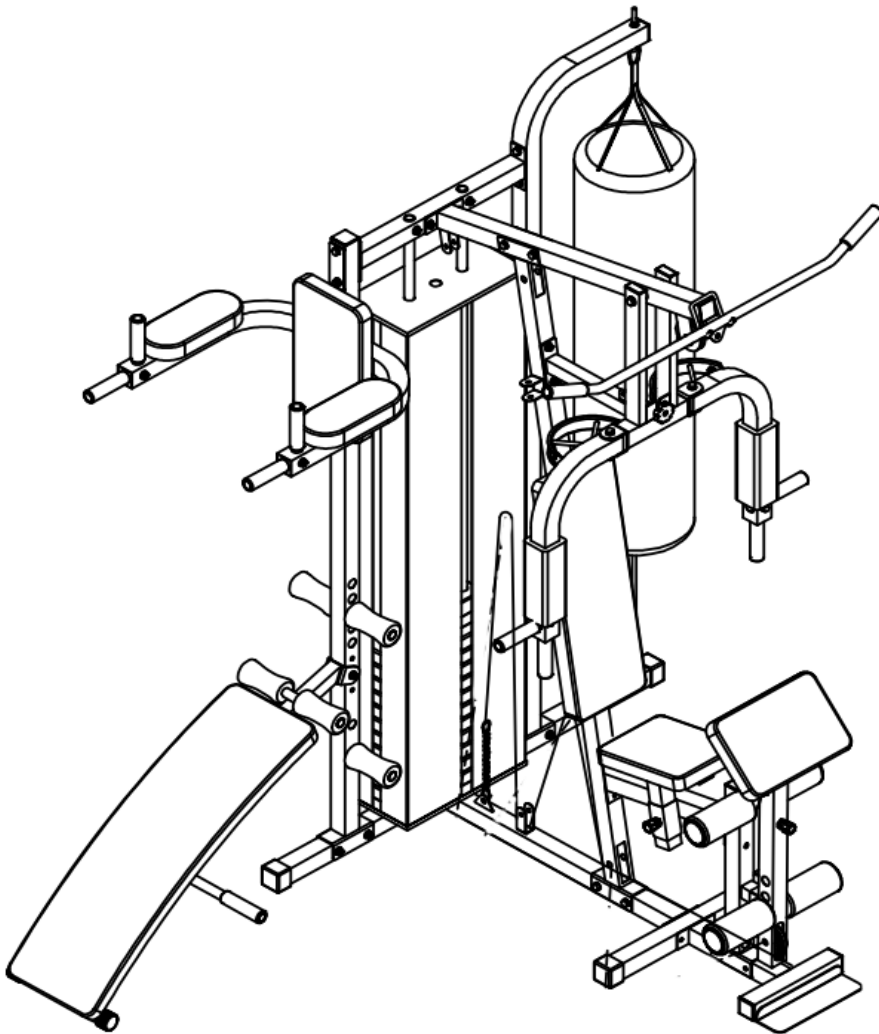




ATLAS

HERTZ Boxer 2



Ważne Informacje dotyczące bezpieczeństwa

Proszę zachować niniejszą instrukcję w celach informacyjnych.

1. Przeczytaj całą instrukcję przed rozpoczęciem składania i użytkowania sprzętu. Bezpieczne i sprawne użytkowanie jest uwarunkowane właściwym złożeniem, utrzymaniem i użytkowaniem. Do Twojej odpowiedzialności należy upewnienie się, że wszyscy użytkownicy sprzętu są poinformowani o wszelkich zagrożeniach i środkach ostrożności dotyczących użytkowania sprzętu.
2. Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu treningowego należy skonsultować się z lekarzem, w celu ustalenia czy istnieją jakiegokolwiek przeciwwskazania zdrowotne, które mogą narażać Twoje zdrowie lub bezpieczeństwo. Konsultacje z lekarzem są sprawą zasadniczą, jeżeli przyjmujesz leki wpływające na częstość akcji serca, ciśnienie krwi lub poziom cholesterolu.
3. Bądź świadomy sygnałów wysyłanych przez Twój organizm. Nieprawidłowy lub przesadny trening może uszkodzić Twoje zdrowie. Przerwij trening, jeżeli pojawi się którykolwiek z następujących objawów: ból, klucie w klatce piersiowej, nieregularne tętno, skrajnie płytki oddech, zawroty głowy, mdłości. Jeżeli doświadczysz któregokolwiek z wymienionych objawów, powinieneś skonsultować się z lekarzem przed wznowieniem treningów.
4. Trzymaj sprzęt poza zasięgiem dzieci i zwierząt domowych. Sprzęt jest zaprojektowany wyłącznie do użytku przez osoby dorosłe.
5. Użytkuj sprzęt na twardym, płaskim podłożu z dodatkową warstwą ochronną na podłogę lub dywan. Z przyczyn bezpieczeństwa, sprzęt powinien mieć 0,5 metra wolnej przestrzeni wokół.
5. Przed użytkowaniem sprzętu sprawdź, czy wszystkie śruby i nakrętki są ciasno dokręcone.
6. Odpowiedni poziom bezpieczeństwa użytkowania sprzętu może być utrzymany tylko wtedy, gdy jest on regularnie sprawdzany pod kątem oznak uszkodzenia lub zużycia.
7. Zawsze używaj sprzętu zgodnie z jego przeznaczeniem. Jeżeli zauważysz jakiegokolwiek defekty lub uszkodzenia części podczas montażu lub jeśli słyszysz dziwne dźwięki dochodzące z wnętrza urządzenia podczas użytkowania – zaniechaj używania do momentu zdiagnozowania i naprawienia problemu.
8. Podczas użytkowania sprzętu noś odpowiednią odzież. Unikaj luźnych ubrań, które mogą zostać wkręczone w ruchome elementy sprzętu, oraz ubrań utrudniających ruchy.
9. Sprzęt posiada , nadaje się wyłącznie do użytku domowego. Maksymalna waga użytkownika wynosi 130 kg.
10. Sprzęt nie nadaje się do użytku terapeutycznego.
11. Podczas przesuwania lub przenoszenia sprzętu należy podjąć odpowiednie środki ostrożności w celu uniknięcia uszkodzenia kręgosłupa. Zawsze podnoś sprzęt w prawidłowy, bezpieczny sposób, lub skorzystaj z pomocy osób trzecich.

DANE TECHNICZNE:

wymiary :

- wysokość: 213 cm
- długość: 166cm
- szerokość: 240cm

(do komfortowego treningu należy doliczyć co najmniej 1 m z każdej strony)

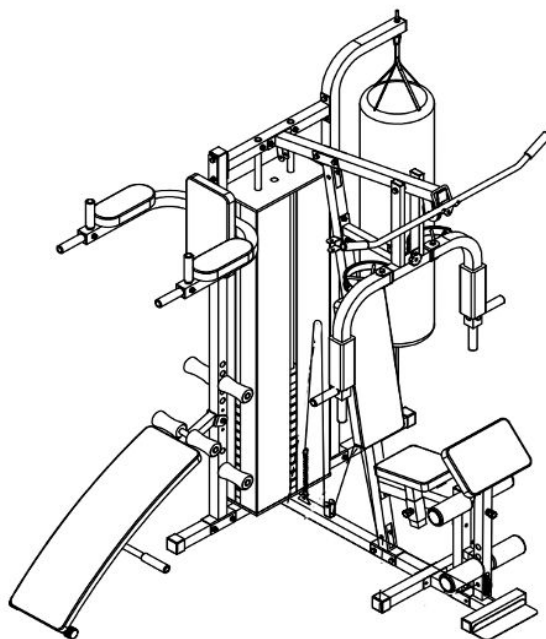
maksymalna waga użytkownika : 120 kg (dla stanowiska do podciągania nóg : 110 kg)

waga stosu : 65 kg

wyposażenie :

- trener klatki piersiowej - wyciskanie, rozpiętki
- górny drążek - podciąganie na drążku, trening tricepsów
- trener nóg
- dolny drążek - trening na modlitewniku, trening z gryfem, woślaz
- ławka wygięta z regulowaną wysokością i hantlami
- stanowisko do podciągania nóg
- stanowisko z uchwytami do pompek

Do użytku domowego, klasa urządzenia H ,nie nadaje się do celów rehabilitacyjnych



SERWISOWA LISTA CZĘŚCI

Nr	NAZWA	ilosc
1	Upright Column	1
2	Bottom Tube	1

Nr	NAZWA	ilosc
36	Bone Foam Cotton	4
37	Dumbbell	2

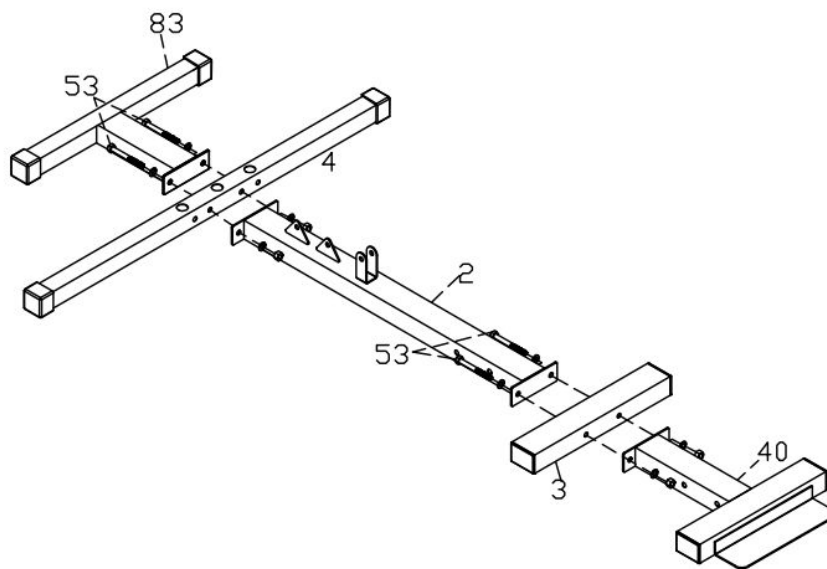
Nr	NAZWA	ilosc
72	Hanger Bolt M10	1
73	Insurance Buckle	7

3	Forefoot Tube	1
4	Rear Foot Tube	1
5	Auxiliary Column	1
6	Upper Handrail	2
7	Portal Frame	1
8	Upper Beam Pipe	1
9	Upper Transverse Tube	1
10	Rocker Arm (R)	1
11	Rocker Arm (L)	1
12	Sand Bag Column	1
13	Sandbag Tube	1
14	Supine Plate	1
15	Long Handle	1
16	Slide Bar	2
17	Little Hammer	1
18	Seat Tube	1
19	Chest Tube	1
20	Front Swing	1
21	Short Handle	1
22	Mesh Support	2
23	Meshes	2
24	Supine Plate Handle	1
25	Earthbags	1
26	Back Pad	1
27	Plastron	1
28	Seating Washer	1
29	Hand Gasket	2
30	Long-Foamed Cotton Pipe	2
31	Short Bubble Cotton Pipe	2
32	Antipriming Pipe	1
33	Small Handle Tube	4
34	Straight Foam Cotton	4
35	Big Foam Cotton	2

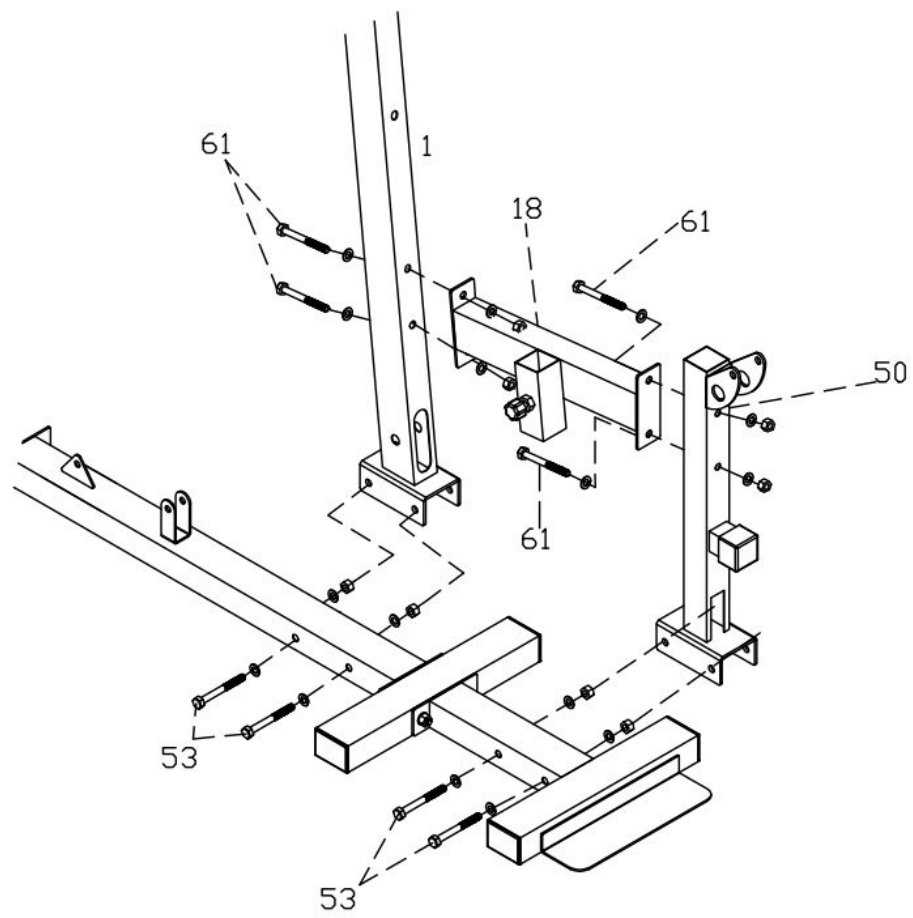
38	Bubble Cotton	12
39	Chain	2
40	Front Running Board	1
41	Pulley Yoke	1
42	Butterfly	2
43	Pulley Connector	2
44	Screw M12X150	1
45	Cigarette Tip Screw	1
46	Pulley	13
47	Anise Blossom	1
48	Weight Block Cushion	2
49	Screw M12X80	2
50	A-Post	1
51	Large Powder Metallurgy	6
52	Anti-Loose Nut M12	3
53	Screw M10X70	20
54	Flat Gasket M10	118
55	Anti-Loose Nut M10	54
56	Screw M8X45	1
57	Flat Gasket M8	14
58	Anti-Loose Nut M8	7
59	Screw M10X60	8
60	Screw M8X60	6
61	Screw M10X65	20
63	Spring Pull Pin	1
64	Cushion Regulating Tube	1
65	Sheet Iron	2
66	Auxiliary Backplane	1
67	Weight Block Bushing	1
68	Dowel ϕ 10	1
69	Flat Weight Block	11
70	Square Weight Block	1
71	Large Gasket	1

74	Ball Free Wire Rope	1
75	Single Ball Wire Rope	1
76	Single Ball Belt Bolted Wire Rope	1
77	Screw M10X75	2
78	Small Powder Metallurgy	8
79	Screw M6X16	2
80	Flat Gasket M6	6
81	Screw M10X25	2
82	Screw M10X45	11
83	Rear Foot Tube	1

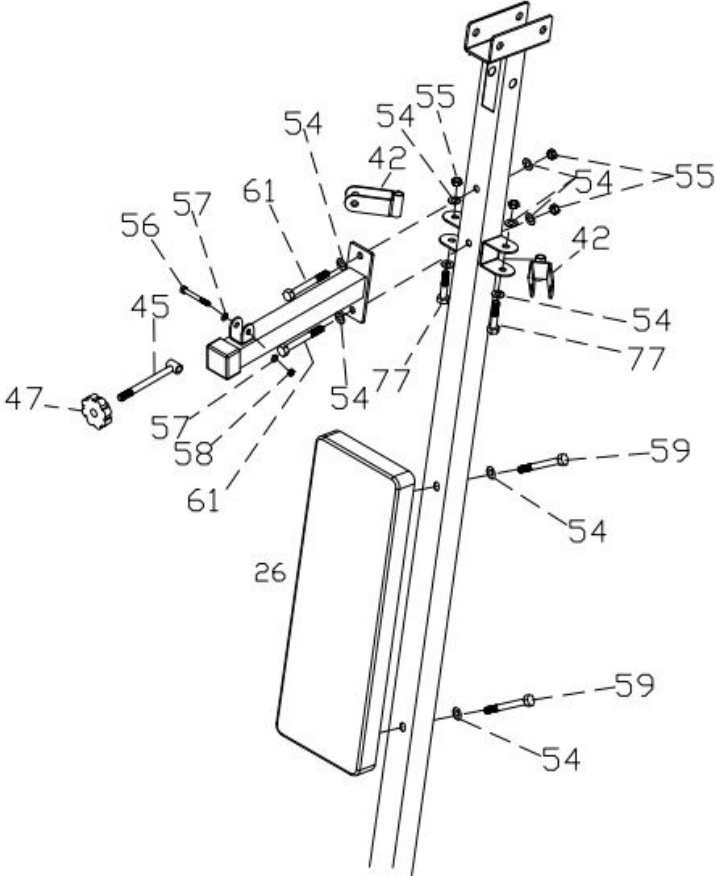
KROK 1



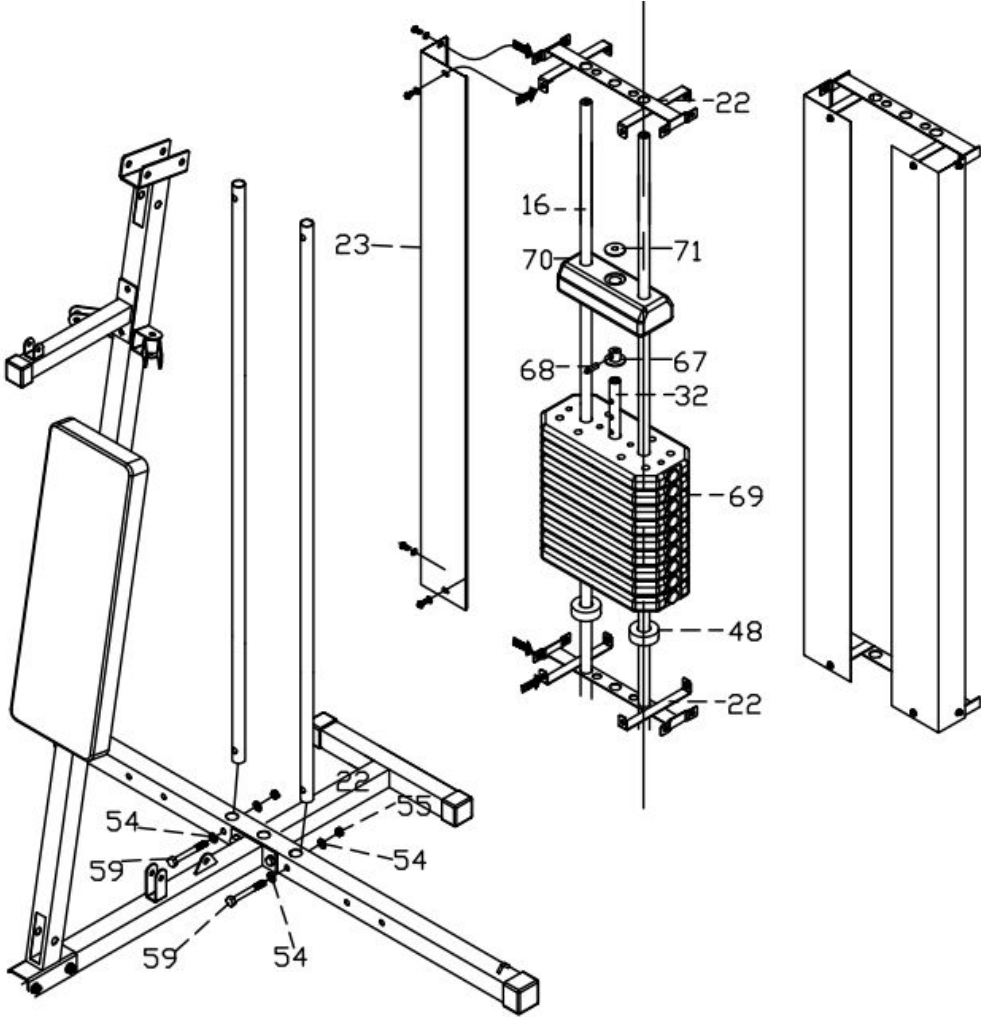
KROK 2



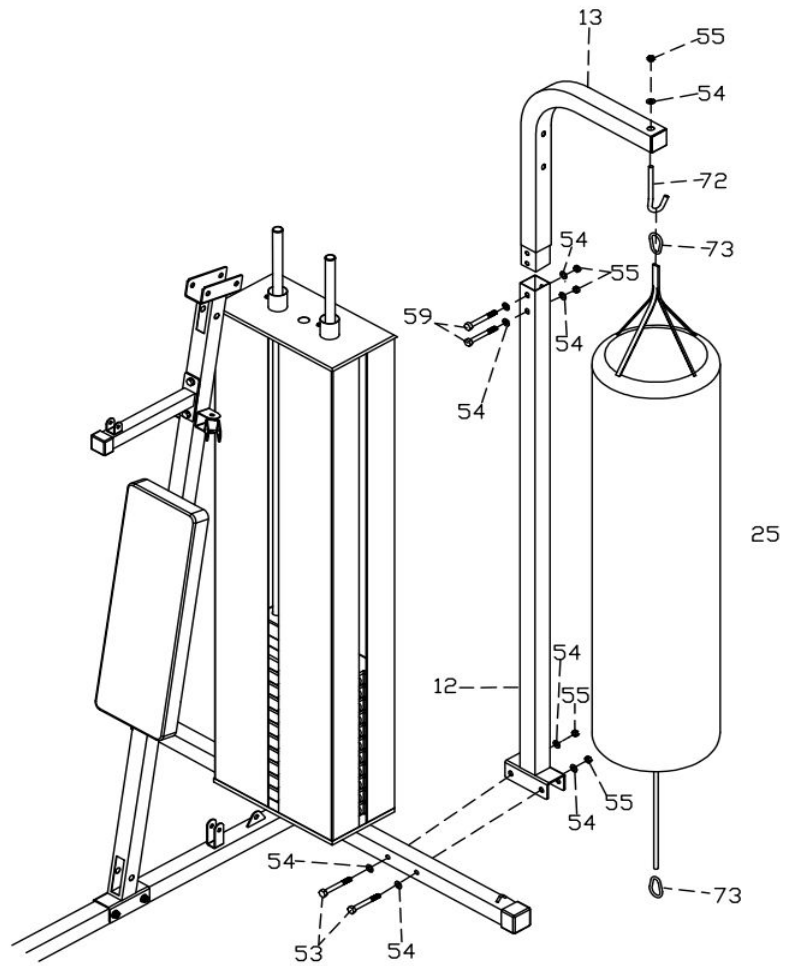
KROK 3



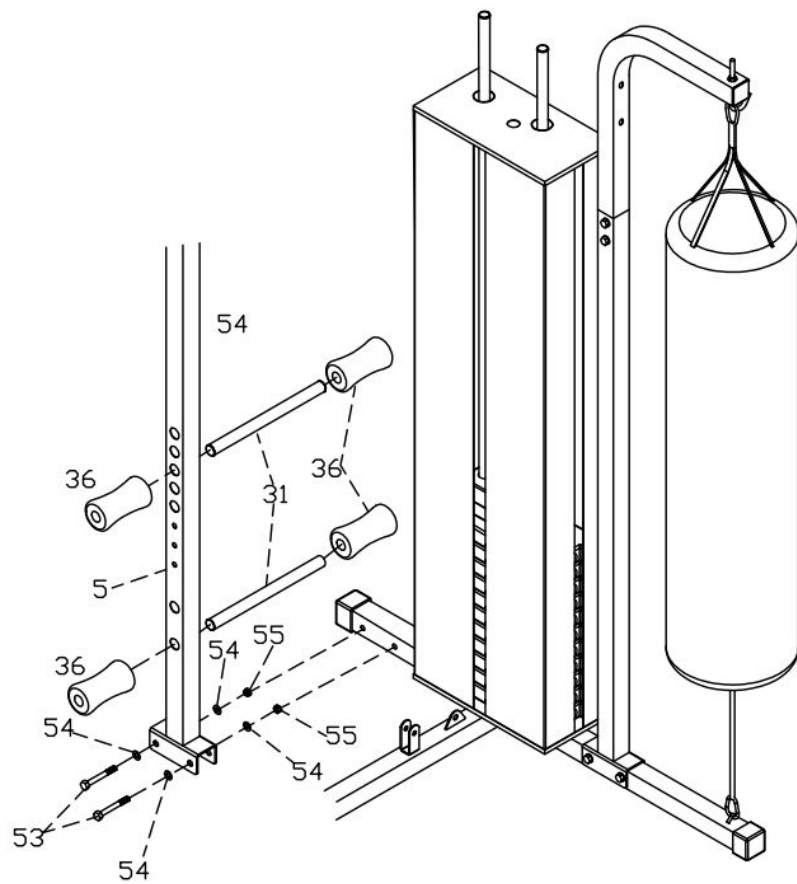
KROK 4



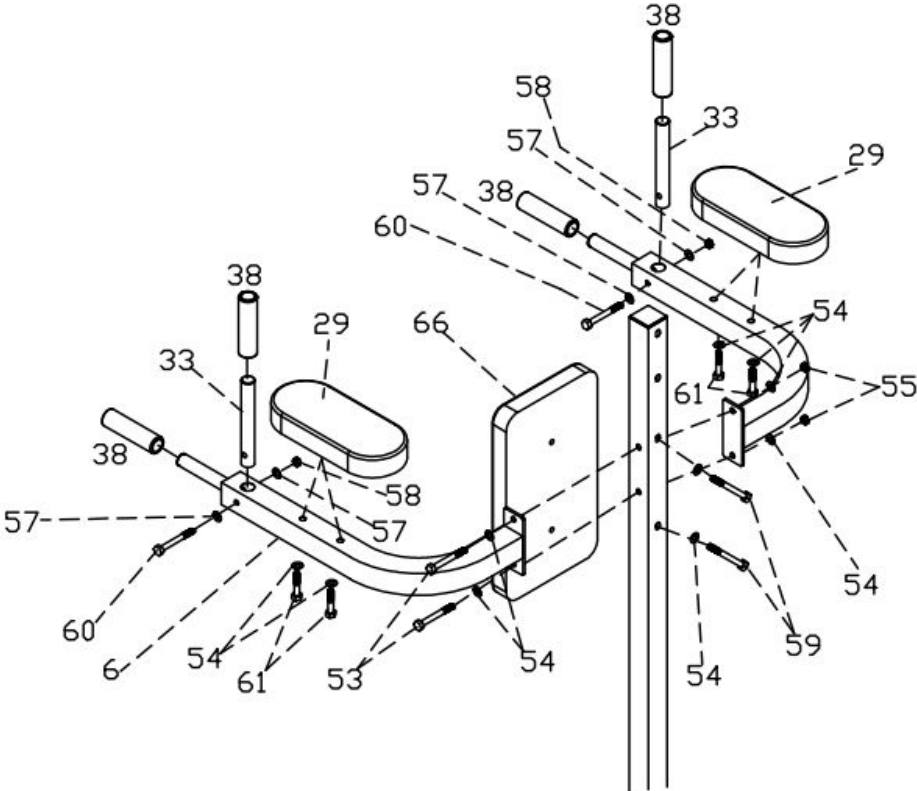
KROK 5



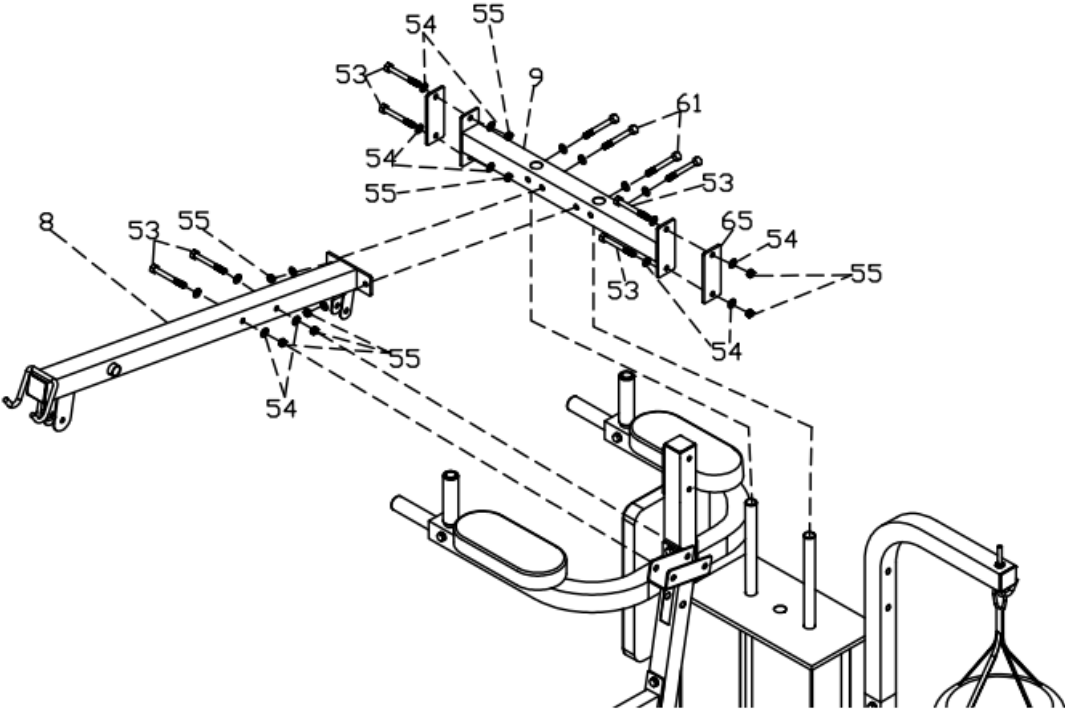
KROK 6



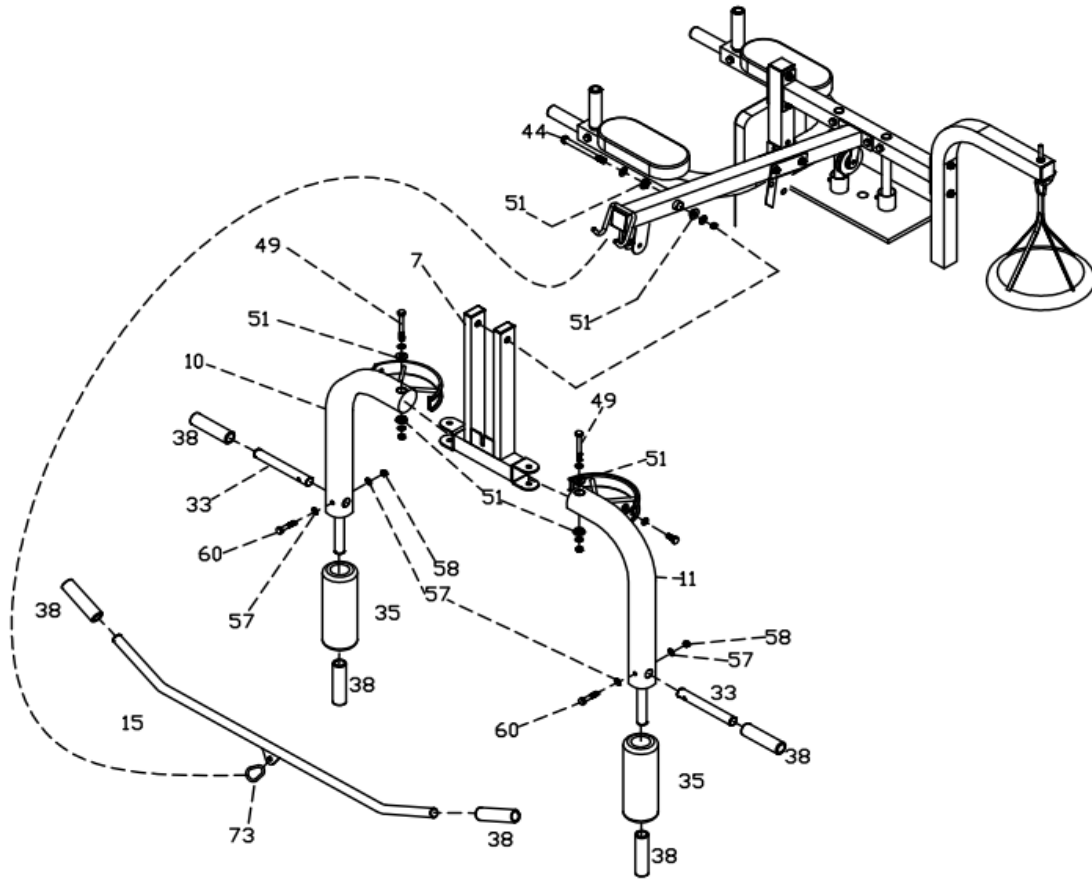
KROK 7



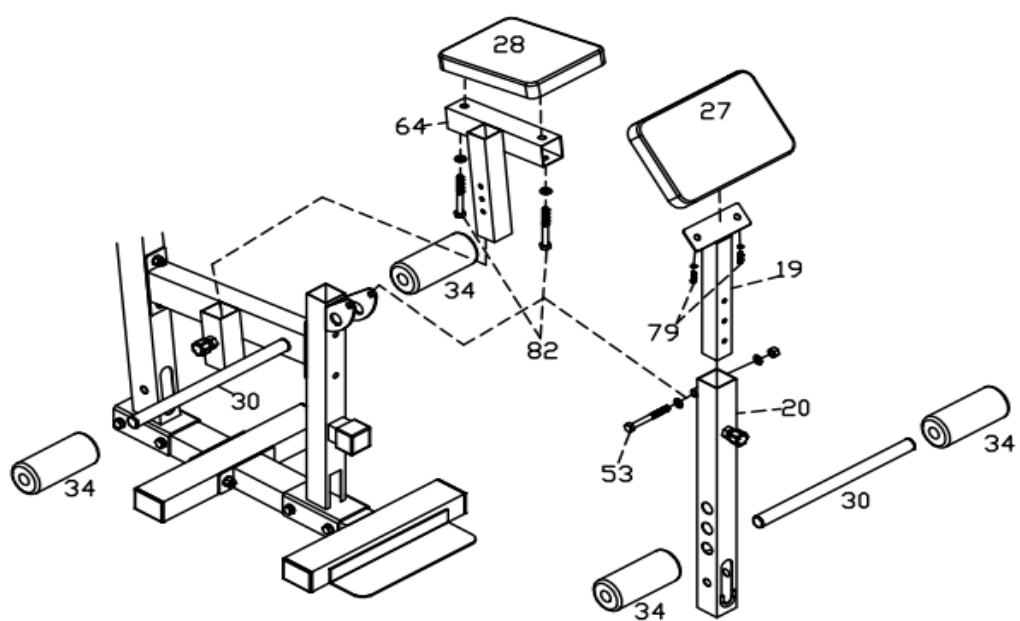
KROK 8



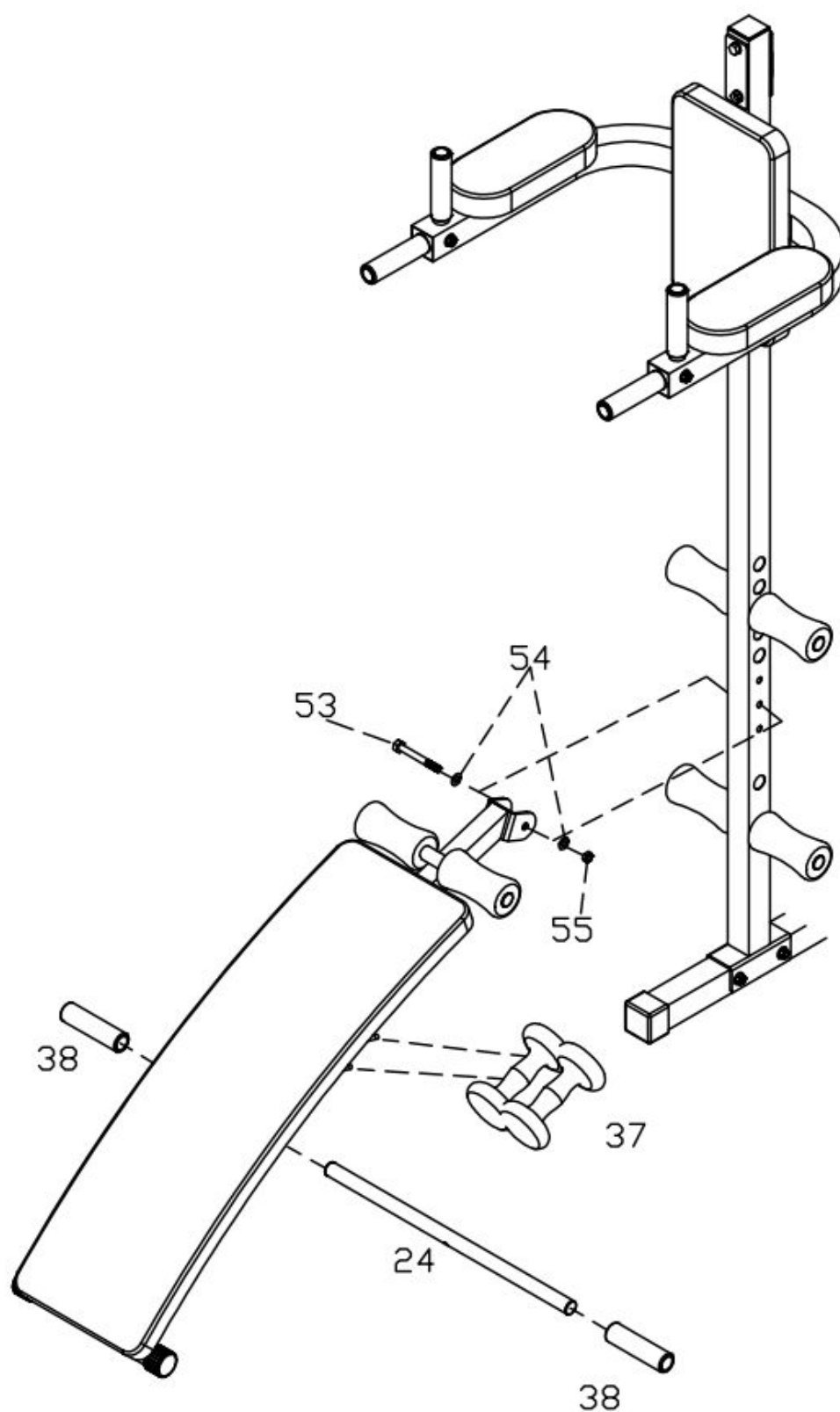
KROK 9



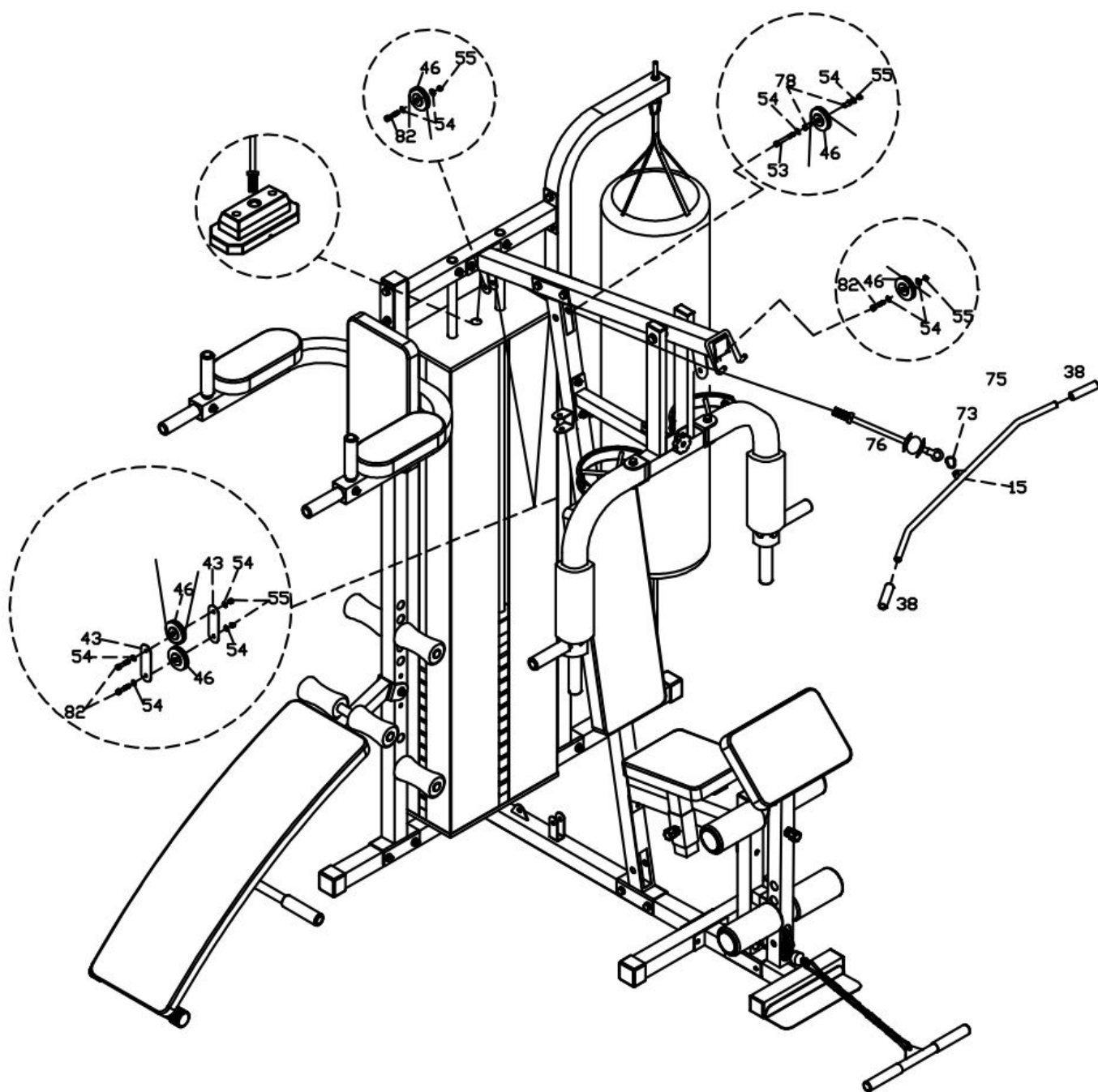
KROK 10



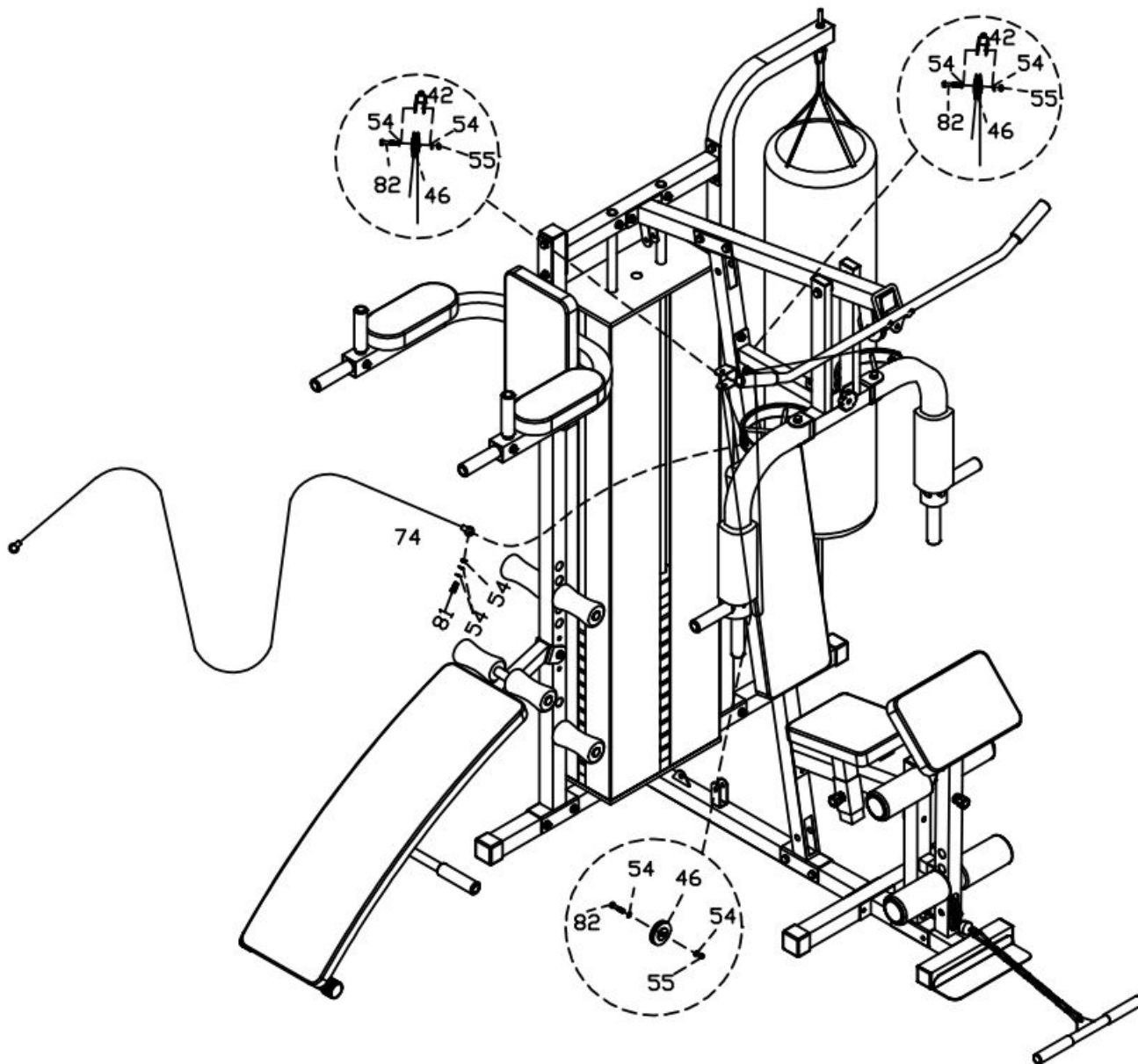
KROK 11



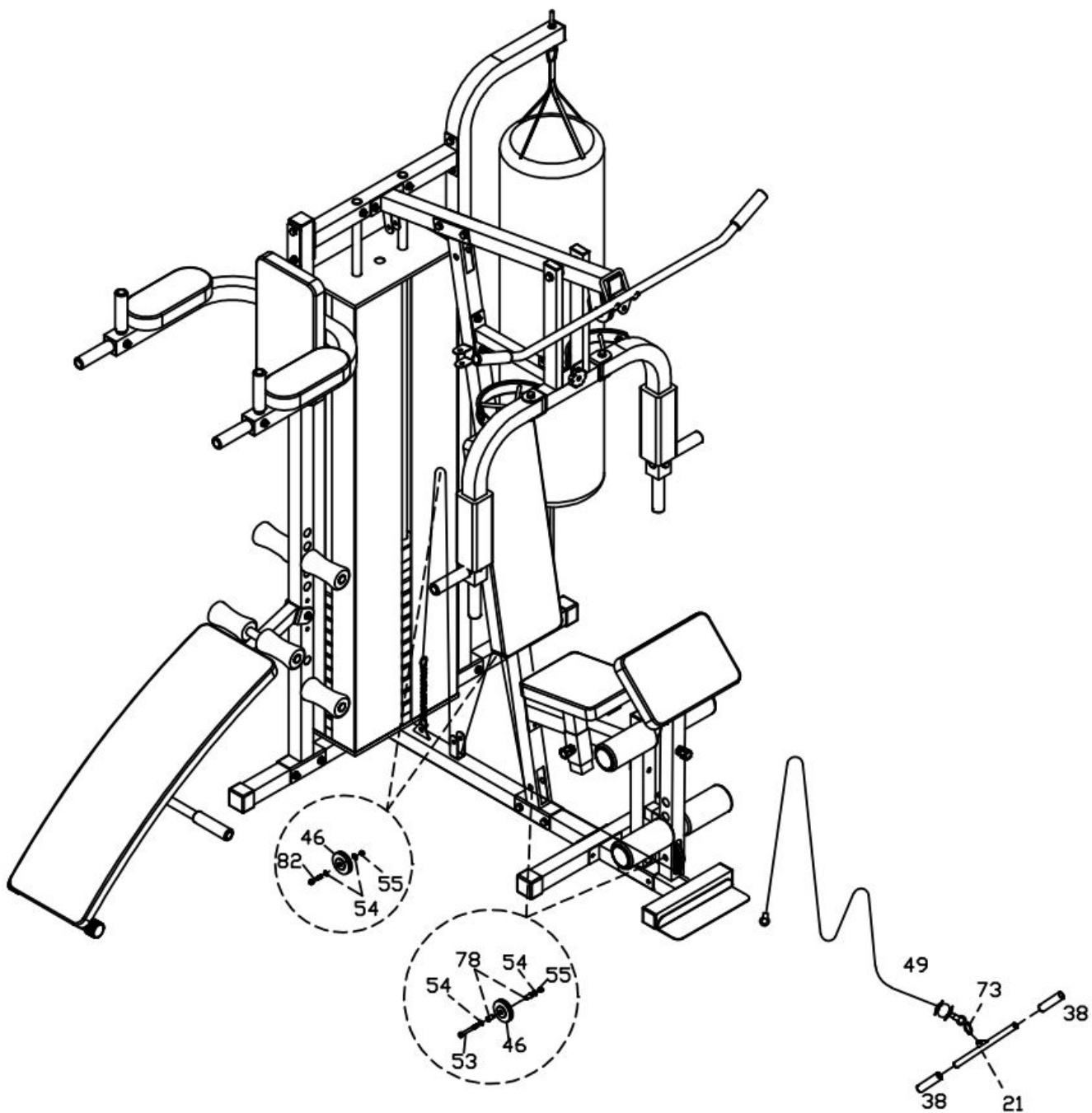
KROK 12 Instalacja linki oraz kółek.



1. Jedną z końcówek linki zakończoną jest śrubą drugą haczykiem z gumową kulką odbijającą
2. Końcówkę linki z śrubą wkręć do stosu obciążeń następnie poprowadź linkę zgodnie z rys. przez wszystkie bloczki. Do drugiej końcówki z oczkiem, podwiesz długi drążek używając karabińczyka.



- 1.** Obie końcówki linki zakończone są kółkiem:
- 2.** Po pierwsze zamontuj jedną z końcówek linki na haczyku ramienia do rozpiętek.
- 3.** Przelóż linkę przez bloczki tak jak pokazano na rys. Następnie zamontuj drugą końcówkę linki z kółkiem na haczyku drugiego ramienia do rozpiętek. .



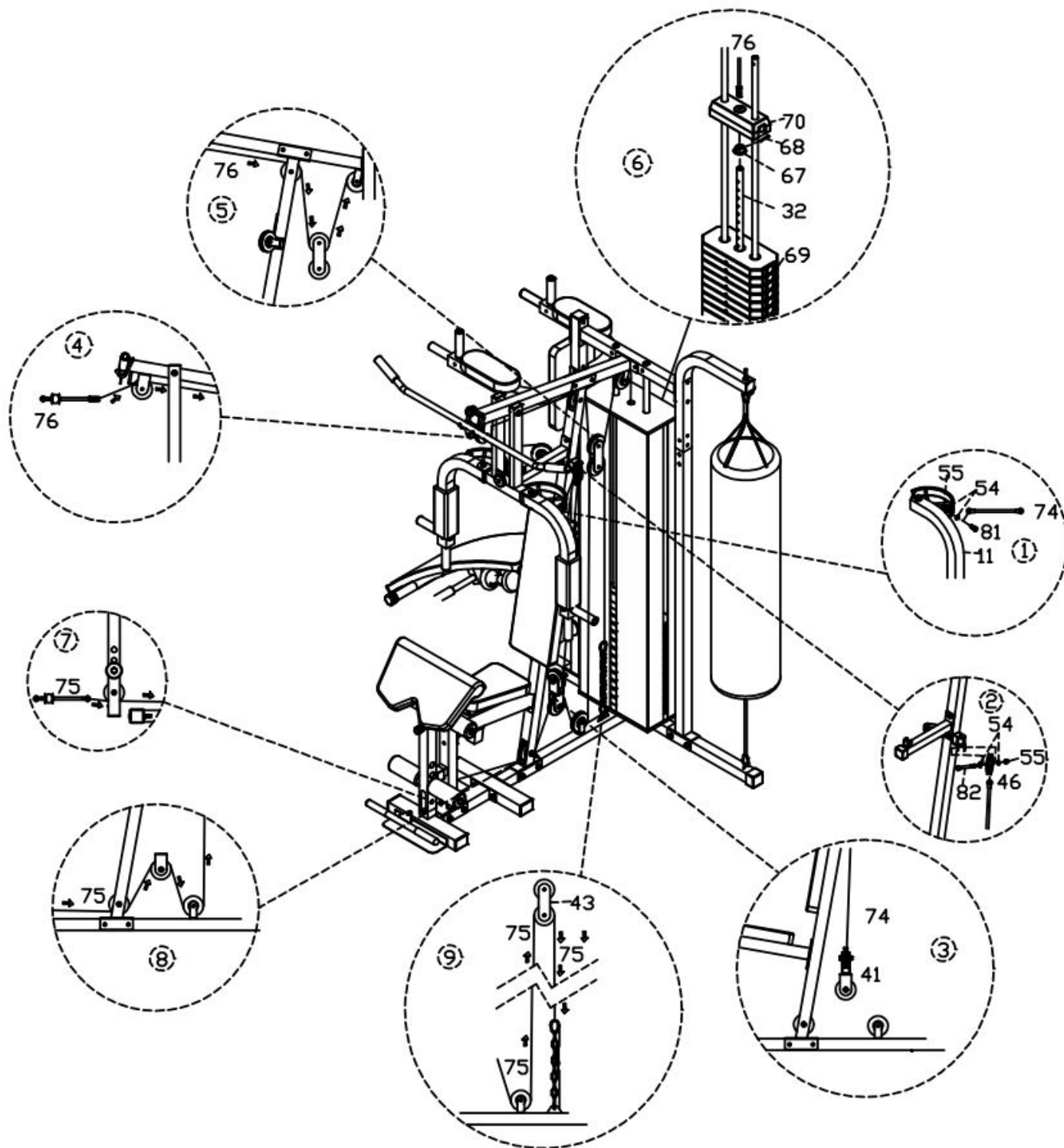
Zgodnie z rys powyżej poprowadź linkę 49. I zamontuj bloczki zgodnie ze schematami.

Pamiętaj że linki mają dwa typy zakończeń . Końcówkę linki z oczkiem zamontuj na łańcuchu (75) za pomocą karabinka. Druga końcówka linki z oczkiem i gumowym odbojnikiem mocowana powinna być do krótkiego drążka (21) .

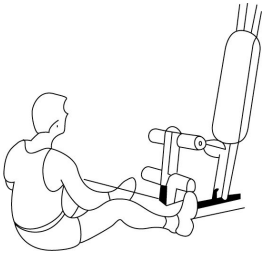
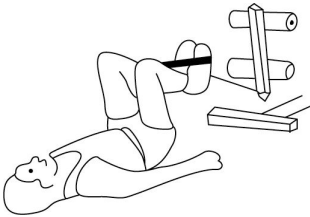
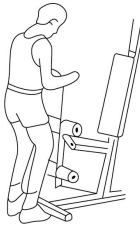



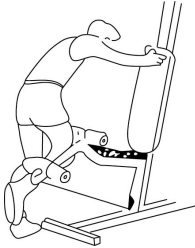

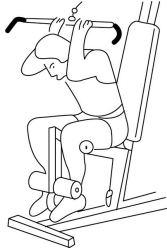
Poprowadź pozostałe linki zgodnie z ry. Poniżej

No. 81 10x25 śruby (2 szt)

No. 82 M10x45 śruby (9 szt)



INSTRUKCJE ĆWICZEŃ

<p style="text-align: center;">1</p>  <p>PRZYCIĄGANIE DRAŻKA</p> <p>PRZYMOCUJ GRYF "T" DO DOLNEGO KOŁA PASOWEGO. USIĄDŹ Z NOGAMI WSPARTYMI O ATLAS. NOGI LEKKO UGIĘTE. PRZYCIĄGAJ DRAŻEK DO BRZUCHA.</p>	<p style="text-align: center;">2</p>  <p>UNOSZENIA KOLAN</p> <p>PRZYMOCUJ GRYF "T" DO DOLNEGO KOŁA PASOWEGO. POŁÓŻ SIĘ NA PLECACH. UMIEŚĆ DRAŻEK MIĘDZY STOPAMI. PRZYCIĄGAJ KOLANA DO PIERSI NAJDALEJ JAK UMIESZ.</p>	<p style="text-align: center;">3</p>  <p>ZGIĘCIA RAMION</p> <p>PRZYMOCUJ GRYF "T" DO DOLNEGO KOŁA PASOWEGO. STAŃ PROSTO Z RĘKAMI PROSTYMI WZDŁUŻ TUŁOWIA. DOCIŚNIJ ŁOKCIE DO TUŁOWIA. UNOŚ PRZEDRAMIONA.</p>
<p style="text-align: center;">4</p>  <p>UGIĘCIA MODLITEWNIKOWE</p> <p>PRZYMOCUJ GRYF "T" DO DOLNEGO KOŁA PASOWEGO UNIEŚ PIANKOWE ZACZEPY KOLAN NA NAJWYŻSZY POZIOM. POŁÓŻ ŁOKCIE NA PIANKACH ZŁAP GRYF I UGINAJ PRZEDRAMIONA.</p>	<p style="text-align: center;">5</p>  <p>UGIĘCIA MODLITEWNIKOWE ODWROTNE</p> <p>POSTĘPUJ TAK JAK PRZY UGIĘCIACH MODLITEWNIKOWYCH ALE ZŁAP GRYF NACHWYTEM.</p>	<p style="text-align: center;">6</p>  <p>UGIĘCIA NADGARSTKÓW</p> <p>POSTĘPUJ TAK JAK PRZY UGIĘCIACH MODLITEWNIKOWYCH. OPRZYJ NADGARSTKI O PIAŃKI I UGINAJ NADGARSTKI.</p>
<p style="text-align: center;">7</p>  <p>ZGIĘCIA NÓG</p> <p>ĆWICZENIE WYKONUJE SIĘ NA KAŻDĄ NOGĘ OSOBNO. UNIEŚ ZACZEPY KOLAN NA NAJWYŻSZY POZIOM. ZACZEP NOGĘ I UGINAJ NOGĘ W KOLANIE.</p>	<p style="text-align: center;">8</p>  <p>WYPROSTY NÓG</p> <p>UMIEŚĆ ZACZEPY KOLANA NA NAJNIŻSZYM POZIOMIE. ZACZEP NOGI I PROSTUJ JE.</p>	<p style="text-align: center;">9</p>  <p>BRZUSZKI</p> <p>PRZYŁĄCZ GRYF "T" DO GÓRNEGO KOŁA PASOWEGO. UMIEŚĆ ZACZEPY KOLAN NA NAJNIŻSZYM POZIOMIE. ZACZEP NOGI I ZŁAP GRYF I UGINAJ TUŁÓW.</p>

WARUNKI GWARANCJI :

Importer tego urządzenia zapewnia, że urządzenie to zostało wykonane z wysokiej jakości materiałów. Warunkiem dorozumianej gwarancji jest użytkowanie zgodne z instrukcją obsługi. Niewłaściwe użycie i / lub nieprawidłowy transport może spowodować utratę gwarancji.

Gwarancja przewidziana jest na okres 2 lat począwszy od daty zakupu. Jeśli nabyte urządzenie jest wadliwe, prosimy o niezwłoczny kontakt z Sprzedawcą .

Uwagi:

Jeśli podczas ćwiczenia urządzenie wydaje dźwięki, skrzypi nie stanowi to przeszkody w korzystaniu z urządzenia oraz nie stanowi przedmiotu reklamacji. Problem ten można usunąć w trakcie bieżącej konserwacji

Gwarancja nie obejmuje:

- uszkodzeń mechanicznych (np.rozcięcie wyrobu lub jego części podczas rozpakowywania itp)
- uszkodzenie dokonane przez czynniki zewnętrzne.(wpływ niskiej/wysokiej temperatury,wody,wilgoci, nadmierny nacisk lub uderzenie)
- działanie nieautoryzowanych podmiotów I prób samodzielnych napraw.
- niewłaściwe obchodzenie się z produktem.
- niestosowanie się do instrukcji obsługi.
- uszkodzeń z winy użytkownika (nieprofesjonalna próba sprzedaży, niewłaściwy montaż)

Gwarancja nie obejmuje również elementów narażonych na bezpośrednie zużycie związane z użytkowaniem.

W 99% przypadków przyczyną zerwania linek jest ich wypadnięcie z prowadnic kół pasowych. Linki mogą ulegać poluzowaniu; regularnie sprawdzaj napięcie linek za pomocą łańcucha. Linki oraz kółka pasowe jako części eksploatacyjne nie są objęte gwarancją.

Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku prywatnego/domowego.

Gwarancja nie ma zastosowania do profesjonalnego wykorzystania.

W razie potrzeby części zamienne mogą być zamawiane u Sprzedawcy.

Ewentualne poważniejsze usterki sprzętu, wymagają dostarczenia urządzenia do Sprzedawcy.

Lp.	Data zgłoszenia	Data zakupu	Przebieg napraw	Podpis serwisanta

Importer :
Hertz Fitness Sp.z o.o. Sp.K.
ul.Grażyńskiego 40
43-300 Bielsko Biała
wyprodukowano w Chinach