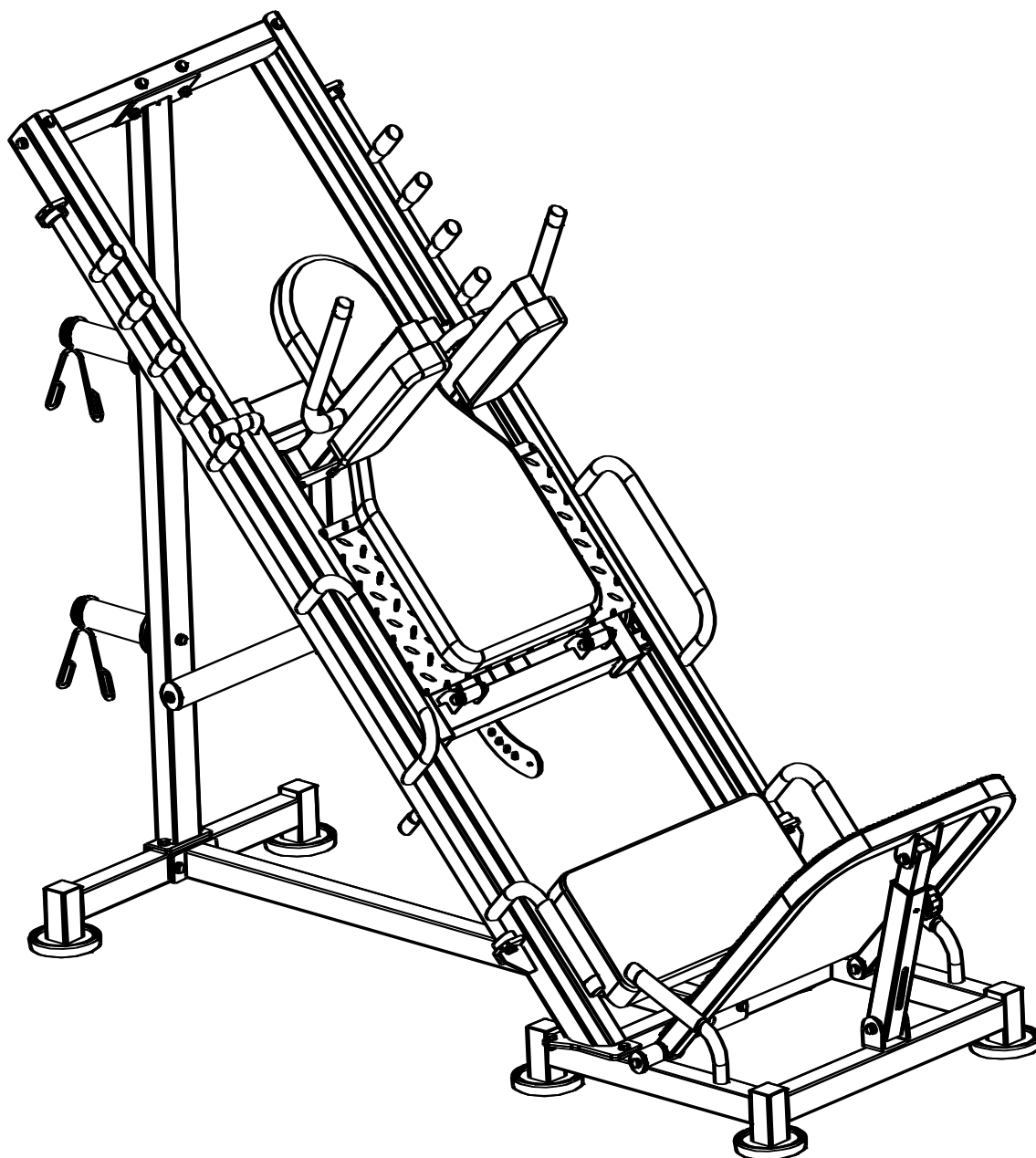


# MAXXUS

## Руководство пользователя

### Жим ногами

Артикул: GSMX-600023-00019-0001



#### Внимание

Перед началом сборки проверьте комплектацию изделия.

Не выбрасывайте упаковку до окончания сборки изделия.

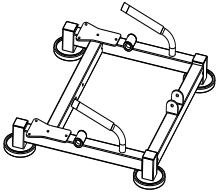
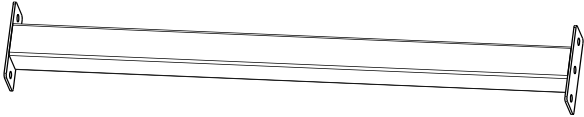
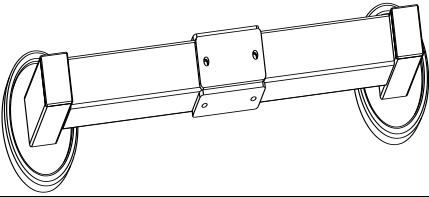
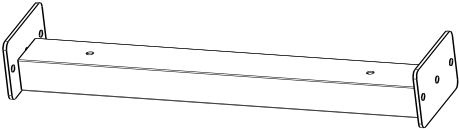
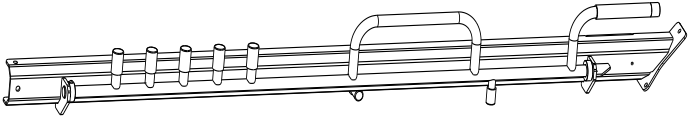
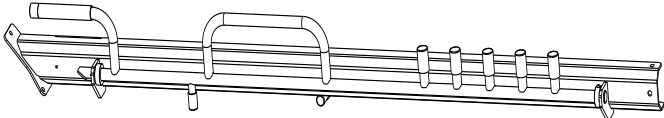
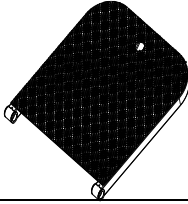
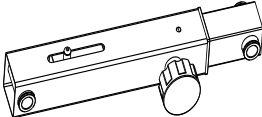
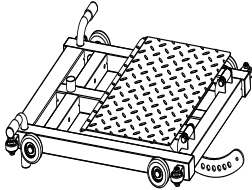
Производитель имеет право вносить изменения в конструкцию не ухудшающие потребительские свойства изделия, без специального уведомления.

Тренажёр предназначен для домашнего (бытового) использования.

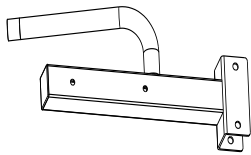
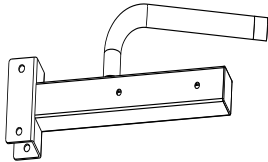
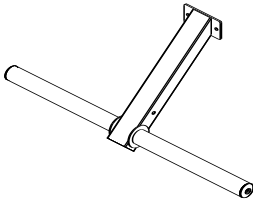
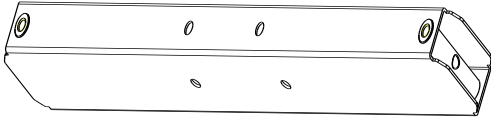
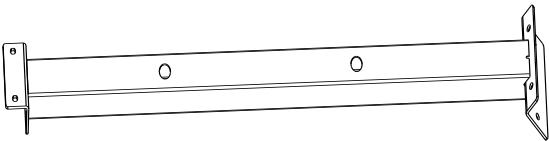
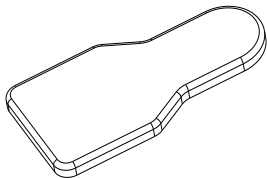
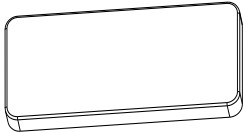
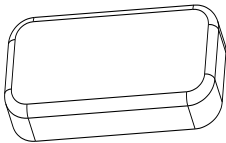
Максимально допустимая нагрузка: 400 кг. Нагрузка на каждый из держателей – до 50 кг.

Диаметр дисков для утяжеления 51 мм.

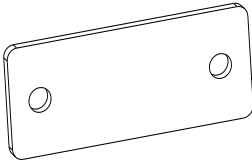
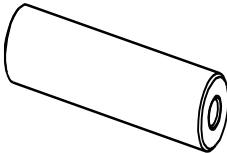
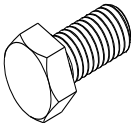
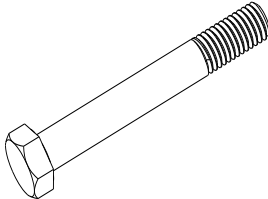
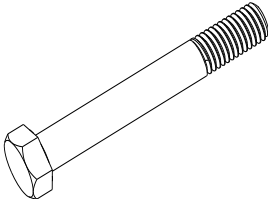
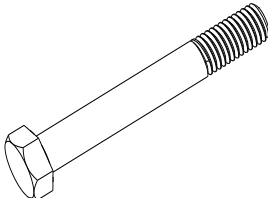
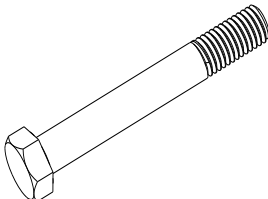
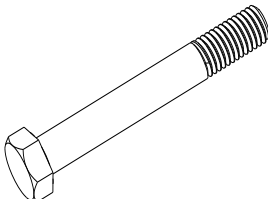
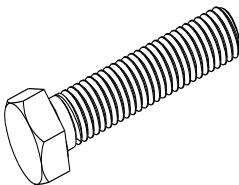
## Список комплектующих деталей

| №  | Наименование детали           | Изображение                                                                          | Количество |
|----|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 01 | Основание в сборе             |    | 1          |
| 02 | Соединение основания в сборе  |    | 1          |
| 03 | Задний стабилизатор в сборе   |    | 1          |
| 04 | Крепление сиденья в сборе     |   | 1          |
| 05 | Направляющая (левая) в сборе  |  | 1          |
| 06 | Направляющая (правая) в сборе |  | 1          |
| 07 | Педаля                        |  | 1          |
| 08 | Регулировка ног в сборе       |  | 1          |
| 09 | Опора для ног в сборе         |  | 1          |

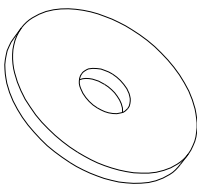
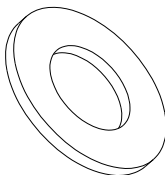
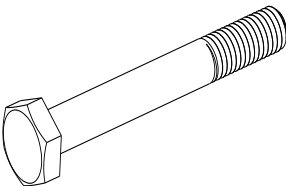
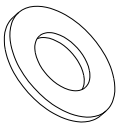
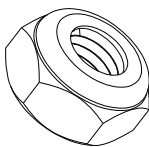
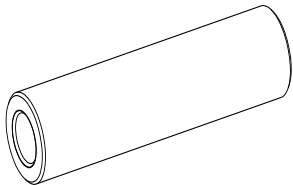
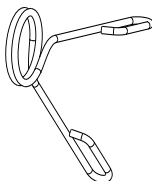
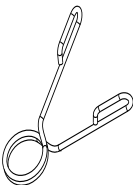
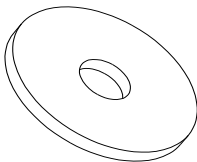
## Список комплектующих деталей

| №  | Наименование детали              | Изображение                                                                          | Количество |
|----|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 10 | Крепление плеча (левое) в сборе  |    | 1          |
| 11 | Крепление плеча (правое) в сборе |    | 1          |
| 12 | Т-образный кронштейн для штанги  |    | 1          |
| 13 | Верхнее соединение в сборе       |   | 1          |
| 14 | Передний усилитель в сборе       |  | 1          |
| 15 | Задняя подушка в сборе           |  | 1          |
| 16 | Сиденье                          |  | 1          |
| 17 | Плечевая подушка                 |  | 2          |
| 18 | Усиленная пластина               |  | 2          |

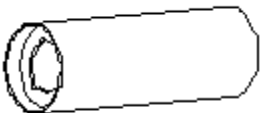
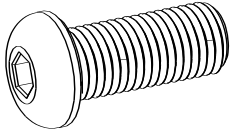
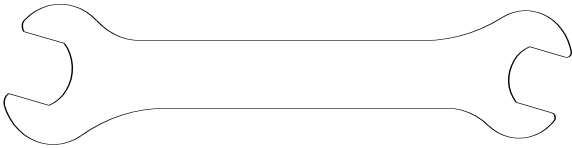
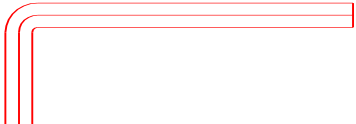
## Список комплектующих деталей

| №  | Наименование детали                                                       | Изображение                                                                          | Количество |
|----|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 19 | Усиливающая пластина                                                      |    | 1          |
| 20 | Подножка в сборе с<br>вращающимся валом<br>( $\varnothing 25$ , L=101mm ) |    | 2          |
| 21 | Винт с внешним<br>шестигранником<br>M10*20                                |    | 32         |
| 22 | Винт с внешним<br>шестигранником<br>M10*60                                |   | 2          |
| 23 | Винт с внешним<br>шестигранником<br>M10*70                                |  | 4          |
| 24 | Винт с внешним<br>шестигранником<br>M10*75                                |  | 2          |
| 25 | Винт с внешним<br>шестигранником<br>M10*95                                |  | 2          |
| 26 | Винт с внешним<br>шестигранником<br>M10*100                               |  | 4          |
| 27 | Винт с внешним<br>шестигранником<br>M10*45                                |  | 2          |

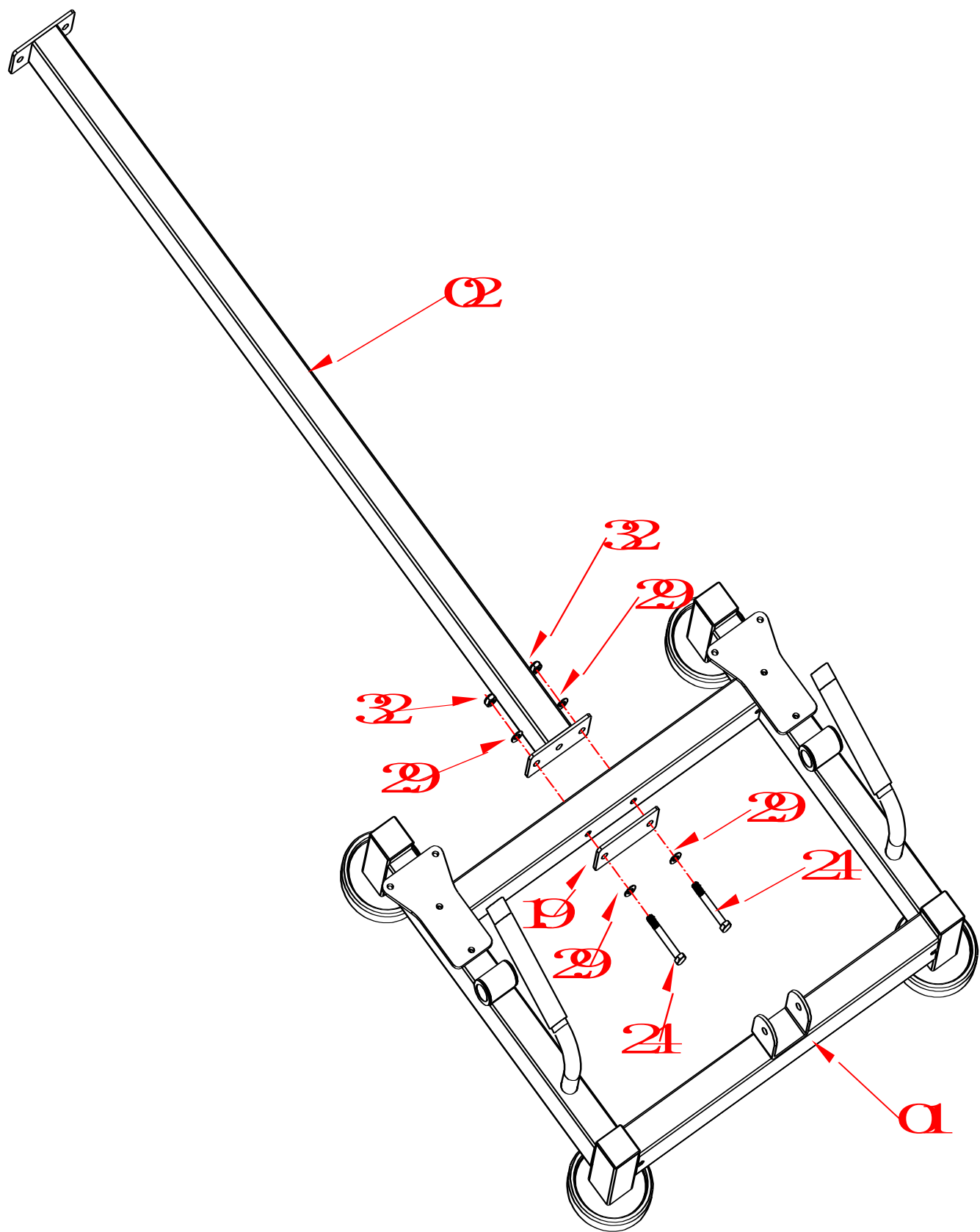
## Список комплектующих деталей

| №  | Наименование детали                                | Изображение                                                                          | Количество |
|----|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 28 | Большая прокладка для основания                    |    | 4          |
| 29 | Плоская шайба ф10                                  |    | 54         |
| 30 | Винт с внешним шестигранником М8*65                |    | 6          |
| 31 | Плоская шайба ф8                                   |   | 6          |
| 32 | Самоконтрящаяся гайка с внешним шестигранником М10 |  | 10         |
| 33 | Вращающийся вал<br>( ф16, L=61.5mm )               |  | 2          |
| 34 | Пружинный зажим ( ф50 )                            |  | 4          |
| 35 | Пружинный зажим ( ф28 )                            |  | 4          |
| 36 | Входная подушка<br>(ф28*ф10*2 )                    |  | 4          |

## Список комплектующих деталей

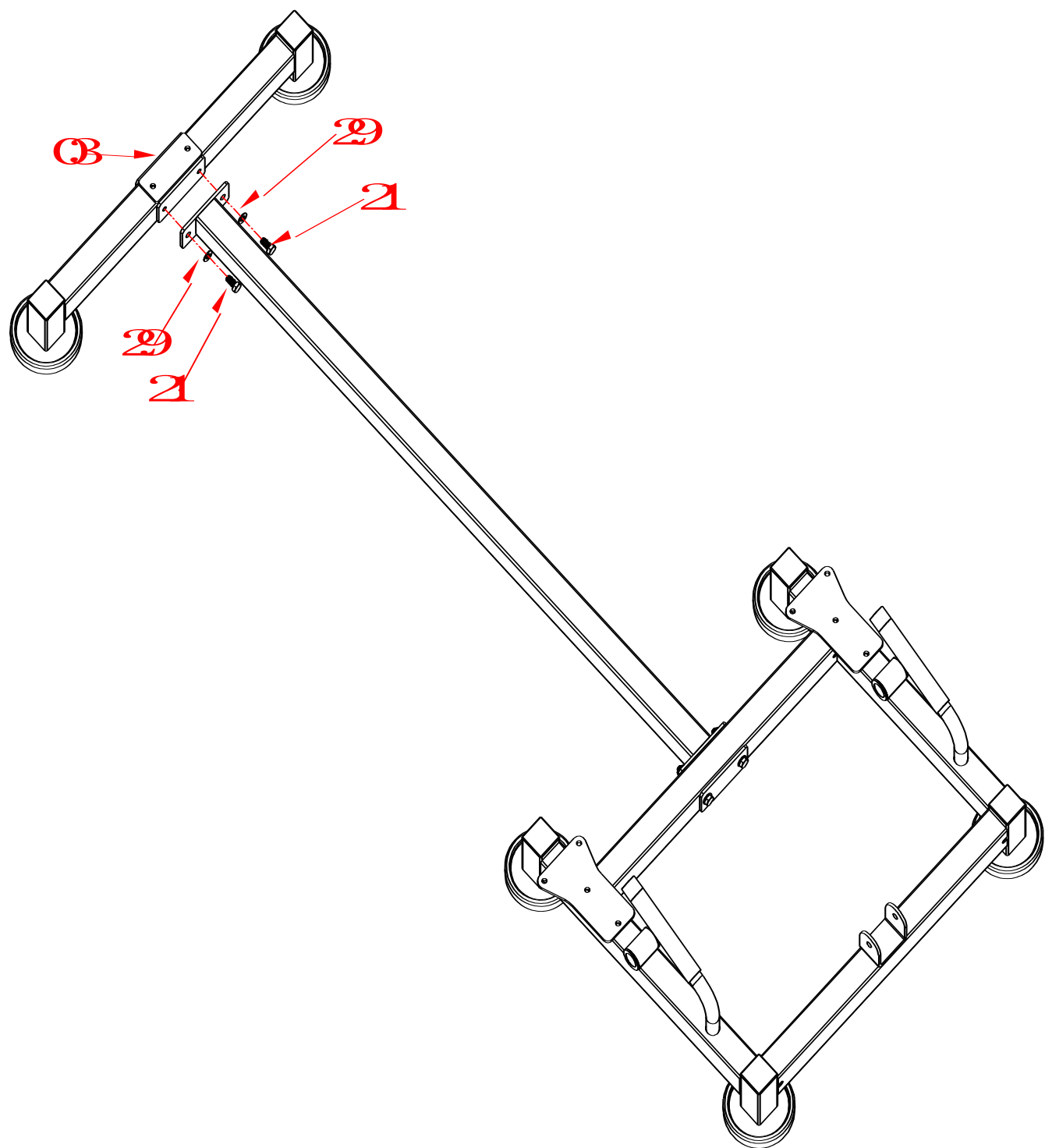
| №  | Наименование детали                     | Изображение                                                                        | Количество |
|----|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 37 | Короткая сменная втулка для штанги      |  | 2          |
| 38 | Винт с внутренним шестигранником М10*20 |  | 4          |
| 39 | Разводной ключ (13#/17#)                |  | 2          |
| 40 | Г-образный шестигранный ключ (6#)       |  | 1          |
| 41 |                                         |                                                                                    |            |
| 42 |                                         |                                                                                    |            |
| 43 |                                         |                                                                                    |            |
| 44 |                                         |                                                                                    |            |
| 45 |                                         |                                                                                    |            |

Сборка, этап 1



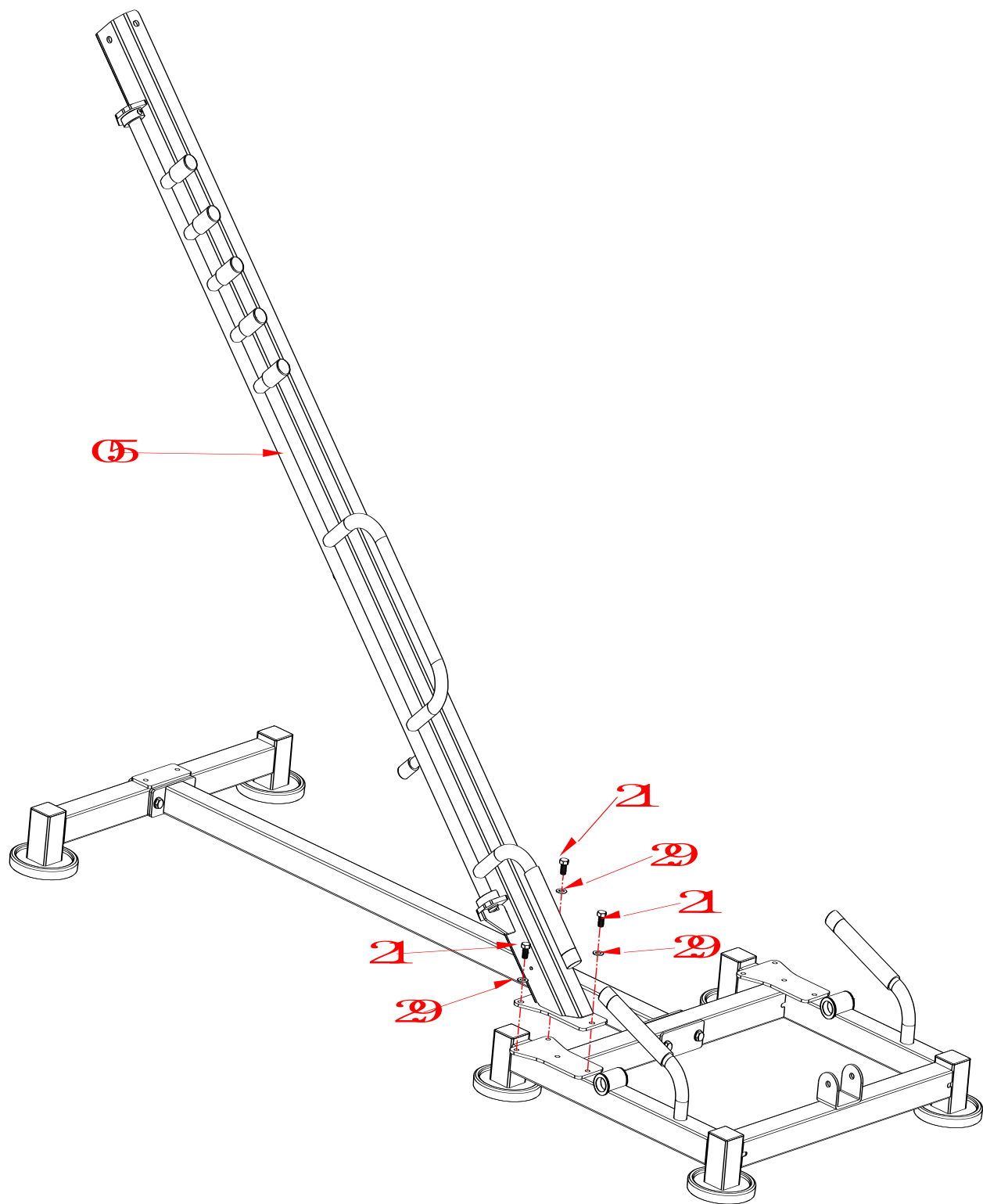
| Список деталей для этапа сборки |                                        |        |  |    |                                                |        |
|---------------------------------|----------------------------------------|--------|--|----|------------------------------------------------|--------|
| №                               | Наименование детали                    | Кол-во |  | №  | Наименование детали                            | Кол-во |
| 01                              | Основание в сборе                      | 1      |  | 29 | Плоская шайба : ф10                            | 4      |
| 02                              | Соединение основания в сборе           | 1      |  | 32 | Самоконтрящаяся гайка с внешним шестигранником | 2      |
| 19                              | Усилительная пластина                  | 1      |  |    |                                                |        |
| 24                              | Винт с внешним шестигранником : M10*75 | 2      |  |    |                                                |        |

Сборка, этап 2



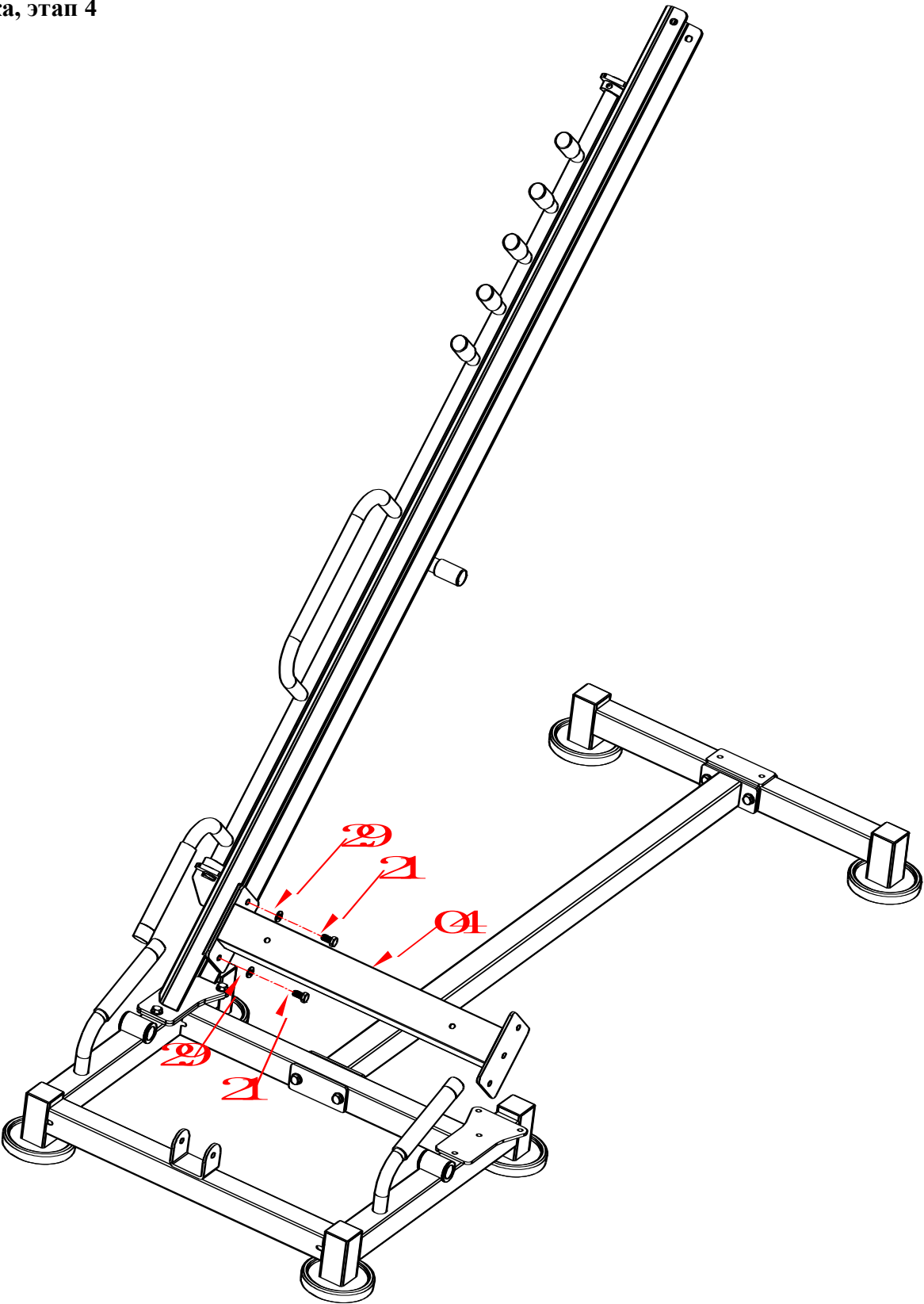
| Список деталей для этапа сборки |                                           |        |  |   |                     |        |
|---------------------------------|-------------------------------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                               | Наименование детали                       | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 03                              | Задний стабилизатор в сборе               | 1      |  |   |                     |        |
| 21                              | Винт с внешним шестигранником :<br>М10*20 | 2      |  |   |                     |        |
| 29                              | Плоская шайба : φ10                       | 2      |  |   |                     |        |

Сборка, этап 3



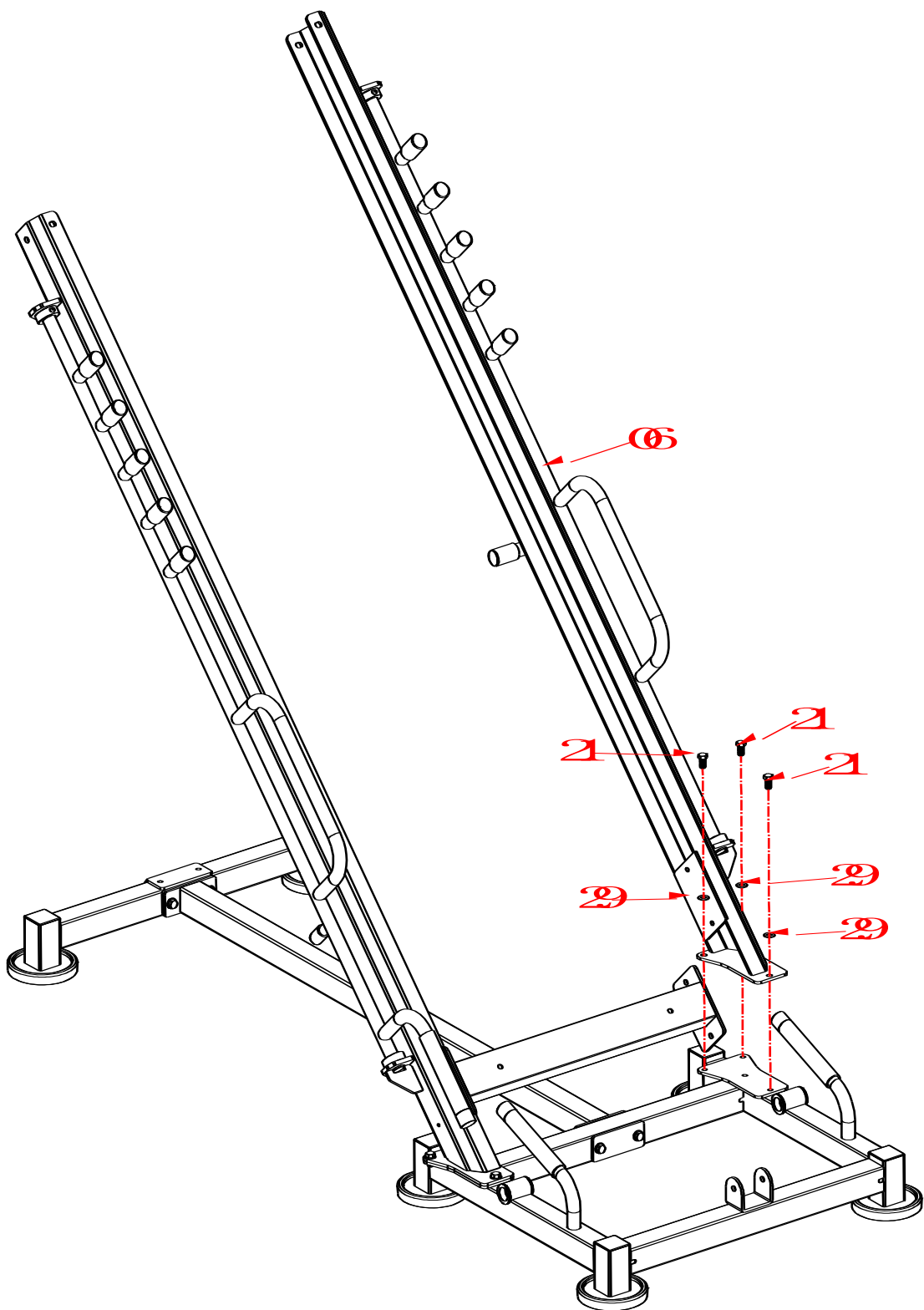
| Список деталей для этапа сборки |                                           |        |  |   |                     |        |
|---------------------------------|-------------------------------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                               | Наименование детали                       | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 05                              | Направляющая в сборе (левая)              | 1      |  |   |                     |        |
| 21                              | Винт с внешним шестигранником :<br>М10*20 | 3      |  |   |                     |        |
| 29                              | Плоская шайба : φ10                       | 3      |  |   |                     |        |

Сборка, этап 4



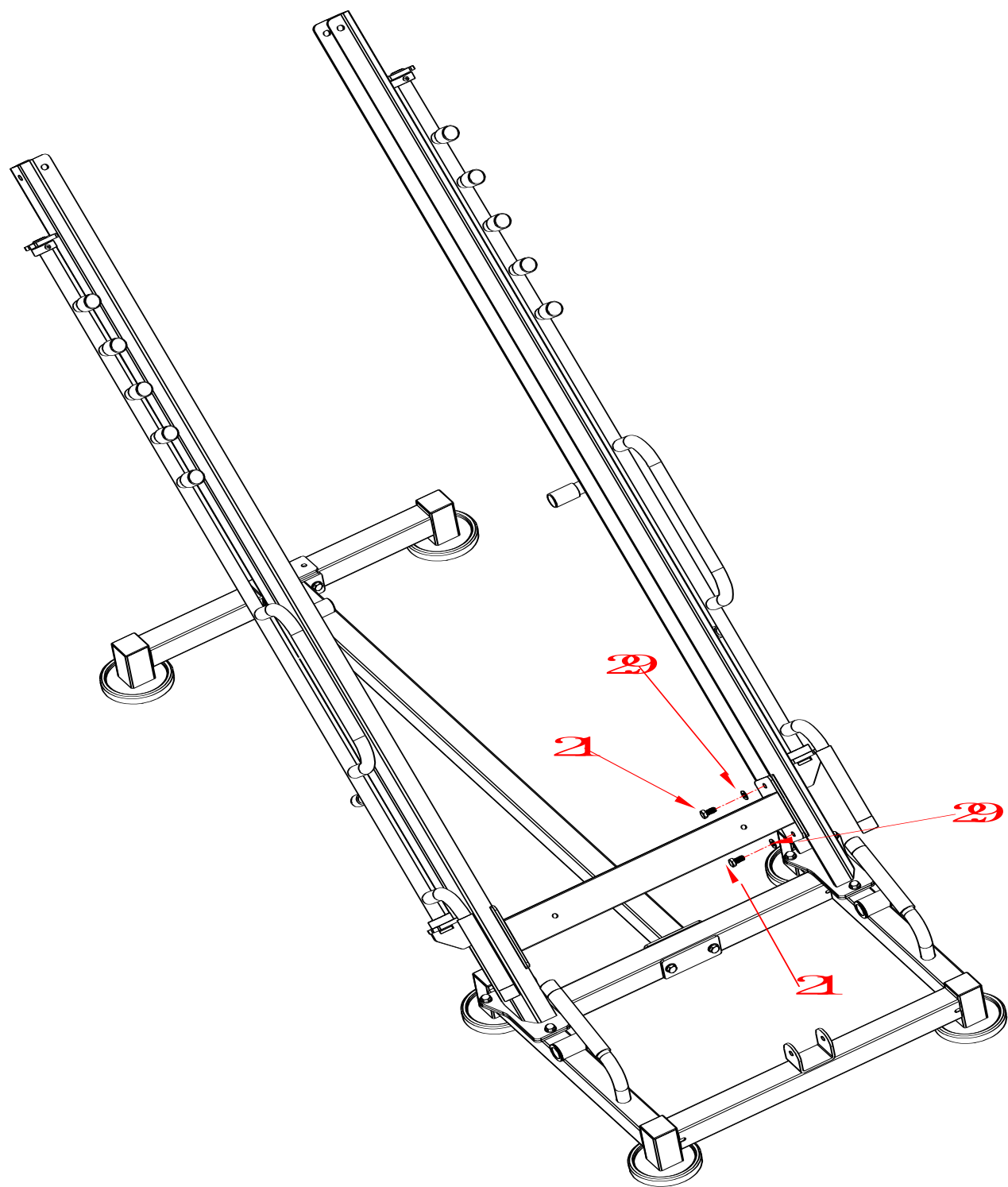
| Список деталей для этапа сборки |                                        |        |  |    |                     |        |
|---------------------------------|----------------------------------------|--------|--|----|---------------------|--------|
| №                               | Наименование детали                    | Кол-во |  | №  | Наименование детали | Кол-во |
| 04                              | Нижнее соединение в сборе              | 1      |  | 29 | Плоская шайба : φ10 | 2      |
| 21                              | Винт с внешним шестигранником : M10*20 | 2      |  |    |                     |        |

Сборка, этап 5



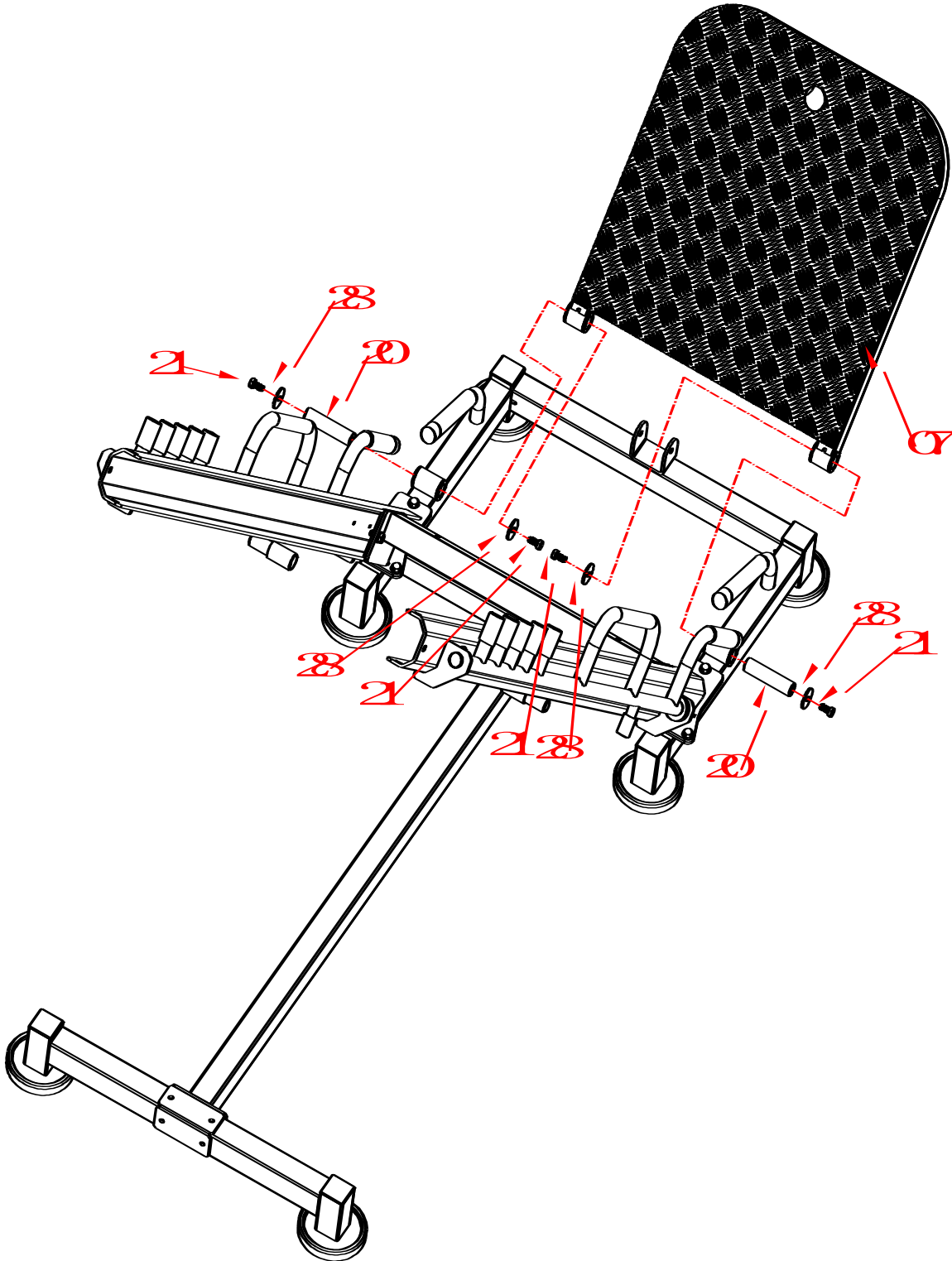
| Список деталей для этапа сборки |                                        |        |    |                           |        |
|---------------------------------|----------------------------------------|--------|----|---------------------------|--------|
| №                               | Наименование детали                    | Кол-во | №  | Наименование детали       | Кол-во |
| 06                              | Направляющая в сборе (правая)          | 1      | 29 | Плоская шайба : $\phi 10$ | 3      |
| 21                              | Винт с внешним шестигранником : M10*20 | 3      |    |                           |        |

Сборка, этап 6



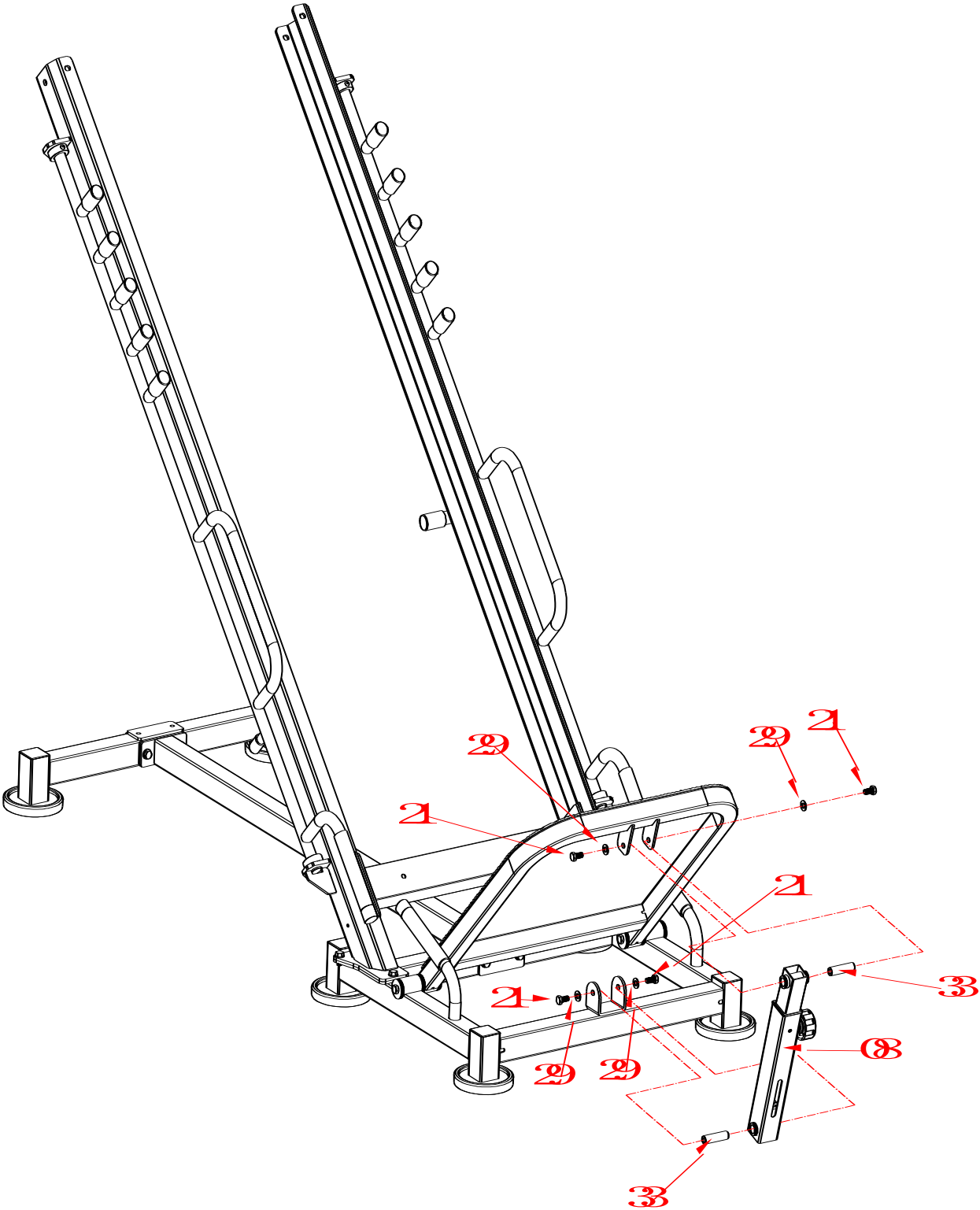
| Список деталей для этапа |                                           |        |  |   |                     |        |
|--------------------------|-------------------------------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                       | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 21                       | Винт с внешним шестигранником :<br>М10*20 | 2      |  |   |                     |        |
| 29                       | Плоская шайба : φ10                       | 2      |  |   |                     |        |

Сборка, этап 7



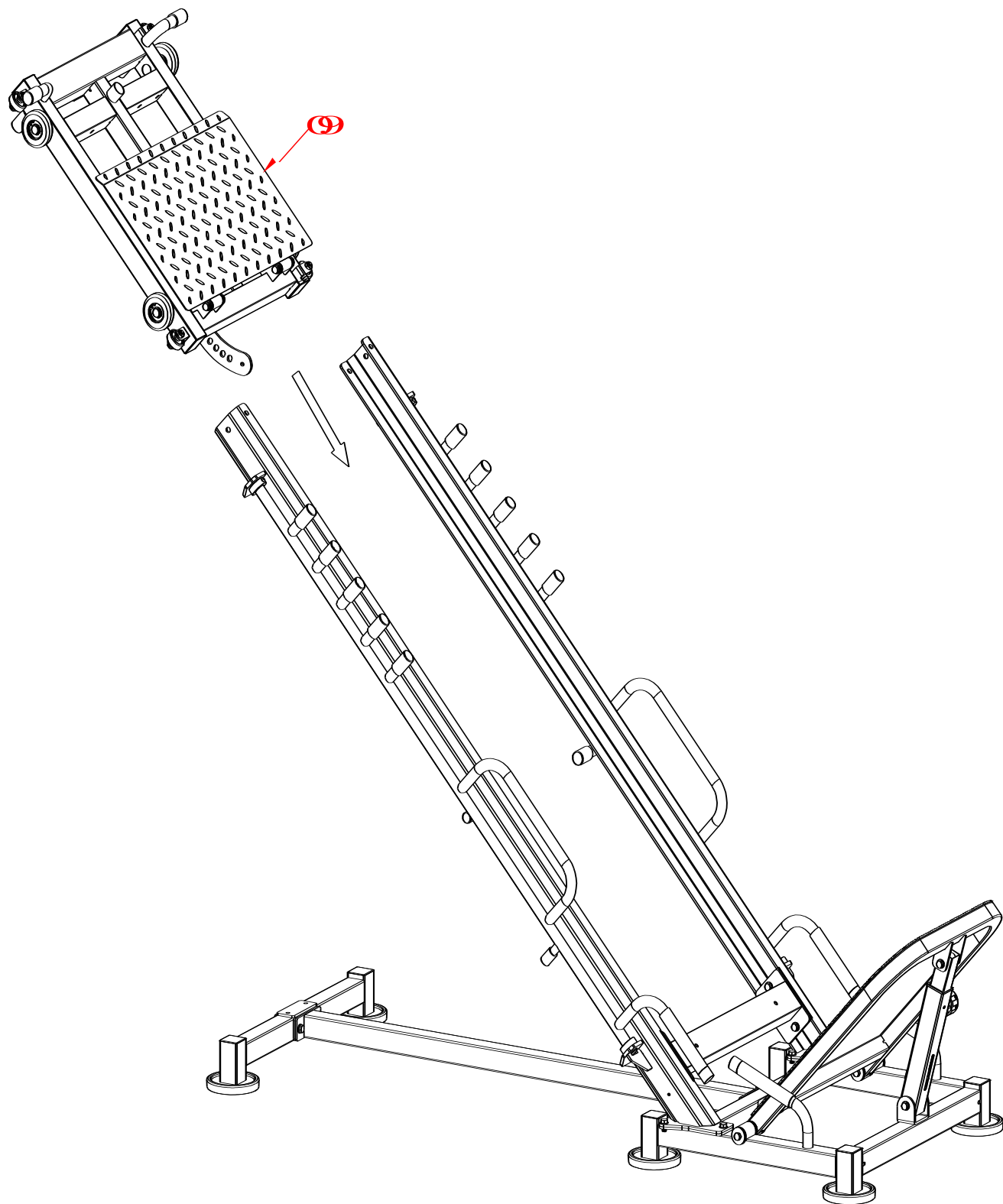
| Список деталей для этапа |                                                        |        |    |                                             |        |
|--------------------------|--------------------------------------------------------|--------|----|---------------------------------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                                    | Кол-во | №  | Наименование детали                         | Кол-во |
| 07                       | Педаль в сборе                                         | 1      | 21 | Винт с внешним шестигранником : M10*20      | 4      |
| 20                       | Подножка с вращающимся валом в сборе ( φ25 , L=101mm ) | 2      | 28 | Большая прокладка для основания : φ38*φ10.5 | 4      |

Сборка, этап 8



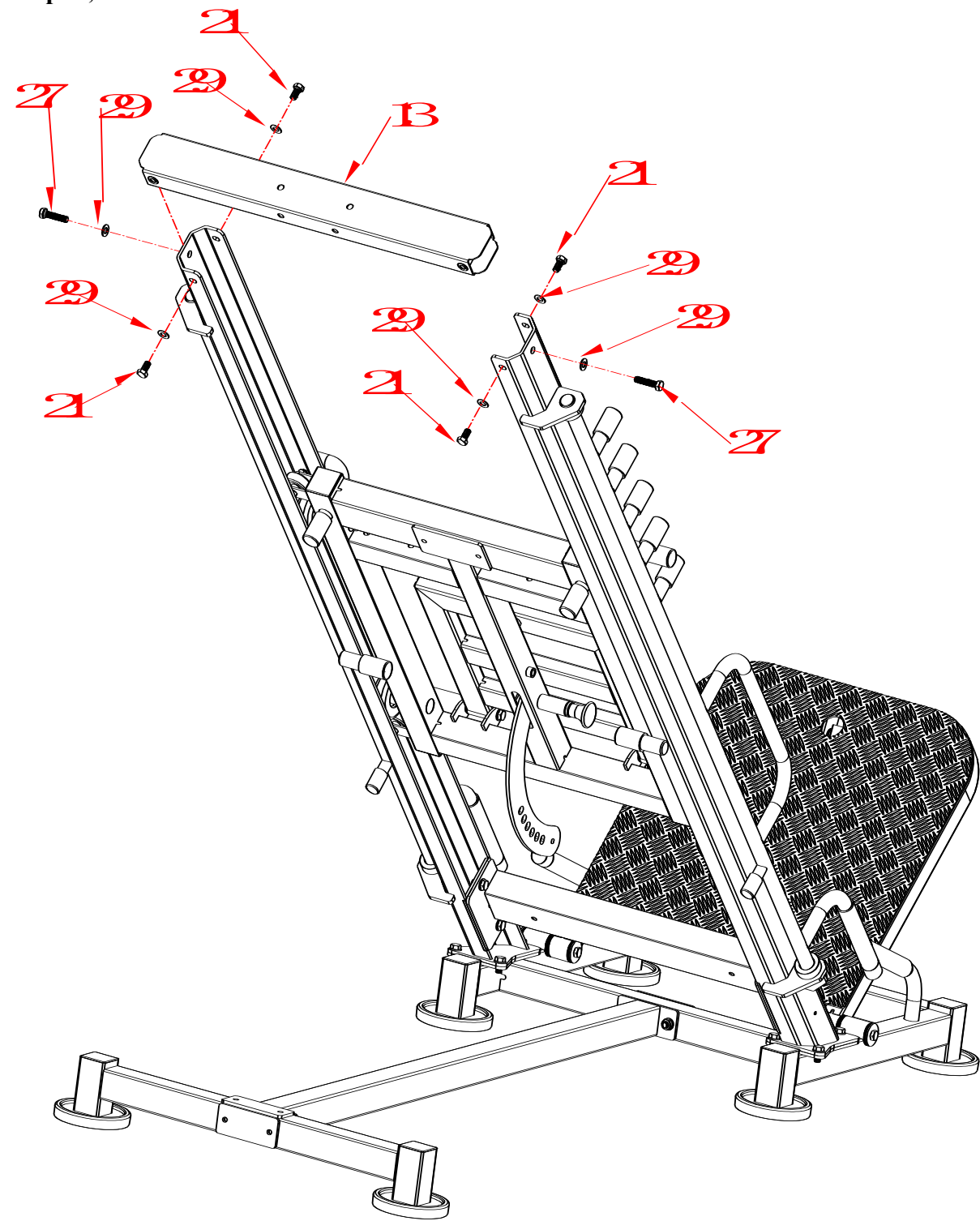
| Список деталей для этапа |                                                     |        |  |   |                     |        |
|--------------------------|-----------------------------------------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                                 | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 08                       | Регулировка для ног в сборе                         | 1      |  |   |                     |        |
| 21                       | Винт с внешним шестигранником :<br>М10*20           | 4      |  |   |                     |        |
| 29                       | Плоская шайба : φ10                                 | 4      |  |   |                     |        |
| 33                       | Регулирующий направляющий вал<br>( φ16 , L=61.5mm ) | 2      |  |   |                     |        |

Сборка, этап 9



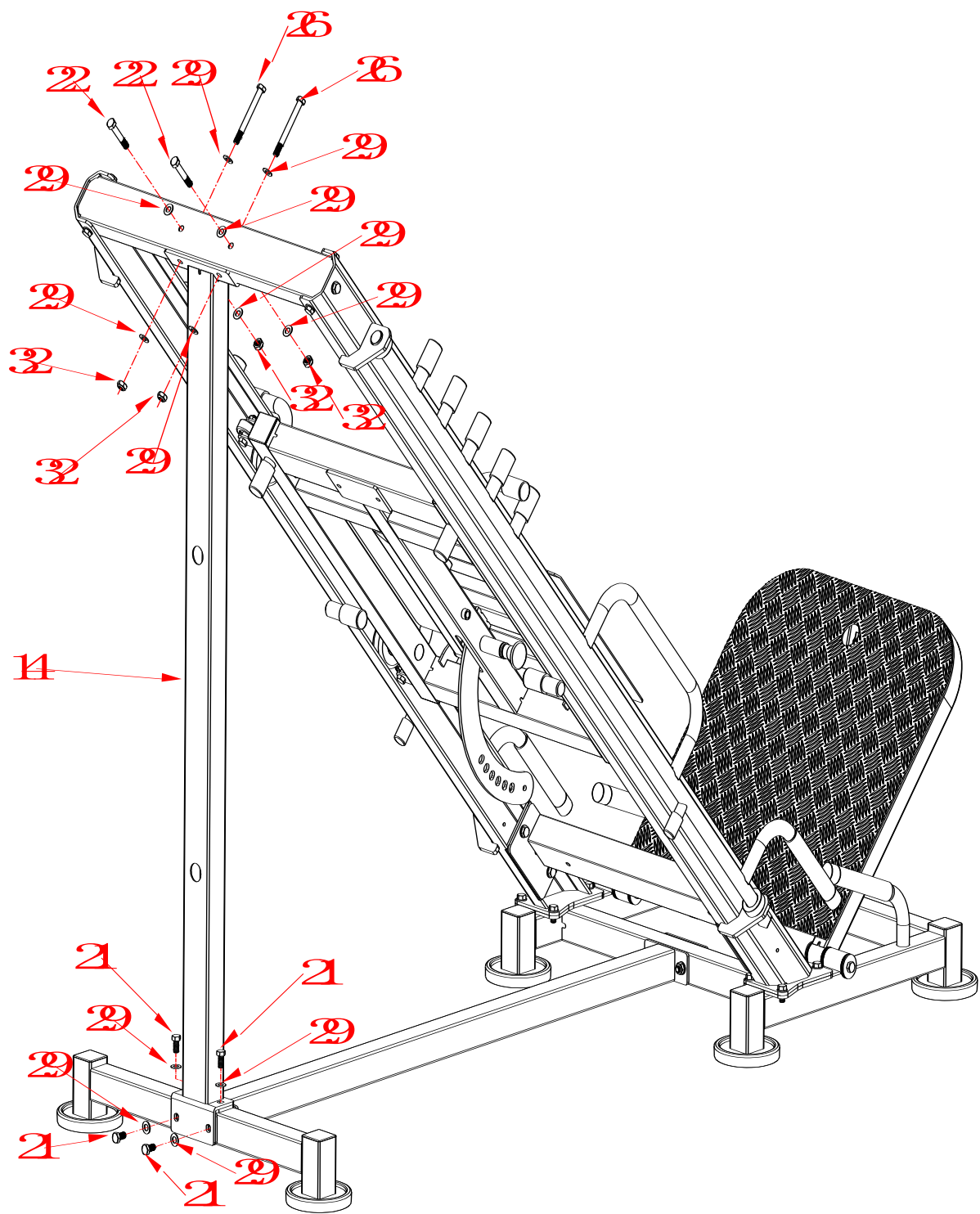
| Список деталей для этапа |                       |        |  |   |                     |        |
|--------------------------|-----------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали   | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 09                       | Опора для ног в сборе | 1      |  |   |                     |        |
|                          |                       |        |  |   |                     |        |
|                          |                       |        |  |   |                     |        |

Сборка, этап 10



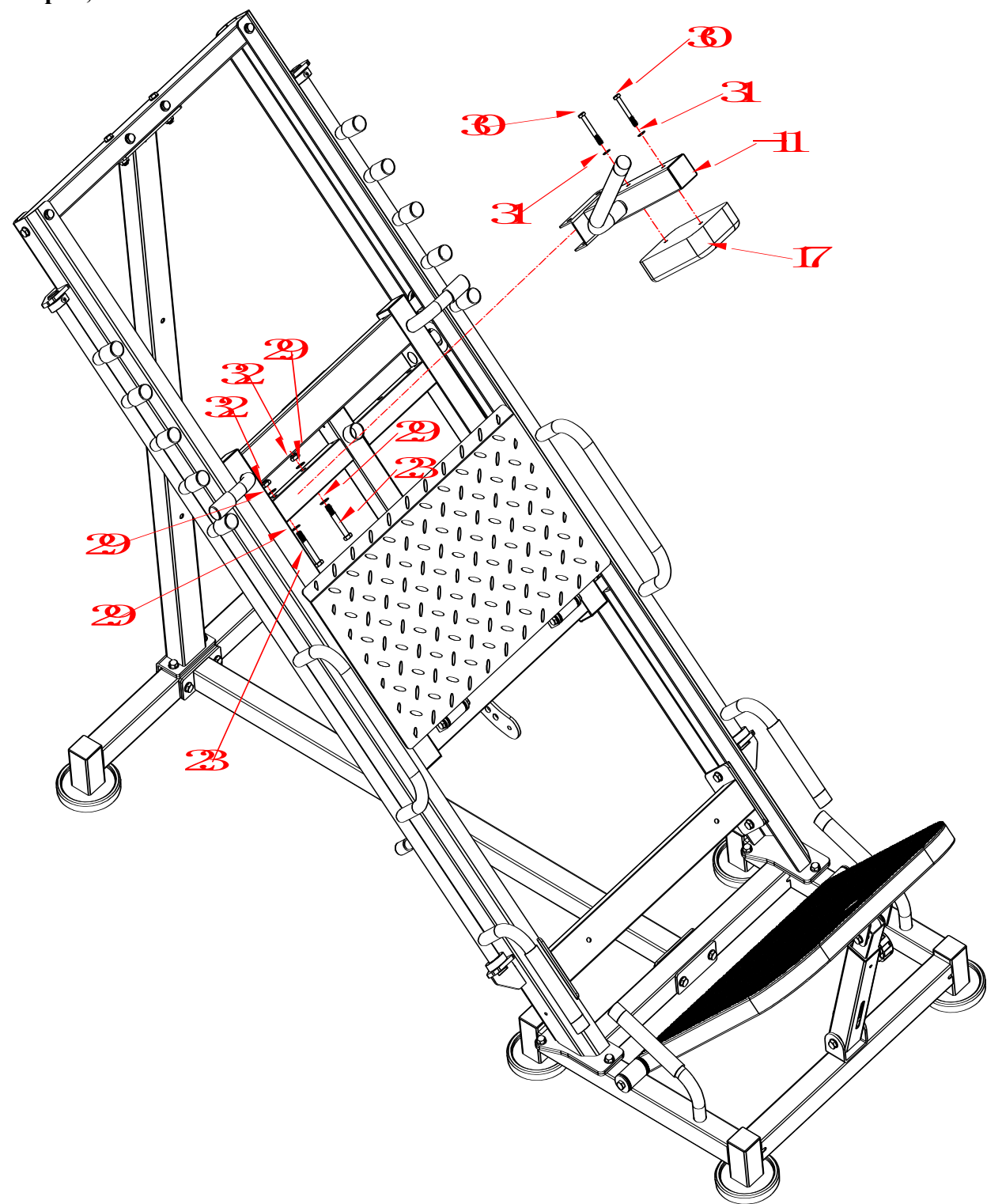
| Список деталей для этапа |                                           |        |  |   |                     |        |
|--------------------------|-------------------------------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                       | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 13                       | Верхнее соединение в сборе                | 1      |  |   |                     |        |
| 21                       | Винт с внешним шестигранником :<br>М10*20 | 4      |  |   |                     |        |
| 29                       | Плоская шайба : φ10                       | 6      |  |   |                     |        |
| 27                       | Винт с внешним шестигранником :<br>М10*45 | 2      |  |   |                     |        |

Сборка, этап 11



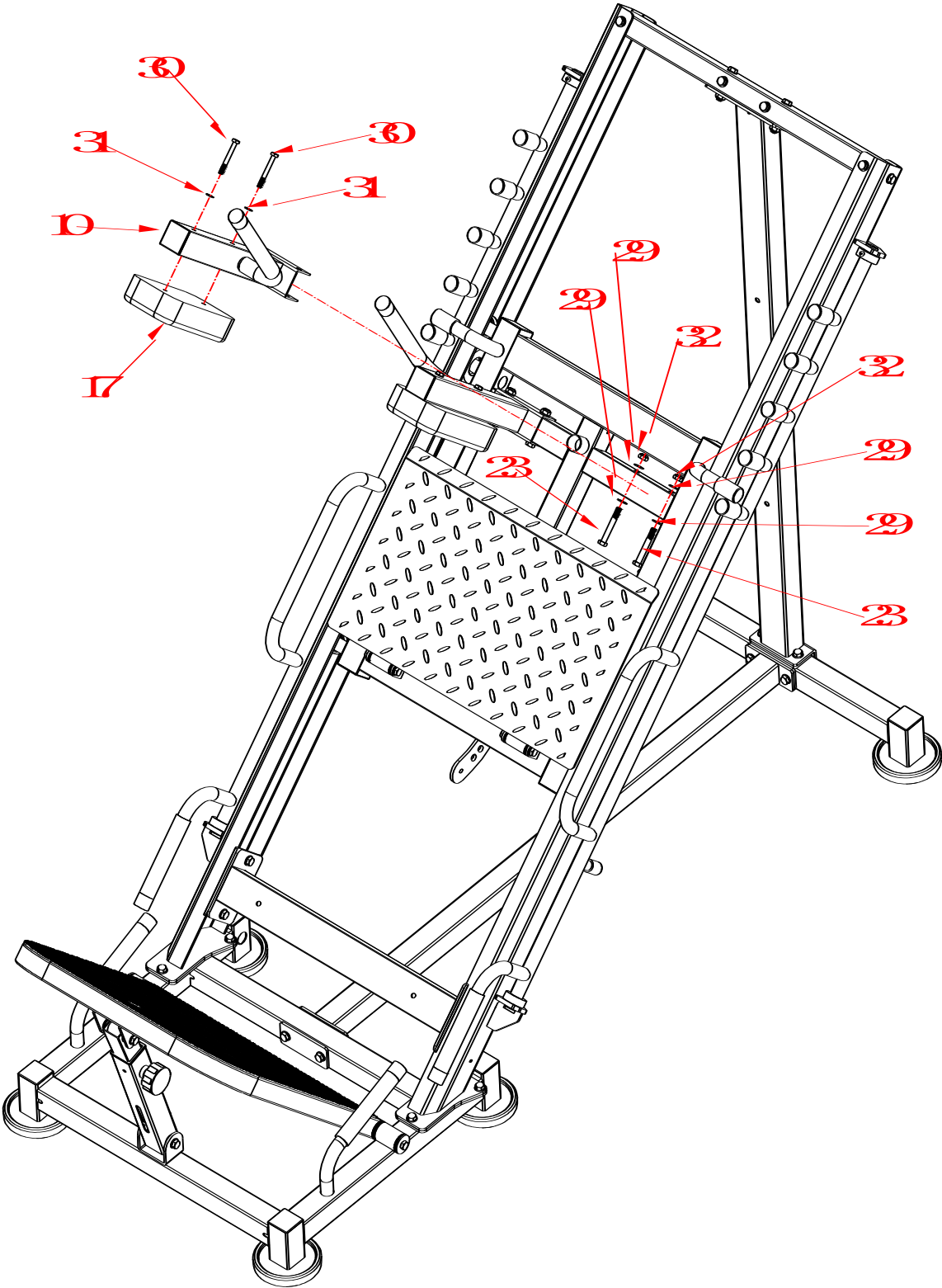
| Список деталей для этапа |                                         |        |    |                                                      |        |
|--------------------------|-----------------------------------------|--------|----|------------------------------------------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                     | Кол-во | №  | Наименование детали                                  | Кол-во |
| 14                       | Передний усилитель в сборе              | 1      | 29 | Плоская шайба : $\phi 10$                            | 12     |
| 21                       | Винт с внешним шестигранником : M10*20  | 4      | 32 | Самоконтрящаяся гайка с внешним шестигранником : M10 | 4      |
| 22                       | Винт с внешним шестигранником : M10*60  | 2      |    |                                                      |        |
| 26                       | Винт с внешним шестигранником : M10*100 | 2      |    |                                                      |        |

Сборка, этап 12



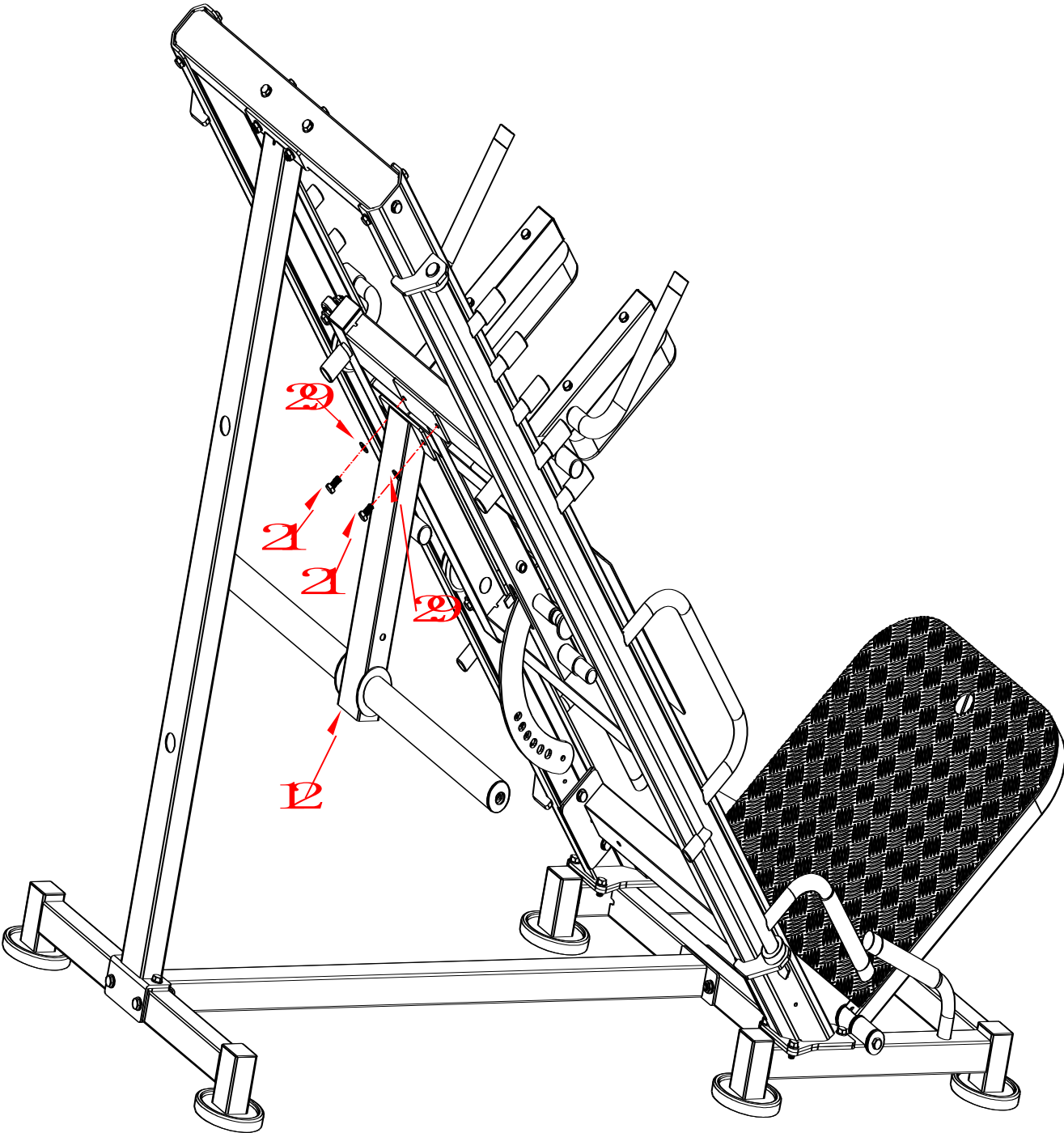
| Список деталей для этапа |                                           |        |    |                                                      |        |
|--------------------------|-------------------------------------------|--------|----|------------------------------------------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                       | Кол-во | №  | Наименование детали                                  | Кол-во |
| 11                       | Крепление спинки в сборе (правая сторона) | 1      | 30 | Винт с внешним шестигранником : M8*65                | 2      |
| 17                       | Плечевая подушка                          | 1      | 31 | Плоская шайба : ф8                                   | 2      |
| 23                       | Винт с внешним шестигранником : M10*70    | 2      | 32 | Самоконтрящаяся гайка с внешним шестигранником : M10 | 2      |
| 29                       | Плоская шайба : ф10                       | 4      |    |                                                      |        |

Сборка, этап 13



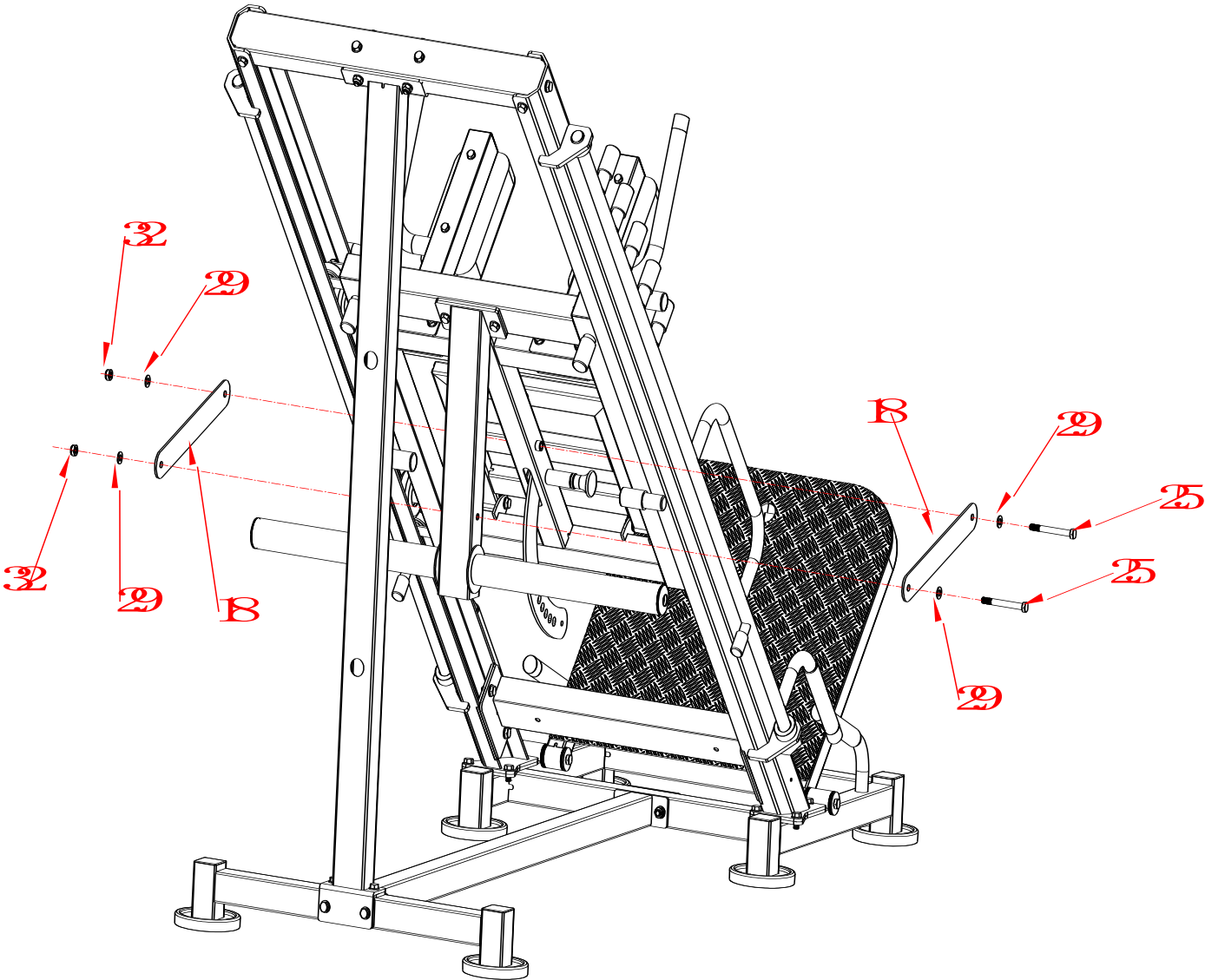
| Список деталей для этапа |                                        |        |    |                                                      |        |
|--------------------------|----------------------------------------|--------|----|------------------------------------------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                    | Кол-во | №  | Наименование детали                                  | Кол-во |
| 10                       | Крепление спинки, левое                | 1      | 30 | Винт с внешним шестигранником : M8*65                | 2      |
| 17                       | Плечевая подушка                       | 1      | 31 | Плоская шайба : ф8                                   | 2      |
| 23                       | Винт с внешним шестигранником : M10*70 | 2      | 32 | Самоконтрящаяся гайка с внешним шестигранником : M10 | 2      |
| 29                       | Плоская шайба : ф10                    | 4      |    |                                                      |        |

Сборка, этап 14



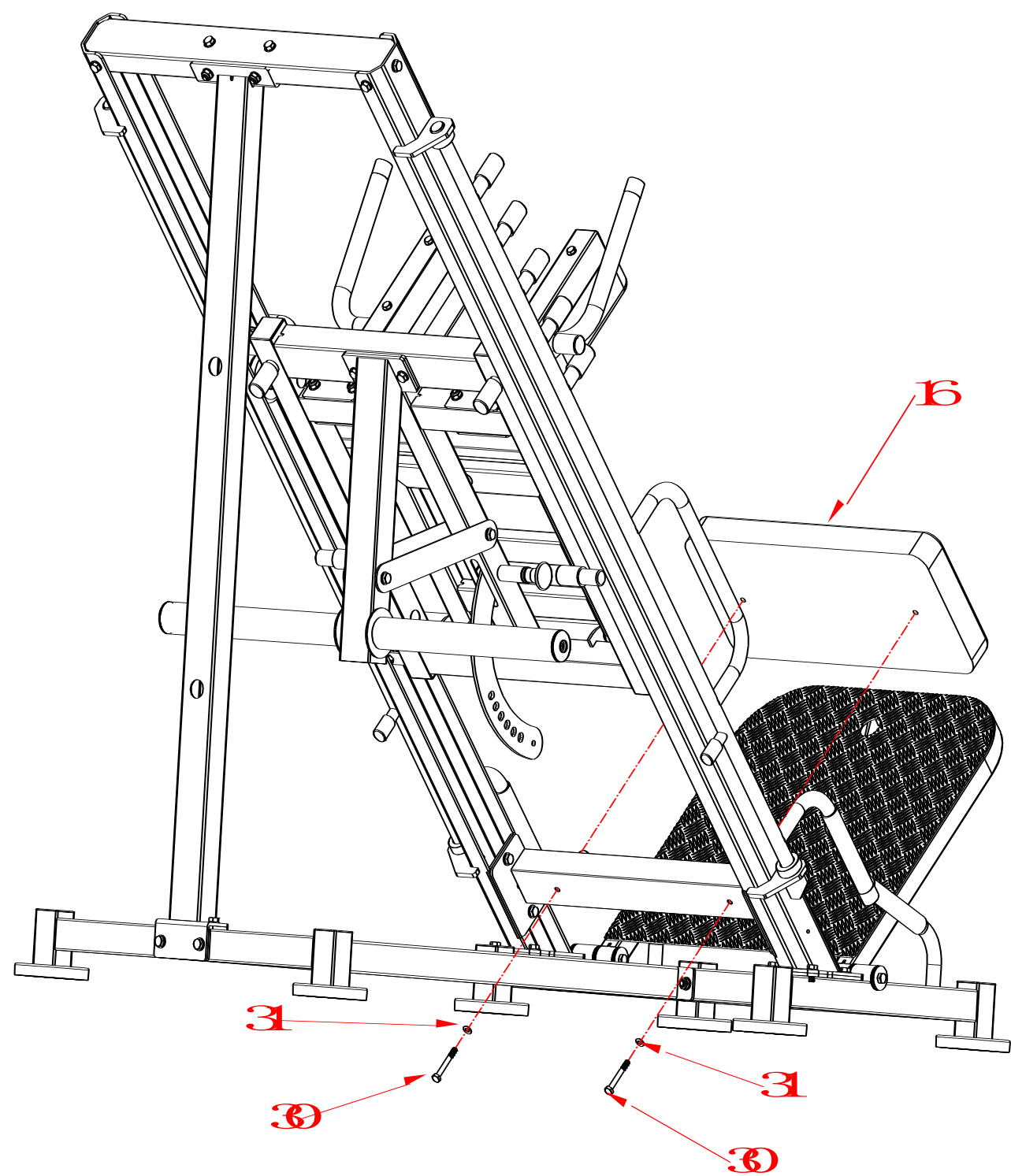
| Список деталей для этапа |                                        |        |  |   |                     |        |
|--------------------------|----------------------------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                    | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 12                       | Т-образный кронштейн для штанги        | 1      |  |   |                     |        |
| 29                       | Плоская шайба : φ10                    | 2      |  |   |                     |        |
| 21                       | Винт с внешним шестигранником : М10*20 | 2      |  |   |                     |        |
|                          |                                        |        |  |   |                     |        |

Сборка, этап 15



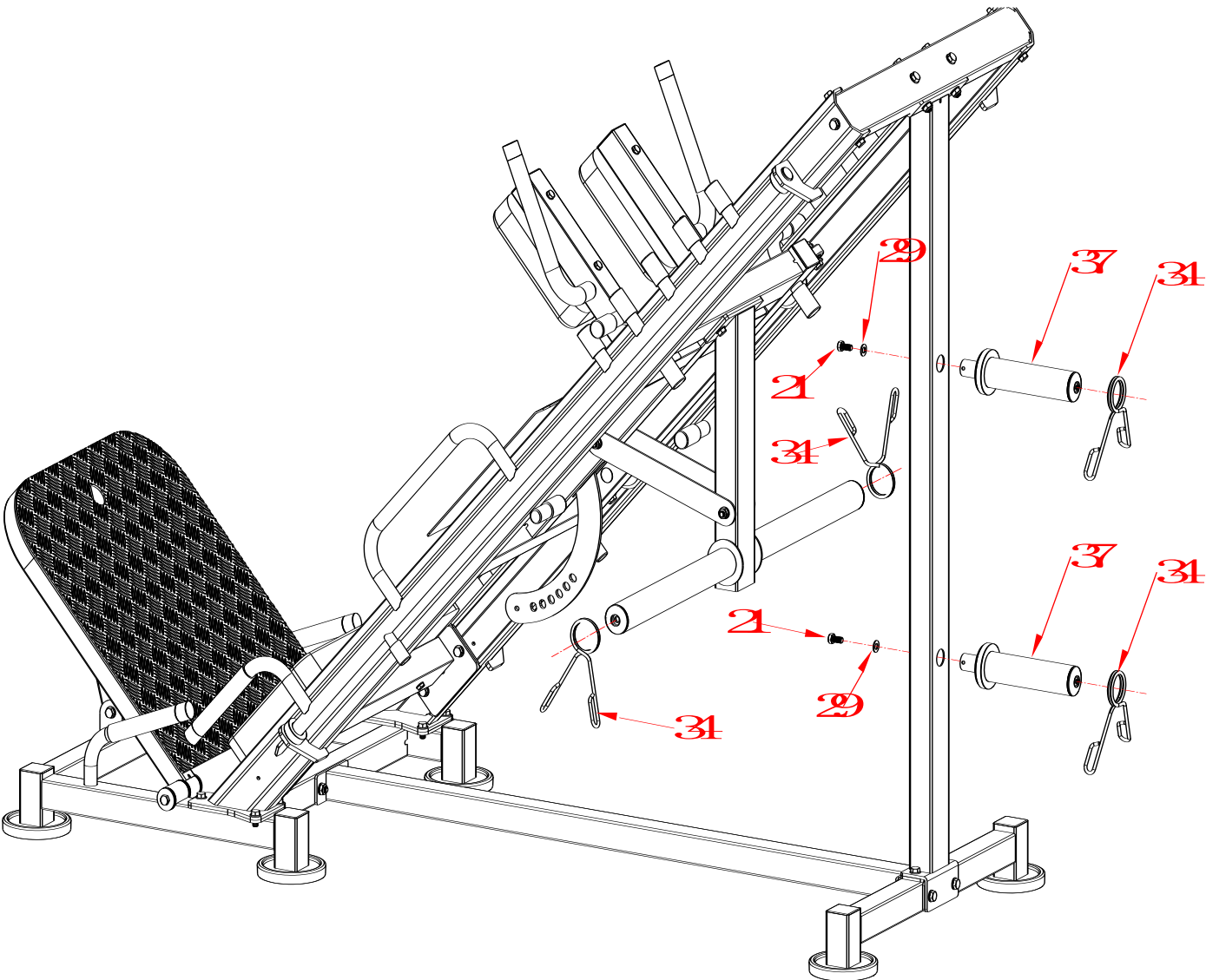
| Список деталей для этапа |                                                      |        |  |   |                     |        |
|--------------------------|------------------------------------------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                                  | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 18                       | Усилительная пластина                                | 2      |  |   |                     |        |
| 25                       | Винт с внешним шестигранником : M10*95               | 2      |  |   |                     |        |
| 29                       | Плоская шайба : ф10                                  | 4      |  |   |                     |        |
| 32                       | Самоконтрящаяся гайка с внешним шестигранником : M10 | 2      |  |   |                     |        |

Сборка, этап 16



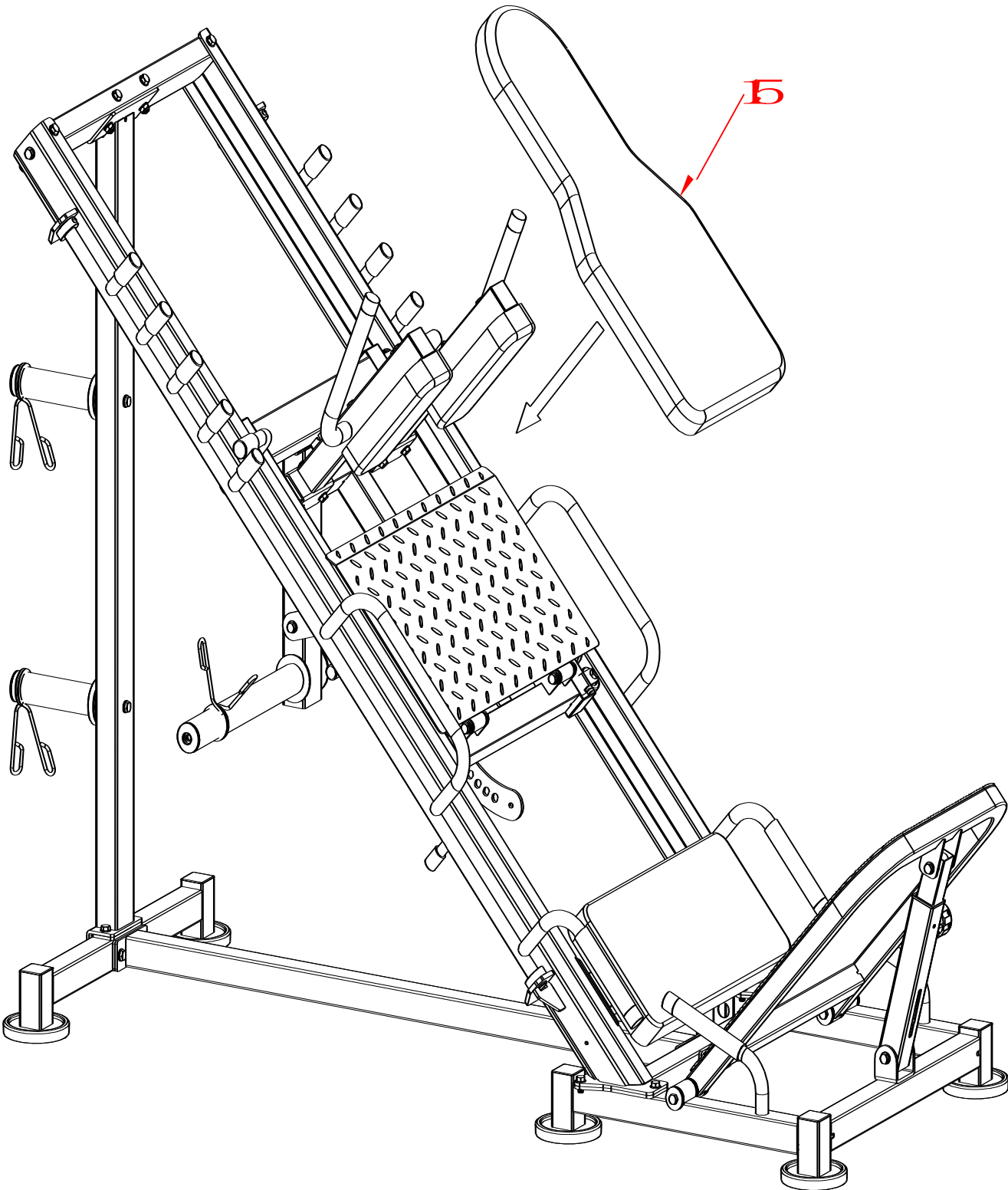
| Список деталей для этапа |                                          |        |   |                     |        |
|--------------------------|------------------------------------------|--------|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                      | Кол-во | № | Наименование детали | Кол-во |
| 16                       | Сиденье                                  | 1      |   |                     |        |
| 30                       | Винт с внешним шестигранником :<br>М8*65 | 2      |   |                     |        |
| 31                       | Плоская шайба : ф8                       | 2      |   |                     |        |

Сборка, этап 17



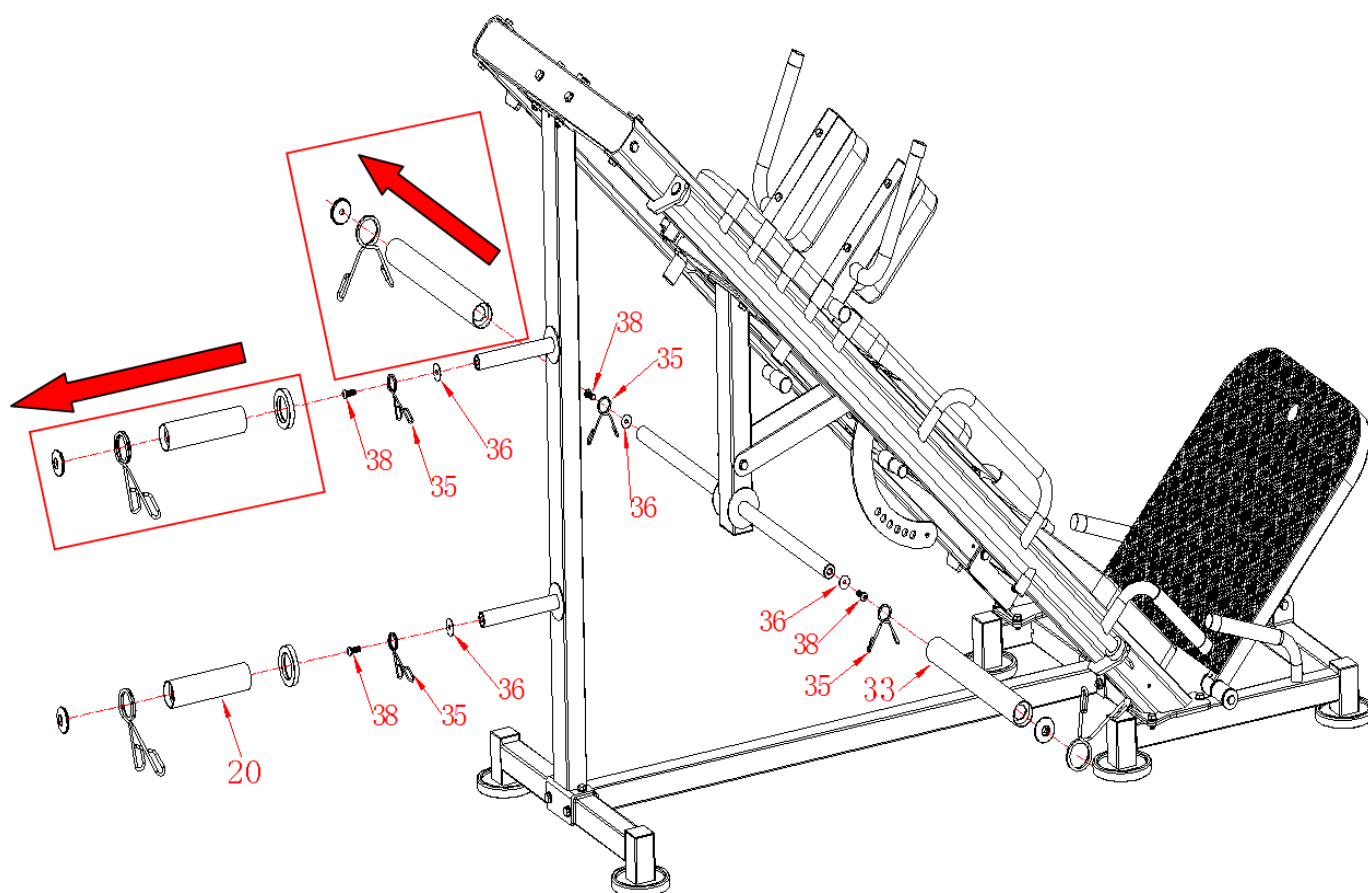
| Список деталей для этапа |                                        |        |   |                     |        |
|--------------------------|----------------------------------------|--------|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                    | Кол-во | № | Наименование детали | Кол-во |
| 29                       | Плоская шайба : $\phi 10$              | 2      |   |                     |        |
| 21                       | Винт с внешним шестигранником : M10*20 | 2      |   |                     |        |
| 34                       | Пружинный зажим ( $\phi 50$ )          | 2      |   |                     |        |
| 37                       | Короткая сменная втулка в сборе        | 2      |   |                     |        |

Сборка, этап 18



| Список деталей для этапа |                        |        |  |   |                     |        |
|--------------------------|------------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали    | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 15                       | Задняя подушка в сборе | 1      |  |   |                     |        |
|                          |                        |        |  |   |                     |        |
|                          |                        |        |  |   |                     |        |

## Сборка, этап 19



Сначала достаньте детали из прямоугольной коробки в направлении стрелки с помощью инструмента, затем закрепите входную подушку (36) с помощью винтов (38), и, наконец, вставьте маленький пружинный зажим (35).

| Список деталей для этапа |                                            |        |  |   |                     |        |
|--------------------------|--------------------------------------------|--------|--|---|---------------------|--------|
| №                        | Наименование детали                        | Кол-во |  | № | Наименование детали | Кол-во |
| 35                       | Пружинный зажим (φ28 )                     | 4      |  |   |                     |        |
| 36                       | Входная подушка : φ28*φ10*2                | 4      |  |   |                     |        |
| 38                       | Винты с внутренним шестигранником : M10*20 | 4      |  |   |                     |        |
|                          |                                            |        |  |   |                     |        |

## Инструкции по уходу за тренажером

Периодически смазывайте подвижные соединения тренажера после его использования.

Будьте осторожны, чтобы не повредить пластиковые/металлические детали тренажера тяжелыми или острыми предметами. Каждые 1-2 месяца проверяйте все детали тренажера, проверяйте натяжку соединений. При необходимости подтяните гайки. Очищайте тренажер каждый раз после тренировки влажной тканью, чтобы удалить пот и/или прочие жидкости. Не используйте растворители. Тщательно высушите очищенные участки.

Регулярная чистка помогает поддерживать устройство в хорошем состоянии и, следовательно, в значительной степени способствует сохранению продолжительности его срока службы. Затраты на ремонт тренажера, который не обслуживается должным образом, не подпадают под действие гарантии.

# Сборочный чертеж

