

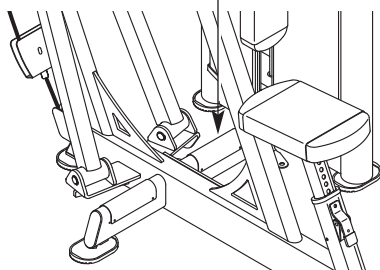
FREEMOTION® EPIC™ SEATED ROW

N° del Modello F817.0

N° di Serie _____

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

Etichetta del N°. di Serie



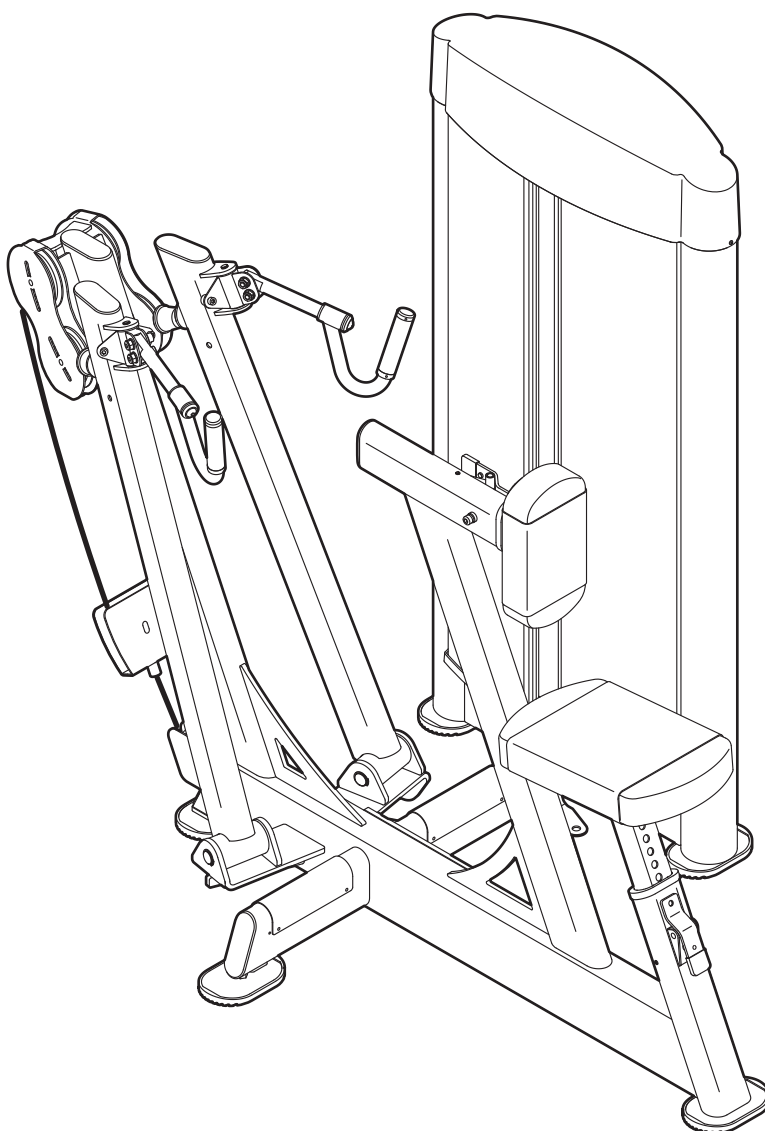
DOMANDE?

Se avete delle domande, o se ci sono delle parti danneggiate o mancanti, consultare la sezione **CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI** sul retro-copertina 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



www.freemotionfitness.com

INDICE

PRECAUZIONI IMPORTANTI	3
POSIZIONE DELLE ETICHETTE DI AVVERTENZA	4
PRIMA DI INIZIARE	5
TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI	6
MONTAGGIO	7
REGOLAZIONI	19
MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE GUASTI	20
DIAGRAMMA CAVO	22
ELENCO PEZZI	25
DISEGNO ESPLOSO	26
CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI	Retrocopertina

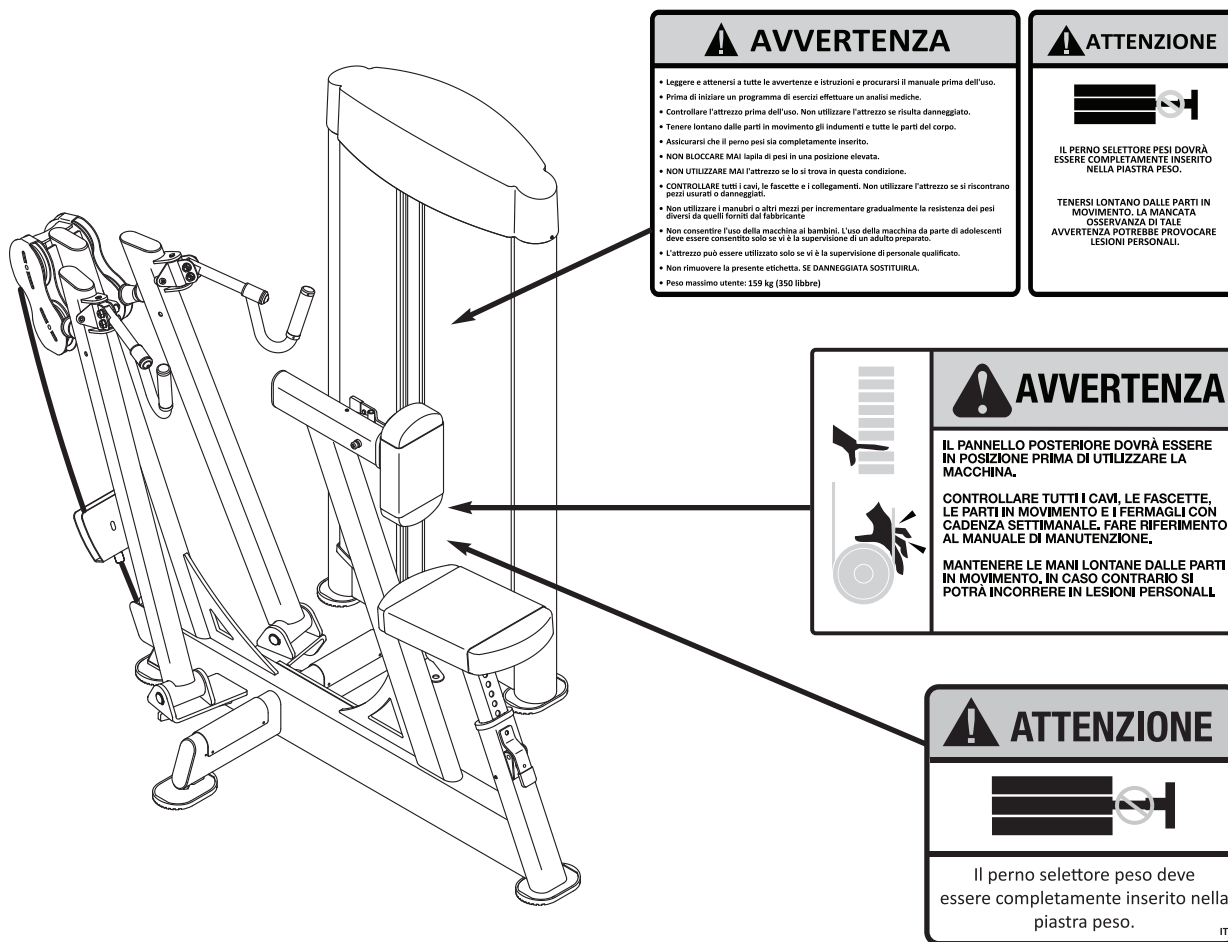
PRECAUZIONI IMPORTANTI

⚠ 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 esclusivamente 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 desiderato.
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 tutti gli incidenti o le irregolarità dell'attrezzatura di potenziamento.
8. Mantenere sempre l'attrezzatura di potenziamento fuori dalla portata di bambini di età inferiore ai 12 anni e di 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 le mani sull'attrezzatura di potenziamento mentre è in uso.
12. Assicurarsi che il perno peso sia completamente inserito in una delle piastre pesi.
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 non scorra liberamente, 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.



PRIMA DI INIZIARE

Grazie per avere scelto l'attrezzatura di potenziamento FREEMOTION® EPIC™ SEATED ROW (Vogatore). Grazie al movimento libero è possibile lavorare i gruppi muscolari contemporaneamente, 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.

Dimensioni Montate:

Altezza: 152 cm

Larghezza: 106 cm

Profondità: 178 cm

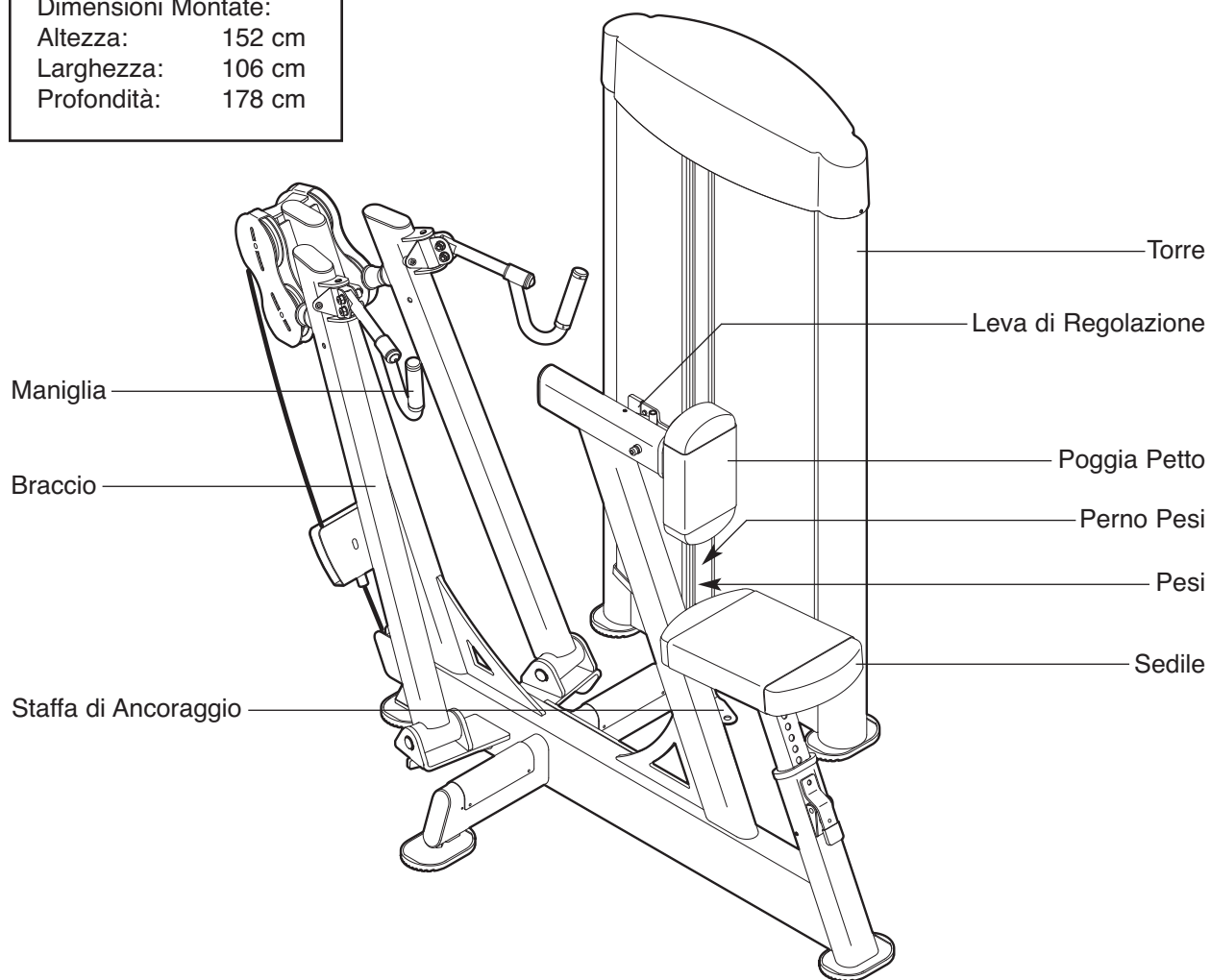
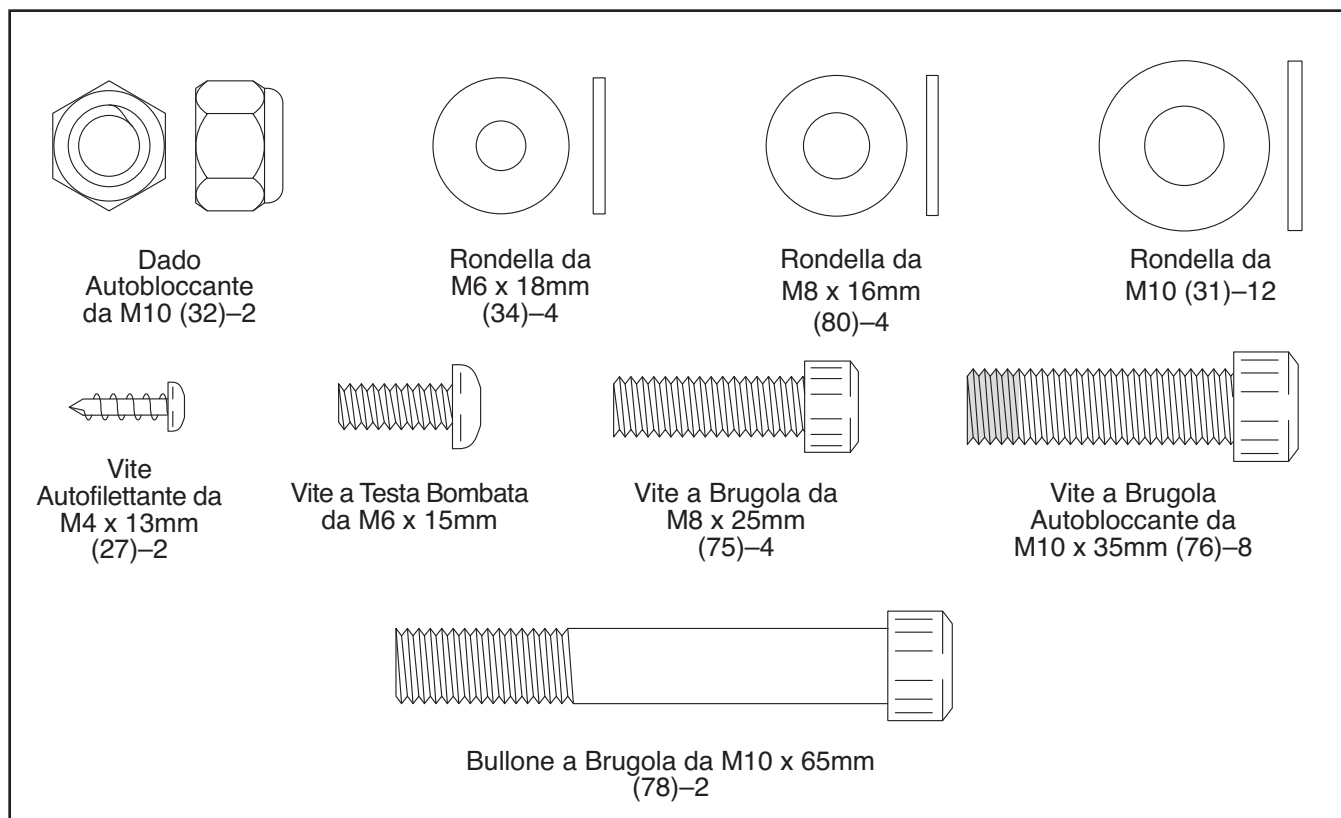


TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI

Fare riferimento ai disegni sottostanti per identificare i pezzi utilizzati durante il montaggio. Il numero tra parentesi indicato in ogni disegno rappresenta il numero del pezzo, evinto dall'ELENCO PEZZI al termine del presente manuale. **Nota: qualora un pezzo non sia rintracciabile nel kit hardware, verificare se sia stato preassemblato.**



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 forcina o fisse o di un set di chiavi a cricchetto.

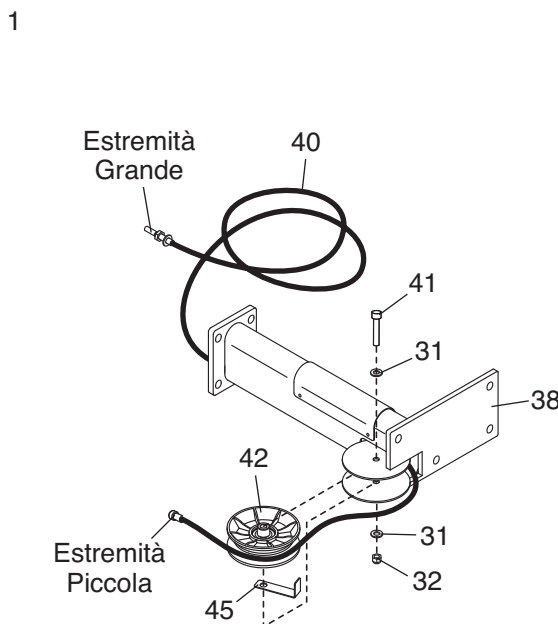
1. **Prima di procedere al montaggio, accertare di avere compreso le informazioni contenute nel riquadro precedente.**

Rimuovere tutti i pezzi (31, 32, 41, 42 e 45) dal Telaio di Collegamento (38).

Localizzare il Cavo Lungo (40) e il Cavo Corto (non raffigurato).

Orientare il Cavo Lungo (40) nel modo indicato e inserirlo attraverso il Telaio di Collegamento (38).

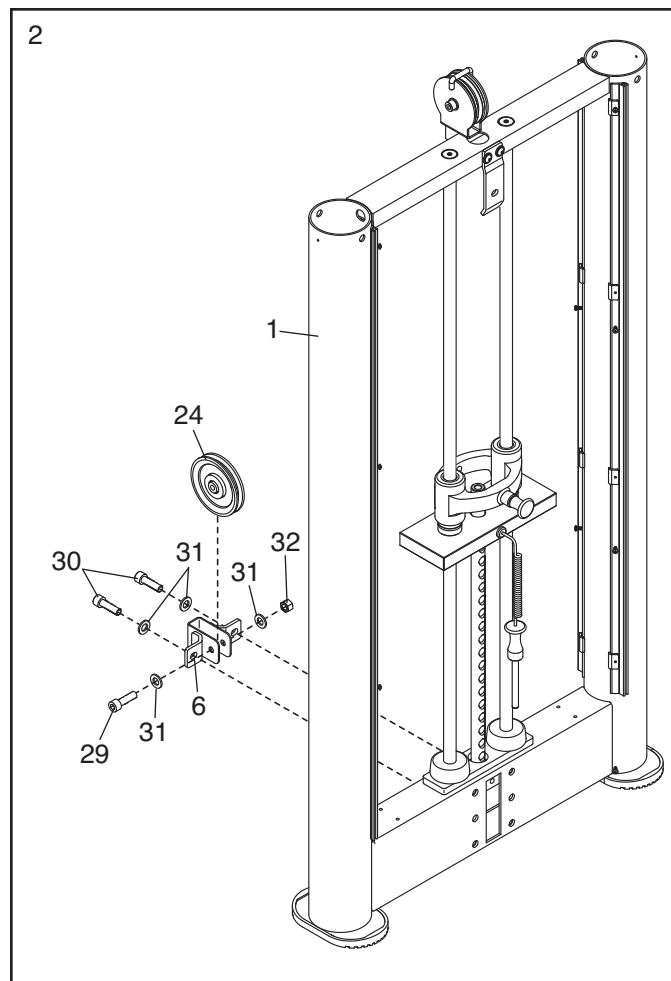
Dirigere il Cavo Lungo (40) intorno alla Puleggia a V (42). Fissare la Puleggia a V e il Fermacavo (45) al Telaio di Collegamento (38) con il Bullone a Brugola da M10 x 70mm (41), le due Rondelle da M10 (31) e il Dado Autobloccante da M10 (32) appena rimosso. **Verificare che il Cavo Lungo si trovi tra la Puleggia a V e il Fermacavo e che il Fermacavo sia orientato nel modo indicato.**



2. Orientare il Telaio Torre (1) nel modo indicato.
Chiedere a un'altra persona di reggere il Telaio Torre per evitare che cada, fino al completamento della fase 3.

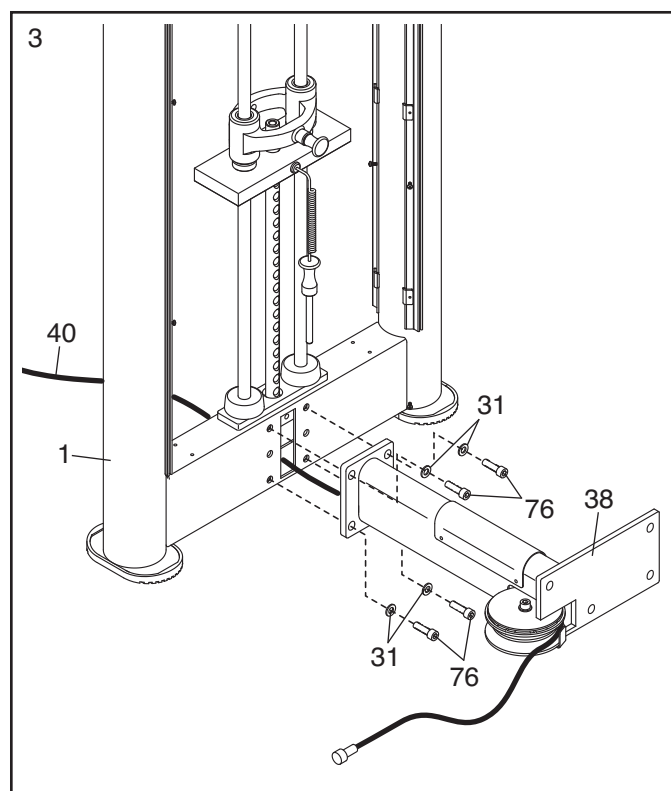
Rimuovere le due Viti a Brugola Autobloccanti da M10 x 30mm (30), le due Rondelle da M10 (31) e la Staffa Puleggia Piccola (6) dalla parte posteriore del Telaio Torre (1).

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



3. Inserire il Cavo Lungo (40) attraverso il Telaio Torre (1) nel modo indicato.

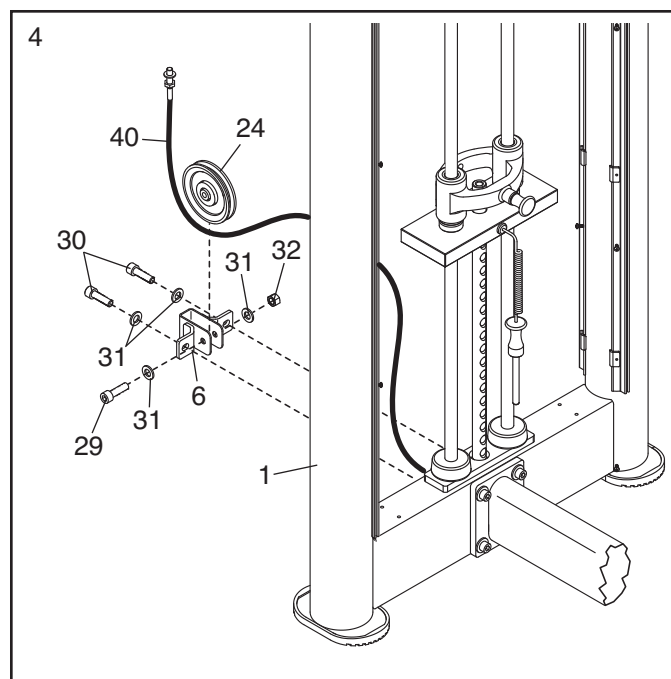
Fissare il Telaio di Collegamento (38) al Telaio Torre (1) con quattro Viti a Brugola Autobloccanti da M10 x 35mm (76) e quattro Rondelle da M10 (31). **Non serrare le Viti a Brugola Autobloccanti in questa fase.**



4. Dirigere il Cavo Lungo (40) verso l'alto attraverso la Staffa Puleggia Piccola (6).

Fissare la Puleggia Grande (24) all'interno della Staffa Puleggia Piccola (6) con il Bullone a Brugola da M10 x 50mm (29), le due Rondelle da M10 (31) e il Dado Autobloccante da M10 (32) rimosso nella fase 2.

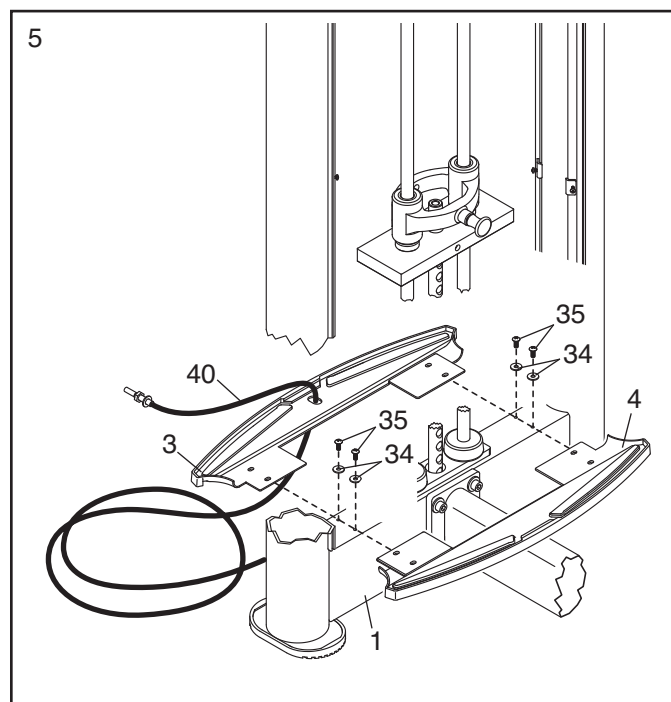
Quindi, fissare la Staffa Puleggia Piccola (6) al Telaio Torre (1) con le due Viti a Brugola Autobloccanti da M10 x 30mm (30) e le due Rondelle da M10 (31) rimosse nella fase 2.



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

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

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

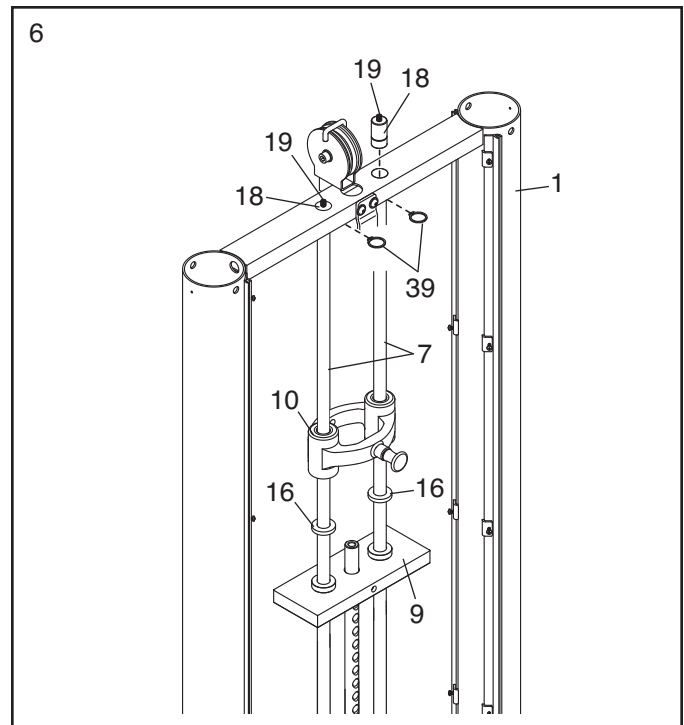


6. Allentare le due Viti Senza Testa da M8 x 35mm (19) di alcuni giri completi; **non occorre rimuovere le Viti Senza Testa**.

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

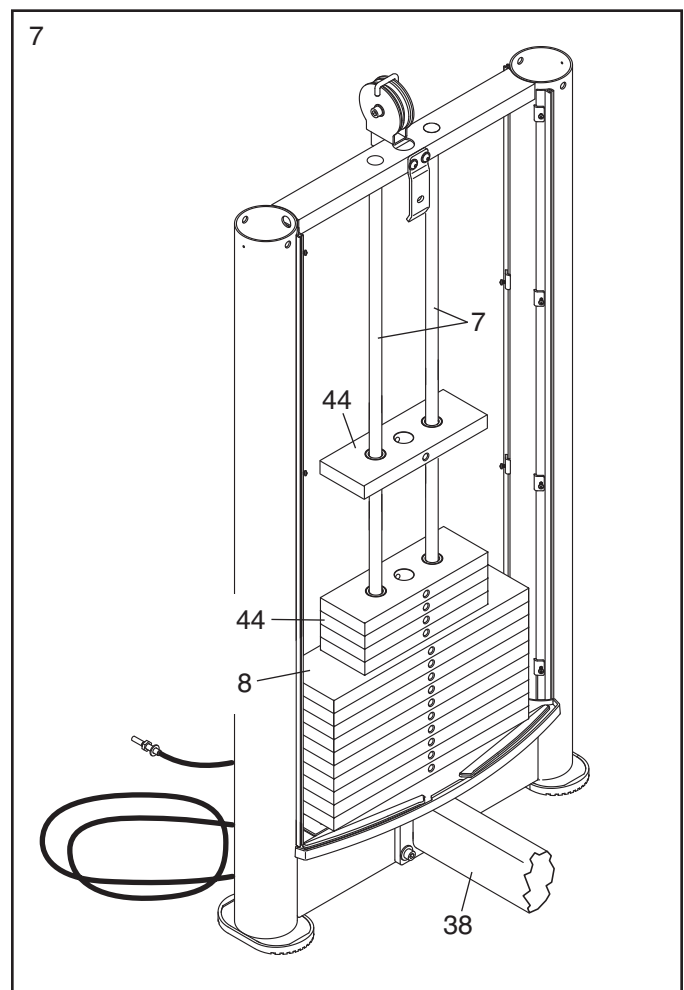
Sollevare le Boccole Guida Peso (18) fino a quando le estremità superiori delle Guide Pesi (7) sono libere.

Quindi, inclinare le estremità superiori delle Guide Pesi (7) in avanti o indietro e sfilare dall'alto i due Anelli di Sicurezza da 25mm (39), il Peso a Discesa (10), i due Respingenti Pesi Superiori (16) e il Peso Superiore (9), fuori dalle Guide Pesi.



7. Controllare le etichette sui dieci Pesi da 20 libbre (8) e sugli otto Pesi da 10 libbre (44). Localizzare l'etichetta recante il numero **maggiore**. Orientare quel Peso in modo tale che l'etichetta sia rivolta verso il Telaio di Collegamento (38) e inserire il Peso sulle Guide Pesi (7).

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



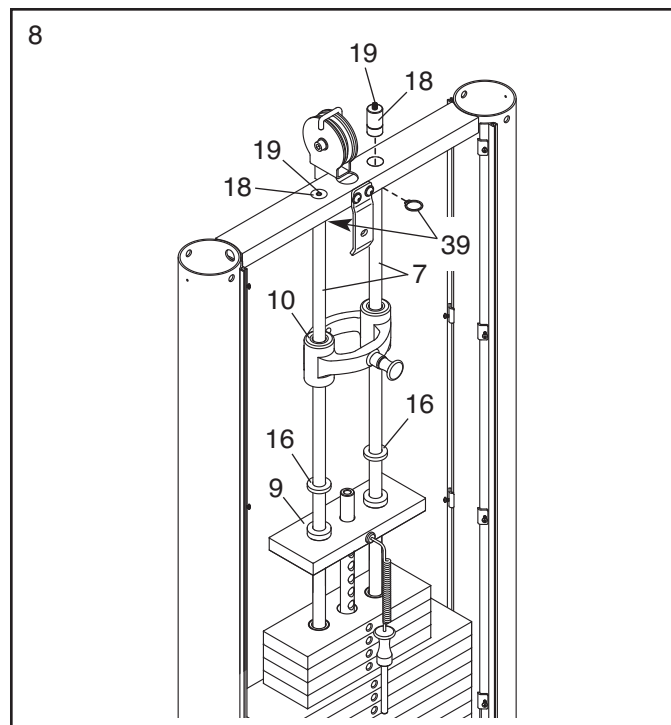
8. Posizionare il Peso Superiore (9) e il Peso a Discesa (10) nel modo indicato.

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

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

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

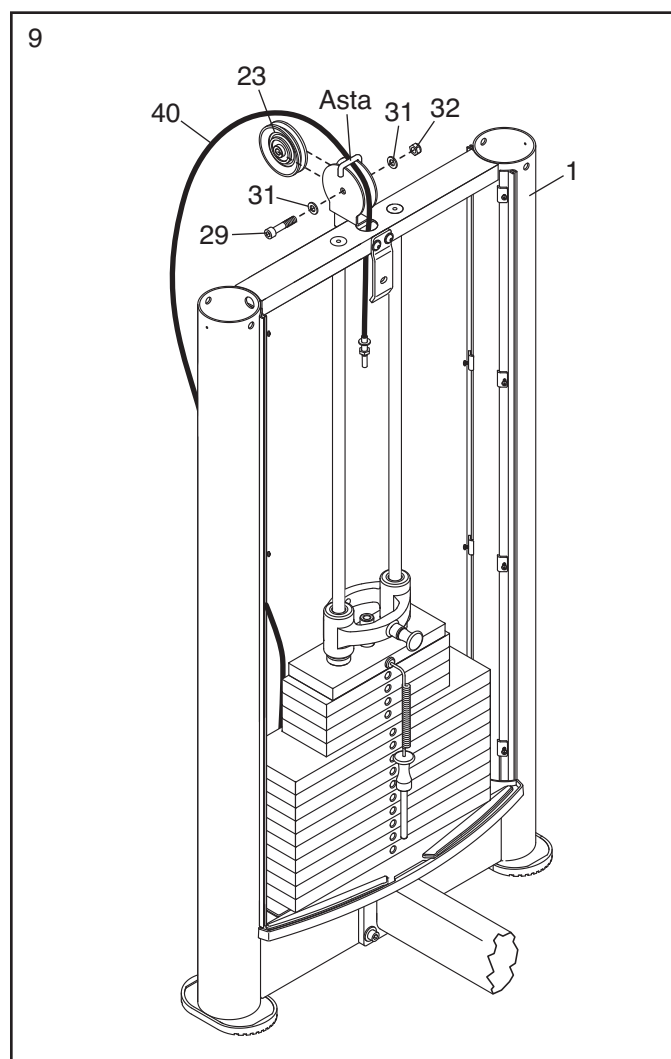
Quindi, serrare le due Viti Senza Testa da M8 x 35mm (19) nelle Boccole Guide Pesi (18).



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

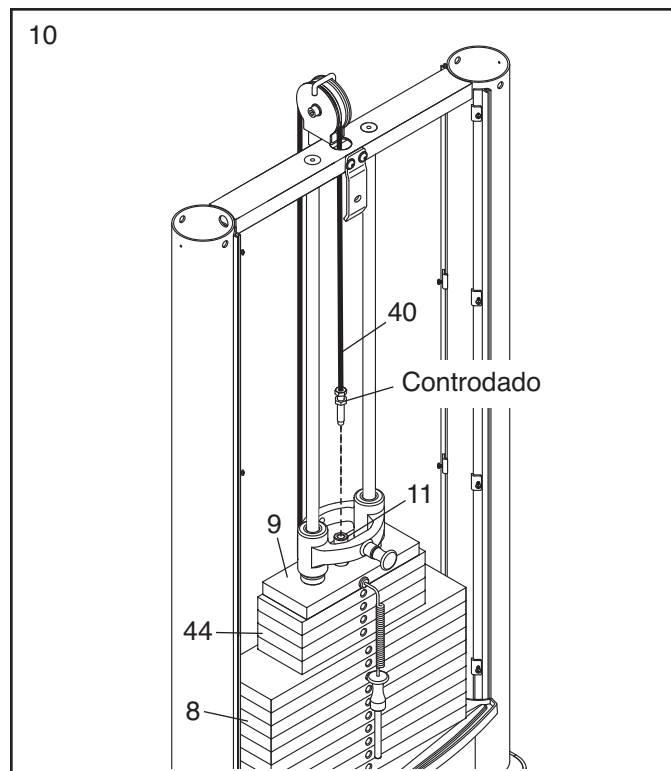
Dirigere il Cavo Lungo (40) attraverso la staffa puleggia e verso il basso attraverso il foro al centro del Telaio Torre (1).

Fissare la Puleggia Piccola (23) all'interno della staffa puleggia con il Bullone a Brugola da M10 x 50mm (29), le due Rondelle da M10 (31) e il Dado Autobloccante da M10 (32) appena rimossi. **Verificare che il Cavo Lungo (40) si trovi tra la Puleggia Piccola e l'asta sulla staffa puleggia.**

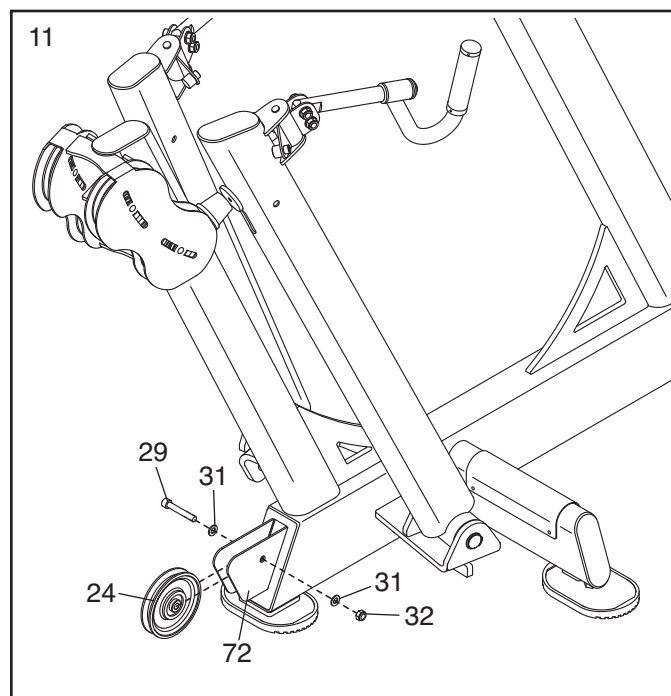


10. Serrare l'estremità del Cavo Lungo (40) nel Selettore Peso (11) fino a quando il Peso Superiore (9) si distacca dai Pesi (8, 44). Quindi, allentare l'estremità del Cavo Lungo finché il Peso Superiore si appoggia sui Pesi.

Quindi, serrare il controdado sull'estremità del Cavo Lungo (40) contro il Selettore Pesi (11).



11. Rimuovere il Dado Autobloccante da M10 (32), il Bullone a Brugola da M10 x 50mm (29), le due Rondelle da M10 (31) e la Puleggia Grande (24) dalla staffa sulla Base (72).

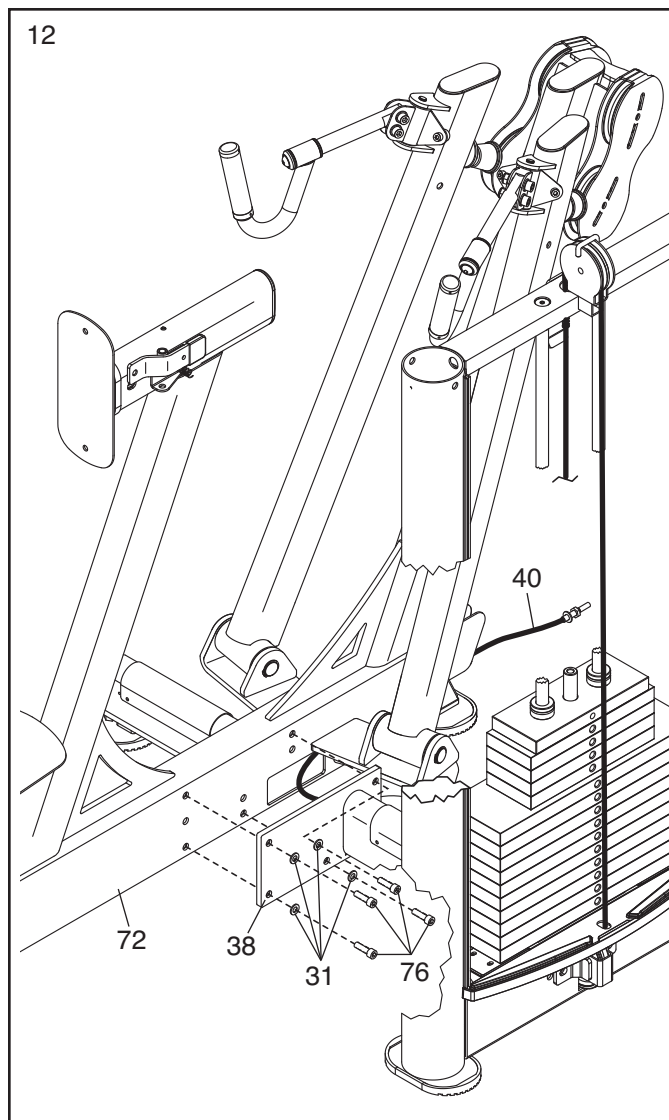


12. **Chiedere a un'altra persona di reggere la Base (72) per evitare che cada mentre si completa questa fase.**

Inserire il Cavo Lungo (40) attraverso la Base (72) nel modo indicato.

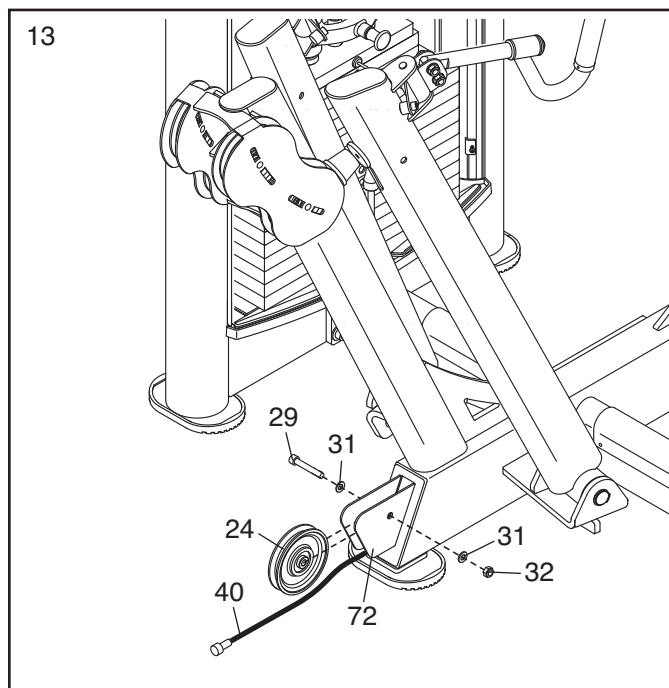
Fissare il Telaio di Collegamento (38) alla Base (72) con quattro Viti a Brugola Autobloccanti da M10 x 35mm (76) e quattro Rondelle da M10 (31).

Vedere fase 3. Serrare le quattro Viti a Brugola Autobloccanti da M10 x 35mm (76).



13. Dirigere il Cavo Lungo (40) sotto la Puleggia Grande (24) rimossa nella fase 11.

Fissare la Puleggia Grande (24) alla staffa sulla Base (72) con il Bullone a Brugola da M10 x 50mm (29), le due Rondelle da M10 (31) e il Dado Autobloccante da M10 (32) rimosso nella fase 11.



14. Rimuovere tutti i pezzi (24, 29 31 e 32) dalla staffa puleggia indicata sulla Base (72).

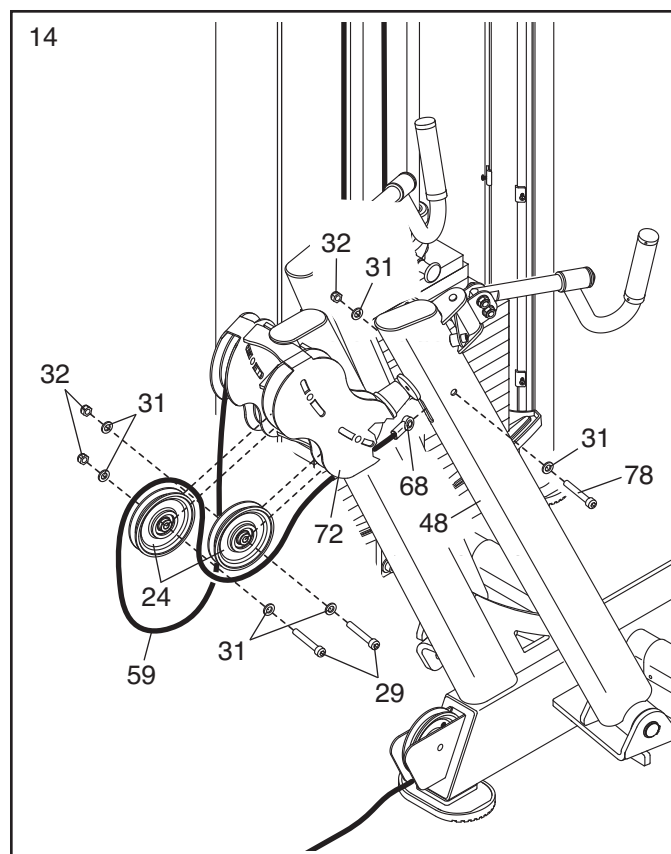
Fissare un Giunto Sferico (68) a un'estremità del Cavo Corto (59) all'interno del Braccio (48) indicato con un Bullone a Brugola da M10 x 65mm (78), due Rondelle da M10 (31) e un Dado Autobloccante da M10 (32).

Vedere il DIAGRAMMA CAVO a pagina 22 e verificare il corretto direzionamento del Cavo Corto (59).

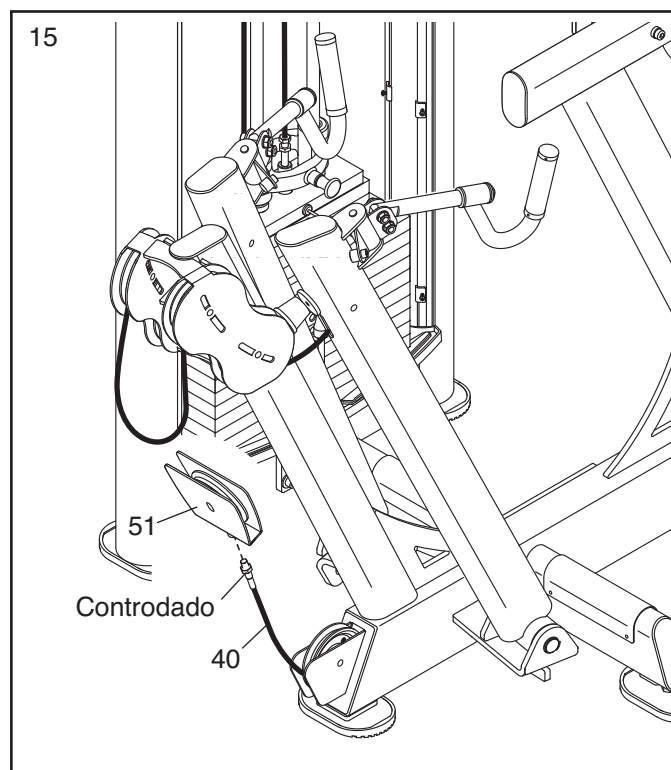
Direzionare il Cavo Corto (59) attorno alle due Pulegge Grandi (24) appena rimosse nel modo indicato.

Fissare le Pulegge Grandi (24) alla Base (72) con due Bulloni a Brugola da M10 x 50mm (29), le quattro Rondelle da M10 (31) e i due Dadi Autobloccanti da M10 (32) appena rimossi.

Ripetere questa fase sull'altro lato dell'attrezzatura di potenziamento



15. Quindi, serrare l'estremità del Cavo Lungo (40) nella Staffa Puleggia Grande (51). **Non serrare il controdado sul Cavo Lungo in questa fase.**

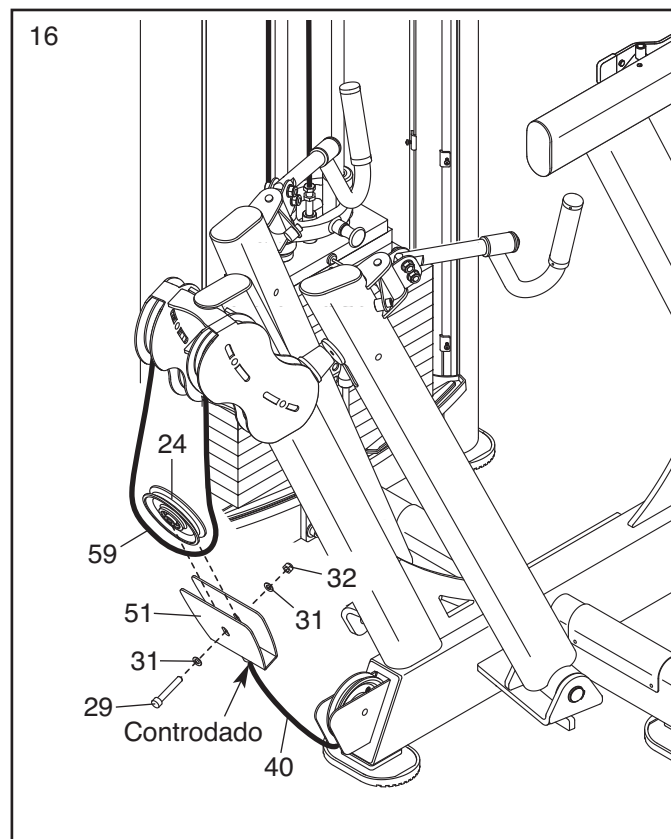


16. Rimuovere tutti i pezzi (24, 29, 31 e 32) dalla Staffa Puleggia Grande (51).

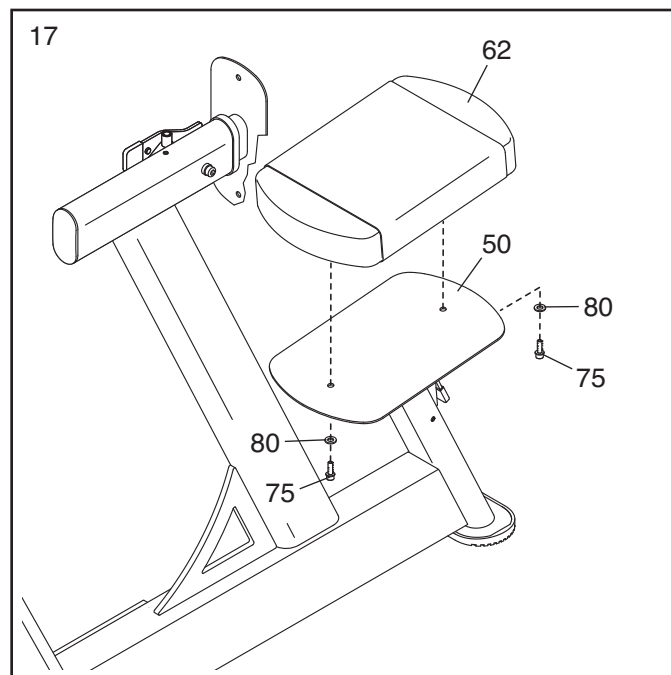
Inserire la Puleggia Grande (24) nella curva indicata del Cavo Corto (59).

Fissare la Puleggia Grande (24) appena rimossa alla Staffa Puleggia Grande (51) con il Bullone a Brugola da M10 x 50mm (29), le due Rondelle da M10 (31) e il Dado Autobloccante da M10 (32) appena rimosso. **Verificare che le Rondelle si trovino all'esterno della Staffa Puleggia Grande.**

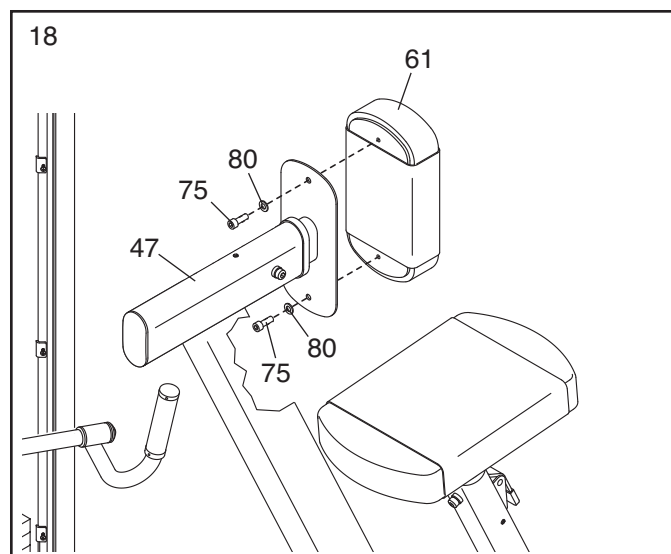
Quindi, serrare il controdato sull'estremità del Cavo Lungo (40) contro la Staffa Puleggia Grande (51).



17. Fissare il Sedile (62) al Telaio Sedile (50) con due Viti a Brugola da M8 x 25mm (75) e quattro Rondelle da M8 x 16mm (80).

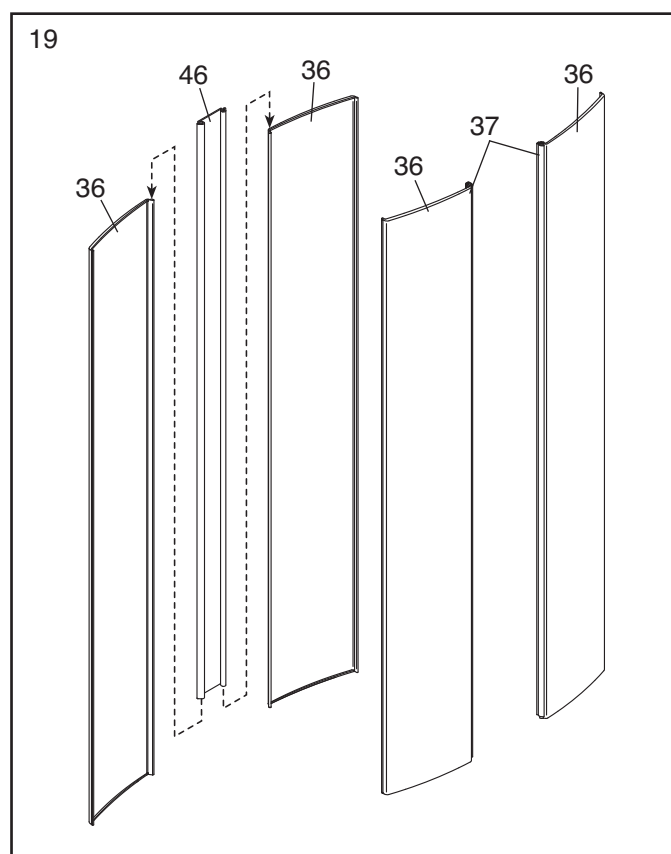


18. Fissare lo Poggia Petto (61) al Telaio Poggia Petto (47) con due Viti a Brugola da M8 x 25mm (75) e due Rondelle da M8 x 16mm (80).

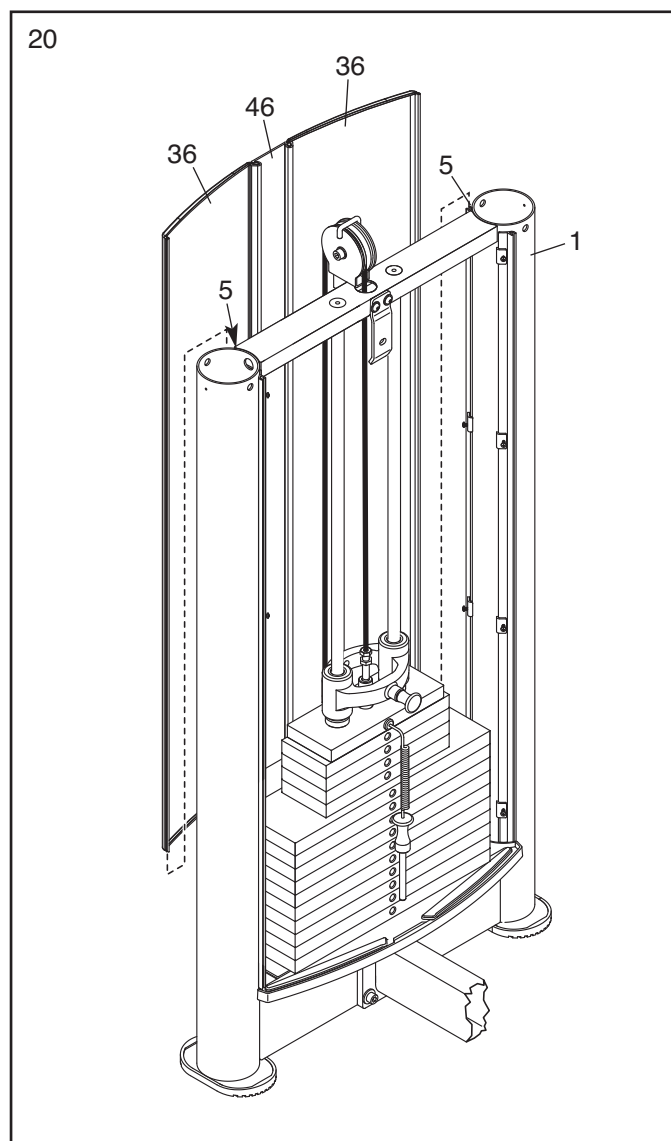


19. Controllare i quattro Pannelli Laterali (36) e identificare i due Pannelli dotati di strisce di Rifinitura Interna (37) e i due Pannelli Laterali che ne sono privi.

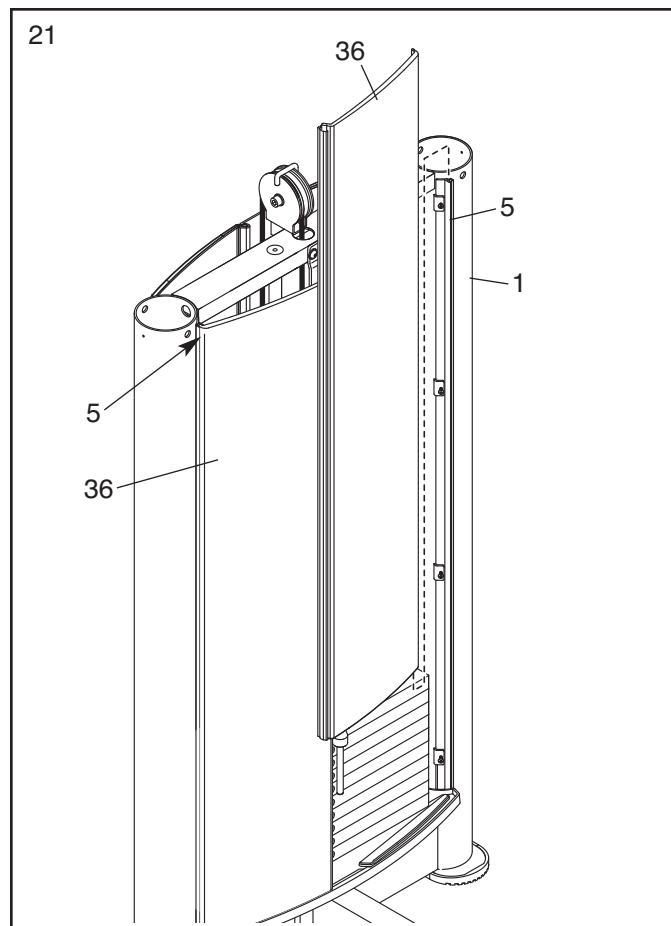
Far scorrere il Pannello (46) verso il basso sui due Pannelli Laterali (36) **privi** di Rifinitura Interna (37).



20. 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).

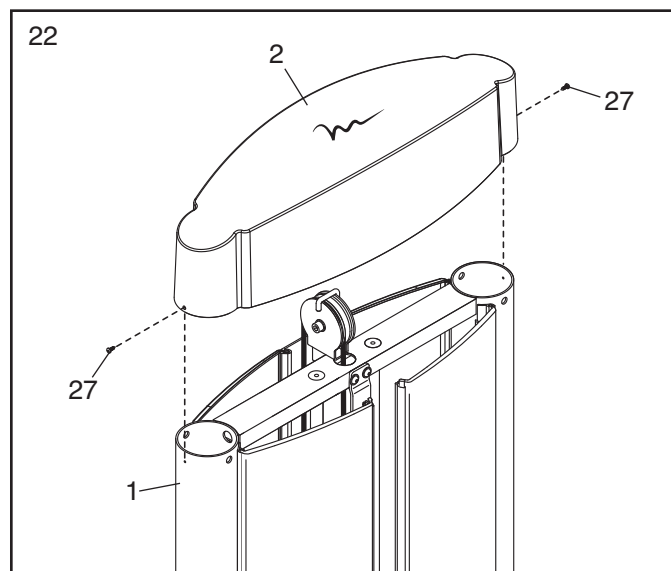


21. Inserire i due Pannelli Laterali (36) rimanenti verso il basso nelle due strisce di Rifinitura Esterna (5) sulla parte anteriore del Telaio Torre (1).



22. 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 da M4 x 13mm (27).



23. **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 per il potenziamento.

REGOLAZIONI

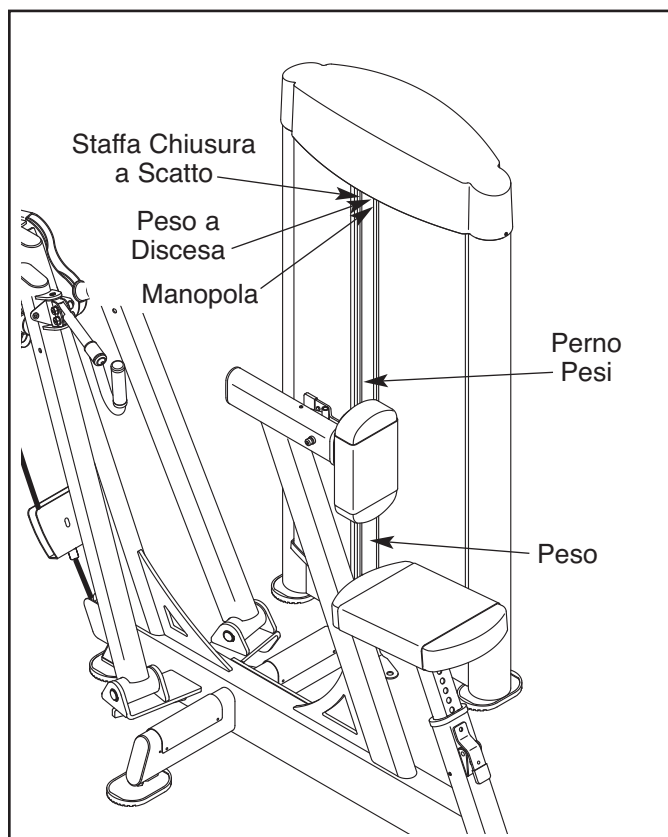
Questo capitolo descrive la regolazione dell'attrezzatura di potenziamento. Verificare che tutti i pezzi siano stati opportunamente serrati prima di utilizzare l'attrezzatura di potenziamento. Sostituire immediatamente eventuali pezzi usurati.

REGOLAZIONE DELLA RESISTENZA

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

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

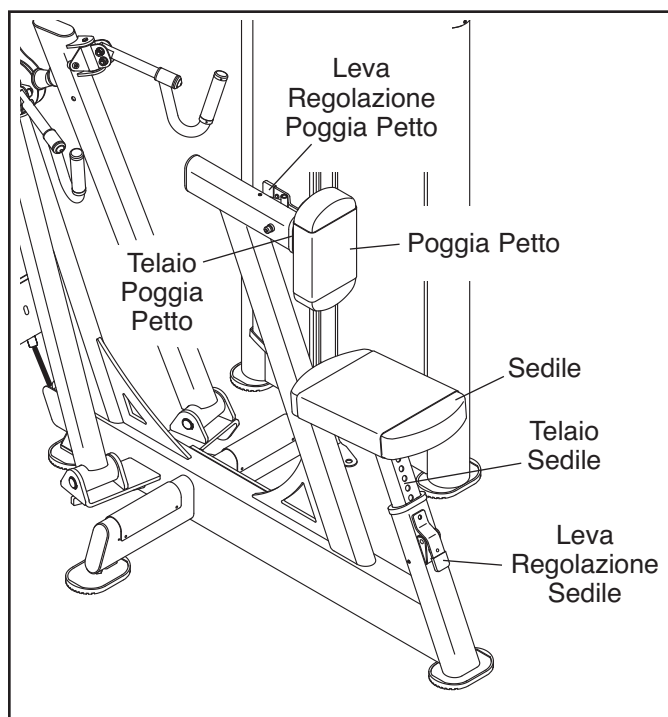
Quando il peso a discesa non è in uso, farlo scorrere verso l'alto e bloccare la manopola nella staffa chiusura a scatto. **Spostare il peso a discesa leggermente verso l'alto e verso il basso per verificare che la manopola sia bloccata nella staffa chiusura a scatto.**



REGOLAZIONE DEL SEDILE E DEL POGGIA PETTO

Per regolare il sedile, premere la leva di regolazione indicata, spostare il telaio sedile verso l'alto o verso il basso nella posizione desiderata e quindi rilasciare la leva di regolazione in un foro di regolazione del telaio sedile. **Verificare che la leva di regolazione sia saldamente bloccata in uno dei fori di regolazione.**

Per regolare il poggia petto, premere la leva di regolazione indicata, spostare il telaio poggia petto in avanti o indietro nella posizione desiderata e quindi rilasciare la leva di regolazione in uno dei fori di regolazione nel telaio schienale. **Verificare che la leva di regolazione sia saldamente bloccata in uno dei fori di regolazione.**



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 acqueragia, 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

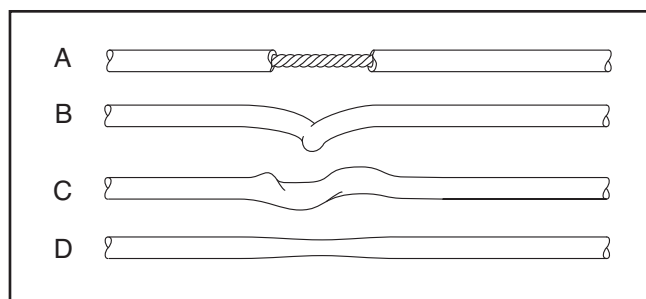
Pezzi Piccoli

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



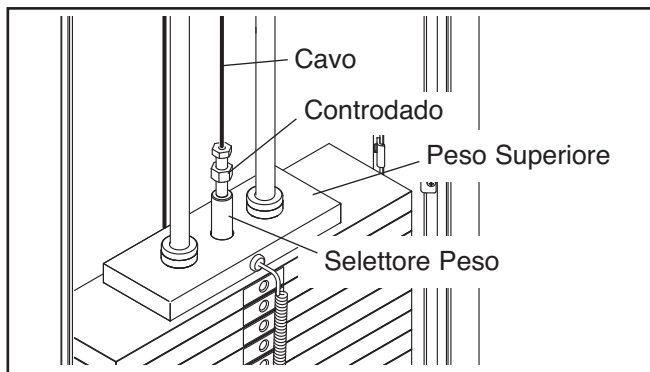
Regolazione di Cavo

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.

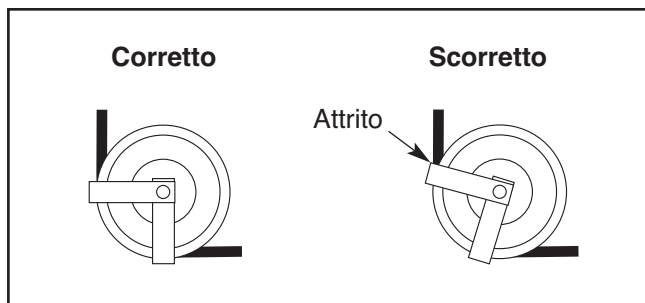
Se il cavo è troppo teso, il peso superiore non si appoggerà al peso sottostante una volta completata la ripetizione, rendendo difficoltoso anche l'inserimento del perno nei pesi.

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.



Controllo dei Fermacavi

Controllare i fermacavi per assicurarsi che non facciano attrito sui cavi e che mantengano i cavi nelle scanalature delle pulegge. Qualora un fermacavo non sia allineato correttamente, allentare il dado, regolare il fermacavo e serrare nuovamente il dado.



MANUTENZIONE MENSILE

Impugnature

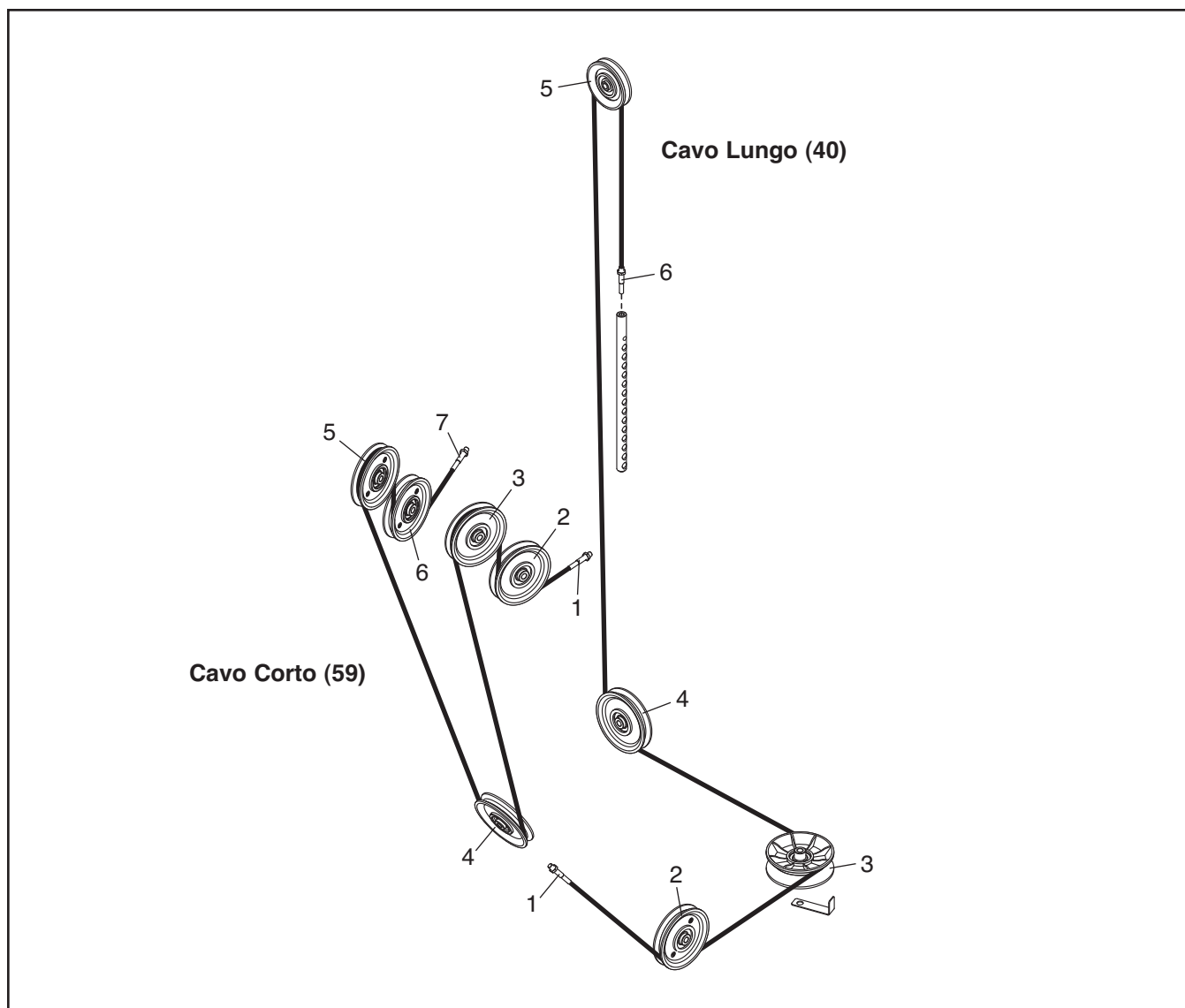
Controllare le impugnature e se necessario sostituirle.

Lubrificazione delle Guide Pesi

Pulire e lubrificare ciascuna guida pesi 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 pesi. **Non utilizzare lubrificanti a base di TEFLON®.**

DIAGRAMMA CAVO

Il diagramma sottostante mostra il percorso corretto di ogni cavo. I numeri in ogni disegno indicano la corretta disposizione del relativo 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

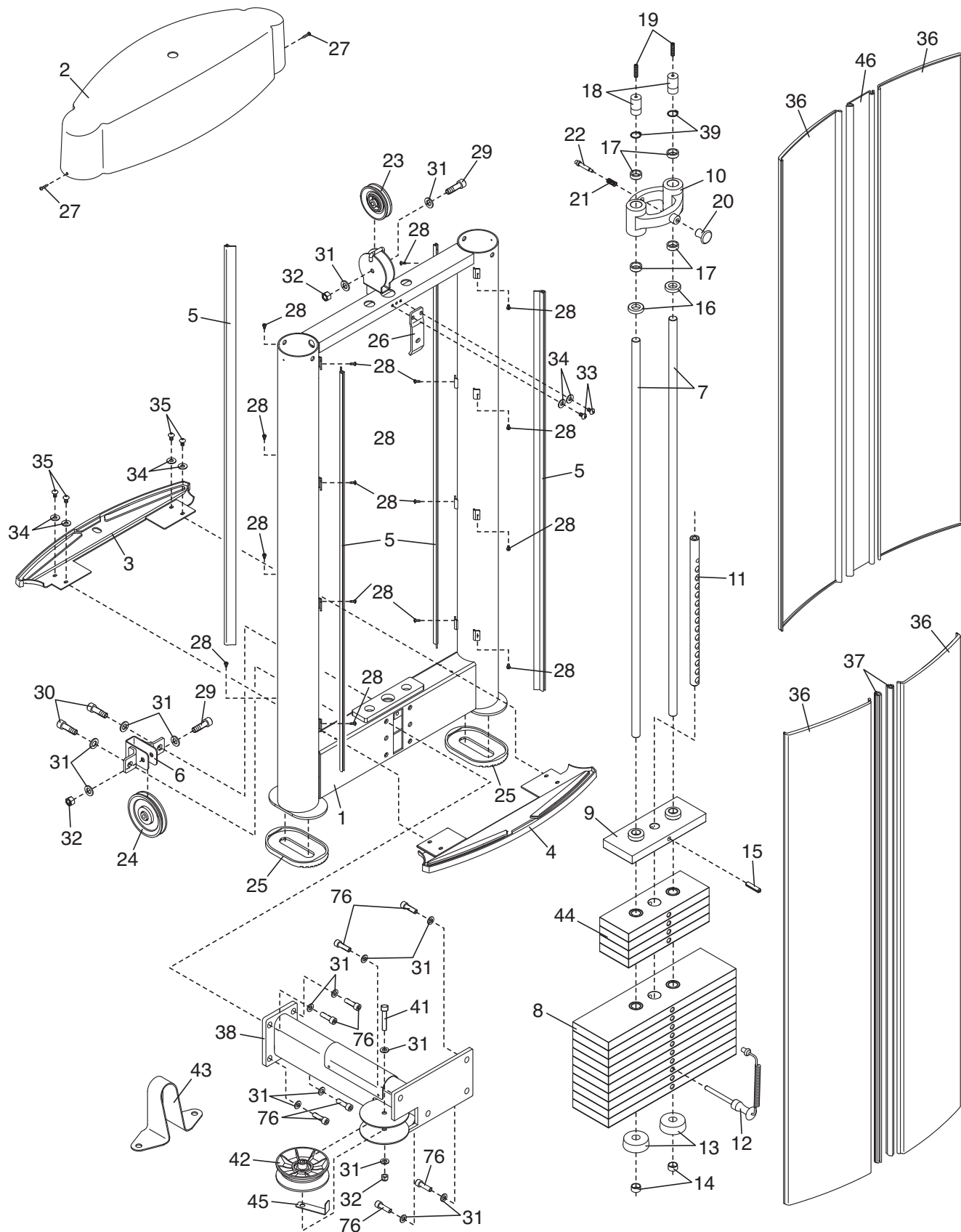
NOTE

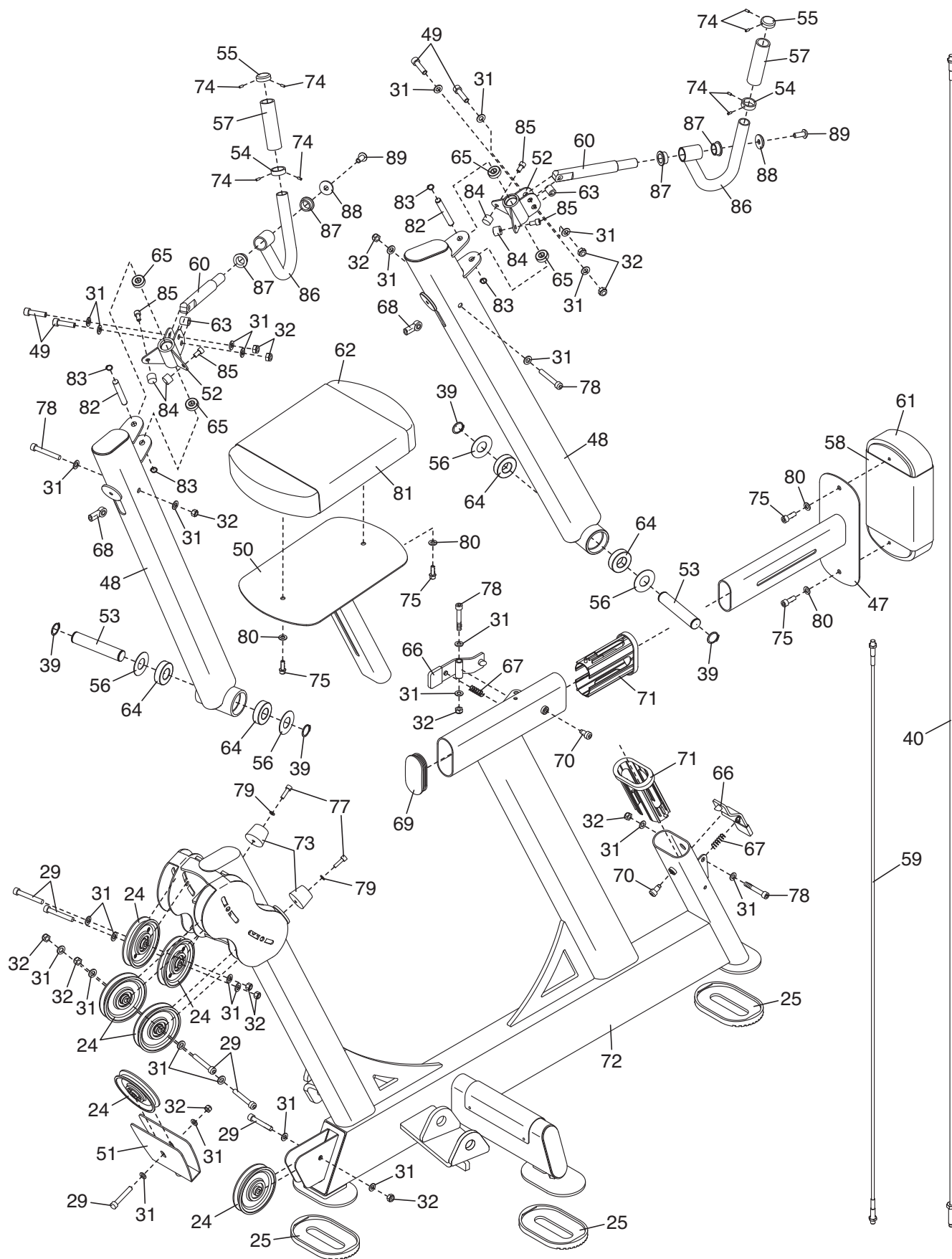
ELENCO PEZZI

N° del Modello F817.0 R1210A

N°	Qtà.	Descrizione	N°	Qtà.	Descrizione
1	1	Telaio Torre	47	1	Telaio Poggia Petto
2	1	Cappuccio Torre	48	2	Braccio
3	1	Base Pannello Laterale Posteriore	49	4	Vite a Brugola Autobloccante da M10 x 40mm
4	1	Base Pannello Laterale Anteriore	50	1	Telaio Sedile
5	4	Rifinitura Esterna	51	1	Staffa Puleggia Grande
6	1	Staffa Puleggia Piccola	52	2	Staffa Oscillazione
7	2	Guida Pesì	53	2	Asse Braccio
8	10	Peso da 20 libbre	54	2	Collare Impugnatura
9	1	Peso Superiore	55	2	Cappuccio Impugnatura
10	1	Peso a Discesa	56	4	Rondella in Plastica
11	1	Selettore Pesì	57	2	Impugnatura
12	1	Perno Pesì	58	1	Copertura Poggia Petto
13	2	Respingente Peso Inferiore	59	1	Cavo Corto
14	2	Cappuccio Guida Pesì	60	2	Asse Perno
15	1	Coppiglia Elastica	61	1	Poggia Petto
16	2	Respingente Peso Superiore	62	1	Sedile
17	4	Boccola Rame	63	2	Ammortizzatore Perno
18	2	Boccola Guida Pesì	64	4	Cuscinetto Braccio
19	2	Vite Senza Testa da M8 x 35mm	65	4	Cuscinetto Oscillazione
20	1	Manopola Peso a Discesa	66	2	Leva di Regolazione
21	1	Molla Perno	67	2	Molla a Scatto
22	1	Perno Peso a Discesa	68	2	Giunto Sferico
23	1	Puleggia Piccola	69	1	Cappuccio Ovale
24	7	Puleggia Grande	70	2	Vite di Arresto da M10 x 18mm
25	5	Piedino	71	2	Boccola Base
26	1	Staffa Chiusura a Scatto	72	1	Base
27	2	Vite Autofilettante da M4 x 13mm	73	2	Respingente Braccio
28	16	Vite da M4 x 10mm	74	8	Vite Senza Testa da M4 x 3mm
29	8	Bullone a Brugola da M10 x 50mm	75	4	Vite a Brugola da M8 x 25mm
30	2	Vite a Brugola Autobloccante da M10 x 30mm	76	8	Vite a Brugola Autobloccante da M10 x 35mm
31	44	Rondella da M10	77	2	Vite a Brugola Autobloccante da M6 x 30mm
32	17	Dado Autobloccante da M10	78	4	Bullone a Brugola da M10 x 65mm
33	2	Vite Autobloccante da M6 x 20mm	79	2	Rondella da M6 x 12mm
34	6	Rondella da M6 x 18mm	80	4	Rondella da M8 x 16mm
35	4	Vite a Testa Bombata da M6 x 15mm	81	1	Copri Sedile
36	4	Pannello Laterale	82	2	Asse Oscillazione
37	2	Rifinitura Interna	83	4	Anello a Scatto Piccolo
38	1	Telaio di Collegamento	84	4	Ammortizzatore Oscillazione
39	6	Anello di Sicurezza da 25mm	85	4	Vite da M8 x 15mm
40	1	Cavo Lungo	86	2	Maniglia
41	1	Bullone a Brugola da M10 x 70mm	87	4	Boccola Maniglia
42	1	Puleggia a V	88	2	Copri Perno
43	1	Staffa di Ancoraggio	89	2	Vite da M10 x 25mm
44	4	Peso da 10 libbre	*	—	Manuale d'Istruzioni
45	1	Fermacavo			
46	1	Pannello			

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 DIS-EGNO 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