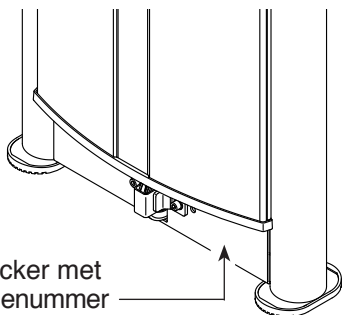


FREEMOTION® LEG EXTENSION

Modelnr. F801.1

Serienr. _____

Noteer het serienummer hierboven
voor verdere raadpleging.



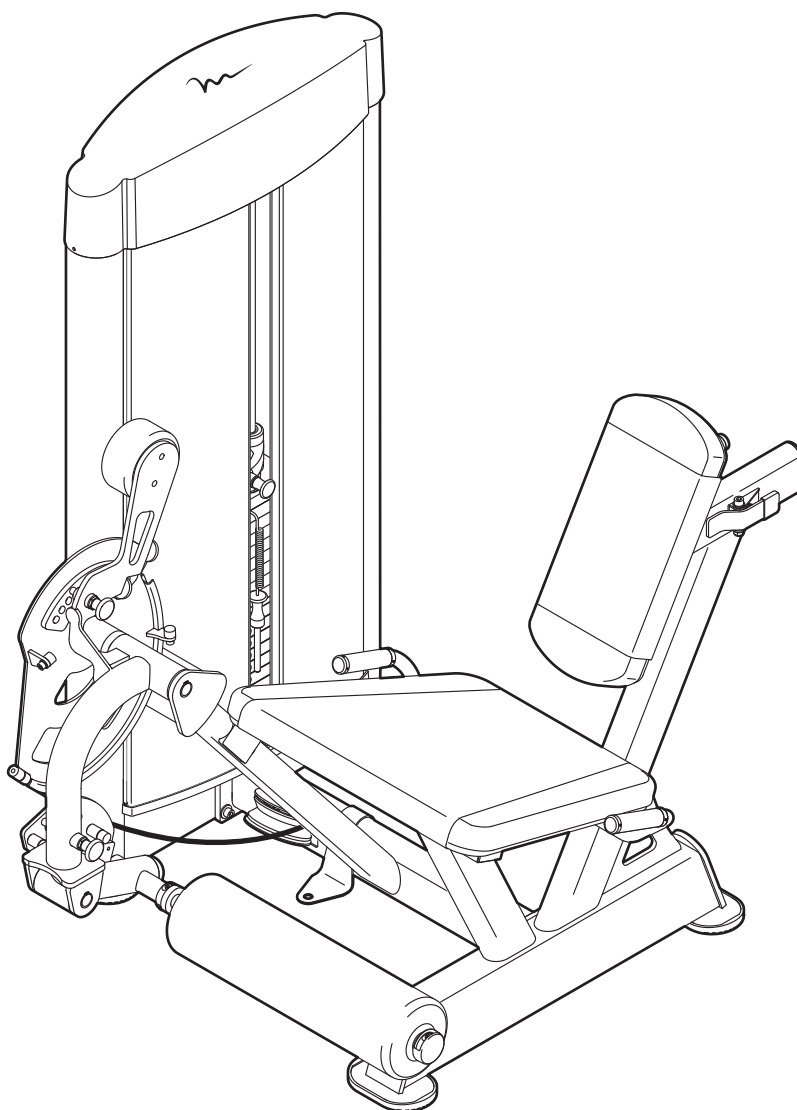
VRAGEN?

Indien u vragen hebt of
onderdelen beschadigd zijn of
ontbreken, raadpleeg dan HOE
CONTACT OPNEMEN MET DE
KLANTENDIENST aan de achter-
kant van deze handleiding.

OPGELET

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

GEBRUIKERSHANDLEIDING



INHOUD

BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN	3
DE STICKERS MET WAARSCHUWING	4
VOORDAT U BEGINT	5
ONDERDEEL IDENTIFICATIESCHEMA	6
MONTAGE	7
AFSTELLINGEN	19
ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN	21
DIAGRAM VAN DE KABEL	23
LIJST MET ONDERDELEN	24
GEDETAILLEERDE TEKENING	26
HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTENDIENST	Laatste pagina

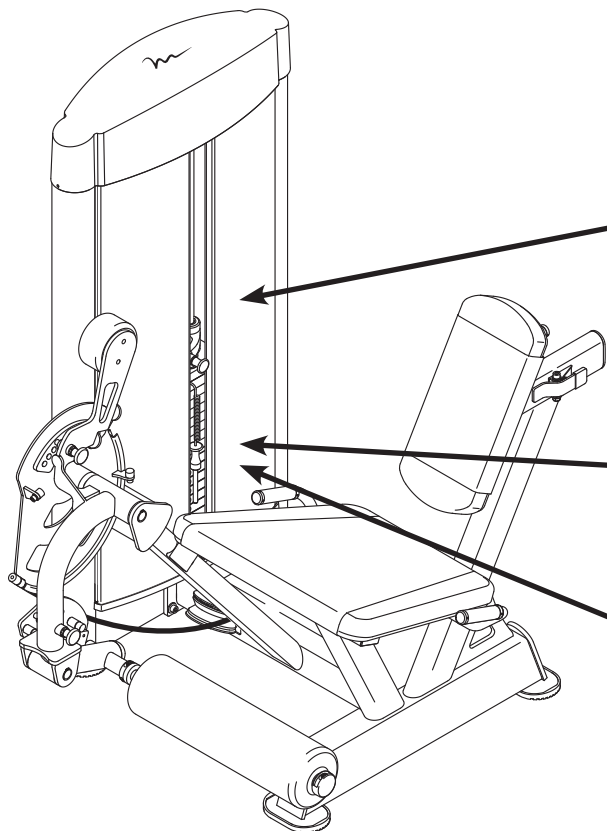
BELANGRIJKE VOORZORGSMaatregelen

⚠️ WAARSCHUWING: lees, om het risico tot 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 in deze handleiding beschreven.
3. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om ervoor te zorgen dat er voor de voorgenomen oefening voldoende ruimte rondom de krachtmachine is.
4. Gebruik de krachtmachine alleen op een vlakke ondergrond. Bedek de vloer onder de krachtmachine om de vloer te beschermen.
5. Veranker de krachtmachine aan de vloer met de vergrendelriem (zie pagina 5) daar waar dat nodig of mogelijk is om voor maximale stabiliteit te zorgen.
6. 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 andere stickers gelezen hebben en geïnformeerd zijn over het juiste gebruik van de krachtmachine.
7. Alle gebruikers van de krachtmachine dienen te weten dat zij letsel door, of onregelmatigheden aan de krachtmachine direct aan personeel van de instelling moeten melden.
8. Houd te allen tijde kinderen jonger dan 12 jaar en huisdieren bij de krachtmachine vandaan.
9. De krachtmachine is ontworpen om een gebruiker van maximaal 159 kg te ondersteunen.
10. Draag altijd gymschoenen om uw voeten tijdens het trainen te beschermen.
11. Houd handen en voeten uit de buurt van bewegende delen. Leun of rust niet met uw handen op de krachtmachine wanneer deze in gebruik is.
12. Zorg ervoor dat de gewichtspen volledig in een van de gewichtsplaten gestoken is.
13. Zorg ervoor dat de handvaten voor gebruik altijd stevig bevestigd zijn.
14. Controleer voor gebruik altijd de kabel, kabelaansluitingen en katrollen. Zorg dat alle onderdelen goed aangedraaid zijn. Vervang versleten onderdelen direct.
15. Zorg ervoor dat de kabels altijd in de katrollen liggen. Als de kabel tijdens de oefening vastloopt dient u onmiddellijk te stoppen en ervoor te zorgen dat de kabel in de katrol ligt en er niets tussen de kabels of de katrollen zit.
16. Te veel oefenen kan leiden tot ernstig letsel of tot de dood. Als u zich duizelig voelt of pijn voelt, stop dan meteen met het oefenen en begin met een afkoeling.

DE STICKERS MET WAARSCHUWING

De waarschuwingstickers hier afgebeeld zijn met dit product inbegrepen. Plak de stickers op de aangegeven plaatsen over de Engelse waarschuwingen heen. De hier getoonde sticker(s) met waarschuwing is/zijn op de aangegeven plaats(en) geplakt. **Raadpleeg de laatste pagina van deze handleiding wanneer een sticker ontbreekt of niet leesbaar is en vraag om een vervangende sticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats.** Aandacht: de sticker(s) worden niet op ware grootte weergegeven.



WAARSCHUWING

- Lees and volg alle waarschuwingen en krijg goede instructie voordat gebruik van dit apparaat.
- Raadpleeg uw arts voor het deelnemen aan een oefenprogramma.
- Inspecteer het apparaat voor gebruik. Gebruik het apparaat niet mocht deze beschadigd zijn.
- Houd uw lichaam en kleding weg van de bewegende onderdelen.
- Wees zeker dat de gewichtspen volledig is ingestoken.
- Steek de pen **NOOT** in wanneer de gewichtspen omhoog is.
- Gebruik het apparaat **NOOT** wanneer u het apparaat in deze stand aantreft.
- **INSPECTEER** alle kabels, riemen, en verbindingen. Gebruik deze niet wanneer ze versleten of beschadigd zijn.
- Gebruik geen handhalter of iets anders om de gewichtswaarde te verhogen dan wat de fabrikant heeft geleverd.
- Hou het apparaat buiten het bereik van kinderen. Het gebruik van het apparaat door fitness dient onder toezicht van een volwassene persoon te worden uitgevoerd.
- Dit apparaat moet onder toezicht van een bekwame toezichhouder worden gebruikt.
- Deze sticker niet verwijderen. **VERVANGEN WANNEER BESCHADIGD.**
- Max gewicht van de gebruiker: 150 kg (330 lbs)

OPGELET

De gewichtspen moet volledig in de gewichtspen gestoken worden.

Blijf uit de buurt van alle bewegende onderdelen. U kunt persoonlijk letsel oplopen als u dit niet doet.

WAARSCHUWING

ACHTERPANEEL MOET GEÏNSTALLEERD ZIJN VOORDAT DE MACHINE GEBRUIKT WORDT.

INSPECTEER ALLE KABELS, RIEMEN, BEWEGENDE ONDERDELEN, EN VERBINDINGEN WEKELIJKS. RAADPLEEG DE ONDERHOUDSHANDLEIDING.

HOUD HANDEN WEG VAN BEWEGENDE ONDERDELEN. DIT NIET DOEN KAN TOT PERSOONLIJK LETSEL LEIDEN.

WAARSCHUWING

De gewichtselectiepen moet volledig in de gewichtspen ingestoken zijn.

DE

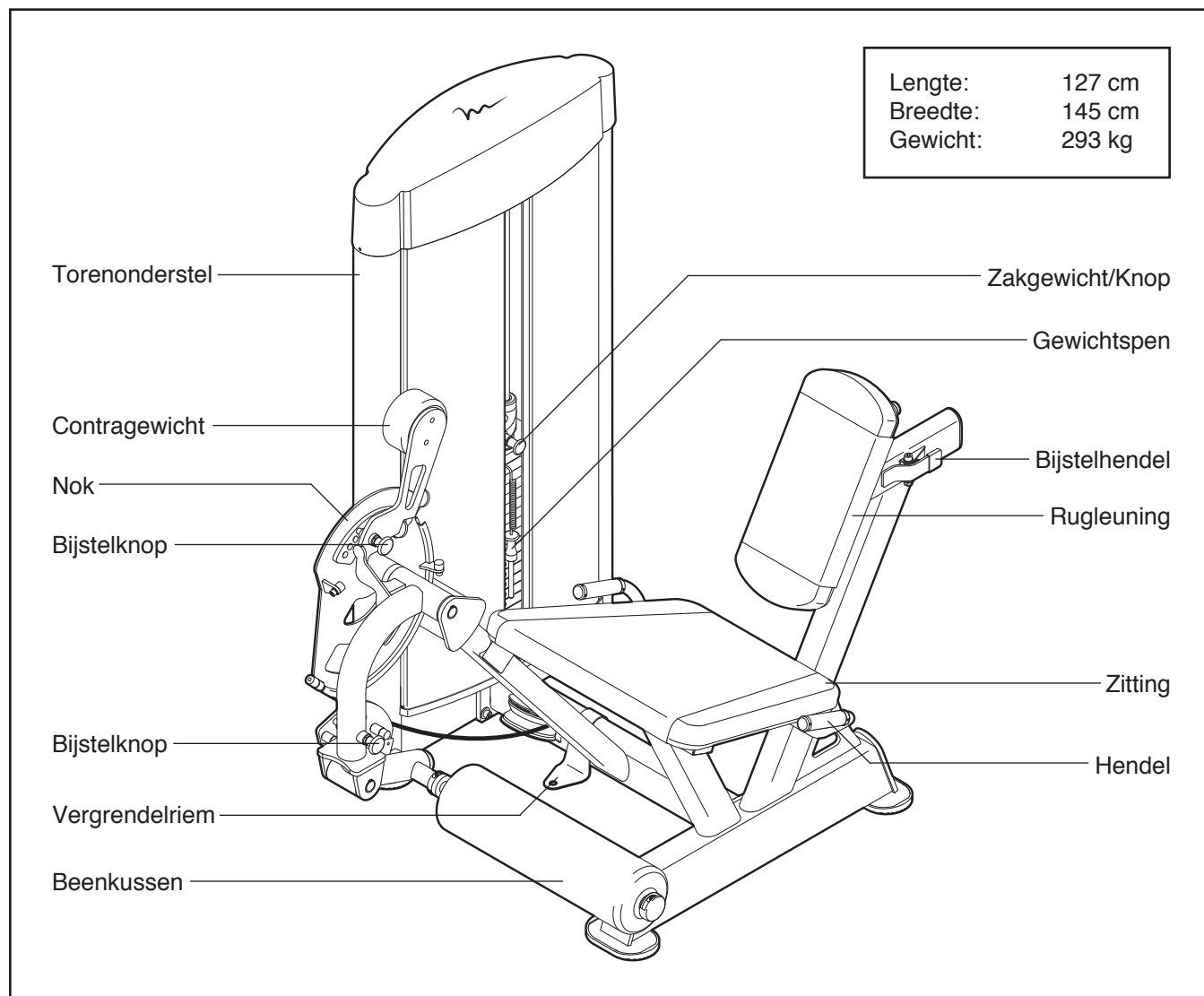
VOORDAT U BEGINT

Fijn u dat u voor de FREEMOTION® LEG EXTENSION (Oefening voor de Kniestrekken)-krachtmachine gekozen heeft. U kunt met onbeperkte verandering van houding de spiergroepen van uw lichaam op natuurlijke wijze laten werken om effectiever en efficiënter te trainen.

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

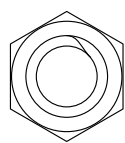
Raadpleeg de laatste pagina van deze handleiding als u nog vragen hebt. Noteer het productnummer en het serienummer voordat u met ons contact opneemt. De plaats waar u de stickers met het productnummer en het serienummer kunt vinden wordt op de omslag van de handleiding aangegeven.

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

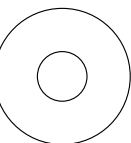
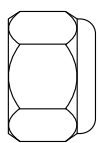


ONDERDEEL IDENTIFICATIESHEMA

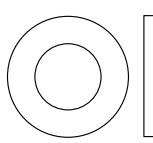
Raadpleeg de tekeningen hieronder om de kleine onderdelen voor de montage te herkennen. Het nummer tussen haakjes onder elke tekening is het hoofdnummer van het onderdeel van de LIJST MET ONDERDELEN achterin deze handleiding. Het tweede getal geeft het aantal te monteren onderdelen aan. **Aandacht: als een onderdeel zich niet in de hardwareset bevindt, controleert u of deze al vooraf is gemonteerd. Om schade aan onderdelen te vermijden, moet u geen elektrisch gereedschap bij het monteren gebruiken.**



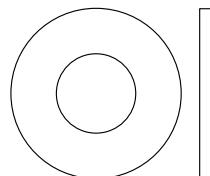
M10 Borgmoer
(32)–4



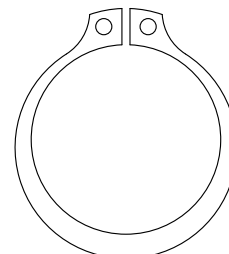
M6
Tussenring
(34)–4



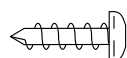
M8 Tussenring
(80)–5



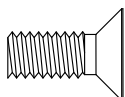
M10
Tussenring
(31)–18



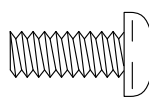
25mm Borgring
(39)–2



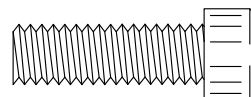
M4 x 13mm
Tapschroef
(27)–2



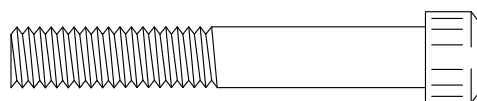
M6 x 15mm
Schroef met Platte
Kop (104)–1



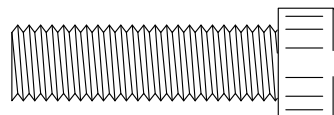
M6 x 15mm
Schroef
(35)–4



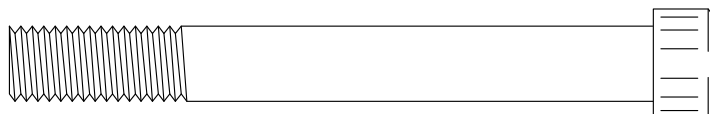
M8 x 25mm
Dopschroef (75)–2



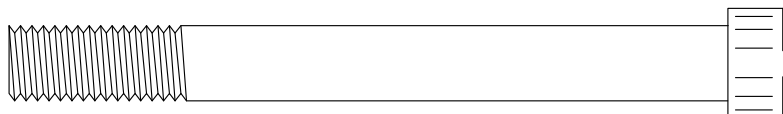
M8 x 55mm Dopschroef (99)–3



M10 x 35mm
Dopschroef (76)–8



M10 x 85mm Dopschroef (98)–4



M10 x 95mm Dopbout (97)–2

MONTAGE

- Montage moet door twee personen worden uitgevoerd.
- Vanwege de grootte en het gewicht van het krachtmachine, moet u deze monteren op de plaats waar deze gebruikt zal worden. Zorg ervoor dat er voldoende ruimte is zodat u om het krachtmachine heen kunt lopen.
- Plaats alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal pas weg wanneer u helemaal klaar bent met monteren.
- Voor het herkennen van de kleine onderdelen, kijkt u op pagina 6.

Het volgende gereedschap (niet meegeleverd) kan voor de montage nodig zijn:

een instelbare sleutel



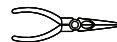
een Kruiskopschroevendraaier



een set metrische inbussleutels



borgringtang

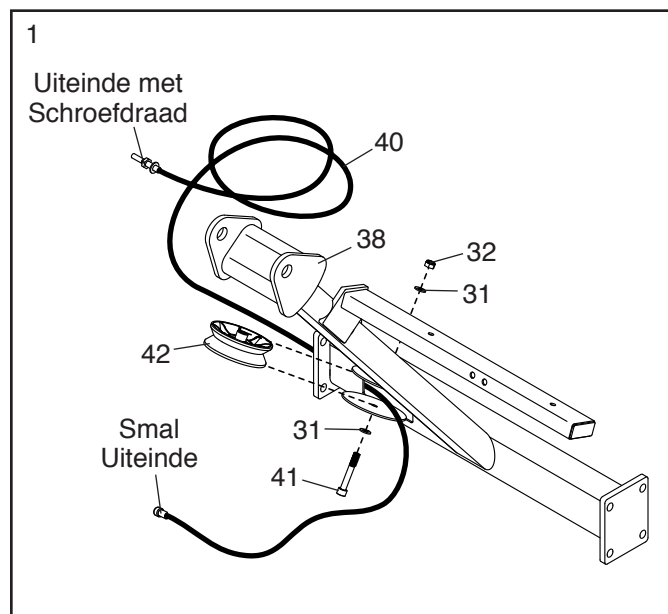


Om schade aan de onderdelen te vermijden, dient u geen gebruik te maken van elektrisch gereedschap. Montage is wellicht makkelijker met uw eigen set sleutels.

1. Verwijder alle onderdelen (31, 32, 41 en 42) van het Verbindingsonderstel (38).

Leg de Kabel (40) zoals afgebeeld en steek deze door het Verbindingsonderstel (38).

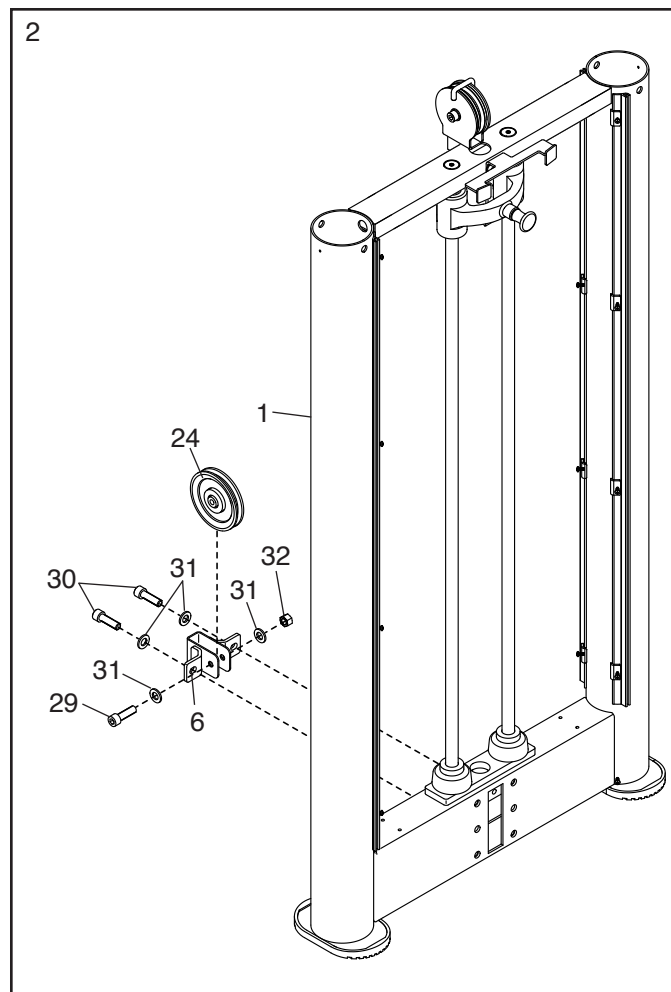
Maak de V-Katrol (42) aan het Verbindingsonderstel (38) vast met de M10 x 70mm Dopbout (41), de twee M10 Tussenringen (31), en de M10 Borgmoer (32) die u net verwijderd heeft. **Leg de Kabel (40) rond de V-Katrol (42).**



2. Plaats het Torenonderstel (1) zoals afgebeeld.
Laat een tweede persoon het Torenonderstel totdat stap 4 voltooid is vasthouden om te voorkomen dat het onderstel omvalt.

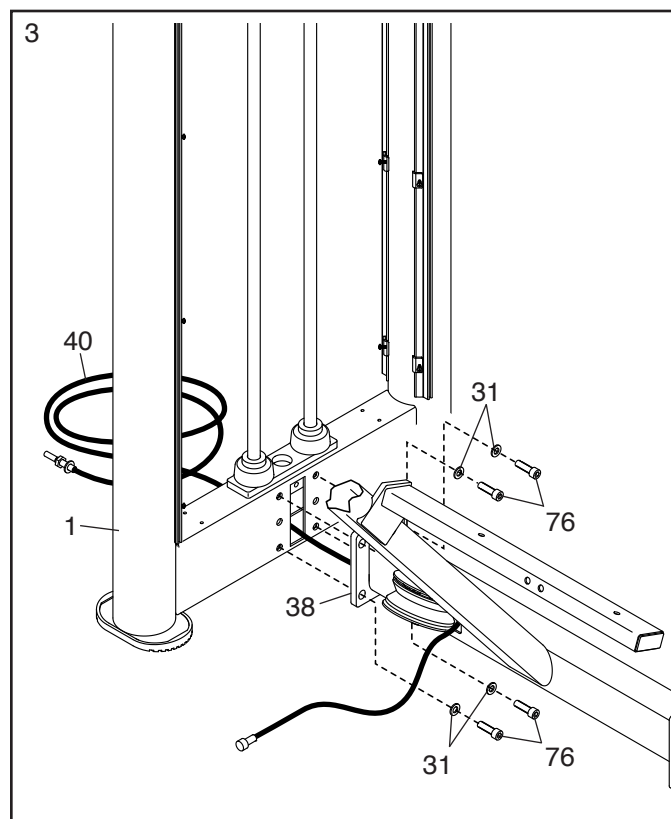
Verwijder de twee M10 x 30mm Dopschroeven (30), de twee M10 Tussenringen (31), en de Katrolbeugel (6) uit de achterkant van het Torenonderstel (1).

Verwijder vervolgens de M10 Borgmoer (32), de M10 x 50mm Dopbout (29), en de twee M10 Tussenringen (31) en de Grote Katrol (24) uit de Katrolbeugel (6).



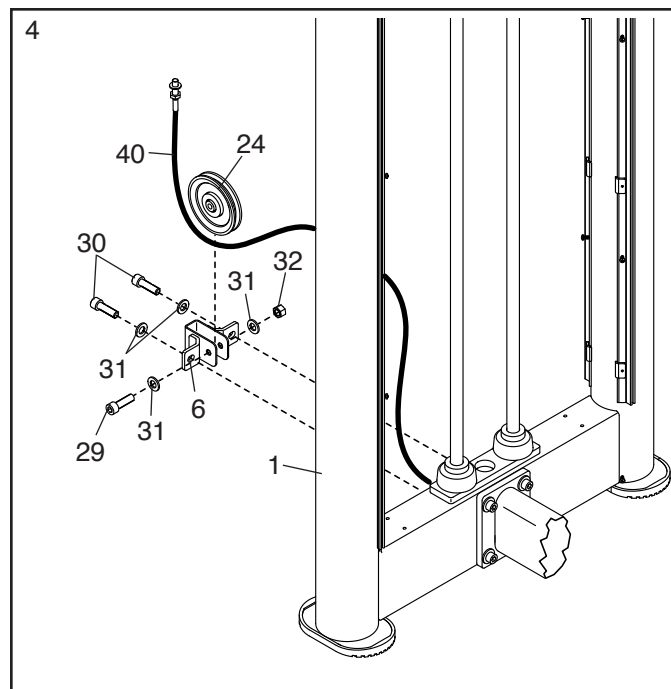
3. Steek de Kabel (40) door het Torenonderstel (1) zoals afgebeeld.

Maak het Verbindingsonderstel (38) aan het Torenonderstel (1) vast met vier M10 x 35mm Dopschroeven (76) en vier M10 Tussenringen (31). **Draai de Dopschroeven nog niet vast.**



4. Leg de Kabel (40) omhoog door de Katrolbeugel (6). Maak de Grote Katrol (24) aan de binnenkant van de Katrolbeugel vast met de M10 x 50mm Dopbout (29), de twee M10 Tussenringen (31), en de M10 Borgmoer (32) die u in stap 2 verwijderd heeft.

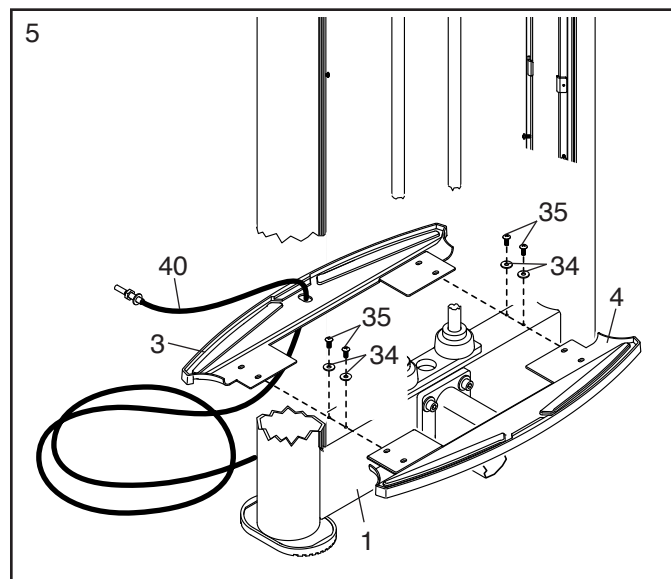
Maak dan de Katrolbeugel (6) aan het Torenonderstel (1) vast met de twee M10 x 30mm Dopschroeven (30) en de twee M10 Tussenringen (31) die in stap 2 verwijderd heeft.



5. Zoek naar de Basis van het Achterste Scherm (3) die een gat in het midden heeft en naar de Basis van het Voorste Scherm (4). Plaats de Bases van de Schermen zoals afgebeeld.

Steek het uiteinde van de Kabel (40) omhoog door de Basis van het Achterste Scherm (3).

Maak de Bases van de Schermen (3, 4) aan het Torenonderstel (1) vast met vier M6 x 15mm Schroeven (35) en vier M6 Tussenringen (34).



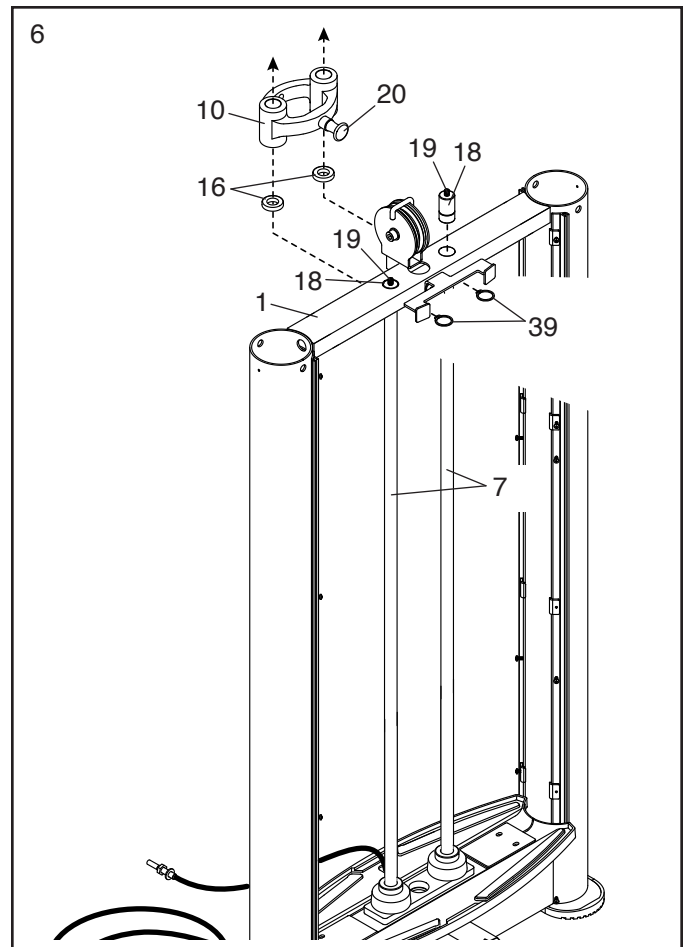
6. Trek de Zakgewichtknop (20) uit en schuif het Zakgewicht (10) omlaag op de Gewichtgeleiders (7).

Maak de twee M8 x 35mm Stelschroeven (19) een paar draaien los; **het is niet nodig om de Stelschroeven eraf te halen.**

Kijk onder de bovenkant van het Torenonderstel (1) en haal de twee 25mm Borgringen (39) van de twee Gewichtgeleiderbussen (18).

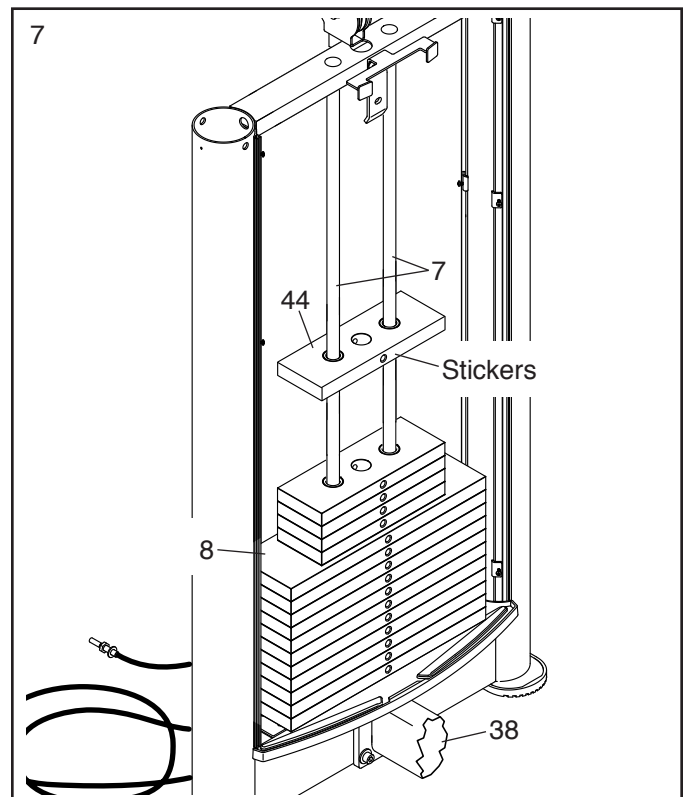
Zorg dat een tweede persoon de Gewichtgeleiders (7) vasthoudt. Til de Gewichtgeleiderbussen (18) uit het Torenonderstel (1).

Tik de bovenste uiteinden van de Gewichtgeleiders (7) naar voren of naar achteren en schuif het Zakgewicht (10), en de bovenste Gewichtbumpers (16) omhoog van de Gewichtgeleiders.



7. Kijk naar de stickers van de elf Gewichten (8) en zoek naar de sticker met het **hoogste** getal. Draai dat Gewicht zodanig dat de sticker naar het Verbindingsonderstel (38) toe wijst en schuif het Gewicht op de Gewichtgeleiders (7).

Herhaal deze stap tot alle elf 20-pond Gewichten (8) en de vijf 10-pond Gewichten (44) zich op de Gewichtgeleiders (7) bevinden.



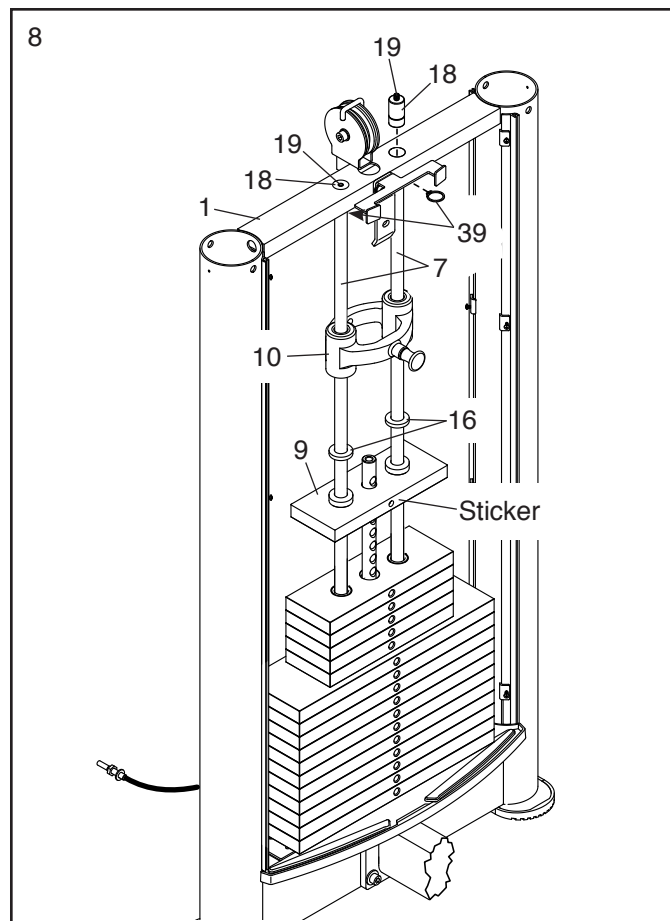
8. Draai het Bovenste Gewicht (9) en het Zakgewicht (10) zoals afgebeeld.

Schuif het Bovenste Gewicht (9), de twee Bovenste Gewichtsbumpers (16), het Zakgewicht (10) en de twee 25mm Borgringen (39) op de Gewichtgeleiders (7).

Schuif vervolgens de twee Gewichtgeleiderbussen (18) in het Torenonderstel (1) en schuif deze op de bovenste uiteinden van de Gewichtgeleiders (7).

Bevestig de twee 25mm Borgringen (39) op de Gewichtgeleiderbussen (18).

Draai vervolgens de twee M8 x 35mm Schroeven (19) in de Gewichtgeleiderbussen (18).

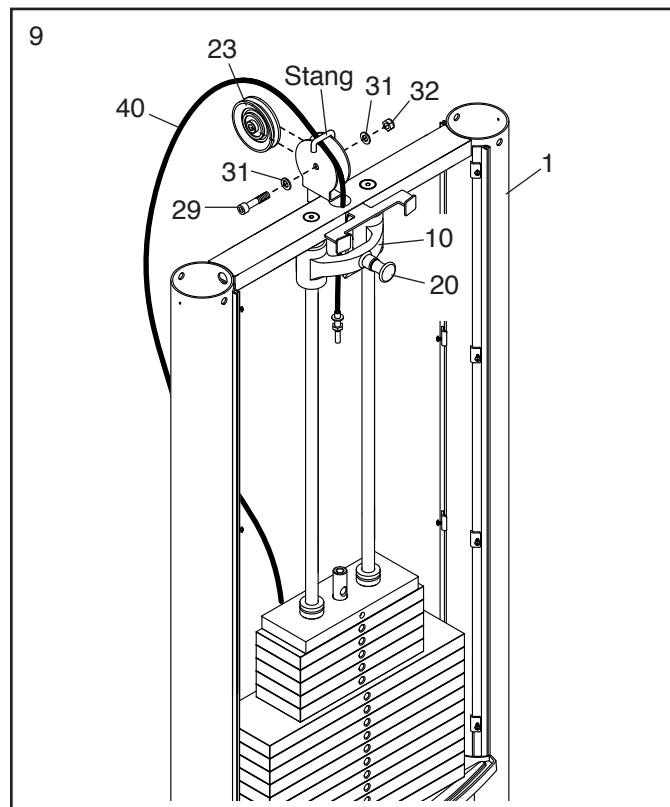


9. Verwijder alle onderdelen (23, 29, 31 en 32) van de katrolbeugel op het Torenonderstel (1).

Leg de Kabel (40) door de katrolbeugel en naar beneden door het gat in het midden van het Torenonderstel (1).

Maak de Kleine Katrol (23) aan de binnenkant van de katrolbeugel vast met de M10 x 50mm Dopbout (29), de twee M10 Tussenringen (31), en de M10 Borgmoer (32) die u verwijderd heeft. **Zorg ervoor dat de Kabel (40) tussen de Kleine Katrol en de stang op de katrolbeugel ligt.**

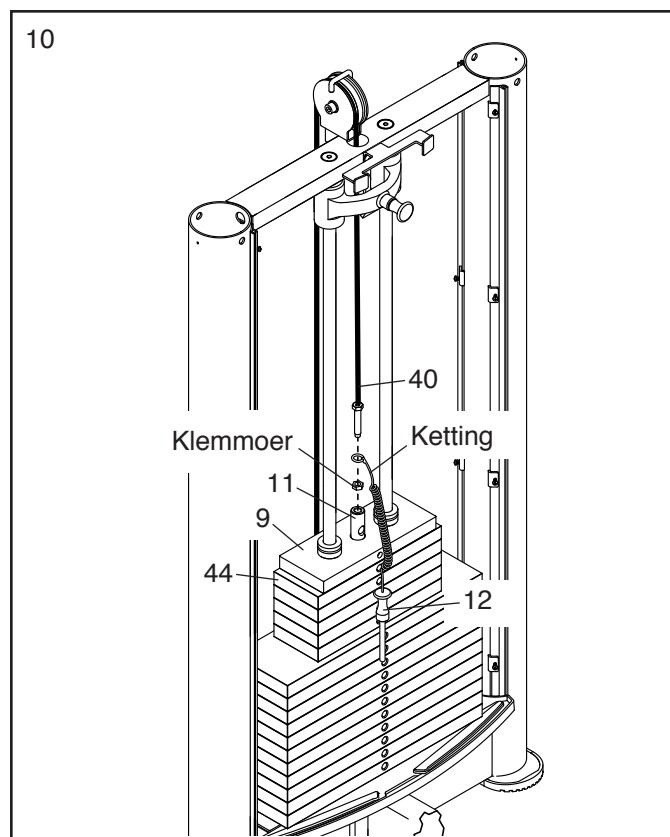
Schuif vervolgens het Zakgewicht (10) omhoog tot de Zakgewichtknop (20) in het gat in de Vergrendelingsbeugel (niet afgebeeld) klikt. **Zorg ervoor dat de Zakgewichtknop goed vastzit in het gat.**



10. Verwijder de slotmoer van het uiteinde van de Kabel (40). Schuif vervolgens de ketting van de Gewichtpen (12) op het uiteinde van de Kabel. Draai vervolgens de slotmoer handvast op het uiteinde van de Kabel.

Trek het uiteinde van de Kabel (40) in de Gewichtselector (11) strak tot het Bovenste Gewicht (9) van de 10-pond Gewichten (44) afgetild wordt. Maak dan het uiteinde van de Kabel los tot het Bovenste Gewicht net op de Gewichten rust.

Maak vervolgens de klemmoer tegen de Gewichtselector (11) vast.



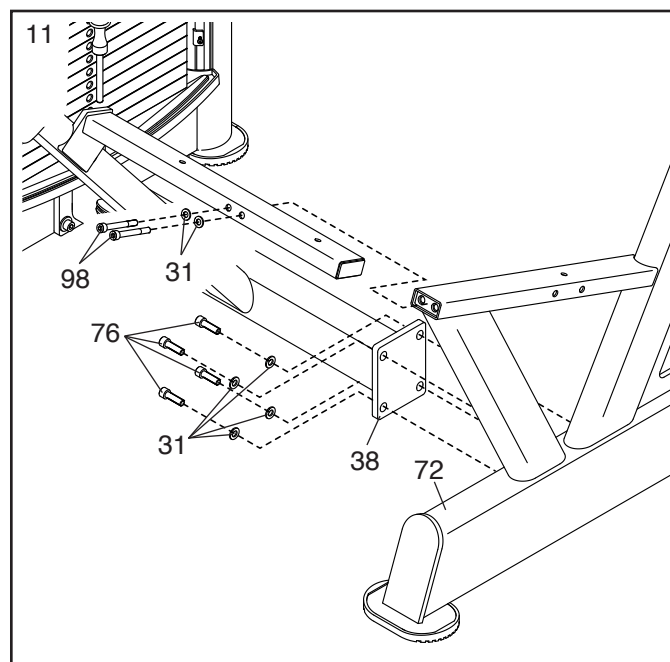
11. **Laat een tweede persoon de Basis (72) vasthouden om te voorkomen dat de Basis tijdens deze stap omvalt.**

Maak het Verbindingsonderstel (38) op de Basis (72) vast met vier M10 x 35mm Dopschroeven (76) en vier M10 Tussenringen (31). **Maak de Dopschroeven nog niet vast.**

Ga verder met het monteren door het Verbindingsonderstel (38) aan de Basis (72) vast te maken met twee M10 x 85mm Dopschroeven (98) en twee M10 Tussenringen (31).

Draai de vier M10 x 35mm Dopschroeven (76) vast.

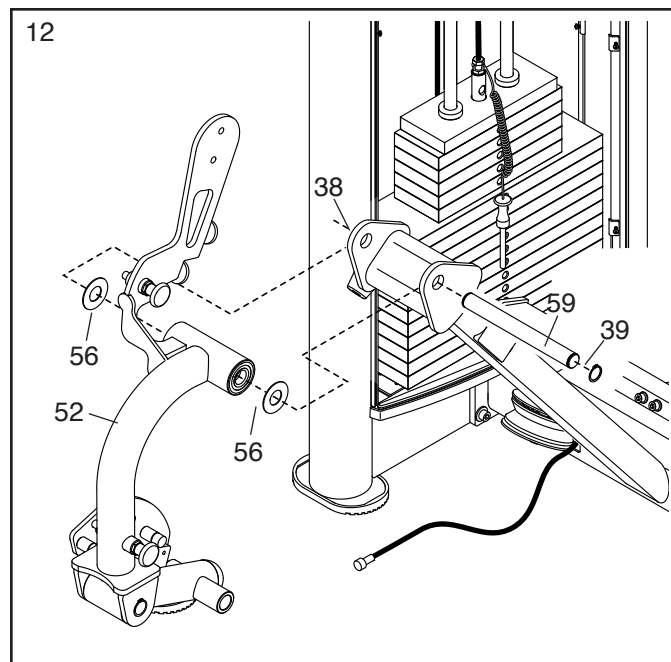
Raadpleeg stap 3. Draai de M10 x 35mm Dopschroeven (76) vast.



12. Maak een 25mm Borgring (39) vast op een uiteinde van de Lange Draaias (59).

Zoek naar de Draaiarm (52) en draai deze zoals afgebeeld.

Laat een tweede persoon de ronde buis van de Draaiarm (52) en twee Plastic Tussenringen (56) aan de binnenkant van de beugel van het Verbindingsonderstel (38) vasthouden. Steek de Lange Draaias (59) in de beugel, in de Plastic Tussenringen, en in de ronde buis.

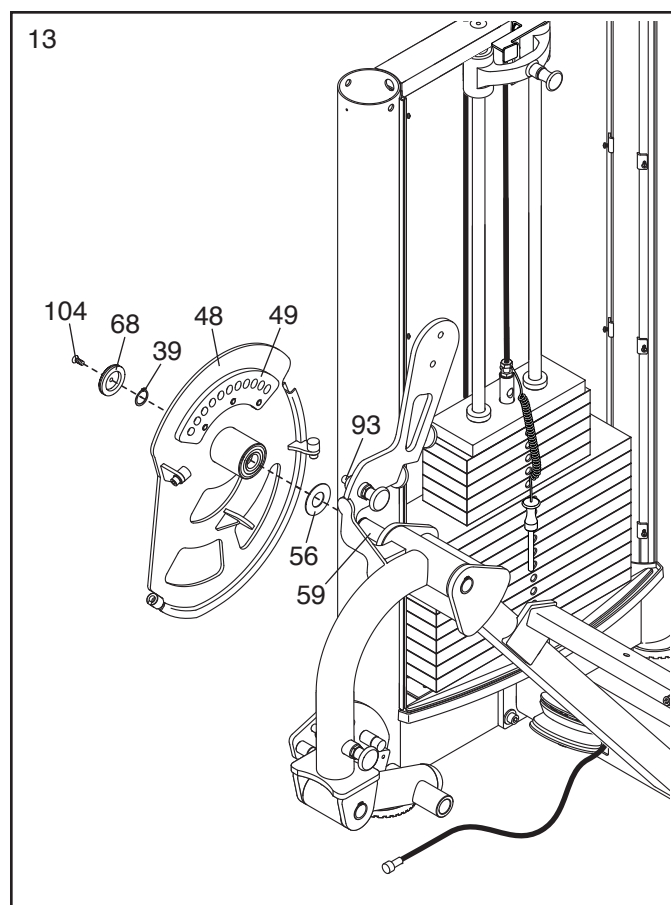


13. Richt de Nok (48) zoals is afgebeeld.

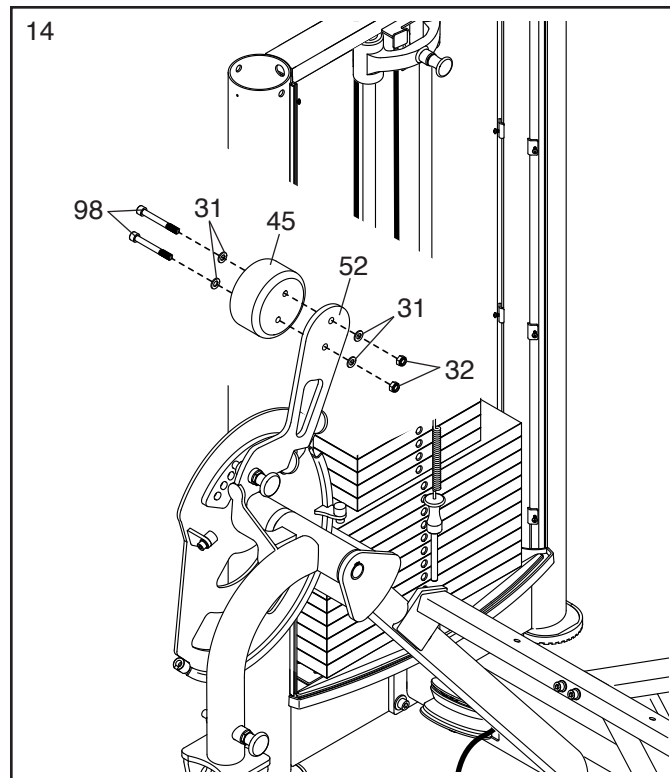
Schuif een Plastic Tussenring (56) en de Nok (48) op de Lange Draai-as (59). **Let erop dat de Kleine Pen (93) is ingestoken in een van de gaten in de Selectorplaat van de Nok (49).**

Bevestig een 25mm Borgring (39) aan het uiteinde van de Lange Draai-as (59).

Bevestig dan de Kap van de Lager (68) aan het uiteinde van de Lange Draai-As (59) met een M6 x 15mm Schroef met Platte Kop (104).



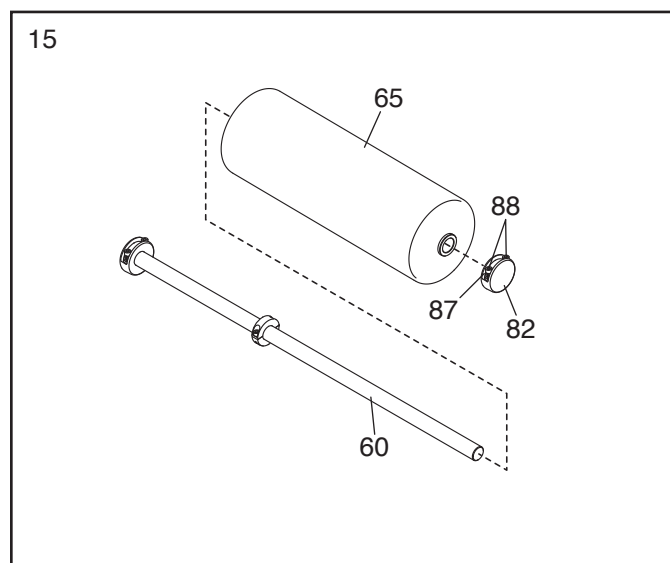
14. Bevestig het Contragewicht (45) op de Draaiarm (52) met twee M10 x 85mm Doppelenbouten (98), twee M10 Tussenringen (31) en twee M10 Borgmoeren (32).



15. Maak de twee M6 x 15mm Doppenschroeven (88) een paar draaien los in de Klem van de Stang (87) aan een Kussenstang (60); **het is niet nodig om de Doppenschroeven eraf te halen**. Schuif dan de Asklem en het Klemkapje (82) van de Kussenas.

Schuif vervolgens het Beenkussen (65) op de Kussenstang (60).

Schuif vervolgens de Stangklep (87) en het Klemkapje (82) op de Kussenstang (60) en maak vast met twee M6 x 15mm Doppenschroeven (88).



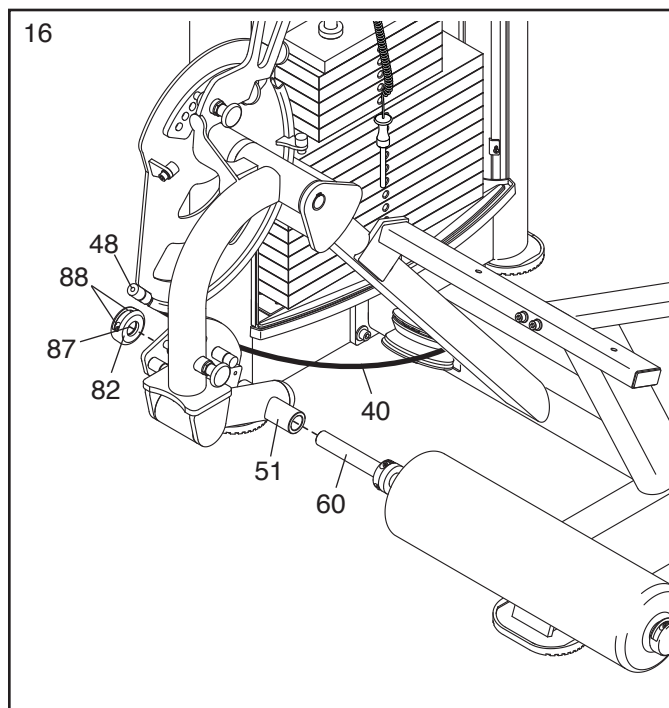
16. Druk het uiteinde van de Kabel (40) zover mogelijk in het gat op de Nok (48).

Draai de twee M6 x 15mm Dopschroeven (88) in de Klem van de Stang (87) aan de aangeven kant van de Kussenstang (60) een paar slagen los. **Het is niet nodig om de Dopschroeven te verwijderen.** Schuif dan de Klem van de Stang en de Klemkap (82) van de Stang van het Kussen.

Steek het uiteinde van de Kussenstang (60) door het Draaibeen (51).

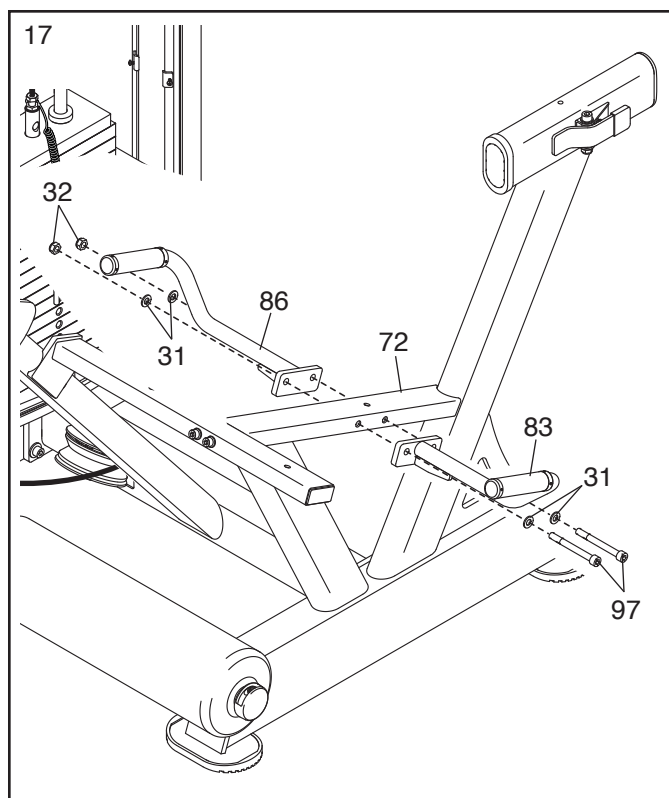
Schuif dan de Klem van de Stang (87) en de Klemkap (82) op de Kussenstang (60). Draai dan de twee M6 x 15mm Dopschroeven (88) vast.

Draai de Klemkap (82) zodanig dat de opening naar de grond toe wijst.

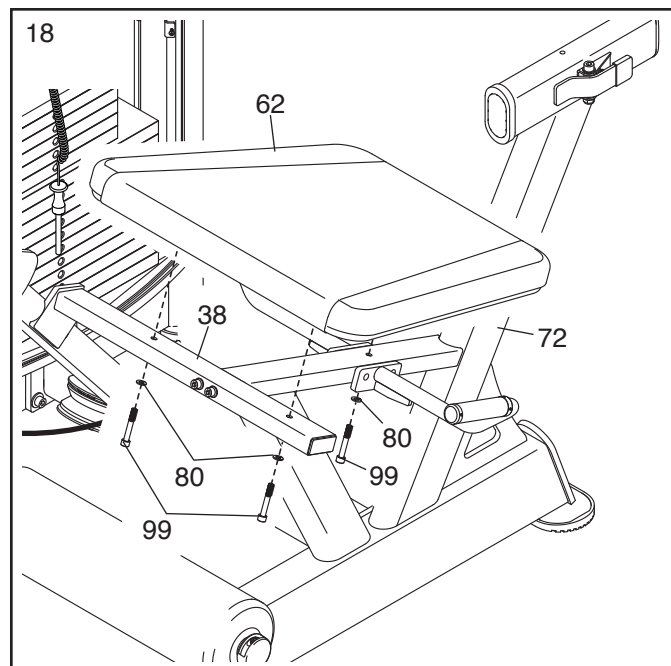


17. Zoek naar de Linker en Rechter Armhendels (83, 86) en draai deze zoals afgebeeld.

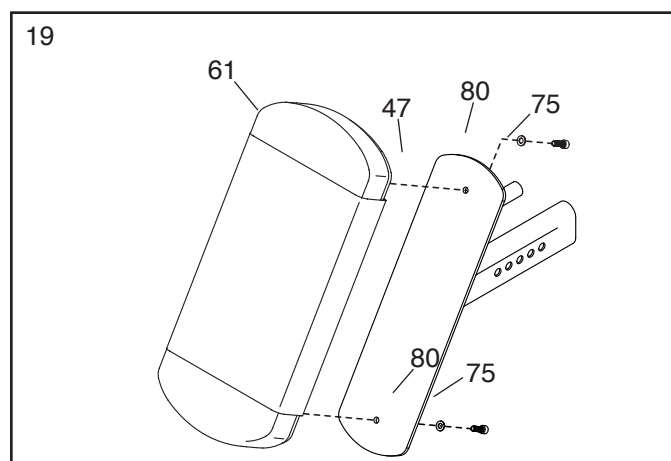
Maak de Linker en Rechter Armhendels (83, 86) aan de Basis (72) vast met twee M10 x 95mm Dopbouten (97), vier M10 Tussenringen (31), en twee M10 Borgmoeren (32).



18. Maak de Zitting (62) aan de Basis (72) en het Verbindingsonderstel (38) vast met drie M8 x 55mm Dopschroeven (99) en drie M8 Tussenringen (80).



19. Maak de Rugleuning (61) aan het Onderstel van de Rugleuning (47) vast met twee M8 x 25mm Dopschroeven (75) en twee M8 Tussenringen (80).

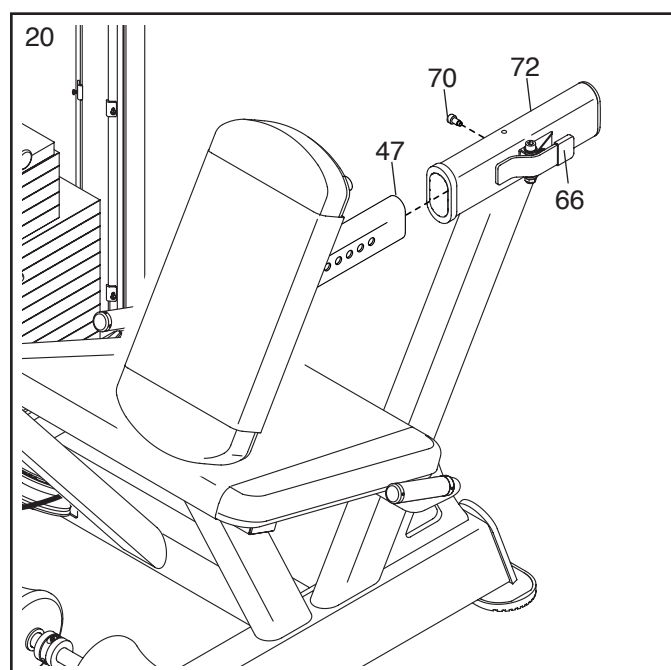


20. Verwijder de aangegeven M10 x 18mm Stopschroef (70) van de Basis (72).

Druk de aangegeven Bijstelhendel (66) en plaats het Onderstel van de rugleuning (47) in de Basis (72), en laat dan de Bijstelhendel los in een van de afstelgaten op het Onderstel van de rugleuning.

Zorg ervoor dat de Bijstelhendel (66) goed vastzit in een afstelgat.

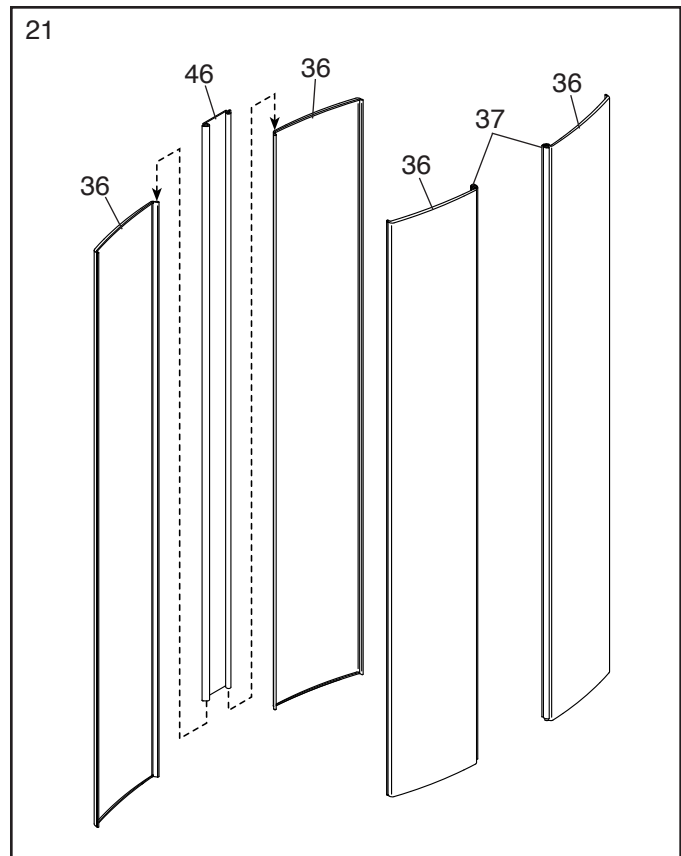
Verwijder dan de aangegeven M10 x 18mm Stopschroef (70) die u zojuist heeft verwijderd uit de Basis (72).



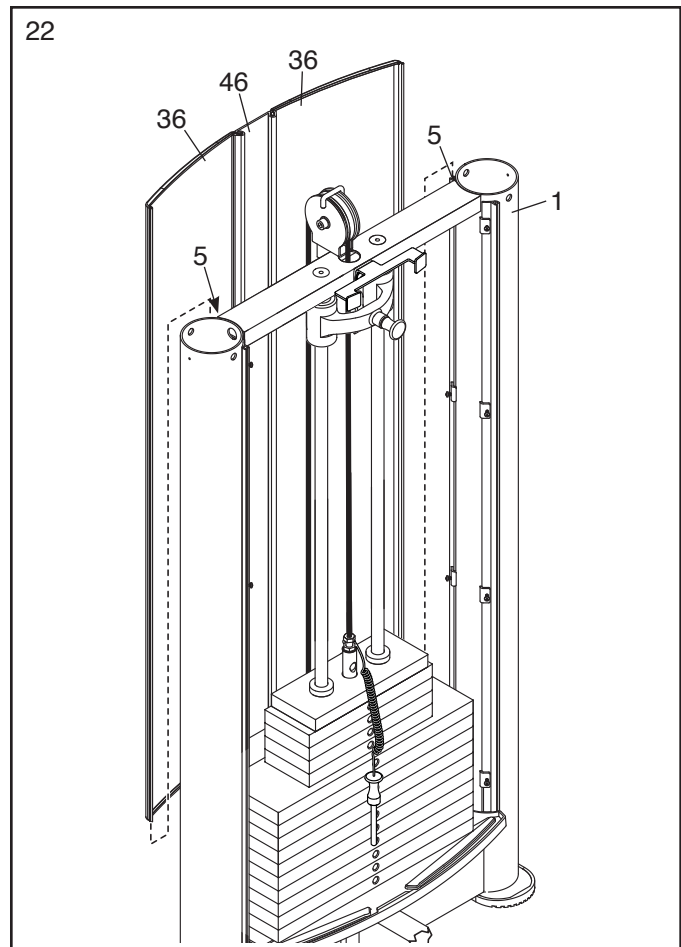
21. Aandacht: de delen die in deze stap worden weergegeven kunnen vooraf zijn gemonteerd.

Kijk naar de vier Schermen (36) en zoek naar de twee Schermen met Afwerkingstrips aan de Binnenkant (37) en de twee Schermen die dat niet hebben.

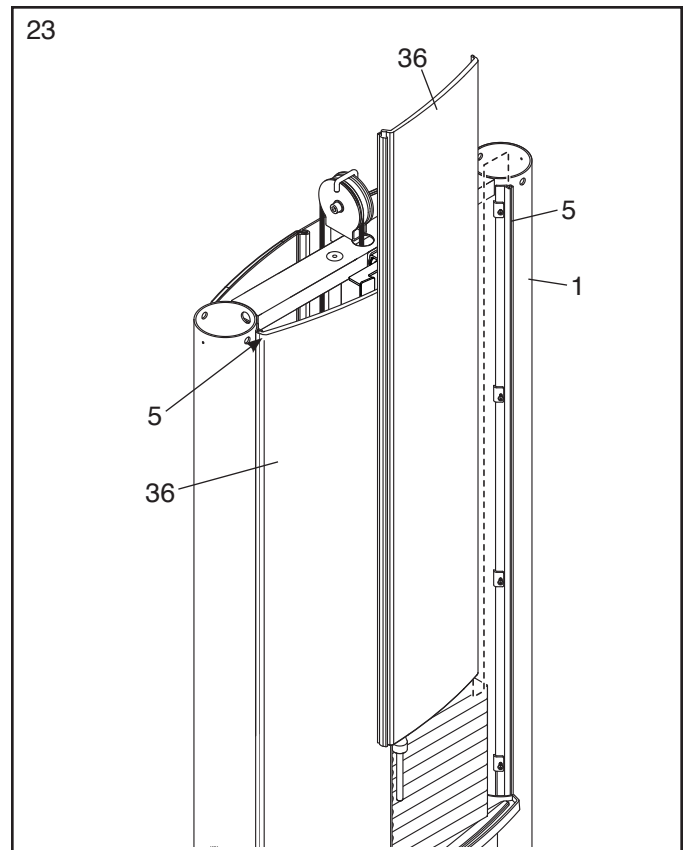
Schuif het Schermpaneel (46) naar beneden op de twee Schermen (36) die **geen** Afwerkingstrips aan de Binnenkant (37) hebben.



22. Schuif de twee Schermen (36) met het Schermpaneel (46) naar beneden op de twee Afwerkingstrips aan de Buitenkant (5) aan de achterkant van het Torenonderstel (1).

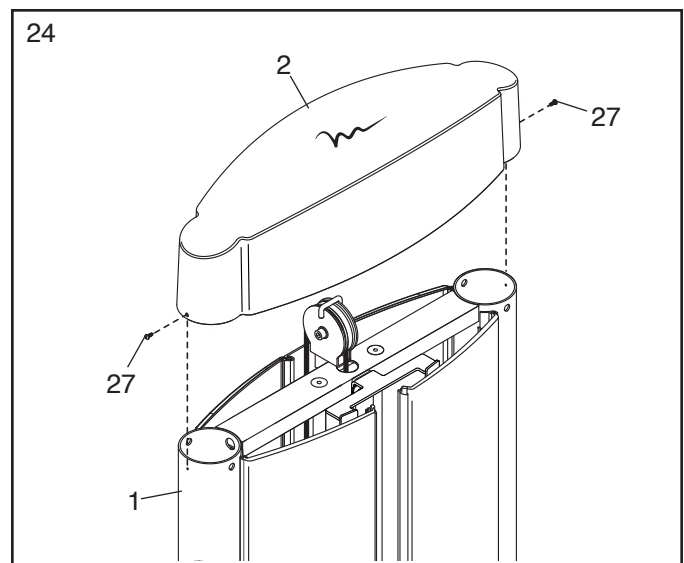


23. Schuif de twee overblijvende Schermen (36) naar beneden op de twee Afwerkingstrips aan de Buitenkant (5) aan de voorkant van het Torenonderstel (1).



24. Richt het Torendop (2) zoals getoond.

Schuif de Torendop (2) naar beneden op het Torenonderstel (1). Maak deze Kap vast met twee M4 x 13mm Tapschroven (27).



25. **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.

AFSTELLINGEN

Dit hoofdstuk beschrijft hoe u de krachtmachine kunt bijstellen. **Zorg ervoor dat alle onderdelen goed vastzitten wanneer u de krachtmachine gebruikt.** Vervang versleten onderdelen direct.

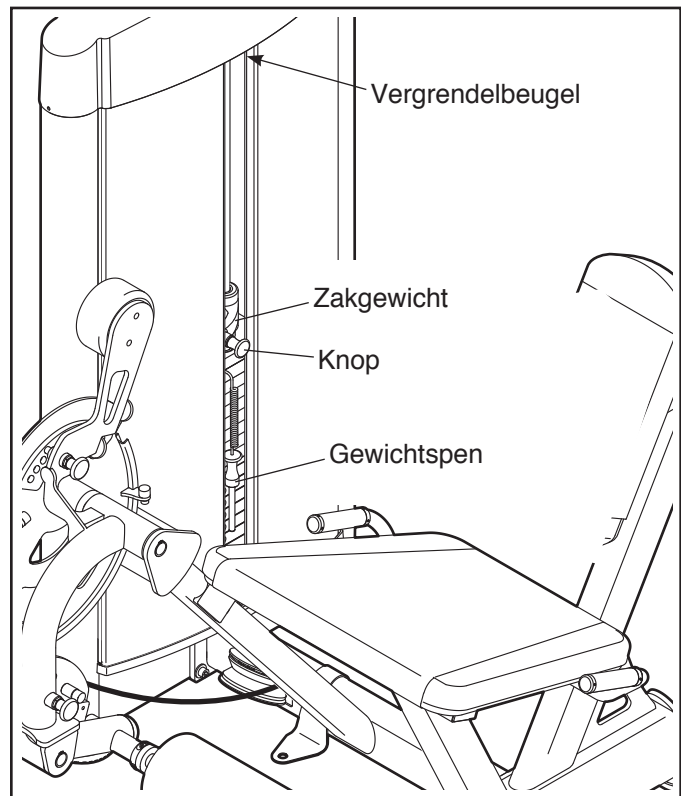
DE WEERSTAND BIJSTELLEN

Om de gewenste hoeveelheid weerstand te wijzigen, steekt u de gewichtspen in het gewenste gewicht.

Zorg dat de gewichtspen volledig ingestoken is. Aandacht: Om alleen het bovenste gewicht te gebruiken, steekt u de gewichtspen in de gewichtselector (niet afgebeeld) boven het bovenste gewicht.

Om 5-Ponden weerstand toe te voegen, trekt u aan de aangegeven knop en laat u het drop-down gewicht op de gewichtsstapel zakken.

Als u het zakgewicht niet gebruikt, schuift u het omhoog tot de knop op het zakgewicht in het gat van de vergrendelingsbeugel (niet afgebeeld) klikt. **Beweeg het zakgewicht dan iets naar boven of naar beneden om te controleren of de knop stevig in de vergrendelbeugel vast zit.**

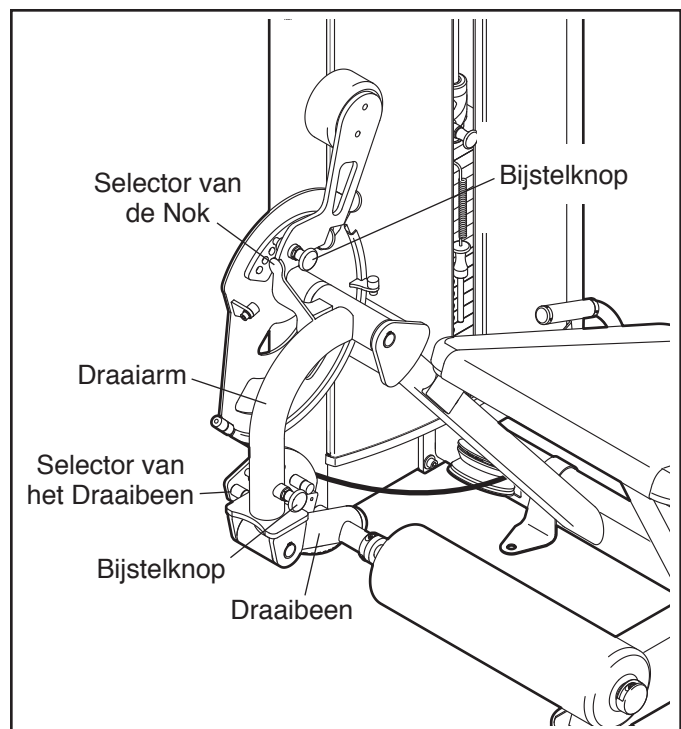


DE BEENONTWIKKELAAR BIJSTELLEN

Om de stand van het draaibein bij te stellen moet u die met uw ene hand vasthouden terwijl u de bijstelknop uit de selector van het draaibein trekt. Stel het draaibein in de gewenste stand en steek de bijstelknop weer in de selector van het draaibein.

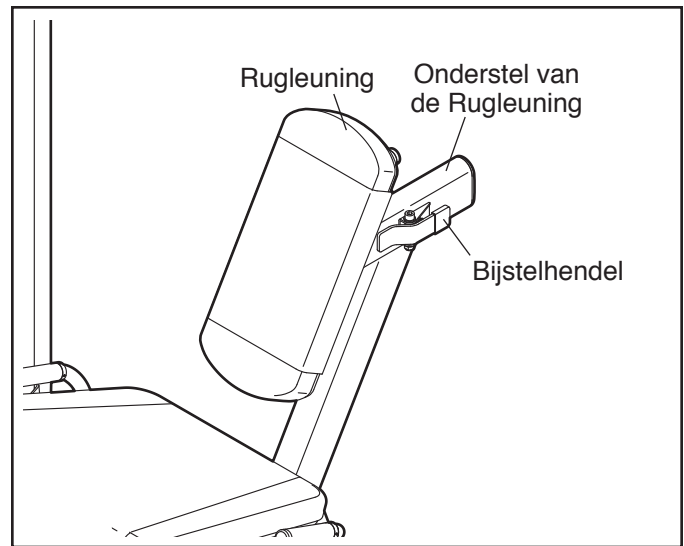
Om de stand van de draaiarm bij te stellen moet u die met uw ene hand vasthouden terwijl u de bijstelknop uit de selector van het de nok trekt. Stel de draaiarm in de gewenste stand en steek de bijstelknop weer in de selector van de nok.

⚠ WAARSCHUWING: zorg er altijd voor dat de knoppen goed in de selectoren zitten voordat u de beenontwikkelaar gebruikt.



HET BIJSTELLEN VAN DE RUGLEUNING

Om de rugleuning bij te stellen drukt u op de bijstelhendel, schuift u de rugleuning naar voren of naar achteren naar de gewenste stand en laat u de bijstelknop los in een bijstelgat in het onderstel van de rugleuning. **Zorg ervoor dat de bijstelknop stevig vastzit in een bijstelgat.**



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 HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTENDIENST aan de achterkant van deze handleiding.

DAGELIJKS ONDERHOUD

Algemeen Reiniging

Reinig de krachtmachine met een zachte doek die is bevochtigd met een milde zeep en warm water. Gebruik indien nodig een zachte borstel met de reinigungsoplossing.

Spoel vervolgens de krachtmachine met een zachte doek die is bevochtigd met schoon water en droog grondig.

Moeilijke Vlekken

Besproei de vlek met een niet schurende huishoudelijke reiniger zoals FORMULA 409® reinigungs-middel, SIMPLE GREEN®, of een vergelijkbaar product. Wrijf zachtjes over de vlek en laat de reinigungsoplossing een paar minuten intrekken.

Spoel vervolgens de krachtmachine met een zachte doek die is bevochtigd met schoon water en droog grondig.

Herhaal deze stappen indien nodig en gebruik een zachte borstel.

Optionele Methode voor Moeilijke Vlekken

Reinig het vlekgebied grondig met een zachte, vochtige doek met alcohol.

Spoel vervolgens de krachtmachine met een zachte doek die is bevochtigd met schoon water en droog grondig.

OPGELET: volg de richtlijnen en veiligheidsvoorzorgsmaatregelen van de producent bij elk reinigungs-product dat u gebruikt. FreeMotion Fitness en haar verkooppunten zijn niet verantwoordelijk voor schade of letsel voortkomend uit gebruik of foutief gebruik van reinigungsproducten. **BELANGRIJK:** 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. Gebruik geen schurende reinigers; sterke reinigers of oplosmiddelen zoals lakverdunner, kerosine, benzine of vergelijkbare vloeistoffen. Dergelijke substanties kunnen krassen maken op de krachtmachine, plastic onderdelen en stickers beschadigen of leiden tot schade.

WEKELIJKS ONDERHOUD

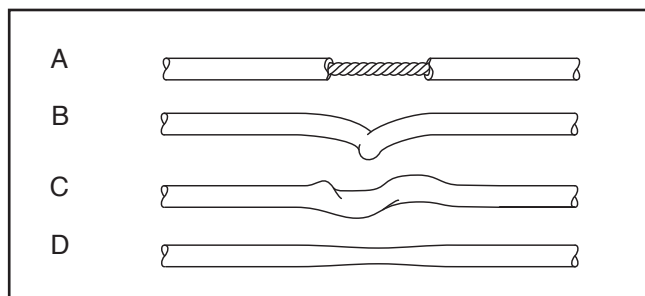
Hardware

Controleer alle moeren, bouten en schroeven en draai ze goed vast. **BELANGRIJK:** alle kussens 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 hebben. Bij het vastdraaien van bouten of schroeven 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 aandraaien kan de T-moeren afscheuren van het triplex waardoor het in de toekomst onmogelijk wordt om het kussen te verwijderen.

Kabelinspectie

Controleer de volledige lengte van iedere kabel door langzaam een repetitie op het krachtmachine uit te voeren. Controleer de kabel aan de buitenkant van het krachtmachine en de kabel aan de binnenkant. Laat uw vingers langs de kabel glijden en let goed op de bochten en de verbindingpunten. Let op de volgende omstandigheden die aan kunnen geven dat de kabel versleten is of vervangen dient te worden:

- A. een scheur of breuk in de huls die de kabel blootlegt
- B. een knik of grote vouw in de kabel
- C. een gekrulde of gedraaide huls
- D. een uitgerekte huls met een verdund gedeelte



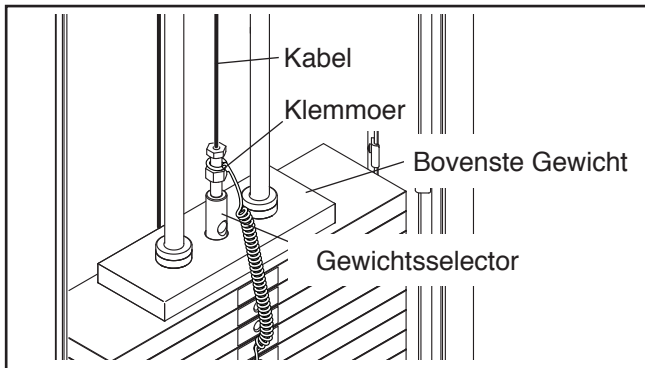
Kabel Bijstellen

Om te bepalen of iekere kabel goed is bijgesteld, dient u het bovenste gewicht langzaam omhoog te trekken en laten zakken door één repetitie uit te voeren.

Als de kabel los staan, dan wordt het bovenste gewicht niet van de gewichtstapel afgetild wanneer u een repetitie begint.

Als de kabel te strak staat, dan zal het bovenste gewicht niet op het onderliggende gewicht rusten wanneer u de repetitie voltooid heeft. Het kan moeilijk zijn om de gewichtspen in de gewichten te steken.

Als een kabel te los of te strak is, dient u de slotmoer aan het uiteinde van de kabel, die is bevestigd aan de gewichtselector, los te maken. Bevestig vervolgens het uiteinde van de kabel in de gewichtselector tot het bovenste gewicht van het volgende gewicht wordt getild. Maak dan het uiteinde van de kabel los tot het bovenste gewicht op het gewicht eronder rust. Maak dan de slotmoer weer vast tegen de gewichtselector.



MAANDELIJKS ONDERHOUD

Grepen

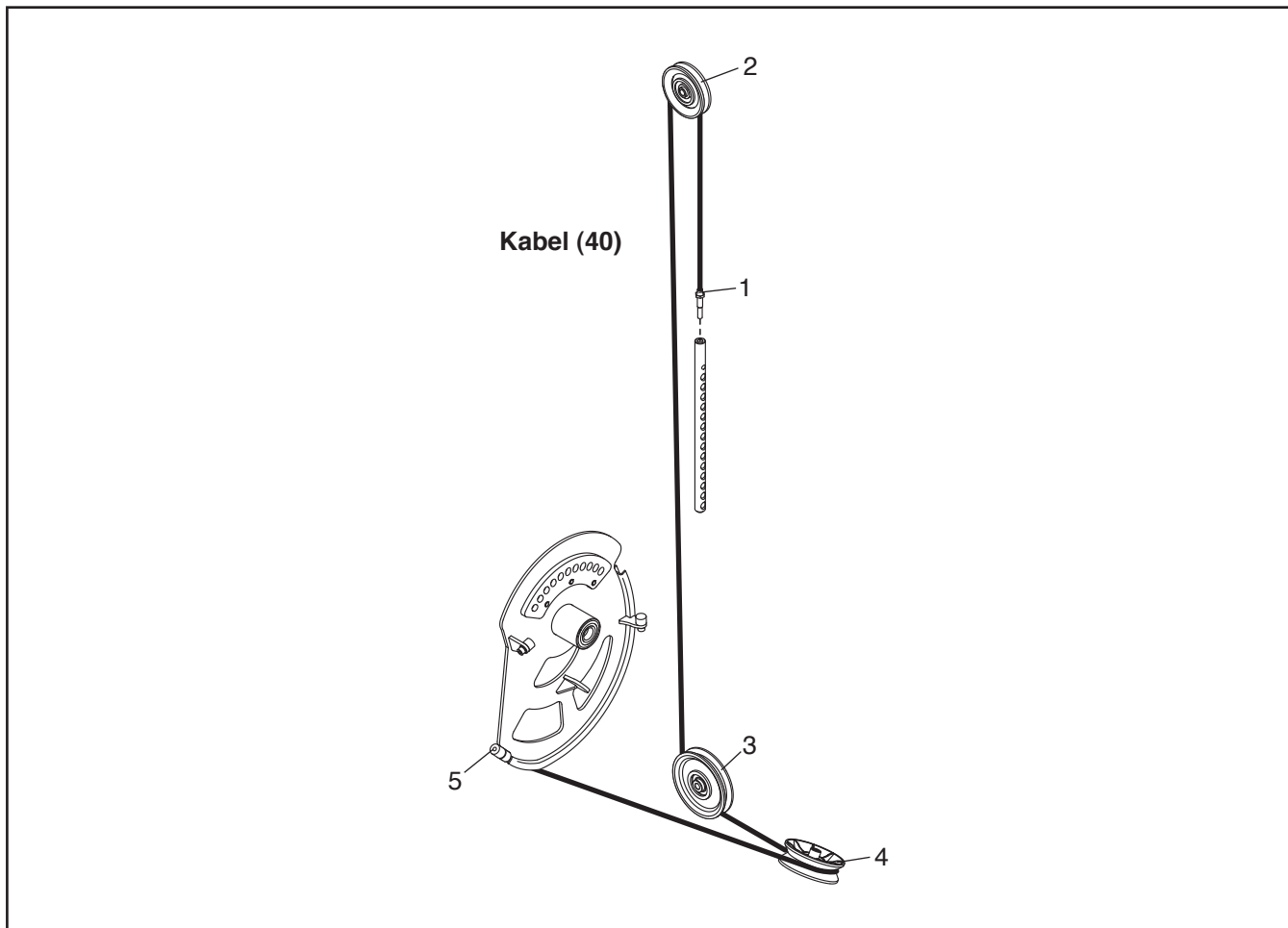
Controleer de grepen en vervang ze indien nodig.

Gewichtgeleidersmering

Reinig en smeer elke gewichtsg geleider door deze af te vegen met een zachte doek met een lichtgewicht motorolie, 10W-40 of 10W-30. Breng alleen een dun laagje coating over de gehele lengte van de gewichtsg geleider aan. **Gebruik geen smeermiddelen op basis van TEFLON®.**

DIAGRAM VAN DE KABEL

Het schema hieronder geeft de juiste route van de kabel aan. Gebruik het schema voor een goede montage van de kabels. **Indien de kabel niet op de juiste wijze gemonteerd is, zal het krachtapparaat niet goed functioneren en zal er schade optreden.** Wanneer het krachtapparaat een of meerdere kabelklemmen heeft, zorg er dan voor dat geen enkele kabelklem een kabel raakt of beklemt.



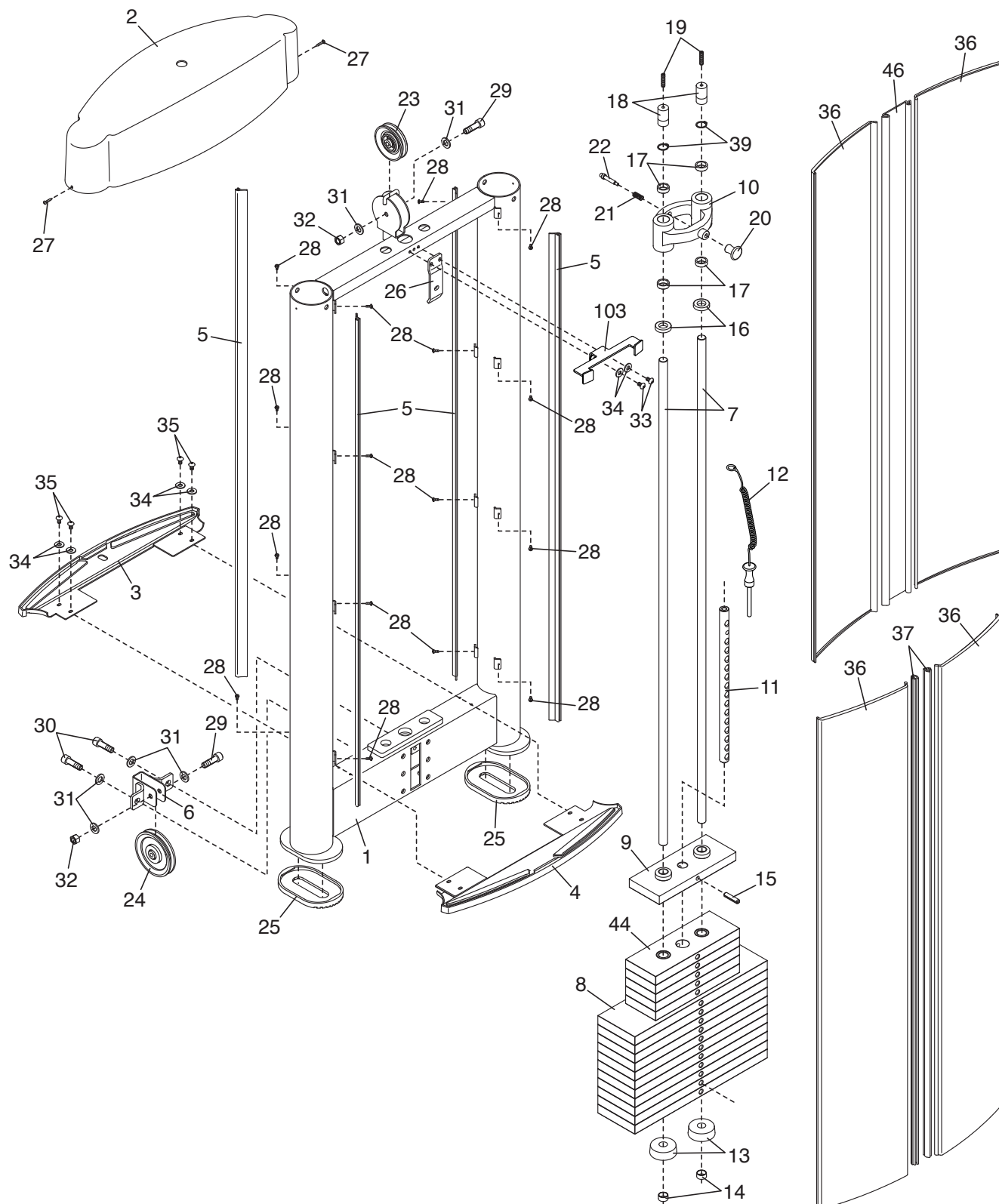
LIJST MET ONDERDELEN

Modelnr. F801.1 R0113A

Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
1	1	Torenonderstel	47	1	Onderstel van de Rugleuning
2	1	Torendop	48	1	Nok
3	1	Basis van het Achterste Scherm	49	1	Selectorplaat van de Nok
4	1	Basis van het Voorste Scherm	50	1	Selectorplaat van het
5	4	Afwerking aan de Buitenkant			Draaibeen
6	1	Katrolbeugel	51	1	Draaibeen
7	2	Gewichtsgelider	52	1	Draaiarm
8	11	20-pond Gewicht	53	1	Korte Draai-as
9	1	Bovenste Gewicht	54	3	Huls van de Handgreep
10	1	Zakgewicht	55	3	Kapje van de Handgreep
11	1	Gewichtsselector	56	5	Plastic Tussenring
12	1	Gewichtspen	57	3	Handgreep
13	2	Onderste Gewichtsbumper	58	1	Hoes van de Rugleuning
14	2	Kapje van de Gewichtsgelider	59	1	Lange Draai-as
15	1	Rolpen	60	1	Kussenstang
16	2	Bovenste Gewichtsbumper	61	1	Rugleuning
17	4	Koperbus	62	1	Zitting
18	2	Gewichtsgeliderbussen	63	1	Ronde Kap
19	2	M8 x 35mm Schroef	64	6	Lager
20	1	Zakgewichtknop	65	1	Beenkussen
21	1	Penveer	66	1	Bijstelhendel
22	1	Zakgewichtpen	67	1	Vergrendelveer
23	1	Kleine Katrol	68	1	Kap voor de Lager
24	1	Grote Katrol	69	1	Ovaal Kapje
25	4	Voet	70	1	M10 x 18mm Stopschroef
26	1	Vergrendelbeugel	71	1	Huls van de Basis
27	2	M4 x 13mm Tapschroef	72	1	Basis
28	16	M4 x 10mm Schroef	73	2	Armbumper
29	2	M10 x 50mm Dopbout	74	12	M4 x 3mm Stelschroef
30	2	M10 x 30mm Dophechtschroef	75	2	M8 x 25mm Dopschroef
31	31	M10 Tussenring	76	8	M10 x 35mm Dopschroef
32	8	M10 Borgmoer	77	1	M6 x 55mm Dopbout
33	2	M6 x 20mm Verbindingsschroef	78	1	M10 x 65mm Dopbout
34	6	M6 Tussenring	79	2	M6 x 12mm Tussenring
35	4	M6 x 15mm Schroef	80	11	M8 Tussenring
36	4	Scherm	81	1	Hoes van de Zitting
37	2	Afwerking aan de Binnenkant	82	2	Klemkap
38	1	Verbindingsonderstel	83	1	Linker Armhendel
39	6	25mm Borgring	84	4	Draaibumper
40	1	Kabel	85	2	M8 x 15mm Schroef
41	1	M10 x 70mm Dopbout	86	1	Rechter Armhendel
42	1	V-Katrol	87	3	Klem van de Stang
43	1	Vergrendelriem	88	6	M6 x 15mm Dopschroef
44	5	10-pond Gewicht	89	2	Bijstelknop
45	1	Contragewicht	90	2	M20 Moer
46	1	Schermpaneel	91	1	Kleine Pinveer

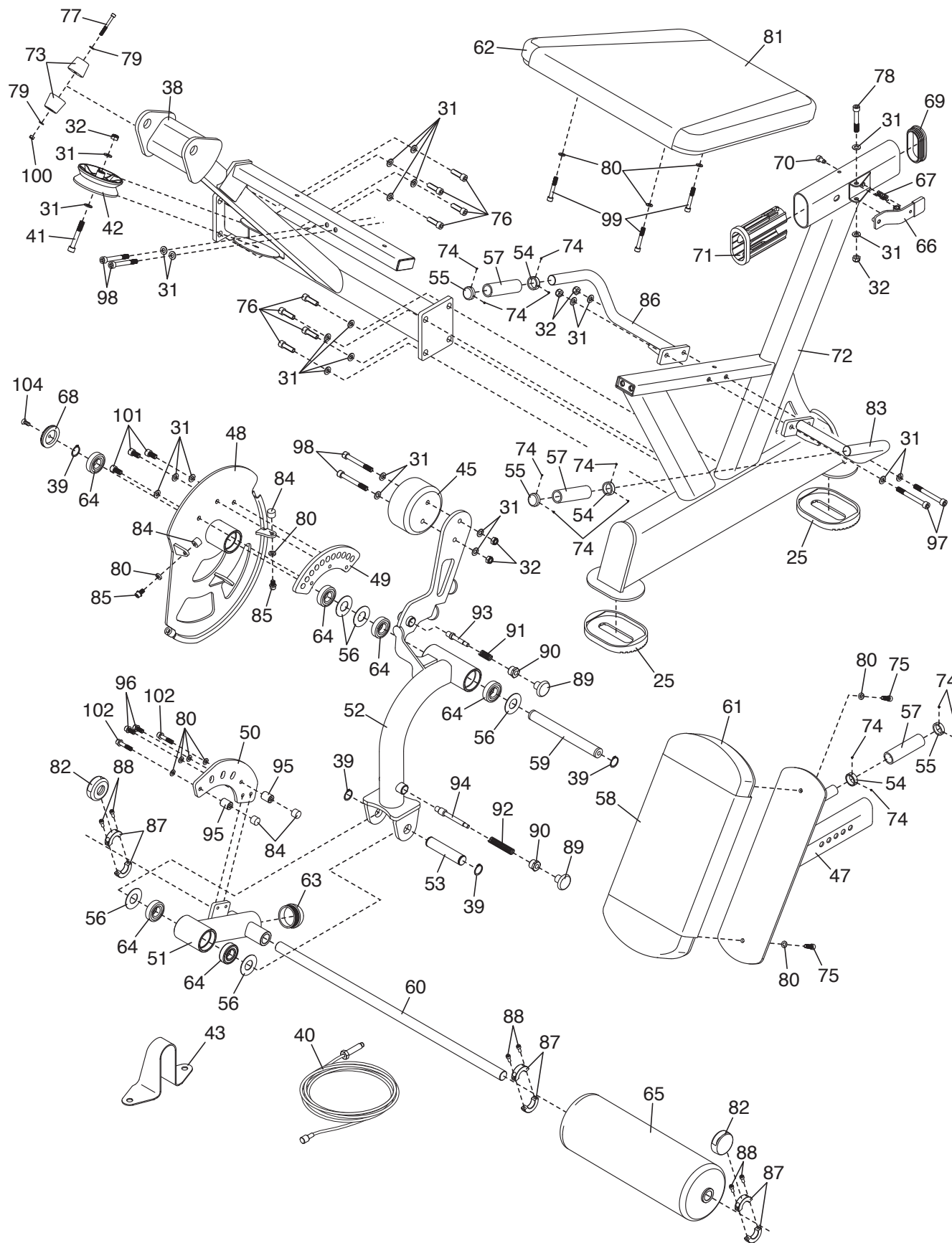
Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
92	1	Grote Pinveer	99	3	M8 x 55mm Dopschroef
93	1	Kleine Pin	100	1	M6 Borgmoer
94	1	Grote Pin	101	3	M10 x 20mm Dophechtschroef
95	2	Tussenstuk van de Plaat	102	2	M8 x 40mm Dophechtschroef
96	2	M8 x 20mm Dopschroef	103	1	Schermbegel
97	2	M10 x 95mm Dopbout	104	1	M6 x 15mm Schroef met Platte
98	4	M10 x 85mm Dopbout/-schroef			Kop
			*	—	Gebruikershandleiding

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



GEDETAILLEERDE TEKENING B

Modelnr. F801.1 R0113A



HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTDIENST

Indien u vragen hebt na het lezen van deze handleiding of indien onderdelen beschadigd zijn of ontbreken, neem contact op met de Klantendienst via de telefoonnummers of de adressen die hieronder vermeld staan. **Noteer het modelnummer en serienummer van het apparaat aan en de naam van het product (raadpleeg de kft van deze handleiding) voordat u contact opneemt met Klantendienst. Indien u een vervangend onderdeel bestelt, noteer dan ook het onderdeelnummer en de beschrijving van elk onderdeel (zie de LIJST MET ONDERDELEN en de GEDETAILEERDE TEKENING achterin deze handleiding).**

Binnen de Verenigde Staten en Canada

Bel: 1-800-201-2109, Maandag.-Vrijdag. 08:00-17:00 MT

Schrijf naar:

FreeMotion Fitness
1500 South 1000 West
Logan, UT 84321-9813
Verenigde Staten

Buiten de Verenigde Staten en Canada

Bel: 001-435-786-3521

Email: intlcustomercare@freemotionfitness.com