

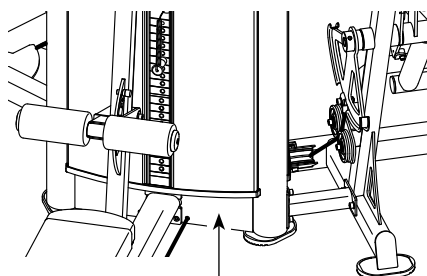
# FREEMOTION®

## 3-STATION MULTI-GYM

Modell-Nr. F821.0

Serien-Nr. \_\_\_\_\_

Schreiben Sie die Seriennummer für späteren Gebrauch an die freie Stelle oben.



Aufkleber mit Serien-Nr.

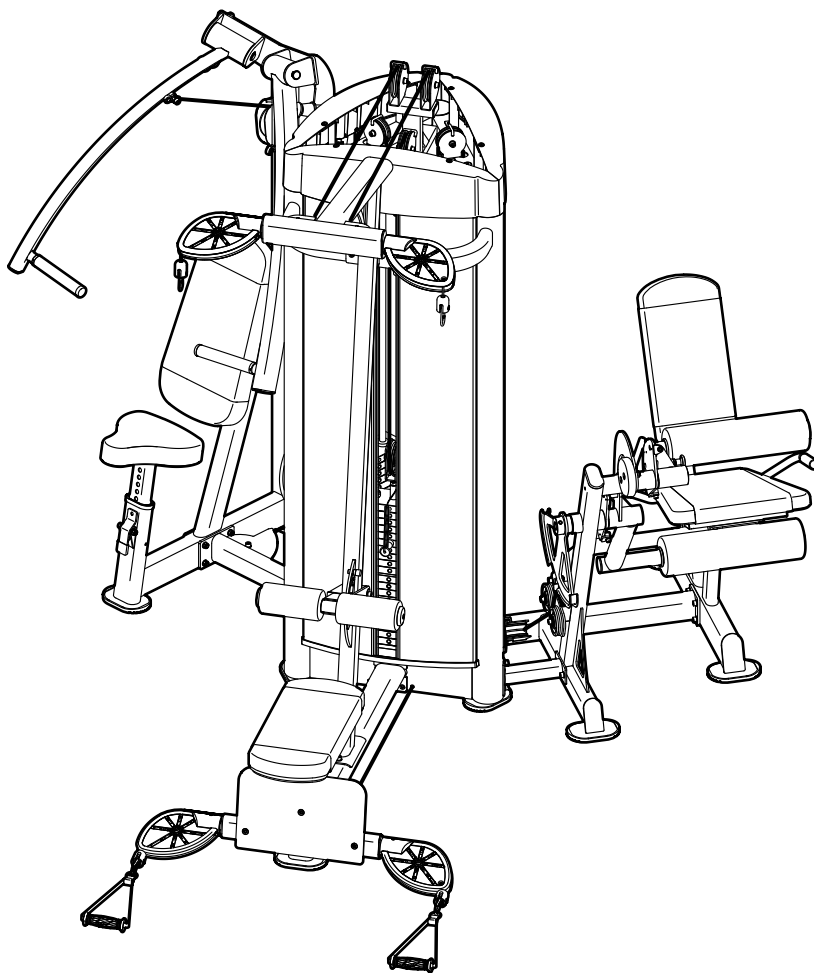
### FRAGEN?

Wenn Sie Fragen haben oder wenn Teile beschädigt sind oder fehlen, sehen Sie bitte auf der hinteren Einbandseite dieses Handbuchs nach, SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN.

### VORSICHT

Lesen Sie bitte aufmerksam alle Anleitungen, bevor Sie dieses Gerät in Betrieb nehmen. Verwahren Sie diese Bedienungsanleitung für späteren Gebrauch.

## BEDIENUNGSANLEITUNG



---

# INHALTSVERZEICHNIS

WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN .....3

WARNUNGSaufkleber ANBRINGEN .....4

BEVOR SIE ANFANGEN. ....5

Diagramm FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE .....6

MONTAGE.....7

EINSTELLUNG .....35

WARTUNG UND FEHLERSUCHE .....37

KABELDiagramme.....39

TEILELISTE.....41

DETAILZEICHNUNG.....43

SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN ..... Rückseite

BESCHRÄNKTE GARANTIE ..... Rückseite

# WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

**⚠️ WARNUNG:** Um ernsthafte Verletzungen zu vermeiden, lesen Sie bitte alle wichtigen Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen in dieser Bedienungsanleitung und alle Warnungen, die auf dem Kraftstation angebracht wurden, bevor Sie dieses Kraftstation benutzen. Der Hersteller (FreeMotion Fitness) übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden, die durch dieses Produkt oder seine Benutzung entstanden sind.

1. Bevor Sie mit diesem oder irgendeinem anderen Trainingsprogramm beginnen, konsultieren Sie bitte zunächst Ihren Arzt. Dies ist besonders wichtig für Personen, die über 35 Jahre alt sind oder gesundheitliche Probleme haben oder hatten.
2. Benutzen Sie die Kraftstation nur wie in dieser Gebrauchsanweisung beschrieben.
3. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, dass sich um die Kraftstation herum genügend Freiraum befindet, um die vorgesehene Übung auszuführen.
4. Benutzen Sie die Kraftstation nur auf einer ebenen Fläche. Decken Sie den Fußboden unter der Kraftstation ab, um den Fußboden vor Schaden zu schützen.
5. Verankern Sie die Kraftstation mit dem Verankerungsriemen am Fußboden wo es nötig oder möglich ist, um maximale Stabilität zu gewährleisten.
6. Der Besitzer ist dafür verantwortlich, sicherzustellen dass alle Benutzer der Kraftstation über alle Sicherheitsvorkehrungen informiert sind, alle Warnungs- und Vorsichtsaufkleber gelesen und verstanden haben, und über den richtigen Gebrauch der Kraftstation informiert sind.
7. Alle Benutzer der Kraftstation sollten angewiesen werden, jede Verletzung oder Ungleichmäßigkeit der Kraftstation dem Betriebspersonal sofort zu melden.
8. Halten Sie Kinder unter 12 Jahren und Haustiere jederzeit von der Kraftstation fern.
9. Die Kraftstation kann ein maximales Benutzergewicht von 159 kg aushalten.
10. Zum Schutz Ihrer Füße sollten Sie immer Sportschuhe tragen.
11. Halten Sie Hände und Füße von beweglichen Teilen fern. Lehnen Sie sich nicht gegen die Kraftstation lassen Sie Ihre Hände nicht auf der Kraftstation aufliegen während diese in Gebrauch ist.
12. Sorgen Sie dafür, dass der Gewichtsstift vollständig in eine der Gewichtsplatten eingeschoben wurde.
13. Sorgen Sie vor jedem Gebrauch der Kraftstation dafür, dass die Handgriffe sicher befestigt sind.
14. Überprüfen Sie jedes Kabel, jede Kabelverbindung und jede Rolle vor jeder Benutzung der Kraftstation. Sorgen Sie dafür, dass alle Teile richtig festgezogen sind. Abgenutzte Teile müssen sofort ersetzt werden.
15. Sorgen Sie dafür, dass jedes Kabel jederzeit auf den Rollen aufliegt. Falls ein Kabel sich verklemmt während Sie trainieren, hören Sie sofort auf, und sorgen Sie dafür, dass sich das Kabel auf den Rollen befindet, und dass nichts das Kabel oder die Rollen behindert.
16. Übermäßiges Trainieren kann zu ernsthaften Verletzungen oder sogar zum Tod führen. Wenn Sie sich schwach fühlen oder Schmerzen während des Trainings verspüren, beenden Sie das Training sofort und ruhen Sie sich aus.

# WARNUNGSAUFKLEBER ANBRINGEN

Die hier abgebildeten Warnungsaufkleber liegen mit dieser produkt bei. Kleben Sie diese so auf die englischen Aufkleber, dass die deutschen Aufkleber die englischen überdecken. Die hier abgebildeten Warnungsaufkleber wurden an den angezeigten Stellen angebracht. **Sollte ein Aufkleber fehlen oder unlesbar sein, kontaktieren Sie den Kundendienst auf der Vorderseite dieser Bedienungsanleitung, um einen kostenlosen Ersatzaufkleber anzufordern. Kleben Sie den Aufkleber dann an die angezeigte Stelle.** Anmerkung: Die Aufkleber sind nicht unbedingt in wahrer Größe abgebildet.

**⚠ 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 l'attrezzo se lo si trova in questa condizione.
- 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**



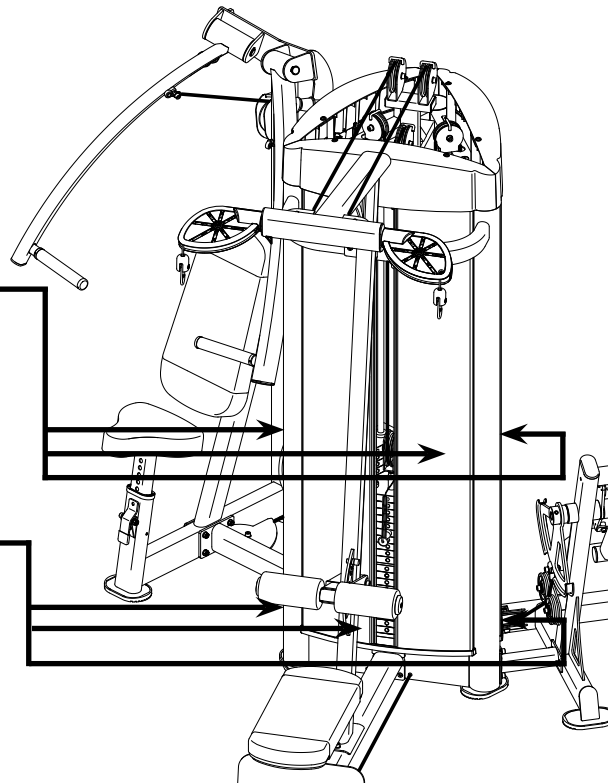
IL PERNO SELETTORE PESI DOVRÀ ESSERE COMPLETAMENTE INSERITO NELLA PIASTRA PESO.

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

**⚠ VORSICHT**



Der Gewichtsrohrenstift muss vollständig in die Gewichtsplatte eingefügt sein.





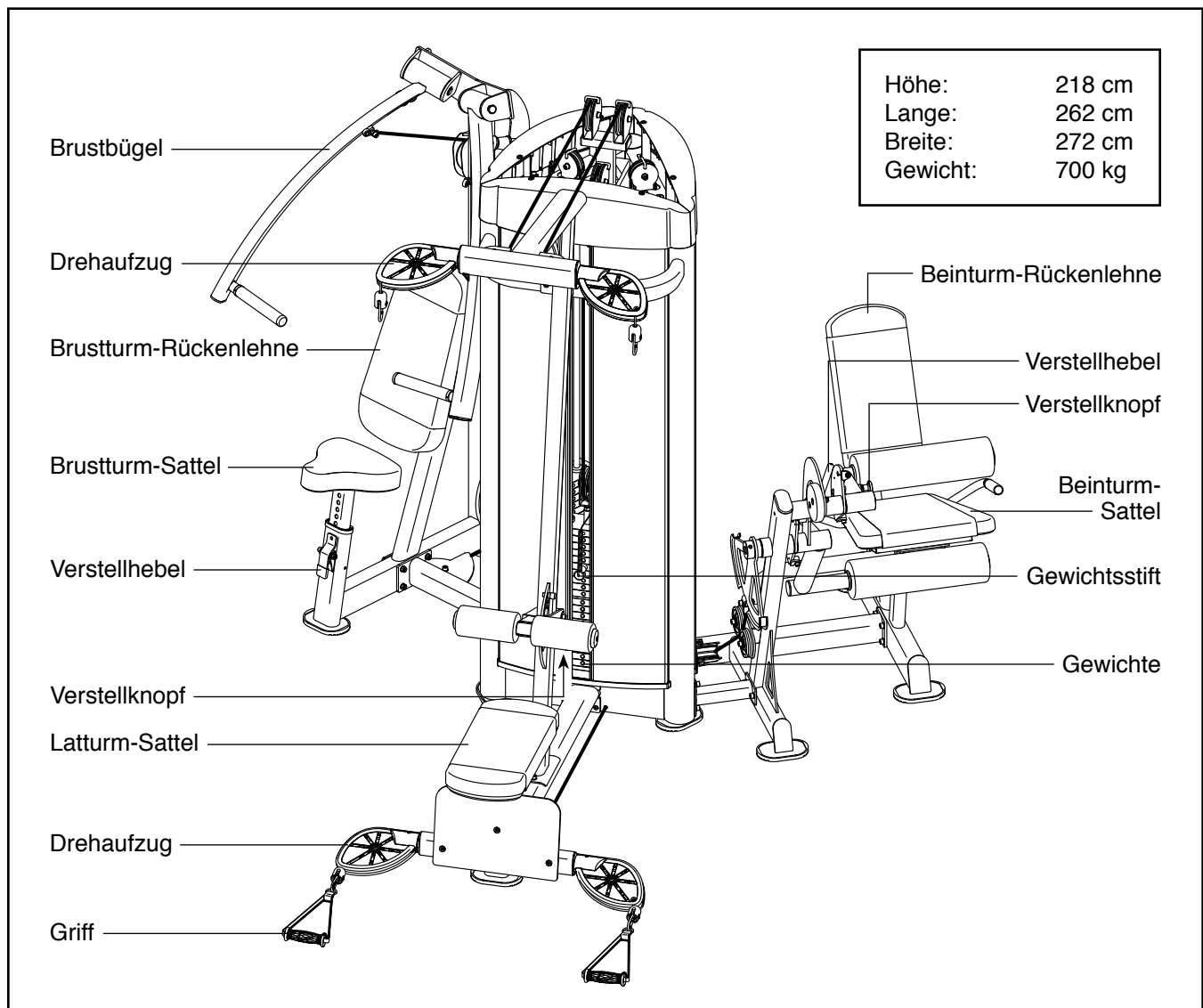
# BEVOR SIE ANFANGEN

Vielen Dank für Ihre Wahl der FREEMOTION® 3-STATION MULTI-GYM (3 stationen multi-gym) Kraftstation. Bei unbehinderter Bewegung können Sie die Muskelgruppen des Körpers so benutzen, wie Sie es natürlicherweise auch tun würden, um wirksamer und effizienter trainieren zu können.

**Lesen Sie bitte zu Ihrem eigenen Vorteil diese Bedienungsanleitung genauestens durch, bevor Sie das Kraftstation in Betrieb nehmen.** Sollten Sie nach der Lektüre dieser Bedienungsanleitung noch Fragen haben, finden Sie die Kontaktinformation auf

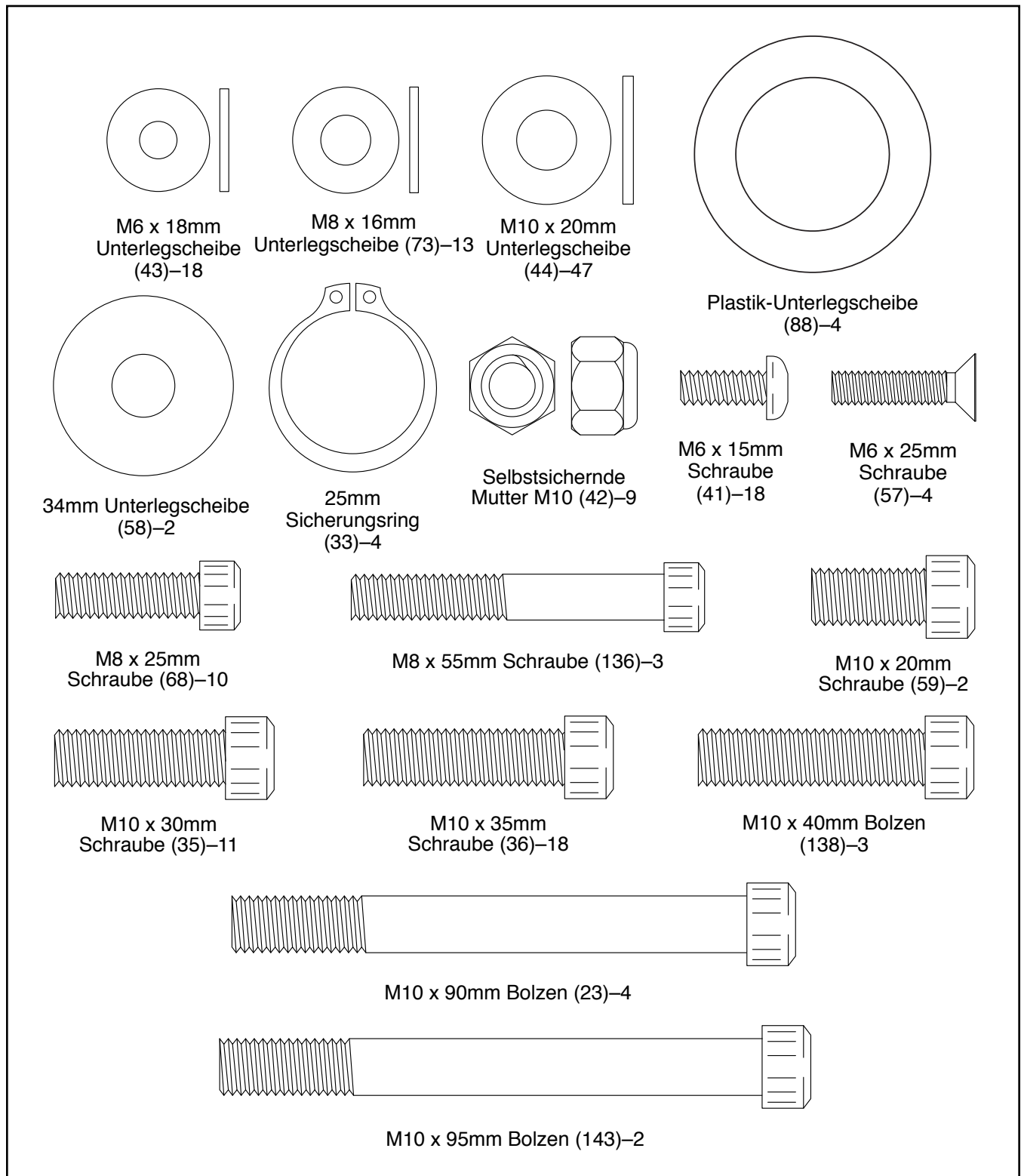
der Rückseite. Damit wir Ihnen schneller helfen können, halten Sie bitte die Produktmodellnummer und die Seriennummer bereit, bevor Sie mit uns in Kontakt treten. Die Modellnummer und die Stelle, wo der Aufkleber mit der Seriennummer angebracht ist, finden Sie auf der Vorderseite der Bedienungsanleitung.

Bevor Sie weiterlesen, werfen Sie bitte zuerst einen Blick auf die unten abgebildete Zeichnung und machen Sie sich mit den gekennzeichneten Einzelteilen vertraut.



# DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE

Beziehen Sie sich auf die Abbildungen unten, um die kleinen Teile, die in der Montage verwendet werden, zu identifizieren. Die Zahlen in Klammern sind die Bestellnummern, welche mit den Zahlen der TEILELISTE am Ende dieser Bedienungsanleitung übereinstimmen. Die Zahl hinter der Klammer gibt an, wieviele solche Teile bei der Montage gebraucht werden. **Anmerkung: Sollte sich ein Teil nicht im Teilesack befinden, sehen Sie erst nach, ob es nicht schon angebracht worden ist.**



# MONTAGE

- Zur Montage braucht man zwei Personen.
- Wegen des Gewichts und der Größe, montieren Sie die Kraftstation an dem Ort, wo sie benutzt wird. Sorgen Sie dafür, dass sich genug Freiraum um die Kraftstation herum befindet.
- Legen Sie alle Teile an einen dafür freigemachten Ort und entfernen Sie die Verpackungsmaterialien. Werfen Sie diese jedoch erst weg, wenn die Montage komplett fertiggestellt ist.
- Zur Identifizierung der kleinen Teile, siehe Schritt 6.

- Die folgenden Werkzeuge (nicht mitgeliefert) werden für die Montage benötigt:

ein Schraubenschlüssel 

ein Kreuzschlitzschraubendreher 

ein Satz metrischer Innensechskantschlüssel 

Sprengringzange 

Die Montage könnte erleichtert werden, wenn Sie einen Satz Schraubenschlüssel haben. Um Beschädigungen von Teilen zu vermeiden, benutzen Sie keine Elektrowerkzeuge.

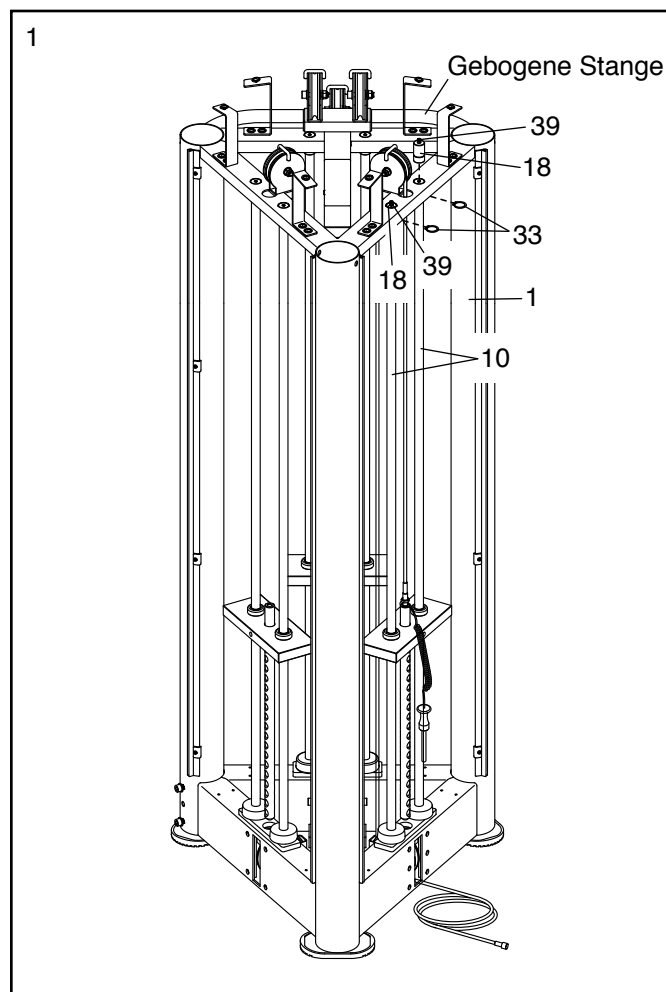
## 1. Hinweis: Der Einfachheit halber sind verschiedene zusammengestellte Kabel in den Montage-Abbildungen nicht aufgeführt.

Richten Sie Ihren Körper so aus, dass sich die gebogene Stange an der angedeuteten Stelle des Turmrahmens (1) befindet.

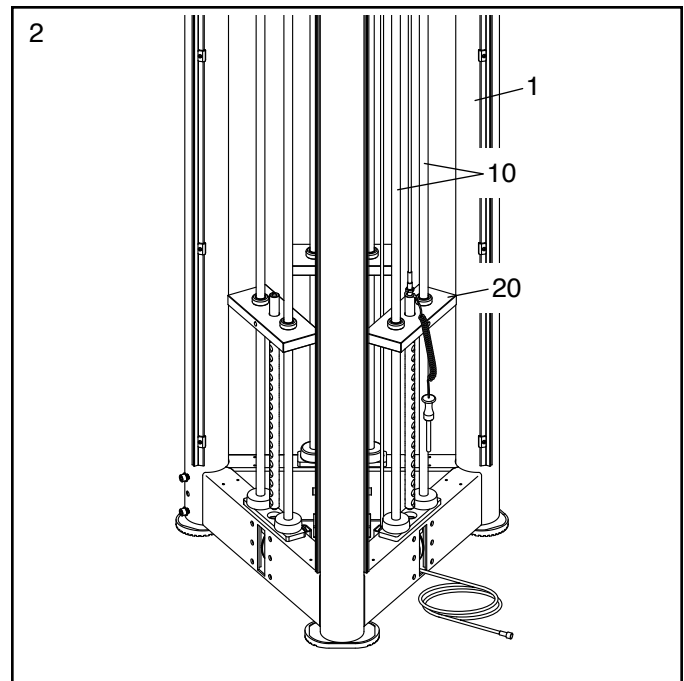
Lockern Sie die zwei angedeuteten M8 x 35mm Gewindestifte (39) um ein paar vollständige Drehungen; **es ist nicht notwendig die Gewindestifte zu entfernen.**

Entfernen Sie dann die zwei 25mm Sicherungsringe (33) von den zwei Gewichtsführungsbuchsen (18).

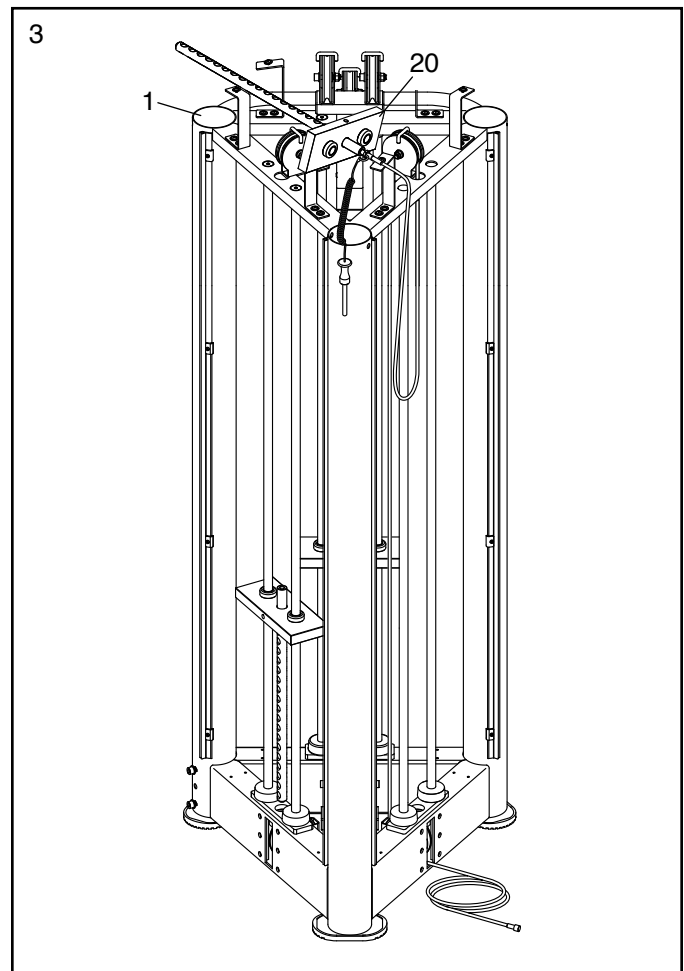
Eine zweite Person soll die Gewichtsgleitstangen (10) halten. Heben Sie die Gewichtsführungsbuchsen (18) aus dem Turmrahmen (1) heraus.



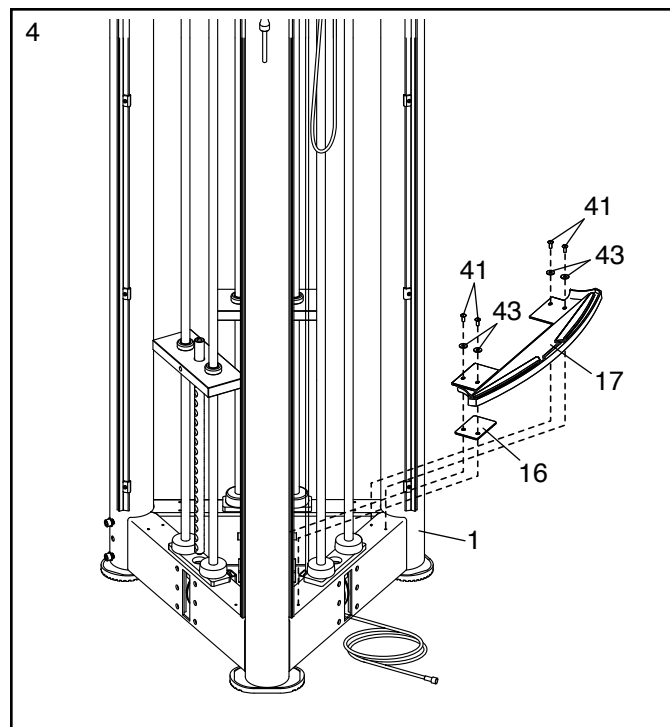
2. Ziehen Sie die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (10) zu sich her und nehmen Sie das oberste Gewicht (20) von den Gewichtsgleitstangen herunter.



3. Legen Sie das oberste Gewicht (20) oben auf den Turmrahmen (1).



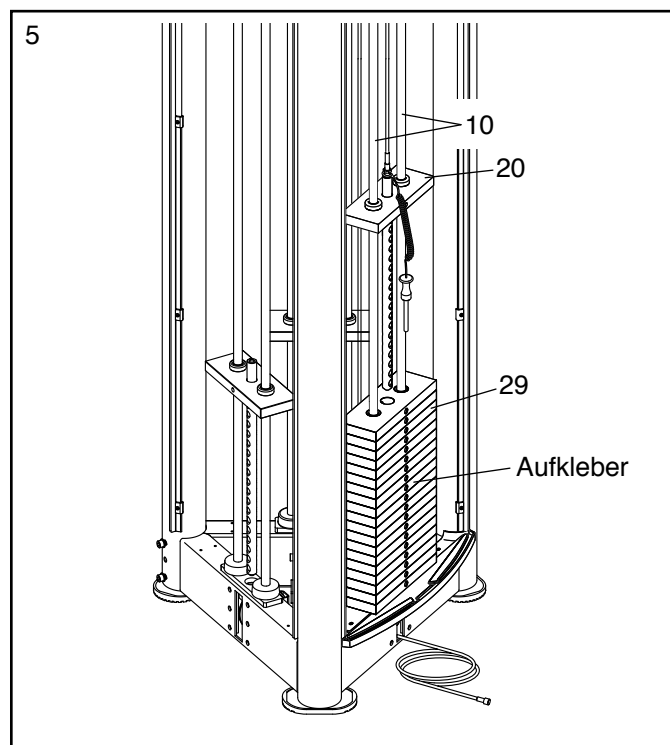
4. Befestigen Sie die Abdeckplattenbasis (17) und einen Abdeckbasisabstandshalter (16) mit vier M6 x 15mm Schrauben (41) und vier M6 x 18mm Unterlegscheiben (43) am Turmrahmen (1) .



5. Schauen Sie auf die Aufkleber auf den neunzehn 10-Pfund Gewichten (29). Finden Sie den Aufkleber mit der **größten** Nummer. Richten Sie dieses Gewicht so aus, dass der Aufkleber nach außen schaut und schieben Sie das Gewicht auf die Gewichtsgleitstangen (10).

**Wiederholen Sie diesen Schritt bis sich alle neunzehn 10-Pfund Gewichte (29) auf den Gewichtsgleitstangen (10) befinden.**

Schieben Sie dann das oberste Gewicht (20) auf die Gewichtsgleitstangen (10) auf.

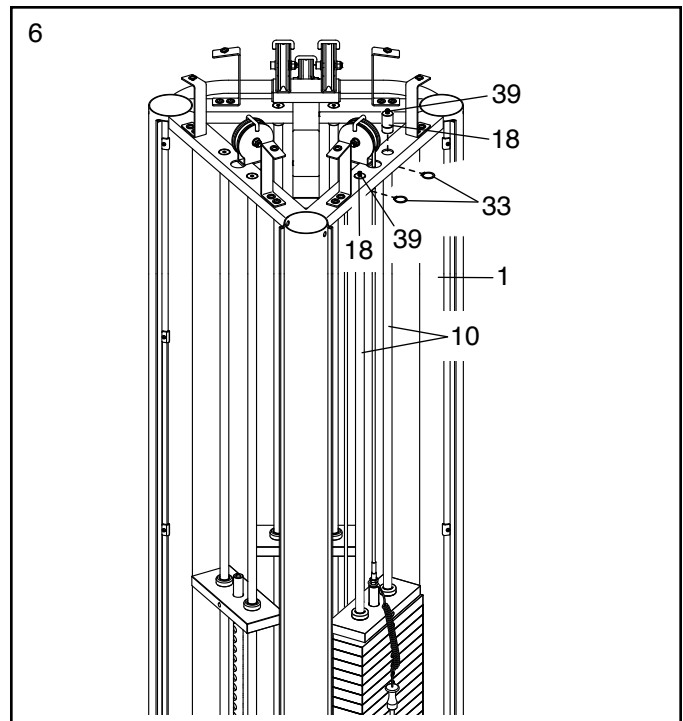


6. Schieben Sie die zwei 25mm Sicherungsringe (33) auf die zwei Gewichtsgleitstangen (10).

Als nächstes fügen Sie die zwei Gewichtsgleitstangenbuchsen (18) in den Turmrahmen (1) ein und schieben Sie diese auf die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (10) auf.

Befestigen Sie die zwei 25mm Sicherungsringe (33) an den Gewichtsführungsbuchsen (18).

Dann ziehen Sie die zwei M8 x 35mm Gewindestifte (39) an den Gewichtsgleitstangenbuchsen (18) fest.

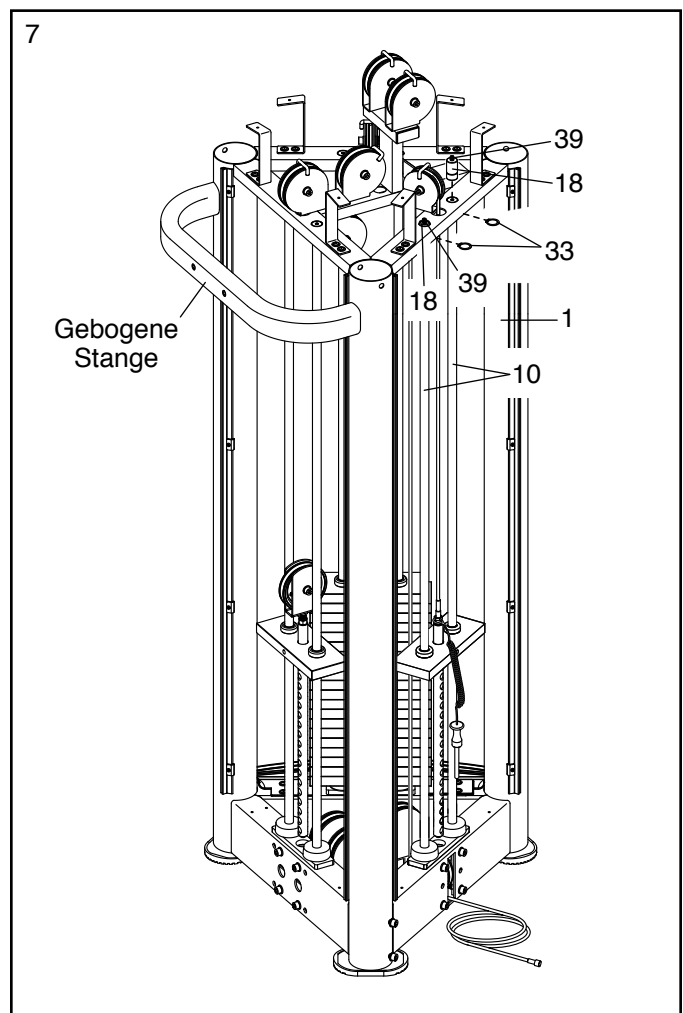


7. Richten Sie Ihren Körper so aus, dass sich die gebogene Stange an der angedeuteten Stelle des Turmrahmens (1) befindet.

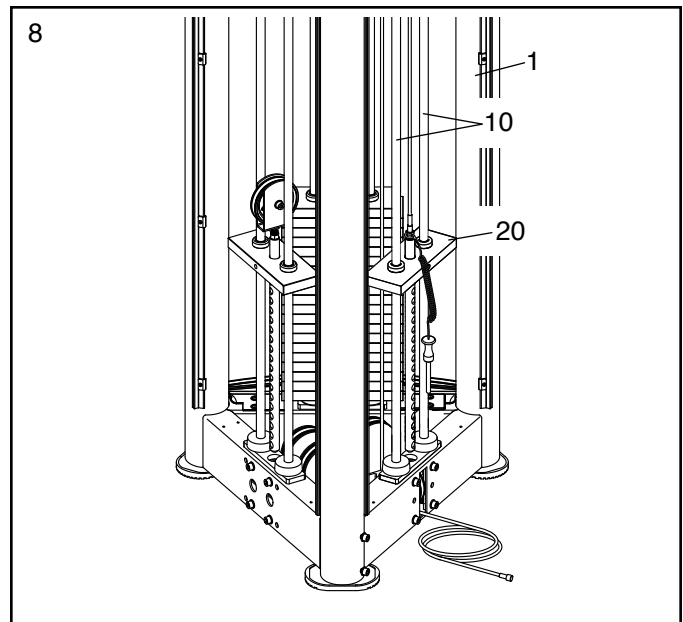
Als nächstes, lockern Sie die zwei M8 x 35mm Gewindestifte (39) um ein paar vollständige Drehungen; **es ist nicht notwendig die Gewindestifte zu entfernen.**

Entfernen Sie dann die zwei 25mm Sicherungsringe (33) von den zwei Gewichtsgleitstangenbuchsen (18).

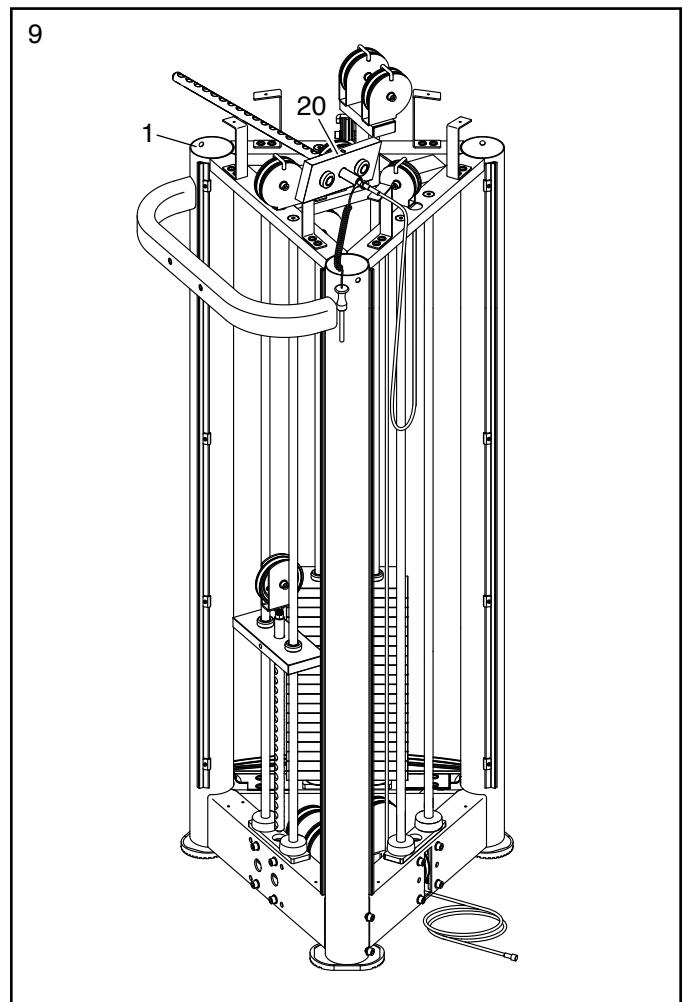
Eine zweite Person soll die Gewichtsgleitstangen (10) halten. Heben Sie die Gewichtsführungsbuchsen (18) aus dem Turmrahmen (1) heraus.



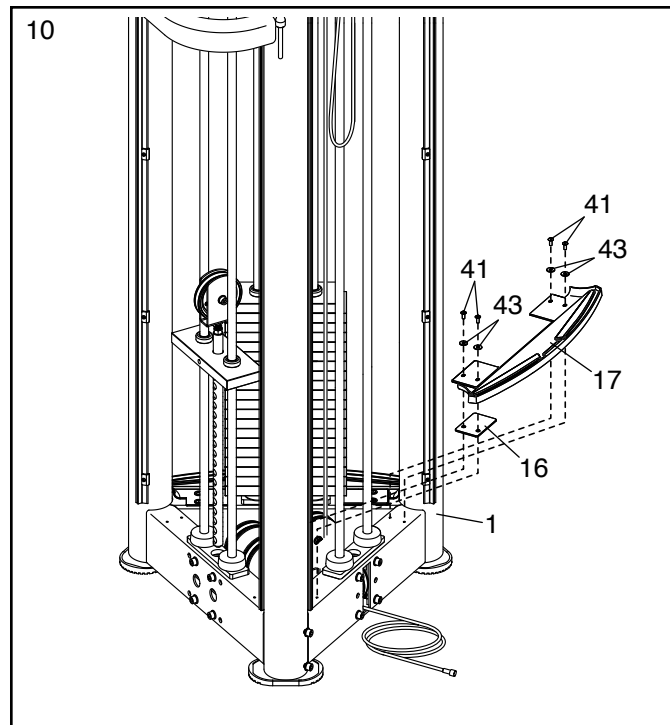
8. Ziehen Sie die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (10) zu sich her und nehmen Sie das oberste Gewicht (20) oben von den Gewichtsgleitstangen herunter.



9. Legen Sie das oberste Gewicht (20) oben auf den Turmrahmen (1).



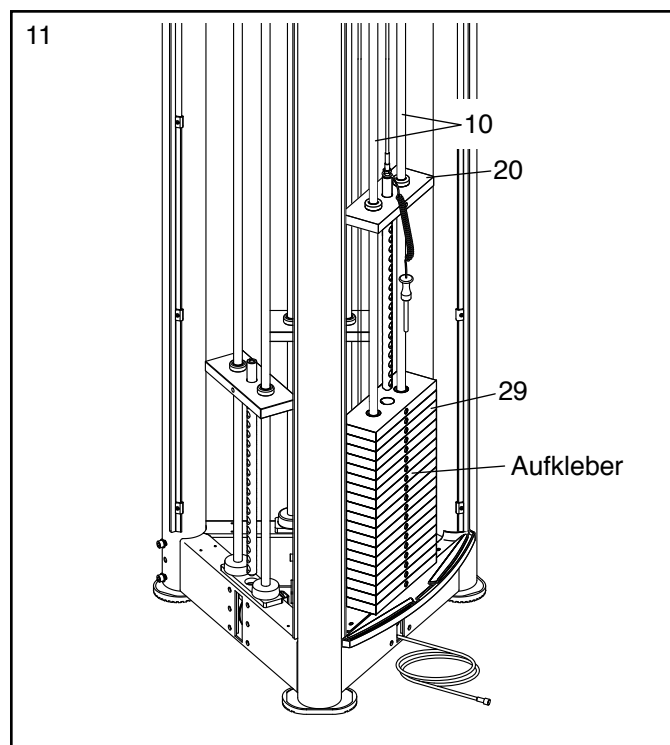
10. Befestigen Sie die Abdeckplattenbasis (17) und einen Abdeckbasisabstandhalter (16) mit vier M6 x 15mm Schrauben (41) und vier M6 x 18mm Unterlegscheiben (43) am Turmrahmen (1) .



11. Schauen Sie auf die Aufkleber auf den neunzehn 10-Pfund Gewichten (29). Finden Sie den Aufkleber mit der **größten** Nummer. Richten Sie dieses Gewicht so aus, dass der Aufkleber nach außen schaut und schieben Sie das Gewicht auf die Gewichtsgleitstangen (10).

**Wiederholen Sie diesen Schritt bis sich alle neunzehn 10-Pfund Gewichte (29) auf den Gewichtsgleitstangen (10) befinden.**

Schieben Sie dann das oberste Gewicht (20) auf die Gewichtsgleitstangen (10) auf.



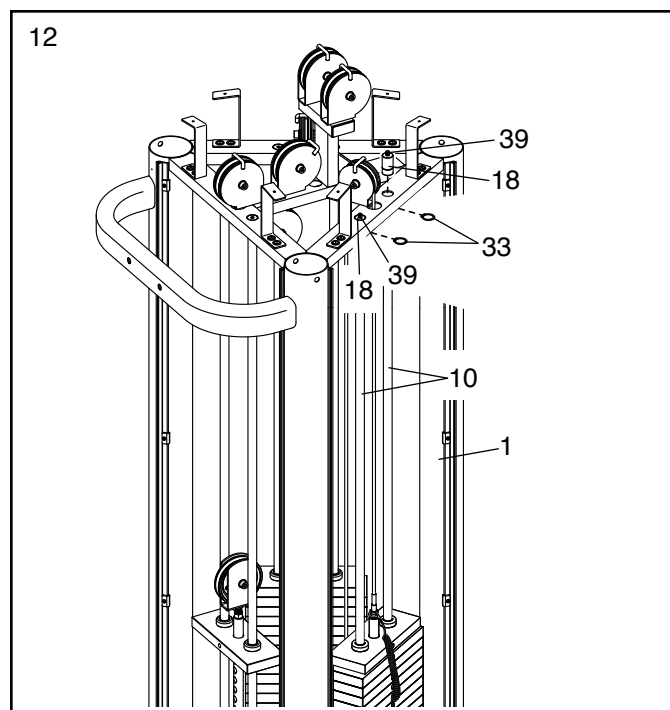


12. Schieben Sie die zwei 25mm Sicherungsringe (33) auf die Gewichtsgleitstangen (10).

Als nächstes fügen Sie die zwei Gewichtsgleitstangenbuchsen (18) in den Turmrahmen (1) ein und schieben Sie diese auf die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (10) auf.

Befestigen Sie die zwei 25mm Sicherungsringe (33) an den Gewichtsführungsbuchsen (18).

Ziehen Sie dann die zwei M8 x 35mm Gewindestifte (39) an den Gewichtsführungsbuchsen (18) fest.

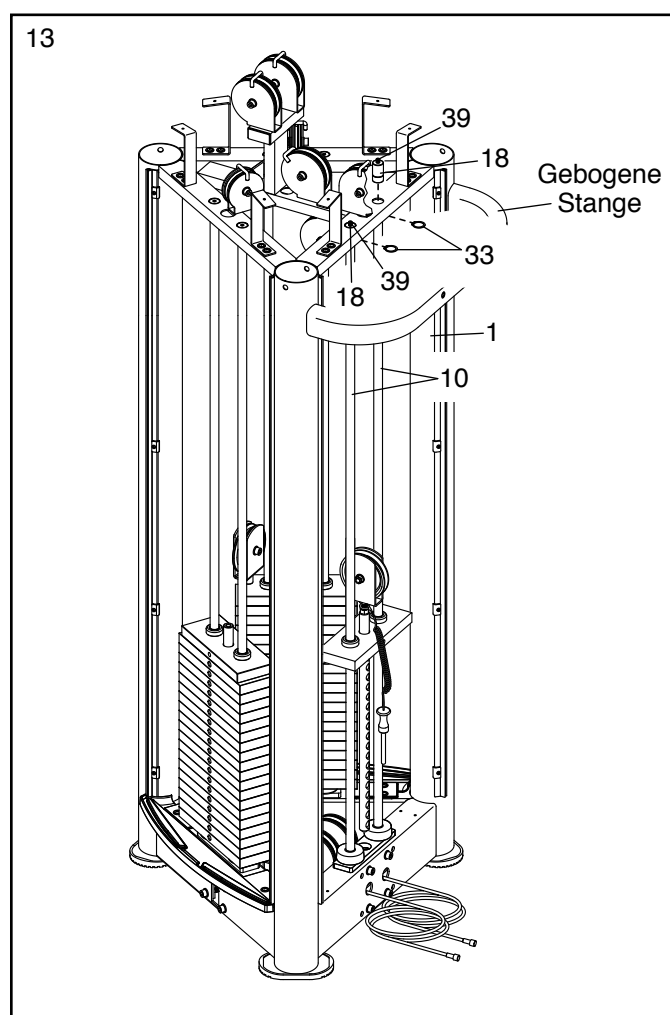


13. Richten Sie Ihren Körper so aus, dass sich die gebogene Stange an der angegebenen Stelle des Turmrahmens (1) befindet.

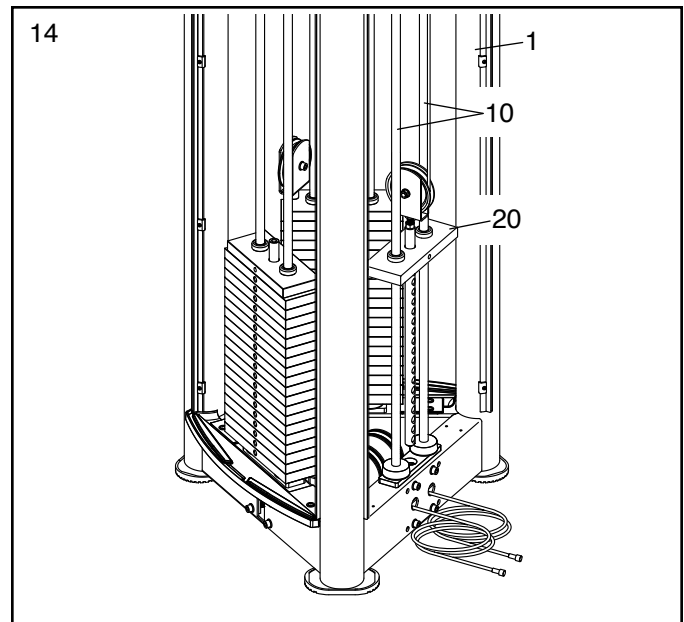
Lockern Sie die zwei angezeichneten M8 x 35mm Gewindestifte (39) um ein paar vollständige Drehungen; **es ist nicht notwendig die Gewindestifte zu entfernen.**

Entfernen Sie dann die zwei 25mm Sicherungsringe (33) von den zwei Gewichtsführungsbuchsen (18).

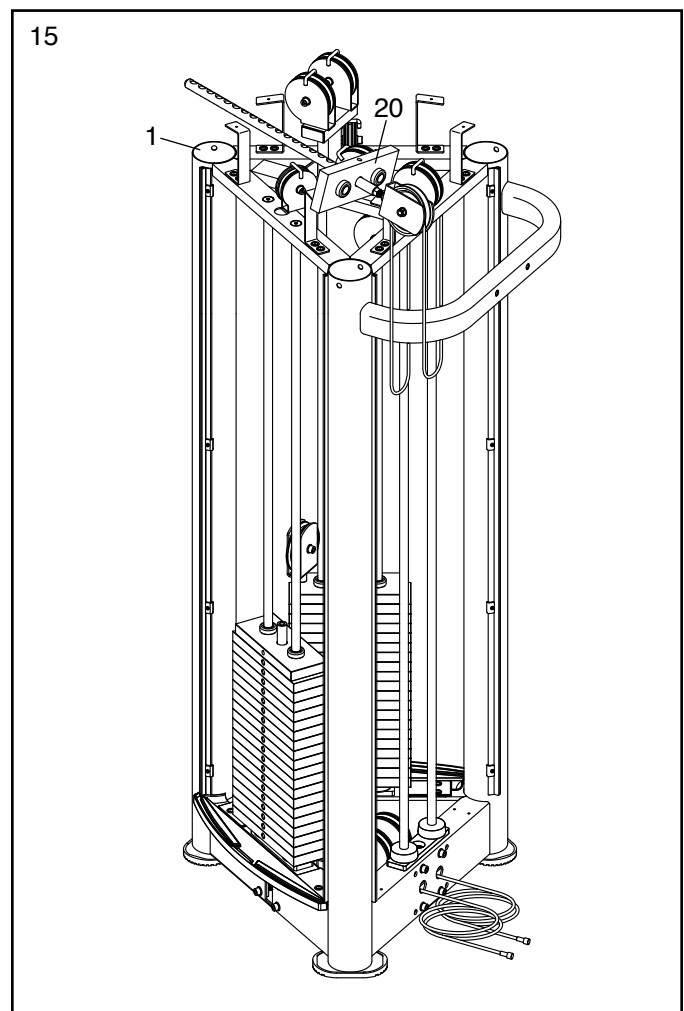
Eine zweite Person soll die Gewichtsgleitstangen (10) halten. Heben Sie die Gewichtsgleitstangenbuchsen (18) aus dem Turmrahmen (1) heraus.



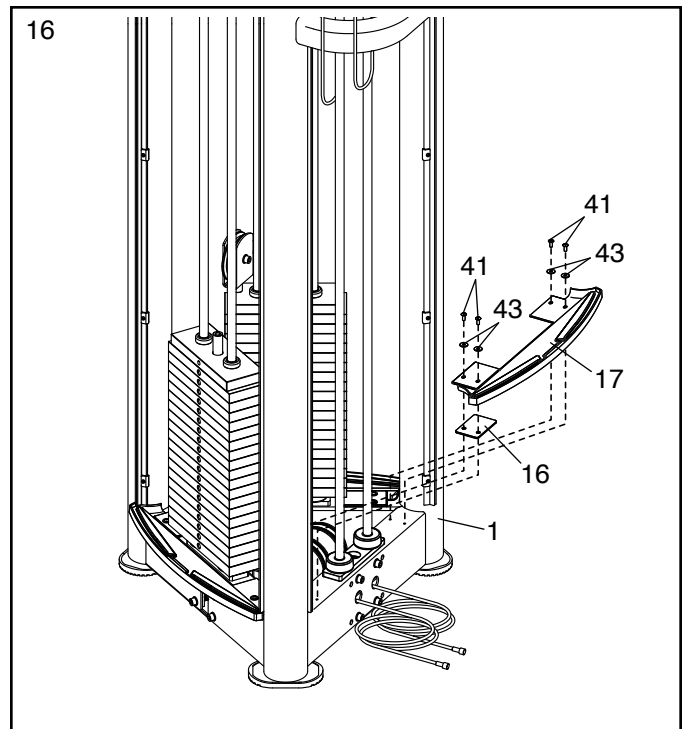
14. Ziehen Sie die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (10) zu sich her und nehmen Sie das oberste Gewicht (20) oben von den Gewichtsgleitstangen herunter.



15. Legen Sie das oberste Gewicht (20) auf den Turmrahmen (1).

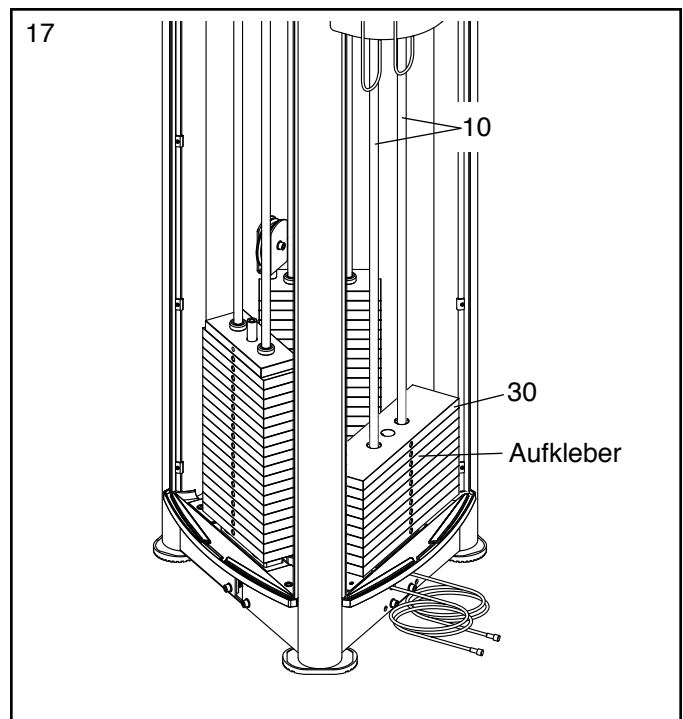


16. Befestigen Sie die Abdeckplattenbasis (17) und einen Abdeckplattenbasis-Abstandhalter (16) mit vier M6 x 15mm Schrauben (41) und vier M6 x 18mm Unterlegscheiben (43) am Turmrahmen (1).



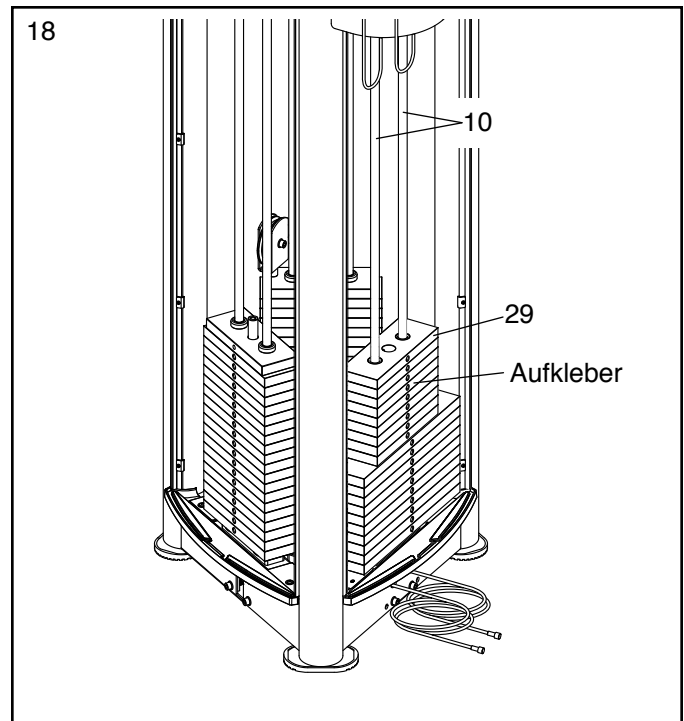
17. Schauen Sie auf die Aufkleber auf den zehn 20-Pfund Gewichten (30). Finden Sie den Aufkleber mit der größten Zahl. Richten Sie dieses Gewicht so aus, dass der Aufkleber nach außen schaut und schieben Sie das Gewicht auf die Gewichtsgleitstangen (10).

**Wiederholen Sie diesen Schritt bis sich alle zehn 20-Pfund Gewichte (30) auf den Gewichtsgleitstangen (10) befinden.**

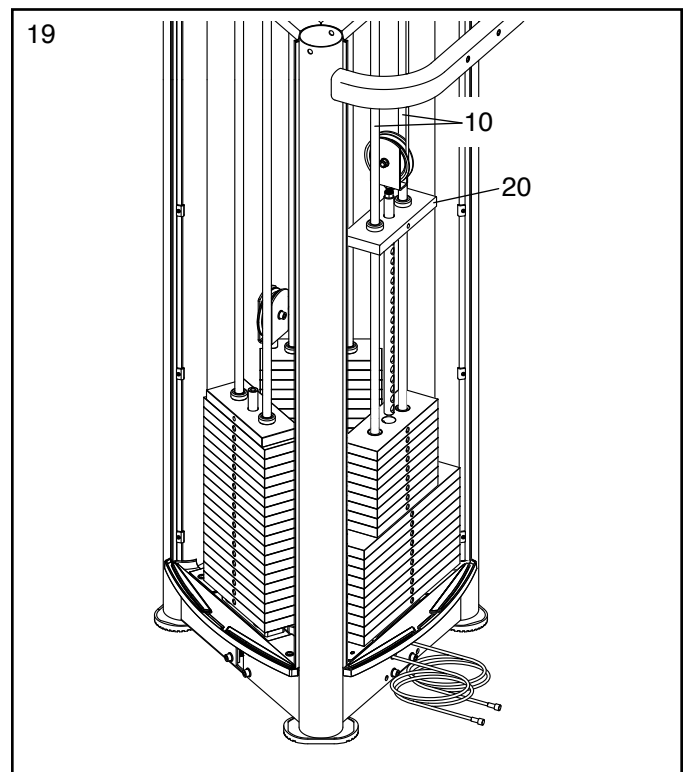


18. Schauen Sie auf die Aufkleber auf den neun 10-Pfund Gewichten (29). Finden Sie den Aufkleber mit der **größten** Zahl. Richten Sie dieses Gewicht so aus, dass der Aufkleber nach außen schaut und schieben Sie das Gewicht auf die Gewichtsgleitstangen (10).

**Wiederholen Sie diesen Schritt bis sich alle neun 10-Pfund Gewichte (29) auf den Gewichtsgleitstangen (10) befinden.**



19. Schieben Sie dann das oberste Gewicht (20) auf die Gewichtsgleitstangen (10).

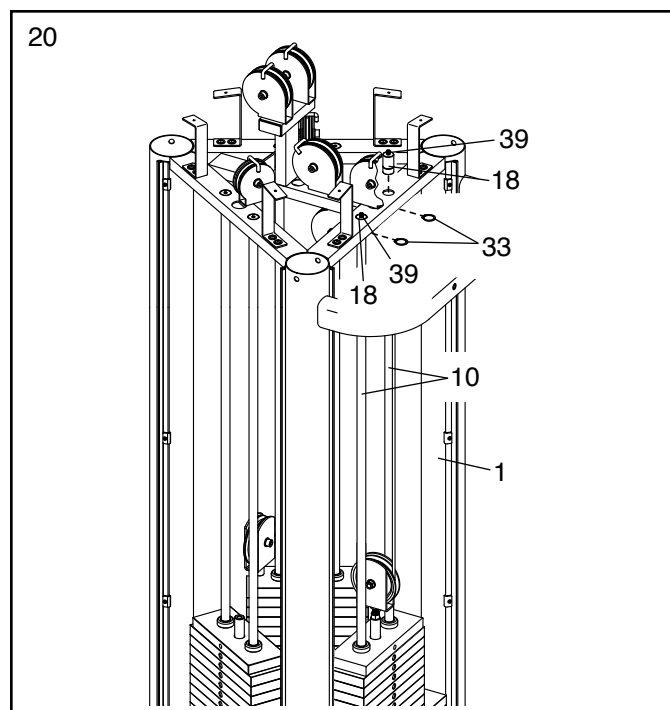


20. Schieben Sie die zwei 25mm Sicherungsringe (33) auf die zwei Gewichtsgleitstangen (10).

Als nächstes fügen Sie die zwei Gewichtsführungsbuchsen (18) in den Turmrahmen (1) ein und schieben Sie diese auf die oberen Enden der Gewichtsgleitstangen (10) auf.

Befestigen Sie die zwei 25mm Sicherungsringe (33) an den Gewichtsführungsbuchsen (18).

Dann ziehen Sie die zwei M8 x 35mm Gewindestifte (39) an den Gewichtsführungsbuchsen (18) fest.



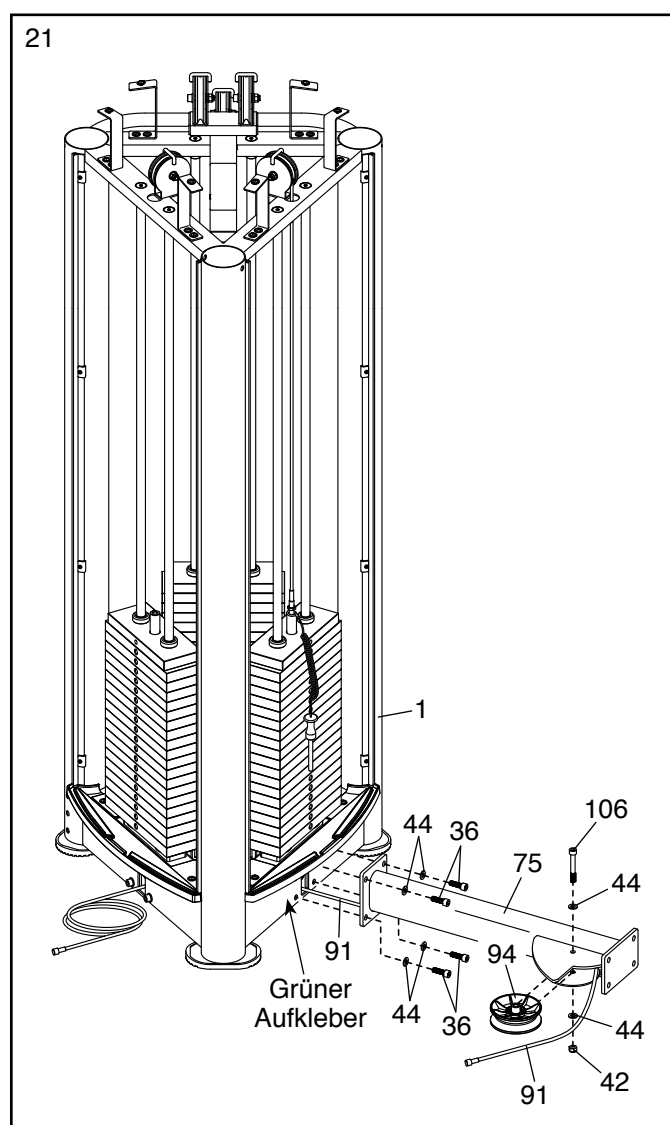
21. Finden Sie die Seite des Turmrahmens (1), die mit einem grünen Aufkleber markiert wurde. Stellen Sie den Brustverbindungsrahmen (75) auf diese Seite des Turmrahmens.

Entfernen Sie alle Teile (42, 44, 94 und 106) von der Rollenklammer auf dem Brustverbindungsrahmen (75).

Führen Sie das lange Brustkabel (91) durch den Brustverbindungsrahmen (75).

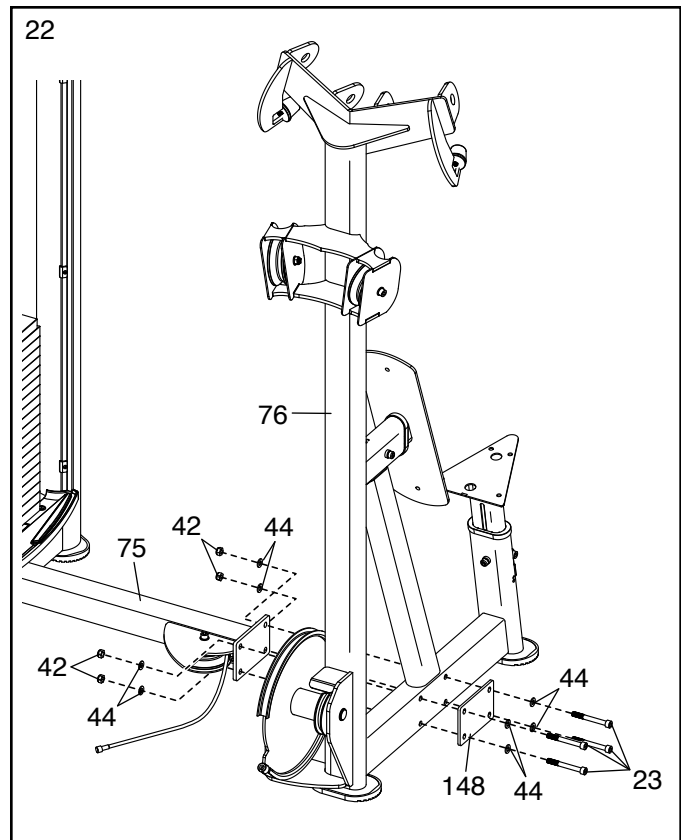
Befestigen Sie den Brustverbindungsrahmen (75) mit vier M10 x 35mm Schrauben (36) und vier M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Turmrahmen (1).

Schieben Sie die V-Rolle (94) auf das lange Brustkabel (91). Befestigen Sie die V-Rolle mit dem M10 x 75mm Bolzen (106), den zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) und der selbstsichernden Mutter M10 (42), die Sie gerade entfernt haben am Brustverbindungsrahmen (75).



22. Richten Sie den Brustpfostenrahmen (76) wie abgebildet aus.

Befestigen Sie den Brustpfostenrahmen (76) mit einer Beinplatte (148), vier M10 x 90mm Bolzen (23), acht M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) und vier selbstsichernden Muttern M10 (42) am Brustverbindungsrahmen (75).



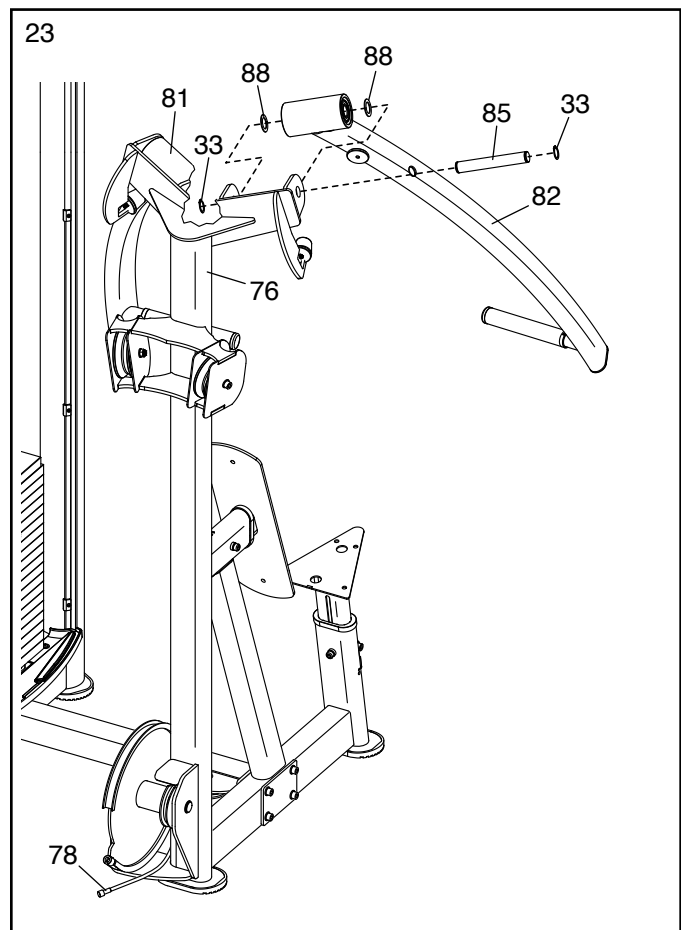
23. Identifizieren Sie den rechten Arm (82) und legen Sie ihn wie angedeutet aus.

Eine zweite Person soll den rechten Arm (82) und zwei Plastik-Unterlegscheiben (88) innerhalb der rechten Klammer an den Brustpfostenrahmen (76) hinhalten.

Schieben Sie die Armachse (85) durch die Plastik-Unterlegscheiben (88) und den rechten Arm (82).

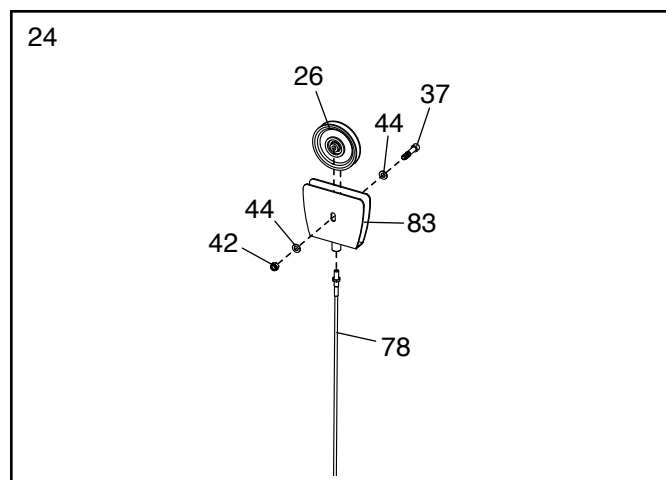
Befestigen Sie je einen 25mm Sicherungsring (33) auf beiden Enden der Armachse (85).

**Wiederholen Sie diesen Schritt am linken Arm (81).**



24. Entfernen Sie alle Teile (26, 37, 42 und 44) von der U-Klammer (83).

Ziehen Sie die U-Klammer (83) am kurzen Brustkabel (78) fest (siehe Abb. in Schritt 23, um das kurze Kabel zu finden).



25. Finden Sie das mittlere Brustkabel (92).

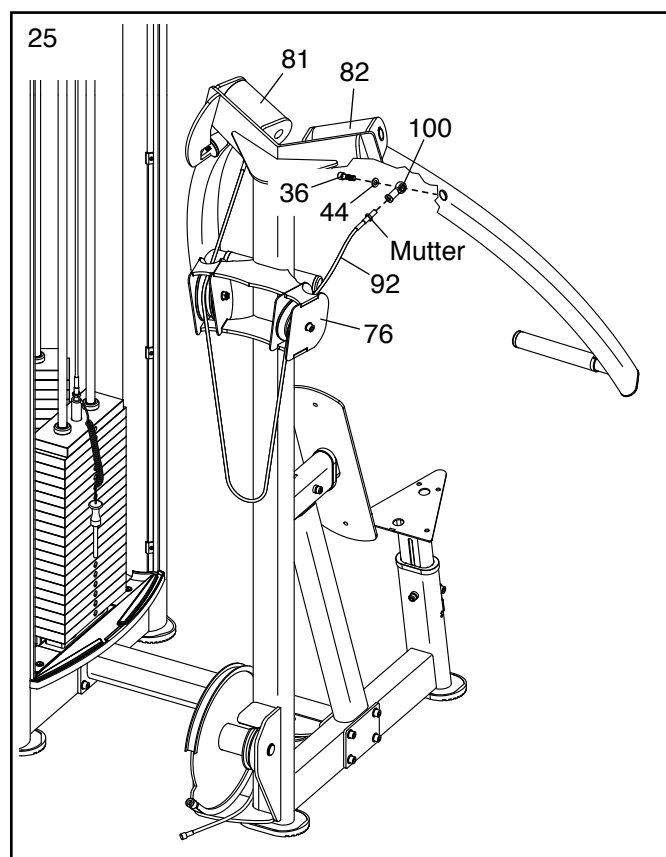
Entfernen Sie das Kugelgelenk (100) von einem Ende des mittleren Brustkabels (92).

Führen Sie das mittlere Brustkabel (92) durch den Brustpfostenrahmen (76), wie angedeutet.

Ziehen Sie das Kugelgelenk (100) so fest wie möglich am Ende des mittleren Brustkabels (92) an. Ziehen Sie dann die angedeutete Mutter am Kugelgelenk fest.

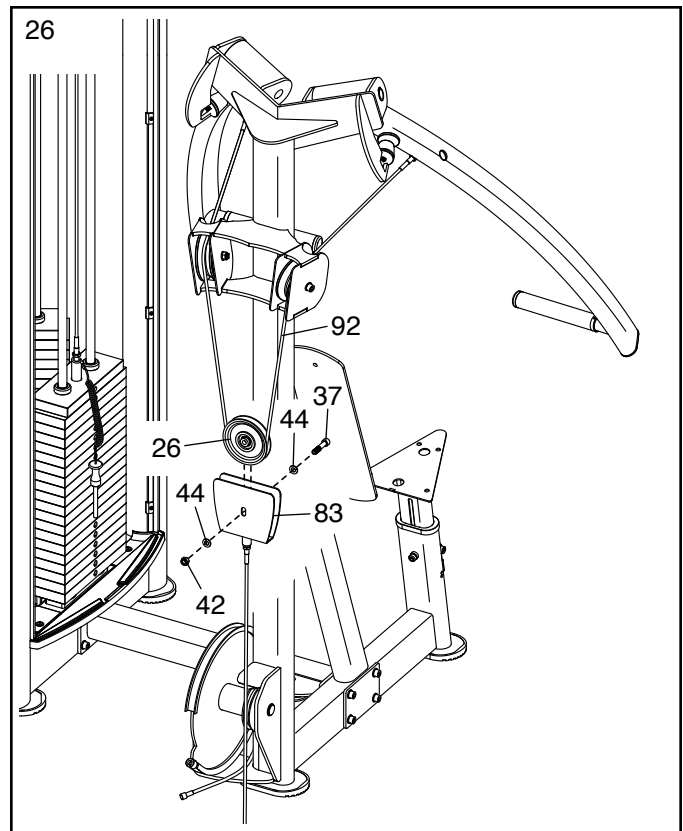
Befestigen Sie das Kugelgelenk (100) mit einer M10 x 35mm Schraube (36) und einer M10 x 20mm Unterlegscheibe (44) am rechten Arm (82).

**Befestigen Sie das andere Kugelgelenk (100) auf die gleiche Weise am linken Arm (81).**



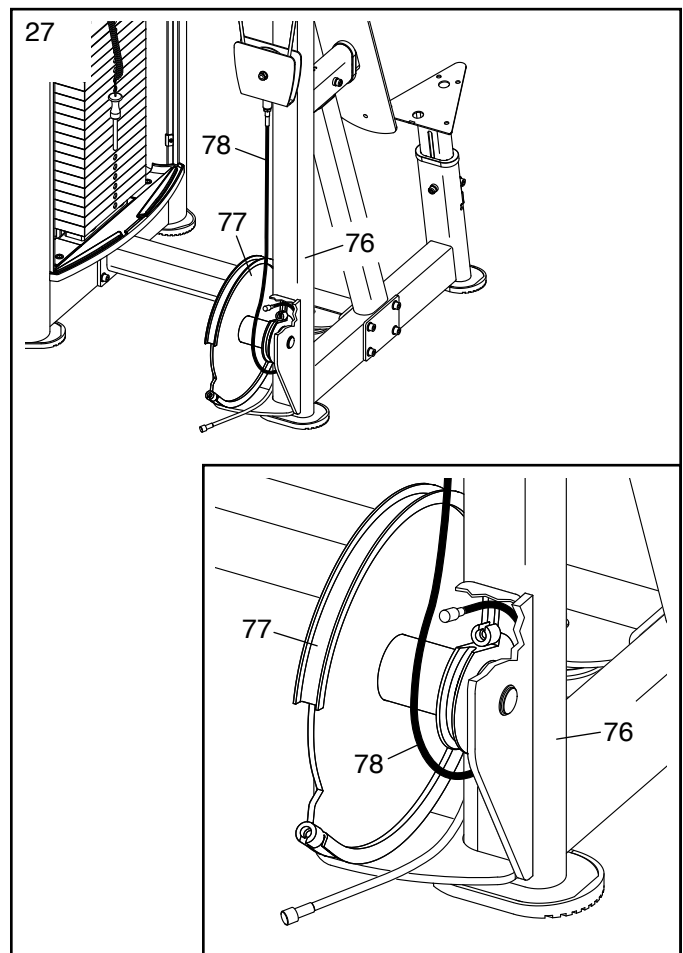
26. Halten Sie die 4 1/2" Rolle (26), die Sie in Schritt 24 entfernt haben, auf das mittlere Brustkabel (92).

Befestigen Sie die 4 1/2" Rolle (26) mit der M10 x 50mm Schraube (37), den zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) und der selbstsichernden Mutter M10 (42), die Sie in Schritt 24 entfernt haben, an der U-Klammer (83).



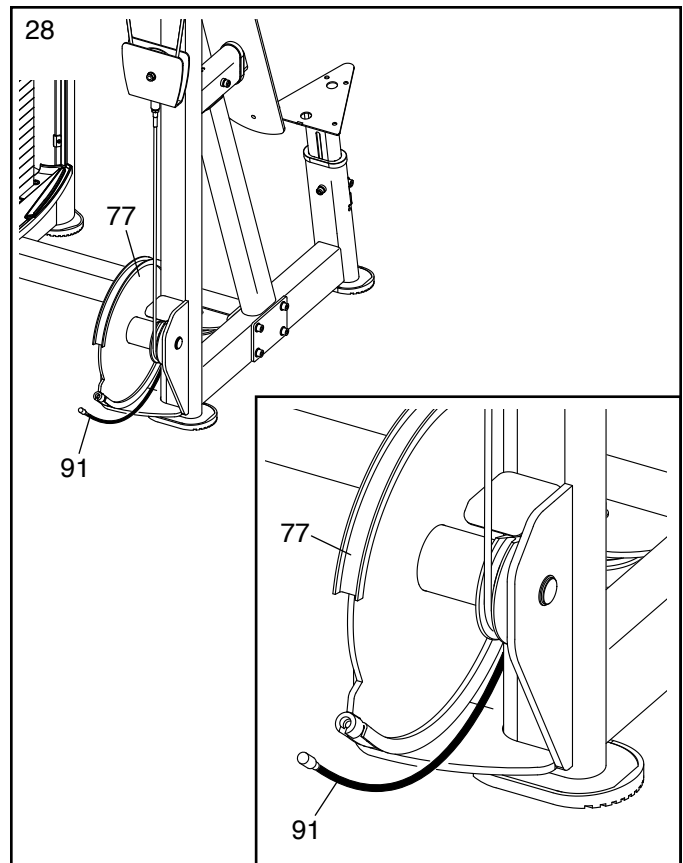
27. Führen Sie das kurze Brustkabel (78) um die kleine Rolle an der Nocke (77)—und zwar in die angedeutete Richtung.

Drücken Sie dann das Ende des kurzen Brustkabels (78) soweit wie möglich in die Ausbuchtung an der Nocke (77).

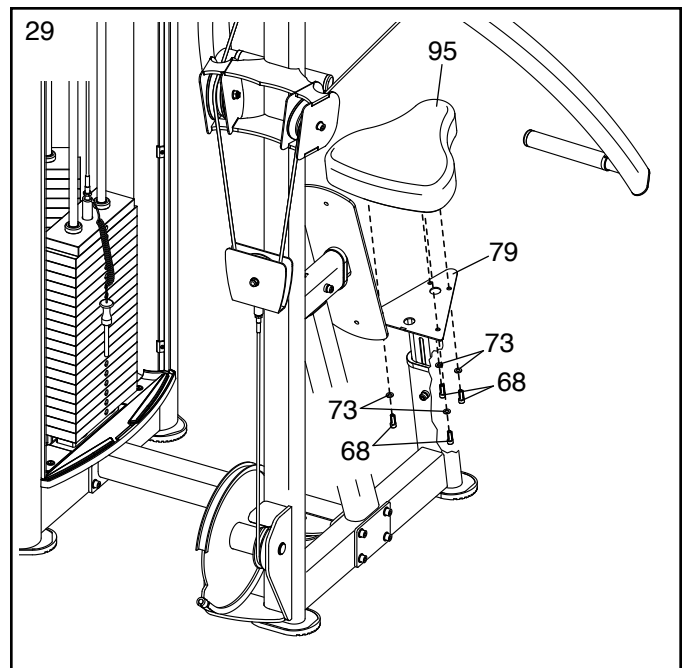




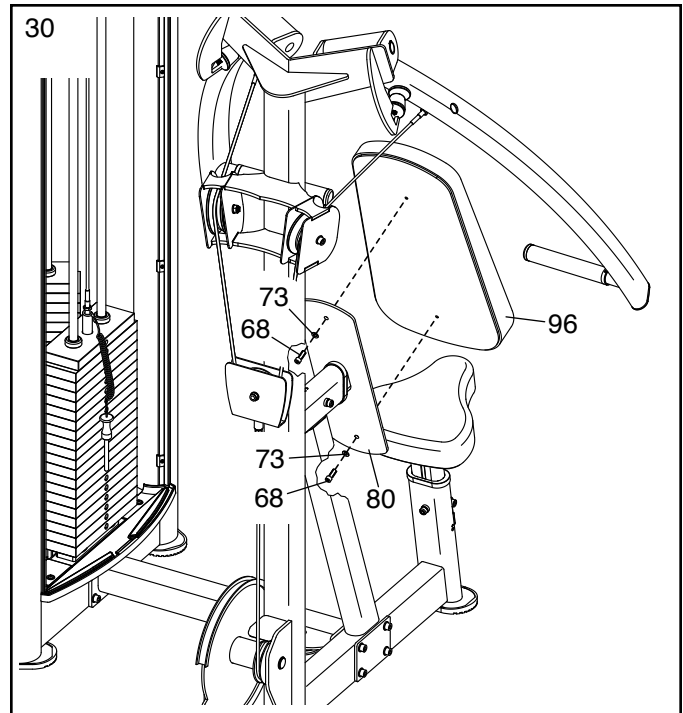
28. Führen Sie das lange Brustkabel (91) unter der Nocke (77) vorbei. Drücken Sie dann das Ende des langen Brustkabels soweit wie möglich in die Ausbuchtung an der Nocke.



29. Befestigen Sie den Brustturmsattel (95) mit vier M8 x 25mm Schrauben (68) und vier M8 x 16mm Unterlegscheiben (73) an der Sattelklammer (79).



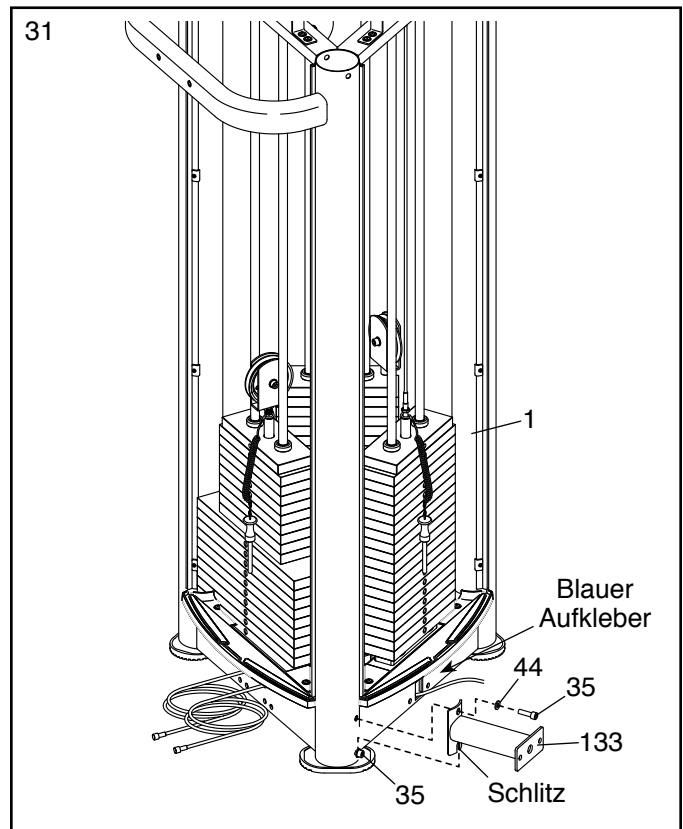
30. Befestigen Sie die Brustturm Rückenlehne (96) mit zwei M8 x 25mm Schrauben (68) und zwei M8 x 16mm Unterlegscheiben (73) an der Rückenlehnenklammer (80).



31. Finden Sie die Seite des Turmrahmens (1), die mit einem blauen Aufkleber markiert wurde. Stellen Sie die Verbindungsklammer (133) auf diese Seite des Turmrahmens.

Schieben Sie den angedeuteten Schlitz an der Verbindungsklammer (133) auf die M10 x 30mm Schraube (35) am Turmrahmen (1).

Befestigen Sie die Verbindungsklammer (133) mit einer M10 x 30mm Schrauben (35) und einer M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Turmrahmen (1).

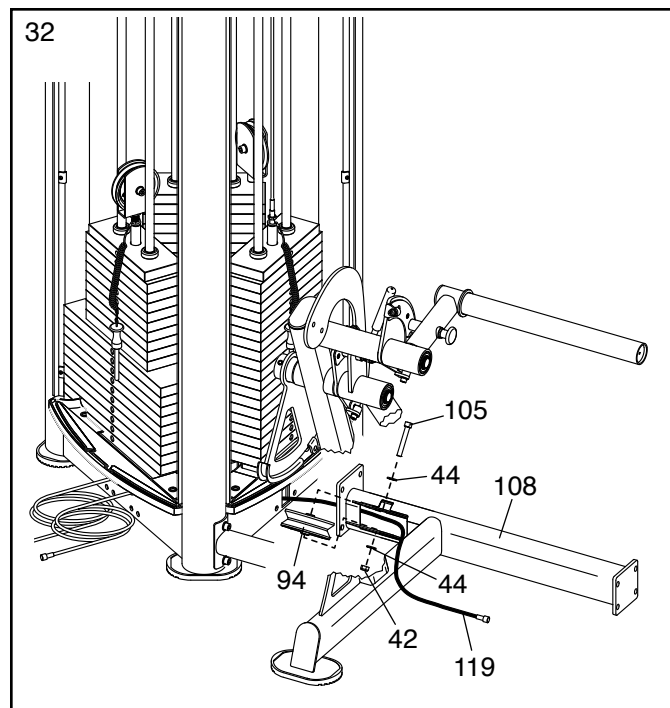


32. Richten Sie den Beinverbindungsrahmen (108) so aus, wie angedeutet.

Entfernen Sie alle Teile (42, 44, 94 und 105) vom Beinverbindungsrahmen (108).

Führen Sie das lange Beinkabel (119) durch den Beinverbindungsrahmen (108).

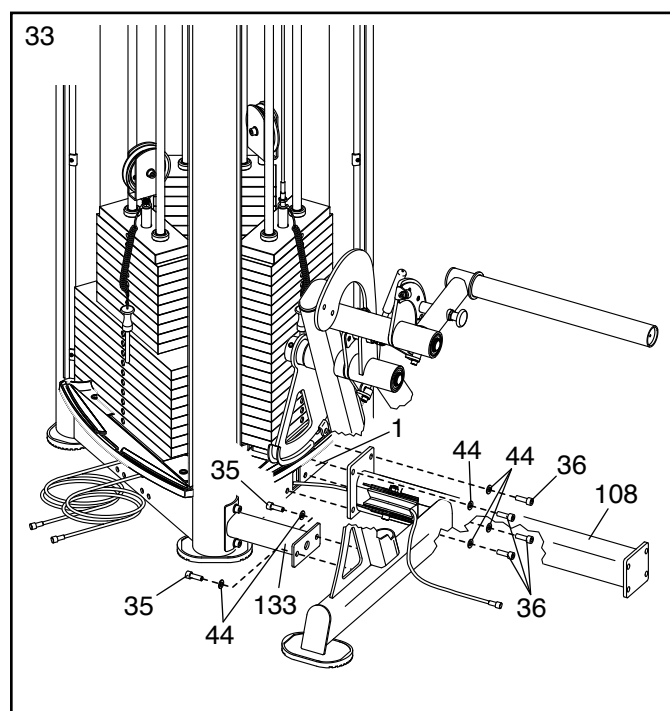
Schieben Sie die V-Rolle (94) auf das lange Beinkabel (119). Befestigen Sie die V-Rolle mit dem M10 x 70mm Bolzen (105), den zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) und der selbstsichernden Schraube M10 (42), die Sie gerade entfernt haben, am Beinverbindungsrahmen (108).



33. **Tipp: Ziehen Sie alle Schrauben (35, 36) leicht an, bevor Sie eine davon richtig festziehen.**

Befestigen Sie den Brustverbindungsrahmen (108) mit vier M10 x 35mm Schrauben (36) und vier M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Turmrahmen (1).

Befestigen Sie dann den Beinverbindungsrahmen (108) mit zwei M10 x 30mm Schrauben (35) und zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) an der Verbindungsklammer (133).

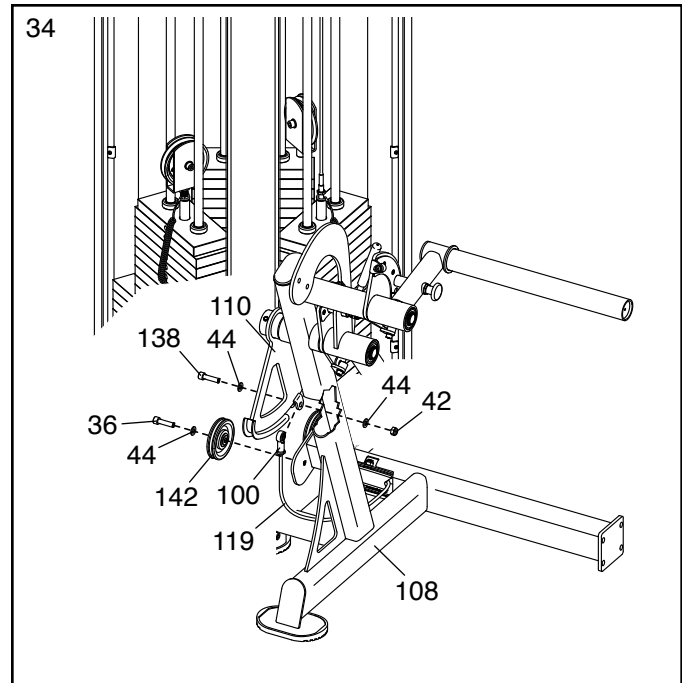


34. Entfernen Sie alle Teile (36, 44 und 142) vom Beinverbindungsrahmen (108).

Befestigen Sie das Kugelgelenk (100) am Beinkabel (119) mit einem M10 x 40mm Bolzen (138), zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) und einer selbstsichernden M10 Mutter (42) an der Kabelklammer M10 (110).

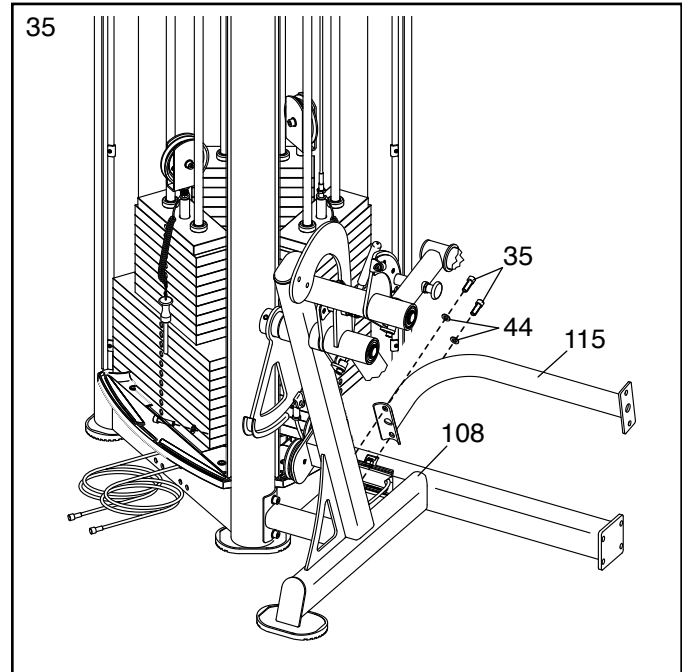
Befestigen Sie die 4" Rolle (142) mit der M10 x 35mm Screw (36) und der M10 x 20mm Unterlegscheibe (44), die Sie gerade entfernt haben, am Beinverbindungsrahmen (108).

**Achten Sie darauf, dass das Beinkabel (119) zwischen den beiden Rollen verläuft.**



35. Legen Sie die Rahmenstütze (115) wie angezeigt aus.

Befestigen Sie dann die Rahmenstütze (115) mit zwei M10 x 30mm Schrauben (35) und zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Beinverbindungsrahmen (108).

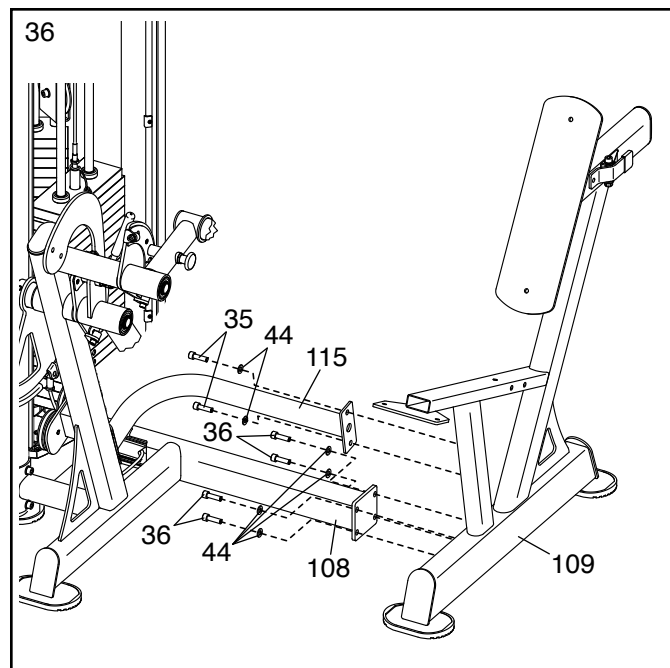


36. Richten Sie den Beinrahmen (109) so aus, wie angedeutet.

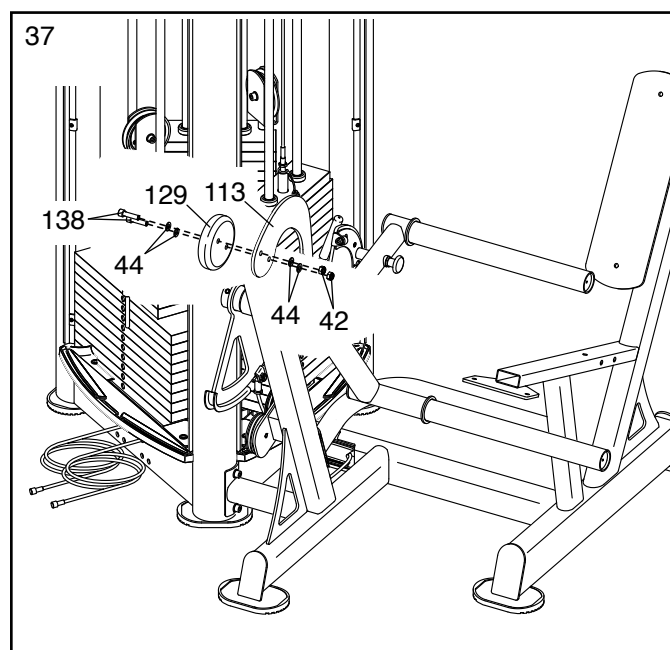
**Tipp: Ziehen Sie alle Schrauben (35, 36) leicht an, bevor Sie eine davon richtig festziehen.**

Befestigen Sie den Beinverbindungsrahmen (108) mit vier M10 x 35mm Schrauben (36) und vier M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Beinrahmen (109).

Befestigen Sie dann die Rahmenstütze (115) mit zwei M10 x 30mm Schrauben (35) und zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Beinrahmen (109).

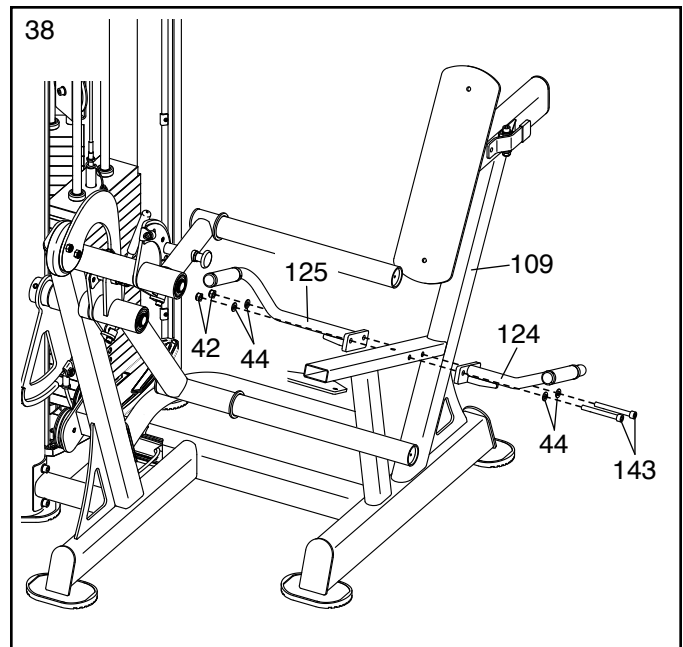


37. Befestigen Sie das Gegengewicht (129) mit zwei M10 x 40mm Bolzen (138), vier M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) und zwei selbstsichernden Muttern M10 (42).

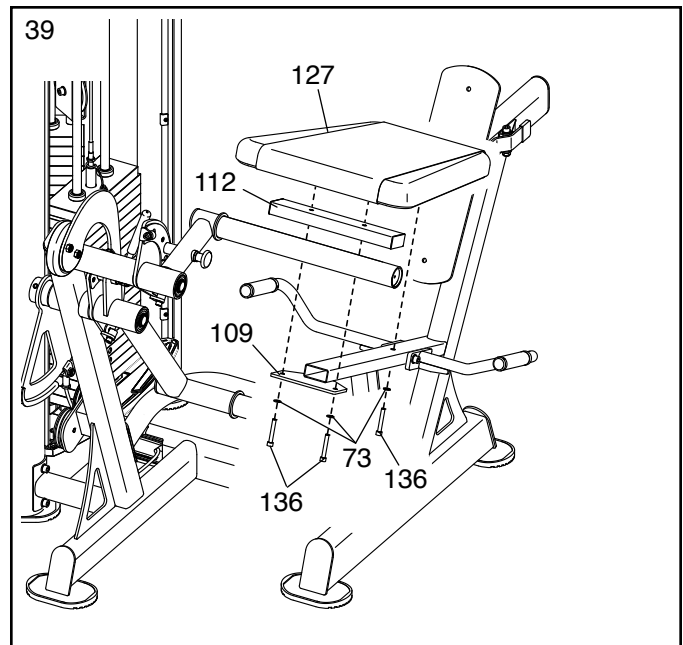


38. Richten Sie die linke und die rechte Griffstange (124, 125) so aus, wie hier angezeigt.

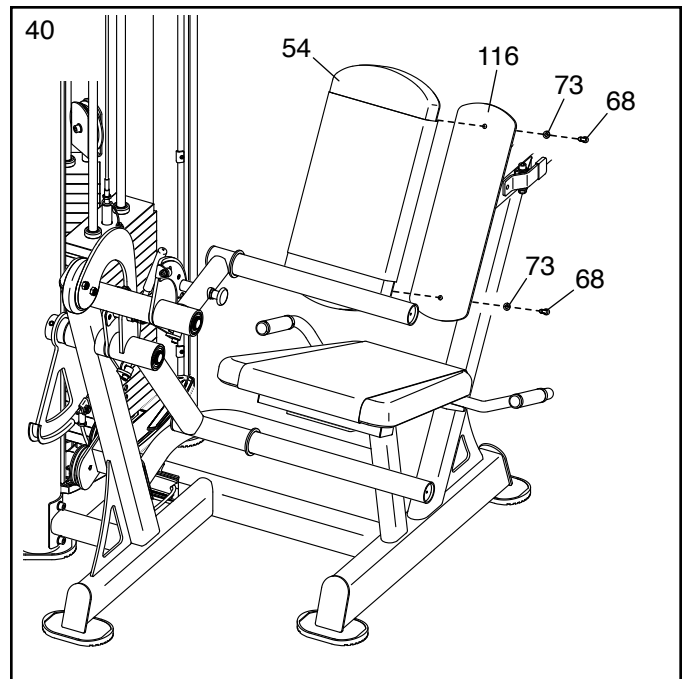
Befestigen Sie die linke und die rechte Griffstange (124, 125) mit zwei M10 x 95mm Bolzen (143), vier M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) und zwei selbstsichernden Muttern M10 (42).



39. Befestigen Sie dann den Beinturmsattel (127) an der Beinturm-Sattelunterlage (112) mit drei M8 x 55mm Schrauben (136) und drei M8 x 16mm Unterlegscheiben (73) am Beinrahmen (109).

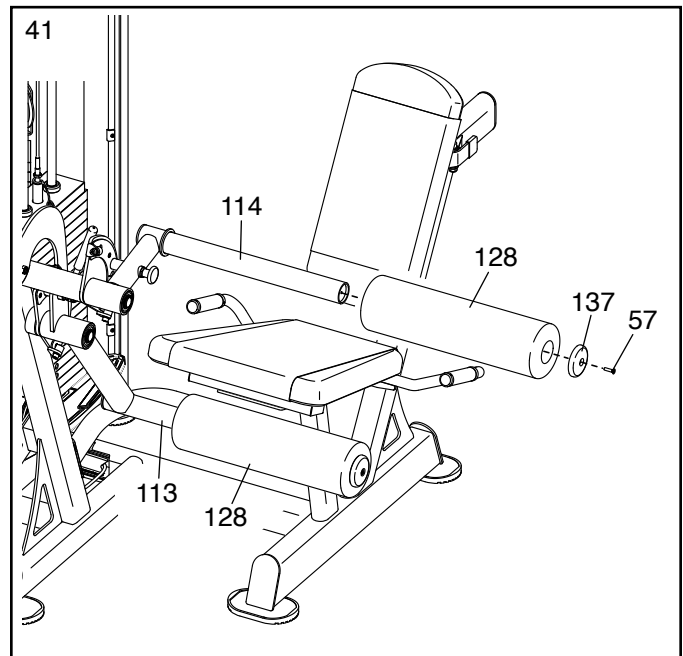


40. Befestigen Sie die Brustturm Rückenlehne (54) mit zwei M8 x 25mm Schrauben (68) und zwei M8 x 16mm Unterlegscheiben (73) an der Beiturm-Rückenlehnenklammer (116).



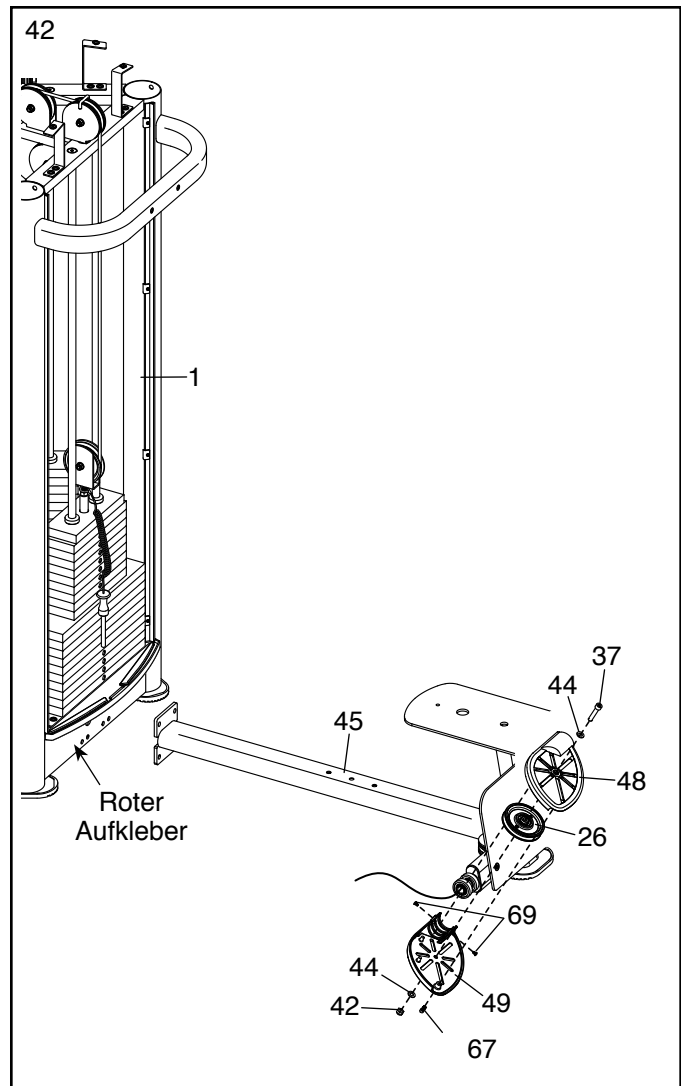
41. Schieben Sie das Rollenpolster (128) auf die Oberschenkelstange (114). Befestigen Sie einer Stangenkappe (137) mit einer M6 x 25mm Schraube (57) am Oberschenkelstange.

**Befestigen Sie auf die gleiche Weise ein Rollenpolster (128) an der Beinstange (113).**



42. Finden Sie die Seite des Turmrahmens (1), die mit einem roten Aufkleber markiert wurde. Stellen Sie den Lat-Rahmen (45) auf diese Seite des Turmrahmens.

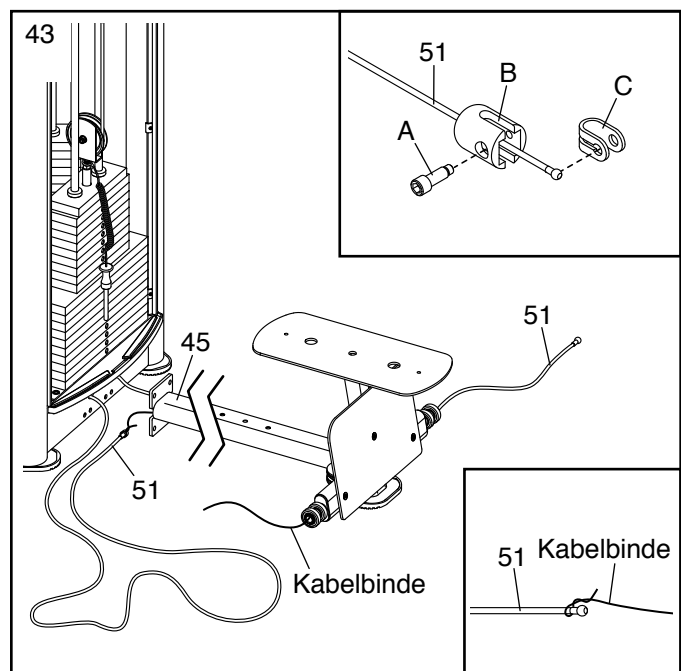
Entfernen Sie alle Teile (26, 37, 42, 44, 48, 49, 67, and 69) vom Lat-Rahmen (45).



43. **Siehe die obere Detailzeichnung.** Entfernen Sie die Schraube (A) von der Kabelabdeckung (B) auf der einen Seite des angedeuteten langen Lat-Kabels (51). Entfernen Sie dann den Klipp (C) und die Kabelabdeckung vom langen Lat-Kabel.

Finden Sie die angedeutete Kabelbinde im Lat-Rahmen (45). Befestigen Sie die Kabelbinde am Ende des langen Lat-Kabels (51) (**siehe untere Detailzeichnung**). Ziehen Sie dann am anderen Ende der Kabelbinde, bis das lange Lat-Kabel durch den Lat-Rahmen durchgezogen ist.

**Wiederholen Sie diesen Schritt mit dem anderen Ende des langen Lat-Kabels (51).**



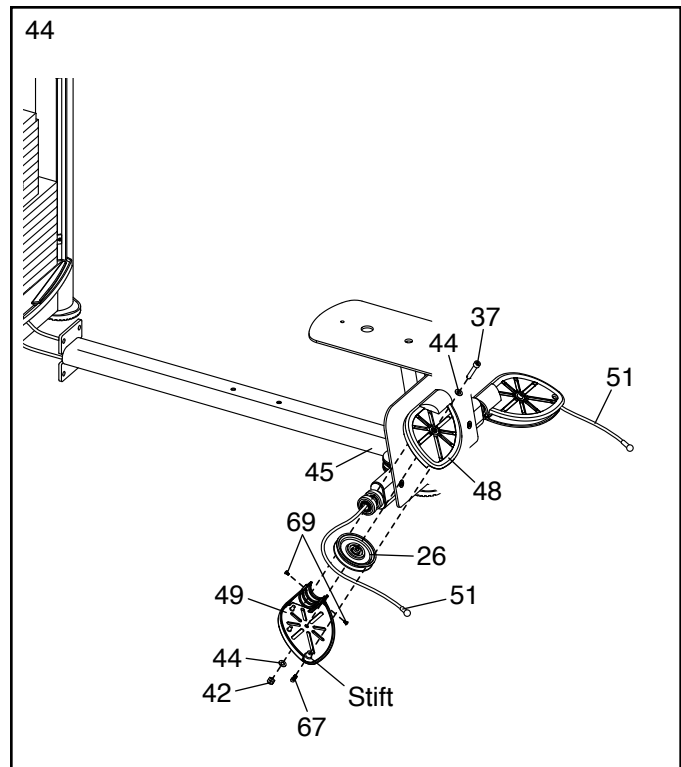


44. Führen Sie ein Ende des ange deuteten langen Lat-Kabels (51) über die 4 1/2" Rolle (26), die Sie in Schritt 42 entfernt haben.

Befestigen Sie die zwei Drehrollenabdeckungen A und B (48, 49) und die 4 1/2" Rolle (26) mit der M10 x 50mm Schraube (37), den zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Lat-Ramen und der selbstsichernden Mutter M10 (42), die Sie in Schritt 42 entfernt haben. **Achten Sie darauf, dass sich das lange Lat-Kabel (51) zwischen der Rolle und dem ange deuteten Stift befindet.**

Ziehen Sie dann die M6 x 15mm Schraube (67) und die zwei M5 x 10mm Schrauben (69), die Sie in Schritt 42 entfernt haben, an den Drehrollenabdeckungen A und B (48, 49) fest.

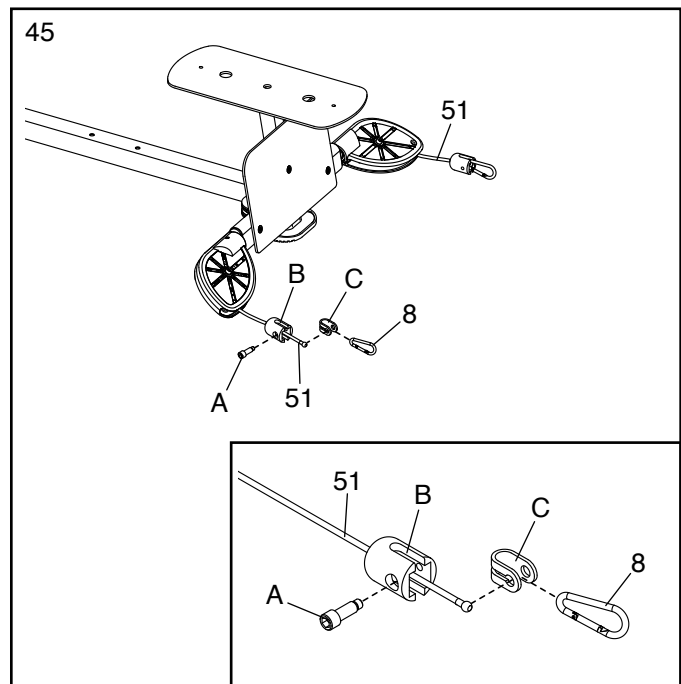
**Wiederholen Sie diesen Schritt am anderen Ende des langen Lat-Kabels (51).**



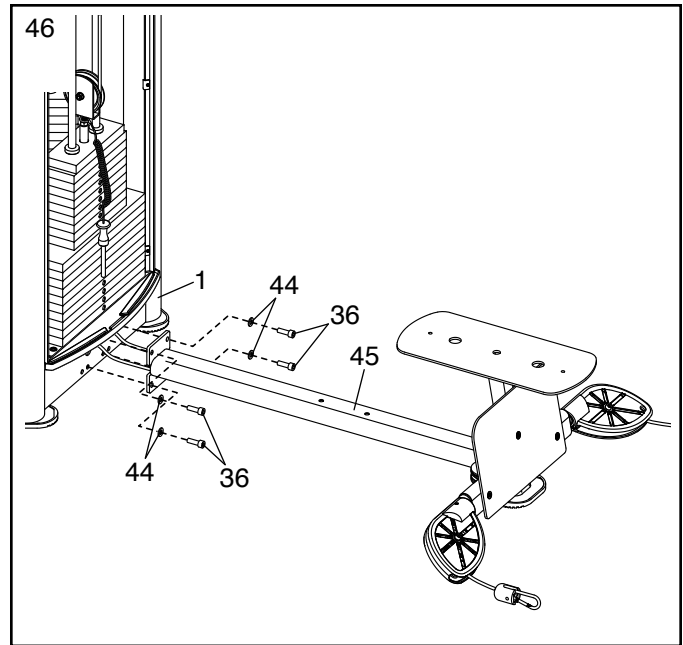
45. **Siehe die eingesetzte Detailzeichnung.** Schieben Sie eine Kabelabdeckung (B) auf ein Ende des langen Lat-Kabels (51). Befestigen Sie dann einen Kabelklipp (8) am Klipp und halten Sie ihn fest.

Schieben Sie eine Kabelabdeckung (B) über den Klipp (C). Befestigen Sie die Kabelabdeckung und den Klipp mit einer Schraube (A). **Achten Sie darauf, dass die Schraube (A) durch den Kabelklipp (8) durchgeht.**

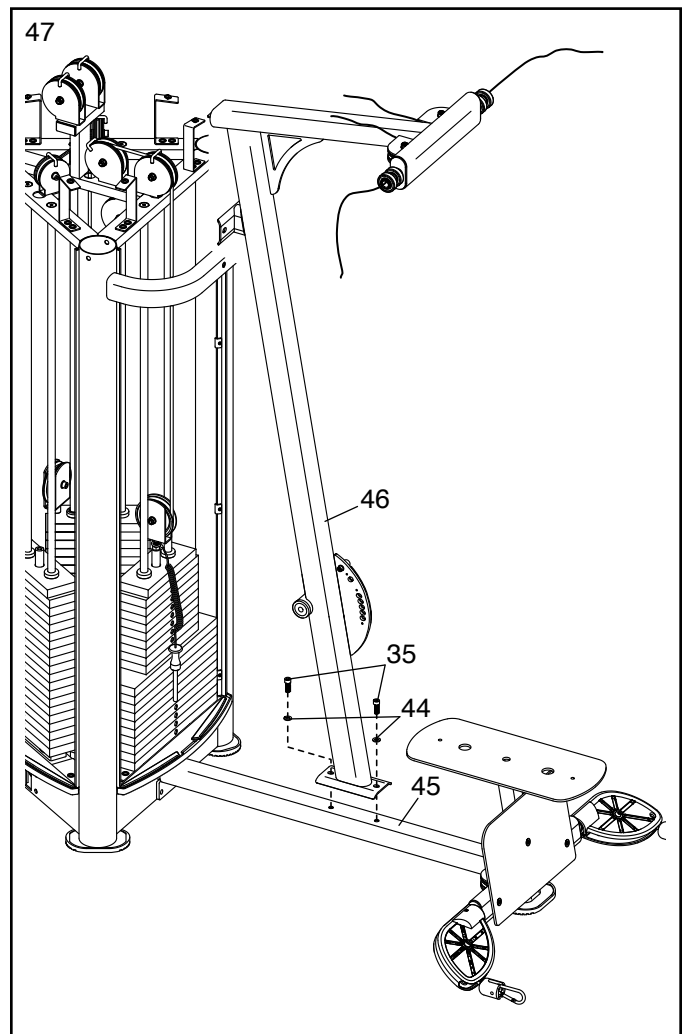
**Wiederholen Sie diesen Schritt am anderen Ende des langen Lat-Kabels (51).**



46. Befestigen Sie den Lat-Rahmen (45) mit vier M10 x 35mm Schrauben (36) und vier M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Turmrahmen (1).



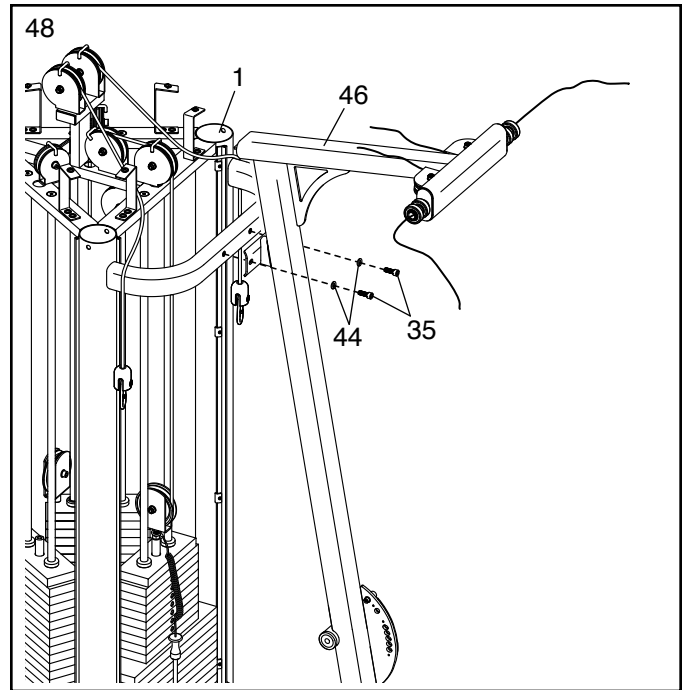
47. Befestigen Sie das untere Ende des Lat-Pfostenrahmens (46) mit zwei M10 x 30mm Schrauben (35) und zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Lat-Rahmen (45). **Ziehen Sie die Schrauben noch nicht fest.**



48. Befestigen Sie das obere Ende des Lat-Pfostenrahmens (46) mit zwei M10 x 30mm Schrauben (35) und zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) am Turmrahmen (1).

**Siehe Schritt 47.** Ziehen Sie die zwei M10 x 30mm Schrauben (35) fest.

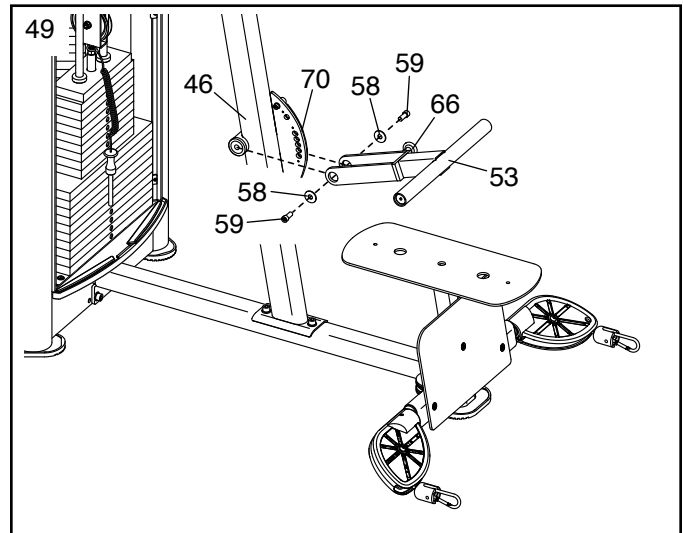
**Siehe Schritt 42.** Entfernen Sie von beiden Seiten des Lat-Pfostenrahmens (46) die gleichen Teile wie in Schritt 42 (26, 37, 42, 44, 48, 49, 67 und 69).



49. Richten Sie die Schoßstange (53) so aus, dass sich der Einstellknopf (66) auf der ange deuteten Seite befindet.

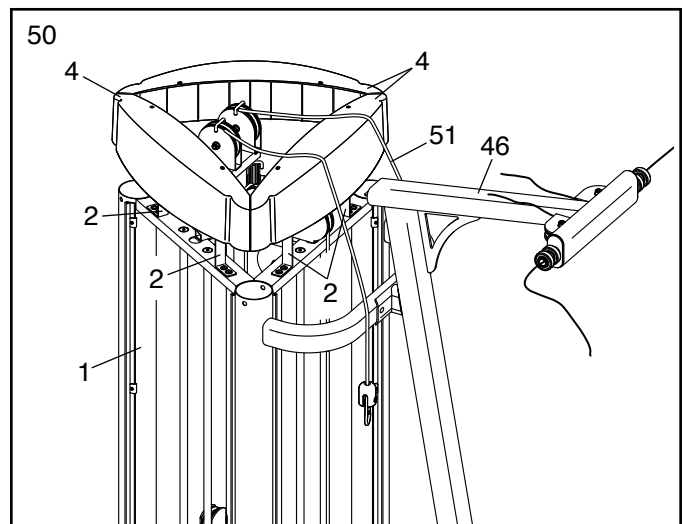
Ziehen Sie den Verstellknopf (66) heraus, schieben Sie die Schoßstange (53) auf den Lat-Pfostenrahmen (46) und lassen Sie den Einstellknopf in eines der Einstelllöcher an der Schoßeinstellplatte (70) einklinken. **Sorgen Sie dafür, dass der Verstellknopf fest in einem Einstellloch ist.**

Befestigen Sie dann die Schoßstange (53) mit zwei M10 x 20mm Schrauben (59) und zwei 34mm Unterlegscheiben (58) am Lat-Pfostenrahmen (46).



50. Setzen Sie die drei Abdeckungen (4) auf die sechs Abdeckungsklammern (2) am Turmrahmen (1) (nur vier Abdeckungsklammern wurden hier abgebildet).

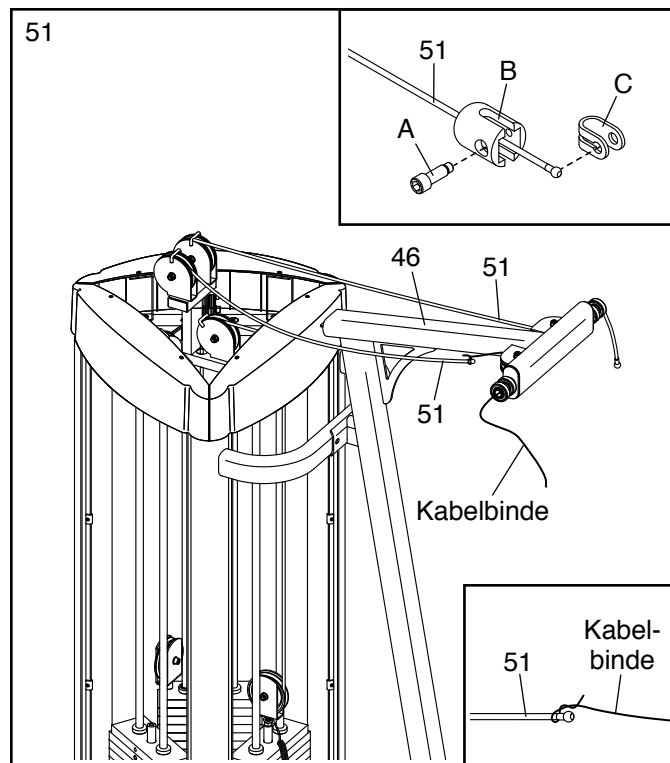
Verlegen Sie die Enden des ange deuteten langen Lat-Kabels (51) über der Abdeckung (4), die sich neben dem Lat-Pfostenrahmen (46) befindet.



**51. Siehe die obere Detailzeichnung.** Entfernen Sie die Schraube (A) von der Kabelabdeckung (B) auf der einen Seite des angedeuteten langen Lat-Kabels (51). Entfernen Sie dann den Klipp (C) und die Kabelabdeckung vom langen Lat-Kabel.

Finden Sie die angedeutete Kabelbinde innerhalb des Latrahmens (46). Befestigen Sie die Kabelbinde am Ende des langen Latkabels (51) (**siehe untere Detailzeichnung**). Ziehen Sie dann am anderen Ende der Kabelbinde, bis das lange Lat-Kabel durch den Lat-Pfostenrahmen durchgezogen ist.

**Wiederholen Sie diesen Schritt am anderen Ende des langen Lat-Kabels (51).**



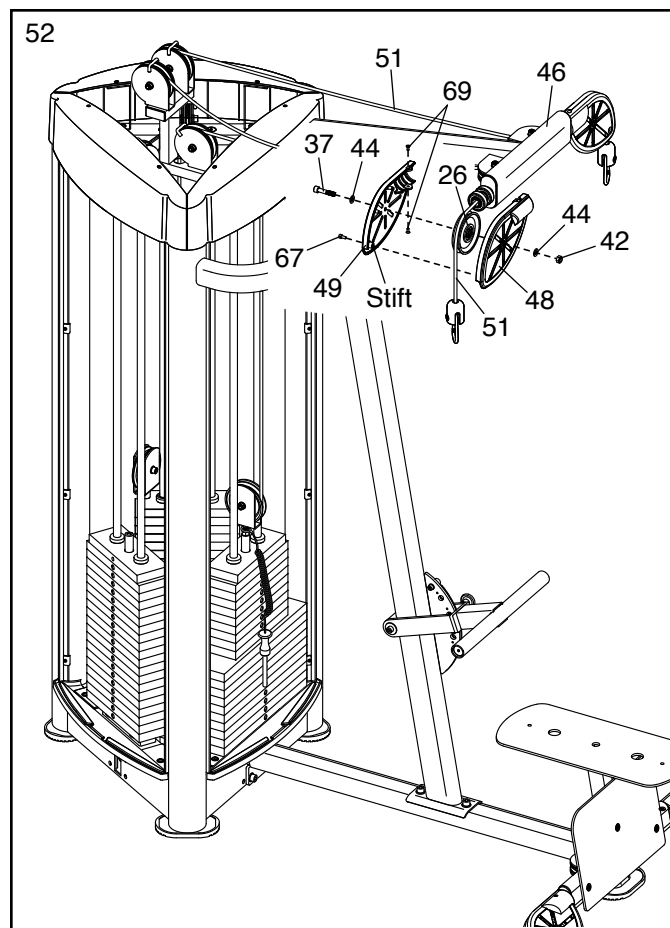
**52.** Führen Sie ein Ende das angedeuteten langen Lat-Kabels (51) über die 4 1/2" Rolle (26), die Sie in Schritt 48 entfernt haben.

Befestigen Sie zwei Drehrollenabdeckungen A und B (48, 49) und die 4 1/2" Rolle (26) mit einer der M10 x 50mm Schrauben (37), zwei M10 x 20mm Unterlegscheiben (44) und einer selbstsichernden Mutter M10 (42), die Sie in Schritt 48 entfernt haben. **Achten Sie darauf, dass sich das lange Lat-Kabel (51) zwischen der Rolle und dem angedeuteten Stift befindet.**

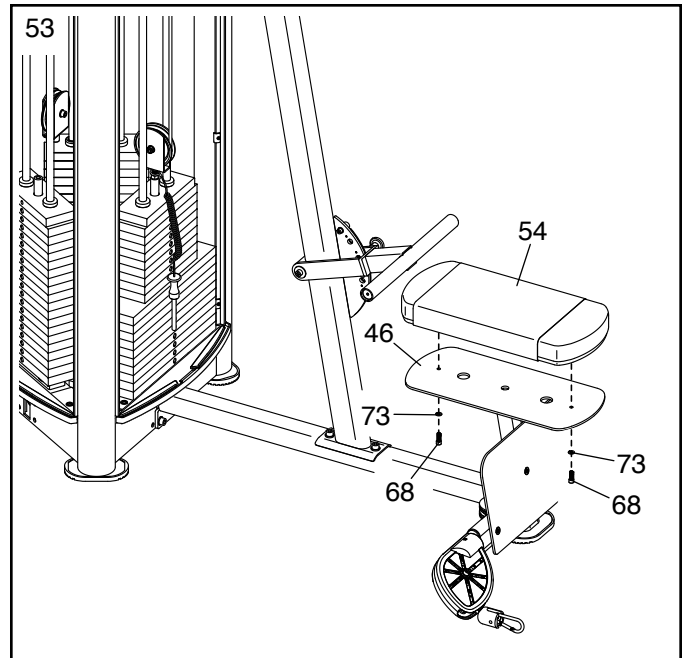
Ziehen Sie dann eine der M6 x 15mm Schrauben (67) und zwei M5 x 10mm Schrauben (69), die Sie in Schritt 48 entfernt haben, an den Drehrollenabdeckungen A und B (48, 49) fest.

**Siehe die obere Detailzeichnung in Schritt 51.** Befestigen Sie die Schraube (A), die Kabelabdeckung (B) und den Klipp (C) wieder am Ende des langen Lat-Kabels (51).

**Wiederholen Sie diesen Schritt am anderen Ende des langen Lat-Kabels (51).**



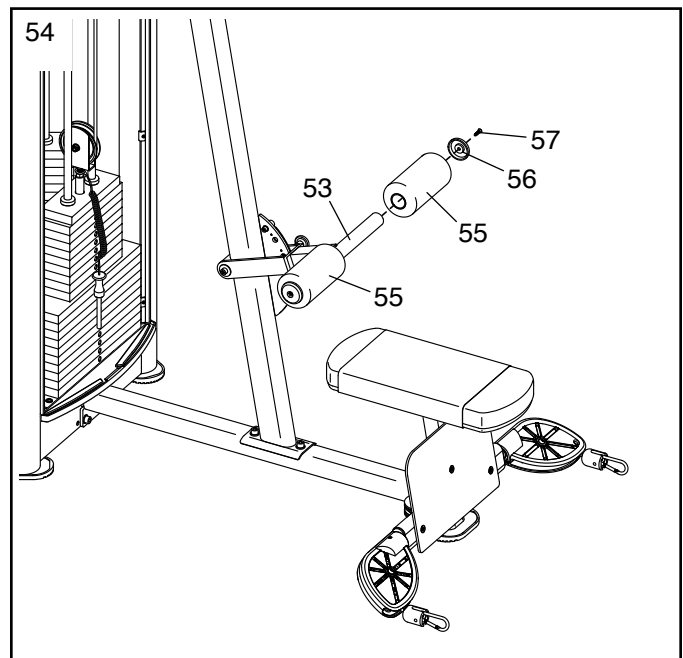
53. Befestigen Sie den Latturm-Sattel (54) mit zwei M8 x 25mm Schrauben (68) und zwei M8 x 16mm Unterlegscheiben (73) am Lat-Rahmen (45).



54. Schieben Sie ein Schoßpolster (55) auf eine Seite der Schoßstange (53). Befestigen Sie eine Schoßpolsterabdeckung (56) mit einer M6 x 25mm Schraube (57) an der Schoßstange.

**Befestigen Sie das andere Schoßpolster (55) auf die gleiche Weise.**

**Bevor Sie Schritt 55 beginnen, muss man die Kabel einstellen. Siehe Seite 39 zur Einstellung der Kabel.**

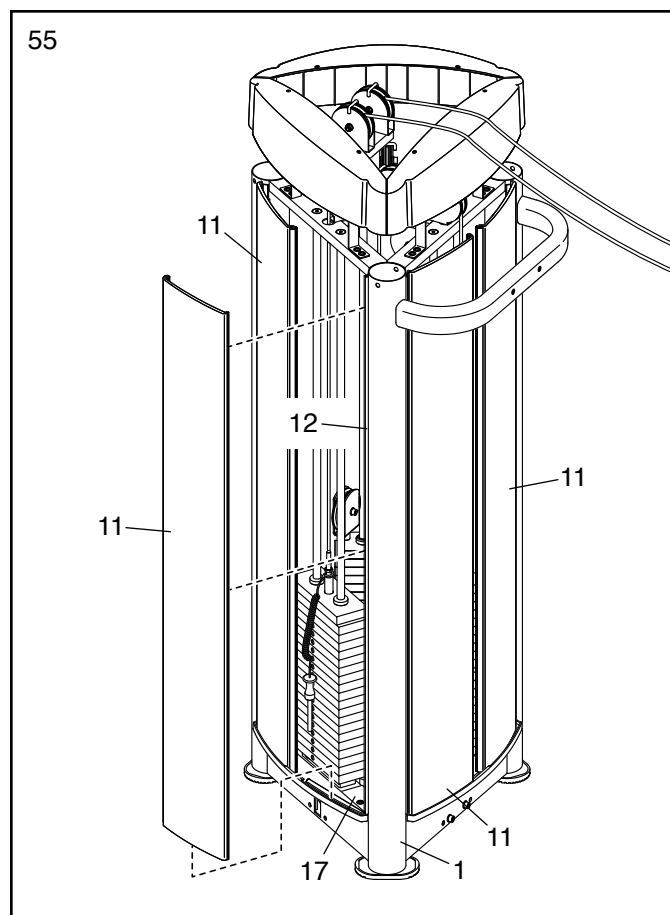


55. **Hinweis:** Zur klareren Darstellung wurden einige zusammengestellte Teile in diesem Schritt nicht abgebildet.

Finden Sie die sechs Abdeckplatten (11) (nur vier Abdeckplatten wurden hier abgebildet). Auf den Abdeckplatten wurden Trainingstabellen und Aufkleber angebracht. Finden Sie die richtige Abdeckplatte für jede Seite des Turmrahmens (1).

Drücken Sie einer der Abdeckplatten (11) in die Turmzierleiste (12) am Turmrahmen (1). Schieben Sie das untere Ende der Abdeckplattenbasis (17) am unteren Ende des Turms.

**Befestigen Sie die anderen fünf Abdeckplatten (11) auf die gleiche Weise.**

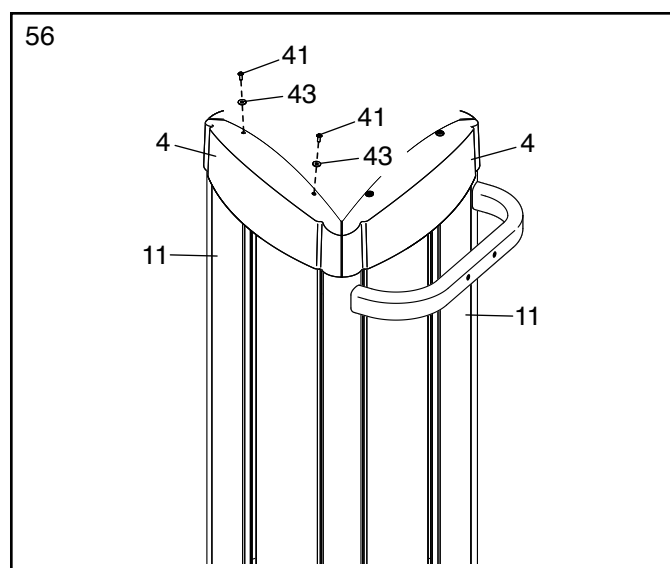


56. **Hinweis:** Zur klareren Darstellung wurden einige zusammengestellte Teile in diesem Schritt nicht abgebildet.

Schieben Sie die drei Abdeckungen (4) von oben nach unten auf die Abdeckplatten (11) (nur zwei Abdeckungen wurden hier abgebildet).

Befestigen Sie eine der Abdeckungen (4) mit zwei M6 x 15mm Schrauben (41) und zwei M6 x 18mm Unterlegscheiben (43). **Ziehen Sie die Schrauben jedoch noch nicht fest.**

**Befestigen Sie die anderen zwei Abdeckungen (4) auf die gleiche Weise. Ziehen Sie jetzt alle sechs M6 x 15mm Schrauben (41) an.**



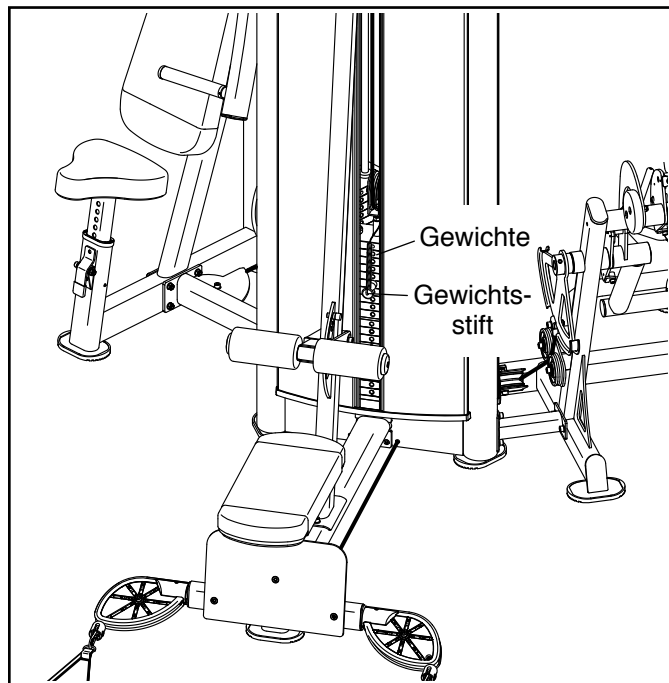
57. **Überprüfen Sie, ob alle Teile der Kraftstation jetzt fest angezogen sind.** Legen Sie zum Schutz des Bodens oder des Teppichs eine Unterlage unter die Kraftstation.

# EINSTELLUNG

Dieser Abschnitt beschreibt, wie man die Kraftstation einstellt. Sorgen Sie dafür, dass jedes Mal, wenn die Kraftstation benutzt wird, alle Teile richtig festgezogen sind. Abgenutzte Teile müssen sofort ersetzt werden.

## EINSTELLEN DES WIDERSTANDS

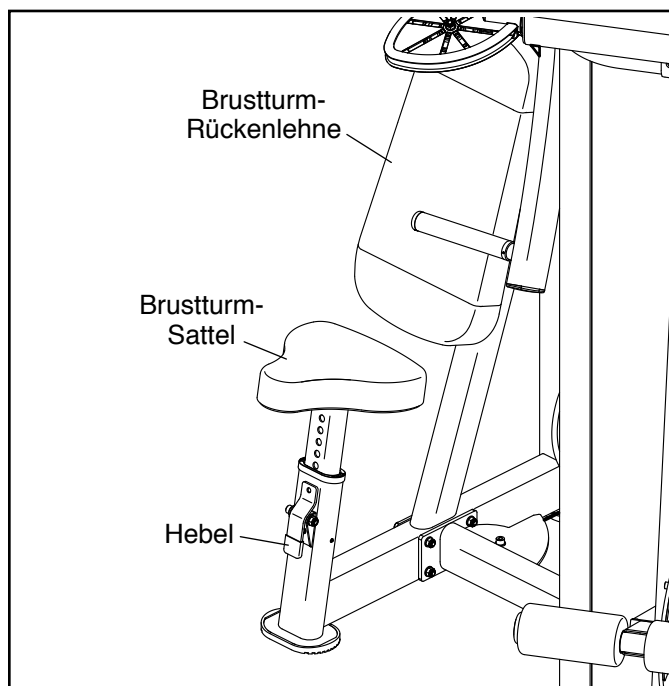
Um den Widerstand eines Gewichtestapels zu ändern, fügen Sie den Gewichtsstift in das gewünschte Gewicht ein. **Sorgen Sie dafür, dass der Gewichtsstift vollständig eingefügt ist. Hinweis: Um nur das oberste Gewicht zu benutzen, fügen Sie den Gewichtsstift in das Loch in der Gewichtsröhre oberhalb dem obersten Gewicht ein.**



## EINSTELLEN DES BRUSTTUM-SATTELS UND DER BRUSTTUM-RÜCKENLEHNE

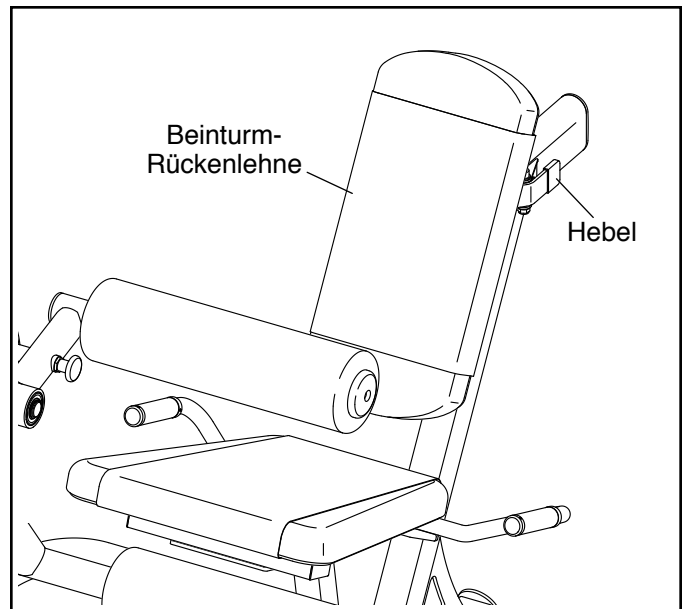
Um den Sattel des Brustturms einzustellen, halten Sie mit einer Hand den Sattel fest und drücken Sie am Verstellhebel. Geben Sie den Sattel in die gewünschte Position und lassen Sie den Verstellhebel dann in eines der Einstelllöcher einrasten. **Sorgen Sie dafür, dass der Verstellhebel fest in einem Einstelloch eingerastet ist.**

**Die Rückenlehne am Brustturm wird auf die gleiche Weise eingestellt.**



## EINSTELLEN DER RÜCKENLEHNE AM BEINTURM

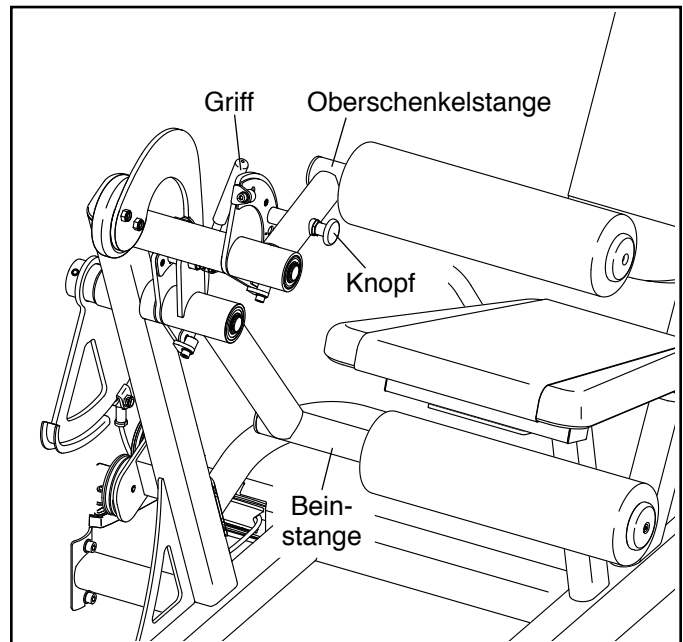
Um die Rückenlehne zu verstellen, drücken Sie den angedeuteten Verstellhebel hinein, bewegen Sie die Rückenlehne auf die gewünschte Position und lassen Sie dann den Verstellhebel in einem Einstelloch einrasten. **Sorgen Sie dafür, dass der Verstellhebel fest in einem Einstelloch eingerastet ist.**



## EINSTELLEN DER SCHOSS-STANGE UND DER BEINSTANGE

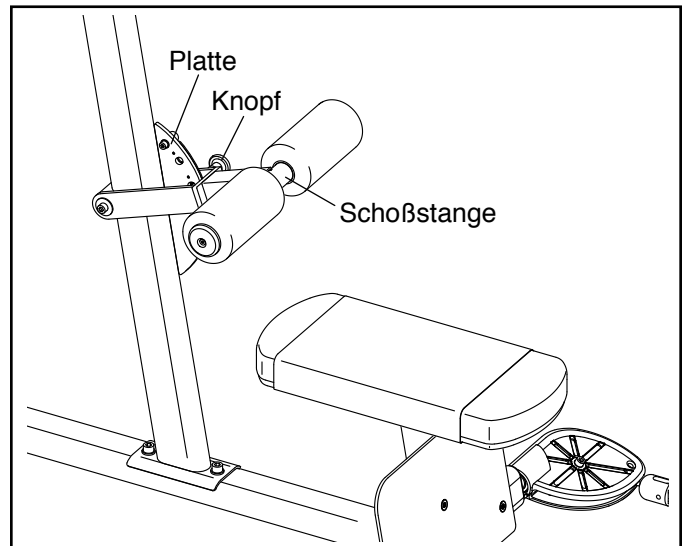
Um die Oberschenkelstange einzustellen, halten Sie die Oberschenkelstange mit einer Hand und ziehen mit der anderen Hand am angedeuteten Verstellknopf. Geben Sie die Oberschenkelstange in die gewünschte Position und lassen Sie den Einstellknopf dann in eines der Einstelllöcher einschnappen. **Sorgen Sie dafür, dass der Verstellknopf fest in einem Einstelloch eingerastet ist.**

Um die Bein-stange einzustellen, halten Sie die Bein-stange mit einer Hand und ziehen Sie mit der anderen am Verstellgriff. Geben Sie die Bein-stange auf die gewünschte Position und lassen Sie den Verstellgriff dann an einem Einstelloch der Beineinstellplatte einrasten. **Sorgen Sie dafür, dass der Verstellgriff fest in einem Einstelloch eingerastet ist.**



## EINSTELLEN DER SCHOSS-STANGE

Um die Schoßstange einzustellen, halten Sie die Schoßstange mit einer Hand und ziehen mit der anderen Hand am angedeuteten Verstellknopf. Geben Sie die Schoßstange in die gewünschte Position und lassen Sie den Einstellknopf dann in eines der Einstelllöcher einrasten. **Sorgen Sie dafür, dass der Verstellknopf fest in einem Einstelloch eingerastet ist.**





# WARTUNG UND FEHLERSUCHE

Für optimale Leistung der Kraftstation, und um die Verletzungsgefahr für Benutzer zu vermindern, müssen Sie vorbeugende Wartungen regelmäßig durchführen. Weisen Sie das Personal darauf hin, die Vorgänge die in diesem Abschnitt beschrieben sind, regelmäßig durchzuführen. Das Personal muss auch alle Unfälle aufzeichnen und Bericht erstatten. Um die Garantie der Kraftstation zu unterstützen, benutzen Sie nur FREEMOTION Teile für Reparaturen oder zum Ersetzen. Bei Fragen oder Bedenken, siehe SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung.

## TÄGLICHE WARTUNG

### Allgemeine Reinigung

Reinigen Sie die Kraftstation mit einem weichen Tuch, mit milder Seife und warmen Wasser. Falls notwendig, benutzen Sie eine Bürste mit weichen Borsten mit dem Reinigungsmittel.

Anschließend, spülen Sie die Kraftstation mit einem weichen Tuch und mit reinem Wasser, und trocknen Sie es sorgfältig ab.

### Schwierige Flecken

Besprühen Sie den Fleck mit einem milden Haushaltsreiniger, wie zum Beispiel FORMULA 409® Reiniger, SIMPLE GREEN®, oder ein ähnliches Produkt. Reiben Sie die befleckte Stelle sanft, und lassen Sie das Reinigungsmittel für ein paar Minuten einwirken.

Anschließend, spülen Sie die Kraftstation mit Hilfe eines weichen Tuches und sauberem Wasser, und trocknen Sie es sorgfältig ab.

Falls notwendig, wiederholen Sie diese Schritte mit Hilfe einer weichen Bürste.

### Mögliche Methode für Schwierige Flecken

Reiben Sie die befleckte Stelle sanft mit einem weichen Tuch mit Reinigungsalkohol.

Anschließend, spülen Sie die Kraftstation mit einem weichen Tuch mit sauberem Wasser, und trocknen Sie es sorgfältig ab.

**VORSICHT:** Folgen Sie den Anweisungen und den Sicherheitsvorkehrungen des Herstellers von jedem Reinigungsmittel den Sie benutzen. FreeMotion Fitness und ihre Vertriebsfirmen können nicht für Verletzungen oder Schäden haftbar gehalten werden, die vom Gebrauch oder Missbrauch der Reinigungsmittel entstehen. **WICHTIG:** Wenn Sie irgendein Reinigungsmittel gebrauchen, versuchen Sie es zuerst an einer unbemerkten Stelle um sicherzustellen, dass kein Schaden am Material entsteht. Benutzen Sie keine groben Reinigungsmittel, starke Reinigungsmittel, oder Lösungsmittel, wie zum Beispiel Lack-Verdünner, Kerosin, Benzin, oder ähnliche

Flüssigkeiten. Solche Stoffe können die Kraftstation zerkratzen, die Plastikteile und Aufkleber beschädigen, oder anderen Schaden verursachen.

## WÖCHENTLICHE WARTUNG

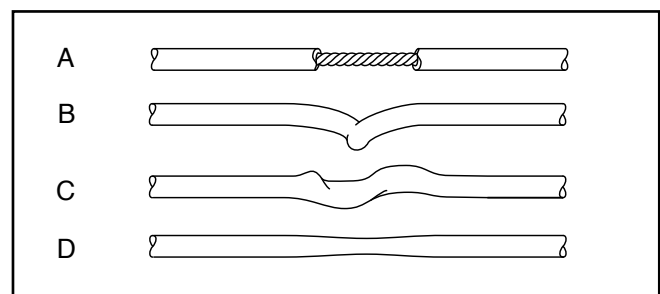
### Hardware

Überprüfen Sie alle Muttern, Bolzen, und Schrauben, und ziehen Sie diese fest, falls notwendig. **WICHTIG:** Alle Polster haben dichte Sperrholz-Stützen mit Einschlagmuttern die dazu benutzt werden, um die Polster an die Kraftstation zu befestigen. Weil die Einschlagmuttern von dem Sperrholz gehalten werden, werden sie die Drehkraft die normale Muttern ertragen können, nicht standhalten. Wenn Sie die Bolzen oder Schrauben, welche einen Polster halten, festziehen, drehen Sie diese nur bis sie festsitzen und die Polster sich nicht bewegen oder zu locker sind. Wenn Sie sie zu fest anziehen, könnten die Einschlagmuttern von dem Sperrholz abgelöst werden, und es unmöglich machen, die Polster in Zukunft zu entfernen.

### Kabelinspektion

Prüfen Sie die gesamte Länge jedes Kabels indem Sie langsam eine Wiederholung auf der Kraftstation durchführen. Inspizieren Sie jedes Kabel außerhalb und innerhalb der Kraftstation. Tasten Sie die Kabel mit den Fingern ab. Achten Sie dabei besonders auf die Kurven und Ankerpunkte. Achten Sie auf die folgenden Zustände, welche auf ein abgenutztes Kabel hindeuten, das ersetzt werden sollte:

- A. eine zerrissene oder gespaltene Hülse, bei der das Kabel heraus sieht
- B. ein geknicktes oder sehr verbogenes Kabel
- C. ein verdrehter Kabelmantel
- D. eine verstreckte Hülse mit einem ausgedünnten Profil



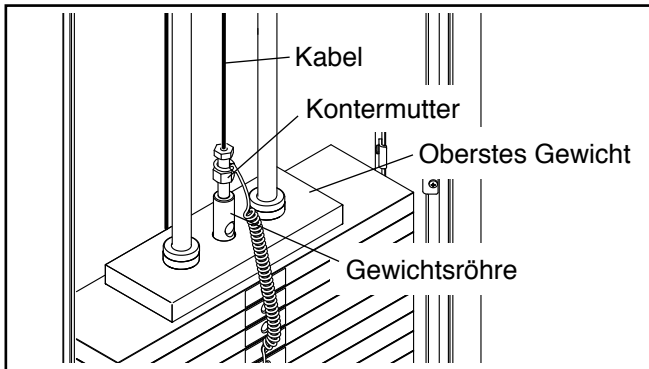
### Kabeleinstellung

Um festzustellen, ob die Kabel richtig eingestellt sind, heben Sie langsam das oberste Gewicht hoch und lassen Sie es bei der Durchführung einer Wiederholung wieder herunter.

Falls das Kabel locker ist, wird sich das oberste Gewicht nicht sofort hochheben lassen, wenn man mit der Wiederholung anfängt.

Falls das Kabel zu straff ist, wird das oberste Gewicht bei Beendigung der Wiederholung nicht auf dem nächsten Gewicht aufliegen. Es könnte auch schwierig sein, den Gewichtsstift in die Gewichte einzuführen.

Falls ein Kabel zu locker oder zu straff ist, lockern Sie die Kontermutter am Ende des Kabels, das an der Gewichtseinstellröhre befestigt ist. Als nächstes ziehen Sie das Ende des Kabels an der Gewichtseinstellröhre fest, bis das oberste Gewicht vom nächsten Gewicht abgehoben wird. Danach lockern Sie das Ende des Kabels bis das oberste Gewicht gerade auf dem nächsten Gewicht aufliegt. Anschließend ziehen Sie die Kontermutter gegen die Gewichtseinstellröhre fest.



### MONATLICHE WARTUNG

#### Griffe

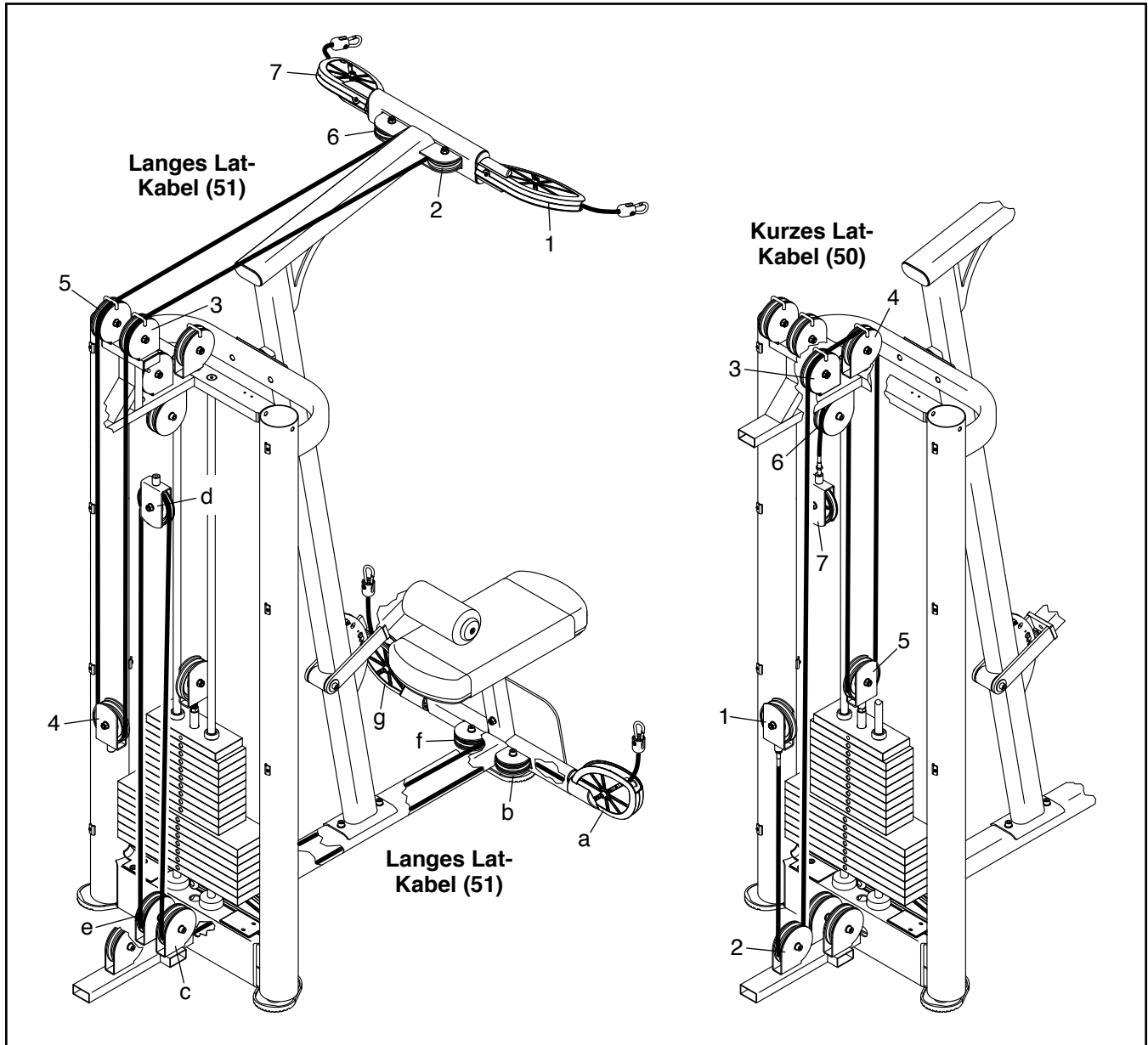
Untersuchen Sie die Griffe, und tauschen Sie diese falls notwendig aus.

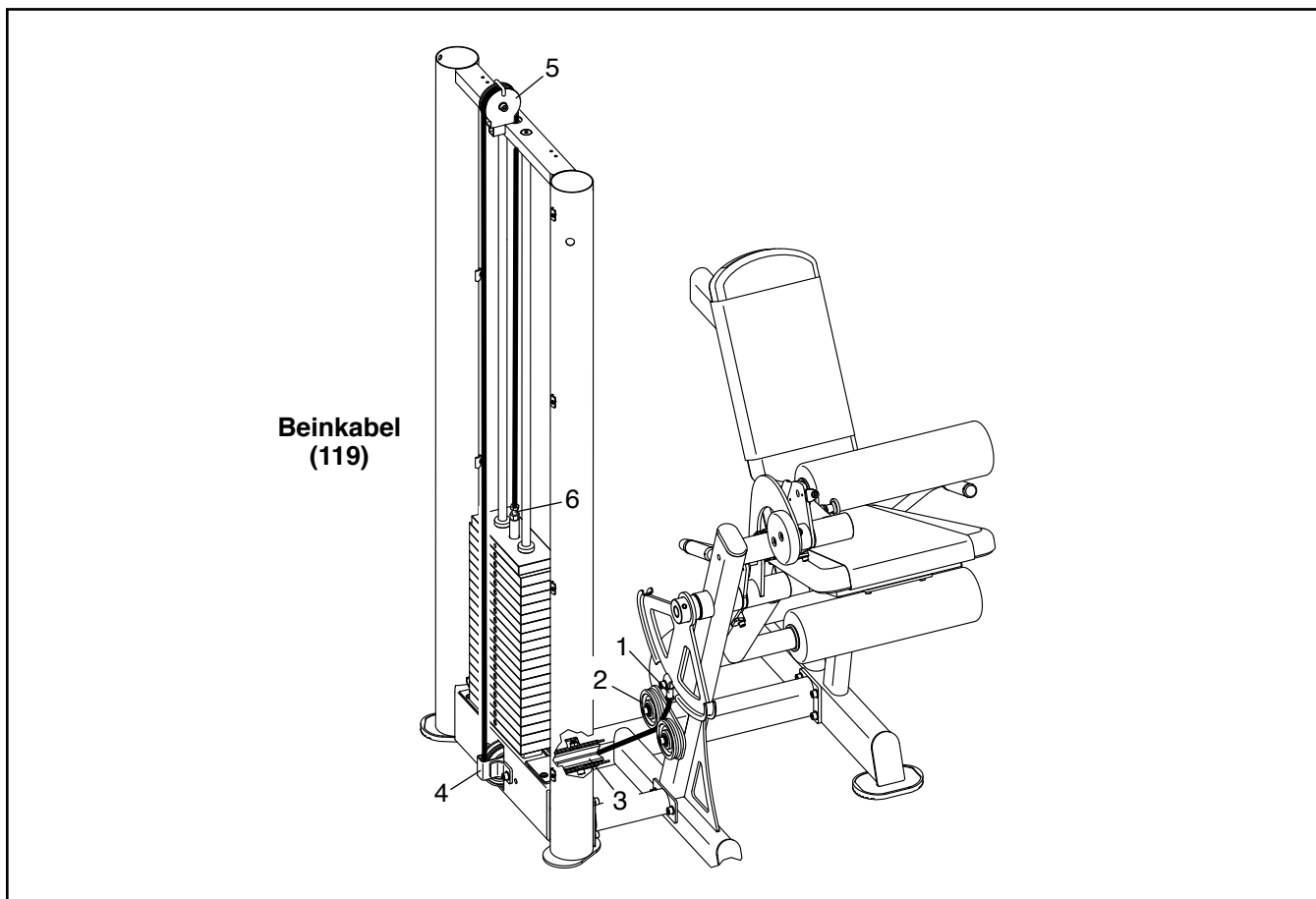
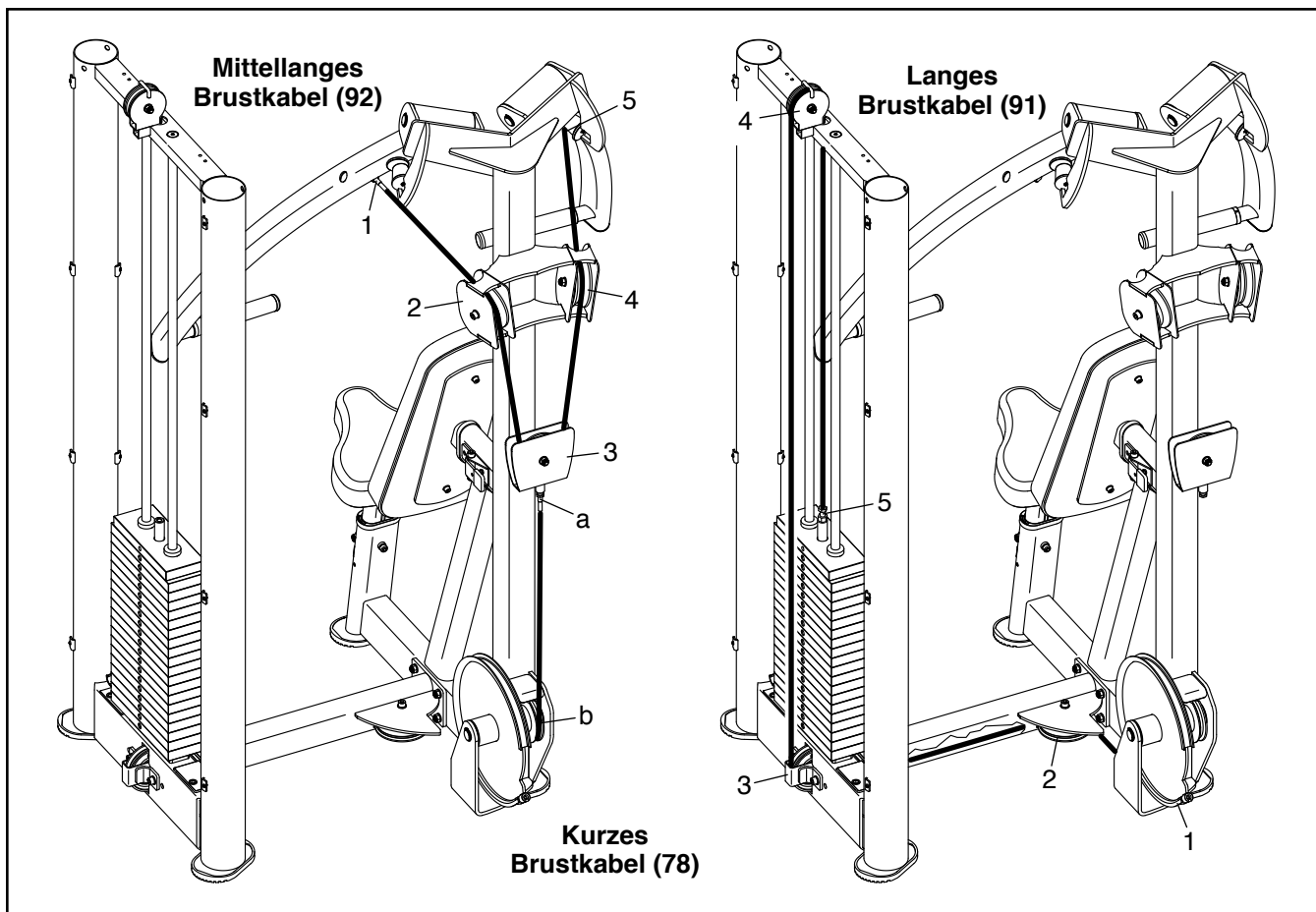
#### Gewichtsgleitstange Schmieren

Reinigen und schmieren Sie jede Gewichtsgleitstange mit einem weichen Tuch mit 10W-40 oder 10W-30 leichtes Motoröl. Geben Sie nur eine leichte Schicht auf die ganze Länge der Gewichtsführung. **Verwenden Sie dazu keine Schmiermittel, die auf TEFLON® basieren.**

# KABELDIAGRAMME

Die Diagramme in diesem Abschnitt zeigen die genaue Kabelführung für jedes Kabel an. Die Zahlen oder Buchstaben geben die genaue Verlegung des jeweiligen Kabels an. Verwenden Sie die Diagramme, um sicher zu gehen, dass jedes Kabel richtig verlegt wird. **Wenn ein Kabel nicht richtig verlegt wurde, wird die Kraftstation nicht richtig funktionieren und es könnte ein Schaden am Gerät vorkommen.**





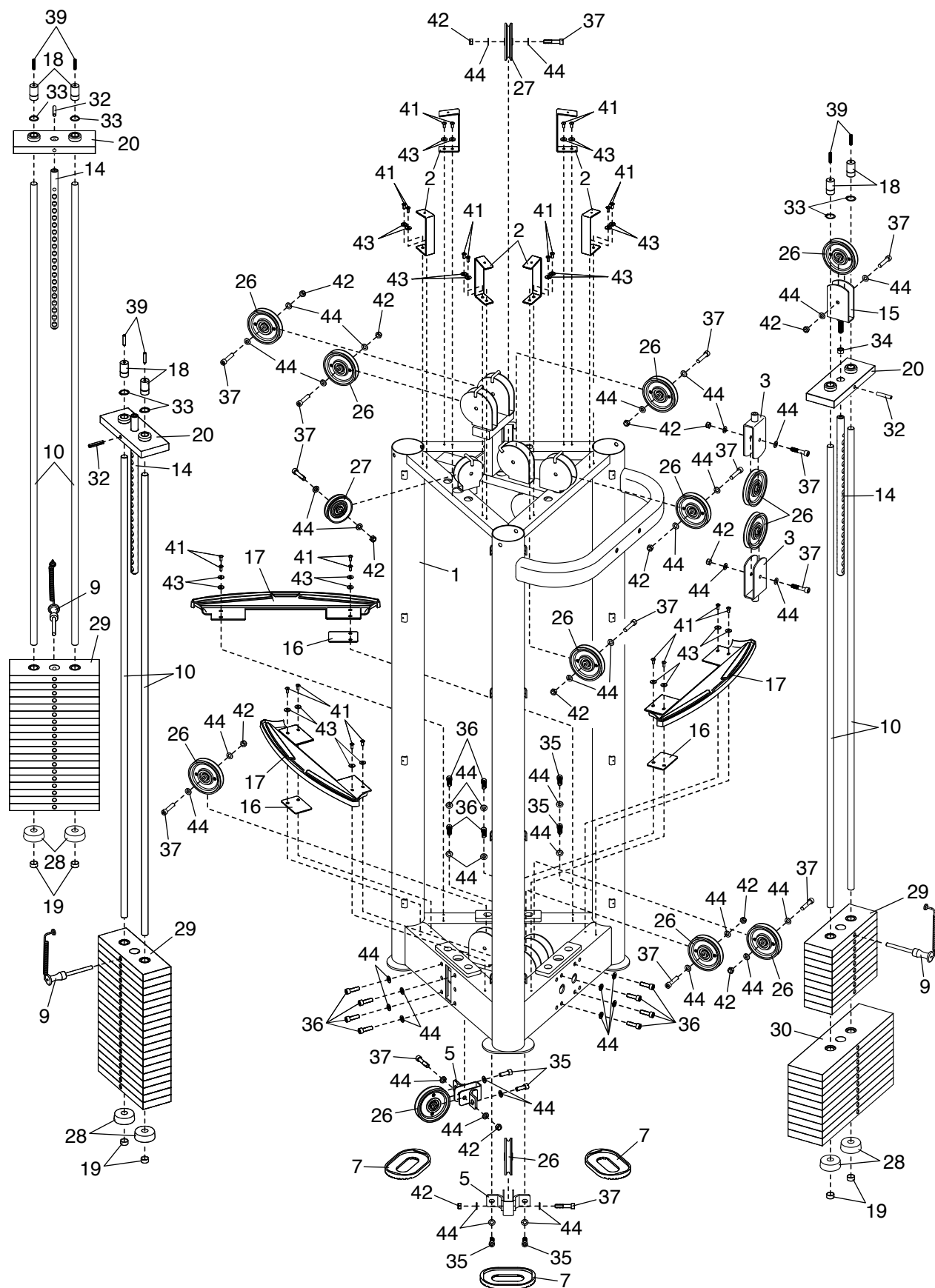
| Nr. | Anzahl | Beschreibung                     | Nr. | Anzahl | Beschreibung                      |
|-----|--------|----------------------------------|-----|--------|-----------------------------------|
| 1   | 1      | Turmrahmen                       | 51  | 2      | Langes Lat-Kabel                  |
| 2   | 6      | Abdeckungsklammer                | 52  | 2      | Griff                             |
| 3   | 2      | Bewegliche Rollenklammer         | 53  | 1      | Schoßstange                       |
| 4   | 3      | Abdeckung                        | 54  | 2      | Latturm-Sattel/Beinturmückenlehne |
| 5   | 2      | Untere Rollenklammer             | 55  | 2      | Schoßpolster                      |
| 6   | 3      | Gummistopper                     | 56  | 2      | Schoßpolsterabdeckung             |
| 7   | 9      | Fuß                              | 57  | 4      | M6 x 25mm Schraube                |
| 8   | 4      | Kabelklipp                       | 58  | 2      | 34mm Unterlegscheibe              |
| 9   | 3      | Gewichtsstift                    | 59  | 2      | M10 x 20mm Schraube               |
| 10  | 6      | Gewichtsgleitstange              | 60  | 1      | Schoßstangenachse                 |
| 11  | 6      | Abdeckplatte                     | 61  | 1      | 18mm Buchse                       |
| 12  | 6      | Turmzierleiste                   | 62  | 16     | 52mm Lager                        |
| 13  | 6      | Mittlere Zierleiste              | 63  | 1      | 73mm Verstellstift                |
| 14  | 3      | Gewichtsröhre                    | 64  | 3      | Hülsenmutter                      |
| 15  | 1      | Wahlscheibenklammer              | 65  | 3      | Feder                             |
| 16  | 3      | Abdeckplattenbasis-Abstandhalter | 66  | 2      | Verstellknopf                     |
| 17  | 3      | Abdeckplattenbasis               | 67  | 4      | M6 x 15mm Schraube                |
| 18  | 6      | Gewichtsführungsbuchse           | 68  | 11     | M8 x 30mm Schraube                |
| 19  | 6      | Gewichtsgleitstangenkappe        | 69  | 17     | M5 x 10mm Schraube                |
| 20  | 3      | Oberstes Gewicht                 | 70  | 1      | Schoßeinstellplatte               |
| 21  | 3      | Rahmenhülse                      | 71  | 2      | M10 x 25mm Schraube               |
| 22  | 4      | Elliptische Kappe                | 72  | 1      | M10 x 60mm Schraube               |
| 23  | 4      | M10 x 90mm Bolzen                | 73  | 17     | M8 x 16mm Unterlegscheibe         |
| 24  | 1      | Großer Rollenstift               | 74  | 2      | Schoßstangenbuchse                |
| 25  | 3      | Achse                            | 75  | 1      | Brustverbindungsrahmen            |
| 26  | 18     | 4 1/2" Rolle                     | 76  | 1      | Brustpfostenrahmen                |
| 27  | 6      | 3 1/2" Rolle                     | 77  | 1      | Nocke                             |
| 28  | 6      | Stoßdämpfer                      | 78  | 1      | Kurzes Brustkabel                 |
| 29  | 47     | 10-Pfund Gewicht                 | 79  | 1      | Sattelklammer                     |
| 30  | 10     | 20-Pfund Gewicht                 | 80  | 1      | Rückenlehnenklammer               |
| 31  | 6      | 5mm Sicherungsring               | 81  | 1      | Linker Arm                        |
| 32  | 3      | Rollenstift                      | 82  | 1      | Rechter Arm                       |
| 33  | 18     | 25mm Sicherungsring              | 83  | 1      | U Klammer                         |
| 34  | 1      | M12 Mutter                       | 84  | 1      | Nockenachse                       |
| 35  | 16     | M10 x 30mm Schraube              | 85  | 2      | Armachse                          |
| 36  | 20     | M10 x 35mm Schraube              | 86  | 2      | Brustgriffschelle                 |
| 37  | 24     | M10 x 50mm Schraube              | 87  | 2      | Brustgriffkappe                   |
| 38  | 2      | Armkappe                         | 88  | 10     | Plastik-Unterlegscheibe           |
| 39  | 6      | M8 x 35mm Gewindestift           | 89  | 2      | Brusthandgriff                    |
| 40  | 24     | M4 x 10mm Schraube               | 90  | 1      | Brustturm-Rückenlehnenabdeckung   |
| 41  | 30     | M6 x 15mm Schraube               | 91  | 1      | Langes Brustkabel                 |
| 42  | 41     | Selbstsichernde Mutter M10       | 92  | 1      | Mittellanges Brustkabel           |
| 43  | 48     | M6 x 18mm Unterlegscheibe        | 93  | 3      | Verstellhebel                     |
| 44  | 117    | M10 x 20mm Unterlegscheibe       | 94  | 4      | V-Rolle                           |
| 45  | 1      | Lat-Rahmen                       | 95  | 1      | Brustturmsattel                   |
| 46  | 1      | Lat-Pfostenrahmen                | 96  | 1      | Brustturmückenlehne               |
| 47  | 1      | Blockierplatte                   | 97  | 4      | Armlager                          |
| 48  | 4      | Drehrollenabdeckung A            | 98  | 2      | Hebelfeder                        |
| 49  | 4      | Drehrollenabdeckung B            | 99  | 3      | Hebel-Stoppschraube               |
| 50  | 1      | Kurzes Lat-Kabel                 | 100 | 3      | Kugelgelenk                       |

| <b>Nr.</b> | <b>Anzahl</b> | <b>Beschreibung</b>          | <b>Nr.</b> | <b>Anzahl</b> | <b>Beschreibung</b>        |
|------------|---------------|------------------------------|------------|---------------|----------------------------|
| 101        | 2             | Armstoßdämpfer               | 126        | 3             | M8 x 15mm Schraube         |
| 102        | 16            | M4 x 3mm Gewindestift        | 127        | 1             | Beinturm-Sattel            |
| 103        | 2             | M6 x 30mm Schraube           | 128        | 2             | Rollenpolster              |
| 104        | 3             | M10 x 65mm Bolzen            | 129        | 1             | Gegengewicht               |
| 105        | 3             | M10 x 70mm Bolzen            | 130        | 2             | Griffstangenschelle        |
| 106        | 1             | M10 x 75mm Bolzen            | 131        | 2             | Griffstangenkappe          |
| 107        | 2             | M6 x 12mm Unterlegscheibe    | 132        | 1             | Stangenstoßdämpfer         |
| 108        | 1             | Beinverbindungsrahmen        | 133        | 1             | Verbindungsklammer         |
| 109        | 1             | Beinrahmen                   | 134        | 2             | Rückenlehnenabdeckung      |
| 110        | 1             | Kabelklammer                 | 135        | 2             | Griffklammer               |
| 111        | 1             | Verstellachse                | 136        | 3             | M8 x 55mm Schraube         |
| 112        | 1             | Beinturm-Sattelunterlage     | 137        | 2             | Stangenkappe               |
| 113        | 1             | Beinstange                   | 138        | 3             | M10 x 40mm Bolzen          |
| 114        | 1             | Oberschenkelstange           | 139        | 2             | Beinturm-Handgriff         |
| 115        | 1             | Rahmenstütze                 | 140        | 1             | Oberschenkelfeder          |
| 116        | 1             | Beinturm-Rückenlehnenklammer | 141        | 2             | Elliptische Kappe/Beinturm |
| 117        | 1             | Einstellgriff                | 142        | 2             | 4" Rolle                   |
| 118        | 1             | Beinverstellsift             | 143        | 2             | M10 x 95mm Bolzen          |
| 119        | 1             | Beinkabel                    | 144        | 1             | Einstellhandgriff          |
| 120        | 1             | Beineinstellplatte           | 145        | 9             | M6 x 20mm Bolzen           |
| 121        | 1             | Oberschenkelverstellsift     | 146        | 9             | Selbstsichernde M6 Mutter  |
| 122        | 1             | Oberschenkeleinstellplatte   | 147        | 1             | Sattelabdeckung/Beinturm   |
| 123        | 2             | Rechteckige Kappe            | 148        | 1             | Beinplatte                 |
| 124        | 1             | Linke Griffstange            | *          | —             | Benutzerhandbuch           |
| 125        | 1             | Rechte Griffstange           |            |               |                            |

Anmerkung: Änderungen technischer Angaben vorbehalten. Auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung finden Sie Informationen zur Bestellung von Ersatzteilen. \*Weist auf ein nicht abgebildetes Teil hin.

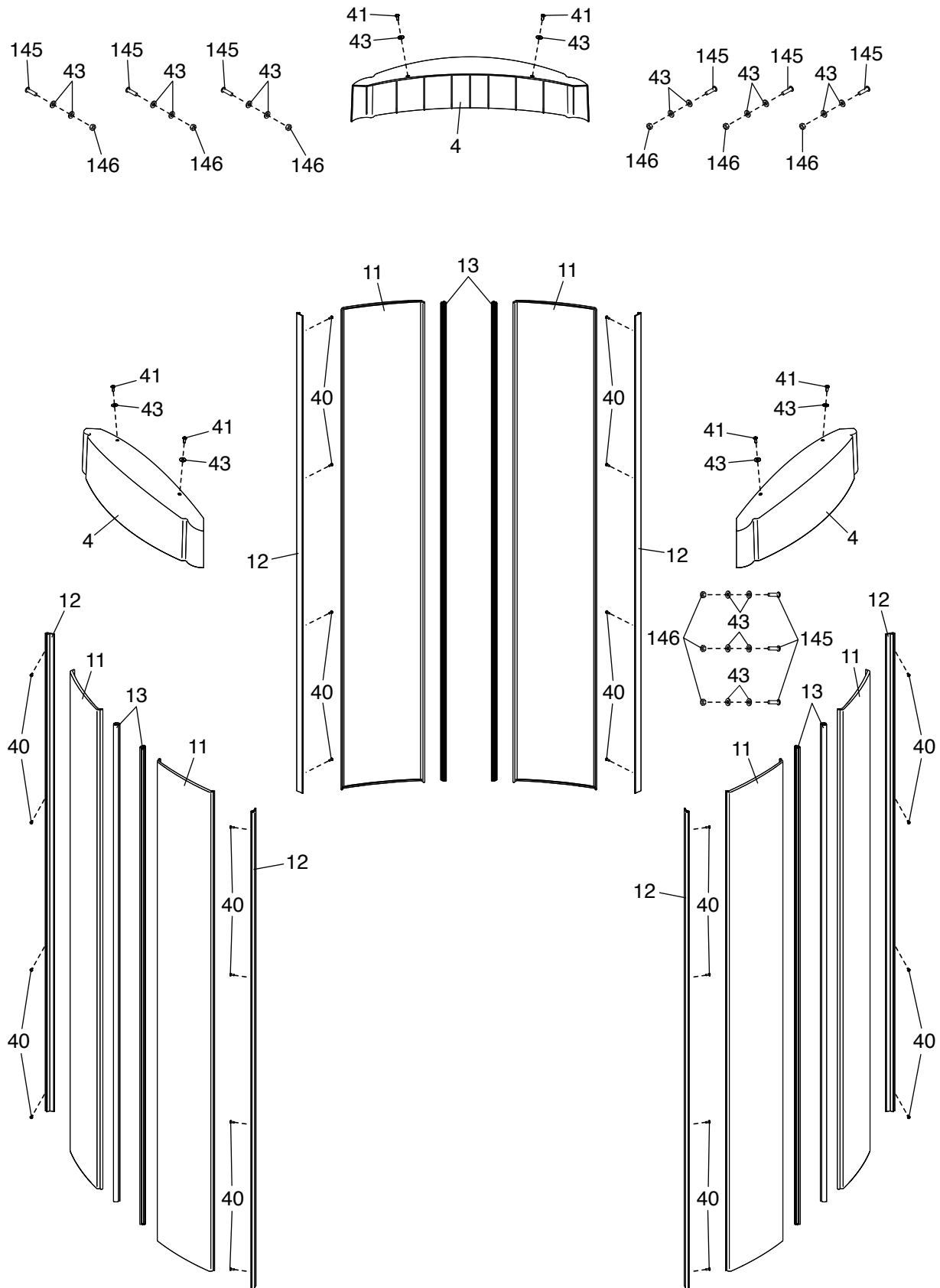
## DETAILZEICHNUNG A

Modell-Nr. F821.0 R0214A



# DETAILZEICHNUNG B

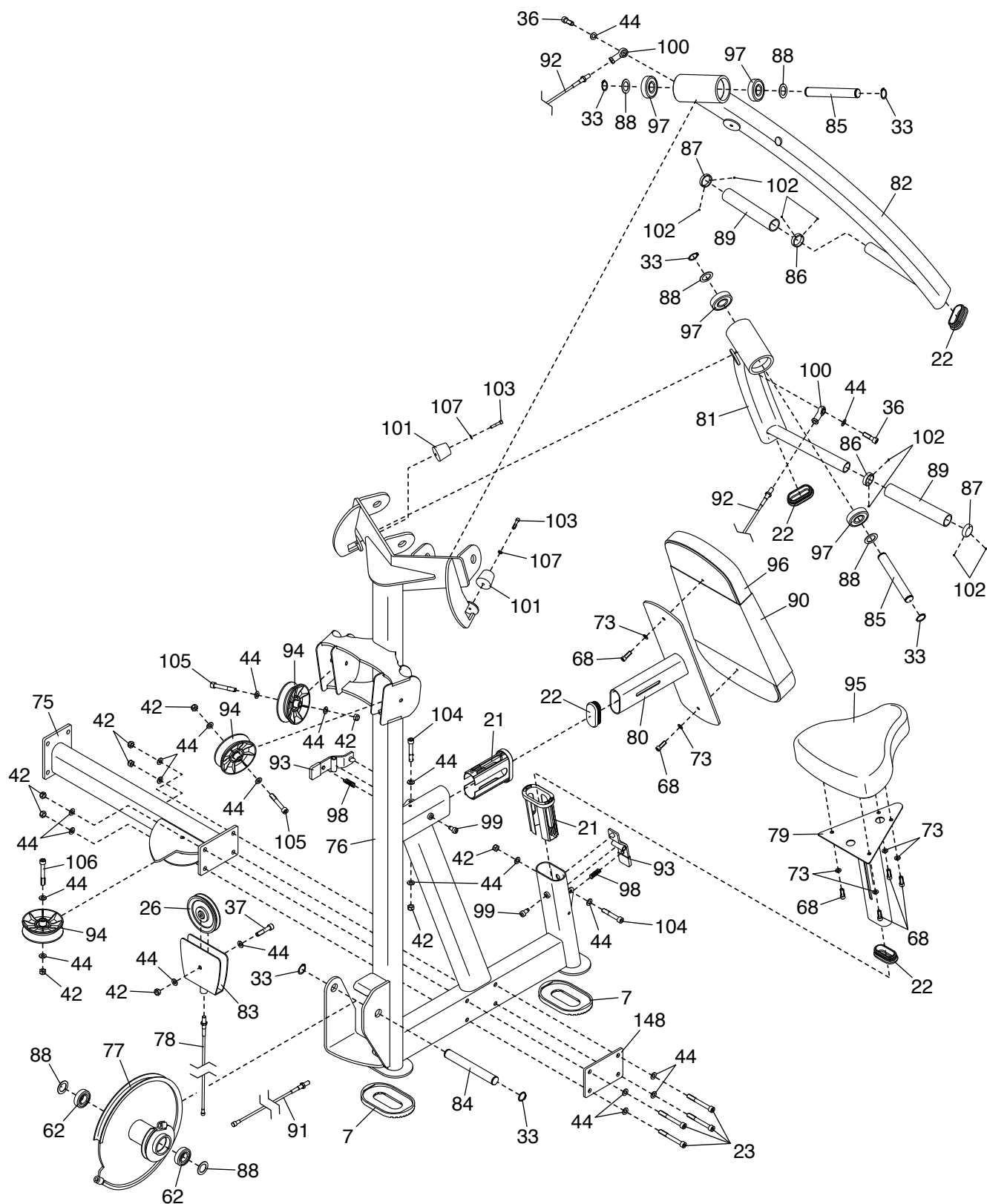
Modell-Nr. F821.0 R0214A





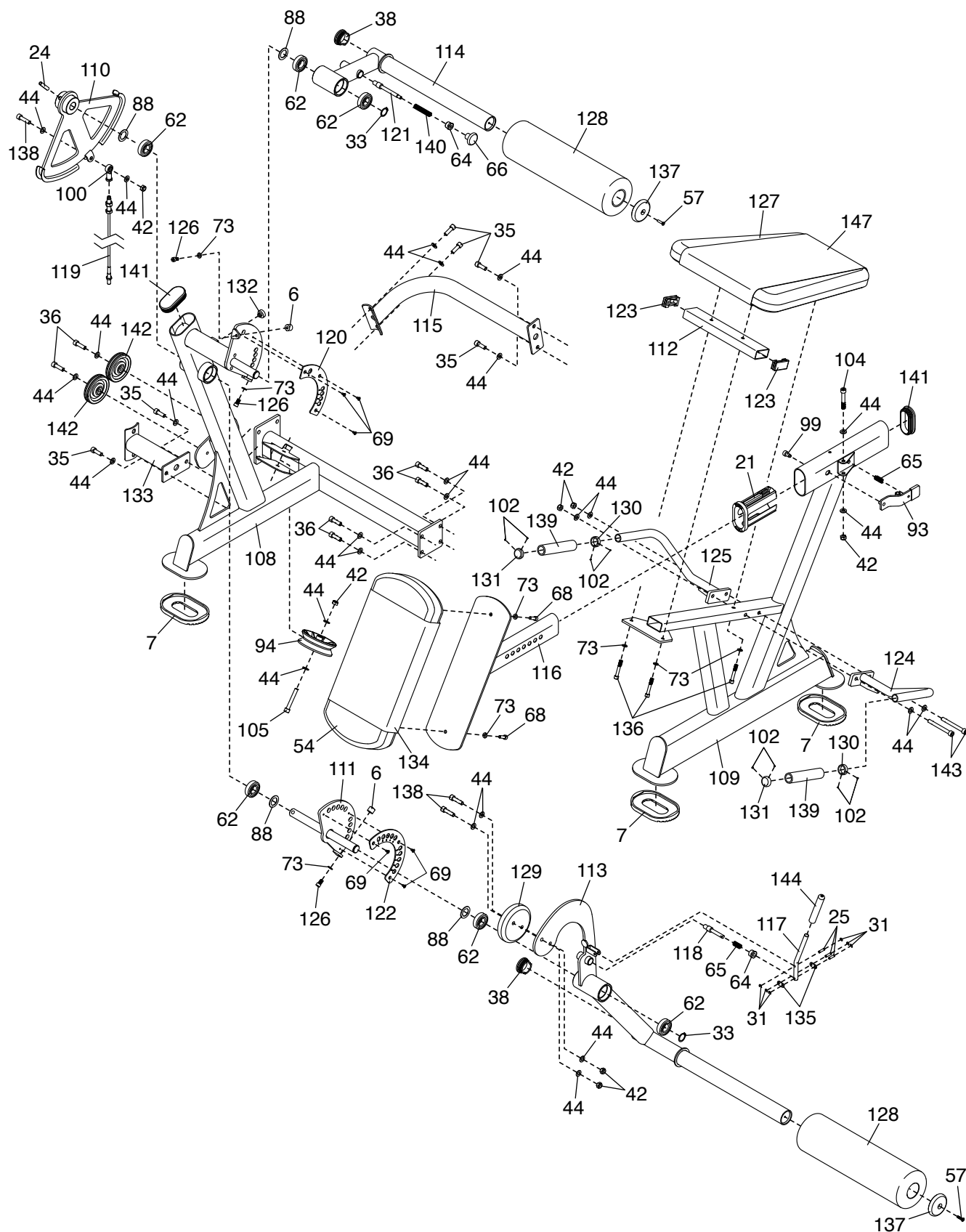
## DETAILZEICHNUNG C

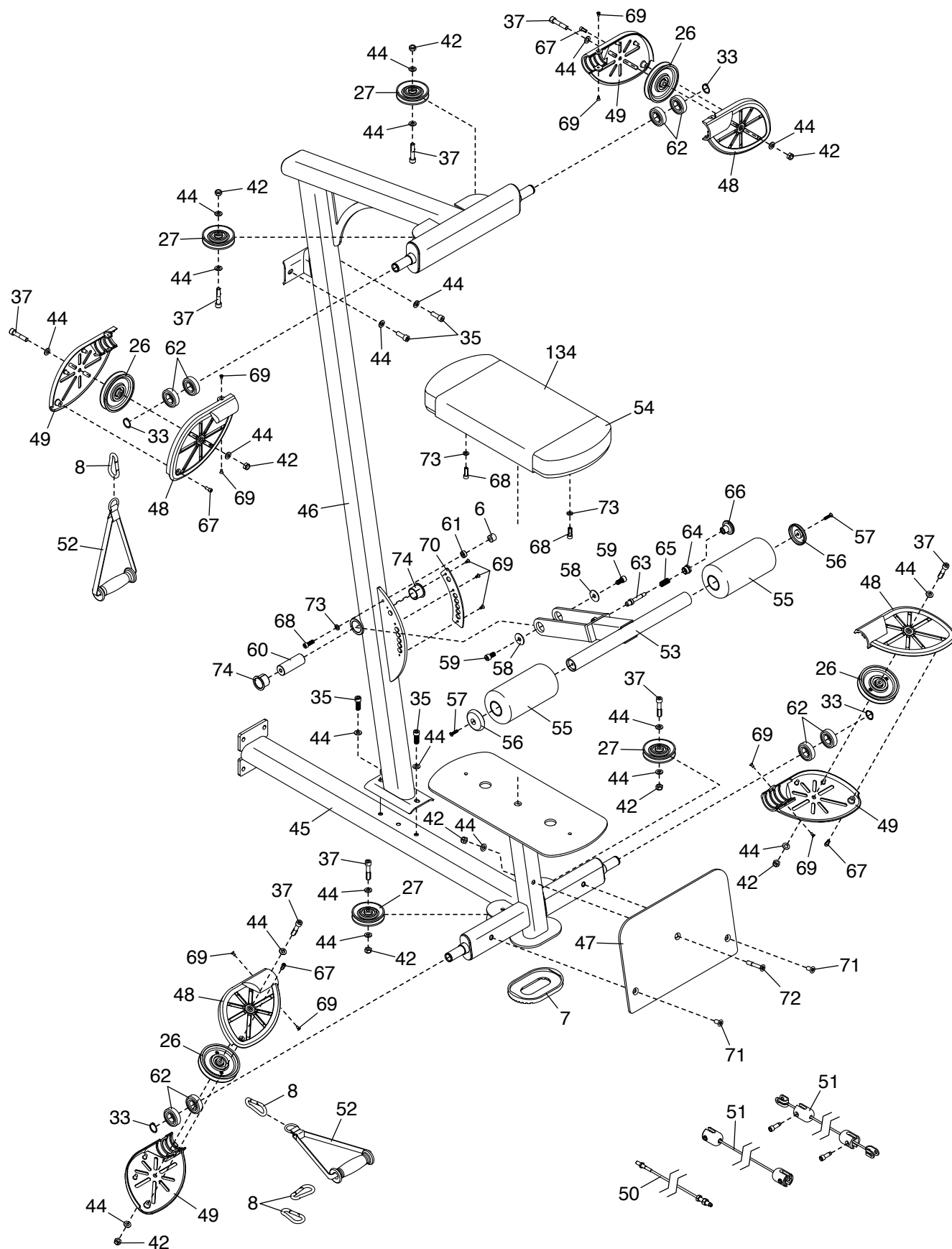
Modell-Nr. F821.0 R0214A



# DETAILZEICHNUNG D

Modell-Nr. F821.0 R0214A





# SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN

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

## In den Vereinigten Staaten

Rufen Sie: 1-800-201-2109, Mo. - Fr. 6:00 - 18:00 MT  
Email: [customercare@freemotionfitness.com](mailto:customercare@freemotionfitness.com)

Schreiben Sie:

FreeMotion Fitness  
1500 South 1000 West  
Logan, UT 84321-9813  
Vereinigte Staaten

## Ausserhalb der Vereinigten Staaten

Rufen Sie: 001-800-527-5417 oder 001-435-786-3521,  
Mo.–Fr. 6:00 - 18:00 USA Mountain Time  
Email: [intlcustomercare@freemotionfitness.com](mailto:intlcustomercare@freemotionfitness.com)

# BESCHRÄNKTE GARANTIE

## GARANTIEZEITRÄUME UND UMFANG

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

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

## KONDITIONEN UND EINSCHRÄNKUNGEN

Folgendes macht die Garantie dieses Produktes ungültig:

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

Diese Garantie trifft nicht auf Folgendes zu:

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

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

## WAS IST ZU TUN FALLS EIN SERVICE BENÖTIGT WIRD

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

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

## FREEMOTION FITNESS KONTAKTIEREN

Siehe SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN oben.