

Body-Solid[®]
Built for Life

G4I

СИЛОВОЙ КОМПЛЕКС



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Уважаемый покупатель!

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

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

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

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

Меры безопасности

Внимание!

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

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

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- **ОСТОРОЖНО!** Во избежание удара током отключайте тренажер от сети после окончания использования и перед чисткой;
- **ВНИМАНИЕ!** Не следует оставлять включенный тренажер без присмотра во избежание удара током. Если тренажер не используется или производится его ремонт, установка или снятие комплектующих, отключите его от сети;
- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Во избежание травм и удара током не вставляйте какие-либо предметы в отверстия на тренажере;
- Не снимайте кожухи консоли. Ремонт тренажера должен производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не используйте тренажер, если заблокированы вентиляционные отверстия. Поддерживайте их в чистоте, удаляйте скапливающуюся пыль, волосы и т.д.;
- Не используйте тренажер, если у него повреждены шнур питания или вилка, если он работает некорректно, был поврежден или побывал в воде. Доставьте тренажер в сервисный центр для осмотра и ремонта;

- Не перемещайте тренажер за шнур питания и не используйте шнур как ручку;
- Шнуры питания не должны соприкасаться с нагревающимися поверхностями;
- Дети и лица с ограниченными возможностями могут находиться рядом с включенным тренажером или использовать его только под наблюдением;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача кислорода;
- Для отключения переведите тумблеры включения/выключения в положение «выкл.(OFF)», а затем отключите шнур питания из розетки;
- Подключайте тренажер только к заземленной розетке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;
- Будьте осторожны при заходе на тренажер и спуске с него;
- **ОСТОРОЖНО!** Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно ПРЕКРАТИТЕ занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

Транспортировка и эксплуатация тренажера:

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

Хранение тренажера

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

1. температура + 10 - + 35 С;
2. влажность: 50 -75%;
3. если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

Настройка оборудования

Выбор места для тренажера

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

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

Если вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердой резины или пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

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

Рекомендации по сборке

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

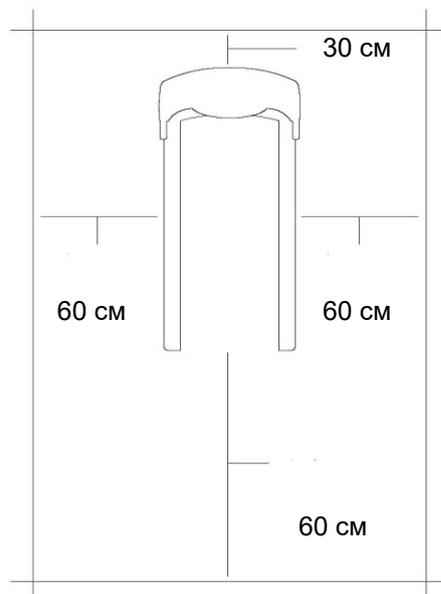
Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

ЧИСТКА ТРЕНАЖЕРА

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

При этом важно соблюдать следующие рекомендации:

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



- Если тренажер неустойчив и «качается», выровняйте его;
- Регулярно выполняйте уборку территории вокруг тренажера.

ПРОВЕРКА ТРЕНАЖЕРА НА ПРЕДМЕТ ПОВРЕЖДЕНИЯ ДЕТАЛЕЙ

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

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

ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

ЕЖЕДНЕВНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

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

ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверить горизонтальное положение тренажёра. В случае необходимости выровняйте его.
- Протереть детали тренажёра: поручни, фиксаторы от пыли, грязи и пота.

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверьте затяжку винтов на всех соединениях.
- Убедитесь в отсутствии люфта после затяжки винтов.
- Пропылесосьте пространство под и вокруг тренажёра.

ЕЖЕКВАРТАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Смажьте шарнирные соединения (рекомендуется использовать тефлоновую смазку).
- Проверьте состояние фиксаторов и крепления для ног.

Тренажёр предназначен для домашнего использования.

Гарантия

С условиями и сроками гарантии Вы можете ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/guarantee.pdf>

Гарантия наших брендов является твердым обязательством по обеспечению высокого качества оборудования.

Перед покупкой и эксплуатацией рекомендуем ознакомиться с содержанием гарантийного талона, размещенного по указанной выше ссылке.

Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

Авторизованные сервисные центры представлены по всей России. Наши профессионалы гарантируют качественное обслуживание и ремонт, следуя стандартам бренда.

Сохраняйте стикеры с уникальным серийным номером. Они являются залогом оказания гарантийного ремонта. При наличии стикера гарантийный талон не требуется.

С контактами сервисных центров можно ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/>

Указания по утилизации

Информация для пользователя

Данный тренажер не относится к бытовым отходам. Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами, для утилизации использованных элементов питания пользуйтесь действующими в Вашей стране системами возврата и сбора для утилизации.

Надлежащий отдельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.



Инструкция по технике безопасности

Данный тренажер сконструирован для обеспечения оптимальной безопасности. Каждый раз при использовании тренажера, необходимо соблюдать определенные меры предосторожности. Обязательно прочтите все руководство полностью, прежде чем собирать или использовать оборудование. В частности, обратите внимание на следующие меры предосторожности:

1. Не допускайте детей и животных к оборудованию. Не оставляйте детей без присмотра в одном помещении с оборудованием.
2. Только один человек может пользоваться тренажером одновременно.
3. Немедленно прекратите тренировку в случае головокружения, тошноты, боли в груди или любых других физических симптомов. Немедленно обратитесь к врачу.
4. Установите тренажер на чистую и ровную поверхность. Не используйте оборудование вблизи воды или на открытом воздухе.
5. Держите руки подальше от всех движущихся частей.
6. Всегда надевайте соответствующую одежду и обувь, которые подходят для тренировки на тренажере. Одежда не должна цепляться за какую-либо часть тренажера во время тренировки. Также необходимо иметь обувь для бега или аэробики.
7. Используйте тренажер только по назначению, как описано в данном руководстве. Не используйте другие детали, не рекомендованные производителем.
8. Не размещайте вокруг тренажера никаких острых предметов.
9. Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья должны выполнять упражнения только под присмотром и в присутствии другого человека.
10. Перед тренировкой всегда сначала делайте растяжку.
11. Никогда не используйте тренажер, если он не функционирует должным образом.
12. Тренажер не подходит для медицинского восстановления.
13. Максимальный вес пользователя: 180кг.

ВНИМАНИЕ: перед началом тренировки сначала проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно для людей старше 35 лет или лиц с уже существующими проблемами со здоровьем. Прочтите все инструкции перед использованием. Производитель не несет никакой ответственности за телесные повреждения или материальный ущерб, причиненный в результате использования оборудования.

Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

ПРИМЕЧАНИЕ:

На этом шаге весь крепеж затягивается от руки. Не затягивать ключом до конца шага 3.

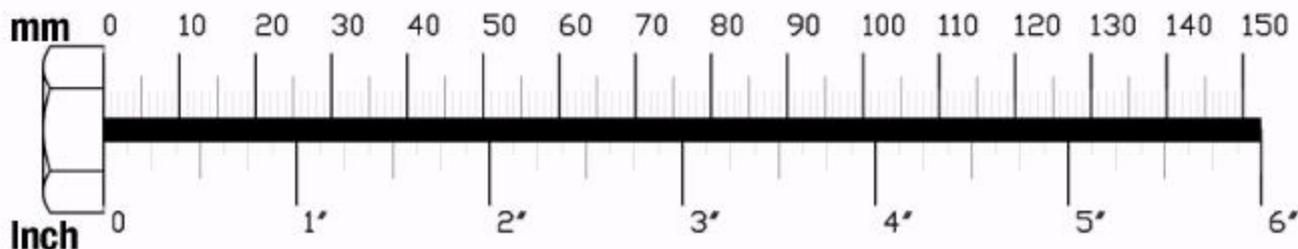
- A. Прикрепить концевые колпачки (4) к задней несущей раме (B), как показано на рис.
- B. Прикрепить основную несущую раму (A), плоскую пластину (114) и направляющие стержни (E) к задней несущей раме (B) с помощью:
Двух 50 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3")
Четырех 74 (шайба 3/8")
Двух 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
 Вставить два стояка весового стека (38) * и два резиновых кольца (14) на направляющие стержни (E).

*ПРИМЕЧАНИЕ:

Используйте два стояка весового стека (38), если у вас весовой стек 160 фунтов.

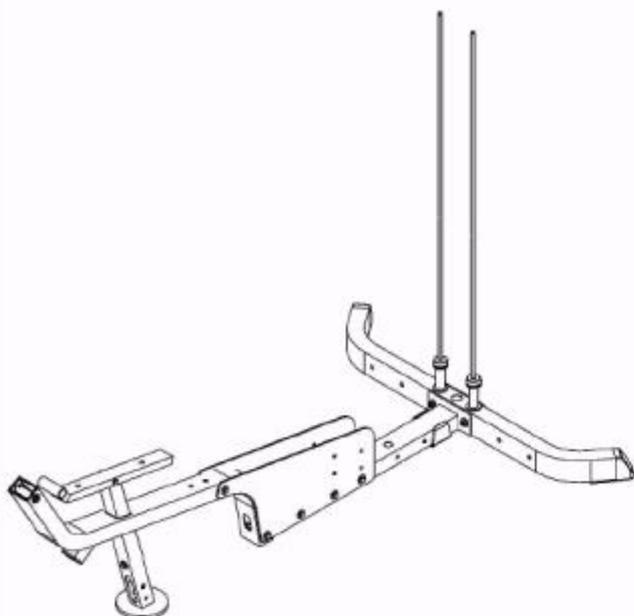
Если у вас весовой стек 210 фунтов, вам два стояка весового стека (38) не потребуется, их можно будет убрать.

- C. Прикрепить схватывающую ленту (121) к низу передней несущей рамы (C).
- D. Прикрепить переднюю несущую раму (C) к основной несущей раме (A) с помощью двух нижних боковых панелей (D) и с помощью:
Пяти 47 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 4")
Десяти 74 (шайба 3/8")
Пяти 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
 Прикрепить выравниватель рамы (138) к низу основной несущей рамы (A).

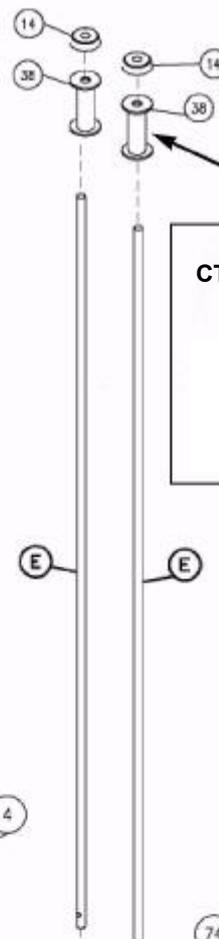


ШАГ

1

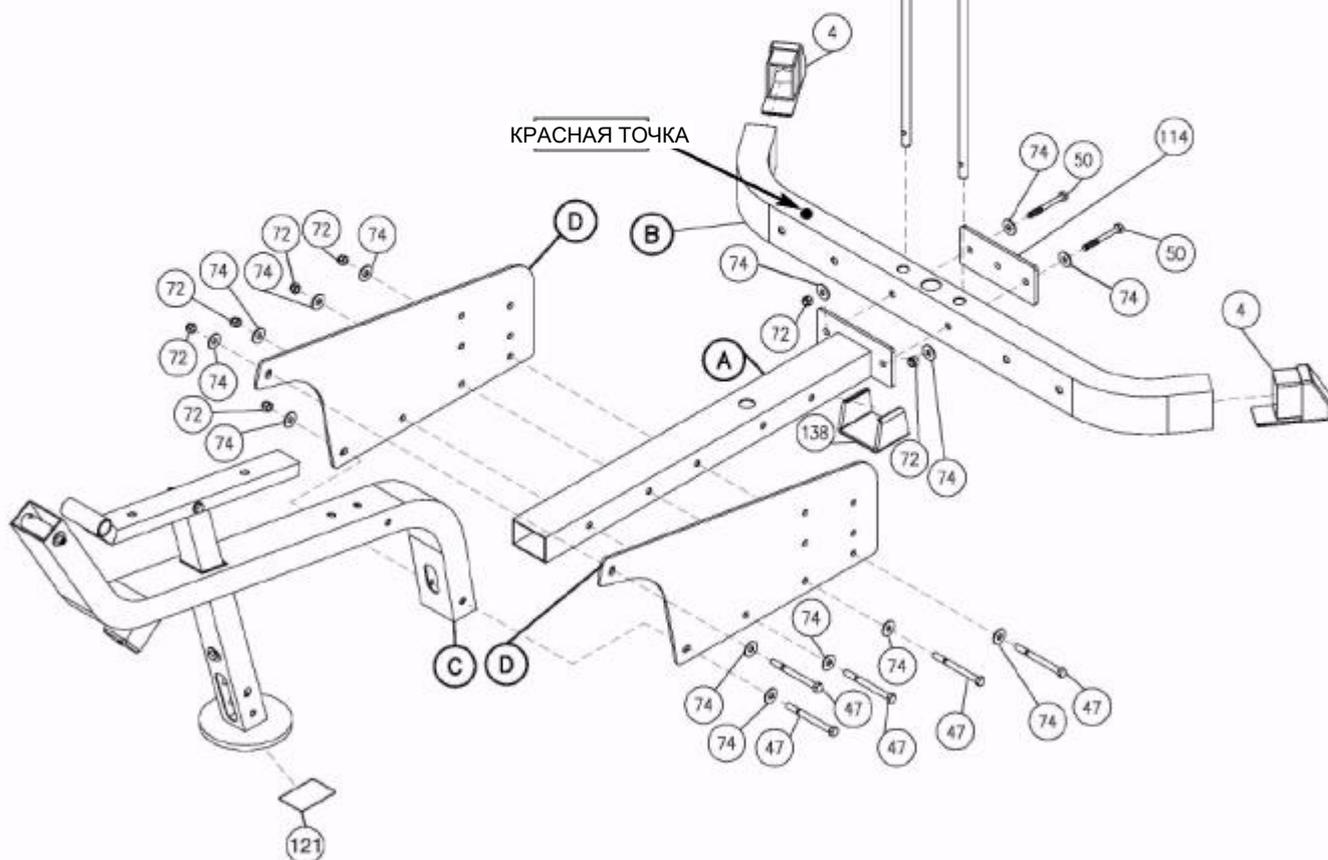


Выше показан ШАГ 1 в собранном виде.



ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДВА
СТОЯКА ВЕСОВОГО СТЕКА
(38) ДЛЯ ВЕСОВОГО
СТЕКА 160 фунтов.

ЕСЛИ У ВАС ВЕСОВОЙ
СТЕКА 210 фунтов ДВУХ
СТОЯКОВ ВЕСОВОГО
СТЕКА (38) НЕ НУЖНО



Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

ПРИМЕЧАНИЕ:

На этом шаге весь крепеж затягивается от руки. Не затягивать ключом до конца шага 3.

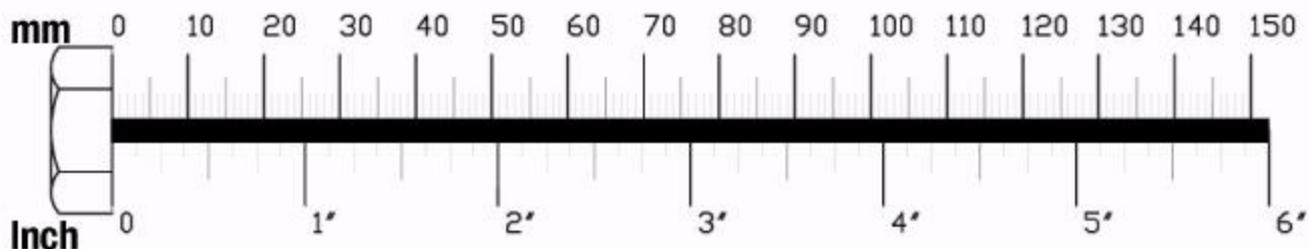
- A. Вставить блины весового стека (37) * на направляющие стержни (E). Проверьте, чтобы отверстие в каждом блине весового стека (37) для фиксируемого весового стека (60) было обращено вперед.

*ПРИМЕЧАНИЕ:

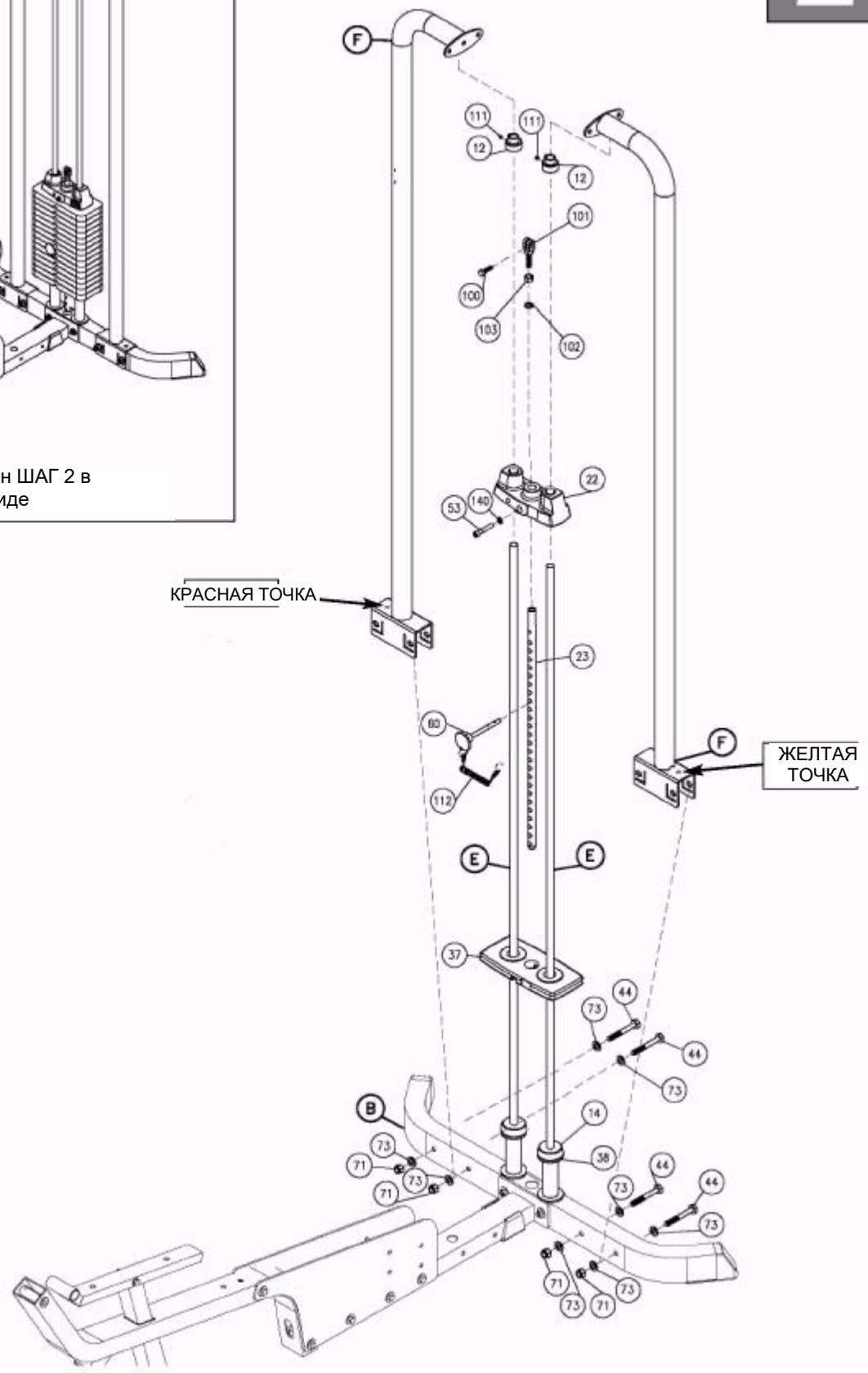
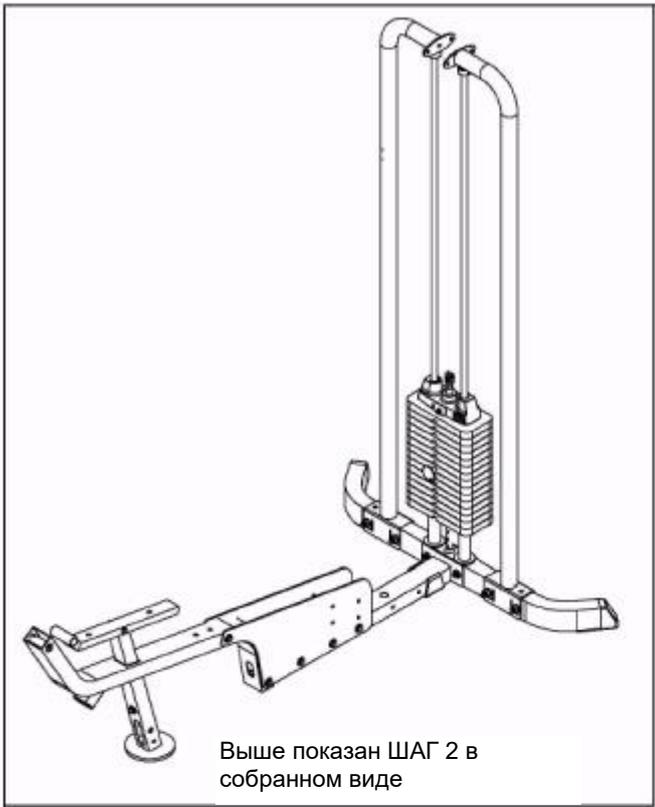
Для весового стека 160 фунтов используйте пятнадцать блинов по 10 фунтов.

Для весового стека 210 фунтов используйте двадцать блинов по 10 фунтов. См. ПРИМЕЧАНИЕ после Шага 1B.

- B. Верхний болт штока переключения (101) и крепеж предустановлены в штоке переключения (23). Подсоедините верхнюю плату (22) к штоку переключения (23) с помощью:
Одного 53 (болт с головкой под торцевой ключ 3/8" X 2")
Одного 140 (пружинная шайба 3/8")
 Вставить верхнюю плату (22) и шток переключения (23) на направляющие стержни (E).
- C. Вставить две ограничительные втулки (12) на два направляющих стержня (E), как показано на рис.
- D. Вставить направляющие стержни (E) в заднюю арочную стойку (F), и прикрепить обе задние арочные стойки (F) к задней несущей раме (B) с помощью:
Четырех 44 (болт с шестигранной головкой 1/2" x 3 1/2")
Восьми 73 (шайба 1/2")
Четырех 71 (нейлоновая контргайка 1/2")
- E. Вставить ограничительные втулки (12) в заднюю арочную стойку (F) и повернуть ограничительную втулку так, чтобы она закрепилась на задней арочной стойке (F). Теперь затянуть установочный винт (111) на каждой ограничительной втулке (12).



ШАГ
2



Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

- A. Прикрепить две верхние панели (G) к задней арочной стойке (F) и установить блок (17) с помощью:
Двух 46 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 4 1/4")
Одного 7 (распорка 5/8" X 3")
Двух 5 (распорная втулка 5/8" x 1")
Четырех 74 (шайба 3/8")
Двух 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- B. Прикрепить заглушку (3) к верху панельной распорки (H), как показано на рис. Прикрепить панельную распорку (H) между двумя верхними панелями (G) с помощью:
Двух 48 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3 3/4")
Четырех 74 (шайба 3/8")
Двух 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- C. Прикрепить вертикальную раму (J) к передней несущей раме (C) и плоской пластине (115) с помощью:
Одного 42 (болт с шестигранной головкой 1/2" x 3")
Одного 41 (болт с шестигранной головкой 1/2" x 3 1/4")
Трех 73 (шайба 1/2")
Одного 71 (нейлоновая контргайка 1/2")
- D. Прикрепить вертикальную раму (J) между верхними панелями (G) с помощью:
Двух 48 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3 3/4")
Четырех 74 (шайба 3/8")
Двух 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
 Прикрепить две заглушки (2) к вертикальной раме (J) как показано на рис.

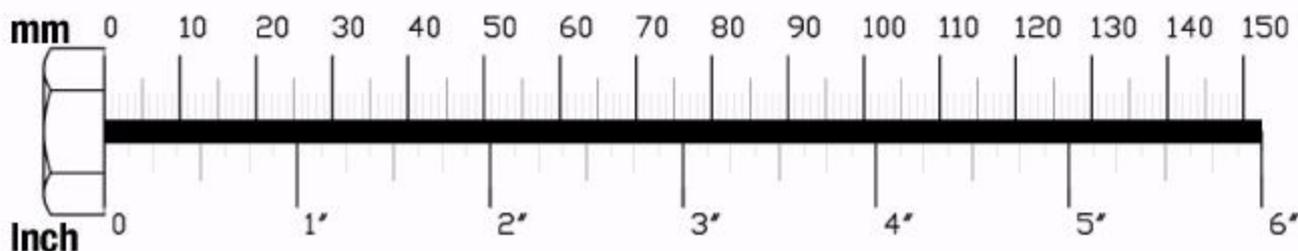
ПРИМЕЧАНИЕ:

На этом этапе Вам необходимо удостовериться, что тренажер стоит ровно, устойчиво и в правильном месте.

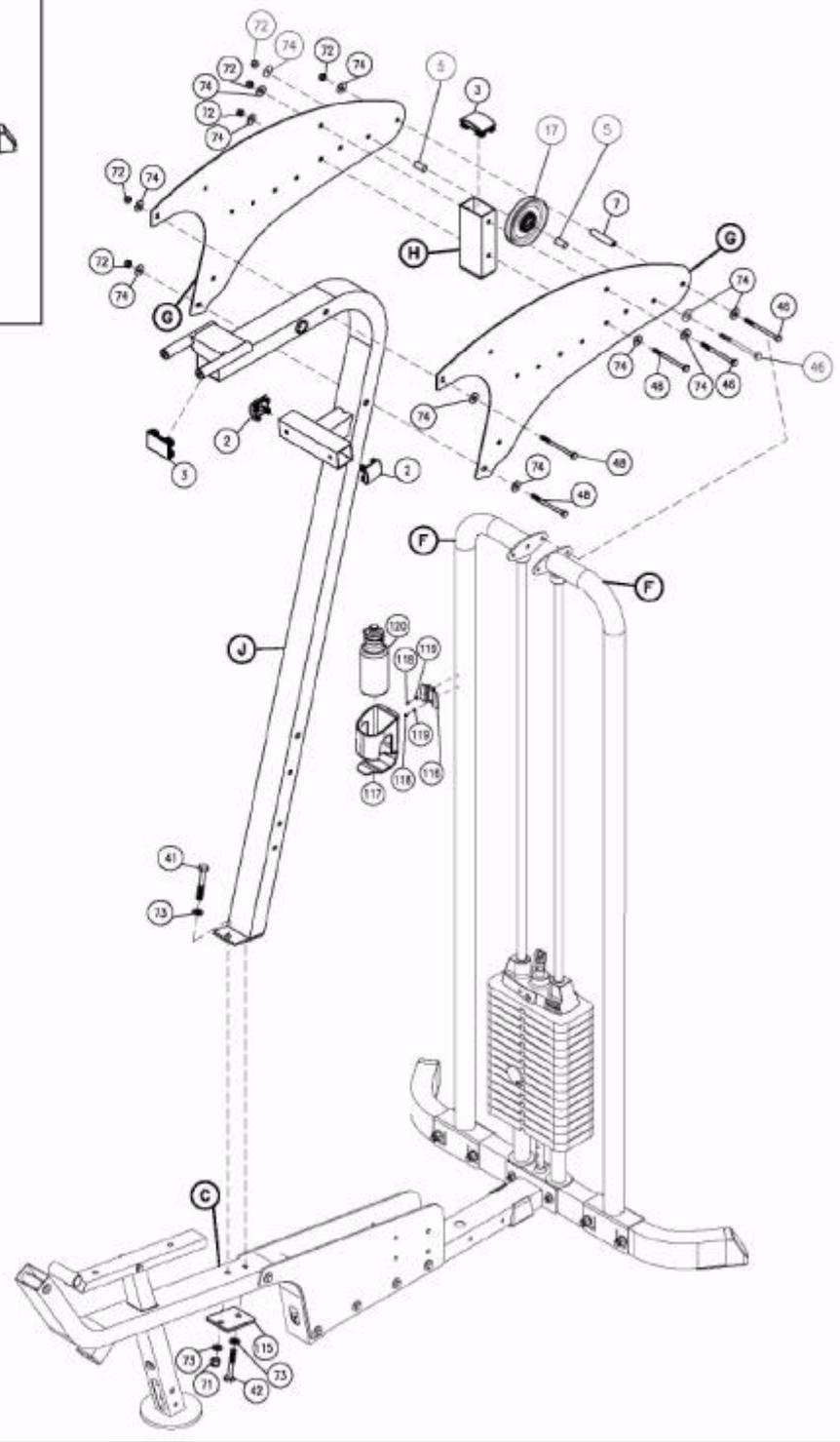
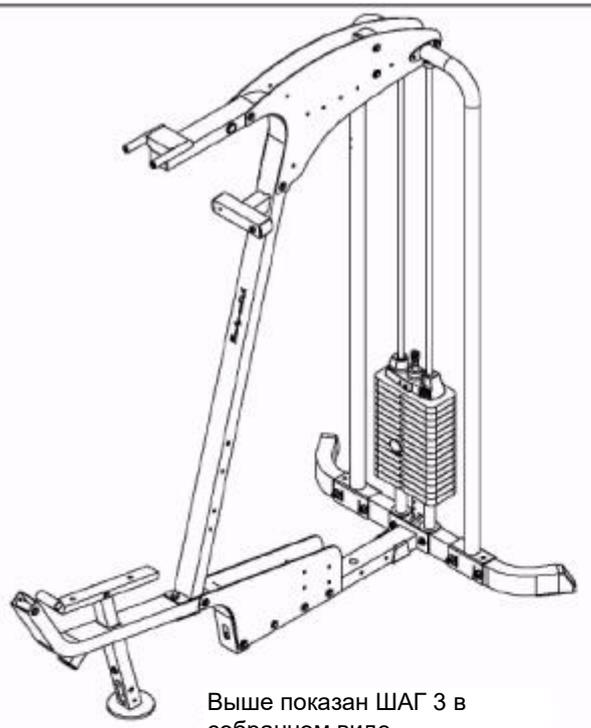
Сейчас необходимо затянуть ключом все болты и гайки только на основной раме.

Также, оставьте все болты блоков затянутыми от руки до окончания ШАГА 14.

- E. Прикрепить скобу для бутылки с водой (116) к левой задней арочной стойке (F) в соответствующие отверстия, с помощью:
Двух 118 (винт 1/8" x 3/8")
Двух 119 (1/8" шайба)
- F. Вставить держатель бутылки с водой (117) на скобу для бутылки с водой (116).
 Бутылка с водой (120) будет помещаться в держатель бутылки с водой (117).

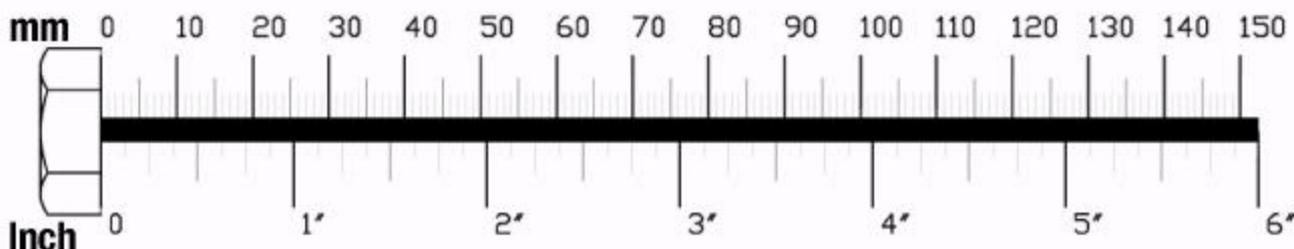


ШАГ
3

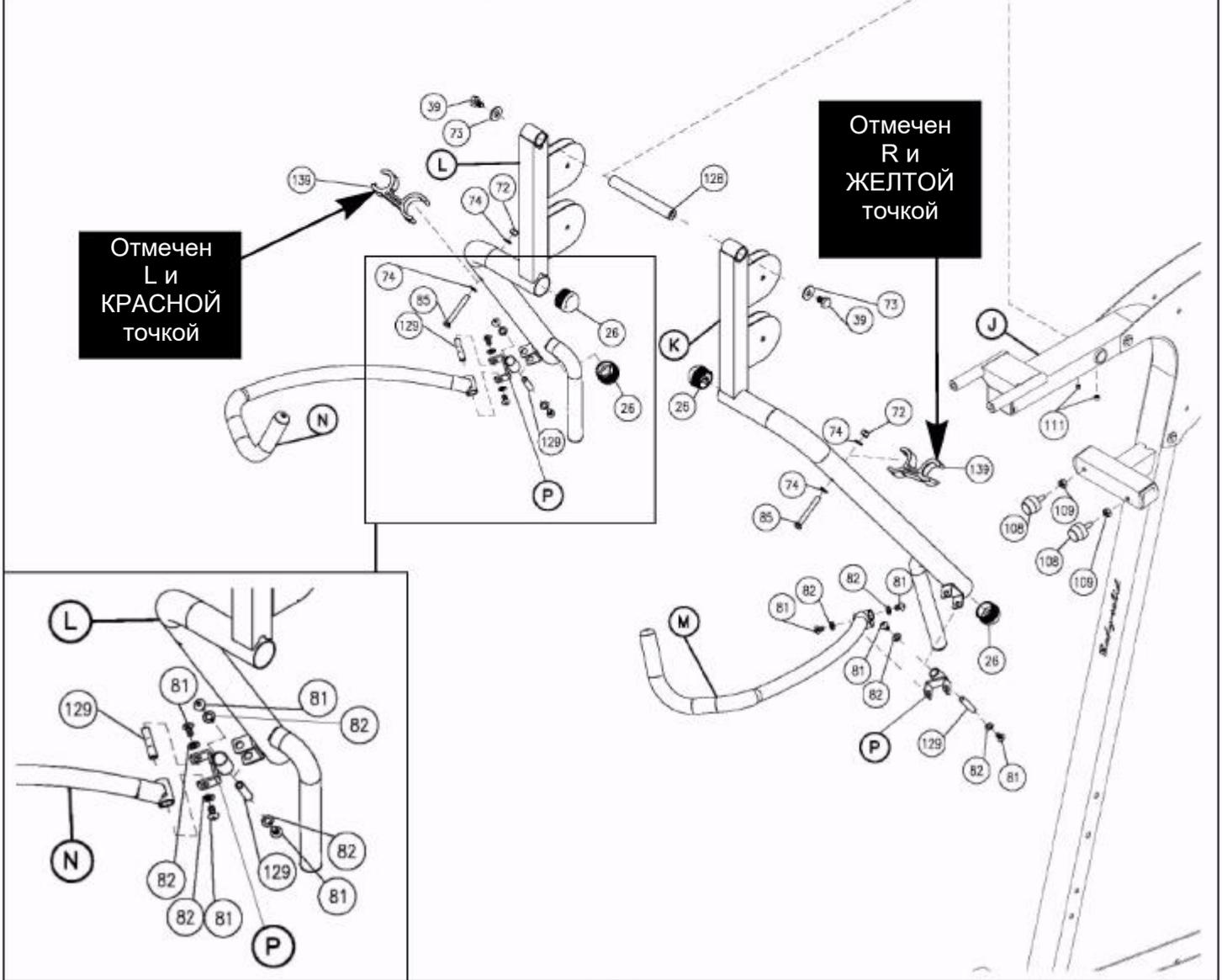
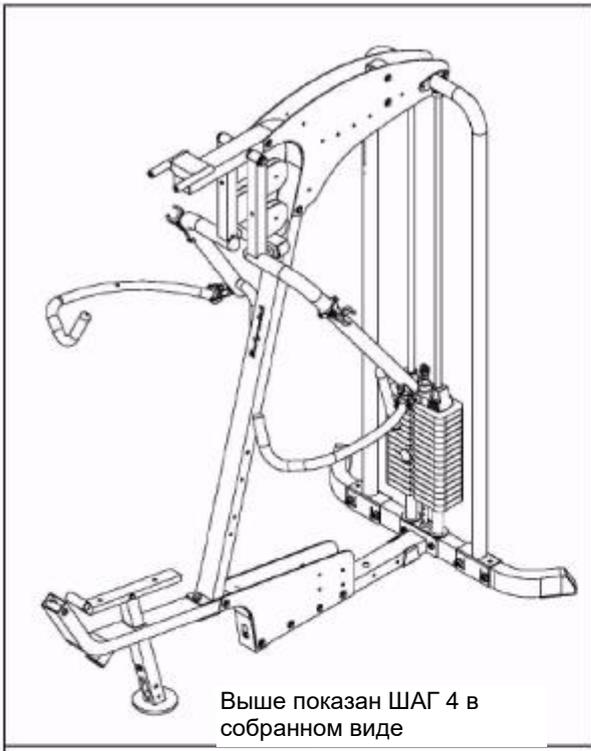


Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

- A. Прикрепить правый рычаг жима сидя (K) и левый рычаг жима сидя (L) к вертикальной раме (J) с валом (128) с помощью:
Двух 39 (болт с шестигранной головкой 1/2" x 3/4")
Двух 73 (шайба 1/2")
 Затянуть установочные винты (111) в вертикальной раме (J).
- B. Прикрепить две круглые заглушки (26) к левому рычагу жима сидя (L), и прикрепить две круглые заглушки (26) к правому рычагу жима сидя (K), как показано на рис.
- C. Прикрепить поворотный стержень (P) к правому рычагу жима сидя (K) как показано на рис., с помощью:
Двух 81 (установочный болт 3/8" x 5/8")
Двух 82 (шайба 3/8")
- D. Прикрепить правую рукоять жима (M) к поворотному стержню (P) на правом рычаге жима сидя (K) с помощью стержня (129), как показано на рис., с помощью:
Двух 81 (установочный болт 3/8" x 5/8")
Двух 82 (шайба 3/8")
- E. Прикрепить поворотный стержень (P) к левому рычагу жима сидя (L), как показано на рис., с помощью:
Двух 81 (установочный болт 3/8" x 5/8")
Двух 82 (шайба 3/8")
- F. Прикрепить левую рукоять жима (N) к поворотному стержню (P) на левом рычаге жима сидя (L) с помощью стержня (129), как показано на рис., и с помощью:
Двух 81 (установочный болт 3/8" x 5/8")
Двух 82 (шайба 3/8")
- G. Прикрепить держатель рукояти жима (139) * к правому рычагу жима сидя (K) с помощью:
Одного 85 (установочный болт 3/8" x 3 1/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- *ПРИМЕЧАНИЕ:**
 Один держатель рукояти жима (139) помечен буквой R, и должен быть установлен с R наверху.
- H. Прикрепить держатель рукояти жима (139) * к левому рычагу жима сидя (L) с помощью:
Одного 85 (установочный болт 3/8" x 3 1/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- *ПРИМЕЧАНИЕ:**
 Один держатель рукояти жима (139) помечен буквой L, и должен быть установлен с L наверху.

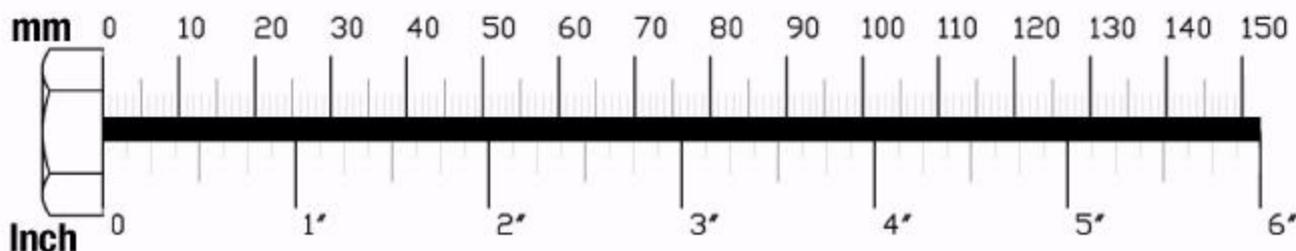


ШАГ
4

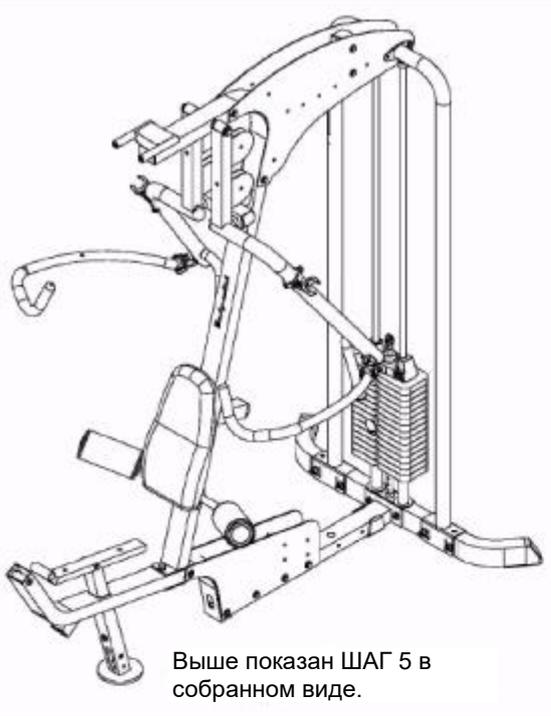


Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

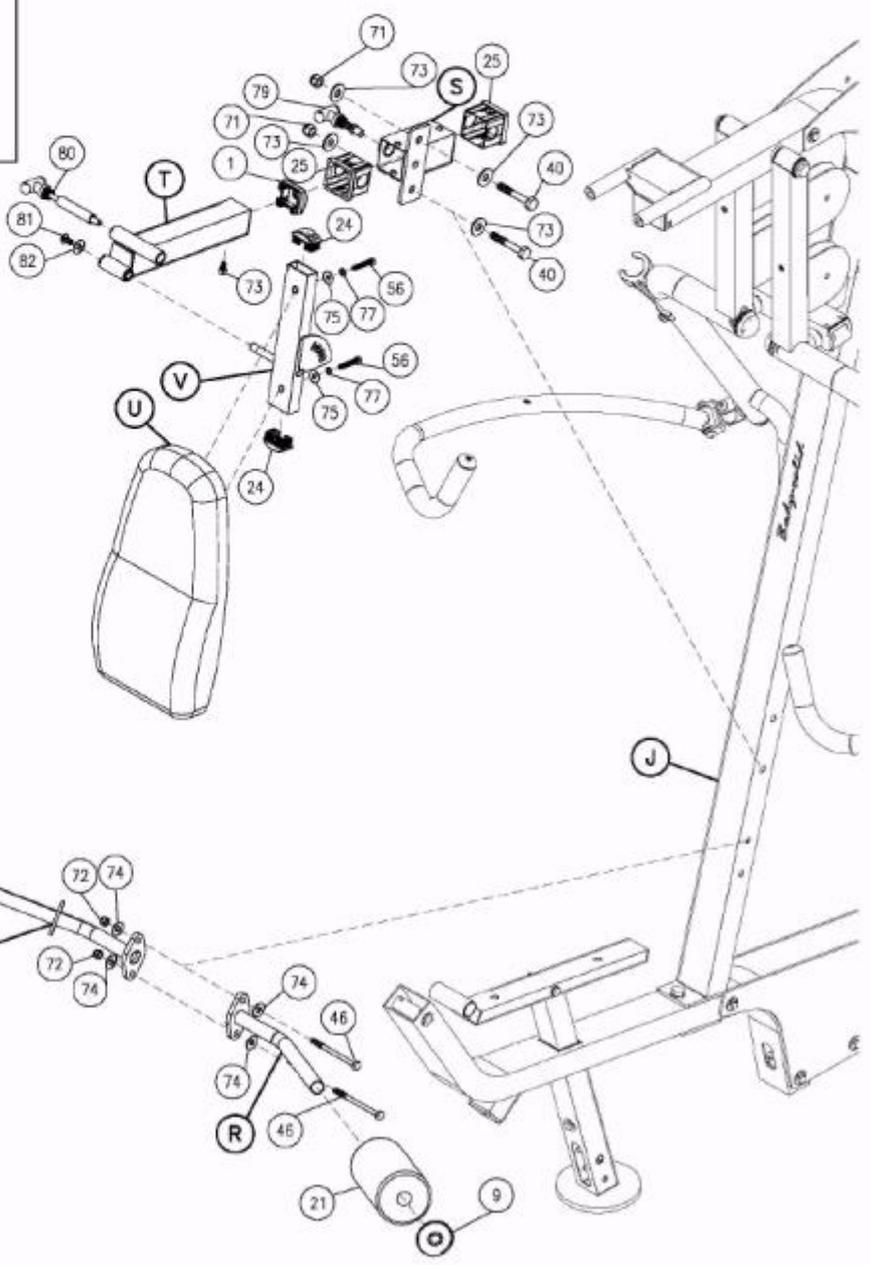
- A. Прикрепить два упора для ног (Q) и (R) к вертикальной раме (J) с помощью:
Двух 46 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 4")
Четырех 74 (шайба 3/8")
Двух 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- B. Прикрепить два валика из пеноматериала (21) на каждый упор для ног (Q) и (R) и зафиксировать на месте заглушкой валика (9), как показано на рис.
- C. Прикрепить держатель подушки для спины (S) к вертикальной раме (J) с помощью:
Двух 40 (болт с шестигранной головкой 1/2" x 4")
Четырех 73 (шайба 1/2")
Двух 71 (нейлоновая контргайка 1/2")
- D. Вставить две нейлоновые втулки (25) в держатель подушки для спины (S). Вставить заглушку (1) в конец регулятора подушки для спины (T).
 Установить регулятор подушки для спины (T) в держатель подушки для спины (S) и зафиксировать на месте T-образным подпружиненным штифтом (79) и болтом с головкой под торцевой ключ (137), как показано на рис.
- E. Вставить две заглушки (24) к верху и основанию рамы подушки для спины (V). Прикрепить подушку для спины (U) к раме подушки для спины (V) с помощью:
Двух 56 (болт с шестигранной головкой 5/16" x 1 3/4") *
Двух 77 (пружинная шайба 5/16")
Двух 75 (шайба 5/16")
- *ПРИМЕЧАНИЕ:**
Не перетягивать болты подушек (87). Перезатяжка этих болтов приведет к снятию T-образных муфт вдавленных в дерево.
- F. Прикрепить раму подушки для спины (V) к регулятору подушки для спины (T) T-образным подпружиненным штифтом (80) и с помощью:
Одного 81 (установочный болт 3/8" x 5/8")
Одного 82 (шайба 3/8")



ШАГ
5



Выше показан ШАГ 5 в собранном виде.

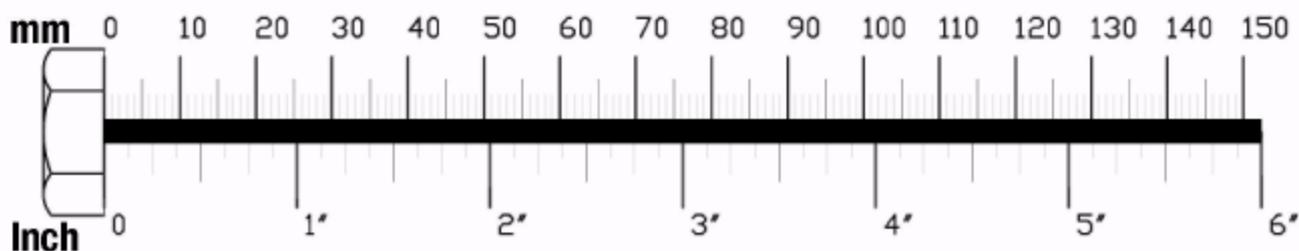


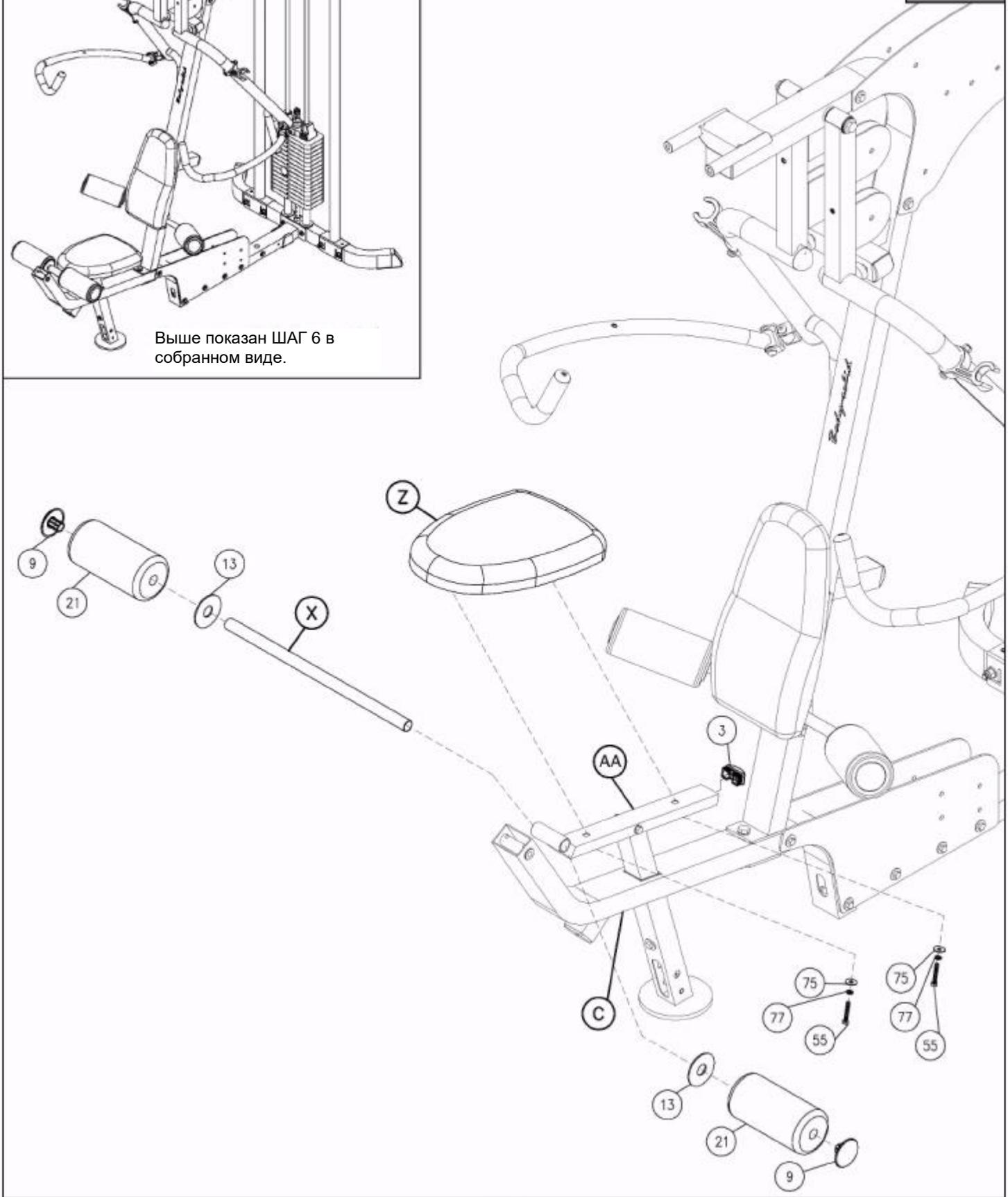
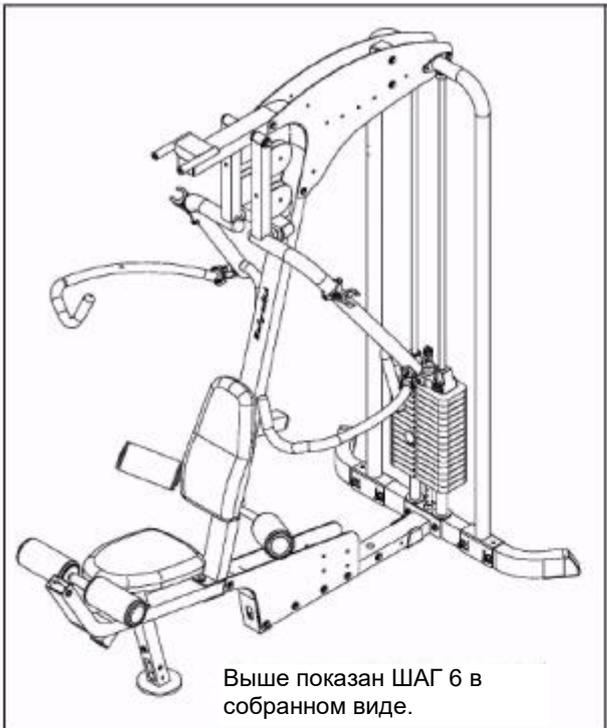
Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

- A. Рама подушки сиденья (AA) предустановлена в переднюю несущую раму (C).
- B. Прикрепить два валика из пеноматериала (21) к раме подушки сиденья (AA) с помощью перекладины для валика из пеноматериала (X).
Зафиксировать валики из пеноматериала (21) на месте пластиковой шайбой (13) изнутри и заглушкой валика (9) снаружи, как показано на рис.
- C. Вставить заглушку (3) в заднюю часть рамы подушки сиденья (AA). Прикрепить подушку сиденья (Z) к раме подушки сиденья (AA) с помощью:
Двух 55 (болт с шестигранной головкой 5/16" x 2 3/4") *
Двух 77 (пружинная шайба 5/16")
Двух 75 (шайба 5/16")

***ПРИМЕЧАНИЕ:**

Не перетягивать болты подушек (55). Перетяжка этих болтов приведет к снятию Т-образных муфт вдавленных в дерево.





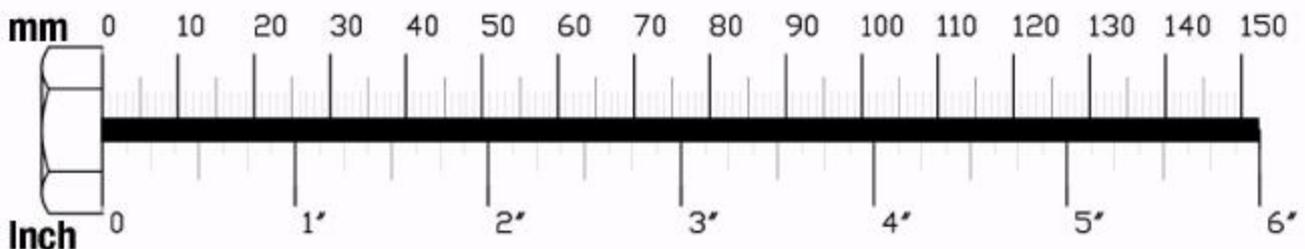
Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

- A. Вставить заглушку (3) к верху разгибания ног (W).
Прикрепить разгибание ног (W) к передней несущей раме (C) с валом (126) и предустановленным крепежом с помощью:
Двух 83 (установочный болт 5/16" x 5/8")
Двух 84 (шайба 5/16")
- B. Прикрепить держатель подушки для ног (AB) к разгибанию ног (W) с помощью:
Одного 88 (болт с шестигранной головкой 1/2" x 5 1/2")
Двух 73 (шайба 1/2")
Одного 71 (нейлоновая контргайка 1/2")
- C. Прикрепить две подушки для ног (AC) к держателю подушки для ног (AB) с помощью:
Четырех 87 (установочный болт 5/16" x 3/4") *
Четырех 77 (пружинная шайба 5/16")
Четырех 75 (плоская шайба 5/16")

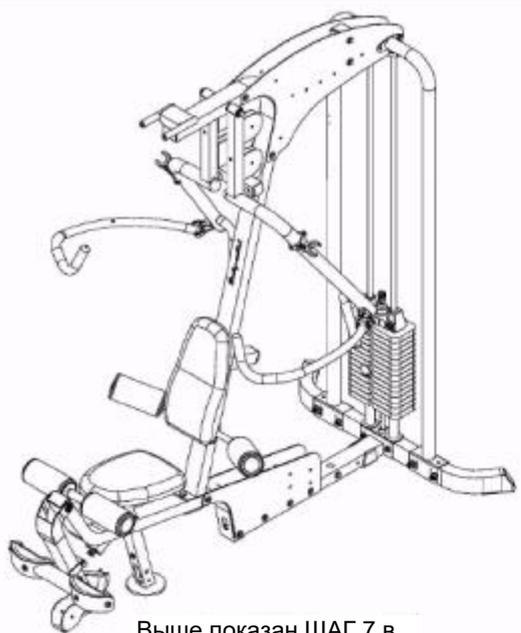
***ПРИМЕЧАНИЕ:**

Не перетягивать болты подушек (87). Перезатяжка этих болтов приведет к снятию Т-образных муфт вдавленных в дерево.

- D. Прикрепить распорку шириной 5/16" (202) и две шайбы 1/2" (73) к концу болта с шестигранной головкой 1/2" x 5 1/2" (88), который прикрепляет держатель подушки для ног (AB), как показано на рисунке с обратной стороны, с помощью:
Одного 71 (нейлоновая контргайка 1/2")
- E. Прикрепить L-образную скобу (203) к передней несущей раме (C) с помощью стопорной гайки (109) и пластикового стопора (110), как показано на рис.
Прикрепить на L-образную скобу (203) сначала стопорную гайку (70), это обеспечит надлежащий зазор для запирающего крюка (200).
Вставить на L-образную скобу (203) одну шайбу 1/2" (73), затем вставить распорку (201) шириной 1/4".
Вставить запирающий крюк (200) на распорку (201) шириной 1/4" и зафиксировать на месте, с помощью:
Одного 73 (шайба 1/2")
Одного 71 (нейлоновая контргайка 1/2")



ШАГ
7



Выше показан ШАГ 7 в собранном виде.

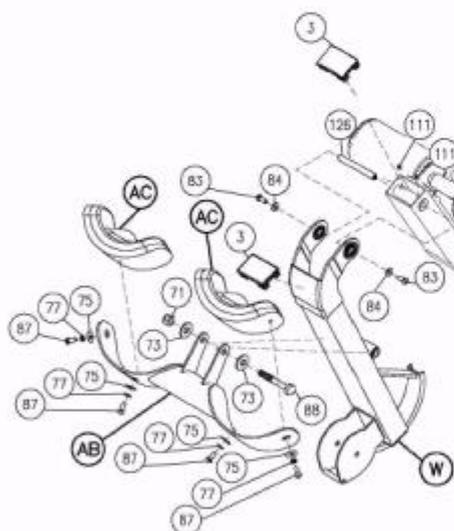
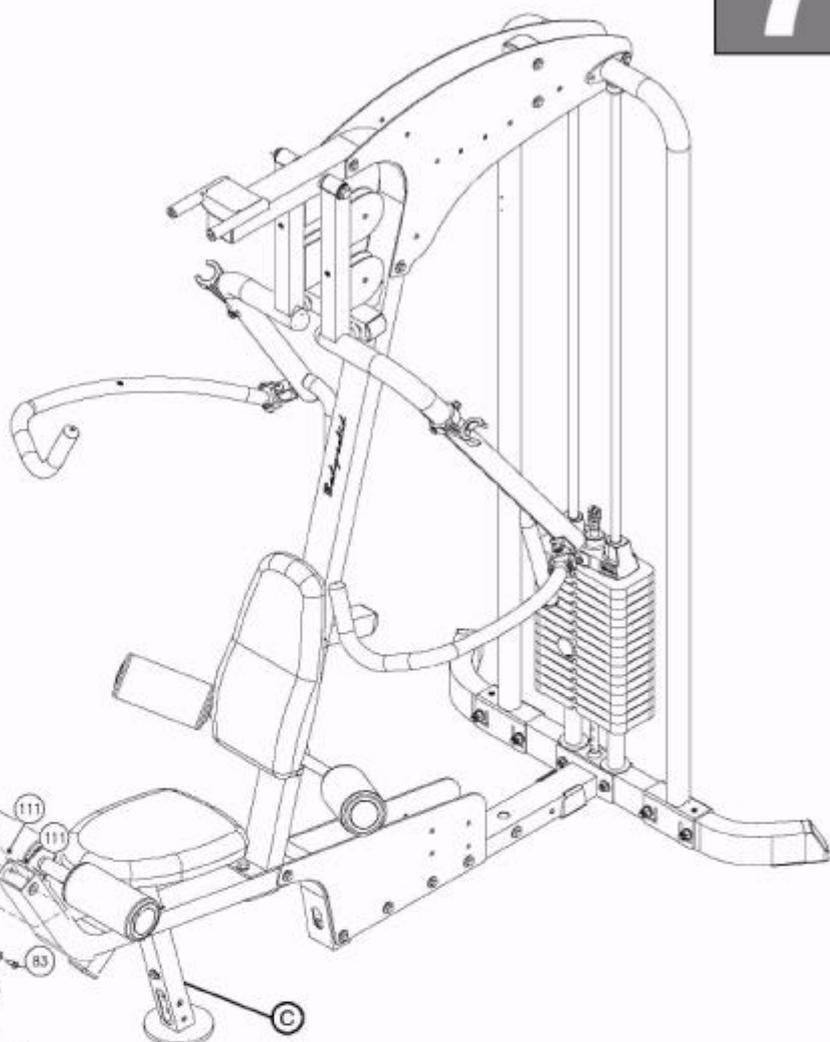
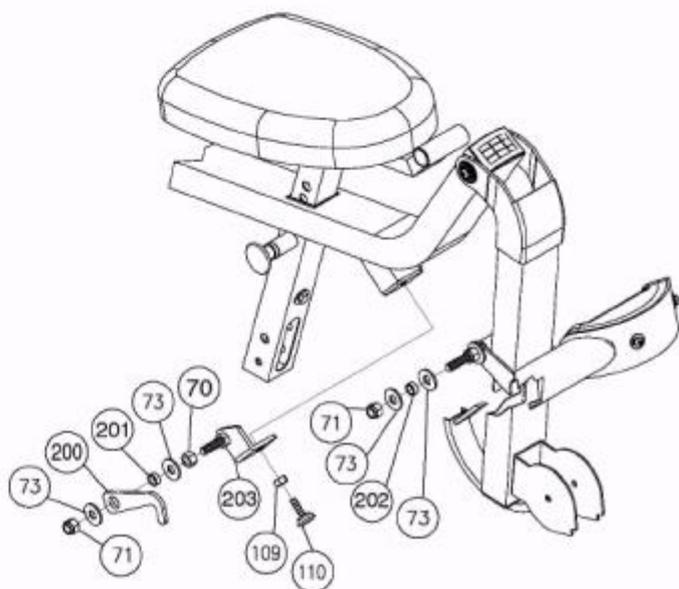
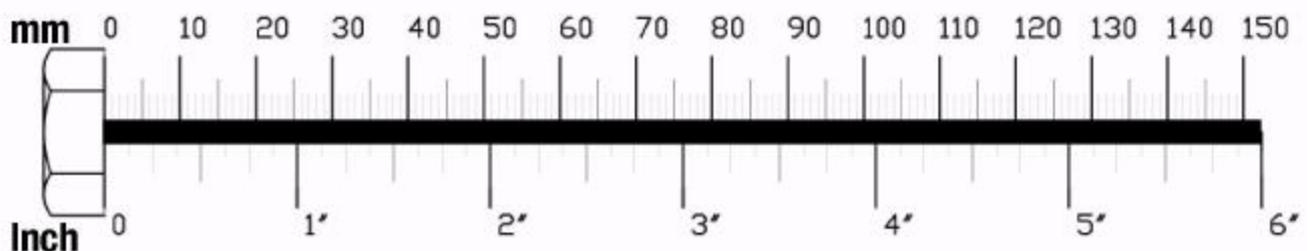


РИСУНОК С ОБРАТНОЙ СТОРОНЫ

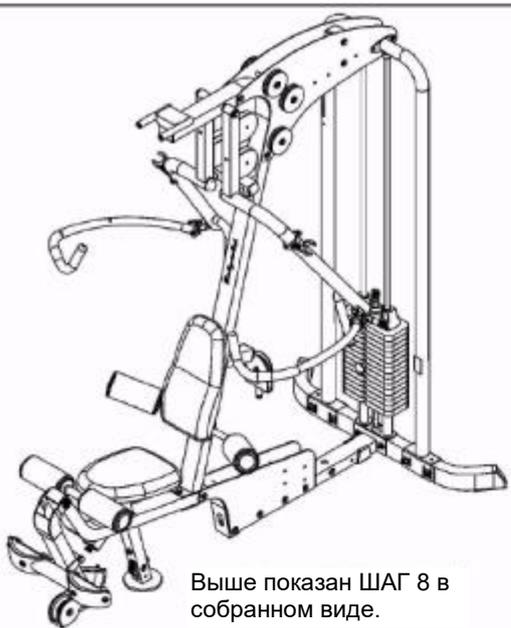


Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

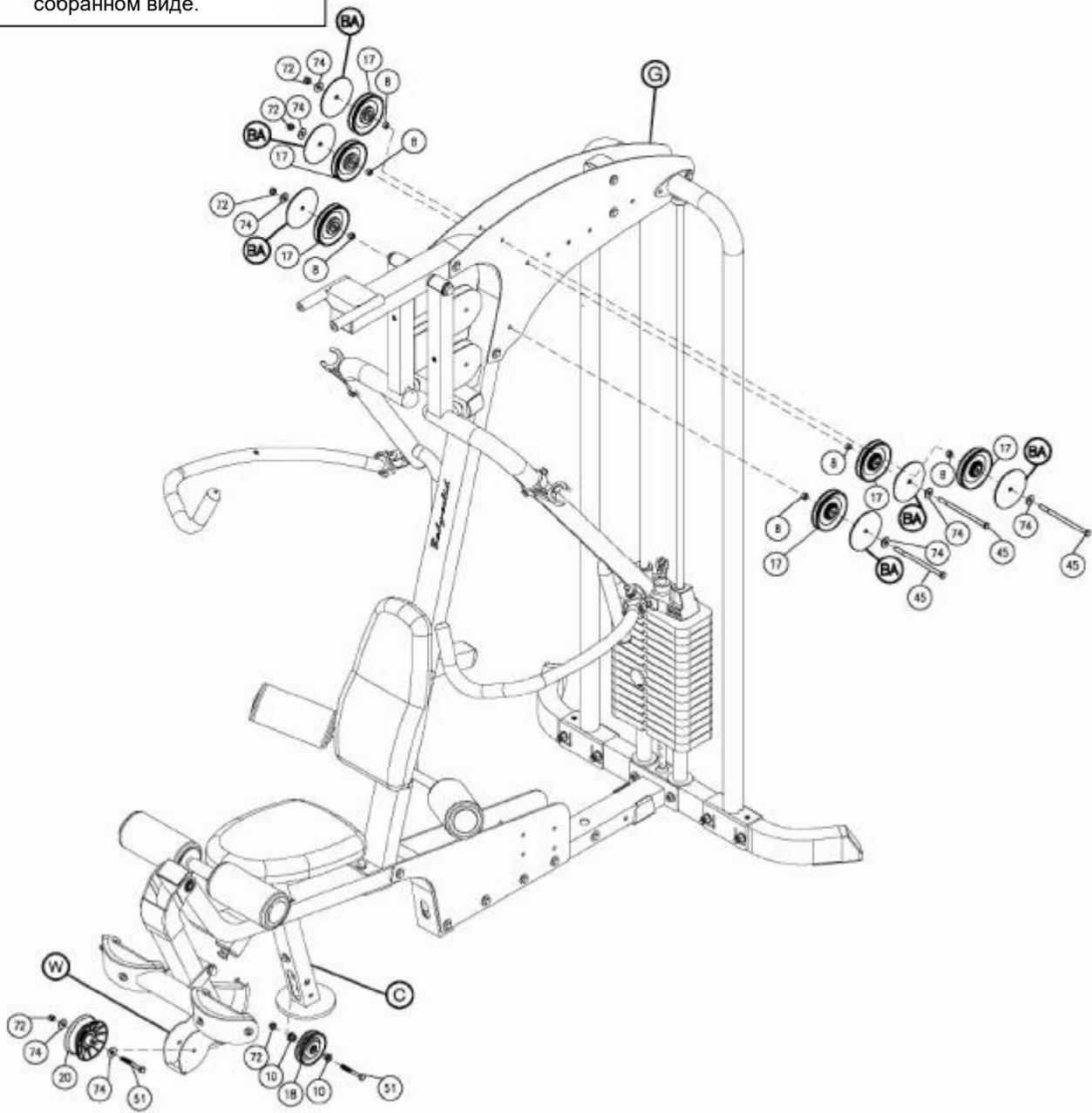
- A. Вставить широкий блок (20) в разгибание ног (W) и зафиксировать на месте с помощью:
Одного 51 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- B. Вставить блок 3" (18) в переднюю несущую раму (C) и зафиксировать на месте с помощью:
Одного 51 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")
Двух 10 (распорка блока)
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- C. Прикрепить три блока (17) и три крышки блока (BA) на левую сторону верхних боковых панелей (G). Также, прикрепить три блока (17) и три крышки блока (BA) на правую сторону верхних боковых панелей (G), как показано на рис., с помощью:
Трех 45 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 6 1/2")
Шесть 74 (шайба 3/8")
Шесть 8 (распорная втулка 1/4")
Трех 7 (распорная втулка 3")
Трех 72 (нейлоновая контргайка 3/8")



ШАГ
8



Выше показан ШАГ 8 в собранном виде.

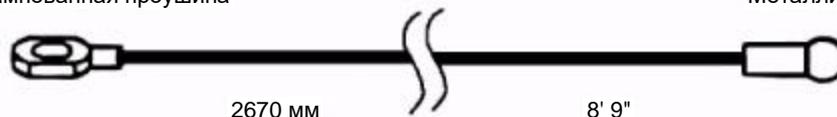


Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

Трос весового стека (32) →

Штампованная проушина

Металлическая шаровая пята



- A. Прикрепить трос весового стека (32) между верхними боковыми панелями (G) с помощью:
Одного 48 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Двух 7 (распорная втулка)
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- B. Протянуть трос (32) через держатели двойных блоков (BB) и зафиксировать блок (A1) на месте с помощью:
Одного 52 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- C. Протянуть трос (32) вверх и между верхними боковыми панелями (G). Протянуть трос (32) вокруг Блока (A2) и установить Блок (A2) между верхними боковыми панелями (G) с помощью:
Одного 48 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Двух 5 (распорная втулка)
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- D. Протянуть трос (32) через одиночный блок с крюком (BC) и вокруг блока (A3). Установить блок (A3) с помощью:
Одного 52 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
 Прикрепить резиновую подушку (28) к верху отдельного блока с крюком (BC), как показано на рис.

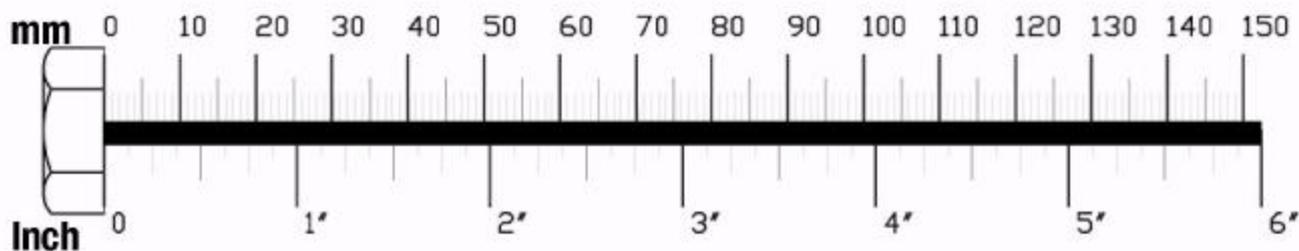


Диаграмма 1
Установка троса

Начать, прикрепив трос (32) между верхними боковыми панелями (G) здесь.

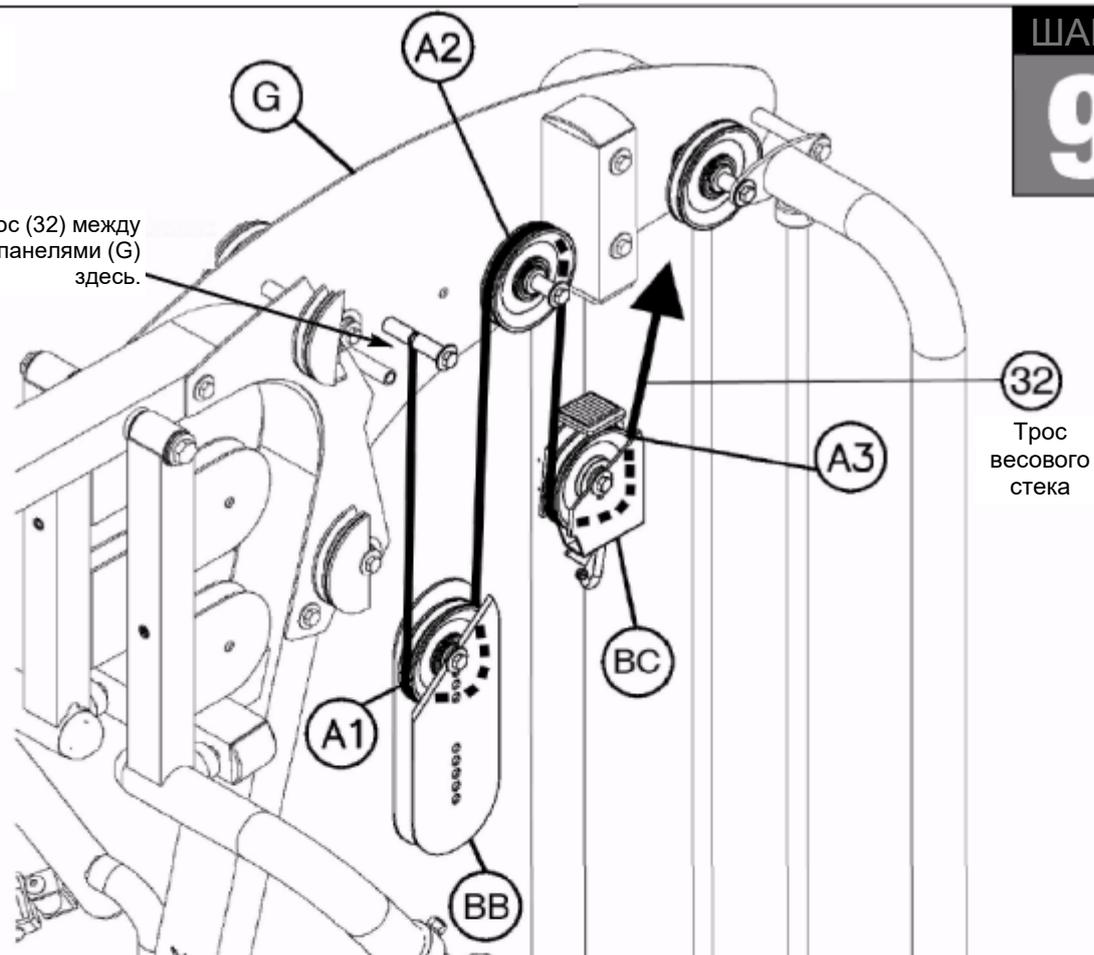
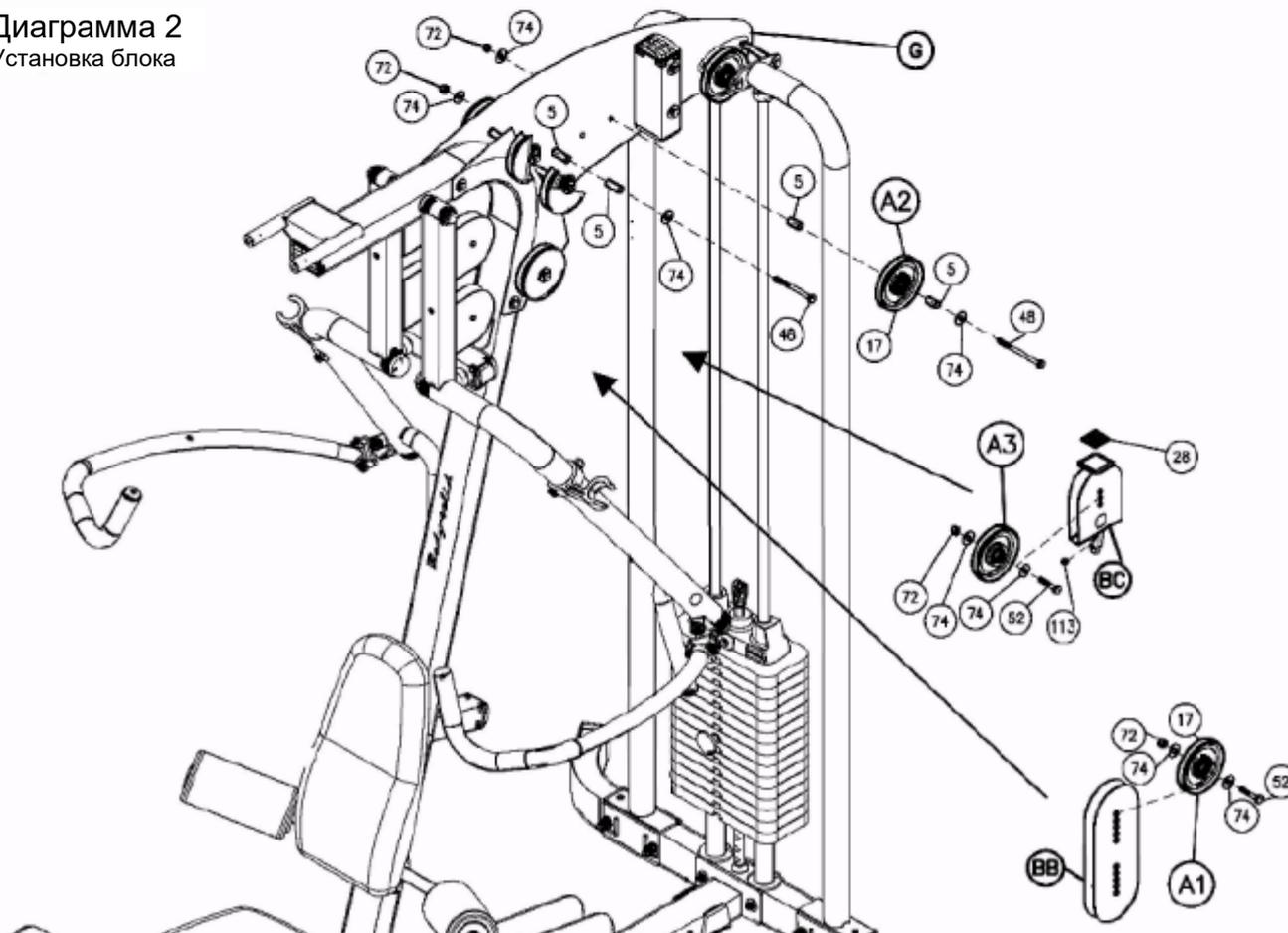


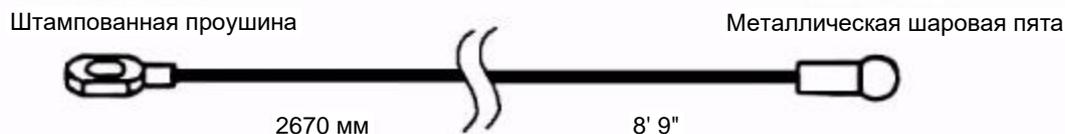
Диаграмма 2
Установка блока



ШАГ
10

Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

Трос весового стека (32)



- A. Протянуть трос (32) вверх и вокруг предустановленного блока (A5). Оставить трос (32) свисающим вниз к весовому стеку.
Установить блок 3" (A4) под тросом (32) с помощью:
Одного 48 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Двух 5 (распорная втулка)
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- B. См. Диаграмму 1А. Металлическая шаровая пята троса (32) должна свисать немного выше весового стека. Снять болт (100) с верхнего болта штока переключения (101), вставить металлическую шаровую пяту троса (32) через верхний болт штока переключения (101). Прикрепить концевой вал троса (62) и хорошо затянуть установочный винт (104). Туго натянуть трос (32), чтобы концевой вал троса (62) надежно встал внутрь верхнего болта штока переключения (101). Повторно установить болт (100) в верхний болт штока переключения (101).

ПРИМЕЧАНИЕ:

Удостоверьтесь, что верхний болт штока переключения (101) вкручен внутрь штока переключения (23) по крайней мере на пол-дюйма. Удостоверьтесь, что пружинная шайба (102) находится на месте и затянуть ключом стопорную гайку (103).

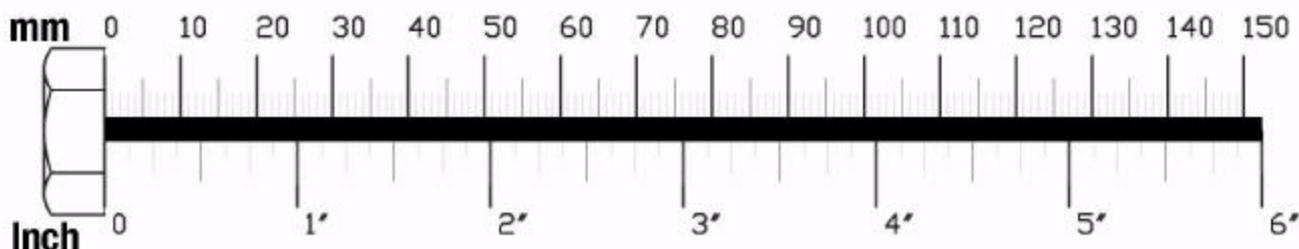


Диаграмма 1
Установка троса

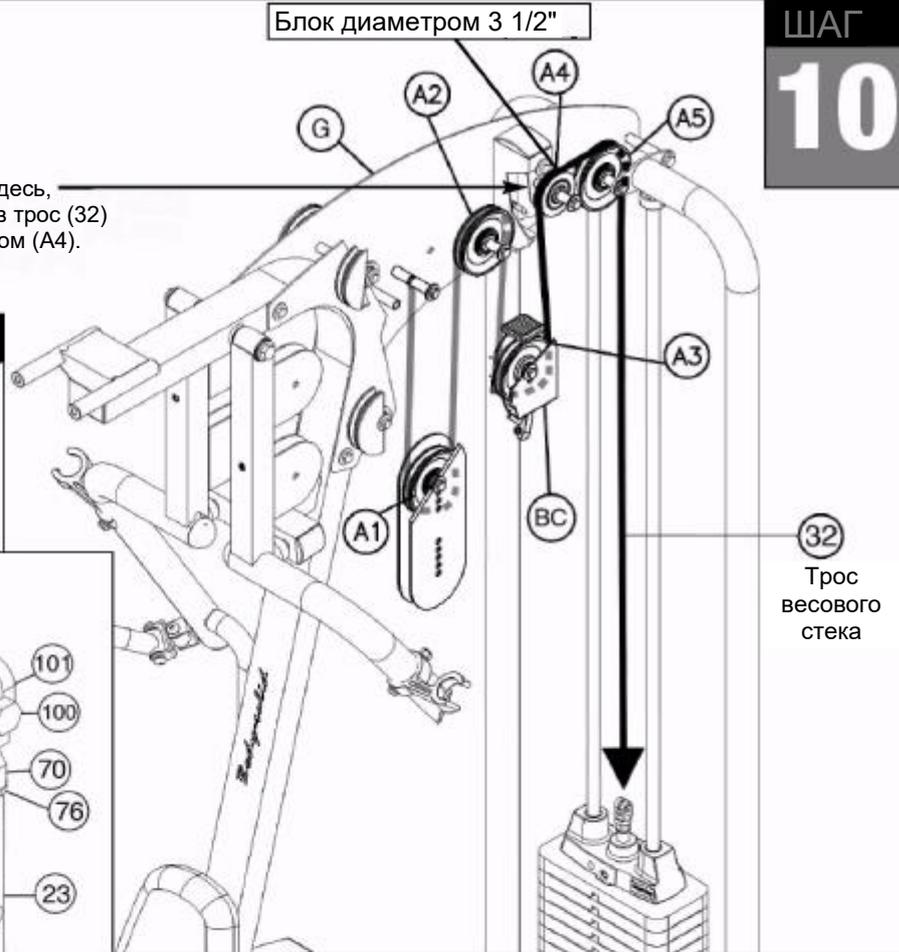
Блок диаметром 3 1/2"

ШАГ
10

Начать здесь,
проложив трос (32)
над блоком (A4).

⚠ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ⚠

Верхний болт штока переключения (101) должен быть вкручен минимум на 1/2" в шток переключения (23), и стопорная гайка (70) должна надежно стягивать пружинную шайбу (76), чтобы обеспечить надлежащее соединение. Проверять стопорную гайку (70) один раз в неделю, чтобы удостовериться, что она затянута.



32
Трос
весового
стека

Диаграмма 1А

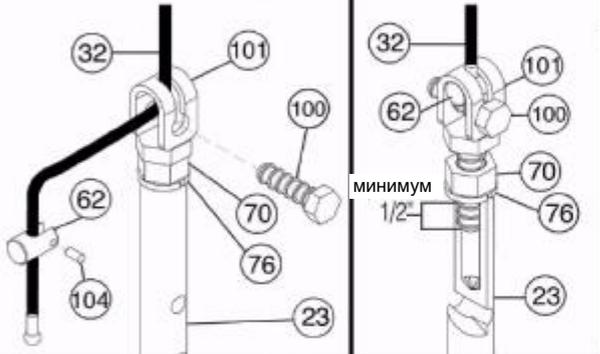
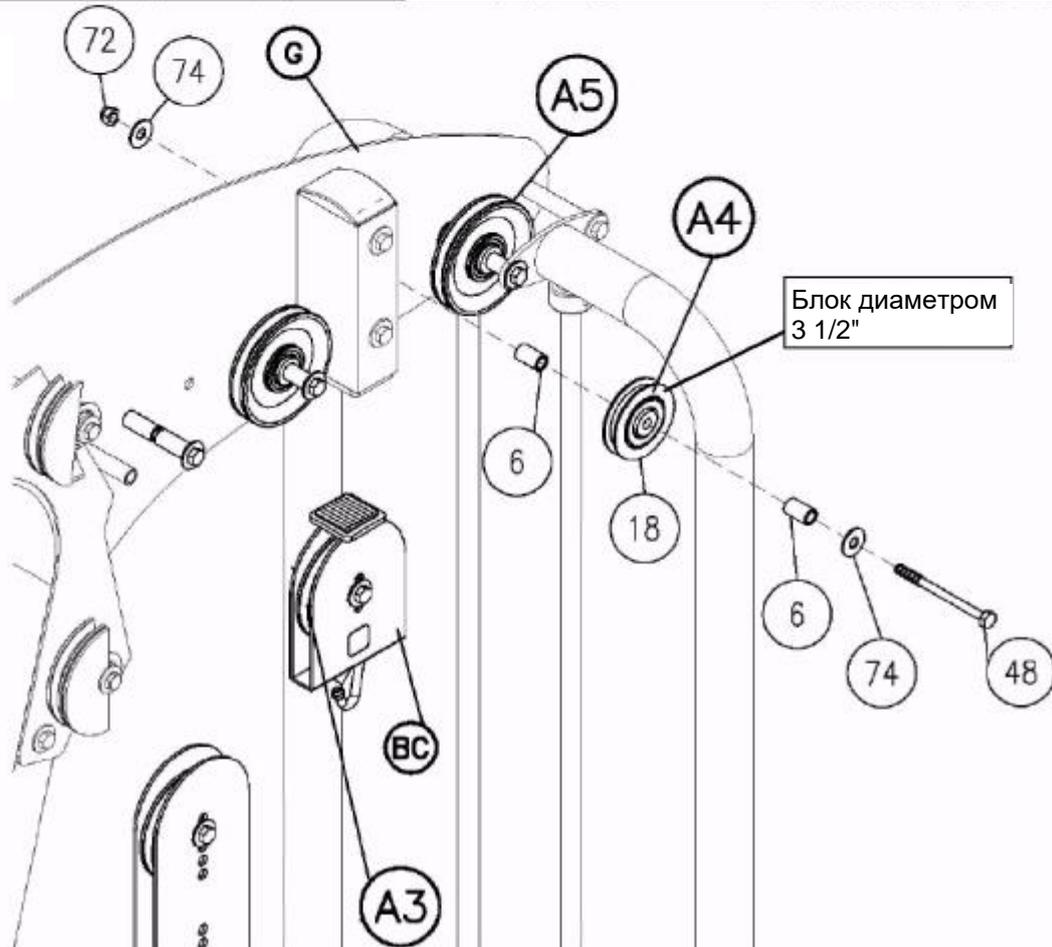


Диаграмма 2
Установка блока



Блок диаметром
3 1/2"

Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

Трос верхних блоков (29)



- A. Вставить самосмазывающуюся шайбу (107) на верх вертикальной рамы (J), как показано на диаграмме 2. Прикрепить держатель поворотного блока (BD) на правую сторону вертикальной рамы (J) с помощью:
Одного 105 (установочный болт 1/2" x 3/4")
Одного 73 (шайба 1/2")
 Протянуть трос верхних блоков (29) через держатель поворотного блока (BD) наверху вертикальной рамы (J). Протянуть трос (29) по предустановленному блоку (B2).
- B. Установить блок (B1) в держатель поворотного блока (BD) наверху вертикальной рамы (J) под тросом (29) с помощью:
Одного 106 (установочный болт 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- C. Протянуть трос (29) по верху предустановленного блока (B2).
 Протянуть трос (29) по верху и вокруг блока (B3), установить блок (B3) в держатель верхнего блока на правом рычаге жима сидя (K) с помощью:
Одного 52 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- D. Протянуть трос (29) по верху предустановленного блока (B4).
 Протянуть трос (29) по верху и вокруг блока (B5), установить блок (B5) в держатель нижнего блока на правом рычаге жима сидя (K) с помощью:
Одного 52 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- E. Протянуть трос (29) по верху предустановленного блока (B6). Протянуть трос (29) через держатель одиночного блока (BE). Зафиксировать трос (29) на месте, устанавливая блок (B7) с помощью:
Одного 52 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")

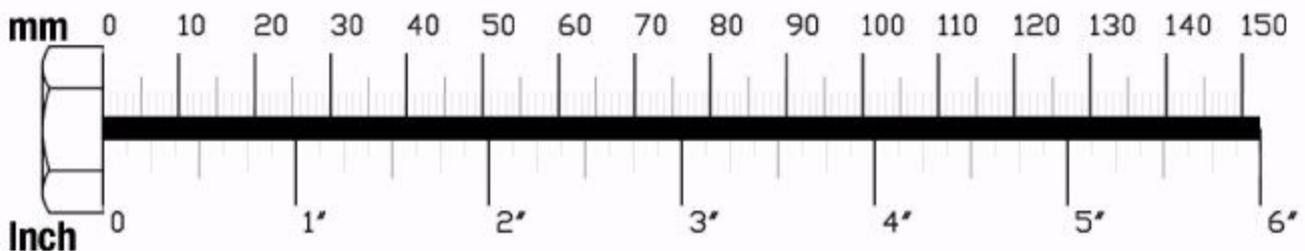
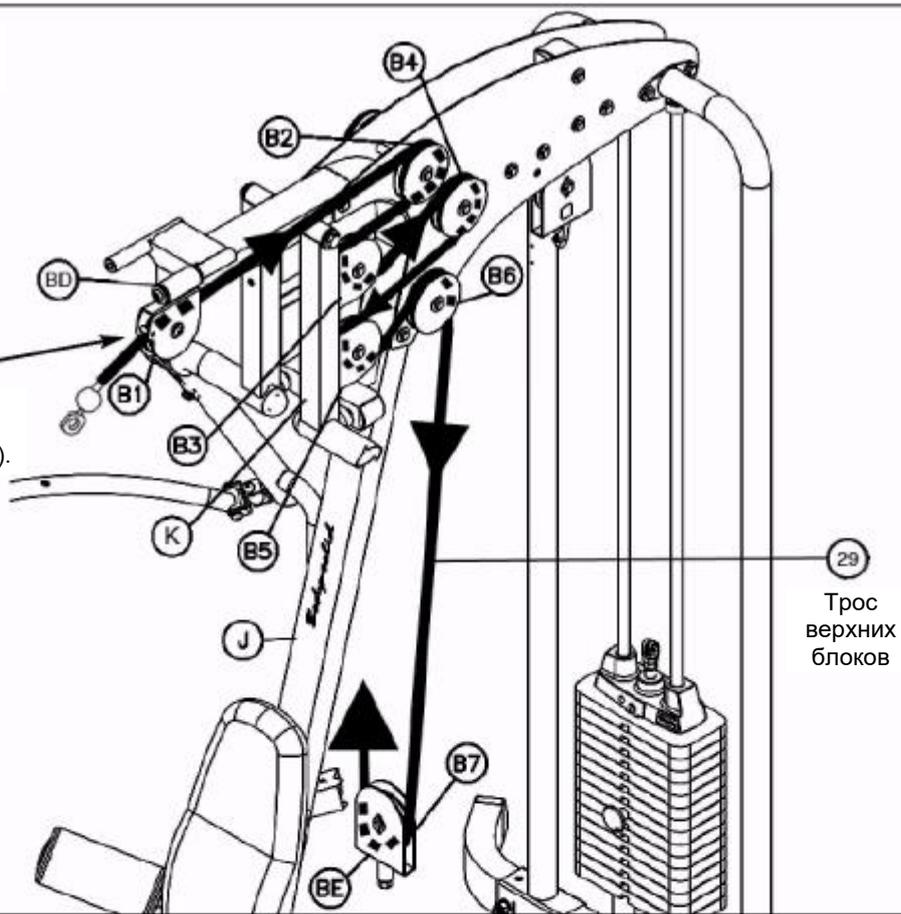


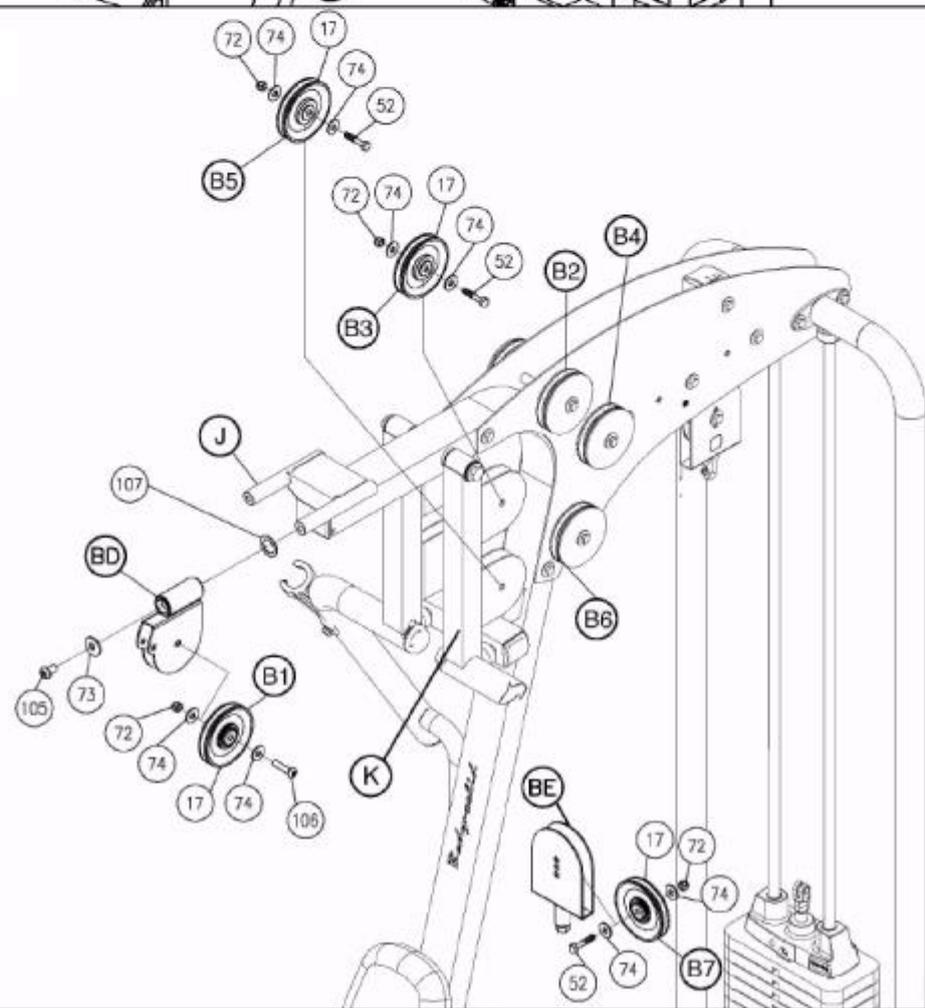
Диаграмма 1
Установка троса

Начать с прокладки троса через держатель поворотного блока (BD).



Трос верхних блоков

Диаграмма 2
Установка блока



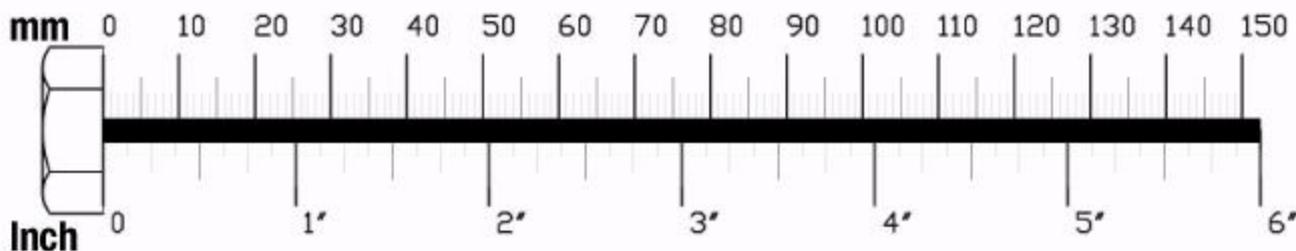
ШАГ
12

Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

Трос верхних блоков (29)



- A. Протянуть трос (29) по верху и вокруг предустановленного блока (B8) и в направлении левого рычага жима сидя (L).
Протянуть трос (29) под и вокруг блока (B9) и установить блок (B9) в держатель нижнего блока на левом рычаге жима сидя (L) с помощью:
Одного 52 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- B. Протянуть трос (29) под и вокруг предустановленного блока (B10) и назад к левому рычагу жима сидя (L).
Протянуть трос (29) под и вокруг блока (B11) и установить блок (B11) в держатель верхнего блока на левом рычаге жима сидя (L) с помощью:
Одного 52 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- C. Протянуть трос (29) под и вокруг предустановленного блока (B12), как показано на рис. Вставить самосмазывающуюся шайбу (107) на верх вертикальной рамы (J), как показано на рис.
Прикрепить держатель поворотного блока (BD) на левую сторону вертикальной рамы (J) с помощью:
Одного 105 (установочный болт 1/2" x 3/4")
Одного 73 (шайба 1/2")
Протянуть трос верхних блоков (29) через держатель поворотного блока (BD) наверху вертикальной рамы (J).
- D. Установить блок (B13) в держатель поворотного блока (BD) наверху вертикальной рамы (J) под тросом (29) с помощью:
Одного 106 (установочный болт 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")



ШАГ
13

Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

Трос разгибания ног (30)



- A. Протянуть резьбовой конец троса разгибания ног (30) под предустановленным блоком (C1) и через разгибание ног (W).
- B. Протянуть резьбовой конец троса (30) под предустановленным блоком (C2) и через переднюю несущую раму (C).
- C. Протянуть резьбовой конец троса (30) через отверстие в передней несущей раме (C) и между двумя нижними боковыми панелями (D).
- D. Протянуть трос (30) вокруг блока (C3) и установить блок (C3) между двумя нижними боковыми панелями (D) с помощью:
Одного 47 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 4")
Двух 5 (распорная втулка)
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- E. Протянуть трос (30) вверх к держателю двойного блока (BB).
 Протянуть трос (30) вокруг блока (C4) и установить блок (C4) в держатель двойного блока (BB) с помощью:
Одного 52 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")
- F. Протянуть трос (30) вниз и вокруг блока (C5).
 Установить блок (C5) между двумя нижними боковыми панелями (D) с помощью:
Одного 47 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 4")
Двух 5 (распорная втулка)
Двух 74 (шайба 3/8")
Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")

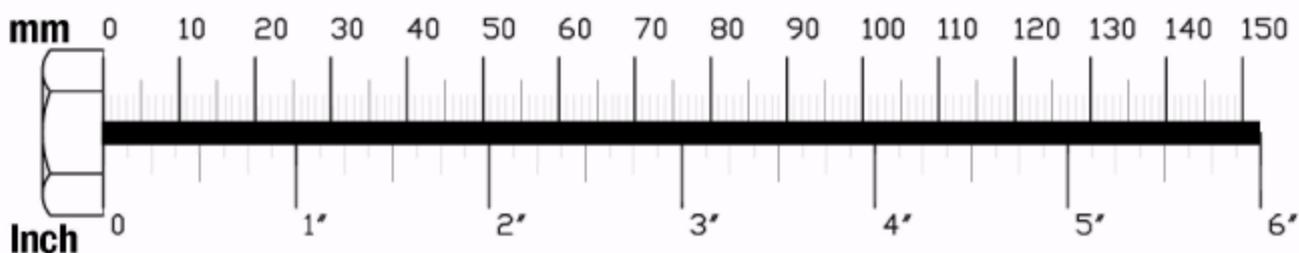
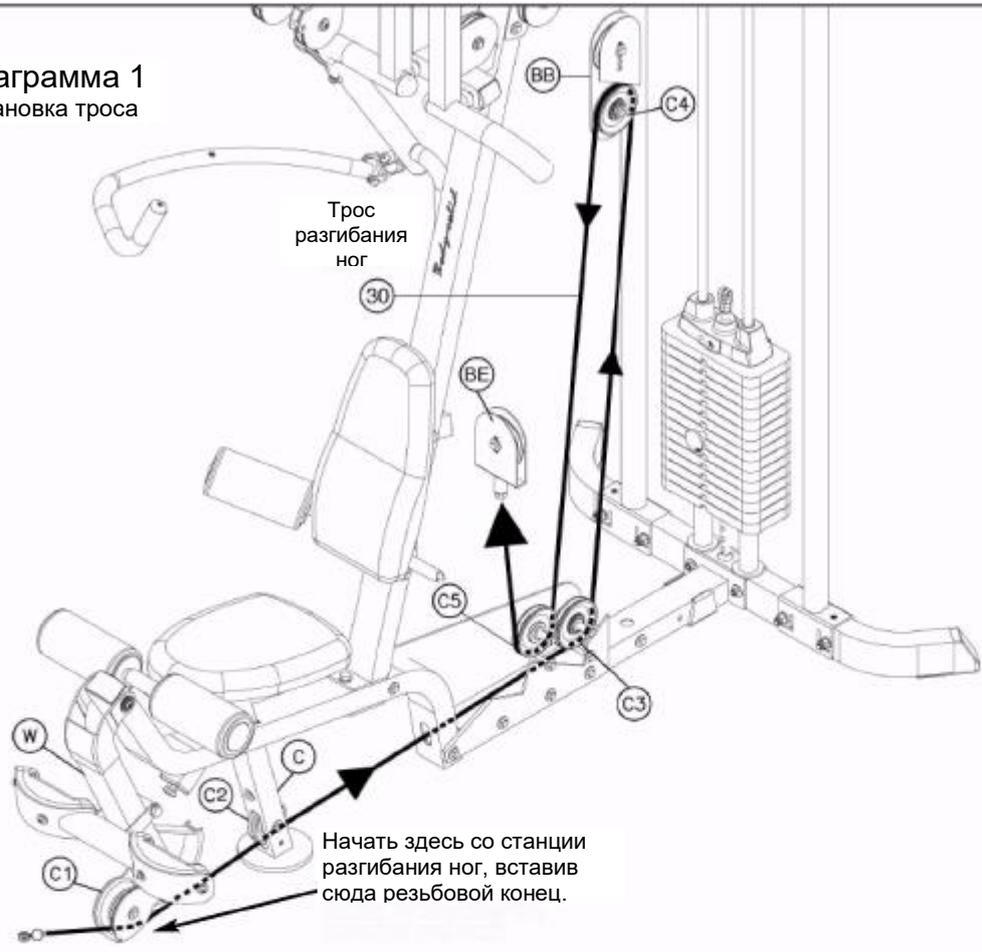
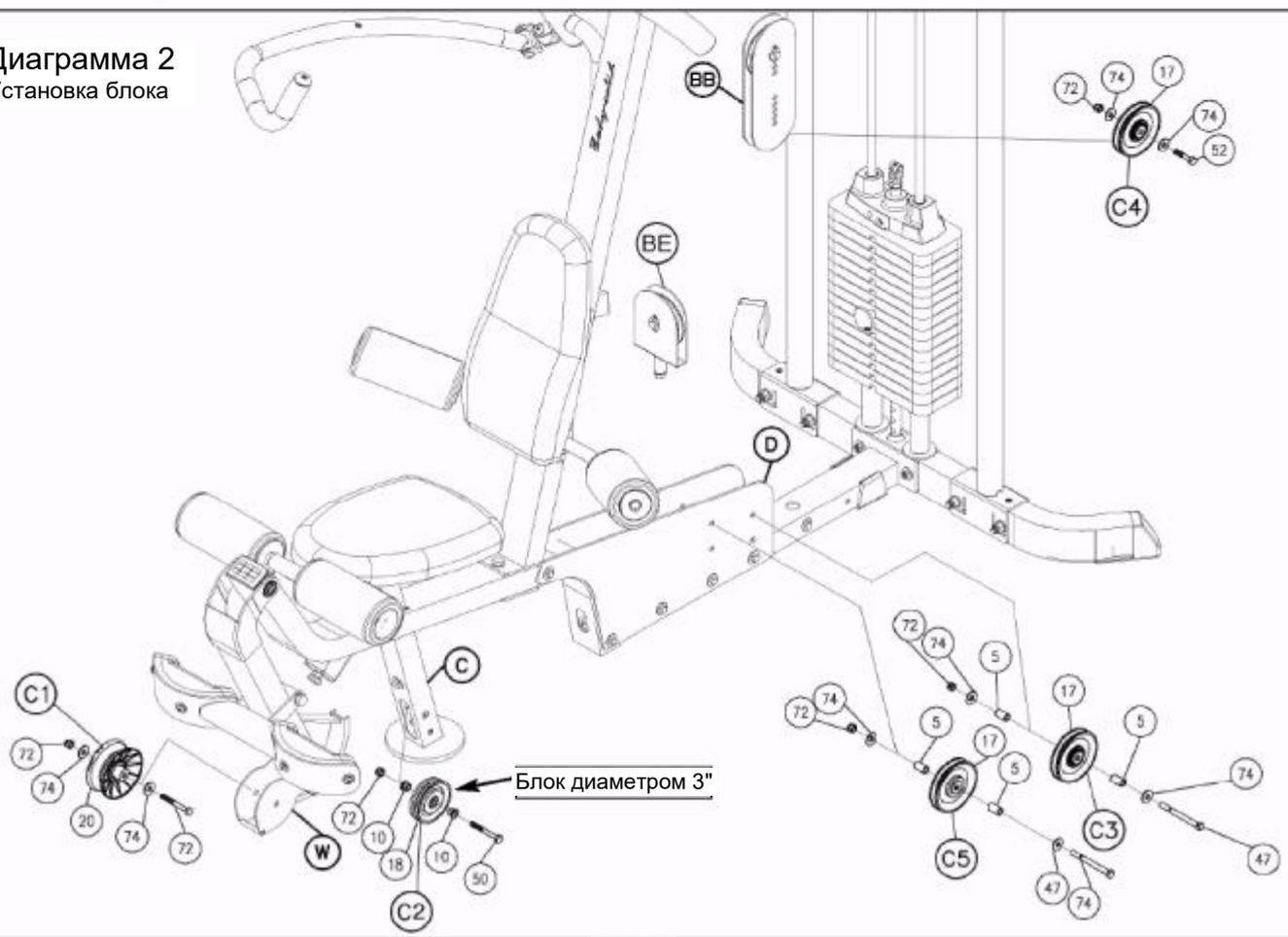


Диаграмма 1
Установка троса



Начать здесь со станции разгибания ног, вставив сюда резьбовой конец.

Диаграмма 2
Установка блока



ШАГ
14

Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

Трос разгибания ног (30)



А. См. Диаграмму 1. Подсоедините резьбовой конец троса (30) к держателю одиночного блока (BE). *

***Примечание:**

Проверьте, чтобы трос (30) был вкручен минимум на 1/2" в держатель одиночного блока (BE), и стопорная гайка (70) надежно стягивает пружинную шайбу (76), чтобы обеспечить надлежащее соединение. Проверять стопорную гайку (70) один раз в неделю, чтобы удостовериться, что она затянута.

В. См. Диаграмму 2. Установить два болта как показано на рис., чтобы зафиксировать трос вокруг блоков (C3) и (C5), с помощью:

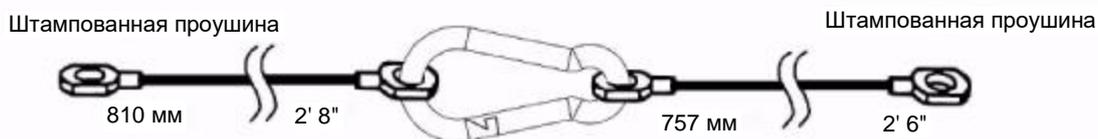
Двух 47 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 4")

Четырех 74 (шайба 3/8")

Двух 72 (нейлоновая контргайка 3/8")

Короткий трос-А (27)

Короткий трос-В (31)



С. Соединить два коротких троса вместе карабином (16), чтобы получился один трос, как показано на рис. выше. См. Диаграмму короткого троса. Прикрепить штампованную проушину короткого троса (27) к низу одиночного блока с крюком (BC), как показано на рис.

Прикрепить другую штампованную проушину троса (31) к основной несущей раме (A), как показано на рис., с помощью:

Одного 46 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 4 1/4")

Двух 74 (шайба 3/8")

Одного 72 (нейлоновая контргайка 3/8")

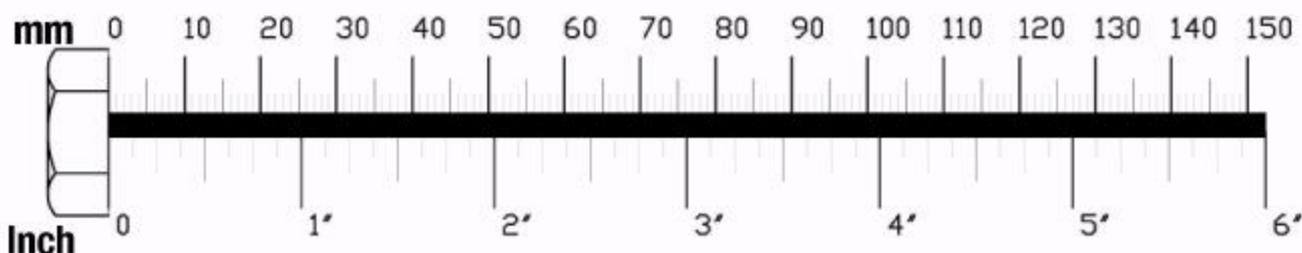


Диаграмма 1
Установка троса

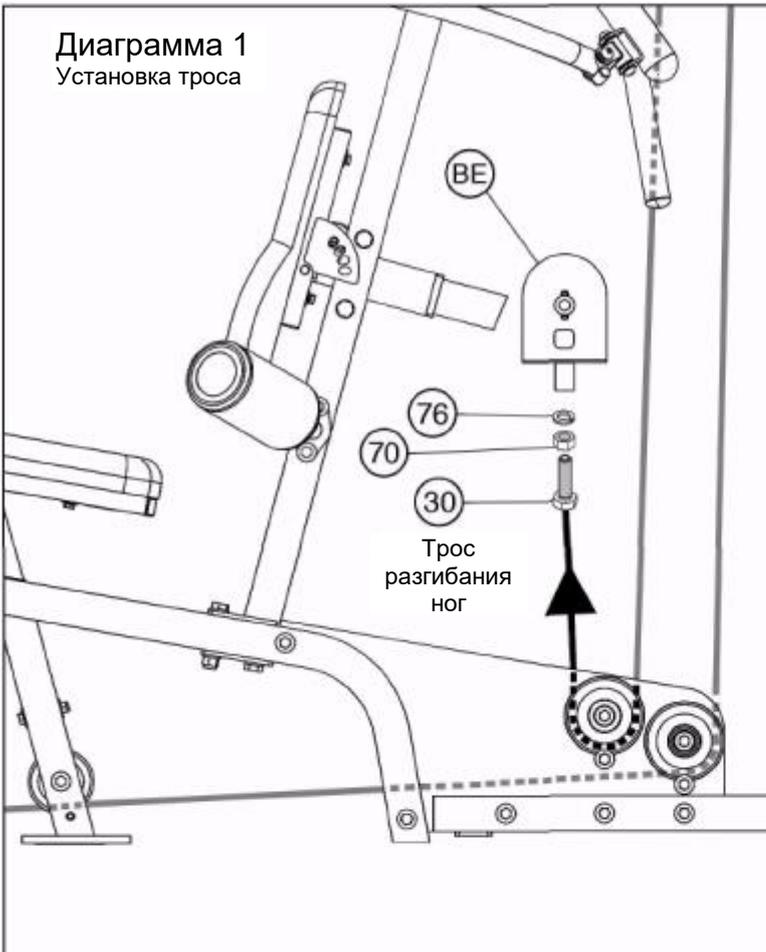


Диаграмма короткого троса
Установка троса

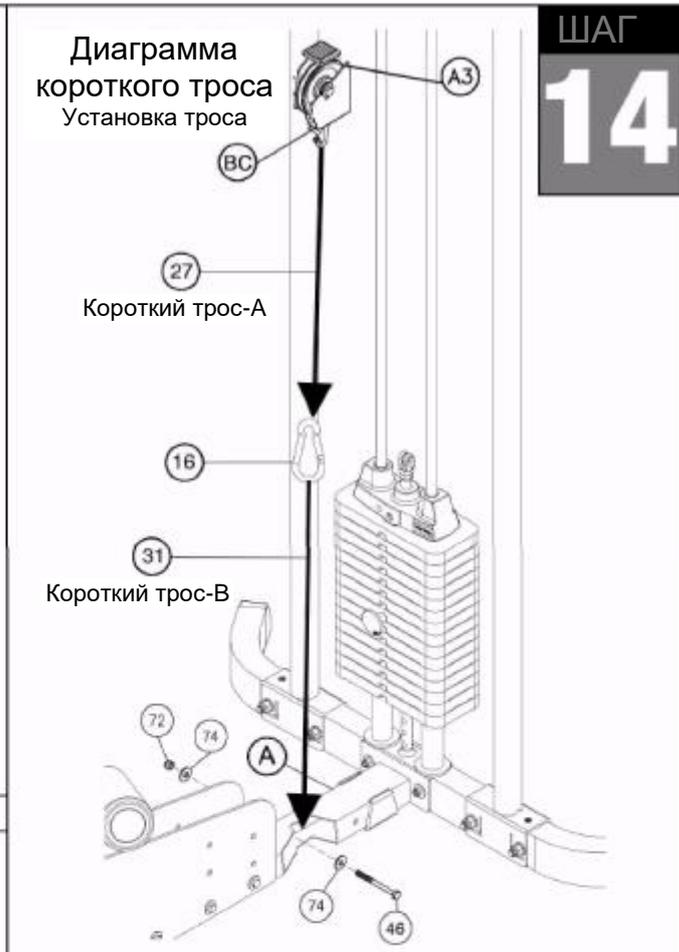
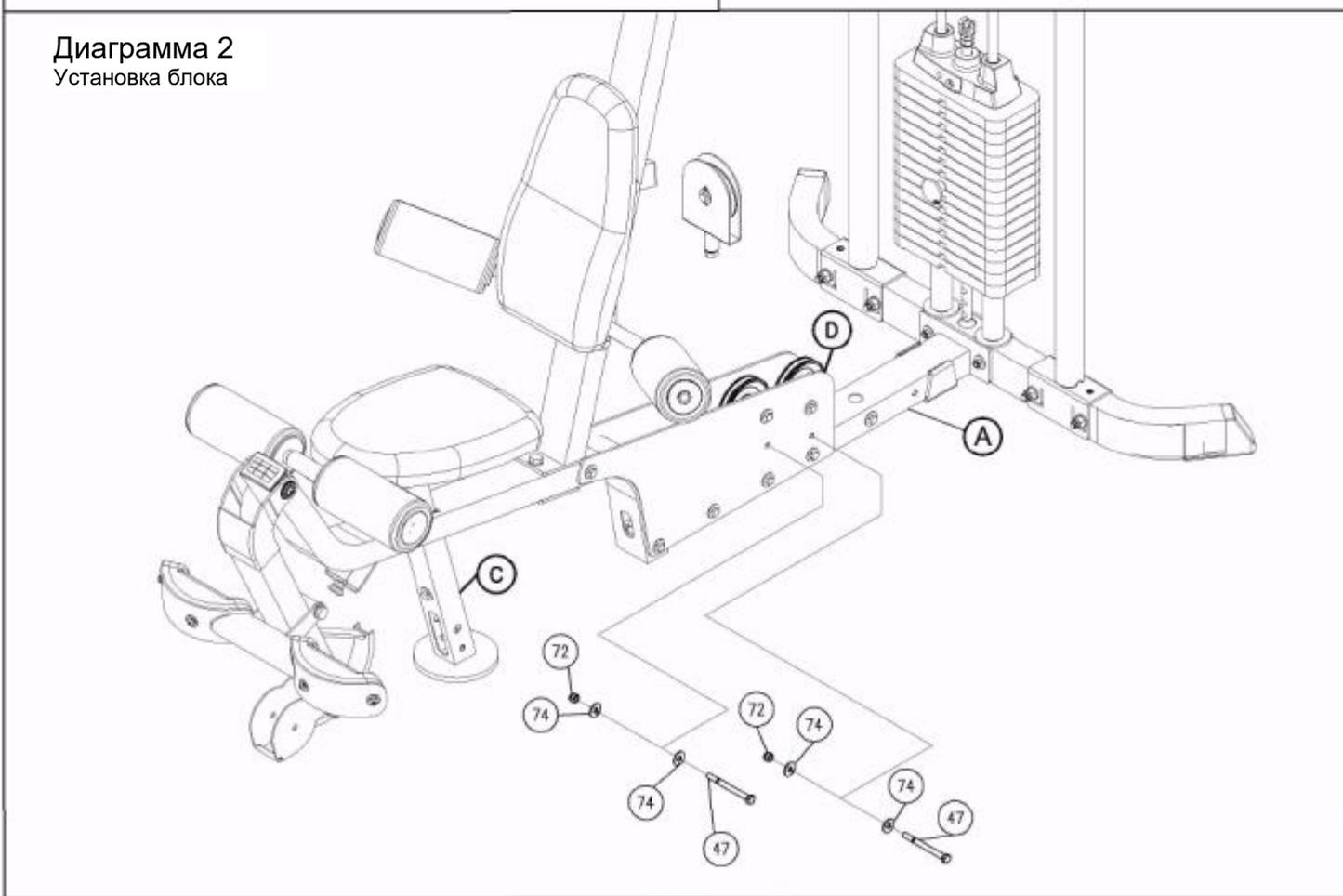


Диаграмма 2
Установка блока



Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

**ТЕПЕРЬ - ВРЕМЯ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ПРОВЕСТИ
ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ РЕГУЛИРОВКИ ТРОСОВ**

После выполнения установки тросов Вам необходимо проверить все тросы на надлежащее натяжение. Очевидными признаками того, что имеются проблемы с натяжением тросов, являются:

- Верхняя пластина (22) не лежит непосредственно на верхнем блине весового стека (37).
- Отверстия в штоке переключения (23) не выравнены с отверстиями в блинах весового стека (37).
- Трос(ы) болтаются и первые несколько дюймов упражнения нет сопротивления от весового стека

Имеются три зоны регулировки тросов на G4I:

- A. Верхний болт штока переключения (101)
- B. Регулировки в скобе двойного блока (BB).
- C. Резиновые упоры (108) на вертикальной раме (J) и передней несущей раме(C).

СМ. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ НА СТРАНИЦЕ 31

Если натяжение слишком сильное, и верхняя пластина (22) не лежит непосредственно на верху блинов весового стека:

1. - Затянуть резиновый упор (108).
2. - Переставить блок (C4) в нижнее отверстие в скобе двойного блока (BB), или переместить блок (A1) вверх в верхнее отверстие в скобе двойного блока (BB).

Если слишком много свободного хода или очень слабое натяжение:

1. - Ослабить резиновый упор (108).
2. - Переставить блок (C4) вверх на верхнее отверстие в скобе двойного блока (BB), или переместить блок (A1) вниз на нижнее отверстие в скобе двойного блока (BB).
3. - Дальше вернуть верхний болт штока переключения (101) в шток переключения (23) весового стека.

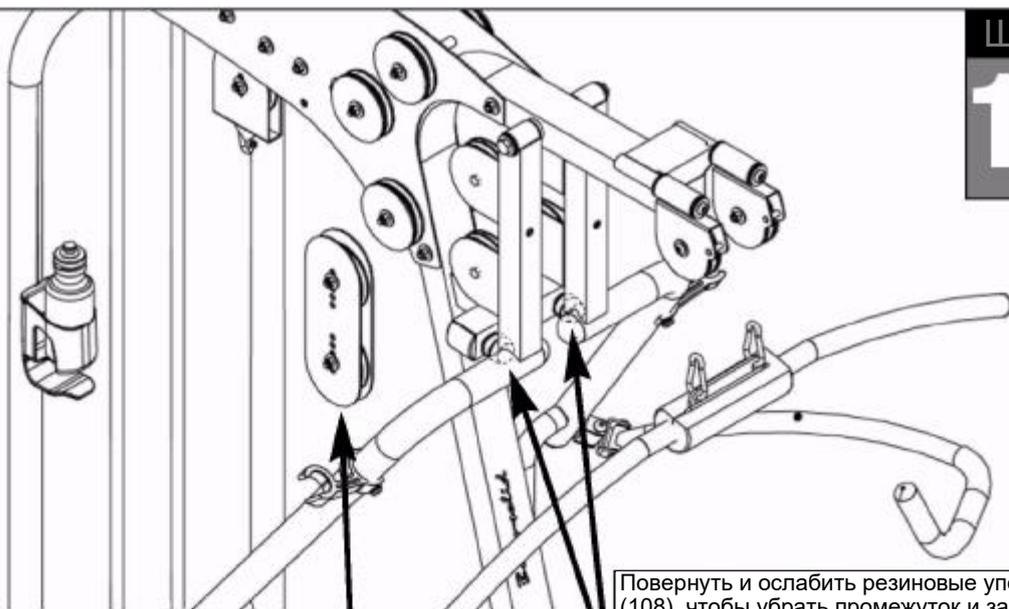
ПРИМЕЧАНИЕ:

Тросы следует осматривать ежедневно и периодически регулировать, чтобы обеспечить надежную и плавную работу.

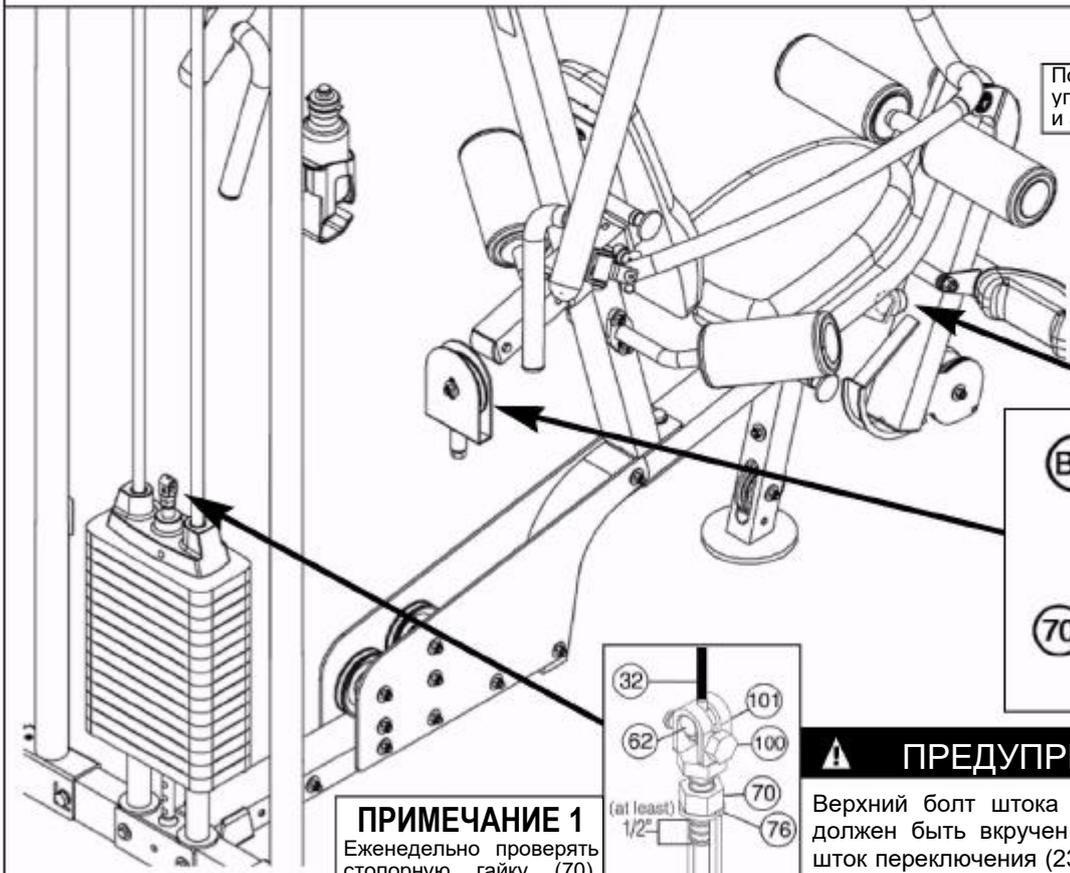
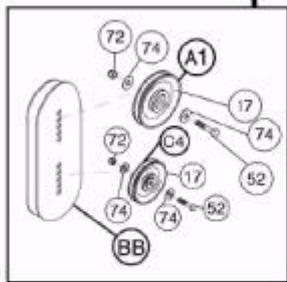
ПРИМЕЧАНИЕ:

**После выполнения регулировки тросов, следует затянуть все болты.
Не проводить повторное затягивание болтов подушек.**

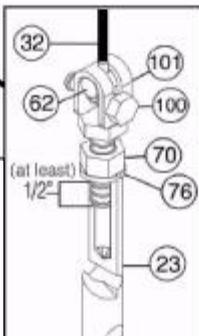
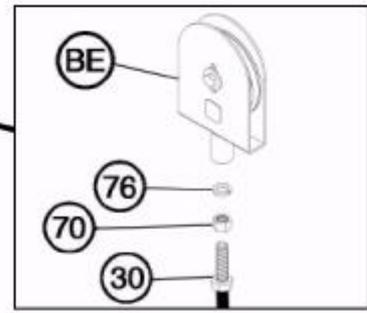
ШАГ
15



Повернуть и ослабить резиновые упоры (108), чтобы убрать промежуток и затянуть трос.



Повернуть и ослабить резиновый упор (108), чтобы убрать промежуток и затянуть трос.



ПРИМЕЧАНИЕ 1
Еженедельно проверять стопорную гайку (70), чтобы убедиться, что она затянута и прикручена к штоку переключения (23).

▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ▲
Верхний болт штока переключения (101) должен быть вкручен минимум на 1/2" в шток переключения (23), и стопорная гайка (70) должна надежно стягивать пружинную шайбу (76), чтобы обеспечить надлежащее соединение.

Перечень основных деталей G4I

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
A	1	JG4IMBF-A	ОСНОВНАЯ НЕСУЩАЯ РАМА
B	1	JG4IRBF-B	ЗАДНЯЯ НЕСУЩАЯ РАМА
C	1	JG4IFBF-C	ПЕРЕДНЯЯ НЕСУЩАЯ РАМА
D	2	JG4ILSP-D	НИЖНИЕ БОКОВЫЕ ПАНЕЛИ
E	2	JG4IGR-E	НАПРАВЛЯЮЩИЕ СТЕРЖНИ
F	2	JG4IRAP-F	ЗАДНЯЯ АРОЧНАЯ СТОЙКА
G	2	JG4ITSP-G	ВЕРХНИЕ БОКОВЫЕ ПАНЕЛИ
H	1	JG4IPS-H	ПАНЕЛЬНАЯ РАСПОРКА
J	1	JG4IVF-J	ВЕРТИКАЛЬНАЯ РАМА
K	1	JG4IRSPA-K	ПРАВЫЙ РЫЧАГ ЖИМА СИДЯ
L	1	JG4ILSPA-L	ЛЕВЫЙ РЫЧАА ЖИМА СИДЯ
M	1	JG4IRPH-M	ПРАВАЯ РУКОЯТЬ ЖИМА
N	1	JG4ILPH-N	ЛЕВАЯ РУКОЯТЬ ЖИМА
P	2	JG4IP-P	ПОВОРОТНЫЙ СТЕРЖЕНЬ
Q	1	JG4ILLHD-Q	ЛЕВЫЙ УПОР ДЛЯ НОГ
R	1	JG4IRLHD-R	ПРАВЫЙ УПОР ДЛЯ НОГ
S	1	JG4IBPH-S	ДЕРЖАТЕЛЬ ПОДУШКИ ДЛЯ СПИНЫ
T	1	JG4IBPA-T	РЕГУЛЯТОР ПОДУШКИ СПИНЫ
V	1	JG4IBPF-V	РАМА ПОДУШКИ ДЛЯ СПИНЫ
W	1	JG4ILE-W	РАЗГИБАНИЕ НОГ
X	2	JG4IFRB-X	СТЕРЖЕНЬ ВАЛИКА ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА
AA	1	JG4ISPF-AA	РАМА ПОДУШКИ СИДЕНЬЯ
AB	1	JG4ILPH-AB	ДЕРЖАТЕЛЬ ПОДУШКИ ДЛЯ НОГ
AC	2	JG4ILP-AC	ПОДУШКА ДЛЯ НОГ
BA	2	JG4IPC-BA	КРЫШКИ БЛОКОВ
BB	1	JG4IDPH-BB	ДЕРЖАТЕЛЬ ДВОЙНОГО БЛОКА
BC	1	JG4ISPWH-BC	ОДИНОЧНЫЙ БЛОК С КРЮКОМ
BD	2	JG4IPPH-BD	ДЕРЖАТЕЛЬ ПОВОРОТНОГО БЛОКА
BE	1	JG4ISPH-BE	ДЕРЖАТЕЛЬ ОДИНОЧНОГО БЛОКА

Номера деталей требуются при заказе запчастей.

Перечень крепежных деталей G4I

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
1	3	JCEC22X1.8	ВЫПУКЛАЯ ЗАГЛУШКА 2" X 2" (ТОЛЩИНА 1.8")
2	2	JCEC22X2.5	ВЫПУКЛАЯ ЗАГЛУШКА 2" X 2" (ТОЛЩИНА 2.5")
3	5	JCEC23	ВЫПУКЛАЯ ЗАГЛУШКА 2" X 3"
4	2	JFC23	КОНЦЕВОЙ КОЛПАЧОК 2" X 3"
5	10	JSS. 625X1	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА 5/8" ID X 1" ШИРИНА
6	2	JSS.625X1.5	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА 5/8" ID X 1 1/2" ШИРИНА
7	4	JSS. 625X3	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА 5/8" ID X 3" ШИРИНА
8	6	JSS.625X.25	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА 5/8" ID X 1/4" ШИРИНА
9	6	JREC1	ЗАГЛУШКА ВАЛИКА 2 1/2" OD X 1" ID
10	2	JPS.375X.75	РАСПОРКА БЛОКА 3/8" ID X 3/4" ШИРИНА
11	2	JPS.375X1.25	РАСПОРКА БЛОКА 3/8" ID X 1 1/4" ШИРИНА
12	2	JSC.75X1.5	ОГРАНИЧИТЕЛЬНЫЕ ВТУЛКИ 3/4" ID X 1.5" L
13	8	JPW31	ПЛАСТИКОВАЯ ШАЙБА 3" OD X 1" ID
14	2	JRD2.5	РЕЗИНОВОЕ КОЛЬЦО 2 1/2"
15	2	JG4ILSH	БОЛЬШАЯ РУКОЯТЬ СТРЕМЕНИ
16	5	JSNAP3	КАРАБИН
17	21	JPP4.25X.75	ПЛАСТИКОВЫЙ БЛОК 4 1/4" DIA X 3/4" ШИРИНА
18	2	JPSP3X.62	ПЛАСТИКОВЫЙ МАЛЕНЬКИЙ БЛОК 3" DIA X 3/4" ШИРИНА
20	1	JPWP4.25X1.62	ПЛАСТИКОВЫЙ ШИРОКИЙ БЛОК 4 1/4" DIA X 1 5/8" ШИРИНА
21	6	JFOAM48	ВАЛИК ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 4" DIA X 8" L
22	1	JTP10	ВЕРХНЯЯ ПЛАСТИНА (10 фунтов)
23	1	JSR20	ШТОК ПЕРЕКЛЮЧЕНИЯ (20 ОТВЕРСТИЙ ПЕРЕКЛЮЧЕНИЯ)
24	2	JCEC13	ВЫПУКЛАЯ ЗАГЛУШКА 1"X3"
25	2	JNB22	НЕЙЛОНОВАЯ ВТУЛКА 2" X 2"
26	4	JREC2	КРУГЛАЯ ЗАГЛУШКА 2"
28	1	JRB1.5X1.5	РЕЗИНОВАЯ ПОДУШКА 1 1/2" X 1 1/2"
33	2	JG4ISSH	МАЛЕНЬКАЯ РУКОЯТЬ СТРЕМЕНИ
34	1	JG4IAS	РЕМЕНЬ ЛОДЫЖКИ
35	6	JREC.62	КРУГЛАЯ ЗАГЛУШКА 5/8"
36	2	JREC1	КРУГЛАЯ ЗАГЛУШКА 1"
37	15	JSP10	БЛИНЫ ВЕСОВОГО СТЕКА (10 фунтов)
38	2	JWSR	СТОЯКИ ВЕСОВОГО СТЕКА
39	2	JHEX.5X.75PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 1/2" X 3/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
40	2	JHEX.5X4PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 1/2" X 4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
41	1	JHEX.5X3.25PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 1/2" X 3 1/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
42	1	JHEX.5X3PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 1/2" X 3" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
43	4	JHEX.5X2.75PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 1/2" X 2 3/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
45	3	JHEX.37X6.5PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 6 1/2" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
46	4	JHEX.37X4.25PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 4 1/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
47	9	JHEX.37X4PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
48	8	JHEX.37X3.75PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 3 3/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
49	2	JHEX.37X3.25PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 3 1/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
50	4	JHEX.37X3PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 3" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
51	8	JHEX.37X2.75PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 2 3/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
52	8	JHEX.37X1.75PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 1 3/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
53	1	JSH.37X2FTV	БОЛТ С ГОЛОВКОЙ ПОД ТОРЦЕВОЙ КЛЮЧ 3/8" X 2" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
55	2	JHEX.31X2.75FTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 5/16" X 2 3/4" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
56	2	JHEX.31X1.75PTV	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 5/16" X 1 3/4" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
60	1	JWSP4	ШТЫРЬ ВЕСОВОГО СТЕКА 4"

Номера деталей требуются при заказе запчастей.

Крепеж G4I (продолжение)

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
61	1	JSCH.18X22	СТАЛЬНАЯ ЦЕПЬ 3/16" X 22"
62	1	JCES	КОНЦЕВОЙ ВАЛ ТРОСА
70	2	JLN.5	СТОПОРНАЯ ГАЙКА 1/2"
71	7	JNLN.5	НЕЙЛОНОВАЯ КОНТРГАЙКА 1/2"
72	44	JNLN.37	НЕЙЛОНОВАЯ КОНТРГАЙКА 3/8"
73	7	JWFLT.5	ШАЙБА 1/2"
74	82	JWFLT.37	ШАЙБА 3/8"
75	4	JWFLT.31	ШАЙБА 5/16"
76	2	JWSW.5	ПРУЖИННАЯ ШАЙБА 1/2"
77	4	JWSW.31	ПРУЖИННАЯ ШАЙБА 5/16"
78	4	JWCW.37	ИЗОГНУТАЯ ШАЙБА 3/8"
79	2	JTSPP3	Т-ОБРАЗНЫЙ ПОДПРУЖИНЕННЫЙ ШТИФТ 3" L
80	1	JFPP7.5	ПЛОСКИЙ ПОДПРУЖИНЕННЫЙ ШТИФТ 7 1/2" L
81	9	JAH.37X.62FTB	УСТАНОВОЧНЫЙ БОЛТ 3/8" X 5/8" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
82	9	JWFLT.37X.75	ШАЙБА 3/8" 3/4" OD
83	2	JAH.31X.62FTB	УСТАНОВОЧНЫЙ БОЛТ 5/16" X 5/8" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
84	4	JAH.31X.75FTB	УСТАНОВОЧНЫЙ БОЛТ 5/16" X 3/4" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
85	2	JAH.37X3.125PTB	УСТАНОВОЧНЫЙ БОЛТ 3/8" X 3 1/8" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
86	1	JHEX.5X4.25PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 1/2" X 4 1/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
87	2	JHEX.37X2.5PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 2 1/2" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
88	1	JHEX1/2X5.5PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 1/2" X 5 1/2" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
100	1	JHEX.37X.87FTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 7/8" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
101	1	JSRTB.5	ВЕРХНИЙ БОЛТ ШТОКА ПЕРЕКЛЮЧЕНИЯ 1/2 "
104	1	JAS.19X.31	УСТАНОВОЧНЫЙ ВИНТ 3/16" X 5/16" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
105	2	JAH.5X.75FTB	УСТАНОВОЧНЫЙ БОЛТ 1/2" X 3/4" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
106	2	JAH.37X1.75PTB	УСТАНОВОЧНЫЙ БОЛТ 3/8" X 1 3/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
107	2	JBW1X1.5	САМОСМАЗЫВАЮЩАЯСЯ ШАЙБА 1" ID X 1 1/2" OD
108	2	JRS2.5	РЕЗИНОВЫЙ УПОР 2 1/2" L (БОЛТ 3/8")
109	3	JJN.37	СТОПОРНАЯ ГАЙКА 3/8"
110	1	JPS1.75	ПЛАСТИКОВЫЙ СТОПОР 1 3/4" L (3/8" БОЛТ)
111	6	JAS.31X.31FTB	УСТАНОВОЧНЫЙ ВИНТ 5/16" X 5/16" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
112	1	JWSPL	СТРОП ШТИФТА ВЕСОВОГО СТЕКА
113	1	JACN.19	КОЛПАЧКОВАЯ ГАЙКА 3/16" ID- ПРЕДУСТАНОВЛЕННАЯ
114	1	JFP3X6.75	ПЛОСКАЯ ПЛАСТИНА 3" X 6 3/4"
115	1	JFP3X4	ПЛОСКАЯ ПЛАСТИНА 3" X 4"
116	1	JWBB	СКОБА ДЛЯ БУТЫЛКИ С ВОДОЙ
117	1	JWBH	ДЕРЖАТЕЛЬ БУТЫЛКИ С ВОДОЙ
118	2	JS.125X.37FT	ВИНТ 1/8" X 3/8" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
119	2	JWFLT.125	ШАЙБА 1/8"
120	1	JWB	БУТЫЛКА С ВОДОЙ
121	1	JGT5.5	СХВАТЫВАЮЩАЯ ЛЕНТА 5 1/2" X 3 3/4"
122	1	JHSA	ГИДРАВЛИЧЕСКИЙ РЕГУЛЯТОР СИДЕНЬЯ - ПРЕДУСТАНОВЛЕННЫЙ
123	10	JBB.75X.5	САМОСМАЗЫВАЮЩАЯСЯ ВТУЛКА 3/4" OD X 1/2" ID 3/8" L
124	2	JB.87X.37	ВТУЛКА 7/8" OD 3/8" ID
125	2	JRR1.5X1.25	СТОПОРНОЕ КОЛЬЦО 1 1/2" OD X 1 1/4" ID
126	1	JS.5X4	ВАЛ 1/2" X 4"
127	8	JBB1.62X1	САМОСМАЗЫВАЮЩАЯСЯ ВТУЛКА 1 5/8" OD 1" ID
128	1	JS1X7.5	ВАЛ 1" X 7 1/2" L
129	4	JS.5X2	ВАЛ 1/2" X 2" L

Номера деталей требуются при заказе запчастей.

Крепеж G4I (продолжение)

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
137	1	SH.31X.75FTB	БОЛТ С ГОЛОВКОЙ ПОД ТОРЦЕВОЙ КЛЮЧ 5/16" X 3/4" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
138	1	JFL	ВЫРАВНИВАТЕЛЬ РАМЫ
139	2	JPAH	ДЕРЖАТЕЛИ РЫЧАГОВ ЖИМА
140	1	JWSW.37	ПРУЖИННАЯ ШАЙБА 3/8"
141	2	JSCH. 18X11	СТАЛЬНАЯ ЦЕПЬ 3/1 6" X 11"
150	4	JHEX.5X3.5PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 1/2" X 3 1/2" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
151	1	JAH.37X1.25PTB	УСТАНОВОЧНЫЙ БОЛТ 3/8" X 1 1/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
200	1	JLDH	ЗАПИРАЮЩИЙ КРЮК
201	1	JS.5X.25	РАСПОРКА 1/2" ID X 1/4" ШИРИНА
202	1	JS.5X.31	РАСПОРКА 1/2" ID X 5/16" ШИРИНА
203	1	JLB	L-ОБРАЗНАЯ СКОБА
204			
205			

Перечень подушек

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
U	1	G4IBP-U	ПОДУШКА ДЛЯ СПИНЫ
Z	1	G4ISP-Z	ПОДУШКА СИДЕНЬЯ

Перечень тросов

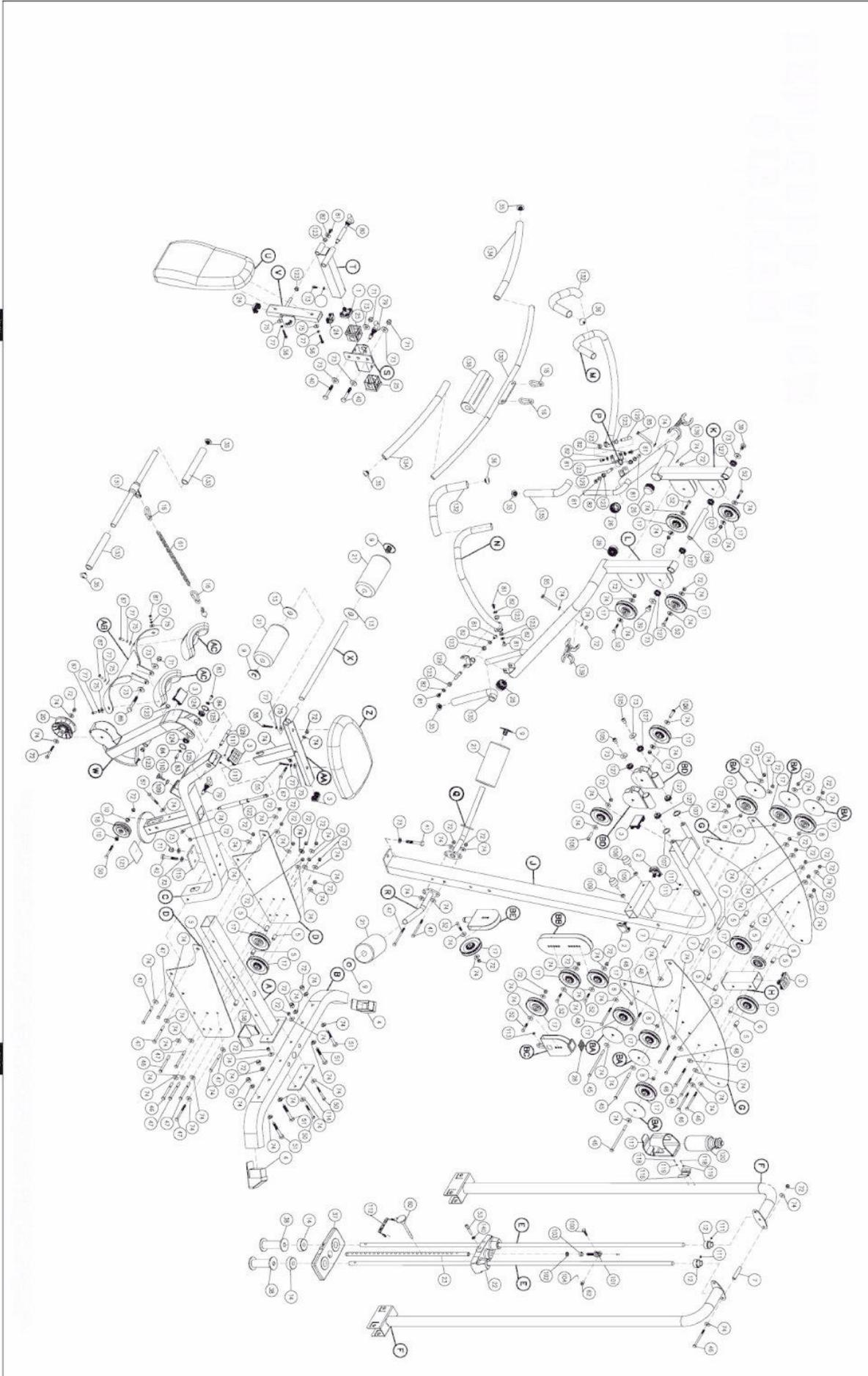
№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
27	1	JSC-A825.5	КОРОТКИЙ ТРОС -А 810 мм (2' 8")
29	1	JHPC6925	ТРОС ВЕРХНИХ БЛОКОВ 6925 мм (22' 8")
30	1	JLEC4455	ТРОС РАЗГИБАНИЯ НОГ 4455 мм (14' 7")
31	1	JWSC2670	ТРОС ВЕСОВОГО СТЕКА 2670 мм (8' 9")
32	1	JSC-B774.7	КОРОТКИЙ ТРОС - В 757 мм (2' 6")

Перечень принадлежностей

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
15	2	JG4ILSH	БОЛЬШАЯ РУКОЯТЬ СТРЕМЕНИ
33	2	JG4ISSH	МАЛЕНЬКАЯ РУКОЯТЬ СТРЕМЕНИ
34	1	JG4IAS	РЕМЕНЬ ЛОДЫЖКИ
130	1	JG4ILB	СТЕРЖЕНЬ ВЕРХНЕЙ ТЯГИ
131	1	JG4ILRB	СТЕРЖЕНЬ НИЖНЕЙ ТЯГИ
132	2	JFG18	ЗАХВАТНОЕ УСТРОЙСТВО ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 1 1/2" OD X 18" L
133	2	JFG8.5	ЗАХВАТНОЕ УСТРОЙСТВО ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 1 1/2" OD X 8 1/2" L
134	2	JFG20	ЗАХВАТНОЕ УСТРОЙСТВО ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 1 1/2" OD X 20" L
135	2	JFG12	ЗАХВАТНОЕ УСТРОЙСТВО ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 1 1/2" OD X 12" L
136	1	JG4ILBP	ПОДУШКА ПЕРЕКЛАДИНЫ ВЕРХНЕЙ ТЯГИ

Номера деталей требуются при заказе запчастей.

СХЕМА ТРЕНАЖЕРА В РАЗОБРАННОМ ВИДЕ



Технические характеристики

Назначение	домашнее
Тип	грузоблочный
Упражнения	жим от груди/плеч, баттерфляй, тяга вверх/вниз, разгибание ног и др.
Тип / вес стека	весовые плиты / 73 кг
Направляющие	хромированные
Материал / диаметр троса	сталь / 6 мм
Регулировка положения сидения	да
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В), см	210*139,38*212
Максимальный вес пользователя, кг	180
Вес нетто, кг	206
Вес брутто, кг	223
Гарантия	3 года
Производитель	Body Solid
Страна изготовления	КНР

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

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра.

Пример: С190122, где 19 – год изготовления, 01 –месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

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

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

Последнюю версию Руководства пользователя Вы можете найти на сайте поставщика ООО «Фитатлон» www.fitathlon.ru

**ВНИМАНИЕ! ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**