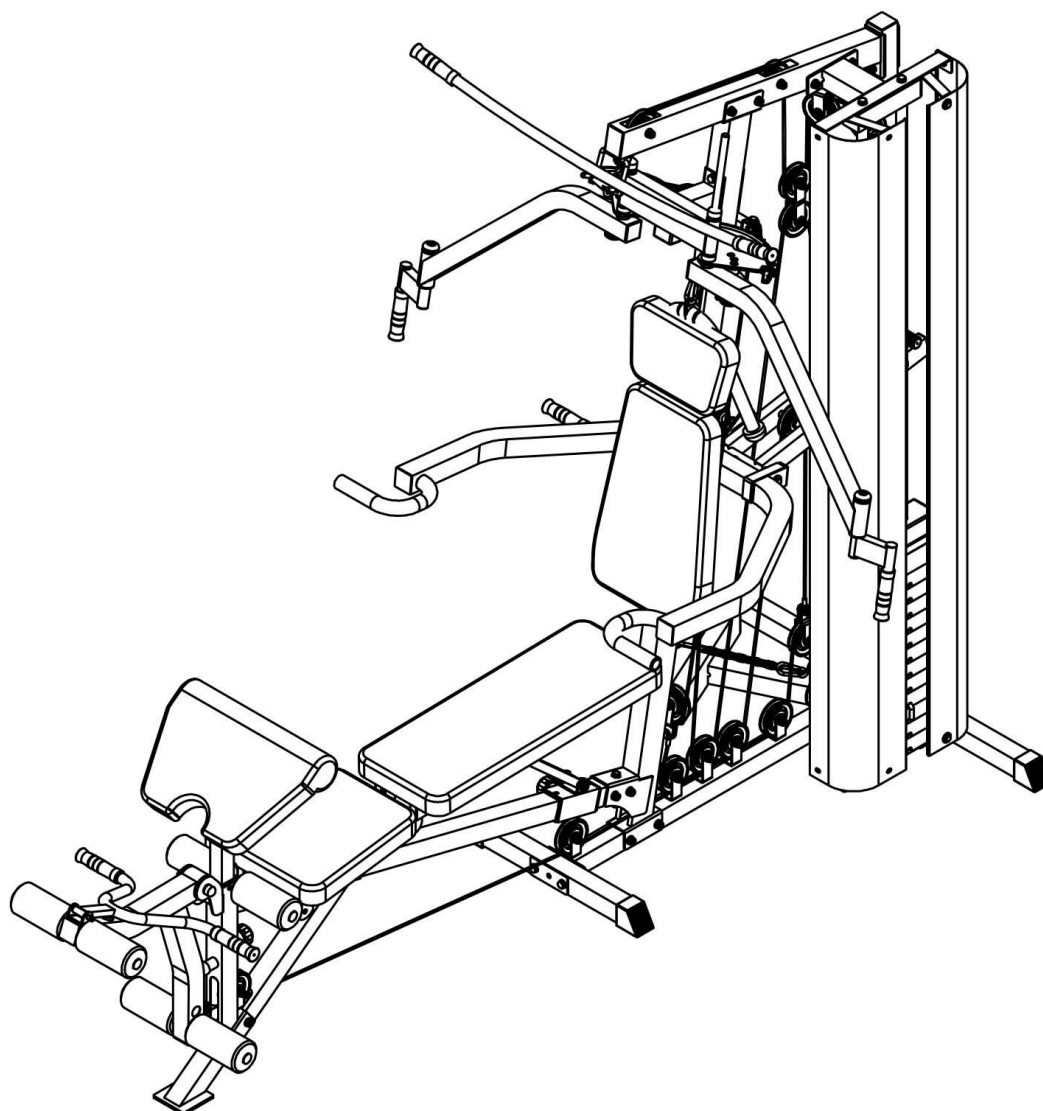




ATLAS - HOME GYM - ATLAS



TYTAN 10R

**INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA – MANUAL INSTRUCTION –
NÁVOD K OBSLUZE**

UWAGI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Produkt ten przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego i zaprojektowano go tak, aby zapewnić optymalne bezpieczeństwo. Powinny być przestrzegane następujące zasady:

1. Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się z lekarzem w celu stwierdzenia braku przeciwwskazań do korzystania ze sprzętu do ćwiczeń. Decyzja lekarza jest niezbędna w przypadku przyjmowania leków wpływających na pracę serca, ciśnienie krwi i poziom cholesterolu. Jest to także konieczne w przypadku osób w wieku powyżej 35 lat oraz osób mających kłopoty ze zdrowiem.
2. Przed rozpoczęciem ćwiczeń zawsze wykonaj rozgrzewkę.
3. W czasie ćwiczeń i po ich zakończeniu zabezpiecz sprzęt treningowy przed dostępem dzieci i zwierząt
4. Urządzenie należy postawić na suchej, stabilnej i właściwie wypoziomowanej powierzchni. Z bezpośredniego sąsiedztwa urządzenia należy usunąć wszystkie ostre przedmioty. Należy chronić je przed wilgocią, ewentualne nierówności podłoża należy wyrównać. Zalecane jest stosowanie specjalnego podkładu antypoślizgowego, który zapobiegnie przesuwaniu się urządzenia podczas wykonywania ćwiczeń.
5. Wolna przestrzeń nie powinna być mniejsza niż 0,6 m i większa. Zwracaj uwagę na niepokojące sygnały. Niewłaściwe lub nadmierne ćwiczenia są niebezpieczne dla zdrowia. Jeśli w czasie ćwiczeń pojawią się bóle lub zawroty głowy, ból w klatce piersiowej, nieregularny rytm serca lub inne niepokojące objawy, należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z lekarzem. Urazy mogą wynikać z nieprawidłowego lub zbyt intensywnego treningu.
6. niż powierzchnia treningowa w kierunkach, w których sprzęt jest dostępny. Wolna przestrzeń musi także zawierać przestrzeń do awaryjnego zejścia. Gdzie sprzęt jest usytuowany obok siebie, wielkość wolnej przestrzeni może być podzielona
7. Przed pierwszym użyciem, a później w regularnych odstępach czasu, należy sprawdzać mocowanie wszystkich śrub, bolców i pozostałych połączeń.
8. Przed rozpoczęciem ćwiczeń sprawdź umocowanie części i łączących je śrub. Trening można rozpocząć tylko wtedy, jeżeli urządzenie jest całkowicie sprawne.
9. Urządzenie powinno być regularnie sprawdzane pod względem zużycia i uszkodzeń tylko wtedy będzie ono spełniało warunki bezpieczeństwa. Szczególną uwagę należy zwrócić na uchwyty piankowe, zaślepki na nogi i tapicerkę, które ulegają najszybszemu zużyciu. Uszkodzone części należy natychmiast naprawić lub wymienić do tego czasu nie wolno używać urządzenia do treningu.
10. Nie wkładaj w otwory żadnych elementów.
11. Zwracaj uwagę na wystające urządzenia regulacyjne i inne elementy konstrukcyjne, które mogłyby przeszkadzać w trakcie ćwiczeń.
12. Sprzęt wykorzystuj jedynie zgodnie z przeznaczeniem. Jeśli któraś z części ulegnie uszkodzeniu bądź zużyciu lub też usłyszysz niepokojące dźwięki podczas używania sprzętu, natychmiast przerwij ćwiczenia. Nie używaj sprzętu ponownie dopóki problem nie zostanie usunięty.
13. Ćwicz w wygodnym ubraniu i sportowym obuwiu. Unikaj luźnych ubrań, którymi można zahaczyć o wystające części sprzętu lub które mogłyby ograniczać swobodę ruchów.
14. **Sprzęt zaliczony został do klasy H według normy EN ISO 20957-1 i jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.**
15. Podczas podnoszenia lub przenoszenia sprzętu należy zachować właściwą postawę, aby nie uszkodzić kręgosłupa.
16. Produkt jest przeznaczony wyłącznie dla osób dorosłych. Trzymaj dzieci, nie będące pod nadzorem z dala od urządzenia.
17. Montując urządzenie należy ściśle stosować się do załączonej instrukcji i używać tylko części dołączonych do zestawu. Przed rozpoczęciem montażu, należy sprawdzić czy wszystkie części, które zawiera dołączona lista, znajdują się w zestawie.



PROSZĘ ZACHOWAĆ WOLNĄ PRZESTRZEŃ WIĘKSZĄ NIŻ 0,6 M OD WIDOCZNEJ NA ZDJĘCIU PRZESTRZENI TRENINGOWEJ.

OSTRZEŻENIE: PRZED UŻYCIEM SPRZĘTU FITNESS PRZECZYTAJ INSTRUKCJE.

NIE PONOSIMY ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA KONTUZJE LUB USZKODZENIA PRZEDMIOTÓW, KTÓRE ZOSTAŁY SPOWODOWANE NIEWŁAŚCIWYM UŻYTKOWANIEM TEGO PRODUKTU.

DANE TECHNICZNE

Waga netto – 213 kg

Rozmiar po rozłożeniu – 185 x 161 x 202 cm

Maksymalne obciążenie produktu – 140 kg

KONSERWACJA

Do czyszczenia urządzenia nie należy używać agresywnych środków czyszczących. Używaj miękkiej, wilgotnej ściereczki do usuwania zabrudzeń i kurzu. Urządzenia należy przechowywać w miejscach suchych by chronić je przed wilgocią i korozją.

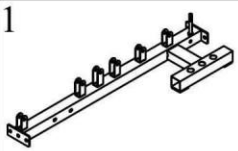
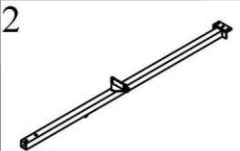
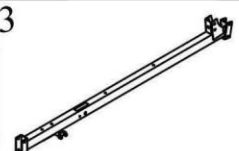
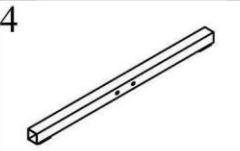
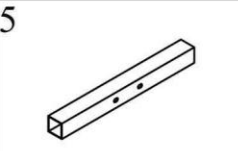
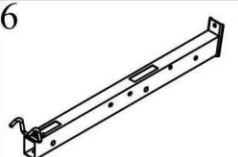
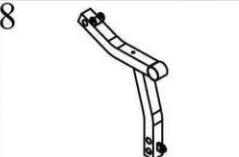
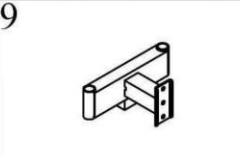
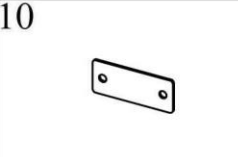
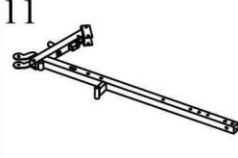
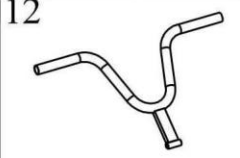
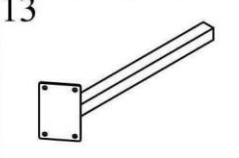
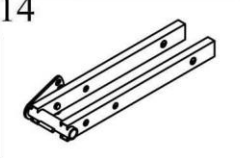
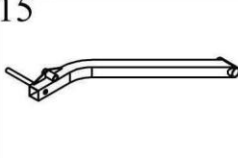
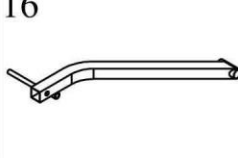
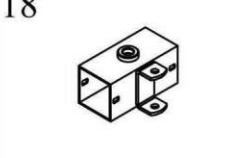
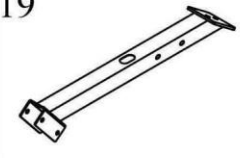
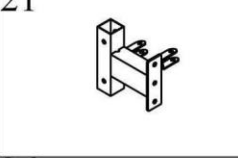
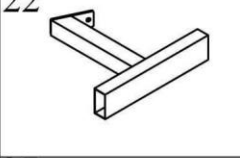
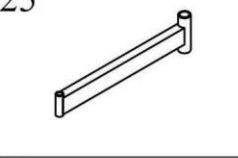
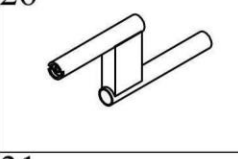
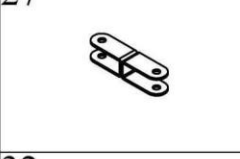
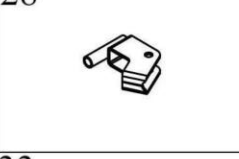
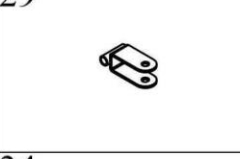
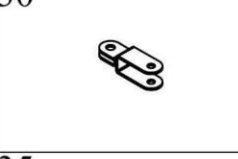
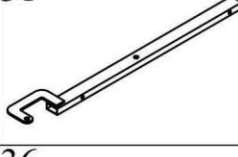
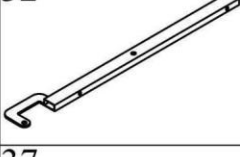
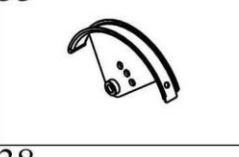
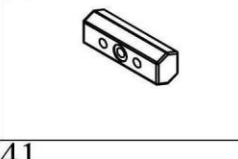
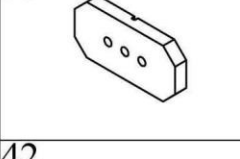
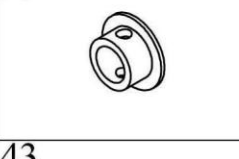
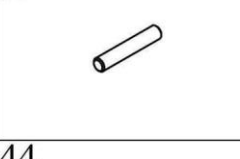
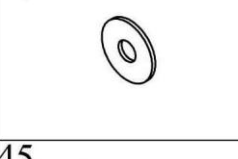
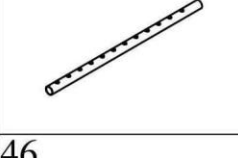
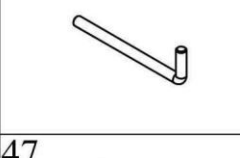
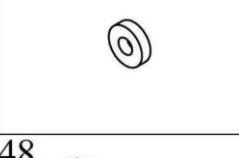
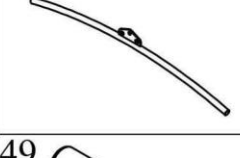
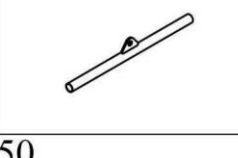
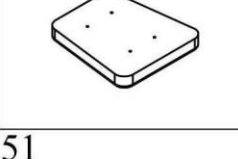
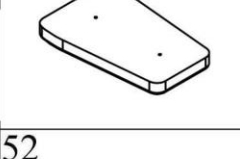
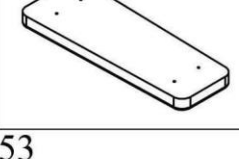
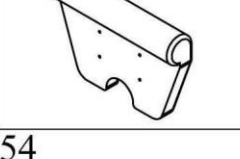
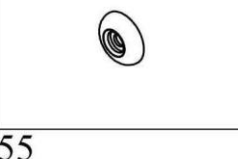
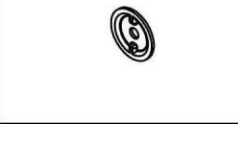
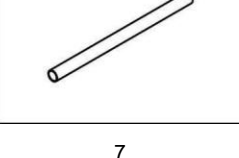
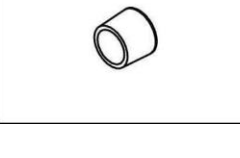
LISTA CZĘŚCI

Nr	Nazwa	Ilość	Nr	Nazwa	ilość
1	Dolna część ramy głównej	1	62	Wtyczka 25*50	4
2	Tylny wspornik	1	63	Wtyczka 45*45	2
3	Główny wspornik	1	64	Wtyczka 50*50	9
4	Tylna podstawa	1	65	Wtyczka 50*70	1
5	Przednia podstawa	1	66	Wtyczka 40*80	2
6	Górna belka	1	67	Śruba blokująca	2
7	Pręt prowadzący	2	68	Nylonowe łożysko Φ 25,8*18	4
8	Dźwignia wyprostu nóg	1	69	Oparcie	1
9	Mocowanie uchwytów drążków	1	70	Plastikowe łożysko Φ 60	2
10	Płytki	3	71	Szpila w kształcie litery „L” Φ 10*60	1
11	Przednia część ramy głównej	1	72	Szpila w kształcie litery „L” Φ 10*80	1
12	Uchwyt	1	73	Ochraniacz	1
13	Słup modlitewnika	1	74	Ochraniacz w kształcie litery „U”	3
14	Rama regulacyjna	1	75	Ośłona uchwytu	9
15	Uchwyt krążka prawego	1	76	Plastikowa tuleja	6
16	Uchwyt krążka lewego	1	77	Tuleja krążka	2
17	Ramię motylka	1	78	Nakrętka M12	2
18	Rama wysuwana	1	79	Nakrętka M16	2
19	Podnózek	1	80	Tuleja Φ 12	4
20	Rama siedzenia	1	81	Tuleja Φ 16	4
21	Górna belka	1	82	Tuleja Φ 19	4
22	Dolna rama boczna	1	83	Piankowy wałek Φ 80*160	6
23	Długi wał	1	84	Piankowy wałek Φ 23*300	2
24	Krótki wał	1	85	Śruba M6x20	4
25	Wspornik	1	86	Śruba M6x55	8
26	Uchwyt do ćwiczeń klatki piersiowej	2	87	Śruba M8x12	8
27	Podwójny drążek na uchwyt	2	88	Śruba M8x90	2

28	Boczny drążek na uchwyt	1	89	Śruba M10x16	4
29	Uchwyt na bloczek	2	90	Śruba M10x25	7
30	Pojedynczy drążek na uchwyt	2	91	Śruba M10x45	18
31	Lewa rama oparcia	1	92	Śruba M10x65	5
32	Prawa rama oparcia	1	93	Śruba M10x70	15
33	Prawa regulowana rama	1	94	Śruba M10x75	7
34	Lewa regulowana rama	1	95	Śruba M10x90	2
35	Szpila	3	96	Śruba M10x150	1
36	Górna płyta stosu	1	97	Śruba M12x85	1
37	Stos obciążników	12	98	Śruba M12x150	2
38	Tuleja	1	99	Śruba M8x20	2
39	Szpila regulacji obciążenia	1	100	Śruba z łbem stożkowym M10x20	2
40	Uszczelka obciążników	1	101	Nylonowa nakrętka M 10	50
41	Pręt do regulacji obciążenia	1	102	Nylonowa nakrętka M12	4
42	Szpila w kształcie litery „L” $\Phi 10 \times 120$	1	103	Nylonowa nakrętka M16	2
43	Odbojnik	2	104	Duża podkładka $\Phi 6$	12
44	Drążek wyciskowy oporowy	1	105	Duża podkładka $\Phi 8$	8
45	Drążek wyciągu dolnego	1	106	Duża podkładka $\Phi 10$	4
46	Siedzenie	1	107	Podkładka $\Phi 8$	2
47	Oparcie główne	1	108	Podkładka $\Phi 10$	105
48	Siedzisko	1	109	Podkładka $\Phi 12$	6
49	Modlitewnik	1	110	Podkładka $\Phi 16$	2
50	Ozdobna zaślepka	2	111	Oslona stosu	2
51	Podkładka	2	112	Dolny wspornik osłony stosu	1
52	Rolka	22	113	Górny wspornik osłony stosu	1
53	Pręt na piankowy wałek	3	114	Karabinek	6
54	Zaślepka $\Phi 25$	1	115	Krótki łańcuch	1
			116	Długi łańcuch	1
56	Zaślepka 50*30*30	1	117	Pas brzuszny	1

57	Rękaw 50*38	1	118	Linka	1
58	Rękaw 60*50	2	119	Linka stacji motylkowej	1
59	Wtyczka Φ 25*1,5	10	120	Linka części brzusznej	1
60	Wtyczka Φ 25*3	2	121	Linka części nożnej	1
61	Wtyczka 20*40	8	122	Linka łączeniowa	1
			123	Zaślepka	4

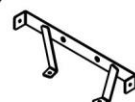
Part List

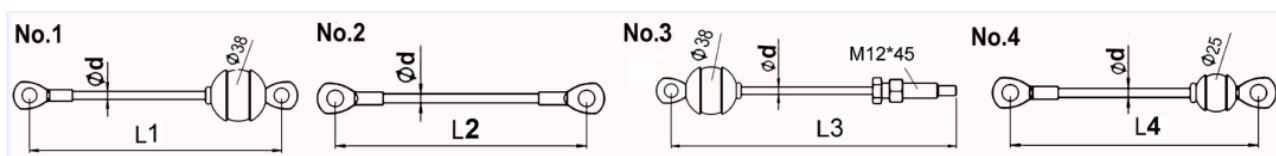
1 	2 	3 	4 	5 
6 	7 	8 	9 	10 
11 	12 	13 	14 	15 
16 	17 	18 	19 	20 
21 	22 	23 	24 	25 
26 	27 	28 	29 	30 
31 	32 	33 	34 	35 
36 	37 	38 	39 	40 
41 	42 	43 	44 	45 
46 	47 	48 	49 	50 
51 	52 	53 	54 	55 

Part List

56 	57 	58 	59 	60 
61 	62 	63 	64 	65 
66 	67 	68 	69 	70 
71 	72 	73 	74 	75 
76 	77 	78 	79 	80 
81 	82 	83 	84 	85 
86 	87 	88 	89 	90 
91 	92 	93 	94 	95 
96 	97 	98 	99 	100 
101 	102 	103 	104 	105 
106 	107 	108 	109 	110 

Part List

111 	112 	113 	114 	115 
116 	117 	118 	119 	120 
121 	122 	123 		



Długość linek:

No.1 – Linka części nożnej – 4140 mm

No.2 – Linka stacji motylkowej – 3210 mm

No.2 – Connecting Cable – 1870 mm

No.3 – Linka – 2580 mm

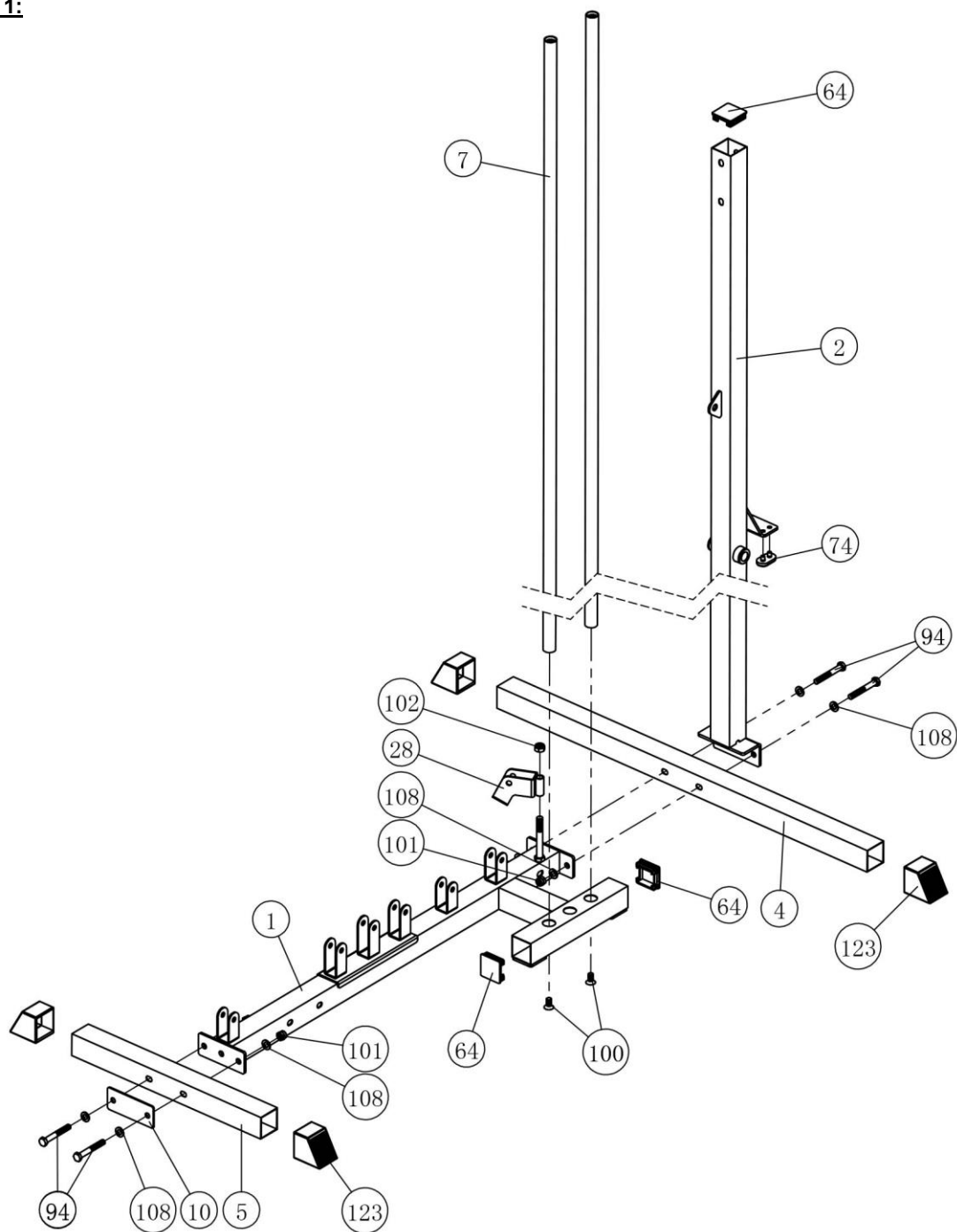
No.4 – Linka części brzusznej– 3840 mm

INSTRUKCJA MONTAŻU:

Uwaga:

1. Uszczelka powinna być umocowana na obydwu końcach wszystkich śrub (na nasadzie śruby i nakrętce) jeśli instrukcja nie wskazuje inaczej. .
2. Należy złożyć wszystkie części ręcznie, a następnie przykręcić kluczem nasadowym.
3. Niektóre części (wtyczka, pianka, łożysko) mogą być złożone fabrycznie.
4. Złożenie wymaga pomocy drugiej osoby.

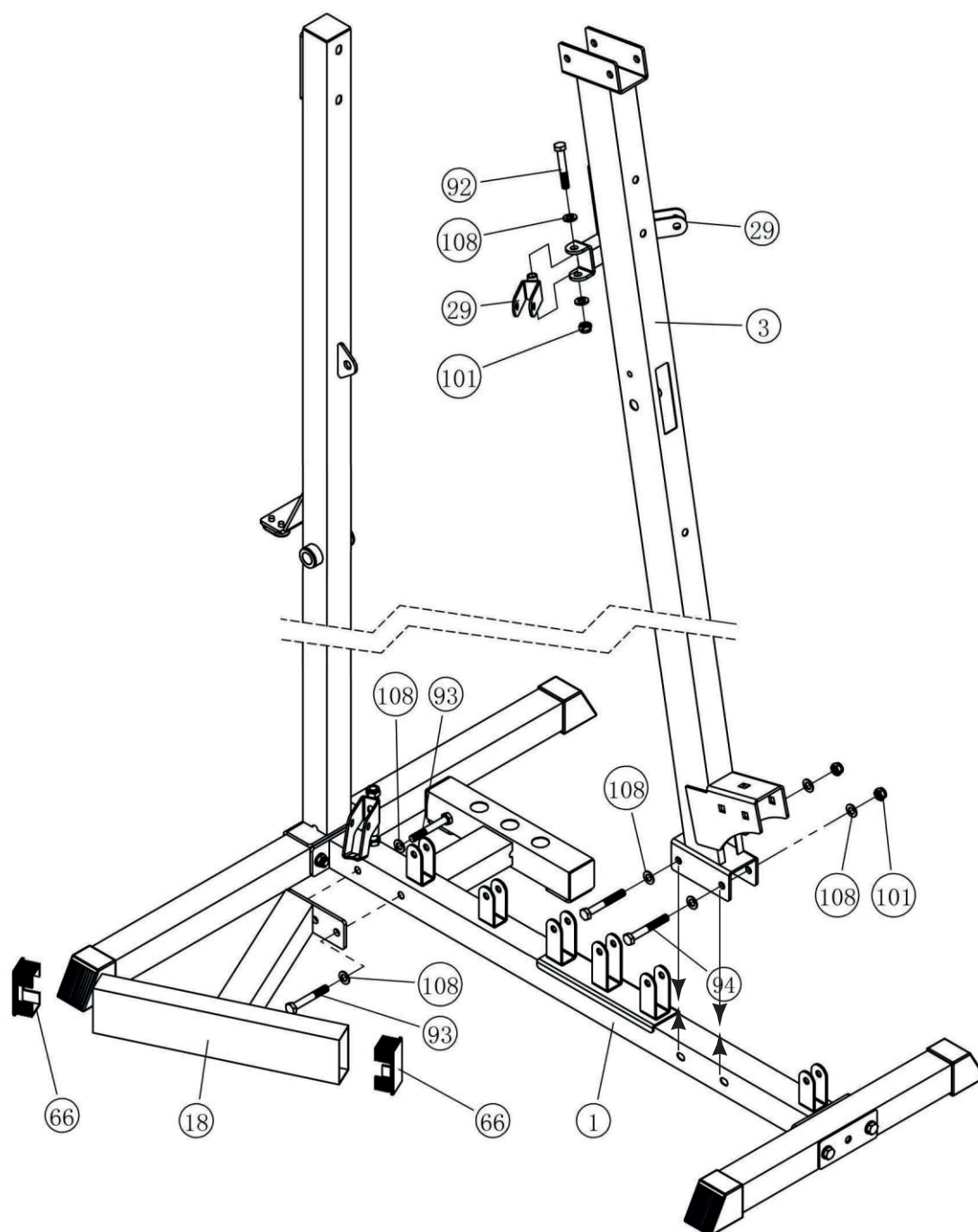
KROK 1:



1. Włóż wtyczki (64) w końcówki części (1, 2).
2. Włóż zaślepki (123) w końcówki części (4, 5).
3. Włóż ochraniacz w kształcie litery „U” na część (2).
4. Połącz część (28) z (1) korzystając z nylonowej nakrętki (102).
5. Przełóż pręty prowadzące (7) przez otwory w części (1) i umocuj je za pomocą sześciokątnych śrub M10*20 (100).
6. Połącz część (5) z (1) korzystając ze śrub (94), podkładek (108) i nylonowych nakrętek (101).
7. Połącz części (2 i 4) z (1) korzystając ze śrub (94), podkładek (108) i nylonowych nakrętek (101).

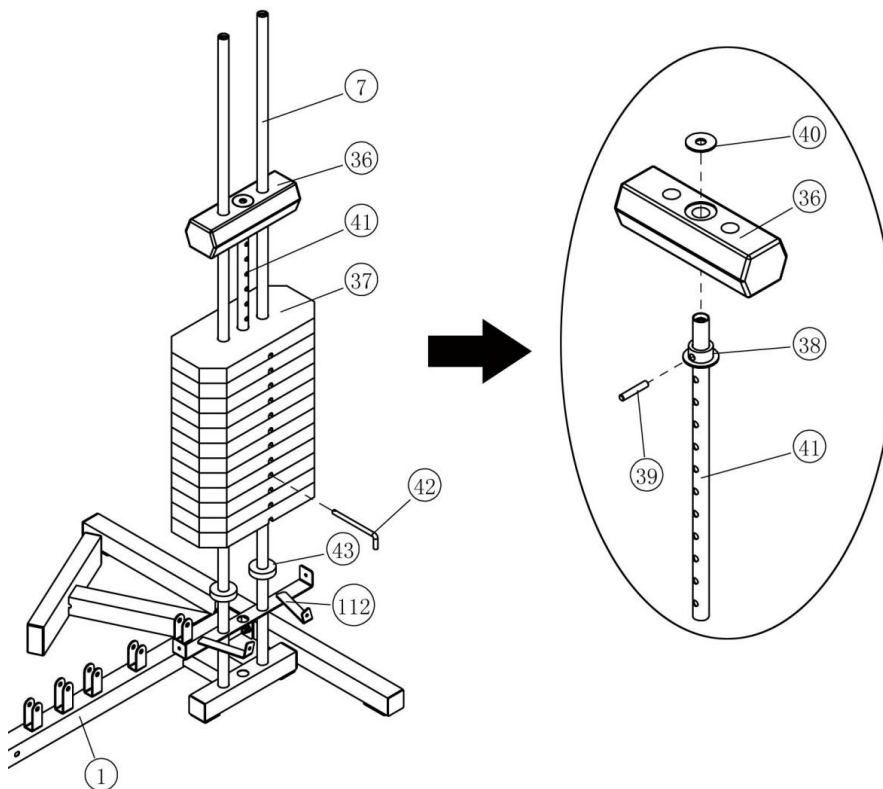
Przykręć kluczem wszystkie śruby.

KROK 2



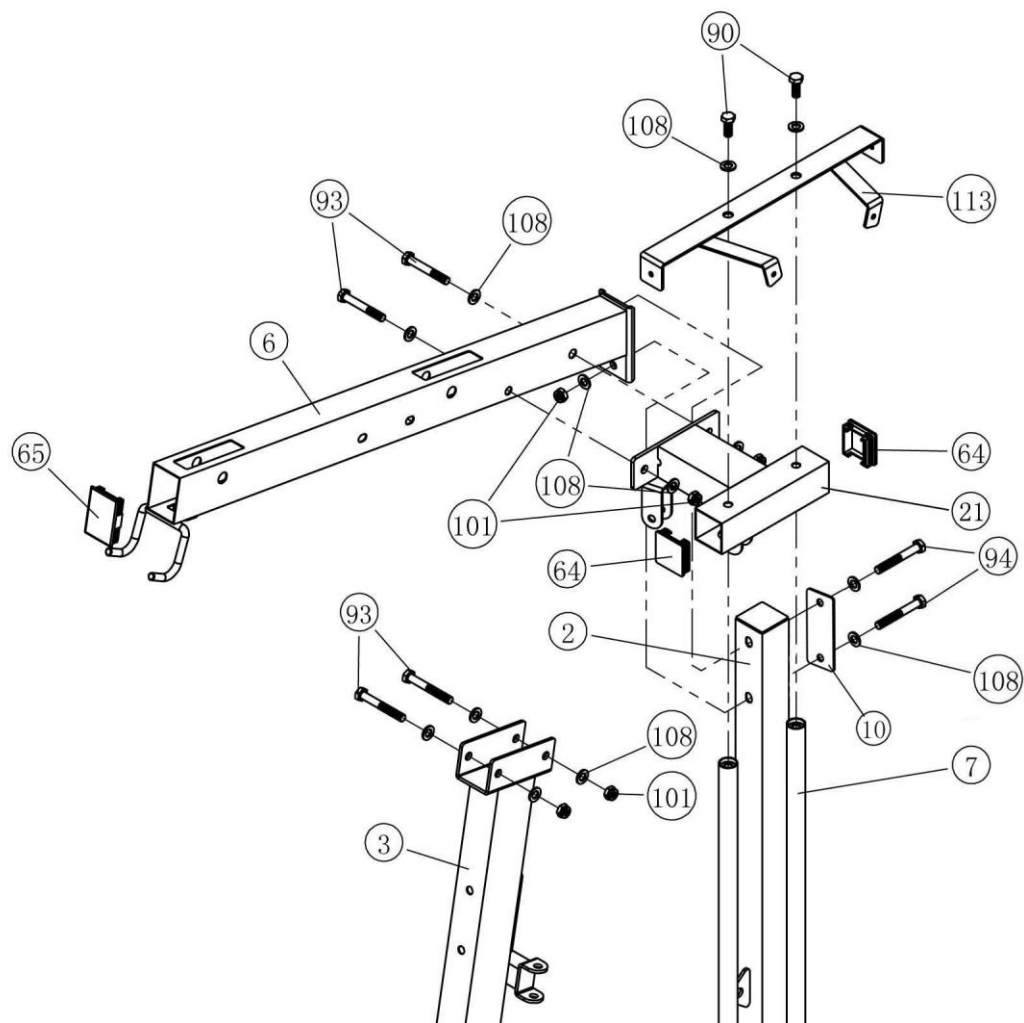
1. Wsuń wtyczki (66) w część (18).
2. Połącz części (18 i 1) korzystając ze śrub (93) i podkładek (108).
3. Połącz części (3 i 1) korzystając ze śrub (93), podkładek (108) i nylonowych nakrętek (101).
4. Połącz części (29 i 3) korzystając ze śrub (92), podkładek (108) i nylonowych nakrętek (101).

KROK 3



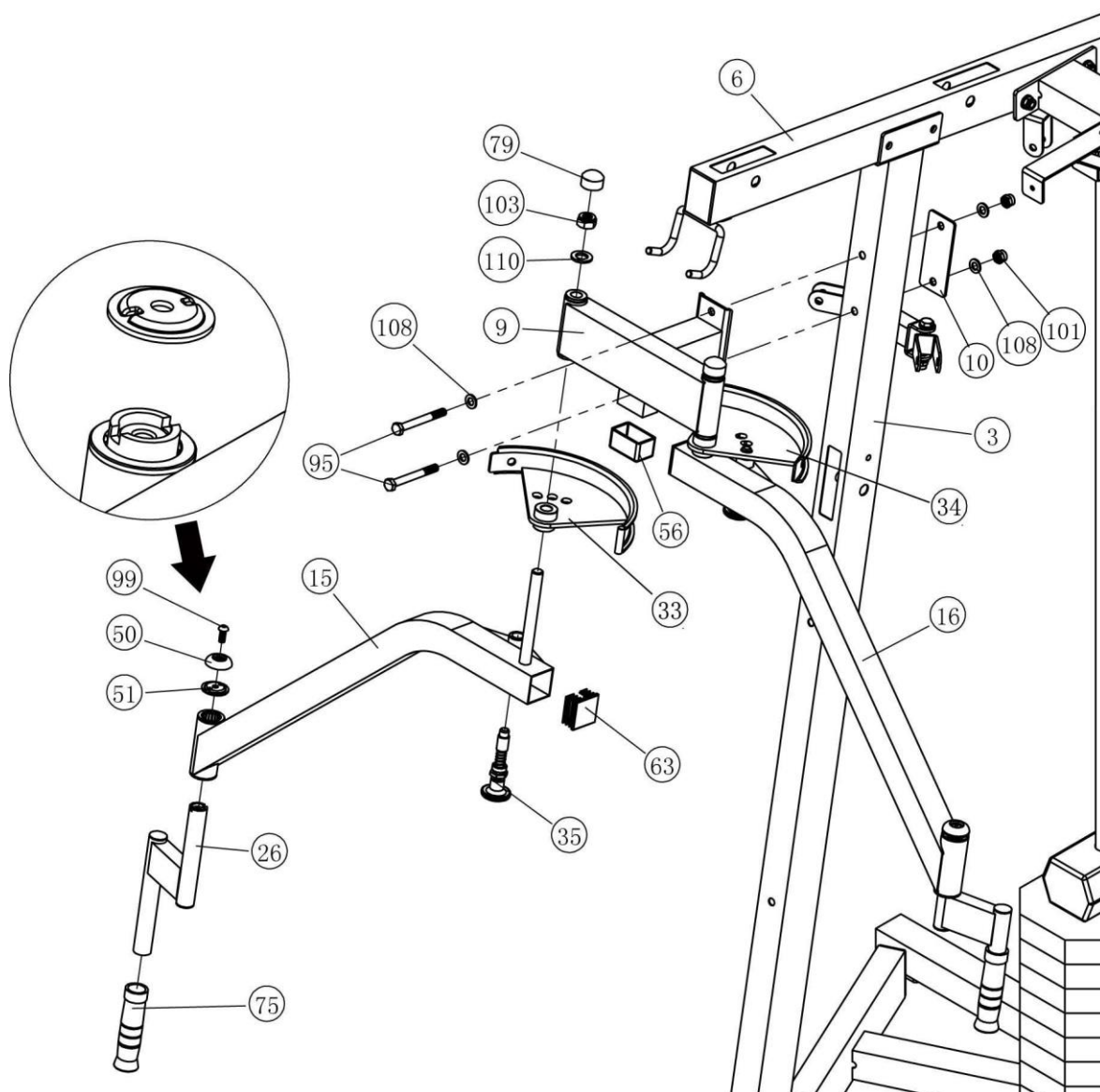
1. Przymocuj wspornik osłony dolnej (112) i odbojniki (43) do prętów (7).
2. Ostrożnie, pojedynczo wsuń stos ciężarków (37) na pręty (7). Umieść tuleję (38) na pręcie do regulacji obciążenia (41) i przymocuj ją na pierwszym otworze na pręcie (41) korzystając ze szpili (39). Wsuń pręt (41) w otwór w stosie (37). Na stos (37) nałóż górną płytę (36). Na górnej płycie stosu (36) umieść podkładkę (40). Wsuń szpilę (42) do otworu w pręcie (41)

KROK 4



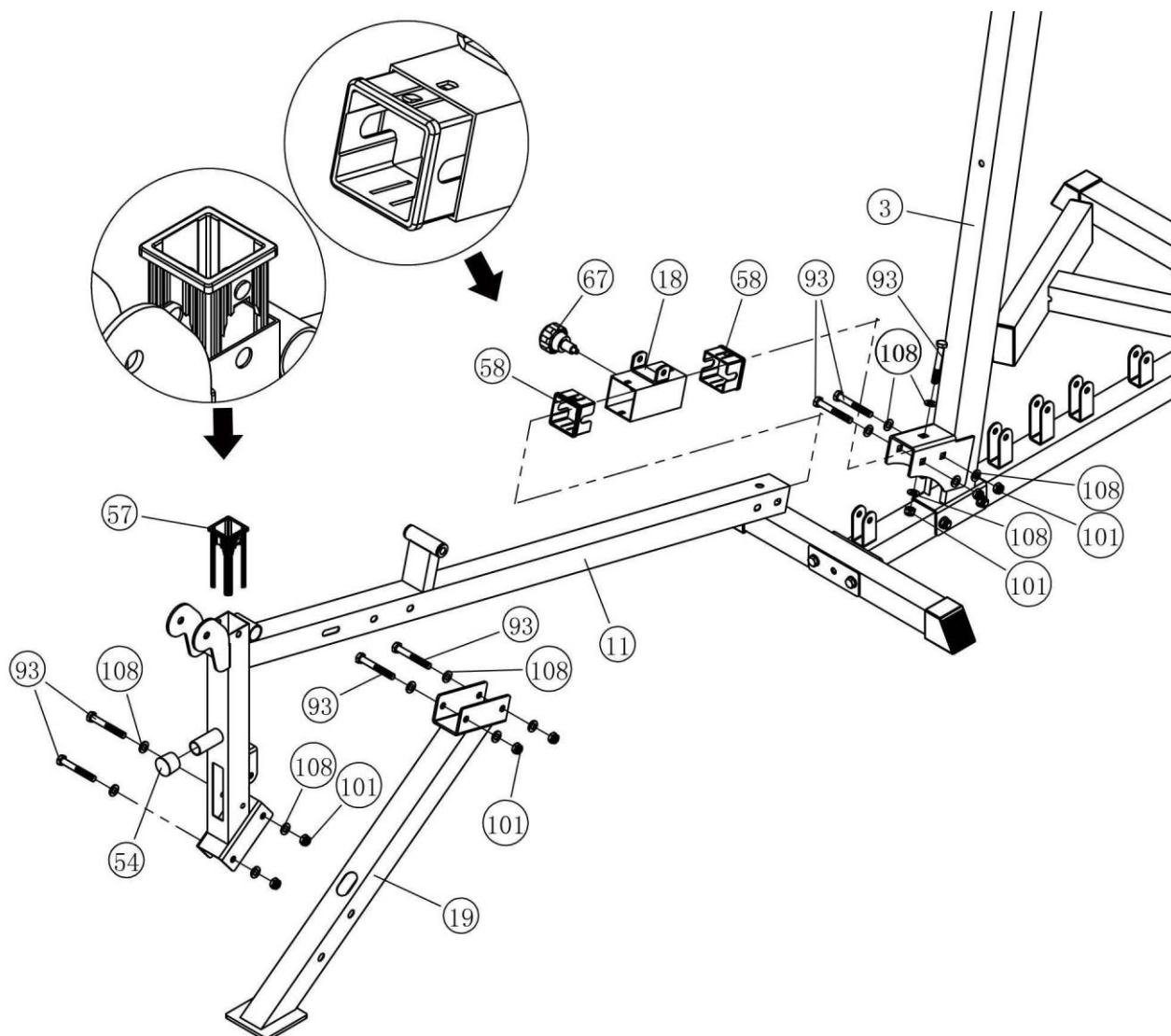
1. Wsadź wtyczkę (65) w otwór na końcu górnej belki (6).
2. Wsadź wtyczki (64) w otwory w części (21).
3. Połącz części (6 i 3) korzystając ze śrub (93), podkładek (108) i nylonowych nakrętek (101).
4. Połącz części (6 i 10) z częścią (2) korzystając ze śrub (94), podkładek (108) i nakrętek (101).
5. Umieść każdy z prętów prowadzących (7) w otworze w części (21) a następnie połącz części (113 i 21) z prętami (7) korzystając ze śrub (90) i podkładek (108).
6. Przymocuj część (21) do górnej belki (6) korzystając ze śrub (93), podkładek (108) i nylonowych nakrętek (101).

KROK 5



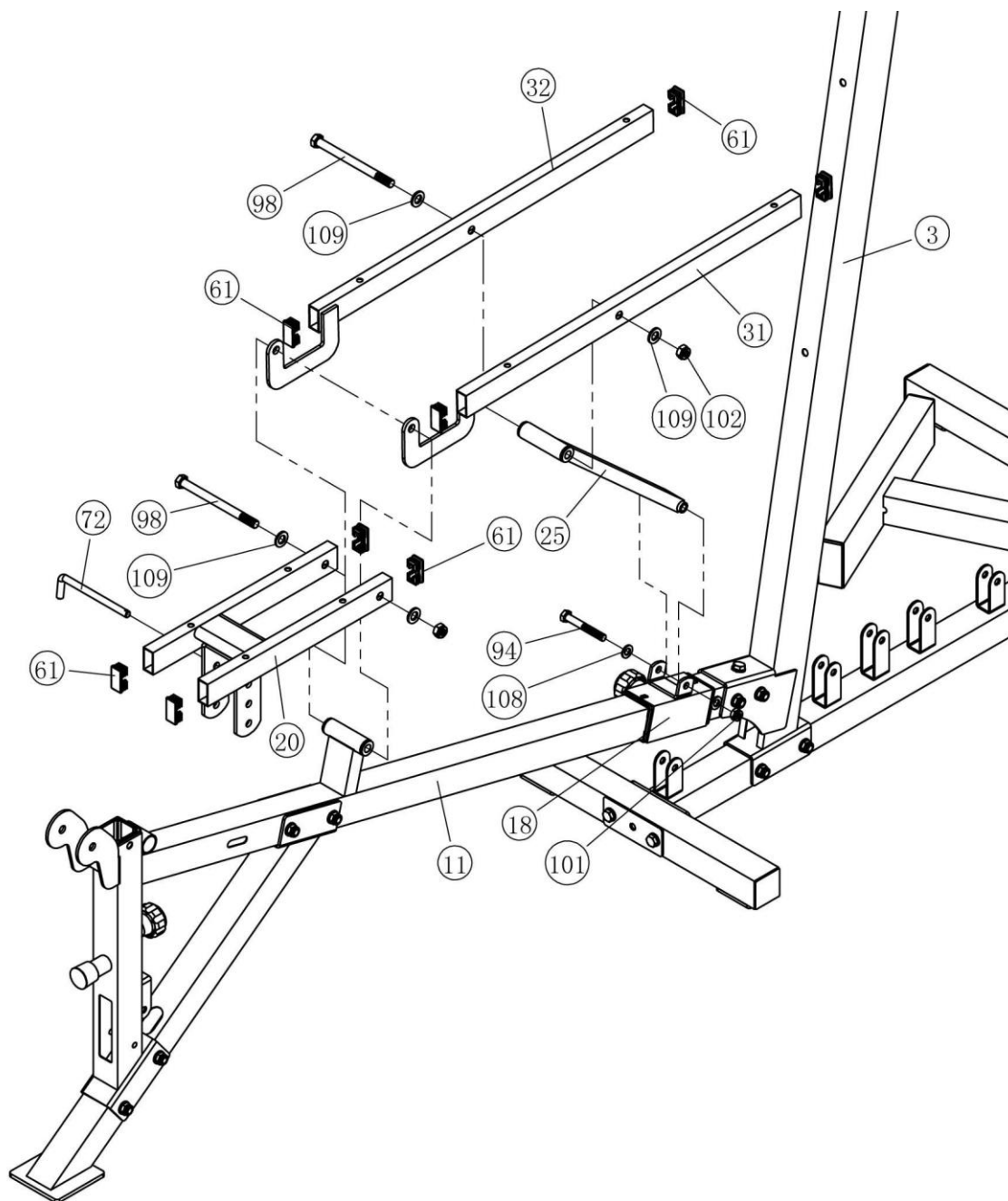
1. Nałóż zaślepkę (56) na część (9).
2. Połącz części (9, 10 i 3) korzystając ze śrub (95), podkładek (108) i nylonowych nakrętek (101).
3. Wsuń wtyczkę (63) w otwór w części (15).
4. Umocuj osłonę uchwytu (75) na uchwycie (26).
5. Połącz części (26 i 15) korzystając z podkładki (51), ozdobnej zaślepki (50) i śruby (99).
6. Wsuń część (15) w otwór w ramie (33). Połącz części (15 i 9) korzystając z podkładki (110), nylonowej nakrętki (103).
7. Wyreguluj nakrętkę (# 103) tak, aby część (# 33) mogła swobodnie się obracać, a następnie załóż nakrętkę M16 (# 79).
8. Wkręć szpilę (35) w część (15).
9. Powtarzając powyższe czynności, połącz części (16 i 34).

KROK 6



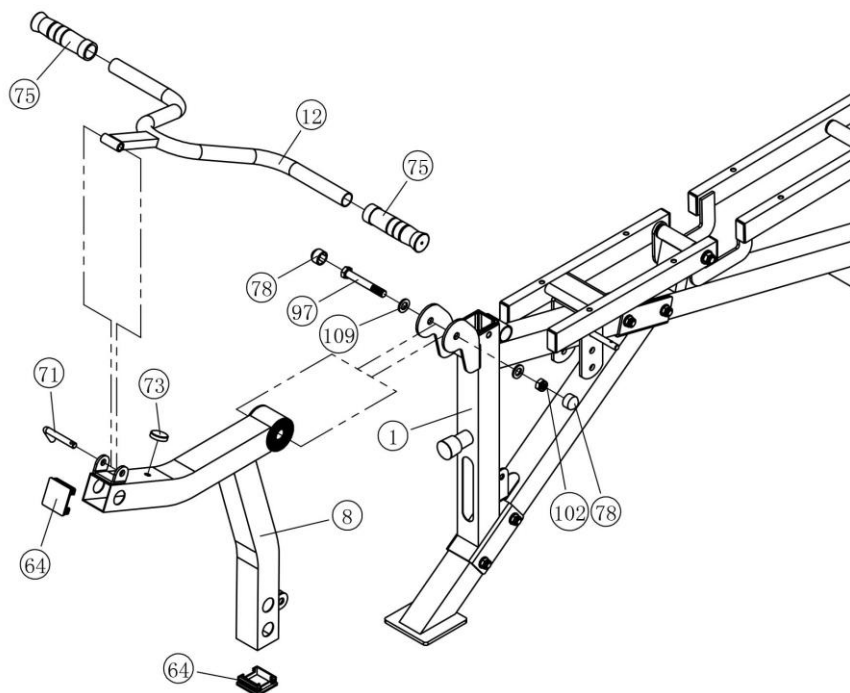
1. Nasuń rękawy (58) na ramę (18).
2. Wsuń ramę (18) na ramę (11).
3. Wkręć śrubę (67) do ramy (18).
4. Nałóż rękaw (57) i zaślepkę (54) na ramę (11).
5. Połącz części (19 i 11) korzystając ze śrub (93), podkładek (108) i nylonowych nakrętek (101).
6. Połącz części (11 i 3) korzystając ze śrub (93), podkładek (108) i nylonowych nakrętek (101).

KROK 7



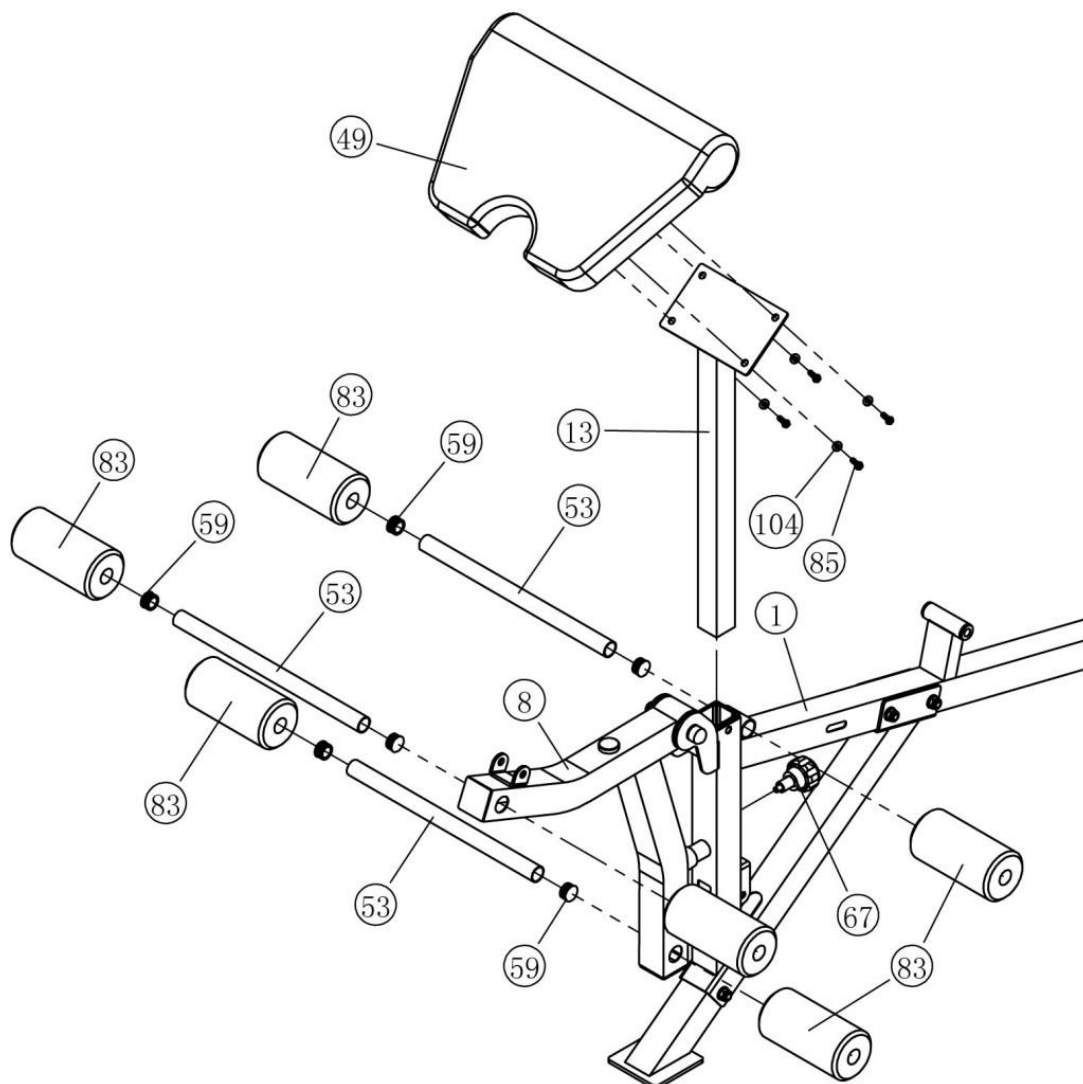
1. Wsuń wtyczki (61) na zakończenia części (20, 31 i 32).
2. Połącz części (25 i 18) korzystając ze śruby (94), podkładek (108) i nylonowej nakrętki (101).
3. Połącz części (20, 31 i 32) z ramą (11) korzystając ze śruby (98), podkładek (109) i nylonowej nakrętki (102).
4. Połącz części (31 i 32) ze wspornikiem (25) korzystając ze śruby (98), podkładek (109) i nylonowej nakrętki (102).
5. Dostosuj kąt nachylenia ramy siedzenia (20) do swoich potrzeb i zablokuj szpilą (72).

KROK 8



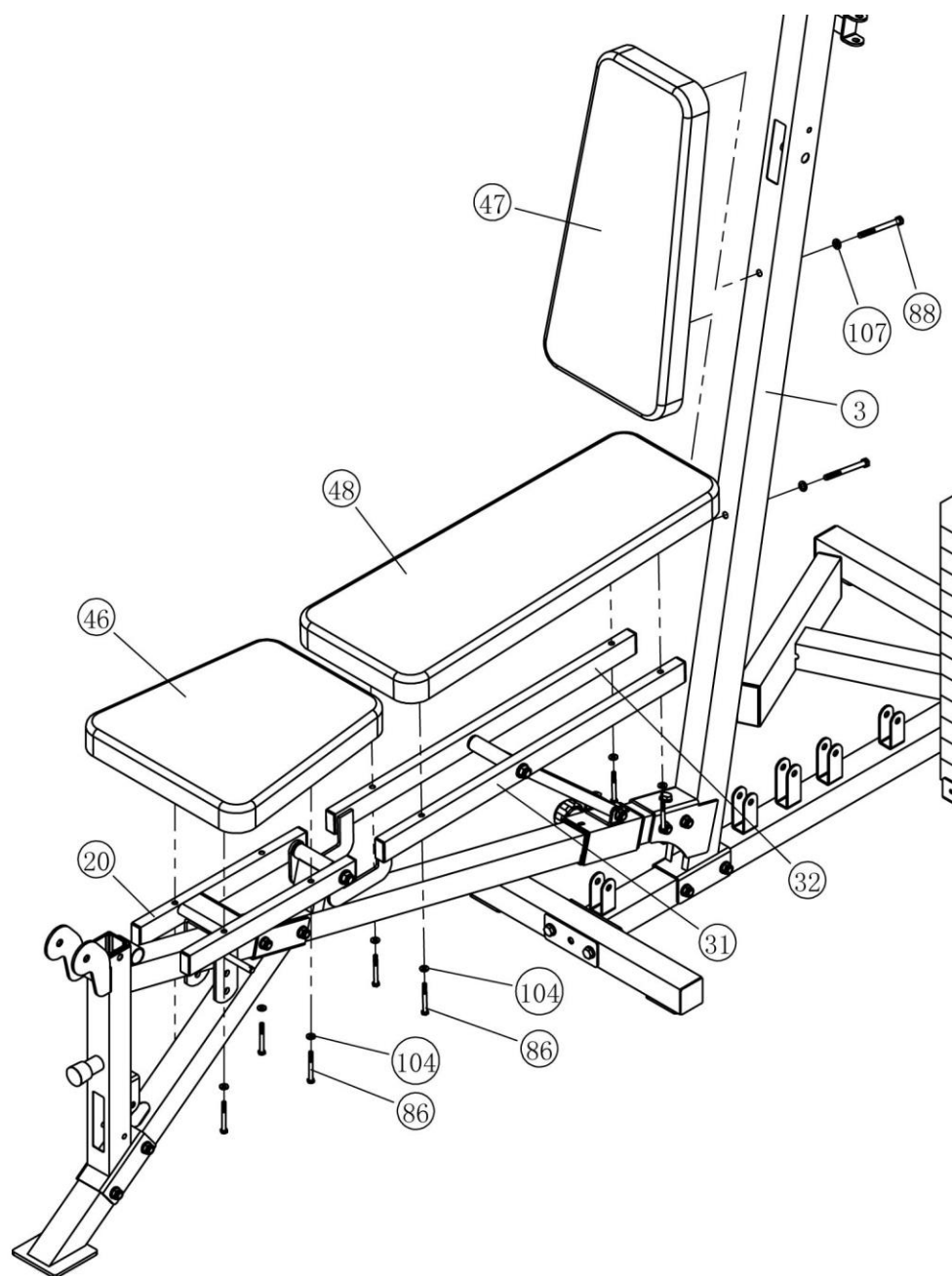
1. Wsuń zatyczkę (64) i ochroniacz (73) do dźwigni (8).
2. Połącz części (8 i 1) korzystając ze śruby (97), podkładek (109), nylonowej nakrętki (102).
3. Nałóż osłony (75) na uchwyt (12).
4. Połącz części (10 i 8) korzystając ze szpili (71).

KROK 9



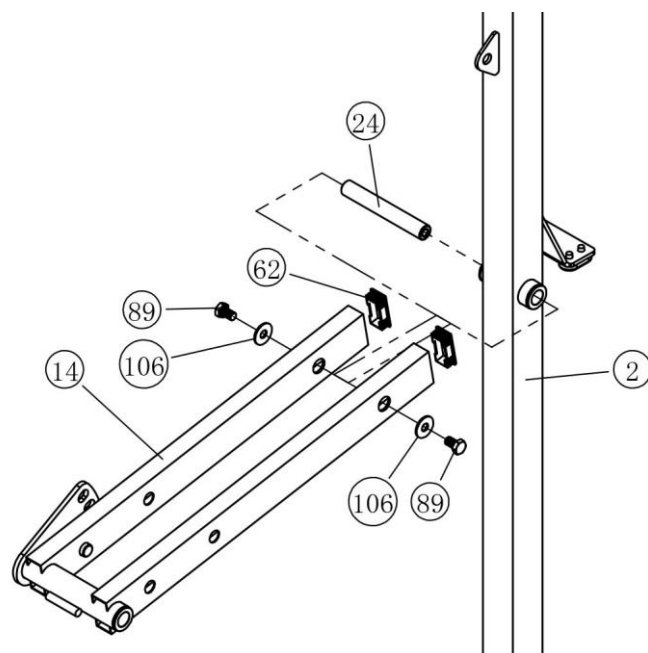
1. Wsuń wtyczki (59) w pręty na piankowe wałki (53).
2. Wsuń pręty przez otwory i naciągnij na nie piankowe wałki (83) jak pokazano na rysunku powyżej.
3. Połącz części (49 i 13) korzystając ze śrub (85) i dużych podkładek (104).
4. Dostosuj wysokość podstawy modlitewnika (13) i dokręć śrubą (67).

KROK 10



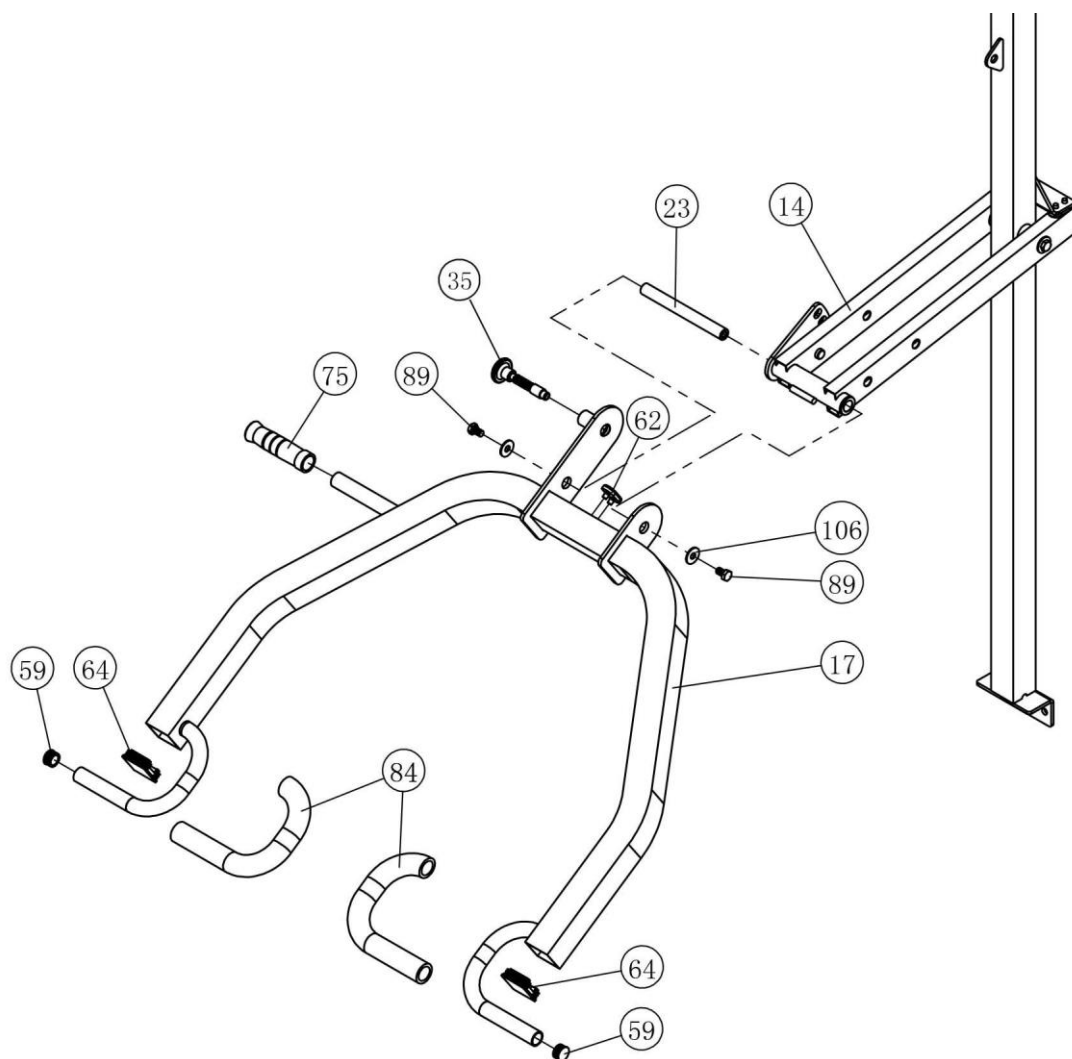
1. Połącz główne oparcie (47) z głównym wspornikiem (3) korzystając ze śrub (88) i podkładek (107).
2. Połącz część (48) z częściami (31 i 32) korzystając ze śrub (86) i dużych podkładek (104).
3. Przymocuj siedzenie (46) do ramy siedzenia (20) korzystając ze śrub (86) i dużych podkładek (104).

KROK 11



1. Wsuń wtyczki (62) do otworów w zakończeniach ramy (14).
2. Wsadź wał (24) w otwór w tylnym wsporniku (2).
3. Przymocuj ramę (14) do wspornika (2) korzystając ze śrub (89) i podkładek (106).

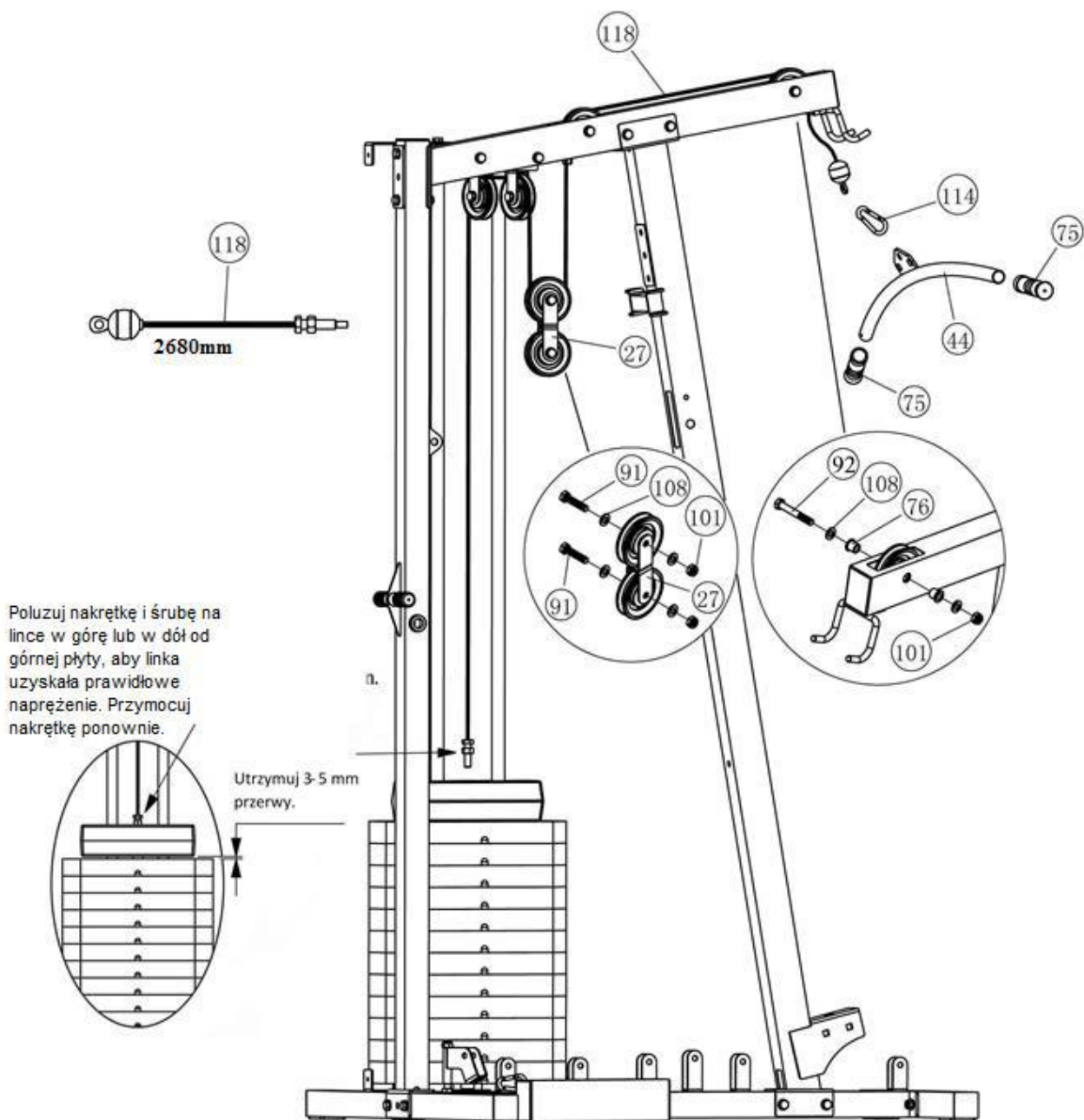
KROK 12

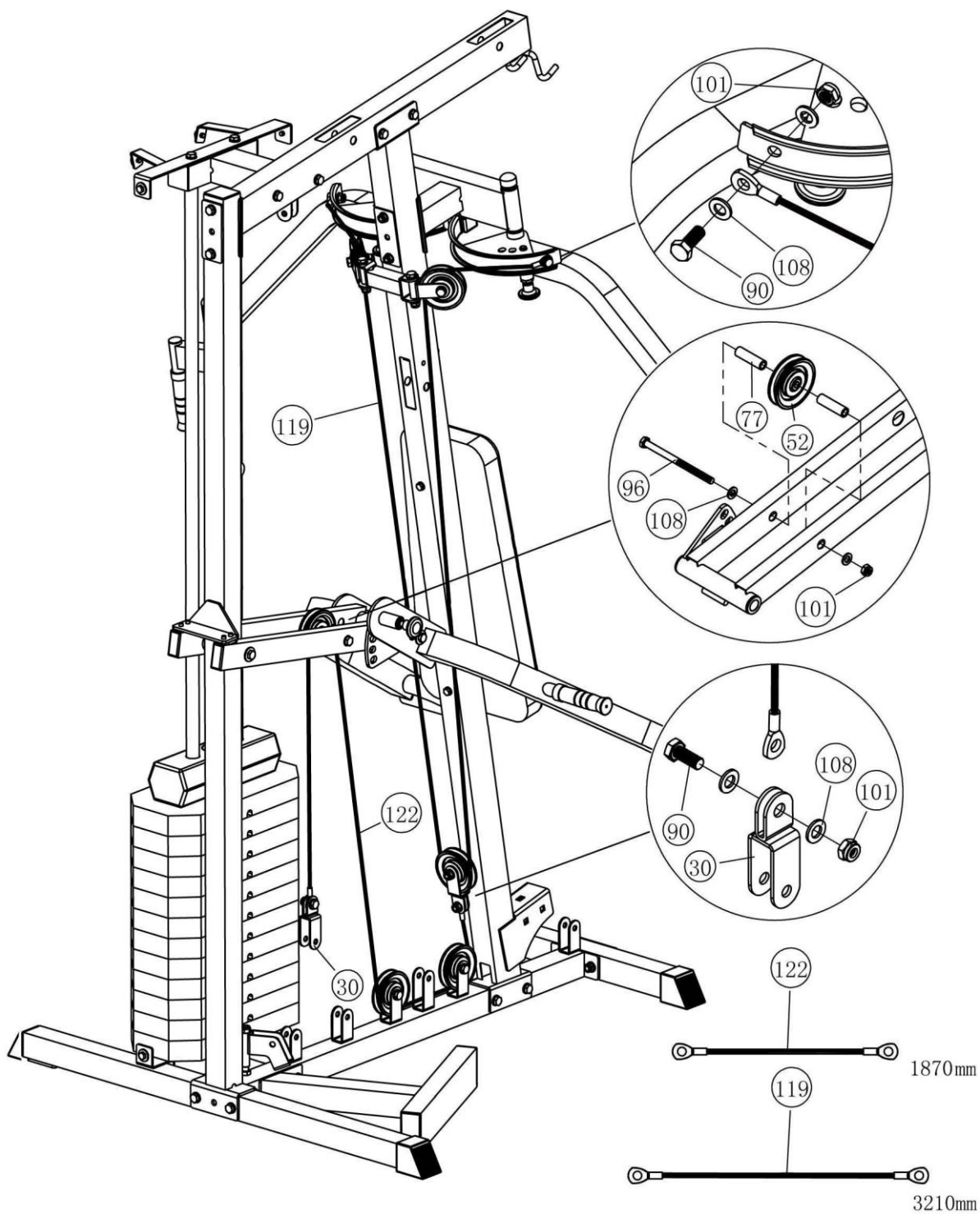


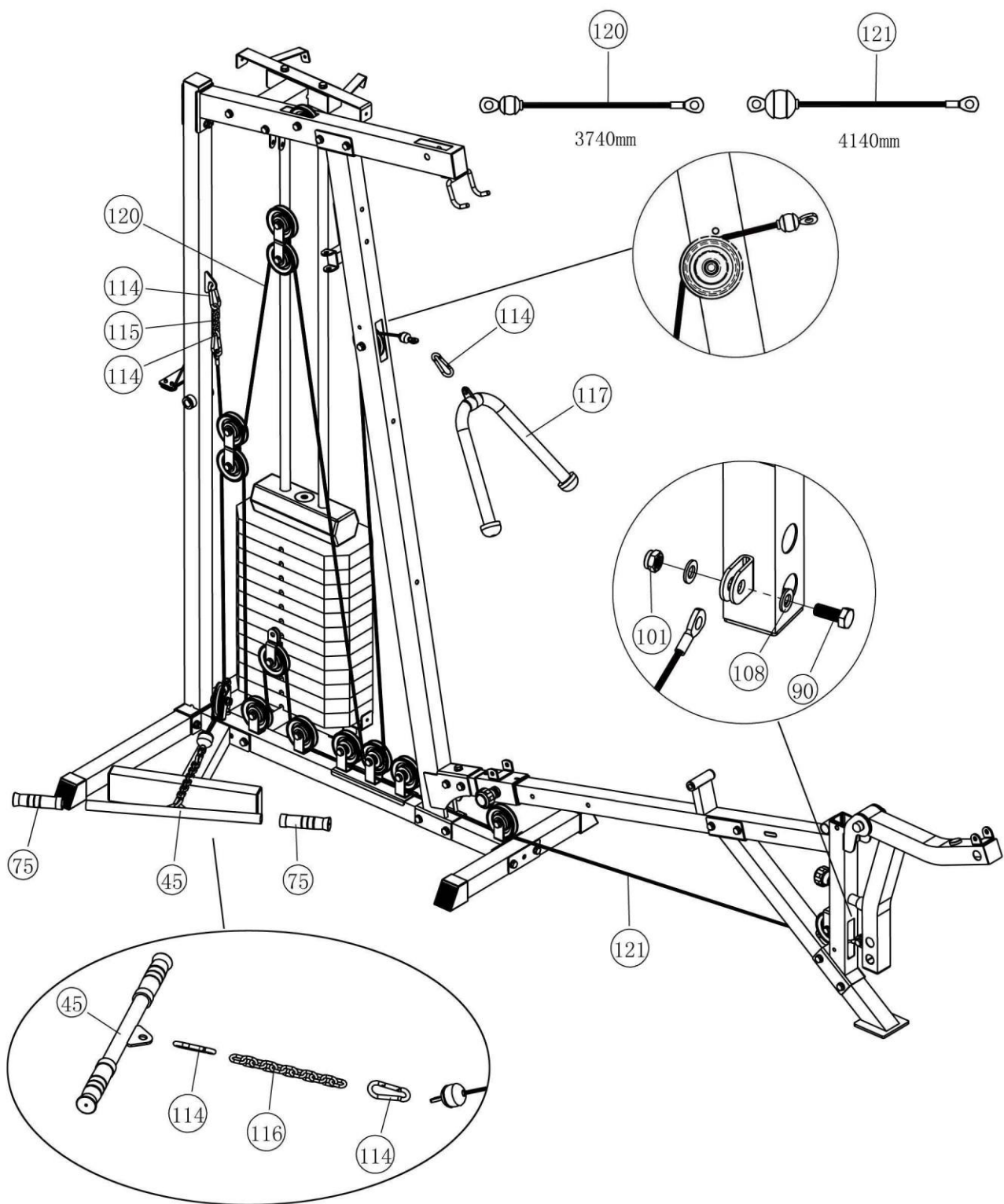
1. Włóż wtyczki (64 i 59) oraz ochraniacz (74) w końce ramienia (17).
2. Nałóż osłonę uchwytu (75) na ramię wyciskowe (17).
3. Nałóż piankowe wałki (84) na ramię (17).
4. Wsuń wał (23) w otwór w ramie (14).
5. Przymocuj ramię (17) do ramy (14) korzystając ze śrub (89) i podkładek (106).
6. Wkręć szpilę (35) do ramienia (17).

KROK 13. SCHEMATY PROWADZENIA LINEK

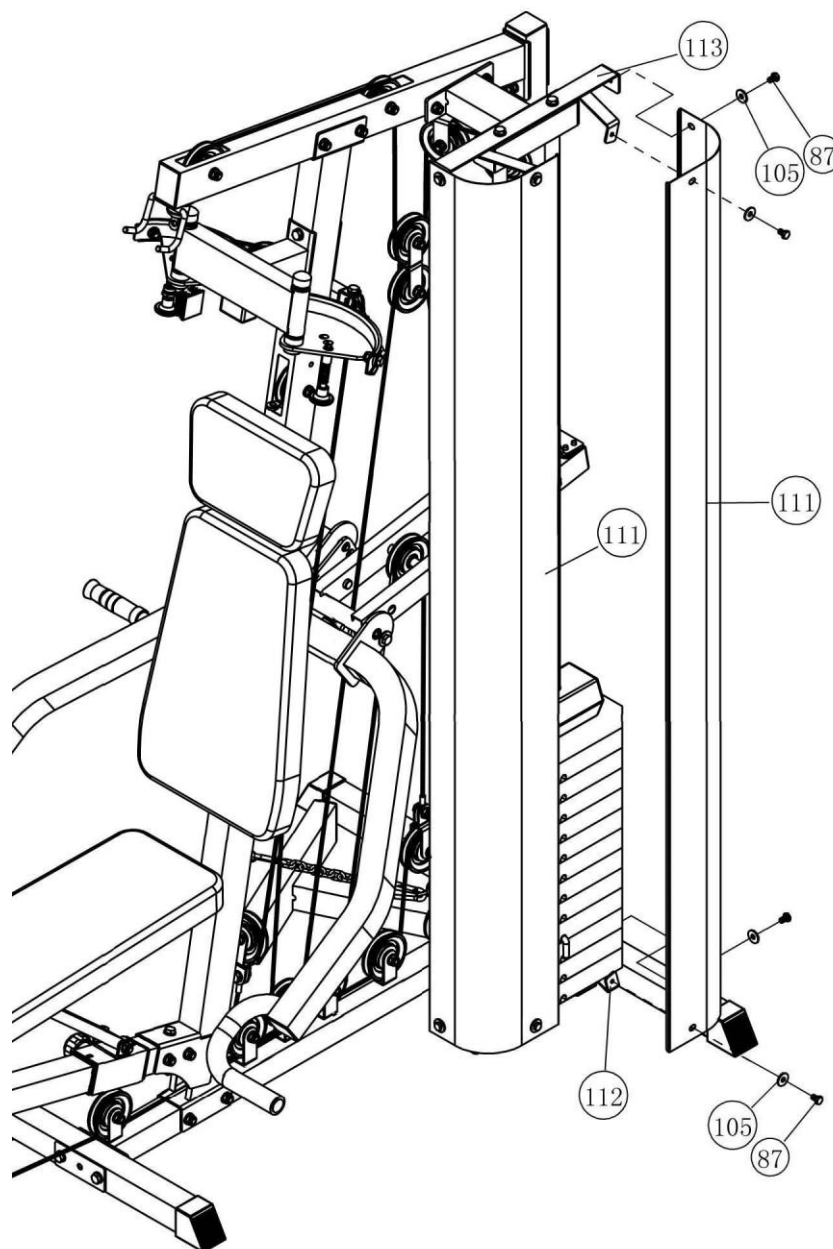
Po złożeniu urządzenia sprawdź czy linki są prawidłowo naprężone. (Sugeruje się utrzymanie przerwy 3-5mm pomiędzy górną płytą, a stosem ciężarków). Jeśli linka jest luźna, przykręć delikatnie śrubę na szczycie stosu. Jeśli linka jest bardzo luźna, dostosuj długość łańcucha (115) karabinkiem (114).







KROK 14



1. Przymocuj osłony stosu (111) do wspornika dolnego i górnego (112 i 113) korzystając ze śrub (87) i podkładek (105).

Przykręć dokładnie wszystkie śruby i nakrętki.

Twoja domowa siłownia jest teraz złożona i gotowa do użytku.

Przed użyciem sprawdź czy wszystkie śruby są odpowiednio przykręcone, a linki prawidłowo umocowane na rolkach.

Regulacja linek może być konieczna w trakcie pierwszego użycia.

ZAKRES STOSOWANIA

Atlas TYTAN 10 jest urządzeniem przeznaczonym do ćwiczeń ogólnorozwojowych w warunkach domowych. **Nie może być używany w celach terapeutycznych, rehabilitacyjnych i komercyjnych.**

INSTRUKCJA TRENINGU



1. Rozgrzewka

Przed rozpoczęciem treningu sugerujemy wykonać ćwiczenia rozgrzewające.

OWNER'S MANUAL

IMPORTANT SAFETY INFORMATION

This product has been designed for home use only and built for optimum safety. Please note the following safety precautions:

1. **Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any physical or health conditions that could create a risk to your health and safety, or prevent you from using the equipment properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level. This is especially important for persons over the age of 35, pregnant women, or those with pre-existing health problems or balance impairments.**
2. Before using this equipment to exercise, always do stretching exercises to properly warm up.
3. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, feeling light headed, dizzy or nauseous. If you do experience any of these conditions you should consult your doctor before continuing with exercise program. Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
4. During exercises and after keep children and pets away from the equipment.
5. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. Move all sharp objects.
6. Free area shall be not less than 0,6 m greater than the training area in the directions from which the equipment is accessed. Free area must also include the area for emergency dismount. Where equipment is positioned adjacent to each other the value of the free area may be shared.
7. Before each use, visually inspect the unit including hardware and resistance bends.
8. Before using the equipment, check if the nuts, bolts and other bends are securely tightened.
9. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components whilst assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment while using, stop. Do not use the equipment until the problem has been rectified.
10. Do not insert any object into any openings.
11. Be aware of all regulation and constructions parts which may disturb during exercises.
12. The safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
13. Wear suitable clothing whilst using the equipment. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
14. **The equipment has been tested and certified according to EN ISO 20957-1 under class H. It is not suitable for therapeutic use.**
15. Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or use assistance.
16. The equipment is designed for adult use only. Keep unsupervised children away from the equipment.
17. Assemble this unit as described in this manual. Use only parts from the set. Check all parts with the part list.



WARNING: READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING ANY FITNESS EQUIPMENT. WE ASSUME NO RESPONSIBILITY FOR PERSONAL INJURY OR PROPERTY DAMAGE CAUSED BY OR THROUGH THE USE OF THIS PRODUCT

SPECIFICATIONS

Weight – 213 kg

Dimensions - 185 x 161 x 202 cm

Maximum weight of user – 140 kg

MAINTENANCE

Your unit has been carefully designed to require minimum maintenance. To ensure this, we recommend that you do the following:

Keep your unit clean by wiping sweat, dust or other residue off with a soft, clean cloth after each use.

Always make sure that the bands are secure and show no signs of wear.

Regularly check the tightness of nuts and bolts.

Safety Precautions

Safety First

Regardless of how enthusiastic you may be about getting on your equipment and exercising, take the time to ensure that your safety is not jeopardized. A moment's lack of attention can result in an accident, as can failure to observe certain simple safety precautions.

1. Read, study and understand the Owner's Manual and all the warning labels on this product. Furthermore, it is recommended to familiarize yourself and others with the proper operation and workout recommendations for this product prior to use. Some of this information can be obtained in this Owner's Manual, as-well-as from your local retailer.
2. It is imperative that you retain this Owner's Manual and be sure all warning labels are legible and intact. Replacement Owner's Manuals and labels are available from your local retailer.
3. It is recommended that another person assist you with the assembly of this unit.
4. Consult with your physician before beginning any exercise program.
5. Use proper discretion when children are present.
6. Frayed or worn cables can be dangerous and may cause injury. Periodically check these cables for any indication of wear.
7. Keep hands, limbs, loose clothing and long hair well out of the way of moving parts.
8. Do not attempt to lift more weight than you can control safely.
9. Inspect the machine for any sign of wear on parts, hardware becoming loose or cracks on welds. If a problem is found do not use or allow the machine to be used until the defective part is repaired or replaced.
10. You can use the WRENCH and the INNER HEX WRENCH to complete the assembly.

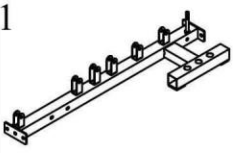
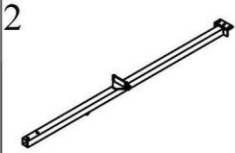
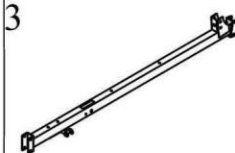
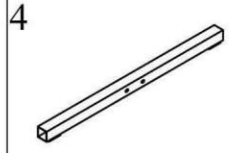
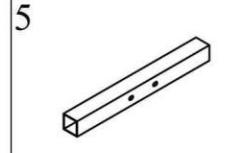
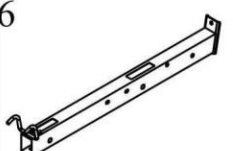
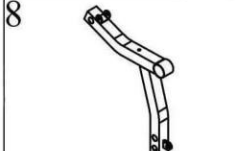
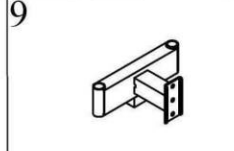
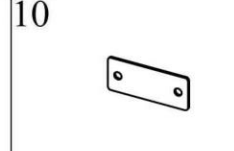
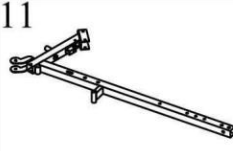
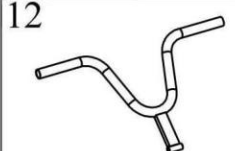
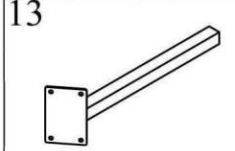
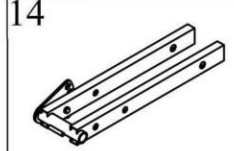
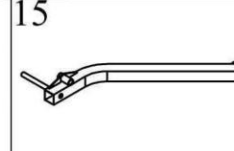
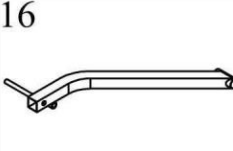
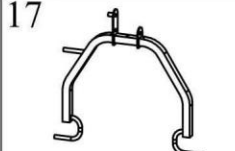
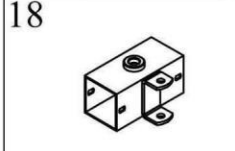
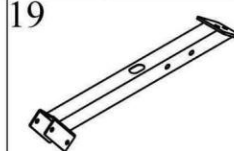
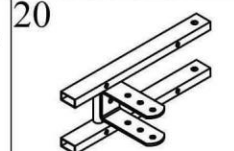
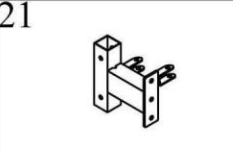
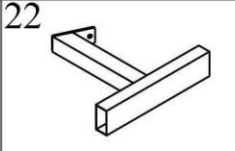
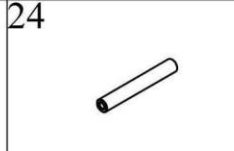
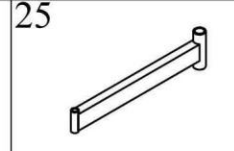
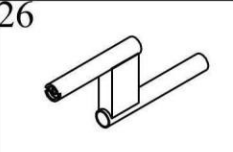
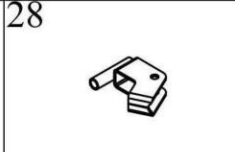
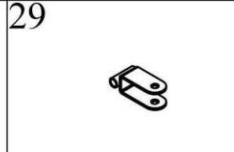
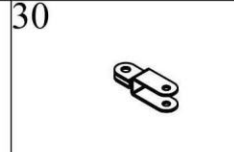
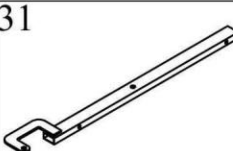
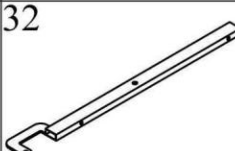
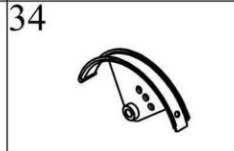
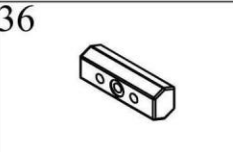
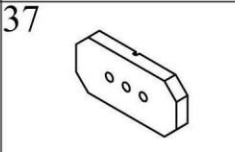
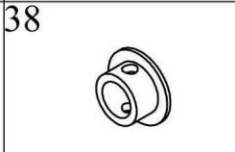
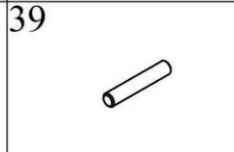
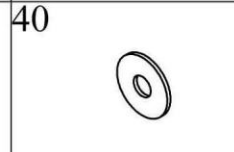
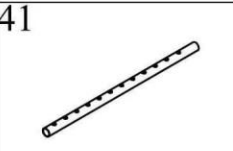
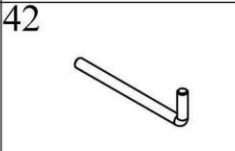
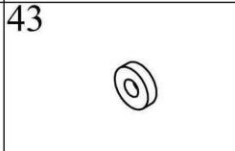
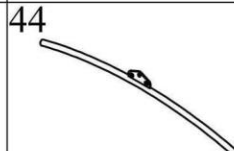
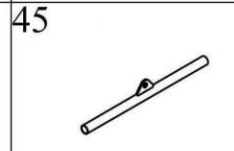
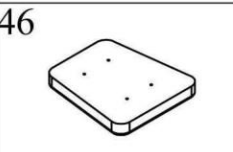
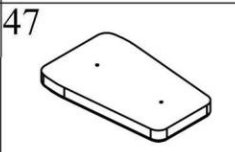
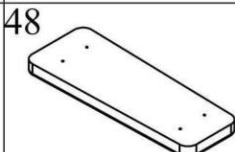
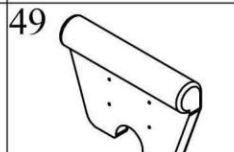
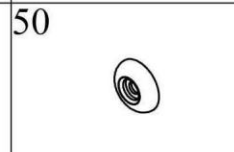
Part List

Key No.	Description	Qty.	Key No.	Description	Qty.
1	Main Bottom Frame	1	33	Right Adjustment Frame	1
2	Rear Upright	1	34	Left Adjustment Frame	1
3	Main Upright	1	35	Pop-Pin	3
4	Rear Base	1	36	Top Weight Plate	1
5	Front Base	1	37	Weight Stack	12
6	Top Beam	1	38	Weight Bushing	1
7	Guide Rod	2	39	Weight Pin	1
8	Leg Extension Arm	1	40	Weight Washer	1
9	Pec Mount	1	41	Weight Selector Bar	1
10	Flat Plate	3	42	L-Pin ϕ 10*120	1
11	Front Main Frame	1	43	Weight Buffer	2
12	Arm Curl Handle	1	44	Lat Bar	1
13	Arm Curl Support	1	45	Low Row Bar	1
14	Adjustment Frame	1	46	Seat Pad	1
15	Right Pec Arm	1	47	Main Backrest Pad	1
16	Left Pec Arm	1	48	Pec Backrest Pad	1
17	Press Arm	1	49	Arm Pad	1
18	Silding Frame	1	50	Ornamental Cap	2
19	Foot Support	1	51	Tab Washer	2
20	Seat Frame	1	52	Pulley	22
21	Pec Top Beam	1	53	Foam Roller Tube	3
22	Side Bottom Frame	1	54	End Cap ϕ 25	1
23	Long Shaft	1	55		
24	Short Shaft	1	56	End Cap 50*30*30	1
25	Support Tube	1	57	Sleeve 50*38	1
26	Pec Handler	2	58	Sleeve 60*50	2
27	Double Pulley Rack	2	59	Plug ϕ 25*1.5	10
28	Side Pulley Rack	1	60	Plug ϕ 25*3	2
29	Pec Pulley Rack	2	61	Plug 20*40	8
30	Single Pulley Rack	2	62	Plug 25*50	2
31	Left Backrest Frame	1	63	Plug 45*45	2
32	Right Backrest Frame	1	64	Plug 50*50	9

Part List

Key No.	Description	Qty.	Key No.	Description	Qty.
65	Plug 50*70	1	95	Hex Bolt M10*90	2
66	Plug 40*80	2	96	Hex Bolt M10*150	1
67	Locking-Pin	2	97	Hex Bolt M12*85	1
68	Nylon Bearing ϕ 25.8*18	4	98	Hex Bolt M12*150	2
69	Small Backrest Pad	1	99	Socket Bolt M8*20	2
70	Plastic Bearing ϕ 60	2	100	Countersunk Bolt M10*20	2
71	L-Pin ϕ 10*60	1	101	Nylon Lock Nut M10	50
72	L-Pin ϕ 10*80	1	102	Nylon Lock Nut M12	4
73	Buffer	1	103	Nylon Lock Nut M16	2
74	U-Buffer	3	104	Big washer ϕ 6	12
75	Comfort Grip	9	105	Big washer ϕ 8	8
76	Plastic Bushing	6	106	Big washer ϕ 10	4
77	Pulley Bushing	2	107	Washer ϕ 8	4
78	Nut Cap M12	2	108	Washer ϕ 10	105
79	Nut Cap M16	2	109	Washer ϕ 12	6
80	Oilite Bushing ϕ 12	4	110	Washer ϕ 16	2
81	Oilite Bushing ϕ 16	4	111	Weight Stack Cover	2
82	Oilite Bushing ϕ 19	4	112	Bottom Cover Support	1
83	Foam Roller ϕ 80*160	6	113	Top Cover Support	1
84	Foam Roller ϕ 23*300	2	114	Snap Link	6
85	Hex Bolt M6*20	4	115	Short Coil Chain	1
86	Hex Bolt M6*55	8	116	Long Coil Chain	1
87	Hex Bolt M8*12	8	117	Abdominal Strap	1
88	Hex Bolt M8*90	4	118	Lat Cable	1
89	Hex Bolt M10*16	4	119	Pec Cable	1
90	Hex Bolt M10*25	7	120	Abdominal Cable	1
91	Hex Bolt M10*45	18	121	Leg Cable	1
92	Hex Bolt M10*65	5	122	Connecting Cable	1
93	Hex Bolt M10*70	15	123	Foot End Cap	4
94	Hex Bolt M10*75	7			

Part List

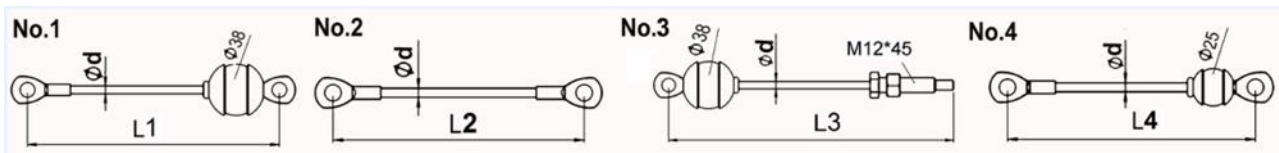
1 	2 	3 	4 	5 
6 	7 	8 	9 	10 
11 	12 	13 	14 	15 
16 	17 	18 	19 	20 
21 	22 	23 	24 	25 
26 	27 	28 	29 	30 
31 	32 	33 	34 	35 
36 	37 	38 	39 	40 
41 	42 	43 	44 	45 
46 	47 	48 	49 	50 
51 	52 	53 	54 	55 

Part List

56 	57 	58 	59 	60 
61 	62 	63 	64 	65 
66 	67 	68 	69 	70 
71 	72 	73 	74 	75 
76 	77 	78 	79 	80 
81 	82 	83 	84 	85 
86 	87 	88 	89 	90 
91 	92 	93 	94 	95 
96 	97 	98 	99 	100 
101 	102 	103 	104 	105 
106 	107 	108 	109 	110 

Part List

111 	112 	113 	114 	115 
116 	117 	118 	119 	120 
121 	122 	123 		



Cable length:

No.1 – Leg cable – 4140 mm

No.2 – Pec Cable – 3210 mm

No.2 – Connecting Cable – 1870 mm

No.3 – Lat Cable – 2580 mm

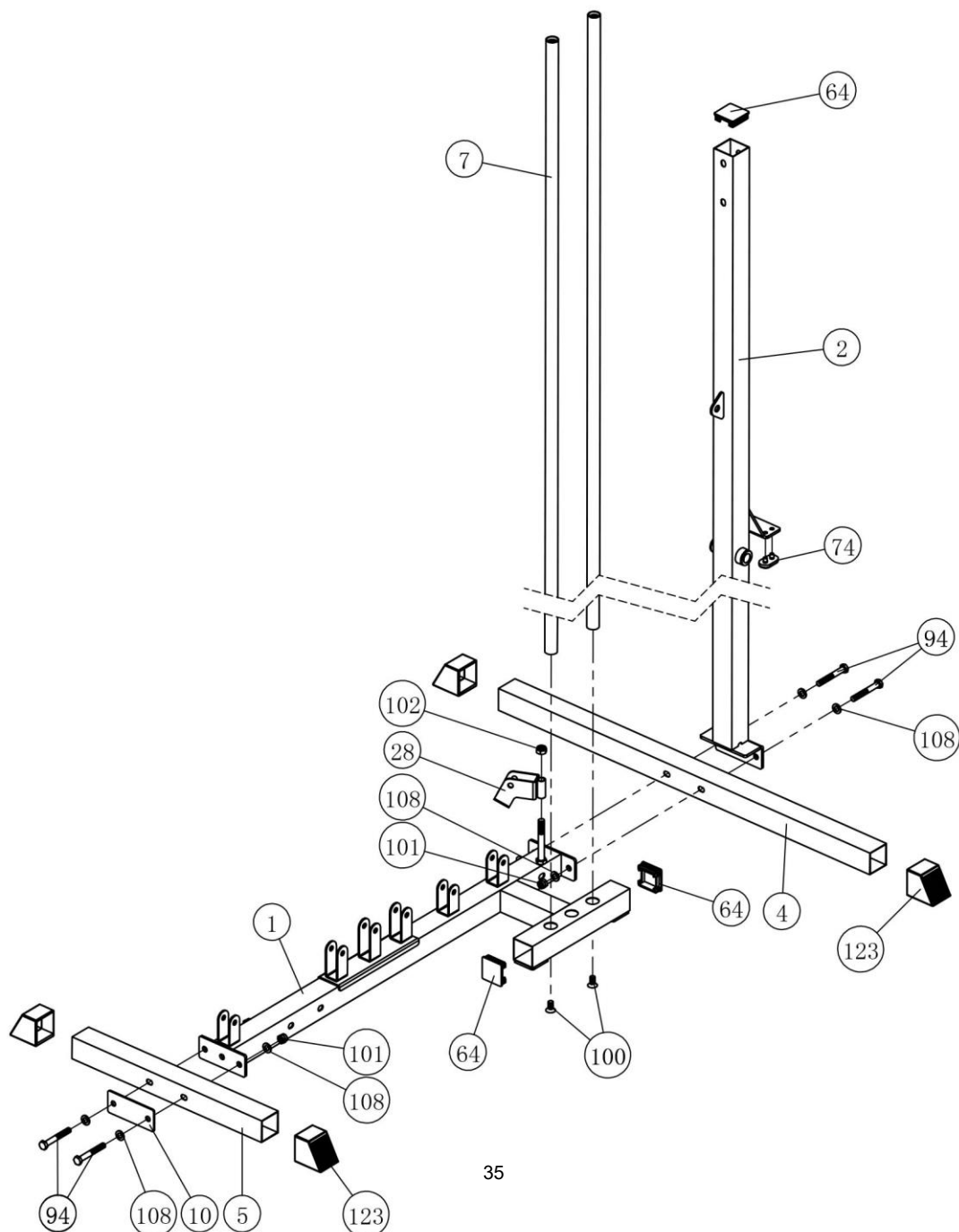
No.4 – Abdominal Cable – 3840 mm

Assembly

Note:

1. Washer should be placed on both ends of all bolts (against the head of the bolt and against the nut) unless otherwise specified in these instructions.
2. Hand tighten all bolts on initial assembly and finally tighten with the wrench once the entire structure is erect.
3. Some parts may be pre-assembled at the factory.
4. Assembly requires the assistance of another person.

Step 1

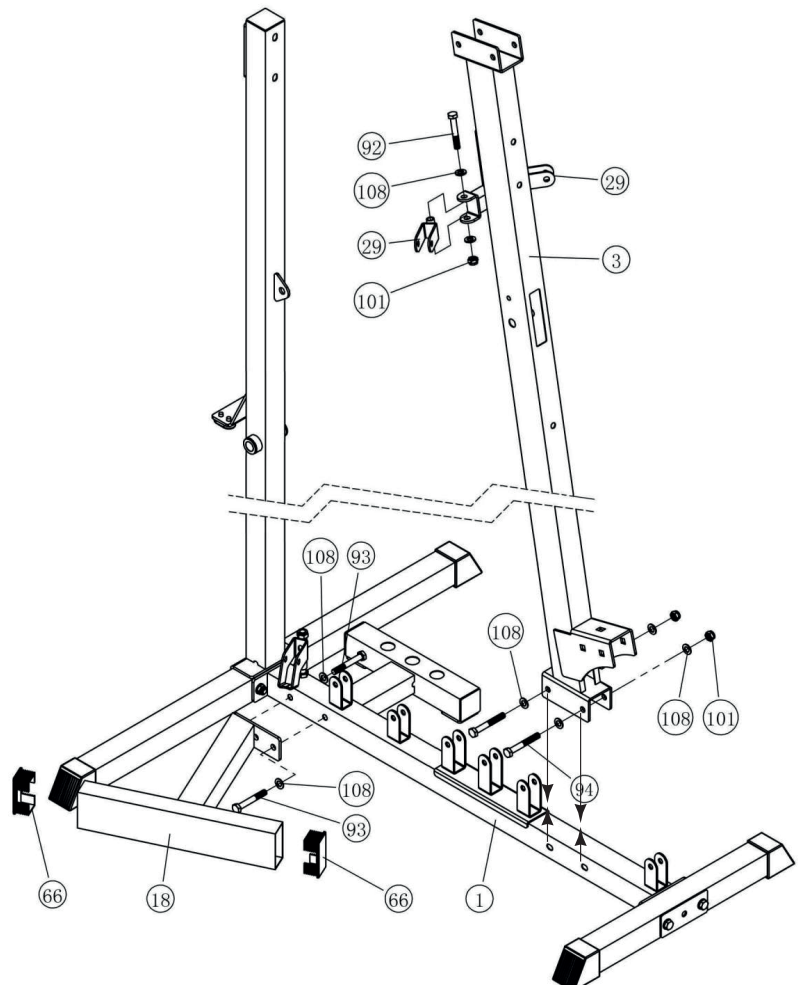


Assembly

1. Insert the 50*50 Plug(#64) to the part(#1,#2).
2. Insert the Foot End Cap(#123) to the part(#4, #5).
3. Insert the U-Buffer(#74) to the part(#2).
4. Attach the part(#28) to the part(#1) using (1)M12 Nylon Lock Nut(#102).
5. Insert the Guide Rods(#7) to the holes of part(#1) and attach them using (2)M10*20 Countersunk Bolts(#100).
6. Attach the part(#5,#10) to the part(#1) using(2)M10*75 Hex Bolts(#94), (4) ϕ 10 Washers(#108) and (2)M10 Nylon Lock Nuts(#101).
7. Attach the part(#2, #4) to the part(#1) using (2)M10*75 Hex Bolts(#94), (4) ϕ 10 Washers(#108) and (2)M10 Nylon Lock Nuts(#101).

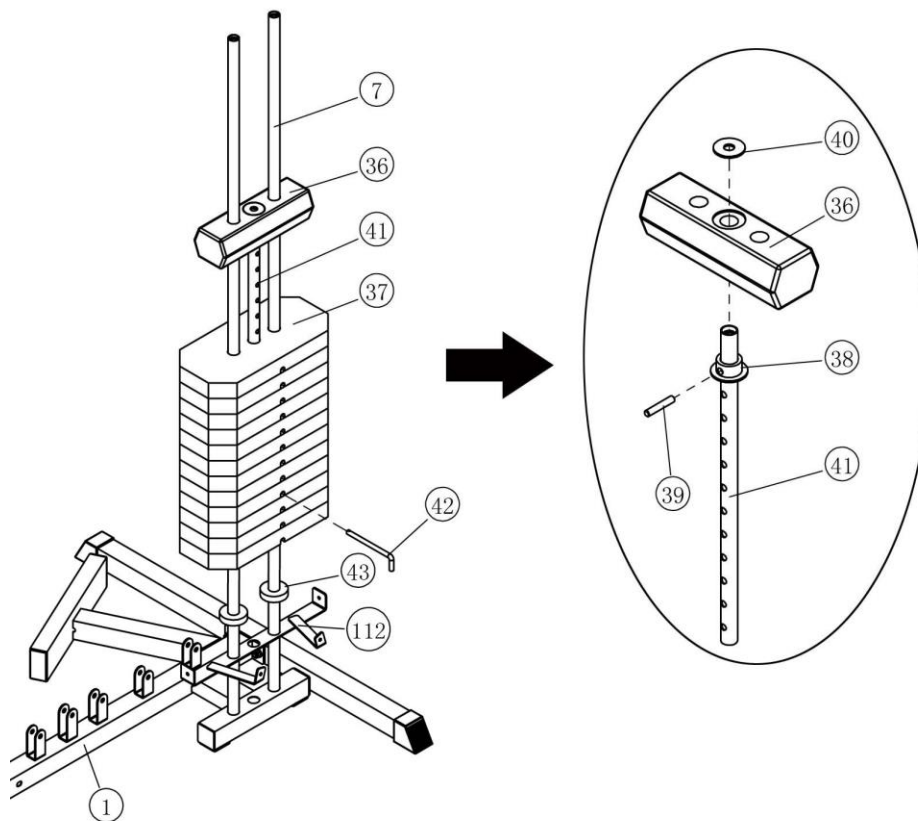
Wrench tighten all bolts.

Step 2



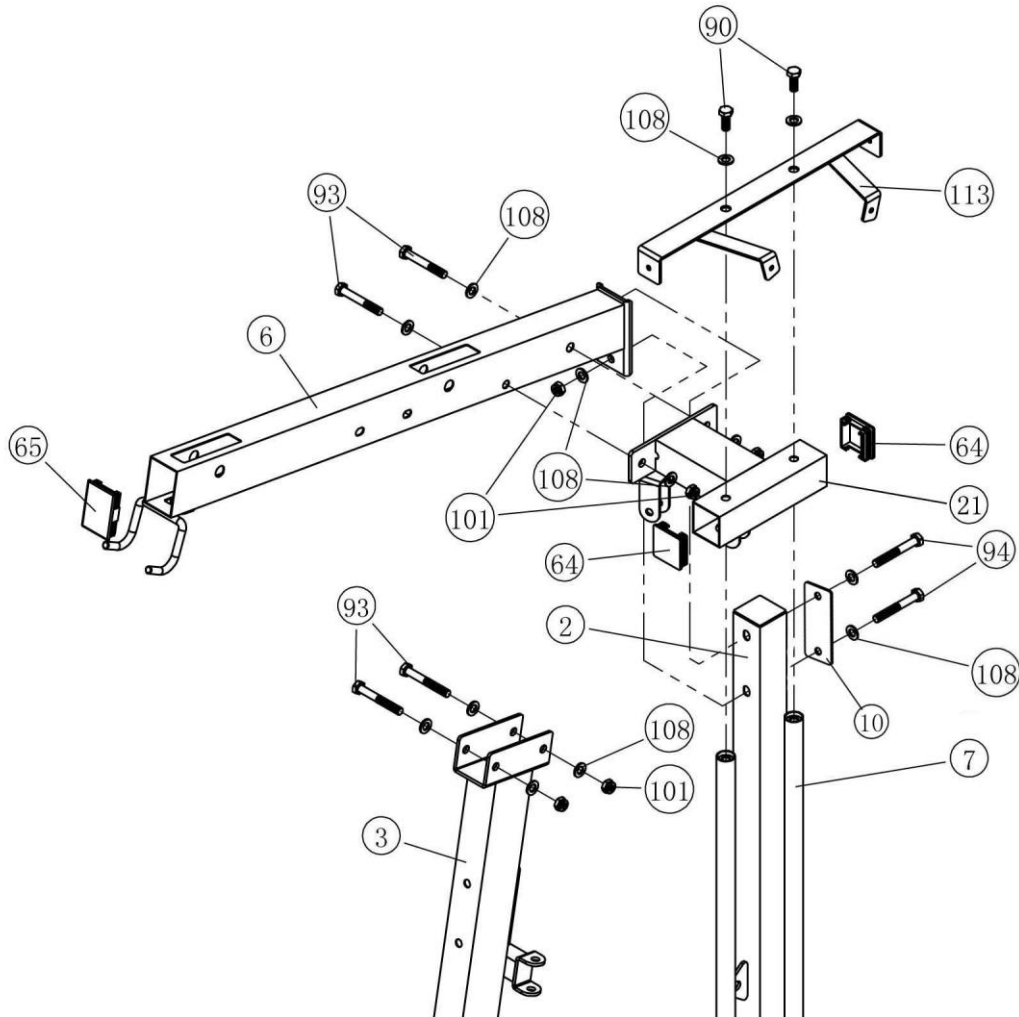
1. Insert the 40*80 Plug(#66) to the part(#18).
2. Attach the part(#18) to the part(#1) using (2)M10*70 Hex Bolts(#93), (2) ϕ 10 Washers(#108).
3. Attach the part(#3) into the part(#1) using (2)M10*70 Hex Bolts(#93), (4) ϕ 10 Washers(#108) and (2)M10 Nylon Lock Nuts(#101).
4. Attach the part(#29) to the part(#3) using (2)M10*65 Hex Bolts(#92), (4) ϕ 10 Washers(#108) and (2)M10 Nylon Lock Nuts(#101).

Step 3



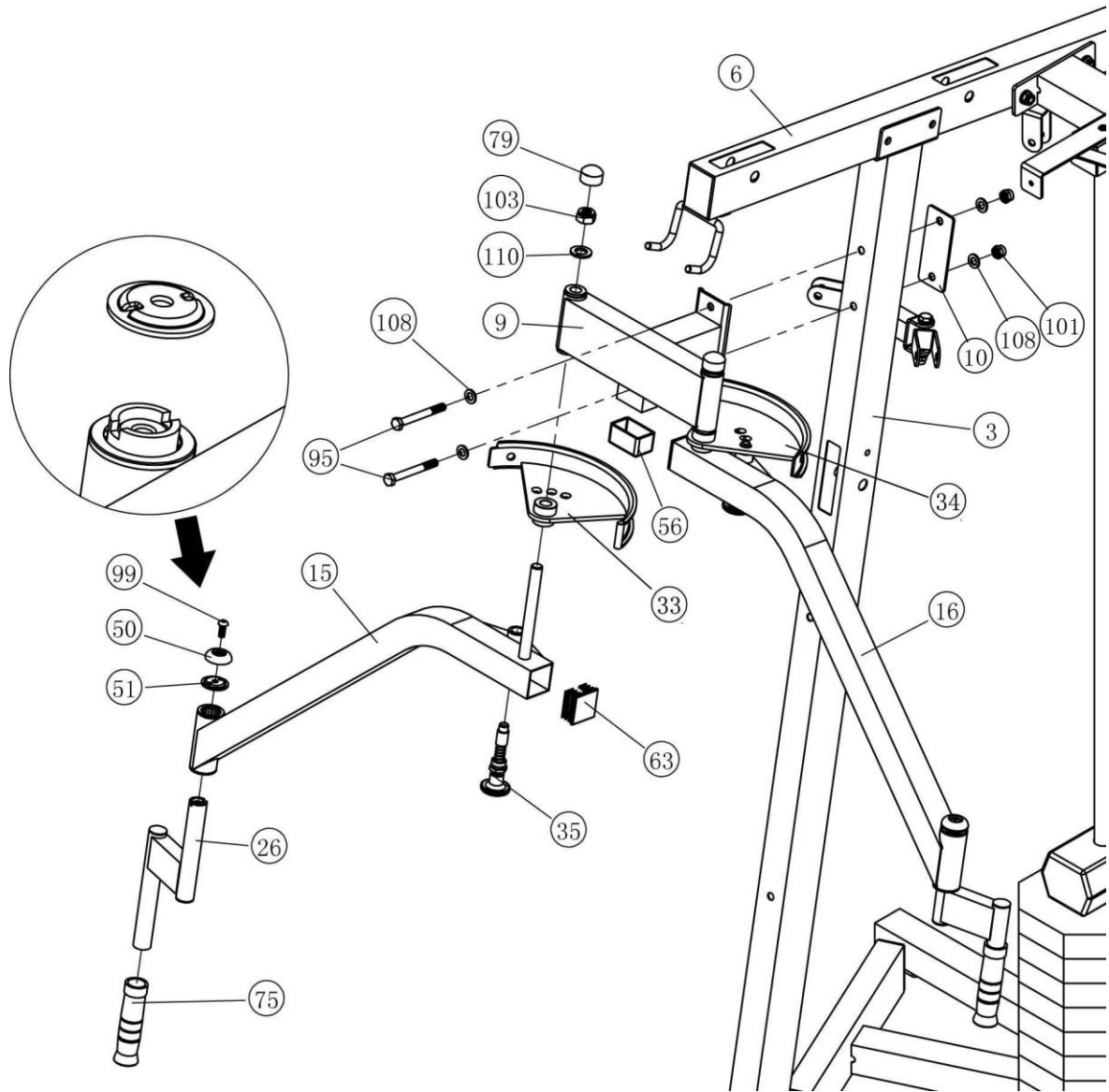
1. Secure the Bottom Cover Support(#112) and the Weight Buffer(#43) to the Guide Rods(#7).
2. Carefully slide the Weight Stack(#37) through the Guide Rods(#7) one by one. Set the Weight Bushing(#38) onto the Weight Selector Bar(#41) and attach it at the first hole of the Weight Selector Bar(#41) using the Weight Pin(#39). Insert the Bar(#41) into the hole of Weight Stack(#37). Slide the Top Weight Plate(#36) onto the Weight Stack(#37). Set the Weight Washer(#40) to the Top Weight Plate(#36). Insert the ϕ 10*120 L-Pin(#42) into the Weight Selector Bar(#41).

Step 4



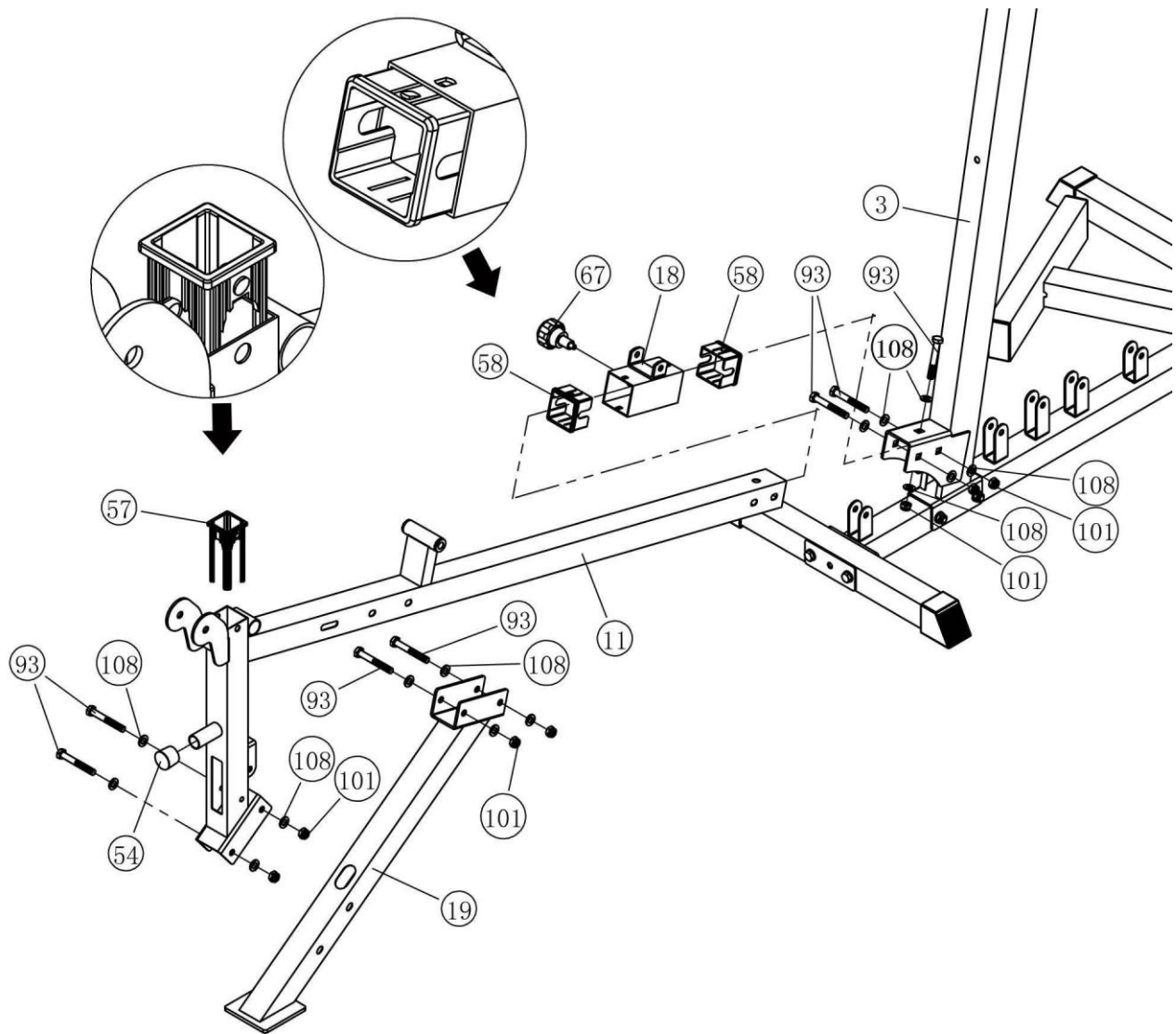
1. Insert the 50*70 Plug(#65) to the part(#6).
2. Insert the 50*50 Plug(#64) to the part(#21).
3. Attach the part(#6) to the part(#3) using (2)M10*70 Hex Bolts(#93), (4) ϕ 10 Washers(#108) and (2)M10 Nylon Lock Nuts(#101).
4. Attach the part(#6,#10) to the part(#2) using (2)M10*75 Hex Bolts(#94), (3) ϕ 10 Washers(#108) and (1)M10 Nylon Lock Nut(#101).
5. Place each of the Guide Rod(#7) to the hole of the part(#21), then attach the part(#113, #21) to the part(#7) using (2)M10*25 Hex Bolts(#90) and (4) ϕ 10 Washers(#108).
6. Attach the part(#21) to the part(#6) using (2)M10*70 Hex Bolts(#93), (4) ϕ 10 Washers(#108) and (2)M10 Nylon Lock Nuts(#101).

Step 5



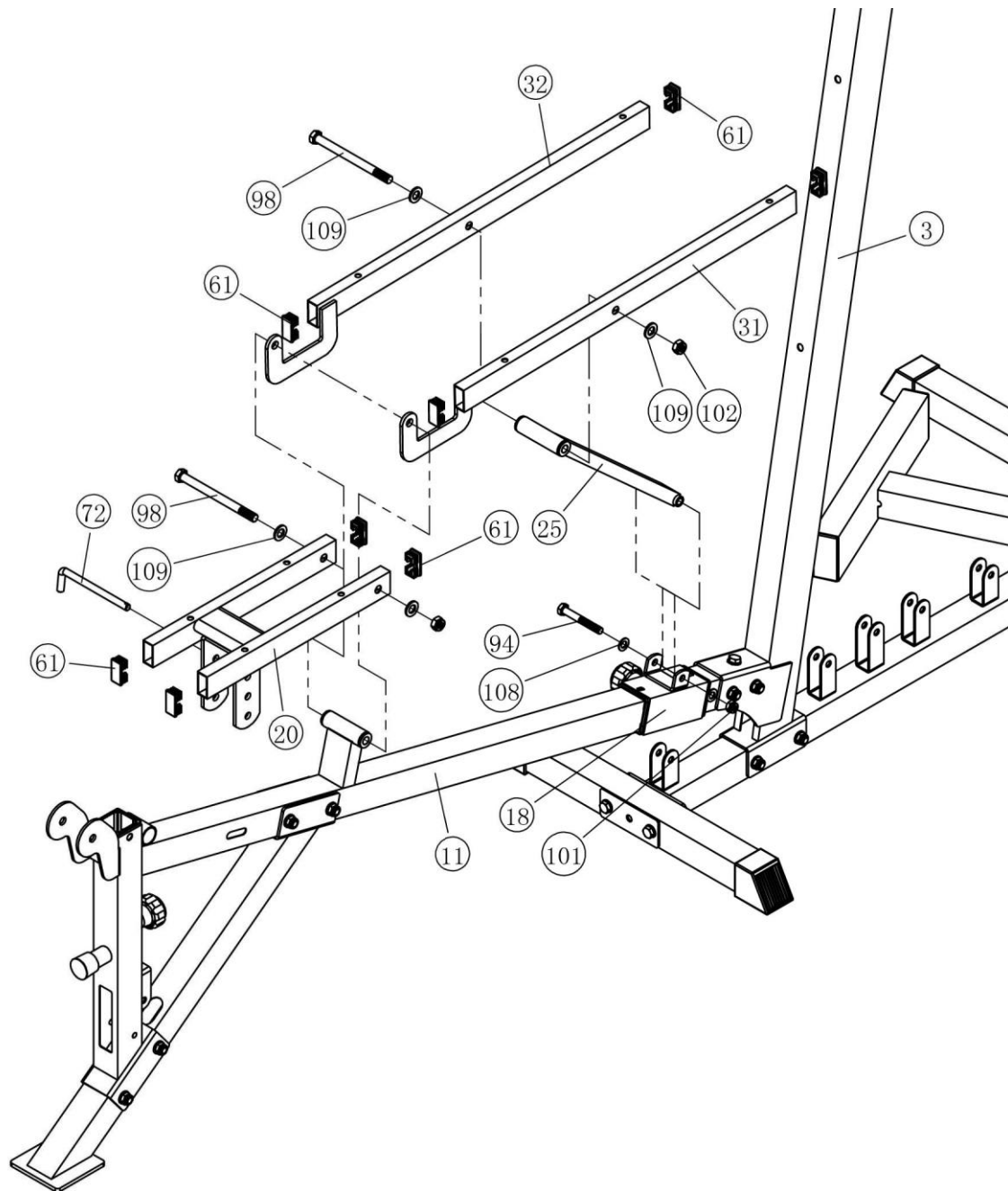
1. Insert the End Cap(#56) to the part(#9).
2. Attach the part(#9,#10) to the part(#3) using (2)M10*90 Hex Bolts(#95), (4) ϕ 10 Washers(#108) and (2)M10 Nylon Lock Nuts(#101).
3. Insert the 45*45 Plug(#63) to the part(#15).
4. Set the Comfort Grip(#75) to the Pec Handler(#26).
5. Attach the part(#26) to the part(#15) using (1)Tab Washer(#51), (1) Ornamental Cap(#50) and (1)M8*20 Socket CTSK Bolt(#99).
6. Insert the part(#15) through the hole of part(#33), attach the part(#15) to the part(#9) using (1) ϕ 16 Washer(#110) and (1)M16 Nylon Lock Nut(#103).
7. Adjust the Nut(#103) just enough for part(#33) to pivot freely,then install the M16 Nut Cap(#79).
8. Screw the Pop-Pin(#35) to the part(#15).
9. Assemble the other part(#16, #34) using same method.

Step 6



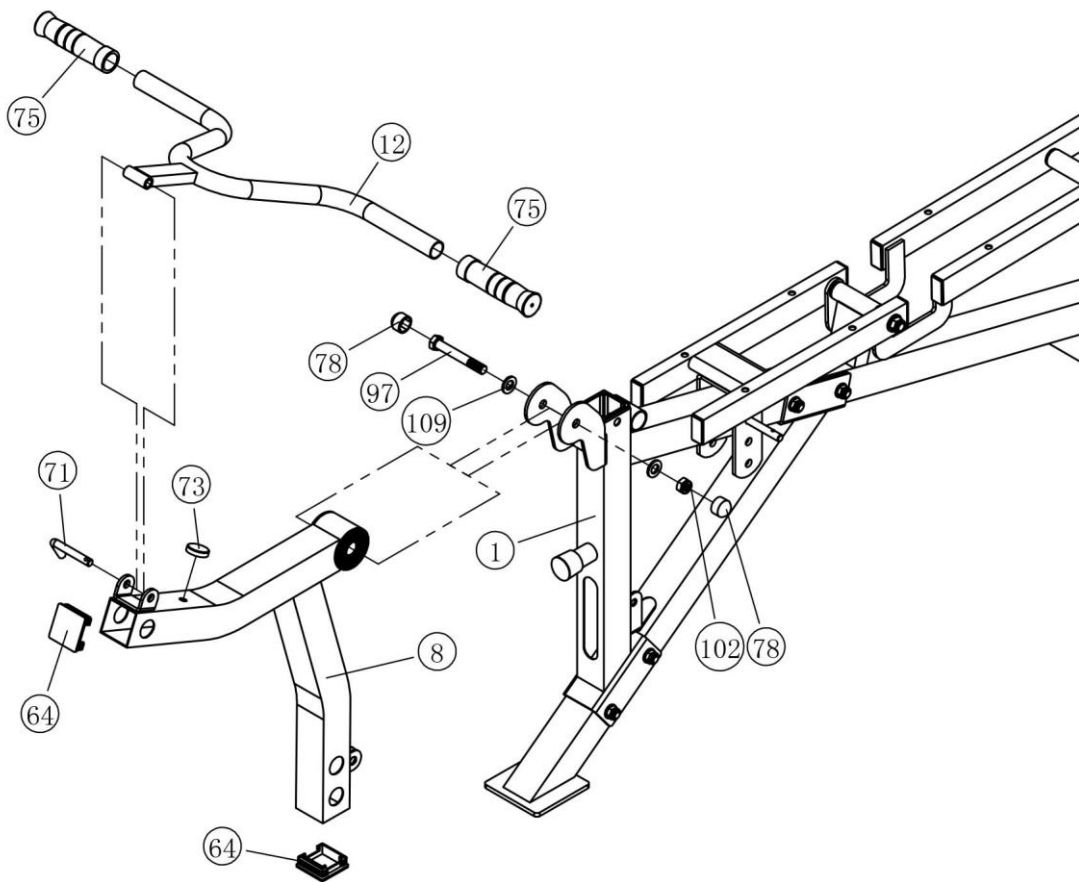
1. Insert the Sleeve(#58) to the part(#18).
2. Insert the part(#18) to the part(#11).
3. Screw the Locking-Pin(#67) to the part(#18).
4. Insert the Sleeve(#57) and ϕ 25 End Cap(#54) to the part(#11).
5. Attach the part(#19) to the part(#11) using (4)M10*70 Hex Bolts(#93), (8) ϕ 10 Washers(#108) and (4)M10 Nylon Lock Nuts(#101).
6. Attach the part(#11) to the part(#3) using (3)M10*70 Hex Bolts(#93), (6) ϕ 10 Washers(#108) and (3)M10 Nylon Lock Nuts(#101).

Step 7



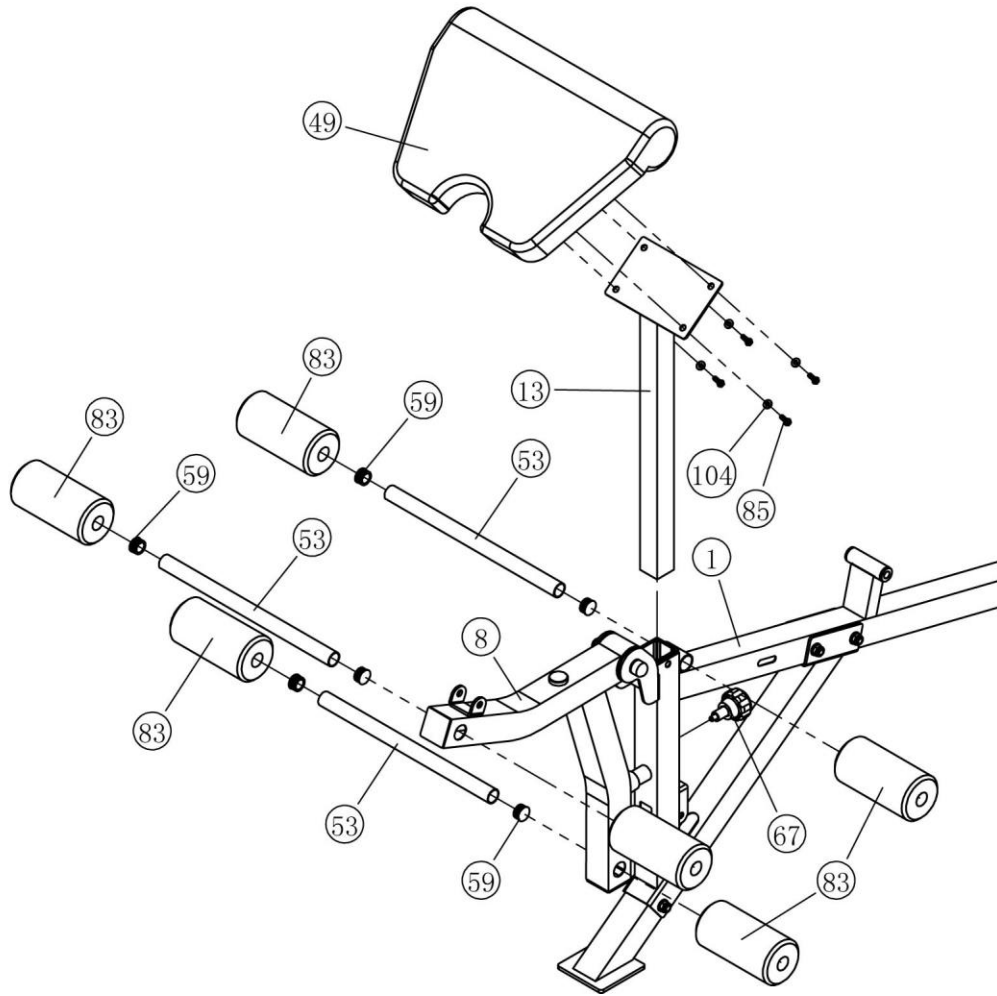
1. Insert the 20*40 Plug(#61) into the end of part(#20, #31, #32).
2. Attach the part(#25) to the part(#18) using (1)M10*75 Hex Bolt(#94), (2) ϕ 10 Washers(#108) , (1)M10 Nylon Lock Nut(#101).
3. Attach the part(#20, #31, #32) to the part(#11) using (1)M12*150 Hex Bolt(#98), (2) ϕ 12 Washers(#109) and (1)M10 Nylon Lock Nut(#102).
4. Attach the part(#31, #32) to the part(#25) using (1)M12*150 Hex Bolt(#98), (2) ϕ 12 Washers(#109) and (1)M10 Nylon Lock Nut(#102).
5. Adjust the angle of the part(#20) position and insert the ϕ 10*80 L-Pin(#72).

Step 8



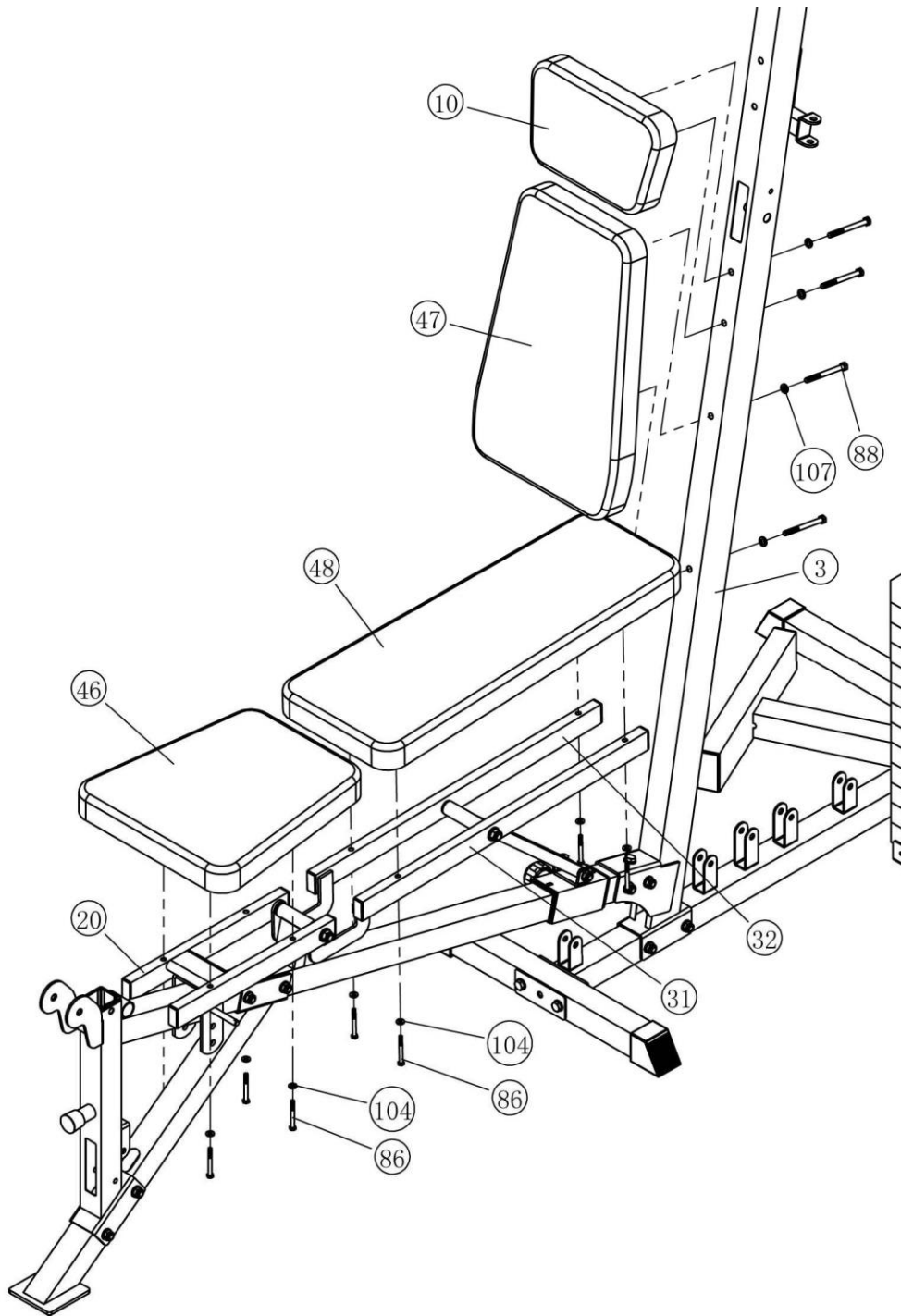
1. Insert the 50*50 Plug(#64) and the Buffer(#73) to the part(#8).
2. Attach the part(#8) to the part(#1) using (1)M12*85 Hex Bolt(#97), (2) ϕ 12 Washers(#109) , (1)M12 Nylon Lock Nut(#102).
3. Adjust the Bolt(#97) just enough for part(#8) to pivot freely,then install the M12 Nut Caps(#78).
4. Set the Comfort Grip(#75) to the Handle(#12).
5. Attach the part(#12) to the part(#8) using the ϕ 10*60 L-Pin(#71).

Step 9



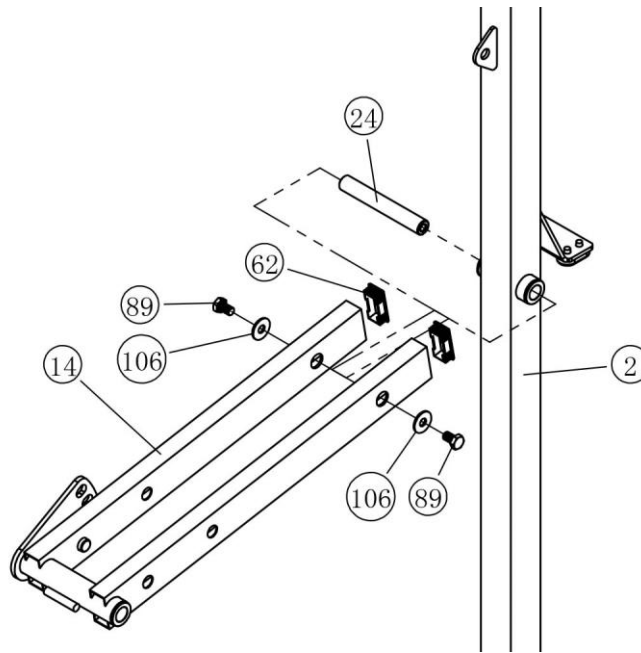
1. Insert the ϕ 25 Plug(#59) into the Foam Roller Tube(#53).
2. Insert the tube through the hole, and then slide the ϕ 80*160 Foam Roller(#83) onto it, as shown in figure.
3. Attach the Arm Pad(#49) to the part(#13) using (4)M6*20 Hex Bolts(#85) and (4) ϕ 6 Big Washers(#104).
4. Adjust the height of the part(#13) position and screw the Locking-Pin(#67).

Step 10



4. Separately attach the Backrest Pad(#10,#47) to the part(#3) using (2)M8*90 Hex Bolts(#88) and (2) ϕ 8 Washers(#107).
5. Attach the Pec Backrest Pad(#48) to the part(#31, #32) using (4)M6*55 Hex Bolts(#86) and (4) ϕ 6 Big Washers(#104).
6. Attach the Seat Pad(#46) to the part(#20) using (4)M6*55 Hex Bolts(#86) and (4) ϕ 6 Big Washers(#104).

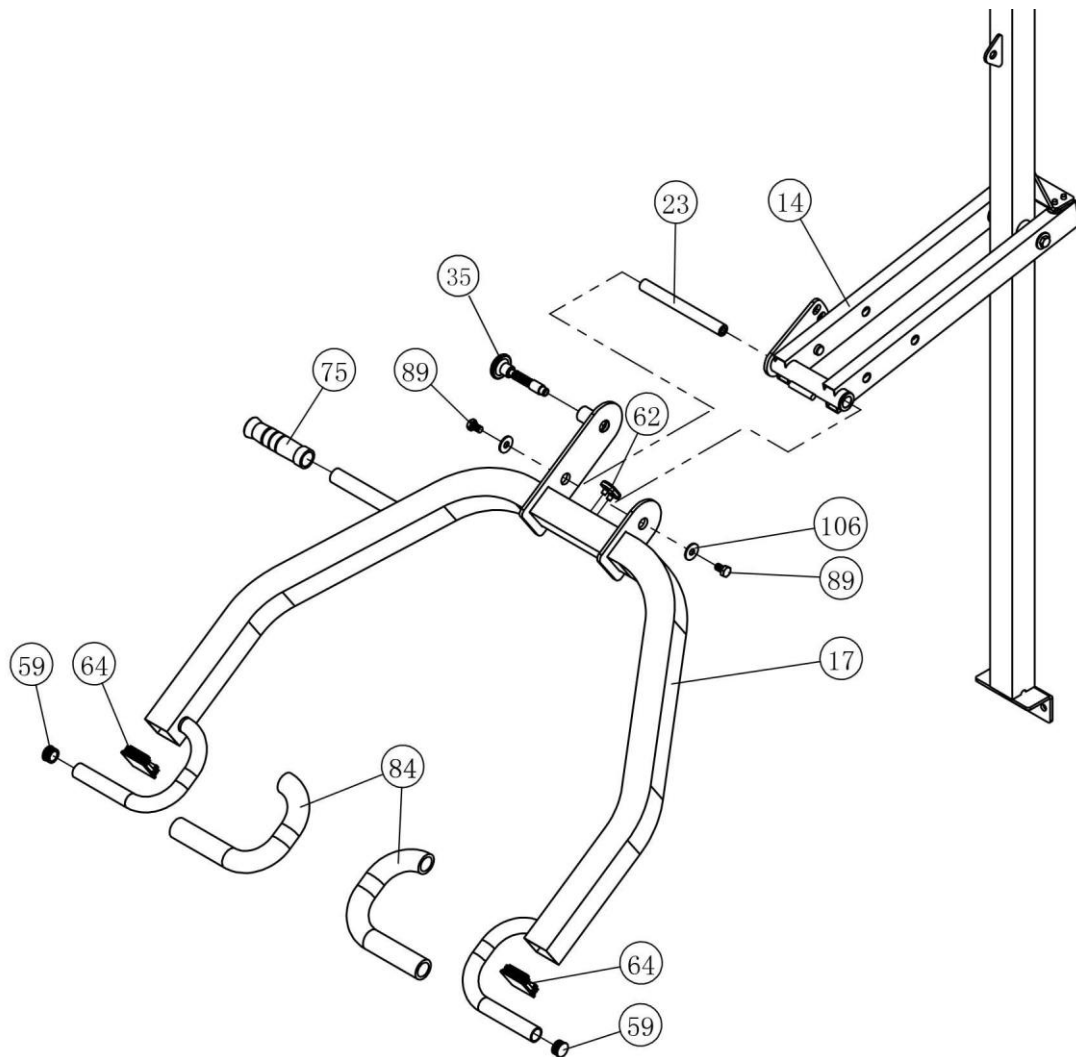
Step 11



1. Insert the 25*50 Plug(#62) to the end of part(#14).
2. Insert the Short Shaft(#24) to the hole of part(#2).
3. Attach the part(#14) to the part(#2) using (2)M10*16 Hex Bolts(#89) and (2) ϕ 10 Big Washers(#106).

Assembly

Step 12



1. Insert the 50*50 Plug(#64), ϕ 25 Plug(#59) and the U-Buffer(#74) to the end of part(#17).
2. Set the Comfort Grip(#75) to the part(#17).
3. Slide the ϕ 23*300 Foam(#84) to the part(#17).
4. Insert the Long Shaft(#23) to the hole of part(#14).
5. Attach the part(#17) to the part(#14) using (2)M10*16 Hex Bolts(#89) and (2) ϕ 10 Big Washers(#106).
6. Screw the Pop-Pin(#35) to the part(#17).

STEP 13

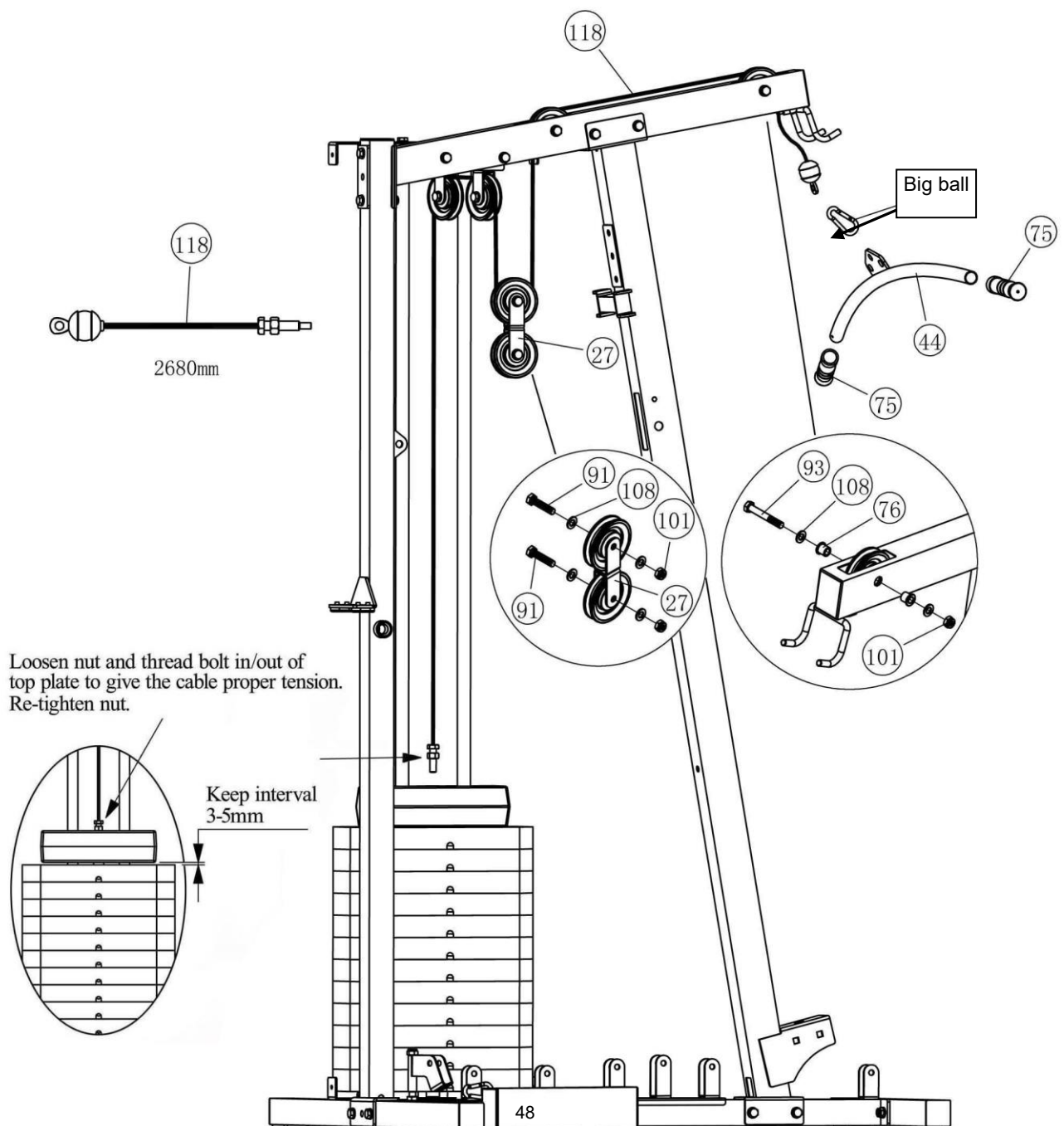
CABLE LOOP DIAGRAM

After the Machine is assembled, check whether the cable is tensioned. (At correct tension, there should be a gap of 3-5mm between the Top Plate and the Weight Stack).

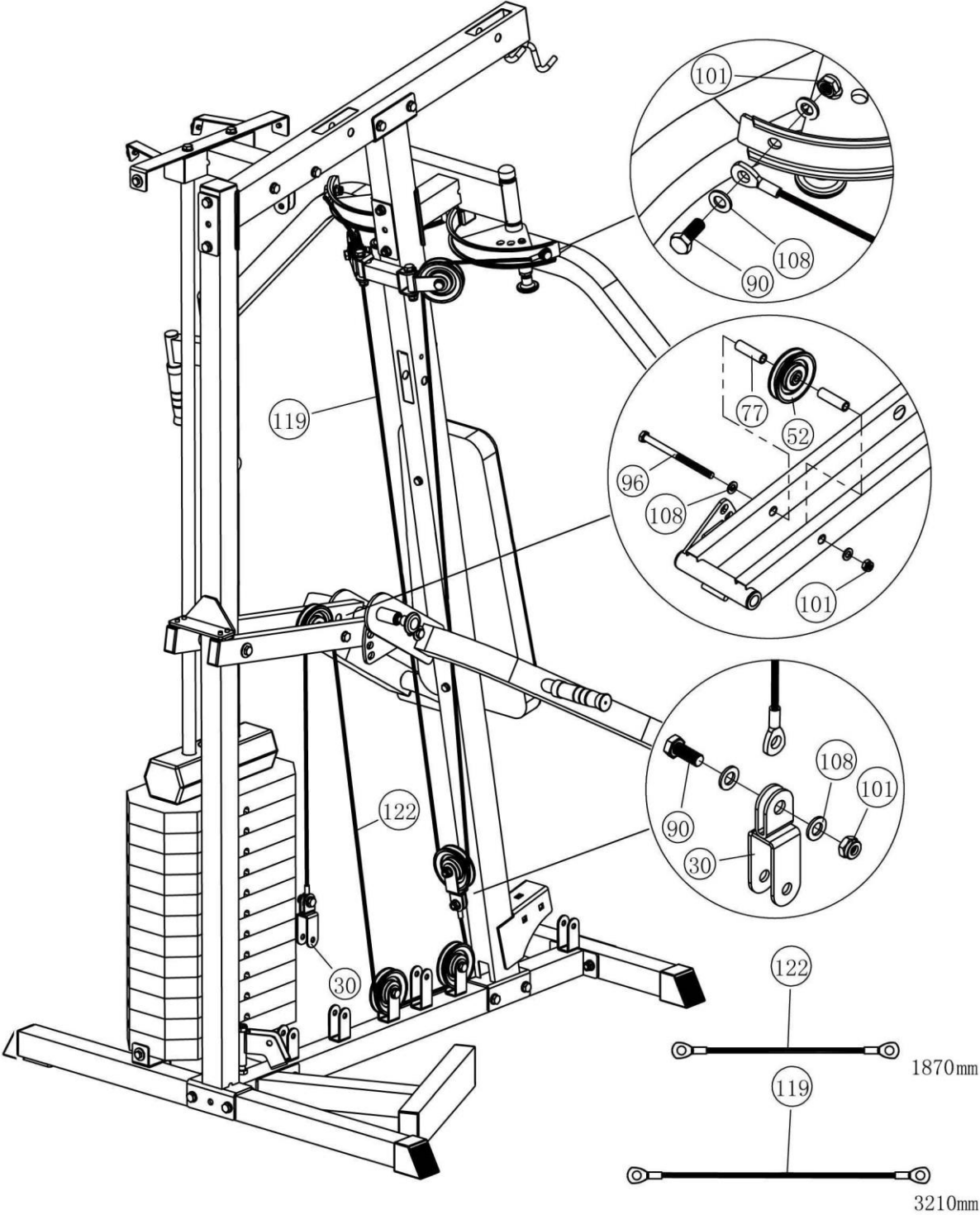
If the Cable is slightly loose, adjust it by tightening the Bolt at the top of the weight stack.

If the Cable is very loose, adjust the length of Coil Chain (115), using the Snap Link (114).

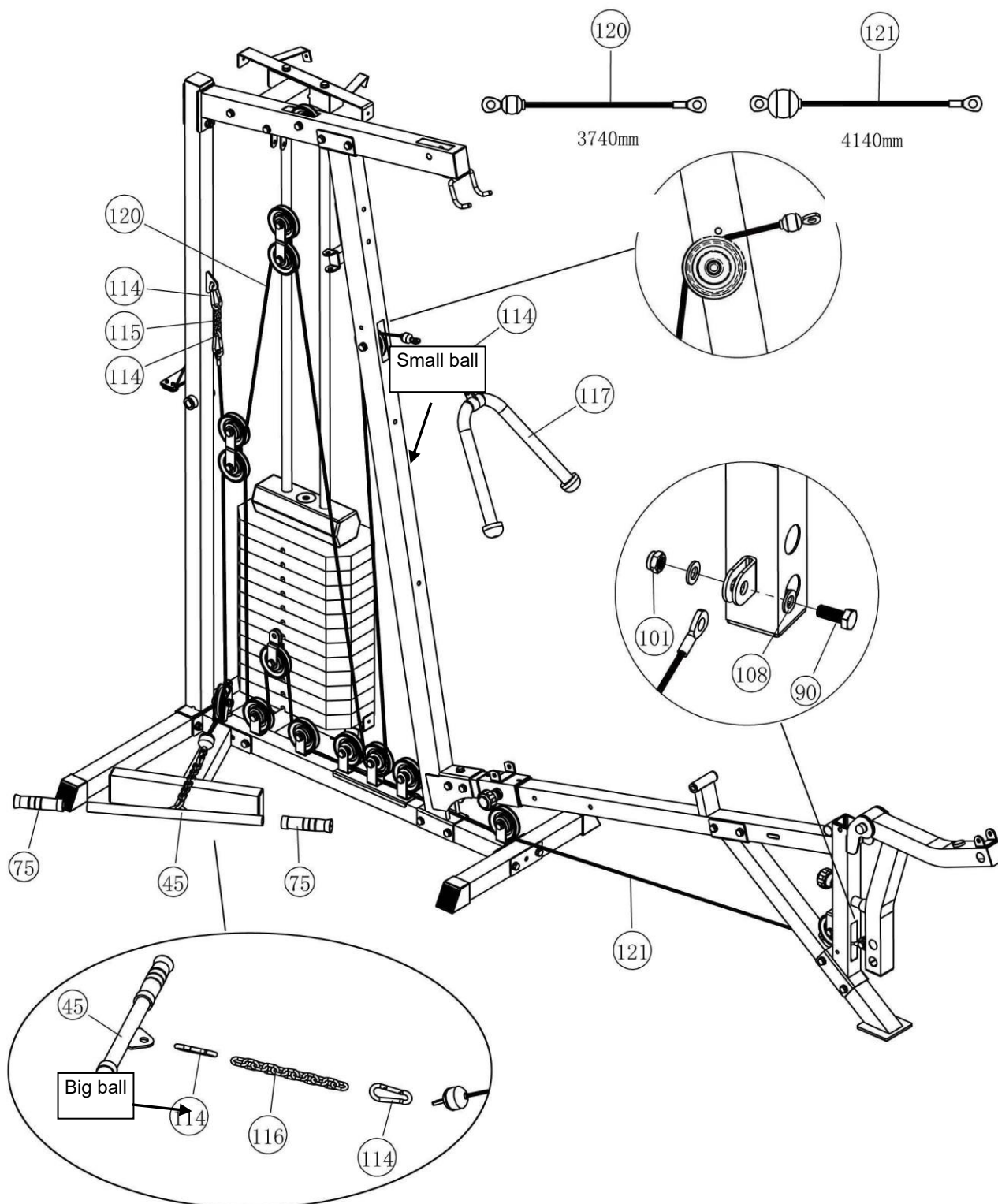
LAT CABLE



PEC CABLE+CONNECTING CABLE

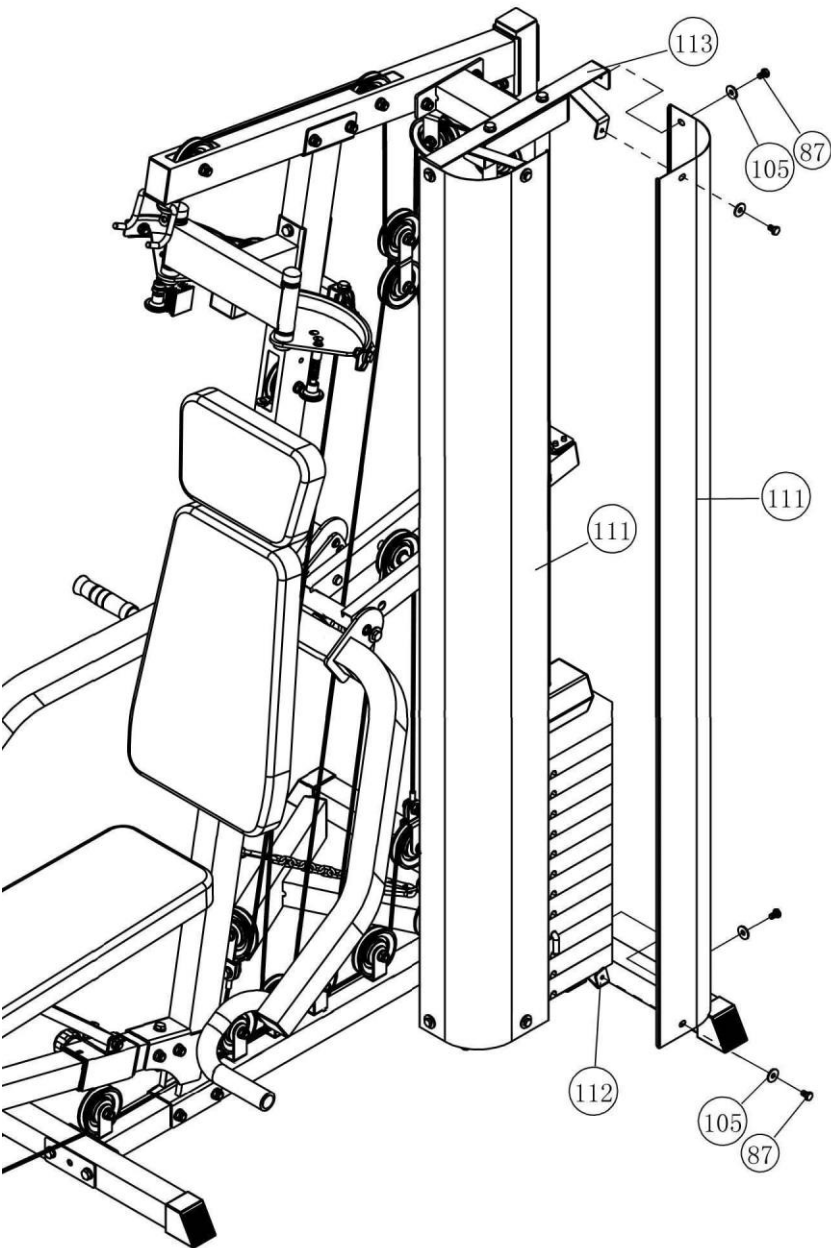


ABDOMINAL CABLE+LEG CABLE





Step 14



Step 14

1. Attach the Weight Stack Covers(#111) to the Bottom Cover Support(#112) and the Top Cover Support(#113) with (8)M8*12 Hex Bolts(#87) and (8) ϕ 8 Big Washers(#105).

Wrench tighten all bolts and nuts.

The basic Home Gym should now be fully assembled.

Please check that all bolts are tight and cables are seated correctly on all pulleys before using.

Adjustments to the cables may need to be made during the first session of using.

Instruction For Using

In the event of failure of this product to conform to this warranty during the warranty period, please call your local retailer.

1. **WARNING:** Recommended maximum user weight: 100KG.
2. **WARNING:** Remove any object from an area of 2.5m×1.5m around the equipment for safety operation before you start your training work.
3. **WARNING:** It is important for keeping unsupervised children away from the equipment in order to avoid injuring them.
4. **WARNING:** Use the equipment and start your training step by step, because injuries to health may result from incorrect or excessive training.
5. **WARNING:** The equipment is designed for home use only. Use the equipment only for its intended use as described in this manual. DO NOT use any other accessories not recommended by the manufacturer.
6. **WARNING:** Parents and others in charge of children should be aware of their responsibility because the natural play instinct and the fondness of experimenting of children can lead to situations or behaviors for which the training equipment is not intended.
7. **WARNING:** If children are allowed to use the equipment, their mental and physical development and above all their temperament should be taken into account. They should be controlled and instructed to the correct use of the equipment. The equipment is under no circumstances suitable as a children's toy.
8. The maximum load of the equipment is 70KG. The load adjustment is by adding top plate with the selector pin.

WARNING: The selector pin must be fastened. And you should pay an attention your circumference for fear that somebody play a joke on you.

9. **WARNING:** Any of the adjustment devices should not be left projecting.

10. Before you start exercising, you must do some movement as following.



Maintenance Information

1. Lubrication of all moving parts is essential to the longevity and optimal performance of your Machine. Initial lubrication of some parts of your gym has been done at the factory, but the weight stack guide rods must be lubricated at the time of assembly. We recommend a clear aerosol, silicone or Teflon spray.

Note: Do not use oil based lubricants as they will attract dust, dirt and grime, and will eventually gum up and erode bushings and sealed bearings.

2. All pulleys and bushings should be checked regularly for signs of wear.
3. Check and adjust cable tension periodically as it will maintain proper anatomical function.
4. Periodically check all moving parts, upholstery and grips for signs of wear or damage. If there is a problem or replacement part which is necessary, STOP USING THE EQUIPMENT and immediately contact your local retailer. Replace parts using only genuine parts.
5. As needed, upholstery may be cleaned with a mild solution of soap and water. Regular use of a vinyl treatment will add to the life and appearance of your upholstery.
6. All chrome plated surfaces should be cleaned regularly to prolong the life and luster of the finish. Wipe machine down with a damp cloth and dry thoroughly each day. At least once a week your chrome equipment should be polished with a commercial grade or automotive type chrome polish.
7. When checking the bolts and nuts, be sure they are all fully fastened. If there is a bolt or nut that continuously loosens obtain a replacement through your local retailer.
8. Check welds to be free of cracks.
9. Failure to perform routine maintenance could result in personal injury and/or equipment damage.

ASSEMBLY INSTRUCTION:

Note:

1. Washer should be placed on both ends of all bolts (against the head of the bolt and against the nut) unless otherwise specified in these instructions.
2. Hand tighten all bolts on initial assembly and finally tighten with the wrench once the entire structure is erect.
3. Some parts may be pre-assembled at the factory.
4. Assembly requires the assistance of another person.

TERMS OF REFERENCES

Home gym is use for all body exercises . **Home gym TYTAN 10 is H class item. Unit is not intended for commercial use therapy or rehabilitation.**

TRAINING INSTRUCTION



1. Warm-Up

To prevent injury and maximize performance we recommend that each workout period starts with a warm-up.

UPOZORNĚNÍ: PŘED POUŽITÍM FITNESS ZAŘÍZENÍ JE POTŘEBA SI PŘEČÍST NÁVOD.

NENESEME ZODPOVĚDNOST ZA ÚRAZY NEBO POŠKOZENÍ PŘEDMĚTŮ ZPŮSOBENÉ NESPRÁVNÝM POUŽÍVÁNÍM TOHOTO VÝROBKU.

TECHNICKÉ ÚDAJE

Hmotnost netto – 213kg

Rozměry po rozložení – 185 x 161 x 202 cm

Maximální zatížení výrobku – 140 kg

ÚDRŽBA

K čištění zařízení není vhodné používat agresivní čisticí prostředky. Používejte měkký, vlhký hadřík na odstraňování špíny a prachu. Odstraňujte stopy potu neboť kyselá reakce může poškodit potah. Zařízení je potřeba přechovávat na suchém místě, aby bylo chráněno před vlhkostí a korozí.

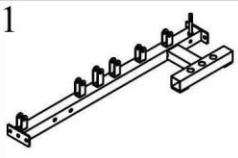
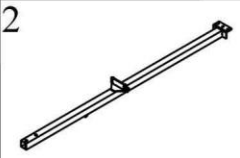
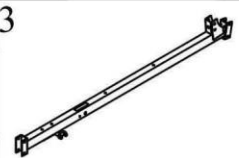
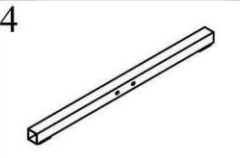
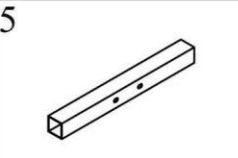
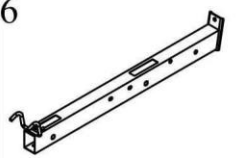
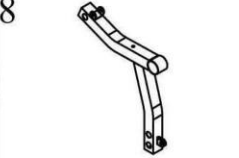
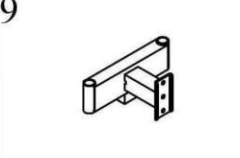
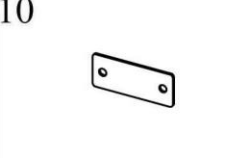
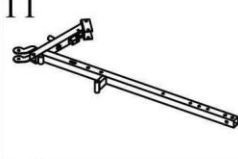
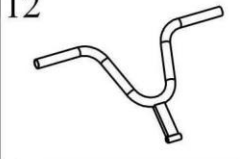
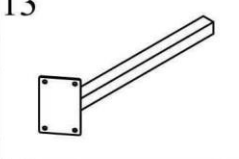
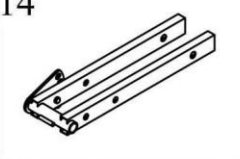
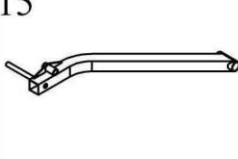
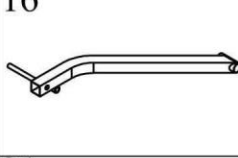
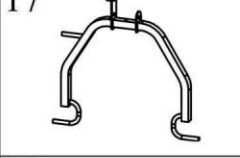
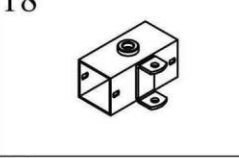
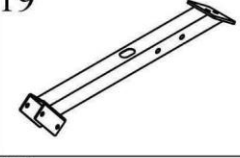
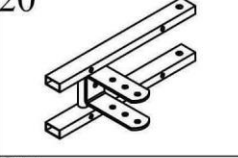
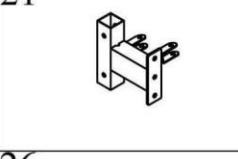
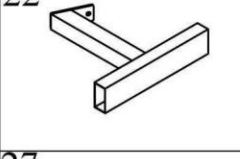
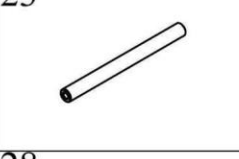
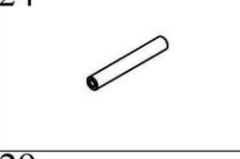
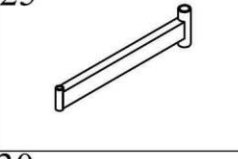
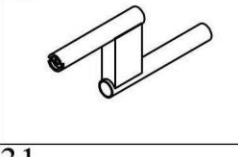
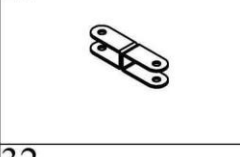
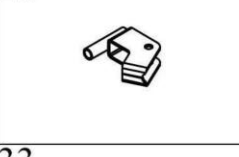
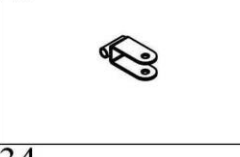
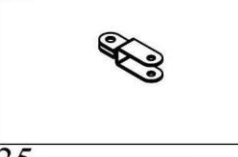
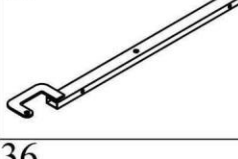
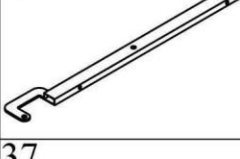
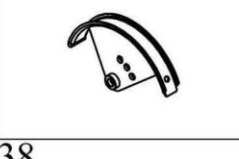
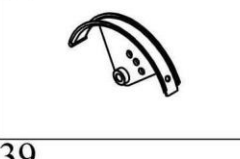
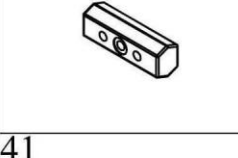
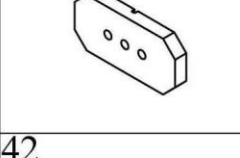
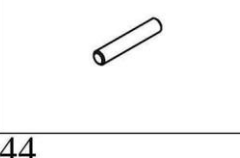
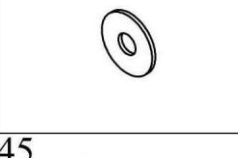
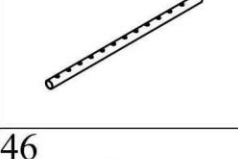
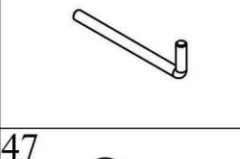
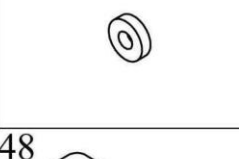
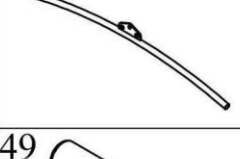
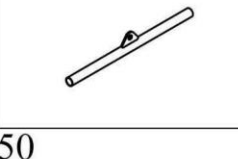
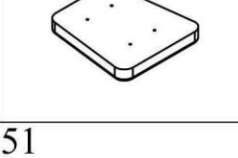
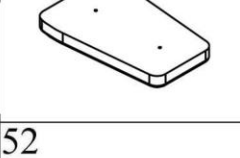
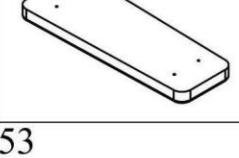
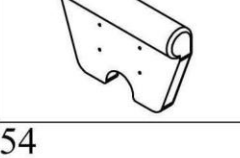
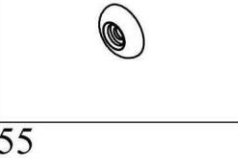
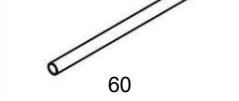
SEZNAM ČÁSTÍ

Č.	Název	Počet	Č.	Název	Počet
1	Dolní část hlavního rámu	1	62	Koncovka 25*50	4
2	Zadní vzpěra	1	63	Koncovka 45*45	2
3	Hlavní vzpěra	1	64	Koncovka 50*50	9
4	Zadní základna	1	65	Koncovka 50*70	1
5	Přední základna	1	66	Koncovka 40*80	2
6	Horní tyč	1	67	Blokační šroub	2
7	Kolejnice	2	68	Nylonové ložisko Φ 25,8*18	4
8	Tyč k posilování nohou	1	69	Malá zádová opěrka	1
9	Zpevňovací část tyčí	1	70	Plastové ložisko Φ60	2
10	Plochá deska	3	71	Klínek ve tvaru písmene „L” Φ10*60	1
11	Přední část hlavního rámu	1	72	Klínek ve tvaru písmene „L” Φ10*80	1
12	Držadlo	1	73	Krytka	1
13	Tyč podpěradla	1	74	Krytka ve tvaru písmene „U”	3
14	Regulační rám	1	75	Kryt držadla	9
15	Pravá tyč motýlku	1	76	Plastová objímka	6
16	Levá tyč motýlku	1	77	Objímka	2
17	Rameno motýlku	1	78	Matka M12	2

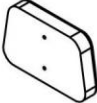
18	Vysouvací rám	1	79	Matka M16	2
19	Podnožník	1	80	Objímka $\Phi 12$	4
20	Rám sedadla	1	81	Objímka $\Phi 16$	4
21	Část rámu - Pec Top Beam	1	82	Objímka $\Phi 19$	4
22	Dolní boční rám	1	83	Pěnovkový váleček $\Phi 80 \times 160$	6
23	Dlouhý váleček	1	84	Pěnovkový váleček $\Phi 23 \times 300$	2
24	Krátký váleček	1	85	Šroub M6x20	4
25	Vzpěra	1	86	Šroub M6x55	8
26	Držadlo k posilování prsních svalů	2	87	Šroub M8x12	8
27	Dvojitý držák kladek	2	88	Šroub M8x90	2
28	Boční držák kladky	1	89	Šroub M10x16	4
29	Držák kladky	2	90	Šroub M10x25	7
30	Samostatný držák kladky	2	91	Šroub M10x45	18
31	Levý rám opěradla	1	92	Šroub M10x65	5
32	Pravý rám opěradla	1	93	Šroub M10x70	15
33	Pravý nastavitelný rám	1	94	Šroub M10x75	7
34	Levý nastavitelný rám	1	95	Šroub M10x90	2
35	Klínek	3	96	Šroub M10x150	1
36	Horní závaží	1	97	Šroub M12x85	1
37	Závaží	12	98	Šroub M12x150	2
38	Objímka	1	99	Šroub M8x20	2
39	Klínek pro výběr zatížení	1	100	Šroub M10x20	2
40	Podložka závaží	1	101	Nylonová matka M 10	50
41	Tyč pro nastavení zátěže	1	102	Nylonová matka M12	4
42	Klínek ve tvaru písmene „L“ $\Phi 10 \times 120$	1	103	Nylonová matka M16	2
43	Odrážedlo	2	104	Velká podložka $\Phi 6$	12
44	Tyč k posilování (bench press)	1	105	Velká podložka $\Phi 8$	8
45	Tyč dolní kladky	1	106	Velká podložka $\Phi 10$	4
46	Sedadlo	1	107	Podložka $\Phi 8$	2

47	Hlavní opěradlo	1	108	Podložka Φ10	105
48	Zadní část sedadla	1	109	Podložka Φ12	6
49	Podpěradlo	1	110	Podložka Φ16	2
50	Ozdobná krytka	2	111	Kryt závaží	2
51	Podložka	2	112	Dolní vzpěra krytu závaží	1
52	Kladka	22	113	Horní vzpěra krytu závaží	1
53	Tyč pro pěniovkový váleček	3	114	Karabina	6
54	Krytka Φ25	1	115	Krátký řetěz	1
55			116	Dlouhý řetěz	1
56	Krytka 50*30*30	1	117	Břišní pás	1
57	Koncovka 50*38	1	118	Lanko	1
58	Koncovka 60*50	2	119	Lanko „motýlkové“ části	1
59	Koncovka Φ 25*1,5	10	120	Lanko části pro posilování břišních svalů	1
60	Koncovka Φ 25*3	2	121	Lanko části pro posilování nohou	1
61	Koncovka 20*40	8	122	Spojovací lanko	1
			123	Koncovka	4

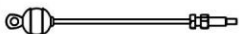
Part List

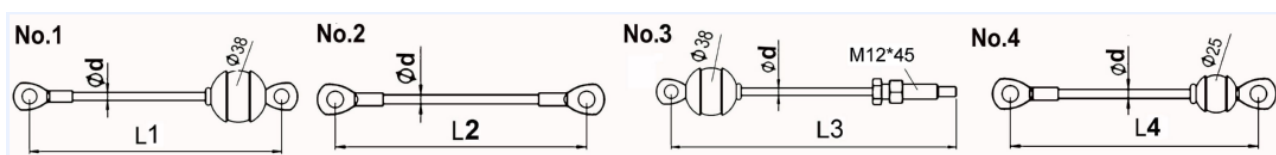
1 	2 	3 	4 	5 
6 	7 	8 	9 	10 
11 	12 	13 	14 	15 
16 	17 	18 	19 	20 
21 	22 	23 	24 	25 
26 	27 	28 	29 	30 
31 	32 	33 	34 	35 
36 	37 	38 	39 	40 
41 	42 	43 	44 	45 
46 	47 	48 	49 	50 
51 	52 	53 	54 	55 

Part List

56 	57 	58 	59 	60 
61 	62 	63 	64 	65 
66 	67 	68 	69 	70 
71 	72 	73 	74 	75 
76 	77 	78 	79 	80 
81 	82 	83 	84 	85 
86 	87 	88 	89 	90 
91 	92 	93 	94 	95 
96 	97 	98 	99 	100 
101 	102 	103 	104 	105 
106 	107 	108 	109 	110 

Part List

111 	112 	113 	114 	115 
116 	117 	118 	119 	120 
121 	122 	123 		



Lanko – délka:

- 1 – 4140
- 2 – 3210, 2 – 1870
- 3 – 2580
- 4 – 3840

POSTUP MONTÁŽE

Pozor:

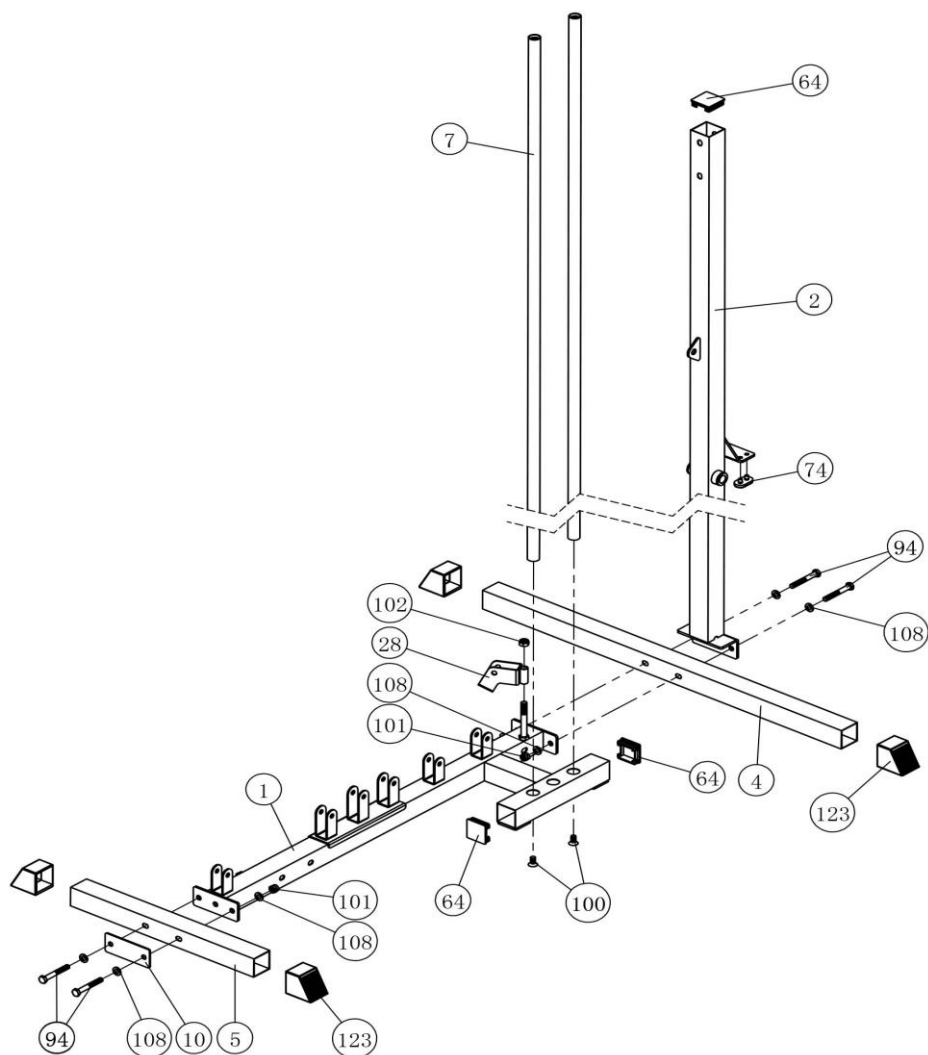
Podložka by měla být použita u ubou konců všech šroubů – pokud instrukce neradí jinak.

Všechny části smontujte ručně a poté dotáhněte klíčem.

Některé části (krytka, pěnovka, ložisko) mohou být smontovány již ve výrobě.

Montáž vyžaduje pomoc druhé osoby.

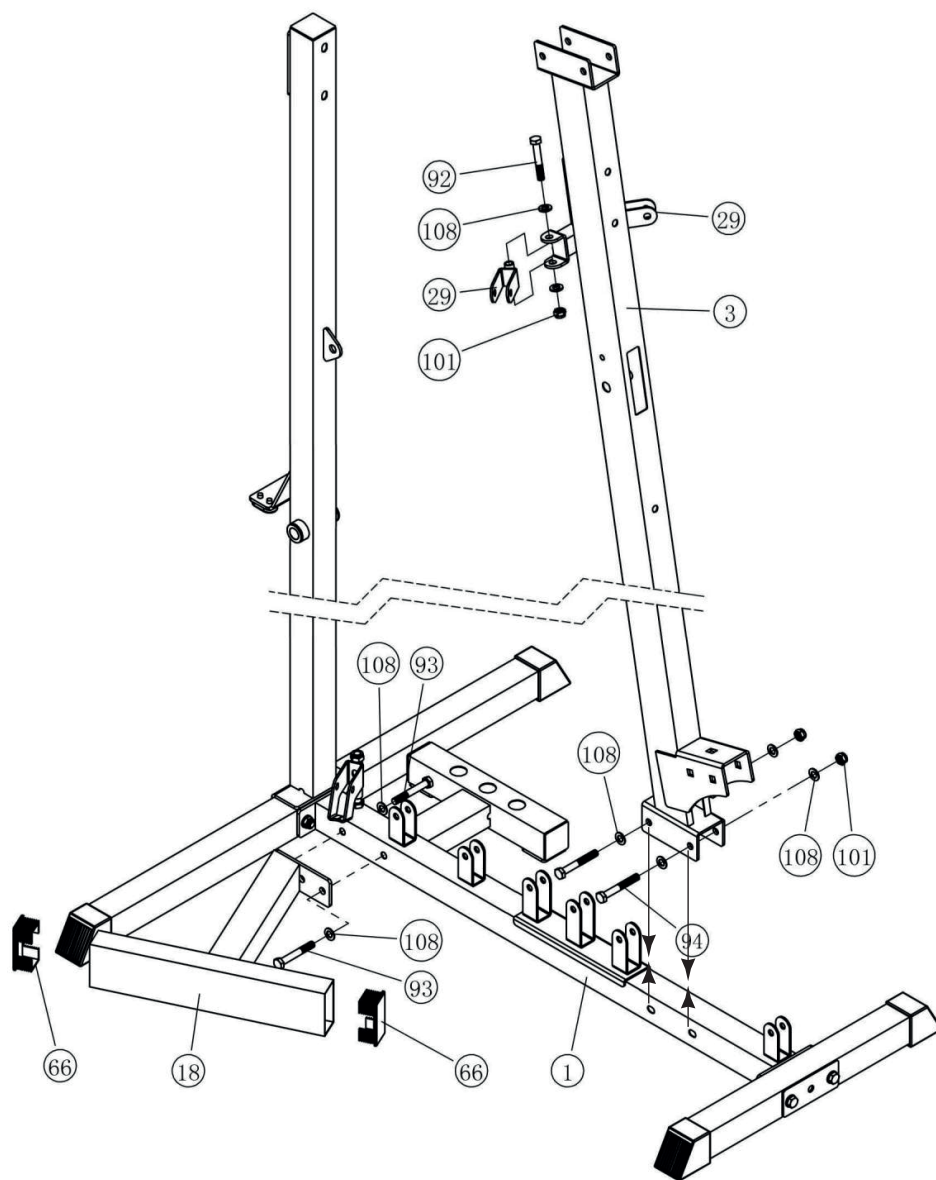
KROK 1:



1. Vložte koncovky (64) do konců částí (1, 2).
2. Vložte koncovky (123) do konců částí (4,5).
3. Vložte krytky ve tvaru písmene „U“ (74) do konců částí (2)
4. Spojte část (28) s částí (1) pomocí nylonové matky (102).
5. Protáhněte kolejnice (7) otvory v části (1) a upevněte je pomocí hexagonálních šroubů M10*20 (100).
6. Spojte část (5,10) s částí (1) pomocí šroubů M10x75 (94), (4) podložek (108) a nylonových matek (101).
7. Spojte části (2 a 4) s částí (1) pomocí šroubů (94), podložek (108) a nylonových matek (101).

Dotáhněte všechny šrouby klíčem.

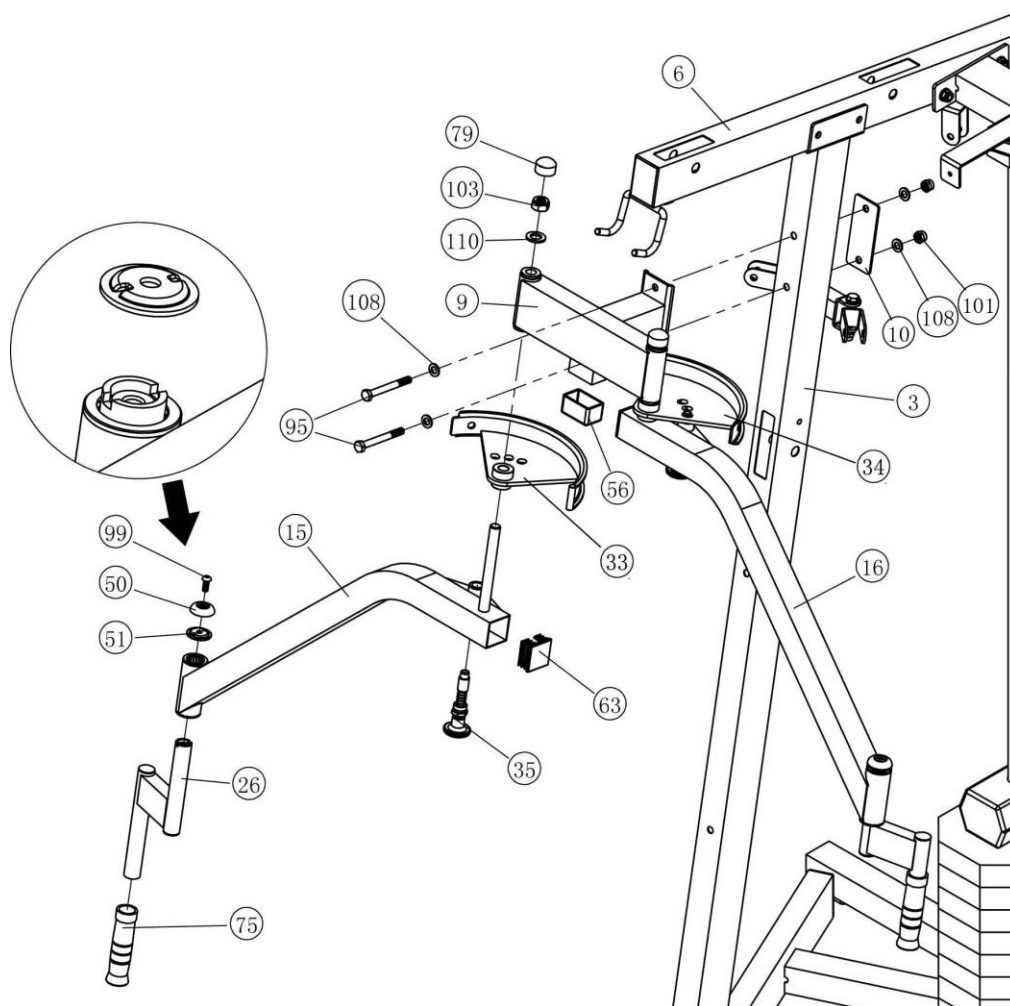
KROK 2



1. Vsuňte koncovky (66) do části (18).
2. Spojte části (18 a 1) pomocí šroubů (93) a podložek (108).
3. Spojte části (3 a 1) pomocí šroubů (93), podložek (108) a nylonových matek (101).
4. Spojte části (29 a 3) pomocí šroubů (92), podložek (108) a nylonových matek (101).

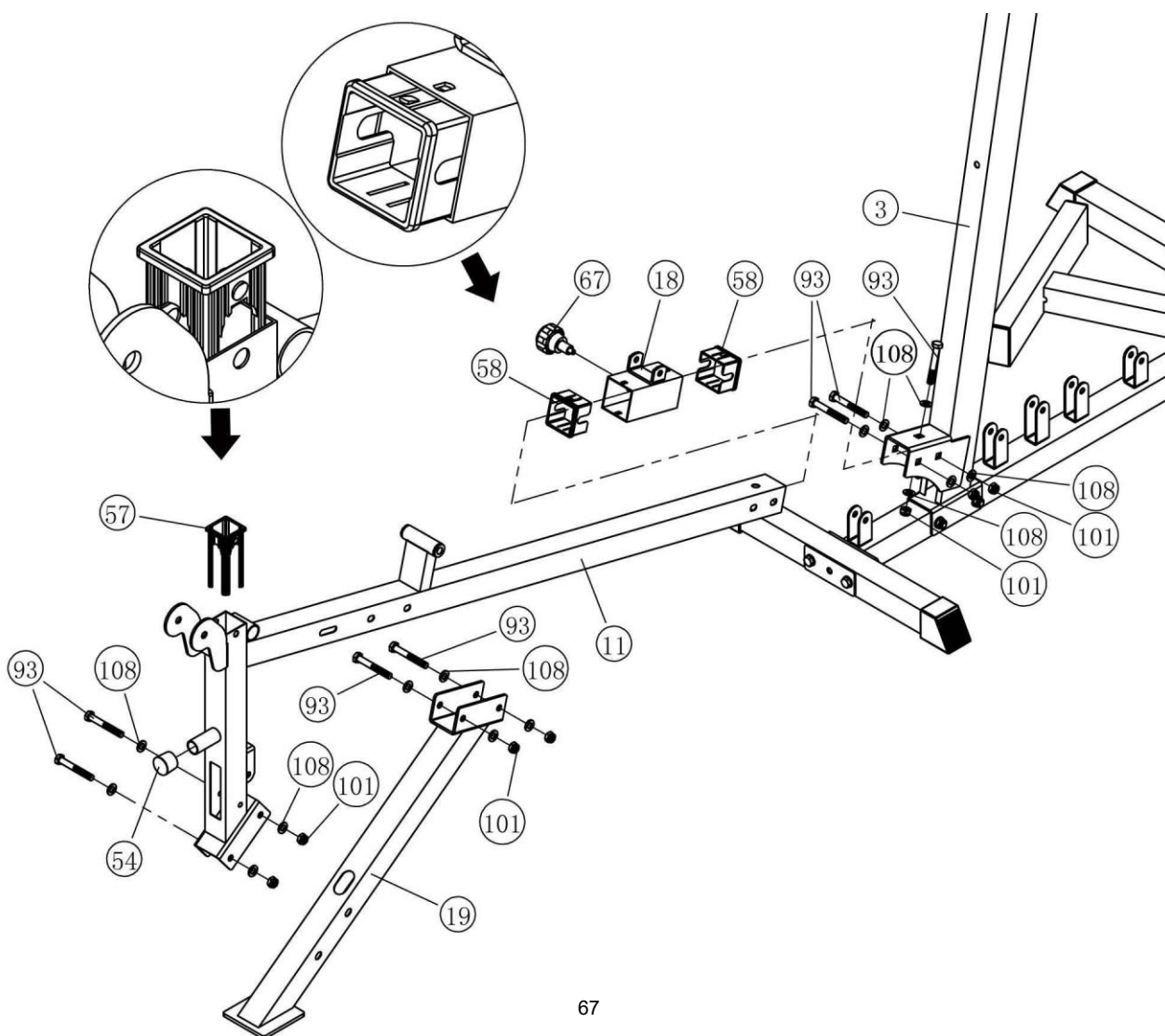
1. Vsuňte koncovku (65) do otvoru na konci horní tyče (6).
2. Vsuňte koncovky (64) do otvorů v části (21).
3. Spojte části (6 a 3) pomocí šroubů (93), podložek (108) a nylonových matek (101).
4. Spojte části (6, 10 a 2) pomocí šroubů (94), podložek (108) a matek (101).
5. Umístěte každou z kolejnic (7) do otvorů v části (21) a dále spojte části (113 a 21) s kolejnicemi (7) pomocí šroubů (90) a podložek (108).
6. Připevněte část (21) k horní tyči (6) pomocí šroubů (93), podložek (108) a nylonových matek (101).

KROK 5



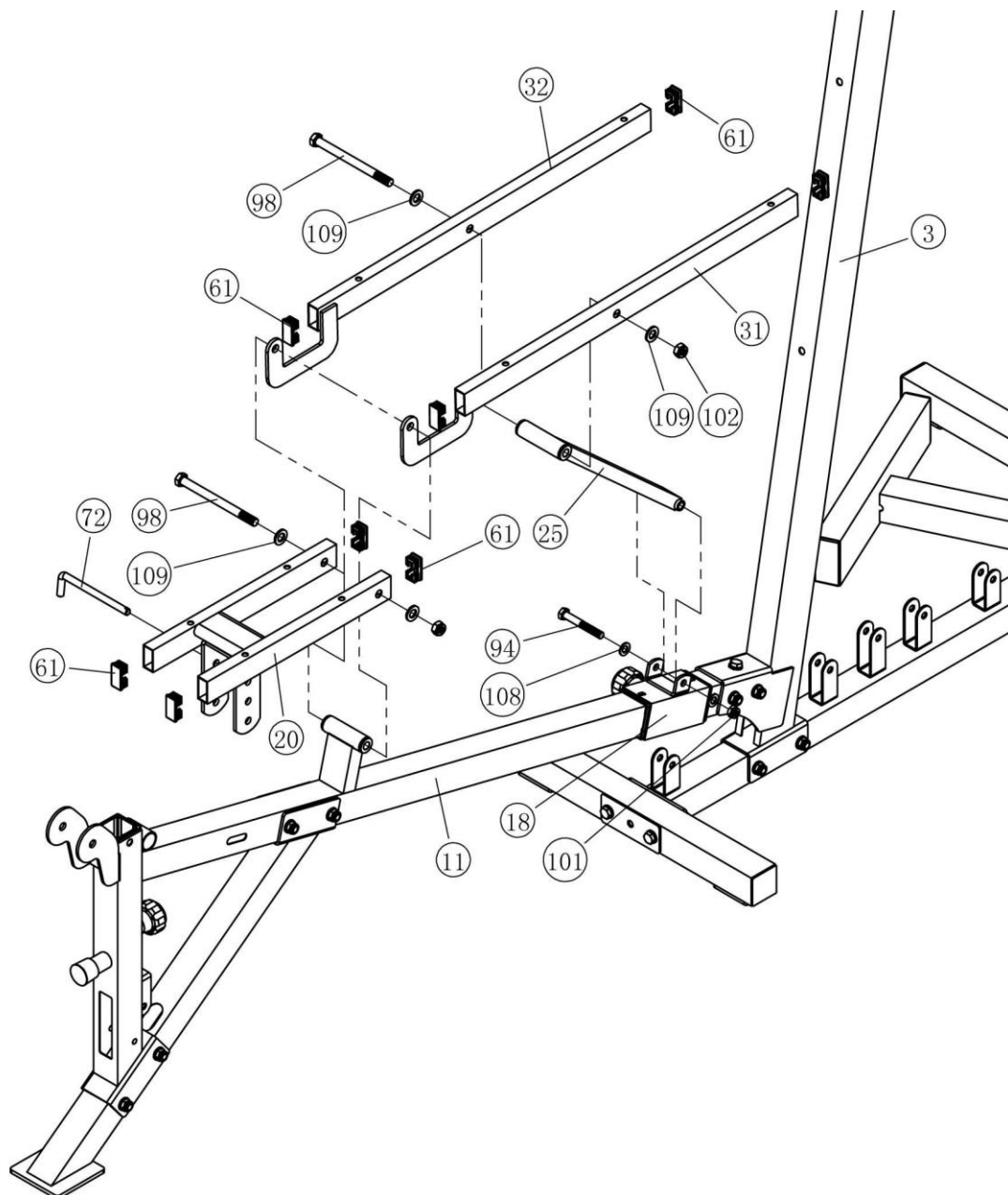
1. Nasadíte krytku (56) na část (9).
2. Spojíte části (9,10 a 3) pomocí šroubů (95), podložek (108) a nylonových matek (101).
3. Vsuňte koncovku (63) do otvoru v části (15).
4. Připevníte krytku držadla (75) na držadlo (26).
5. Spojíte části (26 a 15) pomocí podložky (51), ozdobné krytky (50) a šroubu (99).
6. Vsuňte část (15) do otvoru v rámu (33). Spojíte části (15 a 9) pomocí podložky (110), nylonové matky (103).
7. Patiči (103) utáhněte natolik, aby se část (33) mohla volně otáčet, poté na matici nasadíte krytku M16 (79)
8. Vsuňte klínek (35) do části (15).
9. Stejným postupem spojte části (16 a 34).

KROK 6



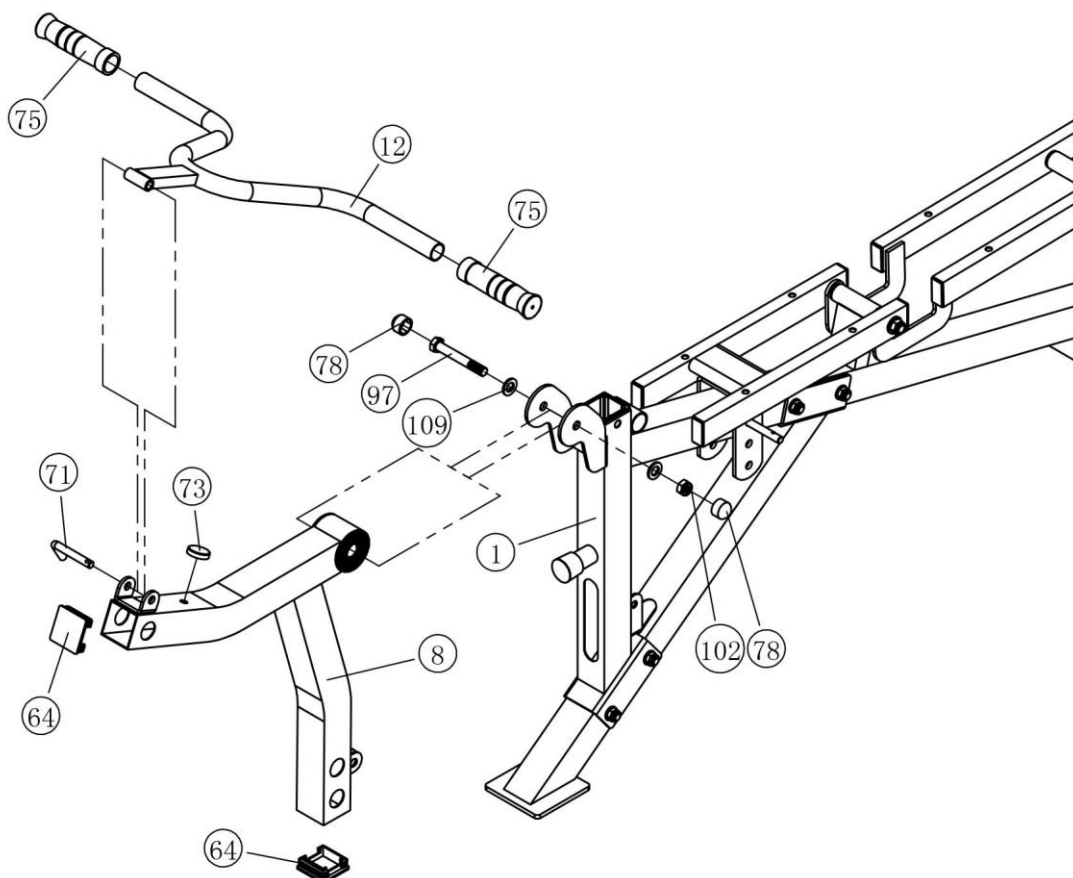
1. Nasuňte rukávy (58) na rám (18).
2. Vsuňte rám (18) na rám (11).
3. Našroubujte šroub (67) do rámu (18).
4. Naložte rukáv (57) a krytku (54) na rám (11).
5. Spojte části (19 a 11) pomocí šroubů (93), podložek (108) a nylonových matek (101).
6. Spojte části (11 a 3) pomocí šroubů (93), podložek (108) a nylonových matek (101)

KROK 7



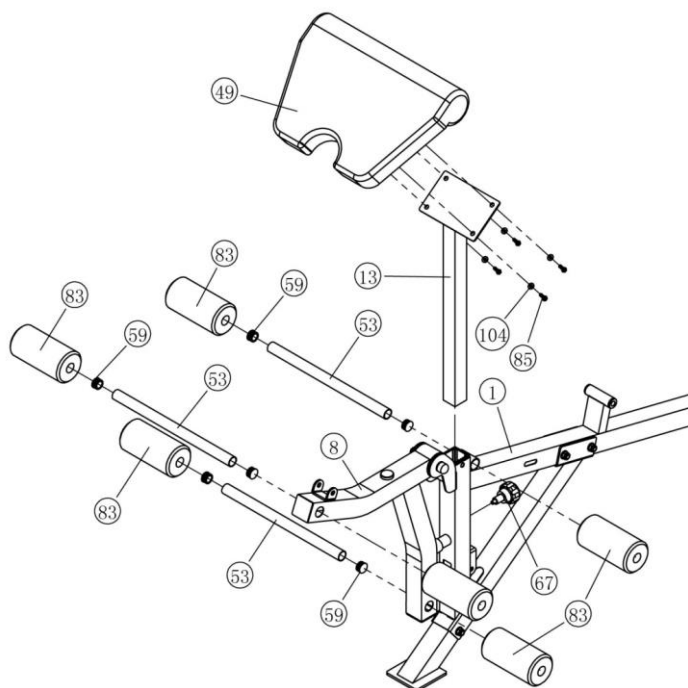
1. Vsuňte koncovky (61) do zakončení částí (20, 31 a 32).
2. Spojte části (25 a 18) pomocí šroubů (94), podložek (108) a nylonové matky (101).
3. Spojte části (20, 31 a 32) s rámem (11) pomocí šroubu (98), podložek (109) a nylonové matky (102).
4. Spojte části (31 a 32) se vzpěrou (25) pomocí šroubu (98), podložek (109) a nylonové matky (102).
5. Přizpůsobte úhel sklonu rámu sedadla (20) svým potřebám a polohu zablokujte klínkem (72).

KROK 8



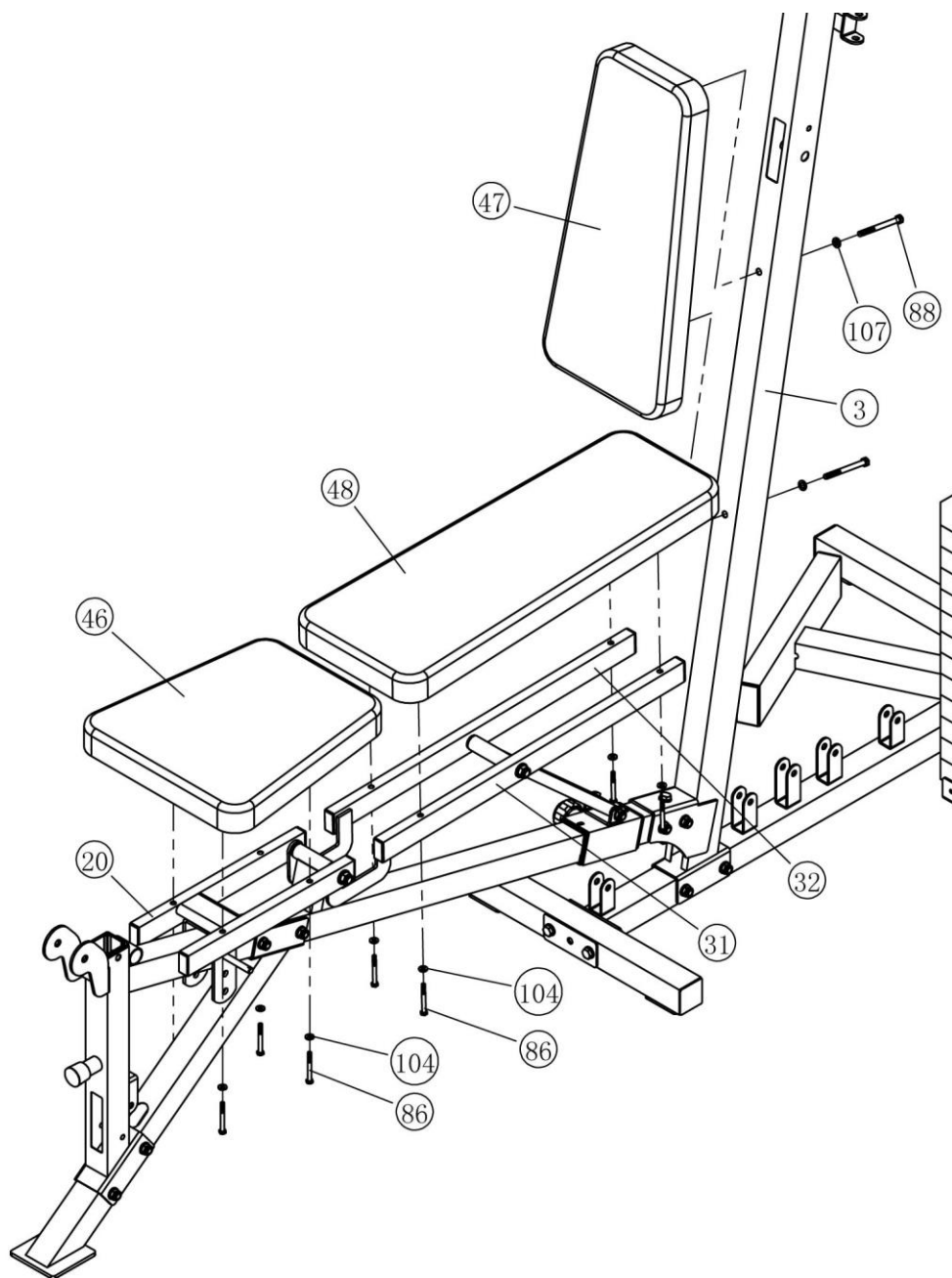
1. Vsuňte koncovku (64) a chránič (73) do tyče k posilování nohou (8).
2. Spojte části (8 a 1) pomocí šroubů (97), podložek (109), nylonové matky (102).
3. Nasaďte krytky (75) na držadlo (12).
4. Spojte části (10 a 8) pomocí klímků (71).

KROK 9



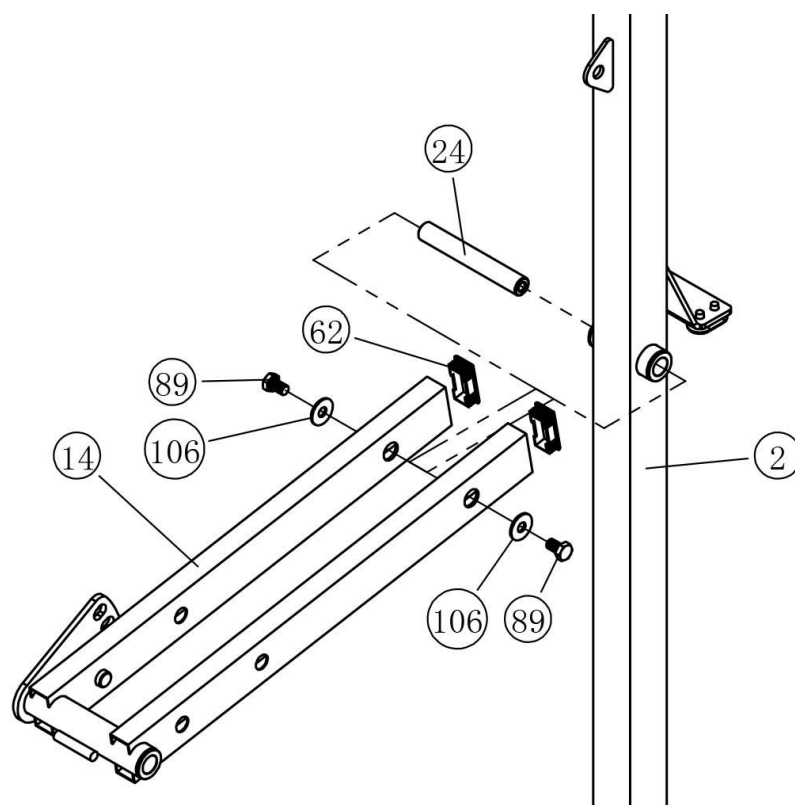
1. Vsuňte koncovky (59) do tyčí pro pěnovkové válce (53).
2. Protáhněte tyče přes otvory a natáhněte na ně pěnovkové válečky (83), viz obrázek níže.
3. Spojte části (49 a 13) pomocí šroubů (85) a velkých podložek (104).
4. Přizpůsobte výšku základny podpěradla (13) a dotáhněte ji šroubem (67)

KROK 10



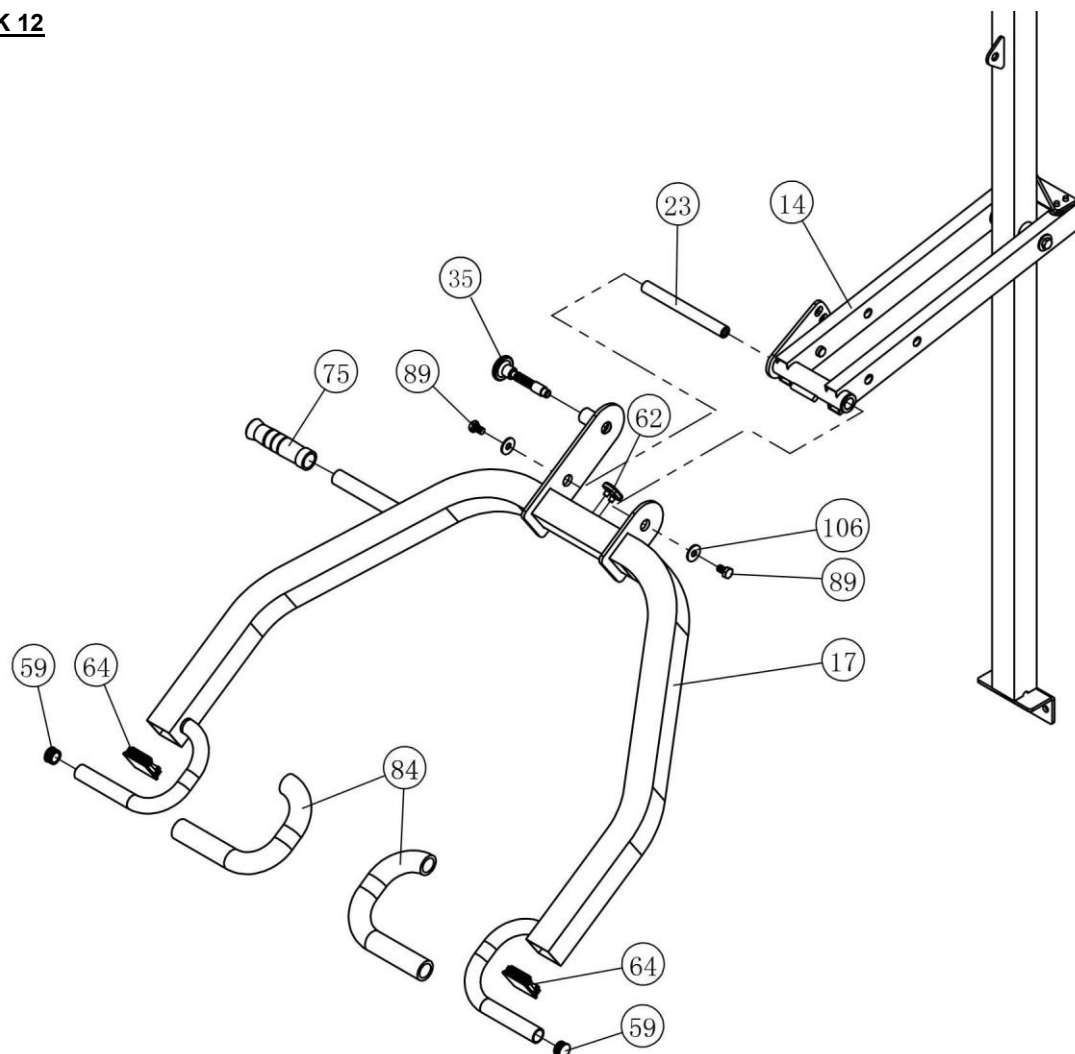
1. Spojte hlavní opěradlo (47) s hlavní vzpěrou (3) pomocí šroubů (88) a podložek (107).
2. Spojte části (48) s částmi (31 a 32) pomocí šroubů (86) a velkých podložek (104).
3. Připevněte sedadlo (46) k rámu sedadla (20) pomocí šroubů (86) a velkých podložek (104).

KROK 11



1. Vsuňte koncovky (62) do otvorů v zakončeních rámu (14).
2. Vsaďte váleček (24) do otvoru v zadní vzpěře (2).
3. Připevněte rám (14) ke vzpěře (2) pomocí šroubů (89) a podložek (106).

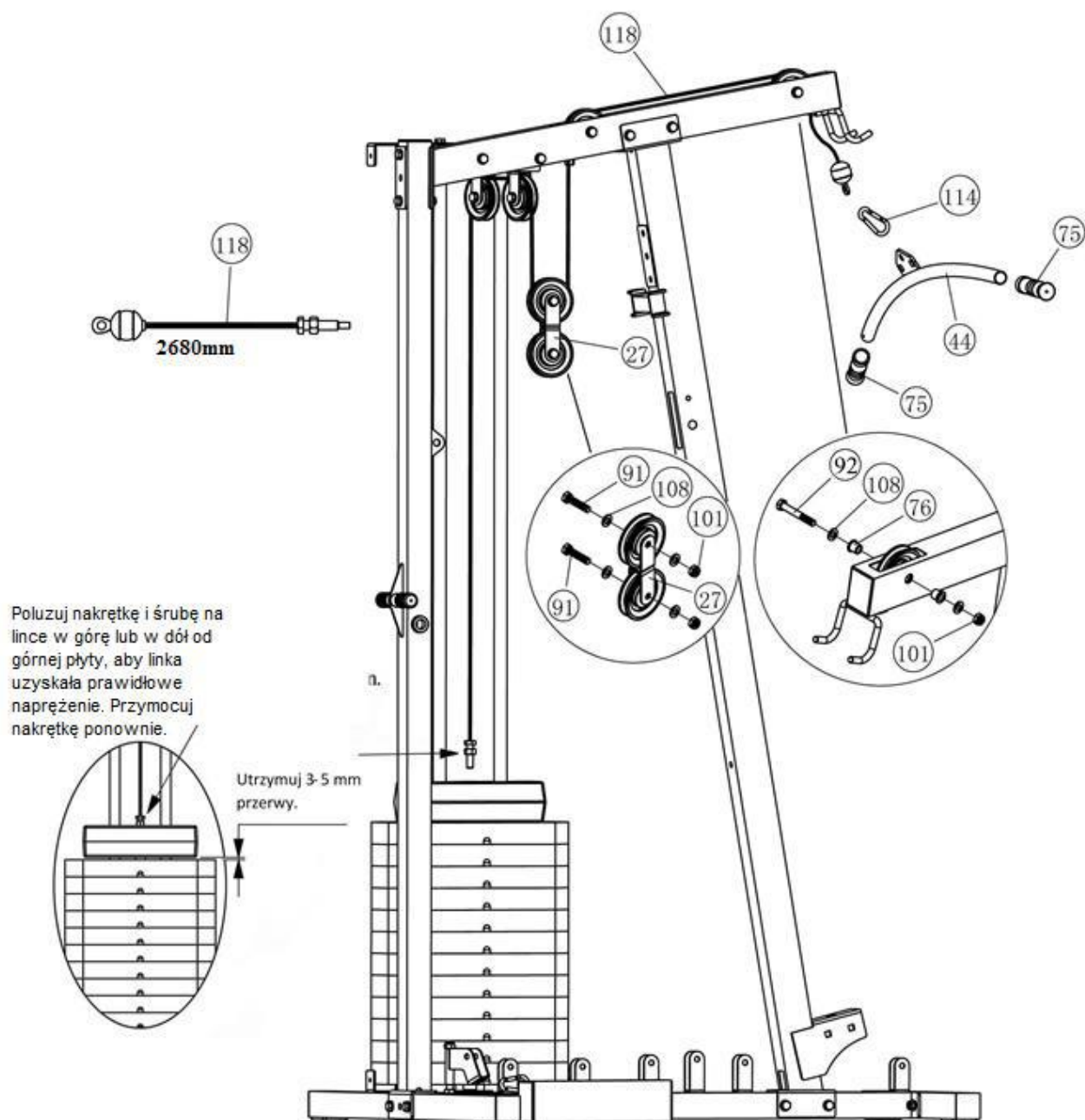
KROK 12

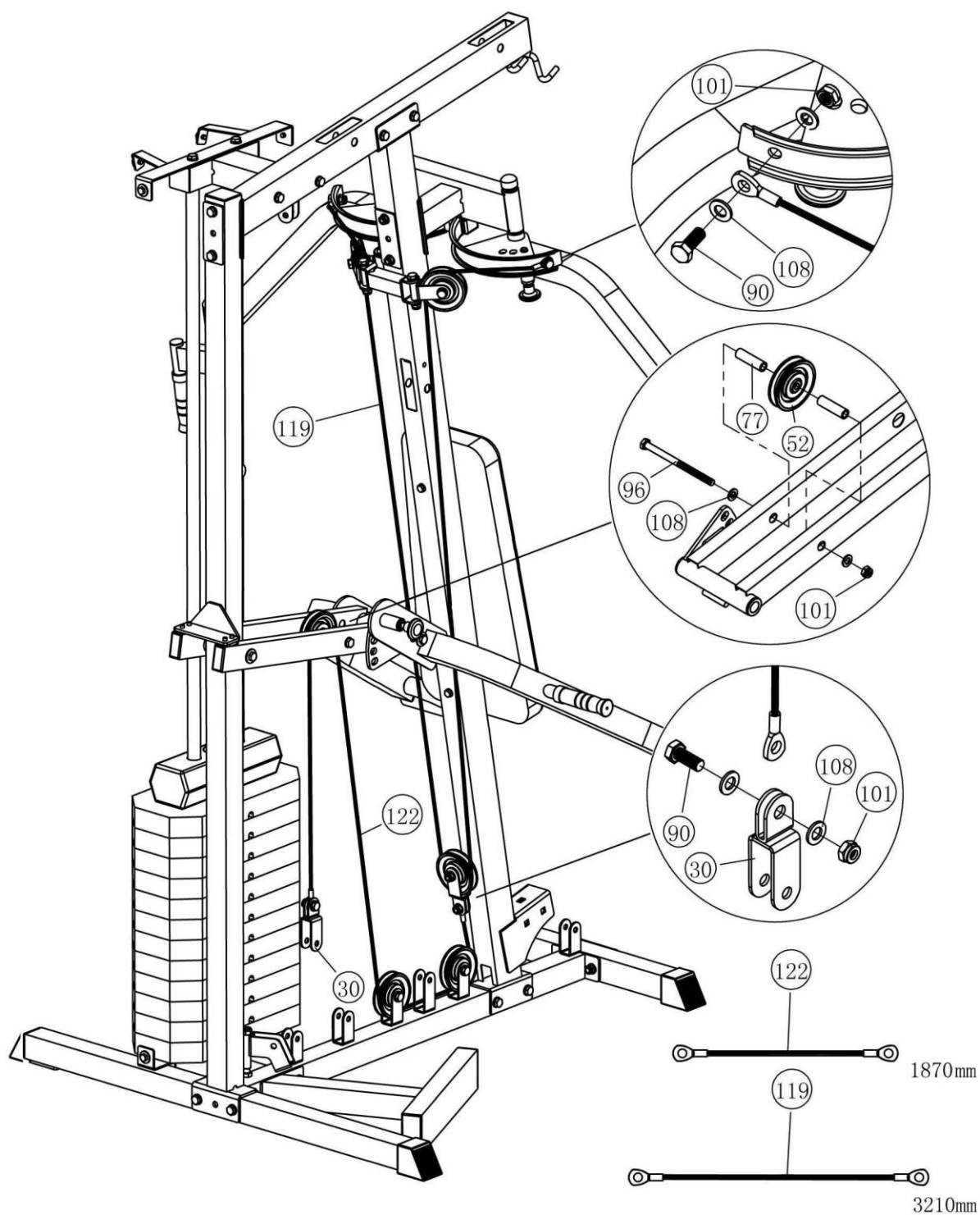


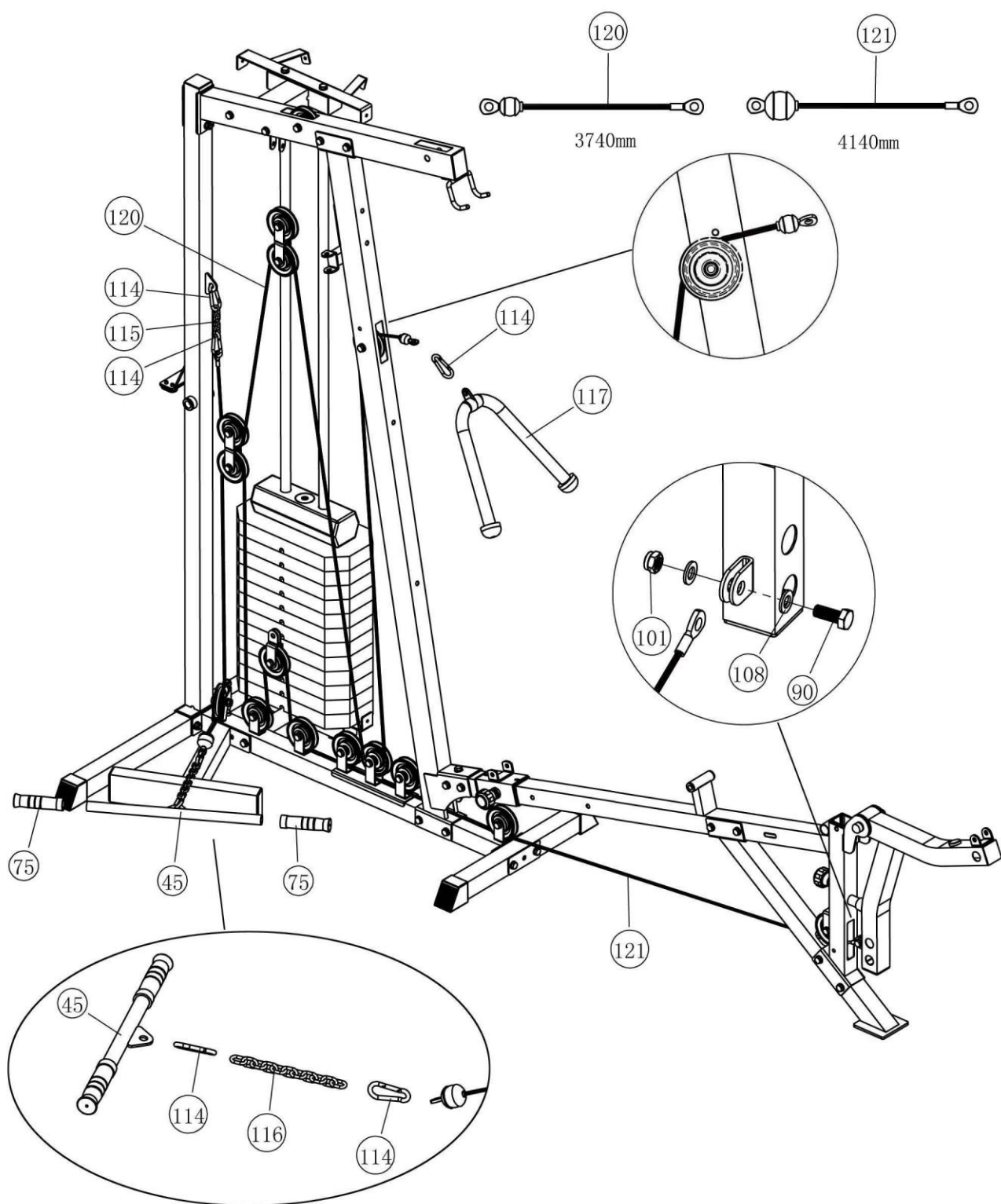
1. Vložte koncovky (64, 62 a 59) a zároveň chránič (74) a konce ramene (17).
2. Nasadte krytku držadla (75) na rameno motýlku (17).
3. Nasadte pěnovkové válce (84) na rameno (17).
4. Vsuňte váleček (23) do otvoru v rámu (14).
5. Připevněte rameno (17) k rámu (14) pomocí šroubů (89) a podložek (106).
6. Vsuňte klínek (35) do ramene (17).

KROK 13. SCHÉMA VEDENÍ LANEK

Po složení zařízení zkontrolujte, zda jsou lanka řádně napnutá. (Doporučujeme zachovat vzdálenost 3-5mm mezi horním závažím a zbytkem závaží). Pokud je lanko volné, přitáhněte lehce šroub nacházející se na vrcholu závaží. Pokud je lanko hodně volné, upravte délku řetězu (115) karabinou (114).

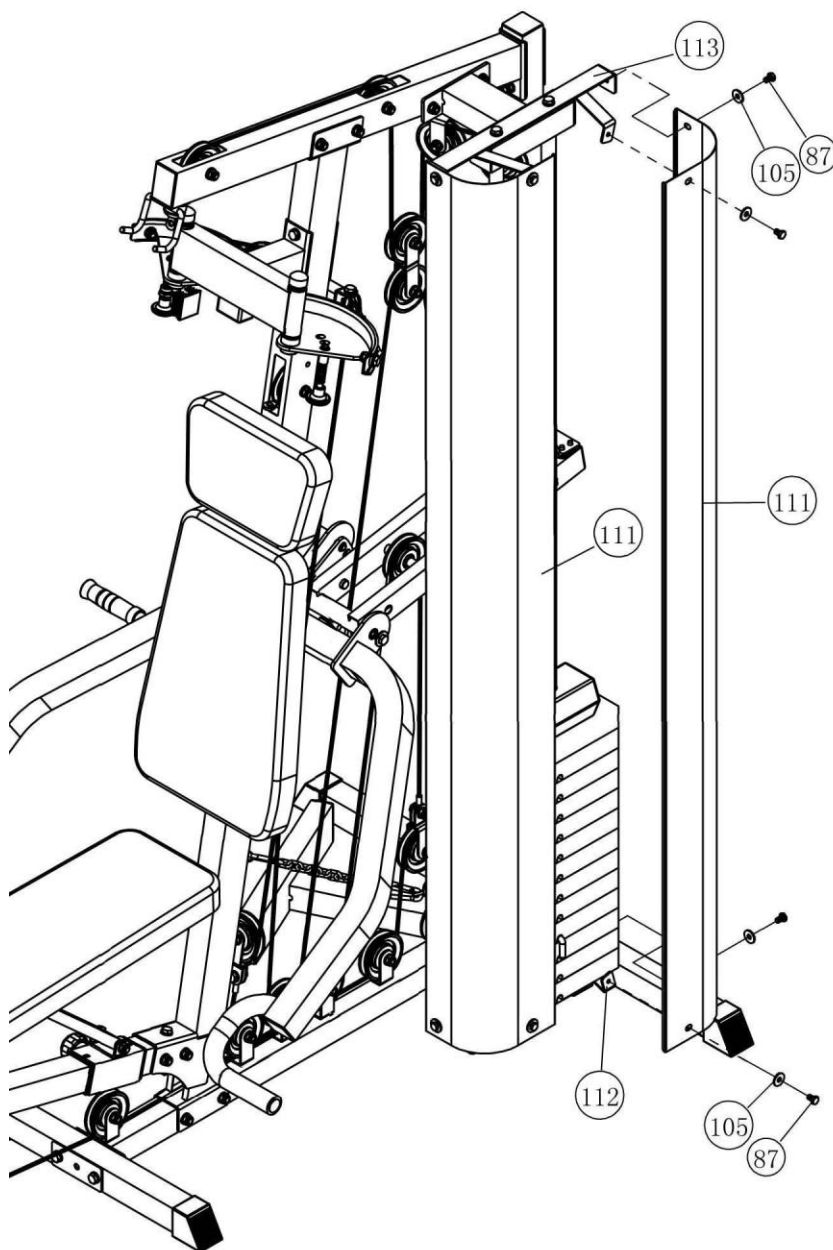






KROK 14

Přípevněte kryty závaží (111) k dolní a horní vzpěře (112 a 113) pomocí šroubů (87) a podložek (105).



Důkladně utáhněte všechny šrouby a matky.

Vaše posilovna je nyní složená a připravená k používání.

Před použitím zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby řádně dotáhnuté a lanka řádně připevněné na kladkách.

V průběhu prvního použití se regulace lanek může stát nezbytnou.

ROZSAH POUŽÍVÁNÍ

Atlas TYTAN 10 je zařízením určeným k všeobecně rozvíjejícím cvikům v domácích podmínkách. **Není zařízením určeným k terapeutickým nebo rehabilitačním účelům.**

NÁVOD CVIČENÍ

Opakované cvičení zpevní a zlepší kondici, buduje svaly a spolu s dodržením životosprávy a spálenými kaloriemi umožní shození nadbytečných kil.



1. Rozcvička

Před započatím tréninku doporučujeme provést zahřívací cviky.

KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:.....
Kod EAN:.....
Data sprzedaży:.....

WARUNKI GWARANCJI:

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczęcią sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy,
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży / rachunku, reklamowanego towaru.
3. Ewentualne wady i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres naprawy może się wydłużyć o czas niezbędny do ich sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 90 dni.
5. Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania,
 - niewłaściwy montaż i konserwacja,
 - uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska itp.
6. Gwarancja traci ważność w przypadku:
 - upływu terminu ważności,
 - samodzielnych napraw,
 - nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji.
7. Produkt oddany do naprawy powinien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków serwis ma prawo odmówić przyjęcia do naprawy. W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
8. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem, konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
9. Gwarant informuje również, że prowadzi serwis pogwarancyjny.
10. Towar powinien być zabezpieczony do wysyłki.
11. W celu skorzystania z gwarancji, przestrzegaj procedury zamieszonej na stronie internetowej:
<https://serwis.abisal.pl/>

W przypadku braku zgodności rzeczy sprzedanej z umową kupującemu z mocy prawa przysługują środki ochrony prawnej ze strony i na koszt sprzedawcy. Gwarancja nie ma wpływu na te środki ochrony prawnej.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKU W CELACH REHABILITACYJNYCH I TERAPEUTYCZNYCH.

ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW

L.p.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

GUARANTEE CARD

Article name:.....
EAN code:.....
Date of sale:

GUARANTEE TERMS:

1. The Seller provides guarantee on behalf of the Guarantor within the territory of the Republic of Poland for the period of 24 months from the date of sale: electric power assisted booster 24 months, charger 6 months.
2. The Guarantee will be recognised by the shop or service centre after the client provides:
 - clearly and correctly filled-in guarantee card with the sale stamp and the seller's signature
 - valid purchase confirmation for the equipment including the date of sale / bill, complained product.
3. Possible defects and damages revealed during the guarantee period shall be remedied free of charge within not more than 21 days from the delivery of the product to the shop or service.
4. Should it be necessary to import some components, the guarantee term can be extended by the period required to import such part, however such period shall not be longer than 90 days.
5. The guarantee does not cover:
 - mechanical damages and subsequent defects,
 - damages and defects resulting from incorrect storage and usage of the equipment against its purpose,
 - incorrect assembly and maintenance,
 - damages and consumption of such elements as: cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.
6. The guarantee expires in the event of:
 - expiry of the validity term,
 - self-repairs,
 - failure to follow the rules of correct operation.
7. The product handed over for repair should be complete and clean. If some parts are missing, the service is entitled to refuse to accept the product for repair. The service may refuse to accept a dirty product or clean in on the client's expense after the client's written permit.
8. The guarantee does not cover activities related to assembly, maintenance, which, according to the instruction, the user is obliged to perform themselves.
9. The Guarantor also informs that they offer post-guarantee service.
10. The product should be provided in its original packaging and should be secured for shipment.
11. To exercise the guarantee follow the procedure posted on the website: <https://serwis.abisal.pl/>

In case of non-conformity of the sold thing with the contract, the buyer is entitled by law to legal remedies from and at the expense of the seller. The guarantee does not affect such remedies.

THE EQUIPMENT IS NOT INTENDED FOR REHABILITATION AND THERAPY

NOTES ON THE COURSE OF REPAIRS

Item	Date of notification	Date of provision	Course of repairs	Signature of the recipient (shop, owner)

GARANTIEKARTE

Artikelname:.....

EAN-Code:.....

Verkaufsdatum:.....

GARANTIEBEDINGUNGEN:

1. Der Verkäufer gewährt im Namen des Garanten eine Garantie für 24 Monate nach dem Verkaufsdatum auf dem Hoheitsgebiet der Republik Polen: Roller 24 Monate, Akku 6 Monate.
2. Die Garantie wird von dem Laden oder dem Service nach Vorlage:
 - der leserlich und korrekt ausgefüllten Garantiekarte mit Verkaufsstempel und Unterschrift des Verkäufers,
 - eines gültigen Kaufnachweises für das Gerät mit dem Verkaufsdatum / Rechnung, der beanstandeten Ware durch den Kunden respektiert.
3. Während der Garantiezeit festgestellte Mängel und Schäden werden innerhalb von 21 Tagen nach dem Datum der Lieferung an den Laden oder den Service kostenlos repariert.
4. Falls es erforderlich ist, importierte Ersatzteile einzuführen, kann die Gewährleistungsfrist um die Zeit, die erforderlich ist, um den Import durchzuführen, jedoch nicht länger als 90 Tage verlängert werden.
5. Die Garantie umfasst nicht:
 - mechanische Schäden und die durch Schäden verursachten Mängel,
 - Schäden und Mängel infolge unsachgemäßer Verwendung und Lagerung,
 - falsche Montage und Wartung,
 - Beschädigung und Verschleiß von Elementen wie: Kabeln, Riemen, Gummielementen, Pedalen, Schwammhaltern, Rädern, Lagern usw.
6. Die Garantie erlischt:
 - nach Ablauf der Haltbarkeit,
 - bei freiwilligen Reparaturen,
 - Nichteinhaltung der Regeln für den ordnungsgemäßen Betrieb.
7. Das zu reparierende Produkt sollte vollständig und sauber sein. Bei Feststellung von Mängeln ist der Service, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Im Falle der Lieferung eines verschmutzten Produkts kann der Service die Annahme verweigern oder auf Kosten des Kunden mit seiner schriftlichen Genehmigung die Reinigung durchführen.
8. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Tätigkeiten im Zusammenhang mit Montage und Wartung, zu deren Durchführung der Benutzer gemäß der Bedienungsanleitung selbst verpflichtet ist.
9. Der Garant teilt ferner mit, dass er einen Nachgarantieservice durchführt.
10. Das Produkt sollte sich in der Originalverpackung befinden und für den Versand gesichert sein.
11. Um die Garantie zu beanspruchen, folgen Sie dem Reklamationsverfahren auf der Website: <https://serwis.abisal.pl/>

Im Falle der Nichtübereinstimmung des verkauften Gegenstandes mit dem Vertrag stehen dem Käufer Rechtsbehelfe auf Kosten des Verkäufers zu. Die Garantie beeinflusst diese Rechtsbehelfe nicht.

DAS GERÄT IST NICHT ZUR VERWENDUNG ZUR REHABILITATION UND THERAPEUTISCHEN ZWECKEN BESTIMMT

VERMERKE ÜBER DEN VERLAUF DER REPARATUREN

Lfd. Nr.	Datum der Anmeldung	Datum der Ausgabe	Verlauf der Reparaturen	Unterschrift des Empfängers (Laden, Eigentümer)

NOTATKI



HMS-FITNESS.COM



IMPORTER: **ABISAL SP. Z O.O.**, ul. Pyskowicka 17, 41-807 Zabrze, Polska

DISTRIBUTOR: ABISTORE SPORT S.R.O, U Cihelny 230/3, 74801 Hlučín, Česká Republika

abisal@abisal.pl www.abisal.pl