

# BODY FLEX<sup>®</sup>

## WEIGHT BENCH ARNOLD

ART. BF1007



### MANUAL

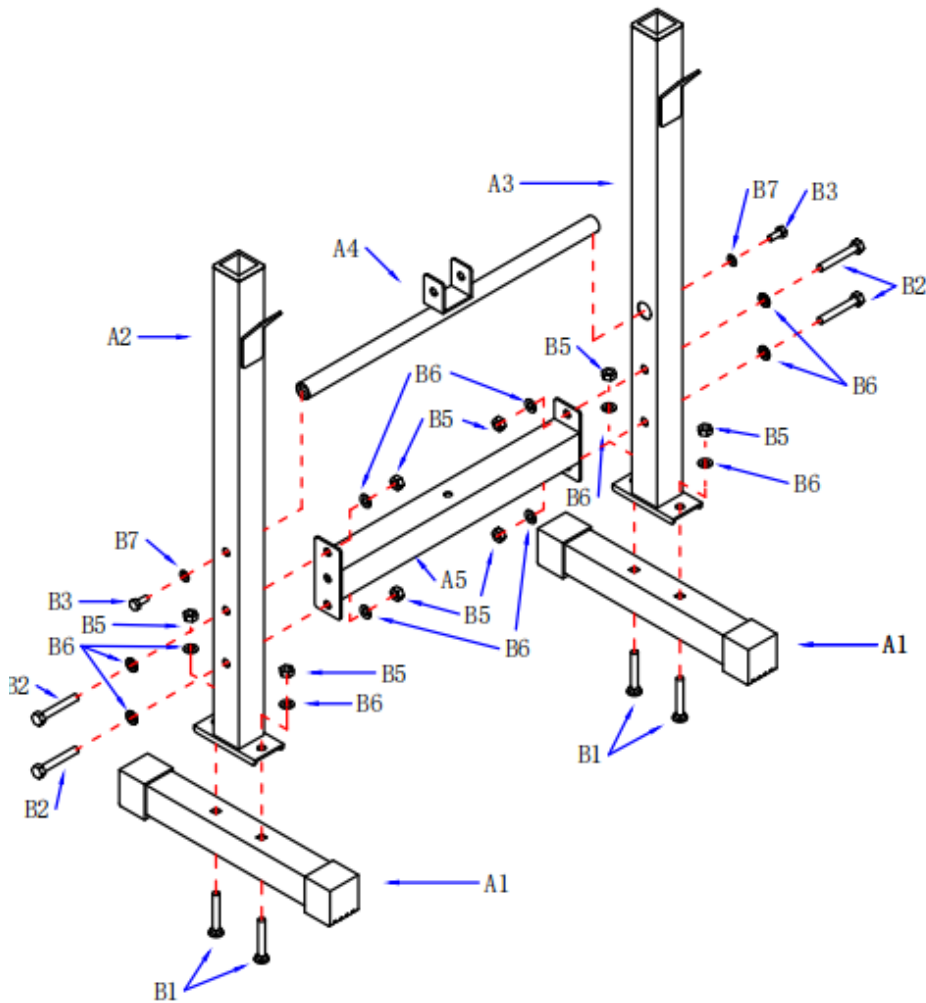
**PART LIST**

<b>Number</b>	<b>Description</b>	<b>Quantity</b>
A1	Rear bottom tube	2
A2	Right support pipe	1
A3	Left support pipe	1
A4	Mattress adjusting tube	1
A5	Intermediate connecting pipe	1
A6	Weight support regulator	2
A7	Short handle tube	2
A8	Main rack pipe	1
A9	Front stent tube	1
B1	M10 x60L carriage bolts	4
B2	M10 x 70L Bolt	6
B3	M8 x 20L Bolt	4
B4	M8 x 15L Bolt	6
B5	M10 Nut	10
B6	Φ10 Washer	16
B7	Φ8 Washer	10
B8	knob	2
C1	Φ10 Bolt	2
C2	Plate pad	1

## Упътването на български вижте по-долу

### ASSEMBLING INSTRUCTIONS STEPS

1



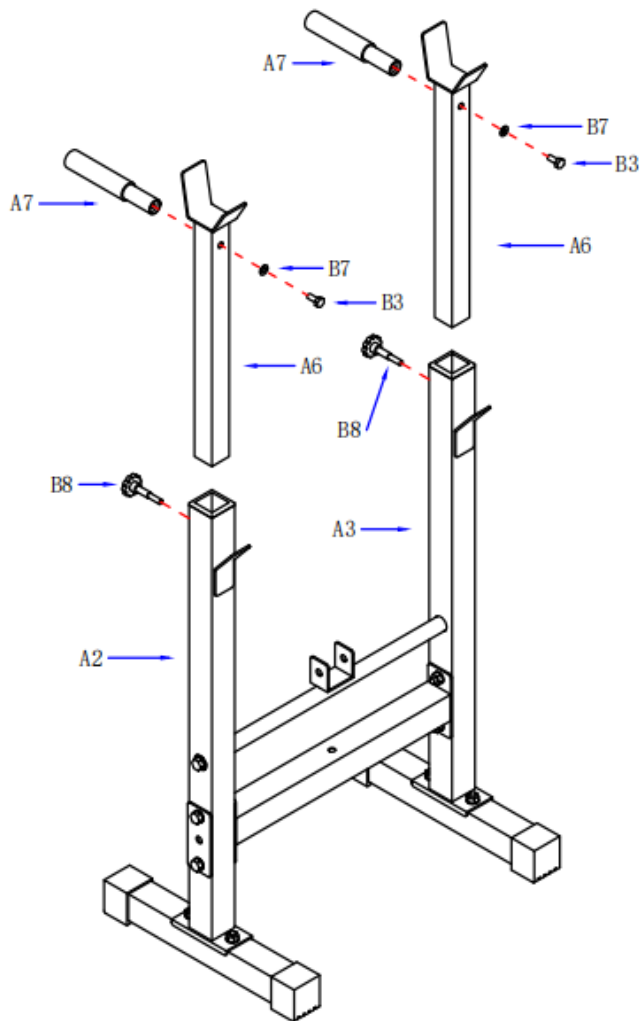
#### STEP1 :

1. Install the left support pipe (A2) on the rear bottom pipe (A1). Use washer (B6) carriage bolts (B1) and nuts (B5) to fix it.

2. Install backrest regulator (A4) into left support tube (A2) and right support tube (A3). Use gaskets (B7) and bolts (B3) to fix it.

3. Install the middle connecting pipe (A5) on the left supporting pipe (A2) and the right supporting pipe (A3). Use gaskets (B6) and bolts (B2) to fit it.

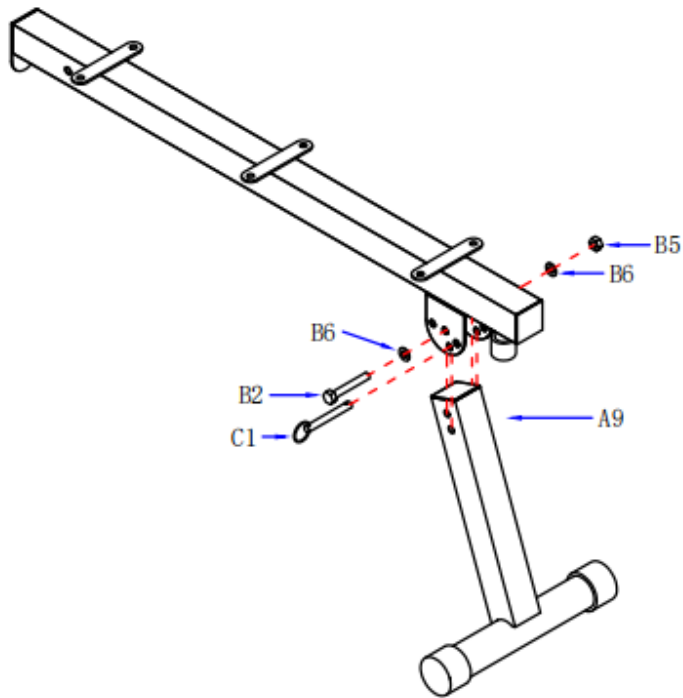
2



**STEP2 :**

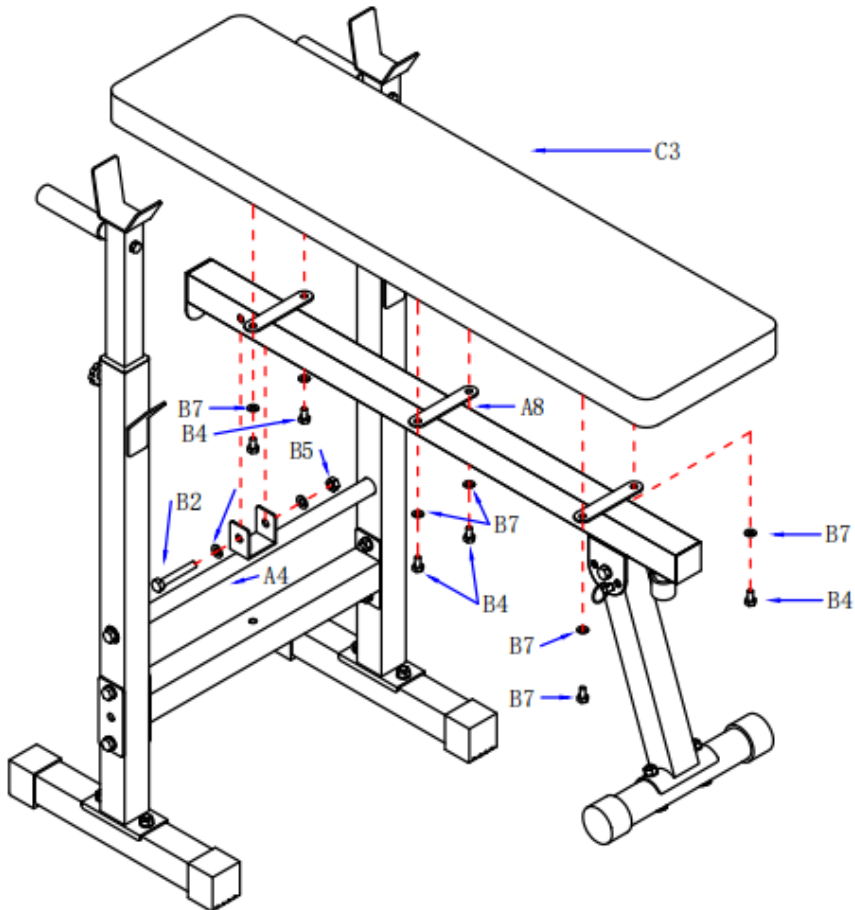
1. Install short handle tube (A7) into weight support tube (A7). Use gaskets (B7) and bolts (B3) to fix it.
2. Install the upright tube into Right support pipe (A2) and left support pipe (A3) , use knob (B8) to fix it.

3

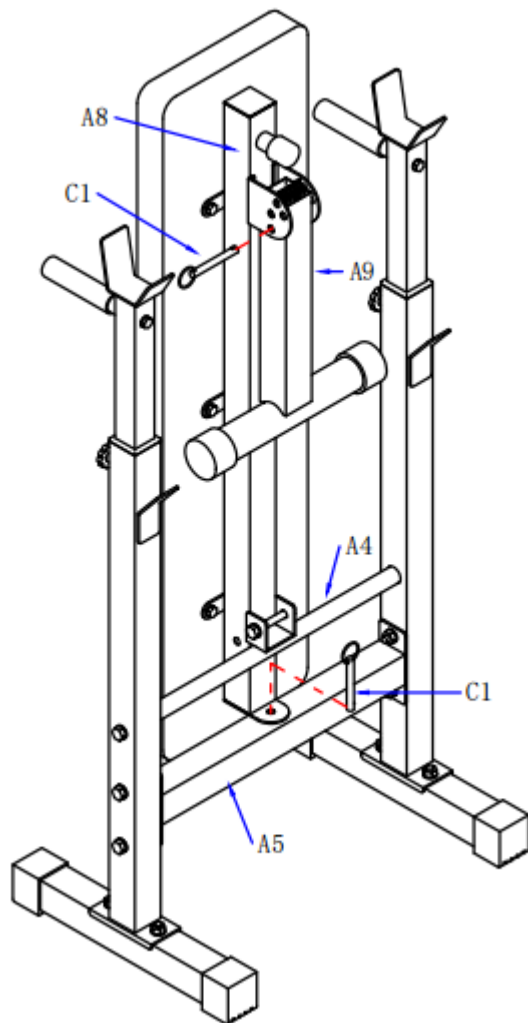


**STEP3 :**

1. Installation of front support pipe (A9) on main rack pipe (A8). Using washer (B6) bolt (B2) nut (B5) and bolt (C1) to fix it.

**STEP 4 :**

1. Install the plate pad (C3) on the main frame pipe (A8). Use gaskets (B7) and bolts (B4) to fix it.
2. Install the main frame (A8) on the pad adjustment pipe (A4). Use washer (B6) bolts (B2) and nuts (B5) to fit it.

**STEP5 :**

1. Put the main frame pipe (A8) foldable with bench, and lock it with bolt (C1)
2. Put the front stent tube (A9) down as foldable, and lock it with bolt (C1)

# BODY FLEX®

## ЛЕЖАНКА ARNOLD

ART. BF1007





## Упътване за експлоатация и монтаж

1) Преди да използвате тази комбинирана лежанка или да започнете която и да е програма с упражнения, консултирайте се с вашия лекар. Това е особено важно за лица над 35 години или лица със съществуващи преди това здравословни проблеми. Нашата компания не поема никаква отговорност за лични наранявания или повреди на имущество, претърпени посредством или от употребата на този продукт.

2) За да понижите опасността от възможни наранявания на потребителя, важно е да се запознаят с това ръководство и следващите предпазни мерки преди работа.

### Предпазни мерки за безопасност и съвети:

Собственикът носи отговорността да осигури, че всички потребители на тази машина за упражнения са прочели ръководството на потребителя и са запознати с предупрежденията и предпазните мерки за безопасност.

\* Тази машина трябва да се използва само върху равна повърхност и е предназначена за използване само в закрити помещения. Тази машина не трябва да се помещава в гараж, патио или в близост до вода.

\* На машината в даден момент трябва да се упражнява само един човек.

\* Ако потребителят изпита виене на свят, гадене, болки в гърдите или други необичайни симптоми, незабавно трябва да СПРЕ тренировката. **НЕЗАБАВНО СЕ КОНСУЛТИРАЙТЕ С ЛЕКАР.**

\* Дръжте ръцете си далеч от всички движещи се части.

\* Винаги носете подходящо тренировъчно облекло, когато тренирате. **НЕ НОСЕТЕ** носете роби или друго облекло, което може да бъде захванато от машината. При използване на машината също така са необходими маратонки или обувки за аеробика.

\* Използването на машината трябва да се извършва само по предназначението, както е описано в това ръководство. **НЕ ИЗПОЛЗВАЙТЕ** приспособления за прикачване, които не са препоръчани от производителя.

\* Не помещавайте никакъв остър обект около машината.

\* Лица с увреждания не трябва да използват машината, без присъствието на квалифицирано лице или лекар.

\* Преди да използвате машината за упражняване, винаги изпълнявайте упражнения за разтягане с цел правилно разгриване.

\* Никога не работете с машината, ако тя не функционира изправно.

\* По време на тренировка е препоръчително да има наблюдаващ.

Забележка:

По-голямата част от изброения хардуер за сглобяване е опакован отделно, но някои хардуерни елементи са били предварително инсталирани в идентифицираните части за монтаж. В тези случаи просто свалете и после повторно инсталирайте хардуера, съгласно изискванията за монтажа.

Моля следвайте индивидуалните стъпки за сглобяване и внимавайте за всички предварително инсталиран хардуер.

По-голямата част от изброения хардуер за сглобяване е опакован отделно, но някои хардуерни елементи са били предварително инсталирани в идентифицираните части за монтаж. В тези случаи просто свалете и после повторно инсталирайте хардуера, съгласно изискванията за монтажа.

Моля следвайте индивидуалните стъпки за сглобяване и внимавайте за всички предварително инсталиран хардуер.

Монтаж на комбинирана лежанка

Заб.: Строго се препоръчва сглобяването на тази машина да се извършва от двама или повече души с цел избягване на възможно нараняване.

**ОТСТРАНЕТЕ ВСИЧКИ ЗАЩИТНИ ЛЕНТИ И ОПАКОВКИ, ПРЕДИ ДА ЗАПОЧНЕТЕ. ПРОВЕРЕТЕ НАВСЯКЪДЕ ЗА ЧАСТИ ОТ УРЕДА.**

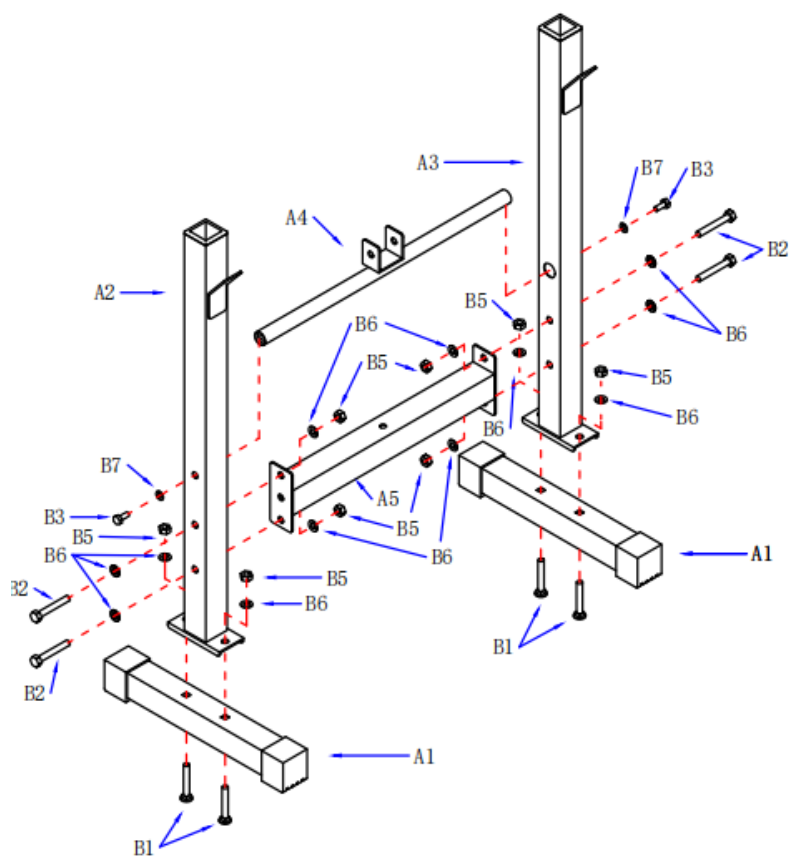
**Следвайте стриктно схемите на монтаж .**

#### **СПИСЪК ЧАСТИ**

<b>Номер</b>	<b>Описание</b>	<b>Брой</b>
A1	Задна долна тръба	2
A2	Дясна опорна тръба	1
A3	Лява опорна тръба	1
A4	Регулираща тръба	1
A5	Междинна свързваща тръба	1
A6	Регулатор на теглото	2
A7	Къса дръжка	2
A8	Основна тръба за пейката	1
A9	Предна опорна тръба	1
B1	M10 x60L Болт	4
B2	M10 x 70L Болт	6
B3	M8 x 20L Болт	4
B4	M8 x 15L Болт	6
B5	M10 Гайка	10
B6	Ф10 Шайба	16
B7	Ф8 Шайба	10
B8	копче	2
C1	Ф10 Болт	2
C2	Пейка	1

## Стъпки за извършване на монтажа

1



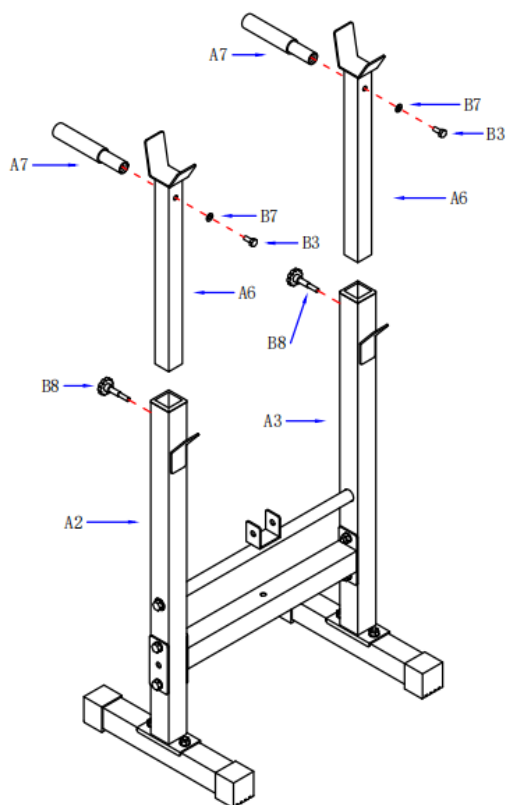
### STEP1 :

1. Монтирайте лявата опорна тръба (A2) на задната долна тръба (A1). Използвайте шайбите (B6) болтовете (B1) и гайките (B5), за да я фиксирате.

2. Инсталирайте регулатора на облегалката (A4) в лявата опорна тръба (A2) и дясната опорна тръба (A3). Използвайте шайба (B7) и болтове (B3), за да го фиксирате.

3. Поставете средната свързваща тръба (A5) в лявата носеща тръба (A2) и дясната носеща тръба (A3). Използвайте шайба (B6) и болтове (B2), за да го монтирате.

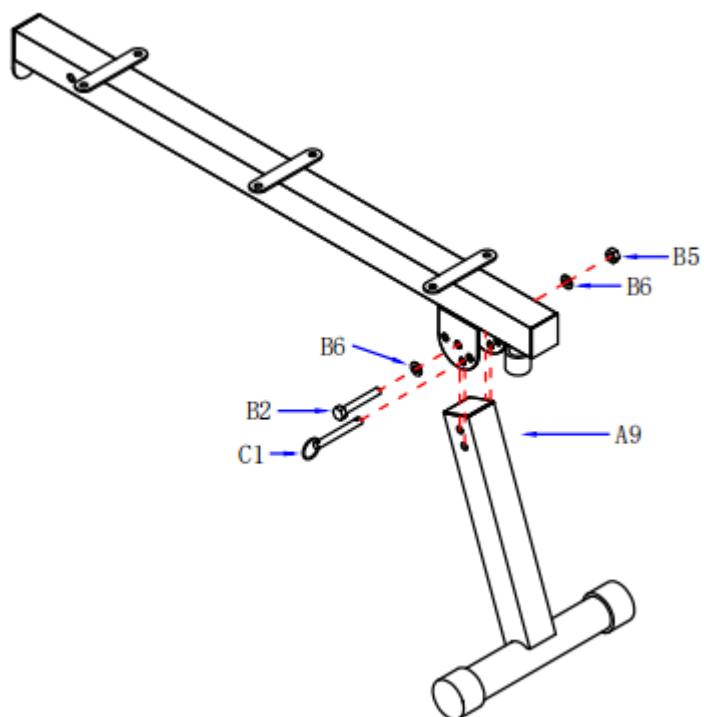
2



**STEP2 :**

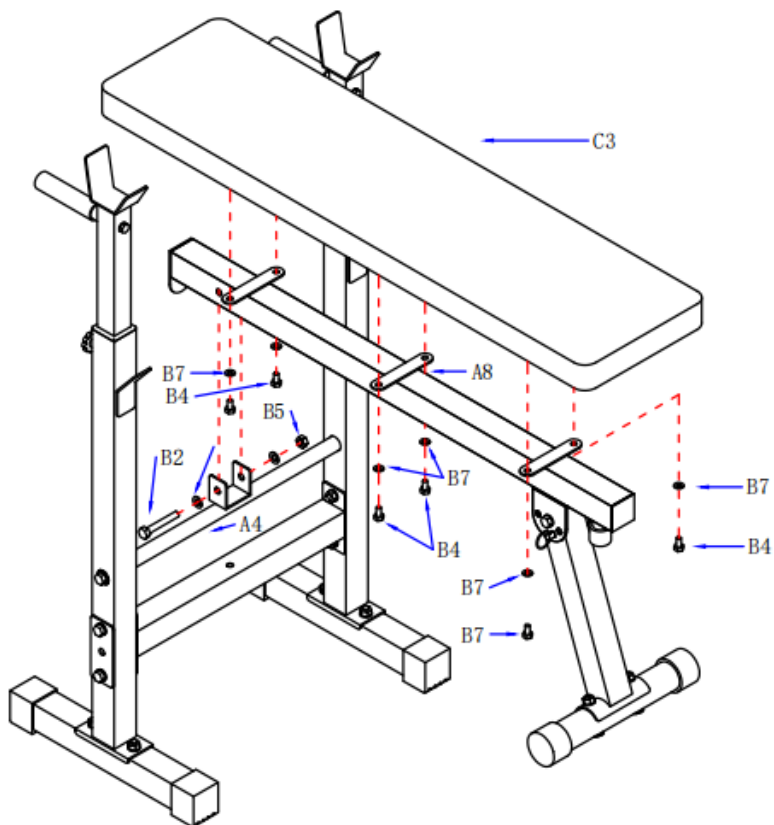
1. Монтирайте къса дръжка (A7) в тръба за кофички (A7). Използвайте шайба (B7) и болтове (B3), за да го фиксирате.
2. Инсталирайте изправената тръба в дясната опорна тръба (A2) и лявата опорна тръба (A3) , използвайте копчето (B8), за да я фиксирате.

3



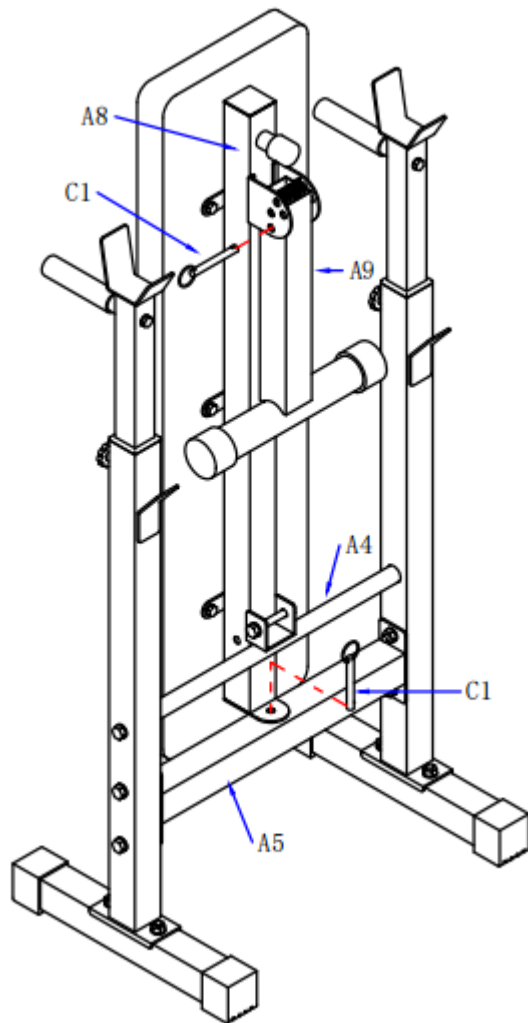
**STEP3 :**

2. Монтиране на предна опорна тръба (A9) върху опорната тръба на пейката (A8). Използвайте шайбите (B6) (B2) (B5) и болта (C1), за да я фиксирате.

**STEP 4 :**

1. Монтирайте пейката (C3) на основната тръба (A8). Използвайте шайба (B7) и болтове (B4) за фиксиране.

2. Монтирайте основната тръба (A8) регулиращата тръба (A4). Използвайте шайба (B7) и болтове (B4), за да го монтирате

**STEP5 :**

3. Поставете основната тръба (A8) при сгънатата пейка, и залючете с болт (C1)
4. Поставете предната опорна тръба (A9) надолу се сгъва, и залючете с болт (C1)

**ИЗХВЪРЛЯНЕ:**

Моля, запазете опаковката за случаи на ремонт /гаранционен ремонт . Уредът не трябва да се изхвърля заедно с домашния боклук.

Уважаеми клиенти, Вие сте длъжни да предадете за рециклиране съответните материали от уреда:

- Външна опаковка (картон)
- Отляти части от полистирол
- Опаковки и торбички от полиетилен
- Електрооборудване
- Каиши от полипропилен
- Уредът не трябва да се изхвърля заедно с домашния боклук

За връзка с фирми за рециклиране на отпадъците се обърнете към вносителя!

**ВНОСИТЕЛ ЗА БЪЛГАРИЯ:**

СПОРТЕН СКЛАД БГ

Соларшоп ЕООД

гр. Пазарджик, ул. Димчо Дебелянов 5

E-mail: [info@sportensklad.bg](mailto:info@sportensklad.bg)

[www.sportensklad.bg](http://www.sportensklad.bg)