

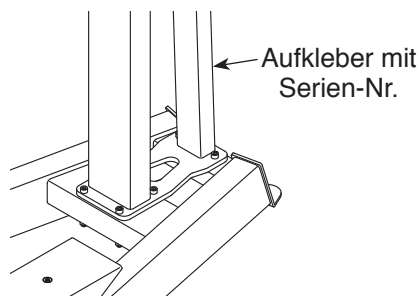
FREEMOTION[®]

Dip Chin Ab

Modell-Nr. F207.0

Serien-Nr. _____

Schreiben Sie die Seriennummer für späteres Nachschlagen an die Stelle oben.



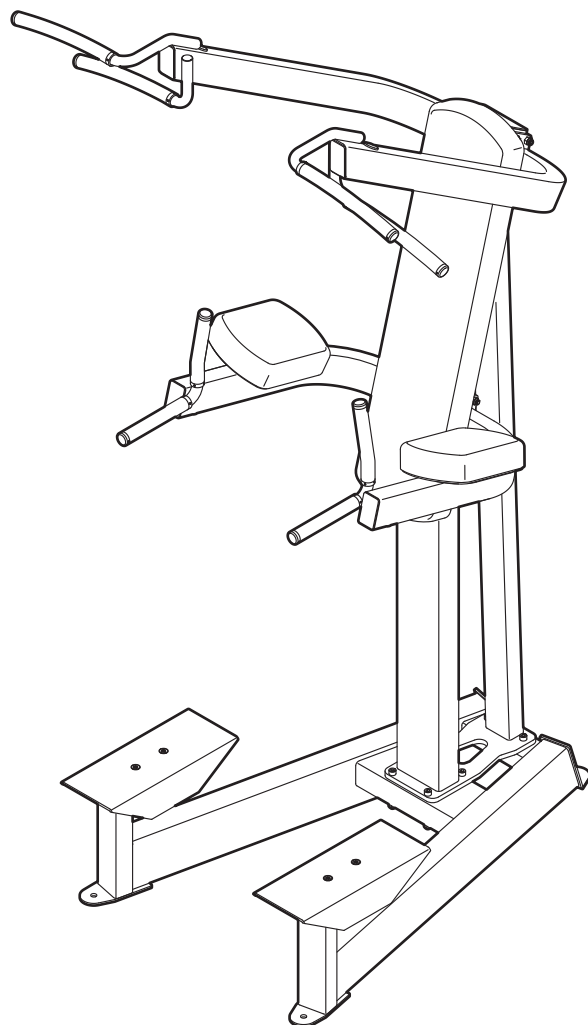
FRAGEN?

Wenn Sie Fragen haben oder wenn Teile fehlen oder beschädigt sind, 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.

BEDIENUNGSANLEITUNG

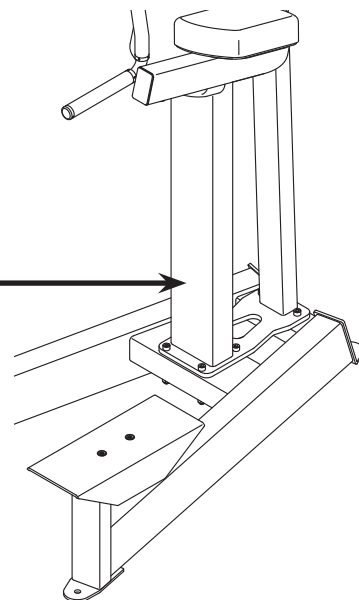
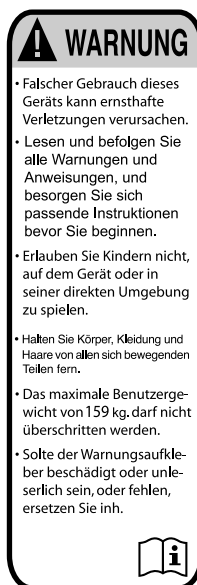


INHALTSVERZEICHNIS

WARNUNGSaufkleber ANBRINGEN	2
WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN	3
BEVOR SIE ANFANGEN	4
DIAGRAMM ZUR IDENTIFIZIERUNG DER TEILE	5
MONTAGE	6
WARTUNG UND FEHLERSUCHE	9
TEILELISTE	10
EXPLOSIONSZEICHNUNG	11
DEN KUNDENDIENST KONTAKTIEREN	Rückseite
BESCHRÄNKTE GARANTIE	Rückseite

WARNUNGSaufkleber ANBRINGEN

Der hier abgebildete Warnungsaufkleber ist diesem Produkt beigelegt. Bringen Sie diesen Warnungsaufkleber über der englischen Warnung an der Stelle an, 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 der Kraftstation angebracht wurden, bevor Sie die Kraftstation 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 zunächst Ihren Arzt. Dies ist besonders für Personen über 35 Jahre oder für Personen mit vorher existierenden Gesundheitsproblemen wichtig.
2. Benutzen Sie die Kraftstation nur wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben.
3. Benutzen Sie die Kraftstation nur auf einer ebenen Fläche. Bedecken Sie den Fußboden unter der Kraftstation, um den Fußboden zu schonen.
4. Der Erwerber ist dafür verantwortlich, dass es rund um die Kraftstation zur Ausführung der beabsichtigten Übung genügend Platz gibt.
5. Die Kraftstation muss mithilfe der drei 14 mm Verankerungslöcher am Boden verankert werden, wo vorgeschrieben und wenn immer möglich, um maximale Stabilität zu erzielen.
6. Sorgen Sie dafür, dass alle Teile richtig festgezogen sind, bevor Sie die Kraftstation benutzen.
7. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, dass alle Benutzer der Kraftstation ausreichend über alle Vorsichtsmaßnahmen informiert sind und dass diese alle Warnungsaufkleber gelesen und verstanden haben und wissen, wie man die Kraftstation richtig benutzt.
8. Alle Benutzer der Kraftstation sollten angewiesen werden, jede Verletzung oder Unregelmäßigkeit der Kraftstation, dem Personal sofort zu melden.
9. Die Kraftstation ist dazu ausgelegt, ein maximales Benutzergewicht von 159 kg zu tragen. Verwenden Sie keine Hanteln mit der Kraftstation.
10. Halten Sie Kinder unter 13 Jahren und Haustiere jederzeit von der Kraftstation fern.
11. Tragen Sie immer Sportschuhe, um Ihre Füße zu schützen, während Sie die Kraftstation benutzen.
12. Lehnen Sie sich nicht an die Kraftstation und stützen Sie Ihre Hände nicht auf die Kraftstation auf, während sie benutzt wird.
13. 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 die FREEMOTION® DIP CHIN AB Kraftstation entschieden haben. Die DIP CHIN AB Kraftstation ist dafür bestimmt, Ihnen dabei zu helfen, die Hauptmuskelgruppen Ihres Oberkörpers zu entwickeln. Ob es Ihr Ziel ist, Ihren Körper zu tonen oder dramatische Muskelgröße und Stärke zu bilden, die DIP CHIN AB Kraftstation wird Ihnen helfen, die gewünschten spezifischen Resultate zu erzielen.

Lesen Sie zu Ihrem eigenen Vorteil diese Bedienungsanleitung aufmerksam durch, bevor Sie die Kraftstation 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, machen Sie sich bitte mit den gekennzeichneten Teilen in der Abbildung unten vertraut.

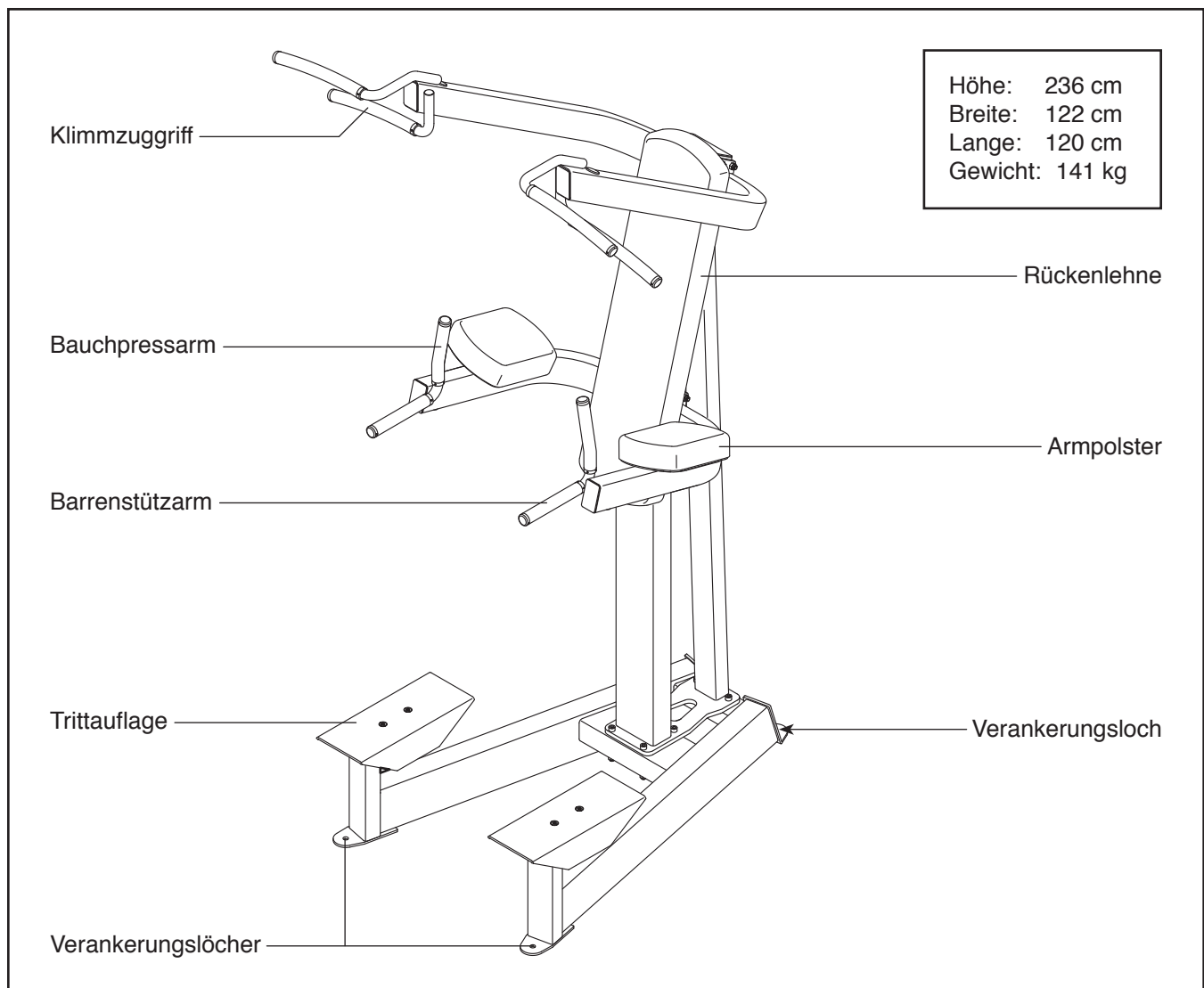
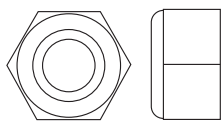
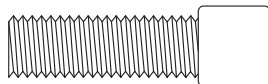


DIAGRAMM ZUR IDENTIFIZIERUNG DER TEILE

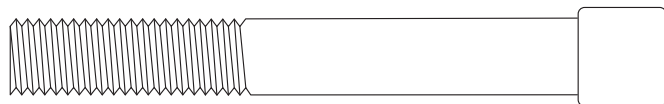
Benutzen Sie die untenstehenden Abbildungen, um die kleinen Teile, die bei der Montage benutzt werden, zu identifizieren. Die Zahl in Klammern unter jeder Abbildung ist die Kennziffer des Teils, die mit der TEILELISTE am Ende dieser Bedienungsanleitung übereinstimmt. Die Zahl nach der Kennziffer bezieht 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.**



M10
Sicherungsmutter
(22)–14



M8 x 25mm
Zylinderschraube
(15)–8



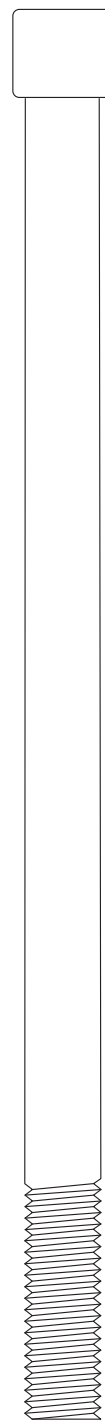
M10 x 75mm Zylinderbolzen (17)–2



M8 x 95mm Zylinderschraube (16)–2



M10 x 95mm Zylinderbolzen (18)–4



M10 x 175mm Zylinderbolzen (19)–8

MONTAGE

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

- Man braucht zwei Personen zur Montage.
- Wegen des Gewichts und der Größe der Kraftstation sollen Sie diese an der Stelle montieren, wo sie dann auch verwendet wird. Achten Sie darauf, genügend Freiraum zu lassen, damit Sie um die Kraftstation herum gehen können, während Sie diese montieren.
- Legen Sie alle Teile auf einen freigeräumten Ort und entfernen Sie die Verpackungsmaterialien. Werfen Sie die Verpackungsmaterialien nicht weg, bevor die Montage vollendet ist.

- Für Hilfe bei der Identifizierung kleiner Teile verwenden Sie das DIAGRAMM ZUR IDENTIFIZIERUNG DER TEILE auf Seite 5.

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

ein Rollgabelschlüssel



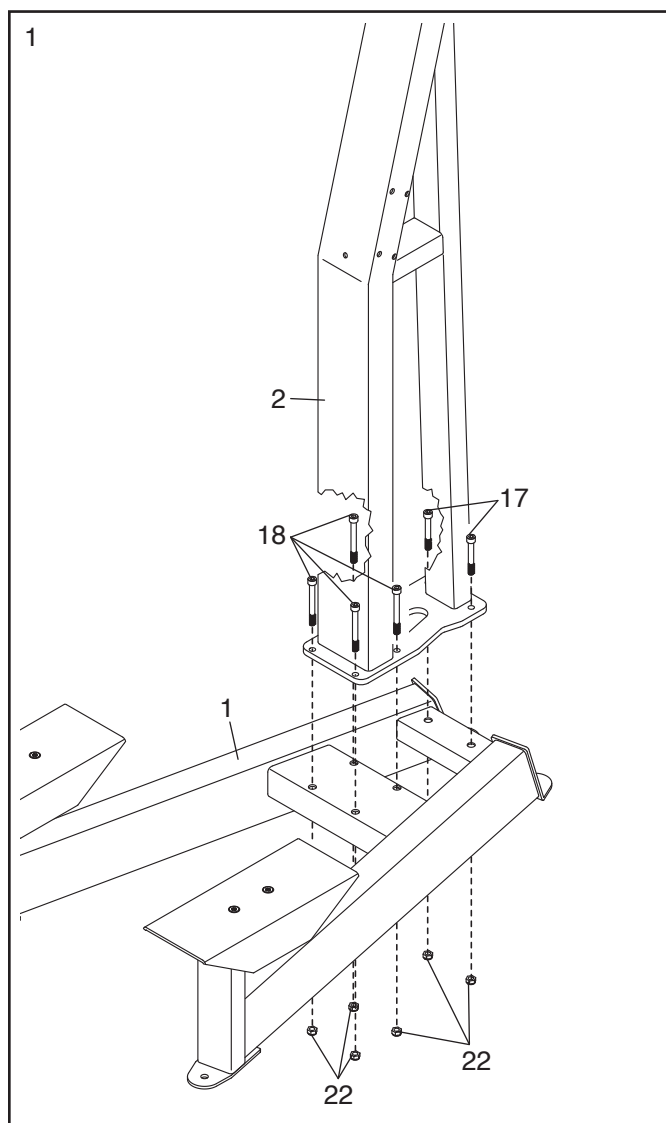
ein Satz metrischer Innensechskantschlüssel



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

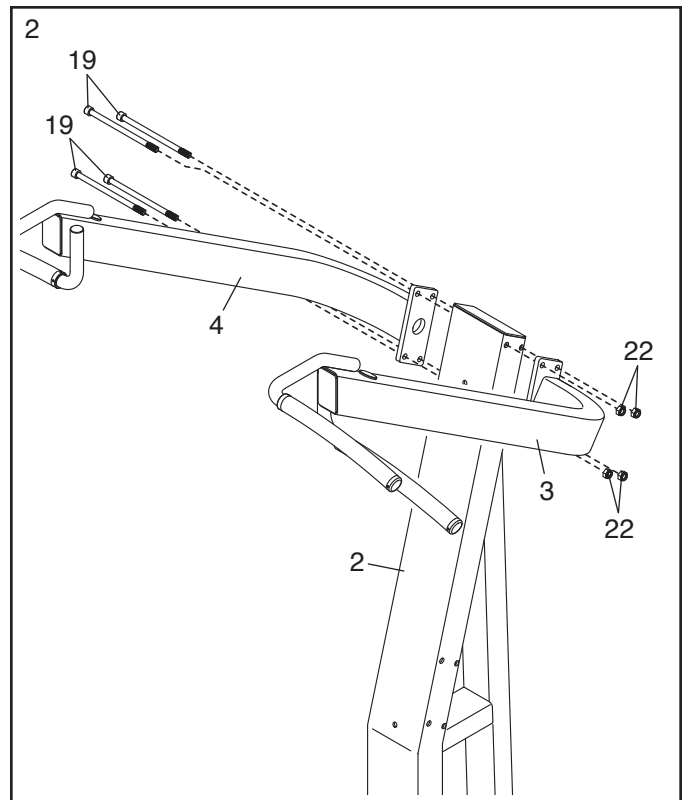
1. Richten Sie die Basis (1) und den Pfosten (2) so aus, wie abgebildet.

Befestigen Sie den Pfosten (2) mit zwei M10 x 75mm Zylinderbolzen (17), vier M10 x 95mm Zylinderbolzen (18) und sechs M10 Sicherungsmuttern (22) an der Basis (1).



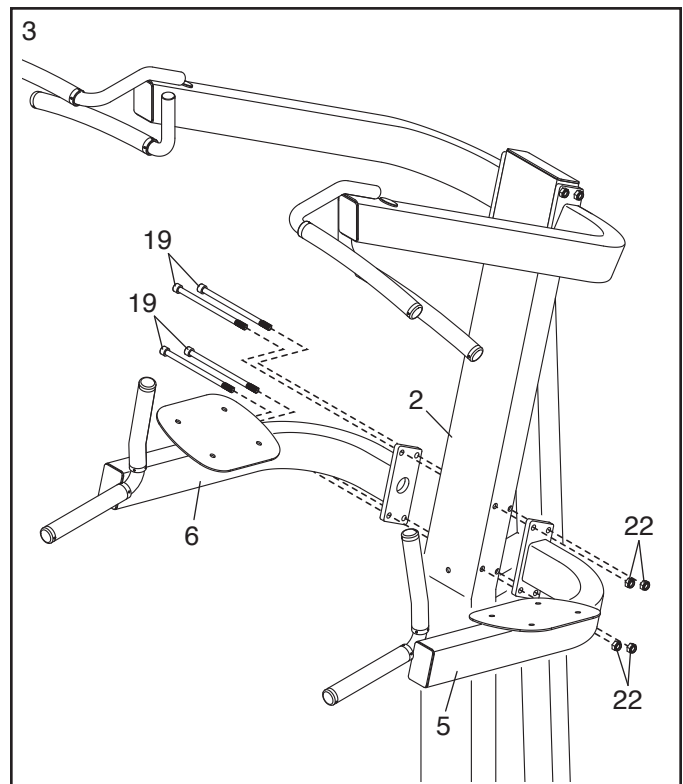
2. Finden Sie den linken und den rechten Oberarm (3, 4), die durch die Buchstaben „L“ und „R“ auf Aufklebern markiert sind, und richten Sie diese so aus, wie abgebildet.

Befestigen Sie den linken und den rechten Oberarm (3, 4) mit vier M10 x 175mm Zylinderbolzen (19) und vier M10 Sicherungsmuttern (22) am Pfosten (2).



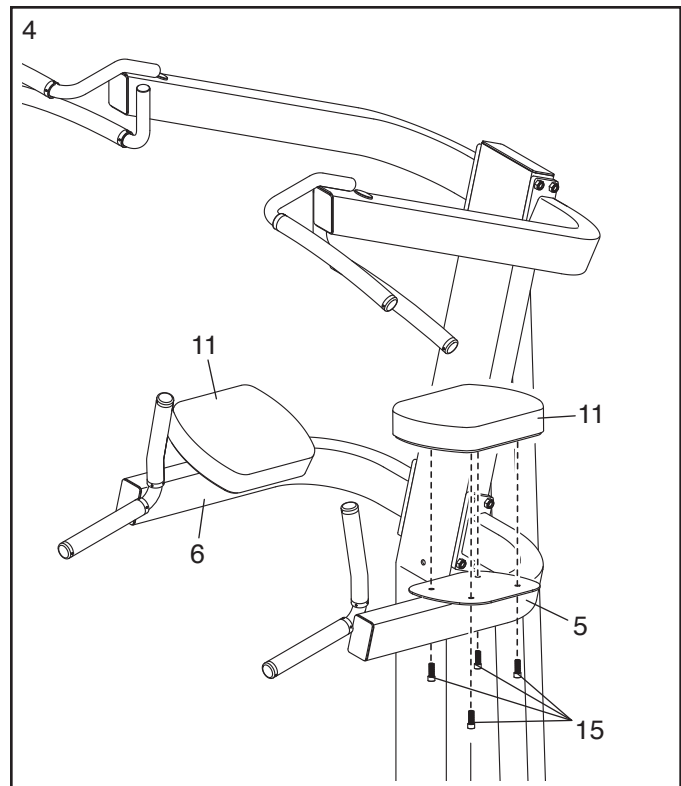
3. Finden Sie den linken und den rechten Unterarm (5, 6), die durch die Buchstaben „L“ und „R“ auf Aufklebern markiert sind, und richten Sie diese so aus, wie abgebildet.

Befestigen Sie den linken und den rechten Unterarm (5, 6) mit vier M10 x 175mm Zylinderbolzen (19) und vier M10 Sicherungsmuttern (22) am Pfosten (2).

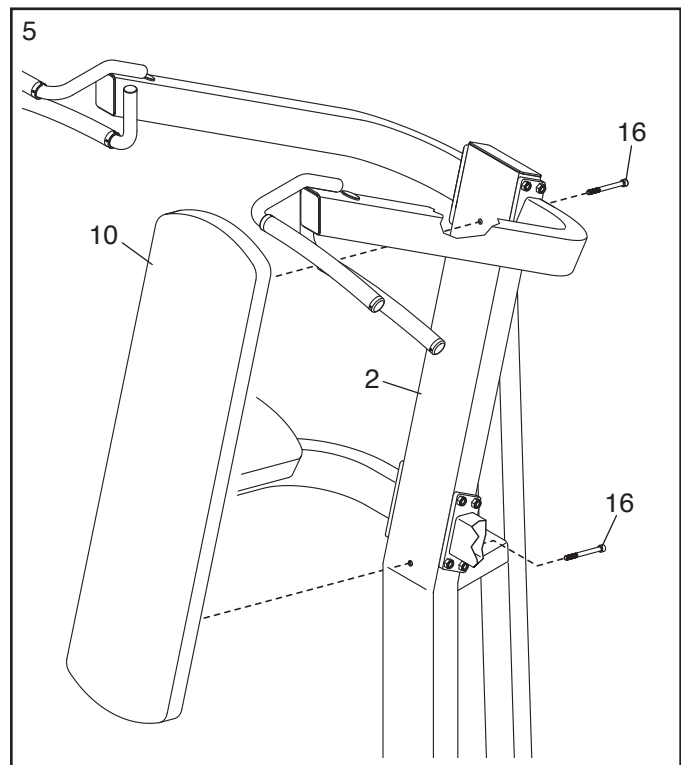


4. Befestigen Sie das Armpolster (11) mit vier M8 x 25mm Zylinderschrauben (15) am linken Unterarm (5).

Wiederholen Sie diesen Schritt auf der anderen Seite der Kraftstation.



5. Befestigen Sie die Rückenlehne (10) mit zwei M8 x 95mm Zylinderschrauben (16) am Pfosten (2). **Um ein Beschädigen der Rückenlehne zu vermeiden, darf man die Schrauben nur so weit anziehen, bis die Rückenlehne sich nicht mehr bewegt und nicht locker anfühlt.**



6. **Sorgen Sie dafür, dass alle Teile der Kraftstation richtig festgezogen sind.** Um den Fußboden oder den Teppich zu schonen, legen Sie eine Matte unter die Kraftstation.

WARTUNG UND FEHLERSUCHE

Zur optimalen Leistung der Kraftstation 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 der Kraftstation 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 die Kraftstation 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 die Kraftstation 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 an der Kraftstation 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.**

TEILELISTE

Modell-Nr. F207.0 R1217A

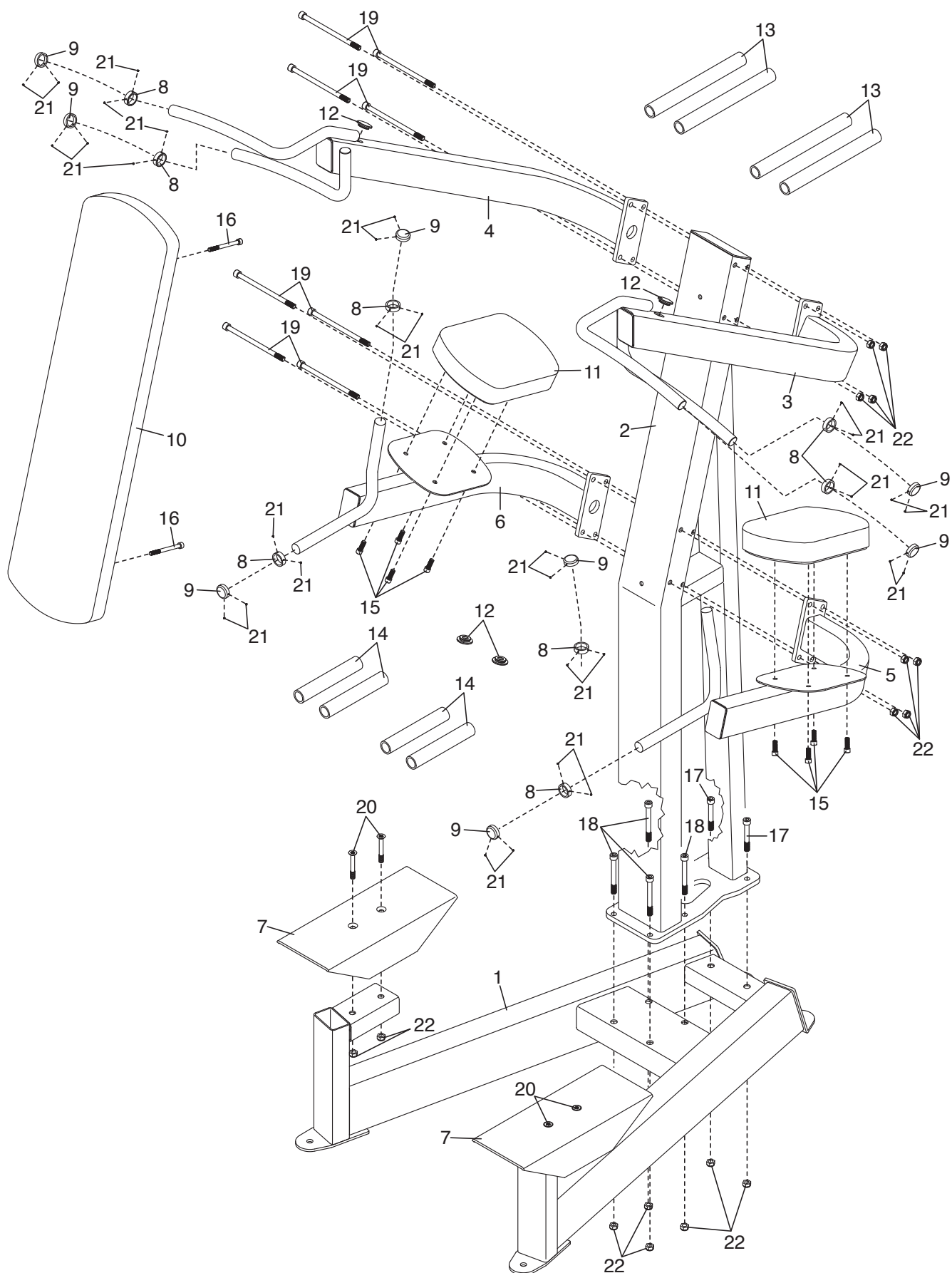
Nr.	Anzahl	Beschreibung
-----	--------	--------------

1	1	Basis
2	1	Pfosten
3	1	Linker Oberarm
4	1	Rechter Oberarm
5	1	Linker Unterarm
6	1	Rechter Unterarm
7	2	Fußstütze
8	8	Manschette
9	8	Kappe
10	1	Rückenlehne
11	2	Armpolster
12	4	Röhrenpfropfen

Nr.	Anzahl	Beschreibung
-----	--------	--------------

13	4	Lange Griffoberfläche
14	4	Kurze Griffoberfläche
15	8	M8 x 25mm Zylinderschraube
16	2	M8 x 95mm Zylinderschraube
17	2	M10 x 75mm Zylinderbolzen
18	4	M10 x 95mm Zylinderbolzen
19	8	M10 x 175mm Zylinderbolzen
20	4	M10 x 70mm Senkkopfbolzen
21	32	M4 x 3mm Gewindestift
22	18	M10 Sicherungsmutter
*	—	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.



DEN KUNDENDIENST KONTAKTIEREN

Falls Sie nach der Lektüre dieser Bedienungsanleitung noch Fragen haben oder sollte ein Teil beschädigt sein oder fehlen, kontaktieren Sie bitte unseren Kundendienst durch eine der Telefonnummern oder Adressen unten. **Nehmen Sie bitte die Modellnummer, die Seriennummer und den Namen des Produkts (siehe Vorderseite dieser Bedienungsanleitung) zur Kenntnis, bevor Sie den Kundendienst kontaktieren. Falls Sie Ersatzteile bestellen, nehmen Sie bitte auch die Kennziffer und Beschreibung jedes Teils (siehe TEILELISTE und EXPLOSIONSZEICHNUNG gegen Ende dieser Bedienungsanleitung) zur Kenntnis.**

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 auf 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. Ein Benutzer mit einem Körpergewicht von über 181 kg.
5. Schäden, die durch den Transport des Produkts oder durch falsche Lagerung entstehen, inklusive Bewegungen 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 hat vielleicht keine Verkabelung.

Diese Garantie trifft nicht auf Folgendes zu:

1. Optische Gegenstände einschließlich Griffoberflächen, Sitze, Aufkleber und Beschriftungen.

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

WAS TUN, WENN DIENSTLEISTUNG ERFORDERLICH IST

FreeMotion Fitness Garantieleistungen können durch den 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 Garantie-Aufträge 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.