

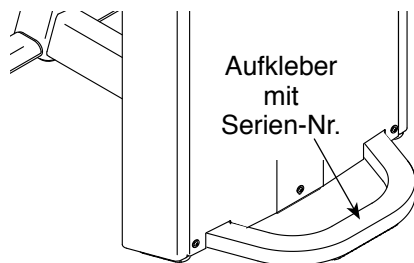
FREEMOTION®

Lat Pull/High Row

Modell-Nr. F502.0

Serien-Nr. _____

Schreiben Sie die Seriennummer für späteren Gebrauch an die freie Stelle oben.



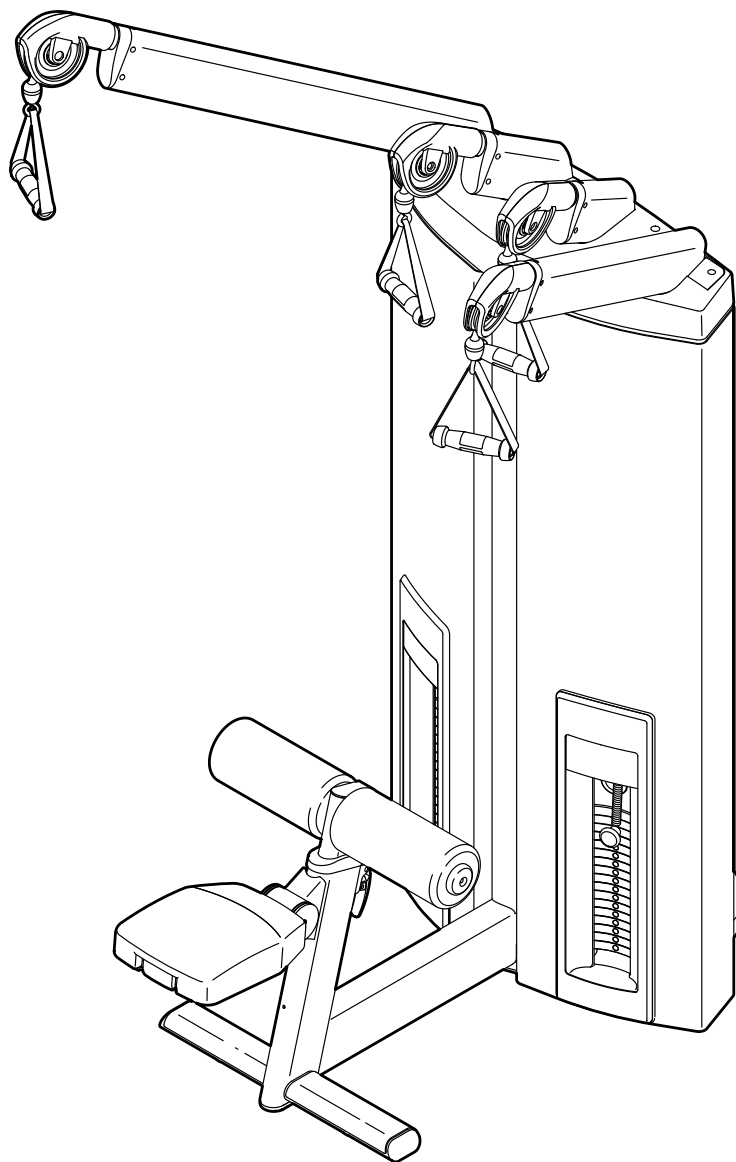
BEDIENUNGSANLEITUNG

FRAGEN?

Wenn Sie Fragen haben oder wenn Teile beschädigt sind oder fehlen, sehen Sie bitte auf der hinteren Einbandseite dieses Handbuchs nach, SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN.

VORSICHT

Lesen Sie bitte aufmerksam alle Anleitungen, bevor Sie dieses Gerät in Betrieb nehmen. Verwahren Sie diese Bedienungsanleitung für späteren Gebrauch.



INHALTSVERZEICHNIS

WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN	3
EMPLACEMENT DES AUTOCOLLANTS D'AVERTISSEMENT	4
BEVOR SIE ANFANGEN	5
MONTAGE	6
EINSTELLUNG	16
WARTUNG UND FEHLERSUCHE	17
KABELDIAGRAMM	20
TEILELISTE	21
DETAILZEICHNUNG	22
SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN	Rückseite
BESCHRÄNKTE GARANTIE	Rückseite

WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

⚠️ WARNUNG: Um ernsthafte Verletzungen zu vermeiden, lesen Sie bitte alle wichtigen Vorsichtsmassnahmen und Anleitungen in dieser Bedienungsanleitung und alle Warnungen, die auf dem Kraftstation angebracht wurden, bevor Sie dieses Kraftstation benutzen. Der Hersteller (FreeMotion Fitness) übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden, die durch dieses Produkt oder seine Benutzung entstanden sind.

1. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, sicherzustellen dass alle Benutzer der Kraftstation über alle Sicherheitsvorkehrungen informiert sind, alle Warnungs- und Vorsichtsaufkleber gelesen und verstanden haben, und über den richtigen Gebrauch der Kraftstation informiert sind.
2. Alle Benutzer der Kraftstation sollten angewiesen werden, jede körperliche Verletzung oder Ungleichmäßigkeit der Kraftstation dem Betriebspersonal sofort zu melden.
3. Bevor Sie mit diesem oder irgendeinem anderen Trainingsprogramm beginnen, konsultieren Sie bitte zunächst Ihren Arzt. Dies ist besonders wichtig für Personen, die über 35 Jahre alt sind oder gesundheitliche Probleme haben oder hatten.
4. Benutzen Sie die Kraftstation nur wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben.
5. Benutzen Sie die Kraftstation nur auf einer ebenen Fläche. Decken Sie den Fußboden unter der Kraftstation ab, um den Fußboden vor Schäden zu schützen.
6. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, dass sich genügend Freiraum um die Kraftstation für die vorgesehene Übung befindet.
7. Mithilfe der Verankerungslöcher (siehe Seite 5), verankern Sie die Kraftstation am Boden um maximale Stabilität zu gewährleisten.
8. Halten Sie Kinder unter 12 Jahren und Haustiere jederzeit von der Kraftstation fern.
9. Zum Schutz Ihrer Füße sollten Sie immer Sportschuhe tragen.
10. Halten Sie Hände und Füße von bewegenden Teilen fern. Lehnen Sie sich nicht gegen die Kraftstation lassen Sie Ihre Hände nicht auf der Kraftstation aufliegen während diese in Gebrauch ist.
11. Sorgen Sie dafür, dass die Gewichtsstifte vollständig in die gewünschten Gewichte eingefügt sind.
12. Überprüfen Sie jedes Kabel, jede Kabelverbindung und jede Rolle vor jeder Benutzung der Kraftstation. Sorgen Sie dafür, dass alle Teile richtig festgezogen sind. Abgenutzte Teile müssen sofort ersetzt werden.
13. Sorgen Sie dafür, dass jedes Kabel jederzeit auf den Rollen bleibt. Falls ein Kabel sich verklemmt während Sie trainieren, hören Sie sofort auf, und sorgen Sie dafür, dass sich das Kabel auf den Rollen befindet, und dass nichts das Kabel oder die Rollen behindert.
14. Übermäßiges Trainieren kann zu ernsthaften Verletzungen oder sogar zum Tod führen. Wenn Sie sich schwach fühlen oder Schmerzen während des Trainings verspüren, beenden Sie das Training sofort und ruhen Sie sich aus.

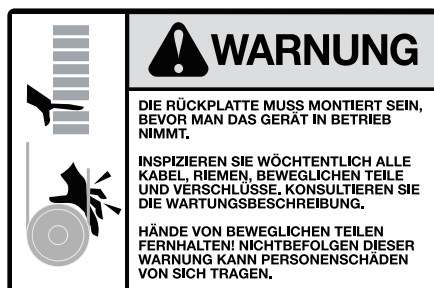
EMPLACEMENT DES AUTOCOLLANTS D'AVERTISSEMENT

Die hier abgebildeten Warnungsaufkleber liegen mit dieser produkt bei. Kleben Sie diese so auf die englischen Aufkleber, dass die deutschen Aufkleber die englischen überdecken. Die hier abgebildeten Warnungsaufkleber wurden an den angezeigten Stellen angebracht. **Sollte ein Aufkleber fehlen oder unlesbar sein, kontaktieren Sie den Kundendienst auf der Vorderseite dieser Bedienungsanleitung, um einen kostenlosen Ersatzaufkleber anzufordern. Kleben Sie den Aufkleber dann an die angezeigte Stelle.** Anmerkung: Die Aufkleber sind nicht unbedingt in wahrer Grösse abgebildet.

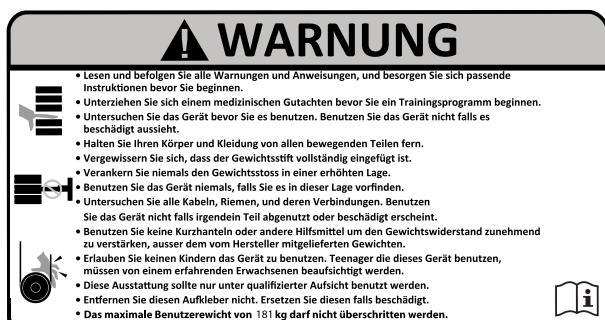
Aufkleber 1



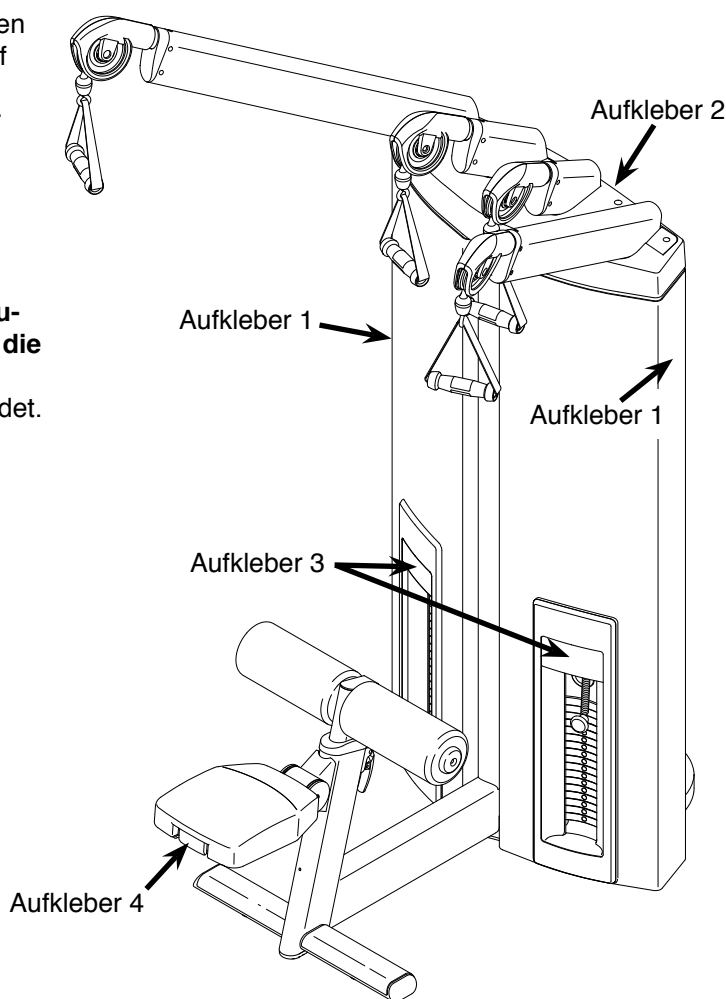
Aufkleber 2



Aufkleber 3



Aufkleber 4



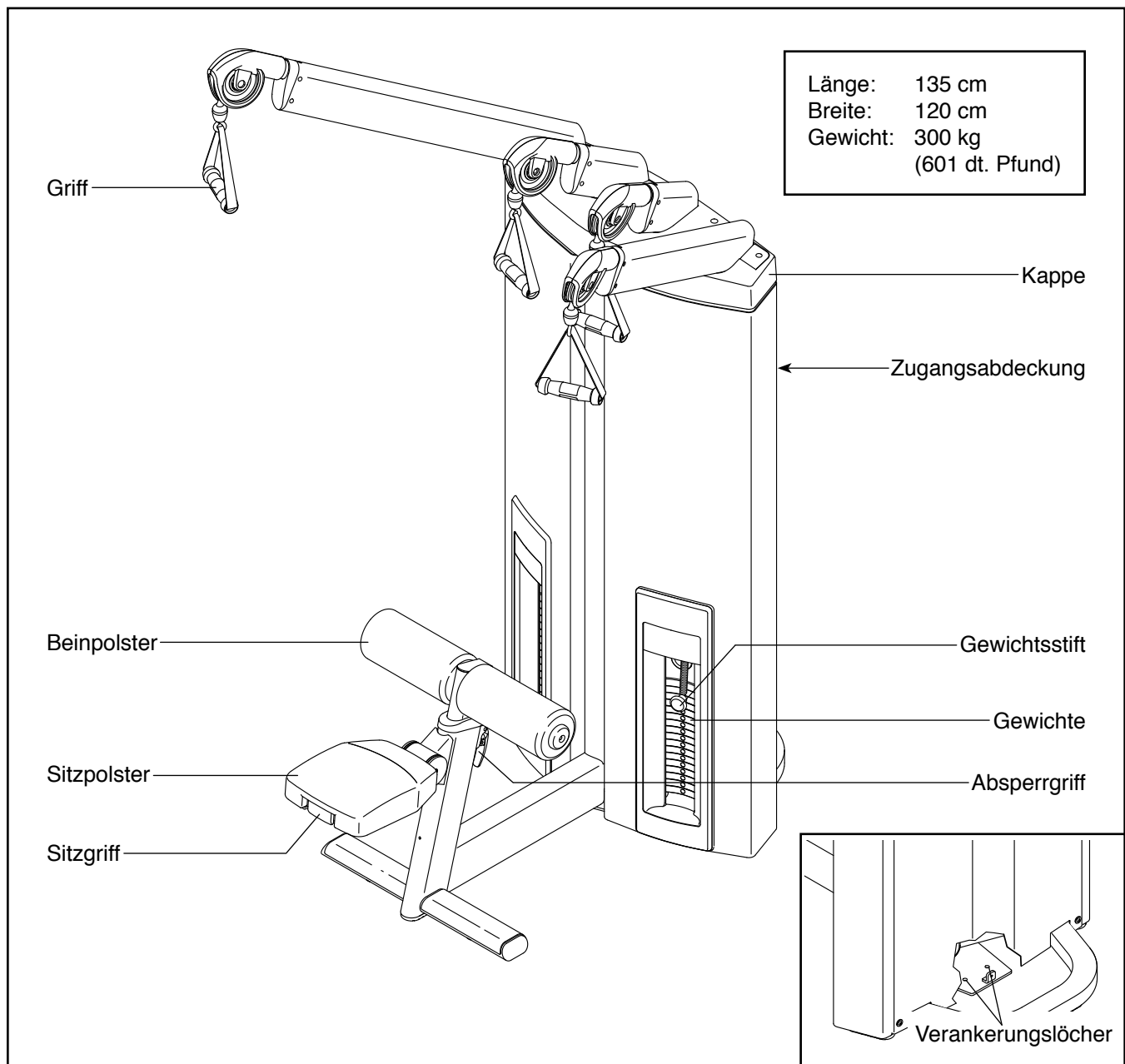
BEVOR SIE ANFANGEN

Vielen Dank, dass Sie sich für die innovative FREEMOTION® LAT PULL/HIGH ROW Kraftstation entschieden haben. Bei unbehinderter Bewegung können Sie die Muskelgruppen des Körpers so benutzen, wie Sie es natürlicherweise auch tun würden, um wirksamer und effizienter trainieren zu können.

Lesen Sie bitte zu Ihrem eigenen Vorteil diese Bedienungsanleitung genauestens durch, bevor Sie das Kraftstation in Betrieb nehmen. Sollten Sie nach der Lektüre dieser Bedienungsanleitung noch Fragen haben, finden Sie die Kontaktinformation auf

der Vorderseite. Damit wir Ihnen schneller helfen können, halten Sie bitte die Produktmodellnummer und die Seriennummer bereit, bevor Sie mit uns in Kontakt treten. Die Modellnummer und die Stelle, wo der Aufkleber mit der Seriennummer angebracht ist, finden Sie auf der Vorderseite der Bedienungsanleitung.

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



MONTAGE

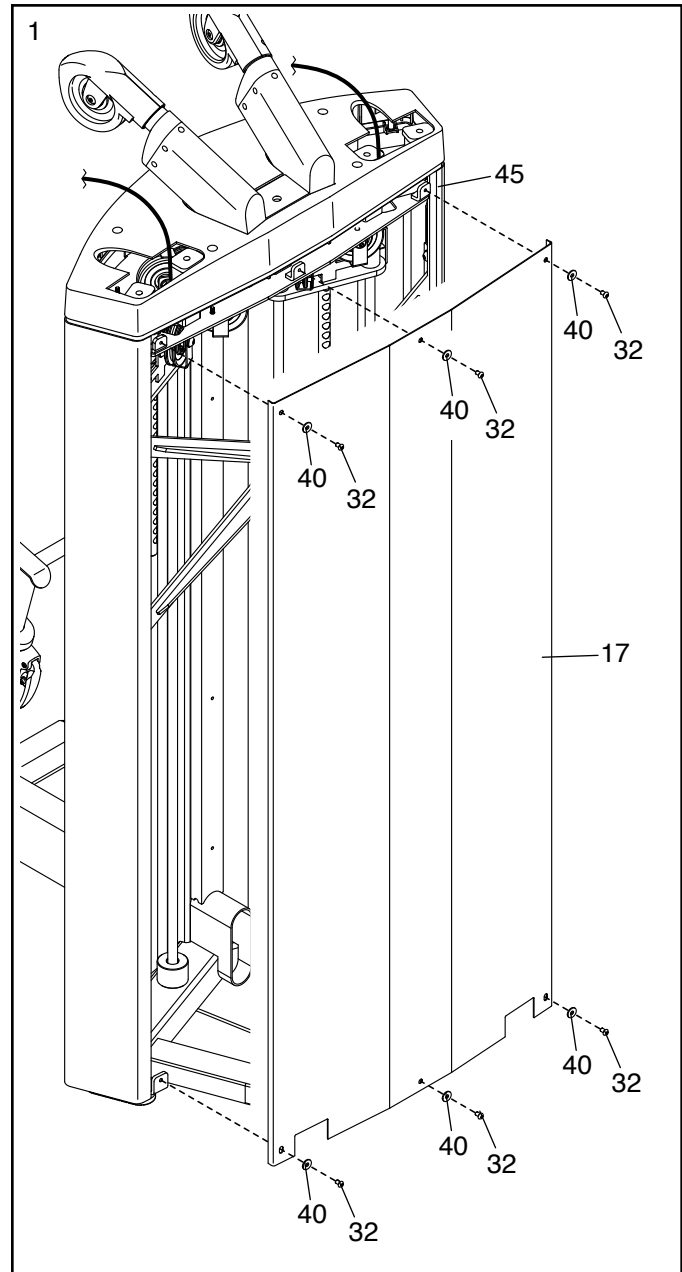
- Wegen des Gewichts und der Größe, montieren Sie die Kraftstation an dem Ort, wo sie benutzt wird. Sorgen Sie dafür, dass sich genug Freiraum um die Kraftstation herum befindet.
- Legen Sie alle Teile an einen dafür freigemachten Ort und entfernen Sie die Verpackungsmaterialien. Werfen Sie diese jedoch

erst weg, wenn die Montage komplett fertiggestellt ist.

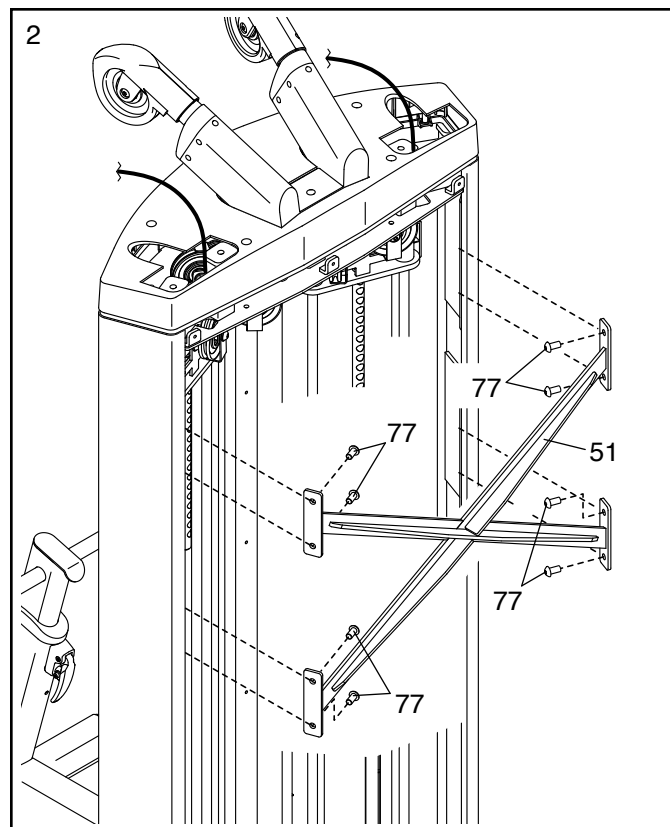
- Für die Montage benötigen Sie ein Satz metrischer Innensechskantschlüssel. Um Beschädigungen von Teilen zu vermeiden, benutzen Sie keine Elektrowerkzeuge.

1. **Wichtig: Während Schritte 1–6, legen Sie die Teile die Sie entfernen in unterschiedliche Häufchen. Sie werden diese Teile in spätere Schritte wieder montieren.**

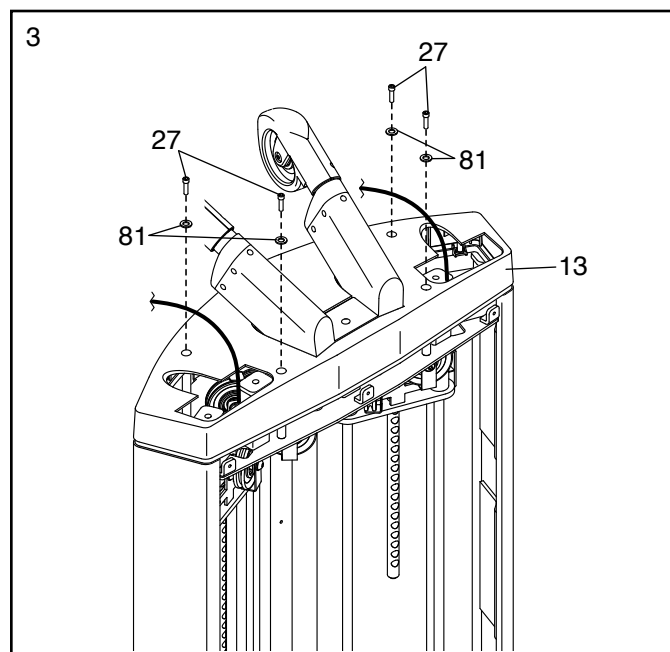
Entfernen Sie die sechs M6 x 10mm Schrauben (32), die sechs M6 große Unterlegscheiben (40) und die Zugangsabdeckung (17) vom Turm (45).



2. Entfernen Sie die acht M10 x 20mm Schrauben (77) und die Turmstütze (51).

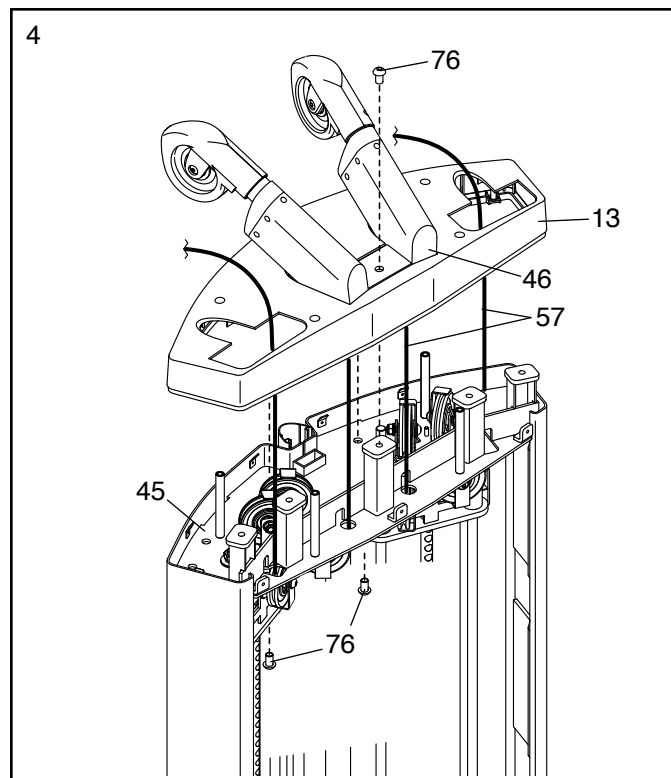


3. Entfernen Sie die vier M6 x 16mm Schrauben (27) und die vier M6 Unterlegscheiben (81) von der Kappe (13).



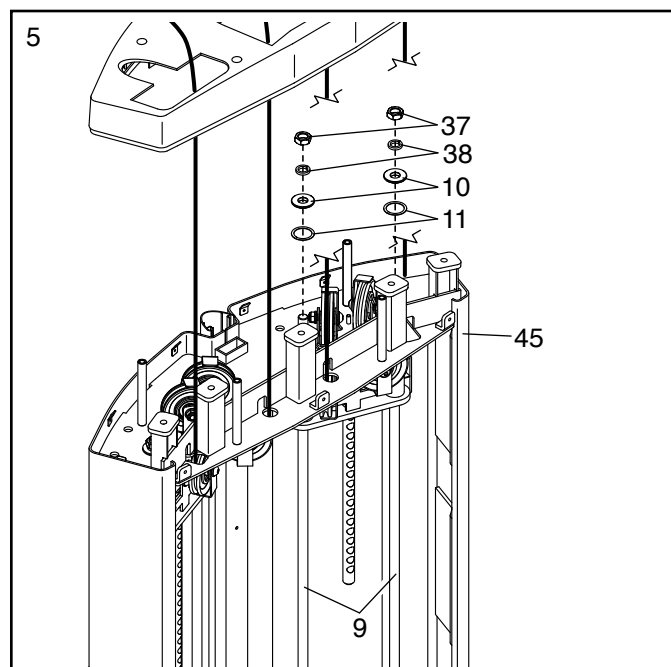
4. Lassen Sie eine zweite Person den mittleren Rollenrahmen (46) halten. Entfernen Sie die drei M12 x 20mm Schrauben (76) vom mittleren Rollenrahmen.

Dann, heben Sie den mittleren Rollenrahmen (46) und die Kappe (13) vom Turm (45) herunter, und hängen Sie den mittleren Rollenrahmen und die Kappe vorsichtig gegen den vorderen Teil des Turms. **Achten Sie darauf, die Kappe, den Turm oder die Kabel (57) nicht zu beschädigen.**

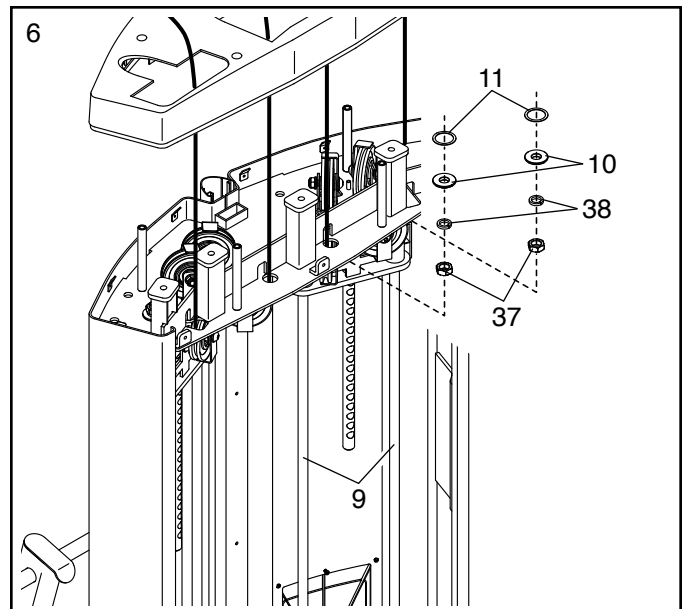


5. Entfernen Sie die zwei M16 Kontermuttern (37), die zwei M16 Zahnscheiben (38), die zwei Gewichtsgleitstangen-Abstandhalter (10) und die zwei Plastik-Unterlegscheiben (11) von den oberen Enden der zwei Gewichtsgleitstangen (9) auf einer Seite des Turms (45).

Anmerkung: Nachdem Sie diese Teile entfernt haben, werden die Gewichtsgleitstangen (9) ein paar Zentimeter in den Turm (45) herunterrutschen.



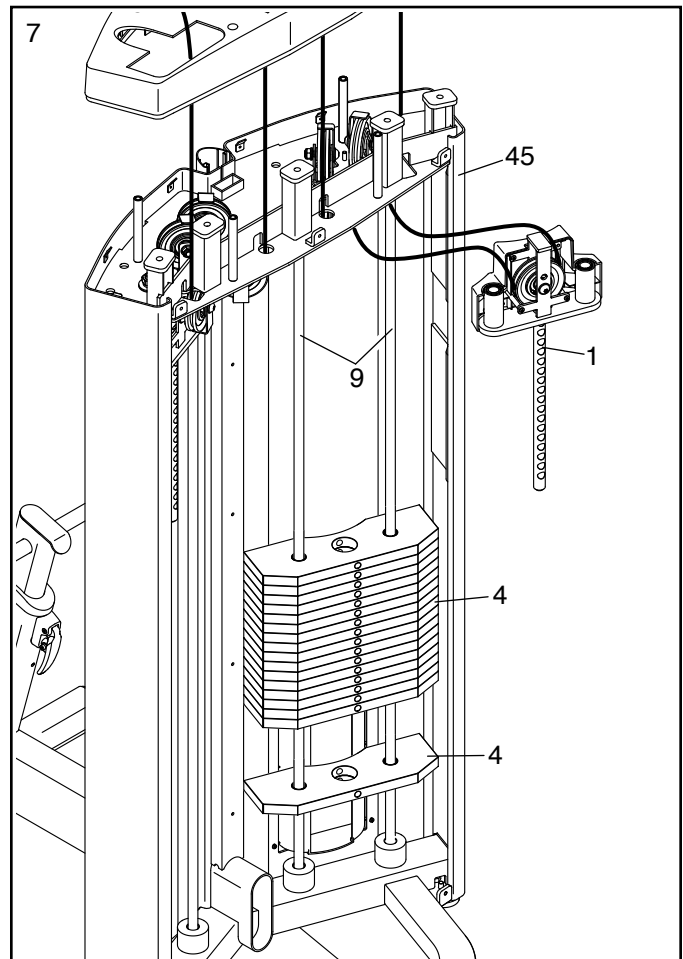
6. Ziehen Sie die oberen Enden der zwei Gewichtsgleitstangen (9) gegen sich. Entfernen Sie die übrigen Plastik-Unterlegscheiben (11), Gewichtsgleitstangen-Abstandhalter (10), M16 Zahnscheiben (38) und M16 Kontermuttern (37) von den Gewichtsgleitstangen.



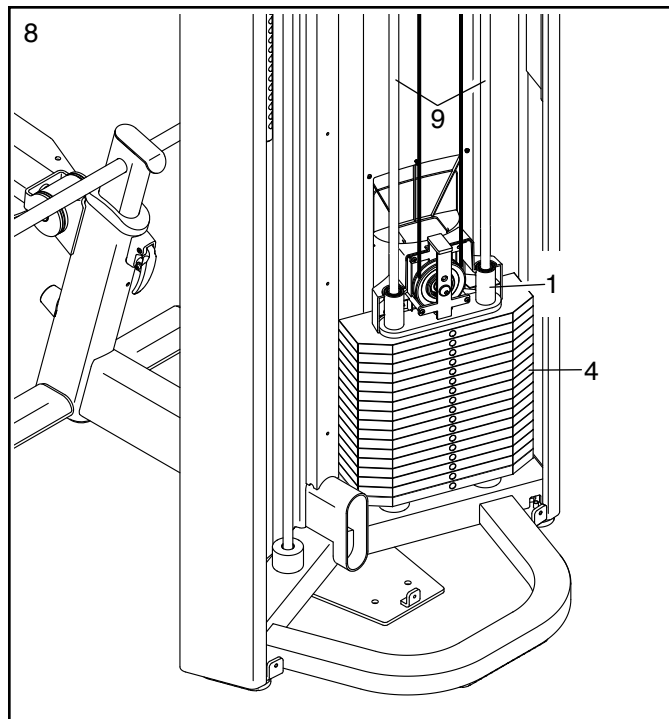
7. Halten Sie die Gewichtshalterung (1) und schneiden Sie die Plastikbefestigung (nicht abgebildet) durch, welches die Gewichtshalterung am Turm (45) festhält. Dann, schieben Sie die Gewichtshalterung nach oben von den Gewichtsgleitstangen (9) herunter.

Als nächstes, sehen Sie sich die Aufkleber auf einer der Gewichtsstöße (4) an, und finden Sie den Aufkleber mit der **höchsten** Zahl. Legen Sie das Gewicht wie rechts abgebildet aus, und schieben Sie es auf den Gewichtsgleitstangen (9) auf.

Wiederholen Sie diesen Schritt mit den übrigen 16 Gewichten (4) im Stoß. Dann, sehen Sie sich die Aufkleber auf allen Gewichten an, und sorgen Sie dafür, dass sich die Gewichte in der richtigen Reihenfolge befinden.



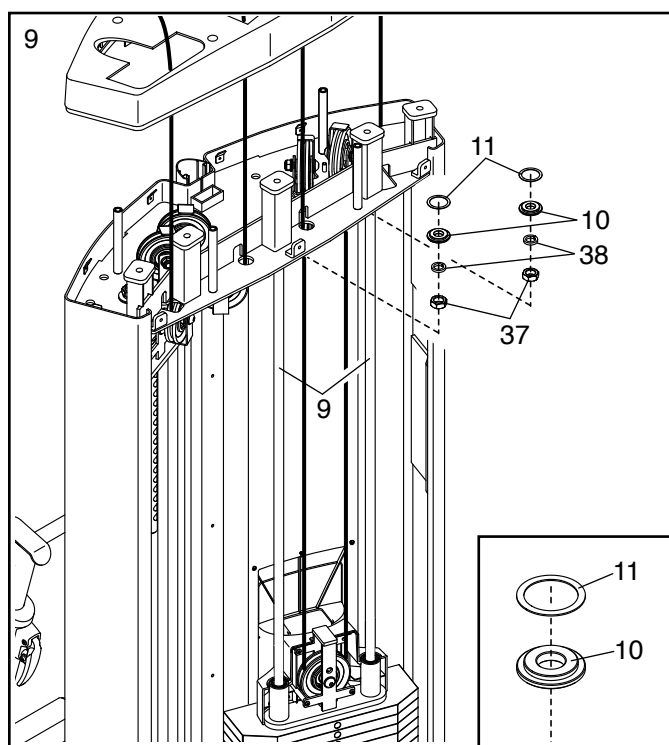
8. Schieben Sie die Gewichtshalterung (1) auf die Gewichtsgleitstangen (9) auf, und rasten Sie die Gewichtshalterung auf dem Gewichtsstoß (4).



9. Anmerkung: Für diesen Schritt benötigen Sie die Teile die Sie in Schritt 6 entfernt haben.

Ziehen Sie die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (9) gegen sich. Ziehen Sie die zwei M16 Kontermuttern (37) so fest wie möglich auf den Gewichtsgleitstangen fest.

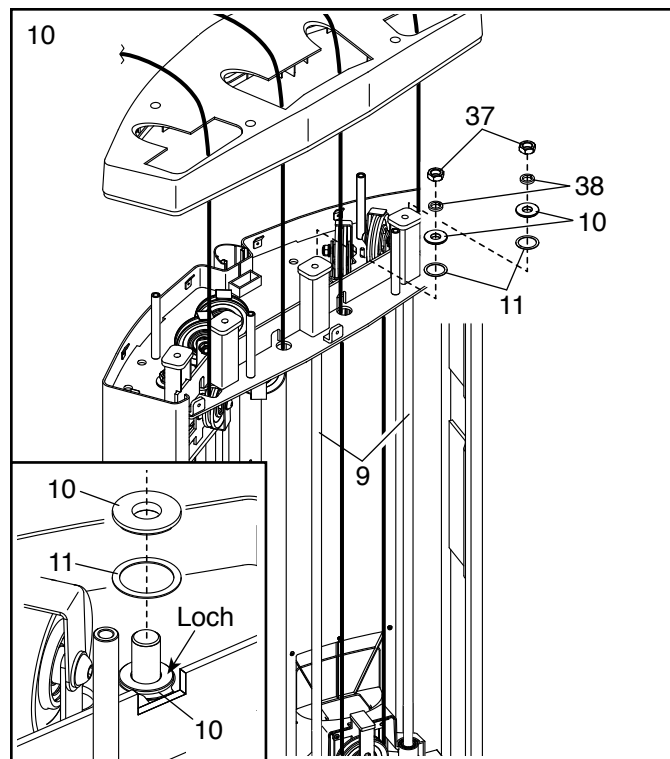
Als nächstes, schieben Sie die zwei M16 Zahnscheiben (38), die zwei Gewichtsgleitstangen-Abstandhalter (10) und die zwei Plastik-Unterlegscheiben (11) auf den Gewichtsgleitstangen (9) auf. **Achten Sie darauf, dass die Gewichtsgleitstangen-Abstandhalter wie auf der Abbildung ausgelegt sind.**



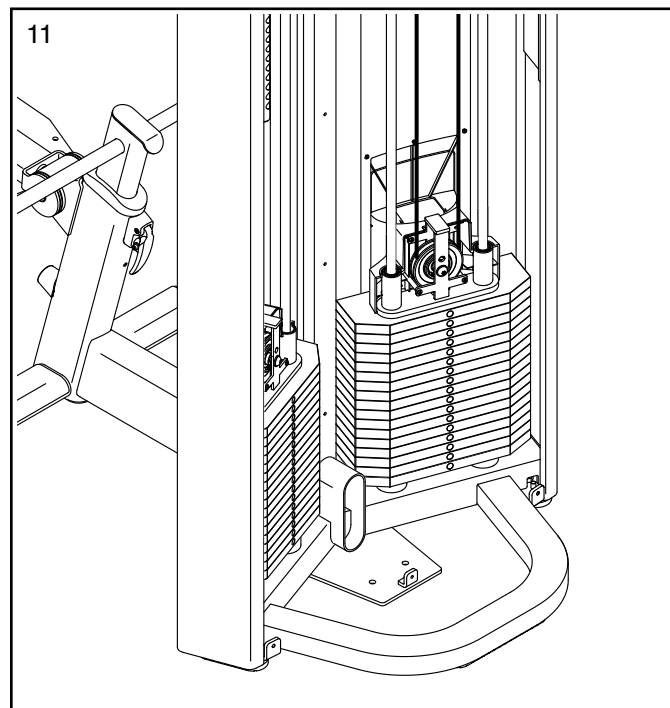
10. Anmerkung: Für diesen Schritt benötigen Sie die Teile die Sie in Schritt 5 entfernt haben.

Heben Sie die Gewichtsgleitstangen (9) ein paar Zentimeter hoch. Schieben Sie die zwei Plastik-Unterlegscheiben (11), die zwei Gewichtsgleitstangen-Abstandhalter (10) und die zwei M16 Zahnscheiben (38) auf den Gewichtsgleitstangen auf. **Achten Sie darauf, dass die Gewichtsgleitstangen-Abstandhalter wie auf der Abbildung ausgelegt sind. Zusätzlich, achten Sie darauf, dass die Gewichtsgleitstangen-Abstandhalter in die angedeuteten runden Löcher eingedrückt sind.**

Dann, ziehen Sie die zwei M16 Kontermuttern (37) auf den Gewichtsgleitstangen (9) fest.



11. Wiederholen Sie die Schritte 5–10 auf der anderen Seite der Kraftstation.



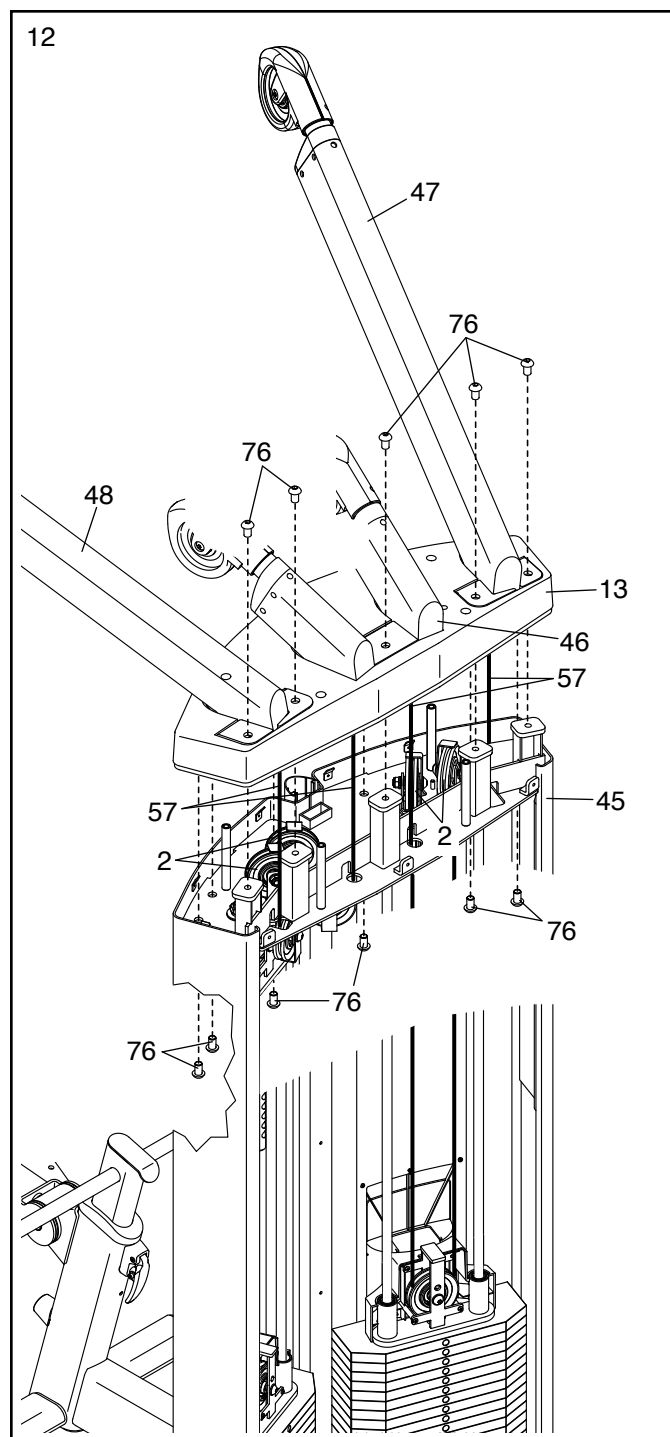
12. Anmerkung: Für diesen Schritt benötigen Sie die Teile die Sie in Schritt 4 entfernt haben.

Halten Sie die Kappe (13) und den mittleren Rollenrahmen (46) nahe des oberen Teils des Turms (45). **Achten Sie darauf, dass die Kabel (57) auf den vier mittleren Rollen (2) am Turm zentriert sind.**

Fügen Sie das überschüssige Kabel (57) nach unten in den Turm (45) hinein, und setzen Sie die Kappe (13) und den mittleren Rollenrahmen (46) vorsichtig auf den Turm auf.

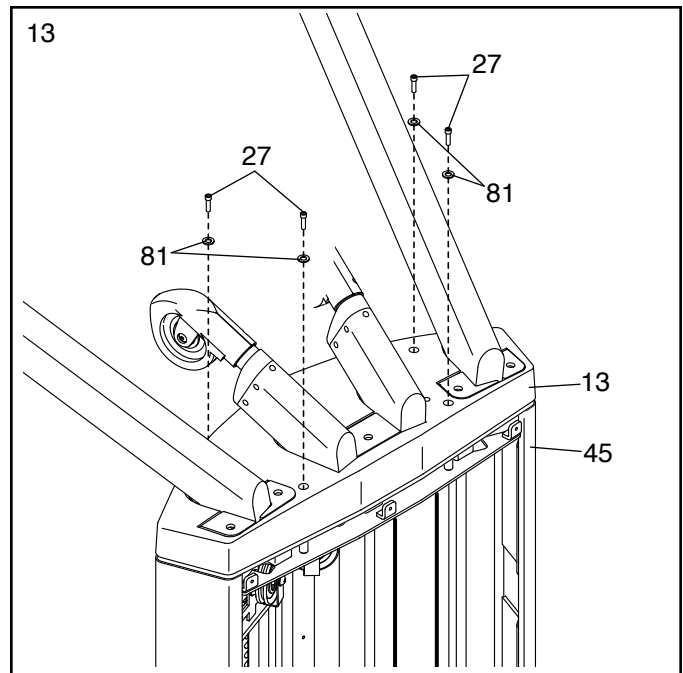
Befestigen Sie den mittleren Rollenrahmen (46) mit den drei M12 x 20mm Schrauben (76). **Drehen Sie alle Schrauben ein wenig ein, und dann ziehen Sie diese fest.**

Dann, setzen Sie den linken und den rechten Rollenrahmen (47, 48) auf die Kappe (13) und befestigen Sie diese am Turm (45) mit acht M12 x 20mm Schrauben (76). **Drehen Sie alle Schrauben ein, und dann ziehen Sie diese fest.**



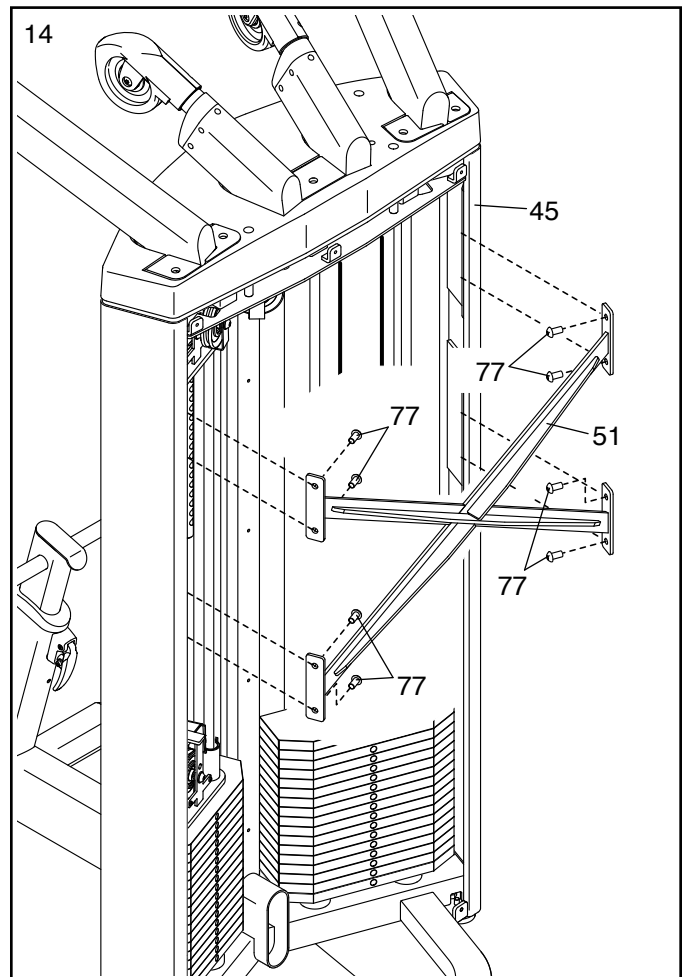
13. Anmerkung: Für diesen Schritt benötigen Sie die Teile die Sie in Schritt 3 entfernt haben.

Befestigen Sie die Kappe (13) am Turm (45) mit den vier M6 x 16mm Schrauben (27) und den vier M6 Unterlegscheiben (81). **Drehen Sie alle Schrauben ein wenig ein, und dann ziehen Sie diese fest.**



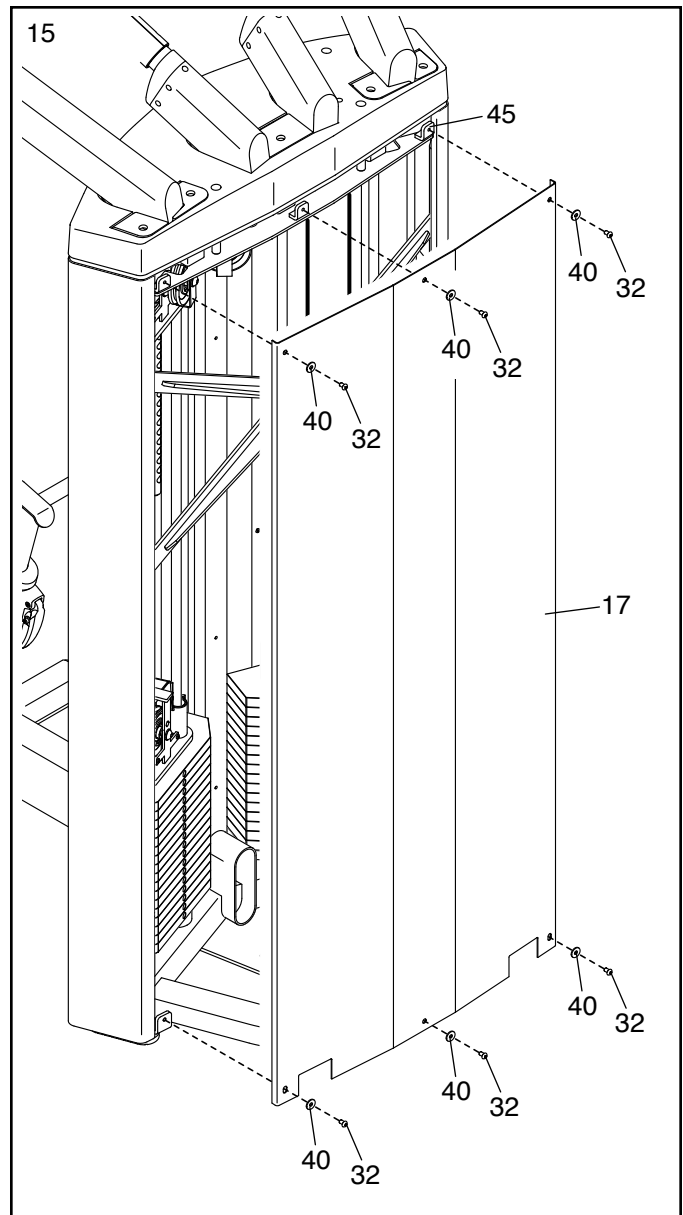
14. Anmerkung: Für diesen Schritt benötigen Sie die Teile die Sie in Schritt 2 entfernt haben.

Befestigen Sie die Turmstütze (51) am Turm (45) mit den acht M10 x 20mm Schrauben (77). **Drehen Sie alle Schrauben ein wenig ein, und dann ziehen Sie diese fest.**

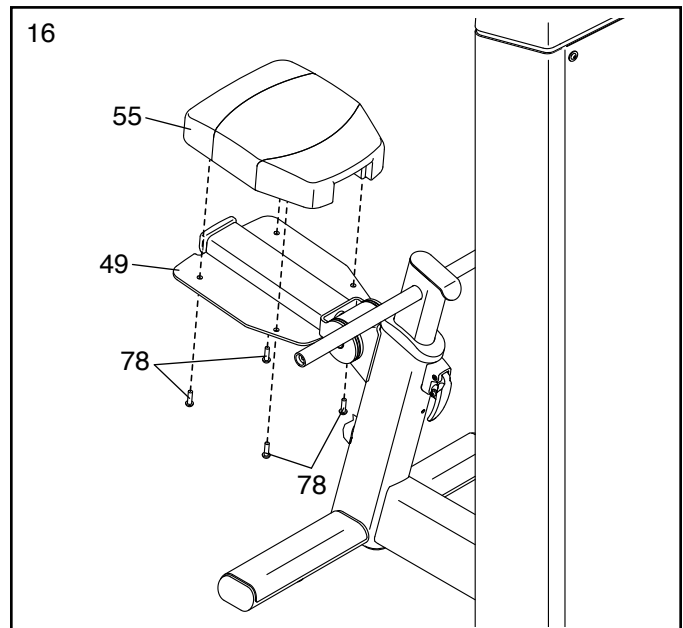


15. Anmerkung: Für diesen Schritt benötigen Sie die Teile die Sie in Schritt 1 entfernt haben.

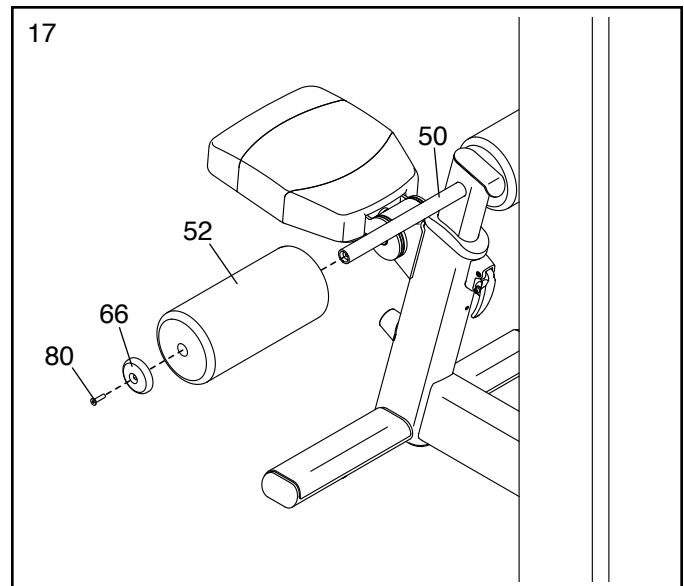
Befestigen Sie die Zugangsabdeckung (17) am Turm (45) mit den sechs M6 x 10mm Schrauben (32) und den sechs M6 große Unterlegscheiben (40). **Drehen Sie alle Schrauben ein wenig ein, und dann ziehen Sie diese fest.**



16. Befestigen Sie den Sitzpolster (55) am Sitzrahmen (49) mit den vier M8 x 30mm Schrauben (78). **Drehen Sie alle Schrauben ein wenig ein, und dann ziehen Sie diese fest.**



17. Schieben Sie einen Beinpolster (52) auf jede Seite des Beinrahmens (50) auf. Befestigen Sie jeden Beinpolster mit einer M6 x 25mm Schrauben (80) und einer Beinpolsterkappe (66).



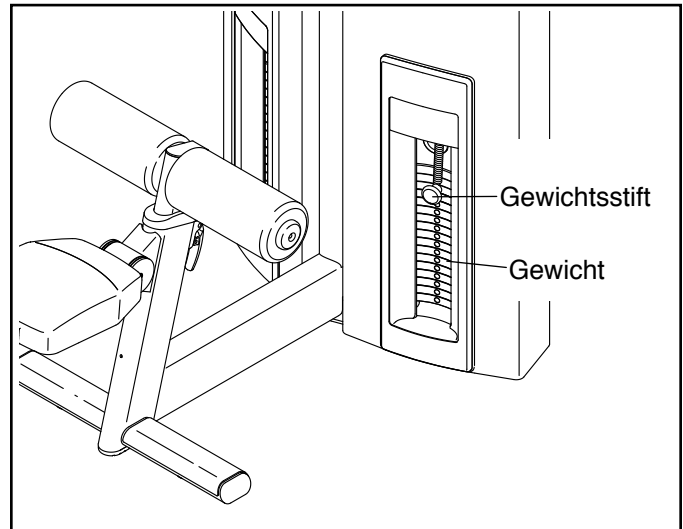
18. **Sorgen Sie dafür, dass alle Teile der Kraftstation fest angezogen sind.** Legen Sie zum Schutz des Bodens oder des Teppichs eine Unterlage unter die Kraftstation.

EINSTELLUNG

Dieser Abschnitt beschreibt, wie man die Kraftstation einstellt. Sorgen Sie dafür, dass jedes Mal wenn die Kraftstation benutzt wird, alle Teile richtig festgezogen sind. Abgenutzte Teile müssen sofort ersetzt werden.

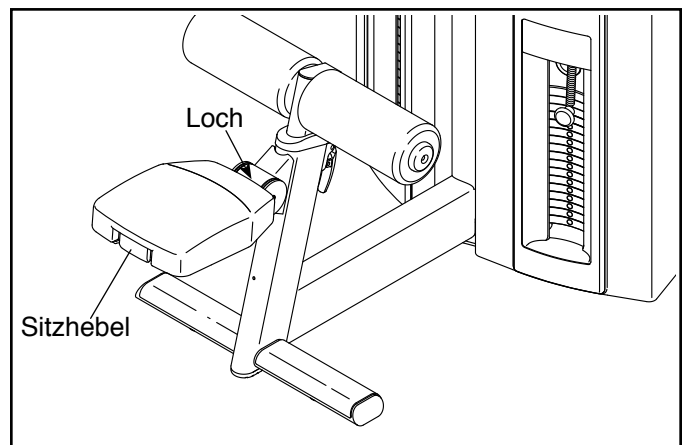
EINSTELLEN DES WIDERSTANDS

Um den Widerstand eines Gewichtsstapels zu ändern, fügen Sie den Gewichtsstift in das gewünschte Gewicht ein. **Sorgen Sie dafür, dass der Gewichtsstift vollständig eingefügt ist.**



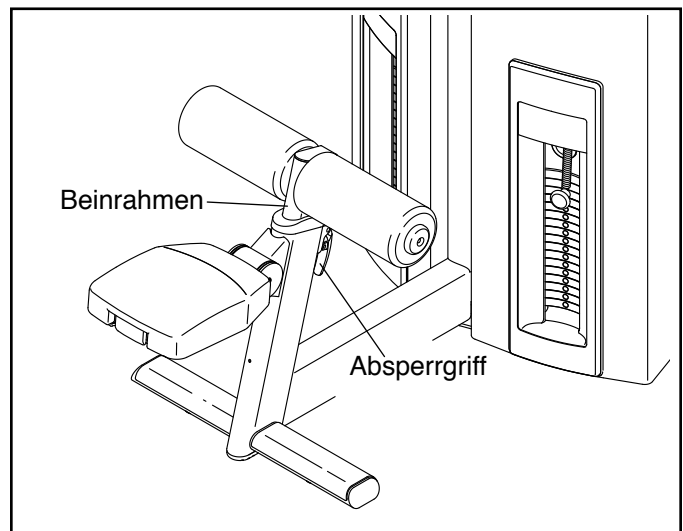
DEN SITZ VERSTELLEN

Um den Sitz zu benutzen, heben Sie den Sitz hoch, bis der Sitzstift in das angezeichnete Loch einschnappt. Achten Sie darauf, dass der Sitzstift am Sitzhebel in das angezeichnete Loch eingefügt wird. Für Übungen, die den Sitz nicht benötigen, ziehen Sie am Sitzhebel, lassen Sie den Sitz herunter, und dann lassen Sie den Sitzhebel los.



DEN BEINRAHMEN EINSTELLEN

Um den Beinrahmen einzustellen, ziehen Sie den Absperrgriff, bewegen Sie den Beinrahmen auf die gewünschte Position, und dann lassen Sie den Absperrgriff los. Achten Sie darauf, dass der Beinrahmenstift am Absperrgriff in einem Verstellloch im Beinrahmen eingefügt wird.



WARTUNG UND FEHLERSUCHE

Für optimale Leistung der Kraftstation, und um die Verletzungsgefahr für Benutzer zu vermindern, müssen Sie vorbeugende Wartungen regelmässig durchführen. Weisen Sie das Personal darauf hin, die Vorgänge die in diesem Abschnitt beschrieben sind, regelmässig durchzuführen. Das Personal muss auch alle Unfälle aufzeichnen und Bericht erstatten. Um die Garantie der Kraftstation zu unterstützen, benutzen Sie nur FREEMOTION Teile für Reparaturen oder zum Ersetzen. Bei Fragen oder Bedenken, siehe SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung.

TÄGLICHE WARTUNG

Allgemeine Reinigung

Reinigen Sie die Kraftstation mit einem weichen Tuch, mit milder Seife und warmen Wasser. Falls notwendig, benutzen Sie eine Bürste mit weichen Borsten mit dem Reinigungsmittel.

Anschliessend, spülen Sie die Kraftstation mit einem weichen Tuch und mit reinem Wasser, und trocknen Sie es sorgfältig ab.

Schwierige Flecken

Besprühen Sie den Fleck mit einem milden Haushaltsreiniger, wie zum Beispiel FORMULA 409® Reiniger, SIMPLE GREEN®, oder ein ähnliches Produkt. Reiben Sie die befleckte Stelle sanft, und lassen Sie das Reinigungsmittel für ein paar Minuten einwirken.

Anschliessend, spülen Sie die Kraftstation mit Hilfe eines weichen Tuches und sauberem Wasser, und trocknen Sie es sorgfältig ab.

Falls notwendig, wiederholen Sie diese Schritte mit Hilfe einer weichen Bürste.

Mögliche Methode für Schwierige Flecken

Reiben Sie die befleckte Stelle sanft mit einem weichen Tuch mit Reinigungsalkohol.

Anschliessend, spülen Sie die Kraftstation mit einem weichen Tuch mit sauberem Wasser, und trocknen Sie es sorgfältig ab.

VORSICHT: Folgen Sie den Anweisungen und den Sicherheitsvorkehrungen des Herstellers von jedem Reinigungsmittel den Sie benutzen. FreeMotion Fitness und ihre Vertriebsfirmen können nicht für Verletzungen oder Schäden haftbar gehalten werden, die vom Gebrauch oder Missbrauch der Reinigungsmittel entstehen. **WICHTIG:** Wenn Sie irgendein Reinigungsmittel gebrauchen, versuchen Sie es zuerst an einer unbemerkten Stelle um sicherzustellen, dass kein Schaden am Material entsteht. Benutzen Sie keine groben Reinigungsmittel, starke Reinigungsmittel, oder Lösungsmittel, wie zum Beispiel Lack-Verdünner, Kerosin, Benzin, oder ähnliche Flüssigkeiten. Solche Stoffe können die Kraftstation zerkratzen, die Plastikteile und Aufkleber beschädigen, oder anderen Schaden verursachen.

WÖCHENTLICHE WARTUNG

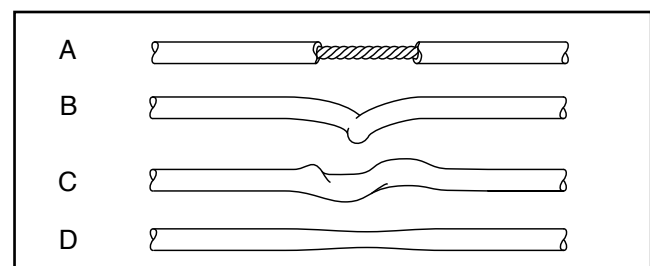
Hardware

Überprüfen Sie alle Muttern, Bolzen, und Schrauben, und ziehen Sie diese fest, falls notwendig. Abgenutzte Teile müssen sofort ersetzt werden. **WICHTIG:** Alle Polster haben dichte Sperrholz-Stützen mit Einschlagmuttern die dazu benutzt werden, um die Polster an die Kraftstation zu befestigen. Weil die Einschlagmuttern von dem Sperrholz gehalten werden, werden sie die Drehkraft die normale Muttern ertragen können, nicht standhalten. Wenn Sie die Bolzen oder Schrauben, welche einen Polster halten, festziehen, drehen Sie diese nur bis sie festsitzen und die Polster sich nicht bewegen oder zu locker sind. Wenn Sie sie zu fest anziehen, könnten die Einschlagmuttern von dem Sperrholz abgelöst werden, und es unmöglich machen, die Polster in Zukunft zu entfernen. Anmerkung: Ihre Kraftstation hat möglicherweise keine Polster.

Kabelinspektion

Um die Kabel zu überprüfen, entfernen Sie zuerst die Schrauben und die Zugangs-Abdeckung von der Rückseite der Kraftstation. Als nächstes, überprüfen Sie die gesamte Länge jedes Kabels indem Sie langsam eine Wiederholung auf der Kraftstation durchführen. Überprüfen Sie das Kabel auf der Aussenseite der Kraftstation und das Kabel auf der Innenseite der Kraftstation. Fahren Sie mit den Fingern über das Kabel, und achten Sie auf die Stellen wo sich das Kabel biegt und auch auf die Berührungspunkte. Achten Sie auf folgende Konditionen, die auf ein abgenutztes Kabel das ersetzt werden muss, Anmerkungen:

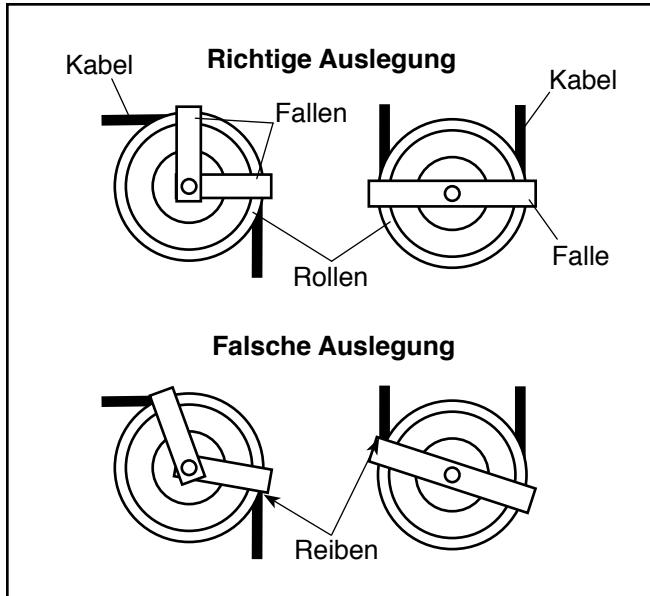
- A. eine gerissene oder geteilte Hülse von dem das Kabel heraushängt
- B. ein geknicktes oder stark verbogenes Kabel
- C. eine verdrehte oder zusammengerollte Hülse
- D. eine ausgedehnte Hülse



Dann, befestigen Sie wieder die Zugangs-Abdeckung.

Kabelfallen

Um die Kabelfallen zu prüfen, entfernen Sie zuerst die Schrauben und die Kappe vom oberen Teil der Kraftstation. Als nächstes, entfernen Sie die Schrauben und die Zugangsabdeckung von der Rückseite der Kraftstation. Dann, prüfen Sie die Kabelfallen um sicherzustellen, dass sie nicht gegen die Kabel reiben und dass die Kabel in den Fugen der Rollen bleiben. Falls eine Kabelfalle nicht richtig ausgelegt ist, lockern Sie die Kontermutter ein wenig, stellen Sie die Kabelfalle falls notwendig wieder ein, und dann ziehen Sie die Kontermutter wieder fest. Dann, setzen Sie die Zugangsabdeckung und die Kappe wieder auf.



MONATLICHE WARTUNG

Griffe

Überprüfen Sie die Griffe und ersetzen Sie diese falls notwendig. Anmerkung: Ihre Kraftstation könnte keine Griffe beinhalten.

Gewichtsgleitstangenlubrikation

Um die Gewichtsgleitstangen einzuschmieren, entfernen Sie zuerst die Schrauben und die Zugangsabdeckung vom hinteren Teil der Kraftstation. Als nächstes, reinigen und schmieren Sie jede Gewichtsgleitstange innerhalb des Turm ein, indem Sie diese mit einem weichen Tuch mit 10W-40 oder 10W-30 leichtem Motoröl. Fügen Sie nur eine dünne Schicht über die gesamte Länge der Kraftstation. **Benutzen Sie keine TEFLON®-basierende Schmiermittel.** Dann, setzen Sie die Zugangsabdeckung wieder auf.

KABELEINSTELLUNG

Die Kabel müssen richtig gespannt sein, damit die Kraftstation richtig funktionieren kann. Um die

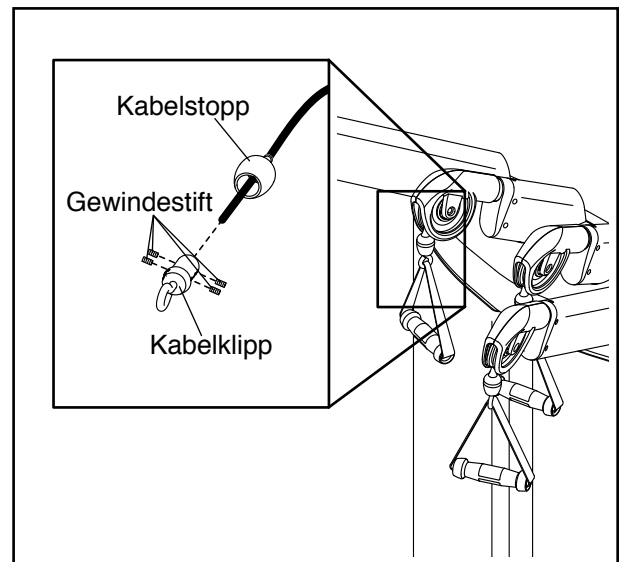
Spannung jedes Kabels zu überprüfen, heben Sie langsam die Gewichtshalterung und lassen Sie diese langsam wieder herunter indem Sie eine Wiederholung durchführen.

Falls das Kabel nicht genug gespannt ist, wird die Gewichtshalterung nicht sofort aufgehoben wenn die Wiederholung beginnt. Idealerweise sollte das Kabel sich nicht mehr als 1,3 cm von der Ausgangsposition bewegen, bevor die Gewichtshalterung gehoben wird.

Falls ein Kabel nicht genug gespannt ist, stellen Sie das Kabel wie unten beschrieben ein. Anmerkung: Zum Einstellen benötigen Sie einen 1/8" Sechskantschlüssel, Kabelschneider, einen Drehmomentschlüssel und einen Teppichschneider.

WICHTIG: Führen Sie diese Einstellung nur dann durch, wenn das Kabel nicht genug gespannt ist. Diese Einstellung dient nur zur Verstärkung der Kabelspannung, da das Kabel dafür verkürzt wird.

1. Um einen Durchhang des Kabels zu gewährleisten, entfernen Sie den Gewichtsstift, ziehen Sie den Hebel ein paar Zentimeter hinaus, und fügen Sie dann den Gewichtsstift in das dritte Gewicht und in das Loch im unteren Ende der Gewichtshalterung ein.
2. Drücken Sie den Kabelstopp vom Kabelklipp herunter, und schieben Sie den Kabelstopp nach unten auf das Kabel, wie abgebildet.



3. Lockern Sie die vier Gewindestifte im Kabelklipp und ziehen Sie das Ende des Kabels hinaus. Anmerkung: Der Klarheit halber, zeigt die Abbildung die Gewindestifte in entfernter Position, aber es ist nicht notwendig diese zu entfernen.

4. Mithilfe eines Kabelschneiders, schneiden Sie einen Zentimeter vom Ende des Kabels weg.
WICHTIG: Andere Werkzeuge könnten die Kabelfäden zerdrücken oder knicken, sodass es für Sie schwieriger wird, das Kabel wieder in einen Kabelklipp einzufügen.
5. Schneiden Sie einen Zentimeter von der schwarzen Hülse vom Ende des Kabels ab.
6. Fügen Sie das Kabel und die Hülse wieder in den Kabelklipp ein, sodass sich das bloße Kabel im Loch befindet.
7. Ziehen Sie die vier Gewindestifte wieder gleichmäßig fest, bis Sie das Kabel berühren. Dann, ziehen Sie jeden Gewindestift abwechselnd 1/4-Drehung bis all auf 9,6 Newton-Meter eingestellt sind.
8. Schieben Sie den Kabelstopp auf den Kabelklipp auf, entfernen Sie den Gewichtsstift und lassen Sie den Hebel herunter.
9. Prüfen Sie, dass das Kabel richtig gespannt ist, wie in KABELEINSTELLUNG auf Seite 18 beschrieben.

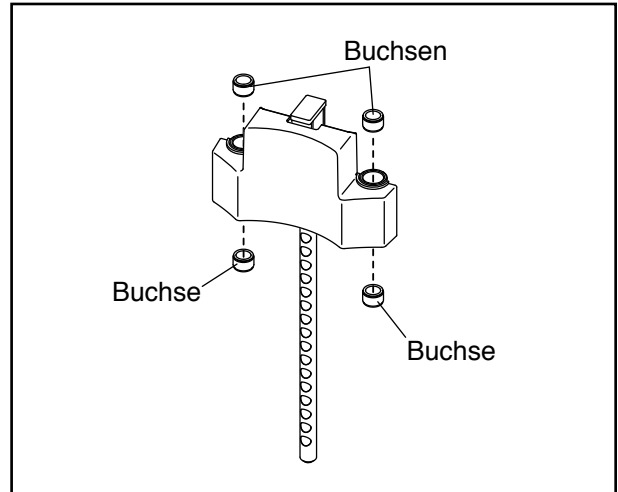
WARTUNG DES GEWICHTSSTOSSES

Die Wartung des Gewichtsstoßes beinhaltet den Austausch der Buchsen in den Gewichtshalterungen. Um neue Buchsen zu bestellen, siehe SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung. Anmerkung: Um die Buchsen zu ersetzen, benötigen Sie einen Hammer, einen Stift und ein Stück Holz.

Folgen Sie den unten angeführten Schritten um jeden Gewichtsstoß zu warten.

1. Entfernen Sie die Schrauben und die Kappe vom oberen Teil der Kraftstation. Als nächstes, entfernen Sie die Schrauben und die Zugangsabdeckung von der Rückseite der Kraftstation.
2. Entfernen Sie die Muttern und Unterlegscheiben von den oberen Enden der Gewichtsgleitstangen, und lassen Sie die Gewichtsgleitstangen auf den Boden hinunterrutschen.
3. Schieben Sie die Gewichtshalterung nach oben von den Oberteilen der Gewichtsgleitstangen herunter. Anmerkung: Ziehen Sie die Gewichtsgleitstangen gegen die Rückseite der Kraftstation um mehr Freiraum zu gewinnen.

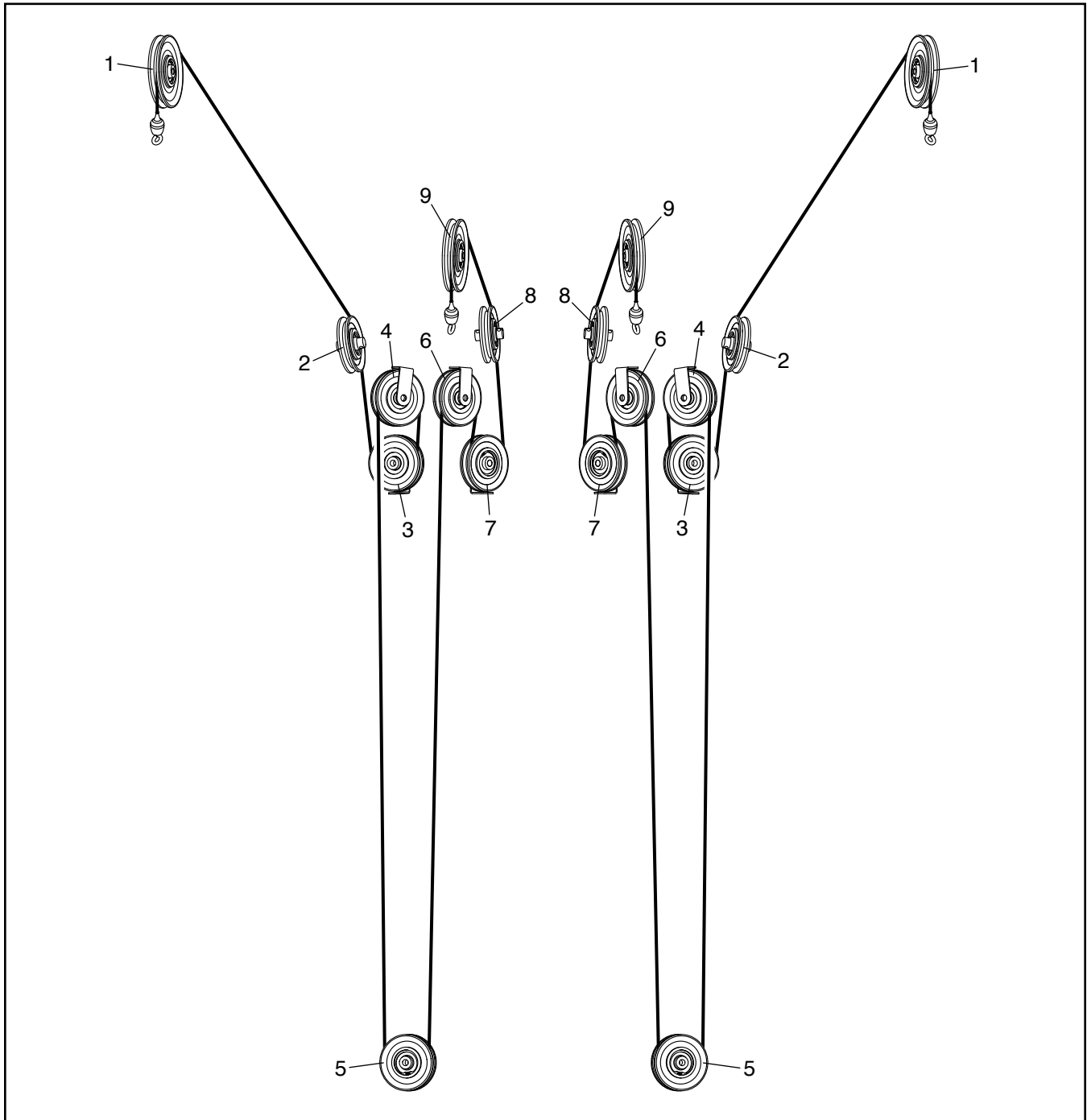
4. Mithilfe eines Stiftes, stoßen Sie die vier alten Buchsen aus der Gewichtshalterung heraus.



5. Halten Sie eine der neuen Buchsen quer von einer der Löcher in der Gewichtshalterung. Legen Sie ein Stück altes Holz über die Buchse und klopfen Sie die Buchse bis diese flach gegenüber dem Loch in der Gewichtshalterung liegt. **Fügen Sie die anderen drei neuen Buchsen auf die gleiche Weise ein.**
6. Säubern und schmieren Sie die Gewichtsgleitstangen ein, indem Sie diese mit einem weichen Tuch mit 10W-40 or 10W-30 leichtem Motoröl einsmieren. Fügen Sie nur eine dünne Schicht über die gesamte Länge. **Benutzen Sie keine TEFLON®-basierende Schmiermittel.**
7. Schieben Sie die Gewichtshalterung auf die Gewichtsgleitstangen auf.
8. Befestigen Sie die Gewichtsgleitstangen wieder am oberen Teil des Turms mit den Muttern und den Unterlegscheiben.
9. Führen Sie langsam eine Wiederholung durch, und lassen Sie von jemand anderem sicherstellen, dass das Kabel nicht von einer Rolle abkommt oder gegen eine Kabelfalle reibt.
10. Dann, setzen Sie die Zugangsabdeckung und die Kappe wieder auf.

KABELDIAGRAMM

Das unten angeführte Diagramm zeigt die richtige Leitung des Kabels. Die Nummern zeigen die richtige Leitung eines jeden Kabels. Mithilfe des Diagramms, sorgen Sie dafür, dass die Kabel und die Kabelfallen richtig montiert sind. Wenn ein Kabel nicht richtig verlegt wurde, wird die Kraftstation nicht richtig funktionieren und es könnte ein Schaden am Gerät vorkommen. **Achten Sie darauf, dass die Kabelfallen die Kabel nicht berühren oder einschränken.**

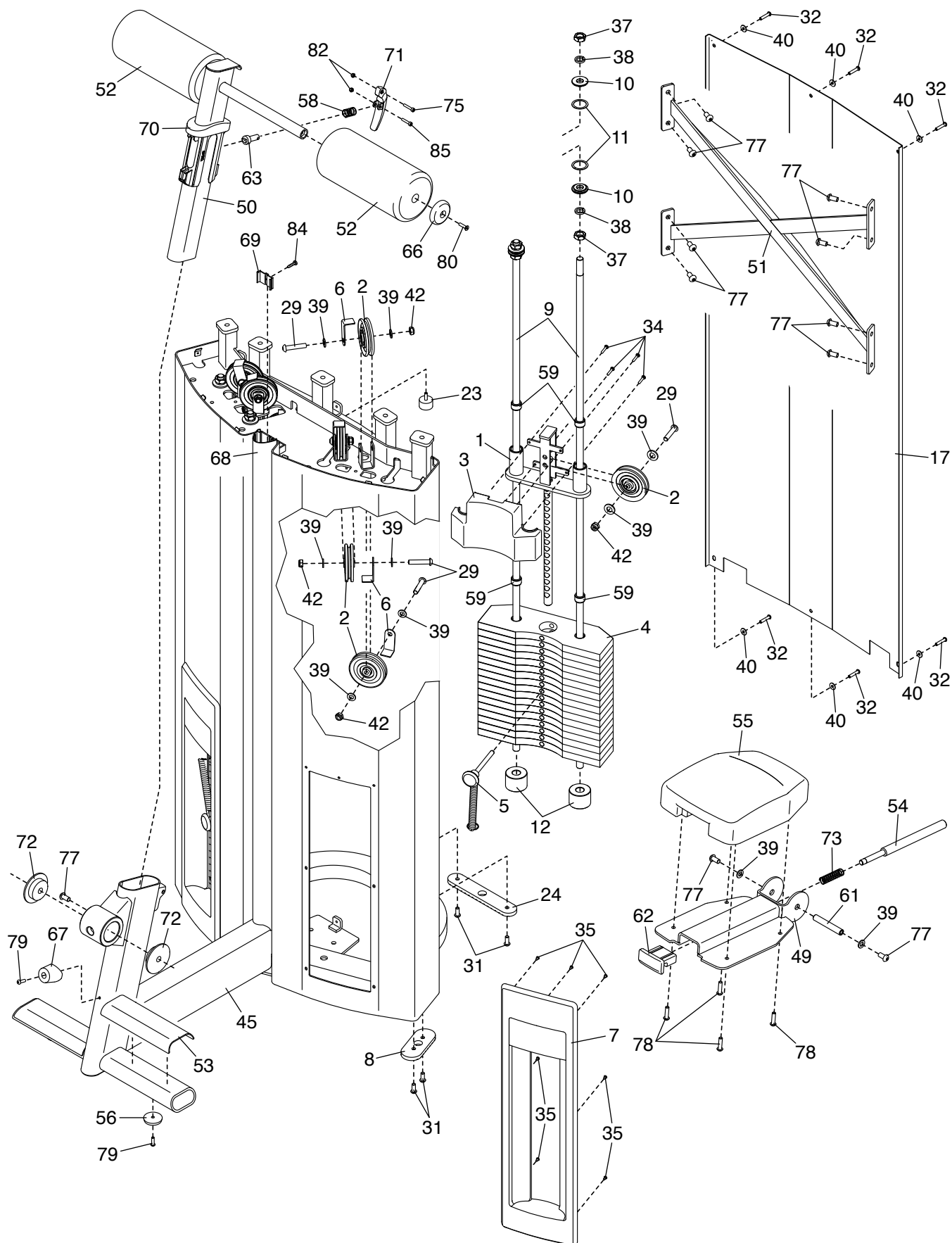


Nr.	Anzahl	Beschreibung	Nr.	Anzahl	Beschreibung
1	2	Gewichtshalterung	44	4	Rollenstift
2	10	Mittlere Rolle	45	1	Turm
3	2	Gewichtshalterungsabdeckung	46	1	Mittlerer Rollenrahmen
4	34	Gewicht	47	1	Linker Rollenrahmen
5	2	Gewichtsstift	48	1	Rechter Rollenrahmen
6	8	Kabelfalle	49	1	Sitzrahmen
7	2	Gewichtsstoßabdeckung	50	1	Beinrahmen
8	2	Mittlerer Fuß	51	1	Turmstütze
9	4	Gewichtsgleitstange	52	2	Beinpolster
10	8	Gewichtsgleitstangen-Abstandhalter	53	2	Abdeckung
11	8	Plastik-Unterlegscheibe	54	1	Sitzstift
12	4	Gewichtsstoßdämpfer	55	1	Sitzpolster
13	1	Kappe	56	2	Kleiner Fuß
14	1	Kappenumrandung	57	2	Kabel
15	4	Griff	58	1	Bein-Absperrfeder
16	4	Kappenpfosten	59	8	Halterungsbuchse
17	1	Zugangsabdeckung	60	4	Kleine Rolle
18	4	Rollenabdeckung A	61	1	Sitzachse
19	4	Rollenabdeckung B	62	1	Sitzhebel
20	8	Lager	63	1	Beinrahmenstift
21	4	Große Rolle	64	4	Rollenachse
22	4	Rollenabdeckungsbuchse	65	8	Rollenabstandhalter
23	2	Gewichtsgleitstangen-Stoßdämpfer	66	2	Beinpolsterkappe
24	1	Großer Fuß	67	1	Sitzstoßdämpfer
25	4	Kabelklipp	68	1	Turmrahmen
26	4	Kabelstopp	69	3	Umrandungsverschluß
27	8	M6 x 16mm Schraube	70	1	Beinrahmenhülse
28	8	M5 x 15mm Schraube	71	1	Absperrgriff
29	10	M10 x 50mm Bolzen	72	2	Sitzrahmenbuchse
30	4	M10 x 40mm Bolzen	73	1	Sitzfeder
31	6	M8 x 20mm Schraube	74	8	M5 x 25mm Schraube
32	6	M6 x 10mm Schraube	75	1	M5 x 27mm Schraube
33	4	M4 x 30mm Schraube	76	11	M12 x 20mm Schraube
34	13	#8 x 13mm Schraube	77	11	M10 x 20mm Schraube
35	14	#6 x 10mm Schraube	78	4	M8 x 30mm Schraube
36	–	(Nicht Verwendet)	79	3	M6 x 20mm Schraube
37	8	M16 Kontermutter	80	2	M6 x 25mm Schraube
38	8	M16 Zahnscheibe	81	8	M6 Unterlegscheibe
39	22	M10 Unterlegscheibe	82	2	M5 Kontermutter
40	6	M6 Große Unterlegscheibe	83	–	(Nicht Verwendet)
41	4	M10 Dünne Kontermutter	84	3	#8 x 40mm Schraube
42	10	M10 Kontermutter	85	1	M5 x 20mm Schraube
43	4	Sicherungsring	*	–	Bedienungsanleitung

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

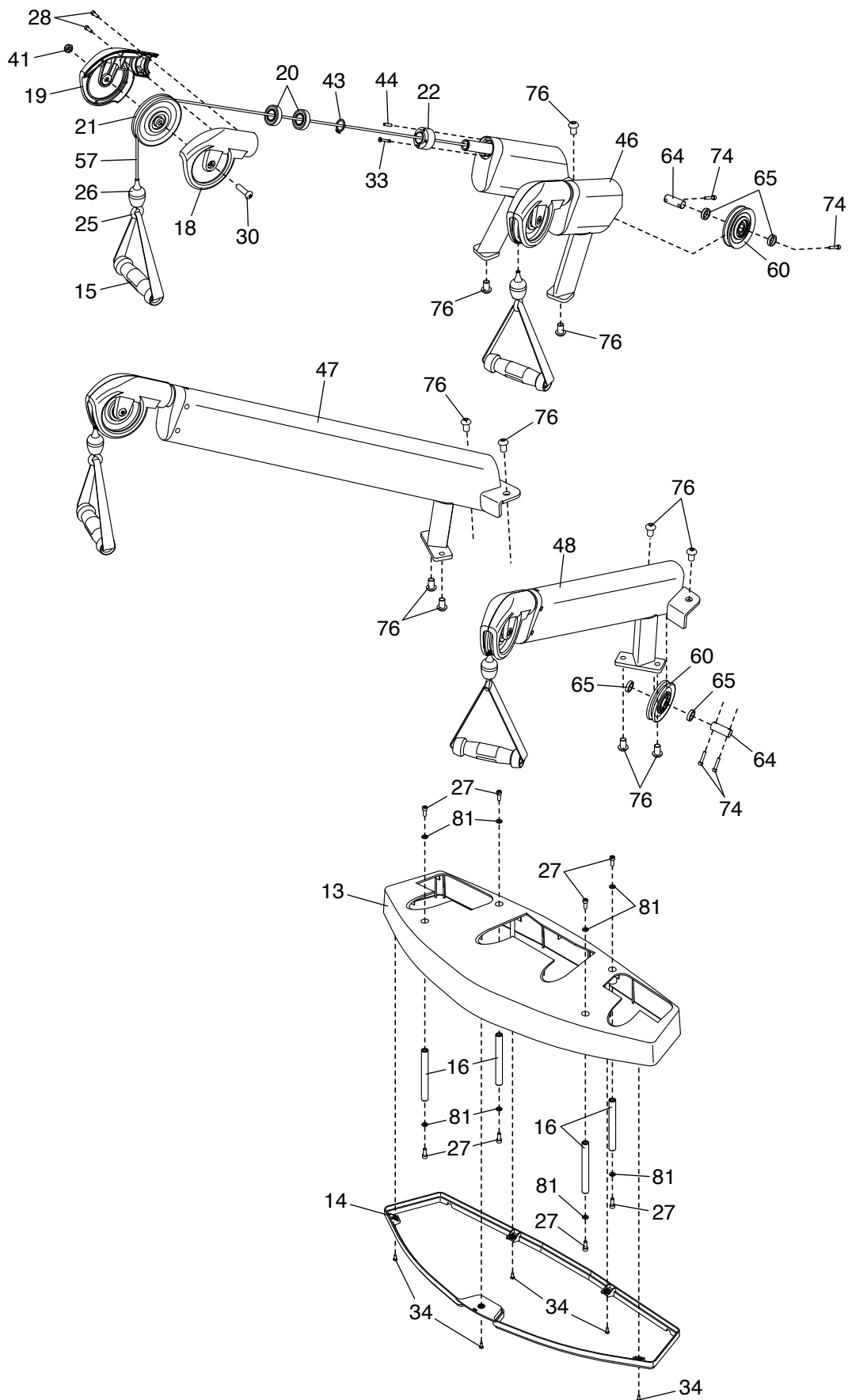
DETAILZEICHNUNG A

Modell-Nr. F502.0 R0214A



DETAILZEICHNUNG B

Modell-Nr. F502.0 R0214A



SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN

Falls Sie Fragen haben nachdem Sie diese Bedienungsanleitung gelesen haben, oder falls Teile beschädigt sind oder fehlen, bitte kontaktieren Sie den Kundendienst unter einer der Telefonnummern oder Adressen die unten angeführt sind. **Bitte notieren Sie die Modellnummer, Seriennummer und den Namen des Produkts (siehe Vorderseite dieser Bedienungsanleitung) bevor Sie den Kundendienst kontaktieren. Falls Sie Ersatzteile bestellen, notieren Sie sich bitte auch die Kennziffer und die Beschreibung des Teils (siehe TEILELISTE und DETAILZEICHNUNG gegen Ende dieser Bedienungsanleitung).**

In den Vereinigten Staaten

Rufen Sie: 1-800-201-2109, Mo.–Fr. 6:00 - 18:00 Uhr MT
Email: customercare@freemotionfitness.com

Schreiben Sie:

FreeMotion Fitness
1500 South 1000 West
Logan, UT 84321-9813
Vereinigte Staaten

Ausserhalb der Vereinigten Staaten

Rufen Sie: 001-800-527-5417 oder 001-435-786-3521,
Mo.–Fr. 6:00 - 18:00 Uhr USA Mountain Time
Email: intlcustomercare@freemotionfitness.com

BESCHRÄNKTE GARANTIE

GARANTIEZEITRÄUME UND UMFANG

FreeMotion Fitness garantiert, das dieses Produkt fehlerfrei in der Verarbeitung und im Material unter normaler Benutzung und Betriebsbedingungen ist. Teile und Personalaufwand sind ein (1) Jahr unter Garantie, ausser anders auf der Rechnung beschrieben.

Der Garantiezeitraum ist ab dem Rechnungsdatum des Einkaufs gültig. Teile, die während des Garantiezeitraums repariert oder ersetzt werden, werden für den verbleibenden originalen Garantiezeitraum unter Garantie gesetzt.

KONDITIONEN UND EINSCHRÄNKUNGEN

Folgendes macht die Garantie dieses Produktes ungültig:

1. Diese Garantie bezieht sich nur auf den ursprünglichen Besitzer und ist nicht übertragbar.
2. Die Garantie für Personalaufwand bezieht sich nur auf Produkte die in den USA und Kanada verkauft werden. Kontaktieren Sie Ihren autorisierten FreeMotion Fitness Händler, um sich über Details der Garantie für Personalaufwand in Ihrem Land zu erkundigen.
3. Jeglicher Missbrauch, Misshandlung oder unvorschriftsmässigen Service.
4. Benutzer, die mehr als das maximal zulässige Benutzergewicht in dieser Bedienungsanleitung beschrieben, haben.
5. Beschädigungen die durch das Transportieren oder durch das unvorschriftsmässige Lagern geschehen können.
6. Benutzung oder Lagerung des Produkts im Freien oder in feuchten Bereichen, wie zum Beispiel Spa- und Pool-Bereiche.
7. Beschädigungen die durch unvorschriftsmässige Verkabelung oder nicht-ausreichender Stromfluss geschehen können. Anmerkung: Dieses Produkt könnte keine Verkabelung haben.

Diese Garantie trifft nicht auf Folgendes zu:

1. Optische Gegenstände, wie zum Beispiel Griffe, Aufkleber und Beschriftung.

2. Abholungs- und Lieferungsgebühren oder Transportkosten die mit der Reparatur verbunden sind.

3. Jegliche Probleme die aufgrund unvorschriftsmässiger Montage oder Lieferung zustande kommen.

WAS IST ZU TUN FALLS EIN SERVICE BENÖTIGT WIRD

Eine FreeMotion Fitness Garantie kann durch einen autorisierten Händler, von dem Sie dieses Produkt gekauft haben, erworben werden. Heben Sie Ihre Originalrechnung und die Seriennummer gut auf. Falls dieses Produkt während der Garantiezeit und unter den Garantiebedingungen Störungen aufweist, wird FreeMotion wahlweise das Gerät entweder reparieren, ersetzen, oder den Einkaufspreis zurückerstatten. FreeMotion Fitness entschädigt Dienstleistungsanbieter für Garantie-Aufträge innerhalb ihres Dienstleistungsgebietes. Es könnten zusätzliche Kosten für Anrufe ausserhalb des Dienstleistungsgebietes entstehen.

FreeMotion Fitness ist nicht für indirekte, spezielle oder mittelbare Schäden haftbar, die von oder in Verbindung mit der Benutzung oder der Leistung dieses Produkts entstehen. Weiterhin ist FreeMotion Fitness auch nicht für Beschädigungen durch wirtschaftliche Verluste, Verlust von Besitz, Gewinnverluste, Verlust an der Freude oder Benutzung, oder die Kosten für die Entsorgung oder Montage, oder irgendwelche andere mittelbare Schäden haftbar. Einige Gebiete erlauben die Ausschlussung oder Einschränkung von mittelbaren Schäden nicht. Dementsprechend, könnten die oben genannten 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 SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN oben.