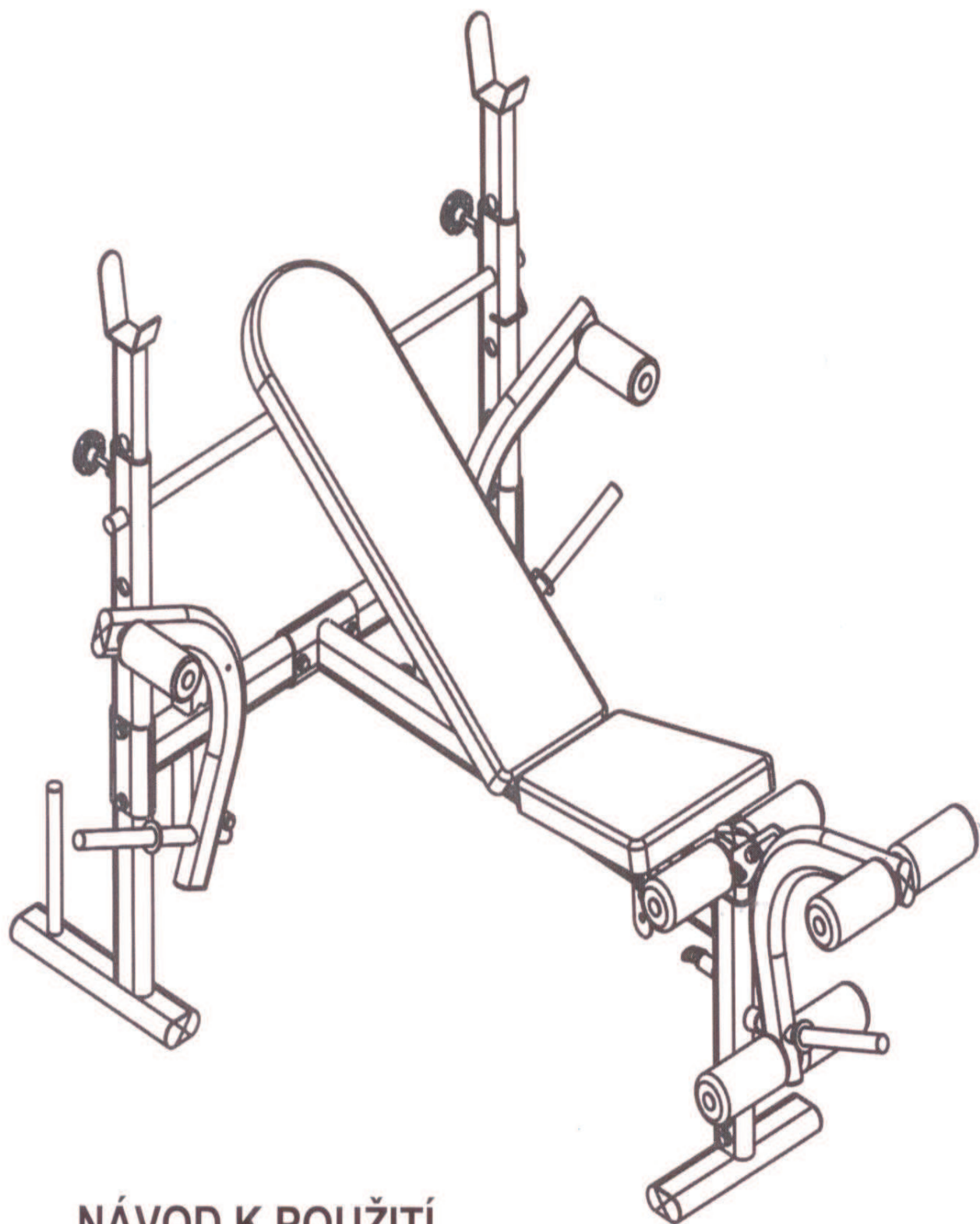
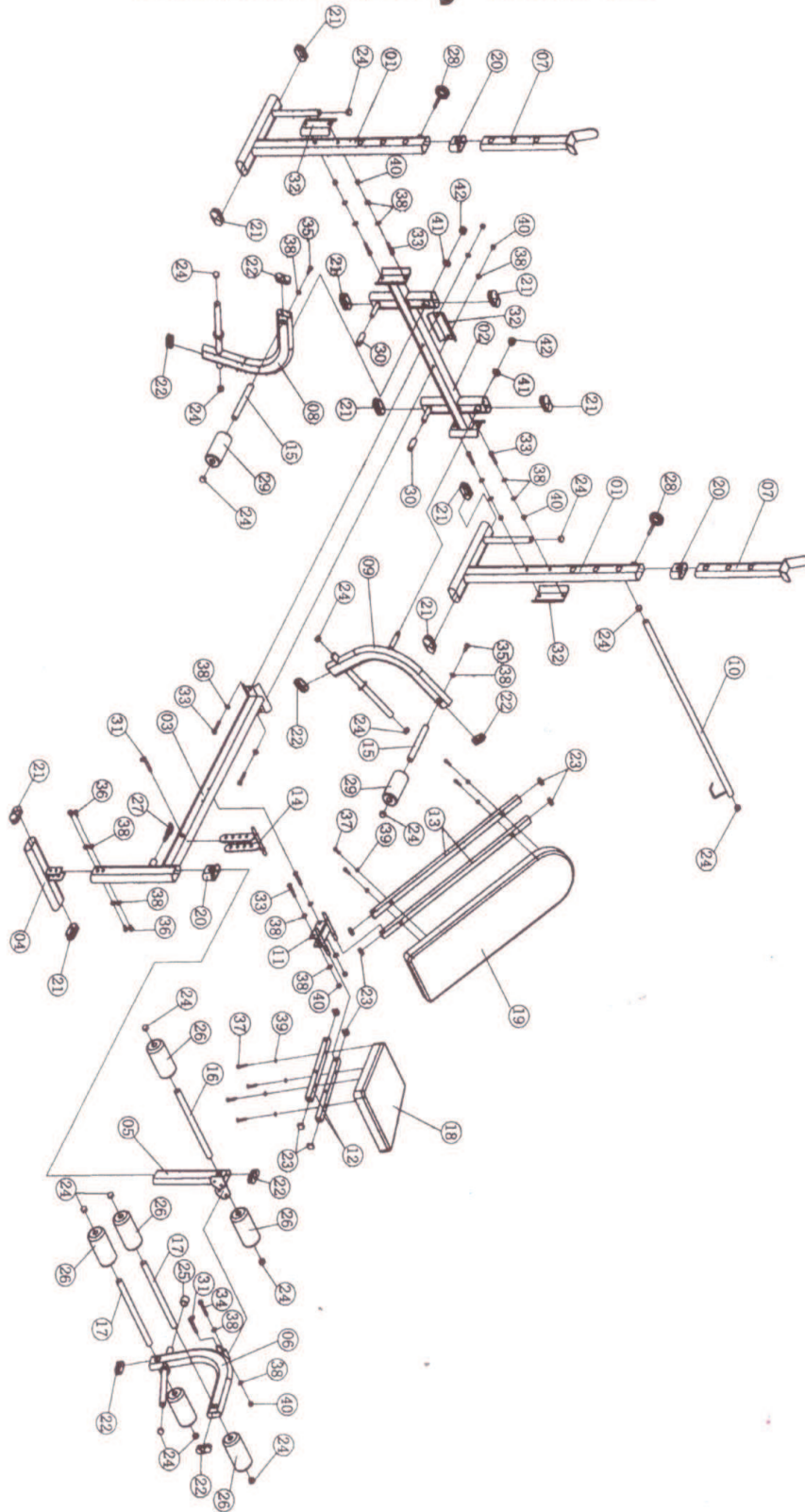


POSILOVACÍ LAVICE HL-WB812



NÁVOD K POUŽITÍ

Schematicky nákres

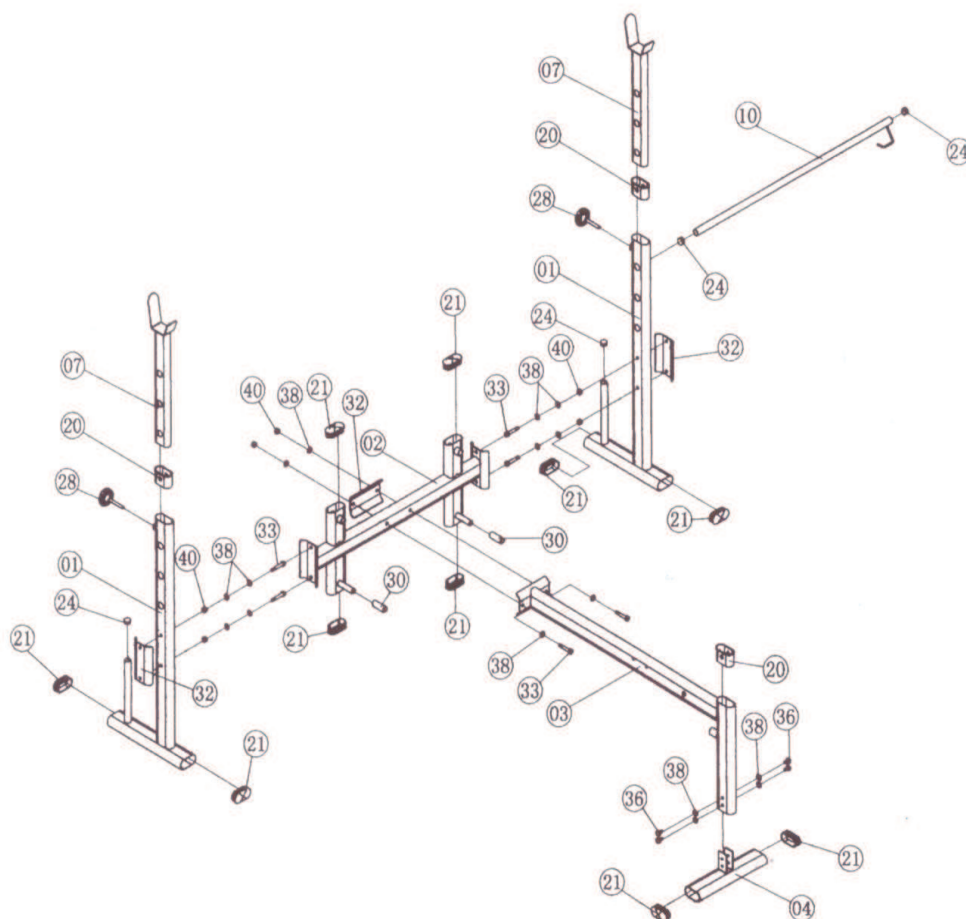


Seznam dílů

ČÍSLO	POPIS	KS	ČÍSLO	POPIS	KS
1	ZADNÍ PODPEROVÝ RÁM	2	22	ELIPSO UZÁVĚR 70*30	7
2	ZADNÍ KŘÍŽOVÝ RÁM	1	23	UZÁVĚR 25*25	8
3	HLAVNÍ RÁM	1	24	UZÁVĚR φ 25	17
4	PŘEDNÍ TRUBKOVÁ NOHA	1	25	NÁRAZNÍK. PATICE φ 25	1
5	NASTAVITELNÁ NOHA TRUBICE	1	26	DLOUHÁ PĚNOVÁ NÁSADKA	6
6	OHNUTÉ TRUBICE	1	27	POJISTNÝ KOLÍK	1
7	NASTAVITELNE PODPĚRY PRO ZÁVAŽÍ	2	28	PLASTOVÁ HVĚZDICOVÁ ZÁVORA	2
8	PRAVÉ RAMENO	1	29	KRÁTKA PĚNOVÁ NÁSADKA	2
9	LEVÉ RAMENO	1	30	NÁRAZNÍK. RUKOJEŤ	2
10	BEZPEČNOSTNÍ TRUBKA	1	31	KOLÍK	2
11	SPOJOVATELNÝ PODSTAVEC-NOSIČ	1	32	SPOJOVACÍ PLOTNIČKA	3
12	TRUBKY SEDADLA	2	33	ŠESTIUHEL.ŠROUB M10*60	8
13	TRUBKY OPERADLA	2	34	ŠESTIUHEL.ŠROUB M10*70	1
14	NASTAVITELNÝ PODSTAVEC NA SEDADLO	1	35	ŠESTIUHEL.ŠROUB M10*25	2
15	PODPŮRNA TRUBKA	2	36	ŠESTIUHEL.ŠROUB M10*15	4
16	DLOUHÁ TRUBKA PRO PĚNOVÉ NÁSADKY	1	37	ŠESTIUHEL.ŠROUB M8*40	8
17	KRÁTKA TRUBKA PRO PĚNOVÉ NÁSADKY	2	38	PODLOŽKA φ 10	24
18	SEDADLO	1	39	PODLOŽKA φ 8	8
19	OPERADLO	1	40	NYLON.POJISTNÁ MATICE M10	9

20	KLOUZAVÁ VLOŽKA-JEZDEC	3	41	POLDLOŽKA $\varphi 16$	2
21	ELIPSO UZÁVĚR 80*40	10	42	NYLON.POJISTNÁ MATICE M16	2

NÁKRES-1



Krok 1:

1. Připojte elipso uzávěr 80 * 40 (21) na zadní nosný rám (01), na zadní křížový rám (02) a na přední nohu trubice (04).
2. Vložte klouzávkou vložku-jezdce (20) do zadní části nosného rámu (01) a hlavního rámu (03).
3. Uzavřete uzávěr $\varphi 25$ (24) na zadní části nosného rámu (01) a bezpečnostní trubky

(10).

4. Připojte nárazníkovou rukojeť (30) na zadní křížový rám (02).

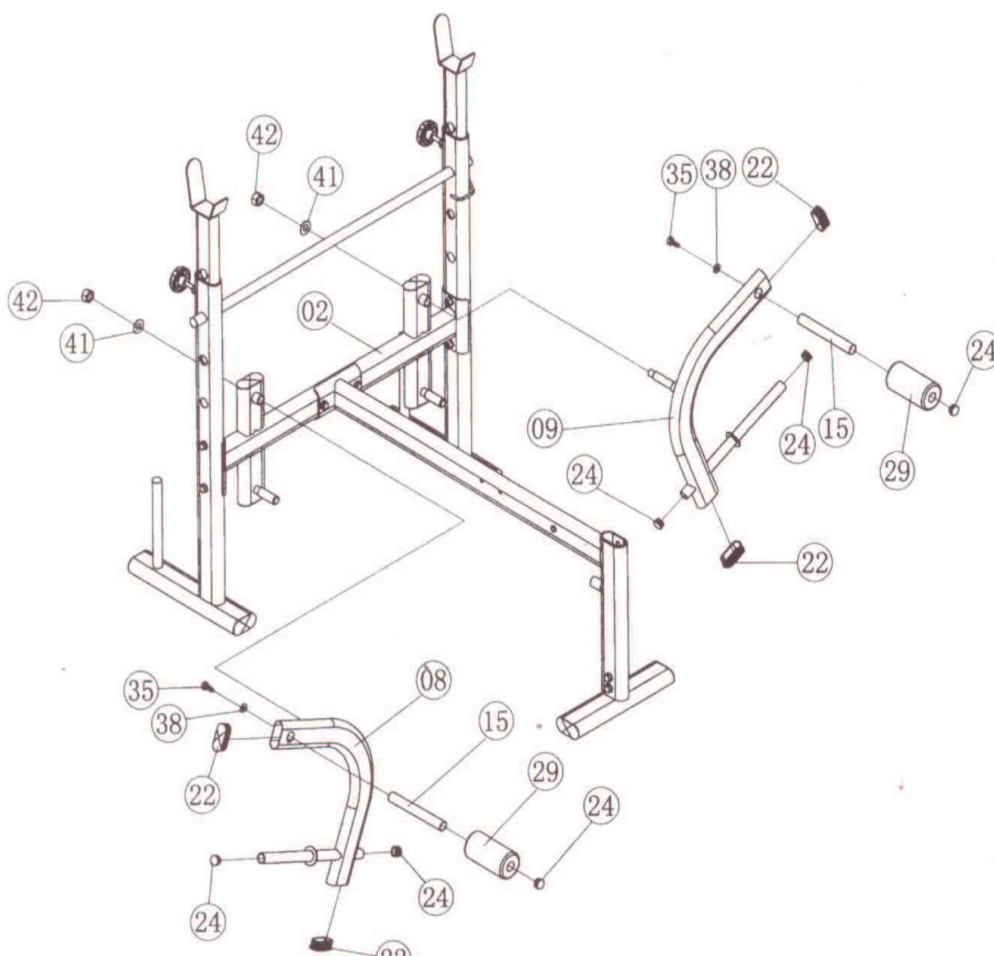
5. Připojte zadní křížový rám (02) na zadní nosný rám (01) pomocí spojovací plotýnky (32), šestiuhelník. šroubu M10 * 60 (33), podložky $\varnothing 10$ (38) a nylonové pojistné matice M10 (40).

6. Připojte hlavní rám (03) k zadnímu křížovému rámu (02) pomocí spojovací plotýnky (32), šestiuhelník. šroubu M10 * 60 (33), podložky $\varnothing 10$ (38) a nylonové pojistné matice M10 (40).

7. Připevníte přední nohu trubice (04) na hlavní rám (03) pomocí šestiuhelník. šroubu M10 * 15 (36) a podložky $\varnothing 10$ (38).

8. Připojte nastavitelnou podpěru na hmotnost (07) se zadním nosným rámem (01) pomocí bezpečnostní trubky (10) a plastové hvězdicové závory (28).

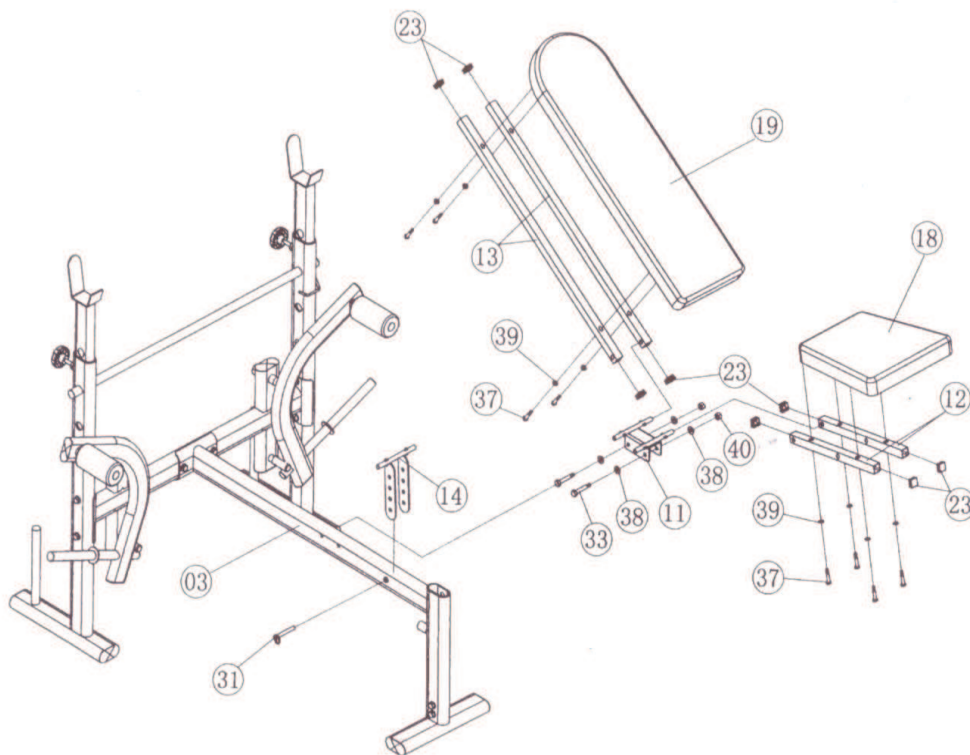
NÁKRES-2



Krok 2:

1. Připojte elipso uzávěr 70 * 30 (22), uzávěr $\varnothing 25$ (24) s pravým ramenem (08) a levým ramenem (09).
2. Připojte pravé rameno (08) a levé rameno (09) na zadní křížový rám (02) pomocí podložky $\varnothing 16$ (41) a nylonové pojistné matice M16 (42).
3. Připojte podpůrnou trubku (15) s pravým ramenem (08) a s levým ramenem (09) pomocí šroubu M10 * 25 (35) a podložky $\varnothing 10$ (38).
4. Navlečte krátkou pěnovou násadku (29) s uzávěrem $\varnothing 25$ (24) na podpůrnou trubku (15).

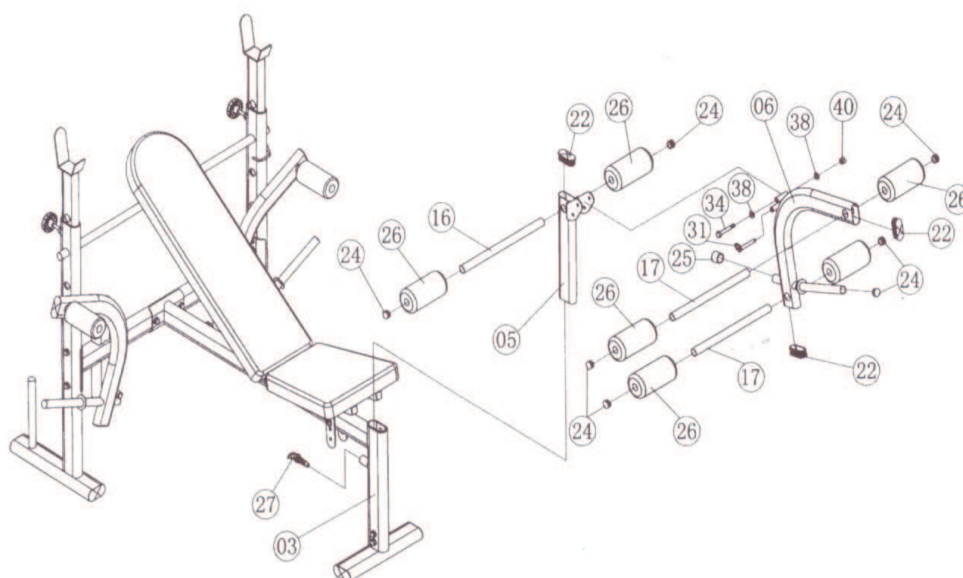
NÁKRES-3



Krok 3:

1. Připevněte uzávěry 25 * 25 (23) k trubkám sedadla (12) a k trubkám opěradla (13).
2. Připojte nosič (11) k hlavnímu rámu (03) pomocí šestiuhelnk. šroubu M10 * 60 (33), podložky $\varphi 10$ (38) a nylonové pojistné matice M10 (40).
3. Připojte trubky sedadla (12) a trubky opěradla (13) k nosiči (11) pomocí nastavitelného podstavce na sedadlo (14) a kolíku (31).
4. Připojte sedadlo (18) s trubkami sedadla (12) za použití podložky $\varphi 8$ (39) a šestiuhelnk. šroubu M8 * 40 (37).
5. Připojte opěradlo (19) s trubkami opěradla (13) použitím podložky $\varphi 8$ (39) a šestiuhelnk. šroubu M8 * 40 (37).

NÁKRES-4



Krok 4 :

1. Připojte elipso uzávěr 70 * 30 (22) s nastavitelnou nohou trubice (05) a ohnutou trubicí (06).
2. Spojte nastavitelnou nohu trubice (05) s hlavním rámem (03) pomocí pojistného kolíku (27).
3. Připojte ohnutou trubicí (06) na nastavitelnou nohu trubice (05) pomocí šroubu M10 * 70 (34), podložky $\varnothing 10$ (38), nylonové pojistné matice M10 (40) a kolíku (31).
4. Připevněte uzávěr $\varnothing 25$ (24) a nárazníkovéj uzávěr $\varnothing 25$ (25) k nožní ohnuté trubce (06).
5. Vsadte dlouhou trubku pro pěnové násadky (16) k nastavitelné noze trubice (05).
6. Vsadte krátkou trubku pro pěnové násadky (17) k ohnuté trubce (06).
7. Nasadte uzávěr $\varnothing 25$ (24) a pěnové násadky (26) na dlouhou trubku pro pěnové násadky (16) a na krátkou trubku pro pěnové násadky (17).

DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ A OPATŘENÍ

Následující bezpečnostní opatření před montáží nebo provozem posilovací lavičky.

1. Počas provozu přístroje držte děti a domácí zvířata mimo dosah. Nenechávejte děti bez dozoru v jedné místnosti s přístrojem.
2. Jen jedna osoba může přístroj používat.
3. Jestliže při cvičení s náradím nastanou jakékoliv potíže, závratě, nevolnost, bolesti hrudníku, okamžitě ukončete cvičení. Ihned kontaktujte lékaře.
4. Sestavte přístroj na nepoškozeném a rovném místě. Přístroj nepoužívejte v blízkosti vody nebo venku.
5. Při výkonu tréninku používejte vhodné nato určené oblečení. Při používání přístroje je povinné používat sportovní boty nebo tenisky.
6. Používejte přístroj pouze na určené použití tak, jak je to popsáno v příručce. Nepoužívejte příslušenství, které není doporučeno výrobcem.

7.V blízkosti přístroje nepokládejte žádné ostré předměty.

8.Telesně postižené osoby by měly přístroj používat pouze pod dohledem kvalifikované osoby nebo lékaře.

9.Před zahájením cvičení, udělejte nejprve protahovací cvičení.

10.Nikdy nepoužívejte přístroj, pokud je částečně nefunkční nebo porouchaný.

VAROVÁNÍ:

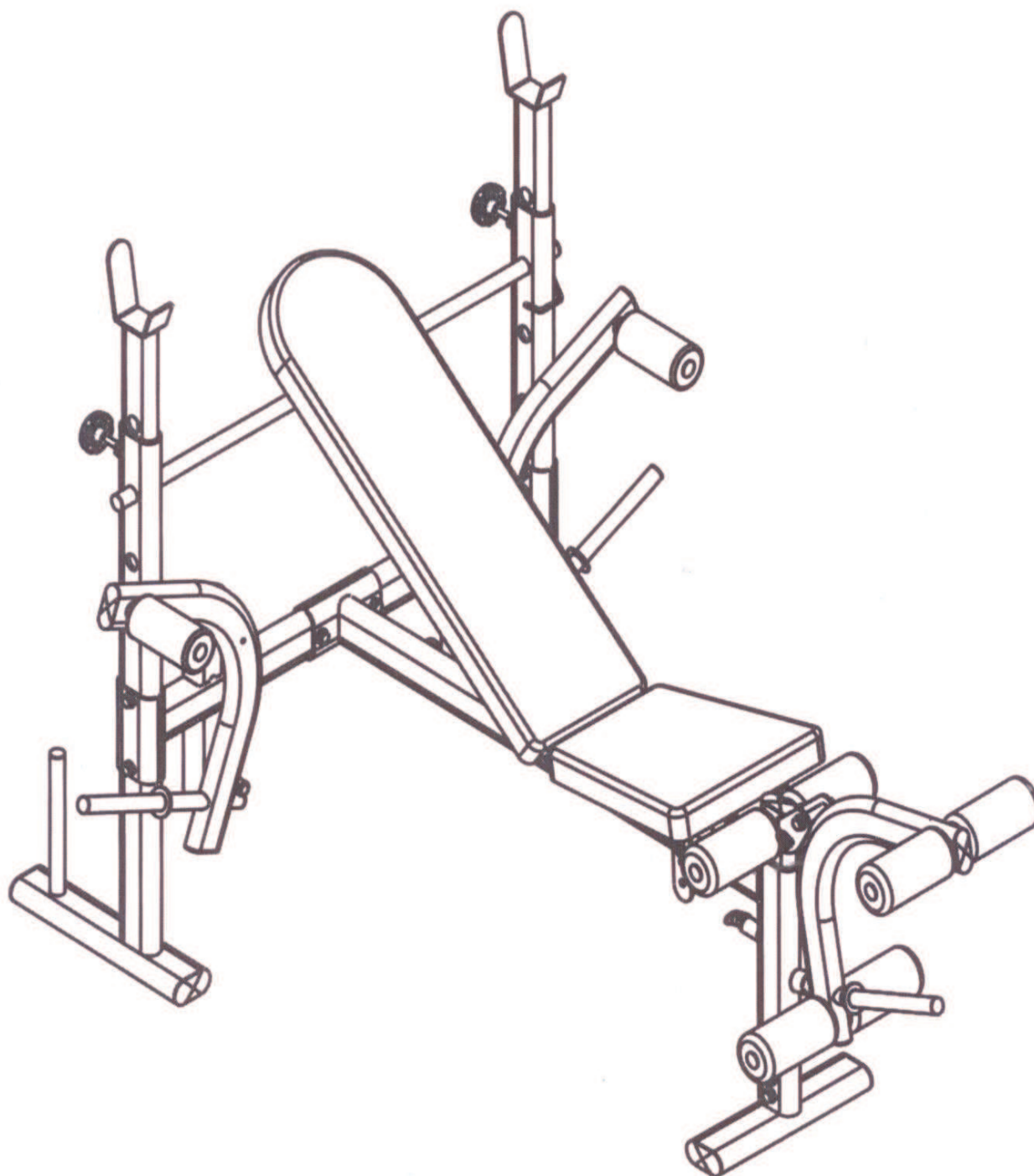
Před začátkem jakéhokoliv programu cvičení se poradte s lékařem. To je obzvláště důležité, pro osoby starší 35 let nebo pro osoby se zdravotním postižením.

PŘED POUŽITÍM SI PŘEČTĚTE DŮKLADNĚ NÁVOD.

**FOREVER International Ltd. NENESE ŽÁDNOU ODPOVĚDNOST
ZA ZRANĚNÍ NEBO POŠKOZENÍ MAJETKU PŘI POUŽÍVÁNÍ TOHOTO
VÝROBKU.**

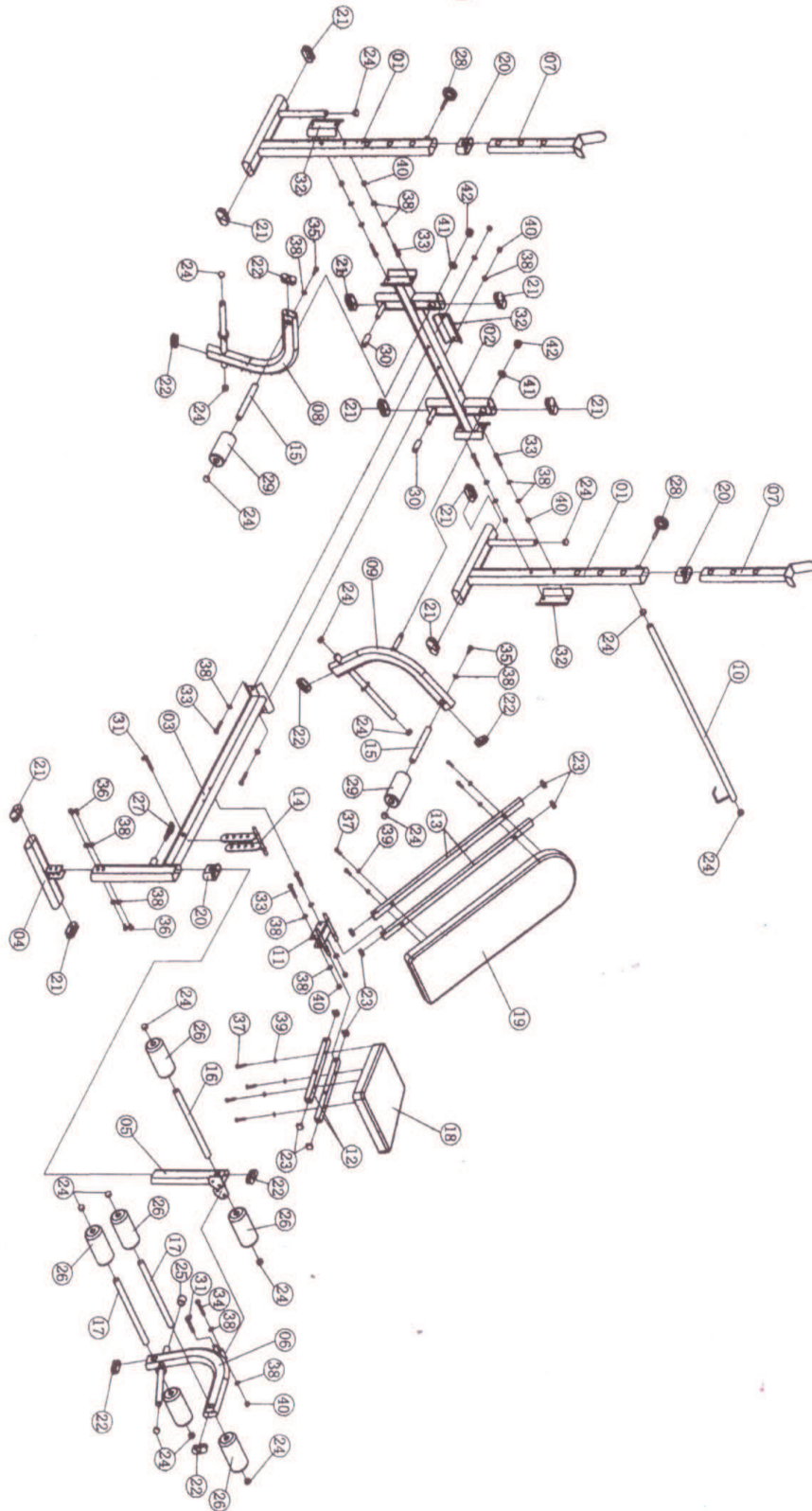
TYTO POKYNY pečlivě uschovejte.

HMOTNOSTNÁ LAVICA S OPERADLOM HL-WB812



PRÍRUČKA

Schématický nákres

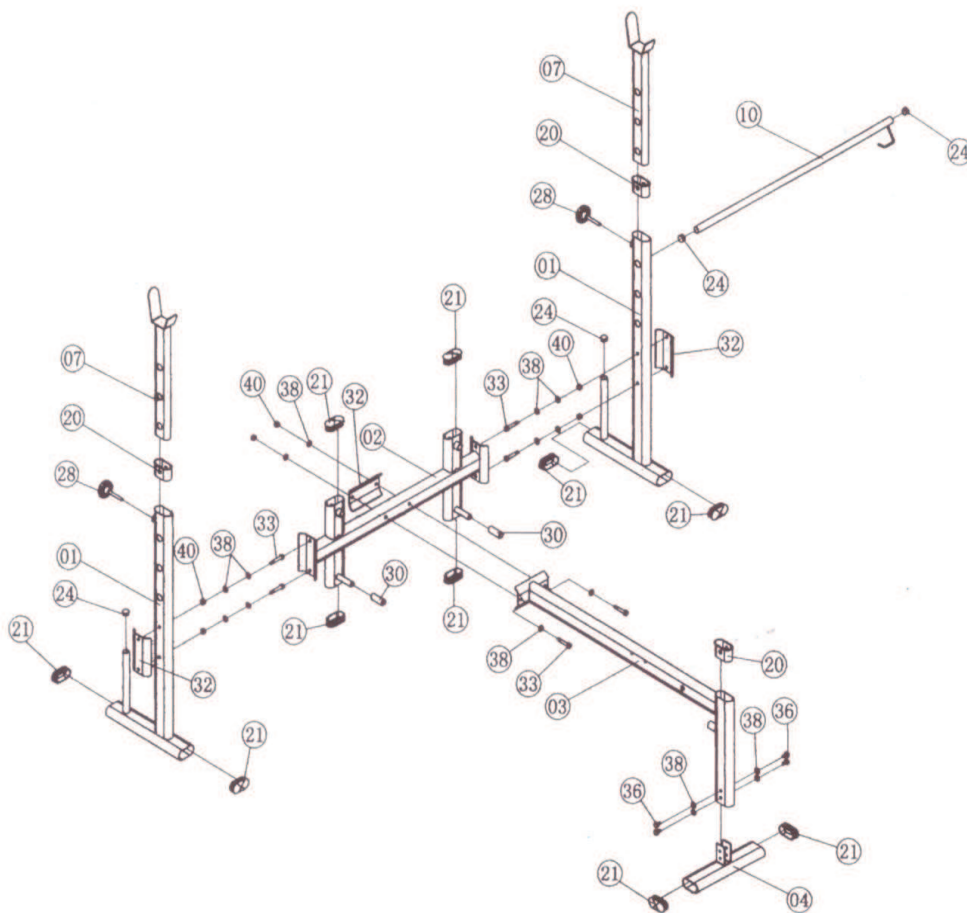


Zoznam dielov

ČÍSLO	POPIS	KS	ČÍSLO	POPIS	KS
1	ZADNÝ PODPEROVÝ RÁM	2	22	ELIPSOVÝ UZÁVER 70*30	7
2	ZADNÝ KRIŽOVÝ RÁM	1	23	UZÁVER 25*25	8
3	HLAVNÝ RÁM	1	24	UZÁVER \varnothing 25	17
4	PREDNÁ RÚRKOVÁ NOHA	1	25	NÁRAZNÍKOVÁ PÄTICA \varnothing 25	1
5	NASTAVITELNÁ NOHA TRUBICE	1	26	DLHÁ PENOVÁ NÁSADKA	6
6	OHNUTÁ TRUBICA	1	27	POISTNÝ KOLÍK	1
7	NASTAVITELNE PODPERY NA HMOTNOSŤ	2	28	PLASTOVÁ HVIEZDICOVÁ ZÁVORA	2
8	PRAVÉ MOTÝLIE RAMENO	1	29	KRÁTKA PENOVÁ NÁSADKA	2
9	ĽAVÉ MOTÝLIE RAMENO	1	30	NÁRAZNÍKOVÁ RUKOVÄŤ	2
10	BEZPEČNOSTNÁ RÚRKA	1	31	KOLÍK	2
11	SPOJOVATEĽNÝ PODSTAVEC-NOSIČ	1	32	SPOJOVACIA PLATNIČKA	3
12	TRÚBKY SEDADLA	2	33	ŠESTUHL.SKRUTKA M10*60	8
13	ČALÚNENIE OPERADLA TRUBICE	2	34	ŠESTUHL.SKRUTKA M10*70	1
14	NASTAVITELNÝ PODSTAVEC NA SEDADLO	1	35	ŠESTUHL.SKRUTKA M10*25	2
15	PODPORNÁ RÚRKA	2	36	ŠESTUHL.SKRUTKA M10*15	4
16	DLHÁ RÚRKA PRE PENOVÉ NÁSADKY	1	37	ŠESTUHL.SKRUTKA M8*40	8
17	KRÁTKA RÚRKA PRE PENOVÉ NÁSADKY	2	38	PODLOŽKA \varnothing 10	24
18	SEDADLO	1	39	PODLOŽKA \varnothing 8	8
19	OPERADLO	1	40	NYLON.POISTNÁ MATICA M10	9

20	KLZAVÁ VLOŽKA-JAZDEC	3	41	POLDLOŽKA $\varnothing 16$	2
21	ELIPSOVÝ UZÁVER 80*40	10	42	NYLON.POISTNÁ MATICA M16	2

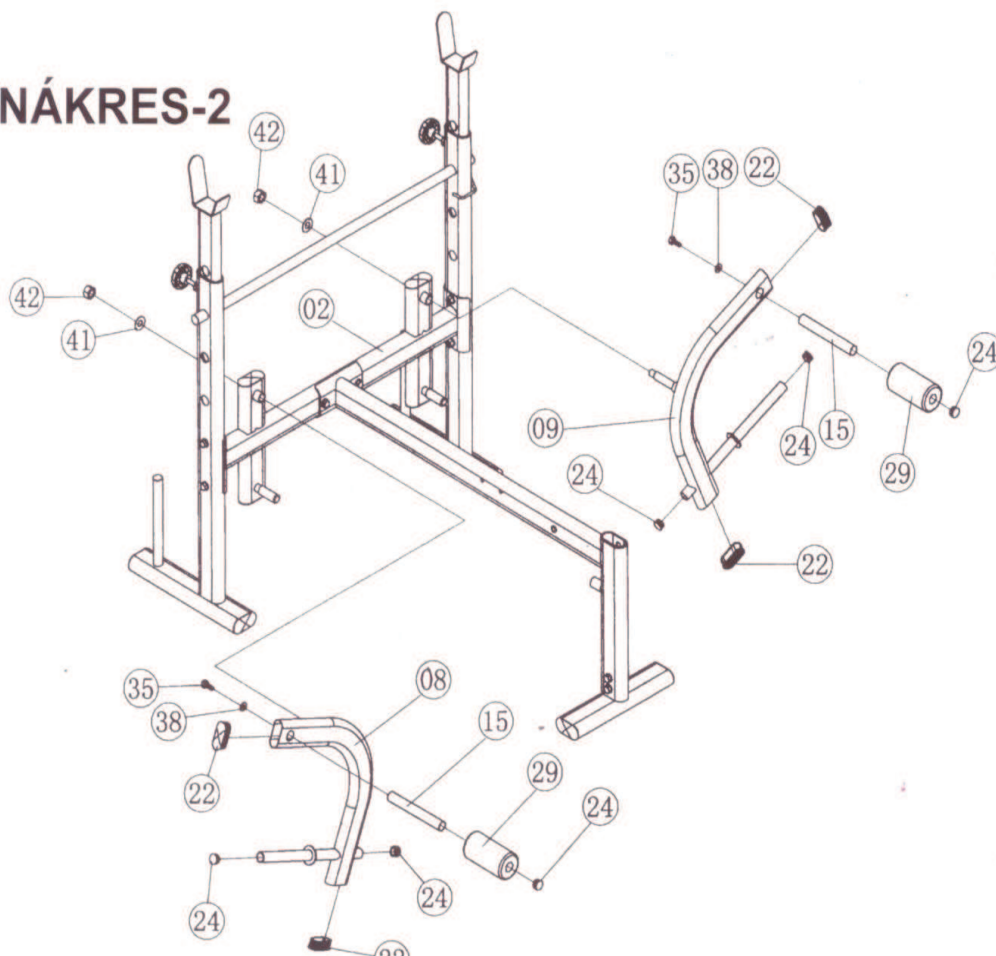
NÁKRES-1



Krok 1:

1. Pripojte elipsový uzáver 80*40 (21) na zadný nosný rám (01), na zadný križový rám (02) a na prednú nohu trubice (04).
2. Vložte kĺzavú vložku-jazdca (20) do zadnej časti nosného rámu (01) a hlavného rámu (03).
3. Uzavrte uzáver $\varnothing 25$ (24) na zadnej časti nosného rámu (01) a bezpečnostnej rúrky (10).
4. Pripojte nárazníkovú rukoväť (30) na zadný križový rám (02).
5. Pripojte zadný križový rám (02) na zadný nosný rám (01) pomocou spojovaciej platničky (32), šesťuholníkovej skrutky M10*60 (33), podložky $\varnothing 10$ (38) a nylonovej poistnej matice M10 (40).
6. Pripojte hlavný rám (03) k zadnému križovému rámu (02) pomocou spojovaciej platničky (32), šesťuholníkovej skrutky M10*60 (33), podložky $\varnothing 10$ (38) a nylonovej poistnej matice M10 (40).
7. Pripevnite prednú nohu trubice (04) na hlavný rám (03) pomocou šesťuholníkovej skrutky M10*15 (36) a podložky $\varnothing 10$ (38).
8. Pripojte nastaviteľnú podperu na hmotnosť (07) so zadným nosným rámom (01) s použitím bezpečnostnej rúrky (10) a plastovej hviezdicovej závery (28).

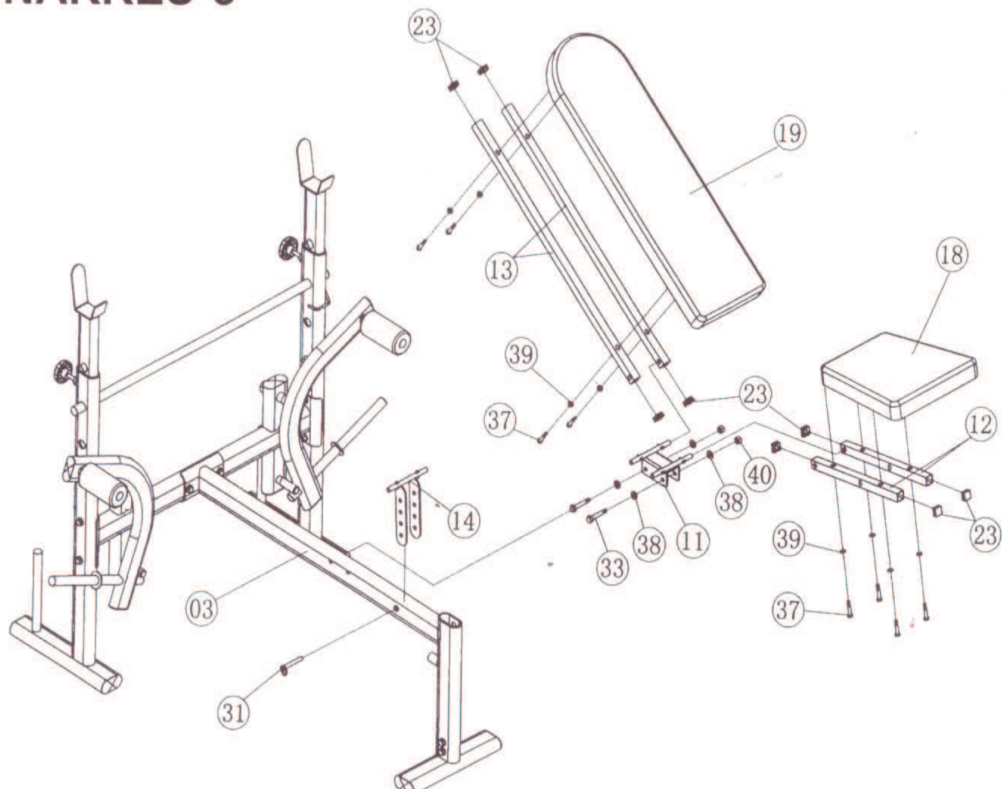
NÁKRES-2



Krok 2:

1. Pripojte elipsový uzáver 70*30 (22), uzáver $\varnothing 25$ (24) s pravým motýlim ramenom (08) a ľavým motýlim ramenom (09).
2. Pripojte pravé motýl.rameno (08) a ľave motýl.rameno (09) na zadný krížový rám (02) s použitím podložky $\varnothing 16$ (41) a nylonovej poistnej matice M16 (42).
3. Pripojte podpornú rúrku (15) s pravým motýl.ramenom (08) a s ľavým motýl.ramenom (09) pomocou skrutky M10*25 (35) a podložky $\varnothing 10$ (38).
4. Navlečte krátku penovú násadku (29) s uzáverom $\varnothing 25$ (24) na podpornú rúrku (15).

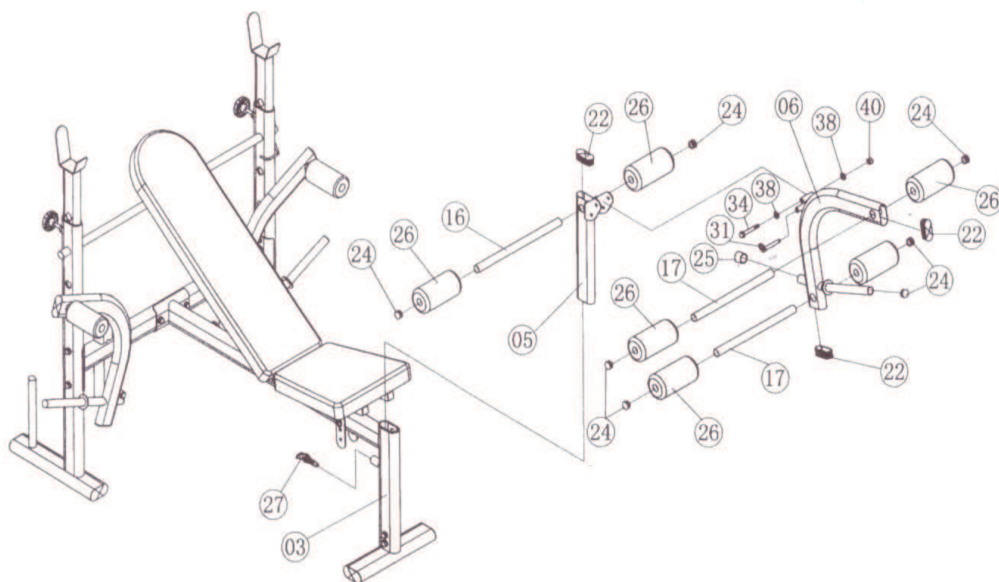
NÁKRES-3



Krok 3:

1. Pripevnite uzávery 25*25 (23) k trúbkam sedadla (12) a k trúbkam operadla (13).
2. Pripojte nosič (11) k hlavnému rámu (03) pomocou šesťuholníkovej skrutky M10*60 (33), podložky $\varnothing 10$ (38) a nylonovej poistnej matice M10 (40).
3. Pripojte trúbky sedadla (12) a trúbky operadla (13) k nosiču (11) pomocou nastaviteľného podstavca na sedadlo (14) a kolíka (31).
4. Pripojte sedadlo (18) s trúbkami sedadla (12) za použitia podložky $\varnothing 8$ (39) a šesťuholníkovej skrutky M8*40 (37).
5. Pripojte operadlo (19) s rúrkami operadla (13) použitím podložky $\varnothing 8$ (39) a šesťuholníkovej skrutky M8*40 (37).

NÁKRES-4



Krok 4 :

1. Pripojte eliptický uzáver 70*30 (22) s nastaviteľnou nohou trubice (05) a ohnutou trubicou (06).
2. Spojte nastaviteľnú nohu trubice (05) s hlavným rámom (03) s použitím poistného kolíka (27).
3. Pripojte ohnutú trubicu (06) na nastaviteľnú nohu trubice (05) pomocou skrutky M10*70 (34), podložky $\varnothing 10$ (38), nylonovej poistnej matice M10 (40) a kolíka (31).
4. Pripevnite uzáver $\varnothing 25$ (24) a nárazníkový uzáver $\varnothing 25$ (25) k nožnej ohnutej trubici (06).
5. Vsaďte dlhú rúrku pre penové násadky (16) k nastaviteľnej nohe trubice (05).
6. Vsaďte krátku rúrku pre penové násadky (17) k ohnutej trubici (06).
7. Nasadte uzáver $\varnothing 25$ (24) a penové násadky (26) na dlhú rúrku pre penové násadky (16) a krátku rúrku pre penové násadky (17).

DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA A OPATRENIA

Nasledujúce bezpečnostné opatrenia pred montážou alebo prevádzkou

hmotnostnej lavičky.

1. Počas prevádzky prístroja držte deti a domáce zvieratá mimo dosahu. **Nenechávajte deti bez dozoru** v jednej miestnosti s prístrojom.
2. Len jedna osoba môže prístroj používať .
3. Ak pri cvičení s náradím nastanú akékoľvek ťažkosti ,závraty, nevoľnosť, bolesti hrudníka, okamžite ukončíte cvičenia .Ihneď kontaktujte doktora.

-
4. Zostavte prístroj na nepoškodenom a rovnom mieste. Prístroj nepoužívajte v blízkosti vody alebo vonku.
 5. Pri výkone tréningu používajte vhodné, nato určené oblečenie. Pri používaní prístroja je povinné používať športové topánky alebo tenisky.
 6. Používajte prístroj len na určené použitie tak, ako je to popísané v príručke. Nepoužívajte príslušenstvo, ktoré nie je odporúčané výrobcom.
 7. V blízkosti prístroja nekladte žiadne ostré predmety.
 8. Telesne postihnuté osoby by mali prístroj používať len pod dozorom kvalifikovanej osoby alebo lekára .
 9. Pred začatím cvičenia, urobte najprv naťahovacie strečingové cvičenia.
 10. Nikdy nepoužívajte prístroj, ak je čiastočne nefunkčný alebo pokazený.

VAROVANIE:

Pred začiatkom akéhokoľvek programu cvičenia sa porad'te s lekárom. To je obzvlášť dôležité, pre osoby staršie ako 35 rokov alebo pre osoby so zdravotným postihnutím.

PRED POUŽITÍM SI PREČÍTAJTE DÔKLADNE NÁVOD.

FOREVER INTERNATIONAL LTD. NENESIE ŽIADNU ZODPOVEDNOSŤ

ZA ZRANENIE ALEBO POŠKODENIE MAJETKU PRI POUŽÍVANÍ

TOHTO VÝROBKU.

TIETO POKYNY STAROSTLIVO UCHOVAJTE.