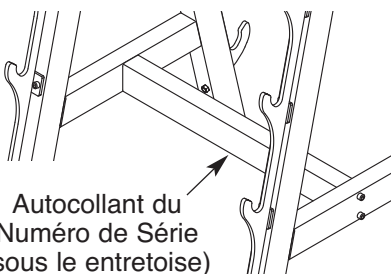


FREEMOTION[®] E P I C[™] Barbell Rack

N°. du Modèle F210.0

N°. de Série _____

Écrivez le numéro de série sur la ligne ci-dessus pour référence.



QUESTIONS ?

Si vous avez des questions ou si des pièces sont endommagées ou manquantes, veuillez vous reporter à la section **COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE** en dernière page de ce manuel.

ATTENTION

Lisez toutes les précautions et les instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser cet appareil. Gardez ce manuel pour vous y référer ultérieurement.

MANUEL DE L'UTILISATEUR

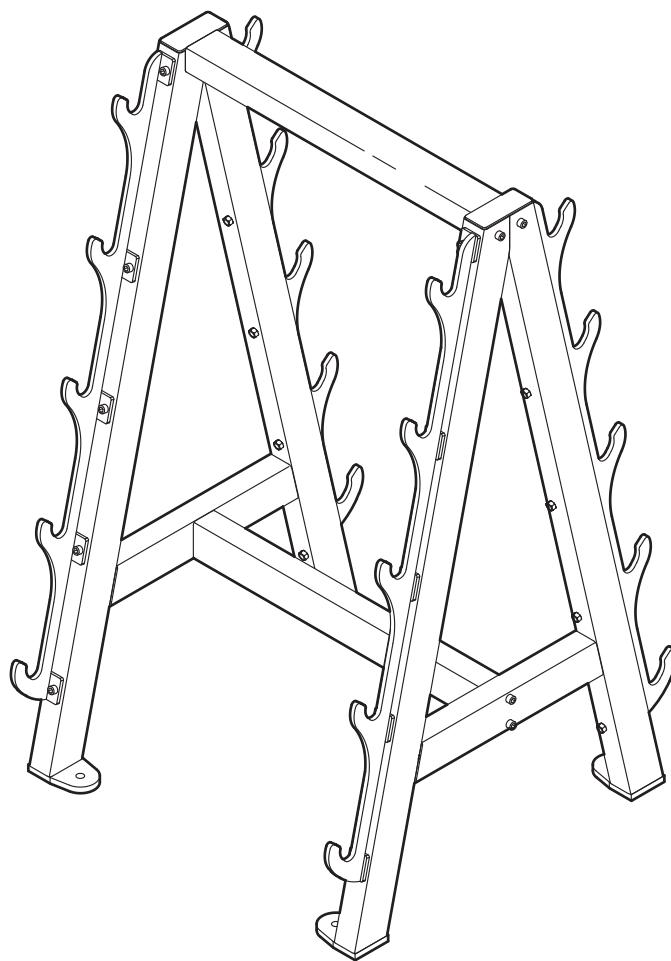
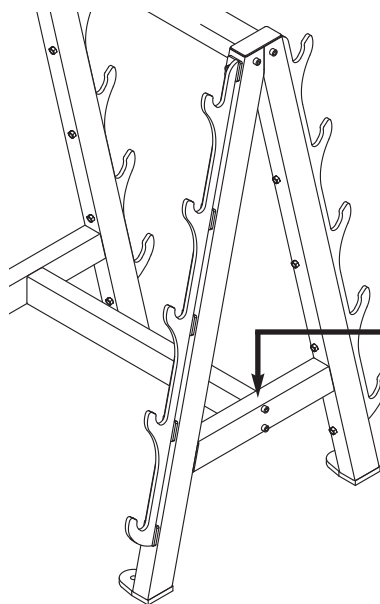


TABLE DES MATIÈRES

EMPLACEMENT DE L'AUTOCOLLANT D'AVERTISSEMENT	2
PRÉCAUTIONS IMPORTANTES	3
AVANT DE COMMENCER	4
TABEAU D'IDENTIFICATION DES PIÈCES	5
ASSEMBLAGE	6
ENTRETIEN ET PROBLÈMES	9
LISTE DES PIÈCES	11
SCHÉMA DÉTAILLÉ	11
COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE	Dernière Page

EMPLACEMENT DE L'AUTOCOLLANT D'AVERTISSEMENT

L'autocollant d'avertissement illustré ci-contre est inclus avec cet appareil. Collez l'autocollant d'avertissement sur l'avertissement en anglais à l'endroit indiqué. Ce schéma indique l'emplacement de l'autocollant d'avertissement. **Si l'autocollant est manquant ou illisible, référez-vous à la page de couverture de ce manuel pour commander un nouvel autocollant gratuit. Placez le nouvel autocollant à l'endroit indiqué.** Remarque : l'autocollant n'est peut-être pas illustré à l'échelle.



**AVERTISSEMENT**

- La mauvaise utilisation de cet appareil peut entraîner des blessures graves.
- Lisez et suivez tous les avertissements et les instructions, et obtenez la formation nécessaire avant utilisation.
- Ne permettez pas aux enfants de se tenir sur ou autour de l'appareil.
- Éloignez votre corps, vos vêtements et vos cheveux de toutes les pièces mobiles.
- Le poids de l'utilisateur ne devrait pas excéder 567 kg.
- Remplacez l'autocollant s'il est endommagé, illisible ou manquant.



PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

⚠ AVERTISSEMENT : lisez les instructions de ce manuel ainsi que tous les avertissements inscrits sur votre appareil de musculation avant de l'utiliser, afin de diminuer les risques de blessures graves. FreeMotion Fitness ne pourra en aucun cas être tenu responsable des blessures ou dégâts matériels consécutifs ou liés à l'utilisation de cet appareil.

1. Consultez votre médecin avant de commencer tout programme d'exercices. Ceci s'adresse plus particulièrement aux personnes âgées de plus de 35 ans ou ayant déjà eu des problèmes de santé.
2. N'utilisez cet appareil de musculation que de la manière décrite dans ce manuel.
3. N'utilisez cet appareil de musculation que sur une surface plane. Placez un tapis sous l'appareil pour protéger le sol.
4. Il appartient à l'acheteur de s'assurer qu'il dispose d'un espace suffisant autour de l'appareil de musculation pour réaliser les exercices souhaités. Ne surchargez pas l'appareil de musculation.
5. Utilisez les quatre trous d'ancrage de 14 mm pour stabiliser au maximum l'appareil de musculation en l'attachant au sol dans les endroits où cela est possible ou requis.
6. Assurez-vous que toutes les pièces sont correctement serrées avant d'utiliser l'appareil de musculation.
7. Il appartient au propriétaire de l'appareil de musculation de s'assurer que tous ses utilisateurs sont correctement informés de l'ensemble des précautions d'utilisation à observer, qu'ils ont lu et compris tous les autocollants d'avertissement et de danger, et savent l'utiliser correctement.
8. Avertissez tous les utilisateurs de l'appareil de musculation qu'ils doivent immédiatement prévenir le responsable concerné en cas de blessure ou de problème avec l'appareil de musculation.
9. L'appareil de musculation est conçu pour supporter un poids maximal de 567 kg (1250 livres) soit 10 haltères de 57 kg (125 livres).
10. Tenez les enfants de moins de 12 ans et les animaux domestiques éloignés de votre appareil de musculation à tout moment.
11. Afin de protéger vos pieds, portez toujours des chaussures de sport tout en utilisant l'appareil de musculation.
12. Un excès d'exercice physique peut entraîner des blessures graves et la mort. Si vous avez des étourdissements ou si vous ressentez de la douleur quand vous faites des exercices, arrêtez-vous immédiatement et reposez-vous.

AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir choisi le FREEMOTION® EPIC™ BAR-BELL RACK (Porte-Barres d'Haltères) de musculation. Ce BARBELL RACK est conçu de façon à offrir un rangement pratique et un accès aisé pour vos barres d'haltères.

Vous vous conseillons de lire attentivement ce manuel avant d'utiliser l'appareil de musculation. Si vous avez des questions après avoir lu ce manuel, veuillez vous référer à la page de couverture de ce

manuel pour nous contacter. Pour nous permettre de mieux vous assister, notez le numéro du modèle et le numéro de série de l'appareil avant de nous appeler. Le numéro du modèle et l'emplacement de l'autocollant du numéro de série sont indiqués sur la page de couverture de ce manuel.

Familiarisez-vous avec les pièces sur le schéma ci-dessous avant de continuer la lecture de ce manuel.

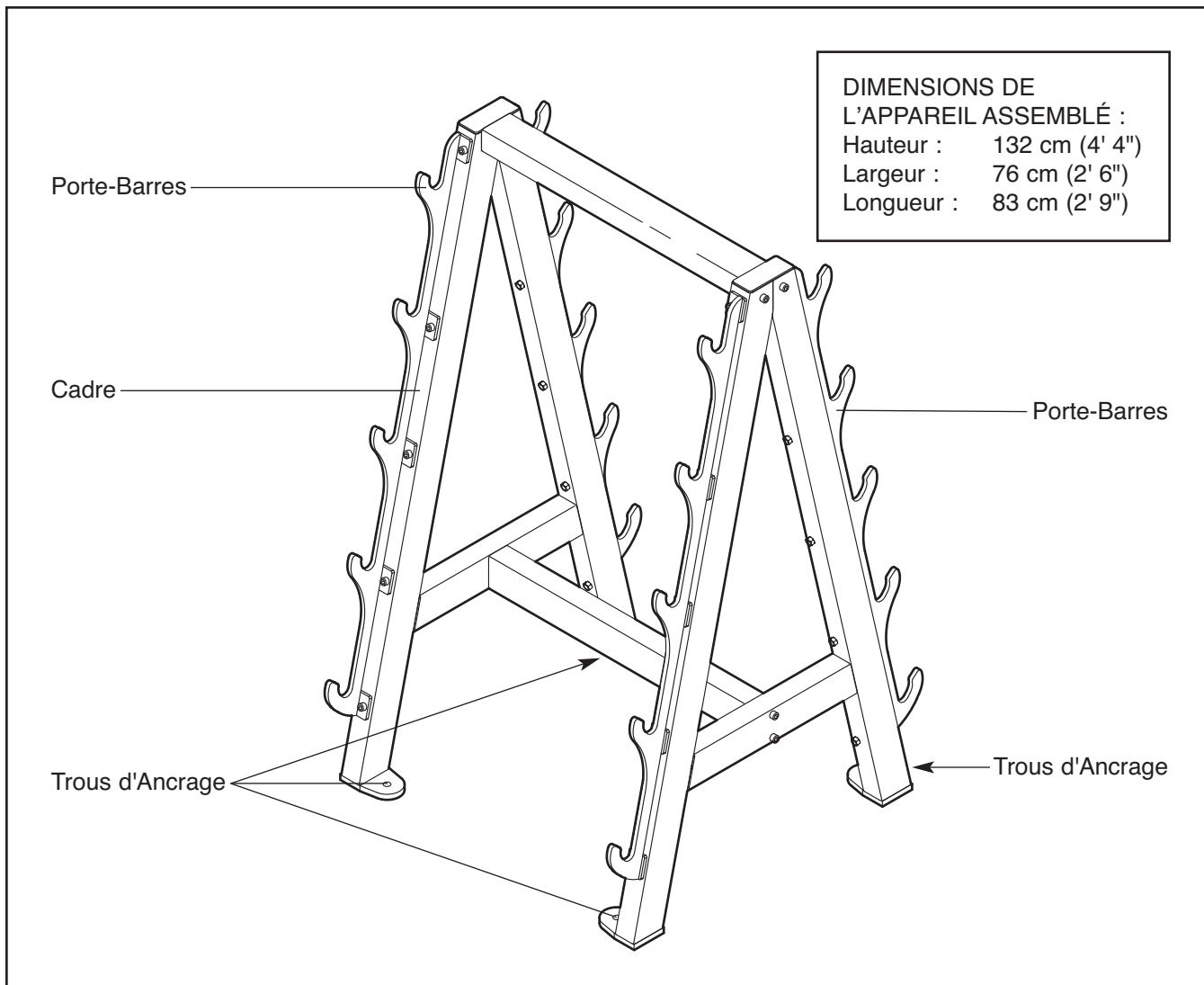
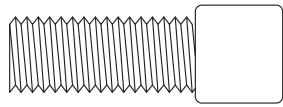


TABLEAU D'IDENTIFICATION DES PIÈCES

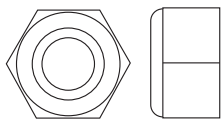
Référez-vous aux schémas ci-dessous pour identifier les petites pièces utilisées lors de l'assemblage. Le nombre entre parenthèses à côté de chaque schéma fait référence au numéro-clé de la pièce sur la LISTE DES PIÈCES, vers la fin de ce manuel. Le nombre suivant les parenthèses représente la quantité requise pour l'assemblage. **IMPORTANT : si une pièce ne se trouve pas dans le sac des pièces, vérifiez qu'elle n'est pas pré-attachée.**



Vis de M10 x 25mm (5)–4



Vis de M10 x 70mm (6)–8



Écrou de Blocage
de M10 (8)–16



Boulon de M10 x 100mm (7)–16

ASSEMBLAGE

Avant de commencer l'assemblage, lisez attentivement les informations et les instructions suivantes :

- L'assemblage requiert deux personnes.
- De par sa taille et poids, l'appareil de musculation doit être assemblé à l'endroit où il sera utilisé. Assurez-vous qu'il y a assez d'espace autour de l'appareil de musculation quand vous l'assemblez.
- Placez toutes les pièces sur une surface dégagée et retirez les emballages. Ne jetez pas les emballages avant d'avoir terminé l'assemblage.

- Utilisez le TABLEAU D'IDENTIFICATION DES PIÈCES à la page 5 pour vous aider à identifier les petites pièces.

- L'assemblage requiert les outils suivants (non-inclus) :

une clé à molette



une clé hexagonale métrique

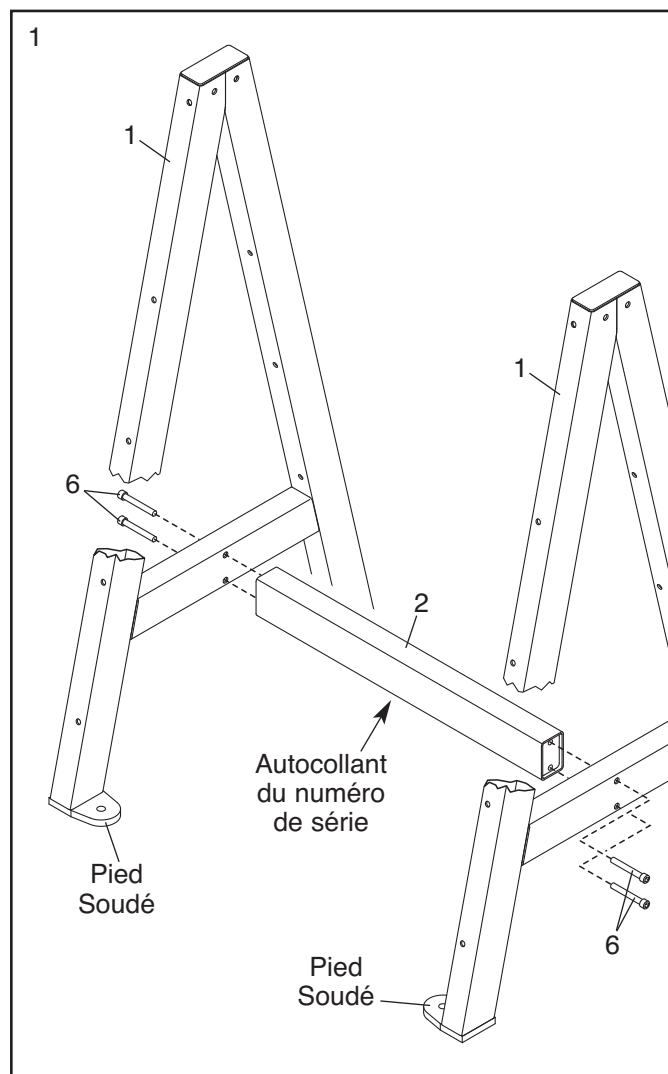


L'assemblage peut-être plus facile si vous avez un jeu de clés à douilles, des clés ouvertes ou fermées, ou un jeu de clés à rochet.

1. Demandez à une autre personne de tenir les Cadres (1) dans la position indiquée. **Veillez à ce que les Cadres soient orientés de sorte à situer les pieds soudés face l'un à l'autre.**

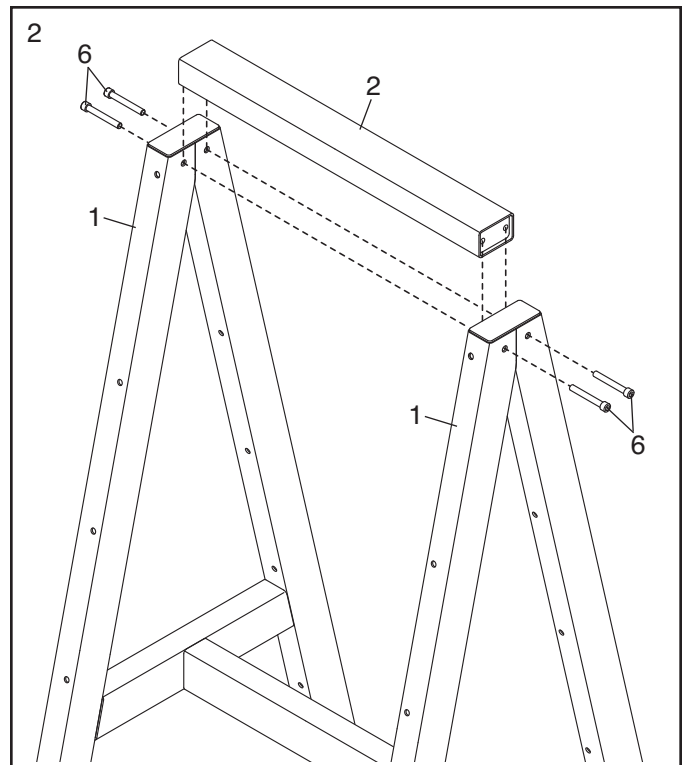
Localisez l'Entretoise (2) à laquelle est fixé l'autocollant du numéro de série. Orientez l'Entretoise de sorte à situer l'autocollant face au sol.

Fixez l'Entretoise (2) entre les Cadres (1) à l'aide de quatre Vis de M10 x 70 mm (6). **Ne serrez pas les Vis à ce moment.**



2. Fixez l'autre Entretoise (2) entre les Cadres (1) à l'aide de quatre Vis de M10 x 70mm (6).

Serrez les Vis de M10 x 70mm (6) utilisées à cette étape et à l'étape 1.

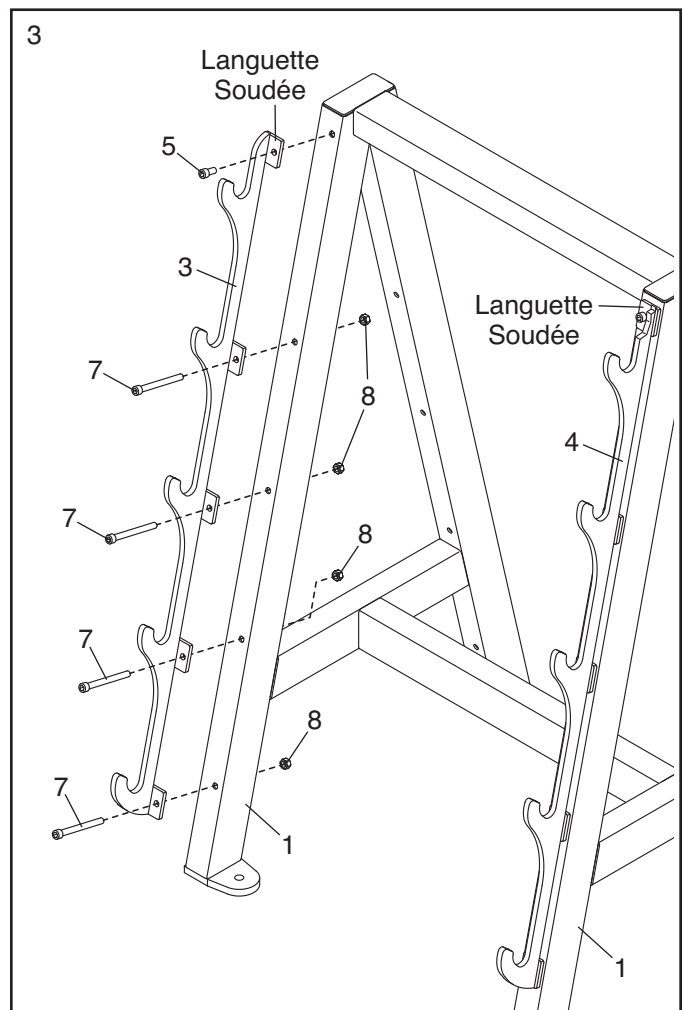


3. Identifiez le Porte-Barres Gauche (3), qui est marqué d'un autocollant indiquant « Left » (*L* ou *Left* indique gauche ; *R* ou *Right* indique droite). Remarque : il y a deux Porte-Barres Gauches.

Tenez-vous debout face aux deux Cadres (1). Tenez le Porte-Barres Gauche (3) contre le Cadre gauche. **Veillez à ce que le Porte-Barres Gauche soit orienté de sorte à situer les languettes soudées sur le côté indiqué.** Fixez le Porte-Barres Gauche à l'aide d'une Vis de M10 x 25mm (5), de quatre Boulons de M10 x 100mm (7) et de quatre Écrous de Blocage de M10 (8).

Ensuite, identifiez le Porte-Barres Droit (4), qui est marqué d'un autocollant indiquant « Right ». Remarque : il y a deux Porte-Barres Droits.

Tenez le Porte-Barres Droit (4) contre le Cadre (1) droit. **Veillez à ce que le Porte-Barres Droit soit orienté de sorte à situer les languettes soudées sur le côté indiqué.** Fixez le Porte-Barres Droit de la façon dont vous avez fixé le Porte-Barres Gauche (3).

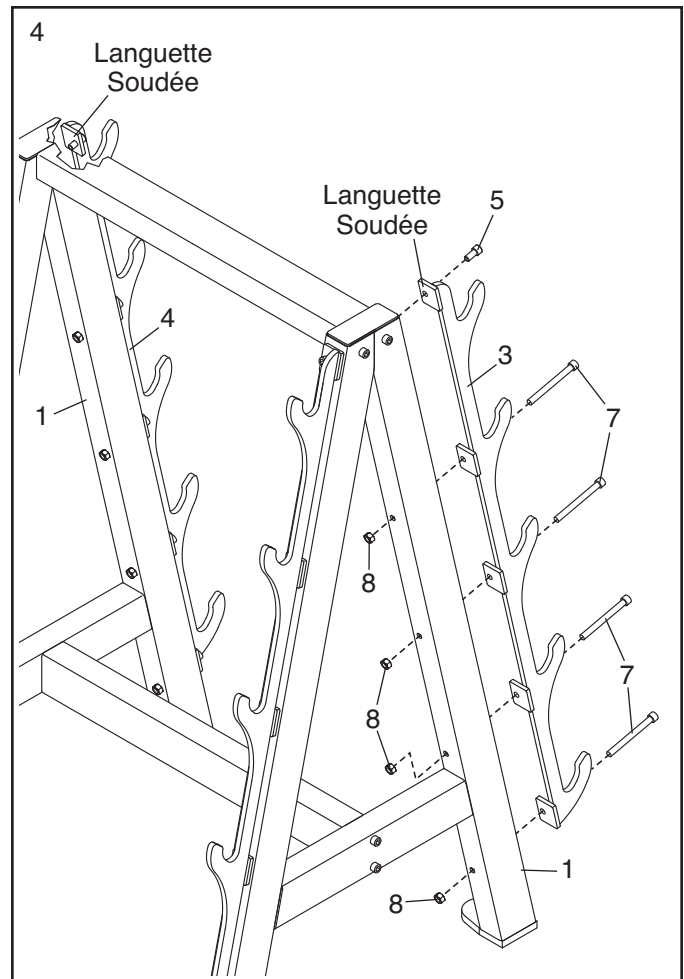


4. Identifiez l'autre Porte-Barres Gauche (3), qui est marqué d'un autocollant indiquant « Left » (*L* ou *Left* indique gauche ; *R* ou *Right* indique droite).

Tenez-vous debout face aux deux Cadres (1). Tenez le Porte-Barres Gauche (3) contre le Cadre gauche. **Veillez à ce que le Porte-Barres Gauche soit orienté de sorte à situer les languettes soudées sur le côté indiqué.** Fixez le Porte-Barres Gauche à l'aide d'une Vis de M10 x 25mm (5), de quatre Boulons de M10 x 100mm (7) et de quatre Écrous de Blocage de M10 (8).

Ensuite, identifiez l'autre Porte-Barres Droit (4), qui est marqué d'un autocollant indiquant « Right ».

Tenez le Porte-Barres Droit (4) contre le Cadre (1) droit. **Veillez à ce que le Porte-Barres Droit soit orienté de sorte à situer les languettes soudées sur le côté indiqué.** Fixez le Porte-Barres Droit de la façon dont vous avez fixé le Porte-Barres Gauche (3).



5. **Assurez-vous que toutes les pièces de l'appareil de musculation sont serrées correctement.** Placez un tapis sous l'appareil de musculation pour protéger le revêtement du sol.

ENTRETIEN ET PROBLÈMES

Afin d'obtenir les meilleures performances de votre appareil de musculation et de réduire les risques de blessure des utilisateurs, vous devez effectuer régulièrement un entretien préventif de l'appareil. Formez l'ensemble de votre personnel à l'exécution des tâches décrites dans cette section. Le personnel doit également noter et signaler tout incident. Pour que la garantie de l'appareil soit valable, utilisez uniquement des pièces FREEMOTION pour les réparations et les remplacements. Pour toute question ou information, veuillez vous reporter à la section COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE en dernière page de ce manuel.

ENTRETIEN QUOTIDIEN

1. Nettoyez l'appareil de musculation à l'aide d'un chiffon doux et d'une solution à base d'eau tiède et de savon doux. Si nécessaire, utilisez une brosse à poils souples pour le nettoyage.
2. Rincez minutieusement à l'aide d'un chiffon doux humidifié. Ensuite, séchez complètement la zone.

ATTENTION : lorsque vous utilisez un produit de nettoyage, faites tout d'abord un essai sur une partie non visible pour vous assurer qu'il n'endommage pas le matériau. Pour chaque produit de nettoyage utilisé, suivez les instructions et respectez les précautions de sécurité du fabricant. FreeMotion Fitness et ses revendeurs ne se portent pas responsables des dommages ou blessures résultant de l'utilisation ou de la mauvaise utilisation de produits de nettoyage.

IMPORTANT : n'utilisez pas de produits nettoyants abrasifs qui pourraient rayer l'appareil de musculation. Les nettoyants puissants et abrasifs peuvent aussi endommager les autocollants. N'utilisez pas de dissolvant comme du white spirit, du kérosène, de l'essence ou des produits similaires pour nettoyer l'appareil de musculation.

ENTRETIEN HEBDOMADAIRE

Petites Pièces

Inspectez tous les écrous et les boulons et serrez-les si nécessaire.

REMARQUES

LISTE DES PIÈCES

N°. du Modèle F210.0 R1210A

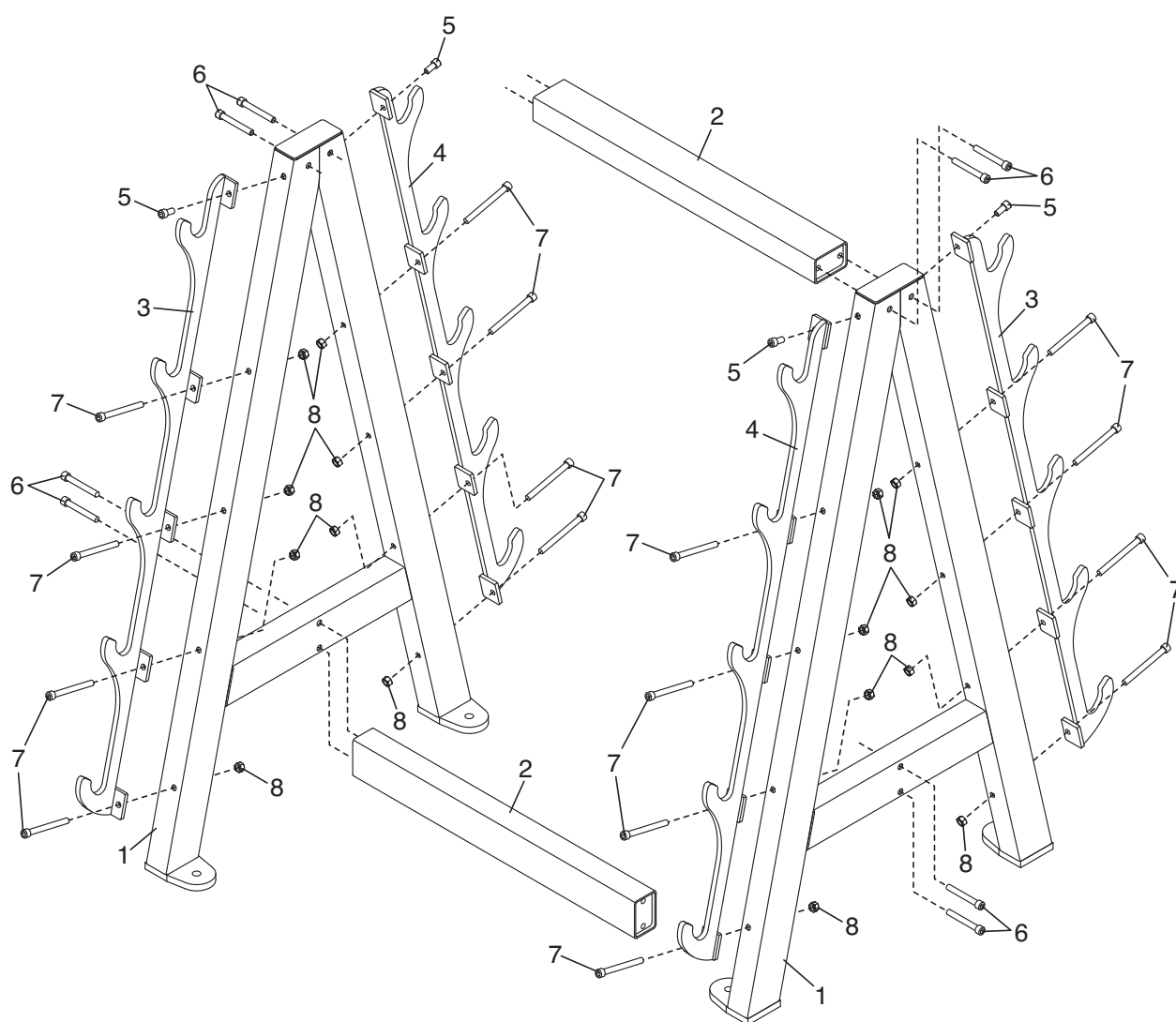
N°.	Qté.	Description
1	2	Cadre
2	2	Entretoise
3	2	Porte-Barres Gauche
4	2	Porte-Barres Droit
5	4	Vis de M10 x 25mm

N°.	Qté.	Description
6	8	Vis de M10 x 70mm
7	16	Boulon de M10 x 100mm
8	16	Écrou de Blocage de M10
*	—	Manuel de l'Utilisateur

Remarque : les spécifications sont sujettes à des changements sans notification. Référez-vous au dos de ce manuel pour commander des pièces de rechange. *Indique qu'une pièce n'est pas illustrée.

SCHÉMA DÉTAILLÉ

N°. du Modèle F210.0 R1210A



COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE

Si vous avez des questions après avoir lu ce manuel, ou si des pièces sont endommagées ou manquantes, veuillez contactez le Service à la Clientèle aux numéros de téléphone ou adresses ci-dessous. **Veuillez noter le numéro du modèle, le numéro de série et le nom de l'appareil (voir la page de couverture de ce manuel) avant de contacter le Service à la Clientèle. Si vous commandez des pièces de rechange, veuillez noter le numéro de la pièce et la description de chaque pièce (référez-vous à la LISTE DES PIÈCES et au SCHÉMA DÉTAILLÉ vers la fin de ce manuel).**

Dans les États-Unis et Canada

Appelez : 1-800-201-2109, Lun.–Ven. 8 a.m.–5 p.m. TM

Écrivez :

FreeMotion Fitness

1500 South 1000 West

Logan, UT 84321-9813

Etats-Unis

Hors des États-Unis et Canada

Appelez : 001-435-786-3521

Courriel : intlcustomercare@freemotionfitness.com