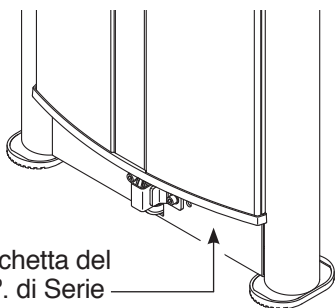


FREEMOTION® CALF EXTENSION

N° del Modello F813.0

N° di Serie _____

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



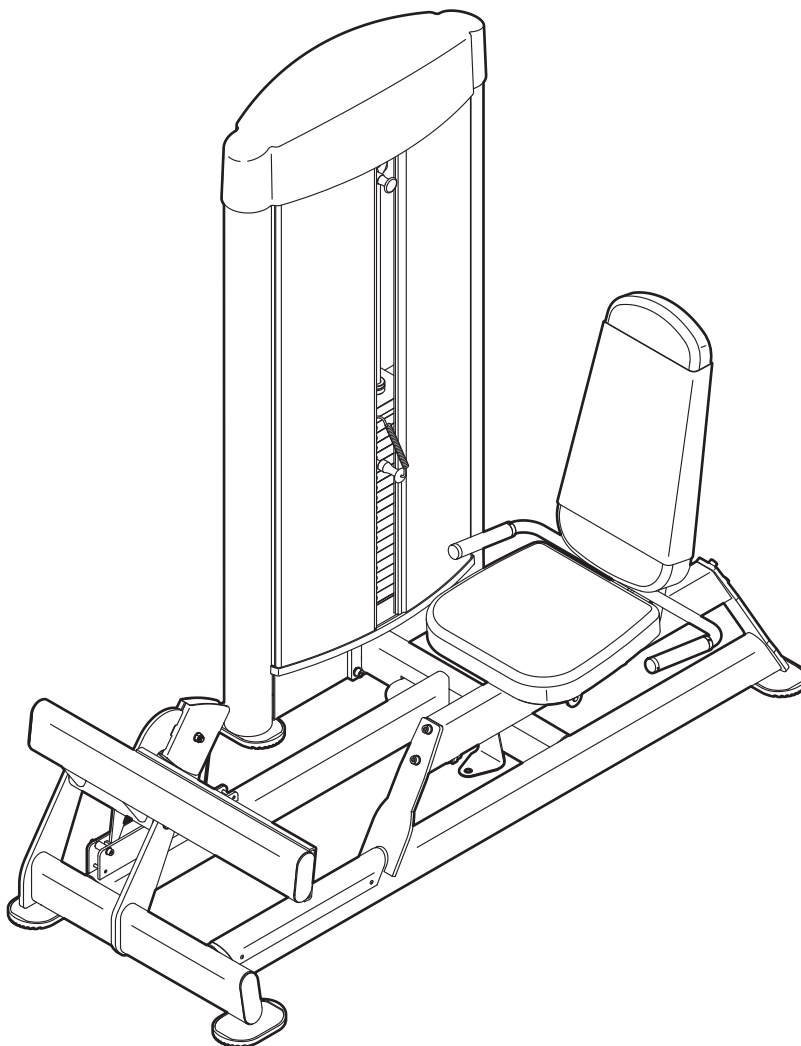
DOMANDE?

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	20
ELENCO PEZZI.....	21
DISEGNO ESPLOSO	22
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.
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 garantire 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. 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.
14. 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.
15. 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.

**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.

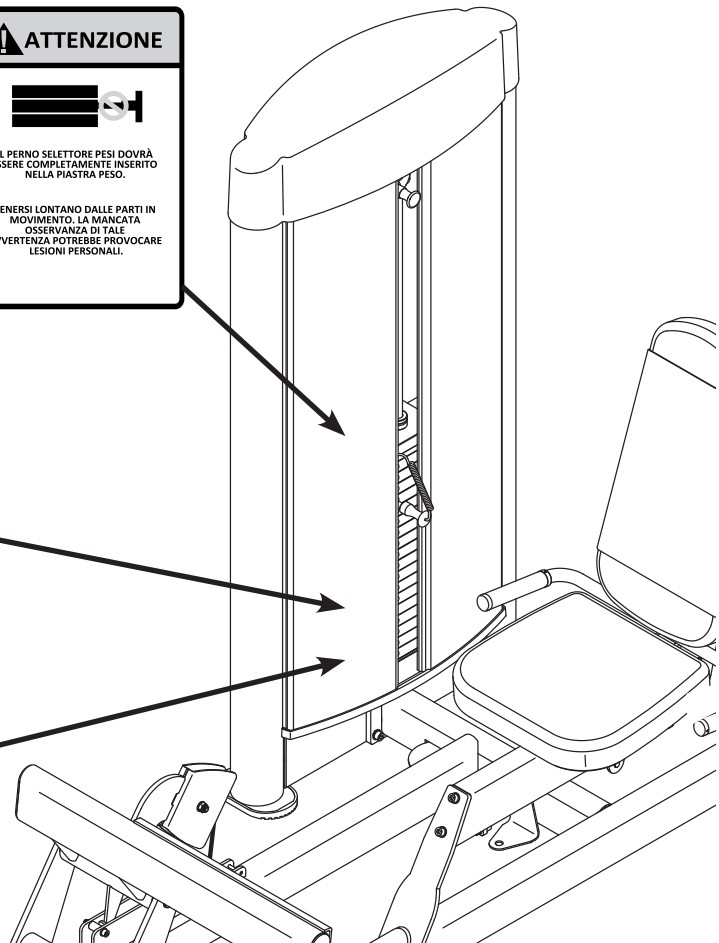
MANTENERE LE MANI LONTANE DALLE PARTI IN MOVIMENTO. IN CASO CONTRARIO SI POTRÀ INCORRERE IN LESIONI PERSONALI.

**ATTENZIONE**



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

IT



PRIMA DI INIZIARE

Grazie per aver scelto l'attrezzatura di potenziamento FREEMOTION® CALF EXTENSION. Con un movimento minimo è possibile esercitare tutti i gruppi muscolari del corpo in modo naturale, per allenarsi in modo più efficiente ed efficace.

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.

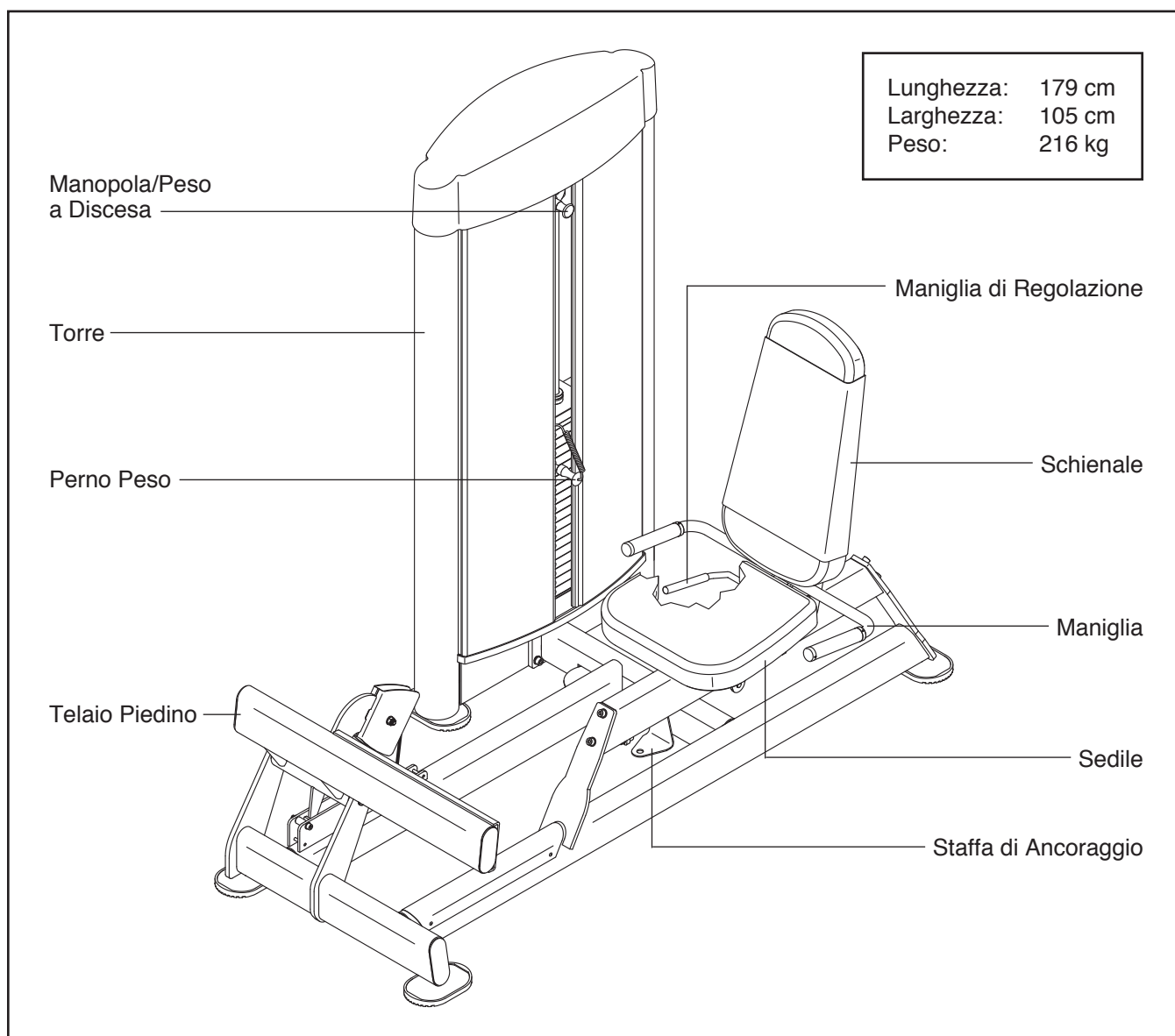
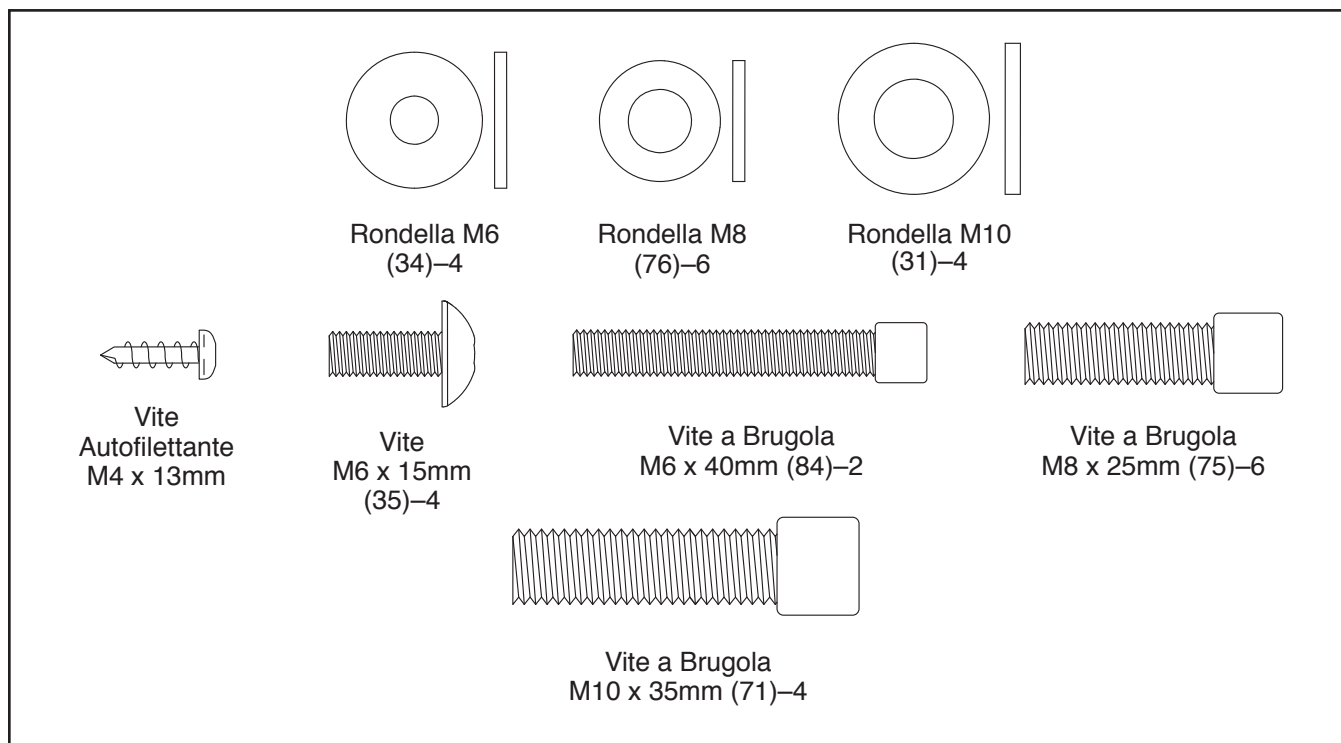


TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI

Fare riferimento ai disegni sottostanti per identificare i pezzi utilizzati durante il montaggio. Il numero tra parentesi indicato in ogni disegno rappresenta il numero chiave del 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. Nella confezione possono essere inclusi pezzi di scorta.**

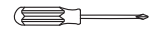


MONTAGGIO

- 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):

un cacciavite Phillips



un set di chiavi esagonali metriche

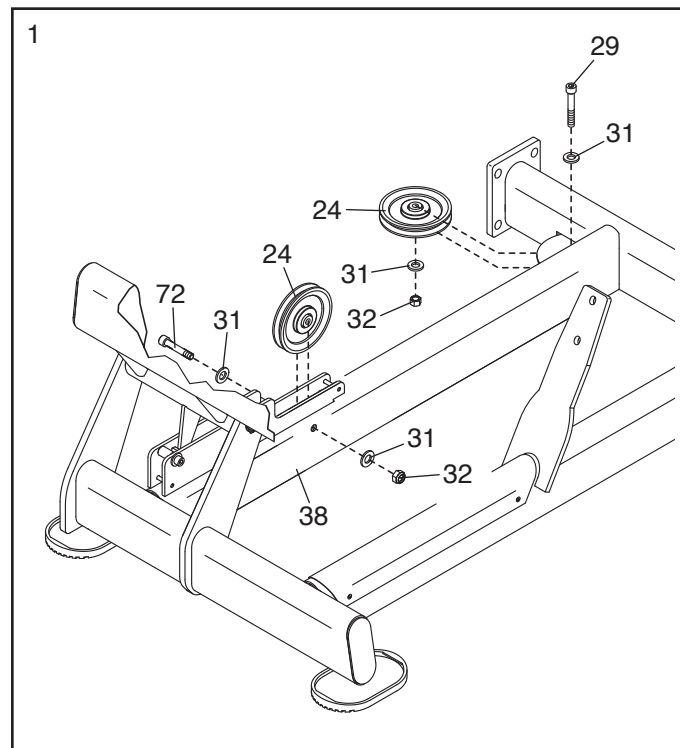


pinze con anello di sicurezza

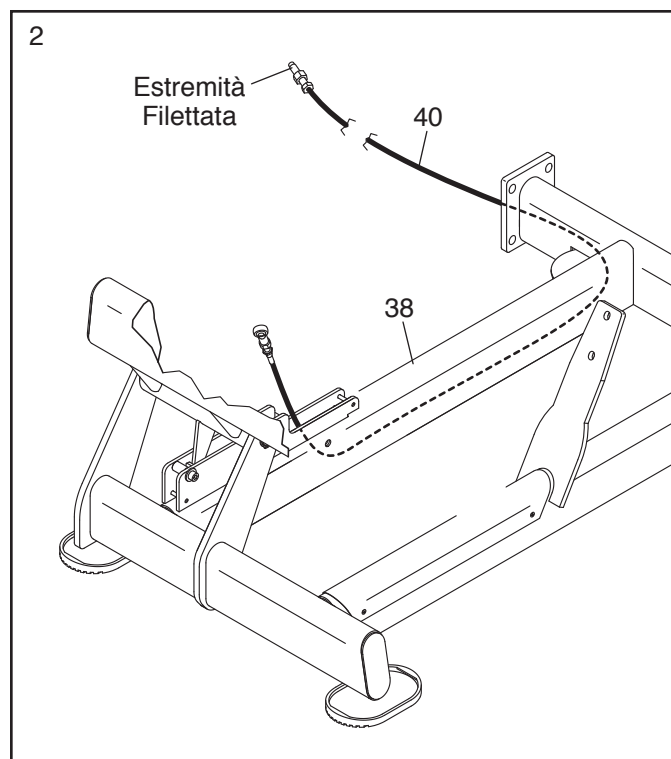


Il montaggio risulterà più semplice se si dispone di un set di chiavi. Al fine di evitare danni ai componenti, non utilizzare strumenti alimentati elettricamente.

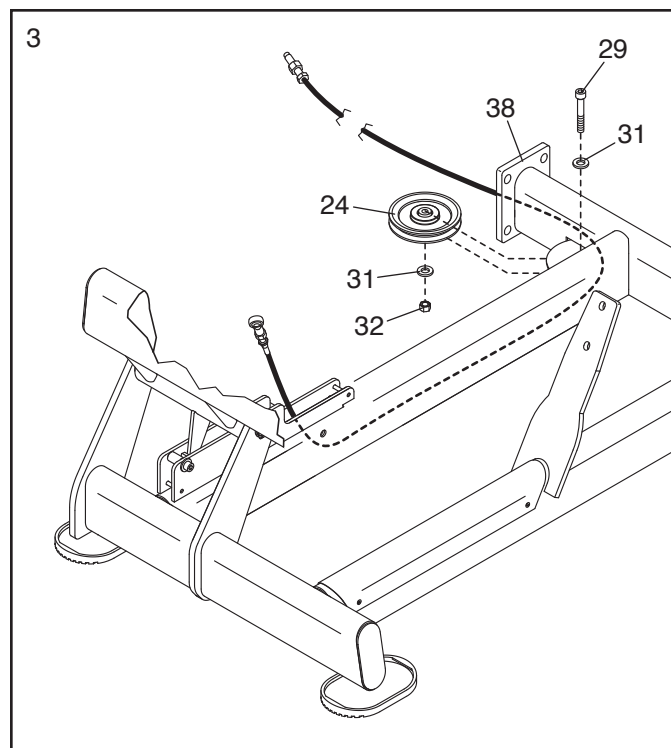
1. Rimuovere il Dado Autobloccante M10 (32), le Rondelle M10 (31), la Brugola M10 x 50mm (29), la Brugola M10 x 65mm (72) e le Pulegge Grandi (24) dal Telaio Principale (38).



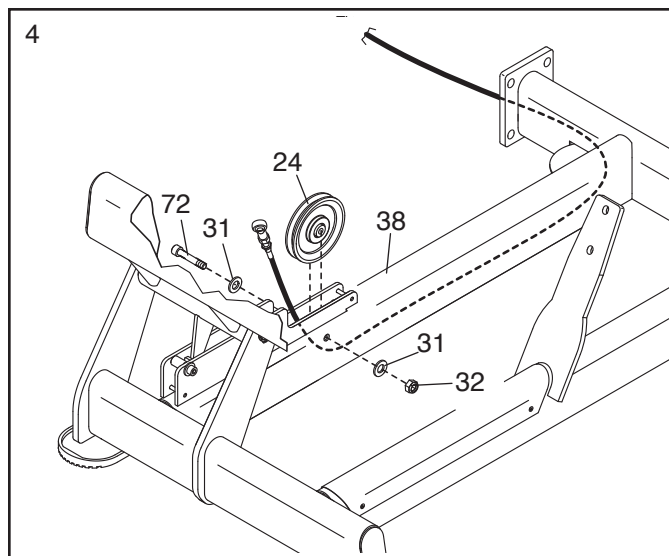
2. Orientare il Cavo (40) come indicato. Inserire il Cavo nel Telaio Principale (38).



3. Montare una delle Pulegge Grandi (24) rimosse nella fase 1 al Telaio Principale (38) con una Brugola M10 x 50mm (29), due delle Rondelle M10 (31) e uno dei Dadi Autobloccanti M10 (32) rimossi nella fase 1.



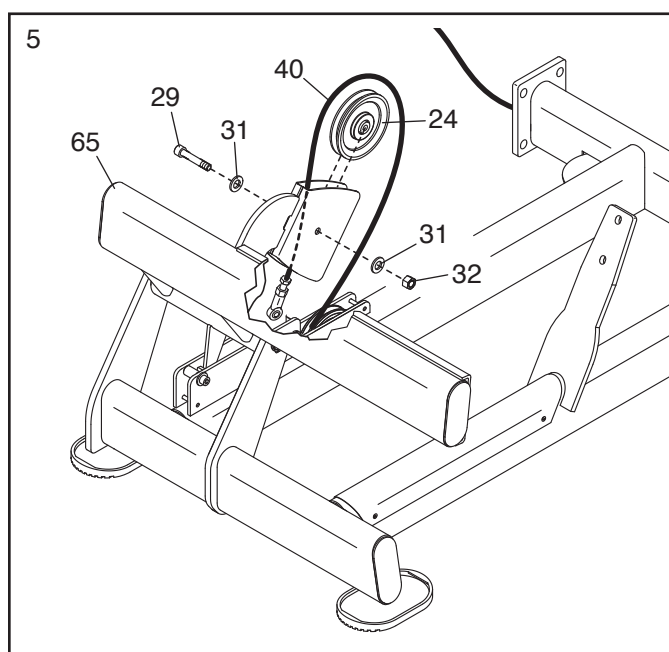
4. Montare l'altra Puleggia Grande (24) al Telaio Principale (38) con la Brugola M10 x 65mm (72), le altre due Rondelle M10 (31) e l'altro Dado Autobloccante M10 (32) rimossi nella fase 1.



5. Rimuovere tutti i pezzi (24, 29, 31 e 32) dalla staffa puleggia sul Telaio Poggiapiedi (65).

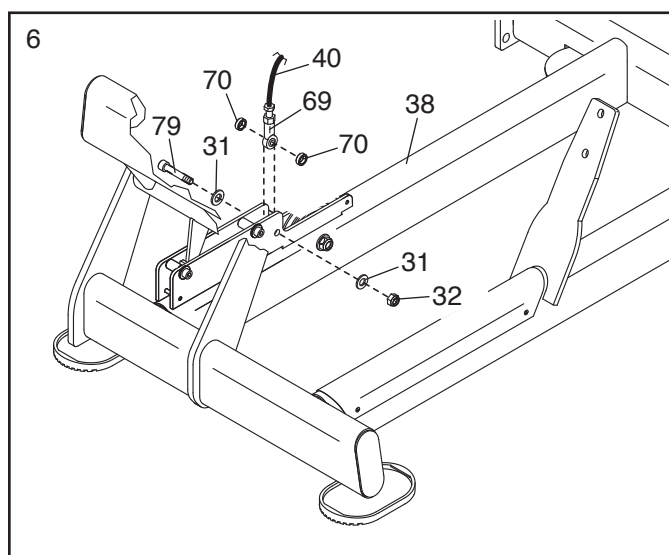
Far passare il Cavo (40) sulla Puleggia Grande (24) appena rimossa.

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

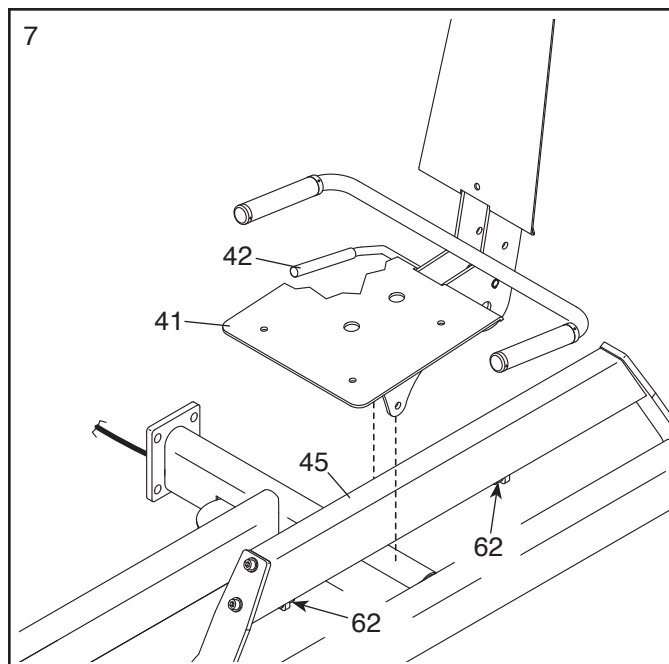


6. Rimuovere il Dado Autobloccante M10 (32) indicato, le Rondelle M10 (31) e la Brugola M10 x 55mm (79) dal Telaio Principale (38).

Fissare il Cuscinetto Giunto (69) sul Cavo (40) e le due Boccole Giunti (70) all'interno del Telaio Principale (38) con una Brugola M10 x 55mm (79), le due Rondelle M10 (31) e il Dado Autobloccante M10 (32) appena rimossi.

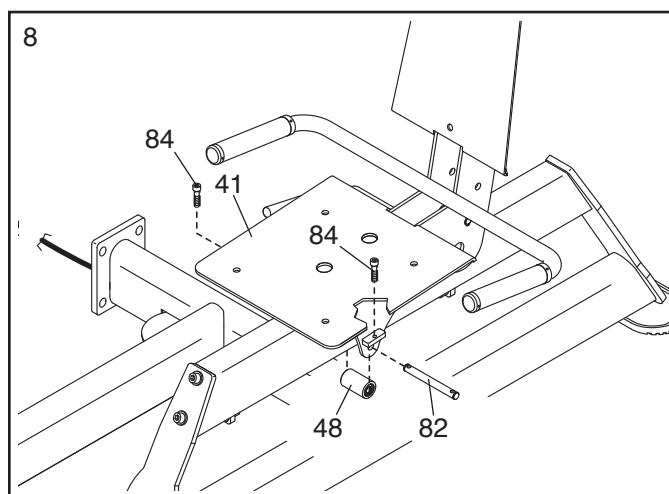


7. Tirare verso l'altro la Maniglia di Regolazione (42), fissare il Telaio Sedile (41) sulla Guida Sedile (45) e poi rilasciare la Maniglia di Regolazione. **Muovere leggermente in avanti o indietro il Telaio Sedile per verificare che la Maniglia di Regolazione sia bloccata in uno dei fori di regolazione della Guida Sedile. Verificare che l'estremità inferiore del Telaio Sedile si trovi tra i Respingenti del Telaio Sedile (62).**

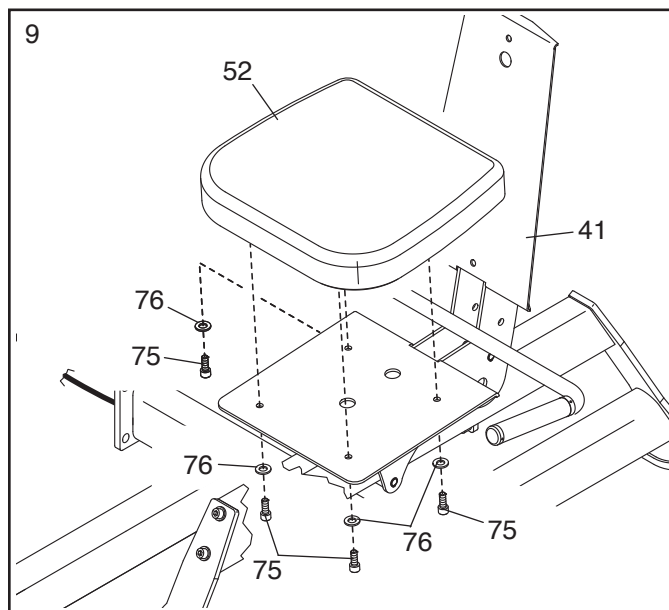


8. Mantenere il Rullo (48) all'interno dell'estremità inferiore del Telaio Sedile (41). Inserire l'Asse Medio (82) nel Telaio Sedile e nel Rullo.

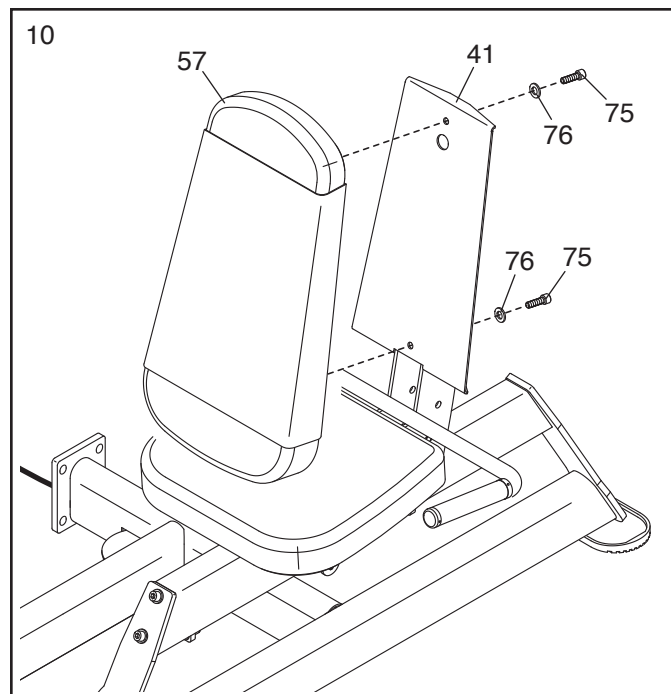
Quindi inserire una Vite a Brugola M6 x 40mm (84) in ognuno dei lati del Telaio Sedile (41) e serrare le Viti a Brugola nelle estremità dell'Asse Medio (82).



9. Fissare il Sedile (52) al Telaio Sedile (41) con quattro Viti a Brugola M8 x 25mm (75) e quattro Rondelle M8 (76).



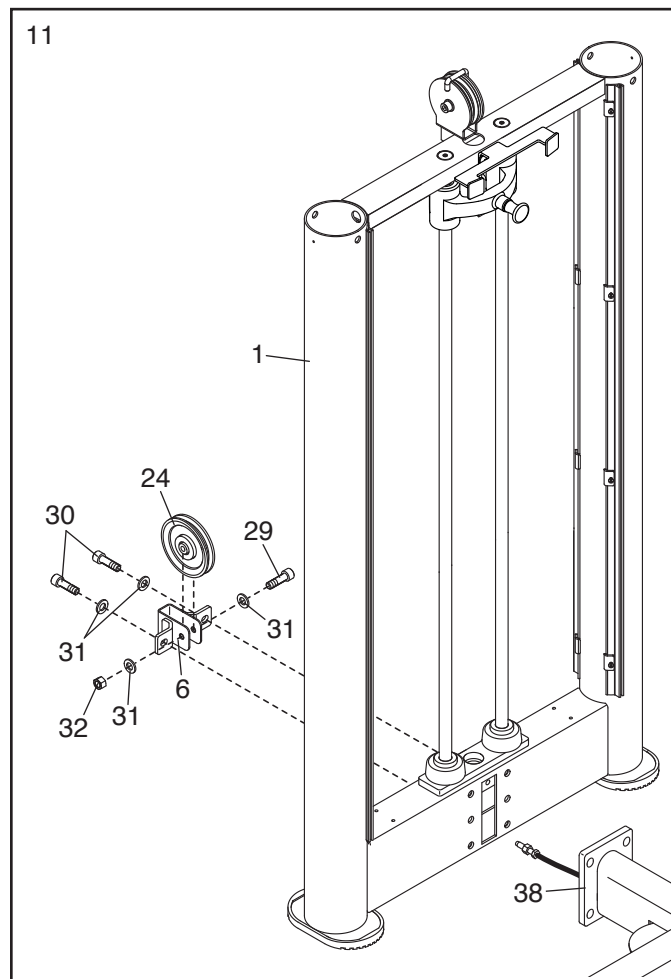
10. Fissare lo Schienale (57) al Telaio Sedile (41) con due Viti a Brugola M8 x 25mm (75) e due Rondelle M8 (76).



11. Orientare il Telaio Torre (1) come indicato e posizionarlo vicino al Telaio Principale (38).
Chiedere a un'altra persona di reggere il Telaio Torre per evitare che cada, fino al completamento della fase 12.

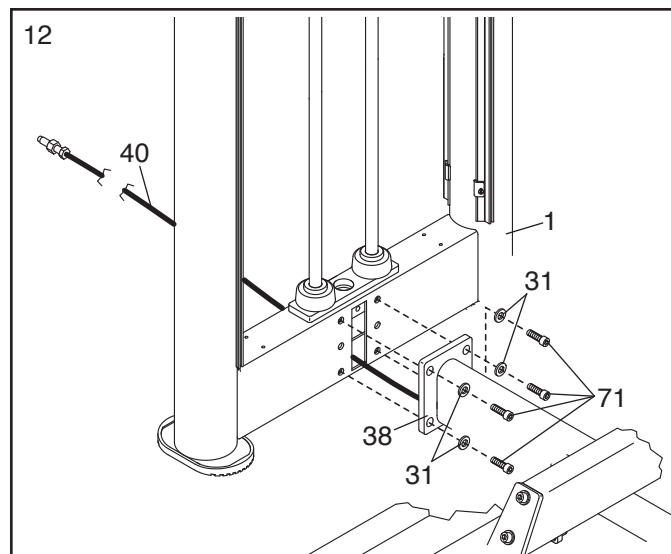
Togliere le due Viti a Brugola M10 x 30mm (30), le due Rondelle M10 (31) e la Staffa Puleggia (6) dalla parte posteriore del Telaio Torre (1).

Quindi, rimuovere tutti i pezzi (24, 29, 31 e 32) dalla Staffa Puleggia (6).



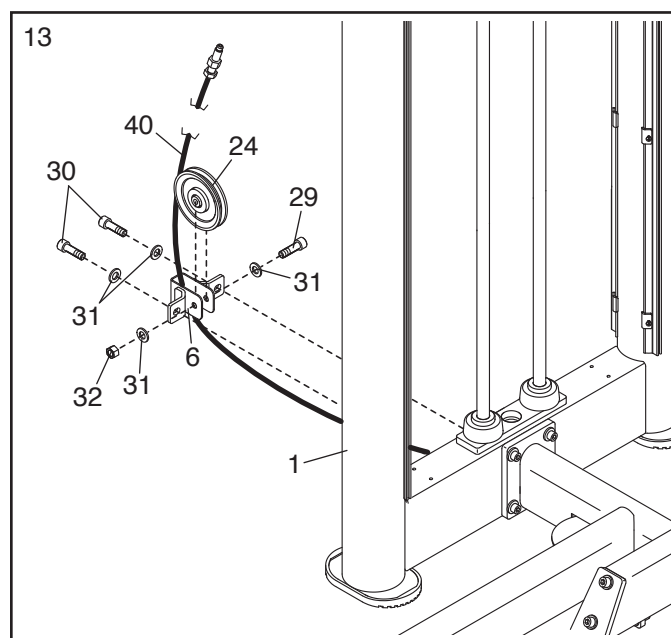
12. Inserire il Cavo (40) nel Telaio Torre (1) come indicato.

Fissare il Telaio Principale (38) al Telaio Torre (1) con quattro Viti a Brugola M10 x 35mm (71) e quattro Rondelle M10 (31).



13. Dirigere il Cavo (40) verso l'alto nella Staffa Puleggia (6). Fissare la Puleggia Grande (24) all'interno della Staffa Puleggia con la Brugola M10 x 50mm (29), le due Rondelle M10 (31) e il Dado Autobloccante M10 (32) rimossi nella fase 11.

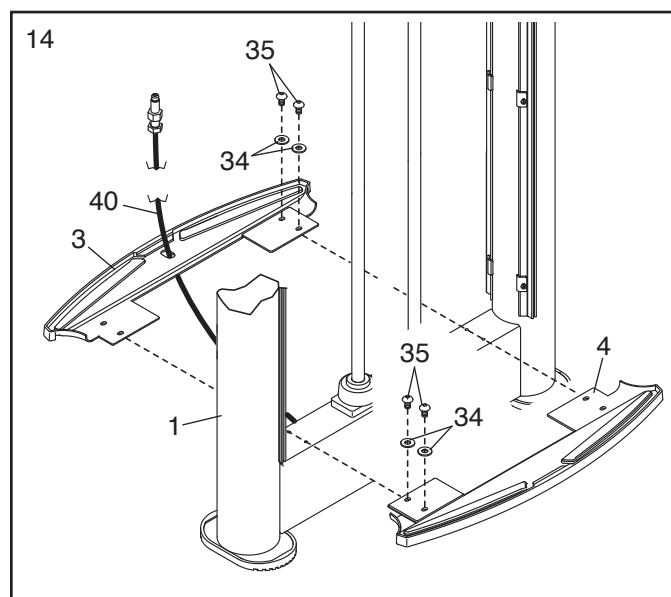
Quindi, fissare la Staffa Puleggia (6) al Telaio Torre (1) con le due Viti a Brugola M10 x 30mm (30) e le due Rondelle M10 (31) rimosse nella fase 11.



14. 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 M6 x 15mm (35) e quattro Rondelle M6 (34).



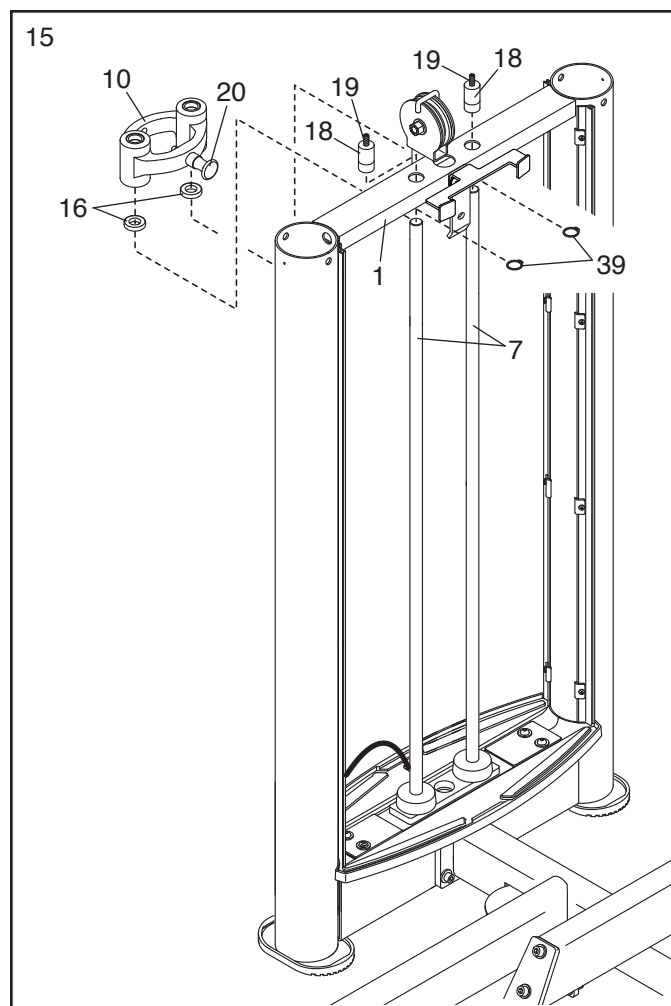
15. Tirare la Manopola Peso a Discesa (20) e infilare il Peso a Discesa (10) verso il basso sulle Guide Peso (7).

Quindi, 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 Peso (18).

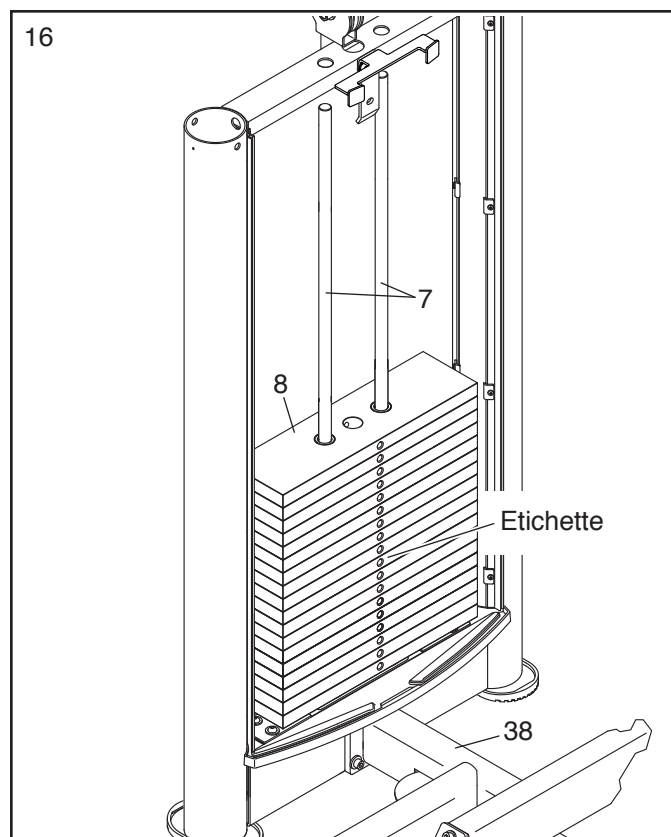
Chiedere a un'altra persona di sorreggere le Guide Peso (7). Estrarre le Boccole Guida Peso (18) dal Telaio Torre (1).

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



16. Osservare le etichette sui diciotto Pesi da 20 libbre (8) e trovare l'etichetta che riporta il numero **più alto**. Orientare il Peso da 20 libbre in modo tale che l'etichetta sia rivolta verso il Telaio Principale (38) e inserire il Peso da 20 libbre sulle Guide Peso (7).

Ripetere questa operazione con i restanti Pesi da 20 libbre (8).



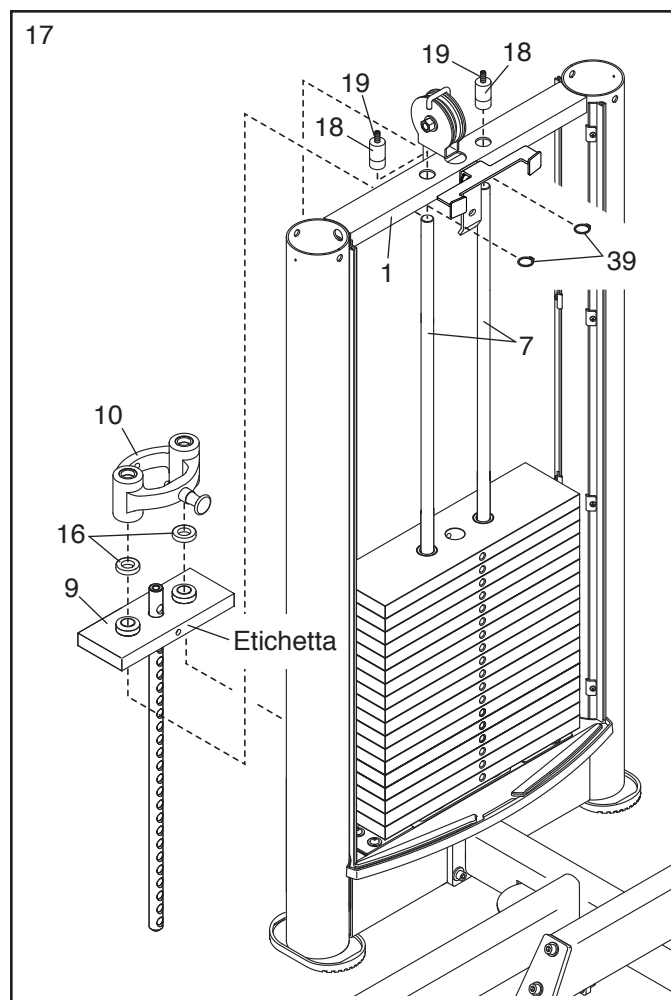
17. Orientare il Peso Superiore (9) e il Peso a Discesa (10) nel modo indicato.

Inserire 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 Peso (7).

Quindi, inserire le due Boccole Guida Peso (18) nel Telaio Torre (1) e infilarle sulle estremità superiori delle Guide Peso (7).

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

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

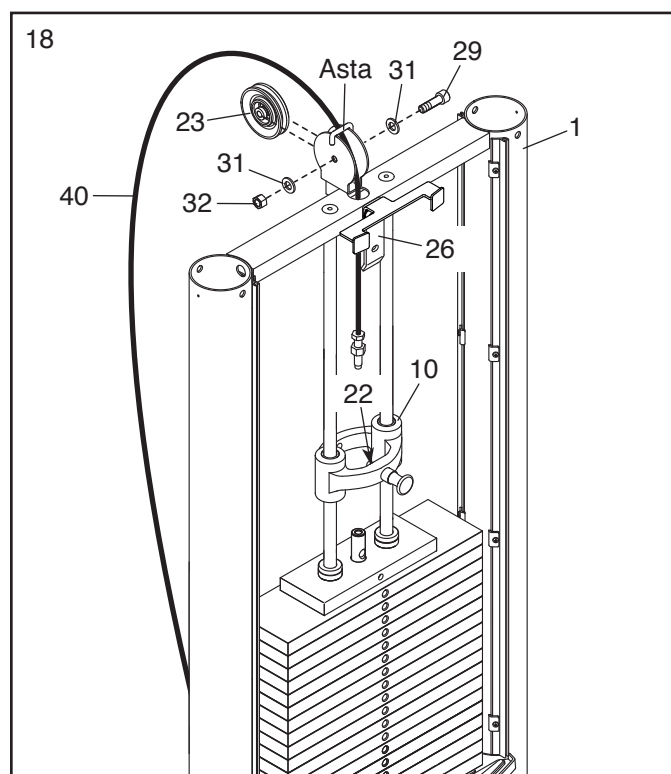


18. Rimuovere tutti i pezzi (23, 29, 31 e 32) dalla staffa puleggia sul Telaio Torre (1).

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 la 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.**

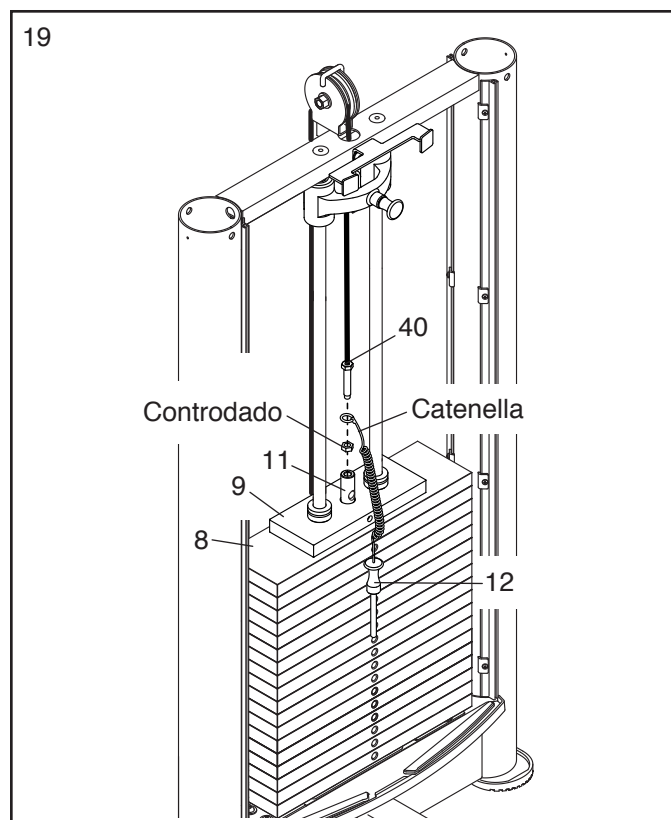
Quindi inserire dall'alto il Peso a Discesa (10) fino a quanto il Perno del Peso a Discesa (22) scatta nel foro della Staffa Chiusura a Scatto (26). **Accertare che il Perno del Peso a Discesa sia agganciato nel foro.**



19. 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 sul Cavo.

Serrare l'estremità del Cavo (40) nel Selettore Peso (11) fino a quando il Peso Superiore (9) si solleva dai Pesi da 20 libbre (8). Quindi, allentare l'estremità del Cavo fino a quando il Peso Superiore appoggia sui Pesi da 20 libbre.

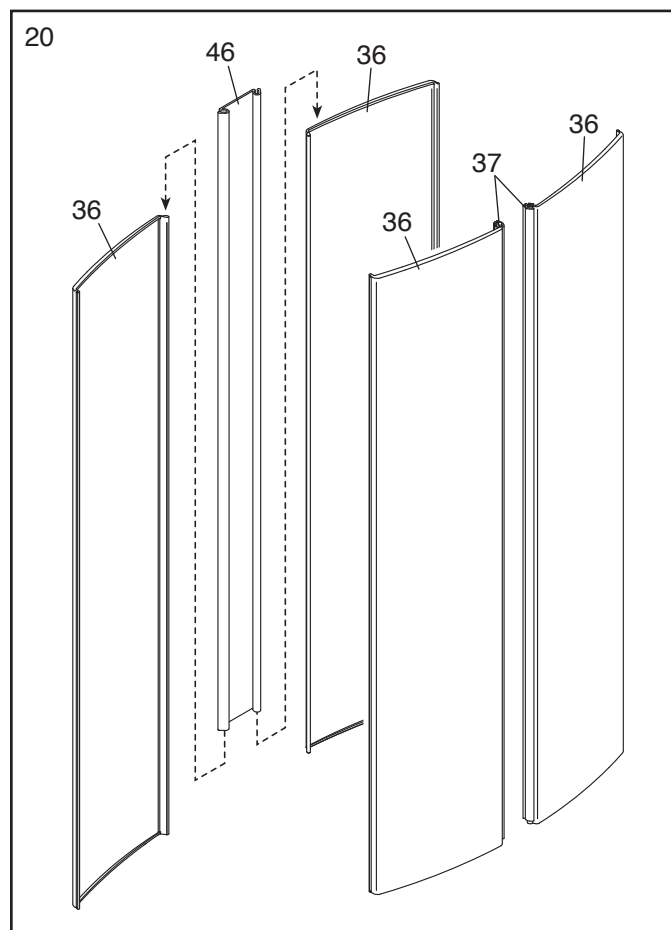
Infine, serrare il controdamo sul Selettore Peso (11).



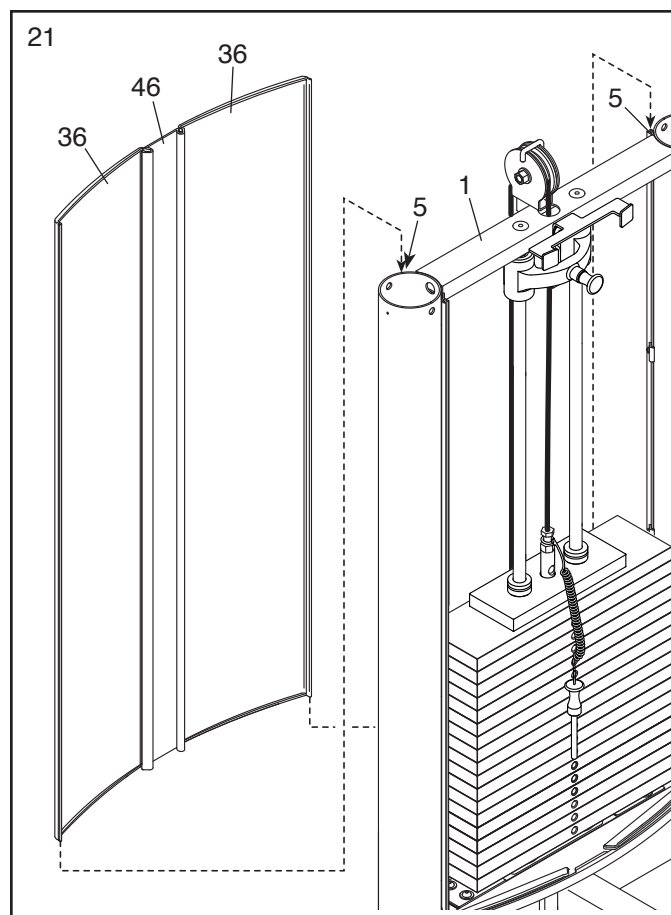
20. Nota: i pezzi raffigurati in questa fase potrebbero essere preassemblati.

Controllare i quattro Pannelli (36) e identificare i due Pannelli dotati di strisce di Rifinitura Interna (37).

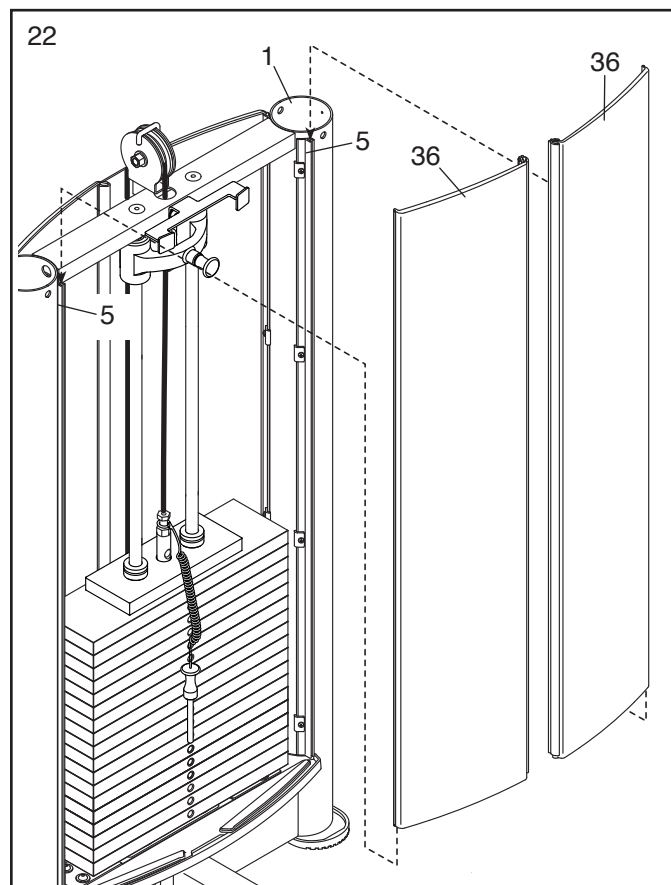
Far scorrere il Pannello Laterale (46) verso il basso sui due Pannelli (36) **privi** di Rifinitura Interna (37).



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

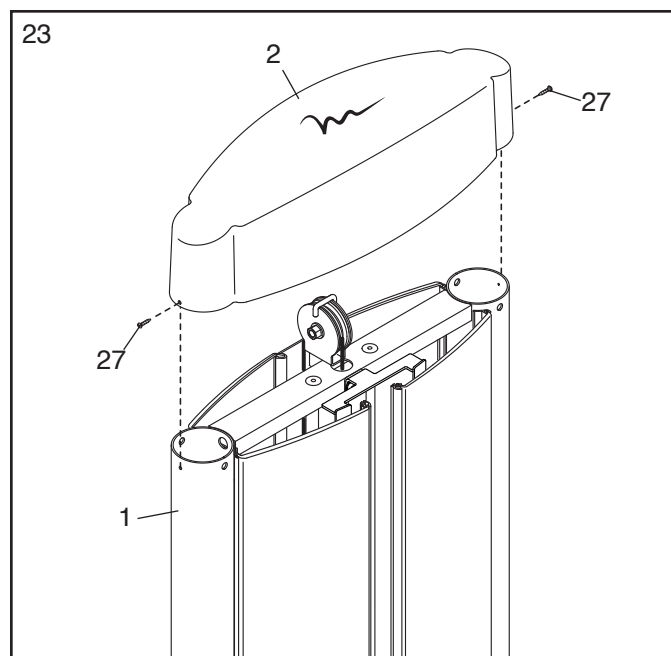


22. Far scorrere i due Pannelli (36) rimanenti verso il basso nelle due strisce di Rifinitura Esterna (5) sulla parte anteriore del Telaio Torre (1).



23. 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).



24. **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

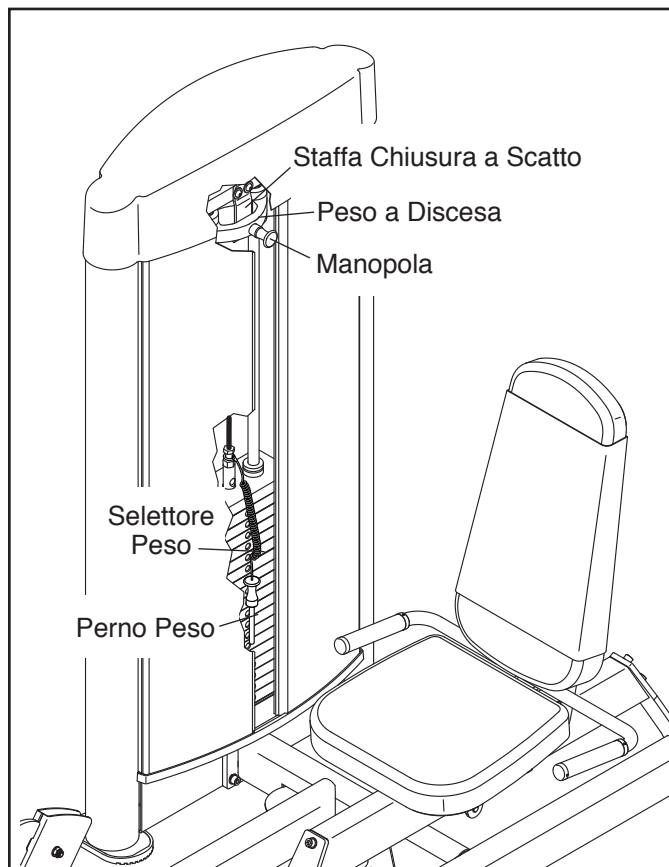
Questa sezione illustra la regolazione dell'attrezzatura di potenziamento. Verificare che tutte le parti siano state correttamente fissate prima di utilizzare l'attrezzatura di potenziamento. Sostituire immediatamente eventuali pezzi usurati.

REGOLAZIONE DELLA RESISTENZA

Per modificare la resistenza, inserire il perno nel peso desiderato. **Accertare che il perno peso sia completamente inserito.** Nota: per utilizzare solamente il peso superiore, inserire il perno peso nel selettore peso (non raffigurato) posto sopra al peso superiore.

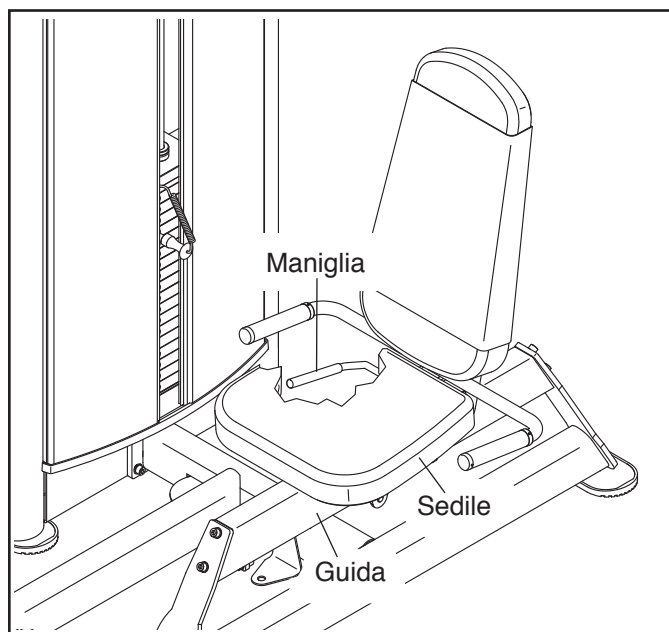
Per aggiungere 5 libbre di resistenza, tirare la manopola indicata e abbassare il peso a discesa sul gruppo pesi.

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'alto e verso il basso per verificare che la manopola sia bloccata nella staffa chiusura a scatto.**



REGOLAZIONE SEDILE

Per regolare la posizione del sedile, tirare verso l'alto la maniglia di regolazione, far scorrere il sedile avanti o indietro, quindi rilasciare la maniglia di regolazione. **Muovere il sedile leggermente avanti o indietro per verificare che la manopola di regolazione sia bloccata in uno dei fori di regolazione della guida sedile.**



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

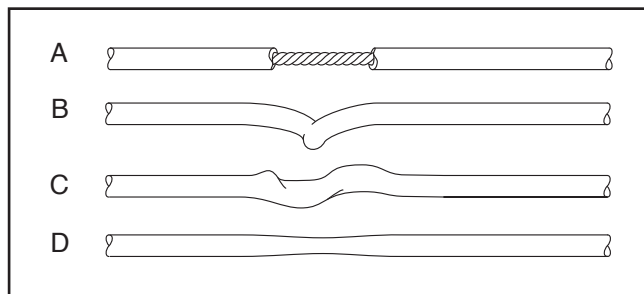
Pezzi Piccoli

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



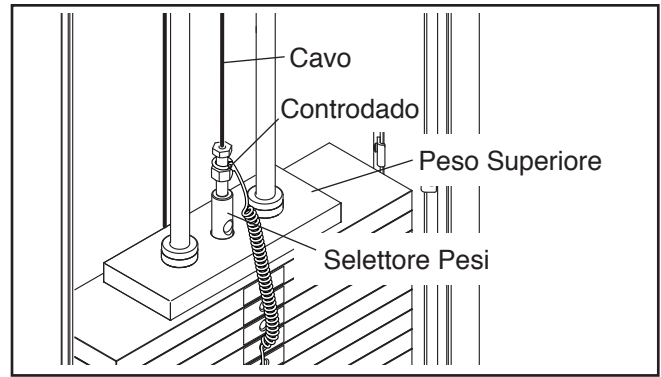
Regolazione di Cavo

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.

Si veda il disegno a destra. 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

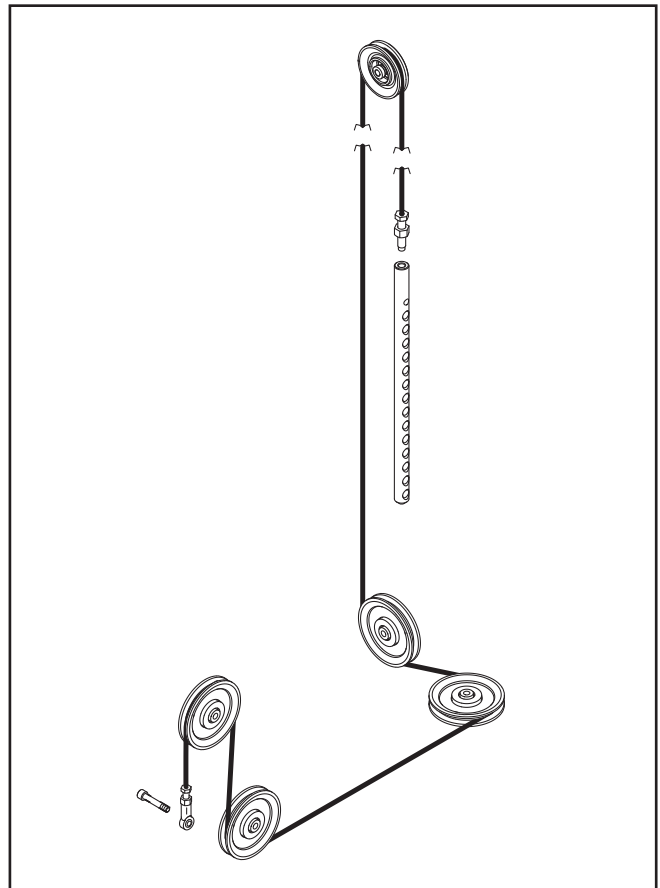
Controllare le impugnature e se necessario sostituirle.

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



ELENCO PEZZI

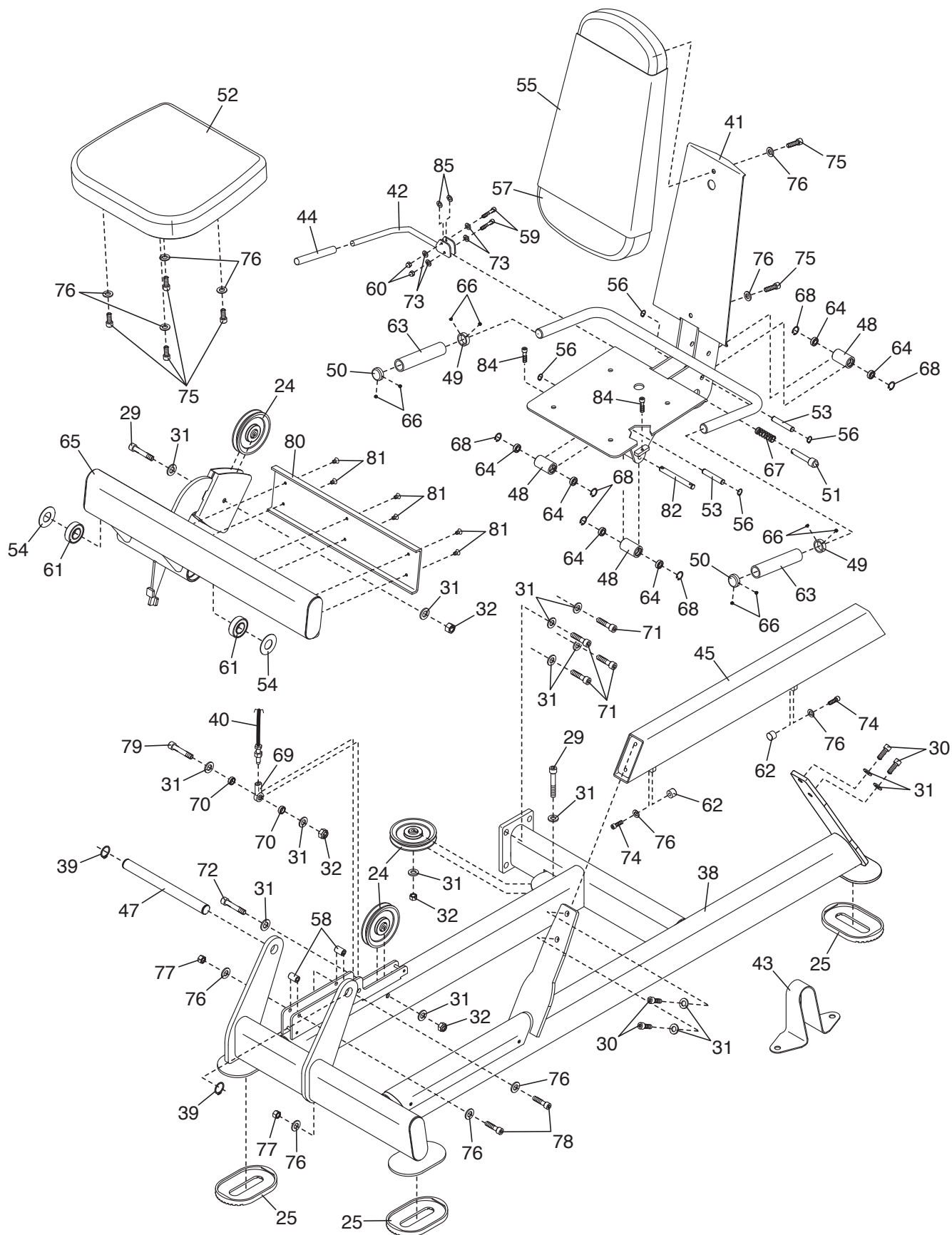
N° del Modello F813.0 R0812A

N°	Qtà.	Descrizione	N°	Qtà.	Descrizione
1	1	Telaio Torre	44	1	Impugnatura Piccola
2	1	Cappuccio Torre	45	1	Guida Sedile
3	1	Base Pannello Laterale Posteriore	46	1	Pannello Laterale
4	1	Base Pannello Laterale Anteriore	47	1	Asse Grande
5	4	Rifinitura Esterna	48	3	Rullo
6	1	Staffa Puleggia	49	2	Anello Maniglia
7	2	Guida Peso	50	2	Cappuccio Maniglia
8	18	Peso da 20 libbre	51	1	Perno Maniglia
9	1	Peso Superiore	52	1	Sedile
10	1	Peso a Discesa	53	2	Asse Piccolo
11	1	Selettore Peso	54	2	Rondella in Plastica
12	1	Perno Peso	55	1	Rivestimento Schienale
13	2	Respingente Peso Inferiore	56	4	Anello a Scatto Piccolo
14	2	Cappuccio Guida Peso	57	1	Schienale
15	1	Coppiglia Elastica	58	2	Distanziatore
16	2	Respingente Peso Superiore	59	2	Brugola M5 x 27mm
17	4	Boccola Peso a Discesa	60	2	Dado Cieco a Calotta M5
18	2	Boccola Guida Peso	61	2	Cuscinetto Grande
19	2	Vite senza Testa M8 x 35mm	62	2	Respingente del Telaio Sedile
20	1	Manopola Peso a Discesa	63	2	Impugnatura Grande
21	1	Molla Piccola	64	6	Cuscinetto Piccolo
22	1	Perno del Peso a Discesa	65	1	Telaio Poggiapiedi
23	1	Puleggia Piccola	66	8	Vite senza Testa M4 x 3mm
24	4	Puleggia Grande	67	1	Molla Grande
25	5	Piedino	68	6	Anello di Sicurezza Medio
26	1	Staffa Chiusura a Scatto	69	1	Cuscinetto Giunto
27	2	Vite Autofilettante M4 x 13mm	70	2	Boccola Giunto
28	16	Vite M4 x 10mm	71	4	Vite a Brugola M10 x 35mm
29	4	Brugola M10 x 50mm	72	1	Brugola M10 x 65mm
30	6	Vite a Brugola M10 x 30mm	73	4	Rondella M5
31	22	Rondella M10	74	2	Vite a Brugola M8 x 20mm
32	6	Dado Autobloccante M10	75	6	Vite a Brugola M8 x 25mm
33	2	Vite M6 x 20mm	76	12	Rondella M8
34	6	Rondella M6	77	2	Dado Autobloccante M8
35	4	Vite M6 x 15mm	78	2	Brugola M8 x 50mm
36	4	Pannello	79	1	Brugola M10 x 55mm
37	2	Rifinitura Interna	80	1	Pedana
38	1	Telaio Principale	81	6	Vite M6 x 10mm
39	4	Anello di Sicurezza 25mm	82	1	Asse Medio
40	1	Cavo	83	1	Staffa Pannello Laterale
41	1	Telaio Sedile	84	2	Vite a Brugola M6 x 40mm
42	1	Maniglia di Regolazione	85	2	Rondella Piccola M6
43	1	Staffa di Ancoraggio	*	—	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.

N° del Modello F813.0 R0812A





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