

CZ

SK



KLADKA 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:**

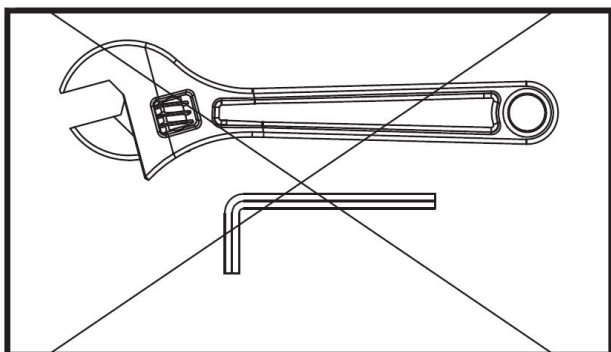
1. Před montáží stroje a jeho používáním si pozorně přečtěte celý uživatelský návod a dodržujte bezpečnostní pokyny.
2. Manuál si uschovejte pro případ budoucí potřeby.
3. Pro bezproblémové fungování stroje a prodloužení životnosti věnujte dostatečnou pozornost údržbě trenážeru.
4. Nesprávný postup montáže,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



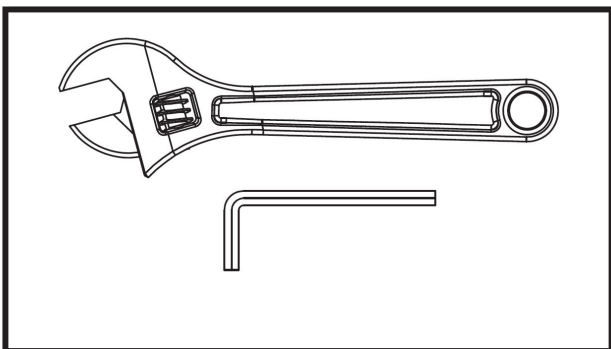
1. Děti ani domácí mazlíčci nesmí být v blízkosti stroje ponecháni bez dozoru.
2. V danou chvíli může stroj při cvičení používat pouze jedna osoba.
3. Pokud pocítíte závrať, nevolnost nebo jakoukoliv bolest, ihned přestaňte cvičit a vyhledejte lékaře.
4. Stroj umístěte na rovný a čistý povrch. Nenechávejte 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:

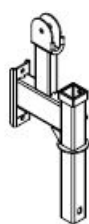


V kroku s tímto označením neutahujte všechny šrouby a matice.



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

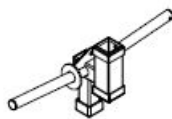
POZNÁMKA: Neutahujte příliš součásti s funkcí otáčení. Ujistěte se, že se všechny otočné součásti mohou volně pohybovat.



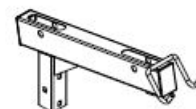
① × 1



③ × 1



④ × 1



⑤ × 1



② × 1



⑥ × 1



⑦ × 1



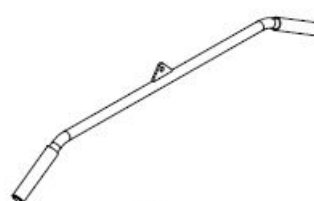
⑧ × 1



⑨ × 1



⑩ × 1



⑪ × 1



⑫ × 1



⑬ ×



⑳ × 1



㉑ × 2



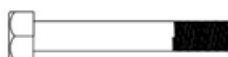
㉒ × 2



㉓ × 2



㉔ × 2



㉕ × 6



㉖ × 1



㉗ × 1



㉘ × 2



㉙ × 4



㉚ × 16



㉛ × 10



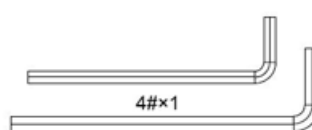
㉜ × 1



㉝ × 3



㉞ × 2



4# × 1

5# × 1

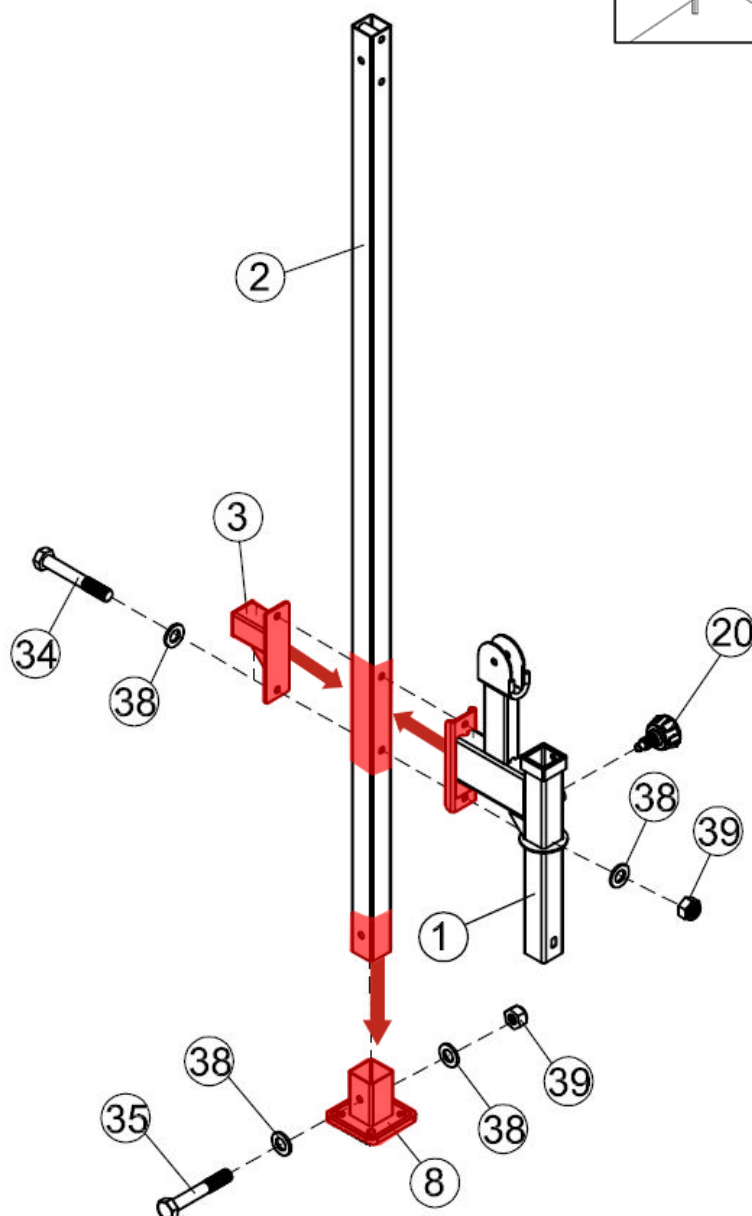
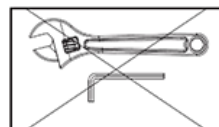


SEZNAM DÍLŮ

Č.	NÁZEV	KS
1	SPODNÍ KLADKOVÝ RÁM	1
2	HLAVNÍ SLOUPEK	1
3	VYMEZOVACÍ RÁM	1
4	RÁM ZÁVAŽÍ	1
5	HORNÍ KLADKOVÝ RÁM	1
6	RÁM OPĚRKY NA NOHY	1
7	HŘÍDEL PĚNOVÝCH VÁLCŮ	2
8	STABILIZÁTOR	1
9	KLADKOVÉ LANO A	1
10	KLADKOVÉ LANO B	1
11	DLOUHÝ ZAHNUTÝ ADAPTÉR	1
12	KRÁTKÝ ROVNÝ ADAPTÉR	1
13	KLADKA	3
14	KARABINA	3
15	ŘETĚZ	1
17	REDUKCE NA KOTOUČE	2
18	PRUŽINOVÝ UZÁVĚR	2
19	KLADKOVÉ POUZDRO	4
20	ARETAČNÍ ŠROUB	1
21	PĚNOVÝ VÁLEC	2
22	VNĚJŠÍ KRYTKA PĚNOVÉHO VÁLCE	2
23	VNITŘNÍ KRYTKA PĚNOVÉHO VÁLCE	2
33	ŠROUB M8x30	2
34	ŠROUB M10x70	2
35	ŠROUB M10x65	6
36	ŠROUB M10x45	1
37	ŠROUB M10x25	1
38	PLOCHÁ PODKLOŽKA M10	16
39	MATKA M10	10
	IMBUSOVÝ KLÍČ 4 mm	1
	IMBUSOVÝ KLÍČ 5 mm	1



- | | | | | | | | |
|----|--|----|--------|----|--|----|--------|
| 34 | | x2 | M10x70 | 35 | | x1 | M10x65 |
| 38 | | x6 | Φ10 | | | | |
| 39 | | x3 | M10 | | | | |



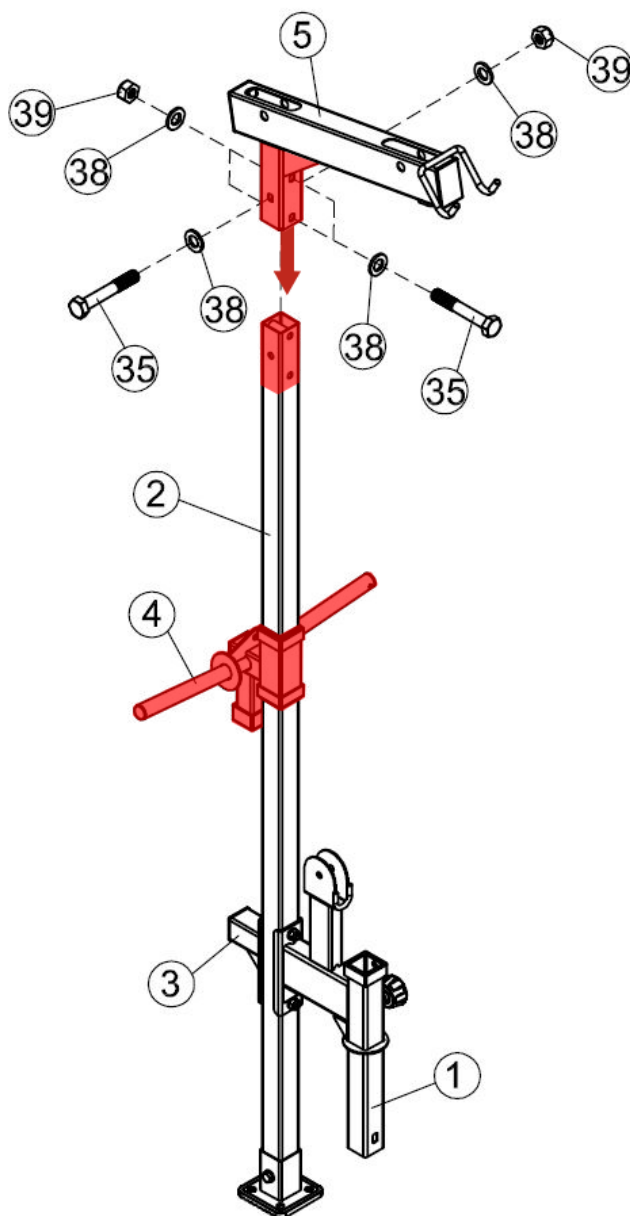
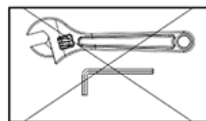
Hlavní sloupek (2) připevněte do stabilizátoru (8) pomocí šroubu M10x65 (35), 25 plochých podložek M10 (38) a matky M10 (39).

Na hlavní sloupek (2) poté připevněte vymežovací rám (3) a spodní kladkový rám (1) a za-
fixujte je pomocí 2 šroubů M10x70 (34), 4 plochých podložek M10 (38) a 2 matek M10 (39).
Do spodního kladkového rámu (1) zašroubujte aretační šroub (20).

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



35		×3	M10×65
38		×6	Φ10
39		×3	M10

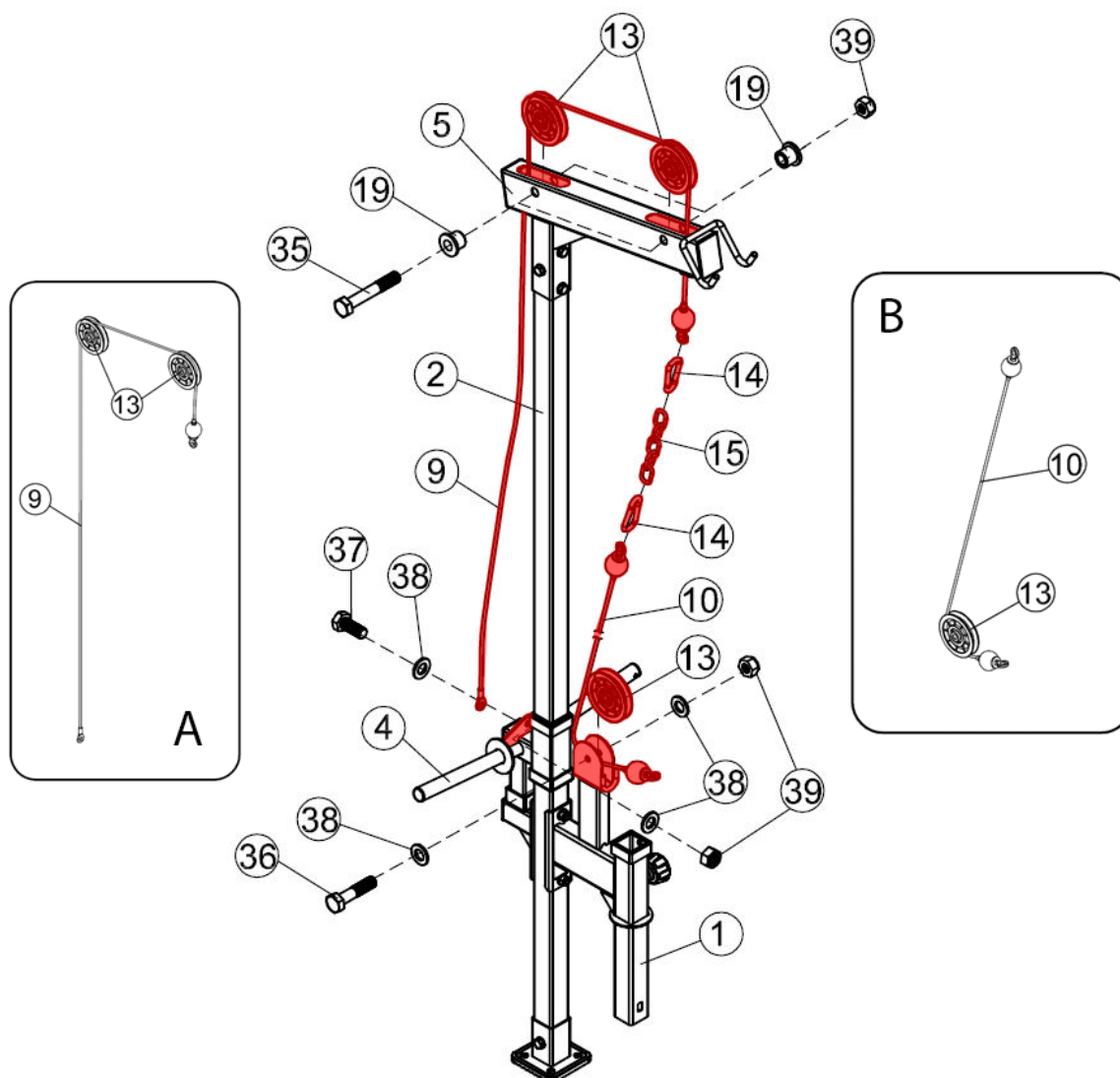
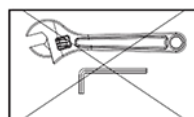


Na hlavní sloupek (2) nejprve nasuňte rám závaží (4). Poté nasadte horní kladkový rám (5) a připevněte jej pomocí 3 šroubů M10x65 (35), 6 plochých podložek M10 (38) a 3 matic M10 (39).

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



- | | | | | | |
|----|--|--------------|----|--|---|
| 35 | | x2 M10x65 | 36 | | x1 M10x45 |
| 37 | | x1 M10x25 | 19 | | x4 $\Phi 22 \times \Phi 10.2 \times 15$ |
| 38 | | x4 $\Phi 10$ | 39 | | x4 M10 |



Kladkové lano A (9) nejprve protáhněte otvory v horním kladkovém rámu (5) a poté jej připevněte k rámu závaží (4) pomocí jednoho šroubu M10x25 (37), 2 plochých podložek M10 (38) a matky M10 (39).

Do horního kladkového rámu (5) namontujte dvě kladky (13) pomocí 4 kladkových pouzder (19), 2 šroubů M10x65 (35) a 2 matic M10 (39). Při montáži kladte důraz, aby kladkové lano A (9) bylo natažené uvnitř kladek (13), jak je znázorněno v detailu A.

Do spodního kladkového rámu (1) vložte kladkové lano B (10) a následně namontujte kladku (13) pomocí šroubu M10x45 (36), 2 plochých podložek M10 (38) a matky M10 (39).

Na kladkové lano A (9) připevněte karabinu (14), poté řetěz (15) a druhou karabinu (14). Následně připevněte na karabinu (14) kladkové lano B (10). Tímto způsobem lze pro cvičení používat spodní kladku.

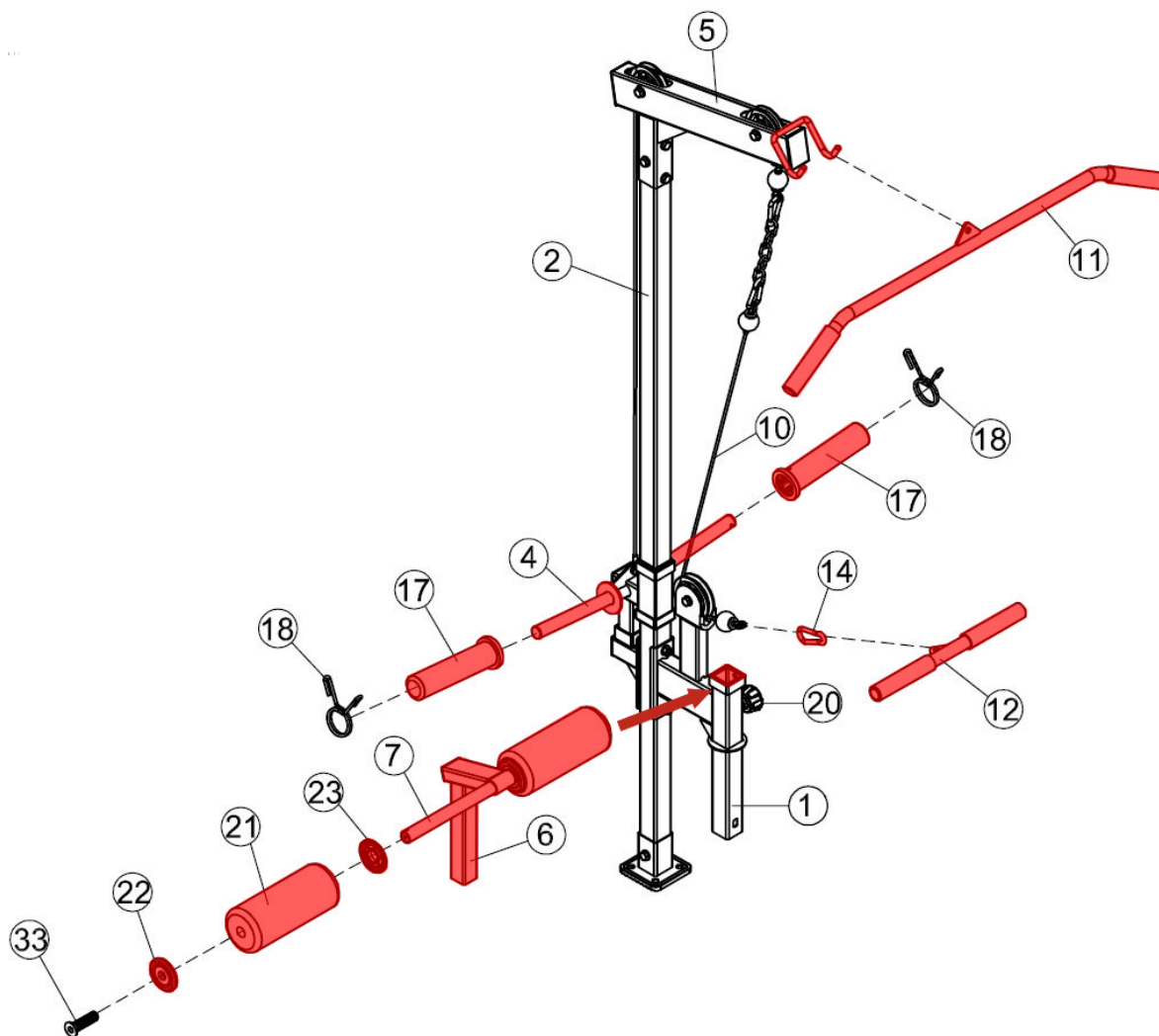
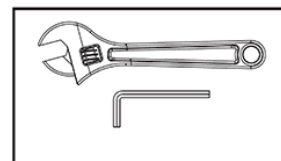
Upozornění: V tomto kroku ještě nedotahujte všechny šrouby a matice.



33



×2 M8×30



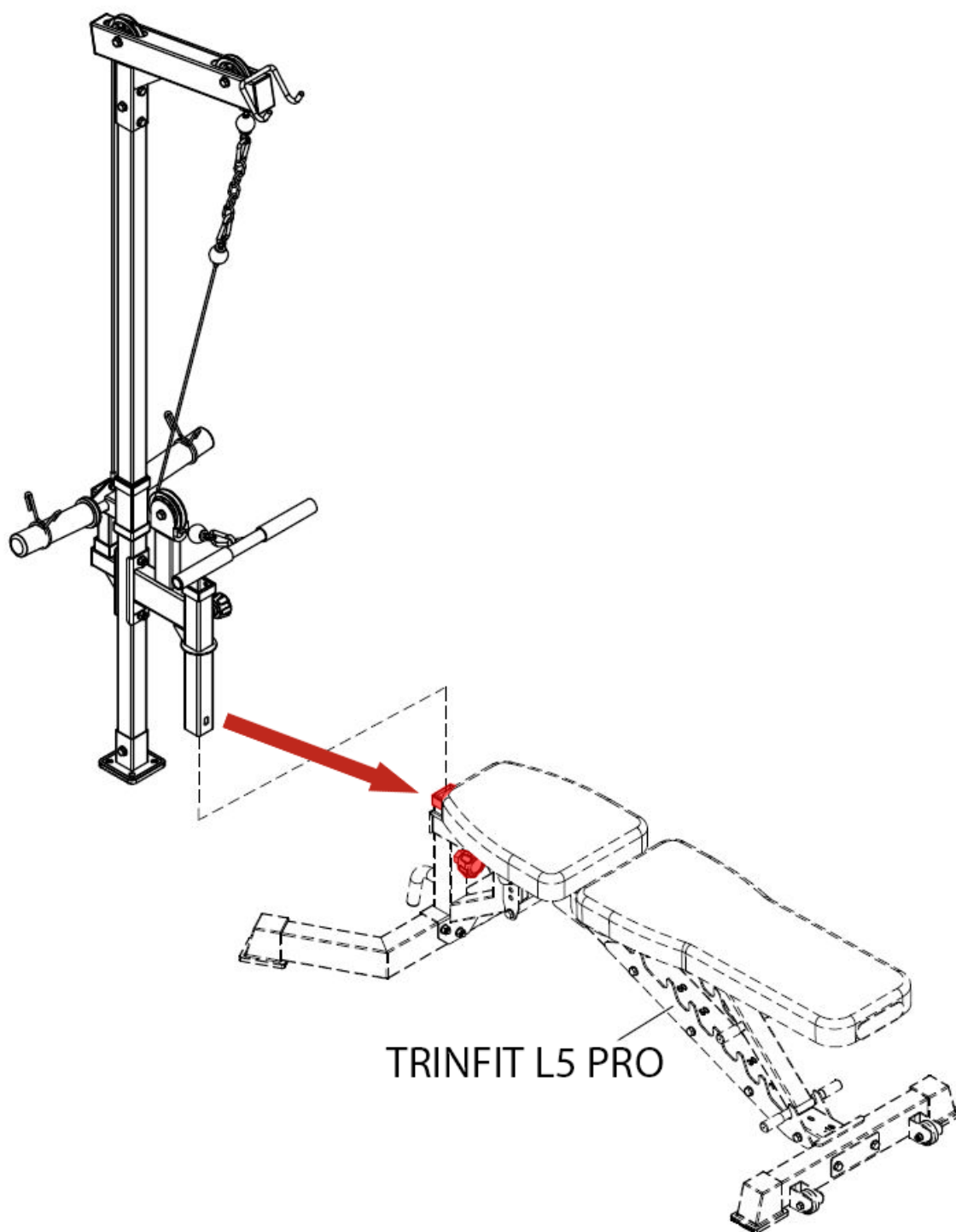
Do rámu opěrky na nohy (6) nasuňte hřídel pěnových válců (7). Na hřídel pěnových válců (7) následně nasadíte vnitřní krytky pěnových válců (23), pěnové válce (21), vnější krytky pěnových válců (22) a vše zafixujete pomocí 2 šroubů M8x30 (33).

Opěrku na nohy následně můžete zasunout do spodního kladkového rámu (1) a zajistit ji aretačním šroubem (20).

Na rám závaží (4) můžete nasadit redukce na olympijské kotouče (17) spolu s pružinovými uzávěry (18).

Na horní kladkový rám (5) zavěste dlouhý zahnutý adaptér (11). Na kladkové lano B (10) připevněte karabinu (14) a krátký rovný adaptér (12).

Upozornění: Nyní pevně dotáhněte všechny šrouby a matice z celé montáže!



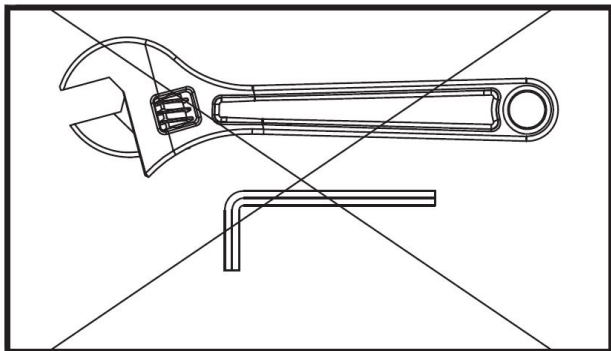
Složenou kladku vložte do otvoru v přední části posilovací lavice TRINFIT L5 Pro a zafixujte jí pomocí aretačního šroubu.

Montáž je tímto dokončena.

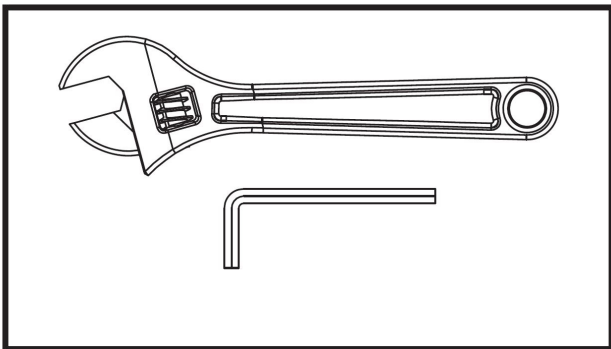
1. Deti ani domáci miláčikovia nesmú byť v blízkosti stroja ponechaní bez dozoru.
2. V danej chvíli môže stroj pri cvičení používať iba jedna osoba.
3. Ak pocítite závrat, nevoľnosť alebo akúkoľvek bolesť, ihneď prestaňte cvičiť a vyhľadajte lekára.
4. Stroj umiestnite na rovný a čistý povrch. Nenechávajte 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:

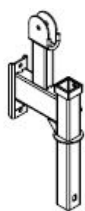


Neutahujte všetky skrutky v kroku s týmto označením.



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

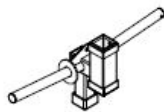
POZNÁMKA: Neutahujte príliš súčasti s funkciou otáčania. Uistite sa, že sa všetky otočné súčasti môžu voľne pohybovať.



① × 1



③ × 1



④ × 1



⑤ × 1



② × 1



⑥ × 1



⑦ × 1



⑧ × 1



⑨ × 1



⑩ × 1



⑪ × 1



⑫ × 1



⑬ ×



⑳ × 1



㉑ × 2



㉒ × 2



㉓ × 2



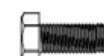
㉔ × 2



㉕ × 6



㉖ × 1



㉗ × 1



㉘ × 2



㉙ × 4



㉚ × 16



㉛ × 10



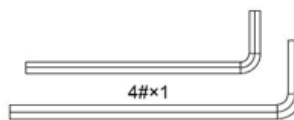
㉜ × 1



㉝ × 3



㉞ × 2



4# × 1

5# × 1

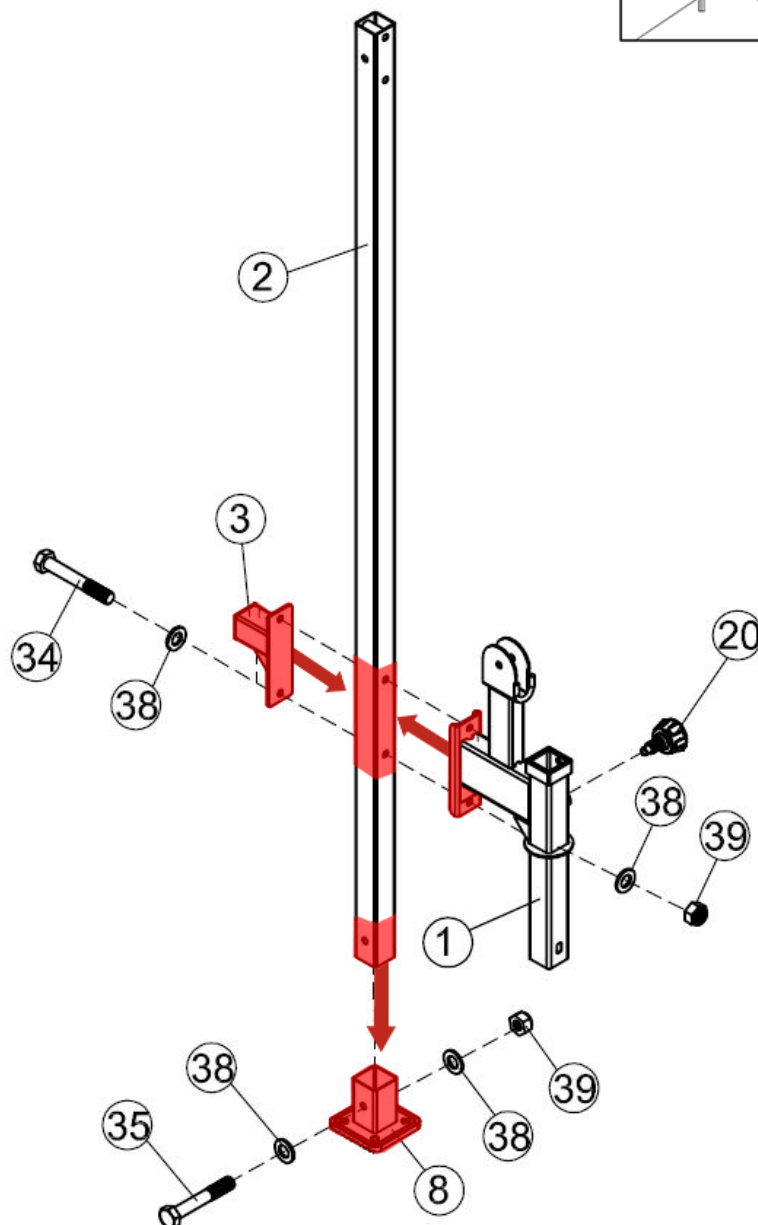
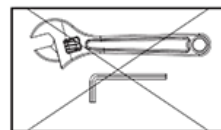


ZOZNAM DIELOV

Č.	NÁZOV	KS
1	SPODNÝ KLADKOVÝ RÁM	1
2	HLAVNÝ STĹPIK	1
3	VYMEDZOVACÍ RÁM	1
4	RÁM ZÁVAŽIA	1
5	HORNÝ KLADKOVÝ RÁM	1
6	RÁM OPIERKY NA NOHY	1
7	HRIADEĽ PENOVÝCH VALCOV	2
8	STABILIZÁTOR	1
9	KLADKOVÉ LANO A	1
10	KLADKOVÉ LANO B	1
11	DLHÝ ZAHNUTÝ ADAPTÉR	1
12	KRÁTKY ROVNÝ ADAPTÉR	1
13	KLADKA	3
14	KARABÍNA	3
15	REŤAZ	1
17	REDUKCIA NA KOTÚČE	2
18	PRUŽINOVÝ UZÁVER	2
19	KLADKOVÉ PUZDRO	4
20	ARETAČNÁ SKRUTKA	1
21	PENOVÝ VALEC	2
22	VONKAJŠÍ KRYTKA PENOVÉHO VALCA	2
23	VNÚTORNÁ KRYTKA PENOVÉHO VALCA	2
33	SKRUTKA M8x30	2
34	SKRUTKA M10x70	2
35	SKRUTKA M10x65	6
36	SKRUTKA M10x45	1
37	SKRUTKA M10x25	1
38	PLOCHÁ PODKLOŽKA M10	16
39	MATICA M10	10
	IMBUSOVÝ KLÚČ 4 mm	1
	IMBUSOVÝ KLÚČ 5 mm	1



- | | | | | | | | |
|----|--|----|--------|----|--|----|--------|
| 34 | | x2 | M10x70 | 35 | | x1 | M10x65 |
| 38 | | x6 | Φ10 | | | | |
| 39 | | x3 | M10 | | | | |



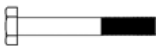
Hlavný stĺpik (2) pripevníte do stabilizátora (8) pomocou skrutky M10x65 (35), 25 plochých podložiek M10 (38) a matky M10 (39).

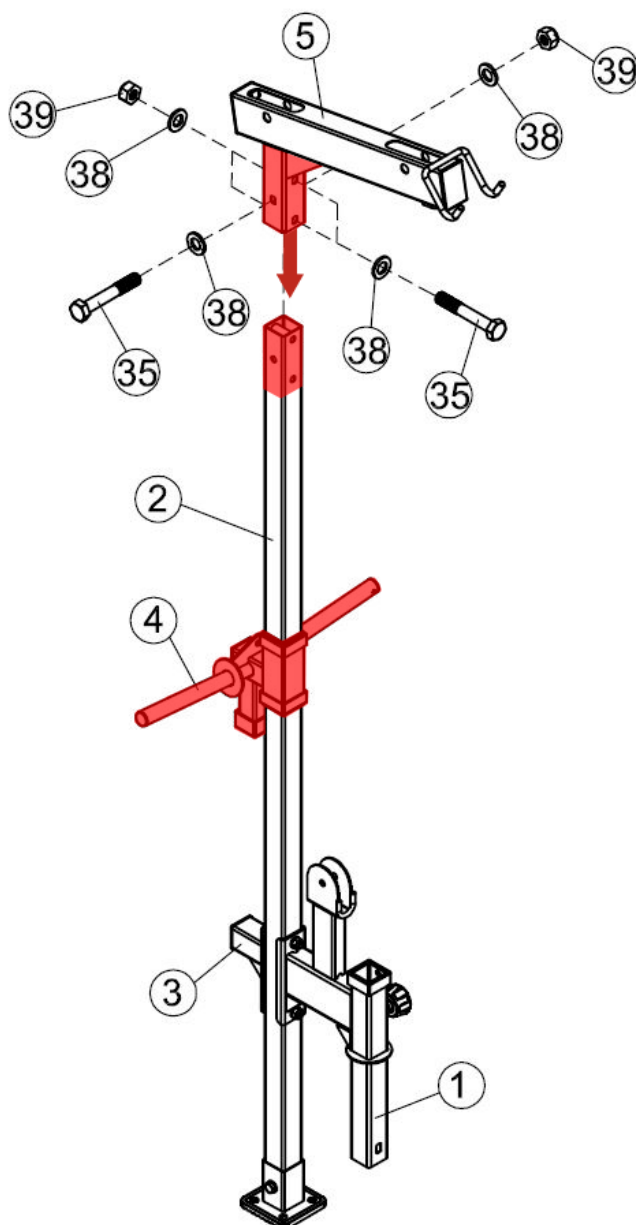
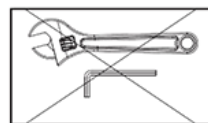
Na hlavný stĺpik (2) potom pripevníte vymedzovací rám (3) a spodný kladkový rám (1) a za-
fixujete ich pomocou 2 skrutiek M10x70 (34), 4 plochých podložiek M10 (38) a 2 matiek M10 (39).

Do spodného kladkového rámu (1) zaskrutkujete aretačnú skrutku (20).

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



35		×3 M10×65
38	 	×6 Φ10
39	 	×3 M10

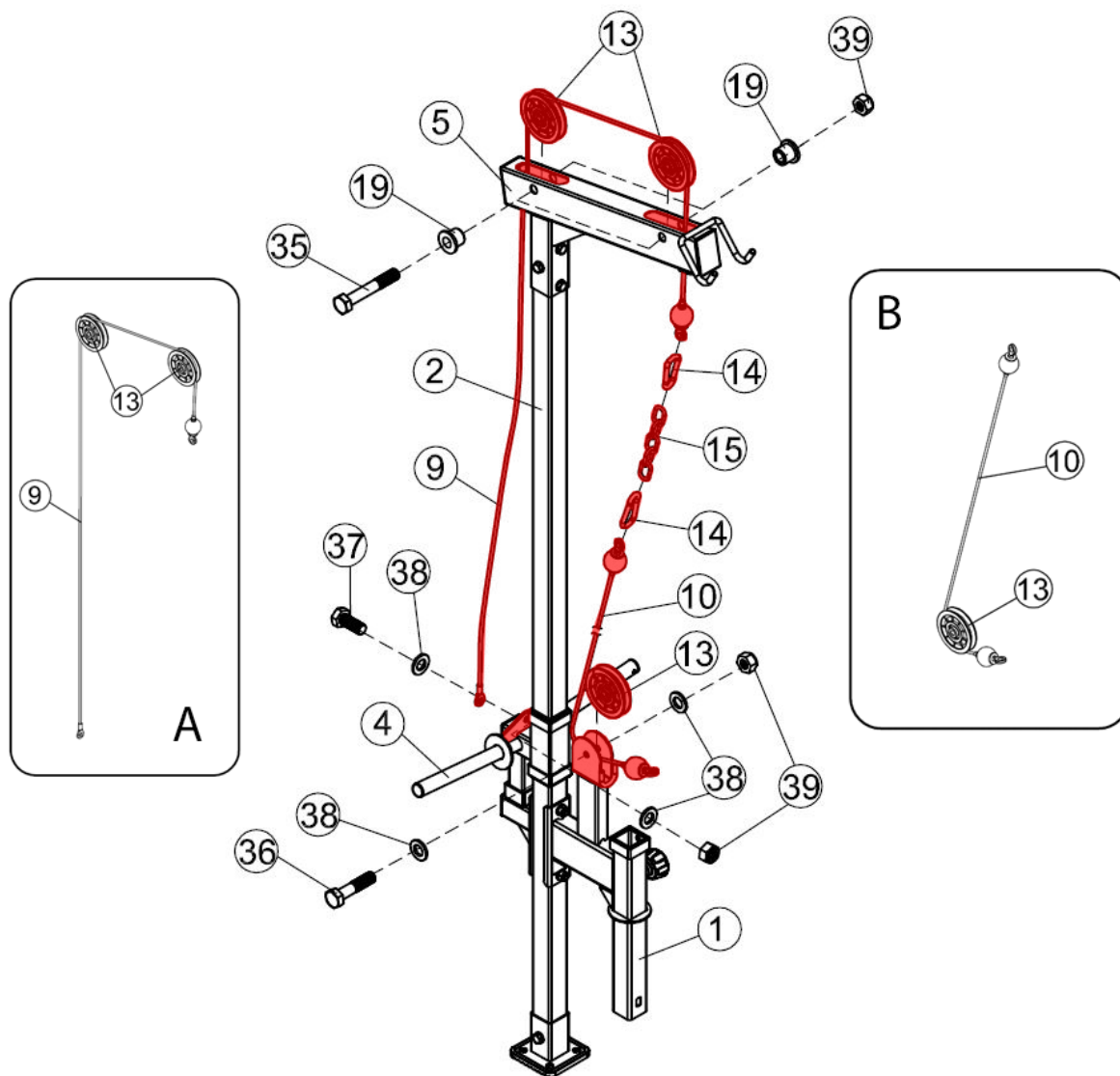
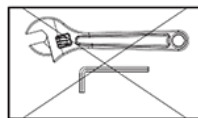


Na hlavný stĺpik (2) najprv nasuňte rám závažia (4). Potom nasadíte horný kladkový rám (5) a pripevníte ho pomocou 3 skrutiek M10x65 (35), 6 plochých podložiek M10 (38) a 3 matíc M10 (39).

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



35		x2	M10x65	36		x1	M10x45
37		x1	M10x25	19		x4	Φ22xΦ10.2x15
38		x4	Φ10	39		x4	M10



Kladkové lano A (9) najprv pretiahnite otvory v hornom kladkovom ráme (5) a potom ho pripevnite k rámu závažia (4) pomocou jednej skrutky M10x25 (37), 2 plochých podložiek M10 (38) a matky M10 (39).

Do horného kladkového rámu (5) namontujte dve kladky (13) pomocou 4 kladkových puzdier (19), 2 skrutiek M10x65 (35) a 2 matiek M10 (39). Pri montáži kladte dôraz, aby kladkové lano A (9) bolo natiiahnuté vo vnútri kladiek (13), ako je znázornené v detaile A.

Do spodného kladkového rámu (1) vložte kladkové lano B (10) a následne namontujte kladku (13) pomocou skrutky M10x45 (36), 2 plochých podložiek M10 (38) a matky M10 (39).

Na kladkové lano A (9) pripnite karabínu (14), potom reťaz (15) a druhú karabínu (14). Následne pripnite na karabínu (14) kladkové lano B (10). Týmto spôsobom je možné na cvičenie používať spodnú kladku.

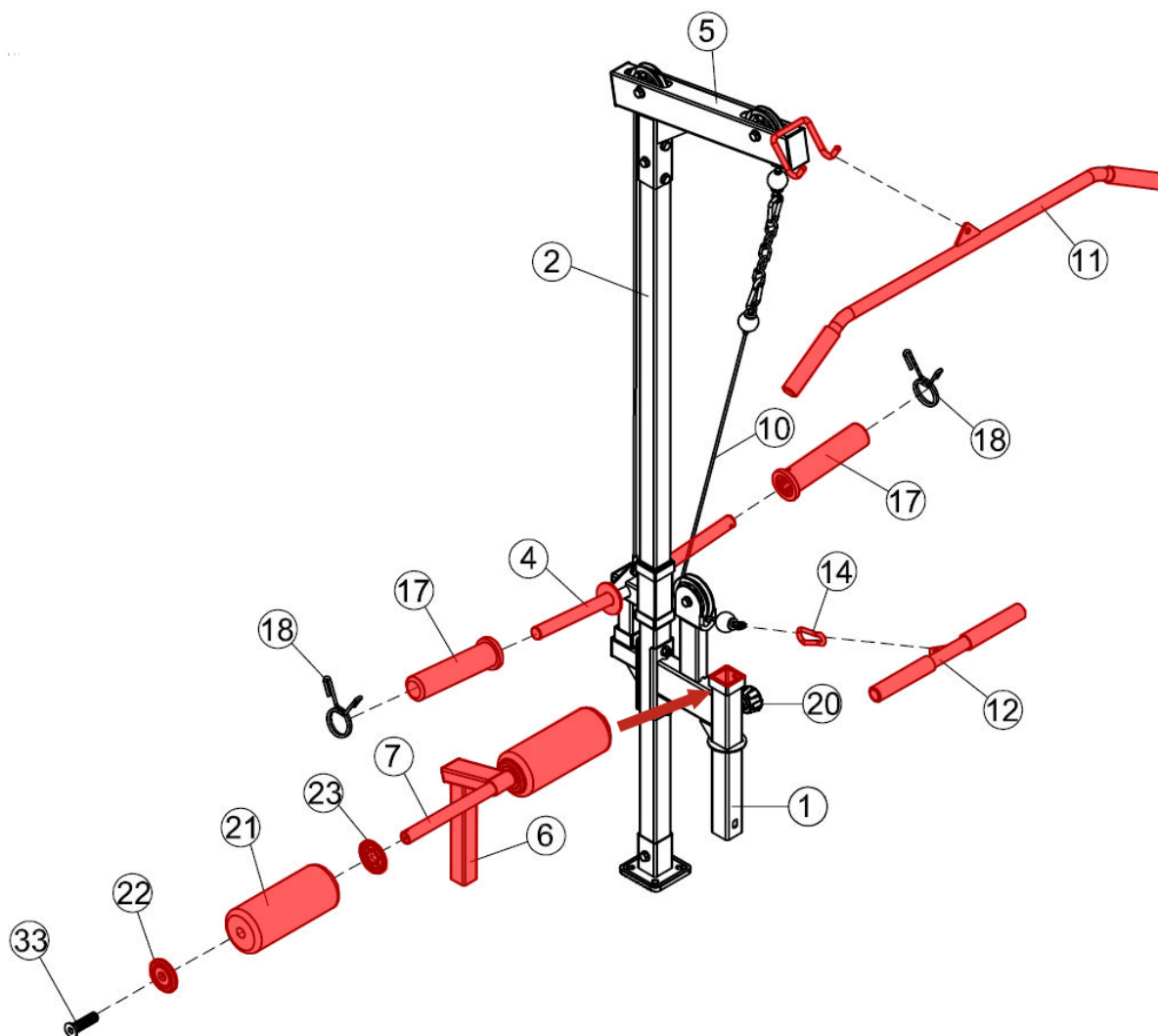
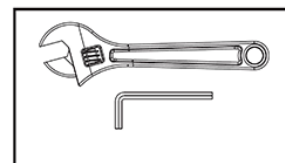
Upozornenie: V tomto kroku ešte nedotahujte všetky skrutky a matice.



33



×2 M8×30



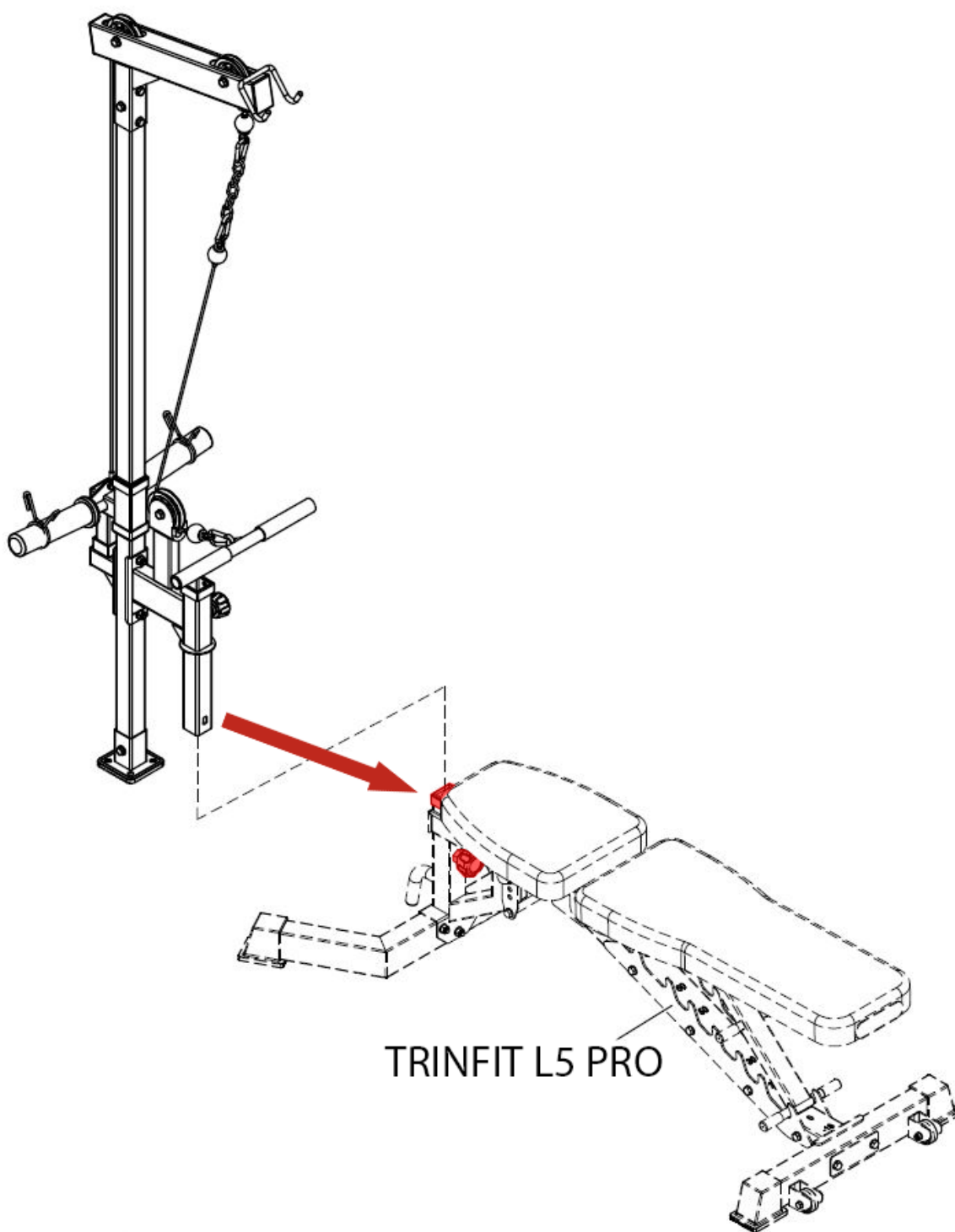
Do rámu opierky na nohy (6) nasuňte hriadeľ penových valcov (7). Na hriadeľ penových valcov (7) následne nasadíte vnútorné krytky penových valcov (23), penové valce (21), vonkajšie krytky penových valcov (22) a všetko zafixujete pomocou 2 skrutiek M8x30 (33).

Opierku na nohy následne môžete zasunúť do spodného kladkového rámu (1) a zaistiť ju aretačnou skrutkou (20).

Na rám závažia (4) môžete nasadiť redukcie na olympijské kotúče (17) spolu s pružinovými uzávermi (18).

Na horný kladkový rám (5) zaveste dlhý zahnutý adaptér (11). Na kladkové lano B (10) pripnite karabínu (14) a krátky rovný adaptér (12).

Upozornenie: Nyní pevne dotiahnite všetky skrutky a matice z celej montáže!



Zloženú kladku 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