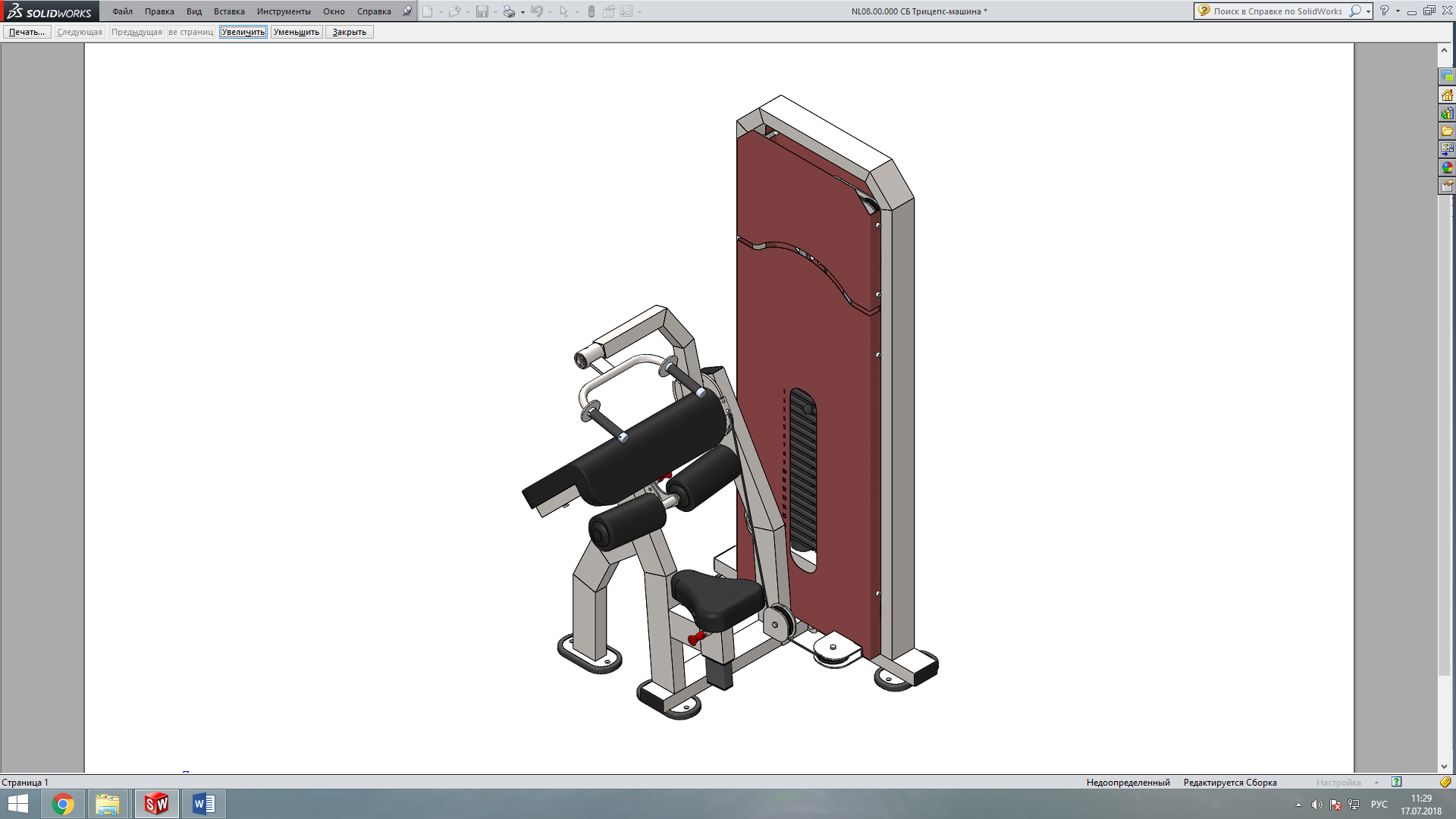
NL 08

Трицепс-машина

(инструкция по сборке)



Комплект поставки

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Рама основная | 1 шт. |
|  | Рама под грузоблоки | 1 шт. |
|  | Сиденье | 1 шт. |
|  | Парта | 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 | 2 шт. |
|  | Болт М10х25 | 2 шт. |
|  | Болт М10х50 | 2 шт. |
|  | Болт М10х55 | 4 шт. |
|  | Болт М10х60 | 2 шт. |
|  | Винт М10х20 с полукруглой головкой и вн.шестигранником | 16 шт. |
|  | Карабин пожарный 8х80 тип С | 1 шт. |
|  | Шайба D10 | 26 шт. |
|  | Шайба D10 увеличенная | 2 шт. |
|  | Валик L=500 мм; D=120 мм | 2 шт. |
|  | Грузоблок 5 кг- верхний груз | 1 шт. |
|  | Груз 5 кг | 17 шт. |
|  | Фиксатор для грузоблоков | 1 шт. |
|  | Трос металлополимерный ПР 6,0; черный + зажимной узел | 1 шт. |
|  | Заглушка наконечника валика | 2 шт. |
|  | Наконечник для валика | 2 шт. |
|  | Сквозной наконечник для валика | 2 шт. |

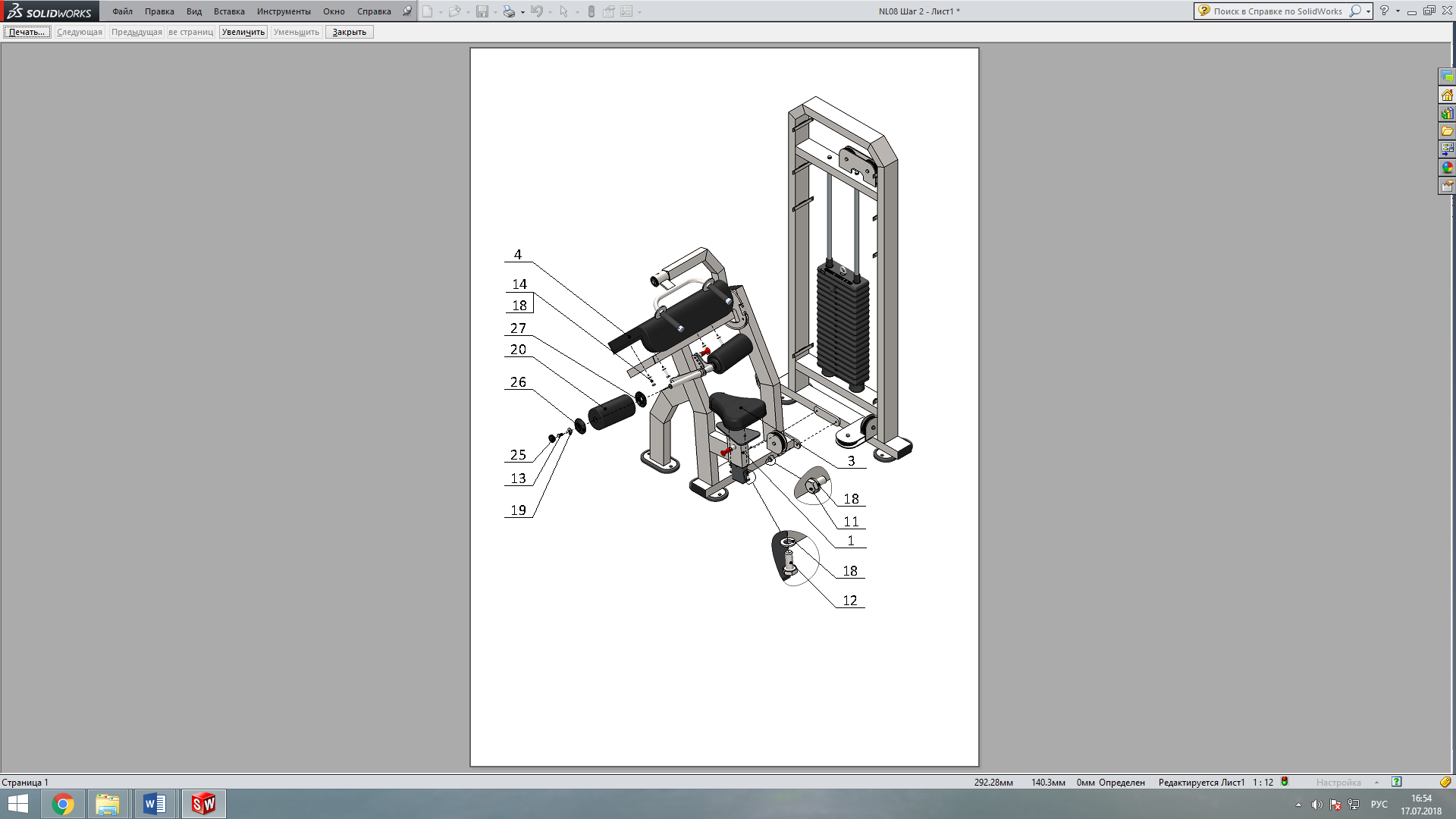
1. На раме грузоблоков (2) в демпфера вставьте направляющие (5), наклонив направляющие, поочередно наденьте грузоблоки 5 кг – 17 шт. (22); следом наденьте верхний груз с флейтой (21); сверху на направляющие (5) наденьте центрирующие втулки (6). Затем через отверстия в раме (2) вкрутите во втулки (6) комплект крепежа: болт М10х60 (15); шайба D10 (18). При помощи фиксатора (23) установите необходимую Вам нагрузку (Рис. 1)



Рис.1

1. Основную раму (1) прикрутите к раме грузоблоков (2) комплектом крепежа: болт М10х20 (11); шайба D10 (18). Затем прикрутите парту (4) и сиденье (3) комплектами крепежа: болт М10х55 (14), шайба D10 (18); болт М10х25 (12). Шайба D10 (18), соответственно.

На регулировку наденьте внутренний наконечник валика (27), валик (20), внешний наконечник валика (26), прикрутите его комплектом крепежа: болт М10х50 (13); шайба D10 усиленная (19), затем во внешний наконечник (26) вставьте заглушку (25) (Рис. 2).

Рис.2

1. При помощи карабина (17) сцепите зажимной узел на конце троса (24), затем свободный конец троса протяните согласно схеме; зафиксируйте конец троса на эксцентрике при помощи зажимной планки, винта М6х20 и шайбы D6 (Рис.3).

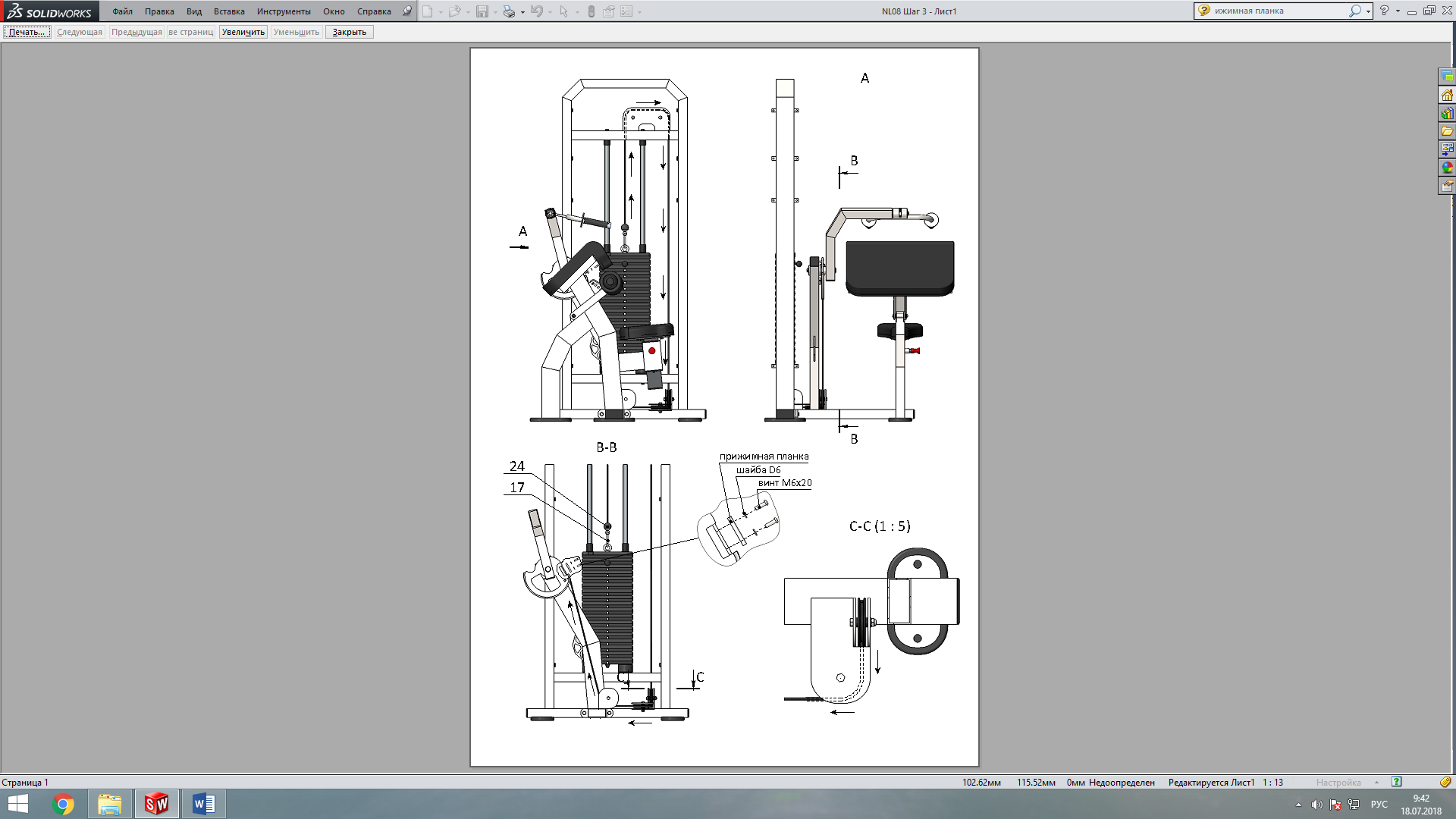


Рис.3

1. На финальном этапе сборки к раме грузоблоков (2) крепятся кожуха задние (8, 10), – передние (7, 9) при помощи комплекта крепежа: винт М10х20 с полукруглой головкой и вн.шестигранником (16), шайба D10 (18) (Рис.4).

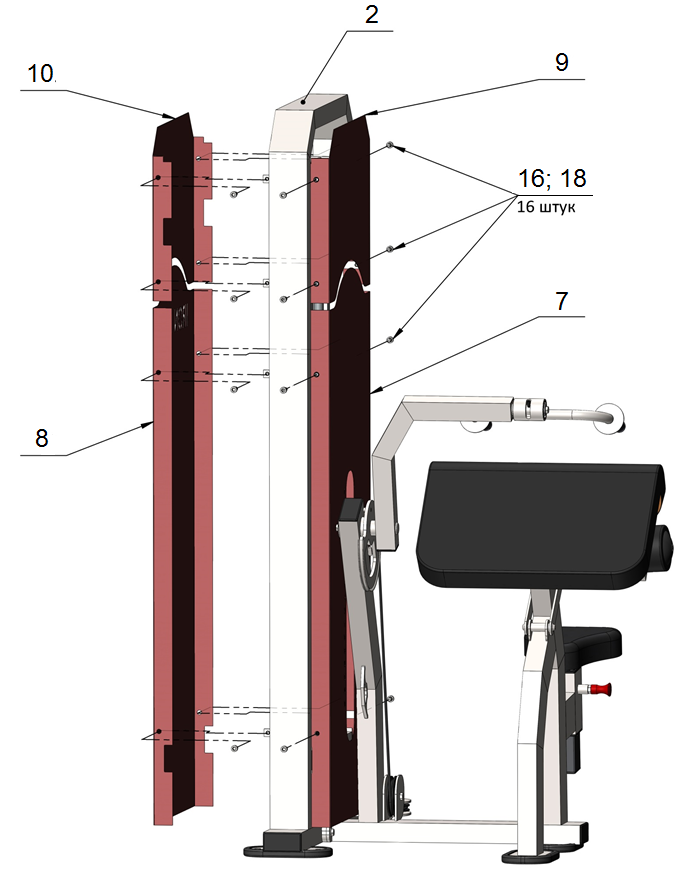


Рис.4