

# ПАСПОРТ ТРЕНАЖЕРА



Сгибание ног лежа  
Insight Fitness TF15

Серия тренажеров Insight Fitness TF отличается повышенной степенью удобства в использовании и удовлетворяет требованиям для проведения эффективных тренировок.

Тренажер предназначен для выполнения упражнений на сгибание ног в положении лежа, что позволяет эффективно прорабатывать мышцы внутренней поверхности бедер. Тщательно проработанная конструкция тренажера обеспечивают оптимизированную биомеханику для максимальной результативности тренировок. Конструкция тренажера изготовлена на базе прочного рамного основания и состоит из труб двух типов профилей.

### Габариты и вес

Размер в рабочем состоянии:

длина: 1640 мм

ширина 1130 мм,

высота: 1630 мм

вес: 230 кг

вес стека: 100 кг

### Характерные особенности:

- **Назначение:** профессиональное.
- **Профиль рамы стековой части:** 140x40мм, овальный профиль.
- **Профиль основной рамы:** 100x50мм, овальный профиль.
- **Материал рамы тренажера:** сталь.
- Сиденье тренажера изготовлено из многослойной фанеры толщиной 15 мм. Повышенную износостойкость сиденья обеспечивает прочный наполнитель – литой пенополиуретан толщиной 50 мм, устойчивый к усадкам.
- Конструкция тренажера оснащена резиновыми подпятниками, предотвращающими царапание пола.
- Для удобства предусмотрена полка с отделениями для личных вещей.
- Рама окрашена в 2 слоя порошкового покрытия для защиты рамы от сколов и царапин, цвет: черный.
- Защитный кожух стека выполнен из пластика, с нанесением на него инструкции по выполнению упражнения.
- **Вес одной весовой плиты:** 5 кг
- **Количество весовых плит:** 20 штук.
- **Фиксатор выбора нагрузки:** магнитный.
- **Диаметр троса:** 5 мм в ПВХ оплетке
- **Усилие на разрыв троса:** 900кг
- Рукоятки имеют прорезиненное антискользящее покрытие
- Подставки для ног имеет прорезиненное антискользящее покрытие.

### Инструкции по безопасности

- Перед началом любой фитнес-программы вы должны пройти полное медицинское обследование у своего врача. При использовании тренажера всегда следует соблюдать основные меры предосторожности, включая следующие:
- Прочитайте инструкцию перед использованием оборудования. Эта инструкция написаны для обеспечения вашей безопасности и во избежание повреждения оборудования.
- Не позволяйте детям находится на или около оборудования.
- Используйте оборудование только по назначению, как описано в этом руководстве.

- Не используйте дополнительные аксессуары, которые не рекомендуются производителем: такие аксессуары могут повлечь травмы.
- Носите подходящую тренировочную одежду и обувь.
- Никогда не работайте с тренажером, если он упал или поврежден.
- Никогда не роняйте и не вставляйте что-либо в какие-либо отверстия в тренажере.
- Следите за тем, чтобы руки, ноги, длинные волосы и одежда были вдали от движущихся частей тренажера во время тренировки.
- Не пытайтесь поднять вес, больше того, который вы сможете безопасно контролировать.
- Не используйте тренажер на улице.

## Обслуживание тренажера

### **Узловые соединения, карабины, ролики, магнитные фиксаторы стеков, пружинные фиксаторы:**

Проверьте все детали на наличие видимых признаков износа или повреждений.

Проверьте пружины в карабинах и фиксаторах на предмет правильного натяжения и выравнивания.

Если пружины залипли или потеряли свою жесткость, немедленно замените их.

### **Обивка:**

Чтобы продлить срок службы обивки и обеспечить надлежащую гигиену, все подушки тренажеров следует протирать влажной тканью после каждой тренировки.

Периодически пользуйтесь мыльным щадящим раствором или одобренным чистящими средствами для виниловой обивки, чтобы предотвратить появление трещин или высыхания. Избегайте использования любых абразивных чистящих средств или средств, не предназначенных для виниловых покрытий.

Если обивка порвалась или начинает рваться, замените ее немедленно.

Держите острые или заостренные предметы вдалеке от обивки.

### **Наклейки:**

Ознакомьтесь с любыми предупреждениями о безопасности или другой пользовательской информацией, размещенной на каждой наклейке.

### **Гайки и болты:**

Осмотрите все гайки и болты на предмет ослабления и при необходимости затяните.

После затяжки гаек, перезатяните все остальные крепежные элементы, чтобы убедиться, что все детали расположены и натянуты правильно.

### **Противоскользящие поверхности:**

Эти поверхности предназначены для обеспечения надежной опоры.

Поэтому, если они кажутся Вам изношенными и скользкими, то замените их.

### **Ремни и тросы:**

Мы используем только высококачественные ремни и кабели стандарта mil-spec (спецификация, разработанная МО США).

Визуально осмотрите ремни и тросы на предмет износа, трещин, отслоений или обесцвечивания.

Пока тренажер не используется, осторожно проведите пальцами вдоль ремня или троса, чтобы обнаружить утолщения или тонкие места.

Замените ремни и тросы при первых признаках повреждения или износа. Не используйте оборудование, пока ремни или тросы не будут заменены.

### **Натяжение ремней и тросов:**

Согласно Руководству пользователя, при использовании ремней или тросов проверьте все болтовые крепления, чтобы убедиться, что тросы (ремни) закреплены правильно.

Проверьте тросы на провисание и при необходимости отрегулируйте натяжение.

## Направляющие сидений, направляющие стеков, направляющие регулировок:

Перед смазкой протрите пыль и грязь на направляющих сухой тряпкой.

Смажьте направляющие аэрозольной смазкой на основе силикона или тефлона.

## Линейные подшипники:

Согласно Руководству пользователя, аккуратно вытащите подшипник из его корпуса и поместите палец, заполненный легкой смазкой (литиевая, смазка типа «Super Lube» и др), внутрь подшипника. С помощью пальца вдавите смазку в шарикоподшипники и их направляющие, повторяйте, пока направляющие шарикоподшипников не заполнятся смазкой. Поставьте подшипник на место и вытрите излишки смазки.

## График обслуживания

Регламентные работы	Регулярность
Проверить: узловые соединения, карабины, Ролики, магнитные фиксаторы стеков, пружинные фиксаторы	ежедневно
Почистить: Обивка	ежедневно
Проверить: Тросы или ремни и их натяжение	ежедневно
Проверить: Штыри для хранения дисков и аксессуаров, ручки	еженедельно
Проверить: все наклейки	еженедельно
Проверить: Все гайки и болты. Подтянуть, если необходимо	еженедельно
Проверить: Противоскользкие поверхности	еженедельно
Почистить и смазать: Направляющие стержни со смазкой на основе тефлона (PTFE) или смазка типа Super Lube	ежемесячно
Смазать: Направляющие сидений и спинок, направляющие стеков, направляющие всех регулировок, линейные подшипники	ежемесячно
Почистить и отполировать: Все глянцевые поверхности	каждые полгода
Пересобрать и смазать: линейные подшипники	каждые полгода
Заменить: тросы или ремни, соединительные детали	каждый год

## Транспортировка и эксплуатация

Транспортировка только в заводской упаковке.

Заводская упаковка не должна быть нарушена.

При транспортировке должен быть надежно защищен от дождя и влаги, атмосферных осадков.

## Хранение

Рекомендуется хранить и использовать только в сухих отапливаемых помещениях со

следующими значениями:

1. Температура: +10 - +35 С.
2. Влажность: 50-75%.

## Гарантийные обязательства

Производитель гарантирует сохранение функциональных характеристик изделия при соблюдении правил эксплуатации и хранения.

Рама 10 лет;

Направляющие 3 года;

Подшипники, шкивы 2 года;

Прочее 1 год.

## Свидетельство о приемке

Код изделия: **Сгибание ног лежа Insight Fitness TF15**

**Производитель: Китай**

Тренажер соответствует техническим требованиям документации и признан годным для эксплуатации.

Отгрузку произвел \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_  
(подпись)

Приемку произвел \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_  
(подпись контролера ОТК)

Приемку произвел \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_  
(подпись упаковщика)

690014, г. Владивосток, ул. Достоевского 4А, офис 104

Е-mail: [shop@fitvl.ru](mailto:shop@fitvl.ru)

Тел.: 8-800-775-57-83, 8-423-268-06-81, 8-423-241-12-56