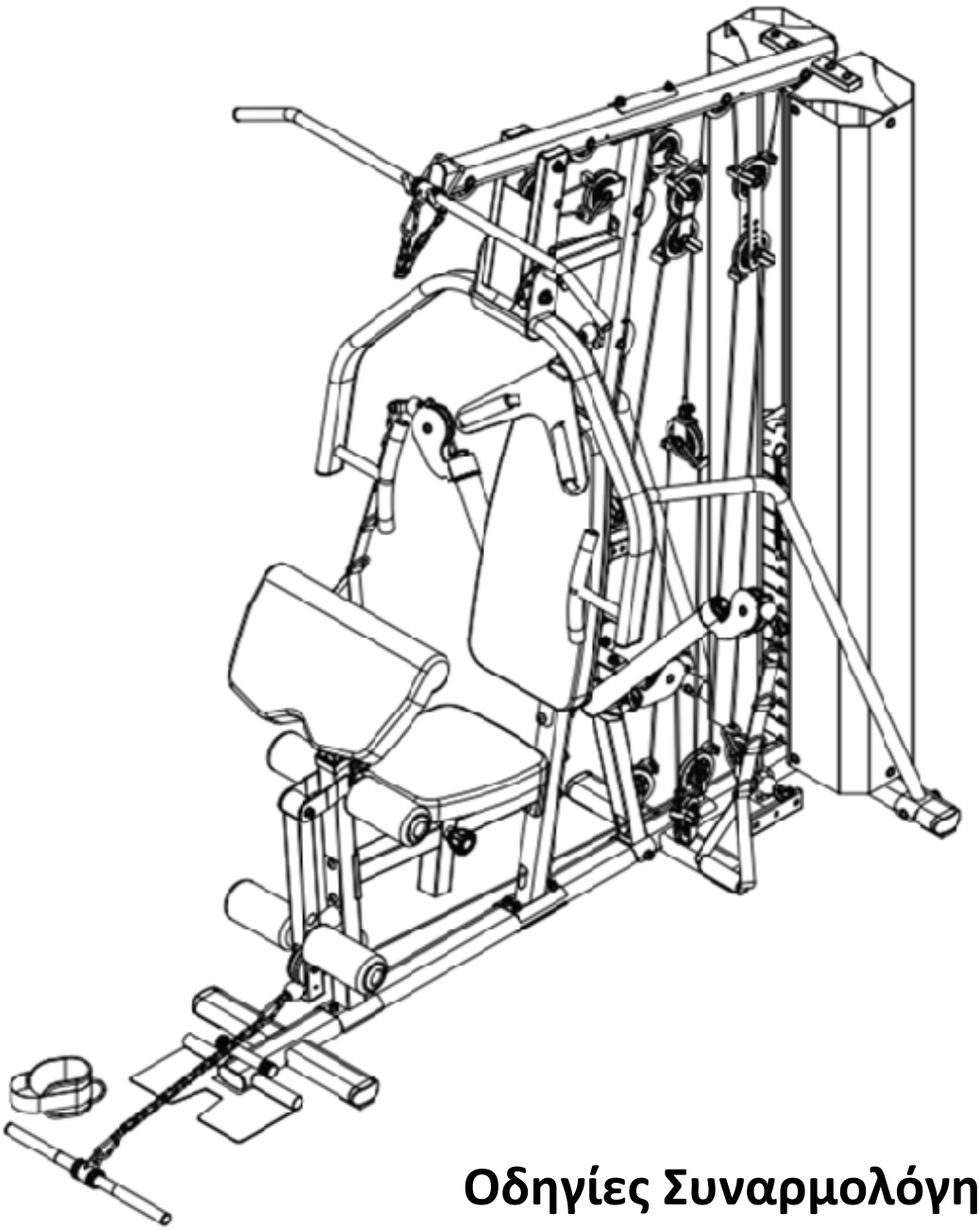
PEGASUS®

HOME GYM

JX 1530



Οδηγίες Συναρμολόγησης

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ: Παρακαλούμε διαβάστε τις οδηγίες ασφαλείας και τις οδηγίες εγκατάστασης σε αυτό το εγχειρίδιο πριν από τη συναρμολόγηση αυτού του προϊόντος.

Οδηγίες Ασφαλείας Κατά τη Χρήση του Προϊόντος

Προσωπική Ασφάλεια κατά τη Συναρμολόγηση. Ενδέχεται να απαιτείται βοήθεια κατά τη συναρμολόγηση αυτού του προϊόντος.

• Πριν ξεκινήσετε τη συναρμολόγηση, αφιερώστε χρόνο για να διαβάσετε προσεκτικά τις οδηγίες.

• Διαβάστε κάθε βήμα των οδηγιών συναρμολόγησης και ακολουθήστε τα βήματα με τη σειρά. Μην προχωράτε σε επόμενα βήματα παραλείποντας προηγούμενα. Εάν το κάνετε, ενδέχεται αργότερα να διαπιστώσετε ότι πρέπει να αποσυναρμολογήσετε εξαρτήματα και ότι μπορεί να έχετε προκαλέσει ζημιά στον εξοπλισμό.

• Συναρμολογήστε και χρησιμοποιήστε το προϊόν σε σταθερή και επίπεδη επιφάνεια.

• Τοποθετήστε τη μονάδα σε απόσταση λίγων μέτρων από τοίχους ή έπιπλα ώστε να υπάρχει εύκολη πρόσβαση.

• Το προϊόν έχει σχεδιαστεί για την ευχάριστη χρήση σας. Ακολουθώντας αυτές τις προφυλάξεις και χρησιμοποιώντας την κοινή λογική, θα απολαύσετε πολλές ώρες ασφαλούς και ευχάριστης άσκησης με το νέο σας προϊόν.

• Μετά τη συναρμολόγηση, θα πρέπει να ελέγξετε όλες τις λειτουργίες ώστε να διασφαλίσετε τη σωστή λειτουργία του προϊόντος.

• Εάν αντιμετωπίσετε προβλήματα, ελέγξτε πρώτα ξανά τις οδηγίες συναρμολόγησης για να εντοπίσετε πιθανά λάθη που έγιναν κατά τη συναρμολόγηση. Εάν δεν μπορείτε να διορθώσετε το πρόβλημα, επικοινωνήστε με τους τεχνικούς της επίσημης αντιπροσωπείας, οι οποίοι θα μπορέσουν να σας βοηθήσουν.

Τα επιτυχημένα προγράμματα προπόνησης με αντιστάσεις έχουν ένα βασικό κοινό χαρακτηριστικό: την ασφάλεια. Η προπόνηση με αντιστάσεις ενέχει ορισμένους εγγενείς κινδύνους, όπως συμβαίνει με όλες τις σωματικές δραστηριότητες. Η πιθανότητα τραυματισμού μπορεί να μειωθεί σημαντικά ή να εξαλειφθεί πλήρως με τη χρήση σωστής τεχνικής εκτέλεσης, σωστής αναπνοής, τη διατήρηση του εξοπλισμού σε άριστη λειτουργική κατάσταση και τη χρήση κατάλληλου ρουχισμού.

• Συνιστάται ιδιαίτερα να συμβουλευτείτε τον ιατρό σας πριν ξεκινήσετε οποιοδήποτε πρόγραμμα άσκησης. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για άτομα άνω των 35 ετών ή για άτομα με προϋπάρχοντα προβλήματα υγείας.

• Πάντα να κάνετε προθέρμανση πριν ξεκινήσετε την προπόνηση. Προσπαθήστε να πραγματοποιείτε μια γενική προθέρμανση ολόκληρου του σώματος πριν ξεκινήσετε. Είναι ιδιαίτερα σημαντικό να προθερμαίνετε τις συγκεκριμένες μυϊκές ομάδες που πρόκειται να χρησιμοποιήσετε. Αυτό μπορεί να είναι τόσο απλό όσο η εκτέλεση ενός σετ προθέρμανσης με πολλές επαναλήψεις και μικρό βάρος για κάθε άσκηση.

• Χρησιμοποιείτε σωστή τεχνική. Εστιάστε αποκλειστικά στις μυϊκές ομάδες που προορίζονται να δουλέψουν στην άσκηση που εκτελείτε. Εάν αισθάνεστε καταπόνηση σε άλλα σημεία του σώματος, ίσως χρειαστεί να επανεκτιμήσετε το βάρος που χρησιμοποιείτε. Η σωστή τεχνική περιλαμβάνει επίσης τη διατήρηση πλήρους ελέγχου σε όλο το εύρος της κίνησης.

• Αναπνέετε σωστά. Εισπνεύστε κατά την έκκεντρη φάση της άσκησης και εκπνεύστε κατά τη φάση της ανύψωσης ή ομόκεντρη φάση. Μην κρατάτε ποτέ την αναπνοή σας κατά τη διάρκεια οποιουδήποτε μέρους της άσκησης.

• Να φοράτε πάντα κατάλληλα ρούχα και υποδήματα κατά την άσκηση. Η χρήση άνετων αθλητικών παπουτσιών με καλή στήριξη και φαρδιών, διαπνέοντων ρούχων μειώνει τον κίνδυνο τραυματισμού.

• Η διατήρηση του εξοπλισμού σε σωστή λειτουργική κατάσταση είναι υψίστης σημασίας για ένα ασφαλές πρόγραμμα προπόνησης με αντιστάσεις. Οι τροχαλίες και τα συρματόσχοινα πρέπει να ελέγχονται συχνά για φθορές και να αντικαθίστανται όταν απαιτείται. Ο εξοπλισμός πρέπει να λιπαίνεται σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή.

• Διαβάστε και μελετήστε όλες τις προειδοποιητικές ετικέτες αυτού του μηχανήματος. Είναι απολύτως απαραίτητο να εξοικειωθείτε εσείς και όλοι οι χρήστες με τη σωστή λειτουργία του μηχανήματος πριν από τη χρήση του.

• Κρατήστε τα χέρια, τα άκρα, τα φαρδιά ρούχα και τα μακριά μαλλιά μακριά από όλα τα κινούμενα μέρη.

• Μην επιχειρείτε να σηκώσετε περισσότερο βάρος από αυτό που μπορείτε να ελέγξετε με ασφάλεια.

• Επιθεωρείτε καθημερινά το μηχάνημα για χαλαρά ή φθαρμένα εξαρτήματα. Εάν εντοπιστεί κάποιο πρόβλημα, μην επιτρέψετε τη χρήση του μηχανήματος μέχρι να σφιχτούν όλα τα εξαρτήματα ή να επισκευαστούν ή αντικατασταθούν τα φθαρμένα ή ελαττωματικά μέρη.

Συντήρηση Προϊόντος

ΣΥΡΜΑΤΟΣΧΟΙΝΑ:

Όταν το μηχάνημα δεν χρησιμοποιείται, περάστε προσεκτικά τα δάχτυλά σας κατά μήκος του συρματόσχοινου για να εντοπίσετε τυχόν σημεία αραίωσης ή διόγκωσης. Αντικαταστήστε αμέσως τα συρματόσχοινα με το πρώτο σημάδι φθοράς ή ζημιάς. Μη χρησιμοποιείτε τον εξοπλισμό μέχρι να αντικατασταθεί το φθαρμένο συρματόσχοινο.

Ελέγχετε οπτικά τα συρματόσχοινα για ξέφτισμα, ρωγμές, αποκόλληση της επικάλυψης ή αποχρωματισμό.

Ελέγχετε την χαλάρωση των συρματόσχοινων και ρυθμίζετε εκ νέου την τάση τους εάν απαιτείται.

Ελέγχετε ότι το παξιμάδι ασφάλισης (jam nut) στην επάνω βίδα της ράβδου επιλογής βάρους είναι καλά σφιγμένο.

ΤΑΠΕΤΣΑΡΙΑ:

Σκουπίζετε μετά από κάθε προπόνηση.

Περιοδικά, χρησιμοποιείτε ήπιο σαπούνι ή ήπιο καθαριστικό για ταπετσαρίες βινυλίου.

Αποφύγετε τη χρήση λειαντικών καθαριστικών που δεν προορίζονται για χρήση σε βινύλιο.

Κρατήστε αιχμηρά ή μυτερά αντικείμενα μακριά από τις τσέπες σας και από όλες τις επιφάνειες της ταπετσαρίας.

ΠΑΞΙΜΑΔΙΑ / ΒΙΔΕΣ / ΣΥΝΔΕΤΗΡΕΣ:

Επιθεωρείτε περιοδικά όλα τα παξιμάδια και τις βίδες. Σφίγγετέ τα εάν χρειάζεται. Εάν οι βίδες τείνουν να χαλαρώνουν περιοδικά, χρησιμοποιήστε Loctite 242 (κόλλα σπειρωμάτων) για μόνιμη αντιμετώπιση του προβλήματος.

Επαναλαμβάνετε περιοδικά τη διαδικασία επανασύσφιξης ώστε να διασφαλίζεται ότι όλα τα εξαρτήματα στερέωσης έχουν τη σωστή τάση σύσφιξης.

ΡΑΒΔΟΙ ΟΔΗΓΗΣΗΣ:

Καθαρίζετε με πανί που δεν αφήνει χνούδι. Λιπαίνετε με λιπαντικό με βάση τη σιλικόνη ή το τεφλόν.

ΡΥΘΜΙΣΕΙΣ / ΠΕΙΡΟΙ ΑΣΦΑΛΙΣΗΣ / ΚΟΜΒΙΑ ΣΥΣΦΙΞΗΣ:

ΣΕλέγχετε όλα τα εξαρτήματα για εμφανή σημάδια φθοράς ή ζημιάς.
Ελέγχετε τα ελατήρια στους ταχυσυνδέσμους (Snap Links) και στους πείρους ασφάλισης (Pop Pins) για σωστή τάση και ευθυγράμμιση.
Εάν κάποιο ελατήριο κολλάει ή έχει χάσει την ελαστικότητά του, αντικαταστήστε το αμέσως.

ΑΝΤΙΟΛΙΣΘΗΤΙΚΕΣ ΕΠΙΦΑΝΕΙΕΣ:

Αντικαταστήστε τις εάν εμφανίζουν φθορά ή γίνουν ολισθηρές.

ΕΤΙΚΕΤΕΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΩΝ:

Επιθεωρήστε και εξοικειωθείτε με όλες τις προειδοποιήσεις ασφαλείας και τις λοιπές πληροφορίες χρήστη που αναγράφονται στις ετικέτες.

Τεχνική Υποστήριξη

Τηλέφωνο: 2102758228

Email: info@mekma.gr

STEP 1:

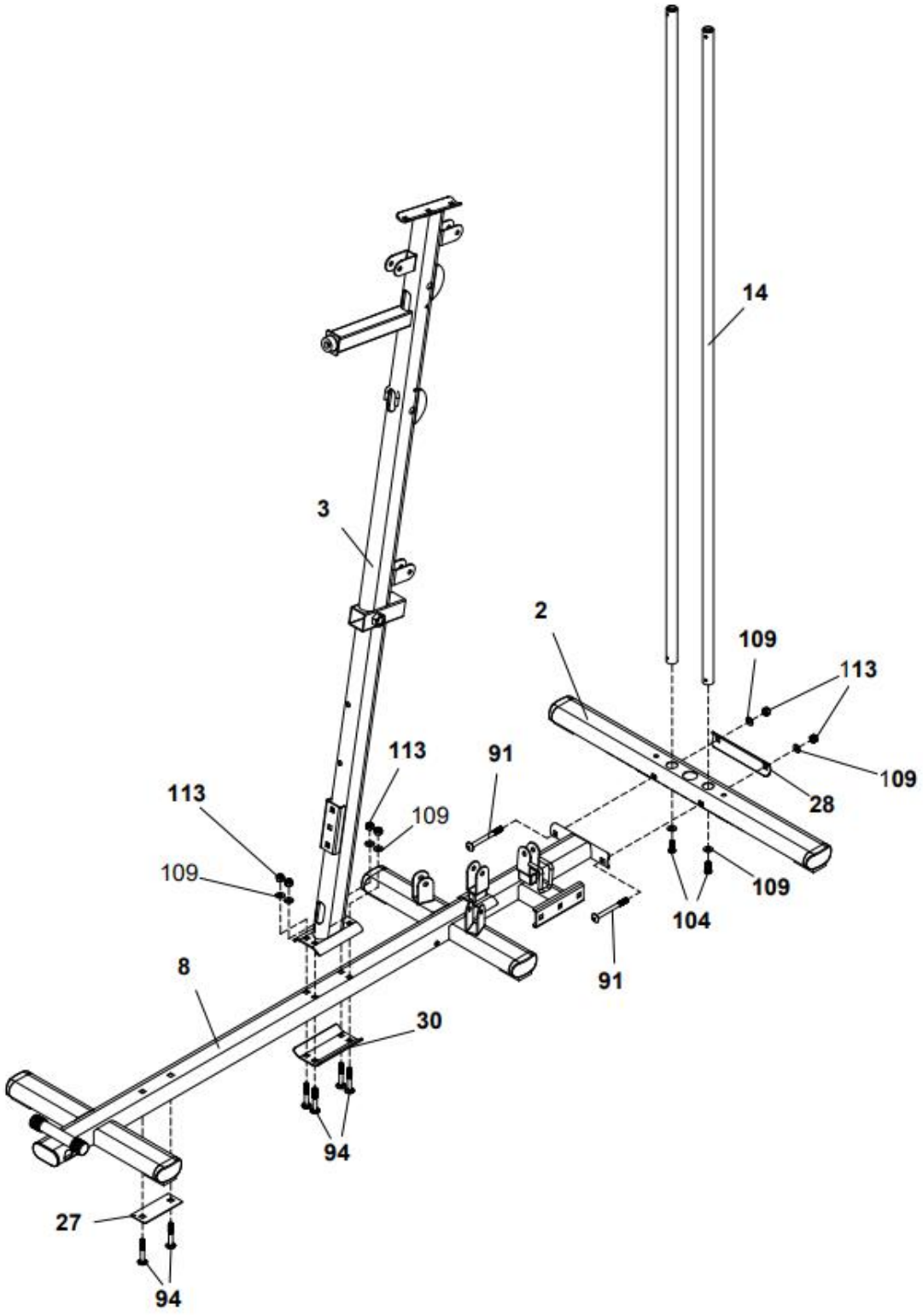
a) Τοποθετήστε δύο Ράβδους Οδήγησης (14) στον Πίσω Σταθεροποιητή (2), χρησιμοποιώντας δύο Βίδες (104) και δύο Ροδέλες M10 (109).

b) Συνδέστε το Πλαίσιο Βάσης (8) και τα Τοξωτά Στηρίγματα (28) στον Πίσω Σταθεροποιητή (2), χρησιμοποιώντας δύο Βίδες (91), δύο Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

c) Συνδέστε το Πλαίσιο Στήριξης (3) και τα Στηρίγματα Σχήματος U (30) στο Πλαίσιο Βάσης (8), χρησιμοποιώντας τέσσερις ΒίδεςM10×60mm (94), τέσσερις Ροδέλες M10 (109) και τέσσερα Παξιμάδια M10 (113).

d) Συνδέστε το Στήριγμα 120×45mm (27) στο Πλαίσιο Βάσης (8), χρησιμοποιώντας δύο Βίδες M10×60mm (94).

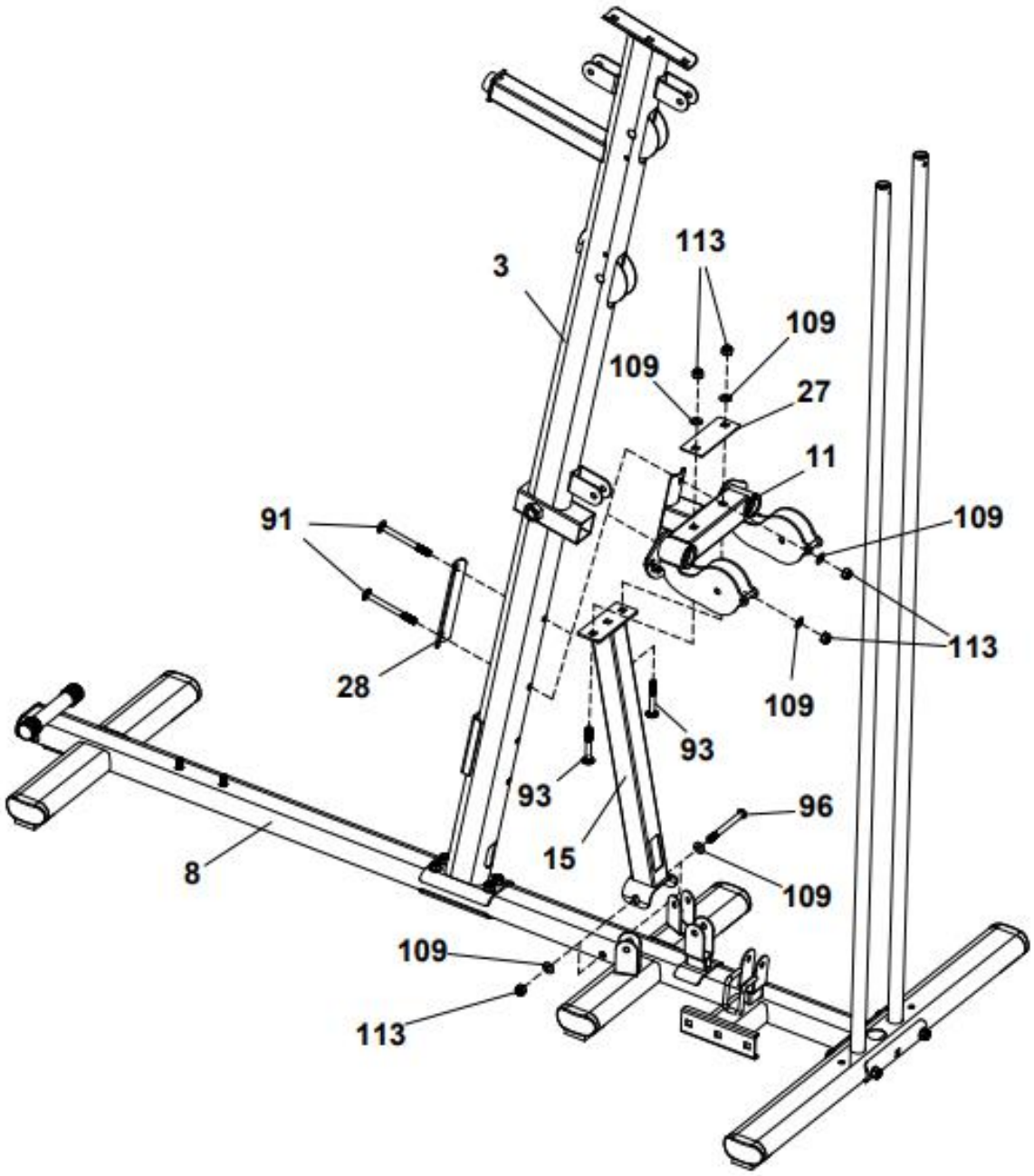
Μη σφίξετε τα παξιμάδια και τις βίδες, εκτός από τις (104) και (91).


14
3
2
109
113
109
28
113
91
113
109
109
109
104
91
8
30
94
27
94

ΒΗΜΑ 2:

a) Συνδέστε το Πλαίσιο Στήριξης Cable Crossover (15) στο Πλαίσιο Βάσης (8), χρησιμοποιώντας μία Βίδα M10×100mm (96), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).
b) Συνδέστε το Στήριγμα Cable Crossover (11) στο Πλαίσιο Στήριξης Cable Crossover (15), χρησιμοποιώντας το Στήριγμα 120×45mm (27), δύο Βίδες Καροτσιού M10×65mm (93), δύο Ροδέλες M10 (109) και δύο Αυτοασφαλιζόμενα Παξιμάδια Νάιλον M10 (113).
c) Συνδέστε το Στήριγμα Cable Crossover (11) και τα Τοξωτά Στηρίγματα (28) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας δύο Βίδες Καροτσιού M10×100mm (91), δύο Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113)

Μη σφίξετε ακόμη τα παξιμάδια και τις βίδες.



ΒΗΜΑ 3:

a) Περάστε δύο στηρίγματα καλύμματος βαρών (33) πάνω στις Ράβδους Οδήγησης (14) και στη συνέχεια στερεώστε τα στον Πίσω Σταθεροποιητή (2), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M10×25mm (104) και δύο Ροδέλες M10 (109).

b) Περάστε δύο Λαστιχένια Αντικραδασμικά Βαρών Ø65×25mm (64) πάνω στις Ράβδους Οδήγησης (14).

c) Περάστε δεκατέσσερις Πλάκες Βαρών (41) πάνω στις Ράβδους Οδήγησης (14) και εισαγάγετε τη Ράβδο Επιλογής (13) στην οπή της Πλάκας Βαρών (41).

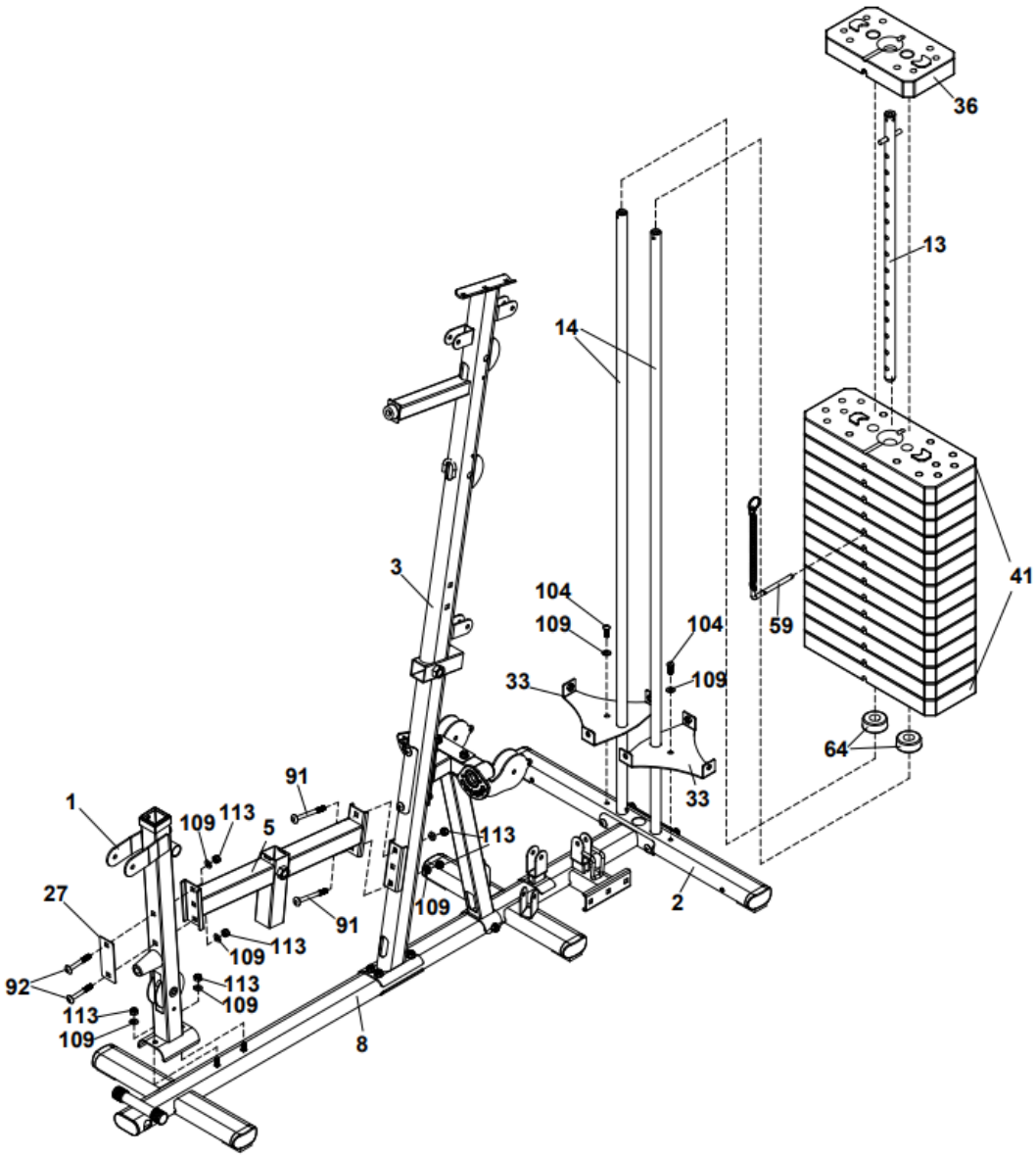
d) Περάστε τις Άνω Πλάκες Βαρών (36) προς τα κάτω στις δύο Ράβδους Οδήγησης (14) και στη συνέχεια στη Ράβδο Επιλογής (13). Εισαγάγετε τον Πείρο Επιλογής Βάρους (59) στην οπή του επιθυμητού βάρους.

e) Στερεώστε το Πλαίσιο Στήριξης Καθίσματος (5) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M10×100mm (91), δύο Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

f) Στερεώστε το Πλαίσιο Στήριξης Καθίσματος (5) και το Στήριγμα 120×45mm (27) στο Εμπρόσθιο Πλαίσιο Στήριξης (1), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M10×70mm (92), δύο Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

g) Στερεώστε το Πλαίσιο Στήριξης (1) στο Πλαίσιο Βάσης (8), χρησιμοποιώντας δύο Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

Μην σφίξετε τα παξιμάδια και τις βίδες, εκτός από τις (104).



ΒΗΜΑ 4:

a) Περάστε δύο στηρίγματα καλύμματος βαρών (33) πάνω στις Ράβδους Οδήγησης (14).

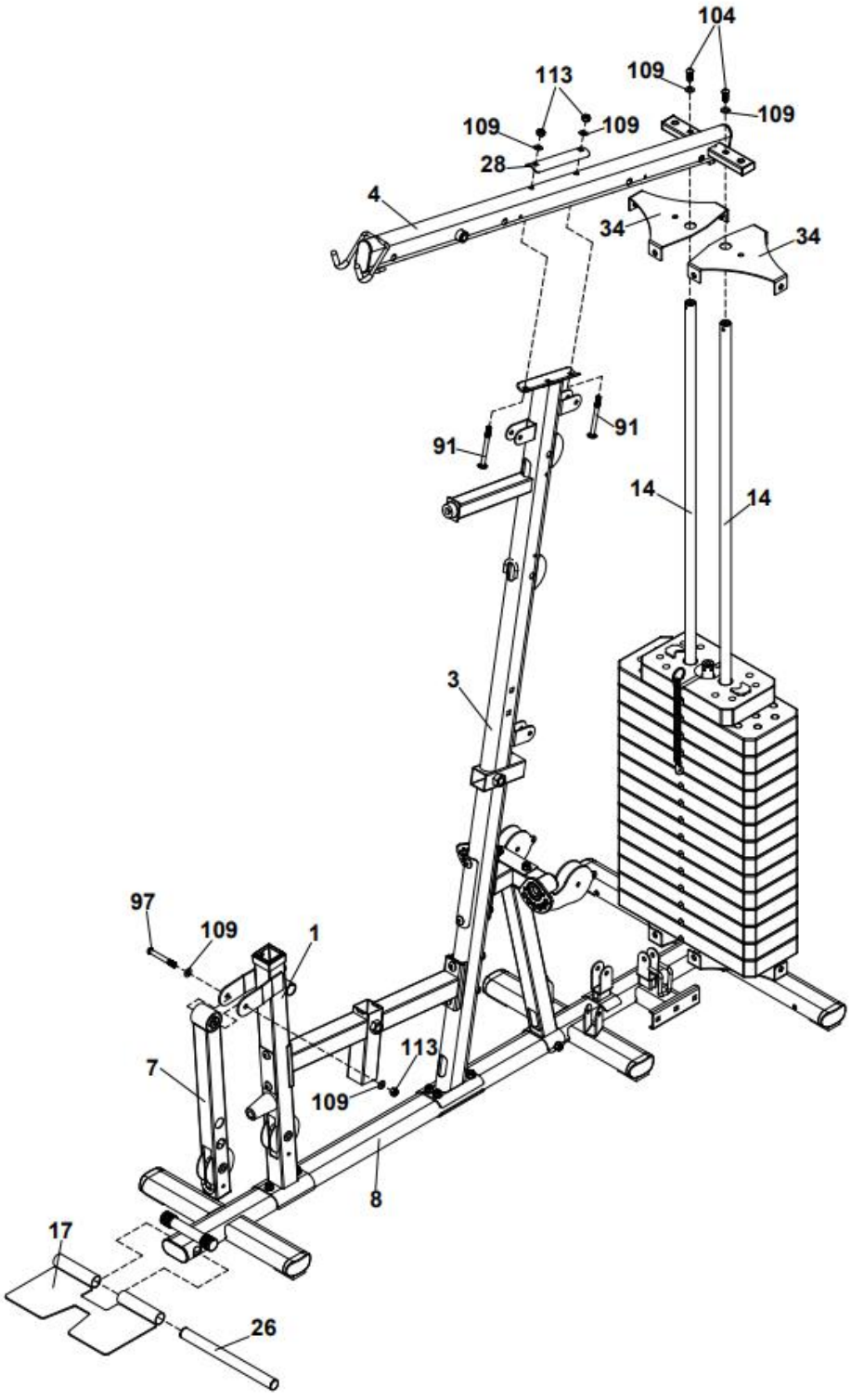
b) Στερεώστε το Άνω Πλαίσιο (4) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας ένα Τοξωτό Στήριγμα (28), δύο βίδες M10×100mm (91), δύο Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

c) Στερεώστε το Άνω Πλαίσιο (4) στο επάνω μέρος των Ράβδων Οδήγησης (14), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M10×25mm (104) και δύο Ροδέλες M10 (109).

d) Στερεώστε τον Μηχανισμό Εκτάσεων Ποδιών (7) στο Πλαίσιο Στήριξης (1), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×80mm (97), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

e) Στερεώστε την Πλατφόρμα Ποδιών (17) στο Πλαίσιο Βάσης (8), χρησιμοποιώντας μία Ράβδο Πλατφόρμας Ποδιών (26).

Μην σφίξετε ακόμα τα παξιμάδια και τις βίδες.

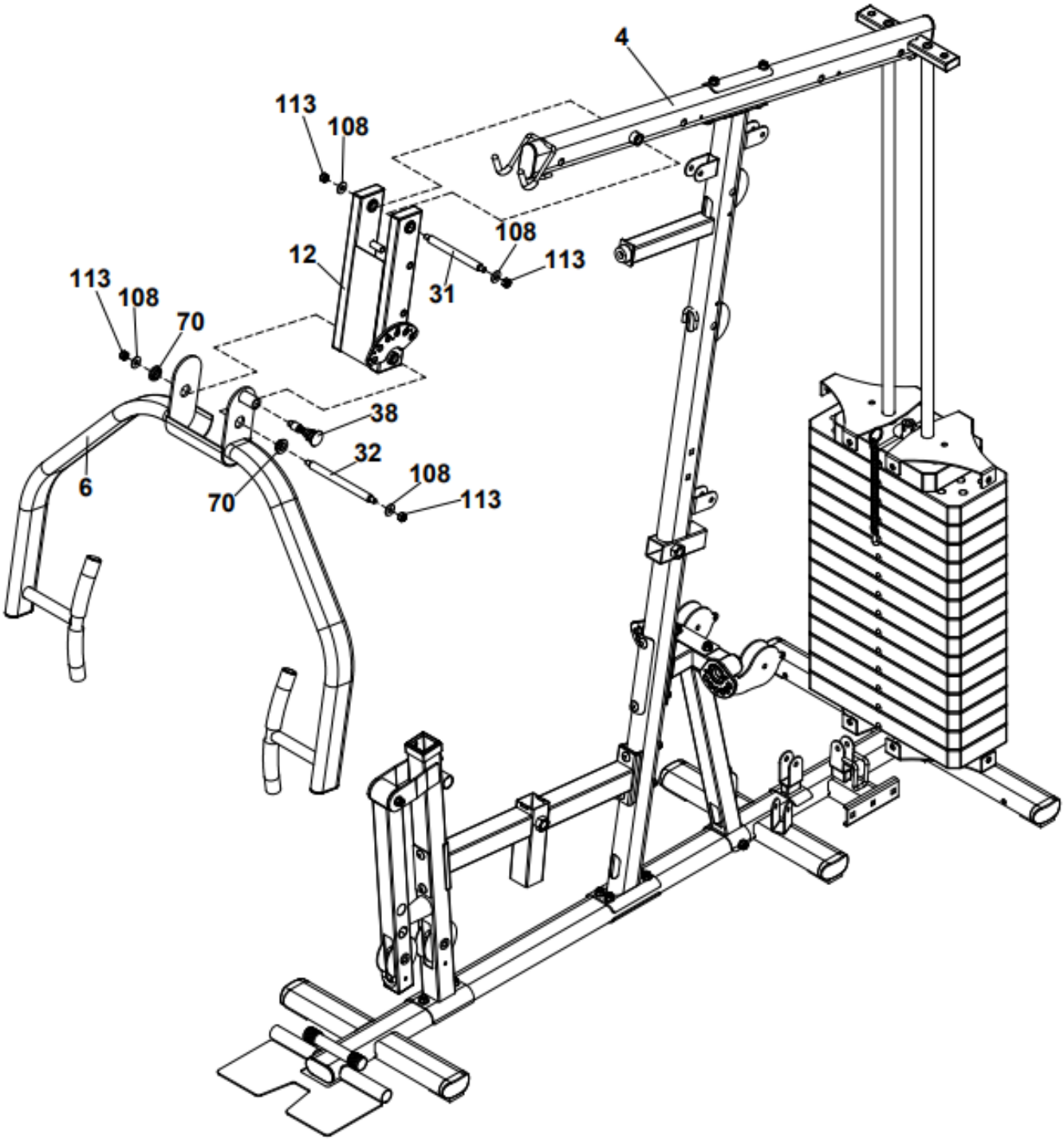


ΒΗΜΑ 5:

a) Στερεώστε τη Βάση Εμπρόσθιων Πιέσεων (12) στο Άνω Πλαίσιο (4), χρησιμοποιώντας έναν Άξονα Ø16×172×M10 (31), δύο Ροδέλες Ø25×Ø10 (108) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

b) Στερεώστε το Πλαίσιο Εμπρόσθιων Πιέσεων (6) στη Βάση Εμπρόσθιων Πιέσεων (12), χρησιμοποιώντας έναν Άξονα Ø16×198×M10 (32), δύο Ροδέλες Ø25×Ø10 (108), δύο Δακτυλίους Ø31×Ø25.7×8 (70) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

c) Περάστε τον Πείρο Τοποθέτησης (38-41) μέσα από τη μονή οπή στο Πλαίσιο Εμπρόσθιων Πιέσεων (6) και ευθυγραμμίστε τον με οποιαδήποτε από τις οπές του Ρυθμιστή Βραχιόνων.



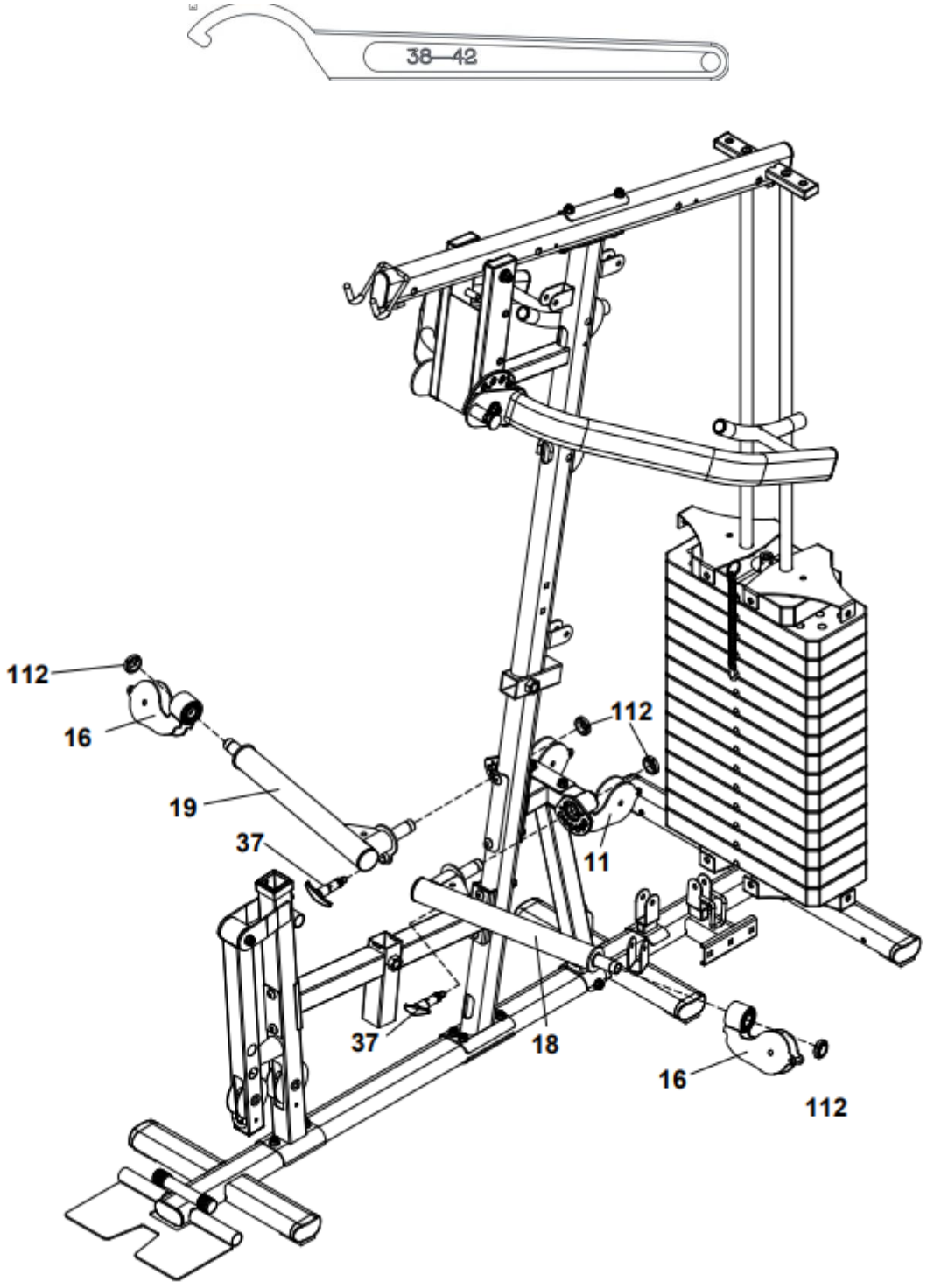
ΒΗΜΑ 6:

a) Στερεώστε τον Αριστερό Βραχίονα Cable Crossover (18) στο Στήριγμα Cable Crossover (11), χρησιμοποιώντας ένα Παξιμάδι M24 (112). Εισαγάγετε τον Πείρο σχήματος T (37) στον Αριστερό Βραχίονα Cable Crossover (18) σε οποιαδήποτε από τις οπές του Ρυθμιστή Βραχιόνων.

b) Στερεώστε τον Δεξιό Βραχίονα Cable Crossover (19) στο Στήριγμα Cable Crossover (11), χρησιμοποιώντας ένα Παξιμάδι M24 (112). Εισαγάγετε τον Πείρο σχήματος T (37) στον Δεξιό Βραχίονα Cable Crossover (19) σε οποιαδήποτε από τις οπές του Ρυθμιστή Βραχιόνων.

c) Στερεώστε δύο Στηρίγματα Τροχαλιών Cable Crossover (16) στους Αριστερό και Δεξιό Βραχίονα Cable Crossover (18 & 19), χρησιμοποιώντας δύο Παξιμάδια M24 (112).

Σημείωση: Τοποθετήστε τα Παξιμάδια M24 (112) χρησιμοποιώντας ένα ειδικό κλειδί 38–42#.



ΒΗΜΑ 7:

a) Στερεώστε το Μαξιλάρι Πλάτης (44) στο Πλαίσιο Πλάτης (9), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M8×40mm (105) και δύο Ροδέλες M8 (110).

b) Εισαγάγετε το Πλαίσιο Πλάτης (9) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας ένα Πείρο Ασφάλισης (60).

c) Στερεώστε το Μαξιλάρι Καθίσματος (45) στο Πλαίσιο Καθίσματος (10), χρησιμοποιώντας τέσσερις βίδες M8×18mm (106) και τέσσερις Ροδέλες M8 (110).

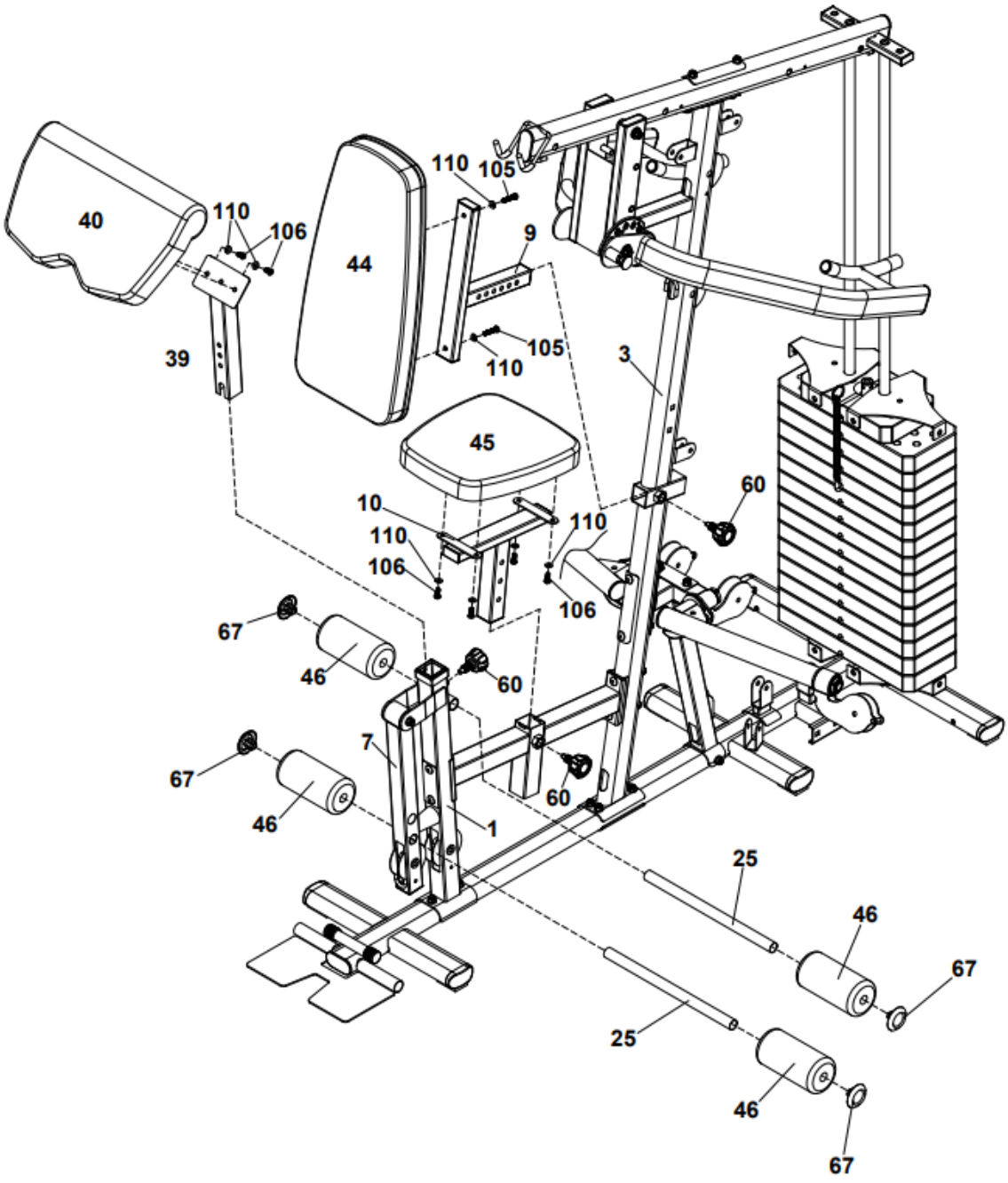
d) Εισαγάγετε το Πλαίσιο Καθίσματος (10) στο Πλαίσιο Στήριξης Καθίσματος (5), χρησιμοποιώντας ένα Πείρο Ασφάλισης (60).

e) Στερεώστε το Μαξιλάρι Δικεφάλων (Arm Curl Pad) (40) στο Πλαίσιο Μαξιλαριού Δικεφάλων (Arm Curl Frame) (39), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M8×18mm (106) και δύο Ροδέλες M8 (110).

f) Εισαγάγετε το Πλαίσιο Μαξιλαριού Δικεφάλων (39) στο Εμπρόσθιο Πλαίσιο Στήριξης (1), χρησιμοποιώντας ένα Πείρο Ασφάλισης (60).

g) Εισαγάγετε δύο Αφρώδεις Σωλήνες (25) στο Εμπρόσθιο Πλαίσιο Στήριξης (1) και στον Μηχανισμό Εκτάσεων Ποδιών (7).

h) Περάστε τέσσερις Αφρώδεις Σωλήνες (46) πάνω στις δύο Ράβδους για Αφρώδεις Σωλήνες (25) και στη συνέχεια τοποθετήστε τέσσερα Τάπες Άκρων Ρολών για Αφρώδεις Σωλήνες (67).



ΒΗΜΑ 8:

Συναρμολόγηση του Άνω Συρματόσχοινου (51)

a) Με το Άνω Συρματόσχοινο (51) μέσα στην αυλάκωση της Μεγάλης Τροχαλίας (63), περάστε το Άνω Συρματόσχοινο (51) μέσα από το Άνω Πλαίσιο (4).

b) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.1 (63) στο Άνω Πλαίσιο (4), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×60mm (100), δύο Δακτυλίους Τροχαλίας (68), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

c) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.2 (63) στο Άνω Πλαίσιο (4), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×60mm (100), δύο Δακτυλίους Τροχαλίας (68), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

d) Τοποθετήστε τις Μεγάλες Τροχαλίες No.3 & 5 (63) στη Βάση Εμπρόσθιων Πιέσεων (12), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M10×155mm (95), τέσσερις Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

e) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.4 (63) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

f) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.6 (63) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×60mm (100), δύο Δακτυλίους Τροχαλίας (68), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

g) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.7 (63) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

h) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.8 (63) στο Διπλό Στήριγμα Τροχαλίας (24), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

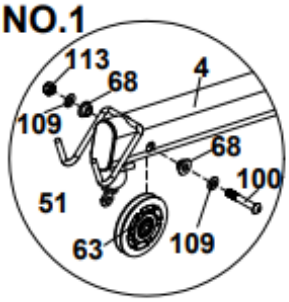
i) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.9 (63) στο Άνω Πλαίσιο (4), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×60mm (100), δύο Δακτυλίους Τροχαλίας (68), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

j) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.10 (63) στα Ρυθμιζόμενα Στηρίγματα Τροχαλίας (29), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

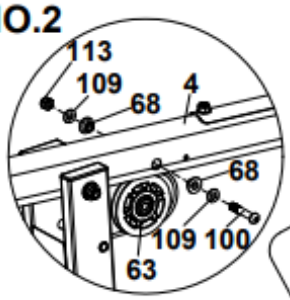
k) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.11 (63) στο Άνω Πλαίσιο (4), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×60mm (100), δύο Δακτυλίους Τροχαλίας (68), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

l) Στερεώστε το άκρο με βίδα του Άνω Συρματόσχοινου (51) στη Ράβδο Επιλογής (13).

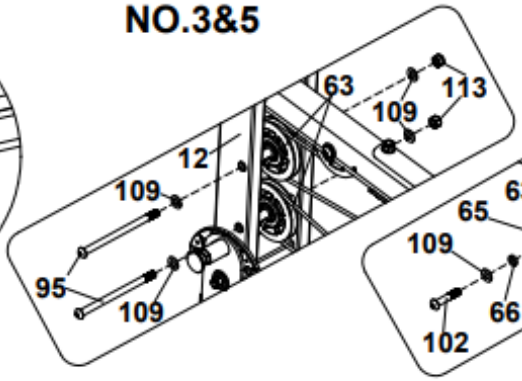
NO.1



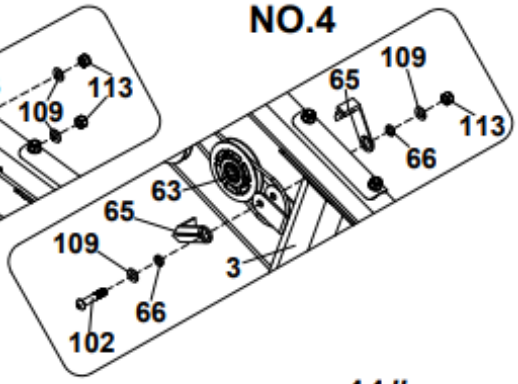
NO.2



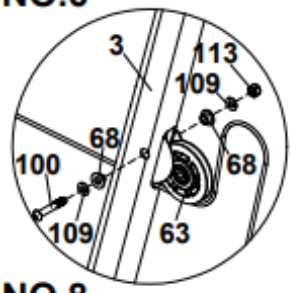
NO.3&5



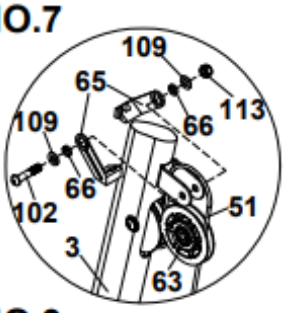
NO.4



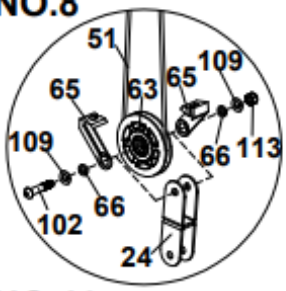
NO.6



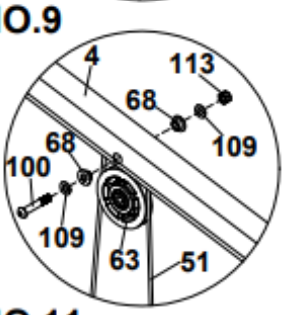
NO.7



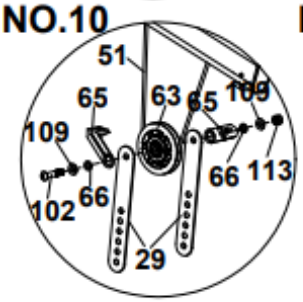
NO.8



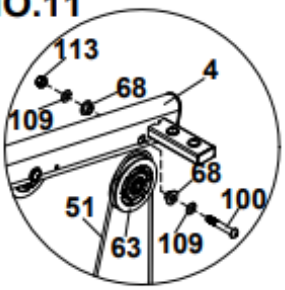
NO.9

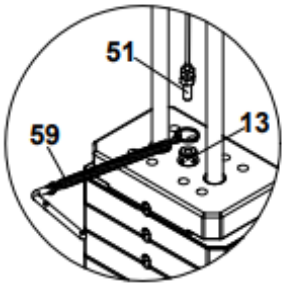


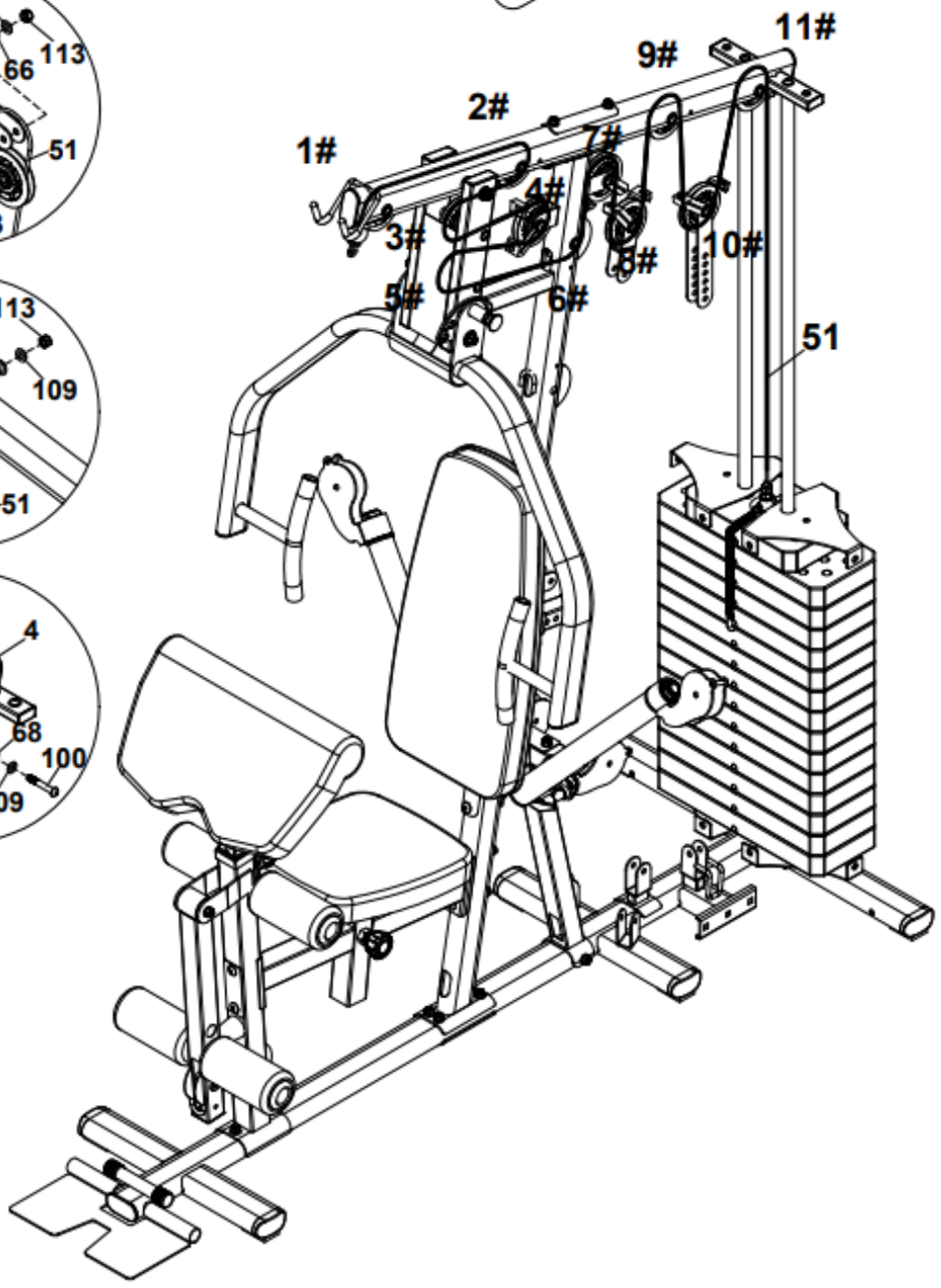
NO.10



NO.11







ΒΗΜΑ 9:

Συναρμολόγηση του Συρματόσχοινου Ώμων (52)

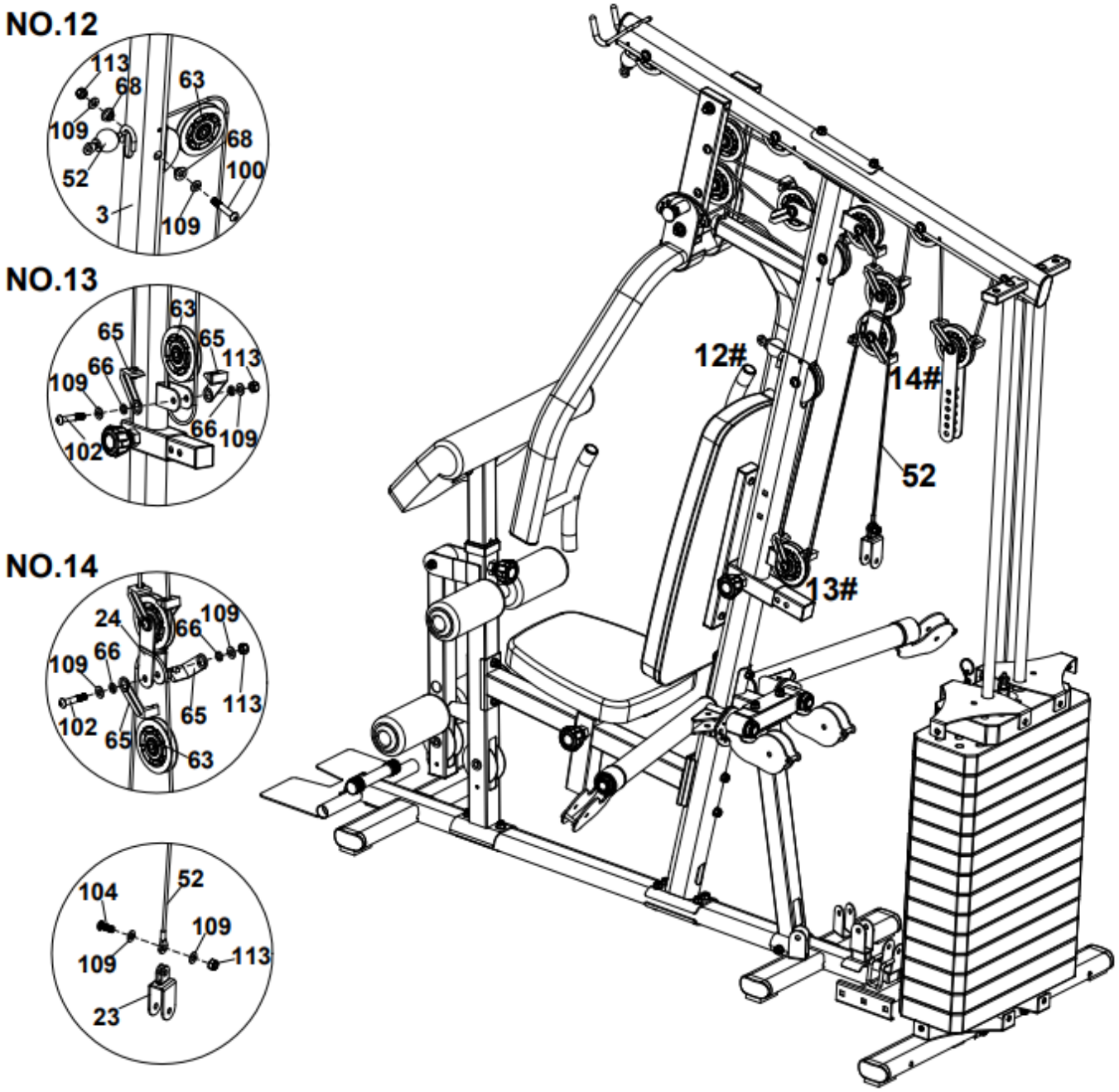
a) Με το Συρματόσχοινο Ώμων (52) μέσα στην αυλάκωση της Μεγάλης Τροχαλίας (63), περάστε το Συρματόσχοινο Ώμων (52) μέσα από το Πλαίσιο Στήριξης (3).

b) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.12 (63) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×60mm (100), δύο Δακτυλίους Τροχαλίας (68), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

c) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.13 (63) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

d) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.14 (63) στο Διπλό Στήριγμα Τροχαλίας (24), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

e) Στερεώστε το Στήριγμα Μονής Τροχαλίας (23) στο άκρο του Συρματόσχοινου Ώμων (52), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×25mm (104), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).



ΒΗΜΑ 10:

Συναρμολόγηση του Συρματόσχοινου Crossover (53)

a) Περάστε το άκρο του Συρματόσχοινου Crossover (53) μέσα από τους Αριστερούς & Δεξιούς Βραχίονες Cable Crossover (18 & 19) και το Στήριγμα Cable Crossover (11).

b) Στερεώστε το Συρματόσχοινο Σχήματος U (55) στο σφαιρικό άκρο του Συρματόσχοινου Crossover (53).

c) Στερεώστε ένα Καραμπίνερ (58) στο Συρματόσχοινο Σχήματος U (55), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×35mm (103), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Αυτοασφαλιζόμενο Παξιμάδι M10 (113).

d) Τοποθετήστε τη Μεσαία Τροχαλία No.15 (62) στο Στήριγμα Τροχαλίας Cable Crossover (16), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

e) Τοποθετήστε τη Μικρή Τροχαλία No.16 (61) στον Αριστερό Βραχίονα Cable Crossover (18), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

f) Τοποθετήστε τη Μεσαία Τροχαλία No.17 (62) στο Στήριγμα Cable Crossover (11), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

g) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.18 (63) στο Πλαίσιο Βάσης (8), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

h) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.19 (63) στο Στήριγμα Μονής Τροχαλίας (23), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

i) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.20 (63) στο Πλαίσιο Βάσης (8), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

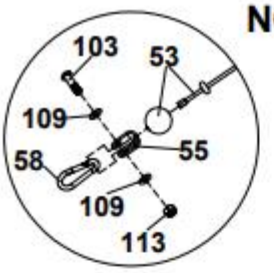
j) Τοποθετήστε τη Μεσαία Τροχαλία No.21 (62) στο Στήριγμα Cable Crossover (11), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

k) Τοποθετήστε τη Μικρή Τροχαλία No.22 (61) στον Δεξιό Βραχίονα Cable Crossover (19), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

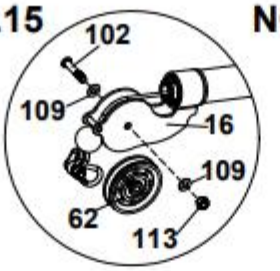
l) Τοποθετήστε τη Μεσαία Τροχαλία No.23 (62) στο Στήριγμα Τροχαλίας Cable Crossover (16), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

m) Στερεώστε δύο Συρματόσχοινα Σχήματος U (55) στο σφαιρικό άκρο του Συρματόσχοινου Crossover (53).

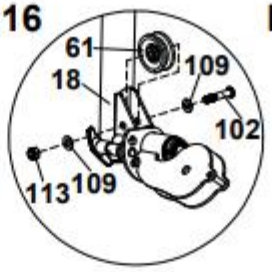
n) Στερεώστε δύο Καραμπίνερ (58) στα Συρματόσχοινα Σχήματος U (55), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M10×35mm (103), τέσσερις Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).



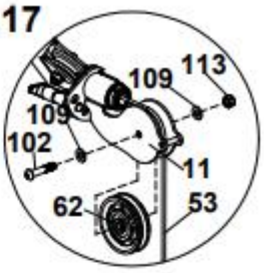
NO.15



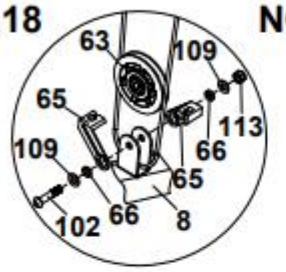
NO.16



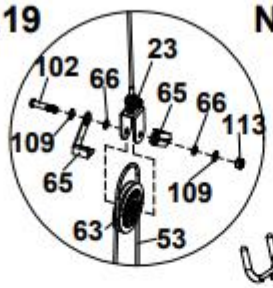
NO.17



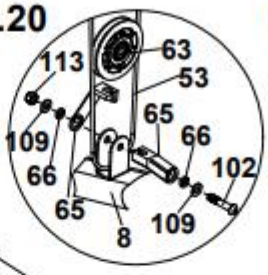
NO.18



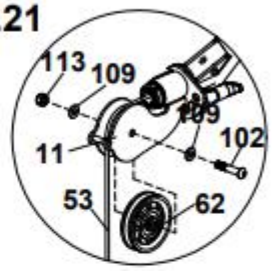
NO.19



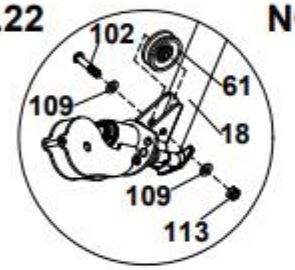
NO.20



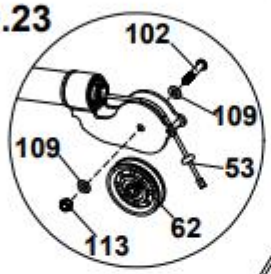
NO.21

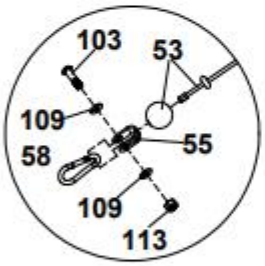


NO.22



NO.23





ΒΗΜΑ 11:

Συναρμολόγηση του Κάτω Συρματόσχοινου (54)

a) Τοποθετήστε το Κάτω Συρματόσχοινο (54) μέσα στην αυλάκωση της Μεγάλης Τροχαλίας (63) μέσω του Μηχανισμού Εκτάσεων Ποδιών (7).

b) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.24 (63) στον Μηχανισμό Εκτάσεων Ποδιών (7), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×65mm (99), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

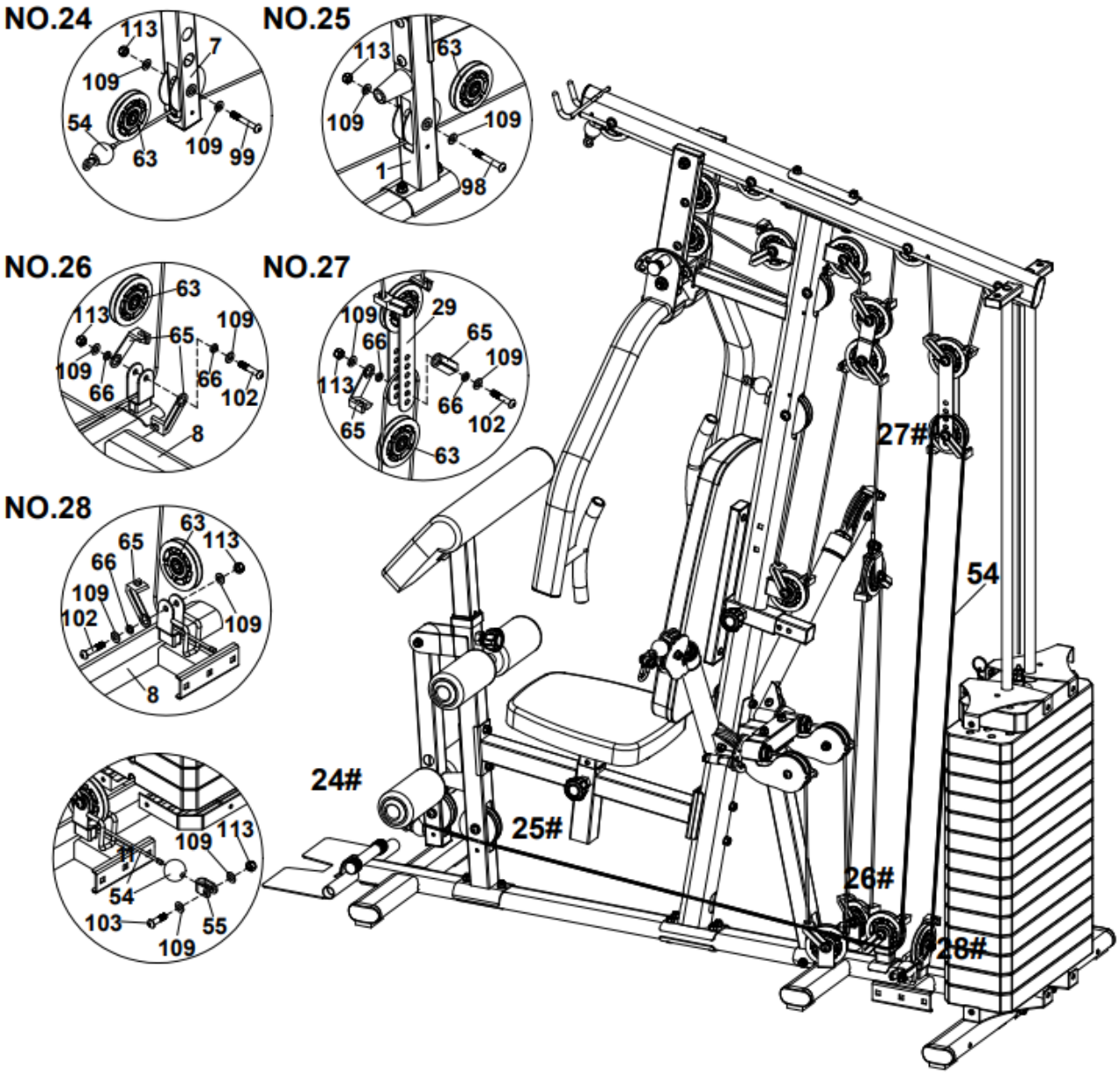
c) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.25 (63) στο Εμπρόσθιο Πλαίσιο Στήριξης (1), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×70mm (98), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

d) ΙΤοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.26 (63) στο Πλαίσιο Βάσης (8), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

e) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.27 (63) στα Ρυθμιζόμενα Στηρίγματα Τροχαλίας (29), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), δύο Συγκρατητήρες Συρματόσχοινου (65), δύο Δακτυλίους Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

f) Τοποθετήστε τη Μεγάλη Τροχαλία No.28 (63) στο Πλαίσιο Βάσης (8), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×50mm (102), έναν Συγκρατητήρα Συρματόσχοινου (65), έναν Δακτύλιο Συγκράτησης Συρματόσχοινου (66), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).

g) Στερεώστε ένα Συρματόσχοινο Σχήματος U (55) στο σφαιρικό άκρο του Κάτω Συρματόσχοινου (54), χρησιμοποιώντας μία βίδα M10×35mm (103), δύο Ροδέλες M10 (109) και ένα Παξιμάδι M10 (113).



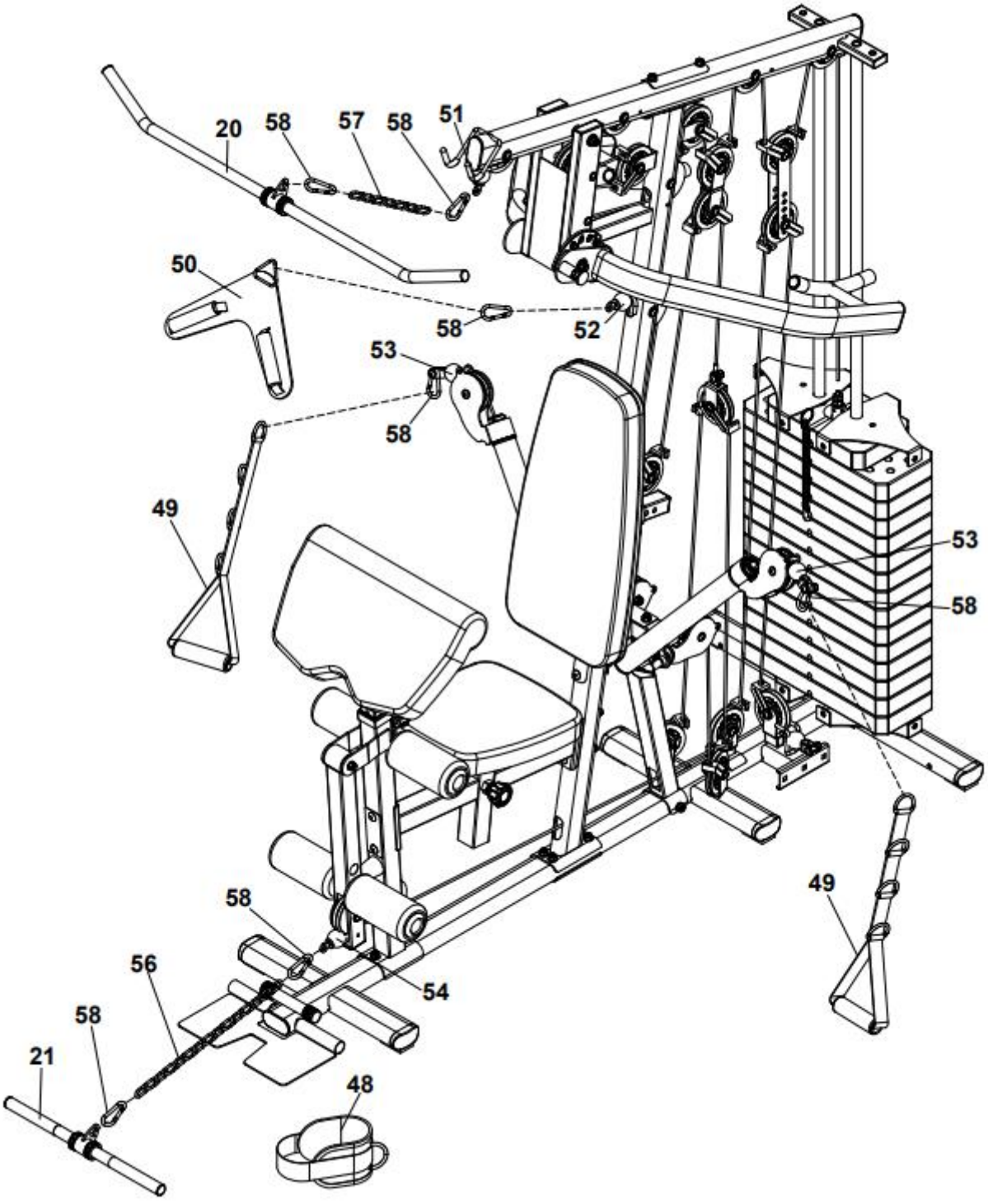
ΒΗΜΑ 12:

a) Στερεώστε τη Λαβή Πλάτης (20) στο άλλο άκρο του Άνω Συρματόσχοινου (51), χρησιμοποιώντας δύο Καραμπίνερ (58) και μία Αλυσίδα 7 Συνδέσμων (57).

b) Στερεώστε τη Κάτω Μπάρα (21) ή τον Ιμάντα Αστραγάλου (48) στο άλλο άκρο του Κάτω Συρματόσχοινου (54), χρησιμοποιώντας δύο Καραμπίνερ (58) και μία Αλυσίδα 15 Συνδέσμων (56).

c) Στερεώστε τον Ιμάντα Κοιλιακών (50) στο άλλο άκρο του Συρματόσχοινου Ώμων (52), χρησιμοποιώντας ένα Καραμπίνερ (58).

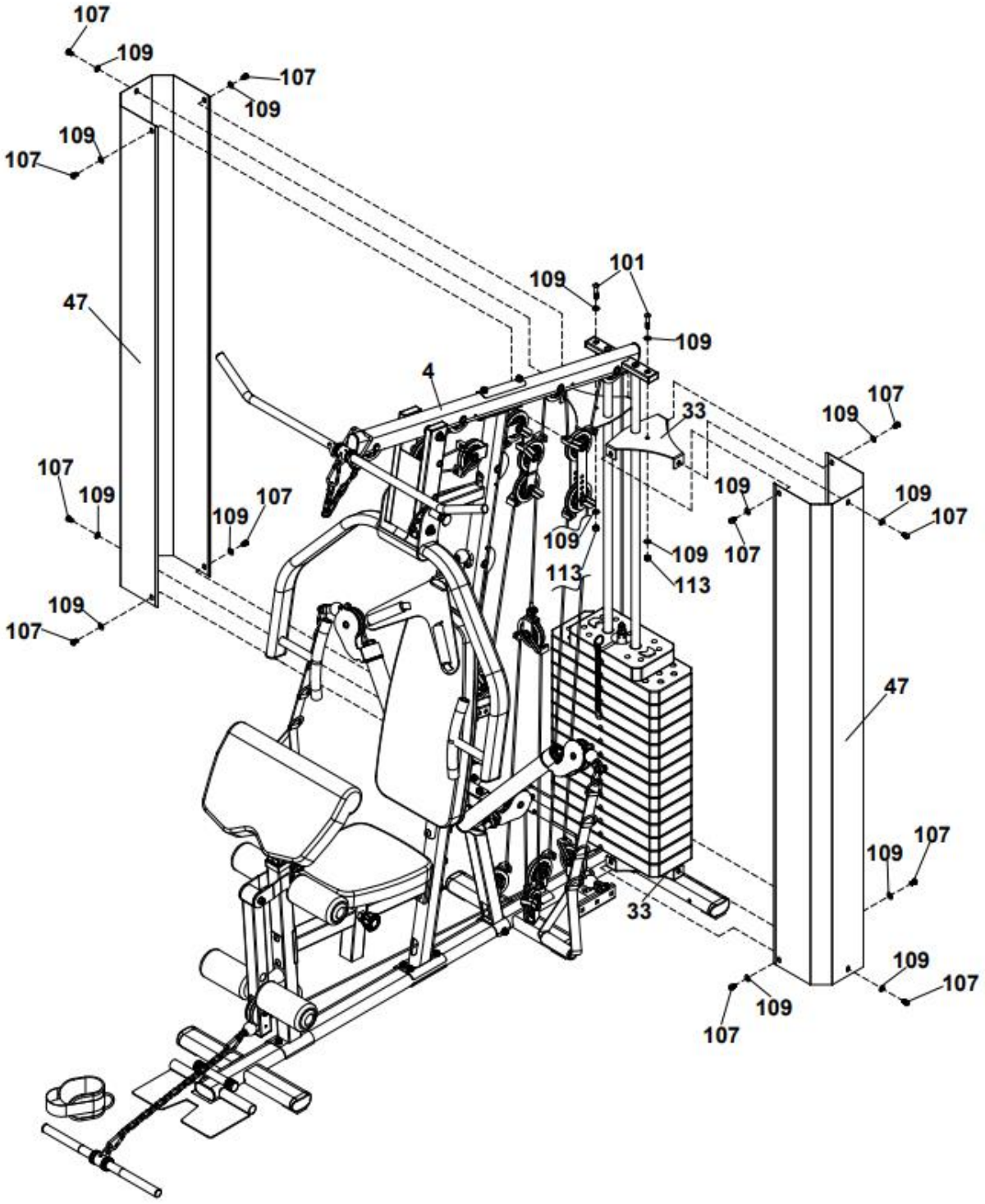
d) Στερεώστε δύο Λαβές Ιμάντες (49) και στα δύο άκρα του Συρματόσχοινου Crossover (53), χρησιμοποιώντας δύο Καραμπίνερ (58).



ΒΗΜΑ 13:

a) Στερεώστε τα δύο στηρίγματα καλύμματος βαρών (33) στο Άνω Πλαίσιο (4), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M10×45mm (101), τέσσερις Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

b) Στερεώστε τα Καλύμματα Βαρών (47) στα στηρίγματα καλύμματος βαρών (33), χρησιμοποιώντας δώδεκα βίδες M10×16mm (107) και δώδεκα Ροδέλες M10 (109).

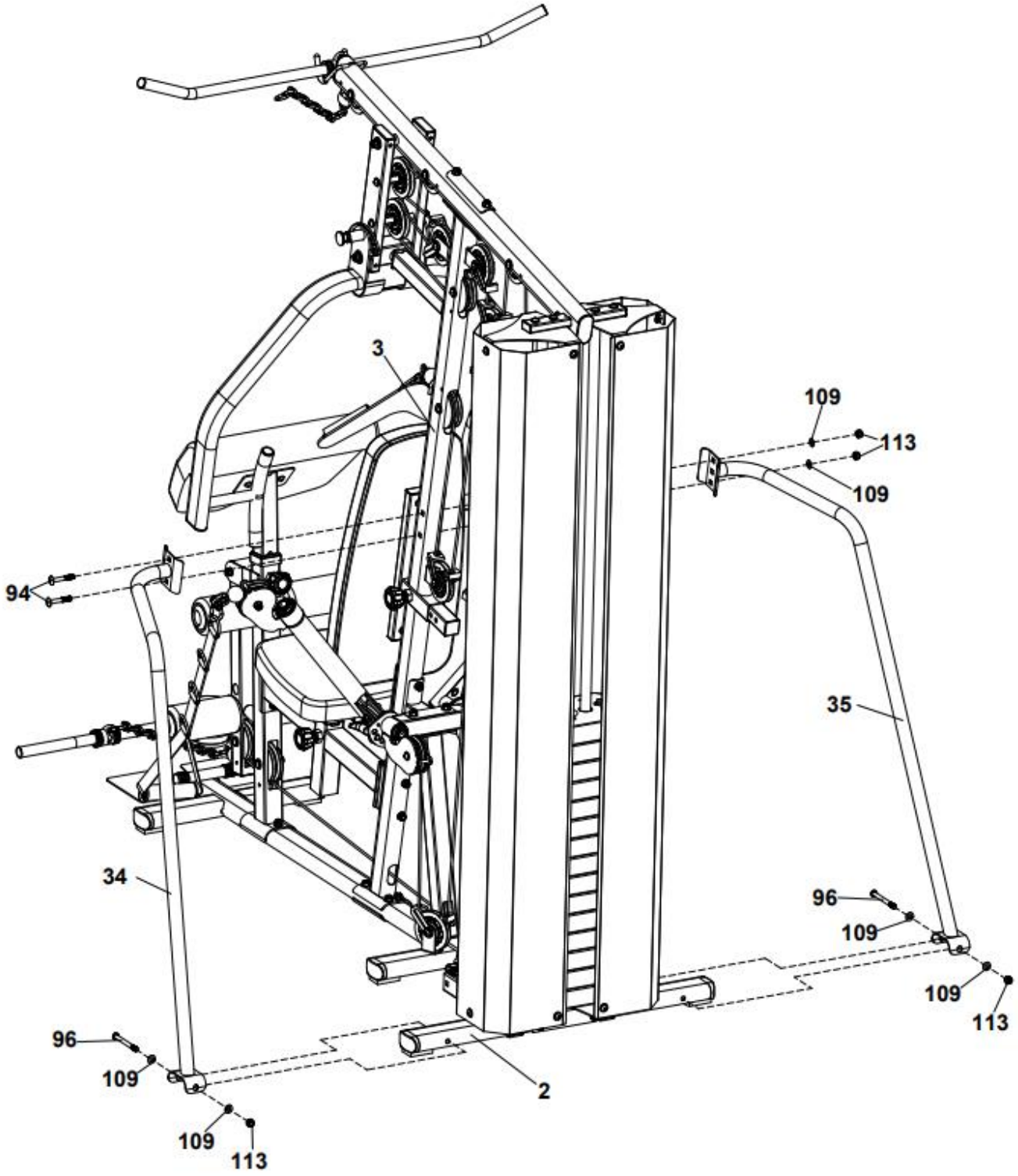


ΒΗΜΑ 14:

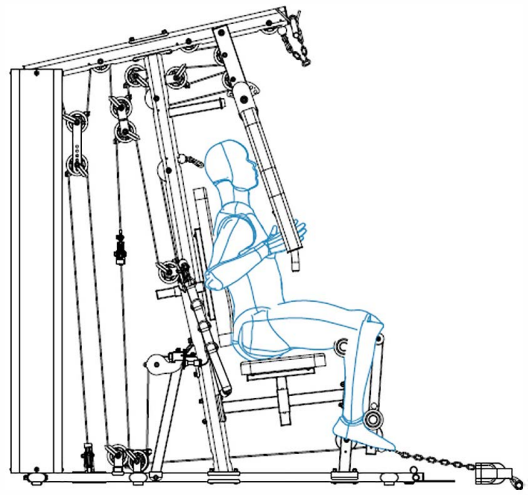
a) Στερεώστε το Αριστερό Πλαίσιο (34) και το Δεξιό Πλαίσιο (35) στο Πλαίσιο Στήριξης (3), χρησιμοποιώντας δύο βίδες λαιμό M10×60mm (94), δύο Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

b) Στερεώστε το Αριστερό Πλαίσιο (34) και το Δεξιό Πλαίσιο (35) στον Πίσω Σταθεροποιητή (2), χρησιμοποιώντας δύο βίδες M10×100mm (96), τέσσερις Ροδέλες M10 (109) και δύο Παξιμάδια M10 (113).

Σημείωση: Τώρα που ολοκληρώθηκε η συναρμολόγηση, βεβαιωθείτε ότι όλα τα παξιμάδια και οι βίδες είναι σφιγμένα πριν χρησιμοποιήσετε το μηχάνημα.



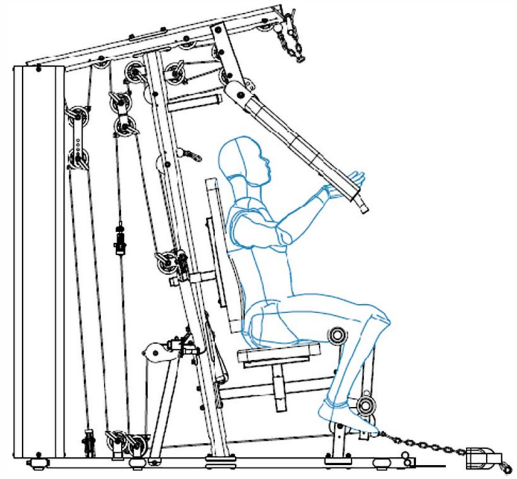
ΚΑΘΙΣΤΕΣ ΠΙΕΣΕΙΣ ΣΤΗΘΟΥΣ



FLAT BENCH PRESS

1. Επιλέξτε ένα βάρος με το οποίο αισθάνεστε άνετα.
2. Ρυθμίστε το μαξιλάρι πλάτης στην όρθια θέση όπως φαίνεται στη φωτογραφία.
3. Ρυθμίστε τη λαβή της μπάρας πιέσεων χρησιμοποιώντας τον πείρο ρύθμισης του βραχίονα πίεσης και την οπή ρύθμισης στο επάνω μέρος της μπάρας πιέσεων.
4. Τοποθετήστε τις οριζόντιες λαβές της μπάρας πιέσεων στο ύψος του μέσου του στήθους, ανεβάζοντας ή κατεβάζοντας το μαξιλάρι καθίσματος.
5. Διατηρώντας την πλάτη σας σταθερά πάνω στο μαξιλάρι πλάτης, σπρώξτε τη μπάρας πιέσεων μακριά από το σώμα σας μέχρι πλήρη έκταση.
6. Επιστρέψτε αργά και ελεγχόμενα στην αρχική θέση και ολοκληρώστε ένα πλήρες σετ επαναλήψεων.

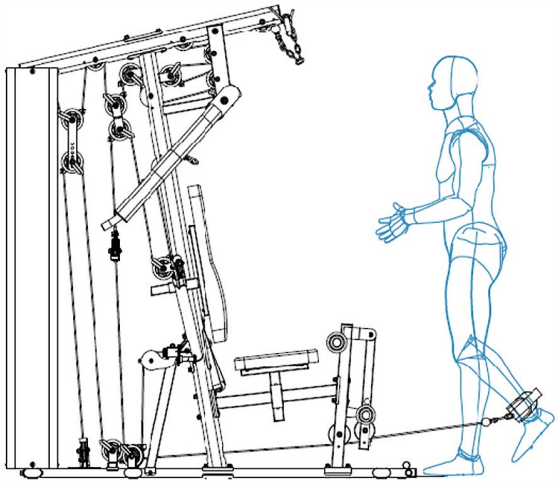
ΕΠΙΚΛΙΝΕΙΣ ΠΙΕΣΕΙΣ



INCLINE BENCH PRESS

1. Επιλέξτε ένα βάρος με το οποίο αισθάνεστε άνετα.
2. Ρυθμίστε το μαξιλάρι πλάτης στην όρθια θέση όπως φαίνεται στη φωτογραφία.
3. Ρυθμίστε τη λαβή της μπάρας πιέσεων χρησιμοποιώντας τον πείρο ρύθμισης του βραχίονα πίεσης και την οπή ρύθμισης στο επάνω μέρος της μπάρας πιέσεων.
4. Τοποθετήστε τις οριζόντιες λαβές της μπάρας πιέσεων στο ύψος του άνω μέρους του στήθους, ανεβάζοντας ή κατεβάζοντας το μαξιλάρι καθίσματος.
5. Διατηρώντας την πλάτη σας σταθερά πάνω στο μαξιλάρι πλάτης, σπρώξτε τη μπάρα πιέσεων μακριά από το σώμα σας μέχρι πλήρη έκταση.
6. Επιστρέψτε αργά και ελεγχόμενα στην αρχική θέση και ολοκληρώστε ένα πλήρες σετ επαναλήψεων.

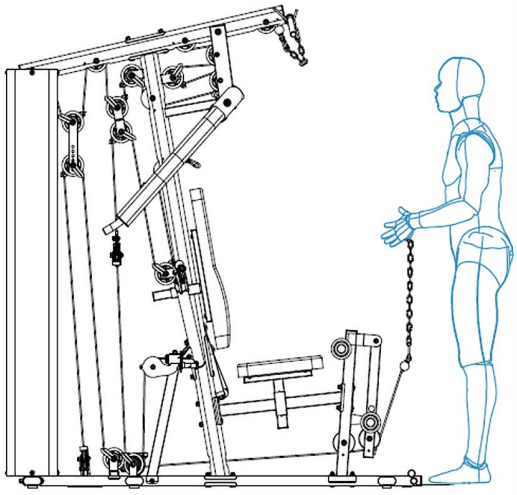
ΕΚΤΑΣΕΙΣ ΓΛΟΥΤΙΑΙΩΝ



STANDING LEG CURL

1. Επιλέξτε ένα βάρος με το οποίο αισθάνεστε άνετα.
2. Φέρτε το πίσω μαξιλάρι καθίσματος 1–2 θέσεις προς τα εμπρός και χρησιμοποιήστε το για στήριξη του άνω κορμού σας.
3. Σταθείτε μπροστά από το μαξιλάρι καθίσματος, με πρόσωπο προς το μηχάνημα.
4. Ρυθμίστε το κάτω μαξιλάρι καθίσματος ώστε να βρίσκεται λίγο πάνω από τα γόνατά σας.
5. Τοποθετήστε το πίσω μέρος των αστραγάλων σας έτσι ώστε να ακουμπά στα αφρώδη ρολά.
6. Σηκώστε αργά το ένα πόδι, κάμπτοντας την άρθρωση του γονάτου και φέρνοντας το πόδι προς τα πάνω όσο το δυνατόν περισσότερο.
7. Επιστρέψτε αργά και ελεγχόμενα στην αρχική θέση και ολοκληρώστε ένα πλήρες σετ επαναλήψεων. Επαναλάβετε την άσκηση με το άλλο πόδι.

ΚΑΜΨΕΙΣ ΔΙΚΕΦΑΛΩΝ ΣΕ ΟΡΘΙΑ ΘΕΣΗ

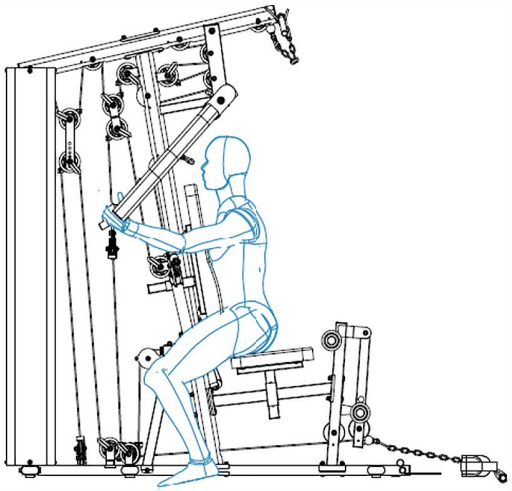


STANDING BICEPS CURL

1. Επιλέξτε ένα βάρος με το οποίο αισθάνεστε άνετα.
2. Στερεώστε την ίσια μπάρα στην κάτω τροχαλία χρησιμοποιώντας ένα σφιγκτήρα ελατηρίου.
3. Σταθείτε με την πλάτη προς το μηχάνημα.
4. Πιάστε την ίσια μπάρα με τις παλάμες προς τα κάτω και περάστε το συρματόσχοινο ανάμεσα στα πόδια σας.
5. Με τα χέρια ελαφρώς λυγισμένα, σηκώστε τη μπάρα μέχρι το ύψος του στήθους.
6. Επιστρέψτε αργά και ελεγχόμενα στην αρχική θέση και επαναλάβετε την άσκηση.

Σημείωση: Αν τα βάρη φτάνουν στο πάνω μέρος κατά τη διάρκεια της άσκησης, προσθέστε την παρεχόμενη αλυσίδα μεταξύ της ίσιας μπάρας και της κάτω τροχαλίας ώστε να αυξήσετε την αρχική θέση της άσκησης.

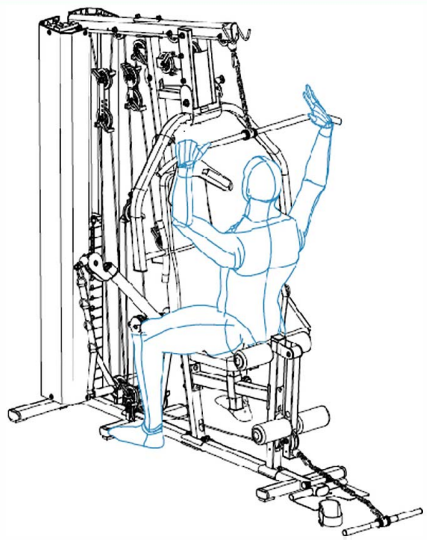
ΚΑΘΙΣΤΕΣ ΕΛΞΕΙΣ ΚΩΠΗΛΑΤΙΚΗΣ



SEATED PRESS BAR ROW

1. Επιλέξτε ένα βάρος με το οποίο αισθάνεστε άνετα.
2. Ρυθμίστε τη μπάρα πιέσεων χρησιμοποιώντας τον πείρο ρύθμισης του βραχίονα πίεσης και την οπή ρύθμισης στο επάνω μέρος της μπάρας πιέσεων.
3. Τοποθετήστε τη μπάρα πιέσεων σε απόσταση ίση με το μήκος των χεριών από το σώμα σας.
4. Καθίστε, με πρόσωπο προς το μηχάνημα. Τεντώστε τα χέρια σας πλήρως προς τα εμπρός και πιάστε τις κάτω λαβές της μπάρας πιέσεων.
5. Τραβήξτε τη μπάρα πιέσεων προς το στήθος σας.
6. Επιστρέψτε αργά και ελεγχόμενα στην αρχική θέση και ολοκληρώστε ένα πλήρες σετ επαναλήψεων.

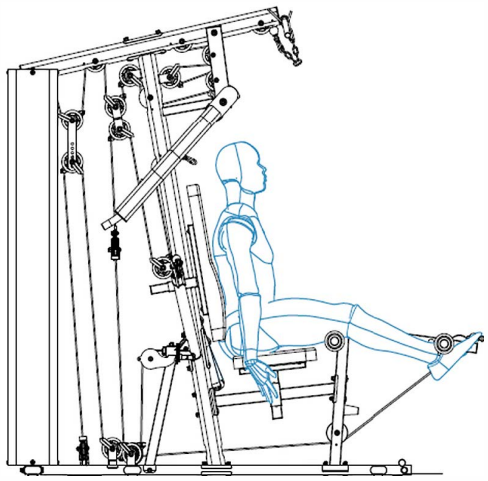
ΕΛΞΕΙΣ ΠΛΑΤΗΣ



LAT PULL-DOWN

1. Επιλέξτε ένα βάρος με το οποίο αισθάνεστε άνετα.
2. Τοποθετήστε τη μπάρα πιέσεων όσο το δυνατόν πιο μακριά από το σώμα σας ώστε να μην εμποδίζει την κίνηση της άσκησης.
3. Ρυθμίστε το μαξιλάρι καθίσματος στην πιο χαμηλή θέση.
4. Στερεώστε τη λαβή τρικεφάλων/πλάτης στην επάνω τροχαλία χρησιμοποιώντας ένα σφιγκτήρα ελατηρίου.
5. Καθίστε, με πρόσωπο προς το μηχάνημα.
6. Πιάστε τη λαβή πλάτης από τα άκρα.
7. Τραβήξτε τη λαβή προς το άνω μέρος του στήθους σας.
8. Επιστρέψτε αργά και ελεγχόμενα στην αρχική θέση και ολοκληρώστε ένα πλήρες σετ επαναλήψεων.

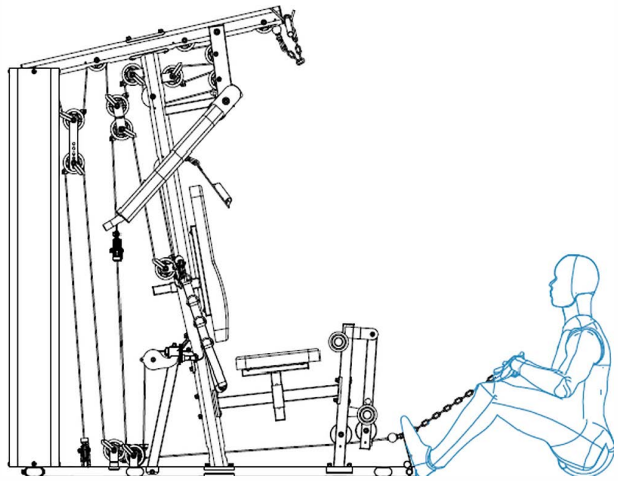
ΚΑΘΙΣΤΕΣ ΕΚΤΑΣΕΙΣ ΠΟΔΙΩΝ



SEATED LEG EXTENSION

1. Επιλέξτε ένα βάρος με το οποίο αισθάνεστε άνετα.
2. Τοποθετήστε τη μπάρα πιέσεων όσο το δυνατόν πιο μακριά από το σώμα σας ώστε να μην εμποδίζει την κίνηση της άσκησης.
3. Ρυθμίστε το ύψος του μαξιλαριού καθίσματος έτσι ώστε τα αφρώδη αστραγάλων να βρίσκονται στο σημείο όπου τα πέλματά σας συναντούν τα κάτω άκρα.
4. Τοποθετήστε το πίσω μέρος των γονάτων σας πάνω από την στρογγυλεμένη άκρη του μαξιλαριού καθίσματος.
5. Εκτείνετε τα πόδια σας προς τα εμπρός, κάμπτοντας από την άρθρωση του γονάτου, μέχρι την πλήρη έκταση.
6. Επιστρέψτε αργά και ελεγχόμενα στην αρχική θέση και ολοκληρώστε ένα πλήρες σετ επαναλήψεων.

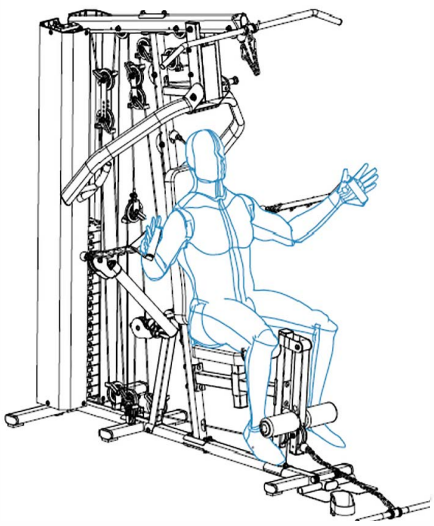
ΧΑΜΗΛΗ ΚΩΠΗΛΑΤΙΚΗ ΤΡΟΧΑΛΙΑΣ



SEATED PULLEY ROW

1. Επιλέξτε ένα βάρος με το οποίο αισθάνεστε άνετα.
2. Στερεώστε την ίσια μπάρα στην κάτω τροχαλία χρησιμοποιώντας ένα σφιγκτήρα ελατηρίου.
3. Καθίστε με πρόσωπο προς την κάτω τροχαλία, στηρίζοντας τα πέλματά σας στην αναδιπλούμενη πλατφόρμα κωπηλατικής.
4. Πιάστε την ίσια μπάρα με τις παλάμες προς τα πάνω ή προς τα κάτω.
5. Τραβήξτε τη μπάρα προς το μέσο της κοιλιακής σας χώρας.
6. Επιστρέψτε αργά και ελεγχόμενα στην αρχική θέση και ολοκληρώστε ένα πλήρες σετ επαναλήψεων.

ΕΚΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΘΟΥΣ



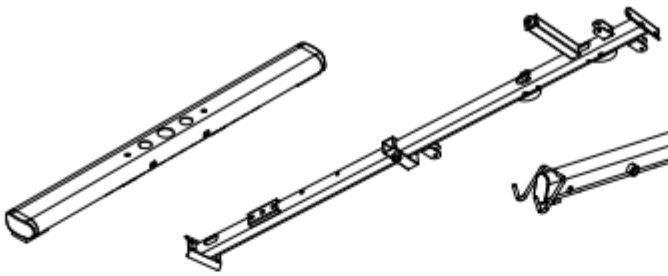
CHEST CABLE CROSS

1. Επιλέξτε ένα βάρος με το οποίο αισθάνεστε άνετα.
2. Τοποθετήστε τη μπάρα πιέσεων όσο το δυνατόν πιο μακριά από το σώμα σας ώστε να μην εμποδίζει την κίνηση της άσκησης.
3. Ρυθμίστε το μαξιλάρι καθίσματος έτσι ώστε οι λαβές των βραχιόνων εκτάσεων στήθους (pec fly) να βρίσκονται στο ύψος του στήθους.
4. Τεντώστε τα χέρια σας και πιάστε τις λαβές των βραχιόνων pec fly.
5. Περιστρέψτε τους βραχίονες pec fly προς τα εμπρός, ενεργοποιώντας το στήθος, μέχρι οι λαβές να συναντηθούν περίπου 16” μπροστά από το στήθος σας. Είναι σημαντικό να διατηρείτε τους αγκώνες ελαφρώς λυγισμένους καθ’ όλη τη διάρκεια της άσκησης.
6. Επιστρέψτε αργά και ελεγχόμενα στην αρχική θέση και ολοκληρώστε ένα πλήρες σετ επαναλήψεων.

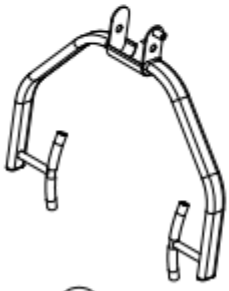
Λίστα Μερών



①×1



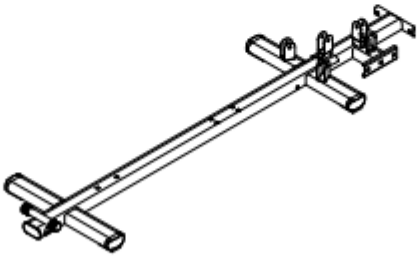
②×1 ③×1 ④×1 ⑤×1



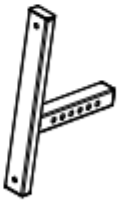
⑥×1



⑦×1



⑧×1



⑨×1



⑩×1



⑪×1



⑫×1



⑬×1



⑭×2



⑮×1



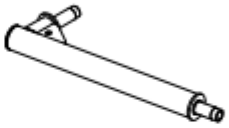
⑯×2



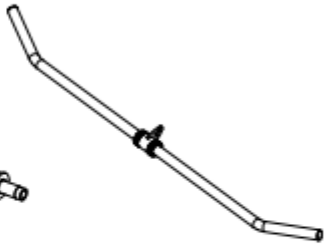
⑰×1



⑱×1



⑲×1



⑳×1



㉑×1



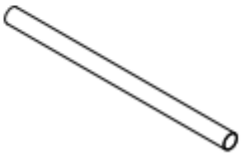
㉒×2



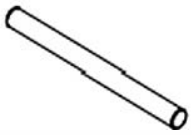
㉓×1



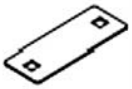
㉔×2



㉕×2



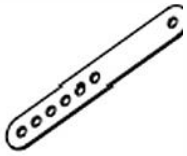
㉖×1



㉗×3



㉘×3



㉙×2



㉚×



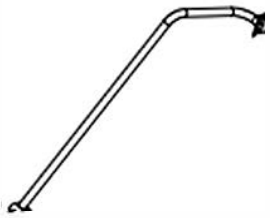
㉛×1



㉜×1



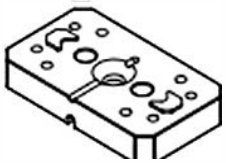
㉝×4



㉞×



㉟×



㊱×1



㊲×2



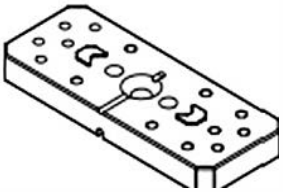
㊳×1



㊴×



㊵×1



㊶×14



㊷×2



㊸×1



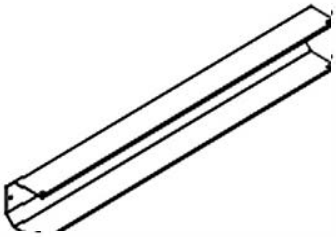
㊹×1



㊺×



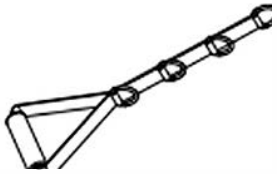
㊻×4



㊼×2



㊽×1



㊾×2



㊿×



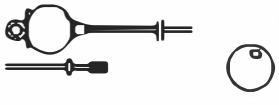
(51)×1



(52)×1



(53)×1



(54)×



55×3



56×1



57×1



58×7



59×1



60×3



61×2



62×2



63×23



64×2



65×23



66×23



67×4



68×12



69×8



70×2



71×4



72×2



73×4



74×1



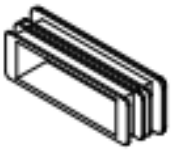
75×1



76×2



77×6



78×4



79×2



80×4



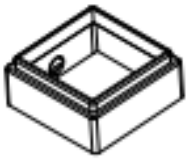
81×2



82×3



83×2



84×1



85×2



86×1



87×1



88×10



89×8



90×1



91×8



92×2



93×2



94×8



95×2



96×3



97×1



98×1



99×1



100×6



101×2



102×18



103×4



104×5



105×2



106×6



107×12



108×4



109×114



110×8



111×2



112×4



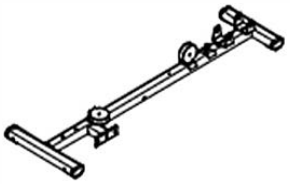
113×62



114×4



115×7



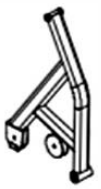
116×1



117×1



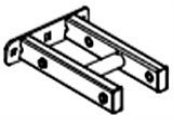
118×1



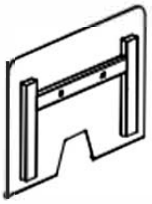
119×1



120×1



121×1



122×1



123×1



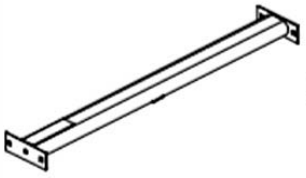
124×1



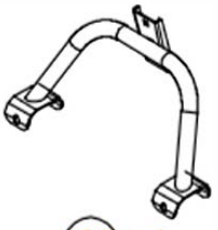
125×1



126×1



127×1



128×1



129×2



130×1



131×1



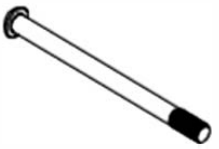
132×1



133×2



134×4



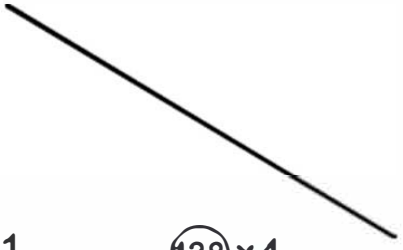
135×2



136×2



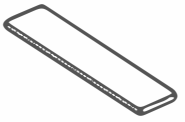
137×1



138×4



139×6



140×1



141×1



142×1



143×4



144×4



145×1

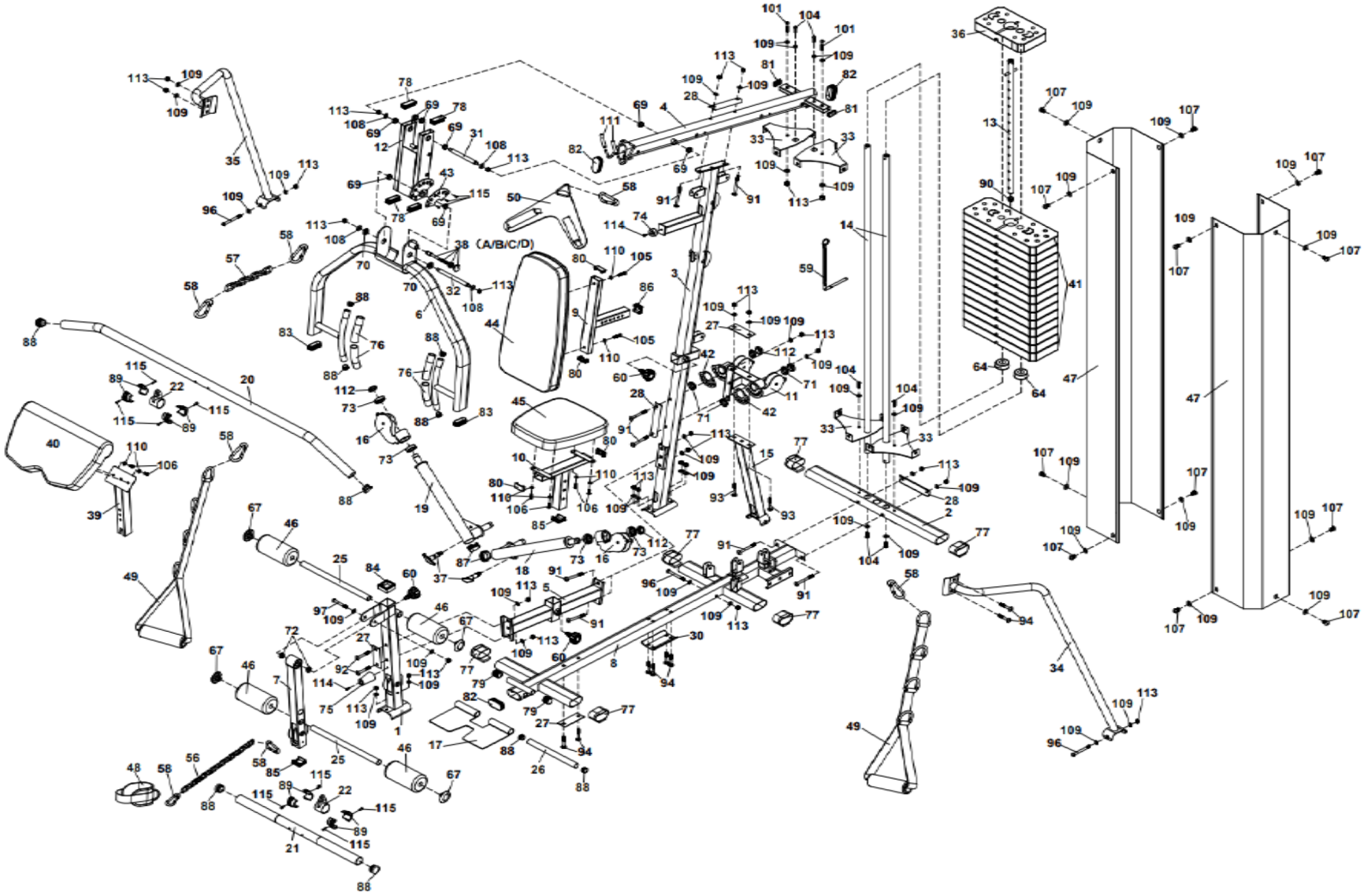
No,	Name/Description	Detail	Quantity
1	Front Support Frame		1
2	Rear Stabilizer		1
3	Support Frame		1
4	Upper Frame		1
5	Seat Support Frame		1
6	Front Press Frame		1
7	Front Leg Developer		1
8	Base Frame		1
9	Backrest Frame		1
10	Seat Frame		1
11	Cable Crossover Support		1
12	Front Press Base		1
13	Selector Rod		1
14	Guide Rod		2
15	Crossover Support Frame		1
16	Cable Crossover Pulley Brackets		2
17	Foot Plate		1
18	Left Cable Crossover Arm		1
19	Right Cable Crossover Arm		1
20	Lat Bar		1
21	Lower Bar		1
22	Rotate Ring		2
23	Single Pulley Bracket		1
24	Double Pulley Bracket		1
25	Foam Roll Tube		2
26	Foot Plate Tube		1
27	Bracket 120x45mm		3
28	Arc Brackets		3
29	Adjustable Pulley Bracket		2
30	U-shaped Brackets		1
31	Ø16×172×M10 Axle	Ø16×172×M10	1
32	Ø16×198×M10 Axle	Ø16×198×M10	1
33	weight cover bracket		4
34	LEFT Frame		1

35	RIGHT Frame		1
36	Weigh Plate	10LBS	1
37	T Shaped Pin		2
38-A	Insert Pin		1
38-B	Hexagon nut	22×M18×1.5×16	1
38-C	Spring		1
38-D	Handle		1
39	Arm Curl Frame		1
40	Arm Curl Pad		1
41	Weigh Plate		14
42	Crossover Adjusting plate		2
43	Adjusting plate		1
44	Backrest Pad		1
45	Seat Pad		1
46	Foam Roll		4
47	Weight cover		2
48	Ankle Strap		1
49	Strap Handle		2
50	AB Strap		1
51	Upper Cable		1
52	Shoulder Cable		1
53	Crossover Cable		1
54	Lower Cable		1
55	Cable U		3
56	Chain 15-Link		1
57	Chain 7-Link		1
58	Gourd Hook		7
59	Weight Select Pin		1
60	Lock Knob	Ø53×M18×Ø10	3
61	Small pulley	Ø58	2
62	Middle pulley	Ø90	4
63	Large pulley	Ø97	23
64	Rubber Bumper Ø65x25mm		2
65	Cable Retainer		23

66	Cable Retainer Bushing		23
67	Foam Roll End Cap		4
68	Pulley Bushing	L=9	12
69	Bushing ϕ25×ϕ22×ϕ16×10	ϕ25×ϕ22×ϕ16×10/876#	8
70	Bushing ϕ31×ϕ25.7×8	ϕ31×ϕ25.7×8	2
71	Bushing ϕ40×ϕ35.5×ϕ25.5×10	ϕ40×ϕ35.5×ϕ25.5×10	4
72	Bushing ϕ25×ϕ20×ϕ9.9×10	ϕ25×ϕ20×ϕ9.9×10	2
73	Bearing	6005-2Z	4
74	Rubber Bumper Ø45x25mm		1
75	Rubber Bumper Ø45x65mm	ϕ44×ϕ30×64	1
76	Grip 120mm	ϕ24×ϕ31×120/	4
77	Base Frame End Cap	40×80	6
78	End Cap 25×70mm	25×70×1.5	4
79	End Cap Ø25mm	Ø25	2
80	End Cap 25×50mm	25×50×1.5	4
81	End Cap 20×40mm	20×40×1.5	2
82	End Cap 40×80mm	40×80×2.0	3
83	End Cap 30×70mm	30×70×2.0	2
84	Bushing 口 50×45	口 50×45	1
85	End Cap 口 45	口 45×1.5	2
86	End Cap 口 38	口 38×1.5	1
87	End Cap Ø50	Ø50×2.0	2
88	End Cap Ø25	Ø25×1.5	10
89	Plastic Ring		8
90	End Cap Ø25	Ø25×2.0	1
91	Carriage Bolt M10×100	M10×100	8
92	Carriage Bolt M10×70	M10×70	2
93	Carriage Bolt M10×65	M10×65	2
94	Carriage Bolt M10×60	M10×60	8
95	Allen Bolt M10×155	M10×155	2
96	Allen Bolt M10×100	M10×100	3
97	Allen Bolt M10×80	M10×80/轴用	1
98	Allen Bolt M10×70	M10×70/轴用	1
99	Allen Bolt M10×65	M10×65/轴用	1

100	Allen Bolt M10×60	M10×60/轴用	6
101	Allen Bolt M10×45	M10×45 轴用	2
102	Allen Bolt M10×50	M10×50/轴用	18
103	Allen Bolt M10×35	M10×35/	4
104	Allen Bolt M10×25	M10×25/全丝	7
105	Allen Bolt M8×40	M8×40/全丝	2
106	Allen Bolt M8×18	M8×18	6
107	Allen Bolt M10×16	M10×16	12
108	Washer Ø25×Ø10	Ø10	4
109	Washer M10	Ø10	114
110	Washer M8	Ø8	8
111		Ø8×70	2
112	Nylon Locknut M24	M24×1.5	4
113	Nylon Locknut M10	M10	62
114	Screw M6×16	M6×16	2
115	Rivet	ϕ4×11	1
116	Leg Press Base Frame		1
117	Backrest Upright Frame		1
118	Leg Press Seat Frame		1
119	Front Leg Press Upright Frame		1
120	Rear Leg Press Upright Frame		1
121	Leg Press Connect Frame		1
122	Leg Press Plate		1
123	Leg Press Backrest Frame		1
124	Right Hand Bar		1
125	Left Hand Bar		1
126	Cable adjusting Brackets		1
127	Base Connect Frame		1
128	Leg Press Backrest Support frame		1
129	Axle Ø15×93×M10		2
130	Leg Press Backrest Pad		1
131	Leg Press Seat Pad		1
132	Leg Press Cable		1
133	Carriage Bolt M10×40		2

134	Carriage Bolt M10×20		4
135	Allen Bolt M10×145		2
136	Allen Bolt M10×28		2
137	Spring Washer M10		1
138	Decorative strip		4
139	Screw M5×5		6
140	Rubber Bumper 23×80		1
141	End Cap □ 50		1
142	Rubber Bumper 40×200		1
143	Bushing ϕ25×ϕ19×ϕ15×8		4
144	Bearing		4
145	Ankle Strap		1


(A/B/C/D)

ΕΓΓΥΗΣΗ ΓΝΗΣΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ

ΕΓΓΥΗΣΗ ΚΑΙ ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΥΤΗΣ

Η ΜΕΚΜΑ Α.Ε. εγγυάται όλα τα μέρη του μηχανήματος, για μία χρονική περίοδο που αναφέρεται κατωτέρω, από την ημερομηνία αγοράς, όπως καθορίζεται από το παραστατικό πώλησης. Η ΜΕΚΜΑ Α.Ε. αναλαμβάνει να επισκευάσει το μηχάνημα δωρεάν σε περίπτωση βλάβης που οφείλεται αποκλειστικά σε σφάλμα κατασκευής. Η εγγύηση καλύπτει το κόστος των ανταλλακτικών και την εργασία αποκατάστασης της βλάβης. Ο έλεγχος και η ρύθμιση του μηχανήματος βαρύνει τον πελάτη. Η ευθύνη της ΜΕΚΜΑ Α.Ε. περιλαμβάνει νέα ή ανακατασκευασμένα μέρη, στην επιλογή της, και τεχνική υποστήριξη στην αντιπροσωπεία και στους εμπόρους της για τη συντήρηση του μηχανήματος. Εν τη απουσία ενός εμπόρου, της αντιπροσωπείας ή της παροχής υπηρεσιών επισκευής, αυτές οι εγγυήσεις θα αντιμετωπιστούν άμεσα από τη ΜΕΚΜΑ Α.Ε.. Η περίοδος εξουσιοδότησης ισχύει ως ακολούθως:
Η χρονική διάρκεια της ΕΓΓΥΗΣΗΣ καλής λειτουργίας είναι:
Πλαίσιο 2 έτη, Συρματόσχοινα και ταπετσαρίες 1 έτος.

ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

Η παρούσα εγγύηση ισχύει μόνο εφ’ όσον:
1. Επιδειχθεί από τον αγοραστή η νόμιμη απόδειξη αγοράς του μηχανήματος (Τιμολόγιο, Δελτίο Αποστολής ή Δελτίο Λιανικής Πώλησης) που αναφέρει την ημερομηνία αγοράς, τον τύπο του μηχανήματος και τον αριθμό κατασκευής (serial number) αν υπάρχει. Η εγγύηση ισχύει μόνο για τον πρώτο αγοραστή και οπωσδήποτε αποκλείεται η μεταβίβαση της εγγύησης σε τρίτο.
2. Κατάλληλη χρήση του μηχανήματος σύμφωνα με τις οδηγίες που παρέχονται σε αυτό το εγχειρίδιο.
3. Κατάλληλη εγκατάσταση από μια εξουσιοδοτημένη επιχείρηση υπηρεσιών σύμφωνα με τις οδηγίες που παρέχονται στο μηχάνημα.
4. Η εταιρεία διατηρεί το δικαίωμα να καθορίζει αυτή και κατά την κρίση της, την αντικατάσταση ή την επισκευή των ανταλλακτικών, καθώς επίσης, τον τόπο, τον χρόνο και τον τρόπο επισκευής. Ρητώς αναφέρεται ότι αποκλείεται κάθε είδους απαίτηση για αποζημίωση, λόγω προσωρινής έλλειψης ανταλλακτικών και καθυστέρησης αποκατάστασης της βλάβης.
5. Οι ζημίες του μηχανήματος τελειώνουν κατά τη διάρκεια της μεταφοράς και της εγκατάστασης.

ΕΚΠΛΗΡΩΣΗ ΤΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

Η επισκευή του μηχανήματος μπορεί να γίνει:
1. Στο τμήμα service της εταιρείας μας. Η μεταφορά του μηχανήματος από και προς το τμήμα επισκευών, γίνεται με ευθύνη και έξοδα του πελάτη, ο οποίος είναι υπεύθυνος για τη σωστή συσκευασία κατά τη μεταφορά στην αντιπροσωπεία. Η εταιρεία δεν ευθύνεται για τυχόν ζημιές κατά τη μεταφορά από τρίτο.
2. Με μετάβαση του τεχνικού της εταιρείας στο χώρο του πελάτη. Ο χρόνος μετάβασης και τα έξοδα κίνησης του τεχνικού βαρύνουν τον πελάτη και καθορίζονται από τον ισχύοντα τιμοκατάλογο επισκευών της εταιρείας μας.

ΕΞΑΙΡΕΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

Η παρούσα εγγύηση δεν καλύπτει:
1. Ταπετσαρίες ή αφρώδη μέρη (π.χ. ποδιών, πρέσας, λαβές).
2. Επακόλουθες, παράλληλες ή τυχαίες ζημιές όπως ζημιές ιδιοκτησίας.
3. Αποζημίωση υπηρεσιών στον καταναλωτή για όσο χρόνο δεν λειτουργεί το μηχάνημα.
ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ οπωσδήποτε η παρούσα εγγύηση, στις παρακάτω περιπτώσεις:

1. Όταν η βλάβη είναι αποτέλεσμα μετατροπών, κακής χρήσης, κακής συντήρησης.
2. Όταν το μηχάνημα ανοιχτεί ή επισκευαστεί από τρίτους.
3. Όταν η βλάβη προέρχεται από αμέλεια ή κακή συναρμολόγηση του χρήστη.
4. Όταν γενικώς δεν έχουν ακολουθηθεί οι οδηγίες χρήσης που αναγράφονται στο εγχειρίδιο.
5. Όταν το μηχάνημα χρησιμοποιείται σε γυμναστήρια, γυμναστικούς συλλόγους, studio's ή άλλη εμπορική ή επαγγελματική χρήση.

ΕΠΙΣΚΕΥΗ

Κρατήστε την απόδειξη αγοράς σας (ή αντίγραφό της). Αν η υπηρεσία επισκευής εκτελείται, είναι στο συμφέρον σας να λάβετε και να κρατάτε όλες τις αποδείξεις. Αυτή η γραπτή εγγύηση σας δίνει τα συγκεκριμένα νόμιμα δικαιώματα. Μπορείτε επίσης να έχετε άλλα δικαιώματα που ποικίλλουν από κράτος σε κράτος. Η υπηρεσία επισκευής κάτω από αυτήν την εγγύηση πρέπει να ληφθεί με την ακολουθία αυτών των βημάτων, σε εντολή:

1. Επικοινωνήστε με τον εξουσιοδοτημένο έμπορο.
2. Ελάτε σε επαφή με το τμήμα service (210) 2758228.

ΜΗ ΣΤΕΙΛΕΤΕ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ ΜΗΧΑΝΗΜΑ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΙΑ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΗ ΕΓΚΡΙΣΗ.

Όλα τα μηχανήματα που φθάνουν χωρίς έγκριση θα απορρίπτονται.
Για περισσότερες πληροφορίες, ή για να έρθει σε επαφή μαζί σας το τμήμα service, επικοινωνήστε στο:

ΜΕΚΜΑ Α.Ε.
Γρηγορίου Λαμπράκη 21 Λυκόβρυση Τ.Κ. 14123
Τηλέφωνο: (210) 2758228 – Fax (210)2774798
E-mail: service@mekma.gr

Τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα ή οι προδιαγραφές προϊόντων όπως περιγράφονται ή επεξηγούνται υπόκεινται σε αλλαγή από τον κατασκευαστή χωρίς ειδοποίηση.
Προϊόν: Pegasus JX 1530……
Ημερομηνία αγοράς:……


PEGASUS®