

г. Уфа, ул. Трамвайная, 13/2

Отдел продаж: 8-937-85-74-992

WhatsApp / Telegram

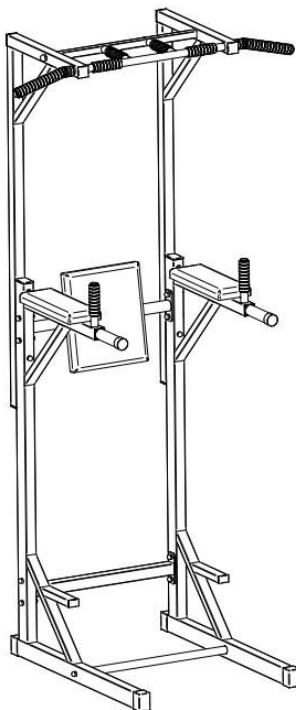
[SportIsGood.ru](http://SportIsGood.ru)

Руководство по сборке и эксплуатации

## ТРЕНАЖЕР ДЛЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ

Напольный тренажер Зв1:

Турник - Брусья - Пресс



## Содержание

1.	Комплектация.....	2
2.	Правила техники безопасности .....	3
3.	Меры предосторожности и ограничения .....	3
4.	Технические характеристики.....	4
5.	Сборка изделия .....	4
6.	Монтаж неопреновых ручек .....	7
8.	Использование тренажера ... ..	7
9.	Техническое обслуживание.....	7
10.	Транспортировка .....	8
11.	Хранение .....	8
12.	Гарантийные обязательства .....	8
13.	Гарантийный талон.....	10
14.	Данные производителя .....	11

## Комплектация

№	Описание частей	Кол-во
1.	Нижняя часть тренажера (брусья)	2
2.	Верхняя часть тренажера (опора турника)	2
3.	Перекладина турника	1
4.	Держатель спинки - соединитель	1
5.	Квадратная перекладина 25*25 мм- соединитель	1
6.	Квадратная перекладина 40*40 мм- соединитель	1
7.	Круглая перекладина- соединитель	2
8.	Комплект подушек (2 подлокотника и 1 спинка)	1
9.	Неопреновые ручки	5
10.	Болт М12*120	4
11.	Болт М12*60	12
12.	Болт М12*50	2
13.	Болт М6*50	4
14.	Болт М6*14	4
15.	Гайка М12	12
16.	Шайба М12	30
17.	Заглушка пластиковая на болт М12	30

## Правила техники безопасности

Убедитесь в надежности положения тренажера на плоскости пола. Перед выполнением упражнений проконсультируйтесь с вашим лечащим врачом. Производители и/или дистрибьюторы не берут на себя ответственность за личные травмы или материальный ущерб, причиненный в процессе неправильного использования изделий. Для уменьшения риска травм, очень важно перед началом работы ознакомиться с настоящими инструкциями по эксплуатации и нижеследующим мерам предосторожности. Данное спортивное оборудование не предназначено для тренировки людей с пониженными физическими, эмоциональными и умственными способностями (включая детей в возрасте до 6 лет) или не обладающими соответствующими опытом и знаниями, если только за ними не будет наблюдать, и не будет инструктировать лицо, отвечающее за их безопасность. Особое внимание следует уделить детям, чтобы удостовериться, что они не играют с данным оборудованием.

### Меры предосторожности и ограничения

1. Данное спортивное оборудование предназначено для пользователей, имеющих **вес не более 120 кг**.
2. Владелец данного изделия должен ознакомить всех пользователей этого оборудования с данной инструкцией по его эксплуатации, всеми мерами предосторожности и правилами использования.
3. Оборудование должно надежно, не шатаясь, стоять на ровной поверхности пола в закрытом помещении. В случае халатного отношения к выбору места расположения и качества (ровности) поверхности пола, вся ответственность за травмы, полученные вследствие ненадежного расположения конструкции на полу, ложатся на владельца изделия, либо лицо, выполнявшего работы по монтажу данного изделия.
4. Не рекомендуется устанавливать оборудование на открытом воздухе, так как со временем возможно появление следов коррозии на местах болтовых соединений и выхода из строя элементов, подвергшихся воздействию окружающей среды, что в последствие может повлиять на качество и безопасность эксплуатации данного оборудования.
5. Перед началом занятий на тренажере всегда проверяйте качество сборки изделия, устойчивость на полу, а также его комплектность.
6. Никогда не оставляйте без присмотра детей, находящихся на изделии и вблизи его.
7. Никогда не вносите изменение в изделие и систему креплений, не предусмотренных производителем.
8. Никогда не тренируйтесь на изделии одновременно вдвоем или более. Это не безопасно и может привести к выходу изделия из строя.
9. Не давайте детям играть на данном спортивном оборудовании!

***10. Во время выполнения упражнений намеренно не расшатывайте и не раскачивайте конструкцию тренажера. Падение тренажера может нанести вред физическому здоровью, создаст угрозу жизни, а также может нанести вред вашему материальному имуществу.***

## Технические характеристики

Длина перекладины турника	110 см.
Высота от пола до перекладины (регулируемая)	221, 229, 237 см
Длина брусьев (от задней плоскости тренажера)	76 см.
Ширина брусьев	56 см.
Длина опорной нижней части	90 см.
Вес комплекса	31 кг.
Диаметр трубы брусьев	38 мм.
Диаметр трубы турника	28 мм.
<b>Максимальный вес пользователя</b>	<b>150 кг</b>

## Сборка изделия

В подлокотниках и спиках имеются вмонтированные гайки для последующего крепления их на тренажер.

При сборке верхней части следует соблюдать очередность одевания неопреновых ручек на перекладину турника. Сначала следует одеть ручки на средний хват турника, а только затем собирать верхнюю часть тренажера.

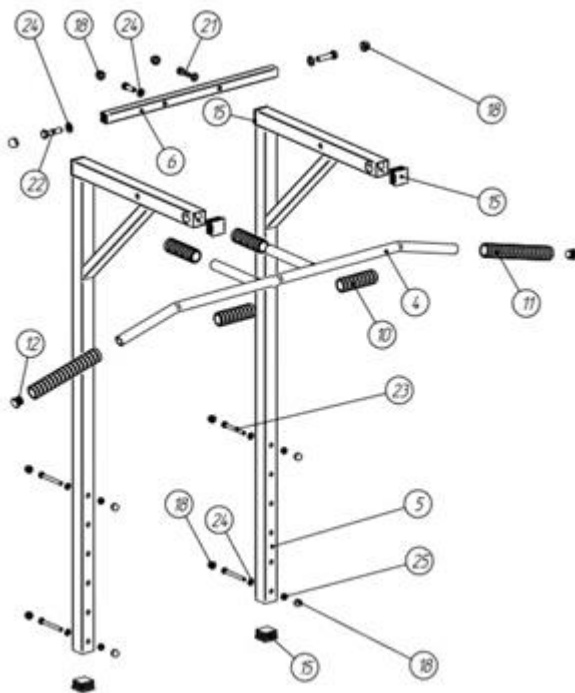


Рис. 1. Сборка верхней части тренажера

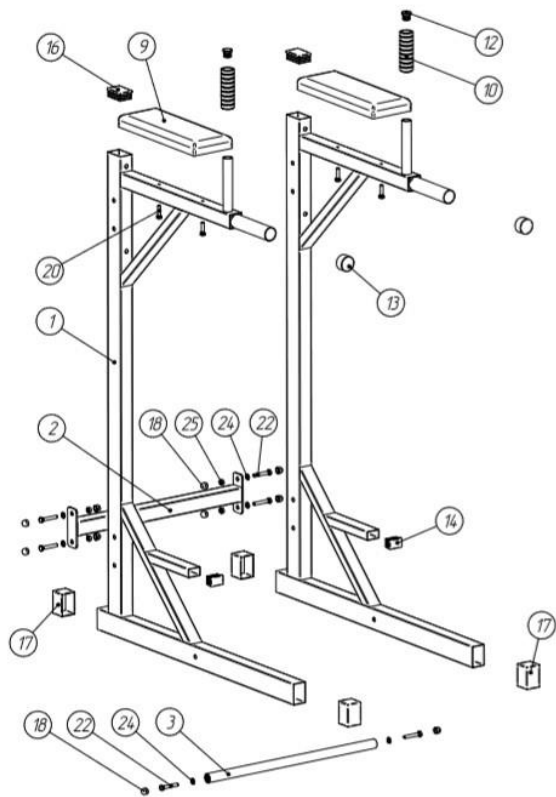
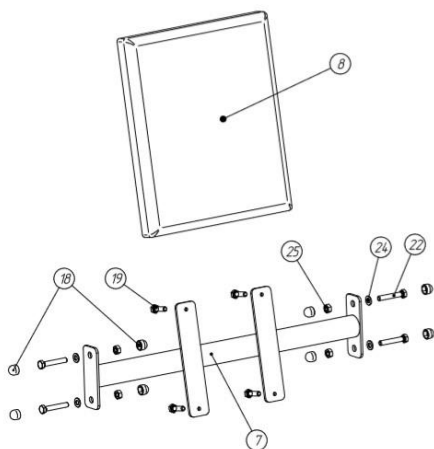


Рис. 2. Сборка нижней части тренажера

Рис. 3. Установка спинки



п/п	Описание частей	Количество
1	Нижняя рама тренажера	2
2	Квадратная перекладина 40*40 мм. соединитель	1
3	Круглая перекладина- соединитель	1
4	Перекладина турника из двух частей	1
5	Верхняя рама тренажера	2
6	Квадратная перекладина 25*25 мм. соединитель	1
7	Держатель спинки	1
8	Спинка тренажера	1
9	Подлокотник тренажера	2
10	Неопреновые ручки, длина – 110 мм	6
11	Неопреновые ручки, длина – 220 мм	2
12	Заглушка круглая д.28 внутренняя	4
13	Заглушка круглая д.38 наружная	2
14	Заглушка прямоугольная 40*25 внутренняя	2
15	Заглушка квадратная 40*40 внутренняя	4
16	Заглушка прямоугольная 60*40 внутренняя	2
17	Заглушка прямоугольная 60*40 наружная	4
18	Заглушка – колпачок на болт/гайку М12	30
19	Болт М6*14	4
20	Болт М6*50	4
21	Болт М12*50	2
22	Болт М12*60	12
23	Болт М12*120	4
24	Шайба М12	30
25	Гайка М12	12

**Все болты и гайки фиксируются через шайбы.**

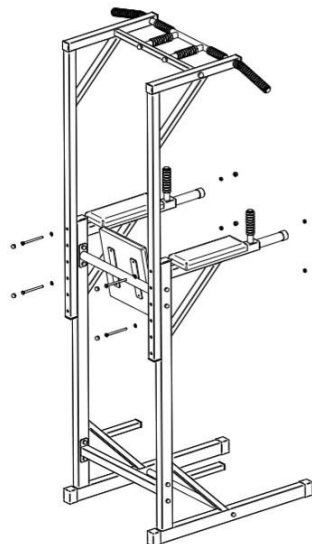
**Не перетягивать болтовые соединения!**

После сборки верхней и нижней части тренажера, они фиксируются между собой посредством болтов М12\*120. Верхняя часть тренажера крепится к задней стороне нижней части тренажера.

На тренажере предусмотрена регулировка уровня турника в 3 положениях посредством нескольких отверстий в верхней части тренажера. Регулировка осуществляется в момент сборки тренажера. Верхнее отверстие (первое сверху) соответствуют 1-му уровню.

**Расстояния от пола до перекладины:**

1-й уровень	2-й уровень	3-й уровень
221 см	229 см	237 см



## Монтаж неопреновых ручек

Чтобы не повредить неопреновые ручки и общий вид тренажера в процессе транспортировок, Производителем они поставляются в комплекте к тренажеру и Вам необходимо самостоятельно их смонтировать на тренажер.

В комплекте к тренажеру поставляется 5 неопреновых ручек одинаковой длины 220 мм. Одна пара ручек (2 шт.) данной длины предназначена для широкого хвата турника. На все остальные хваты (узкий параллельный хват турника, средний хват, брусья) Вам необходимо располовинить 3 ручки пополам поперечным разрезом ножницами.

***Чтобы одеть неопреновые ручки на трубу тренажера необходимо обильно смочить и пропитать теплой водой с мылом весь объем ручек (Как кухонную губку!), а так же смочить данным раствором поверхность трубы, куда будут надеваться данные ручки.***

Далее каждую ручку нанизываете концом на соответствующий хват и проталкиваете ее, попеременно покручивая. После того как все ручки будут одеты и займут необходимое положение, необходимо оставить их в таком положении на 10-20 часов (время зависит от температуры воздуха в помещении, а так же от сохранившегося объема воды в неопреновых ручках).

***На протяжении этого времени запрещается их покручивание, снятие, а так же смена занимаемого ими положения. Запрещается принудительная сушка ручек нагревательными приборами.***

Это может привести к быстрому выходу неопреновых ручек из строя, а так же неправильной их установке и скажется худшим образом на последующей их эксплуатации.

## Использование тренажера

На данном тренажере можно выполнять следующие упражнения:

- подтягивания 3 видами хватов: широкий, средний и узкий параллельный;
- отжимания на брусьях;
- выполнение упражнений на мышцы пресса путем поднятия ног. Для этого предусмотрены подушки- подлокотники и спинка для поясницы.

На тренажере предусмотрена «подножка» для удобства поднятия и спуска с тренажера.

## Техническое обслуживание

При правильном и своевременном техническом обслуживании тренажер будет находиться дольше время в исправном техническом состоянии. Ненадлежащее техническое обслуживание, либо его отсутствие может привести к ухудшению технического состояния, а так же к более быстрому выходу изделия из строя.

Тренажер следует регулярно проверять на предмет целостности сварных узлов, соединительных элементов, пластиковой фурнитуры и обивочных материалов.

**Ежедневно** следует проводить общий осмотр тренажера, удалять грязь и пыль по мере их появления.

**Еженедельно** проводить проверку надежности крепления петель к стене, болтовых соединений подушек, целостности фурнитуры, состояния обивочных материалов.

При возникновении посторонних шумов, нарушении крепления подушек, а так же при обнаружении ненадежного крепления частей тренажера, их люфта относительно друг-друга, следует незамедлительно остановить занятия на тренажере и устранить выявленные неполадки.

## Транспортировка

Транспортировка тренажера производится в разобранном виде в поставляемой Производителем упаковке, либо любой другой картонной упаковке, полностью закрывающей все части тренажера. Транспортировка осуществляется любым выбранным пользователем методом.

## Хранение

Хранение тренажера при его неиспользовании длительный период времени следует осуществлять в разобранном виде, в отапливаемом, защищенном от влажности и прямых солнечных лучей помещении. При длительном хранении следует защитить тренажер от воды, действия животных и нагревательных приборов.

## Гарантийные обязательства

Производитель гарантирует исправную и надежную работу тренажера при условии соблюдения потребителем требований по транспортировке, хранению и применению тренажера по прямому назначению, при наличии печати магазина или иной торгующей организации в гарантийном талоне.

Эксплуатационный ресурс изделия без замены узлов, элементов крепления и механизмов в зависимости от индивидуального отношения и условий эксплуатации составляет 36 месяцев. Если производится своевременное техническое обслуживание и замена износившихся деталей, узлов и механизмов, то срок эксплуатации может достигать 7 лет. В случаях, когда тренажер был подвергнут конструктивным доработкам, изменениям размеров элементов, окраски, либо были произведены изменения форм тренажера, производитель снимает с себя всякую ответственность с момента обнаружения изменений.

Гарантийный срок эксплуатации вступает в силу со дня продажи. Общий гарантийный срок на изделие – 18 месяцев со дня продажи. При этом гарантийный срок на пластиковую фурнитуру, неопреновые ручки и мягкие части – 5 месяцев. Гарантия не распространяется на крепежные элементы, поставляемые в комплекте к тренажеру.

### **Вам может быть отказано в гарантийном ремонте если:**

- тренажер используется не по назначению или с нарушениями настоящих условий эксплуатации;
- нарушены внутренние пломбы или сломаны одноразовые элементы, что свидетельствует о несанкционированной разборке тренажера;
- превышены допустимые нормы нагрузки;
- пользователем пренебрегаются требования безопасности;
- пользователем произведен несанкционированный ремонт тренажера;
- хранение тренажера производится небрежно и ненадлежащим образом;
- конструкция тренажера изменена или подвергнута самостоятельной доработке;
- тренажер транспортировался небрежно, что стало причиной его поломки;
- изделие эксплуатировалось под воздействием атмосферных осадков, в условиях повышенной влажности, под воздействием ультрафиолетового излучения.



*Гарантийный срок на пластиковую фурнитуру, неопределенные ручки, противоскользящие покрытия мест хвата и мягкие части установлен менее общего гарантийного срока ввиду того, что пластиковая фурнитура и мягкие части непосредственно контактируют с телом человека и могут подвергаться трудно прогнозируемому воздействию.*

В случаях, когда поломка тренажера произошла по вине производителя в рамках гарантийного срока или позже, или причина поломки не выявлена, Вы вправе обратиться к производителю (поставщику, сервисную службу) за разъяснениями дальнейших действий.

**Производитель оставляет за собой право внесения изменений в конструкцию изделия и деталей, не ухудшающих качество изделия, без предварительного уведомления об этом потребителя.**