VISION FITNESS

VST700-PL81 HACK SQUAT



3 ENGLISH
10 DEUTSCH
17 NEDERLANDS
24 DANSK
31 FRANÇAIS
38 ESPAÑOL
45 ITALIANO
52 ΕΛΛΗΝΙΚΑ
59 POLSKI
66 PORTUGUÊS
73 РУССКИЙ
80 簡體中文
87 繁體中文
94 한국어
101 日本語
108 TIẾNG VIỆT
115 ภาษาไทย
122 العربية

PRODUCT INFORMATION

IMPORTANT SAFETY INFORMATION

It is the sole responsibility of the purchaser of Vision products to instruct all individuals, whether they are the end user or supervising personnel on proper usage of the equipment.

It is recommended that all users of Vision exercise equipment be informed of the following information prior to its use.

Do not use any equipment in any way other than designed or intended by the manufacturer. It is imperative that Vision equipment be used properly to avoid injury.

INSTALLATION

1. STABLE AND LEVEL SURFACE: Vision exercise equipment must be installed on a stable base and properly leveled.
2. **SECURING EQUIPMENT: Manufacturer recommends that all stationary Vision strength equipment be secured to the floor to stabilize equipment and eliminate rocking or tipping over. This must be performed by a licensed contractor.**
3. Under no circumstances should you slide equipment across the floor due to risk of tipping. Use proper materials handling techniques and equipment recommended by OSHA.

   All anchor points must be able to withstand 750 lbs.. (3.3 kN) pull-out force.

MAINTENANCE

1. DO NOT use any equipment that is damaged and or has worn or broken parts. Use only replacement parts supplied by your country's local Vision dealer.
2. MAINTAIN LABELS AND NAMEPLATES: Do not remove labels for any reason. They contain important information. If unreadable or missing, contact your Vision dealer for a replacement.
3. MAINTAIN ALL EQUIPMENT: Preventative maintenance is the key to smooth operating equipment as well as keeping your liability to a minimum. Equipment needs to be inspected at regular intervals.
4. Ensure that any person(s) making adjustments or performing maintenance or repair of any kind is qualified to do so.

ADDITIONAL NOTES

This equipment should only be used in supervised areas where access and control is specifically regulated by the owner. It is up to the owner to determine who is allowed access to this training equipment. The owner should consider a user's-degree of reliability, age, experience, etc.

This training equipment meets industry standards for stability when used for its intended purpose in accordance with the instructions provided by the manufacturer.

This equipment is for indoor use only. This training equipment is a Class S product (designed for use in a commercial environment such as a fitness facility). This training equipment is in compliance with EN ISO 20957-1:2013 and EN ISO 20957-2:2021.



Please read all instructions carefully before use and retain them for future reference.



WARNING: Crushing of Hands.

UNPACKING

Thank you for purchasing a Vision Fitness product. It is inspected before it is packaged. It is shipped in multiple pieces to facilitate the compact packaging of the machine. Prior to assembly, confirm all the components by matching them with the exploded diagrams. Carefully unpack the unit from this box and dispose of the packing materials in accordance with your local laws. Exercise device must be assembled by a trained assembly team or be pre-assembled prior to delivery.

CAUTION

To avoid injury to yourself and prevent damage to the frame components, be sure to have proper assistance removing the frame pieces from this box. Please be sure to install the equipment on a stable base, and properly level the machine. Ensure a minimum clearance width of 0.6 meters (24") for access to and passage around Vision strength equipment. Please note, 0.91 meters (36") is the ADA recommended clearance width for individuals in wheelchairs.

WARRANTY

As a promise of quality to you, Vision offers warranties on everything we make. Contact your local authorized Vision dealer to find out how we're protecting your vision of fitness today, tomorrow and years down the road.

⚠ WARNING

DEATH OR SERIOUS INJURY CAN OCCUR ON THIS EQUIPMENT. FOLLOW THESE PRECAUTIONS TO AVOID INJURY!

1. Keep children under the age of 14 away from this strength training equipment. Teenagers must be supervised at all times while using this equipment.
2. This equipment is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the equipment by a person responsible for their safety.
3. All warnings and instructions should be read and proper instruction obtained prior to use. Use this equipment for its intended purpose ONLY.
4. Inspect the machine before use. DO NOT use machine if it appears damaged or inoperable.
5. Do not exceed weight capacity of this equipment.
6. ALWAYS use a spotter if using free weights.
7. Balance the weight applied to this equipment and/or any barbell. Where applicable, use retention devices to retain weight discs.
8. Injuries to health may result from incorrect or excessive training. Cease exercise if you feel faint or dizzy. Obtain a medical exam before beginning an exercise program.
9. Keep body, clothing, hair, and fitness accessories free and clear of all moving parts.
10. Adjustable stops, where provided, must be used at all times.
11. When adjusting any adjustable mechanism (stop position, seat position, pad location, range of motion limiter, pulley carriage, or any other type), make certain that the adjustable mechanism is fully engaged prior to use to prevent unintended motion.
12. Manufacturer recommends that this equipment be secured to the floor to stabilize and eliminate rocking or tipping over. Use a licensed contractor.
13. If equipment is NOT secured to floor: NEVER allow resistance straps, ropes or other means to be attached to this equipment, as this may result in serious injury. NEVER use this equipment for support during stretching, as this may result in serious injury.
14. DO NOT REMOVE THIS LABEL. REPLACE IF DAMAGED OR ILLEGIBLE.

⚠ WARNING

DEATH OR SERIOUS INJURY CAN OCCUR ON THIS EQUIPMENT. FOLLOW THESE PRECAUTIONS TO AVOID INJURY!

1. All warnings and instructions should be read and proper instruction obtained prior to use. Use this equipment for its intended purpose ONLY.
2. ALWAYS use a spotter if working out on this equipment.
3. Do not allow the lifting bar/sled to drop suddenly.
4. Visually ensure lifting bar catches are fully engaged and seated in the hooks before releasing the load and exiting the machine.
5. Adjustable stops must be used at all times.
6. ALWAYS set both adjustable stops to the same height when using this machine.
7. PROPER adjustable stop height depends on the exercise performed.
   Adjust as follows:
   - Remove weight from lifting bar/sled.
   - For squats, perform the exercise and determine the lowest comfortable position of the bar/sled that ensures no spinal compression. For other exercises, perform the movement and determine the lowest point of bar travel that is comfortable without the bar contacting your body.
   - Position both stop catches to stop the bar at this point. Ensure that they are completely seated on the stop rods or catch plate.
   - FOR SQUATS PERFORMED ON A SMITH PRESS: NEVER PLACE THE STOPS BELOW THE HEIGHT INDICATED ON THE EQUIPMENT.
   - Load weights onto the lifting bar and carefully perform the exercise.
8. DO NOT REMOVE THIS LABEL. REPLACE IF DAMAGED OR ILLEGIBLE.

PRODUCT INFORMATION

PROPER USAGE

1. Do not exceed weight limits of the exercise device.
2. If applicable, set safety stops to appropriate height.
3. If applicable, adjust seat pads, leg pads, foot pads, range of motion adjustment, or any other type of adjustment mechanisms to a comfortable start position. Make certain that the adjusting mechanism is fully engaged to prevent unintentional movement and to avoid injury.
4. Sit on bench (if applicable) and get into appropriate position for exercise.
5. Exercise using no more weight than you can safely lift and control.
6. In a controlled manner, perform exercise.
7. Return weight to its fully-supported start position.

MAINTENANCE CHECKLIST

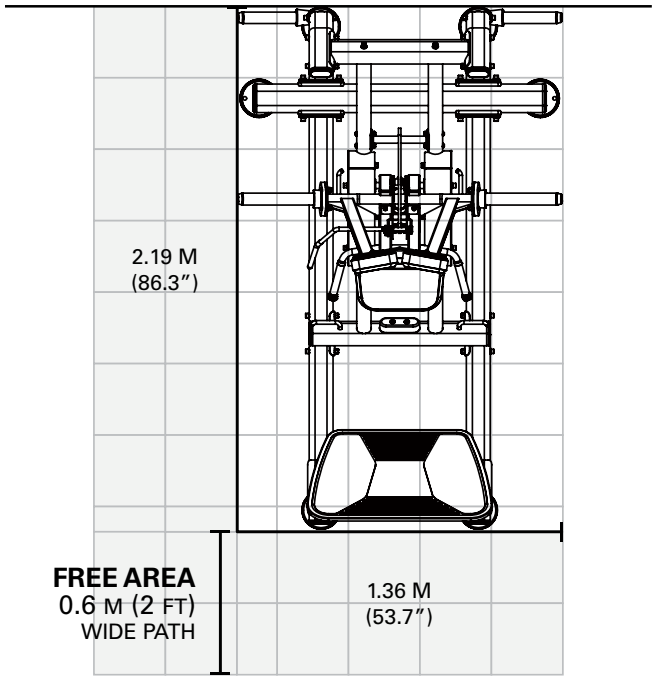
ACTION	FREQUENCY
Inspect Cables [2]	Daily
Clean Guide Rods	Monthly
Inspect Hardware	Monthly
Inspect Frame	Bi-Annually
Clean Machine	As Needed
Clean Grips [1]	As Needed
Lubricate Guide Rods [3]	As Needed

[1] Upholstery & Grips should be cleaned with a mild soap and water or a non-ammonia based cleaner.

[2] Cables should be inspected for cracks or frays and immediately replaced if present. If excessive slack exists cable should be tightened without lifting the head plate.

[3] Guide rods should be lubricated with Teflon based lubricant. Apply the lubricant to a cotton cloth and then apply up and down the guide rods.

TRAINING AREA



PRODUCT SPECIFICATIONS

Maximum User Weight	150 kg / 330 lbs.
Maximum Training Weight	2 x 125 kg / 2 x 275 lbs.
Product Weight	100 kg / 220 lbs.
Overall Dimensions (L x W x H)*	219.1 x 136.4 x 145.1 cm / 86.3" x 53.7" x 57.1"
Weight Storage Horns Quantity	4
Max Weight Storage Horn Plate Capacity	4-55 lbs. (25 kg) plates / horn (16 plates total)

* Ensure a minimum clearance width of 0.6 meters (24") for access to and passage around Vision strength equipment. Please note, 0.91 meters (36") is the ADA recommended clearance width for individuals in wheelchairs.

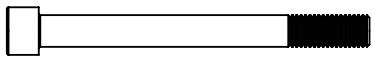
ASSEMBLY

LOOSELY TIGHTEN
Loosely tighten all hardware in this step. DO NOT Fully Tighten. Some component(s) may need pre-assembly and or alignment during the assembly process.

FULLY TIGHTEN
Wrench tighten all hardware in this step.

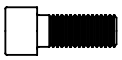
visionfitness.com

15 M12X125



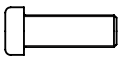
x16

16 M12X30



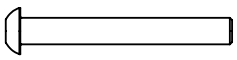
x16

17 M12X35



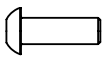
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



x24

24 M10



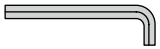
x4

TOOLS REQUIRED FOR ASSEMBLY (not included)

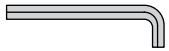
4MM L-Shaped Allen Wrench



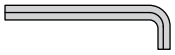
5MM L-Shaped Allen Wrench



6MM L-Shaped Allen Wrench



8MM L-Shaped Allen Wrench



Phillips Screwdriver



13MM Open-End Wrench



17MM Open-End Wrench



19MM Open-End Wrench



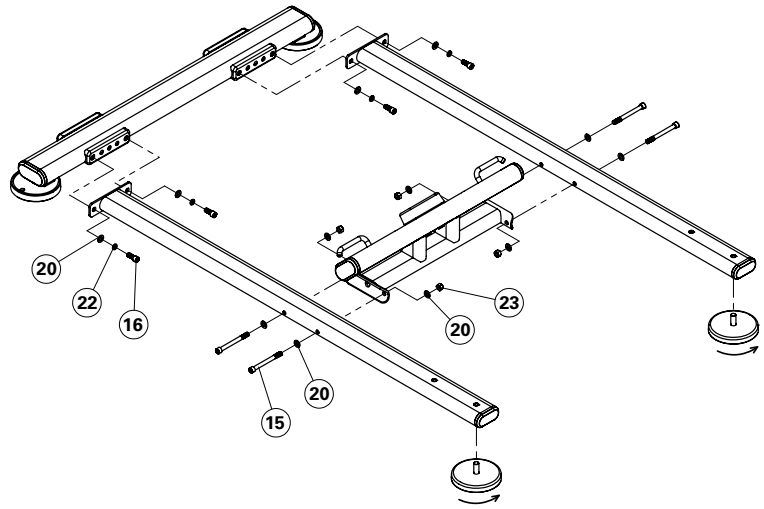


ASSEMBLY

1

(15) M12X125	(16) M12X30	(20) M12	(22) M12	(23) M12
x4	x4	x12	x4	x4

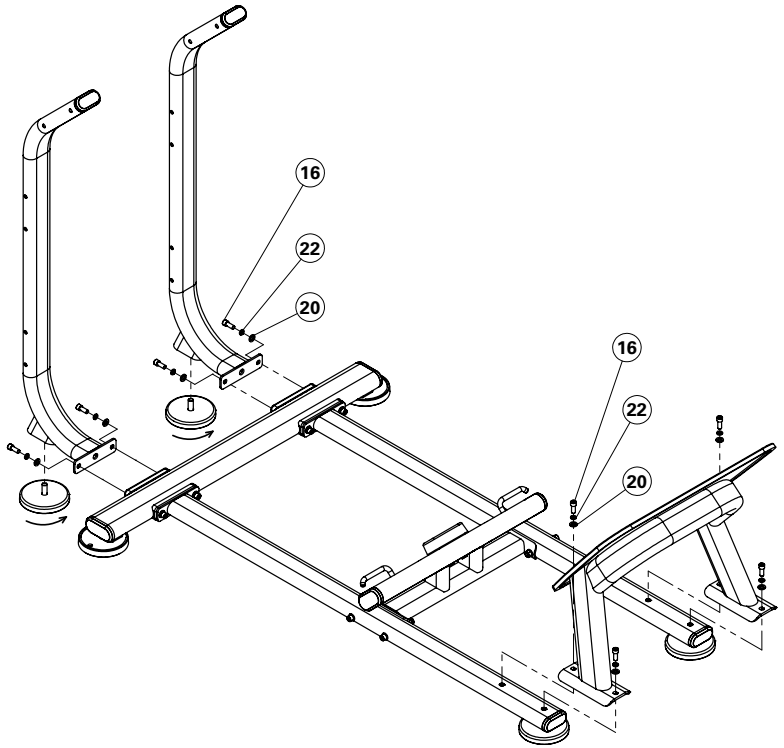
Loosely Tighten



2

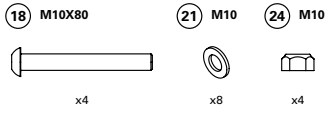
(16) M12X30	(20) M12	(22) M12
x8	x8	x8

Loosely Tighten

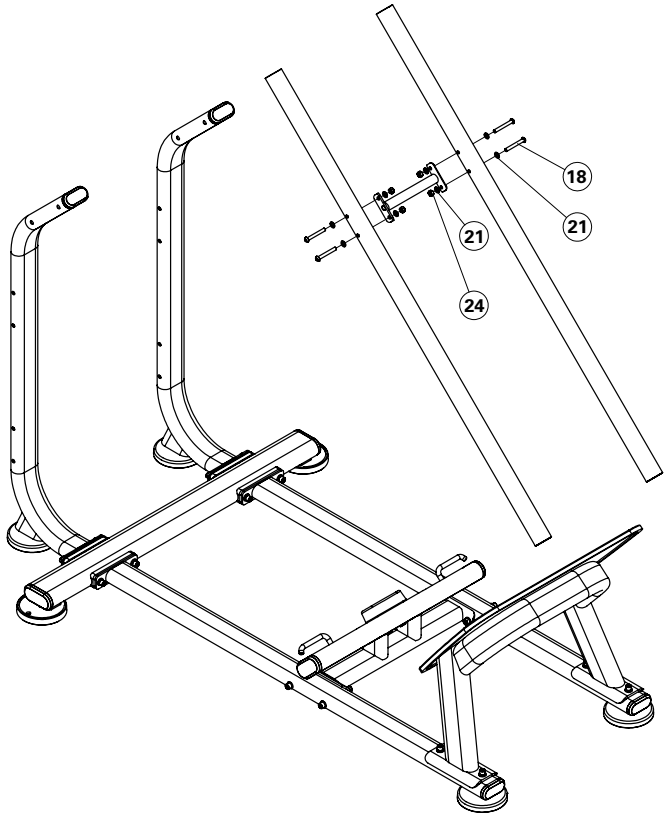


ASSEMBLY

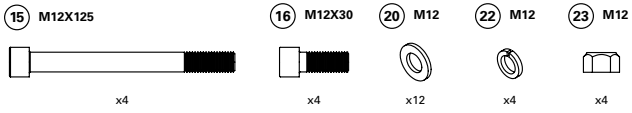
3



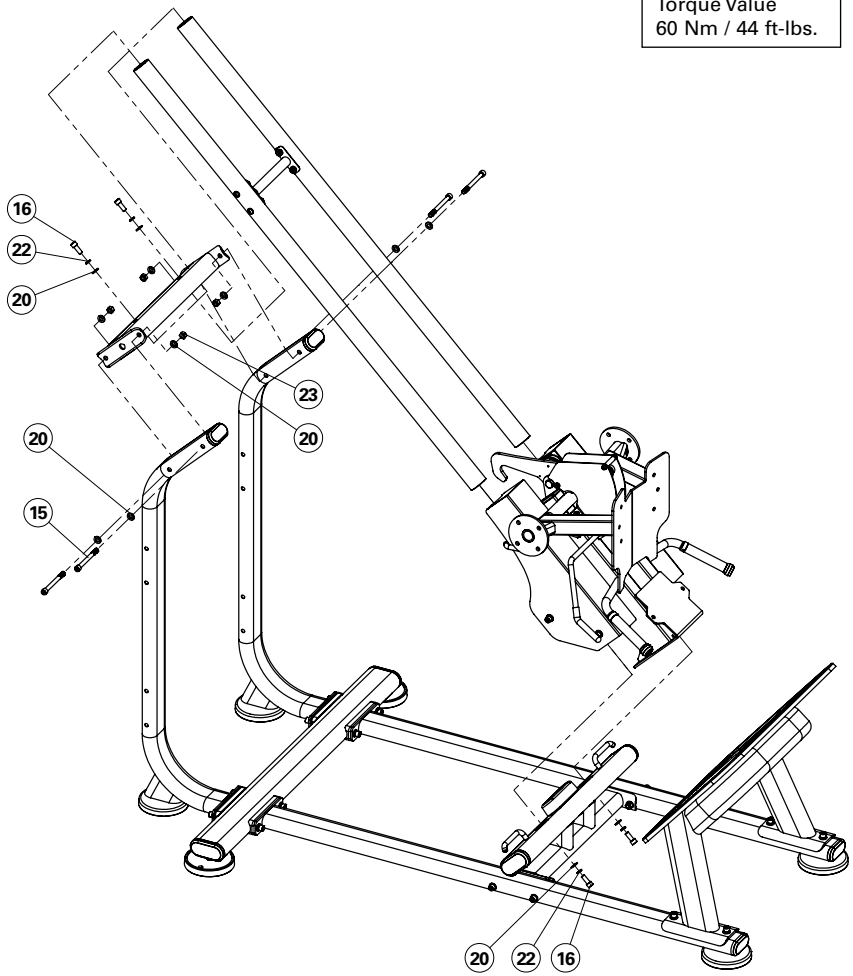
Loosely Tighten
Torque Value
40 Nm / 30 ft-lbs.



4

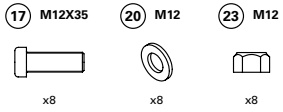


Fully Tighten
Torque Value
60 Nm / 44 ft-lbs.

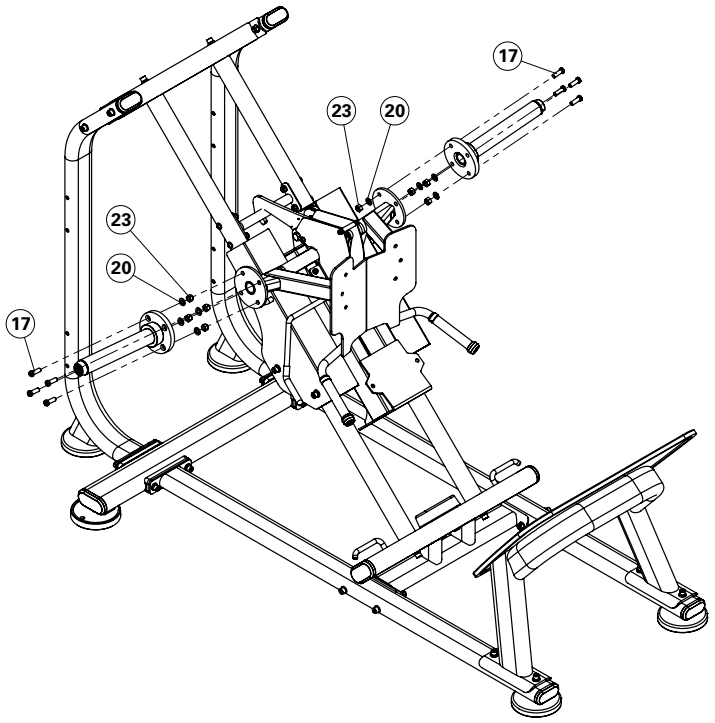


ASSEMBLY

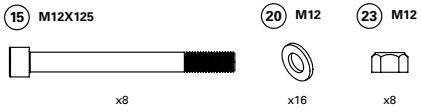
5



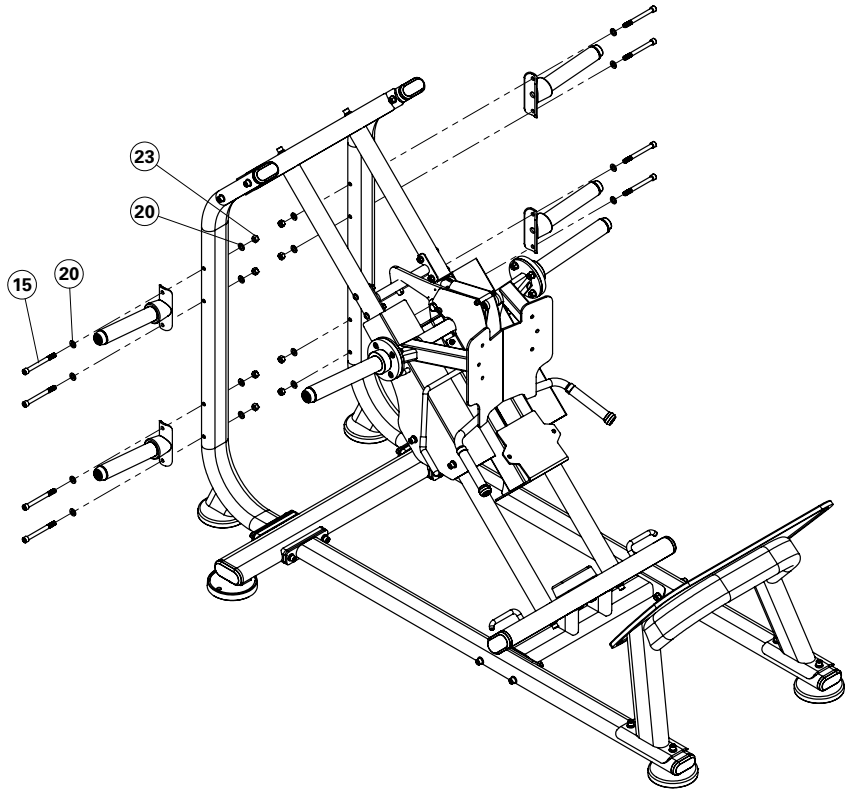
Fully Tighten
Torque Value
60 Nm / 44 ft-lbs.



6



Fully Tighten



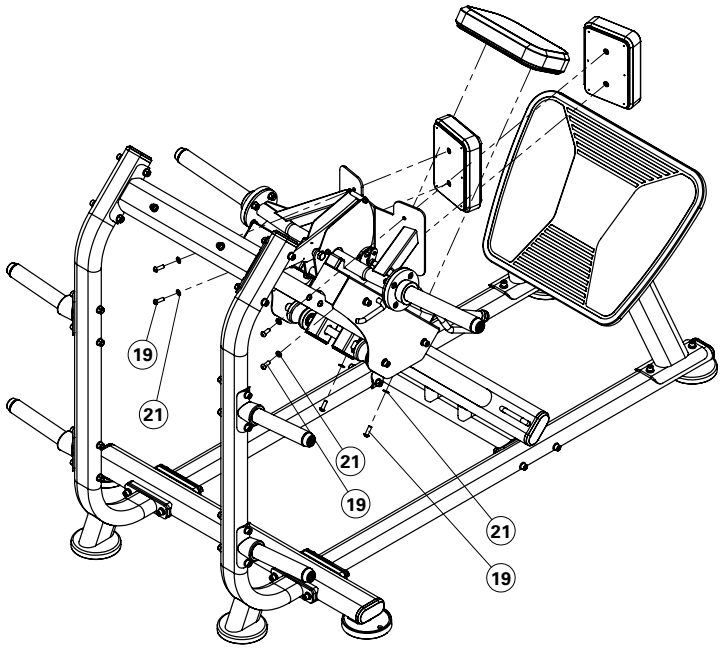
ASSEMBLY

7

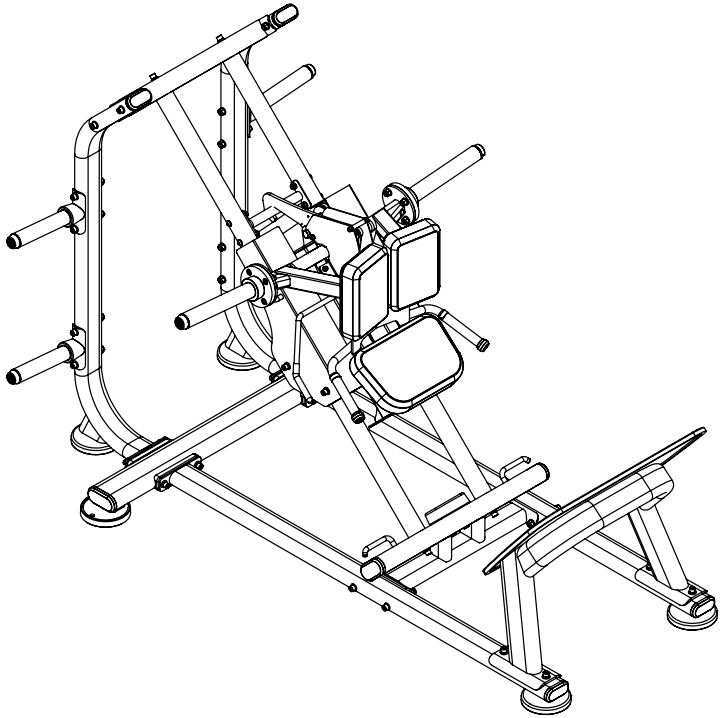
(19) M10X30 x6

(21) M10 x6

Fully Tighten
Torque Value
20 Nm / 15 ft-lbs.



ASSEMBLY COMPLETE



PRODUKTINFORMATIONEN

WICHTIGE SICHERHEITSINFORMATIONEN

Es liegt in der alleinigen Verantwortung der Abnehmer von Vision-Produkten, alle Personen, ganz gleich, ob es sich um Endbenutzer oder Aufsichtspersonal handelt, in die ordnungsgemäße Verwendung des Geräts einzuweisen.

Es wird empfohlen, dass allen Nutzern von Vision-Trainingsgeräten vor dem Gebrauch die folgenden Informationen zur Verfügung gestellt werden.

Trainingsgeräte dürfen generell nur zum seitens des Herstellers vorgesehenen oder entworfenen Zweck genutzt werden. Trainingsgeräte von Vision müssen ordnungsgemäß verwendet werden, um Verletzungen zu vermeiden.

INSTALLATION

1. STABILE UND EBENE OBERFLÄCHE: Vision-Trainingsgeräte müssen auf einer stabilen Bodenfläche aufgebaut und korrekt eingeebnet werden.
2. **SICHERN DER TRAININGSGERÄTE: Der Hersteller empfiehlt, dass alle stationären Krafttrainingsgeräte von Vision am Boden gesichert werden, um sie zu stabilisieren und ein Wippen oder Umfallen zu verhindern. Diese Arbeit muss von einem lizenzierten Vertragspartner durchgeführt werden.**
3. Sie dürfen die Trainingsgeräte unter keinen Umständen auf dem Boden umherschieben, da sie umkippen könnten. Verwenden Sie von OSHA empfohlene, fachgerechte Verfahren und Geräte.

   Die Auszugskraft der Anschlagpunkte muss mindestens 3,3 kN betragen.

WARTUNG

1. Verwenden Sie KEIN Gerät, das beschädigt ist oder abgenutzte bzw. beschädigte Komponenten aufweist. Verwenden Sie nur Ersatzteile, die Sie über einen lokalen Vision-Händler in Ihrem Land erworben haben.
2. HALTEN SIE ETIKETTEN UND SCHILDER INSTAND: Entfernen Sie die Etiketten nicht. Sie enthalten wichtige Informationen. Wenn sie unleserlich geworden sind oder fehlen, wenden Sie sich an Ihren Vision-Händler, um Ersatz zu erhalten.
3. WARTEN SIE GERÄT UND ZUBEHÖR: Eine präventive Wartung ist für den störungsfreien Betrieb des Geräts sowie für den Erhalt der Garantie unerlässlich. Geräte und Zubehör müssen regelmäßig überprüft werden.
4. Stellen Sie sicher, dass Wartungs- oder Reparaturarbeiten ausschließlich von Fachpersonal durchgeführt werden.

ZUSÄTZLICHE HINWEISE

Diese Geräte sollten nur in beaufsichtigten Bereichen genutzt werden, in denen der Zugang und die Überwachung durch den Besitzer geregelt ist. Es obliegt dem Besitzer festzulegen, wer Zugang zu diesem Trainingsgerät hat. Hierbei sollte die Zuverlässigkeit, das Alter, die Erfahrung usw. eines Nutzers berücksichtigt werden.

Dieses Trainingsgerät erfüllt die Industriestandards hinsichtlich der Stabilität, wenn es für den beabsichtigten Zweck und gemäß den Anleitungen des Herstellers verwendet wird.

Dieses Gerät ist nur für die Nutzung in Innenräumen gedacht. Dieses Gerät ist ein Produkt der Klasse S und wurde für die Verwendung in einer kommerziellen Umgebung wie ein Fitnessstudio entworfen. Dieses Trainingsgerät entspricht den Normen EN ISO 20957-1:2013 und EN ISO 20957-2:2021.



Bitte lesen Sie alle Anweisungen vor der Verwendung sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.



WARNUNG: Einklemmen der Hände.

AUSPACKEN

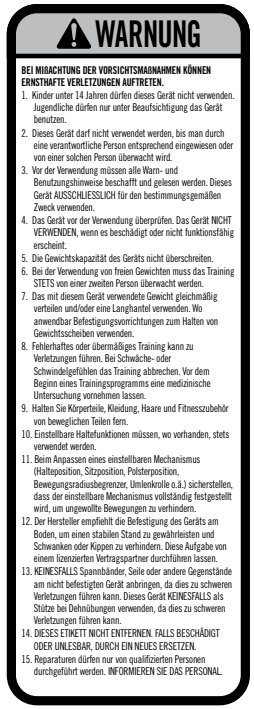
Vielen Dank für den Kauf eines Vision-Fitnessprodukts. Vor der Verpackung wird das Gerät kontrolliert. Für den Versand wird es in mehrere Komponenten zerlegt, um es kompakt verpacken zu können. Stellen Sie vor dem Aufbau sicher, dass alle Komponenten vorhanden sind, indem Sie sie mit den Explosionszeichnungen vergleichen. Nehmen Sie das Gerät vorsichtig aus der Verpackung und dem Karton heraus. Entsorgen Sie das Verpackungsmaterial gemäß den örtlichen Vorschriften. Das Trainingsgerät muss von einem geschulten Montageteam zusammengebaut oder vor der Lieferung vormontiert werden.

ACHTUNG

Um Verletzungen zu vermeiden und Schäden am Rahmen vorzubeugen, lassen Sie sich beim Auspacken der Einzelteile aus dem Paket helfen. Stellen Sie das Gerät auf deinem stabilen Untergrund auf und richten Sie es waagrecht aus. Stellen Sie einen Mindestabstand von 0,6 Metern für den Zugang und Durchgang rund um das Vision-Krafttrainingsgerät sicher. Bitte beachten Sie, dass für Personen in Rollstühlen der von der ADA empfohlene Mindestabstand 0,91 Meter beträgt.

GARANTIE

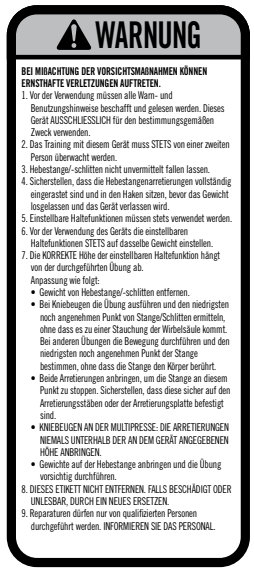
Als ein Versprechen für die Qualität seiner Produkte bietet Vision Ihnen Gewährleistungen für alles, was wir fertigen. Wenden Sie sich an Ihren lokalen zugelassenen Vision Händler, um herauszufinden, wie wir Ihre Fitnessvision heute, morgen und auch in vielen Jahren noch schützen.



WARNUNG

BEI MISSACHTUNG DER VORSICHTSMAßNAHMEN KÖNNEN ERNSTHAFTE VERLETZUNGEN AUFTRETEN.

1. Kinder unter 14 Jahren dürfen dieses Gerät nicht verwenden. Jugendliche dürfen nur unter Beaufsichtigung das Gerät benutzen.
2. Dieses Gerät darf nicht verwendet werden, bis man durch eine verantwortliche Person entsprechend eingewiesen oder von einer solchen Person überwacht wird.
3. Vor der Verwendung müssen alle Warn- und Benutzungshinweise beschafft und gelesen werden. Dieses Gerät AUSSCHLIESSLICH für den bestimmungsgemäßen Zweck verwenden.
4. Das Gerät vor der Verwendung überprüfen. Das Gerät NICHT VERWENDEN, wenn es beschädigt oder nicht funktionsfähig erscheint.
5. Die Gewichtskapazität des Geräts nicht überschreiten.
6. Bei der Verwendung von freien Gewichten muss das Training STETS von einer zweiten Person überwacht werden.
7. Das mit diesem Gerät verwendete Gewicht gleichmäßig verteilen und/oder eine Langhantel verwenden. Wo anwendbar Befestigungsvorrichtungen zum Halten von Gewichtsscheiben verwenden.
8. Fehlerhaftes oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen führen. Bei Schwäche- oder Schwindelgefühlen das Training abbrechen. Vor dem Beginn eines Trainingsprogramms eine medizinische Untersuchung vornehmen lassen.
9. Halten Sie Körperteile, Kleidung, Haare und Fitnesszubehör von beweglichen Teilen fern.
10. Einstellbare Haltefunktionen müssen, wo vorhanden, stets verwendet werden.
11. Beim Anpassen eines einstellbaren Mechanismus (Halteposition, Sitzposition, Polsterposition, Bewegungsradiusbegrenzer, Umlenkrolle o.ä.) sicherstellen, dass der einstellbare Mechanismus vollständig festgestellt wird, um ungewollte Bewegungen zu verhindern.
12. Der Hersteller empfiehlt die Befestigung des Geräts am Boden, um einen stabilen Stand zu gewährleisten und Schwanken oder Kippen zu verhindern. Diese Aufgabe von einem lizenzierten Vertragspartner durchführen lassen.
13. KEINESFALLS Spannbänder, Seile oder andere Gegenstände am nicht befestigten Gerät anbringen, da dies zu schweren Verletzungen führen kann. Dieses Gerät KEINESFALLS als Stütze bei Dehnübungen verwenden, da dies zu schweren Verletzungen führen kann.
14. DIESES ETIKETT NICHT ENTFERNEN. FALLS BESCHÄDIGT ODER UNLESBAR, DURCH EIN NEUES ERSETZEN.
15. Reparaturen dürfen nur von qualifizierten Personen durchgeführt werden. INFORMIEREN SIE DAS PERSONAL.



WARNUNG

BEI MISSACHTUNG DER VORSICHTSMAßNAHMEN KÖNNEN ERNSTHAFTE VERLETZUNGEN AUFTRETEN.

1. Vor der Verwendung müssen alle Warn- und Benutzungshinweise beschafft und gelesen werden. Dieses Gerät AUSSCHLIESSLICH für den bestimmungsgemäßen Zweck verwenden.
2. Das Training mit diesem Gerät muss STETS von einer zweiten Person überwacht werden.
3. Hebestange/-schlitten nicht unvermittelt fallen lassen.
4. Sicherstellen, dass die Hebestangenarretierungen vollständig eingerastet sind und in den Haken sitzen, bevor das Gewicht losgelassen und das Gerät verlassen wird.
5. Einstellbare Haltefunktionen müssen stets verwendet werden.
6. Vor der Verwendung des Geräts die einstellbaren Haltefunktionen STETS auf dasselbe Gewicht einstellen.
7. Die KORREKTE Höhe der einstellbaren Haltefunktion hängt von der durchgeführten Übung ab.
   Anpassung wie folgt:
   - Gewicht von Hebestange/-schlitten entfernen.
   - Bei Kniebeugen die Übung ausführen und den niedrigsten noch angenehmen Punkt von Stange/Schlitten ermitteln, ohne dass es zu einer Stauchung der Wirbelsäule kommt. Bei anderen Übungen die Bewegung durchführen und den niedrigsten noch angenehmen Punkt der Stange bestimmen, ohne dass die Stange den Körper berührt.
   - Beide Arretierungen anbringen, um die Stange an diesem Punkt zu stoppen. Sicherstellen, dass diese sicher auf den Arretierungsstäben oder der Arretierungsplatte befestigt sind.
   - KNIEBEUGEN AN DER MULTIPRESSE: DIE ARRETIERUNGEN NIEMALS UNTERHALB DER AN DEM GERÄT ANGEGEBENEN HÖHE ANBRINGEN.
   - Gewichte auf der Hebestange anbringen und die Übung vorsichtig durchführen.
8. DIESES ETIKETT NICHT ENTFERNEN. FALLS BESCHÄDIGT ODER UNLESBAR, DURCH EIN NEUES ERSETZEN.
9. Reparaturen dürfen nur von qualifizierten Personen durchgeführt werden. INFORMIEREN SIE DAS PERSONAL.

PRODUKTINFORMATIONEN

ORDNUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH

1. Überschreiten Sie nicht die Gewichtsgrenzen dieses Trainingsgeräts.
2. Falls vorhanden, stellen Sie die Sicherheitsbegrenzungen auf die richtige Höhe ein.
3. Falls zutreffend, stellen Sie Sitzpolster, Beinpolster, Fußpolster, Bewegungsradius oder andere verstellbare Komponenten auf eine bequeme Startposition ein. Stellen Sie sicher, dass die Einstellmechanismen vollständig eingerastet sind, sodass sie sich nicht versehentlich lösen und dabei Verletzungen verursachen können.
4. Setzen Sie sich auf die Bank (falls zutreffend) und nehmen Sie die korrekte Übungsposition ein.
5. Trainieren Sie nur mit so viel Gewicht, wie Sie sicher heben und kontrollieren können.
6. Führen Sie die Übungen auf kontrollierte Art und Weise durch.
7. Bringen Sie das Gewicht in die vollständig gesicherte Startposition zurück.

WARTUNGS-CHECKLISTE

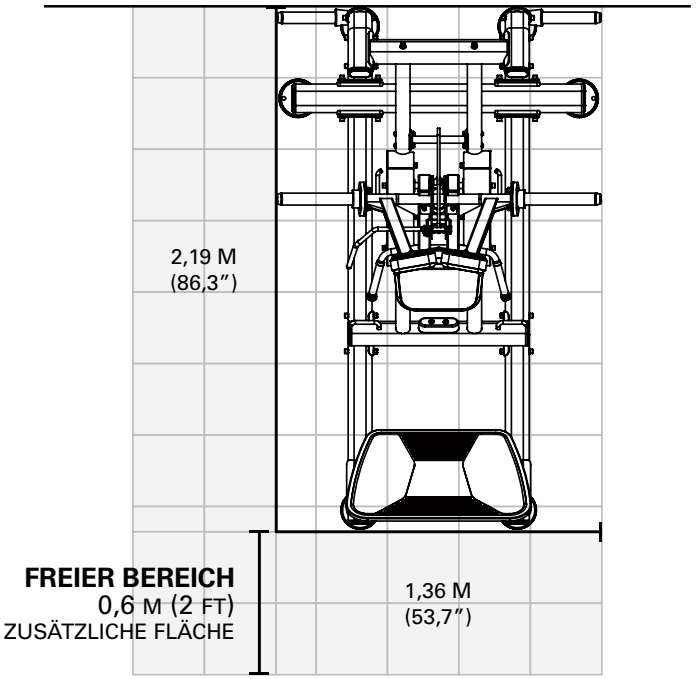
AKTION	HÄUFIGKEIT
Kabel überprüfen [2]	Täglich
Reinigung der Führungsstangen	Monatlich
Überprüfung der Hardware	Monatlich
Überprüfung des Rahmens	Halbjährlich
Reinigung des Geräts	Bei Bedarf
Reinigung der Griffe [1]	Bei Bedarf
Fetten der Führungsstangen [3]	Bei Bedarf

[1] Polster & Griffe sollten mit milder Seife und Wasser oder einem anderen ammoniakfreien Reinigungsmittel gereinigt werden.

[2] Die Kabel sollten auf Bruchstellen und andere Beschädigungen untersucht und gegebenenfalls sofort ersetzt werden. Wenn das Kabel zu locker ist, sollte es angezogen werden, ohne die obere Platte anzuheben.

[3] Führungsstangen sollten mit einem Teflon-haltigen Schmiermittel gefettet werden. Geben Sie etwas Schmiermittel auf einem Wattebausch und tragen Sie es entlang der Führungsstangen auf.

TRAININGSBEREICH



PRODUKTSPEZIFIKATIONEN

Max. Benutzergewicht	150 kg
Max. Trainingsgewicht	2 x 125 kg / 2 x 275 lbs.
Produktgewicht	100 kg
Gesamtabmessungen (L x B x H)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3" x 53,7" x 57,1"
Anzahl Halterungen für Gewichtsscheiben	4
Max. Aufnahmekapazität der Halterungen für Gewichtsscheiben	25 kg Scheiben / Halterungen (16 Scheiben insgesamt)

* Stellen Sie einen Mindestabstand von 0,6 Metern für den Zugang und Durchgang rund um das Vision-Krafttrainingsgerät sicher. Bitte beachten Sie, dass für Personen in Rollstühlen der von der ADA empfohlene Mindestabstand 0,91 Meter beträgt.

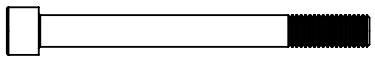
AUFBAU

LEICHT FESTZIEHEN
Ziehen Sie in diesem Schritt alle Komponenten leicht fest. Ziehen Sie sie NICHT vollständig fest. Einige Komponenten müssen möglicherweise vormontiert und/oder während des Montageprozesses ausgerichtet werden.

VOLLSTÄNDIG FESTZIEHEN
Ziehen Sie in diesem Schritt alle Komponenten vollständig fest.

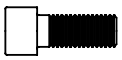
visionfitness.com

(15) **M12X125**



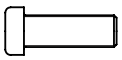
x16

(16) **M12X30**



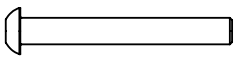
x16

(17) **M12X35**



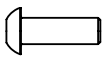
x8

(18) **M10X80**



x4

(19) **M10X30**



x6

(20) **M12**



x56

(21) **M10**



x14

(22) **M12**



x16

(23) **M12**



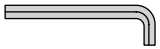
x24

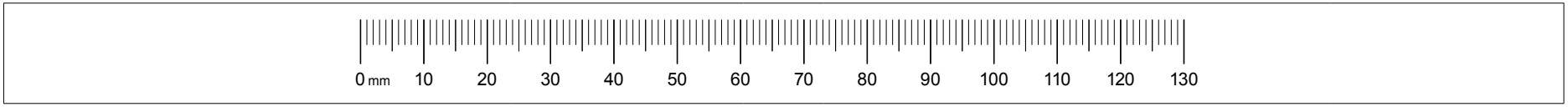
(24) **M10**



x4

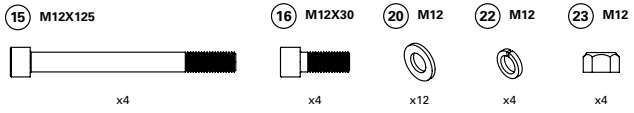
FÜR DEN AUFBAU ERFORDERLICHE WERKZEUGE (nicht im Lieferumfang enthalten)

4 mm L-förmiger Inbusschlüssel		Kreuzschlitzschraubendreher	
5 mm L-förmiger Inbusschlüssel		13 mm Gabelschlüssel	
6 mm L-förmiger Inbusschlüssel		17 mm Gabelschlüssel	
8 mm L-förmiger Inbusschlüssel		19 mm Gabelschlüssel	

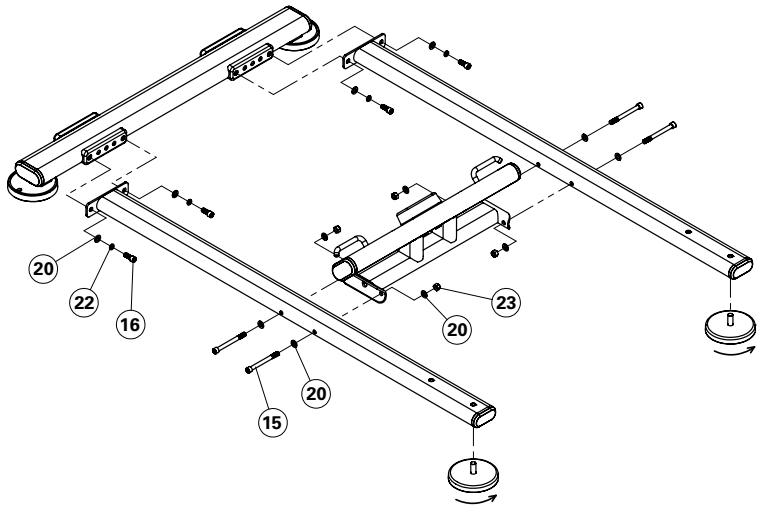


AUFBAU

1



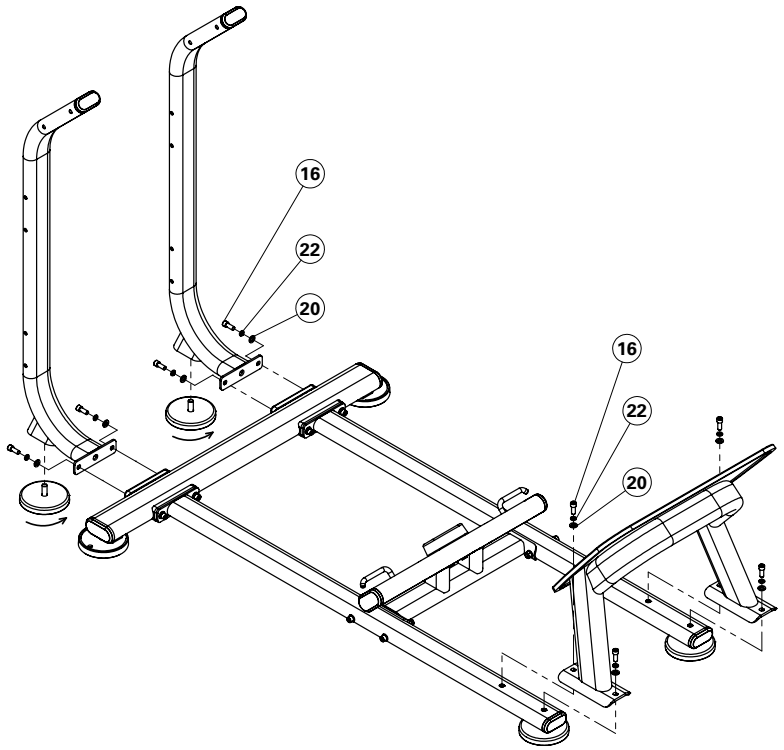
Leicht Festziehen



2

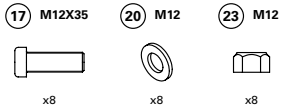


Leicht Festziehen

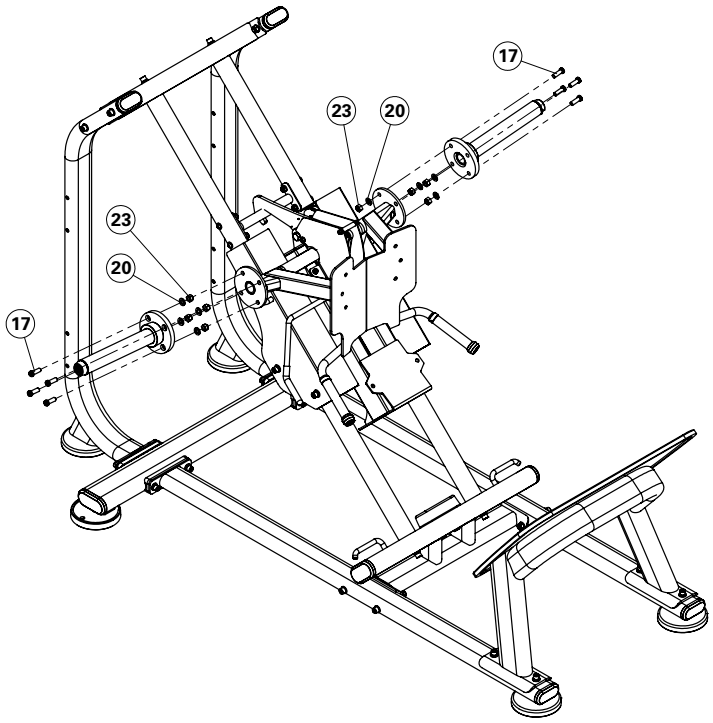


AUFBAU

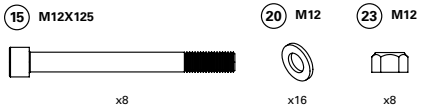
5



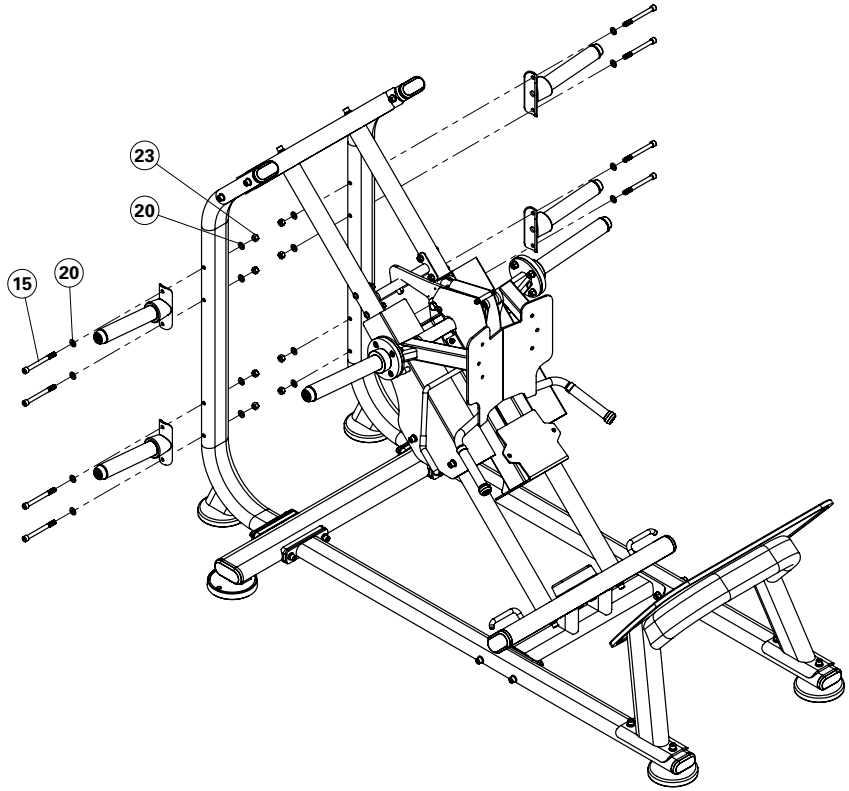
Vollständig Festziehen
Drehmomentwert
60 Nm



6



Vollständig Festziehen



AUFBAU

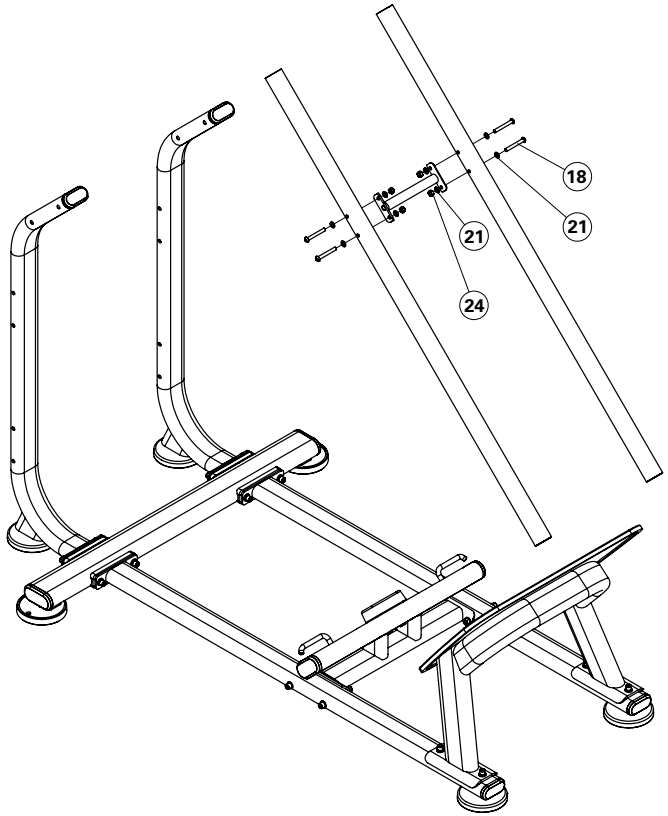
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

Leicht Festziehen
Drehmomentwert
40 Nm



4

(15) M12X125 x4

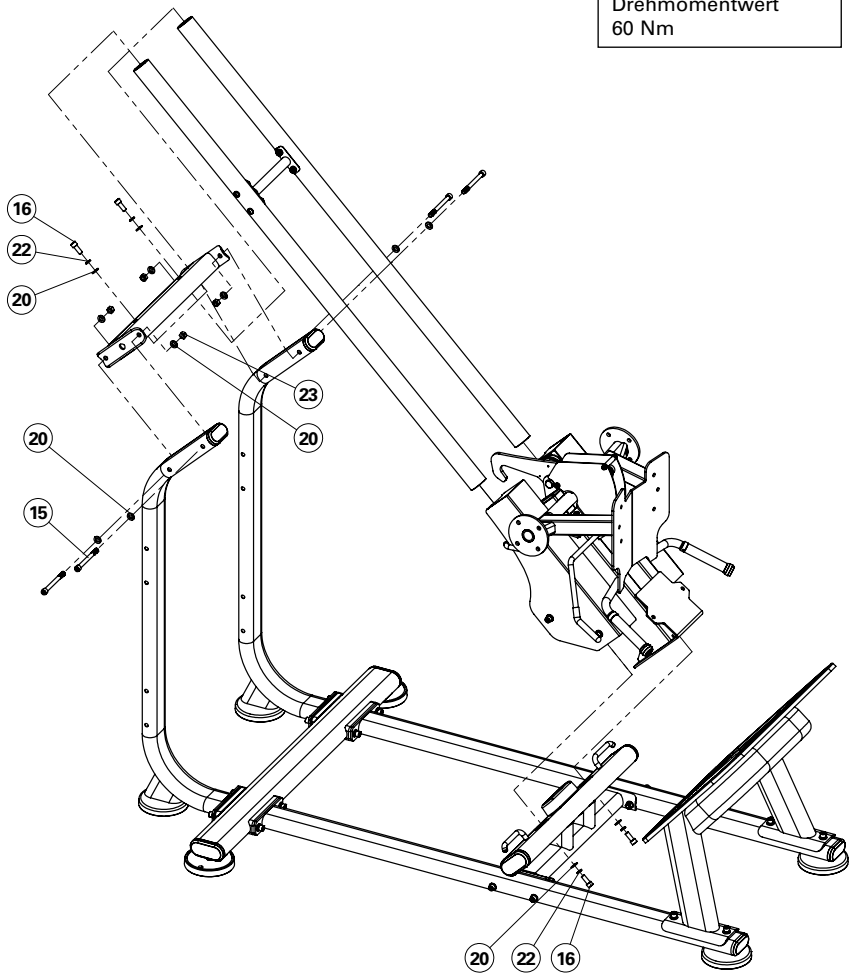
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

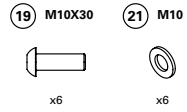
(23) M12 x4

Vollständig Festziehen
Drehmomentwert
60 Nm

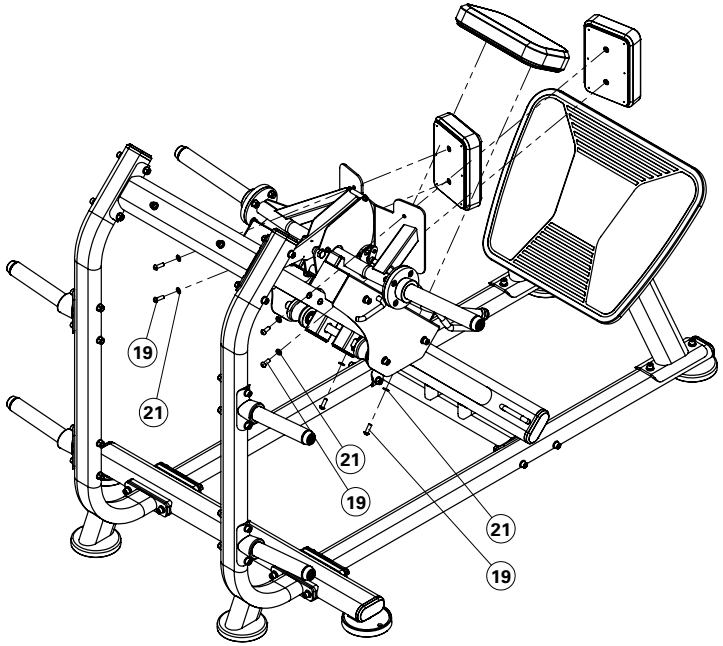


AUFBAU

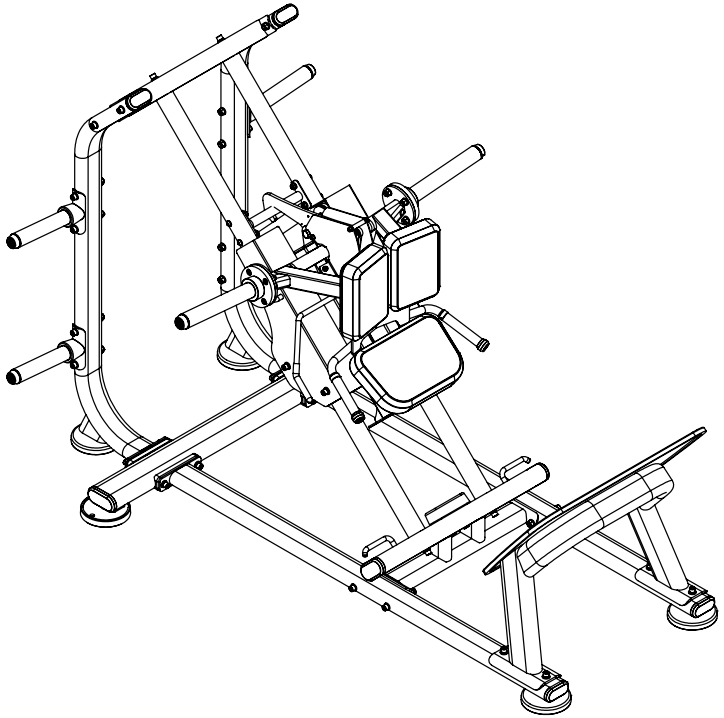
7



Vollständig Festziehen
Drehmomentwert
20 Nm



AUFBAU ABGESCHLOSSEN



PRODUCTINFORMATIE

BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINFORMATIE

Het is de volledige verantwoordelijkheid van de koper van Vision-producten om alle personen, of dit nu de eindgebruikers of toezichthoudende medewerkers zijn, op de hoogte te brengen van het correcte gebruik van de apparatuur.

We raden u aan om alle gebruikers van de Vision-trainingsapparatuur de volgende informatie te verschaffen voor ze hier gebruik van gaan maken.

Gebruik apparatuur niet op andere wijze dan waarvoor de producent het heeft ontworpen of bedoeld. Het is van cruciaal belang dat Vision-apparatuur correct gebruikt wordt om letsel te vermijden.

INSTALLATIE

1. STABIELE EN VLAKKE ONDERGROND: Vision-trainingsapparatuur dient te worden geïnstalleerd op een stabiele ondergrond en correct te worden genivelleerd.
2. **DE APPARATUUR VASTZETTEN: De producent beveelt aan om alle stationaire Vision-krachttrainingsapparatuur aan de vloer te bevestigen om deze te stabiliseren en wankelen of kantelen te voorkomen. Dit dient te worden uitgevoerd door een erkende aannemer.**
3. Schuif onder geen beding apparatuur over de vloer vanwege het risico op kantelen. Gebruik de juiste technieken en apparatuur voor materiaalbehandeling die door OSHA worden aanbevolen.

   Alle ankerpunten moeten bestand zijn tegen 750 lbs.. (3,3 kN) uittrekkracht.

ONDERHOUD

1. Gebruik NOOIT apparatuur die beschadigd is en/of versleten of kapotte onderdelen heeft. Gebruik uitsluitend vervangende onderdelen die worden geleverd door de lokale Vision-dealer in uw land.
2. LAAT LABELS EN TYPEPLAATJES ZITTEN: Verwijder geen labels, om welke reden dan ook. Deze bevatten belangrijke informatie. Neem contact op met uw Vision-dealer voor vervanging indien deze onleesbaar zijn of ontbreken.
3. ONDERHOUD ALLE APPARATUUR: Preventief onderhoud is de sleutel tot soepel werkende apparatuur, evenals het minimaliseren van uw aansprakelijkheid. Apparatuur dient regelmatig te worden geïnspecteerd.
4. Zorg dat aanpassingen, onderhoud of reparaties van welke aard dan ook uitsluitend worden uitgevoerd door personen die hiertoe bevoegd zijn.

ADDITIONELE OPMERKINGEN

Deze apparatuur dient uitsluitend gebruikt te worden waar toezicht wordt gehouden, en toegang en bediening specifiek kan worden gecontroleerd door de eigenaar. Het is aan de eigenaar om te bepalen wie toegang krijgt tot deze trainingsapparatuur. De eigenaar dient rekening te houden met- de betrouwbaarheid, leeftijd, ervaring etc. van de gebruiker.

Deze trainingsapparatuur voldoet aan de branchevoorschriften voor stabiliteit indien het gebruikt wordt zoals bedoeld en in overeenstemming met de door de producent verschafte instructies.

Deze apparatuur is uitsluitend bedoeld voor gebruik binnenshuis. Deze apparatuur is een product van Klasse S (ontworpen voor gebruik in een commerciële omgeving zoals een fitnesscentrum). Deze trainingsapparatuur is in overeenstemming met EN ISO 20957-1:2013 en EN ISO 20957-2:2021.



Lees vóór gebruik alle instructies aandachtig door en bewaar ze voor toekomstig gebruik.



WAARSCHUWING: Verbrijzelen van handen.

UITPAKKEN

Hartelijk dank dat u een Vision-fitnessproduct hebt aangeschaft. Het is geïnspecteerd voordat het ingepakt is. Het is getransporteerd in losse onderdelen zodat de machine compact kon worden vervoerd. Controleer voor montage of alle onderdelen aanwezig zijn door deze te vergelijken met de gedetailleerde diagrammen. Pak de unit voorzichtig uit en gooi de verpakkingsmaterialen weg in overeenstemming met de lokale regelgeving. Het trainingsapparaat moet worden gemonteerd door een opgeleid montageteam of voor levering zijn voorgemonteerd.

LET OP

Zorg dat u assistentie hebt als u de frame-onderdelen uit de doos haalt, om persoonlijk letsel en schade aan de framecomponenten te voorkomen. Zorg alstublieft dat u de apparatuur op een stabiele ondergrond installeert en de machine correct nivelleert. Zorg voor een minimale ruimte van 0,6 meter (24") voor toegang tot en doorgang rond Vision-apparatuur. Let op: 0,91 meter is de door de ADA aanbevolen vrije breedte voor personen in een rolstoel.

GARANTIE

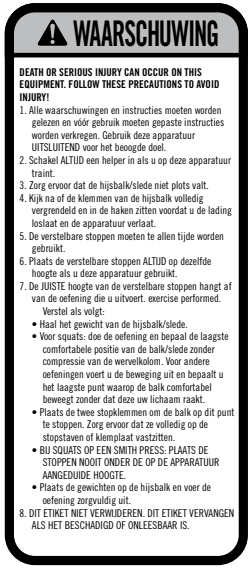
Als kwaliteitsbelofte aan u biedt Vision garanties op alle producten die we maken. Neem contact op met uw lokale erkende Vision-dealer om te weten te komen hoe wij uw visie op fitness beschermen - vandaag, morgen en door de jaren heen.



WAARSCHUWING

DIT APPARAAT KAN OVERLIJDEN OF ERNSTIG LETSEL VEROORZAKEN. NEEM DEZE VOORZORGSMAATREGELEN IN ACHT OM LETSEL TE VOORKOMEN!

1. Houd kinderen jonger dan 14 jaar uit de buurt van deze krachttrainingsapparatuur. Tieners moeten te allen tijde onder toezicht staan wanneer ze deze apparatuur gebruiken.
2. Deze apparatuur is niet bestemd voor gebruik door personen met beperkte fysieke, zintuiglijke of mentale vaardigheden of met een gebrek aan ervaring en kennis, tenzij ze onder toezicht staan van of instructies hebben gekregen van iemand die instaat voor hun veiligheid inzake het gebruik van de apparatuur.
3. Alle waarschuwingen en instructies moeten worden gelezen en vóór gebruik moeten gepaste instructies worden verkregen. Gebruik deze apparatuur UITSLUITEND voor het beoogde doel.
4. Inspecteer het apparaat vóór gebruik. Gebruik het apparaat NIET als het beschadigd of onbedienbaar is.
5. Overschrijd het maximale gewicht van deze apparatuur niet.
6. Schakel ALTIJD een helper in als u met losse gewichten traint.
7. Zorg voor een evenwichtige spreiding van het gewicht op deze apparatuur en/of een lange halterstang. Gebruik, waar nodig, bevestigingsinrichtingen om gewichtsschijven op hun plaats te houden.
8. Onjuiste of overmatige training kan tot gezondheidsletsel leiden. Beëindig de training als u zich zwak of duizelig voelt. Onderga een medisch onderzoek voordat u aan een trainingsprogramma begint.
9. Houd uw lichaam, kleding, haar en trainingsaccessoires vrij en uit de buurt van bewegende onderdelen.
10. Als verstelbare aanslagen worden geleverd, dienen deze te allen tijde te worden gebruikt.
11. Bij het verstellen van een verstelbaar mechanisme (stopstand, zadelstand, steunlocatie, begrenzer bewegingsbereik, katrolslede, enz.), moet u ervoor zorgen dat het verstelbaar mechanisme volledig is vergrendeld vóór gebruik om onbedoelde beweging te voorkomen.
12. De fabrikant beveelt aan deze apparatuur aan de vloer te bevestigen om hem te stabiliseren en te vermijden dat hij schommelt of kantelt. Doe hiervoor een beroep op een erkende aannemer.
13. Als de apparatuur NIET aan de vloer is bevestigd: Sta NOOIT toe dat er weerstandsriemen, touwen of andere elementen aan deze apparatuur worden bevestigd, aangezien dit tot ernstig letsel zou kunnen leiden. Gebruik deze apparatuur NOOIT als steun tijdens het stretchen, want dit zou tot ernstig letsel kunnen leiden.
14. DIT ETIKET NIET VERWIJDEREN. DIT ETIKET VERVANGEN ALS HET BESCHADIGD OF ONLEESBAAR IS.



WAARSCHUWING

DEATH OR SERIOUS INJURY CAN OCCUR ON THIS EQUIPMENT. FOLLOW THESE PRECAUTIONS TO AVOID INJURY!

1. Alle waarschuwingen en instructies moeten worden gelezen en vóór gebruik moeten gepaste instructies worden verkregen. Gebruik deze apparatuur UITSLUITEND voor het beoogde doel.
2. Schakel ALTIJD een helper in als u op deze apparatuur traint.
3. Zorg ervoor dat de hijsbalk/slede niet plots valt.
4. Kijk na of de klemmen van de hijsbalk volledig vergrendeld en in de haken zitten voordat u de lading loslaat en de apparatuur verlaat.
5. De verstelbare stoppen moeten te allen tijde worden gebruikt.
6. Plaats de verstelbare stoppen ALTIJD op dezelfde hoogte als u deze apparatuur gebruikt.
7. De JUISTE hoogte van de verstelbare stoppen hangt af van de oefening die u uitvoert. exercise performed. Verstel als volgt:
   - Haal het gewicht van de hijsbalk/slede.
   - Voor squats: doe de oefening en bepaal de laagste comfortabele positie van de balk/slede zonder compressie van de wervelkolom. Voor andere oefeningen voert u de beweging uit en bepaalt u het laagste punt waarop de balk comfortabel beweegt zonder dat deze uw lichaam raakt.
   - Plaats de twee stopklemmen om de balk op dit punt te stoppen. Zorg ervoor dat ze volledig op de stopstaven of klemplaat vastzitten.
   - BIJ SQUATS OP EEN SMITH PRESS: PLAATS DE STOPPEN NOOIT ONDER DE OP DE APPARATUUR AANGEDUIDE HOOGTE.
   - Plaats de gewichten op de hijsbalk en voer de oefening zorgvuldig uit.
8. DIT ETIKET NIET VERWIJDEREN. DIT ETIKET VERVANGEN ALS HET BESCHADIGD OF ONLEESBAAR IS.

PRODUCTINFORMATIE

CORRECT GEBRUIK

1. Overschrijd het maximale gewicht van het trainingstoestel niet.
2. Stel veiligheidsstops op een geschikte hoogte in, indien van toepassing.
3. Stel de zitting, beensteunen, voetsteunen, ROM-stops of eventuele andere verstelmechanismen in op een comfortabele startpositie, indien van toepassing. Zorg ervoor dat het verstelmechanisme goed vergrendeld is om onbedoelde bewegingen te voorkomen en letsel te vermijden.
4. Ga op de bank zitten (indien van toepassing) en neem de juiste trainingshouding aan.
5. Train niet met meer gewicht dan u veilig kunt tillen en onder controle kunt houden.
6. Voer de oefeningen op gecontroleerde wijze uit.
7. Breng het gewicht terug naar de volledig ondersteunde startpositie.

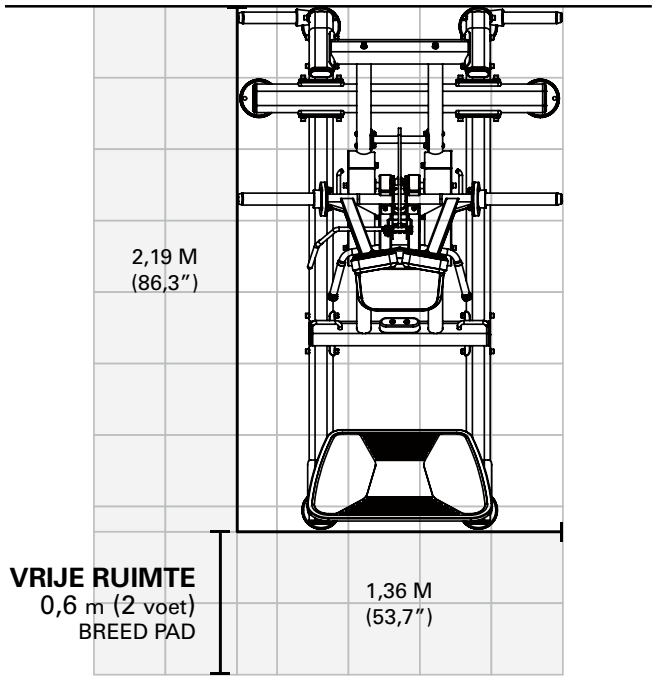
CHECKLIST ONDERHOUD	
ACTIE	**FREQUENTIE**
Kabels inspecteren [2]	Dagelijks
Geleidestangen schoonmaken	Maandelijks
Hardware inspecteren	Maandelijks
Frame inspecteren	Twee keer per jaar
Machine schoonmaken	Indien nodig
Handgrepen schoonmaken [1]	Indien nodig
Geleidestangen smeren [3]	Indien nodig

[1] Bekleding en handgrepen dienen schoongemaakt te worden met een milde zeep en water of een ammoniakvrij schoonmaakmiddel.

[2] Kabels moeten worden geïnspecteerd op barsten of rafels en indien aanwezig onmiddellijk worden vervangen. Als de kabel te slap is, moet de kabel worden vastgezet zonder de kopplaat op te tillen.

[3] De geleidestangen moeten gesmeerd worden met een smeermiddel op basis van Teflon. Breng het smeermiddel aan op een katoenen doek en wrijf daarmee over de geleidestangen.

TRAININGSGEBIED



PRODUCTSPECIFICATIES	
maximaal gewicht gebruiker	150 kg / 330 lbs.
max. trainingsgewicht	2 x 125 kg / 2 x 275 lbs.
Productgewicht	100 kg / 220 lbs.
Totale afmetingen (L x B x H)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3" x 53,7" x 57,1""
Gewichthoorns voor opslag hoeveelheid	4
Max. gewichthoorns voor opslag plaatcapaciteit	4-55 lbs. (25 kg) platen / hoorns (16 platen totaal)

* Zorg voor een minimale ruimte van 0,6 meter (24") voor toegang tot en doorgang rond Vision-apparatuur. Let op: 0,91 meter is de door de ADA aanbevolen vrije breedte voor personen in een rolstoel.

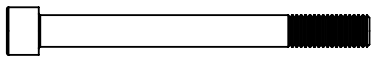
MONTAGE

LOSJES VASTDRAAIEN
Draai bij deze stap alle hardware losjes vast. NIET volledig vastdraaien. Sommige onderdelen moeten mogelijk vooraf worden gemonteerd en/of uitgelijnd tijdens het assemblageproces.

VOLLEDIG VASTDRAAIEN
Draai bij deze stap alle hardware volledig vast.

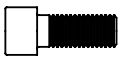
visionfitness.com

15 M12X125



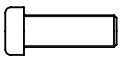
x16

16 M12X30



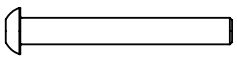
x16

17 M12X35



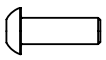
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



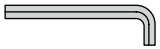
x24

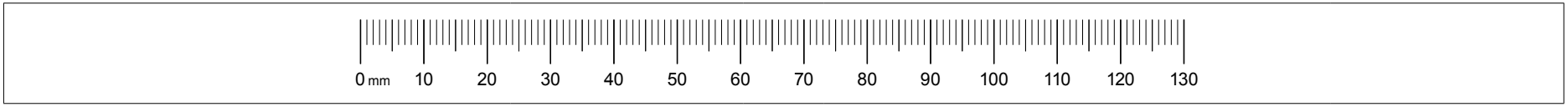
24 M10



x4

BENODIGD GEREEDSCHAP VOOR MONTAGE (niet meegeleverd)

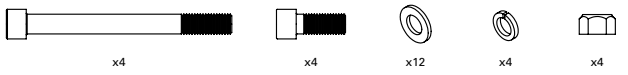
4 mm L-vormige inbussleutel		kruiskopschroevendraaier	
5 mm L-vormige inbussleutel		13 mm steeksleutel	
6 mm L-vormige inbussleutel		17 mm steeksleutel	
8 mm L-vormige inbussleutel		19 mm steeksleutel	



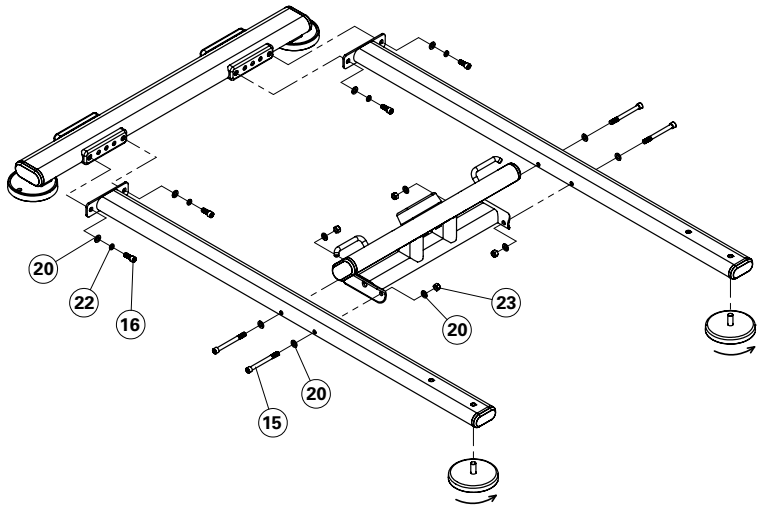
MONTAGE

1

(15) M12X125 x4 | (16) M12X30 x4 | (20) M12 x12 | (22) M12 x4 | (23) M12 x4



Losjes Vastdraaien

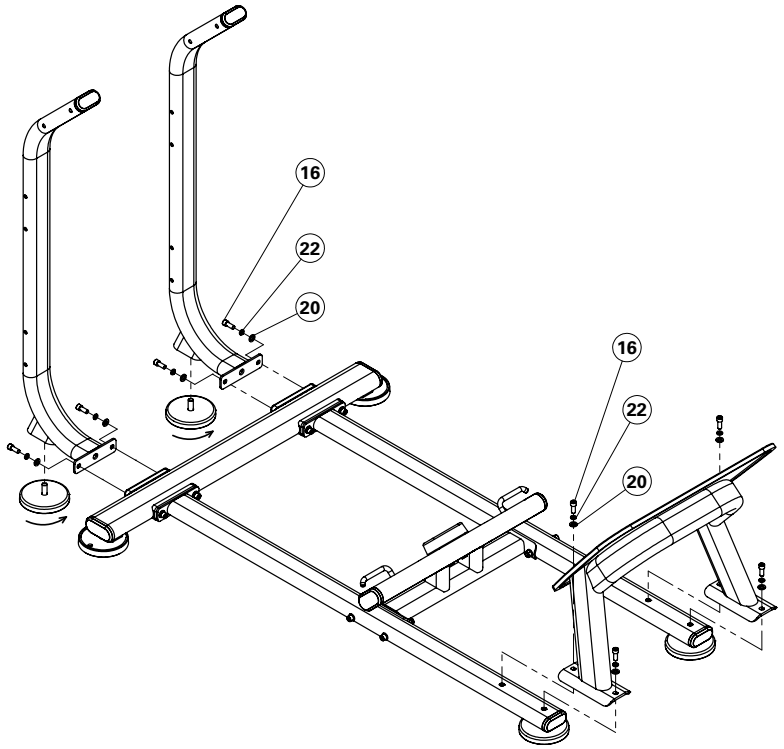


2

(16) M12X30 x8 | (20) M12 x8 | (22) M12 x8



Losjes Vastdraaien



MONTAGE

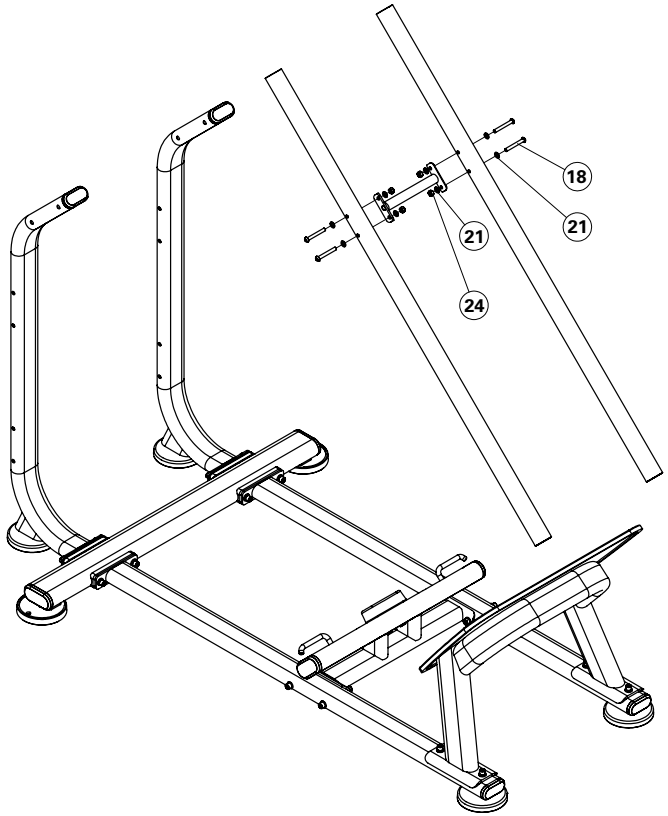
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

Losjes Vastdraaien
Aanhaalmoment
40 Nm / 30 ft-lb



4

(15) M12X125 x4

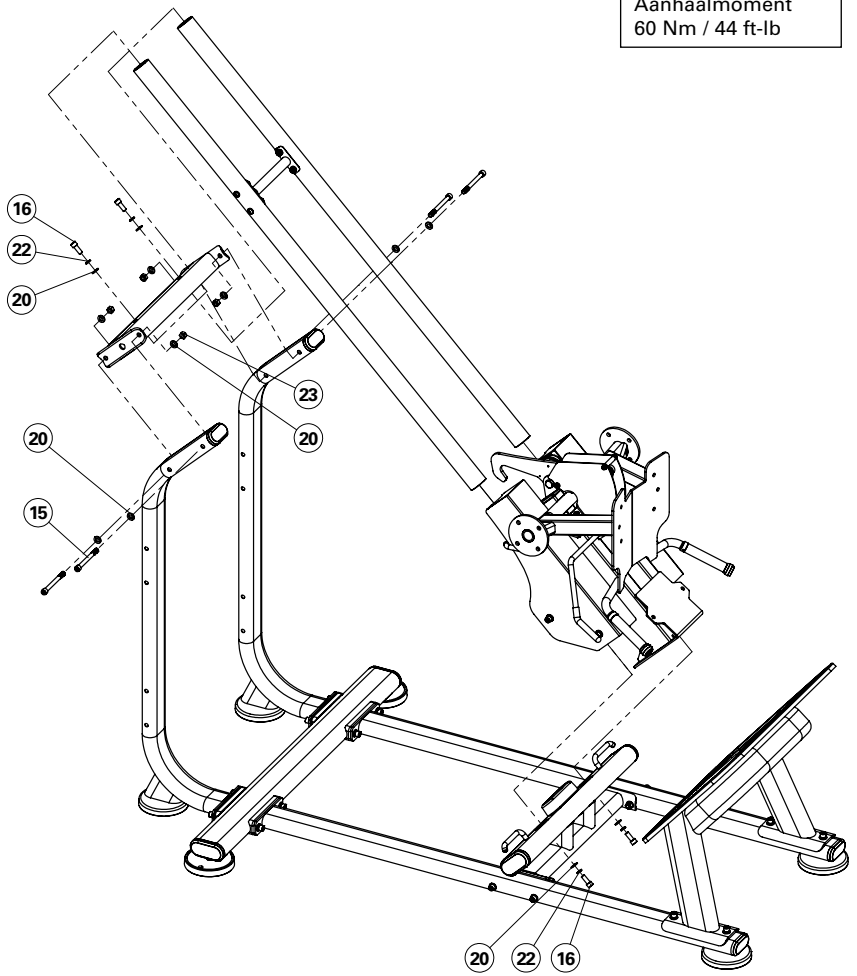
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

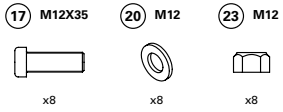
(23) M12 x4

Volledig Vastdraaien
Aanhaalmoment
60 Nm / 44 ft-lb

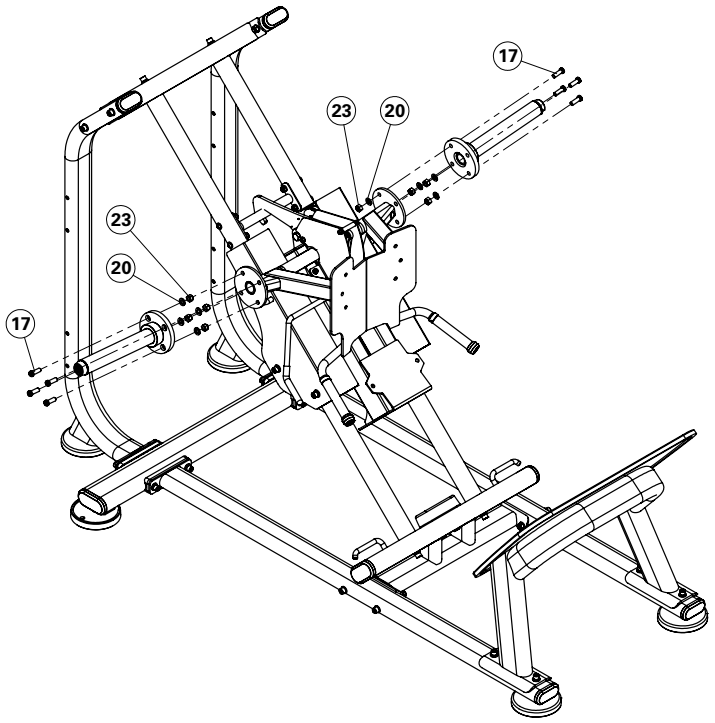


MONTAGE

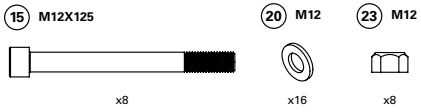
5



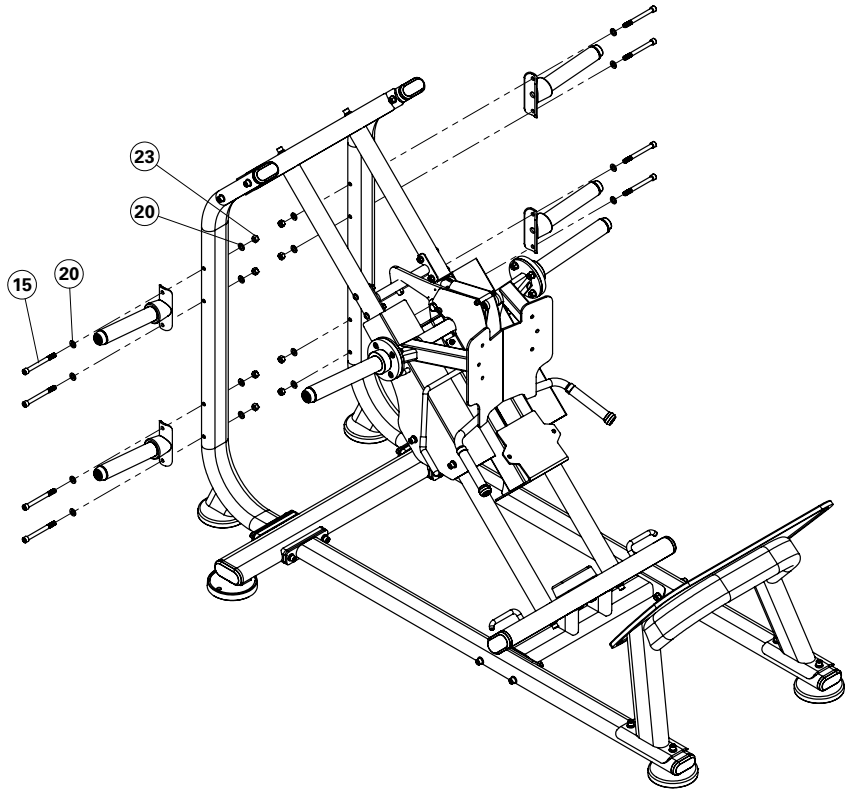
Volledig Vastdraaien
Aanhaalmoment
60 Nm / 44 ft-lb



6



Volledig Vastdraaien

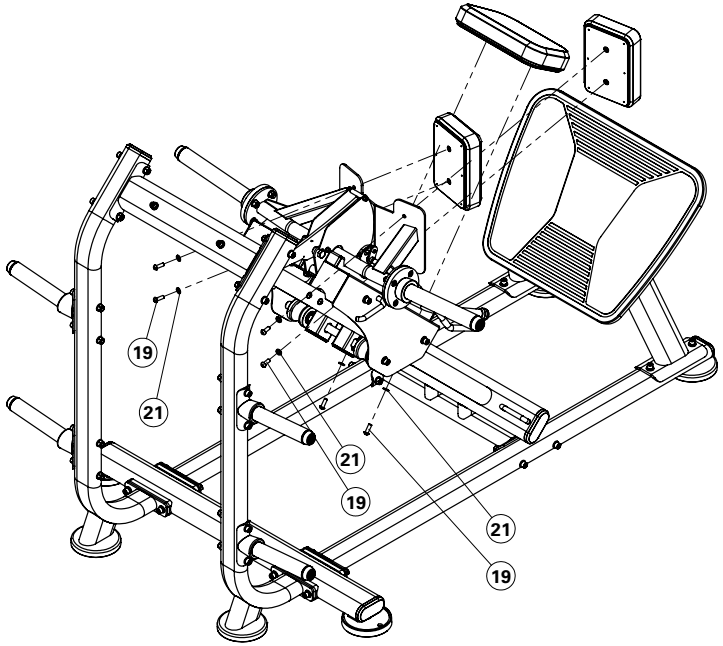


MONTAGE

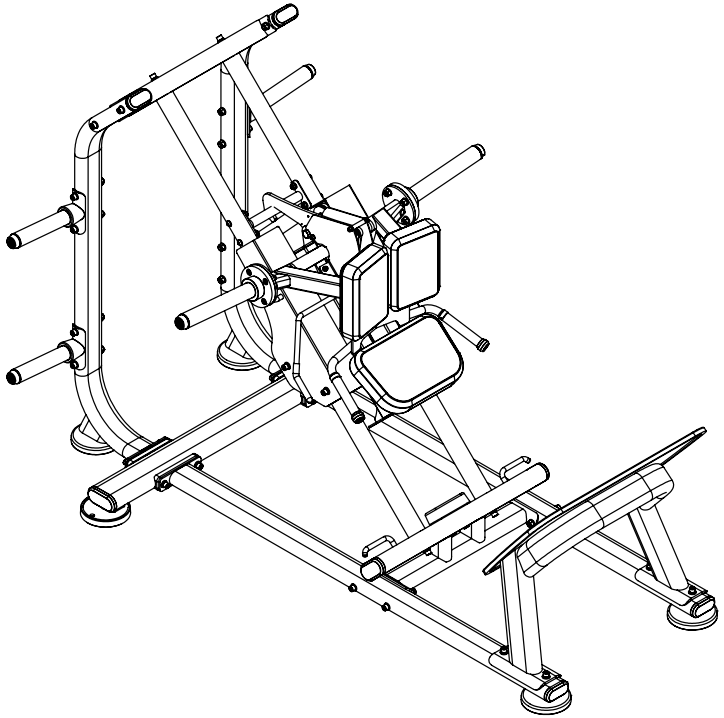
7



Volledig Vastdraaien
Aanhaalmoment
20 Nm / 15 ft-lb



MONTAGE VOLTOOID



PRODUKTINFORMATION

VIGTIG SIKKERHEDSINFORMATION

Køberen af Vision-produkter har det fulde ansvar for at vejlede alle individer, uanset om køberen er slutbruger eller fører tilsyn med korrekt brug af udstyret.

Det anbefales, at alle brugere af Vision-træningsudstyr informeres om følgende oplysninger inden brug.

Anvend ikke udstyret på andre måder, end hvad der er designet og tilsigtet af producenten. Det er meget vigtigt, at Vision-udstyret anvendes korrekt for at undgå skader.

MONTERING

1. STABILT OG JÆVNT UNDERLAG: Vision-træningsudstyr skal monteres på et stabilt og jævnt underlag.
2. **FASTGØRELSE AF UDSTYRET: Producenten anbefaler, at alt stationært Vision-styrketræningsudstyr fastgøres til gulvet for at stabilisere udstyret og undgå, at det gynger eller vælter. Dette arbejde skal udføres af en autoriseret entreprenør.**
3. Under ingen omstændigheder bør udstyret skubbes hen ad gulvet, da det kan risikere at vælte. Brug egnede metoder til håndtering af materiale og udstyr, som anbefalet af OSHA (USA's arbejdsmiljøagentur).

   Alle ankerpunkter skal kunne modstå 340 kg. (3,3 kN) udtrækningskraft.

VEDLIGEHOLDELSE

1. Brug IKKE udstyr, der er beskadiget og/eller har slidte eller ødelagte dele. Brug kun reservedele, der leveres af dit lands lokale Vision-forhandler.
2. VEDLIGEHOLDELSE AF ETIKETTER OG NAVNEPLADER: Fjern ikke etiketter. De indeholder vigtige oplysninger. Hvis noget er ulæseligt eller mangler, skal du kontakte din Vision-forhandler for at få det udskiftet.
3. VEDLIGEHOLDELSE AF ALT UDSTYR: Forebyggende vedligeholdelse er nøglen til velfungerende udstyr samt til at holde din ansvarsforpligtelse på et minimum. Udstyret skal inspiceres med jævne mellemrum.
4. Sørg for, at enhver person, der foretager tilpasninger eller udfører vedligeholdelse eller reparation af nogen art, er kvalificeret til at gøre det.

YDERLIGERE BEMÆRKNINGER

Dette udstyr bør kun bruges på områder med tilsyn, hvor adgang og betjening reguleres af ejeren. Det er op til ejeren at beslutte, hvem der har adgang til træningsudstyret. Ejeren bør vurdere brugerens pålidelighed, alder, erfaring m.m.

Dette træningsudstyr opfylder branchestandarder for stabilitet, når det bruges efter hensigten i overensstemmelse med producentens vejledning.

Dette udstyr er kun til indendørs brug. Dette træningsudstyr er et Klasse S-produkt (udviklet til brug i et kommercielt miljø såsom et fitnesscenter). Dette træningsudstyr er i overensstemmelse med EN ISO 20957-1:2013 og EN ISO 20957-2:2021.



Læs venligst alle instruktioner omhyggeligt før brug og gem dem til fremtidig reference.



ADVARSEL: Risiko for knusning af hænder.

UDPAKNING

Tak, fordi du har købt Vision-fitnessudstyr. Udstyret inspiceres, inden det emballeres. Det leveres i flere dele for at muliggøre en kompakt emballering af maskinen. Inden du samler udstyret, bør du tjekke, at alle delene medfølger ved at matche dem med diagrammerne. Pak forsigtigt enheden ud af emballagen, og skil dig af med emballagematerialerne i overensstemmelse med lokal lovgivning. Træningsenheden skal samles af et uddannet samlingsteam eller være formonteret inden levering.

ADVARSEL

For at undgå at du eller nogen af udstyrets dele kommer til skade bør du få hjælp til at udpakke delene. Sørg for at montere udstyret på et stabilt og jævnt underlag. Sørg for en afstandsbredde på mindst 0,6 meter (24 tommer) for at få adgang til og plads omkring Vision-udstyr til styrketræning. Bemærk, at ADA (Americans with Disabilities Act) anbefaler en afstandsbredde på mindst 0,91 meter (36 tommer) for personer i kørestole.

GARANTI

Som et løfte om kvalitet til dig tilbyder Vision garantier for alt, hvad vi laver. Kontakt din lokale autoriserede Vision-forhandler for at finde ud af, hvordan vi beskytter din vision om fitness i dag, i morgen og i fremtiden.

⚠ ADVARSEL

DER KAN SKE DØD OG ALVORLIGE PERSONSKADER MED DETTE UDSTYR. FØLG DISSE FORHOLDSREGLER FOR AT UNDGÅ PERSONSKADER!

1. Hold børn under 14 år på afstand af dette styrketræningsudstyr. Teenagere skal altid være under opsyn, når de bruger dette udstyr.
2. Dette udstyr er ikke beregnet til brug af personer med nedsatte fysiske, sensoriske eller mentale evner, eller manglende erfaring og kendskab, medmindre de er blevet superviseret eller instrueret i, hvordan udstyret bruges af en person, der er ansvarlig for deres sikkerhed.
3. Alle advarsler og instruktioner skal læses, og der skal modtages korrekt instruktion inden brug. Brug KUN dette udstyr til dets tilsigtede formål.
4. Efterse maskinen inden brug. BRUG IKKE maskinen, hvis den er beskadiget eller ikke funktionsdygtig.
5. Overskrid ikke dette udstyrs vægtkapacitet.
6. Brug ALTID en "spotter", hvis du bruger frivægte.
7. Balancer den vægt, der anvendes på dette udstyr og/eller eventuel vægtstang. Eventuelt kan du bruge fastholdelsesenheder for at holde vægtskiverne på plads.
8. Forkert eller for intensiv træning kan medføre skader på helbredet. Stop med at motionere, hvis du føler dig dårlig eller svimmel. Bliv undersøgt af en læge, før du begynder på et træningsprogram.
9. Hold kroppen, tøjet, håret og fitnesstilbehør væk fra alle bevægelige dele.
10. Hvis der er justerbare stop, skal de bruges til enhver tid.
11. Når du justerer eventuelle justeringsmekanismer (stopposition, sædeposition, pladens placering, bevægelsesbegrænser, remskiveslæden eller enhver anden type mekanisme), skal du inden brug sørge for, at den justerbare mekanisme er helt i indgreb for at forhindre utilsigtet bevægelse.
12. Producenten anbefaler, at dette udstyr fastgøres til gulvet for at stabilisere det og undgå, at det vipper eller vælter. Brug en autoriseret leverandør.
13. Hvis udstyret IKKE er fastgjort til gulvet: Fastgør ALDRIG modstandsstropper, reb eller andre anordninger til dette udstyr, da det kan medføre alvorlige personskader. Brug ALDRIG dette udstyr som støtte under udstrækning, da dette kan medføre alvorlige personskader.
14. FJERN IKKE DENNE MÆRKAT. UDSKIFT DEN, HVIS DEN ER BESKADIGET ELLER ULÆSELIG.

⚠ ADVARSEL

DER KAN SKE DØD OG ALVORLIGE PERSONSKADER MED DETTE UDSTYR. FØLG DISSE FORHOLDSREGLER FOR AT UNDGÅ PERSONSKADER!

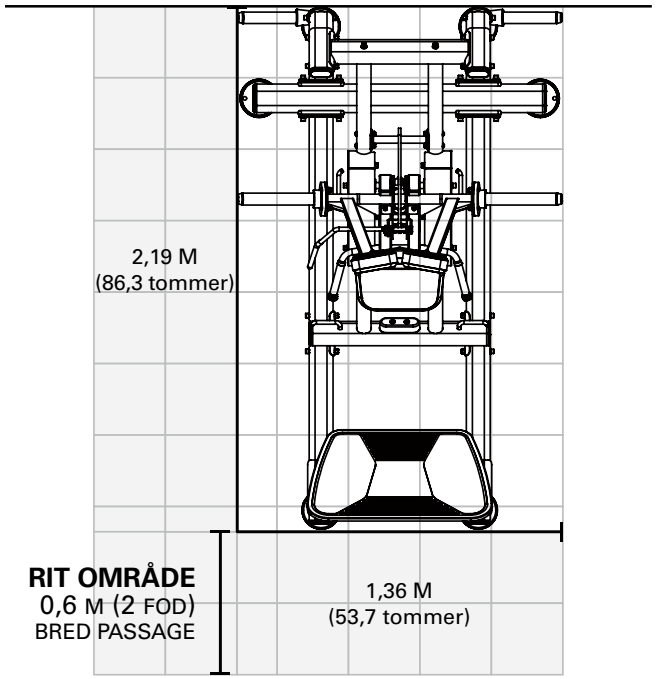
1. Alle advarsler og instruktioner skal læses, og der skal modtages korrekt instruktion inden brug. Brug KUN dette udstyr til dets tilsigtede formål.
2. Brug ALTID en spotter, når der trænes på dette udstyr.
3. Lad ikke løftestangen/slæden falde pludseligt.
4. Kontrollér visuelt, at modhagerne er fuldt indkoblet og anbragt i krogene, før belastningen slippes, og maskinen forlades.
5. Der skal altid bruges justerbare stop.
6. Sørg ALTID for at sætte begge justerbare stop i samme højde, når du bruger maskinen.
7. Den KORREKTE justerbare stophøjde afhænger af, hvilken øvelse du udfører.
   Juster som følger:
   - Tag vægten af løftestangen/slæden.
   - I forbindelse med squats udføres øvelsen for at finde stangens/slædens laveste, behagelige position, hvor rygraden ikke komprimeres. I forbindelse med andre øvelser udføres bevægelsen for at bestemme stangens nederste punkt, der er behageligt, og hvor stangen ikke rører kroppen.
   - Anbring begge låse for at stoppe stangen på dette sted. Sørg for, at de er helt inde på stopstængerne eller fangpladen.
   - SQUATS UDFØRT I ET SMITH-STATIV: SÆT ALDRIG STOPPENE UNDER DEN HØJDE, DER ER ANGIVET PÅ UDSTYRET.
   - Sæt vægte på stangen, og udfør øvelsen omhyggeligt.
8. FJERN IKKE DENNE MÆRKAT. UDSKIFT DEN, HVIS DEN ER BESKADIGET ELLER ULÆSELIG.

PRODUKTINFORMATION

KORREKT BRUG

1. Overskrid ikke vægtgrænserne for træningsenheden.
2. Indstil sikkerhedsstopklodserne til en passende højde (hvis relevant).
3. Indstil sædepuder, benpuder, fodpuder, bevægelsesområde og andre justerbare mekanismer til en behagelig startposition. Sørg for, at justeringsmekanismen er helt på plads for at undgå utilsigtede bevægelser og undgå skader.
4. Sæt dig på bænken (hvis relevant), og indtag den rette position.
5. Brug ikke mere vægt under træningen, end hvad du sikkert kan løfte og kontrollere.
6. Udfør øvelserne på en kontrolleret måde.
7. Før vægtene tilbage til den fuldt understøttede startposition.

TRÆNINGSOMRÅDE



TJEKLISTE TIL VEDLIGEHOLDELSE	
HANDLING	**HYPPIGHED**
Kontrol af kabler [2]	Dagligt
Rengøring af styrestænger	Månedligt
Kontrol af hardware	Månedligt
Kontrol af ramme	To gange årligt
Rengøring af maskine	Efter behov
Rengøring af greb [1]	Efter behov
Smøring af styrestænger [3]	Efter behov

[1] Polstring og stænger bør rengøres med en mild sæbe og vand eller et rengøringsmiddel uden salmiakspiritus.

[2] Kabler skal inspiceres for revner eller flosser og udskiftes straks, hvis de viser tegn på beskadigelse. Hvis kablet sidder overdrevent løst, bør det strammes uden at løfte hovedpladen.

[3] Styrestænger bør ikke smøres med smøremidler med teflon. Kom smøremidlet på en bomuldsklud, og smør det på styrestængerne.

PRODUKTSPECIFIKATIONER	
Maks. Brugervægt	150 kg / 330 lbs.
Maks. Træningsvægt	2 x 125 kg / 2 x 275 lbs.
Produktets Vægt	100 kg / 220 lbs.
Udvendige mål (L x B x H)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3 x 53,7 x 57,1 tommer
Antal vægtopbevaringshorn	4
Maks. pladekapacitet for vægtopbevaringshorn	4-55 lbs. (25 kg) plader / horn (16 plader i alt)

* Sørg for en afstandsbredde på mindst 0,6 meter (24 tommer) for at få adgang til og plads omkring Vision-udstyr til styrketræning. Bemærk, at ADA (Americans with Disabilities Act) anbefaler en afstandsbredde på mindst 0,91 meter (36 tommer) for personer i kørestole.

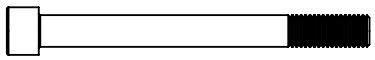
MONTERING

SPÆND LØST TIL
Spænd al hardware løst til i dette trin. Spænd IKKE fast. Nogle komponenter kan kræve formontering og/eller justering under monteringsprocessen.

SPÆND FAST
Spænd al hardware fast i dette trin.

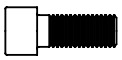
visionfitness.com

15 M12X125



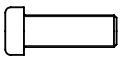
x16

16 M12X30



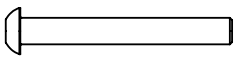
x16

17 M12X35



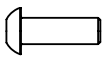
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



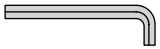
x24

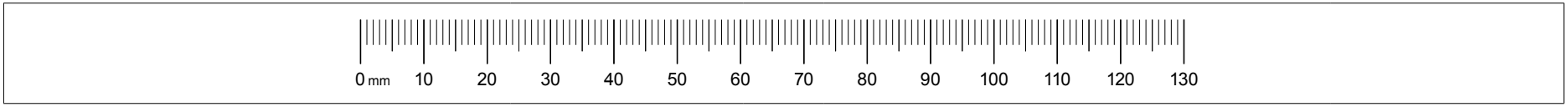
24 M10



x4

PÅKRÆVET VÆRKTØJ TIL SAMLING (ikke inkluderet)

4MM L-formet unbrakonøgle		Phillips-skruetrækker	
5MM L-formet unbrakonøgle		13 mm dobbelt gaffelnøgle	
6MM L-formet unbrakonøgle		17 mm dobbelt gaffelnøgle	
8MM L-formet unbrakonøgle		19 mm dobbelt gaffelnøgle	

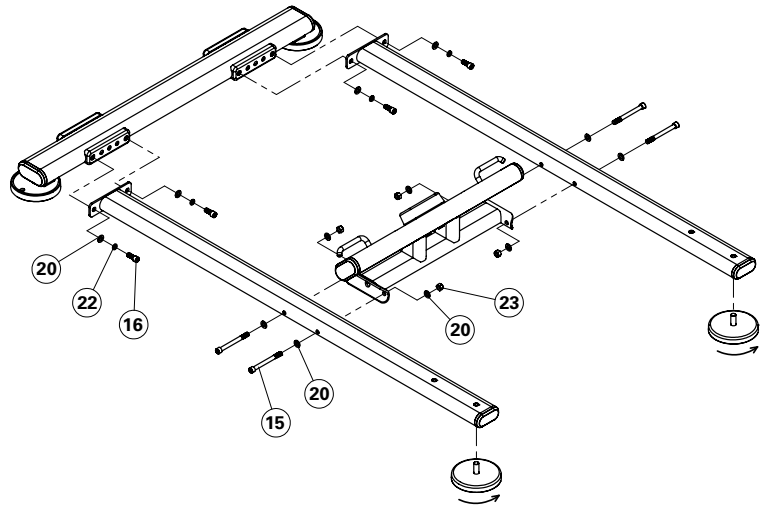


MONTERING

1

(15) M12X125	(16) M12X30	(20) M12	(22) M12	(23) M12
x4	x4	x12	x4	x4

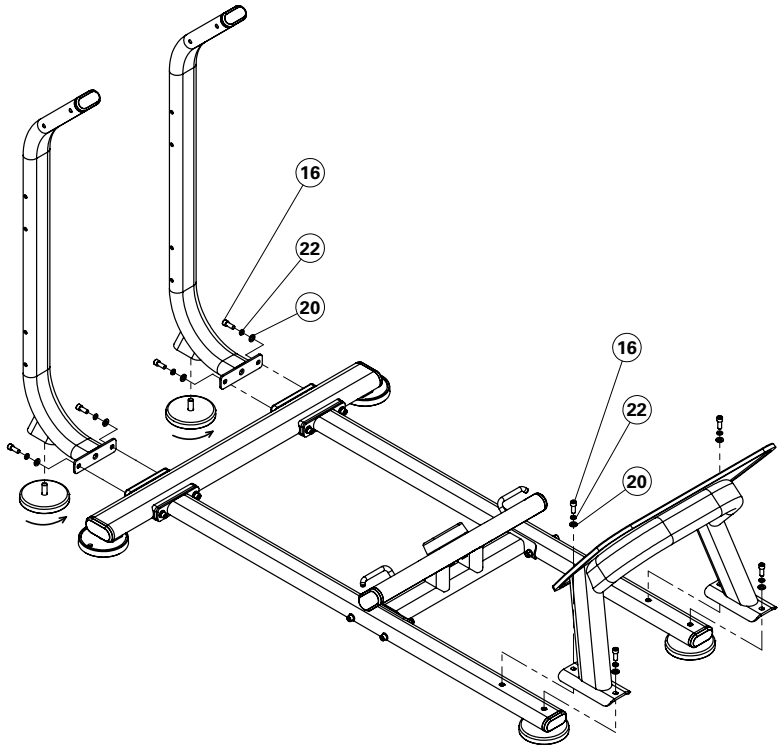
Spænd løst til



2

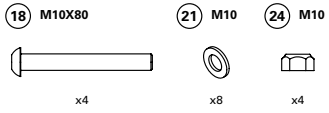
(16) M12X30	(20) M12	(22) M12
x8	x8	x8

Spænd løst til

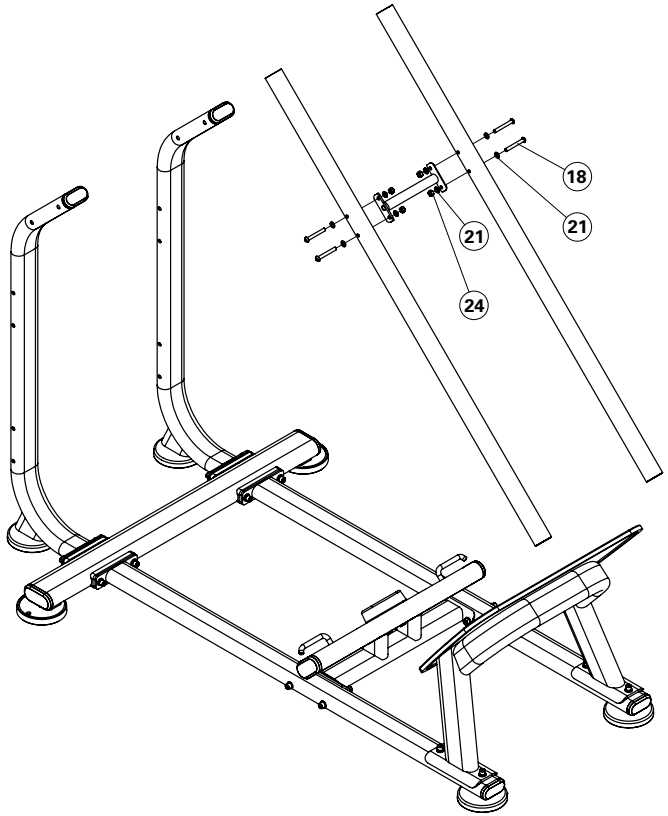


MONTERING

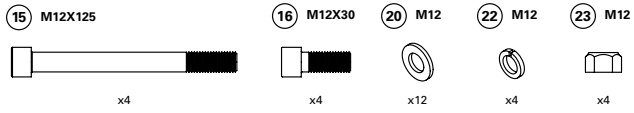
3



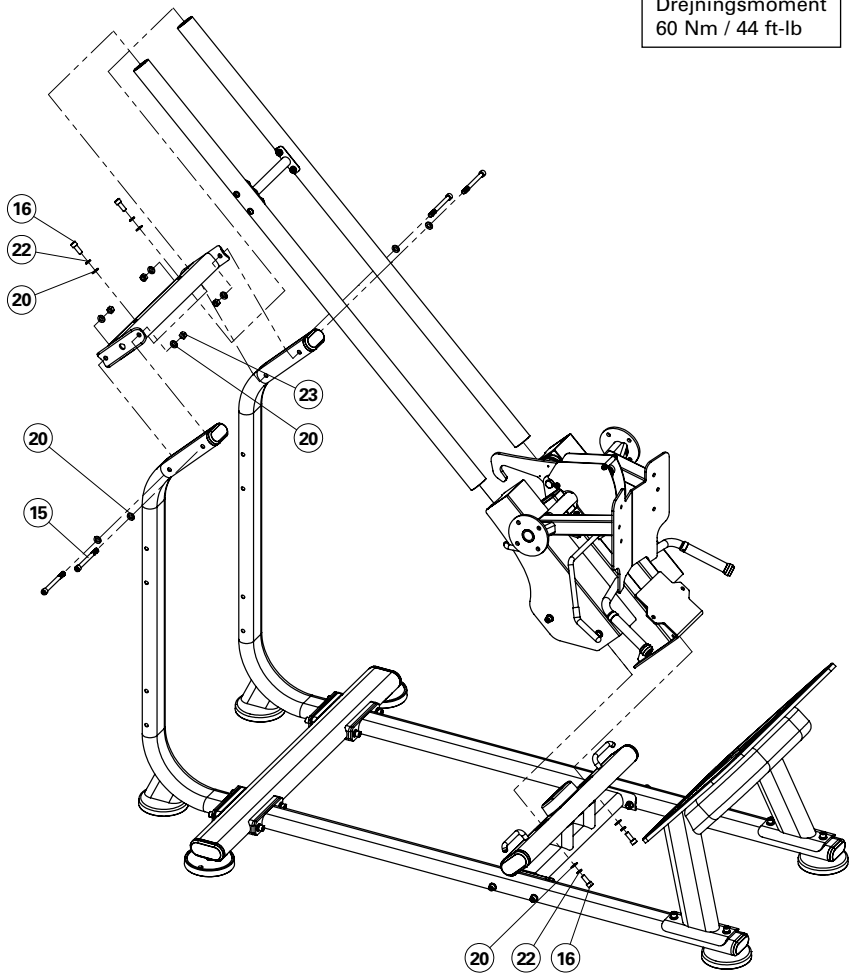
Spænd løst til
Drejningsmoment
60 Nm / 44 ft-lb



4

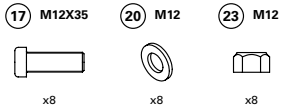


Spænd fast
Drejningsmoment
60 Nm / 44 ft-lb

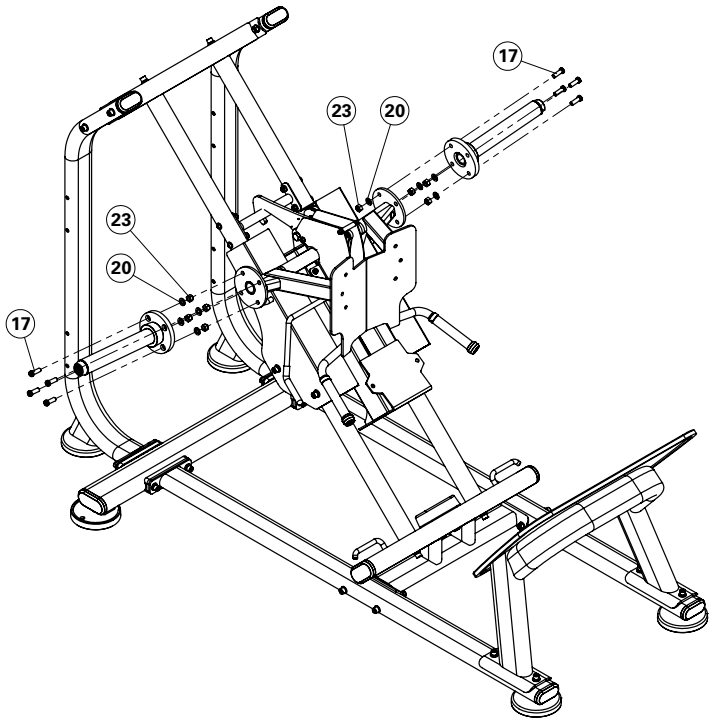


MONTERING

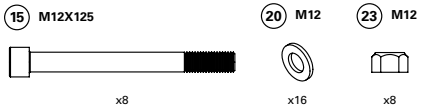
5



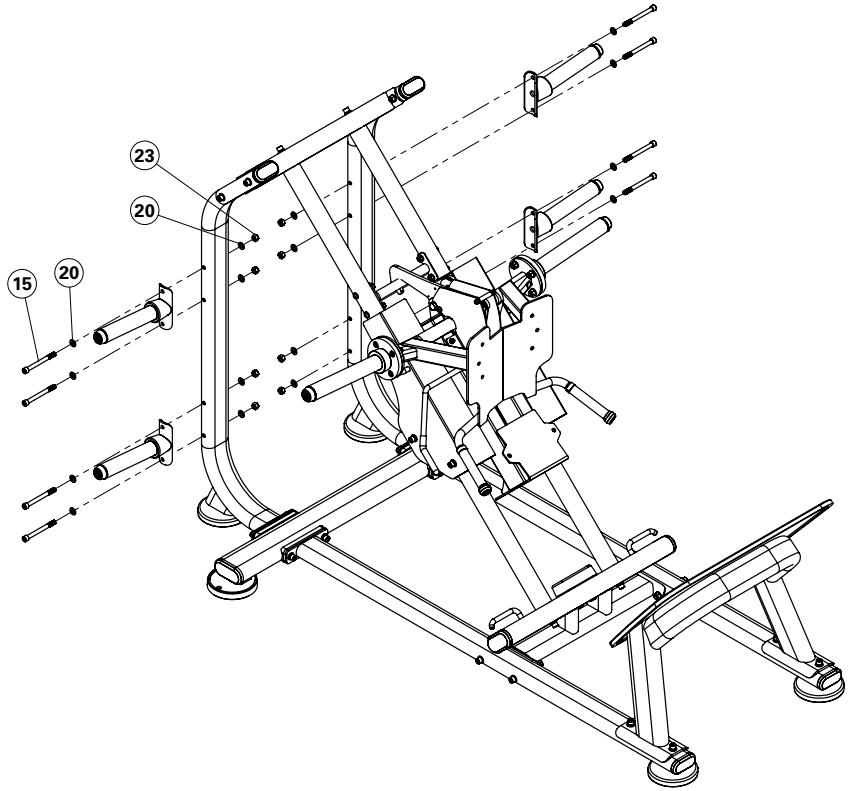
Spænd fast
Drejningsmoment
60 Nm / 44 ft-lb



6



Spænd fast



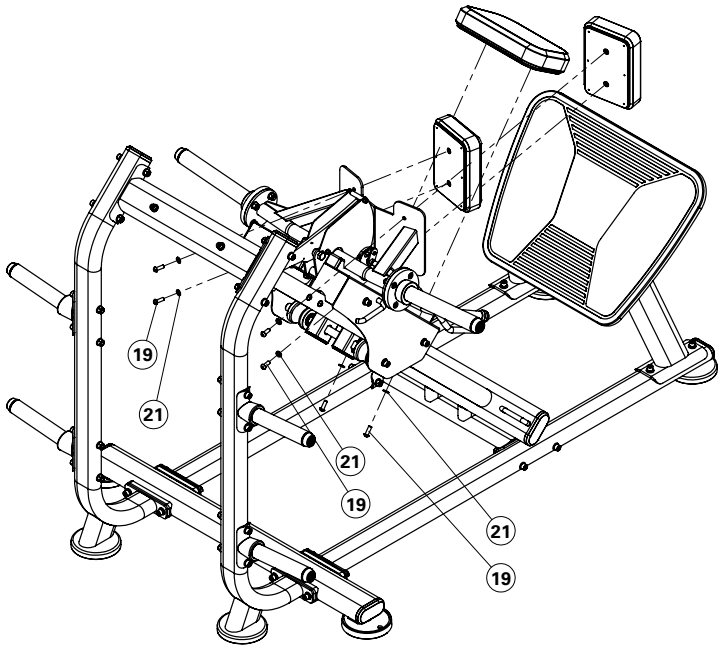
MONTERING

7

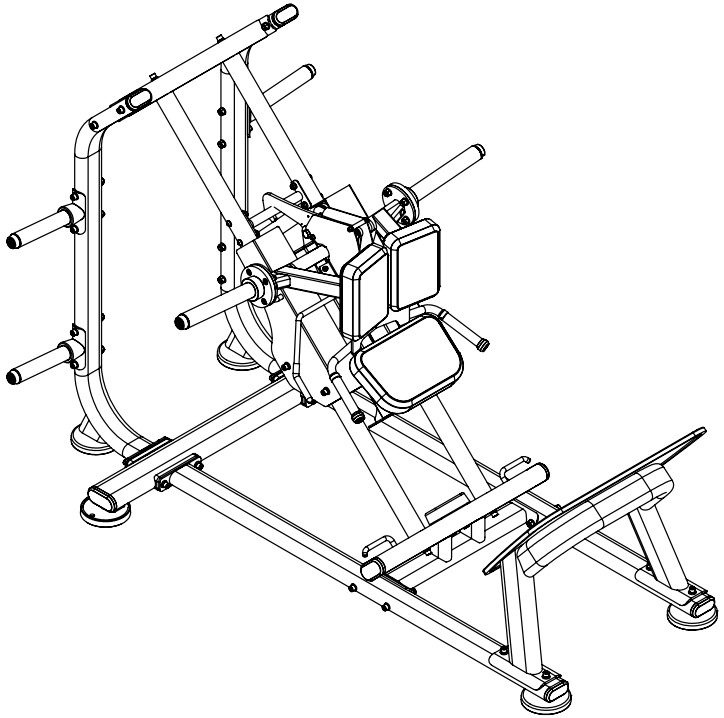
(19) M10X30 x6

(21) M10 x6

Spænd fast
Drejningsmoment
20 Nm / 15 ft-lb



MONTERINGEN ER FÆRDIG



INFORMATION SUR LES PRODUITS

INFORMATIONS IMPORTANTES SUR LA SÉCURITÉ

Il est de la responsabilité exclusive de l'acheteur des produits Vision d'informer toutes les personnes, qu'il s'agisse de l'utilisateur final ou du personnel chargé de la supervision, de l'utilisation appropriée de l'équipement.

Il est recommandé que tous les utilisateurs d'appareils d'exercice Vision soient informés des instructions suivantes avant de les utiliser.

N'utilisez aucun équipement d'une manière autre que celle conçue ou prévue par le fabricant. Il est impératif que le matériel Vision soit utilisé correctement pour éviter les blessures.

INSTALLATION

1. SURFACE STABLE ET DE NIVEAU : L'équipement d'exercice Vision doit être installé sur une base stable et correctement nivelé.
2. **FIXATION DE L'ÉQUIPEMENT : Le fabricant recommande de fixer tous les équipements de force Vision stationnaire au sol afin de les stabiliser et d'empêcher tout basculement ou renversement. Cela doit être effectué par un entrepreneur agréé.**
3. Vous ne devez en aucun cas faire glisser l'équipement sur le sol en raison du risque de basculement. Utilisez les techniques et l'équipement de manutention appropriés recommandés par OSHA.

   Tous les points d'ancrage doivent pouvoir supporter 340 kilos (750 livres). Force d'arrachement (3,3 kN).

ENTRETIEN

1. N'utilisez PAS un équipement endommagé ni des pièces usées ou cassées. N'utilisez que des pièces de rechange fournies par votre revendeur local Vision.
2. MAINTENANCE DES ÉTIQUETTES ET DES PLAQUES SIGNALÉTIQUES : Ne retirez les étiquettes sous aucun prétexte. Elles contiennent des informations importantes. Si elles sont illisibles ou manquantes, contactez votre revendeur Vision pour un remplacement.
3. MAINTENANCE DE TOUS LES ÉQUIPEMENTS : La maintenance préventive est la clé pour assurer le bon fonctionnement de l'équipement et minimiser votre responsabilité. L'équipement doit être inspecté à intervalles réguliers.
4. Assurez-vous que toute personne effectuant des ajustements ou des opérations de maintenance / réparation de quelque nature que ce soit est qualifiée pour le faire.

NOTES COMPLÉMENTAIRES

Cet équipement ne doit être utilisé que dans des zones surveillées où l'accès et le contrôle sont spécifiquement réglementés par le propriétaire. Il appartient au propriétaire de déterminer qui est autorisé à accéder à cet équipement d'entraînement. Le propriétaire doit prendre en compte le degré de fiabilité, l'âge, l'expérience, etc. de l'utilisateur.

Cet équipement d'entraînement est conforme aux normes du secteur en matière de stabilité lorsqu'il est utilisé aux fins prévues, conformément aux instructions fournies par le fabricant.

Cet équipement est destiné à une utilisation en intérieur uniquement. Cet équipement d'entraînement est un produit de classe S (conçu pour une utilisation dans un environnement commercial tel qu'un centre de fitness). Cet équipement d'entraînement est conforme aux normes EN ISO 20957-1:2013 et EN ISO 20957-2:2021.



Veuillez lire attentivement toutes les instructions avant utilisation et les conserver pour référence future.



AVERTISSEMENT : Risque d'écrasement des mains.

DÉBALLAGE

Merci d'avoir acheté un produit Vision Fitness. Il a été inspecté avant d'être emballé. Il a été expédié en plusieurs pièces pour faciliter l'emballage de la machine. Avant l'assemblage, confirmez tous les composants en les faisant correspondre aux schémas éclatés. Déballez soigneusement l'unité de cette boîte et jetez les matériaux d'emballage conformément à la législation en vigueur. L'appareil d'entraînement doit être assemblé par une équipe de montage qualifiée ou être préassemblé avant la livraison.

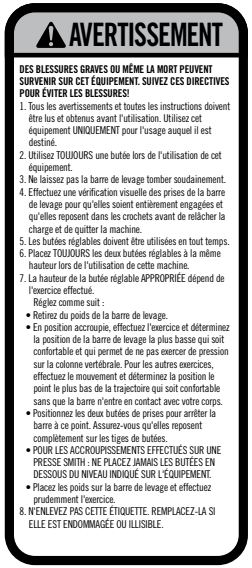
ATTENTION

Pour ne pas vous blesser et éviter d'endommager les composants du châssis, assurez-vous de bénéficier d'une assistance adéquate pour retirer les éléments du châssis de cette boîte. Veillez à installer l'équipement sur une base stable et à mettre la machine correctement à niveau. Assurez une largeur de dégagement minimale de 0,6 mètre (24 po) pour l'accès aux équipements de force Vision et leur contournement. Veuillez noter que 0,91 mètre (36") est la largeur de dégagement recommandée par l'ADA pour les personnes en fauteuil roulant.

GARANTIE

En tant que promesse de qualité, Vision offre des garanties sur tout ce que nous fabriquons. Contactez votre revendeur agréé Vision local pour savoir comment nous protégeons votre vision de la condition physique aujourd'hui, demain et dans les années à venir.





INFORMATION SUR LES PRODUITS

UTILISATION APPROPRIÉE

1. Ne dépassez jamais les limites de poids de l'appareil d'exercice.
2. Le cas échéant, réglez les arrêts de sécurité à la hauteur appropriée.
3. Le cas échéant, ajustez les coussinets de siège, de jambes et de pieds, le réglage de l'amplitude de mouvement ou tout autre type de mécanisme de réglage à une position de départ confortable. Assurez-vous que le mécanisme de réglage est complètement engagé pour empêcher tout mouvement involontaire et éviter les blessures.
4. Asseyez-vous sur un banc (le cas échéant) et placez-vous dans la position appropriée pour faire de l'exercice.
5. Entraînez-vous en n'utilisant jamais plus de poids que vous ne pouvez en soulever et contrôler en toute sécurité.
6. Effectuez les exercices de manière contrôlée.
7. Ramenez le poids à sa position de départ entièrement supportée.

LISTE DE CONTRÔLE DE MAINTENANCE

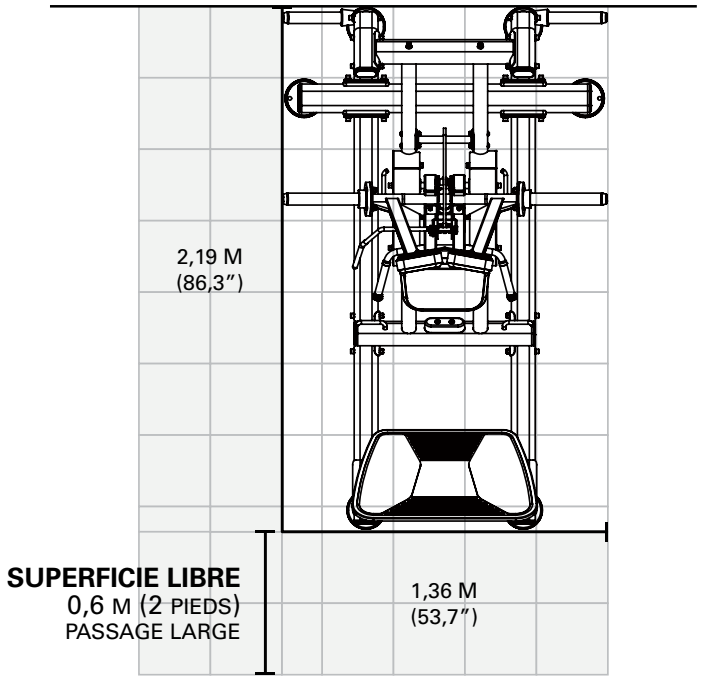
ACTION	FRÉQUENCE
Inspection des câbles [2]	Quotidiennement
Nettoyage des tiges de guidage	Mensuellement
Inspection du matériel	Mensuellement
Inspection du châssis	Biannuellement
Nettoyage de la machine	Lorsque le besoin s'en fait sentir
Nettoyage des poignées [1]	Lorsque le besoin s'en fait sentir
Lubrification des tiges de guidage [3]	Lorsque le besoin s'en fait sentir

[1] Les garnitures et les poignées doivent être nettoyées avec un savon doux et de l'eau ou un nettoyant sans ammoniaque.

[2] Les câbles doivent être inspectés pour vérifier l'absence de fissures ou de déchirures et être immédiatement remplacés le cas échéant. En cas de mou excessif, le câble doit être resserré sans soulever la plaque de tête.

[3] Les tiges de guidage doivent être lubrifiées avec un lubrifiant à base de téflon. Appliquez le lubrifiant sur un chiffon en coton, puis frottez les tiges de guidage de haut en bas.

SUPERFICIE D'ENTRAÎNEMENT



SPÉCIFICATIONS DU PRODUIT

Poids max. de l'utilisateur	150 kg / 330 lbs.
Poids max. d'entraînement	2 x 125 kg / 2 x 275 lbs.
Poids du produit	100 kg / 220 lbs.
Dimensions hors-tout (lo. x la. x ha.)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3" x 53,7" x 57,1""
Quantité de cornes de stockage de poids	4
Capacité de plaque max. des cornes de stockage de poids	Plaques de 4-55 livres (25 kg) / corne (16 plaques en tout)

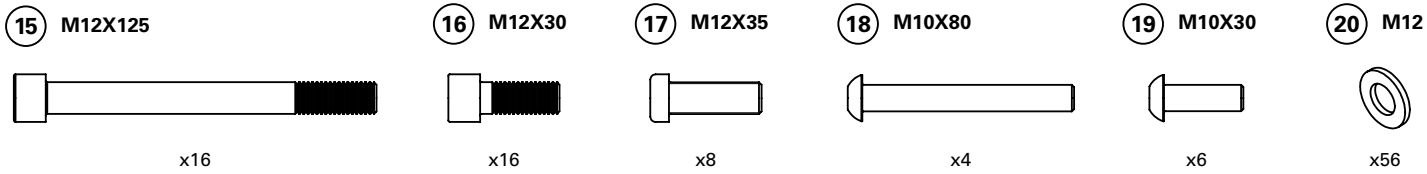
* Assurez une largeur de dégagement minimale de 0,6 mètre (24 po) pour l'accès aux équipements de force Vision et leur contournement. Veuillez noter que 0,91 mètre (36") est la largeur de dégagement recommandée par l'ADA pour les personnes en fauteuil roulant.

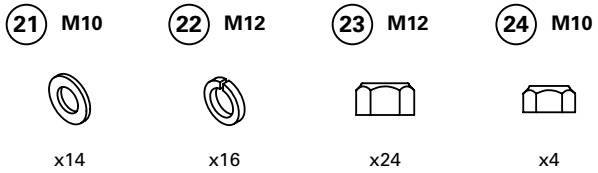
MONTAGE

VISSER SANS SERRER
À cette étape, visser sans serrer tous les éléments. NE PAS visser totalement. Certains composants peuvent exiger un pré-assemblage ou un alignement pendant le processus d'assemblage.

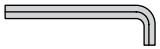
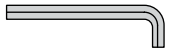
VISSER TOTALEMENT
À cette étape, visser complètement tous les éléments.

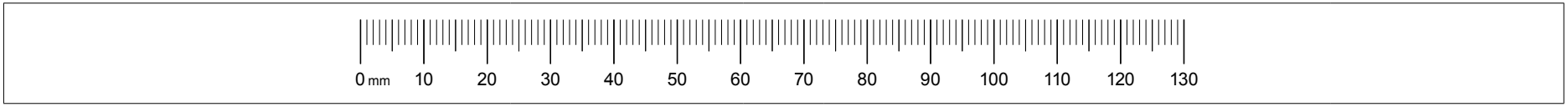
visionfitness.com





OUTILS REQUIS POUR L'ASSEMBLAGE (non inclus)

Clé Allen en forme de L de 4 MM		Tournevis cruciforme	
Clé Allen en forme de L de 5 MM		Clé à fourche 13 MM	
Clé Allen en forme de L de 6 MM		Clé à fourche 17MM	
Clé Allen en forme de L de 8 MM		Clé à fourche 19 MM	

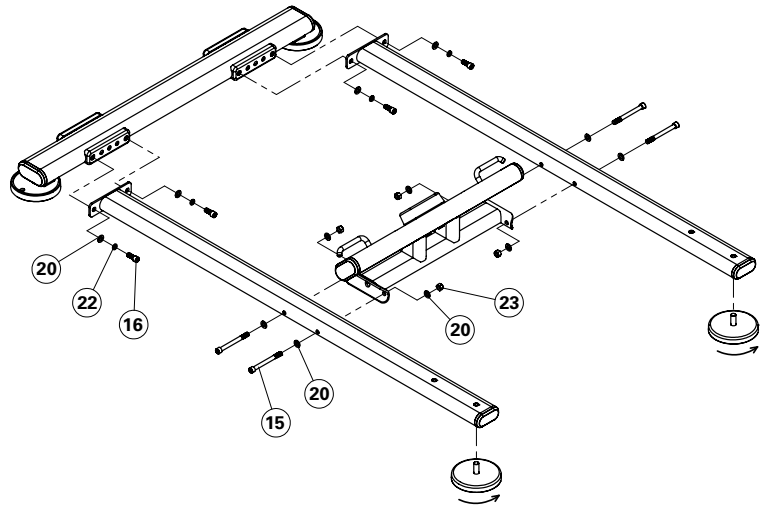


MONTAGE

1

(15) M12X125 x4 | (16) M12X30 x4 | (20) M12 x12 | (22) M12 x4 | (23) M12 x4

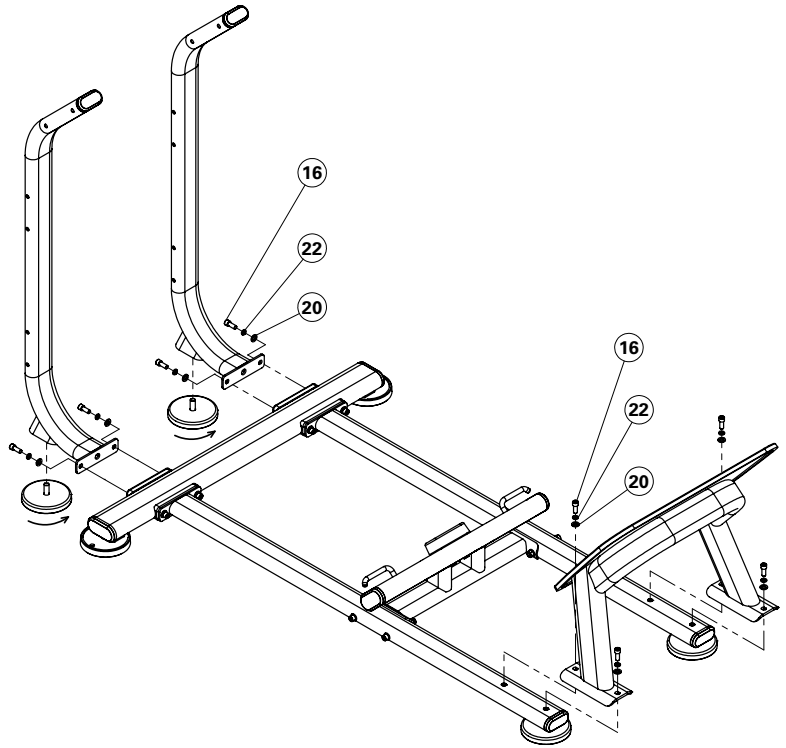
Visser sans serrer



2

(16) M12X30 x8 | (20) M12 x8 | (22) M12 x8

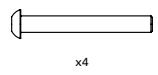
Visser sans serrer



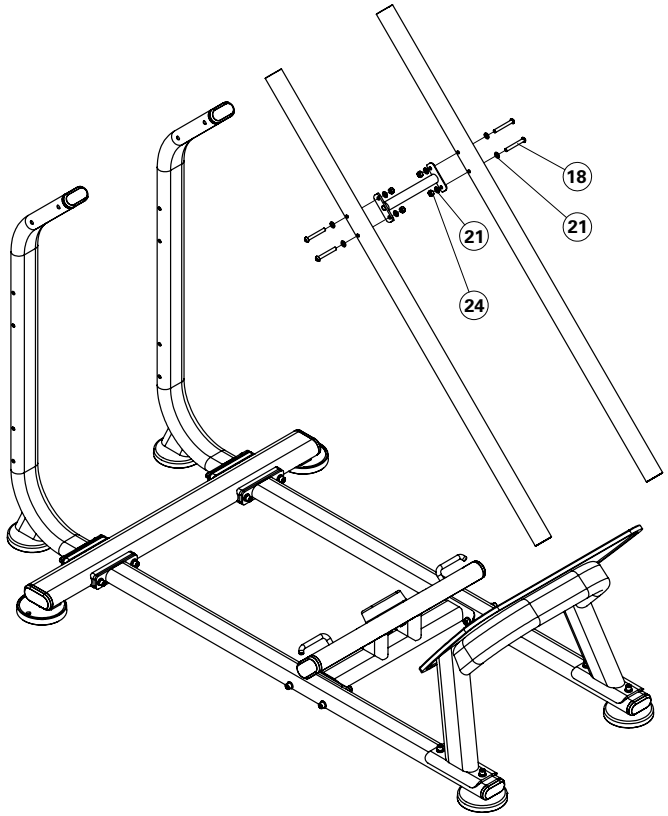
MONTAGE

3

(18) M10X80 x4 (21) M10 x8 (24) M10 x4

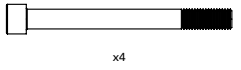


Visser sans serrer
Valeur de couple
40 Nm / 30 pieds / livres

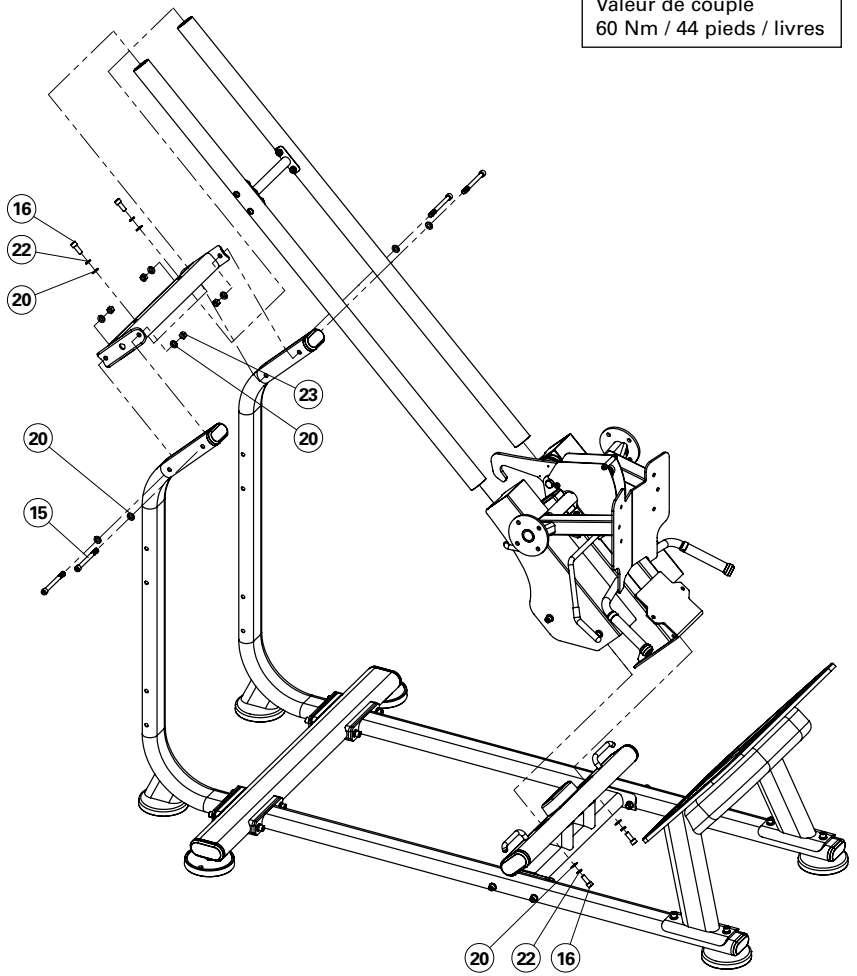


4

(15) M12X125 x4 (16) M12X30 x4 (20) M12 x12 (22) M12 x4 (23) M12 x4

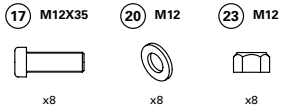


Visser totalement
Valeur de couple
60 Nm / 44 pieds / livres

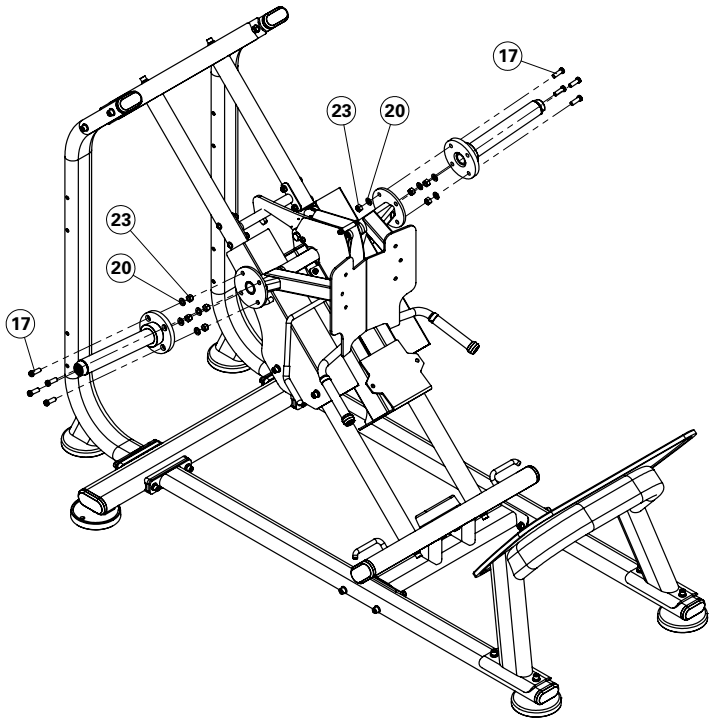


MONTAGE

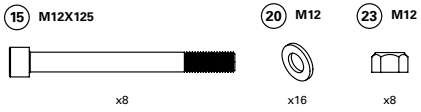
5



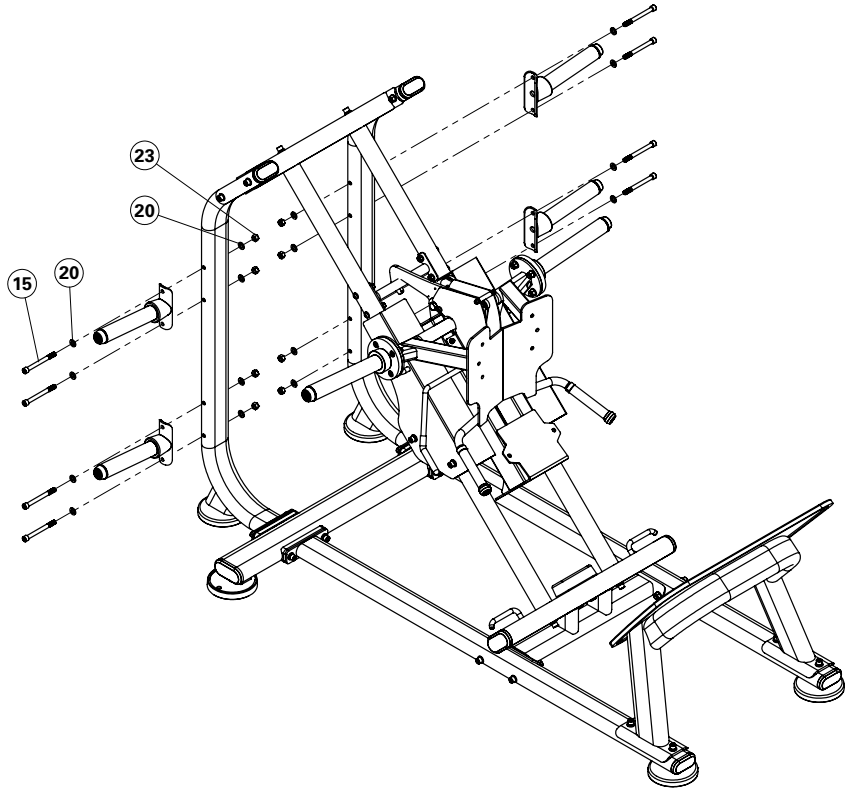
Visser totalement
Valeur de couple
60 Nm / 44 pieds / livres



6



Visser totalement

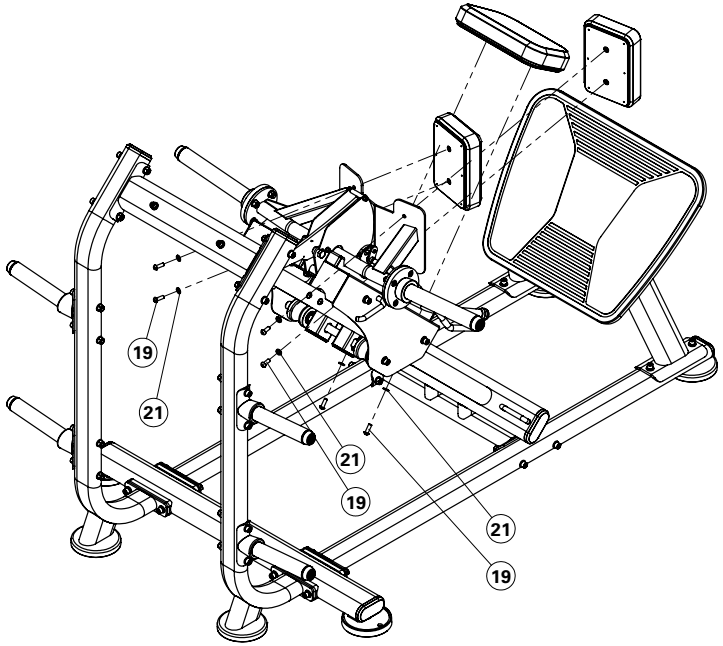


MONTAGE

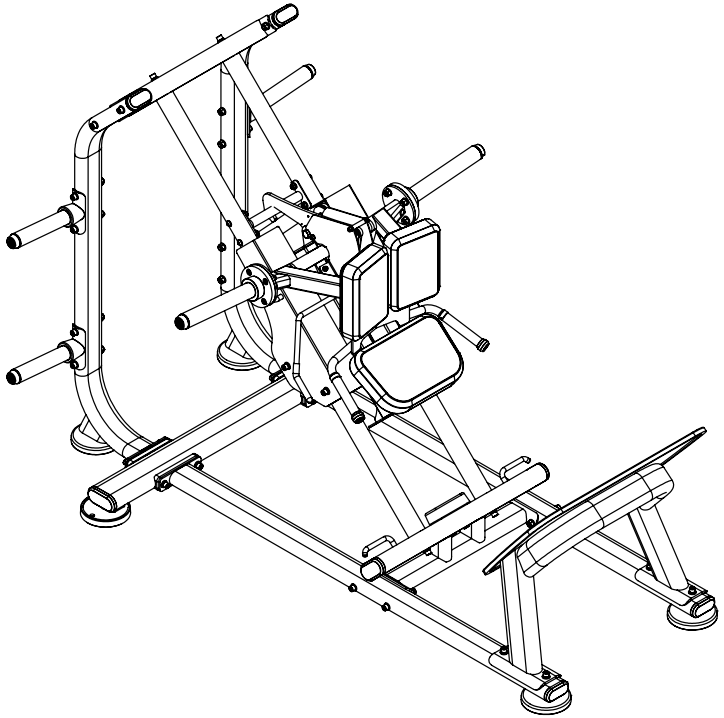
7



Visser totalement
Valeur de couple
20 Nm / 15 pieds / livres



L'ASSEMBLAGE EST TERMINÉ



INFORMACIÓN SOBRE EL PRODUCTO

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE SEGURIDAD

El comprador de productos Vision tiene la obligación de instruir a todas las personas, tanto a los usuarios finales como al personal de supervisión, en lo relativo al uso adecuado del equipo.

Se recomienda comunicar la siguiente información a todos los usuarios del equipo de ejercicio Vision antes de que empiecen a utilizarlo.

No utilice los equipos de ninguna otra forma que no sea la diseñada o prevista por parte del fabricante. Para evitar lesiones, es imprescindible utilizar correctamente el equipo Vision.

INSTALACIÓN

1. SUPERFICIE ESTABLE Y NIVELADA: el equipo de ejercicio Vision debe instalarse sobre una base estable y que esté nivelada correctamente.
2. **EQUIPO DE SUJECIÓN: el fabricante recomienda sujetar al suelo todos los equipos de entrenamiento de fuerza fijos Vision para estabilizarlos y que no se balanceen o vuelquen. Esta tarea deberá asignarse a un contratista que posea las licencias adecuadas.**
3. No arrastre en ningún caso el equipo por el suelo, ya que existe el riesgo de que vuelque. Utilice los equipos y las técnicas de manipulación del material recomendadas por la agencia para la seguridad y la salud en el trabajo (OSHA).

   Todos los puntos de anclaje deben tener capacidad suficiente para soportar una fuerza de tracción de 750 lb (3,3 kN).

MANTENIMIENTO

1. No utilice NUNCA un equipo que esté dañado o tenga piezas desgastadas o rotas. Utilice solo piezas de repuesto suministradas por el distribuidor local de Vision en su país.
2. CONSERVE LAS ETIQUETAS Y PLACAS DE IDENTIFICACIÓN: No quite las etiquetas en ningún caso. Contienen información importante. En caso de que falten o no se puedan leer, póngase en contacto con el distribuidor de Vision para obtener repuestos.
3. REALICE EL MANTENIMIENTO DE TODO EL EQUIPO: El mantenimiento preventivo es esencial para que el equipo funcione correctamente, así como para reducir al mínimo su responsabilidad. El equipo se debe someter a una inspección de forma periódica.
4. Asegúrese de que todas las personas que realizan ajustes o efectúan tareas de mantenimiento o reparación de cualquier tipo en el equipo estén cualificadas para ello.

NOTAS ADICIONALES

Este equipo solo se debe utilizar en zonas que se encuentren bajo supervisión y en las cuales el propietario regule específicamente el acceso y el control. El propietario deberá determinar a quién se le permite acceder a este equipo de entrenamiento. El propietario debe contemplar los siguientes aspectos sobre los usuarios- grado de fiabilidad, edad, experiencia, etc.

Este equipo de entrenamiento se ajusta a las normas de estabilidad de la industria cuando se utiliza para su finalidad prevista de acuerdo con las instrucciones facilitadas por el fabricante.

Este equipo está destinado únicamente para su uso en interiores. Este equipo de entrenamiento es un producto de clase S (diseñado para su uso en un entorno comercial, como una instalación deportiva). Este equipo de entrenamiento cumple las normas EN ISO 20957-1:2013 y EN ISO 20957-2:2021.



Lea atentamente todas las instrucciones antes de usarlo y consérvelas para consultarlas en el futuro.



ADVERTENCIA: Aplastamiento de manos.

DESEMBALAJE

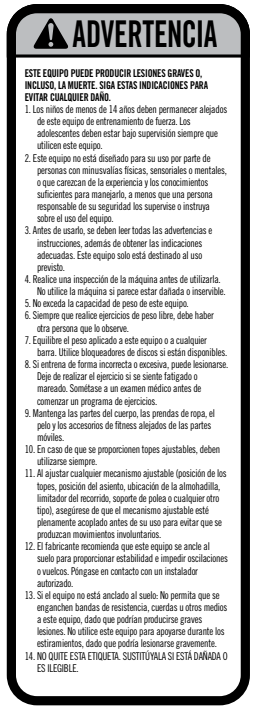
Gracias por comprar un producto de Vision Fitness. Este equipo se revisa antes de empaquetarlo y se envía desmontado en múltiples piezas para facilitar un embalaje compacto de la máquina. Antes de proceder con el montaje, confirme que se han incluido todos los componentes comparándolos con las piezas de los diagramas de despiece. Saque con cuidado la unidad de la caja y deseche los materiales del embalaje de acuerdo con lo exigido por la legislación local. Debe ocuparse de montar el dispositivo de ejercicios un equipo capacitado o bien debe montarse previamente al envío.

PRECAUCIÓN

Para evitar posibles lesiones y daños a los componentes del bastidor, asegúrese de disponer de la ayuda adecuada al retirar las piezas del bastidor de la caja. Asegúrese de instalar el equipo en una base estable y de nivelar correctamente la máquina. Asegúrese de dejar una distancia de separación mínima de 0,6 m (24 in) para el acceso y el paso en torno al equipo de entrenamiento de fuerza Vision. Tenga en cuenta que la distancia de paso recomendada por la ley sobre personas con discapacidad de los Estados Unidos (ADA, por sus siglas en inglés) para las personas que utilizan silla de ruedas es de 0,91 metros (36 in).

GARANTÍA

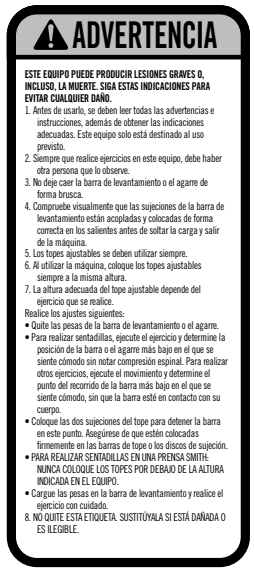
Como muestra de nuestro compromiso de calidad con usted, Vision proporciona una garantía de todos sus productos. Póngase en contacto con el distribuidor local autorizado de Vision para descubrir cómo protegemos su forma de entender el fitness hoy, mañana y en los próximos años.



ADVERTENCIA

ESTE EQUIPO PUEDE PRODUCIR LESIONES GRAVES O, INCLUSO, LA MUERTE. SIGA ESTAS INDICACIONES PARA EVITAR CUALQUIER DAÑO.

1. Los niños de menos de 14 años deben permanecer alejados de este equipo de entrenamiento de fuerza. Los adolescentes deben estar bajo supervisión siempre que utilicen este equipo.
2. Este equipo no está diseñado para su uso por parte de personas con minusvalías físicas, sensoriales o mentales, o que carezcan de la experiencia y los conocimientos suficientes para manejarlo, a menos que una persona responsable de su seguridad los supervise o instruya sobre el uso del equipo.
3. Antes de usarlo, se deben leer todas las advertencias e instrucciones, además de obtener las indicaciones adecuadas. Este equipo solo está destinado al uso previsto.
4. Realice una inspección de la máquina antes de utilizarla. No utilice la máquina si parece estar dañada o inservible.
5. No exceda la capacidad de peso de este equipo.
6. Siempre que realice ejercicios de peso libre, debe haber otra persona que lo observe.
7. Equilibre el peso aplicado a este equipo o a cualquier barra. Utilice bloqueadores de discos si están disponibles.
8. Si entrena de forma incorrecta o excesiva, puede lesionarse. Deje de realizar el ejercicio si se siente fatigado o mareado. Sométase a un examen médico antes de comenzar un programa de ejercicios.
9. Mantenga las partes del cuerpo, las prendas de ropa, el pelo y los accesorios de fitness alejados de las partes móviles.
10. En caso de que se proporcionen topes ajustables, deben utilizarse siempre.
11. Al ajustar cualquier mecanismo ajustable (posición de los topes, posición del asiento, ubicación de la almohadilla, limitador del recorrido, soporte de polea o cualquier otro tipo), asegúrese de que el mecanismo ajustable esté plenamente acoplado antes de su uso para evitar que se produzcan movimientos involuntarios.
12. El fabricante recomienda que este equipo se ancle al suelo para proporcionar estabilidad e impedir oscilaciones o vuelcos. Póngase en contacto con un instalador autorizado.
13. Si el equipo no está anclado al suelo: No permita que se enganchen bandas de resistencia, cuerdas u otros medios a este equipo, dado que podrían producirse graves lesiones. No utilice este equipo para apoyarse durante los estiramientos, dado que podría lesionarse gravemente.
14. NO QUITE ESTA ETIQUETA. SUSTITÚYALA SI ESTÁ DAÑADA O ES ILEGIBLE.



ADVERTENCIA

ESTE EQUIPO PUEDE PRODUCIR LESIONES GRAVES O, INCLUSO, LA MUERTE. SIGA ESTAS INDICACIONES PARA EVITAR CUALQUIER DAÑO.

1. Antes de usarlo, se deben leer todas las advertencias e instrucciones, además de obtener las indicaciones adecuadas. Este equipo solo está destinado al uso previsto.
2. Siempre que realice ejercicios en este equipo, debe haber otra persona que lo observe.
3. No deje caer la barra de levantamiento o el agarre de forma brusca.
4. Compruebe visualmente que las sujeciones de la barra de levantamiento están acopladas y colocadas de forma correcta en los salientes antes de soltar la carga y salir de la máquina.
5. Los topes ajustables se deben utilizar siempre.
6. Al utilizar la máquina, coloque los topes ajustables siempre a la misma altura.
7. La altura adecuada del tope ajustable depende del ejercicio que se realice.

Realice los ajustes siguientes:

- Quite las pesas de la barra de levantamiento o el agarre.
- Para realizar sentadillas, ejecute el ejercicio y determine la posición de la barra o el agarre más bajo en el que se siente cómodo sin notar compresión espinal. Para realizar otros ejercicios, ejecute el movimiento y determine el punto del recorrido de la barra más bajo en el que se siente cómodo, sin que la barra esté en contacto con su cuerpo.
- Coloque las dos sujeciones del tope para detener la barra en este punto. Asegúrese de que estén colocadas firmemente en las barras de tope o los discos de sujeción.
- PARA REALIZAR SENTADILLAS EN UNA PRENSA SMITH: NUNCA COLOQUE LOS TOPES POR DEBAJO DE LA ALTURA INDICADA EN EL EQUIPO.
- Cargue las pesas en la barra de levantamiento y realice el ejercicio con cuidado.

8. NO QUITE ESTA ETIQUETA. SUSTITÚYALA SI ESTÁ DAÑADA O ES ILEGIBLE.

INFORMACIÓN SOBRE EL PRODUCTO

USO CORRECTO

1. No supere los límites de peso del dispositivo de ejercicios.
2. Cuando corresponda, coloque topes de seguridad a la altura adecuada.
3. Cuando corresponda, ajuste las almohadillas del asiento, las almohadillas para las piernas, las almohadillas para los pies, el rango de movimiento o cualquier otro tipo de mecanismo de ajuste hasta que se encuentre en una posición inicial que le resulte cómoda. Asegúrese de que el mecanismo de ajuste esté totalmente acoplado para evitar movimientos no intencionados y posibles lesiones.
4. Siéntese en el banco (cuando corresponda) y colóquese en una posición adecuada para realizar el ejercicio.
5. No realice los ejercicios utilizando más peso del que es capaz de levantar y controlar de manera segura.
6. Realice los ejercicios de manera controlada.
7. Vuelva a colocar el peso en la posición inicial totalmente apoyada.

LISTA DE COMPROBACIÓN DE MANTENIMIENTO

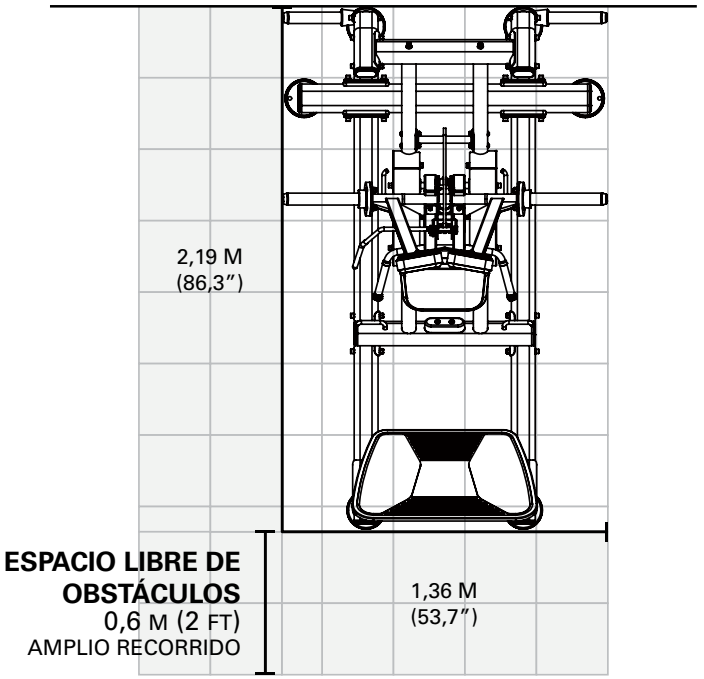
ACCIÓN	FRECUENCIA
Inspección de los cables[2]	A diario
Limpieza de las barras guía	Mensual
Inspección de la tornillería	Mensual
Inspección del bastidor	Bianual
Limpieza de la máquina	En función de las necesidades
Limpieza de los agarres [1]	En función de las necesidades
Lubricación de las barras guía [3]	En función de las necesidades

[1] La tapicería y los puños deberán limpiarse con agua y un jabón suave o con un limpiador con una base que no sea amoníaco.

[2] Deben analizarse los cables para comprobar que no haya grietas ni desgaste y deben sustituirse inmediatamente de ser el caso. Si existe un tiempo de actividad excesivo, debe apretarse el cable sin levantar la placa del cabezal.

[3] Las barras guía deberán lubricarse con un lubricante con base de teflón. Aplique el lubricante en un trapo de algodón y, a continuación, páselo por toda la superficie de las barras guía.

ZONA DE ENTRENAMIENTO



ESPECIFICACIONES DEL PRODUCTO

Peso máximo del usuario	150 kg / 330 lb
Peso máximo de entrenamiento	2 x 125 kg / 2 x 275 lb
Peso del producto	100 kg / 220 lb
Dimensiones generales (largo x ancho x alto)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3 x 53,7 x 57,1 in
Número de soportes para guardar pesas	4
Máx. capacidad de la placa de la bocina de almacenamiento de peso	4-55 lbs. (25 kg) placas / soportes (16 placas en total)

* Asegúrese de dejar una distancia de separación mínima de 0,6 m (24 in) para el acceso y el paso en torno al equipo de entrenamiento de fuerza Vision. Tenga en cuenta que la distancia de paso recomendada por la ley sobre personas con discapacidad de los Estados Unidos (ADA, por sus siglas en inglés) para las personas que utilizan silla de ruedas es de 0,91 metros (36 in).

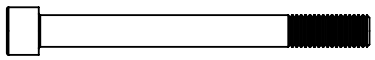
MONTAJE

APRETAR FLOJO
Apriete flojo de toda la tornillería en este paso. NO apretar del todo. Algunos componentes pueden necesitar premontaje y/o alineación durante el proceso de montaje.

APRETAR A FONDO
Apriete total de toda la tornillería en este paso.

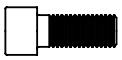
visionfitness.com

15 M12X125



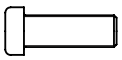
x16

16 M12X30



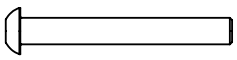
x16

17 M12X35



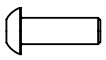
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



x24

24 M10



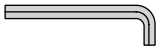
x4

HERRAMIENTAS NECESARIAS PARA EL MONTAJE (no incluidas)

Llave Allen en forma de L,4 MM



Llave Allen en forma de L,5MM



Llave Allen en forma de L, 6 MM



Llave Allen en forma de L, 8 MM



Destornillador Phillips



Llave de tuercas de boca abierta, 13 MM

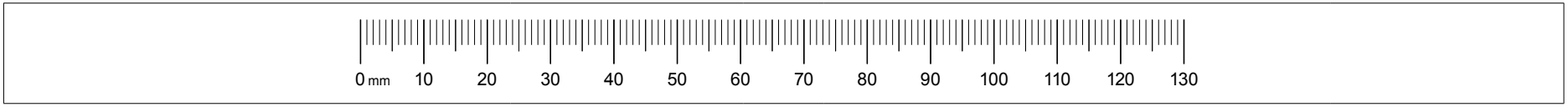


Llave de tuercas de boca abierta, 17 MM



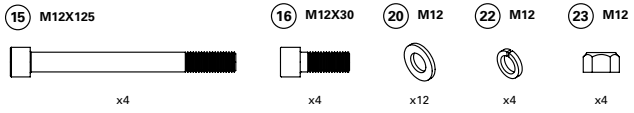
Llave de tuercas de boca abierta, 19 MM



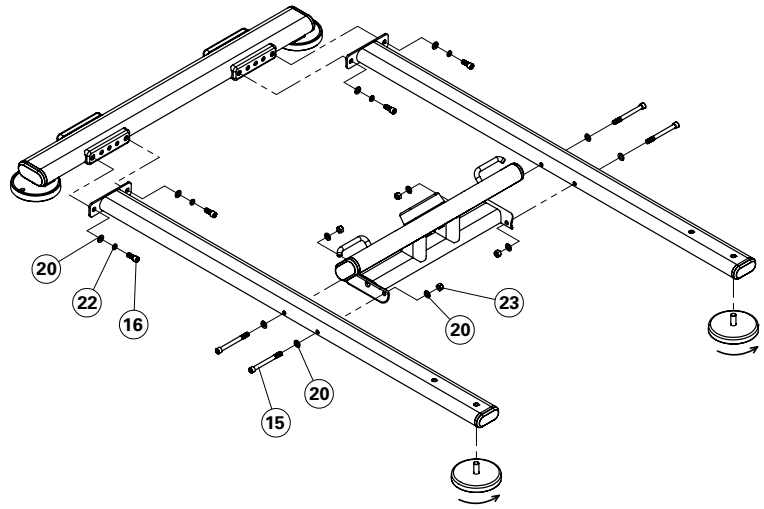


MONTAJE

1



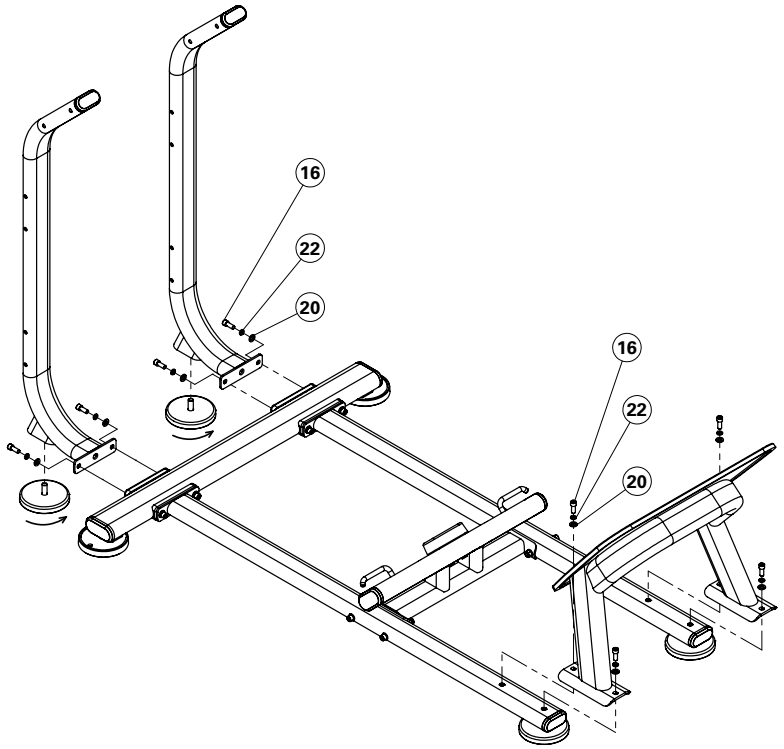
Apretar flojo



2



Apretar flojo



MONTAJE

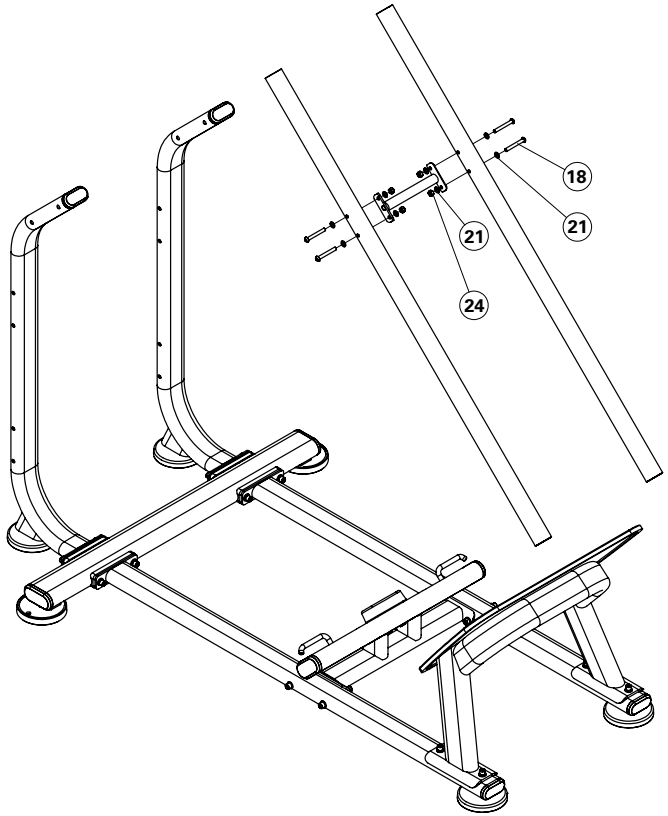
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

Apretar flojo
Torque Value
40 Nm / 30 ft-lbs.



4

(15) M12X125 x4

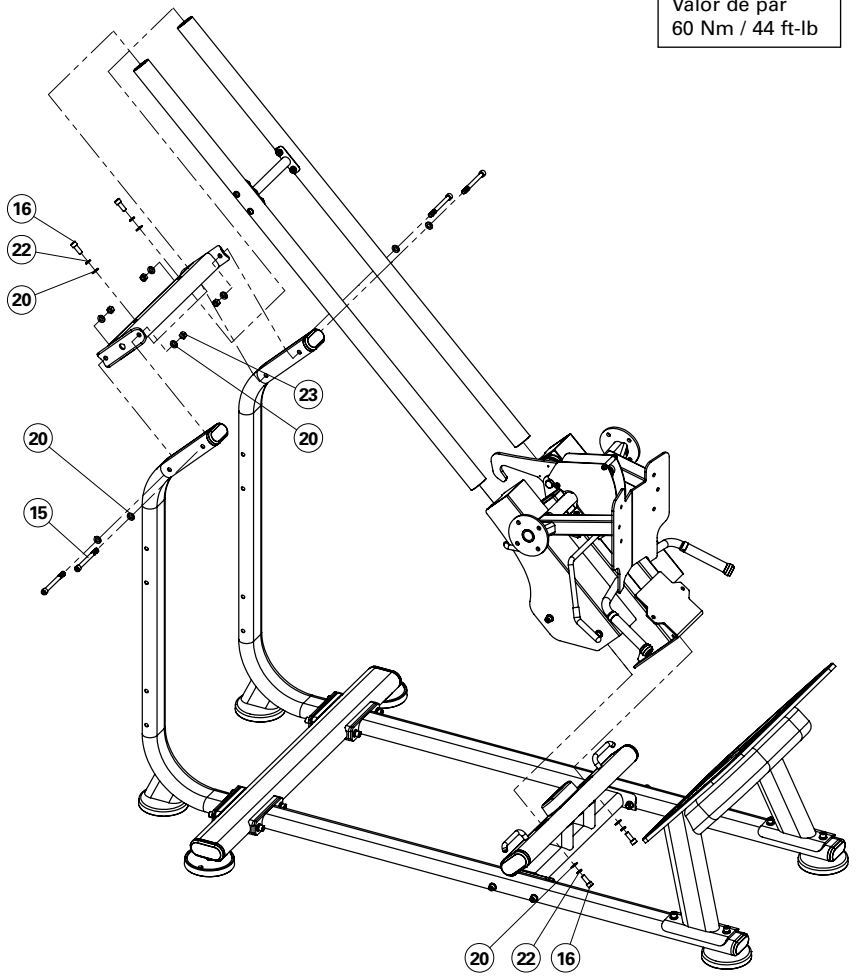
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

(23) M12 x4

Apretar a fondo
Valor de par
60 Nm / 44 ft-lb

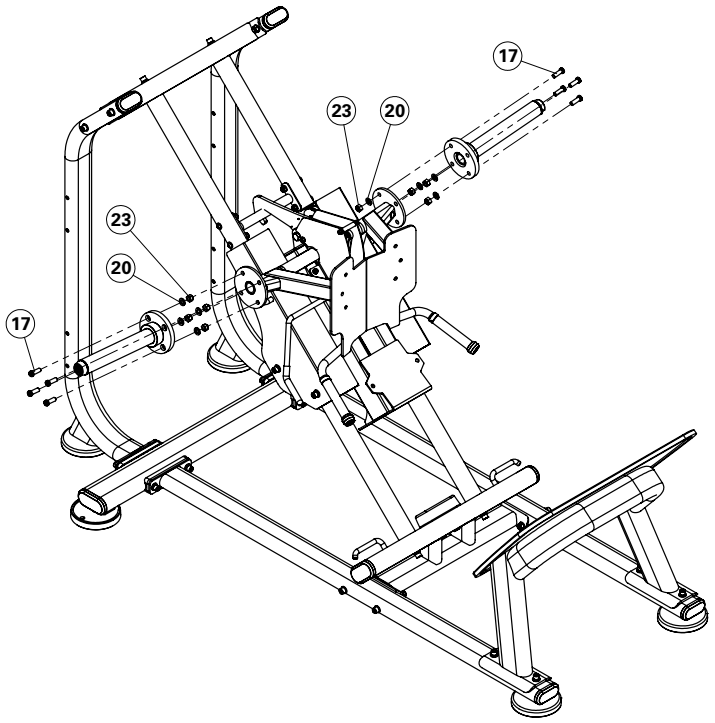


MONTAJE

5

(17) M12X35 x8 (20) M12 x8 (23) M12 x8

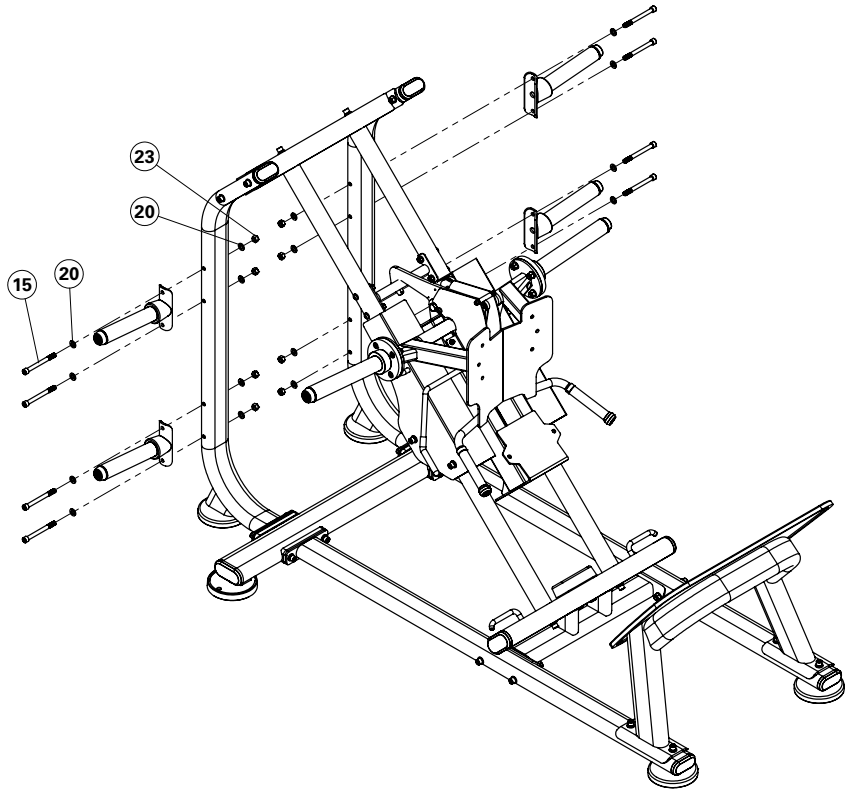
Apretar a fondo
Valor de par
60 Nm / 44 ft-lb



6

(15) M12X125 x8 (20) M12 x16 (23) M12 x8

Apretar a fondo



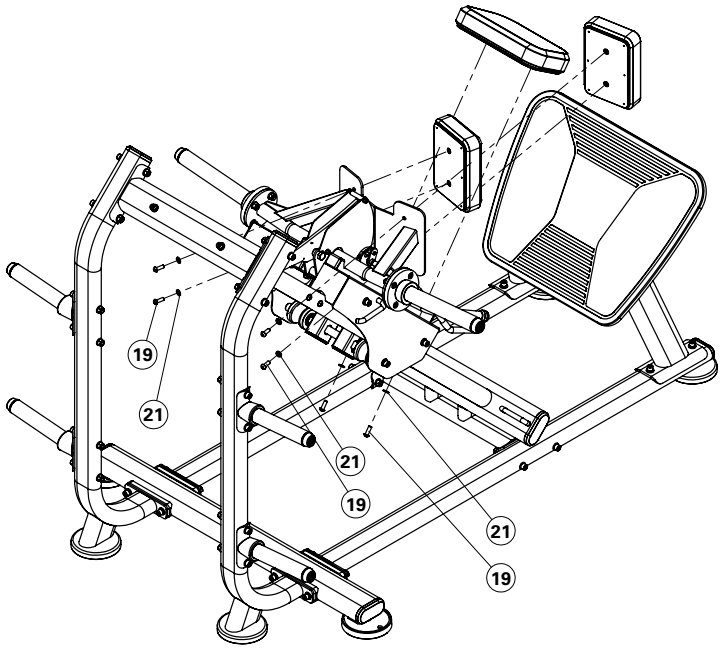
MONTAJE

7

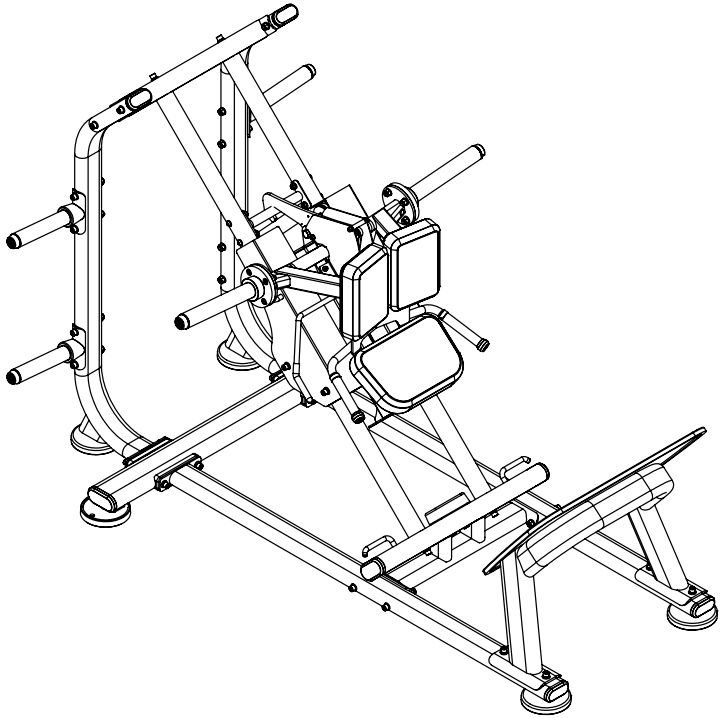
(19) M10X30 x6

(21) M10 x6

Apretar a fondo
Valor de par
20 Nm / 15 ft-lb



MONTAJE FINALIZADO



INFORMAZIONI SUL PRODOTTO

IMPORTANTI INFORMAZIONI DI SICUREZZA

È responsabilità esclusiva dell'acquirente di prodotti Vision istruire tutte le persone, che siano utenti finali o personale di supervisione, sull'uso appropriato dell'attrezzo.

Si raccomanda di fornire a tutti gli utenti degli attrezzi Vision le seguenti informazioni prima dell'uso.

Non utilizzare alcun attrezzo in modo diverso da come è stato progettato o inteso dal produttore. È essenziale utilizzare gli attrezzi Vision in modo adeguato per evitare lesioni.

INSTALLAZIONE

1. SUPERFICIE STABILE E PIANA: Gli attrezzi Vision devono essere installati su una base stabile e piana.
2. **FISSAGGIO DELL'ATTREZZO: Il produttore raccomanda che tutti gli attrezzi fissi Vision per l'esercizio di forza siano fissati al pavimento per una maggiore stabilità ed evitare oscillazioni o ribaltamento. Tali operazioni devono essere eseguite da personale autorizzato.**
3. In nessuna circostanza l'attrezzo va spostato pavimento, poiché sussiste il rischio di ribaltamento. Usare tecniche di manipolazione e attrezzi adeguati raccomandati dall'OSHA.

   Tutti i punti di ancoraggio devono poter resistere a 340 kg. (3.3 kN) di forza di estrazione.

MANUTENZIONE

1. NON utilizzare componenti danneggiati e/o con parti rotte o usurate. Utilizzare soltanto parti di ricambio fornite dal rivenditore Vision locale.
2. CONSERVARE LE ETICHETTE E LE TARGHETTE: Non rimuovere le etichette per alcun motivo. Contengono informazioni importanti. Se sono illeggibili o mancanti, contattare il rivenditore Vision per la sostituzione.
3. ESEGUIRE LA MANUTENZIONE DI TUTTI GLI ATTREZZI: La manutenzione preventiva è la chiave per un funzionamento impeccabile degli attrezzi e per ridurre al minimo il rischio di lesioni. L'attrezzo deve essere periodicamente ispezionato.
4. Assicurando che chiunque esegua regolazioni od operazioni di manutenzione o riparazione di qualsiasi tipo sia qualificato per farlo.

NOTE AGGIUNTIVE

L'attrezzo deve essere usato solo in aree soggette a supervisione in cui l'accesso e il controllo siano specificamente regolati dal proprietario. Spetta al proprietario determinare a chi è consentito accedere all'attrezzo. Dell'utente, il proprietario deve valutare affidabilità, età, esperienza ecc.

Questo attrezzo soddisfa gli standard di settore in termini di stabilità se viene utilizzato per lo scopo previsto secondo le istruzioni fornite dal produttore.

Questo attrezzo è solo per uso interno. Questo attrezzo è un prodotto di classe S (progettato per l'uso in ambito commerciale, ad esempio in palestre). Questo attrezzo è conforme alle norme EN ISO 20957-1:2013 e EN ISO 20957-2:2021.



Si prega di leggere attentamente tutte le istruzioni prima dell'uso e di conservarle per riferimento futuro.



ATTENZIONE: Schiacciamento delle mani.

DISIMBALLAGGIO

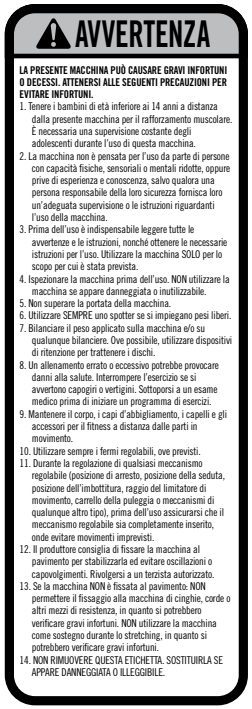
Grazie per avere acquistato un prodotto Vision Fitness. La macchina viene ispezionata prima di essere imballata. e spedita disassemblata per agevolare un confezionamento compatto. Prima dell'assemblaggio, verificare la presenza di tutti i componenti confrontandoli con i diagrammi esplosi. Estrarre con cautela l'unità dalla scatola e smaltire i materiali di imballaggio in conformità con le norme locali. Il dispositivo di esercizio deve essere assemblato da una team di montaggio addestrato o essere pre-assemblato prima della consegna.

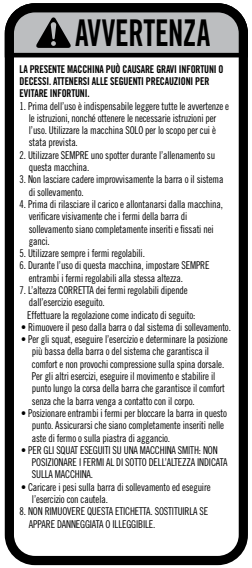
ATTENZIONE

Per evitare lesioni personali e danni ai componenti del telaio, assicurarsi di avere un'assistenza sufficiente nella rimozione delle parti dalla scatola. Installare l'attrezzo su una base stabile e assicurarsi dell'equilibrio della macchina. Lasciare uno spazio minimo di 0,6 metri (24") per l'accesso e il passaggio attorno all'attrezzo Vision. Si prega di notare che l'ADA raccomanda uno spazio di 0,91 metri (36") per le persone in sedia a rotelle.

GARANZIA

Come promessa di qualità per voi, noi di Vision offriamo garanzie su tutto ciò che facciamo. Contattate il vostro rivenditore autorizzato Vision locale per scoprire come proteggiamo la vostra vision di fitness oggi, domani e per gli anni a venire.





INFORMAZIONI SUL PRODOTTO

UTILIZZO APPROPRIATO

1. Non superare i limiti di peso previsti per l'attrezzo.
2. Se del caso, impostare arresti di sicurezza all'altezza appropriata.
3. Se del caso, regolare sedile, cuscinetti per le gambe, pedane, gamma di movimento ed eventuali altri meccanismi di regolazione per raggiungere una posizione di partenza confortevole. Accertarsi che il meccanismo di regolazione sia correttamente bloccato per evitare movimenti imprevisti e conseguenti lesioni.
4. Sedersi sulla panca (se del caso) e assumere una posizione appropriata per l'esercizio.
5. Non caricare più peso di quello che si è in grado di sollevare e controllare con sicurezza.
6. Svolgere gli esercizi in modo controllato.
7. Riportare i pesi alla posizione di partenza con pieno sostegno.

LISTA DI CONTROLLO MANUTENZIONE

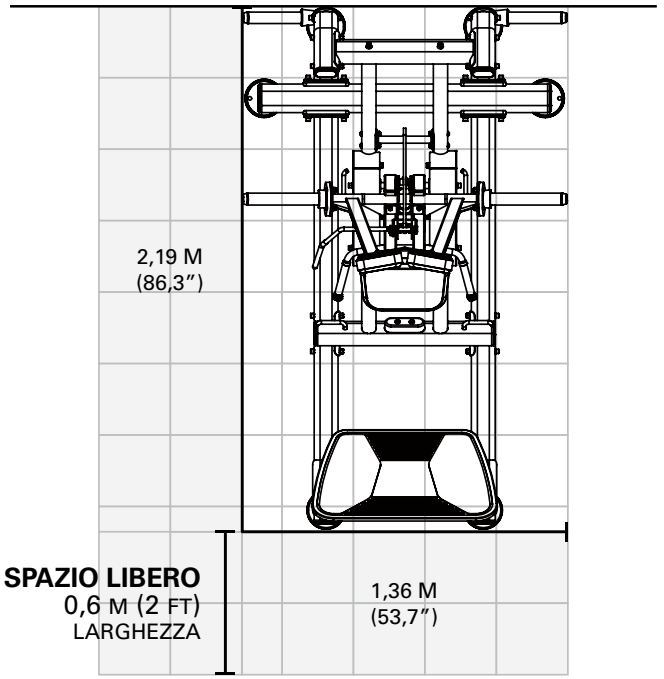
INTERVENTO	FREQUENZA
Ispezionare i cavi [2]	Ogni giorno
Pulire le barre di guida	Mensilmente
Ispezionare i componenti	Mensilmente
Ispezionare il telaio	Semestralmente
Pulire la macchina	Se necessario
Pulire le maniglie [1]	Se necessario
Lubrificare le barre di guida [3]	Se necessario

[1] Rivestimenti e maniglie devono essere puliti con un sapone delicato e acqua o con un detergente non a base di ammoniaca.

[2] I cavi devono essere ispezionati per verificare che non vi siano crepe o sfilacciamenti e, se presenti, devono essere immediatamente sostituiti. In caso di eccessivo allentamento, i cavi devono essere serrati senza sollevare la piastra di testa.

[3] Le barre di guida devono essere lubrificate con un lubrificante a base di Teflon. Versare il lubrificante su un panno di cotone e poi applicarlo strofinando le barre.

AREA DI ALLENAMENTO



SPECIFICHE DEL PRODOTTO

Peso utente massimo	150 kg / 330 lbs.
Peso massimo allenamento	2 x 125 kg / 2 x 275 lbs.
Peso del prodotto	100 kg / 220 lbs.
Dimensioni totali (L x L x A)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3" x 53,7" x 57,1""
Numero di perni di stoccaggio dei pesi	4
Capacità massima di piastre per perno di stoccaggio dei pesi	4-55 lbs. (25 kg) dischi / perno (16 dischi in totale)

* Lasciare uno spazio minimo di 0,6 metri (24") per l'accesso e il passaggio attorno all'attrezzo Vision. Si prega di notare che l'ADA raccomanda uno spazio di 0,91 metri (36") per le persone in sedia a rotelle.

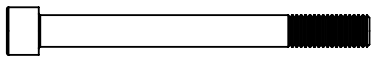
ASSEMBLAGGIO

SERRARE LEGGERMENTE
Serrare leggermente tutti i componenti in questo passaggio. NON serrare completamente. Alcuni componenti potrebbero necessitare il preassemblaggio e/o l'allineamento durante la procedura di assemblaggio.

SERRARE COMPLETAMENTE
Serrare con chiave tutti i componenti in questo passaggio.

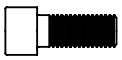
visionfitness.com

15 M12X125



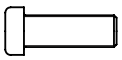
x16

16 M12X30



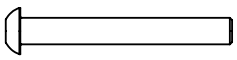
x16

17 M12X35



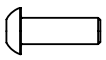
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



x24

24 M10



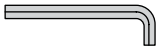
x4

STRUMENTI NECESSARI PER L'ASSEMBLAGGIO (non compresi)

Chiave a brugola a L-da 4 mm



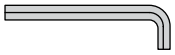
Chiave a brugola a L-da 5 mm



Chiave a brugola a L-da 6 mm



Chiave a brugola a L-da 8 mm



Cacciavite Phillips



Chiave a bocca da 13 mm

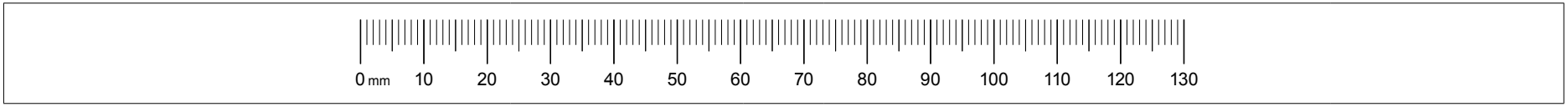


Chiave a bocca da 17 mm



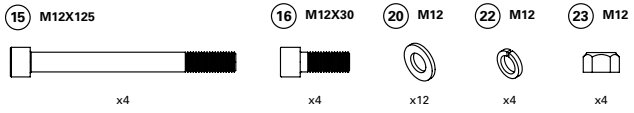
Chiave a bocca da 19 mm



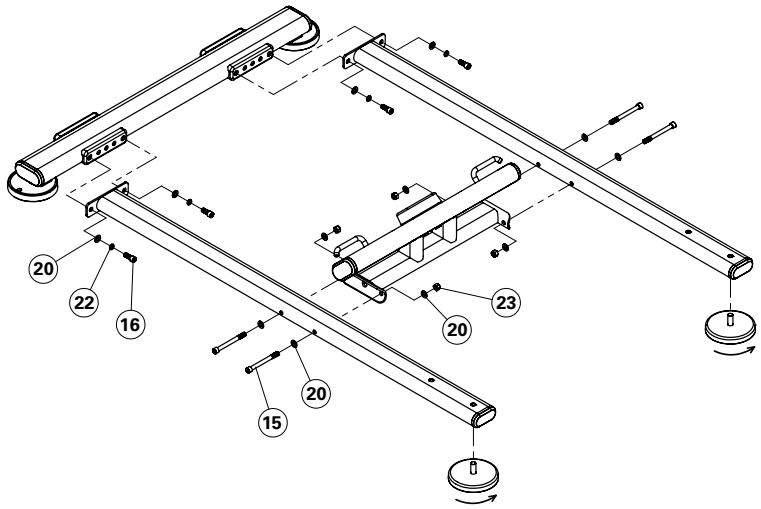


ASSEMBLAGGIO

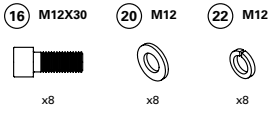
1



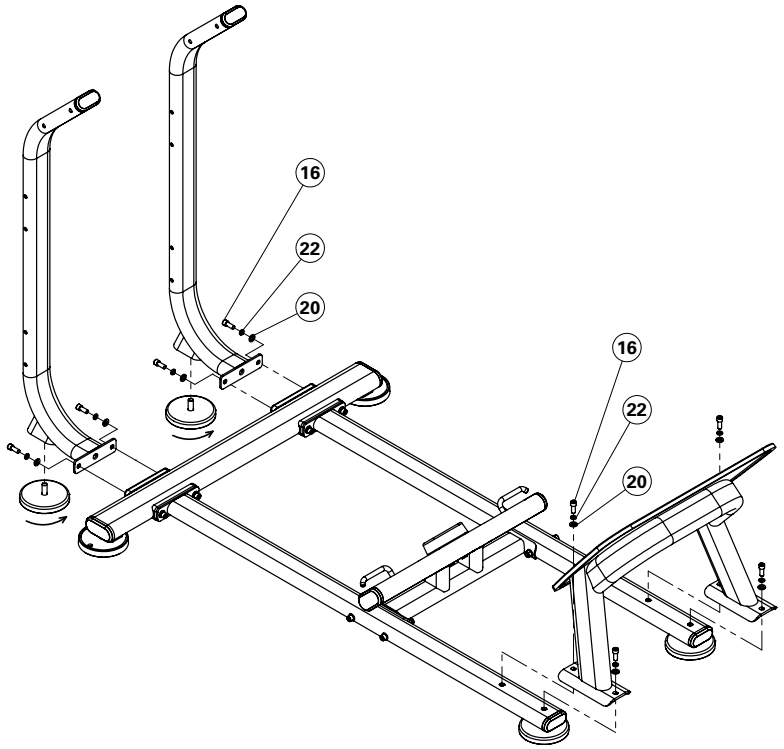
Serrare leggermente



2



Serrare leggermente



ASSEMBLAGGIO

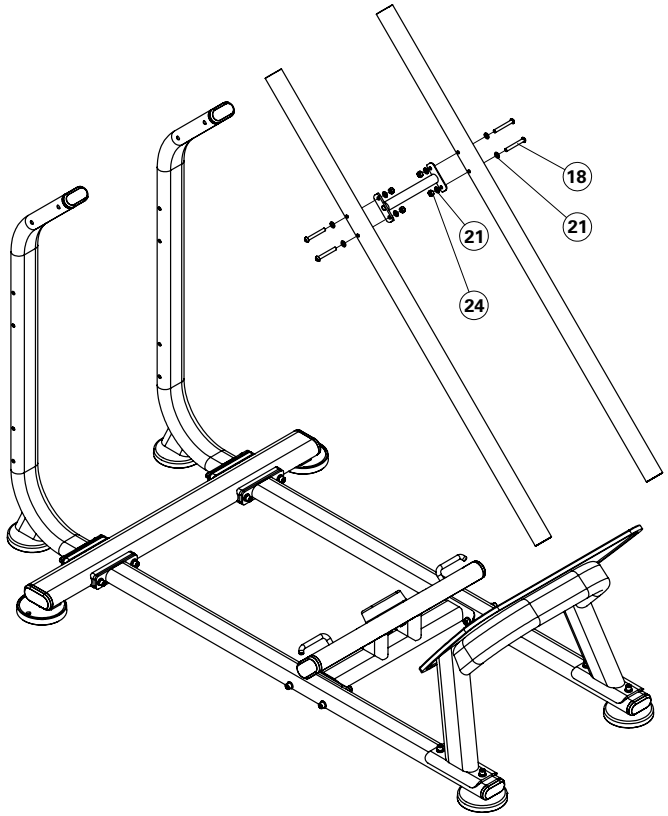
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

Serrare leggermente
Valore coppia
40 Nm / 30 ft-lb



4

(15) M12X125 x4

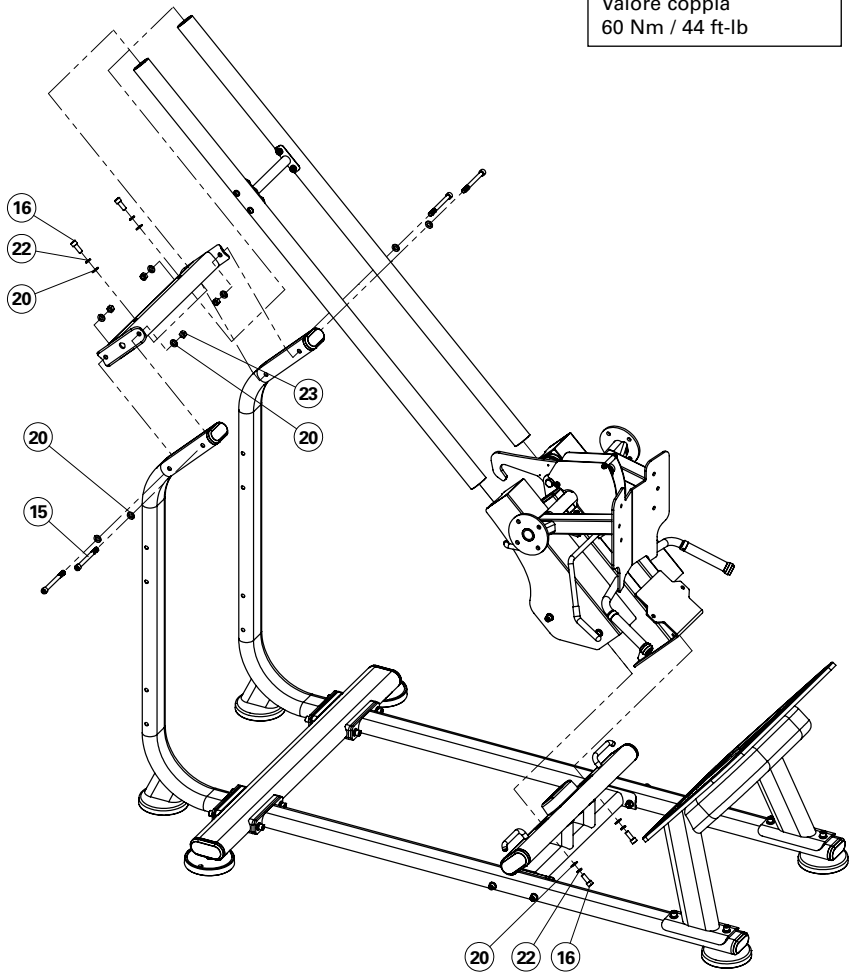
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

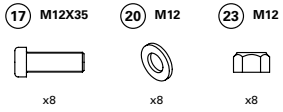
(23) M12 x4

Serrare completamente
Valore coppia
60 Nm / 44 ft-lb

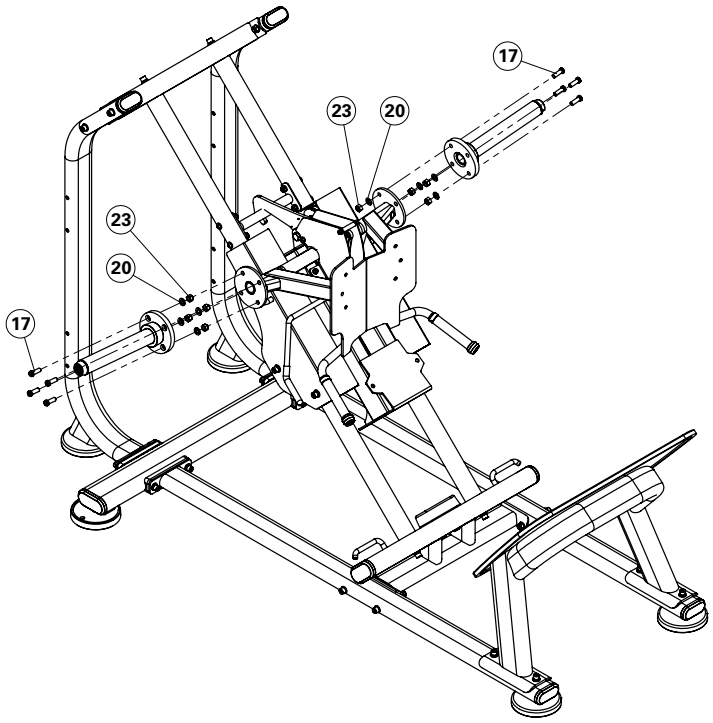


ASSEMBLAGGIO

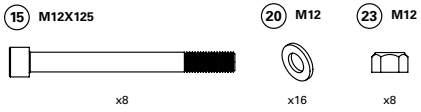
5



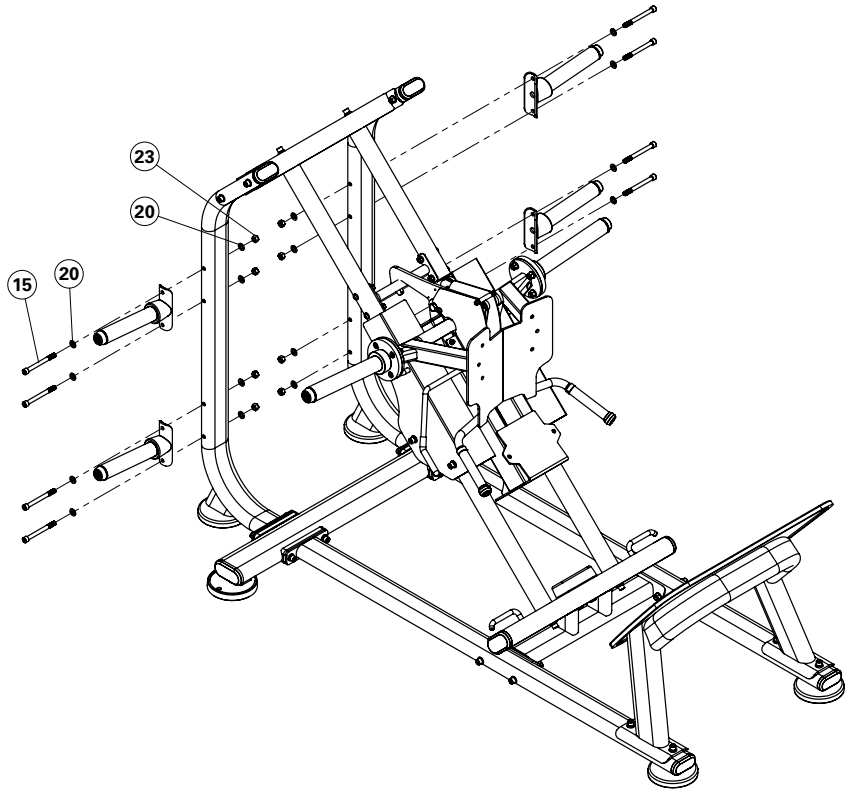
Serrare completamente
Valore coppia
60 Nm / 44 ft-lb



6



Serrare completamente



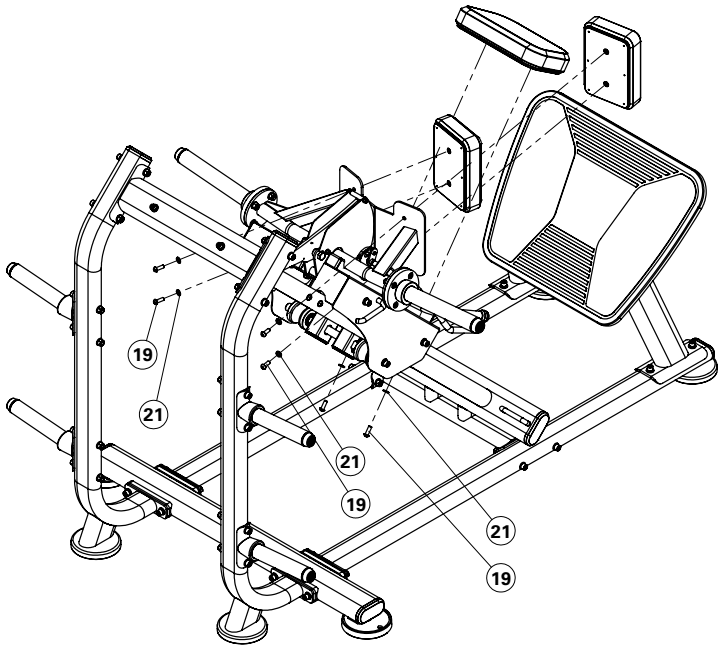
ASSEMBLAGGIO

7

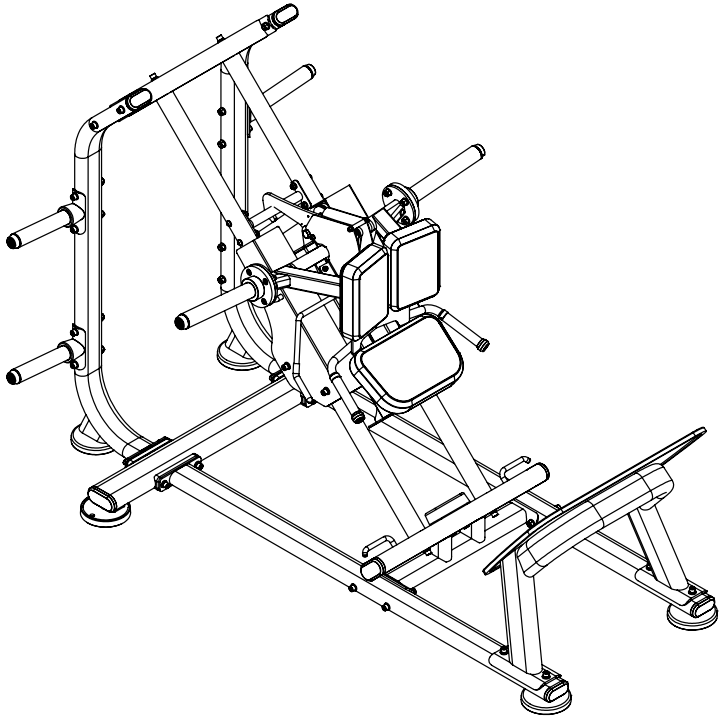
(19) M10X30 x6

(21) M10 x6

Serrare completamente
Valore coppia
20 Nm / 15 ft-lb



ASSEMBLAGGIO COMPLETO



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Είναι αποκλειστική ευθύνη του αγοραστή προϊόντων Vision να εκπαιδεύσει όλα τα άτομα, είτε πρόκειται για τελικός χρήστης είτε για επιβλέπον προσωπικό, για την σωστή χρήση του εξοπλισμού.

Συνιστάται όλοι οι χρήστες του εξοπλισμού άσκησης της Vision να ενημερώνονται με τις παρακάτω πληροφορίες πριν από την χρήση του.

Μην χρησιμοποιείτε οποιονδήποτε εξοπλισμό με οποιονδήποτε τρόπο εκτός από αυτόν για τον οποίο σχεδιάστηκε και προορίζεται από τον κατασκευαστή. Απαιτείται ο εξοπλισμός Vision να χρησιμοποιείται σωστά για την αποφυγή τραυματισμού.

ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

1. ΣΤΑΘΕΡΗ ΚΑΙ ΕΠΙΠΕΔΗ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ: Ο εξοπλισμός άσκησης της Vision πρέπει να εγκαθίσταται σε σταθερή βάση και σε σωστή οριζόντια θέση.
2. **ΑΣΦΑΛΙΣΗ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ: Ο κατασκευαστής συνιστά κάθε στατικός εξοπλισμός ενδυνάμωσης της Vision να είναι ασφαλισμένος στο δάπεδο για να σταθεροποιεί τον εξοπλισμό και να εξαλείφει την ταλάντωση ή την ανατροπή. Αυτό πρέπει να εκτελείται από αναγνωρισμένο επαγγελματία.**
3. Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να σύρετε τον εξοπλισμό στο δάπεδο λόγω του κινδύνου ανατροπής. Χρησιμοποιήστε κατάλληλες τεχνικές χειρισμού υλικών και εξοπλισμό που συνιστάται από την OSHA.

   Όλα τα σημεία αγκύρωσης πρέπει να μπορούν να αντέχουν 750 λίβρες. (3,3 kN) δύναμη τραβήγματος.

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

1. ΜΗΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ οποιονδήποτε εξοπλισμό που έχει υποστεί βλάβη και/ή έχει φθαρμένα ή σπασμένα εξαρτήματα. Χρησιμοποιείτε αποκλειστικά τα γνήσια ανταλλακτικά που διαθέτει ο τοπικός σας αντιπρόσωπος της Vision.
2. ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΕΤΙΚΕΤΩΝ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΙΔΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ: Μην αφαιρείτε τις ετικέτες για οποιονδήποτε λόγο. Περιέχουν σημαντικές πληροφορίες. Εάν είναι δυσανάγνωστες ή λείπουν, επικοινωνήστε με τον αντιπρόσωπο της Vision για αντικατάσταση.
3. ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΟΛΟΥ ΤΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ: Η προληπτική συντήρηση είναι το κλειδί για την ομαλή λειτουργία του εξοπλισμού, καθώς και για την ελαχιστοποίηση της δικής σας ευθύνης. Ο εξοπλισμός πρέπει να επιθεωρείται ανά τακτά χρονικά διαστήματα.
4. Βεβαιωθείτε ότι, οποιοδήποτε άτομο(α) που προβαίνει σε ρυθμίσεις ή πραγματοποιεί συντήρηση ή επισκευή οποιασδήποτε μορφής, είναι κατάλληλα καταρτισμένο.

ΠΡΟΣΘΕΤΕΣ ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

Ο παρών εξοπλισμός πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο σε επιτηρούμενες περιοχές όπου η πρόσβαση και ο έλεγχος ρυθμίζεται ειδικά από τον ιδιοκτήτη. Έγκειται στον ιδιοκτήτη να καθορίσει ποιος επιτρέπεται να έχει πρόσβαση στον εξοπλισμό εκγύμνασης. Ο ιδιοκτήτης πρέπει να αναλογιστεί τον βαθμό αξιοπιστίας, την ηλικία, την εμπειρία κ.λπ. του χρήστη.

Ο παρών εξοπλισμός εκγύμνασης πληροί τα βιομηχανικά πρότυπα για την σταθερότητα όταν χρησιμοποιείται για τον προβλεπόμενο σκοπό του σύμφωνα με τις οδηγίες που παρέχονται από τον κατασκευαστή.

Ο παρών εξοπλισμός προορίζεται μόνο για χρήση σε εσωτερικούς χώρους. Ο παρών εξοπλισμός εκγύμνασης αποτελεί προϊόν Κατηγορίας S (σχεδιασμένος για χρήση σε εμπορικό περιβάλλον όπως μία εγκατάσταση γυμναστηρίου). Ο παρών εξοπλισμός εκγύμνασης συμμορφώνεται με το πρότυπο EN ISO 20957-1:2013 και EN ISO 20957-2:2021.



Διαβάστε προσεκτικά όλες τις οδηγίες πριν από τη χρήση και φυλάξτε τις για μελλοντική αναφορά.



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Σύνθλιψη χεριών.

ΑΠΟΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ

Σας ευχαριστούμε για την αγορά προϊόντος εκγύμνασης της Vision fitness. Επιθεωρείται πριν τη συσκευασία του. Αποστέλεται σε πολλαπλά κομμάτια για να διευκολυνθεί η περιεκτική συσκευασία του μηχανήματος. Πριν την συναρμολόγηση επιβεβαιώστε όλα τα εξαρτήματα ταιριάζοντάς τα με το αναλυτικό διάγραμμα. Αποσυσκευάστε προσεκτικά η μονάδα από το παρόν κουτί και αποθέστε τα υλικά συσκευασίας σύμφωνα με τους τοπικούς σας νόμου. Η συσκευή εκγύμνασης πρέπει να συναρμολογηθεί από εκπαιδευμένη ομάδα συναρμολόγησης ή να προσυναρμολογηθεί πριν από την παράδοση.

ΠΡΟΣΟΧΗ

Για την αποφυγή τραυματισμού σας και βλάβης στα εξαρτήματα του πλαισίου, βεβαιωθείτε ότι έχετε την κατάλληλη βοήθεια κατά την αφαίρεση των κομματιών του πλαισίου από το παρόν κουτί. Βεβαιωθείτε ότι έχετε εγκαταστήσει τον εξοπλισμό σε σταθερή βάση και ότι έχετε ευθυγραμμίσει σωστά το μηχάνημα. Εξασφαλίστε ελάχιστο πλάτος 0,6 μέτρων (24") για πρόσβαση σε και πέρασμα γύρω από τον εξοπλισμό ενδυνάμωσης Vision. Σημειώστε ότι το συνιστώμενο από την νομοθεσία των ΗΠΑ (Νόμος για τους Αμερικανούς με Αναπηρίες, ADA) ελεύθερο πλάτος για άτομα σε αναπηρικό αμαξίδιο είναι 0,91 μέτρα (36").

ΕΓΓΥΗΣΗ

Η Vision προσφέρει εγγυήσεις σε όλα όσα κατασκευάζει, ως μια υπόσχεση ποιότητας σε εσάς. Επικοινωνήστε με τον τοπικό εξουσιοδοτημένο αντιπρόσωπο της Vision ώστε να ανακαλύψετε πώς προστατεύουμε το όραμα εκγύμνασης σας σήμερα, αύριο και τα επόμενα χρόνια.

⚠ WARNING

DEATH OR SERIOUS INJURY CAN OCCUR ON THIS EQUIPMENT. FOLLOW THESE PRECAUTIONS TO AVOID INJURY!

1. Keep children under the age of 14 away from this strength training equipment. Teenagers must be supervised at all times while using this equipment.
2. This equipment is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the equipment by a person responsible for their safety.
3. All warnings and instructions should be read and proper instruction obtained prior to use. Use this equipment for its intended purpose ONLY.
4. Inspect the machine before use. DO NOT use machine if it appears damaged or inoperable.
5. Do not exceed weight capacity of this equipment.
6. ALWAYS use a spotter if using free weights.
7. Balance the weight applied to this equipment and/or any barbell. Where applicable, use retention devices to retain weight discs.
8. Injuries to health may result from incorrect or excessive training. Cease exercise if you feel faint or dizzy. Obtain a medical exam before beginning an exercise program.
9. Keep body, clothing, hair, and fitness accessories free and clear of all moving parts.
10. Adjustable stops, where provided, must be used at all times.
11. When adjusting any adjustable mechanism (stop position, seat position, pad location, range of motion limiter, pulley carriage, or any other type), make certain that the adjustable mechanism is fully engaged prior to use to prevent unintended motion.
12. Manufacturer recommends that this equipment be secured to the floor to stabilize and eliminate rocking or tipping over. Use a licensed contractor.
13. If equipment is NOT secured to floor: NEVER allow resistance straps, ropes or other means to be attached to this equipment, as this may result in serious injury. NEVER use this equipment for support during stretching, as this may result in serious injury.
14. DO NOT REMOVE THIS LABEL. REPLACE IF DAMAGED OR ILLEGIBLE.

⚠ WARNING

DEATH OR SERIOUS INJURY CAN OCCUR ON THIS EQUIPMENT. FOLLOW THESE PRECAUTIONS TO AVOID INJURY!

1. All warnings and instructions should be read and proper instruction obtained prior to use. Use this equipment for its intended purpose ONLY.
2. ALWAYS use a spotter if working out on this equipment.
3. Do not allow the lifting bar/sled to drop suddenly.
4. Visually ensure lifting bar catches are fully engaged and seated in the hooks before releasing the load and exiting the machine.
5. Adjustable stops must be used at all times.
6. ALWAYS set both adjustable stops to the same height when using this machine.
7. PROPER adjustable stop height depends on the exercise performed.
   Adjust as follows:
   - Remove weight from lifting bar/sled.
   - For squats, perform the exercise and determine the lowest comfortable position of the bar/sled that ensures no spinal compression. For other exercises, perform the movement and determine the lowest point of bar travel that is comfortable without the bar contacting your body.
   - Position both stop catches to stop the bar at this point. Ensure that they are completely seated on the stop rods or catch plate.
   - FOR SQUATS PERFORMED ON A SMITH PRESS: NEVER PLACE THE STOPS BELOW THE HEIGHT INDICATED ON THE EQUIPMENT.
   - Load weights onto the lifting bar and carefully perform the exercise.
8. DO NOT REMOVE THIS LABEL. REPLACE IF DAMAGED OR ILLEGIBLE.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

ΟΡΘΗ ΧΡΗΣΗ

1. Μην υπερβαίνετε τα όρια βάρους της συσκευής άσκησης.
2. Εάν υπάρχουν, ρυθμίστε τους διακόπτες ασφαλείας στο κατάλληλο ύψος.
3. Εάν χρειάζεται, ρυθμίστε τα μαξιλαράκια καθίσματος, ποδιών, πελμάτων, το εύρος ρύθμισης της κίνησης ή οποιοδήποτε τύπο μηχανισμού ρύθμισης σε μία άνετη θέση εκκίνησης. Βεβαιωθείτε ότι ο μηχανισμός ρύθμισης είναι πλήρως δεμένος για την αποφυγή ακούσιας κίνησης και τραυματισμού.
4. Καθίστε στον πάγκο (εάν υφίσταται) και βρείτε την κατάλληλη θέση για την άσκηση.
5. Να ασκείστε χρησιμοποιώντας βάρη που μπορείτε να σηκώσετε με ασφάλεια και έλεγχο.
6. Πραγματοποιείστε την άσκηση με ελεγχόμενο τρόπο.
7. Επιστρέψτε το βάρος στην πλήρως υποστηριζόμενη αρχική του θέση.

ΛΙΣΤΑ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ

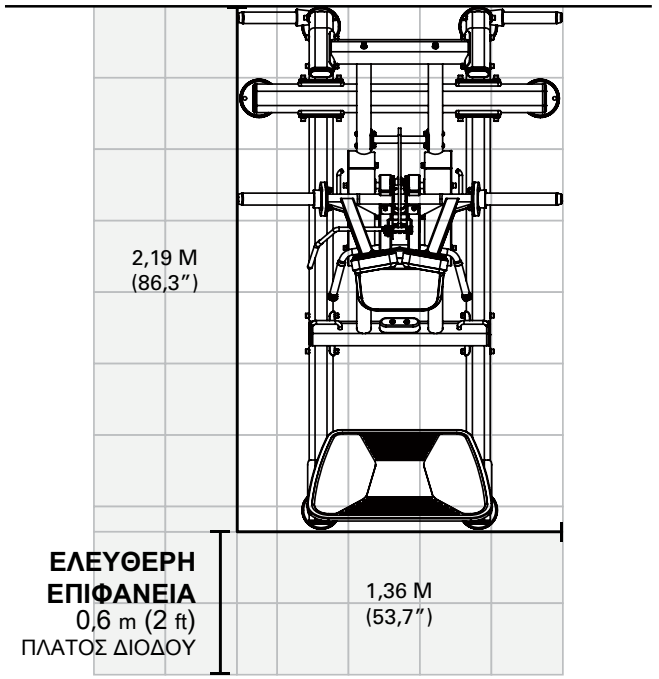
ΕΝΕΡΓΕΙΑ	ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ
Έλεγχος καλωδίων [2]	Ημερησίως
Έλεγχος Ράβδων Καθοδήγησης	Μηνιαίως
Επιθεώρηση Υλικού	Μηνιαίως
Έλεγχος πλαισίου	Δύο φορές ετησίως
Καθαρισμός μηχανήματος	Όπως απαιτείται
Καθαρισμός λαβών [1]	Όπως απαιτείται
Λίπανση Ράβδων Καθοδήγησης [3]	Όπως απαιτείται

[1] Η επένδυση και οι λαβές πρέπει να καθαρίζονται με ήπιο σαπούνι και νερό ή με καθαριστικό χωρίς αμμωνία.

[2] Τα καλώδια πρέπει να ελέγχονται για ρωγμές ή μικρο-ρωγμές και να αντικαθίστανται άμεσα εάν υπάρχουν. Εάν υπάρχει υπερβολική χαλαρότητα, το καλώδιο πρέπει να σφίγγεται χωρίς να σηκώνεται η κύρια πλάκα.

[3] Οι ράβδοι καθοδήγησης πρέπει να λιπαίνονται με λιπαντικό με βάση Teflon. Εφαρμόστε το λιπαντικό σε ένα βαμβακερό ύφασμα και στη συνέχεια εφαρμόστε πάνω και κάτω στις ράβδους καθοδήγησης.

ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ ΑΣΚΗΣΗΣ



ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΠΡΟΙΟΝΤΟΣ

Μέγιστο βάρος χρήστη	150 κιλά / 330 λίβρες
Μέγιστο βάρος άσκησης	2 x 125 κιλά / 2 x 275 λίβρες
Βάρος Προϊόντος	100 κιλά / 220 λίβρες
Συνολικές διαστάσεις (Μ x Π x Υ)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3″ x 53,7″ x 57,1″″
Ποσότητα Θέσεων Αποθήκευσης Βαρών	4
Μέγιστη Χωρητικότητα Βάρους Δίσκου Θέσεων Αποθήκευσης Βαρών	4-55 lbs. (25 kg) δίσκοι / θέση (16 δίσκοι συνολικά)

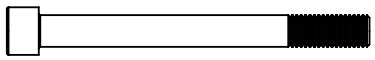
* Εξασφαλίστε ελάχιστο πλάτος 0,6 μέτρων (24") για πρόσβαση σε και πέρασμα γύρω από τον εξοπλισμό ενδυνάμωσης Vision. Σημειώστε ότι το συνιστώμενο από την νομοθεσία των ΗΠΑ (Νόμος για τους Αμερικανούς με Αναπηρίες, ADA) ελεύθερο πλάτος για άτομα σε αναπηρικό αμαξίδιο είναι 0,91 μέτρα (36").

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

ΣΦΊΞΤΕ ΧΑΛΑΡΆ
Σφίξτε χαλαρά όλα τα υλικά σε αυτό το βήμα. ΜΗΝ Σφίξετε Πλήρως. Κάποιο/-α εξάρτημα/ εξαρτήματα ενδέχεται να χρειάζονται προσυναρμολόγηση ή και ευθυγράμμιση κατά τη διάρκεια της διαδικασίας συναρμολόγησης.

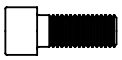
ΣΦΊΞΤΕ ΠΛΉΡΩΣ
Σφίξτε με κλειδί όλα τα υλικά σε αυτό το βήμα.

15 **M12X125**



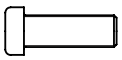
x16

16 **M12X30**



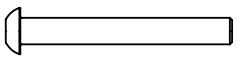
x16

17 **M12X35**



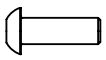
x8

18 **M10X80**



x4

19 **M10X30**



x6

20 **M12**



x56

visionfitness.com

21 **M10**



x14

22 **M12**



x16

23 **M12**



x24

24 **M10**



x4

ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΠΟΥ ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ (δεν περιλαμβάνονται)

Κλειδί L άλλεν4mm-



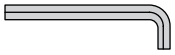
Κλειδί L άλλεν5mm -



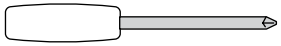
Κλειδί L άλλεν6mm-



Κλειδί L άλλεν8mm -



Κατσαβίδι Phillips



Κλειδί ανοιχτού άκρου 13MM

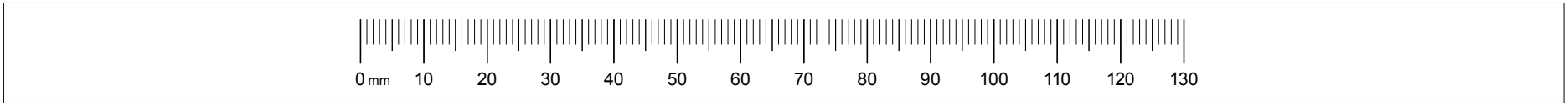


Κλειδί ανοιχτού άκρου 17MM



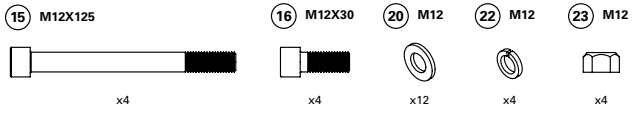
Κλειδί ανοιχτού άκρου 19mm



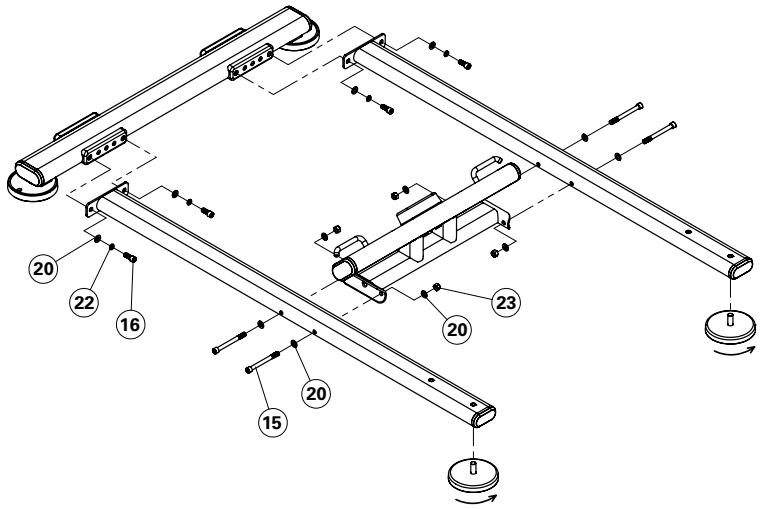


ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

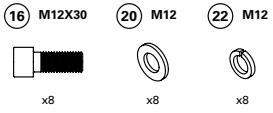
1



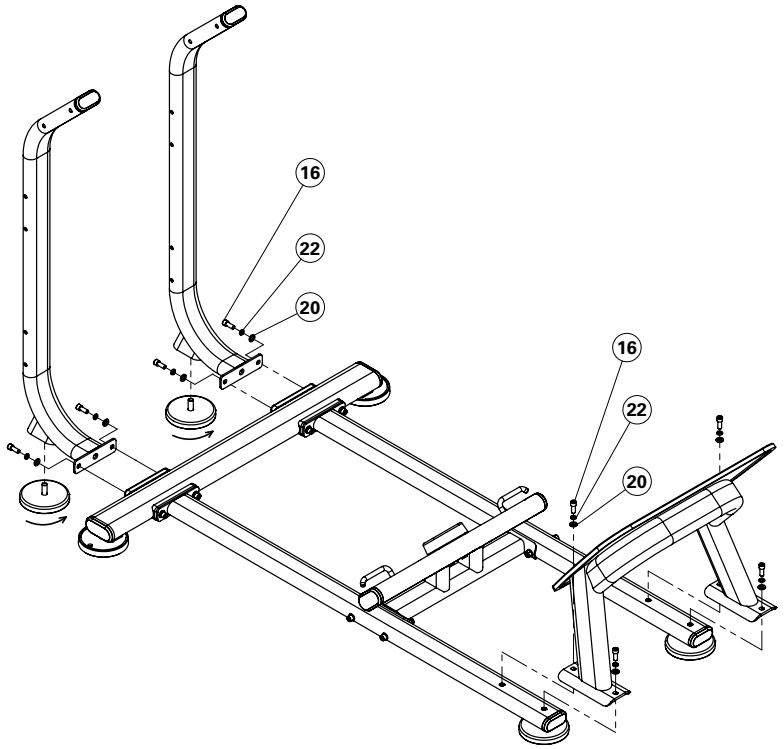
Σφίξτε Χαλαρά



2



Σφίξτε Χαλαρά



ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

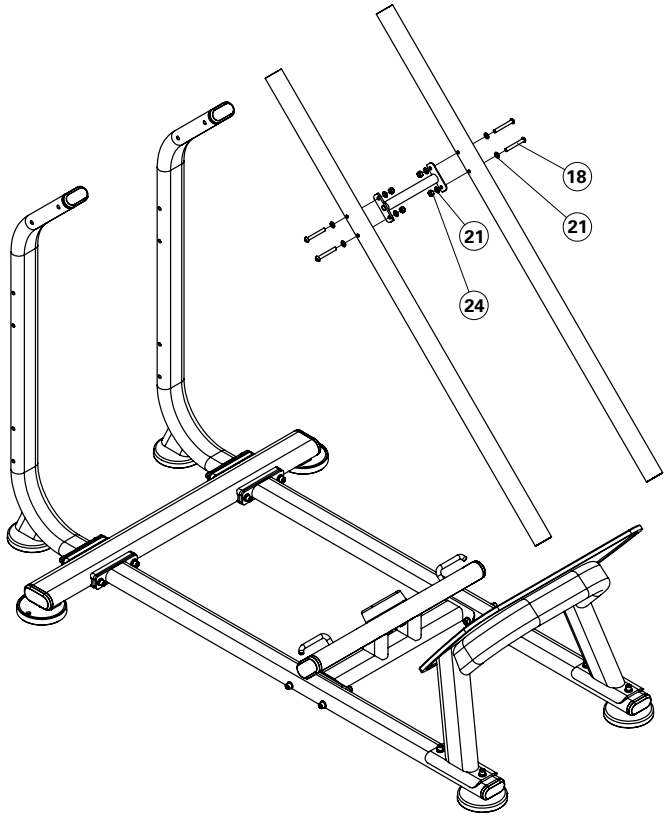
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

Σφίξτε Χαλαρά
Τιμή ροπής
40 Nm / 30 ft-lb



4

(15) M12X125 x4

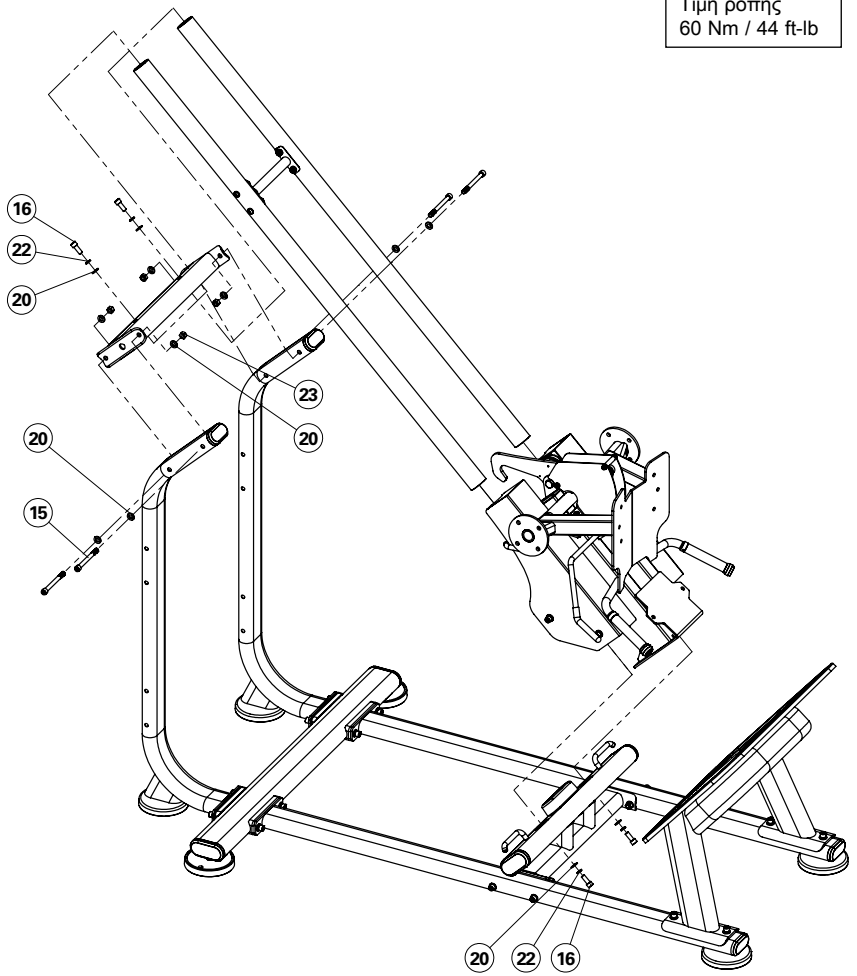
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

(23) M12 x4

Σφίξτε Πλήρως
Τιμή ροπής
60 Nm / 44 ft-lb

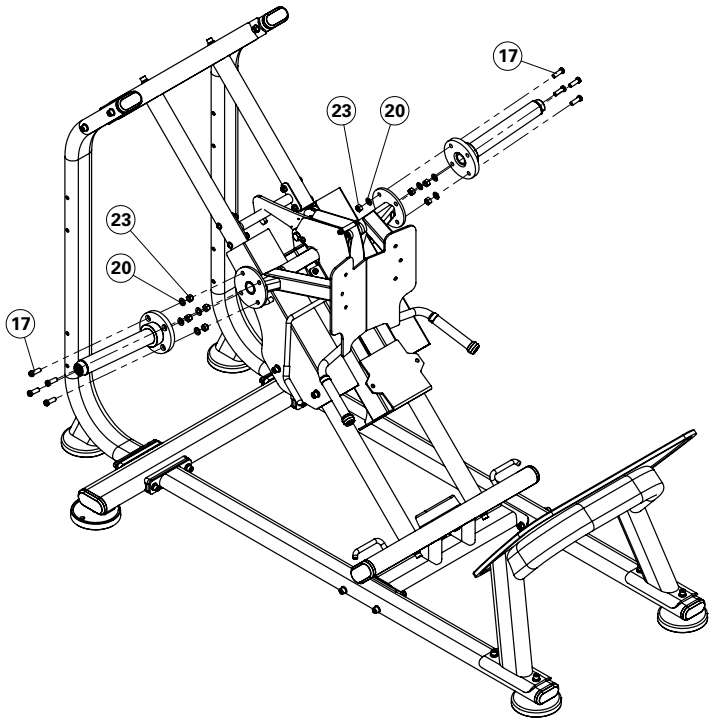


ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

5

(17) M12X35 x8 (20) M12 x8 (23) M12 x8

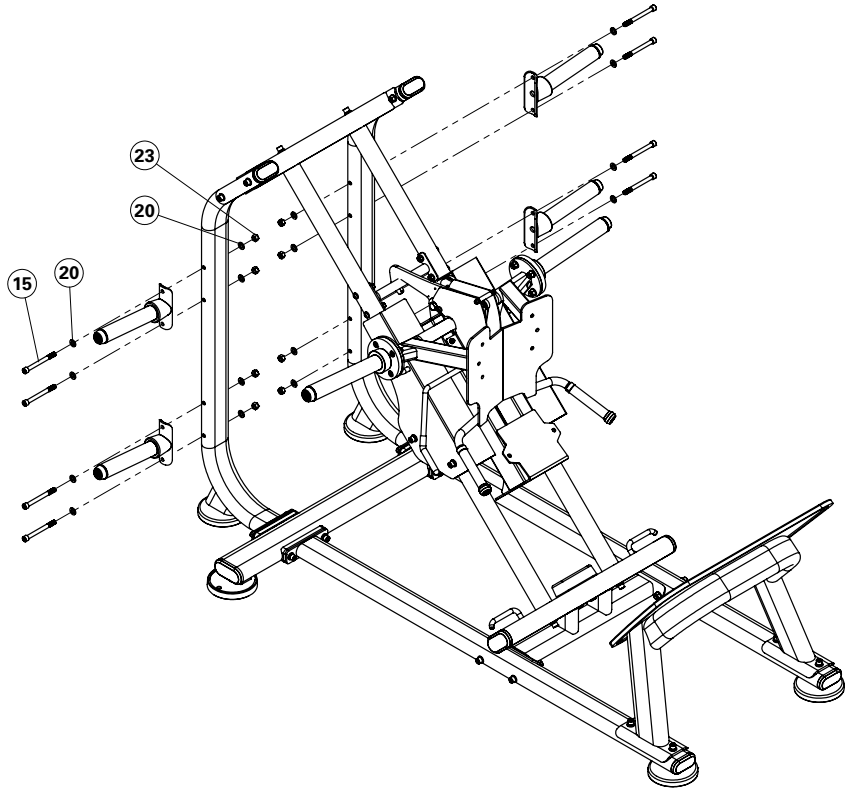
Σφίξτε Πλήρως
Τιμή ροπής
60 Nm / 44 ft-lb



6

(15) M12X125 x8 (20) M12 x16 (23) M12 x8

Σφίξτε Πλήρως

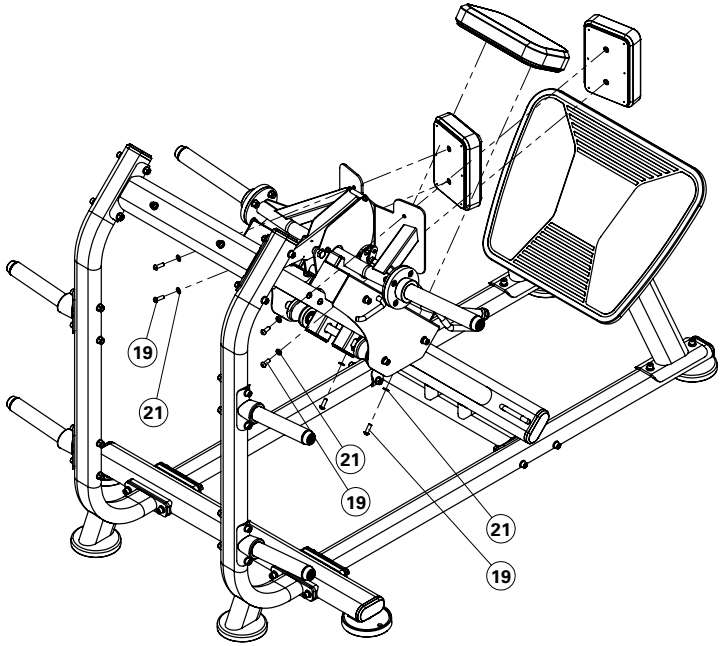


ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

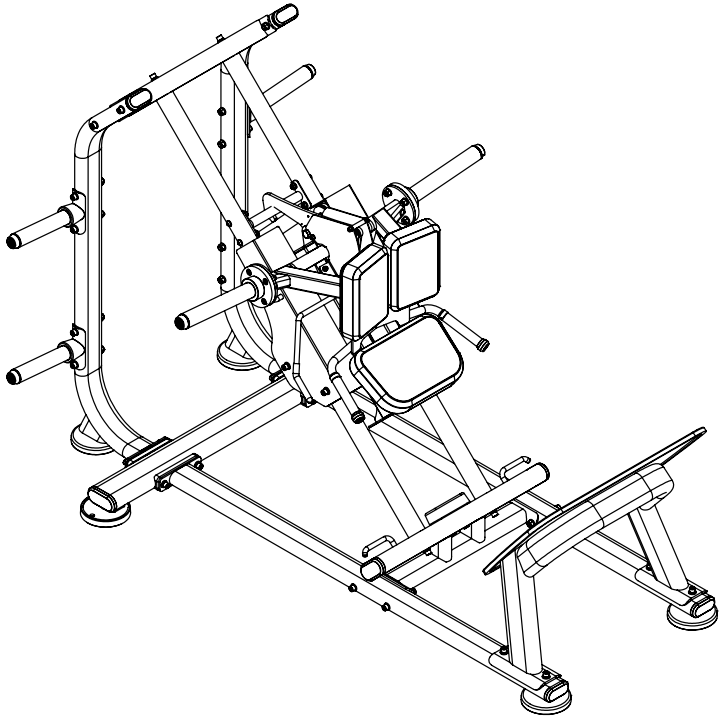
7



Σφίξτε Πλήρως
Τιμή ροπής
20 Nm / 15 ft-lb



Η ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΟΛΟΚΛΗΡΩΘΗΚΕ



INFORMACJE O PRODUKTACH

WAŻNE INFORMACJE DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Nabywca produktów firmy Vision ponosi wyłączną odpowiedzialność za przeszkolenie wszystkich osób, niezależnie od tego, czy są one użytkownikami końcowymi, czy też personelem nadzorującym, w zakresie właściwego użytkowania sprzętu.

Zaleca się, aby wszyscy użytkownicy sprzętu do ćwiczeń Vision byli zapoznawani z poniższymi informacjami przed rozpoczęciem korzystania z niego.

Nie należy używać żadnych urządzeń w sposób inny niż zaplanowany lub zamierzony przez producenta. Aby zapobiec obrażeniom ciała, konieczne jest prawidłowe używanie sprzętu Vision.

INSTALACJA

1. STABILNA I RÓWNA POWIERZCHNIA: Sprzęt do ćwiczeń firmy Vision musi być zamontowany na stabilnej podstawie i odpowiednio wypoziomowany.
2. **SPRZĘT ZABEZPIECZAJĄCY: Producent zaleca, aby wszystkie stacjonarne urządzenia do ćwiczeń wytrzymałościowych firmy Vision były mocowane do podłoża w celu ustabilizowania sprzętu i wyeliminowania kołysania się lub przechylania. Czynności te muszą być przeprowadzone przez licencjonowanego wykonawcę.**
3. W żadnym wypadku nie należy przesuwać sprzętu po podłodze z powodu ryzyka przewrócenia. Należy stosować właściwe techniki obchodzenia się z materiałami i urządzeniami zalecane przez Administrację Bezpieczeństwa i Higieny Pracy (OSHA).

   Wszystkie punkty kotwiczenia muszą wytrzymywać obciążenie 340 kg (3,3 kN) siły wyrywającej.

KONSERWACJA

1. NIE WOLNO używać sprzętu, który jest uszkodzony, zużyty lub ma zepsute części. Należy używać wyłącznie części zamiennych dostarczonych przez lokalnego sprzedawcę urządzeń Vision w danym kraju.
2. NALEŻY ZACHOWAĆ ETYKIETY I TABLICZKI ZNAMIONOWE: nie wolno usuwać etykiet z żadnego powodu. Zawierają one ważne informacje. W przypadku ich braku lub nieczytelności należy skontaktować się ze sprzedawcą firmy Vision w celu ich wymiany.
3. SERWISOWANIE CAŁEGO SPRZĘTU: konserwacja profilaktyczna jest kluczem do sprawnego działania urządzenia oraz ograniczenia do minimum odpowiedzialności użytkownika. Sprzęt należy poddawać regularnym przeglądom.
4. Należy dopilnować, aby każda osoba dokonująca dowolnego rodzaju regulacji, konserwacji lub napraw była do tego uprawniona.

UWAGI DODATKOWE

Sprzęt ten może być używany wyłącznie w strefach nadzorowanych, w których dostęp i kontrola są regulowane przez właściciela. Do właściciela należy ustalenie, kto ma dostęp do tego sprzętu treningowego. Właściciel powinien wziąć pod uwagę stopień niezawodności, wiek, doświadczenie, itp. osoby korzystającej ze sprzętu.

Niniejszy sprzęt treningowy spełnia normy przemysłowe dotyczące stabilności, gdy jest używany zgodnie z jego przeznaczeniem i zgodnie z instrukcjami dostarczonymi przez producenta.

To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku w pomieszczeniach. To urządzenie treningowe jest produktem klasy S (przeznaczonym do użytku w środowisku komercyjnym, takim jak klub fitness). To urządzenie treningowe jest zgodne z normami EN ISO 20957-1:2013 i EN ISO 20957-2:2021.



Przed użyciem należy uważnie przeczytać wszystkie instrukcje i zachować je do wykorzystania w przyszłości.



OSTRZEŻENIE: Zagrożenie zmiażdżeniem rąk.

ROZPAKOWANIE

Dziękujemy za zakup produktu Vision Fitness. Urządzenie zostało sprawdzone przed zapakowaniem. Urządzenie jest dostarczane w kilku częściach, co ułatwia pakowanie maszyny. Przed montażem należy sprawdzić wszystkie elementy, dopasowując je do schematów złożeniowych. Ostrożnie wyjąć urządzenie z tego opakowania i zutylizować materiały opakowaniowe zgodnie z lokalnymi przepisami. Urządzenie treningowe musi zostać zmontowane przez przeszkolony zespół montażowy lub wstępnie zmontowane przed dostawą.

PRZESTROGA

Aby uniknąć obrażeń ciała i uszkodzenia elementów ramy, należy skorzystać z pomocy przy wyjmowaniu elementów ramy z opakowania. Należy upewnić się, że urządzenie zostanie zamontowane na stabilnym podłożu i właściwie je wypoziomować. Należy zapewnić minimalną szerokość wolnej przestrzeni wynoszącą 0,6 m (24") w celu umożliwienia dostępu do sprzętu Vision i przechodzenia wokół niego. Należy pamiętać, że w przypadku osób poruszających się na wózkach inwalidzkich zalecana przez ADA szerokość wolnej przestrzeni to 0,91 m (36").

GWARANCJA

Jako obietnicę jakości Vision oferuje gwarancję na wszystko, co robimy. Skontaktuj się z lokalnym autoryzowanym dealerem Vision, aby dowiedzieć się, jak chronimy twoją wizję sprawności fizycznej dziś, jutro i za kilka lat.





INFORMACJE O PRODUKTACH

PRAWIDŁOWE UŻYCIE

1. Nie przekraczać limitów masy urządzenia do ćwiczeń.
2. W razie potrzeby ustawić ograniczniki bezpieczeństwa na odpowiedniej wysokości.
3. W stosownych przypadkach należy wyregulować podkładki siedzenia, podkładki na nogi, podnóżki, zakres regulacji ruchu lub wszelkie inne mechanizmy do wygodnej pozycji wyjściowej. Upewnić się, że mechanizm nastawczy jest w pełni zatrzaśnięty, aby zapobiec niezamierzonym ruchom i obrażeniom.
4. Usiąść na ławce (jeśli dotyczy) i ustawić się w odpowiedniej pozycji do ćwiczeń.
5. Nie należy ćwiczyć z ciężarem większym, niż można bezpiecznie podnosić i kontrolować.
6. Ćwiczyć w sposób kontrolowany.
7. Przywrócić obciążenie do w pełni podpartego położenia wyjściowego.

LISTA KONTROLNA KONSERWACJI

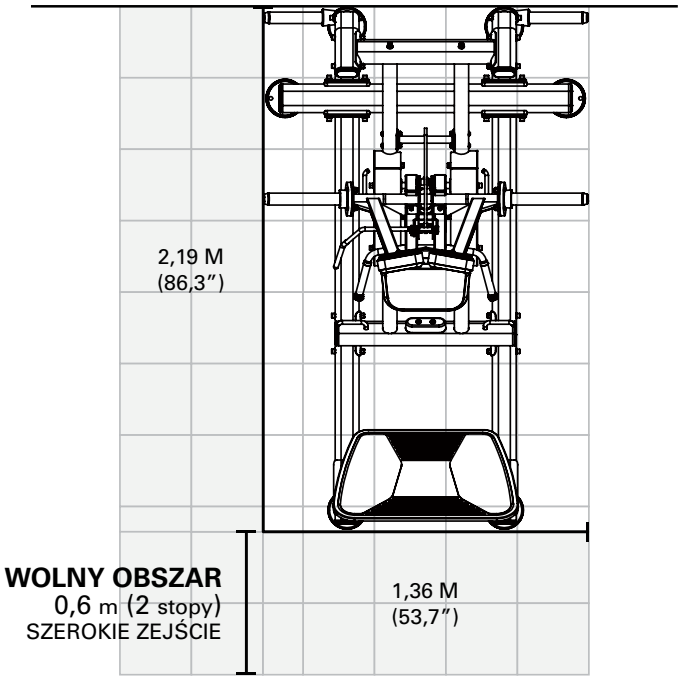
DZIAŁANIE	CZĘSTOTLIWOŚĆ
Sprawdzić przewody [2]	Codziennie
Wyczyścić prowadnice drążków	Co miesiąc
Sprawdzić sprzęt	Co miesiąc
Sprawdzić ramę	Dwa razy w roku
Wyczyścić urządzenie	W razie potrzeby
Wyczyścić uchwyty[1]	W razie potrzeby
Nasmarować prowadnice drążków[3]	W razie potrzeby

[1] Obicia i uchwyty należy czyścić łagodnym mydłem z wodą lub środkiem czyszczącym niezawierającym amoniaku.

[2] Linki należy sprawdzać pod kątem pęknięć i wystrzępienia, a w razie ich wystąpienia niezwłocznie wymienić. Jeżeli występuje nadmierny luz, linkę należy napiąć bez podnoszenia płyty głowicy.

[3] Prowadnice drążków należy smarować środkiem smarnym na bazie teflonu. Nałożyć smar na bawełnianą ściereczkę, a następnie nakładać na prowadnice drążków ruchami w górę i w dół.

OBSZAR TRENINGU



SPECYFIKACJE PRODUKTU

Maksymalna masa ciała użytkownika	150 kg / 330 funtów
Maksymalna waga treningowa	2 x 125 kg / 2 x 275 funtów
Waga produktu	100 kg / 220 funtów
Wymiary całkowite (dł. x szer. x wys.)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3" x 53,7" x 57,1""
Liczba prętów do przechowywania obciążeń	4
Maksymalne obciążenie znamionowe prętów do przechowywania obciążeń	4-55 lbs. (25 kg) płyt / pręt (razem 16 płyt)

* Zapewnić minimalną szerokość wolnej przestrzeni wynoszącą 0,6 m (24") w celu umożliwienia dostępu do sprzętu Vision i przechodzenia wokół niego. Należy pamiętać, że w przypadku osób poruszających się na wózkach inwalidzkich zalecana przez ADA szerokość wolnej przestrzeni to 0,91 m (36").

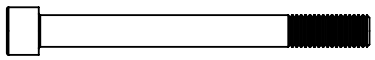
MONTAŻ

DOKRĘCIĆ LUŹNO
Na tym etapie należy luźno dokręcić wszystkie elementy mocujące. NIE WOLNO dokręcać całkowicie. Niektóre komponenty mogą wymagać wstępnego montażu lub regulacji podczas procesu montażu.

DOKRĘCIĆ MOCNO
Na tym etapie należy całkowicie dokręcić kluczem wszystkie elementy mocujące.

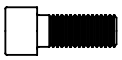
visionfitness.com

15 M12X125



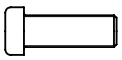
x16

16 M12X30



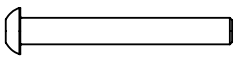
x16

17 M12X35



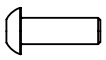
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



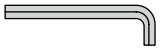
x24

24 M10



x4

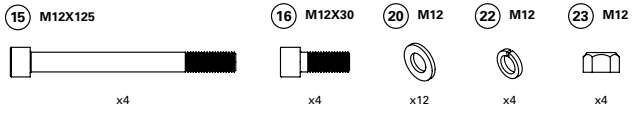
NARZĘDZIA WYMAGANE DO MONTAŻU (niedołączone do zestawu)

Klucz imbusowy w kształcie litery L – 4 mm		Śrubokręt krzyżakowy	
Klucz imbusowy w kształcie litery L – 5 mm		Klucz płaski 13 mm	
Klucz imbusowy w kształcie litery L – 6 mm		Klucz płaski 17 mm	
Klucz imbusowy w kształcie litery L – 8 mm		Klucz płaski 19 mm	

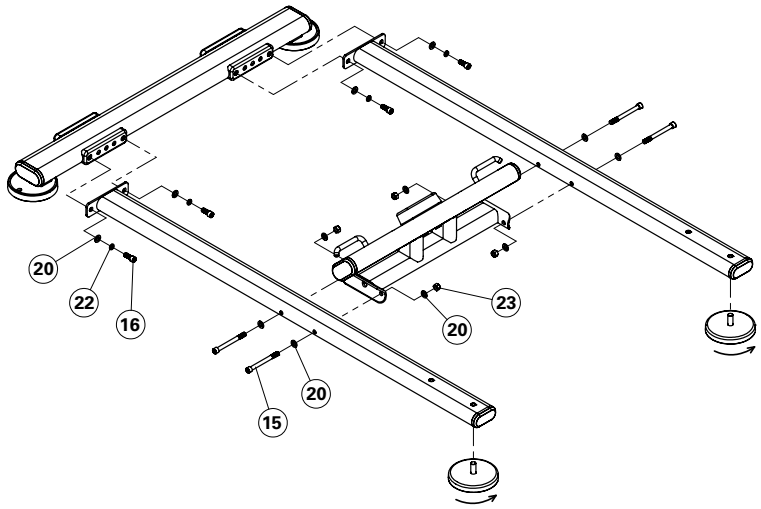


MONTAŻ

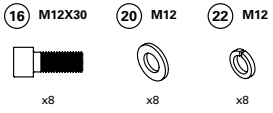
1



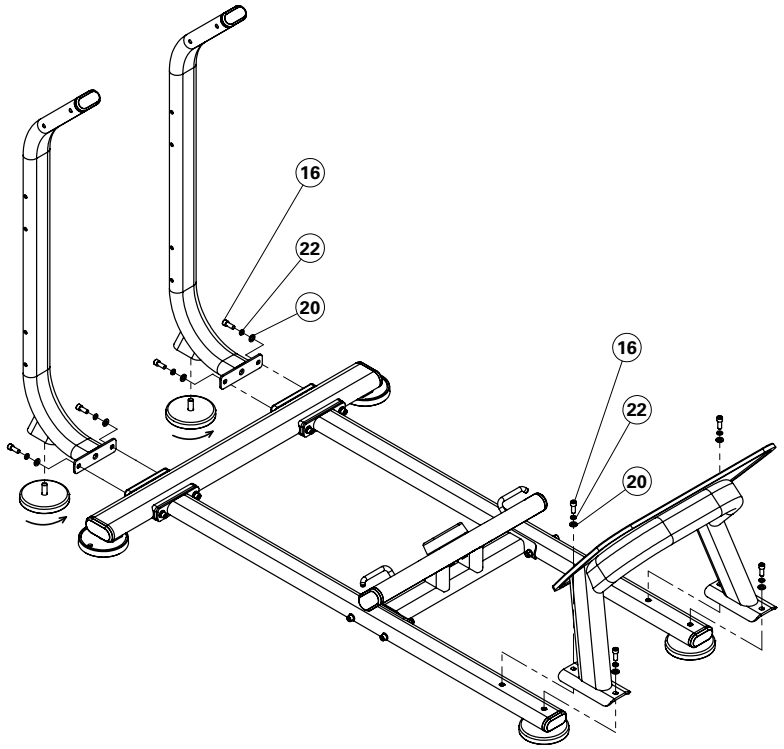
Dokręcić luźno



2

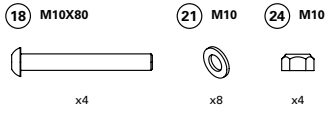


Dokręcić luźno

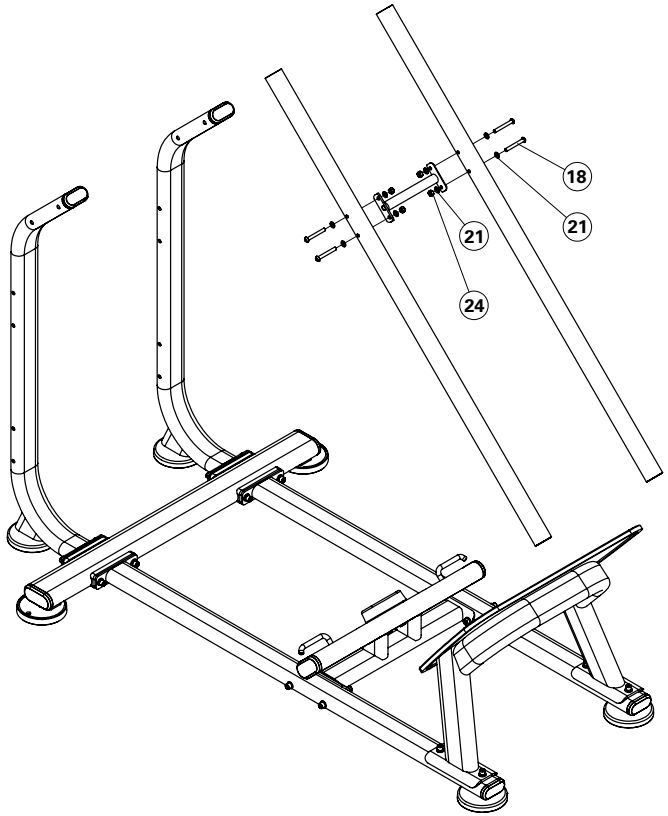


MONTAŻ

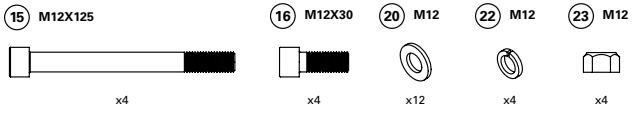
3



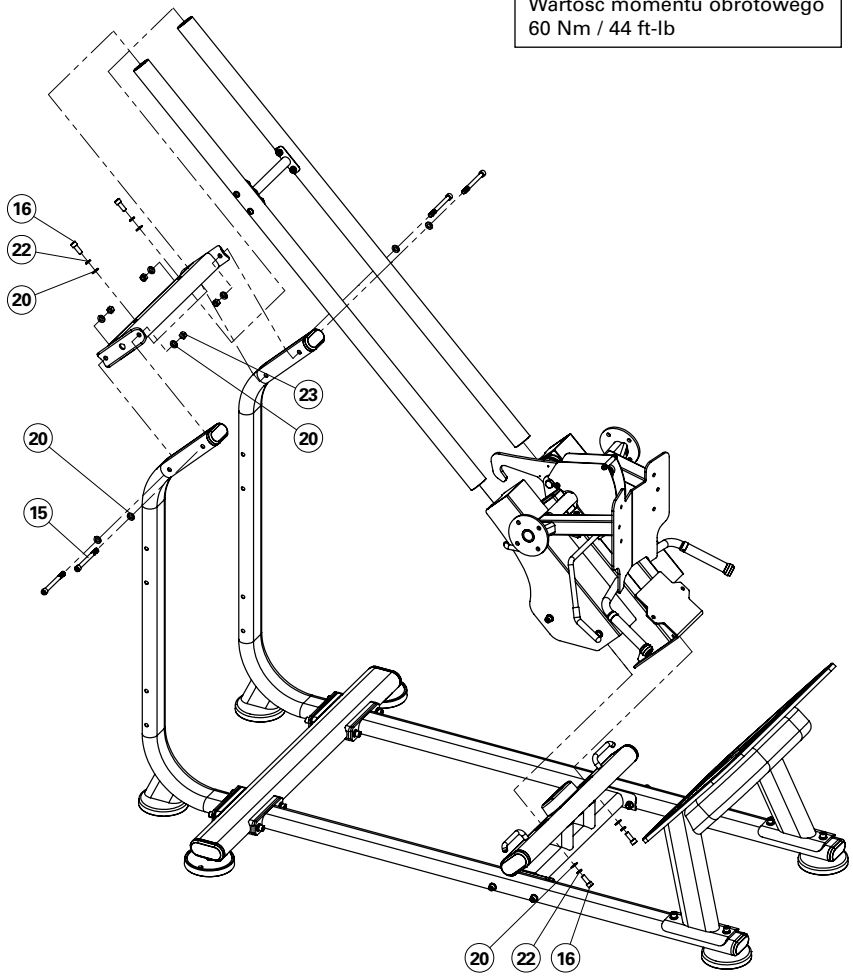
Dokręcić luźno
Wartość momentu obrotowego
40 Nm / 30 ft-lb



4

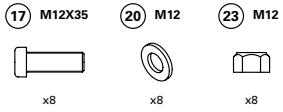


Dokręcić mocno
Wartość momentu obrotowego
60 Nm / 44 ft-lb

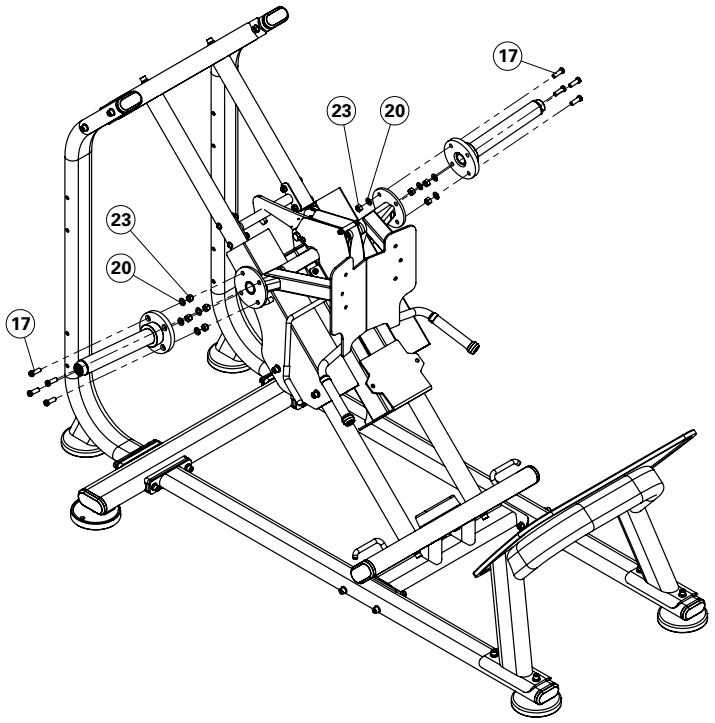


MONTAŻ

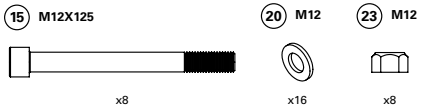
5



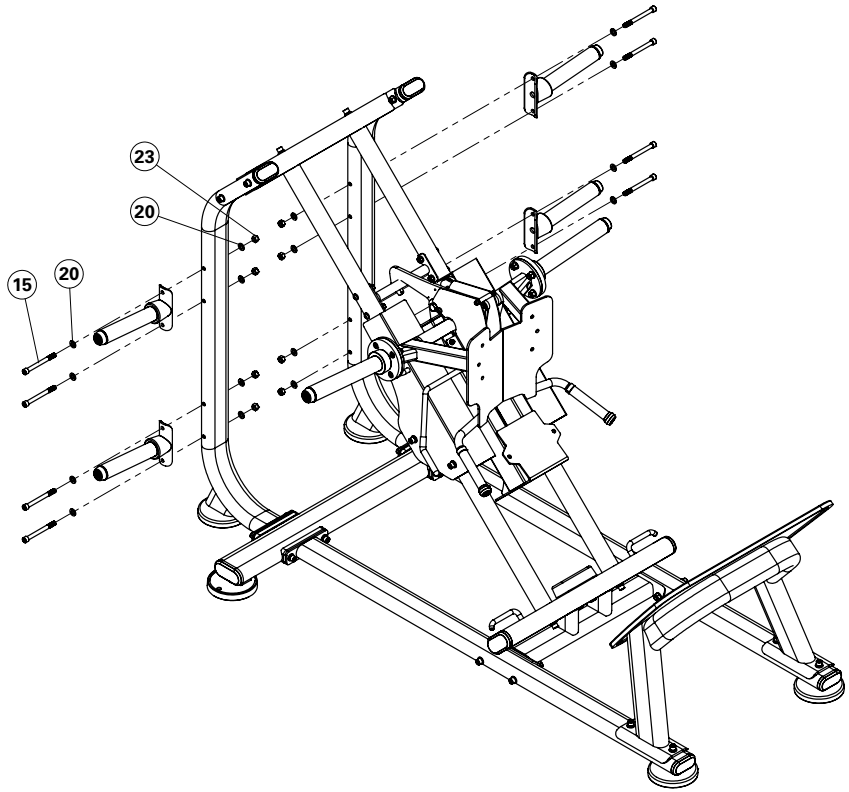
Dokręcić mocno
Wartość momentu obrotowego
60 Nm / 44 ft-lb



6



Dokręcić mocno

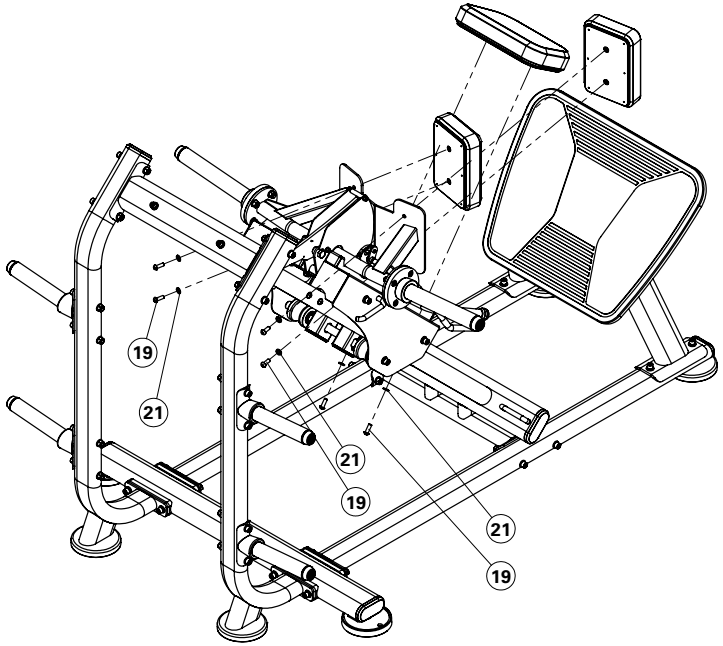


MONTAŻ

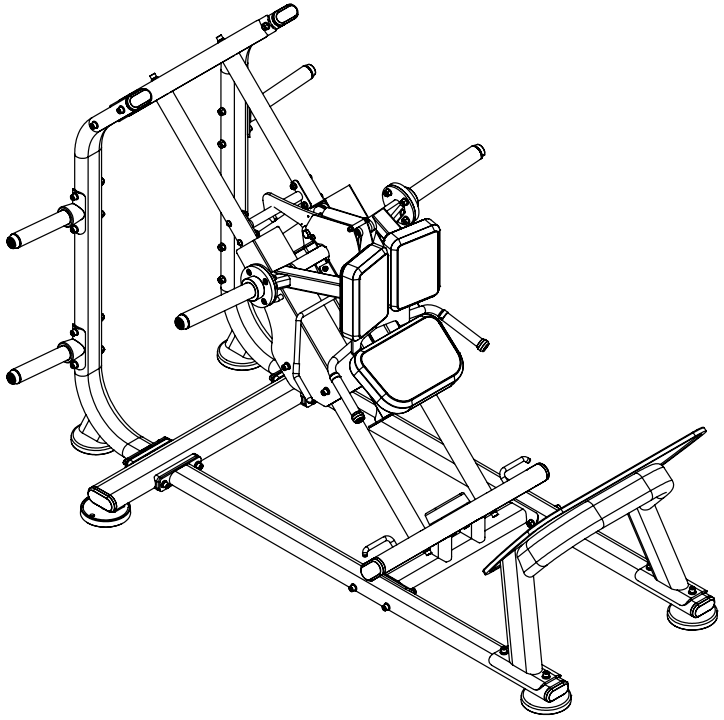
7



Dokręcić mocno
Wartość momentu obrotowego
20 Nm / 15 ft-lb



MONTAŻ UKOŃCZONY



INFORMAÇÕES DO PRODUTO

INFORMAÇÕES IMPORTANTES SOBRE SEGURANÇA

É de exclusiva responsabilidade do comprador dos produtos Vision instruir todas as pessoas, sejam elas usuários finais ou pessoal de supervisão, sobre o uso adequado do equipamento.

Recomenda-se que todos os usuários do equipamento de exercícios Vision estejam avisados das seguintes informações antes da sua utilização.

Não use um equipamento de outra forma que não tenha sido projetado ou pretendido pelo fabricante. É imperativo que o equipamento Vision seja usado adequadamente para evitar ferimentos.

INSTALAÇÃO

1. SUPERFÍCIE ESTÁVEL E NIVELADA: O equipamento de exercícios Vision deve ser instalado sobre uma base estável e adequadamente nivelada.
2. **FIXAÇÃO DO EQUIPAMENTO: O fabricante recomenda que todos os equipamentos de musculação Vision estacionários sejam fixados ao piso para estabilizar o equipamento e eliminar balanços ou tombamento. Isso deve ser realizado por um empreiteiro licenciado.**
3. Sob nenhuma circunstância você deve deslizar o equipamento pelo piso devido ao risco de tombamento. Use técnicas e equipamentos adequados de manuseio de materiais recomendados pela Administração de Segurança e Saúde Ocupacional (OSHA).

   Todos os pontos de ancoragem devem ser capazes de suportar uma força de tração de 750 lb (3,3 kN).

MANUTENÇÃO

1. NÃO utilize um equipamento que esteja danificado ou tenha peças gastas ou quebradas. Utilize apenas peças de reposição fornecidas pelo revendedor Vision local do seu país.
2. CONSERVE AS ETIQUETAS E PLACAS: Não remova etiquetas por razão alguma. Elas contêm informações importantes. Se estiverem ilegíveis ou ausentes, entre em contato com seu revendedor Vision para substituição.
3. FAÇA A MANUTENÇÃO DE TODO O EQUIPAMENTO: A manutenção preventiva é a chave para a boa operação do equipamento bem como para manter a mínima confiabilidade. O equipamento precisa ser inspecionado em intervalos regulares.
4. Assegure-se de que qualquer pessoa, que faça ajustes ou realize manutenção ou reparo de qualquer tipo, esteja qualificada para este fim.

NOTAS ADICIONAIS

Este equipamento só deve ser usado em áreas supervisionadas onde o acesso e o controle sejam especificamente regulados pelo proprietário. Cabe ao proprietário determinar quem tem permissão para acessar este equipamento de treinamento. O proprietário deve considerar o grau de confiabilidade, a idade, a experiência etc. de um usuário.

Este equipamento de treinamento atende aos padrões da indústria para estabilidade quando usado para a finalidade a que se destina, de acordo com as instruções fornecidas pelo fabricante.

Este equipamento destina-se apenas para uso interno. Este equipamento de treinamento é um produto Classe S (projetado para ser utilizado em um ambiente comercial, como uma academia de ginástica). Este equipamento de treino está em conformidade com as normas EN ISO 20957-1:2013 e EN ISO 20957-2:2021.



Leia todas as instruções cuidadosamente antes de usar e guarde-as para referência futura.



ADVERTÊNCIA: Esmagamento de mãos.

RETIRADA DA EMBALAGEM

Obrigado por adquirir um produto Vision Fitness. Ele é inspecionado antes de ser embalado. É enviado em várias partes para facilitar a embalagem compacta da máquina. Antes da montagem, confirme todos os componentes correlacionando-os com os diagramas explodidos. Retire cuidadosamente a unidade da caixa e descarte os materiais de embalagem de acordo com as leis locais. O dispositivo de exercícios deve ser montado por uma equipe de montagem treinada ou pré-montado antes da entrega.

CUIDADO

Para evitar ferimentos pessoais e danos nos componentes da estrutura, certifique-se de ter assistência adequada para remover as peças da estrutura desta caixa. Certifique-se de instalar o equipamento sobre uma base estável e nivelar adequadamente a máquina. Garanta uma largura mínima de espaço de 0,6 m (24") para acesso e passagem ao redor do equipamento de musculação Vision. Observe que 0,91 m (36") é a largura recomendada de espaço pela ADA (Americans With Disabilities Act [Lei dos Americanos Portadores de Deficiência]) para pessoas em cadeiras de rodas.

GARANTIA

Como promessa de qualidade, a Vision oferece garantias a todos os seus produtos. Entre em contato com o revendedor autorizado Vision local para descobrir como estamos protegendo a sua visão de fitness hoje, amanhã e nos próximos anos.

⚠ ADVERTÊNCIA

MORTE OU LESÃO GRAVE PODEM OCORRER NESTE EQUIPAMENTO. SIGA ESTAS PRECAUÇÕES PARA EVITAR UMA LESÃO!

1. Mantenha as crianças menores de 14 anos longe deste equipamento de treinamento de força. Os adolescentes devem ser supervisionados durante todo o tempo em que usarem este equipamento.
2. Este equipamento não se destina ao uso por pessoas com capacidades física, sensorial ou mental reduzidas ou falta de experiência e conhecimento, a menos que recebam supervisão ou instruções adequadas sobre o uso do equipamento por uma pessoa responsável pela sua segurança.
3. Todas as advertências e instruções devem ser lidas e as instruções adequadas devem ser obtidas antes do uso. Use este equipamento APENAS para o uso ao qual se destina.
4. Inspecione o aparelho antes do uso. NÃO use o aparelho se parecer estar danificado ou inoperável.
5. Não exceda a capacidade de peso deste equipamento.
6. SEMPRE esteja acompanhado ao usar pesos livres.
7. Equilibre o peso aplicado a este equipamento e/ou qualquer altere. Onde aplicável, use dispositivos de retenção para prender as anilhas.
8. Podem ocorrer lesões à saúde resultantes de treinamento incorreto ou excessivo. Pare o exercício se você sentir que vai desmaiar ou se sentir tonto. Faça um exame médico antes de começar um programa de exercícios.
9. Mantenha seu corpo, roupas, cabelo e acessórios de treinamento longe de todas as partes em movimento.
10. Batentes reguláveis, se fornecidos, devem ser usados o tempo todo.
11. Ao ajustar qualquer mecanismo regulável (posição do batente, posição do assento, posição dos apoios estofados, suporte de polia, limitador de curso ou qualquer outro tipo), certifique-se de que ele está bem encaixado antes do uso para prevenir movimento não intencional.
12. O fabricante recomenda que este equipamento seja fixado ao chão para estabilização e eliminar balanço ou tombamento. Use um prestador de serviço autorizado.
13. Se o equipamento NÃO estiver fixado no chão: NUNCA permita que tiras de resistência, cordas ou outros meios sejam amarrados a este equipamento, uma vez que isto pode resultar em lesão grave. NUNCA use este equipamento como apoio ao se alongar, uma vez que isto pode resultar em lesão grave.
14. NÃO REMOVA ESTA ETIQUETA. SUBSTITUA SE DANIFICADA OU ILEGÍVEL.

⚠ ADVERTÊNCIA

MORTE OU LESÃO GRAVE PODEM OCORRER NESTE EQUIPAMENTO. SIGA ESTAS PRECAUÇÕES PARA EVITAR UMA LESÃO!

1. Todas as advertências e instruções devem ser lidas e as instruções adequadas devem ser obtidas antes do uso. Use este equipamento APENAS para o uso ao qual se destina.
2. SEMPRE esteja acompanhado ao se exercitar neste equipamento.
3. Não permita que a barra de levantamento caia repentinamente.
4. Certifique-se visualmente que a barra de levantamento esteja totalmente encaixada e apoiada nos ganchos antes de soltar a carga e sair aparelho.
5. Batentes reguláveis devem ser usados o tempo todo.
6. SEMPRE coloque os dois batentes ajustáveis na mesma altura ao usar este aparelho.
7. A altura ADEQUADA do batente regulável depende do exercício realizado.
   Regule como segue:
   - Remova o peso da barra de levantamento.
   - Para agachamento, realize o exercício e determine a posição mais baixa da barra que seja confortável e que garanta que não há compressão na espinha. Para outros exercícios, realize o movimento e determine o ponto mais baixo de deslocamento da barra que seja confortável sem o contato da barra com seu corpo.
   - Posicione os dois prendedores do batente para parar a barra neste ponto. Certifique-se de que ela está totalmente apoiada nos eixos ou placa de apoio.
   - PARA AGACHAMENTO EM UM SMITH PRESS NUNCA COLOQUE OS BATENTES ABAIXO DA ALTURA INDICADA NO EQUIPAMENTO.
   - Carregue os pesos na barra de levantamento e realize o exercício com cuidado.
8. NÃO REMOVA ESTA ETIQUETA. SUBSTITUA SE DANIFICADA OU ILEGÍVEL.

INFORMAÇÕES DO PRODUTO

USO ADEQUADO

1. Não exceda os limites de peso do dispositivo de exercícios.
2. Se aplicável, ajuste os batentes de segurança na altura apropriada.
3. Se aplicável, ajuste as almofadas de assento, almofadas de pernas, bases para pés, ajuste a amplitude de movimento ou qualquer outro tipo de mecanismo de ajuste para uma posição inicial confortável. Certifique-se de que o mecanismo de ajuste esteja totalmente engatado para evitar movimentos involuntários e evitar ferimentos.
4. Sente-se no banco (se aplicável) e fique na posição apropriada para o exercício.
5. Exercite-se não usando mais peso do que você pode levantar e controlar com segurança.
6. De forma controlada, realize os exercícios.
7. Retorne o peso à sua posição inicial totalmente apoiada.

LISTA DE VERIFICAÇÃO DE MANUTENÇÃO

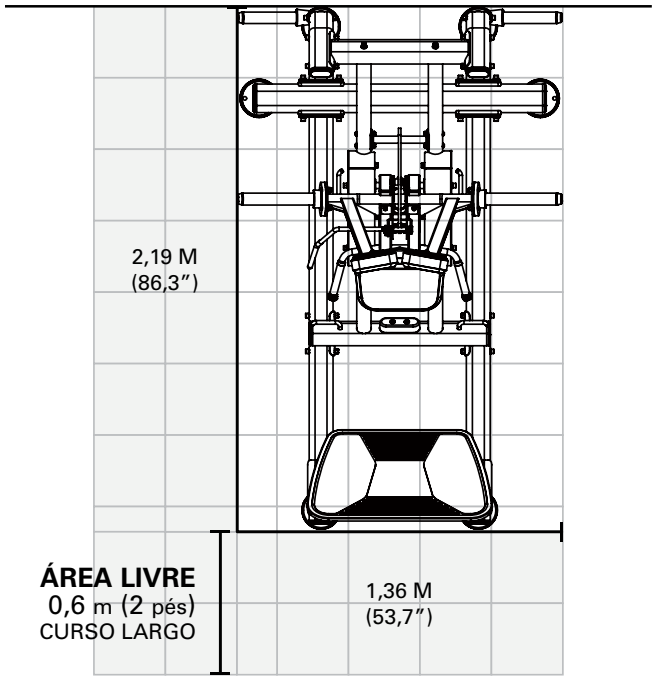
AÇÃO	FREQUÊNCIA
Inspecionar os cabos [2]	Diariamente
Limpar as hastes de guia	Mensalmente
Inspecionar as ferragens	Mensalmente
Inspecionar a estrutura	Semestralmente
Limpar a máquina	Conforme necessário
Limpar as pegas [1]	Conforme necessário
Lubrificar as hastes de guia [3]	Conforme necessário

[1] Os estofamentos e as pegas devem ser limpos com água e sabão neutro ou um produto de limpeza sem amônia.

[2] Os cabos devem ser inspecionados quanto a rachaduras ou desgastes e substituídos imediatamente, se houver. Se houver frouxidão excessiva, o cabo deve ser esticado sem levantar a anilha superior.

[3] As hastes de guia devem ser lubrificadas com lubrificante à base de Teflon. Aplique o lubrificante em um pano de algodão e depois aplique para cima e para baixo nas hastes de guia.

ÁREA DE TREINAMENTO



ESPECIFICAÇÕES DO PRODUTO

Peso máximo do usuário	150 kg / 330 lb
Peso máximo para treinamento	2 x 125 kg / 2 x 275 lb
Peso do produto	100 kg / 220 lb
Dimensões gerais (C x L x A)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3" x 53,7" x 57,1""
Quantidade de barras de armazenamento de peso	4
Capacidade máx. da placa da barra de armazenamento de peso	4-55 lbs. (25 kg) placas / barra (16 placas no total)

* Garanta uma largura mínima de espaço de 0,6 m (24") para acesso e passagem ao redor do equipamento de musculação Vision. Observe que 0,91 m (36") é a largura recomendada de espaço pela ADA (Americans With Disabilities Act [Lei dos Americanos Portadores de Deficiência]) para pessoas em cadeiras de rodas.

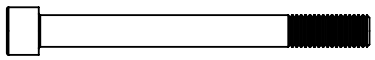
MONTAGEM

APERTE LIGEIRAMENTE
Aperte ligeiramente todo o equipamento neste passo. NÃO aperte por completo. Algum(s) componente(s) pode(m) precisar de pré-montagem e/ou alinhamento durante o processo de montagem.

APERTE POR COMPLETO
Aperte com uma chave inglesa todo o equipamento neste passo.

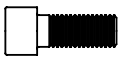
visionfitness.com

15 M12X125



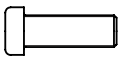
x16

16 M12X30



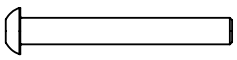
x16

17 M12X35



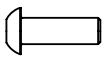
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



x24

24 M10



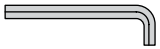
x4

FERRAMENTAS NECESSÁRIAS PARA MONTAGEM (não incluídas)

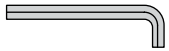
Chave Allen em L de 4 mm



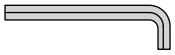
Chave Allen em L de 5 mm



Chave Allen em L de 6 mm



Chave Allen em L de 8 mm



Chave Phillips



Chave de boca de 13 mm



Chave de boca de 17 mm



Chave de boca de 19 mm



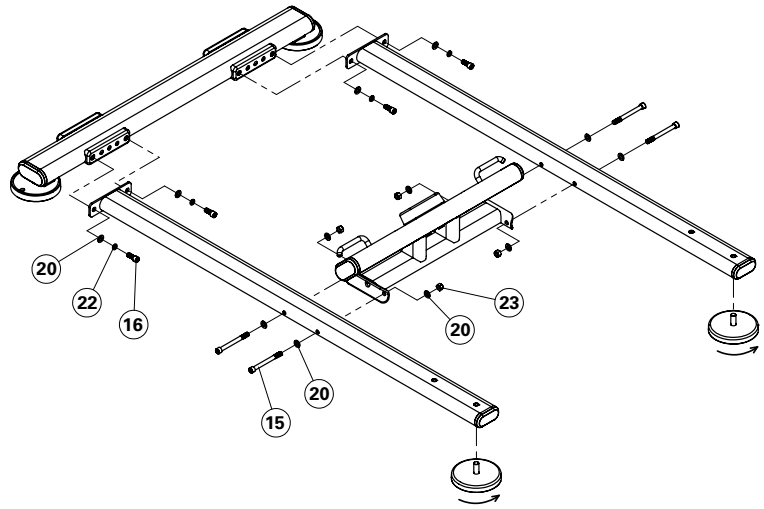


MONTAGEM

1

(15) M12X125	(16) M12X30	(20) M12	(22) M12	(23) M12
x4	x4	x12	x4	x4

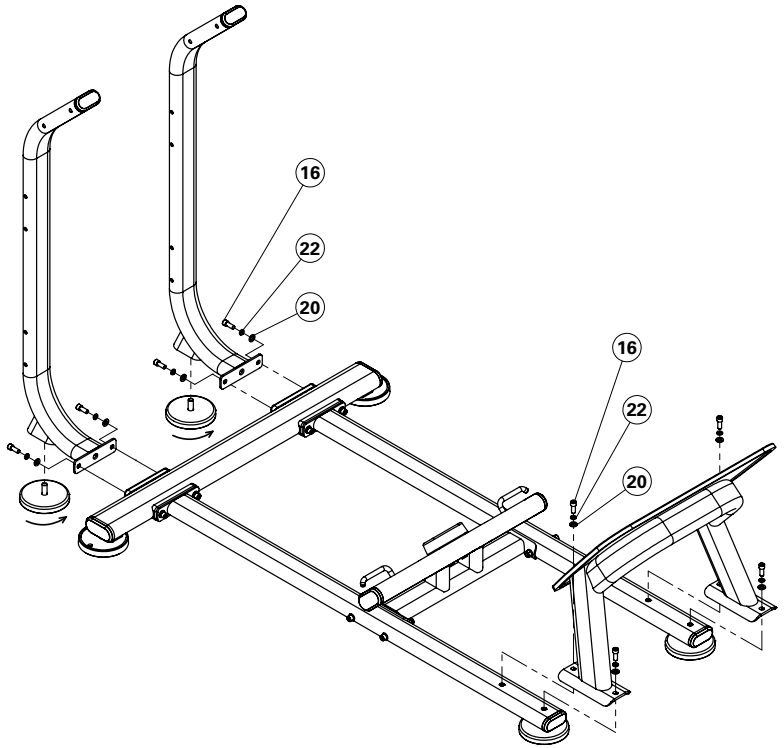
Aperte ligeiramente



2

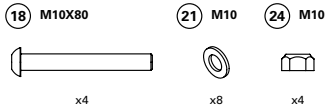
(16) M12X30	(20) M12	(22) M12
x8	x8	x8

Aperte ligeiramente

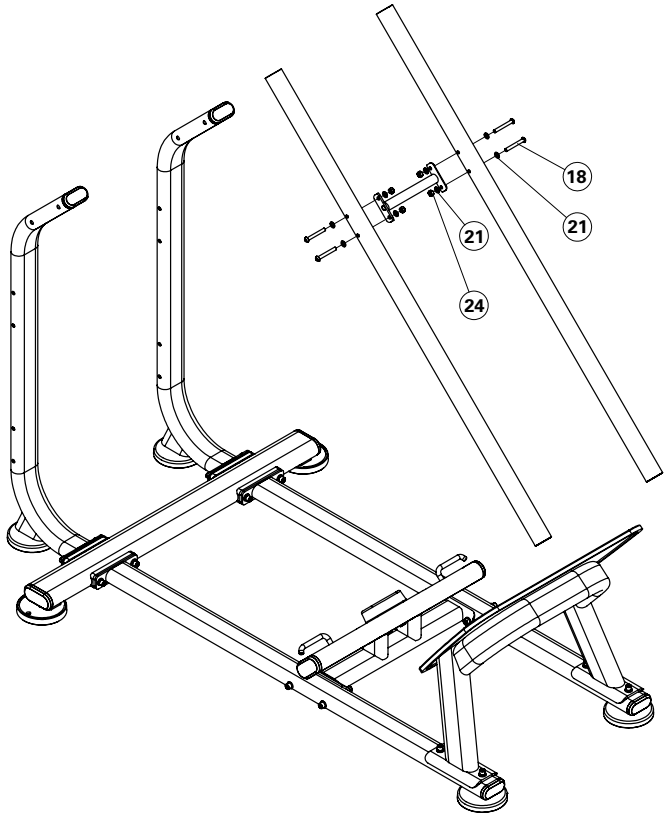


MONTAGEM

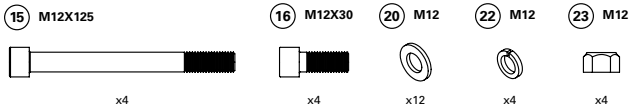
3



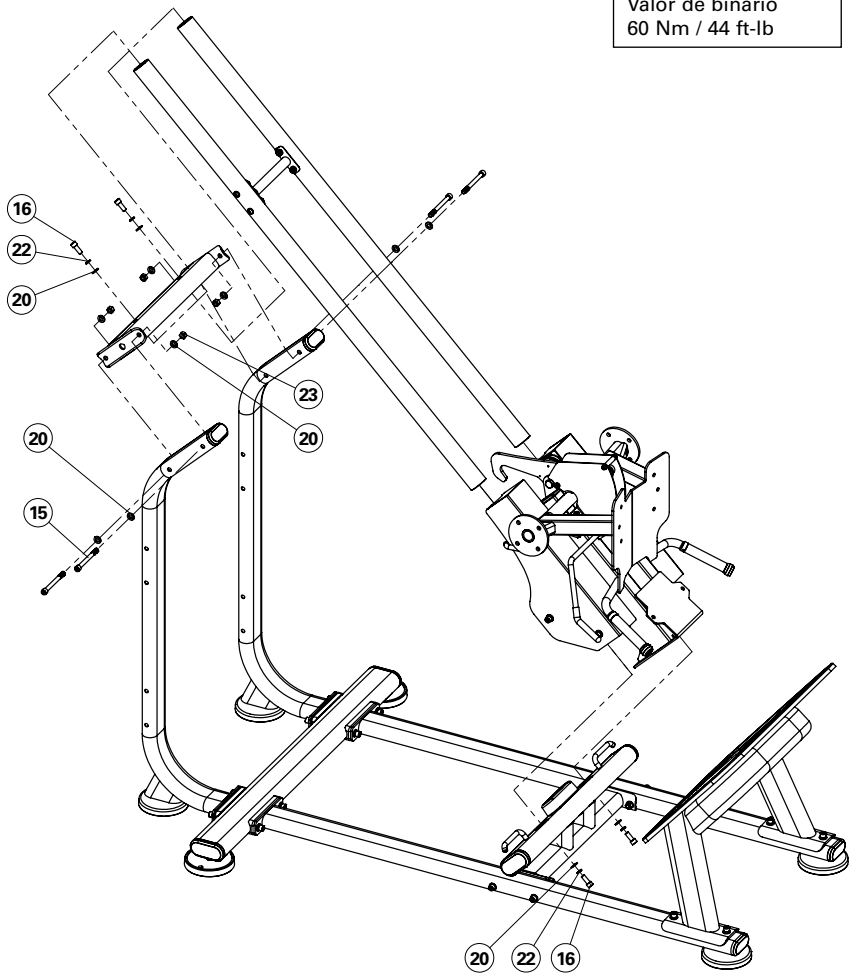
Aperte ligeiramente
Valor de binário
40 Nm / 30 ft-lb



4

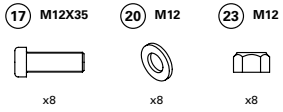


Aperte por completo
Valor de binário
60 Nm / 44 ft-lb

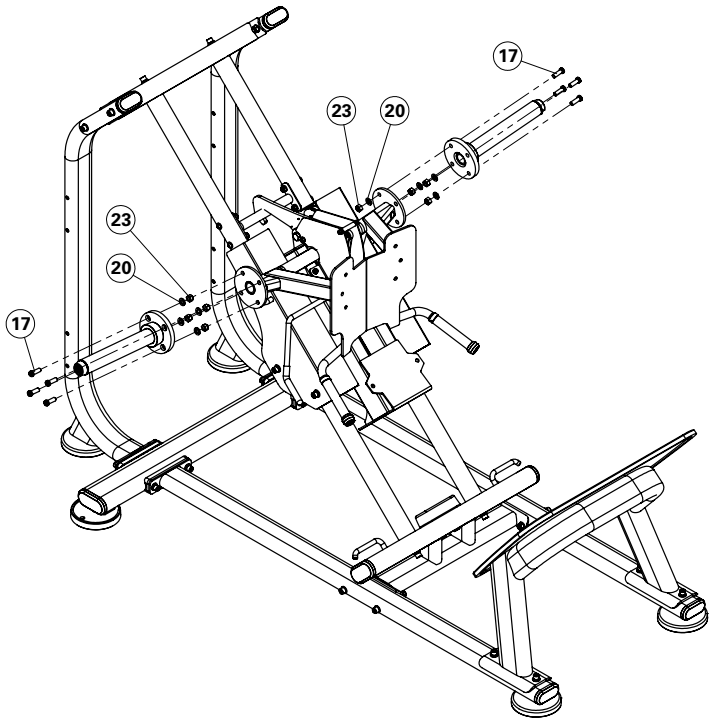


MONTAGEM

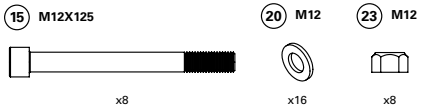
5



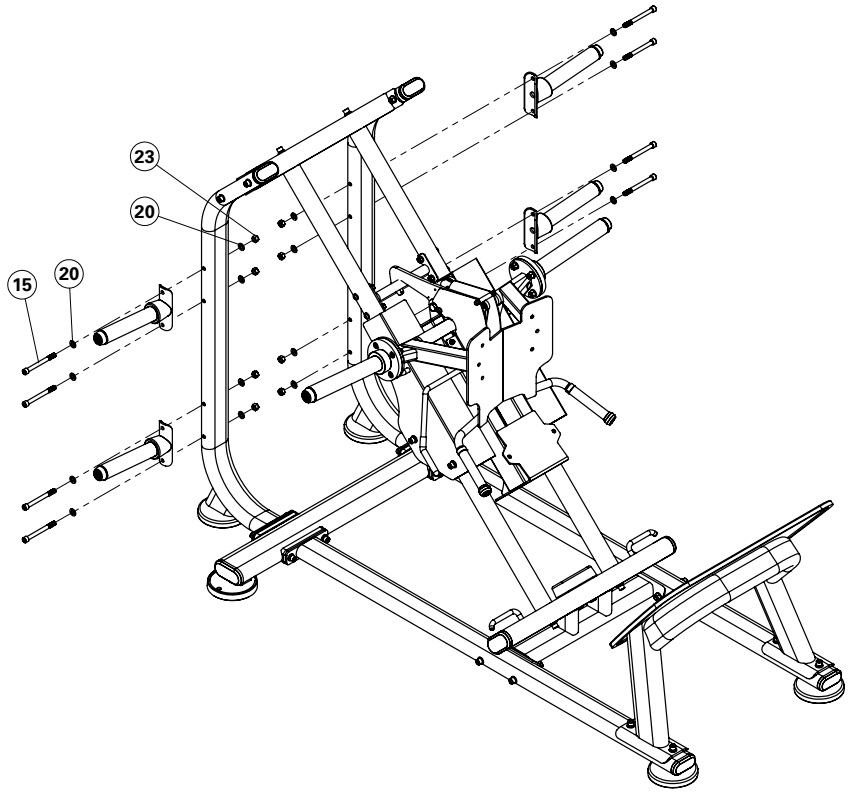
Aperte por completo
Valor de binário
60 Nm / 44 ft-lb



6



Aperte por completo

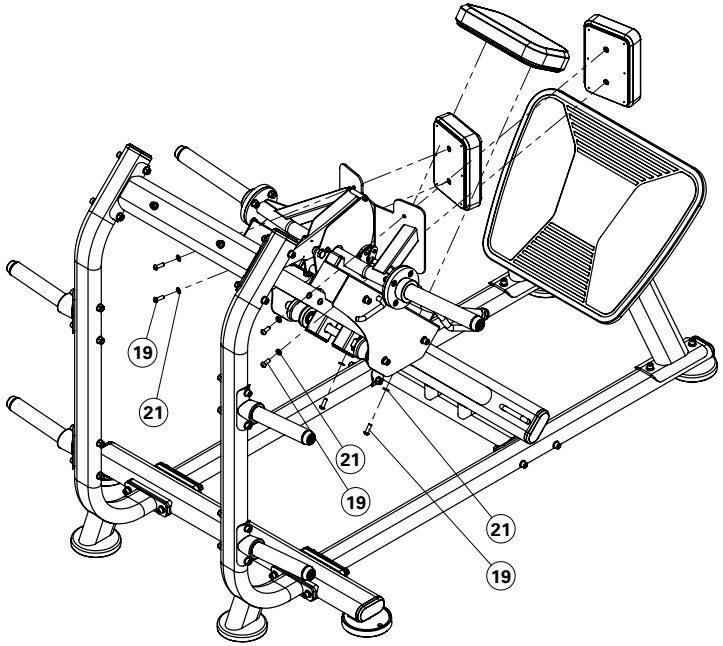


MONTAGEM

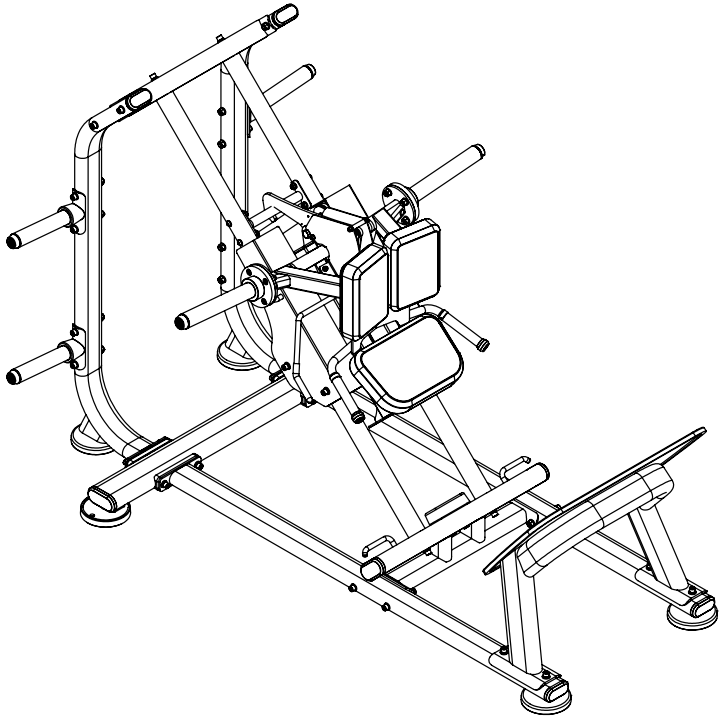
7



Aperte por completo
Valor de binário
20 Nm / 15 ft-lb



MONTAGEM CONCLUÍDA



ИНФОРМАЦИЯ ОБ ИЗДЕЛИИ

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Покупатель изделий Vision несет единоличную ответственность за то, чтобы проинструктировать всех физических лиц — как конечных пользователей, так и конролирующий персонал — по надлежащему использованию оборудования.

Рекомендуется ознакомить всех пользователей тренажеров Vision со следующей информацией до начала использования.

Оборудование разрешается использовать только в соответствии с инструкциями или указаниями производителя. Во избежание травм крайне важно использовать оборудование Vision в соответствии со всеми инструкциями.

УСТАНОВКА

1. УСТОЙЧИВАЯ И РОВНАЯ ПОВЕРХНОСТЬ: Тренажеры Vision должны быть установлены на устойчивой опорной поверхности и выровнены надлежащим образом.
2. **ЗАКРЕПЛЕНИЕ ОБОРУДОВАНИЯ: Производитель рекомендует фиксировать все стационарные силовые тренажеры Vision на полу, чтобы стабилизировать оборудование и предотвратить его раскачивание и опрокидывание. Эти работы должны выполняться лицензированным подрядчиком.**
3. Категорически запрещается передвигать оборудование по полу ввиду риска опрокидывания. Разрешается использовать только подходящие материалы, средства транспортировки и технические средства, рекомендованные Управлением по охране труда (OSHA) США.

   Все точки крепления должны выдерживать выдергивающую нагрузку не менее 750 фунтов (3,3 кН).

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

1. НЕ используйте оборудование, если оно повреждено, имеет изношенные или сломанные детали. Используйте для ремонта только запасные части, предоставленные дилером оборудования Vision в вашей стране.
2. СОХРАНЯЙТЕ МАРКИРОВКУ И ПАСПОРТНЫЕ ТАБЛИЧКИ: Ни при каких обстоятельствах не удаляйте маркировку. Она может содержать важную информацию. Если маркировка отсутствует или текст на ней невозможно прочитать, обратитесь к своему дилеру оборудования Vision для замены.
3. ПРОВОДИТЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ВСЕГО ОБОРУДОВАНИЯ: Профилактическое техобслуживание является ключевым элементом для надлежащей работы оборудования и снижения вашей ответственности. Проверка оборудования должна проводиться через регулярные промежутки времени.
4. Все работы по обслуживанию и ремонту или регулировке оборудования должны выполняться квалифицированным персоналом.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРИМЕЧАНИЯ

Данное оборудование должно использоваться только в контролируемых зонах, где доступ и наблюдение обеспечивает владелец. Только владелец может определить, кто будет иметь доступ к данному оборудованию для тренировок. При этом владелец учитывает степень надежности, возраст, опыт пользователя и т. п.

Данное оборудование для тренировок соответствует промышленным стандарам устойчивости при использовании по назначению с соблюдением инструкций, предоставленных производителем.

Данное оборудование предназначено исключительно для использования в помещениях. Данное оборудование для тренировок является изделием класса S (предназначено для использования в коммерческих условиях, таких как фитнес-центр). Данное оборудование для тренировок отвечает требованиям стандартов EN ISO 20957-1:2013 и EN ISO 20957-2:2021.



Пожалуйста, внимательно прочитайте все инструкции перед использованием и сохраните их для дальнейшего использования.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Защемление кистей рук.

РАСПАКОВКА

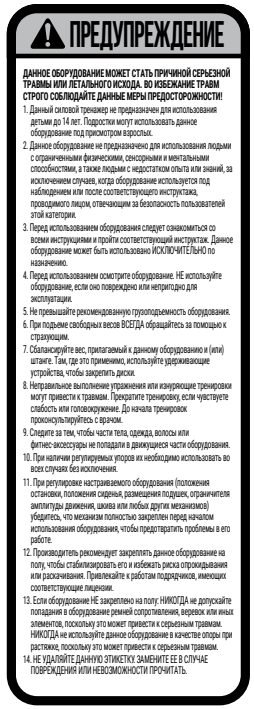
Благодарим вас за приобретение изделия Vision Fitness. Перед упаковкой изделие было проверено. Для обеспечения компактной упаковки оборудования изделие отправлено разобранным на несколько компонентов. Перед началом сборки убедитесь в наличии всех компонентов, сопоставив их с разнесенным сборочным чертежом. Осторожно извлеките оборудование из коробки и утилизируйте упаковочный материал в соответствии с законами, действующими в вашей стране. Сборка тренажера должна выполняться квалифицированными специалистами, или необходима предварительная сборка до поставки.

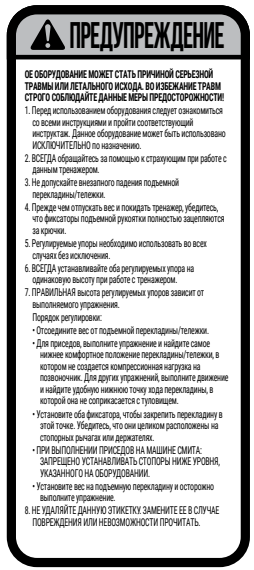
ВНИМАНИЕ!

Во избежание травм и повреждения компонентов рамы привлеките помощников для извлечения компонентов из коробки. Оборудование должно быть установлено на устойчивой опорной поверхности и выровнено надлежащим образом. Минимальная свободная зона вокруг силовых тренажеров Vision должна составлять 0,6 м (24") для обеспечения беспрепятственного доступа к ним. Обратите внимание на то, что расстояние для пользователей в инвалидных колясках, рекомендованное в Законе о защите прав граждан с ограниченными возможностями (ADA) США, составляет 0,91 м (36").

ГАРАНТИЯ

Чтобы обеспечить высокое качество, компания Vision предоставляет гарантию на все производимое оборудование. Обратитесь к вашему авторизованному дилеру Vision, чтобы узнать, как мы обеспечиваем вашу безопасность во время тренировок сегодня, завтра и уже много лет.





ИНФОРМАЦИЯ ОБ ИЗДЕЛИИ

НАДЛЕЖАЩЕЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

1. Не превышайте предельный вес, разрешенный для тренажера.
2. По возможности установите предохранительные ограничители на нужной высоте.
3. По возможности установите подушки сиденья, опоры для ног, опоры для стоп, механизм регулировки диапазона движений или другие регулировочные механизмы в комфортное стартовое положение. Во избежание случайного движения и последующего получения травм убедитесь в том, что регулировочный механизм полностью функционирует.
4. Сядьте на скамью (при наличии) и займите нужное положение для упражнения.
5. При выполнении упражнения не берите вес больше того, который вы можете безопасно поднять и контролировать.
6. Выполняйте упражнение, контролируя ситуацию.
7. Верните вес в исходное положение, где он надежно зафиксирован.

РЕГЛАМЕНТ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

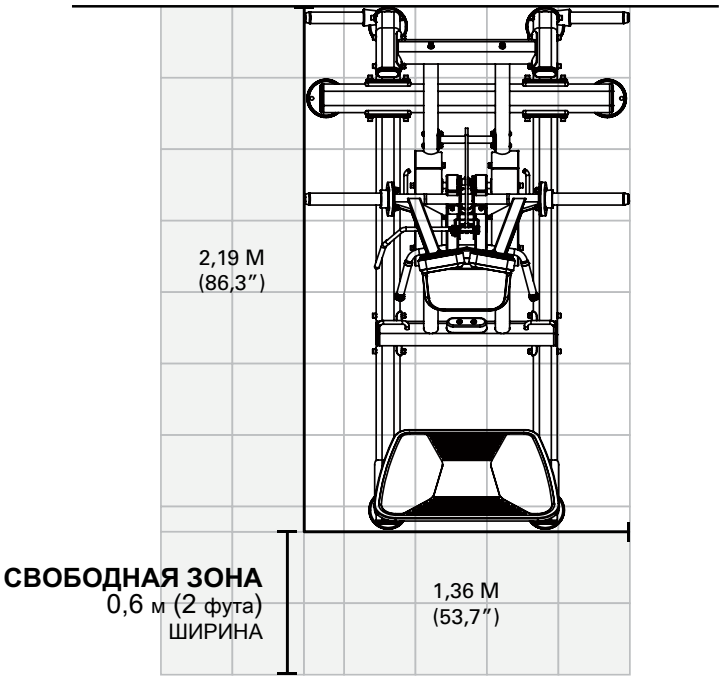
ОПЕРАЦИЯ	ЧАСТОТА ВЫПОЛНЕНИЯ
Осмотр кабелей [2]	Ежедневно
Очистка направляющих штанг	Ежемесячно
Осмотр крепежных элементов	Ежемесячно
Осмотр рамы	Два раза в год
Очистка агрегата	По мере необходимости
Очистка ручек [1]	По мере необходимости
Смазка направляющих штанг [3]	По мере необходимости

[1] Обивку и ручки следует очищать мягким мыльным раствором и водой или чистящим средством без содержания аммиака.

[2] Кабели следует осматривать на наличие трещин или мест истирания и немедленно заменять при их обнаружении. Если кабель сильно провисает, следует подтянуть его, не поднимая торцевую крышку.

[3] Для смазки направляющих штанг следует использовать смазочный материал на основе тефлона. Нанесите смазку на хлопчатобумажную ткань, а затем сверху вниз на направляющие штанги.

ТРЕНИРОВОЧНАЯ ЗОНА



ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСИТИКИ ИЗДЕЛИЯ

Максимальный вес пользователя	150 кг/330 фунтов
Максимальный рабочий вес	2 x 125 кг/2 x 275 фунтов
Масса изделия	100 кг/220 фунтов
Габаритные размеры (Д x Ш x В) *	219,1 x 136,4 x 145,1 см/ 86,3 x 53,7 x 57,1 дюймов
Количество крюков для хранения отягощений	4
Макс. допустимая нагрузка на пластину для крюков для хранения отягощений	4–55 фунтов (25 кг) пластины / крюк (всего 16 пластин)

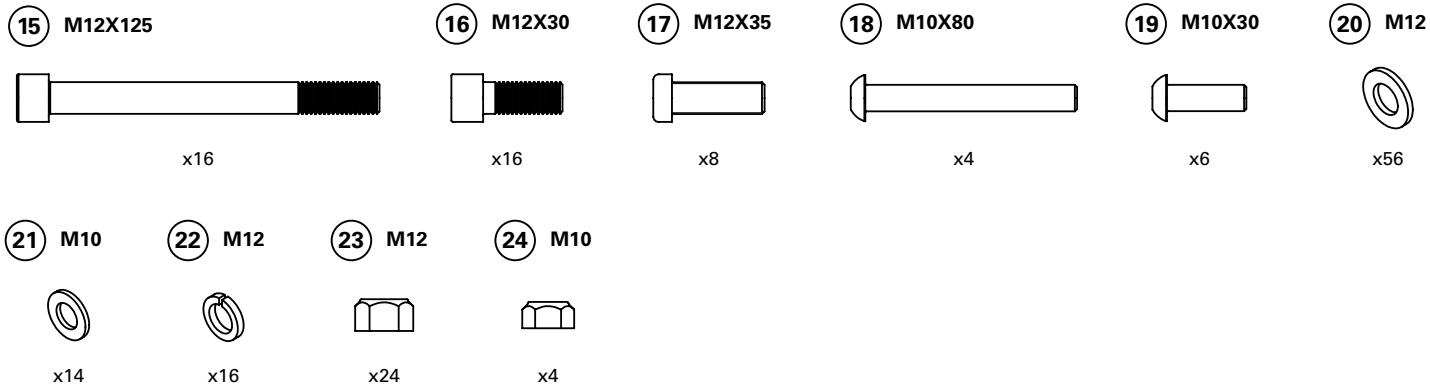
* Минимальная свободная зона вокруг силовых тренажеров Vision должна составлять 0,6 м (24") для обеспечения беспрепятственного доступа к ним. Обратите внимание на то, что расстояние для пользователей в инвалидных колясках, рекомендованное в Законе о защите прав граждан с ограниченными возможностями (ADA) США, составляет 0,91 м (36").

СБОРКА

СЛЕГКА ЗАТЯНУТЬ
Loosely tighten all hardware in this step. DO NOT Fully Tighten. Some component(s) may need pre-assembly and or alignment during the assembly process.

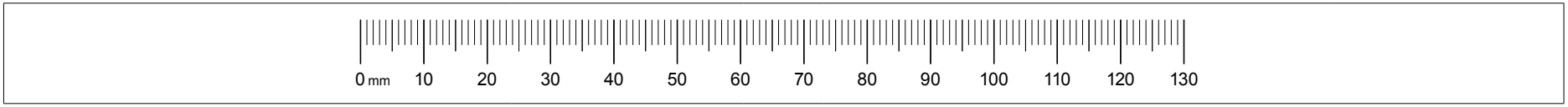
ЗАТЯНУТЬ ДО УПОРА
На этом этапе затяните все крепежные элементы при помощи ключа.

visionfitness.com



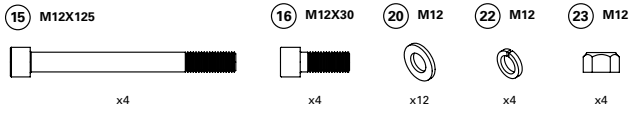
НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ СБОРКИ ИНСТРУМЕНТЫ (не входят в комплект)

- 4 мм Г-образный шестигранный ключ
- 5 мм Г-образный шестигранный ключ
- 6 мм Г-образный шестигранный ключ
- 8 мм Г-образный шестигранный ключ
- Отвертка Phillips
- 13 мм гаечный ключ с открытым зевом
- 17 мм гаечный ключ с открытым зевом
- 19 мм гаечный ключ с открытым зевом

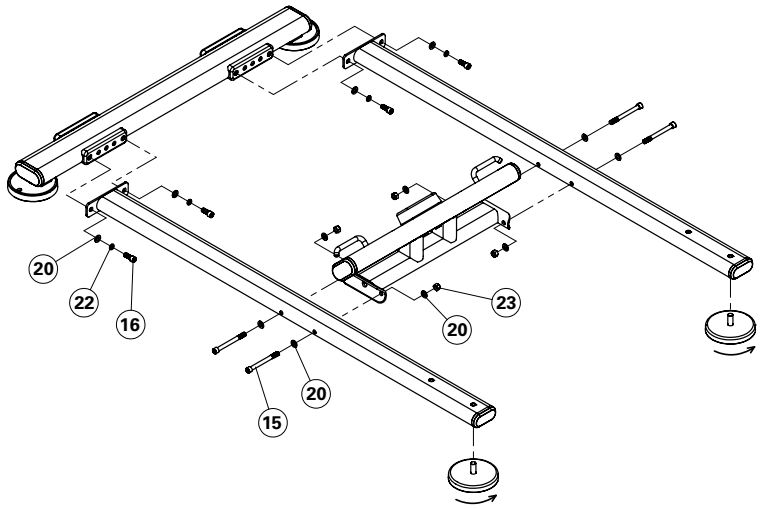


СБОРКА

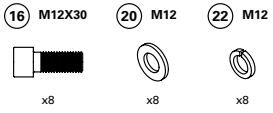
1



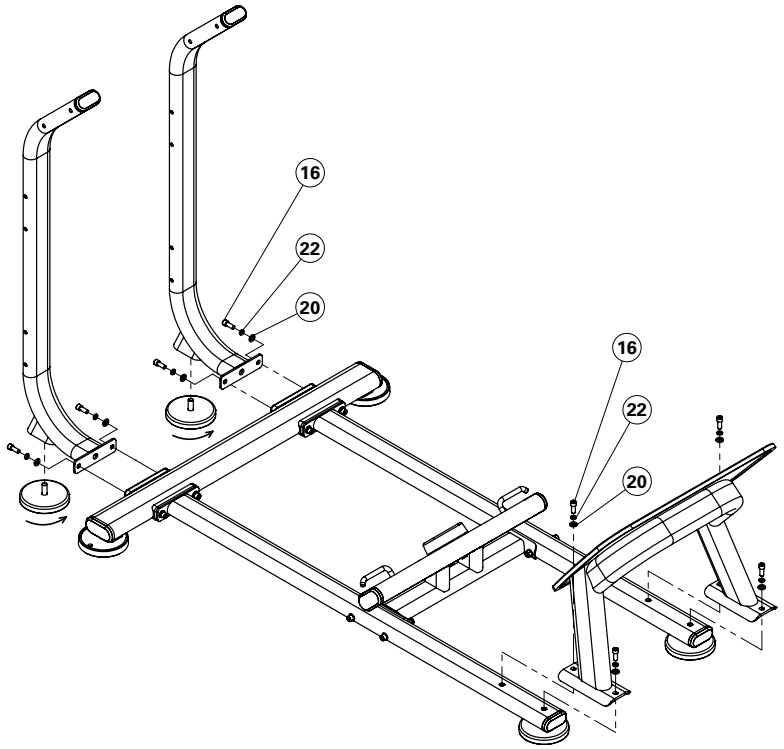
Слегка затянуть



2



Слегка затянуть



СБОРКА

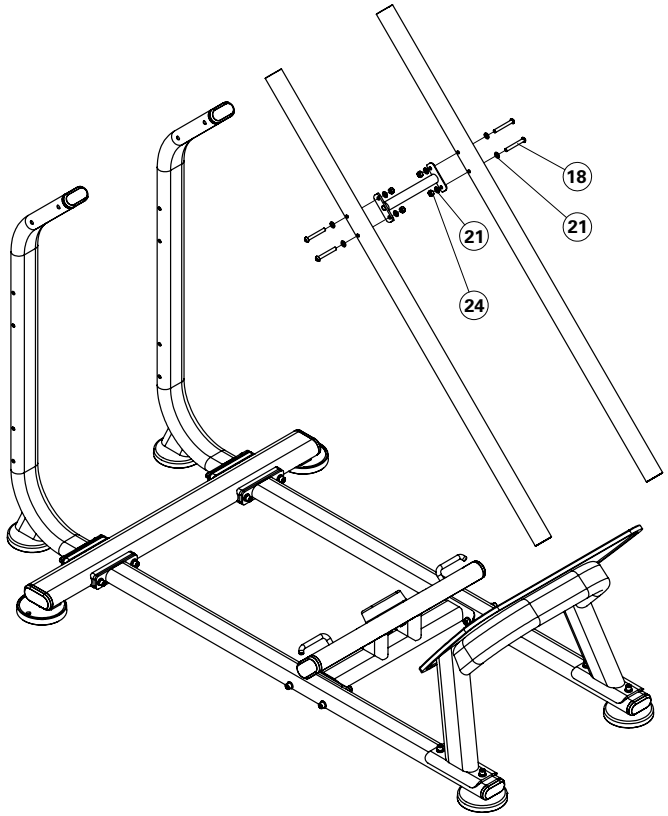
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

Слегка затянуть
Момент затяжки
40 Н·м / 30 фут-фунт



4

(15) M12X125 x4

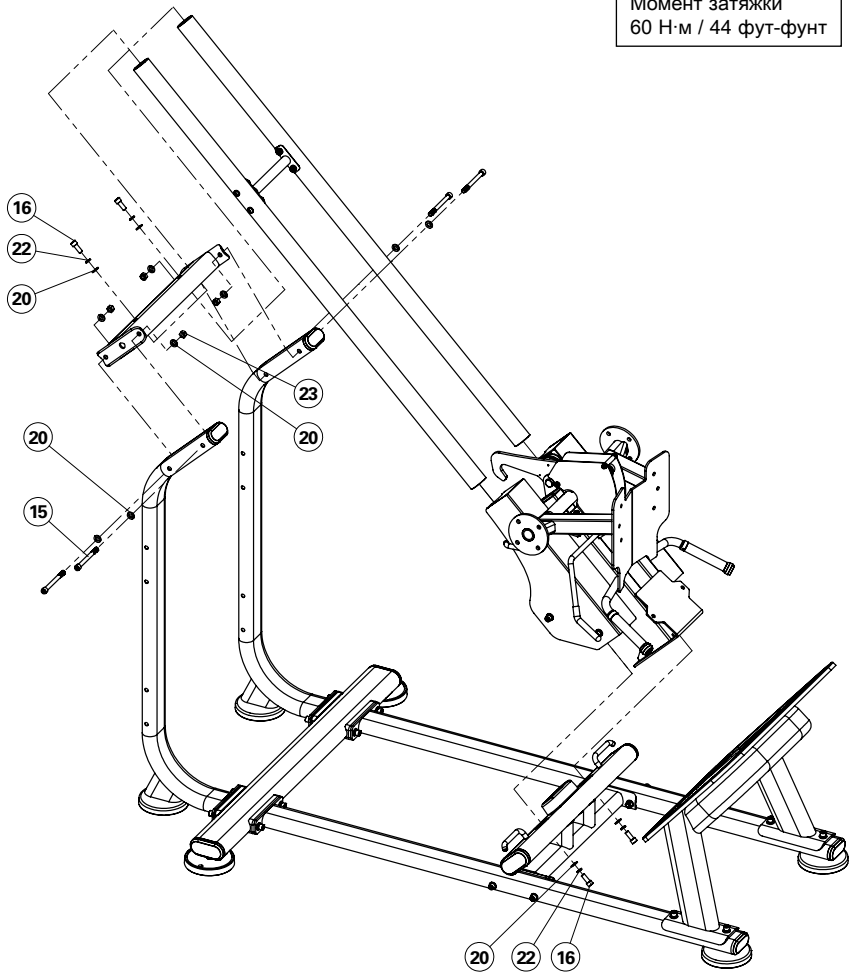
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

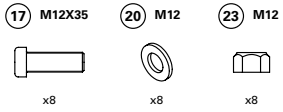
(23) M12 x4

Затянуть до упора
Момент затяжки
60 Н·м / 44 фут-фунт

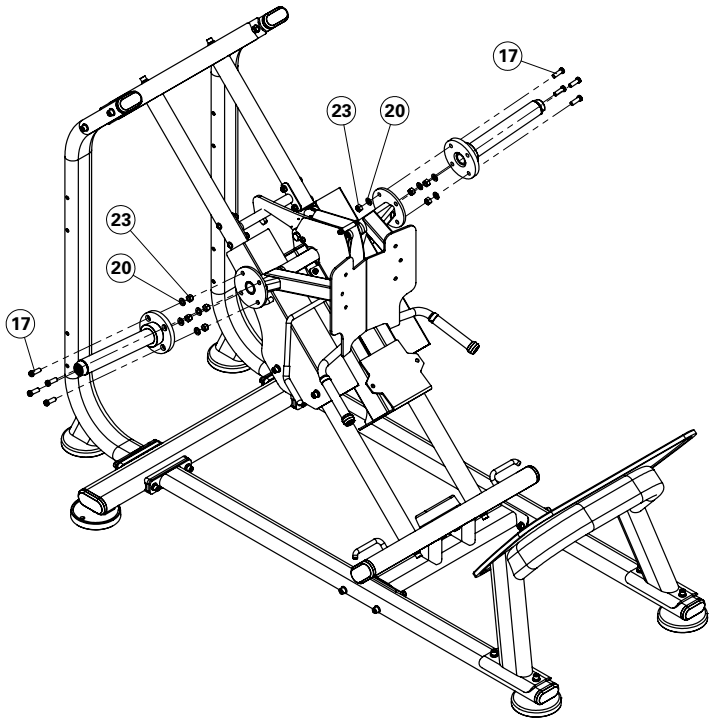


СБОРКА

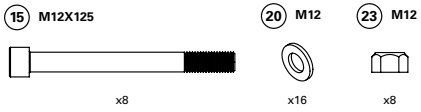
5



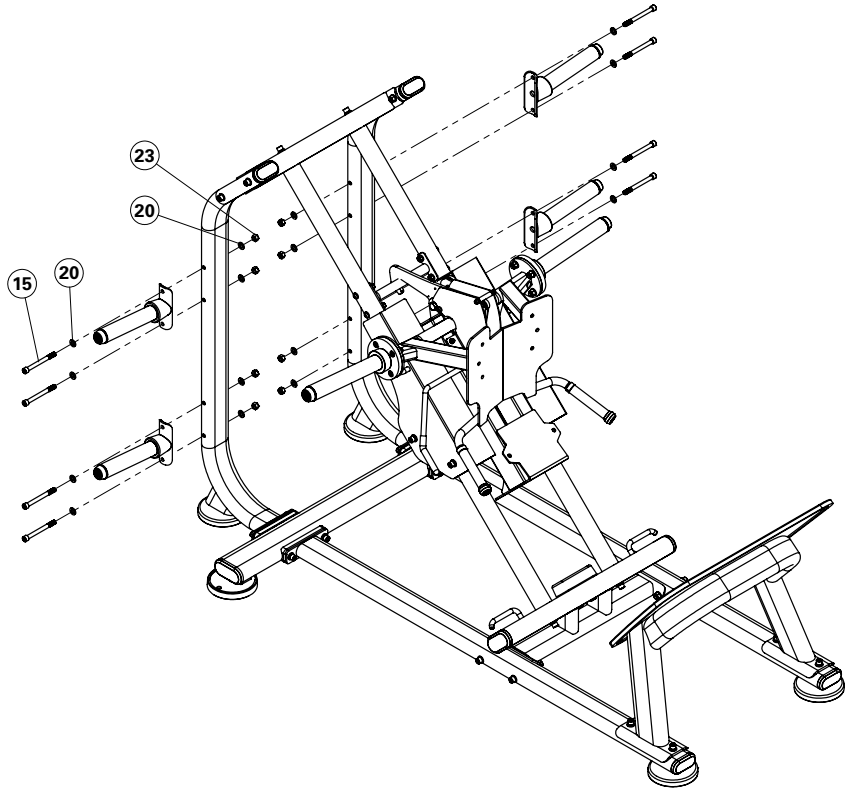
Затянуть до упора
Момент затяжки
60 Н·м / 44 фут-фунт



6



Затянуть до упора



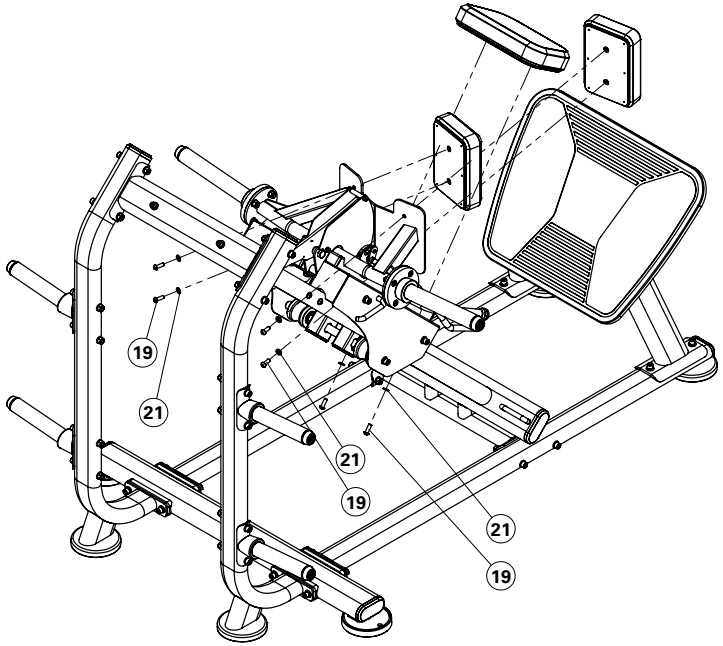
СБОРКА

7

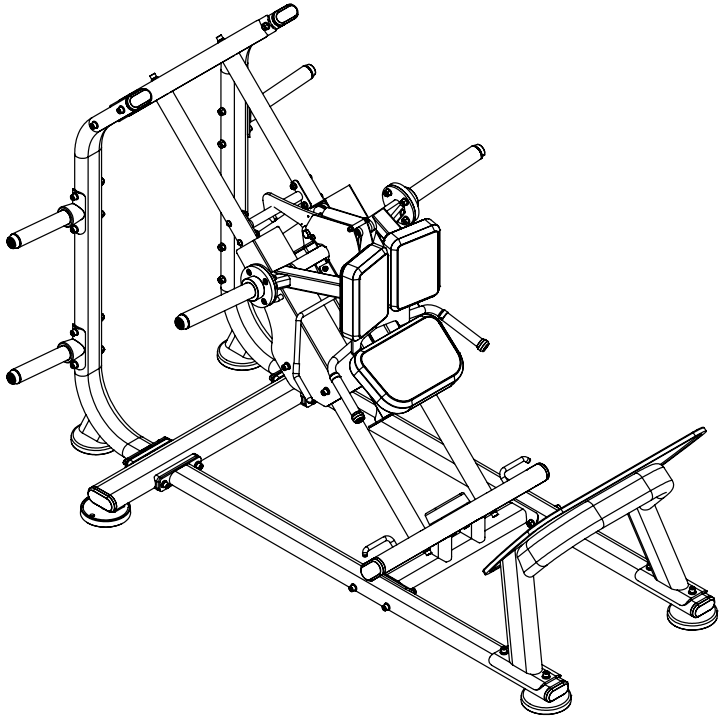
(19) M10X30 x6

(21) M10 x6

Затянуть до упора
Момент затяжки
20 Н·м / 15 фут-фунт



СБОРКА ЗАВЕРШЕНА



产品资讯：

安全重要资讯

Vision 产品的购买者须负全责指导所有人正确使用器材，无论对方是终端使用者还是监督人员。

建议所有 Vision 健身器材使用者在使用前了解下列资讯。

所有器材的使用方式需以制造商的设计原理或原始用途为主，不可擅自更改。请务必遵行正确的 Vision 器材使用方式，以避免造成伤害。

安装

1. 稳固的平面：Vision 健身器材必须安装于稳固且平坦的表面上。
2. 固定器材：制造商建议将所有固定式 Vision 重量器材固定于地面，以提高稳定性并避免晃动或倾覆。必须由合格承包商进行安装。
3. 为防止器材翻覆，任何情况下都不要在地面上滑动器材。请使用 OSHA 建议的适当材料处理方法及材料处理器材。

所有固定点都必须能夠承受750磅(3.3 kN) 拉出力。

保养

1. 任何器材一旦损坏或零件磨损/破损，一律不得继续使用。请使用您所在国家的当地 Vision 经销商供应的替换零件。
2. 保养标签和贴标：不可因任何原因撕除标签。标签内含重要资讯。如标签模糊不清或遗失，请联络您的 Vision 经销商並要求重新张贴。
3. 保养所有器材：预防性保养是保持器材功能正常及善尽安全责任的关键。请定期检查器材。
4. 确认负责调整或保养/维修器材的人员均为合格人员。

其他注意事项

本器材必须在其所有人可实施具体管控的受监督区域内使用。器材所有人有权决定哪些人可使用本训练器材。持有者应考量使用者之可靠度、年龄、经验等。

如遵行制造商提供之说明并按照其设计用途使用，本训练器材符合业界规范的稳定性标准。

本器材仅供室内使用。本训练器材属 S 类产品 (专用于健身房等的商务环境)。
本训练器材符合 GB17498–1 及 GB17498–2 的规定。



请在使用前仔细阅读所有说明并保留以供将来参考。



警告：警惕手部遭受挤压。

开箱

感谢您购买 Vision Fitness 产品。我们在包装前已经检查过产品。为减少器材包装体积，本产品拆分多件运送。进行组装前，请先比对各零组件与图表内容是否相符。
小心地将器材从本包装箱取出后，请依照当地法规妥善弃置包装材料。运动器材仅能由经过训练的组装团队进行组装，或在运送前预先组装完成。

注意

为避免受伤及防范破坏器材零组件，请务必请他人协助将器材零组件从包装箱内取出。请务必将器材安装在稳固的平面上，并使机器保持水平。Vision 重量器材周围务必保留至少 0.6 公尺（24 英吋）的宽度，以利使用及通行。请注意，美国身心障碍法案 (ADA) 建议的轮椅通行宽度是 0.91 公尺（36 英寸）。

保固

为了对您的品质保证，我们所制造的每项 Vision 产品都有保固。请与您当地的授权 Vision 经销商联络，了解我们从今天起，直到未来每一天对您的保证。

⚠ 警告

此设备可能会导致死亡或重伤。为避免受伤，请遵循以下预防措施！

1. 确保 14 岁以下的儿童远离本力量训练设备。青少年使用本设备时，必须有人员时刻在旁监督。
2. 本设备不适用于身体、感官或心理能力低下或缺乏经验和知识的人士，除非由负责其安全的人员现场监督或指导其使用设备。
3. 使用前请阅读所有警告和说明，并获得适当的指示。本设备仅可用于预定用途。
4. 使用前请检查器械。如果器械出现损坏或无法操作，请勿使用。
5. 请勿超过本设备的承重能力。
6. 如使用力量训练器，请始终借助在旁协助者的帮助。
7. 使施加在该设备和/或任何杠铃上的重量保持平衡。如适用，使用固定装置容纳配重盘。
8. 不当训练或过度训练可能会导致健康受到损害。如果感到头晕目眩，请停止锻炼。在开始运动计划之前进行体检。
9. 保持身体、衣服、头发和健身配件远离所有活动部件。
10. 必须始终使用可调节止动杆（如提供）。
11. 调整任何可调节机构（停止位置、座椅位置、衬垫位置、运动范围限制器、滑轮架或任何其他类型）时，确保可调节机构在使用前完全啮合，以防发生意外移动。
12. 制造商建议将该设备固定在地板上，以确保设备稳定并消除摇晃或倾翻的可能性。请聘用有执照的承包商。
13. 如果设备未固定在地板上：切勿将阻力带、绳索或其他形式的物品连接到本设备上，否则可能导致严重伤害。切勿在拉伸过程中使用本设备进行支撑，否则可能导致严重伤害。
14. 请勿取下此标签。如损坏或难以辨认，请予以更换。

⚠ 警告

此设备可能会导致死亡或重伤。为避免受伤，请遵循以下预防措施！

1. 使用前请阅读所有警告和说明，并获得适当的指示。本设备仅可用于预定用途。
2. 在这台设备上锻炼时，请始终借助在旁协助者的帮助。
3. 请勿让提升杆/雪橇突然掉落。
4. 在释放负载和离开器械之前，目视确保提升杆锁销完全接合并固定在挂钩中。
5. 必须始终使用可调节止动杆。
6. 使用本器械时，务必将两个可调节止动杆设置为相同的高度。
7. 适当的可调节止动高度取决于所进行的运动。

按照以下步骤调整：

- 移除提升杆/雪橇的配重。
- 对于深蹲，进行练习并确定杆/雪橇的最低舒适位置，确保脊椎未受到压迫。对于其他锻炼，执行该动作并确定杆移动路径的最低点舒适自如，杆未接触到身体。
- 调节两个止动锁销的位置，以在该点停止杆的移动。确保锁销完全固定在止动杆或定位板上。
- 对于在史密斯卧推机上进行的深蹲：切勿将止动杆放置在设备所示高度以下。
- 将配重片放置在提升杆上，并小心地进行练习。

8. 请勿取下此标签。如损坏或难以辨认，请予以更换。

产品资讯：

正确的使用方式

1. 不可超出训练器材的乘载重量限制。
2. 若有安全止动器，请将安全止动器调整至适当的高度。
3. 尽可能将座垫、腿垫、脚踏垫、活动范围调整装置或任何其他类型的调整装置，调整到舒适的开始位置。确认调整装置完全锁紧，避免突然移动及造成伤害。
4. 若有训练椅，请坐在训练椅上并调整至适当的训练位置。
5. 训练时的重量不可超过您可控制的安全举重范围。
6. 请在适度能的控制范围内进行训练。
7. 将杠片放回支撑杠片的开始位置。

保养检查清单

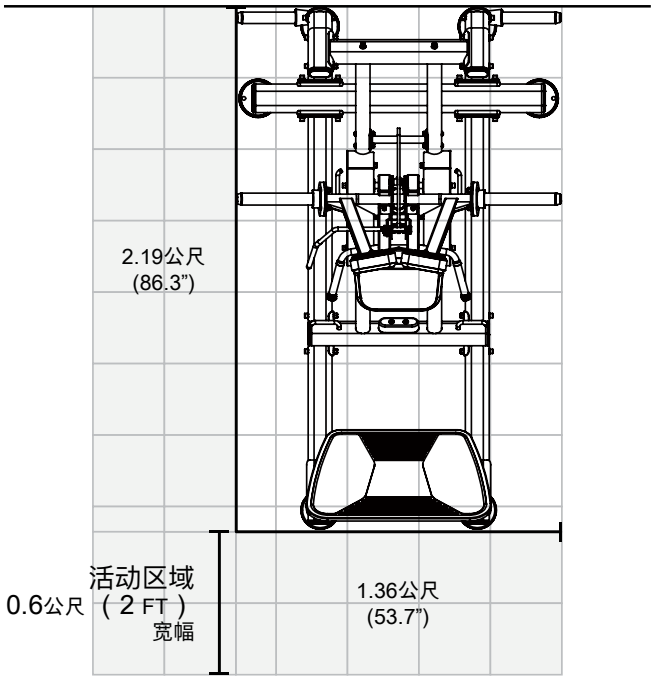
措施	频率
检查钢索 [2]	每天一次
清洁导杆	每月
检查五金	每月
检查车架	每半年一次
清洁器材	随时视需要
清洁握把 [1]	随时视需要
润滑导杆 [3]	随时视需要

[1] 请以温和的肥皂和清水或不含氨成份的清洁剂清洁垫子与握把。

[2] 检查钢索是否有破裂或磨损情形，若有应立即更换。
若钢索过松，应在不抬起顶板的情况下拉紧钢索。

[3] 请以铁弗龙润滑剂润滑导杆。以棉布沾取润滑剂后，再上下擦拭导杆。

训练区域



产品规格

使用者重量限制	150 公斤 / 330 磅
训练重量上限	2 x 125 公斤 / 2 x 275 磅
产品重量	100 公斤 / 220 磅
总尺寸 (长 x 宽 x 高)*	219.1 x 136.4 x 145.1 公分 / 86.3 x 53.7 x 57.1 英吋
铃片储存角数量	4
铃片储存角最大杠铃片容量	4–55 磅（25 千克）杠铃片 / 角（共 16 片）

* Vision 重量器材周围务必保留至少 0.6 公尺（24 英吋）的宽度，以利使用及通行。
请注意，美国身心障碍法案 (ADA) 建议的轮椅通行宽度是 0.91 公尺（36 英寸）。

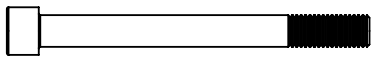
组装

預拧紧
在此步骤中，请松紧适度地拧紧所有五金件。请勿完全拧紧。
某些部件可能需要在装配过程中进行预装配或对准。

完全拧紧
在此步骤中，请用扳手拧紧所有五金件。

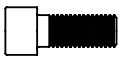
visionfitness.com

15 M12X125



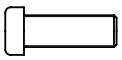
x16

16 M12X30



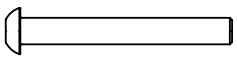
x16

17 M12X35



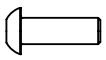
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



x24

24 M10



x4

组装所需的工具 (非随附)

4 毫米 L型六角扳手



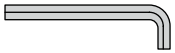
5 毫米 L型六角扳手



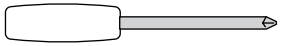
6 毫米 L型六角扳手



8 毫米 L型六角扳手



十字螺絲起子



13 毫米開口扳手

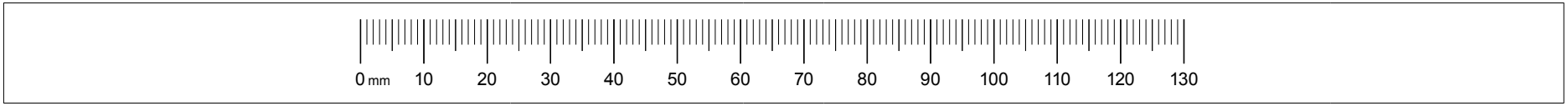


17 毫米開口扳手



19 毫米開口扳手



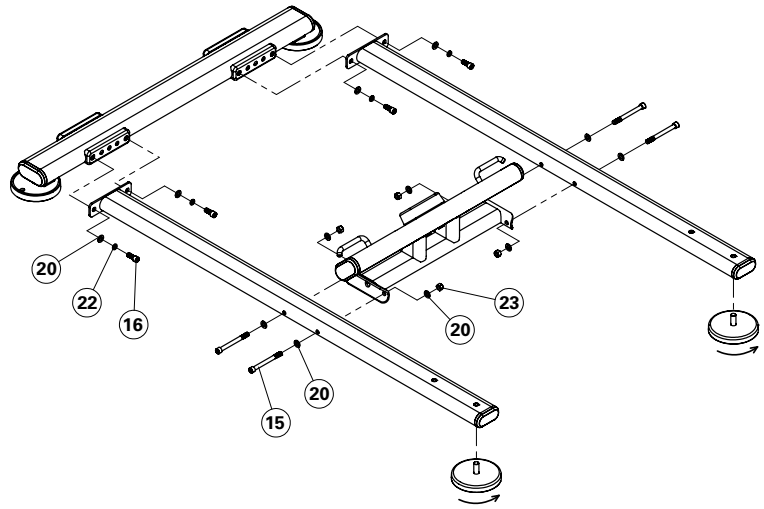


组装

1

⑮ M12X125	⑯ M12X30	⑳ M12	㉒ M12	㉓ M12
x4	x4	x12	x4	x4

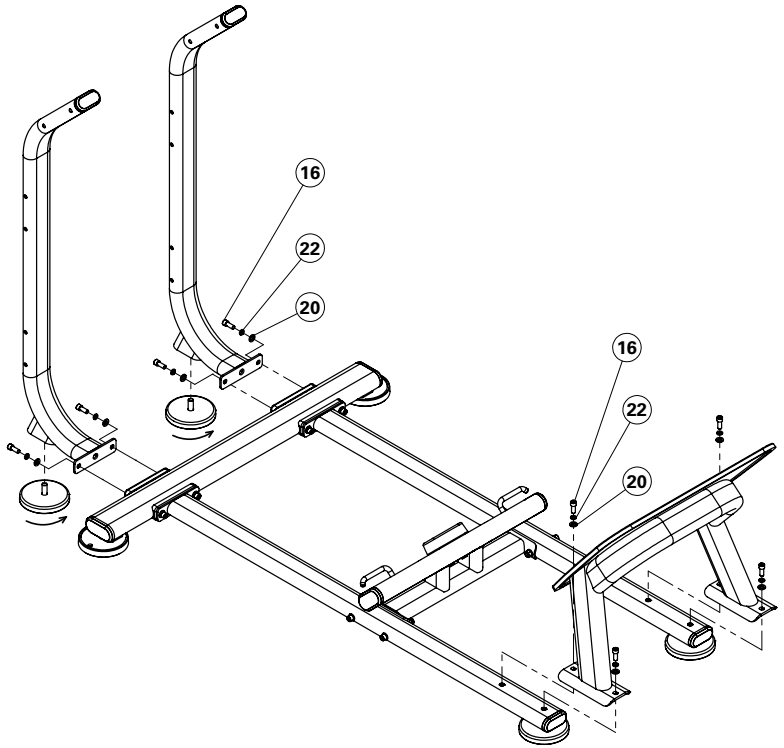
預拧紧



2

⑯ M12X30	⑳ M12	㉒ M12
x8	x8	x8

預拧紧



组装

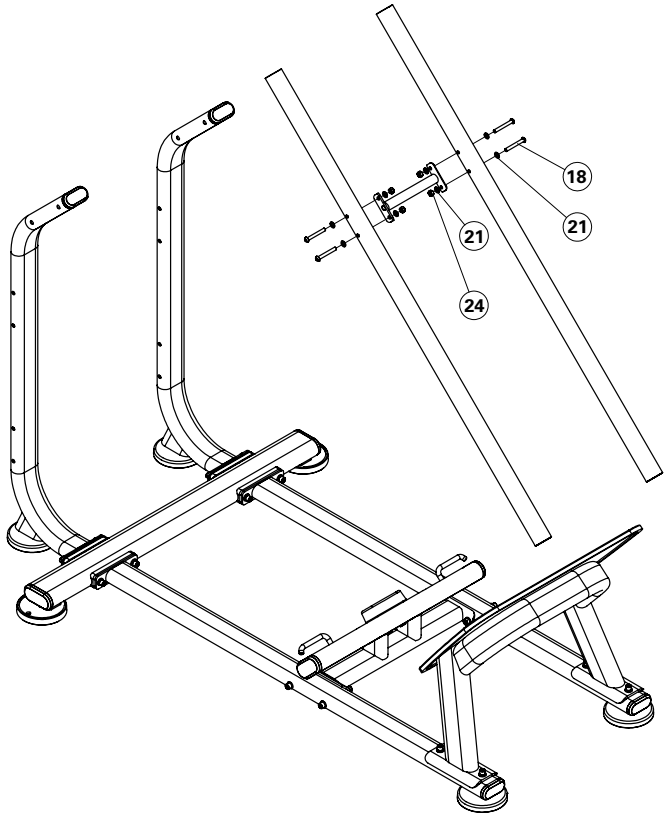
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

預拧紧
扭矩值
40 Nm / 30 ft–lb



4

(15) M12X125 x4

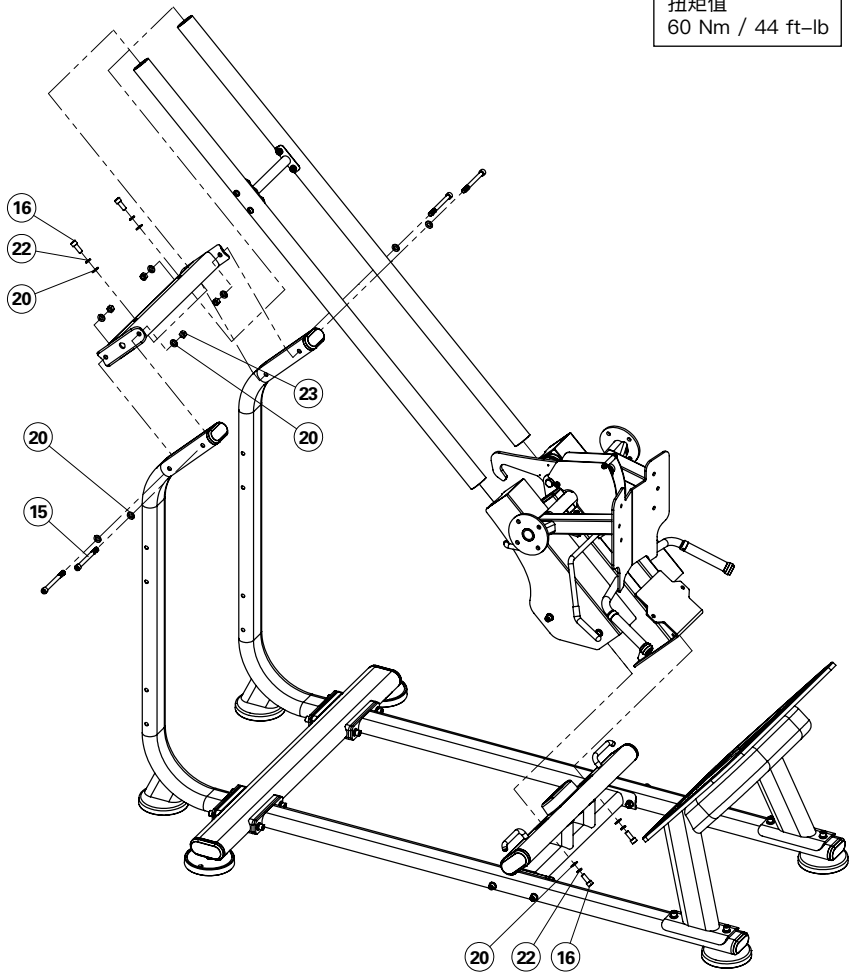
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

(23) M12 x4

完全拧紧
扭矩值
60 Nm / 44 ft–lb



组装

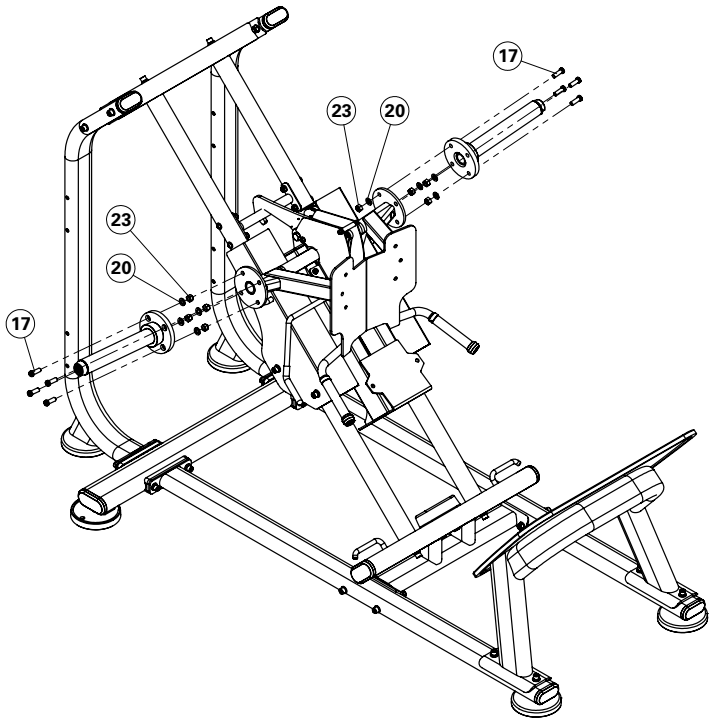
5

(17) M12X35 x8

(20) M12 x8

(23) M12 x8

完全拧紧
扭矩值
60 Nm / 44 ft–lb



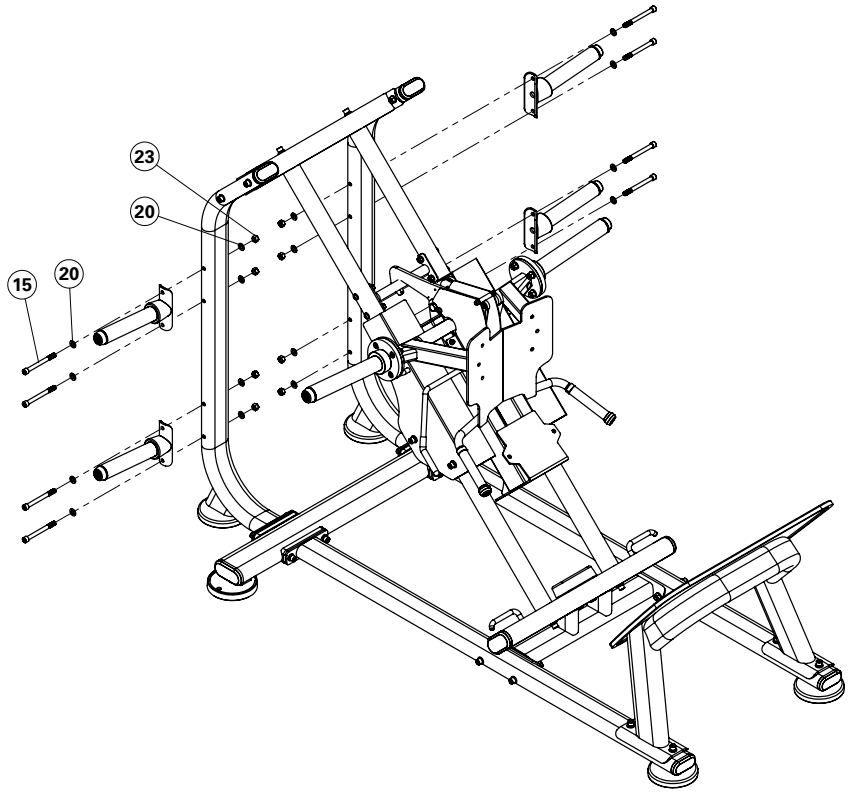
6

(15) M12X125 x8

(20) M12 x16

(23) M12 x8

完全拧紧



组装

7

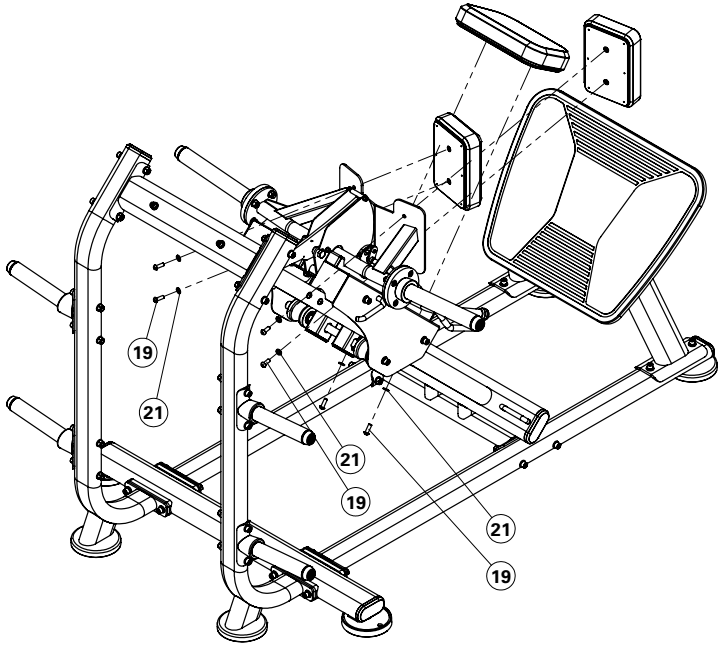
⑲ M10X30 x6



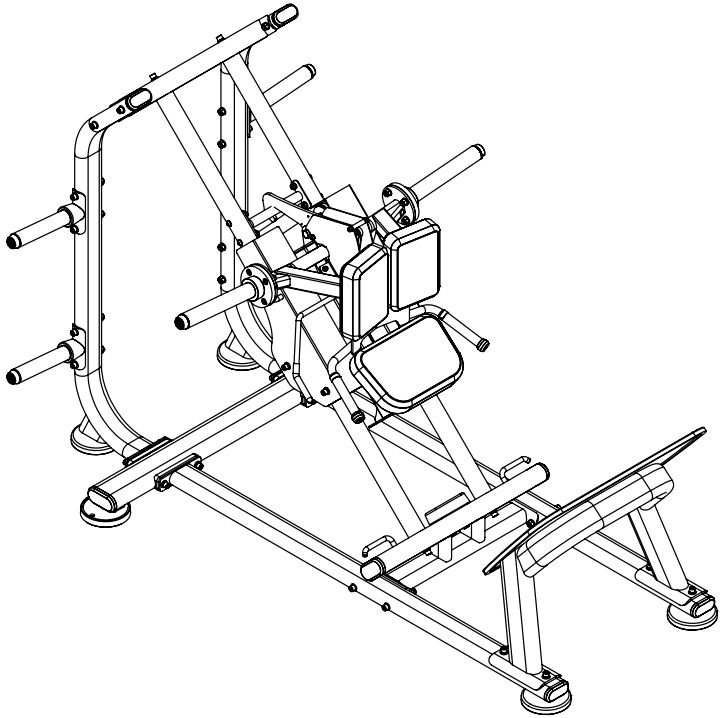
㉑ M10 x6



完全拧紧
扭矩值
20 Nm / 15 ft–lb



组装完成



產品資訊：

安全重要資訊

Vision 產品的購買者須負全責指導所有人正確使用器材，無論對方是終端使用者還是監督人員。

建議所有 Vision 健身器材使用者在使用前瞭解下列資訊。

所有器材的使用方式需以製造商的設計原理或原始用途為主，不可擅自更改。請務必遵行正確的 Vision 器材使用方式，以避免造成傷害。

安裝

1. 穩固的平面：Vision 健身器材必須安裝於穩固且平坦的表面上。
2. **固定器材：製造商建議將所有固定式 Vision 重量器材固定於地面，以提高穩定性並避免晃動或傾覆。必須由合格承包商進行安裝。**
3. 為防止器材翻覆，任何情況下都不要在地面上滑動器材。請使用 OSHA 建議的適當材料處理方法及材料處理器材。

所有固定點都必須能夠承受750磅(3.3 kN) 拉出力。

保養

1. 任何器材一旦損壞或零件磨損/破損，一律不得繼續使用。請使用您所在國家的當地 Vision 經銷商供應的替換零件。
2. 保養標籤和貼標：不可因任何原因撕除標籤。標籤內含重要資訊。如標籤模糊不清或遺失，請聯絡您的 Vision 經銷商並要求重新張貼。
3. 保養所有器材：預防性保養是保持器材功能正常及善盡安全責任的關鍵。請定期檢查器材。
4. 確認負責調整或保養/維修器材的人員均為合格人員。

其他注意事項

本器材必須在其所有人可實施具體管控的受監督區域內使用。器材所有人有權決定哪些人可使用本訓練器材。持有者應考量使用者之可靠度、年齡、經驗等。

如遵行製造商提供之說明並按照其設計用途使用，本訓練器材符合業界規範的穩定性標準。

本器材僅供室內使用。本訓練器材屬 S 類產品 (專用於健身房等的商務環境)。
本訓練器材符合 EN ISO 20957-1:2013 及 EN ISO 20957-2:2021 的規定。



使用前請仔細閱讀所有說明並保留以供日後參考。



警告：小心夾手壓傷。

開箱

感謝您購買 Vision Fitness 產品。我們在包裝前已經檢查過產品。為減少器材包裝體積，本產品拆分多件運送。進行組裝前，請先比對各零組件與圖表內容是否相符。
小心地將器材從本包裝箱取出後，請依照當地法規妥善棄置包裝材料。運動器材僅能由經過訓練的組裝團隊進行組裝，或在運送前預先組裝完成。

注意

為避免受傷及防範破壞器材零組件，請務必請他人協助將器材零組件從包裝箱內取出。請務必將器材安裝在穩固的平面上，並使機器保持水平。Vision 重量器材周圍務必保留至少 0.6 公尺（24 英吋）的寬度，以利使用及通行。請注意，美國身心障礙法案 (ADA) 建議的輪椅通行寬度是 0.91 公尺（36 英寸）。

保固

為了對您的品質保證，我們所製造的每項 Vision 產品都有保固。請與您當地的授權 Vision 經銷商聯絡，了解我們從今天起，直到未來每一天對您的保證。

⚠注意

請遵循以下這些預防措施，以免危險與傷害產生，避免受傷！

1. 14歲以下的孩童請勿使用。青少年使用設備時必須有大人在旁隨時監督。
2. 本設備不適用於生理有障礙、情緒不穩定或缺乏經驗者單獨使用，須有人陪同在旁監督指導確保安全才能進行使用。
3. 使用前請詳閱本器材之使用說明書、警告說明。
4. 使用器材前請先檢查，若出現損壞或無法使用的狀況，請停止使用。
5. 超過器材承載重量請勿使用。
6. 使用啞鈴、槓片等自由重量的重訓機器，請隨時保持注意。
7. 使用該器材或任何槓鈴，選擇自己適應的重量並平衡後再使用。
8. 過當的訓練運動可能會導致您受傷，若您感到頭暈及任何不適請停止運動，取得醫生建議後再開始進行訓練。
9. 請勿讓身體衣物、頭髮或配件影響機體運行時的安全。
10. 動作請持續調整至正確的姿勢。
11. 當需要調節任何設備時（停止鍵、座椅位置、靠墊位置、運動範圍、滑輪，或其它任何類型）運動前請先確保調節機制已確實完成。
12. 請確認該器材在一個穩定、不會搖擺及翻倒的環境。
13. 若器材未被完整固定於地板上，請勿使用阻力帶、繩索或其它連結方式，這可能使器材在拉伸的過程中，導致嚴重傷害的產生。
14. 請勿撤除此標籤，若已無法辨識請替換此標籤。

⚠注意

請遵循以下這些預防措施，以免危險與傷害產生，避免受傷！

1. 使用前請詳閱本器材之使用說明書、警告說明。
2. 使用設備時請隨時保持注意。
3. 請勿讓槓鈴以及槓片忽然降下。
4. 在確認槓鈴放置好之前，請勿移開您的目光。
5. 動作請持續調整至正確的姿勢。
6. 使用本器材時請保持動作在同一個高度。
7. 正確訓練的位置，取決於運動的高度，使用方式如下：
   - 先將槓鈴以及槓片放下。
   - 深蹲時，在使用槓鈴以及槓片到最低運動位置時，脊椎並無壓迫感產生。在其它姿勢時，槓鈴以及槓片到最低運動位置時，確保不會碰觸到你身體。
   - 確認適當位置後，請將槓鈴放上，並確保固定住。
   - 在進行史密斯訓練深蹲時，請勿將槓鈴低於設備的高度。
   - 舉起槓鈴時務必動作小心確實。
8. 請勿撤除此標籤，若已無法辨識請替換此標籤。

產品資訊：

正確的使用方式

1. 不可超出訓練器材的乘載重量限制。
2. 若有安全止動器，請將安全止動器調整至適當的高度。
3. 儘可能將座墊、腿墊、腳踏墊、活動範圍調整裝置或任何其他類型的調整裝置，調整到舒適的開始位置。確認調整裝置完全鎖緊，避免突然移動及造成傷害。
4. 若有訓練椅，請坐在訓練椅上並調整至適當的訓練位置。
5. 訓練時的重量不可超過您可控制的安全舉重範圍。
6. 請在適度能的控制範圍內進行訓練。
7. 將槓片放回支撐槓片的開始位置。

保養檢查清單

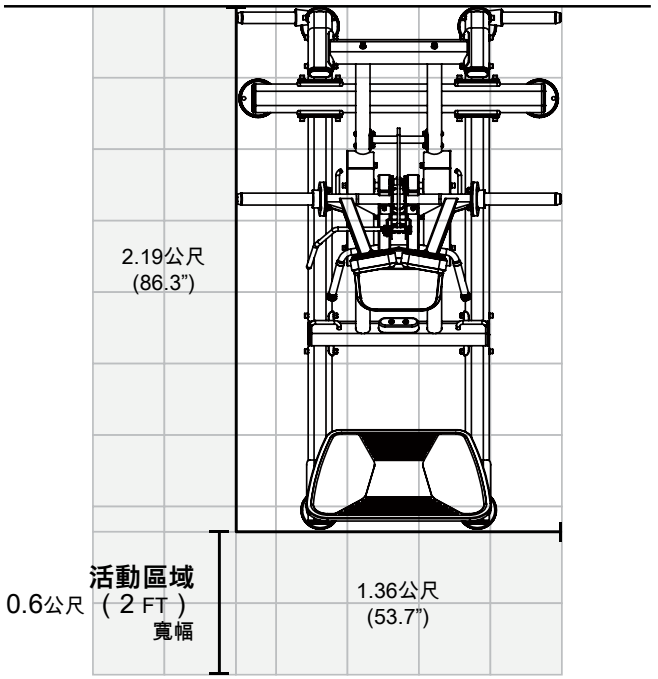
措施	頻率
檢查鋼索 [2]	每天一次
清潔導桿	每月
檢查五金	每月
檢查車架	每半年一次
清潔器材	隨時視需要
清潔握把 [1]	隨時視需要
潤滑導桿 [3]	隨時視需要

[1] 請以溫和的肥皂和清水或不含氨成份的清潔劑清潔墊子與握把。

[2] 檢查鋼索是否有破裂或磨損情形，若有應立即更換。
若鋼索過鬆，應在不抬起頂板的情況下拉緊鋼索。

[3] 請以鐵弗龍潤滑劑潤滑導桿。以棉布沾取潤滑劑後，再上下擦拭導桿。

訓練區域



產品規格

使用者重量限制	150 公斤 / 330 磅
訓練重量上限	2 x 125 公斤 / 2 x 275 磅
產品重量	100 公斤 / 220 磅
總尺寸 (長 x 寬 x 高)*	219.1 x 136.4 x 145.1 公分 / 86.3 x 53.7 x 57.1 英吋
槓片收納柄數量	4
槓片收納柄最大槓片量	4-55 lbs. (25 kg) 槓片 / 收納柄 (共 16 片槓片)

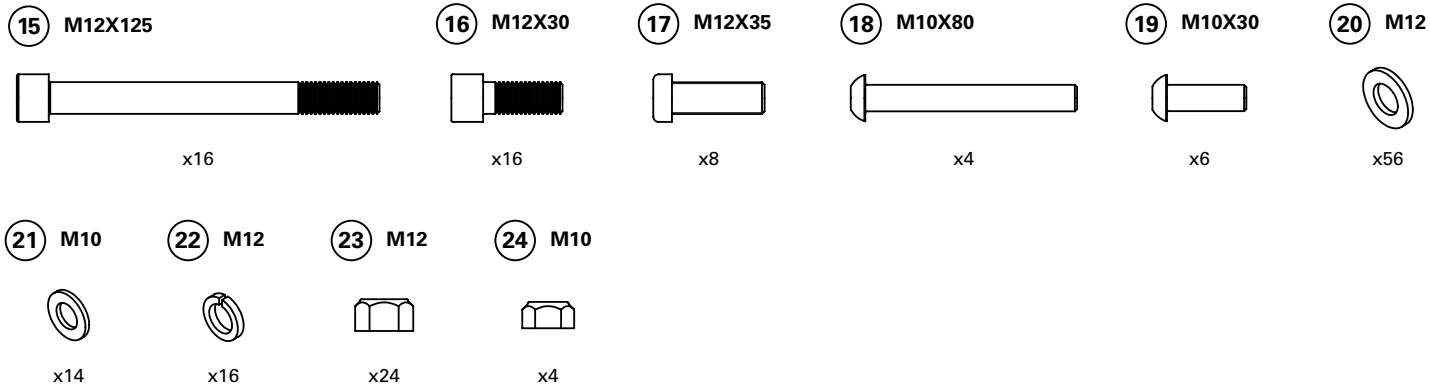
* Vision 重量器材周圍務必保留至少 0.6 公尺（24 英吋）的寬度，以利使用及通行。
請注意，美國身心障礙法案 (ADA) 建議的輪椅通行寬度是 0.91 公尺（36 英寸）。

組裝

預旋緊
在這步驟中，將所有零件稍稍旋緊。請勿完全旋緊。
部分零件可能需要預先組裝或在組裝過程中對齊。

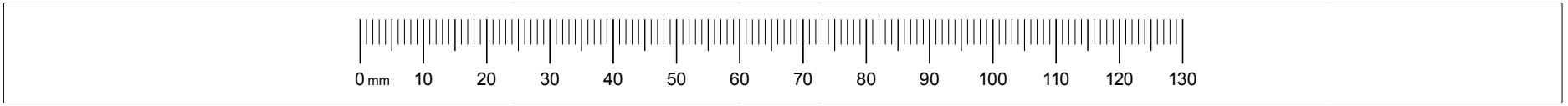
完全旋緊
在這步驟中，將所有零件完全旋緊。

visionfitness.com



組裝所需的工具 (非隨附)

- 4 公釐 L型六角扳手
- 5 公釐 L型六角扳手
- 6 公釐 L型六角扳手
- 8 公釐 L型六角扳手
- 十字螺絲起子
- 13 公釐開口扳手
- 17 公釐開口扳手
- 19 公釐開口扳手



組裝

1

15 M12X125 x4

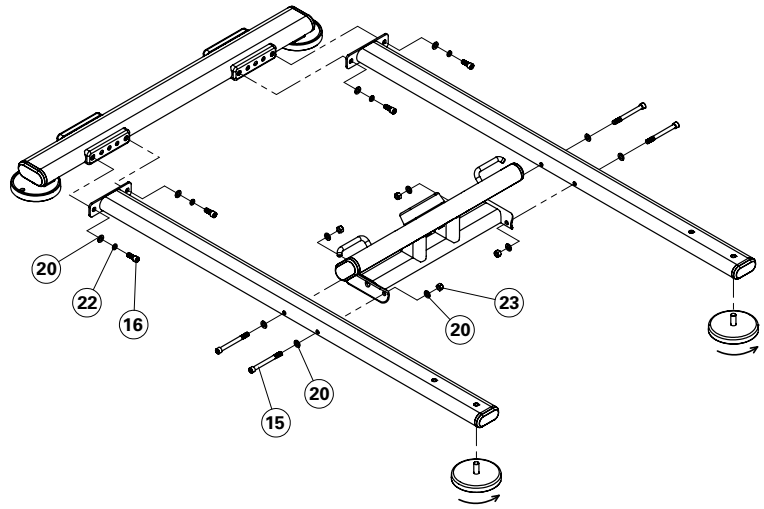
16 M12X30 x4

20 M12 x12

22 M12 x4

23 M12 x4

預旋緊



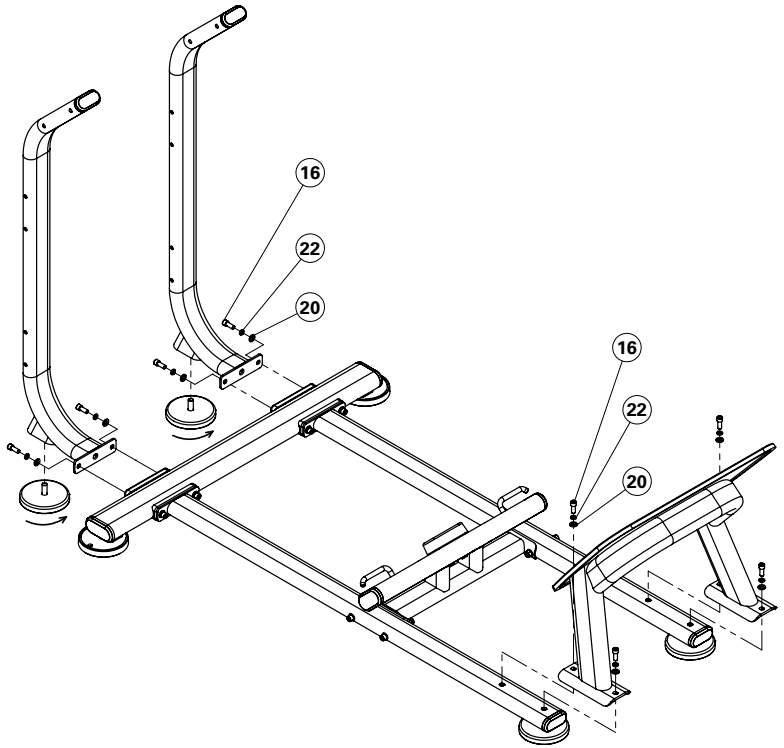
2

16 M12X30 x8

20 M12 x8

22 M12 x8

預旋緊



組裝

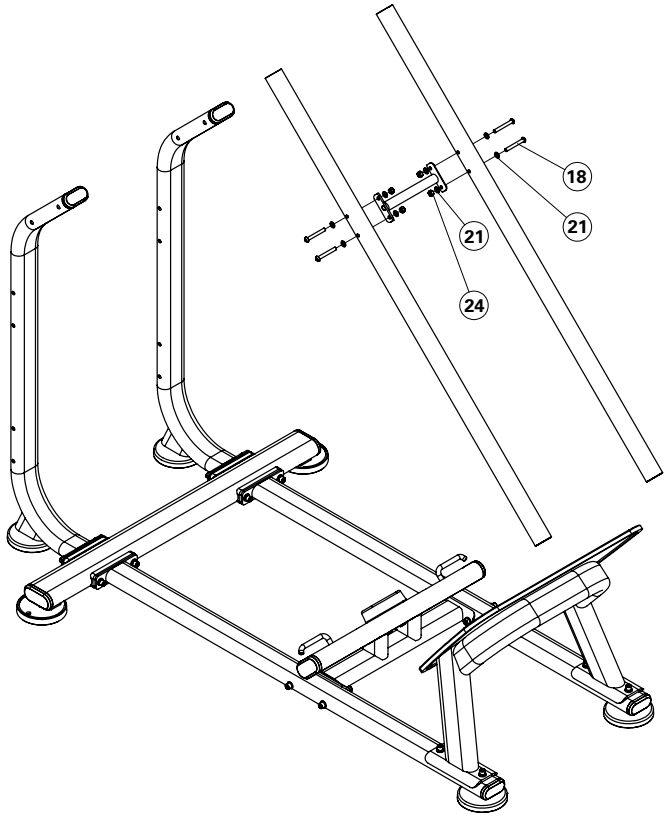
3

⑱ M10X80 x4

㉑ M10 x8

㉔ M10 x4

預旋緊
扭力值
40 Nm / 30 ft-lb



4

⑮ M12X125 x4

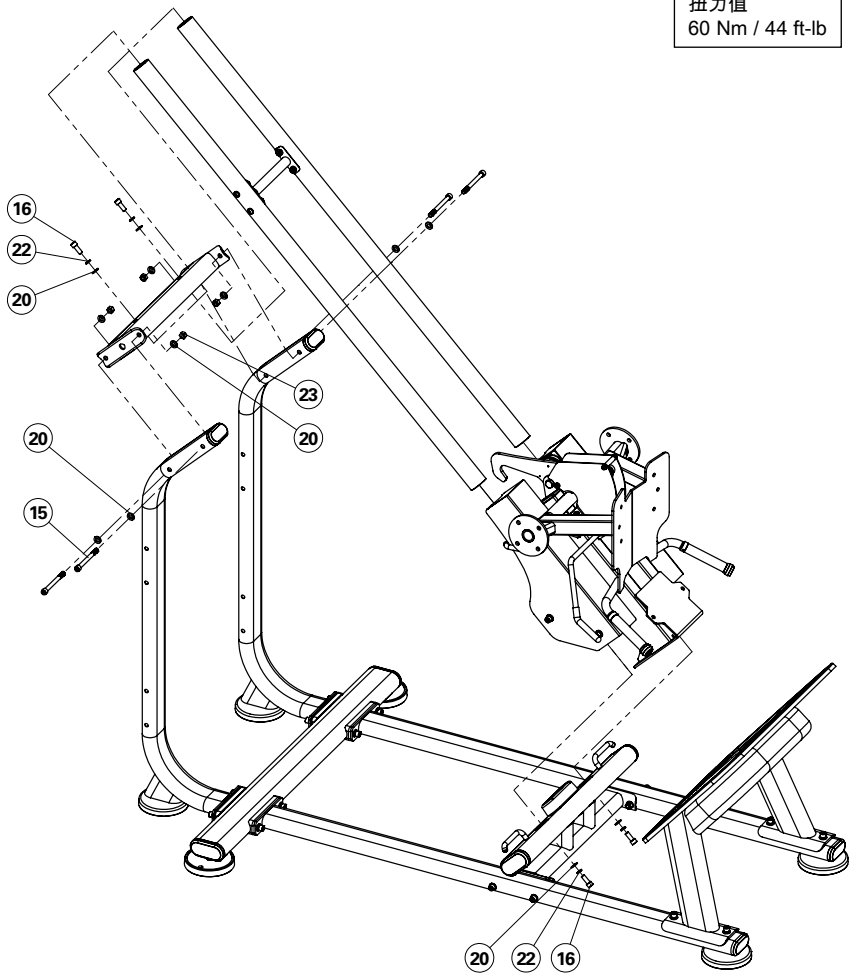
⑯ M12X30 x4

⑳ M12 x12

㉒ M12 x4

㉓ M12 x4

完全旋緊
扭力值
60 Nm / 44 ft-lb



組裝

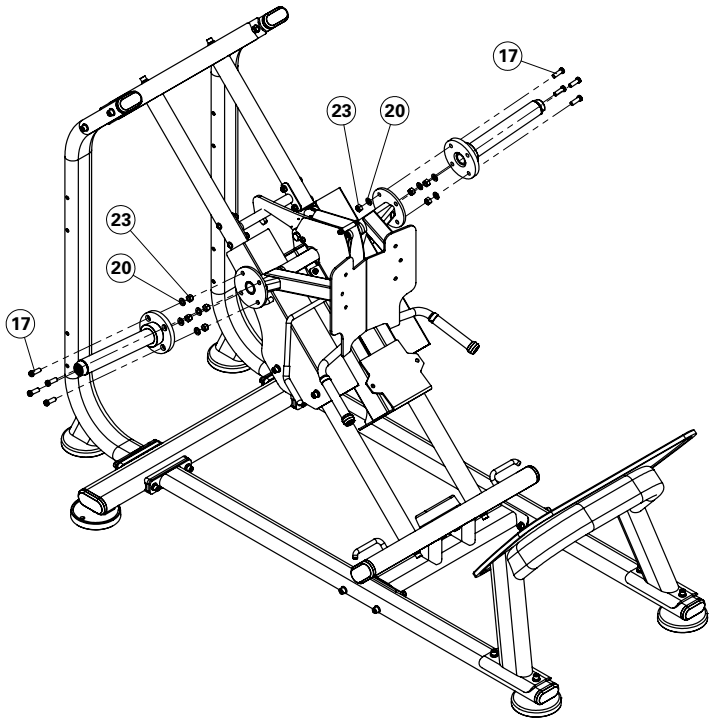
5

17 M12X35 x8

20 M12 x8

23 M12 x8

完全旋緊
扭力值
60 Nm / 44 ft-lb



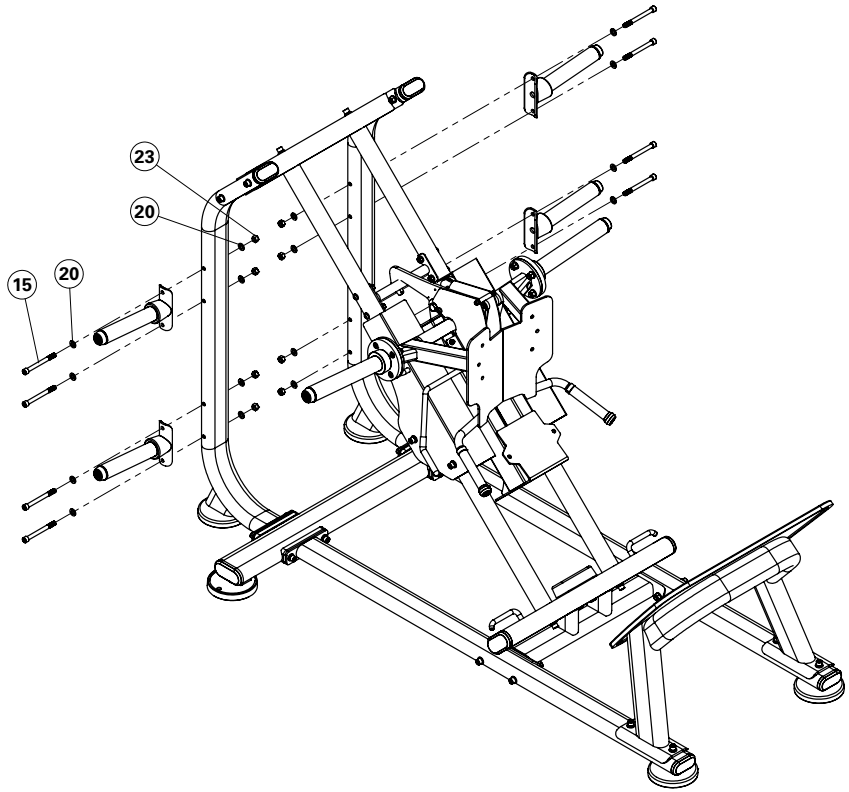
6

15 M12X125 x8

20 M12 x16

23 M12 x8

完全旋緊



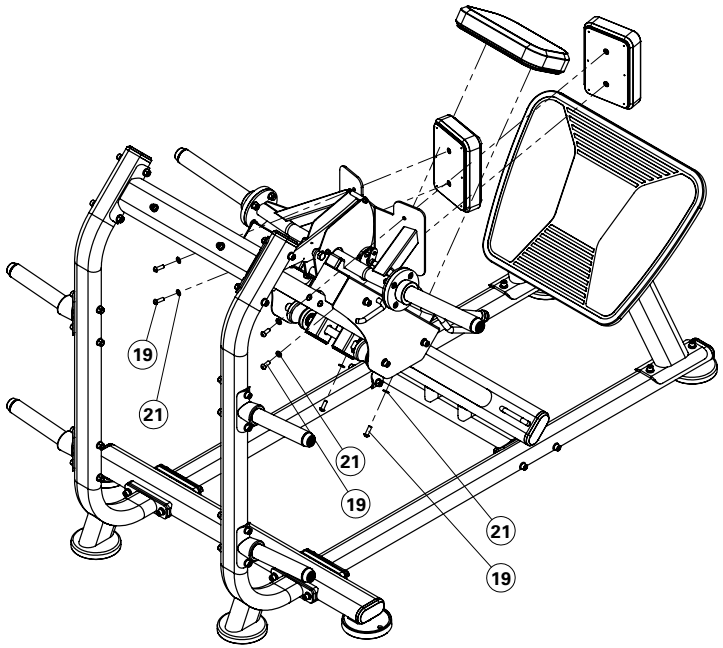
組裝

7

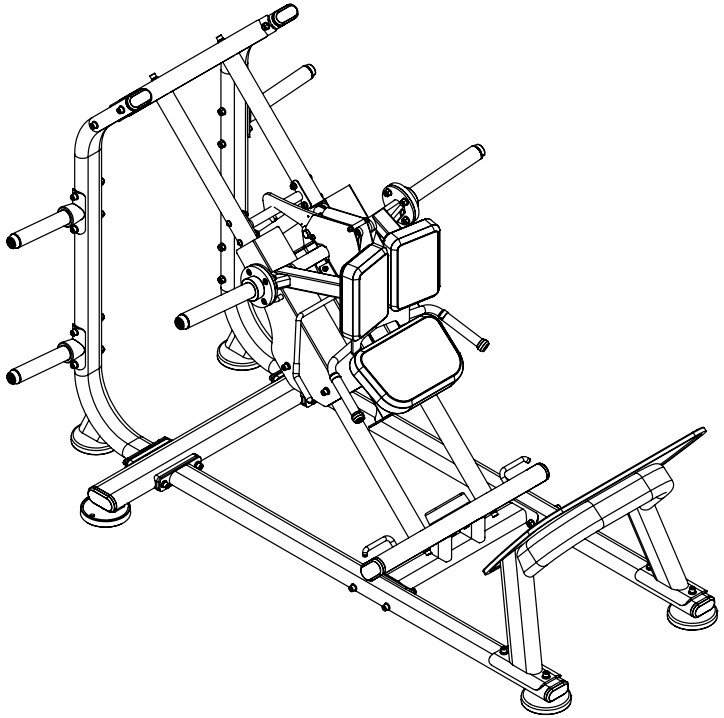
⑲ M10X30 x6

㉑ M10 x6

完全旋緊
扭力值
20 Nm / 15 ft-lb



組裝完成



제품 정보

중요한 안전 정보

Vision 제품 구매자는 최종 사용자 또는 감독자이든 관계없이 모든 관계자에게 이 기구의 올바른 사용법을 지시해야 합니다.

Vision 운동 기구의 모든 사용자는 사용하기 전에 다음 정보를 알아야 합니다.

제조업체가 설계하거나 의도한 바와 다른 방법으로 장비를 사용하지 마세요. 부상을 방지하기 위해 Vision 기구를 올바르게 사용해야 합니다.

설치

1. 안정성이 있는 평평한 표면: Vision 운동 기구는 안정된 받침대에 설치해야 하며 적절하게 수평을 유지해야 합니다.
2. **기구 고정: 제조업체는 기구를 안정적으로 유지하고 흔들리거나 넘어지지 않도록 모든 고정식 Vision 스트렝스 기구를 바닥에 고정할 것을 권장합니다. 이러한 작업은 허가 업자가 수행해야 합니다.**
3. 기울어질 위험이 있으므로 어떠한 상황에서도 기구를 바닥에서 미끄러뜨리면 안 됩니다. OSHA에서 권장하는 적절한 자재 취급 기술 및 장비를 사용하세요.

   모든 앵커 지점은 750파운드(3.3kN) 인발력을 견딜 수 있어야 합니다.

유지 보수

1. 부품이 손상되었거나 마모되었거나 파손된 기구는 절대 사용하지 마세요. 해당 지역의 Vision 대리점에서 공급한 교체 부품만 사용하세요.
2. 라벨 및 네임플레이트 유지하기: 어떠한 이유로도 라벨을 제거하지 마세요. 라벨에는 중요한 정보가 담겨 있습니다. 읽을 수 없거나 내용이 누락된 경우 교체를 위해 Vision 대리점에 문의하세요.
3. 모든 기구 유지하기: 예방 유지보수는 기구를 원활히 작동하고 최소한의 책임을 질 수 있는 중요한 방법입니다. 기구는 정기적으로 검사해야 합니다.
4. 모든 종류의 유지보수 또는 수리를 수행하거나 조정하는 사람이 자격이 있는지 확인하세요.

추가 중요 사항

이 기구는 기구 소유자가 이용 대상과 제어를 규제하는 감독 구역에서만 사용해야 합니다. 이 트레이닝 기구를 이용할 수 있는 대상은 소유자가 결정해야 합니다. 소유자는 사용자의 신뢰도, 연령, 경험 등을 고려해야 합니다.

이 트레이닝 기구는 제조업체가 제공한 지침에 따라 의도된 목적으로 사용될 때 안정성에 대한 산업 표준을 충족합니다.

이 기구는 실내에서만 사용할 수 있습니다. 이 트레이닝 기구는 S 등급 제품입니다(피트니스 시설과 같은 상업 환경에서 사용하도록 설계). 이 트레이닝 기구는 EN ISO 20957-1:2013 및 EN ISO 20957-2:2021 를 준수합니다.



사용하기 전에 모든 지침을 주의 깊게 읽고 나중에 참조할 수 있도록 보관하십시오.



경고:
손 압착 위험.

포장 풀기

Vision 피트니스 제품을 구입해 주셔서 감사합니다. 이 제품은 포장에 앞서 검사를 진행했습니다. 기계를 사용한 소형 포장이 용이하도록 여러 개로 나누어 출하됩니다. 조립하기 전에 모든 구성 요소를 분해도와 대조하여 확인하세요. 이 상자에서 제품 포장을 조심스럽게 풀고 지방법에 따라 포장재를 폐기하세요. 운동 기구는 관련 교육을 이수한 조립 팀이 조립하거나 배송 전에 미리 조립해야 합니다.

주의

부상을 방지하고 프레임 구성 요소가 손상되지 않도록 하려면 이 상자에서 프레임 제품을 제거하는 데 적절한 도움을 받으세요. 기구를 안정된 받침대에 설치하고 적절하게 수평을 유지하는지 확인하세요. Vision 기구에 접근할 수 있고 주변에 통로가 있도록 0.6m(24”) 이상의 간격 폭을 확보하세요. 휠체어 사용자의 경우 ADA 권장 간격 폭이 0.91m(36”)이라는 점에 유의하세요.

품질보증서

Vision은 품질에 대한 약속으로 전 제품의 보증을 제공합니다. 오늘, 내일 그리고 향후 수년 동안 고객의 피트니스 비전이 어떻게 보호되는지 가까운 Vision 공식 대리점에서 알아 보십시오.

⚠ 경고

이 장비에서 사망 또는 심각한 부상이 발생할 수 있습니다. 부상을 방지하려면 다음과 같은 예방 조치를 따르십시오!

1. 14세 미만의 어린이는 이 근력 운동 장비에 가까이 오지 못하게 하십시오. 10대가 이 장비를 사용할 때는 언제나 감독해야 합니다.
2. 이 장비는 신체, 감각 또는 정신적 능력이 떨어지거나 지식과 경험이 부족한 사람이 사용하도록 만들어지지 않았습니다. 이에 해당하는 경우 이들의 안전을 책임지는 사람의 감독이나 지시에 따라 장비를 사용하도록 하십시오.
3. 모든 경고와 설명을 읽고 사용하기 전에 적절한 지도를 받아야 합니다. 이 장비는 의도된 목적으로만 사용하십시오.
4. 사용하기 전에 기구를 검사합니다. 기구가 손상되었거나 작동하지 않는 경우 사용하지 마십시오.
5. 이 장비의 중량 용량을 초과하지 마십시오.
6. 웨이트 없이 사용하는 경우 언제나 스포터를 사용하십시오.
7. 이 장비 및/또는 모든 바벨에 적용하는 웨이트 균형을 맞추십시오. 해당하는 경우 웨이트 디스크를 보유하는 고정 장치를 사용하십시오.
8. 적합하지 않거나 과도한 운동은 건강상 문제를 초래할 수 있습니다. 어지럽거나 멍한 느낌이 드는 경우 운동을 중단하십시오. 운동 프로그램을 시작하기 전에 건강 진단을 받으십시오.
9. 신체, 옷, 머리카락 및 피트니스 액세서리가 모든 움직이는 부분에 닿지 않도록 하십시오.
10. 조절식 스톱이 제공되는 경우 언제나 이를 사용해야 합니다.
11. 조정가능한 기계 장치(스톱 위치, 좌석 위치, 패드 위치, 동작 리미터 범위, 풀리 캐리지 또는 기타 유형)를 조정할 때, 의도하지 않은 작동을 방지하도록 사용 전 조정가능한 기계 장치가 완전히 맞물려있는지 확인하십시오.
12. 이 장비는 바닥에 고정시켜 안정시키고 흔들리거나 넘어지지 않도록 해야 합니다(제조업체 권장 사항). 허가 받은 업체를 이용하십시오.
13. 장비가 바닥에 고정되지 않은 경우: 심각한 부상을 초래할 수 있으므로 이 장비에 저항 밴드, 로프 또는 기타 수단을 부착하지 마십시오. 심각한 부상을 초래할 수 있으므로 스트레칭하는 동안 이 장비를 지지용으로 사용하지 마십시오.
14. 이 라벨을 제거하지 마십시오. 손상되거나 읽기 어려운 경우 교체하십시오.

⚠ 경고

이 장비에서 사망 또는 심각한 부상이 발생할 수 있습니다. 부상을 방지하려면 다음과 같은 예방 조치를 따르십시오!

1. 모든 경고와 설명을 읽고 사용하기 전에 적절한 지도를 받아야 합니다. 이 장비는 의도 된 목적으로만 사용하십시오.
2. 이 장비에서 운동할 때는 항상 스포터를 사용하십시오.
3. 리프팅 바/슬레드가 갑자기 떨어지게 하지 마십시오.
4. 로드를 풀거나 기구에서 나가기 전에 리프팅 바 걸쇠가 고리에 완전히 걸리고 고정되었는지 눈으로 확인하십시오.
5. 언제나 조절식 스톱을 사용해야 합니다.
6. 이 기구를 사용할 때는 언제나 두 조절식 스톱을 같은 높이로 설정하십시오.
7. 올바른 조절식 스톱 높이는 실행하는 운동에 따라 달라집니다.
   다음과 같이 조정하십시오.
   - 리프팅 바/슬레드에서 웨이트를 빼냅니다.
   - 스쿼트의 경우, 운동을 실행하고 바/슬레드의 가장 낮은 위치를 척추를 압박하지 않는 편안한 위치로 결정합니다. 다른 운동의 경우, 움직임을 실행하고 바 이동에서 바가 신체에 접촉하지 않는 편안한 가장 낮은 지점을 결정합니다.
   - 이 지점에서 바를 멈추게 하도록 두 스톱 걸쇠를 배치합니다. 두 스톱이 스톱 봉이나 걸쇠판에 완벽하게 고정되었는지 확인합니다.
   - 스미스 프레스에서 실행하는 스쿼트의 경우: 스톱을 장비에 표시된 높이 아래로 절대 배치하지 마십시오.
   - 리프팅 바 위에 웨이트를 올리고 조심해서 운동합니다.
8. 이 라벨을 제거하지 마십시오. 손상되거나 읽기 어려운 경우 교체하십시오.

제품 정보

올바른 사용법

1. 운동기구의 무게 제한을 초과하지 마세요.
2. 가능한 경우 안전 멈추개를 적절한 높이로 설정하세요.
3. 가능한 경우 시트 패드, 다리 패드, 발판, 동작 조절 범위 또는 다른 유형의 조절 장치를 편안한 시작 위치로 조정하세요. 의도하지 않은 이동과 부상을 방지하기 위해 조절 장치가 완전히 결합되었는지 확인하세요.
4. 벤치에 앉아(해당되는 경우) 적절한 운동 자세를 취하세요.
5. 자신이 안전하게 들어올려 조절할 수 있는 무게 이내에서 운동하세요.
6. 제어되는 방식으로 운동하세요.
7. 웨이트를 완벽하게 지지되는 시작 위치로 다시 갖다 놓으세요.

유지 보수 체크리스트

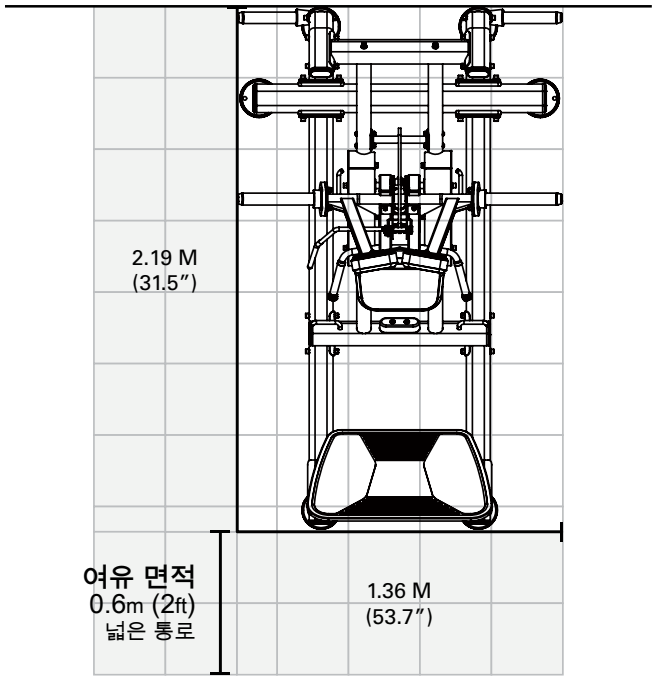
조치	빈도
케이블 검사 [2]	매일
가이드 로드 세척	매월
하드웨어 검사	매월
프레임 검사	6개월마다
기구 청소	필요 시
그립 세척 [1]	필요 시
가이드 로드 윤활 [3]	필요 시

[1] 커버와 그립은 순한 비눗물이나 비 암모니아계 세정제로 세척해야 합니다.

[2] 케이블에 균열이나 마모가 있는지 검사하고, 이를 발견한 경우 즉시 교체해야 합니다. 너무 느슨한 경우 헤드 플레이트를 들어 올리지 말고 케이블을 조여야 합니다.

[3] 가이드 로드는 테플론계 윤활제로 윤활해야 합니다. 무명천에 윤활제를 적신 후 가이드 로드 위아래에 바릅니다.

트레이닝 영역



제품 사양

사용자 최대 체중	150 kg / 330 lbs.
최대 훈련 중량	2 x 125 kg / 2 x 275 lbs.
제품 무게	100 kg / 220 lbs.
전체 크기 (L x W x H)*	219.1 x 136.4 x 145.1 cm / 86.3″ x 53.7″ x 57.1″″
원판 걸이 수량	4
원판 걸이 최대 플레이트 용량	4~55 lbs. (25kg) 플레이트 / 걸이 (총 16개의 플레이트)

* Vision 스트렝스 기구에 접근할 수 있고 주변에 통로가 있도록 0.6m(24”) 이상의 간격 폭을 확보하세요. 휠체어 사용자의 경우 ADA 권장 간격 폭이 0.91m(36”)이라는 점에 유의하세요.

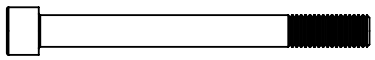
조립

느슨하게 조이기
본 단계에서는 모든 하드웨어를 느슨하게 조입니다. 완전히 조이지 마세요.
일부 구성 요소는 사전 조립 및/또는 조립 과정 중의 정렬이 필요할 수도 있습니다.

완전히 조이기
본 단계에서는 모든 하드웨어를 렌치로 조입니다.

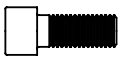
visionfitness.com

15 M12X125



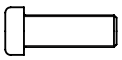
x16

16 M12X30



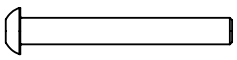
x16

17 M12X35



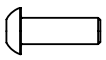
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



x24

24 M10



x4

조립에 필요한 도구(미포함)

4mm L자 육각렌치



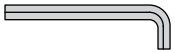
5mm L자 육각렌치



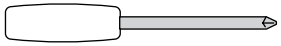
6mm L자 육각렌치



8mm L자 육각렌치



십자드라이버



13mm 스패너

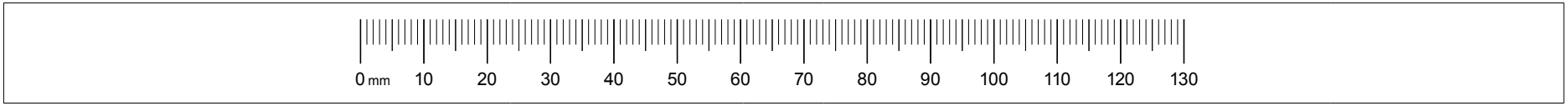


17mm 스패너



19mm 스패너



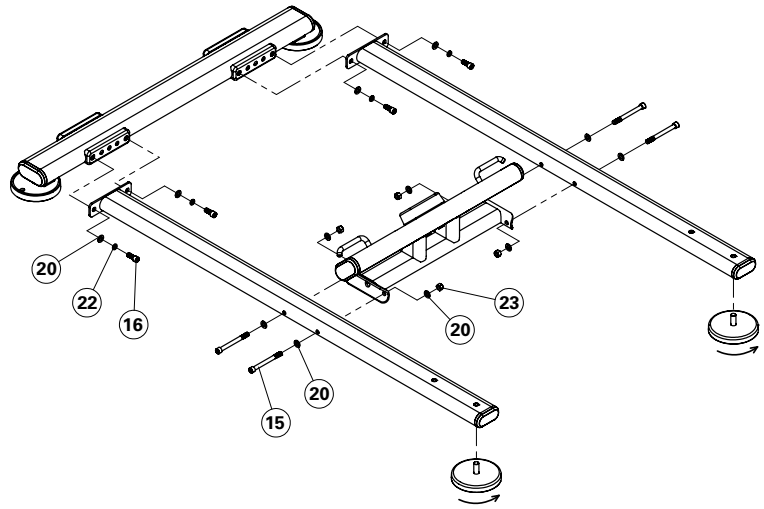


조립

1

⑮ M12X125	⑯ M12X30	⑳ M12	㉒ M12	㉓ M12
x4	x4	x12	x4	x4

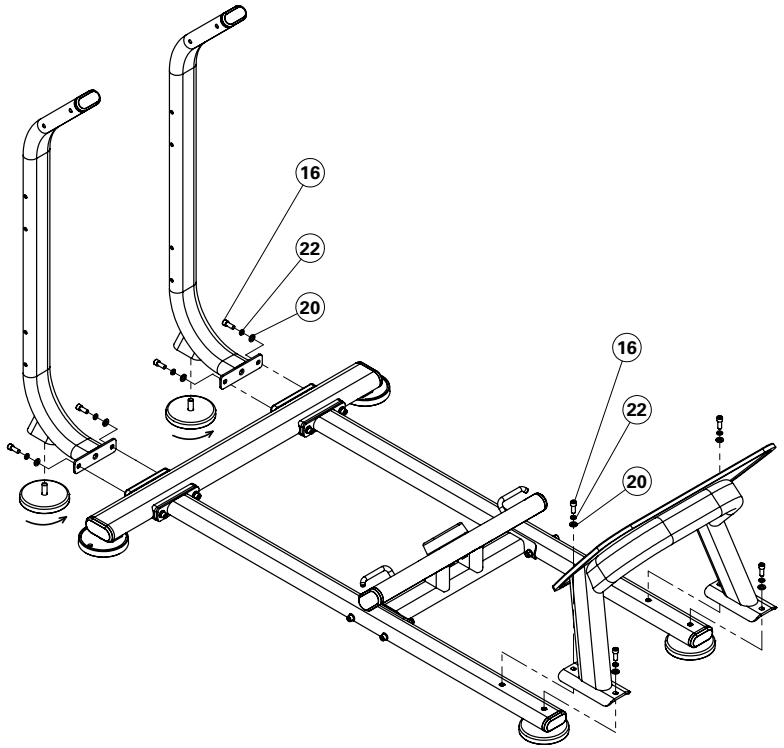
느슨하게 조이기



2

⑯ M12X30	⑳ M12	㉒ M12
x8	x8	x8

느슨하게 조이기



조립

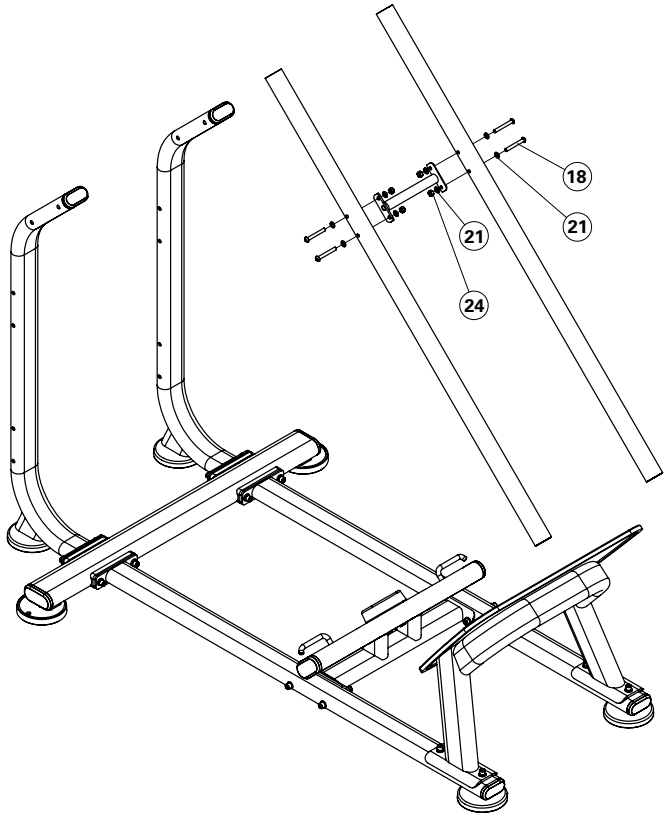
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

느슨하게 조이기
토크 값
40 Nm / 30 ft-lb



4

(15) M12X125 x4

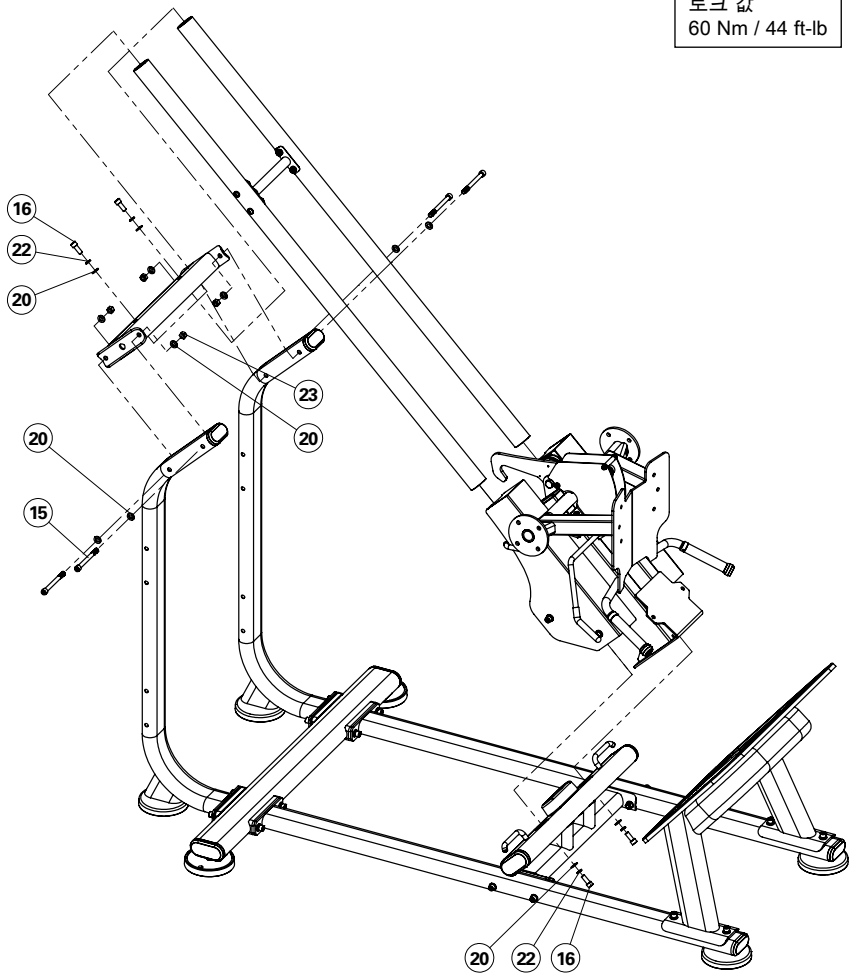
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

(23) M12 x4

완전히 조이기
토크 값
60 Nm / 44 ft-lb



조립

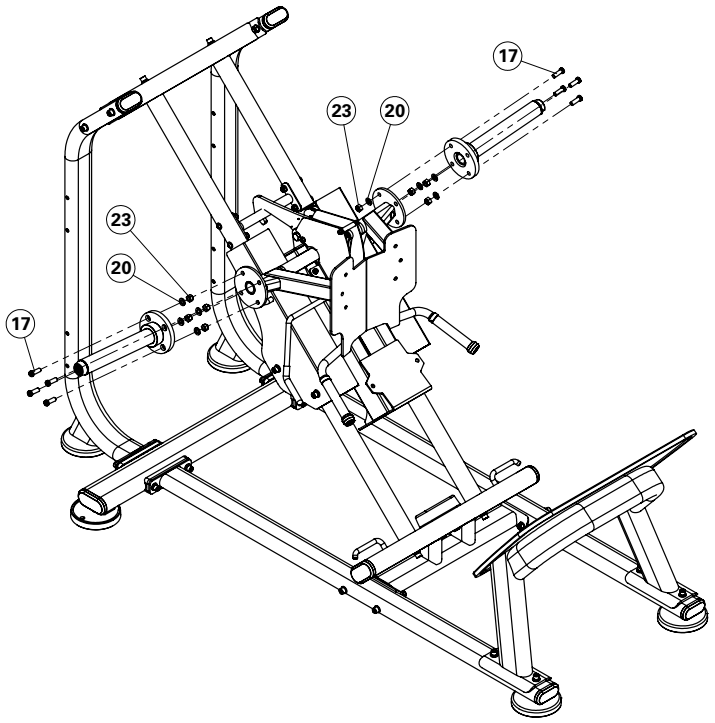
5

(17) M12X35 x8

(20) M12 x8

(23) M12 x8

완전히 조이기
토크 값
60 Nm / 44 ft-lb



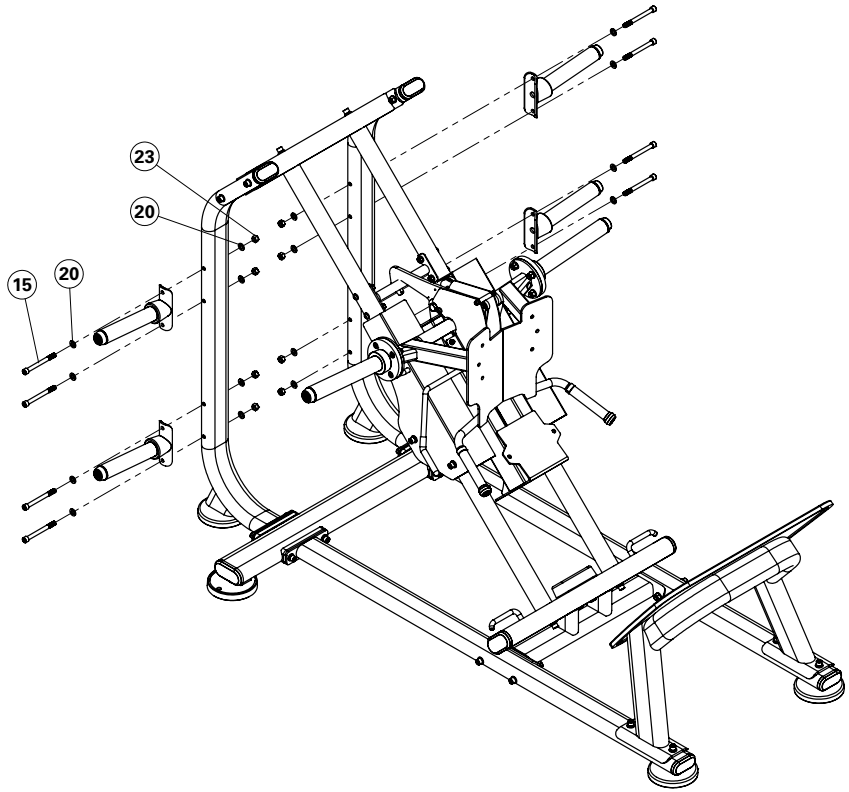
6

(15) M12X125 x8

(20) M12 x16

(23) M12 x8

완전히 조이기

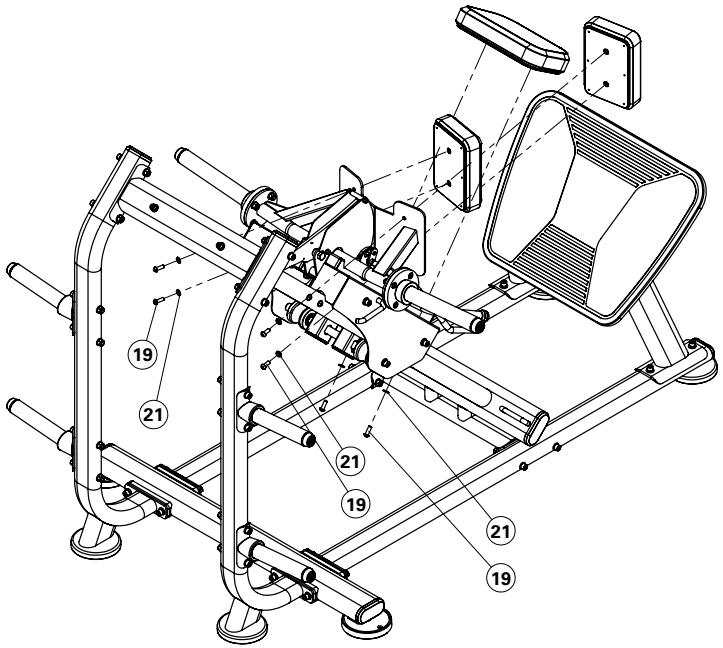


조립

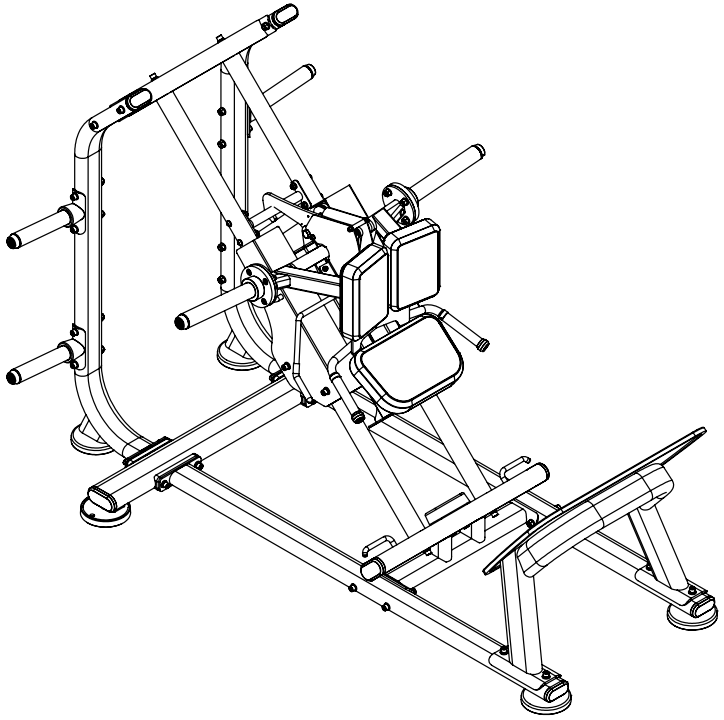
7

⑲ M10X30	㉑ M10
	
x6	x6

완전히 조이기
토크 값
20 Nm / 15 ft-lb



조립이 완료되었습니다!



製品情報

重要な安全情報

Vision 製品の適切な使用方法を各使用者や監督者に周知させるすべての責任は、製品の購入者にあります。

Vision エクササイズ装置を使用する前に、使用者に以下の情報を伝えることを推奨します。

メーカーが意図している用途以外の目的で本機を使用しないでください。怪我を避けるために、Vision の装置を適切な方法で使用してください。

設置

1. 水平で安定した場所：Vision エクササイズ装置を水平にし、安定した場所に設置してください。
2. **本機の固定：ぐらつきや転倒を避けるため、設置型の Vision 筋力トレーニング装置を床面に固定して安定を図ることが推奨されます。この作業は認定業者が行う必要があります。**
3. 転倒する恐れがあるため、どのような状態においても本機を床面にスライドさせて移動しないでください。OSHAが推奨している装置や適切な方法を用いて材料を取り扱ってください。

   すべてのアンカーポイントにおいて 750 lbs. の負荷に耐える必要があります。(3.3 kN) の負荷に耐えられない固定具は使用できません。

メンテナンス

1. 本機が損傷している、または本機に摩耗している部品や壊れた部品がある場合、本機を使用しないでください。最寄りの Vision 販売店から供給された交換パーツのみを使用してください。
2. ラベルとネームプレートの維持：いかなる理由があってもラベルは外さないでください。ラベルには重要な情報が記載されています。ラベルまたは銘板が読み取り不可能、または欠けている場合はご購入の Vision 販売店まで交換をご依頼ください。
3. 本機のメンテナンス：本機を問題なく使用し、損害賠償責任の可能性を最小限にとどめるには、予防的メンテナンスが重要になります。本機は定期的に点検する必要があります。
4. 調整、メンテナンス、または修理の実施者は必ず有資格者であることを常に確認してください。

その他の注意

所有者の目が届き、人の出入りや移動を調整できる場所で本機を使用する必要があります。本トレーニング装置に触れることができる許可を誰に与えるべきか判断する責任は、所有者にあります。所有者は能力、年齢、経験などを考慮して使用者を判断する必要があります。

本トレーニング装置は、メーカーの指示に従い適切な用途で製品を使用するための信頼性に関する業界標準を満たしています。

本機は屋内専用です。本トレーニング装置は、(フィットネス施設のような商業環境での使用を目的として) 設計された S クラスの製品です。本機は、EN ISO 20957-1:2013 および EN ISO 20957-2:2021 に準拠しています。



ご使用前にすべての説明書をよくお読みになり、今後の参考のために保管してください。



警告：手の粉砕。

開梱

Vision Fitness の製品をお買い上げいただき、ありがとうございます。製品は梱包前に検品されています。梱包サイズが小さくなるよう、本機を複数の箱に分けて発送しています。組み立てる前に、分解組立図と照らし合わせてすべての部材がそろっていることをご確認ください。注意深く開梱し、現地の規則に従って梱包材料を処分してください。エクササイズ機器は、訓練を受けた組み立てチームが組み立てるか、配送前にあらかじめ組み立てられている必要があります。

注意

怪我やフレーム・部材の損傷を避けるために、必ず適切なサポートを付けてフレーム部品を箱から取り出してください。必ず本機を水平にして安定した床面に設置してください。Vision 筋力トレーニング装置にスムーズにアクセスできるよう、周囲に 0.6m (24”) 以上のスペースを確保してください。注: 0.91m (36”) は車いす使用者のための ADA 推奨間隔幅です。

保証

お客様への品質の約束として、Vision は製造するすべての製品に保証を付けています。当社が今日、明日、そして何年も先のフィットネスのビジョンをどのように保護しているか、お近くの Vision 正規販売店にお問い合わせください。

⚠警 告

本機を誤って使用すると、死傷または重傷に繋がる恐れがあります。下記の注意事項を必ず守ってください。

1. 小さなお子様を本機に絶対に近づけないでください。
2. 本機は身体・感覚・精神の能力が低下している方、経験・知識のない方の使用を意図したものではありません。該当する方の使用の際には、安全管理者が監督または指導する必要があります。
3. 使用前に必ず注意事項を読み、本機の適切な使用方法をご確認下さい。また意図された目的以外の用途で、本機を使用しないでください。
4. 使用前に本機に異常がないかを確認をしてください。異常が認められた場合は、使用しないでください。
5. 本機の許容重量を越えての使用はしないでください。
6. フリーウエイトを使用する際は、補助員がいる環境で行ってください。
7. 機器あるいはバーベルにかかる重量のバランスを保ってください。可能であればリテンション装置を使い、ウエイトディスクを保持してください。
8. 誤った、あるいは過度のトレーニングは健康被害に繋がる恐れがあります。使用中に気分が悪くなった場合は、直ちに運動を中止してください。健康に不安のある方は、使用前に医師の診断を受けて下さい。
9. 身体の一部や髪の毛、衣服、アクセサリーなどが本機の可動部に近づかないよう注意してください。
10. ストッパーがある場合は、必ず使用してください。
11. 調整可能な部分（開始/停止位置、シート/パッド位置、可動範囲、プーリーキャリッジ等）を調整する場合、意図しない動きを防ぐために、使用前にしっかりと固定されていることを確認してください。
12. 本機は安定性の向上や転倒防止のため、床に固定することをお勧めします。その際は専門業者に依頼してください。
13. 床に固定しない場合は、ケガに繋がる恐れがありますのでストラップやロープ、その他機器を装着しないでください。またストレッチの際に、本機を支えとして使用しないでください。
14. このシールを剥がさないでください。また傷んだり剥がれた場合は、新しいシールを貼り直してください。

⚠警 告

本機を誤って使用すると、死傷または重傷に繋がる恐れがあります。下記の注意事項を必ず守ってください。

1. 使用前に必ず注意事項を読み、本機の適切な使用方法をご確認下さい。また本来の目的以外では使用しないでください。
2. 使用する際は必ず周りに指導員や補助員がいる環境で行ってください。
3. バーやスレッドを急に落とさないでください。
4. ウエイトを取り付け/外す時や、本機から離れる時は、バーキャッチがしっかりとフックにかかっていることを確認してください。
5. ストッパーは必ず使用してください。
6. 使用する際は必ず左右のストッパーを同じ高さに設定してください。
7. 正しいストッパーの高さは運動によって異なります。下記の手順で調整してください。
   ·バーやスレッドからウエイトを外します。
   ·スクワットは、運動をした時に背筋を圧迫しない一番低い位置にバーを設定してください。その他の運動は、バーが身体に触れない一番低い位置に調節してください。
   ·この時点でバーを受けるキャッチを取り付けます。キャッチがロットまたはプレートにしっかりかかっていることを確認してください。
   ·スミスプレスで行うスクワット：機器に表示されている高さより下にストッパーを固定しないでください。
   ·バーにウエイトを取り付け、注意しながら運動を開始してください。
8. このラベルを剥がさないでください。また剥がれたり読みにくくなった場合は、新しく貼り直してください。

製品情報

正しい使用法

1. 本機の耐荷重を遵守してください。
2. 必要に応じて安全ストッパーを適切な高さにセットしてください。
3. 必要に応じてシートパッド、脚パッド、足パッド、可動範囲、その他の調整部分を調整し、快適に開始できる位置に合わせてください。意図せぬ動作や怪我を避けるため、必ず調整部が完全に固定されていることを確認してください。
4. (適切な場合は) ベンチに座り、エクササイズに適した位置に付いてください。
5. 安全に持ち上げられる重量、コントロールできる重量でエクササイズを行ってください。
6. エクササイズは計画的に行ってください。
7. ウェイトをしっかりと固定する開始位置にウェイトを戻してください。

メンテナンスの点検項目

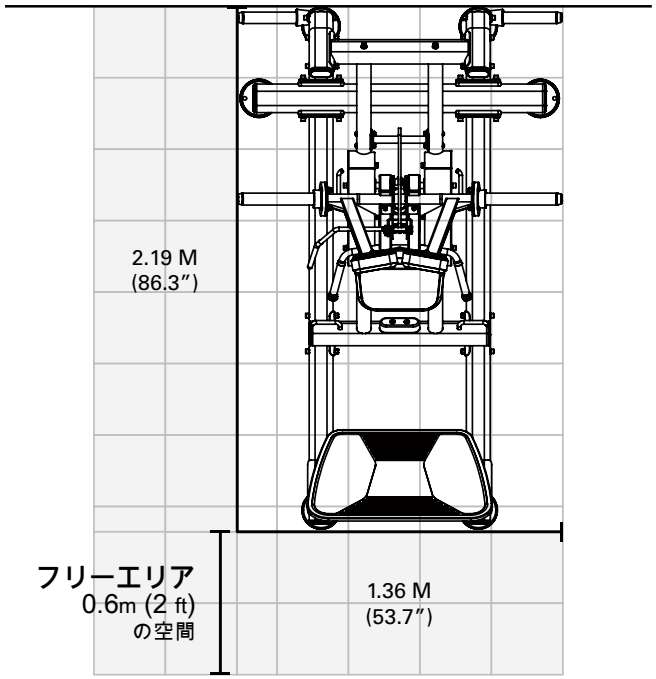
作業	頻度
ケーブルの点検 [2]	毎日
ガイドロッドのクリーニング	毎月
ハードウェアの点検	毎月
フレームの点検	半年ごとに 1 回
マシンのクリーニング	必要に応じて
グリップのクリーニング [1]	必要に応じて
ガイドロッドの注油 [3]	必要に応じて

[1] 装材とグリップは、中性洗剤と水、あるいはアンモニアベースではない洗剤を使用してクリーニングしてください。

[2] ケーブルに亀裂や擦り切れがないか検査し、あれば直ちに交換する必要があります。ケーブルに過度のたるみがある場合は、ヘッドプレートを持ち上げずにケーブルを締め付けてください。

[3] ガイドロッドの注油にはテフロン· ベースの潤滑剤を使用してください。潤滑剤は綿布に付けてからガイドロッドの上下に塗布します。

トレーニングエリア



製品仕様

最大ユーザー重量	150 kg / 330 lbs.
最大トレーニング重量	2 x 125 kg / 2 x 275 lbs.
製品重量	100 kg / 220 lbs.
全体寸法 (長さ×幅×高さ)*	219.1 x 136.4 x 145.1 cm / 86.3” x 53.7” x 57.1”
ウェイトストレージホーンの数量	4
最大ウェイトストレージホーンプレートの最大容量	4-55 lbs.(25 kg) プレート / ホーン (プレート計 16 枚)

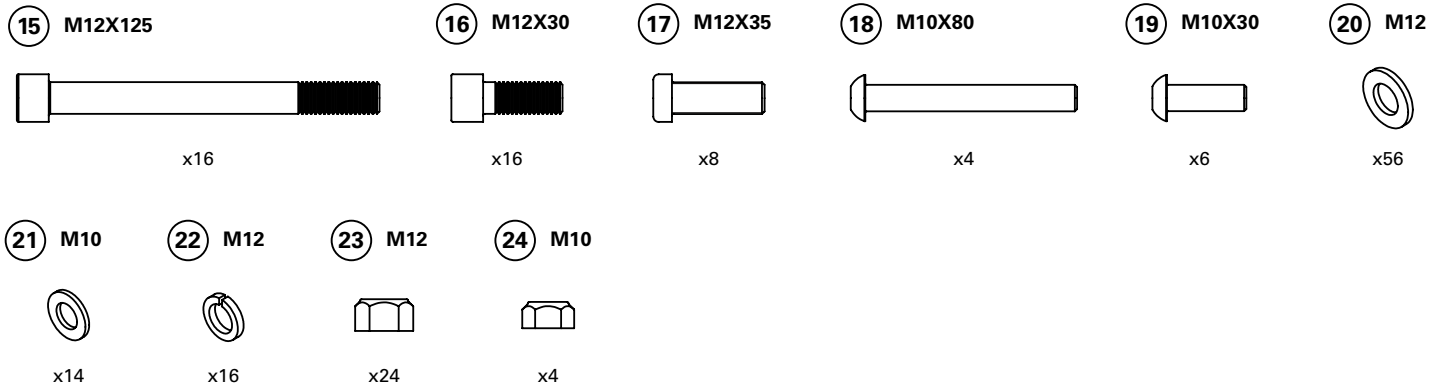
* Vision 筋力トレーニング装置にスムーズにアクセスできるよう、周囲に 0.6m (24”) 以上のスペースを確保してください。注: 0.91m (36”) は車いす使用者のための ADA 推奨間隔幅です。

組立

緩く締める
このステップでは、すべての金具を緩く締めます。完全に締めないでください。 一部のコンポーネントは、事前に組み立てたり、組み立てプロセス中に位置合わせが必要な場合があります。

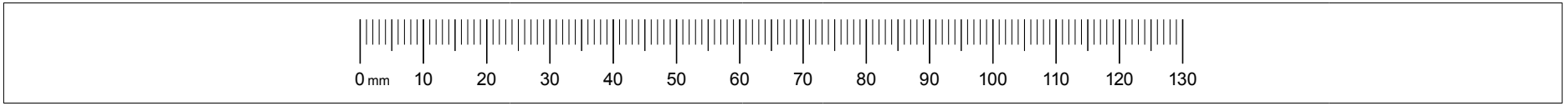
完全に締める
このステップでは、すべての金具を完全に締めます。

visionfitness.com



組み立てに必要な工具 (付属していません)

- 4mm L-型六角レンチ
- 5mm L-型六角レンチ
- 6mm L-型六角レンチ
- 8mm L-型六角レンチ
- プラスドライバー
- 13mm スパナ
- 17mm スパナ
- 19mm スパナ



組立

1

⑮ M12X125 x4

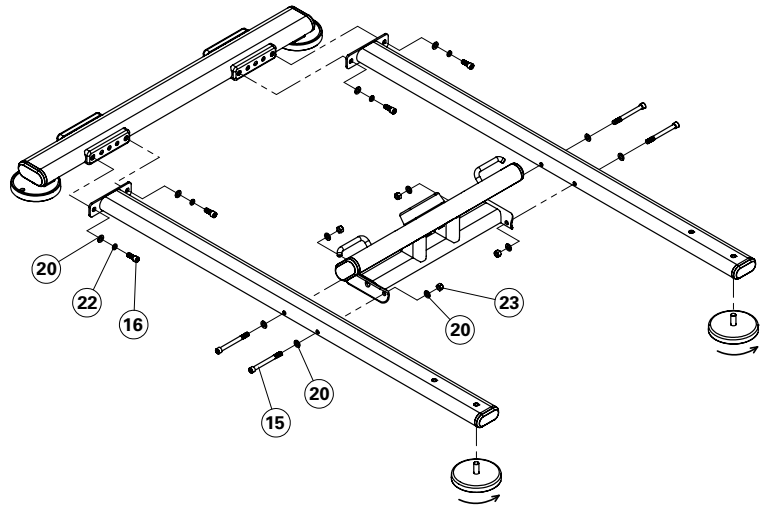
⑯ M12X30 x4

⑳ M12 x12

㉒ M12 x4

㉓ M12 x4

緩く締める



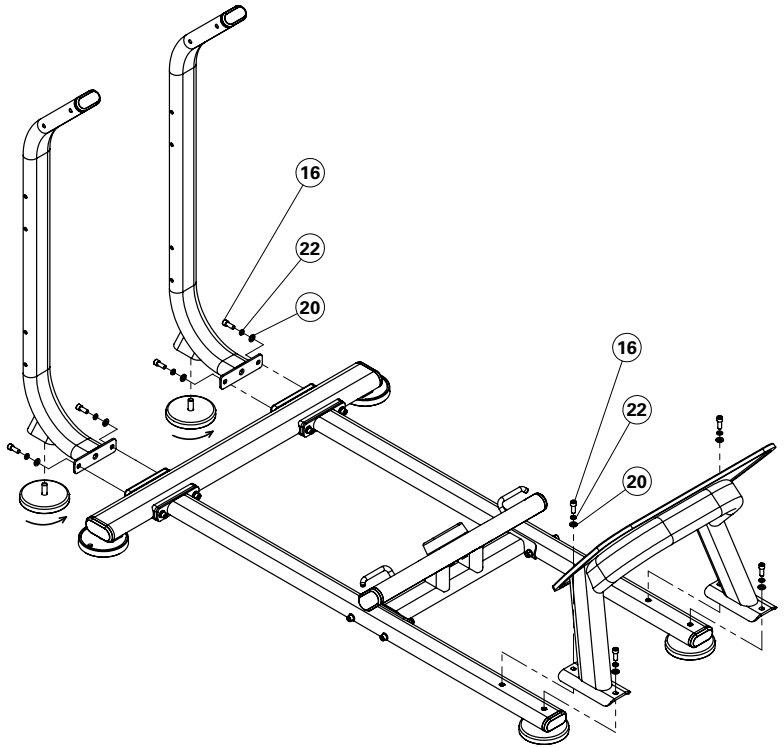
2

⑯ M12X30 x8

⑳ M12 x8

㉒ M12 x8

緩く締める



組立

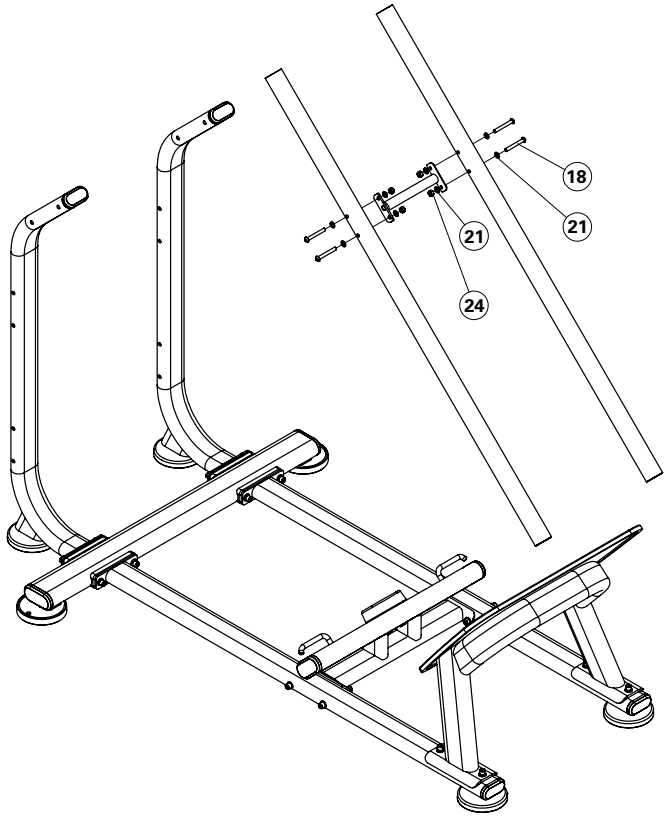
3

⑱ M10X80 x4

㉑ M10 x8

㉔ M10 x4

緩く締める
トルク値
40 Nm / 30 ft-lb



4

⑮ M12X125 x4

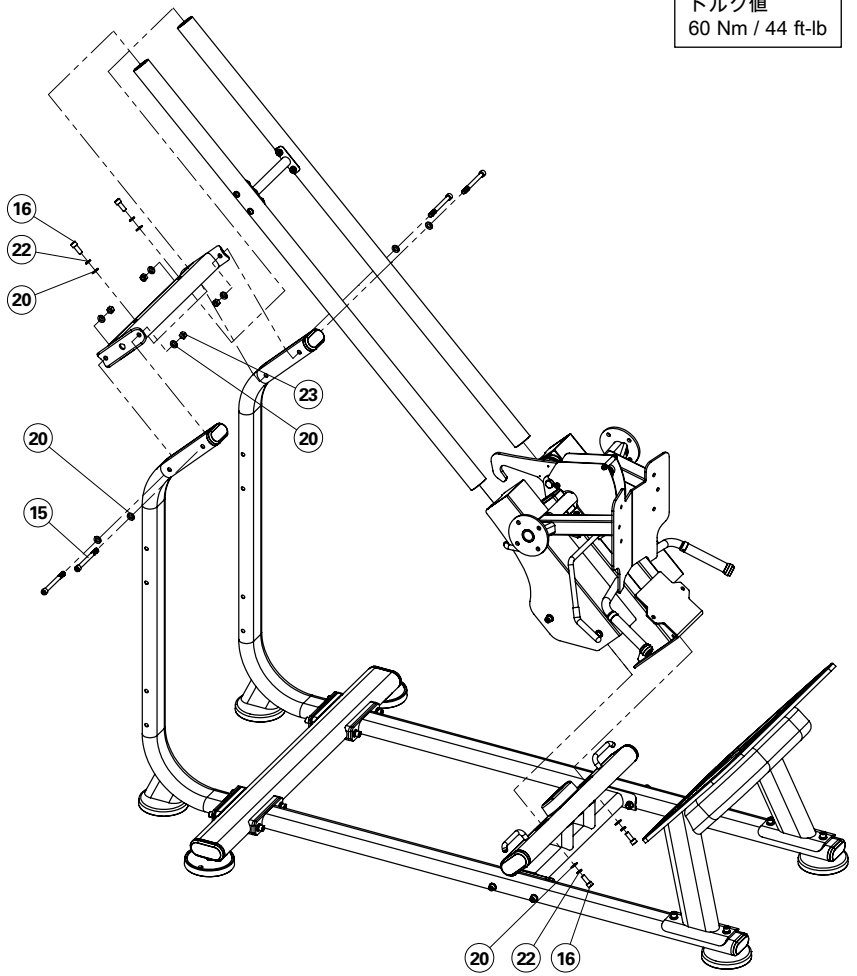
⑯ M12X30 x4

⑳ M12 x12

㉒ M12 x4

㉓ M12 x4

完全に締める
トルク値
60 Nm / 44 ft-lb



組立

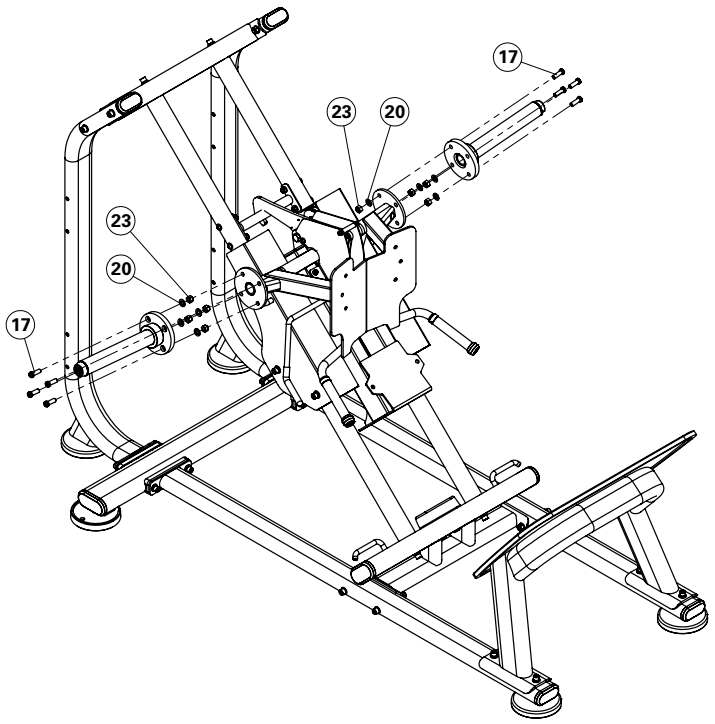
5

(17) M12X35 x8

(20) M12 x8

(23) M12 x8

完全に締める
トルク値
60 Nm / 44 ft-lb



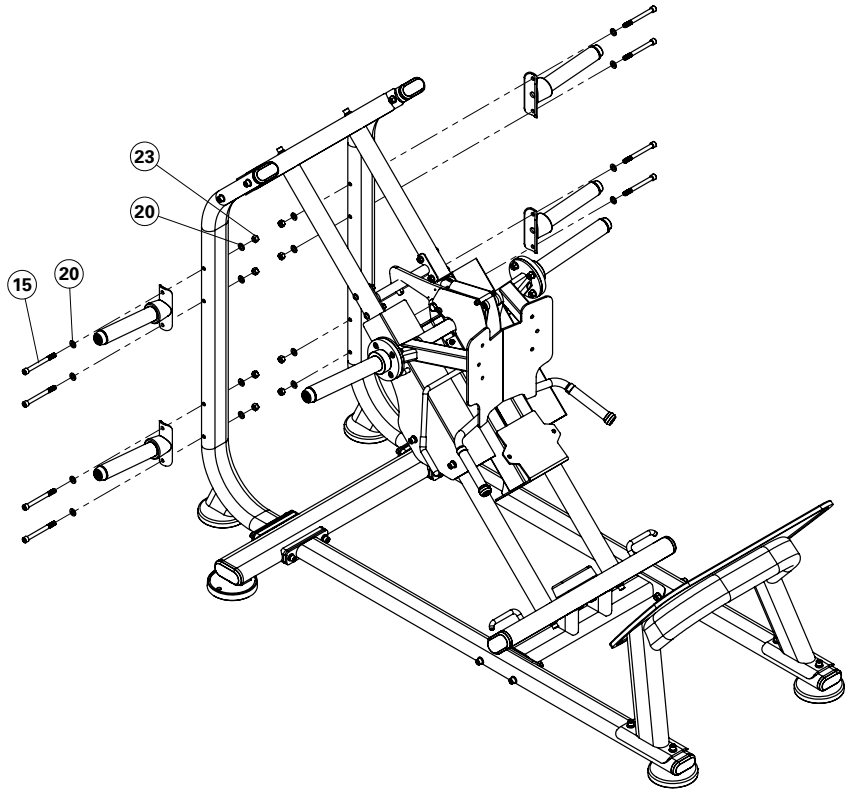
6

(15) M12X125 x8

(20) M12 x16

(23) M12 x8

完全に締める

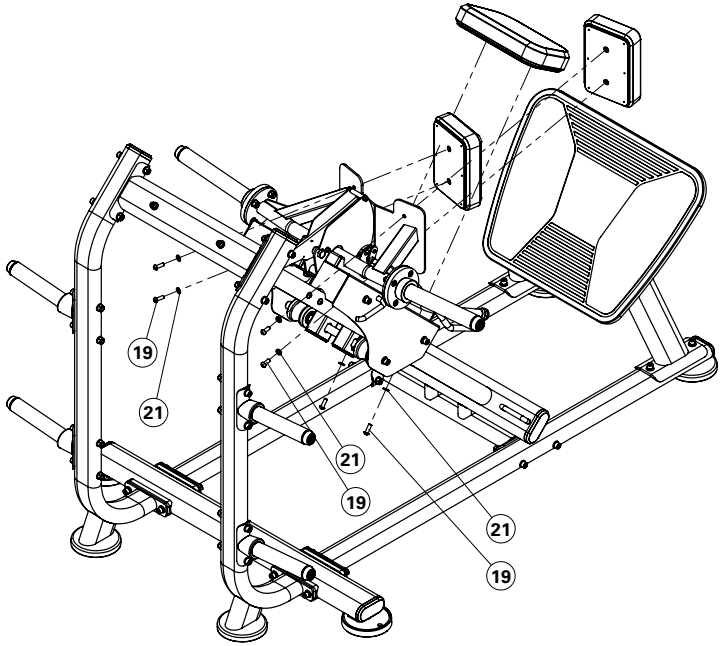


組立

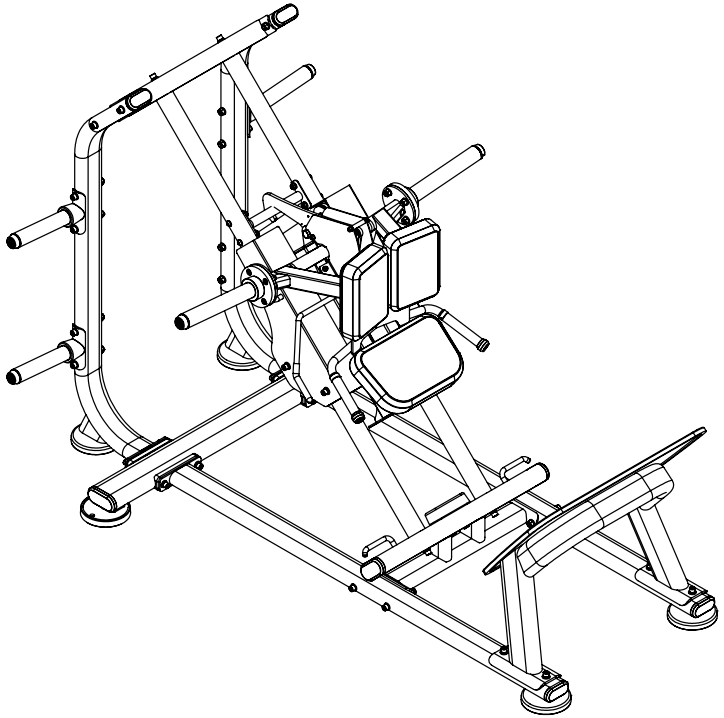
7

⑲ M10X30	㉑ M10
x6	x6

完全に締める
トルク値
20 Nm / 15 ft-lb



組み立て完了



THÔNG TIN SẢN PHẨM

THÔNG TIN AN TOÀN QUAN TRỌNG

Người mua sản phẩm Vision có trách nhiệm hướng dẫn tất cả các cá nhân, cho dù họ là người dùng cuối hay nhân viên giám sát,cách sử dụng thiết bị đúng cách.

Tất cả những người sử dụng thiết bị tập thể dục Vision nên được thông báo về những thông tin sau trước khi sử dụng.

Không sử dụng bất kỳ thiết bị nào theo cách khác ngoài thiết kế hoặc dự định của nhà sản xuất. Phải sử dụng thiết bị Vision đúng cách để tránh chấn thương.

LẮP ĐẶT

1. BỀ MẶT ỔN ĐỊNH VÀ BẰNG PHẲNG: Thiết bị tập thể dục Vision phải được lắp đặt trên một bề mặt ổn định và bằng phẳng thích hợp.
2. **CỐ ĐỊNH THIẾT BỊ: Nhà sản xuất khuyến nghị rằng tất cả các thiết bị tập thể dục Vision phải được gắn vào sàn để ổn định và tránh rung lắc hoặc lật. Quá trình này phải do một nhà thầu được cấp phép thực hiện.**
3. Trong mọi trường hợp, bạn không được trượt thiết bị trên sàn do nguy cơ bị lật. Sử dụng các kỹ thuật xử lý vật liệu và thiết bị phù hợp theo khuyến nghị của OSHA.

   Tất cả các điểm neo phải có khả năng chịu được lực kéo 750 lbs.. (3,3 kN) lực kéo ra.

BẢO DƯỠNG

1. KHÔNG sử dụng bất kỳ thiết bị nào bị hư hỏng và có các bộ phận bị mòn hoặc hỏng. Chỉ sử dụng các bộ phận thay thế do đại lý Vision tại quốc gia của bạn cung cấp.
2. GIỮ GÌN NHÃN VÀ BẢNG TÊN: Không tháo nhãn vì bất kỳ lý do nào. Nhãn chứa thông tin quan trọng. Nếu không thể đọc được hoặc bị thiếu, hãy liên hệ với đại lý Vision để thay.
3. BẢO DƯỠNG TẤT CẢ THIẾT BỊ: Bảo dưỡng dự phòng là nhân tố chính giúp thiết bị hoạt động trơn tru cũng như giữ cho trách nhiệm của bạn ở mức tối thiểu. Thiết bị cần được kiểm tra định kỳ.
4. Đảm bảo rằng bất cứ ai điều chỉnh hoặc bảo dưỡng hoặc sửa chữa thiết bị đều phải có đủ trình độ.

GHI CHÚ BỔ SUNG

Chỉ được sử dụng thiết bị này trong các khu vực được chủ sở hữu quy định chặt chẽ việc ra vào và kiểm soát cụ thể. Chủ sở hữu có quyền quyết định ai được phép đến gần thiết bị tập luyện này. Chủ sở hữu nên xem xét các yếu tố sau đây của người dùng- độ tin cậy, tuổi tác, kinh nghiệm, v.v.

Thiết bị tập luyện này đáp ứng các tiêu chuẩn công nghiệp về ổn định khi được sử dụng cho mục đích thiết kế theo hướng dẫn của nhà sản xuất.

Thiết bị này chỉ để sử dụng trong nhà. Thiết bị tập luyện này là sản phẩm Class S được thiết kế để sử dụng trong môi trường thương mại như phòng thể dục). Thiết bị tập luyện này tuân thủ EN ISO 20957-1:2013 và EN ISO 20957-2:2021.



Vui lòng đọc kỹ tất cả các hướng dẫn trước khi sử dụng và giữ lại để tham khảo sau này.



CẢNH BÁO: Dập bàn tay.

MỞ HỘP

Cảm ơn bạn đã mua sản phẩm Vision Fitness. Sản phẩm Matrix luôn được kiểm tra trước khi đóng kiện. Sản phẩm được vận chuyển thành nhiều kiện để đóng gói gọn nhẹ. Trước khi lắp ráp, hãy xác nhận tất cả các thành phần bằng cách so sánh với sơ đồ. Mở hộp cẩn thận và xử lý các vật liệu đóng gói theo luật pháp địa phương. Thiết bị tập thể dục phải được lắp ráp bởi một đội lắp ráp đã qua đào tạo hoặc được lắp ráp trước trước khi giao hàng.

CHÚ Ý

Để tránh gây thương tích cho bạn và hư hỏng đến các thành phần khung, hãy đảm bảo bạn có sự trợ giúp thích hợp để tháo các mảnh khung khỏi hộp này. Hãy chắc chắn lắp đặt thiết bị trên một bề mặt ổn định và giữ cân bằng máy đúng cách. Đảm bảo có khoảng trống tối thiểu 0,6 mét (24”) để đi vào và đi qua thiết bị tập thể dục Vision. Hãy chú ý 0,91 m (36”) là khoảng trống đề xuất của ADA cho những người dùng xe lăn.

BẢO HÀNH

Như một lời hứa về chất lượng với bạn, Vision bảo hành cho mọi thứ chúng tôi thực hiện. Hãy liên hệ với đại lý ủy quyền của Vision tại địa phương của bạn để tìm hiểu cách chúng tôi đang bảo vệ tầm nhìn về thể chất của bạn hôm nay, ngày mai và những năm tiếp theo.

⚠ WARNING

DEATH OR SERIOUS INJURY CAN OCCUR ON THIS EQUIPMENT. FOLLOW THESE PRECAUTIONS TO AVOID INJURY!

1. Keep children under the age of 14 away from this strength training equipment. Teenagers must be supervised at all times while using this equipment.
2. This equipment is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the equipment by a person responsible for their safety.
3. All warnings and instructions should be read and proper instruction obtained prior to use. Use this equipment for its intended purpose ONLY.
4. Inspect the machine before use. DO NOT use machine if it appears damaged or inoperable.
5. Do not exceed weight capacity of this equipment.
6. ALWAYS use a spotter if using free weights.
7. Balance the weight applied to this equipment and/or any barbell. Where applicable, use retention devices to retain weight discs.
8. Injuries to health may result from incorrect or excessive training. Cease exercise if you feel faint or dizzy. Obtain a medical exam before beginning an exercise program.
9. Keep body, clothing, hair, and fitness accessories free and clear of all moving parts.
10. Adjustable stops, where provided, must be used at all times.
11. When adjusting any adjustable mechanism (stop position, seat position, pad location, range of motion limiter, pulley carriage, or any other type), make certain that the adjustable mechanism is fully engaged prior to use to prevent unintended motion.
12. Manufacturer recommends that this equipment be secured to the floor to stabilize and eliminate rocking or tipping over. Use a licensed contractor.
13. If equipment is NOT secured to floor: NEVER allow resistance straps, ropes or other means to be attached to this equipment, as this may result in serious injury. NEVER use this equipment for support during stretching, as this may result in serious injury.
14. DO NOT REMOVE THIS LABEL. REPLACE IF DAMAGED OR ILLEGIBLE.

⚠ WARNING

DEATH OR SERIOUS INJURY CAN OCCUR ON THIS EQUIPMENT. FOLLOW THESE PRECAUTIONS TO AVOID INJURY!

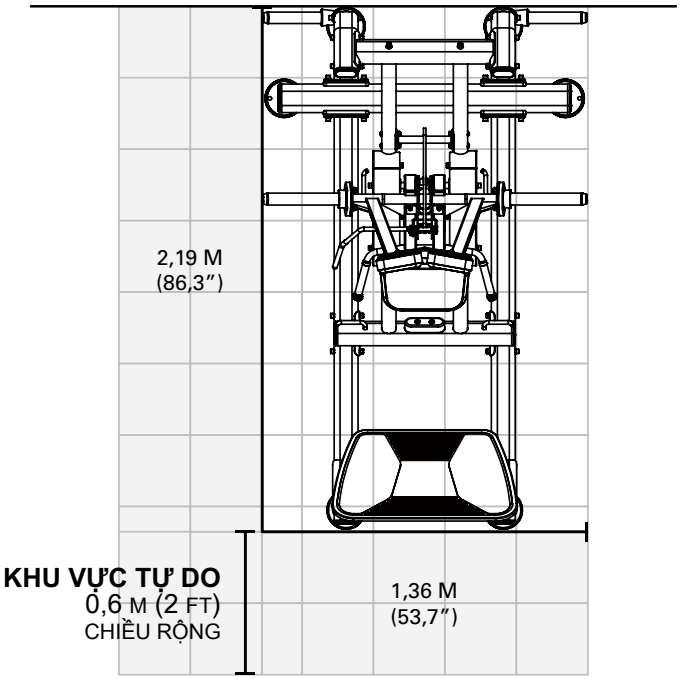
1. All warnings and instructions should be read and proper instruction obtained prior to use. Use this equipment for its intended purpose ONLY.
2. ALWAYS use a spotter if working out on this equipment.
3. Do not allow the lifting bar/sled to drop suddenly.
4. Visually ensure lifting bar catches are fully engaged and seated in the hooks before releasing the load and exiting the machine.
5. Adjustable stops must be used at all times.
6. ALWAYS set both adjustable stops to the same height when using this machine.
7. PROPER adjustable stop height depends on the exercise performed.
   Adjust as follows:
   - Remove weight from lifting bar/sled.
   - For squats, perform the exercise and determine the lowest comfortable position of the bar/sled that ensures no spinal compression. For other exercises, perform the movement and determine the lowest point of bar travel that is comfortable without the bar contacting your body.
   - Position both stop catches to stop the bar at this point. Ensure that they are completely seated on the stop rods or catch plate.
   - FOR SQUATS PERFORMED ON A SMITH PRESS: NEVER PLACE THE STOPS BELOW THE HEIGHT INDICATED ON THE EQUIPMENT.
   - Load weights onto the lifting bar and carefully perform the exercise.
8. DO NOT REMOVE THIS LABEL. REPLACE IF DAMAGED OR ILLEGIBLE.

THÔNG TIN SẢN PHẨM

SỬ DỤNG ĐÚNG CÁCH

1. Không vượt quá giới hạn trọng lượng của thiết bị tập thể dục.
2. Nếu có thể, hãy đặt chốt dừng an toàn đến độ cao thích hợp.
3. Nếu có thể, hãy điều chỉnh miếng đệm ghế, miếng lót chân, miếng lót bàn chân, phạm vi điều chỉnh chuyển động hoặc bất kỳ cơ cấu điều chỉnh nào khác đến vị trí bắt đầu thoải mái. Hãy chắc chắn rằng cơ cấu điều chỉnh được chốt cẩn thận để tránh sự di chuyển vô ý và chấn thương.
4. Ngồi trên băng ghế (nếu được) và vào vị trí thích hợp để tập thể dục.
5. Không tập quá trọng lượng bạn có thể nâng và kiểm soát một cách an toàn.
6. Hãy tập thể dục theo cách có kiểm soát.
7. Đưa tạ về vị trí bắt đầu được hỗ trợ đầy đủ.

KHU VỰC TẬP LUYỆN



DANH SÁCH CÔNG VIỆC BẢO DƯỠNG

HÀNH ĐỘNG	TẦN SUẤT
Kiểm tra cáp [2]	Hàng ngày
Lau thanh dẫn hướng	Hàng tháng
Kiểm tra phần cứng thiết bị	Hàng tháng
Kiểm tra khung	Hai lần một năm
Lau máy	Khi cần
Lau tay nắm [1]	Khi cần
Bôi trơn thanh dẫn hướng [3]	Khi cần

[1] Làm sạch đệm ghế và tay nắm bằng xà phòng nhẹ và nước hoặc chất tẩy rửa không chứa amoniac.

[2] Cáp phải được kiểm tra xem có vết nứt hoặc vết sờn và thay thế ngay lập tức nếu có. Nếu có hiện tượng chùng quá mức, cáp phải được siết chặt mà không cần nhấc tấm đầu lên.

[3] Thanh dẫn hướng phải được bôi trơn bằng chất bôi trơn gốc Teflon. Thấm chất bôi trơn vào một miếng vải cotton sau đó bôi lên và xuống các thanh dẫn hướng.

THÔNG SỐ KỸ THUẬT SẢN PHẨM

Cân Nặng Tối Đa Của Người Dùng	150 kg / 330 lb
Trọng Lượng Tập Tối Đa	2 x 125 kg / 2 x 275 lb
Trọng lượng sản phẩm	100 kg / 220 lb
Kích thước tổng thể (D x R x C)*	219,1 x 136,4 x 145,1 cm / 86,3″ x 53,7″ x 57,1″″
Số lượng thanh đỡ tạ	4
Công suất tối đa tấm đỡ tạ	4-55 lb. (25 kg) tấm / thanh đỡ (16 tấm tất cả)

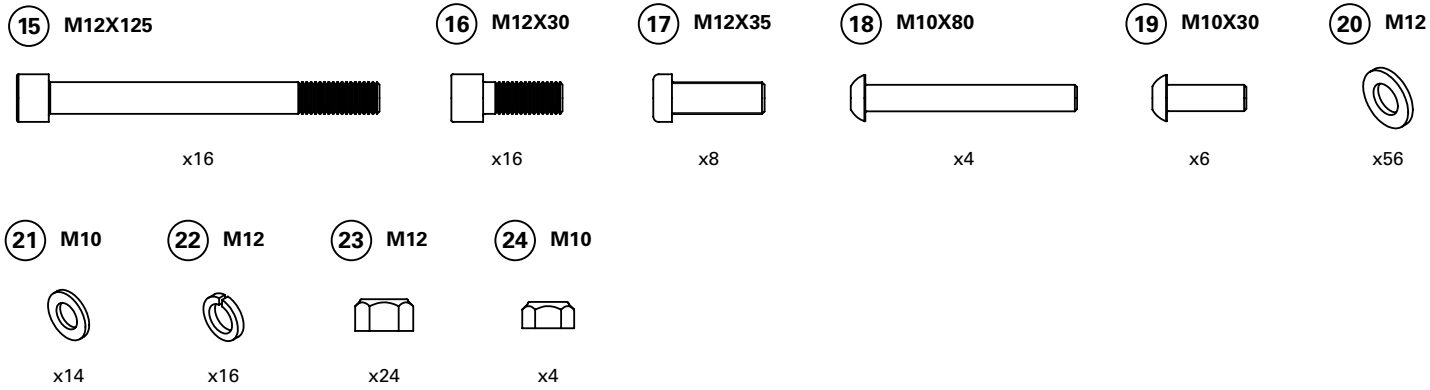
* Đảm bảo khoảng trống tối thiểu 0,6 mét (24”) để đi vào và đi qua thiết bị tập thể dục Vision. Hãy chú ý 0,91 m (36”) là khoảng trống đề xuất của ADA cho những người dùng xe lăn.

LẮP RÁP

SIẾT LỎNG
Siết lỏng tất cả các phần cứng ở bước này. KHÔNG siết chặt.
Một số thành phần có thể cần lắp sẵn và/hoặc căn chỉnh thẳng hàng trong quá trình lắp.

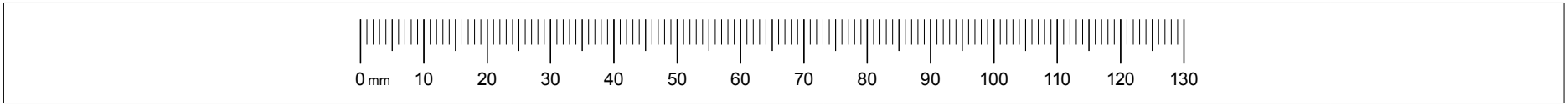
SIẾT CHẶT
Siết chặt bằng cờ-lê tất cả các phần cứng ở bước này.

visionfitness.com



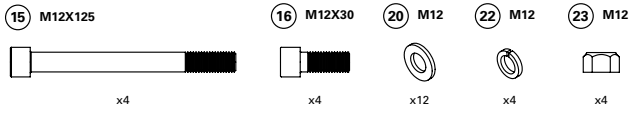
DỤNG CỤ CẦN THIẾT ĐỂ LẮP ĐẶT (không bán kèm)

Cờ lê hình chữ-L 4MM		Tua vít Phillips	
Cờ lê hình chữ-L 5MM		Cờ lê đầu mở 13MM	
Cờ lê hình chữ-L 6MM		Cờ lê đầu mở 17MM	
Cờ lê hình chữ-L 8MM		Cờ lê đầu mở 19MM	

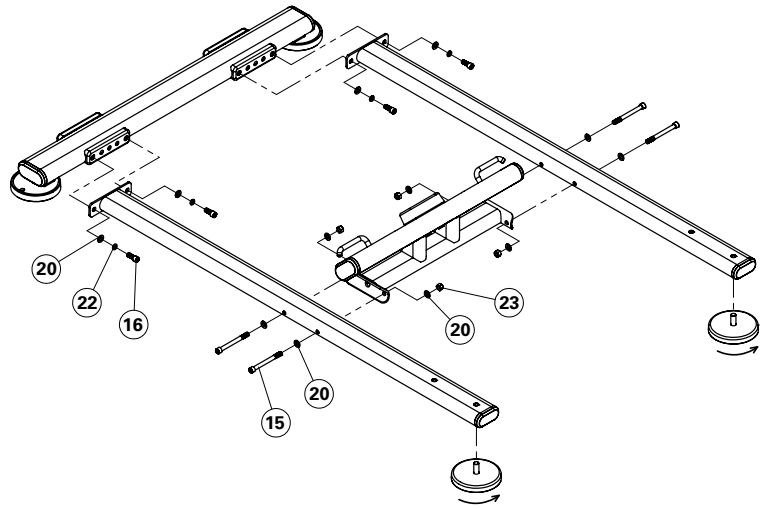


LẮP RÁP

1



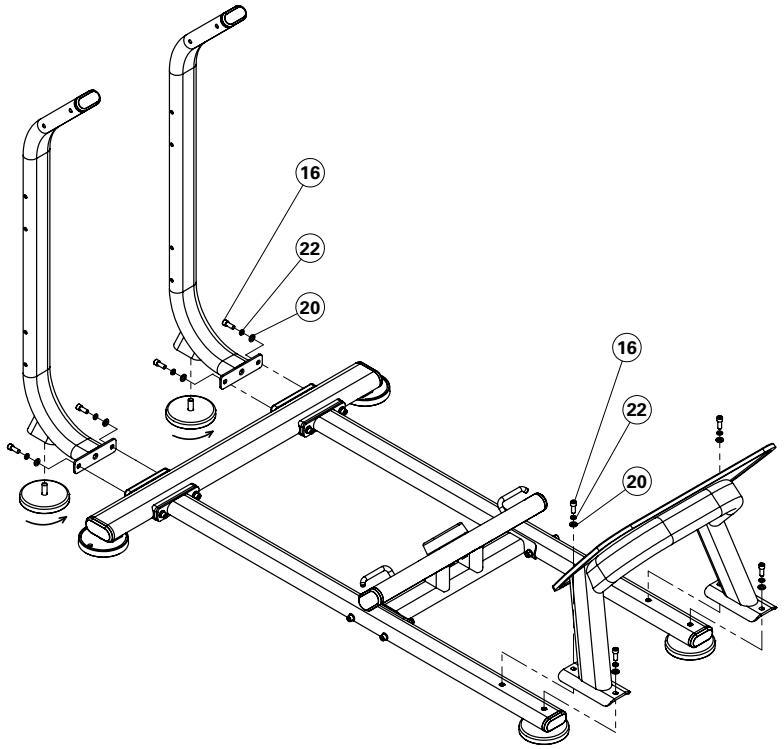
Siết lỏng



2



Siết lỏng



LẮP RÁP

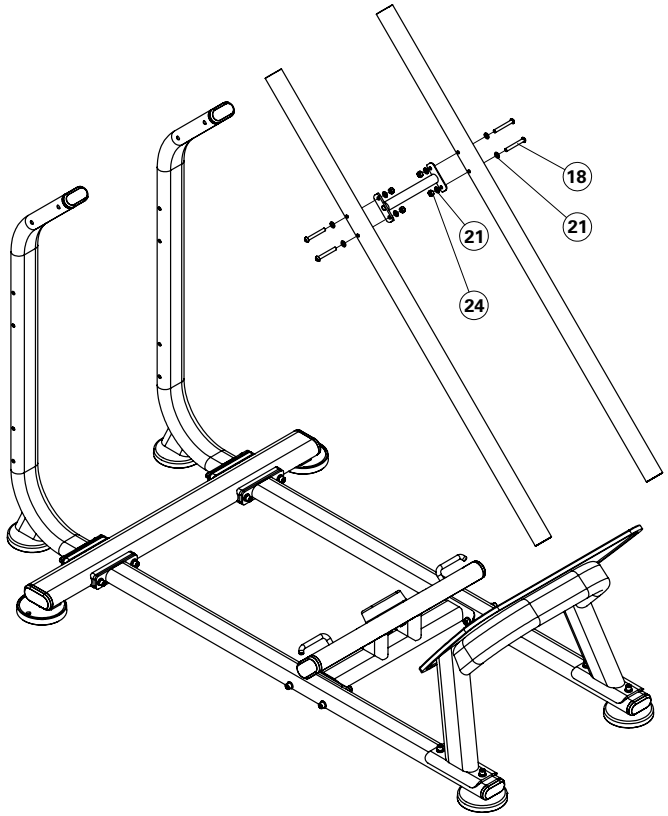
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

Siết lỏng
Giá trị mô-men xoắn
40 Nm / 30 ft-lb



4

(15) M12X125 x4

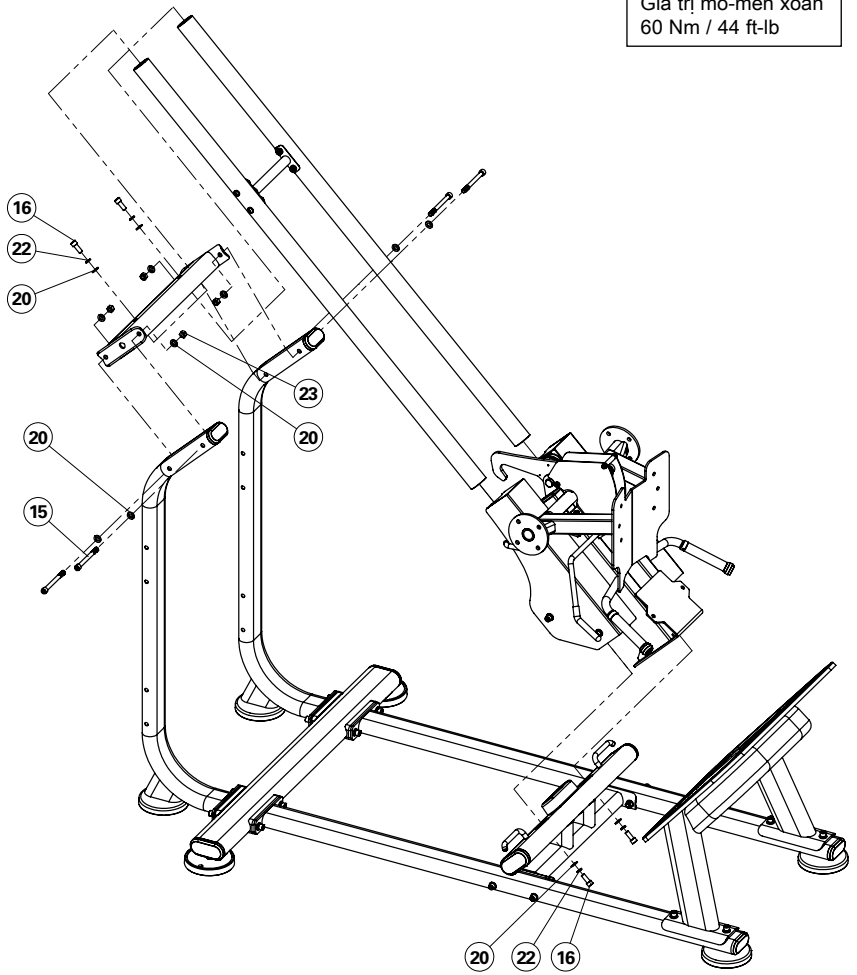
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

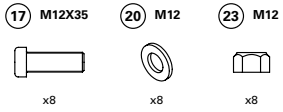
(23) M12 x4

Siết chặt
Giá trị mô-men xoắn
60 Nm / 44 ft-lb

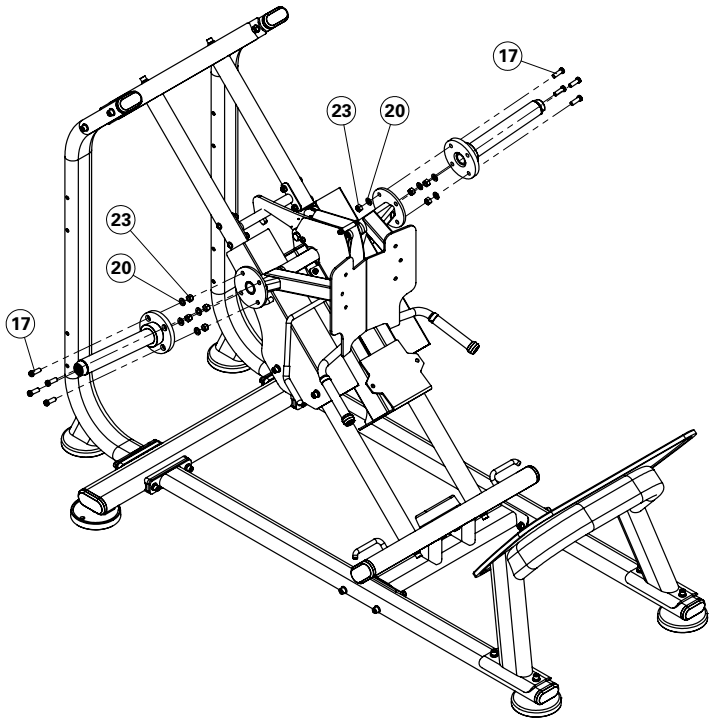


LẮP RÁP

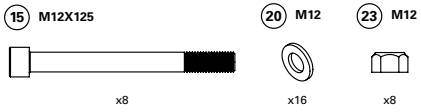
5



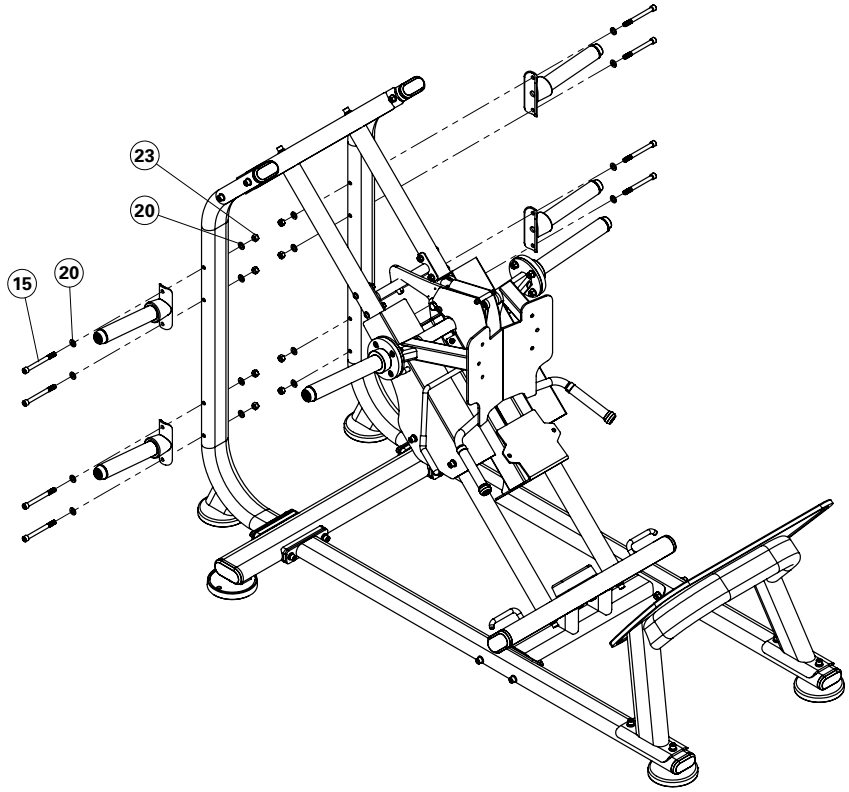
Siết chặt
Giá trị mô-men xoắn
60 Nm / 44 ft-lb



6



Siết chặt



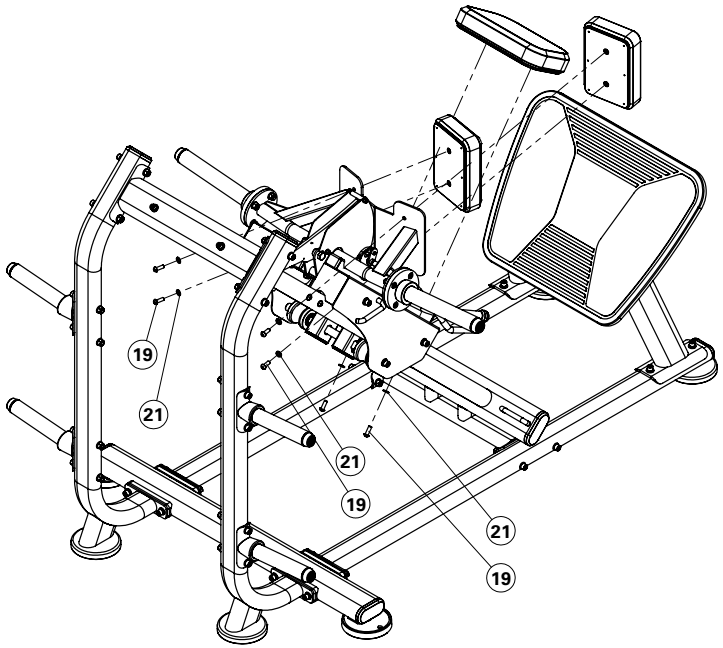
LẮP RÁP

7

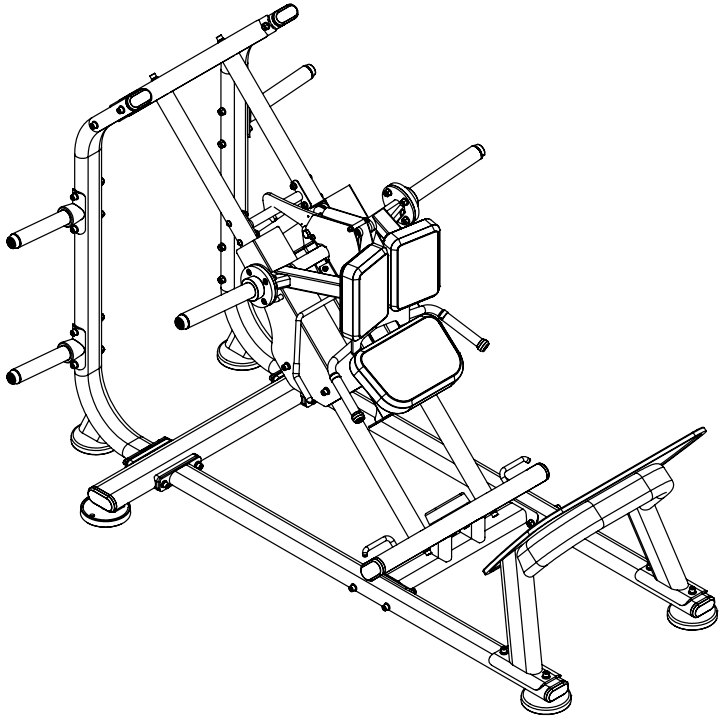
(19) M10X30 x6

(21) M10 x6

Siết chặt
Giá trị mô-men xoắn
20 Nm / 15 ft-lb



HOÀN THÀNH LẮP ĐẶT



ข้อมูลผลิตภัณฑ์

ข้อมูลความปลอดภัยสำคัญ

การแนะนำเกี่ยวกับการใช้งานอุปกรณ์อย่างเหมาะสมแก่บุคคลต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นผู้ใช้ปลายทางหรือโค้ชผู้ให้คำแนะนำ ถือเป็นความรับผิดชอบของผู้ซื้อผลิตภัณฑ์ Vision แต่เพียงผู้เดียว

เราแนะนำให้แจ้งข้อมูลแก่ผู้ใช้งานเครื่องออกกำลังกาย Vision ทุกคน โดยให้ปฏิบัติตามข้อมูลต่อไปนี้ก่อนการใช้งานอุปกรณ์

ห้ามใช้อุปกรณ์ใด ๆ ในลักษณะที่นอกเหนือจากที่ผู้ผลิตออกแบบหรือตามเจตนาของผู้ผลิต อุปกรณ์ Vision จำเป็นต้องใช้งานอย่างเหมาะสมโดยไม่มีข้อแม้เพื่อหลีกเลี่ยงการบาดเจ็บ

การติดตั้ง

1. พื้นที่มั่นคงและราบเรียบ: เครื่องออกกำลังกาย Vision ต้องติดตั้งบนฐานที่มั่นคงและปรับพื้นให้ราบเรียบแล้ว
2. **อุปกรณ์ยึด: ผู้ผลิตแนะนำให้ยึดอุปกรณ์ฝึกกล้ามเนื้อ Vision แบบอยู่กับที่ทั้งหมดลงบนพื้นเพื่อความมั่นคง และเพื่อไม่ให้โยกหรือล้ม การติดตั้งนี้ต้องดำเนินการโดยผู้รับเหมาที่มีใบอนุญาต**
3. คุณไม่ควรผลักเลื่อนอุปกรณ์ไปตามพื้นในทุกกรณี เนื่องจากมีความเสี่ยงที่อุปกรณ์จะล้มได้ ใช้เทคนิคและอุปกรณ์ในการดูแลวัสดุที่เหมาะสมที่แนะนำโดย OSHA

   จุดยึดทั้งหมดต้องรองรับแรงดึงขนาด 750 ปอนด์ แรงดึงออก (3.3 กิโลนิวตัน)

การบำรุงรักษา

1. อย่าใช้อุปกรณ์ใด ๆ ที่เสียหายหรือมีส่วนประกอบที่เสื่อมสภาพหรือชำรุด ใช้เฉพาะชิ้นส่วนอะไหล่ที่ตัวแทนจำหน่าย Vision ในประเทศของคุณเท่านั้น
2. ดูแลรักษาป้ายข้อมูลและป้ายชื่อไว้ให้ดี: อย่านำป้ายออกไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดเนื่องจากมีข้อมูลสำคัญ หากอ่านไม่ได้หรือสูญหายไป ให้ติดต่อตัวแทนจำหน่าย Vision เพื่อขอเปลี่ยนใหม่
3. บำรุงรักษาอุปกรณ์ทั้งหมด: การบำรุงรักษาเชิงป้องกันคือกุญแจสำคัญในการทำให้อุปกรณ์การดำเนินงานราบรื่นและ ทำให้ความรับผิดของคุณอยู่ในระดับต่ำสุด อุปกรณ์ต้องได้รับการตรวจสอบเป็นระยะ
4. ตรวจสอบให้แน่ใจว่าบุคคลใด ๆ ที่ทำการปรับเปลี่ยนหรือดำเนินการซ่อมบำรุงหรือซ่อมแซมใด ๆ มีคุณสมบัติที่จะทำเช่นนั้น

หมายเหตุเพิ่มเติม

อุปกรณ์นี้ควรใช้งานในบริเวณที่มีการดูแล ซึ่งเป็นบริเวณที่เจ้าของสามารถเข้าถึงและควบคุมการใช้งานได้ เจ้าของเป็นผู้กำหนดว่าใครได้รับอนุญาตให้ใช้งานอุปกรณ์ออกกำลังกายนี้ เจ้าของควรพิจารณาคุณสมบัติต่าง ๆ ของผู้ใช้ เช่น ระดับความน่าเชื่อถือ อายุ ประสบการณ์ เป็นต้น

อุปกรณ์ออกกำลังกายนี้ตรงตามมาตรฐานอุตสาหกรรมในเรื่องเสถียรภาพ เมื่อใช้งานตามวัตถุประสงค์ที่เจตนาไว้ สอดคล้องกับคำแนะนำที่ผู้ผลิตให้มา

อุปกรณ์นี้มีไว้สำหรับการใช้งานในอาคารเท่านั้น อุปกรณ์ออกกำลังกายนี้เป็นผลิตภัณฑ์ Class S (ออกแบบมาสำหรับการใช้งานในสภาพแวดล้อมเชิงพาณิชย์ เช่น ศูนย์ออกกำลังกาย) อุปกรณ์ออกกำลังกายนี้ปฏิบัติตามมาตรฐาน EN ISO 20957-1:2013 และ EN ISO 20957-2:2021.



โปรดอ่านคำแนะนำทั้งหมดอย่างละเอียดก่อนใช้งานและเก็บรักษาไว้เพื่อใช้อ้างอิงในอนาคต.



คำเตือน: อาจหนีบมือได้.

การเปิดกล่องบรรจุ

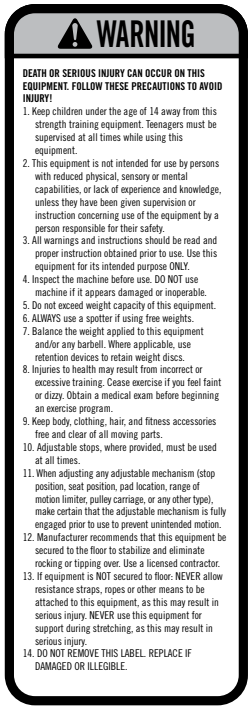
ขอขอบคุณที่ซื้อผลิตภัณฑ์ฟิตเนส Vision ผลิตภัณฑ์นี้ได้รับการตรวจสอบแล้วก่อนการบรรจุหีบห่อ ผลิตภัณฑ์นี้ขนส่งมาเป็นหลายชิ้นส่วน เพื่ออำนวยความสะดวกให้เครื่องมีบรรจุภัณฑ์ขนาดกะทัดรัด ก่อนการประกอบ ยืนยันว่าได้รับส่วนประกอบครบถ้วน โดยจับคู่ส่วนประกอบเข้ากับแผนผังขยาย แกะเครื่องออกจากกล่องนี้อย่างระมัดระวัง และทิ้งวัสดุหีบห่อตามกฎหมายในท้องถิ่นของคุณ อุปกรณ์ออกกำลังกายต้องประกอบโดยทีมประกอบที่ผ่านการฝึกอบรมหรือประกอบมาล่วงหน้าก่อนการจัดส่ง

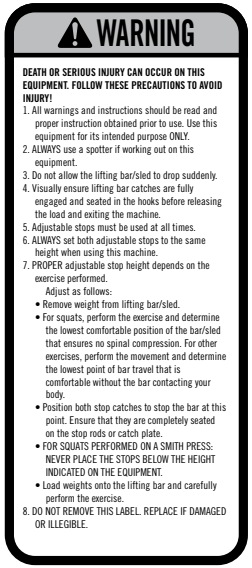
ข้อควรระวัง

เพื่อหลีกเลี่ยงการบาดเจ็บต่อตัวคุณเอง และป้องกันส่วนประกอบโครงเสียหาย ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณมีผู้ช่วยที่เหมาะสมในการแกะชิ้นส่วนโครงออกจากกล่อง โปรดตรวจสอบให้แน่ใจว่า คุณติดตั้งอุปกรณ์บนฐานที่มั่นคงและพื้นราบเรียบ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าระยะห่างกว้างอย่างน้อย 0.6 เมตร (24 นิ้ว) สำหรับการเข้าถึงและเคลื่อนผ่านอุปกรณ์ฝึกกล้ามเนื้อ Vision โปรดทราบว่า 0.91 เมตร (36 นิ้ว) คือความกว้างของช่องว่างที่แนะนำของ ADA สำหรับบุคคลที่นั่งรถเข็น

การรับประกัน

Vision มาพร้อมการรับประกันในทุกสิ่งที่เราทำตามคำสัญญาด้านคุณภาพที่เรามอบให้กับคุณ ติดต่อตัวแทนจำหน่าย Vision ที่ได้รับอนุญาตในพื้นที่เพื่อหาคำตอบว่าเราปกป้องวิสัยทัศน์ด้านฟิตเนสให้แก่คุณเพื่อวันนี้ วันพรุ่งนี้ และอีกหลายปีข้างหน้าอย่างไร



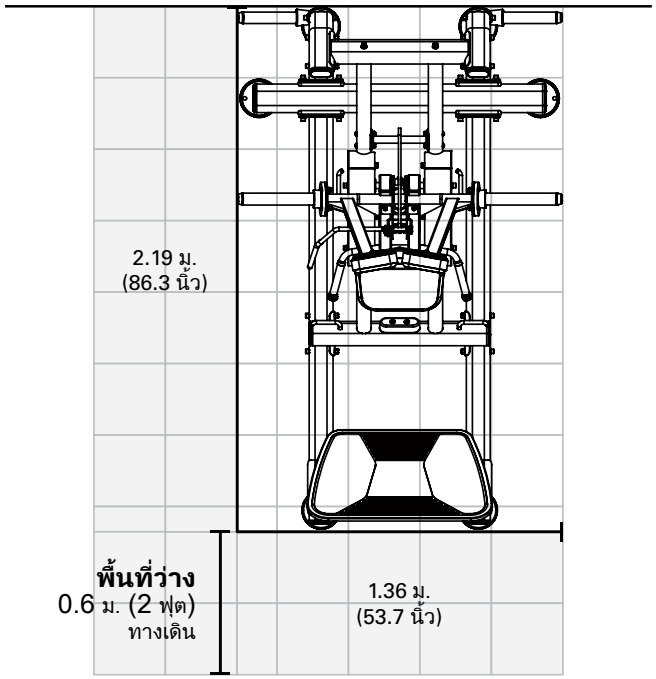


ข้อมูลผลิตภัณฑ์

การใช้อย่างถูกต้อง

1. ห้ามใช้น้ำหนักเกินขีดจำกัดของเครื่องออกกำลังกาย
2. ถ้าจำเป็น ให้ตั้งตัวหยุดนิรภัยไว้ตามความสูงที่เหมาะสม
3. ถ้าจำเป็น ปรับเบาะที่นั่ง แผ่นรองขา แผ่นรองเท้า ช่วงการปรับการเคลื่อนไหว หรือกลไกปรับอื่น ๆ ให้อยู่ในตำแหน่งเริ่มต้นที่รู้สึกสบาย ตรวจสอบให้แน่ใจว่ากลไกปรับล็อกแน่นแล้ว เพื่อป้องกันการเคลื่อนไหวที่ไม่พึงประสงค์ และเพื่อหลีกเลี่ยงการบาดเจ็บ
4. นั่งลงบนม้านั่ง (ถ้ามี) และจัดวางท่าทางให้เหมาะสมกับการออกกำลังกาย
5. ออกกำลังกายโดยใช้น้ำหนักไม่เกินกว่าน้ำหนักที่คุณสามารถยกและควบคุมได้อย่างปลอดภัย
6. ออกกำลังกายในลักษณะที่ควบคุมได้
7. คืนน้ำหนักกลับไปยังตำแหน่งเริ่มต้นที่มีการรองรับน้ำหนักเต็มที่

พื้นที่การฝึก



รายการตรวจสอบการบำรุงรักษา	
การดำเนินการ	**ความถี่**
ตรวจสอบสายเคเบิล [2]	รายวัน
ทำความสะอาดก้านนำทาง	รายเดือน
ตรวจสอบชิ้นส่วนอุปกรณ์	รายเดือน
ตรวจสอบโครง	ปีละสองครั้ง
ทำความสะอาดเครื่อง	ตามที่จำเป็น
ทำความสะอาดที่จับ [1]	ตามที่จำเป็น
หล่อลื่นก้านนำทาง [3]	ตามที่จำเป็น

[1] ทำความสะอาดเครื่องหนังและที่จับด้วยน้ำผสมสบู่อ่อน หรือน้ำยาทำความสะอาดชนิดที่ไม่มีแอมโมเนีย

[2] ควรมีการตรวจสอบหารอยแตกหรือชำรุดที่สายไฟ และเปลี่ยนทันทีที่พบ หากสายไฟหย่อน ควรปรับสายไฟให้ตึงโดยไม่ยกเฮดเพลต

[3] ควรหล่อลื่นก้านนำทางด้วยน้ำยาหล่อลื่นชนิดเทฟลอน ทาน้ำยาหล่อลื่นลงบนผ้าฝ้าย จากนั้นเช็ดขึ้นและลงไปตามก้านนำทาง

ข้อมูลจำเพาะของผลิตภัณฑ์	
น้ำหนักผู้ใช้สูงสุด	150 กก. / 330 ปอนด์
น้ำหนักออกกำลังกายรวม	2 x 125 กก. / 2 x 275 ปอนด์
น้ำหนักผลิตภัณฑ์	100 กก. / 220 ปอนด์
ขนาดโดยรวม (ยาว x กว้าง x สูง)*	219.1 x 136.4 x 145.1 ซม / 86.3 x 53.7 x 57.1 นิ้ว
จำนวนเสาเก็บตุ้มน้ำหนัก	4
ความจุเพลตน้ำหนักบนเสาเก็บตุ้มน้ำหนักสูงสุด	เพลต 4-55 ปอนด์ (25 กก.) / เสา (รวม 16 เพลต)

* ตรวจสอบให้แน่ใจว่ามีการเว้นระยะห่างอย่างน้อย 0.6 เมตร (24 นิ้ว) เพื่อเข้าถึงและเดินผ่านอุปกรณ์ฝึกกล้ามเนื้อ Vision โปรดทราบว่า 0.91 เมตร (36 นิ้ว) คือความกว้างของช่องว่างที่แนะนำของ ADA สำหรับบุคคลที่นั่งรถเข็น

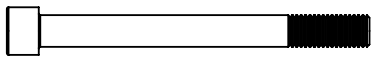
การประกอบ

ขันไว้หลวมๆ
ขันฮาร์ดแวร์ทั้งหมดไว้อย่างหลวมๆ ในขั้นตอนนี้. อย่าเพิ่งขันแน่นจนสุด. ส่วนประกอบบางอย่างอาจต้องได้รับการประกอบเบื้องต้นและจัดเรียงในระหว่างกระบวนการประกอบ.

ขันแน่นจนสุด
ขันฮาร์ดแวร์ทั้งหมดให้แน่นจนสุดในขั้นตอนนี้.

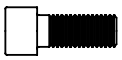
visionfitness.com

15 M12X125



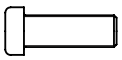
x16

16 M12X30



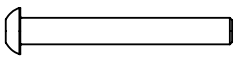
x16

17 M12X35



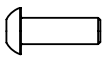
x8

18 M10X80



x4

19 M10X30



x6

20 M12



x56

21 M10



x14

22 M12



x16

23 M12



x24

24 M10



x4

เครื่องมือที่ต้องใช้ในการประกอบ (ไม่มีให้)

ประแจหกเหลี่ยมทรง Lขนาด 4MM



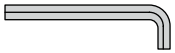
ประแจหกเหลี่ยมทรง Lขนาด 5MM



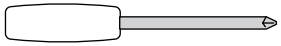
ประแจหกเหลี่ยมทรง Lขนาด 6MM



ประแจหกเหลี่ยมทรง Lขนาด 8MM



ไขควงหัวแฉก



ประแจปากตายขนาด 13MM

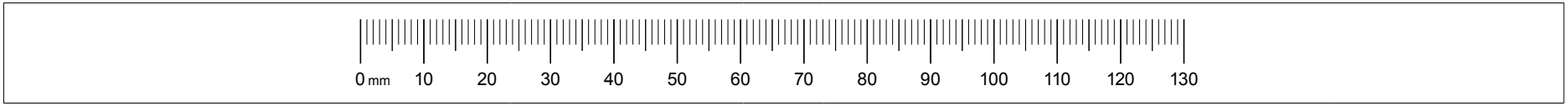


ประแจปากตายขนาด 17MM



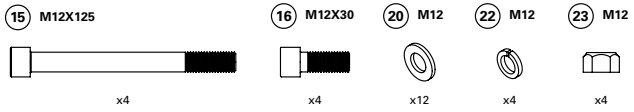
ประแจปากตายขนาด 19MM



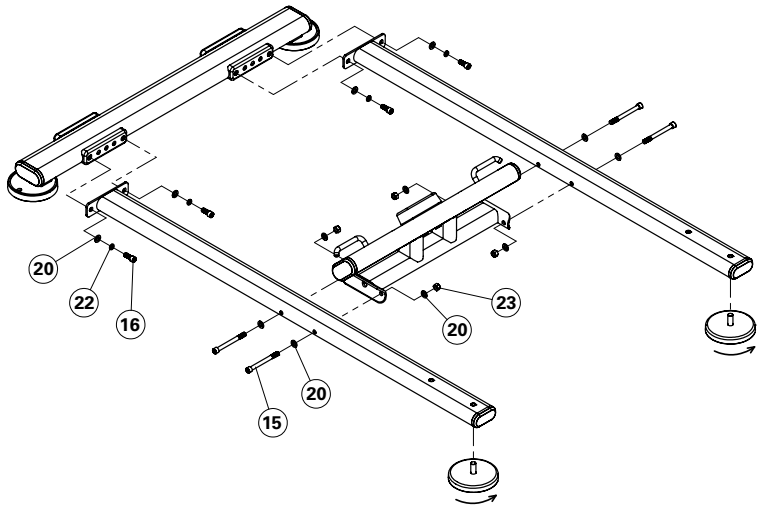


การประกอบ

1



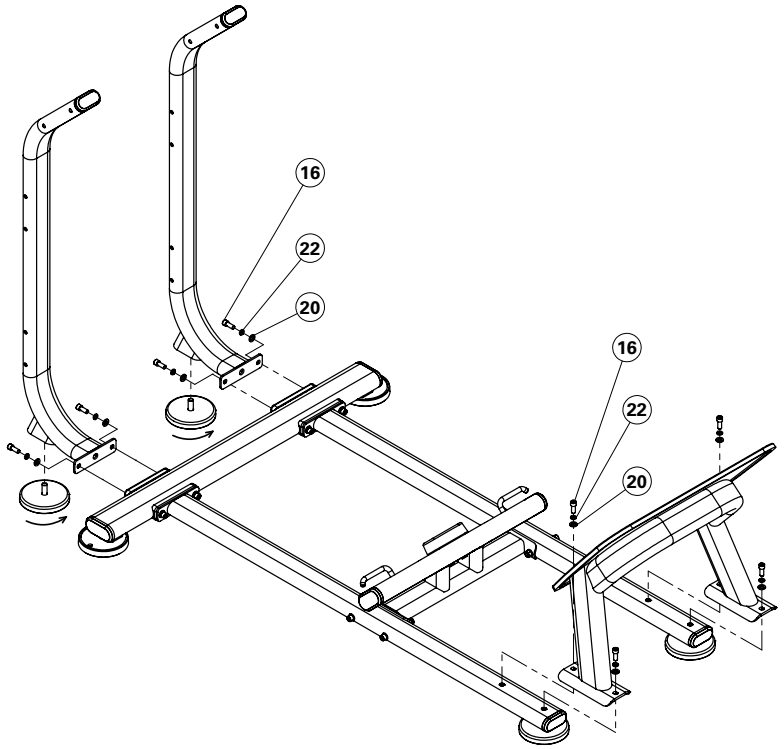
ขันไว้หลวมๆ



2



ขันไว้หลวมๆ



การประกอบ

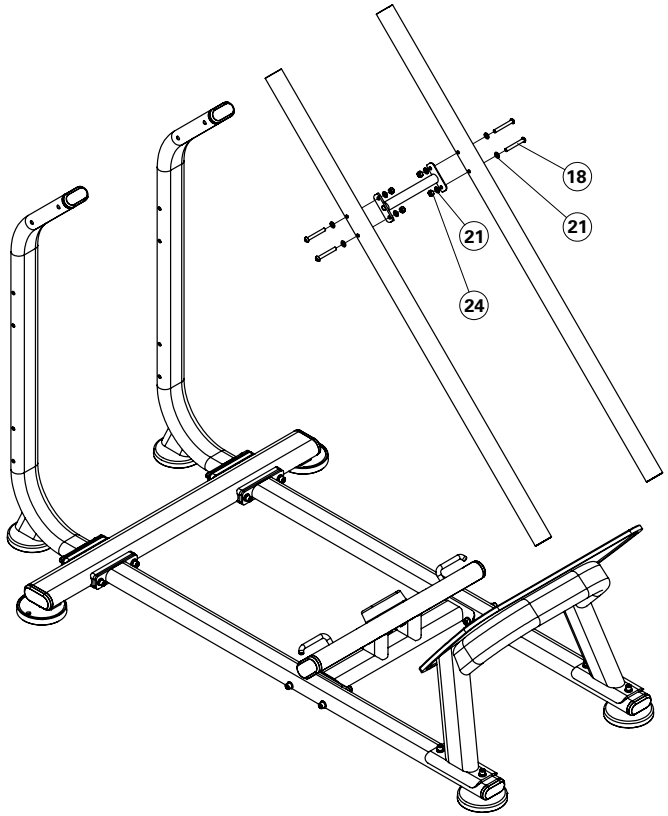
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

ขันไว้หลวมๆ
ค่าแรงบิด
40 Nm / 30 ft-lb



4

(15) M12X125 x4

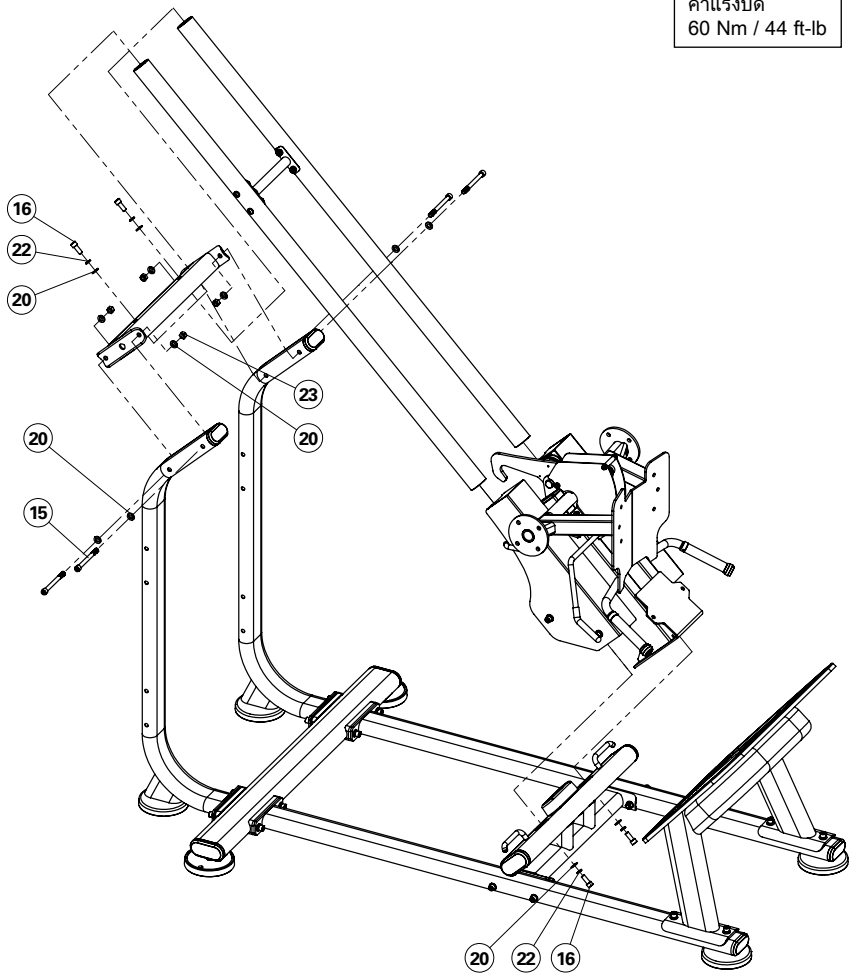
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

(23) M12 x4

ขันแน่นจนสุด
ค่าแรงบิด
60 Nm / 44 ft-lb



การประกอบ

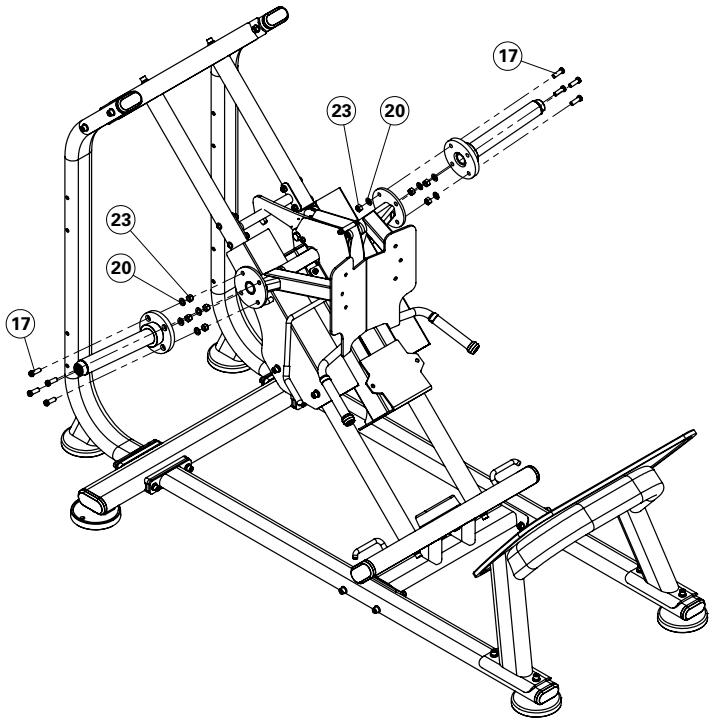
5

(17) M12X35 x8

(20) M12 x8

(23) M12 x8

ขันแน่นจนสุด
ค่าแรงบิด
60 Nm / 44 ft-lb



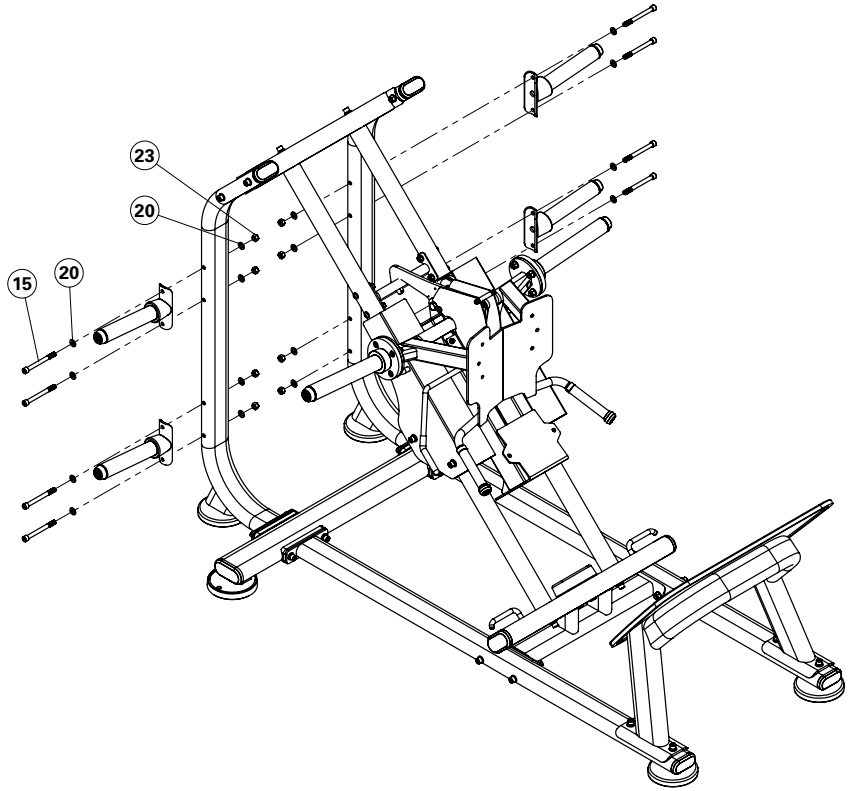
6

(15) M12X125 x8

(20) M12 x16

(23) M12 x8

ขันแน่นจนสุด



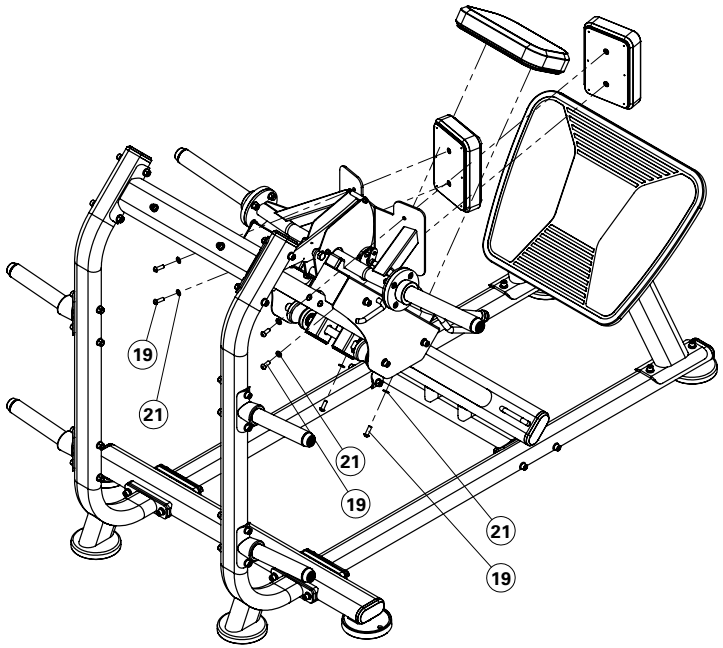
การประกอบ

7

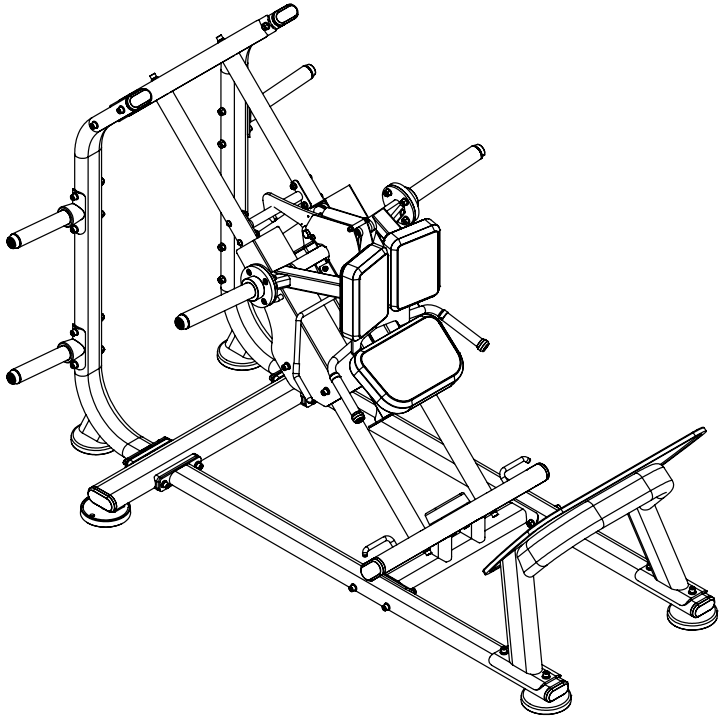
(19) M10X30 x6

(21) M10 x6

ขันแน่นจนสุด
ค่าแรงบิด
20 Nm / 15 ft-lb



ประกอบเรียบร้อย



معلومات المنتج

معلومات السلامة المهمة

يتحمل مشتري منتجات Vision المسؤولية كاملةً عن إرشاد جميع الأفراد سواءً كانوا مستخدمين نهائيين أو مشرفين بشأن الاستخدام الملائم للجهاز.

ويوصى بإفادة جميع مستخدمي أجهزة Vision للتمارين الرياضية بالمعلومات التالية قبل استخدام الأجهزة.

لا تستخدم الجهاز بأية طريقة بخلاف التصميم أو الاستخدام المقصود الذي تحدده الجهة المُصنعة. ويتعين استخدام جهاز Vision بالطرق الصحيحة لتفادي وقوع أي إصابة.

التركيب

1. سطح ثابت ومستوٍ: يجب تركيب أجهزة Vision للتمارين الرياضية على قاعدة ثابتة ومستوية على النحو الملائم.
2. **تثبيت الأجهزة: توصي الجهة المُصنعة بتثبيت جميع أجهزة Vision الثابتة لبناء العضلات على الأرضية لجعلها مستقرة ولتجنب اهتزازها أو انقلابها. ويجب أن تتولى شركة مقاولات مُرخصة تنفيذ هذا الإجراء.**
3. يجب عليك بأي حال من الأحوال عدم إزلاق الجهاز على الأرضية لتفادي خطر انقلابه. استخدم الأساليب والأجهزة الملائمة للتعامل مع المواد والتي توصي بها إدارة السلامة والصحة المهنية (OSHA).

يجب أن تكون جميع نقاط التثبيت قادرة على تحمل قوة سحب تبلغ 750 رطل (3.3 كيلو نيوتن).

مسافة

1. تجنب استخدام أي جهاز تالف أو يتضمن قطعًا / أجزاءً بالية أو مكسورة. استخدم فقط قطع الغيار التي يوفرها وكيل VISION المحلي ببلدك.
2. احتفظ بالملصقات ولوحات المسميات: لا تنزع أي ملصقات لأي سبب كان. فهي تحتوي على معلومات مهمة. وإذا كانت غير واضحة للقراءة أو مفقودة فاتصل بوكيل VISION للحصول على أخرى بديلة.
3. يجب صيانة جميع الأجهزة: الصيانة الوقائية هي عامل أساسي لتشغيل الأجهزة بشكل سلس فضلاً عن تعريضك لأقل قدر من المسؤولية. وينبغي فحص الجهاز على فترات منتظمة.
4. تأكد أن أي شخص (أشخاص) يتولى إجراء أي نوع من أنواع التعديلات أو أعمال الصيانة أو الإصلاح مؤهل للقيام بذلك.

ملاحظات إضافية

يجب استخدام هذا الجهاز فقط في أماكن خاضعة للإشراف حيث يتولى المالك تنظيم الدخول والمراقبة على وجه التحديد. ويرجع للمالك أمر تحديد من يحق له الوصول إلى جهاز التدريب هذا. فيجب أن يراعي المالك مستوى كفاءة المستخدم وعمره وخبرته وما إلى ذلك.

يستوفي هذا الجهاز المعايير الصناعية للثبات عند استخدامه في الغرض المقصود له وفقًا لإرشادات الجهة المُصنعة.

هذا الجهاز مخصص للاستخدام الداخلي فقط. جهاز التدريب هذا هو منتج من الفئة S (مصمم للاستخدام في بيئة تجارية مثل مراكز اللياقة البدنية). يتوافق جهاز التدريب هذا مع المعيارين EN ISO 20957-1:2013 و EN ISO 20957-2:2021.



يرجى قراءة جميع التعليمات بعناية قبل الاستخدام والاحتفاظ بها للرجوع إليها في المستقبل.



تحذير: سحق اليدين.

إخراج محتويات صندوق الشحن

شكرًا جزيلاً لشراء منتج Vision لياقة البدنية. ويتم فحص الجهاز قبل تغليفه وتعبئته. ويتم شحنه على هيئة قطع عديدة لتسهيل تغليف وتعبئة الجهاز على نحو محكم. قبل تجميع الجهاز، تأكد من وجود جميع المكونات بمطابقتها بالرسومات التوضيحية (المخططات) التفصيلية. أخرج الجهاز بحرص من هذا الصندوق وتخلص من مواد التغليف والتعبئة وفقًا للقوانين المحلية لبلدك. ويجب أن يتولى تجميع جهاز التدريب فريق تجميع مُدرب أو يتم تجميعه مسبقًا قبل التسليم.

تنبيه

لتفادي حدوث إصابة والحيلولة دون تلف مكونات الإطار (الشاسيه)، تأكد من الحصول على المساعدة الملائمة لإخراج قطع/ أجزاء الإطار من هذا الصندوق. ويُرجى التأكد من تركيب الجهاز على قاعدة ثابتة، وجعله مستويًا على النحو الملائم. تأكد من توافر خلوص بمساحة عرضها 0.6 متر (24 بوصة) على الأقل للوصول إلى جهاز Vision لبناء العضلات والمرور من حوله. يُرجى ملاحظة أن مسافة 0.91 متر (36 بوصة) هي المساحة التي يوصي بها قانون الأمريكيين ذوي الإعاقة من أجل مستخدمي الكراسي المتحركة.

الضمان

انطلاقًا من وعدها بمنحك الجودة العالية، تقدم Vision ضمانات على كل شيء نصنعه. الرجاء التواصل مع وكيل منتجات Vision المعتمد في بلدك وتعرّف على ما نقوم به لحماية رؤيتك الخاصة للياقة البدنية اليوم وغدًا ولسنوات في المستقبل.

⚠ تحذير

قد يتسبب هذا الجهاز في حدوث وفيات أو إصابات خطرة. اتبع هذه الاحتياطات لتفادي الإصابة

1 أبعد الأطفال دون سن ١٤ سنة بعيدًا عن جهاز تمارين بناء العضلات هذا. يجب الإشراف على المراهقين في جميع الأوقات أثناء استخدام هذا الجهاز
2 هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام من قبل الأشخاص ذوي القدرات الجسدية أو الشعورية أو العقلية المحدودة، أو من يتسمون بقلة الخبرة والمعرفة، ما لم يتم ذلك تحت إشراف أو بإرشاد الأشخاص المسؤولين عن سلامتهم
3 يجب قراءة جميع التحذيرات والإرشادات والحصول على التعليمات المناسبة قبل الاستخدام. استخدم هذا الجهاز في الغرض المخصص له فقط
4 افحص الجهاز قبل استخدامه. لا تستخدم الجهاز إذا ظهرت عليه علامات التلف أو كان لا يعمل
5 لا تتجاوز الوزن المسموح به لهذا الجهاز
6 استعن دومًا بمراقب عند استخدام الأوزان الحرة
7 قم بمعادلة الوزن الذي يتم تطبيقه على هذا الجهاز وأي أداة لرفع الأثقال. استخدام أدوات احتجاز لتقييد حركة أقراص الأوزان
8 قد تتجم الإصابات الصحية عن ممارسة التمارين بشكل غير صحيح أو مفرط. أوقف التمرين إذا شعرت بالإغماء أو الدوار. اخضع لفحص طبي قبل بدء برنامج تمرين
9 اجعل جسمك وملابسك وشعرك وملحقات اللياقة خاصتك بعيدة عن جميع الأجزاء المتحركة
10 يجب استخدام الحواجز القابلة للضبط، إن كانت متاحة، في كل الأوقات
11 عند ضبط أي آلية قابلة للضبط (وضعية التوقف، وضعية المقعد، موضع الوسادة، محدد نطاق الحركة، حامل البكرة، أو أي نوع آخر)، تأكد من تعشيق الآلية القابلة للضبط تمامًا قبل الاستخدام لتفادي الحركة غير المقصودة
12 توصي الجهة المُصنعة بتثبيت هذا الجهاز على الأرضية لجعله مستقرًا ولتجنب اهتزازه أو انقلابه. استعن بشركة مقاولات مرخصة
13 إذا لم يكن الجهاز مثبتًا بإحكام على الأرضية: لا تحاول مطلقًا ربط أحزمة المقاومة أو الأحبال أو غيرها من الأدوات بهذا الجهاز، حيث قد يتسبب ذلك في وقوع إصابة خطرة. لا تستخدم هذا الجهاز مطلقًا كأداة دعم أثناء ممارسة تمارين الإطالة، حيث قد يتسبب ذلك في وقوع إصابة خطرة
14 لا تنزع هذا الملصق. استبدله في حالة تلفه أو عدم القدرة على قراءته

⚠ تحذير

قد يتسبب هذا الجهاز في حدوث وفيات أو إصابات خطرة. اتبع هذه الاحتياطات لتفادي الإصابة

1 يجب قراءة جميع التحذيرات والإرشادات والحصول على التعليمات المناسبة قبل الاستخدام. استخدم هذا الجهاز في الغرض المخصص له فقط
2 استعن دومًا بمراقب أثناء التمرين على هذا الجهاز
3 لا تسمح بهبوط قضيب الرفع/المزلجة بشكل مفاجئ
4 ألق نظرة للتأكد من تعشيق مزاليج قضيب الرفع تمامًا واستقرارها في الخطّاطيف قبل تحرير الحمل وترك الجهاز
5 يجب استخدام الحواجز القابلة للضبط في كل الأوقات
6 احرص دومًا على ضبط الحاجزين القابلين للضبط على نفس الارتفاع عند استخدام هذا الجهاز
7 يعتمد ارتفاع الحاجز الملائم القابل للضبط على التمرين الذي تمارسه

اضبطه على النحو التالي

- انزع الثقل من قضيب الرفع/المزلجة
- عند ممارسة تمارين القرفصاء (سكوات)، مارس التمرين وحدد أدنى موضع مريح للقضيب/المزلجة بتضمن عدم الضغط على العمود الفقري. وبالنسبة للتمارين الأخرى، مارس الحركة وحدد أدنى موضع في المسافة التي يقطعها القضيب يحقق الراحة دون أن يلمس القضيب جسمك
- ثبّت مزلاجي الحاجزين لإيقاف القضيب عند هذا الموضع. وتأكد من استقرارهما بالكامل على قضبان الإيقاف أو قرص الإمساك
- بالنسبة لتمارين القرفصاء التي تتم ممارستها على جهاز "سميث" لتمرين الكتفين: لا تثبت الحاجزين على الإغلاق أسفل الارتفاع المحدد على الجهاز
- حمّل الأثقال على قضيب الرفع ومارس التمرين بحرص
8 لا تنزع هذا الملصق. استبدله في حالة تلفه أو عدم القدرة على قراءته .

معلومات المنتج

الاستخدام الصحيح

1. لا تتجاوز حدود الوزن المسموح به لجهاز التمارين.
2. إن أمكن، ضع حواجز السلامة للارتفاع المناسب.
3. إن أمكن، اضبط وسائد المقعد ووسائد الساق ووسائد القدم واضبط نطاق الحركة، أو استخدم أي نوع آخر من آليات الضبط لجعل وضعية البدء مريحة. تأكد من تعشيق آلية الضبط تمامًا للحيلولة دون حركة الجهاز غير المقصودة ولتفادي وقوع إصابة.
4. اجلس على المنصة (إن أمكن) واتخذ الوضعية الملائمة لأداء التمارين.
5. مارس التمارين ولا تستخدم وزنًا يفوق ما يمكنك رفعه والتحكم به بأمان.
6. مارس التمارين الرياضية على نحو خاضع للسيطرة.
7. أعد الوزن إلى وضعية البدء المدعومة بالكامل.

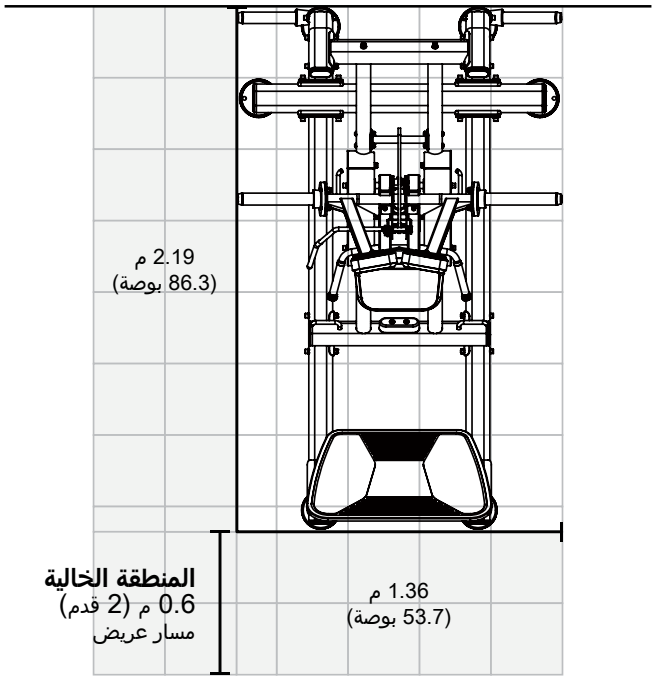
القائمة المرجعية للصيانة	
الإجراء	**التكرار**
فحص الكابلات [2]	يوميًا
تنظيف قضبان التوجيه	شهريًا
فحص المثبتات	شهريًا
فحص الإطار	مرتين سنويًا
تنظيف الجهاز	حسب الحاجة
تنظيف المقابض [1]	حسب الحاجة
تزييت/ تشحيم قضبان التوجيه [3]	حسب الحاجة

[1] ينبغي تنظيف المكونات المُنجَّدة والمقابض بالماء والصابون الخفيف أو بمنظف لا يحتوي على النشادر (الأمونيا).

[2] ينبغي فحص الكابلات بحثًا عن تشققات أو اهتراءات (تقشير) واستبدالها فورًا حال وجودها. وإذا كان هناك ارتخاء مفرط فينبغي إحكام ربط الكابل بدون رفع لوح الرأس.

[3] يجب تزليق (تزييت/ تشحيم) قضبان التوجيه بمادة تزليق تحتوي على التفلون؛ والتي يتم وضعها على قطعة قماش قطنية ثم تمريرها على قضبان التوجيه لأعلى ولأسفل.

منطقة التمرين



مواصفات المنتج	
أقصى وزن للمستخدم	150 كجم/ 330 رطلًا
الحد الأقصى لوزن التدريب	2 × 125 كجم / 2 × 275 رطل.
وزن المنتج	100 كجم / 220 أرطال للجانب
الأبعاد الكلية (الطول× العرض× الارتفاع)*	219.1 × 136.4 × 145.1 سم / 86.3 × 53.7 × 57.1 بوصة
عدد قرون تخزين الوزن	4
أقصى سعة للوحة قرون تخزين الوزن	4-55 رطلًا لوحات (25 كجم) / قرن (16 لوحات بشكل إجمالي)

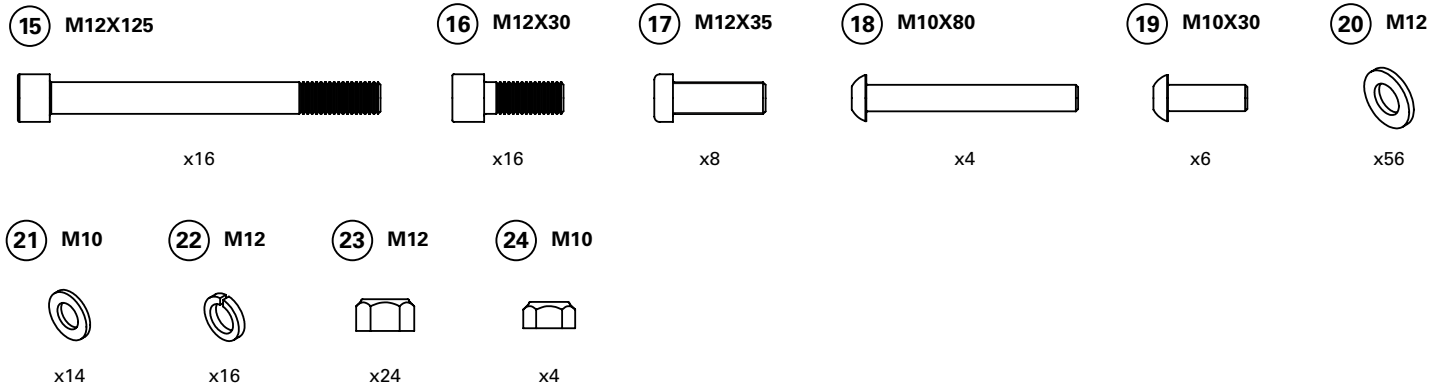
* تأكد من توافر خلوص بمساحة عرضها 0.6 متر (24 بوصة) على الأقل للوصول إلى جهاز Vision لبناء العضلات والمرور من حوله. يُرجى ملاحظة أن مسافة 0.91 متر (36 بوصة) هي المساحة التي يوصي بها قانون الأمريكيين ذوي الإعاقة من أجل مستخدمي الكراسي المتحركة.

التجميع

ربط بدون إحكام
اربط جميع المكونات الصلبة بدون إحكام في هذه الخطوة. لا تحكم الربط بالشكل الكامل.
قد تحتاج بعض المكونات إلى التجميع المسبق و/أو المحاذاة أثناء عملية التجميع.

ربط محكم بالكامل
اربط جميع المكونات الصلبة بإحكام في هذه الخطوة.

visionfitness.com



الأدوات المطلوبة للتجميع (غير مزودة)

مفتاح سداسي-(ألن كي) حرف L مقاس 4 ملم	مفك متقاطع الرأس (صليبة)
مفتاح سداسي-(ألن كي) حرف L مقاس 5 ملم	مفتاح ربط مفتوح الطرف (بلدي) 13 ملم
مفتاح سداسي-(ألكن كي) حرف L مقاس 6 ملم	مفتاح ربط مفتوح الطرف (بلدي) 17 ملم
مفتاح سداسي-(ألن كي) حرف L مقاس 8 ملم	مفتاح ربط مفتوح الطرف (بلدي) 19 ملم



التجميع

1

(15) M12X125 x4

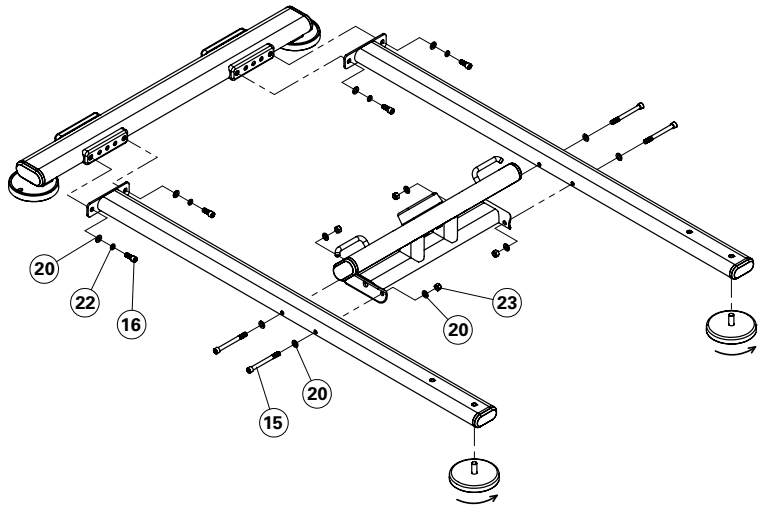
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

(23) M12 x4

ربط بدون إحكام



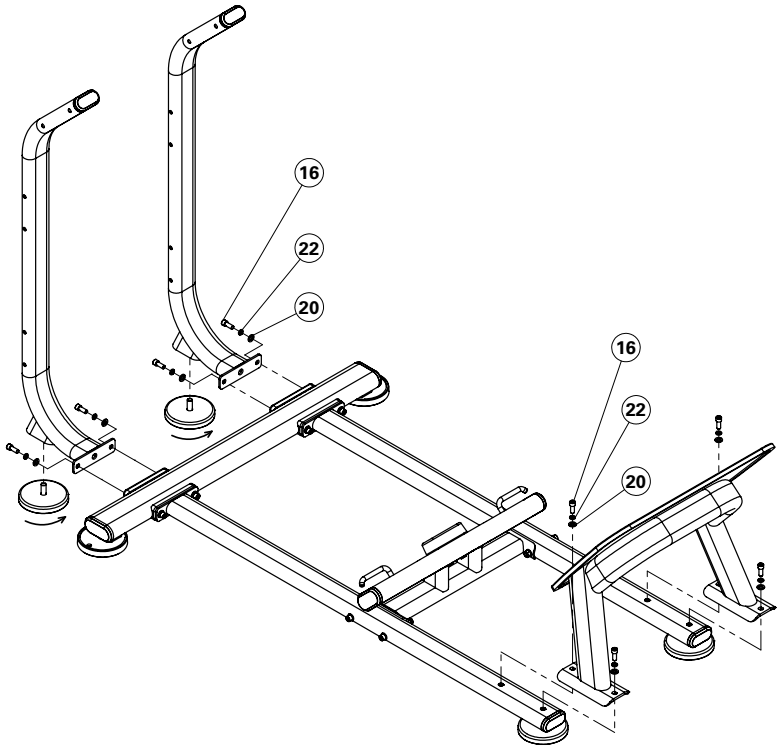
2

(16) M12X30 x8

(20) M12 x8

(22) M12 x8

ربط بدون إحكام



التجميع

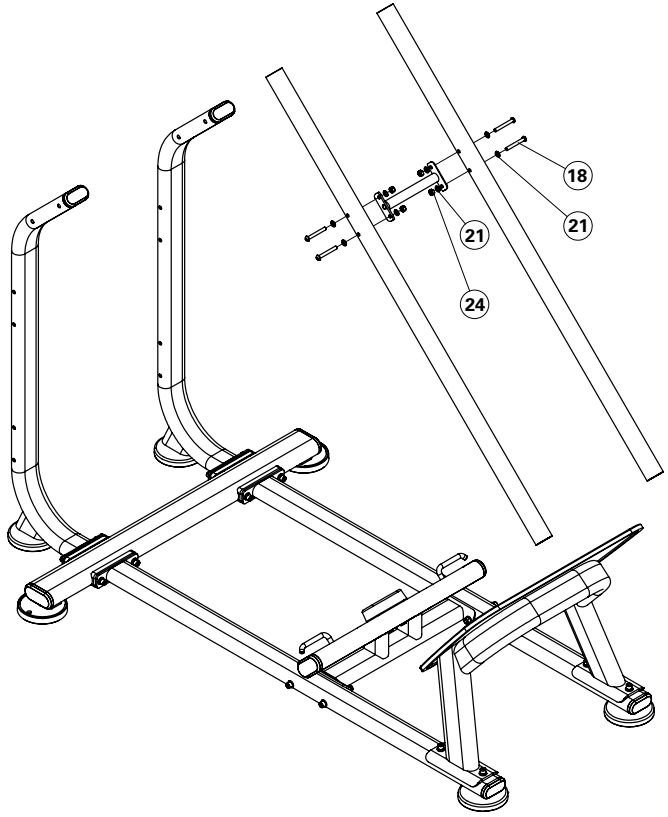
3

(18) M10X80 x4

(21) M10 x8

(24) M10 x4

ربط بدون إحكام
قيمة العزم
40 نيوتن متر / 30 قدم رطل



4

(15) M12X125 x4

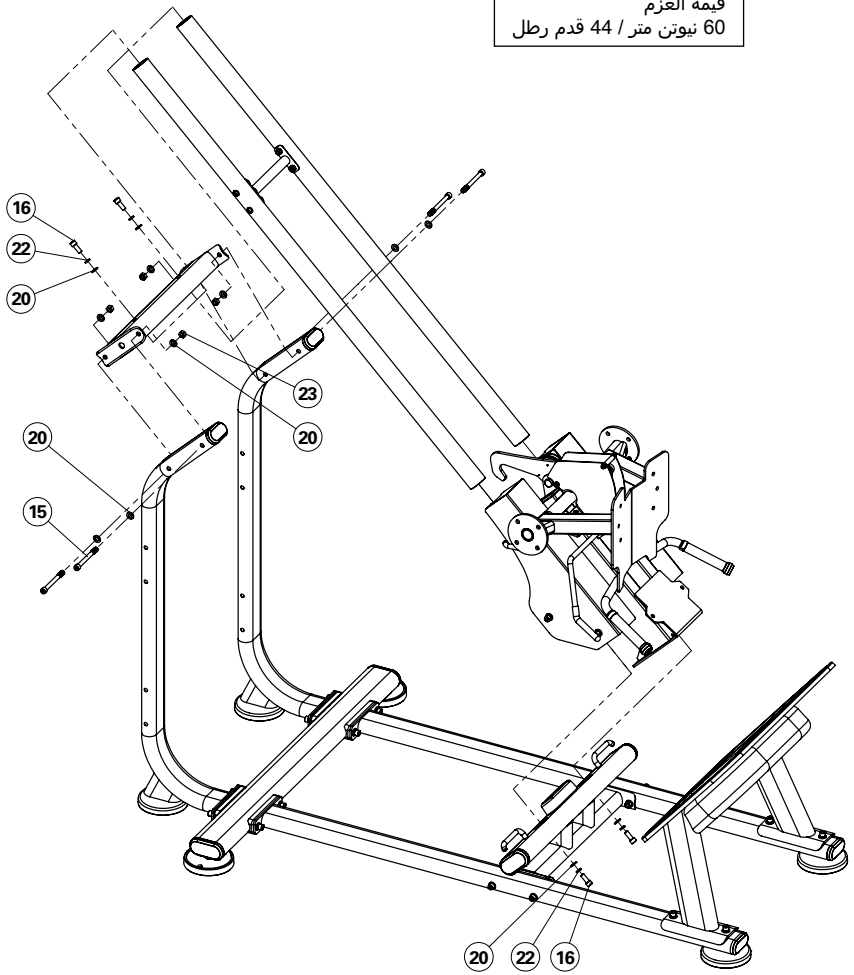
(16) M12X30 x4

(20) M12 x12

(22) M12 x4

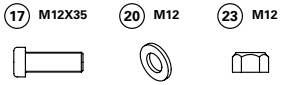
(23) M12 x4

ربط محكم بالكامل
قيمة العزم
60 نيوتن متر / 44 قدم رطل

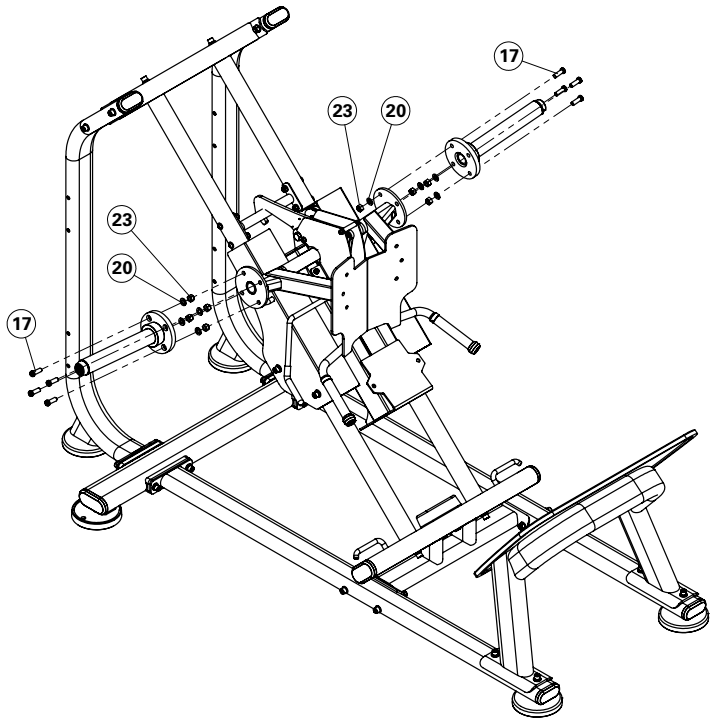


التجميع

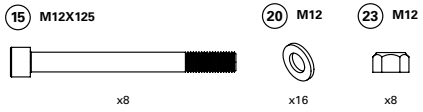
5



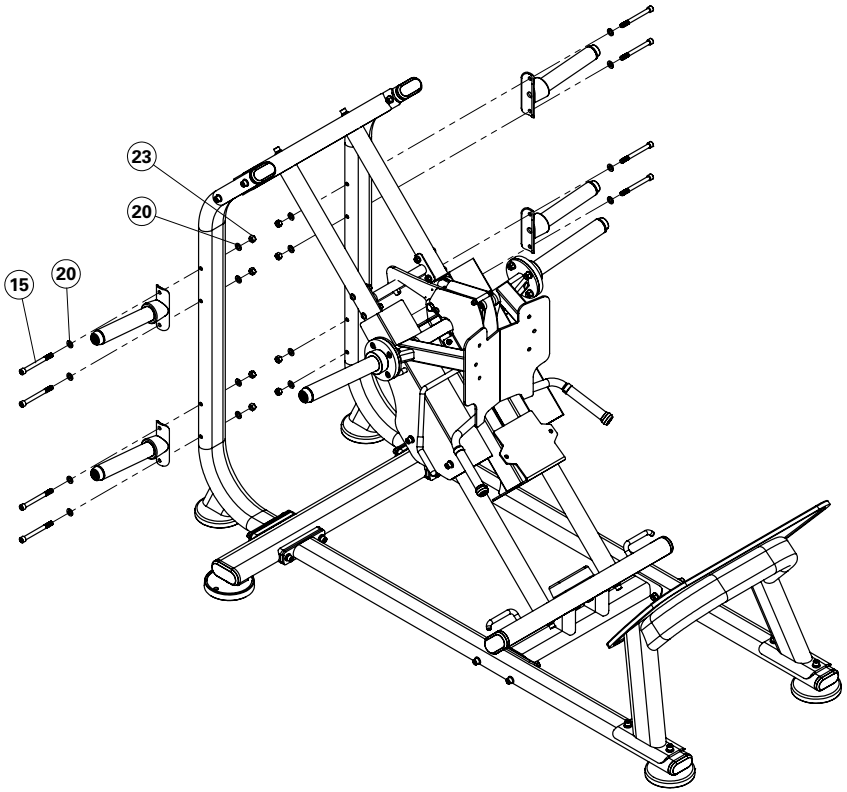
ربط محكم بالكامل
قيمة العزم
60 نيوتن متر / 44 قدم رطل



6



ربط محكم بالكامل



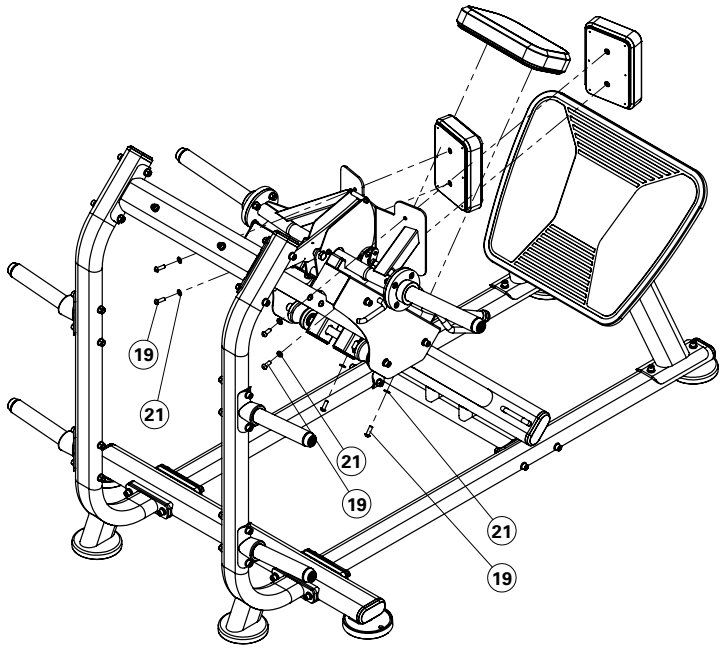
التجميع

7

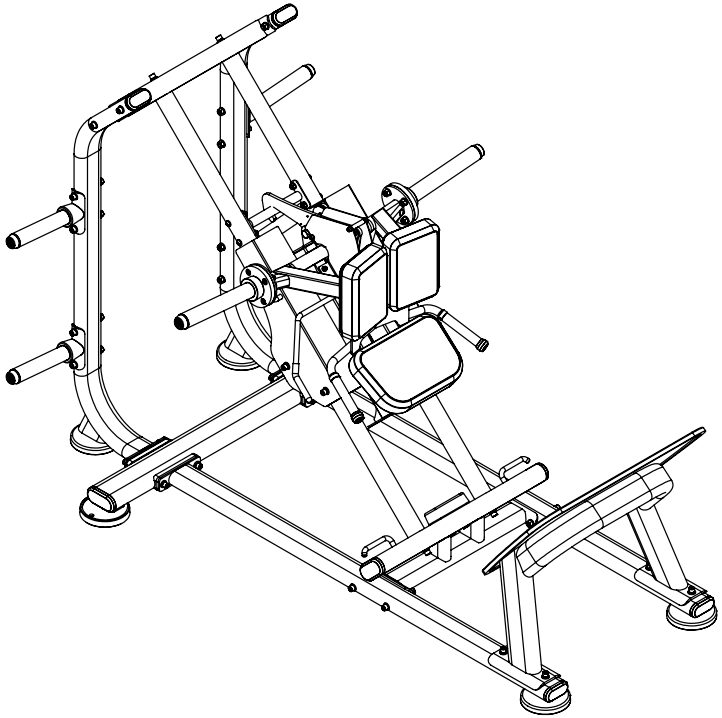
(19) M10X30 x6

(21) M10 x6

ربط محكم بالكامل
قيمة العزم
20 نيوتن متر / 15 قدم رطل



تم استكمال التجميع



VISION FITNESS

UNITED STATES
Johnson Health Tech NA
1600 Landmark Drive
Cottage Grove, WI 53527 USA
Email: info@johnsonfit.com
Toll Free: +1-866-693-4863

CANADA
Johnson Health Tech Canada
10401 Ray-Lawson Blvd.
Montreal, QC H1J 1M3
Email: cts@jhtcanada.com
Toll Free : 1-844-548-2262 x8800

INTERNATIONAL (OTHER COUNTRIES)
Johnson Health Tech Co., Ltd.
999, Sec 2, Dongda Rd., Daya Dist.,
Taichung City 428, TAIWAN (R.O.C)
Tel: +886-4-25667100



© 2024 Johnson Health Tech
Rev 1.0