

# IK 312

## Жим ногами

(инструкция по сборке)



## Комплект поставки

1. Рама наклонная	1 шт.
2. Рама опорная	1 шт.
3. Сиденье	1 шт.
4. Сиденье малое	1 шт.
5. Упорная рама	1 шт.
6. Лист упорный	1 шт.
7. Болт М10х30	4 шт.
8. Болт М10х60	6 шт.
9. Болт М10х60 с квадратным подголовником	4 шт.
10. Болт М10х100	2 шт.
11. Гайка М10	12 шт.
12. Шайба D10	16 шт.

1. Скрутите опорную раму (2) и упорную раму (5) с помощью крепежного комплекта: болт M10x100 (10), гайка M10 (11), шайба D10 (12). (Рис.1)  
Прикрутите наклонную раму (1) к опорной раме (2) с помощью крепежного комплекта: болт M10x30 (7), гайка M10 (11), шайба D10 (12); к упорной раме (5) с помощью крепежного комплекта: болт M10x60 (8), гайка M10 (11), шайба D10 (12). (Рис.1)

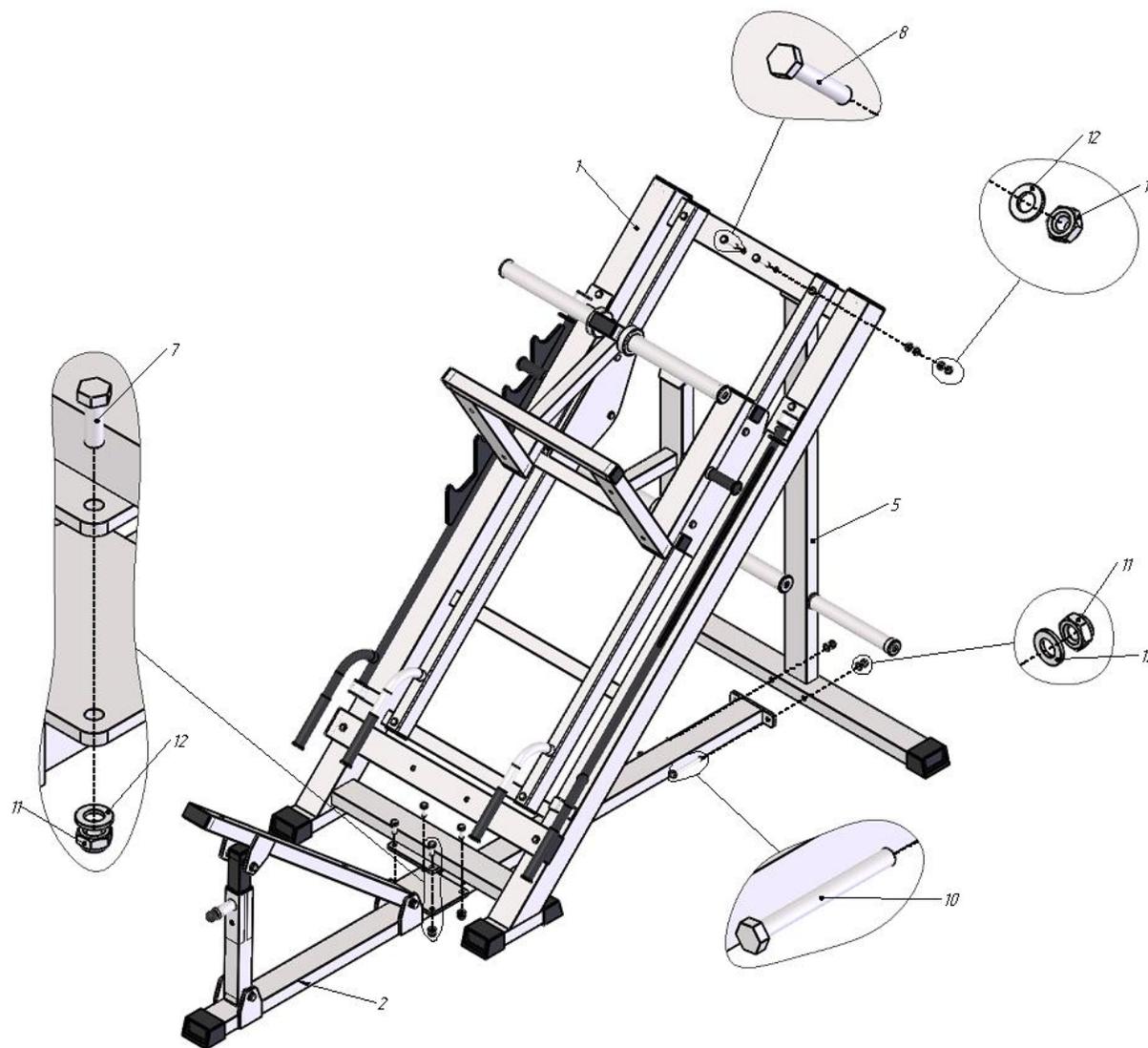


Рис.1

2. Прикрутите малое сиденье (4) к наклонной раме с помощью крепежного комплекта: болт M10x60 (8), шайба D10 (12). (Рис.2) Прикрутите сиденье (3) к опорной раме с помощью крепежного комплекта: болт M10x60 (8), шайба D10 (12). (Рис.2) Прикрутите упорный лист (6) к наклонной раме с помощью крепежного комплекта: болт M10x60 с квадратным подголовком (9), гайка M10 (11), шайба D10 (12). (Рис.2)

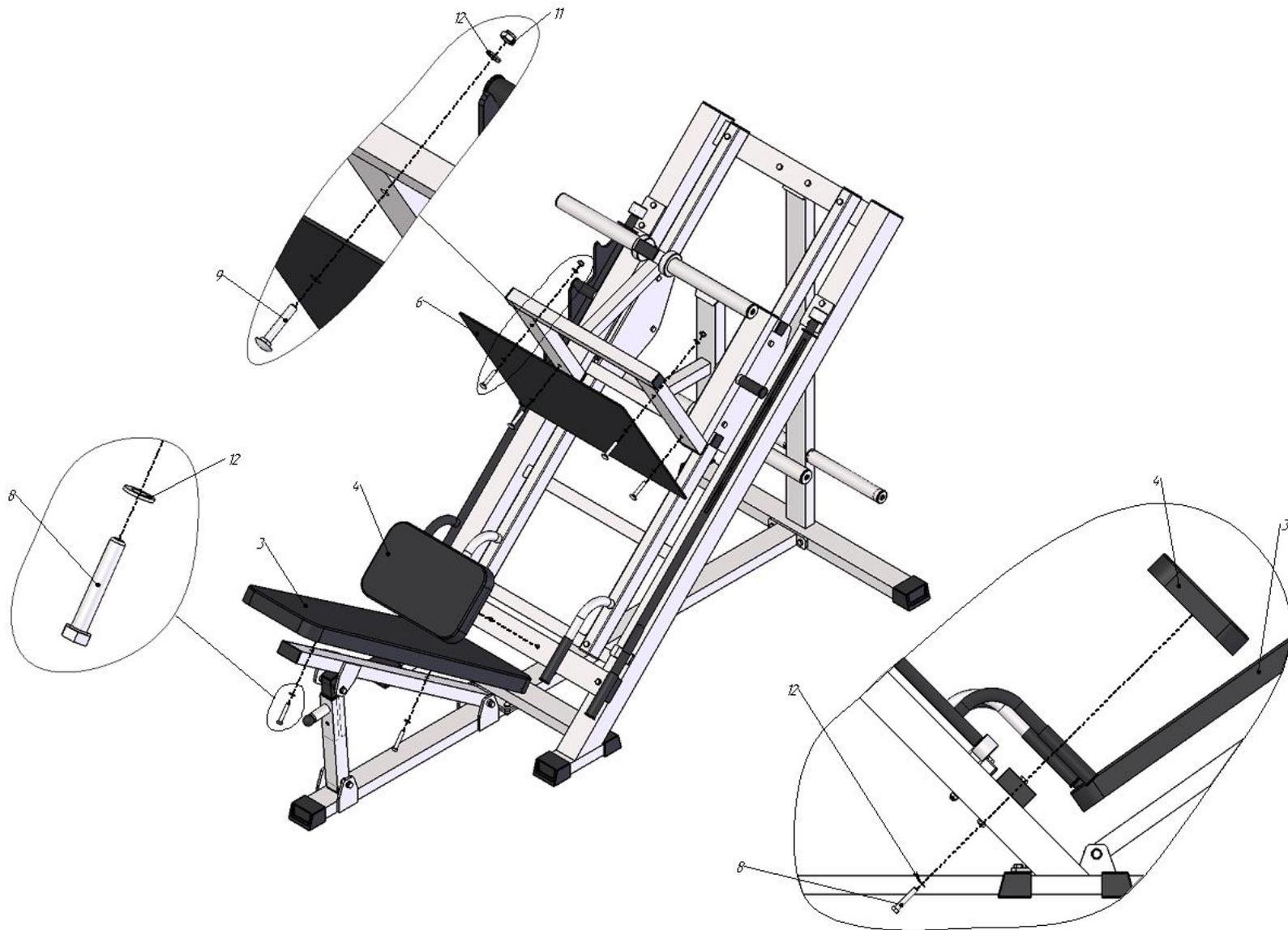


Рис.2