



СКАМЬЯ ДЛЯ ПРЕССА

G-110 BIG RAM

РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ И СБОРКЕ

TORNEOSPORT.COM

- РЕГУЛИРОВКА ПО УГЛУ НАКЛОНА – 5 УРОВНЕЙ

ERGO PAD

INSTA FOLD

EVER PROOF

WARRANTY ON FRAME

Гарантия на раму

YEARS
5
ЛЕТ

WARRANTY

Гарантия

YEARS
2
ГОДА



Дорогой покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением!

Скамья для пресса TORNEO Big Ram сочетает в себе современные технологии и продуманный дизайн. Занятия на этом тренажере в уютной домашней обстановке помогут вам приобрести хорошую физическую форму.

Уверены, что вам понравится заниматься спортом с TORNEO!

Основные преимущества вашего тренажера:

Скамья для пресса – прекрасный вариант для комплексной проработки мышц живота.

Складная конструкция и мобильность

Ваша скамья оснащена системой складывания для компактного хранения. Благодаря складной конструкции, она не занимает много пространства в квартире в перерывах между тренировками и позволяет хранить ее в шкафу, у стены, за дверью и т.д.

Регулировка угла наклона скамьи

5 уровней наклона скамьи подойдет для пользователей с разным уровнем подготовки.

Регулировка высоты положения валиков

Данная система позволяет подобрать удобное положение для каждого пользователя.

Эргономичная конструкция

Удобные подушки позволят вам занять комфортное и стабильное положение на тренажере для эффективной тренировки.



Внимание:

Прежде чем начать пользоваться тренажером изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. Это поможет быстро настроить тренажер для занятий и использовать его правильно и безопасно. Сохраните руководство для последующих справок.



Внимание:

Настоятельно рекомендуем вам, перед тем как приступить к тренировкам, пройти полное медицинское обследование, особенно если у вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или заболеваниям сердечно-сосудистой системы, если вы старше 35 лет, если вы курите, если у вас повышен уровень холестерина, если вы страдаете ожирением или в течение последнего года не занимались регулярно спортом. Если во время тренировки вы почувствуете слабость, головокружение, одышку или боль, немедленно прекратите занятия.

По вопросам качества и комплектности тренажера обращайтесь к специализированному продавцу.

Содержание

1.	Правила эксплуатации тренажера	4
2.	Сборка тренажера.....	5
3.	Система складывания	8
4.	Подetailная схема тренажера.....	9
5.	Перечень комплектующих.....	10
6.	Технические характеристики.....	10

1. Правила эксплуатации тренажера



Внимание:

Приобретенный вами тренажер является техническим изделием. Внимательно прочитайте нижеприведенные инструкции прежде, чем приступать к занятиям. Соблюдение указанных норм позволит вам безопасно и эффективно использовать тренажер в течение всего срока службы.

Владелец должен проинформировать всех пользователей о мерах безопасности при эксплуатации тренажера.

Транспортировка тренажера

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской или аналогичной по качеству упаковке.
2. Рекомендуем вам сохранить оригинальную упаковку в случае, если вам понадобится в дальнейшем перевозить тренажер.
3. При получении тренажера убедитесь в том, что упаковка не была нарушена во время транспортировки.
4. Транспортировка тренажера допускается только в разобранном виде.
5. При перевозке тренажера, он должен быть защищен от дождя, влажности и других атмосферных воздействий.

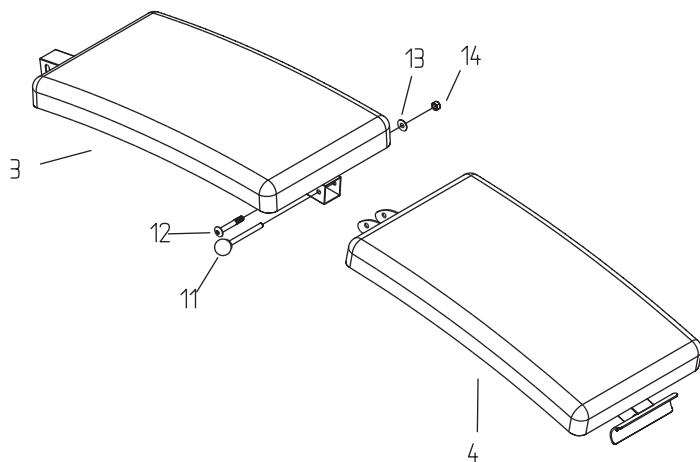
Общие правила эксплуатации тренажеров

1. Тренажер предназначен для тренировок только в домашних условиях. Применяйте тренажер только в соответствии с настоящим руководством.
2. Устанавливайте тренажер на ровную поверхность, оставляя не менее 0,5 м свободного пространства со всех сторон. Если тренажер имеет отверстия для вентиляции, следите, чтобы они не перекрывались при установке. Для защиты покрытия пола от повреждения можно использовать специальный коврик.
3. Тренажер предназначен для хранения и эксплуатации в комнатных условиях (температура от +10 до +35°C, относительная влажность от 5 до 80%).

4. Не храните и не эксплуатируйте тренажер в пыльных, сырых и летних помещениях, гараже или около воды. Не эксплуатируйте тренажер в местах, где происходит распыление аэрозолей или горючих газов.
5. Будьте особо внимательны, если вблизи тренажера находятся дети до 12 лет, лица с ограниченными возможностями или домашние животные.
6. Не допускайте к занятиям на тренажере лиц, вес которых превышает максимально допустимый вес пользователя, указанный в технических характеристиках.
7. При занятиях на тренажере используйте спортивную обувь. Не тренируйтесь босиком или в обуви, подошва которой может повредить тренажер.
8. Не меняйте угол наклона тренажера подкладыванием под нее посторонних предметов.
9. Не передвигайте и не складывайте тренажер до окончания сборки.
10. Проверяйте и подтягивайте крепления узлов тренажера каждые 2 месяца. Также можно смазывать движущиеся и трущиеся узлы тренажера литиевой смазкой. При обнаружении прочих неисправностей, обратитесь в сервисную службу продавца.
11. Ничего не засовывайте внутрь тренажера. При попадании посторонних предметов внутрь попытайтесь осторожно вынуть их, в случае невозможности достать предмет самостоятельно обратитесь в сервисную службу.
12. Вмешательство в конструкцию тренажера и/или использование дополнений, не рекомендованных производителем или его авторизованным представителем, может являться основанием для отказа в гарантийном обслуживании.
13. Для чистки тренажера пользуйтесь хлопчатобумажной салфеткой, смоченной в слабом растворе моющего средства. Не наносите моющее средство непосредственно на тренажер. Не используйте для очистки тренажера растворители и абразивные чистящие средства.
14. Поддерживать устройство в постоянной безопасности можно путем регулярного проведения проверок на наличие повреждений и износа. При обнаружении неисправности тренажера, обратитесь в сервисную службу продавца.
15. После окончания срока службы, тренажер подлежит утилизации. Срок службы этого тренажера – 7 лет при условии соблюдения правил эксплуатации. Учитывая высокое качество, надежность и степень безопасности продукции, фактический срок эксплуатации может значительно превышать официально установленный. Данный тренажер не относится к бытовым отходам. Пожалуйста, не выбрасывайте оборудование либо элементы питания вместе с бытовыми отходами, для утилизации использованных элементов питания

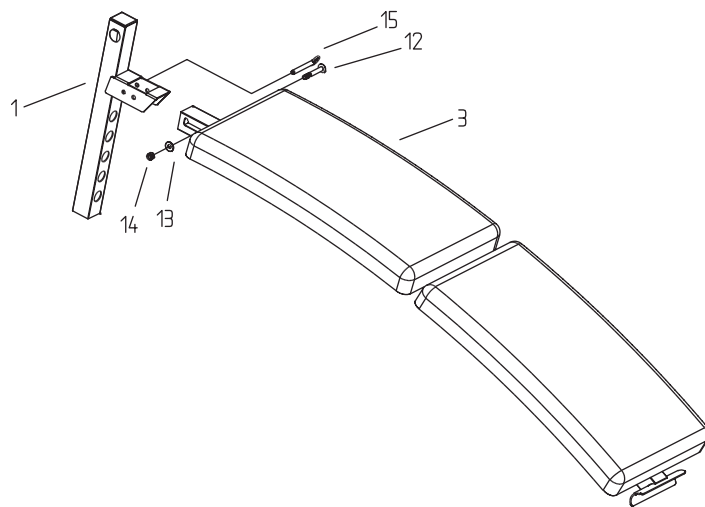
пользуйтесь действующими в вашей стране системами возврата и сбора для утилизации. Надлежащий раздельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию и экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство.

2. Сборка тренажера



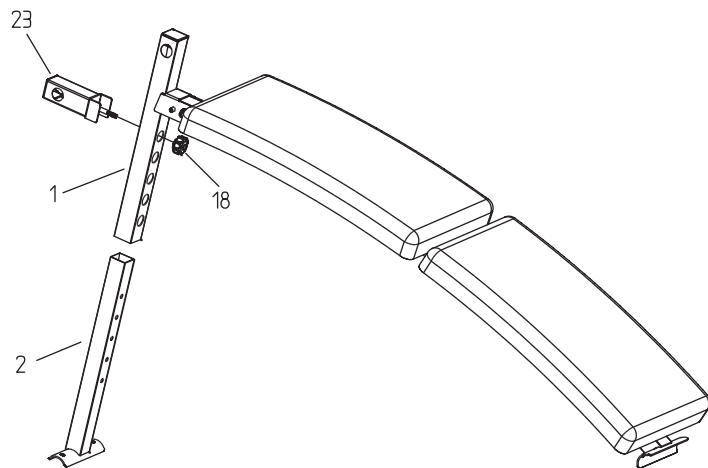
ШАГ 1

Извлеките основную раму из упаковки. Разложите на полу. Соедините основные рамы 1 и 2. Закрепите соединение, используя болт M8, плоскую шайбу M8 и гайку M8. Совместите отверстия и вставьте штыревой фиксатор.



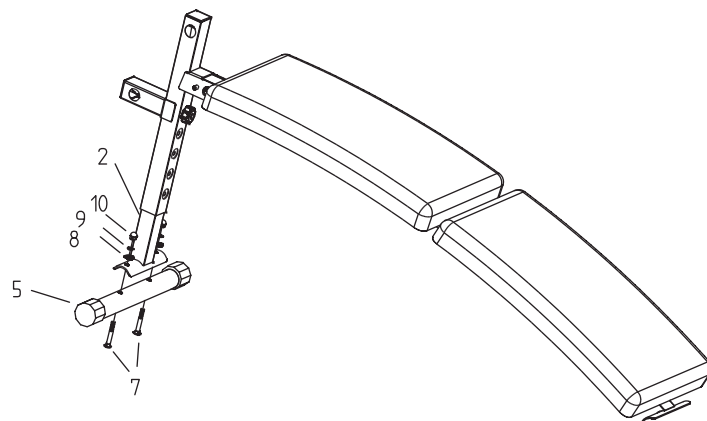
ШАГ 2

Соедините верхнюю опору рамы и основную раму. Закрепите соединение, используя болт M8, плоскую шайбу M8 и гайку M8.



ШАГ 3

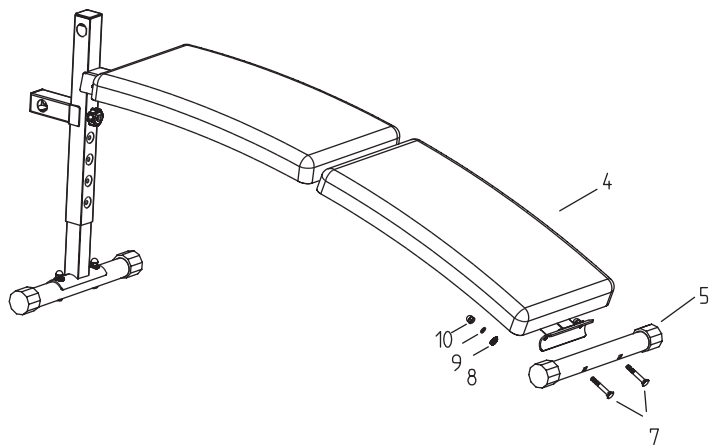
Вставьте нижнюю опору рамы 2 в верхнюю опору рамы 1. Совместите отверстия на нужном уровне и установите держатель перекладины 23 в верхнюю опору рамы 1. Закрепите соединение, используя гайку-барашек 18.



ШАГ 4

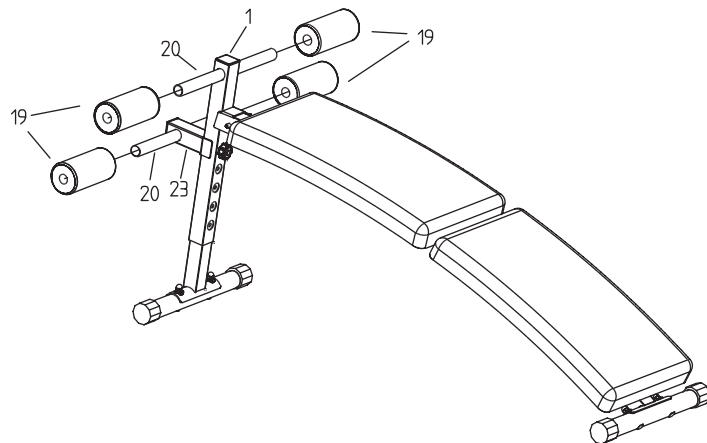
Совместив отверстия, прикрепите стабилизатор 5 к нижней опорной раме 2 с помощью болтов 7, гаек 10, пружинных шайб 9 и изогнутых шайб 8.

Затяните соединения ключом.



ШАГ 5

Повторите аналогичные действия, чтобы прикрепить задний стабилизатор к основной раме 2.



ШАГ 6

Вставьте перекладины 20 в верхнюю опорную раму и в держатель перекладины. Затем установите валики 19 и заглушки 21.

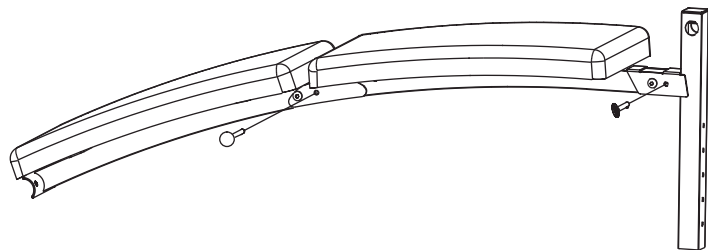
Сборка закончена!

Рекомендуем проверить затяжку всех крепежных соединений тренажера перед его использованием и регулярно следить за их состоянием.

Приступайте к тренировкам!

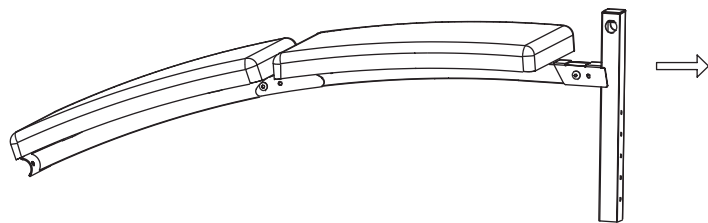
3. Система складывания

Ваша скамья оснащена системой складывания для компактного хранения.
Выполните следующие действия:



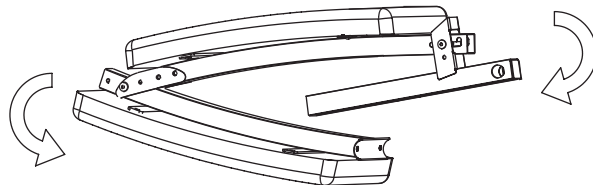
ШАГ 1

Извлеките два фиксатора из основной рамы, как показано на рисунке.



ШАГ 2

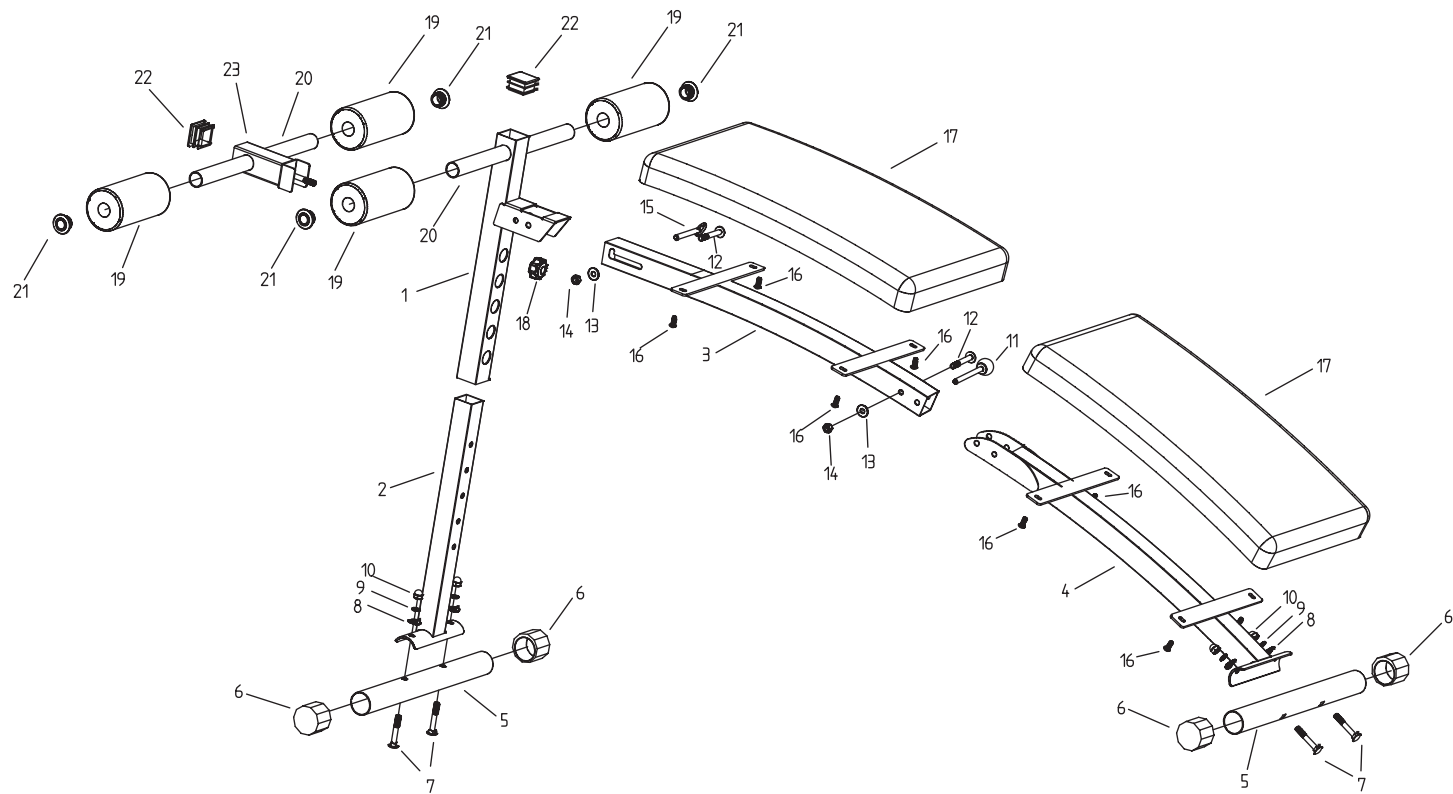
Потяните верхнюю опору рамы в направлении стрелки, как показано на рисунке.



ШАГ 3

Сложите верхнюю опору и основную раму 2, как показано на рисунке.

4. Подетальная схема тренажера



5. Перечень комплектующих

№	Название	Кол-во, шт.
1	Верхняя опорная рама	1
2	Нижняя опорная рама	1
3	Основная рама 1	1
4	Основная рама 2	1
5	Стабилизатор	2
6	Заглушка	4
7	Болт М8	4
8	Изогнутая шайба	4
9	Пружинная шайба	4
10	Гайка М8	4
11	Штыревой фиксатор М8	1
12	Болт М8	2
13	Плоская шайба М8	2
14	Гайка М8	2
15	Фиксатор	1
16	Болт М6	8
17	Подушка	2
18	Гайка-барашек	1
19	Валик	4
20	Перекладина	1
21	Заглушка перекладины	4
22	Квадратная заглушка	2
23	Держатель перекладины	1

6. Технические характеристики

Размеры (дл. × шир. × выс.)	127×33×57-74 см
Размеры в сложенном виде (дл. × шир. × выс.)	76×33×27 см
Вес	8.5 кг
Максимальный вес пользователя	до 120 кг
Регулировка по уровню наклона скамьи	5 уровней
Регулировка по высоте валиков	4 уровня
Гарантийный срок на изделие	2 года на тренажер 5 лет на раму тренажера



ТЕХНОЛОГИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ И КОМФОРТА



Конструкция и материалы сидений/спинок для максимального комфорта тренировок

Технология толщины и упругости сидел и подушек, обеспечивающая превосходную эргономичность.



Суперкомпактное складывание

Технология для экономии места в квартире.



Усиленная прочная конструкция

Износостойкие усиленные материалы, гарантирующие долгий жизненный срок тренажера.

Дополнительная информация

Торговая марка: TORNEO

Модель: G-110 Big Ram

Дата производства (месяц, год) указаны на изделии.

Сделано в Китае

Импортер и Уполномоченная изготовителем организация ООО Спортмастер

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

Справочная служба: 8495 777-777-1

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)

Данный товар реализуется в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации



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.