

CZ

SK

trinfIt[®]

BICEP SOVÁ OPĚRKA PRO L5 PRO

ADAPTÉR PRO POSILOVACÍ LAVICI TRINFIT



CZ

Obsah	2
Bezpečnostní pokyny	3
Montáž	4-10

SK

Bezpečnostné pokyny	11
Montáž	12-18

**Upozornění:**

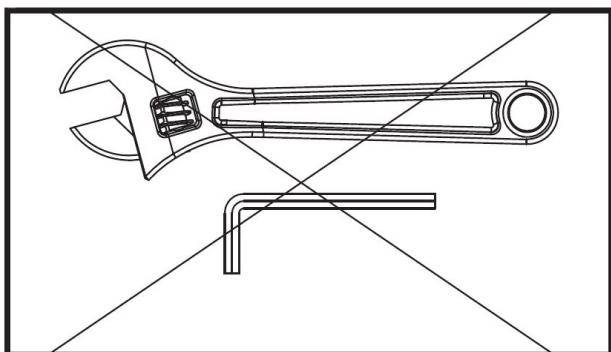
1. Před montáží stroje a jeho používáním si pozorně přečtěte celý uživatelský návod a dodržujte bezpečnostní pokyny.
2. Manuál si uschovejte pro případ budoucí potřeby.
3. Pro bezproblémové fungování stroje a prodloužení životnosti věnujte dostatečnou pozornost údržbě trenážeru.
4. Nesprávný postup montáže, nedodržení pokynů k údržbě a používání stroje v rozporu s návodem k použití mohou vést k poškození stroje, neuznání záruky či zpoplatnění servisního zásahu.



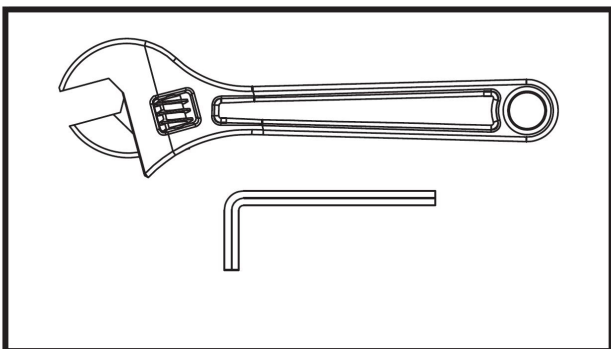
1. Děti ani domácí mazlíčci nesmí být v blízkosti stroje ponecháni bez dozoru.
2. V danou chvíli může stroj při cvičení používat pouze jedna osoba.
3. Pokud pocítíte závrať, nevolnost nebo jakoukoliv bolest, ihned přestaňte cvičit a vyhledejte lékaře.
4. Stroj umístěte na rovný a čistý povrch. Nenechávejte ho venku ani v blízkosti vody.
5. Ruce udržujte mimo dosah pohyblivých částí.
6. Na cvičení noste vhodné oblečení. Nepoužívejte volné oblečení, které by se mohlo zachytit do stroje. Vždy noste běžecké boty nebo tenisky.
7. Toto zařízení se smí používat pouze pro účely popsané v této příručce. **NEPOUŽÍVEJTE** příslušenství, které není doporučeno výrobcem.
8. Do blízkosti stroje neumísťujte žádné ostré předměty.
9. Osoby se zdravotním postižením by neměly používat stroj bez pomoci kvalifikované osoby nebo lékaře.
10. Před použitím stroje se vždy řádně protáhněte a zahřejte.
11. Pokud jakákoliv část stroje správně nefunguje, stroj do vyřešení problému nepoužívejte.
12. Je doporučeno cvičit pod dohledem další osoby.

MAXIMÁLNÍ NOSNOST PŘÍSTROJE: 130 kg

Utažení šroubů a matic v jednotlivých krocích:

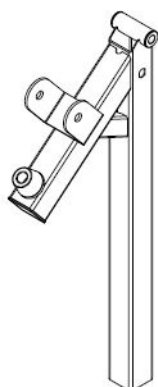


V kroku s tímto označením neutahujte všechny šrouby a matice.



V kroku s tímto označením pevně dotáhněte všechny šrouby i z předchozích kroků montáže.

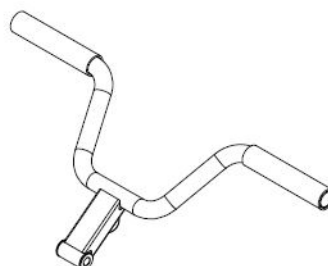
POZNÁMKA: Neutahujte příliš součásti s funkcí otáčení. Ujistěte se, že se všechny otočné součásti mohou volně pohybovat.



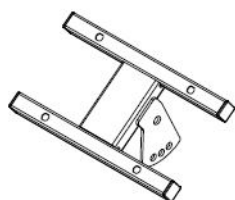
① × 1



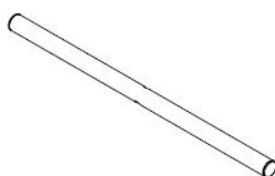
② × 1



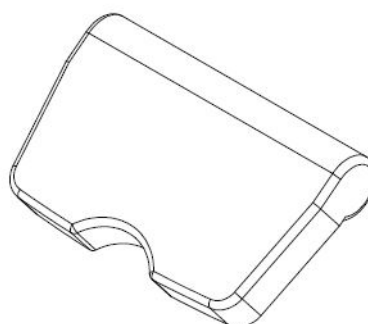
③ × 1



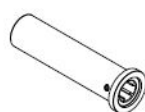
④ × 1



⑤ × 1



⑥ × 1



⑦ × 2



⑨ × 1



⑮ × 2



⑳ × 1



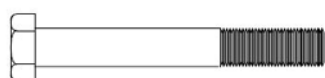
②⑥ × 4



②⑦ × 2



②⑧ × 6



②② × 1



②⑨ × 1



③① × 3



②③ × 1



②④ × 1



②⑤ × 4



⑭ × 2



4# × 1



SEZNAM DÍLŮ

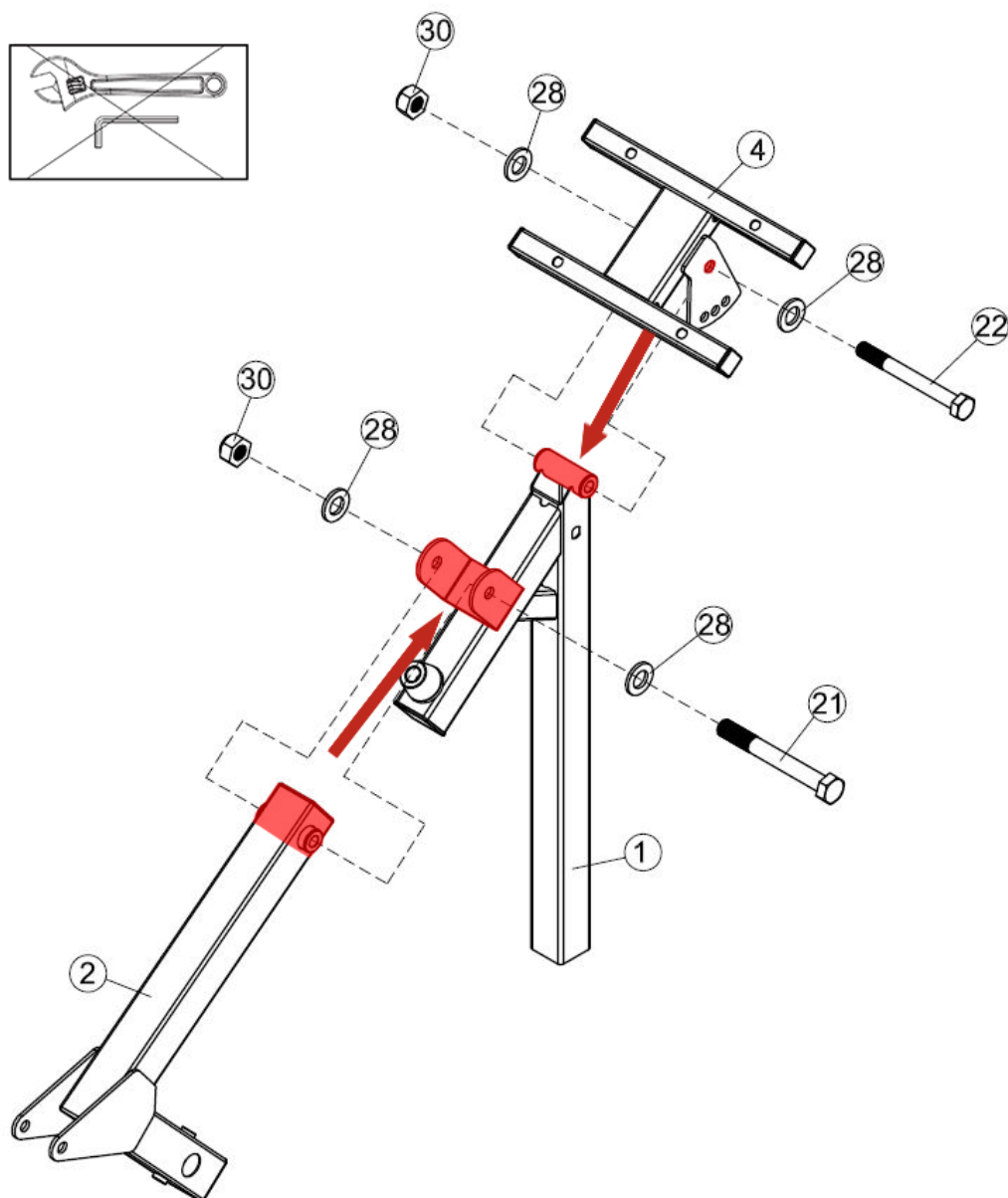
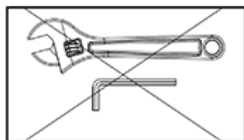
Č.	NÁZEV	KS
1	HLAVNÍ SLOUPEK	1
2	POHYBLIVÝ RÁM	1
3	MADLA	1
4	RÁM OPĚRKY NA RUCE	1
5	HŘÍDEL ZÁVAŽÍ	1
6	OPĚRKA NA RUCE	1
7	REDUKCE NA KOTOUČE	2
9	ZAJIŠŤOVACÍ KOLÍK	1
15	GUMOVÝ DORAZ	2
21	ŠROUB M12x100	1
22	ŠROUB M12x95	1
23	ŠROUB M12x75	1
24	ŠROUB M10x75	1
25	ŠROUB M8x40	4
26	PLOCHÁ PODLOŽKA M8	4
27	PLOCHÁ PODLOŽKA M10	2
28	PLOCHÁ PODLOŽKA M12	6
29	MATKA M10	1
30	MATKA M12	3
	IMBUSOVÝ KLÍČ 4 mm	1



②①  ×1 M12×100

②②  ×1 M12×95

②⑧   ×4 Φ12 ③①  ×2 M12



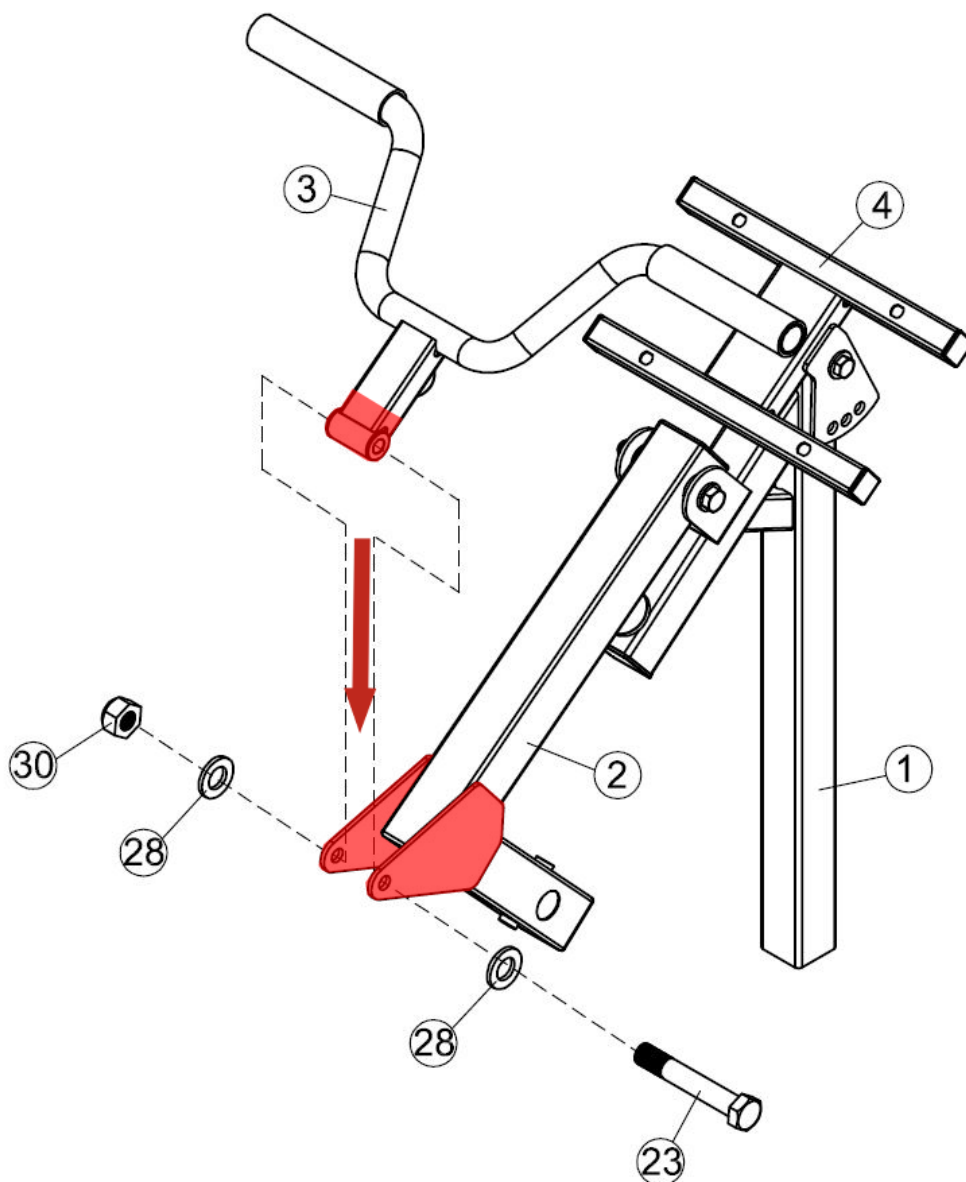
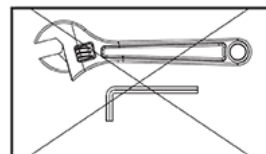
Rám opěrky na ruce (4) připevněte na hlavní sloupek (1) pomocí šroubu M12x95 (22), 2 plochých podložek M12 (28) a matky M12 (30).

Pohyblivý rám (2) připevněte na hlavní sloupek (1) pomocí šroubu M12x100 (21), 2 plochých podložek M12 (28) a matkou M12 (30).

Upozornění: V tomto kroku ještě nedotahujte všechny šrouby a matice.



23		x1	M12x75
28		x2	Φ12
30		x1	M12

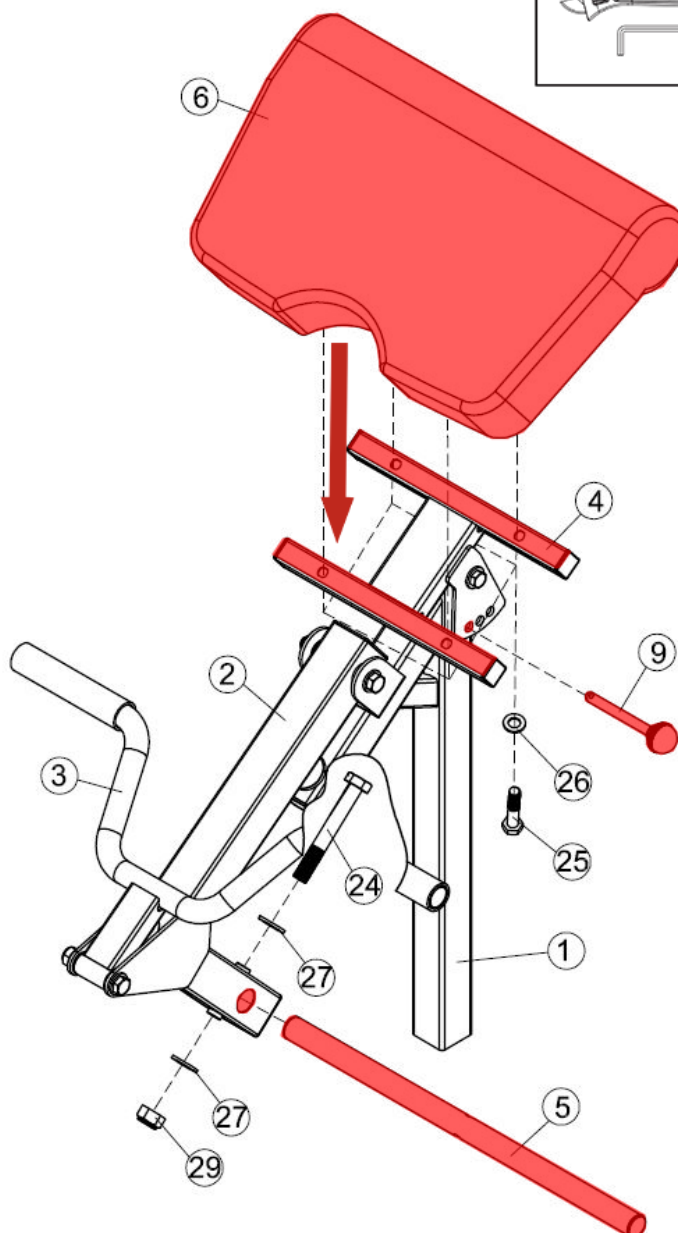
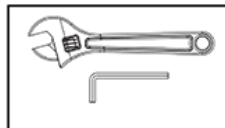


Madla (3) připevněte na pohyblivý rám (2) pomocí šroubu M12x75 (23), 2 plochých podložek (28) a matky M12 (30).

Upozornění: V tomto kroku ještě nedotahujte všechny šrouby a matice.



- | | | | | | | | |
|----|--|----|--------|----|--|----|-------|
| 24 | | ×1 | M10×75 | 25 | | ×4 | M8×40 |
| 27 | | ×2 | Φ10 | 29 | | ×1 | M10 |
| 26 | | ×4 | Φ8 | | | | |

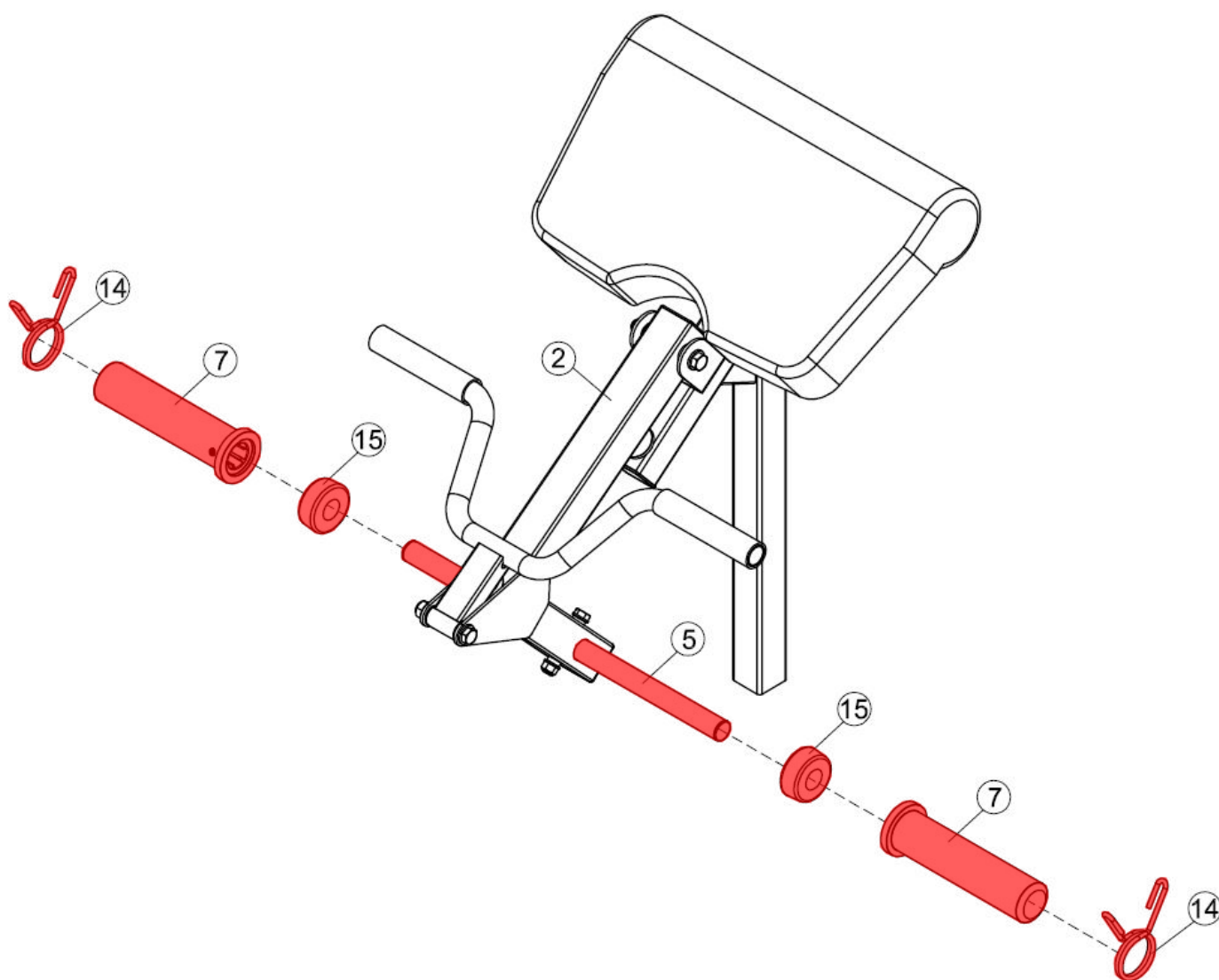


Opěrku na ruce (6) připevněte na rám opěrky na ruce (4) pomocí 4 šroubů M8x40 (25) a 4 plochých podložek M8 (26).

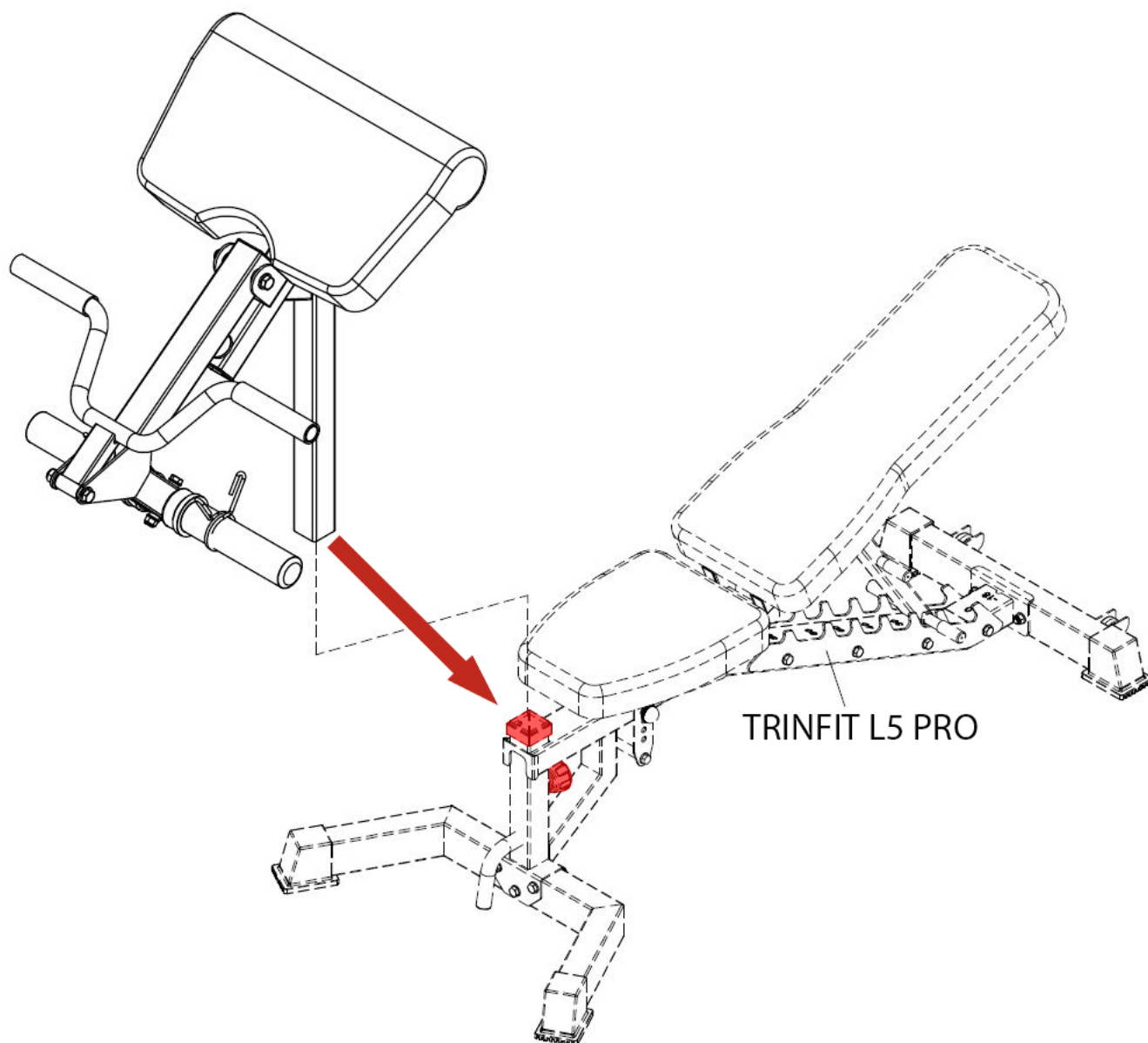
Hřídel na závaží (5) vložte do pohyblivého rámu (2) a zafixujte ji pomocí šroubu M10x75 (24), 2 plochých podložek M10 (27) a matky M10 (29).

Pohyblivý rám (2) zafixujte v požadovaném sklonu pomocí zajišťovacího kolíku (9).

Upozornění: Po tomto kroku pevně dotáhněte všechny šrouby a matice z celé montáže!



Na hřídel závaží (5) nasadte z každé strany gumový doraz (15) a redukci na olympijské kotouče (7). Kotouče následně můžete zajistit pomocí pružinových uzávěrů (14).



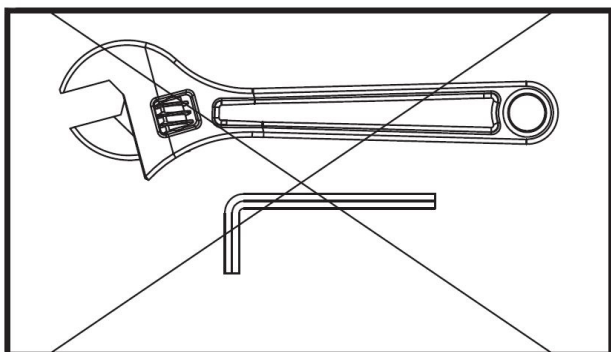
Složenou bicepsovou opěrku vložte do otvoru v přední části posilovací lavice TRINFIT L5 Pro a zafixujte ji pomocí aretačního šroubu.

Montáž je tímto dokončena.

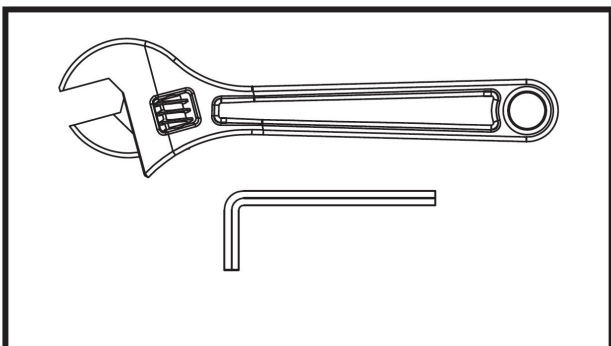
1. Deti ani domáci miláčikovia nesmú byť v blízkosti stroja ponechaní bez dozoru.
2. V danej chvíli môže stroj pri cvičení používať iba jedna osoba.
3. Ak pocítite závrat, nevoľnosť alebo akúkoľvek bolesť, ihneď prestaňte cvičiť a vyhľadajte lekára.
4. Stroj umiestnite na rovný a čistý povrch. Nenechávajte ho vonku ani v blízkosti vody.
5. Ruky udržiajte mimo dosahu pohyblivých častí.
6. Na cvičenie noste vhodné oblečenie. Nepoužívajte voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť do stroja. Vždy noste bežecké topánky alebo tenisky.
7. Toto zariadenie sa smie používať iba na účely popísané v tejto príručke. NEPOUŽÍVAJTE príslušenstvo, ktoré nie je odporúčané výrobcom.
8. Do blízkosti stroja neumiestňujte žiadne ostré predmety.
9. Osoby so zdravotným postihnutím by nemali používať stroj bez pomoci kvalifikovanej osoby alebo lekára.
10. Pred použitím stroja sa vždy riadne pretiahnite a zahrejte.
11. Ak akákoľvek časť stroja správne nefunguje, trenažér do vyriešenia problému nepoužívajte.
12. Je doporučené cvičiť pod dohľadom ďalšej osoby.

MAXIMÁLNA NOSNOSŤ PRÍSTROJA: 130 kg

Utiahnutie skrutiek a matic v každom kroku:

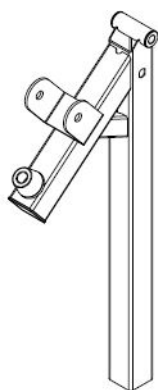


Neutahujte všetky skrutky v kroku s týmto označením.

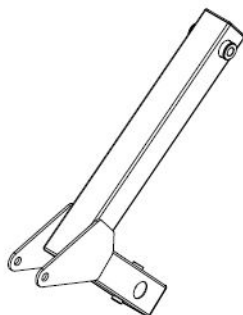


Po zostavení všetkých dielov v súčasných a predchádzajúcich krokoch bezpečne utiahnite všetky matice a skrutky.

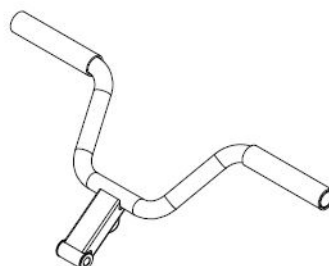
POZNÁMKA: Neutahujte príliš súčasti s funkciou otáčania. Uistite sa, že sa všetky otočné súčasti môžu voľne pohybovať.



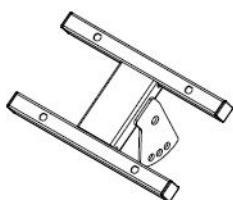
① × 1



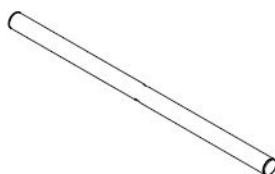
② × 1



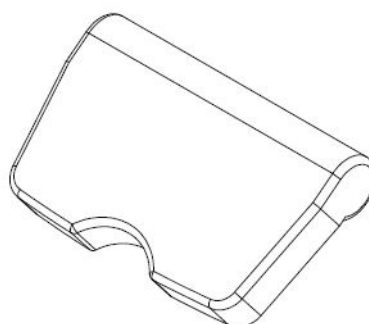
③ × 1



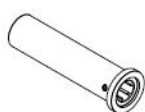
④ × 1



⑤ × 1



⑥ × 1



⑦ × 2



⑨ × 1



⑮ × 2



⑳ × 1



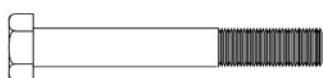
②⑥ × 4



②⑦ × 2



②⑧ × 6



②② × 1



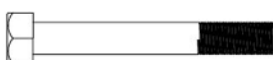
②⑨ × 1



③① × 3



②③ × 1



②④ × 1



②⑤ × 4



①④ × 2



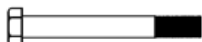
4# × 1

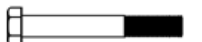


ZOZNAM DIELOV

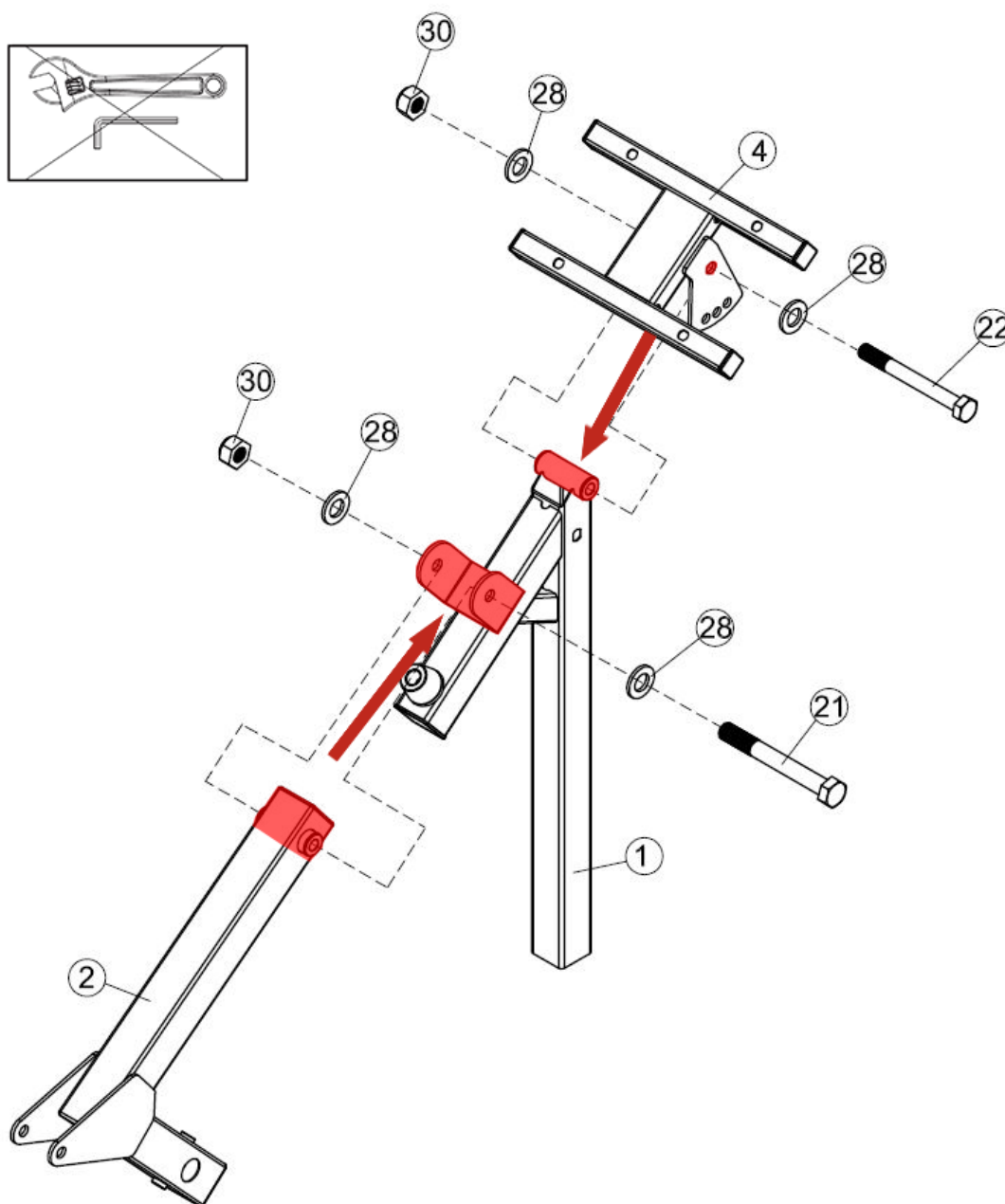
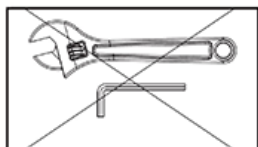
Č.	NÁZOV	KS
1	HLAVNÝ STĹPIK	1
2	POHYBLIVÝ RÁM	1
3	DRŽADLÁ	1
4	RÁM OPIERKY NA RUKY	1
5	HRIADEL' ZÁVAŽÍ	1
6	OPIERKA NA RUKY	1
7	REDUKCIA NA KOTÚČE	2
9	ZAISŤOVACÍ KOLÍK	1
15	GUMOVÝ DORAZ	2
21	SKRUTKA M12x100	1
22	SKRUTKA M12x95	1
23	SKRUTKA M12x75	1
24	SKRUTKA M10x75	1
25	SKRUTKA M8x40	4
26	PLOCHÁ PODLOŽKA M8	4
27	PLOCHÁ PODLOŽKA M10	2
28	PLOCHÁ PODLOŽKA M12	6
29	MATICA M10	1
30	MATICA M12	3
	IMBUSOVÝ KLÚČ 4 mm	1



21  ×1 M12×100

22  ×1 M12×95

28   ×4 Φ12 30   ×2 M12



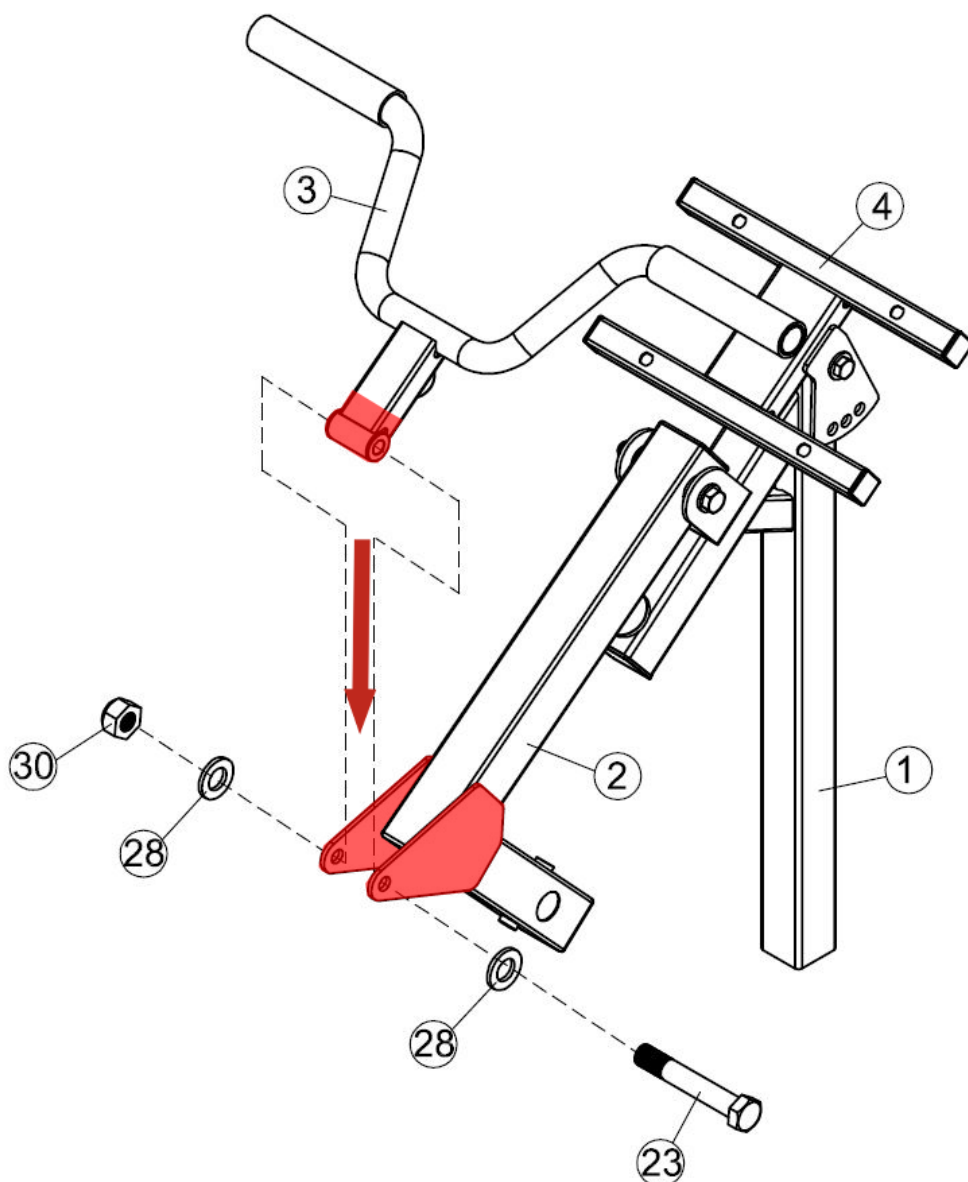
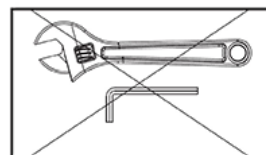
Rám opierky na ruky (4) pripevnite na hlavný stĺpik (1) pomocou skrutky M12x95 (22), 2 plochých podložiek M12 (28) a matky M12 (30).

Pohyblivý rám (2) pripevnite na hlavný stĺpik (1) pomocou skrutky M12x100 (21), 2 plochých podložiek M12 (28) a matkou M12 (30).

Upozornenie: V tomto kroku ešte nedoťahujte všetky skrutky a matice.



23		x1	M12x75
28		x2	Φ12
30		x1	M12

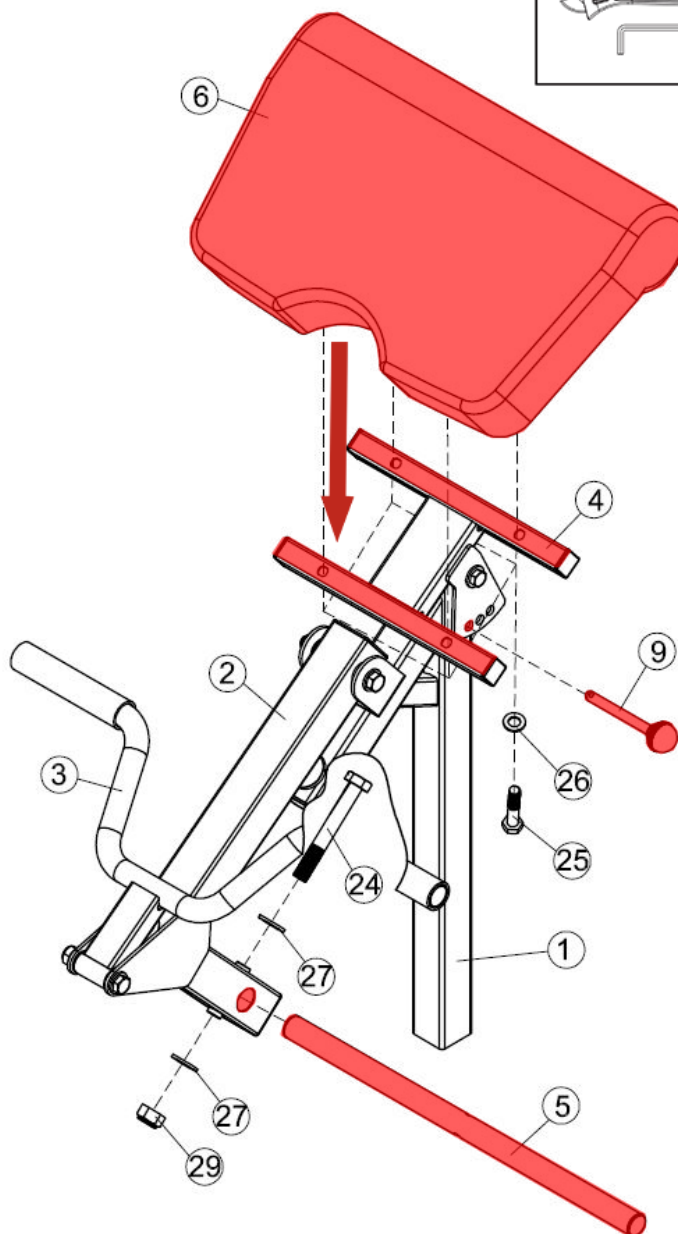
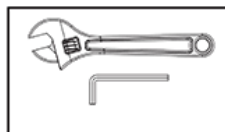


Držadlá (3) pripevníte na pohyblivý rám (2) pomocou skrutky M12x75 (23), 2 plochých podložiek (28) a matky M12 (30).

Upozornenie: V tomto kroku ešte nedotáhajte všetky skrutky a matice.



- | | | | | | | | |
|----|--|----|--------|----|--|----|-------|
| 24 | | x1 | M10x75 | 25 | | x4 | M8x40 |
| 27 | | x2 | Φ10 | 29 | | x1 | M10 |
| 26 | | x4 | Φ8 | | | | |

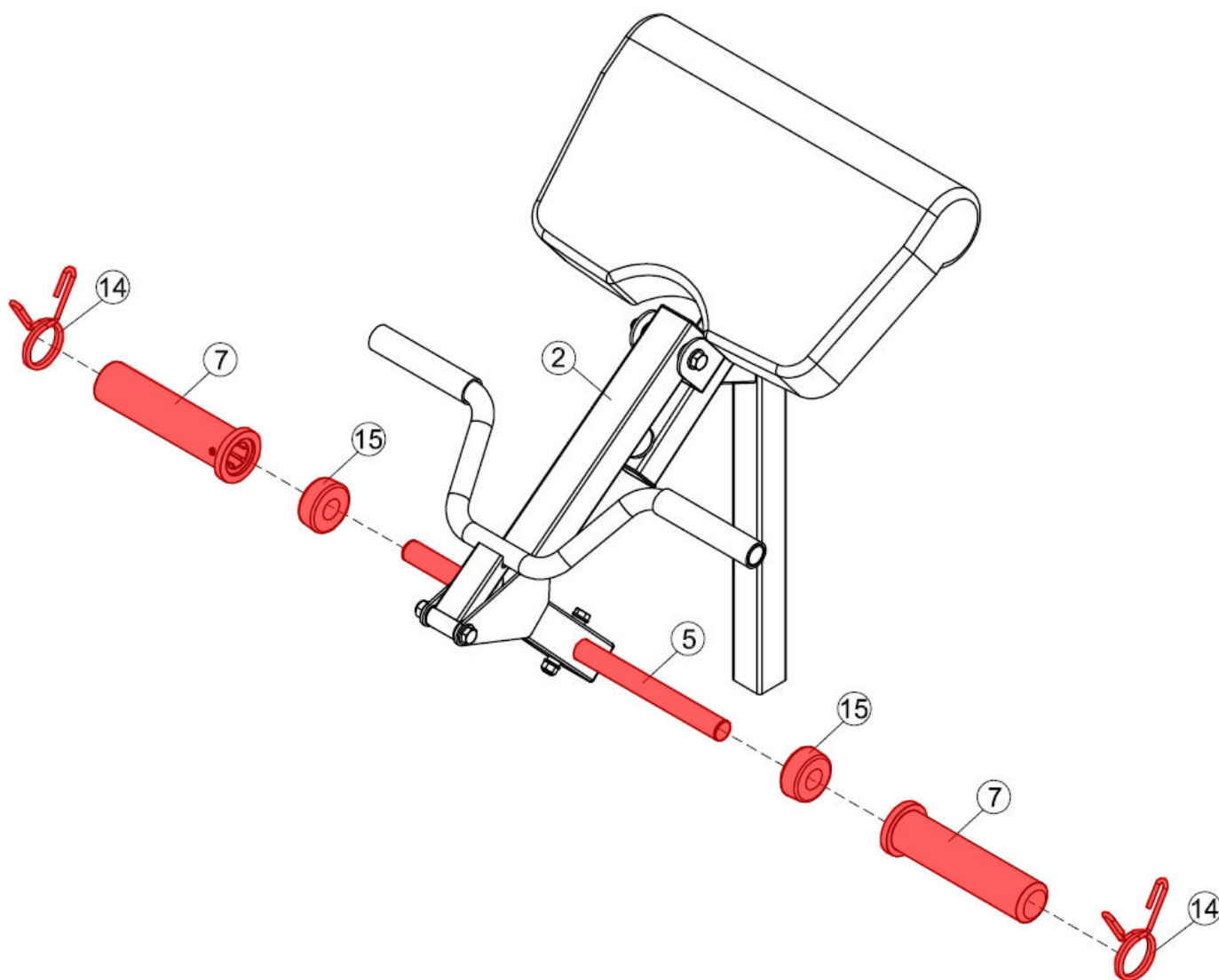


Opierku na ruky (6) pripevnite na rám opierky na ruky (4) pomocou 4 skrutiek M8x40 (25) a 4 plochých podložiek M8 (26).

Hriadeľ na závažie (5) vložte do pohyblivého rámu (2) a zafixujte ju pomocou skrutky M10x75 (24), 2 plochých podložiek M10 (27) a matky M10 (29).

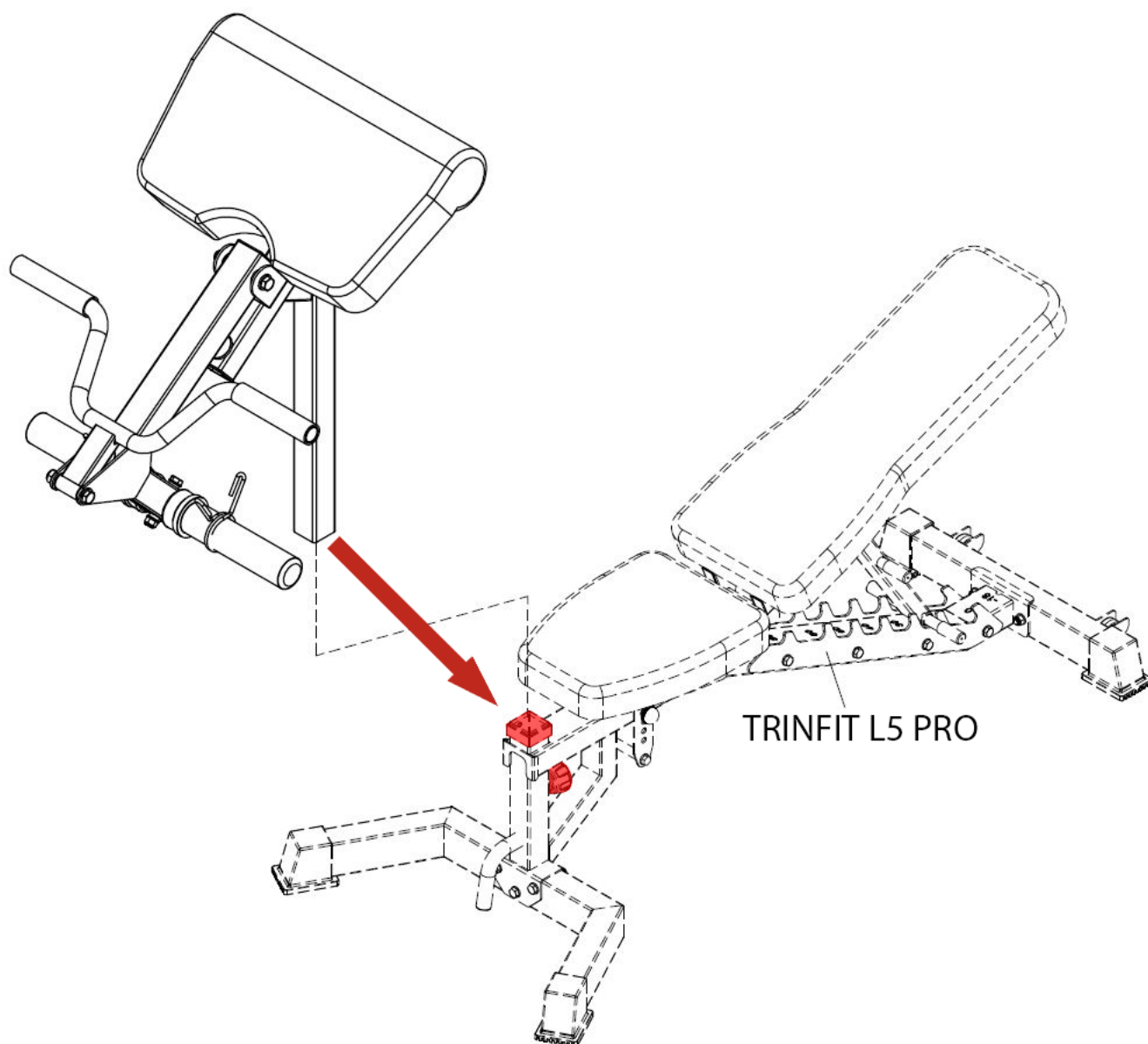
Pohyblivý rám (2) zafixujte v požadovanom sklone pomocou zaistovacieho kolíka (9).

Upozornenie: Po tomto kroku pevne dotiahnite všetky skrutky a matice z celej montáže!



Na hriadeľ závažia (5) nasadíte z každej strany gumový doraz (15) a redukciu na olympijské kotúče (7). Kotúče následne môžete zaistiť pomocou pružinových uzáverov (14).

Montáž je týmto dokončená.



Zloženú bicepsovú opierku vložte do otvoru v prednej časti posilňovacej lavice TRINFIT L5 Pro a zafixujte ju pomocou aretačnej skrutky.

Montáž je týmto dokončená.



Dovozce a distributor pro
Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a,
140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ: CZ05254175