помощью шестигранного болта M10, гайки M10, плоской шайбы 10 и колпачковой гайки 2M10 (37) для фиксации.





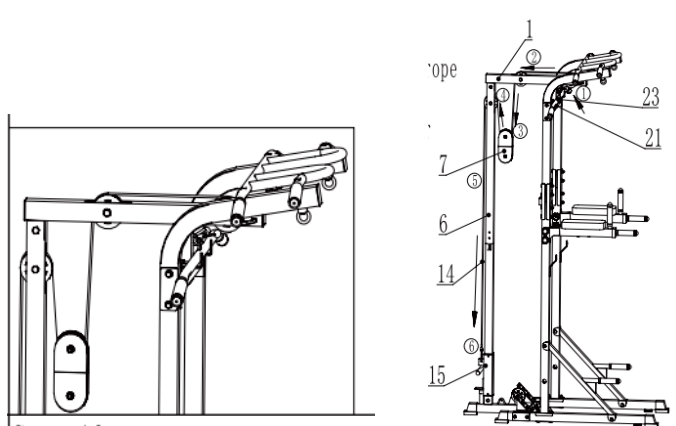
**Шаг 14:**

В порядке, указанном стрелками, пропустите трос (14) в верхнюю раму (1), затем вставьте в гнездо шкива (7) задней верхней стойки (6).

Подвесьте стойку для гантелей (15).

Подвесьте рукоятку гантели (23) на крюк для троса (14).

Вставьте рукоятку гантели в верхний соединитель (21).



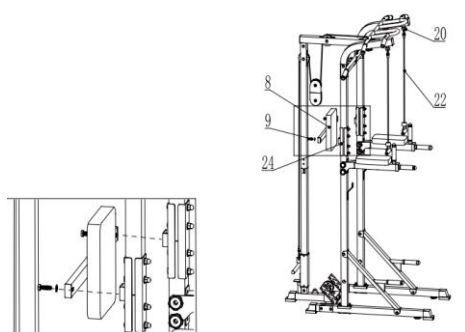
**Шаг 15:**

Закрепите среднюю спинку(8) и кронштейн для установки средней спинки (24).

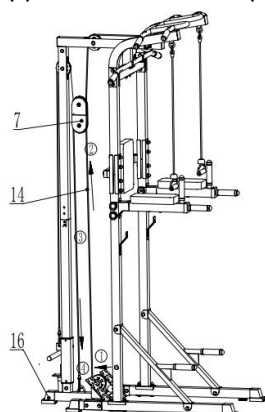
Используйте болты с шестигранной головкой M10\*35, плоские шайбы 010 (9)

Зафиксируйте соединение.

Закрепите эластичный канат (22) к гайке с открытым концом M10 (20).

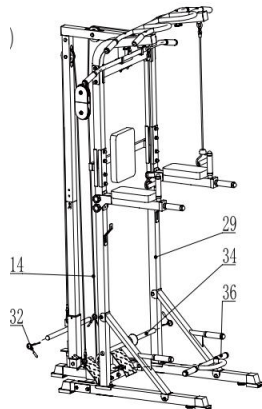


**Шаг 16:** В порядке, указанном стрелками, пропустите трос (14) в заднее шасси (16), гнездо шкива (7), подвешенный в заднем шасси (16).



Шаг 17:

1. Вставьте трубку стойки (29). Установите гантели, зажимные кольца с гантелями (32). Закрепите.
2. Установите нижнюю рукоятку гантели (36).  
Подвесьте стальной канат (14).

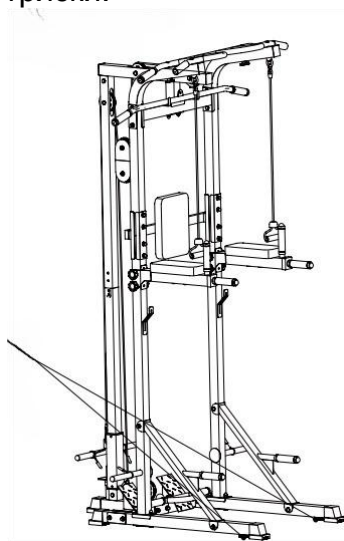


Шаг 18:

Убедитесь в безопасности! Проверьте еще раз, надежно ли закреплены болты и гайки. Все ли болты и гайки закручены и закручены на место? Находится ли канат в середине шкива? Крюки и обоймы гантели на месте? Ножная подушечка установлена? (40)

Плавная работв вверх и вниз.

Плавный ход без тряски.



**Установка завершена, желаем вам удачных тренировок!**