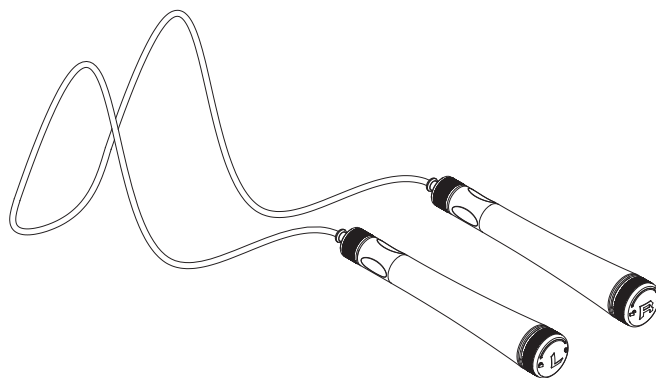


Σχοινάκι με βαρίδια

84575



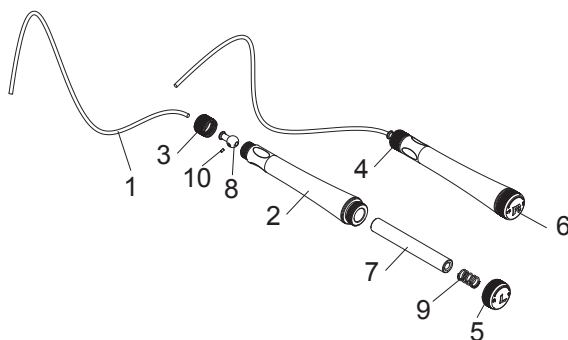
ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ

- Συμβουλευθείτε έναν γιατρό πριν αρχίσετε κάποιο πρόγραμμα γυμναστικής.
- Αν νιώσετε ζαλάδα ή αδυναμία, σταματήστε άμεσα την άσκησή σας.

ΛΙΣΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ

#	TMX	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
1	1	Συρματόσχοινο
2	2	Χειρολαβή
3	1	Αριστερό εμπρός κάλυμμα
4	1	Δεξί εμπρός κάλυμμα
5	1	Αριστερό πίσω κάλυμμα

#	TMX	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
6	1	Δεξί πίσω κάλυμμα
7	2	Βαρίδια
8	2	Σφιγκτήρας
9	2	Ελατήριο
10	2	Βίδα M4x4



ΥΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΜΗΚΟΥΣ

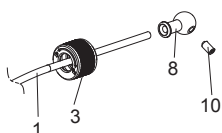
Κρατήστε τις χειρολαβές στο ύψος που φαίνεται στην εικόνα παραπλεύρως και μετρήστε την απόσταση από τις χειρολαβές μέχρι το έδαφος. Έπειτα βρείτε στον πίνακα κατωτέρω το μήκος στο οποίο θα πρέπει να ρυθμίσετε το συρματόσχοινο.



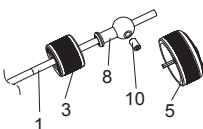
Ύψος μέσης αθλούμενου	Πρόσθετο μήκος	Σύνολο μήκους συρματόσχοινου
137	86	224
140	86	226
142	86	229
145	86	231
147	86	234
150	91	241
152	91	244
155	86	241
157	86	244
160	86	246
163	86	249
165	86	251
168	91	259
170	91	262
173	91	264
175	91	267
178	91	269
180	97	277
183	97	279
185	91	277

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

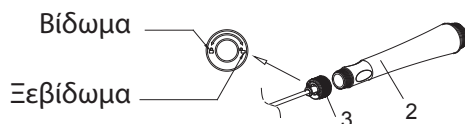
1. Περάστε το εμπρός καλύμματα (3 & 4) στο συρματόσχοινο (1). Έπειτα περάστε σφιγκτήρες (8) στο συρματόσχοινο (1).



2. Αφού έχετε μετρήσει σωστά το μήκος του συρματόσχοινου, στερεώστε καλά τους σφιγκτήρες (8) στο συρματόσχοινο (1) με τις βίδες (10), χρησιμοποιώντας τα κλειδιά άλεν που είναι ενσωματωμένα σε κάθε πίσω κάλυμμα (5 & 6).

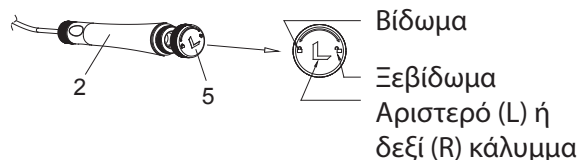
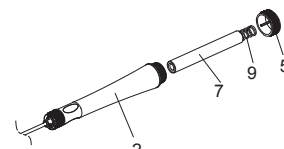


3. Κόψτε με μια πένσα το κομμάτι του συρματόσχοινου που περισσεύει.

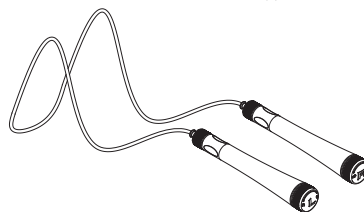


4. Προσέξτε τα σύμβολα του κλειστού λουκέτου (σημαίνει βίδωμα) και του ανοικτού λουκέτου (ξεβίδωμα). Τοποθετήστε τα εμπρός καλύμματα (3 & 4) στις χειρολαβές (2) και περιστρέψτε τα σύμφωνα με τα σύμβολα μέχρι να βιδωθούν καλά.

5. Έκαστο βαρίδιο (7) ζυγίζει 40 γραμμάρια. Αν επιθυμείτε τοποθετήστε τα βαρίδια (7) μέσα στα χερούλια (2) και έπειτα τοποθετήστε και τα ελατήρια (9).



6. Τα πίσω καλύμματα (5 & 6) βιδώνουν και αυτά όπως και τα εμπρός καλύμματα, δηλαδή σύμφωνα με τα σύμβολα που έχουν επάνω τους.



7. Η συναρμολόγηση έχει ολοκληρωθεί

8. Ανά τακτά χρονικά διαστήματα να βάζετε λάδι στους σφιγκτήρες (8).

ΕΛΔΙΚΟ ΣΠΟΡ ΑΕΕ

Κασσάνδρας 30, Βοτανικός, 104 47 Αθήνα
Τηλ.: +30 210 3478279, Fax: + 30 210 3450168
e-mail: info@eldico.gr - WEBpage: <http://www.eldico.gr/>