



# KETTLER

ESTABLISHED  
IN GERMANY

## ГАРАНТИЯ

Гарантия на изделие — 30 лет – от сквозной коррозии деталей, окрашенных порошковой термопластичной краской, и на целостность деталей;

5 лет - на металлическую раму;

2 года - на движущиеся элементы, подушки, валики, пластиковые части.

Гарантия не распространяется:

- На повреждения при транспортировке покупателем;
- При несоблюдении правил сборки, эксплуатации и хранения, изложенных в настоящем руководстве;
- На расходники (грипсы и др.)

<b>Наименование продукта</b>	
<b>Спецификация продукта</b>	
<b>Дата покупки</b>	
<b>Телефон</b>	
<b>Примечание</b>	



Торговая марка: KETTLER

Модель: BASIC 07371-300

Сделано в Китае

Дата производства (месяц, год) указана на изделии.

Импортер и Уполномоченная изготовителем организация ООО Спортмастер

Юр. адрес: 117437, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, д. 18, корпус 2, ком. 102

Справочная служба: 8 495 777-777-1

Данный товар реализуется в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации.

Для подтверждения даты покупки товара при гарантийном ремонте или предъявлении иных предусмотренных законом требований, убедительно просим вас сохранять сопроводительные документы (чек, квитанцию, иные документы, подтверждающие дату и место покупки).

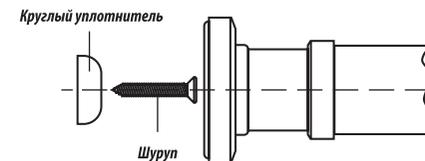
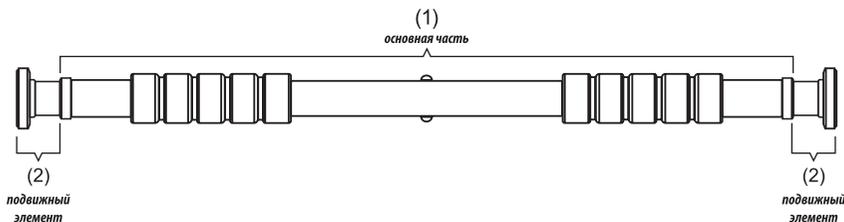
Производитель оставляет за собой право вносить изменения в комплектацию, дизайн, функциональные возможности изделий, в том числе в техническое и программное обеспечение, без предварительного уведомления потребителей.



# Basic

## Doorway Horizontal Bar

РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ И СБОРКЕ ТУРНИКА  
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ТРЕНИРОВОК



### Метод 1. Нежесткое крепление в дверном проеме.

1. Достаньте турник из упаковки. Выкрутите подвижные элементы (2) турника до нужной длины, соответствующей ширине места установки. Поднимите турник в дверном проеме на подходящую для вас высоту и расположите его горизонтально таким образом, чтобы во время подтягиваний основная часть корпуса (1) закручивалась по направлению к вам. Зафиксируйте турник, закрутив основную часть корпуса (1) до упора.

**⚠ ВАЖНО!** Не подтягивайтесь на турнике с обратной стороны, так как это может повлечь его прокручивание и ослабление фиксации турника в дверном проеме, что может привести к травме.

2. Проверьте, жестко ли зафиксирован турник, осторожно выполнив несколько упражнений.

**⚠ ВАЖНО!** При выполнении упражнений не должно быть явного сдвига по стенке или «болтания» турника. В противном случае повторите п. 1 или установите турник по Методу 2.

### Метод 2. Жесткое крепление для деревянного дверного проема.

1. Достаньте крепеж и турник из упаковки. Выкрутите подвижные элементы (2) турника до нужной длины. Поднимите турник в дверном проеме на подходящую для вас высоту и расположите его горизонтально таким образом, чтобы во время подтягиваний основная часть корпуса (1) закручивалась по направлению к вам. Отметьте на косяке дверной коробки карандашом места будущего крепления боковых пластиковых упоров турника. Убедитесь, что турник расположен ровно, и места крепления находятся точно напротив друг друга. Установите опорные чашки на 3 самореза из комплекта. Вставьте шуруп в уплотнитель (пластиковый упор) и вкрутите отверткой в отмеченные места на деревянном косяке дверного проема. В случае навеса турника на другие (не деревянные) поверхности проконсультируйтесь, пожалуйста, со специалистом-монтажником.

2. Поднимите турник в дверном проеме на подходящую для вас высоту и расположите его горизонтально таким образом, чтобы во время подтягиваний основная часть корпуса (1) закручивалась по направлению к вам. Выдвиньте подвижные элементы турника (2) до упора в стенку, надев подвижные элементы турника посадочными отверстиями на круглые уплотнители. Зафиксируйте положение турника, закрутив основную часть корпуса (1) до упора.

**⚠ ВАЖНО!** Не подтягивайтесь на турнике с обратной стороны, так как это может повлечь его прокручивание и ослабление фиксации турника в дверном проеме, что может привести к травме.

3. Проверьте, жестко ли зафиксирован турник, осторожно выполнив несколько упражнений.

**⚠ ВАЖНО!** При выполнении упражнений не должно быть явного сдвига по стенке или «болтания» турника. В противном случае, проверьте степень затягивания шурупов и основной части корпуса турника (1).

При установке турника важно учитывать конструкционные особенности стен или дверных проемов, а также их материал. Допускается установка турника на следующие материалы конструкции дверных коробок или стен:

- из массива дерева;
- из бетона;
- из кирпича;
- из металла;
- из других прочных материалов.

Недопустимо устанавливать турник в проемы пластиковых дверей, гипсокартон, на дверные коробки с установленными под них доборными планками, проемы из прочих хрупких материалов, а также на конструкции, прочность или несущая способность которых вам не известна либо вы в ней не уверены.

### Особенности:

- Рабочая длина турника от 62 до 90 см, в связи с чем, в целях безопасности турник запрещается использовать в проемах шириной более 90 см;
- крепление к дверному проему саморезами (шурупами);
- предназначен для тренировки мышц всего плечевого пояса, пресса, рук и спины.

### На турнике категорически запрещается:

1. Одновременно заниматься более чем одному пользователю вне зависимости от его роста и веса;
2. Выполнять упражнения, связанные с рывковыми движениями;
3. Пытаться сорвать турник с креплений;
4. Висеть на турнике вниз головой;
5. Использовать турник не по назначению.

### Обязательно

#### Перед каждым использованием:

1. Проверьте положение турника относительно равномерного расположения. В случае необходимости переустановите турник;
2. Осторожно и внимательно проверьте надежность фиксации турника к опорным поверхностям. В случае необходимости отрегулируйте или переустановите турник.

## ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Максимальный вес пользователя, кг	100
Максимальная статическая нагрузка, кг	200
Состав	Сталь с порошковой краской, резина NBR, ПВХ
Вес, кг:	1,3

## КОМПЛЕКТАЦИЯ

№	Наименование	Кол-во
1	Турник	1 шт.
2	Набор саморезов (шурупов)	8 шт.
3	Уплотнители	2 шт.
4	Дополнительный держатель (чашки)	2 шт.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УХОДУ

- Рекомендуется протирать турник губкой или мягкой тканью по мере необходимости
- Хранить вдали от острых и раскаленных предметов, открытого огня, влажных и загрязненных мест.