



PRO 07371-800

АЛЫНБАЛЫ ҚАБЫРҒА ТУРНИГІ



**МАКС.
150 КГ**

ҚОЛДАНУ НҰСҚАУЛЫҒЫ

KZ

МАҢЫЗДЫ АҚПАРАТ

Жаттығу құрылғысын құрастыру және алғаш пайдалану алдында осы нұсқаулықты мұқият оқып шығыңыз. Онда қауіпсіздік техникасы, сондай-ақ құрылғыны пайдалану және оған техникалық қызмет көрсету бойынша маңызды нұсқаулар берілген. Осы нұсқаулықты сақтап қойыңыз — ол сізге болашақта қажет болуы мүмкін.

Өз қауіпсіздігіңіз үшін

⚠ **ҚАУІП!** Бұйымды құрастыру кезінде балаларды аулақ ұстаңыз (бала жұтып қоюы мүмкін ұсақ бөлшектер болады).

⚠ **НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ!** Құрылғыны тек мақсатына сай, яғни ересектерді физикалық жаттықтыру үшін пайдалануға болады.

⚠ **НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ!** Жаттығу құрылғысы үйде қолдануға арналған.

- Бұл жаттығу құрылғысында тек нұсқаулықта көрсетілген жаттығуларды ғана жасауға рұқсат етіледі.

⚠ **ҚАУІП!** Жаттығу құрылғысын басқа мақсатта пайдалану қауіпті және оған тыйым салынады. Дайындаушы жаттығу құрылғысын өзге мақсатта пайдалану салдарынан келтірілген залалға жауапты емес.

⚠ **ҚАУІП!** Жаттығу құрылғысын дұрыс емес жөндеу немесе конструкциясын өзгерту (түпнұсқа бөлшектерді алып тастау, рұқсат етілмеген бөлшектерді орнату және т.б.) пайдаланушыға қауіп төндіруі мүмкін.

⚠ **НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ!** Жаттығу құрылғысымен осы нұсқаулықта сипатталмаған әрекеттерді орындау оны зақымдауы немесе адамдарға қауіп төндіруі мүмкін.

- Сіз соңғы қауіпсіздік стандарттарына сай жасалған құрылғыны пайдаланып жатырсыз. Өндіруші пайдаланушы жарақат алуы мүмкін қауіпті жерлерді болдырмауға немесе оларды жабуға күш салған.
- Егер күмәніңіз немесе сұрақтарыңыз болса, өз дилеріңізге хабарласыңыз.
- Әр 1–2 ай сайын жаттығу құрылғысының барлық бөлшектерін, атап айтқанда бұрандалары мен сомындарын тексеріңіз.
- Жаттығуды бастамас бұрын, сізге осы құрылғымен жаттығуға болатынына сенімді болу үшін дәрігермен кеңесіңіз. Дәрігер шешіміне сәйкес жаттығу бағдарламасын құру қажет.
Дұрыс емес жаттығу немесе шамадан тыс жүктеме денсаулыққа зиян келтіруі мүмкін.

- Құрылғыны әр қолданар алдында барлық бұрамалы және істікшелі қосылыстардың, сондай-ақ тиісті сақтандырғыш құралдардың бүтіндігі мен беріктігін тексеріңіз.

- Жаттығу құрылғысында жаттығуды тек қолайлы спорттық киіммен орындаңыз (баусыз, белбеусіз және т.б.).
- Біз жаңа технологияларды қолдана отырып, өз өнімдеріміздің сапасын үнемі бақылап отырамыз. Осыған байланысты біз құрылғыға техникалық өзгерістер енгізу құқығын өзімізге қалдырамыз.
- Жаттығу құрылғысын кедергілерден қауіпсіз қашықтықта орнату керек. Оны өтетін жерлерге, жолдар мен есіктерге жақын орнатпаңыз. Еркін жүріп-тұру аймағы жаттығу аймағынан кемінде 1 метр кеңірек және ұзынырақ болуы керек. Жұмыс істеп тұрған жаттығу құрылғысы аймағында жаттығушыдан басқа ешкім болмауы тиіс.
- Жаттығу жасап жатқан адамға жақындамаңыз.
- Жаттығу құрылғысын орнатпас бұрын, орнату орнының жеткілікті жүк көтере алатынына және онда орнатуға қажетті материалдар бар екеніне көз жеткізіңіз. Оған қоса, кірпіштің, негіздің және т.б. типі мен қасиеттерін ескеру қажет. Егер қабырғаның жүк көтергіштігіне сенімсіз болсаңыз, құрылыс инженерімен кеңесіңіз.

Орнату нұсқаулары

 **ҚАУІП!** Жаттығу орнындағы қауіптерді азайтыңыз, мысалы, құрал-саймандарды әр жерде қалдырмаңыз. Қаптаманы қауіп төндірмейтіндей етіп бүктеп қойыңыз. Пленка мен полиэтилен пакеттерді балалардың қолы жетпейтін жерде сақтау керек.

 **ЕСКЕРТУ!** Құрал-сайманды пайдаланған кезде әрқашан жарақат алу қаупі бар екенін ескеріңіз. Осы себепті құрылғыны орнату кезінде абайлап әрекет етіңіз!

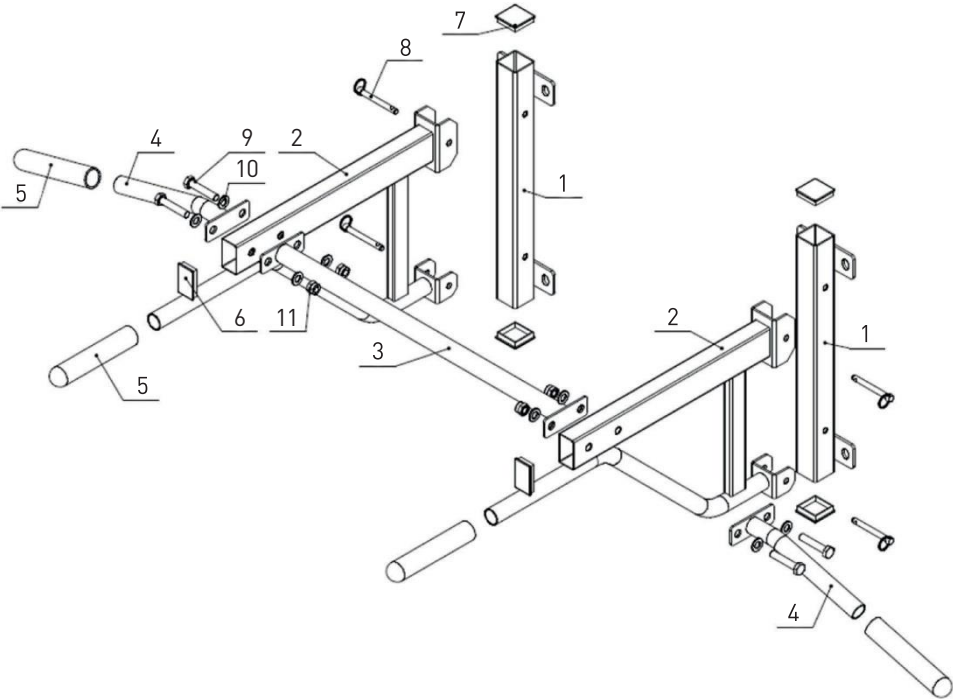
Жаттығу құрылғысын құрастыру және алғаш пайдалану алдында осы нұсқаулықты мұқият оқып шығыңыз.

- Жеткізілім жиынтығы түгел (бақылау тізімін қараңыз) және бүтін екенін тексеріңіз. Егер арыз-шағымыңыз болса, дилерге хабарласыңыз.
- Сызбаларды мұқият қарап шығып, құрылғыны суреттерде көрсетілген ретпен құрастырыңыз
- Құрылғыны дұрыс орнату керек. Оны ересек адам орындауы тиіс. Егер күмәніңіз болса, мұндай нәрсені жақсы білетін адамнан көмек сұраңыз.

ЖИЫНТЫҚТАУЫШТАР ТІЗІМІ

№	Атауы	Саны, д.
1	Қабырғалық тірек	2
2	Қаңқа	2
3	Аспатемір	1
4	Бүйірлік қолсап	2
5	Грипса	4
6	Тікбұрышты бітеуіш (30*50)	2
7	Шаршы бітеуіш (40*40)	4
8	Шарикті бекіткіш (φ 8*60)	4
9	Алтықырлы бұран (M10*50)	4
10	Тығырық (Ø10)	8
11	Табандатпа сомын (M10)	4
12	Кілт (14–17)	2

ЖАТТЫҒУ ҚҰРЫЛҒЫСЫНЫҢ ЕГЖЕЙ-ТЕГЖЕЙЛІ СҰЛБАСЫ



ҚҰРАСТЫРУ НҰСҚАУЛЫҒЫ



Назар аударыңыз!

Қауіпсіздігіңізді қамтамасыз ету үшін біз турниктерді қабырғаға бекітуге арналған анкерлер мен дюбелдер сияқты бөлшектерді салмаймыз. Бекітпенің типі мен өлшемі турникке жасалатын жүктемеге, сондай-ақ турник орнатылатын қабырға материалына байланысты болады. Турник орнатылатын қабырғаның материалы мен конструкциясын ескере отырып, бекітпені таңдауға көмектесетін арнайы дүкенге хабарласыңыз. Бекітпені таңдаған кезде, күтілетін жүктемені ескеріңіз. Турникке түсетін максималды есептелген жүктеме қаптамада және осы нұсқаулықтың «Техникалық сипаттамалар» бөлімінде көрсетілген

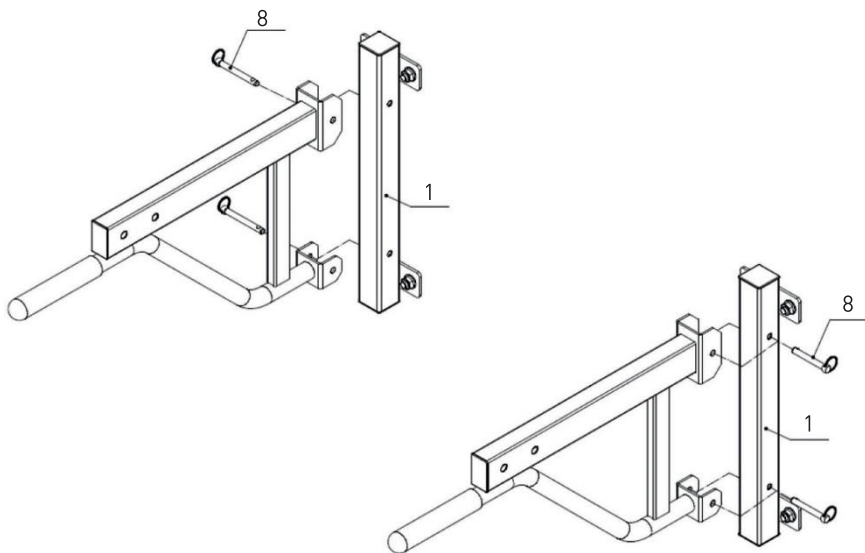
1-ҚАДАМ:

Төмендегі схемаға сәйкес екі қабырғалық тіректі (1) орнатыңыз:



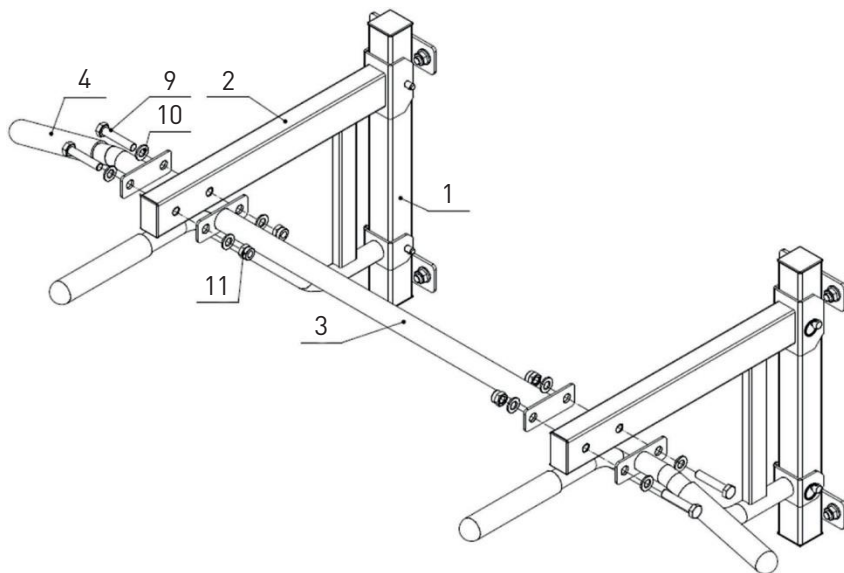
2-ҚАДАМ:

Қаңқаны (2) шарикті бекіткіштер (8) арқылы қабырғалық тіректерге (1) орнатыңыз.



3-ҚАДАМ:

Аспатемір (3) мен бүйірлік қолсаптарды (4) алтықырлы бұрандар (9), тығырықтар (10) және табандатпа сомындар (11) арқылы қаңқаға (2) орнатыңыз.



ЕСКЕРТУ:

Жаттығуды бастамас бұрын барлық қосылымдарды тексеріңіз. Жиналған қоссырықты сақтау үшін қабырғалық тіректерден алып тастауға немесе биіктікте жылжытуға болады (швед қабырғасына пайдаланылған кезде). Шарикті бекіткіштерді алып тастау қиын болса, 5-қадамға сәйкес бекітпені кері ретпен босатыңыз. Әрі қарай, қоссырықты алып тастаңыз немесе оны қажетті биіктікке жылжытыңыз. Қабырғалық тіректерге қоссырықты орнатқаннан кейін 5-қадамды қайталаңыз және барлық қосылымдарды тексеріңіз.

Пайдалану алдында:

- барлық бөлшектер мықтап жиналғанын және бір-біріне бекітілгенін тексеріңіз;
- турникті әр орнату алдында қабырға мен есік жақтауының конструкциясы нұсқаулықта көрсетілген талаптарға сәйкес келетініне және жаттығу кезінде салмағыңызды көтеру үшін жеткілікті түрде берік орнатылғанына көз жеткізіңіз;
- турник нұсқаулыққа сәйкес орнатылғанын тексеріңіз.

⚠ Назар аударыңыз:

- қауіпсіздік мақсатында турникте басты төмен қарай салбыратып жаттығуға қатаң түрде тыйым салынады.

Ұсынымдар:

- жаттығуды бастамас бұрын қысқа уақыт денені қыздырып, негізгі бұлшықеттерді созыңыз;
- егер жаттығу кезінде бір жеріңіз ауырса немесе физикалық жайсыздықты сезінсеңіз, жаттығуды тоқтатып, дәрігермен кеңесіңіз;
- барлық жаттығуларды жылдамдық пен техниканы бақылай отырып, жұлқымай, біркелкі қарқынмен орындау керек. Әртүрлі бұлшықеттерді жаттықтыру үшін турникті әртүрлі ұстау әдістерін пайдаланыңыз;
- жаттығу кезінде өзіңізді зорықтырмаңыз. Жүктемені бірте-бірте арттырыңыз және әр жолы қайталау санын арттыруға тырысыңыз;
- егер жаттығу кезінде бұлшықет қатты ауырса, жаттығуды дереу тоқтатып, дәрігерге қаралыңыз.

ТЕХНИКАЛЫҚ СИПАТТАМАЛАРЫ

Максималды пайдаланушы салмағы, кг	150
Максималды статикалық жүктеме, кг	375
Салмағы, кг	7,5
Жұмыс күйіндегі өлшемі (Ұ×Е×Б), см	60x108x41

КҮТІМ ЖАСАУ ҰСЫНЫМДАРЫ

- Егер қажет болса, турникті губкамен немесе жұмсақ шүберекпен сүрту ұсынылады
- Бұйымды өткір және ыстық заттардан, ашық оттан, ылғалды және лас жерлерден аулақ ұстаңыз

КЕПІЛДІК

Бұйым кепілдігі — 12 ай Кепілдік келесіге қолданылмайды:

- сатып алушы тасымалдаған кездегі зақымдарға;
- осы нұсқаулықта берілген құрастыру, пайдалану және сақтау ережелері сақталмаған жағдайда;

Өнім атауы	
Өнім сипаттамасы	
Сатып алу күні	
Телефон	
Ескерту	



Сауда белгісі: KETTLER

Модель: PRO 07371-800

Қытайда жасалған

Импорттаушы және дайындаушы уәкілеттік берген ұйым: «Спортмастер Казахстан» ЖШС

Заңды мекенжайы: 117437, Мәскеу қ., Миклухо-Маклай к-сі, 18-үй, 2-корп., 102-бөлме

Анықтама қызметі: 8 495 777-777-1

Бұл тауар Ресей Федерациясының заңнамасының талаптарына сәйкес сатылады.

Кепілдік жөндеу кезінде немесе заңда көзделген өзге де талаптар қойылған кезде тауарды сатып алу күнін растау үшін ілеспе құжаттарды (чек, түбіртек, сатып алу күні мен орнын растайтын өзге де құжаттар) сақтауыңызды сұраймыз.

Өндіруші тұтынушыға алдын ала хабарлама жібермей, бұйымның жиынтықтамасына, дизайнына, функциялық мүмкіндіктеріне, соның ішінде аппараттық және бағдарламалық жасақтамасына өзгерістер енгізу құқығын өзіне қалдырады.