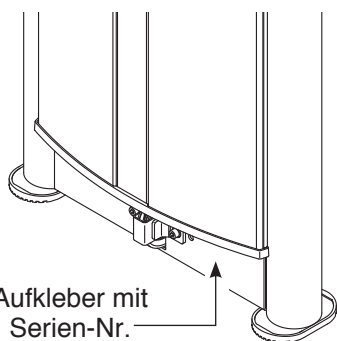


FREEMOTION® BICEPS

Modell-Nr. F810.0

Serien-Nr. _____

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



Aufkleber mit
Serien-Nr.

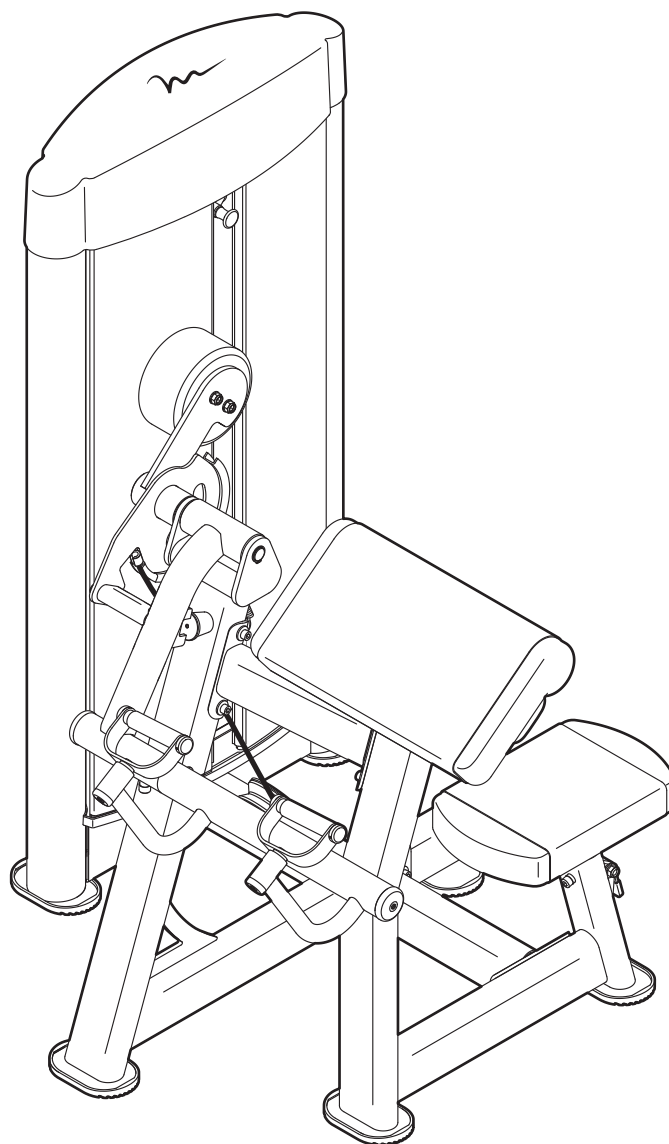
BEDIENUNGSANLEITUNG

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	18
WARTUNG UND FEHLERSUCHE	19
KABELDIAGRAMM	20
TEILELISTE	21
DETAILZEICHNUNG	22
SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN	Rückseite
BESCHRÄNKTE GARANTIE	Rückseite

FORMULA 409 ist ein eingetragenes Warenzeichen von The Clorox Company.
SIMPLE GREEN ist ein eingetragenes Warenzeichen von Sunshine Makers, Inc.
Teflon ist ein eingetragenes Warenzeichen von E. I. du Pont de Nemours and Company.
FREEMOTION ist ein eingetragenes Warenzeichen von ICON Health & Fitness, Inc.

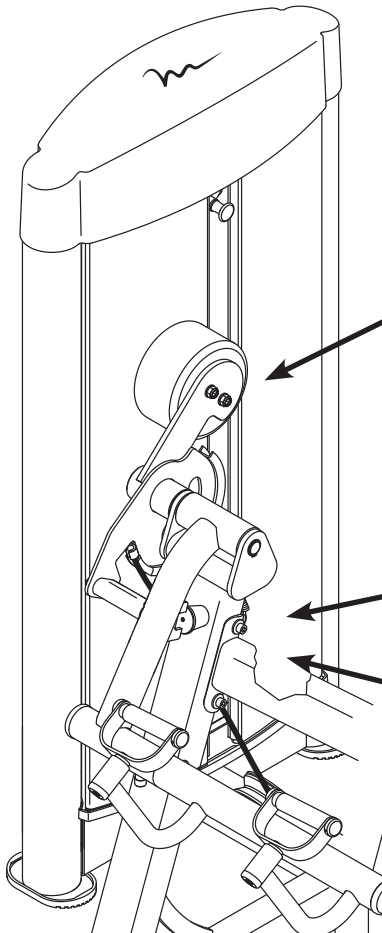
WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

⚠️ 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 ist.
4. Benutzen Sie die Kraftstation nur auf ebener Fläche. Legen Sie eine Unterlage unter der Kraftstation, um den Fußboden zu schützen.
5. Verankern Sie die Kraftstation am Boden an den erforderlichen Stellen oder dort, wo es möglich ist, mit Hilfe eines Verankerungsriemens, 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 zu haben, und darüber informiert sind, wie man die Kraftstation richtig benutzt.
7. Alle Benutzer der Kraftstation sollten angewiesen werden, Verletzungen oder abnormale Funktionstätigkeiten der Kraftstation sofort dem Einrichtungspersonal zu melden.
8. Kinder unter 13 Jahren und Haustiere sollten immer von der Kraftstation ferngehalten werden.
9. Die Kraftstation ist auf ein maximales Benutzergewicht von 159 kg zugelassen.
10. Tragen Sie während des Trainings immer Sportschuhe zum Schutz der Füße.
11. Halten Sie Hände und Füße von beweglichen Teilen fern. Lehen 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. Überprüfen Sie jeden Kabel, jede Kabelverbindung und Rolle bevor jedem Gebrauch der Kraftstation. Sorgen Sie dafür, dass alle Teile richtig festgezogen sind. Ersetzen Sie sofort alle abgenutzten Teile.
14. Achten Sie darauf, dass die Kabel immer auf den Rollen aufliegen. Falls ein Kabel während des Trainings stecken bleibt, 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.
15. Übermäßiges Trainieren kann zu ernsthaften Verletzungen oder sogar zum Tod führen. Sollten Sie sich einer Ohnmacht nahe fühlen, kurzatmig werden oder Schmerzen während des Trainings verspüren, beenden Sie sofort das Training und ruhen Sie sich aus.

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 GröÙe 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 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 Gewichtsplatte 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 PERSONENSCHADEN VON SICH TRAGEN.

⚠ VORSICHT

Der Gewichtsrohrenstift muss vollständig in die Gewichtsplatte eingefügt sein.

BEVOR SIE ANFANGEN

Wir bedanken uns dafür, dass Sie sich für die FREEMOTION® EPIC™ BICEPS (Bizeps) 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.

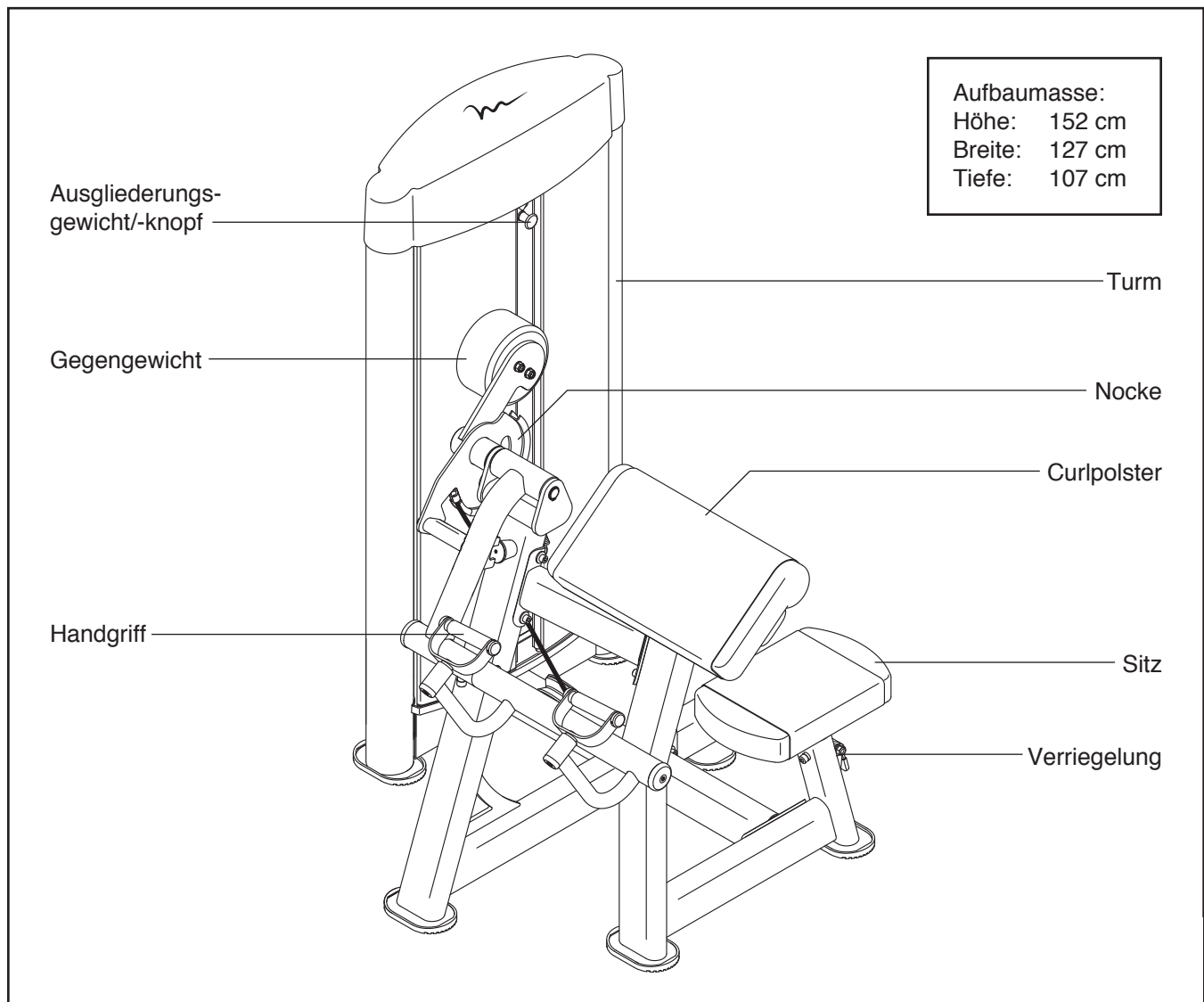
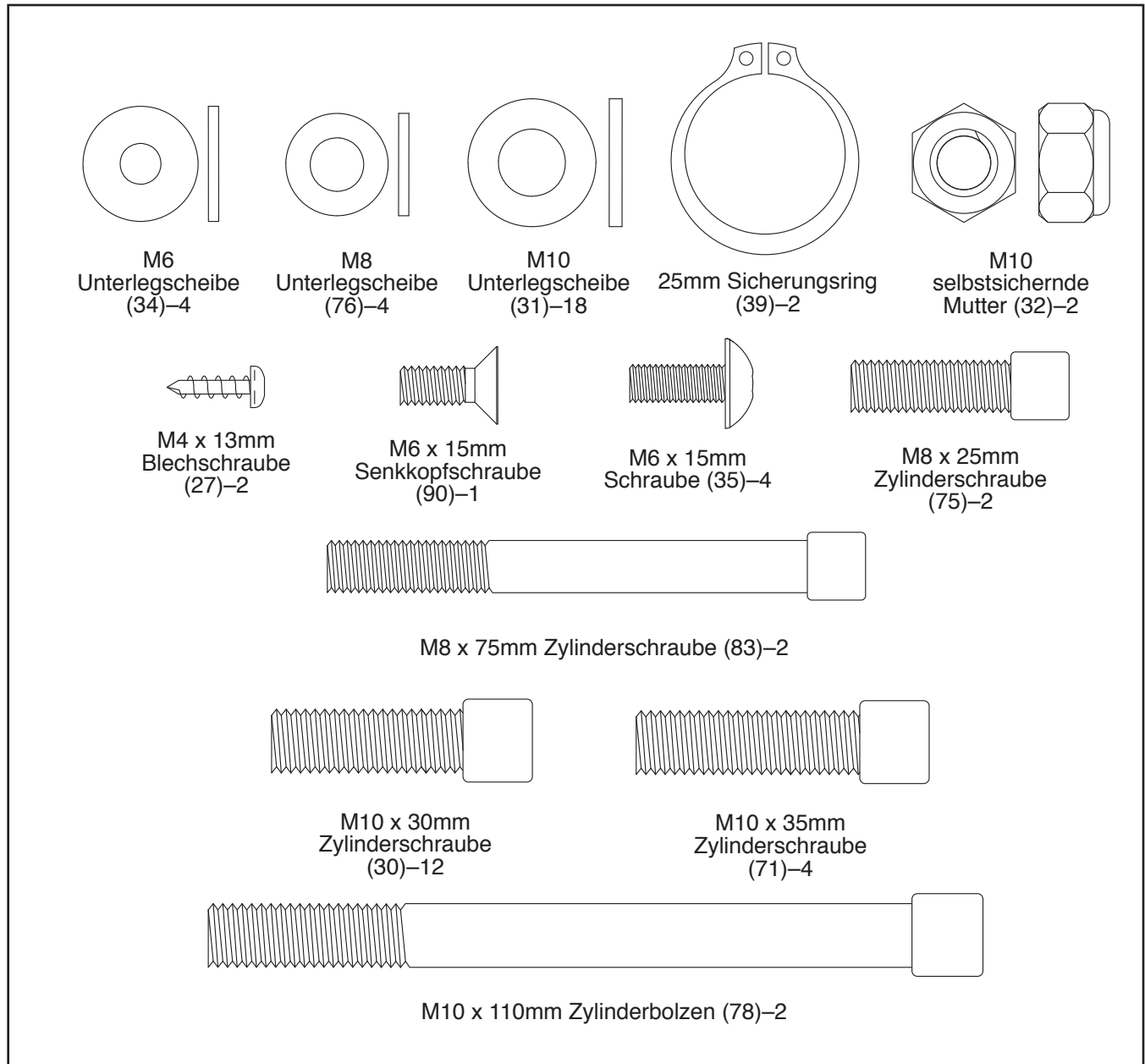


DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE

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. Um aus bestehende Teile nicht zu beschädigen, sollten Sie bei der Montage keine Elektrowerkzeuge verwenden.**



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 

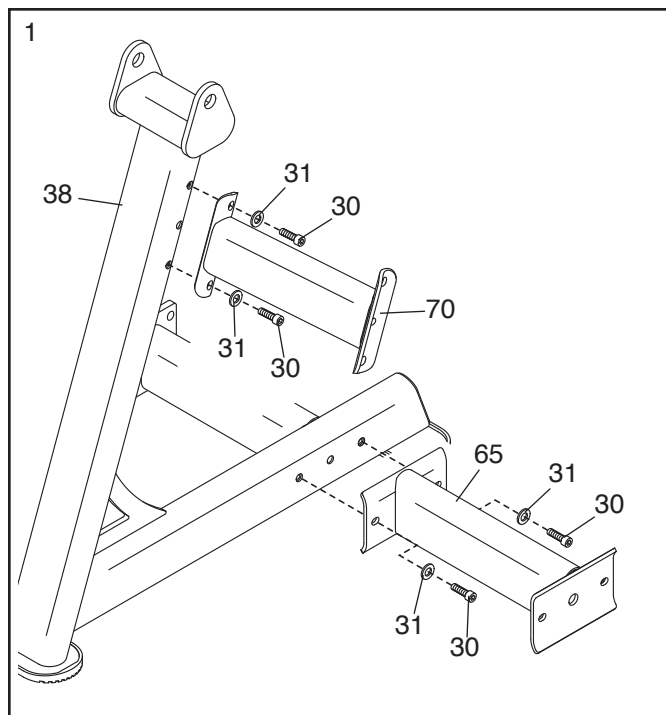
Ein Satz metrischer Sechskantschlüssel 

Sprengringzange 

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

1. Bringen Sie die Untere Querstange (65) mit zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) und zwei M10 Unterlegscheiben (31) an den Hauptrahmen (38) an. **Ziehen Sie die Zylinderschrauben noch nicht fest.**

Bringen Sie die obere Querstange (70) auf die gleiche Weise an den Hauptrahmen (38) an.

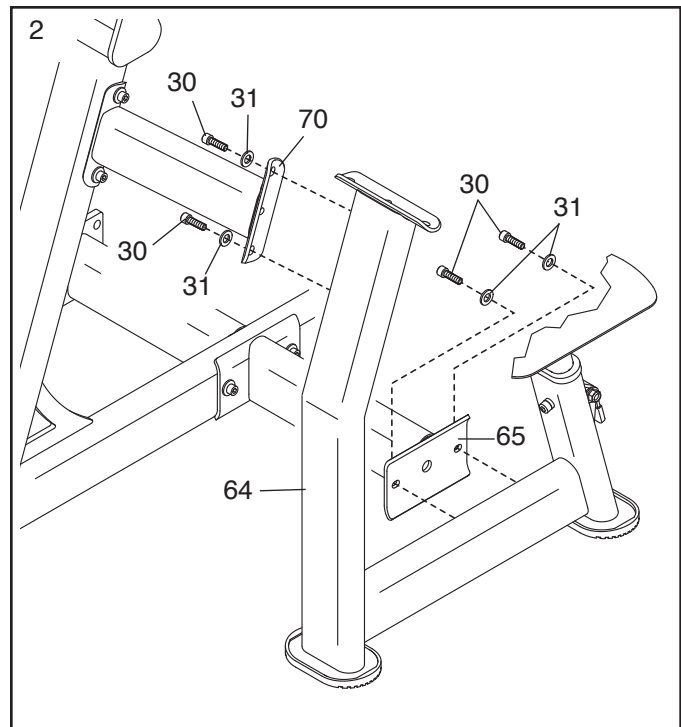


2. Bringen Sie die Untere Querstange (65) mit zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) und zwei M10 Unterlegscheiben (31) an den Polsterrahmen (64) an. **Ziehen Sie die Zylinderschrauben noch nicht fest.**

Bringen Sie die obere Querstange (64) auf die gleiche Weise an den Polsterrahmen (70).

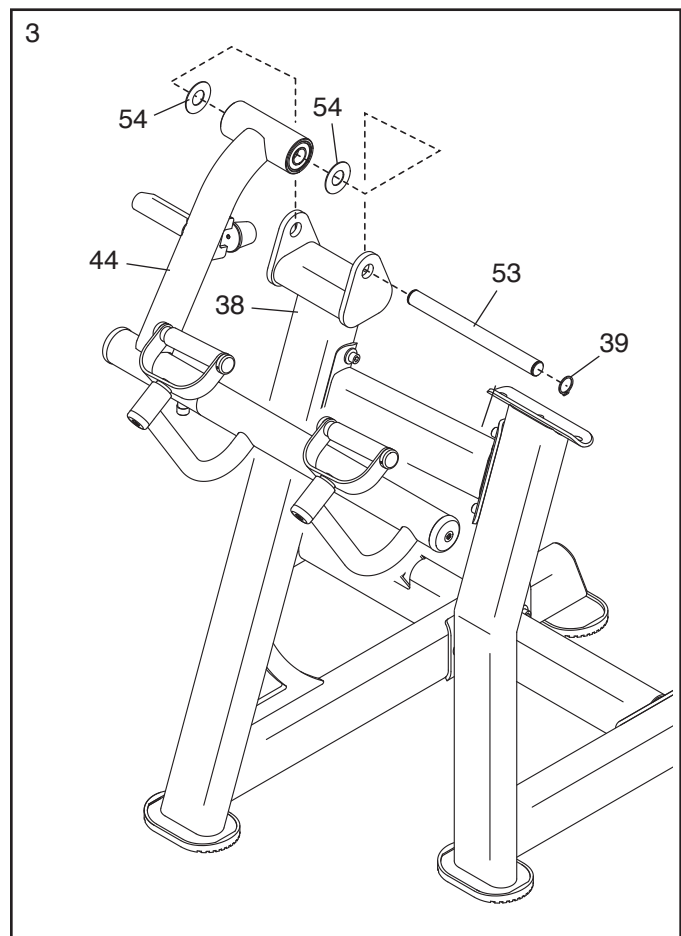
Ziehen Sie die vier M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) an, die in diesem Schritt verwendet wurden.

Siehe Schritt 1. Ziehen Sie die vier M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) an, die in Schritt 1 verwendet wurden.



3. Befestigen Sie einen 25mm Sicherungsring (39) an ein Ende der Achse (53).

Lassen Sie eine zweite Person das Ende des Drehrahmens (44) und zwei Plastikscheiben (54) innerhalb der Klammer am oberen Ende des Hauptrahmens (38) halten. Führen Sie die Achse (53) durch die Klammer, Plastikscheiben und den Drehrahmen.



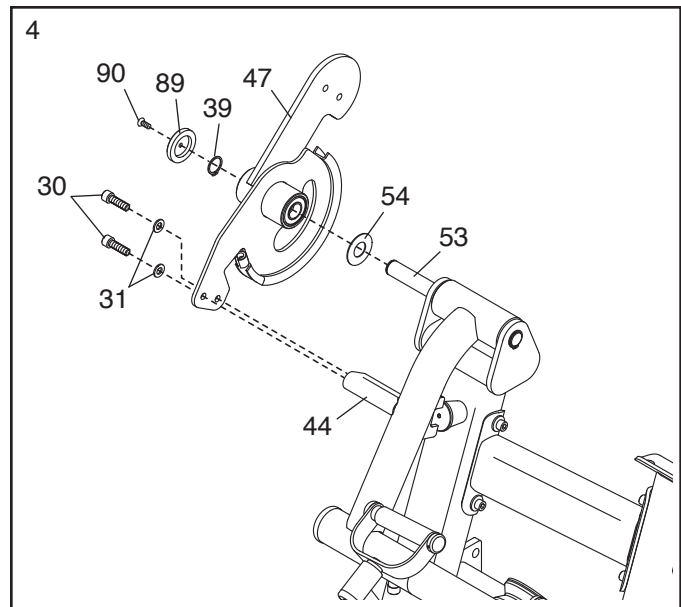
4. Richten Sie die Nocke (47) wie abgebildet aus.

Schieben Sie eine Plastikscheibe (54) und die Nocke (47) auf die Achse (53).

Bringen Sie als nächstes ein 25mm Sicherungsring (39) an die Achse (53) an.

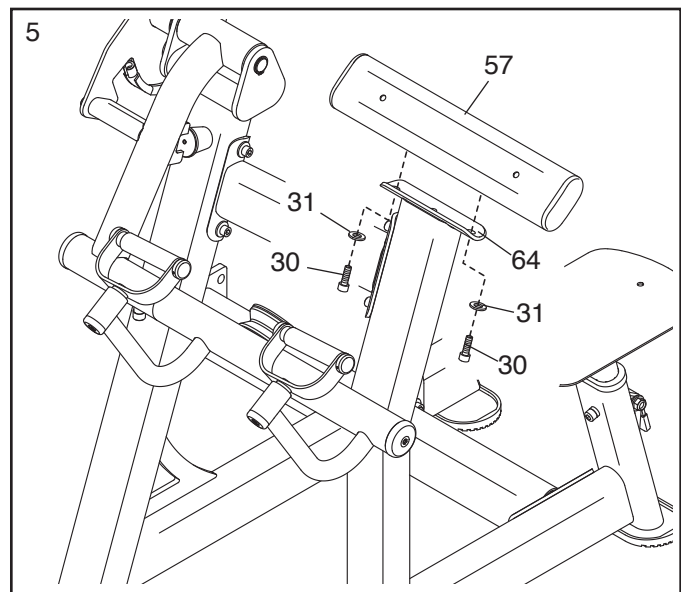
Anschließend, befestigen Sie die Lagerabdeckung (89) an die Achse (53) mit einer M6 x 15mm Senkkopfschraube (90).

Bringen Sie das untere Ende der Nocke (47) mit zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) und zwei M10 Unterlegscheiben (31) an den Drehrahmen (44).

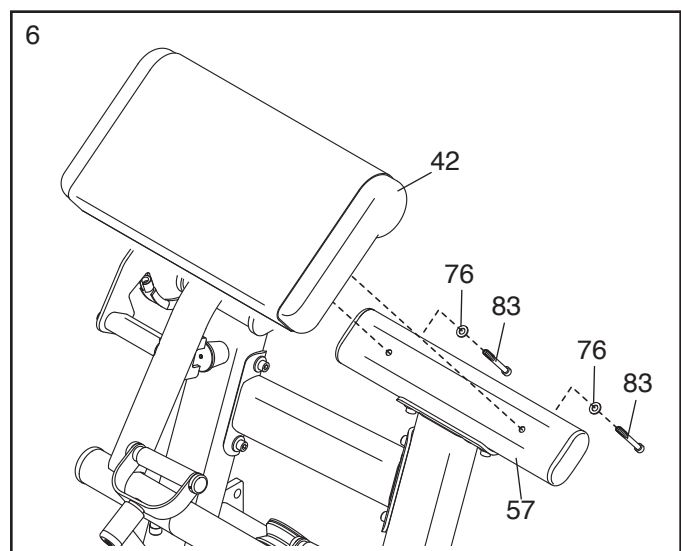


5. Richten Sie den Curlpolsterrahmen (57) wie abgebildet aus.

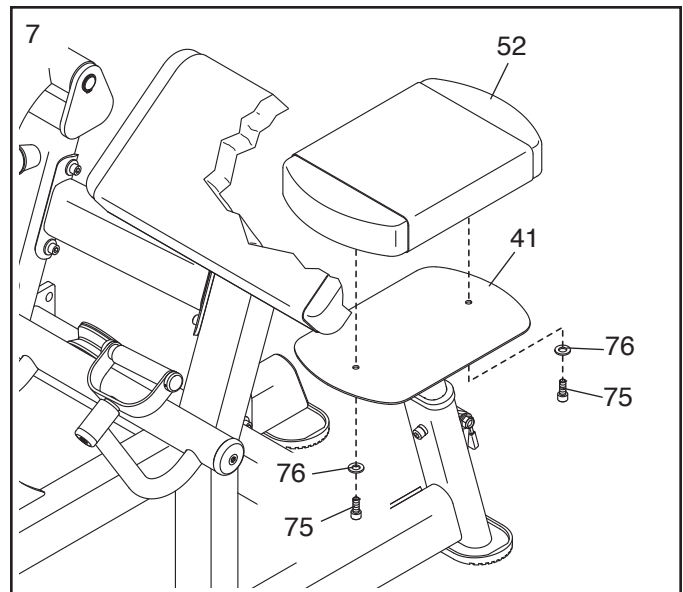
Bringen Sie den Curlpolsterrahmen (57) mit zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) und zwei M10 Unterlegscheiben (31) an den Polsterrahmen (64).



6. Bringen Sie den Curlpolster (42) mit zwei M8 x 75mm Zylinderschrauben (83) und zwei M8 Unterlegscheiben (76) an den Curlpolsterrahmen (57) an.

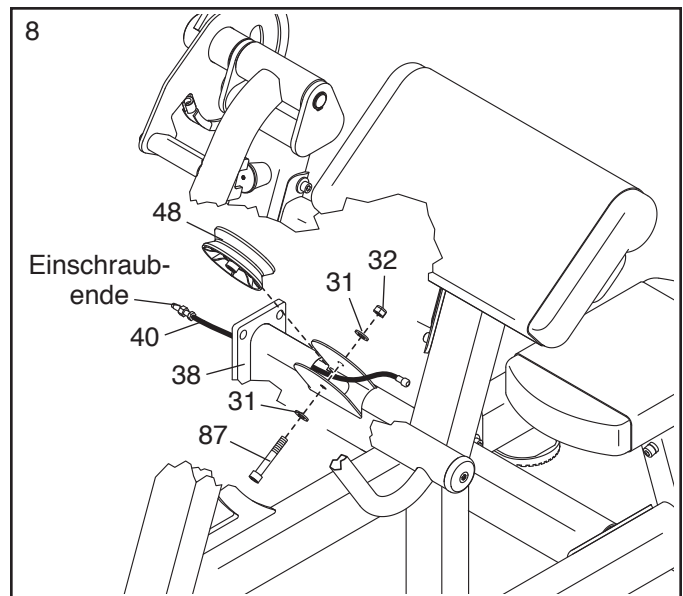


7. Bringen Sie den Sitz (52) mit zwei M8 x 25mm Zylinderschrauben (75) und zwei M8 Unterlegscheiben (76) an den Sitzrahmen (41) an.

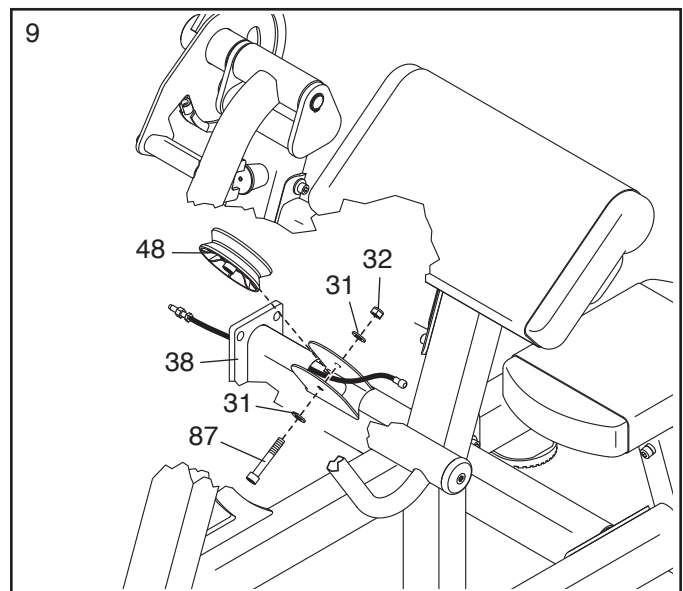


8. Entfernen Sie alle Teile (31, 32, 48 und 87) von der Rollenklammer am Hauptrahmen (38).

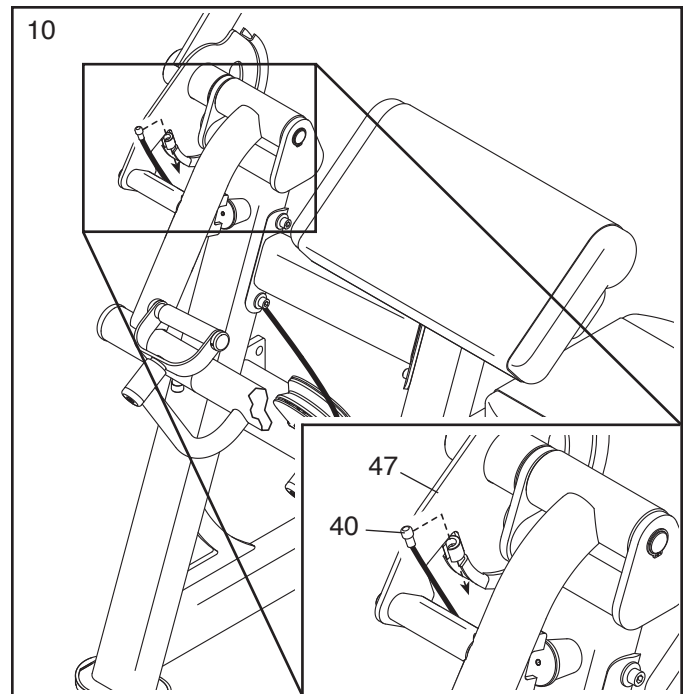
Richten Sie den Kabel (40) wie abgebildet aus
und führen Sie es durch den Hauptrahmen (38)
und die Rollenklammer.



9. Bringen Sie die V-Rolle (48) mit dem M10 x 70mm Zylinderbolzen (87), zwei M10 Unterlegscheiben (31) und der M10 selbstsichernde Mutter (32), die Sie in Schritt 8 entfernt haben, innerhalb der Rollenklammer am Haupttrahmen (38) an.



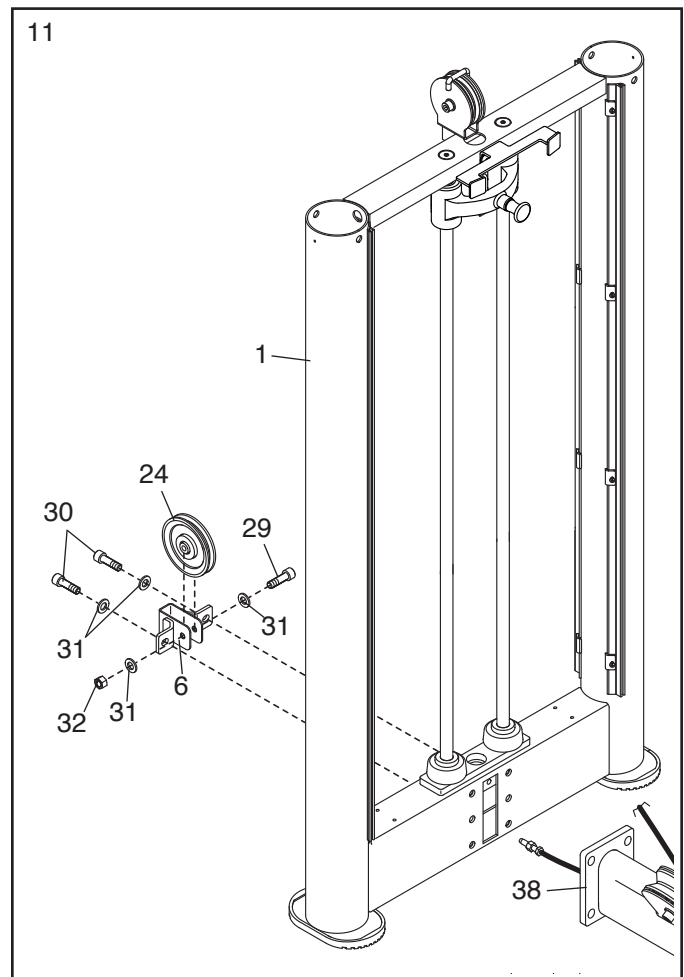
10. **Siehe eingesetzte Detailzeichnung.** Drücken Sie das Ende des Kabels (40) in den Zylinder der Nocke (47) so weit wie möglich.



11. Richten Sie den Turmrahmen (1) wie abgebildet aus und setzen Sie ihn nahe dem Hauptrahmen (38). **Lassen Sie eine zweite Person den Turmrahmen halten, bis Sie Schritt 12 vollendet haben, um ein Umkippen zu vermeiden.**

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

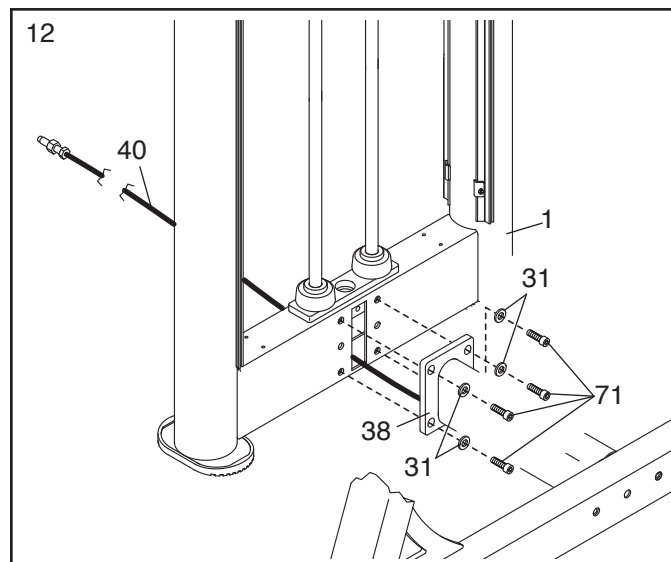
Entfernen Sie als nächstes alle Teile (24, 29, 31 und 32) von der Rollenklammer (6).



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

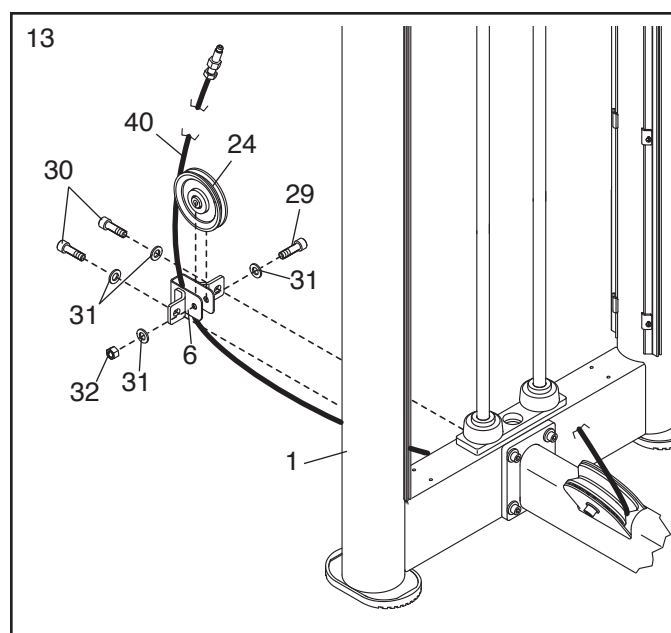
Befestigen Sie den Hauptrahmen (38) an den Turmrahmen (1) mit vier M10 x 35mm Zylinderschrauben (71) und vier M10 Unterlegscheiben (31).

Siehe Schritte 1 und 2. Ziehen Sie die acht M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) an, die in Schritt 1 verwendet wurden.



13. 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 selbstsichernde Mutter (32), die Sie in Schritt 11 entfernt haben.

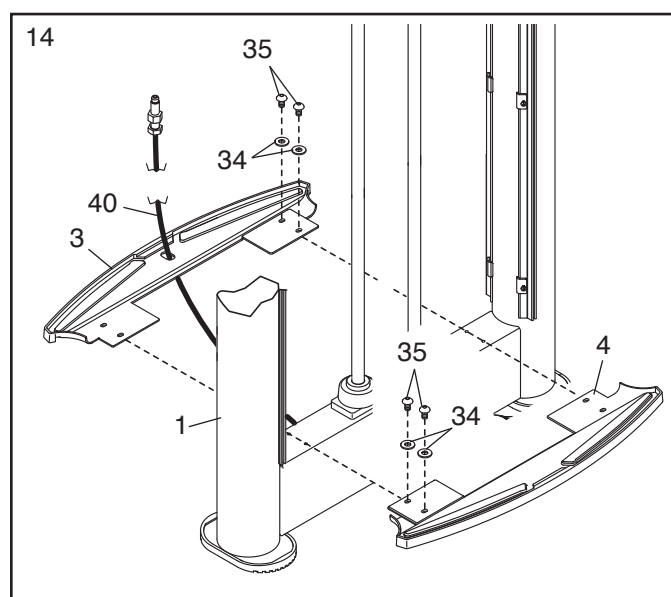
Dann befestigen Sie die Rollenklammer (6) an den Turmrahmen (1) mit den zwei M10 x 30mm Zylinderschrauben (30) und den zwei M10 Unterlegscheiben (31), die Sie in Schritt 11 entfernt haben.



14. Identifizieren Sie die Hintere Abdeckungsbasis (3), die 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).



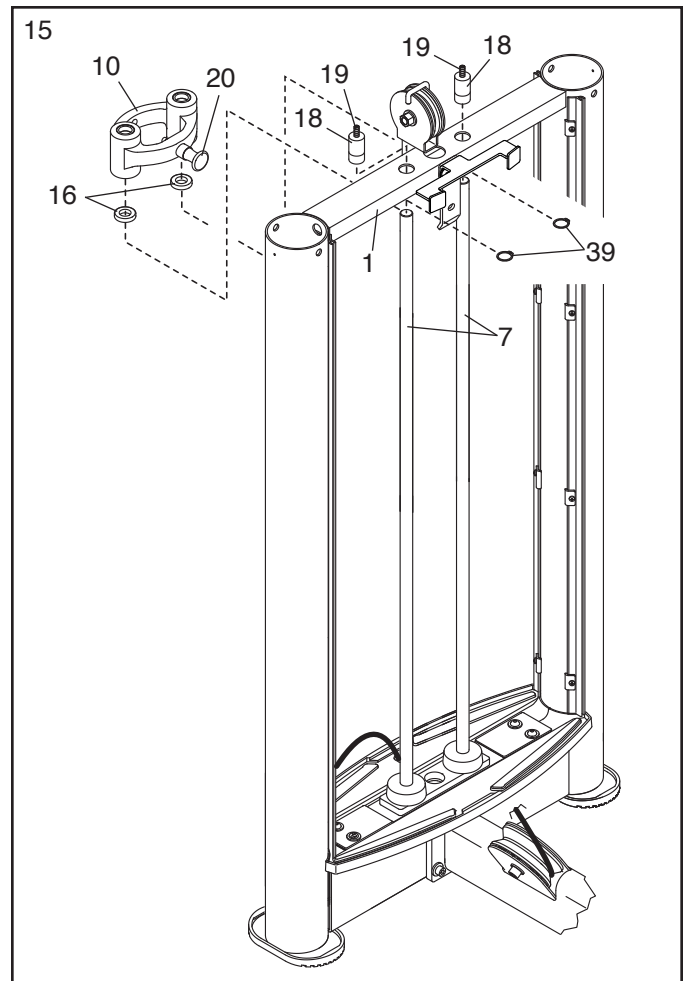
15. Ziehen Sie am Ausgliederungsgewichtsknopf (20) und schieben Sie das Ausgliederungsgewicht (10) nach unten auf die Gewichtsgleitstangen (7).

Lockern Sie die zwei M8 x 35mm Gewindestifte (19) um ein paar ganze Umdrehungen. **Es ist nicht nötig, die Gewindestifte zu entfernen.**

Schauen Sie unter das obere Ende des Turmrahmens (1) und entfernen Sie die zwei 25mm Sicherungsringe (39) von den zwei Gewichtsgleitstangenbuchsen (18).

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

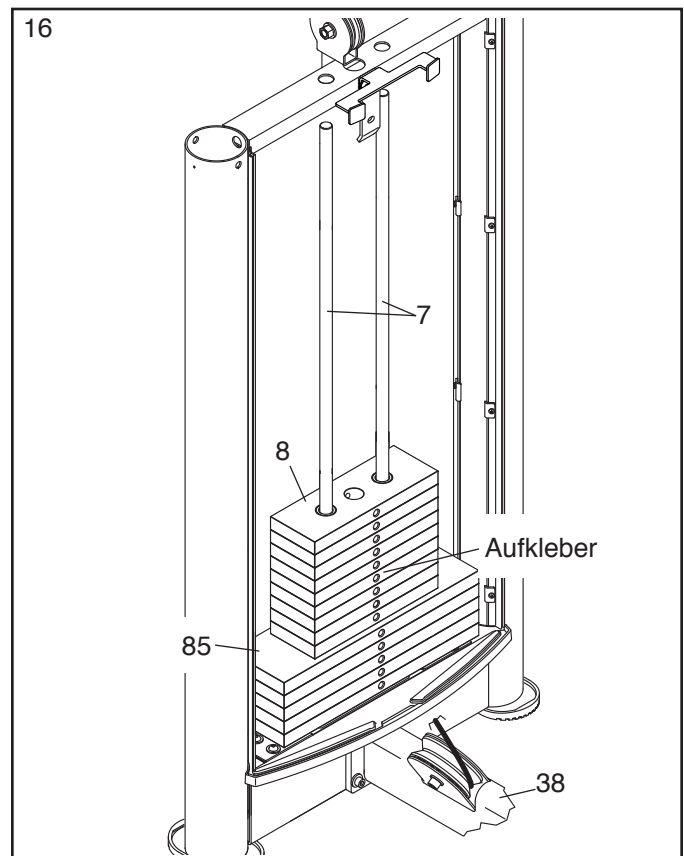
Als nächstes kippen Sie die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (7) nach vorne oder nach hinten und schieben Sie das Fallgewicht (10) und die oberen Gewichtsstoßdämpfer (16) nach oben und heben Sie diese von den Gewichtsgleitstangen herunter.



16. Schauen Sie sich die Aufkleber an den fünf 20-Pfund Gewichten (85) an und finden Sie den Aufkleber, der die **höchste** Nummer hat. Richten Sie das 20-Pfund Gewicht so aus, dass der Aufkleber dem Hauptrahmen (38) zugewandt ist, und schieben Sie das 20-Pfund Gewicht auf die Gewichtsgleitstangen (7).

Wiederholen Sie diesen Schritt mit den übrigen 20-Pfund Gewichten (85).

Wiederholen Sie dann diesen Schritt mit den neun 10-Pfund Gewichten (8).



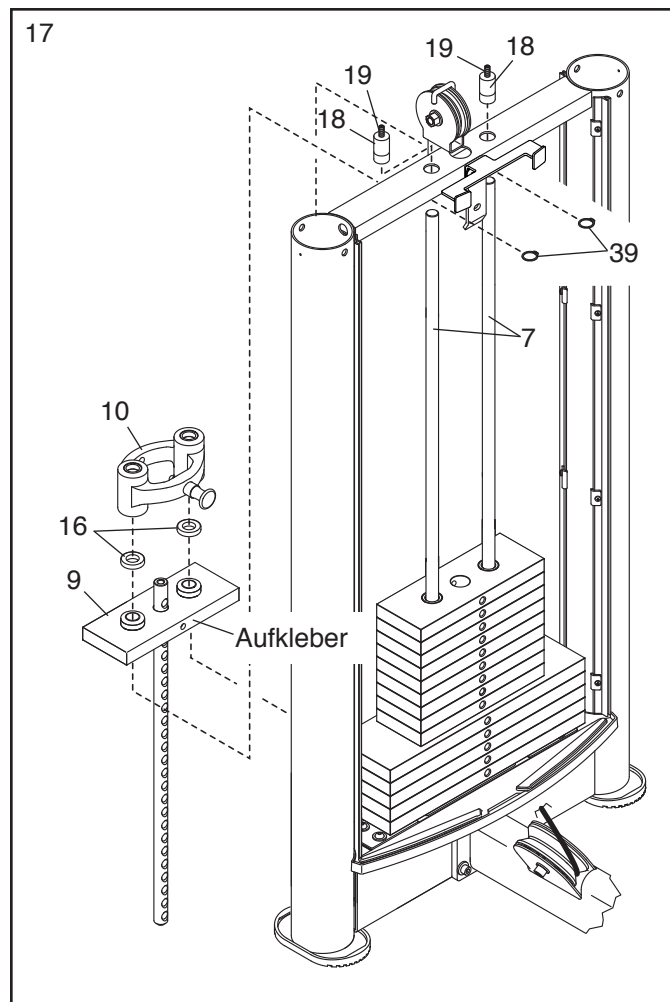
17. Legen Sie das Obere Gewicht (9) und das Ausgliederungsgewicht (10) wie abgebildet aus.

Schieben Sie das obere Gewicht (9), die zwei Oberen Gewichtsstoßdämpfer (16), das Ausgliederungsgewicht (10) und die zwei 25mm Sicherungsringe (39) auf die Gewichtsgleitstangen (7).

Als nächstes schieben Sie die zwei Gewichtsgleitstangenbuchsen (18) auf die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (7).

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

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

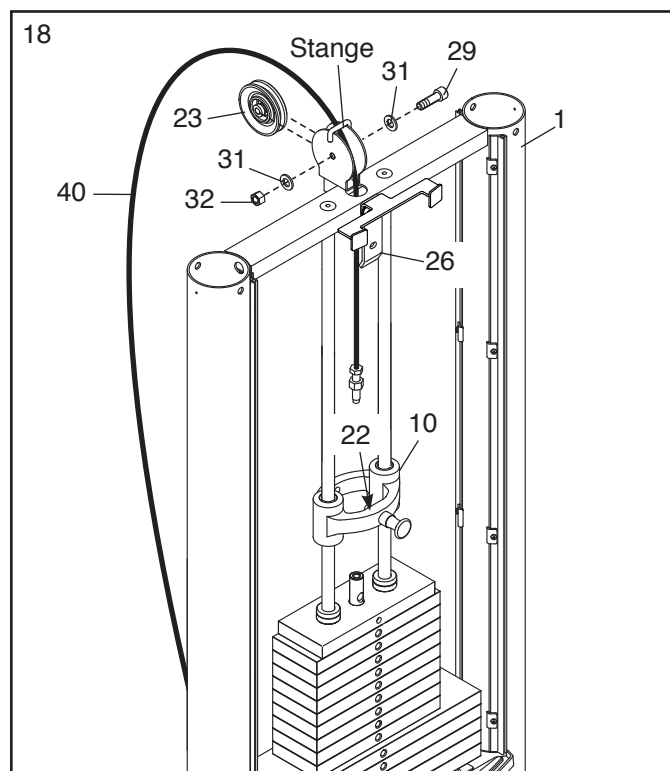


18. Entfernen Sie alle Teile (23, 29, 31 und 32) von der Rollenklammer am Turmrahmen (1).

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 selbstsichernde Mutter (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.**

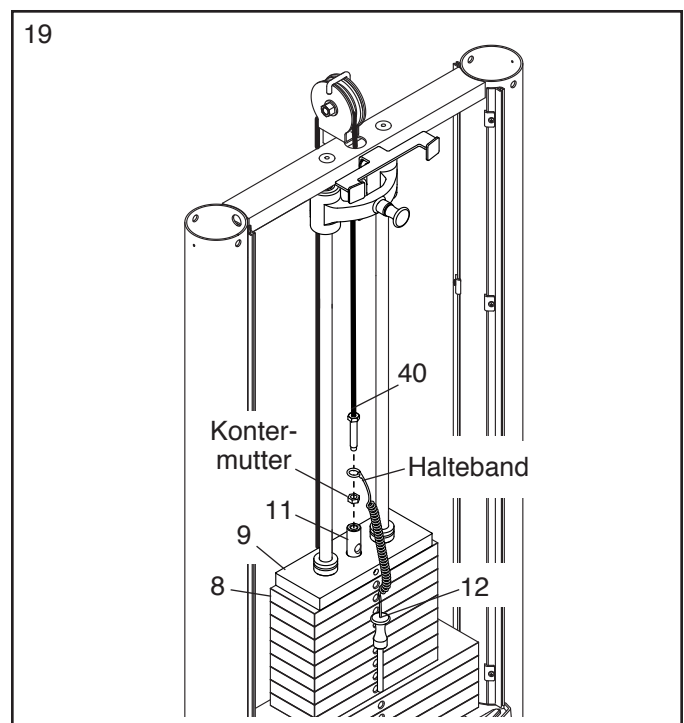
Als nächstes, schieben Sie das Ausgliederungsgewicht (10) nach oben, bis der Ausgliederungsgewichtsstift (22) in das Loch in der Absperrungsklammer (26) einrastet. **Sorgen Sie dafür, dass der Ausgliederungsgewichtsstift im Loch eingerastet ist.**



19. 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.

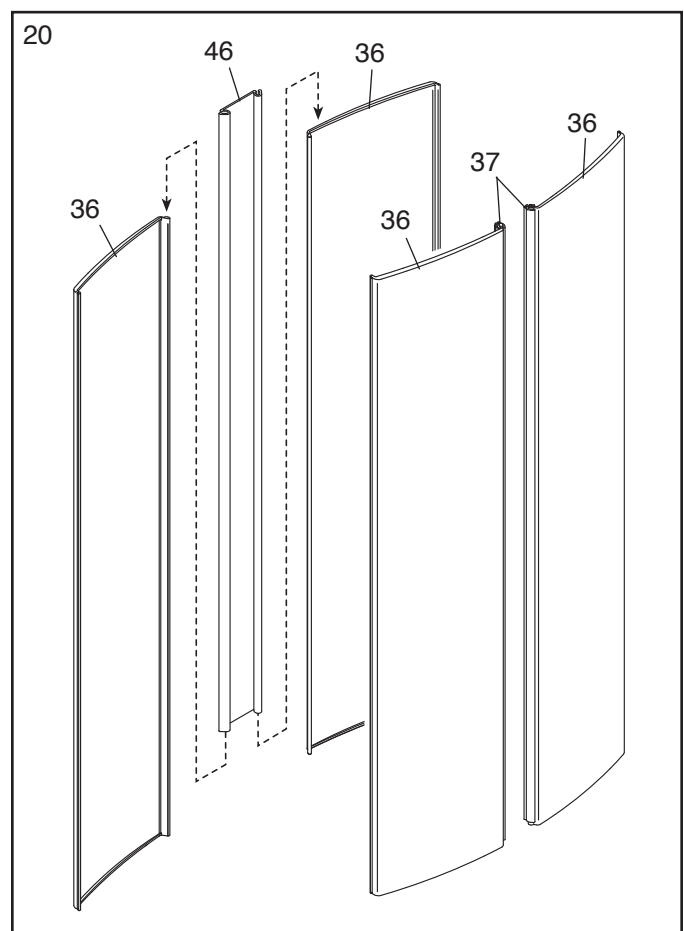
Ziehen Sie das Ende des Kabels (40) in die Gewichtsröhre (11) fest, bis das Obere Gewicht (9) von den 10-Pfund Gewichten (8) abgehoben wird. Dann lockern Sie das Ende des Kabels bis das obere Gewicht nur auf den 10-Pfund Gewichten ruht.

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

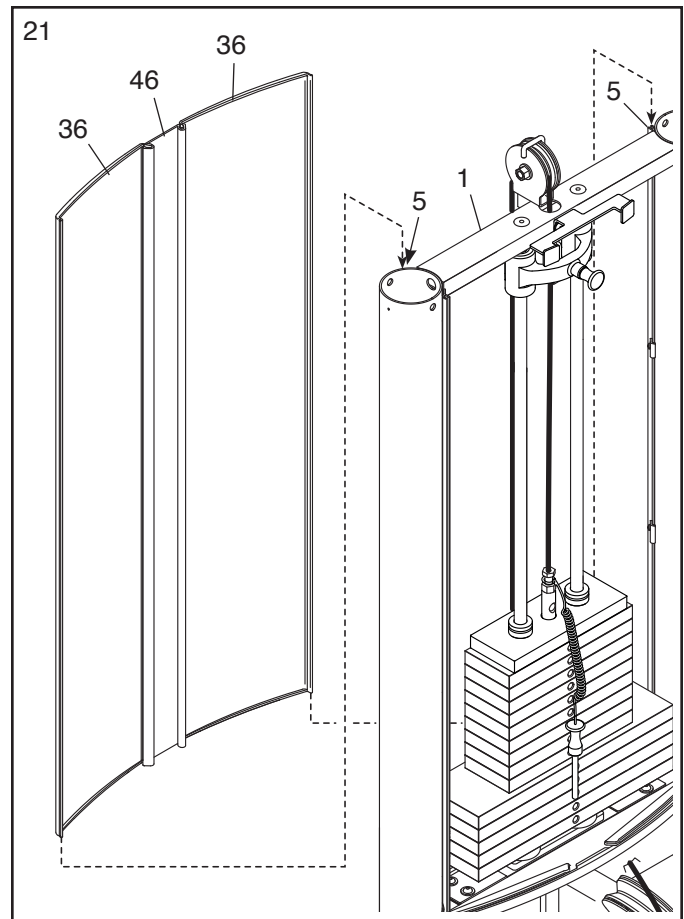


20. Sehen Sie sich die vier Abdeckungen (36) an und finden Sie die zwei Abdeckungen mit Streifen von Inneren Trimm (37) und die zwei Abdeckungen, die keine haben.

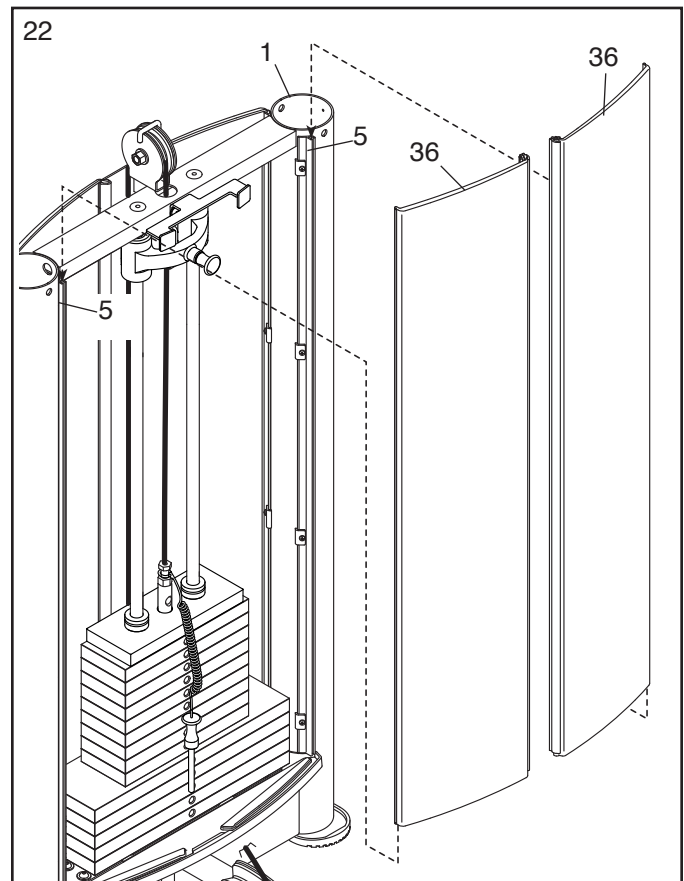
Schieben Sie die Abdeckungsplatte (46) nach unten auf die zwei Abdeckungen (36), die **keine** Streifen von Inneren Trimm (37) haben.



21. Schieben Sie die zwei Abdeckungen (36) mit der Abdeckungsplatte (46) nach unten in die zwei Streifen des Äußeren Trimms (5) auf der Rückseite des Turmrahmens (1).

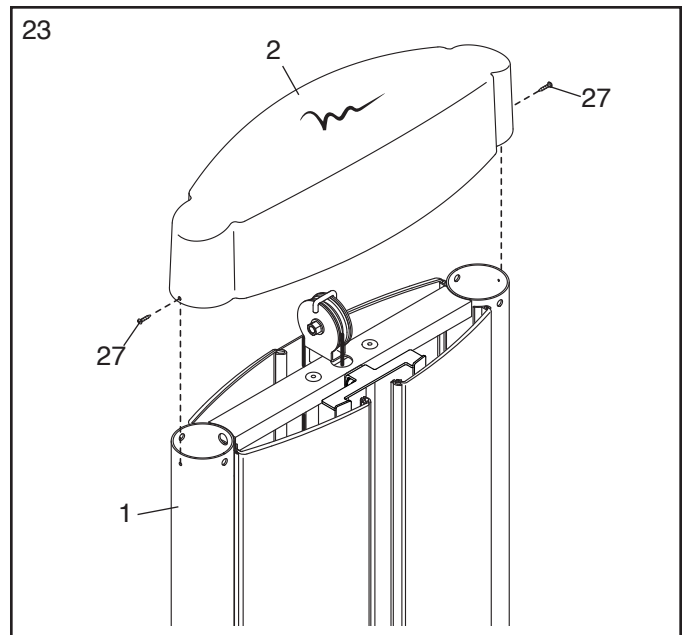


22. Schieben Sie die zwei übrig gebliebenen Abdeckungen (36) nach unten in die zwei Streifen des Äußeren Trimms (5) auf der Vorderseite des Turmrahmens (1).

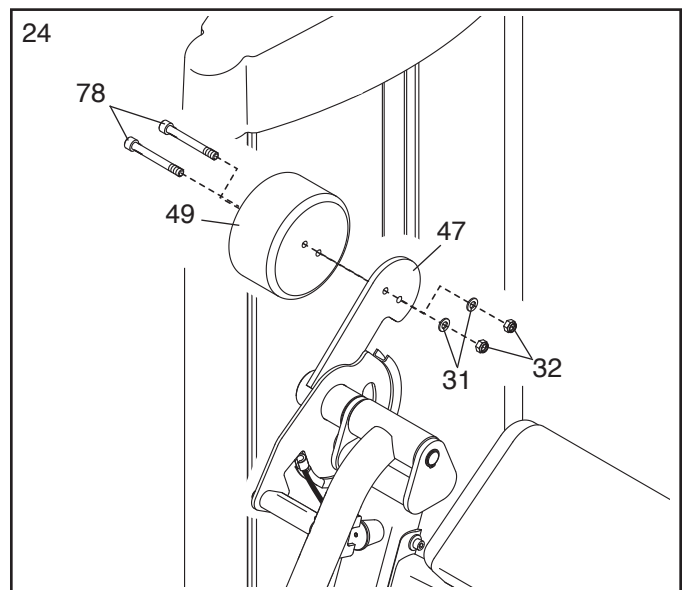


23. Legen Sie die Turmkappe (2) wie angezeigt aus.

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



24. Bringen Sie das Gegengewicht (49) mit zwei M10 x 110mm Zylinderbolzen (78), zwei M10 Unterlegscheiben (31) und zwei M10 selbstsichernde Muttern (32) an die Nocke (47) an.



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

EINSTELLUNG

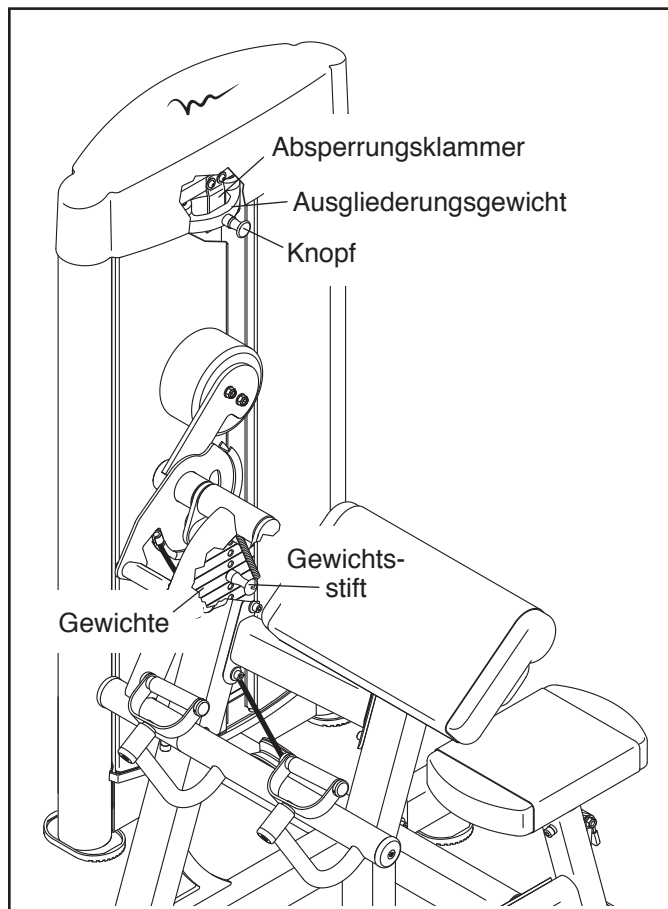
Hier finden Sie Anleitungen, wie man die Kraftstation einstellen kann. Vergewissern Sie sich vor jedem Gebrauch der Kraftstation, dass alle Teile richtig festgezogen sind. Ersetzen Sie sofort alle abgenutzten Teile.

DEN WIDERSTAND EINSTELLEN

Um die Menge 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.

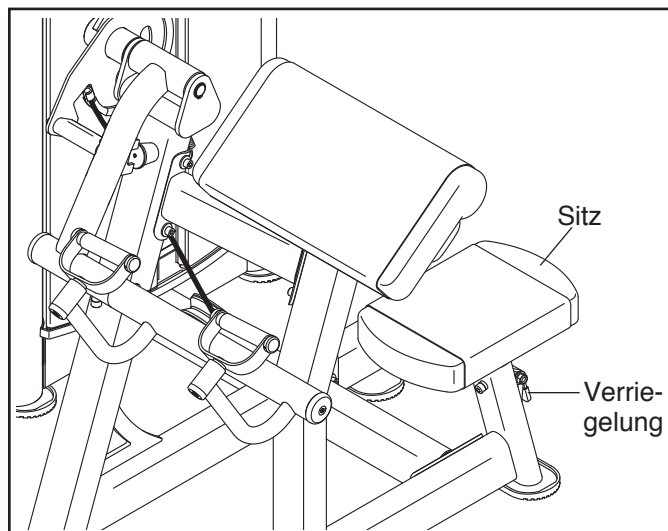
Um 5 Pfund Widerstand hinzuzufügen, ziehen Sie am angezeigten Knopf und senken Sie den Ausgliederungsgewicht auf den Gewichtsstapel.

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



DEN SITZ EINSTELLEN

Um die Höhe des Sitzes einzustellen, drücken Sie die Verriegelung, erhöhen oder senken Sie den Sitz auf die gewünschte Position und lassen Sie die Verriegelung los. **Bewegen Sie den Sitz leicht nach oben oder unten, um sicherzugehen, dass die Verriegelung in eines der Verstelllöcher im Sitzrahmen (nicht abgebildet) 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

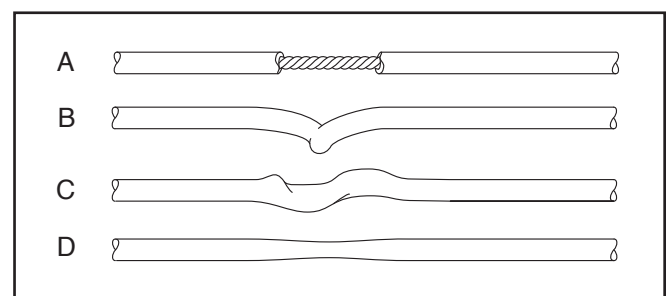
Hardware

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



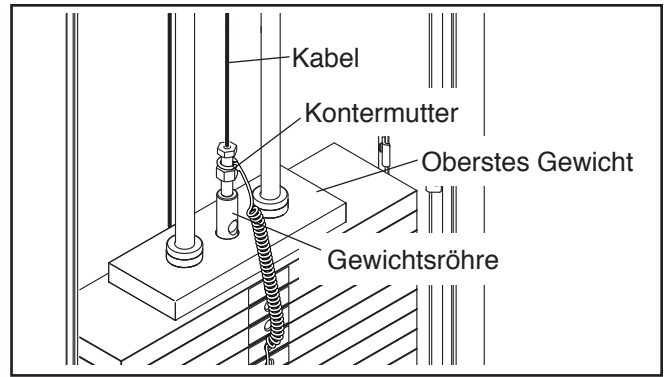
Kabeleinstellung

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

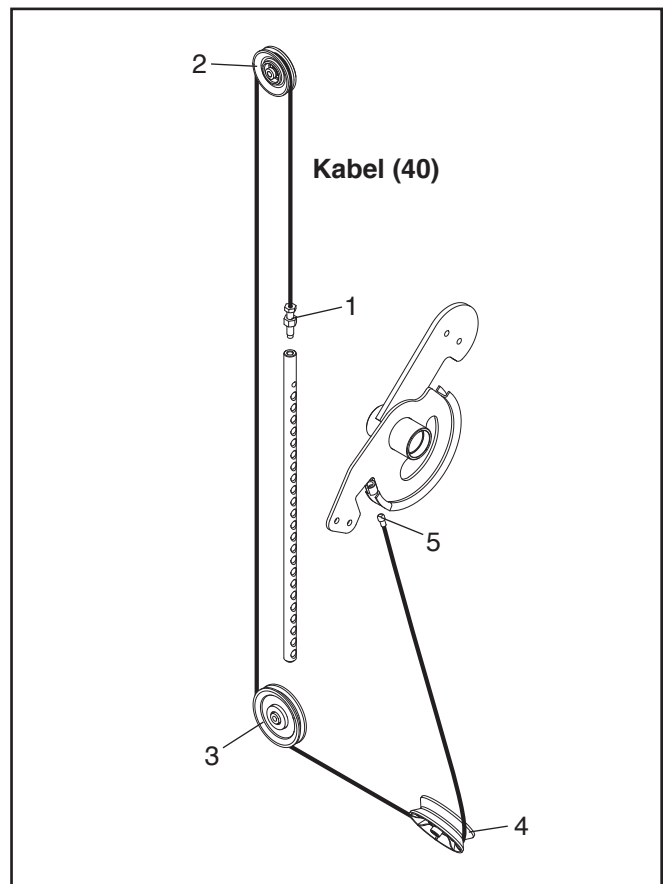
Untersuchen Sie die Griffe, und tauschen Sie diese falls notwendig aus.

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 Kabeldiagramm zeigt die korrekte Führung jedes Kabels. Die Zahlen geben die richtige Reihenfolge beim Verlegen des Kabels an. 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.**

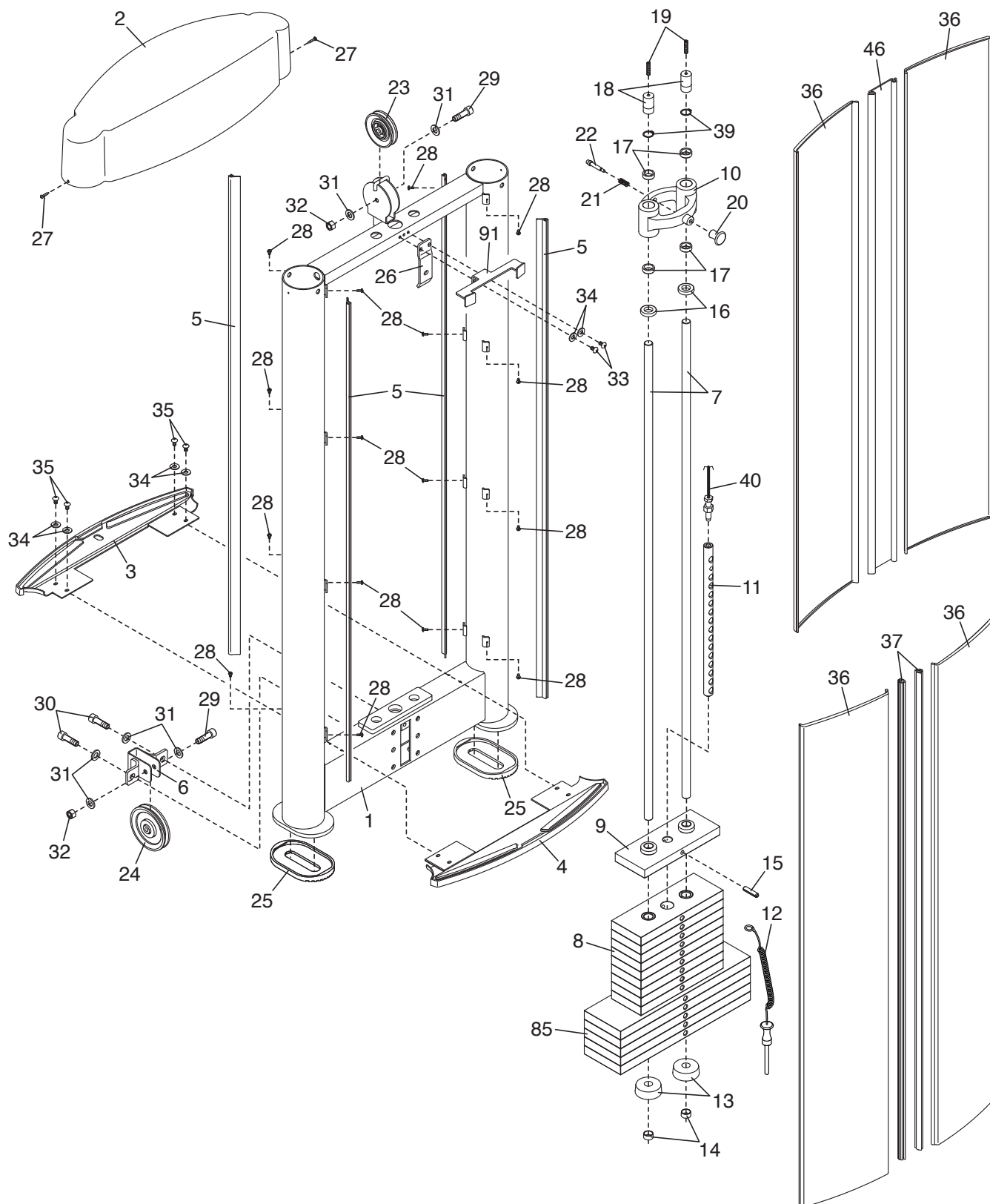


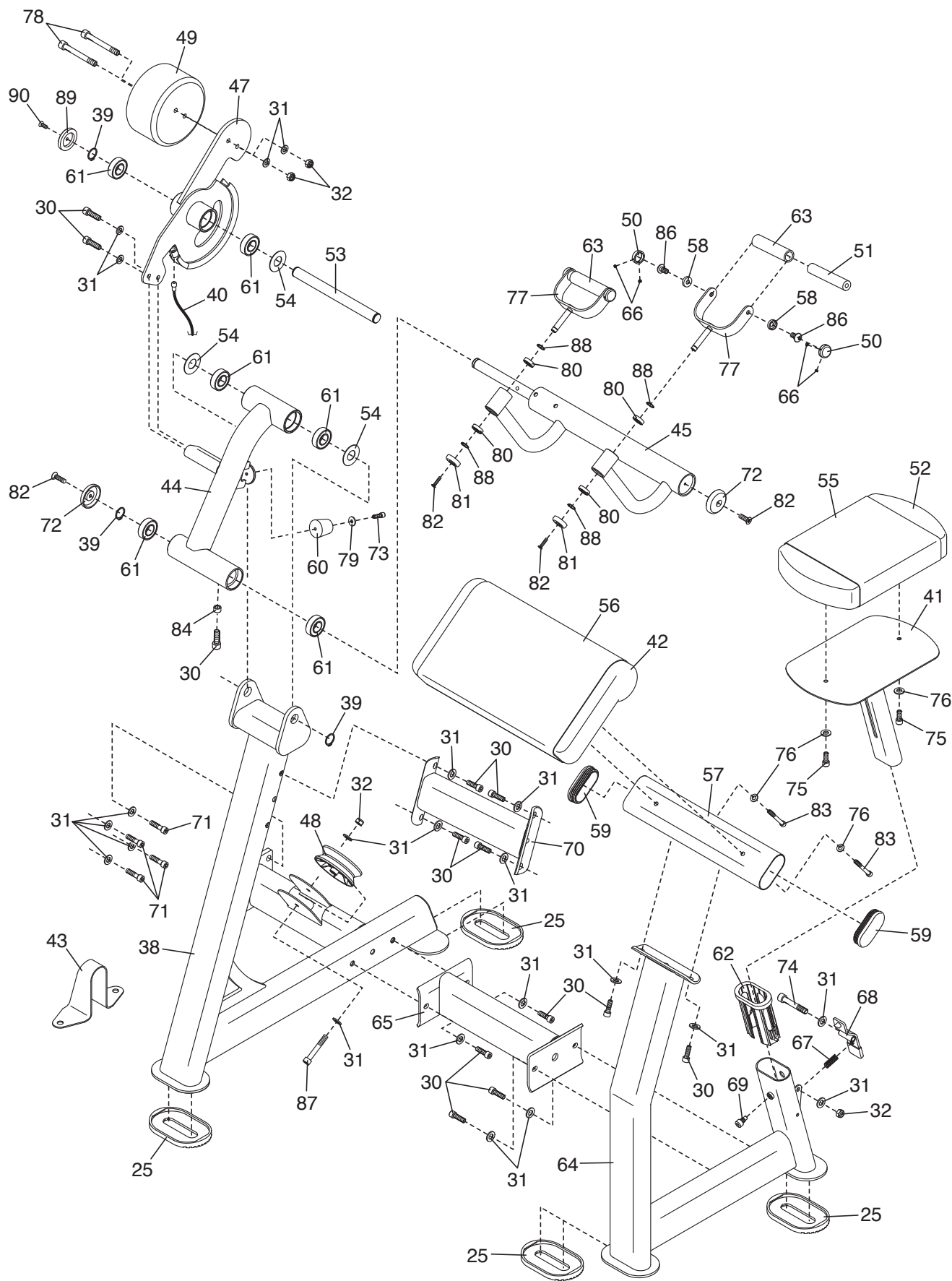
TEILELISTE

Modell-Nr. F810.0 R1215A

Nr.	Anzahl	Beschreibung	Nr.	Anzahl	Beschreibung
1	1	Turmrahmen	47	1	Nocke
2	1	Turmkappe	48	1	V-Rolle
3	1	Hintere Abdeckungsbasis	49	1	Gegengewicht
4	1	Vordere Abdeckungsbasis	50	4	Griffkappe
5	4	Äußerer Trimm	51	2	Griff
6	1	Rollenklammer	52	1	Sitz
7	2	Gewichtsgleitstange	53	1	Achse
8	9	10-Pfund Gewicht	54	3	Plastikscheibe
9	1	Obere Gewicht	55	1	Sitzabdeckung
10	1	Ausgliederungsgewicht	56	1	Curlpolsterabdeckung
11	1	Gewichtsröhre	57	1	Curlpolsterrahmen
12	1	Gewichtsstift	58	4	Griffbuchse
13	2	Unterer Gewichtsstoßdämpfer	59	2	Ovale Kappe
14	2	Gewichtsgleitstangenkappe	60	1	Drehrahmenstoßdämpfer
15	1	Zylinderrolle	61	6	Großes Lager
16	2	Oberer Gewichtsstoßdämpfer	62	1	Sitzrahmenbuchse
17	4	Ausgliederungsgewichtbuchse	63	2	Handgriff
18	2	Gewichtsgleitstangenbuchse	64	1	Polsterrahmen
19	2	M8 x 35mm Gewindestift	65	1	Untere Querstange
20	1	Ausgliederungsgewichtsknopf	66	8	M4 x 3mm Gewindestift
21	1	Kleine Feder	67	1	Große Feder
22	1	Ausgliederungsgewichtsstift	68	1	Verriegelung
23	1	Kleine Rolle	69	1	Stopp-Schraube
24	1	Große Rolle	70	1	Obere Querstange
25	6	Fuß	71	4	M10 x 35mm Zylinderschraube
26	1	Absperrungsklammer	72	2	Große Rundkappe
27	2	M4 x 13mm Blechschraube	73	1	M6 x 30mm Zylinderschraube
28	16	M4 x 10mm Schraube	74	1	M10 x 65mm Zylinderbolzen
29	2	M10 x 50mm Zylinderbolzen	75	2	M8 x 30mm Zylinderschraube
30	15	M10 x 30mm Zylinderschraube	76	4	M8 Unterlegscheibe
31	28	M10 Unterlegscheibe	77	2	Griffklammer
32	6	M10 selbstsichernde Mutter	78	2	M10 x 110mm Zylinderbolzen
33	2	M6 x 20mm Schraube	79	1	M6 Kleine Unterlegscheibe
34	6	M6 Unterlegscheibe	80	4	Kleines Lager
35	4	M6 x 15mm Schraube	81	2	Kleine Rundkappe
36	4	Abdeckung	82	4	M6 x 25mm Schraube
37	2	Innerer Trimm	83	2	M8 x 75mm Zylinderschraube
38	1	Hauptrahmen	84	1	Begrenzte Buchse
39	5	25mm Sicherungsring	85	5	20-Pfund Gewicht
40	1	Kabel	86	4	M10 x 20mm Schraube
41	1	Sitzrahmen	87	1	M10 x 70mm Zylinderbolzen
42	1	Curlpolster	88	4	12mm Sicherungsring
43	1	Verankerungsriemen	89	1	Lagerabdeckung
44	1	Drehrahmen	90	1	M6 x 15mm Senkkopfschraube
45	1	Griffrahmen	91	1	Abdeckungsklammer
46	1	Abdeckungsplatte	*	—	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

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

In den Vereinigten Staaten

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

Schreiben Sie an:
FreeMotion Fitness
1500 South 1000 West
Logan, UT 84321-9813
Vereinigte Staaten

Ausserhalb der Vereinigten Staaten

Rufen Sie: 001-800-527-5417 oder 001-435-786-3521,
Mo.–Fr. 6:00 - 15:00 Uhr USA Mountain Time
Email: intlcustomercare@freemotionfitness.com

BESCHRÄNKTE GARANTIE

GARANTIEZEITRÄUME UND UMFANG

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

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

KONDITIONEN UND EINSCHRÄNKUNGEN

Folgendes macht die Garantie dieses Produktes ungültig:

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

Diese Garantie trifft nicht auf Folgendes zu:

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

2. Abholungs- und Lieferungsgebühren oder Transportkosten die mit der Reparatur verbunden sind.
3. Jegliche Probleme die aufgrund unvorschriftsmäßiger Montage oder Lieferung zustande kommen.

WAS IST ZU TUN FALLS EIN SERVICE BENÖTIGT WIRD

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

FreeMotion Fitness ist nicht für indirekte, spezielle oder mittelbare Schäden haftbar, die von oder in Verbindung mit der Benutzung oder der Leistung dieses Produkts entstehen. Weiterhin ist FreeMotion Fitness auch nicht für Beschädigungen durch wirtschaftliche Verluste, Verlust von Besitz, Gewinnverluste, Verlust an der Freude oder Benutzung, oder die Kosten für die Entsorgung oder Montage, oder irgendwelche andere mittelbare Schäden haftbar. Einige Gebiete erlauben die Ausschließung oder Einschränkung von mittelbaren Schäden nicht. Dementsprechend, könnten die oben genannten Einschränkungen Sie nicht betreffen. Diese Garantie gibt Ihnen bestimmte Rechte, und Sie könnten auch andere Rechte haben, die von Region zu Region unterschiedlich sind.

FREEMOTION FITNESS KONTAKTIEREN

Siehe SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN oben.