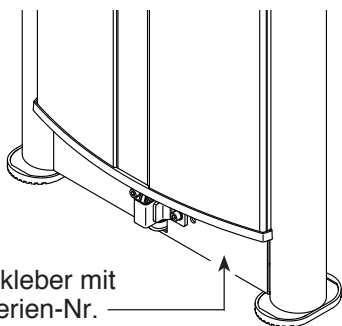


FREEMOTION® FLY/REAR DELT

Modell-Nr. F806.0

Serien-Nr. _____

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



Aufkleber mit
Serien-Nr. _____

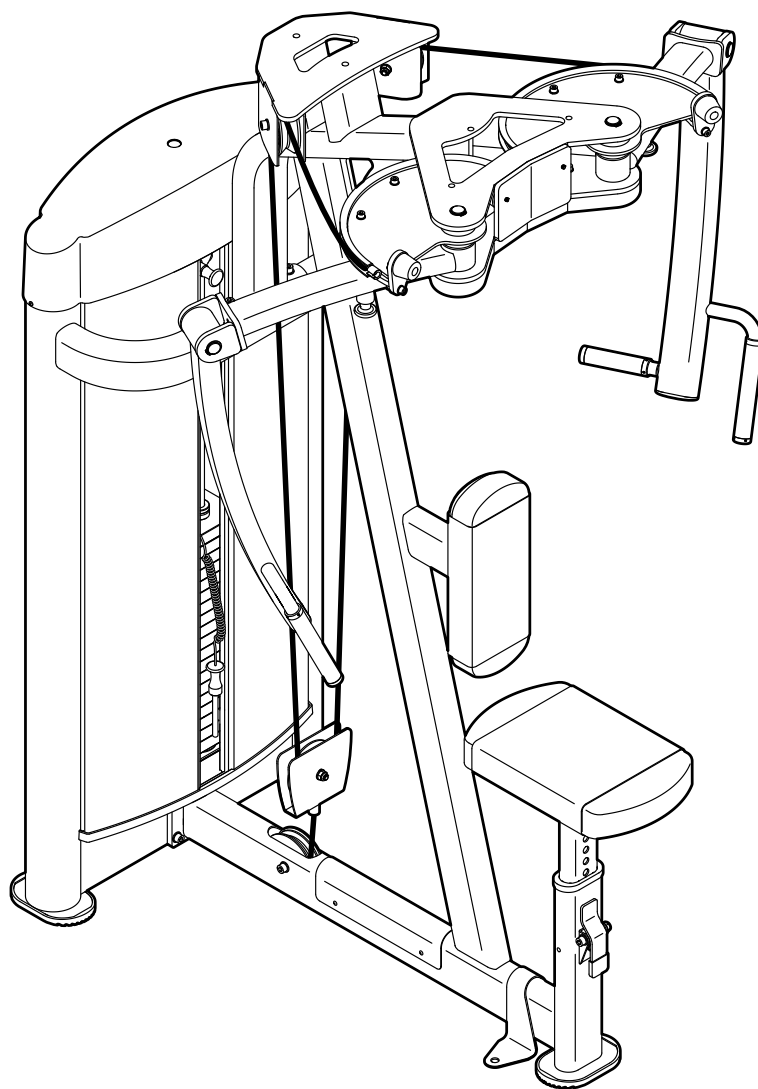
FRAGEN?

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.

BEDIENUNGSANLEITUNG



INHALTSVERZEICHNIS

WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN3

WARNUNGSaufkleber ANBRINGEN4

BEVOR SIE ANFANGEN.5

Diagramm FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE6

MONTAGE.7

EINSTELLUNG19

WARTUNG UND FEHLERSUCHE21

KABELDiagramm23

TEILELISTE.25

DETAILZEICHNUNG.26

SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN Rückseite

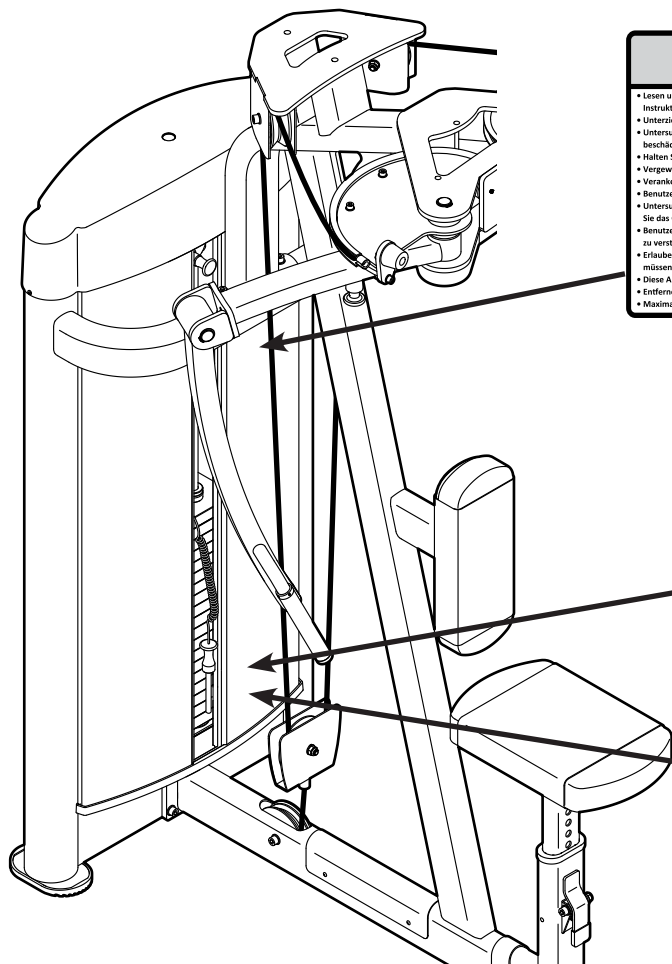
WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

⚠️ 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 man irgendein Sportprogramm beginnt, soll man seinen Arzt konsultieren. Das ist besonders wichtig für Person über 35 oder für Personen mit Gesundheitsproblemen.
2. Gebrauchen Sie die Kraftstation nur so, wie in dieser Betriebsanleitung beschrieben.
3. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, sicherzustellen, dass sich für die beabsichtigte Übung genug Freiraum um die Kraftstation herum befindet.
4. Benutzen Sie die Kraftstation nur auf ebener Fläche. Legen Sie zum Schutz des Fußbodens eine Unterlage unter die Kraftstation.
5. Verankern Sie die Kraftstation am Boden mithilfe eines Verankerungsriemens (siehe Seite 5), soweit erforderlich oder möglich, 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 zugelassen.
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 jedem Gebrauch der Kraftstation dafür, dass die Handgriffe sicher befestigt sind.
14. Vor jeder Benutzung der Kraftstation soll man jedes Kabel, jede Kabelverbindung und jede Rolle überprüfen. 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. Zu intensives Training kann zu schweren Verletzungen oder gar zum Tod führen. Wenn Sie sich einer Ohnmacht nahe fühlen oder wenn Sie während des Trainings 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 Gewichtsstift 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 Kurzhanteln oder andere Hilfsmittel um den Gewichtswiderstand 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 erfahrenden 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



Gewichtsteinstift muss vollständig in der Gewichtplatte 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 Gewichtplatte eingefügt sein.

6

BEVOR SIE ANFANGEN

Vielen Dank, dass Sie sich für die FREEMOTION® EPIC™ FLY/REAR DELT (Butterfly/Hinterer Deltoid) Kraftstation entschieden haben. Durch uneingeschränkte Bewegungsmöglichkeiten kann man alle Muskelgruppen des Körpers gleichzeitig trainieren – wie man das auch im alltäglichen Leben macht – mit spezielleren und wirksameren Ergebnissen.

Lesen Sie bitte zu Ihrem eigenen Vorteil diese Bedienungsanleitung genauestens durch, bevor Sie der 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.

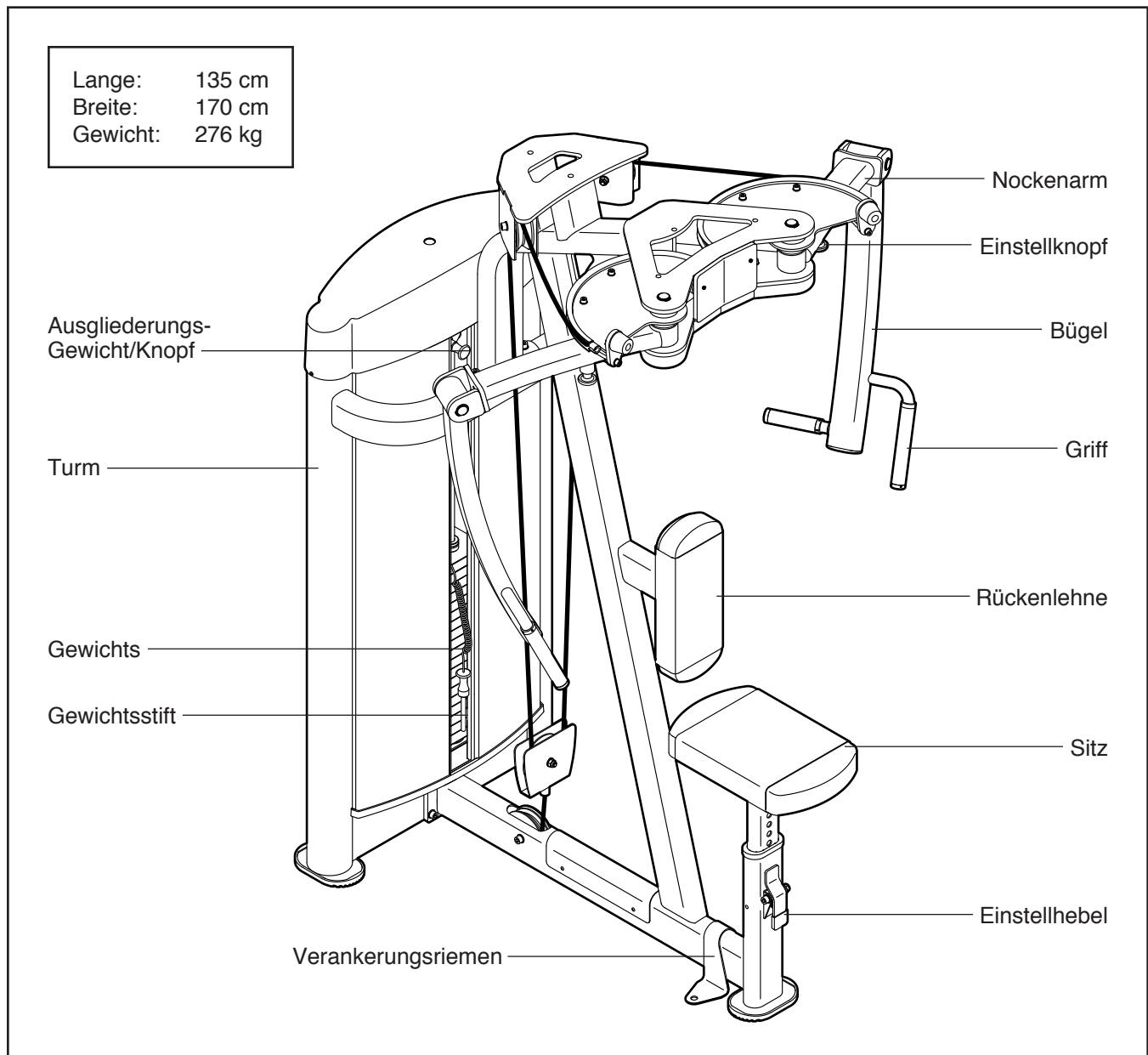
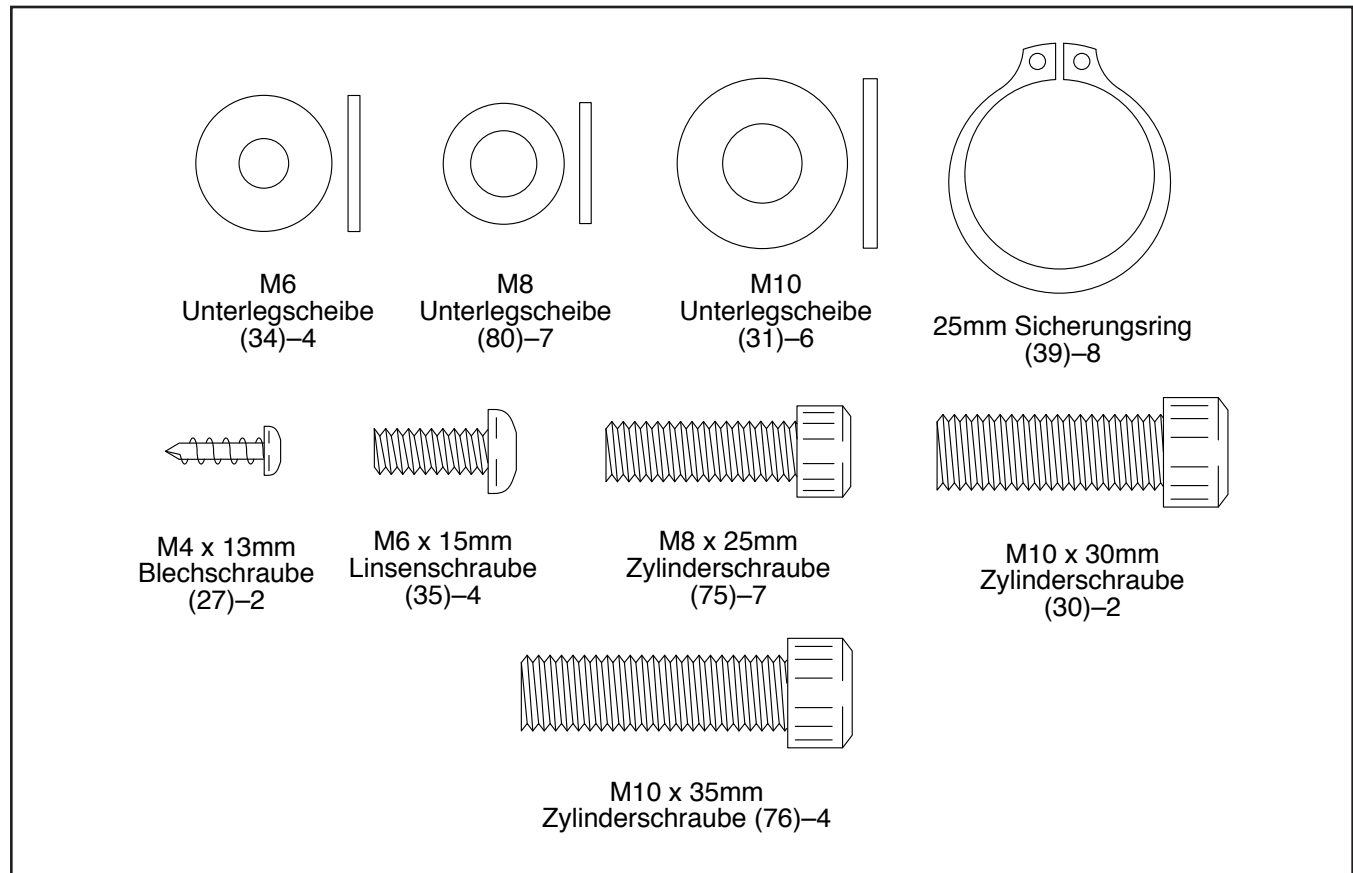


DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE

Verwenden Sie die Abbildungen unten zur Identifikation von Montageteilen. Die Zahl innerhalb der Klammern, die sich unter jeder Abbildung befindet, ist die Bestellnummer, die mit der TEILELISTE am Ende dieser Bedienungsanleitung übereinstimmt. Die Zahl nach den Klammern gibt an, wieviele solche Teile man zur Montage braucht. **Anmerkung: Sollten Sie ein Teil nicht finden können, prüfen Sie nach, ob es nicht schon befestigt wurde.**



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 Innensechskantschlüssel 

Sprengringzange 

Die Montage wird erleichtert, wenn man ein Set Steckschlüssel, ein Set Gabelschlüssel oder Ringschlüssel oder ein Set von Ratschenschlüsseln zur Verfügung hat.

1. Richten Sie den Pfosten (72) so aus, wie angedeutet. **Eine zweite Person bis zum Ende dieses Schrittes halten, damit er nicht umfällt.**

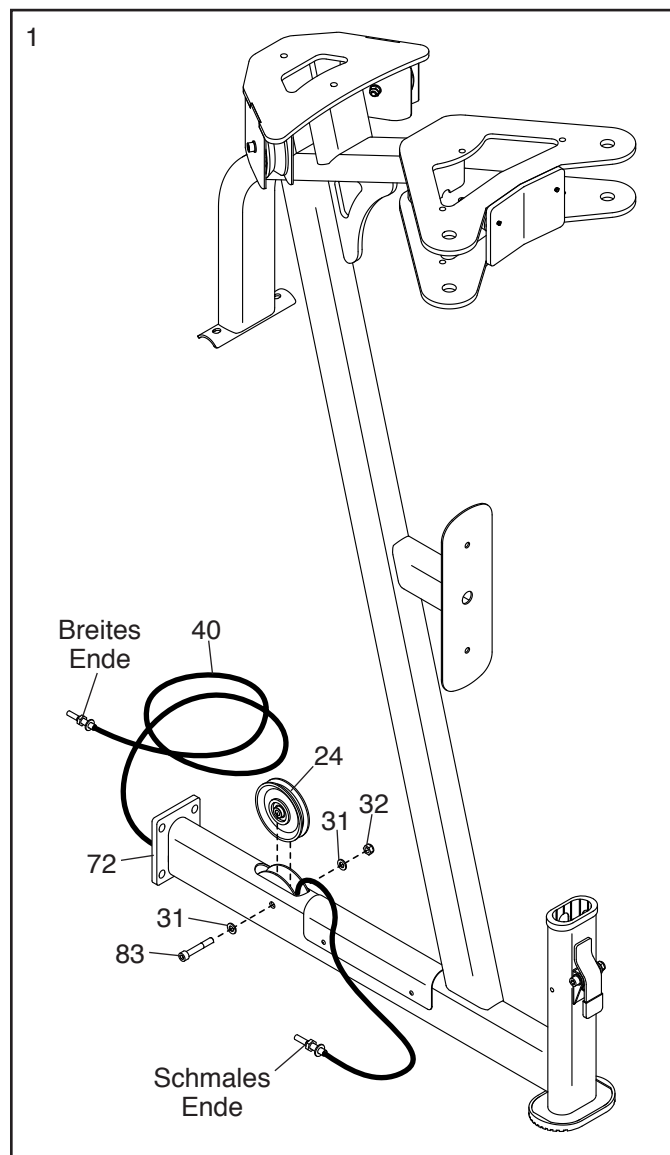
Entfernen Sie die angedeuteten Teile (24, 31, 32 und 83) vom Pfosten (72).

Siehe das KABELDIAGRAMM auf Seite 23 und identifizieren Sie das lange Kabel (40).

Richten Sie das Gewichtekabel (40) so aus, wie angedeutet, und schieben Sie es durch den Pfosten (72).

Geben Sie die große Rolle (24), die Sie gerade entfernt haben, auf das Gewichtekabel (40).

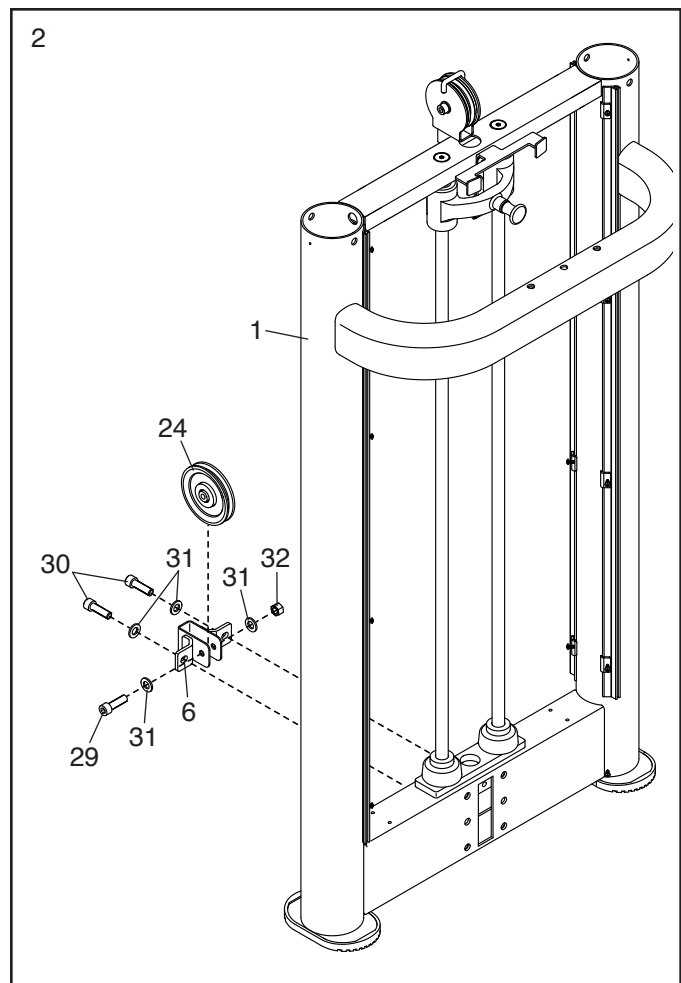
Befestigen Sie die große Rolle (24) mit dem M10 x 65mm Zylinderbolzen (83), den zwei M10 Unterlegscheiben (31) und der M10 Kontermutter (32), die Sie gerade entfernt haben, am Pfosten (72).



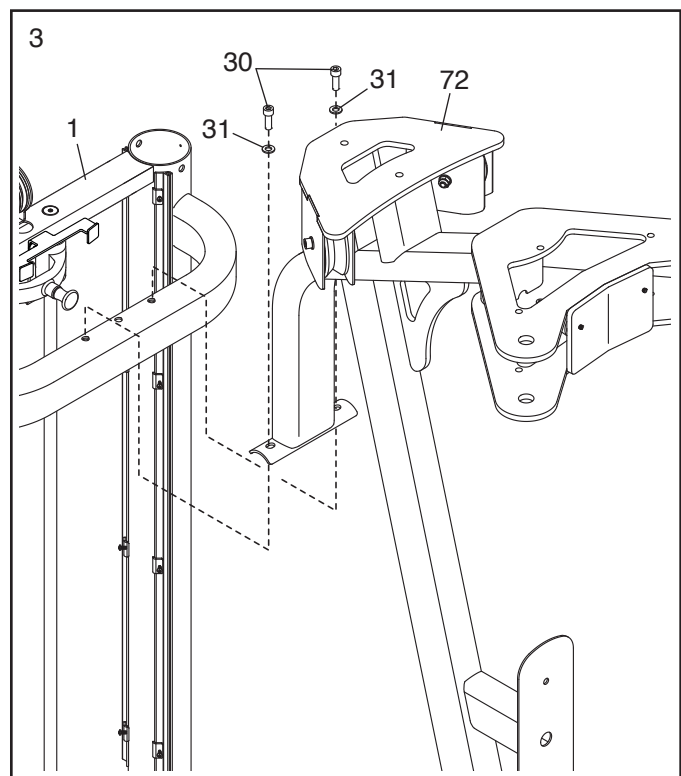
2. Richten Sie den Turmrahmen (1) wie angezeigt aus. **Lassen Sie eine zweite Person den Turmrahmen halten, um ein Umkippen zu vermeiden bis Sie Schritt 4 vollendet haben.**

Entfernen Sie die zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30), die zwei M10 Unterlegscheiben (31) und die kleine Rollenklammer (6) vom 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 kleinen Rollenklammer (6).



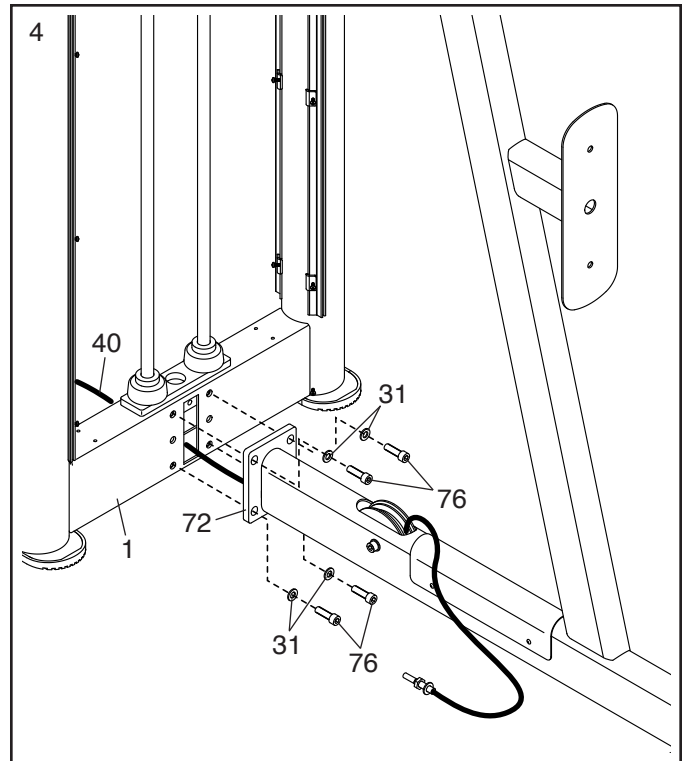
3. Befestigen Sie das obere Ende des Pfostens (72) am oberen Ende des Turmrahmens (1) mit zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) und zwei M10 Unterlegscheiben (31). **Ziehen Sie die Zylinderschrauben noch nicht fest.**



4. Schieben Sie das Gewichtekabel (40) in den Turmrahmen (1) hinein, wie abgebildet.

Befestigen Sie das untere Ende des Pfostens (72) am unteren Ende des Turmrahmens (1) mit vier M10 x 35mm Zylinderschrauben (76) und vier M10 Unterlegscheiben (31).

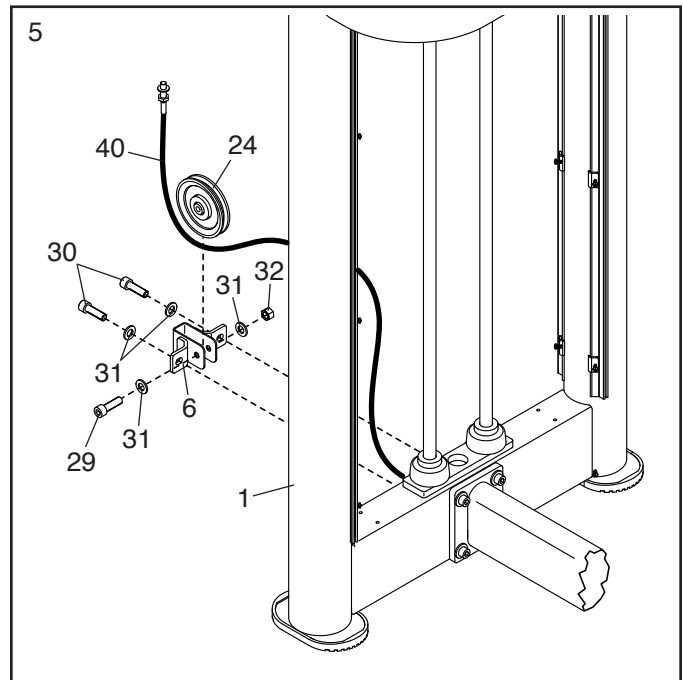
Siehe Schritt 3. Ziehen Sie die vier M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) fest.



5. Führen Sie das Gewichtekabel (40) nach oben durch die kleine Rollenklammer (6).

Befestigen Sie die große Rolle (24) innerhalb der kleinen Rollenklammer (6) mit dem M10 x 50mm Zylinderbolzen (29), den zwei M10 Unterlegscheiben (31) und der M10 Kontermutter (32), die Sie in Schritt 2 entfernt haben.

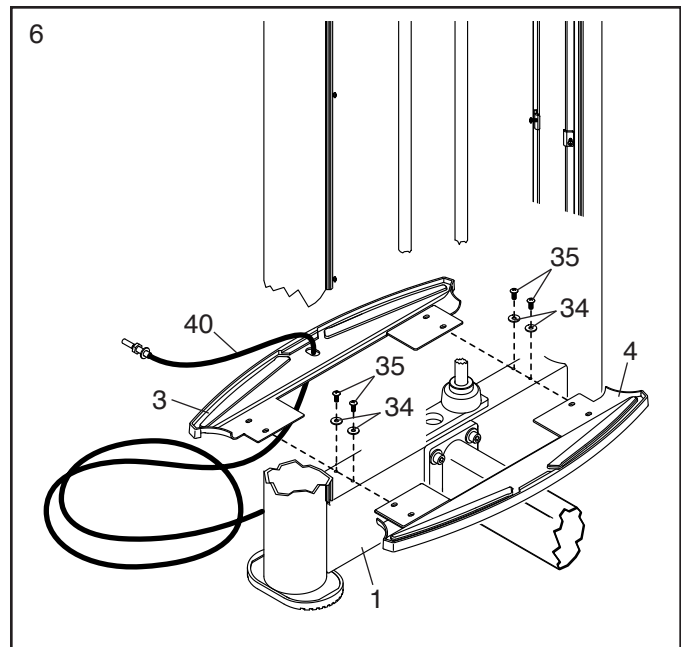
Dann befestigen Sie die kleine Rollenklammer (6) mit den zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) und den zwei M10 Unterlegscheiben (31), die Sie in Schritt 2 entfernt haben, am Turmrahmen (1).



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

Führen Sie das Ende des Gewichtekabels (40) nach oben durch die hintere Abdeckungsbasis (3).

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



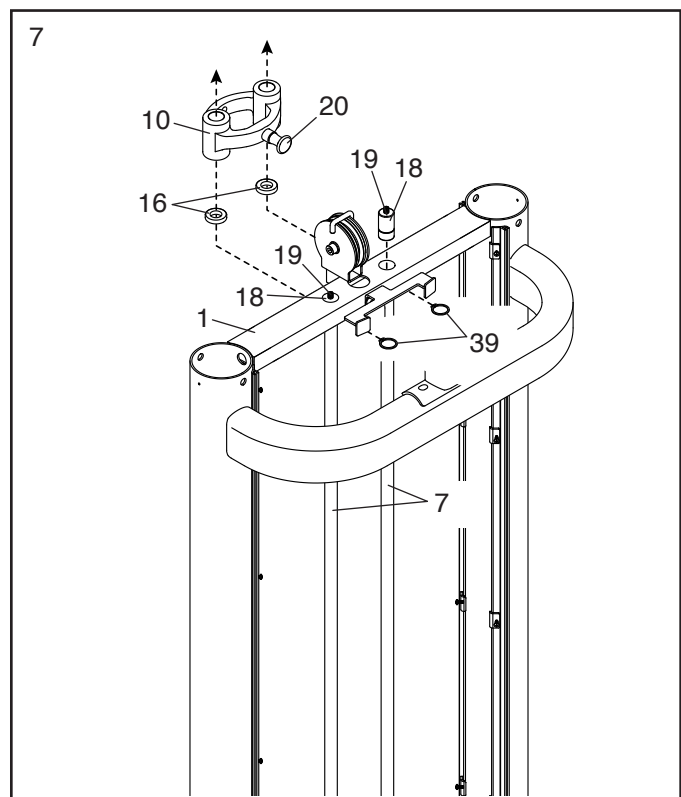
7. Ziehen Sie am Ausgliederungsgewichtsknopf (20) und schieben Sie das Ausgliederungsgewicht (10) nach unten auf die Gewichtsgleitstangen (7).

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).

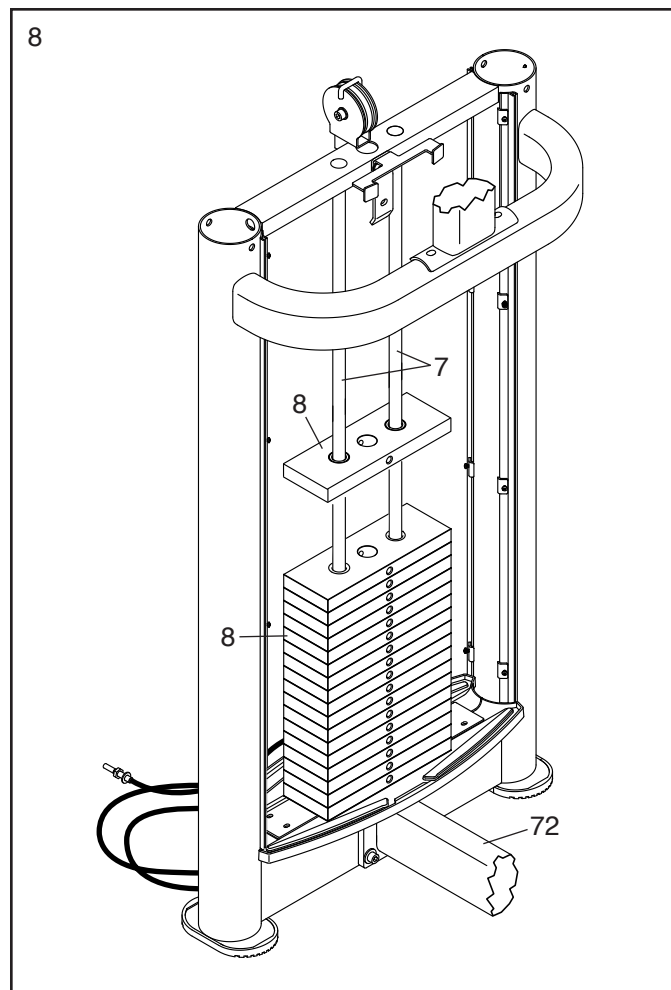
Lassen Sie eine zweite Person die Gewichtsgleitstangen (7) halten. Heben Sie die Gewichtsführungsbuchsen (18) aus dem Turmrahmen (1) heraus.

Dann, kippen Sie die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (7) noch vorne oder nach hinten, und schieben Sie das Ausgliederungsgewicht (10) und die oberen Gewichtsstoßdämpfer (16) nach oben von den Gewichtsgleitstangen herunter.



8. Finden Sie unter den Aufklebern auf den achtzehn 10-Pfund Gewichten (8) den mit der **größten** Zahl. Legen Sie das Gewicht so aus, dass der Aufkleber dem Pfosten (72) zugewandt ist, und schieben Sie das Gewicht auf die Gewichtsgleitstangen (7) auf.

Wiederholen Sie diesen Schritt bis alle achtzehn Gewichte (8, 44) auf den Gewichtsgleitstangen (7) aufliegen.



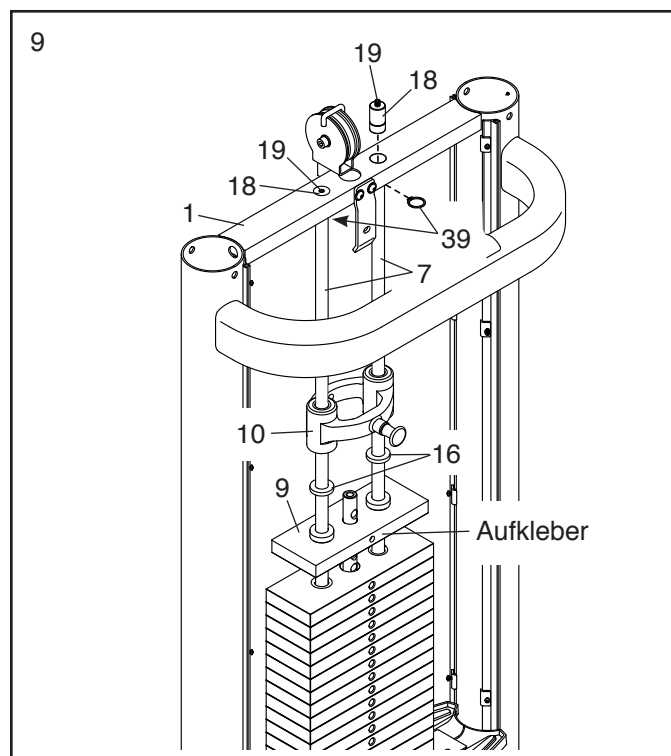
9. Richten Sie das oberste Gewicht (9) und das Fallgewicht (10) wie abgebildet aus.

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 (10) 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.

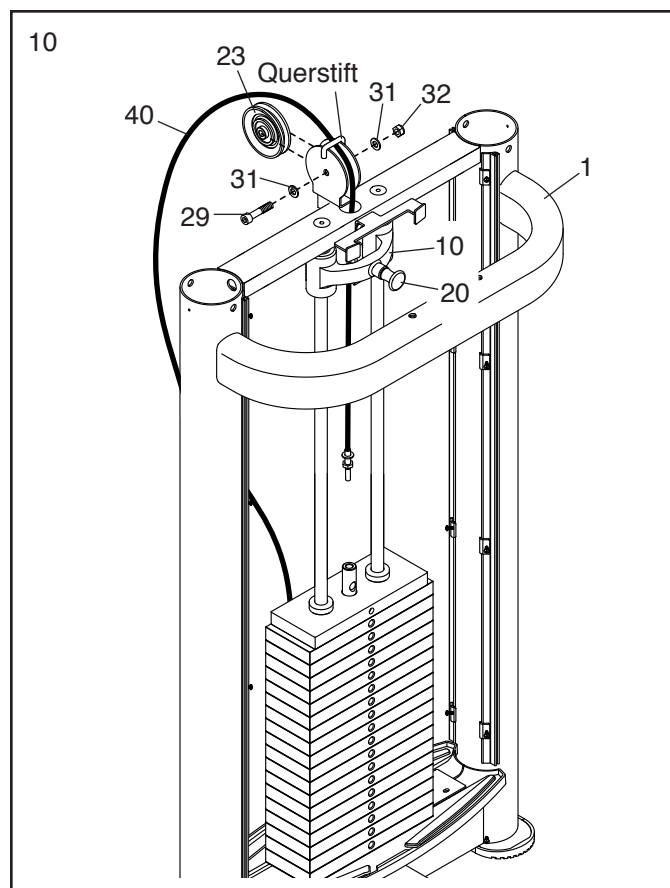


10. Entfernen Sie alle Teile (23, 29, 31 und 32) von der Rollenklammer am Turmrahmen (1).

Führen Sie das Gewichtekabel (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 Gewichtekabel (40) zwischen der kleinen Rolle und dem Querstift auf der Rollenklammer befindet.**

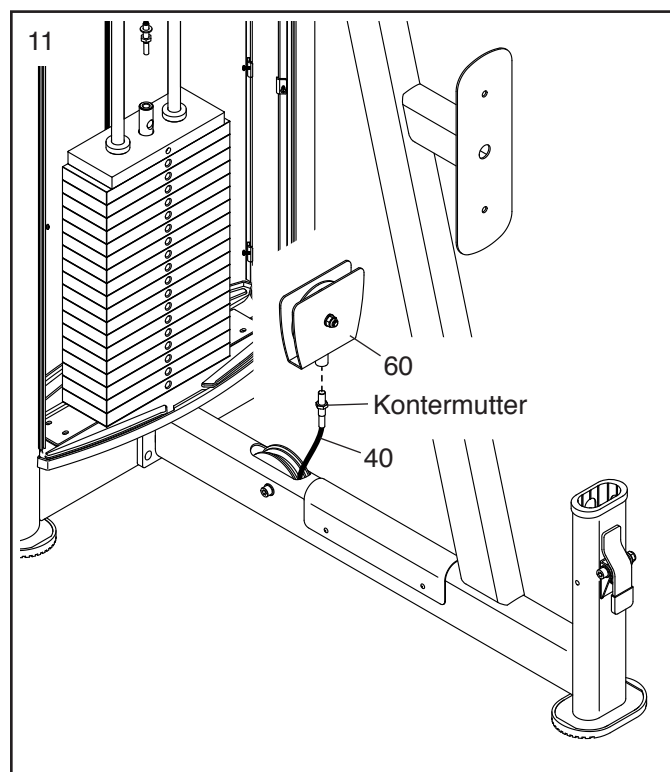
Als nächstes, schieben Sie das Ausgliederungsgewicht (10) nach oben, bis der Ausgliederungsgewichtsstift (20) in das Loch in der Absperrungsklammer (nicht abgebildet) einrastet. **Sorgen Sie dafür, dass der Ausgliederungsgewichtsstift im Loch eingerastet ist.**



11. Drehen Sie die Kontermutter am Ende des Gewichtskabels (40) mit den Fingern fest.

Als nächstes, drehen Sie das Ende des Gewichtskabels (40) so weit wie möglich in die grosse Rollenklammer (60) fest.

Dann, ziehen Sie die Kontermutter gegen die grosse Rollenklammer (60) fest.



12. Finden Sie die Nockenachsen (52), welche länger sind als die Bügelachsen (nicht abgebildet).

Befestigen Sie an einem Ende der Nockenachse (52) einen 25mm Sicherungsring (39).

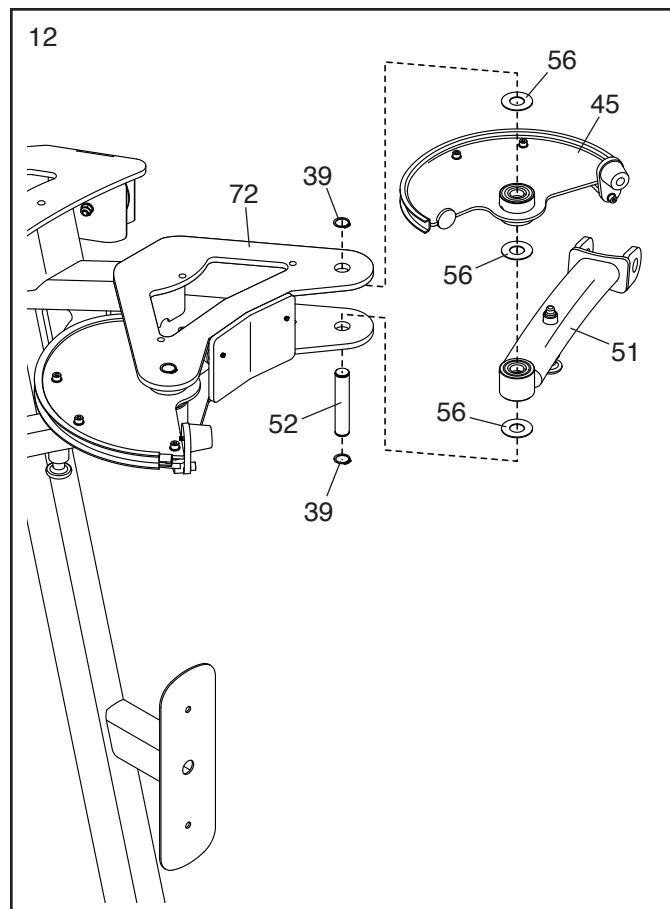
Finden Sie die linke Nocke (45) und einen Nockenarm (51) und richten Sie diese so aus, wie abgebildet.

Eine zweite Person soll die linke Nocke (45), das runde Rohr am Nockenarm (51) und drei Plastikunterlegscheiben (56) innerhalb der linken Klammer am Pfosten (72) hinhalten.

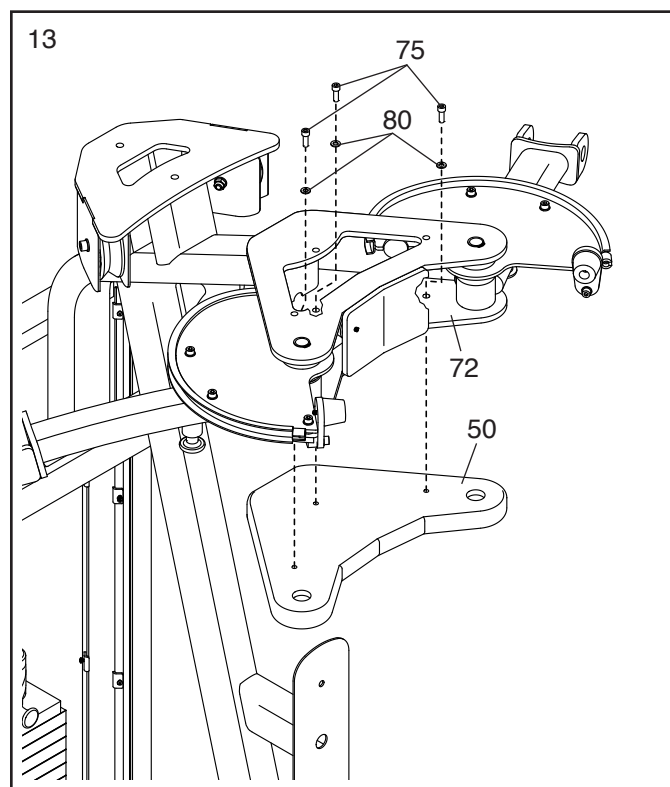
Fügen Sie die Nockenachse (52) in den Pfosten (72), in den Nockenarm (51), die Plastik-Unterlegscheiben (56), und die linke Nocke (45) ein.

Befestigen Sie einen 25mm Sicherungsring (39) am anderen Ende der Nockenachse (52).

Wiederholen Sie diesen Schritt auf der anderen Seite der Kraftstation.



13. Befestigen Sie die Kopfstütze (50) mit drei M8 x 25mm Zylinderschrauben (75) und drei M8 Unterlegscheiben (80) am Pfosten (72).



14. Befestigen Sie auf einer Seite der Bügelachse (53) einen 25mm Sicherungsring (39).

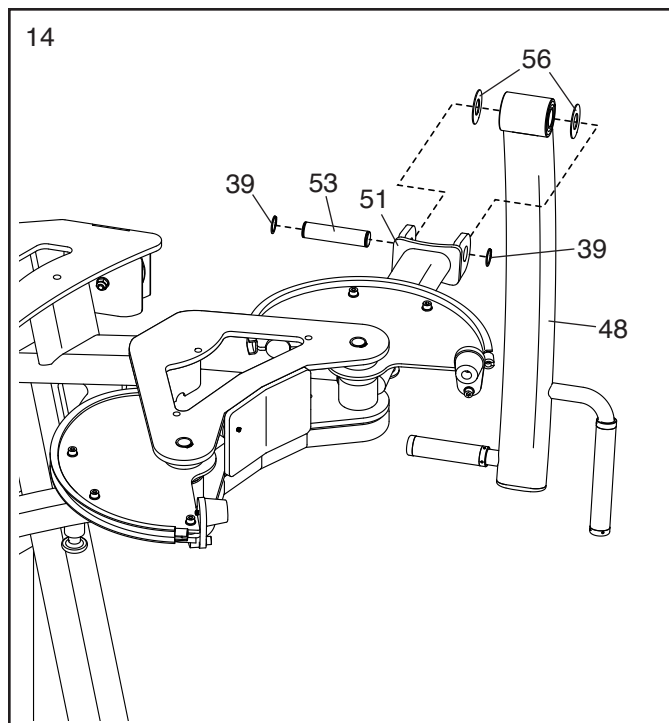
Finden Sie den linken Bügel (48) und richten Sie ihn wie angedeutet aus.

Eine zweite Person soll das runde Rohr am linken Bügel (48) und zwei Plastikunterlegscheiben (56) innerhalb der Klammer am linken Nockenarm (51) hinhalten.

Schieben Sie die Bügelachse (53) auf den linken Bügel (48) und die Plastikunterlegscheiben (56).

Befestigen Sie einen 25mm Sicherungsring (39) am anderen Ende der Haltegriffachse (53).

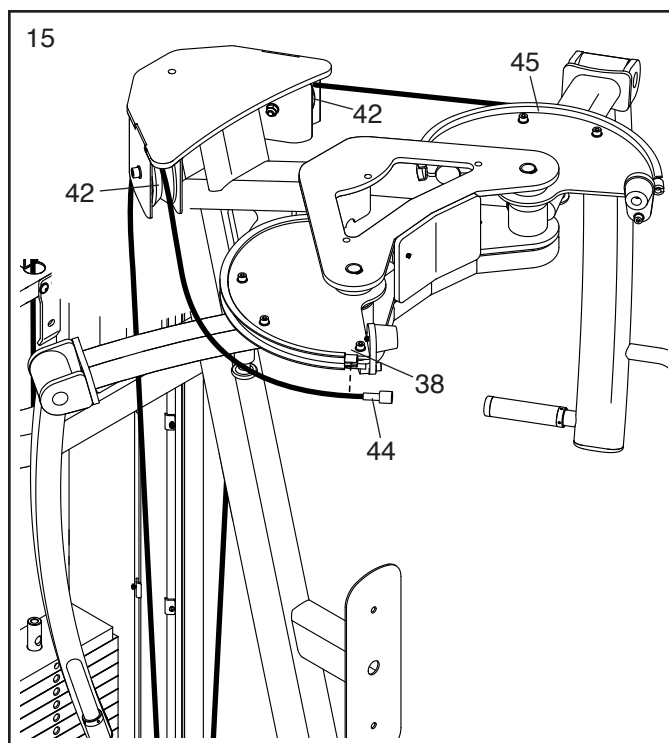
Wiederholen Sie diesen Schritt auf der anderen Seite der Kraftstation.



15. Drücken Sie ein Ende des Nockenkabels (44) so weit wie möglich in die Buchse auf der rechten Nocke (38) ein.

Als nächstes, leiten Sie das Nockenkabel (44) über die V-Rolle (42) am nächsten zu der rechten Nocke (38). Dann, leiten Sie das Nockenkabel über die andere V-Rolle.

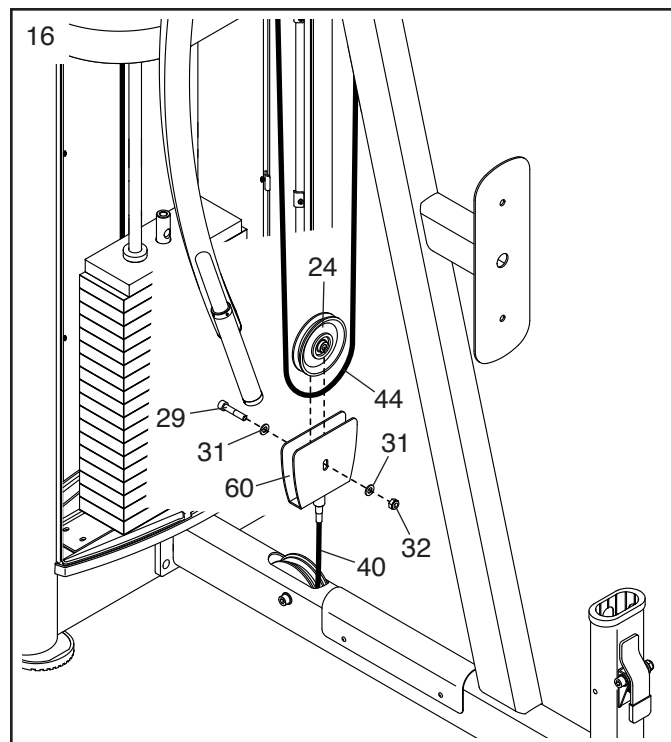
Dann, drücken Sie das andere Ende des Nockenkabels (44) so weit wie möglich in die Buchse auf der linken Nocke (45) ein.



16. Entfernen Sie alle Teile (24, 29, 31 und 32) von der großen Rollenklammer (60).

Geben Sie die große Rolle (24), die Sie gerade entfernt haben, auf die angedeutete Schlaufe am Nockenkabel (44).

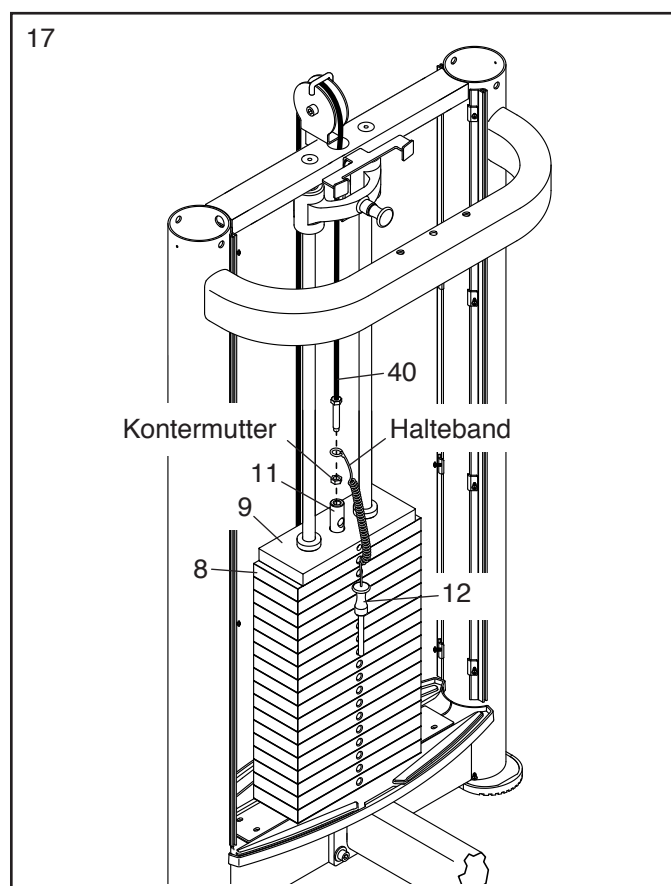
Befestigen Sie die große Rolle (24) innerhalb der großen Rollenklammer (60) mit dem M10 x 50mm Zylinderbolzen (29), den zwei M10 Unterlegscheiben (31) und der M10 Kontermutter (32), die Sie gerade entfernt haben. **Sorgen Sie dafür, dass sich die Unterlegscheiben außerhalb der großen Rollenklammer befinden.**



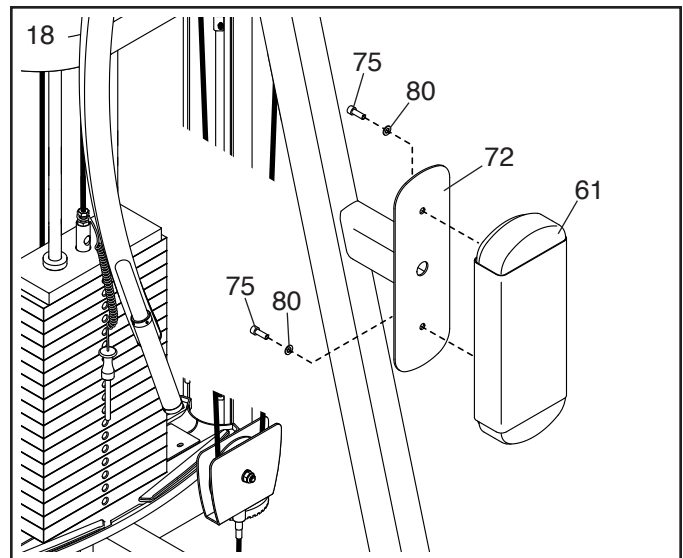
17. Entfernen Sie die Kontermutter vom Ende des Gewichtekabels (40). Als nächstes, schieben Sie das Halteband am Gewichtsstift (12) auf das Ende des Gewichtekabels. Anschließend, drehen Sie die Kontermutter an das Ende des Gewichtekabels mit den Fingern fest.

Ziehen Sie das Ende des Gewichtekabels (40) in die Gewichtsröhre (11) fest, bis das obere Gewicht (9) von den 10-Pfund Gewichten (8) abgehoben wird. Dann, lockern Sie das Ende des Gewichtekabels bis das obere Gewicht nur auf den 10-Pfund Gewichten aufrastet.

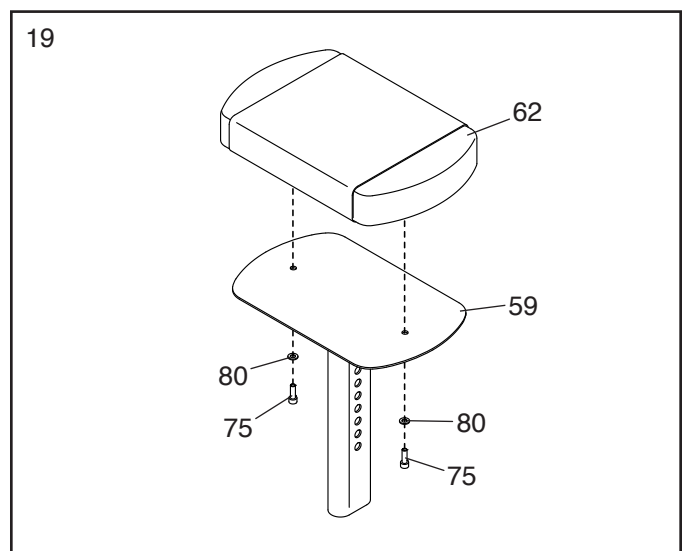
Dann, ziehen Sie die Kontermutter gegen die Gewichtsröhre (11) fest.



18. Befestigen Sie die Rückenlehne (61) mit zwei M8 x 25mm Zylinderschrauben (75) und zwei M8 Unterlegscheiben (80) am Pfosten (72).



19. Befestigen Sie den Sitz (62) mit zwei M8 x 25mm Zylinderschrauben (75) und zwei M8 Unterlegscheiben (80) am Sitzrahmen (59).

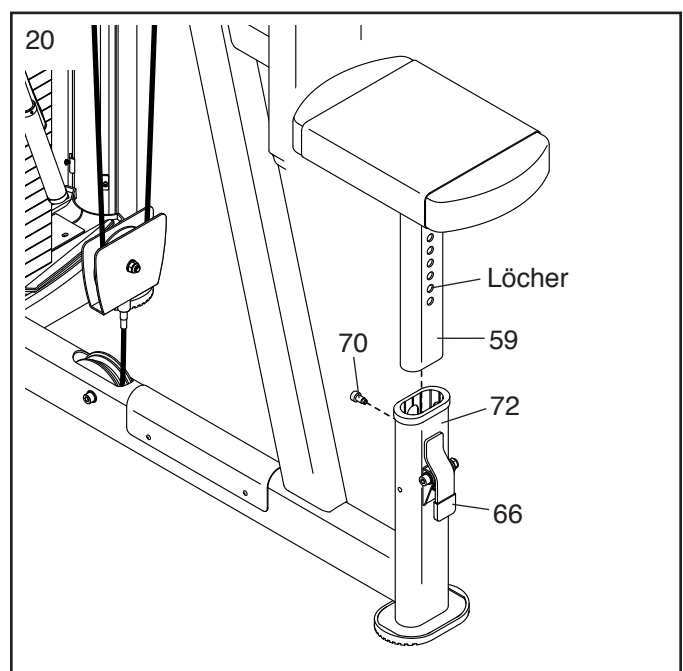


20. Entfernen Sie die M10 x 18mm Stopp-Schraube (70) vom Pfosten (72).

Drücken Sie den Einstellhebel (66) am Pfosten (72), schieben Sie den Sitzrahmen (59) in den Pfosten ein und lassen Sie dann den Einstellhebel in einem der Einstelllöcher am Sitzrahmen einrasten.

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

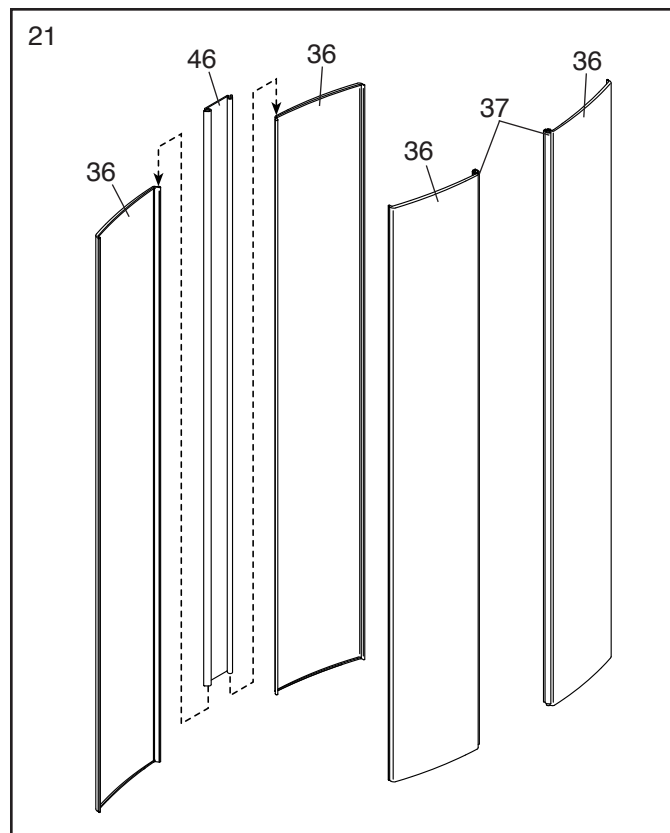
Ziehen Sie dann die M10 x 18mm Stopp-Schraube (70), welche Sie gerade vom Pfosten (72) entfernt haben, fest.



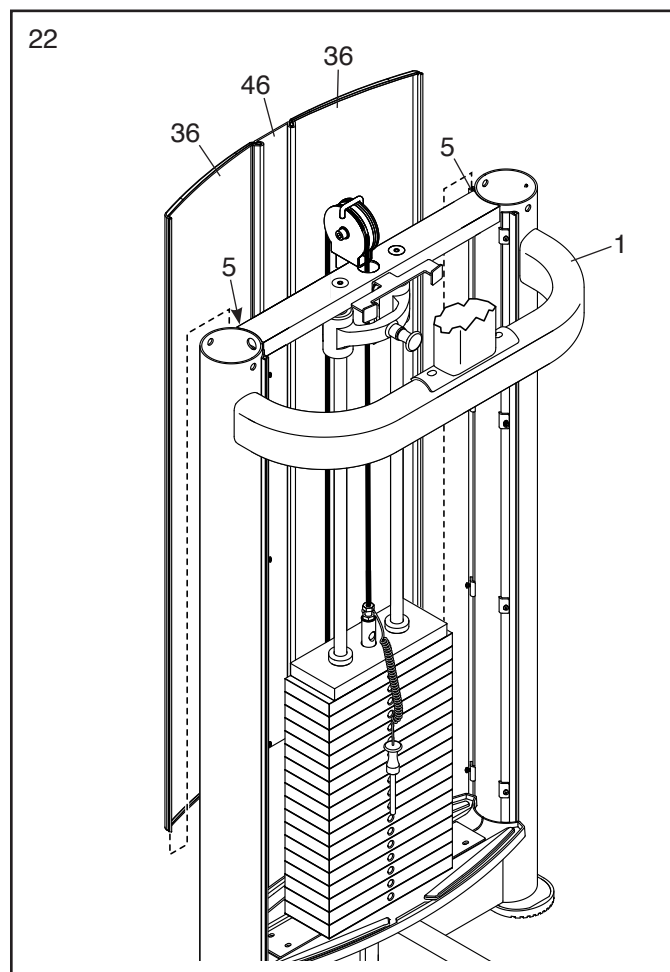
21. Hinweis: Die Teile, die in diesem Schritt angezeigt sind, könnten schon vormontiert sein.

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

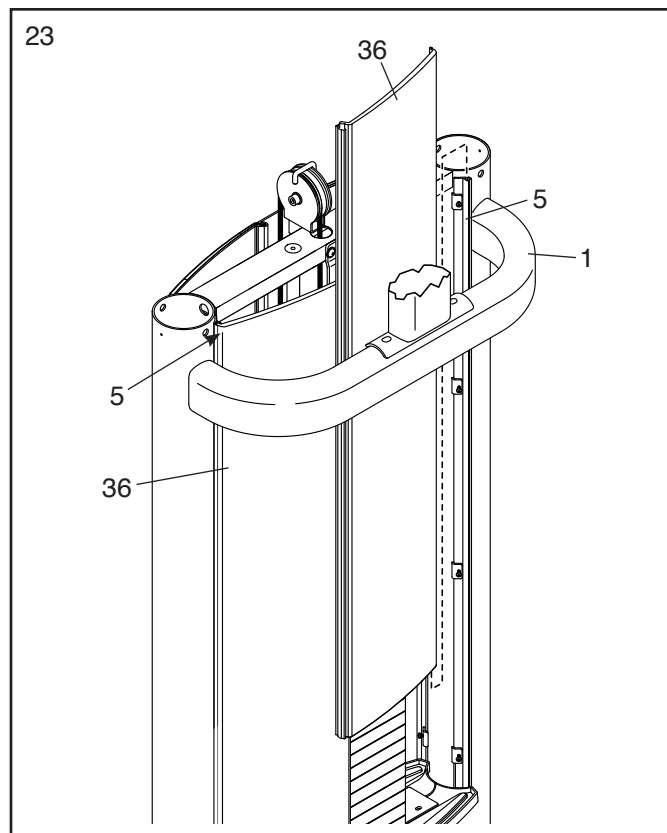
Schieben Sie die Abdeckungsplatte (46) nach unten auf die zwei Abdeckungen (36), die **keine** Streifen von inneren Trimm (37) haben.



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).

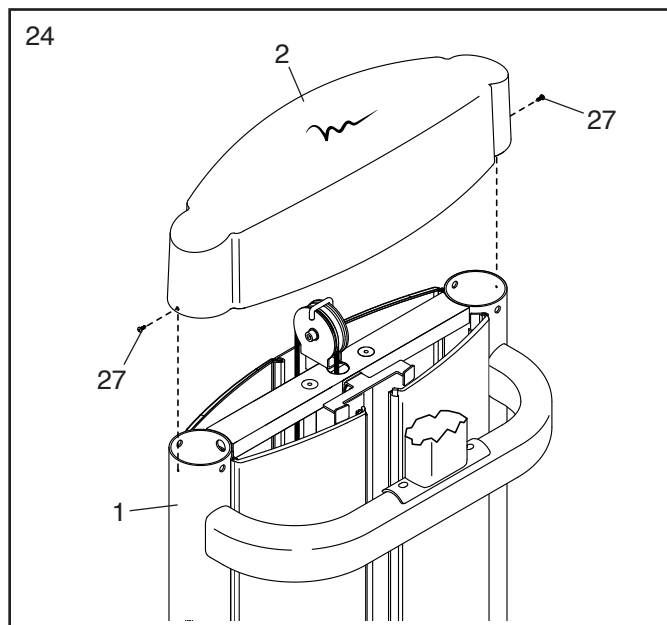


23. Schieben Sie die zwei übriggebliebenen Abdeckungen (36) nach unten in die zwei Streifen des äußeren Trimms (5) auf der Vorderseite des Turmrahmens (1).



24. Richten 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.

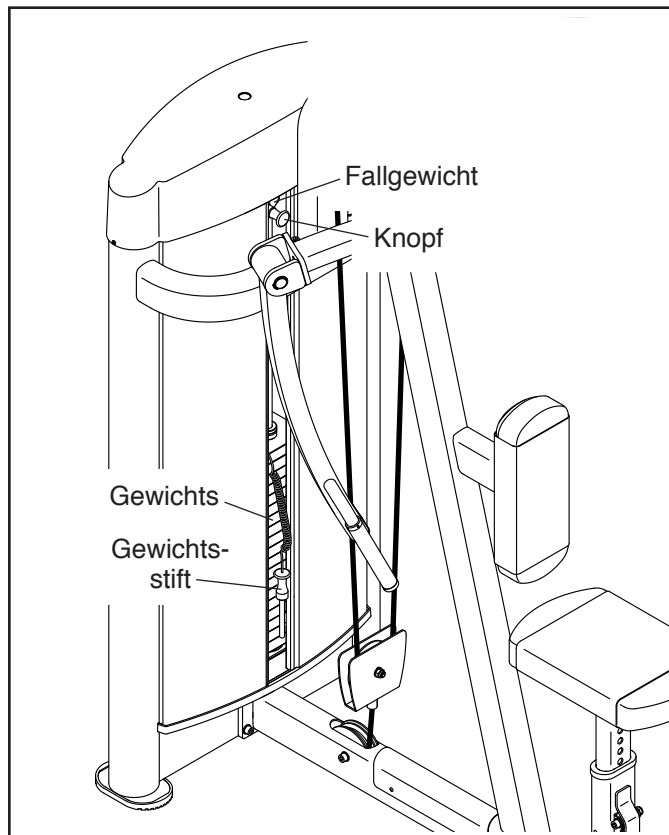
DEN WIDERSTAND EINSTELLEN

Um die Stärke des Widerstands zu verändern, stecken Sie den Gewichtsstift durch das gewünschte Gewicht. **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 hinzuzugeben, ziehen Sie an dem angedeuteten Knopf und lassen Sie das Fallgewicht auf den Gewichtestapel herunter.

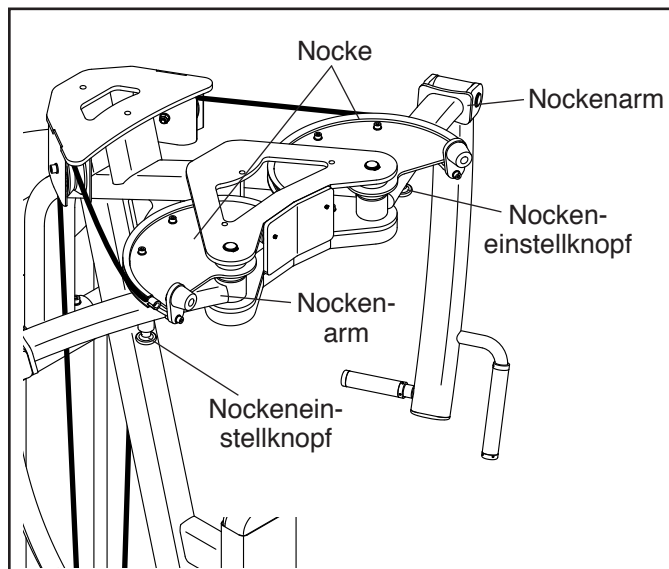
Wenn Sie das Fallgewicht nicht benutzen, schieben Sie es nach oben und rasten Sie den Knopf in die Absperrungsklammer ein. **Bewegen Sie das Fallgewicht leicht nach oben und nach unten, um sicherzustellen, dass der Knopf in der Absperrungsklammer eingerastet ist.**



EINSTELLEN DER NOCKENARME

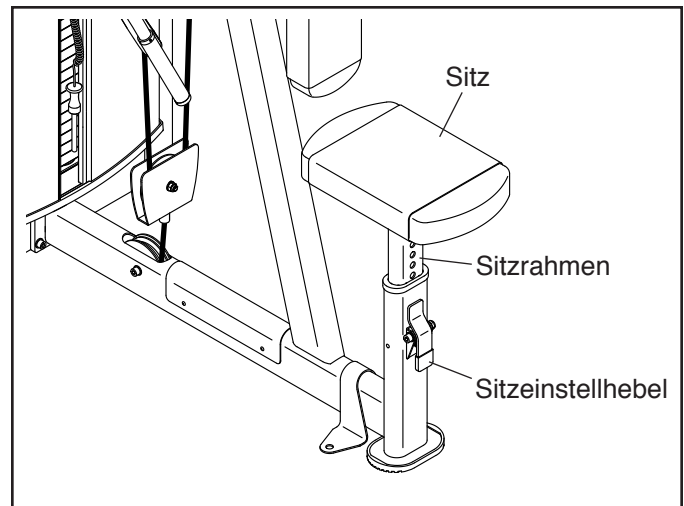
Um die Position jeden Arms zu verstellen, ziehen Sie den Nockeneinstellknopf nach unten, bewegen den Arm auf die gewünschte Position und lassen den Nockeneinstellknopf dann in eines der Einstelllöcher an der Nocke einrasten. **Achten Sie darauf, dass der Nockeneinstellknopf in einem der Einstelllöcher richtig einrastet.**

Achten Sie darauf, beide Nockenarme auf die gleiche Position einzustellen.



EINSTELLEN DES SITZE

Um den Sitz einzustellen, drücken Sie den angezeigten Einstellhebel, bewegen Sie den Sitzrahmen nach oben oder nach unten auf die gewünschte Position, und dann lassen Sie den Einstellhebel in ein Einstellloch am 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 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

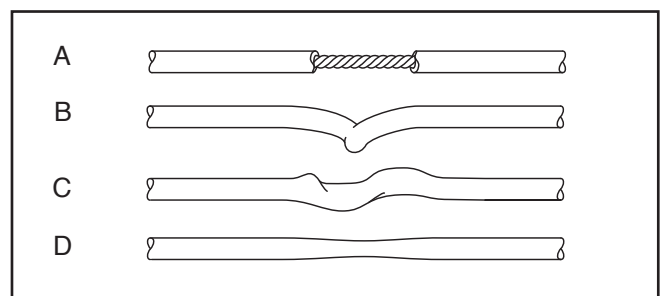
Hardware

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

Kabel Inspektion

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



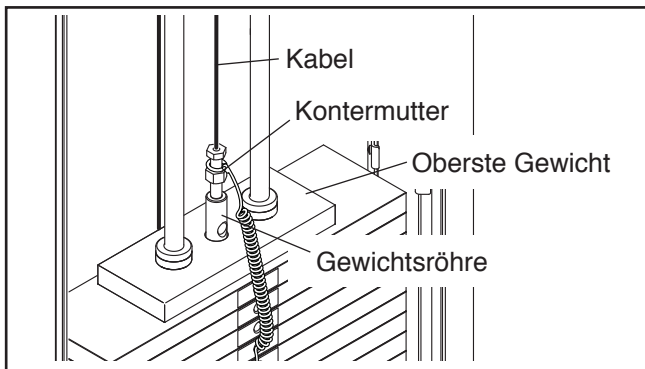
Kabeleinstellung

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

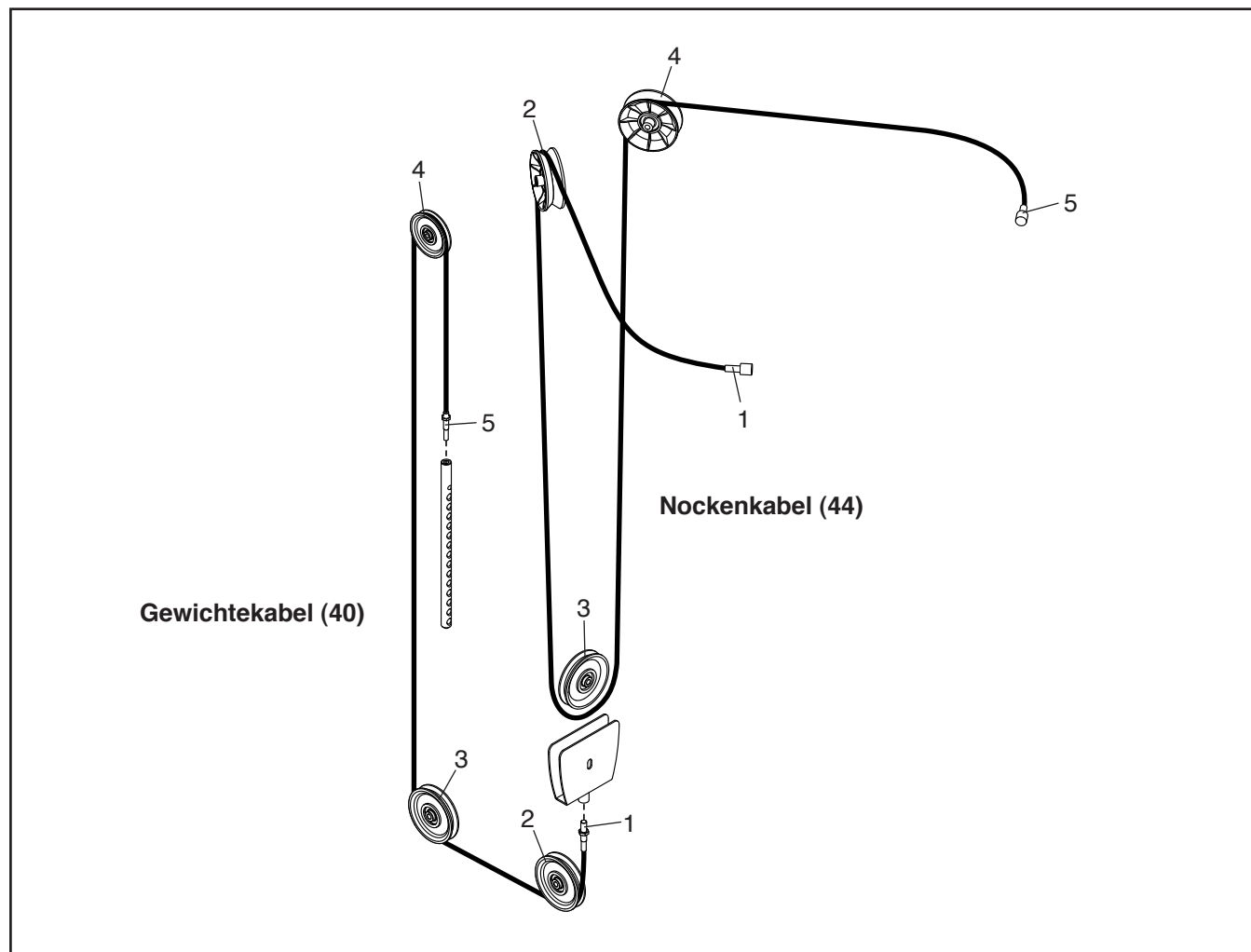
Untersuchen Sie die Griffe, und tauschen Sie diese falls notwendig aus.

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 Kabeldiagramm zeigt die korrekte Führung jedes Kabels. Benutzen Sie das Diagramm, um sicherzugehen, dass das Kabel korrekt verlegt wurde. **Wenn ein Kabel nicht richtig verlegt wurde, wird die Kraftstation nicht korrekt funktionieren und Schaden kann entstehen.** Hat die Kraftstation eine oder mehrere Kabelklappen, vergewissern Sie sich, dass keines der Kabel von einer Kabelklappe berührt oder behindert wird.



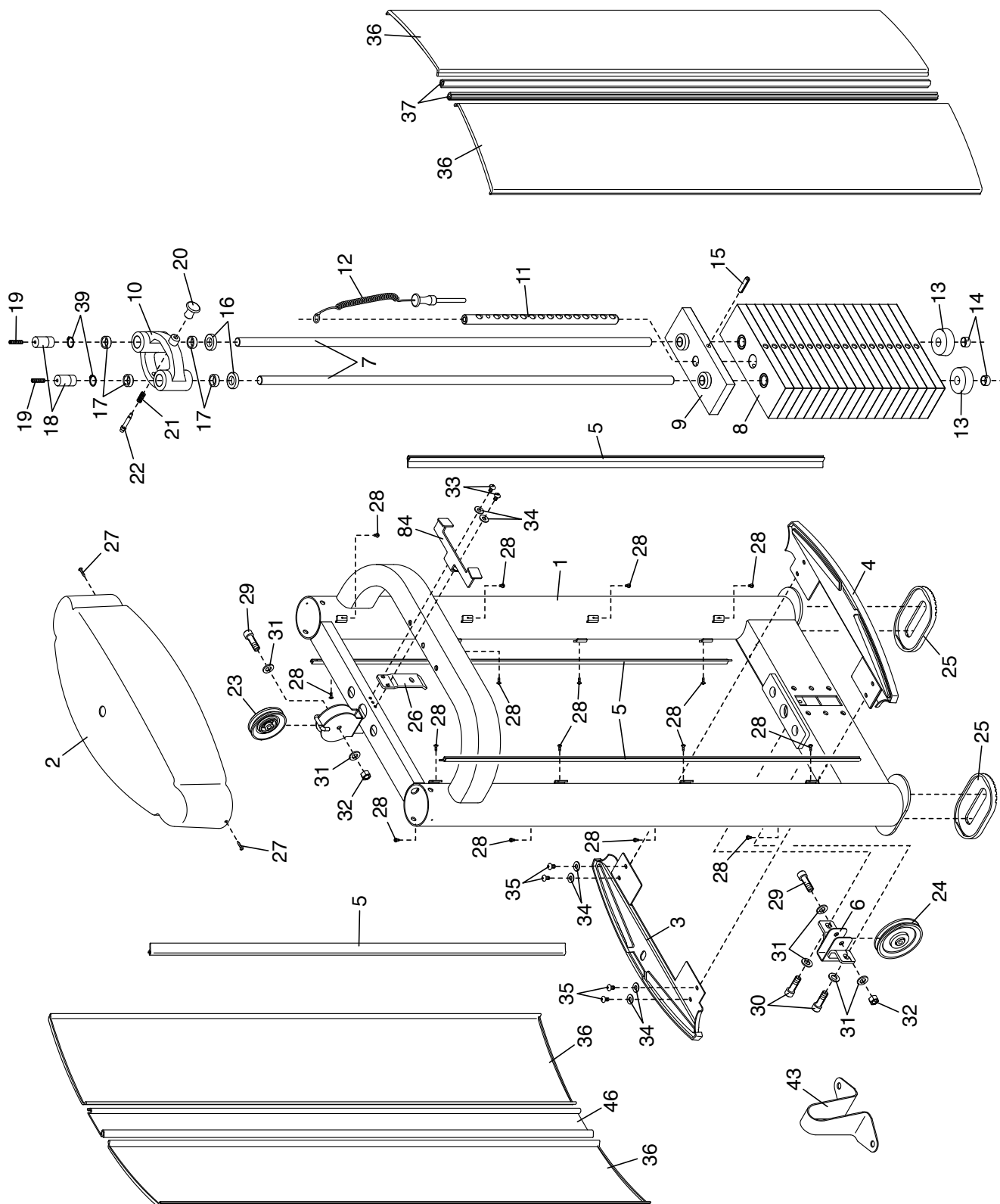
ANMERKUNGEN

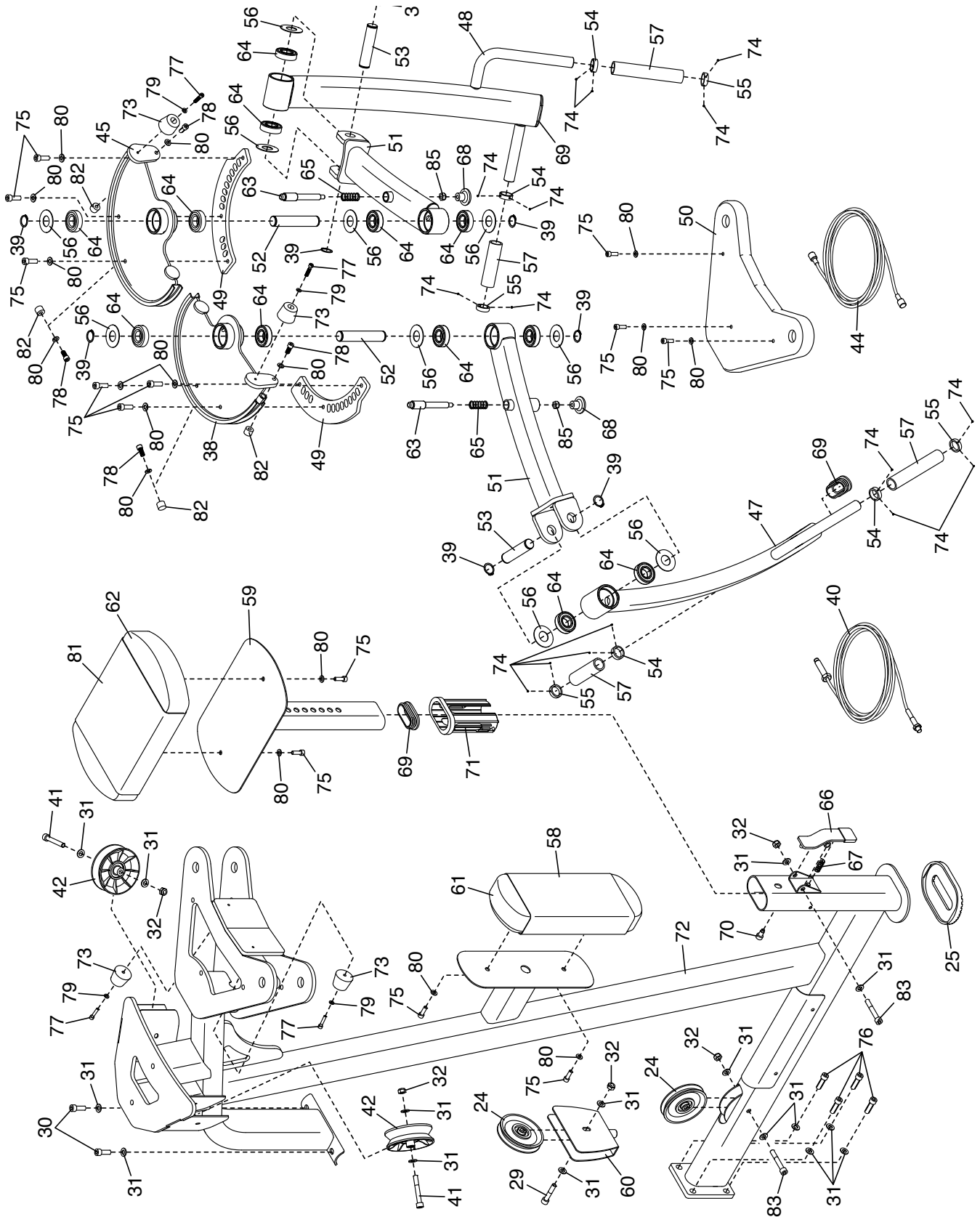
TEILELISTE

Modell-Nr. F806.0 R0712A

Nr.	Anzahl	Beschreibung	Nr.	Anzahl	Beschreibung
1	1	Turmrahmen	44	1	Nockenkabel
2	1	Turmkappe	45	1	Linke Nocke
3	1	Hintere Abdeckungsbasis	46	1	Abdeckungsplatte
4	1	Vordere Abdeckungsbasis	47	1	Rechter Bügel
5	4	Äußerer Trimm	48	1	Linker Bügel
6	1	Kleine Rollenklammer	49	2	Nockeneinstellplatte
7	2	Gewichtsgleitstange	50	1	Kopfstütze
8	18	10-Pfund Gewicht	51	2	Nockenarm
9	1	Oberstes Gewicht	52	2	Nockenachse
10	1	Fallgewicht	53	2	Haltegriffachse
11	1	Gewichtsröhre	54	4	Griffkragen
12	1	Gewichtsstift	55	4	Griffkappe
13	2	Unterer Gewichtsstoßdämpfer	56	10	Plastikunterlegscheibe
14	2	Gewichtsgleitstangenkappe	57	4	Handgriff
15	1	Zylinderrolle	58	1	Rückenlehnenabdeckung
16	2	Oberer Gewichtsstoßdämpfer	59	1	Sitzrahmen
17	4	Kupferbuchse	60	1	Große Rollenklammer
18	2	Gewichtsgleitstangenbuchse	61	1	Rückenlehne
19	2	M8 x 35mm Gewindestift	62	1	Sitz
20	1	Fallgewichtsknopf	63	2	Nockeneinstellstift
21	1	Stiftfeder	64	12	Lager
22	1	Fallgewichtsstift	65	2	Nockenstiftfeder
23	1	Kleine Rolle	66	1	Einstellhebel
24	3	Große Rolle	67	1	Verriegelungsfeder
25	3	Fuß	68	2	Nockeneinstellknopf
26	1	Absperrungsklammer	69	3	Ovale Kappe
27	2	M4 x 13mm Blechschraube	70	1	M10 x 18mm Stopp-Schraube
28	16	M4 x 10mm Schraube	71	1	Pfosten-Buchse
29	3	M10 x 50mm Zylinderbolzen	72	1	Pfosten
30	4	M10 x 30mm Zylinderschraube	73	4	Großer Stoßdämpfer
31	22	M10 Unterlegscheibe	74	16	M4 x 3mm Gewindestift
32	7	M10 Kontermutter	75	13	M8 x 25mm Zylinderschraube
33	2	M6 x 20mm Schraube	76	4	M10 x 35mm Zylinderschraube
34	6	M6 Unterlegscheibe	77	4	M6 x 30mm Zylinderbolzen
35	4	M6 x 15mm Linsenschraube	78	4	M8 x 20mm Schraube
36	4	Abdeckung	79	4	M6 x 12mm Unterlegscheibe
37	2	Innerer Trimm	80	17	M8 Unterlegscheibe
38	1	Rechte Nocke	81	1	Sitzabdeckung
39	10	25mm Sicherungsring	82	4	Kleiner Stoßdämpfer
40	1	Gewichtekabel	83	2	M10 x 65mm Zylinderbolzen
41	2	M10 x 70mm Zylinderbolzen	84	1	Abdeckplattenklammer
42	2	V-Rolle	85	2	Knopfmutter
43	1	Verankerungsriemen	*	—	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.





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