

FREEMOTION[®] E P I C[™] SEATED ROW

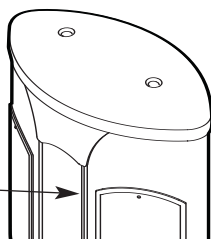
MANUEL DE L'UTILISATEUR

N°. du Modèle GZFI8176.1

N°. de Série _____

Notez le numéro de série sur la
ligne ci-dessus comme référence.

Autocollant du
N°. de Série
(à l'intérieur du
tour) →

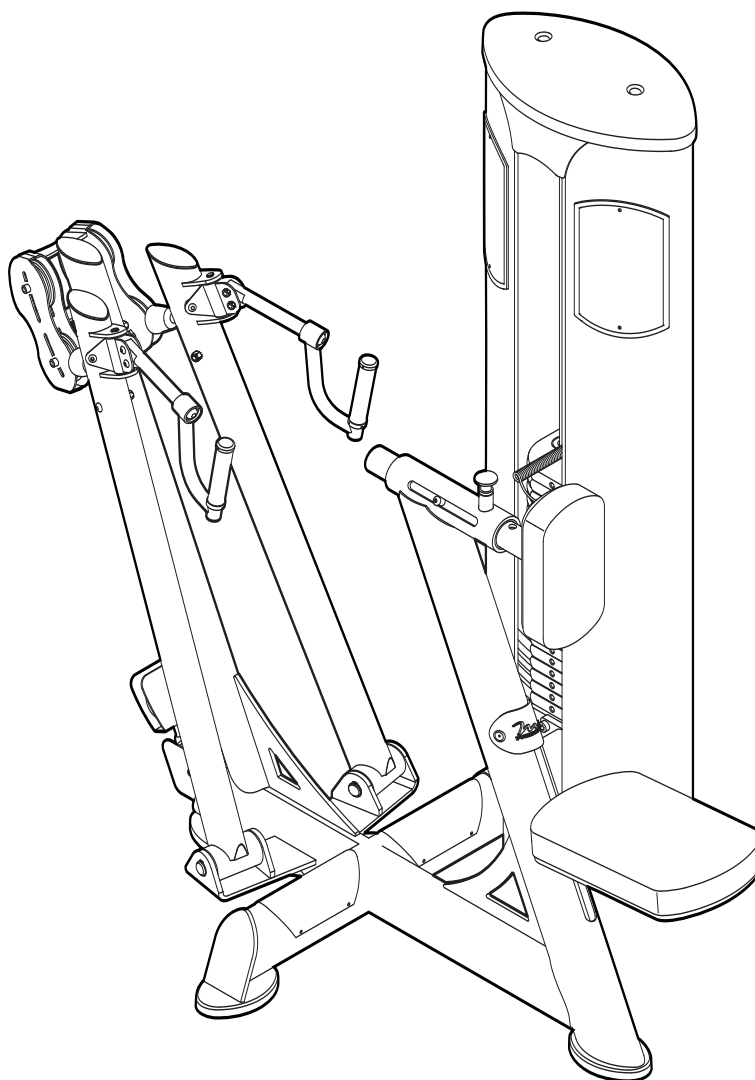


QUESTIONS ?

Chez FreeMotion Fitness nous
nous engageons à satisfaire
notre clientèle entièrement. Si
vous avez des questions, réfé-
rez-vous à COMMENT
CONTACTER LE SERVICE À LA
CLIENTÈLE la dernière page de
ce manuel.

ATTENTION

Lisez toutes les précautions et
les instructions contenues dans
ce manuel avant d'utiliser cet
appareil. Gardez ce manuel pour
vous y référer ultérieurement.



Notre site Internet

www.freemotionfitness.com

TABLE DES MATIÈRES

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES	3
EMPLACEMENT DES AUTOCOLLANTS D'AVERTISSEMENT	4
AVANT DE COMMENCER	5
RÉGLAGES	6
ENTRETIEN ET PROBLÈMES	7
DIAGRAMME DES CÂBLES	11
LISTE DES PIÈCES	13
SCHÉMA DÉTAILLÉ	14
COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE	Dernière Page

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

⚠ Avertissement : pour réduire les risques de blessures graves, lisez les précautions importantes suivantes avant d'utiliser l'appareil de musculation. FreeMotion Fitness ne se tient aucunement responsable des blessures ou des dégâts matériels résultant de l'utilisation de cet appareil.

1. Consultez votre médecin avant d'entreprendre un programme d'exercices. Ceci s'adresse tout particulièrement aux personnes âgées de plus de 35 ans ou aux personnes ayant déjà eu des problèmes de santé.
2. Gardez l'appareil de musculation à l'intérieur, éloigné de l'humidité et de la poussière. Ne placez pas l'appareil de musculation dans un garage, sur une terrasse couverte ou près d'une source d'eau.
3. N'utilisez l'appareil de musculation que sur une surface plane. Couvrez le sol sous l'appareil de musculation pour le protéger.
4. Le propriétaire de l'appareil de musculation est responsable de s'assurer qu'il y a assez d'espace autour de l'appareil pour effectuer les exercices prévus. Ne placez pas l'appareil de musculation dans un endroit encombré.
5. À l'aide de la sangle d'ancrage, ancrez l'appareil de musculation sur le sol quand cela est nécessaire ou possible, pour une plus grande stabilité.
6. Le propriétaire est responsable de s'assurer que tous les utilisateurs de l'appareil de musculation sont convenablement informés de toutes les précautions, qu'ils ont lus et compris les autocollants d'avertissement et de danger et qu'ils savent utiliser l'appareil de musculation correctement.
7. Gardez les enfants de moins de 12 ans et les animaux domestiques éloignés du banc d'exercice à tout moment.
8. L'appareil de musculation est conçu pour soutenir un utilisateur dont le poids ne dépasse pas 159 kg (350 lbs.).
9. Portez toujours des chaussures de sport pour protéger vos pieds.
10. N'approchez pas vos mains et pieds des pièces mobiles. Ne vous penchez pas sur l'appareil de musculation et ne posez pas vos mains dessus quand l'appareil est utilisé.
11. Tous les utilisateurs de l'appareil de musculation doivent être informés qu'il faut prévenir immédiatement le responsable concerné en cas de blessures ou d'irrégularités de l'appareil de musculation.
12. Assurez-vous que la goupille de poids est complètement enfoncée dans une des plaques de poids.
13. Vérifiez tous les câbles, connexions de câble et les poulies avant chaque utilisation de l'appareil de musculation. Assurez-vous que toutes les pièces sont correctement serrées. Remplacez immédiatement toute pièce usée.
14. Assurez-vous que le câble reste continuellement sur les poulies. Si le câble s'accroche pendant que vous vous entraînez, arrêtez-vous immédiatement et assurez-vous que le câble est sur les poulies et que rien n'interfère avec le câble et les poulies.
15. Cessez immédiatement vos exercices si vous ressentez une douleur ou des étourdissements et commencez des exercices de retour à la normale.
16. N'utilisez l'appareil de musculation que de la manière décrite dans ce manuel.

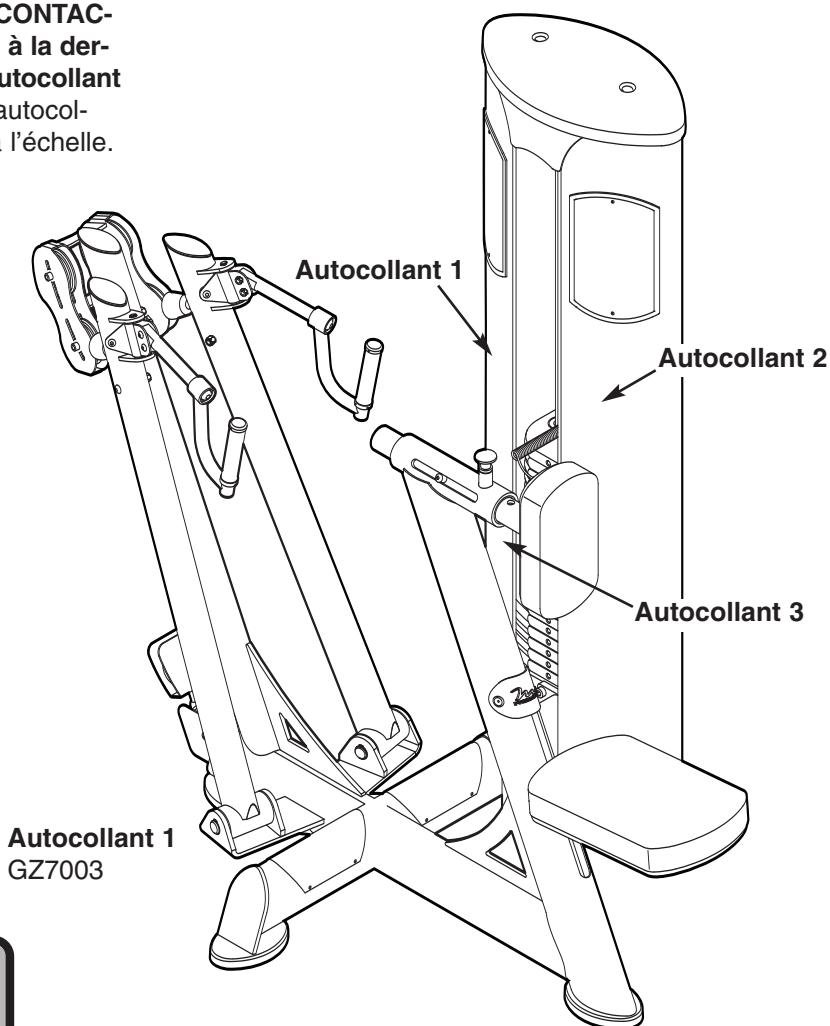
EMPLACEMENT DES AUTOCOLLANTS D'AVERTISSEMENT

Les autocollants illustrés ci-dessous ont été placés sur l'appareil de musculation aux endroits indiqués. **Si un autocollant est manquant ou illisible, référez-vous à COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE à la dernière page de ce manuel. Collez l'autocollant à l'endroit indiqué.** Remarque : les autocollants ne sont peut-être pas illustrés à l'échelle.


AVERTISSEMENT

- Effectuez un examen médical avant de commencer un programme d'exercice.
- Inspectez la machine avant utilisation. N'utilisez pas la machine si elle paraît endommagée ou inutilisable.
- Gardez le corps et les vêtements éloignés de toutes les pièces mobiles.
- Assurez-vous que la goupille de poids est complètement enfoncée.
- Ne verrouillez JAMAIS la pile de poids dans une position élevée. N'utilisez JAMAIS la machine si une des composantes est usée ou endommagée.
- INSPECTEZ tous les câbles, sangles et leurs points d'attache. N'utilisez pas la machine si une des composantes est usée ou endommagée.
- N'utilisez pas des haltères ou d'autres moyens pour augmenter la résistance de la machine autres que ceux fournis par le fabricant.
- Ne permettez pas aux enfants de monter sur la machine. Les adolescents doivent utiliser la machine sous la supervision d'un adulte informé.
- Cet équipement doit être utilisé sous la supervision d'une personne qualifiée.
- Ne retirez pas cet autocollant, REMPLACEZ SI ENDOMMAGÉ.

GZ7003FR



Autocollant 1
GZ7003


ATTENTION



La goupille de sélection du poids doit être complètement enfoncée dans la plaque de poids.

GZ7026FR

Autocollant 2
GZ7026

Autocollant 3
GZ7005


ATTENTION

RESTEZ ÉLOIGNÉ DES PIÈCES MOBILES. NE PAS RESPECTER CETTE CONSIGNE PEUT ENTRAÎNER DES BLESSURES.

GZ7005FR

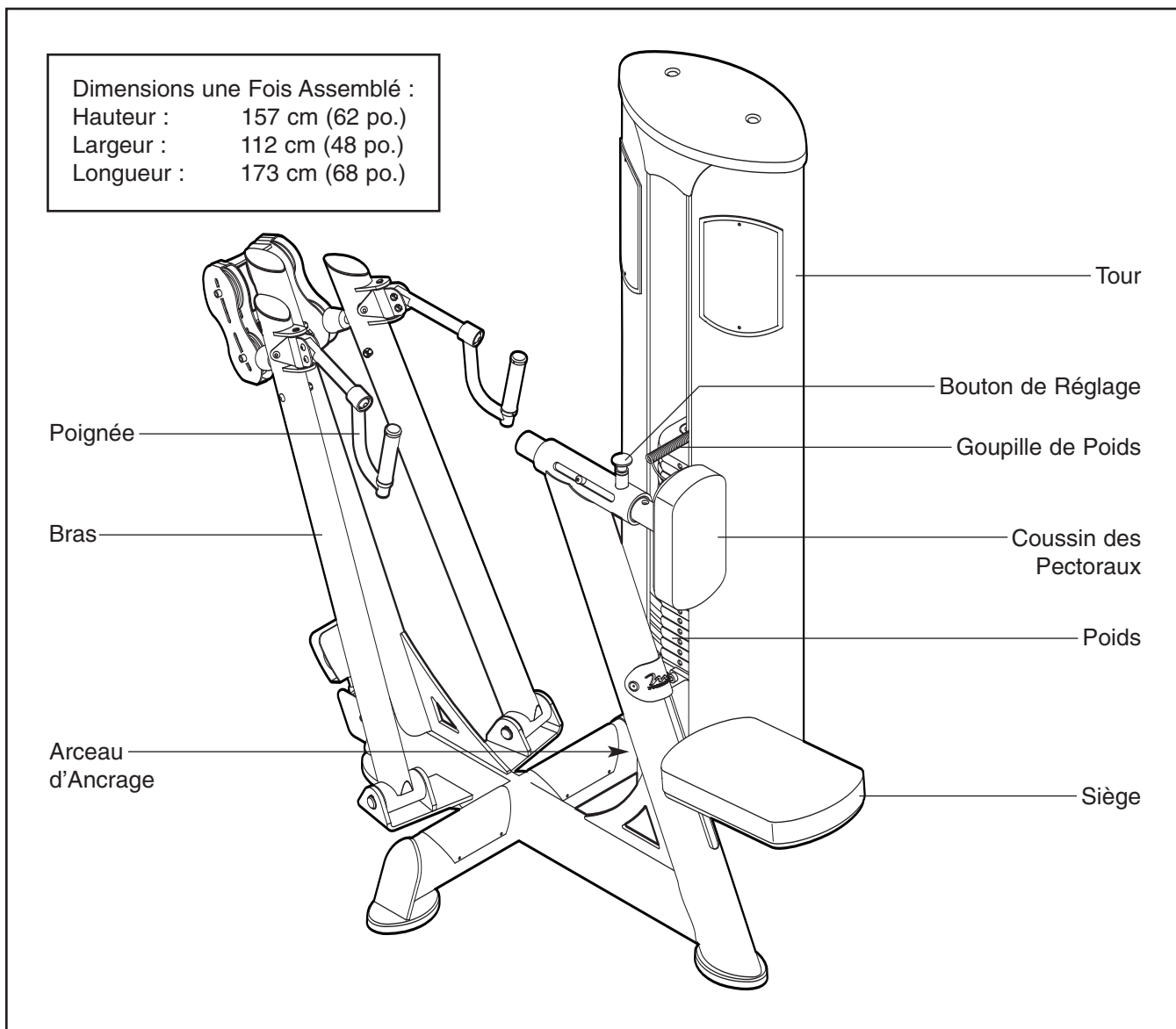
AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir sélectionné l'appareil de musculation FREEMOTION® EPIC™ SEATED ROW. Le design ergonomique de l'appareil de musculation ainsi que ses fonctionnalités, uniques dans leur catégorie, améliorent l'entraînement de musculation traditionnel. Votre club bénéficiera des caractéristiques novatrices et de la fabrication de qualité de cet appareil fiable. De plus, les solutions avancées pour isoler les groupes de muscles font du un outil clé pour que chaque utilisateur atteigne ses objectifs.

Veillez lire ce manuel avec attention avant d'utiliser l'appareil de musculation. Si vous avez des

questions après avoir lu ce manuel, référez-vous à la section COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE au dos de ce manuel. Pour mieux vous assister, notez le numéro du modèle et le numéro de série de l'appareil avant de nous appeler. Le numéro de modèle ainsi que l'emplacement de l'autocollant du numéro de série sont indiqués sur la page de couverture de ce manuel.

Nous vous recommandons d'étudier le schéma ci-dessous et de vous familiariser avec les pièces avant de lire le manuel de l'utilisateur.

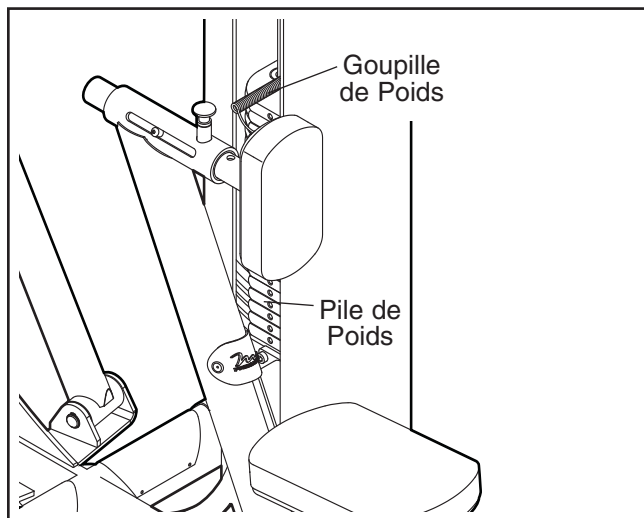


RÉGLAGES

Cette section décrit comment régler l'appareil de musculation. Assurez-vous que toutes les pièces sont correctement serrées chaque fois que l'appareil de musculation est utilisé. Remplacez immédiatement toute pièce usée.

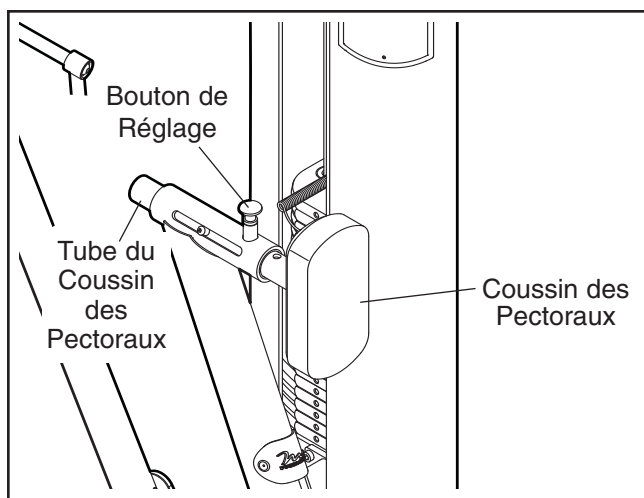
RÉGLER LA RÉSISTANCE

Pour changer le niveau de résistance de votre entraînement, enfoncez la goupille de poids dans le poids désiré. **Assurez-vous que la goupille de poids est complètement enfoncée dans la pile de poids.**



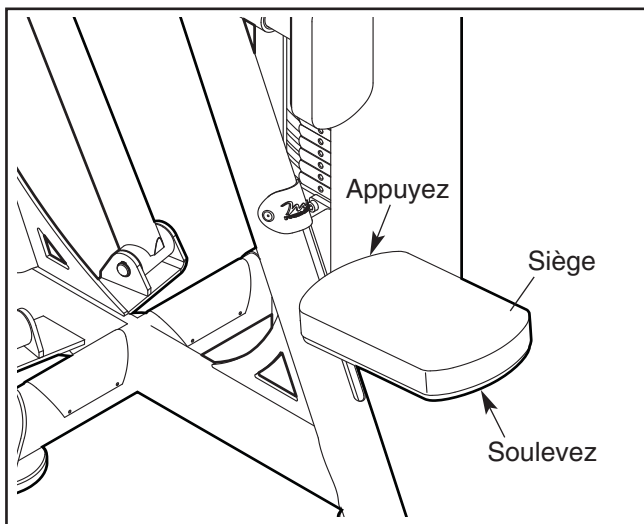
RÉGLER LE COUSSIN DES PECTORAUX

Pour déplacer le coussin des pectoraux vers l'avant, tirez le coussin des pectoraux jusqu'à la position désirée. Pour déplacer le coussin des pectoraux vers l'arrière, tirez le bouton de réglage, glissez le coussin des pectoraux jusqu'à la position désirée puis, enfoncez le bouton de réglage. **Assurez-vous que le bouton de réglage est enfoncé dans un des trous de réglage sur le tube du coussin des pectoraux.**



RÉGLER LE SIÈGE

Pour monter le siège, soulevez l'extrémité du siège et placez le siège à la hauteur désirée. Pour baisser le siège, soulevez l'extrémité du siège et appuyez sur l'arrière du siège jusqu'à ce que le siège soit à la hauteur désirée.



ENTRETIEN ET PROBLÈMES

Pour un fonctionnement sûr et sans problème de votre appareil de musculation, il est nécessaire d'effectuer régulièrement les opérations de maintenance préventive. Indiquer à tout votre personnel la façon d'accomplir l'inspection et la maintenance préconisées pour l'appareil de musculation. Le personnel doit noter et rapporter tout accident. Pour pouvoir continuer à bénéficier de la garantie de l'appareil de musculation, n'utiliser que des pièces FREEMOTION EPIC pour la réparation et le remplacement. Pour toute question ou problème, voir la section COMMENT CONTACTER LE SERVICE ASSISTANCE A LA CLIENTÈLE à la dernière page de ce manuel.

ENTRETIEN JOURNALIER

Revêtements et Cadre—Nettoyage Général

1. Nettoyez l'appareil de musculation à l'aide d'un chiffon doux et d'une solution d'eau tiède et de savon doux. Si nécessaire, utilisez une brosse à poils doux pour le nettoyage.
2. Rincez minutieusement la partie nettoyée à l'aide d'un chiffon doux et de l'eau propre puis, séchez complètement.

Revêtement—Taches Difficiles

1. Pulvérisez la tache avec un produit d'entretien ménager non-abrasif. Frottez la tache doucement et laissez le produit agir pendant quelques minutes.
2. Rincez minutieusement la partie nettoyée à l'aide d'un chiffon doux et de l'eau propre puis, séchez complètement.
3. Répétez ces étapes, si nécessaire, avec une brosse à poils doux.

Méthode Optionnelle pour les Taches Difficiles

1. Frottez doucement la tache à l'aide d'un chiffon doux et de l'alcool.
2. Rincez minutieusement la partie nettoyée à l'aide d'un chiffon doux et de l'eau propre puis, séchez complètement.

ATTENTION : quand vous utilisez un produit nettoyant, essayez-le d'abord sur une partie non visible de l'appareil pour vous assurer qu'il n'endommage pas le matériau. Suivez les instructions et respectez les précautions de sécurité du fabricant de chaque produit nettoyant utilisé. FreeMotion Fitness et ces revendeurs ne peuvent pas être tenus responsables des dommages ou blessures résultants de l'utilisation ou la mauvaise utilisation de produits nettoyants. **Important :** n'utilisez pas de produits abrasifs qui pourraient rayer l'appareil de musculation. Les produits nettoyants puissants et abrasifs endommagent les autocollants ; faites attention aux autocollants. N'utilisez pas de dissolvant comme du White spirit, du kérosène, de l'essence ou des produits similaires.

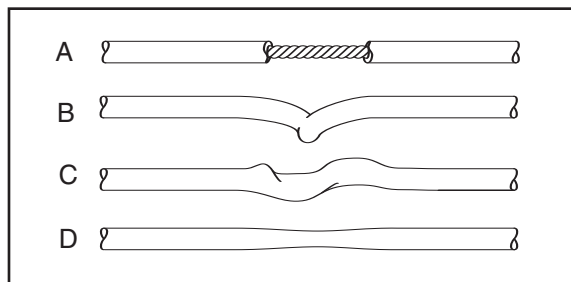
ENTRETIEN HEBDOMADAIRE

Petites Pièces

Inspectez tous les écrous et boulons et serrez-les comme requis. **Important :** tous les coussins FREEMOTION EPIC sont fabriqués à l'aide de bois aggloméré dense et d'écrous spécialisés pour maintenir la structure de l'appareil de musculation. Comme ces écrous sont maintenus par le bois aggloméré, ils ne supportent pas la force de torsion des écrous et boulons standards. De ce fait, quand vous vissez les boulons du coussin, tournez-les seulement jusqu'à ce qu'ils soient serrés et que le coussin ne bouge plus. Trop les visser peut dégager les écrous spécialisés du bois aggloméré et vous ne pourrez alors plus retirer le coussin.

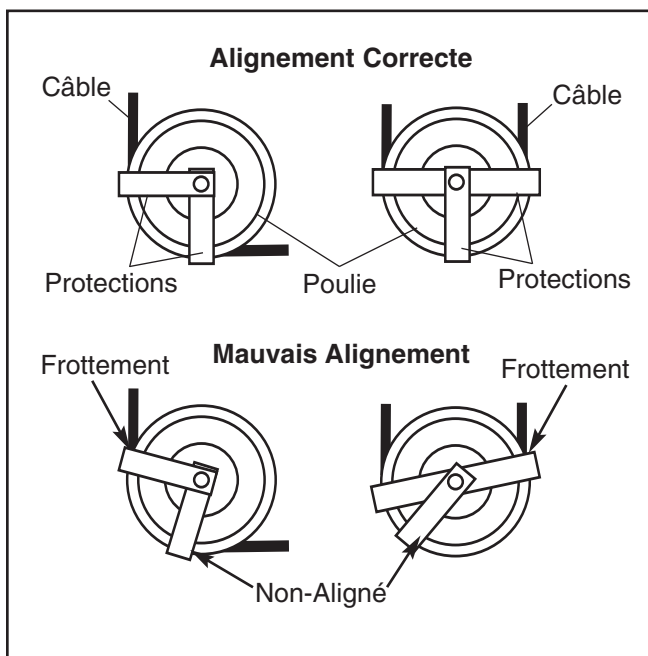
Câbles

1. Inspectez la tension de chaque câble (voir RÉGLAGE DES CÂBLES à la page 8).
2. Vérifiez toute la longueur de chaque câble, en effectuant une répétition sur l'appareil de musculation, et en inspectant le câble exposé à l'extérieur de l'appareil de musculation, ainsi que le câble à l'intérieur de la tour. Glissez les doigts le long du câble, en faisant particulièrement attention aux parties pliées et aux jointures. Vérifiez que les conditions suivantes ne se produisent pas, ce qui pourrait indiquer qu'un câble est usé et a besoin d'être remplacé :
 - A. une gaine de câble déchirée ou fendue qui expose le câble
 - B. un pli dans câble ou un câble sévèrement tordu
 - C. une gaine de câble enroulée sur elle-même
 - D. une gaine de câble étirée qui se fragilise



Protections des Câbles

Vérifiez l'alignement régulièrement pour vous assurer que les protections des câbles ne frottent pas les câbles et qu'ils remplissent leur fonction. Si l'alignement n'est pas correct, devissez légèrement le boulon, réglez la protection du câble comme nécessaire puis revissez le boulon.



ENTRETIEN MENSUEL

Poignées

Inspectez les poignées et remplacez-les si nécessaire.

LUBRIFICATION DES BARRES DE GUIDAGE

Nettoyez et lubrifiez toute la longueur de chaque barre de guidage en l'essuyant avec un chiffon doux et une huile de moteur légère (10W-40 ou 10W-30). N'appliquez qu'une couche légère sur la longueur de la barre de guidage. **N'utilisez pas de lubrifiant TEFLON®.**

RÉGLAGE DES CÂBLES

Pour que l'appareil de musculation fonctionne correctement, les câbles doivent être correctement tendus. Pour vérifier la tension des câbles, enfoncez la goupille de poids dans la plaque du poids supérieur. Ensuite, soulevez et baissez doucement le poids supérieur en effectuant une répétition. Le poids supérieur doit se poser sur le prochain poids quand la répétition est complétée.

Si les câbles sont trop tendus, le poids supérieur ne touche pas le prochain poids, et il est peut-être difficile d'enfoncer la goupille de poids dans les plaques de

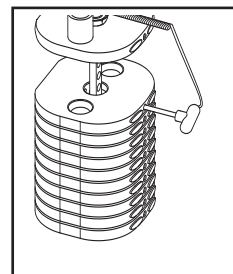
poids. Si les câbles ne sont pas assez tendus, le poids supérieur ne se soulève pas immédiatement quand vous commencez une répétition. Dans une situation idéale, la poignée et le câble ne doivent pas bouger plus de 1,3 cm (1/2 pouce) de la position de départ avant que le poids supérieur ne se soulève.

Si un câble est trop ou pas assez tendu, réglez-le comme décrit dans les étapes suivantes.

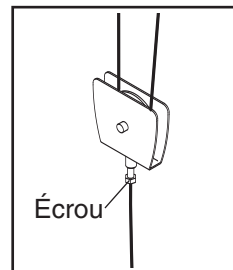
Réglage de la poulie flottante

Outils requis : une clé à molette

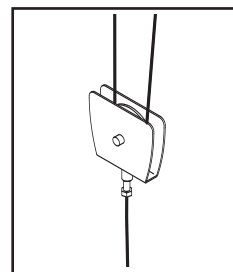
1. Soulevez le poids supérieur de la pile de poids puis, enfoncez la goupille de poids dans le prochain poids et le sixième trou à partir du haut de la sélection de poids.



2. Devissez l'écrou sur le câble de la tour, dans le sens opposé du support en « U ».



3. Pour tendre le câble, tournez le câble du rouage dans le sens des aiguilles d'une montre dans le support en « U ».



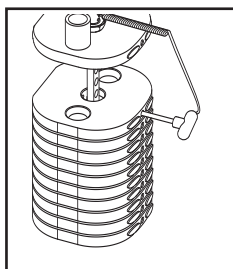
Pour détendre le câble, tournez le câble du rouage dans le sens contraire des aiguilles d'une montre hors du support en « U ».

4. Revissez l'écrou contre le support en « U » et remplacez le câble du rouage dans le petit rouage.
5. Soulevez le poids supérieur et retirez la goupille de poids. Baissez le poids supérieur sur le prochain poids.
6. Réajustez si nécessaire.
7. Faites une répétition lentement avec un poids léger, et demandez à une deuxième personne de s'assurer que le câble n'est pas sorti d'une poulie, ou qu'il ne frotte pas contre une protection du câble.

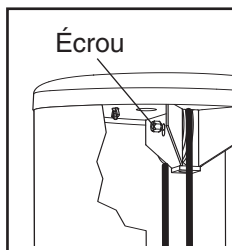
Réglage de la Poulie de la Tour

Outils requis : une clé hexagonale de 5/16", une clé à ouverture variable de 9/16"

1. Soulevez le poids supérieur de la pile de poids puis, enfoncez la goupille de poids dans le prochain poids et le sixième trou en partant du haut de la sélection de poids.



2. Desserrez l'écrou qui maintient la poulie sur le support en haut de la tour.

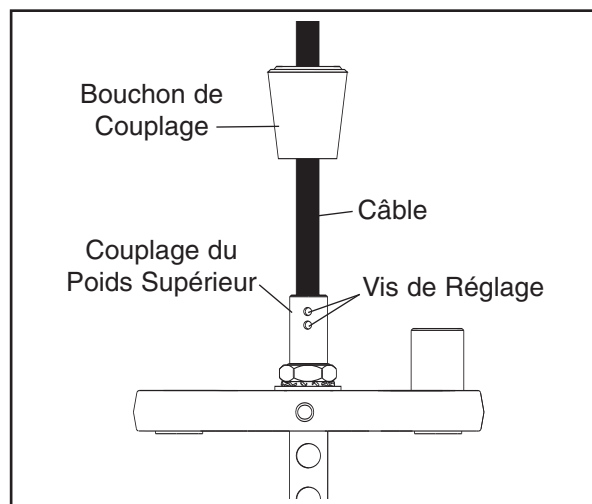


3. Déplacez la poulie sur la position appropriée sur le support. Pour détendre le câble, déplacez la poulie vers le bas. Pour tendre le câble, déplacez la poulie vers le haut.
4. Assurez-vous que la protection du câble est correctement orientée (voir PROTECTIONS DES CÂBLES à la page 8) puis, revissez l'écrou qui attache la poulie au support.
5. Soulevez le poids supérieur et retirez la goupille de poids. Baissez le poids supérieur sur le prochain poids.
6. Réajustez si nécessaire.
7. Faites une répétition lentement avec un poids léger, et demandez à une deuxième personne de s'assurer que le câble n'est pas sorti d'une poulie, ou qu'il ne frotte pas contre une protection du câble.

Réglage du Poids Supérieur

Outils requis : une clé hexagonale de 5/32"

1. Si le câble a besoin d'être raccourci de 2 cm (3/4 pouce) ou plus, suivez les instructions aux étapes 1 et 2 à gauche ; puis, allez à l'étape 2 ci-dessous.
2. Soulevez le bouchon de couplage de la couplage du poids supérieur. Dévissez mais ne retirez pas les deux vis de réglage de chaque côté de la couplage du poids.

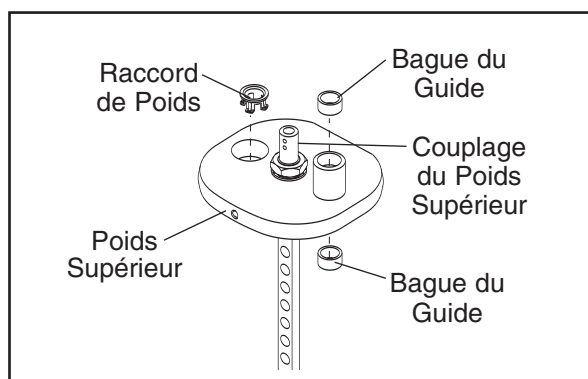


3. Tirez le câble hors de la couplage du poids supérieur. Déterminez la longueur du câble qui doit être coupée puis, coupez cette longueur sur l'extrémité du câble. **Le câble doit être assez long pour être maintenu par les vis de réglage sans soulever le poids supérieur.**
4. Coupez le câble de la longueur désirée puis coupez 2,5 cm (1 pouce) de la gaine en vinyle de la partie coupée du câble
5. Enfilez le câble dans la couplage du poids supérieur jusqu'à ce que les quatre vis de réglage puissent être serrées contre le câble. Vissez chaque vis de réglage à tours de rôle d'un quart de tours jusqu'à ce qu'elles soient à 9,6 Newton-Mètres.
6. Baissez le bouchon de couplage sur la couplage du poids supérieur.
7. Faites une répétition lentement avec un poids léger, et demandez à une deuxième personne de s'assurer que le câble n'est pas sorti d'une poulie, ou qu'il ne frotte pas contre une protection du câble.

ENTRETIEN DE LA PILE DE POIDS

L'entretien de la pile de poids requiert le remplacement des deux bagues de guidage et de la pièce de poids sur le poids supérieur. Pour commander ces pièces, référez-vous à COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE au dos de ce manuel.

1. Retirez les écrous à oreilles sous l'embout de la tour puis, retirez l'embout de la tour de la tour.
2. Retirez les écrous et les rondelles du haut de chaque barre de guidage.
3. Soulevez le bouchon de couplage et dévissez les quatre vis de réglage—le câble sera alors libéré.
4. Soulevez les guidage de poids hors du haut de la tour.
5. Retirez l'écrou, la rondelle étoilée et la rondelle du haut de la Sélection de poids. Soulevez et tournez le poids supérieur puis, retirez-le de l'ouverture avant de la tour.
6. Utilisez un poinçon pour sortir les deux bagues de guidage et la pièce de poids existantes hors du poids supérieur.



7. Placez une des nouvelles bague de guide carrées devant un des trous sur le poids supérieur, placez un morceau de bois sur la bague de guidage puis, tapez doucement sur la bague de guidage jusqu'à ce qu'elle soit alignée avec la surface. **Enfoncez l'autre bague de guidage et la pièce de poids de la même manière.**
8. Mettez le poids supérieur à sa place. Ensuite, serrez l'écrou, la rondelle étoilée et la rondelle dans la Sélection de poids.

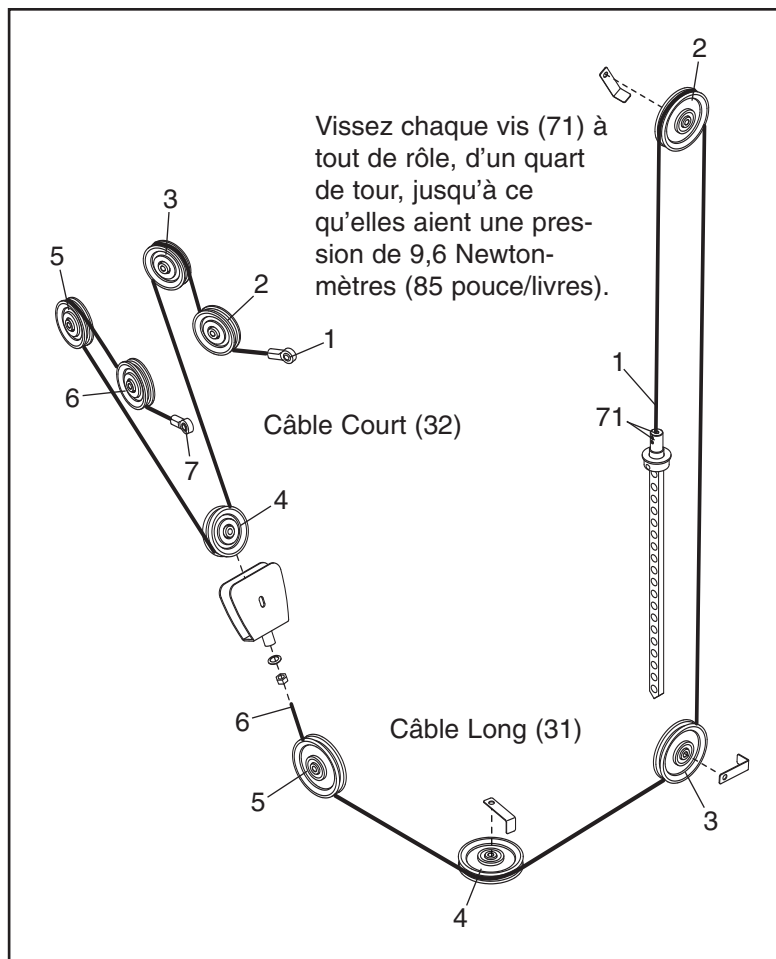
9. Réattachez le câble sur la couplage du poids supérieur. Vissez les quatre vis de réglage dans les trous. Serrez les vis de réglage de la même manière jusqu'à ce qu'elles touchent le câble. Ensuite, serrez chaque vis à tours de role d'un quart de tour jusqu'à ce qu'elles soient à 9,6 Newton-mètres (85 pouce/livres).
10. Nettoyez et lubrifiez les guidage de poids en les essuyant avec un chiffon doux et une huile de moteur légère (10W-40 ou 10W-30). N'appliquez qu'une couche légère sur la longueur de la barre de guidage. **N'utilisez pas de lubrifiant TEFLON®.**
11. Remplacez les guidage de poids dans la partie supérieure de la tour et dans la pile de poids. Remarque : si la pile de poids s'est déplacée, utilisez une barre courte pour réaligner les trous dans les plaques de poids. Tenez les plaques de poids tout en insérant les barres de guidage.

⚠ AVERTISSEMENT : ne forcez pas les guidage de poids sur les poids; cela pourrait endommager les bagues et les anneaux du poids.

12. Réattachez les guidage de poids sur la partie supérieure du cadre à l'aide de deux écrous et des rondelles.
13. Enfoncez la goupille de poids dans le poids supérieur. Faites une répétition lentement, en soulevant le poids supérieur aussi haut que possible. Baissez doucement la poids supérieur jusqu'à sa position de départ. Si le poids supérieur colle, dévissez une de l'écrou de la barre de poids. Faites une nouvelle répétition lentement. Revissez l'écrou de la barre. Recommencez le mouvement une fois de plus et ajustez selon le besoin.
14. Faites une répétition lentement avec un poids léger, et demandez à une deuxième personne de s'assurer que le câble n'est pas sorti d'une poulie, ou qu'il ne frotte pas contre une protection du câble.
15. Remplacez l'embout de la tour et serrez les écrous à oreilles sur les boulons.

DIAGRAMME DES CÂBLES

Le diagramme du câble ci-dessous indique la position correcte des câbles. Utilisez le diagramme pour vous assurer que les câbles et les protections des câbles ont été assemblés correctement. Si les câbles n'est pas assemblés correctement, l'appareil de musculation ne pourra pas fonctionner normalement, ce qui peut entraîner des dommages. Les chiffres indiquent la position correcte des câbles. **Assurez-vous que les protections des câbles ne touchent et ne plient pas les câbles.**



REMARQUES

LISTE DES PIÈCES—N°. du Modèle GZFI8176.1

R0408A

N°.	Qté.	Description	N°.	Qté.	Description
1	1	Cadre	53	39	Insertion du Poids
2	1	Tour	54	2	Bague du Guide
3	2	Bras	55	1	Bague du Support Petit
4	1	Tube du Coussin des Pectoraux	56	4	Pied du Tour
5	2	Barre du Guide	57	1	Bague de 5/8"
6	1	Sélection de Poids	58	1	Couvercle du Câble
7	1	Poids Supérieur	59	2	Boulon en Bouton de 3/8" x 2 3/4"
8	14	Poids 10 livres	60	3	Boulon de 3/8" x 2"
9	5	Poids 20 livres	61	6	Boulon de 3/8" x 1 3/4"
10	1	Cadre du Siège	62	2	Boulon de 3/8" x 1"
11	1	Cadres du Coussin des Pectoraux	63	2	Boulon de 1/2" x 1 1/4"
12	2	Tube de la Poignée	64	2	Boulon à Épaule de 1/2" x 1 1/4"
13	2	Manche	65	4	Boulon en Bouton de 5/16" x 5/8"
14	1	Support en « U »	66	2	Boulon de 1/4" x 3/8"
15	1	Cadre de la Panneau d'Accès	67	2	Vis Auto-Taraudeuse de #8 x 3/4"
16	1	Panneau d'Accès	68	1	Boulon en Bouton Jaune de 3/8" x 3/4"
17	1	Couvercle du Tour	69	6	Boulon en Bouton de 3/8" x 1"
18	1	Embout du Tour	70	14	Boulon en Bouton de 3/8" x 1/2"
19	2	Tour Finition	71	4	Vis de Réglage de 5/16"
20	1	Siège	72	6	Boulon de 1/4" x 3/4"
21	1	Coussin des Pectoraux	73	8	Vis de Réglage de #10
22	2	Essieu du Bras	74	12	Rivet
23	3	Pied du Cadre	75	1	Elastique
24	2	Couvercle d'Usure	76	2	Rondelle de 1/4"
25	2	Support de la Poignée	77	4	Bague-Attache de 1/2"
26	1	Cadre de la Grande Plaque	78	4	Bague-Attache de 1"
27	1	Grande Plaque de la Tour	79	4	Rondelle en Nylon de 1"
28	1	Cadre de la Petite Plaque	80	4	Rondelle de Verrouillage de 5/8"
29	1	Petite Plaque de la Tour	81	1	Rondelle Étoilée de 1"
30	2	Essieu de la Poignée	82	1	Rondelle de 1"
31	1	Câble Long	83	4	Rondelle en Nylon de 1/2"
32	1	Câble Court	84	6	Écrou à Cage de 1/4"
33	2	Poignée	85	13	Écrou de 3/8"
34	2	Attache de l'Elastique	86	2	Écrou Ailé de 1/4"
35	2	Embout de la Poignée	87	1	Écrou de 1"
36	2	Col de Poignée	88	3	Écrou à Filet Fin de 3/8"
37	2	Amortisseur du Bras	89	4	Écrou de 5/8"
38	1	Bague du Support Longue	90	1	Cadre Finition
39	1	Couvercle du Cadre	91	2	Écrou de Blocage de 3/8"
40	1	Plaque d'Arrêt	92	2	Vis en Bouton de 1/4" x 1"
41	1	Bouton de Réglage	93	4	Boulon à Épaule de 3/8"
42	9	Poulie	94	7	Rondelle Dentée de 3/8"
43	2	Bouchon Petit	95	1	Barre de 5/16"
44	2	Extrémité du Cable	96	1	Bouchon Grand
45	4	Amortisseur du Support du Manche	97	4	Bague de 3/8"
46	2	Arrêt en Caoutchouc	98	4	Écrou 5/16"
47	1	Arceau d'Ancrage	99	1	Couvercle du Siège
48	4	Bague de 1"	100	1	Goupille de Rouleau
49	8	Bague de 1/2"	101	2	Rondelle en Nylon de 1/2"
50	3	Protection du Câble	*	—	Manuel de l'Utilisateur
51	1	Goupille de Poids	*	—	Fiche Technique/Poche
52	2	Amortisseur de Poids			

Remarque : les spécifications peuvent être modifiées sans notification. Pour obtenir des informations sur la façon de commander des pièces de rechange, reportez-vous au verso de ce manuel. *Indique une pièce non-dessinée.

R0408A



R0408A



COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE

Si vous avez des questions, ou si vous avez besoin d'assistance, veuillez contacter le Service à la Clientèle à l'adresse ou au numéro ci-dessous. Merci de préparer l'information suivante :

- le NUMÉRO DU MODÈLE de cet appareil (GZFI8176.1)
- le NOM de cet appareil (l'appareil de musculation FREEMOTION EPIC SEATED ROW)
- le NUMÉRO DE SÉRIE de cet appareil (référez-vous à la couverture de ce manuel)

Quand vous commandez des pièces de rechange, merci de nous fournir le NUMÉRO DE LA PIÈCE et la DESCRIPTION de la pièce ou des pièces (voir la LISTE DES PIÈCES et le SCHÉMA DÉTAILLÉ à la pages 13-15).

