

РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Гиперэкстензия UNIX Fit R-Chair 130G



ПРИМЕЧАНИЕ



Изделие может незначительно отличаться от изображенного на фото из-за обновлений модели.

Внимательно прочтите инструкции перед использованием оборудования.

Сохраните настоящее руководство для справки в будущем.

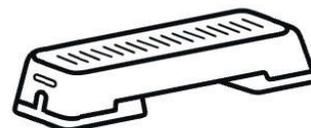


РАДЫ ПРИВЕТСТВОВАТЬ ВАС, ПОЛЬЗОВАТЕЛИ ПРОДУКЦИИ UNIX FIT!

Мы благодарны, что ваш выбор был остановлен на тренажёре нашего бренда. Для того чтобы обеспечить вашу максимальную сохранность, команда **UNIX Fit** просит вас с вниманием отнестись к изучению инструкции перед использованием тренажёра! В случае если инструкция в дальнейшем будет потеряна, её всегда можно найти на официальном сайте.

UNIX Fit заботится о своих покупателях и всегда готов ответить вам на все возникшие вопросы, в том числе и по эксплуатации товара. Для этого достаточно обратиться к продавцу или дилеру, у которого он был приобретен. Уверены, вы с удовольствием будете пользоваться товарами нашего бренда! Помните, что регулярные занятия спортом способствуют улучшению вашего физического состояния, а также влияют на выработку эндорфинов. С брендом **UNIX Fit** вы можете быть уверены, что ваше тело на долгие годы останется подтянутым и красивым.

Мы постоянно развиваемся и предлагаем нашим клиентам самые современные и лучшие технологии на рынке. Все тренажёры бренда **UNIX Fit** много лет пользуются популярностью не только у взрослых, но и у их детей. Для того, чтобы изучить полный ассортимент продукции, перейдите на наш официальный сайт, наведя камеру на QR-код.



UNIXFIT.RU

СОДЕРЖАНИЕ

Правила безопасной эксплуатации	3
Схема изделия	5
Список деталей	6
Инструкция по сборке	8
Уход и техническое обслуживание	12
Экономное хранение	13

1. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОЙ ЭКСПЛУАТАЦИИ

1. Не допускайте контакта детей и домашних животных с оборудованием. Не оставляйте детей без присмотра в одном помещении с оборудованием.
2. Использование оборудования возможно только одним человеком.
3. Если вы испытываете головокружение, тошноту, боль в груди или любые другие необычные симптомы, немедленно прекратите тренировку. СРОЧНО ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.
4. Установите оборудование на чистую, ровную поверхность. НЕ используйте оборудование вблизи воды или на открытом воздухе.
5. Свободное пространство должно быть как минимум на 0,6 м больше тренировочной зоны. Это пространство, где вы можете безопасно и без препятствий сойти с тренажера в случае чрезвычайной ситуации. Если две единицы оборудования расположены рядом друг с другом, свободная зона может быть общей.
6. Следите за тем, чтобы ваши руки не попали в движущиеся части оборудования.
7. Всегда надевайте соответствующую тренировочную одежду при выполнении упражнений. НЕ надевайте халаты или другую одежду, которая может зацепиться за тренажер. При использовании тренажера также необходима обувь, предназначенная для бега или фитнеса.
8. Используйте оборудование только по назначению, как описано в данном руководстве. НЕ используйте дополнительные элементы, не рекомендованные производителем.
9. Не оставляйте острые предметы рядом с оборудованием.
10. Человек с ограниченными возможностями не может использовать оборудование без присутствия квалифицированного специалиста или врача.
11. Перед использованием тренажера всегда проводите упражнения на растяжку, чтобы должным образом разогреть мышцы.
12. Запрещено использовать тренажер, если он не функционирует должным образом.
13. Максимальный вес пользователя: 130 кг. (максимальный вес пользователя дип-станции: 100 кг)



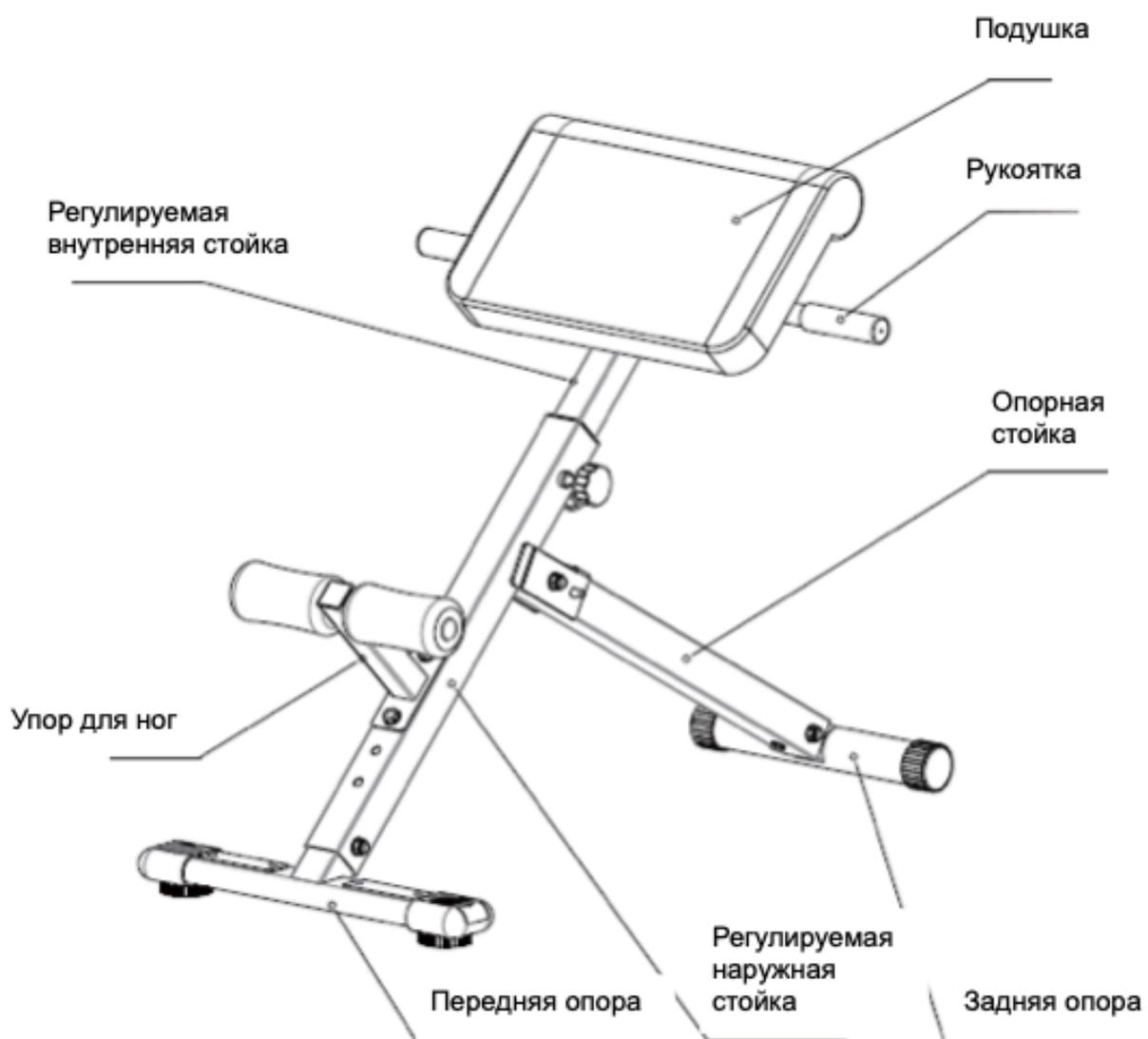
ВНИМАНИЕ

**ПЕРЕД НАЧАЛОМ ПРОВЕДЕНИЯ ЛЮБОЙ ПРОГРАММЫ
УПРАЖНЕНИЙ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СВОИМ ВРАЧОМ.
ЭТО ОСОБЕННО ВАЖНО ДЛЯ ЛИЦ СТАРШЕ 35 ЛЕТ ИЛИ ЛИЦ С
УЖЕ ИМЕЮЩИМИСЯ ПРОБЛЕМАМИ СО ЗДОРОВЬЕМ.**

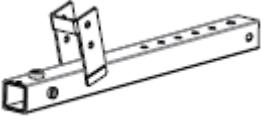
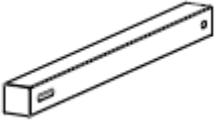
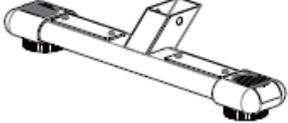
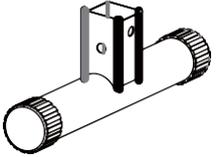
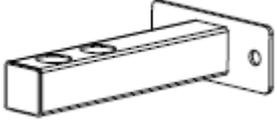
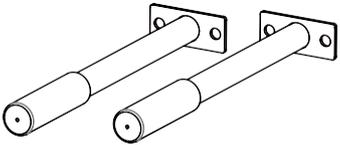
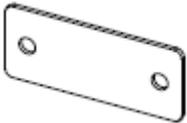
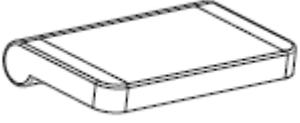
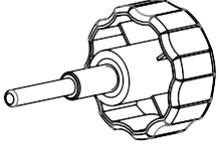
**ПРОЧИТАЙТЕ ВСЕ ИНСТРУКЦИИ ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
ЛЮБОГО ФИТНЕС-ОБОРУДОВАНИЯ. МЫ НЕ НЕСЕМ
ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА ТРАВМЫ И МАТЕРИАЛЬНЫЙ УЩЕРБ,
ПОЛУЧЕННЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДАННОГО
ИЗДЕЛИЯ.**

СОХРАНЯЙТЕ ДАННЫЕ ИНСТРУКЦИИ.

2. СХЕМА ИЗДЕЛИЯ

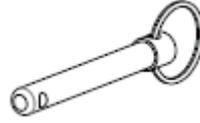


3. СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

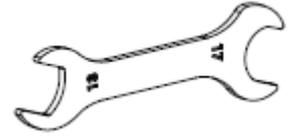
 <p>1. Регулируемая наружная стойка</p>	 <p>2. Опорная стойка</p>	 <p>3. Передняя опора</p>
 <p>4. Задняя опора</p>	 <p>5. Регулируемая внутренняя стойка</p>	 <p>6. Упор для ног</p>
 <p>7. Рукоятки</p>	 <p>8. Пенная трубка</p>	 <p>9. Фиксированный соединительный элемент</p>
 <p>10. Подушка</p>	 <p>11. Валики</p>	 <p>12. Винт</p>
 <p>13. Фиксатор</p>	<p>ФИКСИРУЮЩИЕ ДЕТАЛИ</p>	
 <p>14. Наружный шестигранный болт</p>	 <p>15. Наружный шестигранный болт</p>	 <p>16. Наружный шестигранный болт</p>
 <p>17. Наружный шестигранный болт</p>	 <p>18. Плоская шайба</p>	 <p>19. Плоская шайба</p>



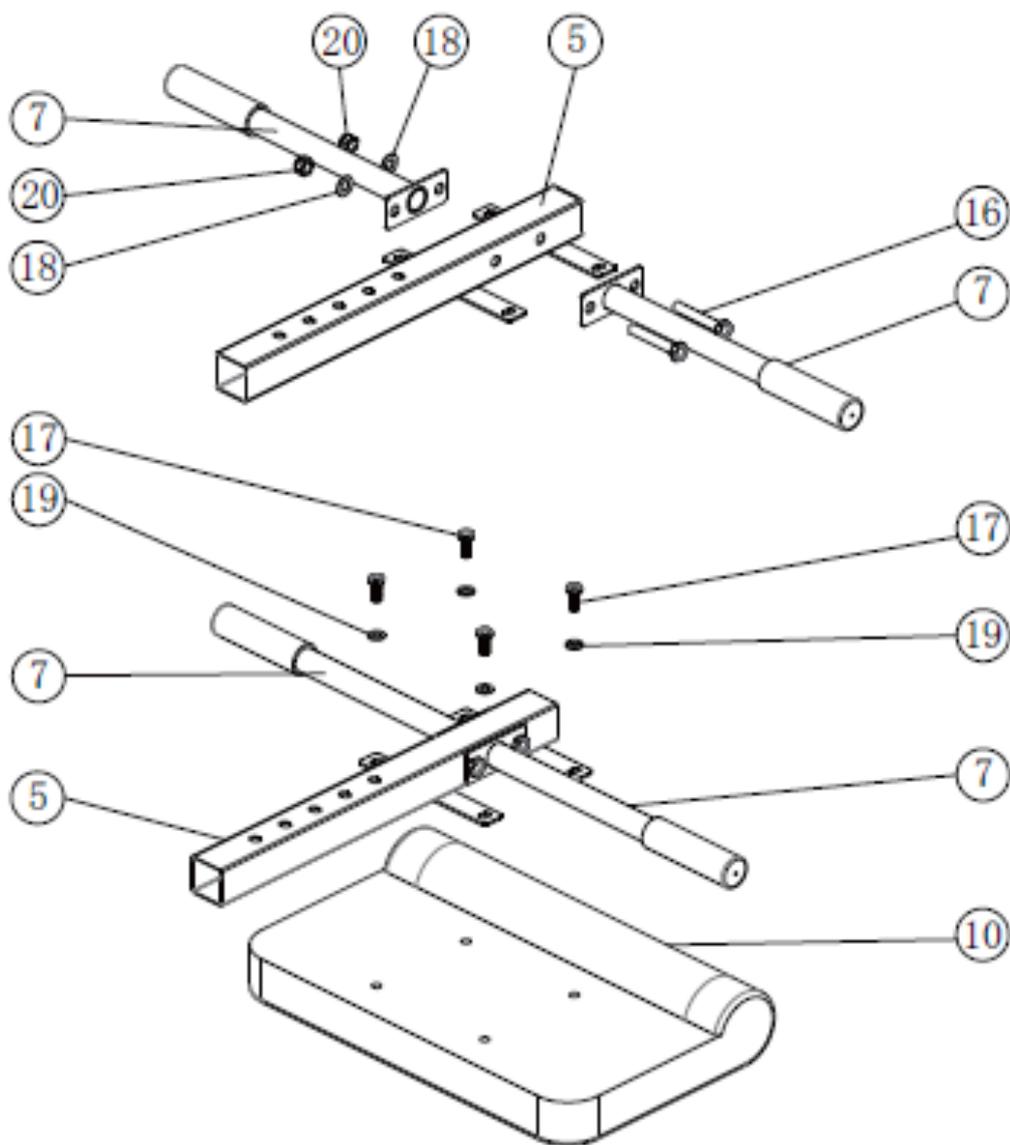
20. Стопорная гайка



21. Кольцевой штифт

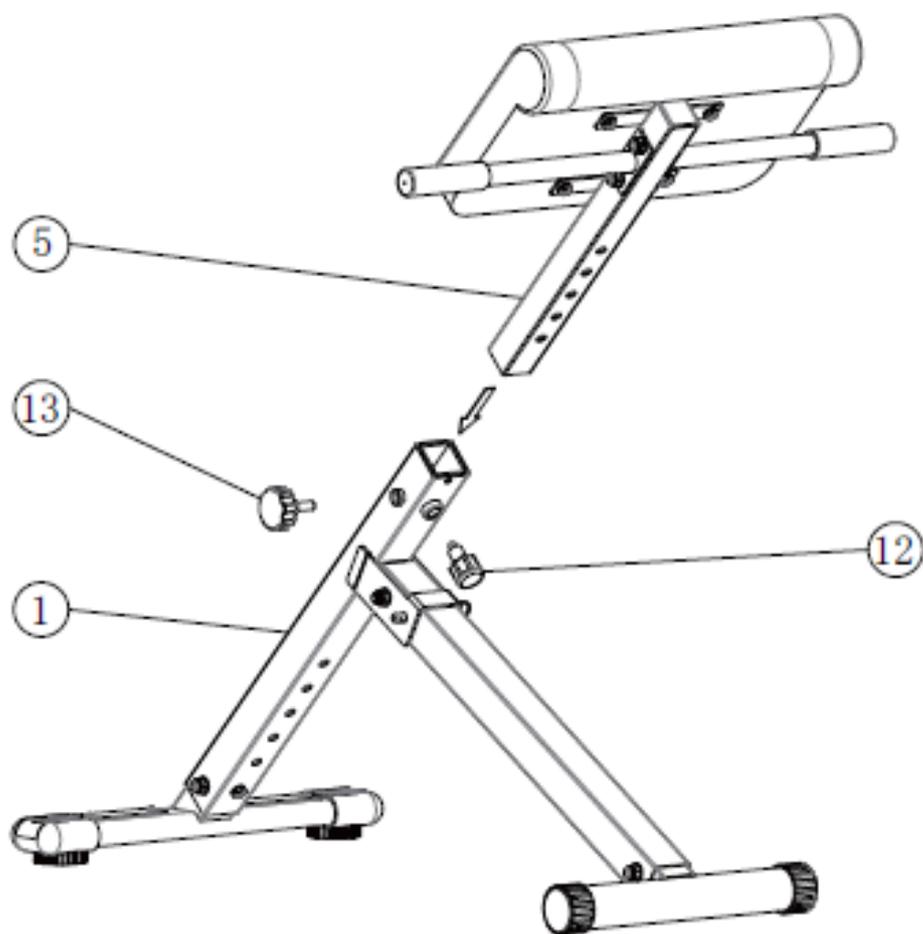


22. Открытый торцевой ключ



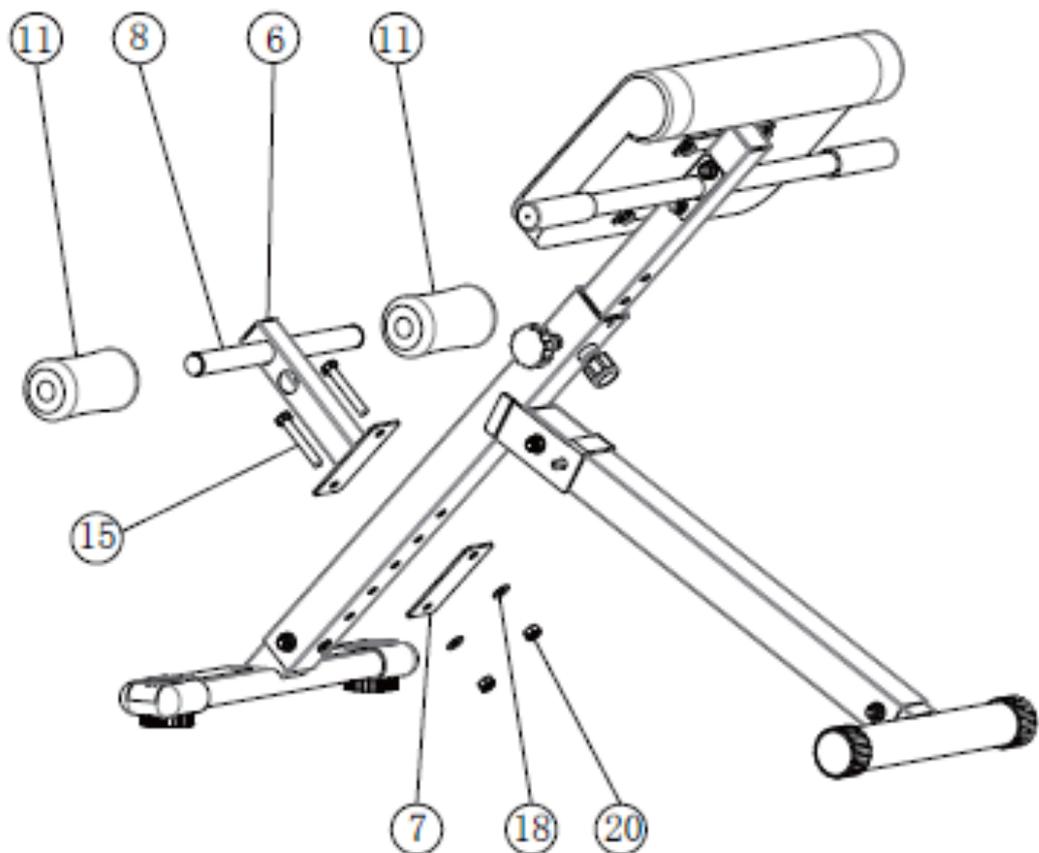
ШАГ 2:

Поместите (7-рукоятки) с обеих сторон (5-регулируемой внутренней стойки), вставьте (16-наружный шестигранный болт) в (5-регулируемую внутреннюю стойку), совмещая соответствующие отверстия, а затем установите (18-плоскую шайбу). (20-стопорная гайка) фиксируется с помощью (22-открытого торцевого ключа, 2 шт.), как показано на рисунке. Положите предварительно собранные (рукоятки и регулируемую внутреннюю стойку) на (10-подушку), выровняйте положение соответствующих отверстий, зафиксируйте (17- наружный шестигранный болт), (19-плоскую шайбу) с помощью (22-открытого торцевого ключа), как показано на рисунке.



ШАГ 3:

Вставьте (5-регулируемую внутреннюю стойку) в (1-регулируемую наружную стойку) и отрегулируйте на подходящую высоту для пользователя, чтобы выровнять с соответствующим отверстием для крепления (12-винта), предназначенного для фиксации, а затем вставьте (13-фиксатор) сбоку. Фиксатор должен быть зафиксирован и закреплен, как показано на рисунке.



ШАГ 4:

Вставьте (6-упор для ног) в (1-регулируемую наружную стойку) и отрегулируйте под рост пользователя, чтобы выровнять с соответствующим отверстием для крепления (15-наружного шестигранного болта) и вставьте его в (1-регулируемую наружную стойку). Выровняйте соответствующие отверстия, а затем зафиксируйте (9-фиксированный соединительный элемент), (18-плоскую шайбу), (20-стопорную гайку) с помощью (22- открытого торцевого ключа), как показано на рисунке.

Вставьте (8-пенную трубку) в (6-упор для ног), а затем вставьте (11-валики) в (8-пенную трубку) с обеих сторон, чтобы завершить сборку, как показано на рисунке.

5. УХОД И ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

1. Внимание! Уровень безопасности оборудования можно сохранить только при условии регулярного контроля на предмет повреждений и износа.
2. Незамедлительно замените неисправные детали и/или выведите оборудование из эксплуатации до окончания ремонта.

Особое внимание уделяйте деталям, наиболее подверженным износу.

3. Периодически смазывайте движущиеся части маслом для предотвращения преждевременного износа.
4. Оборудование можно протирать влажной тканью и мягким неабразивным моющим средством.

Не используйте растворители.

5. Не пытайтесь самостоятельно ремонтировать данное оборудование. Если у вас возникли какие-либо трудности при сборке, эксплуатации или использовании тренажера или вы считаете, что у вас отсутствуют детали, обратитесь к производителю или его сертифицированному представителю по обслуживанию.

6. ЭКОНОМНОЕ ХРАНЕНИЕ

- A. Чтобы сложить тренажер, ослабьте штифт (19#) под креплением подушки и вытащите его.
- B. Вставьте переднюю опорную стойку в направлении крепления подушки и фиксирующий штифт в отверстие внутренней регулируемой стойки.
- C. В такой компоновке можно компактно хранить оборудование, например, под кроватью или рядом со шкафом.

ТРЕНИРУЙТЕСЬ ВМЕСТЕ С

