

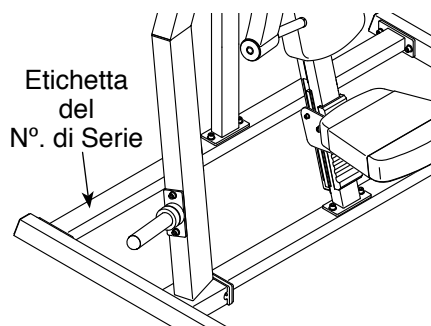
FREEMOTION[®]

Incline Chest Press

N° del Modello F305.0

N° di Serie _____

Riportare il numero di serie nello spazio soprastante per eventuali comunicazioni future.



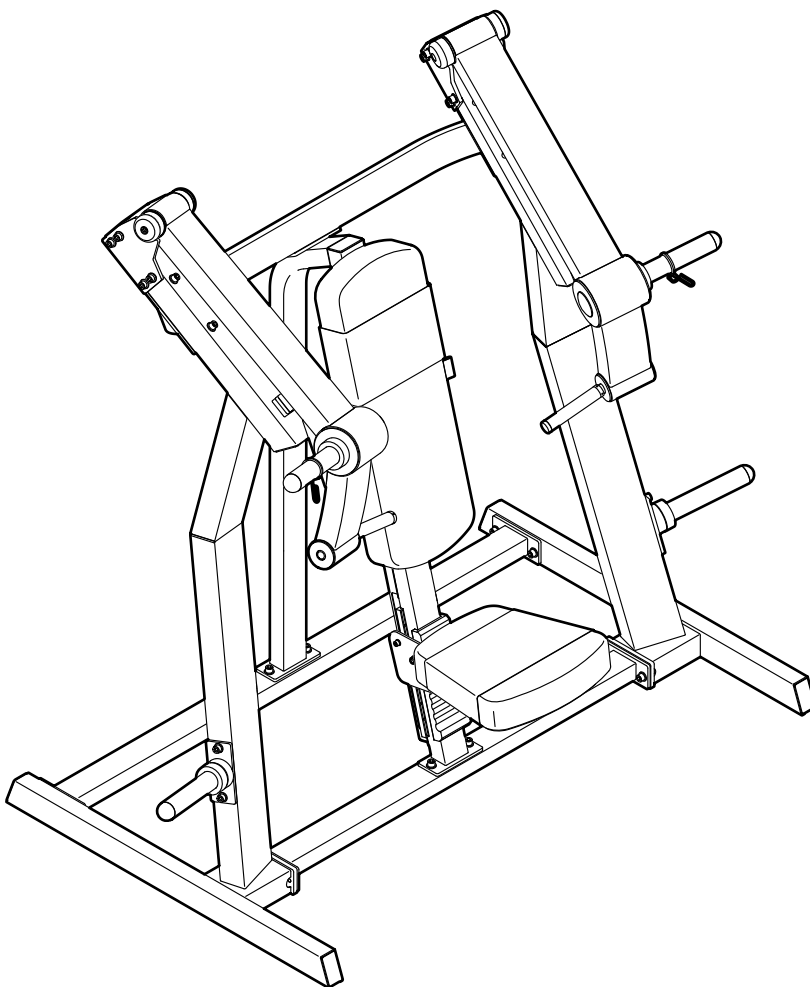
MANUALE D'ISTRUZIONI

DOMANDE?

Se avete delle domande, o se ci sono delle parti danneggiate o mancanti, consultare la sezione **CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI** sul retrocopertina del presente manuale.

ATTENZIONE

Leggere tutte le istruzioni e precauzioni riportate in questo manuale prima di utilizzare questa attrezzatura. Conservare il manuale per ogni successivo riferimento.

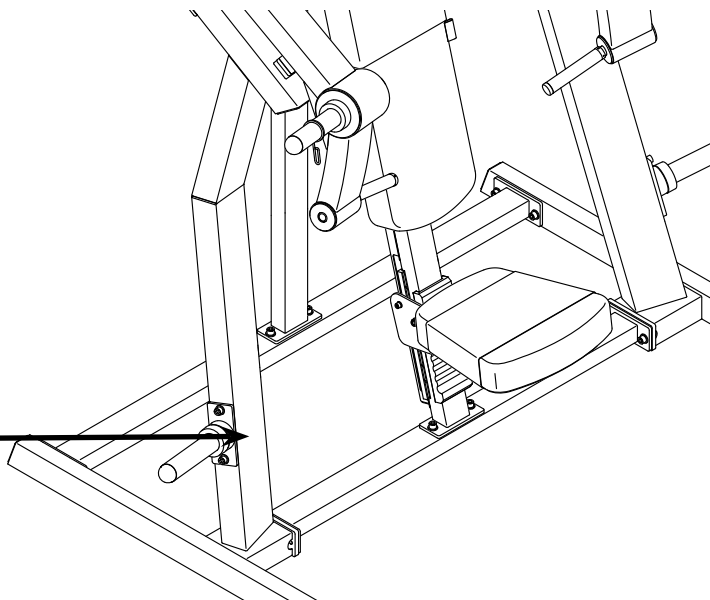
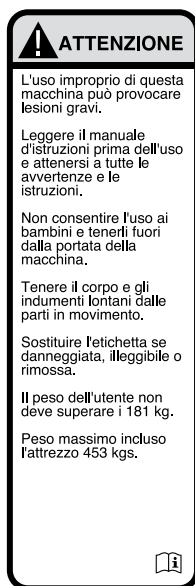


INDICE

POSIZIONE DELL'ETICHETTA DI AVVERTENZA	2
PRECAUZIONI IMPORTANTI	3
PRIMA DI INIZIARE	4
TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI	5
MONTAGGIO	6
REGOLAZIONI	10
MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE GUASTI	11
ELENCO PEZZI	13
DISEGNO ESPLOSO	14
CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI	Retrocopertina
GARANZIA LIMITATA	Retrocopertina

POSIZIONE DELL'ETICHETTA DI AVVERTENZA

L'etichetta di avvertenza raffigurata è inclusa con l'attrezzo. Applicare l'etichetta di avvertenza sopra a quella in inglese nella posizione indicata. Il disegno mostra la posizione dell'etichetta di avvertenza. **Se un'etichetta è mancante o illeggibile, consultare la copertina del presente manuale e richiederne gratuitamente una in sostituzione. Applicare l'etichetta nella posizione indicata.** Nota: l'etichetta potrebbe non essere raffigurata nelle dimensioni reali.



PRECAUZIONI IMPORTANTI

⚠ AVVERTENZA: per ridurre il rischio di incidenti gravi, leggere tutte le precauzioni e le istruzioni importanti contenute nel presente manuale nonché tutte le avvertenze riportate sulla attrezzatura di potenziamento prima di iniziare a utilizzarla. FreeMotion Fitness non si assume alcuna responsabilità in caso di lesioni personali o danni causati o dovuti all'utilizzo dell'attrezzo.

1. È responsabilità del proprietario assicurarsi che tutti gli utenti dell'attrezzatura di potenziamento siano opportunamente informati di tutte le precauzioni, abbiano letto e compreso tutte le etichette di avvertenza e attenzione e sappiano utilizzare correttamente l'attrezzatura di potenziamento.
2. Tutti gli utenti dell'attrezzatura di potenziamento devono essere in grado di comunicare immediatamente ai responsabili della struttura eventuali incidenti o irregolarità dell'attrezzatura di potenziamento.
3. Consultare un medico prima di iniziare qualsiasi programma di esercizio fisico. Questa precauzione è di particolare importanza per persone di età superiore ai 35 anni o con problemi di salute preesistenti.
4. Utilizzare l'attrezzatura di potenziamento esclusivamente nel modo descritto nel presente manuale.
5. Utilizzare l'attrezzatura di potenziamento esclusivamente sopra una superficie piana. Coprire il pavimento sotto l'attrezzatura di potenziamento per proteggerlo.
6. È responsabilità del proprietario assicurarsi che ci sia spazio sufficiente attorno all'attrezzatura di potenziamento per eseguire l'esercizio specifico.
7. Utilizzare i fori di ancoraggio per dare massima stabilità; fissare l'attrezzatura di potenziamento al pavimento dove richiesto o quando possibile.
8. Tenere sempre fuori dalla portata dell'attrezzatura di potenziamento i bambini di età inferiore ai 12 anni e gli animali domestici.
9. L'attrezzatura di potenziamento è stata progettata per un peso massimo utente pari a 181 kg.
10. Non collocare più di 82 kg di pesi (non inclusi) su ogni braccio. Porre sempre il medesimo peso su entrambe i bracci. Fissare sempre le piastre peso con i fermagli peso.
11. Durante l'allenamento indossare sempre scarpe da ginnastica per proteggere i piedi.
12. Mantenere mani e piedi lontano dalle parti in movimento. Non appoggiare le mani sull'attrezzatura di potenziamento mentre è in uso.
13. Un allenamento eccessivo può provocare lesioni gravi o morte. Qualora si manifestino vertigini o dolori durante l'allenamento, fermarsi immediatamente e iniziare il defaticamento.

PRIMA DI INIZIARE

Grazie per aver scelto l'attrezzatura di potenziamento FREEMOTION® INCLINE CHEST PRESS. Grazie al movimento libero è possibile esercitare i gruppi muscolari in modo naturale e allenarsi con maggiore precisione ed efficienza.

Onde evitare problemi, si consiglia di leggere attentamente il presente manuale prima di utilizzare l'attrezzatura di potenziamento. Per qualsiasi domanda relativa al contenuto del presente manuale, si

prega di consultare la copertina del manuale. Per poter soddisfare rapidamente ogni eventuale richiesta, prima di contattarci è necessario munirsi del numero del modello e del numero di serie. Il numero del modello e la posizione dell'etichetta che riporta il numero di serie sono indicati sulla copertina del presente manuale.

Prima di procedere con la lettura del manuale si prega di osservare il disegno sottostante per poter familiarizzare con i pezzi contrassegnati.

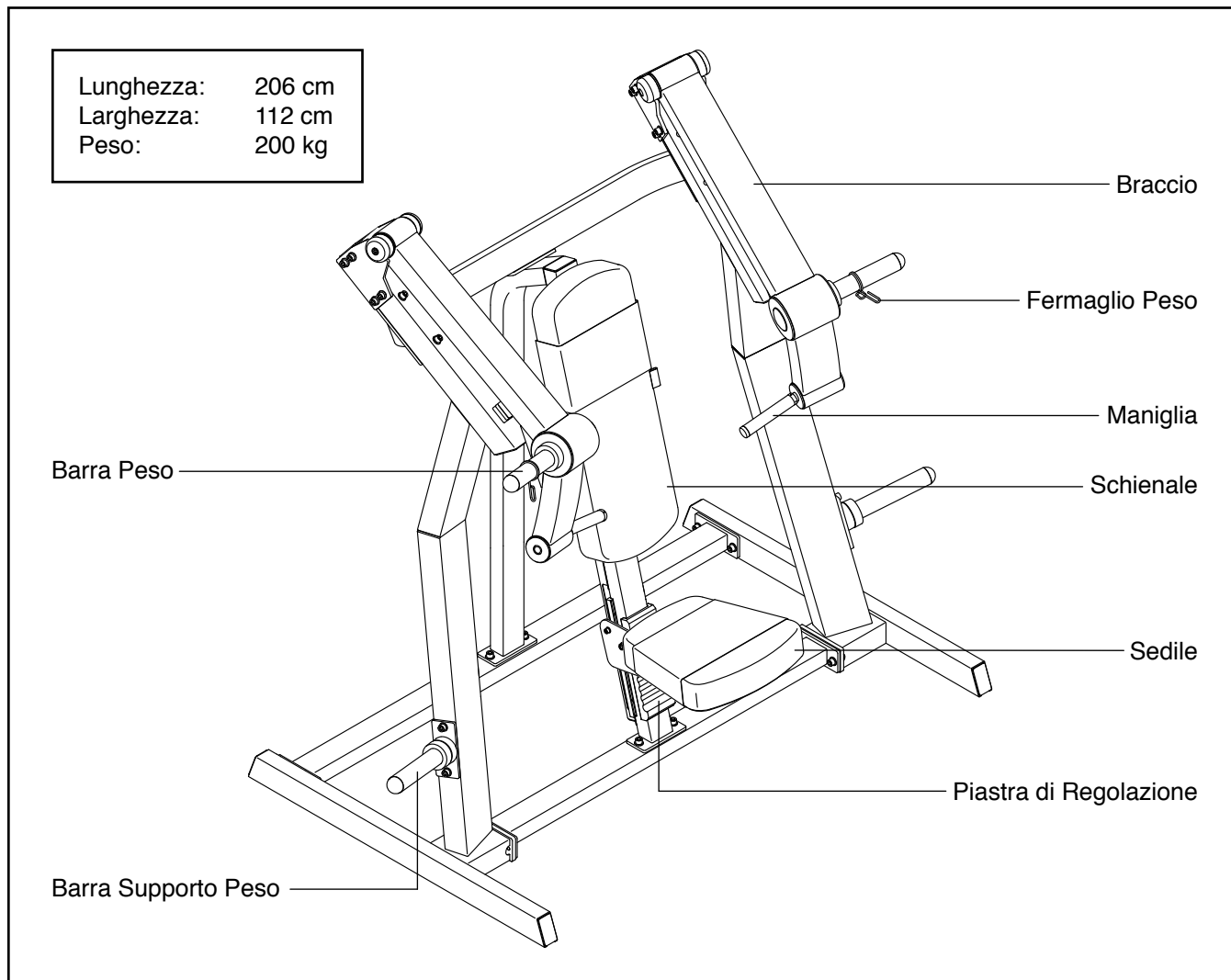
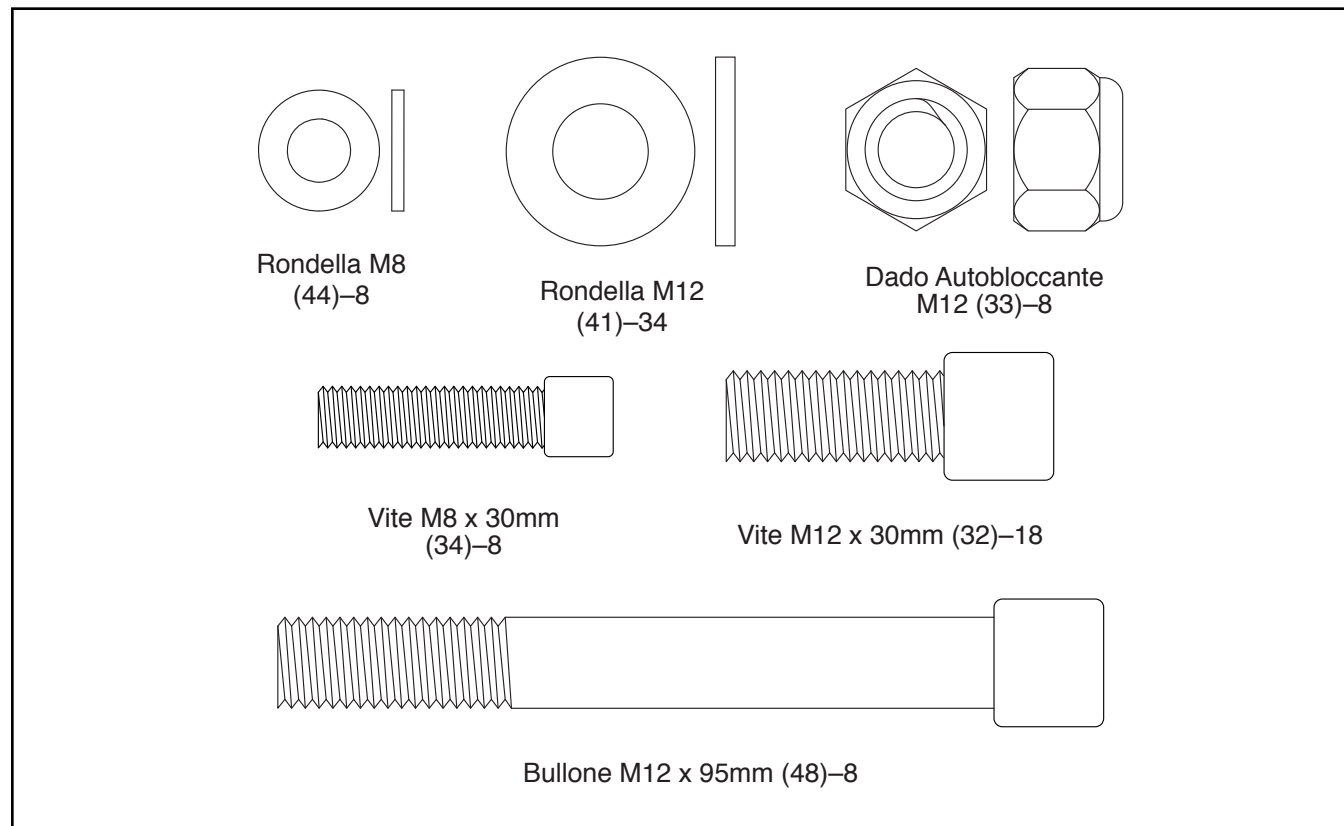


TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI

Fare riferimento ai disegni sottostanti per identificare i pezzi utilizzati durante il montaggio. Il numero tra parentesi indicato in ogni disegno rappresenta il numero pezzo, evinto dall'ELENCO PEZZI al termine del presente manuale. Il numero dopo le parentesi è la quantità necessaria per il montaggio. **Nota: qualora un pezzo non sia rintracciabile nel kit hardware, verificare se sia stato preassemblato. Nella confezione possono essere inclusi pezzi di scorta.**



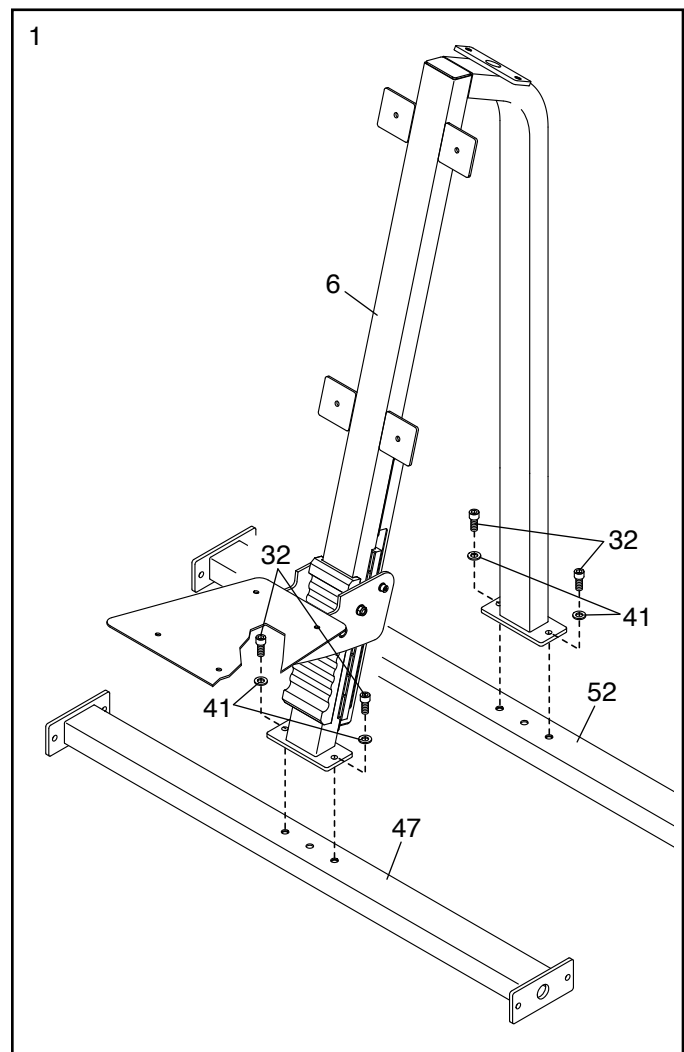
MONTAGGIO

- Il montaggio richiede la presenza di due persone.
- A causa del peso e delle dimensioni, montare l'attrezzatura di potenziamento nella posizione in cui verrà utilizzata. Verificare che vi sia spazio a sufficienza intorno all'attrezzatura di potenziamento.
- Posizionare tutti i pezzi in uno spazio libero ed eliminare gli imballaggi. Non gettare il materiale d'imballaggio fino al completamento del montaggio.
- Per localizzare i pezzi piccoli vedere pagina 5.
- I pezzi di sinistra sono contrassegnati con "L" o "Left" e quelli di destra con "R" o "Right."
- Per il montaggio è necessario utilizzare i seguenti utensili (non in dotazione):
 - una chiave inglese 
 - un set di chiavi esagonali metriche 

Il montaggio risulterà più semplice se si dispone di un set di chiavi. Al fine di evitare danni ai componenti, non utilizzare strumenti alimentati elettricamente.

1. Orientare la Base Corta (47), la Base Lunga (52) e il Telaio Principale (6) nel modo indicato.

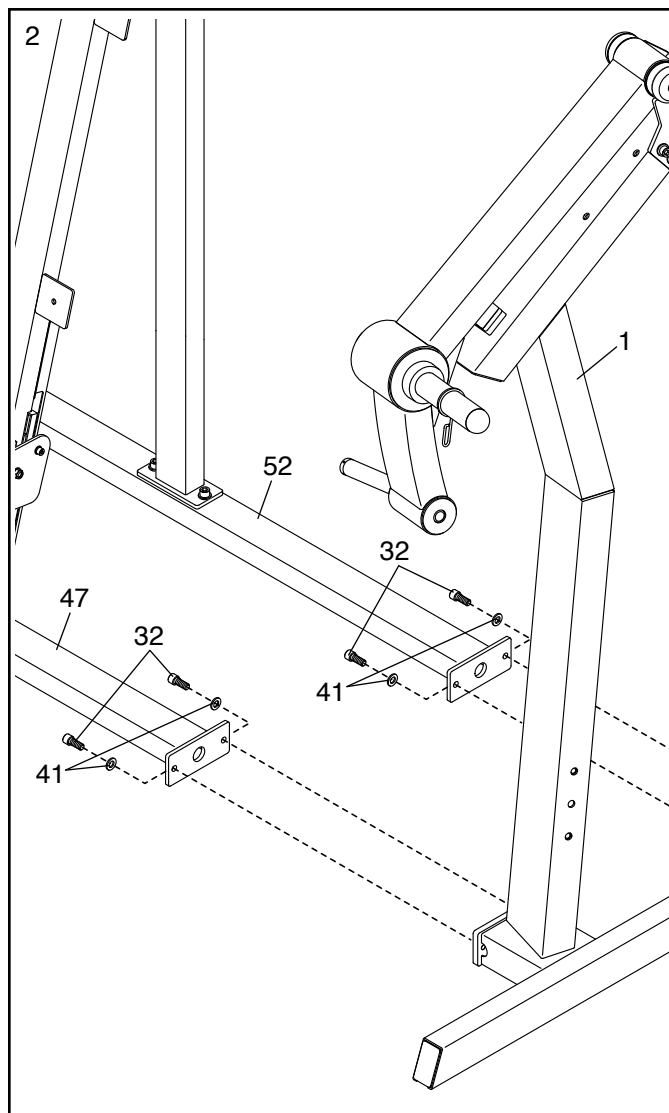
Fissare il Telaio Principale (6) alle Basi (47,52) con quattro Viti M12 x 30mm (32) e quattro Rondelle M12 (41). **Non serrare le Viti in questa fase.**



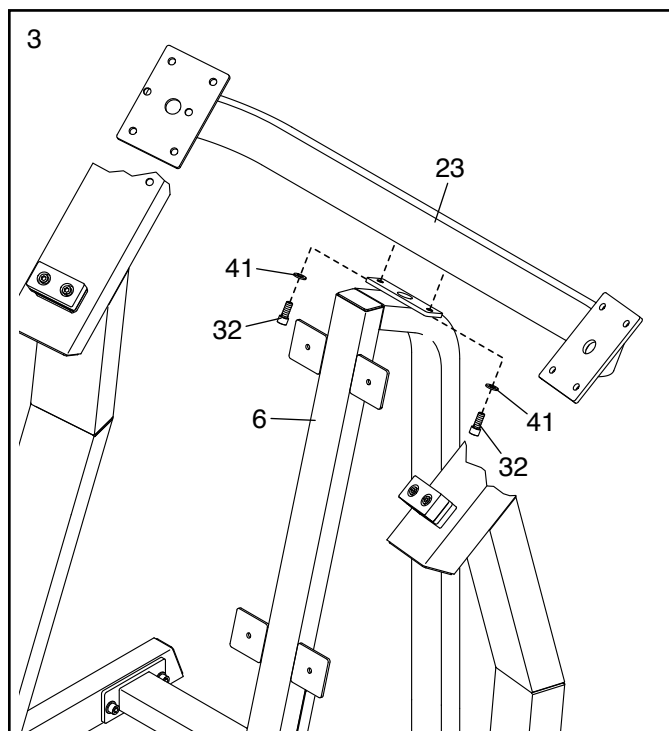
2. Individuare il Montante Sinistro (1) e orientarlo nel modo indicato.

Fissare il Montante Sinistro (1) alla Base Corta (47) e alla Base Lunga (52) con quattro Viti M12 x 30mm (32) e quattro Rondelle M12 (41). **Non serrare le Viti in questa fase.**

Fissare il Montante Destro (no mostrato) alle Basi (47, 52) nel medesimo modo.



3. Fissare il Telaio Posteriore (23) al Telaio Principale (6) con due Viti M12 x 30mm (32) e due Rondelle M12 (41). **Non serrare le Viti in questa fase.**



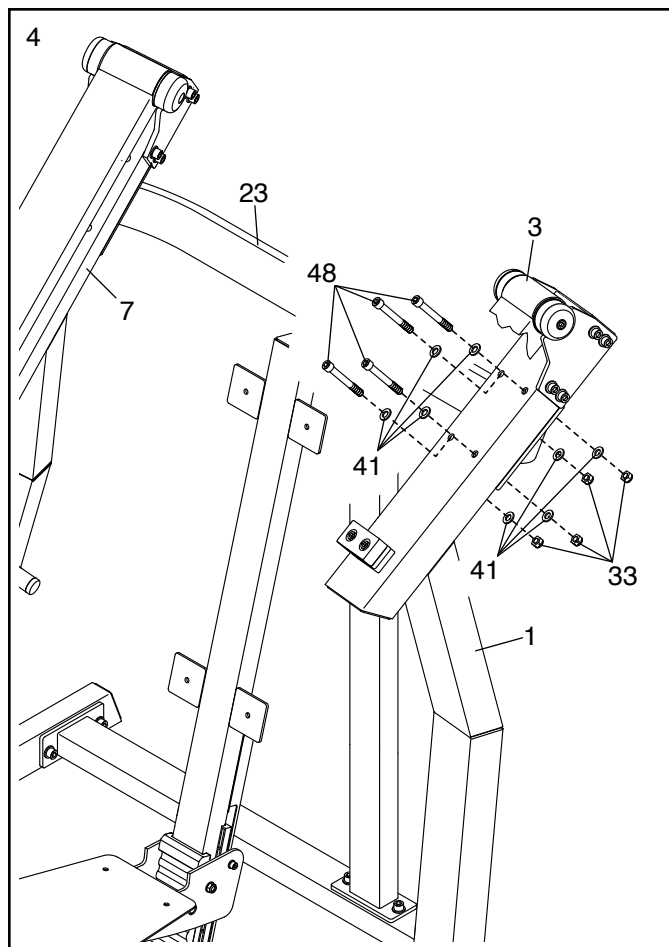
4. Con l'aiuto di una seconda persona sollevare il Braccio Sinistro (3) e reggerlo.

Fissare il Telaio Posteriore (23) al Montante Sinistro (1) con quattro Bulloni M12 x 95mm (48), otto Rondelle M12 (41) e quattro Dadi Autobloccanti M12 (33). **Attendere prima di serrare i Dadi Autobloccanti.**

Fissare il Telaio Posteriore (23) al Montante Destro (7) nel medesimo modo.

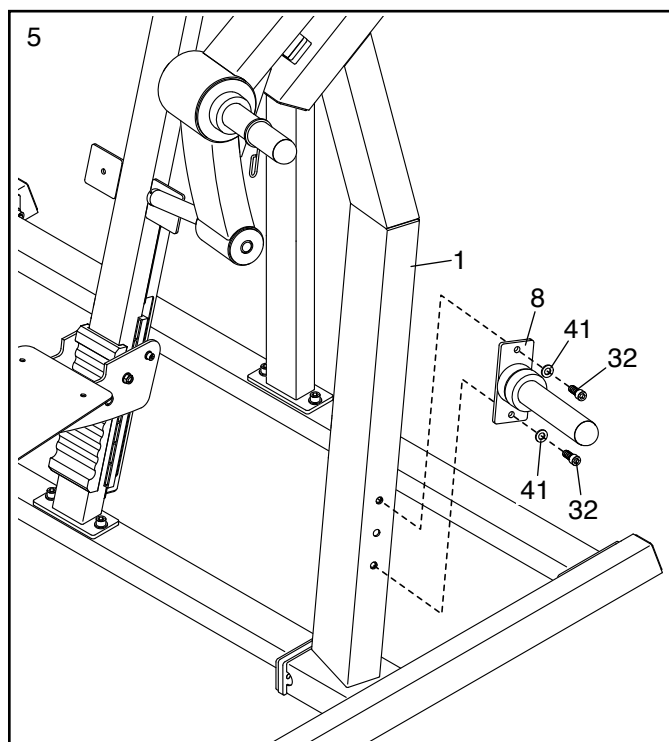
Serrare gli otto Dadi Autobloccanti M12 (33).

Consultare le fasi da 1–3. Serrare tutte le Viti M12 x 30mm (32).

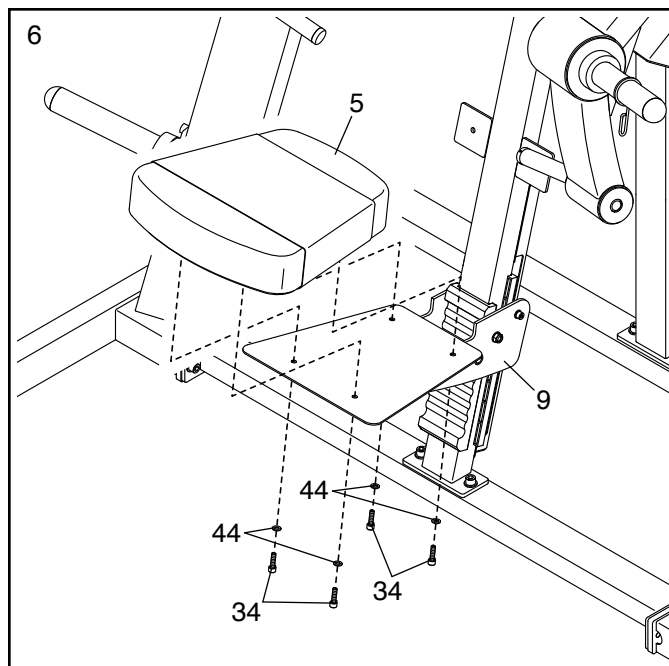


5. Montare la Barra Supporto Peso (8) al Montante Sinistro (1) con due Viti M12 x 30mm (32) e due Rondelle M12 (41).

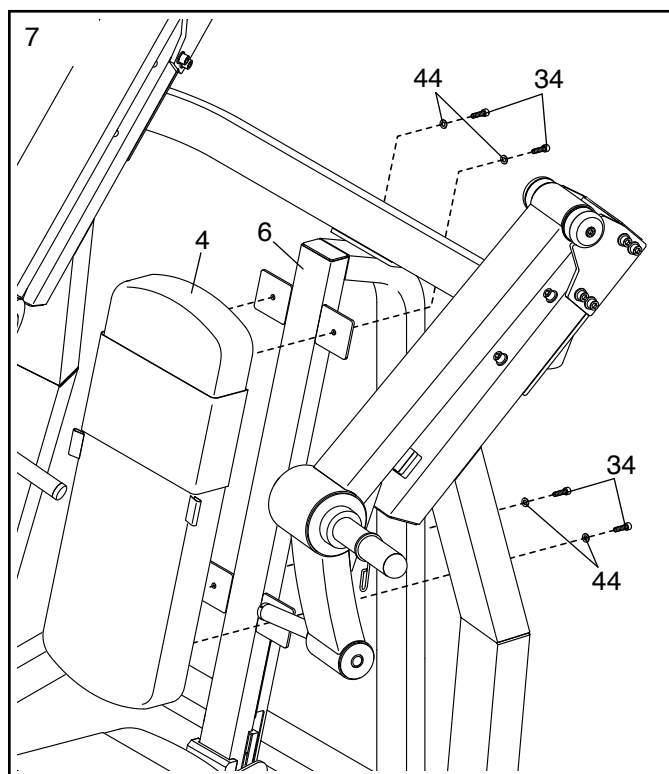
Ripetere questa fase sull'altro lato dell'attrezzatura di potenziamento.



6. Fissare il Sedile (5) al Telaio Sedile (9) con quattro Viti M8 x 30mm (34) e quattro Rondelle M8 (44).



7. Fissare lo Schienale (4) al Telaio Principale (6) con quattro Viti M8 x 30mm (34) e quattro Rondelle M8 (44).



8. **Assicurarsi che tutti i pezzi dell'attrezzatura di potenziamento siano stati serrati correttamente.** Per evitare che il pavimento o il tappeto si danneggino, posizionare un tappetino sotto l'attrezzatura di potenziamento.

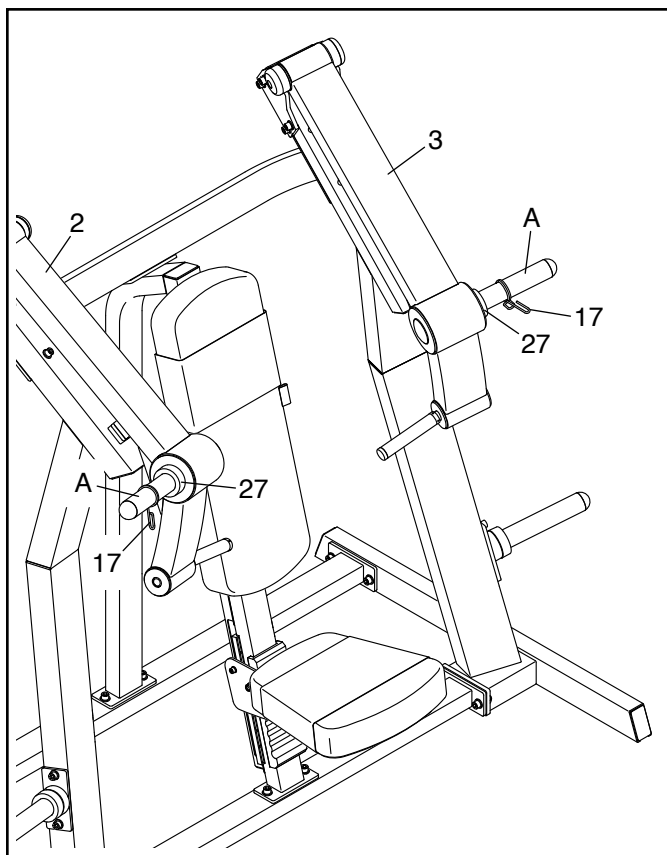
REGOLAZIONI

Questa sezione illustra la regolazione dell'attrezzatura di potenziamento. Verificare che tutti i pezzi siano correttamente serrati prima di ogni utilizzo dell'attrezzatura di potenziamento. Sostituire immediatamente eventuali pezzi usurati.

AGGIUNTA DI PESI

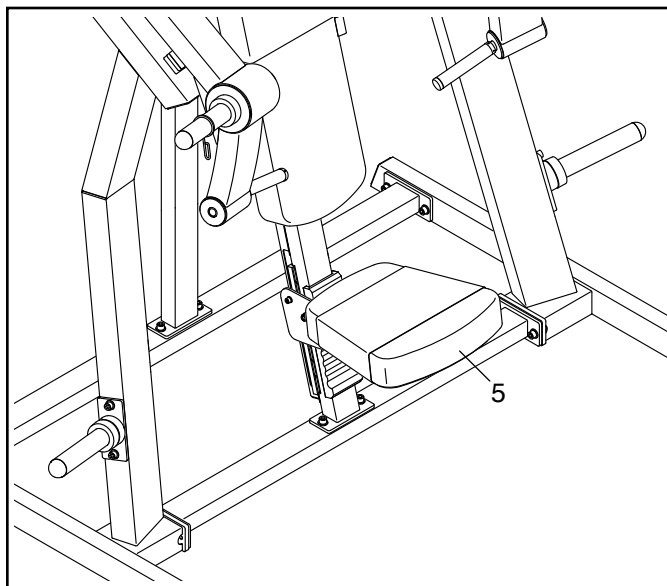
Inserire lo stesso numero di pesi (non inclusi) sulle barre pesi (A) dei Bracci Destro e Sinistro (2, 3). Verificare che le piastre peso appoggino contro i Respingenti Peso (27). **Fissare con cura le piastre peso con i Fermagli Peso (17).**

⚠ AVVERTENZA: Non collocare più di 82 kg di pesi (non inclusi) su ogni Braccio (2, 3). Porre sempre il medesimo peso su entrambe i Bracci. Fissare con cura le piastre peso con i Fermagli Peso (17).



REGOLAZIONE SEDILE

Per regolare l'altezza del Sedile (5), sollevare la parte anteriore del Sedile, spostare il sedile verso l'alto o verso il basso nella posizione desiderata, quindi premere verso il basso la parte anteriore del Sedile. **Verificare che il Sedile sia correttamente bloccato.**



MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE GUASTI

Al fine di ottenere prestazioni ottimali dall'attrezzatura di potenziamento e per ridurre il rischio di danni agli utenti, è necessario effettuare una regolare manutenzione. Insegnare al personale a effettuare le procedure descritte nella presente sezione. Il personale è tenuto a registrare e riportare eventuali incidenti. Al fine di mantenere la garanzia relativa all'attrezzatura di potenziamento, utilizzare esclusivamente pezzi FREEMOTION per riparazioni o sostituzioni. In caso di quesiti o chiarimenti, consultare la sezione CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI sulla retrocopertina del presente manuale.

MANUTENZIONE GIORNALIERA

Pulizia Generale

Pulire l'attrezzatura di potenziamento usando un panno morbido inumidito con una soluzione diluita di sapone delicato e acqua tiepida. Se necessario, utilizzare una spazzola morbida con la soluzione detergente.

Quindi, risciacquare l'attrezzatura di potenziamento usando un panno morbido inumidito d'acqua e asciugare accuratamente.

Macchie Difficili

Spruzzare sulla macchia un detergente comune non abrasivo come FORMULA 409®, SIMPLE GREEN® o altro prodotto simile. Strofinare delicatamente la zona macchiata e lasciare agire il detergente per alcuni minuti.

Quindi, risciacquare l'attrezzatura di potenziamento usando un panno morbido inumidito d'acqua e asciugare accuratamente.

Se necessario ripetere l'operazione utilizzando una spazzola morbida.

Metodo Opzionale per Macchie Difficili

Strofinare la zona delicatamente utilizzando un panno morbido inumidito con alcol.

Quindi, risciacquare l'attrezzatura di potenziamento usando un panno morbido inumidito d'acqua e asciugare accuratamente.

ATTENZIONE: attenersi alle istruzioni e alle precauzioni di sicurezza del fabbricante del prodotto detergente utilizzato. FreeMotion Fitness e i suoi rivenditori non sono responsabili per danni o infortuni derivanti dall'uso o abuso di prodotti detergenti.

IMPORTANTE: quando si utilizza un prodotto di pulizia, provarlo prima su una parte nascosta per verificare che non vengano danneggiati i materiali. Non utilizzare prodotti pulenti abrasivi o aggressivi, oppure solventi come acquaragia, cherosene, benzina o prodotti simili. Sostanze di questo tipo possono graffiare l'attrezzatura di potenziamento, danneggiare le parti in plastica e le etichette o provocare altri danni.

MANUTENZIONE SETTIMANALE

Bulloneria

Controllare tutti i dadi, i bulloni e le viti e serrarli se necessario. **IMPORTANTE:** tutti i cuscini hanno supporti in compensato con dadi a T utilizzati per fissare i cuscini all'attrezzatura di potenziamento. Poiché i dadi a T sono avvitati nel compensato, non potranno essere serrati quanto i dadi standard. Quando si serrano i bulloni o le viti che fissano il cuscino, stringerli sufficientemente affinché il cuscino non si muova o non risulti instabile. Un serraggio eccessivo potrebbe spaccare i dadi a T nel compensato rendendo impossibile la rimozione dei cuscini in futuro.

MANUTENZIONE MENSILE

Impugnature

Controllare le impugnature e se necessario sostituirle.

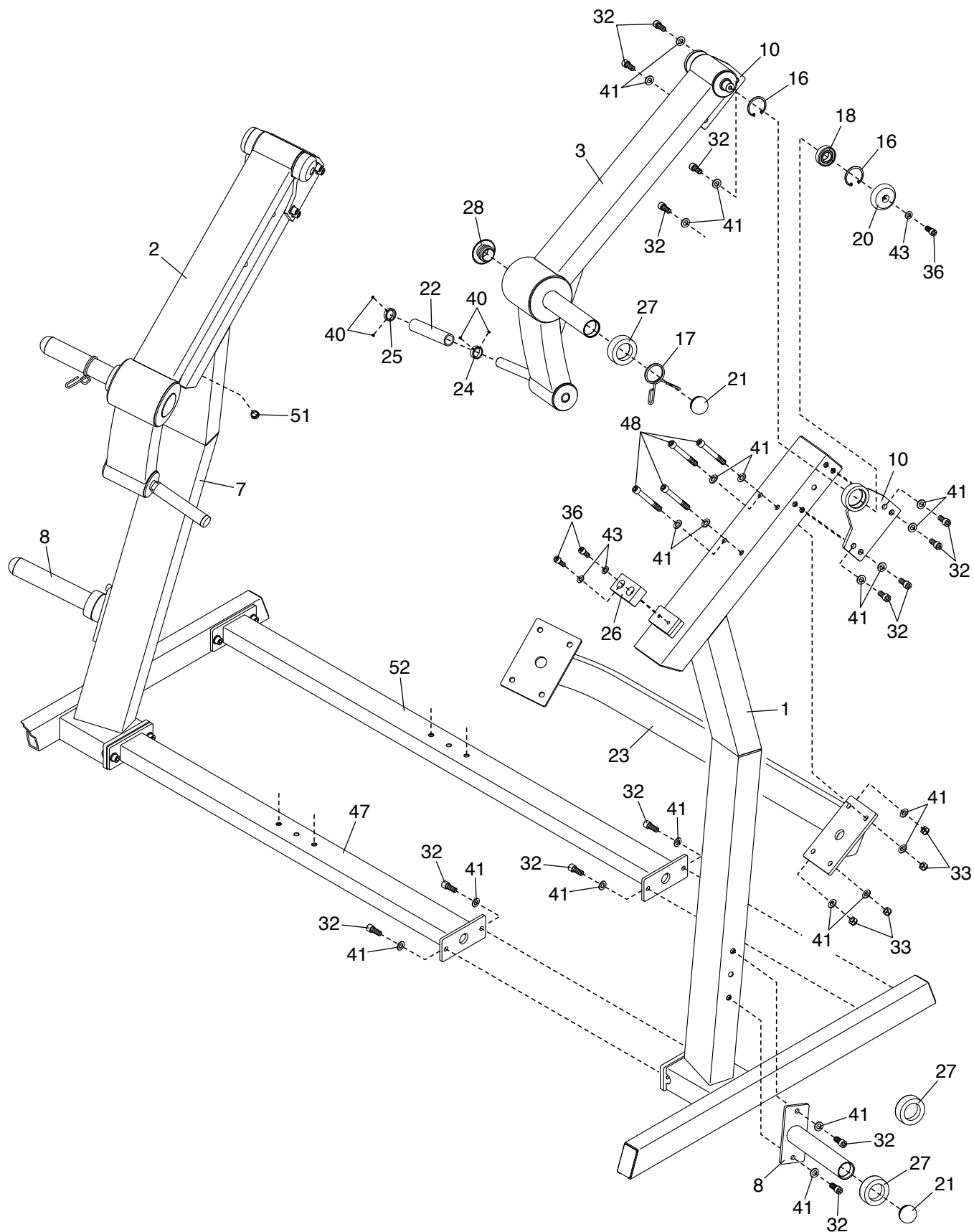
NOTE

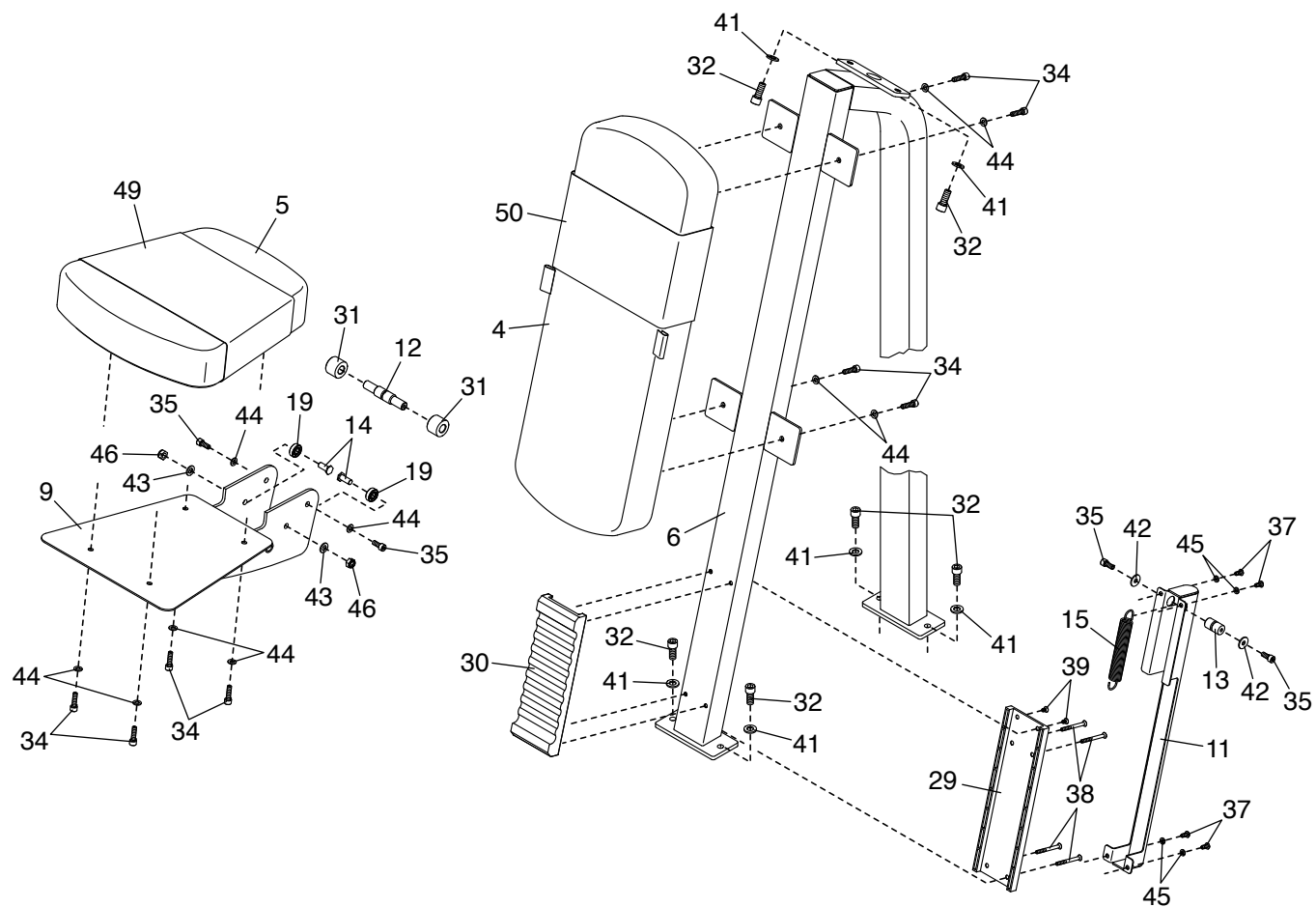
ELENCO PEZZI

N° del Modello F305.0 R1013A

N°	Qtà.	Descrizione	N°	Qtà.	Descrizione
1	1	Montante Sinistro	28	2	Cappuccio Braccio
2	1	Braccio Destro	29	1	Piastra Rullo
3	1	Braccio Sinistro	30	1	Piastra di Regolazione
4	1	Schienale	31	2	Rullo
5	1	Sedile	32	34	Vite M12 x 30mm
6	1	Telaio Principale	33	8	Dado Autobloccante M12
7	1	Montante Destro	34	8	Vite M8 x 30mm
8	2	Barra Supporto Peso	35	4	Vite M8 x 20mm
9	1	Telaio Sedile	36	8	Vite M10 x 25mm
10	4	Staffa Braccio	37	4	Vite M6 x 16mm
11	1	Copri Molla	38	4	Vite M6 x 65mm
12	1	Asse Molla	39	2	Vite M6 x 10mm
13	1	Staffa Molla	40	8	Vite Senza Testa M4 x 3mm
14	2	Asse Cuscinetto	41	50	Rondella M12
15	1	Molla	42	2	Rondella Piatta M8
16	8	Anello di Sicurezza	43	10	Rondella M10
17	2	Fermaglio Peso	44	10	Rondella M8
18	4	Cuscinetto Grande	45	4	Rondella M6
19	2	Cuscinetto Piccolo	46	2	Dado Autobloccante M10
20	4	Copri Perno	47	1	Base Corta
21	4	Cappuccio Bombato	48	8	Bullone M12 x 95mm
22	2	Impugnatura	49	1	Copri Sedile
23	1	Telaio Posteriore	50	1	Copri Schienale
24	2	Anello Impugnatura	51	2	Cappuccio Foro
25	2	Cappuccio Impugnatura	52	1	Base Lunga
26	2	Respingente Braccio	*	—	Manuale d'Istruzioni
27	6	Respingente Pesi			

Nota: le specifiche sono soggette a modifiche senza previo avviso. Si veda la retrocopertina del presente manuale d'istruzioni per informazioni relative all'ordine di pezzi di ricambio. *Questi pezzi non sono raffigurati.





CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI

Per qualsiasi domanda relativa ai contenuti del presente manuale o se alcuni pezzi fossero andati persi o risultassero danneggiati, si prega di contattare il nostro Servizio Assistenza Clienti ai numeri di telefono o agli indirizzi sotto indicati. **Prima di contattare il Servizio Assistenza Clienti munirsi del numero del modello, del numero di serie e del nome del prodotto (vedere copertina del presente manuale). Se si desidera ordinare un pezzo di ricambio, si prega di fornire il numero del pezzo e la relativa descrizione (vedere la l'ELENCO PEZZI e il DISEGNO ESPLOSO posti alla fine del presente manuale).**

Per i clienti residenti negli Stati Uniti

Numero verde: 1-800-201-2109, Lun.-Ven. dalle 7.00 alle 18.00 MT

E-mail: customercare@freemotionfitness.com

Scrivere a:

FreeMotion Fitness
1500 South 1000 West
Logan, UT 84321-9813
Stati Uniti

Per i clienti residenti al di fuori degli Stati Uniti

Numero verde: 001-800-527-5417 o

001-435-786-3521,

Lun.-Ven. dalle 6.00 alle 18.00 USA Mountain Time

E-mail: intlcustomercare@freemotionfitness.com

GARANZIA LIMITATA

DURATA E COPERTURA DELLA GARANZIA

FreeMotion Fitness garantisce questo prodotto da difetti di lavorazione e materiali in caso di uso e manutenzione normali. I pezzi e la manodopera sono coperti da garanzia per un (1) anno, se non diversamente specificato nella fattura.

La garanzia decorre dalla data riportata sulla fattura di acquisto. Eventuali pezzi riparati o sostituiti durante il periodo di garanzia saranno garantiti per il periodo rimanente della garanzia originale.

CONDIZIONI E LIMITAZIONI

La garanzia del prodotto decade se sopraggiungono le seguenti condizioni:

1. La presente garanzia è personale e si applica solo all'originario acquirente.
2. La garanzia sull'assistenza si applica esclusivamente ai prodotti venduti negli Stati Uniti e in Canada. Rivolgersi al proprio rivenditore autorizzato FreeMotion Fitness per i dettagli sulla copertura degli interventi di assistenza nel proprio paese.
3. Eventuale manomissione, negligenza o manutenzione impropria.
4. Gli utenti che superano il peso massimo consentito indicato nel presente manuale. Nota: questo prodotto potrebbe non riportare nessuno peso massimo utente.
5. Danni provocati dallo spostamento del prodotto o da una conservazione impropria, dallo spostamento o conservazione del prodotto su un lato.
6. Uso o conservazione del prodotto all'esterno o in ambienti a elevata umidità, compresi complessi termali e piscine.
7. Danni provocati da collegamenti impropri o alimentazione elettrica insufficiente. Nota: questo prodotto potrebbe non necessitare di alcun collegamento.

La presente garanzia non si applica a:

1. Accessori ornamentali comprese impugnature, sedili, adesivi ed etichette.
2. Spese di spedizione per il ritiro e la consegna in caso di riparazione.
3. Eventuali problemi derivanti da errato montaggio o consegna.

IN CASO DI NECESSITÀ DI ASSISTENZA

L'assistenza in garanzia di FreeMotion Fitness può essere richiesta rivolgendosi al rivenditore autorizzato presso il quale è stato acquistato il prodotto. Conservare la fattura originale e il numero di matricola. Qualora il presente prodotto presenti un guasto coperto dai termini di garanzia, FreeMotion Fitness potrà decidere se procedere alla riparazione, sostituzione o rimborso del prezzo di acquisto. FreeMotion Fitness rimborsa ai tecnici dell'assistenza le spese di viaggio entro la rispettiva area di competenza per servizi in garanzia. Per servizi oltre l'area di competenza potranno essere addebitati costi aggiuntivi.

FreeMotion Fitness non è responsabile per danni indiretti, speciali o conseguenti derivanti da o correlati all'uso o alle prestazioni del prodotto o danni per eventuali perdite economiche, perdite di beni, perdite di utili o profitti, perdite di sfruttamento o uso, costi di rimozione, installazione o altri danni conseguenti. Alcuni stati non consentono esclusioni o limitazioni di danni indiretti. Pertanto la limitazione di cui sopra potrebbe non applicarsi all'utente. La presente garanzia accorda diritti specifici; è possibile che sussistano altri diritti che variano da stato a stato.

PER CONTATTARE FREEMOTION FITNESS

Consultare la sezione precedente CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI.