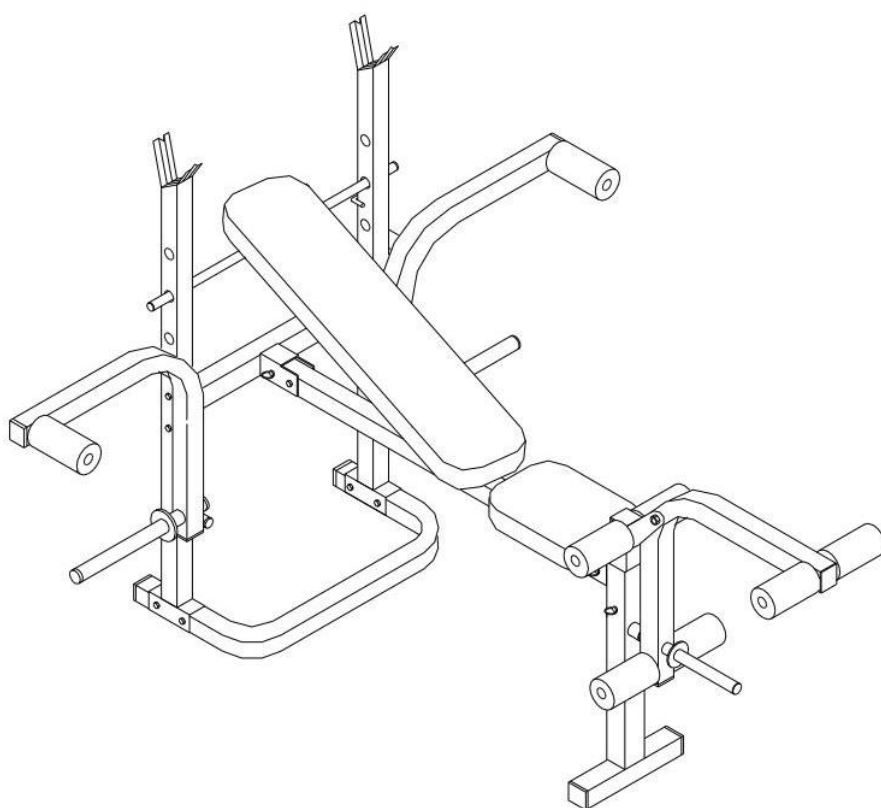




ספת כושר מתקפלת

TARGET 104



חוברת למשתמש

אזהרות והוראות בטיחות

לפני השימוש במכשיר כושר זה, או לפני תחילת תוכנית אימונים כלשהי, היוועץ ברופא האישי שלך.

הדבר חשוב במיוחד עבור אנשים מעל גיל 35 ו/או אנשים עם בעיות בריאות קיימות.

היצרן ו/או היבואן אינם נושאים באחריות לפגיעה גופנית או לנזק לרכוש שנגרם כתוצאה

מהשימוש במוצר זה או באמצעותו.

באחריות בעל המכשיר לוודא כי כל המשתמשים במכשיר זה קראו את ההוראות ומכירים את

מידע הבטיחות ואת אמצעי הזהירות.

יש לבדוק תמיד את המכשיר לפני השימוש כדי לוודא שכל החלקים תקינים ופועלים כראוי.

המכשיר בנוי לבטיחות המשתמש. עם זאת, חובה לנקוט אמצעי זהירות בכל מכשיר כושר.

הקפד לקרוא את המדריך לפני הפעלת של המכשיר. שים לב במיוחד לאמצעי הזהירות הבאים:

1. לפני תחילת תוכנית אימונים כלשהיא, חובה להיוועץ ברופא האישי שלך !

2. הרחק ילדים וחיות מחמד מהמכשיר בכל עת. לעולם אל תשאיר ילדים בלי השגחה ליד המכשיר או על המכשיר !

3. רק אדם אחד רשאי להשתמש במכשיר בכל זמן נתון. (אלא אם כן צוין אחרת במפרט)

4. אם המשתמש חווה בחילות, סחרחורות, כאבים בחזה או כל תסמינים חריגים אחרים, עליו לעצור את האימון ולהתייעץ מיד עם רופא.

5. מקם את המכשיר בטוח בתוך מבנה סגור. אין למקם את המכשיר במקום פתוח. יש להשתמש רק על משטח ישר, אופקי ויציב.

6. הרחק את הידיים מכל החלקים הנעים במכונה.

7. לבש בגדים המתאימים לפעילות גופנית. חובה לנעול נעליים סגורות. אסור להשתמש במכשיר זה ברגליים יחפות, סנדלים או גרביים.

8. השתמש במכשיר לשימוש הייעודי שלו בלבד, כמתואר במדריך זה.

9. חל איסור שימוש מוחלט לנשים בהריון, אנשים עם בעיות עמוד שידרה או איברים פנימיים, פגיעות קרסול או בעיות מפרקים, וכל בעיה רפואית אחרת.

10. אנשים עם מוגבלות מחויבים באדם משגיח או רופא מוסמך לצידם בעת השימוש במכשיר. אין להשתמש במכשיר ללא השגחה של גורם מתאים.

11. בצע תרגילי מתיחות על מנת להתחמם כראוי לפני השימוש במכשיר.

12. לעולם אל תשתמש במכשיר אם אינו פועל כראוי.

13. מומלץ מאוד להתאמן עם אדם נוסף שישגיח (spotter).

חובה להיוועץ ברופא האישי שלך לפני התחלת תכנית אימון הואיל והשימוש במכשיר כרוך במאמץ גופני ו/או בתנועות העשויים להיות אסורים במצבך הגופני או הרפואי !!!

מבוא

קרא את המדריך המלא לפני שתנסה להרכיב או להשתמש במכשיר. המדריך מסביר שלב אחר שלב איך להרכיב את המכשיר בצורה נכונה.

לפני ההרכבה הוצא את החלקים מהקרטון ובדוק מול רשימת החלקים במדריך כדי לוודא שכל החלקים קיימים ותקינים. אם חסרים חלקים, צור קשר עם היבואן לקבלת חלקי חילוף.

תיקון המכשיר (או קבלת שירות) צריך להתבצע רק על ידי טכנאי מטעם היבואן. אי ביצוע ההוראות **יבטל את האחריות**. תיקון המכשיר על ידי מי שאינו נציג של היבואן **יבטל את האחריות**. שירות על ידי כל אדם אחר יגרום **לביטול האחריות על המכשיר**. יש להשתמש רק בחלקי חילוף מקוריים של יצרן מכשיר זה. שימוש בחלקי חילוף אחרים **עלול לגרום לאובדן האחריות על המכשיר**.

בעת הרכבת המכשיר יש להדק היטב את כל הברגים.

חשוב ! יש להשתמש בדסקיות הקפיציות בכל מקום בו הן מופיעות בתרשים

מומלץ להניח שטיחון גומי מתחת למכשיר כדי להגן על הרצפה או על השטיח ולניקוי קל יותר

תחזוקה כללית*

1. בדוק לפני אימון את כל הכבלים על מנת לוודא תקינותם. וודא שאין פגמים או חתכים לכל אורך הכבלים.

2. אם יש סימני נזק לכבל כלשהו, החלף אותו מיידית. לעולם אין להשתמש במכשיר עם כבלים פגומים/בלויים !!!

3. אין להשתמש במכשיר או לאחסנו במקום פתוח.

4. בדוק תכופות את החיבורים, הידיות, המשקולות והפינים על מנת לוודא תקינות. אם קיים פגם או נזק, החלף באופן מיידי.
5. שים לב ופעל על פי האזהרות המופיעות על מדבקות האזהרה.
6. נגב באופן סדיר את עמודי המשקולות והמוטות הנעים בעזרת מטלית יבשה או, במידת הצורך, שמן אותם בחומר סיכה המבוסס על טפלון.
7. בדוק תכופות את כל המכשיר על מנת לוודא שאין בו כל פגמים או נזקי בלאי.

עיתוי ביצוע בדיקות ותחזוקה*:

- שבועי - בדיקת חיבורים, פינוי משיכה, גלגלות, פינוי משקולות.
- שבועי - ניקוי ריפודים.
- שבועי - בדיקת כבלים ומחזיקי כבלים.
- שבועי - בדיקת הידוק כיסויי בטיחות.
- חודשי - בדיקת ידיות ומוטות נלווים.
- חודשי - בדיקת כל הברגים וחיזוקם במידת הצורך.
- חודשי - בדיקת יציבות המכשיר ומניעת החלקתו.
- תלת חודשי - ניקוי ושימון בסיליקון של כל עמודי המשקולות.
- תלת חודשי - ניקוי ושימון כל החלקים נעים.
- שנתי - בדיקה מקיפה של כל המכשיר.
- דו שנתי - החלפת כל הכבלים, הרצועות והמחברים במכשיר.

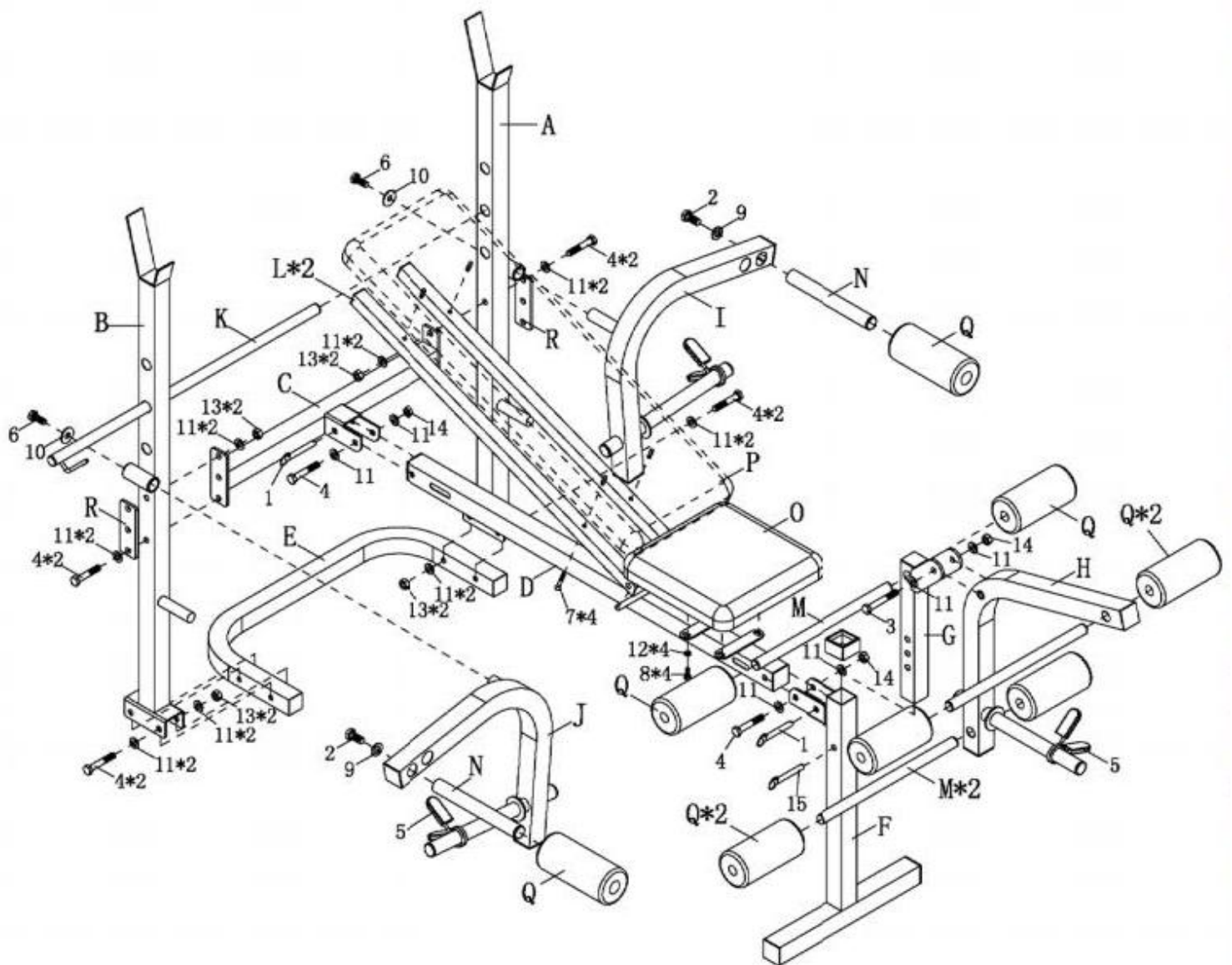
***הערה:** ייתכן ובמכשיר שברשותך לא כלולים חלק מהחלקים הרשומים למעלה

טלפון מחלקת השירות של היבואן: 03-5186372

רשימת חלקים

NUMBER	DESCRIPTION	QUANTITY
A	BACK LEFT UPRIGHT BEAM	1
B	BACK RIGHT UPRIGHT BEAM	1
C	BACK CROSS BEAM	1
D	MAIN BENCH FRAME	1
E	BOTTOM BEAM	1
F	FRONT BEAM	1
G	ADJUST LEG EXTENSION SUPPORT	1
H	LEG EXTENSION BEAM	1
I	LEGT BUTTERFLY BEAM	1
J	RIGHT BUTTERFLY BEAM	1
K	ADJUSTABLE ROD FOR BACK CUSHION	1
L	BACK CUSHION FRAME	2
M	LONG FOAM TUBE	3
N	SHORT FOAM TUBE	2
O	SEAT CUSHION	1
P	BACK CUSHION	1
Q	FOAM ROLLER	8
R	JOINT PLATE	2
1	PIN $\Phi 10 \times 60$	2
2	HEX HEAD BOLT M12*20	2
3	HEX HEAD BOLT M10*65	1
4	HEX HEAD BOLT M10*60	10
5	SPRING CLIP	3
6	HEX HEAD BOLT M10*25	2
7	CROSS HEAD BOLT M6*40	4
8	HEX HEAD SCREW M6*16	4
9	WASHER $\Phi 12$	2
10	BIG WASHER $\Phi 10$	2
11	WASHER $\Phi 10$	22
12	WASHER $\Phi 6$	4
13	NUT M10	8
14	LOCK NUT M10	3
15	PIN $\Phi 10 \times 55$	1

הוראות הרכבה



1. חבר את חלקי A ו-B לחלק E.

היעזר ב- 4 יחידות של חלק מספר 4, 8 יחידות של חלק מספר 11 ו- 4 יחידות של חלק מספר 13.

2. חבר את חלק C (וודא שתושבת הציר עם הפנים לספסל כמוצג בתרשים) לחלקים A ו- B. היעזר ב- 4 יחידות של חלק מספר 4, 8 יחידות של חלק מספר 11 ו- 4 יחידות של חלק מספר 13.

3. חבר את חלק D לתושבת הציר של חלק C (כמוצג בתרשים).
היעזר ביחידה אחת של חלק מספר 4, 2 יחידות של חלק מספר 11, וביחידה אחת של חלק מספר 14.
לאחר מכן היעזר בחלק מספר 1, יישר את החור של הפין והכנס אותו.
4. חבר את חלק F לחלק D (כמוצג בתרשים).
5. הכנס את חלק G לחלק F (כמוצג בתרשים).
לאחר מכן, חבר את חלק H לחלק G.
יש להדק את עמדת הרגליים לנקודה בה היא עדיין נעה בחופשיות.
6. יישר את החורים של חלקים J ו-I וחלקים A&B, והכנס את חלקים J ו-I לחלקים A&B בהתאמה.
היעזר ב- 2 יחידות של חלק מספר 6, ו- 2 יחידות של חלק מספר 10.
7. יישר את החורים של חלקים L ו-D, הכנס את חלק $L*2$ לחלק D (כמוצג בתרשים).
חבר את חלק P לחלק L.
היעזר ב- 4 יחידות של חלק מספר 7.
8. חבר את חלק O לחלק D.
היעזר ב- 4 יחידות של חלק מספר 8, ו- 4 יחידות של חלק מספר 12.
9. הכנס את חלק M לחלקים H ו-G.
חבר אליהם את כרית Q.
הכנס את חלק N לחלקים J ו-I בהתאמה, חבר אותם וחבר אליהם את כרית R.

אזהרה :

בעת קיפול המכשיר, יש להסיר את כל המשקלים מצינורות המשקל ועמדת הרגליים !

טלפון מחלקת השירות של היבואן: 03-5186372