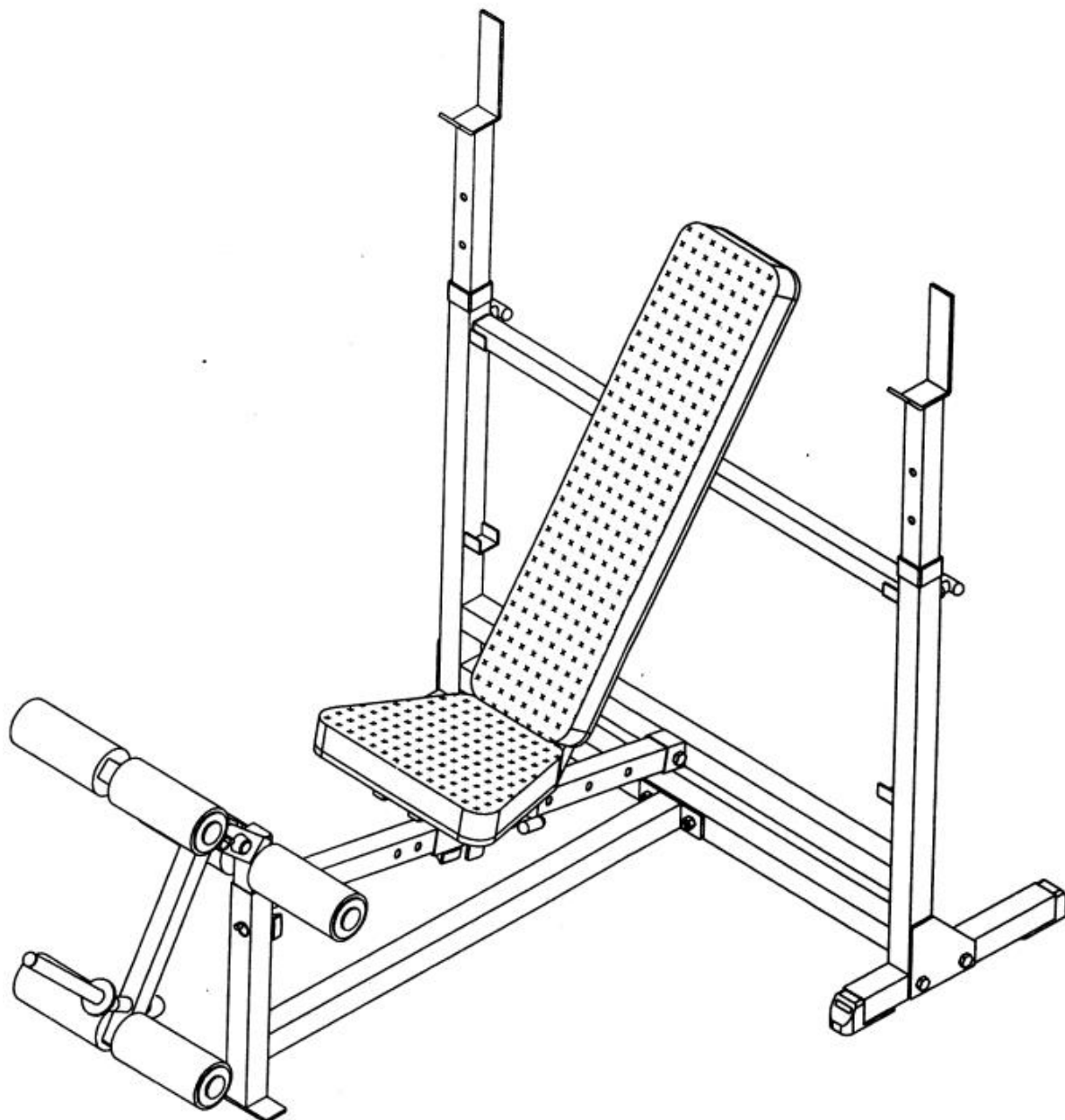


ŁAWKA BODY SOLID GDIB46L

INSTRUKCJA OBSŁUGI



SPIS TREŚCI

Instrukcje ogólne.....	2
Wskazówki treningowe i informacje dotyczące bezpieczeństwa.....	3
Harmonogram inspekcji i konserwacji.....	4
Lista elementów	5
Lista elementów konstrukcyjnych.....	6
Montaż (Krok 1).....	7-8
Montaż (Krok 2).....	9-10
Montaż (Krok 3).....	11-12

INSTRUKCJE OGÓLNE

Dziękujemy za zakup sprzętu Body-Solid. W Body-solid naszym celem jest zapewnienie satysfakcji klienta. Jeśli masz pytania dotyczące tych instrukcji lub masz problemy z montażem lub częściami tego urządzenia, zadzwoń do naszego Działu Obsługi Klienta pod numer 1-800-556-3113.

Przed montażem urządzenia typu Body-Solid prosimy o dokładne zapoznanie się z niniejszą instrukcją. Proszę korzystać z tej instrukcji, aby upewnić się, że wszystkie części zostały dołączone do przesyłki. Przy zamawianiu części zamiennych należy zapoznać się z numerem części i opisem każdej części niniejszej instrukcji. Podczas serwisowania dowolnego urządzenia Body-Solid należy używać wyłącznie części zamiennych typu Body-Solid. Nieprzestrzeganie tego może spowodować utratę gwarancji i może spowodować obrażenia ciała.

Body-Solid to sprzęt zapewniający najbezpieczniejsze, łagodne i najskuteczniejsze treningi. Po zakończeniu montażu tego produktu sprawdź wszystkie stanowiska, aby zapewnić poprawne działanie. Jeśli z jakiegoś powodu wystąpią problemy z dowolnymi funkcjami tego urządzenia, nie należy podejmować żadnych działań. Najpierw sprawdź ponownie wszystkie instrukcje montażu, aby zlokalizować ewentualne błędy popełnione podczas montażu. Jeśli nie jesteś w stanie rozwiązać problemu, skontaktuj się z naszym działem obsługi klienta natychmiast pod numerem 1-800-556-3113.

WYMAGANE NARZĘDZIA

- Klucz nasadowy
- 5/16", 3/8" and 1/2" nasadki
 - Klucz otwarty
- Gumowy młotek

WSKAZÓWKI TRENINGOWE I INFORMACJE DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń zaleca się skonsultować się z lekarzem i uzyskać kompletne badanie fizykalne. Istnieje ryzyko, że osoby korzystające z tego rodzaju sprzętu podejmują ryzyko. Aby zminimalizować ryzyko, postępuj zgodnie z poniższymi zasadami.

- Zawsze skonsultuj się z lekarzem przed rozpoczęciem programu ćwiczeń.
- Nie pozwalaj dzieciom i nieletnim bawić się na sprzęcie lub w jego pobliżu.
- Rozgrzej się prawidłowo przed przystąpieniem do jakiegokolwiek treningu siłowego.
- Przed użyciem przeczytaj wszystkie etykiety ostrzeżeń i instrukcje dotyczące korzystania z tego urządzenia.
- Nie modyfikuj urządzenia w żaden sposób.
- Przed użyciem należy sprawdzić urządzenie pod kątem uszkodzeń, zużycia lub brakujących części. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości co do zdolności tego sprzętu do bezpiecznego użytkowania, nie należy używać urządzenia, które jest serwisowane.
- Ćwicz ostrożnie, wykonuj ćwiczenia w płynnym, modowym tempie. Nigdy nie wykonuj gwałtownych lub nieskoordynowanych ruchów, które mogą spowodować obrażenia.
- Nigdy nie wstrzymuj oddechu podczas ćwiczeń.
- Dowiedz się, jak poprawnie wykonać ćwiczenie przed użyciem. Właściwa forma jest ważna, aby uniknąć obrażeń i zapewnić, że pracujesz w odpowiednich grupach mięśni.
- Zaleca się trening z partnerem treningowym.
- Utrzymuj ciało i odzież z dala od kabli i ruchomych części, gdy urządzenie jest w użyciu.
- Poznaj swoje ograniczenia. Jeśli jesteś nowy w treningu oporowym lub zaczynasz wykonywanie ćwiczeń po dłuższym okresie zwolnienia, zacznij powoli i nabij się do rutyny.

Nieprzestrzeganie tych zasad może spowodować poważne obrażenia. Jeśli nie masz pewności co do prawidłowego użytkowania urządzenia, skonsultuj się z lokalnym dystrybutorem Body-Solid lub zadzwoń do działu obsługi klientów Body Solid pod numerem 1-800-556-3113.

HARMONOGRAM INSPEKCJI I KONSERWACJI

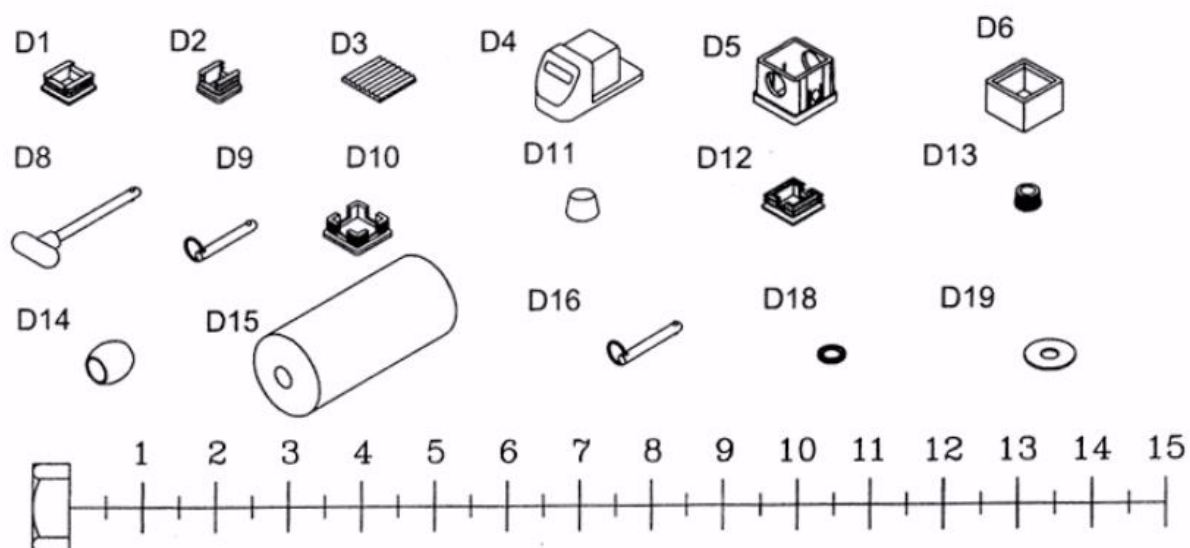
Istnieje ryzyko, że osoby korzystające z tego rodzaju sprzętu podejmują ryzyko. Aby zminimalizować ryzyko, postępuj zgodnie z poniższymi zasadami.

- Codziennie sprawdzaj sprzęt, upewniając się, że wszystkie nakrętki, śruby i wkręty są całkowicie dokręcone.
- Sprawdzaj kable codziennie, upewniając się, że są poprowadzone i nie są zużyte, postrzępione lub rozciągnięte. Codziennie sprawdzaj i dostosowuj napięcie na kablach.
- Podczas korzystania z regulacji pop-pin, zawsze upewnij się, że wtyczka trzpienia jest bezpiecznie włożona w otwór regulacyjny.
- Przed wykonaniem jakiegokolwiek ćwiczenia, zawsze upewnij się, że sworznie kulkowe, szpilki, trzpienie i kołki selektora są prawidłowo włożone, a wszystkie linki zatraskowe są prawidłowo zamknięte.
- Wymień zużyte części natychmiast.
- Ludzki pot jest żrący. Czyść urządzenie regularnie. Wytrzyj i osuszaj tapicerkę i elementy ramy codziennie.
- Co tydzień wyczyść prowadnice chromowane suchą szmatką i nałóż warstwę suchego sprayu silikonowego lub smaru na bazie teflonu.
- Co tydzień należy czyścić i smarować wszystkie nie chromowane drążki prowadzące oraz wszystkie sztagi i regulacje dla pozycji wyjściowej.
- Co tydzień sprawdzaj uchwyty, rolki i powierzchnie antypoślizgowe pod kątem zużycia.
- Używaj tylko części Body-Solid. Części innych producentów lub jakiegokolwiek inne modyfikacje spowodują utratę gwarancji i mogą spowodować poważne obrażenia.
- Nie używaj urządzenia z uszkodzonymi, zużytymi lub brakującymi częściami.
- W przypadku jakichkolwiek wątpliwości co do możliwości bezpiecznego działania tego sprzętu, nie należy go serwisować do czasu serwisowania.
- Upewnij się, że wszystkie naklejki ostrzegawcze są widoczne i potwierdzone przez użytkowników sprzętu.

Nieprzestrzeganie tych zasad może spowodować poważne obrażenia. Jeśli nie masz pewności co do prawidłowego użytkowania urządzenia, skontaktuj się z lokalnym dystrybutorem Body-Solid lub zadzwoń do działu obsługi klienta Body-Solid pod numerem 1-800-556-3113.

LISTA ELEMENTÓW

		Ilość
A1	A1. M12X75 Śruba sześciokątna	[6 szt.]
	A2. M8X45 Śruba sześciokątna	[10 szt.]
	A3. 1/2"X85 Śruba sześciokątna	[1 szt.]
	A4. M12X70 Śruba sześciokątna	[1 szt.]
A2	B1. M12 Nylonowa nakrętka samoblokująca	[7 szt.]
	B2. 1/2" Nylonowa nakrętka samoblokująca	[1 szt.]
A3	C1. M12 (I.D) Podkładka	[8 szt.]
	C2. M8 (I.D) Podkładka	[10 szt.]
	C3. M8 Podkładka sprężysta	[10 szt.]
A4	C4. M12 Okrągła podkładka	[2 szt.]
	D1. 30X30 Zaślepka (9211-002)	[1 szt.]
	D2. 1"X1" Zaślepka (9211-001)	[4 szt.]
B1	D3. 38X38 Gumowy zaczepek (9310-001)	[2 szt.]
	D4. 2"X2" Stopka (9211-024)	[4 szt.]
B2	D5. 60X45 Tuleja nylonowa (9211-032)	[2 szt.]
	D6. 50X45 Tuleja nylonowa (9211-030)	[2 szt.]
	D8. \varnothing 10X120L Sworzeń kulkowy (8250-017)	[1 szt.]
C1	D9. \varnothing 10X65L Okrągły sworzeń (8250-015)	[1 szt.]
	D10. 1 1/2"X1 1/2" Zaślepka (9211-004)	[5 szt.]
C2	D11. 1/2" Zaślepka śruby	[2 szt.]
	D12. 45X45 Zaślepka (9211-004)	[1 szt.]
	D13. \varnothing 1" Okrągła zaślepka (9211-016)	[1 szt.]
C3	D14. \varnothing 1" Gumowa końcówka (9212-019)	[1 szt.]
	D15. \varnothing 3 1/2"X8 Rolka z pianki	[6 szt.]
	D16. \varnothing 10X75L Sworzeń (8250-034)	[1 szt.]
C4	D18. \varnothing 1" Okrągła zaślepka (8341-033)	[6 szt.]
	D19. \varnothing 3" Nylonowa podkładka (9214-008)	[6 szt.]

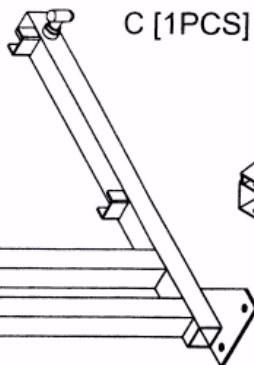


LISTA ELEMENTÓW KONSTRUKCYJNYCH

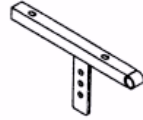
A [1PCS]



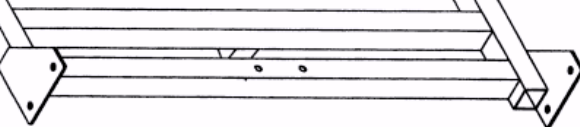
C [1PCS]



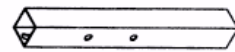
F [2PCS]



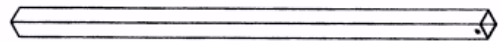
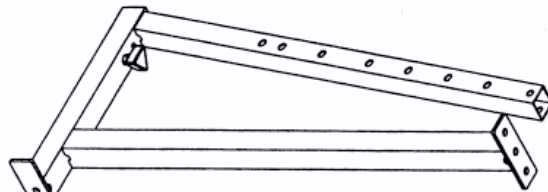
B [1PCS]



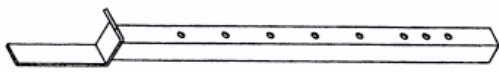
H [2PCS]



G [1PCS]



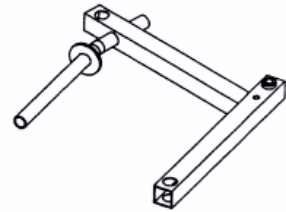
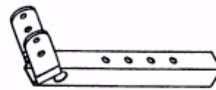
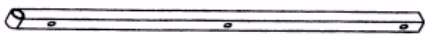
D [2PCS]



J [1PCS]

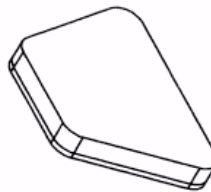
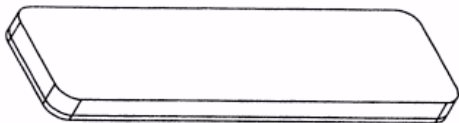
I [1PCS]

E [2PCS]



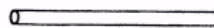
K [1PCS]

L [1PCS]



M [2PCS] $\phi 1" \times 1.6 \times 483L$

N [1PCS] $\phi 1" \times 1.6 \times 493L$



MONTAŻ – KROK 1

** Uwaga: Nie dokręcaj całkowicie śrub ramy i nakrętek, dopóki nie wykonasz kroku 1

Następujące części i sprzęt będą potrzebne do ukończenia kroku 1

Opis części		
Ilość	Część	Opis części
1	A	Rama dolna
1	B	Środkowa rama
1	C	Wózek siedziska
2	H	Dolna rama nośna

Opis sprzętu		
Ilość	Część	Opis części
6	A1	M12 x 75 Śruba sześciokątna
1	A4	M12 x 70 Śruba sześciokątna
7	B1	M12 Nakrętka nylonowa
8	C1	M12 ID Podkładka
1	D1	30 x 30 Zaślepka
4	D4	2" x 2" Stopka
2	D5	60 x 45 Nylonowa tuleja
1	D9	10 x 65L Okrągły trzpień

Krok po kroku

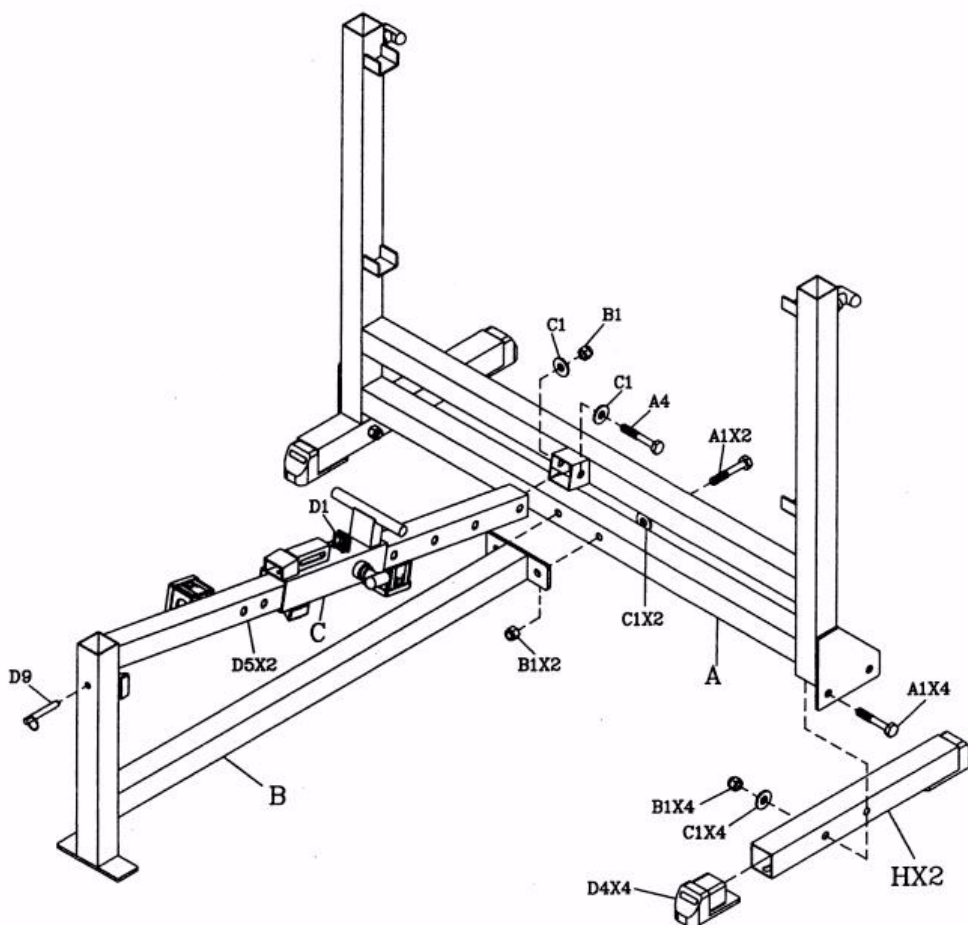
1. Dołącz 4 (D4) – Stopki do 2 (H) – ramy dolnej.
2. Dołącz 2 (H) – Dolną ramę nośną do (A) – Ramy dolnej, (uwaga: upewnij się, że dłuższa długość na 2 (H) - Dolna rama nośna znajduje się z tyłu).
3. Włóż 2 – (D5) – nylonowe tuleje do (C) – Wózka siedziska.
4. Wsuń (C) – Wózek siedziska na (B) – Środkową ramę, (uwaga: przegroda w kształcie litery T i obudowa sworznia muszą znajdować się z tyłu, jak pokazano na schemacie)
5. Dołącz (A) – ramę dolną do (B) – Środkowej ramy.

** Dokręć wszystkie śruby ramy użyte w Kroku 1

MONTAŻ – KROK 1

Istnieje ryzyko, na które narażone są osoby używające rodzaju sprzętu. Aby zminimalizować ryzyko, musisz przestrzegać następujących zasad:

1. Sprawdź sprzęt przed każdym treningiem. Sprawdzone, czy wszystkie nakrętki, śruby i trzpienie są na swoim miejscu i całkowicie dokręcone. Przed użyciem sprawdź kable pod kątem oznak zużycia. Wymień wszystkie zużyte części natychmiast. Nigdy nie używaj urządzenia, jeśli któraś z części jest uszkodzona lub jej brakuje. Nieprzestrzeganie tych zasad może spowodować poważne obrażenia.
2. Utrzymuj w czystości kable i wszystkie ruchome części, gdy urządzenie jest w użyciu.
3. Zawsze upewnij się, że wszystkie linki zatraskowe są zamknięte podczas wykonywania ćwiczeń.
4. Ćwicz ostrożnie. Wykonuj ćwiczenia w umiarkowanym tempie, nigdy nie wykonuj nierównych lub nieskoordynowanych ruchów, które mogą spowodować obrażenia.
5. Zaleca się trening z partnerem treningowym.
6. Nie pozwalaj dzieciom i nieletnim bawić się na tym sprzęcie lub w jego pobliżu.
7. Jeśli nie jesteś pewien, czy używasz odpowiedniego sprzętu, skontaktuj się z lokalnym dystrybutorem Body-Solid lub działem obsługi klienta Body-Solid pod numerem 1-800-556-3113.
8. **OSTRZEŻENIE:** Skonsultuj się z lekarzem przed rozpoczęciem programu ćwiczeń. Dla własnego bezpieczeństwa nie rozpoczynaj żadnego programu ćwiczeń bez odpowiedniej instrukcji.



MONTAŻ – KROK 2

** Uwaga: Nie dokręcaj całkowicie śrub ramy i nakrętek, dopóki nie wykonasz kroku 2

Następujące części i sprzęt będą potrzebne do ukończenia kroku 2

Opis części		
Ilość	Część	Opis części
2	D	Podnośnik
2	E	Rama oparcia
2	F	Rama siedziska
1	K	Podkładka oparcia
1	L	Podkładka siedzenia
1	G	Wspornik stabilizujący

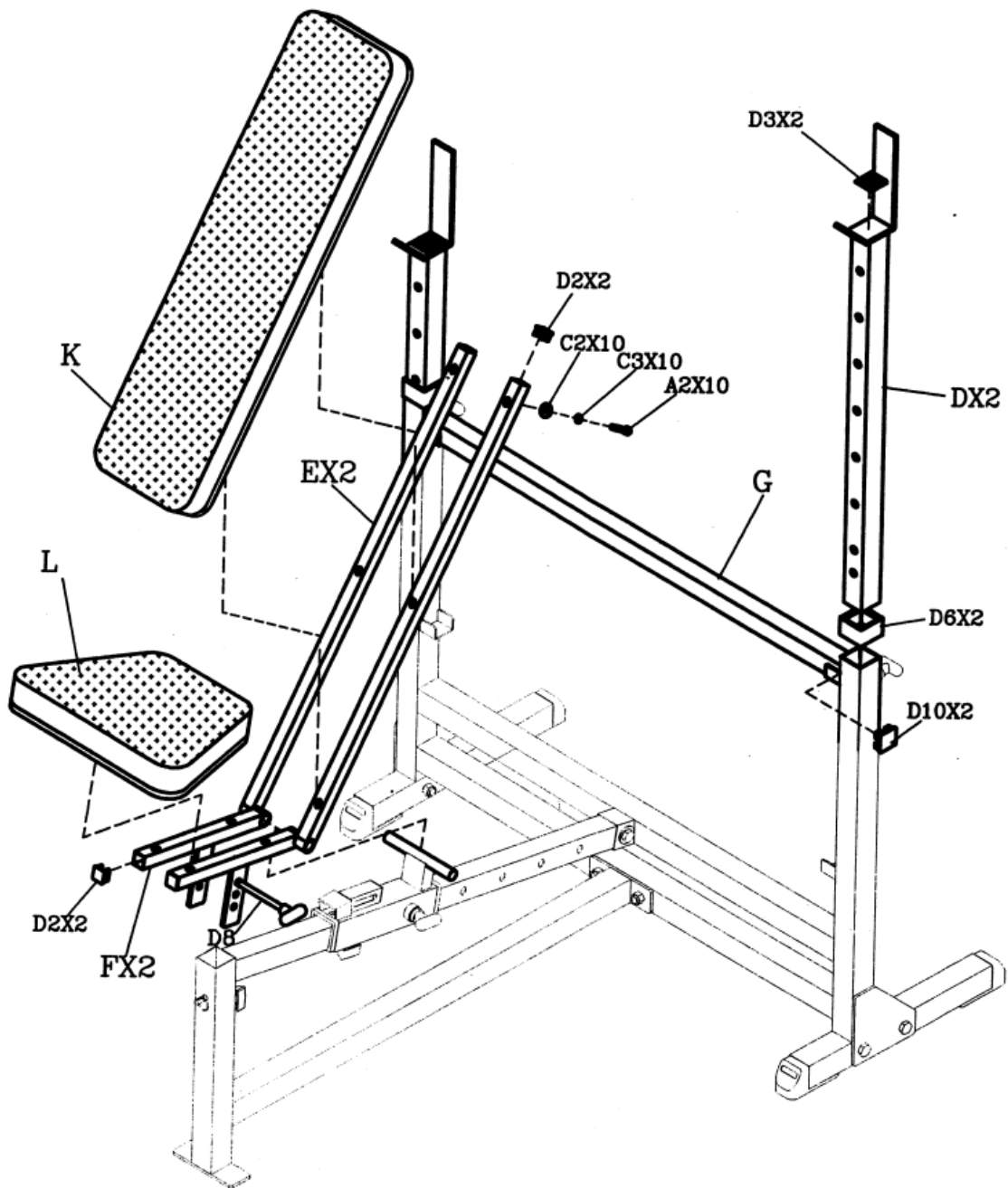
Opis sprzętu		
Ilość	Część	Opis części
10	A2	M8 x 45 Śruba sześciokątna
10	C2	M8 ID Podkładka
10	C3	M8 ID Podkładka sprężysta
4	D2	1" x 1" Zaślepka
2	D3	38 x 38 Gumowy zaczepek
2	D6	50 x 45 Nylonowa tuleja
1	D8	∅ 10 x 120L Okrągły trzpień
2	D10	1 1/2" x 1 1/2" Zaślepka

Krok po kroku

1. Dołącz 2 (F) – Ramę siedziska do (C) – Wózka siedziska, następnie dołącz (L) – Podkładkę siedziska do 2 (F) – Ramy siedziska.
2. Dołącz 2 (E) – Ramę oparcia do (C) – Wózka siedziska, następnie dołącz (K) – Podkładkę oparcia do 2 (E) – Ramy oparcia.
3. Umieść 2 (D6) – nylonowe tuleje w (A) – Ramie dolnej, następnie wsuń 2 (D) – podnośniki do (A) – Ramy dolnej.
4. Dołącz 1 (G) – Wspornik stabilizujący do (A) – Ramy dolnej.

** Dokręć wszystkie śruby ramy użyte w kroku 2

MONTAŽ – KROK 2



MONTAŻ – KROK 3

** Uwaga: Nie dokręcaj całkowicie śrub ramy i nakrętek, dopóki nie wykonasz kroku 2

Następujące części i sprzęt będą potrzebne do ukończenia kroku 2

Opis części		
Ilość	Część	Opis części
1	I	Rama obrotowa nóg
1	J	Rama nóg
2	M	Krótką ramę rolkową
1	N	Długą ramę rolkową

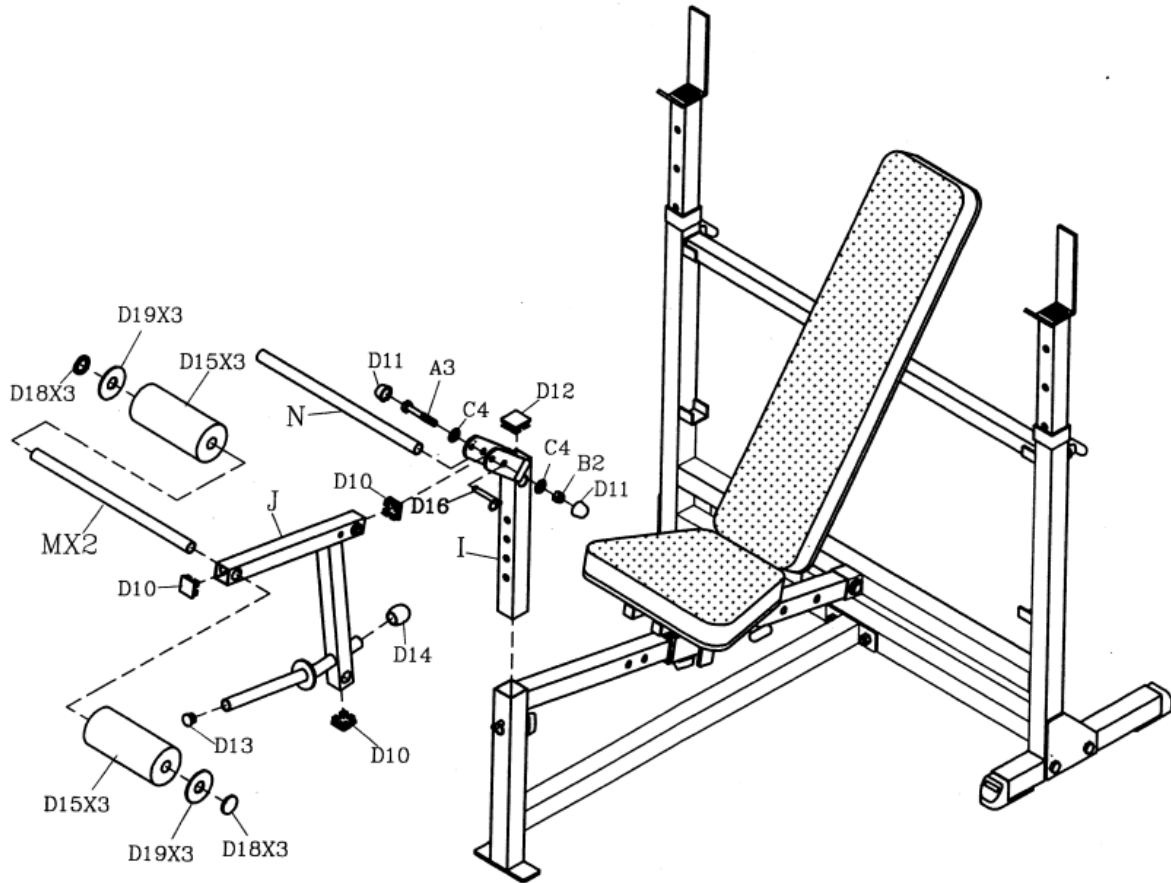
Opis sprzętu		
Ilość	Część	Opis części
1	A3	1/2" x 3 1/2" Śruba sześciokątna
1	B2	1/2" Nylonowa nakrętka
2	C4	1/2" Okrągła podkładka
1	D16	10 x 75L Okrągły trzpień
3	D10	1 1/2" x 1 1/2" Zaślepka
2	D11	1/2" Zaślepka śruby
1	D12	45 x 45 Zaślepka
1	D13	1" Okrągła zaślepka
1	D14	1" Gumowa końcówka
6	D15	Rolka z pianki
6	D18	1" Okrągła zaślepka
6	D19	3" Nylonowa podkładka

Krok po kroku

1. Dołącz (J) – Ramę nóg do (I) – Ramy obrotowej nóg.
2. Dołącz (N) – Długą ramę rolkową do (I) – Ramy obrotowej nóg.
3. Dołącz 2 (M) – Krótką ramę rolkową do (J) – Ramy nóg.
4. Umieść 5 (D15) – Rolki z pianki na (N) – Długą ramę rolkową i 2 (M) – Krótką ramę rolkową.

** Dokręć wszystkie śruby ramy użyte w kroku 2

MONTAŻ – KROK 3



WARUNKI GWARANCJI, ZGŁOSZENIA GWARANCYJNE

Gwarant:

inSPORTline Polska

Ciemiętniki 19, 29-120 Kluczewsko

NIP: 6090063070, REGON: 260656756

Okres gwarancji rozpoczyna się od daty zakupu towaru przez klienta. Gwarancja udzielana jest w trzech wariantach:

1. **Gwarancja Domowa** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego do użytku prywatnego, nie komercyjnego przez Kupującego będącego konsumentem. (**okres gwarancji: 24 miesiące**).
2. **Gwarancja Pół-komercyjna** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego w hotelach, spa, szkołach, ośrodkach rehabilitacji, itp. (**okres gwarancji: 12 miesięcy**).
3. **Gwarancja Komercyjna** - Przeznaczona jest dla sprzętu wykorzystywanego w hotelach, spa, szkołach, ośrodkach rehabilitacji, klubach fitness oraz siłowniach, itp. (**okres gwarancji: 12 miesięcy**).

Brak informacji o wariancie gwarancji, na dowodzie zakupu (fakturze lub paragonie), domyślnie oznacza Gwarancję Domową.

Gwarancja obejmuje usunięcie usterek, które w sposób dający się udowodnić wynikają z zastosowania wadliwych materiałów lub są wynikiem błędów produkcyjnych.

Gwarancja nie obejmuje czynności związanych z konserwacją, czyszczeniem, regulacją i ze skręcaniem połączeń śrubowych danego przedmiotu, do których to czynności zobowiązany jest Kupujący we własnym zakresie i na własny koszt.

Dowodem udzielenia gwarancji są niniejsze Warunki gwarancji wraz z oświadczeniem Gwaranta zawartym na dowodzie zakupu (fakturze lub paragonie). W celu realizacji uprawnień z gwarancji Kupujący winien okazać warunki gwarancji oraz dowód zakupu (paragon lub fakturę VAT). Gwarancja obowiązuje na terenie Polski.

Uprawnienia z gwarancji nie przysługują w przypadku:

- a) uszkodzenia mechanicznego, które powstało w transporcie produktu do Kupującego za pomocą firm transportowych. Kupujący jest zobowiązany do sprawdzenia towaru przy dostawie, w celu wykrycia ewentualnych uszkodzeń w transporcie. W przypadku wykrycia takiego uszkodzenia, Kupujący zobowiązany jest niezwłocznie poinformować podmiot sprzedający oraz sporządzić protokół szkody z przewoźnikiem (firmą kurierską/pocztową). W przypadku braku sporządzenia protokołu szkody Gwarant nie ponosi odpowiedzialności za szkody spowodowane przez firmy kurierskie/pocztowe.
- b) Uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, wtyki, gniazdka, przełączniki, przyciski, baterie, przewody, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska, tapicerka, rączki itp., chyba że ujawniona w tych elementach wada nie jest skutkiem naturalnego zużycia, a powstała z przyczyny tkwiącej w tym elemencie.
- c) Drobne, powierzchniowe zarysowania, odbarwienia lub spękania powłoki kryjącej.
- d) Używania przez Kupującego, niezgodnych z instrukcją obsługi sprzętu, środków eksploatacyjnych lub czyszczących.
- e) Niewłaściwego zabezpieczenia sprzętu przez Kupującego przed działaniem czynników zewnętrznych tj. wilgoci, temperatury, kurzu, itp.
- f) Niestosowania przez Kupującego wymaganych (zgodnie z instrukcją obsługi) materiałów eksploatacyjnych.
- g) Przeróbek i zmian konstrukcyjnych, dokonywanych przez Kupującego lub inne osoby nieuprawnione do tego działania przez Gwaranta.
- h) Normalnego użytkowania (normalne zużycie części eksploatacyjnych).
- i) Uszkodzenia sprzętu na skutek nieprawidłowego montażu przez Kupującego lub osoby trzecie.

W przypadku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Gwarant zapewnia transport i usługę serwisową przedmiotu gwarancji.

W przypadku braku zasadności zgłoszenia reklamacyjnego Kupujący będzie mógł odebrać przekazany przedmiot w siedzibie Gwaranta lub zamówić usługę wysyłki danego przedmiotu na własny koszt.

W wyjątkowych przypadkach, aby zdiagnozować usterkę i stwierdzić zasadność zgłoszenia reklamacyjnego Gwarant może zażądać przygotowania sprzętu do odbioru. Odbiór ten może być dokonany przez firmę spedycyjną, wówczas Kupujący zobowiązany jest przygotować towar w sposób bezpieczny do odbioru. Kupujący wyda przedmiot sprzedaży bez zanieczyszczeń, w opakowaniu oryginalnym lub zastępczym pozwalającym na przetransportowanie przedmiotu sprzedaży w stanie bezpiecznym.

Gwarant zobowiązany jest ustosunkować się do zgłoszenia gwarancyjnego w terminie do 14 dni. Naprawa gwarancyjna zostanie wykonana w najkrótszym możliwym terminie. W wyjątkowych przypadkach, gdy naprawa przedmiotu sprzedaży będzie wymagać sprowadzenia niedostępnych w Polsce lub nietypowych części z zagranicy, termin może być wydłużony. Kupujący zostanie poinformowany o takiej sytuacji drogą mailową lub telefonicznie.

Gwarant zobowiązuje się do naprawy uszkodzonego sprzętu w przypadku zasadności zgłoszenia gwarancyjnego. Wymiana towaru na nowy możliwa jest jedynie w przypadku braku możliwości naprawy sprzętu i gdy wada przedmiotu sprzedaży jest istotna. Zwrot kwoty zakupu za sprzęt jest możliwy jedynie w przypadku braku możliwości naprawy i braku możliwości wymiany na nowy oraz gdy wada jest istotna.

Okresowe przeglądy techniczne sprzętu (dotyczy sprzętu przeznaczonego do użytku pół-komercyjnego oraz komercyjnego)

Po upływie 6 i 12 miesięcy obowiązywania gwarancji, Gwarant zaleca przeprowadzenie przeglądu technicznego sprzętu. Wszystkie części, które zostaną wymienione w trakcie okresowego przeglądu technicznego, zostaną użyte przez Gwaranta nieodpłatnie w ramach gwarancji (poza częściami zużytymi w trakcie normalnego użytkowania). Kupujący zobowiązany jest jedynie do pokrycia kosztów przeglądu technicznego i dojazdu do klienta wg. indywidualnej wyceny.

Wiążącej wyceny dokonuje dział serwisowy Gwaranta.

Zgłoszenia gwarancyjne

W celu zgłoszenia reklamacyjnego należy przesłać FORMULARZ GWARANCYJNY za pomocą strony internetowej Gwaranta www.e-insportline.pl.

Formularz gwarancyjny powinien zawierać takie informacje jak:

Imię i Nazwisko / Numer telefonu / Adres / Dowód zakupu / Nazwa produktu / Opis Wady.

Klient zostanie poinformowany o zakończeniu i wyniku reklamacji przez e-mail lub telefonicznie.



inSPORTline Polska
Ciemnietniki 19, 29-120 Kluczewsko
Telefon: +48 510 275 999
E-mail: biuro@e-insportline.pl
NIP: 6090063070, REGON: 260656756

Formularz kontaktowy

