

Instrukcje według Monster Shop (UK)

Maszyna do wyciągu linowego montowana na ścianie

215523

Informacje o produkcie

Ścienna Maszyna z Wyciągiem Linowym

Opis

Przedstawiamy Ścienną Maszynę z Wyciągiem Linowym – kompaktowe, ale potężne rozwiązanie do treningu siłowego całego ciała. Wyposażona w stos o wadze 80 kg oraz różnorodne, wysokiej jakości akcesoria, w tym uchwyty D, drążek do ściągania, drążek do bicepsów, linę do tricepsów i pasek na kostkę, ta maszyna jest zaprojektowana do wspierania szerokiego zakresu ćwiczeń, od górnych partii ciała po dolne. Zbudowana z solidnej stalowej ramy i dostarczana z wszystkimi niezbędnymi mocowaniami i elementami montażowymi, zapewnia wydajność na poziomie siłowni, jednocześnie maksymalizując przestrzeń i wygodę w Twoim domu lub studiu.

Specyfikacja produktu

	215523
Wymiary	75x62x213cm
Waga brutto	113KG
Materiał	Stal, Nylon, Żelazo, Cement, Stalowa Lina Pokryta Gumą, Poliester, Guma, Polipropylen

Numer katalogowy

215523



Instrukcje według Monster Shop (UK)

Maszyna do wyciągu linowego montowana na ścianie

Zalecenia dotyczące bezpieczeństwa

Upewnij się, że przeczytałeś i w pełni zrozumiałeś instrukcję obsługi oraz zalecenia dotyczące bezpieczeństwa przed użyciem tego produktu.

- Upewnij się, że urządzenie jest solidnie zamocowane za pomocą odpowiednich kotew ściennych dostosowanych do rodzaju powierzchni. Skonsultuj się z profesjonalistą, jeśli nie jesteś pewien wytrzymałości ściany i odpowiedniości mocowania.
- Regularnie sprawdzaj mocowania ściennie i śruby, aby zapewnić stabilność. Natychmiast dokręć lub wymień wszelkie luźne lub uszkodzone elementy.
- Regularnie sprawdzaj kable pod kątem oznak zużycia lub uszkodzeń. Wymień kable natychmiast, jeśli wykryjesz jakiegokolwiek zużycie.
- Nie dodawaj dodatkowego obciążenia do maszyny, ponieważ może to spowodować awarię kabli lub uszkodzenie konstrukcji.
- Zachowaj ostrożność przy regulacji ciężarów i bloczków, trzymając ręce z dala od ruchomych części i punktów zaciskowych, aby zapobiec urazom.
- Utrzymuj obszar treningowy wolny od przeszkód, aby zapobiec potknięciu się lub upadkowi. Przechowuj akcesoria prawidłowo, gdy nie są używane.
- Używaj mechanizmów blokujących, aby zabezpieczyć talerze obciążeniowe na miejscu. Nigdy nie używaj maszyny, jeśli ciężary nie są prawidłowo zabezpieczone.
- Upewnij się, że wszystkie dostarczone akcesoria są solidnie przymocowane przed użyciem.
- Regularnie sprawdzaj wszystkie mocowania, w tym śruby i bloczki, pod kątem zużycia lub poluzowania. Wymień lub dokręć elementy w razie potrzeby.
- Jeśli jakakolwiek część maszyny zostanie uszkodzona lub wadliwa, natychmiast przerwij użytkowanie i skontaktuj się z producentem w celu naprawy lub wymiany.
- Nie modyfikuj ani nie zmieniaj żadnej części maszyny, ponieważ może to zagrozić bezpieczeństwu i unieważnić gwarancję.
- Używaj tego sprzętu wyłącznie do jego zamierzonego celu. Niewłaściwe użycie może prowadzić do poważnych obrażeń lub uszkodzeń.
- Upewnij się, że maszyna jest używana w dobrze oświetlonym środowisku z wystarczającą ilością miejsca wokół niej dla bezpiecznej obsługi.
- Trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od maszyny podczas jej używania. Nigdy nie pozwalaj na niesupervizowany dostęp do sprzętu.
- Zawsze utrzymuj prawidłową postawę i technikę podczas ćwiczeń.
- Wykonaj odpowiednią rozgrzewkę i rozciąganie przed użyciem, aby zmniejszyć ryzyko urazów mięśni lub stawów.
- Jeśli podczas korzystania z maszyny odczuwasz ból, zawroty głowy lub dyskomfort, natychmiast przerwij ćwiczenia i w razie potrzeby zasięgnij porady medycznej.

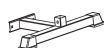


- Regularnie czyść i konserwuj maszynę zgodnie z wytycznymi producenta, aby zapewnić długoterminowe bezpieczeństwo i wydajność.

Części

Część A1 - Nogi

1 sztuka(i)



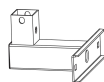
Część A2 - Łącznik nóg

1 sztuka(i)



Część A3

1 sztuka(i)



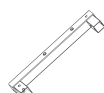
Część A4 - Słupek do montażu na ścianie

1 sztuka(i)



Część A5 - Góra Maszyny

1 sztuka(i)



Część A6 - Uchwyt na drążek obciążeniowy

1 sztuka(i)

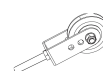


Część A7 - Pręty obciążeniowe

2 sztuka(i)



Część A8 - Krążek Linowy

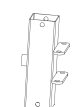


Część A9 - Drążek



Część A10 - Złącze Krążka

1 sztuka(i)



Część B1 - Obudowa z dwoma kołami pasowymi

2 sztuka(i)



B2



Część B3 - Duża Rolka

5 sztuka(i)



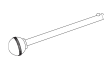
Część B4 - Mały bloczek

1 sztuka(i)



Część B5 - Kołek Obciążeniowy

1 sztuka(i)



Części B6 - Złącza słupków na stopy

2 sztuka(i)



Część B7 - Karabińczyk

2 sztuka(i)



Część B8 - Uchwyt

2 sztuka(i)



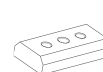
Część B9 - Pokrętło Śruby

1 sztuka(i)



Część B10 - Górny Ciężar

1 sztuka(i)



Część C1 - Talerz obciążeniowy

14 sztuka(i)



Część C2 - Śruba M10x70

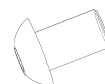
3 sztuka(i)



Część C3 – Śruba M10x65
6 sztuka(i)



Część C4 – Śruba M10x20
4 sztuka(i)



Część C5 – Śruba M10x90
3 sztuka(i)



Część C6 – Śruba M10x120
1 sztuka(i)



Część C7 – Śruba M10x85
2 sztuka(i)



Część C8 – Nakrętka M10
15 sztuka(i)



Część C9 – Podkładka M10
31 sztuka(i)



C10



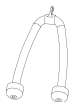
Część D1 – Drążek do ściągania na
plecy
1 sztuka(i)



Część D2 – Drążek do bicepsów
1 sztuka(i)



Część D3 – Lina do tricepsów
1 sztuka(i)



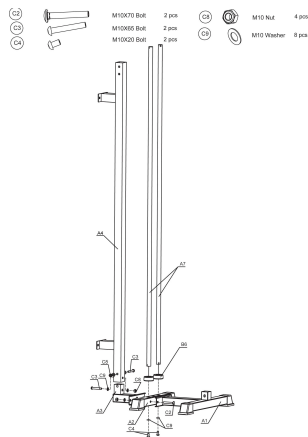
Część D4 – Pasek na kostkę
1 sztuka(i)



Kroki (6)



1. Montaż Podstawy Ściennej Maszyny z Krążkiem Kablowym



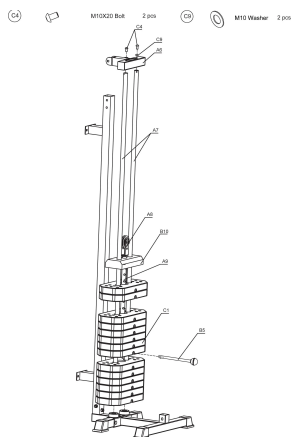
Aby złożyć podstawę i strukturę wsporczą Ściennej Maszyny z Krążkiem Kablowym, wykonaj następujące kroki:

1. Przymocuj **Nogi (Część A1)** do **Złącza Nóg (Część A2)** za pomocą **Śruby M10X20 (Część C4)**, **Nakrętki M10 (Część C8)** i **Podkładki M10 (Część C9)**. Upewnij się, że wszystkie śruby są mocno dokręcone.
2. Połącz **Pręt Montażowy do Ściany (Część A4)** ze **Złączem Nóg (Część A2)** za pomocą **Śruby M10X65 (Część C3)**, **Nakrętki M10 (Część C8)** i **Podkładki M10 (Część C9)**. Dokręć śruby, aby zapewnić stabilność.
3. Zabezpiecz **Pręty Obciążeniowe (Część A7)** do **Złączy Prętów Nóg (Część B6)** za pomocą **Śruby M10X70 (Część C2)**, **Nakrętki M10 (Część C8)** i **Podkładki M10 (Część C9)**. Upewnij się, że pręty są wyrównane i mocno przymocowane.

Upewnij się, że wszystkie komponenty są prawidłowo wyrównane i mocno przymocowane, aby utrzymać stabilność i bezpieczeństwo maszyny.



2. Montaż Systemu Wyciągu Linowego



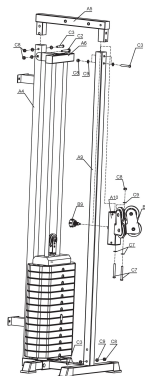
Aby kontynuować montaż Ściennej Maszyny z Wyciągiem Linowym, wykonaj następujące kroki:

1. Przymocuj **Uchwyt Drążka Obciążeniowego (Część A6)** do górnej części **Drążków Obciążeniowych (Część A7)** za pomocą dwóch **Śrub M10X20 (Część C4)** i dwóch **Podkładek M10 (Część C9)**. Upewnij się, że śruby są mocno dokręcone.
2. Zainstaluj **Wyciąg Linowy (Część A8)** na **Uchwyt Drążka Obciążeniowego (Część A6)**.
3. Umieść **Górne Obciążenie (Część B10)** na **Drążku (Część A9)** i wyrównaj je z **Talerzami Obciążeniowymi (Część C1)**.
4. Włóż **Kółko Obciążeniowe (Część B5)** do wybranego talerza obciążeniowego, aby ustawić odpowiedni poziom oporu.

Upewnij się, że wszystkie elementy są prawidłowo wyrównane i mocno zamocowane, aby utrzymać stabilność i bezpieczeństwo maszyny.



3. Montaż Ściennej Maszyny z Wyciągiem Linowym



Aby kontynuować montaż Ściennej Maszyny z Wyciągiem Linowym, wykonaj następujące kroki:

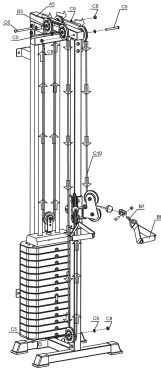
1. Przymocuj **Górną Część Maszyny (Część A5)** do **Słupa Montażowego na Ścianie (Część A4)** za pomocą **Śruby M10X65 (Część C3)**, **Nakrętki M10 (Część C8)** i **Podkładki M10 (Część C9)**. Upewnij się, że wszystkie śruby są mocno dokręcone.
2. Zamocuj **Obudowę Z Bloczkami (Część B1)** do **Słupa (Część A9)** używając **Śruby M10X85 (Część C7)**, **Nakrętki M10 (Część C8)** i **Podkładki M10 (Część C9)**. Dokręć śruby, aby zapewnić stabilność.
3. Przymocuj **Złącze Bloczków (Część A10)** do **Słupa (Część A9)** używając **Śruby M10X85 (Część C7)**, **Nakrętki M10 (Część C8)** i **Podkładki M10 (Część C9)**. Upewnij się, że złącze jest wyrównane i mocno przymocowane.
4. Włóż **Pokrętło Śruby (Część B9)** do **Słupa (Część A9)**, aby zabezpieczyć montaż.

Upewnij się, że wszystkie elementy są prawidłowo wyrównane i mocno przymocowane, aby utrzymać stabilność i bezpieczeństwo maszyny.



4. Montaż Maszyny z Wyciągiem Linowym

	M10X120 Bolt	1 pc		M10 Nut	4 pcs
	M10X90 Bolt	2 pcs		M10 Washer	8 pcs



Aby zakończyć montaż Ściennej Maszyny z Wyciągiem Linowym, wykonaj następujące kroki:

1. Przymocuj **Dużą Rolkę (Część B3)** do **Góry Maszyny (Część A5)** używając **Śruby M10X90 (Część C5)**, **Nakrętki M10 (Część C8)** oraz **Podkładki M10 (Część C9)**. Upewnij się, że śruba jest mocno dokręcona.
2. Zamocuj **Małą Rolkę (Część B4)** do dolnej części używając **Śruby M10X90 (Część C5)**, **Nakrętki M10 (Część C8)** oraz **Podkładki M10 (Część C9)**. Dokręć śrubę, aby zapewnić stabilność.
3. Połącz **Karabińczyk (Część B7)** z kablem i przymocuj **Uchwyt (Część B8)** do karabińczyka. Upewnij się, że karabińczyk jest mocno zapięty.

Upewnij się, że wszystkie elementy są prawidłowo wyrównane i mocno zamocowane, aby utrzymać stabilność i bezpieczeństwo maszyny.



5. Konserwacja

- Użyj miękkiej, wilgotnej ściereczki z łagodnym detergentem do przetrarcia wszystkich metalowych powierzchni, w tym ramy, bloczków i stosu ciężarów. Unikaj środków czyszczących o właściwościach ściernych, które mogą uszkodzić wykończenie.
- Czyść gumowe i plastikowe elementy, takie jak uchwyty i powłoki kabli, wilgotną ściereczką i łagodnym mydłem. Upewnij się, że są dokładnie wysuszone, aby zapobiec ich degradacji.
- Regularnie przecieraj kable, aby usunąć kurz, pot i zanieczyszczenia. Unikaj używania nadmiernej ilości wody, aby zapobiec uszkodzeniom wilgocią.
- Nasmaruj bloczki i ruchome części smarem na bazie silikonu, zgodnie z zaleceniami producenta, aby utrzymać płynność działania. Nie używaj smarów na bazie oleju, ponieważ mogą przyciągać brud.
- Sprawdź i oczyść bolce ciężarów i mechanizmy blokujące, aby upewnić się, że są wolne od kurzu i zanieczyszczeń, co pozwala im działać prawidłowo.
- Regularnie sprawdzaj i przecieraj obszary montowane na ścianie, aby zapobiec gromadzeniu się kurzu, który mógłby wpłynąć na stabilność mocowań.
- Przechowuj akcesoria w czystym, suchym miejscu, gdy nie są używane, i okresowo je przecieraj, aby zachować higienę i trwałość.
- Nigdy nie używaj silnych chemikaliów, wybielaczy ani środków czyszczących na bazie rozpuszczalników, ponieważ mogą one uszkodzić powłoki, części gumowe lub metalowe powierzchnie.
- Regularnie sprawdzaj wszystkie kable, bloczki i akcesoria pod kątem oznak zużycia, strzępienia lub uszkodzeń. Wymień wszelkie zużyte lub uszkodzone elementy natychmiast.
- Okresowo sprawdzaj mocowania ściennie i śruby, aby upewnić się, że maszyna pozostaje stabilnie zamontowana. W razie potrzeby dokręć luźne śruby.

6. Rozwiązywanie problemów

- **CO ZROBIĆ, JEŚLI W MOIM ZAMÓWIENIU BRAKUJE CZĘŚCI?**

Jeśli w Twoim zamówieniu brakuje jakiegokolwiek części, skontaktuj się z naszym przyjaznym i pomocnym Zespołem Wsparcia Klienta w ciągu 7 dni od otrzymania przesyłki.

- **W PRZYPADKU WSZYSTKICH INNYCH PROBLEMÓW, PROSIMY O KONTAKT Z NASZYM ZESPOŁEM WSPARCIA KLIENTA.**



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

