IK 312

Жим ногами

(инструкция по сборке)



Комплект поставки

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Рама наклонная | 1 шт. |
|  | Рама опорная | 1 шт. |
|  | Сиденье  | 1 шт. |
|  | Сиденье малое | 1 шт. |
|  | Упорная рама | 1 шт. |
|  | Лист упорный | 1 шт. |
|  | Болт М10х30 | 4 шт. |
|  | Болт М10х60  | 6 шт. |
|  | Болт М10х60 с квадратным подголовником | 4 шт. |
|  | Болт М10х100 | 2 шт. |
|  | Гайка М10 | 12 шт. |
|  | Шайба D10 | 16 шт. |

1. Скрутите опорную раму (2) и упорную раму (5) с помощью крепежного комплекта: болт М10х100 (10), гайка М10 (11), шайба D10 (12). (Рис.1) Прикрутите наклонную раму (1) к опорной раме (2) с помощью крепежного комплекта: болт М10х30 (7), гайка М10 (11), шайба D10 (12); к упорной раме (5) с помощью крепежного комплекта: болт М10х60 (8), гайка М10 (11), шайба D10 (12). (Рис.1)



Рис.1

1. Прикрутите малое сиденье (4) к наклонной раме с помощью крепежного комплекта: болт М10х60 (8), шайба D10 (12).(Рис.2) Прикрутите сиденье (3) к опорной раме с помощью крепежного комплекта: болт М10х60 (8), шайба D10 (12). (Рис.2) Прикрутите упорный лист (6) к наклонной раме с помощью крепежного комплекта: болт М10х60 с квадратным подголовком (9), гайка М10 (11), шайба D10 (12).(Рис.2)



Рис.2