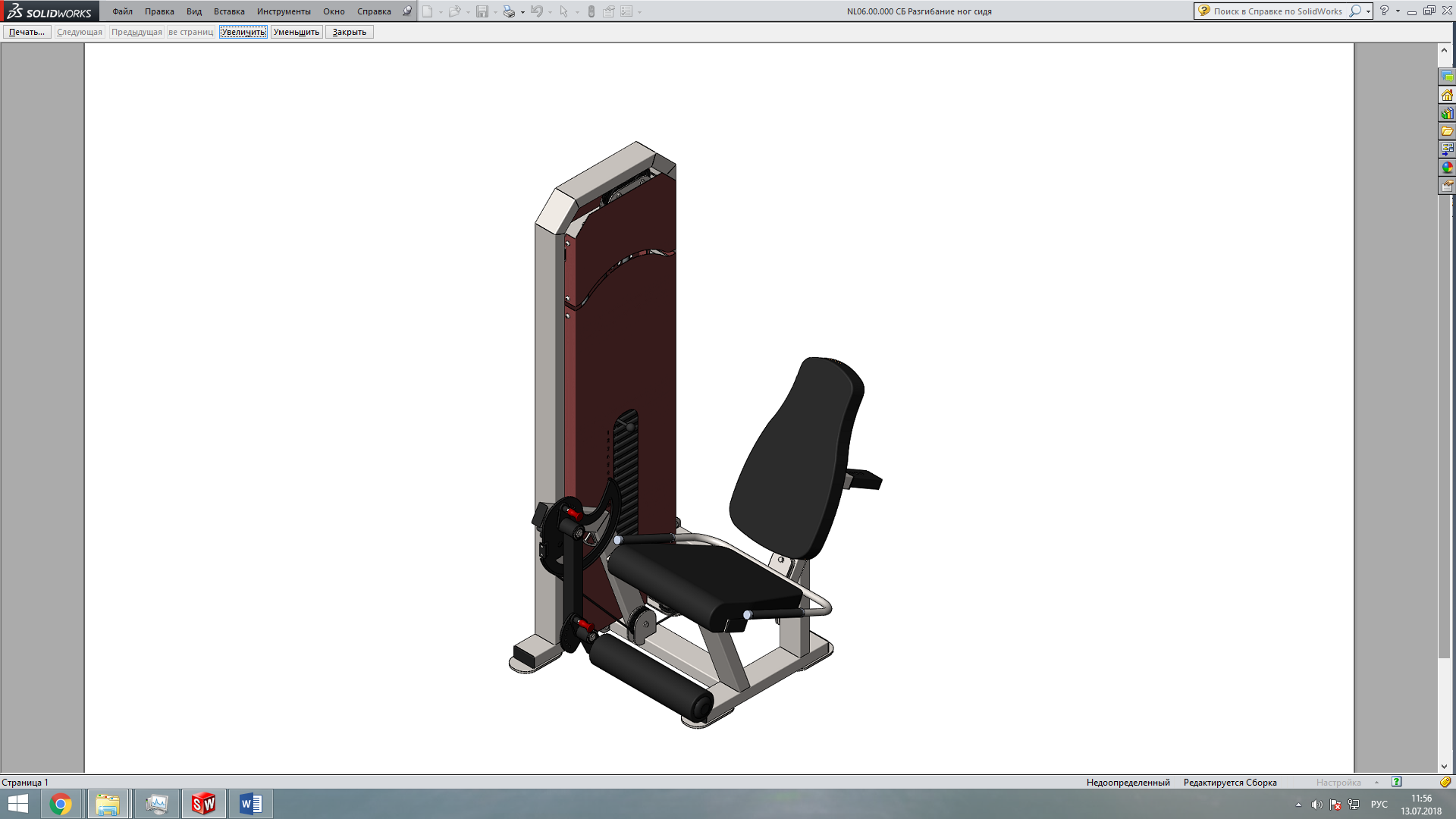
NL 06

Разгибание ног сидя

(инструкция по сборке)



Комплект поставки

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Рама сиденья | 1 шт. |
|  | Рама под грузоблоки | 1 шт. |
|  | Спинка | 1 шт. |
|  | Сиденье | 1 шт. |
|  | Перемычка | 1 шт. |
|  | Рукоять | 1 шт. |
|  | Направляющая | 2 шт. |
|  | Втулка центрирующая | 2 шт. |
|  | Кожух спереди | 1 шт. |
|  | Кожух сзади | 1 шт. |
|  | Кожух сверху/спереди | 1 шт. |
|  | Кожух сверху/сзади | 1 шт. |
|  | Болт М10х20 | 8 шт. |
|  | Болт М10х50 | 1 шт. |
|  | Болт М10х60 | 2 шт. |
|  | Болт М10х70 | 4 шт. |
|  | Винт М10х20 с полукруглой головкой и вн.шестигранником | 16 шт. |
|  | Зажим для троса «Duplex» | 1 шт. |
|  | Карабин пожарный 8х80 тип С | 1 шт. |
|  | Коуш стальной | 1 шт. |
|  | Шайба D10 | 30 шт. |
|  | Шайба D10 увеличенная | 1 шт. |
|  | Валик L=500 мм; D=120 мм | 1 шт. |
|  | Грузоблок 5 кг- верхний груз | 1 шт. |
|  | Груз 5 кг | 17 шт. |
|  | Стопор троса | 1 шт. |
|  | Заглушка на внешний наконечник валика | 1 шт. |
|  | Наконечник на валик внешний | 1 шт. |
|  | Наконечник на валик внутренний | 1 шт. |
|  | Фиксатор для грузоблоков | 1 шт. |
|  | Трос металлополимерный ПР 6,0; черный L=4,2 м | 1 шт. |

1. На раме грузоблоков (2) в демпфера вставьте направляющие (7), наклонив направляющие, поочередно наденьте грузоблоки 5 кг – 17 шт. (25); следом наденьте верхний груз с флейтой (24); сверху на направляющие (7) наденьте центрирующие втулки (8). Затем через отверстия в раме (2) вкрутите во втулки (8) комплект крепежа: болт М10х60 (15); шайба D10 (21). При помощи фиксатора (30) установите необходимую Вам нагрузку (рис.1).

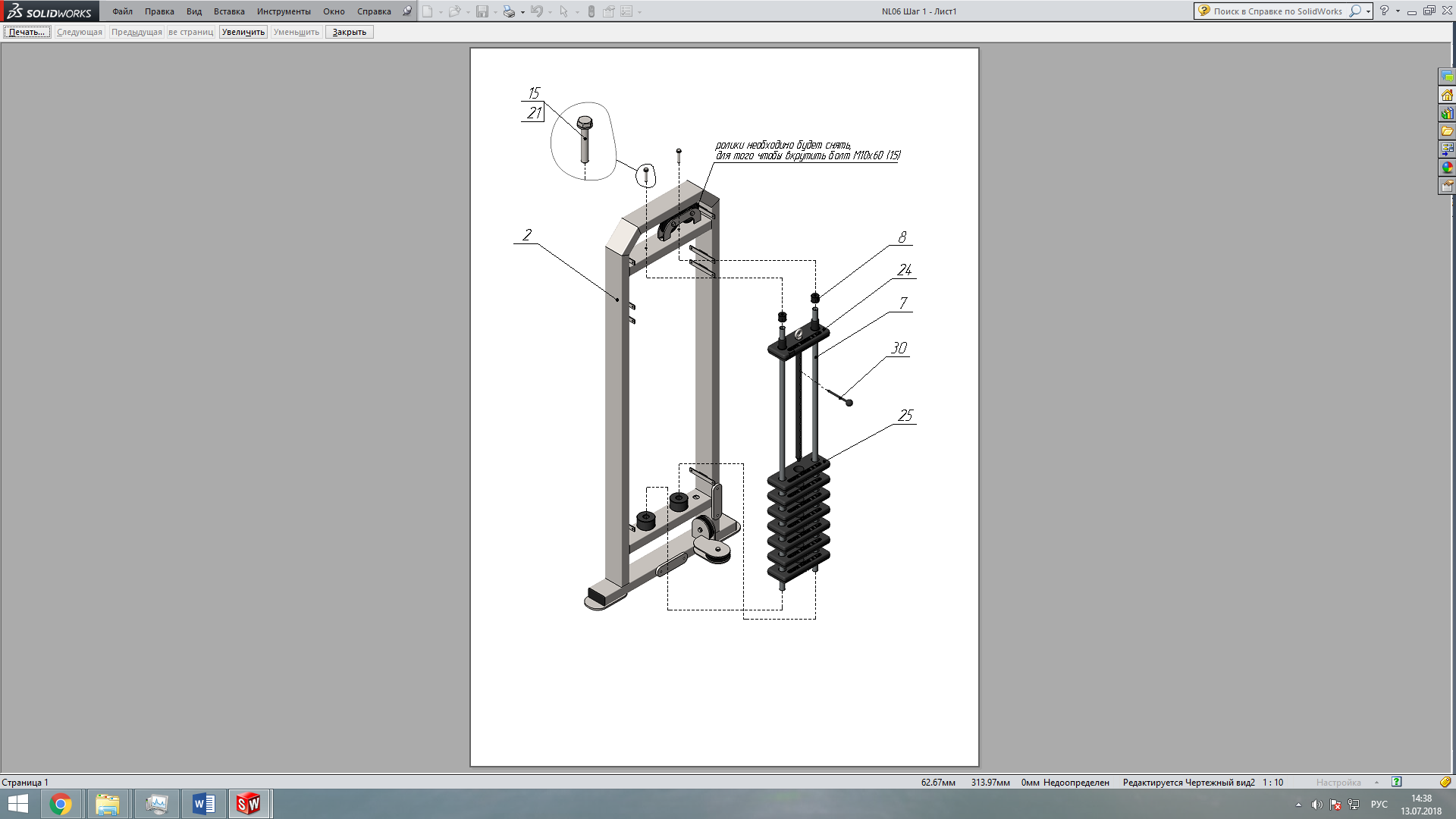


Рис.1

1. К раме грузоблоков (2) прикрутите раму сиденья (1) комплектом крепежа: болт М10х20 (13); шайба D10 (21). Затем к рамам грузоблоков и сиденья (2,1) прикрутите перемычку (5) комплектом крепежа: болт М10х20 (13); шайба D10 (21). К раме сиденья (1) прикрутите рукоять (6) комплектом крепежа: болт М10х20 (13); шайба D10 (21) (рис.2).

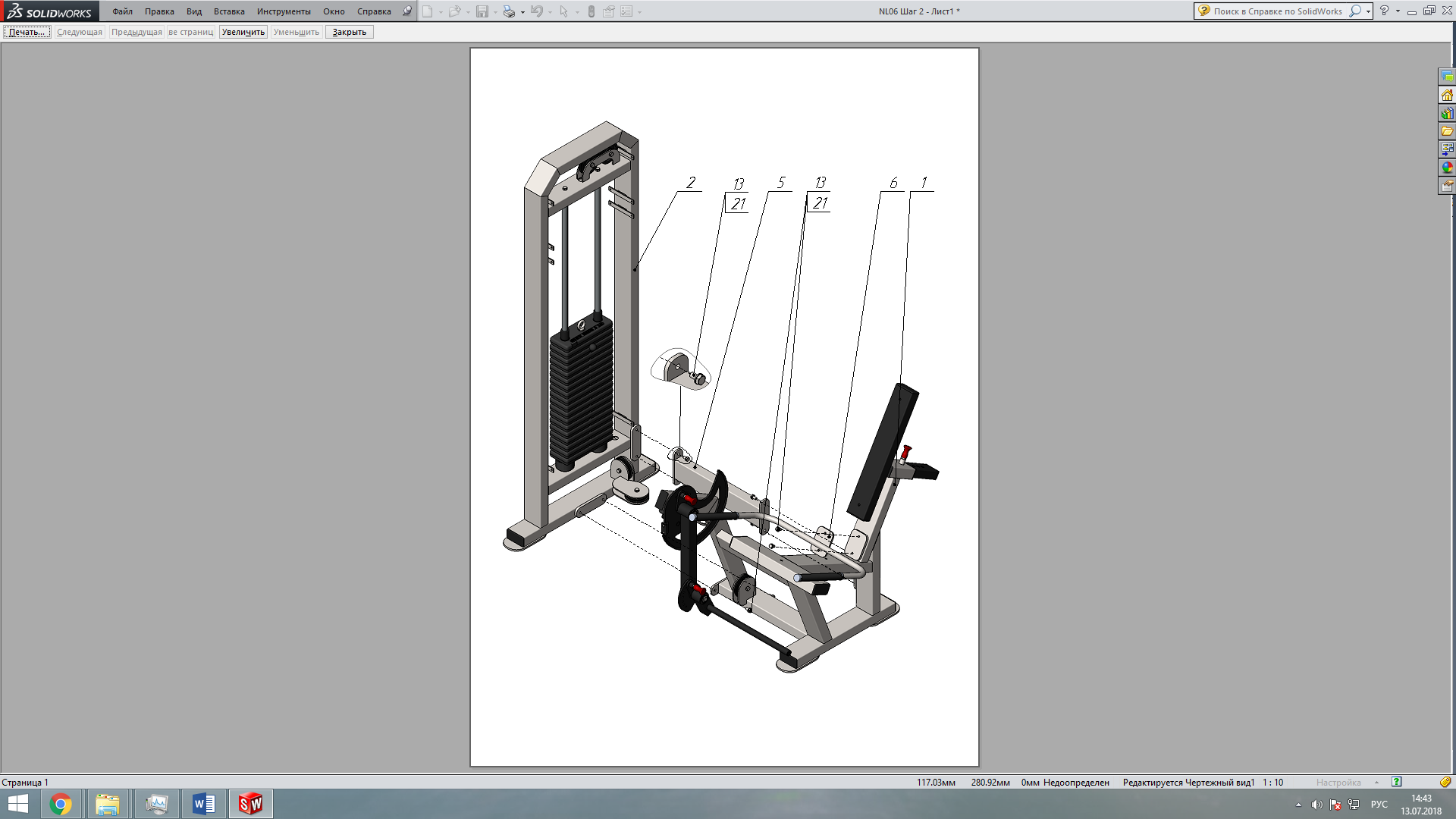


Рис.2

1. К раме сиденья (1) прикрутите спинку (3) и сиденье (4) комплектом крепежа: болт М10х70 (16); шайба D10 (21).

На регулировку наденьте внутренний наконечник валика (29), валик (23), внешний наконечник валика (28), прикрутите его комплектом крепежа: болт М10х50 (14); шайба D10 усиленная (21), затем во внешний наконечник (28) вставьте заглушку (27). (рис.3).

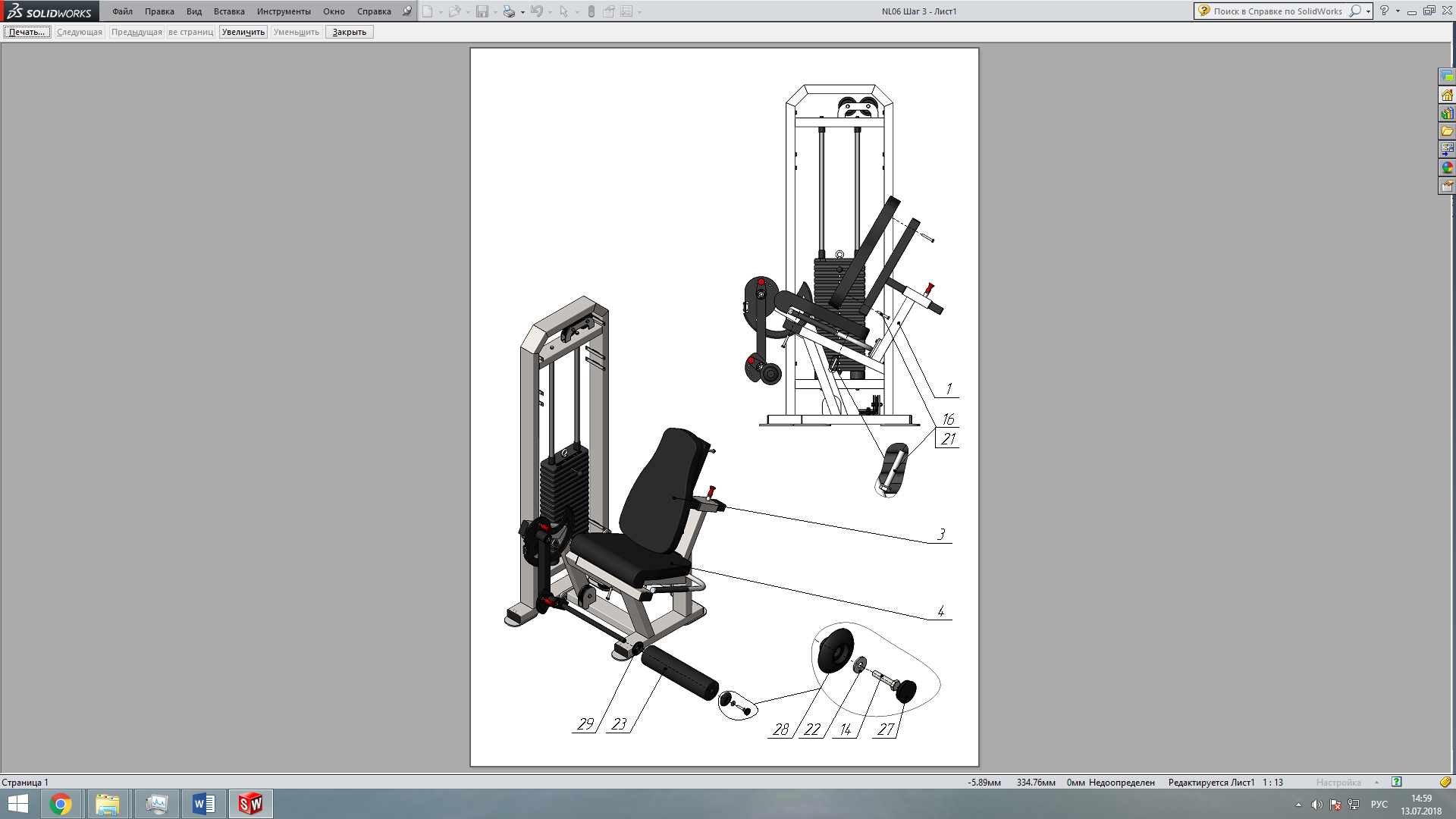


Рис.3

1. Возьмите один свободный конец троса (31), проденьте его через стопор (26); затем вложите трос в зажим Duplex (18), обогнув два болта с одной стороны; далее оберните трос вокруг коуша (20) и вернитесь в зажим (18), снова обогнув болты, но с другой стороны. Затяните как можно сильнее планку зажима. При помощи карабина (19) сцепите верхний груз и зафиксированный конец троса. Затем протяните трос (31), как указано на схеме. Свободный конец троса зафиксируйте на эксцентрике узла подъема при помощи планки и винтов М6х20. Кожуха (9,10,11,12) прикрутите комплектом крепежа: винт М10х20 с полукруглой головкой и вн. шестигранником (17), шайба D10 (21) (рис.4).

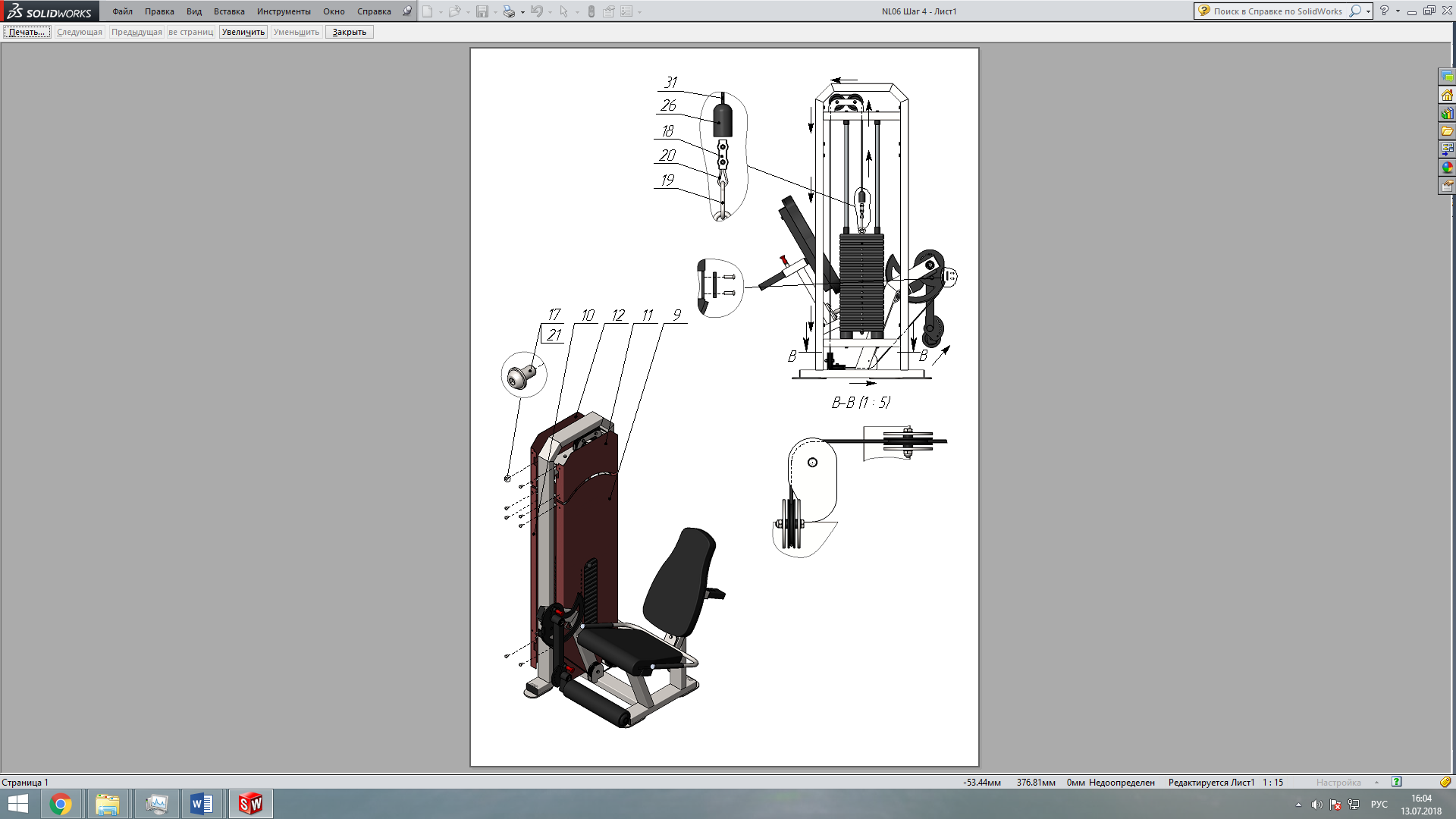


Рис.4