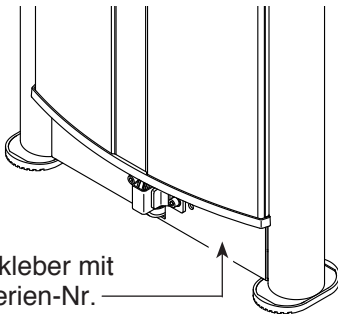


# FREEMOTION® LEG EXTENSION

Modell-Nr. F801.1

Serien-Nr. \_\_\_\_\_

Schreiben Sie die Seriennummer in den oben dafür freigehaltenen Platz, falls sie in Zukunft gebraucht werden sollte.

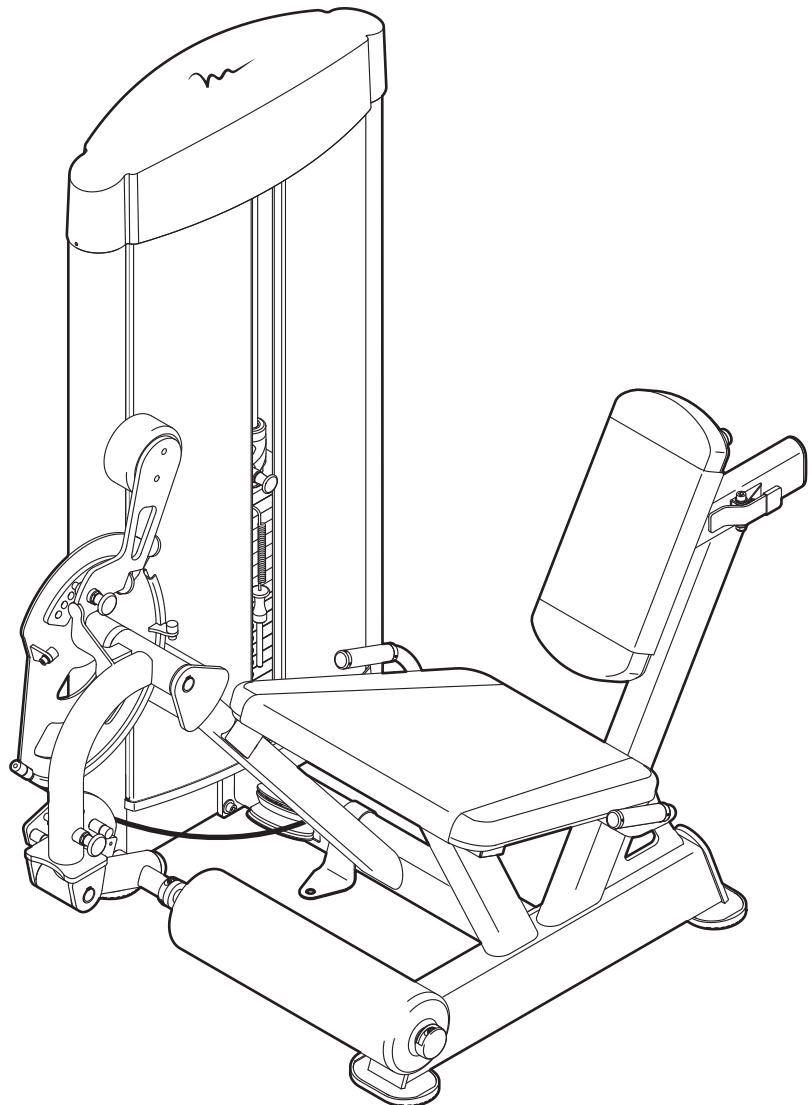


Aufkleber mit  
Serien-Nr. \_\_\_\_\_

## 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

WARNUNGSaufkleber anbringen .....4

BEVOR SIE ANFANGEN.....5

Diagramm für die Identifizierung der Teile .....6

Montage.....7

Einstellung .....19

Wartung und Fehlersuche .....21

KabelDiagramm .....23

Teileliste.....24

Detailzeichnung.....26

Sich mit dem Kundendienst in Verbindung setzen ..... Rückseite

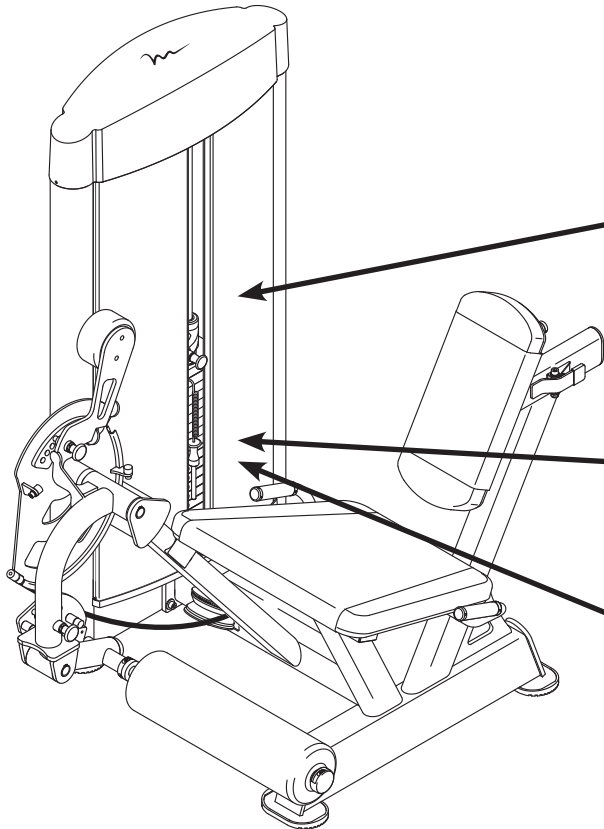
# WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

**⚠️ 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. Bevor Sie mit irgendeinem Trainingsprogramm beginnen, konsultieren Sie bitte zunächst Ihren Hausarzt. Dies ist besonders wichtig für Personen, die über 35 Jahre alt sind oder gesundheitliche Probleme haben oder hatten.
2. Gebrauchen Sie die Kraftstation nur so, wie in dieser Betriebsanleitung beschrieben.
3. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, sicherzustellen, dass sich genug Freiraum für die beabsichtigte Übung um die Kraftstation herum befindet.
4. Benutzen Sie die Kraftstation nur auf ebener Fläche. Legen Sie eine Unterlage unter die Kraftstation, um den Fußboden zu schützen.
5. Verankern Sie die Kraftstation am Boden mithilfe eines Verankerungsriemens, soweit erforderlich, oder dort wo es möglich ist, um maximale Stabilität zu gewährleisten.
6. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, dass alle Benutzer der Kraftstation hinreichend über alle Vorsichtsmaßnahmen informiert sind, alle Warnungsaufkleber gelesen und verstanden haben, und darüber informiert sind, wie man die Kraftstation richtig benutzt.
7. Alle Benutzer der Kraftstation sollten angewiesen werden, Verletzungen oder abnormale Funktionstüchtigkeit der Kraftstation sofort dem Einrichtungspersonal zu melden.
8. Kinder unter 12 Jahren und Haustiere sollen von der Kraftstation ferngehalten werden.
9. Die Kraftstation ist auf ein maximales Benutzergewicht von 159 kg (318 dt. Pfund) zugelassen. Tragen Sie während des Trainings angemessene Kleidung.
10. Tragen Sie während des Trainings zum Schutz der Füße immer Sportschuhe.
11. Halten Sie Hände und Füße von beweglichen Teilen fern. Lehnen Sie sich nicht gegen die Kraftstation und stützen Sie sich mit Ihren Händen nicht an der Kraftstation ab, während diese in Gebrauch ist.
12. Sorgen Sie dafür, dass der Gewichtsstift vollständig in einer der Gewichtsplatten eingeführt ist.
13. Sorgen Sie vor jeder Benutzung der Kraftstation dafür, dass die Handgriffe sicher befestigt wurden.
14. Überprüfen Sie die Kabel, Kabelverbindungen, und die Rollen vor jeder Benutzung der Kraftstation. Sorgen Sie dafür, dass alle Teile richtig festgezogen sind. Ersetzen Sie alle abgenutzten Teile sofort.
15. Achten Sie darauf, dass die Kabel immer auf den Rollen aufliegen. Falls das Kabel stecken bleibt während Sie trainieren, hören Sie sofort auf, und sorgen Sie dafür, dass das Kabel auf den Rollen aufliegt und nichts störend auf das Kabel oder auf die Rollen einwirkt.
16. Überanstrengung beim Sport kann zu schweren Verletzungen oder sogar zum Tod führen. Sollte Ihnen schwindelig werden oder sollten Sie plötzlich Schmerzen haben, hören Sie sofort mit dem Training auf und kühlen Sie ab.

# WARNUNGS-AUFKLEBER ANBRINGEN

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 Rückseite 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.



**⚠️ WARNUNG**

- Lesen und befolgen Sie alle Warnungen und Anweisungen, und besorgen Sie sich passende Instruktionen bevor Sie beginnen.
- Unterziehen Sie sich einem medizinischen Gutachten bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen.
- Untersuchen Sie das Gerät bevor Sie es benutzen. Benutzen Sie das Gerät nicht falls es beschädigt aussieht.
- Halten Sie Ihren Körper und Kleidung von allen bewegenden Teilen fern.
- Vergewissern Sie sich, dass der Gewichtsstift vollständig eingefügt ist.
- Verankern Sie niemals den Gewichtstoss in einer erhöhten Lage.
- Benutzen Sie das Gerät niemals, falls Sie es in dieser Lage vorfinden.
- Untersuchen Sie alle Kabeln, Riemen, und deren Verbindungen. Benutzen Sie das Gerät nicht falls irgendein Teil abgenutzt oder beschädigt erscheint.
- Benutzen Sie keine Narkotika oder andere Hilfsmittel um den Gewichtsstand zunehmend zu verstärken, ausser dem vom Hersteller mitgelieferten Gewichten.
- Erlauben Sie keinen Kindern das Gerät zu benutzen. Teenager die dieses Gerät benutzen, müssen von einem erfahrenen Erwachsenen beaufsichtigt werden.
- Diese Ausstattung sollte nur unter qualifizierter Aufsicht benutzt werden.
- Entfernen Sie diesen Aufkleber nicht. Ersetzen Sie diesen falls beschädigt.
- Maximales Benutzergewicht: 159 kg (350 lbs)

**⚠️ ACHTUNG**

Gewichtseinstellstift muss vollständig in der Gewichtsscheibe eingefügt sein.

Halten Sie sich von bewegenden Teilen fern. Das Nichtbeachten dieser Vorschrift könnte zu Verletzungen führen.

**⚠️ WARNUNG**

**DIE RÜCKPLATTE MUSS MONTIERT SEIN, BEVOR MAN DAS GERÄT IN BETRIEB NIMMT.**

**INSPIZIEREN SIE WÖCHENTLICH ALLE KABEL, RIEMEN, BEWEGLICHEN TEILE UND VERSCHLÜSSE. KONSULTIEREN SIE DIE WARTUNGSBESCHREIBUNG.**

**HÄNDE VON BEWEGLICHEN TEILEN FERNHALTEN! NICHTBEFOLGEN DIESER WARNUNG KANN PERSONENSCHÄDEN VON SICH TRAGEN.**

**⚠️ VORSICHT**

Der Gewichtsröhrenstift muss vollständig in die Gewichtsscheibe eingefügt sein.

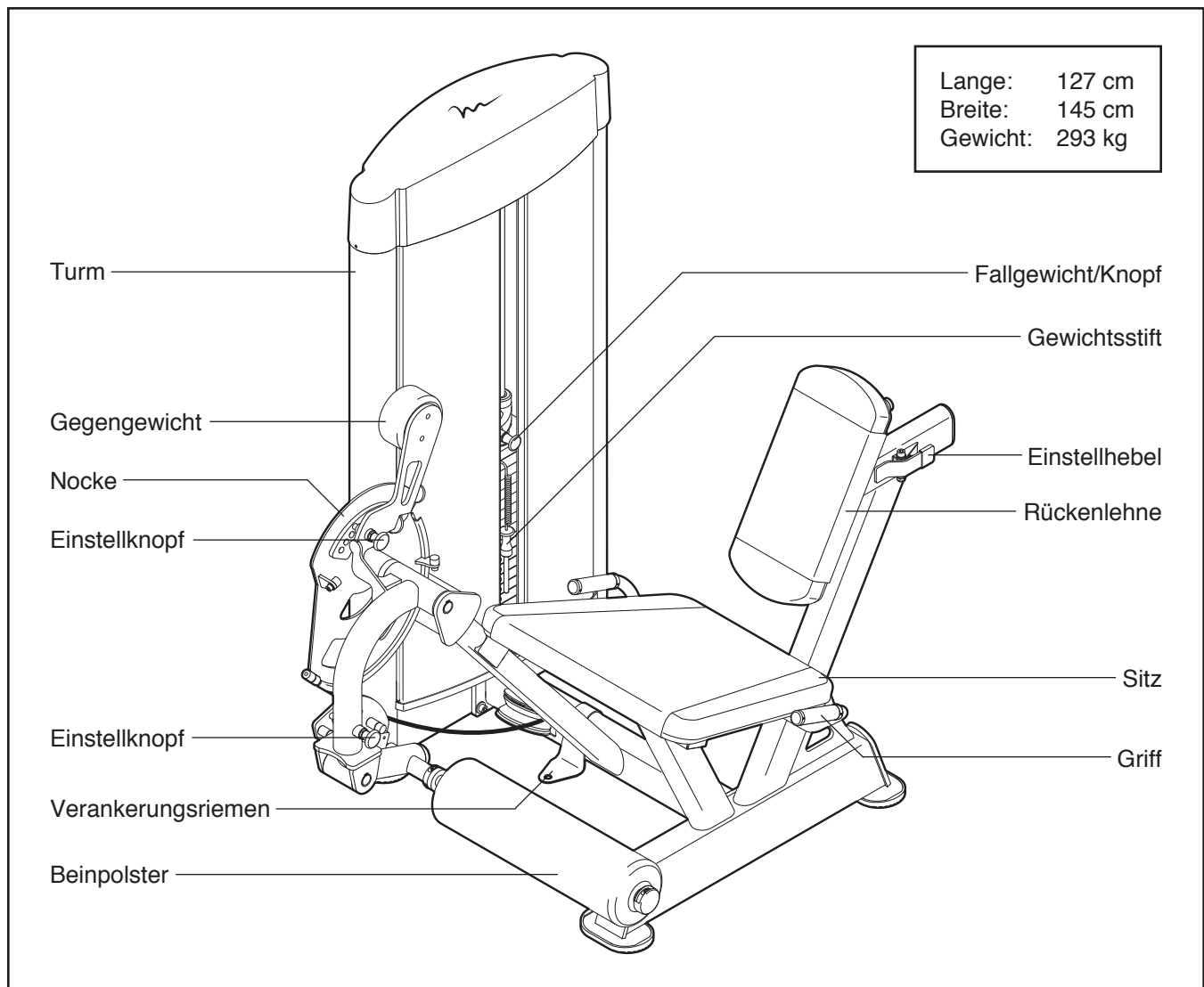
# BEVOR SIE ANFANGEN

Vielen Dank, dass Sie sich für die FREEMOTION® LEG EXTENSION (Beinpresse) Kraftstation entschieden haben. Mit uneingeschränkter Bewegung können Sie die Muskelgruppen Ihres Körpers so bearbeiten, wie Sie es auf natürlicher Weise tun, um effektiver und angenehmer trainieren zu können.

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

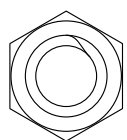
der Rückseite. Damit wir Ihnen schneller helfen können, halten Sie bitte die Produktmodellnummer und die Seriennummer bereit, bevor Sie mit uns in Kontakt treten. Die Modellnummer und die Stelle, wo der Aufkleber mit der Seriennummer angebracht ist, finden Sie auf der Vorderseite der Bedienungsanleitung.

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

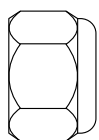


# DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE

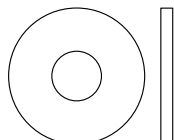
Beziehen Sie sich auf die Abbildungen unten, um die kleinen Teile, die in der Montage verwendet werden, zu identifizieren. Die Zahlen in Klammern sind die Bestellnummern, welche mit den Zahlen der TEILELISTE am Ende dieser Bedienungsanleitung übereinstimmen. Die Nummer nach den Klammern ist die Anzahl die für die Montage gebraucht wird. **Anmerkung: Sollten Sie ein Teil nicht finden können, prüfen Sie nach, ob es nicht schon befestigt wurde.**



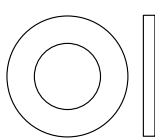
M10  
Kontermutter  
(32)–4



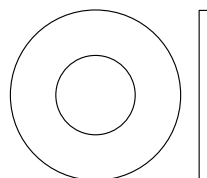
M6  
Unterlegscheibe  
(34)–4



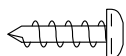
M8  
Unterlegscheibe  
(80)–5



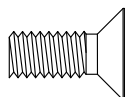
M10  
Unterlegscheibe  
(31)–18



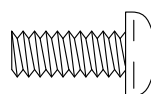
25mm Sicherungsring  
(39)–2



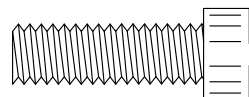
M4 x 13mm  
Blechschaube  
(27)–2



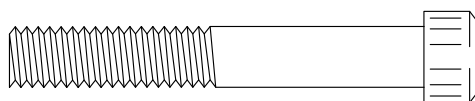
M6 x 15mm  
Senkkopfschraube  
(104)–1



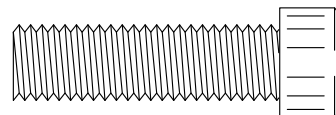
M6 x 15mm  
Schraube  
(35)–4



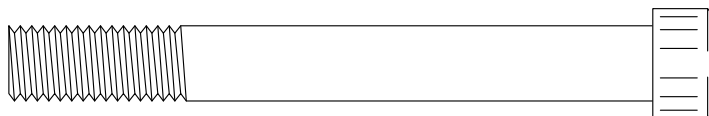
M8 x 25mm  
Zylinderschraube  
(75)–2



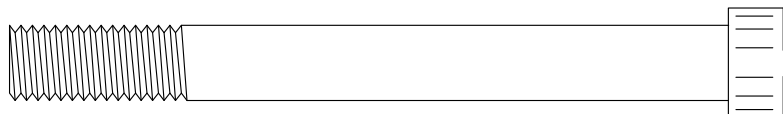
M8 x 55mm Zylinderschraube  
(99)–3



M10 x 35mm  
Zylinderschraube (76)–8



M10 x 85mm Zylinderschraube (98)–4



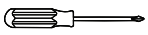
M10 x 95mm Zylinderbolzen (97)–2

# MONTAGE

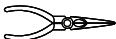
- Man braucht zwei Leute zur Montage.
- Wegen dem Gewicht und der Größe, montieren Sie die Kraftstation an dem Ort wo dieser gebraucht wird. Sorgen Sie dafür, dass sich genug Freiraum um das Gerät befindet, sodass Sie um die Kraftstation herumgehen können.
- Geben Sie alle Teile an einen dafür freigemachten Ort. Werfen Sie keine Packungsmaterialien weg, bevor die Montage vollendet ist.
- Wenn Sie Hilfe beim Identifizieren der kleinen Teile benötigen, siehe Seite 6.

Zur Montage braucht man die folgenden (nicht im Lieferumfang enthaltenen) Werkzeuge:

Ein verstellbarer Schraubenschlüssel 

Einen Kreuzschlitzschraubendreher 

Ein Satz metrischer Sechskantschlüssel 

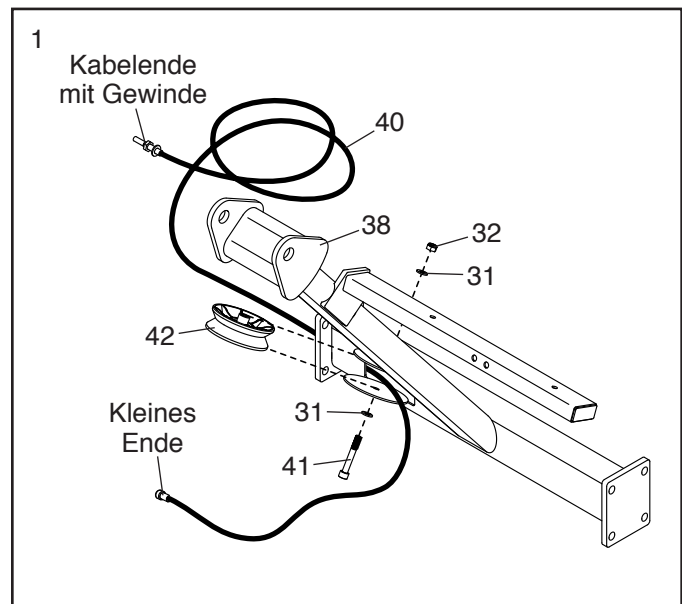
Sprengringzange 

Die Montage könnte erleichtert werden, wenn Sie einen eigenen Satz Schraubenschlüssel haben. Um Beschädigungen von Teilen zu vermeiden, benutzen Sie keine Elektrowerkzeuge.

1. Entfernen Sie alle Teile (31, 32, 41, und 42) vom Verbindungsrahmen (38).

**Richten Sie das lange Kabel (40) so aus, wie angedeutet, und schieben Sie es durch den Verbindungsrahmen (38).**

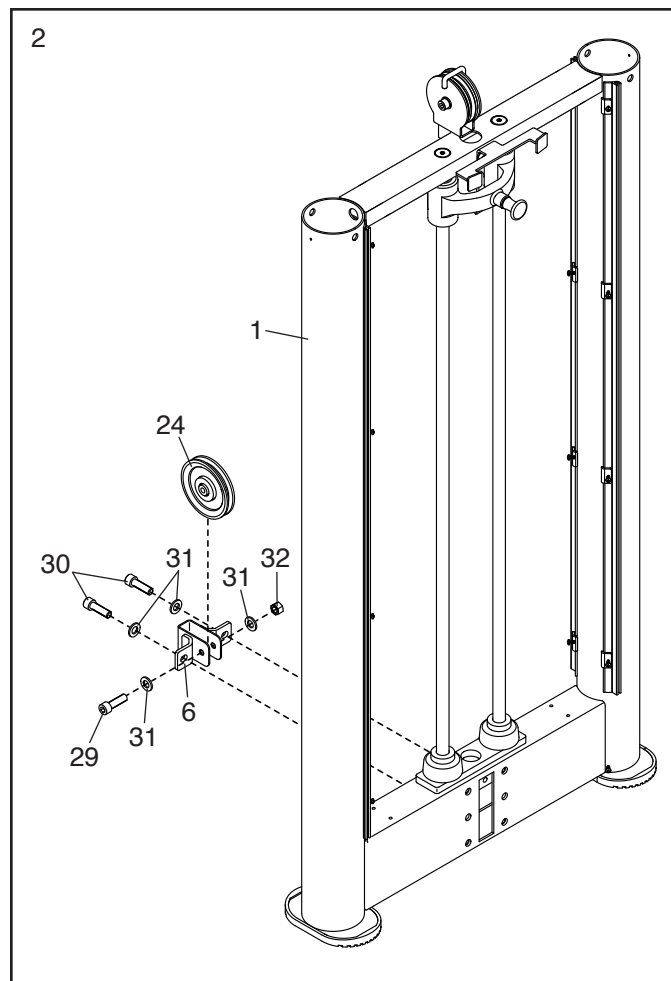
Befestigen Sie die V-Rolle (42) mit dem M10 x 70mm Zylinderbolzen (41), den zwei M10 Unterlegscheiben (31) und der M10 Kontermutter (32), die Sie gerade entfernt haben, am Verbindungsrahmen (38). **Leiten Sie das Kabel (40) um die V-Rolle.**



2. Richten Sie den Turmrahmen (1) wie angezeigt aus. **Lassen Sie eine zweite Person den Turmrahmen halten, um ein Umkippen zu vermeiden bis Sie Schritt 4 vollendet haben.**

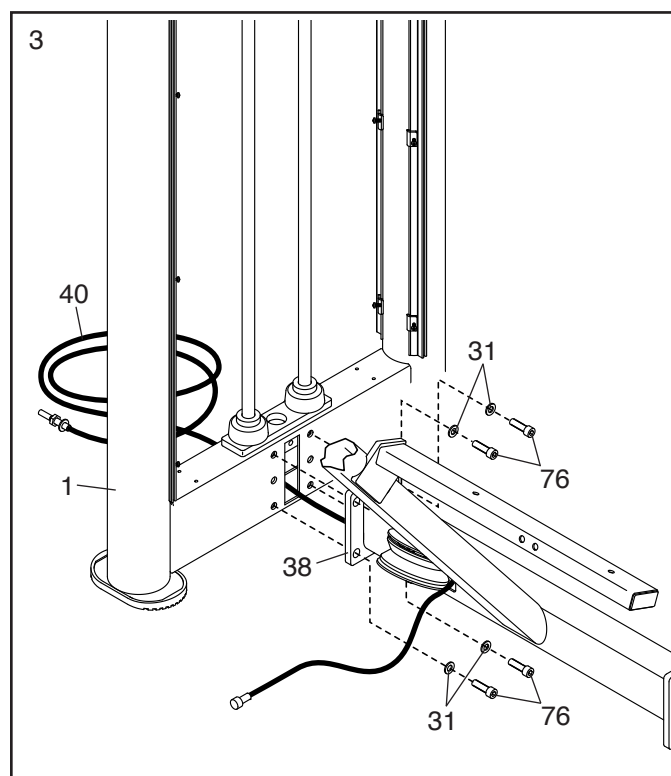
Entfernen Sie die zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30), die zwei M10 Unterlegscheiben (31), und die Rollenklammer (6) von dem hinteren Teil des Turmrahmens (1).

Als nächstes, entfernen Sie die M10 Kontermutter (32), den M10 x 50mm Zylinderbolzen (29), die zwei M10 Unterlegscheiben (31), und die große Rolle (24) von der Rollenklammer (6).



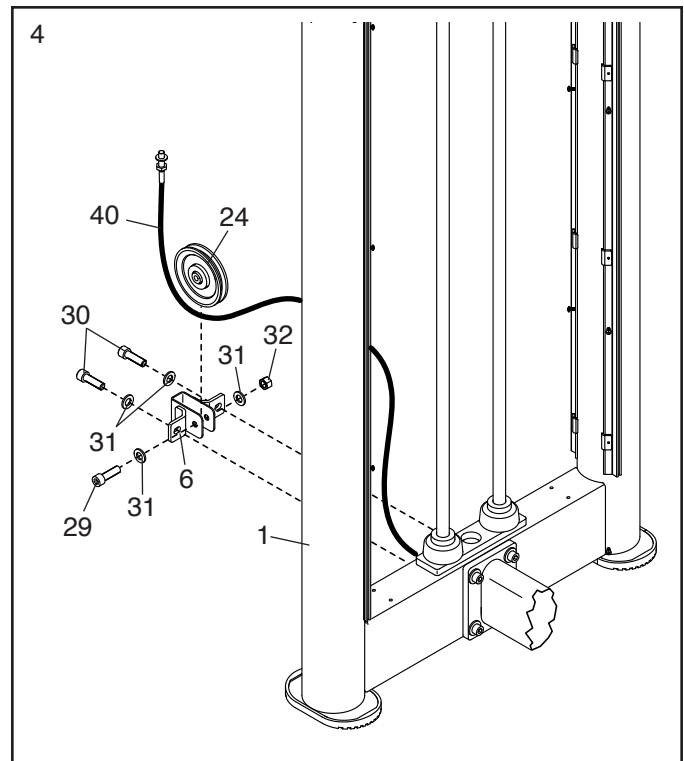
3. Fügen Sie das Kabel (40) durch den Turmrahmen (1) wie abgebildet ein.

Befestigen Sie den Verbindungsrahmen (38) mit vier M10 x 35mm Zylinderschrauben (76) und vier M10 Unterlegscheiben (31) am Turmrahmen (1). **Ziehen Sie die Zylinderschrauben noch nicht fest.**



4. Leiten Sie das Kabel (40) nach oben durch die Rollenklammer (6). Befestigen Sie die große Rolle (24) innerhalb der Rollenklammer mit dem M10 x 50mm Zylinderbolzen (29), den zwei M10 Unterlegscheiben (31), und der M10 Kontermutter (32) die Sie in Schritt 2 entfernt haben.

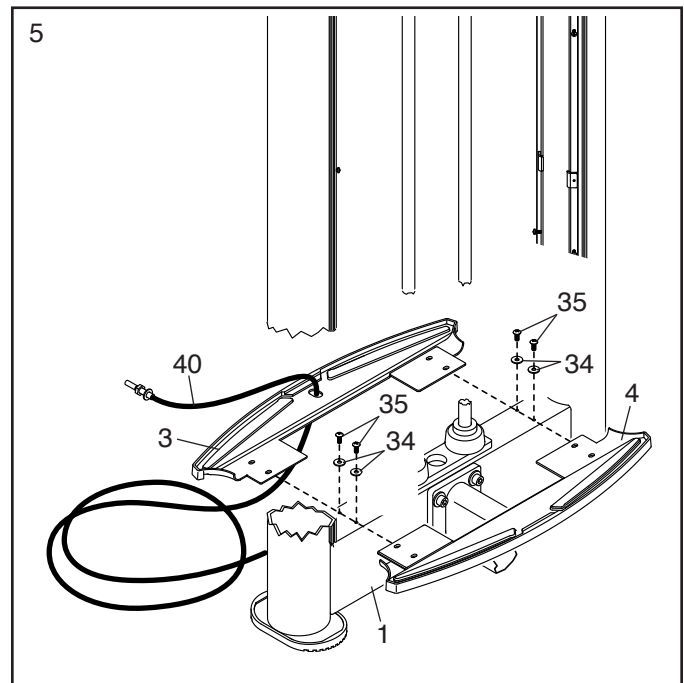
Dann, befestigen Sie die Rollenklammer (6) an den Turmrahmen (1) mit den zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) und den zwei M10 Unterlegscheiben (31) die Sie in Schritt 2 entfernt haben.



5. Identifizieren Sie die hintere Abdeckungsbasis (3), welches ein Loch in der Mitte hat, und die vordere Abdeckungsbasis (4). Legen Sie die Abdeckungsbasen wie abgebildet aus.

Fügen Sie das Ende des Kabels (40) nach oben durch die hintere Abdeckungsbasis (3) durch.

Befestigen Sie die Abdeckungsbasen (3, 4) an den Turmrahmen (1) mit vier M6 x 15mm Schrauben (35) und vier M6 Unterlegscheiben (34).



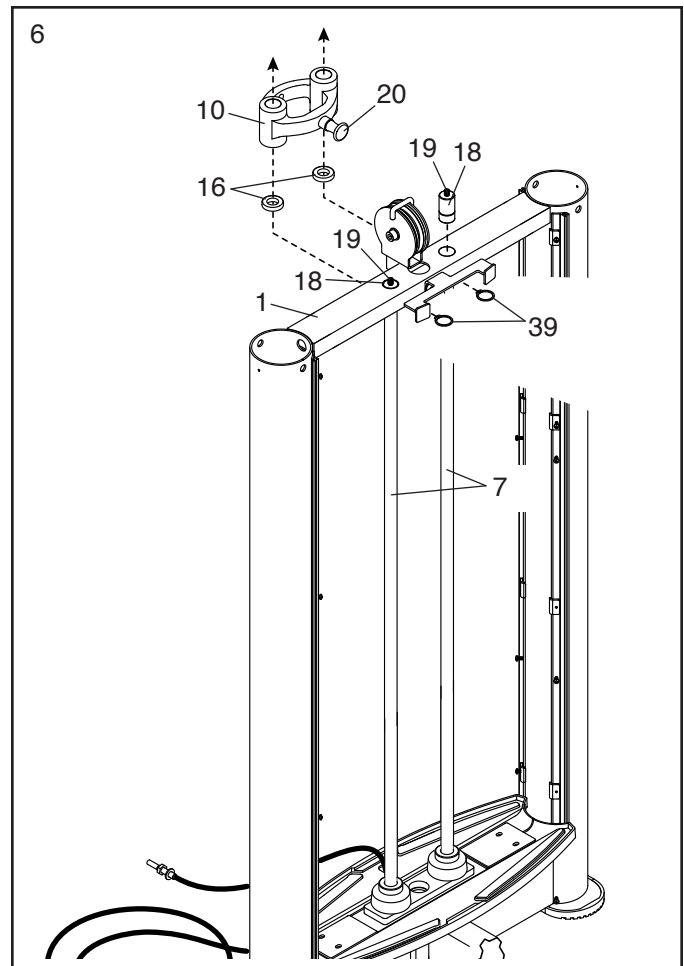
6. Ziehen Sie am Ausgliederungsgewichtsknopf (20) und schieben Sie das Fallgewicht (10) nach unten auf die Gewichtsgleitstangen (7).

Lockern Sie die zwei M8 x 35mm Gewindestifte (19) um ein paar komplette Umdrehungen; **es ist nicht notwendig, die Gewindestifte zu entfernen.**

Entfernen Sie die zwei 25mm Sicherungsringe (39) unterhalb des Turmrahmens (1) von den zwei Gewichtsgleitstangenbuchsen (18).

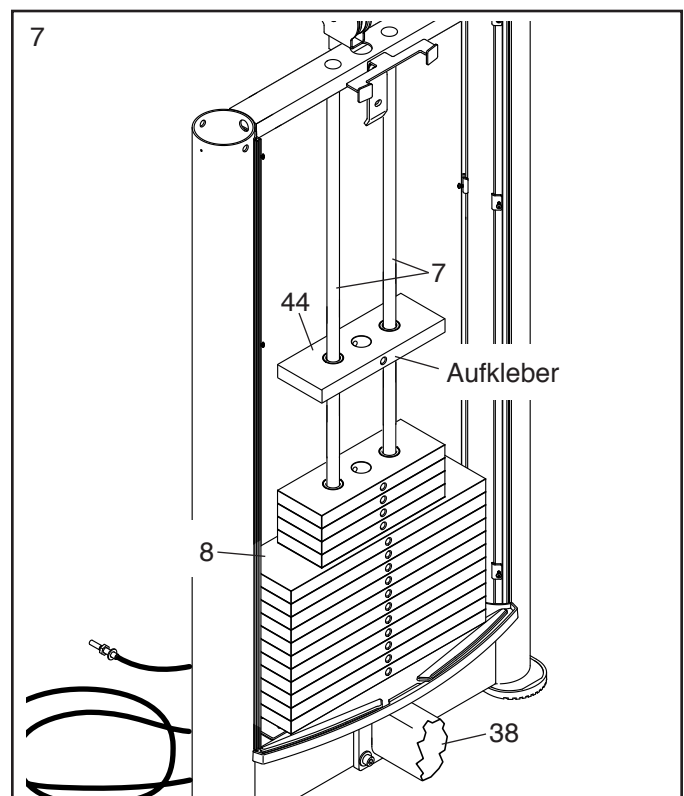
Lassen Sie eine zweite Person die Gewichtsgleitstangen (7) halten. Heben Sie die Gewichtsführungsbuchsen (18) aus dem Turmrahmen (1) heraus.

Als nächstes kippen Sie die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (7) nach vorne oder nach hinten und schieben Sie das Fallgewicht (10) und die oberen Gewichtsstoßdämpfer (16) nach oben und heben Sie diese von den Gewichtsgleitstangen herunter.



7. Schauen Sie sich die Aufkleber auf den elf Gewichten (8, 44) an, und finden Sie den Aufkleber mit der **größten** Nummer. Legen Sie das Gewicht so aus, sodass der Aufkleber dem Verbindungsrahmen (38) zugewandt ist und schieben Sie das Gewicht auf die Gewichtsgleitstangen (7) auf.

**Wiederholen Sie diesen Schritt bis sich alle elf 20-Pfund Gewichte (8) und die fünf 10-Pfund Gewichte (44) auf den Gewichtsgleitstangen (7) befinden.**



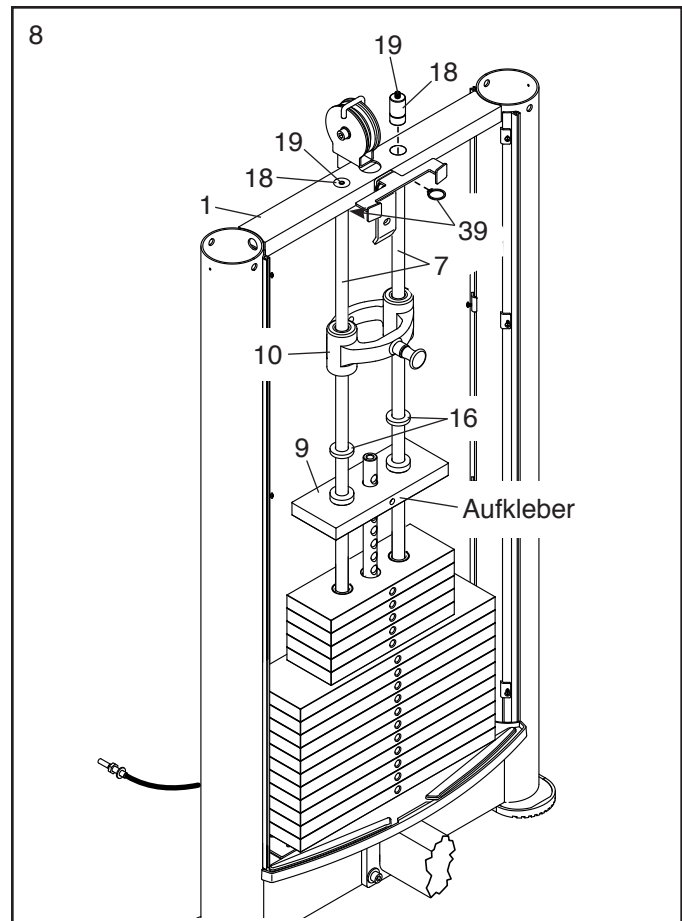
8. Richten Sie das oberste Gewicht (9) und das Fallgewicht (10) wie abgebildet aus.

Schieben Sie das oberste Gewicht (9), die zwei oberen Gewichtsstoßdämpfer (16), das Fallgewicht (10) und die zwei 25mm Sicherungsringe (39) auf die Gewichtsgleitstangen (7) auf.

Als nächstes fügen Sie die zwei Gewichtsgleitstangenbuchsen (18) in den Turmrahmen (1) ein und schieben Sie diese auf die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (7) auf.

Befestigen Sie die zwei 25mm Sicherungsringe (39) an den Gewichtsgleitstangenbuchsen (18).

Dann ziehen Sie die zwei M8 x 35mm Gewindestifte (19) an den Gewichtsgleitstangenbuchsen (18) fest.

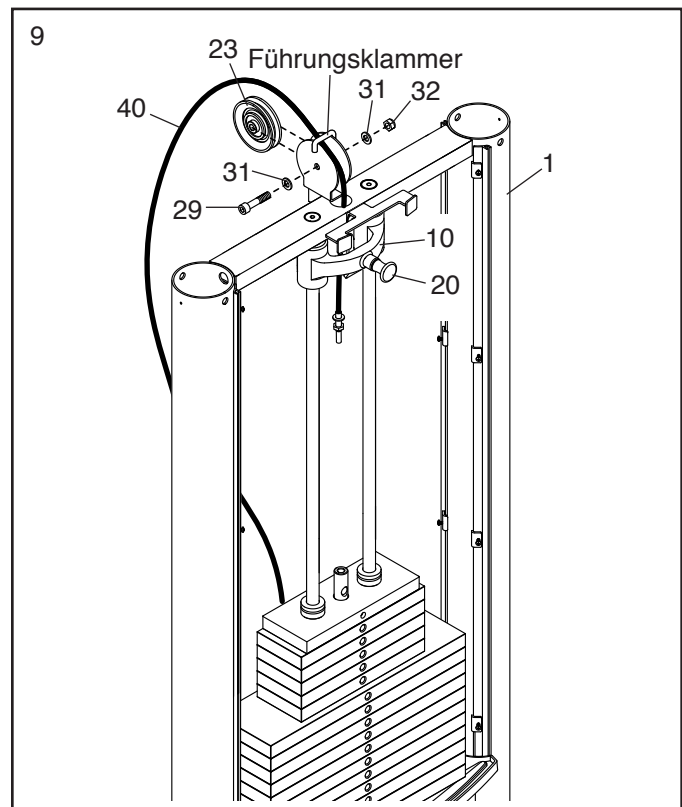


9. Entfernen Sie alle Teile (23, 29, 31 und 32) von der Rollenklammer am Turmrahmen (1).

Leiten Sie das Kabel (40) durch die Rollenklammer und nach unten durch das Loch in der Mitte des Turmrahmens (1).

Befestigen Sie die kleine Rolle (23) innerhalb der Rollenklammer mit dem M10 x 50mm Zylinderbolzen (29), den zwei M10 Unterlegscheiben (31) und der M10 Kontermutter (32), die Sie gerade entfernt haben. **Sorgen Sie dafür, dass sich das Kabel (40) zwischen der kleinen Rolle und der Stange auf der Rollenklammer befindet.**

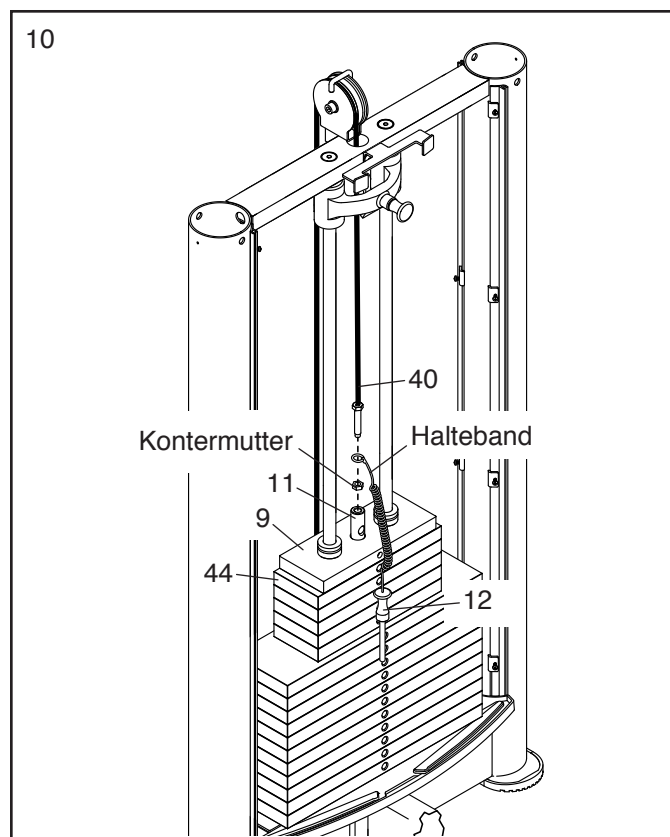
Als nächstes, schieben Sie das Fallgewicht (10) nach oben, bis der Fallgewichtsknopf (20) in das Loch in der Absperrungsklammer (nicht abgebildet) einrastet. **Sorgen Sie dafür, dass der Fallgewichtsknopf im Loch eingerastet ist.**



10. Entfernen Sie die Kontermutter vom Ende des Kabels (40). Als nächstes, schieben Sie das Halteband am Gewichtsstift (12) auf das Ende des Kabels. Anschließend, drehen Sie die Kontermutter an das Ende des Kabels mit den Fingern fest.

Drehen Sie das Ende des langen Kabels (40) in die Gewichtsröhre (11) hinein, bis das oberste Gewicht (9) von den 10-Pfund Gewichten (44) abgehoben wird. Dann, lockern Sie das Ende des Kabels bis das obere Gewicht nur auf den Gewichten ruht.

Dann ziehen Sie die Kontermutter gegen die Gewichtsröhre (11) fest.



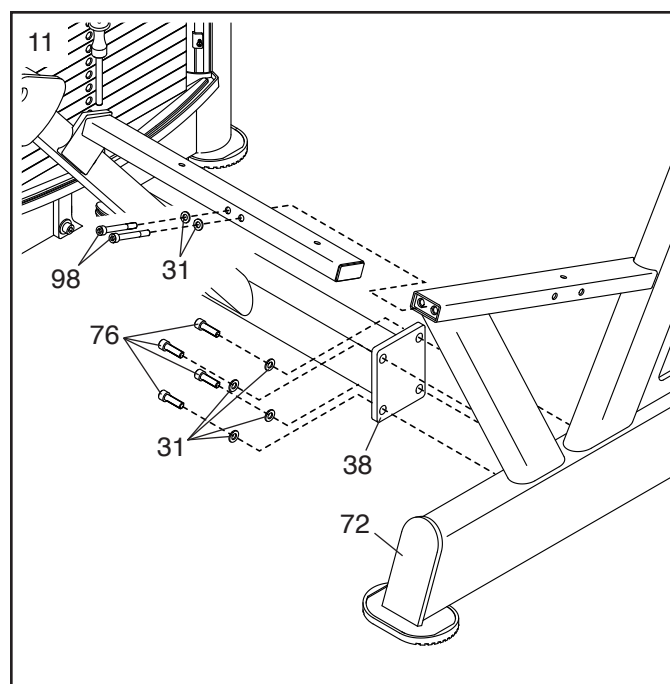
11. Lassen Sie eine zweite Person die Basis (72) halten, um ein Umfallen derselben zu vermeiden, während Sie diesen Schritt beenden.

Befestigen Sie den Verbindungsrahmen (38) mit vier M10 x 35mm Zylinderschrauben (76) und vier M10 Unterlegscheiben (31) an der Basis (72). **Ziehen Sie die Zylinderschrauben noch nicht fest.**

Schließen Sie die Befestigung des Verbindungsrahmens (38) an die Basis (72) mit zwei M10 x 85mm Zylinderschrauben (98) und zwei M10 Unterlegscheiben (31) ab.

Ziehen Sie die vier M10 x 35mm Zylinderschrauben (76).

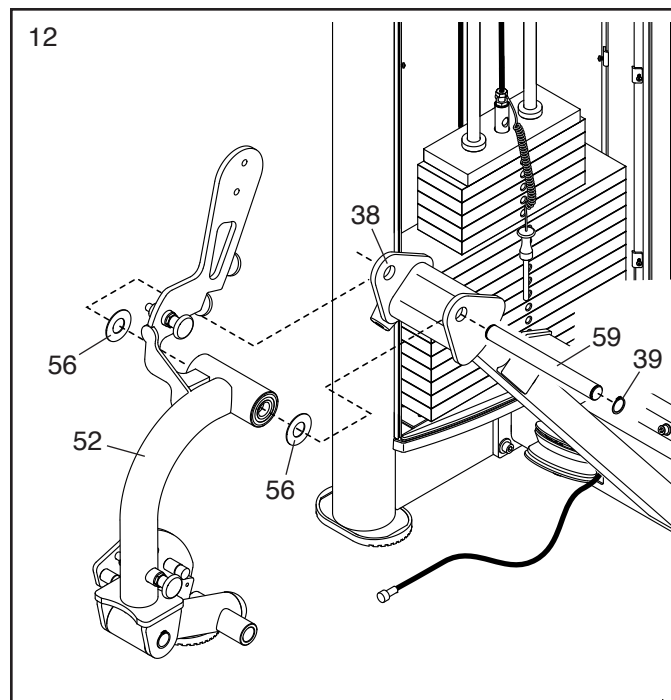
**Siehe Schritte 3.** Ziehen Sie die M10 x 35mm Zylinderschrauben (76) fest.



12. Befestigen Sie einen 25mm Sicherungsring (39) an ein Ende der Lange Drehachse (59).

Identifizieren Sie den Dreharm (52) und legen Sie diesen wie angezeigt aus.

Lassen Sie eine zweite Person das runde Rohr am Dreharm (52) und zwei Plastik-Unterlegscheiben (56) innerhalb der Klammer auf dem Verbindungsrahmen (38) halten. Fügen Sie die Lange Drehachse (59) in die Klammer, die Plastik-Unterlegscheiben, und das runde Rohr ein.

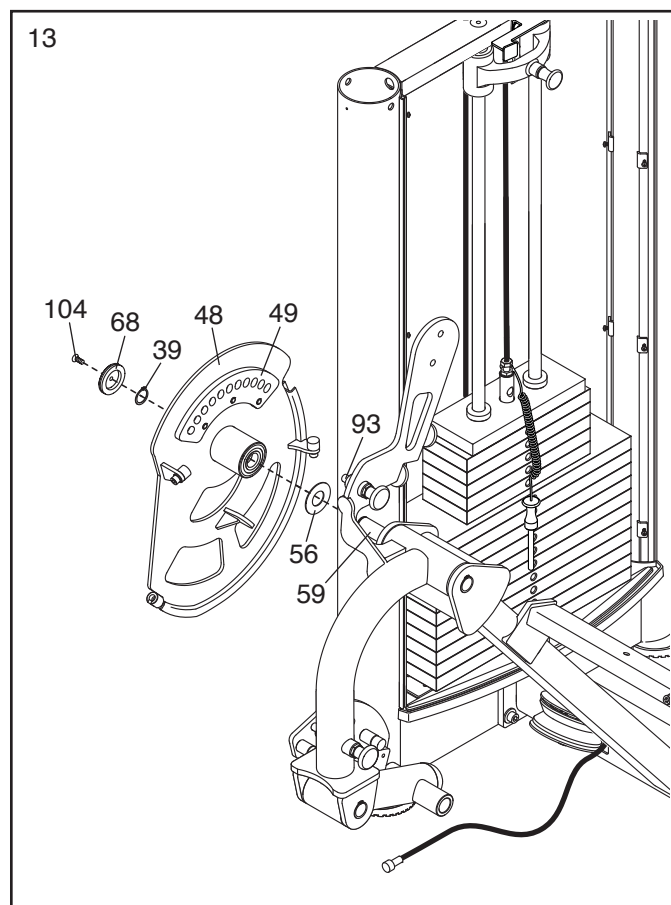


13. Legen Sie die Nocke (48) wie angezeigt aus.

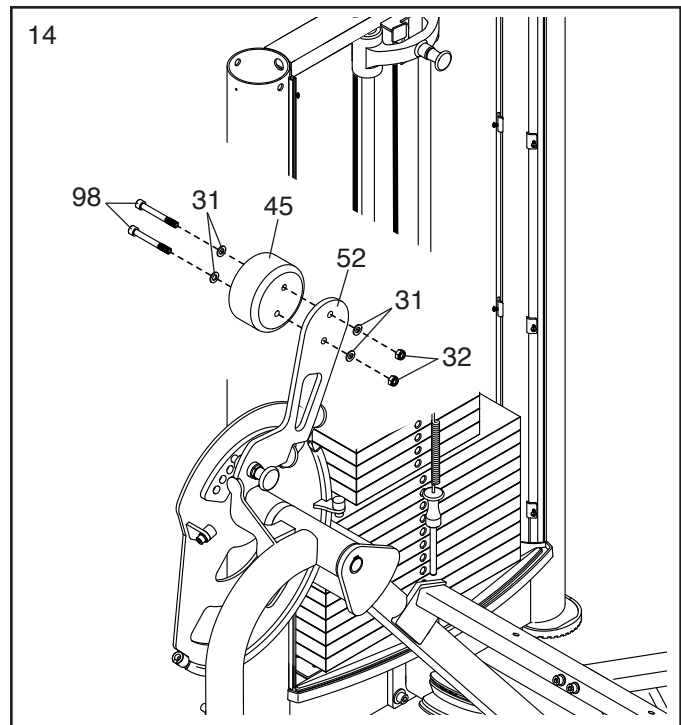
Schieben Sie eine Plastik-Unterlegscheibe (56) und die Nocke (48) auf die Lange Drehachse (59) auf. **Sorgen Sie dafür, dass der kleine Stift (93) in eines der Löcher in der Nocken-Wahlscheibenplatte (49) eingefügt ist.**

Befestigen Sie einen 25mm Sicherungsring (39) an das Ende der langen Drehachse (59).

Dann, befestigen Sie die Lagerabdeckung (68) an das Ende der langen Drehachse (59) mit einer M6 x 15mm Senkkopfschraube (104).



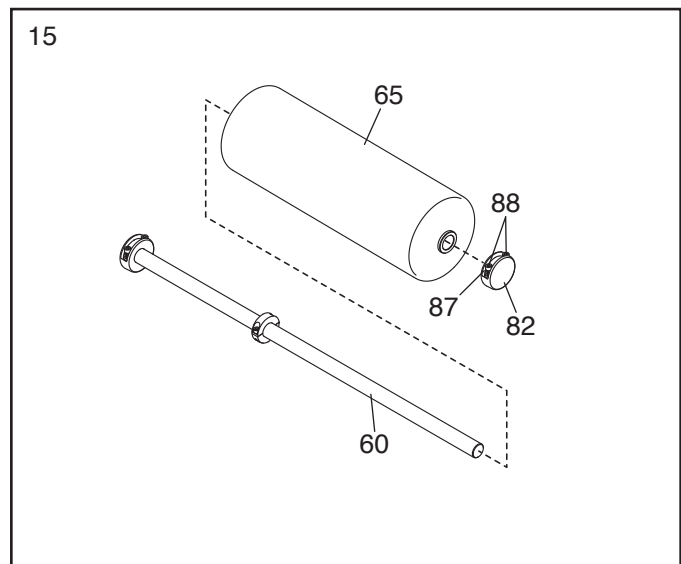
14. Befestigen Sie die Gegengewicht (45) mit den zwei M10 x 85mm Zylinderbolzen (98), den vier M10 Unterlegscheiben (31) und den zwei M10 Kontermuttern (32), an der Dreharm (52).



15. Lockern Sie die zwei M6 x 15mm Zylinderschrauben (88) innerhalb der Schraubzwinge (87) auf dem angezeigten Ende der Polsterstange (60); **es ist nicht notwendig, die Zylinderschrauben zu entfernen.** Anschließend, schieben Sie die Schraubzwinge und die Klemmenabdeckung (82) von der Polsterstange herunter.

Als nächstes, schieben Sie den Beinpolster (65) auf die Polsterstange (60) auf.

Dann, schieben Sie die Schraubzwinge (87) und die Klemmenabdeckung (82) auf die Polsterstange (60) auf, und ziehen die zwei M6 x 15mm Zylinderschrauben (88) fest.



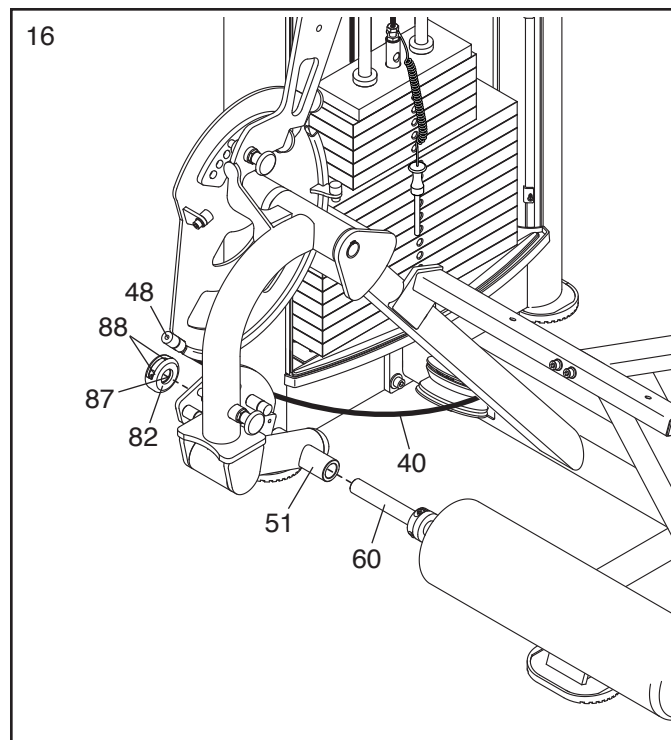
16. Drücken Sie das Ende des Kabels (40) so weit wie möglich in den Ansatz der Nocke (48) ein.

Lockern Sie die zwei M6 x 15mm Zylinderschrauben (88) innerhalb der Schraubzwinge (87) auf dem angezeigten Ende der Polsterstange (60); **es ist nicht notwendig, die Zylinderschrauben zu entfernen.** Anschließend, schieben Sie die Schraubzwinge und die Klemmenabdeckung (82) von der Polsterstange herunter.

Fügen Sie das Ende der Polsterstange (60) durch das Drehbein (51) durch.

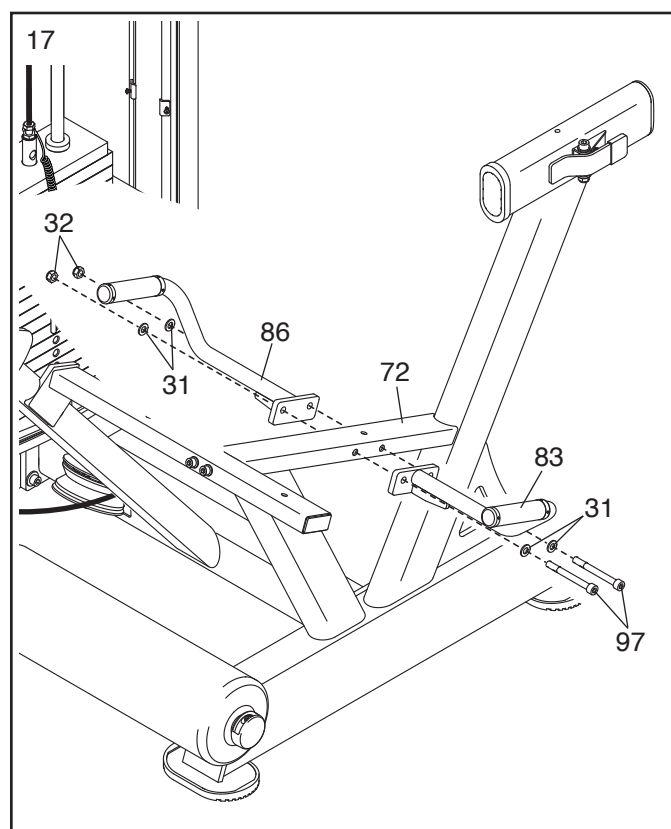
Schieben Sie die Schraubzwinge (87) und die Klemmenabdeckung (82) auf die Polsterstange (60) auf. Dann, ziehen Sie die zwei M6 x 15mm Zylinderschrauben (88) fest.

Rotieren Sie die Klemmenabdeckung (82), sodass die Öffnung gegen den Boden zeigt.

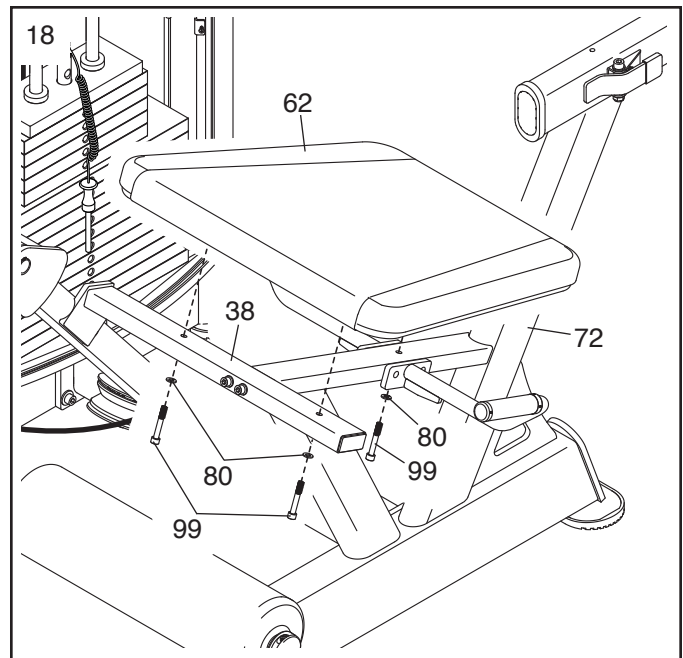


17. Identifizieren Sie die linke und rechte Haltestangen (83, 86) und legen Sie diese wie angezeigt aus.

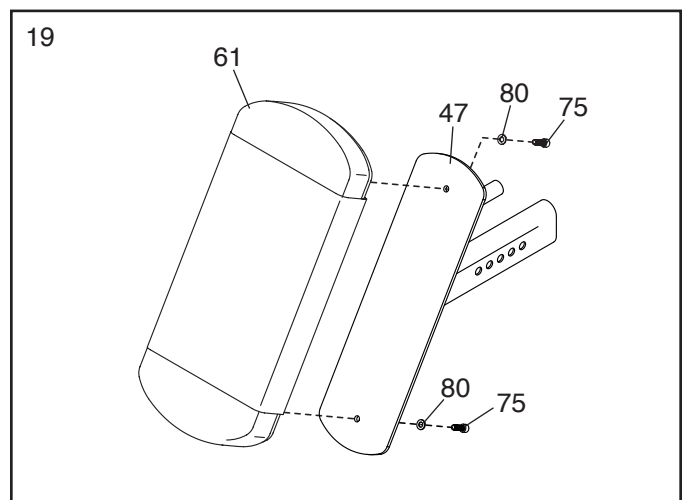
Befestigen Sie die linke und rechte Haltestangen (83, 86) an die Basis (72) mit zwei M10 x 95mm Zylinderbolzen (97), vier M10 Unterlegscheiben (31), und zwei M10 Kontermuttern (32).



18. Befestigen Sie den Sitz (62) an die Basis (72) und den Verbindungsrahmen (38) mit drei M8 x 55mm Zylinderschrauben (99) und drei M8 Unterlegscheiben (80).



19. Befestigen Sie die Rückenlehne (61) an den Rückenlehnenrahmen (47) mit zwei M8 x 25mm Zylinderschrauben (75) und zwei M8 Unterlegscheiben (80).

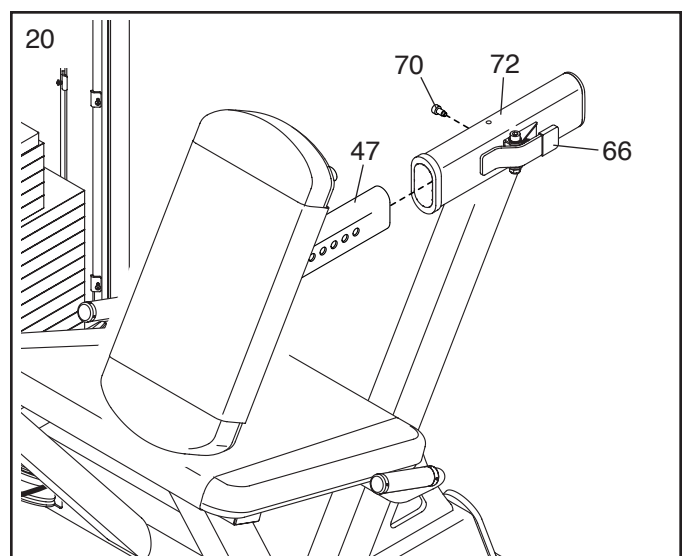


20. Entfernen Sie die ange deutete M10 x 18mm Stopp-Schraube (70) von der Basis (72).

Drücken Sie den angezeigten Einstellhebel (66) fügen Sie den Rückenlehnenrahmen (47) in die Basis (72) ein, und dann lassen Sie den Einstellhebel in einer der Einstelllöcher in den Rückenlehnenrahmen einrasten.

**Sorgen Sie dafür, dass der Einstellhebel (66) fest in einem Verstellloch eingerastet ist.**

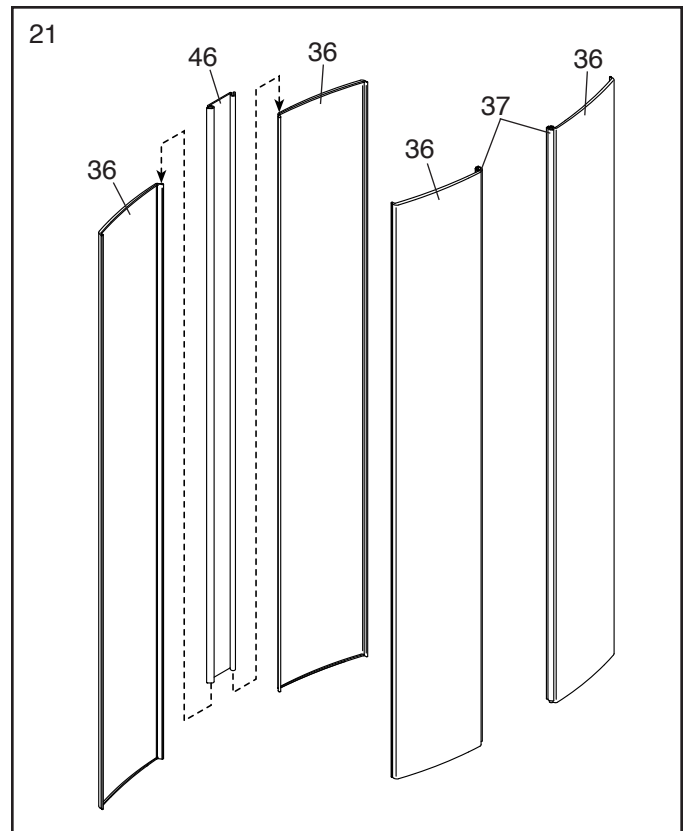
Ziehen Sie dann die M10 x 18mm Stopp-Schraube (70), welche Sie gerade von der Basis (72) entfernt haben, fest.



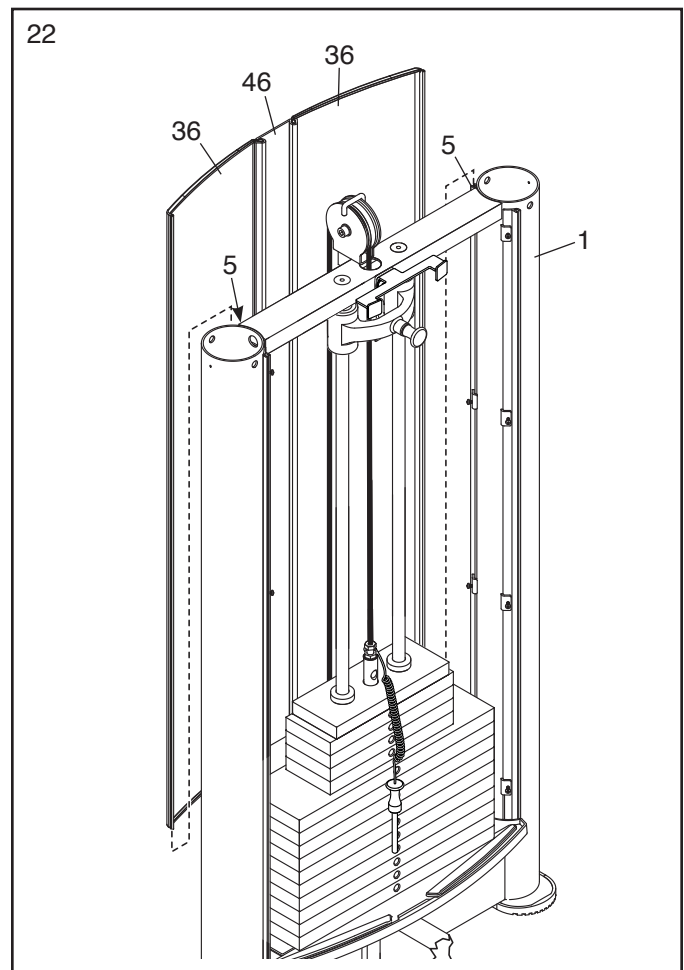
21. Anmerkung: Die Teile, die in diesem Schritt angezeigt sind, könnten schon vormontiert sein.

Sehen Sie sich die vier Abdeckungen (36) an, und finden Sie die zwei Abdeckungen mit innerem Trimm (37) Streifen, und die zwei die keine haben.

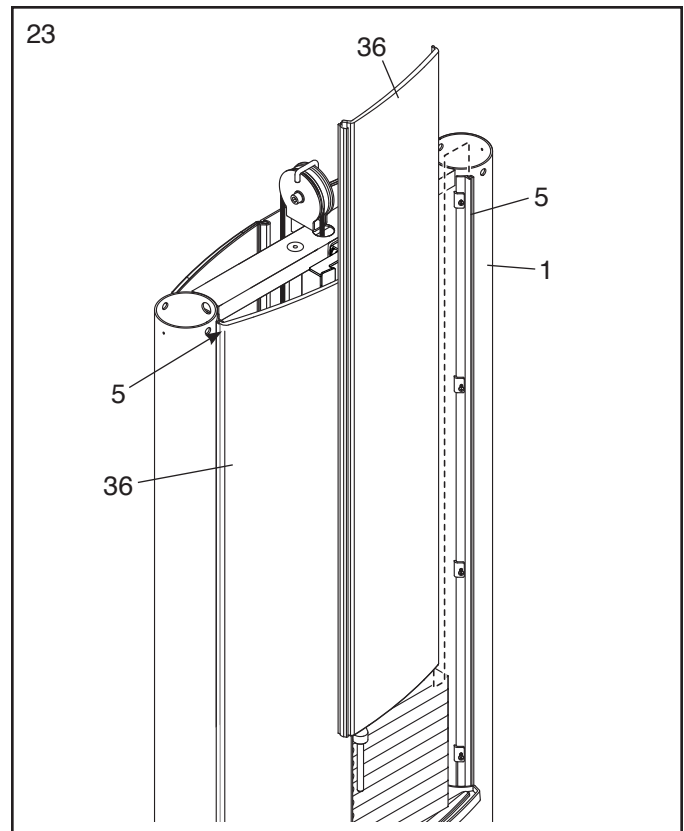
Schieben Sie die Abdeckungsplatte (46) nach unten auf die zwei Abdeckungen (36), die **keine** Streifen von inneren Trimm (37) haben.



22. Schieben Sie die zwei Abdeckungen (36) mit der Abdeckungsplatte (46) nach unten in die zwei Streifen des äußeren Trimm (5) auf der Rückseite des Turmrahmens (1).

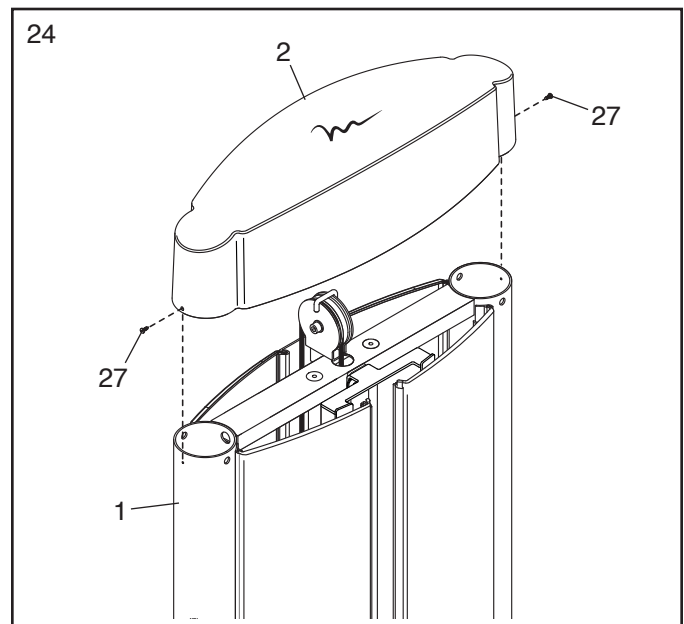


23. Schieben Sie die zwei übriggebliebenen Abdeckungen (36) nach unten in die zwei Streifen des äußeren Trimms (5) auf der Vorderseite des Turmrahmens (1).



24. Legen Sie die Turmkappe (2) wie angezeigt aus.

Schieben Sie die Turmkappe (2) nach unten auf den Turmrahmen (1). Befestigen Sie die Turmkappe mit zwei M4 x 13mm Blechschrauben (27).



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

# EINSTELLUNG

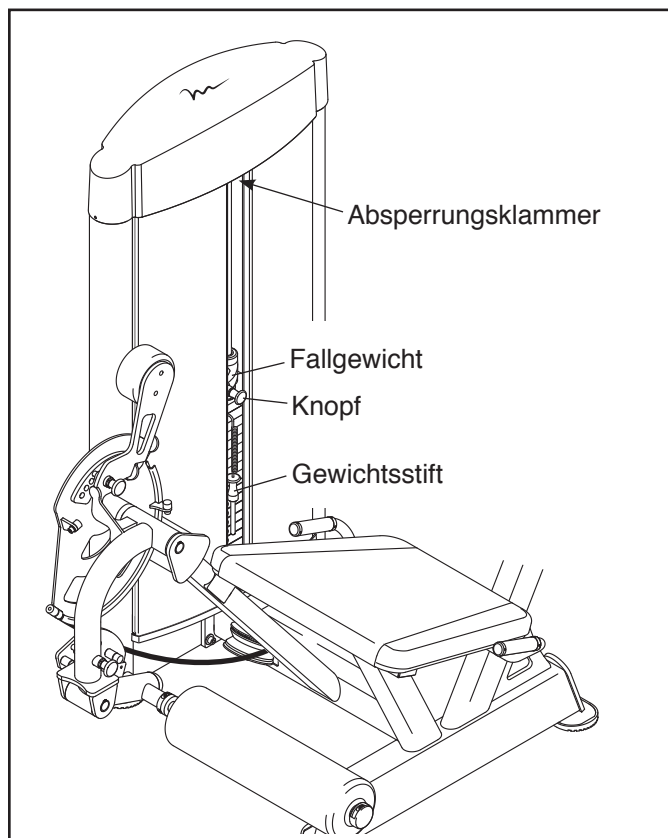
Hier finden Sie Anleitungen, wie man die Kraftstation einstellen kann. **Vergewissern Sie sich vor jedem Gebrauch der Kraftstation, dass alle Teile richtig festgezogen sind.** Ersetzen Sie alle abgenutzten Teile sofort.

## DEN WIDERSTAND EINSTELLEN

Um die Stärke des Widerstands zu verändern, fügen Sie den Gewichtsstift in das gewünschte Gewicht ein. **Sorgen Sie dafür, dass der Gewichtsstift vollständig eingefügt ist.**  
Anmerkung: Um nur das obere Gewicht zu benutzen, fügen Sie den Gewichtsstift in das Loch in die Gewichtseinstellröhre (nicht abgebildet) oberhalb des oberen Gewichts ein.

Um 5-Pfund Widerstand hinzuzufügen, ziehen Sie am angezeigten Knopf und lassen Sie das Ausgliederungsgewicht auf den Gewichtstoß hinunter.

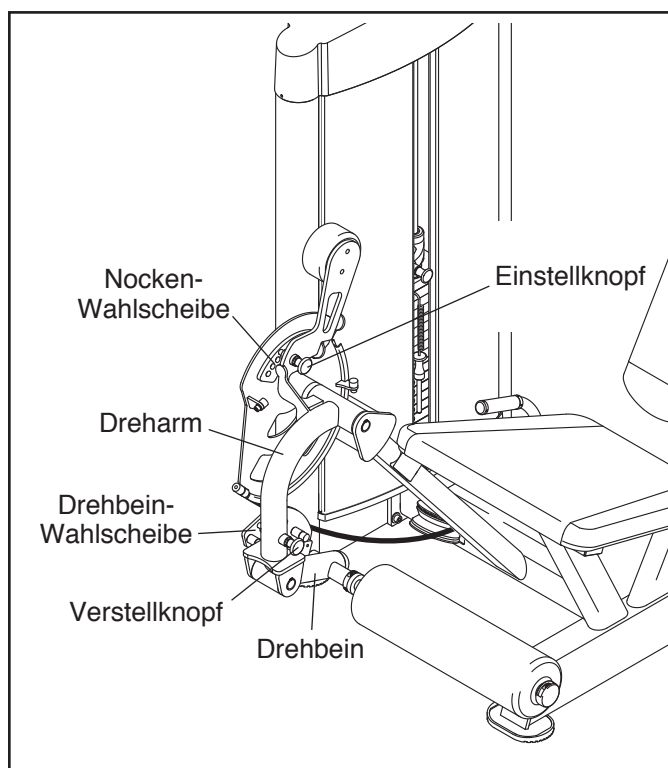
Wenn Sie das Fallgewicht nicht benutzen, schieben Sie es nach oben und rasten Sie den Knopf in die Absperrungsklammer ein. **Bewegen Sie das Fallgewicht leicht nach oben und nach unten, um sicherzustellen, dass der Knopf in die Absperrungsklammer eingerastet ist.**



## DEN BEINHEBEL EINSTELLEN

Um die Position des Drehbeins zu ändern, halten Sie es mit einer Hand, während Sie den Verstellknopf aus der Drehbein-Wahlscheibe herausziehen. Bewegen Sie das Drehbein auf die gewünschte Position, und rasten Sie den Verstellknopf wieder in die Drehbein-Wahlscheibe ein.

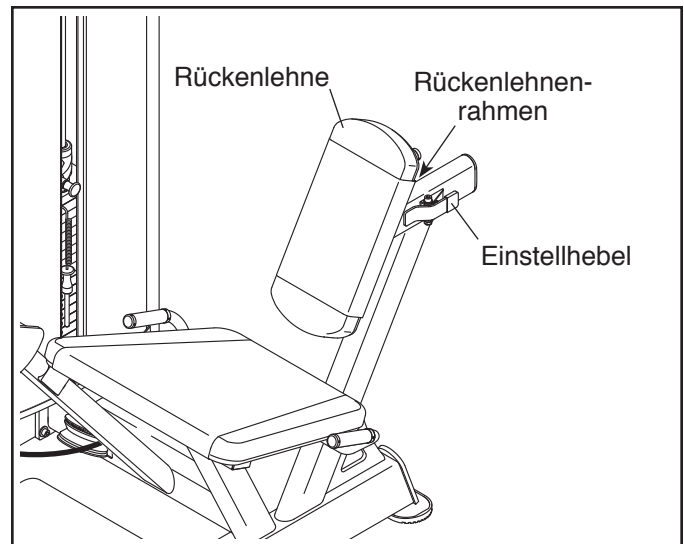
Um die Position des Dreharms zu ändern, halten Sie es mit einer Hand, während Sie den Verstellknopf aus der Nocken-Wahlscheibe herausziehen. Bewegen Sie den Dreharm auf die gewünschte Position, und rasten Sie den Verstellknopf wieder in die Nocken-Wahlscheibe ein.



**⚠️ WARNUNG:** Sorgen Sie immer dafür, dass die Verstellknöpfe vollständig in die Wahlscheiben eingerastet sind, bevor Sie den Beinhebel verwenden.

## DIE RÜCKENLEHNE EINSTELLEN

Um die Rückenlehne einzustellen, drücken Sie den angedeuteten Einstellhebel, bewegen Sie den Rückenlehnenrahmen nach vorne oder nach hinten auf die gewünschte Position, und dann lassen Sie den Einstellhebel in einen Einstellloch im Sitzrahmen einrasten. **Sorgen Sie dafür, dass der Einstellhebel fest in einem Einstellloch eingerastet ist.**



# 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 erhalten, benutzen Sie nur FREEMOTION-Teile für Reparaturen oder als Ersatzteile. 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

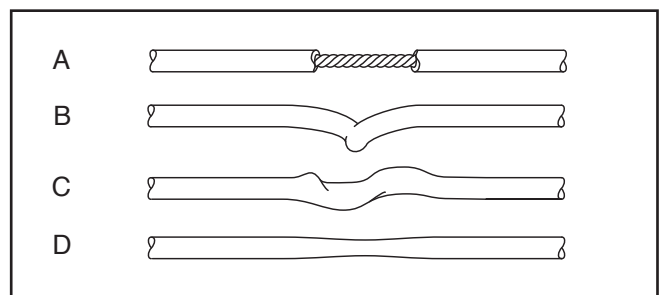
### Hardware

Überprüfen Sie alle Muttern, Bolzen, und Schrauben, und ziehen Sie diese fest, falls notwendig. **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.

### Kabelinspektion

Prüfen Sie die gesamte Länge jedes Kabels indem Sie langsam eine Wiederholung auf der Kraftstation durchführen. Inspizieren Sie jedes Kabel außerhalb und innerhalb der Kraftstation. Tasten Sie die Kabel mit den Fingern ab. Achten Sie dabei besonders auf die Kurven und Ankerpunkte. Achten Sie auf die folgenden Zustände, welche auf ein abgenutztes Kabel hindeuten, das ersetzt werden sollte:

- A. eine zerrissene oder gespaltene Hülse, bei der das Kabel heraus sieht
- B. ein geknicktes oder sehr verbogenes Kabel
- C. ein verdrehter Kabelmantel
- D. eine verstreckte Hülse mit einem ausgedünnten Profil



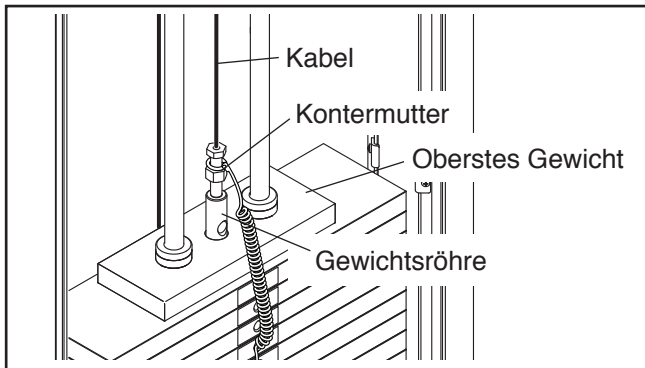
### Kabeleinstellung

Um festzustellen, ob die Kabel richtig eingestellt sind, heben Sie langsam das oberste Gewicht hoch und lassen Sie es bei der Durchführung einer Wiederholung wieder herunter.

Falls das Kabel locker ist, wird sich das oberste Gewicht nicht sofort hochheben lassen, wenn man mit der Wiederholung anfängt.

Falls das Kabel zu straff ist, wird das oberste Gewicht bei Beendigung der Wiederholung nicht auf dem nächsten Gewicht aufliegen. Es könnte auch schwierig sein, den Gewichtsstift in die Gewichte einzuführen.

Falls ein Kabel zu locker oder zu straff ist, lockern Sie die Kontermutter am Ende des Kabels, das an der Gewichtseinstellröhre befestigt ist. Als nächstes ziehen Sie das Ende des Kabels an der Gewichtseinstellröhre fest, bis das oberste Gewicht vom nächsten Gewicht abgehoben wird. Danach lockern Sie das Ende des Kabels bis das oberste Gewicht gerade auf dem nächsten Gewicht aufliegt. Anschließend ziehen Sie die Kontermutter gegen die Gewichtseinstellröhre fest.



### MONATLICHE WARTUNG

#### Griffe

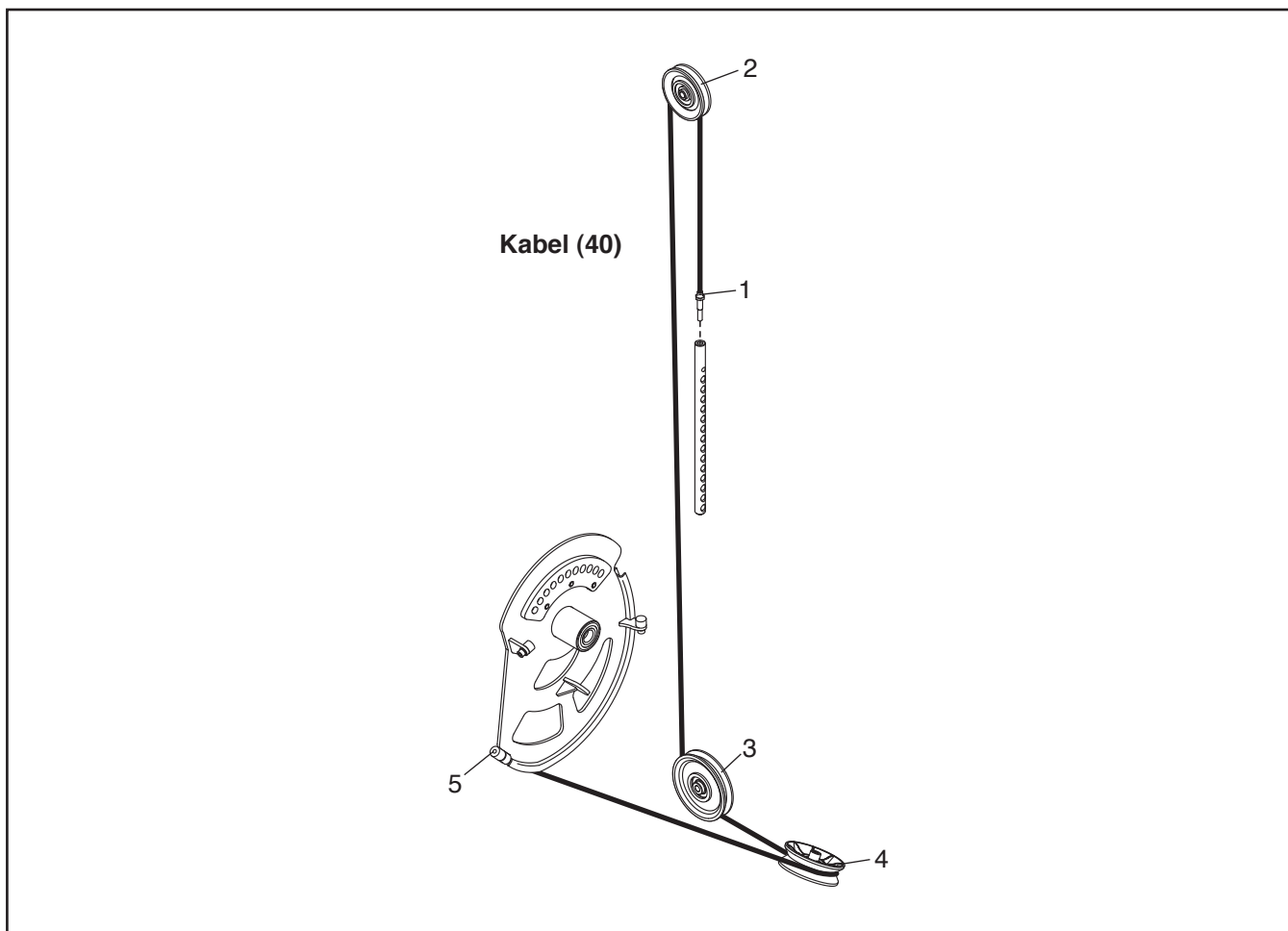
Untersuchen Sie die Griffe, und tauschen Sie diese falls notwendig aus.

#### Gewichtsgleitstange Schmieren

Reinigen und schmieren Sie jede Gewichtsgleitstange mit einem weichen Tuch mit 10W-40 oder 10W-30 leichtes Motoröl. Geben Sie nur eine leichte Schicht auf die ganze Länge der Gewichtsführung. **Verwenden Sie dazu keine Schmiermittel, die auf TEFLON® basieren.**

# KABELDIAGRAMM

Das unten angeführte Diagramm zeigt die richtige Leitung des Kabels. Verwenden Sie das Diagramm, um sicher zu gehen, dass das Kabel richtig verlegt wird. **Wenn ein Kabel nicht richtig verlegt wurde, wird die Kraftstation nicht richtig funktionieren und es könnte ein Schaden am Gerät vorkommen.** Falls die Kraftstation eine oder mehrere Kabelklappen hat, sorgen Sie dafür, dass keine Kabelklappe ein Kabel berührt oder blockiert.



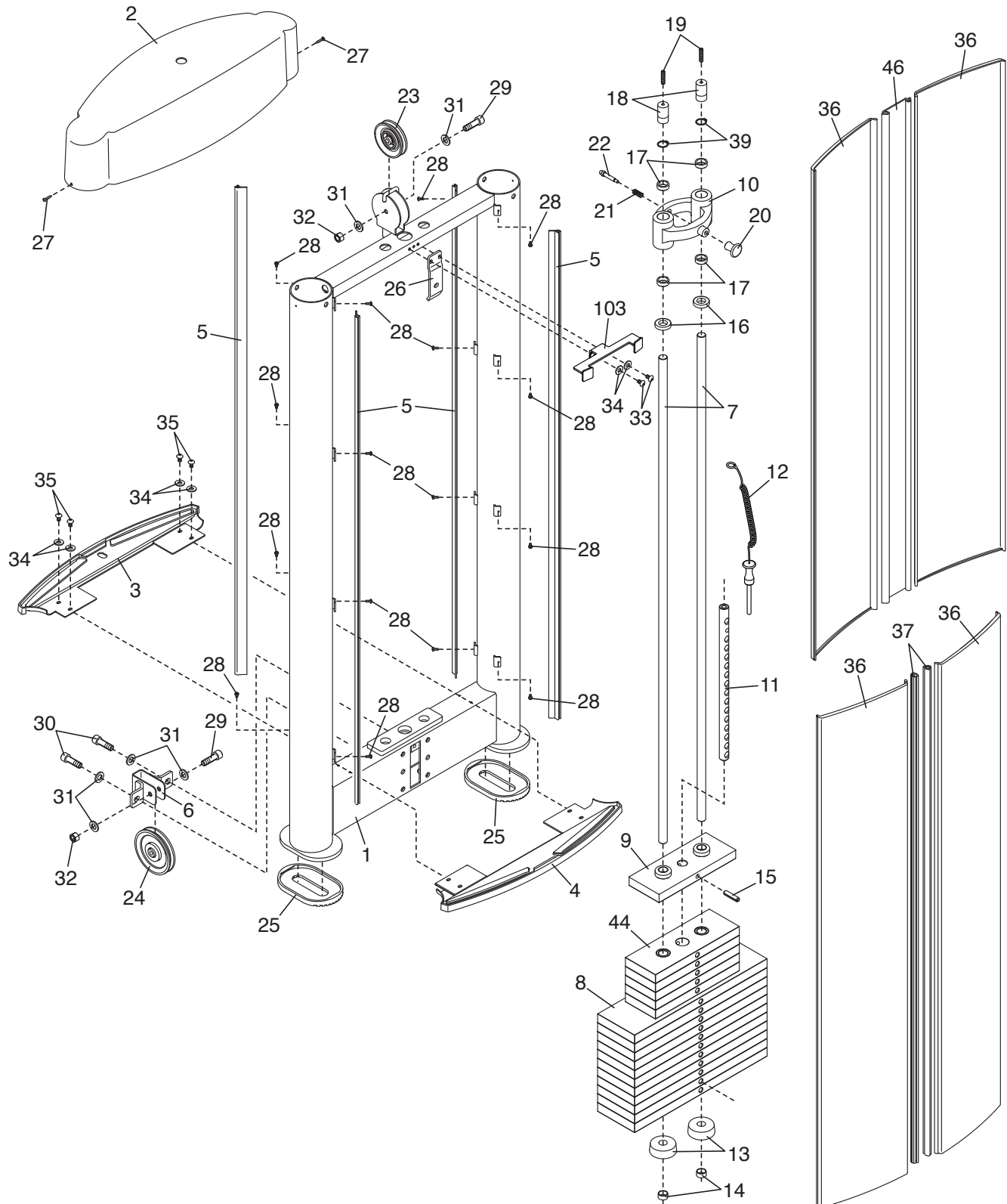
# TEILELISTE

Modell-Nr. F801.1 R0113A

| Nr. | Anzahl | Beschreibung                | Nr. | Anzahl | Beschreibung                |
|-----|--------|-----------------------------|-----|--------|-----------------------------|
| 1   | 1      | Turmrahmen                  | 46  | 1      | Abdeckungsplatte            |
| 2   | 1      | Turmkappe                   | 47  | 1      | Rückenlehnenrahmen          |
| 3   | 1      | Hintere Abdeckungsbasis     | 48  | 1      | Nocke                       |
| 4   | 1      | Vordere Abdeckungsbasis     | 49  | 1      | Nocken-Wahlscheibenplatte   |
| 5   | 4      | Äußerer Trimm               | 50  | 1      | Drehbein-Wahlscheibenplatte |
| 6   | 1      | Rollenklammer               | 51  | 1      | Drehbein                    |
| 7   | 2      | Gewichtsgleitstange         | 52  | 1      | Dreharm                     |
| 8   | 11     | 20-Pfund Gewicht            | 53  | 1      | Kurze Drehachse             |
| 9   | 1      | Oberstes Gewicht            | 54  | 3      | Griffkragen                 |
| 10  | 1      | Fallgewicht                 | 55  | 3      | Griffkappe                  |
| 11  | 1      | Gewichtsröhre               | 56  | 5      | Plastikunterlegscheibe      |
| 12  | 1      | Gewichtsstift               | 57  | 3      | Handgriff                   |
| 13  | 2      | Unterer Gewichtsstoßdämpfer | 58  | 1      | Rückenlehnenabdeckung       |
| 14  | 2      | Gewichtsgleitstangenkappe   | 59  | 1      | Lange Drehachse             |
| 15  | 1      | Zylinderrolle               | 60  | 1      | Polsterstange               |
| 16  | 2      | Oberer Gewichtsstoßdämpfer  | 61  | 1      | Rückenlehne                 |
| 17  | 4      | Kupferbuchse                | 62  | 1      | Sitz                        |
| 18  | 2      | Gewichtsgleitstangenbuchse  | 63  | 1      | Runde Kappe                 |
| 19  | 2      | M8 x 35mm Gewindestift      | 64  | 6      | Lager                       |
| 20  | 1      | Fallgewichtsknopf           | 65  | 1      | Beinpolster                 |
| 21  | 1      | Stiftfeder                  | 66  | 1      | Einstellhebel               |
| 22  | 1      | Fallgewichtsstift           | 67  | 1      | Verriegelungsfeder          |
| 23  | 1      | Kleine Rolle                | 68  | 1      | Lagerabdeckung              |
| 24  | 1      | Große Rolle                 | 69  | 1      | Ovale Kappe                 |
| 25  | 4      | Fuß                         | 70  | 1      | M10 x 18mm Stopp-Schraube   |
| 26  | 1      | Absperrungsklammer          | 71  | 1      | Basisbuchse                 |
| 27  | 2      | M4 x 13mm Blechschraube     | 72  | 1      | Basis                       |
| 28  | 16     | M4 x 10mm Schraube          | 73  | 2      | Armstoßdämpfer              |
| 29  | 2      | M10 x 50mm Zylinderbolzen   | 74  | 12     | M4 x 3mm Gewindestift       |
| 30  | 2      | M10 x 30mm Zylinderschraube | 75  | 2      | M8 x 25mm Zylinderschraube  |
| 31  | 31     | M10 Unterlegscheibe         | 76  | 8      | M10 x 35mm Zylinderschraube |
| 32  | 8      | M10 Kontermutter            | 77  | 1      | M6 x 55mm Zylinderbolzen    |
| 33  | 2      | M6 x 20mm Schraube          | 78  | 1      | M10 x 65mm Zylinderbolzen   |
| 34  | 6      | M6 Unterlegscheibe          | 79  | 2      | M6 x 12mm Unterlegscheibe   |
| 35  | 4      | M6 x 15mm Schraube          | 80  | 11     | M8 Unterlegscheibe          |
| 36  | 4      | Abdeckung                   | 81  | 1      | Sitzabdeckung               |
| 37  | 2      | Innerer Trimm               | 82  | 2      | Klemmenabdeckung            |
| 38  | 1      | Verbindungsrahmen           | 83  | 1      | Linke Haltestange           |
| 39  | 6      | 25mm Sicherungsring         | 84  | 4      | Pendelstoßdämpfer           |
| 40  | 1      | Kabel                       | 85  | 2      | M8 x 15mm Schraube          |
| 41  | 1      | M10 x 70mm Zylinderbolzen   | 86  | 1      | Rechte Haltestange          |
| 42  | 1      | V-Rolle                     | 87  | 3      | Schraubzwinge               |
| 43  | 1      | Verankerungsriemen          | 88  | 6      | M6 x 15mm Zylinderschraube  |
| 44  | 5      | 10-Pfund Gewicht            | 89  | 2      | Verstellknopf               |
| 45  | 1      | Gegengewicht                | 90  | 2      | M20 Mutter                  |

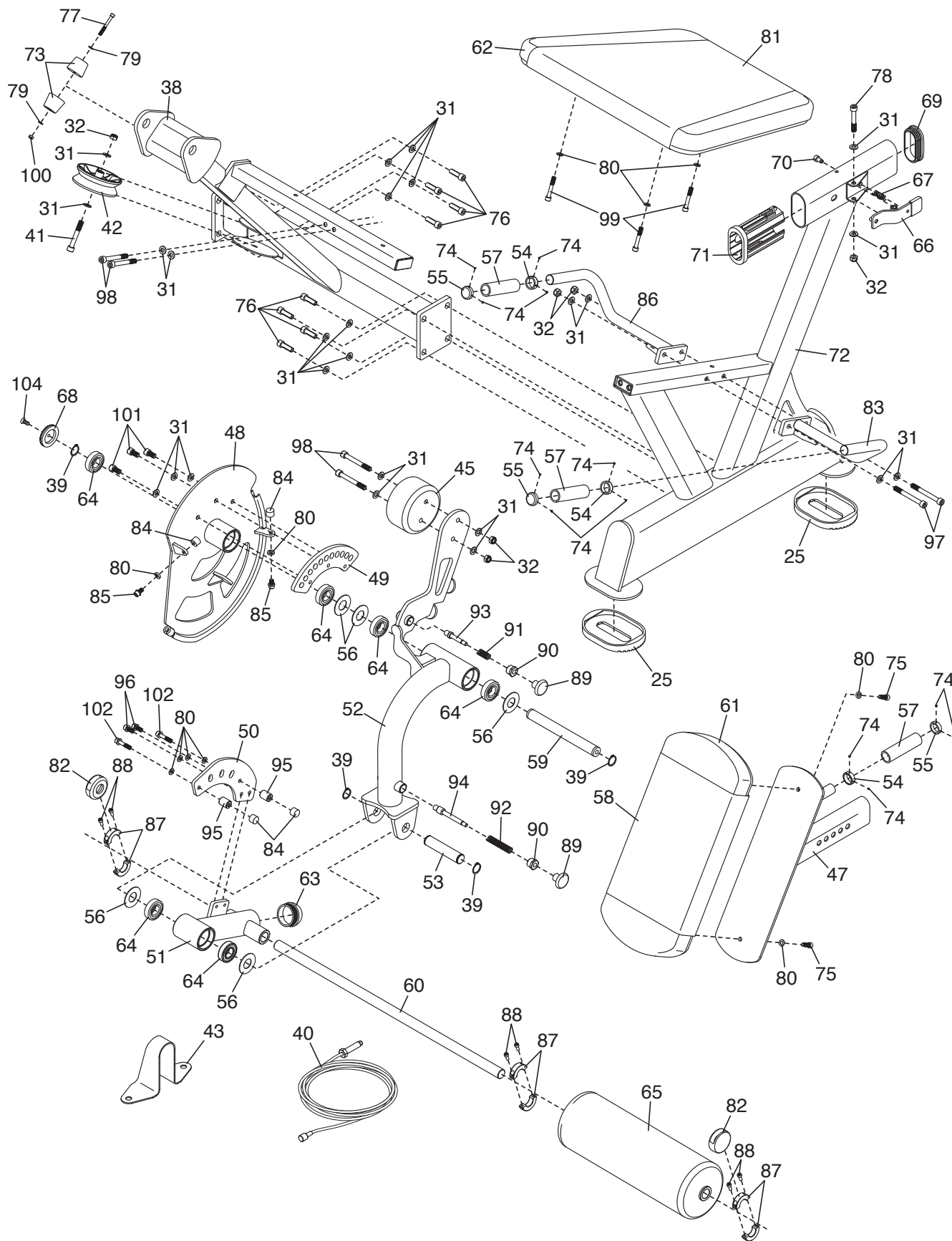
| Nr. | Anzahl | Beschreibung                           | Nr. | Anzahl | Beschreibung                |
|-----|--------|----------------------------------------|-----|--------|-----------------------------|
| 91  | 1      | Kleine Stiftfeder                      | 99  | 3      | M8 x 55mm Zylinderschraube  |
| 92  | 1      | Große Stiftfeder                       | 100 | 1      | M6 Kontermutter             |
| 93  | 1      | Kleiner Stift                          | 101 | 3      | M10 x 20mm Zylinderschraube |
| 94  | 1      | Großer Stift                           | 102 | 2      | M8 x 40mm Zylinderschraube  |
| 95  | 2      | Abstandplatte                          | 103 | 1      | Abdeckungsklammer           |
| 96  | 2      | M8 x 20mm Zylinderschraube             | 104 | 1      | M6 x 15mm Senkkopfschraube  |
| 97  | 2      | M10 x 95mm Zylinderbolzen              | *   | –      | Bedienungsanleitung         |
| 98  | 4      | M10 x 85mm<br>Zylinderbolzen/-schraube |     |        |                             |

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 B

Modell-Nr. F801.1 R0113A



---

# SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN

Sollten Sie nach der Lektüre dieser Bedienungsanleitung noch Fragen haben, setzen Sie sich mit unserem Kundendienst unter einer der unten angeführten Telefonnummern oder Adressen in Verbindung. **Halten Sie bitte die Modellnummer, die Seriennummer und den Namen des Produktes (siehe Vorderseite dieser Bedienungsanleitung) bereit. Sollten Sie Ersatzteile bestellen, halten Sie bitte auch die Bestellnummer und die Beschreibung (siehe TEILELISTE und DETAILZEICHNUNG am Ende dieser Bedienungsanleitung) bereit.**

## **Innerhalb den Vereinigten Staaten und Kanada**

Rufen Sie: 1-800-201-2109, Montag–Freitag 8:00–17:00 MT

Postanschrift:

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

## **Außerhalb der Vereinigten Staaten und Kanada**

Rufen Sie: 001-435-786-3521

E-Mail: [intlcustomercare@freemotionfitness.com](mailto:intlcustomercare@freemotionfitness.com)