

# FLEXBELL 20



# NÜO

Athletic Innovation

## Инструкция по использованию Гантели Наборной NUO Flexbell Dumbbells



Перед началом использования **ОБЯЗАТЕЛЬНО** поместите Гантели на платформу до полного прилегания, чтоб разъемы весовых дисков плотно вставали в пазы платформы.



С помощью регулятора веса выберите нужное цифровое обозначение веса, плавно поворачивая рукоятку гантели.



Цифровое обозначение веса должно быть полностью видно.  
**НЕЛЬЗЯ** использовать гантель, если вес установлен некорректно.



Вынимать Гантели из платформы нужно строго вертикально, не перекатывая.



Перед началом тренировки, поставьте гантель на пол с уже выбранным весом, попробуйте повернуть рукоятку, она не должна прокручиваться и вес на шкале должен соответствовать выбранному. Проверьте стержень рукоятки, он должен захватывать крайние весовые диски и НЕ БЫТЬ "УТОПЛЕННЫМ" вовнутрь.

### После использования



После тренировки верните Гантели на Платформу, удостоверьтесь, чтоб все пазы встали правильно. Не используйте поврежденные весовые диски.

### ВНИМАНИЕ!

- Использовать только по назначению.
- Возможны серьезные травмы, если вы будете использовать данный тренажер без должного внимания. Использовать согласно инструкции.
- Перед началом использования следует получить надлежащие инструкции и прочитать все предупреждения и инструкции, относящиеся к данному тренажеру.
- Перед началом использования осмотрите тренажер на предмет незакрепленных, поврежденных или отсутствующих деталей. Если вы обнаружили данные признаки, не используйте тренажер. Сообщите ответственному лицу.
- Всегда держитесь за рукоятки и регулируйте вес строго на платформе.
- Следите за состоянием весовых дисков, не использовать если есть повреждения, диски в собранном виде должны ровно прилегать к друг другу.
- Регулярно проверять механизм рукоятки на предмет фиксирования дисков с нужным весом.

## Инструкция по сборке Набора дополнительных весов для Гантели наборной NUO Expansion kit, EXP32.

Данный набор предназначен для увеличения веса Гантели наборной NUO Flexbell Dumbbells (2-20 кг) FB20 до 32 кг и преобразования ее в Гантель наборную NUO Flexbell Dumbbells (2-32 кг).

Набор состоит из 12 дисков (по 6 шт. на одну гантель) и четырех хромированных трубок-перекладин для удлинения платформы (по 2 шт. на одну гантель). Шкала веса собранного оборудования идентична FB32 (2, 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28 и 32 кг).

Материал: Сталь с чугунным покрытием, подложка металлическая / хромированная с пластиковыми деталями.

Вес: 25,2 кг

Вес в упаковке: 26 кг

Габариты упаковки: 490x290x140 мм

### Шаг 1



Сначала необходимо удлинить платформу от Гантели Наборной FB20.

Удалите все винты из платформы для Гантели наборной 2-20кг (FB20) и снимите пластиковые детали.

### Шаг 2



Возьмите хромированные трубки-перекладины из набора EXP32 и установите пластиковые детали от разобранной платформы на эти удлинённые трубки-перекладины, используя винты от разобранного комплекта платформы (FB20).

### Шаг 3



Установите Гантель FB20, вес которой вы собираетесь увеличить, на собранную вами платформу.

#### Шаг 4



Установите регулятор веса гантели на отметке «8 кг» и снимите гантель с платформы. В новой подставке останутся по три весовых диска с каждой стороны.

#### Шаг 5



**ВНИМАНИЕ!** Теперь переместите оставшиеся диски по 3 шт. с каждой стороны платформы до упора до полного прилегания с боковой стенкой подставки. Разъемы каждого весового диска должны плотно вставать в пазы платформы. Обратите внимание, что положение **первых и крайних дисков** гантели является очень важным в фиксировании дополнительных весов и менять их расположение **НЕЛЬЗЯ!** **Несоблюдение этого условия может привести к выходу гантели из строя.**

#### Шаг 6



После того, как вы расставили диски от Гантели FB20 на платформе, добавьте дополнительные весовые диски из Набора, по 3 шт. на каждую сторону Гантели, учитывая расположение пазов.

#### Шаг 7



Теперь, когда все диски расставлены верно, верните ранее вытасненную рукоятку с дисками на место.

Повторите все вышеописанные шаги для второй гантели

#### **ВНИМАНИЕ!**

- Использовать только по назначению.
- Возможны серьезные травмы, если вы будете использовать тренажер без должного внимания.
- Перед началом использования следует получить надлежащие инструкции и прочитать все предупреждения и инструкции, относящиеся к данному тренажеру.
- Не подпускайте детей близко к тренажеру.
- Перед началом использования осмотрите тренажер на предмет незакрепленных, поврежденных или отсутствующих деталей. Если вы обнаружили данные признаки, не используйте тренажер. Сообщите ответственному лицу.
- Перед началом программы тренировок пройдите медицинское обследование.
- Во время использования тренажера всегда носите обувь.
- Всегда держитесь за рукоятки и регулируйте вес строго на платформе.