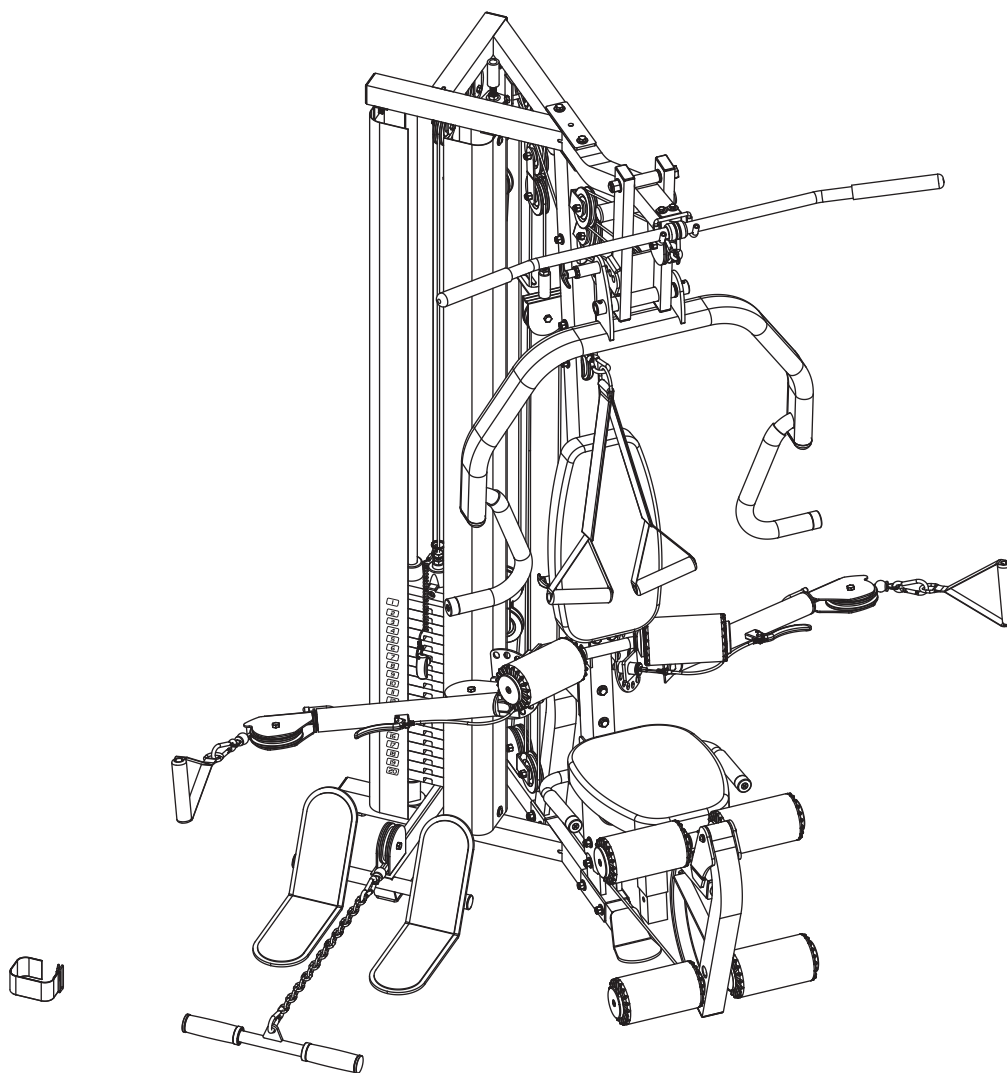


BODYCRAFT

GX ATLAS DO ĆWICZEŃ INSTRUKCJA OBSŁUGI MODEL BCG-GX



PYTANIA?

Jako dostawca wysokiej jakości siłowni domowej jesteśmy zobowiązani do pełnej satysfakcji. Jeśli masz pytania lub znajdziesz brakujące lub uszkodzone części, zagwarantujemy Ci pełną satysfakcję za pośrednictwem naszych autoryzowanych centrów serwisowych lub naszego działu obsługi klienta w naszym biurze. Zadzwoń do swojego lokalnego dealera po pomoc lub BodyCraft pod numer 800-990-5556 (od 9:00 do 17:00). Nasi wyszkoleni technicy udzielą ci natychmiastowej pomocy bezpłatnie.

MZ6881

ZANIM ZACZNIESZ

Gratulujemy i dziękujemy za wybór urządzenia **BODYCRAFT GX**. **BODYCRAFT GX** oferuje imponującą gamę ćwiczeń siłowych, aby rozwinąć wszystkie główne grupy mięśniowe ciała.

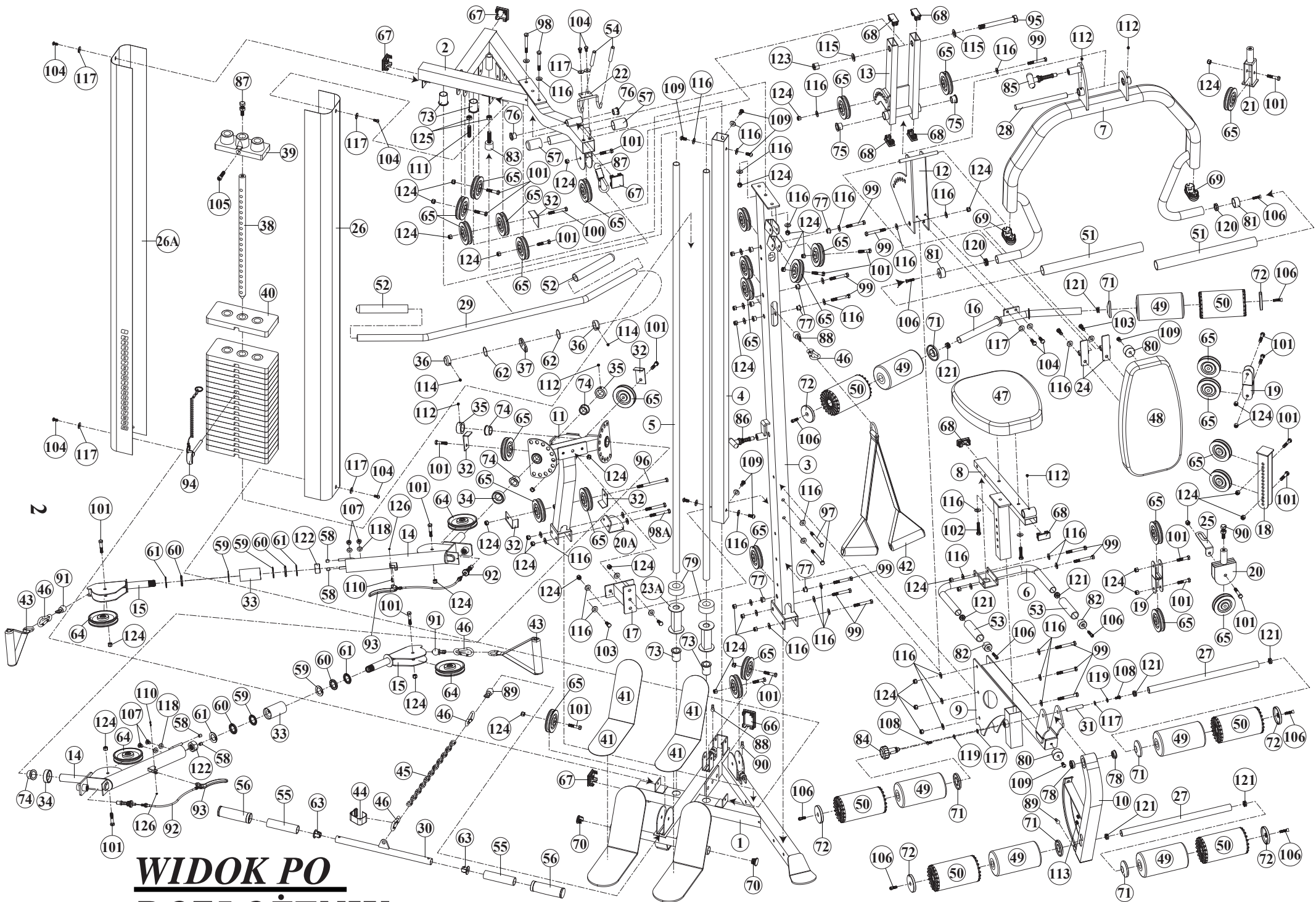
Niezależnie od tego, czy Twoim celem jest kondycja układu sercowo-naczyniowego, kształtne, stonowane ciało, czy siła mięśni, **BODYCRAFT GX** pomoże Ci osiągnąć pożądane rezultaty.

Dla własnego bezpieczeństwa i korzyści przeczytaj niniejszą instrukcję i dołączoną literaturę przed użyciem urządzenia BODYCRAFT GX. Zachowaj tę instrukcję na przyszłość. Jeśli masz dodatkowe pytania, skontaktuj się z lokalnym dealerem **BODYCRAFT** lub naszym działem obsługi klienta pod numerem 800-990-5556 od poniedziałku do piątku, od 9:00 do 5 p.m. Czas wschodni.

WAŻNE UWAGI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Istnieje ryzyko, że osoby korzystające z tego rodzaju sprzętu podejmują ryzyko. **Przed rozpoczęciem tego lub innego programu ćwiczeń skonsultuj się z lekarzem. Jest to szczególnie ważne dla osób powyżej 35 roku życia lub osób z wcześniejszymi problemami zdrowotnymi.** Recreation Supply, Inc. zakłada brak odpowiedzialności za obrażenia ciała lub szkody majątkowe poniesione przez lub poprzez użycie tego produktu.

1. Ten produkt musi być zmontowany na płaskiej, równej powierzchni, aby go zapewnić właściwe funkcjonowanie.
2. Regularnie czyść klocki i ramkę. Polecamy ciepłą wodę mydlaną. Nie używaj szorstkich lub ściernych środków chemicznych.
3. Sprawdź i dokręć wszystkie części przed każdym użyciem. Wymień zużyte części natychmiast. Nieprzestrzeganie tego może spowodować poważne obrażenia.
4. Trzymaj dzieci z dala od **BODYCRAFT GX** przez cały czas.
5. Podczas pracy trzymaj ręce z dala od kabli i kół pasowych. Trzymaj ręce z daleka od ruchomych części innych niż wyznaczone uchwyty.
6. Podczas regulacji siedziska upewnij się, że sworzeń sprężyny jest całkowicie wciśnięty. W przeciwnym razie siedzenie może się ześlizgnąć i spowodować poważne obrażenia.
7. Upewnij się, że wszystkie kable są osadzone wewnątrz kół pasowych przed każdym użyciem.
8. Staraj się zachować ostrożność, aby uniknąć obrażeń.
9. Jeśli nie masz pewności co do prawidłowego użytkowania urządzenia **BODYCRAFT GX** system treningu siłowego zadzwoń do lokalnego dealera **BODYCRAFT** lub naszego dział obsługi klienta 800-990-5556.

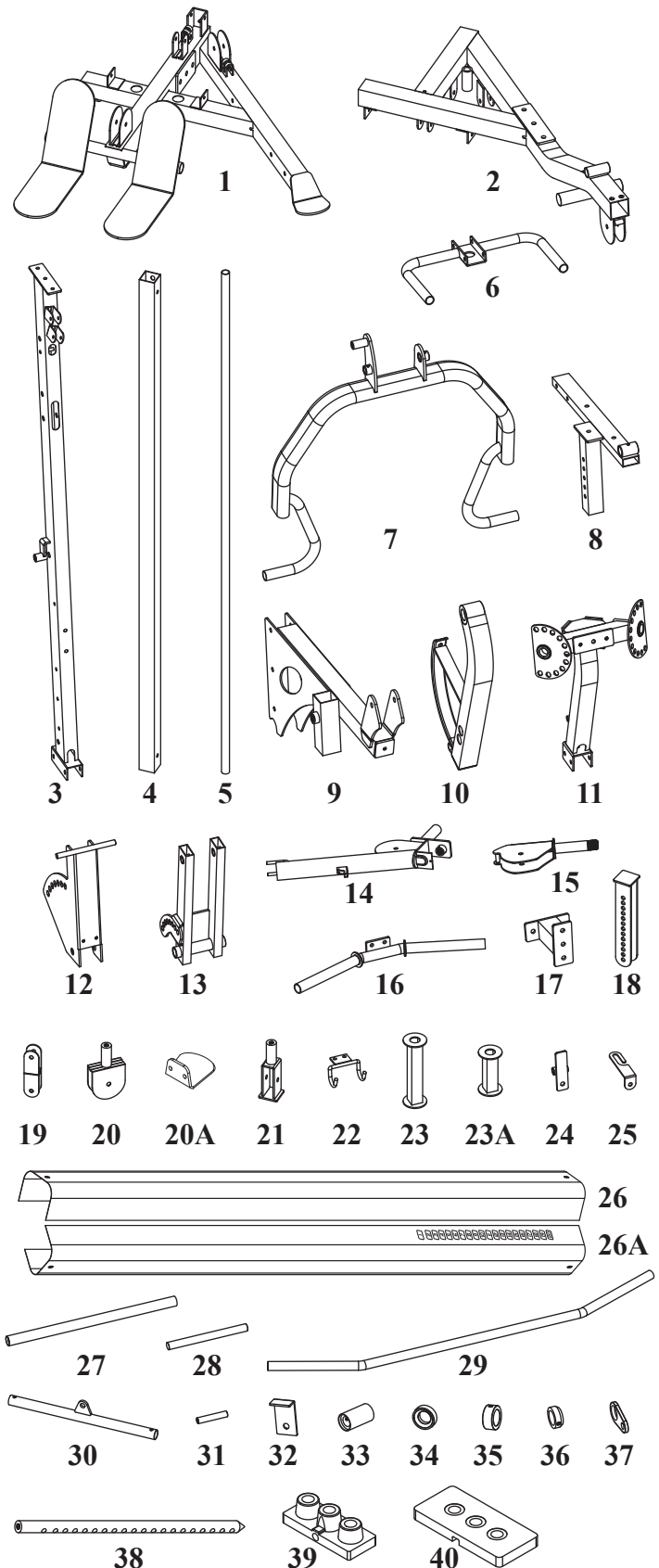


WIDOK PO
ROZŁOŻENIU

LISTA CZĘŚCI

LP. OPIS ILOŚĆ

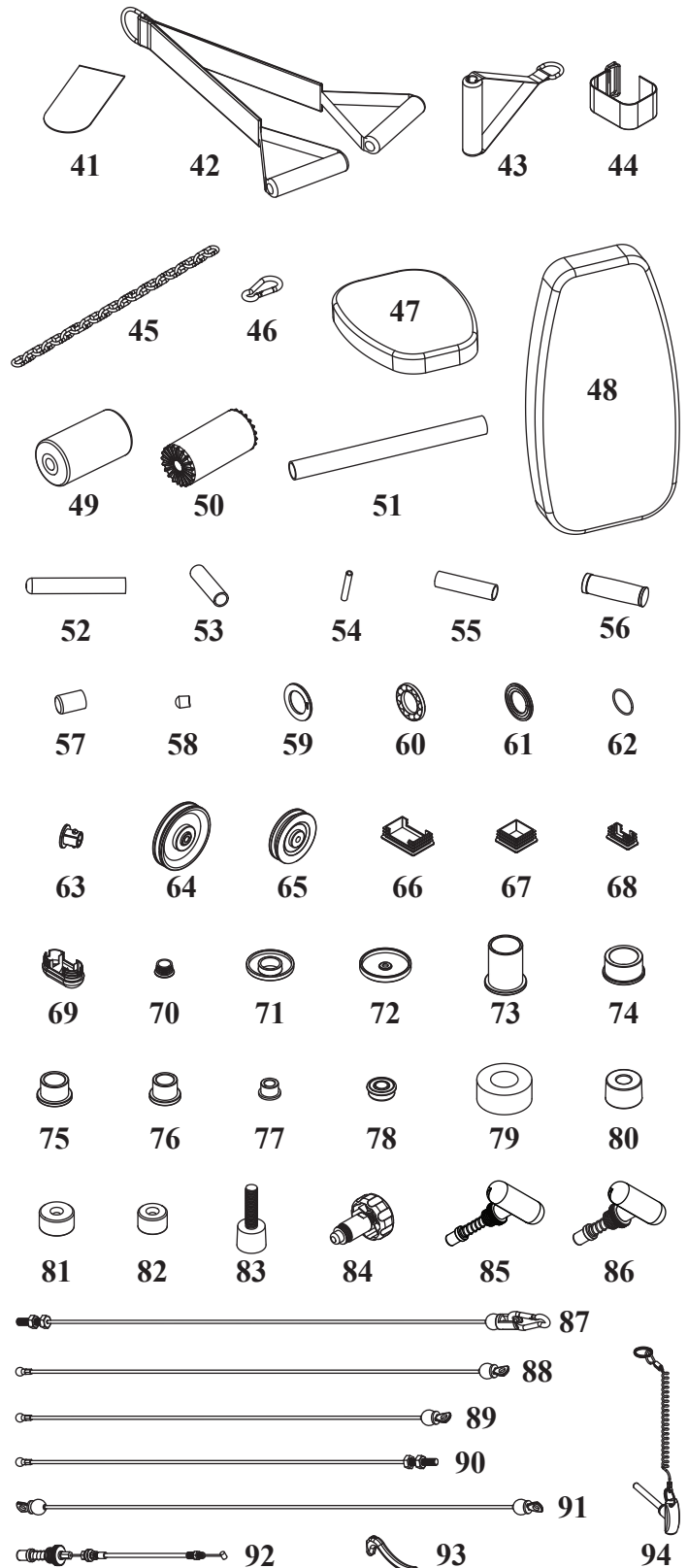
1	RAMA PODSTAWOWA	1
2	GÓRNA RAMA	1
3	PRZEDNI SŁUPEK PIONOWY	1
4	TYLNY SŁUPEK PIONOWY	1
5	PRĘT PROWADZĄCY	2
6	UCHWYT PRZEDŁ. NOGĘ	1
7	RAMIĘ	1
8	REGUL. RAMA SIEDZISKA	1
9	RAMA SIEDZISKA	1
10	RAMIĘ PRZEDŁUŻAJĄCE NOGĘ	1
11	MONTAŻ RAMIENIA KABLA	1
12	REGULATOR OPARCIA	1
13	WSPORNIK RAMIENIA	1
14	RAMIĘ KABLOWE	2
15	KOŃC. RAMIENIA OBROT.	2
16	UCHWYT NA NOGĘ	1
17	ZŁĄCZE RAMIENIA KABLA	1
18	REGUL. BLOK KOŁA PASOWE.	1
19	PODW. BLOK KOŁA PASO.	2
20	REGUL. BLOK KOŁA PASOW.	1
20A	PŁYTA STÓP	1
21	PŁYW. BLOK KOŁA PASOW.	1
22	UCHWYT	1
23	150LBS DŁUŻSZA ROZPÓRKA	2
23A	200LBS KRÓTSZA ROZPÓRKA	2
24	METALOWY ZAWIAS	2
25	PŁYTA PROWADZĄCA KABLA	1
26	OSŁONAWAGI	1
26A	OSŁON. WAGI Z NUMEREM 1 "	1
27	UCHWYT Z PIANKI	2
28	OŚ NA RAMIENIU	1
29	BELKA	1
30	PASEK	1
31	PRZEDŁUŻENIE NÓG	1
32	WSPOR. PROW. KOŁA PASOW.	5
33	KOŁNIERZ RAMIENIA KABLA	2
34	PRZEKŁADKA ZE STALI	2
35	KOŁNIERZ OSI	2
36	KOŁNIERZ	2
37	PŁYTA HAKOWA	1
38	PRĘT SELEKTORA	1
39	GÓRNA PŁYTA	1
40	TABLICZKA WAGI	19



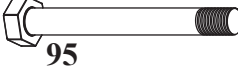


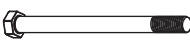





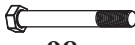


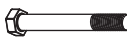


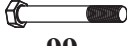


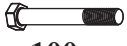
















LISTA CZĘŚCI

LP. OPIS ILOŚĆ

41	PRZECIWOŚLIZGOWE	4
42	AB UCHWYT	1
43	POJEDYNCZY UCHWYT	2
44	PASEK NA KOSTKĘ	1
45	ŁĄCZNIK	1
46	SPINACZ	5
47	PODKŁADKA DO SIEDZENIA	1
48	TYLNA PODKŁADKA	1
49	PODKŁADKA Z PIANKI	6
50	POKR. Z PIANKI (WST. ZMONTOWANE)	6
51	RĘKOJEŚĆ 1/4 "X 430 MM	2
52	OKRĄGŁY UCHWYT 1 "X 200 MM	2
53	UCHW. RĘCZ. 1 "X 95 MM (WST. ZMO.)	2
54	OSŁONA UCHWYTU PASKA (WSTĘPNIE ZMONTOWANE)	2
55	OKRĄGŁY UCHWYT 1/4 "X 140 MM	2
56	RĘKOJEŚĆ 1-1 / 4 "(WST. ZMONT.)	2
57	UCHW. RĘCZ. 1 "X 70 MM (WST. ZMO.)	2
58	OGR. RAMIENIA LINKI (WST. ZMONT.)	4
59	MISA ŁOŻYSKOWA (WST. ZMONT.)	4
60	ŁOŻYSKO (WSTĘPNIE ZMONTOWANE)	4
61	POKRYWA ŁOŻYSKA (WST. ZMONT.)	4
62	PIERŚCIEŃ USZCZ. (WST. ZMONT.)	2
63	TRZPIEŃ KOŃCOWY W KSZTAŁCIE "T" (WSTĘPNIE ZMONTOWANE)	2
64	KOŁO PASOWE 114 MM	4
65	KOŁO PASOWE 90 MM	29
66	PROSTOKĄT 50 X 75 MM. ZAŚLEPKA	1
67	50 MM ZAŚLEPKA	4
68	PROSTOKĄT 25 X 50 MM. ZAŚLEPKA	6
69	WTYK OWALNY 40 X 80 MM	2
70	OKRĄGŁA ZAŚLEPKA 1-1 / 4 "	2
71	PLASTIKOWA OBUDOWA	6
72	PODKŁADKA Z TWORZ. SZTUCZNEGO	6
73	1 "PLASTIK. UCHW. DRAŻKA PROWA.	4
74	TULEJA ZE STALI 1 "(WST. ZMONT.)	4
75	TULEJA 3/4 "(WSTĘPNIE ZMONT.)	2
76	TULEJA 5/8 "ID (WSTĘPNIE ZMONT.)	2
77	TULEJA 3/8 "ID	8
78	ŁOŻYSKO PRZEDŁUŻAJĄCE NOGĘ	2
79	GUMOWA PODUSZKA	2
80	KOREK 1/2 "(WSTĘPNIE ZMONT.)	2
81	ZATRZASK NA RAMIĘ (WSZYSTKIE WSTĘPNIE ZMONTOWANE)	2
82	PODNOSENIE NA SIEDZISKO (WSTĘPNIE ZAMONTOWANE)	2
83	GUMOWY KOREK (WST. ZMONT.)	1
84	POKRĘTŁO SPRĘŻYNY BLOKUJĄCEJ	1
85	DŁUŻSZY CZERWONY TRZPIEŃ POP	1
86	KRÓTSZY CZERWONY TRZPIEŃ POP	1
87	GÓRNY KABEL	1
88	KABEL AB	1
89	DOLNY KABEL	1
90	KABEL ŁĄCZENIA	1
91	KABEL Z RAMIENIEM	1
92	LINKA SPRZĘGŁA	2
93	DŹWIGNIA SPRZĘGŁA SWORZNIA	2
94	WYBIERAKA RAMIENIA LINKI	1



LISTA CZĘŚCI

LP.	OPIS	ILOŚĆ					
95	ŚRUBA SZEŚCIOK. 5/8 "X 5-1 / 2"	1					
96	ŚRUBA SZEŚCIOK. 3/8 "X 4-3 / 4"	1					
97	ŚRUBA SZEŚCIOK. 3/8 "X 4"	2					
98	ŚRUBA SZEŚ. 3/8 "X 3-1 / 8"	2					
98A	ŚRUBA SZEŚCI. 3/8 "X 3-1 / 4"	2					
99	ŚRUBA SZEŚCIOK. 3/8 "X 3"	13					
100	ŚRUBA SZEŚ. 3/8 "X 2-3 / 4"	1					
101	ŚRUBA SZEŚ. 3/8 "X 1-3 / 4"	23					
102	ŚRUBA SZEŚCIOK. 3/8 "X 1-3 / 4"	2					
103	ŚRUBA SZEŚCIO. 3/8 "X 1"	4					
104	ŚRUBA OKRĄGŁA 5/16 "X 1/2"	8					
105	GÓRNA PŁYTA ŚRUBY	1					
106	5/16 "X 1-1 / 4" ŚRUBA Z ŁBEM	10					
107	3/8 "X 1/2" OKRĄGŁA ŚRUBA (WSTĘPNIE ZMONTO.)	4					
108	ŚRUBA USTALAJĄCA 5/16 "X 5/8" (WSTĘPNIE ZMONTOWANE)	2					
109	ŚRUBA SZEŚCIOKĄTNYM 3/8 "X 3/4" (WSTĘPNIE ZMONTOWANE)	8					
110	ŚR. KUL M5X18MM 1/2 "(WS. ZM.)	2					
111	ŚRUBA UST 5/16 "X 1/4" (WST. Z.)	1					
112	ŚRUBA USTALAJĄCA 5/16 "X 1/2" (WSTĘPNIE ZMONTOWANE)	5	115	116	117	118	119
113	5/16 "X 1/2" SET SCREW (WSTĘPNIE ZAMONTOWANA)	2					
114	ŚRUBA USTALAJĄCA M6	2	120	121	122	123	124
115	PODKŁADKA 5/8 "	2					
116	PODKŁADKA 3/8 "	50					
117	PODKŁADKA 5/16 "	10	125	126	127	128	
118	PODKŁADKA SPRĘŻYSTA 3/8 (WSTĘPNIE ZMONTOWANE)	4					
119	5/16" PODKŁADKA SPRĘŻYSTA (WSTĘPNIE ZMONTOWANE)	2					
120	5/16" DUŻA NAKR.(WST. ZAMONT.)	2					
121	5/16" MAŁA NAKR.(WST. ZAMONT.)	8					
122	24mm NYLONOWA NAKRĘTKA (WSTĘPNIE ZAMONTOWANA)	2					
123	5/8" NYLONOWA NAKRĘTKA	1					
124	3/8" NYLONOWA NAKRĘTKA	44					
125	1/2" NAKRĘTKA(WST. ZAMONT.)	2					
126	M5 NAKRĘTKA(2					
127	4mm SZEŚCIOKĄTNY KLUCZ	1					
128	5mm SZEŚCIOKĄTNY KLUCZ	1					



KROK 1 MONTAŻ RAMY PODSTAWOWEJ

Aby ułatwić proces montażu, nie dokręcaj śrub dopóki nie otrzymasz instrukcji.

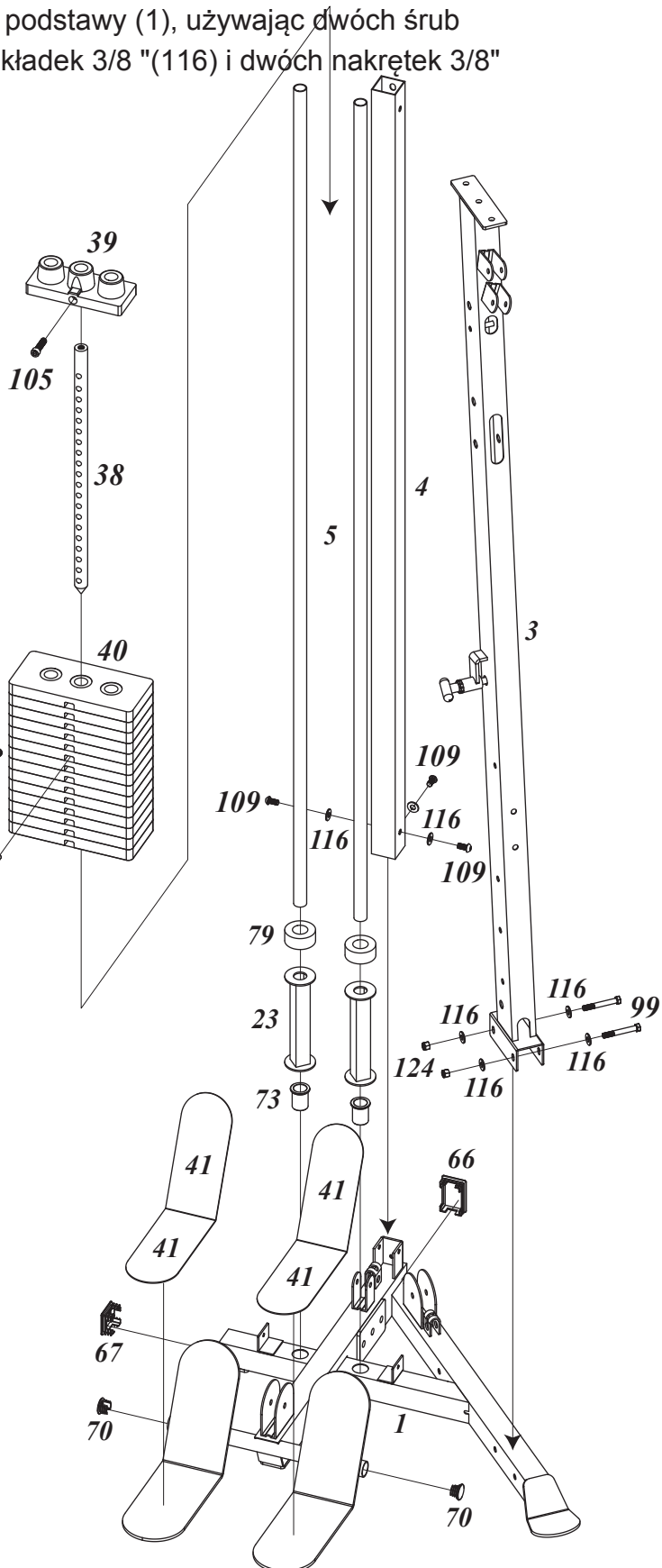
1. Przymocuj przedni wspornik (3) do ramy podstawy (1), używając dwóch śrub sześciokątnych 3/8 "X 3" (99), czterech podkładek 3/8 "(116) i dwóch nakrętek 3/8" (116).

2. Przymocuj tylny wspornik (4) do ramy podstawy (1), używając trzech śrub sześciokątnych 3/8 "X 3/4" (109) i trzech podkładek 3/8 "(116).

3. Włóż dwa plastikowe uchwyty prowadnic ID 1 (73) w otwory ramy podstawy (1). Włóż drążki prowadzące (5) do uchwytów prowadnic z tworzywa sztucznego o średnicy 1 "(73). Nasunąć 200Lbs (23A) na pręty prowadzące, a następnie Gumowe poduszki (79).
Ważne: jeśli kupisz opcjonalny zestaw waga o wadze 200 funtów, użyj 150-kilogramowych ograniczników w stosach krótszych (23A) zamiast dłuższych podkładek o długości 150 funtów (23).

4. Wsuń płytki obciążnikowe (40) na pręty prowadzące (95), upewniając się, że wybieramy otwory wybieraka w kierunku przodu i dołu. Przymocuj górną płytkę (39) do drążka selektora (38) za pomocą śruby płyty górnej (105). Dokręć śrubę płyty górnej (105) za pomocą klucza sześciokątnego. Wsuń górną płytę na pręty prowadzące, popychając pręt selekcyjny (94) w dół przez środkowe otwory w płytkach wagi (40).

5. Zainstaluj plastikowe zaślepki, jak pokazano. Włóż dwie okrągłe zaślepki końcowe 1-1 / 4 "(70) w końce okrągłej rurki płytki nożnej, a następnie wsuń jedną zaślepkę 50 x 75 mm w tylną część ramy podstawy (1). 50 mm Sq. Nakładka na bok ramy podstawy (1).



KROK 2 MONTAŻ GÓRNEJ RAMY

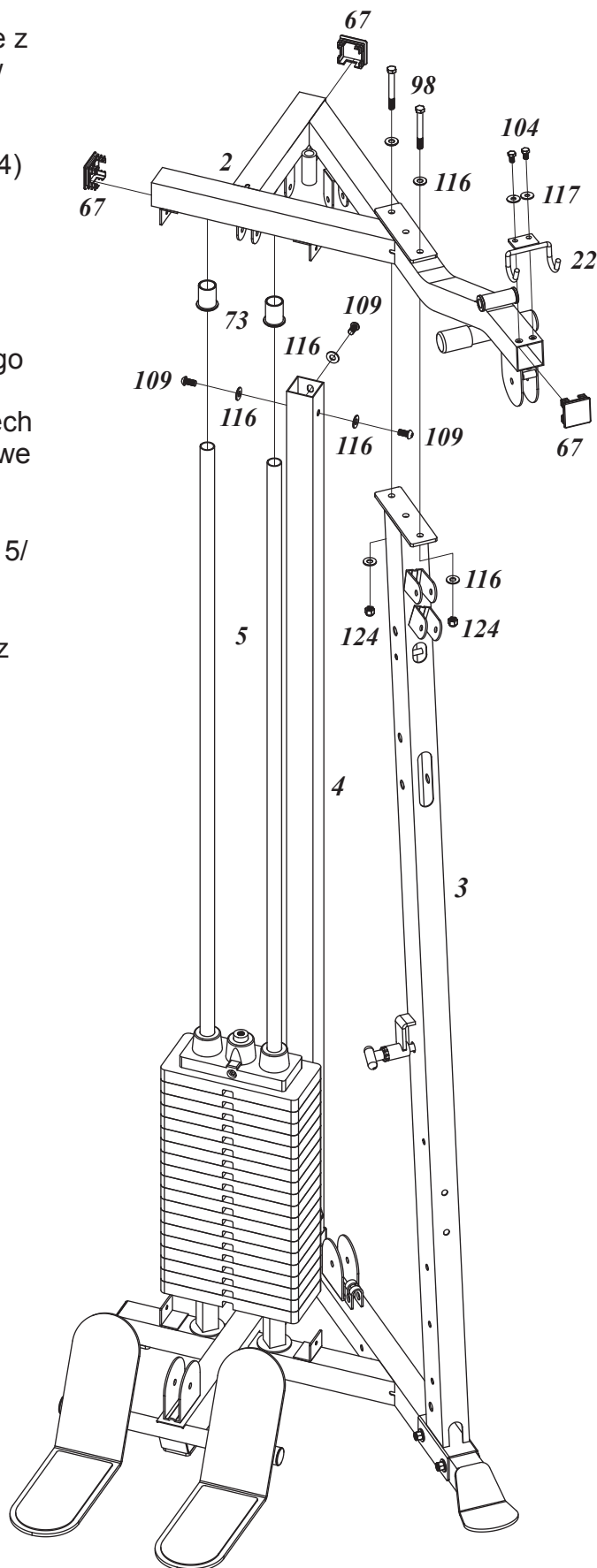
1. Włóż dwa plastikowe noski prowadzące z tworzywa sztucznego o średnicy 1 "(73) w otwory w górnej ramie (2) Umieść górną ramę (2) na górze, upewniając się, że włożyłeś prowadnice (5) i tylny wspornik (4)

2. Przymocuj górną ramę (2) do tylnego wspornika (4), używając trzech śrub sześciokątnych 3/8 "X 3/4" (109) i trzech podkładek 3/8 "(116).

3. Przymocuj górną ramę (2) do przedniego wspornika (3) za pomocą dwóch śrub sześciokątnych 3/8 "X 3-1 / 8" (98), czterech podkładek 3/8 "(116) i dwóch 3/8 "Nylonowe nakrętki (124).

4. Zamocuj uchwyt latarki (22) do górnej ramy (2), używając dwóch okrągłych śrub 5/16 "X 1/2" (104) i dwóch podkładek 5/16 "(117).

5. Zainstaluj plastikowe zaślepki zgodnie z ilustracją. Włóż trzy 50mm SQ. Zaślepki (67) do każdego końca górnej ramy (2).



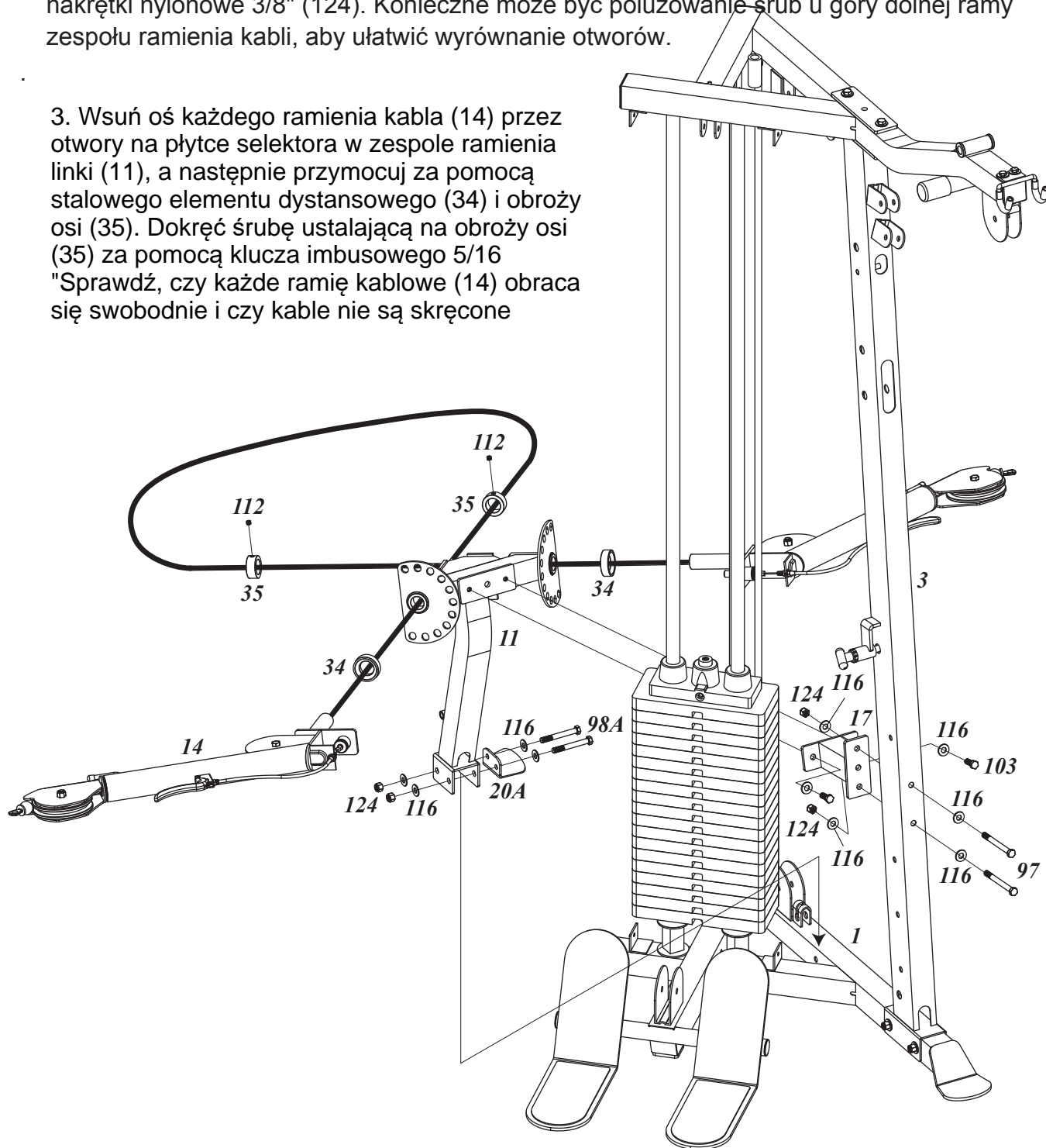
KROK 3 MONTAŻ ZESPOŁU KABLI

Pamiętaj, aby wszystkie lufy były luźne, aby zapewnić łatwe wyrównanie otworów.

1. Zamocuj zespół ramienia kabla (11) do łącznika ramienia kablowego (17), używając dwóch śrub sześciokątnych 3/8 "X 1" (103) i dwóch podkładek 3/8 "(116), a następnie przymocuj łącznik ramienia kablowego (17), aby Przód w pozycji pionowej (3), używając dwóch śrub sześciokątnych 3/8 "X 4" (97), czterech podkładek 3/8 "(116) i dwóch nakrętek nylonowych 3/8" (124).

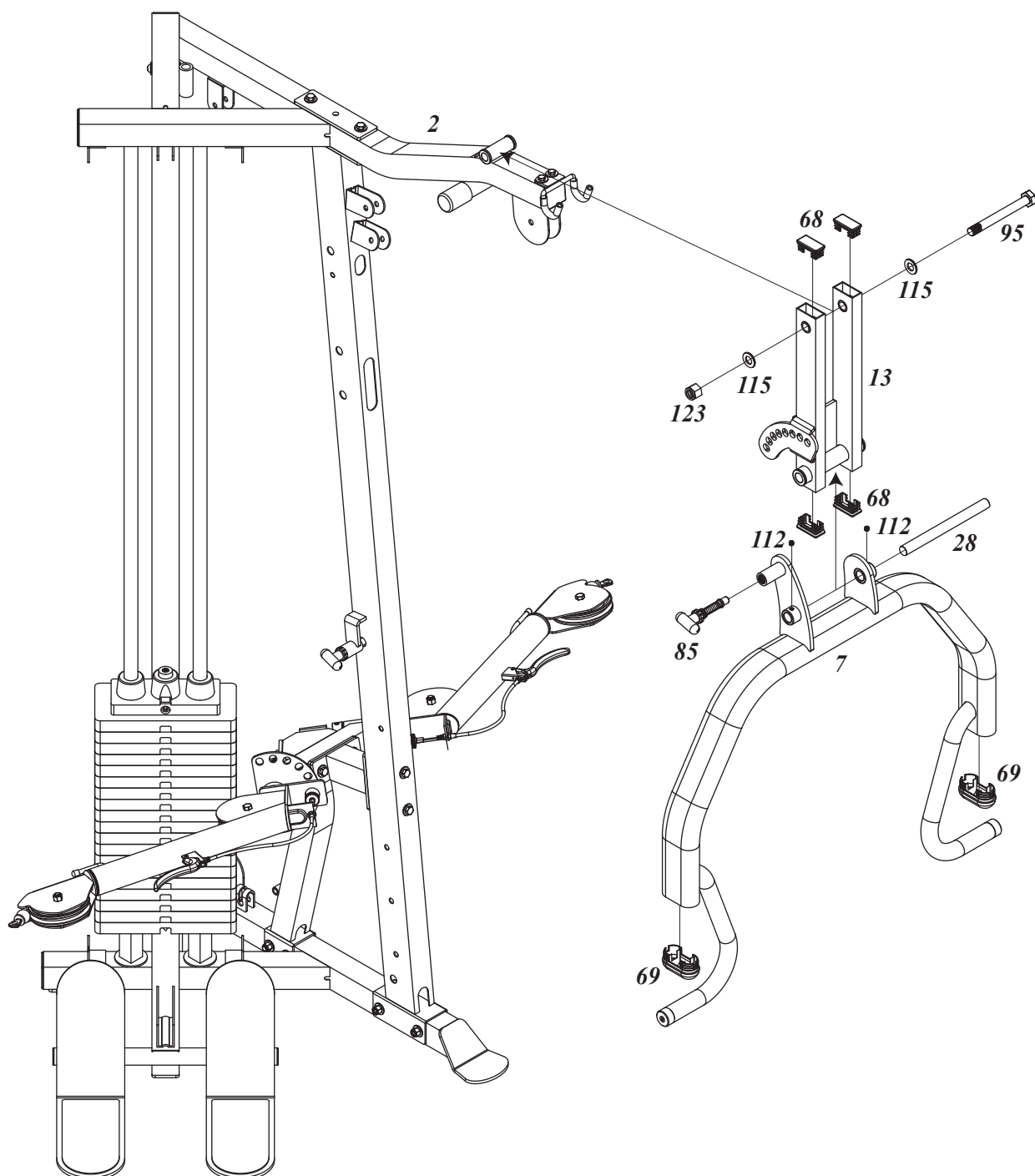
2. Przymocuj zespół ramienia linki (11) i stabilizującą płytę (20A) do ramy podstawy (1), używając dwóch Śrub sześciokątnych 3/8 "X 3-1 / 4" (98A), cztery podkładki 3/8 "(116) i dwie nakrętki nylonowe 3/8" (124). Konieczne może być poluzowanie śrub u góry dolnej ramy zespołu ramienia kabli, aby ułatwić wyrównanie otworów.

3. Wsuń oś każdego ramienia kabla (14) przez otwory na płycie selektora w zespole ramienia linki (11), a następnie przymocuj za pomocą stalowego elementu dystansowego (34) i obroży osi (35). Dokręć śrubę ustalającą na obroży osi (35) za pomocą klucza imbusowego 5/16 "Sprawdź, czy każde ramię kablowe (14) obraca się swobodnie i czy kable nie są skręcone



KROK 4 MONTAŻOWA STACJI

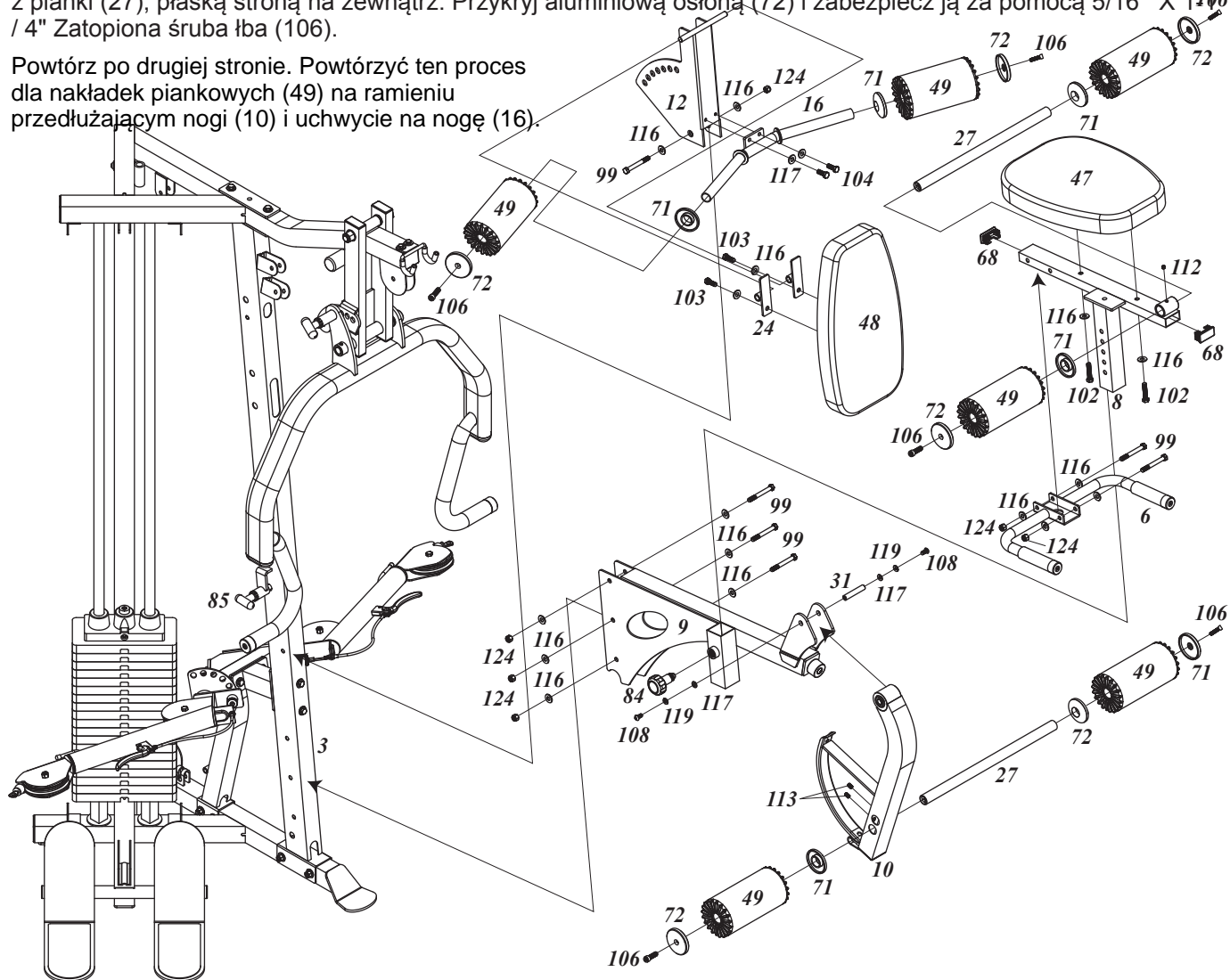
1. Przymocuj wspornik ramienia prasy (13) do górnej ramy (2), wyrównując otwory i wkładając śrubę sześciokątną 5/8 "X 5-1 / 2" (95) z dwiema podkładkami 5/8 "(115) i jedna nakrętka nylonowa 5/8 "(123).
2. Dołącz cztery Ramy 25 x 50 mm. Zaśleпки (68), aby nacisnąć wspornik ramienia (13).
3. Przymocuj ramię dociskowe (7) do wspornika ramienia prasy (13), wyrównując otwory i wstawiając oś ramienia dociskowego (28). Dokręć wstępnie zainstalowane wkręty 5/16 "X 1/4" (112) na ramieniu prasy (7). Upewnij się, że Longer Red Pop Pin (85) jest osadzony w jednym z otworów regulacyjnych na wsporniku ramienia dociskowego (13).



KROK 5 MONTAŻ RAMY SIEDZISKA I PÓŁEK

1. Przymocuj ramę siedziska (9) do przedniego wspornika (3), używając trzech śrub sześciokątnych 3/8 "X 3" (99), sześciu podkładek 3/8 "(116) i trzech nakrętek nylonowych 3/8" (124).
2. Przymocuj regulator siedziska (12) do przedniego wspornika (3), używając jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 3" (99), dwóch podkładek 3/8 "(116) i jednej nakrętki nylonu 3/8" (124). Konieczne może być dokręcenie tej śruby, a następnie poluzowanie na tyle, aby regulator pozycji siedziska (12) obróciła się. Dłuższy czerwony trzpień pop (85) powinien osadzić się w otworach regulacyjnych w regulatorze tylnego siedziska (12).
3. Przymocuj uchwyt nóg (16) do regulatora oparcia siedzenia (12), używając dwóch sześciokątnych śrub sześciokątnych 5/16 "X 1/2" (104) i dwóch podkładek 5/16 "(117). Dokręć te śruby.
4. Przesuń dwa metalowe zawiasy (24), otwory u dołu, na oś przyspawaną do górnej części regulatora oparcia (12), a następnie przymocuj tylną podpórkę (48) do metalowych zawiasów za pomocą dwóch 3/8 "X 1" śruby z gwintem sześciokątnym (103) i dwie podkładki 3/8" (116).
5. Zamocuj uchwyt przedłużający nogi (6) do regulowanej Ramy (8), za pomocą dwóch śrub sześciokątnych 3/8 "X 3" (99), czterech podkładek 3/8 "(116) i dwóch nakrętek nylonowych 3/8" (124). Przymocuj podkładkę siedziska (47) do regulowanej ramy siedziska(8), używając dwóch 3/8 "X 1-3 / 4" Śruby sześciokątne (102) i dwie podkładki 3/8 "(116).
6. Wstaw próg 25 x 50 mm. Zaślepka końcowa (68) na każdym końcu adaptera siedzenia. Oprawę (8), a następnie przesuwaj regulowanej ramy siedziska (8) do ramy siedziska (9). The Seat Adj. Rama (8) jest przytrzymywana za pomocą pokrętła sprężyny blokującej (84).
7. Przymocuj ramię wysuwania nóg (10) do ramy siedziska (9), wkładając przedłużenie nóg (31). Zapnij nogę Oś przedłużająca (31) za pomocą dwóch wkrętów 5/16 "X 5/8" (108), dwóch podkładek sprężystych 5/16 "(119) i dwóch 5/16" Podkładki (117).
8. Włóż uchwyt rolki z pianki (27) do rury na chromowanym siedzeniu Adj. Rama (8). Przesuń plastikową osłonę (71) na uchwyt rolki z pianki (27), płaski na zewnątrz. Następnie wsuń podkładkę piankową (49) na uchwyt rolki z pianki (27), płaską stroną na zewnątrz. Przykryj aluminiową osłoną (72) i zabezpiecz ją za pomocą 5/16 "X 1 1/4" Zatopiona śruba łba (106).

Powtórz po drugiej stronie. Powtórz ten proces dla nakładek piankowych (49) na ramieniu przedłużającym nogi (10) i uchwycie na nogę (16).

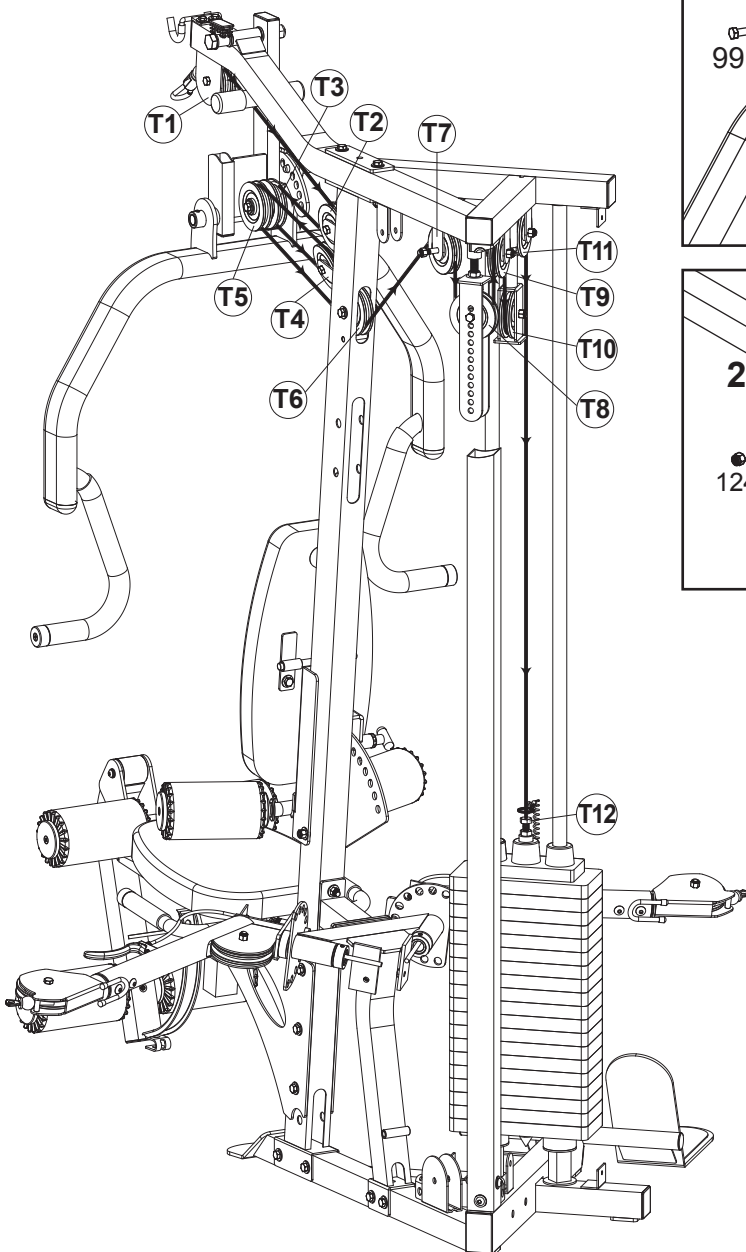
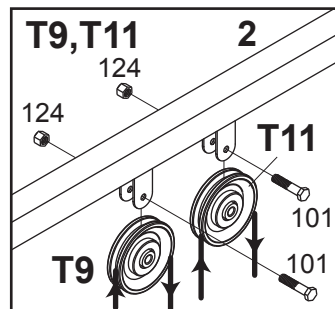
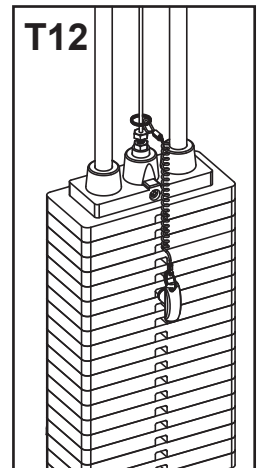
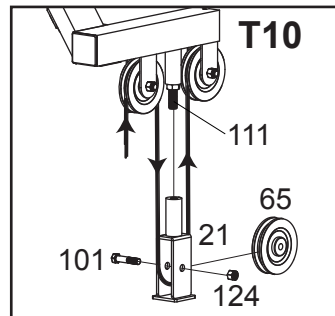
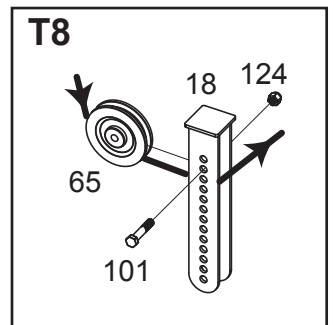
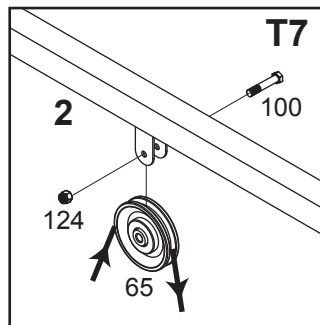
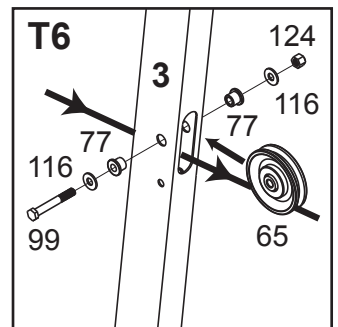
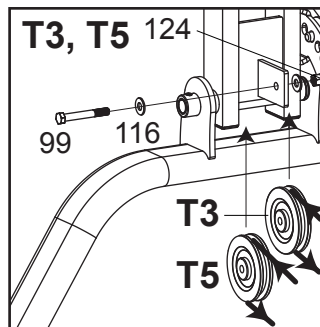
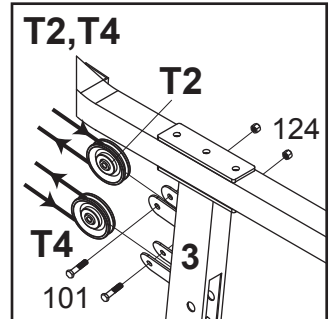
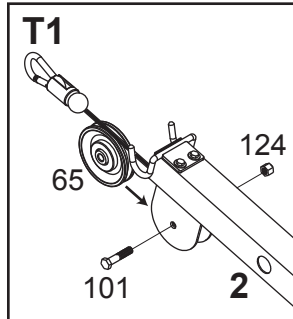
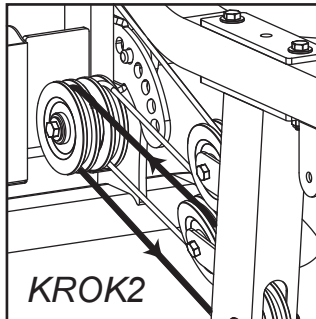
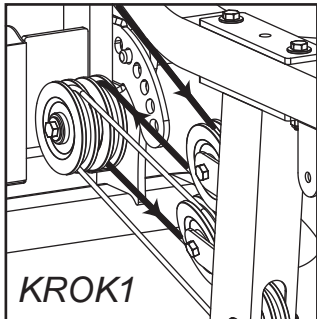
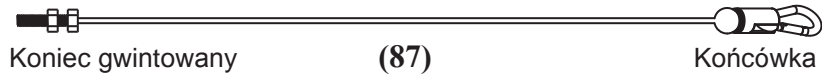


KROK 6 ZAMOCUJ GÓRNY KABEL

Koła pasowe T3 i T5 są zamontowane po obu stronach stalowej klapki. Nie wolno montować obu kół pasowych na jedną stronę. Zamontuj kable i koła pasowe jednocześnie

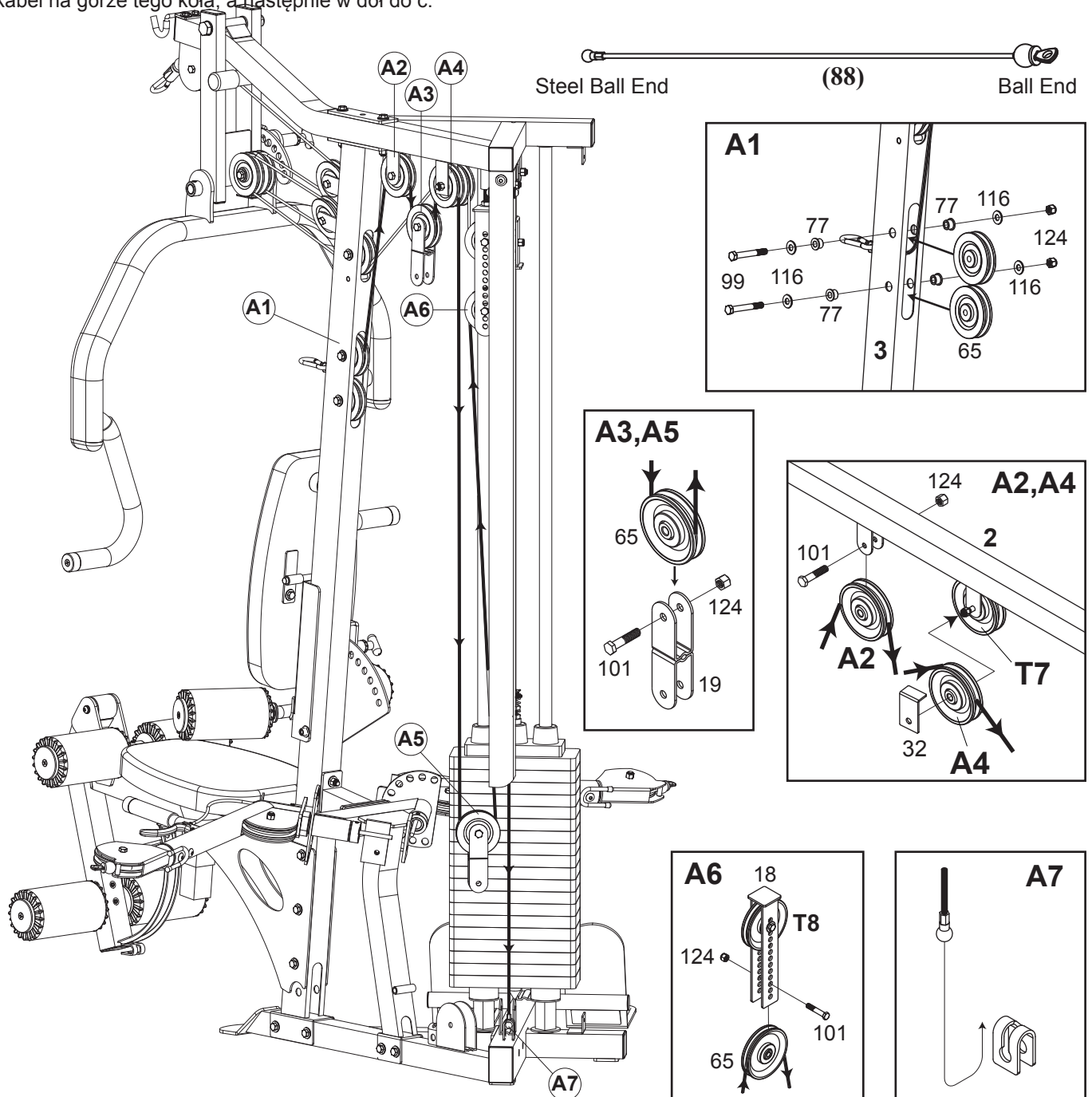
1. Chwyć nagwintowany koniec kabla górnego (87). Przeprowadź linkę przez koło pasowe T1, które zamontujesz z przodu górnej ramy (2) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1/4" (101) i jednej nakrętki nylonu 3/8 "(124), jak pokazano na rysunku T1.
2. Poprowadź kabel z powrotem do koła pasowego, które zamontujesz na przednim wsporniku (T2) za pomocą jednego 3/8 "X 1 Śruba sześciokątna 3/4 "(101) i jedna nakrętka nylonowa 3/8" (124). Przeciągnij linkę nad tym kołem, wyjdź na dole.
3. Poprowadź kabel do przodu do wspornika ramienia dociskowego (13). Zamontujesz dwa koła pasowe obok siebie strona tutaj za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 3" (99), dwóch podkładek 3/8 "(116) i jednej nakrętki nylonu 3/8" (124). Poprowadź kabel do górnej części koła pasowego T3 (T3 to koło pasowe po prawej stronie, tak jakby siedział na siedzeniu), wokół T3 do spodu T4. T4 jest zamontowany do przedniego wspornika (3) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1-3 / 4" (101) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 ".
4. Kontynuuj poprowadzenie kabla wchodzącego pod spód T4, wychodząc na górę i dalej, a następnie do przodu do T5, który jest lewym kołem pasowym zamontowanym w ramieniu dociskowym (13). Przeciągnij linkę nad kołem pasowym T5, wyjmując od spodu.
5. Poprowadź kabel do koła pasowego T6, który zamontujesz wewnątrz przedniego wspornika (3), używając jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 3" (99), dwóch podkładek 3/8 "(116), dwóch identyfikatorów 3/8" Tuleje (77) i jedna nakrętka nylonowa 3/8 " (124). Poprowadź kabel na spodniej stronie tego koła pasowego T6.
6. Poprowadź kabel na górze koła pasowego T7, który zamontujesz w tylnym wsporniku na górnej ramie (2) przy użyciu jednej dłuższej śruby sześciokątnej 3/8 "X 2-3 / 4" (100) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124).
7. Zamontuj koło pasowe w zamkniętym końcu regulowanego bloku koła (18) za pomocą jednej 3/8 "X 1-3 / 4" śruby (101) i jedna nylonowa nakrętka 3/8 "(124). Zawieś ten regulowany blok (18) poprowadzenie kabla do spodu koła pasowego, jak pokazano w T8. Kontynuuj poprowadzenie kabla nad górną częścią bloczka T9, który zamontujesz na górnej ramie (2) za pomocą trzpienia sześciokątnego 3/8 "X 1-3 / 4" (101) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124).
8. Następnie przeprowadź kabel przez blok pływający (21). Zorientuj blok pływającego koła (21) zakończonym gwintem do góry, płaską stroną do dołu. Śruba ustalająca z gwintem 1/2 "(111) do wspornika przyspawana na ramie górnej (2) Włożyć koło pasowe do klocka (21), zapewniając kabel do spodu. Śruba sześciokątna X 1-3 / 4 "(101) i jedna nakrętka nylonowa 3/8" (124). Jeśli zakupiono opcję Nożnej prasy w tym samym czasie, należy skierować blok pływającego koła pasowego (21), gwintowanym końcem skierowanym w dół, płaską stroną do góry, w trybie ręcznym prasy krawędziowej.
9. Poprowadź linkę przez koło pasowe T11 zamontowane do górnej ramy (2) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1/4" (101) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124).
10. Przeprowadź kabel przez zapętłony koniec ściągacza szpilki wybieraka, a następnie przykręć gwintowany koniec górnego kabla do górnej płyty, około połowy do dołu. Gwintowany koniec kabel jest punktem regulacji, ale powinien zawsze mieć co najmniej jedną trzecią gwintów wkręconych w górną płytkę.

KROK 6 ZAINSTALUJ GÓRNY KABEL



KROK 7 ZAINSTALUJ KABEL AB

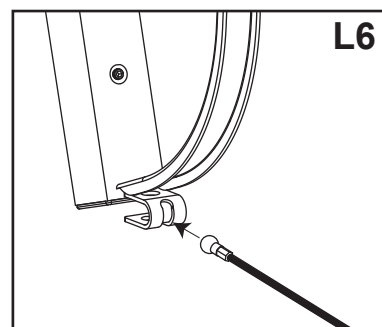
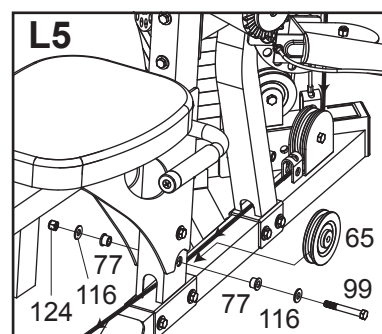
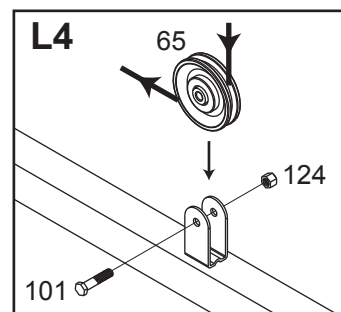
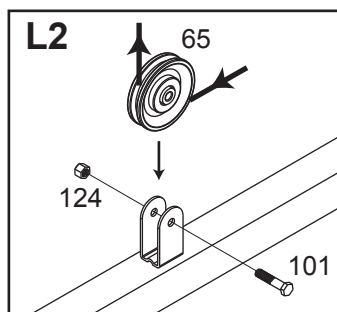
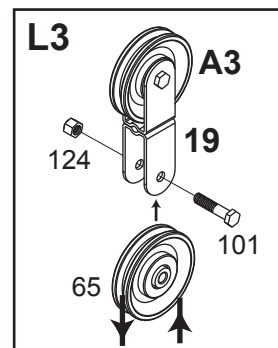
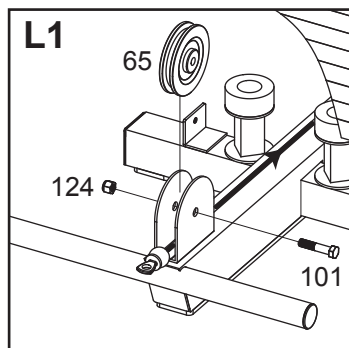
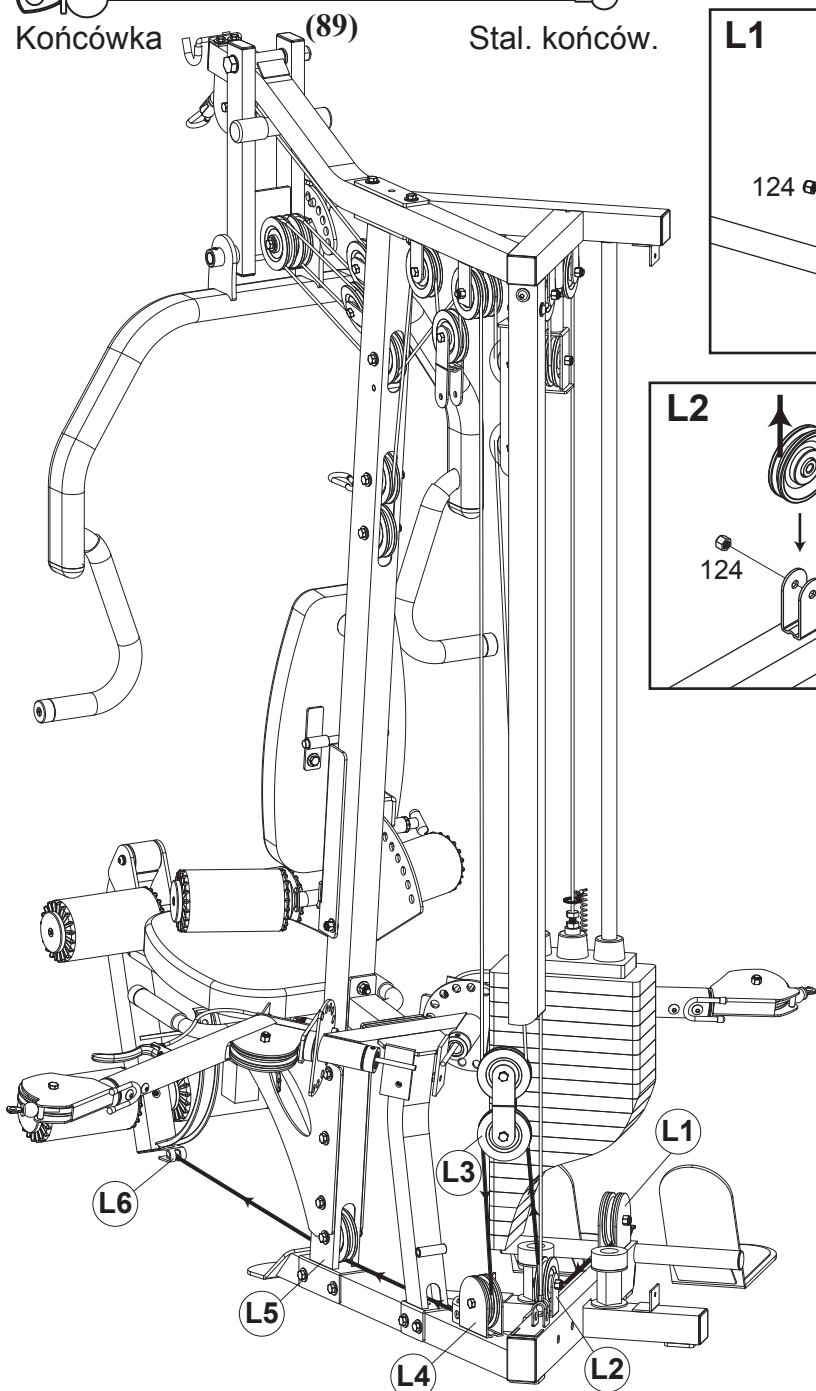
1. Poprowadź stalową kulkę kabla Ab 88) przez szczelinę w przednim wsporniku (3) i zamocuj dwa krążki w szczelinie, jak pokazano na Rys. A1, używając dwóch śrub sześciokątnych 3/8 "X 3" (99), cztery podkładki 3/8 "(116), cztery tuleje ID 3/8" (77) i dwie nakrętki nylonowe 3/8 "(124) .Przewód powinien przebiegać od spodu górnego koła pasowego w A1. do koła pasowego A2.
2. Poprowadź linkę przez koło pasowe A2 zamontowane do górnej ramy (2) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1 3/ 4" (101) i jednej nakrętki nylonu 3/8 "(124).
3. Następnie poprowadzić kabel pod kołem pasowym A3 zamontowanym w podwójnym bloku koła pasowego (19) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1-3 / 4" (101) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124).
4. Kontynuuj poprowadzenie kabla w górę i w górę Koła pasowego A4 zamontowanego w górnej ramie (2) za pomocą zmontowanej jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 2-3 / 4" (100) jako T7, jednej nakrętki nylonu 3/8 "(124) i wspornik prowadnicy koła pasowego (32).
5. Następnie poprowadź linkę pod kołem pasowym A5 zamontowanym w podwójnym bloku koła pasowego (19) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1-3 / 4" (101) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124).
6. Zamontuj koło pasowe w otwartym końcu regulowanego bloku koła (18) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1 3/ 4" (101) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124). z dolnego otworu, który można później zmienić w razie potrzeby Poprowadź kabel na górze tego koła, a następnie w dół do c.



KROK 8 ZAINSTALUJ DOLNY KABEL

1. Poprowadź stalową kulkę dolnego kabla (89) pod koło pasowe L1 zamontowane z przodu stacji niskiego naciągu za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1-3 / 4" (101) i jednej 3/8 " Nakrętka nylonowa (124).
2. Kontynuuj z powrotem do koła pasowego L2 zamontowanego na ramie podstawy (1) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1/4" (101) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124). a następnie do koła pasowego L3 zamontowanego w dolnej części podwójnego koła pasowego (19) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1-3 / 4" (101) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124).
3. Kontynuuj w dół do koła pasowego L4 zamocowanego do ramy podstawy (1) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1-3 / 4" (101) i jednej nakrętki nylonu 3/8 "(124).
4. Poprowadź kable pod L4 i koło pasowe L5 w szczelinie w dolnej części przedniego wspornika (3) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 3" (99), dwóch podkładek 3/8 "(116), dwóch Tulejki ID 3/8 "(77) i jedna nakrętka nylonowa 3/8" (124).
5. Podłączyć stalową kulkę kabla do wspornika receptora L6 przyspawanego do ramienia przedłużającego nogi (10).

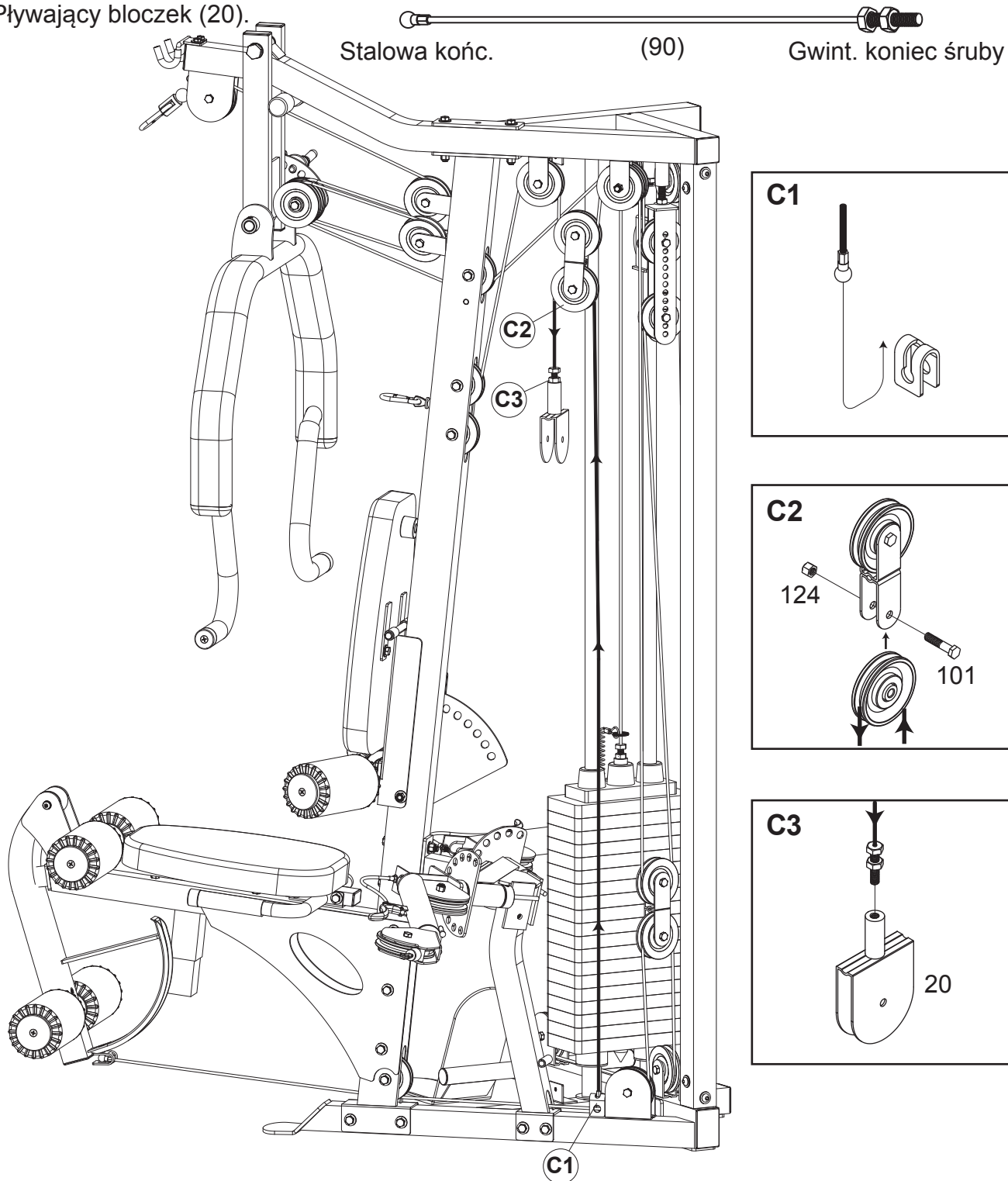
Końcówka (89) Stal. końców.



KROK 9 ZAINSTALUJ KABEL POŁĄCZENIOWY

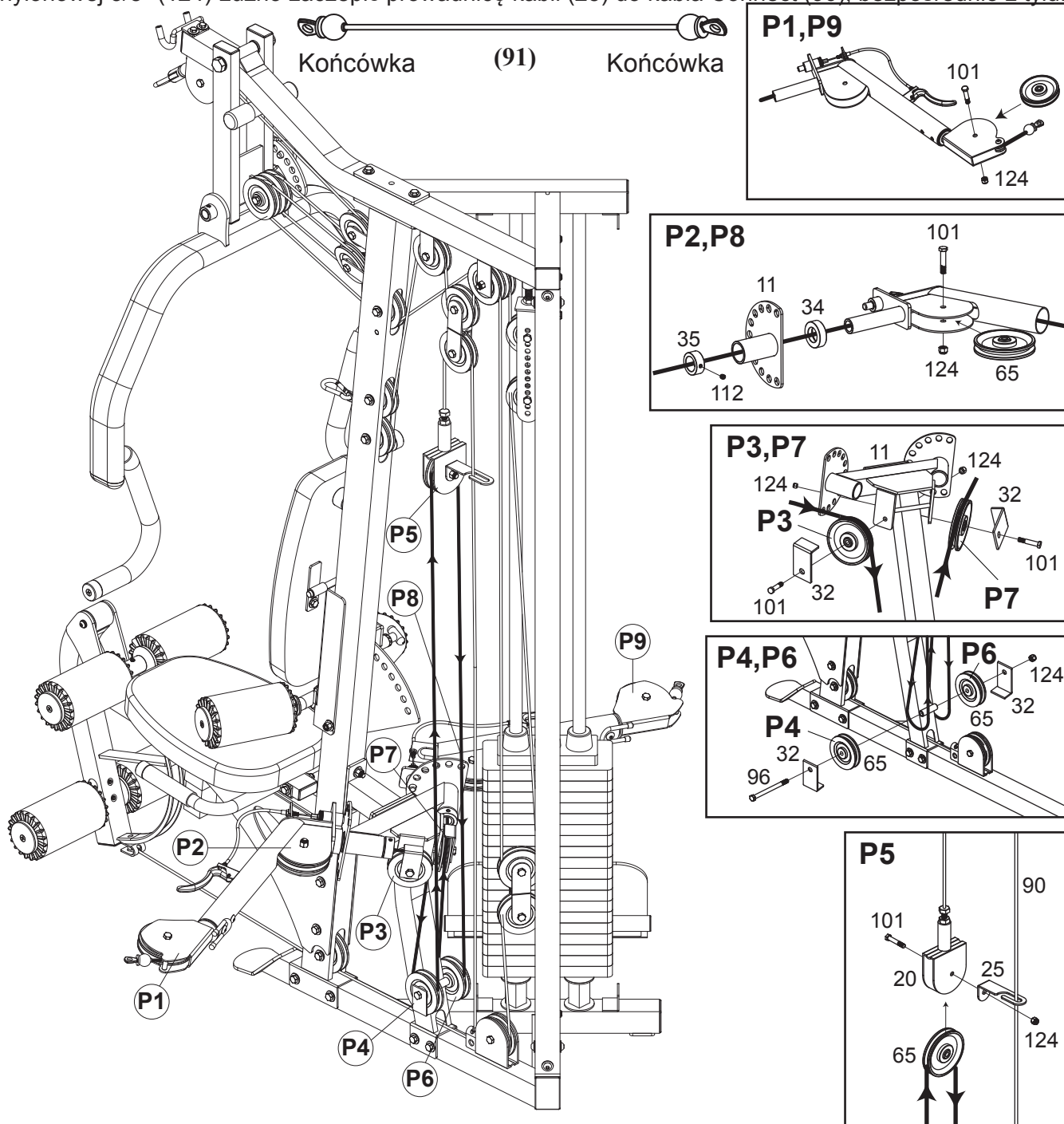
1. Zahaczyć stalową kulkę kabla Connect (90) do złącza C1 przyspawanego do ramy podstawy (1). Poprowadź kabel w górę i nad kołem pasowym C2 zamontowanym na dnie podwójnego bloczka (19) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1 3/4" (101) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124).

2. Wkręć nagwintowany koniec kabla w połowie do nagwintowanego receptora na regulowany Pływający bloczek (20). Gwintowany koniec kabla jest punktem regulacji, ale powinien zawsze mieć co najmniej jedną trzecią gwintów wkręconych w regulowany Pływający bloczek (20).



KROK 10 ZAMONTUJ RAMIĘ KABLA

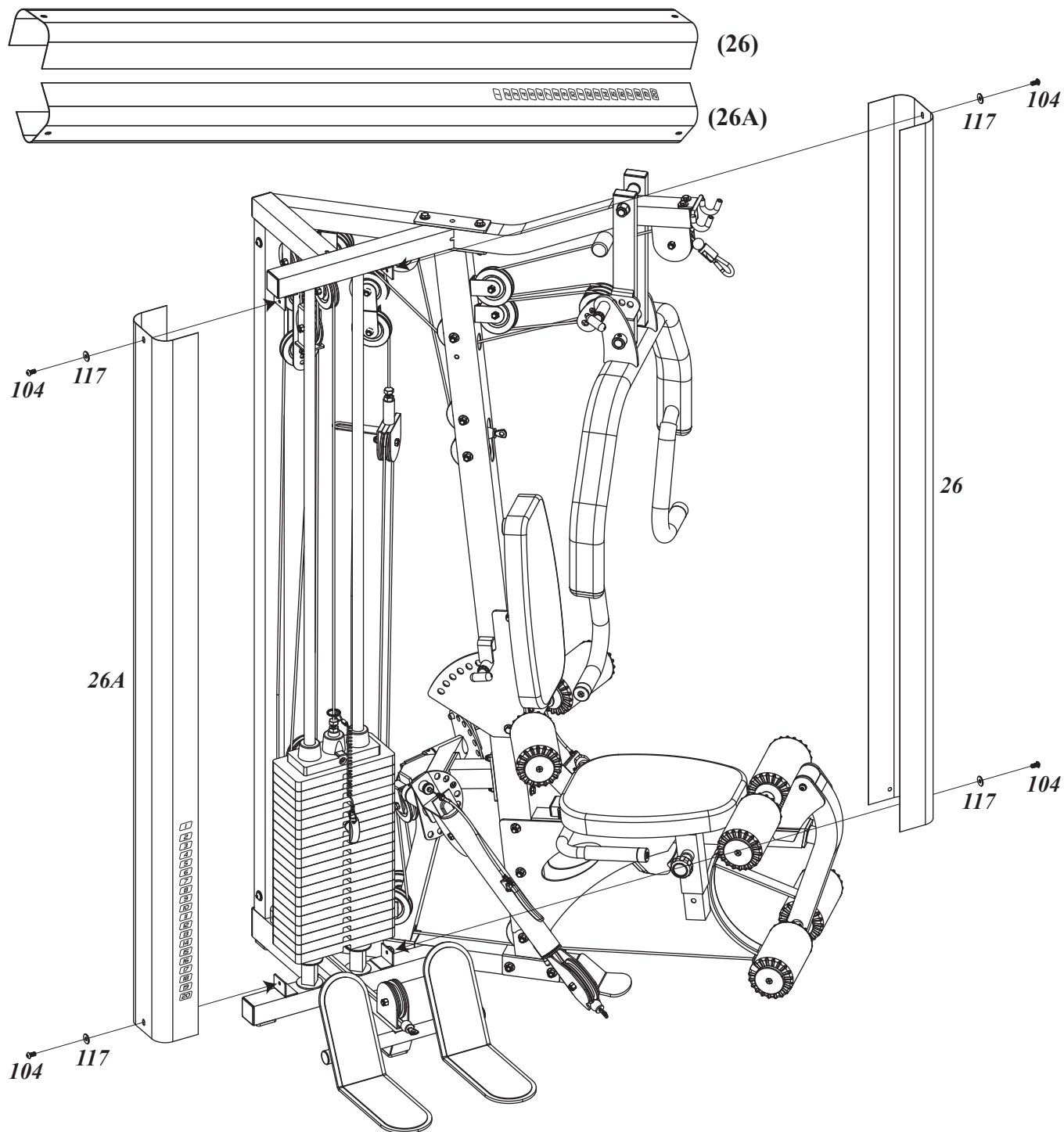
1. Kabel ramienia linki (91) jest już poprowadzony przez ramiona kablowe (14). Zamontuj koła pasowe P3 i P7, wraz z ich wsporniki prowadzącymi kółka pasowego (32) do zespołu ramienia kablowego (11), jak pokazano za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 1-3 / 4" (101) i jednego nylonu 3/8 " Nakrętka (124) Poprowadź linkę nad kołami pasowymi Dokręć te nakrętki, upewniając się, że wsporniki prowadnicy koła pasowego (32) nie ocierają się o kabel.
2. Kontynuuj poprowadzenie, po obu stronach, w dół i dookoła kół pasowych P4 i P6 zamontowanych do podstawy zespołu ramion kabli (11) za pomocą jednej śruby sześciokątnej 3/8 "X 4-3 / 4" (96), dwóch prowadnic rolek Wsporniki (32) i jedna nylonowa nakrętka 3/8 "(124) Jak wyżej, dokręć nakrętkę, upewniając się, że wsporniki prowadnicy (32) nie ocierają się o kabel.
3. Poprowadź kabel do urządzenia P5 zamontowanego wewnątrz regulowanego Pływającego bloku (20) za pomocą śruby sześciokątnej 3/8 "X 1-3 / 4" (101), płytki prowadzącej kabel (25) i jednej nakrętki nylonowej 3/8 "(124) Luźno zacześć prowadnicę kabli (25) do kabla Connect (90), bezpośrednio z tyłu.



KROK 11 ZAMONTUJ OSŁONY WZDŁUŻNE

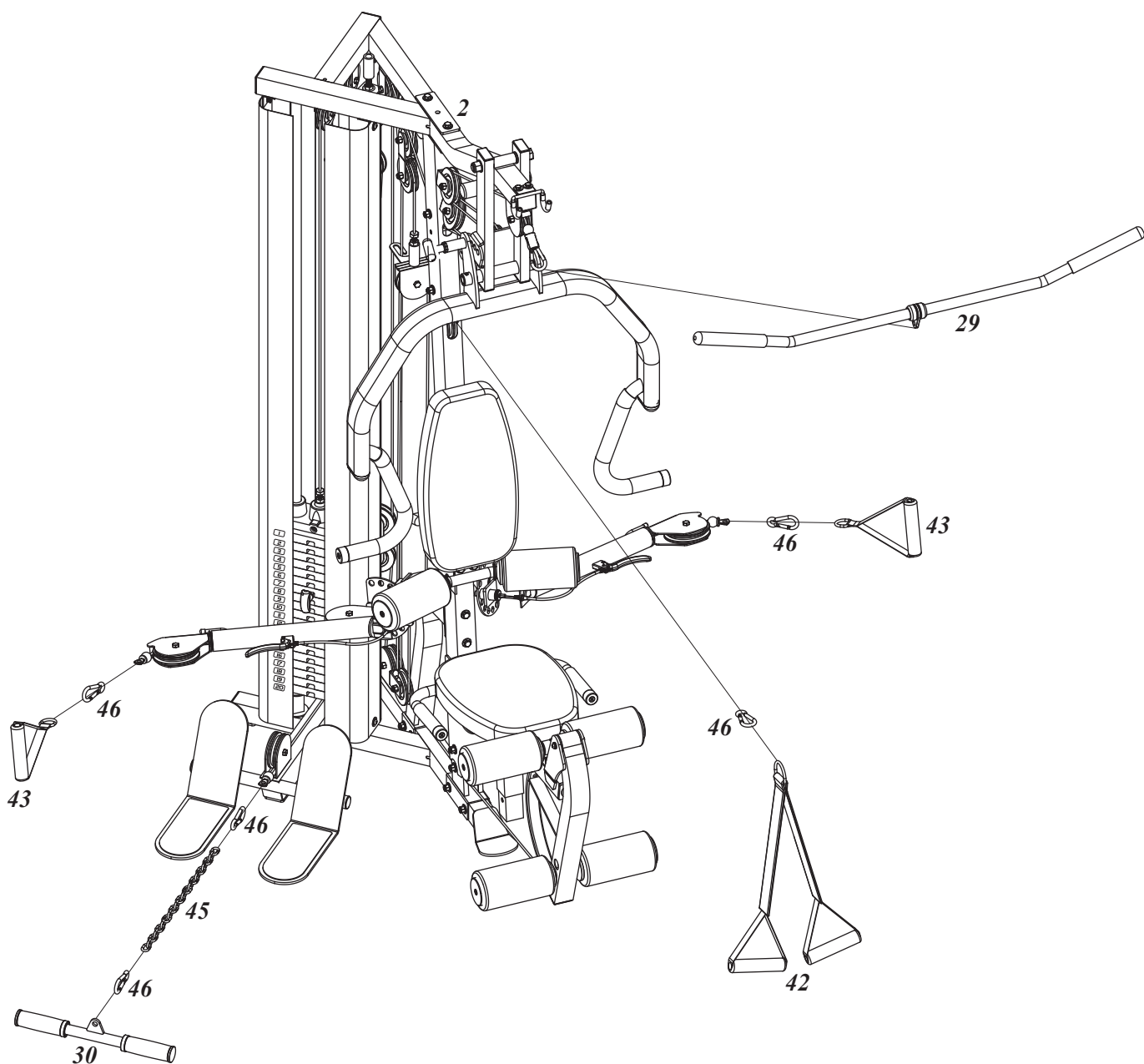
MONTAŻ JEST KOMPLETNY! Dokręć wszystkie śruby, zaczynając od śrub ramy głównej na podstawie, i od dołu do góry.

1. Przymocuj osłonę wagową (26) i osłonę wagową z numerem (26A) do zaczepów przyspawanych na ramie podstawy (1) i górnej ramie (2), jak pokazano, za pomocą czterech okrągłych śrub 5/16 "X 1/2" (104) i cztery podkładki 5/16 "(117).



KROK 12 ZAINSTALUJ AKCESORIA

1. Zamocuj Belkę (29), uchwyt (30), Pojedynczy uchwyt (43), do GX Strength.

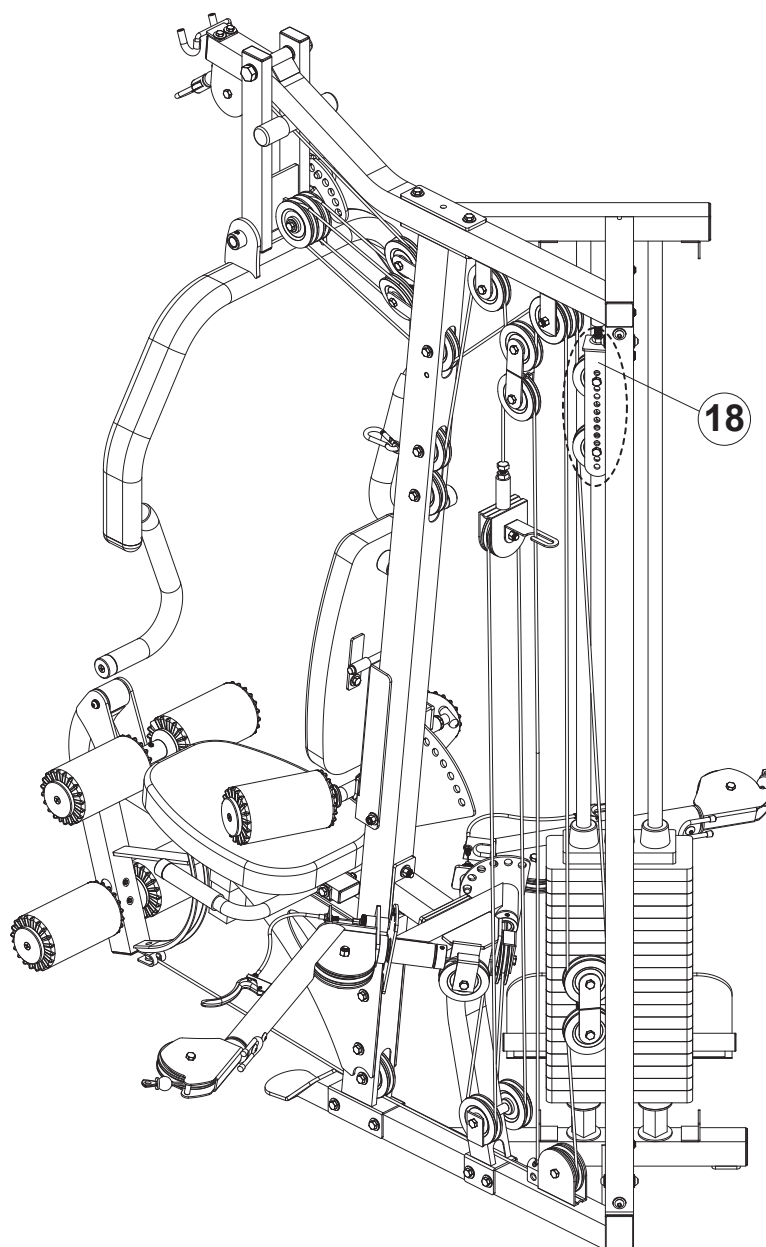


Regulacja przewodów

a. Kable należy dokręcić do punktu tuż przed podniesieniem płyty górnej ze stosu. Innymi słowy, jeśli górna płyta nie spoczywa na stosie, musisz dodać długość, lub, jeśli istnieje luz w kablach, trzeba skrócić przewody. Istnieje kilka punktów regulacji. Jeśli konieczne są tylko drobne poprawki, można wyregulować końce śrub na górnym kablu (na górnej płycie), niskim kablu (tam, gdzie wkręca się w blok bloczka) lub na kablu do wyciskania (tam, gdzie wkręca się Bloczek z blokadą). Te końce tych kable muszą być wkręcone co najmniej 1/3 ich długości ze względów bezpieczeństwa. Po zakończeniu tych regulacji zablokuj je za pomocą nakrętek.

b. Szersze regulacje wykonuje się przy regulowanym bloku bloczkowym (18). Przesuwanie dolnego koła pasowego w kierunku środka zmniejsza długość (zmniejsza luz). Odwrotnie, przesunięcie dolnego koła na zewnątrz zwiększa długość kabla.

c. Po ustawieniu kabli w celu usunięcia luzu, wyreguluj ograniczniki w górnej ramce, aby dotknęły tylko regulowanego bloku koła pasowego (18). Regulowane stopery przyspawane do górnej ramy pomagają w funkcjonowaniu siłowni, eliminując potrzebę angażowania wszystkich kable w każdej określonej rutynie.



Montaż zakończony! Przed skorzystaniem z siłowni należy wykonać następujące czynności:

1. Upewnij się, że wszystkie śruby są mocno dokręcone.
2. Upewnij się, że wszystkie kable są osadzone we wszystkich rowkach koła pasowego. Kabel ocierający się o stal oderwie powłokę z nylonu, unieważniając gwarancję i wymagającą wymiany.
3. Wstępnie rozciągnij kable. Umieść kołek selektora ciężaru (94) w dolnym otworze na wadze. Pociągnij kable z dużą siłą, pomagając usunąć wszelkie załamania i zapewniając początkowe rozciągnięcie kabla.
4. Należy pamiętać, że kable mogą się poluzować i nieznacznie rozciągnąć po pierwszym użyciu.
5. Kable powinny być ustawione tak mocno, jak to możliwe, ale nie tak mocno, aby podnieść górną płytę (39) powyżej stosu wagi. Pamiętaj, aby zabezpieczyć nakrętki po poprawieniu ustawień.
6. Aby uzyskać lepszą wydajność, zastosuj smar domowy (taki jak silikon) do dowolnych regulowanych obszarów i do prętów prowadzących (5).
7. Ciesz się wieloma latami Fit Lifestyle.

Dziękujemy za zakup siłowni domowej Bodycraft GX. W razie pytań należy skontaktować się z lokalnym dealerem BodyCraft, zadzwonić do naszego działu obsługi klienta pod numer 800-990-5556 lub pod <http://www.bodycraft.com>.

6880 GX Płyta stabilizująca

