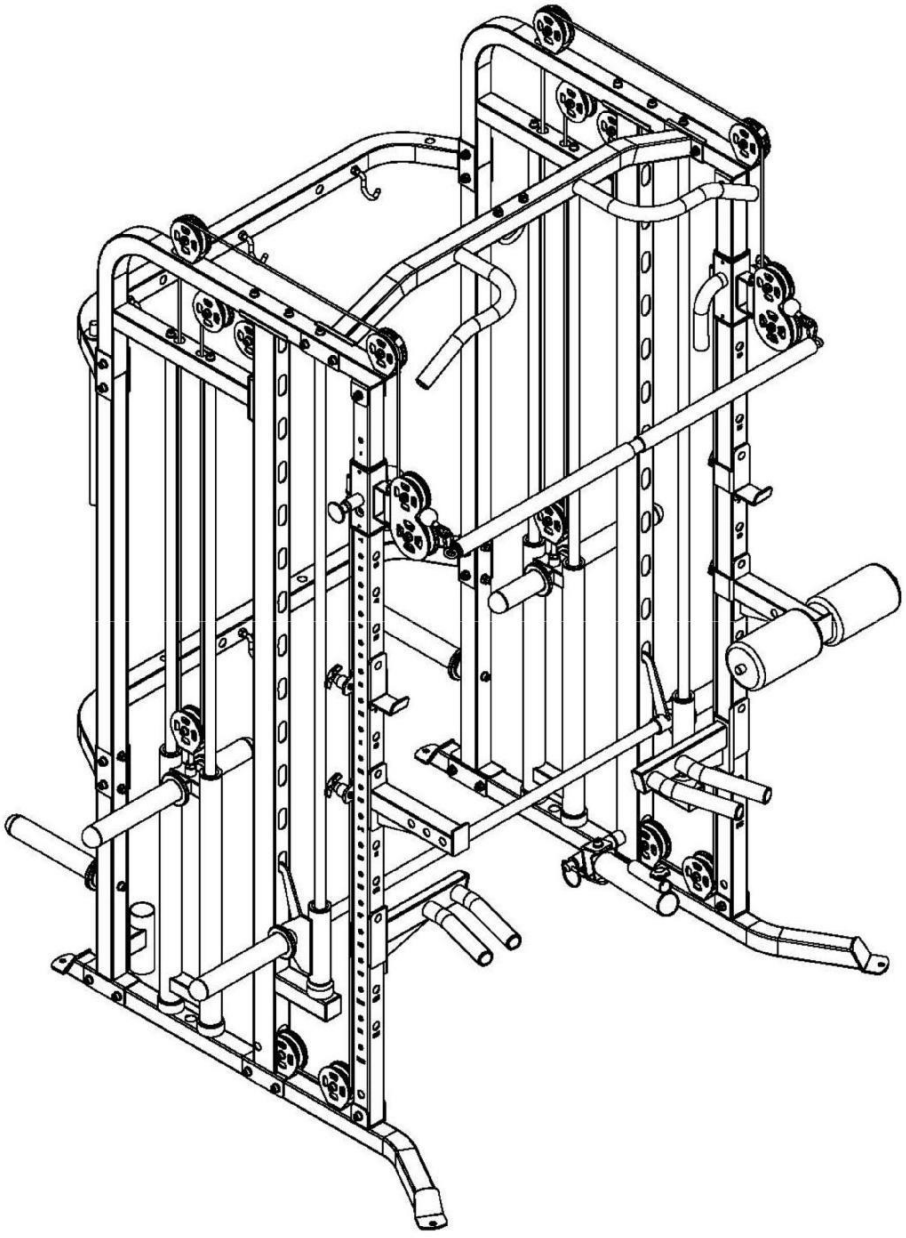
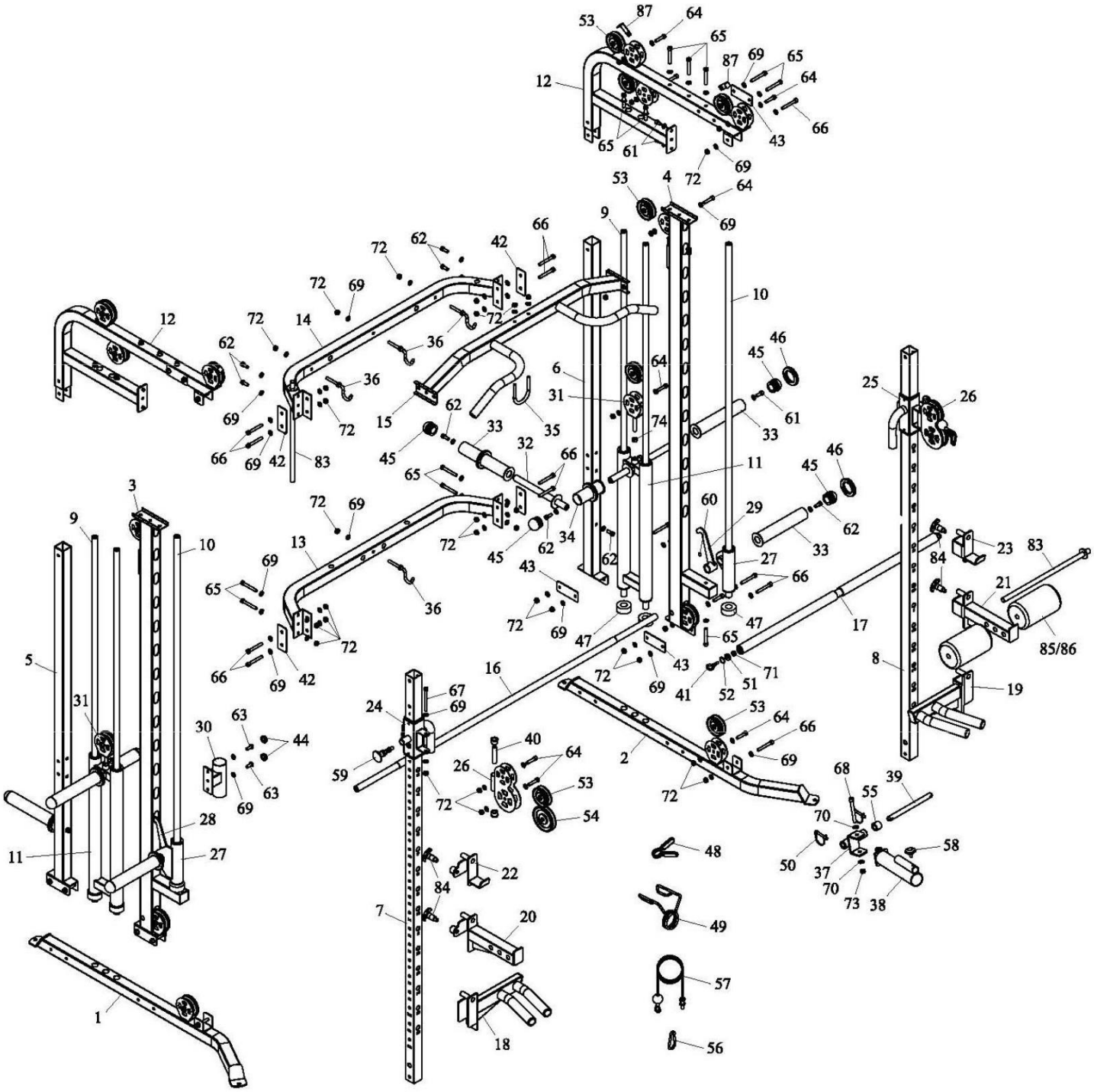
MANUAL DE UTILIZARE

APARAT MULTIFUNCȚIONAL
CC500



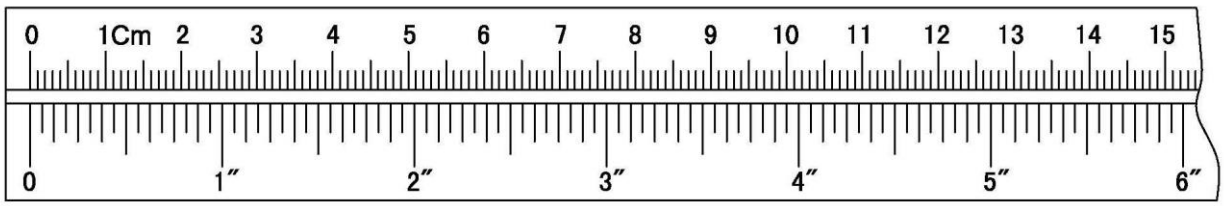
IMAGINE DE ANSAMBLU



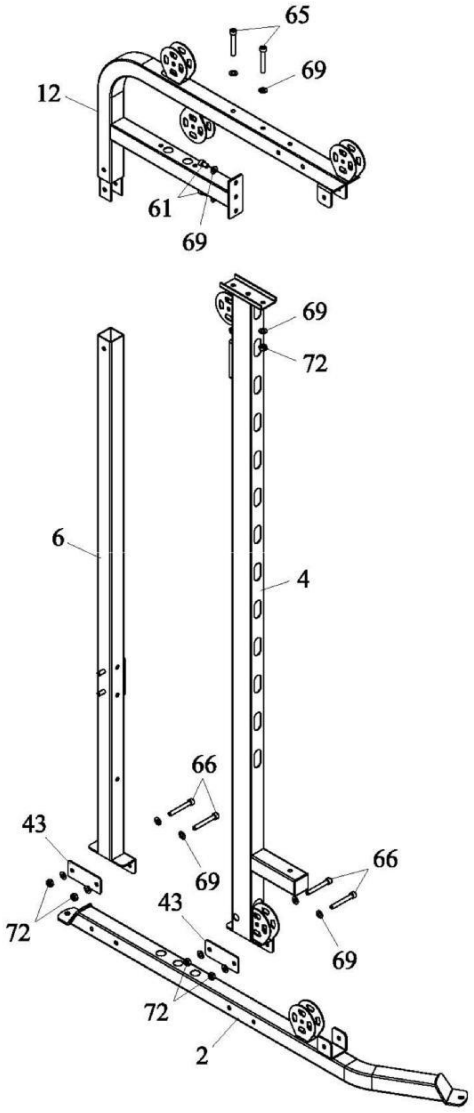
LISTĂ COMPONENTE

NUMĂR	DESCRIERE	CANTITATE
1	BAZĂ STÂNGA	1
2	BAZĂ DREAPTA	1
3	COLOANĂ PRINCIPALA STÂNGA	1
4	COLOANA PRINCIPALĂ DREAPTA	1
5	COLOANA SPATE STÂNGA	1
6	COLOANĂ SPATE DREAPTA	1
7	CADRU GLISANT STÂNGA	1
8	CADRU GLISANT DREAPTA	1
9	TIJĂ GHIDAJ	4
10	TIJĂ SCURTĂ GHIDAJ	2
11	PLACĂ SUPORT	2
12	CADRU SUPERIOR	2
13	CADRU INFERIOR	1
14	CADRU INTERMEDIAR	1
15	CADRU SUPERIOR	1
16	BARA GREUTATE	1
17	BARA TRACTIUNE	1
18	SUPORT STÂNG	1
19	SUPORT DREPT	1
20	SUPORT STÂNG	1
21	SUPORT DREPT	1
22	SUPORT STÂNG HALTERĂ	1
23	SUPORT DREPT HALTERĂ	1
24	ELEMENT GLISANT STÂNG	1
25	ELEMENT GLISANT DREPT	1
26	SUPORT SCRIPETE DUBLU	2
27	SUPORT ȘINĂ	2
28	CÂRLIG STÂNG	1
29	CÂRLIG DREPT	1
30	SUPORT BARĂ	1
31	SUPORT SINGULAR SCRIPETE	2
32	BARĂ PLACĂ	2
33	BARĂ OLIMPICĂ	6
34	BARĂ PLACĂ OLIMPICĂ SCURTĂ	2
35	CÂRLIG ÎNCHIS	1
36	CÂRLIG	4
37	SUPORT ROTATIV	1
38	SUPORT BARĂ	1
39	AX	1
40	BUCȘĂ	2
41	CÂRLIG ROTUND	2

42	PLACĂ ÎNTĂRITĂ	4
43	PLACĂ ÎNTĂRITĂ	6
44	ȘURUB M10	2
45	DOP ROTUND	8
46	CERC CAUCIUCAT	8
47	PROTECȚIE CAUCIUC	6
48	CLEMĂ STANDARD	8
49	CLEMĂ OLIMPICĂ	8
50	PIN BLOCARE	2
51	RULMENT	2
52	CERC GAURĂ	2
53	SCRIPETE	16
54	SCRIPETE MARE	2
55	BUCȘĂ NYLON	1
56	CLEMĂ	2
57	CABLU	2
58	ȘURUB	1
59	PIN GLISARE	2
60	ȘURUB SOCLU M8*8	2
61	ȘURUB SOCLU M10*16	4
62	ȘURUB SOCLU M10*25	14
63	ȘURUB HEXAGONAL M10*30	2
64	ȘURUB SOCLU M10*50	18
65	ȘURUB SOCLU M10*70	20
66	ȘURUB SOCLU M10*75	20
67	ȘURUB SOCLU M10*105	2
68	ȘURUB SOCLU M12*105	1
69	ȘAIBĂ 10MM	138
70	ȘAIBĂ 12MM	2
71	PIULIȚĂ M8	2
72	PIULIȚĂ M10	58
73	PIULIȘĂ BLOCARE M12	1
74	PIULIȚĂ M12	2
83	SUPORT	2
84	PIN TRAGERE	4
85	CILINDRU SPUMĂ	2
86	ACOPERIRE SPUMĂ	2
87	BLOCARE CABLU	4



PASUL 01



1.Apăsați suportul principal drept (4) și placa de armare (43) la baza dreaptă (2) folosind două

M10 * 75 șuruburi (66), patru șaibe de 10 mm (69) și două piulițe de blocare M10 (72).

2. Atașați posterior dreapta (6) și placa de armare (43) la baza dreaptă (2) folosind două

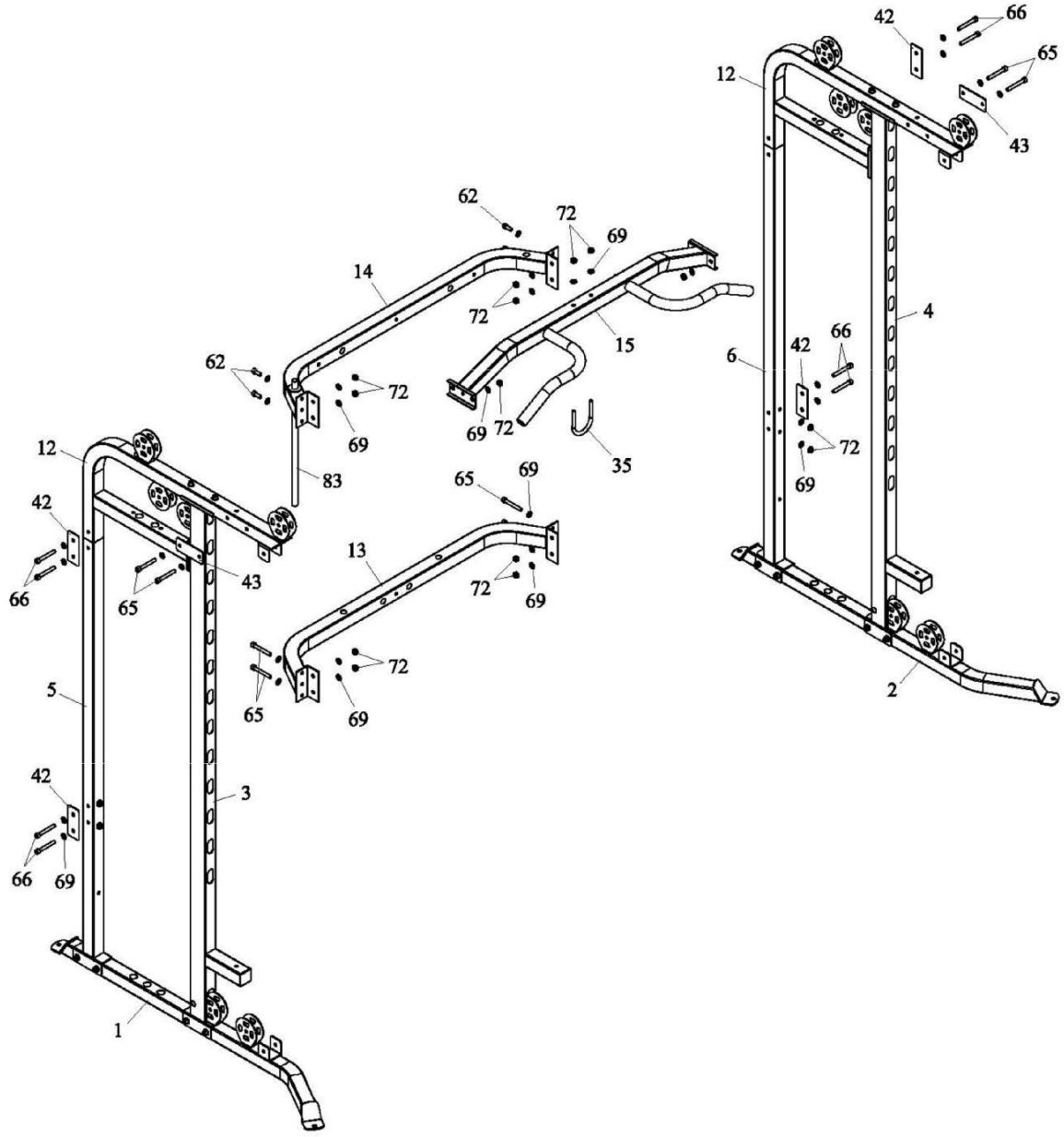
M10 * 75 șuruburi (66), patru șaibe de 10 mm (69) și două piulițe de blocare M10 (72).

3.Atasati rama superioara (12) la partea dreapta dreapta (4) folosind doua suruburi M10 * 70 (65), doua

M10 * 16 șuruburi (61), șase șaibe de 10 mm (69) și două piulițe de blocare M10 (72).

4. Pasul de asamblare din partea stângă este același. (PASUL 01)

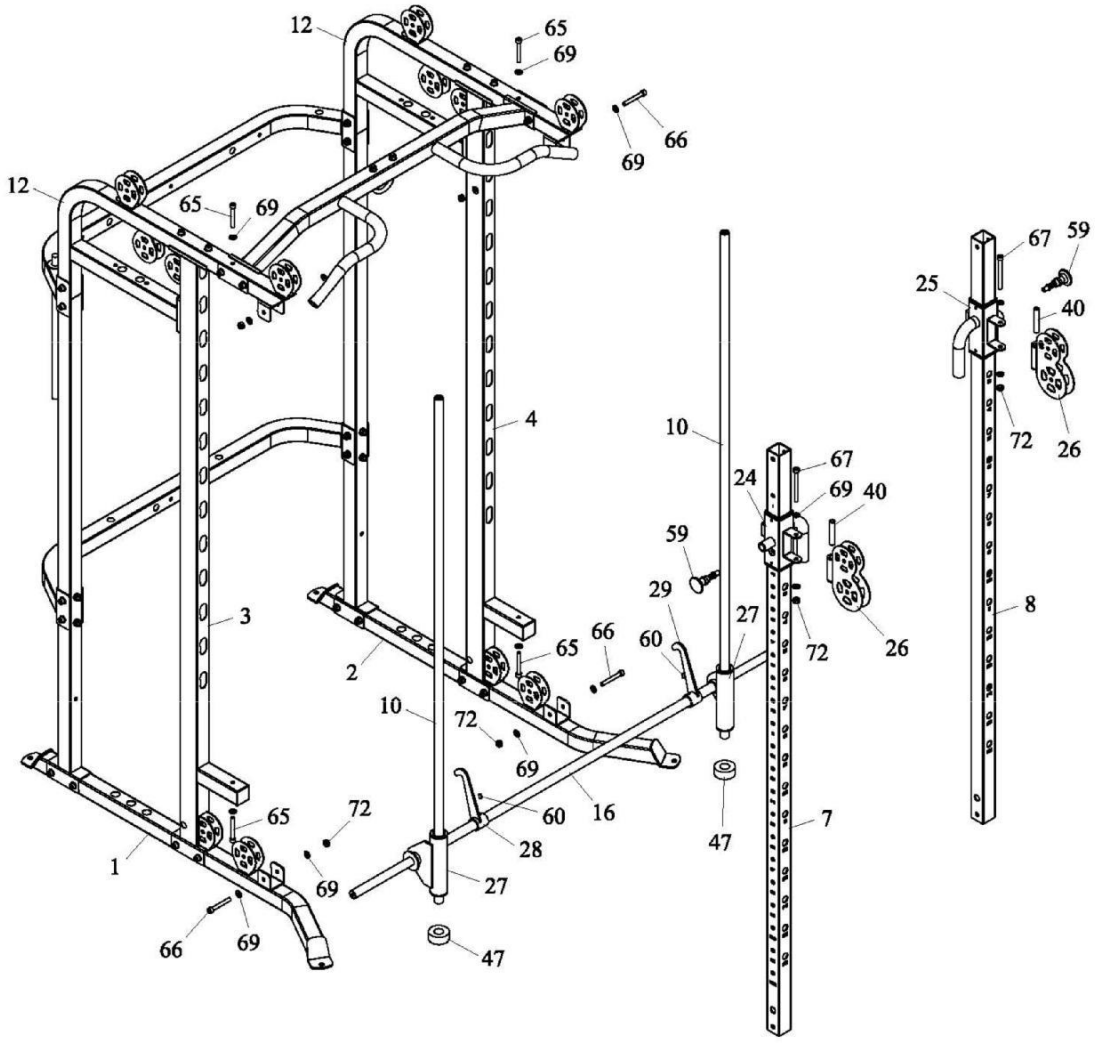
PASUL 02



1. Așezați șuruburile M10 * 70 (65), cele patru șuruburi M10 * 75 (66), șaisprezece șaibe de 10 mm (șaibele) (10), șaibele (10) 69) și opt piulițe de blocare M10 (72).

2. Atașați rama intermediară (14) și placa de armare (42) la spate stânga și dreapta verticală (5,6) și cadrul superior (12) folosind patru șuruburi M10 * 75, patru șuruburi M10 * 25), douăsprezece șaibe (69) de 10 mm și patru piulițe de blocare M10 (72).
3. Fixați rama superioară (15) și placa de armare (43) la rama superioară (12) folosind patru șuruburi M10 * 70 (65), opt șaibe de 10 mm (69) și patru piulițe de blocare M10 (72).
4. Atașați cârligul închis (35) la rama cruce superioară (15) folosind șaibe de 10 mm (69) și piuliță de blocare M10 (72).
5. Introduceți un suport (83) în orificiu pe cadrul intermediar (14).

PASUL 03



1. Glisați cârligul stâng și drept (28, 29) pe bara de greutate (16).

2. Glisați suportul pentru glisare (27) pe bara de greutate (16).

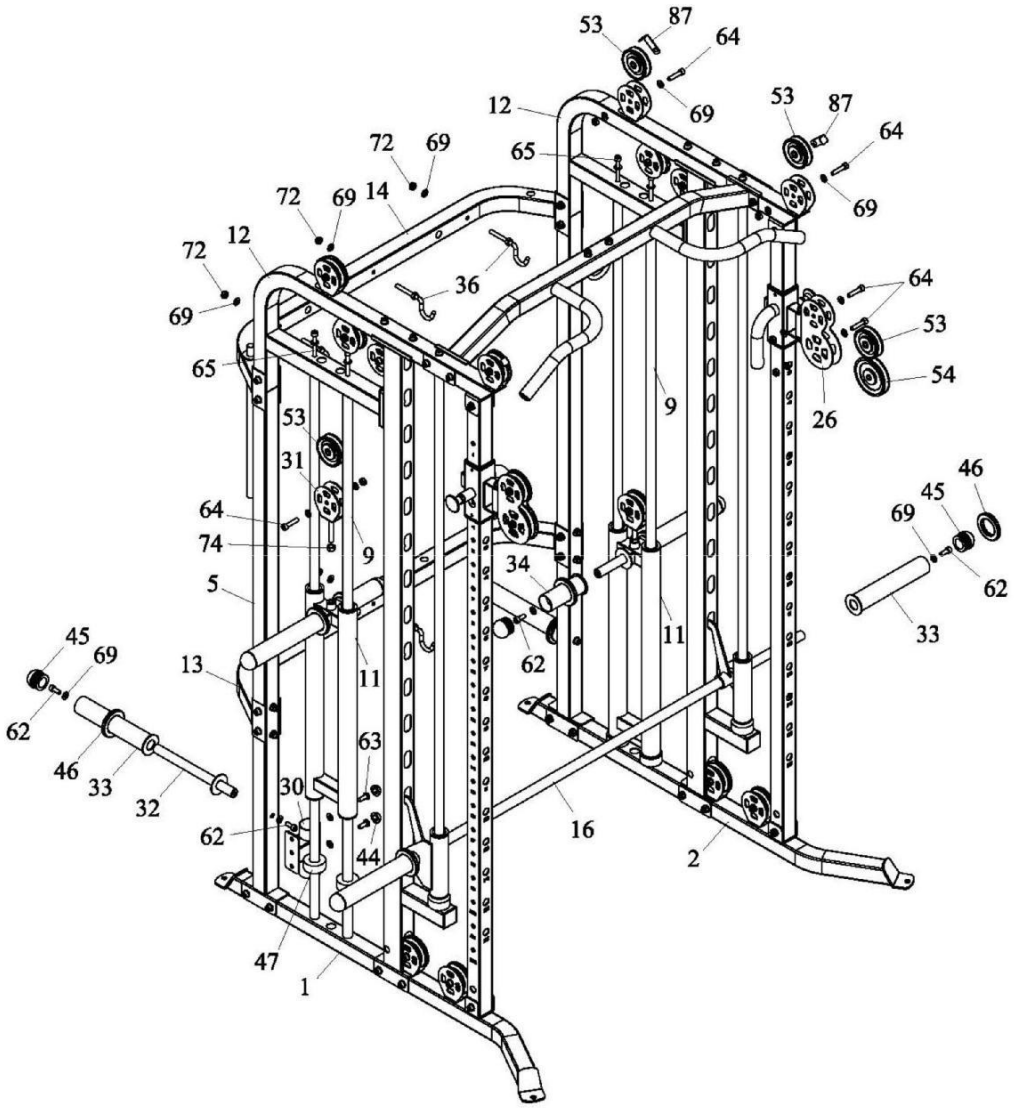
3. Introduceți bara scurtă de ghidare (10) în orificiul suportului glisant (27) și bara de protecție (47), atașați bara de ghidare scurtă (10) la dreapta și stânga (3, 4) (12) folosind patru șuruburi M10 * 70 (65) și patru șaibe de 10 mm (69).
4. Împingeți cârligul stânga și dreapta (28,29) spre dreapta și stânga (3, 4) și fixați cu șurubul M8 * 8 (60).

5. Glisați glisorul din stânga și din dreapta (24,25) pe rama de glisare din stânga și din dreapta (7,8), fixați cu știftul glisant (59).

6. Atașați suportul (26) pentru ghilimele duble la glisorul din stânga și la dreapta (24,25) folosind bucșă (40), două șuruburi M10 * 105 (67), patru șaibe de 10 mm (69) .

7. Fixați rama de glisare din stânga (7) la baza stângă (1) și cadrul superior (12) folosind două șuruburi M10 * 75, patru șaibe de 10 mm (69) și două piulițe de blocare M10 (72).
8. Fixați cadrul drept (8) la baza dreaptă (2) și cadrul superior (12) folosind două șuruburi M10 * 75, patru șaibe de 10 mm (69) și două piulițe de blocare M10 (72).

PASUL 04



1. Fixați suportul de bare (30) la spate stânga verticală (5) folosind două șuruburi (63) și două șaibe de 10 mm (69) M10 * 30. Împingeți capacul bolului M10 (44) pe șuruburi (63).

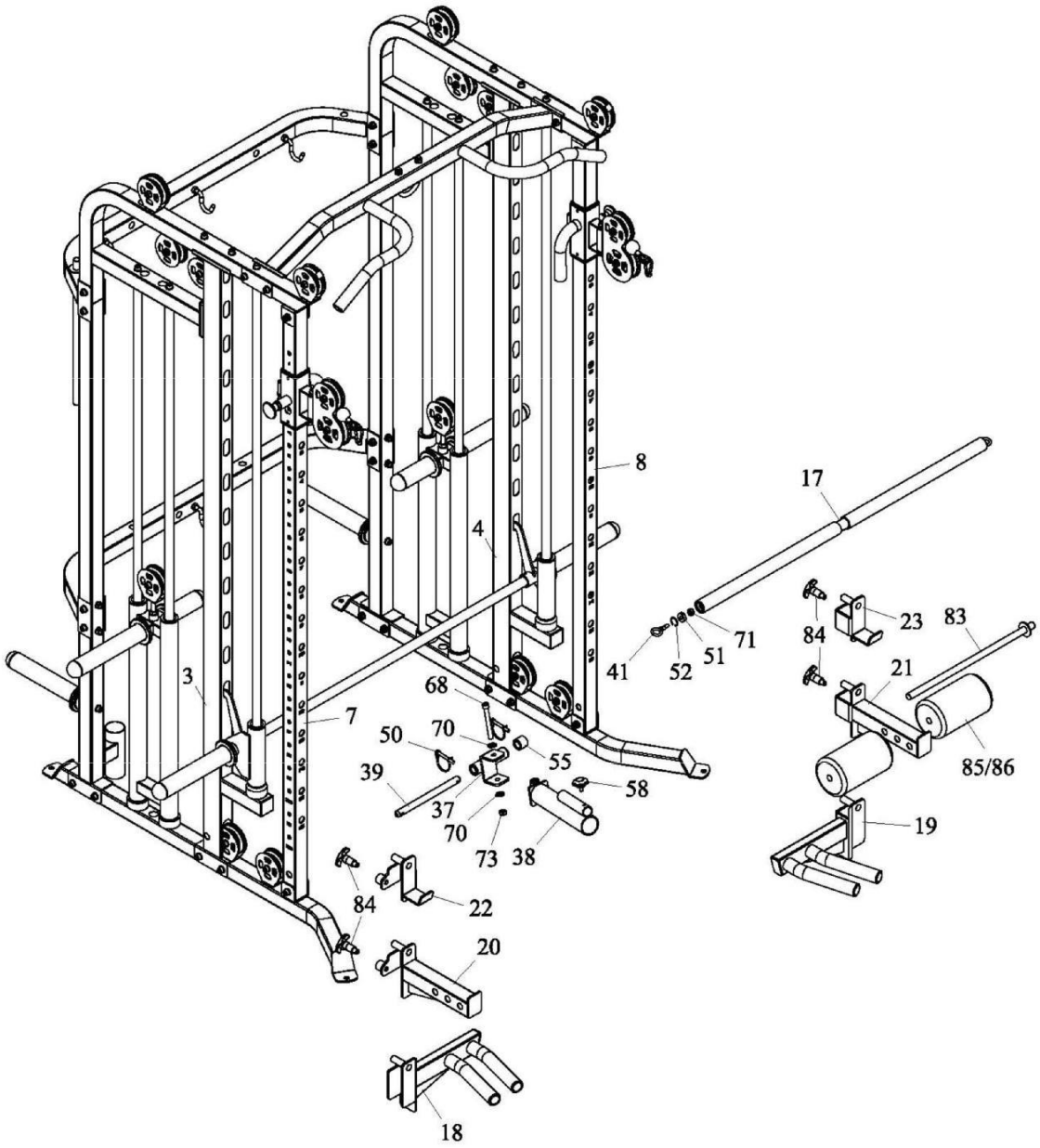
2. Glisați bara de protecție (47) și suportul plăcii (11) pe tija de ghidare (9). Introduceți bara de ghidare (9) în orificiul bazei din stânga și din dreapta (1,2) și fixați tija la rama superioară (12) folosind patru șuruburi M10 * 70 (65) și patru șaibe de 10 mm (69).
3. Atașați bara placă (32) la spatele vertical (5,6) folosind două șuruburi M10 * 25 (62) și două șaibe de 10 mm (69).

4. Îndepărtați șuruburile M10 * 25 (62) și cele șaizeci de șaibe de 10 mm (69) pentru a fixa bara de oțel (33) pe bara de greutate (16), suportul plăcii (11) și bara placă (32). Glisați o bară de placă olimpică scurtă (34) pe suportul plăcii (11), fixați cu două șuruburi M10 * 25 (62) și două șaibe de 10 mm (69). Împingeți dopul rotund (45) în barele oțelului (33, 34).

5. Atașați cârligele (36) la rama intermediară și la mijloc (13,14) folosind patru piulițe de blocare M10 (72) și patru șaibe de 10 mm (69).

6. Înșurubați o piuliță M12 (74) pe suportul (31) al curelei de cârmă. Introduceți suportul pentru scripeți (31) în suportul plăcii (11). Nu strângeți! Acesta va fi ajustat mai târziu.
7. Atașați șaisprezece scripeți (53) și două scripeți mari (54) în suporturile de scripete folosind optsprezece șuruburi M10 * 50 (64), șaizeci și șase șaibe de 10 mm (69) și șaisprezece piulițe de blocare M10 (72). Cele patru roze din partea de sus au opritorul de cablu (87).

PASUL 05



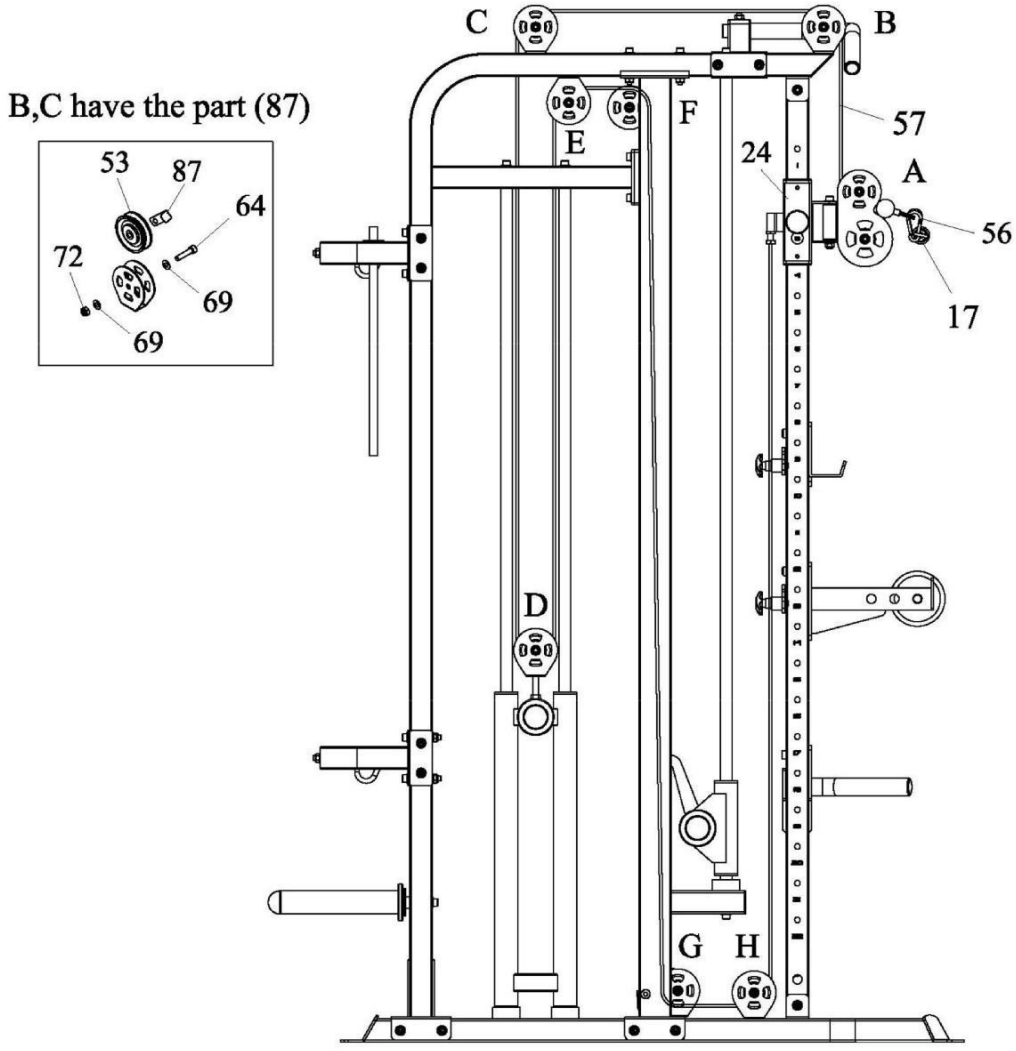
1. Atașați suportul de rotație (37) și bucșa de nailon (55) la axul principal (3, 4) sau rama de glisare (7,8). Apoi blocați cu știftul de blocare (50).
2. Fixați suportul pentru bară (38) la suportul de rotație (37) folosind șurubul M12 * 105 (68), două șaibe de 12 mm (70) și piulița de blocare M12 (73).

3. Atașați șurubul (58) la suportul barei (38).

4. Atașați suportul pentru stâlpul din stânga și la dreapta (22, 23), suportul stâng și la dreapta (20, 21) și suportul stâng și dreapta (18, 19) pentru a glisa cadrul (7,8).

5. Blocați suportul pentru stâlpul din stânga și la dreapta (22, 23), suportul de susținere stânga și dreapta (20, 21) cu știftul de tragere (84).

PASUL 06



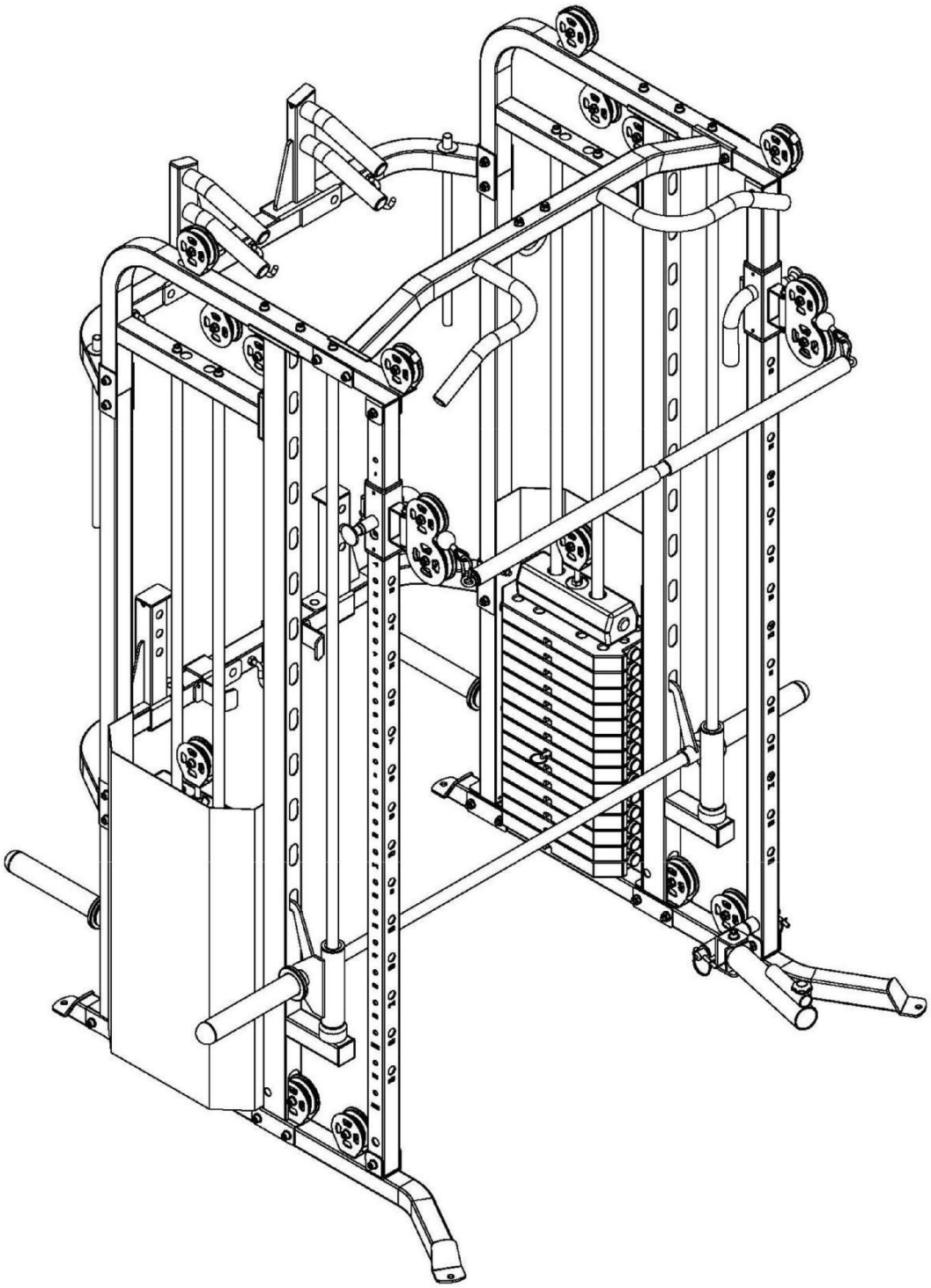
Aduceți capătul filetat al cablului (57) din A → B → C → D → E → F → G → H → 24.

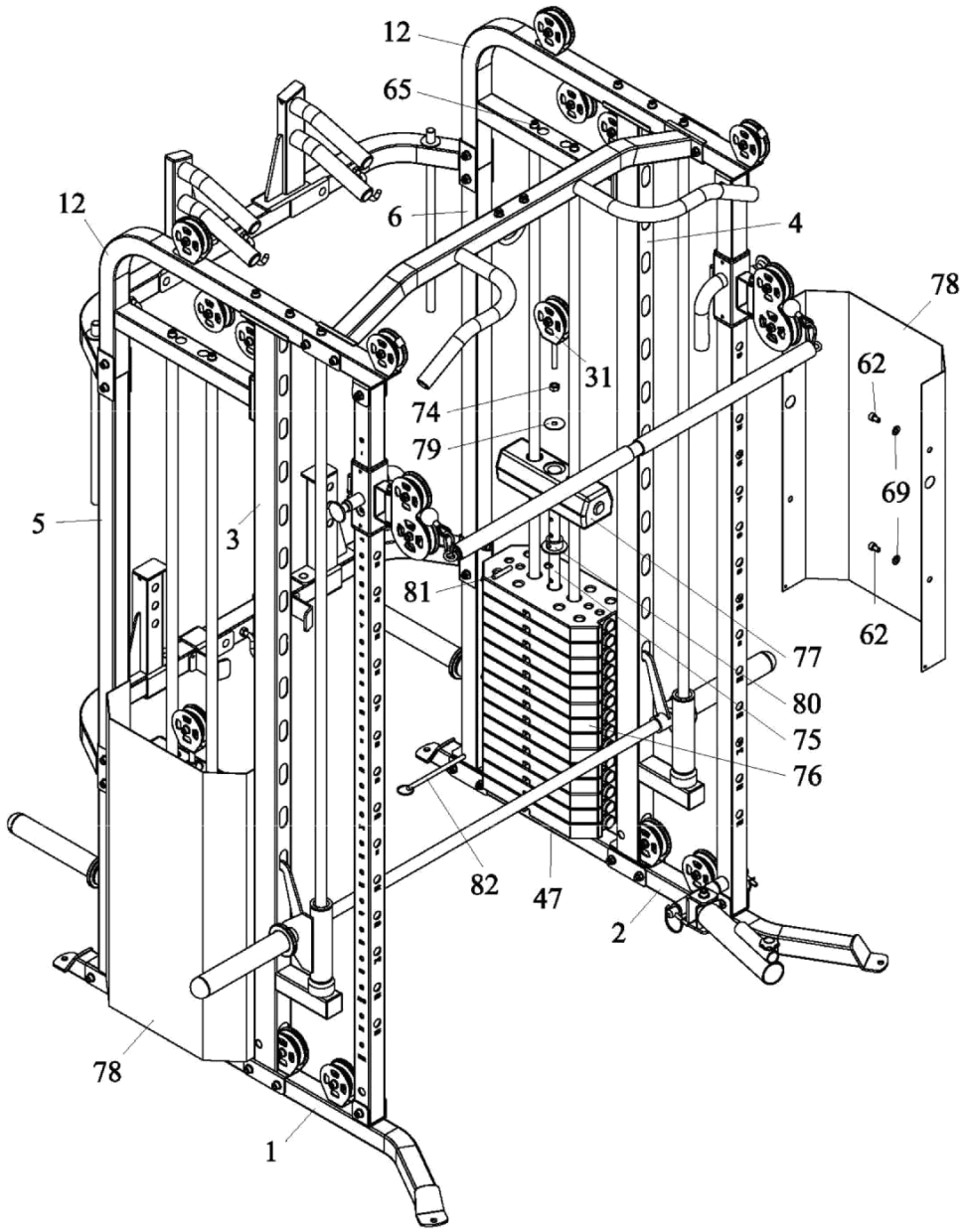
NOTĂ: Din F → G, cablul este IN tubul.

Repetați pașii pentru a direcționa cablul prin turnul din dreapta.

Atașați bara de tracțiune (17) la cablurile (57) cu clema (56).

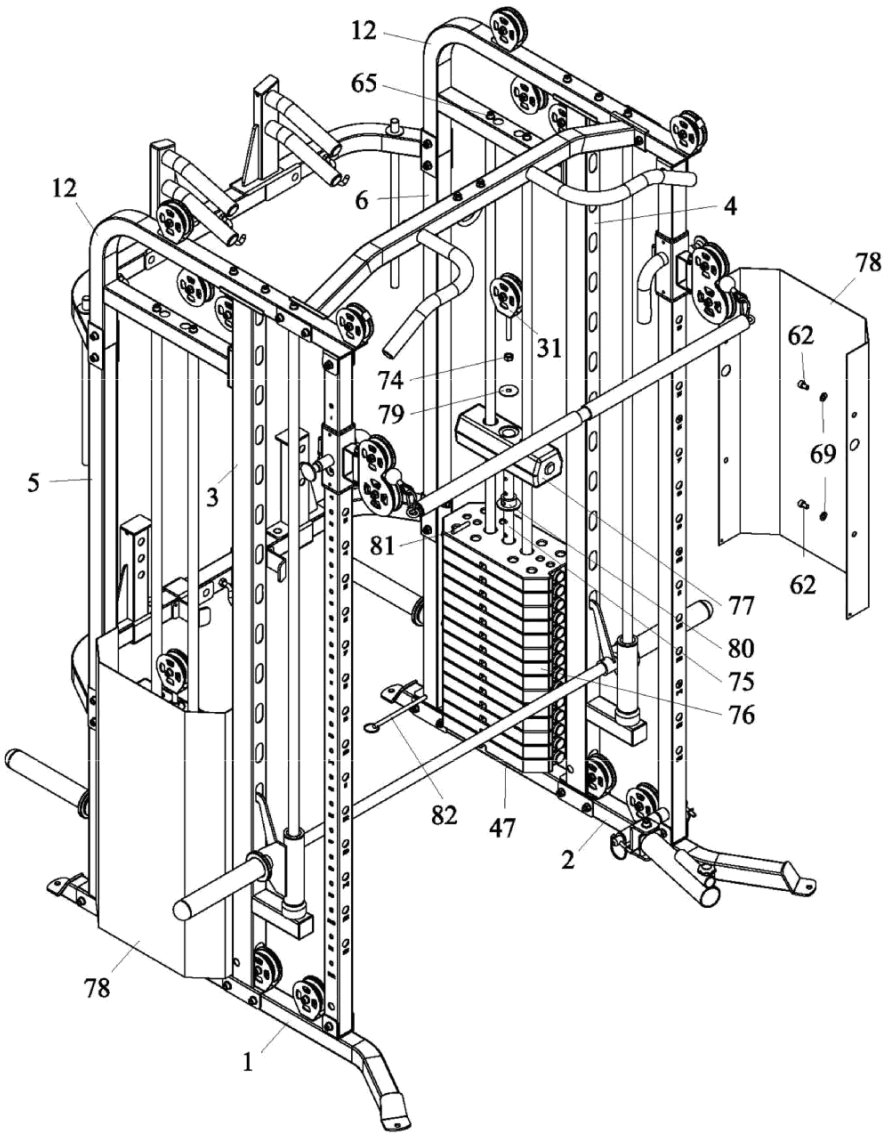
APARAT MULTIFUNCȚIONAL CU GREUTĂȚI DE PLASTIC





LISTĂ COMPONENTE

NUMĂR	DESCRIERE	CANTITATE
62	ȘURUB M10*25	4
69	ȘAIBĂ 10MM	4
75	SELECTOR	2
76	GREUTATE PLASTIC	28
77	PLACĂ SUPERIOARĂ	2
78	ELEMENT LATERAL	2
79	ȘAIBĂ MARE	2
80	CERC PLASTIC	2
81	PIN	2
82	PIN SELECTOR	2



1. Dacă doriți să utilizați sistemul de greutăți din plastic, pașii de asamblare sunt aceiași ca sistemul de bucăți (PASUL 01-06). Dar este diferit la PASUL 04.

2. Fixați carcasa laterală (78) la dreapta și la stânga (3, 4), folosind patru șuruburi M10 * 25 (62) și patru șaibe de 10 mm (69).

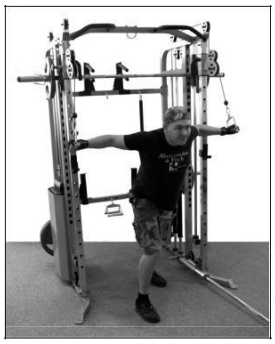
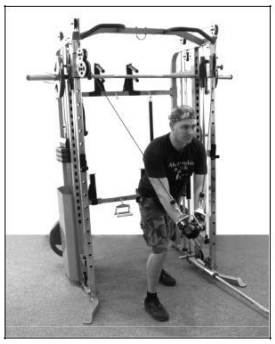
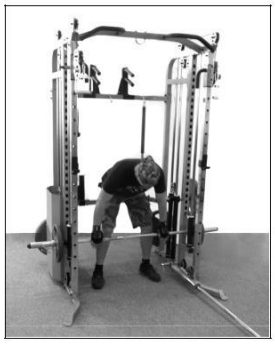
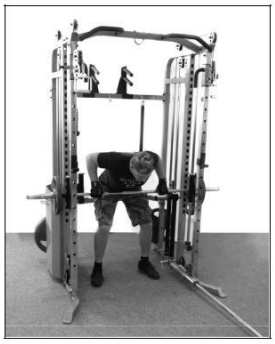
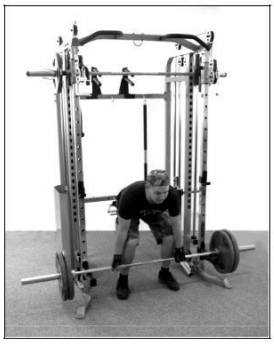
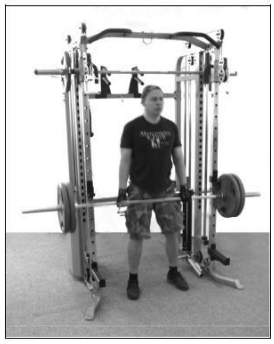
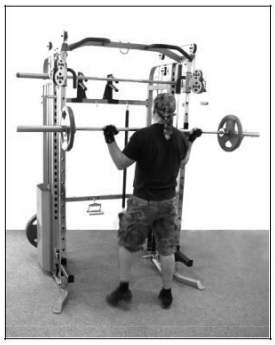
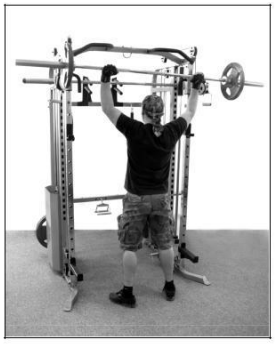
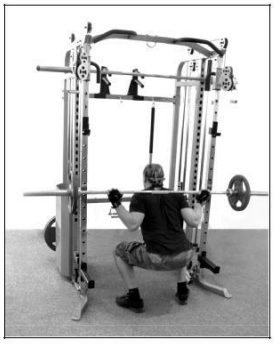
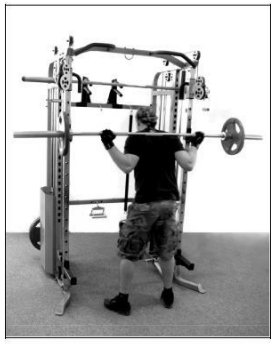
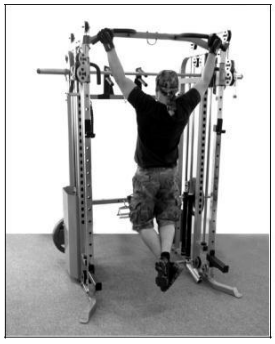
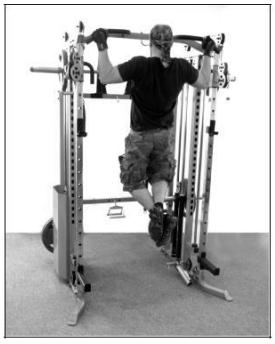
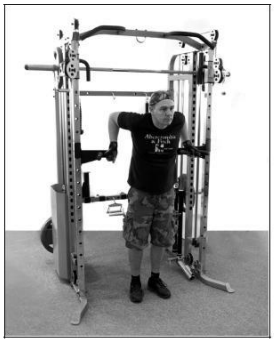
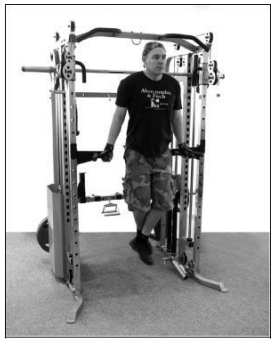
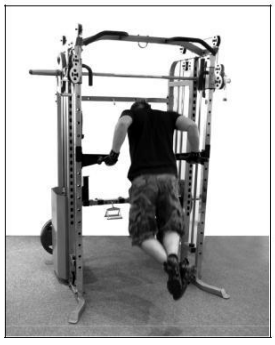
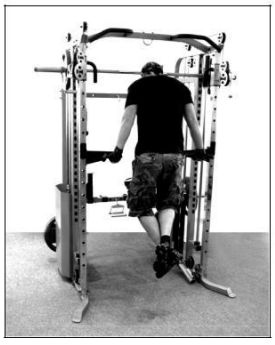
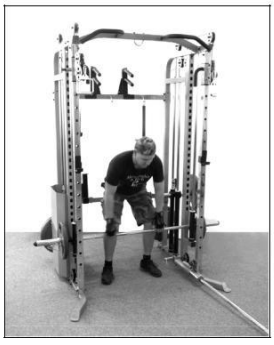
3. Atașați carcasa laterală (78) spre spate stânga și dreapta în poziție verticală (5,6) folosind șuruburile de pe traversa de fund (13).

4. Introduceți tija ghidajului (9) în orificii de pe baza stângă și dreaptă (1,2).

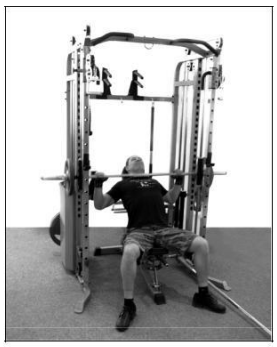
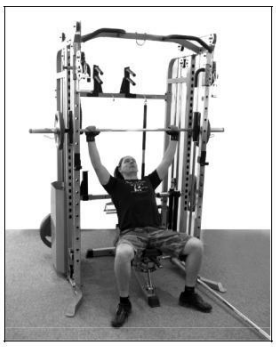
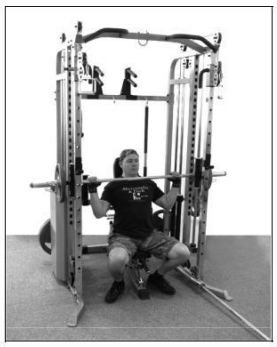
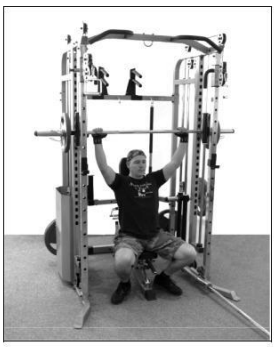
5. Glisați bara de protecție din cauciuc (47) și placa de greutate din material plastic (76) pe tija de ghidare (9). Introduceți selectorul (75) în orificiul mediu al plăcii de greutate din plastic (76). Atașați cercul de plastic (80) și știftul (81) la primul orificiu al șurubului selectorului (75). Glisați placa superioară (77) pe tija de ghidare (9).

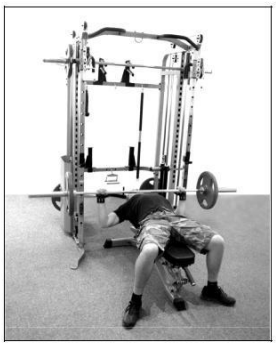
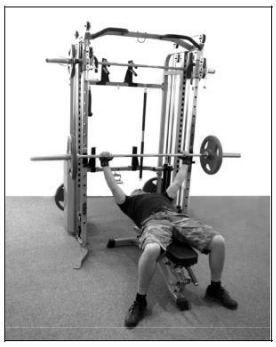
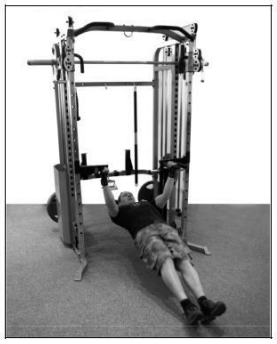
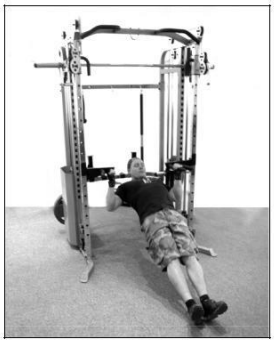
6. Fixați tija de ghidare (9) la rama superioară (12) folosind patru șuruburi M10 * 70 (65) și patru șaibe de 10 mm (69).
7. Înșurubați o piuliță M12 (74) pe suportul de scripeți (31). Introduceți suportul de scripeți (31) în axul selectorului (75). Nu strângeți! Acesta va fi ajustat mai târziu.

EXERCIȚII

START	FINAL	START	FINAL
			
			
			
			
			

START FINAL START FINAL

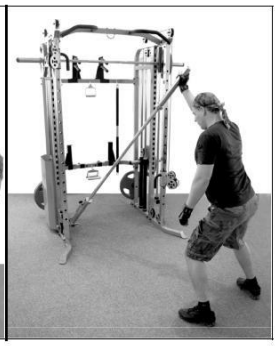
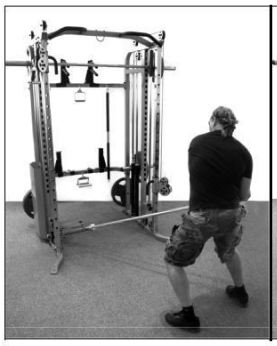
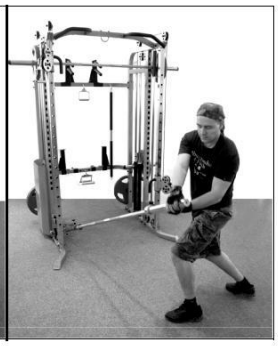





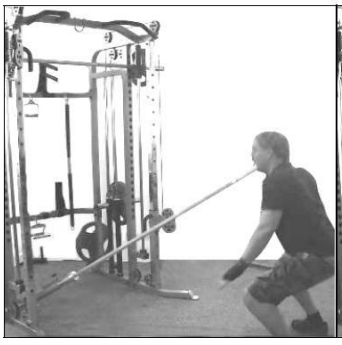





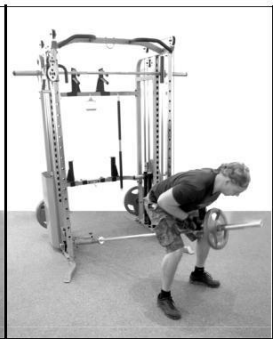




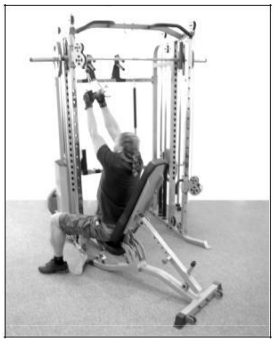
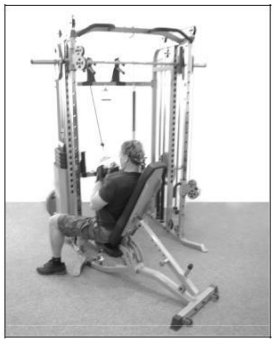
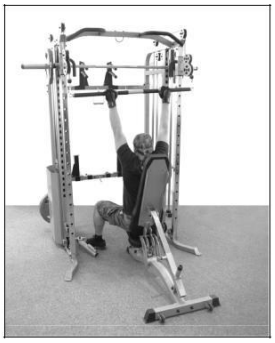
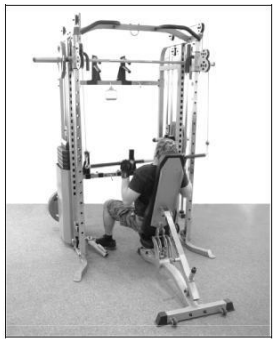
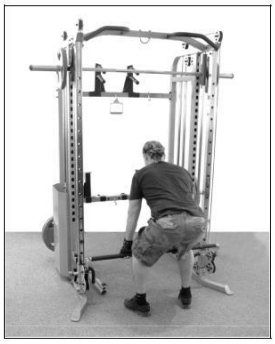


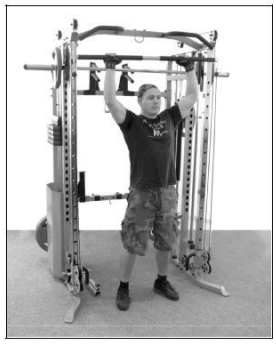
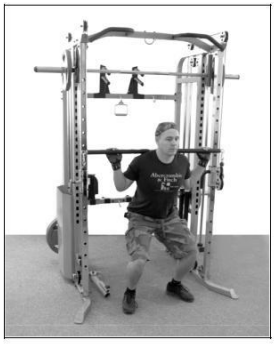




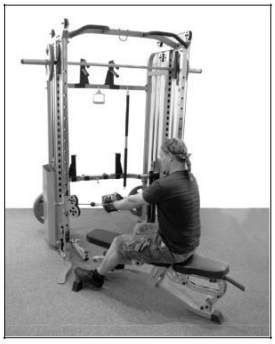


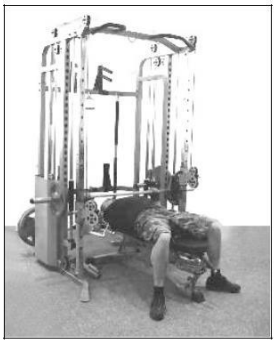
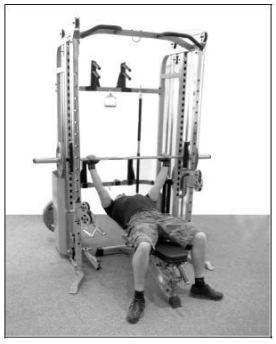
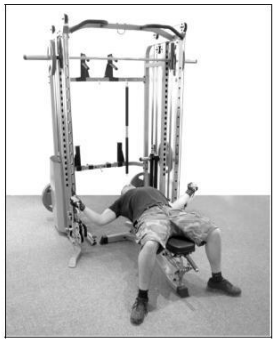
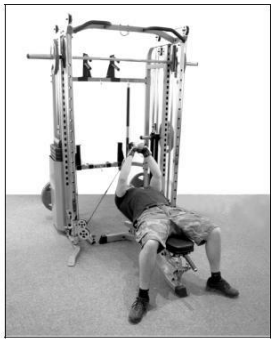
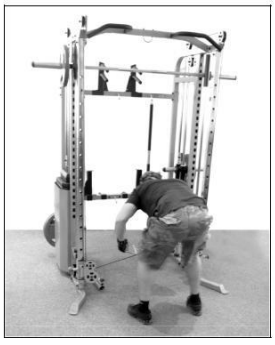
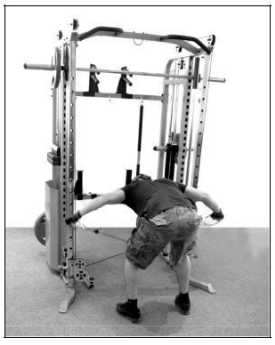



START FINAL START FINAL





START FINAL START FINAL

