



**OXYGEN**  
FITNESS

## **NORMAN**

**МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНАЯ СКАМЬЯ**



**РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

## Уважаемый покупатель!

Поздравляем с удачным приобретением! Вы приобрели современный тренажер, который, как мы надеемся, станет Вашим лучшим помощником. Он сочетает в себе передовые технологии и современный дизайн.

Постоянно используя этот тренажер, Вы сможете укрепить сердечно-сосудистую систему и приобрести хорошую физическую форму. Надеемся, что данная модель удовлетворит все Ваши требования.

Прежде чем приступить к использованию тренажера, внимательно изучите настоящее руководство и сохраните его для дальнейшего использования. В случае возникших дополнительных вопросов обратитесь к продавцу или дилеру, который проконсультирует Вас и поможет устранить возникшую проблему.

Обязательно сохраняйте инструкцию по эксплуатации, это поможет Вам по прошествии времени вспомнить о функциях тренажера и правилах его использования.

Если у Вас возникли какие-либо вопросы по эксплуатации данного тренажера, свяжитесь со службой технической поддержки или уполномоченным дилером, у которого Вы приобрели тренажер.

## Меры безопасности

### Внимание!

Перед тем как приступить к тренировкам настоятельно рекомендуем пройти полное медицинское обследование, особенно если у Вас есть наследственная предрасположенность к повышенному давлению или сердечно-сосудистым заболеваниям. Неправильное или чрезмерно интенсивное выполнение упражнений может повредить Вашему здоровью.

Тренажер предназначен для домашнего использования. В целях обеспечения безопасности и надежной работы оборудования перед использованием тренажера ознакомьтесь с инструкцией.

При использовании тренажера следует соблюдать следующие базовые меры предосторожности:

- Используйте тренажер только по назначению, описанному в данном руководстве. Во избежание получения травм используйте только те аксессуары, которые рекомендованы производителем;
- Тренажер не предназначен для использования вне помещения;
- Не пользуйтесь тренажером в местах, где распыляются аэрозоли или осуществляется подача кислорода;
- Не подставляйте руки под движущиеся части тренажера, следите, чтобы ваша одежда не попала в движущиеся части тренажера;

**ОСТОРОЖНО!** Если вы почувствовали боль в груди, тошноту, головокружение или одышку, немедленно ПРЕКРАТИТЕ занятия на тренажере. Прежде чем возобновлять тренировки обратитесь за консультацией к врачу.

## Транспортировка/Хранение/Ввод в эксплуатацию

### Транспортировка и эксплуатация тренажера:

1. Тренажер должен транспортироваться только в заводской упаковке;
2. Заводская упаковка не должна быть нарушена;
3. При транспортировке тренажер должен быть надежно защищен от дождя, влаги, атмосферных осадков, механических перегрузок.

### Хранение тренажера:

Тренажер рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со следующими значениями:

1. температура + 10 - + 35 C;
2. влажность: 50 -75%;

## Настройка оборудования

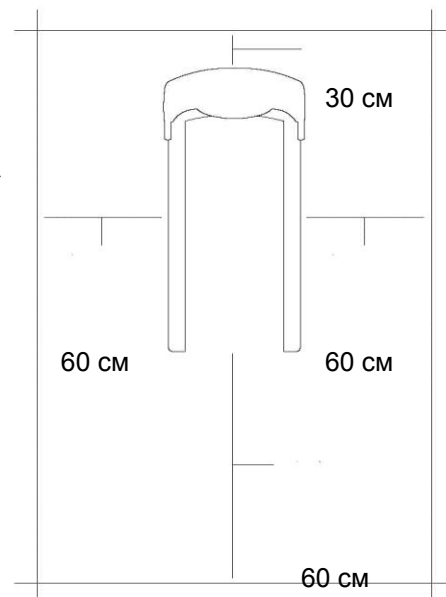
### ВЫБОР МЕСТА ДЛЯ ТРЕНАЖЕРА

Место, где установлен тренажер, должно быть хорошо освещенным и проветриваемым. Установите тренажер на твердой, ровной поверхности, так, чтобы расстояние от стены или других предметов было достаточным (свободное пространство должно быть не менее 60 см по бокам, не менее 30 см перед оборудованием, не менее 60 см позади него).

Свободное пространство сзади тренажера обеспечит вам комфортный подход к тренажеру и спуск с него

Если вы ставите тренажер на ковер, необходимо подложить под него коврик из твердого пластика, чтобы предохранить ковер и оборудование от возможных повреждений.

Не размещайте тренажёр в помещениях с высокой влажностью, например, рядом с парной, сауной или закрытым бассейном. Водяные пары или хлор могут отрицательно повлиять на компоненты тренажера. Рекомендуется устанавливать тренажер в комфортном помещении.



### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СБОРКЕ

Перед сборкой тренажера тщательно изучите ее последовательность и выполняйте все рекомендации. Используйте для сборки приложенный или рекомендуемый инструмент. Убедитесь, что в наличии имеются все детали, и они не повреждены. Не прикладывайте чрезмерных усилий к инструменту во избежание травм и повреждения элементов конструкции тренажера. Сначала соберите все детали тренажера, не до конца затянув гайки и болты, и, убедившись, что конструкция собрана правильно, затяните их до конца.

## Техническое обслуживание/ Гарантия/ Ремонт

### ЧИСТКА ТРЕНАЖЕРА

Профилактическое обслуживание и ежедневная чистка оборудования продлят срок его эксплуатации и помогут сохранить его внешний вид.

При этом важно соблюдать следующие рекомендации:

- Защищайте тренажер от попадания прямого солнечного света, в противном случае возможно выцветание деталей;
- Тренажер необходимо устанавливать в сухом месте;
- Для чистки используйте мягкую хлопчатобумажную ткань;
- Не применяйте абразивные препараты, агрессивные жидкости для чистки рабочих поверхностей тренажера, такие как ацетон, бензин, уайт-спириты, бензол и их производные во избежание повреждения лакокрасочных покрытий и пластиковых деталей. Для ухода рекомендуется применять слегка смоченную нейтральным раствором моющей жидкости (мыльный раствор) ткань с последующей протиркой сухой тканью;
- После каждого использования тренажера протирайте рукоятки и поручни;
- Если тренажер неустойчив и «качается», выровняйте его с помощью регулировочных ножек;
- Регулярно выполняйте уборку территории вокруг тренажера.

### ПРОВЕРКА ТРЕНАЖЕРА НА ПРЕДМЕТ ПОВРЕЖДЕНИЯ ДЕТАЛЕЙ

НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ тренажер, если он поврежден или имеет сломанные или изношенные детали. Используйте только те запасные части, которые поставляются заводом-изготовителем оборудования.

РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ТРЕНАЖЕРА. Оно является залогом бесперебойной работы оборудования и сохранения гарантийных обязательств. Необходимо проводить регулярный осмотр тренажера. Дефектные детали следует немедленно заменять. Не следует использовать некоректно работающее оборудование до проведения ремонта. Обслуживание и ремонт должны проводиться только лицами, обладающими необходимой квалификацией.

### ПРАВИЛА УХОДА И ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

#### ЕЖЕДНЕВНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Рекомендуем вам ежедневно протирать тренажер влажной тканью с мягким чистящим

средством (мыльный раствор) , не содержащим этилового или нашатырного спирта.

#### ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверить горизонтальное положение тренажёра. В случае необходимости выровняйте его.
- Протереть детали тренажёра: поручни, направляющие от пыли, грязи и пота.

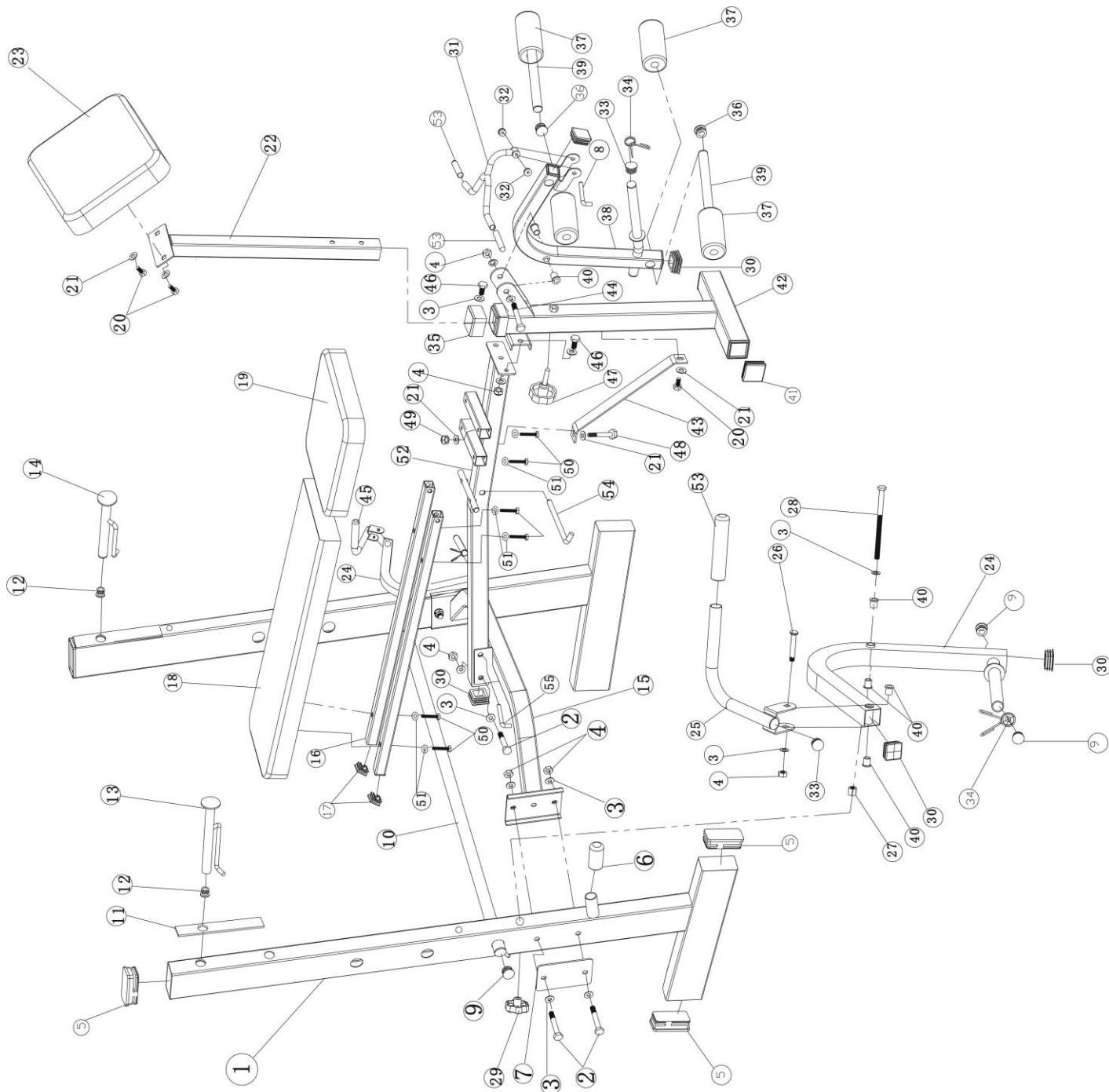
#### ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Проверьте затяжку винтов на всех соединениях.
- Убедитесь в отсутствии люфта после затяжки винтов.
- Пропылесосьте пространство под и вокруг тренажёра.

**Тренажёр предназначен для домашнего использования.**



# СХЕМА ТРЕНАЖЕРА В РАЗОБРАННОМ ВИДЕ





## Сборка оборудования

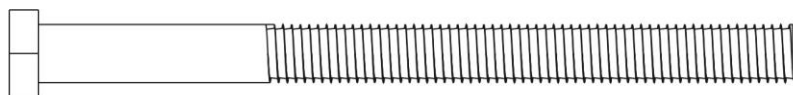
**ВНИМАНИЕ!** Во время установки различных винтов и болтов не следует их сильно затягивать. Это необходимо сделать в самом конце сборки

### СПИСОК ДЕТАЛЕЙ

№	Спецификация	КОЛ-ВО	№	Спецификация	КОЛ-ВО
1	Задняя вертикальная стойка	2	29	Регулятор М10	2
2	Болт М10Х60 мм.	5	30	Наконечник 38 мм.	5
3	Шайба Ф10 мм.	20	31	Рукоятка сгибателя рук	1
4	Авиационная гайка М10	10	32	Втулка Ф32 мм.	2
5	Наконечник 40Х80 мм.	6	33	Наконечник Ф25Х1.5 мм.	2
6	Резиновый амортизатор	2	34	Пружинная скоба Ф25 мм.	3
7	Скоба	2	35	Переходник 45*38 мм.	1
8	Л-образный стержень блокировки	1	36	Наконечник Ф19Х1.5 мм.	4
9	Наконечник Ф25Х2 мм.	6	37	Ролик из пенорезины	4
10	Трубка поддержки регулирующейся спинки	1	38	Разгибатель ног	1
11	Пластиковая прокладка	2	39	Трубка крепления роликов	2
12	Наконечник Ф19Х2 мм.	2	40	Втулка Ф18*17 мм.	10
13	Левая уключина	1	41	Наконечник 45 мм.	2
14	Правая уключина	1	42	Передний стабилизатор	1
15	Стягивающая переключина стоек	1	43	Треугольная скоба	1
16	Рама крепления регулирующейся спинки	2	44	Болт М10Х70 мм.	1
17	Наконечник 25 мм.	2	45	Левая рукоятка	1
18	Спинка сидения	1	46	Болт М10Х20 мм.	2
19	Подушка сидения	1	47	Фиксатор М10Х45 мм.	1
20	Болт М8Х1 мм.	3	48	Болт М8Х55 мм.	1
21	Шайба Ф8 мм.	5	49	Авиационная гайка М8	1

22	Стойка парты на бицепс	1	50	Болт М6*38 мм.	8
23	Подушка парты на бицепс	1	51	Шайба Ф6 мм.	8
24	Рама баттерфляя	2	52	Основание подушки сидения	1
25	Левая рукоятка	1	53	Рукоятка рычага Ф30*128 мм.	4
26	Несущий болт М10Х65 мм.	2	54	Фиксирующий штырь 165*30 мм.	1
27	Гайка М10*15 мм.	2	55	Фиксирующий штырь 75*30 мм.	1
28	Болт М10Х160 мм.	2	56	Ролик 300*170*26 мм.	2

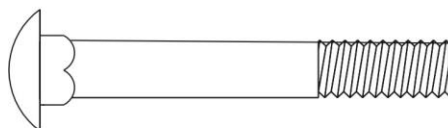
## СБОРОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ



#28 M10X160 Bolt (2Pcs)



#44 M10X70 Bolt (1Pcs)



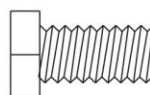
#26 M10X65 Carriage Bolt (2Pcs)



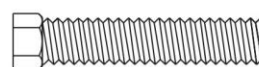
#2 M10X60 Bolt (5Pcs)



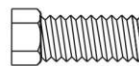
#48 M8X55 Bolt (1Pcs)



#46 M10X20 Bolt (2Pcs)



#50 M6X38 Bolt (8Pcs)



#20 M8X18 Bolt (3PCS)



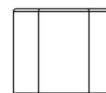
#3  $\phi 10$  Washer (20Pcs)



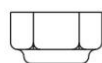
#21  $\phi 8$  Washer (5Pcs)



#51  $\phi 6$  Washer (8PCS)



#27 M10X15 Nut (2Pcs)

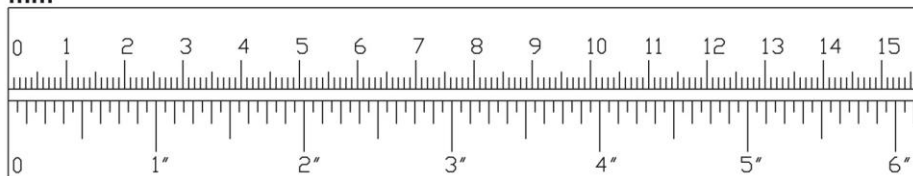


#4 M10 Aircraft Nut (10Pcs)



#49 M8 Aircraft Nut (1Pcs)

mm



# ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

## ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРКЕ

Для сборки тренажера нужны следующие инструменты: два регулировочных ключа и два шестигранных ключа.

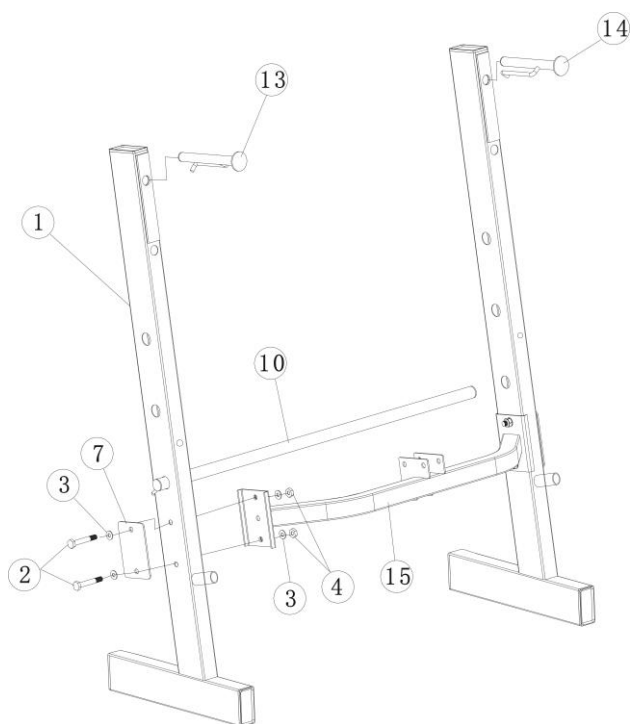
**ПРИМЕЧАНИЕ:** для избежания возможных травм настоятельно рекомендуются собирать тренажер в количестве не менее двух человек.

### ШАГ 1

А) Соедините 2 задние вертикальные стойки (#1) стягивающей перекладиной (#15). Совместите отверстия и затяните с каждой стороны при помощи 2-ух болтов М10Х60 мм. (#2), одной скобы (#7), 4-ех шайб Ф10мм. (#3) и 2-ух авиационных гаек М10 (#4).

Б) Выберите желаемый угол наклона и установите трубку поддержки спинки сидения (#10) в отверстия вертикальных стоек.

В) Установите правую и левую уключины (#13,14) для фиксации трубки поддержки спинки сидения.

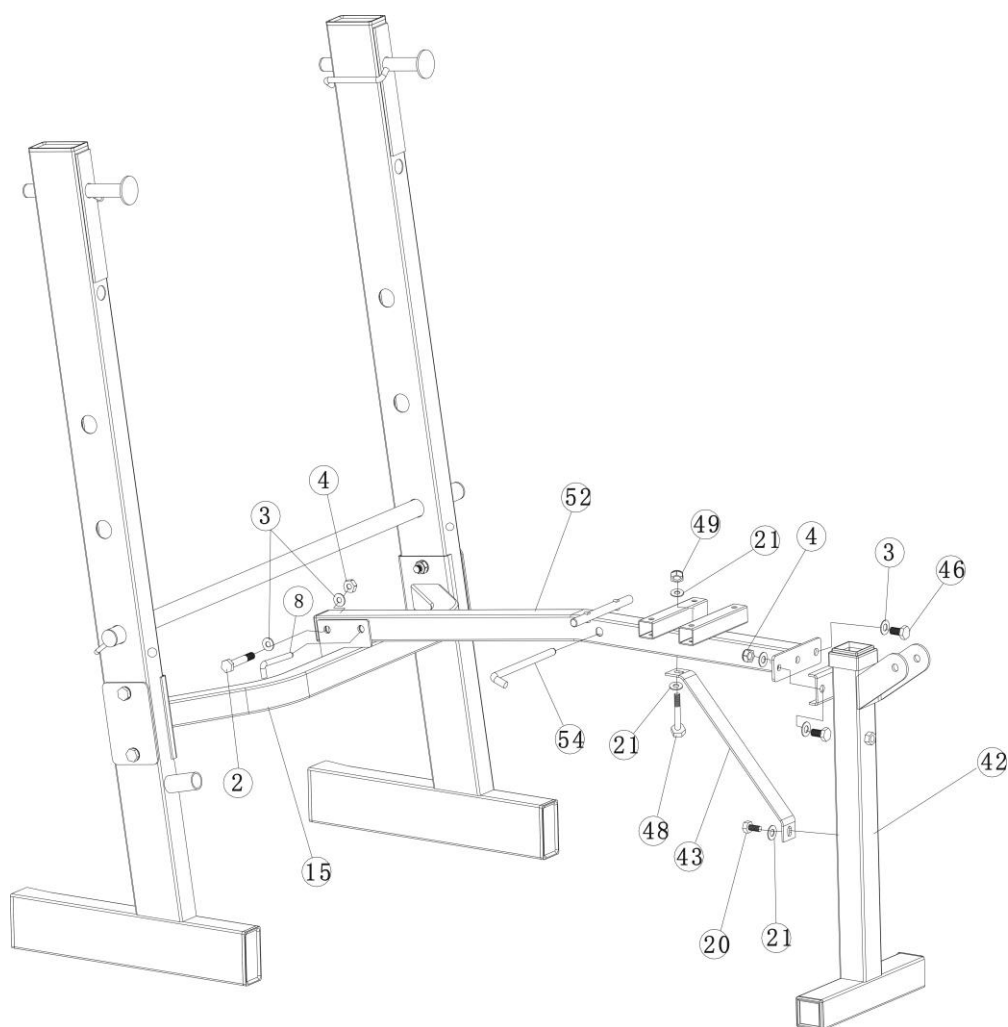


## ШАГ 2

А) Соедините задний стабилизатор (#42) и основание задней подушки сидения (#52). Зафиксируйте с помощью 2-ух болтов М10Х20 мм. (#46), 4-ех шайб Ф10 мм. (#3) и 2-ух авиационных гаек М10 (#4).

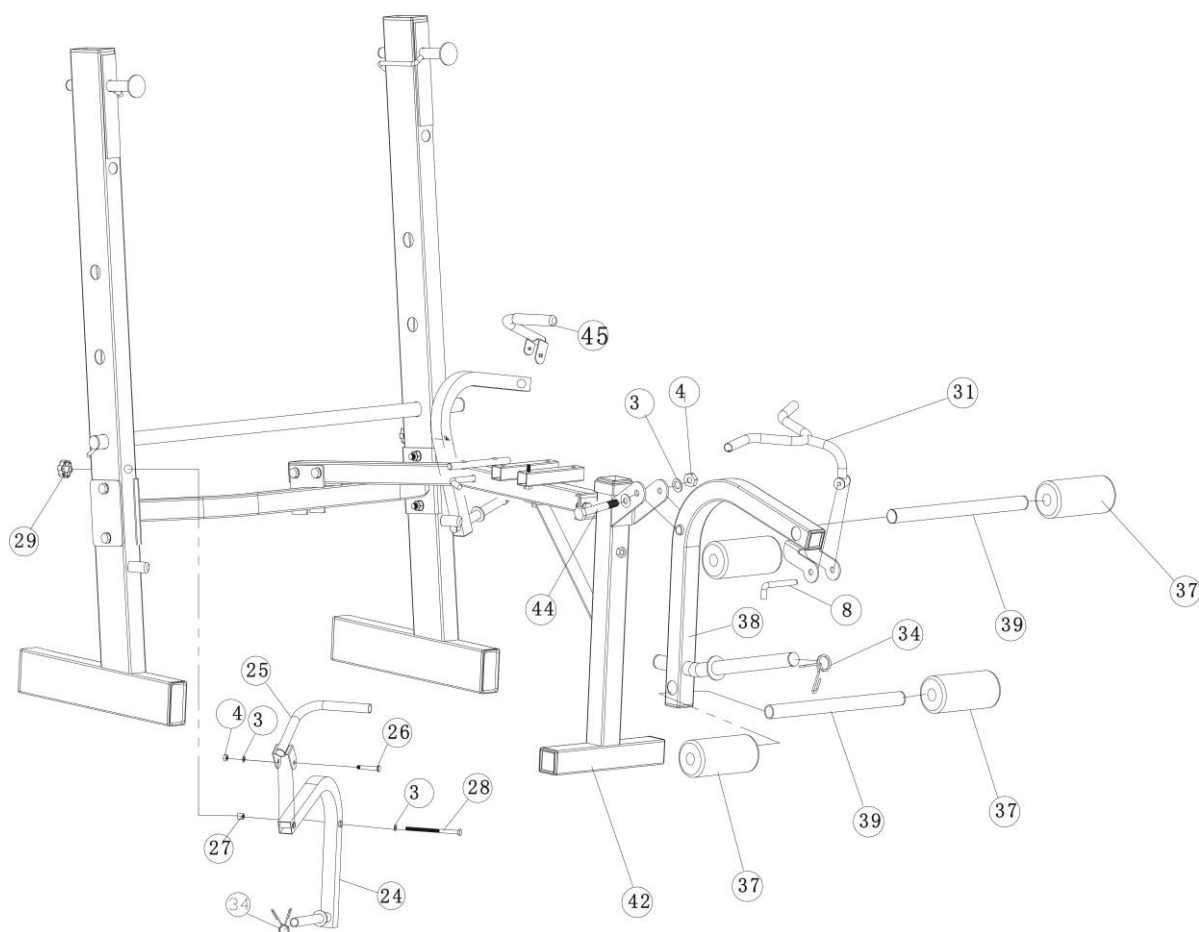
Б) Установите треугольную скобу (#43) на основании подушки сидения (#52) и закрепите с помощью 1-ого болта М8Х55 мм. (#48), 2-ух шайб Ф8 мм. (#21) и 1-ой авиационной гайки М8 (#49). Установите треугольную скобу на заднем стабилизаторе (#42) и закрепите с помощью 1-ого болта М8Х18 мм. (#20) и 1-ой шайбы Ф8 мм. (#21).

В) Установите основание подушки сидения на стягивающую перекладину стоек (#15). Закрепите крайнее отверстие с помощью болта М10Х60 мм. (#2), 2-ух шайб Ф10 мм. (#3) и 1-ой гайки М10 (#4). Зафиксируйте второе отверстие с помощью L-образного стрежня блокировки (#8).



### ШАГ 3

- А) Установите разгибатель ног (#38) на заднем стабилизаторе (#42) и закрепите с помощью 1-ого болта М10Х70 мм. (#44), 1-ой шайбы Ф10 мм. (#3) и 1-ой авиационной гайки М8 (#4).
- Б) Установите рукоятку сгибателя рук (#31) сверху на разгибатель ног (#38) и закрепите с помощью L-образного стержня блокировки.
- В) Установите трубку крепления пенорезиновых роликов (#39) в центр отверстия крепления разгибателя ног (#38), затем оденьте с обоих концов пенорезиновые ролики (#37).
- Г) Установите рамы баттерфляя (#24) с обеих сторон вертикальной стойки (#1), совместите отверстия и зафиксируйте каждую из рам с помощью болта М10Х160 мм. (#28), шайбы Ф10 мм. (#3) и регулятора М10 (#29).
- Д) Установите левую рукоятку (#45) на левом баттерфляе (#24) и закрепите с помощью 1-ого болта М10Х70 мм. (#26), 1-ой шайбы Ф10 мм. (#3) и 1-ой авиационной гайки М8 (#4).
- Е) Повторите процедуру для правой рукоятки.



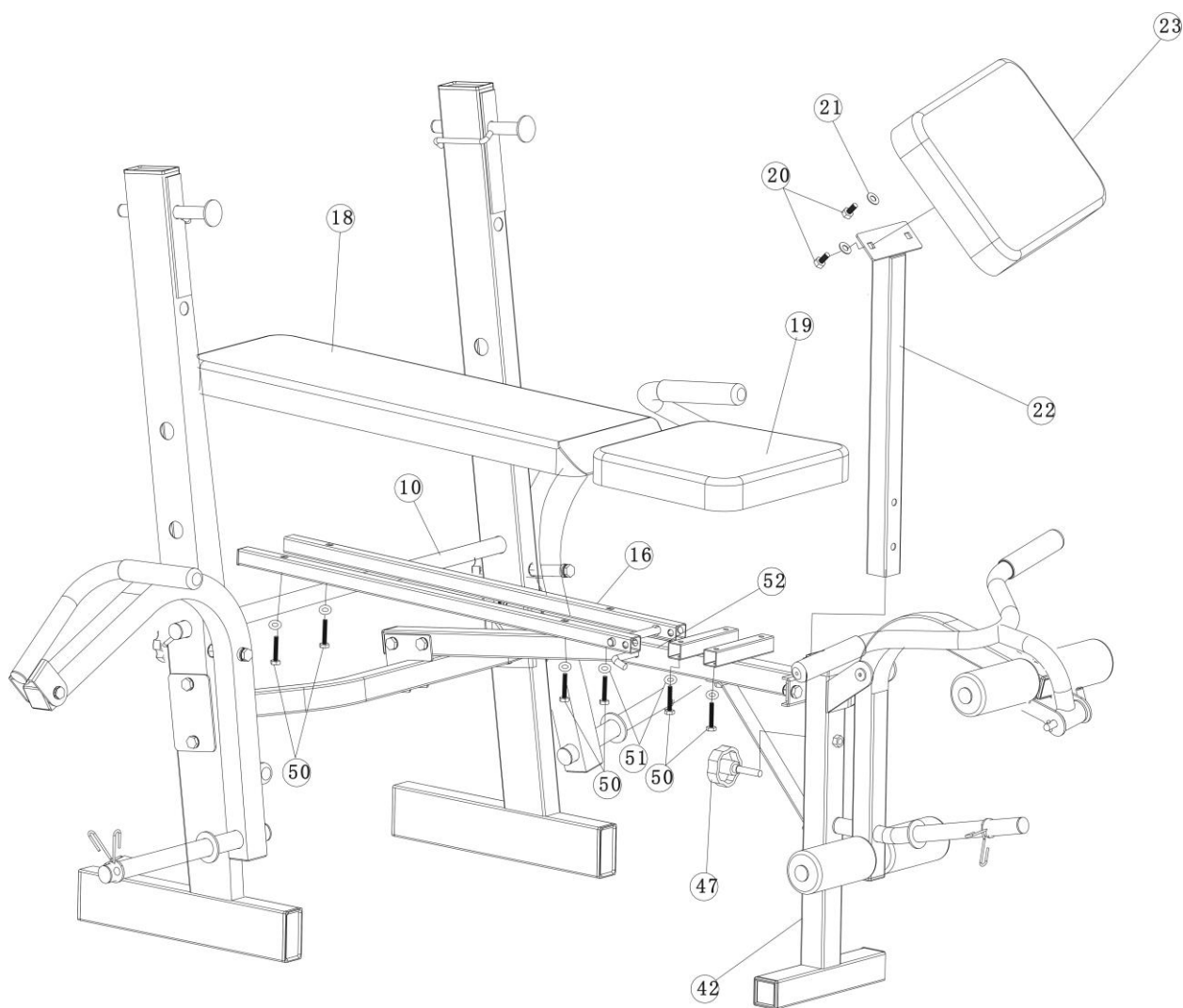
## ШАГ 4

А) Установите раму крепления регулирующей спинки (#16) на основание подушки сидения (#52), зафиксируйте спинку сидения (#18) на раме ее крепления, совместите отверстия и закрепите с помощью 4-ех болтов М6\*38 мм. (#50) и 4-ех шайб Ф6 мм. (#51).

Б) Установите подушку сидения (#19) на раме крепления и закрепите, используя 4 болта М6\*38 мм. (#50) и 4 шайбы Ф6 мм. (#51).

В) Установите парту на бицепс (#23) на стойке парты (#22), совместите отверстия и закрепите с помощью 2-ух шестигранных болтов М8Х18 мм. (#20) и 2-ух шайб Ф8 мм. (#21).

Г) Установите стойку парты на бицепс в пазы креплений переднего стабилизатора (#42), выберите и установите необходимую высоту и с помощью фиксатора (#47).



## ТЕХНИЧЕСКИЕ СПЕЦИФИКАЦИИ

Назначение	домашнее
Тип	многофункциональная силовая скамья
Упражнения	жим штанги, разведение-сведение гантелей лежа/сидя, разгибание и сгибание ног, баттерфляй, бицепс
Рама	устойчивая (45*45 мм.)
Нагрузка	штанга, диски 26 мм.
Сидение	комфортабельное (50 мм.)
Регулировка положения сидения	есть
Складывание	есть
Размер в рабочем состоянии (Д*Ш*В)	170*188*120 см.
Вес нетто	36 кг.
Макс. вес пользователя	170 кг.
Гарантия	2 года
Производитель	Neotren GmbH, Германия
Страна изготовления	КНР

Поставщик: ООО «Неотрен», 115201 Россия, Москва, Каширский проезд, д.17 стр.9,

Дата изготовления указана на упаковке тренажера.

*\*Упаковка содержит информацию о дате изготовления оборудования, указанную в виде шифра. Пример: C170122, где 17 – год изготовления, 01 – месяц изготовления, 22 – внутренний номер учета.*

Оборудование сертифицировано в соответствии с Техническим Регламентом Таможенного Союза.

\*Производитель оставляет за собой право вносить изменения в конструкцию тренажера, не ухудшающие значительно его основные технические характеристики.

Все актуальные изменения в конструкции либо технических спецификациях изделия отражены на официальном сайте поставщика оборудования ООО «Неотрен» [www.neotren.ru](http://www.neotren.ru)

Последнюю версию Руководства пользователя Вы можете найти на сайте поставщика ООО «Неотрен» [www.neotren.ru](http://www.neotren.ru)

**ВНИМАНИЕ!**

ТРЕНАЖЕР ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

