

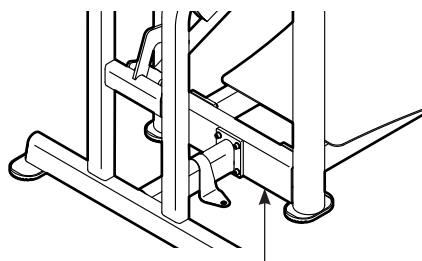
FREEMOTION®

WEIGHT ASSISTED DIP/CHIN

N° del Modello F812.0

N° di Serie _____

Riportare il numero di serie nello spazio soprastante per eventuali comunicazioni future.



Etichetta del N° di Serie

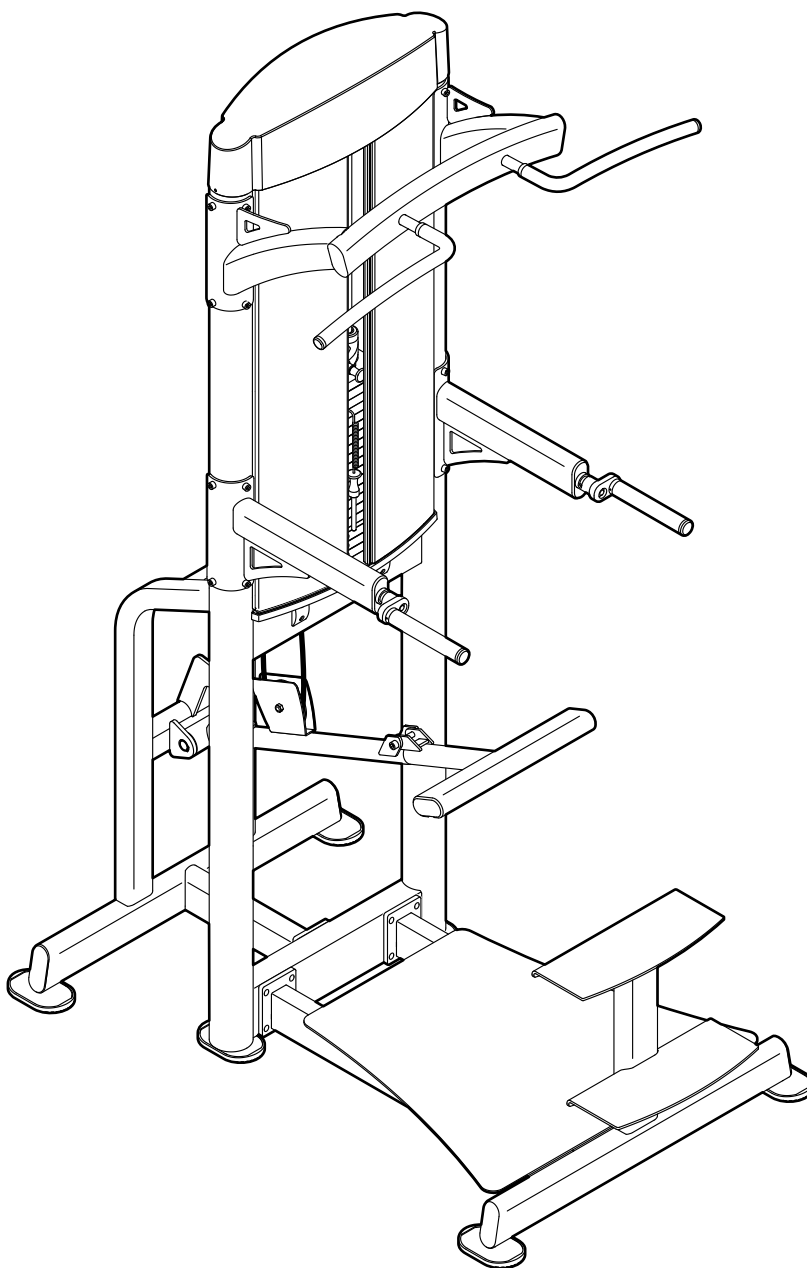
DOMANDE?

Se avete delle domande, o se ci sono delle parti danneggiate o mancanti, consultare la sezione **CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI** sul retrocopertina del presente manuale.

ATTENZIONE

Leggere tutte le istruzioni e precauzioni riportate in questo manuale prima di utilizzare questa attrezzatura. Conservare il manuale per ogni successivo riferimento.

MANUALE D'ISTRUZIONI



INDICE

PRECAUZIONI IMPORTANTI.....	3
POSIZIONE DELLE ETICHETTE DI AVVERTENZA.....	4
PRIMA DI INIZIARE.....	5
TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI	6
MONTAGGIO	7
REGOLAZIONI	18
MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE GUASTI	19
DIAGRAMMA CAVO	21
ELENCO PEZZI.....	24
DISEGNO ESPLOSO	25
CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI	Retrocopertina

PRECAUZIONI IMPORTANTI

⚠ AVVERTENZA: per ridurre il rischio di incidenti gravi, leggere tutte le precauzioni e le istruzioni importanti contenute nel presente manuale nonché tutte le avvertenze riportate sull'attrezzatura di potenziamento prima di iniziare a utilizzarla. FreeMotion Fitness non si assume alcuna responsabilità in caso di lesioni personali o danni causati o dovuti all'utilizzo dell'attrezzo.

1. Consultare un medico prima di iniziare qualsiasi programma di allenamento. In particolare coloro che hanno un'età superiore ai 35 anni o con problemi di salute preesistenti.
2. Utilizzare l'attrezzatura di potenziamento solo nel modo descritto nel presente manuale.
3. È responsabilità del proprietario assicurarsi che ci sia spazio sufficiente attorno all'attrezzatura di potenziamento per eseguire l'esercizio specifico. L'attrezzatura di potenziamento deve essere utilizzata da una sola persona.
4. Utilizzare l'attrezzatura di potenziamento esclusivamente sopra una superficie piana. Coprire il pavimento sotto l'attrezzatura di potenziamento per proteggerlo.
5. Fissare l'attrezzatura di potenziamento al pavimento con la staffa di ancoraggio, ove necessario o possibile, per assicurare la massima stabilità.
6. È responsabilità del proprietario assicurarsi che tutti gli utenti dell'attrezzatura di potenziamento siano opportunamente informati di tutte le precauzioni, abbiano letto e compreso tutte le etichette di avvertenza e attenzione e sappiano utilizzare correttamente l'attrezzatura di potenziamento.
7. Tutti gli utenti dell'attrezzatura di potenziamento devono essere in grado di comunicare immediatamente ai responsabili della struttura eventuali incidenti o irregolarità dell'attrezzatura di potenziamento.
8. Tenere sempre fuori dalla portata dell'attrezzatura di potenziamento i bambini di età inferiore ai 12 anni e gli animali domestici.
9. L'attrezzatura di potenziamento è stata progettata per un peso massimo utente pari a 159 kg.
10. Durante l'allenamento indossare sempre scarpe da ginnastica per proteggere i piedi.
11. Mantenere mani e piedi lontano dalle parti in movimento. Non appoggiare il corpo o le mani sull'attrezzatura di potenziamento mentre è in uso.
12. Assicurarsi che il perno peso sia completamente inserito in una delle piastre peso.
13. Assicurarsi che le maniglie siano fissate saldamente prima di utilizzare l'attrezzatura di potenziamento.
14. Controllare ogni cavo, le connessioni del cavo e le pulegge prima di usare l'attrezzatura di potenziamento. Assicurarsi che tutti i pezzi siano correttamente fissati. Sostituire immediatamente eventuali pezzi usurati.
15. Verificare che ogni cavo scorra sempre sulle pulegge. Qualora durante l'allenamento un cavo si pieghi, fermarsi immediatamente e verificare che il cavo si trovi sulle pulegge e che nulla intralci il cavo o le pulegge.
16. Un eccessivo allenamento potrebbe provocare incidenti gravi o morte. In caso di svenimenti o dolori di qualsiasi tipo durante l'allenamento fermarsi immediatamente e iniziare il defaticamento.

POSIZIONE DELLE ETICHETTE DI AVVERTENZA

Le etichette di avvertenza raffigurate sono incluse con l'attrezzo. Applicare le etichette di avvertenza sopra a quelle in inglese nelle posizioni indicate. Il disegno mostra la posizione delle etichette di avvertenza. **Se un'etichetta è mancante o illeggibile, consultare la retrocopertina del presente manuale e richiederne gratuitamente una in sostituzione. Applicare l'etichetta nella posizione indicata.** Nota: queste etichette potrebbero non essere raffigurate nelle dimensioni reali.

AVVERTENZA

- Leggere e attenersi a tutte le avvertenze e istruzioni e procurarsi il manuale prima dell'uso.
- Prima di iniziare un programma di esercizi effettuare un'analisi medica.
- Controllare l'attrezzo prima dell'uso. Non utilizzare l'attrezzo se risulta danneggiato.
- Tenere lontano dalle parti in movimento gli indumenti e tutte le parti del corpo.
- Assicurarsi che il perno pesi sia completamente inserito.
- NON BLOCCARE MAI la piastra di pesi in una posizione elevata.
- NON UTILIZZARE MAI l'attrezzo se lo si trova in questa condizione.
- CONTROLLARE tutti i cavi, le fascette e i collegamenti. Non utilizzare l'attrezzo se si riscontrano pezzi usurati o danneggiati.
- Non utilizzare i manubri o altri mezzi per incrementare gradualmente la resistenza dei pesi diversi da quelli forniti dal fabbricante.
- Non consentire l'uso della macchina ai bambini. L'uso della macchina da parte di adolescenti deve essere consentito solo se vi è la supervisione di un adulto preparato.
- L'attrezzo può essere utilizzato solo se vi è la supervisione di personale qualificato.
- Non rimuovere la presente etichetta. SE DANNEGGIATA SOSTITUIRLA.
- Peso massimo utente: 159 kg (350 libbre)

ATTENZIONE



IL PERNO SELETTORE PESI DOVRÀ ESSERE COMPLETAMENTE INSERITO NELLA PIASTRA PESO.

TENERSI LONTANO DALLE PARTI IN MOVIMENTO. LA MANCATA OSSERVANZA DI TALE AVVERTENZA POTREBBE PROVOCARE LESIONI PERSONALI.

ATTENZIONE

MANTENERSI LONTANI DALLE PARTI IN MOVIMENTO. IN CASO CONTRARIO SI POTRÀ INCORRERE IN LESIONI PERSONALI.

IT

AVVERTENZA



IL PANNELLO POSTERIORE DOVRÀ ESSERE IN POSIZIONE PRIMA DI UTILIZZARE LA MACCHINA.

CONTROLLARE TUTTI I CAVI, LE FASCETTE, LE PARTI IN MOVIMENTO E I FERMAGLI CON CADENZA SETTIMANALE. FARE RIFERIMENTO AL MANUALE DI MANUTENZIONE.

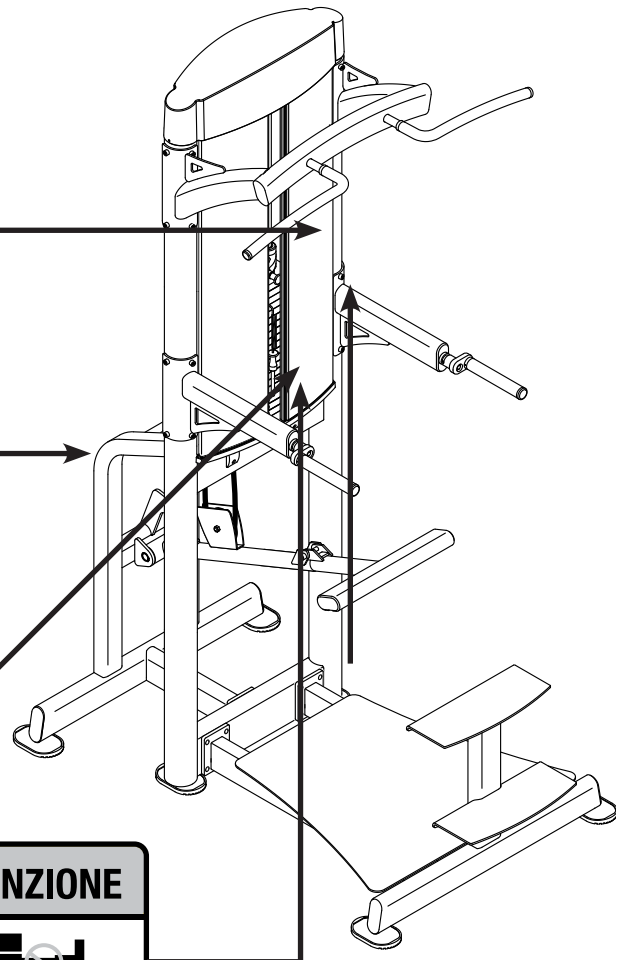
MANTENERE LE MANI LONTANE DALLE PARTI IN MOVIMENTO. IN CASO CONTRARIO SI POTRÀ INCORRERE IN LESIONI PERSONALI.

ATTENZIONE



Il perno selettore peso deve essere completamente inserito nella piastra peso.

IT



PRIMA DI INIZIARE

Grazie per aver scelto l'attrezzatura di potenziamento per i FREEMOTION® WEIGHT ASSISTED DIP/CHIN (dip/chin assistiti con carico). Grazie al movimento libero è possibile esercitare i gruppi muscolari in modo naturale e allenarsi con maggiore precisione ed efficienza.

Onde evitare problemi, si consiglia di leggere attentamente il presente manuale prima di utilizzare l'attrezzatura di potenziamento. Per qualsiasi domanda relativa al contenuto del presente manuale,

si prega di consultare la retrocopertina del manuale. Per poter soddisfare rapidamente ogni eventuale richiesta, prima di contattarci è necessario munirsi del numero del modello e del numero di serie. Il numero del modello e la posizione dell'etichetta che riporta il numero di serie sono indicati sulla copertina del presente manuale.

Prima di procedere con la lettura del manuale si prega di osservare il disegno sottostante per poter familiarizzare con i pezzi contrassegnati.

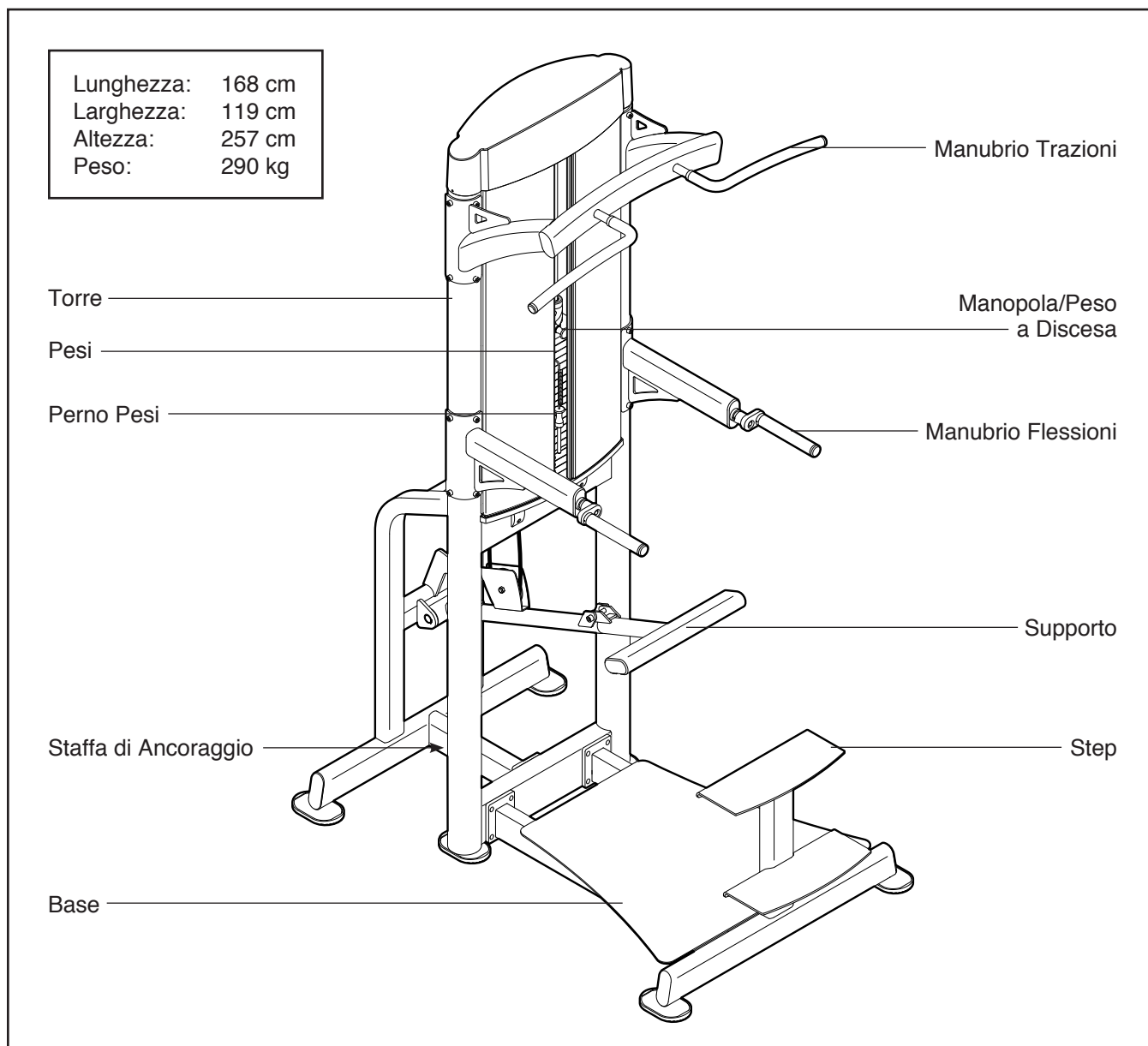
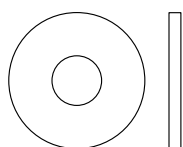
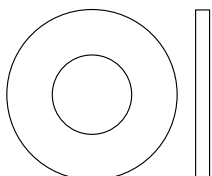


TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI

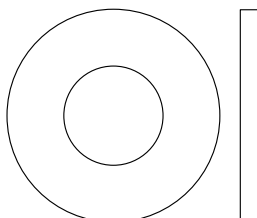
Fare riferimento ai disegni sottostanti per identificare i pezzi utilizzati durante il montaggio. Il numero tra parentesi indicato in ogni disegno rappresenta il numero pezzo, evinto dall'ELENCO PEZZI al termine del presente manuale. Il numero dopo le parentesi è la quantità necessaria per il montaggio. **Nota: qualora un pezzo non sia rintracciabile nel kit hardware, verificare se sia stato preassemblato. Al fine di evitare danni ai componenti, non utilizzare strumenti alimentati elettricamente per il montaggio.**



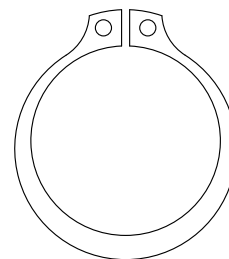
Rondella
M6 x 18mm
(34)–4



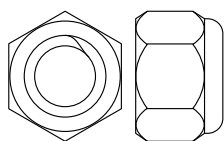
Rondella M10
(31)–38



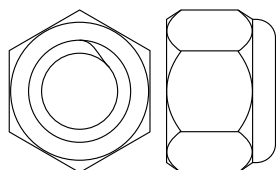
Rondella M12
(63)–2



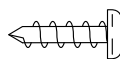
Anello di Sicurezza
25mm (39)–2



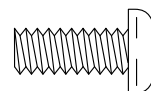
Dado
Autobloccante
M10 (32)–1



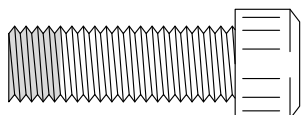
Dado
Autobloccante
M12 (66)–1



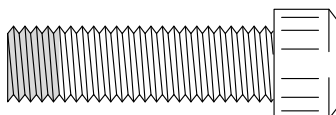
Vite Autofilettante
M4 x 13mm (27)–2



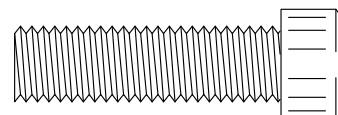
Vite a Testa
Bombata
M6 x 15mm
(35)–4



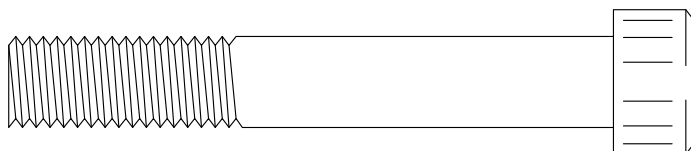
Vite a Brugola
M10 x 30mm (30)–24



Vite a Brugola
M10 x 35mm (76)–12



Bullone a Brugola
M10 x 35mm (72)–1



Bullone a Brugola M12 x 80mm (65)–1

MONTAGGIO

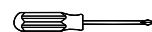
- Il montaggio richiede la presenza di almeno due persone.
- A causa del peso e delle dimensioni, montare l'attrezzatura di potenziamento nella posizione in cui verrà utilizzata. Verificare che vi sia spazio a sufficienza intorno all'attrezzatura di potenziamento.
- Posizionare tutti i pezzi in uno spazio libero ed eliminare gli imballaggi. Non gettare il materiale d'imballaggio fino al completamento del montaggio.
- Per localizzare i pezzi piccoli vedere pagina 6.

- Per il montaggio è necessario utilizzare i seguenti utensili (non in dotazione):

una chiave regolabile



un cacciavite Phillips



un set di chiavi esagonali metriche



pinze con anello di sicurezza

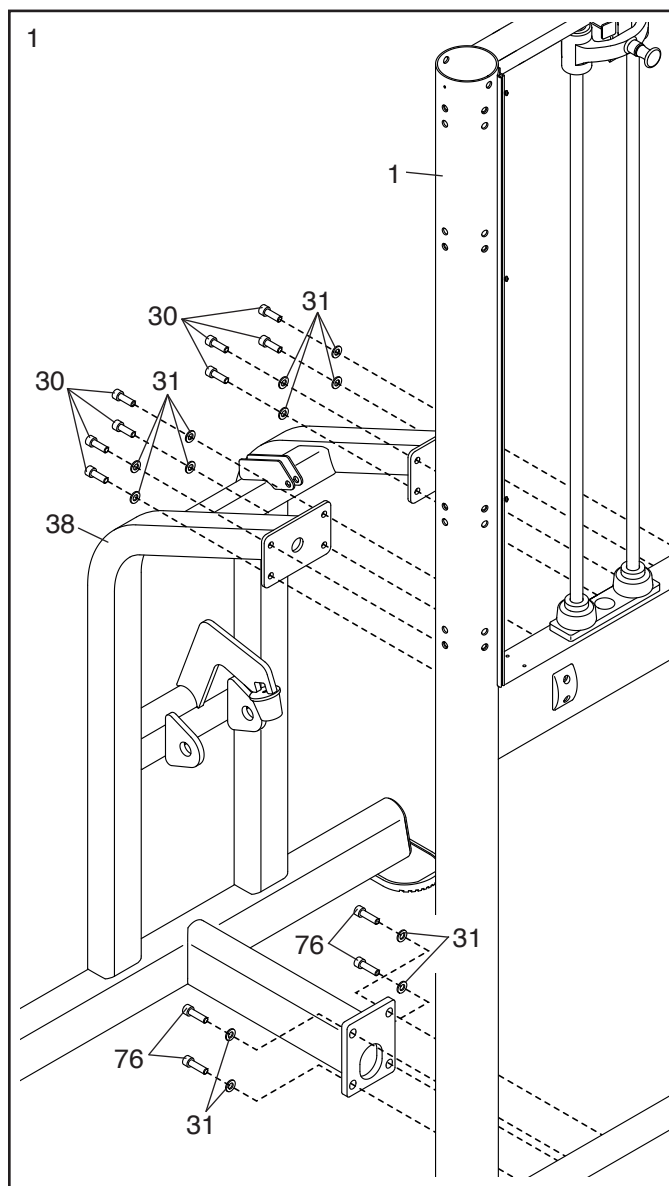


Il montaggio sarà più agevole se si dispone di un set di chiavi a forcella o fisse o di un set di chiavi a cricchetto.

1. Nota: I pezzi illustrati in questa fase potrebbero essere preassemblati.

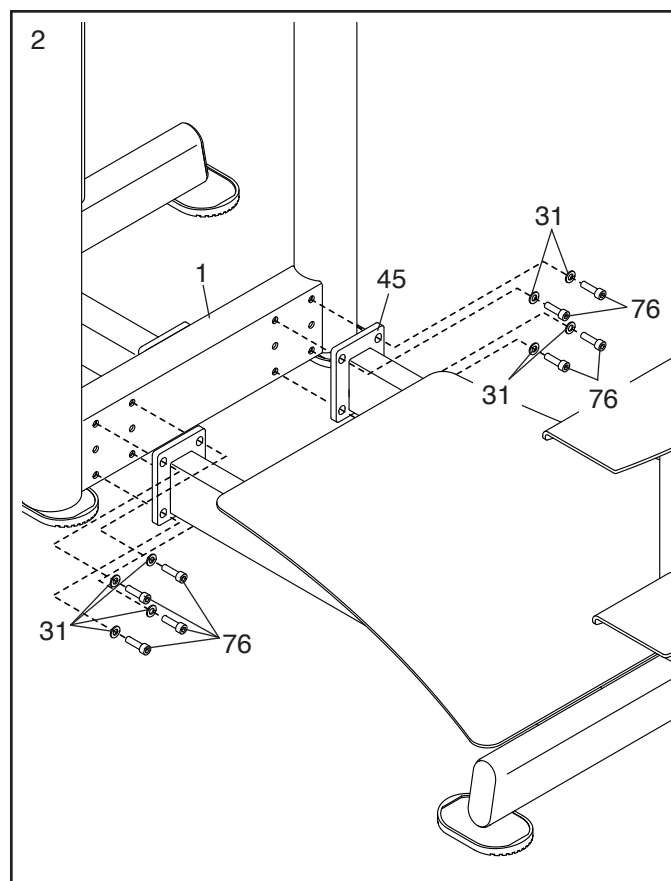
Orientare il Telaio di Appoggio (38) e il Telaio Torre (1) nel modo indicato. **Chiedere a un'altra persona di reggere il Telaio Torre per evitare che cada, fino al completamento di questa fase.**

Fissare il Telaio di Appoggio (38) al Telaio Torre (1) con otto Viti a Brugola M10 x 30mm (30), otto Rondelle M10 (31), quattro Viti a Brugola M10 x 35mm (76) e quattro Rondelle M10 (31)



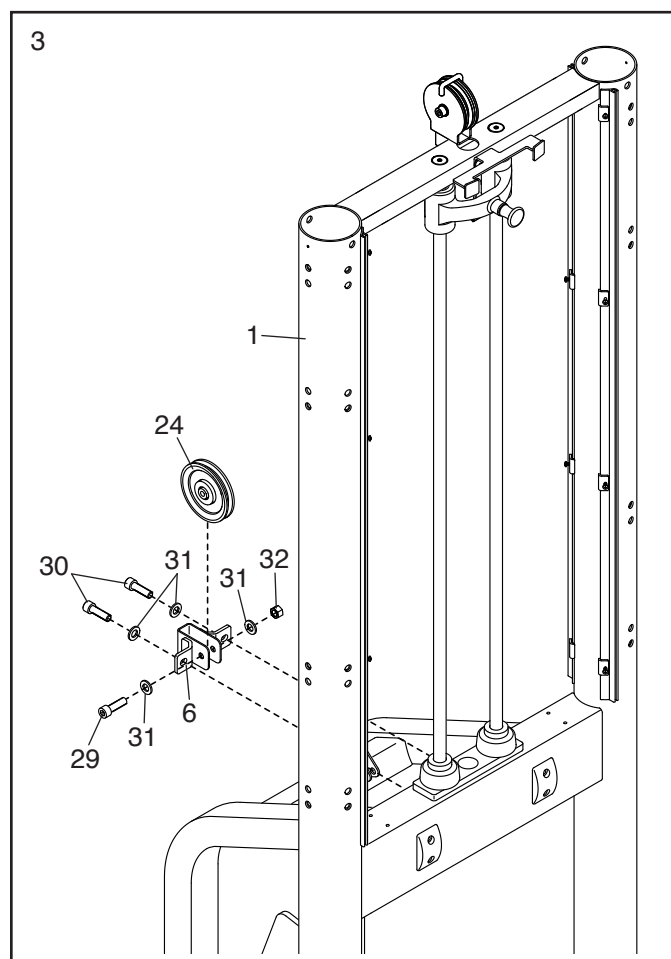
2. Orientare la Base (45) nel modo indicato.

Fissare la Base (45) al Telaio Torre (1) con otto Viti a Brugola M10 x 35mm (76) e otto Rondelle M10 (31).



3. Rimuovere le due Viti a Brugola M10 x 30mm (30), le due Rondelle M10 (31) e la Staffa Puleggia (6) dalla parte posteriore del Telaio Torre (1).

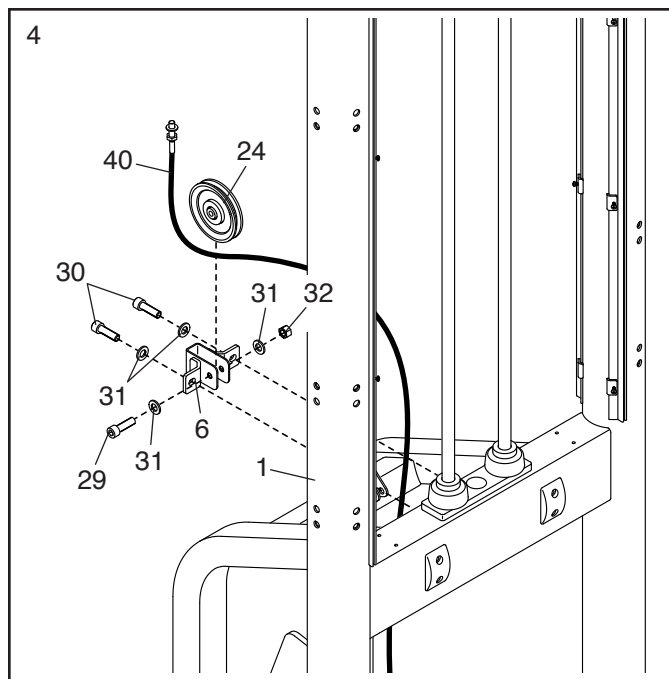
Quindi, rimuovere il Dado Autobloccante M10 (32), il Bullone a Brugola M10 x 50mm (29), le due Rondelle M10 (31) e la Puleggia Grande (24) dalla Staffa Puleggia (6).



4. Dirigere il Cavo (40) verso l'alto nella Staffa Puleggia (6).

Fissare la Puleggia Grande (24) all'interno della Staffa Puleggia (6) con il Bullone a Brugola M10 x 50mm (29), le due Rondelle M10 (31) e il Dado Autobloccante M10 (32) rimosso nella fase 3.

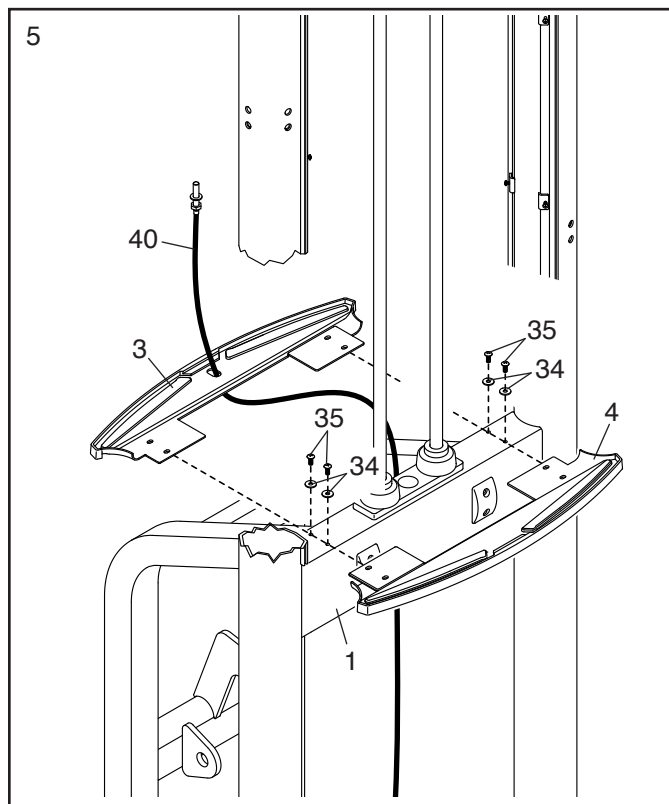
Quindi, fissare la Staffa Puleggia (6) al Telaio Torre (1) con le due Viti a Brugola M10 x 30mm (30) e le due Rondelle M10 (31) rimosse nella fase 3.



5. Identificare la Base Pannello Laterale Posteriore (3), che presenta un foro al centro, e la Base Pannello Laterale Anteriore (4). Orientare le Basi Pannello Laterale nel modo indicato.

Inserire l'estremità del Cavo (40) verso l'alto nella Base Pannello Laterale Posteriore (3).

Fissare le Basi Pannello Laterale (3, 4) al Telaio Torre (1) con quattro Viti a Testa Bombata M6 x 15mm (35) e quattro Rondelle M6 x 18mm (34).



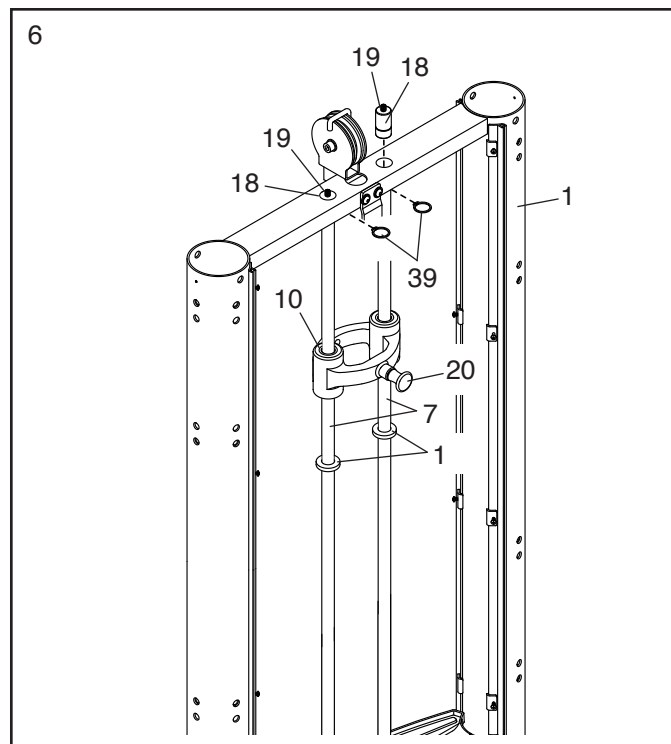
6. Tirare la Manopola Peso a Discesa (20) e far scorrere verso il basso sulle Guide Pesi (7) il Peso a Discesa (10).

Allentare le due Viti Senza Testa M8 x 35mm (19) di alcuni giri completi; **non occorre rimuovere le Viti Senza Testa.**

Guardare sotto la parte superiore del Telaio Torre (1) e rimuovere i due Anelli di Sicurezza 25mm (39) dalle due Boccole Guida Pesi (18).

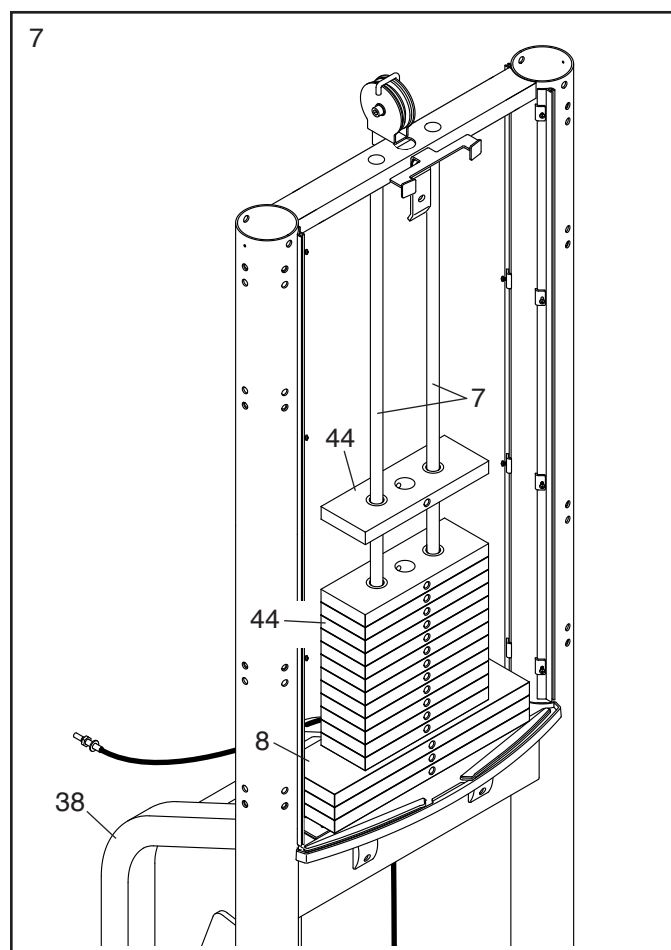
Con l'aiuto di un'altra persona reggere le Guide Pesi (7). Estrarre dal Telaio Torre (1) le Boccole Guida Peso (18).

Quindi, inclinare le estremità superiori delle Guide Pesi (7) in avanti o indietro e sfilare dall'alto il Peso a Discesa (10) e i due Respingenti Peso Superiori (16) dalle Guide Pesi.



7. Osservare le etichette sui tre Pesi da 20 libbre (8) e sui tredici Pesi da 10 libbre (44). Localizzare l'etichetta con il numero **più alto**. Orientare quel Peso in modo tale che l'etichetta sia rivolta verso il Telaio di Appoggio (38) e inserire il Peso sulle Guide Pesi (7).

Ripetere questa operazione finché tutti e sedici i Pesi (8, 44) sono inseriti sulle Guide Pesi (7).



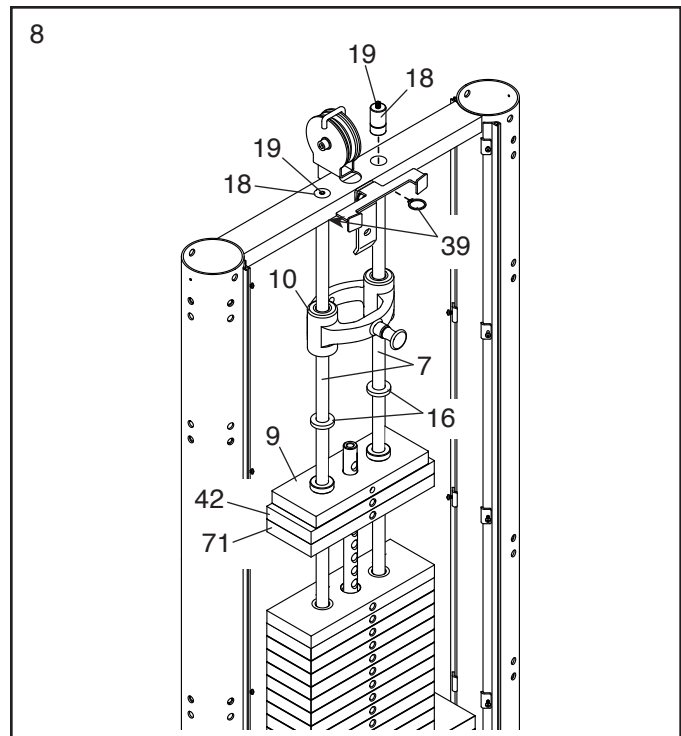
8. Orientare il Peso Alesato da 10 libbre (71), il Peso Filettato da 10 libbre (42), il Peso Superiore (9) e il Peso a Discesa (10) nel modo indicato.

Inserire il Peso Alesato da 10 libbre (71), il Peso Filettato da 10 libbre (42), il Peso Superiore (9), i due Respingenti Peso Superiori (16), il Peso a Discesa (10) e i due Anelli di Sicurezza 25mm (39) sulle Guide Pesi (7).

Quindi, inserire le due Boccole Guida Pesi (18) sulle estremità superiori delle Guide Pesi (7).

Fissare i due Anelli di Sicurezza 25mm (39) alle Boccole Guida Pesi (18).

Quindi, serrare le due Viti Senza Testa M8 x 35mm (19) nelle Boccole Guida Pesi (18).

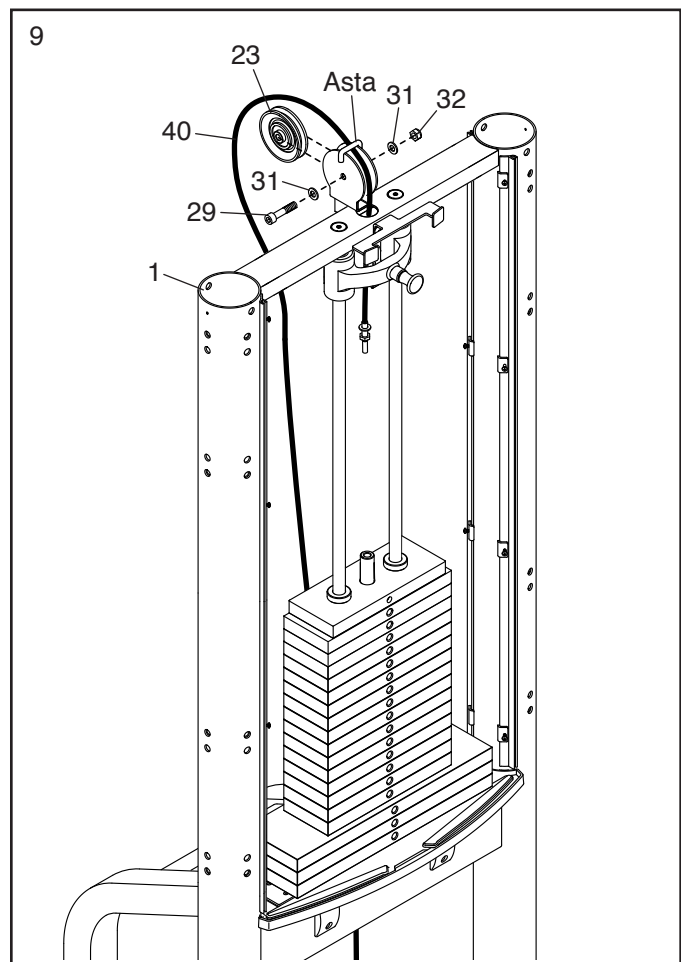


9. Rimuovere tutti i pezzi (23, 29, 31 e 32) dalla staffa puleggia sul Telaio Torre (1).

Dirigere il Cavo (40) nella staffa puleggia e verso il basso attraverso il foro al centro del Telaio Torre (1).

Fissare la Puleggia Piccola (23) all'interno della staffa puleggia con il Bullone a Brugola M10 x 50mm (29), le due Rondelle M10 (31) e il Dado Autobloccante M10 (32) appena rimossi.

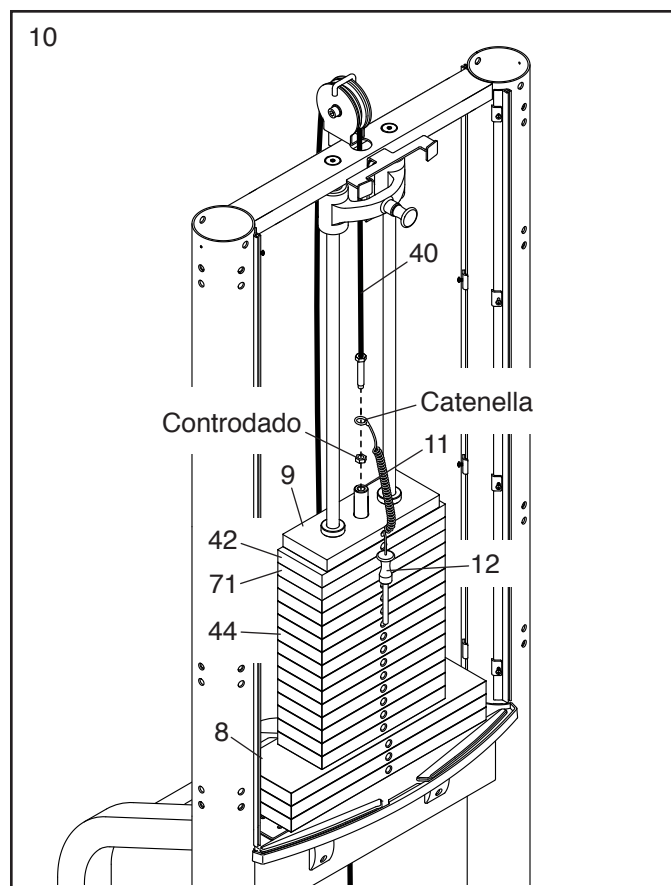
Verificare che il Cavo (40) si trovi tra la Puleggia Piccola e l'asta sulla staffa puleggia.



10. Rimuovere il controdamo dall'estremità del Cavo (40). Quindi inserire la catenella sul Perno Peso (12) all'estremità del Cavo. Quindi avvitare manualmente il controdamo sull'estremità del Cavo.

Serrare l'estremità del Cavo (40) nel Selettore Pesi (11) fino a quando il Peso Superiore (9) si distacca dai Pesi (8, 42, 44, 71). Quindi, allentare l'estremità del Cavo finché il Peso Superiore appoggia sui Pesi.

Infine, serrare il controdamo sul Selettore Peso (11).



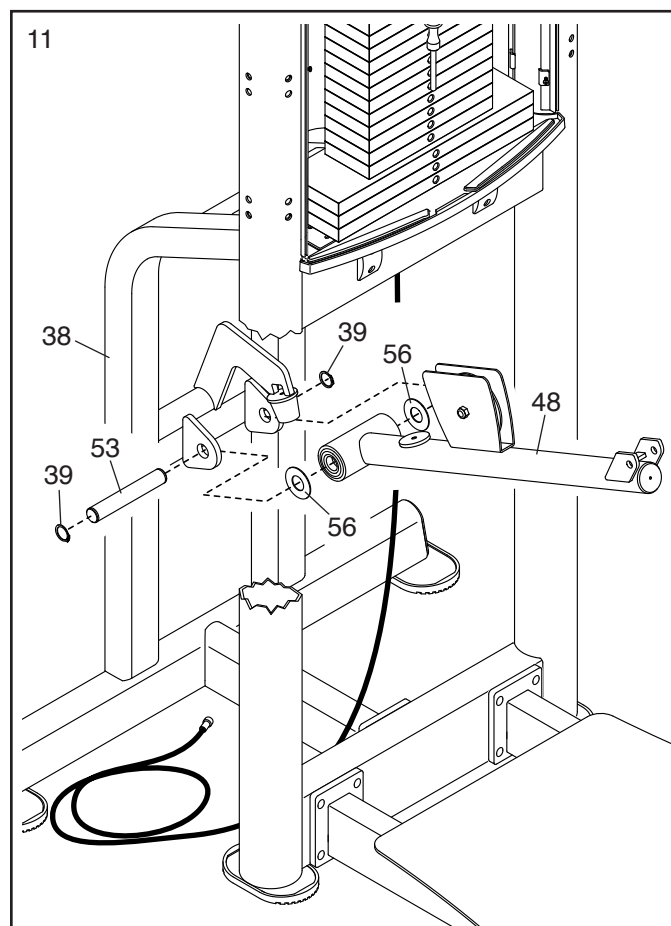
11. Fissare un Anello di Sicurezza 25mm (39) su ciascuna estremità dell'Asse (53).

Posizionare il Braccio di Appoggio (48) come indicato.

Con l'aiuto di un'altra persona reggere il tubo rotondo sul Braccio di Appoggio (48) e due Rondelle in Plastica (56) all'interno della staffa sulla parte anteriore del Telaio di Appoggio (38).

Inserire l'Asse (53) nella staffa, le due Rondelle in Plastica (56) e il Braccio di Appoggio (48).

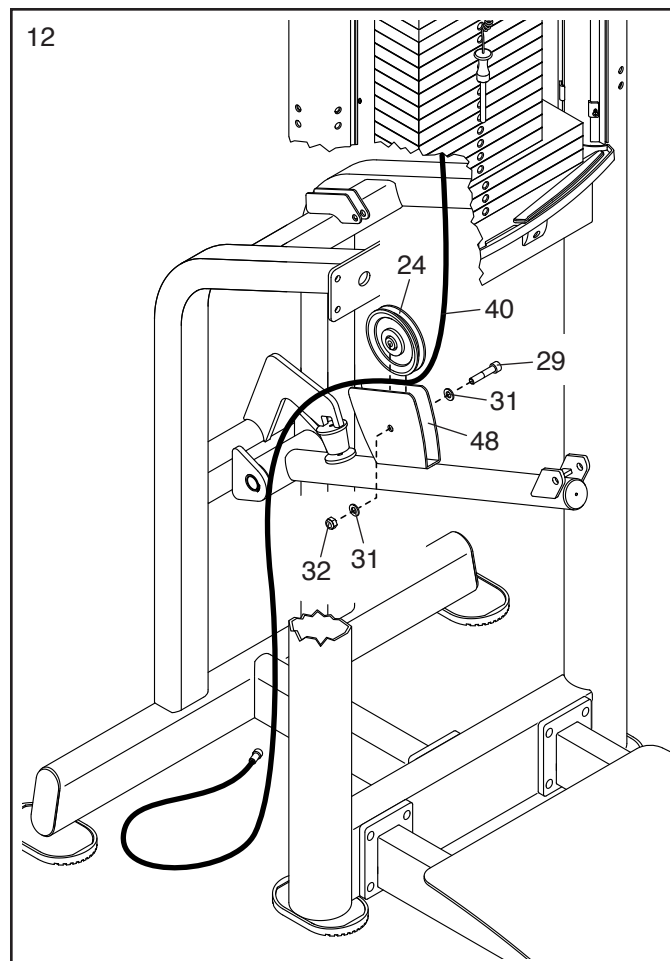
Quindi, fissare un Anello di Sicurezza 25mm (39) all'Asse (53).



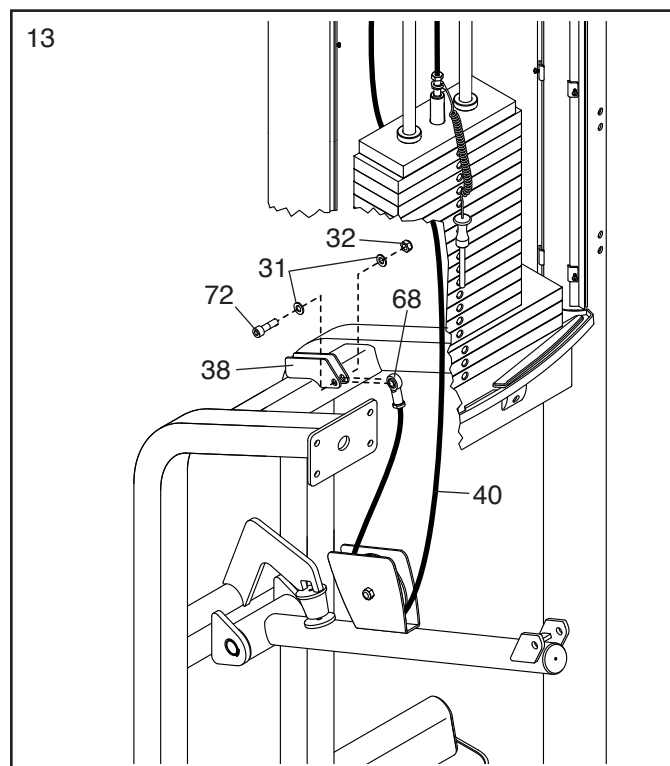
12. Rimuovere tutti i pezzi (24, 29, 31 e 32) dalla staffa puleggia sul Braccio di Appoggio (48).

Far passare il Cavo (40) sulla Puleggia Grande (24) appena rimossa.

Fissare la Puleggia Grande (24) all'interno della staffa puleggia con il Bullone a Brugola M10 x 50mm (29), le due Rondelle M10 (31) e il Dado Autobloccante M10 (32) appena rimossi.



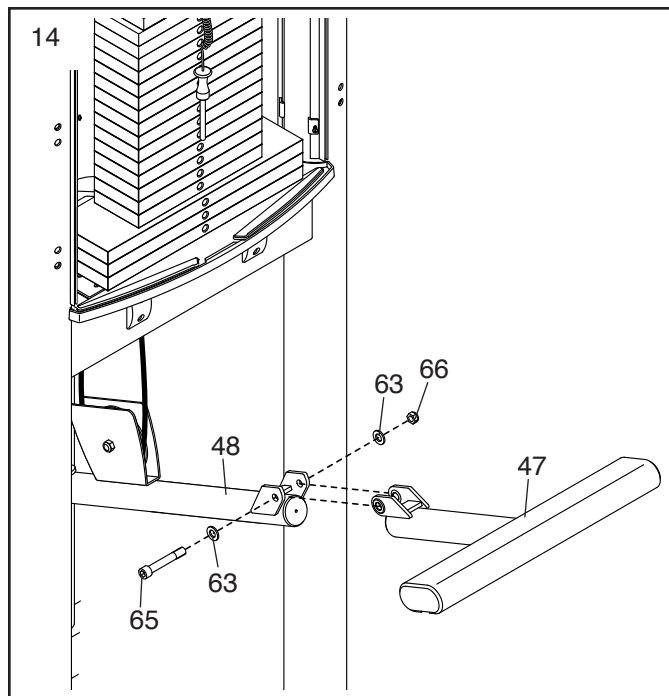
13. Fissare il Giunto Sferico (68) posto all'estremità del Cavo (40) al Telaio di Appoggio (38) con un Bullone a Brugola da M10 x 35mm (72), due Rondelle M10 (31) e un Dado Autobloccante M10 (32).



14. Nota: I pezzi illustrati in questa fase potrebbero essere preassemblati.

Orientare il Supporto (47) nel modo indicato.

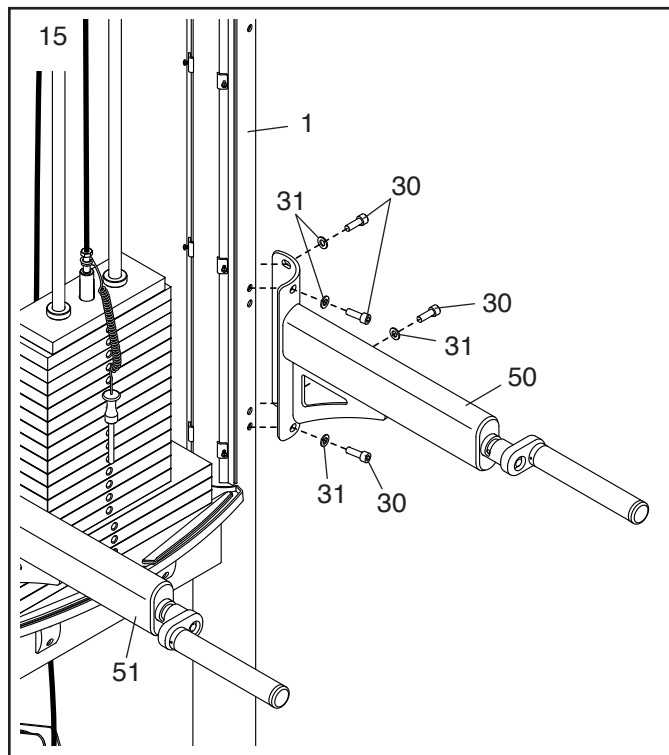
Fissare il Supporto (47) al Braccio di Appoggio (48) con un Bullone a Brugola M12 x 80mm (65), due Rondelle M12 (63) e un Dado Autobloccante M12 (66).



15. Dirigere la Staffa Flessioni Sinistra (50) come indicato.

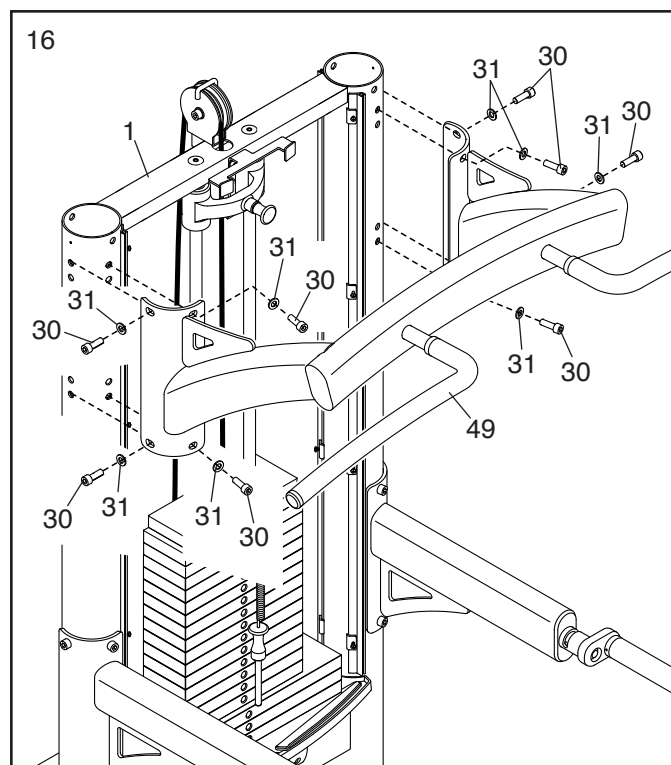
Fissare l'estremità inferiore della Staffa Flessioni Sinistra (50) all'estremità sinistra del Telaio Torre (1) con quattro Viti a Brugola M10 x 30mm (30) e quattro Rondelle M10 (31).

Fissare la Staffa Flessioni Destra (51) nello stesso modo.



16. Orientare la Staffa Trazioni (49) come indicato.

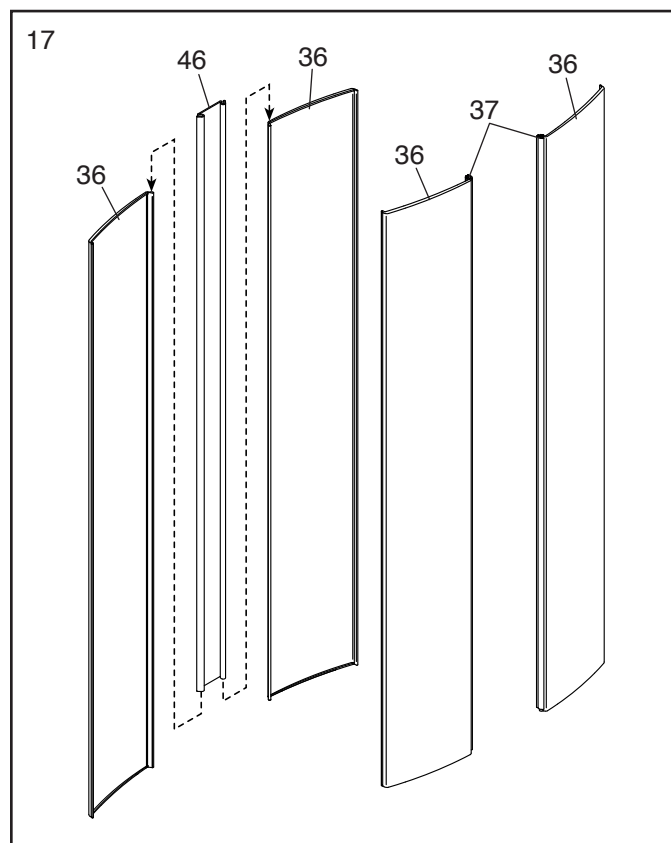
Fissare la Staffa Trazioni (49) al Telaio Torre (1) con otto Viti a Brugola M10 x 30mm (30) e otto Rondelle M10 (31). **Posizionare tutte e sei le Viti a Autobloccanti prima di stringerle.**



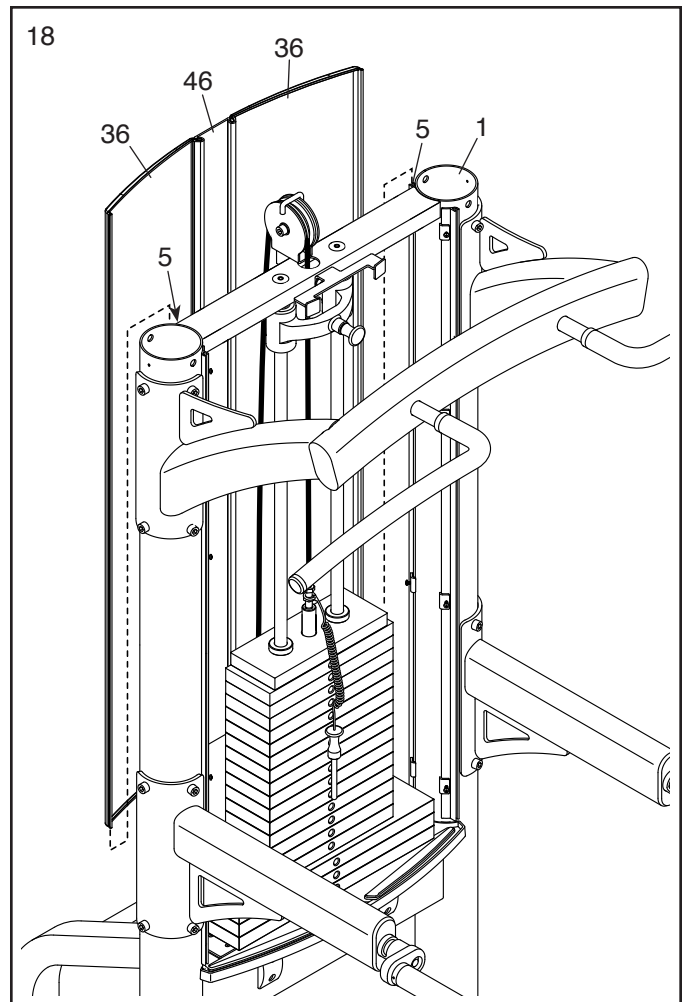
17. Nota: I pezzi illustrati in questa fase potrebbero essere preassemblati.

Guardare i quattro Pannelli Laterali (36) e identificare i due Pannelli Laterali dotati di strisce di Rifinitura Interna (37) e i due Pannelli Laterali che ne sono privi.

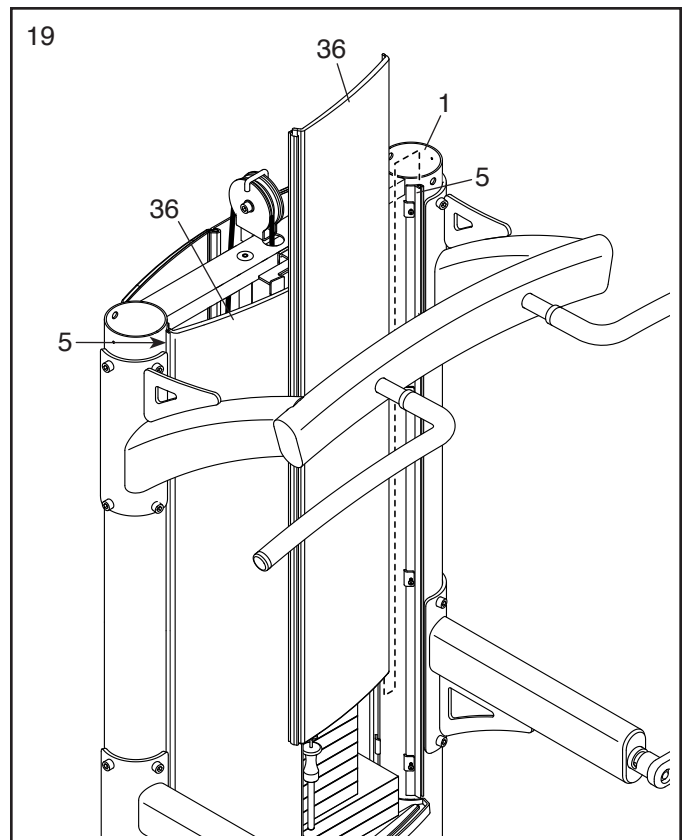
Far scorrere il Pannello (46) verso il basso sui due Pannelli Laterali (36) **privi** di Rifinitura Interna (37).



18. Inserire i due Pannelli Laterali (36) insieme al Pannello (46) verso il basso nelle due strisce di Rifinitura Esterna (5) sulla parte posteriore del Telaio Torre (1).

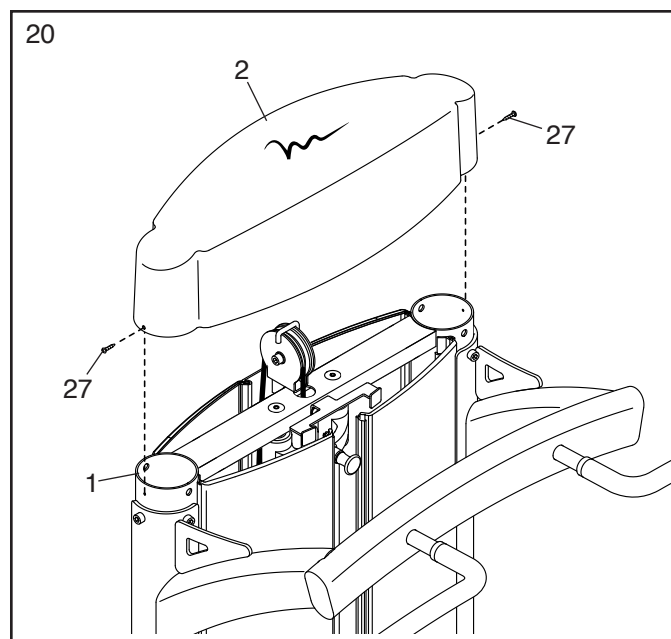


19. Infilare i due Pannelli Laterali (36) rimanenti verso il basso nelle due strisce di Rifinitura Esterna (5) sulla parte anteriore del Telaio Torre (1).



20. Orientare il Cappuccio Torre (2) nel modo indicato.

Inserire il Cappuccio Torre (2) verso il basso sul Telaio Torre (1). Fissare il Cappuccio Torre con due Viti Autofilettanti M4 x 13mm (27).



21. **Assicurarsi che tutti i pezzi dell'attrezzatura di potenziamento siano stati serrati correttamente.** Per evitare che il pavimento o il tappeto si danneggino, posizionare un tappetino sotto l'attrezzatura di potenziamento.

REGOLAZIONI

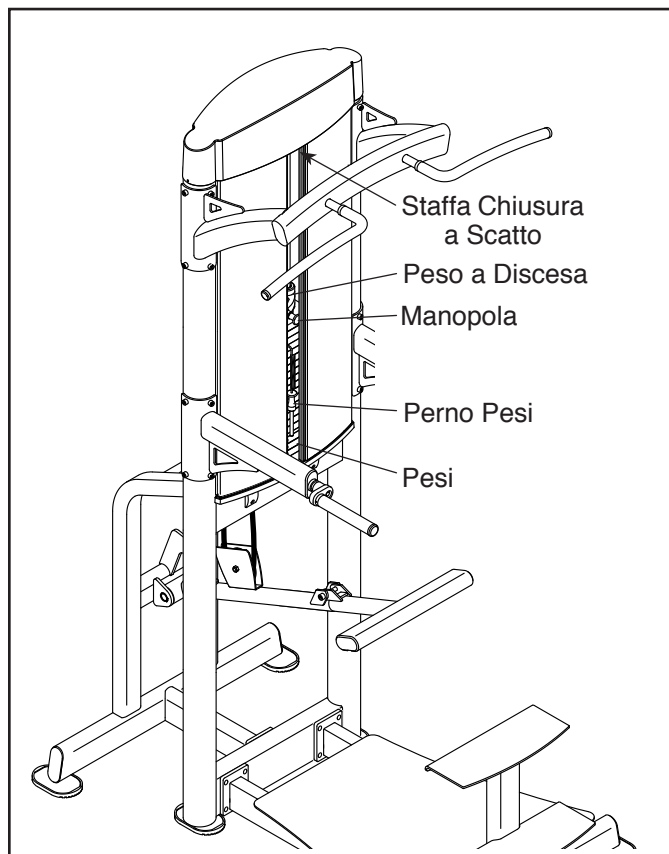
Questa sezione illustra la regolazione dell'attrezzatura di potenziamento. Verificare che tutti i pezzi siano stati correttamente serrati prima di ogni utilizzo dell'attrezzatura di potenziamento. Sostituire immediatamente eventuali pezzi usurati.

REGOLAZIONE DELLA RESISTENZA

Per modificare la resistenza, inserire il perno nel peso desiderato. **Accertare che il perno peso sia completamente inserito.**

Per aggiungere 5 libbre (2,25 kg) di resistenza, tirare la manopola indicata e abbassare il peso a discesa sul gruppo pesi.

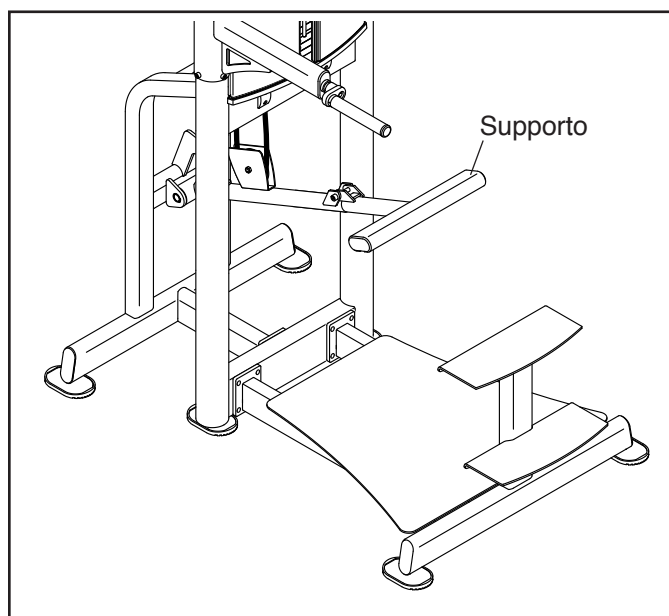
Quando il peso a discesa non è in uso, farlo scorrere verso l'alto e bloccare la manopola nella staffa chiusura a scatto. **Spostare il peso a discesa leggermente verso l'altro e verso il basso per verificare che la manopola sia saldamente bloccata nella staffa chiusura a scatto.**



USO DEL SUPPORTO

Per eseguire degli esercizi assistiti utilizzando il supporto, abbassarlo in posizione orizzontale.

Se non si desidera utilizzare il supporto, sollevarlo in posizione verticale.



MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE GUASTI

Affinché l'attrezzatura di potenziamento abbia un funzionamento ottimale e per ridurre il rischio di danni agli utenti, è necessario effettuare la manutenzione regolarmente. Insegnare al personale ad effettuare le procedure descritte nella presente sezione. Il personale è tenuto a registrare e riportare gli incidenti occorsi. Per mantenere la garanzia relativa all'attrezzatura di potenziamento, utilizzare esclusivamente pezzi FREEMOTION per riparazioni o sostituzioni. In caso di quesiti o chiarimenti, consultare la sezione CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI in retrocopertina del presente manuale.

MANUTENZIONE GIORNALIERA

Pulizia Generale

Pulire l'attrezzatura di potenziamento usando un panno morbido inumidito con una soluzione diluita di sapone delicato e acqua tiepida. Se necessario, utilizzare una spazzola morbida con la soluzione detergente.

Quindi, sciacquare l'attrezzatura di potenziamento usando un panno morbido inumidito d'acqua e asciugare accuratamente.

Macchie Difficili

Spruzzare sulla macchia un detergente comune non abrasivo come FORMULA 409®, SIMPLE GREEN® o altro prodotto simile. Strofinare delicatamente la zona e lasciare agire per qualche minuto.

Quindi, sciacquare l'attrezzatura di potenziamento usando un panno morbido inumidito d'acqua e asciugare accuratamente.

Se necessario ripetere l'operazione utilizzando una spazzola morbida.

Metodo Opzionale per le Macchie Difficili

Strofinare la zona delicatamente utilizzando un panno morbido inumidito con alcol.

Quindi, sciacquare l'attrezzatura di potenziamento usando un panno morbido inumidito d'acqua e asciugare accuratamente.

ATTENZIONE: attenersi alle istruzioni e alle precauzioni di sicurezza del fabbricante del prodotto detergente utilizzato. FreeMotion Fitness e i suoi rivenditori non sono responsabili per danni o infortuni derivanti dall'uso o abuso di prodotti detergenti. **IMPORTANTE:** quando si utilizza un prodotto di pulizia, provarlo prima su una parte nascosta per verificare che non vengano danneggiati i materiali. Non utilizzare prodotti pulenti abrasivi o aggressivi, oppure solventi come acquaaragia, cherosene, benzina o prodotti simili. Sostanze di questo tipo possono graffiare l'attrezzatura di potenziamento, danneggiare le parti in plastica e le etichette o provocare altri danni.

MANUTENZIONE SETTIMANALE

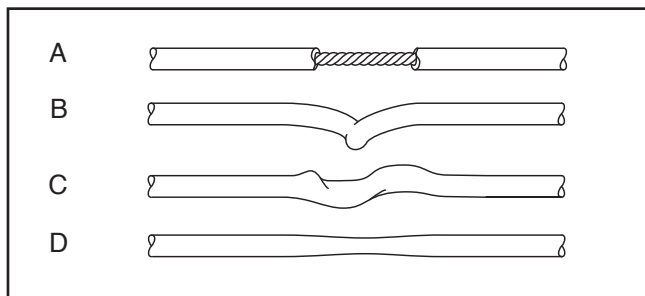
Pezzi Piccoli

Controllare tutti i dadi, i bulloni e le viti e serrarli se necessario. **IMPORTANTE:** tutti i cuscini FREEMOTION hanno supporti in compensato con dadi a T che vengono usati per fissare i cuscini all'attrezzatura di potenziamento. Dato che i dadi a T sono avvitati nel compensato, non potranno essere serrati quanto i dadi standard. Quando si serrano i bulloni o le viti che fissano il cuscino, avvitarli sufficientemente per stringerli e per far sì che il cuscino resti ben fermo. Un serraggio eccessivo potrebbe spanare i dadi a T nel compensato rendendo impossibile la rimozione dei cuscini in futuro.

Controllo di Cavo

Verificare ogni cavo per l'intera lunghezza eseguendo lentamente una ripetizione sull'attrezzatura di potenziamento. Ispezionare il cavo all'esterno dell'attrezzatura di potenziamento e il cavo all'interno. Passare le dita lungo tutto il cavo controllando le pieghe e i punti di attacco. Controllare che non siano sopravvenute le seguenti condizioni, indicative di un cavo usurato da sostituire:

- A. guaina del cavo lacerata o aperta che scopre il cavo
- B. cavo ritorto o seriamente piegato
- C. guaina arrotolata o intrecciata
- D. guaina del cavo usurata che mostra una sezione assottigliata del cavo



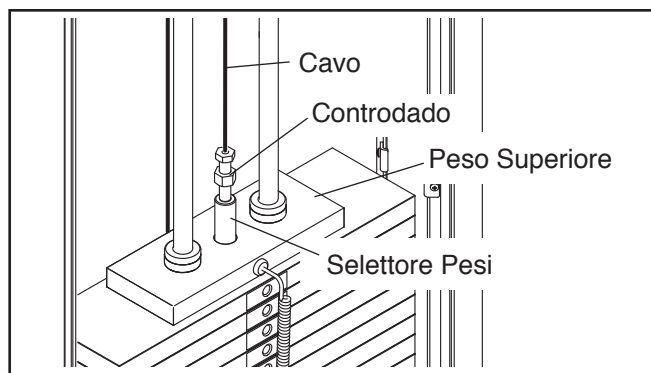
Regolazione di Cavo

Per verificare la corretta regolazione di ogni cavo, sollevare e abbassare lentamente il peso superiore eseguendo una ripetizione.

Se il cavo è allentato, il peso superiore non si solleverà immediatamente quando si inizia la ripetizione.

Se il cavo è troppo teso, il peso superiore non si appoggerà al peso sottostante una volta completata la ripetizione, rendendo difficoltoso anche l'inserimento del perno nei pesi.

Se un cavo è eccessivamente allentato o teso, allentare il controdamo sull'estremità del cavo lungo fissato al selettore peso. Quindi, serrare l'estremità del cavo nel selettore peso fino a quando il peso superiore viene sollevato dal peso sottostante. Quindi, allentare l'estremità del cavo finché il peso superiore appoggia sul peso sottostante. Infine, serrare il controdamo sul selettore peso.



MANUTENZIONE MENSILE

Impugnature

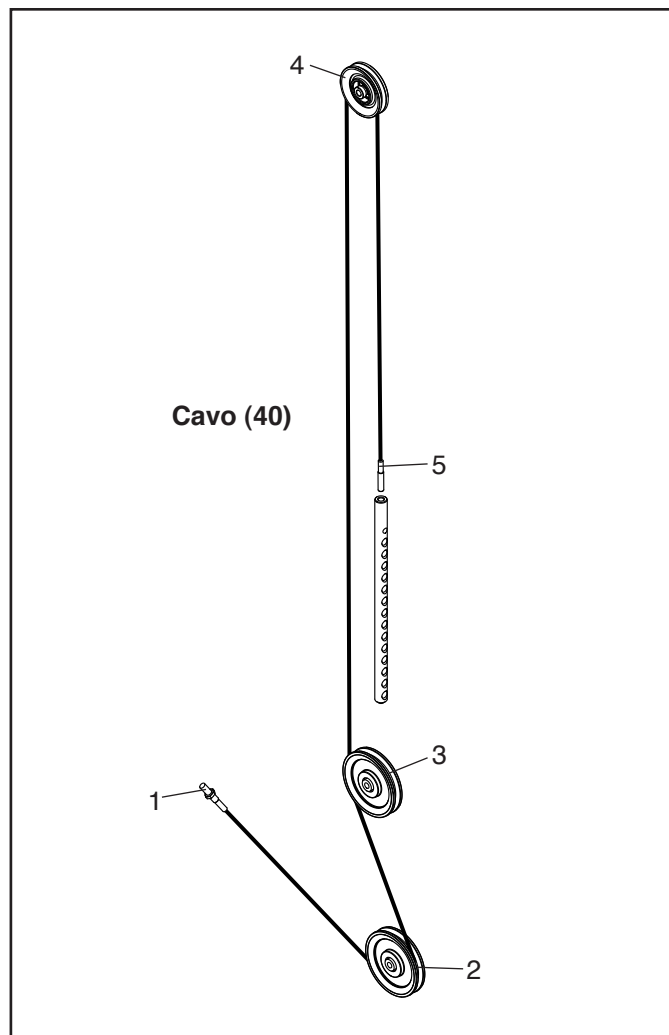
Controllare le impugnature e se necessario sostituirle.

Lubrificazione delle Guide Pesi

Pulire e ingrassare ciascuna guida peso con un panno morbido intriso di olio da motore leggero, 10W-40 o 10W-30. Applicare un leggero strato su tutta la lunghezza della guida peso. **Non utilizzare lubrificanti a base di TEFLON®.**

DIAGRAMMA CAVO

Il diagramma a destra mostra il percorso corretto di ogni cavo. Usare il diagramma per accertarsi che ogni cavo sia stato montato correttamente. **Se un cavo non è stato montato correttamente, l'attrezzatura di potenziamento funzionerà in modo scorretto e potrebbe danneggiarsi. Qualora l'attrezzatura di potenziamento abbia uno o più fermacavi, accertarsi che nessuno di essi tocchi o intralci un cavo.**



NOTE

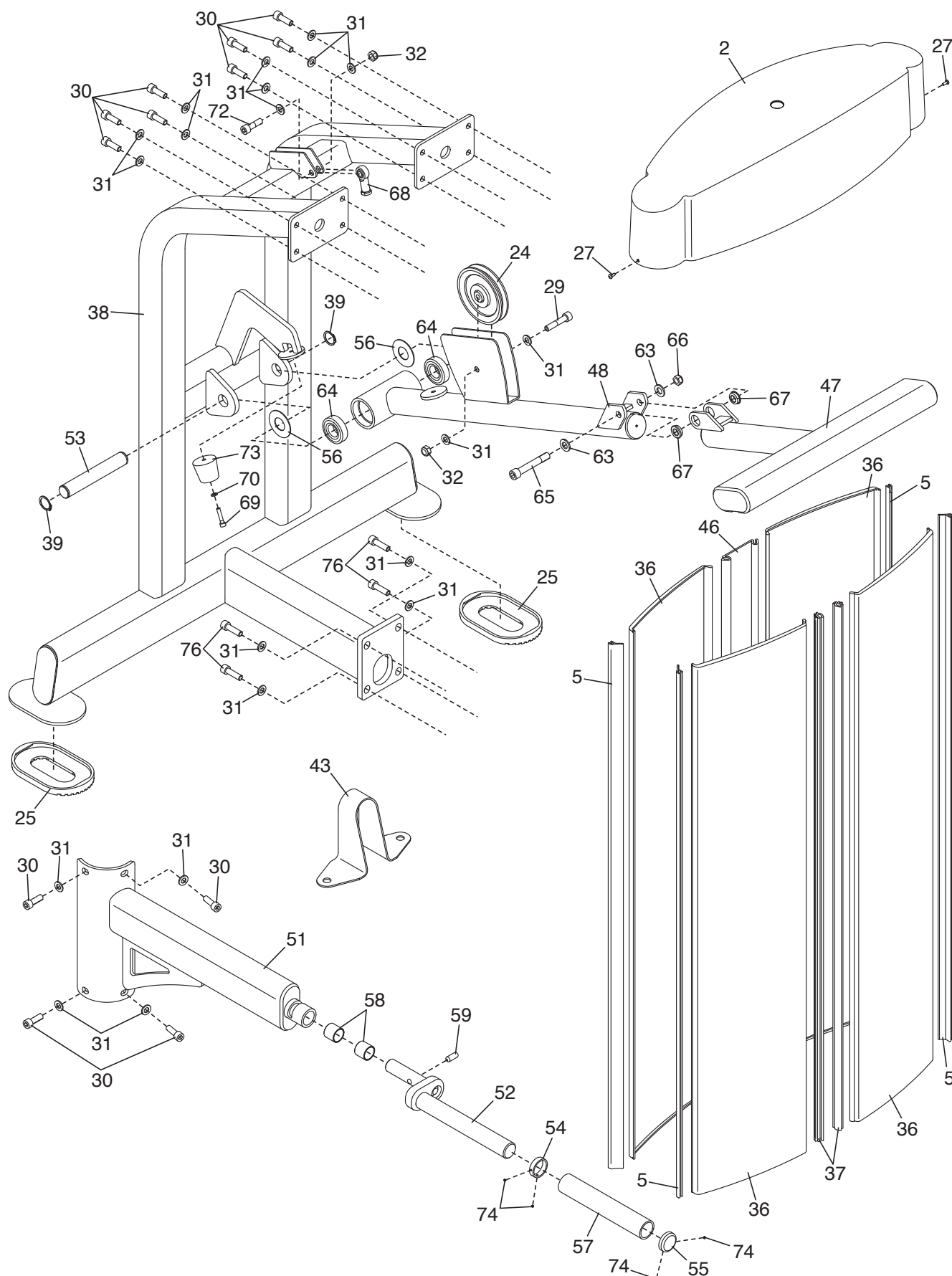
NOTE

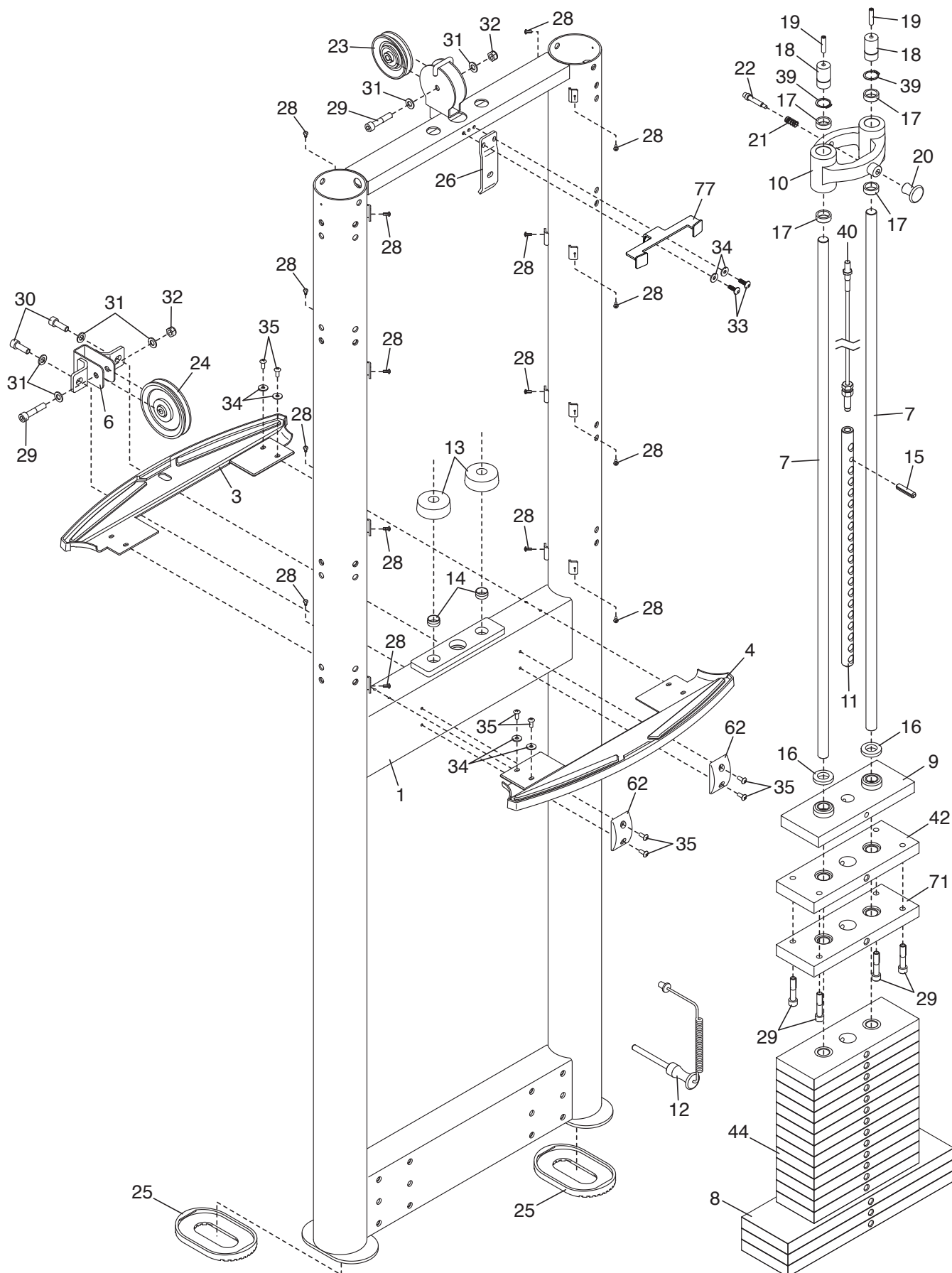
ELENCO PEZZI

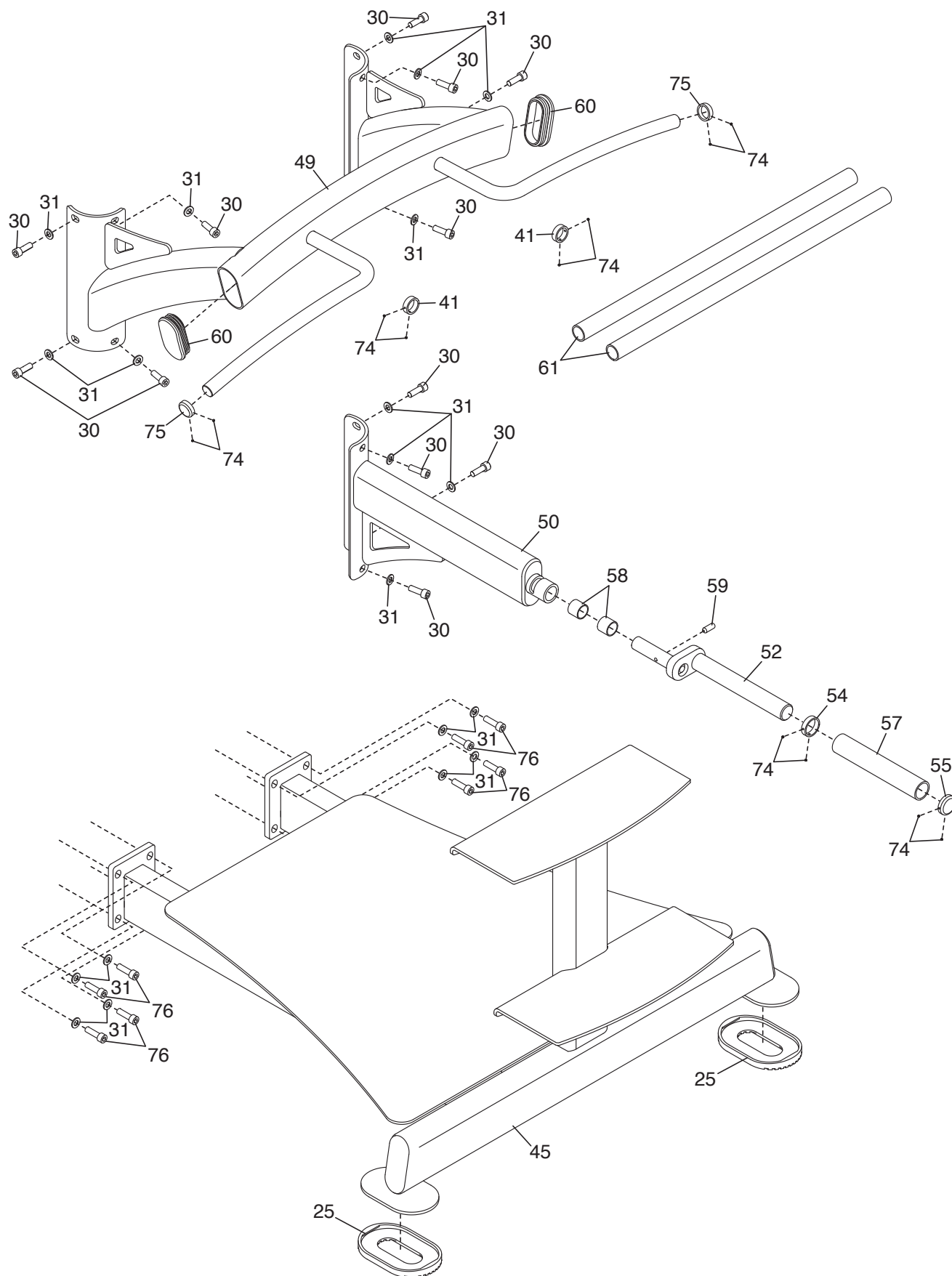
N° del Modello F812.0 R0812A

N°	Qtà.	Descrizione	N°	Qtà.	Descrizione
1	1	Telaio Torre	39	4	Anello di Sicurezza 25mm
2	1	Cappuccio Torre	40	1	Cavo
3	1	Base Pannello Laterale Posteriore	41	2	Collare Impugnatura Piccolo
4	1	Base Pannello Laterale Anteriore	42	1	Peso Filettato da 10 libbre
5	4	Rifinitura Esterna	43	1	Staffa di Ancoraggio
6	1	Staffa Puleggia	44	13	Peso da 10 libbre
7	2	Guida Pesì	45	1	Base
8	3	Peso da 20 libbre	46	1	Pannello
9	1	Peso Superiore	47	1	Supporto
10	1	Peso a Discesa	48	1	Braccio di Appoggio
11	1	Selettore Pesì	49	1	Staffa Trazioni
12	1	Perno Pesì	50	1	Staffa Flessioni Sinistra
13	2	Respingente Peso Inferiore	51	1	Staffa Flessioni Destra
14	2	Cappuccio Guida Pesì	52	2	Manubrio Flessioni
15	1	Coppiglia Elastica	53	1	Asse
16	2	Respingente Peso Superiore	54	2	Collare Impugnatura Grande
17	4	Boccola Rame	55	2	Cappuccio Impugnatura Grande
18	2	Boccola Guida Pesì	56	2	Rondella in Plastica
19	2	Vite Senza Testa M8 x 35mm	57	2	Impugnatura Flessione
20	1	Manopola Peso a Discesa	58	4	Boccola Manubrio
21	1	Molla Perno	59	2	Perno Manubrio
22	1	Perno Peso a Discesa	60	2	Cappuccio Ovale
23	1	Puleggia Piccola	61	2	Impugnatura Trazioni
24	2	Puleggia Grande	62	2	Respingente Supporto
25	6	Piedino	63	2	Rondella M12
26	1	Staffa Chiusura a Scatto	64	2	Cuscinetto Braccio
27	2	Vite Autofilettante M4 x 13mm	65	1	Bullone a Brugola M12 x 80mm
28	16	Vite M4 x 10mm	66	1	Dado Autobloccante M12
29	7	Bullone/Vite a Brugola M10 x 50mm	67	2	Boccola Supporto
30	26	Vite a Brugola M10 x 30mm	68	1	Giunto Sferico
31	46	Rondella M10	69	1	Vite a Brugola M6 x 30mm
32	4	Dado Autobloccante M10	70	1	Rondella M6 x 12mm
33	2	Vite M6 x 20mm	71	1	Peso Alesato da 10 libbre
34	6	Rondella M6 x 18mm	72	1	Bullone a Brugola M10 x 35mm
35	8	Vite a Testa Bombata M6 x 15mm	73	1	Respingente Braccio
36	4	Pannello Laterale	74	16	Vite Senza Testa M4 x 3mm
37	2	Rifinitura Interna	75	2	Cappuccio Impugnatura Piccolo
38	1	Telaio di Appoggio	76	12	Vite a Brugola M10 x 35mm
			77	1	Staffa Cappa
			*	—	Manuale d'Istruzioni

Nota: le specifiche sono soggette a modifiche senza previo avviso. Si veda la retrocopertina del presente manuale d'istruzioni per informazioni relative all'ordine di pezzi di ricambio. *Questi pezzi non sono raffigurati.







CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI

Per qualsiasi domanda relativa ai contenuti del presente manuale o se alcuni pezzi fossero andati persi o risultassero danneggiati, si prega di contattare il Servizio Assistenza Clienti agli indirizzi o numeri di telefono sotto indicati. **Prima di contattare il Servizio Assistenza Clienti munirsi del numero del modello, del numero di serie e del nome del prodotto (vedere copertina del presente manuale). Se si desidera ordinare un pezzo di ricambio, si prega di fornire il numero pezzo e la relativa descrizione (vedere l'ELENCO PEZZI e il DISEGNO ESPLOSO posti alla fine del presente manuale).**

Negli Stati Uniti e Canada

Chiamare: 1-800-201-2109, Lun.–Ven. dalle 8.00 alle 17.00 GMT -7 (GMT -6 ora legale)

Scrivere a:

FreeMotion Fitness
1500 South 1000 West
Logan, UT 84321-9813
Stati Uniti

Fuori degli Stati Uniti e Canada

Chiamare: 001-435-786-3521

Email: intlcustomercare@freemotionfitness.com