

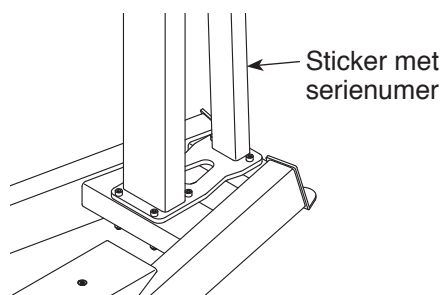
# FREEMOTION<sup>®</sup>

## Dip Chin Ab

Modelnr. F207.0

Serienr. \_\_\_\_\_

Noteer het serienummer hierboven  
voor verdere raadpleging.



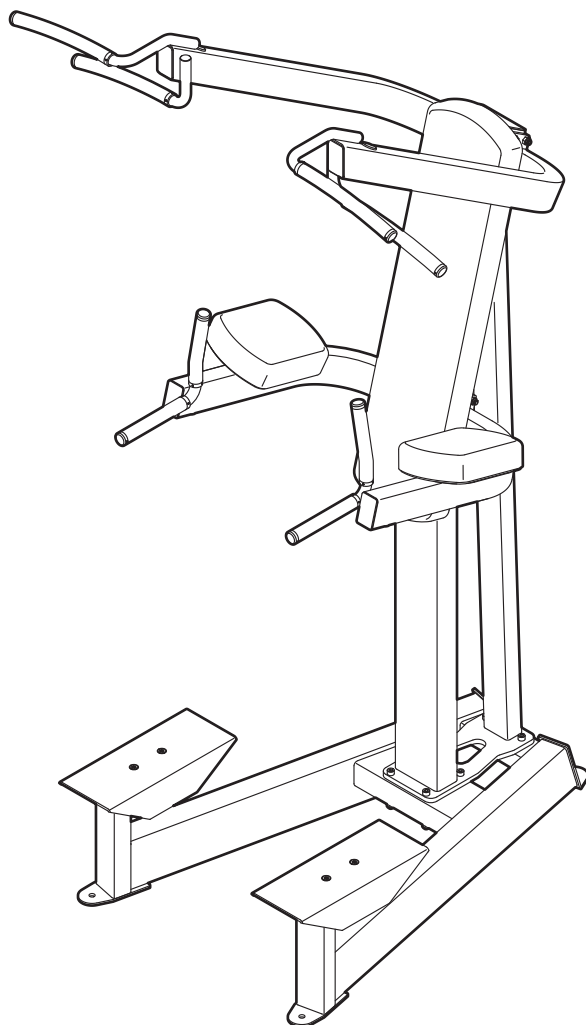
### VRAGEN?

Indien u vragen hebt of  
onderdelen beschadigd zijn of  
ontbreken, kijk dan bij **CONTACT  
OPNEMEN MET KLANTENDIENST**  
aan de achterkant van deze  
handleiding.

### OPGELET

Lees voor gebruik van dit  
apparaat alle instructies en  
voorzorgsmaatregelen in deze  
handleiding. Bewaar deze hand-  
leiding voor verdere raadpleging.

## GEBRUIKSAANWIJZING



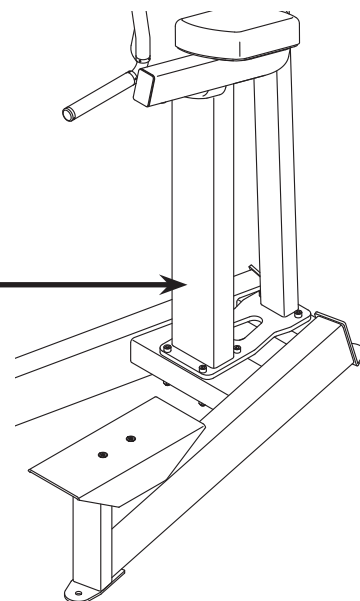
# INHOUD

|                                                |                |
|------------------------------------------------|----------------|
| DE STICKER MET WAARSCHUWING .....              | 2              |
| BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN .....         | 3              |
| VOORDAT U BEGINT .....                         | 4              |
| ONDERDEEL IDENTIFICATIESHEMA .....             | 5              |
| MONTAGE .....                                  | 6              |
| ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN .....      | 9              |
| LIJST MET ONDERDELEN .....                     | 10             |
| GEDETAILLEERDE TEKENING .....                  | 11             |
| HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTENDIENST ..... | Laatste Pagina |
| BEPERKTE GARANTIE .....                        | Laatste Pagina |

## DE STICKER MET WAARSCHUWING

De hier afgebeelde waarschuwingss-ticker wordt meegeleverd bij dit product. Bevestig de waarschuwingsticker bovenop de Engelse waarschuwing op de aangegeven locatie. Deze tekening toont de locatie van de waarschuwingsticker.

**Bel, wanneer een sticker ontbreekt of niet leesbaar is, het nummer op de voorkant van deze handleiding en vraag om een gratis vervangende sticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats. Let op: De sticker wordt mogelijk niet op ware grootte weergegeven.**



# BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN

**⚠ WAARSCHUWING:** lees, om het risico van ernstig letsel te verminderen, alle belangrijke voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen op uw krachtmachine voordat u deze gebruikt. FreeMotion Fitness is niet verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit product.

1. Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of enig ander oefenprogramma begint. Dit is bijzonder belangrijk voor mensen ouder dan 35 of mensen met gezondheidsproblemen.
2. Gebruik de krachtmachine alleen zoals beschreven in de handleiding.
3. Gebruik de krachtmachine alleen op een vlakke ondergrond. Bedek de vloer onder de krachtmachine om de vloer te beschermen.
4. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om ervoor te zorgen dat er voldoende ruimte is rond de krachtmachine voor de bedoelde oefening.
5. De krachtmachine moet vastgemaakt worden in de vloer met de vier 14 mm vergrendelingsgaten om te zorgen voor een maximale stabiliteit waar dat nodig is of mogelijk is.
6. Zorg dat alle delen goed vastzitten voordat u gebruikmaakt van de krachtmachine.
7. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om ervoor te zorgen dat alle gebruikers van de krachtmachine goed geïnformeerd zijn over alle voorzorgsmaatregelen, alle waarschuwings- en opgelet stickers hebben gelezen en zijn geïnformeerd over het juiste gebruik van de krachtmachine.
8. Alle gebruikers van de krachtmachine dienen te zijn geïnformeerd dat zij letsel of onregelmatigheden aan de krachtmachine direct moeten melden aan personeel van de faciliteit.
9. Het krachtapparaat is ontworpen om een gebruiker van hoogstens 159 kg te ondersteunen. Gebruik geen andere gewichten bij het krachtapparaat.
10. Houd te allen tijde kinderen jonger dan 13 jaar en huisdieren bij de krachtmachine vandaan.
11. Draag altijd gymschoenen voor de juiste voetbescherming bij het gebruik van krachtmachine.
12. Leun of rust niet met uw handen op de krachtmachine als deze wordt gebruikt.
13. Te veel oefenen kan tot ernstig letsel of tot de dood leiden. Als u tijdens het oefenen pijn voelt, kortademig of duizelig wordt, stop dan onmiddellijk en begin af te koelen.

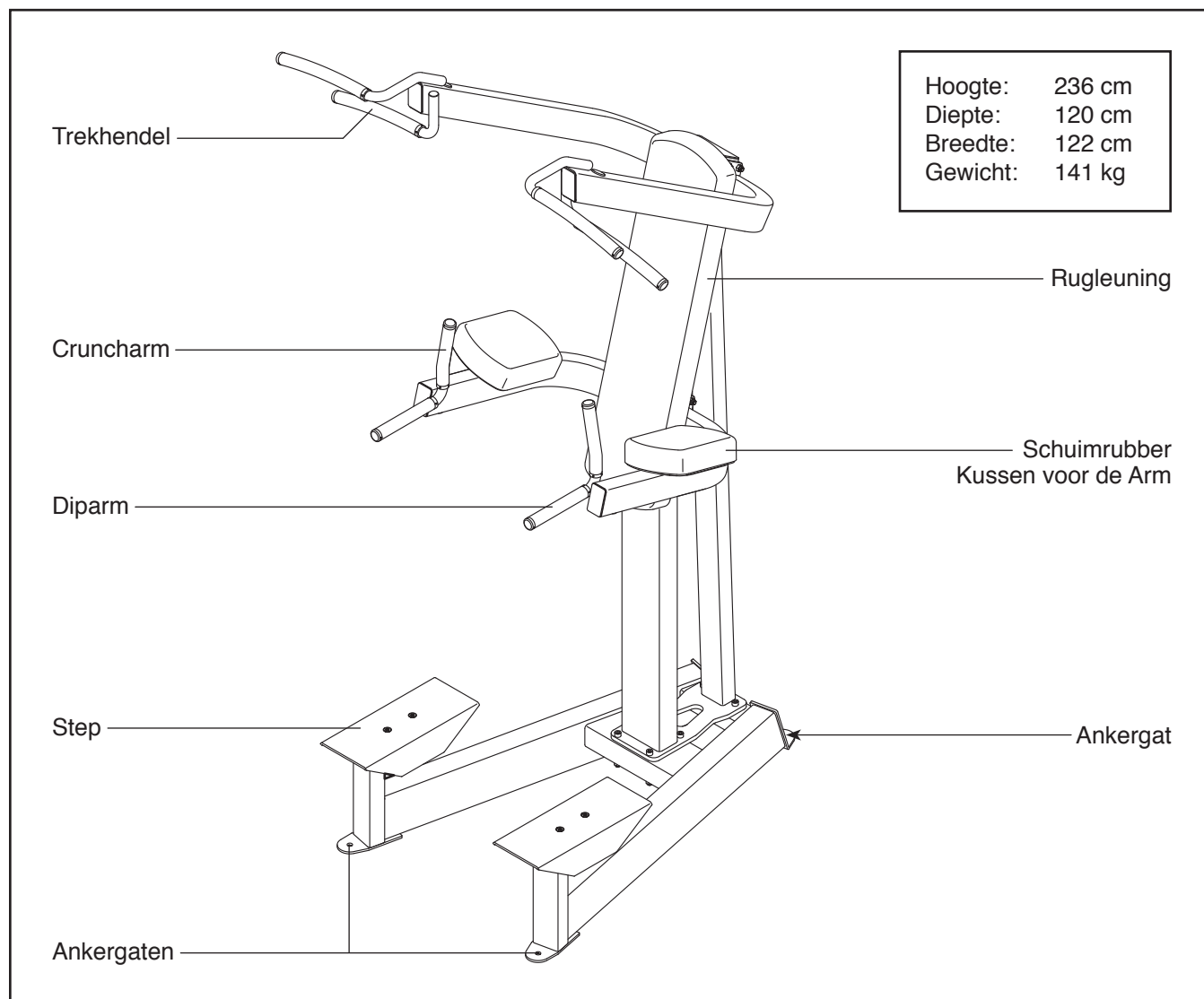
# VOORDAT U BEGINT

Dank u dat u kiest voor de FREEMOTION® DIP CHIN AB-kraftmachine. De DIP CHIN AB is ontwikkeld om u te helpen elke belangrijke spiergroep van uw bovenlichaam te ontwikkelen. Of het nu uw bedoeling is om uw lichaam strakker te maken of voor aanzienlijke spiertoename en kracht te verkrijgen, de DIP CHIN AB helpt u bij het bereiken van de specifieke resultaten die u wenst.

**Lees, voor uw welzijn, deze handleiding zorgvuldig door voor gebruik van de kraftmachine.**

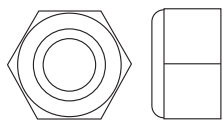
Raadpleeg de laatste pagina van deze handleiding als u nah et lezen van de handleiding nog vragen hebt. Noteer het productnummer en het serienummer voordat u met ons contact opneemt. De plaats waar u beide stickers kunt vinden, wordt op de omslag van de handleiding aangegeven.

Bekijk eerst aandachtig de tekening hieronder en de verschillende onderdelen, voordat u verder leest.

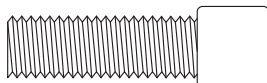


# ONDERDEEL INDENIFICATIESHEMA

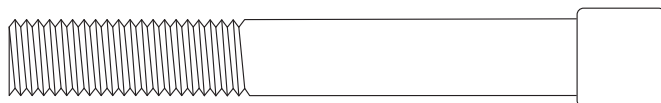
Raadpleeg de tekeningen hieronder om de kleine onderdelen voor de montage te herkennen. Het nummer tussen haakjes onder elke tekening is het nummer van het onderdeel van de LIJST MET ONDERDELEN achterin deze handleiding. Het getal achter de haakjes geeft het aantal te monteren onderdelen aan. **BELANGRIJK: als een onderdeel zich niet in de hardwareset bevindt, controleert u of deze al vooraf is gemonteerd.**



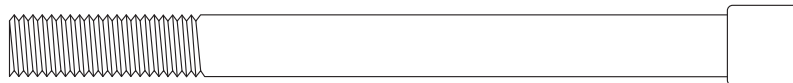
M10 Borgmoer  
(22)–14



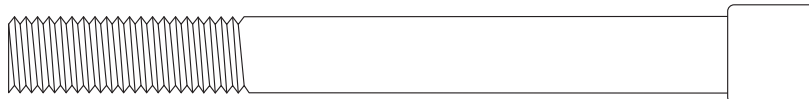
M8 x 25mm  
Dopschroef (15)–8



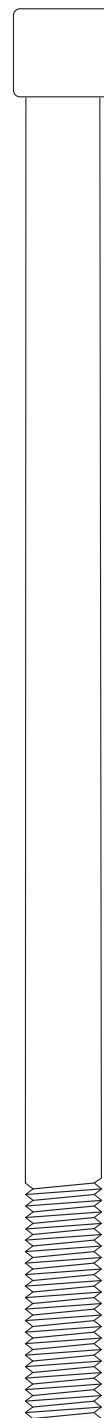
M10 x 75mm Dopbout (17)–2



M8 x 95mm Dopschroef (16)–2



M10 x 95mm Dopbout (18)–4



M10 x 175mm Dopbout (19)–8

# MONTAGE

**Voordat u de montage start, dient u nauwkeurig de navolgende informatie en instructies te lezen:**

- De montage moet door twee personen worden uitgevoerd.
  - Vanwege de grootte en gewichte moet de krachtmachine worden gemonteerd op de locatie waar deze wordt gebruikt. Zorg dat er voldoende ruimte is om rond de krachtmachine te lopen als u deze monteert.
  - Plaats alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal niet weg tot u volledig klaar bent met de montage.
- Voor het herkennen van de kleine onderdelen kunt u de ONDERDEEL IDENTIFICATIESCHEMA op bladzijde 5 gebruiken.
  - Montage vereist de volgende hulpmiddelen (niet meegeleverd):

een Inbussleutel



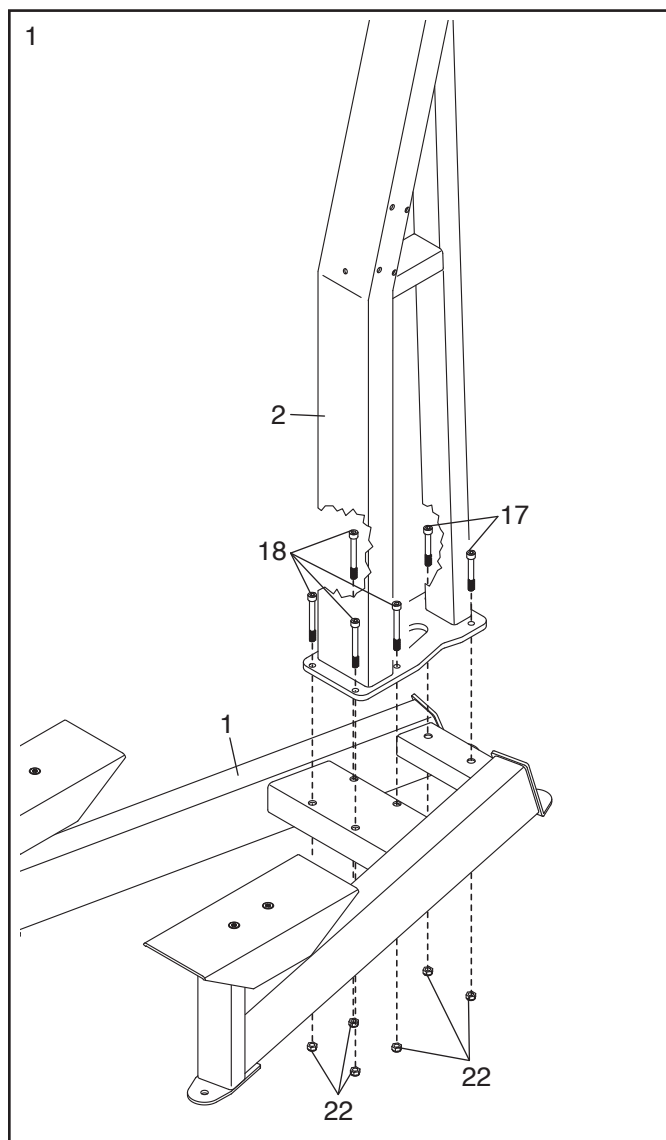
een set metrische inbusleutel



De montage verloopt wellicht handiger als u een dopenset heeft, een steeksleutel of een set met ratelsleutels heeft.

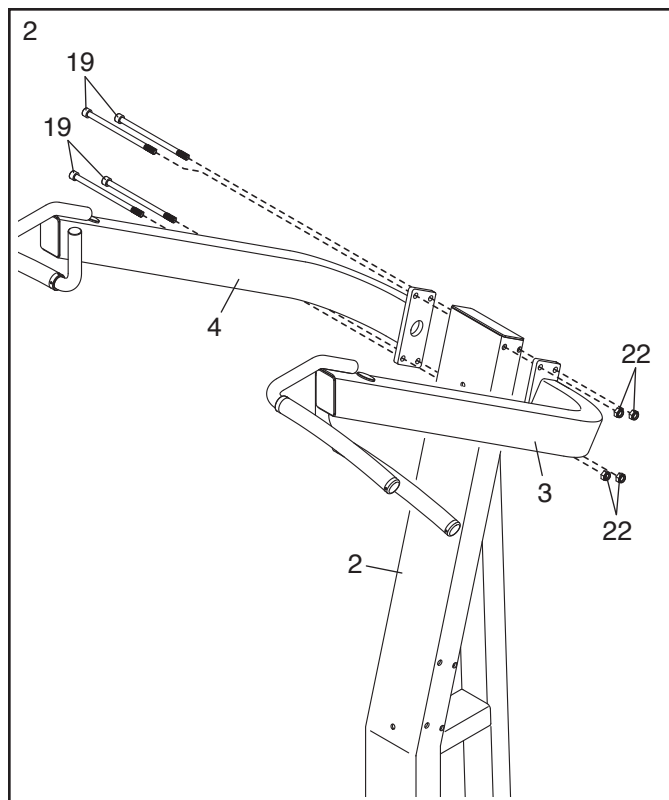
1. Draai de Basis (1) en de Staander (2) zoals afgebeeld.

Maak de Staander (2) aan de Basis (1) vast met twee M10 x 75mm Dopbouten (17), vier M10 x 95mm Dopbouten (18), en zes M10 Borgmoeren (22).



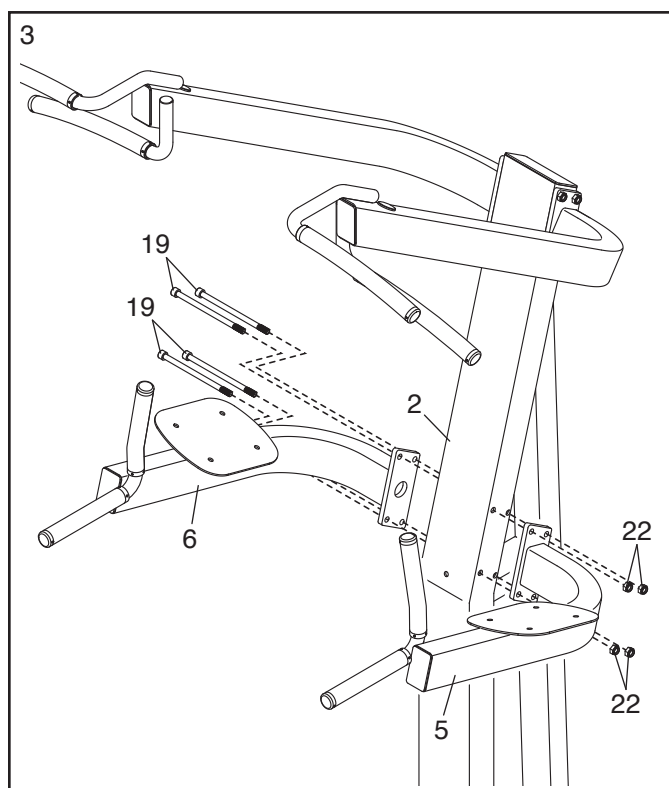
2. Zoek naar de Linker and Rechter Bovenarmen (3, 4), voorzien van stickers "L" en "R", en draai ze zoals afgebeeld (*L* of *Left* geeft links aan; *R* of *Right* geeft rechts aan).

Maak de Linker en Rechter Bovenarmen (3, 4) aan de Staander (2) vast met vier M10 x 175mm Dopbouten (19) en vier M10 Borgmoeren (22).



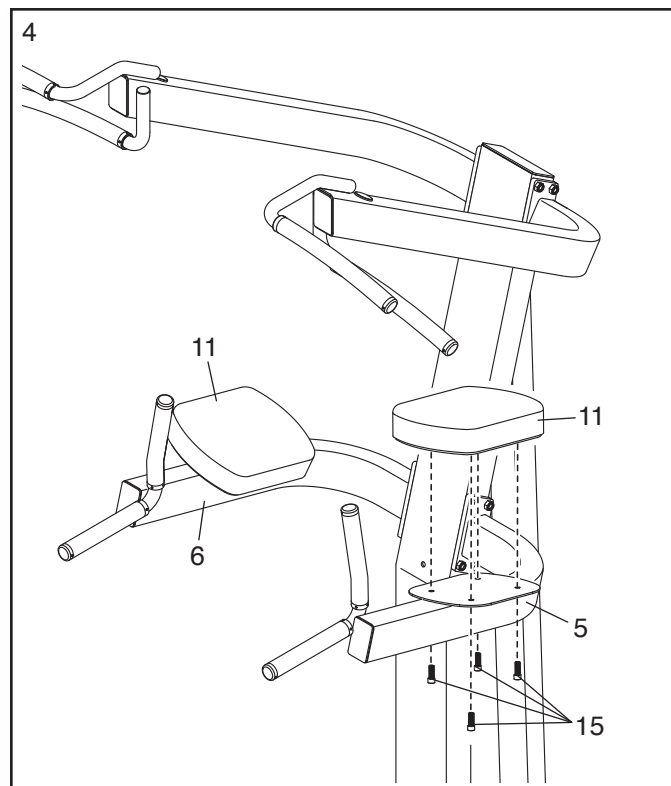
3. Zoek naar de Linker en Rechter Onderarmen (5, 6), voorzien van stickers "L" en "R", en draai ze zoals afgebeeld (*L* of *Left* geeft links aan; *R* of *Right* geeft rechts aan).

Maak de Linker en Rechter Onderarmen (5, 6) aan de Staander (2) vast met vier M10 x 175mm Dopbouten (19) en vier M10 Borgmoeren (22).

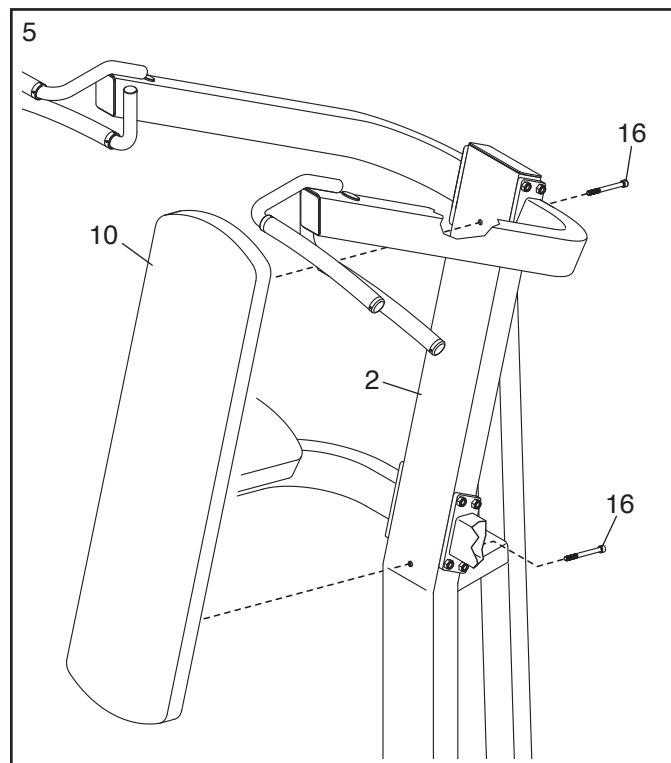


4. Maak een Schuimrubber Kussen voor de Arm (11) aan de Linker Onderarm (5) vast met vier M8 x 25mm Dopschroeven (15).

**Herhaal deze stap voor de andere kant van het krachtmachine.**



5. Maak de Rugleuning (10) aan de Staander (2) vast met twee M8 x 95mm Schroeven (16); **draai de Schroeven, om beschadiging aan de Rugleuning te voorkomen, alleen maar zodanig vast dat de Rugleuning niet meer beweegt of los aanvoelt.**



6. **Zorg ervoor dat alle onderdelen van de krachtmachine goed vastgedraaid worden.** Leg een matje onder de krachtmachine om uw vloer of vloerbedekking niet te beschadigen.

---

# ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN

Voor een optimale werking van de krachtmachine en om de kans op letsel voor gebruikers te verminderen dient u regelmatig preventief onderhoud uit te voeren. Geef het personeel de instructies om alle procedures uit te voeren die in dit hoofdstuk beschreven staan. Personeel moet ook alle incidenten noteren en rapporteren. Om de garantie van de krachtmachine te behouden, dient u uitsluitend onderdelen van FREEMOTION te gebruiken voor reparatie of vervanging. Indien u vragen of problemen hebt, kijk dan bij CONTACT OPNEMEN MET KLANTENDIENST aan de achterkant van deze handleiding.

## DAGELIJKS ONDERHOUD

### Bekleding en Onderstel–Algemene Reiniging

1. Reinig de krachtmachine met een zachte doek die is bevochtigd met een lichte oplossing of een milde zeep en water. Gebruik indien nodig een zachte borstel met de reinigungsoplossing.
2. Reinig het gebied grondig met een zachte, vochtige doek en schoon water. Droog grondig.

### Bekleding–Moeilijke Vlekken

1. Besproei de vlek met een niet schurende huishoudelijke reiniger zoals FORMULA 409® reinigingsmiddel, SIMPLE GREEN®, of een vergelijkbaar product. Wrijf zachtjes over de vlek en laat de reinigungsoplossing een paar minuten intrekken.
2. Reinig het gebied grondig met een zachte, vochtige doek en schoon water. Droog grondig.
3. Herhaal deze stappen en gebruik indien nodig een zachte borstel.

### Optionele Methode voor Moeilijke Vlekken

1. Reinig het vlekkengebied grondig met een zachte, vochtige doek met alcohol.
2. Reinig het gebied grondig met een zachte, vochtige doek en schoon water. Droog grondig.

**OPGELET:** bij het gebruik van een reinigungsproduct dient u deze eerst toe te passen op een onzichtbare

plek om er zeker van te zijn dat het materiaal er niet door beschadigt. Volg de richtlijnen en veiligheidsvoorzorgsmaatregelen van de producent bij elk reinigungsproduct dat u gebruikt. FreeMotion Fitness en haar verkooppunten zijn niet verantwoordelijk voor schade of letsel voortkomend uit gebruik of foutief gebruik van reinigungsproducten. **BELANGRIJK: gebruik geen schuurmiddelen die de krachtmachine kunnen beschadigen. Sterke reinigers en schuurmiddelen beschadigen de stickers; wees extra voorzichtig rondom de stickers. Gebruik geen oplosmiddelen zoals lakverdunder, kerosine, benzine of vergelijkbare vloeistoffen.**

## WEKELIJKS ONDERHOUD

### Hardware

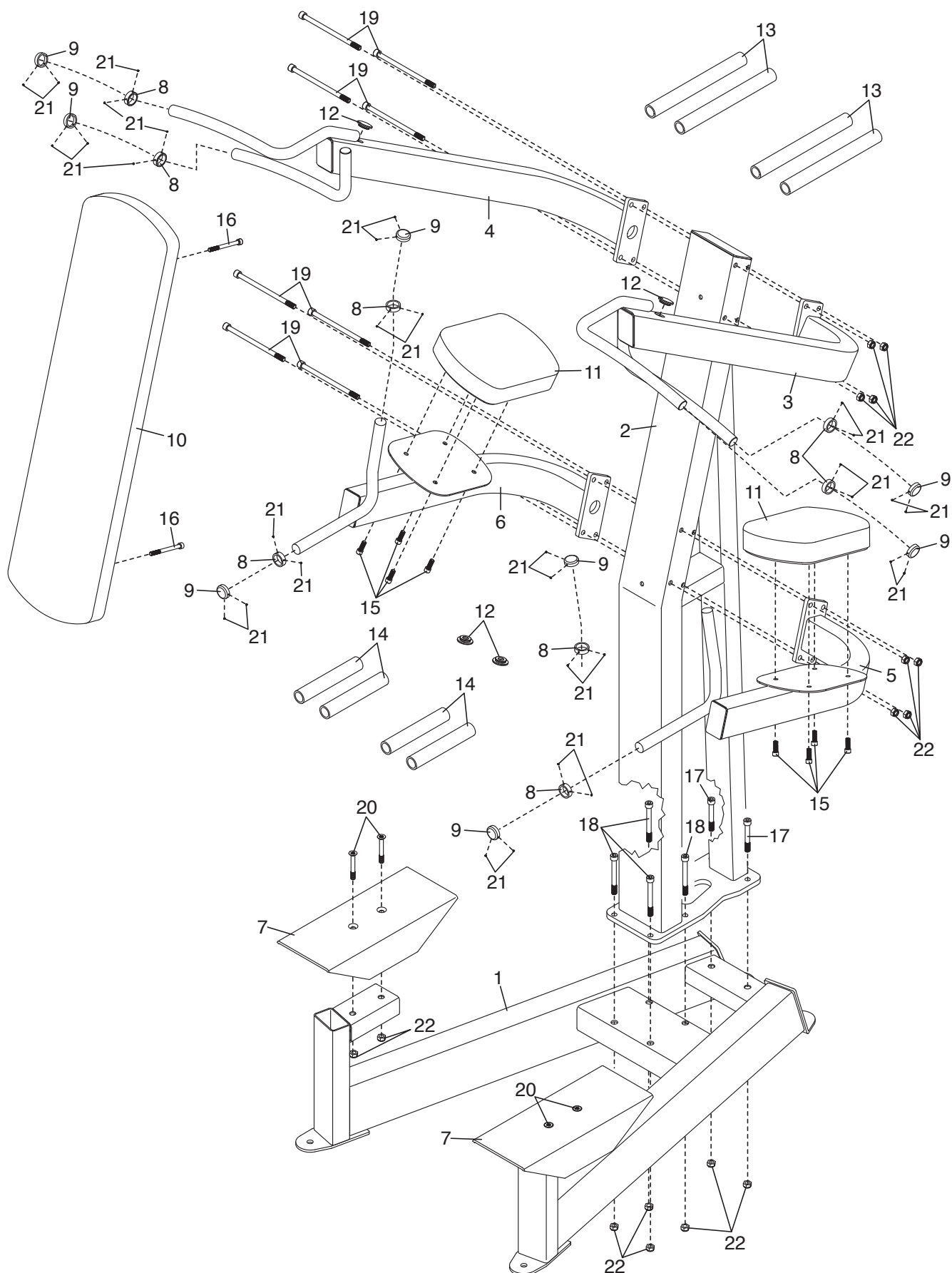
Controleer alle moeren en bouten en draai ze goed vast. **BELANGRIJK: alle kussens van FREEMOTION hebben een ondersteuning van geperst triplex met T-moeren die worden gebruikt om de kussens te bevestigen aan de krachtmachine. Omdat de T-moeren worden bevestigd via triplex, zijn ze niet bestand tegen de draaikoppel die normale moeren en bouten hebben. Bij het vastdraaien van bouten voor het bevestigen van een kussen, dient u deze alleen aan te draaien tot het punt dat het kussen niet meer beweegt of los voelt. Het te strak aan draaien kan de T-moeren afscheuren van het triplex waardoor het in de toekomst onmogelijk wordt om het kussen te verwijderen.**

# LIJST MET ONDERDELEN

Modelnr. F207.0 R1217A

| Nr. | Aant. | Beschrijving       | Nr. | Aant. | Beschrijving                   |
|-----|-------|--------------------|-----|-------|--------------------------------|
| 1   | 1     | Basis              | 13  | 4     | Lange Handgreep                |
| 2   | 1     | Staander           | 14  | 4     | Korte Handgreep                |
| 3   | 1     | Linker Bovenarm    | 15  | 8     | M8 x 25mm Dopschroef           |
| 4   | 1     | Rechter Bovenarm   | 16  | 2     | M8 x 95mm Dopschroef           |
| 5   | 1     | Linker Onderarm    | 17  | 2     | M10 x 75mm Dopbout             |
| 6   | 1     | Rechter Onderarm   | 18  | 4     | M10 x 95mm Dopbout             |
| 7   | 2     | Voetrust           | 19  | 8     | M10 x 175mm Dopbout            |
| 8   | 8     | Kraag              | 20  | 4     | M10 x 70mm Bout met Platte Kop |
| 9   | 8     | Kap                | 21  | 32    | Set M4 x 3mm Schroef           |
| 10  | 1     | Rugleuning         | 22  | 18    | M10 Borgmoer                   |
| 11  | 2     | Kussen voor de Arm | *   | —     | Gebruiksaanwijzing             |
| 12  | 4     | Dop van de Buis    |     |       |                                |

Opmerking: deze technische gegevens kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd. Kijk op de achterkant van deze gebruiksaanwijzing voor informatie over te bestellen onderdelen. \*Deze onderdelen worden niet getoond.



# HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTDIENST

Indien u vragen heeft na het lezen van deze handleiding, of indien onderdelen beschadigd zijn of ontbreken, neem dan contact op met de Klantendienst via de telefoonnummers of adressen die hieronder staan vermeld. **Let op het model- en serienummer van het apparaat en de naam van het product (raadpleeg de kft van deze handleiding) voordat u contact opneemt met de Klantendienst. Indien u vervangende onderdelen bestelt, let dan op het nummer van het onderdeel en de beschrijving (zie LIJST MET ONDERDELEN en GEDETAILEERDE TEKENING aan het eind van deze handleiding).**

## In de Verenigde Staten

Bel: 1-800-201-2109, Ma-Vrij. 06.00 uur-18.00 uur MT

Email: [customercare@freemotionfitness.com](mailto:customercare@freemotionfitness.com)

Schrijf naar:

FreeMotion Fitness

1500 South 1000 West

Logan, UT 84321-9813

Verenigde Staten

## Buiten de Verenigde Staten

Bel: 001-800-527-5417 of 001-435-786-3521,

Ma - Vrij. 06.00 uur - 15.00 uur VS Mountain Time

Email: [intlcustomercare@freemotionfitness.com](mailto:intlcustomercare@freemotionfitness.com)

## BEPERKTE GARANTIE

### GARANTIEPERIODES EN DEKKING

FreeMotion Fitness garandeert dat dit apparaat bij normaal gebruik en bij normaal gepleegd onderhoud geen werkingsfouten en fouten in het materiaal kent. Er is garantie op onderdelen en werking voor één (1) jaar, tenzij anders staat vermeld op de factuur.

De garantieperiode gaat in op de datum van de aankoopbon. Onderdelen die tijdens deze garantieperiode worden gerepareerd of vervangen vallen onder de resterende lopende garantie.

### VOORWAARDEN EN BEPERKINGEN

Garantie op het apparaat komt te vervallen in de volgende gevallen:

1. Deze garantie is alleen geldig voor de eerste eigenaar en is niet overdraagbaar.
2. De gebruiksgarantie is alleen geldig op apparaten die in de VS en Canada verkocht zijn. Neem contact op met uw erkende FreeMotion Fitness dealer voor details over de gebruiksgarantie in uw eigen land.
3. Ieder vorm van verkeerd gebruik, misbruik, of onjuist onderhoud.
4. Gebruikers met een hoger gewicht dan het gewicht dat staat vermeld in deze handleiding.
5. Beschadiging veroorzaakt door het verplaatsen van het apparaat of het onjuist op zijn zijkant verplaatsen of opslaan van het apparaat.
6. Het gebruik of het opslaan van het apparaat buitenshuis of in heel vochtige omgevingen zoals whirlpools en zwembaden.
7. Schade veroorzaakt door verkeerde bedrading of verkeerd elektrische voltage. Aandacht: dit product heeft mogelijk geen bedrading.

Deze garantie geldt niet voor het volgende:

1. Sieronderdelen zoals grepen, zittingen, en stickers en labels.
2. Ophaal-, aflever-, of verzendkosten i.v.m. een reparatie.
3. Ieder probleem veroorzaakt door onjuiste montage of aflevering.

### WAT TE DOEN WANNEER SERVICE NODIG IS

FreeMotion Fitness garantie service kan worden aangevraagd door contact op te nemen met de erkende dealer bij wie u dit apparaat gekocht hebt. Zorg ervoor dat u de originele factuur en de informatie m.b.t. het serienummer bewaart. FreeMotion Fitness zal, wanneer dit apparaat een probleem heeft welke onder deze garantie valt, naar keuze repareren, vervangen of de aankoopprijs terugbetalen. FreeMotion vergoedt de servicemonteurs die service verlenen voor het werk wat onder de garantie valt, uitgevoerd binnen het servicegebied. Het kan zijn dat u extra kosten moet betalen voor gevraagde service buiten het servicegebied.

FreeMotion Fitness is niet aansprakelijk of verantwoordelijk voor directe, speciale of voortvloeiende schade resulterend uit of verband houdend met het gebruik of de werking van het product; schade betreffende economisch verlies, verlies van eigendom, verlies van omzet of winst, verlies van gebruiksgedoe of kosten voor verwijdering of installatie; of voortvloeiende schade. In sommige regio's is het uitsluiten of beperken van voortvloeiende schade niet toegestaan. Derhalve is de bovenstaande beperking mogelijk niet op u van toepassing. Deze garantie geeft u specifieke rechten en u heeft mogelijk andere rechten die van regio tot regio verschillen.

### CONTACT OPNEMEN MET FREEMOTION FITNESS

Zie HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTDIENST hierboven.