

*Body-Solid*<sup>®</sup>  
Built for Life

# G3S

СИЛОВОЙ КОМПЛЕКС



РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

## Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

## Меры безопасности

### Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Тренажер предназначен для домашнего использования. В целях обеспечения безопасности и надежной работы оборудования перед использованием тренажера ознакомьтесь с инструкцией.

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- **ОСТОРОЖНО!** Во избежание удара током отключайте тренажер от сети после окончания использования и перед чисткой;
- **ВНИМАНИЕ!** Не следует оставлять включенный тренажер без присмотра во избежание удара током. Если тренажер не используется или производится его ремонт, установка или снятие комплектующих, отключите его от сети;
- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Во избежание травм и удара током не вставляйте какие-либо предметы в отверстия на тренажере;
- Не снимайте кожухи консоли. Ремонт тренажера должен производиться только сотрудниками сервисного центра;
- Не используйте тренажер, если заблокированы вентиляционные отверстия. Поддерживайте их в чистоте, удаляйте скапливающуюся пыль, волосы и т.д.;
- Не используйте тренажер, если у него повреждены шнур питания или вилка, если он работает некорректно, был поврежден или побывал в воде. Доставьте тренажер в сервисный центр для осмотра и ремонта;

- Не перемещайте тренажер за шнур питания и не используйте шнур как ручку;
- Шнуры питания не должны соприкасаться с нагревающимися поверхностями;
- Дети и лица с ограниченными возможностями могут находиться рядом с включенным тренажером или использовать его только под наблюдением;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача кислорода;
- Для отключения переведите тумблеры включения/выключения в положение «выкл.(OFF)», а затем отключите шнур питания из розетки;
- Подключайте тренажер только к заземленной розетке;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;
- Будьте осторожны при заходе на тренажер и спуске с него;
- **ОСТОРОЖНО!** Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно ПРЕКРАТИТЕ занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

## **Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию**

### **Транспортировка и эксплуатация тренажера:**

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

### **Хранение тренажера**

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

1. температура + 10 - + 35 С;
2. влажность: 50 -75%;
3. если Ваш тренажер хранился при низкой температуре или в условиях высокой влажности (имеет следы конденсации влаги), необходимо перед эксплуатацией выдержать его в нормальных условиях не менее 2 – 4 часов и только после этого можно приступить к эксплуатации.

## Настройка оборудования

### Выбор места для тренажера

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности, так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него

Если вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердой резины или пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

Не размещайте тренажер в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на электронные и другие компоненты тренажера. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.

### Рекомендации по сборке

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажера, не до конца затянув гайки и Болты, и только убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.

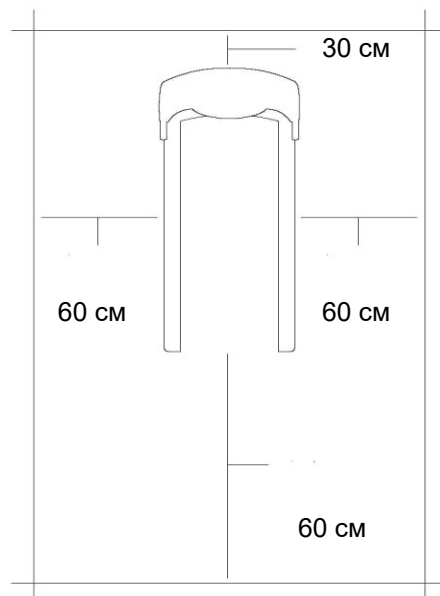
## Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

### ЧИСТКА ТРЕНАЖЕРА

Профилактическое обслуживание и ежедневная чистка оборудования продлят срок его эксплуатации и помогут сохранить его внешний вид.

При этом важно соблюдать следующие рекомендации:

- Защищайте тренажер от попадания прямого солнечного света, в противном случае возможно выцветание пластиковых деталей;
- Тренажер необходимо устанавливать в сухом месте;
- Для чистки используйте мягкую хлопчатобумажную ткань;
- Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера, такие как ацетон, бензин, уайт-спириты, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей (мыльный раствор) ткань с последующей протиркой сухой тканью;
- После каждого использования тренажера протирайте опоры, рукоятки и поручни;
- Проверяйте ход и надежность крепления валиков;



- Если тренажер неустойчив и «качается», выровняйте его;
- Регулярно выполняйте уборку территории вокруг тренажера.

## ПРОВЕРКА ТРЕНАЖЕРА НА ПРЕДМЕТ ПОВРЕЖДЕНИЯ ДЕТАЛЕЙ

НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ тренажер, если он поврежден или имеет сломанные или изношенные детали. Используйте только те запасные части, которые поставляются заводом-изготовителем оборудования.

РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА. Оно является залогом бесперебойной работы оборудования и сохранения гарантийных обязательств. Необходимо проводить регулярный осмотр тренажера. Дефектные детали следует немедленно заменять. Не следует использовать некорректно работающее оборудование до проведения ремонта. Обслуживание и ремонт должны проводиться только лицами, обладающими необходимой квалификацией.

## ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

### ЕЖЕДНЕВНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Рекомендуем вам ежедневно протирать тренажер влажной тканью с мягким чистящим средством (мыльный раствор) , не содержащим этилового или нашатырного спирта.

### ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверить горизонтальное положение тренажёра. В случае необходимости выровняйте его.
- Протереть детали тренажёра: поручни, фиксаторы от пыли, грязи и пота.

### ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверьте затяжку винтов на всех соединениях.
- Убедитесь в отсутствии люфта после затяжки винтов.
- Пропылесосьте пространство под и вокруг тренажёра.

### ЕЖЕКВАРТАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Смажьте шарнирные соединения (рекомендуется использовать тефлоновую смазку).
- Проверьте состояние фиксаторов и крепления для ног.

**Тренажёр предназначен для домашнего использования.**

# Гарантия

С условиями и сроками гарантии Вы можете ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/guarantee.pdf>

Гарантия наших брендов является твердым обязательством по обеспечению высокого качества оборудования.

Перед покупкой и эксплуатацией рекомендуем ознакомиться с содержанием гарантийного талона, размещенного по указанной выше ссылке.

Обратите внимание, что сроки гарантии отличаются для тренажеров с разным уровнем использования: домашним, полупрофессиональным и коммерческим.

Авторизованные сервисные центры представлены по всей России. Наши профессионалы гарантируют качественное обслуживание и ремонт, следуя стандартам бренда.

Сохраняйте стикеры с уникальным серийным номером. Они являются залогом оказания гарантийного ремонта. При наличии стикера гарантийный талон не требуется.

С контактами сервисных центров можно ознакомиться на сайте <https://fitathlon.ru/fitathlon-service/>

## Указания по утилизации

### Информация для пользователя

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 отдельный сбор разобранных приборов, которые впоследствии отправятся на переработку, утилизацию или экологичное захоронение, способствует предотвращению возможных негативных воздействий на окружающую среду и здоровье человека, а также позволяет повторно использовать материалы, из которых изготовлено устройство. За незаконную утилизацию устройства пользователь может быть привлечен к административной ответственности, предусмотренной действующим законодательством.



### Инструкция по технике безопасности

Данный тренажер сконструирован для обеспечения оптимальной безопасности. Каждый раз при использовании тренажера, необходимо соблюдать определенные меры предосторожности. Обязательно прочтите все руководство полностью, прежде чем собирать или использовать оборудование. В частности, обратите внимание на следующие меры предосторожности:

1. Не допускайте детей и животных к оборудованию. Не оставляйте детей без присмотра в одном помещении с оборудованием.
2. Только один человек может пользоваться тренажером одновременно.
3. Немедленно прекратите тренировку в случае головокружения, тошноты, боли в груди или любых других физических симптомов. Немедленно обратитесь к врачу.
4. Установите тренажер на чистую и ровную поверхность. Не используйте оборудование вблизи воды или на открытом воздухе.
5. Держите руки подальше от всех движущихся частей.
6. Всегда надевайте соответствующую одежду и обувь, которые подходят для тренировки на тренажере. Одежда не должна цепляться за какую-либо часть тренажера во время тренировки. Также необходимо иметь обувь для бега или аэробики.
7. Используйте тренажер только по назначению, как описано в данном руководстве. Не используйте другие детали, не рекомендованные производителем.
8. Не размещайте вокруг тренажера никаких острых предметов.
9. Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья должны выполнять упражнения только под присмотром и в присутствии другого человека.
10. Перед тренировкой всегда сначала делайте растяжку.
11. Никогда не используйте тренажер, если он не функционирует должным образом.
12. Тренажер не подходит для медицинского восстановления.
13. Максимальный вес пользователя: 180кг.

**ВИМАНИЕ:** перед началом тренировки сначала проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно для людей старше 35 лет или лиц с уже существующими проблемами со здоровьем. Прочтите все инструкции перед использованием. Производитель не несет никакой ответственности за телесные повреждения или материальный ущерб, причиненный в результате использования оборудования.

## Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

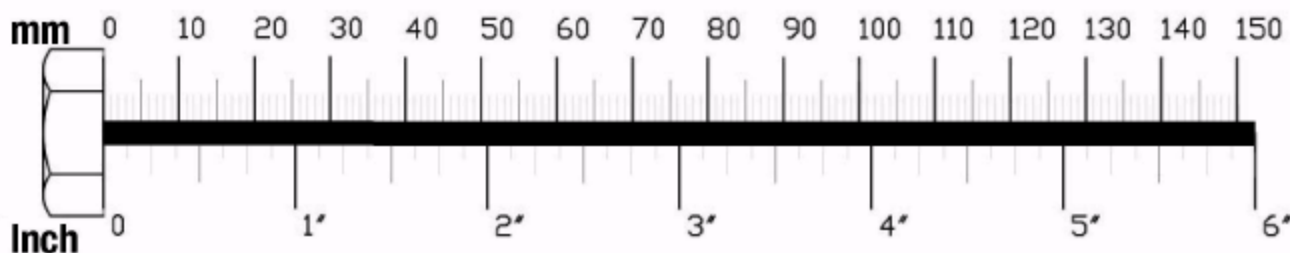
### ПРИМЕЧАНИЕ:

На этом шаге весь крепеж затягивается от руки. Не затягивать ключом до конца шага 4.

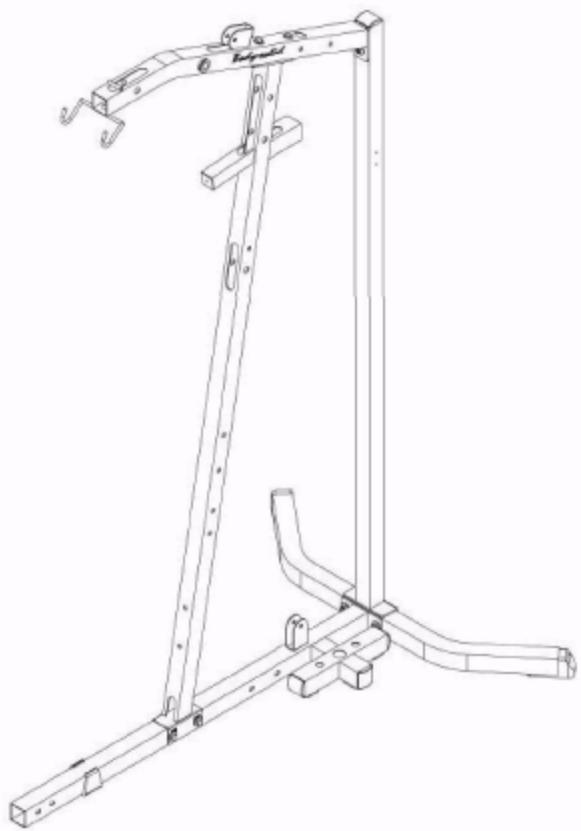
- A. Прикрепить выравниватель рамы (8) к основной несущей раме (A), как показано на рис. Прикрепить основную несущую раму (A) к задней несущей раме (B) и задней вертикальной раме (C), с помощью:  
**Двух 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Двух 55 (шайба 3/8")**  
**Двух 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**  
 и  
**Двух 63 (3/8" x 2 3/4" болт с квадратным подголовком)**  
**Двух 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- B. Прикрепить три заглушки (4) к основной несущей раме (A). Прикрепить концевые колпачки (6) к концам задней несущей рамы (B). Прикрепить заглушку (4) к верху задней вертикальной рамы (C).
- C. Прикрепить угловую вертикальную раму (D) к основной несущей раме (A) с помощью:  
**Двух 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Двух 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- D. Прикрепить верхнюю раму (E) и плоскую пластину (70) к угловой вертикальной раме (D) с помощью:  
**Двух 42 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3")**  
**Двух 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- E. Соединить верхнюю раму (E) и плоскую пластину (65) с задней вертикальной рамой (C) с помощью:  
**Двух 62 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 1/2") \***

### \*ПРИМЕЧАНИЕ:

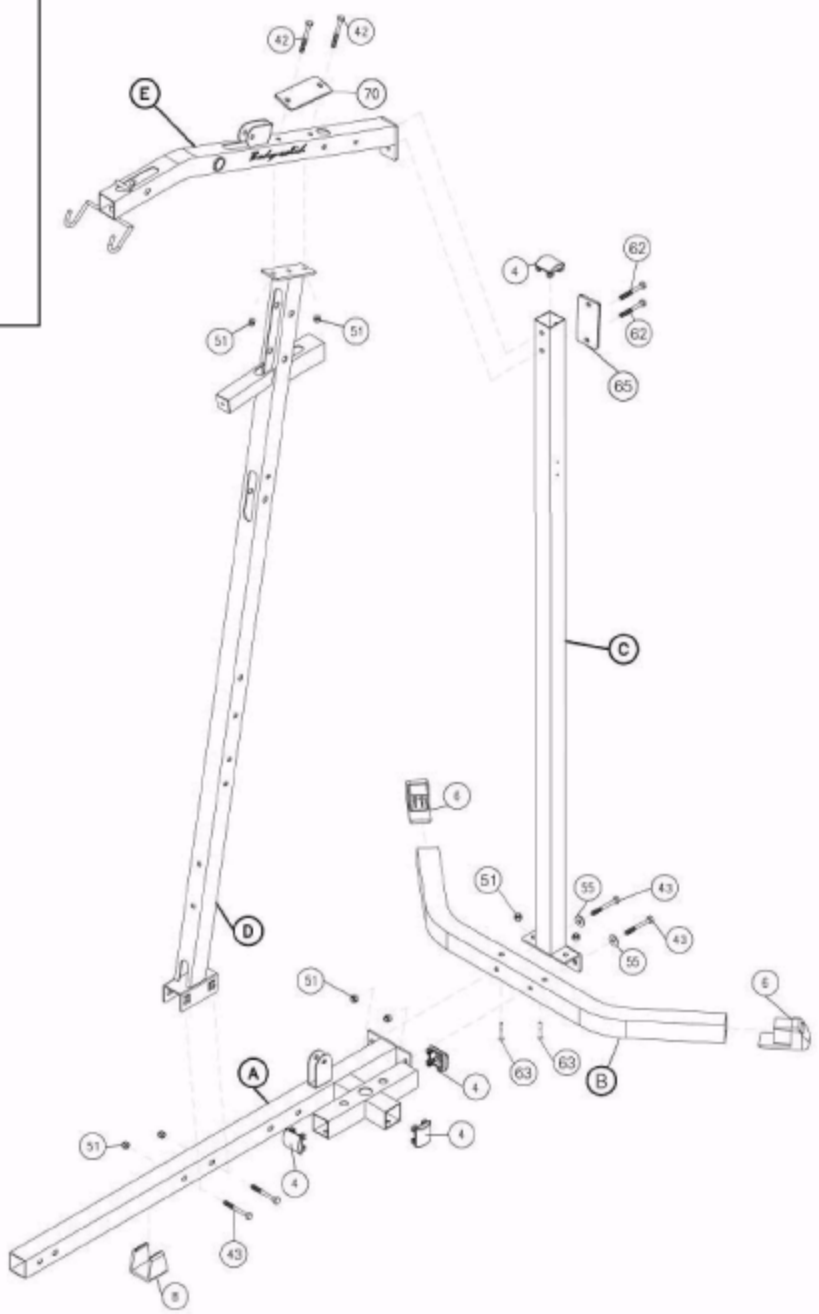
Винты с шестигранной головкой (62) входят в резьбовое отверстие внутри верхней рамы (E)







Выше показан ШАГ 1 в собранном виде.



## Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

### ПРИМЕЧАНИЕ:

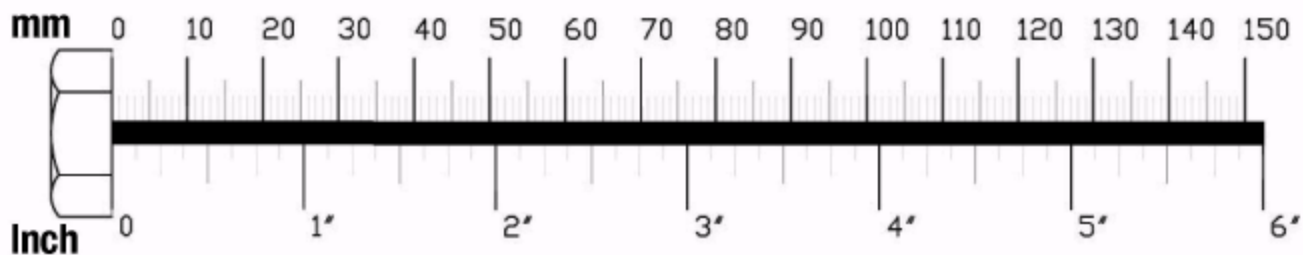
На этом шаге весь крепеж затягивается от руки. Не затягивать ключом до конца шага 4.

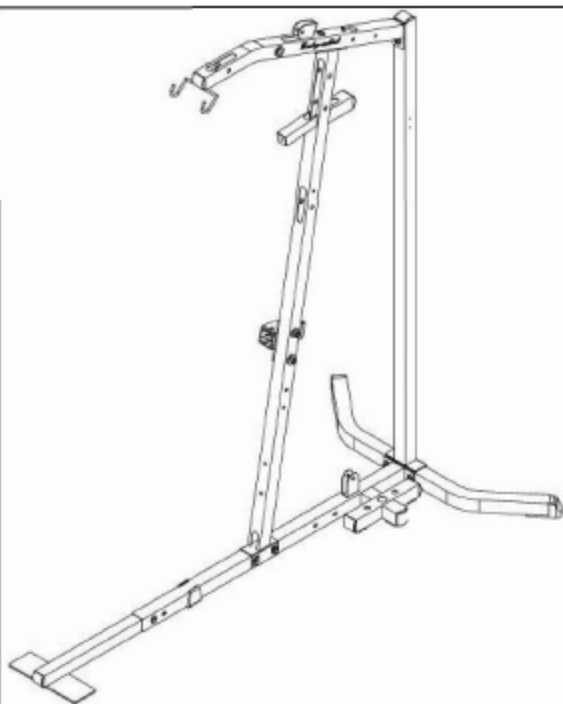
- A. Прикрепить одну заглушку (4) к передней части верхней рамы (E).  
Прикрепить одну заглушку (4) к малому горизонтальному рычагу, выходящему из угловой вертикальной рамы (D), как показано на рис.
- B. Прикрепить переднюю раму (F) к основной несущей раме (A) с помощью:  
**Одного 62 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 1/2") \***  
**Двух 55 (шайба 3/8")**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**  
Вставить плоский наконечник (2) в отверстие на передней раме (F).

### \*ПРИМЕЧАНИЕ:

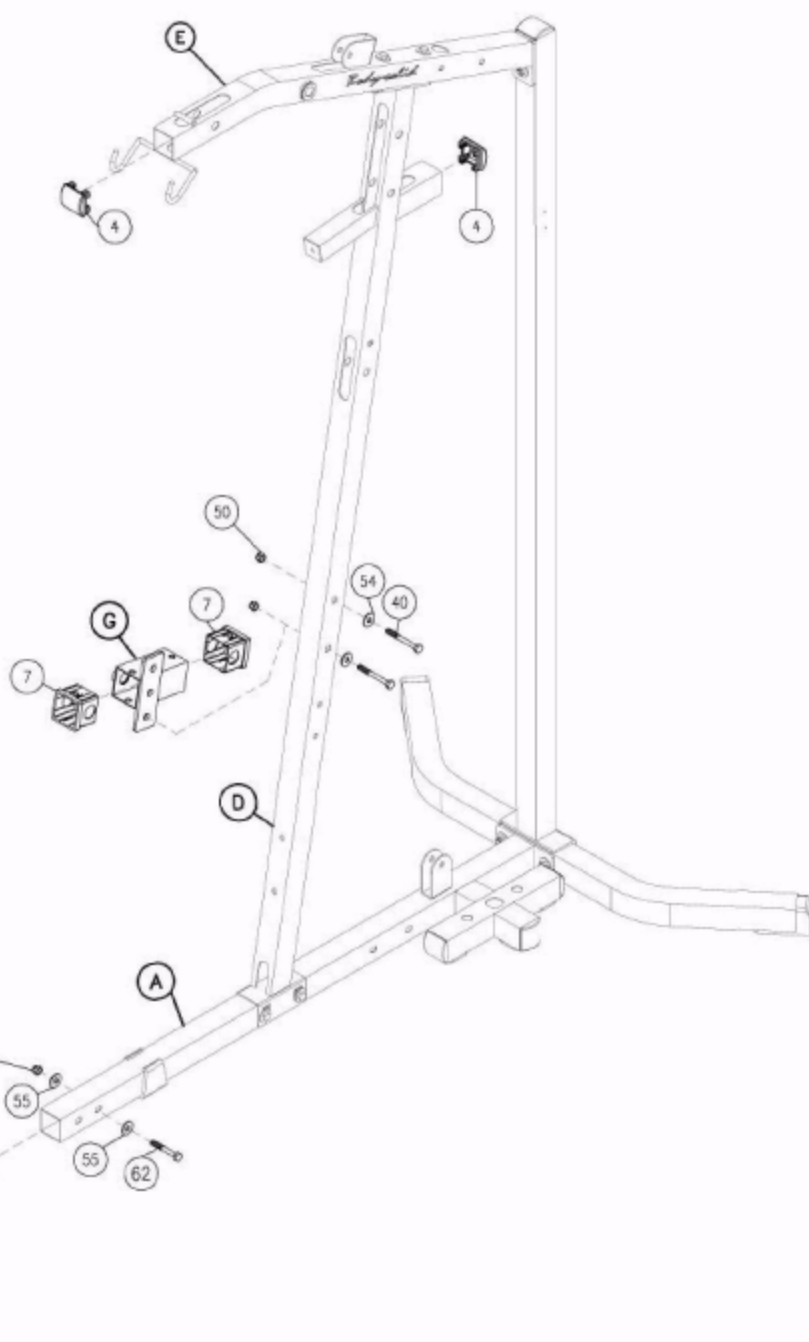
Используйте только один болт (62), как показано на рис. Вам потребуется, чтобы другое отверстие осталось открытым для шага 3.

- C. Вставить две тонкие нейлоновые втулки (7) в регулятор подушки для спины (G). Прикрепить регулятор подушки для спины (G) к угловой вертикальной раме (D) с помощью:  
**Двух 40 (болт с шестигранной головкой 1/2" x 3")**  
**Двух 54 (шайба 1/2")**  
**Двух 50 (нейлоновая контргайка 1/2")**





Выше показан ШАГ 2 в собранном виде.

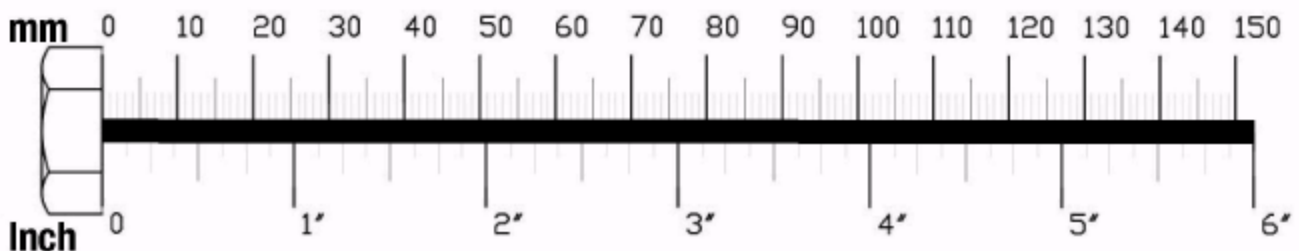


## Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

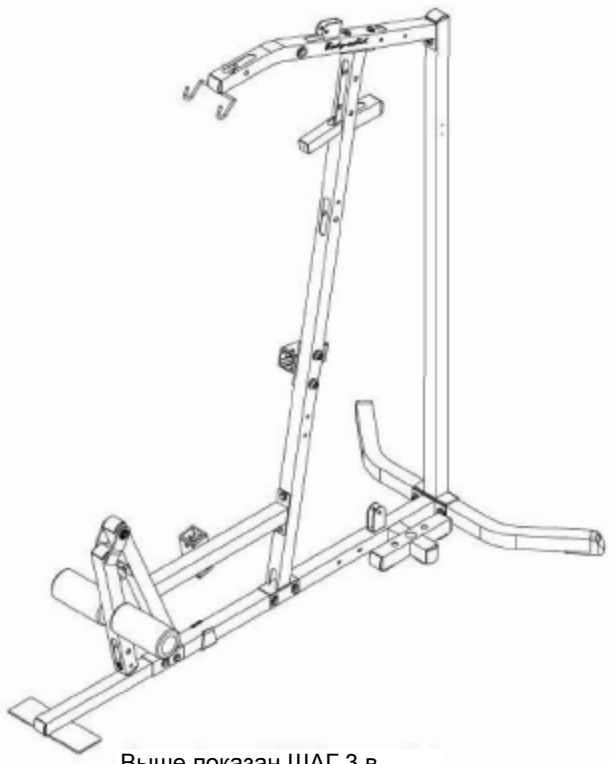
### ПРИМЕЧАНИЕ:

На этом шаге весь крепеж затягивается от руки. Не затягивать ключом до конца шага 4.

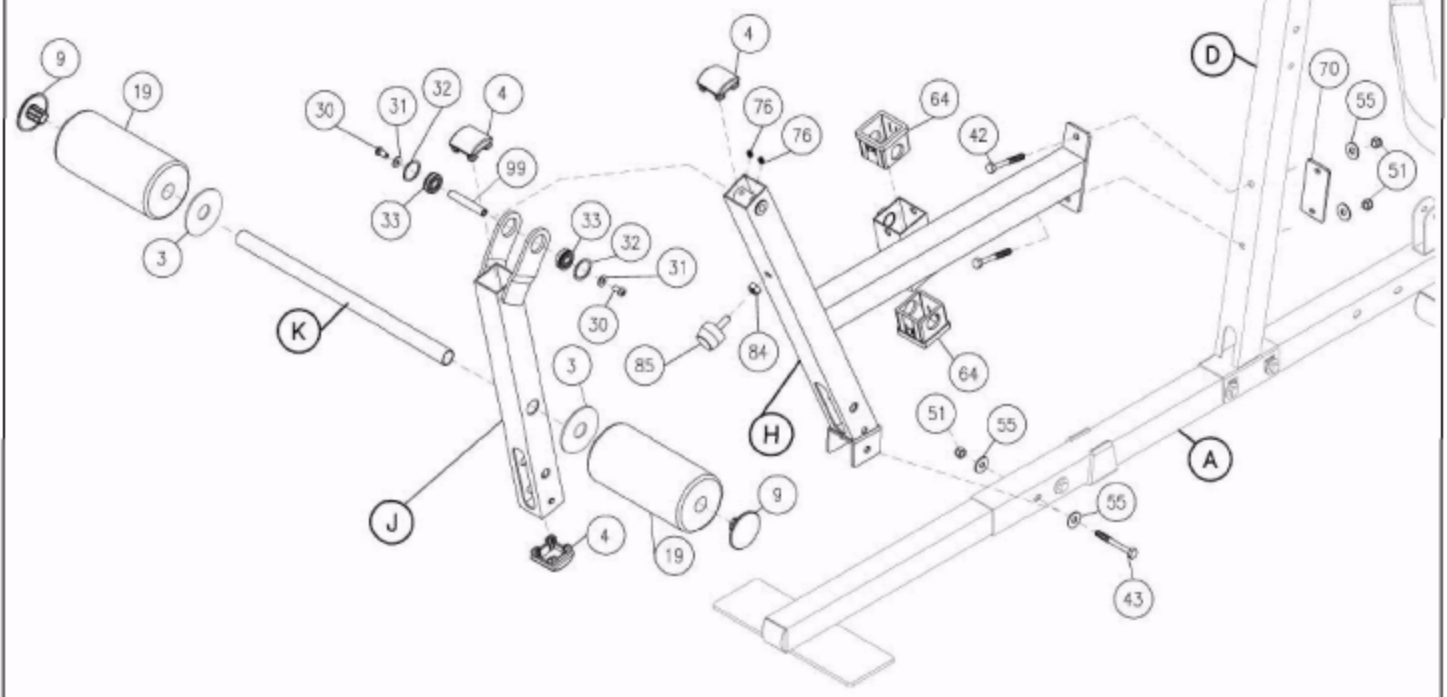
- A. Прикрепить раму сиденья (H) и плоскую пластину (70) к угловой вертикальной раме (D) с помощью:  
**Двух 42 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3")**  
**Двух 55 (шайба 3/8")**  
**Двух 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- B. Прикрепить раму сиденья (H) к основной несущей раме (A) с помощью:  
**Одного 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Двух 55 (шайба 3/8")**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- C. Вставить две толстые нейлоновые втулки (64) в раму сиденья (H), как показано на рис.
- D. Прикрепить разгибание ног (J) к раме сиденья (H) с предустановленным валом (99), как показано на рис, и с помощью:  
**Двух 30 (1/4" x 9/16" установочный болт)**  
**Двух 31 (1/4" шайба)**  
 Затянуть два установочных винта (76) в раме сиденья (H), чтобы закрепить валы (99).  
 Вставить одну заглушку (4) в раму сиденья (H), как показано на рис.
- E. Прикрепить два валика из пеноматериала (19) к разгибанию ног (J) используя стержень валика из пеноматериала (K) и две круглые заглушки 1" (9), как показано на рис.  
 Вставить две заглушки (4) в разгибание ног (J), как показано на рис.
- F. Проверить, чтобы удостовериться, что резиновый упор (85) и стопорная гайка (84) прикреплены к раме сиденья (H), как показано на рис.



ШАГ  
**3**



Выше показан ШАГ 3 в собранном виде.



## Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

- A. Установить два стояка весового стека (27) и два резиновых кольца (11) к основной несущей раме (A) на два самых широких отверстия. Установить два хромовых направляющих стержня (M) через резиновые кольца (11) и два стояка весового стека (27) в основную несущую раму (A).
- B. Установить пятнадцать блинов весового стека (26) на два хромовых направляющих стержня (R). Проверить, что отверстия в блинах весового стека (26) обращены вперед, как показано на рис.
- C. Соединить верхнюю пластину (20) со штоком переключения (21), с помощью:  
**Одного 46 (3/8" x 1 1/2" болт с головкой под торцевой ключ)**
- D. Вставить верхнюю пластину (20) и шток переключения (21) на направляющие стержни (M).

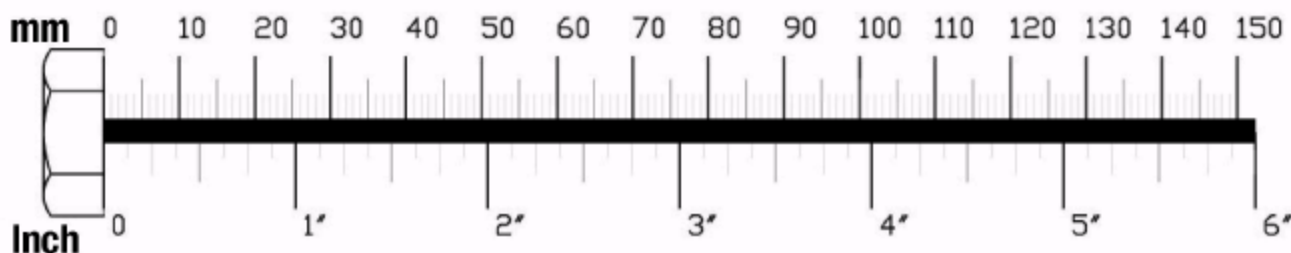
### ПРИМЕЧАНИЕ:

Проверьте, что круглый болт (46) стоит обращенным вперед, как показано на рис.

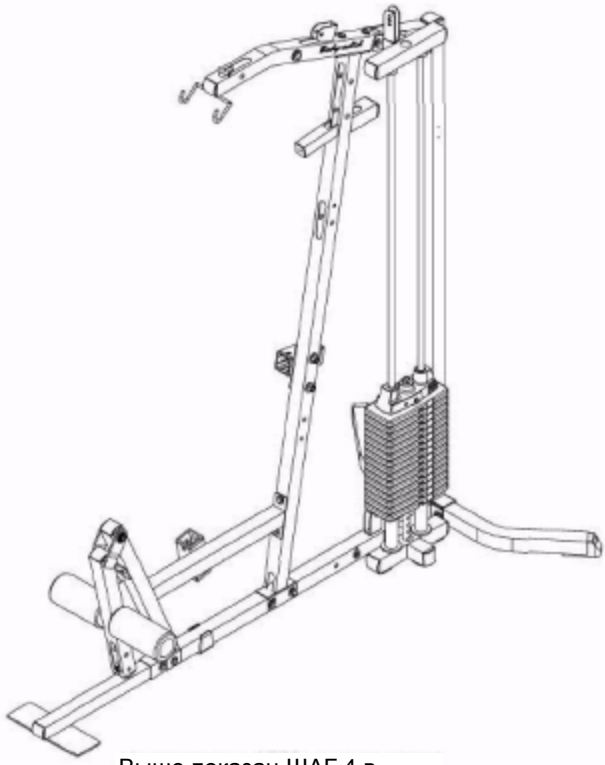
- E. Вставить две ограничительные втулки (13) на направляющие стержни (M).
- F. Вставить два направляющих стержня (M) в верхнюю раму весового стека (N).  
Прикрепить верхнюю раму весового стека (N) и плоскую пластину (70) к верхней раме (E) с помощью:  
**Двух 42 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3")**  
**Двух 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**  
Вставить две заглушки (4) по сторонам верхней рамы весового стека (N), как показано на рис.
- G. Прикрепить две ограничительные втулки (13) в верхнюю раму весового стека (N). Затянуть установочные винты в каждой ограничительной втулке (13).

### ПРИМЕЧАНИЕ:

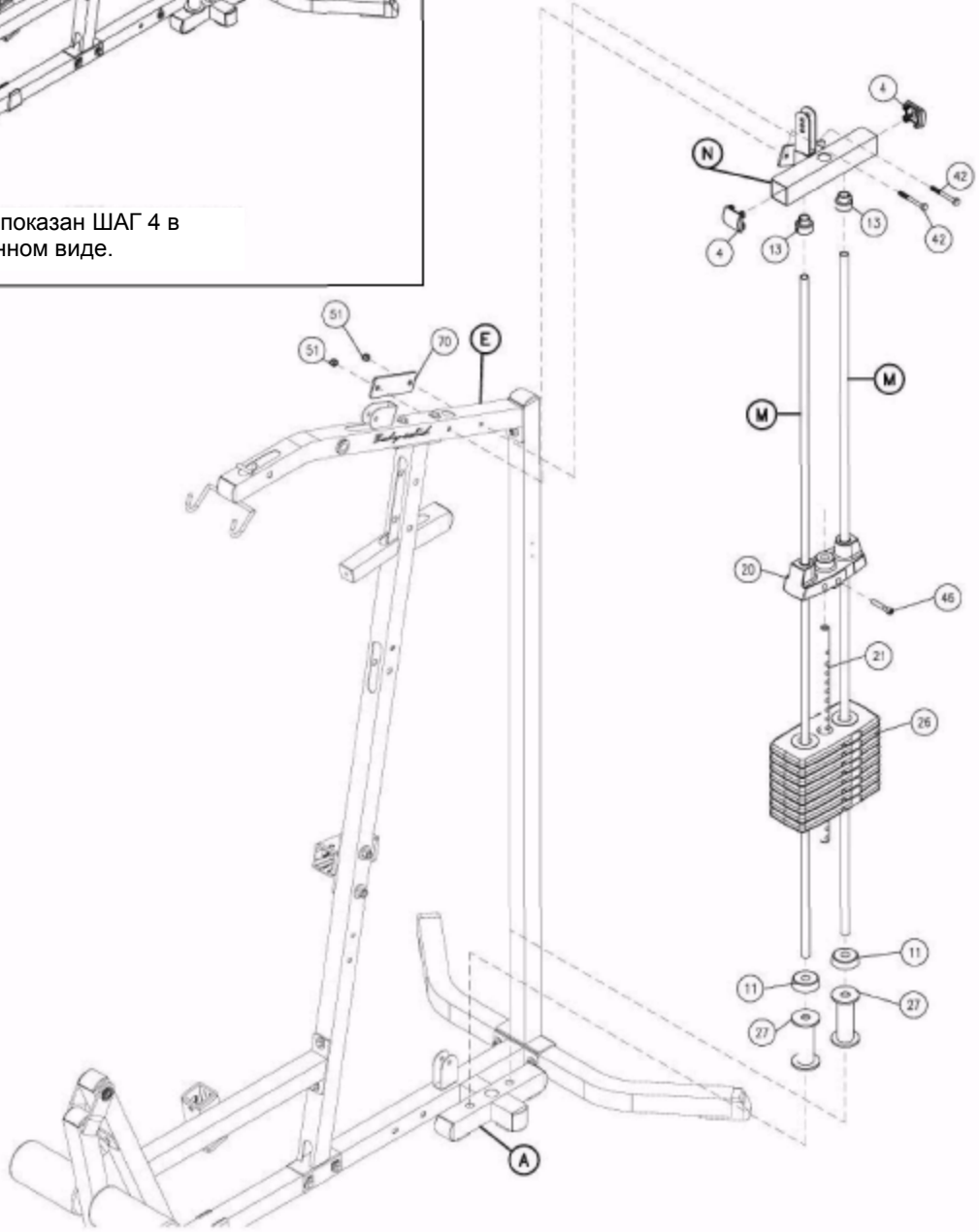
Вам необходимо теперь затянуть ключом все болты и гайки на основном блоке.



ШАГ  
**4**



Выше показан ШАГ 4 в собранном виде.



## Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

### ПРИМЕЧАНИЕ:

Вам потребуется ослабить два установочных винта (76) внутри опоры для рычага жима сидя (P), чтобы снять вал (71).

- A. Прикрепить опору для рычага жима сидя (P) к верхней раме (E) с валом (71). Затянуть установочные винты (76) в опоре для рычага жима сидя (P). Самосмазывающиеся втулки (74) предустановлены.

### ПРИМЕЧАНИЕ:

Вам потребуется ослабить два установочных винта (76) внутри рычагов жима сидя (Q), чтобы снять вал (72).

- B. Прикрепить рычаги жима сидя (Q) к опоре для рычага жима сидя (P) с валом (72). Затянуть установочные винты (76) внутри рычагов жима сидя (Q). Пластиковые втулки (75) предустановлены.

Проверьте, что подпружиненный штифт (77) в рычагах жима сидя (Q) полностью вошел в отверстие селектора в опоре для рычага жима сидя (P).

- C. Прикрепить два плоских наконечника (2) к верху опоры для рычага жима сидя (P). Прикрепить две заглушки (5) к верху рычага жима сидя (Q).

- D. Прикрепить правую рукоять жима сидя (R) к рычагу жима сидя (Q), как показано на рис., с помощью:

**Трех 80 (установочный болт 3/8" x 5/8")**

**Трех 56 (3/8" изогнул шайбу)**

Затянуть три установочных болта (80).

Вставить две круглые заглушки (100) и одну маленькую круглую заглушку (28) в правую рукоять жима сидя (R), как показано на рис.

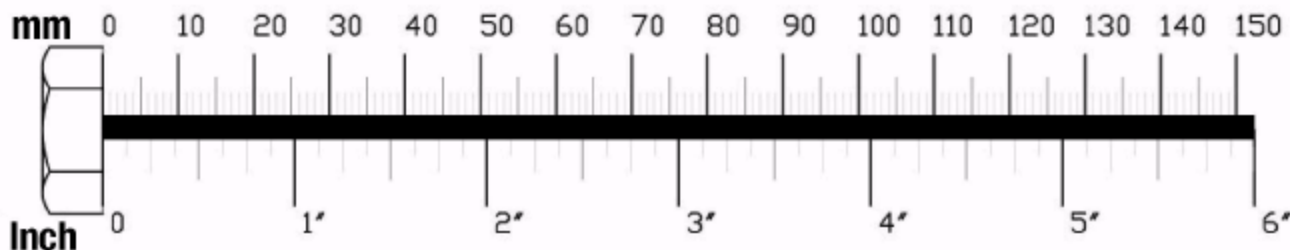
- E. Прикрепить левую рукоять жима сидя (L) к рычагу жима сидя (Q), как показано на рис., с помощью:

**Трех 80 (установочный болт 3/8" x 5/8")**

**Трех 56 (3/8" изогнул шайбу)**

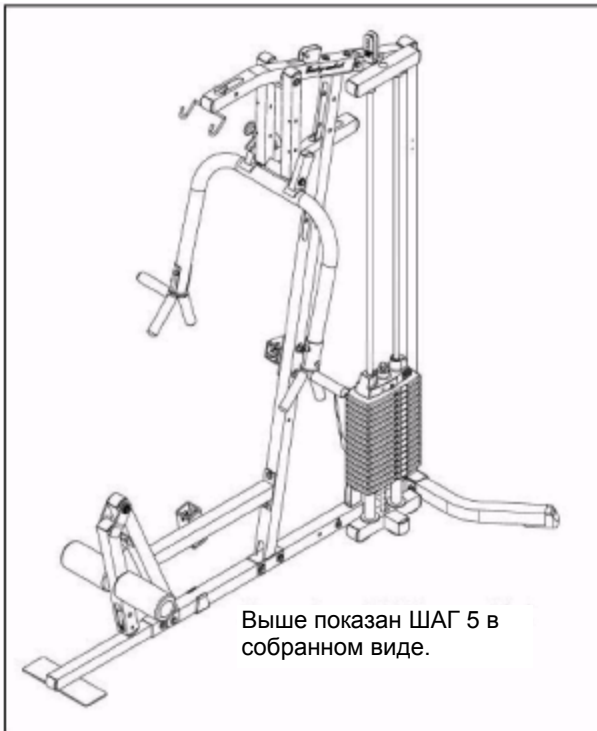
Затянуть три установочных болта (80).

Вставить две круглые заглушки (100) и одну маленькую круглую заглушку (28) в левую рукоять жима сидя (L), как показано на рис.

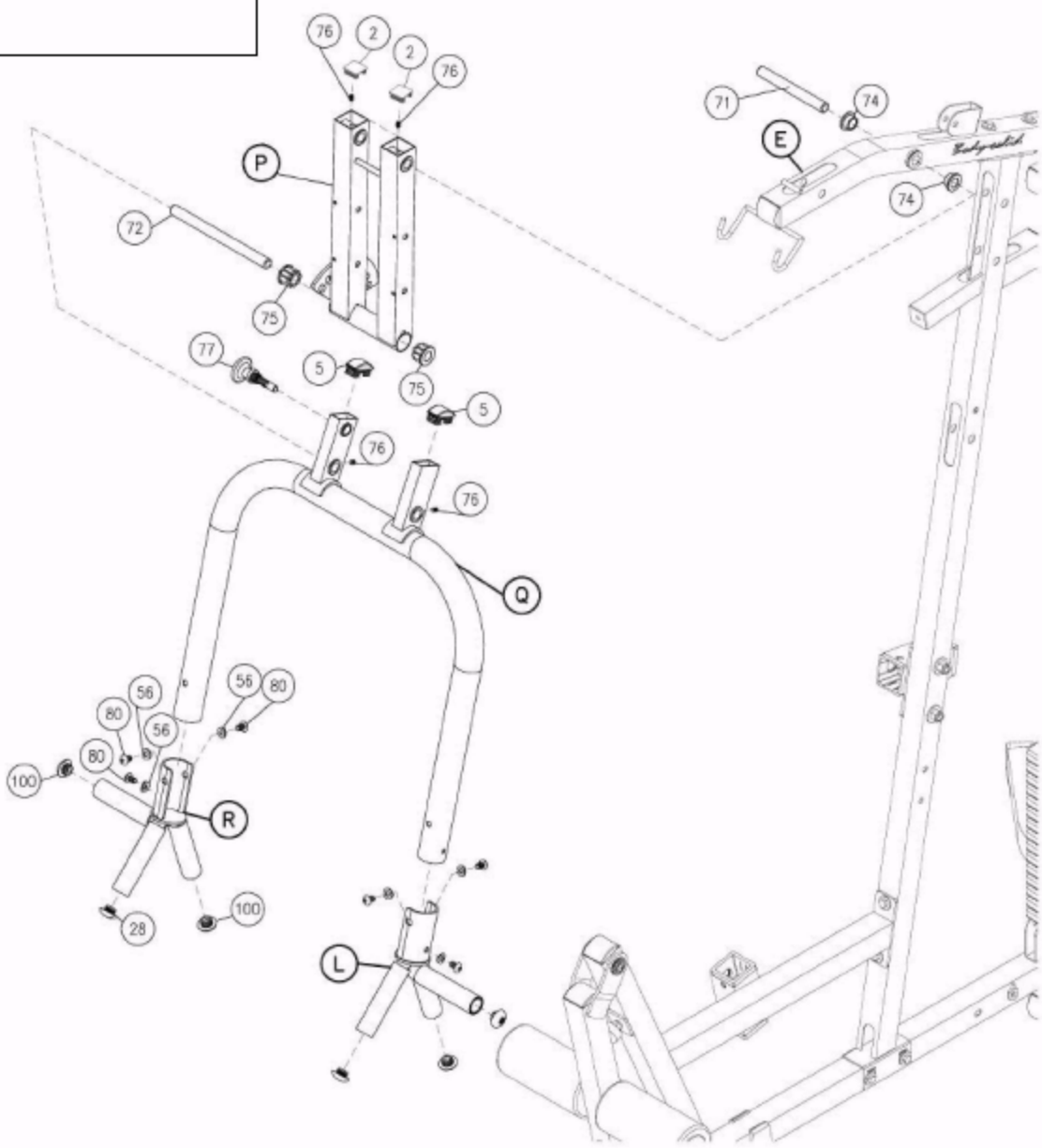




ШАГ  
**5**

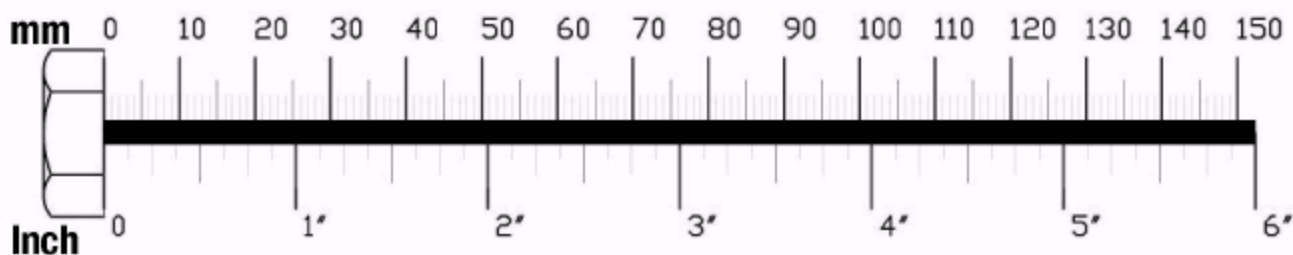


Выше показан ШАГ 5 в собранном виде.

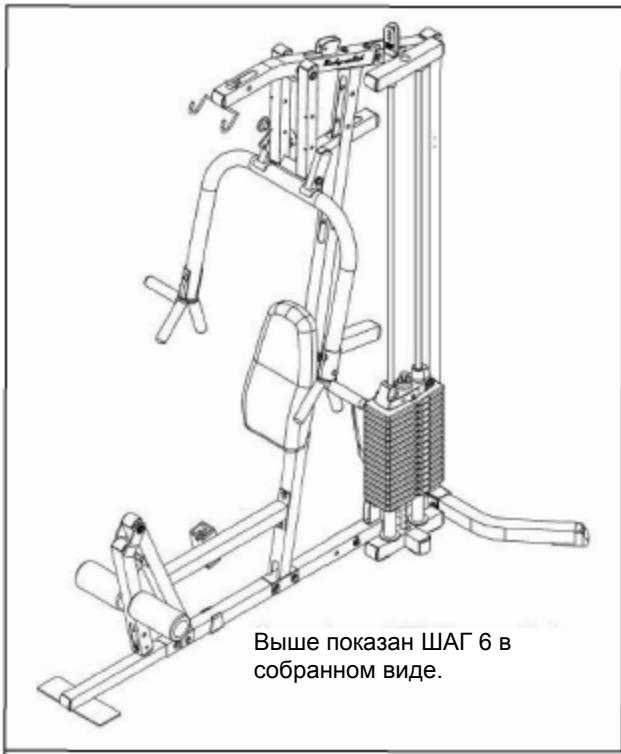


## Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

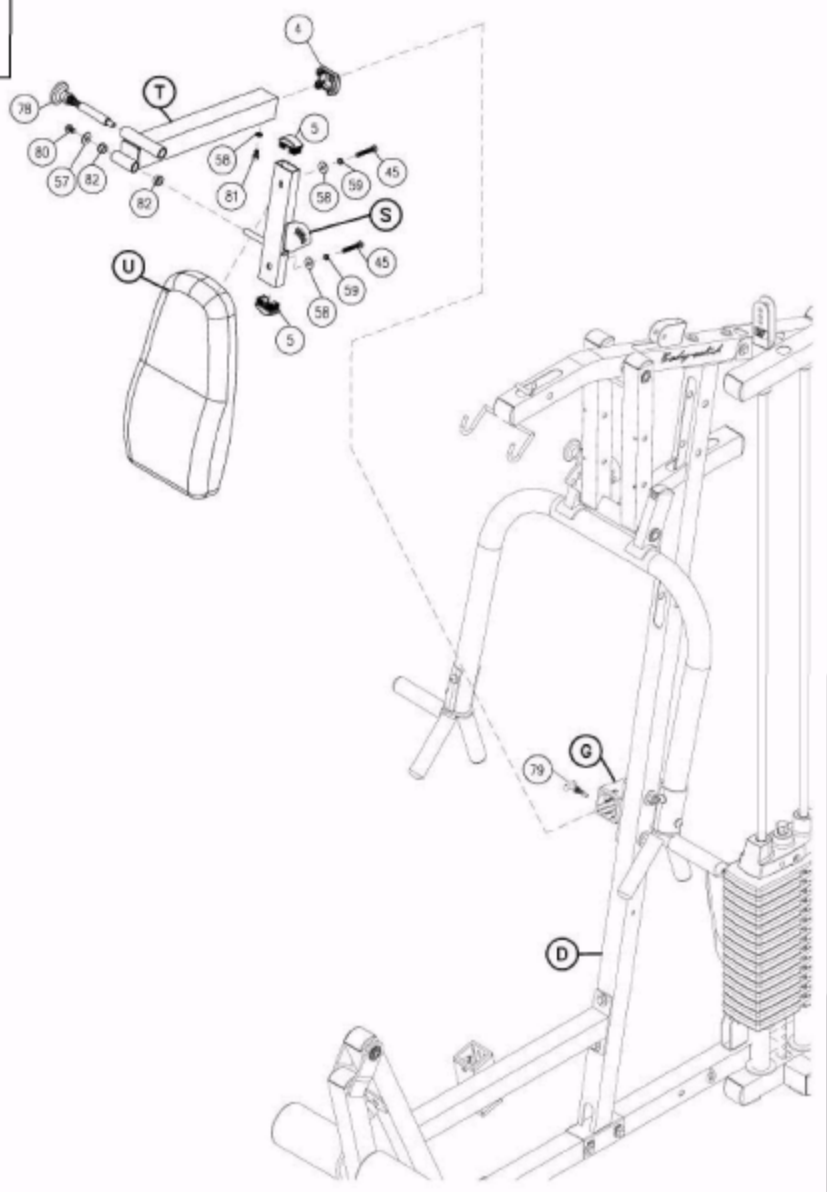
- A. Прикрепить две заглушки (5) к верху и низу рамы подушки для спины (S). Прикрепить заглушку (4) к концу настраиваемой рамы подушки для спины (T).
- B. Прикрепить подушку для спины (U) к раме подушки для спины (S) с помощью:  
**Двух 45 (болт с шестигранной головкой 5/16" x 1 3/4") \***  
**Двух 59 (пружинная шайба 5/16")**  
**Двух 58 (шайба 5/16")**  
**\*НЕ перетягивать эти болты. Затягивать эти болты, пока пружинная шайба не станет плоской. Перезатяжка этих болтов приведет к снятию T-образных муфт в подушках.**
- C. Прикрепить раму подушки для спины (S) к настраиваемой раме подушки для спины (T) с помощью:  
**Одного 80 (установочный болт с круглой головкой 3/8" x 5/8") \***  
**Одного 57 (Шайба 3/8" x 3/4" O.D.)**  
 Вставить подпружиненный штифт (78), как показано на рис.  
 Две самосмазывающихся втулки (82) предустановлены.  
 \*Затянуть установочный болт.
- D. Вставить настраиваемую раму подушки для спины (T) в регулятор подушки для спины (G), и зафиксировать на месте подпружиненным штифтом (79).



ШАГ  
**6**

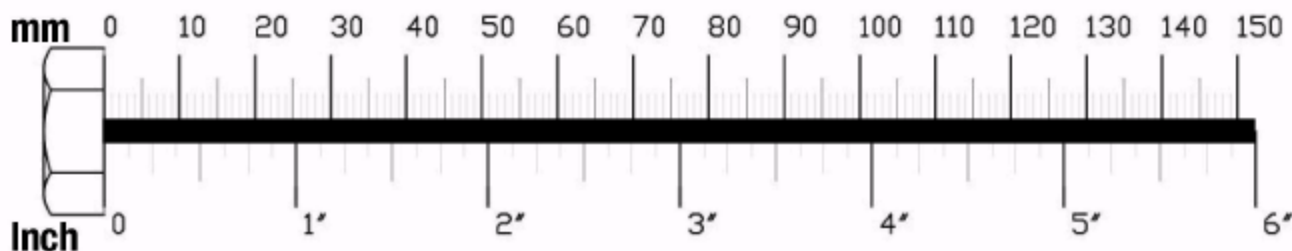


Выше показан ШАГ 6 в собранном виде.

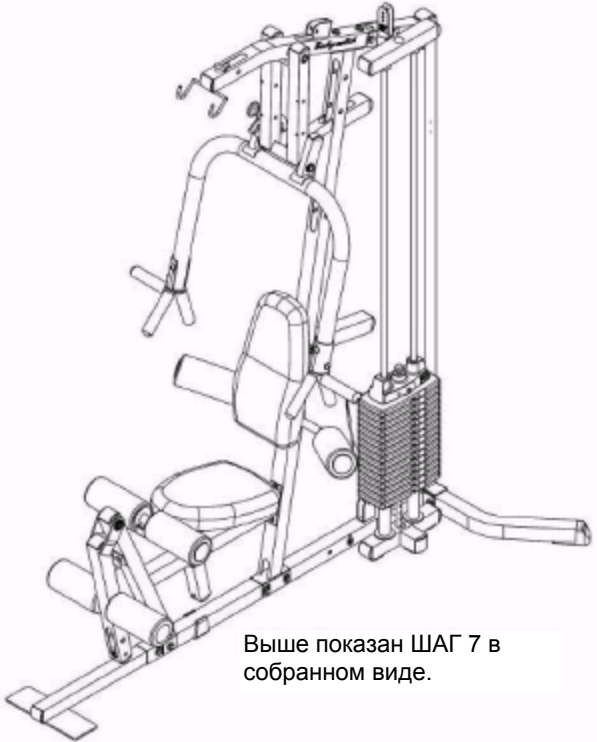


## Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

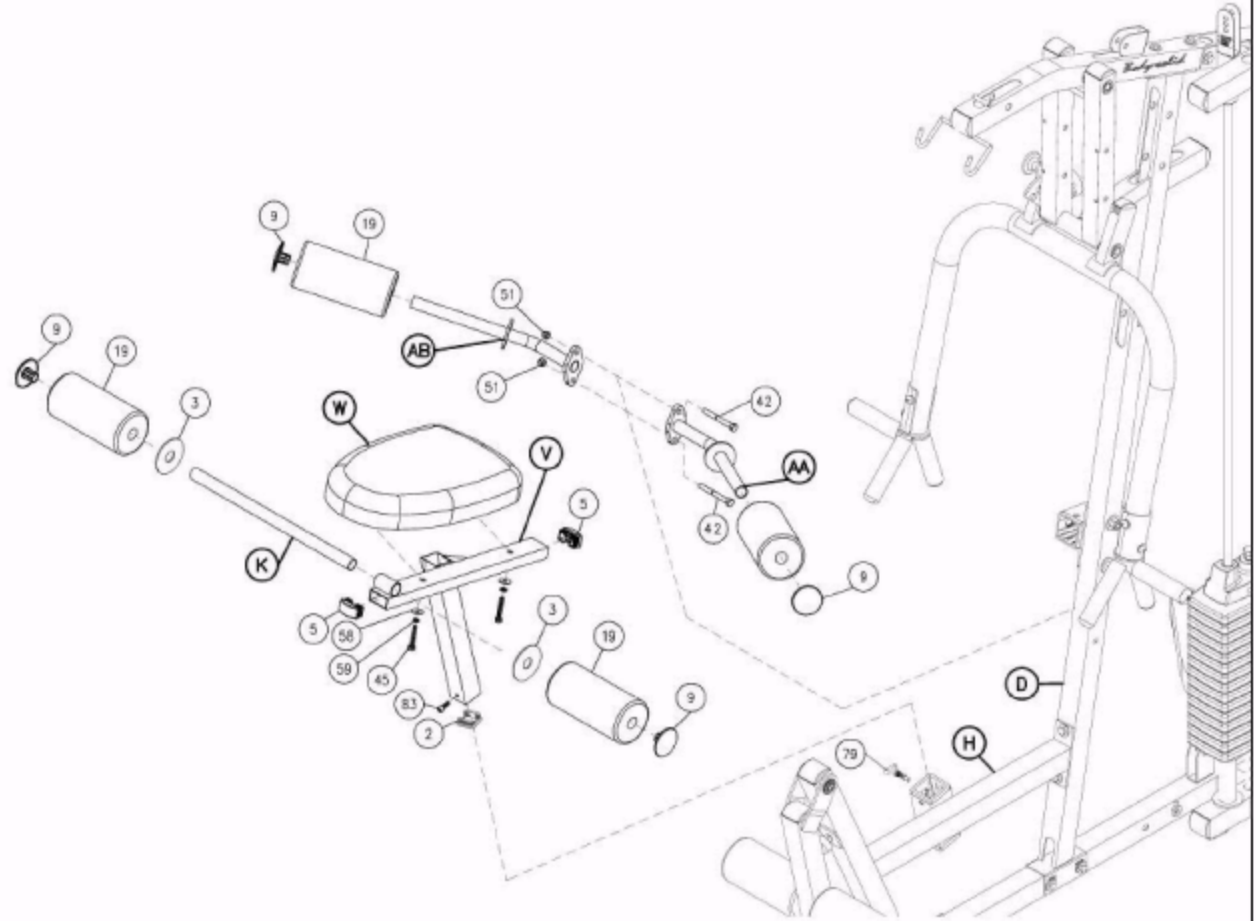
- A. Прикрепить плоский наконечник (2) к основанию настраиваемой рамы подушки сиденья (V). Прикрепить две заглушки (5) к передней и задней стороне настраиваемой рамы подушки сиденья (V).
- B. Прикрепить подушки сиденья (W) к настраиваемой раме подушки сиденья (V) с помощью:  
**Двух 45 (болт с шестигранной головкой 5/16" x 1 3/4") \***  
**Двух 59 (пружинная шайба 5/16")**  
**Двух 58 (шайба 5/16")**  
**\* НЕ перетягивать эти болты. Затягивать эти болты, пока пружинная шайба не станет плоской. Перезатяжка этих болтов приведет к снятию T-образных муфт в подушках.**
- C. Вставить настраиваемую раму подушки сиденья (V) в раму подушки сиденья (H), и зафиксировать на месте подпружиненным штифтом (79).
- D. Прикрепить два валика из пеноматериала (19) к передней части настраиваемой рамы подушки сиденья (V) используя стержень валика из пеноматериала (K) и две круглые заглушки 1" (9), как показано на рис.
- E. Прикрепить левый нижний упор для ног (AA) и правый нижний упор для ног (AB) к угловой вертикальной раме (D) с помощью:  
**Двух 42 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 3") \***  
**Двух 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**  
**\*Затянуть эти два болта 3/8".**
- F. Прикрепить два валика из пеноматериала (19) к упору левой ноги (AA) и к упору правой ноги (AB) и зафиксировать круглой заглушкой 1" (9), как показано на рис.



ШАГ  
**7**



Выше показан ШАГ 7 в собранном виде.

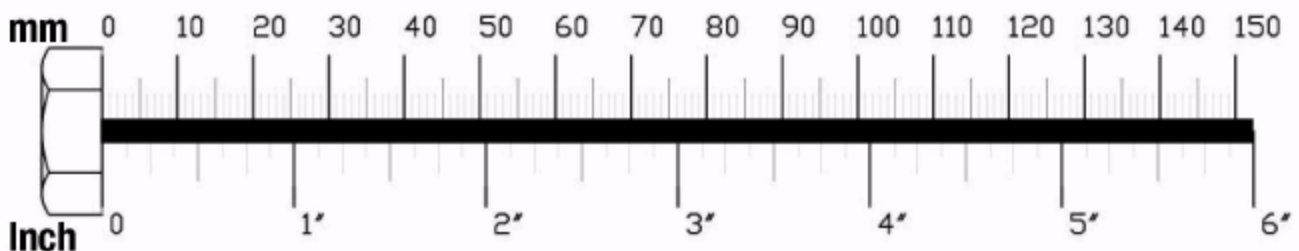


## Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

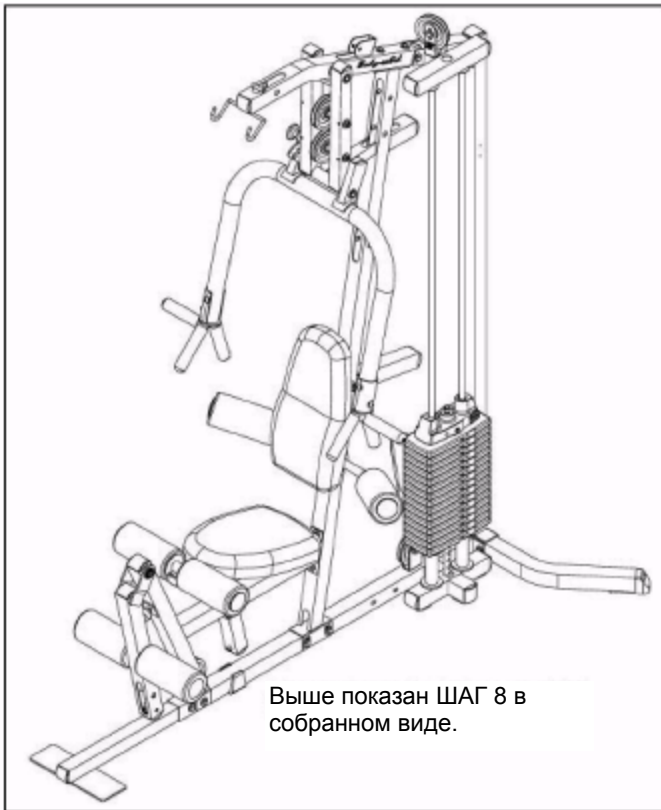
### ПРИМЕЧАНИЕ:

Оставьте все болты блоков затянутыми вручную до шага 13

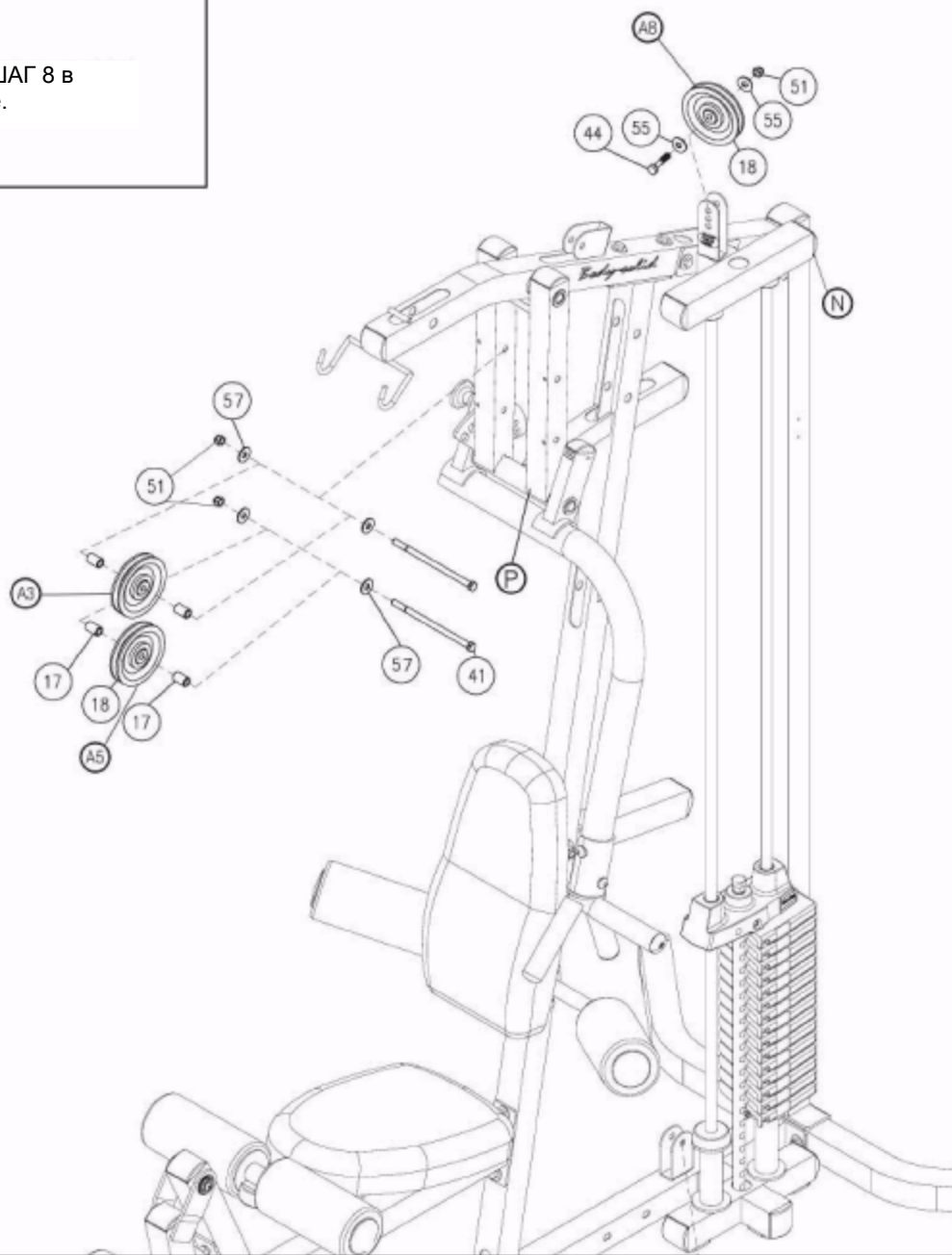
- A. Установить блок (A3) в опору для рычага жима сидя (P), как показано на рис., с помощью:  
**Одного 41 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 7")**  
**Двух 57 (шайба 3/8" x 3/4" o.d.)**  
**Двух 17 (распорная втулка)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- B. Установить блок (A5) в опору для рычага жима сидя (P), как показано на рис., с помощью:  
**Одного 41 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 7")**  
**Двух 57 (шайба 3/8" x 3/4" o.d.)**  
**Двух 17 (распорная втулка)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- C. Установить блок (A8) в блочный выступ на верхней раме весового стека (N), как показано на рис., с помощью:  
**Одного 44 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")**  
**Двух 55 (шайба 3/8")**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**



ШАГ  
**8**



Выше показан ШАГ 8 в собранном виде.



Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

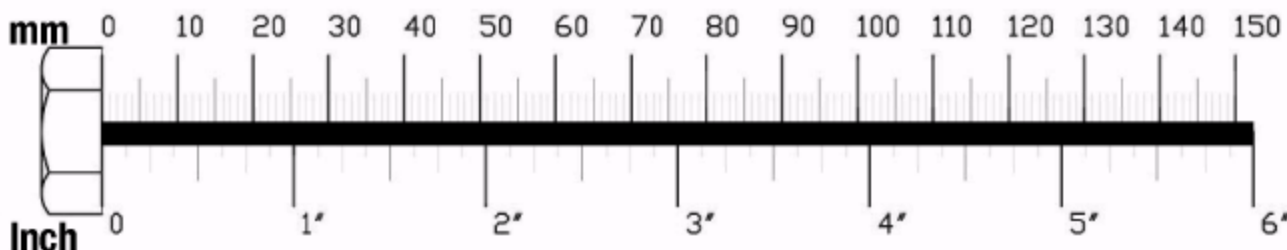
### Трос верхних блоков (66)



**Примечание:**

Все блоки в этом шаге диаметром 4 1/4", за исключением отмеченных в шаге 8В.  
Оставьте все болты блоков затянутыми вручную до окончания шага 13.

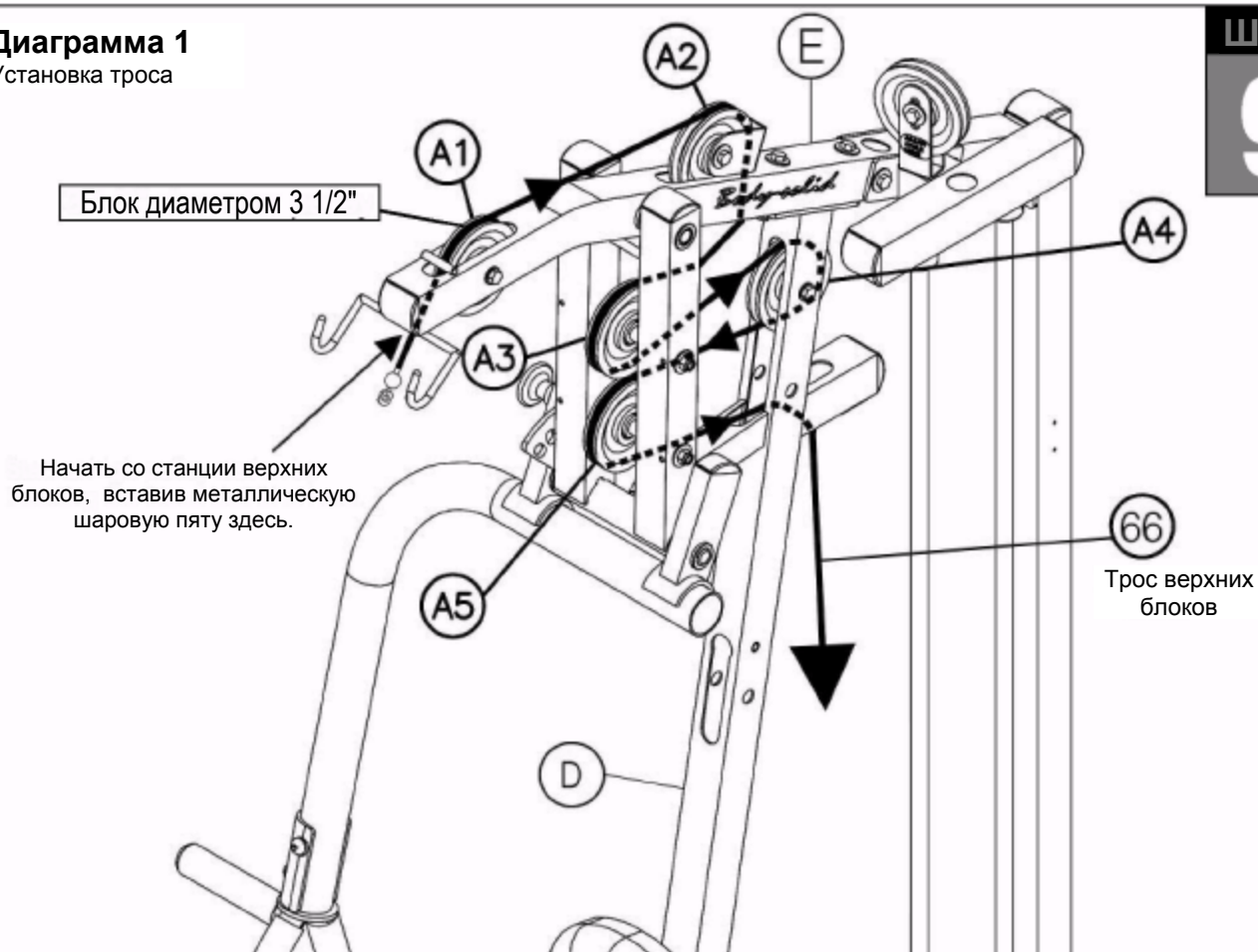
- A. См. диаграмму 1. Начать со станции верхних блоков. Протянуть металлическую шаровую пяту троса верхних блоков (66) вверх и через отверстие, где будет установлен блок (A1) и затем вниз через следующее отверстие, где будет установлен блок (A2).
- B. См. диаграмму 2. Установить блок диаметром 3 1/2" (A1) под тросом (66) и в верхнюю раму (E), как показано на рис., с помощью:  
**Одного 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Двух 15 (распорка блока)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- C. См. диаграмму 2. Установить блок (A2) под тросом (66) и в верхнюю раму (E), как показано на рис., с помощью:  
**Одного 44 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")**  
**Двух 55 (шайба 3/8")**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- D. См. диаграмму 1. Протянуть трос (66) по верху и вокруг предустановленного блока (A3), как показано на рис.  
 Протянуть трос (66) вокруг блока (A4) и установить блок (A4) в угловую вертикальную раму (D) как показано на диаграмме 2, с помощью:  
**Одного 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Двух 15 (распорка блока)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- E. См. диаграмму 1. Протянуть трос (66) между блоком (A3) и предустановленным блоком (A5).  
 Протянуть трос (66) по верху и вокруг блока (A5) и назад через угловую вертикальную раму (D).  
 Протянуть трос (66) вниз через маленький рычаг, выступающий из угловой вертикальной рамы (D) и вытянуть трос на полную длину.
- F. См. Диаграмму 3. Прикрепить кожу жима сидя (Z) к опоре для рычага жима сидя (P) с помощью:  
**Четырех 73 (винт 1/8" x 3/8")**



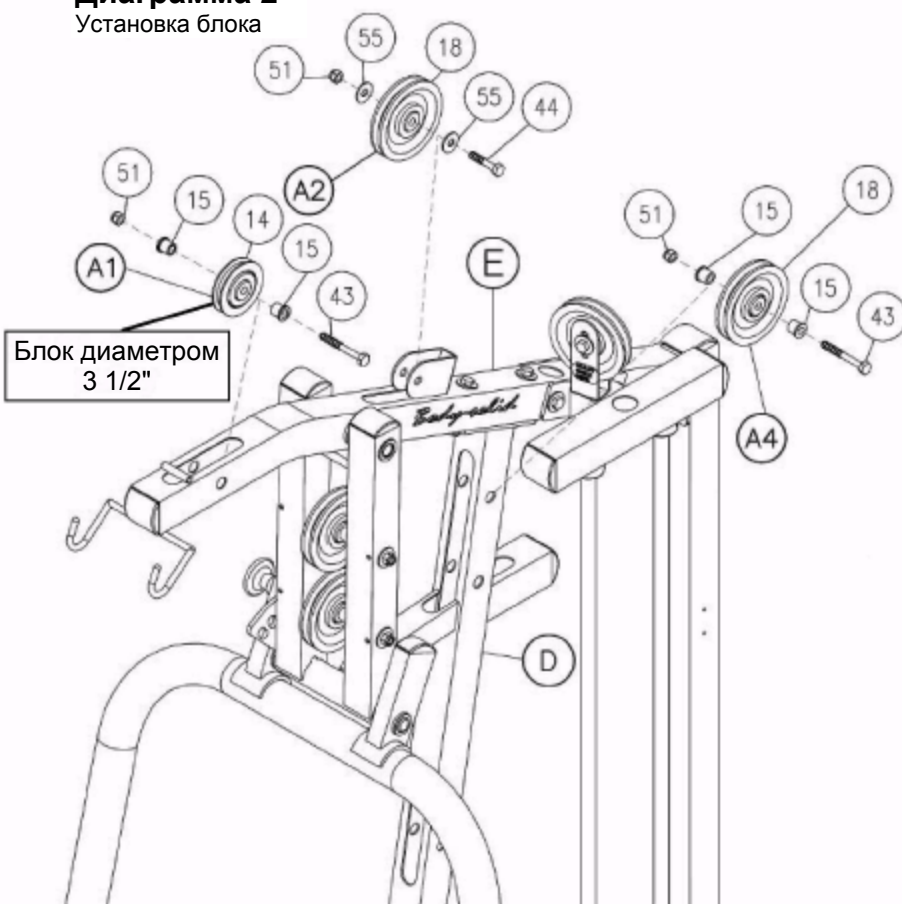


**Диаграмма 1**

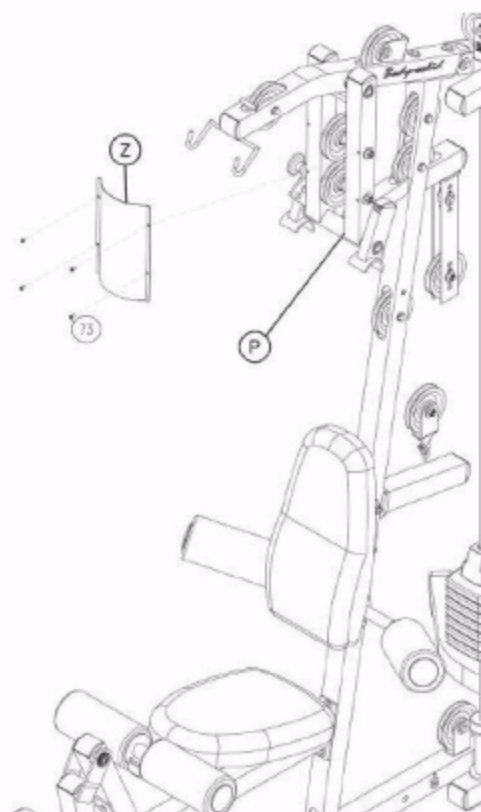
Установка троса

**Диаграмма 2**

Установка блока

**Диаграмма 3**

Установка кожуха



**ШАГ**  
**10**

Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

**Трос верхних блоков (66)**

Стопорная шаровая пята

Металлическая шаровая пята



**Примечание:**

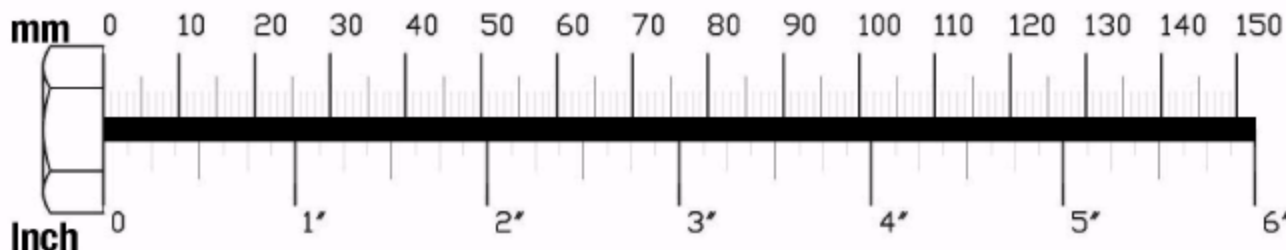
Все блоки в этом шаге диаметром 4 1/4".

Оставьте все болты блоков затянутыми вручную до окончания шага 13.

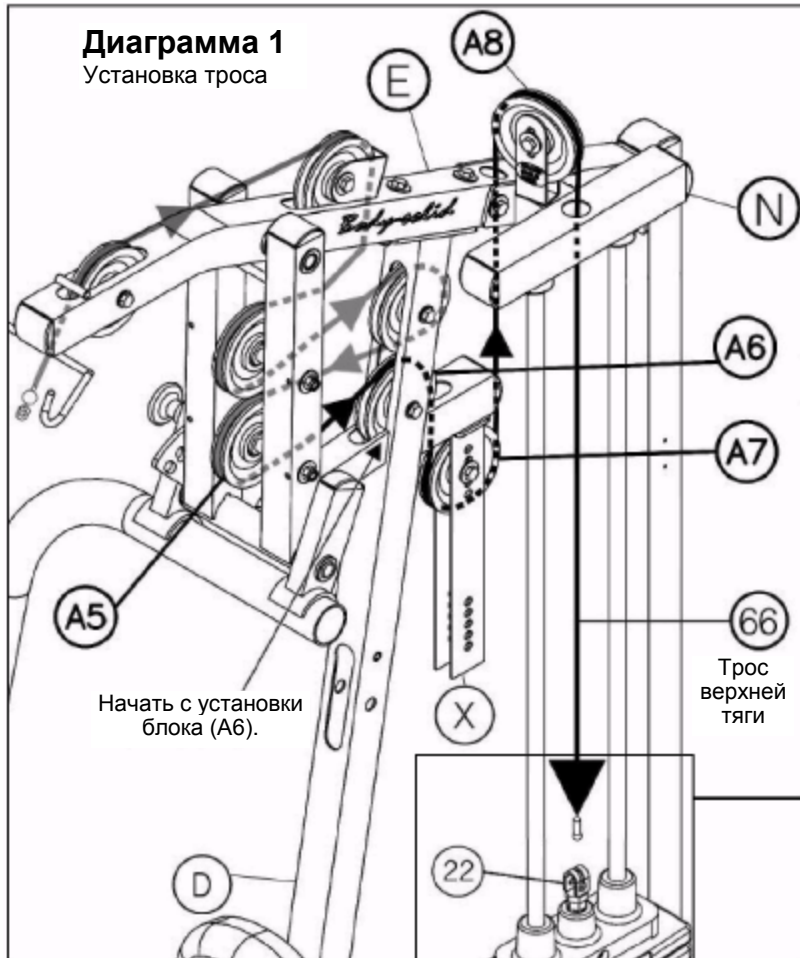
- A. См. Диаграмму 2. Установить блок (A6) под тросом (66) и в угловую вертикальную раму (D) с помощью:  
**Одного 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Двух 15 (распорка блока)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**  
 Трос (66) должен свисать вниз через маленький рычаг, выступающий из угловой вертикальной рамы (D).
- B. См. Диаграмму 1. Протянуть трос (66) через верх держателя двойного блока (X). Установить блок (A7) с помощью:  
**Одного 44 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- C. См. Диаграмму 1. Протянуть трос (66) через отверстие в верхней раме (E), над предустановленным блоком (A8), вниз через верхнюю раму весового стека (N) и к весовому стеку.
- D. См. Диаграмму 1A. Металлическая шаровая пята троса (66) должен висеть немного выше весового стека. Снять болт (23) с верхнего болта штока переключения (22), вставить металлическую шаровую пяту троса (66) через верхний болт штока переключения (22). Прикрепить концевой вал троса (38) и хорошо затянуть установочный винт (39). Туго натянуть трос (66) чтобы концевой вал троса (38) надежно встал внутрь верхнего болта штока переключения (22). Повторно установить болт (23) в верхний болт штока переключения (22).

**ПРИМЕЧАНИЕ:**

Удостоверьтесь, что верхний болт штока переключения (22) вкручен внутрь штока переключения (21) по крайней мере на пол-дюйма. Удостоверьтесь, что пружинная шайба (24) находится на месте и затянуть ключом стопорную гайку (25).

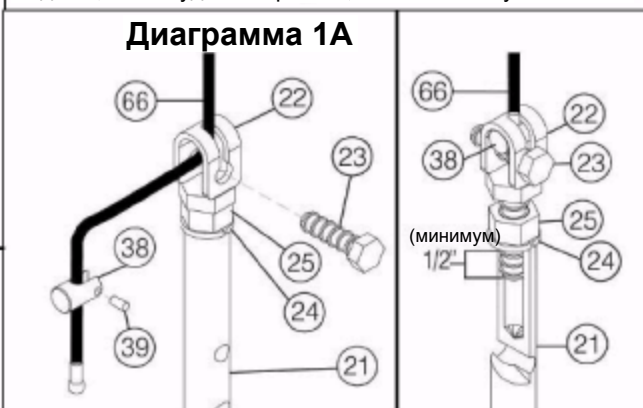


**Диаграмма 1**  
Установка троса

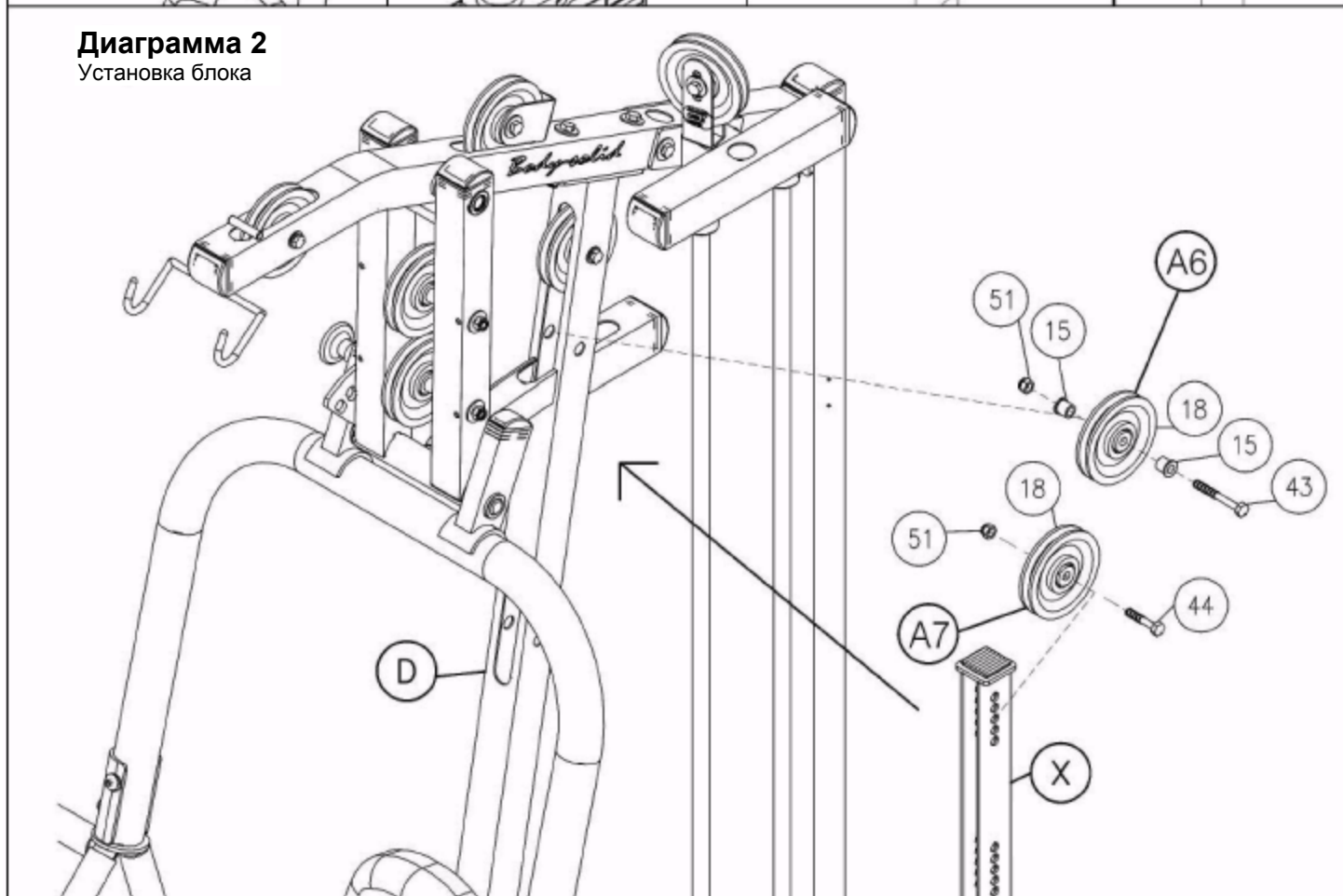


**⚠ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ⚠**  
Верхний болт штока переключения (22) должен быть вкручен минимум на 1/2" в шток переключения (21), и стопорная гайка (25) должна надежно стягивать пружинную шайбу (24), чтобы обеспечить надлежащее соединение. Проверять стопорную гайку (25) один раз в неделю, чтобы удостовериться, что она затянута.

**Диаграмма 1А**

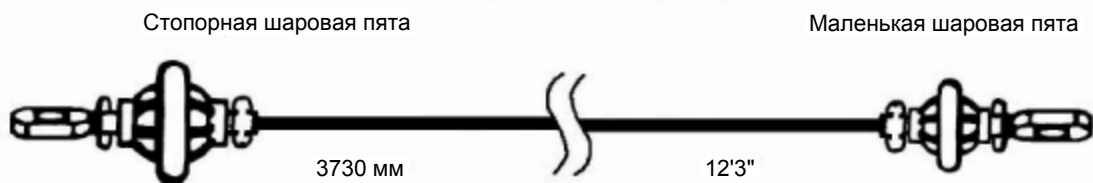


**Диаграмма 2**  
Установка блока



Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

### Трос нижних блоков (67)

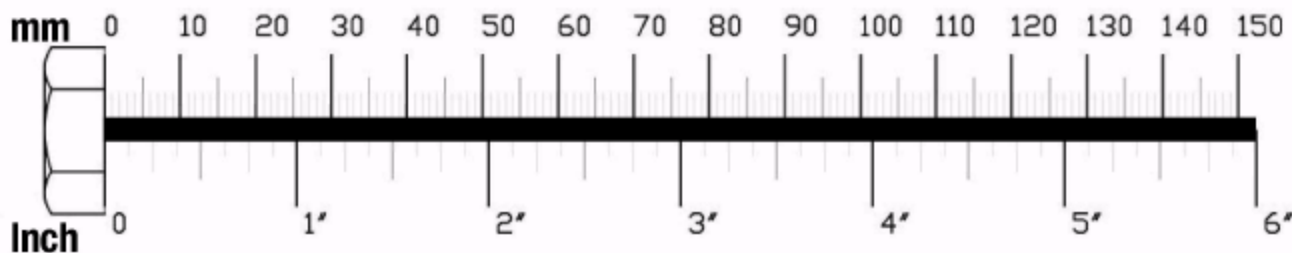


**Примечание:**

Все блоки в этом шаге диаметром 4 1/4", за исключением указанных в шаге 10В.

Оставьте все болты блоков затянутыми вручную до окончания шага 13.

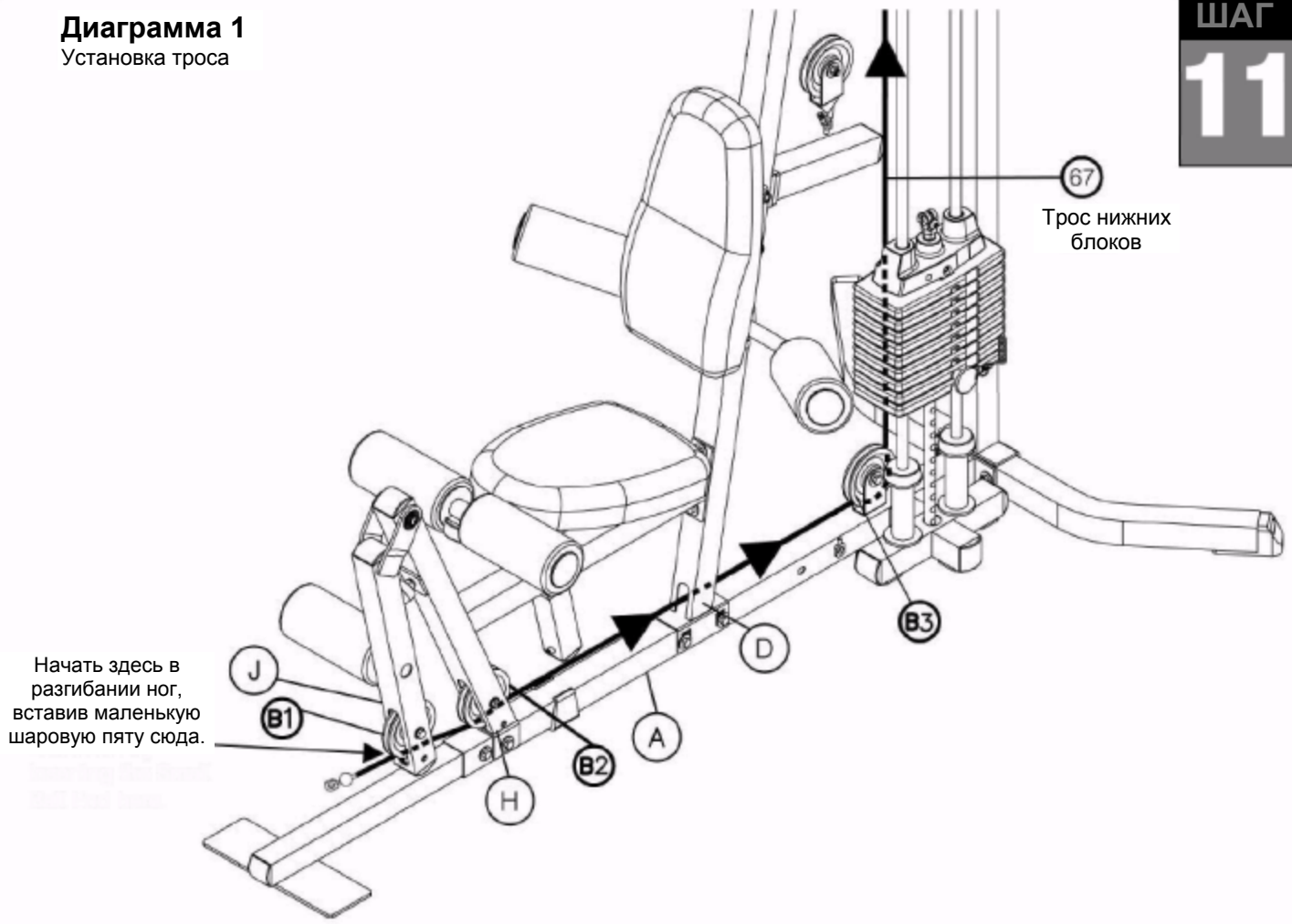
- A. См. Диаграмму 1. Вставить маленькую шаровую пята троса нижних блоков (67) в отверстие в разгибании ног (J), где будет установлен блок (B1). Вставить трос (67) внутрь и через раму сиденья (H). Вставить трос (67) внутрь и через угловую вертикальную раму (D), и вытянуть трос (67) на полную длину.
- B. См. Диаграмму 2. Установить блок диаметром 3 1/2" (B1), над тросом (67) и в разгибание ног (J), как показано на рис., с помощью:  
**Одного 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Двух 15 (распорка блока)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- C. См. Диаграмму 2. Установить блок (B2) над тросом (67) и в раму сиденья (H), как показано на рис., с помощью:  
**Одного 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Двух 15 (распорка блока)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- D. См. Диаграмму 1. Протянуть трос (67) через держатель блока, установленный на основной несущей раме(A).
- E. См. Диаграмму 2. Установить блок (B3) над тросом (67) и внутрь держателя блока, установленного на основной несущей раме(A), с помощью:  
**Одного 44 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 1 3/4")**  
**Двух 55 (шайба 3/8")**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**



## Диаграмма 1

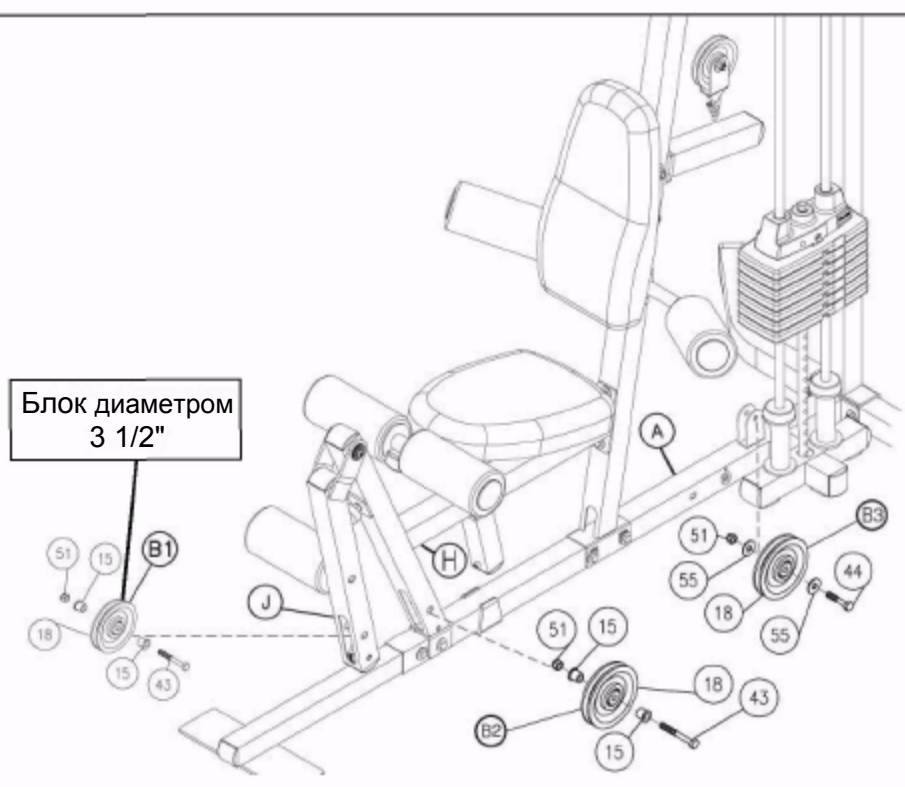
Установка троса

ШАГ  
**11**



## Диаграмма 2

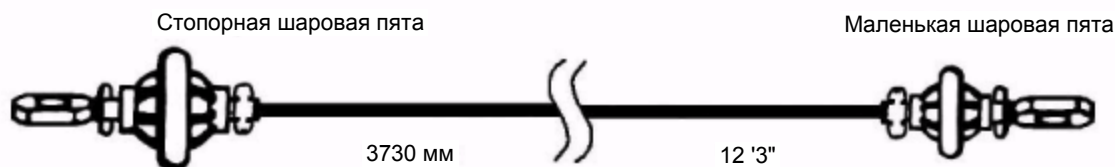
Установка блока



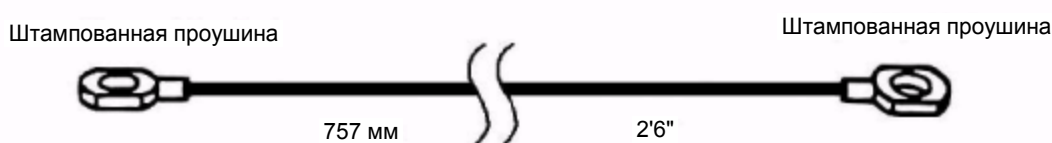
**ШАГ**  
**12**

Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

**Трос нижних блоков (67)**



**Короткий трос (68)**



**Примечание:**

Все блоки в этом шаге диаметром 4 1/4\".

Оставьте все болты блоков затянутыми вручную до окончания шага 13.

- A. См. Диаграмму 1. Протянуть трос (67) вверх и через держатель двойного блока (X). Протянуть трос (67) вокруг блока (B4) и установить блок (B4) с помощью:  
**Одного 44 (3/8" x 1 1/2" болт с шестигранной головкой)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- B. См. Диаграмму 1. Протянуть трос (67) через держатель блока (Y). Протянуть трос (67) вокруг блока (B5) и установить блок (B5) с помощью:  
**Одного 44 (3/8" x 1 1/2" болт с шестигранной головкой)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- C. Вставить трос (67) через угловую вертикальную раму (D), и установить блок (B6) под тросом (67), как показано на рис., с помощью:  
**Одного 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Двух 15 (нейлоновая втулка)**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- D. См. Диаграмму 1A. Прикрепить короткий трос (68) к основной несущей раме (A) с помощью:  
**Одного 43 (болт с шестигранной головкой 3/8" x 2 3/4")**  
**Одного 55 (шайба 3/8")**  
**Одного 51 (нейлоновая контргайка 3/8")**
- F. См. Диаграмму 1A. Прикрепить другой конец троса (68) к крюку снизу держателя блока (Y).

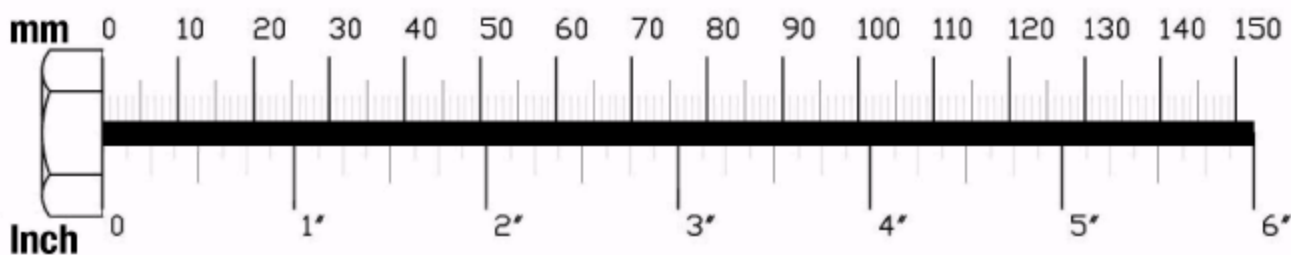


Диаграмма 1А

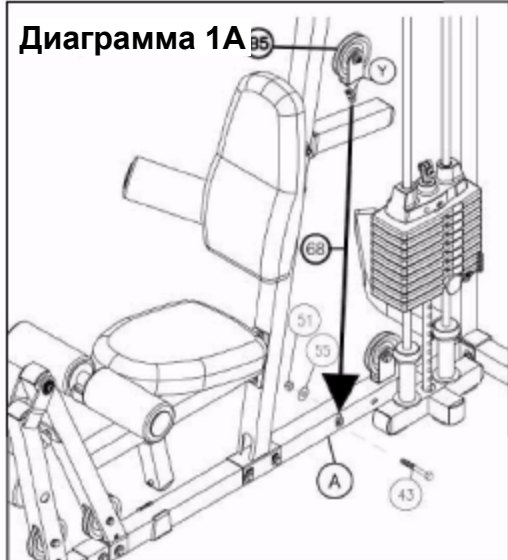
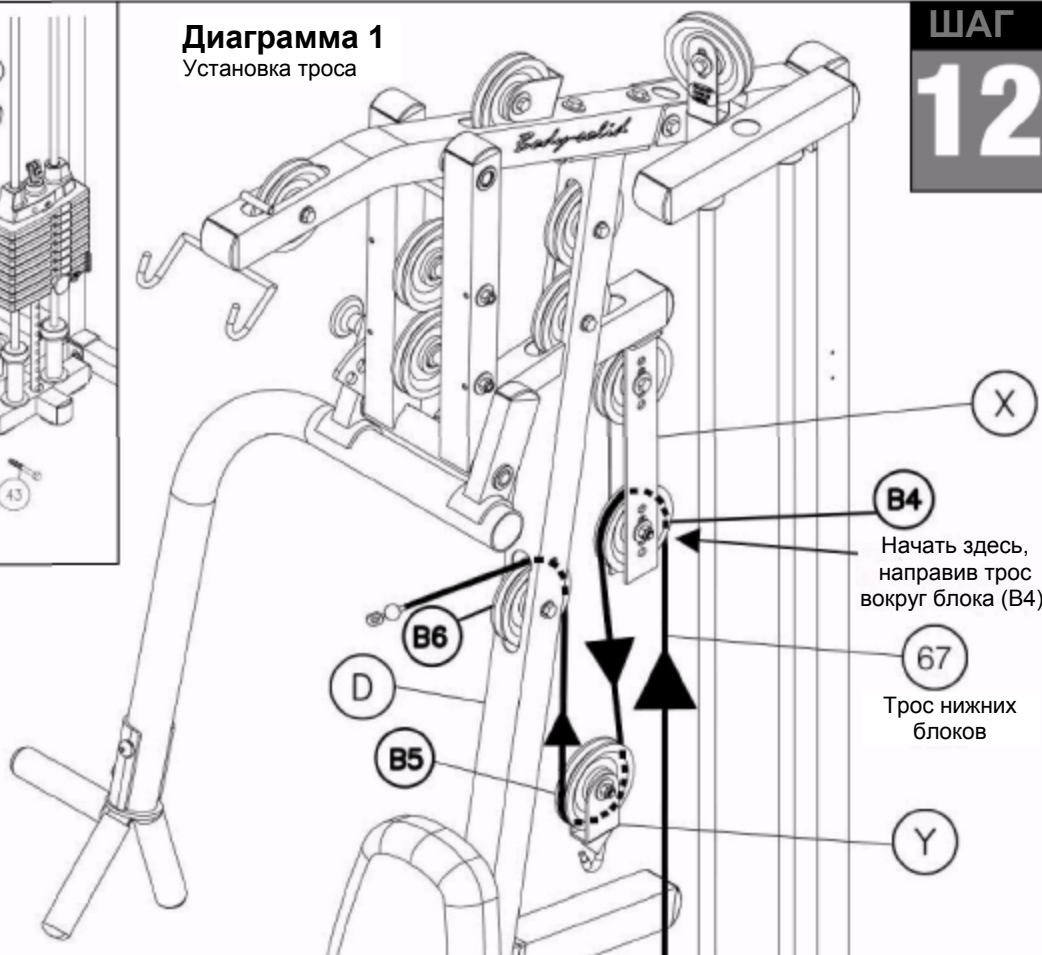


Диаграмма 1

Установка троса

ШАГ

12

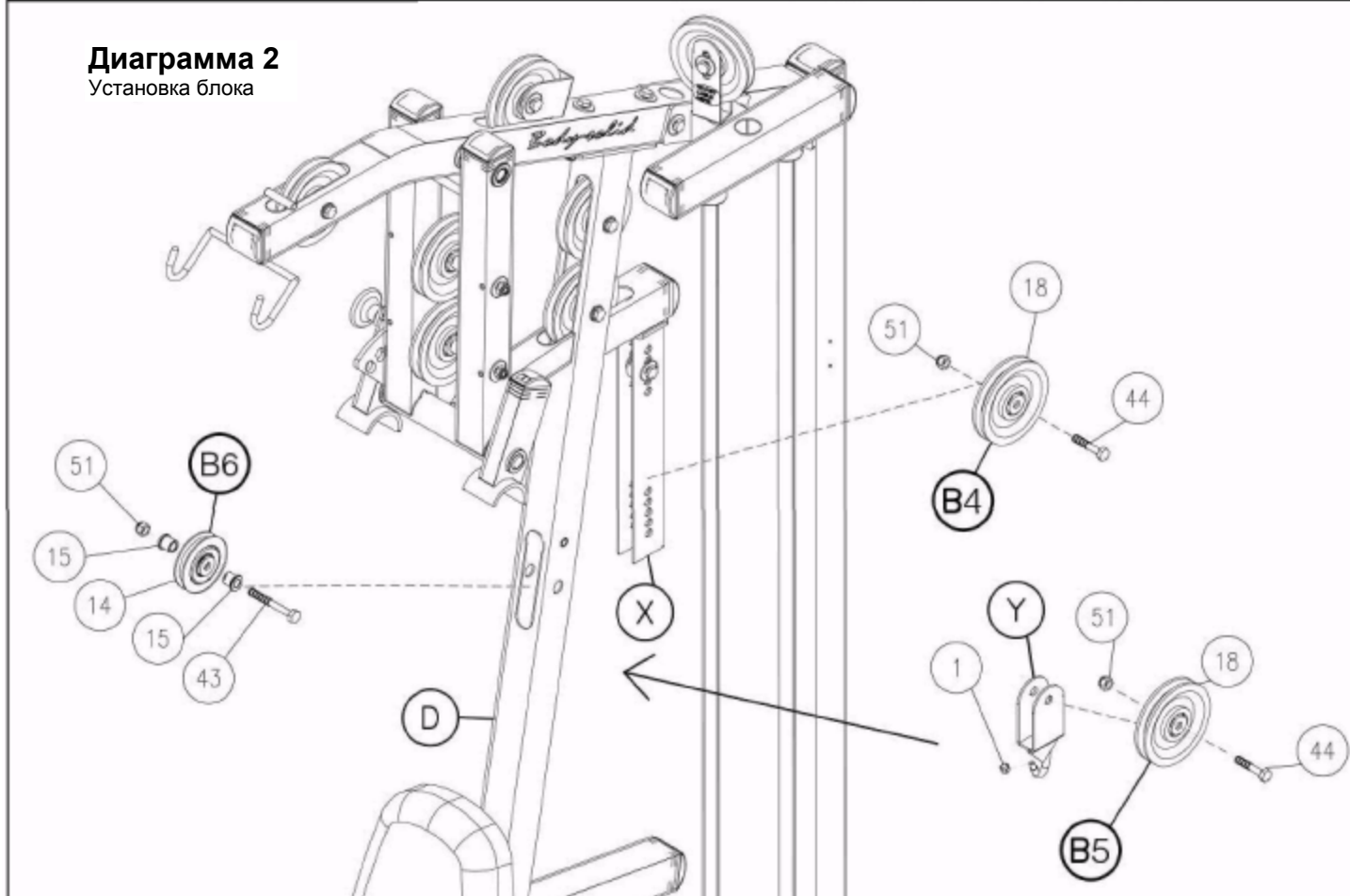


Начать здесь, направив трос вокруг блока (B4).

Трос нижних блоков

Диаграмма 2

Установка блока



## Проводите сборку всех компонентов в той последовательности, в которой они представлены.

### ТЕПЕРЬ - ВРЕМЯ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ПРОВЕСТИ ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ РЕГУЛИРОВКИ ТРОСОВ

После выполнения установки тросов Вам необходимо проверить все тросы на надлежащее натяжение. Очевидными признаками того, что имеются проблемы с натяжением тросов, являются:

- Верхняя пластина (20) не лежит непосредственно на верхнем блине весового стека (26).
- Отверстия в штоке переключения (21) не выровнены с отверстиями в блинах весового стека (26).
- Трос(ы) болтаются и первые несколько дюймов упражнения нет сопротивления от весового стека

Имеются пять зон регулировки тросов на G3S:

- A. Верхний болт штока переключения (22)
- B. Двух регулировки в держателе двойного блока (X).
- C. Два резиновых упора (85), один на угловой вертикальной раме (D) и один на раме сиденья (H).

#### **СМ. ПРИМЕЧАНИЕ 1 НА СТРАНИЦЕ 27**

Если натяжение слишком сильное, и верхняя пластина (20) не лежит непосредственно на вершине блинов весового стека:

1. - Затянуть резиновый упор (85).
2. - Переставить блок (B4) в нижнее отверстие в держателе двойного блока (X), или переместить блок (A7) вверх в верхнее отверстие в держателе двойного блока (X).

Если слишком много свободного хода или очень слабое натяжение:

1. - Ослабить резиновый упор (85).
2. - Переставить блок (B4) вверх на верхнее отверстие в держателе двойного блока (X), или переместить блок (A7) вниз на нижнее отверстие в держателе двойного блока (X).
3. - Дальше ввернуть верхний болт штока переключения (22) в шток переключения (21) весового стека.

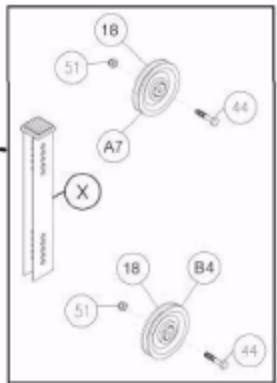
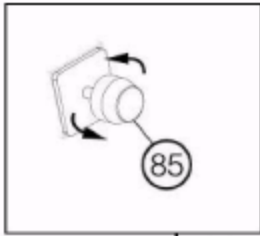
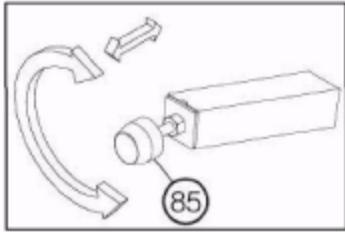
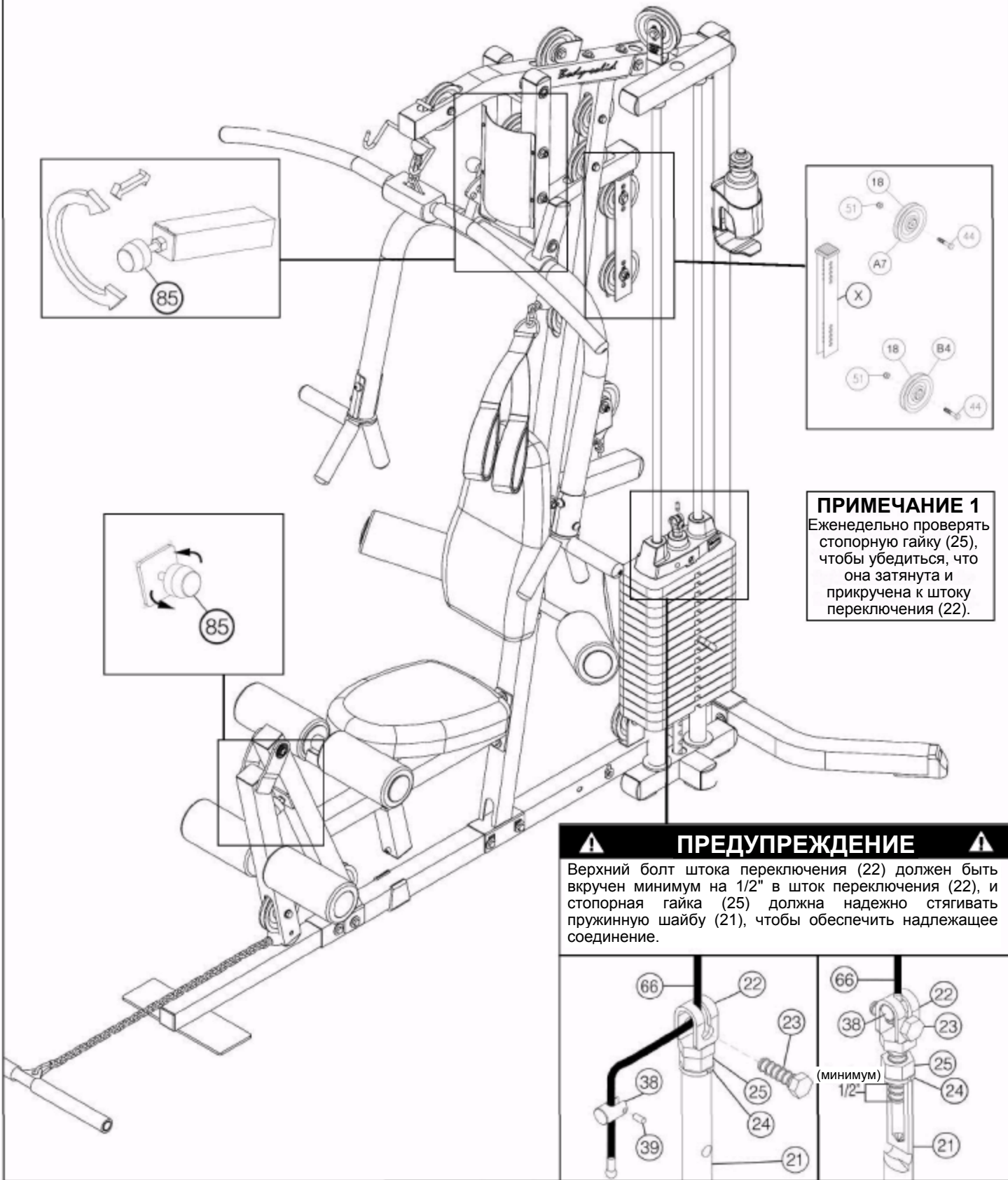
#### **ПРИМЕЧАНИЕ:**

Тросы следует осматривать ежедневно и периодически регулировать, чтобы обеспечить надежную и плавную работу.

#### **ПРИМЕЧАНИЕ:**

После выполнения регулировки тросов, следует затянуть все болты.  
Не проводить повторное затягивание болтов подушек.

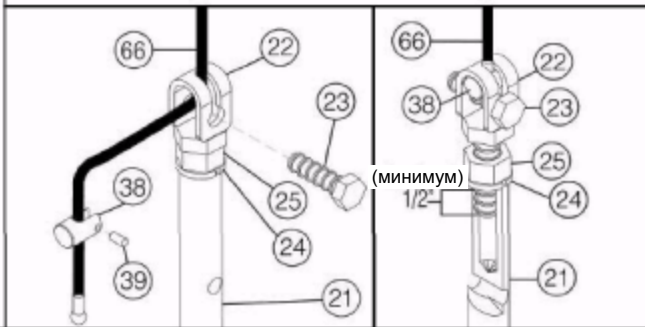




**ПРИМЕЧАНИЕ 1**  
Еженедельно проверять стопорную гайку (25), чтобы убедиться, что она затянута и прикручена к штоку переключения (22).

**⚠ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ⚠**

Верхний болт штока переключения (22) должен быть вкручен минимум на 1/2" в шток переключения (22), и стопорная гайка (25) должна надежно стягивать пружинную шайбу (21), чтобы обеспечить надлежащее соединение.



## Перечень основных деталей G3S

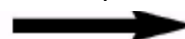
№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
A	1	G3SMBF-A	ОСНОВНАЯ НЕСУЩАЯ РАМА
B	1	G3SRBF-B	ЗАДНЯЯ НЕСУЩАЯ РАМА
C	1	G3SRVF-C	ЗАДНЯЯ ВЕРТИКАЛЬНАЯ РАМА
D	1	G3SAVF-D	УГЛОВАЯ ВЕРТИКАЛЬНАЯ РАМА
E	1	G3STF-E	ВЕРХНЯЯ РАМА
F	1	G3SFF-F	ПЕРЕДНЯЯ РАМА
G	1	G3SBPA-G	РЕГУЛЯТОР ПОДУШКИ ДЛЯ СПИНЫ
H	1	G3SSF-H	РАМУ СИДЕНЬЯ
J	1	G3SLE-J	РАЗГИБАНИЕ НОГ
K	2	G3SFRB-K	СТЕРЖЕНЬ ВАЛИКА ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА
L	1	G3SLSPH-L	ЛЕВАЯ РУКОЯТЬ ЖИМА СИДЯ
M	2	G3SCGR-M	ХРОМОВЫЙ НАПРАВЛЯЮЩИЙ СТЕРЖЕНЬ
N	1	G3STWSF-N	ВЕРХНЯЯ РАМА ВЕСОВОГО СТЕКА
P	1	G3SSPAS-P	ОПОРА РЫЧАГА ЖИМА СИДЯ
Q	1	G3SSPA-Q	РЫЧАГ ЖИМА СИДЯ
R	1	G3SRSPH-R	ПРАВАЯ РУКОЯТЬ ЖИМА СИДЯ
S	1	G3SBPF-S	РАМА ПОДУШКИ ДЛЯ СПИНЫ
T	1	G3SABPF-T	НАСТРАИВАЕМАЯ РАМА ПОДУШКИ ДЛЯ СПИНЫ
V	1	G3SSPF-V	РАМА ПОДУШКИ СИДЕНЬЯ
X	1	G3SDPH-X	ДЕРЖАТЕЛЬ ДВОЙНЫХ БЛОКОВ
Y	1	G3SPH-Y	ДЕРЖАТЕЛЬ БЛОКА
Z	1	G3SSPS-Z	КОЖУХ ЖИМА СИДЯ
AA	1	G3SLLHD-AA	ЛЕВЫЙ УПОР ДЛЯ НОГ
AB	1	G3SRLHD-AB	ПРАВЫЙ УПОР ДЛЯ НОГ

**Номера деталей требуются при заказе запчастей.**

## Перечень крепежных деталей G3S

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
1	1	JACN.19	КОЛПАЧКОВАЯ ГАЙКА 3/16" ID -ПРЕДУСТАНОВЛЕННАЯ
2	4	JFEC1.75	ПЛОСКАЯ ЗАГЛУШКА 1 3/4" x 1 3/4"
3	2	JPW3	ПЛАСТИКОВАЯ ШАЙБА 3"
4	5	JCEC1.8	ВЫПУКЛАЯ ЗАГЛУШКА 2" X 2" X 1.8"
5	6	JCEC12	ВЫПУКЛАЯ ЗАГЛУШКА 1"X2"
6	2	JFC22	КОНЦЕВОЙ КОЛПАЧОК 2" X 2"
7	2	JNB22	НЕЙЛОНОВАЯ ВТУЛКА 2" X 2"
8	1	JFL22	ВЫРАВНИВАТЕЛЬ РАМЫ 2" X 2"
9	6	JFREC2.5	ЗАГЛУШКА ВАЛИКА ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 2.5" OD X 1" ID
10	1	JRP2450	РЕЗИНОВАЯ ПОДУШКА 1 1/2" X 1 1/2"
11	2	JRD2.5	РЕЗИНОВОЕ КОЛЬЦО 2 1/2"
12	3	JWSS22	ПРОКЛАДКА ВЕСОВОГО СТЕКА 2" X 2"
13	2	JSC1.37X.75	ОГРАНИЧИТЕЛЬНАЯ ВТУЛКА 1 3/8" OD 3/4 ID 1.5" L
14	3	JPP3.5W.75	ПЛАСТИКОВЫЙ БЛОК 3 1/2" X 3/4"
15	12	JPB.56X.37	РАСПОРКА БЛОКА 9/16" OD X 3/8" ID X 5/8" L (15 мм X 9 мм X 17 мм)
16	4	JSNAP3	КАРАБИН 3 1/4"
17	4	JSB.5	РАСПОРНАЯ ВТУЛКА 1/2" OD X 7/16" ID X 7/8" L
18	11	JPP4.25W.75	ПЛАСТИКОВЫЙ БЛОК 4 1/4" X 3/4"
19	6	JFOAM48	ВАЛИК ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 4" X 8"
20	1	JTP10	ВЕРХНЯЯ ПЛАСТИНА (10 фунтов)
21	1	JSR20	ШТОК ПЕРЕКЛЮЧЕНИЯ (20 ОТВЕРСТИЙ ПЕРЕКЛЮЧЕНИЯ)
22	1	JSRTB.5	ВЕРХНИЙ БОЛТ ШТОКА ПЕРЕКЛЮЧЕНИЯ 1/2" X 2" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
23	1	JHEX.37X.87FTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 7/8" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
24	1	JWSW.5	ПРУЖИННАЯ ШАЙБА 1/2"
25	1	JJN.5	СТОПОРНАЯ ГАЙКА 1/2"
26	15	JSP10	БЛИН 10 фунтов
27	2	JWSR4.87	СТОЯК ВЕСОВОГО СТЕКА 4 7/8" L
28	6	JREC1.25	КРУГЛАЯ ЗАГЛУШКА 1"
29	1	JSH3X.5	ВАЛ 3" X 1/2"
30	2	JRAB.25X.56FTB	КРУГЛЫЙ УСТАНОВОЧНЫЙ БОЛТ 1/4" X 9/16" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
31	2	JWSW.25X.62	ШАЙБА 1/4" ID X 5/8" OD
32	2	JRR1 .37X1. 125	СТОПОРНОЕ КОЛЬЦО 1 3/8" OD X 1 1/8" ID
33	2	JB1.25X.5	ВТУЛКА 1 1/4" OD X 1/2" ID
35	1	JWB	БУТЫЛКА ДЛЯ ВОДЫ
36	1	JWBH	ДЕРЖАТЕЛЬ БУТЫЛКИ С ВОДОЙ
37	1	JWBB	СКОБА ДЛЯ БУТЫЛКИ С ВОДОЙ
38	1	JAS.125X.25	УСТАНОВОЧНЫЙ ВИНТ 1/8" X 1/4"
39	1	JCES.75	КОНЦЕВОЙ ВАЛ ТРОСА 3/4" L

Продолжение на следующей странице



**Номера деталей требуются при заказе запчастей.**

## Крепеж G3S (продолжение)

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
40	2	JHEX.5X3PTB	ВИНТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 1/2" X 3" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
41	2	JHEX.37X7PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 7" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
42	8	JHEX.37X3PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 3" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
43	12	JHEX.37X2.75PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 2 3/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
44	6	JHEX.37X1.5PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 1 1/2" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
45	4	JHEX.31X1.75PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 5/16" X 1 3/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
46	1	JSHB.37X1.5FTB	БОЛТ С ГОЛОВКОЙ ПОД ТОРЦЕВОЙ КЛЮЧ 3/8" X 1 1/2" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
47	1	JWSW.43	ПРУЖИННАЯ ШАЙБА 7/16"
50	2	JNLN.5	НЕЙЛОНОВАЯ КОНТРГАЙКА 1/2"
51	31	JNLN.37	НЕЙЛОНОВАЯ КОНТРГАЙКА 3/8"
54	2	JWFLT.5	ШАЙБА 1/2"
55	14	JWFLT.37	ШАЙБА 3/8"
56	6	JWC.37	ИЗОГНУТАЯ ШАЙБА 3/8"
57	5	JWFLT.37X.75	ШАЙБА 3/8" X 3/4" O.D.
58	4	JWFLT.31	ШАЙБА 5/16"
59	4	JWSW.31	ПРУЖИННАЯ ШАЙБА 5/16"
60	1	JPIN4.25	ШТЫРЬ ВЕСОВОГО СТЕКА 5 1/2" L
61	1	JSCH.18	СТАЛЬНАЯ ЦЕПЬ 3/1 6"
62	3	JHEX.37X2.5PTB	БОЛТ С ШЕСТИГРАННОЙ ГОЛОВКОЙ 3/8" X 2 1/2" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
63	2	JCB.37X2.75PTB	БОЛТ С КВАДРАТНЫМ ПОДГОЛОВКОМ 3/8" X 2 3/4" ЧАСТИЧНАЯ РЕЗЬБА
64	2	JTNB2X2	ТОЛСТАЯ НЕЙЛОНОВАЯ ВТУЛКА 2" X 2"
65	1	JFP2X4	ПЛОСКАЯ ПЛАСТИНА 2" X 4"
70	3	JFP2X5.5	ПЛОСКАЯ ПЛАСТИНА 2" X 5 1/2"
71	1	JSH.75X6.5	ВАЛ 3/4" X 6 1/2"
72	1	JSH.75X9.5	ВАЛ 3/4" X 9 1/2"
73	6	JS.125X.37	ВИНТ 1/8" X 3/8" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
74	2	JOB1.37X.75	САМОСМАЗЫВАЮЩАЯСЯ ВТУЛКА 1 3/8" OD X 3/4" ID 5/8" L - ПРЕДУСТАНОВЛЕННАЯ
75	2	JPB1.5X.75	ПЛАСТИКОВАЯ ВТУЛКА 1 1/2" OD X 3/4" ID 1" L -ПРЕДУСТАНОВЛЕННАЯ
76	5	JAS.31X.31	УСТАНОВОЧНЫЙ ВИНТ 5/16" X 5/16" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
77	1	JBNPP3.75	ПЛОСКИЙ ПОДПРУЖИНЕННЫЙ ШТИФТ 3 3/4" L
78	1	JBNPP6.5	ПЛОСКИЙ ПОДПРУЖИНЕННЫЙ ШТИФТ 6 1/2" L
79	2	JTSPP3	T-ОБРАЗНЫЙ ПОДПРУЖИНЕННЫЙ ШТИФТ 3" L
80	7	JRAN.37X.62FTB	КРУГЛЫЙ УСТАНОВОЧНЫЙ ВИНТ 3/8" X 5/8" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
81	2	JFAN.31X.37FTB	БОЛТ 5/16С ГОЛОВКОЙ ПОД ТОРЦЕВОЙ КЛЮЧ " X 3/8" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
82	2	JOB.75X.5	САМОСМАЗЫВАЮЩАЯСЯ ВТУЛКА 3/4" OD X 1/2" ID 1/2" L - ПРЕДУСТАНОВЛЕННАЯ
83	1	JFAN.37X.5FTB	БОЛТ С ГОЛОВКОЙ ПОД ТОРЦЕВОЙ КЛЮЧ 3/8" X 1/2" ПОЛНАЯ РЕЗЬБА
84	2	JJN.31	СТОПОРНАЯ ГАЙКА 5/16"
85	2	JRS2.5	РЕЗИНОВЫЙ УПОР 2 1/2" L
93	2	JWFLT.125	ШАЙБА 1/8"
94	1	JWSPLY	СТРОП ШТИФТА ВЕСОВОГО СТЕКА
99	1	JSH.5X3	ВАЛ 1/2"X3"
100	4	REC1.5	КРУГЛАЯ ЗАГЛУШКА 1 1/2"

**Номера деталей требуются при заказе запчастей.**

## Перечень подушек

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
U	1	G3SBP-U	ПОДУШКА ДЛЯ СПИНЫ
W	1	G3SSP-W	ПОДУШКА СИДЕНЬЯ

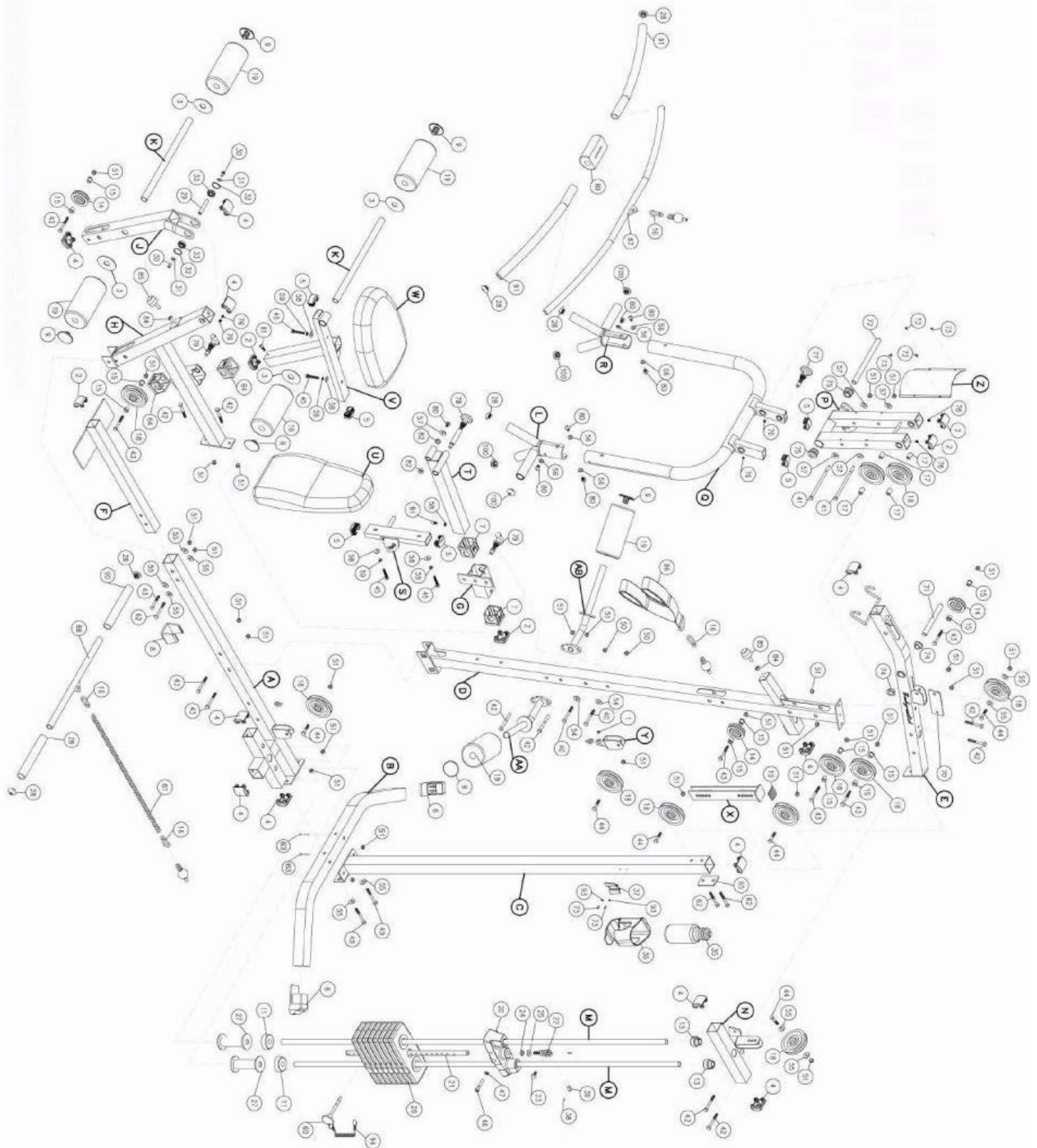
## Перечень тросов

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
66	1	JHPC4155	ТРОС ВЕРХНИХ БЛОКОВ 4270 мм (14')
67	1	JLPC4030	ТРОС НИЖНИХ БЛОКОВ 3730 мм (12' 3" )
68	1	JSC595	КОРОТКИЙ ТРОС 757 мм (2' 6")

## Перечень принадлежностей

№ п/п	КОЛ-ВО	ДЕТАЛЬ №	ОПИСАНИЕ
86	1	JG3SACH	РЕМНИ ДЛЯ БРЮШНОГО ПРЕССА
87	1	JG3SLB	СТЕРЖЕНЬ ВЕРХНЕЙ ТЯГИ
88	1	JG3SLRB	СТЕРЖЕНЬ НИЖНЕЙ ТЯГИ
89	1	JG3SLBP	ПОДУШКА ПЕРЕКЛАДИНЫ ВЕРХНЕЙ ТЯГИ
90	2	JFG8.5	ЗАХВАТНОЕ УСТРОЙСТВО ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 1 1/2" OD X 8 1/2" L
91	2	JFG20.5	ЗАХВАТНОЕ УСТРОЙСТВО ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 1 1/2" OD X 20 1/2" L
92	6	JFG5.5	ЗАХВАТНОЕ УСТРОЙСТВО ИЗ ПЕНОМАТЕРИАЛА 1 1/2" OD X 5 1/2" L
95	1	JG3SAS	РЕМЕНЬ ЛОДЫЖКИ

Номера деталей требуются при заказе запчастей.



<b>Назначение</b>	домашнее
<b>Тип</b>	грузоблочный
<b>Упражнения</b>	жим от груди/от плеч, тяга сверху, разгибание ног и др.
<b>Тип / вес стека</b>	весовые плиты / 73 кг
<b>Направляющие</b>	хромированные
<b>Материал / диаметр троса</b>	сталь / 6 мм
<b>Регулировка положения сидения</b>	да
<b>Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В), см</b>	203,2*119,38*213,36
<b>Максимальный вес пользователя, кг</b>	180
<b>Вес нетто, кг</b>	153,77
<b>Вес брутто, кг</b>	164
<b>Гарантия</b>	3 года
<b>Производитель</b>	Body Solid
<b>Страна изготовления</b>	КНР

Поставщик: ООО «Фитатлон», 115230, Россия, г. Москва, Каширское шоссе, дом 13Б, 5 этаж, комната №31 в помещении №1.

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра.

Пример: С190122, где 19 – год изготовления, 01 – месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Фитатлон» [www.fitathlon.ru](http://www.fitathlon.ru)

Последнюю версию Руководства пользователя Вы можете найти на сайте поставщика ООО «Фитатлон» [www.fitathlon.ru](http://www.fitathlon.ru)

## **ВНИМАНИЕ! ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ**