

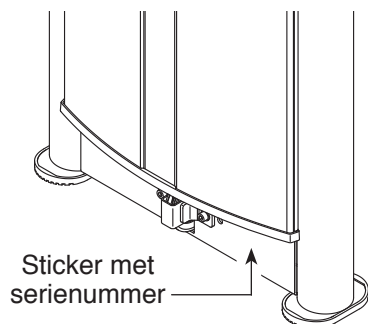
FREEMOTION®

Glute

Modelnr. F820.0

Serienr. _____

Schrijf het serienummer hierboven
voor verdere raadpleging.



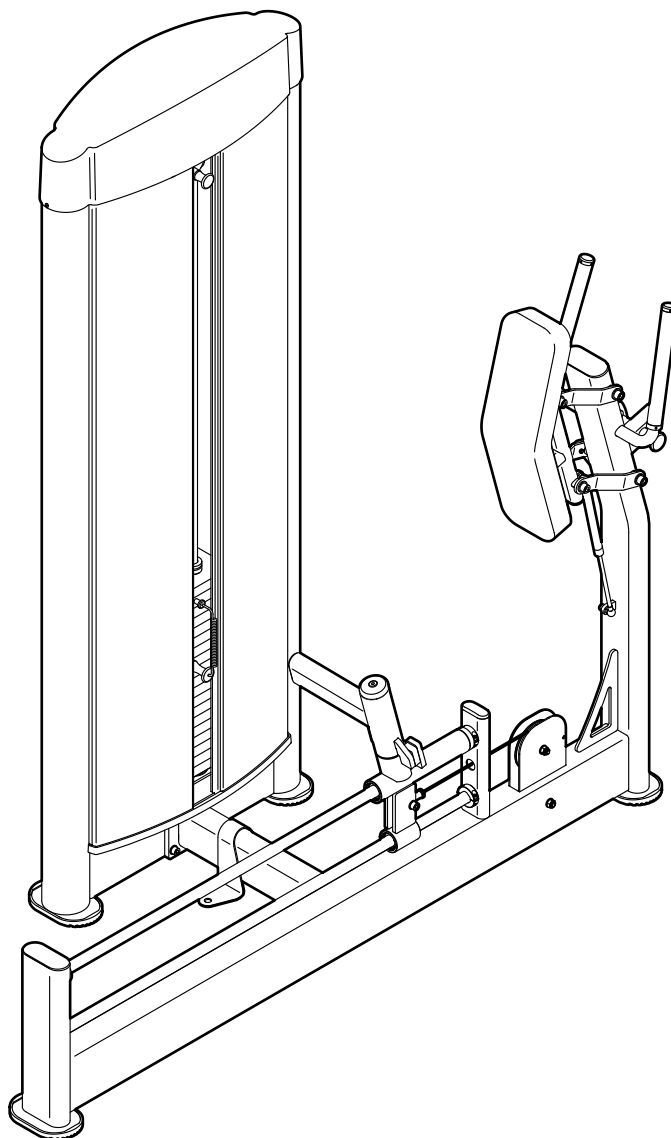
VRAGEN?

Indien u vragen hebt of
onderdelen beschadigd zijn of
ontbreken, raadpleeg dan **HOE**
CONTACT OPNEMEN MET DE
KLANTENDIENST aan de achter-
kant van deze handleiding.

OPGELET

Lees voor gebruik van dit
apparaat alle instructies en
voorzorgsmaatregelen in deze
handleiding. Bewaar deze hand-
leiding voor verdere raadpleging.

GEBRUIKERSHANDLEIDING



INHOUD

BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN	3
DE STICKERS MET WAARSCHUWING	4
VOORDAT U BEGINT	5
ONDERDEEL IDENTIFICATIESHEMA	6
MONTAGE	7
AFSTELLINGEN	16
ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN	17
DIAGRAM VAN DE KABEL	19
LIJST MET ONDERDELEN	21
GEDETAILEERDE TEKENING	22
HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTENDIENST	Laatste pagina

BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN



WAARSCHUWING: lees, om het risico tot ernstig letsel te verminderen, alle belangrijke voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding en alle waarschuwingen op uw krachtapparatuur voordat u deze gebruikt. FreeMotion Fitness is niet verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit product.

1. Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of enig ander oefenprogramma begint. Dit is vooral belangrijk voor personen ouder dan 35 jaar, of voor personen met reeds bestaande gezondheidsproblemen.
2. Gebruik de krachtapparatuur alleen zoals in deze handleiding beschreven.
3. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om zich ervan te vergewissen dat er voor de voorgenomen oefening voldoende ruimte rondom de krachtapparatuur is.
4. Gebruik de krachtapparatuur alleen op een vlakke ondergrond. Bedek de vloer onder de krachtapparatuur om de vloer te beschermen.
5. Veranker de krachtapparatuur met de ankerriem aan de vloer daar waar dat nodig of mogelijk is om voor maximale stabiliteit te zorgen.
6. Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om zich ervan te vergewissen dat alle gebruikers van de krachtapparatuur goed over alle voorzorgsmaatregelen geïnformeerd zijn, dat ze alle waarschuwingsstickers gelezen en begrepen hebben en dat ze op de hoogte zijn hoe de krachtapparatuur gebruikt moet worden.
7. Alle gebruikers van de krachtapparatuur moeten weten dat zij ieder letsel door, of onregelmatigheden aan de krachtapparatuur direct aan het personeel van de instelling moeten melden.
8. Houd te allen tijde kinderen jonger dan 12 jaar en huisdieren bij de krachtapparatuur vandaan.
9. De krachtapparatuur is ontworpen om een gebruiker van maximaal 159 kg te ondersteunen.
10. Draag altijd gym schoenen om uw voeten tijdens het trainen te beschermen.
11. Houd handen en voeten uit de buurt van bewegende onderdelen. Leun niet op de krachtapparatuur of laat uw handen er niet op rusten wanneer deze gebruikt wordt.
12. Zorg ervoor dat de gewichtspen volledig in een van de gewichtsplaten ingestoken is.
13. Zorg ervoor dat de handvaten goed vastgemaakt zijn wanneer u de krachtapparatuur gaat gebruiken.
14. Controleer telkens voor gebruik van de krachtapparatuur iedere kabel, kabelaansluiting en katrol. Zorg dat alle onderdelen goed vastgedraaid zijn. Vervang versleten onderdelen meteen.
15. Zorg ervoor dat alle kabels te allen tijde op de katrollen liggen. Als een kabel tijdens het oefenen vast komt te zitten dient u onmiddellijk te stoppen en ervoor te zorgen dat de kabel op de katrol ligt en dat er niets tussen de kabel of op de katrollen ligt.
16. Teveel oefenen kan tot ernstig letsel of tot de dood leiden. Als u tijdens het oefenen pijn voelt of duizelig wordt, dient u onmiddellijk te stoppen en af te koelen.

DE STICKERS MET WAARSCHUWING

De waarschuwingstickers hier afgebeeld zijn met dit product inbegrepen. Plak de stickers op de aangegeven plaatsen over de Engelse waarschuwingen heen. De hier getoonde sticker(s) met waarschuwing is/zijn op de aangegeven plaats(en) geplakt. Raadpleeg de laatste pagina van deze handleiding wanneer een sticker ontbreekt of niet leesbaar is en vraag om een vervangende sticker. Plak de sticker op de aangegeven plaats. Aandacht: de sticker(s) worden niet op ware grootte weergegeven.

WAARSCHUWING

- Lees en volg alle waarschuwingen en krijg goede instructie voordat gebruik van dit apparaat.
- Raadpleeg uw arts voor het deelnemen aan een oefenprogramma.
- Inspecteer het apparaat voor gebruik. Gebruik het apparaat niet mocht deze beschadigd zijn.
- Houd uw lichaam en kleding weg van de bewegende onderdelen.
- Wees zeker dat de gewichtspen volledig is ingestoken.
- Steek de pen NOOIT in wanneer de gewichtstapel omhoog is.
- Gebruik het apparaat NOOIT wanneer u het apparaat in deze stand aantreft.
- INSPECTEER alle kabels, riemen, en verbindingen. Gebruik deze niet wanneer ze versleten of beschadigd zijn.
- Gebruik geen handhalter of iets anders om de gewichtswaarde te verhogen dan wat de fabrikant heeft geleverd.
- Hou het apparaat buiten het bereik van kinderen. Het gebruik van het apparaat door tieners dient onder toezicht van een volwassen persoon te worden uitgevoerd.
- Dit apparaat moet onder toezicht van een bekwame toezichthouder worden gebruikt.
- Deze sticker niet verwijderen. VERVANGEN WANNEER BESCHADIGD.
- Max gewicht van de gebruiker: 159 kg (350 lbs)

OPGELET



De gewichtspen moet volledig in de gewichtsplaat gestoken worden.

Blijf uit de buurt van alle bewegende onderdelen. U kunt persoonlijk letsel oplopen als u dit niet doet.

WAARSCHUWING



ACHTERPANEEL MOET GEÏNSTALLEERD ZIJN VOORDAT DE MACHINE GEBRUIKT WORDT.

INSPECTEER ALLE KABELS, RIEMEN, BEWEGENDE ONDERDELEN, EN VERBINDINGEN WEKELIJKS. RAADPLEEG DE ONDERHOUDSHANDLEIDING.

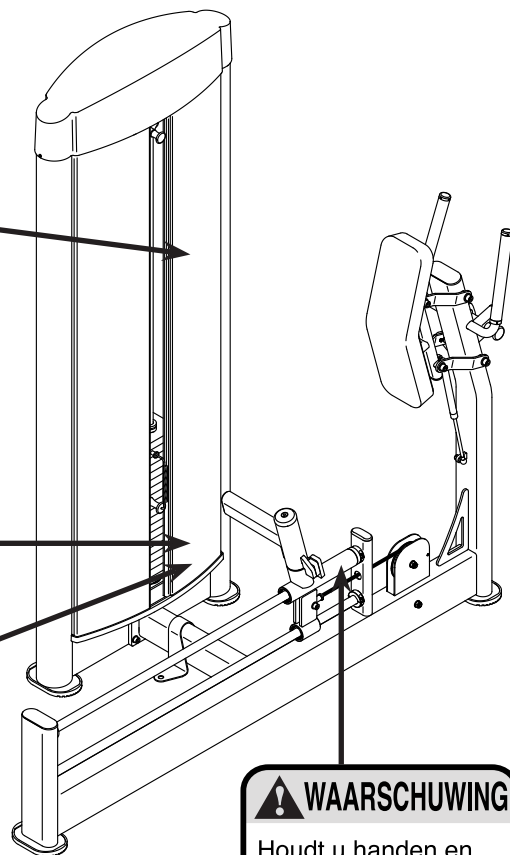
HOUD HANDE WEG VAN BEWEGENDE ONDERDELEN. DIT NIET DOEN KAN TOT PERSOONLIJK LETSEL LEIDEN.

WAARSCHUWING



De gewichtselectiepen moet volledig in de gewichtsplaat ingestoken zijn.

DE



WAARSCHUWING

Houdt u handen en voeten tijdens gebruik bij de hellingbaan weg.

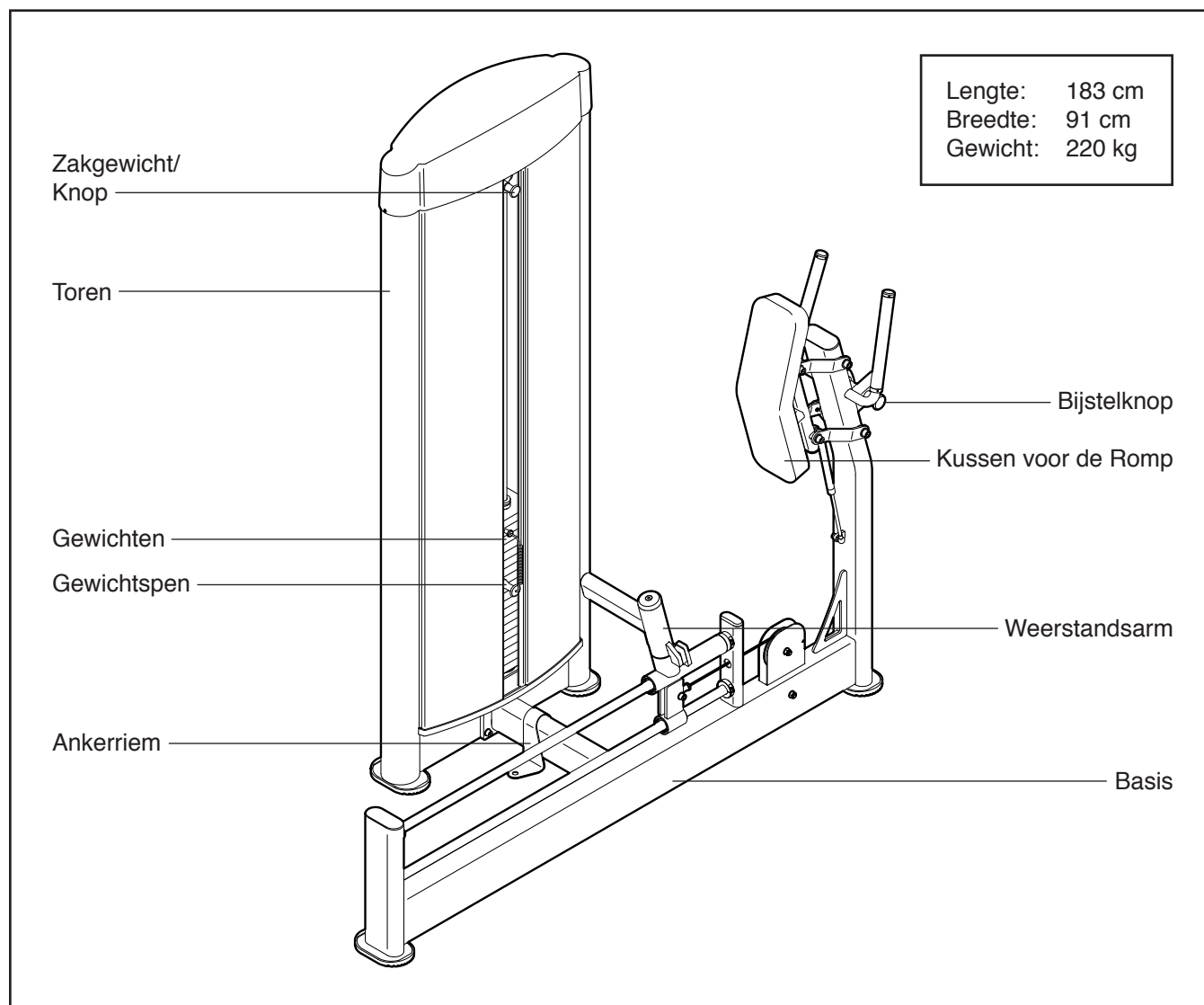
VOORDAT U BEGINT

Fijn dat u voor de FREEMOTION® GLUTE (Bilspier) krachtapparatuur gekozen heeft. U kunt effectiever en efficiënter trainen door de spiergroepen van uw lichaam op natuurlijke wijze zonder beperking te laten werken.

Lees, voor uw welzijn, deze handleiding zorgvuldig door voor gebruik van de systeem. Raadpleeg de laatste pagina van deze handleiding als u nog vragen

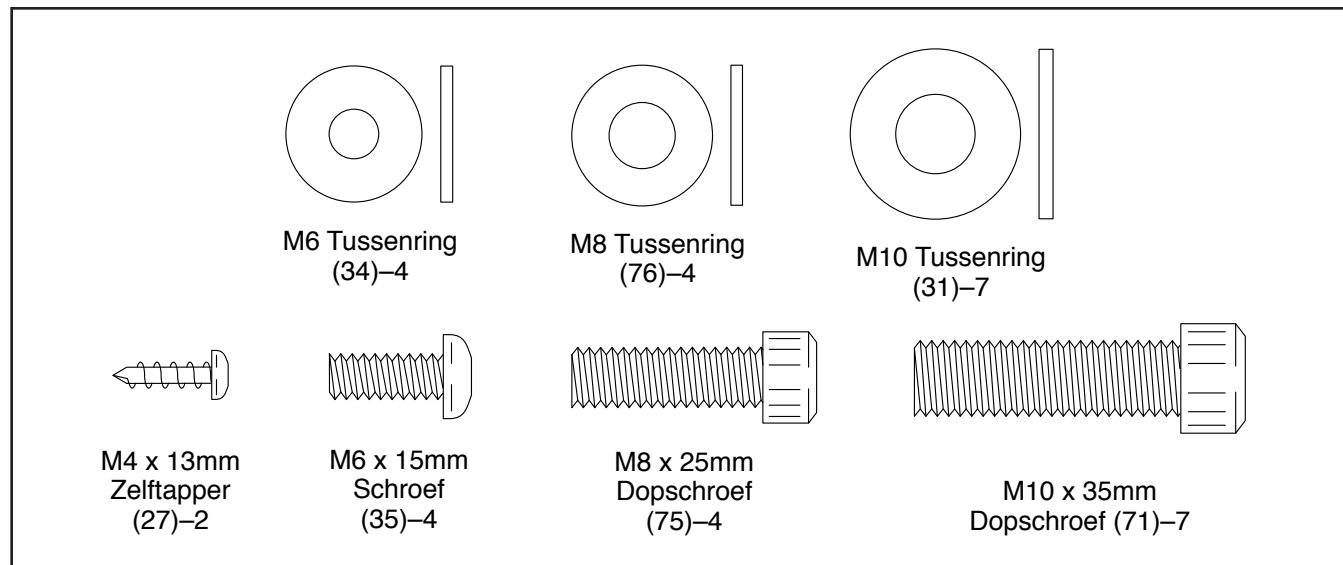
hebt. Noteer het productnummer en het serienummer voordat u met ons contact opneemt. De plaats waar u de stickers met het productnummer en het serienummer kunt vinden wordt op de omslag van de handleiding aangegeven.

Bekijk eerst aandachtig de tekening hieronder en de verschillende onderdelen, voordat u verder leest.



ONDERDEEL IDENTIFICATIESCHEMA

Raadpleeg de tekeningen hieronder om de kleine onderdelen voor de montage te herkennen. Het nummer tussen haakjes onder elke tekening is het nummer van het onderdeel van de LIJST MET ONDERDELEN achterin deze handleiding. **Aandacht: als een onderdeel zich niet in de hardwareset bevindt, controleert u of deze al vooraf is gemonteerd.**



MONTAGE

- Montage moet door twee personen worden uitgevoerd.
- Vanwege de grootte en het gewicht van het krachtmachine, moet u deze monteren op de plaats waar deze gebruikt zal worden. Zorg ervoor dat er voldoende ruimte is zodat u om het krachtmachine heen kunt lopen.
- Plaats alle onderdelen op een open plek en verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal pas weg wanneer u helemaal klaar bent met monteren.
- Voor het herkennen van de kleine onderdelen, kijkt u op pagina 6.

- Het volgende gereedschap (niet meegeleverd) kan voor de montage nodig zijn:

een instelbare sleutel



een Kruiskopschroevendraaier



een set metrische inbussleutels



borgringtang



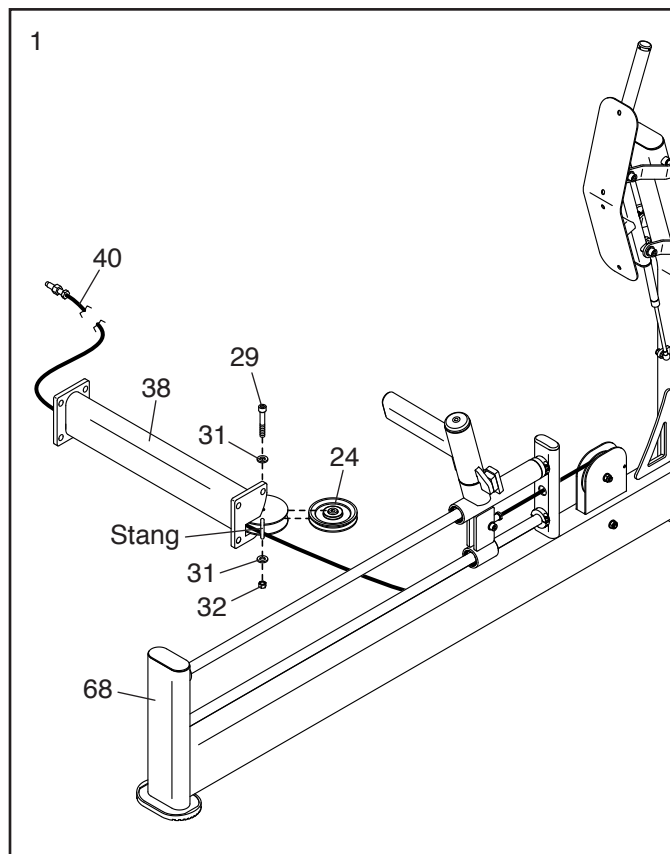
De montage zal wat makkelijker verlopen als u een dopenset, een steeksleutel of een set ratelsleutels heeft.

1. Draai het Zijonderstel (38) en het Hoofdonderstel (68) zoals aangegeven. **Laat een tweede persoon het Hoofdonderstel vasthouden totdat stap 2 voltooid is om te voorkomen dat deze omvalt.**

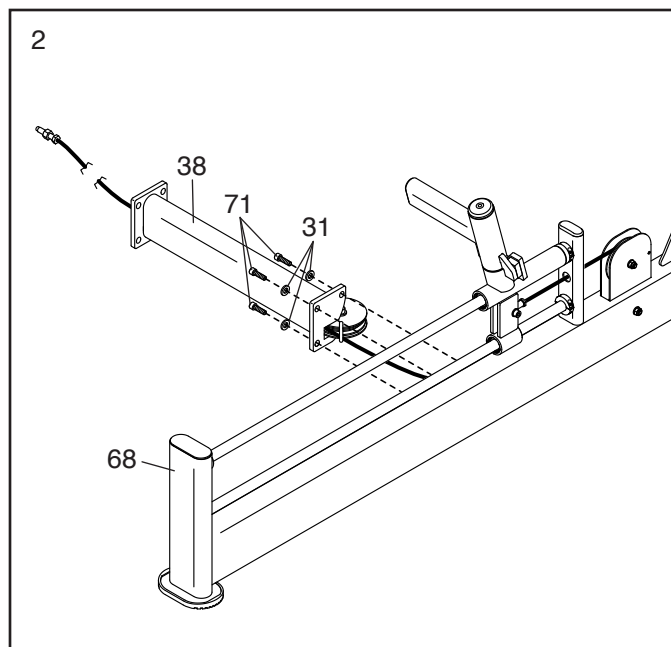
Verwijder de M10 Borgmoer (32), de M10 x 50mm Dopbout (29), en de twee M10 Tussenringen (31) en de Grote Katrol (24) uit het Zijonderstel (38).

Leg de Kabel (40) door het Zijonderstel (38) zoals afgebeeld.

Maak de Grote Katrol (24) aan de binnenkant van het Zijonderstel (38) vast met de M10 x 50mm Dopbout (29), de twee M10 Tussenringen (31), en de M10 Borgmoer (32) die u zojuist verwijderd heeft. **Zorg ervoor dat de Kabel (40) tussen de Grote Katrol en de Stang van het Zijonderstel ligt.**



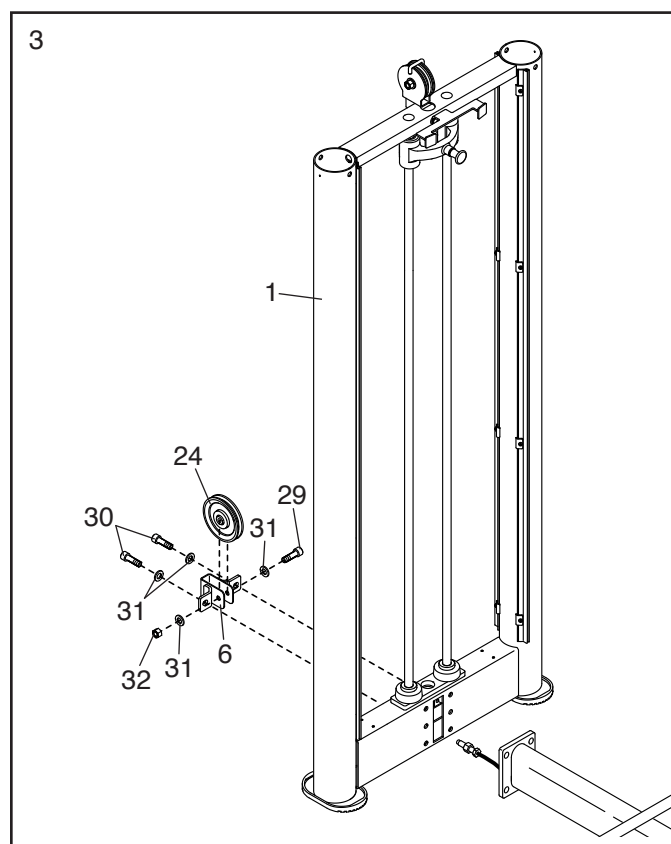
2. Maak het Zijonderstel (38) aan het Hoofdonderstel (68) vast met drie M10 x 35mm Dopschroeven (71) en drie M10 Tussenringen (31).



3. Draai het Opstaand Onderstel (1) zoals afgebeeld. **Laat een tweede persoon het Opstaand Onderstel vasthouden totdat stap 4 voltooid is om te voorkomen dat deze omvalt.**

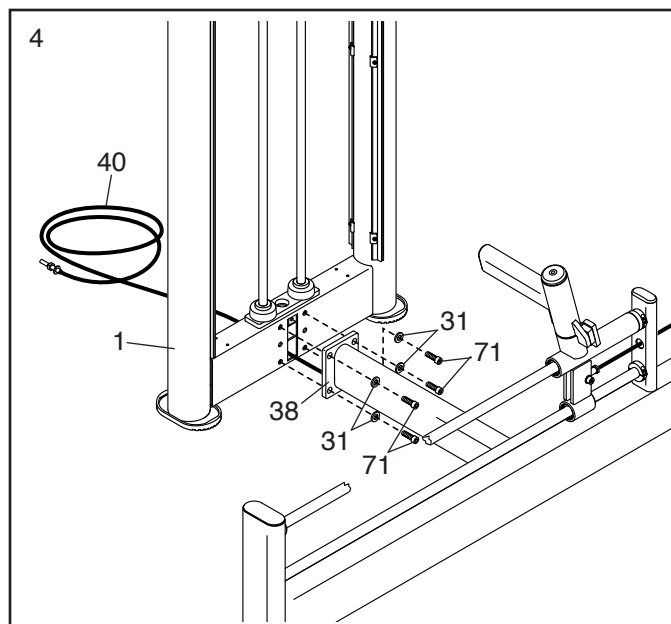
Verwijder de twee M10 x 30mm Dopschroeven (30), de twee M10 Tussenringen (31), en de Katrolbeugel (6) uit de achterkant van het Opstaand Onderstel (1).

Verwijder vervolgens de M10 Borgmoer (32), de M10 x 50mm Dopbout (29), en de twee M10 Tussenringen (31) en de Grote Katrol (24) uit de Katrolbeugel (6).



4. Leg de Kabel (40) door het Opstaand Onderstel (1) zoals afgebeeld.

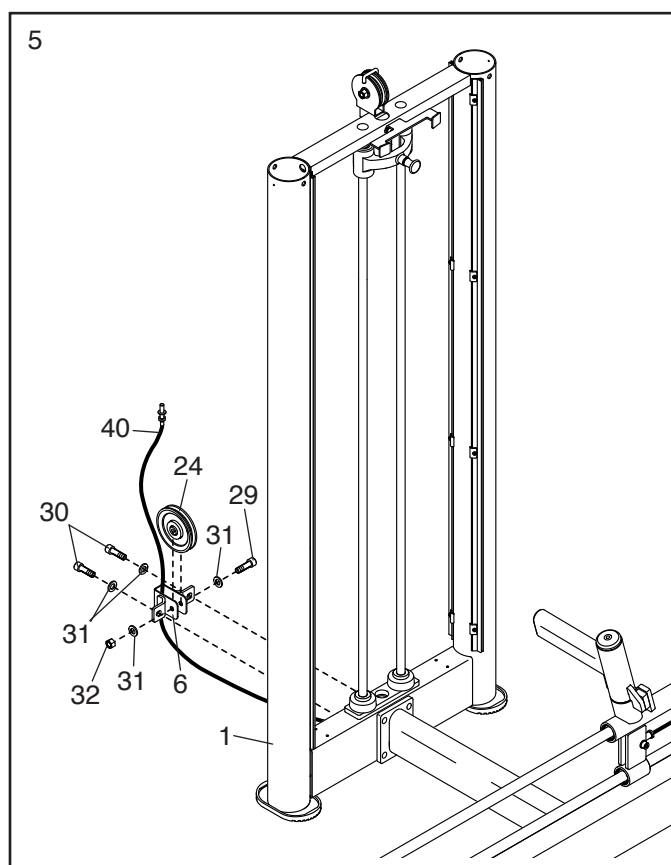
Maak het Opstaand Onderstel (1) aan het Zijonderstel (38) vast met vier M10 x 35mm Dopschroeven (71) en vier M10 Tussenringen (31).



5. Leg de Kabel (40) omhoog door de Katrolbeugel (6).

Maak de Grote Katrol (24) aan de binnenkant van de Katrolbeugel (6) vast met de M10 x 50mm Dopbout (29), de twee M10 Tussenringen (31), en de M10 Borgmoer (32) die u in stap 3 verwijderd heeft.

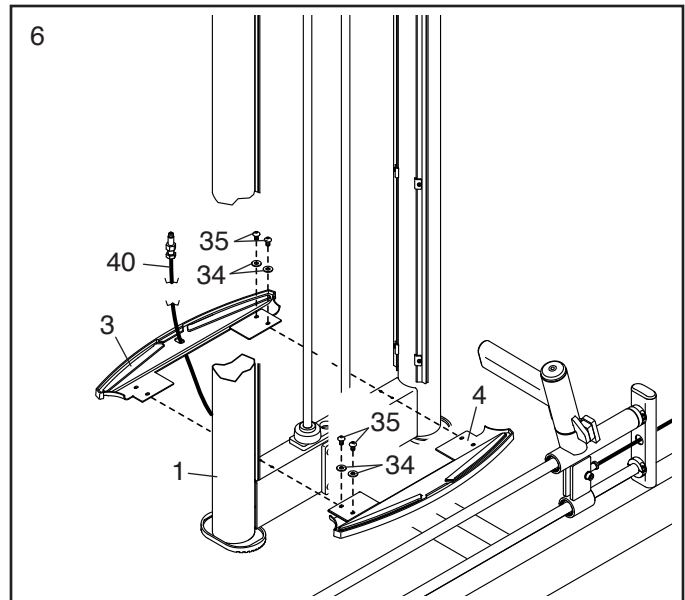
Maak dan de Katrolbeugel (6) aan het Opstaand Onderstel (1) vast met de twee M10 x 30mm Dopschroeven (30) en de twee M10 Tussenringen (31) die u in stap 3 verwijderd heeft.



6. Zoek naar de Onderrand van het Achterste Scherm (3) met een gat in het midden en naar de Onderrand van het Voorste Scherm (4). Draai de Onderranden van de Schermen zoals afgebeeld.

Steek het uiteinde van de Kabel (40) omhoog door de Onderrand van het Achterste Scherm (3).

Maak de Onderranden van de Schermen (3, 4) aan het Opstaand Onderstel (1) vast met vier M6 x 15mm Schroeven (35) en vier M6 Tussenringen (34).



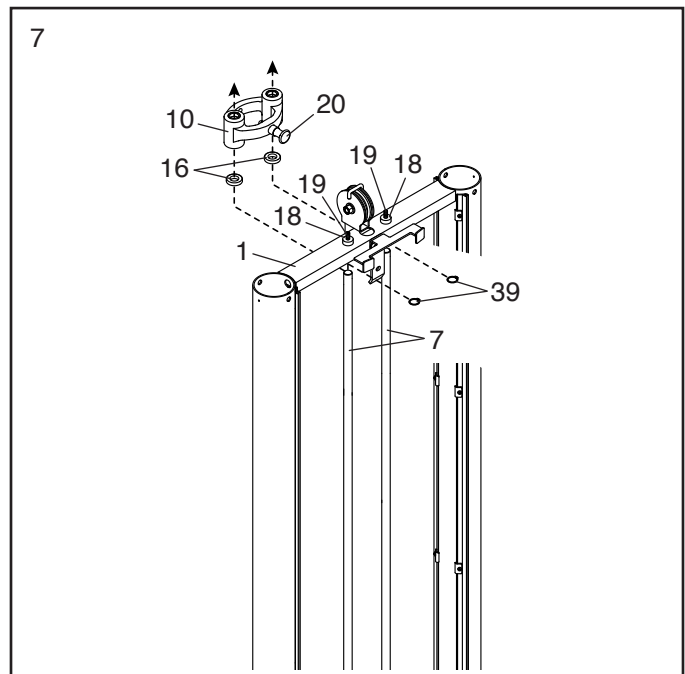
7. Trek aan de Knop van het Zakgewicht (20) en schuif het Zakgewicht (10) naar beneden op de Gewichtsgeluiders (7).

Draai de twee M8 x 35mm Stelschroeven (19) een paar slagen los; **het is niet nodig om de Stelschroeven te verwijderen.**

Kijk onder de bovenkant van het Opstaand Onderstel (1) en verwijder de twee 25mm Borgringen (39) van de twee Hulzen van de Gewichtsgeluiders (18).

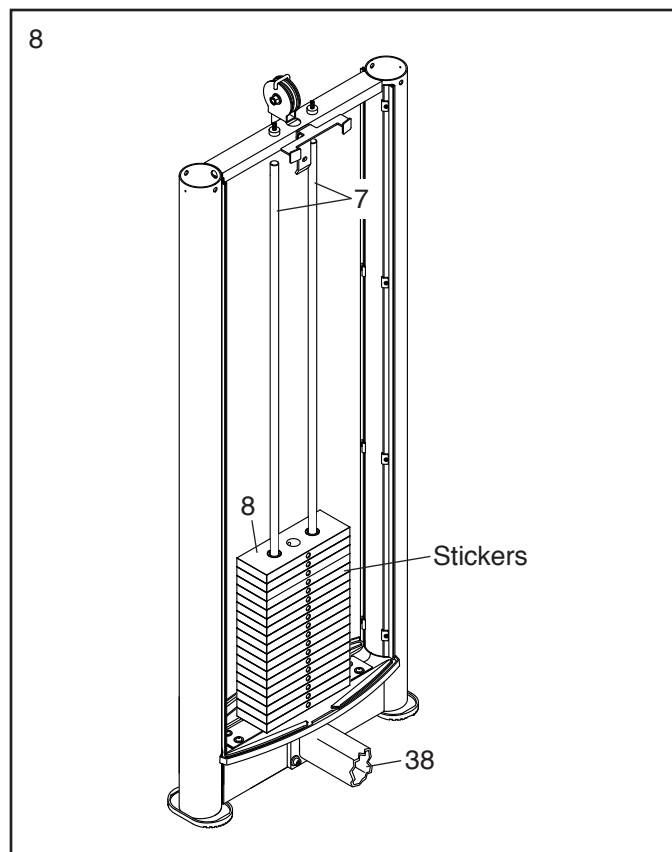
Laat een tweede persoon de Gewichtsgeluiders (7) vasthouden. Til de Hulzen van de Gewichtsgeluiders (18) uit het Opstaand Onderstel (1).

Buig dan de uiteinden van de Gewichtsgeluiders (7) naar voren of naar achteren, en schuif het Zakgewicht (10) en de twee Bovenste Gewichtsbumpers (16) naar boven en van de Gewichtsgeluiders af.



8. Kijk naar de stickers op de achttien Gewichten van 10-pond (8). Zoek de sticker met het **grootste** cijfer. Draai dat Gewicht zodat de sticker naar het Zijonderstel (38) toe wijst en schuif het Gewicht op de Gewichtsgeluiders (7).

Herhaal deze stap tot alle achttien Gewichten (8) op de Gewichtsgeluiders (7) liggen.



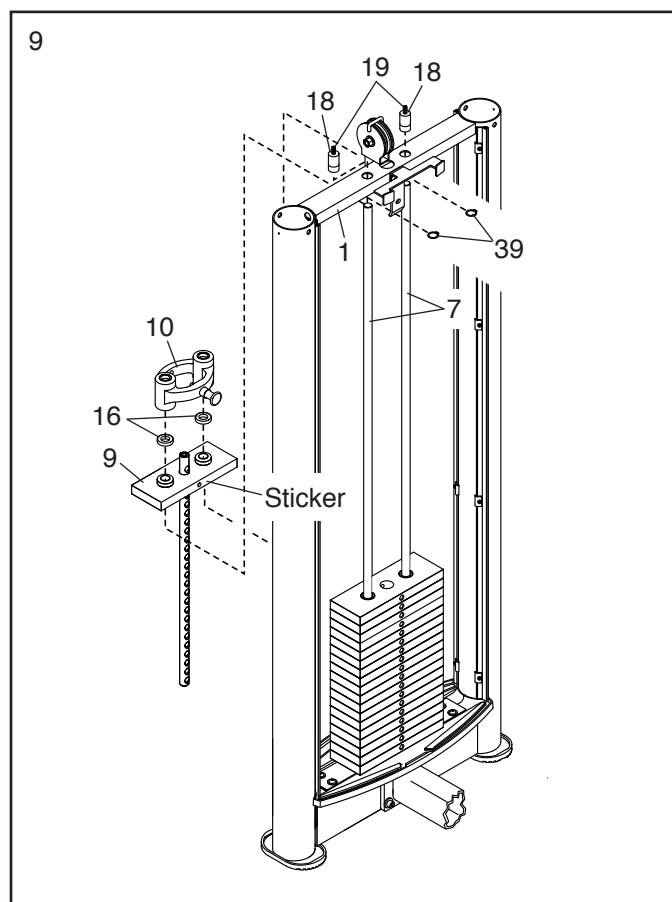
9. Draai het Bovenste Gewicht (9) en het Zakgewicht (10) zoals afgebeeld.

Schuif het Bovenste Gewicht (9), de twee Bovenste Gewichtsbumpers (16), het Zakgewicht (10) en de twee 25mm Borgringen (39) op de Gewichtsgeluiders (7).

Schuif vervolgens de twee Hulzen van de Gewichtsgeluiders (18) in het Opstaand Onderstel (1).

Maak de twee 25mm Borgringen (39) vast aan de Hulzen van de Gewichtsgeluiders (18).

Draai vervolgens de twee M8 x 35mm Stelschroeven (19) in de Hulzen van de Gewichtsgeluiders (18).

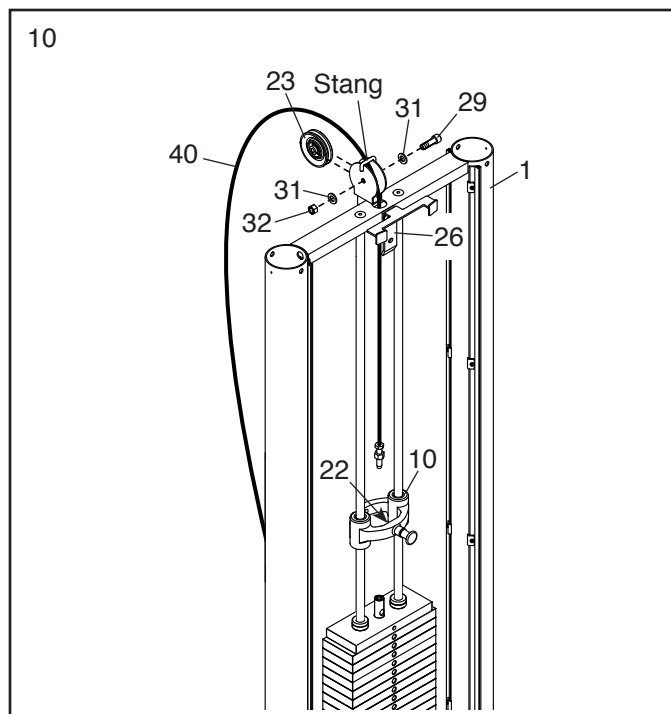


10. Haal alle onderdelen (23, 29, 31 en 32) uit de katrolbeugel op het Opstaand Onderstel (1).

Leg de Kabel (40) door de katrolbeugel en naar beneden door het gat in het midden van het Opstaand Onderstel (1).

Maak de Kleine Katrol (23) aan de binnenkant van katrolbeugel vast met de M10 x 50mm Dopbout (29), de twee M10 Tussenringen (31), en de M10 Borgmoer (32) die net u verwijderd heeft. **Zorg ervoor dat de Kabel (40) tussen de Kleine katrol en de stang op de katrolbeugel ligt.**

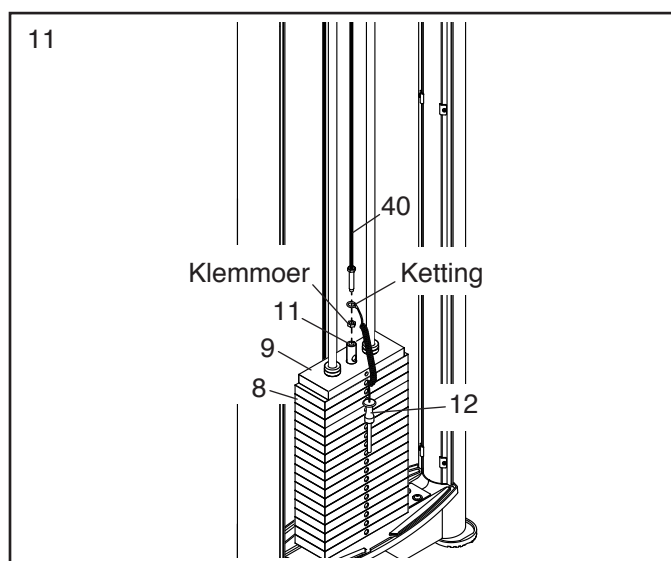
Schuif vervolgens het Zakgewicht (10) naar boven tot de Gewichtspen van het Zakgewicht (22) in het gat in de Vergrendelbeugel (26) klikt. **Zorg ervoor dat de Gewichtspen van het Zakgewicht in het gat zit.**



11. Verwijder de klemmoer van het uiteinde van de Kabel (40). Schuif vervolgens het kettinkje van de Gewichtspen (12) op het uiteinde van de Kabel. Draai vervolgens de slotmoer met de hand goed op het uiteinde van de Kabel vast.

Maak het uiteinde van de Kabel (40) in de Gewichtskiezer (11) vast totdat het Bovenste Gewicht (9) van de Gewichten (8) opgetild wordt. Maak dan het uiteinde van de Kabel los tot het Bovenste Gewicht net op de Gewichten rust.

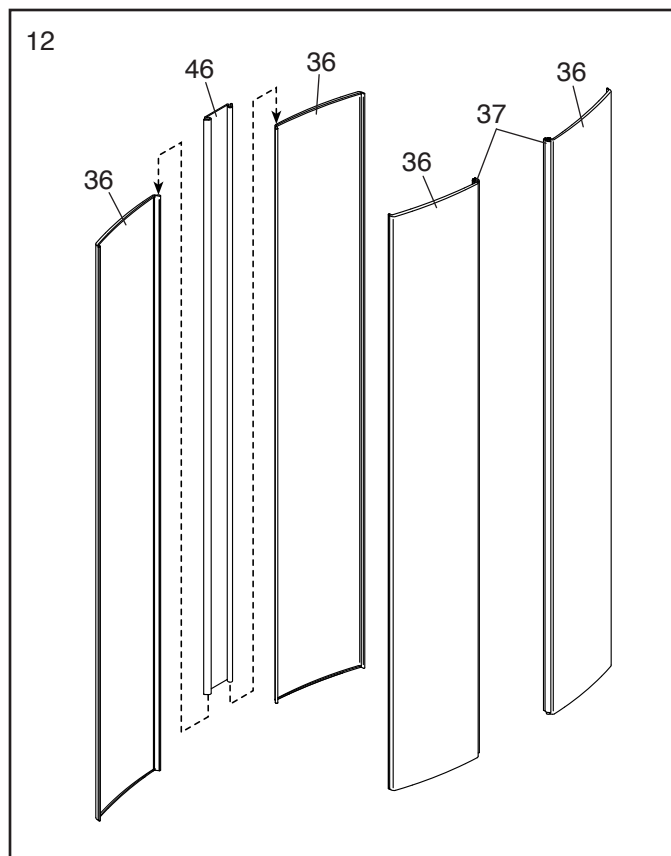
Maak dan de klemmoer weer tegen de Gewichtskiezer (11) vast.



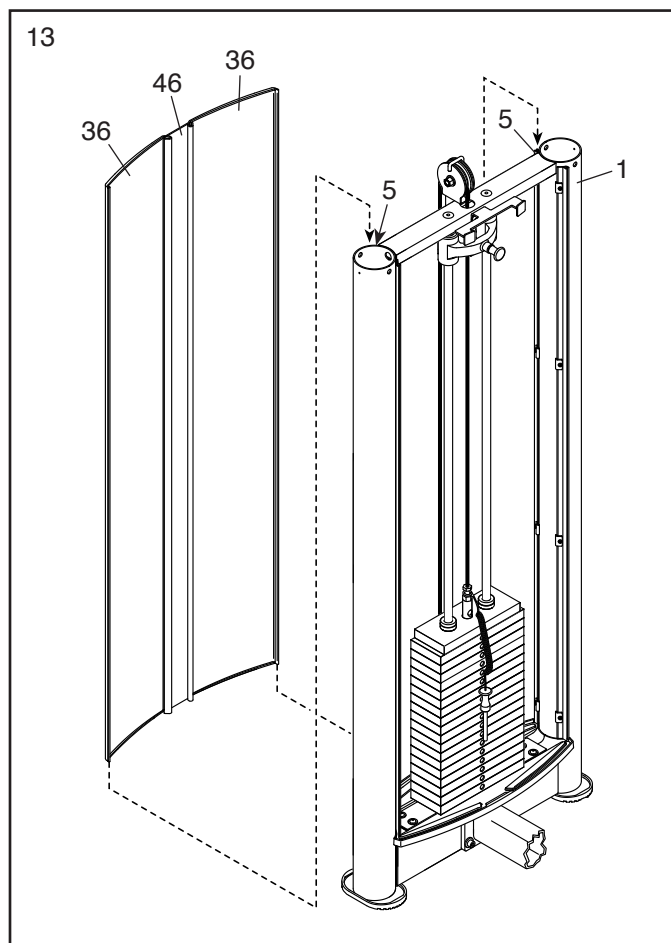
12. Aandacht: de in deze stap afgebeelde onderdelen kunnen al gemonteerd zijn.

Kijk naar de vier Schermen (36) en zoek naar de twee Schermen met Afwerkingstrips aan de Binnenkant (37) en naar de twee Schermen die dat niet hebben.

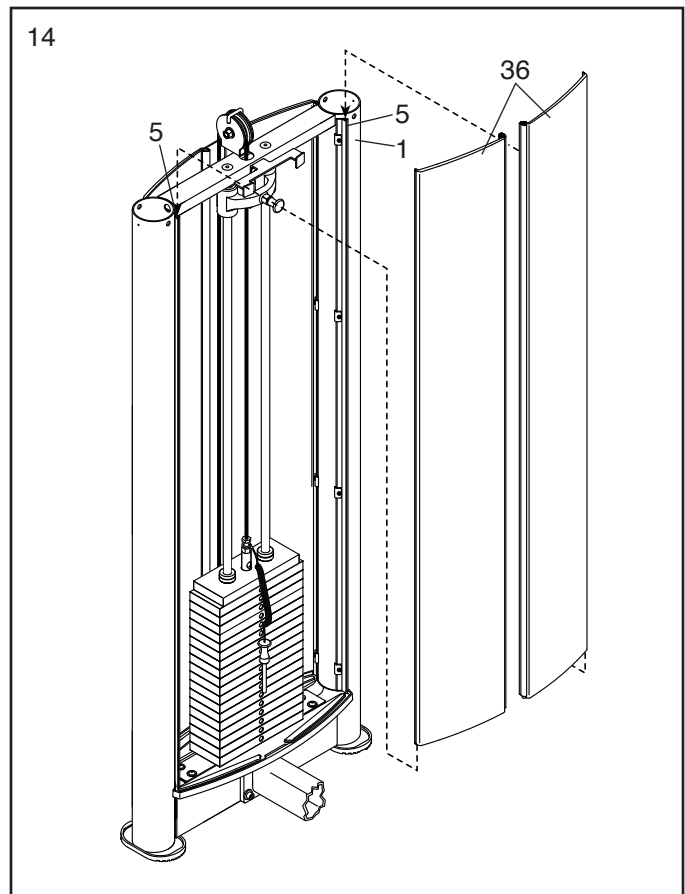
Schuif het Schermpaneel (46) naar beneden op de twee Schermen (36) **zonder** Afwerkingstrips aan de Binnenkant (37).



13. Schuif de twee Schermen (36) met het Schermpaneel (46) naar beneden op de twee Afwerkingstrips aan de Buitenkant (5) aan de achterkant van het Opstaand Onderstel (1).

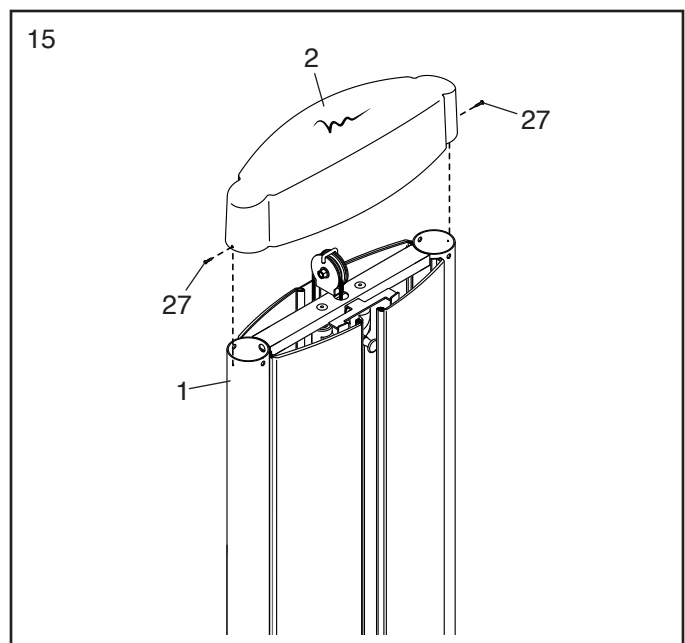


14. Schuif de twee resterende Schermen (36) naar beneden op de twee Afwerkingstrips aan de Buitenkant (5) aan de voorkant van het Opstaand Onderstel (1).

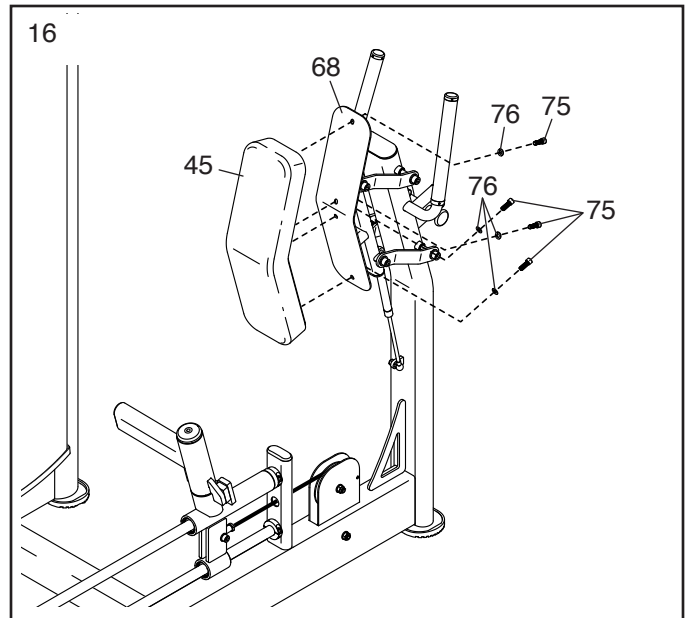


15. Draai het Kap van de Opstand (2) zoals afgebeeld.

Schuif de Kap van de Opstand (2) naar beneden op het Opstaand Onderstel (1). Maak de Kap van de Opstand vast met twee M4 x 13mm Zelftappers (27).



16. Maak het Kussen van de Romp (45) aan het Hoofdonderstel (68) vast met vier M8 x 25mm Dopschroeven (75) en vier M8 Tussenringen (76).



17. **Zorg ervoor dat alle onderdelen van de krachtapparatuur goed vastgedraaid worden.** Leg een matje onder de krachtapparatuur om uw vloer of uw vloerbedekking te beschermen.

AFSTELLINGEN

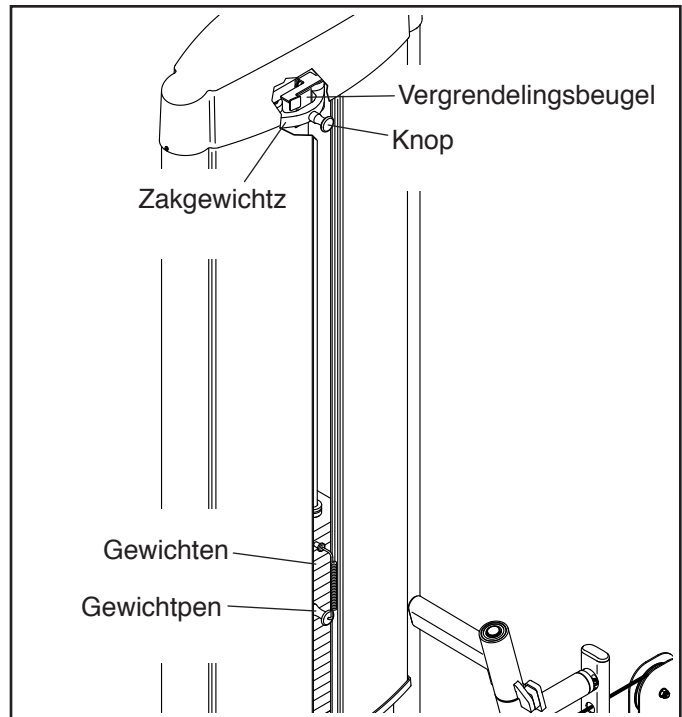
Dit hoofdstuk beschrijft hoe u de krachtapparatuur kunt afstellen. Zorg dat elke keer dat u de krachtapparatuur gebruikt, alle delen goed vastzitten. Vervang versleten onderdelen direct.

DE WEERSTAND BIJSTELLEN

Steek de gewichtspen in het gewenste gewicht om de hoeveelheid weerstand te veranderen. **Zorg ervoor dat de gewichtspen volledig ingestoken is.** Aandacht: steek de gewichtspen boven het bovenste gewicht in de gewichtskiezer (niet afgebeeld) om alleen het bovenste gewicht te gebruiken.

Trek aan de aangegeven knop en laat het zakgewicht op de gewichtsstapel zakken om 5-pond weerstand toe te voegen.

Schuif het zakgewicht naar boven en steek de knop in de vergrendelbeugel wanneer u het zakgewicht niet gebruikt. **Schuif het zakgewicht wat naar boven en naar beneden om ervoor te zorgen dat de knop stevig in de vergrendelbeugel vast zit.**

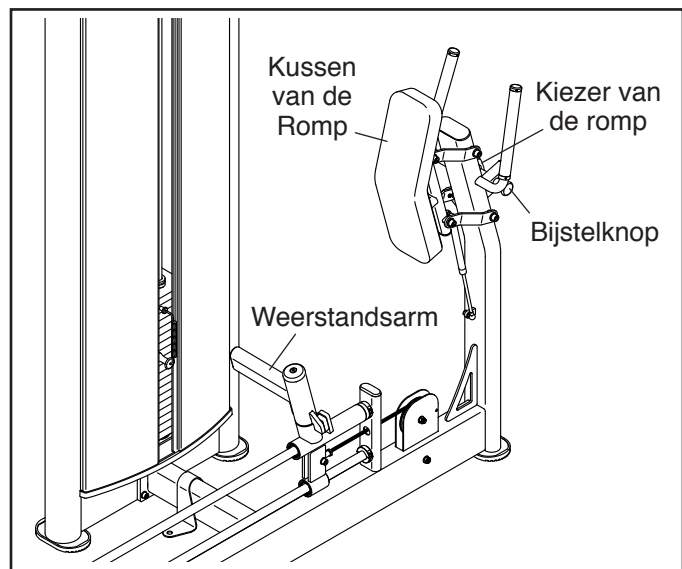


DE WEERSTANDSARM BIJSTELLEN

Draai de weerstandsarm gewoon tot de gewenste stand om de weerstandsarm bij te stellen.

HET KUSSEN VAN DE ROMP BIJSTELLEN

Trek aan de bijstelknop, plaats het kussen van de romp in de gewenste stand en laat dan de bijstelknop in de kiezer van de romp los om de hoogte van het kussen van de romp bij te stellen. Schuif het zakgewicht wat naar boven en naar beneden om ervoor te zorgen dat de knop goed in de kiezer van de romp zit.



ONDERHOUD EN OPLOSSEN VAN PROBLEMEN

Voor een optimale werking van de krachtmachine en om de kans op letsel voor gebruikers te verminderen dient u regelmatig preventief onderhoud uit te voeren. Geef het personeel de instructies om alle procedures uit te voeren die in dit hoofdstuk beschreven staan. Personeel moet ook alle incidenten noteren en rapporteren. Om de garantie van de krachtmachine te behouden, dient u uitsluitend onderdelen van FREEMOTION te gebruiken voor reparatie of vervanging. Indien u vragen of problemen hebt, kijk dan bij HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTENDIENST aan de achterkant van deze handleiding.

DAGELIJKS ONDERHOUD

Algemeen Reiniging

Reinig de krachtmachine met een zachte doek die is bevochtigd met een milde zeep en warm water. Gebruik indien nodig een zachte borstel met de reinigungsoplossing.

Spoel vervolgens de krachtmachine met een zachte doek die is bevochtigd met schoon water en droog grondig.

Moeilijke Vlekken

Besproei de vlek met een niet schurende huishoudelijke reiniger zoals FORMULA 409® reinigungs-middel, SIMPLE GREEN®, of een vergelijkbaar product. Wrijf zachtjes over de vlek en laat de reinigungsoplossing een paar minuten intrekken.

Spoel vervolgens de krachtmachine met een zachte doek die is bevochtigd met schoon water en droog grondig.

Herhaal deze stappen indien nodig en gebruik een zachte borstel.

Optionele Methode voor Moeilijke Vlekken

Reinig het vlekgebied grondig met een zachte, vochtige doek met alcohol.

Spoel vervolgens de krachtmachine met een zachte doek die is bevochtigd met schoon water en droog grondig.

OPGELET: volg de richtlijnen en veiligheidsvoorzorgsmaatregelen van de producent bij elk reinigungsproduct dat u gebruikt. FreeMotion Fitness en haar verkooppunten zijn niet verantwoordelijk voor schade of letsel voortkomend uit gebruik of foutief gebruik van reinigungsproducten. **BELANGRIJK:** bij het gebruik van een reinigungsproduct dient u deze eerst toe te passen op een onzichtbare plek om er zeker van te zijn dat het materiaal er niet door beschadigt. Gebruik geen schurende reinigers; sterke reinigers of oplosmiddelen zoals lakverdunner, kerosine, benzine of vergelijkbare vloeistoffen. Dergelijke substanties kunnen krassen maken op de krachtmachine, plastic onderdelen en stickers beschadigen of leiden tot schade.

WEKELIJKS ONDERHOUD

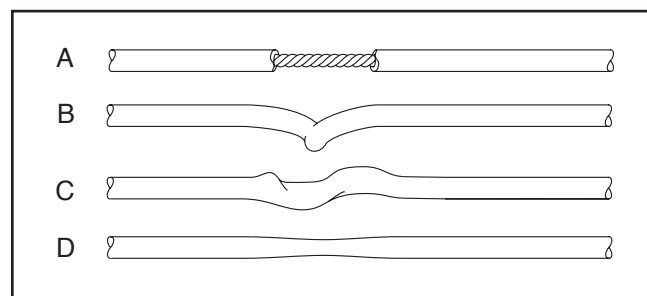
Hardware

Controleer alle moeren, bouten en schroeven en draai ze goed vast. **BELANGRIJK:** alle kussens hebben een ondersteuning van geperst triplex met T-moeren die worden gebruikt om de kussens te bevestigen aan de krachtmachine. Omdat de T-moeren worden bevestigd via triplex, zijn ze niet bestand tegen de draaikoppel die normale moeren hebben. Bij het vastdraaien van bouten of schroeven voor het bevestigen van een kussen, dient u deze alleen aan te draaien tot het punt dat het kussen niet meer beweegt of los voelt. Het te strak aandraaien kan de T-moeren afscheuren van het triplex waardoor het in de toekomst onmogelijk wordt om het kussen te verwijderen.

Kabelinspectie

Controleer de volledige lengte van iedere kabel door langzaam een repetitie op het krachtmachine uit te voeren. Controleer de kabel aan de buitenkant van het krachtmachine en de kabel aan de binnenkant. Laat uw vingers langs de kabel glijden en let goed op de bochten en de verbindingpunten. Let op de volgende omstandigheden die aan kunnen geven dat de kabel versleten is of vervangen dient te worden:

- A. een scheur of breuk in de huls die de kabel blootlegt
- B. een knik of grote vouw in de kabel
- C. een gekrulde of gedraaide huls
- D. een uitgerekte huls met een verdund gedeelte



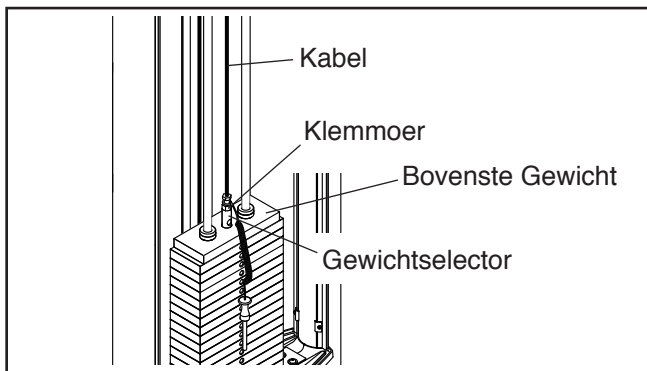
Kabel Bijstellen

Om te bepalen of iedere kabel goed is bijgesteld, dient u het bovenste gewicht langzaam omhoog te trekken en laten zakken door één repetitie uit te voeren.

Als de kabel los staat, dan wordt het bovenste gewicht niet van de gewichtstapel afgetild wanneer u een repetitie begint.

Als de kabel te strak staat, dan zal het bovenste gewicht niet op het onderliggende gewicht rusten wanneer u de repetitie voltooid heeft. Het kan moeilijk zijn om de gewichtspen in de gewichten te steken.

Als de kabels te los of te strak staan, draai dan de klemmoer aan het uiteinde van de kabel los. Maak vervolgens het uiteinde van de kabel in de gewichtselector tot het bovenste gewicht van de andere gewichten wordt afgetild. Maak dan het uiteinde van de kabel los tot het bovenste gewicht net op het onderliggende gewicht rust. Draai dan de klemmoer weer vast tegen de gewichtselector.



MAANDELIJKS ONDERHOUD

Grepen

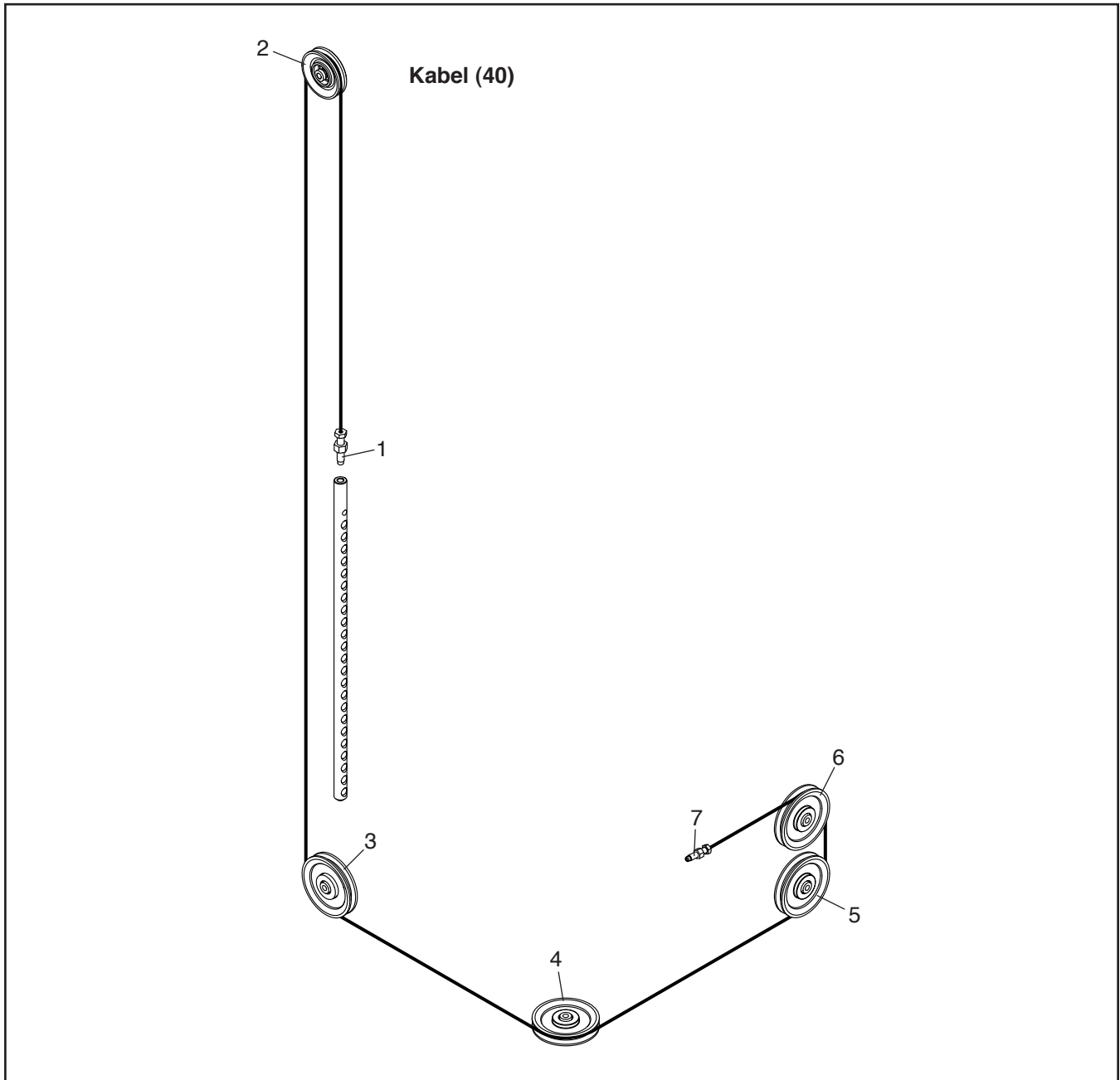
Controleer de grepen en vervang ze indien nodig.

Gewichtgeleidersmering

Reinig en smeer elke gewichtsg geleider door deze af te vegen met een zachte doek met een lichtgewicht motorolie, 10W-40 of 10W-30. Breng alleen een dun laagje coating over de gehele lengte van de gewichtsg geleider aan. **Gebruik geen smeermiddelen op basis van TEFLON®.**

DIAGRAM VAN DE KABEL

Het schema hieronder geeft de juiste route van iedere kabel aan. Gebruik het schema om ervoor te zorgen dat iedere kabel op de juiste manier gemonteerd zijn. **Indien de kabel niet op de juiste wijze gemonteerd is, zal het krachtmachine niet juist werken en dan kan er schade optreden.** Wanneer het krachtmachine een of meerdere kabelklemmen heeft, moet u zorg ervoor dat geen enkele kableklem de kabel aanraakt of verstrikt.



AANTEKENINGEN

LIJST MET ONDERDELEN

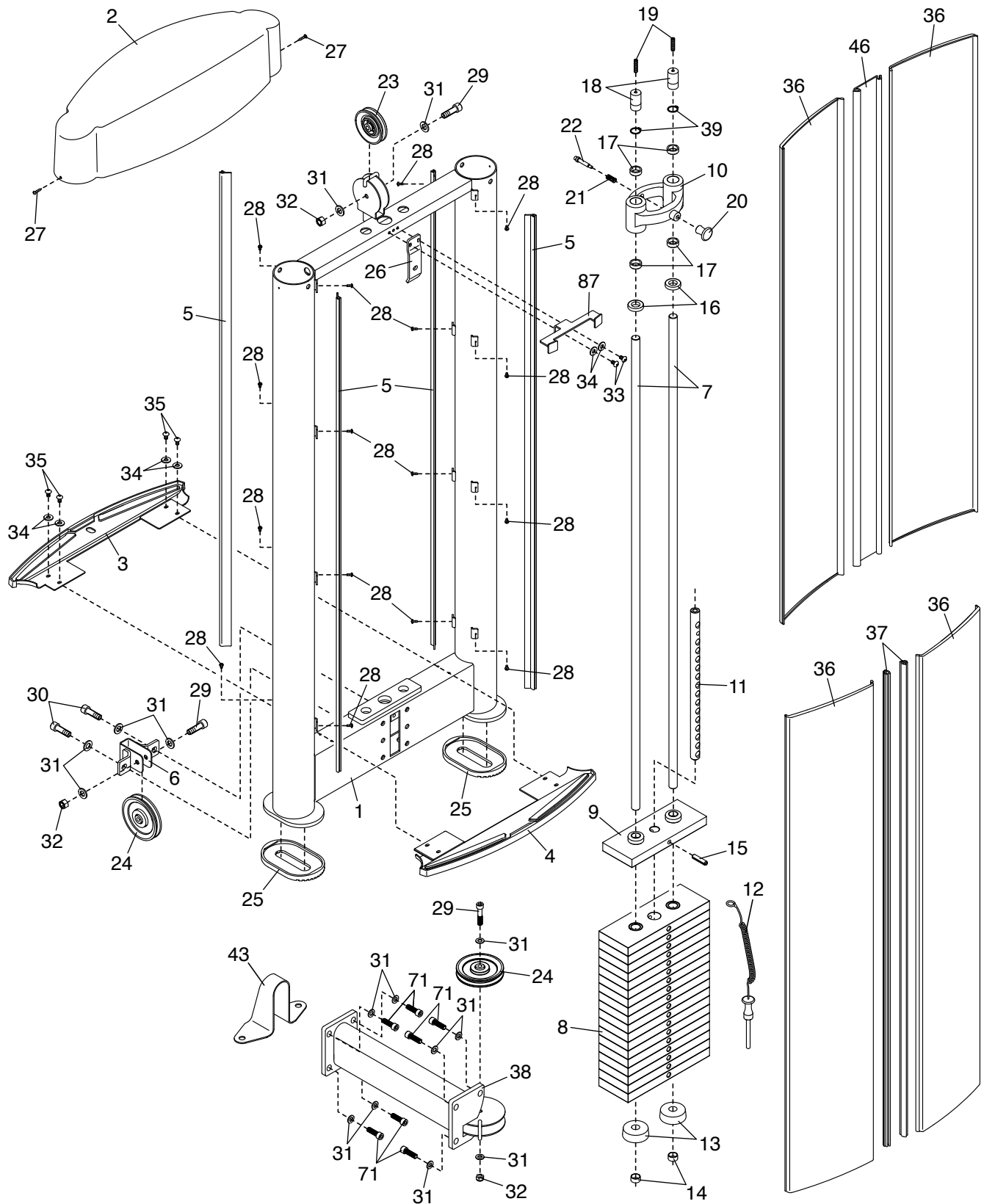
Modelnr. F820.0 R0312A

Nr.	Aant.	Beschrijving	Nr.	Aant.	Beschrijving
1	1	Opstaand Onderstel	45	1	Kussen van de Romp
2	1	Kap van de Opstand	46	1	Schermpaneel
3	1	Onderrand van het Achterste Scherm	47	1	Onderstel van de Romp
4	1	Onderrand van het Voorste Scherm	48	1	Grote Veer
5	4	Afwerking aan de Buitenkant	49	2	Kraag van de Hendel
6	1	Katrolbeugel	50	2	Kap van de Hendel
7	2	Gewichtsgeleider	51	1	Kiezer van de Romp
8	18	Gewicht van 10-pond	52	3	Beugel van de Romp
9	1	Bovenste Gewicht	53	1	Weerstandscilinder
10	1	Zakgewicht	54	1	Plastic Tussenring
11	1	Gewichtskiezer	55	1	Beugel van het de Romp met Schroefdraad
12	1	Gewichtspen	56	3	Huls van de Drager
13	2	Onderste Gewichtsbumper	57	8	M6 x 15mm Dopschroef
14	2	Kap van de Gewichtsgleider	58	4	Asklem
15	1	Rolpen	59	2	Rail
16	2	Bovenste Gewichtsbumper	60	2	Bumper van de Drager
17	4	Huls van het Zakgewicht	61	2	Lager
18	2	Huls van de Gewichtsgleider	62	3	Borgring van de Drager
19	2	M8 x 35mm Stelschroef	63	2	Handgreep
20	1	Knop van het Zakgewicht	64	1	Bolverbinding
21	1	Kleine Veer	65	2	Armbumper
22	1	Gewichtspen van het Zakgewicht	66	8	M4 x 3mm Stelschroef
23	1	Kleine Katrol	67	2	M12 x 175mm Dopbout
24	4	Grote Katrol	68	1	Hoofdonderstel
25	4	Poot	69	2	M12 x 125mm Dopbout
26	1	Vergrendelbeugel	70	1	Bijstelpen
27	2	M4 x 13mm Zelftapper	71	7	M10 x 35mm Dopschroef
28	16	M4 x 10mm Schroef	72	1	Bijstelknop
29	5	M10 x 50mm Dopbout	73	8	Huls van het Onderstel
30	3	M10 x 30mm Dopschroef	74	2	Bumper van de Beugel
31	21	M10 Tussenring	75	4	M8 x 25mm Dopschroef
32	6	M10 Borgmoer	76	13	M8 Tussenring
33	2	M6 x 20mm Schroef	77	2	M8 x 15mm Schroef
34	6	M6 Tussenring	78	1	As
35	4	M6 x 15mm Schroef	79	5	M8 x 20mm Dopschroef
36	4	Schermb	80	1	M20 Cilindermoer
37	2	Afwerking aan de Binnenkant	81	2	M8 Borgmoer
38	1	Zijonderstel	82	1	M10 x 85mm Dopbout
39	3	25mm Borgring	83	7	M12 Tussenring
40	1	Kabel	84	3	M12 Borgmoer
41	1	Weerstanddrager	85	1	Kap voor de Lager
42	1	Weerstandarm	86	1	M6 x 15mm Schroef met Platte Kop
43	1	Ankerriem	87	1	Beugel van het Scherm
44	3	Kap van het Onderstel	*	—	Gebruikershandleiding

Aandacht: deze technische gegevens kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd. Kijk op de achterkant van deze gebruiksaanwijzing voor informatie over te bestellen onderdelen. *Deze onderdelen worden niet getoond.

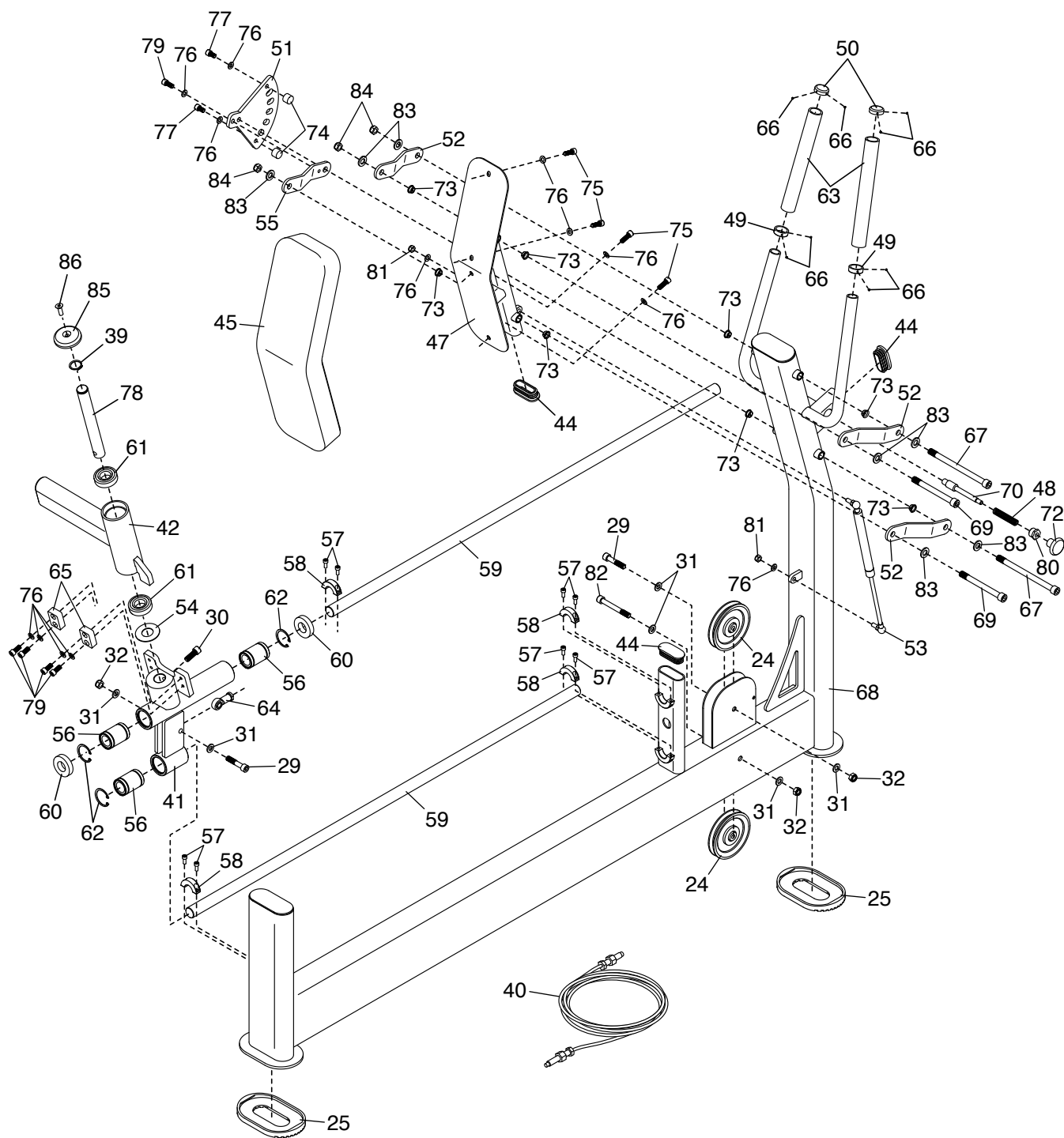
GEDETAILEERDE TEKENING A

Modelnr. F820.0 R0312A



GEDETAILEERDE TEKENING B

Modelnr. F820.0 R0312A



HOE CONTACT OPNEMEN MET DE KLANTENDIENST

Indien u vragen hebt na het lezen van deze handleiding of indien onderdelen beschadigd zijn of ontbreken, neem contact op met de Klantendienst via de telefoonnummers of de adressen die hieronder vermeld staan. **Noteer het modelnummer en serienummer van het apparaat aan en de naam van het product (raadpleeg de kft van deze handleiding) voordat u contact opneemt met Klantendienst. Indien u een vervangend onderdeel bestelt, noteer dan ook het onderdeelnummer en de beschrijving van elk onderdeel (zie de LIJST MET ONDERDELEN en de GEDETAILEERDE TEKENING achterin deze handleiding).**

Binnen de Verenigde Staten en Canada

Bel: 1-800-201-2109, Maandag.-Vrijdag. 08:00-17:00 MT

Schrijf naar:

FreeMotion Fitness

1500 South 1000 West

Logan, UT 84321-9813

Verenigde Staten

Buiten de Verenigde Staten en Canada

Bel: 001-435-786-3521

Email: intlcustomercare@freemotionfitness.com