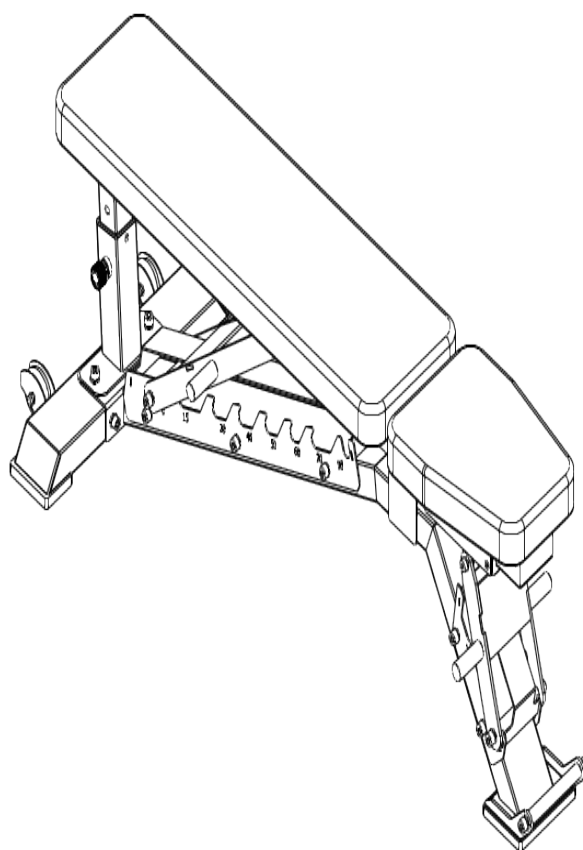


MASTER

BÄNK BC 4.0 BRUKSANVISNING



GENERALAGENT: VARTEX AB

info@masterfitness.se

BATTERIVÄGEN 14

432 34 VARBERG

SWEDEN

Viktiga säkerhetsinstruktioner001

Innan du börjar	2
Golvutrymme.....	3
Produktens maskinvarudelar.....	4
Monteringsinstruktioner	6
Vinkeljustering	10
Skötsel och underhåll	11
Sprängskiss.....	12
Reservdelslista.....	13

VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER

WARNING: För att minska risken för allvarliga skador, läs alla viktiga försiktighetsåtgärder och instruktioner i denna manual och alla varningar på denna bänkpresse innan du använder bänkpressen. Vi tar inget ansvar för personskador eller skador på egendom som direkt eller indirekt uppstått genom användandet av denna bänkpresse.

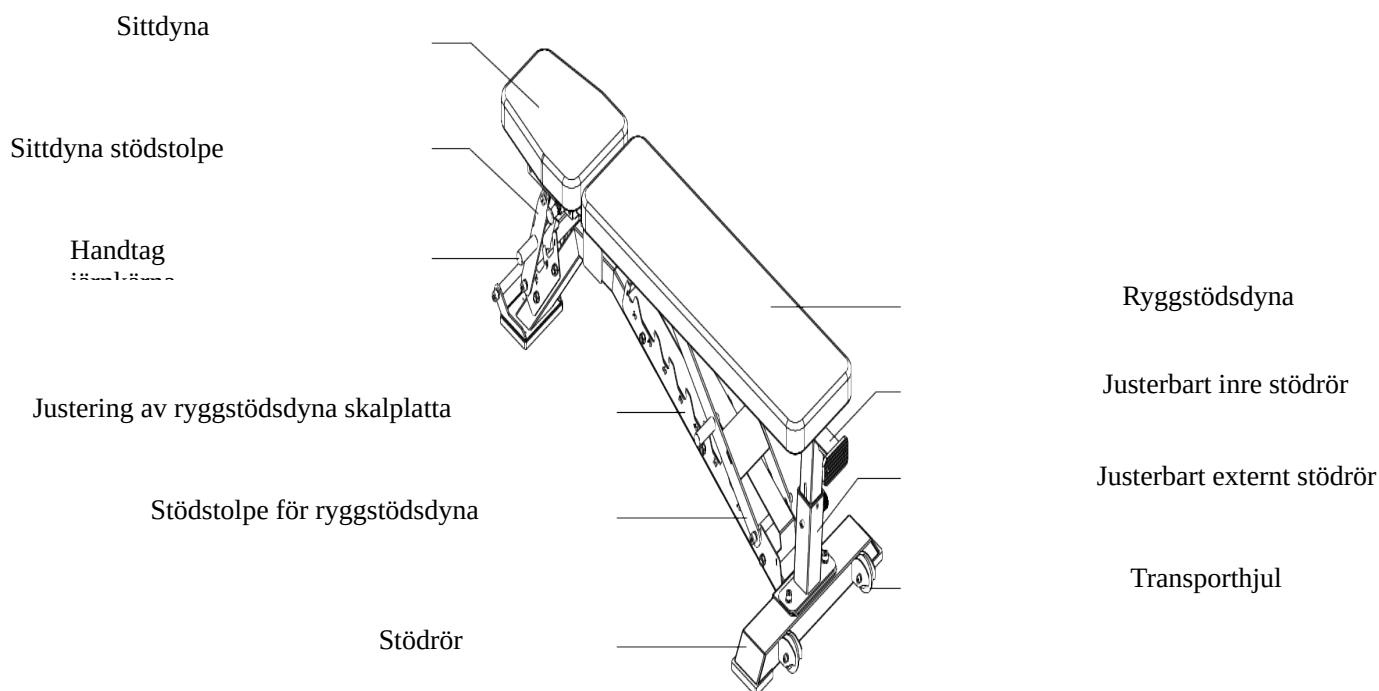
1. Rådgör med din läkare innan du börjar träna. Det gäller särskilt personer över 35 eller personer med kända hälsoproblem.
2. Ägaren ansvarar för att alla användare av denna bänkpresse är tillräckligt informerade om alla försiktighetsåtgärder.
3. Denna bänkpresse är avsedd för professionell användning på gym.
4. Håll bänkpressen inomhus och skydda den från fukt och damm. Placera bänkpressen på ett plant underlag, med en matta under för att skydda golvet eller mattan. Se till att det finns tillräckligt med utrymme runt bänkpressen för montering, demontering och användning.
5. Se till att barn under 12 och husdjur aldrig kommer i närheten av denna bänkpresse.
6. Kontrollera och dra åt alla delar av löpbandet regelbundet. Byt omedelbart eventuella skadade delar.
7. Se till att låssprinten är helt i ingrepp innan bänkpressen används.
8. Bär lämpliga kläder när du tränar. Använd alltid sport skor för att skydda fötterna när du tränar.
9. Denna bänkpresse är utformad för att klara en maximal användarvikt på 150 kg.
10. Om du blir yr eller känner smärta när du tränar, sluta omedelbart träna, svalka dig och varva ned.
11. Bänkpressen får endast användas enligt beskrivningen i denna bruksanvisning.
12. Bänkpressen inkluderar inte skivstång eller viktskivor.
13. Användningsområdet är endast för inomhusbruk och en förklaring av S-klassen
14. Varning! Om tillämpligt, om någon av justeringsanordningarna lämnas utskjutande kan de hindra användarens rörelse
15. Varning! Din hälsa kan påverkas av felaktig eller överdriven träning. Felaktig användning och överdriven träning kan äventyra din hälsa.

INNAN DU BÖRJAR

Tack för att du har valt vår bänkpress. Bänkpressen är utformad för att användas med dina egna vikter för att träna de stora musklerna i överkroppen.

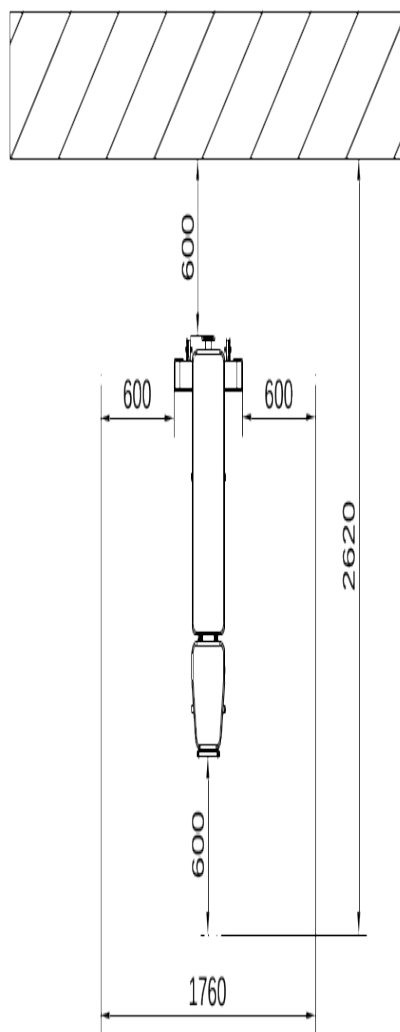
För din egen skull bör du läsa igenom denna bruksanvisning noggrant innan du använder bänkpressen. Om du har frågor efter att ha läst denna bruksanvisning, se framsidan av denna bruksanvisning. För att hjälpa oss att hjälpa dig, notera produktens modellnummer och serienummer innan du kontaktar oss. Modellnumret och placeringen av serienummeretiketten visas på bänkpressen.

Innan du läser vidare bör du titta på skissen nedan och bekanta dig med de namngivna delarna.



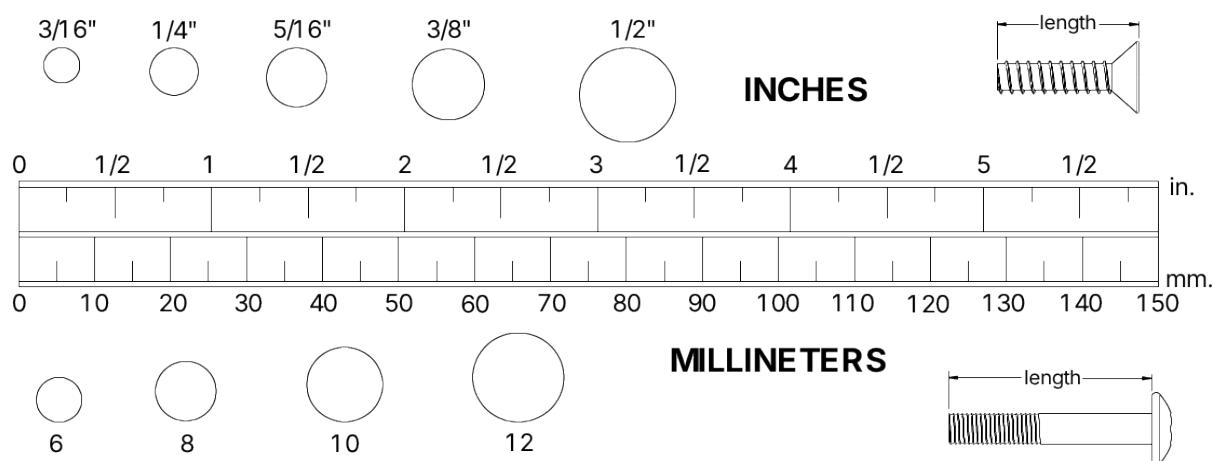
GOLVUTRYMME

- För säkerhets skull bör det finnas en fri yta på 0,6 m runt om maskinen.

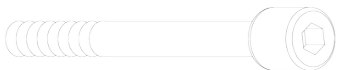


Den här ritningen hjälper dig att identifiera de fästelement som används under monteringen. Placera brickorna eller bultarnas eller skruvarnas ändar på cirklarna för att kontrollera att de har rätt diameter. Använd den lilla skalan för att kontrollera bultarnas och skruvarnas längd.

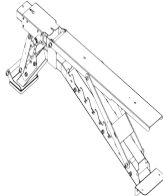
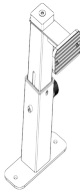
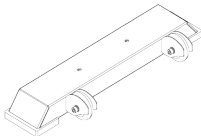
OBS! Längden på alla bultar och skruvar, utom de med platt huvud, mäts från huvudets undersida till bultens eller skruvens ände. Bultar och skruvar med platt huvud mäts från toppen av huvudet till bultens eller skruvens ände.

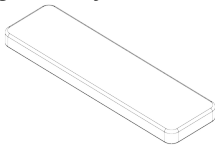
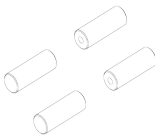


När du har packat upp maskinen öppnar du påsen med monteringsmaterial och kontrollerar att samtliga fästelement nedan finns med. Vissa fästelement kan redan vara fastsatta på delarna.

Skiss av delar	Komponent nr	Beskrivning	ANTAL
	37	Insexskruv, M10 x 60 mm	2
	35	Insexskruv M10 x 20 mm	6
	33	Insexskruv, M8 x 20 mm	4
	40	Fjäderbricka M10	8
	39	Fjäderbricka M8	2
	42	Plan bricka M10	8
	41	Plan bricka M8	2
	50	Insexnyckel 6 mm	1
	51	Insexnyckel 8 mm	1

Beskrivning av monteringsdelar

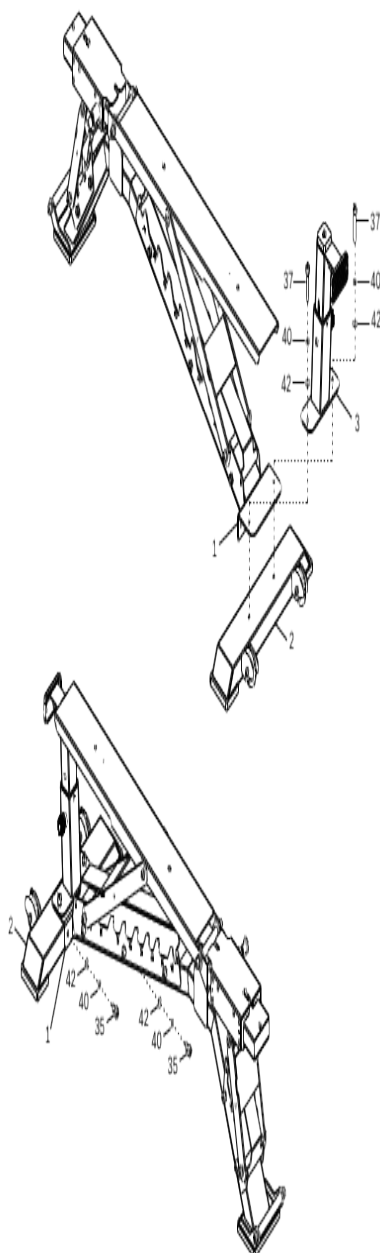
Huvudram (1) 1 st 	Justerbart internt/externt stödrör (3/4) 1 st 	Stabilisatorrör (2) 1 st 
--	--	---

Ryggstödsdyna (20) 1 ST 	Sittdyna (19) 1 ST 	Handtag järnkärna (16) 4 ST 
--	---	---

MONTERINGSINSTRUKTIONER

STEG 1: .

1. Fäst det **justerbara bakre stödröret (3)** och **stabilisatorröret (2)** på **huvudramen (1)** med hjälp av 2 st **insexskruvar M10 x 60 mm (37)**, 2 st **fjäderbrickor M10 (40)**, 2 st **plana brickor M10 (42)**. Dra inte åt bultarna förrän i nästa steg.
2. Dra sedan åt sidan av **stabilisatorröret (2)** mot sidan av **huvudramen (1)** med hjälp av 2 st **insexskruvar M10 x 20 mm (35)**, 2 st **fjäderbrickor M10 (40)**, 2 st **plana brickor M10 (42)**. Dra slutligen åt alla bultar.

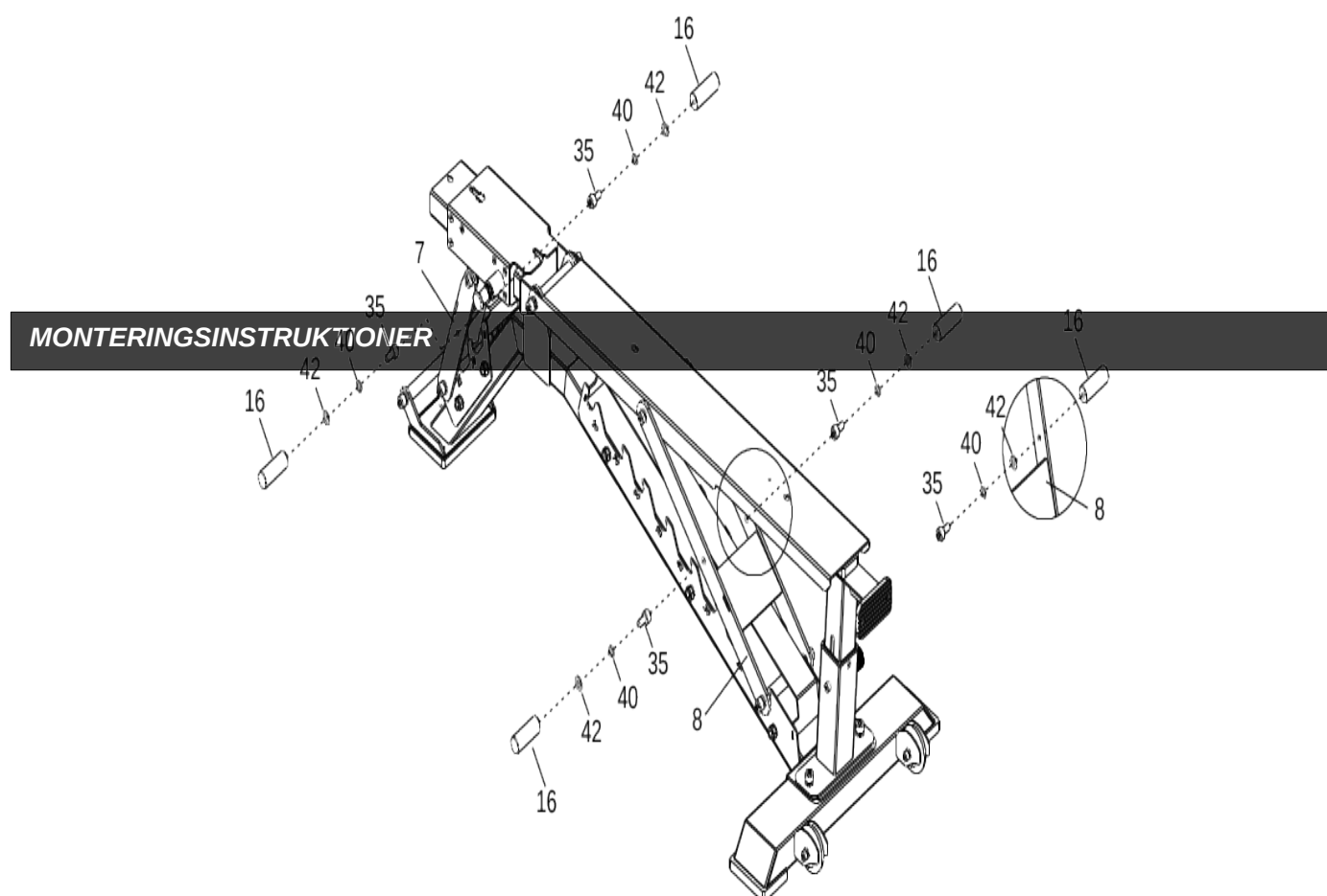


MONTERINGSINSTRUKTIONER

Steg 2:

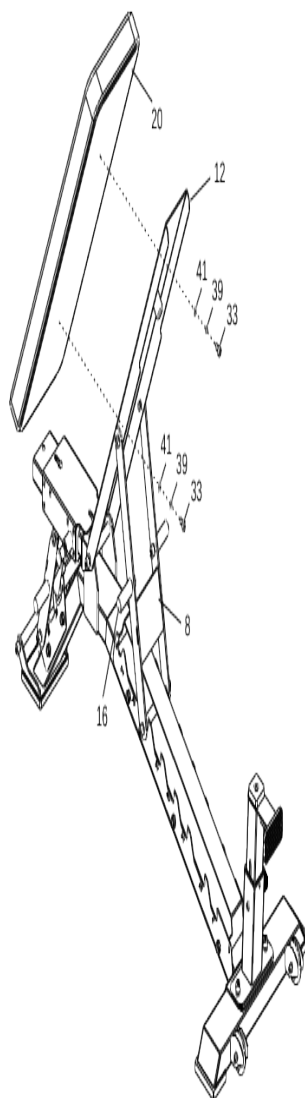
1. Fäst 2 st järnhandtag (16) på sittdynans stolpe (7) med hjälp av 2 st insexskruvar M10 x 20 mm (35), 2 st fjäderbrickor M10 (40), 2 st plana brickor M10 (42), enligt bilden.
2. Fäst på samma sätt de andra 2 st järnhandtagen (16) på sittdynans stolpe (8) med hjälp av 2 st insexskruvar M10 x 20 mm (35), 2 st fjäderbrickor M10 (40), 2 st plana brickor M10 (42), enligt

bilden.



STEG 3:

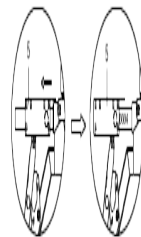
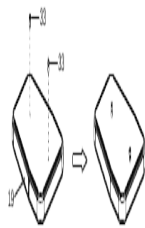
1. Justera först **stolpen för ryggstödsdyna (8)** till en position på cirka 60° enligt bilden.
2. Fäst **ryggstödsdynan (20)** på **ryggstödsdynans fästplatta (12)** med hjälp av 2 st **insexskruvar M8 x 20 mm (33)**, 2 st **fjäderbrickor M8 (39)**, 2 st **plana brickor M8 (41)**.
3. Efter att **ryggstödsdynan (20)** har monterats kan **ryggstödsdynans stolpe (8)** justeras tillbaka till 0° horisontellt läge.



MONTERINGSINSTRUKTIONER

STEG 4:

1. Lås fast de 2 st insexskruvarna M8 x 20 mm (33) på sittdynan (19). Skruva bara i den med ca 5 mm. Den får inte falla av lätt.
2. Justera först **sittdynans justeringsgrupp (5)** till det yttersta hålets position. Justera sedan **sittdynans stolpe (7)** till en position på ungefär 30°. Montera sedan **sittdynan (19)** på **sittdynans justeringsgrupp (5)**. Använd slutligen en **insexnyckel 6 mm (50)** för att dra åt **insexskruv M8 x 20 mm (33)** på **sittdynan (19)**.
3. Efter att **sittdynan (19)** har monterats kan **sittdynans stöd Stolpe (7)** justeras tillbaka till 0°.



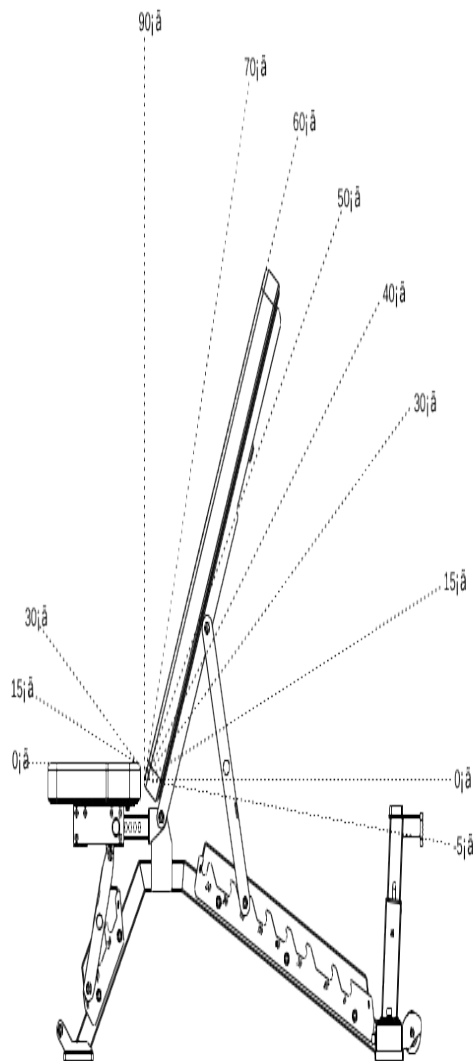
VINKELJUSTERING

Ryggstödsdynan har 9 justerbara vinklar: -5° , 0° , 15° , 30° , 40° , 50° , 60° , 70° , 90° .

Sittdynan har 3 justerbara vinklar: 0° , 15° , 30° .

Det justerbara externa stödröret (3) kan endast användas när stödvinkeln är -5° och 0° .

Du kan justera de lämpliga vinklarna efter dina egna preferenser.



Skötsel och underhåll

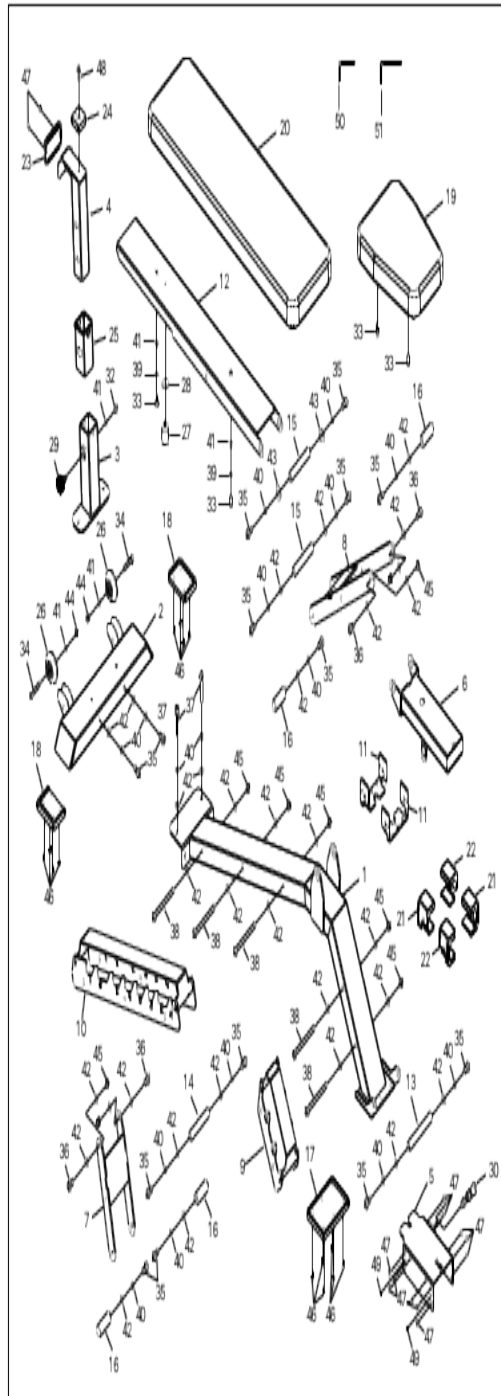
Skötselråd och, om tillämpligt, underhållsråd ska tillhandahållas med varje del av utrustningen. Råden ska minst omfatta följande:

1. En varning avseende att säkerheten för utrustningen kan endast upprätthållas om den regelbundet kontrolleras avseende skador och slitage på t.ex. kablar, remskivor och kopplingspunkter.
2. Anvisning om att omedelbart byta ut defekta komponenter och/eller ställa undan maskinen tills

den har reparerats.

3. Var särskilt uppmärksam på de komponenter som är mest utsatta för slitage.

SPRÄNGSKISS



PART NO	DESCRIPTION	QTY
1	Main Frame	1
2	Stabilizer Tube	1
3	Adjustable External Support Tube	1
4	Adjustable Internal Support Tube	1
5	Seat Cushion Adjustment Group	1
6	Seat Cushion Movement Group	1
7	Seat Cushion Post	1
8	Backrest Cushion Post	1
9	Seat Cushion Adjustment Scale Plate	1
10	Backrest Cushion Adjustment Scale Plate	1
11	Rear Support Plate for Seat Cushion	2
12	Backrest Cushion Fixing Plate	1
13	Handle Roller Axle	1
14	Seat Adjustment Frame Axle	1
15	Main Frame Connecting Axle	2
16	Handle Iron Core	4
17	Front Foot Cap	1
18	Rear Foot Cap	2
19	Seat Cushion	1
20	Backrest Cushion	1
21	Left Slider	2
22	Right Slider	2
23	Long Buffer Cushion	1
24	Square Buffer Cushion	1
25	Hollow Bushing	1
26	Transport Wheels	2
27	Male Tooth Buffer Cushion	1
28	Buffer Cushion	1
29	Aluminum Alloy Pull Pin	1
30	Elastic Pull Pin	1
32	Socket Head Cap Screw M8 x 12mm	1
33	Socket Head Cap Screw M8 x 20mm	4

34	Socket Head Cap Screw M8 x 40mm	2
35	Socket Head Cap Screw M10 x 20mm	14
36	Socket Head Cap Screw M10 x 25mm	4
37	Socket Head Cap Screw M10 x 60mm	2
38	Socket Head Cap Screw M10 x 120mm	5
39	Spring Washer M8	2
40	Spring Washer M10	16
41	Flat Washer M8	5
42	Flat Washer M10	32
43	Large Flat Washer ϕ 25	2
44	Nylon Nut M8	2
45	Nylon Nut M10	9
46	Button Head Cap Screw M6X10mm	14
47	Hex Head Cap Screw M6X10mm	14
48	Hex Head Cap Screw M10X25mm	1
49	Socket Head Flat Point Set Screw M6x8mm	2
50	Allen Wrench 6mm	1
51	Allen Wrench 8mm	1