

Οδηγίες από Monster Shop (UK)

## Μηχανή Τροχαλίας Καλωδίων Τοίχου

215523

### Πληροφορίες Προϊόντος

## Μηχανή Τροχαλίας Τοίχου

### Περιγραφή

Παρουσιάζουμε τη Μηχανή Τροχαλίας Τοίχου – μια συμπαγής αλλά ισχυρή λύση για προπόνηση δύναμης ολόκληρου του σώματος. Διαθέτοντας στοίβα βάρους 80kg και μια ποικιλία από premium εξαρτήματα όπως λαβές D, μπάρα έλξης, μπάρα δικεφάλων, σχοινί τρικεφάλων και ιμάντα αστραγάλου, αυτή η μηχανή είναι σχεδιασμένη να υποστηρίξει μια ευρεία γκάμα ασκήσεων από έλξεις άνω σώματος μέχρι κλωτσιές κάτω σώματος. Κατασκευασμένη με ανθεκτικό ατσάλινο πλαίσιο και παρέχεται με όλα τα απαραίτητα εξαρτήματα και στηρίγματα τοίχου, προσφέρει απόδοση γυμναστηρίου ενώ μεγιστοποιεί το χώρο και την ευκολία στο σπίτι ή στο στούντιο σας.

### Προδιαγραφές προϊόντος

|             | 215523                                                                                                                 |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Διαστάσεις  | 75x62x213cm                                                                                                            |
| Μικτό Βάρος | 113KG                                                                                                                  |
| Υλικό       | Ατσάλι, Νάιλον, Σίδηρος, Τσιμέντο, Ατσάλινο<br>Σύρμα με Επικάλυψη Καουτσούκ,<br>Πολυεστέρας, Καουτσούκ, Πολυπροπυλένιο |



Κωδικός Αποθέματος

215523



## Συμβουλές Ασφαλείας

**Βεβαιωθείτε ότι έχετε διαβάσει και κατανοήσει πλήρως το εγχειρίδιο οδηγιών και τις συμβουλές ασφαλείας πριν χρησιμοποιήσετε αυτό το προϊόν.**

- Βεβαιωθείτε ότι η μονάδα είναι ασφαλώς τοποθετημένη με κατάλληλα αγκύρια τοίχου για τον τύπο επιφάνειας. Συμβουλευτείτε έναν επαγγελματία αν δεν είστε σίγουροι για την αντοχή του τοίχου και την καταλληλότητα των στηριγμάτων.
- Πραγματοποιήστε περιοδικούς ελέγχους των στηριγμάτων τοίχου και των βιδών για να εξασφαλίσετε τη σταθερότητα. Σφίξτε ή αντικαταστήστε αμέσως οποιαδήποτε χαλαρά ή κατεστραμμένα εξαρτήματα.
- Ελέγχετε τακτικά τα καλώδια για σημάδια φθοράς ή ζημιάς. Αντικαταστήστε τα καλώδια αμέσως αν εντοπιστεί φθορά.
- Μην προσθέτετε επιπλέον βάρος στο μηχάνημα καθώς αυτό μπορεί να προκαλέσει αστοχία καλωδίου ή δομική ζημιά.
- Να είστε προσεκτικοί όταν ρυθμίζετε τα βάρη και τις τροχαλίες, κρατώντας τα χέρια μακριά από κινούμενα μέρη και σημεία πιασίματος για να αποφύγετε τραυματισμούς.
- Κρατήστε τον χώρο άσκησης καθαρό από εμπόδια για να αποφύγετε το σκοντάφτισμα ή την πτώση. Αποθηκεύστε τα εξαρτήματα σωστά όταν δεν χρησιμοποιούνται.
- Χρησιμοποιήστε μηχανισμούς κλειδώματος για να ασφαλίσετε τις πλάκες βάρους στη θέση τους. Μην λειτουργείτε το μηχάνημα αν τα βάρη δεν είναι σωστά ασφαλισμένα.
- Βεβαιωθείτε ότι όλα τα παρεχόμενα εξαρτήματα είναι ασφαλώς στερεωμένα πριν από τη χρήση.
- Ελέγχετε περιοδικά όλες τις στερεώσεις, συμπεριλαμβανομένων των βιδών και των τροχαλιών, για φθορά ή χαλάρωση. Αντικαταστήστε ή σφίξτε τα εξαρτήματα όπως απαιτείται.
- Αν οποιοδήποτε μέρος του μηχανήματος υποστεί ζημιά ή είναι ελαττωματικό, διακόψτε αμέσως τη χρήση και επικοινωνήστε με τον κατασκευαστή για επισκευές ή αντικατάσταση.
- Μην τροποποιείτε ή αλλάζετε οποιοδήποτε μέρος του μηχανήματος, καθώς αυτό μπορεί να θέσει σε κίνδυνο την ασφάλεια και να ακυρώσει την εγγύηση.
- Χρησιμοποιείτε αυτόν τον εξοπλισμό μόνο για τον σκοπό που προορίζεται. Η κακή χρήση μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρό τραυματισμό ή ζημιά.
- Βεβαιωθείτε ότι το μηχάνημα χρησιμοποιείται σε καλά φωτισμένο περιβάλλον με επαρκή χώρο γύρω του για ασφαλή λειτουργία.
- Κρατήστε τα παιδιά και τα κατοικίδια μακριά από το μηχάνημα όταν είναι σε χρήση. Μην επιτρέπετε ποτέ την ανεπίβλεπτη πρόσβαση στον εξοπλισμό.
- Διατηρείτε πάντα σωστή στάση και τεχνική κατά την άσκηση.
- Εκτελέστε μια επαρκή ρουτίνα προθέρμανσης και διατάσεων πριν από τη χρήση για να μειώσετε τον κίνδυνο τραυματισμών μυών ή αρθρώσεων.

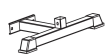


- Αν αισθανθείτε οποιονδήποτε πόνο, ζάλη ή δυσφορία κατά τη χρήση του μηχανήματος, σταματήστε αμέσως την άσκηση και ζητήστε ιατρική συμβουλή αν χρειαστεί.
- Καθαρίζετε και συντηρείτε το μηχάνημα τακτικά σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή για να εξασφαλίσετε μακροχρόνια ασφάλεια και απόδοση.

## Μέρη

Μέρος A1 – Πόδια

1 κομμάτι(α)



Μέρος A2 – Συνδετήρας Ποδιών

1 κομμάτι(α)



Μέρος A3

1 κομμάτι(α)



Μέρος A4 – Κολόνα Τοίχου

1 κομμάτι(α)



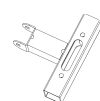
Μέρος A5 – Κορυφή Μηχανής

1 κομμάτι(α)



Μέρος A6 – Βραχίονας Ράβδου  
Βάρους

1 κομμάτι(α)



Μέρος A7 – Ράβδοι Βαρών

2 κομμάτι(α)



Μέρος A8 – Τροχαλία Σχοινιού



Μέρος A9 – Κοντάρι



Μέρος A10 – Σύνδεσμος Τροχαλίας

1 κομμάτι(α)



Μέρος B1 – Στέγαση Τροχαλίας με

Δύο Τροχαλίες

2 κομμάτι(α)



B2



Μέρος B3 – Μεγάλη Τροχαλία

5 κομμάτι(α)



Μέρος B4 – Μικρή Τροχαλία

1 κομμάτι(α)



Μέρος B5 – Καρφί Βάρους

1 κομμάτι(α)



Μέρος B6 – Συνδετήρες Ποδιών  
Πόλων

2 κομμάτι(α)



Μέρος B7 – Καραμπίνερ

2 κομμάτι(α)



Μέρος B8 – Λαβή

2 κομμάτι(α)



Μέρος B9 – Βίδα Κουμπιού

1 κομμάτι(α)



Μέρος B10 – Κορυφαίο Βάρος

1 κομμάτι(α)



Μέρος C1 – Πλάκα Βάρους

14 κομμάτι(α)



Μέρος C2 – Μπουλόνι M10x70

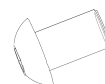
3 κομμάτι(α)



Μέρος C3 – Μπουλόνι M10x65  
6 κομμάτι(α)



Μέρος C4 – Μπουλόνι M10x20  
4 κομμάτι(α)



Μέρος C5 – Μπουλόνι M10x90  
3 κομμάτι(α)



Μέρος C6 – Μπουλόνι M10x120  
1 κομμάτι(α)



Μέρος C7 – Μπουλόνι M10x85  
2 κομμάτι(α)



Μέρος C8 – Παξιμάδι M10  
15 κομμάτι(α)



Μέρος C9 – Ροδέλα M10  
31 κομμάτι(α)



C10



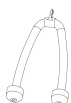
Μέρος D1 – Μπάρα Έλξεων Λαβής  
1 κομμάτι(α)



Μέρος D2 – Μπάρα Δικεφάλων  
1 κομμάτι(α)



Μέρος D3 – Σχοινί Τρικεφάλων  
1 κομμάτι(α)



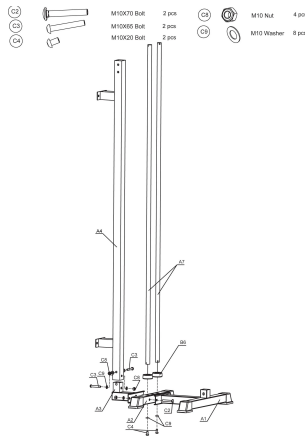
Μέρος D4 – Ιμάντας Αστραγάλου  
1 κομμάτι(α)



## Βήματα (6)



## 1. Συναρμολόγηση Βάσης Μηχανής Τροχαλίας Τοίχου



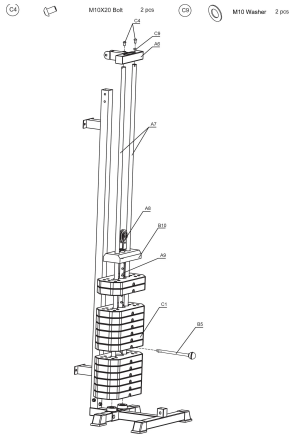
Για να συναρμολογήσετε τη βάση και τη δομή υποστήριξης της Μηχανής Τροχαλίας Τοίχου, ακολουθήστε τα εξής βήματα:

1. Συνδέστε τα **Πόδια (Μέρος A1)** με τον **Συνδετήρα Ποδιών (Μέρος A2)** χρησιμοποιώντας το **Μπουλόνι M10X20 (Μέρος C4)**, το **Παξιμάδι M10 (Μέρος C8)** και τη **Ροδέλα M10 (Μέρος C9)**. Βεβαιωθείτε ότι όλα τα μπουλόνια είναι σφιγμένα με ασφάλεια.
2. Συνδέστε τον **Πόλο Στήριξης Τοίχου (Μέρος A4)** με τον **Συνδετήρα Ποδιών (Μέρος A2)** χρησιμοποιώντας το **Μπουλόνι M10X65 (Μέρος C3)**, το **Παξιμάδι M10 (Μέρος C8)** και τη **Ροδέλα M10 (Μέρος C9)**. Σφίξτε τα μπουλόνια για να εξασφαλίσετε τη σταθερότητα.
3. Στερεώστε τους **Πόλους Βαρών (Μέρος A7)** στους **Συνδετήρες Πόλων Ποδιών (Μέρος B6)** χρησιμοποιώντας το **Μπουλόνι M10X70 (Μέρος C2)**, το **Παξιμάδι M10 (Μέρος C8)** και τη **Ροδέλα M10 (Μέρος C9)**. Βεβαιωθείτε ότι οι πόλοι είναι ευθυγραμμισμένοι και στερεωμένοι σταθερά.

Βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα είναι σωστά ευθυγραμμισμένα και στερεωμένα με ασφάλεια για να διατηρηθεί η σταθερότητα και η ασφάλεια της μηχανής.



## 2. Συναρμολόγηση Συστήματος Τροχαλίας



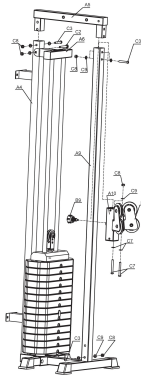
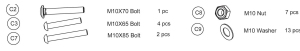
Για να συνεχίσετε τη συναρμολόγηση της Μηχανής Τροχαλίας Τοίχου, ακολουθήστε τα εξής βήματα:

1. Συνδέστε τη **Βάση Πόλου Βαρών (Μέρος A6)** στην κορυφή των **Πόλων Βαρών (Μέρος A7)** χρησιμοποιώντας δύο **Μπουλόνια M10X20 (Μέρος C4)** και δύο **Ροδέλες M10 (Μέρος C9)**. Βεβαιωθείτε ότι τα μπουλόνια είναι καλά σφιγμένα.
2. Εγκαταστήστε την **Τροχαλία Σχοινιού (Μέρος A8)** στη **Βάση Πόλου Βαρών (Μέρος A6)**.
3. Τοποθετήστε το **Ανώτερο Βάρος (Μέρος B10)** στον **Πόλο (Μέρος A9)** και ευθυγραμμίστε το με τις **Πλάκες Βαρών (Μέρος C1)**.
4. Εισάγετε την **Πείρο Βαρών (Μέρος B5)** στην επιθυμητή πλάκα βαρών για να επιλέξετε το κατάλληλο επίπεδο αντίστασης.

Βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα είναι σωστά ευθυγραμμισμένα και καλά στερεωμένα για να διατηρηθεί η σταθερότητα και η ασφάλεια της μηχανής.



### 3. Συναρμολόγηση Μηχανής Τροχαλίας Τοίχου



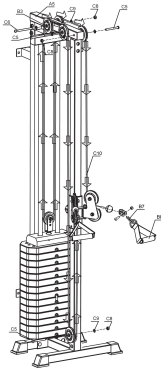
Για να συνεχίσετε τη συναρμολόγηση της Μηχανής Τροχαλίας Τοίχου, ακολουθήστε τα εξής βήματα:

1. Συνδέστε το **Πάνω Μέρος της Μηχανής (Μέρος A5)** με τον **Κάθετο Στύλο Τοίχου (Μέρος A4)** χρησιμοποιώντας το **Μπουλόνι M10X65 (Μέρος C3)**, το **Παξιμάδι M10 (Μέρος C8)** και τη **Ροδέλα M10 (Μέρος C9)**.  
Βεβαιωθείτε ότι όλα τα μπουλόνια είναι καλά σφιγμένα.
2. Στερεώστε το **Πλαίσιο Τροχαλίας με Δύο Τροχαλίες (Μέρος B1)** στον **Στύλο (Μέρος A9)** χρησιμοποιώντας το **Μπουλόνι M10X85 (Μέρος C7)**, το **Παξιμάδι M10 (Μέρος C8)** και τη **Ροδέλα M10 (Μέρος C9)**. Σφίξτε τα μπουλόνια για να εξασφαλίσετε τη σταθερότητα.
3. Συνδέστε τον **Συνδετήρα Τροχαλίας (Μέρος A10)** στον **Στύλο (Μέρος A9)** χρησιμοποιώντας το **Μπουλόνι M10X85 (Μέρος C7)**, το **Παξιμάδι M10 (Μέρος C8)** και τη **Ροδέλα M10 (Μέρος C9)**. Βεβαιωθείτε ότι ο συνδετήρας είναι ευθυγραμμισμένος και καλά στερεωμένος.
4. Εισάγετε το **Κουμπί Βίδας (Μέρος B9)** στον **Στύλο (Μέρος A9)** για να ασφαλίσετε τη συναρμολόγηση.

Βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα είναι σωστά ευθυγραμμισμένα και καλά στερεωμένα για να διατηρηθεί η σταθερότητα και η ασφάλεια της μηχανής.



#### 4. Συναρμολόγηση Μηχανής Τροχαλίας



Για να ολοκληρώσετε τη συναρμολόγηση της Μηχανής Τροχαλίας Τοίχου, ακολουθήστε τα εξής βήματα:

1. Συνδέστε την **Μεγάλη Τροχαλία (Μέρος B3)** στην **Κορυφή της Μηχανής (Μέρος A5)** χρησιμοποιώντας το **Μπουλόνι M10X90 (Μέρος C5)**, το **Παξιμάδι M10 (Μέρος C8)** και τη **Ροδέλα M10 (Μέρος C9)**.  
Βεβαιωθείτε ότι το μπουλόνι είναι καλά σφιγμένο.
2. Στερεώστε τη **Μικρή Τροχαλία (Μέρος B4)** στο κάτω μέρος χρησιμοποιώντας το **Μπουλόνι M10X90 (Μέρος C5)**, το **Παξιμάδι M10 (Μέρος C8)** και τη **Ροδέλα M10 (Μέρος C9)**. Σφίξτε το μπουλόνι για να εξασφαλίσετε σταθερότητα.
3. Συνδέστε το **Καραμπίνερ (Μέρος B7)** στο καλώδιο και προσαρτήστε τη **Λαβή (Μέρος B8)** στο καραμπίνερ.  
Βεβαιωθείτε ότι το καραμπίνερ είναι καλά ασφαλισμένο.

Βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα είναι σωστά ευθυγραμμισμένα και καλά ασφαλισμένα για να διατηρηθεί η σταθερότητα και η ασφάλεια της μηχανής.



## 5. Συντήρηση

- Χρησιμοποιήστε ένα μαλακό, υγρό πανί με ήπιο απορρυπαντικό για να σκουπίσετε όλες τις μεταλλικές επιφάνειες, συμπεριλαμβανομένου του πλαισίου, των τροχαλιών και της στοίβας βαρών. Αποφύγετε τα λειαντικά καθαριστικά που μπορεί να καταστρέψουν το φινίρισμα.
- Καθαρίστε τα ελαστικά και πλαστικά εξαρτήματα, όπως λαβές και επενδύσεις καλωδίων, με ένα υγρό πανί και ήπιο σαπούνι. Βεβαιωθείτε ότι είναι πλήρως στεγνά για να αποφύγετε την επιδείνωση.
- Σκουπίζετε τακτικά τα καλώδια για να αφαιρέσετε τη σκόνη, τον ιδρώτα και τα υπολείμματα. Αποφύγετε τη χρήση υπερβολικού νερού για να αποτρέψετε ζημιές από υγρασία.
- Λιπάνετε τις τροχαλίες και τα κινούμενα μέρη με λιπαντικό σιλικόνης όπως συνιστά ο κατασκευαστής για να διατηρήσετε την ομαλή λειτουργία. Μην χρησιμοποιείτε λιπαντικά με βάση το λάδι, καθώς μπορεί να προσελκύσουν βρωμιά.
- Επιθεωρήστε και καθαρίστε τις καρφίτσες βαρών και τους μηχανισμούς κλειδώματος για να βεβαιωθείτε ότι είναι απαλλαγμένα από σκόνη και υπολείμματα, επιτρέποντάς τους να λειτουργούν σωστά.
- Ελέγχετε και σκουπίζετε τακτικά τις περιοχές που είναι τοποθετημένες στον τοίχο για να αποτρέψετε τη συσσώρευση σκόνης που θα μπορούσε να επηρεάσει τη σταθερότητα των στερεώσεων.
- Αποθηκεύετε τα εξαρτήματα σε καθαρό, ξηρό μέρος όταν δεν χρησιμοποιούνται και σκουπίζετε τα περιοδικά για να διατηρήσετε την υγιεινή και τη μακροζωία.
- Ποτέ μην χρησιμοποιείτε σκληρά χημικά, χλωρίνη ή καθαριστικά με βάση διαλύτες, καθώς μπορεί να καταστρέψουν τις επιστρώσεις, τα ελαστικά μέρη ή τις μεταλλικές επιφάνειες.
- Επιθεωρείτε τακτικά όλα τα καλώδια, τις τροχαλίες και τα εξαρτήματα για σημάδια φθοράς, φθοράς ή ζημιάς. Αντικαταστήστε αμέσως τυχόν φθαρμένα ή κατεστραμμένα εξαρτήματα.
- Ελέγχετε περιοδικά τις στερεώσεις και τις βίδες στον τοίχο για να βεβαιωθείτε ότι το μηχάνημα παραμένει ασφαλώς τοποθετημένο. Σφίξτε τυχόν χαλαρές βίδες όπως απαιτείται.



## 6. Αντιμετώπιση Προβλημάτων

- **ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΩ ΑΝ ΛΕΙΠΟΥΝ ΜΕΡΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΑ ΜΟΥ;**

Αν φαίνεται να λείπει κάποιο μέρος από την παραγγελία σας, επικοινωνήστε με την φιλική και εξυπηρετική Ομάδα Υποστήριξης Πελατών μας εντός 7 ημερών από την παραλαβή.

- **ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΑΛΛΑ ΘΕΜΑΤΑ, ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΕ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΠΕΛΑΤΩΝ ΜΑΣ.**

Terms of Service: <https://monstershop.co.uk/policies/terms-of-service>

