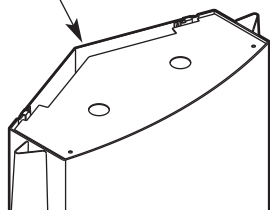


N°. du Modèle GZFM6012.5
N°. de Série _____

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

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



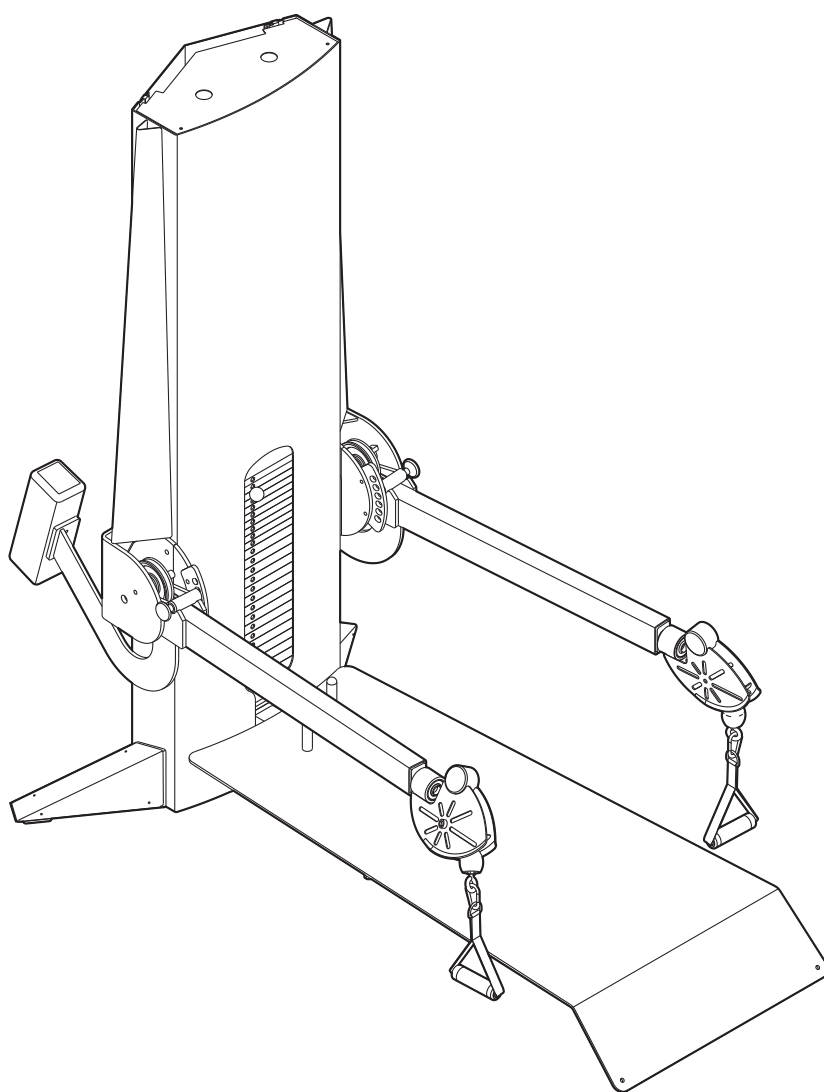
QUESTIONS?

En FreeMotion Fitness nous nous engageons à satisfaire notre clientèle entièrement. Si vous avez des questions, référez-vous à COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE à 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.

MANUEL DE L'UTILISATEUR



Notre website à

www.freemotionfitness.com

TABLE DES MATIÈRES

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

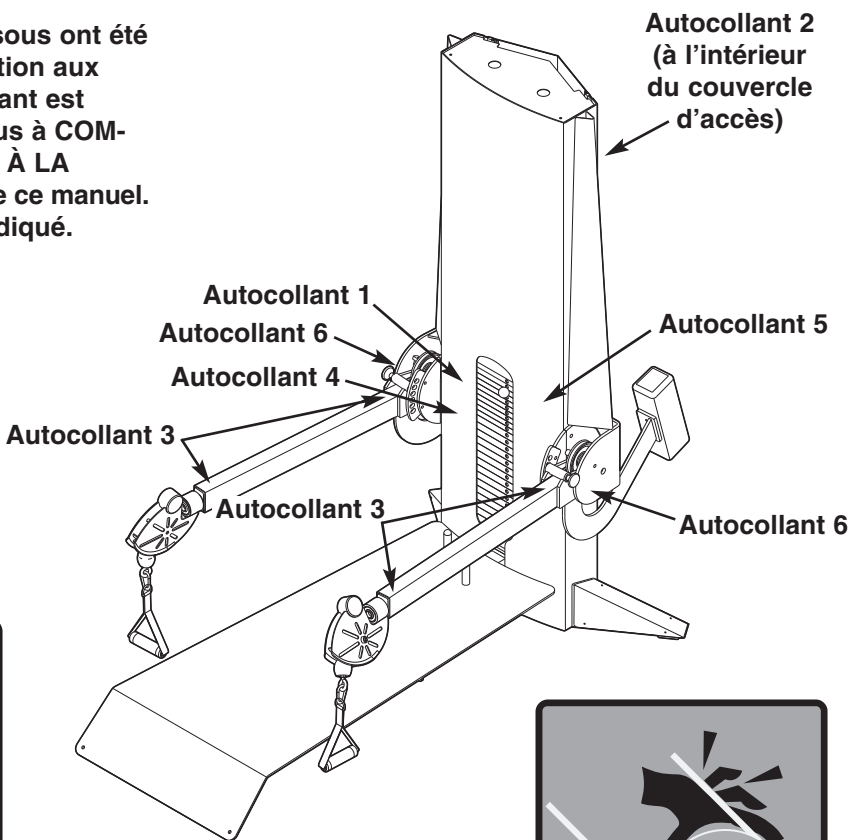
PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

⚠ 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. Lisez toutes les instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser l'appareil de musculation. N'utilisez l'appareil de musculation que de la manière décrite dans ce manuel.
3. L'acquéreur 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 dans un endroit encombré.
4. À l'aide des deux trous d'ancrage de 9/16" pour une stabilité maximale, l'appareil de musculation doit être fixé au sol quand cela est nécessaire ou possible.
5. N'utilisez l'appareil de musculation que sur une surface plane. Couvrez le sol sous l'appareil de musculation pour le protéger.
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. Tenez les enfants de moins de 12 ans et les animaux domestiques éloignés de l'appareil de musculation à tous moments.
8. 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.
9. Portez toujours des chaussures de sports pour protéger vos pieds lors de vos exercices.
10. 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.
11. Assurez-vous que la goupille de poids est complètement enfoncée dans une des plaques de poids.
12. Assurez-vous que les poignées sont solidement attachées avant chaque utilisation de l'appareil de musculation.
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. L'appareil de musculation est conçu pour soutenir un utilisateur dont le poids ne dépasse pas 160 kgs. (350 lbs.).
16. Assurez-vous que le bouton de réglage est complètement enfoncé dans le support de réglage. Le col rouge sur le bouton de réglage ne doit pas être visible.
17. Cessez immédiatement vos exercices si vous ressentez une douleur ou des étourdissements et commencez des exercices de retour à la normale.

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.



Autocollant 1
Pièce GZ7003FR

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 trouvée dans cette position.
- 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 6
Pièce GZ7376FR

ATTENTION

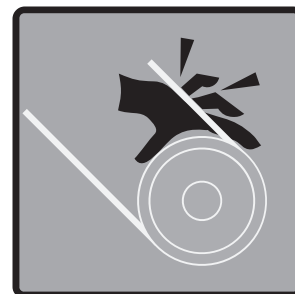
Assurez-vous que la goupille est complètement insérée avant l'utilisation. La bande rouge sur la tige de la goupille ne doit pas être visible.

Incorrect

Correct

GZ7376FR

Autocollant 3
Pièce GZ7008



Autocollant 4

PRECAUCIÓN

MANTÉNGASE RETIRADO DE
PIEZAS MÓVILES. EL NO
HACERLO PUEDE RESULTAR
EN LESIONES A LA PERSONA.

GZ7005SP

ADVERTENCIA

EL PANEL DE ATRÁS DEBE ESTAR EN SU LUGAR ANTES QUE SE USE LA MÁQUINA.

INSPECCIONE TODOS LOS CABLES, TIRANTES, PIEZAS MÓVILES Y AJUSTADORES SEMANALMENTE. REFIÉRESE AL MANUAL DE MANTENIMIENTO.

MANTENGA LAS MANOS LIBRES DE PIEZAS MÓVILES. EL NO HACERLO PUEDE RESULTAR EN LESIONES A LA PERSONA.

GZ7004SP

Autocollant 2

Autocollant 5
Pièce GZ7026FR

PRECAUCIÓN

El pasador para seleccionar pesas debe estar completamente insertado dentro de la placa de pesas.

GZ7026SP

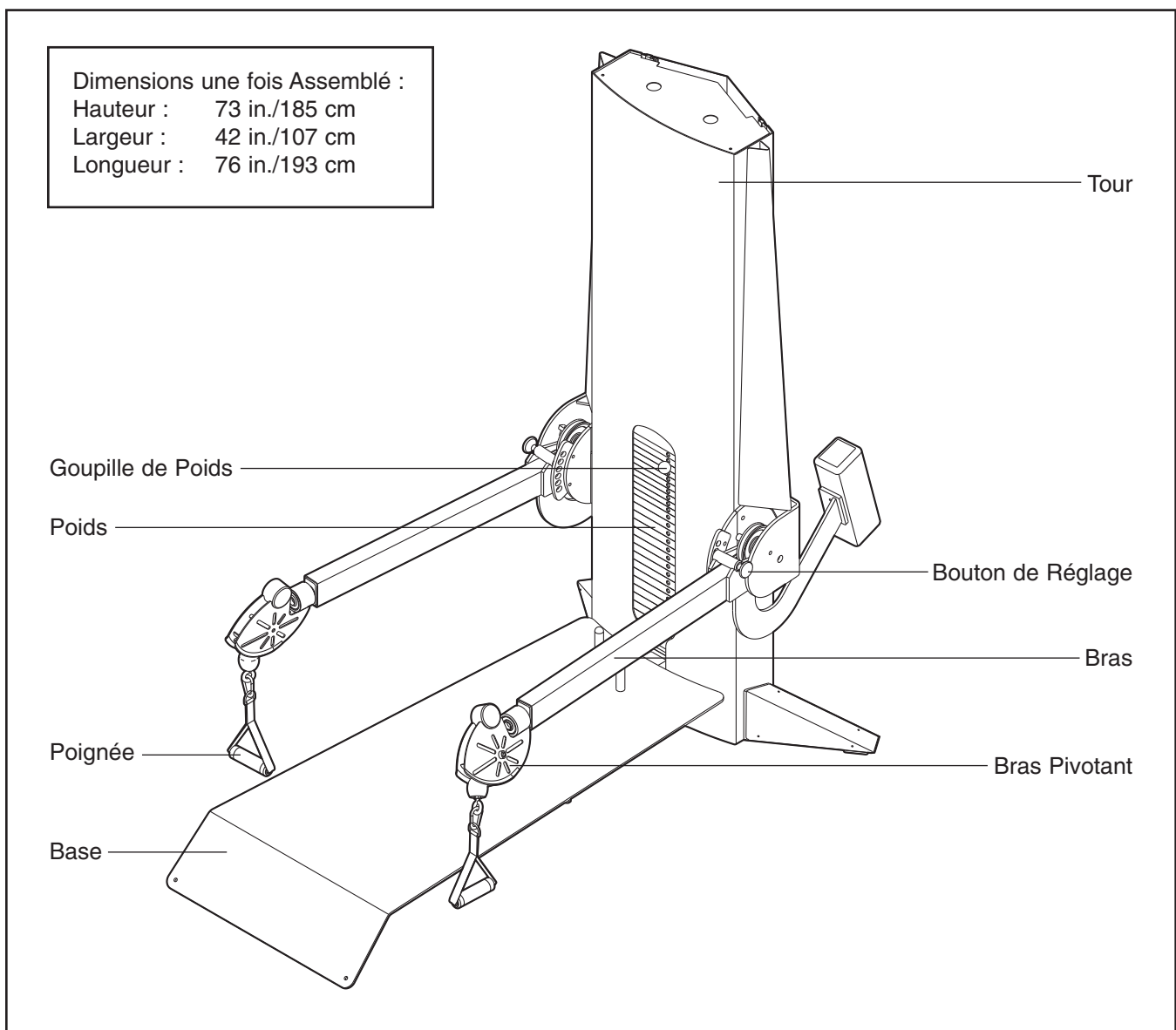
AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir sélectionné l'appareil de musculation par soulèvement FREEMOTION® LIFT. Grâce à un mouvement libre, vous pouvez faire travailler ensemble les groupes de muscles de votre corps-comme vous le faites dans votre vie de tous les jours-et le faire de manière plus précise et efficace. Que votre but soit de tonifier votre corps, de développer votre musculature et votre force, d'améliorer votre système cardiovasculaire ou de vous entraîner pour des mouvements précis, l'appareil de musculation par soulèvement LIFT vous aidera à obtenir les résultats désirés.

Pour votre bénéfice, veuillez lire attentivement ce manuel avant d'utiliser le tapis de course. Si vous

avez des questions après avoir lu ce manuel, référez-vous à la page de couverture de ce manuel pour nous contacter. Pour faciliter votre appel, merci de préparer les informations suivantes : le numéro du modèle de l'appareil et le numéro de série. Le numéro du modèle et l'emplacement de l'autocollant du numéro de série sont indiqués sur la page de couverture de ce manuel.

Avant de continuer votre lecture, familiarisez-vous avec les pièces illustrées sur le schéma ci-dessous.

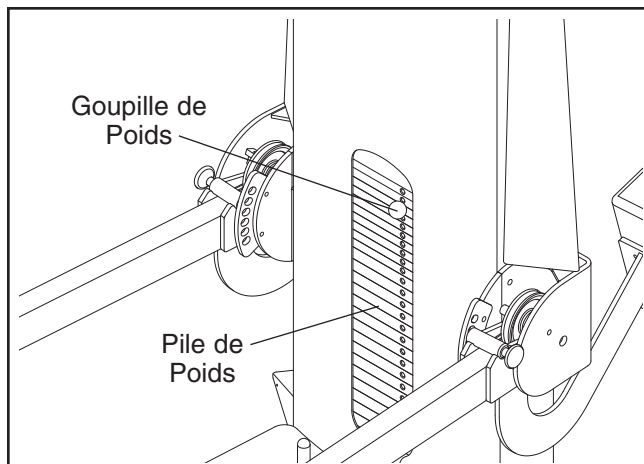


RÉGLAGES

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.

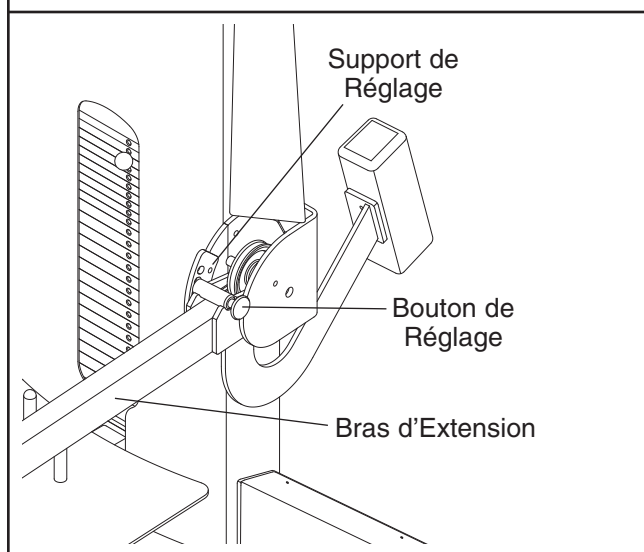
RÉGLER LA RÉSISTANCE

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 LES BRAS D'EXTENSION

Pour régler un bras d'extension, tirez le bouton de réglage hors du support de réglage. Placez le bras dans la position désirée puis replacez le bouton de réglage dans le trou sur le support de réglage. Assurez-vous que le col rouge sur le bouton de réglage n'est pas visible.



ENTRETIEN

Pour une utilisation sécuritaire et sans problème de votre matériel de musculation FREEMOTION, il est important d'effectuer des tâches régulières d'entretien préventif. Demandez à tout le personnel d'effectuer les tâches d'inspection et d'entretien du matériel, ainsi que de noter et de rapporter tout accident. N'utilisez que des pièces d'origine de FREEMOTION pour les réparations ou les remplacements, afin de conserver la couverture de garantie de votre matériel de musculation. Reportez-vous à COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE de la dernière page de ce manuel pour toute question ou précision.

CALENDRIER D'ENTRETIEN

Quotidiennement

1. Graniture—Nettoyage général :

- Essuyez à l'aide d'un chiffon doux humecté d'une solution de savon doux et d'eau tiède.
- Si nécessaire, utilisez une brosse à poils souples avec la solution de nettoyage.
- Rincez soigneusement à l'aide d'un chiffon doux et humecté d'eau propre, puis asséchez soigneusement.

2. Garniture—Taches tenaces :

- Vaporisez un nettoyant d'entretien ménager non abrasif sur la tache, tel que FORMULA 409®, SIMPLE GREEN® ou un produit semblable.
- Frottez légèrement la zone et laissez reposer quelques minutes.
- Rincez soigneusement à l'aide d'un chiffon doux et humecté d'eau propre, puis asséchez soigneusement.
- Répétez si nécessaire à l'aide d'une brosse à poils souples.

Méthode facultative pour les taches tenaces :

- Frottez la tache à l'aide d'un chiffon humecté d'alcool à friction.
- Rincez soigneusement à l'aide d'un chiffon doux et humecté d'eau propre, puis asséchez soigneusement.

ATTENTION : lorsque vous utilisez un produit de nettoyage, essayez-le d'abord sur une zone non visible de l'appareil pour assurer qu'il ne puisse abîmer pas le matériel. Suivez les instructions et les précautions de sécurité du fabricant de chaque produit de nettoyage utilisé. FreeMotion Fitness et ses distributeurs ne peuvent être tenus responsables des dommages ou des blessures résultant de l'utilisation ou de l'utilisation impropre de produits de nettoyage.

3. Tours et cadres :

- Essuyez à l'aide d'un chiffon doux humecté d'une solution de savon doux et d'eau tiède. Rincez soigneusement à l'aide d'un chiffon doux et humecté d'eau propre, puis asséchez soigneusement.

Important : n'utilisez pas de produits de nettoyage abrasifs car ils pourraient rayer l'équipement. Les nettoyeurs puissants et les abrasifs endommageront les autocollants. Prenez soin à ne pas abîmer les autocollants. N'utilisez pas de dissolvants, tels que le diluant à peinture-laque, le kérosène, l'essence ou les liquides du même type.

4. Couvercles d'acier inoxydable :

- Essuyez en utilisant une solution de savon doux et d'eau tiède. Rincez et asséchez soigneusement.
- Au choix ou pour enlever les traces de corrosion, utilisez une pâte à polir commerciale pour acier inoxydable. Suivez les instructions du fabricant.

5. Poignées/Sangle du talon :

- Vérifiez toutes les sangles pour y déceler tout signe d'usure.
- Effectuez l'inspection visuelle de la totalité de chacune des sangles pour y déceler tout signe d'usure, tel que coupures, déchirures et entailles. Remplacez immédiatement la sangle si nécessaire.
- Des peluches apparaîtront sur les sangles après quelque temps : cette situation ne pose pas problème tant que la trame même de la sangle n'est pas usée.

6. Sangles à anneaux :

- Si un anneau déchire la sangle, remplacez immédiatement la sangle.
- Vérifiez les coutures des sangles pour y déceler toute déchirure, partie usée ou rupture. Remplacez la sangle si nécessaire.

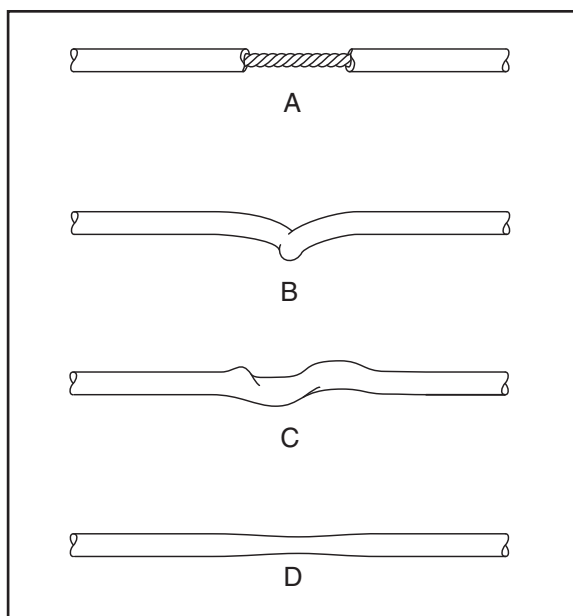
HEBDOMADAIRE

1. Pièces :

- Vérifiez tous les écrous et les boulons. Serrez-les selon le besoin. **Important** : tous les coussinets FREEMOTION sont fabriqués de pièces de contreplaqué dense fixées au cadre de l'appareil à l'aide d'écrous à pointes à enfoncer. Étant donné que ces écrous à pointes à enfoncer sont fixés au contreplaqué, ils ne peuvent offrir la résistance des écrous et boulons ordinaires. Par conséquent, ne serrez les boulons des coussinets que suffisamment à les appuyer modérément pour immobiliser ou stabiliser les coussinets. Le serrage à l'excès pourrait faire céder la prise au contreplaqué des écrous à pointes à enfoncer et éliminer toute possibilité future de retirer le coussinet.

2. Câble :

- Vérifiez la tension du câble.
- Vérifiez toute la longueur du câble en tirant chaque poignée individuellement, le plus loin possible de l'appareil et en faisant l'inspection du câble exposé à l'extérieur de l'appareil, ainsi que le câble à l'intérieur de la tour de la pile.
- Passez vos doigts sur le câble, en faisant particulièrement attention aux pliures et aux points d'attache.
- Les conditions ci-dessous peuvent indiquer que le câble a besoin d'être remplacé :
 - A. La gaine du câble est déchirée ou fendue et expose le câble.
 - B. Le câble est entortillé ou sévèrement plié.
 - C. La gaine du câble fait des bosses.
 - D. La gaine du câble est tendue et laisse apparaître une section distendue du câble.



MENSUEL OU SELON BESOIN

1. Poignée :

- Vérifiez et remplacez si nécessaire.

2. Barres du Guide de la Pile de Poids :

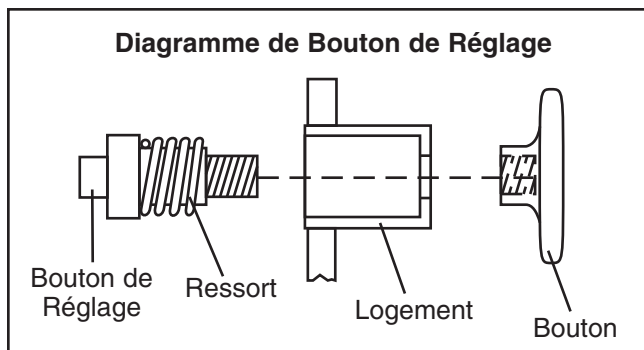
- Nettoyez et lubrifiez toute la longueur en l'essuyant à l'aide d'un chiffon doux humidifié avec de l'huile de moteur. Seule une légère couche sur toute la longueur est nécessaire.

VÉRIFICATION DE LA TENSION DU CÂBLE

1. Enfoncez la goupille de poids dans la plaque du poids supérieur.
2. Soulevez et baissez doucement le poids supérieur comme le ferait l'appareil lors d'une utilisation normale. Le poids supérieur devrait reposer sur le deuxième poids quand la poignée est dans la position de repos.
 - Si le câble est trop tendu, le poids supérieur ne sera pas posé sur le deuxième poids et il sera difficile d'enfoncer la goupille de poids dans les plaques de poids.
 - Si le câble n'est pas assez tendu, le poids supérieur ne se soulèvera pas immédiatement quand une des poignées est tirée. Dans une situation parfaite, la poignée/le câble ne devrait pas bouger de plus de 1,3 cm (1/2 in.) de la position de repos avant que le poids supérieur ne se soulève.
3. Si le câble est trop ou pas assez tendu, régler le câble comme décrit dans la section RÉGLAGES DU CÂBLE à la page 9.

BOUTON DE RÉGLAGE

Si un bouton de réglage « colle », il a besoin d'être lubrifié. Démontez le bouton et appliquez une légère couche de graisse de lithium. Ré-assemblez le bouton comme illustré sur le schéma. Si le bouton de réglage ne fonctionne toujours pas correctement, le ressort a peut-être besoin d'être remplacé. Pour commander un nouveau ressort, référez-vous à la section Pour commander des pièces de rechange au dos de ce manuel.



RÉGLAGES DU CÂBLE

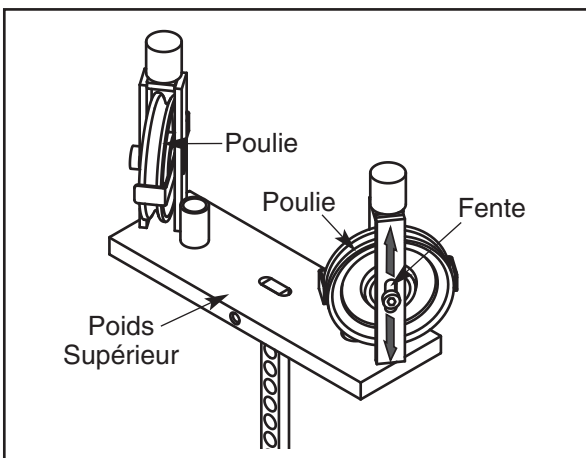
ATTENTION : après chaque réglage du câble, tirez la poignée en utilisant une petite charge et demandez à une deuxième personne de s'assurer que le câble n'a pas déraillé d'une poulie ou qu'il ne se frotte pas contre une protection (référez-vous à la section PROTECTIONS DU CÂBLE à la page 10).

RÉGLAGE INITIAL

Réglage de la Poulie du Poids Supérieur—Tous les appareils. Outils nécessaires : clé polygonale ouverte ou fermée de 9/16", clé hexagonale de 5/16".

Remarque : ceci est le premier réglage à effectuer sur tous les appareils. Si ce réglage ne règle pas le problème du jeu dans le câble, référez-vous à la section RÉGLAGES SUPPLÉMENTAIRES à droite.

1. Retirez le couvercle d'accès en tirant sur sa partie basse pour le dégager puis en le faisant glisser vers le haut jusqu'à ce que les deux jeux de languettes se relâchent.
2. À l'aide d'une clé hexagonale de 5/16" et d'une



clé polygonale ouverte ou fermée de 9/16", dévissez l'écrou qui maintient la poulie dans son support sur le poids supérieur.

3. Pour tendre le câble, glissez la poulie vers le bas dans la fente. Pour détendre le câble, glissez la poulie vers le haut.
4. Serrez l'écrou et vérifiez la tension comme décrit dans la section VÉRIFICATION DE LA TENSION DU CÂBLE à la page 8. Si nécessaire, ajustez à nouveau la poulie.
5. Remplacez le couvercle d'accès.

RÉGLAGES SUPPLÉMENTAIRES

Réglage de l'Extrémité de la Poignée—Tous les appareils munis d'une sangle et d'une poignée. Outils nécessaires : clé hexagonale de 1/8", pinces coupantes pour câbles, couteau, clé dynamométrique.

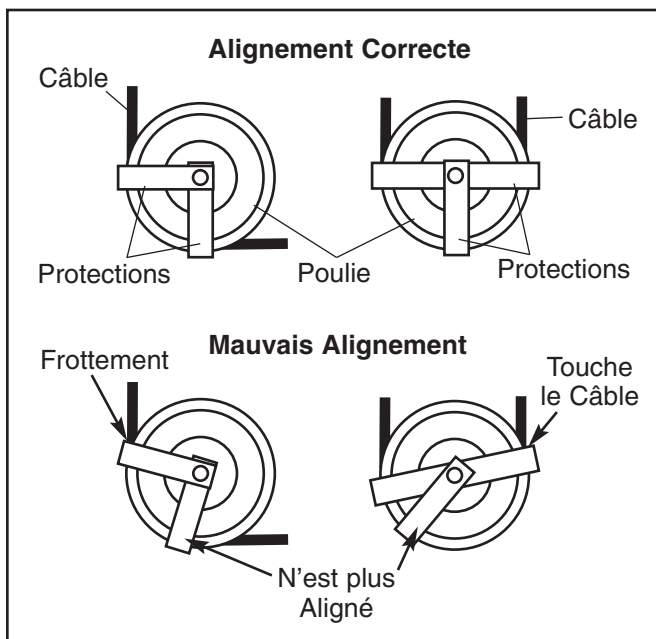
Remarque : n'effectuez ce réglage que si la poulie sur le poids supérieur a déjà été réglée sur la partie la plus basse de la fente et que le câble n'est pas encore assez tendu.

Remarque : ce réglage sert uniquement à tendre le câble car il requiert le raccourcissement du câble. Seule une extrémité du câble devrait être raccourcie.

1. Détendez un peu le câble en retirant la goupille de poids et en tirant sur la poignée de 15 à 20 cm (6 à 8 in.). Enfoncez la goupille de poids dans la troisième plaque de poids et le tube en dessous du poids supérieur.
2. Retirez le couvercle en caoutchouc noir du coupleur en aluminium et glissez le couvercle vers le haut, le long du câble, jusqu'à toucher la poulie dans le bras pivotant.
3. Dévissez les quatre vis sans tête UNC-20 de 1/4" sur le coupleur et tirez le câble pour le libérer.
4. Coupez 2,5 cm (1 in.) du câble à l'aide des pinces coupantes pour câbles. **Remarque : un autre outil pourrait aplatir ou endommager les extrémités des filaments du câble et ainsi entraîner des difficultés pour réintroduire le câble dans le trou du coupleur.**
5. Coupez la gaine noire du câble de 2,5 cm (1 in.) à partir de l'extrémité du câble.
6. Réinsérez le câble et la gaine dans le coupleur de manière à ce que le câble nu soit dans le trou.
7. Resserrez les quatre vis sans tête dans les trous à vis. Vissez les vis sans tête du même nombre de tours chacun jusqu'à ce qu'elles touchent le câble. Vissez ensuite chaque vis d'un quart de tour, à tour de rôle, jusqu'à ce qu'elles soient toutes réglées sur 85 pouces-livre (9.6 Newton-mètres).
8. Glissez le couvercle de caoutchouc sur le coupleur, retirez la goupille de poids puis baisser la poignée.
9. Vérifiez la tension du câble comme décrit dans la section VÉRIFICATION DE LA TENSION DU CÂBLE à la page 8.

PROTECTIONS DU CÂBLE

Vérifiez régulièrement l'alignement des protections pour vous assurer qu'il n'y a pas de friction entre le câble et les protections et que ces dernières effectuent leur rôle. Si l'alignement n'est pas correct, desserrez légèrement le boulon et réajustez selon le besoin.

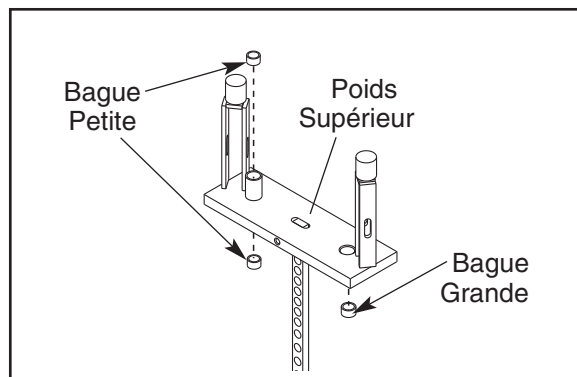


ENTRETIEN DE LA PILE DE POIDS

Pour des pièces de rechange, référez-vous à COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE à la dernière page de ce manuel.

1. Retirez le couvercle d'accès en tirant sur sa partie basse pour le dégager puis en le faisant glisser vers le haut jusqu'à ce que les deux jeux de languettes se relâchent.
2. Desserrez le boulon supérieur ou l'écrou sur chaque barre du guide. Retirez les boulons ou les écrous et laissez glisser les barres du guide sur le sol.
3. Pour retirer le poids supérieur, dévissez la poulie pour libérer le câble à l'aide d'une clé hexagonale de 5/16" et d'une clé polygonale ouverte ou fermée de 9/16".
4. Glissez le poids supérieur vers le haut hors des barres du guide. Remarque : tirez les barres du guide vers l'arrière de l'appareil pour avoir plus de place.
5. L'entretien de la pile de poids comprend le changement de trois bagues sur le poids supé-

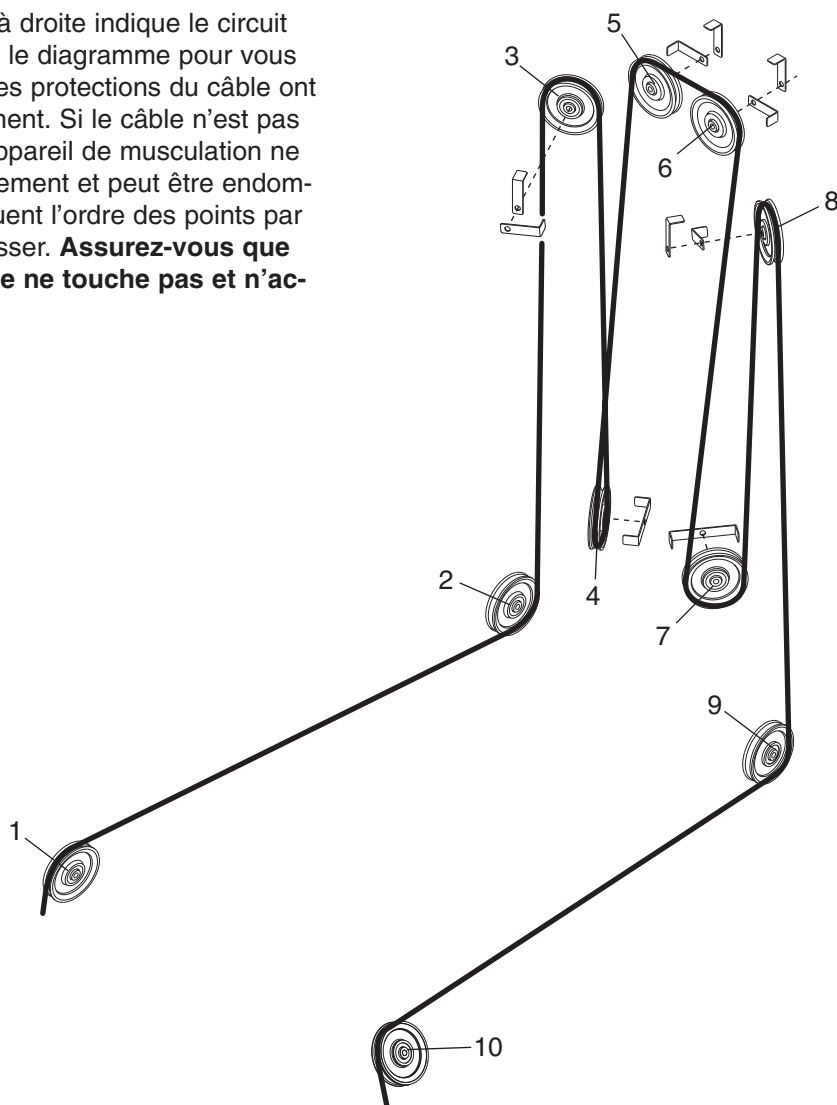
rieur. Utilisez un poinçon pour extraire les trois bagues placées dans le poids supérieur.



6. Pour mettre en place les nouvelles bagues, alignez chaque bague sur un trou sur le poids supérieur, placez un morceau de bois de protection sur la bague puis tapez doucement sur le bois pour enfoncer la bague dans son trou. Les bagues ne doivent pas dépasser de leurs trous. Remarque : il y a deux tailles de bagues. La bague légèrement plus grande correspond au trou unique sur le poids supérieur ; les bagues plus petites correspondent aux extrémités du support cylindrique.
7. Nettoyez et lubrifiez les barres du guide en les essuyant avec un chiffon doux et de l'huile de moteur. Appliquez une fine couche sur toute la longueur.
8. Remplacez le poids supérieur sur les barres du guide. Vissez la poulie, le câble et les protections du câble à leur place.
9. Rattachez les barres du guide sur la partie haute du cadre.
10. Enfoncez la goupille de poids dans le poids supérieur. Tirez la poignée en soulevant le poids supérieur jusqu'à sa position la plus haute. Retournez doucement la poignée à la position de repos. Si le poids supérieur « colle », desserrez un des boulons ou écrous de la barre du guide. Soulevez le poids supérieur jusqu'à sa position la plus haute. Resserrez le boulon ou l'écrou de la barre du guide. Effectuez à nouveau la manœuvre avec la poignée et ajustez les barres du guide si nécessaire.
11. Tout en tirant doucement la poignée, demandez à une deuxième personne de vérifier que la protection de la poulie du poids supérieur ne frotte pas et ne touche pas le câble.
12. Remettez le couvercle d'accès en place.

DIAGRAMME DU CÂBLE

Le diagramme du câble à droite indique le circuit correct du câble. Utilisez le diagramme pour vous assurer que le câble et les protections du câble ont été assemblés correctement. Si le câble n'est pas placé au bon endroit, l'appareil de musculation ne fonctionnera pas correctement et peut être endommagé. Les chiffres indiquent l'ordre des points par lesquels le câble doit passer. **Assurez-vous que les protections du câble ne touche pas et n'accroche pas le câble.**



REMARQUES

LISTE DES PIÈCES—N°. du Modèle GZFM6012.5

R0707A

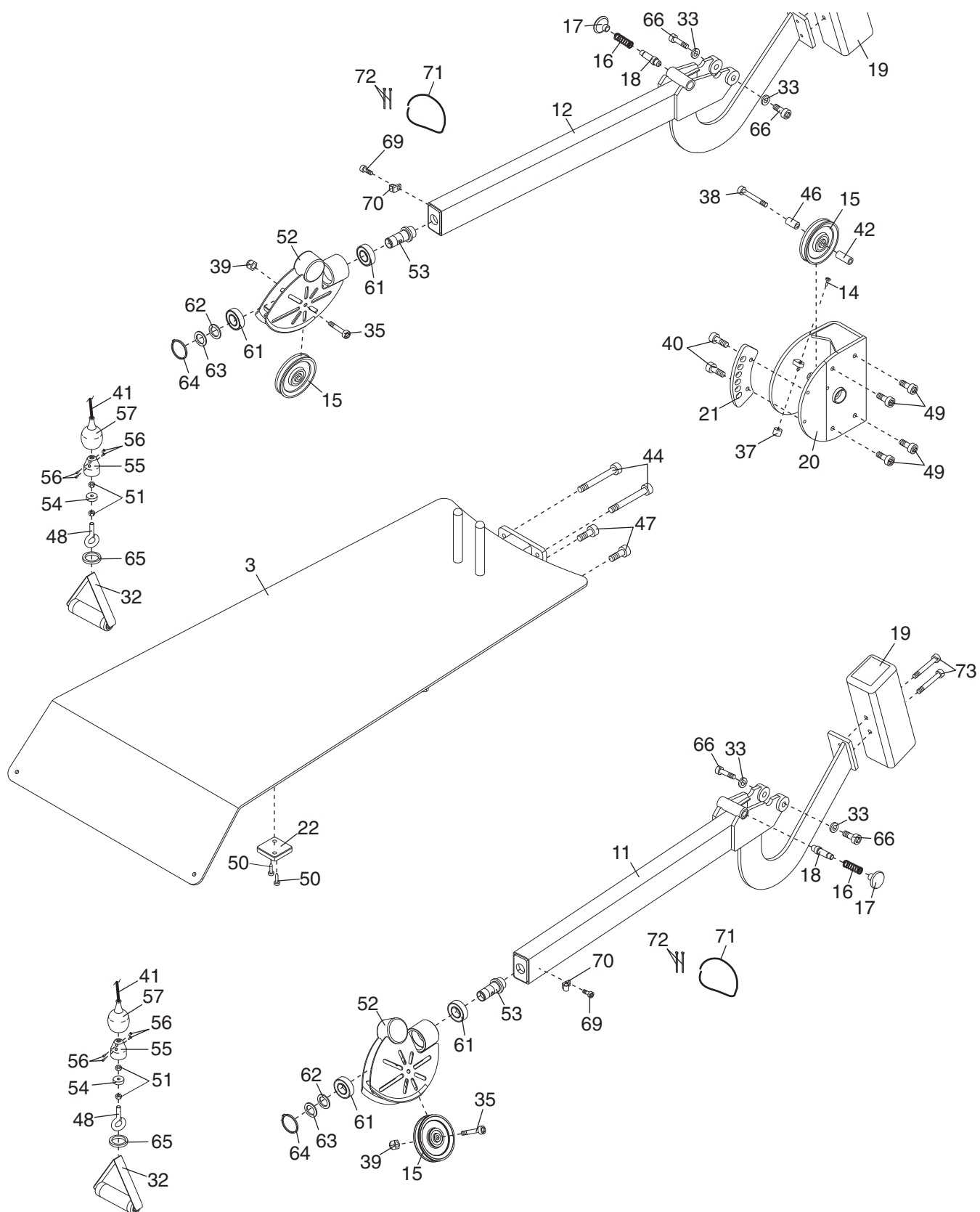
N°. de Pièce	Qtè.	Description	N°. de Pièce	Qtè.	Description
1	1	Tour	39	8	Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8"
2	1	Couvercle d'Accès	40	4	Vis de 3/8" x 3/4"
3	1	Base	41	1	Câble
4	1	Protection Droite de la Poulie	42	2	Longue Bague d'Espacement en Nylon
5	8	Rivet	43	2	Boulon de 3/8" x 2 1/4"
6	1	Stabilisateur Droit	44	2	Boulon de 1/2" x 4 1/2"
7	1	Stabilisateur Gauche	45	4	Boulon de 3/8" x 2v
8	1	Embout du Stabilisateur Droit	46	2	Short Nylon Spacer
9	1	Embout du Stabilisateur Gauche	47	8	Boulon de 1/2" x 1"
10	1	Protection Gauche de la Poulie	48	2	Boulon à Œil
11	1	Bras d'Extension Droit	49	8	Vis à Tête Plate de 1/2" x 1"
12	1	Bras d'Extension Gauche	50	6	Vis de 3/8" x 1/2"
13	2	Protection Double du Câble	51	4	Écrou de Pincement de 3/8"
14	2	Vis à Tête pour Bague de 5/16" x 5/8"	52	2	Bras Pivotant
15	10	Poulie	53	2	Tourillon
16	2	Ressort	54	2	Roulement à Billes de 1/2"
17	2	Bouton de Réglage	55	2	Coupleur en Aluminium
18	2	Bouton de Réglage	56	8	Vis sans Tête de 1/4"
19	2	Contrepoids	57	2	Embout en Caoutchouc
20	1	Cadre de Pivot Gauche	58	2	Amortisseur du Poids Supérieur
21	2	Support de Réglage	59	2	Petite Bague du Poids Supérieur
22	3	Pieds Amortisseur	60	1	Grande Bague du Poids Supérieur
23	8	Protection du Câble	61	4	Roulement à Billes de Pivot de la Poulie
24	4	Rondelle de Verrouillage Dentée de 3/8"	62	2	Rondelle Ondulée de 1"
25	2	Coussin de Poids	63	2	Rondelle de 1"
26	1	Goupille de Poids	64	2	Anneau de la Pièce de Maintien de 1"
27	15	Poids de 20 livres	65	2	Anneau de la Pièce de Maintien de 1 1/8"
28	9	Poids de 10 livres	66	4	Boulon à Épaulement de 3/4"
29	1	Poids Supérieur	67	4	Écrou de 1/4"
30	2	Barre du Guide de Poids	68	1	Plaque Supérieure de la Tour
31	4	Écrou de 5/8"	69	2	Vis Auto-perçante de #10
32	2	Poignée	70	2	Pince de l'Elastique
33	4	Bague de Pivot de 3/4"	71	2	Elastique
34	4	Rondelle de Verrouillage de 5/8"	72	4	Attache de l'Elastique
35	2	Boulon de 3/8" x 1 3/4"	73	4	Boulon de 3/8" x 4"
36	1	Cadre de Pivot Droit	*	-	Manuel de l'Utilisateur
37	2	Amortisseur du Bras			
38	2	Boulon de 3/8" x 4 1/2"			

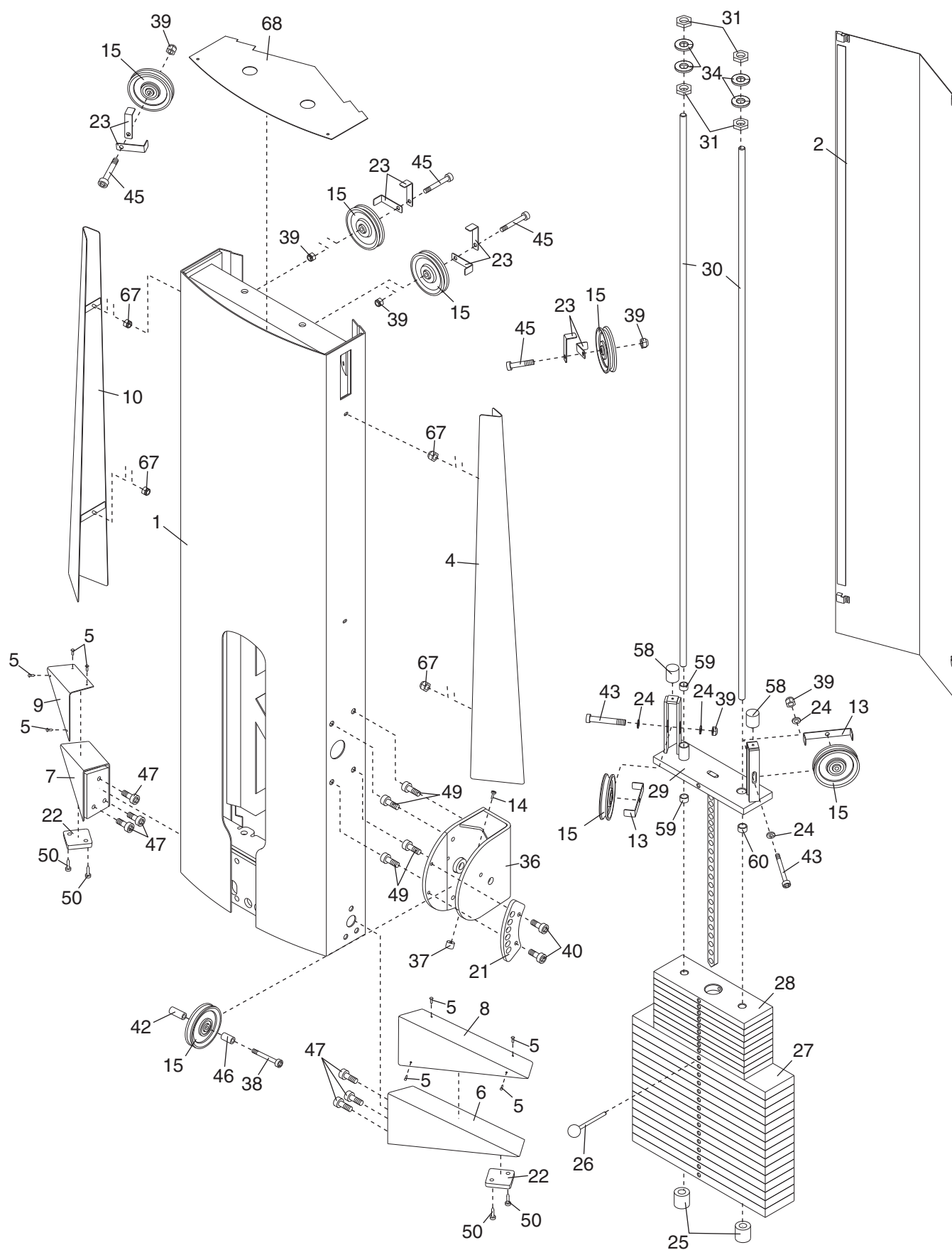
Remarque : Les spécifications sont sujettes à des changements sans notification. *Indique qu'une pièce n'est pas illustrée.

Si des pièces de rechange sont nécessaires, ou si des pièces sont manquantes ou endommagées, référez-vous à COMMENT CONTACTER LE SERVICE À LA CLIENTÈLE à la dernière page de ce manuel.

SCHÉMA DÉTAILLÉ—N°. du Modèle GZFM6012.5

R0707A





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 (GZFM6012.5)
- le NOM de cet appareil (appareil de musculation par soulèvement FREEMOTION® LIFT)
- 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 RÉFÉRENCE et la DESCRIPTION DE LA PIÈCE OU DES PIÈCES (voir la LISTE DES PIÈCES et le SCHÉMA DÉTAILLÉ à la pages 11 à 13).

