

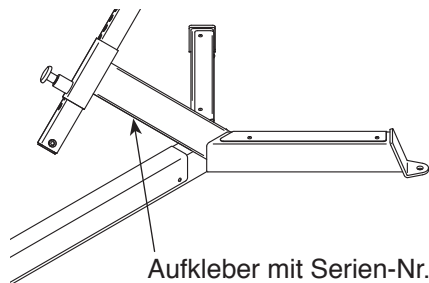
FREEMOTION®

45° Back Extension

Modell-Nr. F206.0

Serien-Nr. _____

Schreiben Sie die Seriennummer in den oben dafür freigehaltenen Platz, falls sie in Zukunft gebraucht werden sollte.



Aufkleber mit Serien-Nr.
(unter dem Rahmen)

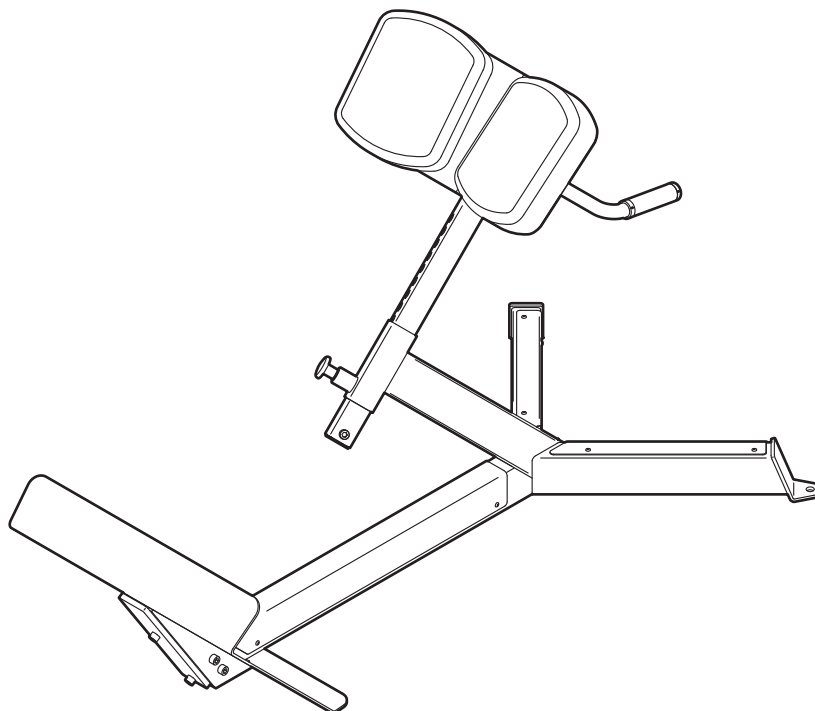
BEDIENUNGSANLEITUNG

FRAGEN?

Haben Sie irgendwelche Fragen oder sollte ein Teil fehlen oder beschädigt sein, siehe DEN KUNDENDIENST KONTAKTIEREN auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung.

VORSICHT

Lesen Sie alle Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen in dieser Bedienungsanleitung, bevor Sie dieses Gerät benutzen. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung für späteres Nachschlagen auf.

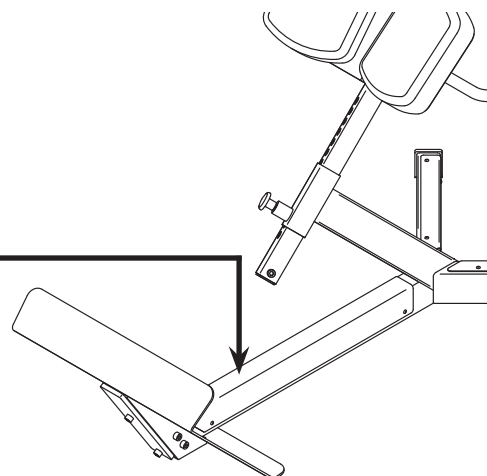
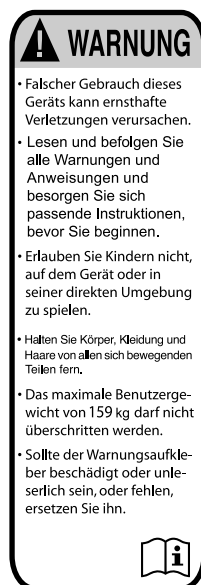


INHALTSVERZEICHNIS

WARNUNGSaufkleber ANBRINGEN	2
WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN	3
BEVOR SIE ANFANGEN	4
DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE	5
MONTAGE UND EINSTELLUNG	6
WARTUNG UND FEHLERSUCHE	9
TEILELISTE	11
EXPLOSIONSZEICHNUNG	11
DEN KUNDENDIENST KONTAKTIEREN	Rückseite
BESCHRÄNKTE GARANTIE	Rückseite

WARNUNGSaufkleber ANBRINGEN

Der hier abgebildete Warnungsaufkleber ist diesem Produkt beigelegt. Kleben Sie diesen Warnungsaufkleber über die englische Warnung an der Stelle, die in dieser Abbildung gezeigt wird. **Sollte ein Aufkleber fehlen oder unleserlich sein, siehe Rückseite dieser Bedienungsanleitung, um einen kostenlosen Ersatzaufkleber anzufordern. Bringen Sie den Aufkleber an der gezeigten Stelle an.** Anmerkung: Der Aufkleber ist möglicherweise nicht in wahrer Größe abgebildet.



WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

⚠️ WARNUNG: Um das Risiko schwerer Verletzung zu verringern, lesen Sie alle wichtigen Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen in dieser Bedienungsanleitung und alle Warnungen, die auf dem Kraftgerät angebracht wurden, bevor Sie das Kraftgerät benutzen. FreeMotion Fitness übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden, die durch dieses Produkt oder durch seine Benutzung verursacht werden.

1. Bevor Sie mit irgendeinem Trainingsprogramm beginnen, konsultieren Sie Ihren Hausarzt. Dies ist besonders für Personen über 35 Jahre oder für Personen mit vorher existierenden Gesundheitsproblemen wichtig.
2. Benutzen Sie das Kraftgerät nur wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben.
3. Benutzen Sie das Kraftgerät nur auf einer ebenen Fläche. Bedecken Sie den Fußboden unter dem Kraftgerät, um den Fußboden zu schonen.
4. Der Erwerber ist dafür verantwortlich, dass es rund um das Kraftgerät zur Ausführung der beabsichtigten Übung genügend Platz gibt.
5. Für maximale Stabilität muss das Kraftgerät, wo vorgeschrieben und wenn immer möglich, mit den drei 14 mm Verankerungslöchern im Fußboden verankert werden.
6. Sorgen Sie dafür, dass alle Teile richtig festgezogen sind, bevor Sie das Kraftgerät benutzen.
7. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, dass alle Benutzer des Kraftgeräts ausreichend über alle Vorsichtsmaßnahmen informiert sind und dass diese alle Warnungsaufkleber gelesen und verstanden haben und wissen, wie man das Kraftgerät richtig benutzt.
8. Alle Benutzer des Kraftgeräts sollten angewiesen werden, jede Verletzung oder Unregelmäßigkeit des Kraftgeräts dem Personal sofort zu melden.
9. Das Kraftgerät ist dafür bestimmt, ein maximales Benutzergewicht von 159 kg zu tragen.
10. Kinder unter 13 Jahren und Haustiere müssen jederzeit vom Kraftgerät ferngehalten werden.
11. Zum Schutz Ihrer Füße sollten Sie immer Sportschuhe tragen, während Sie das Kraftgerät benutzen.
12. Übermäßiges Trainieren kann zu ernsthaften Verletzungen oder sogar zum Tod führen. Sollten Sie sich einer Ohnmacht nahe fühlen, kurzatmig werden oder Schmerzen während des Trainings verspüren, beenden Sie sofort das Training und ruhen Sie sich aus.

BEVOR SIE ANFANGEN

Vielen Dank, dass Sie sich für das FREEMOTION® 45° BACK EXTENSION Kraftgerät entschieden haben. Die 45° BACK EXTENSION ist dafür bestimmt, Ihnen bei der Entwicklung der Hauptmuskelgruppen Ihres Oberkörpers zu helfen. Ob es Ihr Ziel ist Ihren Körper zu tonen oder dramatische Muskelgröße und Stärke zu entwickeln, die 45° BACK EXTENSION wird Ihnen dabei helfen, die gewünschten spezifischen Resultate zu erzielen.

Lesen Sie bitte zu Ihrem eigenen Vorteil diese Bedienungsanleitung genauestens durch, bevor Sie das Kraftgerät benutzen. Sollten Sie nach der Lektüre dieser Bedienungsanleitung noch Fragen

haben, sehen Sie bitte auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung nach. Damit wir Ihnen besser helfen können, nehmen Sie die Modellnummer und Seriennummer des Produkts zur Kenntnis, bevor Sie uns kontaktieren. Auf der Vorderseite dieser Bedienungsanleitung finden Sie die Modellnummer und die Stelle, an der der Aufkleber mit der Seriennummer angebracht ist.

Bevor Sie weiterlesen, werfen Sie bitte zuerst einen Blick auf die unten abgebildete Zeichnung und machen Sie sich mit den gekennzeichneten Einzelteilen vertraut.

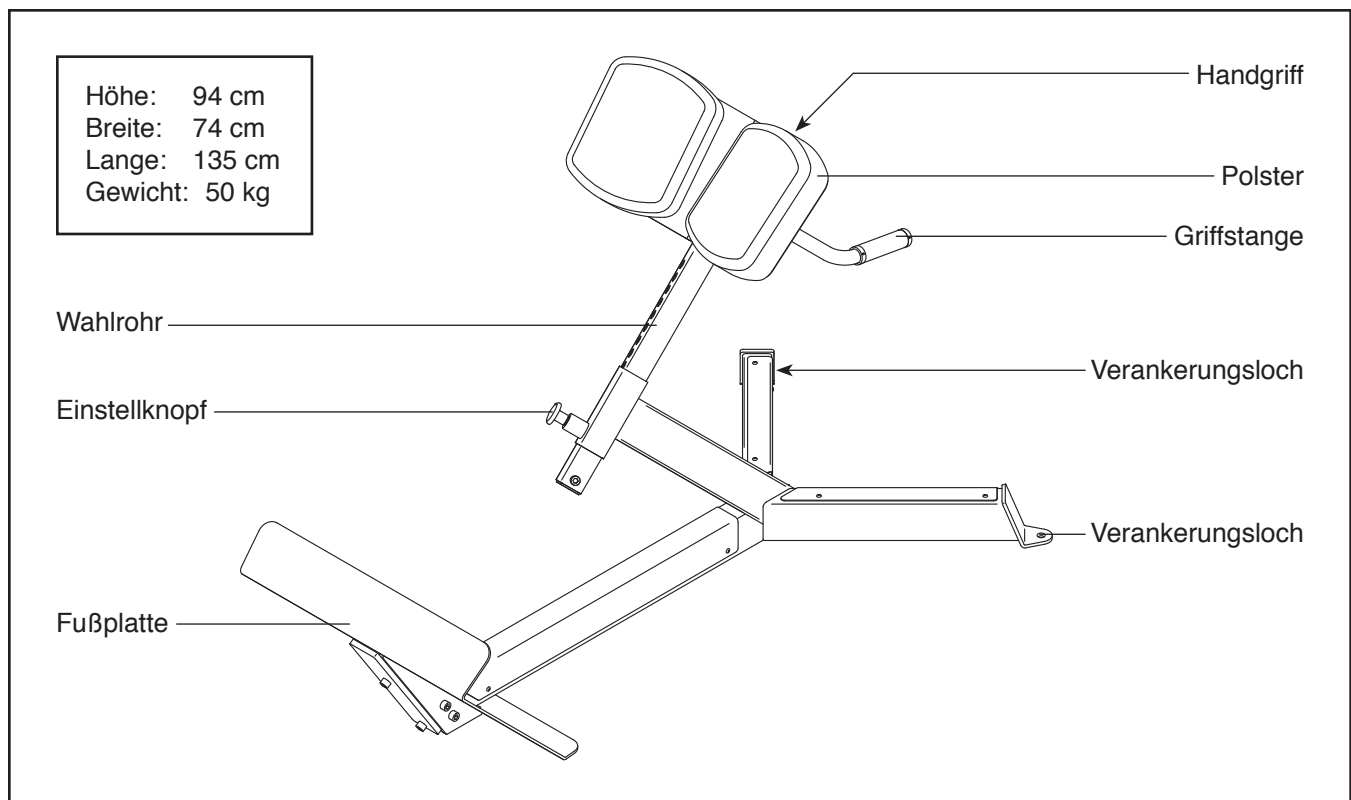
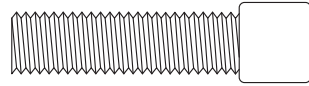
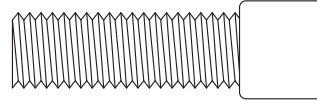


DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE

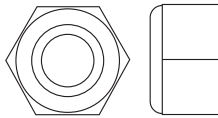
Benutzen Sie die untenstehenden Abbildungen, um die kleinen Teile, die bei der Montage benutzt werden, zu identifizieren. Die Zahl in Klammern unter jeder Abbildung ist die Kennziffer des Teils, die mit der TEILELISTE am Ende dieser Bedienungsanleitung übereinstimmt. Die Zahl nach der Kennziffer bezieht sich auf die Stückzahl, die für die Montage gebraucht wird. **WICHTIG: Sollte sich ein Teil nicht im Montagesatz befinden, überprüfen Sie, ob es nicht schon vormontiert wurde.**



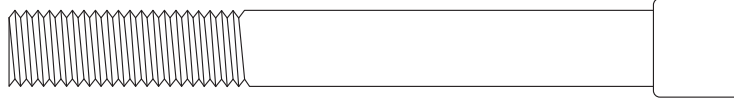
M8 x 30mm Schraube (16)–8



M10 x 30mm Schraube (15)–5



M10 Sicherungsmutter
(5)–2



M10 x 85mm Bolzen (6)–2

MONTAGE UND EINSTELLUNG

Bevor Sie mit der Montage beginnen, lesen Sie bitte aufmerksam die folgenden Informationen und Anweisungen durch:

- Die Montage erfordert zwei Personen.
- Wegen des Gewichts und der Größe des Kraftgeräts sollen Sie diese an der Stelle montieren, wo sie dann auch verwendet wird. Achten Sie darauf, genügend Freiraum zu lassen, damit Sie um das Kraftgerät herum gehen können, während Sie es montieren.
- Legen Sie alle Teile auf einen freigeräumten Ort und entfernen Sie die Verpackungsmaterialien. Werfen Sie die Verpackungsmaterialien nicht weg, bevor die Montage völlig fertiggestellt ist.

- Verwenden Sie zur Identifizierung der kleinen Teile das DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE auf Seite 5.

- Die folgenden Werkzeuge (nicht beigelegt) sind für die Montage erforderlich:

- ein Rollgabelschlüssel

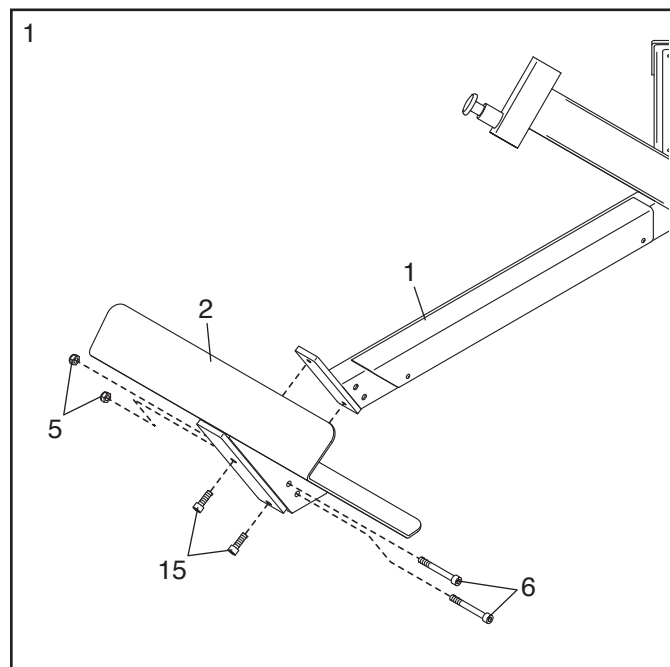


- ein Satz metrischer Innensechskantschlüssel

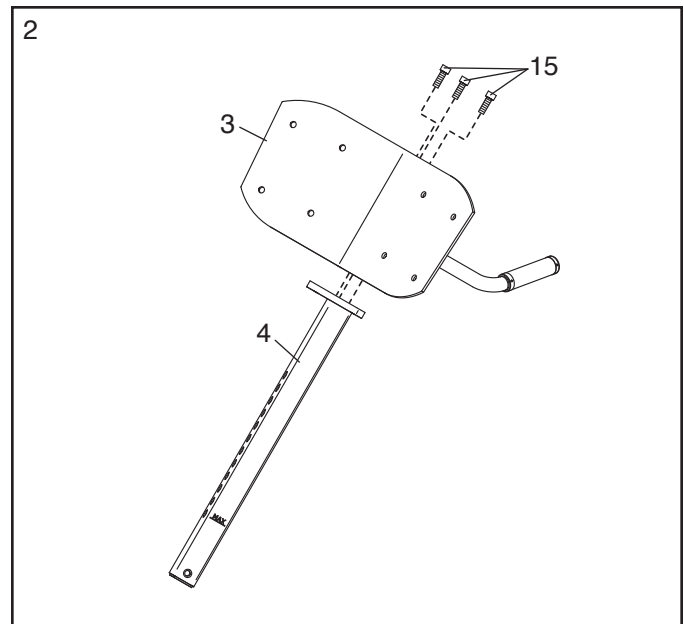


Die Montage wird vielleicht erleichtert, wenn Sie einen Steckschlüsselsatz, einen Gabelschlüsselsatz, einen Ringschlüsselsatz oder einen Knarenschlüsselsatz haben.

1. Befestigen Sie die Fußplatte (2) an der Basis (1) mit zwei M10 x 30mm Schrauben (15), zwei M10 x 85mm Bolzen (6) und zwei M10 Sicherungsmuttern (5). **Tipp: Drehen Sie beide Schrauben lose ein und schieben Sie beide Bolzen ein, bevor Sie diese festziehen.**

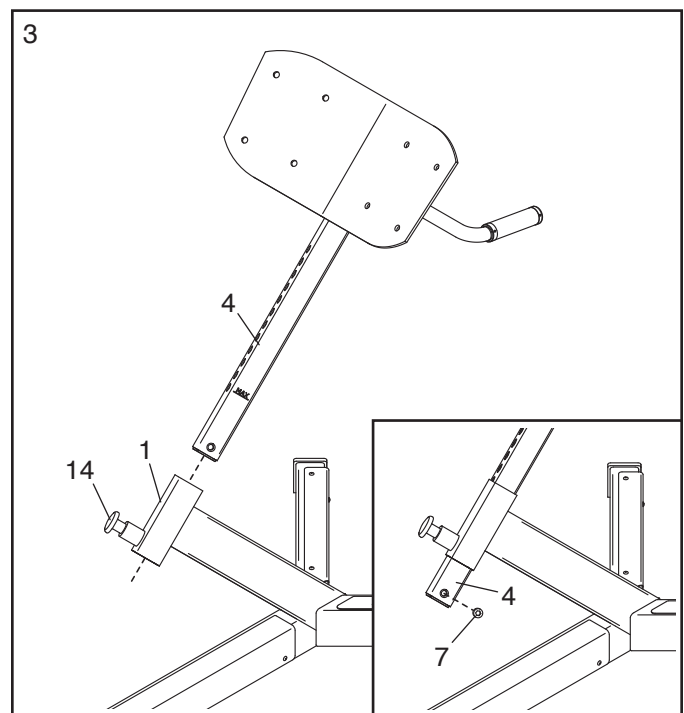


2. Befestigen Sie den Polsterrahmen (3) am Wahlrohr (4) mit drei M10 x 30mm Schrauben (15).



3. Ziehen Sie am Einstellknopf (14), schieben Sie das Wahlrohr (4) in die Basis (1) ein und lassen Sie den Einstellknopf in einem der Einstelllöcher im Wahlrohr einrasten.

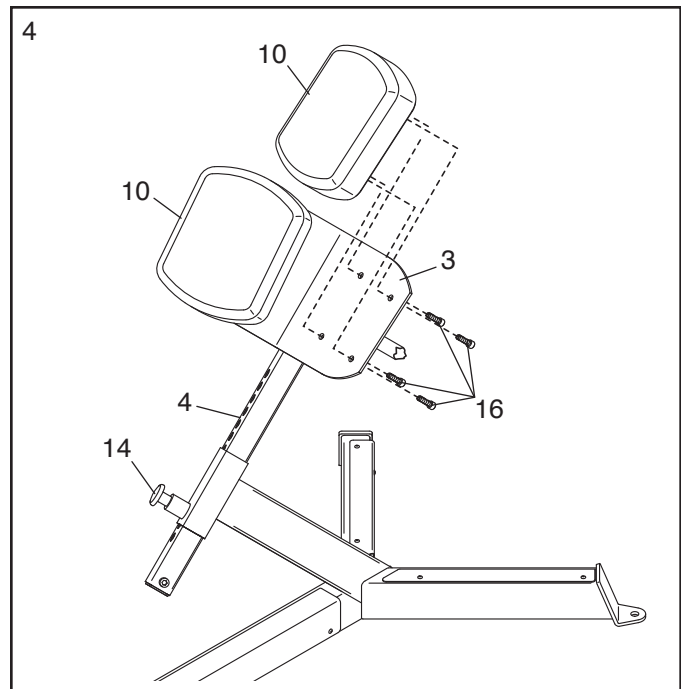
Siehe die eingefügte Abbildung. Ziehen Sie eine M10 x 15mm Schraube (7) im Loch in der Nähe des unteren Ende des Wahlrohrs (4) fest.



4. Befestigen Sie ein Polster (10) am Polsterrahmen (3) mit vier M8 x 30mm Schrauben (16). **Um ein Beschädigen des Polsters zu vermeiden, ziehen Sie die Schrauben nur solange an, bis sich das Polster nicht mehr bewegt oder locker ist. Tipp: Drehen Sie alle vier Schrauben lose ein, bevor Sie irgendeine festziehen.**

Befestigen Sie das andere Polster (10) auf die gleiche Weise.

Um die Position der Polster (10) einzustellen, ziehen Sie am Einstellknopf (14), schieben Sie das Wahlrohr (4) nach oben oder nach unten und lassen Sie den Einstellknopf in einem der Einstelllöcher im Wahlrohr einrasten. **Bewegen Sie das Wahlrohr leicht nach oben oder nach unten, um sicher zu gehen, dass der Einstellknopf in einem der Einstelllöcher eingearastet ist.**



5. **Sorgen Sie dafür, dass alle Teile des Kraftgeräts richtig festgezogen sind.** Um den Fußboden oder Teppich vor Schaden zu schützen, legen Sie eine Matte unter das Kraftgerät.

WARTUNG UND FEHLERSUCHE

Zur optimalen Leistung des Kraftgeräts und zur Verminderung von Verletzungsgefahren, müssen Sie regelmäßig vorbeugende Wartungsmaßnahmen durchführen. Weisen Sie das gesamte Personal an, die in diesem Abschnitt beschriebenen Wartungsarbeiten durchzuführen. Das Personal muss auch jeden Unfall protokollieren und melden. Um die Garantie des Kraftgeräts aufrechtzuerhalten, verwenden Sie nur Ersatzteile von FREEMOTION zur Reparatur oder zum Ersatz. Haben Sie irgendwelche Fragen oder Anliegen, siehe DEN KUNDENDIENST KONTAKTIEREN auf Rückseite dieser Bedienungsanleitung.

TÄGLICHE WARTUNG

Polsterung und Rahmen—Allgemeine Reinigung

1. Säubern Sie das Kraftgerät mithilfe eines weichen Tuches, das mit milder Seife und warmem Wasser befeuchtet wurde. Wenn notwendig, verwenden Sie eine weiche Bürste mit der Reinigungslösung.
2. Spülen Sie den Bereich mithilfe eines weichen Tuches, das mit sauberem Wasser befeuchtet wurde, gründlich ab. Sorgfältig abtrocknen.

Polsterung—Schwierige Flecken

1. Sprühen Sie den Fleck mit einem nicht scheuernden Haushaltsreiniger wie FORMULA 409®, SIMPLE GREEN® oder einem ähnlichen Produkt ein. Reiben Sie den fleckigen Bereich sanft und lassen Sie das Reinigungsmittel einige Minuten lang einwirken.
2. Spülen Sie den Bereich mithilfe eines weichen Tuches, das mit sauberem Wasser befeuchtet wurde, gründlich ab. Sorgfältig abtrocknen.
3. Falls erforderlich, wiederholen Sie den Vorgang unter Verwendung einer Bürste mit weichen Borsten.

Zusätzliche Methode für Schwierige Flecken

1. Reiben Sie den fleckigen Bereich sanft mit einem weichen Tuch ab, das Sie mit Reinigungsalkohol angefeuchtet haben.
2. Spülen Sie den Bereich mithilfe eines weichen Tuches, das mit sauberem Wasser befeuchtet wurde, gründlich ab. Sorgfältig abtrocknen.

VORSICHT: Wenn Sie irgendein Reinigungsprodukt verwenden, probieren Sie es zunächst an einer unauffälligen Stelle aus, um sicher zu stellen, dass das Material nicht beschädigt wird. Befolgen Sie die Anweisungen und Sicherheitsvorkehrungen der Hersteller der Reinigungsmittel. FreeMotion Fitness und seine Verkäufer haften nicht für Schäden oder Verletzungen, die durch die Verwendung oder die falsche Verwendung von Reinigungsprodukten entstehen. **WICHTIG:** Verwenden Sie keine Scheuermittel, die das Kraftgerät verkratzen können. Aggressive Reiniger

und Scheuermittel beschädigen die Aufkleber. Reinigen Sie rund um die Aufkleber mit besonderer Vorsicht. Verwenden Sie keine Lösungsmittel wie Lackverdünner, Kerosin, Benzin oder ähnliche Flüssigkeiten.

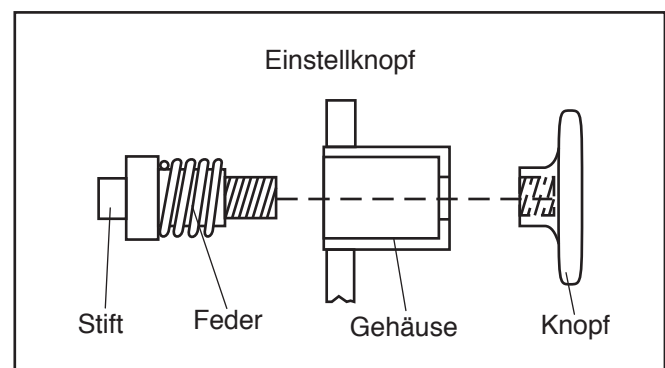
WÖCHENTLICHE WARTUNG

Befestigungsteile

Überprüfen Sie alle Muttern und Schrauben und ziehen Sie sie an, falls erforderlich. **WICHTIG: Alle FREEMOTION-Polster haben Stützplatten aus dichtem Sperrholz, an dem sich Einschlagmuttern befinden, mit denen die Polster am Kraftgerät geschraubt werden. Da die Einschlagmuttern vom Sperrholz gehalten werden, halten sie nicht dem Drehmoment von Standardmuttern und -bolzen stand. Wenn Sie die Bolzen anziehen, die ein Polster befestigen, drehen Sie diese nur so lange, bis sie mäßig fest sind und das Polster nicht mehr bewegen lässt und nicht wackelig wirkt. Ein zu festes Anziehen kann dazu führen, dass die Einschlagmuttern überdreht werden und es dann nicht mehr möglich ist, das Polster zu entfernen.**

Einstellknopf

Sollte ein Einstellknopf stecken bleiben, dann muss man ihn schmieren. Schrauben Sie den Knopf auseinander und tragen Sie eine dünne Schicht von Lithiumfett auf. Setzen Sie den Knopf wieder zusammen, wie unten abgebildet. Sollte der Einstellknopf immer noch nicht richtig funktionieren, muss man vielleicht die Feder ersetzen. Um eine neue Feder zu bestellen, siehe DEN KUNDENDIENST KONTAKTIEREN auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung.



TEILELISTE

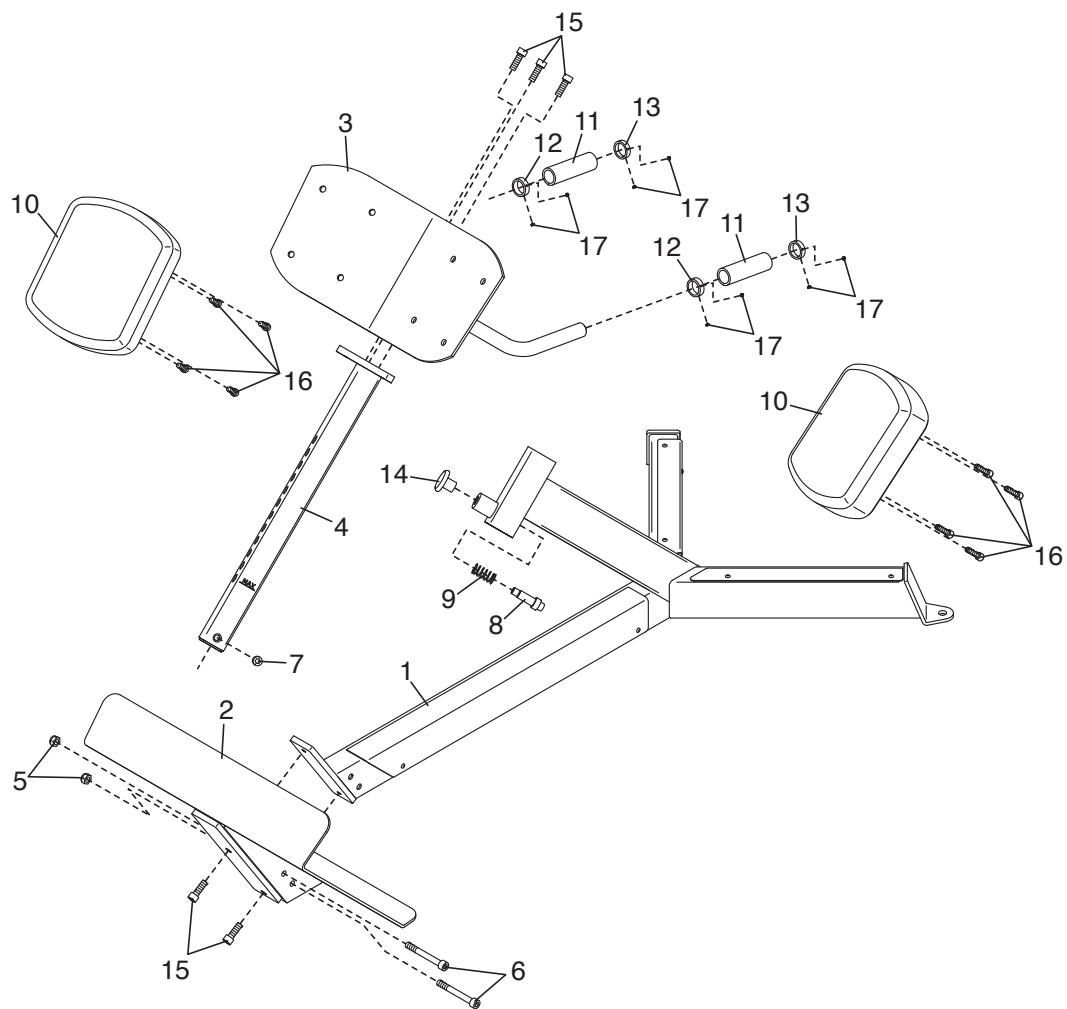
Modell-Nr. F206.0 R1217A

Nr.	Anzahl	Beschreibung	Nr.	Anzahl	Beschreibung
1	1	Basis	10	2	Polster
2	1	Fußplatte	11	2	Griffoberfläche
3	1	Polsterrahmen	12	2	Manschette
4	1	Wahlrohr	13	2	Kappe
5	2	M10 Sicherungsmutter	14	1	Einstellknopf
6	2	M10 x 85mm Bolzen	15	5	M10 x 30mm Schraube
7	1	M10 x 15mm Schraube	16	8	M8 x 30mm Schraube
8	1	Einstellstift	17	8	M4 x 3mm Gewindestift
9	1	Feder	*	–	Bedienungsanleitung

Anmerkung: Technische Änderungen ohne Ankündigung vorbehalten. Auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung finden Sie Informationen zur Bestellung von Ersatzteilen. *Weist auf ein nicht-abgebildetes Teil hin.

EXPLOSIONSZEICHNUNG

Modell-Nr. F206.0 R1217A



DEN KUNDENDIENST KONTAKTIEREN

Haben Sie nach der Lektüre dieser Bedienungsanleitung noch Fragen oder sollte ein Teil beschädigt sein oder fehlen, kontaktieren Sie bitte unseren Kundendienst durch eine der Telefonnummern oder Adressen unten.

Vermerken Sie bitte die Modellnummer, die Seriennummer und den Namen des Produkts (siehe Vorderseite dieser Bedienungsanleitung), bevor Sie den Kundendienst kontaktieren. Falls Sie Ersatzteile bestellen, notieren Sie bitte auch die Kennziffer und Beschreibung jedes Teils (siehe die TEILELISTE und die EXPLOSIONSZEICHNUNG am Ende dieser Bedienungsanleitung).

Innerhalb der USA

Anrufen: 1-800-201-2109, Mo.–Fr. 6:00–18:00 MT

E-Mail: customercare@freemotionfitness.com

Anschreiben:

FreeMotion Fitness

1500 South 1000 West

Logan, UT 84321-9813

USA

Außerhalb der USA

Anrufen: 001-800-527-5417 oder 001-435-786-3521,

Mo.–Fr. 6:00–15:00 USA Mountain Time

E-Mail: intlcustomercare@freemotionfitness.com

BESCHRÄNKTE GARANTIE

FRIST UND DECKUNG DER GARANTIE

FreeMotion Fitness garantiert bei normalen Bedingungen für Nutzung und Wartung, dass dieses Produkt frei von Herstellungs- und Materialmängeln ist. Teile und Arbeitskosten stehen ein (1) Jahr unter Garantie, falls auf der Rechnung nicht anders angegeben.

Die Garantiezeit beginnt mit dem Kaufdatum in der Rechnung. Teile, die während der Garantiezeit repariert oder ersetzt werden, sind für den Rest der ursprünglichen Garantiezeit unter Garantie.

BEDINGUNGEN UND EINSCHRÄNKUNGEN

Folgendes macht die Garantie für das Produkt ungültig:

1. Diese Garantie gilt nur für den ursprünglichen Besitzer und ist nicht übertragbar.
2. Die Garantie für Arbeitskosten bezieht sich nur auf Produkte, die in den USA und Kanada verkauft werden. Kontaktieren Sie Ihren autorisierten FreeMotion Fitness Händler, um sich über Details in Bezug auf Deckung von Arbeitskosten in Ihrem Land zu erkundigen.
3. Jeglicher Missbrauch, unsachgemäßer Gebrauch oder unvorschriftsmäßige Wartung.
4. Benutzer, die das in dieser Bedienungsanleitung beschriebene maximal zulässige Benutzergewicht überschreiten.
5. Schäden, die durch den Transport des Produkts oder durch falsche Lagerung entstehen, inklusive Bewegen und Lagern des Produkts auf der Seite.
6. Gebrauch oder Lagerung des Produkts im Freien oder in sehr feuchten Umgebungen, inklusive Badeorten und Schwimmanlagen.
7. Schäden, die durch unvorschriftsmäßige Verkabelung oder unzureichenden elektrischen Strom entstehen. Anmerkung: Dieses Produkt könnte keine Verkabelung haben.

Diese Garantie trifft nicht auf Folgendes zu:

1. Optische Gegenstände einschließlich Griffoberflächen, Aufkleber und Beschriftungen.

2. Abholungs- und Lieferungsgebühren oder Transportkosten, die mit einer Reparatur verbunden sind.
3. Jegliche Probleme, die aufgrund unvorschriftsmäßiger Montage oder Lieferung zustande kommen.

WAS TUN, WENN DIENSTLEISTUNG ERFORDERLICH IST

FreeMotion Fitness Garantieleistungen können durch einen autorisierten Händler, von dem Sie dieses Produkt gekauft haben, erworben werden. Heben Sie Ihre ursprüngliche Rechnung und die Seriennummer auf. Falls dieses Produkt einen Ausfall unter den beschriebenen Garantiebedingungen hat, wird FreeMotion Fitness wahlweise entweder das Produkt reparieren oder ersetzen oder den Einkaufspreis zurückerstatten. FreeMotion Fitness entschädigt Dienstleistungsanbieter für Garantieaufträge innerhalb ihres Dienstleistungsgebiets. Zusätzliche Kosten für Dienstleistungen außerhalb dieses Dienstleistungsgebiets könnten Ihnen berechnet werden.

FreeMotion Fitness ist nicht verantwortlich oder haftbar für indirekte oder spezielle Schäden oder Folgeschäden, die durch Benutzung oder Leistung dieses Produkts oder in Zusammenhang damit entstehen, Schäden durch irgendeinen wirtschaftlichen Verlust, Eigentumsverlust, Einkommens- oder Gewinnverlust, Vergnügungs- oder Nutzungsausfall oder Kosten von Entsorgung oder Montage oder andere Folgeschäden. Manche Regionen erlauben den Ausschluss oder die Beschränkung von Folgeschäden nicht. Dementsprechend könnten die oben angeführten Einschränkungen Sie nicht betreffen. Diese Garantie gibt Ihnen bestimmte Rechte und Sie könnten auch andere Rechte haben, die von Region zu Region unterschiedlich sind.

FREEMOTION FITNESS KONTAKTIEREN

Siehe DEN KUNDENDIENST KONTAKTIEREN oben.