

Návod na použitie: Multifunkčná lavica DUVLAN Vario – kód: 4409

SK

Návod k použití: Multifunkční lavice DUVLAN Vario – kód: 4409

CZ

Instrukcja obsługi: Ławka wielofunkcyjna DUVLAN Vario – kod: 4409

PL

Használati útmutató: Multifunkciós edzőpad DUVLAN Vario – kód: 4409

HU

Vážené zákazníčky, vážení zákazníci

Teší nás, že ste sa rozhodli pre zariadenie značky **Duvlan**. Tento kvalitný produkt je navrhnutý a testovaný pre fitness tréningy v domácom prostredí. Pred poskladaním zariadenia si pozorne prečítajte návod na použitie. Používajte zariadenie iba tak ako je to popísané v tomto návode na použitie. Návod uschovajte pre prípad ďalšej potreby.

Prajeme Vám veľa zábavy a úspechov pri Vašom tréningu.

Váš Duvlan tím

Záruka

Na chyby materiálu a spracovanie poskytuje **Duvlan** záruku 5 rokov.

Záruka sa nevzťahuje na opotrebované časti a škody spôsobené nesprávnou manipuláciou so zariadením. V prípade reklamácie nás kontaktujte.

Záručná doba začína plynúť dátumom predaja (uschovajte preto doklad o kúpe).

Zákaznícky servis

Aby sme Vám mohli čo najlepšie pomôcť s prípadnými problémami na Vašom zariadení, poznačte si presný názov výrobku a číslo objednávky. Tieto údaje nájdete na faktúre.

Pokyny pre zaobchádzanie so zariadením po vyradení z prevádzky

Zariadenie **Duvlan** je recyklovateľné. Prosíme Vás, aby ste Vaše zariadenie po skončení životnosti odovzdali do zberní odpadu (alebo miesta na to určeného).

Kontakt

Duvlan s.r.o.
K Zornici 1990/23
957 01 Bánovce nad Bebravou
e-mail: servis@duvlan.com
web: www.duvlan.com

Pokyny

Tento návod na použitie je len referencia pre zákazníkov. **Duvlan** nepreberá ručenie za chyby vzniknuté prekladom, alebo technickou zmenou produktu.

Dôležité bezpečnostné upozornenie

Ak chcete znížiť riziko vážneho poranenia, prečítajte si nasledujúce bezpečnostné pokyny pred použitím produktu. Dozviete sa dôležité informácie o bezpečnosti, správnom používaní a údržbe zariadenia. Uschovajte tento návod na používanie v prípade neskoršej opravy, údržby alebo objednania náhradných súčiastok.

- Toto zariadenie nemôže používať osoba, ktorej telesná hmotnosť je väčšia ako **120 kg**.
- Povinnosťou majiteľa je zabezpečiť, aby všetci užívatelia tohto výrobku boli riadne informovaní o tom, ako bezpečne majú tento produkt používať.
- Zariadenie je navrhnuté pre tréning dospelých osôb. Nenechávajte deti a domáce zvieratá bez dozoru v miestnosti so strojom.
- Zabezpečte dostatočný priestor na bezpečné používanie zariadenia. V blízkosti stroja musí byť voľná plocha min. 0,6 m.
- Postavte zariadenie na nekĺzavý povrch. V prípade, že chcete chrániť Vašu podlahu, položte pod zariadenie ochrannú podložku.
- Používajte zariadenie vo vnútri a chráňte ho pred vlhkosťou a prachom. Neumiestňujte zariadenie do zastrešenej verandy a v blízkosti vody.
- Zariadenie je navrhnuté pre domáce používanie. Trieda použitia a presnosti H (norma STN EN 957-4). Pre komerčné využívanie zariadenia sa na zariadenie záruka nevzťahuje a výrobca za zariadenie neručí.
- Pri zdravotných komplikáciách a obmedzeniach konzultujte Váš tréning s Vaším lekárom. Povie Vám, ktorý tréning je pre Vás vhodný.
- Nesprávny tréning a precenenie Vašich schopností môže poškodiť Vaše zdravie.
- Pokiaľ počas tréningu pocítite nevoľnosť, bolesť na hrudi alebo sa Vám bude zle dýchať, okamžite ukončíte tréning a vyhľadajte lekára.
- S tréningom začnite až potom ako sa presvedčíte, že zariadenie je správne poskladané a nastavené.
- Pri montáži zariadenia postupujte presne podľa návodu.
- Používajte len originálne diely Duvlan (pozri zoznam).
- Pevne utiahnite všetky pohyblivé časti, aby ste zabránili ich uvoľneniu počas tréningu.
- Nepoužívajte zariadenie na boso alebo s voľnou obuvou. Počas tréningu nenoste voľné oblečenie. Pred začatím tréningu odložte všetky šperky. Vlasy si riadne upravte, aby Vám počas cvičenia neprekážali.
- Poškodené diely môžu ohroziť Vašu bezpečnosť a ovplyvniť životnosť zariadenia. Opotrebované a poškodené diely okamžite vymeňte, alebo zariadenie prestaňte používať.
- Pravidelne kontrolujte všetky matice a skrutky, či sú dotiahnuté.
- Akákoľvek montáž/demontáž zariadenia musí byť vykonaná starostlivo.
- Držte ruky a nohy preč od pohyblivých častí.
- Nesnažte sa toto zariadenie opravovať sami.
- Činky: 40 kg.
- Hmotnosť: 16,5 kg.
- Celkové rozmery (d x š x v): 147 x 65 x 89,5 cm.

Postup pri montáži

Vyberte všetky diely z kartónu a položte ich na zem. Skontrolujte si diely so zoznamom dielov a uistite sa, že nijaký diel v kartóne nechýba.

Náradie na montáž

Vidlicový kľúč č. 10, 14, 17-2x



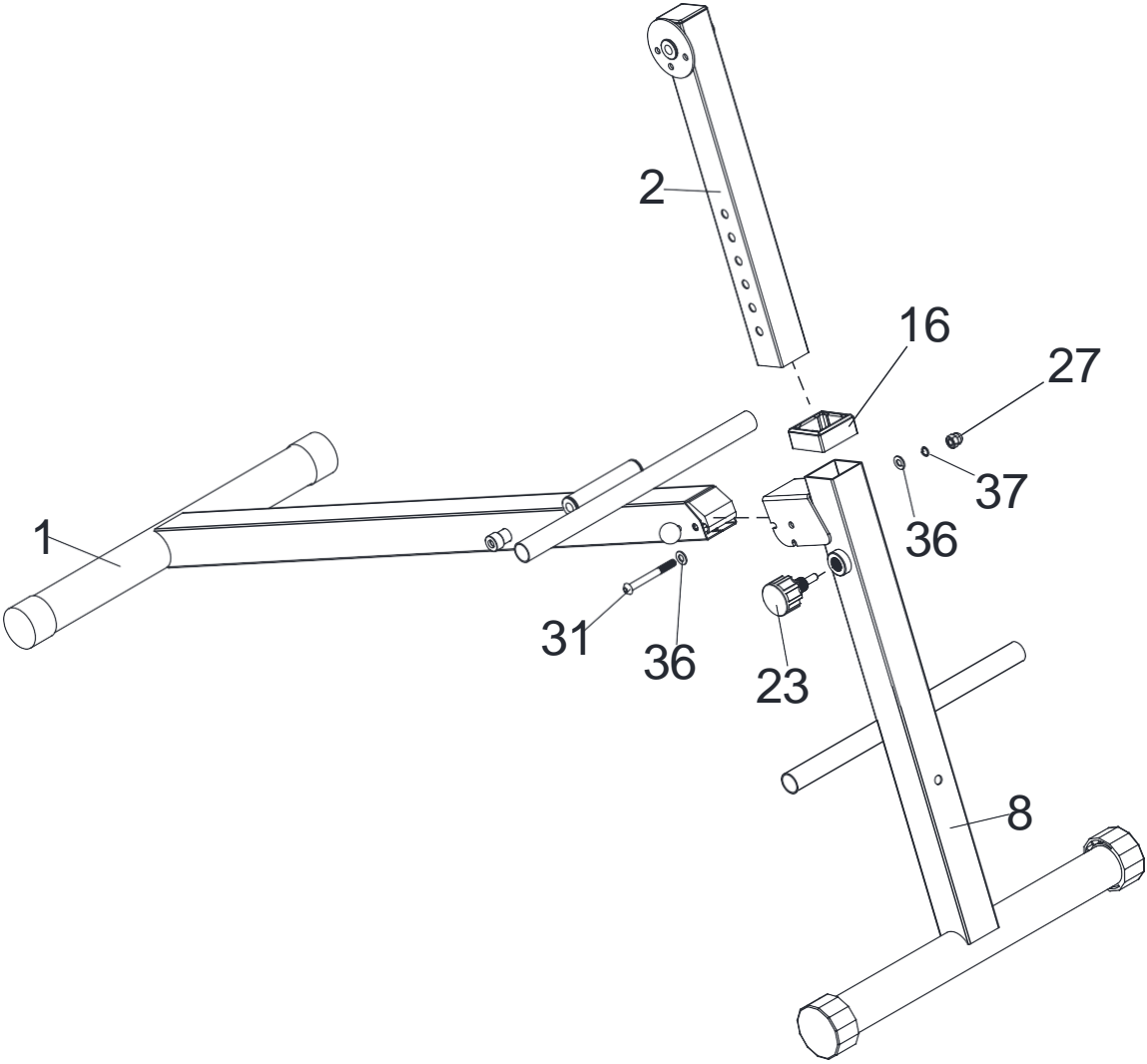
Krížový skrutkovač



Krok 5

Pripojte hlavný rám (1) do prednej sklonenej trubky (8), použitím jednej M8 x 70 mm skrutky (31), dvoch M8 položiek (36), jednej M8 pružinovej položky (37) a jednej M8 nylonovej matice (27).

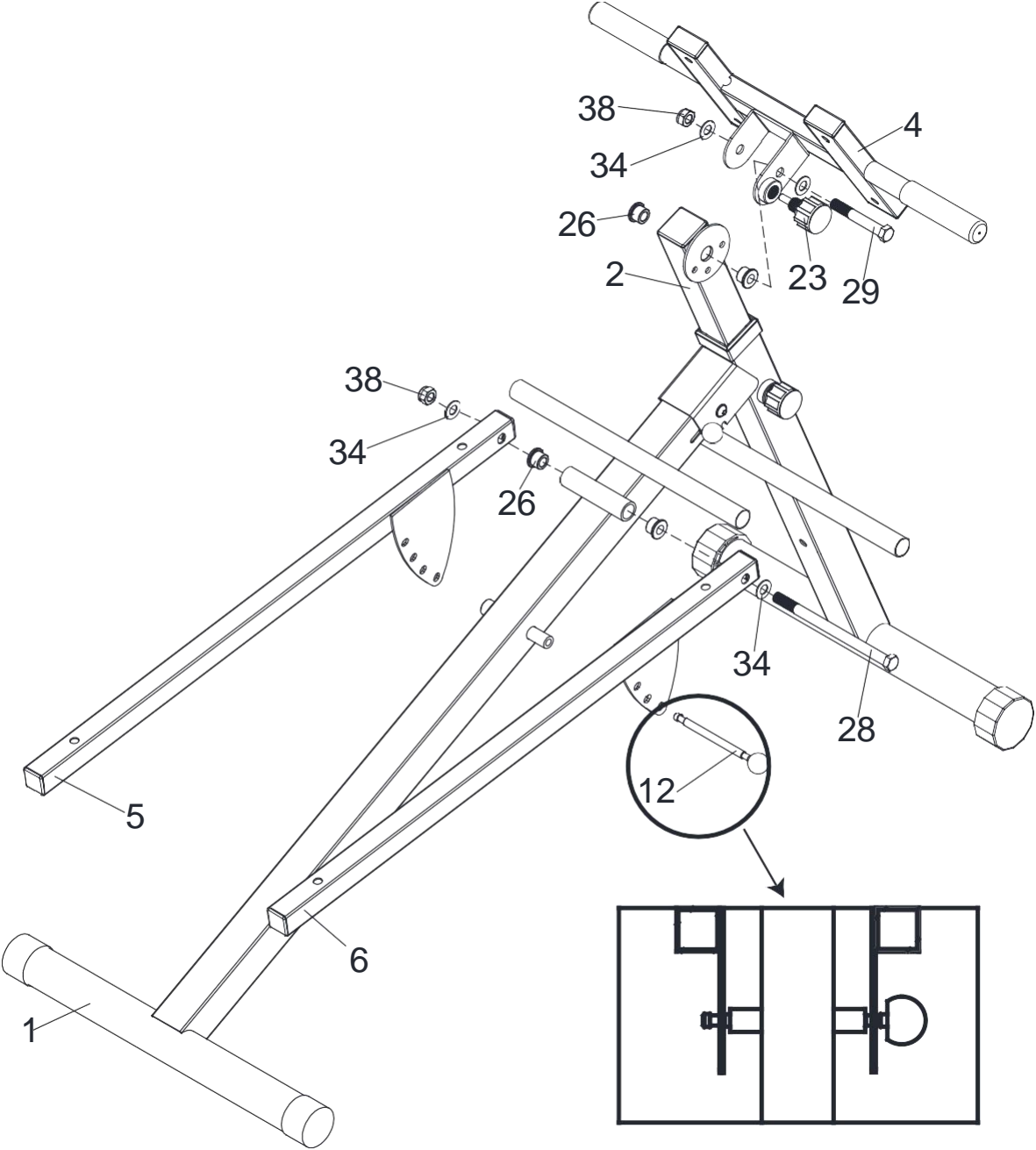
Vložte nastaviteľnú trubku (2) do prednej sklonenej trubky I(8) použitím rýchloskrutky (23).



Krok 6

Pripojte rámovú podporu operadla (ľavú) (5) a rámovú podporu operadla (pravú) (6) do hlavného rámu (1), použitím dvoch olejových puzdier (26), jednej M12 x 185 mm skrutky (28), dvoch M12 podložiek (34) a jednej M12 nylonovej matice (38).

Pripojte rám pod bicepsovú opierku (4) do nastaviteľnej trubky (2), použitím dvoch olejových puzdier (26), jednej M12 x 85 mm skrutky (29), dvoch M12 podložiek (34), jednej nylonovej matice M12 m (38) a jednej rýchloskrutky (23). Potom vložte rýchloskrutku (23) cez jednotlivé diery na doske typu U do každej jednej diery na oceľovom koliesku.



Poistný kolík (12) musí prejsť cez obe podpery (5 a 6) a hlavnú konštrukciu (1).

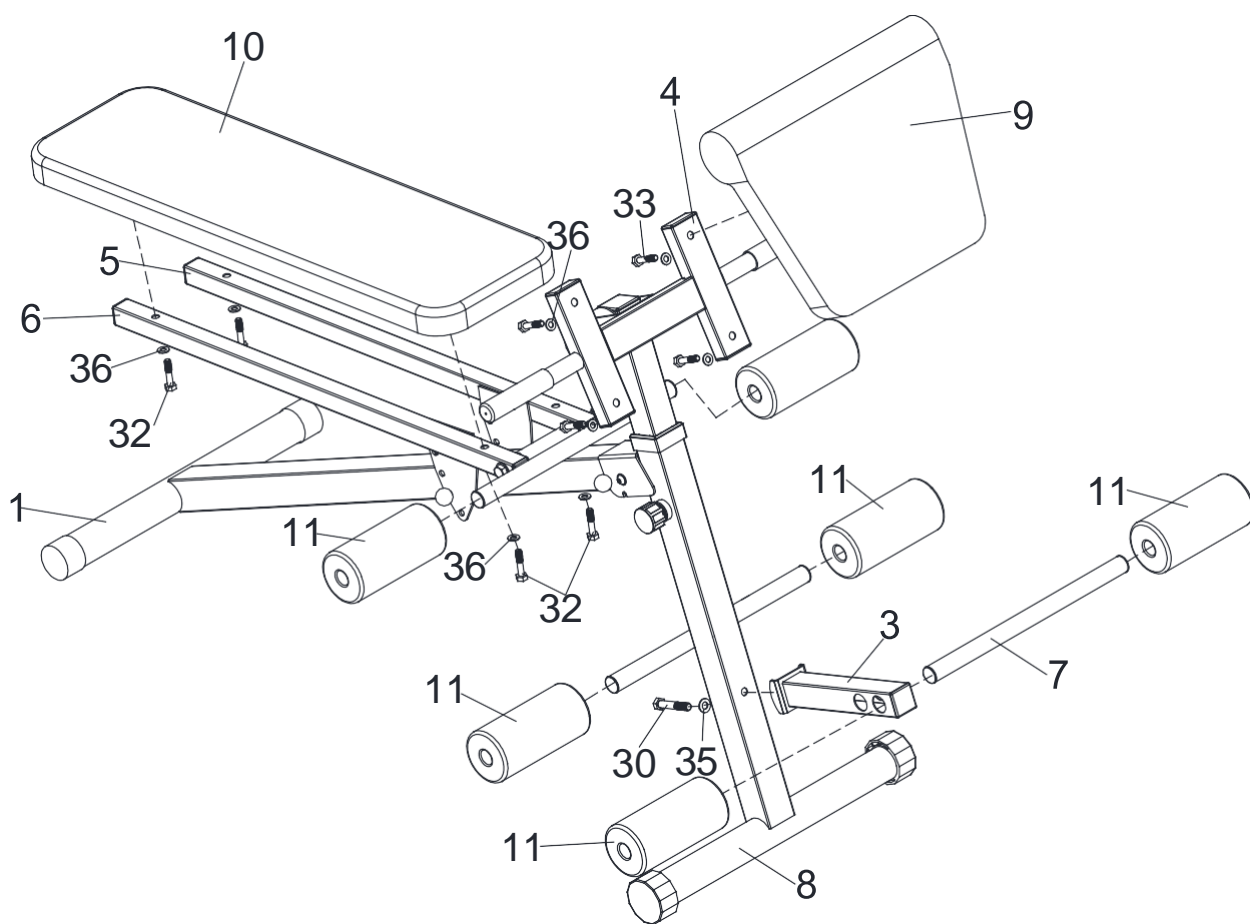
Krok 3

Pripojte chrbtovú opierku (10) do rámovej podpory operadla (ľavá) (5) a rámovej podpory operadla (pravá) (6), použitím štyroch M8 x 45 mm skrutiek (32) a štyroch M8 podložiek (36).

Pripojte bicepsovú opierku (9) do rámu (4), použitím štyroch M8 x 40 mm skrutiek (32) a štyroch M8 podložiek (36).

Pripojte pevnú penovú trubku (3) do prednej sklonenej trubky (8), použitím jednej M10 x 65 mm skrutky (30) a jednej M10 podložky (35).

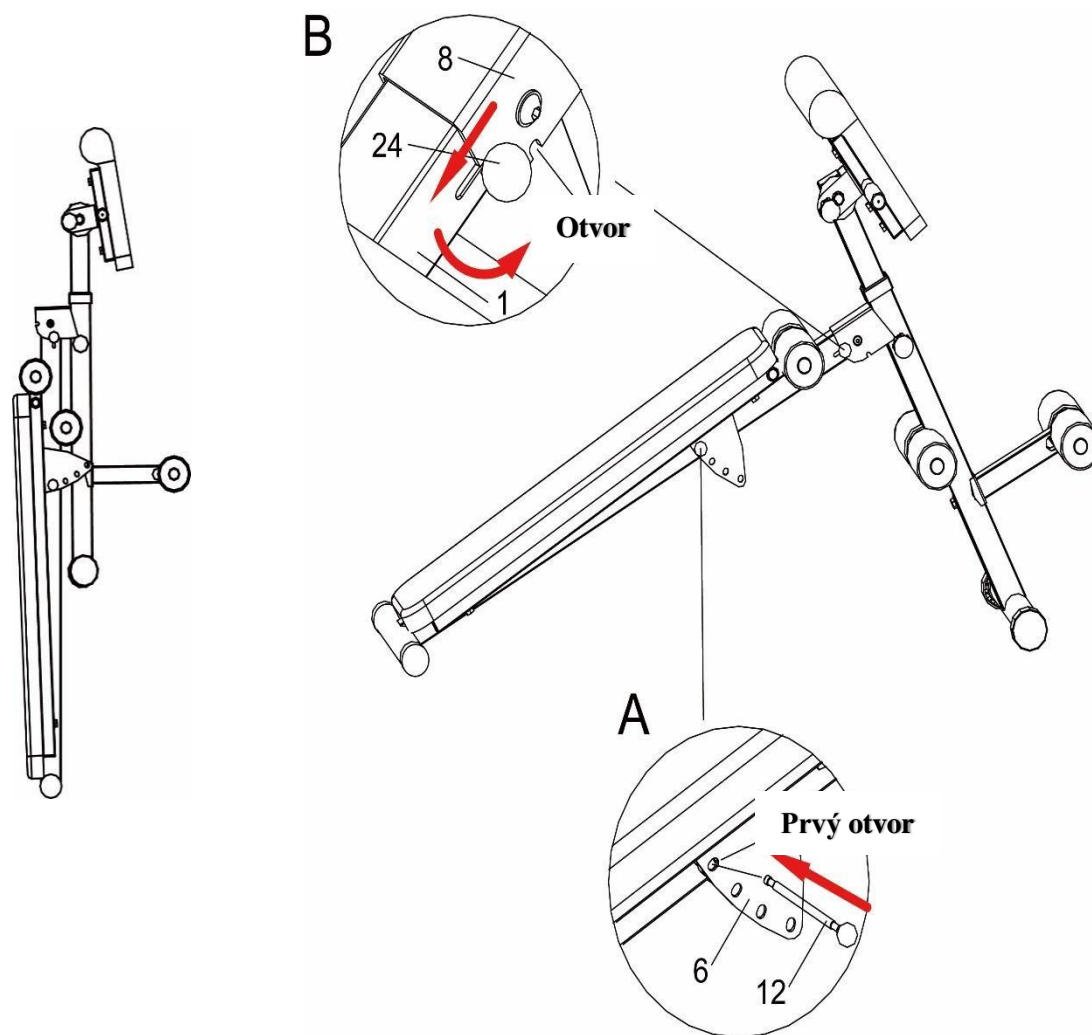
Vložte penovú trubku (7) do pevnej penovej trubky (3), potom zasuňte šesť penových valčekov (11) do penovej trubky (7), prednej sklonenej trubky (8) a hlavného rámu (1).



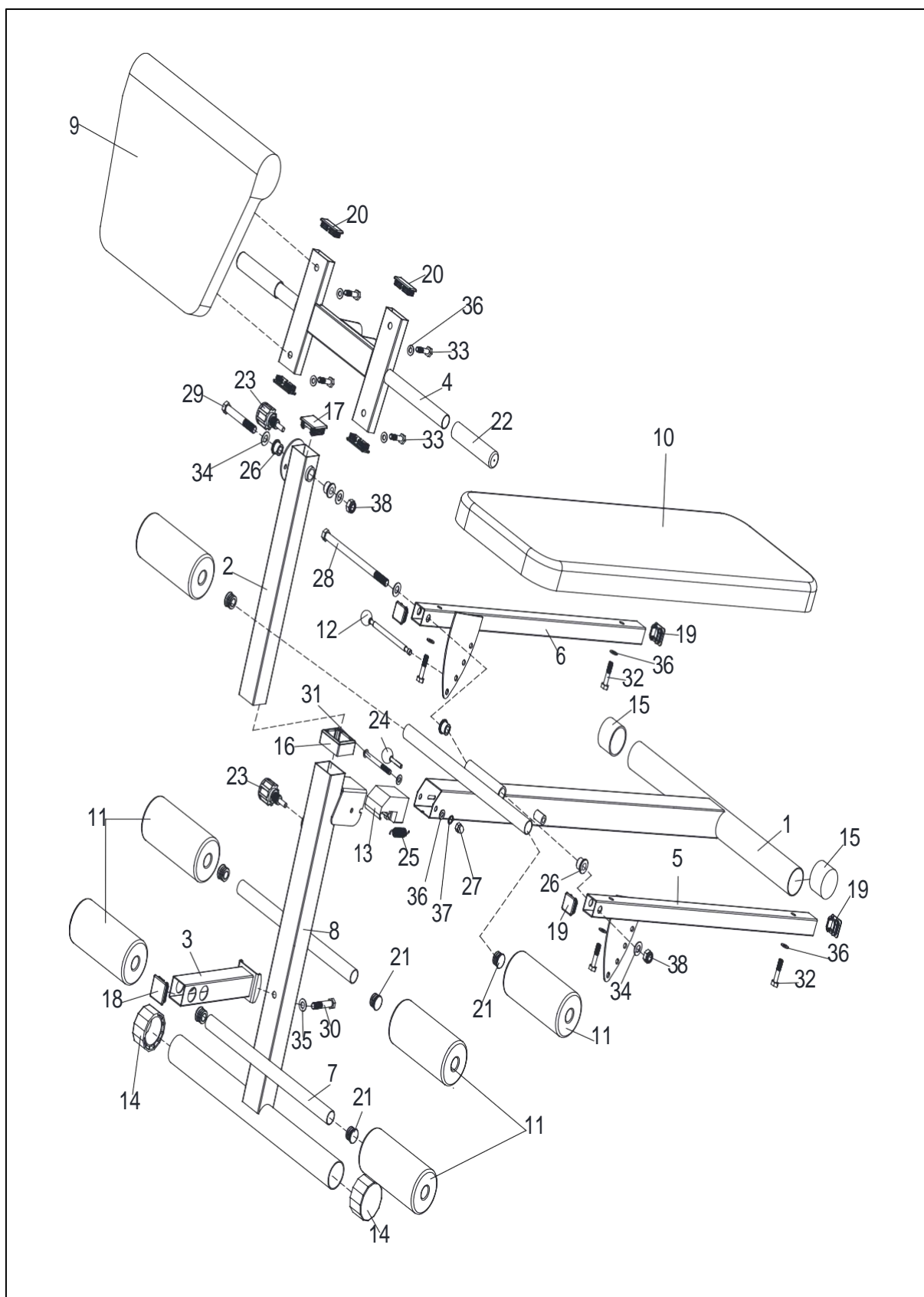
Inštrukcie na skladanie

A. Vložte kolík (12) do prvej diery z vejárovej dosky a nastavte operadlový rám, ako vidno na obrázku.

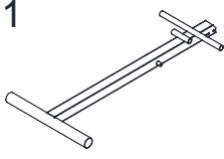
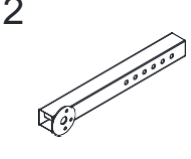
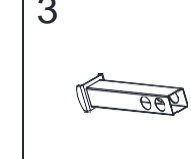
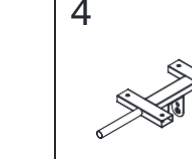
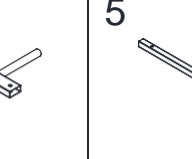
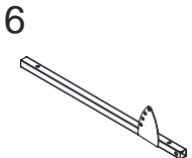
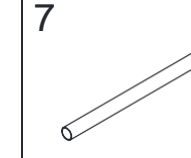
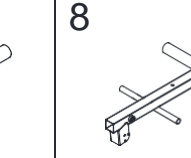
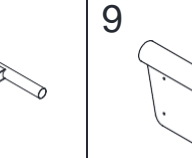
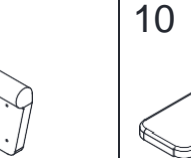
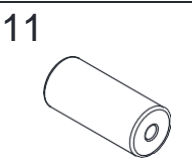
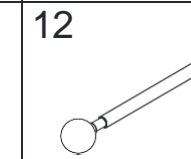
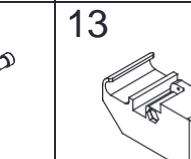
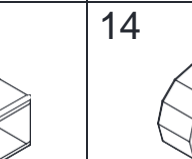
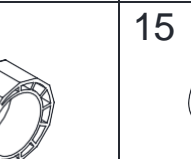
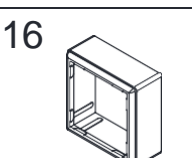
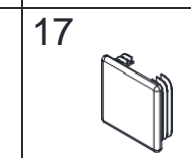
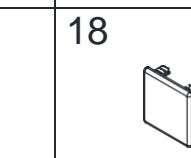
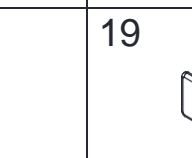


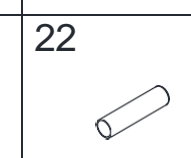
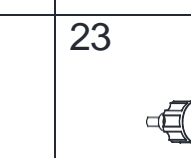








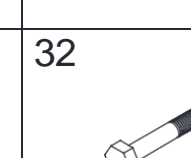


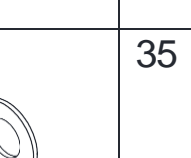
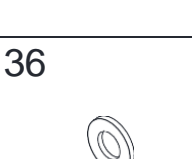


B. Posuňte kolík (24) a potom zložte lavicu smerom k šípke tak, aby ste mali kolík (24) polohe medzery.



Schematický pohľad



Zoznam dielov

1 	2 	3 	4 	5 
6 	7 	8 	9 	10 
11 	12 	13 	14 	15 
16 	17 	18 	19 	20 
21 	22 	23 	24 	25 
26 	27 	28 	29 	30 
31 	32 	33 	34 	35 
36 	37 	38 		

P.Č.	Názov	KS
1	Hlavný rám	1
2	Nastaviteľná trubka	1
3	Pevná penová trubka	1
4	Rám pod bicepsovú opierku	1
5	Rámová podpera operadla (ľavá)	1
6	Rámová podpera operadla (pravá)	1
7	Penová trubka	1
8	Predná sklonená trubka	1
9	Bicepsová opierka	1
10	Chrbtová opierka	1
11	Penový valec	6
12	Kolík	1
13	Regulácia	1
14	Šikmý kruhový uzáver	2
15	Kruhový uzáver	2
16	Poloprázdna zástrčka	1
17	Zástrčka 45 mm ²	1
18	Zástrčka 38 mm ²	1
19	Zástrčka 30 mm ²	4
20	Zástrčka 25 x 50 mm	4
21	Zástrčka D25 m	6
22	Ručná svorka	2
23	Rýchloskrutka	2
24	Kľuka	1
25	Pružina	1
26	Olejové puzdro	4
27	Matica M8	1
28	Skrutka M12 x 185 mm	1
29	Skrutka M12 x 85 mm	1

30	Skrutka M10 x 85 mm	1
31	Skrutka M8 x 70 mm	1
32	Skrutka M8 x 45 mm	4
33	Skrutka M8 x 40 mm	4
34	Podložka M12	4
35	Podložka M10	1
36	Podložka M8	10
37	Pružinová podložka M8	1
38	Nylonová matica M12	2

Vážené zákaznice, vážení zákazníci

Těší nás, že jste se rozhodli pro zařízení značky **Duvlan**. Tento kvalitní produkt je navržen a testován pro fitness tréninky v domácím prostředí. Před sestavením zařízení si pozorně přečtěte návod k použití. Používejte zařízení pouze tak jak je to popsáno v tomto návodu k použití. Návod uschovejte pro případ další potřeby.

Přejeme Vám hodně zábavy a úspěchů při Vašem tréninku.

Váš Duvlan tým

Záruka

Na vady materiálu a zpracování poskytuje **Duvlan** záruku 5 let. Záruka se nevztahuje na opotřebované části a škody způsobené nesprávnou manipulací se zařízením. V případě reklamace nás kontaktujte. Záruční doba začíná dnem prodeje (uschovejte proto doklad o koupi).

Zákaznický servis

Abychom Vám mohli co nejlépe pomoci s případnými problémy na Vašem zařízení, poznamenejte si přesný název výrobku a číslo objednávky. Tyto údaje najdete na faktuře.

Pokyny pro zacházení se zařízením po vyřazení z provozu

Zařízení **Duvlan** je recyklovatelné. Prosíme Vás, abyste Vaše zařízení po ukončení životnosti odevzdali do sběren odpadu (nebo místa k tomu určeného).

Kontakt

Duvlan s.r.o.
K Zornici 1990/23
957 01 Bánovce nad Bebravou
e-mail: servis@duvlan.com
web: www.duvlan.com

Pokyny

Tento návod k použití je pouze reference pro zákazníky. **Duvlan** nepřebírá ručení za chyby vzniklé překladem nebo technickou změnou produktu.

Důležité bezpečnostní upozornění

Pokud chcete snížit riziko vážného poranění, přečtěte si následující bezpečnostní pokyny před použitím produktu. Dozvíte se důležité informace o bezpečnosti, správném používání a údržbě zařízení. Uschovejte tento návod k použití v případě pozdější opravy, údržby nebo objednání náhradních dílů.

- Toto zařízení nemůže používat osoba, jejíž tělesná hmotnost je větší než **120 kg**.
- Povinností majitele je zajistit, aby všichni uživatelé tohoto výrobku byli náležitě informováni o tom, jak bezpečně mají tento produkt používat.
- Zařízení je navrženo pro trénink dospělých osob. Nenechávejte děti a domácí zvířata bez dozoru v místnosti se strojem.
- Zabezpečte dostatečný prostor pro bezpečné používání zařízení. V blízkosti stroje musí být volná plocha min. 0,6 m.
- Postavte zařízení na neklouzavý povrch. V případě, že chcete chránit vaši podlahu, položte pod zařízení ochrannou podložku.
- Používejte zařízení uvnitř a chraňte ho před vlhkostí a prachem. Neumisťujte zařízení do zastřešené verandě a v blízkosti vody.
- Zařízení je navrženo pro domácí použití. Třída použití a přesnosti H (norma STN EN 957-4). Pro komerční využití zařízení se na zařízení nevztahuje záruka a výrobce za zařízení neručí.
- Při zdravotních komplikacích a omezeních konzultujte váš trénink s vaším lékařem. Řekne vám, který trénink je pro vás vhodný.
- Nesprávný trénink a přecenění vašich schopností může poškodit vaše zdraví.
- Pokud během tréninku pocítíte nevolnost, bolest na hrudi nebo se Vám bude špatně dýchat, okamžitě ukončete trénink a vyhledejte lékaře.
- S tréninkem začněte až poté jako se přesvědčíte, že zařízení je správně poskládané a nastavené.
- Při montáži zařízení postupujte přesně podle návodu.
- Používejte pouze originální díly Duvlan (viz seznam).
- Pevně utáhněte všechny pohyblivé části, abyste zabránili jejich uvolnění během tréninku.
- Nepoužívejte zařízení na boso nebo s volnou obuví. Během tréninku nenoste volné oblečení. Před zahájením tréninku odložte všechny šperky. Vlasy si řádně upravte, aby vám během cvičení nepřekážely.
- Poškozené díly mohou ohrozit vaši bezpečnost a ovlivnit životnost zařízení. Opatřebované a poškozené díly okamžitě vyměňte, nebo zařízení přestaňte používat.
- Pravidelně kontrolujte všechny matice a šrouby, zda jsou dotaženy.
- Jakékoli montáž / demontáž zařízení musí být provedena pečlivě.
- Držte ruce a nohy pryč od pohyblivých částí.
- Nesnažte se toto zařízení opravovat sami.
- Činky: 40 kg.
- Hmotnost: 16,5 kg.
- Celkové rozměry (d x š x v): 147 x 65 x 89,5 cm.

Postup při montáži

Vyjměte všechny díly z kartonu a položte je na zem. Zkontrolujte si díly se seznamem dílů a ujistěte se, že žádný díl v kartonu nechybí.

Nářadí na montáž

Vidlicový klíč č. 10, 14, 17-2x



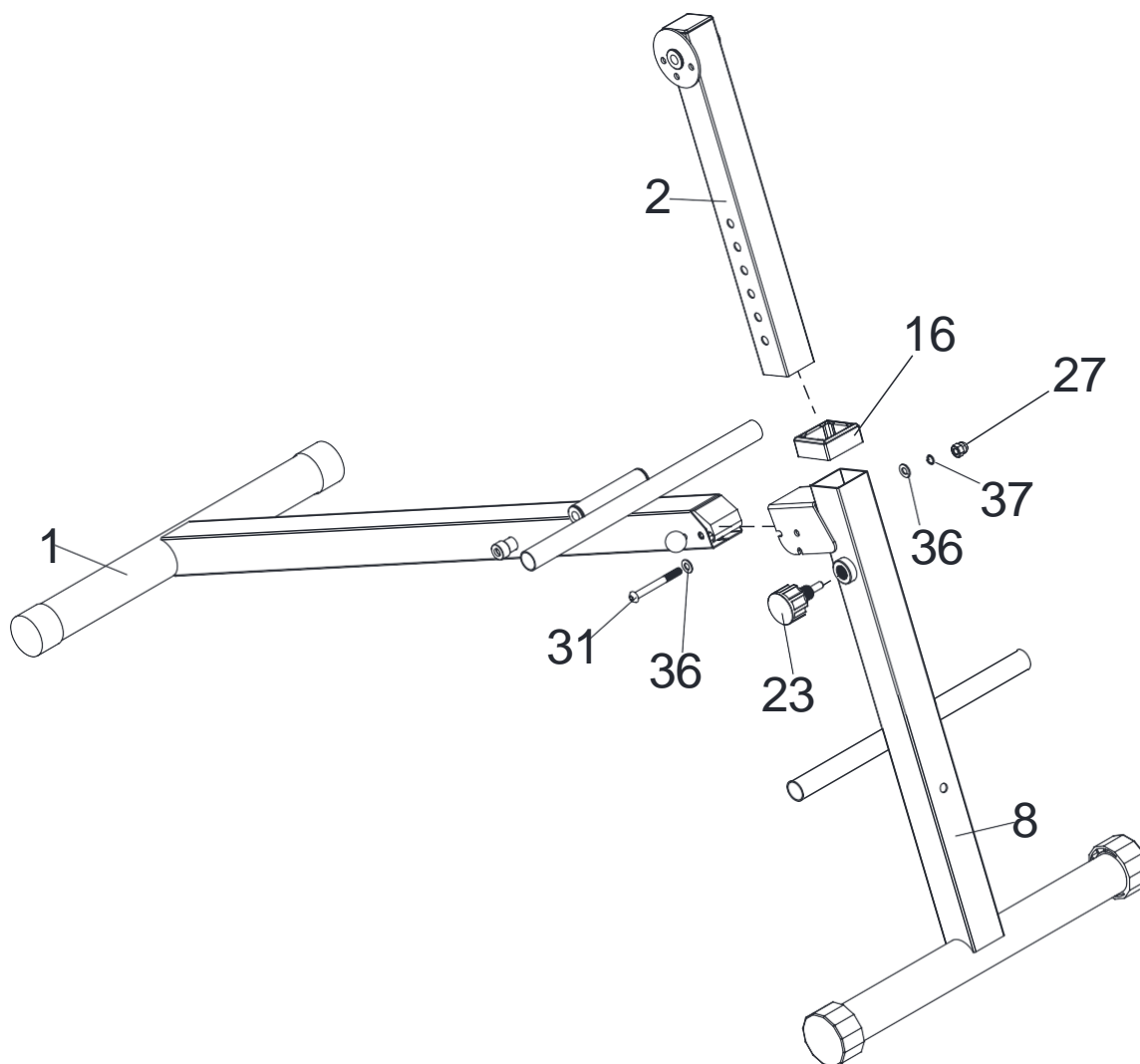
Křížový šroubovák



Krok

Připojte hlavní rám (1) do přední skloněné trubky (8), použitím jedné M8 x 70 mm šrouby (31), dvou M8 položek (36), jedné M8 pružinové položky (37) a jedné M8 Nylon matice (27).

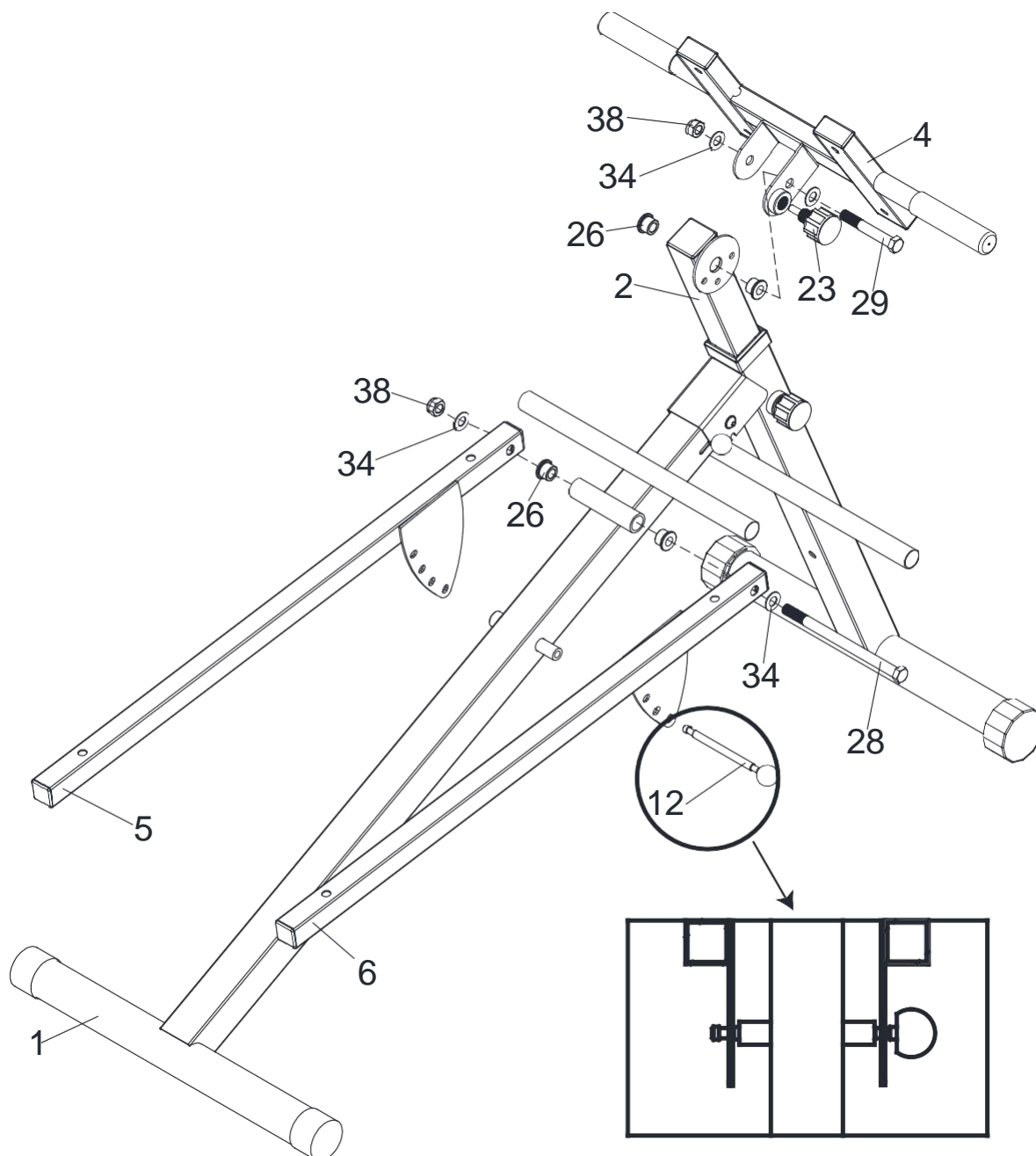
Vložte nastavitelnou trubku (2) do přední skloněné trubky (8) použitím rychlošroubu (23).



Krok

Připojte rámovou podporu opěradla (levou) (5) a rámovou podporu opěradla (pravou) (6) do hlavního rámu (1), použitím dvou olejových pouzder (26), jedné M12 x 185 mm šrouby (28), dvou M12 podložek (34) a jedné M12 nylonové matice (38).

Připojte rám pod bicepsovou opěrku (4) do nastavitelné trubky (2), použitím dvou olejových pouzder (26), jedné M12 x 85 mm šrouby (29), dvou M12 podložek (34), jedné nylonové matice M12 m (38) a jedné rychlošrouby (23). Potom vložte rychlošroubu (23) přes jednotlivé díry na desce typu U do každé jedné díry na ocelovém kolečku.



Pojistný kolík (12) musí přejít přes obě podpěry (5 a 6) a hlavní konstrukci (1).

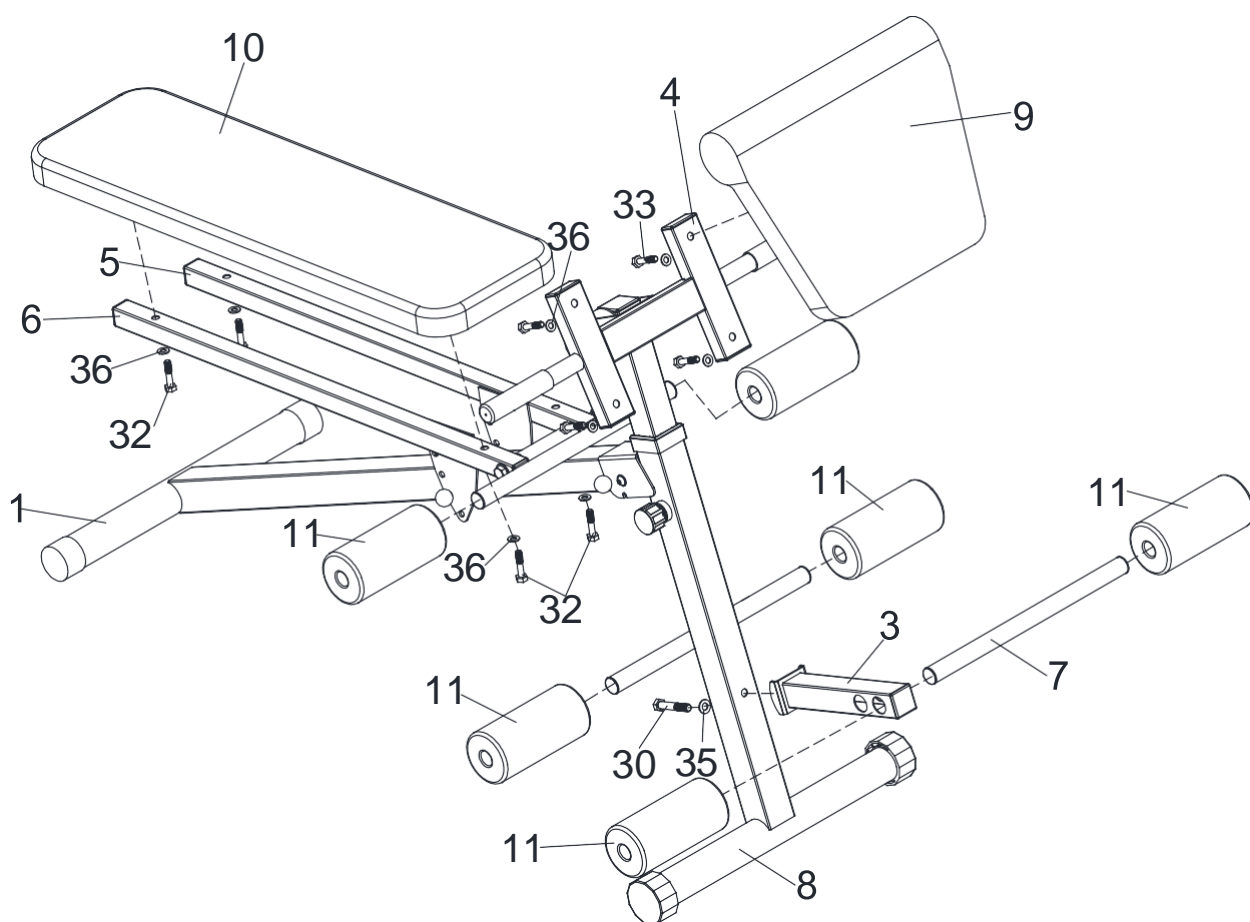
Krok 3

Připojte hřbetovou opěrku (10) do rámové podpory opěradla (levá (5) a rámové podpory opěradla (pravá) (6), použitím čtyř M8 x 45 mm šroubů (32) a čtyř M8 podložek (36).

Připojte bicepsovou opěrku (9) do rámu (4), použitím čtyř M8 x 40 mm šroubů (32) a čtyř M8 podložek (36).

Připojte pevnou pěnovou trubku (3) do přední skloněné trubky (8), použitím jedné M10 x 65 mm šrouby (30) a jedné M10 podložky (35).

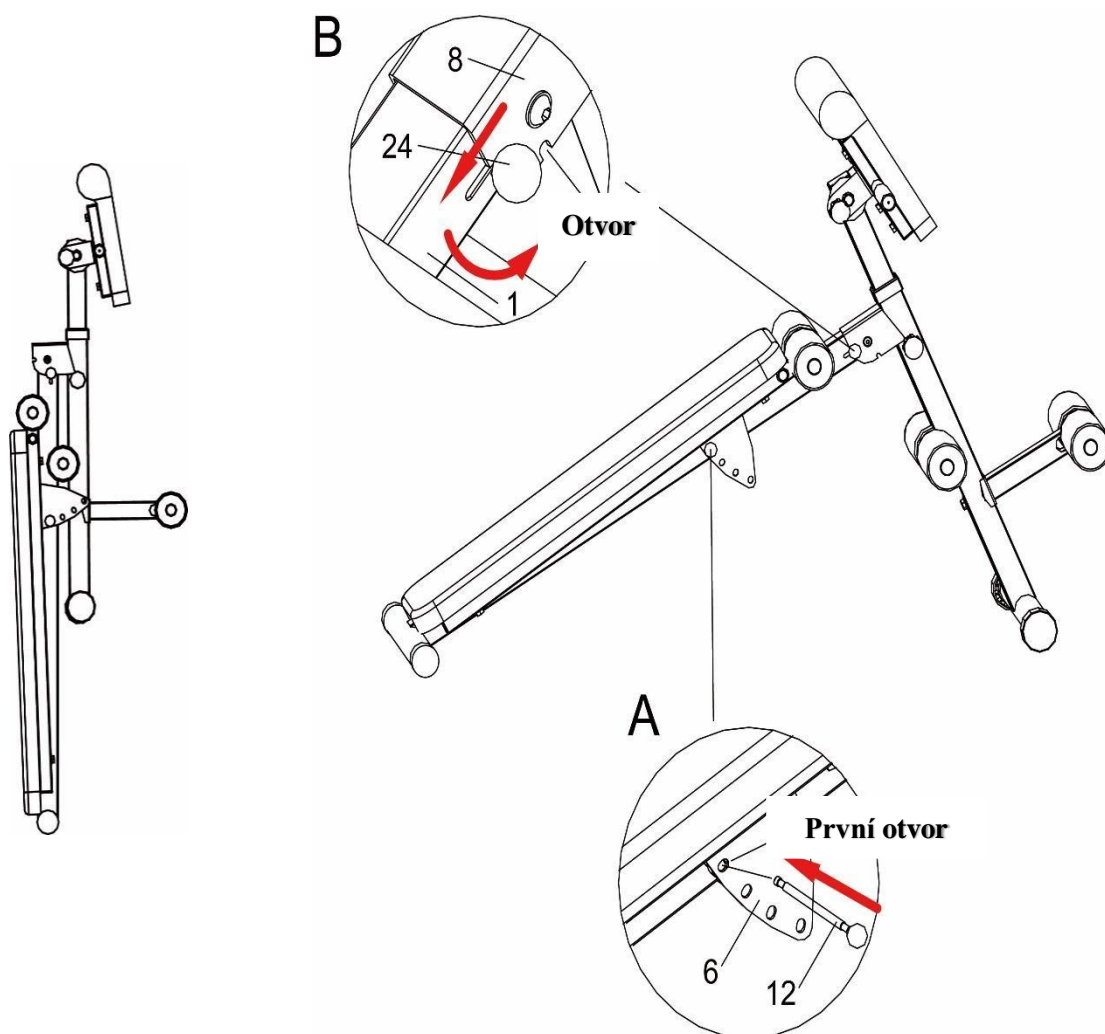
Vložte pěnovou trubku (7) do pevné pěnové trubky (3), pak zasuňte šest pěnových válečků (11) do pěnové trubky (7), přední skloněné trubky (8) a hlavního rámu (1).



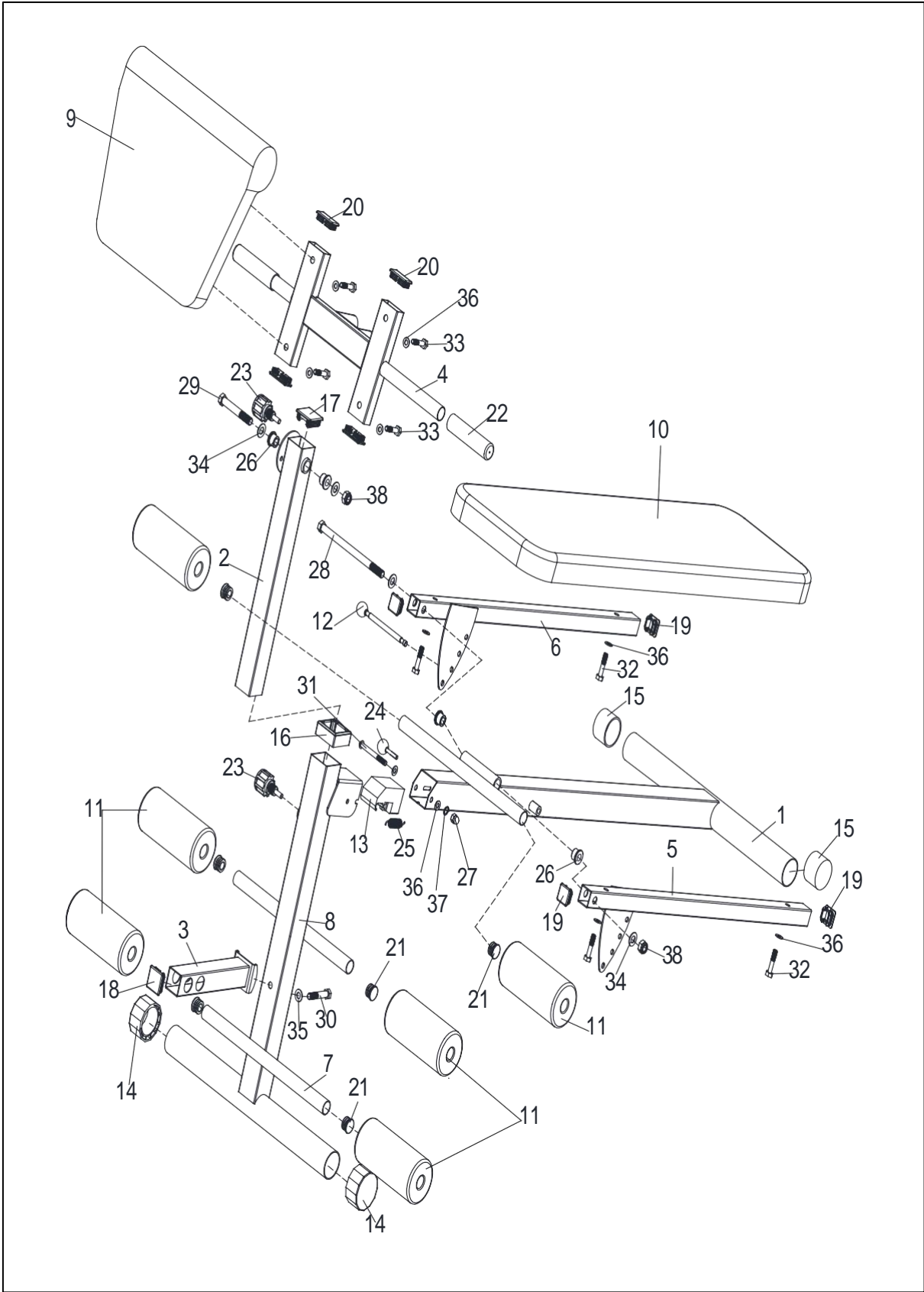
Instrukce na skládání

A. Vložte kolík (12) do první díry z vějířovité desky a nastavte opěradlovými rám, jak vidno na obrázku.

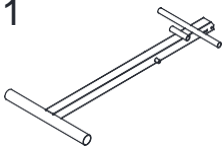
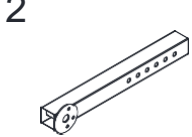

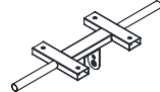

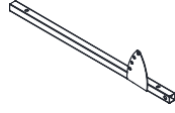
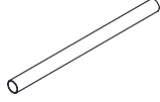
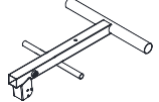
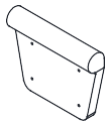
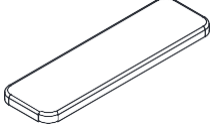
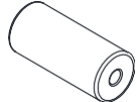
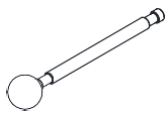
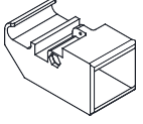
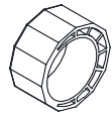

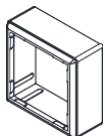











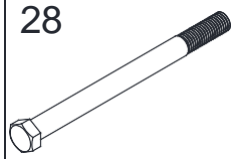
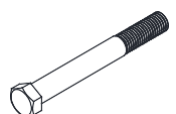
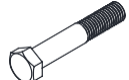


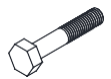





B. Posuňte kolík (24) a potom sejměte lavici směrem k šipce tak, abyste měli kolík (24) poloze mezery.



Schematický pohled



Seznam dílů

1 	2 	3 	4 	5 
6 	7 	8 	9 	10 
11 	12 	13 	14 	15 
16 	17 	18 	19 	20 
21 	22 	23 	24 	25 
26 	27 	28 	29 	30 
31 	32 	33 	34 	35 
36 	37 	38 		

P.Č.	Název	KS
1	Hlavní rám	1
2	Nastavitelná trubka	1
3	Pevná pěnová trubka	1
4	Rám pod bicepsovou opěrku	1
5	Rámová podpora opěradla (levá)	1
6	Rámová podpora opěradla (pravá)	1
7	Pěnová trubka	1
8	Přední skloněná trubka	1
9	Bicepsová opěrka	1
10	Hřbetová opěrka	1
11	Pěnový válec	6
12	Kolík	1
13	Regulace	1
14	Šikmý kruhový uzávěr	2
15	Kruhový uzávěr	2
16	Poloprázdňná zástrčka	1
17	Zástrčka 45 mm ²	1
18	Zástrčka 38 mm ²	1
19	Zástrčka 30 mm ²	4
20	Zástrčka 25 x 50 mm	4
21	Zástrčka D25 m	6
22	Ruční svorka	2
23	Rychlošroub	2
24	Klika	1
25	Pružina	1
26	Olejové pouzdro	4
27	Matice M8	1
28	Šroub M12 x 185 mm	1
29	Šroub M12 x 85 mm	1
30	Šroub M10 x 85 mm	1
31	Šroub M8 x 70 mm	1

32	Šroub M8 x 45 mm	4
33	Šroub M8 x 40 mm	4
34	Podložka M12	4
35	Podložka M10	1
36	Podložka M8	10
37	Pružinová podložka M8	1
38	Nylonová matice M12	2

Drogi Kliencie

Cieszymy się, że wybrali Państwo sprzęt do ćwiczeń Duvlan. Ten wysokiej jakości produkt został zaprojektowany i przetestowany do użytku domowego. Przed montażem należy uważnie przeczytać instrukcję. Urządzenia należy używać tylko w sposób opisany w tej instrukcji obsługi. Należy zachować poniższą instrukcję użytkownika do wykorzystania w przyszłości.

Życzymy wielu sukcesów i zabawy podczas treningu.

Twój zespół Duvlan.

Gwarancja

Gwarancja pięcioletnia dotyczy wad materiałowych i jego zużycia.

Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych niewłaściwym użyciem urządzenia, niewłaściwym montażem, niewłaściwą konserwacją, uszkodzeniami mechanicznymi urządzenia. W przypadku reklamacji prosimy o kontakt.

Okres gwarancji rozpoczyna się wraz z datą zakupu (należy zachować dowód zakupu)

Obsługa klienta

Aby możliwie najlepiej wspierać Państwa w przypadku problemów z produktem, prosimy o podanie nazwy produktu modelu i numeru zamówienia. Można je znaleźć na fakturze.

Utylizacja zużytego urządzenia

Urządzenie Duvlan nadaje się do recyklingu. Prosimy, aby urządzenie po upływie okresu użytkowania oddać do punktów zbiórki odpadów (lub miejsc na to przeznaczonych).

Kontakt

Duvlan s.r.o.
K Zornici 1990/23
957 01 Bánovce nad Bebravou
e-mail: servis@duvlan.com
web: www.duvlan.com

Ostrzeżenie

Instrukcja obsługi jest przeznaczona tylko dla klientów. Duvlan nie ponosi odpowiedzialności za błędy popełnione w wyniku tłumaczenia lub zmiany specyfikacji technicznej produktu.

Uwagi dotyczące bezpieczeństwa

Aby zmniejszyć ryzyko poważnych obrażeń, przed użyciem urządzenia zapoznaj się z następującymi instrukcjami dotyczącymi bezpieczeństwa. Zawierają one ważne informacje dotyczące bezpieczeństwa, prawidłowego użytkowania i konserwacji sprzętu. Należy zachować tę instrukcję na wypadek późniejszych napraw, konserwacji lub zamawiania części zamiennych.

- Urządzenie nie może być używane przez osobę, której masa ciała przekracza **120 kg**.
- Obowiązkiem właściciela jest zabezpieczyć, aby wszyscy użytkownicy tego produktu byli poinformowani o tym, jak bezpiecznie mają korzystać z produktu.
- Urządzenie przeznaczone jest do ćwiczeń fizycznych przez osoby dorosłe. Nie należy pozostawiać bez nadzoru dzieci lub zwierzęta w pomieszczeniu z maszyną.
- Należy zapewnić dostateczną przestrzeń na bezpieczne korzystanie z urządzenia. W pobliżu urządzenia musi być wolny obszar min. 0,6 m.
- Urządzenie należy postawić na nieślizgającej się powierzchni. W przypadku, gdy chcą Państwo ochronić podłogę, należy położyć pod urządzenie podkładki ochronne.
- Urządzenie utrzymywać we wnętrzu, z dala od wilgoci i kurzu. Urządzenie nie powinno znajdować się w zadaszonym patio ani w pobliżu wody.
- Produkt jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Klasa użycia i dokładności H (norma STN EN 957-4). Gwarancja i odpowiedzialność producenta nie obejmują żadnego produktu ani uszkodzenia produktu spowodowanego komercyjnym wykorzystaniem urządzenia.
- W przypadku zdrowotnych komplikacji czy ograniczeniach należy skonsultować trening z lekarzem. Poinformuje on, który trening jest dla Państwa odpowiedni.
- Niewłaściwy trening oraz przecenienie swoich możliwości mogą zaszkodzić zdrowiu.
- Jeżeli podczas treningu poczują Państwo nudności, ból w klatce piersiowej, bądź też będą mieli problemy z oddychaniem, należy natychmiast przerwać trening i udać się do lekarza.
- Przed rozpoczęciem treningu należy upewnić się, że urządzenie jest zmontowane i przyszykowane w sposób prawidłowy.
- Podczas montażu urządzenia należy postępować zgodnie z instrukcją.
- Należy używać wyłącznie oryginalnych części Duvlan (zob. spis).
- Wszystkie części ruchome muszą być mocno przytwierdzone, aby zapobiec ich uwolnieniu podczas treningu.
- Nie używać urządzenia do ćwiczeń boso lub w luźnych butach. Podczas treningu nie zakładaj luźnej odzieży. Przed rozpoczęciem treningu należy zdjąć całą biżuterię. Włosy należy związać aby nie przeszkadzały podczas ćwiczeń.
- Części uszkodzone mogą zagrozić bezpieczeństwu i wpływać na żywotność urządzenia. Zużyte i uszkodzone części należy natychmiast wymienić albo zrezygnować z dalszego korzystania z maszyny.
- Należy systematycznie kontrolować wszystkie nakrętki oraz śruby, czy są odpowiednio przymocowane.
- Jakikolwiek montaż/demontaż urządzenia wykonany musi być starannie.
- Należy unikać kontaktu rąk i nóg z częściami ruchomymi.
- Nie należy próbować naprawiać urządzenia samemu.
- Ciężary: 40 kg. Masa urządzenia: 16,5kg.
- Rozmiar (dł. x sz. x w.): 147 x 65 x 89,5 cm.

Postępowanie przy montażu

Wszystkie części wyciągnąć z kartonu i położyć na podłogę. Części skontrolować ze spisem części i upewnić się, że w kartonie nie brakuje żadnej z części.

Narzędzia montażu:

Klucz płacski n. 10, 14, 17-2x



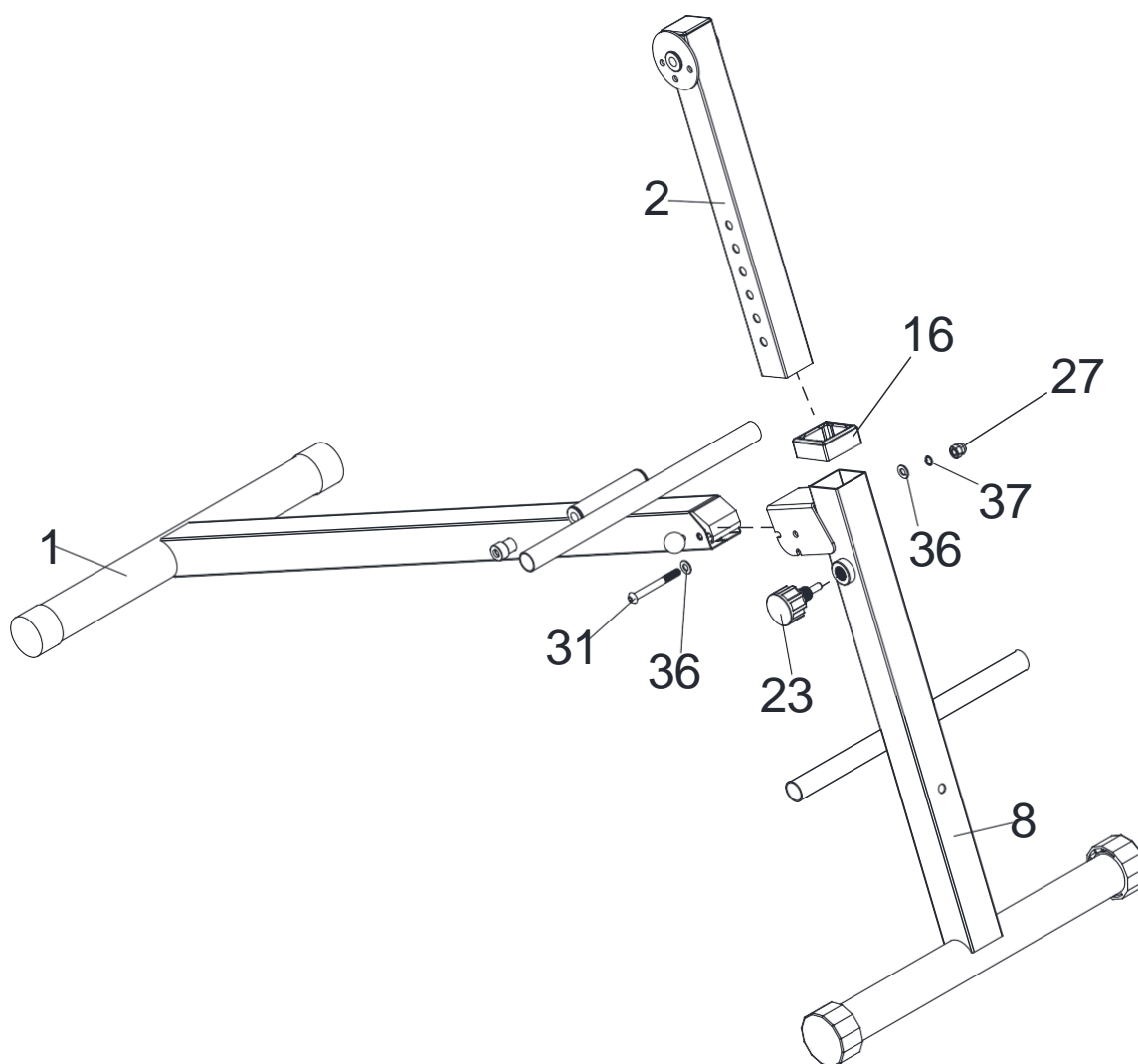
Śrubokręt krzyżakowy



Krok

Ramę główną (1) połączyć z przednią rurą skośną (8), za pomocą jednej śruby M8 x 70 mm (31), dwóch podkładek M8 (36), jednej podkładki sprężynowej M8 (37) i jednej nakrętki nylonowej M8 (27).

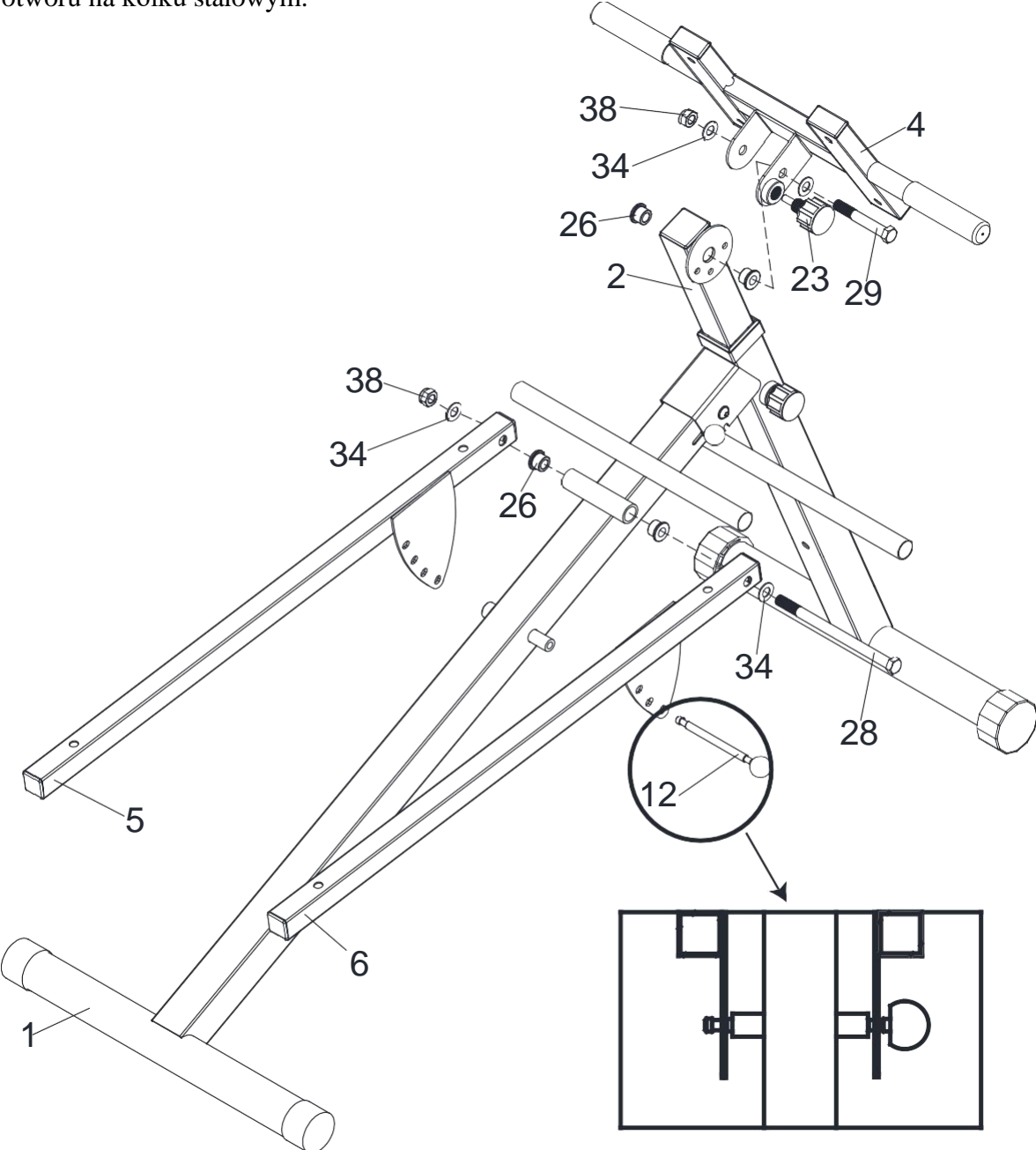
Rurę regulowaną (2) włożyć do przedniej rury skośnej (8) za pomocą śruby szybkococującej (23).



Krok

Ramową podporę oparcia (lewą) (5) oraz ramową podporę oparcia (prawą) (6) połączyć z główną ramą (1), za pomocą dwóch naoliwionych osłon (26), jednej śruby M12x185 mm (28), dwóch podkładek M12 (34) oraz jednej nakrętki nylonowej M12 (38).

Ramę pod oparcie bicepsowe (4) połączyć z rurą regulowaną (2), za pomocą dwóch naoliwionych osłon (26), jednej śruby M12x85 (29), dwóch podkładek M12 (34), jednej nakrętki nylonowej M12 (38) oraz jednej śruby szybko mocującej (23). Następnie śrubę szybko mocującą (23) włożyć przez otwory na płycie typu "U" do każdego poszczególnego otworu na kółku stalowym.



Trzpień blokujący (12) musi przechodzić przez oba wsporniki (5 i 6) oraz konstrukcję główną (1).

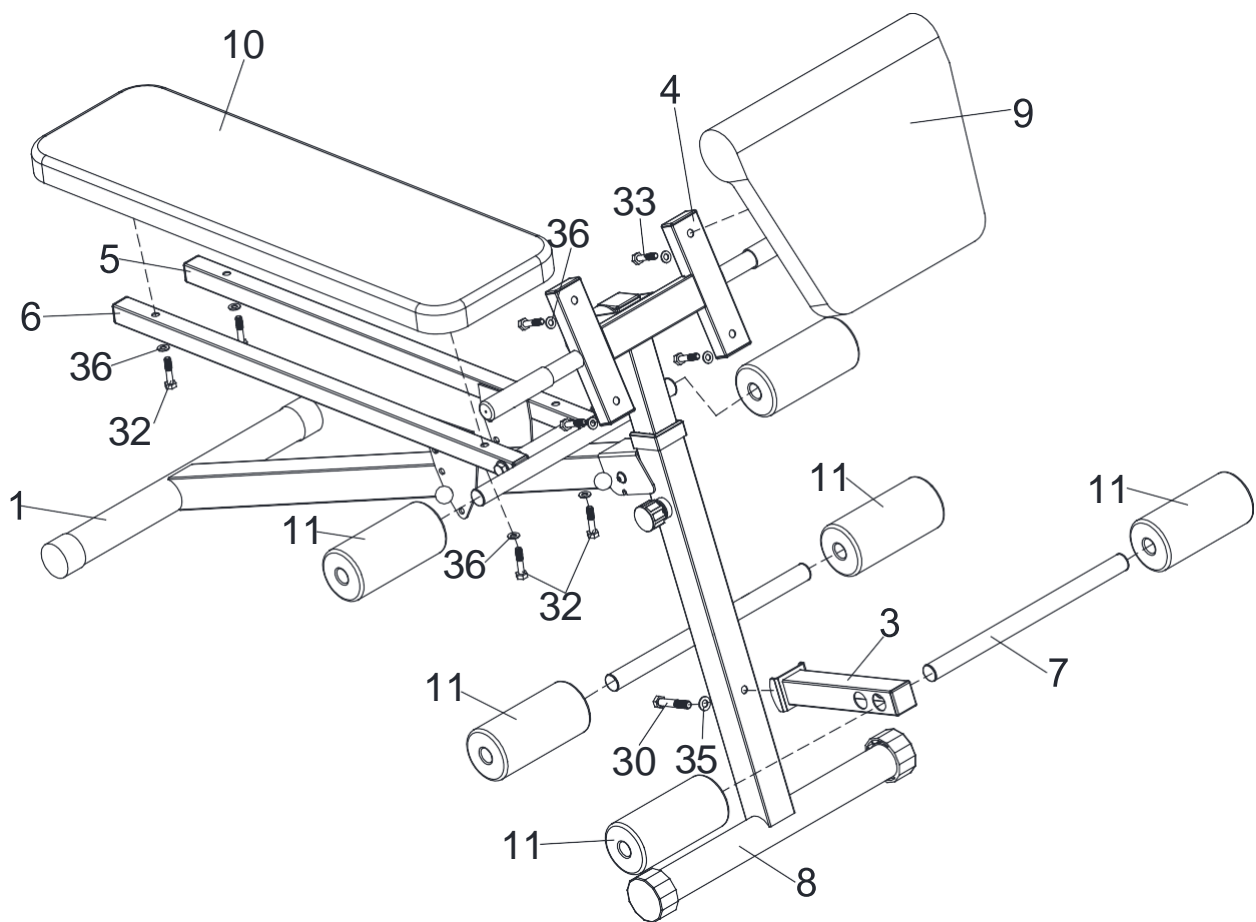
Krok 3

Oparcie pleców (10) połączyć z ramową podporą oparcia (lewą) (5) i ramową podporą oparcia (prawą) (6), za pomocą czterech śrub M8 x 45 mm (32) i czterech podkładek M8 (36).

Oparcie bicepsowe (9) połączyć z ramą (4), za pomocą czterech śrub M8x40mm (32) i czterech podkładek M8 (36).

Piankową rurę zabezpieczającą (3) połączyć z przednią rurą skośną (8), za pomocą jednej śruby M10 x 65 mm (30) oraz jednej podkładki M10 (35).

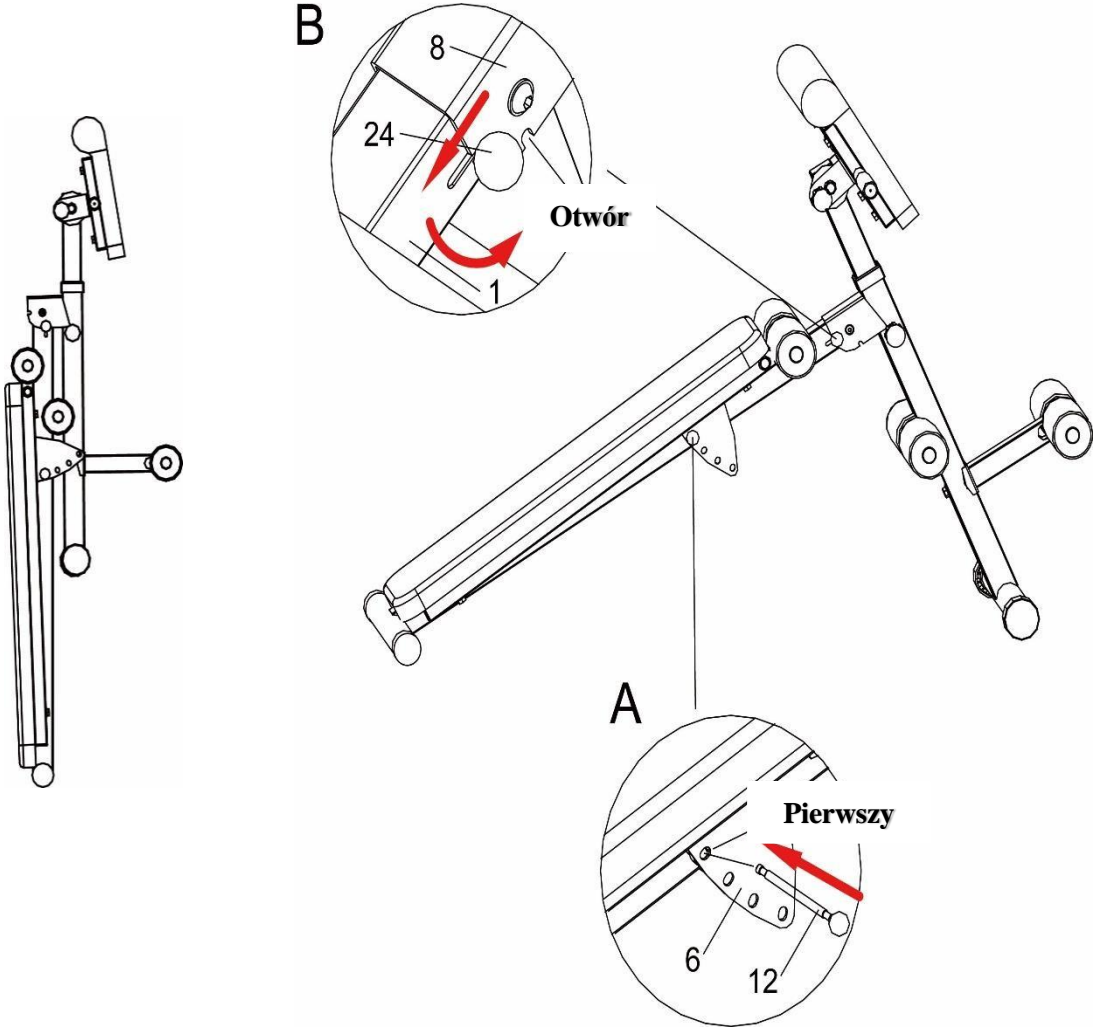
Piankową rurę (7) włożyć do piankowej rury zabezpieczającej (3), następnie zasunąć sześć piankowych wałków (11) do piankowej rury (7), przedniej rury skośnej (8) i ramy głównej (1).



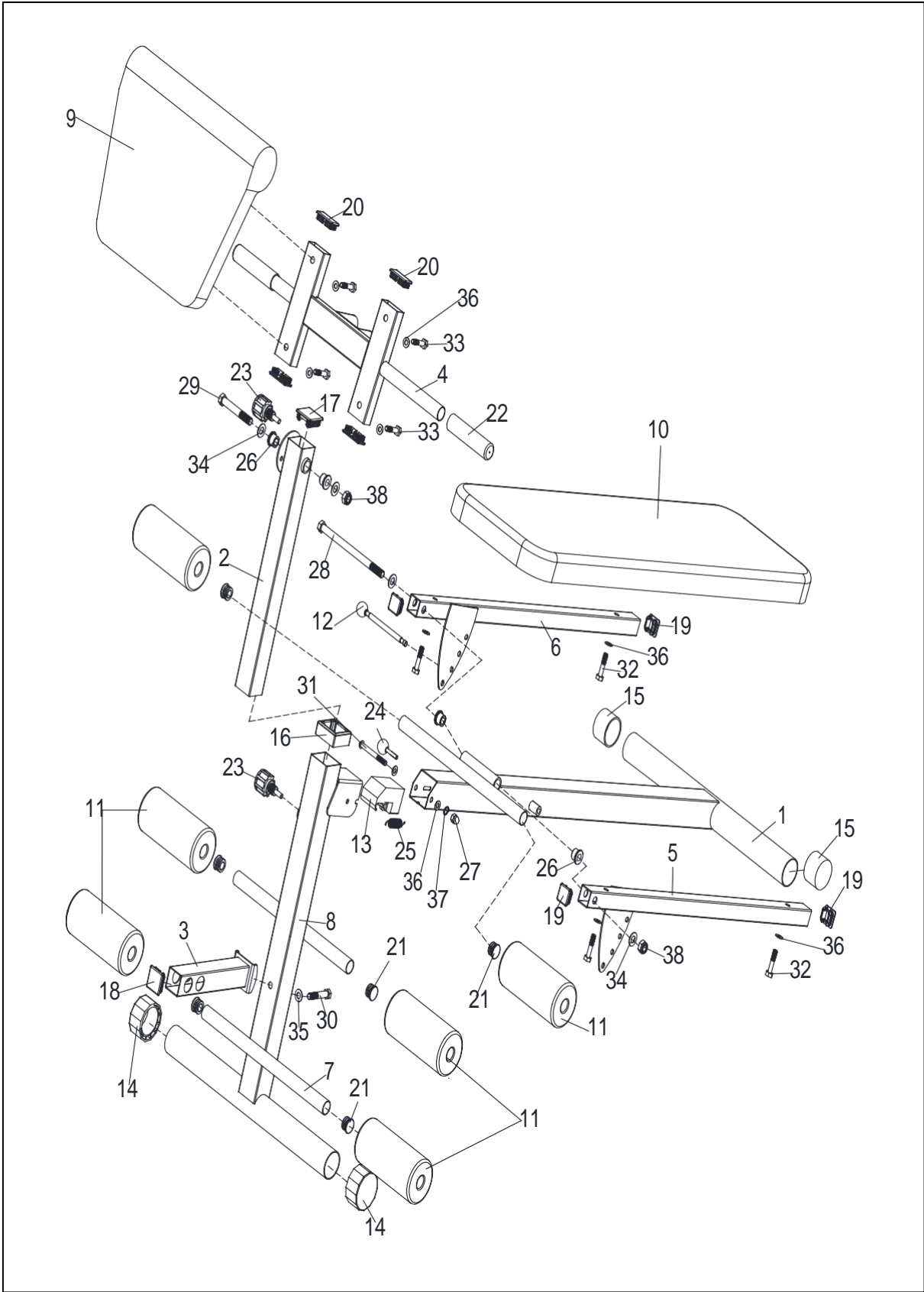
Instrukcja składania

A. Kołek (12) włożyć do pierwszego otworu z wachlarzowatej płytki i ustawić ramę oparcia, jak jest to ukazane na obrazku.

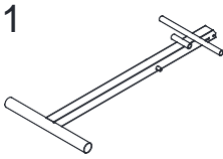
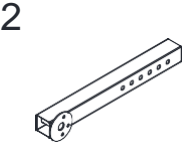
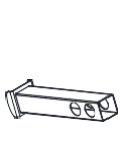
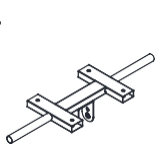
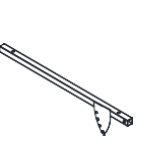
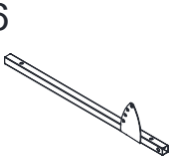
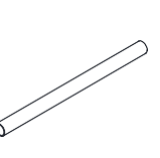
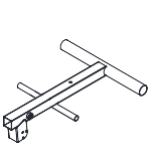
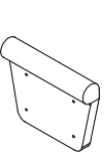
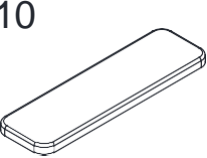
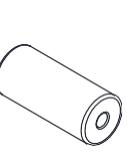
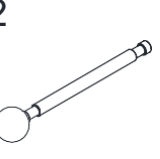
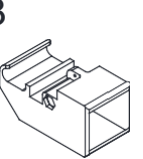
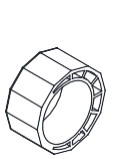

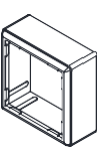
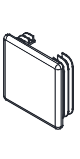


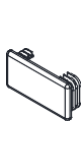











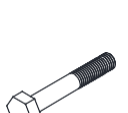






B. Przesunąć kołek (24) a następnie złożyć ławkę w kierunku strzałki tak, aby kołek (24) miał w szczelinie.



Widok schematyczny



Spis części

1 	2 	3 	4 	5 
6 	7 	8 	9 	10 
11 	12 	13 	14 	15 
16 	17 	18 	19 	20 
21 	22 	23 	24 	25 
26 	27 	28 	29 	30 
31 	32 	33 	34 	35 
36 	37 	38 		

L. p.	Nazwa	Sztuk
1	Rama główna	1
2	Rura regulowana	1
3	Zabezpieczająca rura piankowa	1
4	Rama pod oparcie bicepsowe	1
5	Ramowa podpora oparcia (lewa)	1
6	Ramowa podpora oparcia (prawa)	1
7	Rura piankowa	1
8	Przednia rura skośna	1
9	Oparcie bicepsowe	1
10	Oparcie pleców	1
11	Walek piankowy	6
12	Kolek	1
13	Regulacja	1
14	Skośny zawór okrągły	2
15	Zawór okrągły	2
16	Zaślepka	1
17	Zaślepka 45 mm 2	1
18	Zaślepka 38 mm 2	1
19	Zaślepka 30 mm 2	4
20	Zaślepka 25 x 50 mm	4
21	Zaślepka D25 m	6
22	Ręczna klamra	2
23	Śruba szybkomocująca	2
24	Śruba	1
25	Sprężyna	1
26	Naoliwiona zasłonka	4
27	Nakrętka	1
28	Śruba M12 x 185 mm	1
29	Śruba M12 x 85 mm	1

30	Śruba M10 x 85 mm	1
31	Śruba M8 x 70 mm	1
32	Śruba M8 x 45 mm	4
33	Śruba M8 x 40 mm	4
34	Podkładka M12	4
35	Podkładka M10	1
36	Podkładka M8	10
37	Podkładka sprężynowa M8	1
38	Nakrętka nylonowa M12	2

Tisztelt Vásárlónk!

Köszönjük, hogy a **Duvlan** márká termékét választotta. Termékünk azért hoztuk létre, hogy minden sportolónak segítsünk az otthoni edzésben. A berendezés első használata előtt figyelmesen olvassa el ezt a használati útmutatót. A berendezést csak a használati útmutatóban feltüntetettek alapján használja. Őrizze meg a használati útmutatót az esetleges későbbi használat esetére.

Jó edzést kívánunk, és reméljük, hogy öröme fog telni termékünk a használatában.

A Duvlan csoport

Kereskedelmi jótállás

Az anyag hibájára és a kidolgozásra a **Duvlan** 5 éves jótállást vállal.

A jótállás az elhasználódó alkatrészekre és a helytelen használat okozta károkra nem vonatkozik. Reklamáció esetén vegye fel velünk a kapcsolatot.

A jótállási idő a vásárlás napjától számítódik (kérjük, őrizze meg a számlát).

Ügyfélszolgálat

Jegyezze fel a termék pontos nevét és a rendelési számot, hogy a lehető leghasznosabb segítséget tudjuk nyújtani Önnek az esetleges problémák felmerülésekor a berendezéssel kapcsolatban. Ezeket az adatokat a számlán találja.

Irányelvek a berendezés használaton kívülre helyezéséhez

Minden **Duvlan** termék újrahasznosítható. Kérjük, a berendezés élettartamának lejárta után, szállítsa a berendezést szelektív hulladékgyűjtőbe.

Elérhetőségek

Duvlan s.r.o.

K Zornici 1990/23

957 01 Bánovce nad Bebravou

e-mail: servis@duvlan.com

weboldal: www.duvlan.com

Útmutató

Ez a kézikönyv csak ajánlásként szolgál a vásárlók számára. A **Duvlan** vállalat az esetleges fordításbeli hibákért, illetve a termék technikai módosításaiért nem vállal felelősséget.

Fontos biztonsági figyelmeztetések

Használat előtt olvassa el az alábbi biztonsági utasításokat, hogy csökkentse a sérülések kockázatát. Fontos tudnivalókat tartalmaz a berendezés biztonságos használatáról, javításáról és karbantartásáról. Őrizze meg a használati útmutatót az esetleges később felmerülő javításhoz, karbantartáshoz és alkatrészrendeléshez.

- A felhasználó maximális testsúlya: **120 kg**.
- A berendezés tulajdonosának feladata, hogy a berendezés minden felhasználója rendesen tájékoztatva legyen arról, hogyan kell biztonságosan használni a berendezést.
- A berendezés felnőttek használatára készült. A szobában ne hagyja felügyelet nélkül gyerekek és állatok közelében.
- Biztosítsa a megfelelő teret a használatra. Az edzés megkezdése előtt távolítsa el a berendezés körül a 0,6 m-en belül lévő tárgyakat.
- Helyezze a berendezést csúszásgátló felületre. Ha meg szeretné védeni a padlót, helyezzen a berendezés alá alátétet.
- A berendezés beltéri, védje a portól és nedvességtől. Ne helyezze a berendezést fedett terasz alá, vagy víz mellé.
- A berendezés otthoni használatra lett tervezve. Felhasználási kategória és pontossági H (norma STN EN 957-4). Konditermi használatra nem vonatkozik a jótállás, és a gyártó nem vállal felelősséget a berendezésért.
- Egészségügyi problémák fennállása esetén konzultáljon az orvosával, aki tanácsot adhat, melyik edzés megfelelő az Ön számára.
- A nem megfelelő edzés és képességeinek túlbecsülése kárt okozhat az egészségében.
- Amennyiben edzés közben szédülést, mellkas fájdalmat, légzési nehézségeket, vagy egyéb szokatlan jelet érez, azonnal hagyja abba az edzést, és a további edzésről konzultáljon orvosával.
- Az edzést csak akkor kezdje el, miután meggyőződött róla, hogy a berendezés megfelelően van összeszerelve, illetve beállítva.
- A berendezést csak az útmutatóban leírtak alapján szerelje össze.
- Csak eredeti Duvlan alkatrészeket használjon (lásd: lista).
- Szilárdan húzzon be minden mozgó részt, hogy edzés közben ne lazuljon ki.
- A berendezést ne használja mezítláb, vagy laza lábbeliben. Az edzés alatt ne viseljen laza öltözetet, ékszert. Haját megfelelően igazítsa meg, hogy ne akadályozza az edzésben.
- A sérült alkatrészek veszélyeztethetik a biztonságát és befolyásolhatják a berendezés élettartamát. Az elhasznált és sérült alkatrészeket azonnal cserélje le, vagy a berendezést ne használja.
- Rendszeresen ellenőrizzen minden anyát és csavart, hogy be legyenek húzva.
- A berendezés mindenféle összeszerelése/szétszedése gondos odafigyelést igényel.
- A kezét és lábát tartsa távol a mozgó részekről.
- A berendezést ne próbálja maga megjavítani.
- Súlyzók: 40 kg.
- A berendezés súlya: 16,5 kg.
- A berendezés mérete (h x sz x m): 147 x 65 x 89,5 cm.

Az összeszerelés menete

Vegye ki az összes alkatrészt a kartondobozból és helyezze a padlóra. Vesse össze az egyes alkatrészeket az alkatrészlistával, győződjön meg róla, hogy a dobozból egy alkatrész sem hiányzik.

Szerszámok az összeszereléshez

Villáskulcs 10, 14, 17-2x



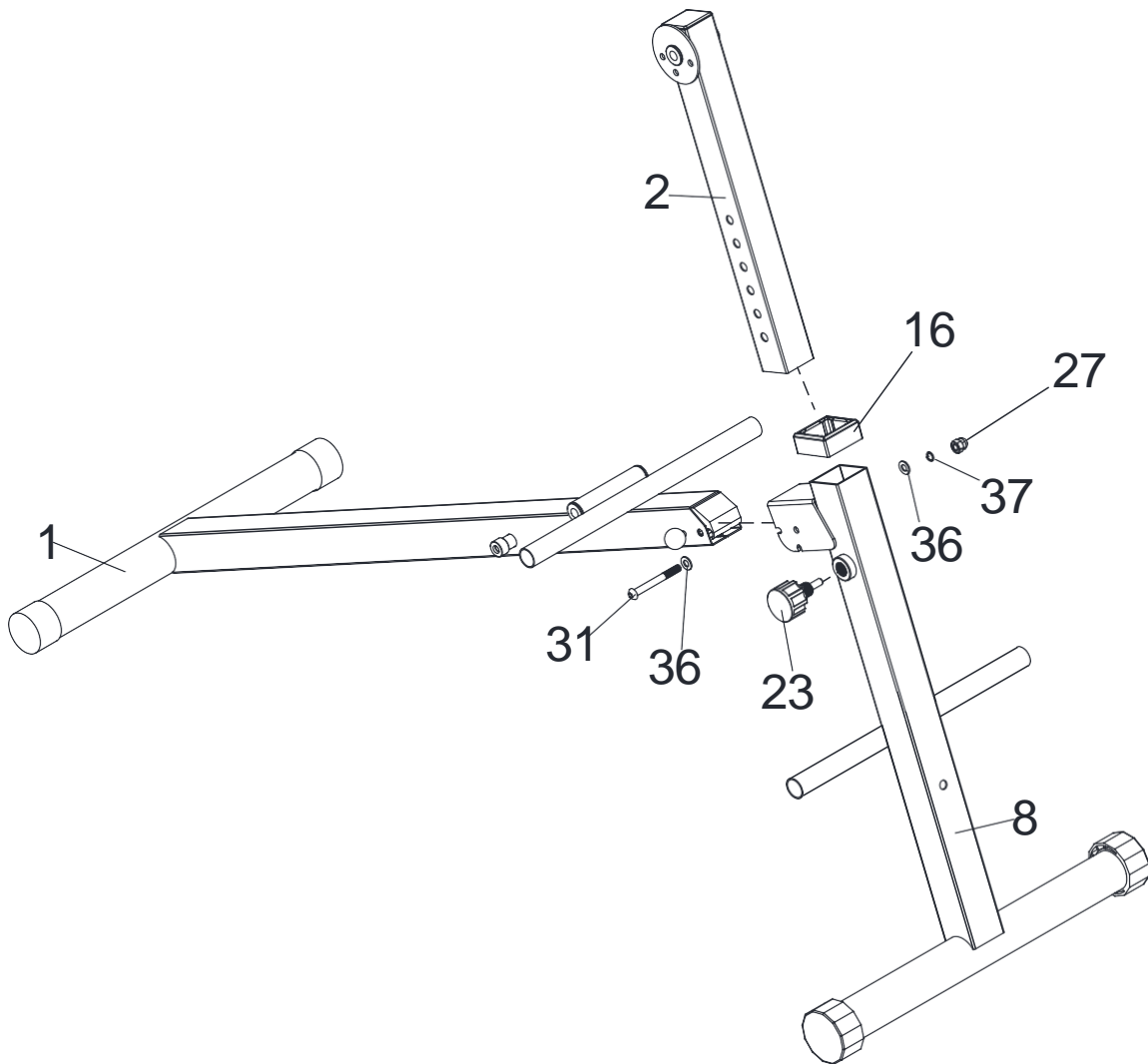
Phillips csavarhúzó



38.

Rögzítse a fő vázat (1) az elülső hajlított csőhöz (8) egy M8 x 70 mm-es csavar (31), két M8-as alátét (36), egy M8-as rugós alátét (37) és egy M8-as nylon anya (39) segítségével.

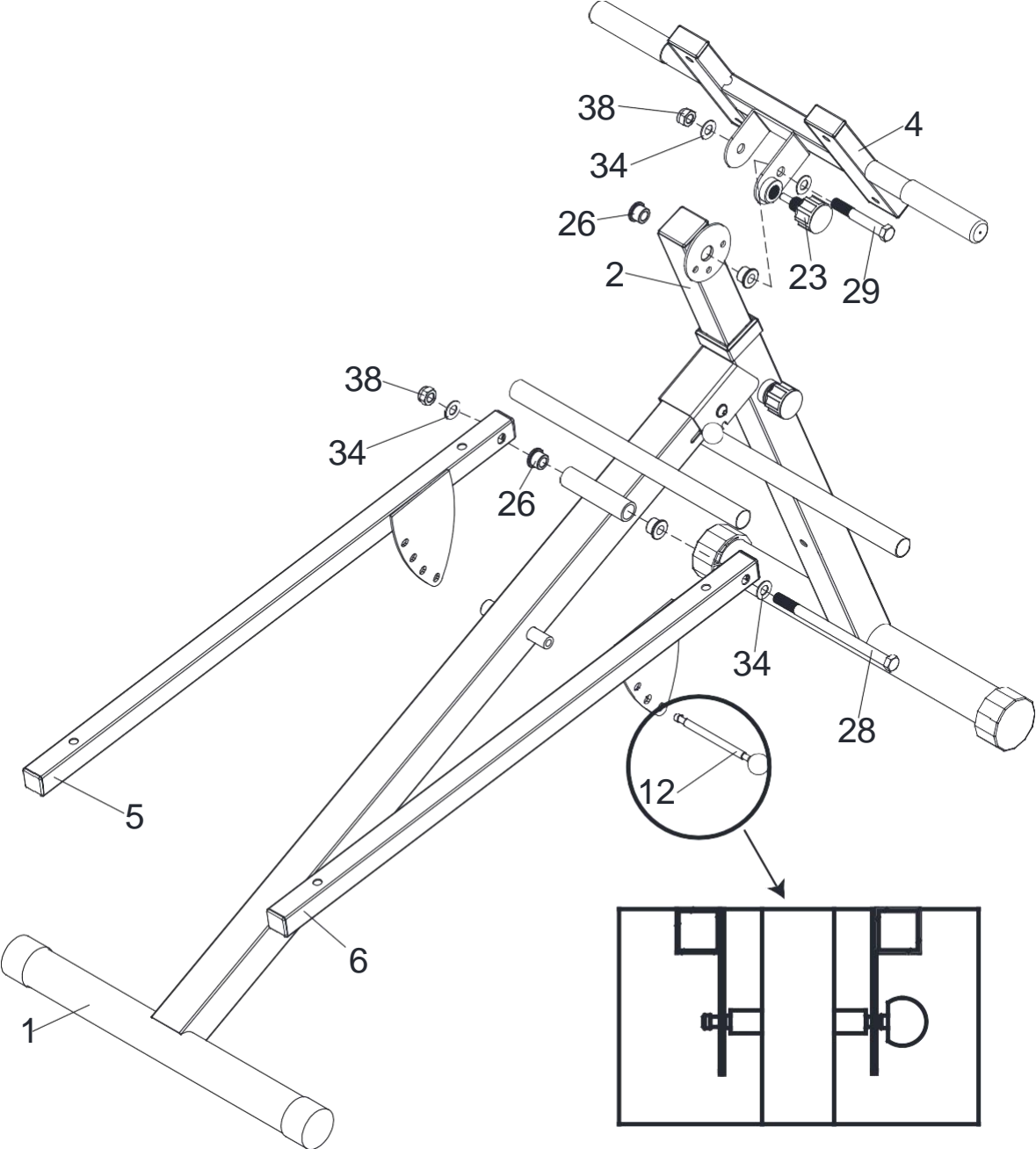
Helyezze az állítható csövet (2) az elülső hajlított csőbe (8) a gyorscsavar (23) segítségével.



39.

Rögzítse a keretes háttámlát (bal) (5) és a keretes háttámlát (jobb) (6) a fő vázhoz (1) két olajos tok (26), egy M12 x 185 mm-es csavar (28), két M12-es alátét (34) és egy M12-es nylon anya (38) segítségével.

Rögzítse a bicepsz támasz alatti keretet (4) az állítható csőhöz (2) két olajos tok (26), egy M12 x 85 mm-es csavar (29), két M12-es alátét (34), egy nylon anya M12 m (38) és egy gyorscsavar (23) segítségével. Ezt követően tegye át a gyorscsavart (23) az egyes nyílásokon az U-típusú lemezen, minden nyílásba az acél kereken.



A reteszelőcsapnak (12) át kell haladnia mindkét tartón (5 és 6), valamint a fő szerkezeten (1).

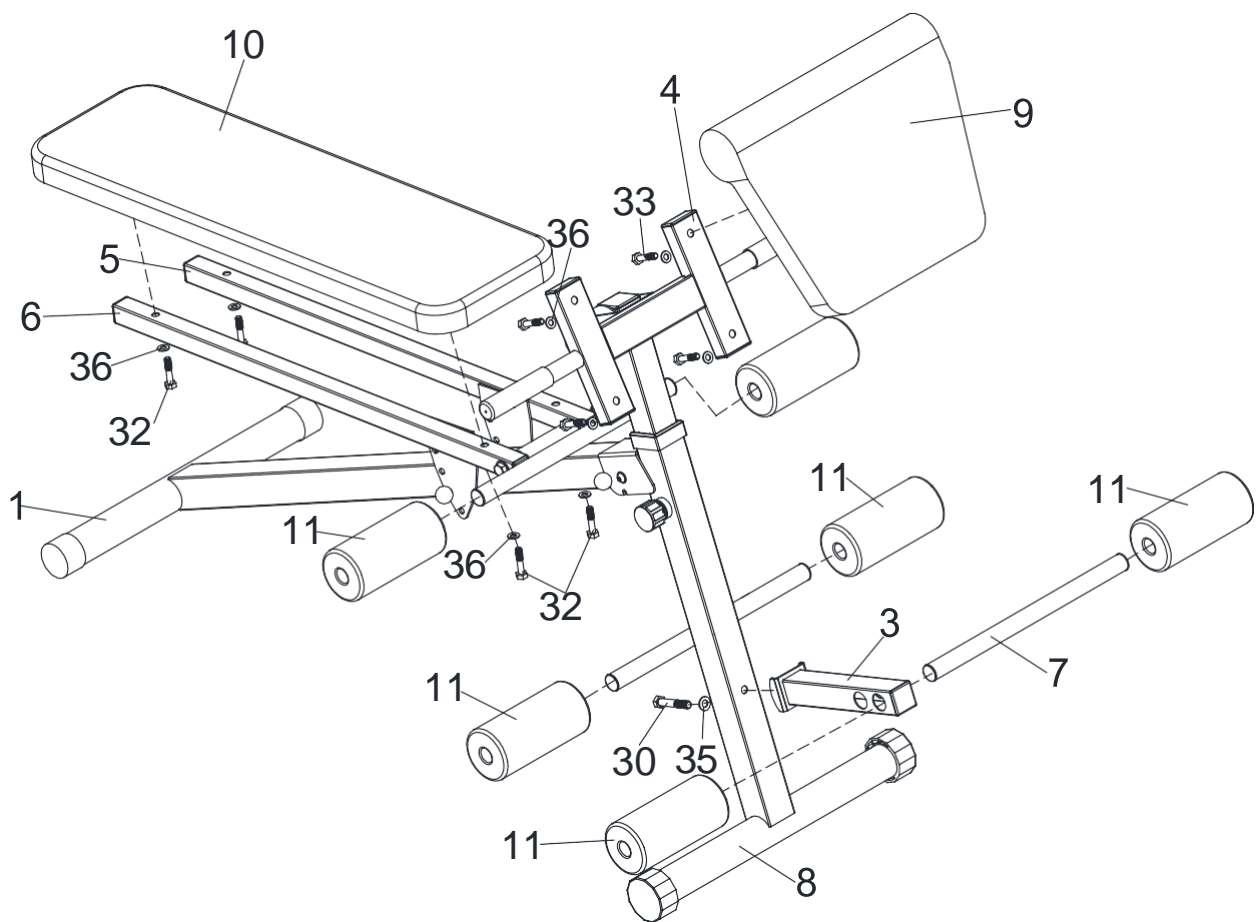
3. lépés

Rögzítse a háttámaszt (10) a keretes háttámlához (bal) (5) és a keretes háttámlához (jobb) (6) négy M8 x 45 mm-es csavar (32) és négy M8-as alátét (36) segítségével.

Rögzítse a bicepsz támaszt (9) a kerethez (4) négy M8 x 40 mm-es csavar (32) és négy M8-as alátét (36) segítségével.

Rögzítse a rögzített habcsövet (3) az elülső hajlított csőhöz (8) egy M10 x 65 mm-es csavar (30) és egy M10-es alátét (35) segítségével.

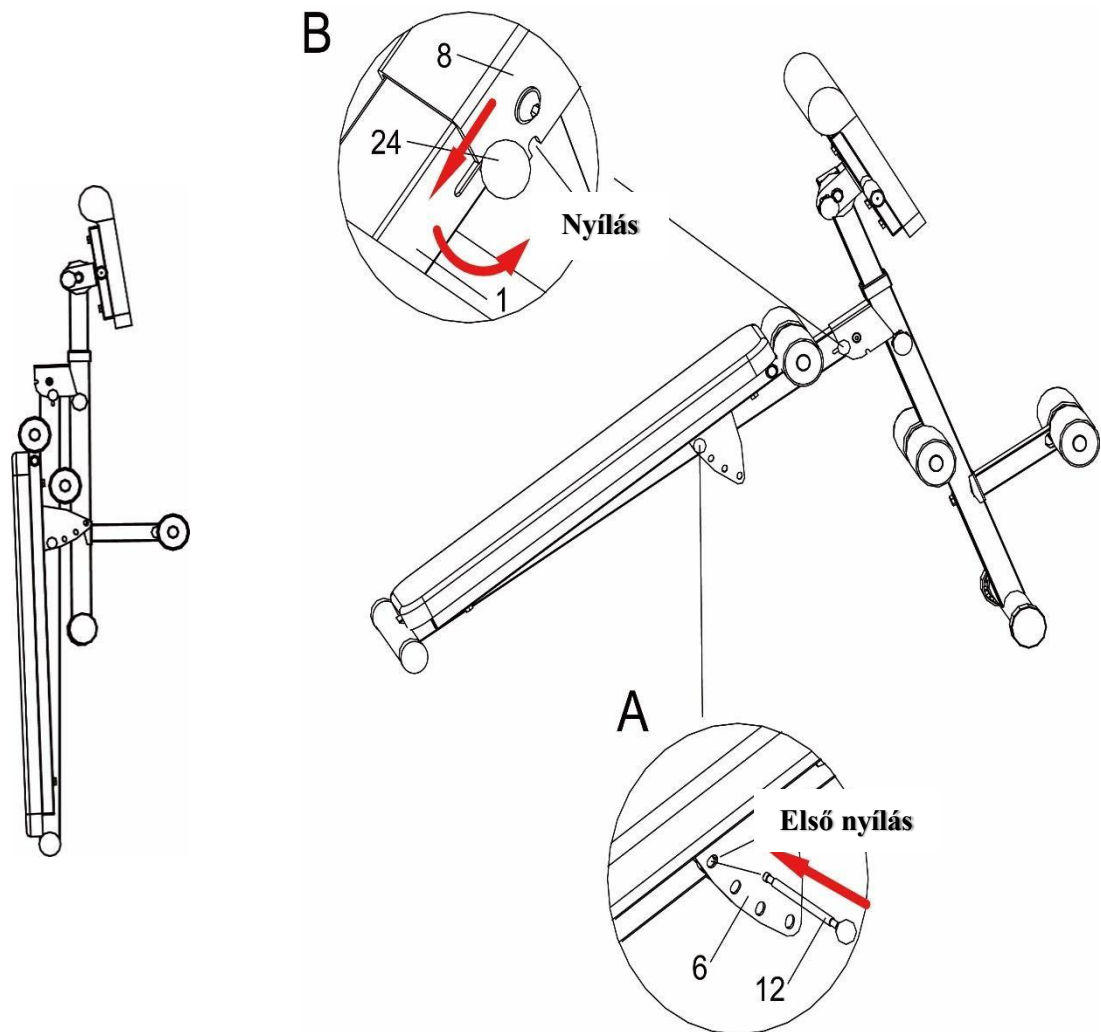
Helyezze a habcsövet (7) a rögzített habcsőbe (3), majd csúsztassa a hat habhengert (11) a habcsőre (7), elülső hajlított csőre (8) és a fő vázra (1).



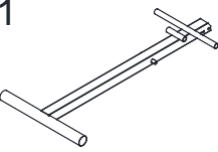
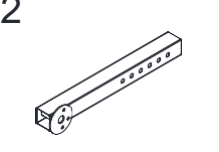
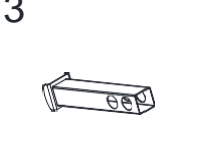
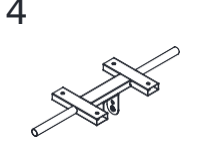

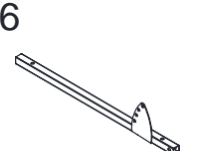
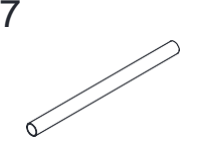
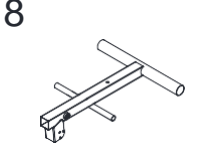
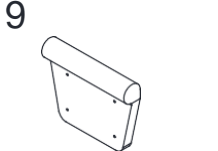
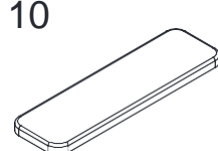
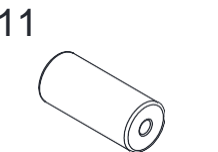
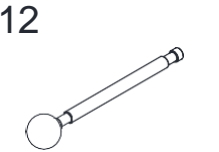
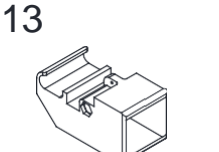








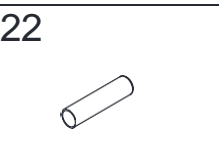
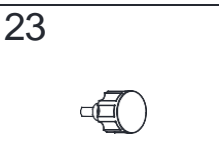



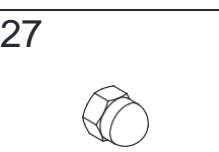
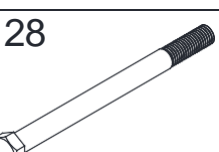
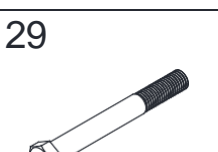
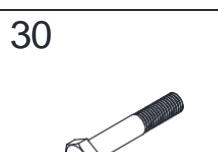
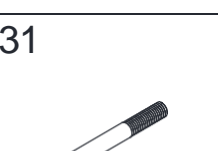
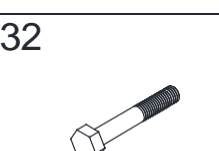
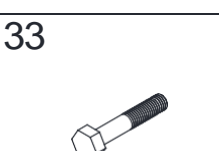





Utasítások az összehajtásra

A. Helyezze a csapot (12) a lemez első nyílásába, majd állítsa be a háttámla keretét az alábbi ábra alapján.

B. Csúsztassa be a csapszeget (24), majd hajtsa a padot a nyíl irányában úgy, hogy a csapszeg (24) a nyílásba kerüljön.



Alkatrészlista

1		2		3		4		5	
6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15	
16		17		18		19		20	
21		22		23		24		25	
26		27		28		29		30	
31		32		33		34		35	
36		37		38					

SSZ.	Megnevezés	DB
1	Fő váz	1
2	Állítható cső	1
3	Rögzített habcső	1
4	Bicepsztámasz alatti keret	1
5	Keretes háttámla (bal)	1
6	Keretes háttámla (jobb)	1
7	Habcső	1
8	Elülső hajlított cső	1
9	Bicepsztámasz	1
10	Háttámasz	1
11	Habhenger	6
12	Csap	1
13	Szabályozás	1
14	Ferde kerek sapka	2
15	Kör alakú zárókupak	2
16	Félig üres dugasz	1
17	Dugasz 45 mm ²	1
18	Dugasz 38 mm ²	1
19	Dugasz 30 mm ²	4
20	Dugasz 25 x 50 mm	4
21	Dugasz D25 m	6
22	Kézi kapocs	2
23	Gyorscsavar	2
24	Hajtókar	1
25	Rugó	1
26	Olajos tok	4
27	Anyá M8	1
28	Csavar M12 x 185 mm	1
29	Csavar M12 x 85 mm	1

30	Csavar M10 x 85 mm	1
31	Csavar M8 x 70 mm	1
32	Csavar M8 x 45 mm	4
33	Csavar M8 x 40 mm	4
34	Alátét M12	4
35	Alátét M10	1
36	Alátét M8	10
37	Rugós alátét M8	1
38	Nylon anya M12	2