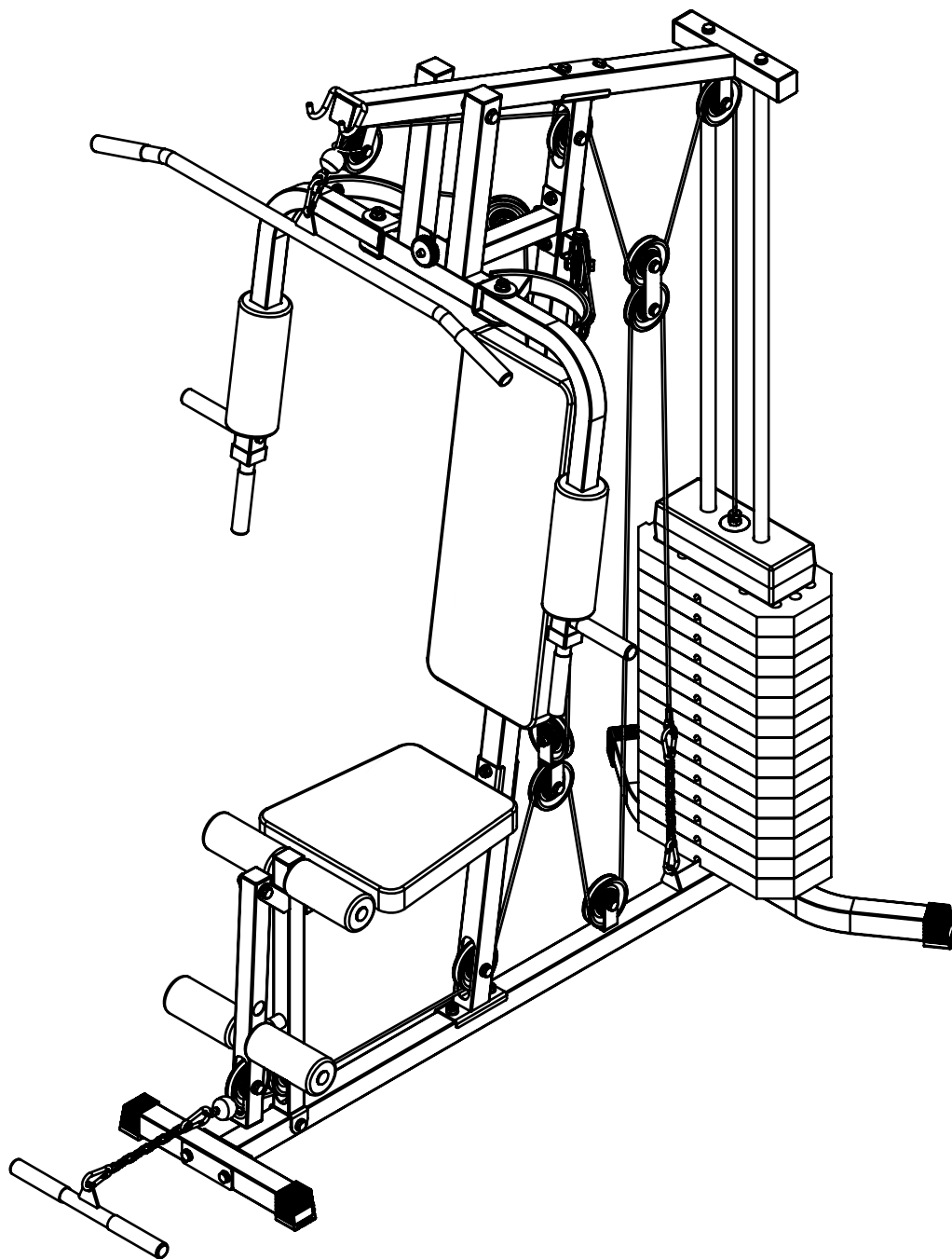


Силовой тренажер Sundays Fitness ES-402

Руководство по эксплуатации

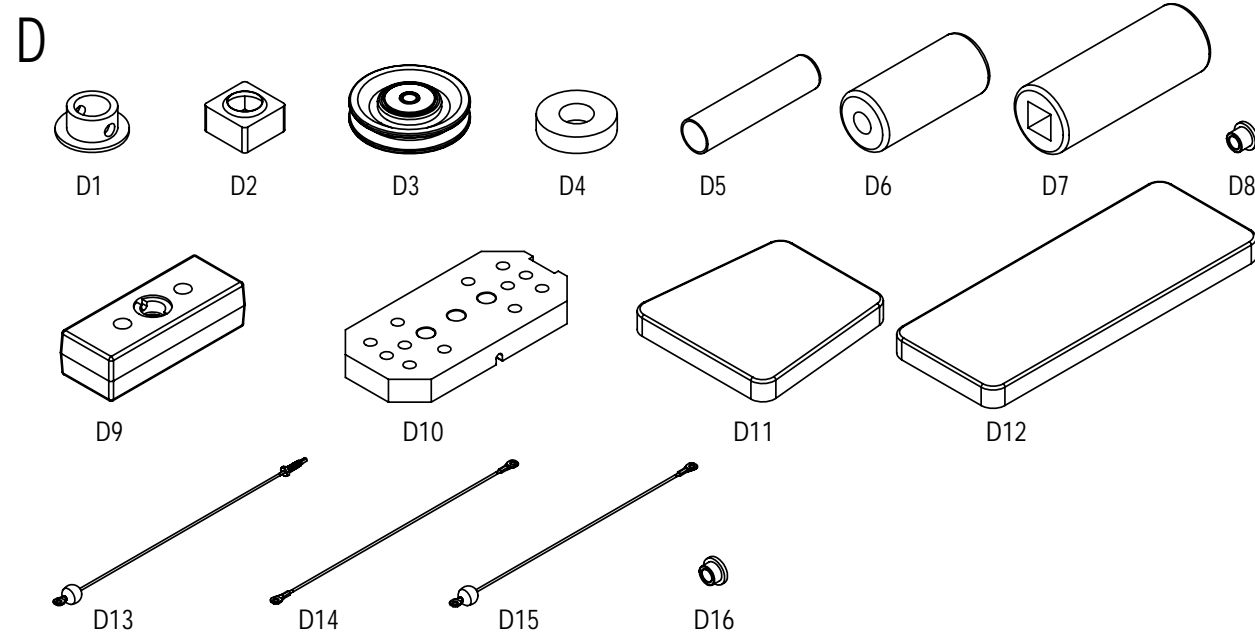
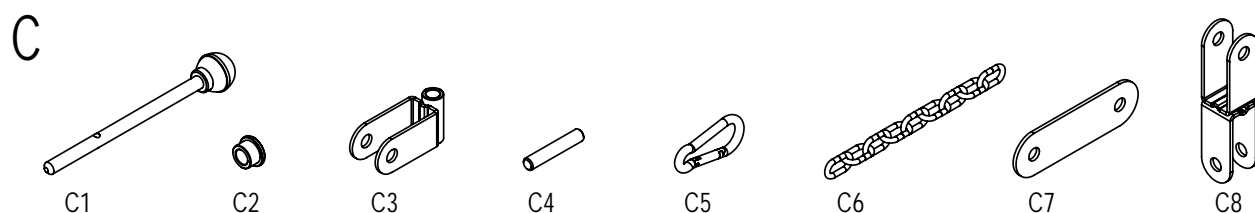
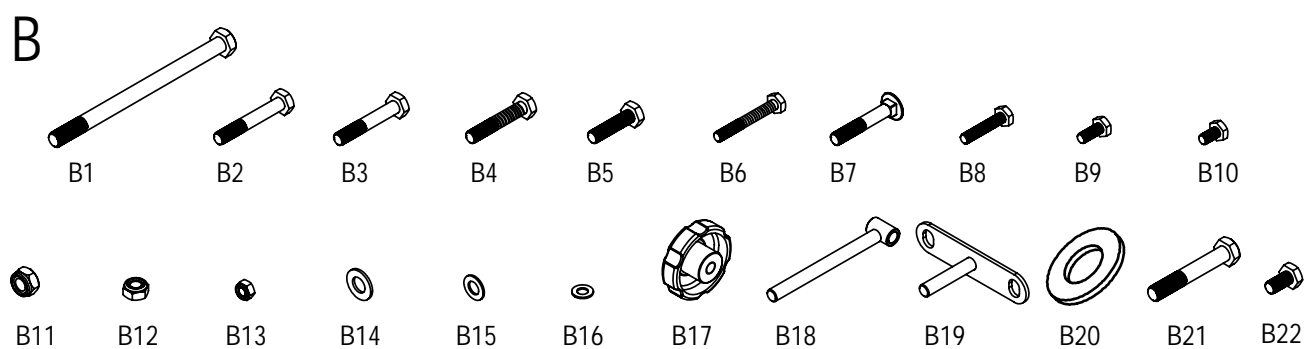
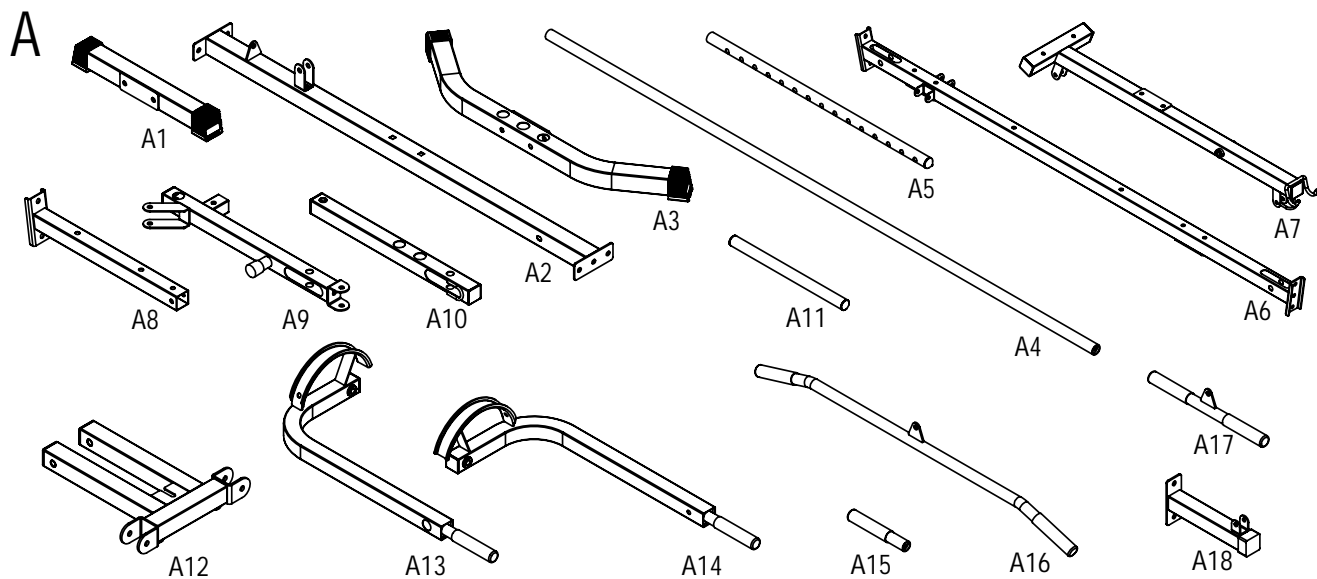


⚠ Перед установкой и использованием данного продукта, пожалуйста, внимательно прочитайте всё руководство и соблюдайте его должным образом.

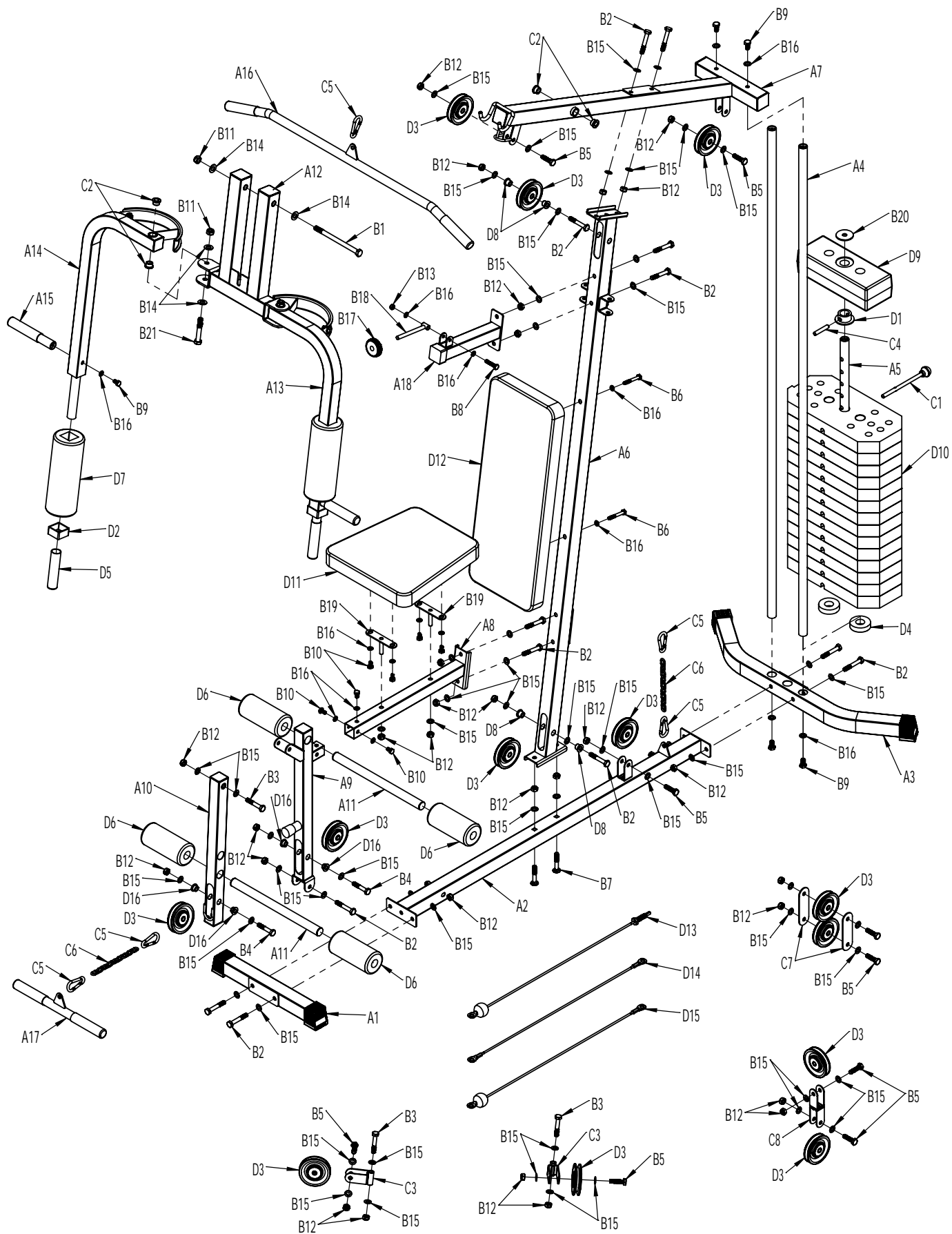
01 / Список деталей

№	Описание	Кол-во	№	Описание	Кол-во
A1	Передняя ножка	1	A2	Горизонтальная опора	1
A3	Задняя ножка	1	A4	Направляющая	2
A5	Селектор груза	1	A6	Вертикальная опора	1
A7	Верхняя опора	1	A8	Опора сидения	1
A9	Передняя опора	1	A10	Рычаг разгибания ног	1
A11	Трубка для валиков	2	A12	Опора баттерфляя	1
A13	Баттерфляй (L)	1	A14	Баттерфляй (R)	1
A15	Ручка	2	A16	Верхняя тяга	1
A17	Нижняя тяга	1	A18	Предельная опора	1
B1	Болт M12X175мм	1	B2	Болт M10X65 мм	13
B3	Болт M10X60мм	3	B4	Болт M10X55мм	2
B5	Болт M10X40мм	9	B6	Болт M8X60мм	2
B7	Болт M10X55мм	2	B8	Болт M8X40мм	1
B9	Болт M8X20мм	6	B10	Болт M8X15мм	7
B11	Гайка M12	3	B12	Гайка M10	33
B13	Гайка M8	1	B14	Шайба Ø12	6
B15	Шайба Ø10	62	B16	Шайба Ø8	17
B17	Ручка	1	B18	Ограничитель	1
B19	Соединитель сиденья	2	B20	Большая шайба Ø12	1
B21	Болт M12x75мм	2	B22	Болт M10x20мм	2
C1	Фиксатор	1	C2	Заглушка	6
C3	Скоба U-образная	2	C4	Штифт	1
C5	Карабин	5	C6	Регулировочная цепь	2
C7	Соединительная пластина	2	C8	Двойная скоба	1
D1	Позиционирующая втулка	1	D2	Квадратная втулка	2
D3	Шкив	13	D4	Резиновое кольцо	2
D5	Рукоятка	2	D6	Малый валик	4
D7	Большой валик	2	D8	Втулка T-образная	4
D9	Верхняя пластина	1	D10	Груз	14
D11	Сидение	1	D12	Спинка	1
D13	Верхний трос	1	D14	Трос баттерфляя	1
D15	Нижний трос	1	D16	Втулка T-образная	4

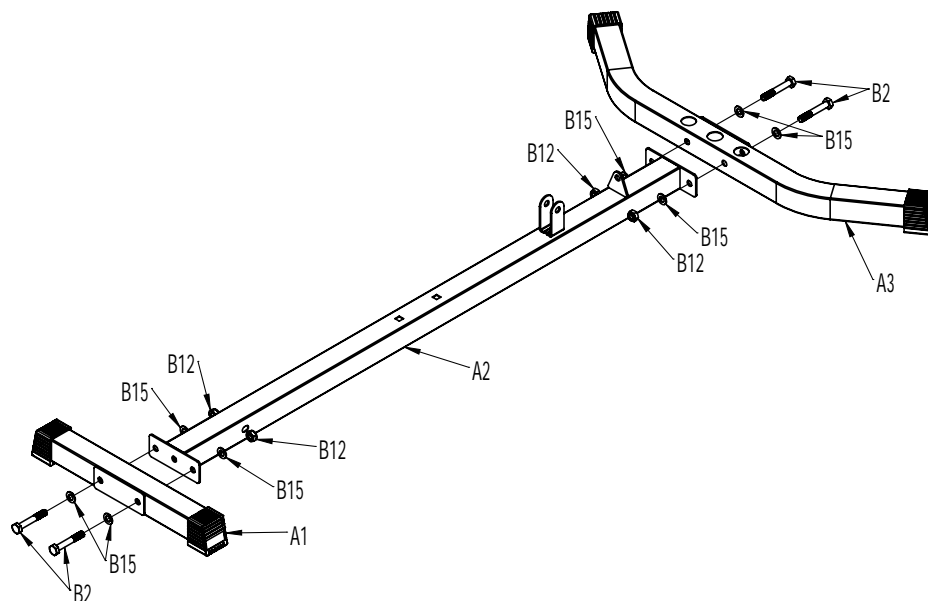
01 / Список деталей



02/Общая схема

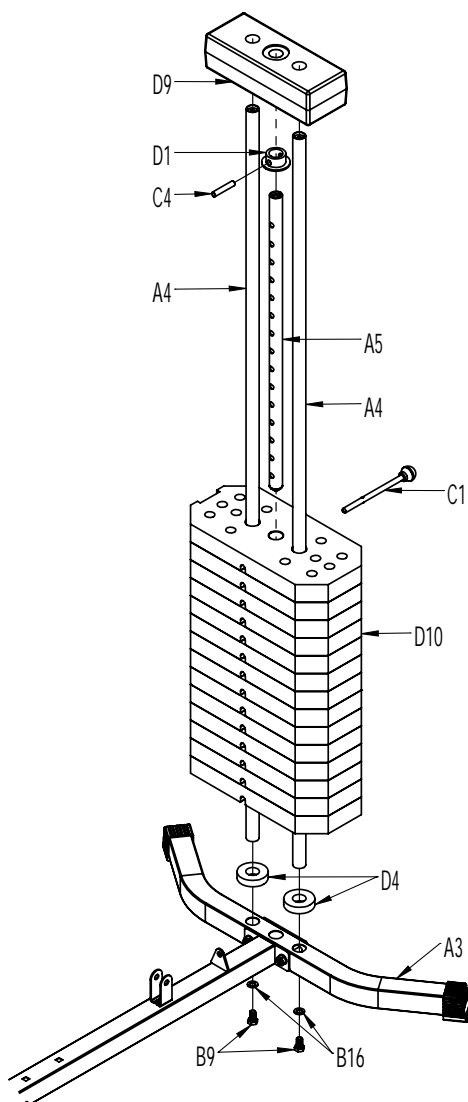


03/ Инструкция по сборке



ШАГ 1:

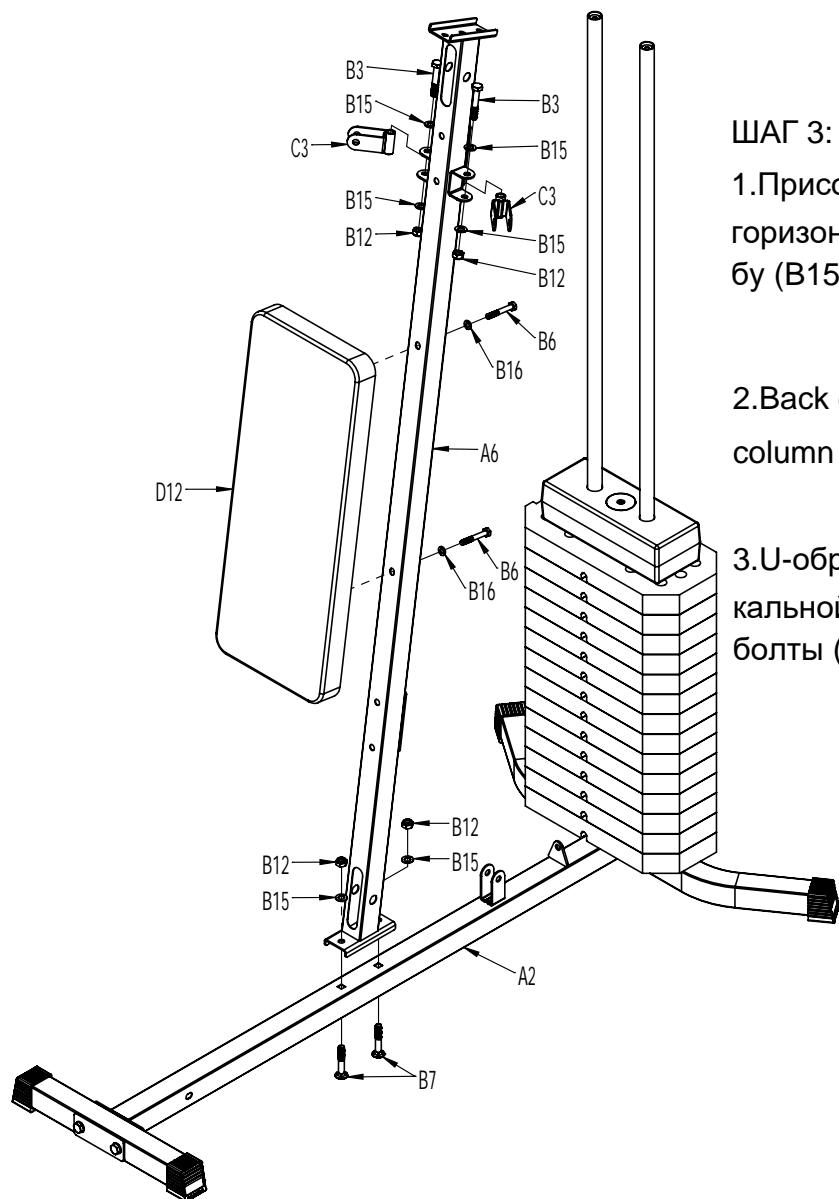
- 1.Соедините горизонтальную опору (A2) с передней ножкой (A1), используя шайбу (B15), болты (B2) и гайки(B12).
- 2.Соедините горизонтальную опору (A2) с задней ножкой (A3), используя шайбу (B15), болты (B2) и гайки(B12).



ШАГ 2:

- 1.Вставьте два направляющих стержня (A4) в заднюю ножку (A3),используя 2 резиновых кольца (D4), шайбы (B16), болты (B9).
- 2.Вставьте грузы (D10) на направляющие стрержни (A4).
- 3.Вставьте селектор груза (A5) в грузовые блоки (D10). Вставьте штифт (C4) в позиционирующую втулку (D1).
- 4.Вставьте фиксатор (C1) через грузовые блоки (D10) в селектор груза (A5) .
- 5.Поставьте верхнюю пластину (D9) на направляющие (A4).

03/ Инструкция по сборке



ШАГ 3:

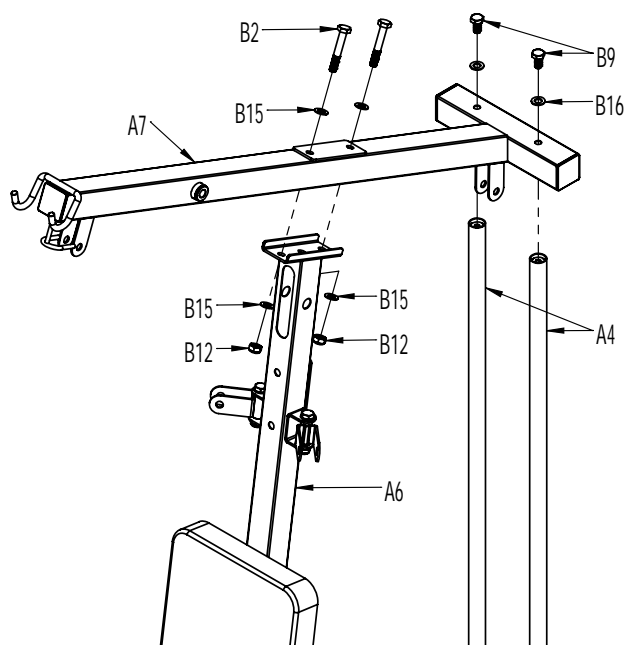
1.Присоедините вертикальную опору (А6) к горизонтальной опоре (А2), используя шайбу (В15), болты (В7) и гайки(В12).

2.Back cushion (D12) mounted on neutral column (A6).Use washers (B16) and bolts (B6).

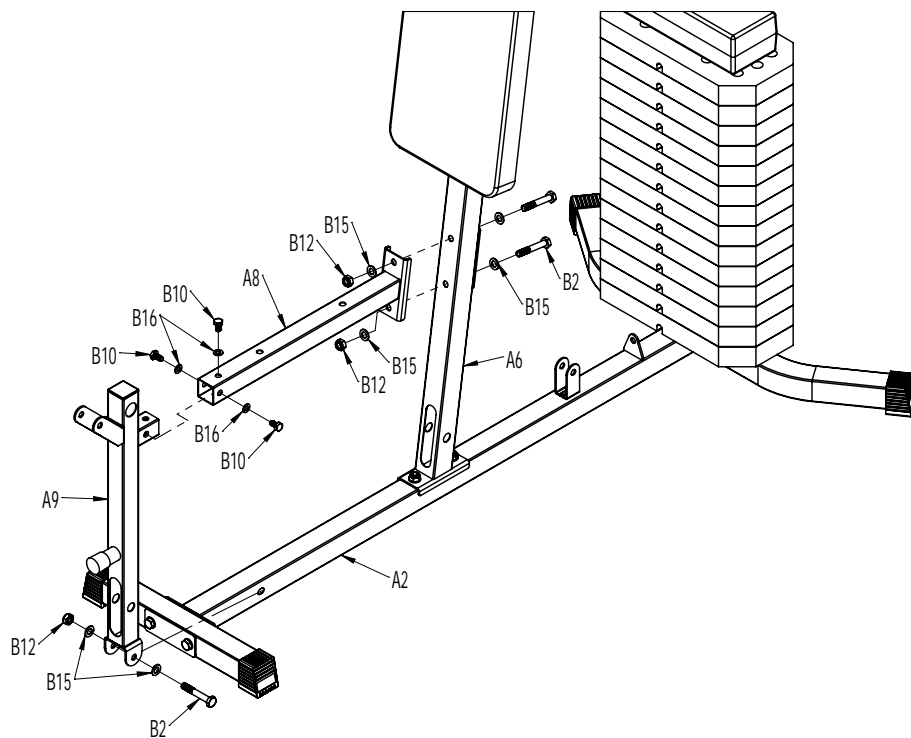
3.U-образную скобу (С3) прикрепите к вертикальной опоре(А6). Используйте шайбы(В15), болты (В3) и гайки(В12).

ШАГ 4:

Верхняя опора (А7)устанавливается на вертикальную опору (А6) и на направляющие (А4). Используйте шайбы (В15,В16), болты (В2, В9) и гайки (В12).



03/ Инструкция по сборке



ШАГ 5:

1. Опору сидения (A8) прикрепить на вертикальную опору (A6), используя шайбу (B15), болты (B2) и гайки (B12).
2. Установите переднюю опору (A9) на опору сидения (A8). Используйте шайбу (B16) и болты (B10). Затем примонтируйте на горизонтальную опору (A2), используя шайбу (B15), болты (B2) и гайки (B12).

ШАГ 6:

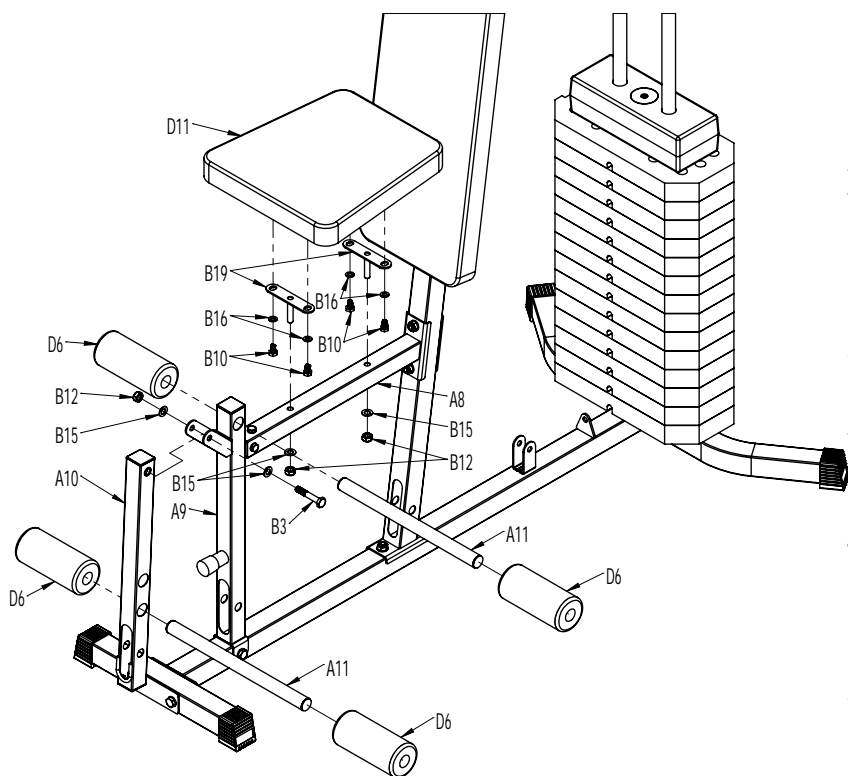
1. Закрепите соединитель сидения (B19) на подушке сидения (D11). Используйте шайбы (B16) и болты (B10).

2. Далее подушку сидения (D11) нужно установить на опору для сидения (A8). Используйте шайбы (B15) и гайки (B12).

3. Прикрепите рычаг разгибания ног (A10) к передней опоре (A9). Используйте шайбы (B15), болты (B3) и гайки (B12).

4. Вставьте трубку для валиков (A11) в переднюю опору (A9). Потом насадите маленькие валики на трубку (D6).

5. Вставьте трубку для валиков (A11) в рычаг разгибания ног (A10). Далее насадите валики (D6).



03/ Инструкция по сборке

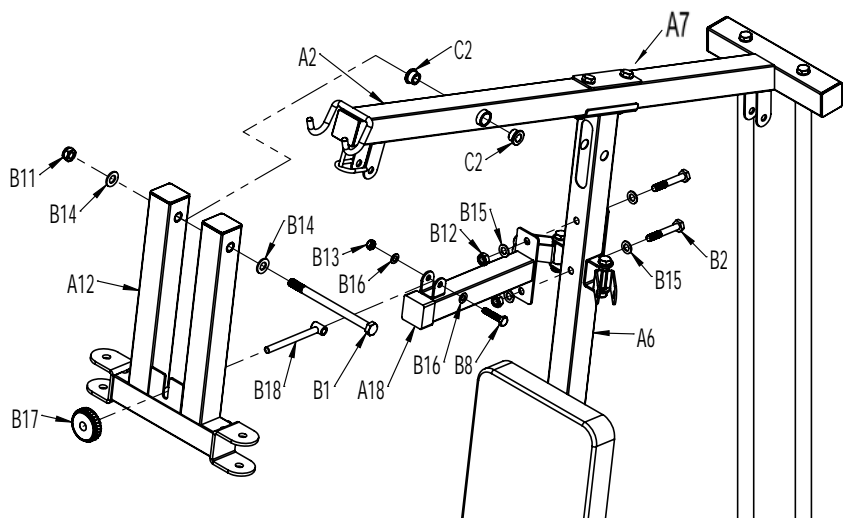
ШАГ 7:

1. Установите опору баттерфляя (A12) на верхнюю опору (A7). Используйте шайбы (B14), болты (B1), заглушки (C2) и гайки (B11).

2. Подсоедините предельную опору (A18) к вертикальной опоре (A6). Используйте шайбы (B15), болты (B2) и гайки (B12).

3. Подсоедините ограничитель (B18) к предельной опоре (A18). Используйте шайбы (B16), болты (B8) и гайки (B13).

4. Далее вставьте ограничитель (B18) в опору баттерфляя (A12). Используйте ручку (B17) чтобы прикрепить.



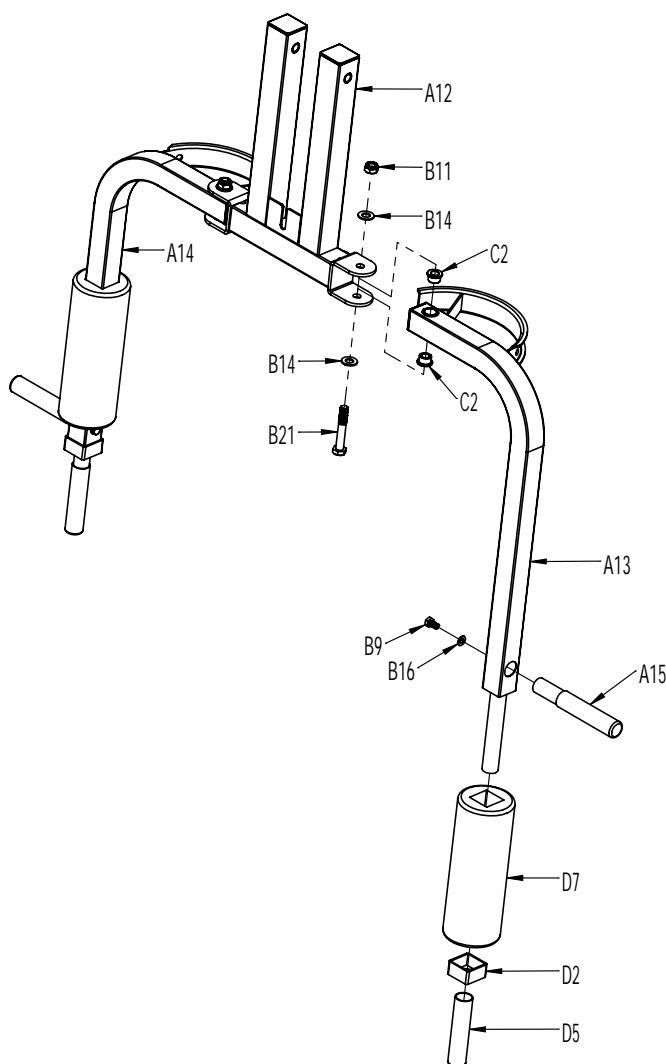
ШАГ 8:

1. Левый и правый баттерфляй (A13 и A14) прикрепляются к опоре баттерфляя (A12). Используйте шайбы (B14), заглушки (C2), болты (B21) и гайки (B11).

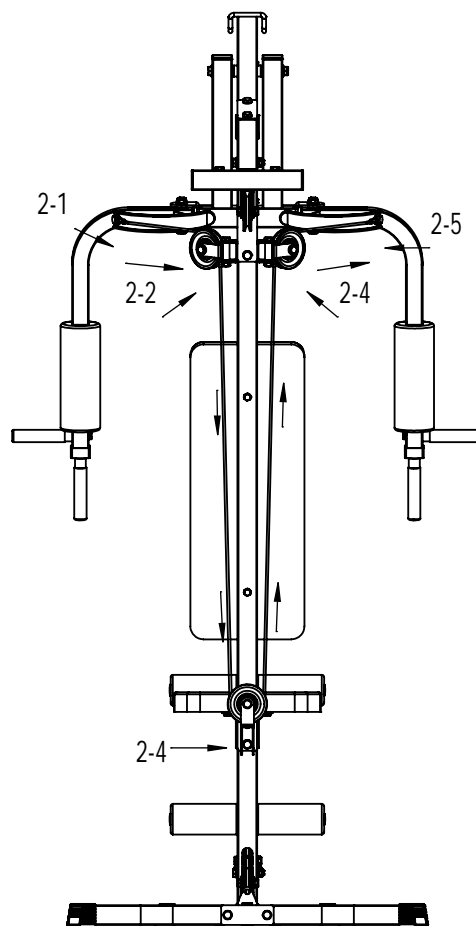
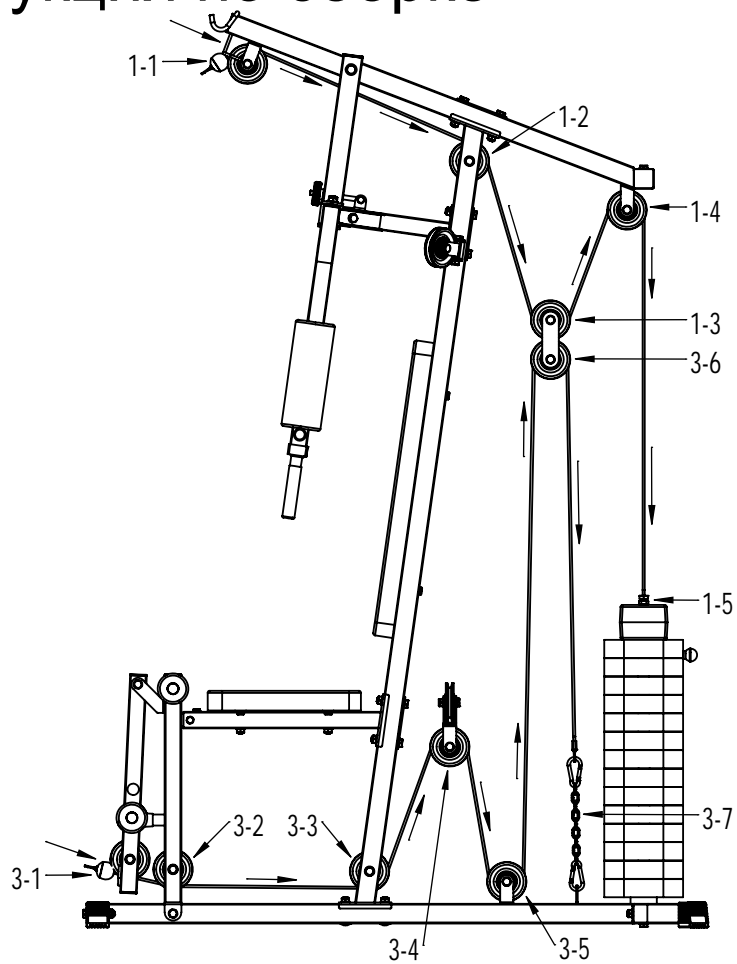
2. Установите большие валики (D7) на левый и правый баттерфляй (A13 и A14).

3. Вставьте ручку (A15) в левый и правый баттерфляй (A13 и A14). Используйте шайбу (B16) и болт (B9).

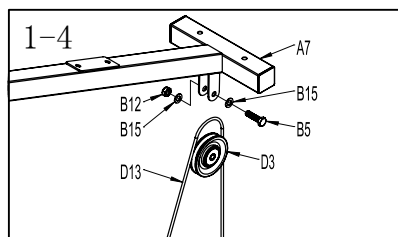
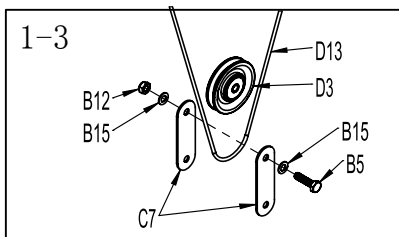
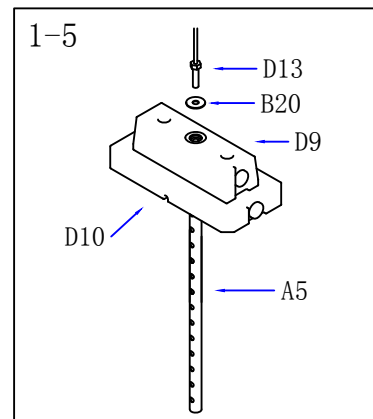
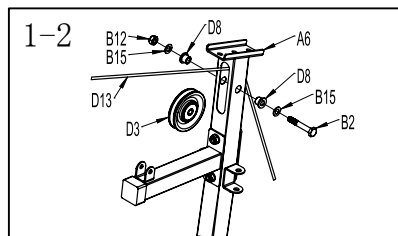
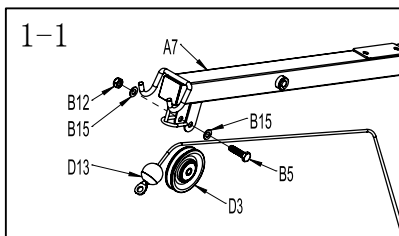
4. Установите квадратные втулки (D2) и рукоятки (D5) на левый и правый баттерфляй (A13 и A14).



03/ Инструкция по сборке



03/ Инструкция по сборке



ШАГ 9:

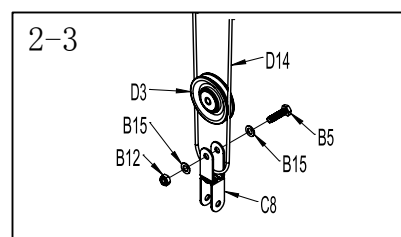
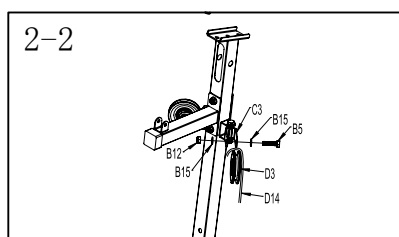
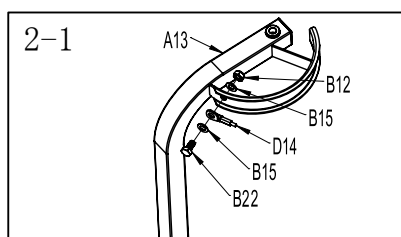
1-1.Протяните верхний трос (D13) через раму переднего шкива верхней опоры (A7) и установите шкив (D3).Используйте болты (B5) ,шайбы(B15) и гайки (B12).

1-2.Затем в раме шкива установите шкив (D3).Используйте шайбу(B15), болт(B2), Т-образную втулку (D8) и гайку (B12).

1-3.Затем через блок 1-3 шкива, установите шкив (D3) и соединительную пластину (C7) .Используйте болты (B5), шайбу (B15) и гайки (B12).

1-4.Затем через верхнюю опору (A7) установите шкив (D3).Используйте болты (B5), шайбу (B15)и гайки (B12).

1-5.Затем верхний трос (D13) закрепить на селекторе грузов (A5) ,используя большую шайбу (B20).



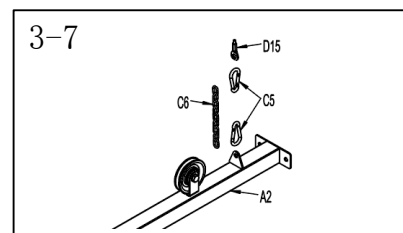
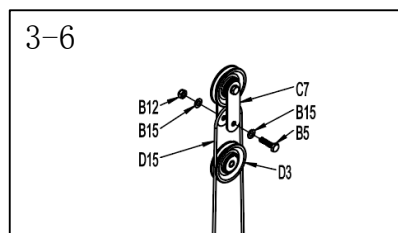
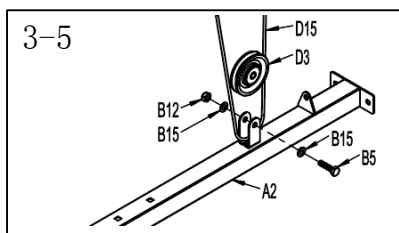
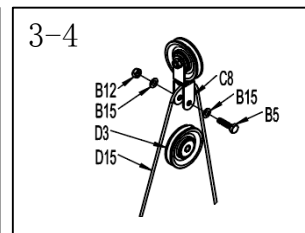
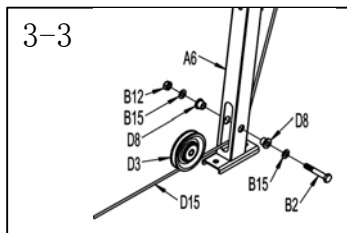
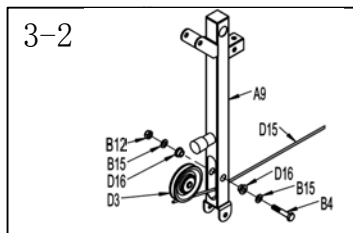
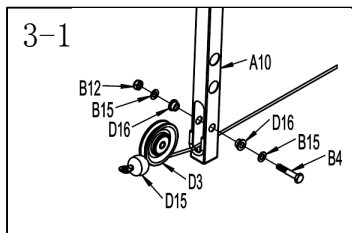
ШАГ 10:

2-1 2-5.Установите трос баттерфляя (D14) на левую и правую опоры баттерфляя (A13 и A14).Используйте болты (B22),шайбу(B15) и гайки (B12).

2-2 2-4.Затем через U-образную скобу (C3) установите шкив (D3) .Используйте болт(B5),шайбу(B15) и гайку (B12).

2-3.Затем через двойную скобу (C8), установите шкив (D3) .Используйте болт(B5),шайбу(B15) и гайку (B12).

03/ Инструкция по сборке



ШАГ 11:

3-1. Установите нижний трос (D15) через передний рычаг разгибания ног (A10) и шкив (D3). Используйте шайбу (B15), болт (B4) Т-образную втулку (D16) и гайку (B12).

3-2. Затем через переднюю опорную трубу (A9), установите шкив (D3). Используйте шайбу (B15), болт (B4), Т-образную втулку (D16) и гайку (B12).

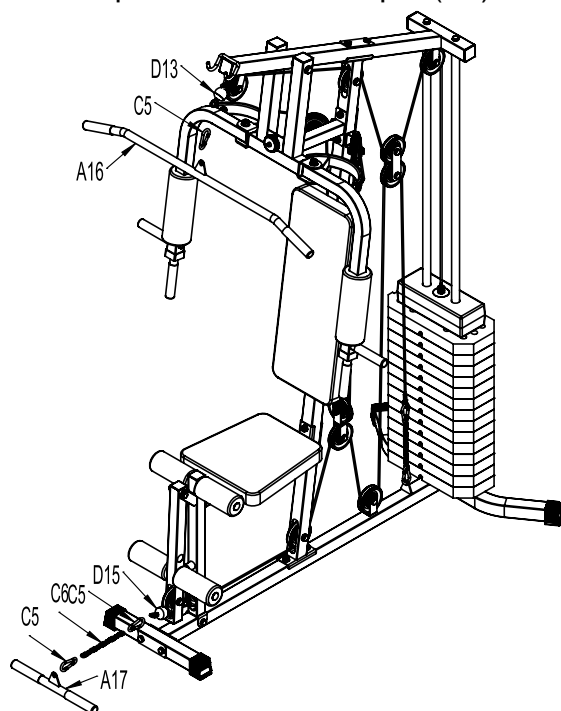
3-3. Затем через вертикальную опору (A6), установите шкив (D3). Используйте шайбу (B15), болт (B4), Т-образную втулку (D16) и гайку (B12).

3-4. Затем через двойную скобу (C8) установите шкив (D3). Используйте шайбу (B15), болт (B4), и гайку (B12).

3-5. Затем через горизонтальную опору (A2) установите шкив (D3). Используйте болты (B5), шайбы (B15) и гайки (B12).

3-6. Через блок шкивов 3-5 установите шкив (D3) и соединительную пластину (C7). Используйте болты (B5), шайбы (B15) и гайки (B12).

3-7. Соедините нижний трос (D15) с карабином (C5) и регулировочной цепью (C6). Затем закрепите на горизонтальной опоре (A2).



ШАГ 12:

1. Подсоедините верхнюю тягу (A16) к верхнему тросу (D13) и используйте карабин (C5).

2. Подсоедините нижнюю тягу (A17) к нижнему тросу (D15). Используйте карабин (C5) и регулировочную цепь (C6).

