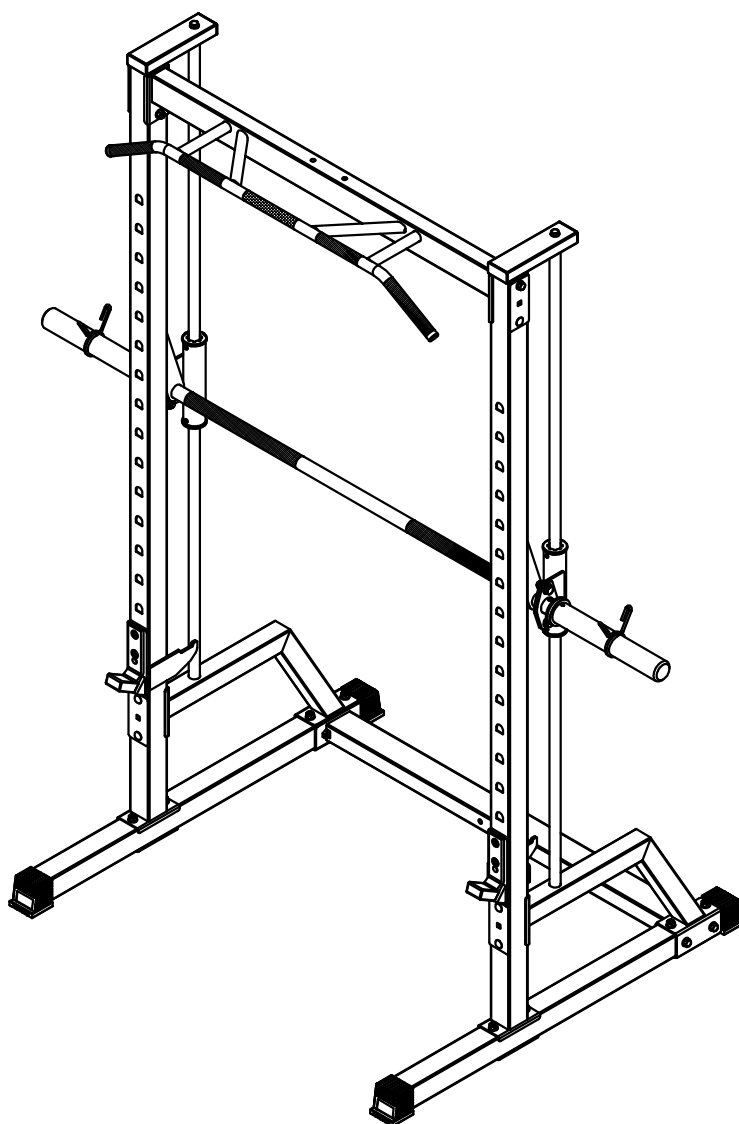




# SMITH HALF RACK

## ANVÄNDARMANUAL



### **OBS!**

Läs alla instruktioner noggrant innan du använder denna produkt. Spara den här bruksanvisningen för framtida referens. Specifikationerna för denna produkt kan variera och kan ändras utan ytterligare meddelande.



GYMSTICK.COM

## INNAN DU BÖRJAR

Tack för att du valt Gymstick träningsutrustning. Vi är mycket stolta över att producera denna högkvalitativa produkt och hoppas att den kommer att få dig att må bättre och njuta av livet till fullo. Läs den här bruksanvisningen i dess helhet innan du börjar använda denna produkt.



### VIKTIG

Läs alla instruktioner noggrant innan du använder denna produkt.  
Spara den här bruksanvisningen för framtida referens.



### VARNING

Läs och följ alla säkerhetsinstruktioner noggrant.  
Underlåtenhet att följa säkerhetsinstruktionerna kan leda till allvarliga skador.

<b>INNAN DU BÖRJAR</b>	<b>2</b>
<b>SÄKERHETSINSTRUKTIONER</b>	<b>3</b>
<b>ÖVERSIKT</b>	<b>4</b>
<b>SPRÄNGSKISS</b>	<b>5</b>
<b>DELLISTA</b>	<b>6</b>
<b>RENGÖRING &amp; FÖRVARING</b>	<b>8</b>
<b>MONTERINGSINSTRUKTIONER</b>	<b>8</b>
<b>GARANTI</b>	<b>15</b>

## SÄKERHETSINSTRUKTIONER

Grundläggande försiktighetsåtgärder bör alltid följas när du använder denna maskin. För att säkerställa säker Läs och följ alla säkerhetsinstruktioner som ingår i denna bruksanvisning. Underlåtenhet att göra det kan resultera i allvarliga skador.



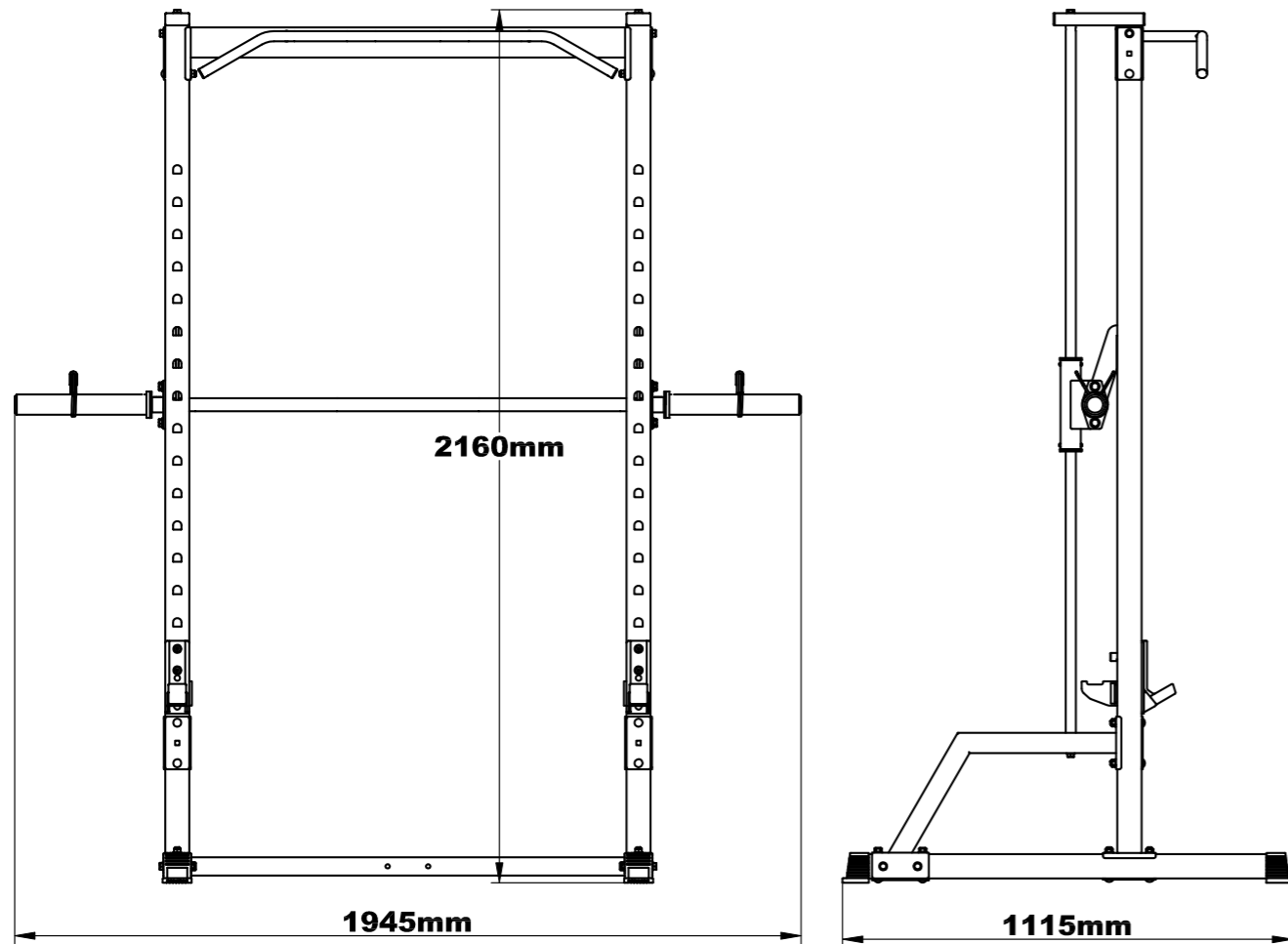
### VARNING

Innan du använder denna produkt, rådfråga din läkare först. Detta är särskilt viktigt för personer över 35 år eller personer med redan existerande hälsoproblem.

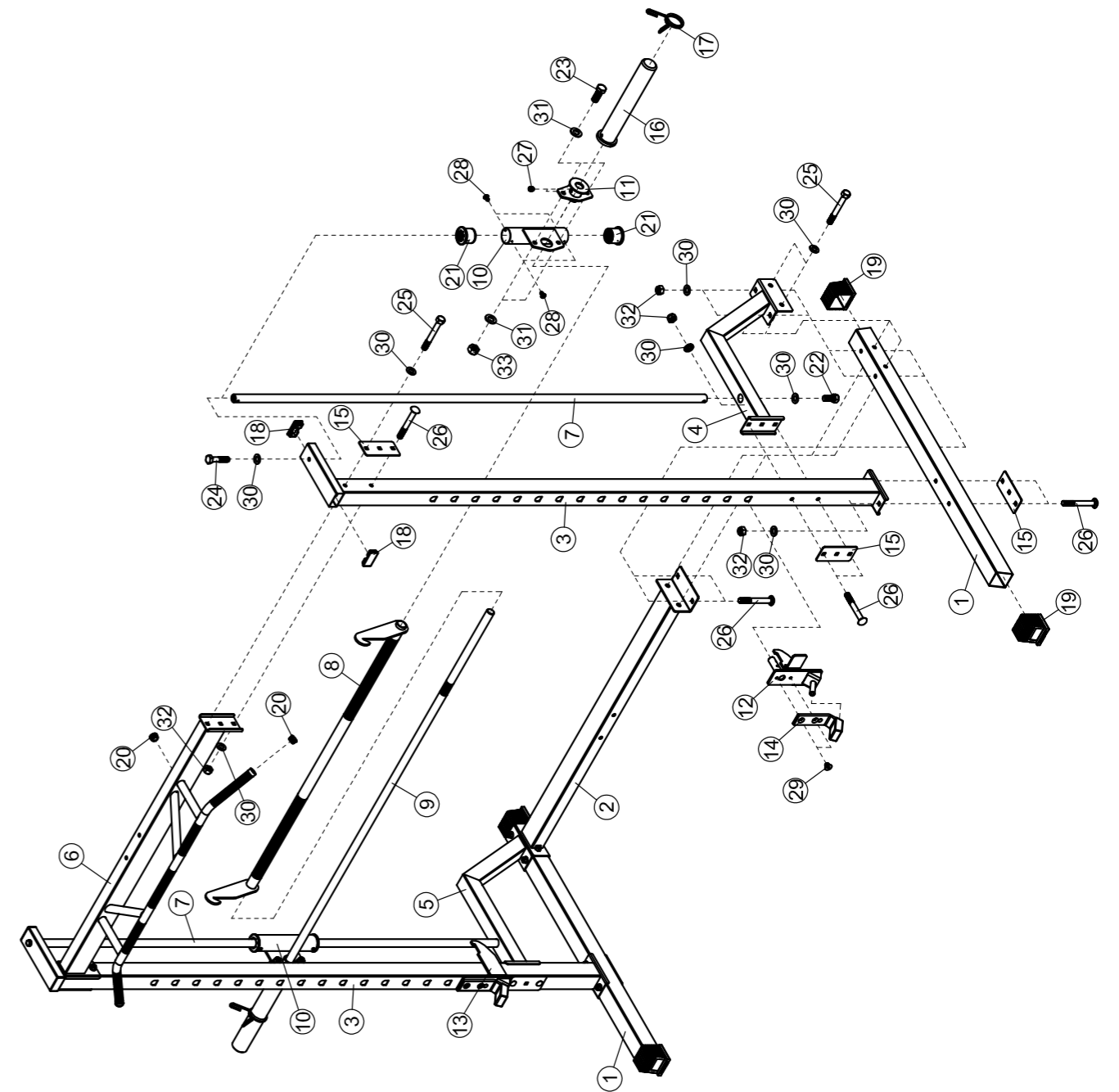
- ▲ Denna produkt är inte en leksak. Håll alltid barn och husdjur borta från maskinen. Lämna inte obebakade barn i samma rum som maskinen.
- ▲ Handikappade eller handikappade personer bör inte använda maskinen utan närvaro av en kvalificerad sjukvårdspersonal eller läkare.
- ▲ Om användaren upplever yrsel, illamående, bröstsmärtor eller andra onormala symtom, avbryt träningen omedelbart. Kontakta omedelbart en läkare.
- ▲ Innan du börjar träna, ta bort alla föremål inom en radie av 2 meter från maskinen. Placera inga vassa föremål runt maskinen.
- ▲ Placera maskinen på en klar, jämn yta borta från vatten och fukt. Det rekommenderas att placera en matta under enheten för att hålla maskinen stabil och för att skydda golvet.
- ▲ Använd endast maskinen för dess avsedda ändamål enligt beskrivningen i denna bruksanvisning. Använd inga andra tillbehör än de som rekommenderas av tillverkaren.
- ▲ Montera maskinen exakt som i beskrivningen i denna bruksanvisning.
- ▲ Kontrollera alla bultar och andra anslutningar innan du använder maskinen för första gången och se till att maskinen är i gott och säkert skick.
- ▲ Håll en rutininspektion av utrustningen. Var särskilt uppmärksam på komponenter som är mest känsliga för slitage. Eventuella defekta komponenter ska bytas ut omedelbart innan maskinen används.
- ▲ Använd aldrig maskinen om den inte fungerar som den ska.
- ▲ Denna maskin kan endast användas för en persons träning åt gången.
- ▲ Använd inte slipande rengöringsartiklar för att rengöra maskinen. Torka av svett droppar från maskinen direkt efter avslutad träning.
- ▲ Bär alltid lämpliga träningskläder när du tränar. Löp- eller aerobaskor krävs också.
- ▲ Innan du tränar, värms alltid upp din kropp ordentligt genom att dynamisk stretcha vår uppvärmningsrutin.
- ▲ Denna maskin är avsedd för hemmabruk.
- ▲ Denna maskin måste monteras av vuxna.
- ▲ Det är ägarens ansvar att se till att alla användare är korrekt informerade om hur man använder denna produkt på ett säkert sätt.
- ▲ Max användarvikt: 200 kg (chinsstång).
- ▲ Max lastkapacitet: 260 kg (smith bar).

# ÖVERSIKT

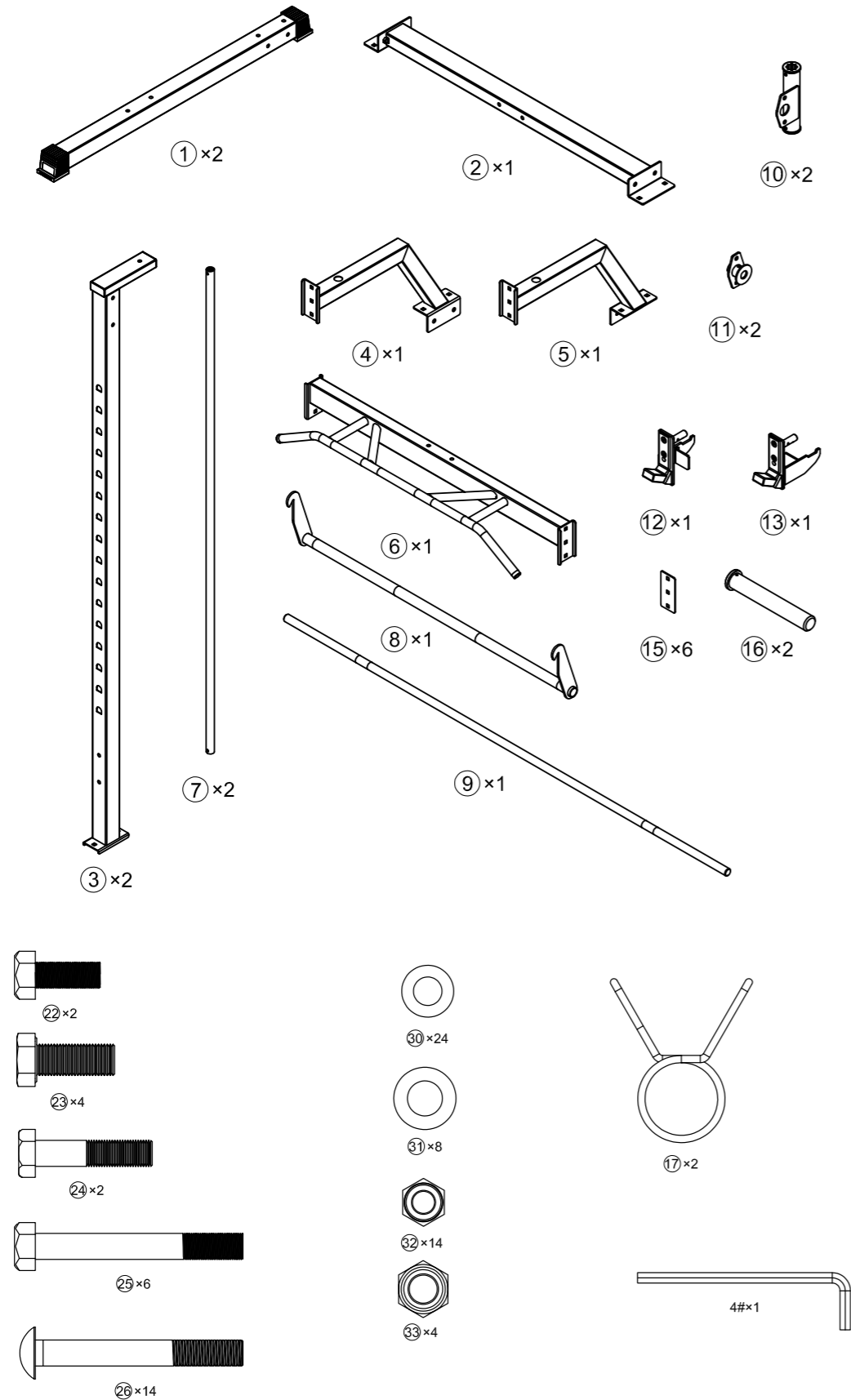
**MONTERADE DIMENSIONER: 1115mm x 1945mm x2160mm**



# SPRÄNGSKISS



# DELLISTA



# DELLISTA

KEY NO.	PART DESCRIPTION	SPEC	QTY
1	Base Tube	□60×1.5×1085	2
2	Base Frame		1
3	Rear Post		2
4	Connecting Frame L		1
5	Connecting Frame R		1
6	Horizontal bar		1
7	Guide rod		2
8	Hanging Bar		1
9	Weight Rod	φ25×1900	1
10	Sliding frame		2
11	Fixed pedestal		2
12	Safety hook Bracket L		1
13	Safety hook Bracket R		1
14	Support seat	120×55×40	2
15	Bracket	130×60×3	6
16	Olympic Sleeve	φ50×335	2
17	Spring Clip	φ49	2
18	Rectangular End Cap	□30×□60	4
19	Tube End Cap	□60×60	4
20	Rectangular End Cap	φ25	4
21	Safety hook Bracket Guides	φ55×φ46×φ27×41	4
22	Hex Bolt	M10×25	2
23	Hex Bolt	M12×30	4
24	Hex Bolt	M10×45	2
25	Hex Bolt	M10×80	6
26	Carriage Bolt	M10×80	14
27	Set screw	M8×10	4
28	Screw	ST4.0X9	8
29	Allen Bolt	M8×12	4
30	Washer	10	24
31	Washer	12	8
32	Nut	M10	14
33	Nut	M12	4
	Allen wrench	4#	1

## RENGÖRING & FÖRVARING

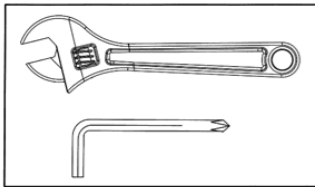
Den maskinen kan rengöras med en mjuk trasa och mildt rengöringsmedel. Använd inte slipande ytor eller lösningsmedel. Torka av svett från maskinen efter varje användning. Håll maskinen undan från direkt solljus. Förvara maskinen i en ren och torr miljö och håll den undan från barn.

Smörj rörliga delar regelbundet med WD-40 eller annat liknande smörjmedel.

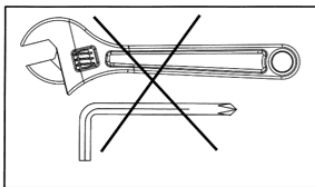
## MONTERINGSINSTRUKTIONER

### VIKTIG MONTERINGSINFORMATION

- Verktyg som krävs för att montera bänken: Justerbar skiftnyckel och insexnyckel.
- Se till att vagnsbultarna förs in genom de FYRKANTIGA hålen på komponenter som behöver monteras. Fäst brickan endast i änden av vagnsbulten.
- Använd insexbultar eller sexkantsbultar som sätts in genom det RUNDA hålet på komponenter som behöver monteras.
- Dra inte åt bultarna omedelbart. Dra inte åt bultarna förrän alla bultar och delar är installerade.



- ▲ Dra åt alla muttrar och bultar ordentligt efter att alla komponenter har monterats i nuvarande och tidigare steg.
- ▲ Dra inte åt någon komponent med svängfunktion för hårt.
- ▲ Se till att alla svängbara komponenter kan röra sig fritt.



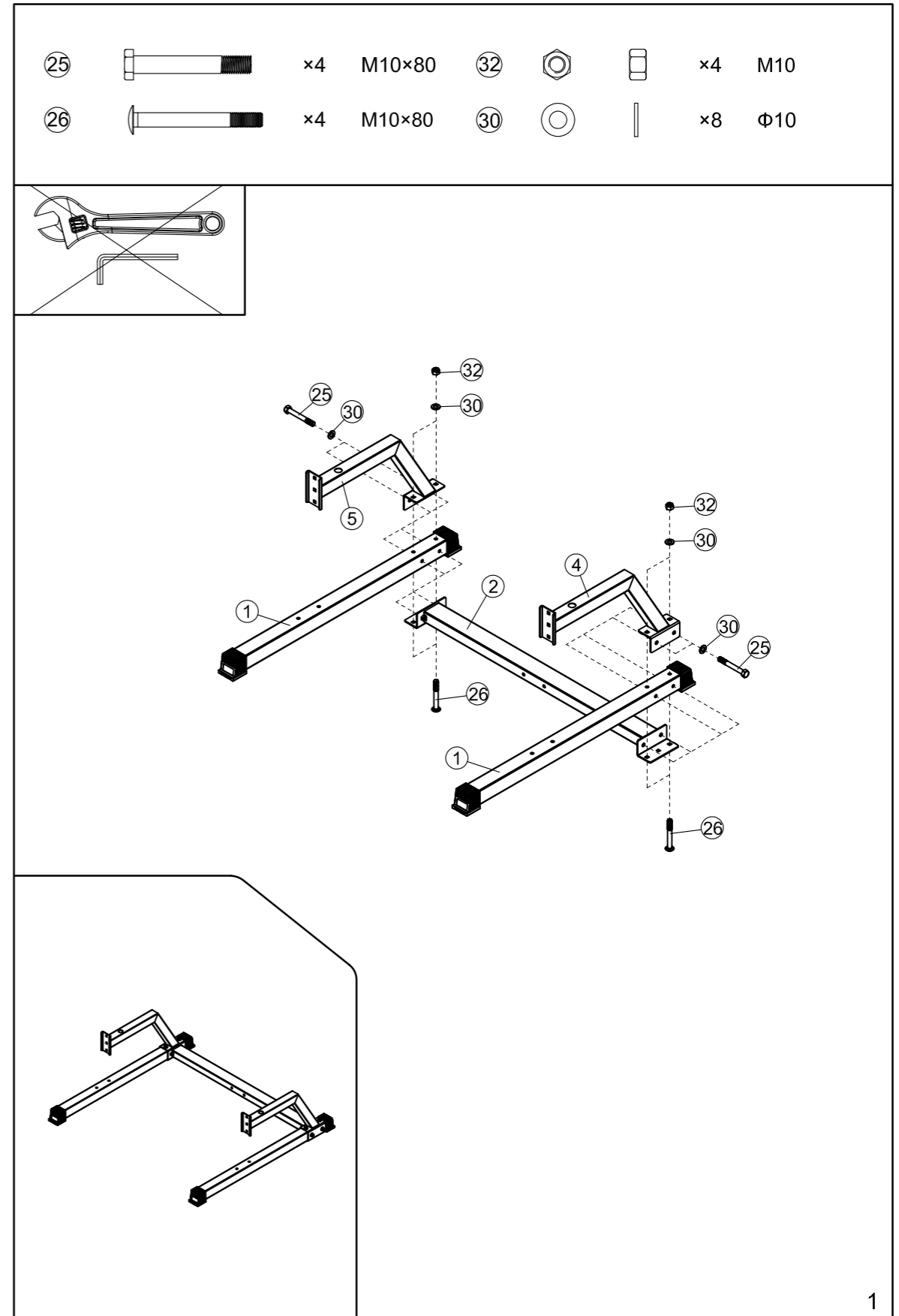
- ▲ Dra inte åt muttrar och bultar i detta steg.



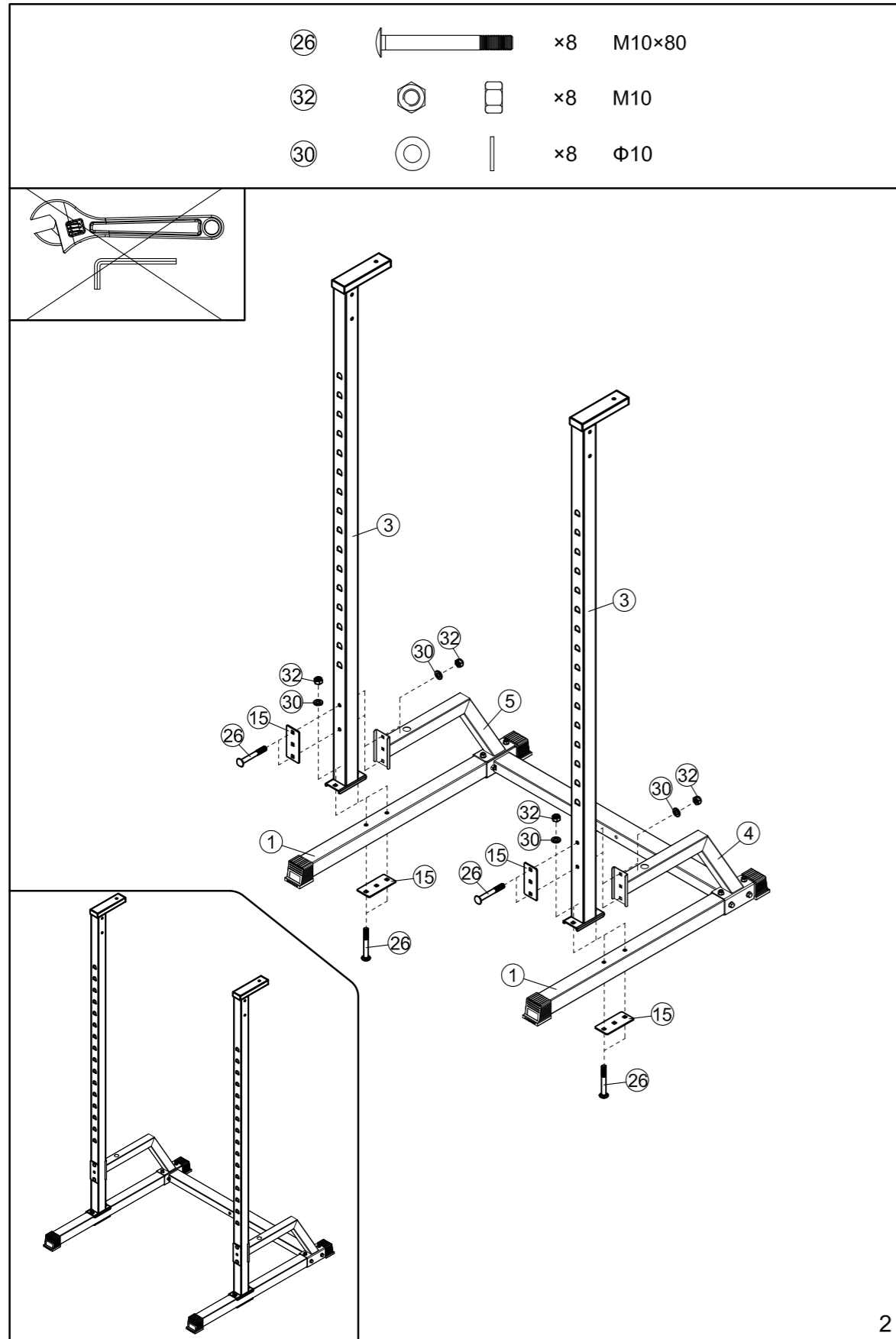
### VIKTIG

Det rekommenderas att denna utrustning monteras av två eller fler människor för att undvika eventuella skador.

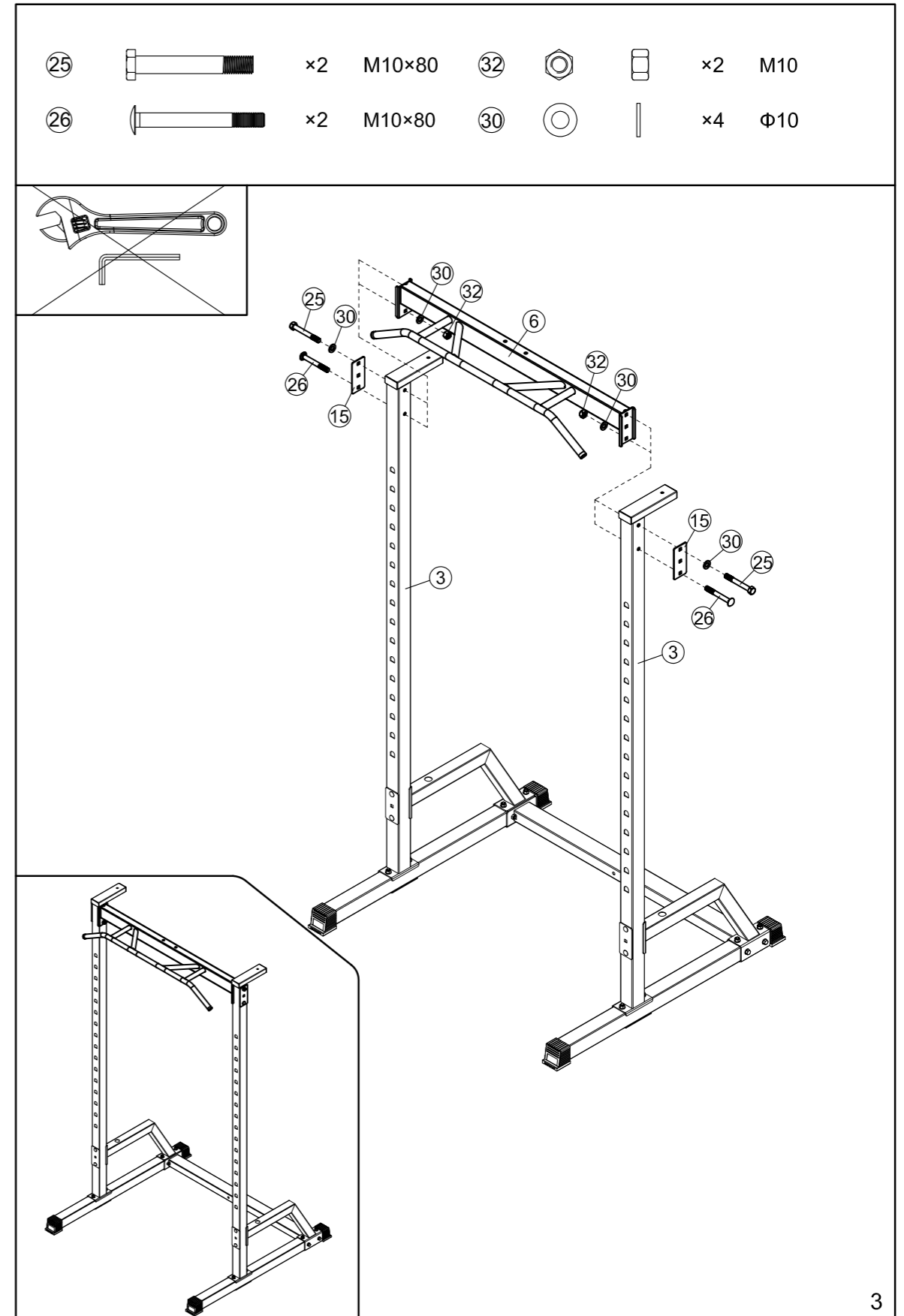
## MONTERINGSINSTRUKTIONER



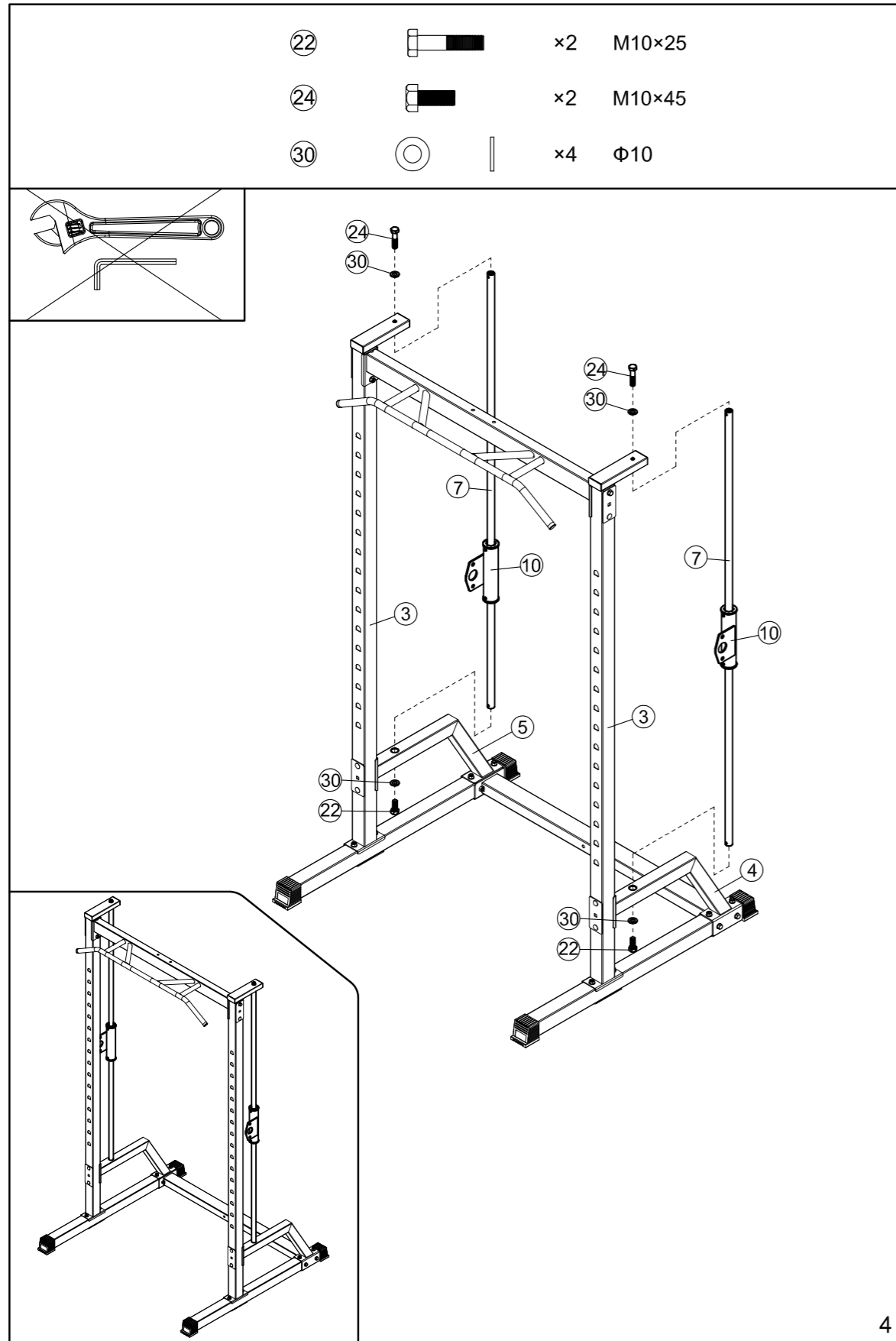
# MONTERINGSINSTRUKTIONER



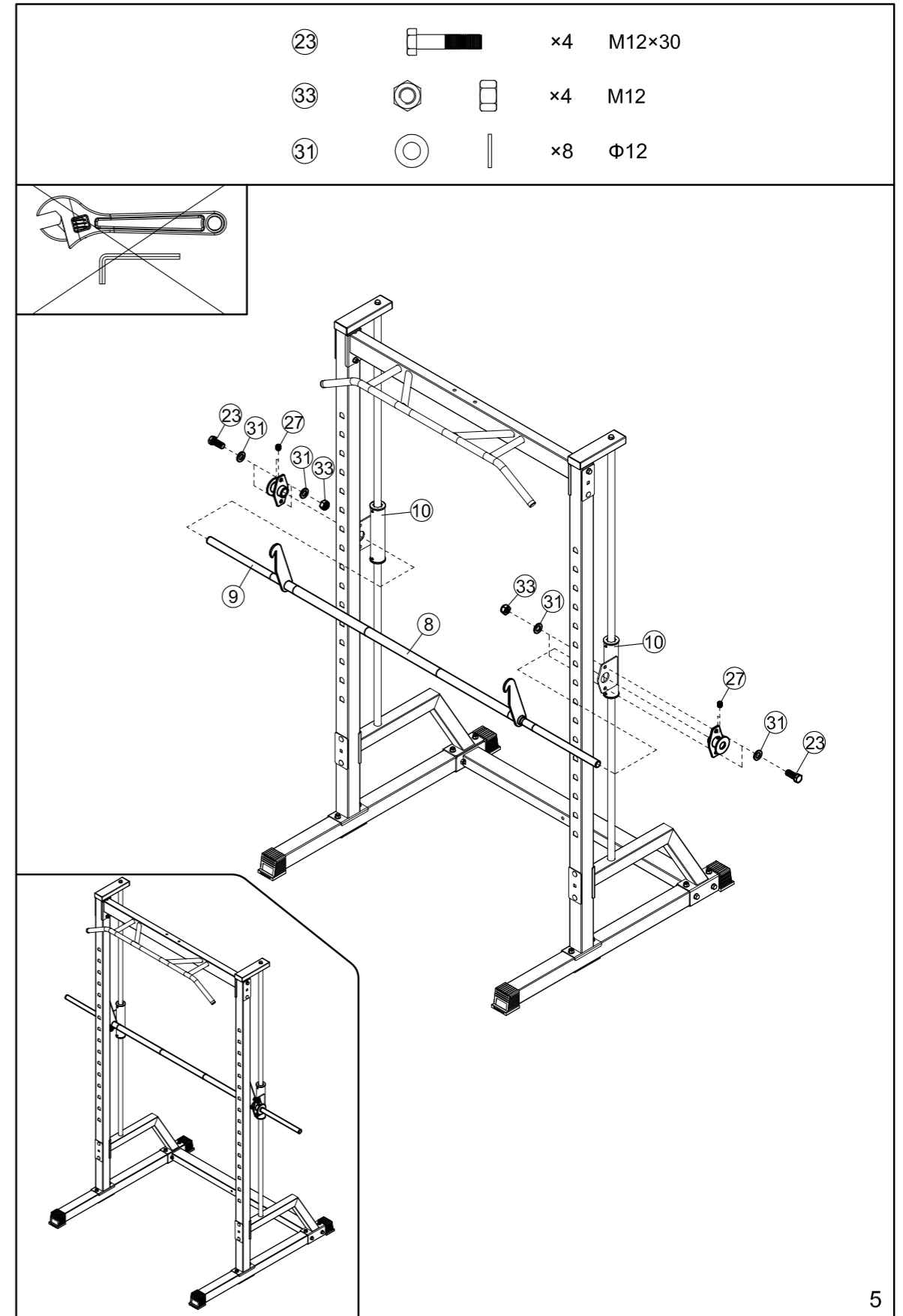
# MONTERINGSINSTRUKTIONER



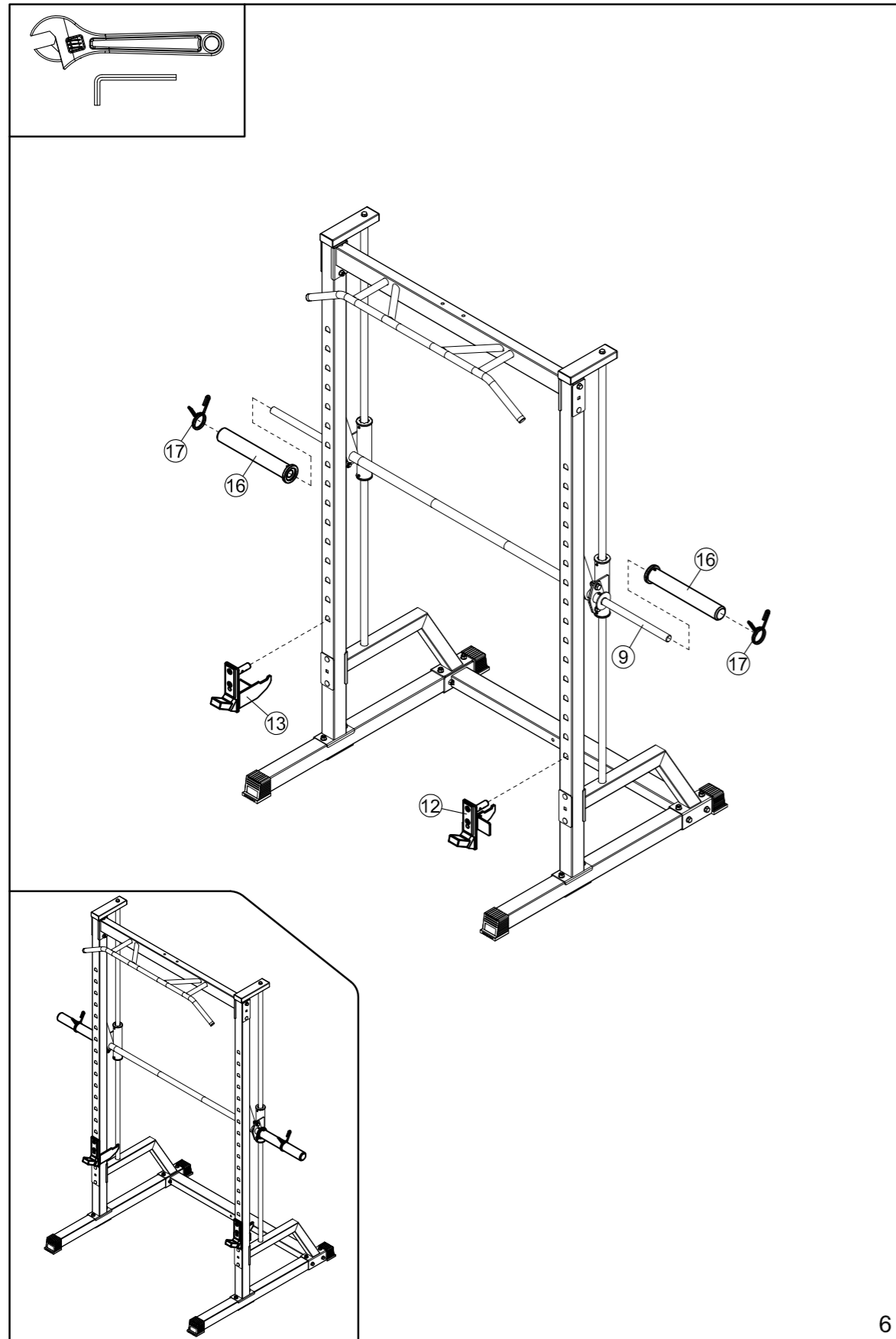
# MONTERINGSINSTRUKTIONER



# MONTERINGSINSTRUKTIONER



## MONTERINGSINSTRUKTIONER



## GARANTI

Importören av denna produkt försäkrar att denna enhet är tillverkad av högkvalitativa material. Garantin gäller i 1 (ett) år från och med inköpsdatum. Garantin gäller för hemmabruk.

### Garantin gäller för följande delar:

- Ram
- Alla delar ingår i originalleveransen

### Garantin gäller inte för följande delar:

- Slitdelar (t.ex. kuddar, lager, kablar, remskivor, etc.)

### Garantin täcker inte:

- Felaktig installation
- Skador orsakade externt
- Användning av obehöriga servicepartners
- Underlåtenhet att utföra regelbundet underhåll och service
- Felaktig användning och hantering av utrustningen
- Felaktig förvaring av utrustningen
- Underlåtenhet att följa bruksanvisning

### TILLVERKAD FÖR

Gymstick International Oy  
Ratavartijankatu 11  
15170 Lahti, FINLAND

### ANSVARSFRIHET

Tillverkaren och dess medarbetare och partners har inget ansvar, skyldighet eller ansvar gentemot någon person eller enhet för förluster, skador eller negativa konsekvenser som påstås ha inträffat direkt eller indirekt som en följd av denna produkt.



Produkter märkta med dessa symboler måste kasseras separat från ditt hushållsavfall, eftersom de innehåller värdefullt material som kan återvinnas. Korrekt avfallshantering skyddar miljön och människors hälsa. Din lokala myndighet eller återförsäljare kan ge mer information om ärendet.

