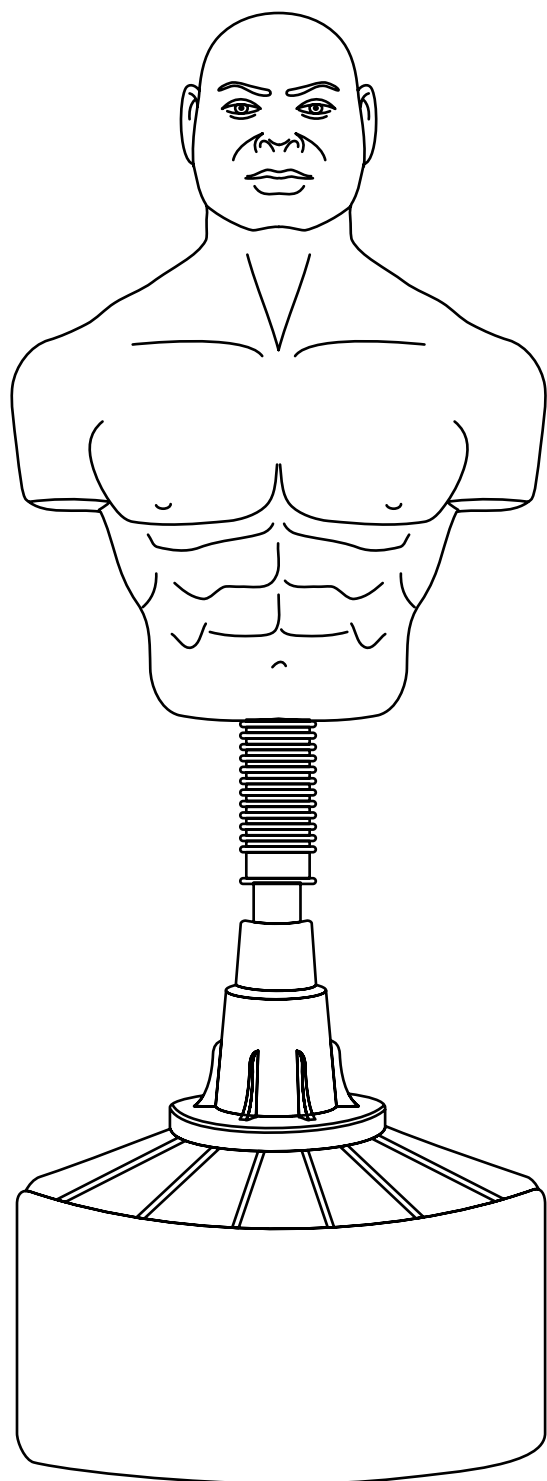




Инструкция по сборке

REDMAN ТРЕНАЖЕР ДЛЯ БОКСА

**БОКС, КАРАТЕ, ММА,
ТХЭКВОНДО, ТАЙ-БО**



- отработка точности удара
- координация
- скорость
- реакция

1
год
гарантия

Напольный манекен разработан для занятий Боксом, Карате, ММА, Таэквондо и Тайским боксом, а также идеально подходит для фитнеса и кардиотренировок в домашних условиях.

Регулярные занятия на тренажере способствуют развитию координации, хорошей реакции и скорости движений.

Устойчивая конструкция тренажера имеет в своем основании напольную водоналивную базу, которая может быть наполнена водой или песком по Вашему усмотрению. Манекен из высокопрочного полимерного покрытия с эластичным наполнителем обладает высокими амортизационными свойствами. Форма манекена имитирует анатомическое строение туловища человека. Возможность регулировки манекена по высоте делает занятия доступными и интересными всем категориям пользователей.

Характеристики:

- 3 уровня регулировки высоты
- Минимальная высота - 170см
- Максимальная высота - 175см
- Вес базы с песком - 110кг
- Вес базы с водой - 64кг
- Диаметр базы - 61см

ВНИМАНИЕ!

Для выполнения условий гарантии необходимо соблюдать следующие правила и рекомендации хранения и использования тренажера!

Рекомендации:

- Внимательно ознакомьтесь с инструкцией перед сборкой и использованием тренажера.
- Расположите тренажер на ровной, мягкой, нескользящей поверхности (советуем дополнительно приобрести коврик для тренажеров).
- Не устанавливайте тренажер на открытое твердое напольное покрытие, поскольку оно подвержено повреждениям.
- Перед началом занятий обеспечьте зону безопасности радиусом 2 м, свободную от людей, животных и посторонних предметов.
- Тренажер предназначен для использования в помещении при температуре не ниже 15° С.
- Храните тренажер вдали от острых предметов, источников тепла, открытого огня и прямых солнечных лучей.
- Транспортировка тренажера возможна только с предварительно опустошенной базой.

Предупреждение:

- Перед началом занятий с тренажером проконсультируйтесь у врача.
- В случае возникновения физического дискомфорта во время тренировки обратитесь к врачу.
- Для занятий на тренажере необходимо использовать боксерские бинты, снарядные или боксерские перчатки.
- Перед каждым занятием разогревайте мышцы, чтобы избежать растяжений и вывихов.
- Во избежание травм и повреждений тренажера перед началом тренировки снимите все украшения!
- Не наносите удары по манекену посторонними предметами!
- Данный тренажер предназначен для отработки ударов руками.
- Не используйте тренажер для отработки силы удара во избежание деформации и разрыва материала!

Сборка тренажера:

Рис.1 Наполните базу (1) водой или песком, используя воронку (11).

Рис.2 Плотнo закрутите крышку (2).

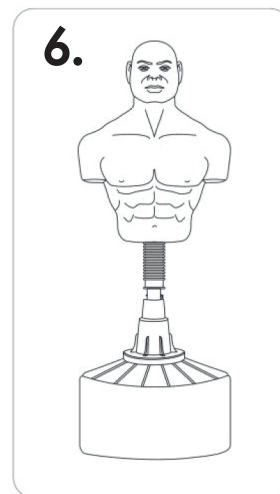
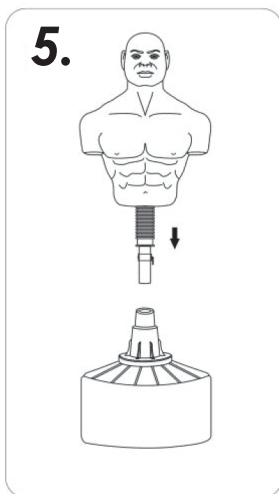
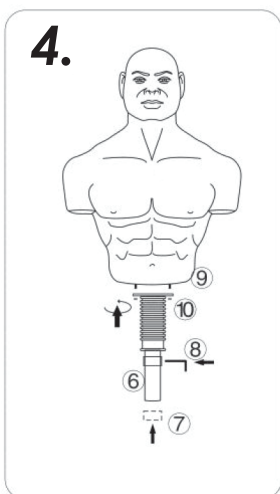
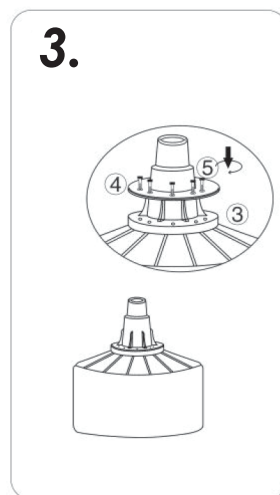
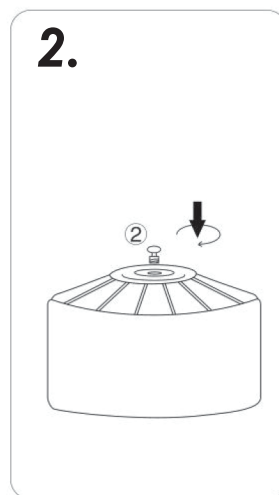
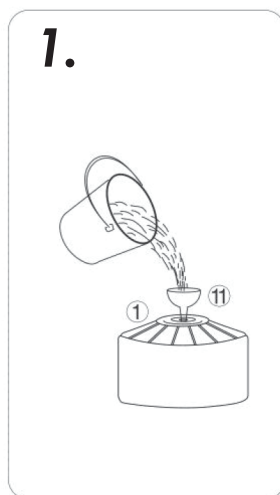
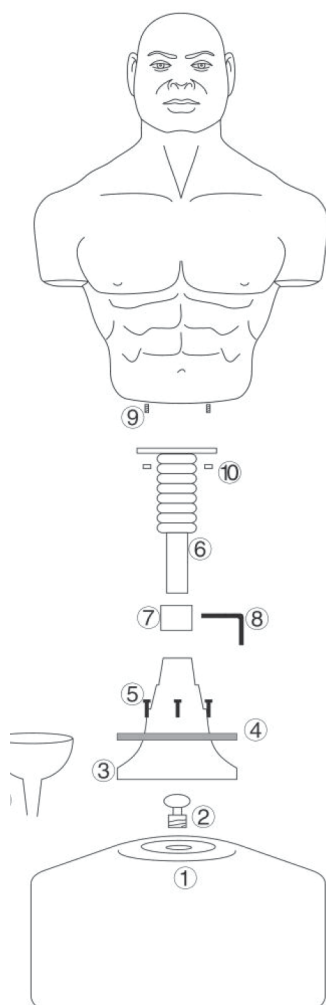
Рис.3 Наденьте на базу (1) соединительную манжету (3), затем закрепите на ней фиксирующую шайбу (4). Для этого вставьте 9 фиксирующих болтов (5) в отверстия на соединительной манжете (3) и затем в отверстия на базе (1).

Внимание! Убедитесь, что отверстия на шайбе (4) совпадают с отверстиями в манжете (3), а также с отверстиями на базе (1).

Рис.4 Наденьте хомут (7) на верхнюю направляющую (6), после этого закрепите его с помощью г-образного фиксатора, выбрав подходящий уровень высоты 170, 173 или 175 см. Затем присоедините верхнюю направляющую (6) к манекену с помощью 4 болтов (9) в его нижней части.

Рис.5 Наденьте манекен (9) на базу (1), вставив направляющую (6) в отверстие на базе (1).

Рис.6 Тренажер собран и готов к использованию



Наполнение базы песком:

Вставьте воронку и медленно наполните базу сухим песком.

- В случае скопления песка при наполнении базы, закрутите крышку, возьмите базу за горловину и наклоните в разных направлениях до полного распределения песка.

- Открутите крышку, вставьте снова воронку и продолжайте наполнять базу песком, повторяя распределительный процесс по необходимости.

- После наполнения базы песком закрутите плотно крышку.

- Вес базы наполненной песком будет составлять 100 кг.

Наполнение базы водой:

Вставьте воронку в горловину и наполните базу водой.

- Наполните базу водой до основания горловины.

- Закрутите плотно крышку.

- После двухразового использования тренажера, наполненного водой, открутите крышку, чтобы выпустить скопившийся под давлением воздух, проверьте уровень воды. Закрутите крышку.

- Перед использованием тренажера или его перемещением убедитесь, что крышка плотно закручена.

- Вес базы наполненной водой будет составлять 64 кг.

Комплектация:

NO.	Описание	Количество	NO.	Описание	Количество
1	База	1 шт.	1	Хомут	1 шт.
2	Крышка	1 шт.	2	Г-образный фиксатор	1 шт.
3	Соединительная манжета	1 шт.	3	Манекен с 4 болтами	1 шт.
4	Фиксирующая шайба	1 шт.	4	Декоративная манжета	1 шт.
5	Болт-фиксатор	9 шт.	5	Воронка	9 шт.
6	Верхняя направляющая	1 шт.	6	Инструкция и гарантийный талон	1 шт.