

IK 14

Кроссовер на основе многофункциональной рамы

(инструкция по сборке)



Комплект поставки

1. ИК 907sp Ручка тяги закрытая	4 шт.
2. Рама под грузоблоки	2 шт.
3. Перемычка между рамами	1 шт.
4. Направляющая	4 шт.
5. Втулка центрирующая	4 шт.
6. Болт М10х50	8 шт.
7. Болт М10х100	4 шт.
8. Зажим для троса «Duplex»	4 шт.
9. Карабин пожарный 8х80 тип С	4 шт.
10. Коуш стальной	4 шт.
11. Шайба D10	12 шт.
12. Грузоблок 5 кг- верхний груз	2 шт.
13. Груз 5 кг	34 шт.
14. Демпфер	4 шт.
15. Колпак декоративный М10 S-17	40 шт.
16. Стопор троса	4 шт.
17. Фиксатор для грузоблоков	2 шт.
18. Шнур плетенный полиамидный 16-тирядный D=8 мм	2 шт.
19. Гайка М10	4 шт.

Примечание: данная инструкция распространяется на тренажер ИК 14(б).

Изменения в комплекте поставки:

ИК 14(б): рама под грузоблоки большей высоты.

.

1. Скрутите между собой рамы под грузоблоки (2) при помощи перемычки (3) и комплекта крепежа: болт M10x100 (7), гайка M10 (19), шайба D10 (11) (рис.1).

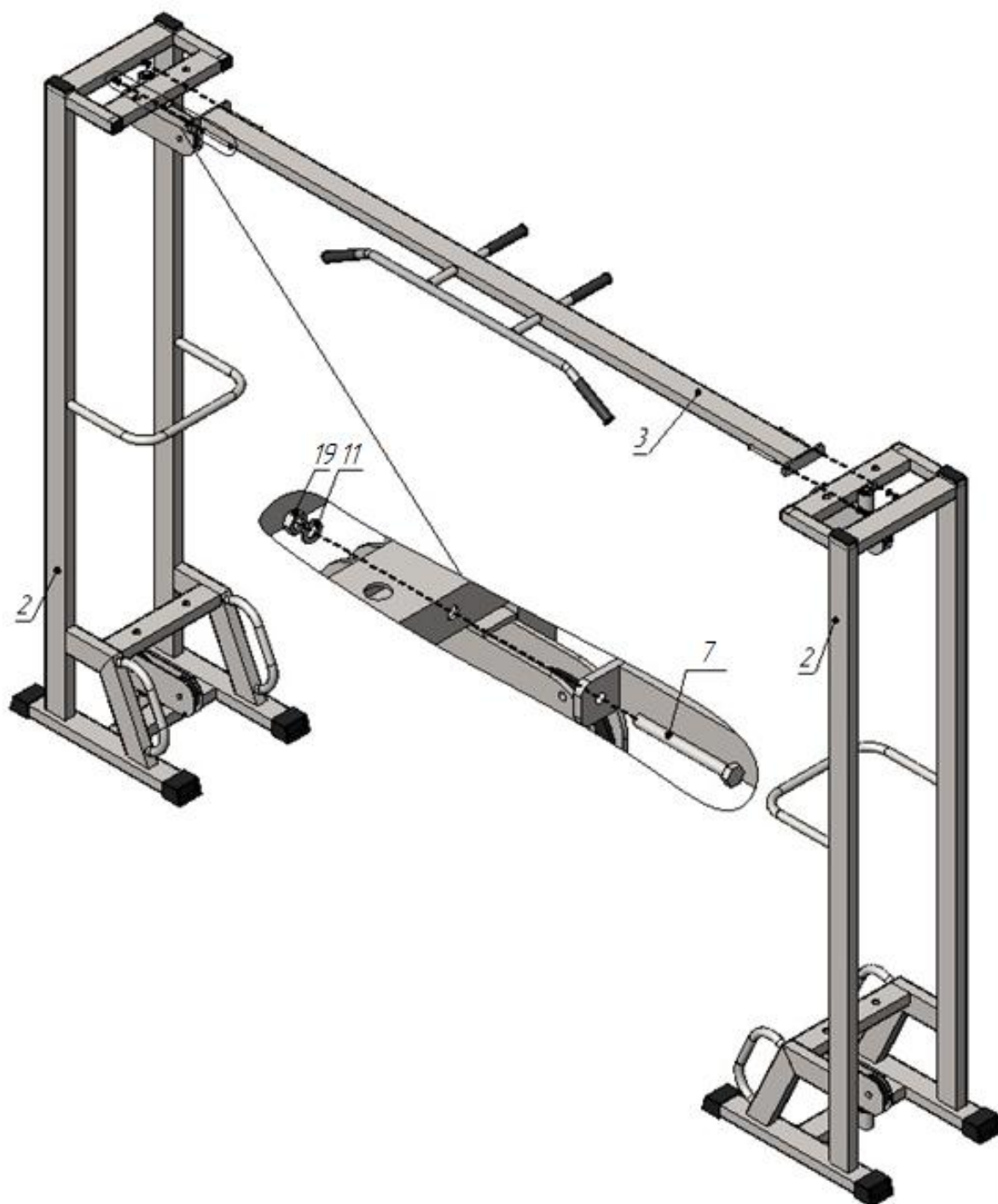


Рис.1

2. К раме грузоблоков (2) прикрутите демпфера (14) комплектом крепежа: болт М10х50 (6), шайба D10 (11); в демпфера (14) вставьте направляющие (4), наклонив направляющие, поочередно наденьте груз 5 кг – 17 шт. (13); следом наденьте верхний груз с флейтой (12); сверху на направляющие (4) наденьте центрирующие втулки (5). Затем через отверстия в раме (2) вкрутите во втулки (5) комплект крепежа: болт М10х50 (6); шайба D10 (11). При помощи фиксатора (17) установите необходимую Вам нагрузку (рис.2).

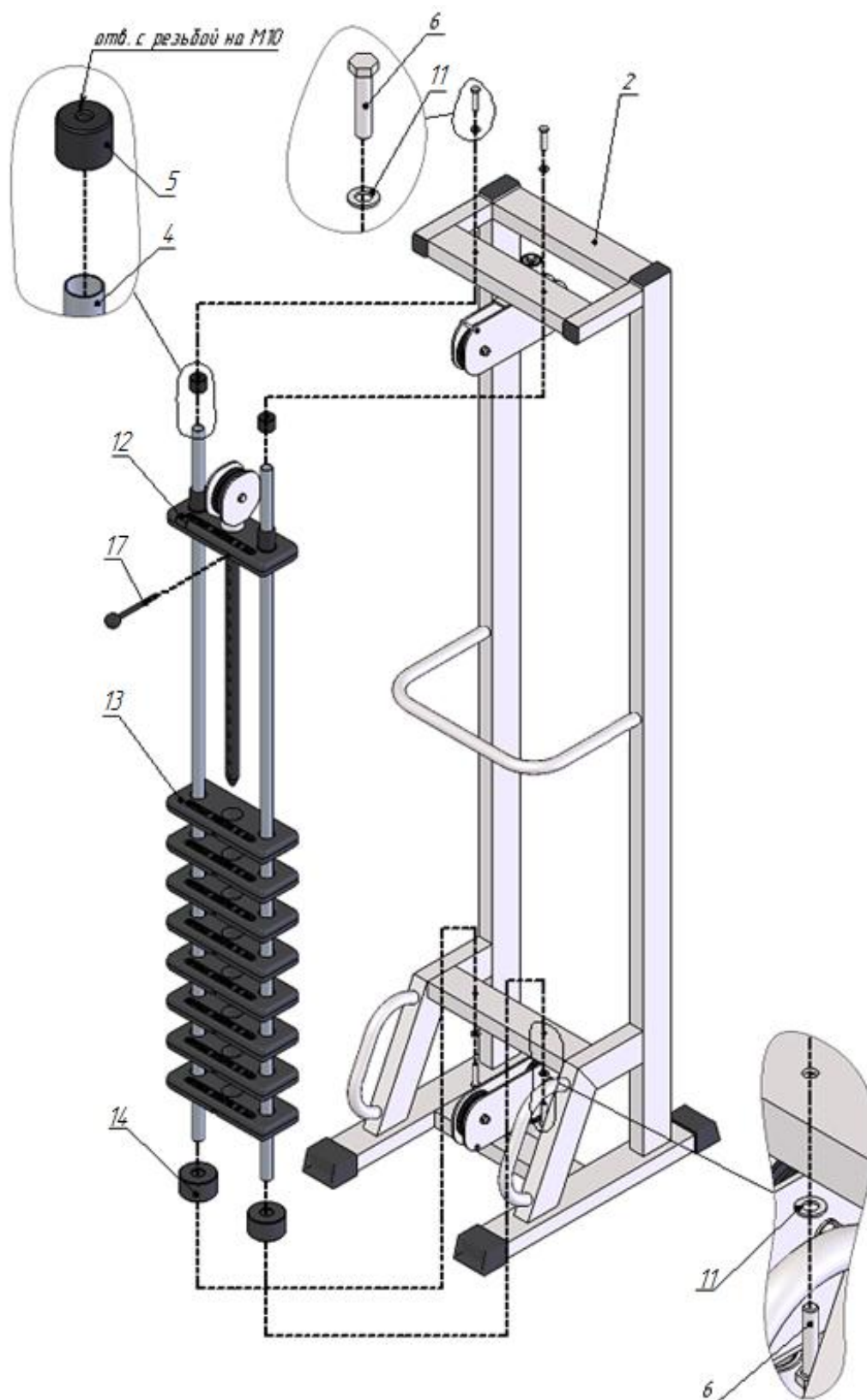


Рис.2

3. Возьмите один конец шнура (19) и проденьте его через отверстие в стопоре (17); затем вложите шнур в зажим «Duplex» (9), обогнув болты зажима с одной стороны; далее вытяните шнур сильнее и сделайте петлю, вложите в нее коуш (11); вернитесь в зажим (9), снова обогнув болты, но с другой стороны. Затяните как можно сильнее планку зажима (9). Зажим (9) со шнуром вставьте в полость стопора (17). Зафиксированный конец шнура скрепите с ручкой тяги (1) при помощи карабина (10). Свободный конец шнура (19) пропустите согласно схеме и повторите последовательность операций, указанных выше (рис.3).

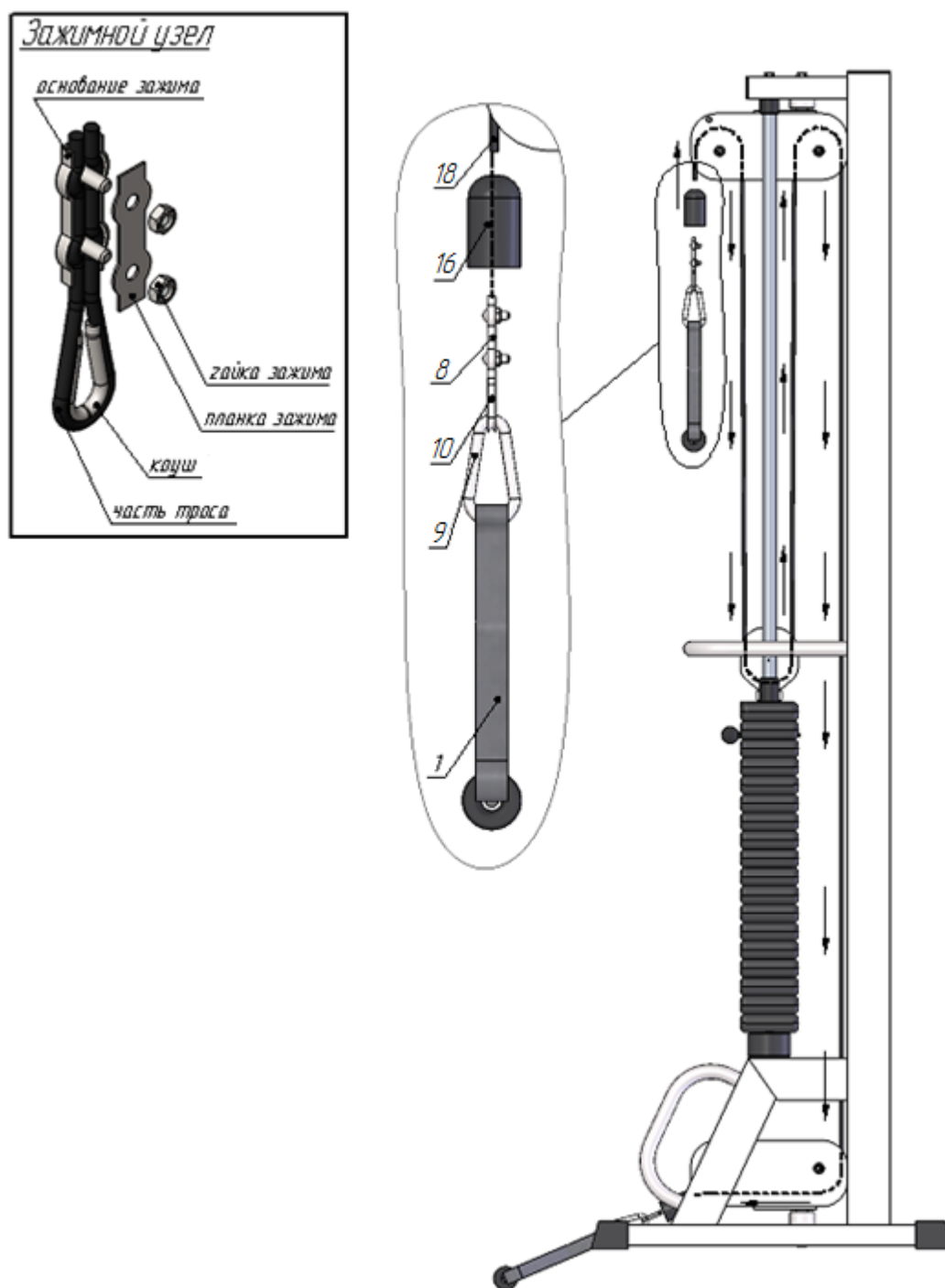


Рис.3

4. Вторую раму соберите аналогично.
5. На все болтовые соединения наденьте колпак M10 (15) с двух сторон.