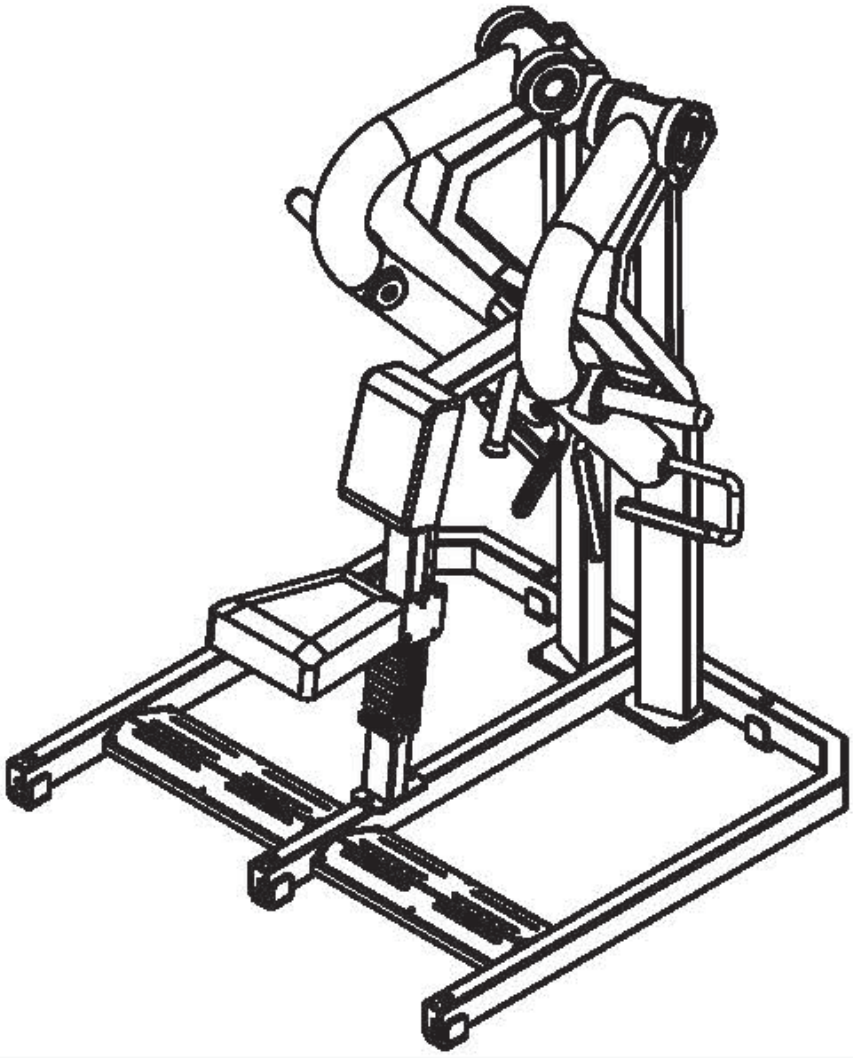
hattrick-pro

FW-07



Low Row

Kullanım Kılavuzu

Türkçe

GENEL BİLGİLENDİRİLME

Ürünümüzü seçtiğiniz için teşekkür ederiz. Sağlık ve güvenliğiniz için cihazı doğru ve talimatlara uygun kullanınız. Kurulum ve/veya Kullanım öncesinde, aşağıdaki bilgileri dikkatle okuyunuz. Güvenli ve etkili kullanım ancak cihazın doğru kurulması, kullanılması ve bakımının doğru yapılması ile mümkündür.

ÖNEMLİ BİLGİ- UYARI

Kullanım ve/veya ürün muhafaza talimatlarına uymadığınız durumlarda olan ve/veya oluşabilecek yaralanma ve/veya diğer maddi, manevi tüm sağlık sorunları ve/veya diğer tüm zararlardan Spor Dünyası Dış Tic. A.Ş. sorumlu değildir.

1. Bu kullanma kılavuzunu saklayınız. Ürünü başka bir yere ya da birine verirken, kullanım kılavuzu ile birlikte veriniz.
2. Ürün modelinin yükseltilmesinden ötürü, aldığınız üründe biraz farklılık olabilir.
3. Teknik servis iletişim bilgilerine www.spordunyasi.com.tr/Teknik-Servisler adresinden ulaşabilirsiniz.
Bir sorun ya da sormak istediğiniz konularda 0850 495 52 12 nolu Müşteri Hizmetleri numaramızla irtibata geçebilirsiniz.
4. Cihazınızın garanti süresince fatura ve garanti belgenizi muhafaza ediniz.
5. Teknik servis çağırdığınızda veya teknik servise kayıt bırakacağınızda fatura ve garanti belgesini hazırlamanız, ibraz etmeniz ve bilgilerinizi belirtmeniz gerekmektedir.
6. Ürünü teslim alındığınızdan itibaren 14 gün içerisinde oluşabilecek yasal iade durumları için ambalajını muhafaza ediniz.
7. Bakanlıkça tespit edilen kullanım ömrü 10 yıldır.
8. Kullanım ömrünü dolduran cihazları kullanmayınız.
9. Tedavi amaçlı kullanıma uygun değildir
10. Bu ürün dış mekânlarda kullanıma uygun değildir.
11. Bu makinenin, kullanım amaçları dışında herhangi bir şekilde kullanılması kesin olarak yasaklanmıştır.
Ayrıca cihaza kesinlikle eklentiler yapmayınız.
Makina çalışırken hareketli kısımlar statik elektrik oluşturabilecekleri için parlayıcı,patlayıcı ve yanıcı maddelerden uzak tutunuz.
12. Yanlış ve aşırı egzersizin sağlığınıza zarar verme olasılığı bulunmaktadır, lütfen, doğru egzersiz açısı ve vücut yükünüz konusunda profesyonele danışınız.

SAKLAMA- MUHAFAZA-DEPOLAMA

1. Cihazınızı ıslak ve nemli (banyo, sauna, balkon, teras v.b) yerlerde kullanmayınız ve muhafaza etmeyiniz.Rutubetli ya da çok günes alan yerlerde bulundurmayınız. Bırakmayınız.

2. Cihazı temiz ve kuru bir ortamda muhafaza ediniz.Yetişkinlerin, çocukların, engellilerin, yaşlıların ve hayvanların zarar görmemesi için emniyetli yerlerde saklayınız

TAŞIMA

1. Cihazı hareket ettirirken ve/veya kullanırken dikkatli olmanız gerekir. Kendinize zarar verebilirsiniz. Kendinizi zorlayacak, kapasitenizin üzerinde hareket ve ağırlıklardan kaçınınız. Cihazın mümkünse ambalajını muhafaza ediniz. Gerekiyor ise cihazı birden fazla kişi taşımalıdır. Taşıma esnasında çarpma, düşme gibi cihaza zarar verebilecek durumlara karşı önlem alarak cihazınızı taşıyınız.Cihaza zarar verecek durumların oluşması halinde cihazınızı mutlaka kullanmadan önce yetkili teknik servis tarafından komple kontrol edilmesini sağlayınız.

BAKIM- TEMİZLEME

1. Cihazınızın düzenli yağlama yapılmasına özen gösteriniz. Cihazınız için ALTIS, HATTRICK, marka yağları tercih ediniz. Her yağ kalitesi aynı olmadığından cihazınıza zarar verebilir.

2. Her türlü ayarlanabilir bölüm, özellikle kullanıcının egzersiz hareketlerini doğrudan etkileyebilecek olan bölümler, bakım sırasında güçlendirilmeli, düzenli olarak cihazın bakımının yetkili servisi tarafından yapılması gereklidir.

3. Her kullanımdan sonra cihazı temiz kuru bir bezle siliniz. Haftada bir kez cihazı su ile nemlendirilmiş yumuşak bir bez ile siliniz.

KULLANIM ŞARTLARI VE KULLANIM TALİMATLARI

1. Genel ya da herhangi bir sağlık probleminiz var ise, enerji artırıcı ve/veya takviye ilaçları kullanıyorsanız, cihazı kullanmadan önce doktorunuza başvurunuz Herhangi bir egzersiz programına başlamadan önce tıbbi ve fiziksel açıdan uygun olup olmadığınızı belirlemek ve sağlığınızı tehlikeye sokmamak için doktorunuza başvurunuz. Kalp hızınız, tansiyonunuz ve kolesterol düzeyinizi etkileyen bir ilaç ya da içecek kullanıyorsanız, doktor tavsiyesi mutlaka almalısınız.

2. Özellikle 35 yaş üzerindeyseniz, kalp, solunum, eklem.. vb. spor yapmaya engel rahatsızlıklarınız var ise ve/veya hamile iseniz çalışmaya başlamadan önce doktorunuza veya tıbbi danışmanınıza başvurunuz.

3. Vücudunuzun sinyallerine kulak veriniz. Yanlış egzersiz sağlığınıza zarar verir. Aşağıdaki semptomlardan herhangi biri sizde görülüyorsa, egzersizi hemen kesiniz: ağrı, göğsünüzde bir ağırlık, aşırı nefes darlığı, bayılma hissi, baş dönmesi, mide bulantısı.göz kararması..vs bu ve bu gibi diğer durumlardan herhangi birini hissetmeniz durumunda, doktorunuza danışın.

4. Engelli, Çocuk ve hayvanları cihazdan uzak tutunuz. Kullanmalarına izin vermeyiniz. Cihaz sadece yetişkinler için tasarlanmıştır. Cihazın Engelli,Çocuk ve hayvanlardan uygun uzaklıkta olduğundan emin olunuz.Kardiyopatların ve 12 yaşından küçük çocukların, yaşlı, engelli ve spora engel her türlü hastalığı olanların bu aleti kullanmaları kesinlikle yasaktır. Cihaz bu kişi ve canlıların yanında kullanılıyor ise mutlaka kendilerine yakından gözetim sağlanmalıdır.

5. Cihazı kullanmadan önce vida,somun ve tutma yerlerinin iyice sıkılmış olduğundan emin olunuz. Cihazı, her zaman kılavuzda belirtildiği şekilde kullanınız. Cihazın kurulumu ya da kontrolü sırasında hasarlı bir durum görürseniz ya da kullanım sırasında sıra dışı sesler duyarsanız cihazı derhal durdurunuz. Problem çözümleninceye kadar aygıtı kullanmayınız.

ÖNEMLİ AÇIKLAMA

Cihazı kullanmaya başlamadan önce bütün talimatları ve uyarıları dikkatlice okuyunuz.

Öncelikli olarak, ürünümüzü satın aldığınız için size teşekkür ederiz.

Salığınız ve güvenliğiniz için, egzersizlere ve çalışmalarınıza başlamadan önce, lütfen doktorunuza danışın ve sizin için en uygun egzersiz ve çalışma programını belirleyin. Bu aleti kullanmadan önce bütün ilgili talimatları ve uyarıları dikkatlice okuyun. Bu suretle, egzersiz ve çalışmalarınızda azami randımanı alır, rahat ve huzurlu bir çalışma dönemi geçirirsiniz.

Kullanma kılavuzunu içeren bu el kitapçığı satın almış olduğunuz Ürüne ait kılavuzun içeriği zaman içinde sizlerden alacağımız bilgi ve görüşler uyarınca değiştirilecek ve geliştirilecektir.

Bu kitapçıktaki bütün bilgiler, öneriler ve uyarılar, sizi çalışırken ve aleti kullanırken en güvenli bir durumda bulundurmaya ve aleti en uygun bir şekilde kullanmanıza imkân sağlamaya yöneliktir.
Okuduktan sonra, bu kitapçığı her zaman yanınızda bulundurmanızı ve gerektiğinde bilgilere yeniden bakmanızı öneririz.

UYARI

1. Bu egzersiz ve çalışma aleti sadece, spor dernekleri tesisleri, eğitim işletmeleri, oteller, klüpler ve spor ve fitness klüpleri gibi bütünüyle spor amaçlı organizasyonlarda ve antrenman ve özel çalışma alanlarında kullanılmak üzere tasarlanmış olup, bu aletlere erişimin ve kontrolün özellikle sahipleri veya işleticileri tarafından izin verildikçe mümkün olması gerekmektedir (bu konuda hukuki sorumluluğu olan kişiler tarafından erişim sağlanmalıdır).

2. Egzersiz ve çalışma aleti, sadece sahibi veya sorumluluğu üstlenen kişilerin erişim kontrolü sağladığı durumlarda kullanılmalıdır. Kontrolün kapsamı kullanıcılar tarafından belirlenmelidir. Örneğin: güvenilirlik derecesi, yaş, deneyimleri vs.

3. Egzersiz ve çalışma aleti sadece denetimi ve kontrollü alanlarda ve mekânlarda kullanılmalıdır.

4. Engelli kişileri, yaşlıları, hayvanları ve çocukları her zaman aletin uzağında tutun.

5. Doğru olmayan ve aşırı egzersiz ve çalışmadan yaralanmalar olabilir; bu nedenle her zaman çalışma mekânındaki bir yetkiliden en doğru çalışma ve kullanma önerilerini alın. Ağırlığın belirlenmesi ve en doğru egzersiz yöntemi bir doktora danışılırak belirlenmelidir.

6. İlk aşamada lütfen ağırlıkları ve aletin genel çalışma düzenini bir uzmana danışarak ayarlayın, çalıştırma öncesi gerekli hazırlıkları tamamlayın.

7. Kullanmadan önce her zaman kol demirleri, sürgüler ve tutma kollarının çalışıp çalışmadığını kontrol edin.

8. Ağırlık yükleri, vinç kolları ve aletin diğer parça ve aksamının kilitlenmesi veya bloke olması halinde, bunları yeniden çalıştırmak için başka bir uzamandan yardım alın. Ağırlıklar aniden düşebilir, kayabilir ve yaralanmalara yol açabilir. Bu konuda gerekli güvenlik önlemlerini almadan kesinlikle çalışmaya başlamayın. (Cihazınızda ağırlık yükleri bölümü var ise)

9. Çelik kablonun uzunluğunu en uygun boya göre ayarlayın ve hiçbir zaman çelik tel ipini bükmeyin ve kıvırmayın. Aleti kullanırken ve/veya kullandıktan sonra, özellikle bağlantılarda bir sorun olup olmadığı kontrol edilmelidir. Eğer bir sorun saptanırsa ve/veya cihaz görünümünde değişiklik tespit edilirse, cihaz kullanımı bırakılarak hemen yetkili teknik servise haber verilmelidir.
(Cihazınızda çelik kablo bölümü var ise)

10. Ağırlık yüklerini ve istiflerini hiçbir zaman aniden bırakmayınız. Ağırlık istiflerine, kümelerine ve kendinize zarar vermekten kaçınmak için, ağırlık istiflerini yan yana geldikleri zaman birlikte kaldırın. (Cihazınızda ağırlık yükleri bölümü var ise)

11. Kullanım sırasında, ellerinizi ağırlık istifleri ve onların bulunduğu aksam ve parçaların uzağında tutun. Hareketli döner aksam ve parçalara parmağınızın sıkışması veya küçük yaralanma tehlikesi sözkonusu olabilir. (Cihazınızda ağırlık yükleri ve hareketli bölümler var ise)

12. Kalp rahatsızlığı olanların, hamilelerin, yaşlıların ve 12 yaşın altındaki çocukların kullanmasına izin vermeyiz.

13. Egzersiz ve çalışma ekipmanı EN957-2 sınıf S (Stüdyo) standartlarına ve kurallarına uygundur.

14. Azami egzersiz ve çalışma ağırlığı 150 kg'dır (330 lb). Kullanıcının vücut ağırlığı da azami 150 kg (330 lb) olmalıdır.

15. Makine sabit bir şekilde, sarsıntısız bir zemine yerleştirilmelidir. Makinenin etrafında yaklaşık 2000 mm * 2000 mm boş alan bulunmalıdır.

16. Ürünlerin kapsamı: En birincil kullanım alanları profesyonel fitness ve özel spor salonlarıdır. İkinci derecede kullanım alanı olarak konutlar, rezidanslarda ortak spor tesisleri, şirketlerin jimnastik salonları vs. olabilir.

17. Eğer aniden baş dönmesi, bulantı veya benzeri ciddi rahatsızlık duyarsanız hemen lütfen bir doktora başvurun.

18. Makine düz bir satın üzerine sabit bir şekilde monte edilmelidir.

19. Makine sadece iç mekânlarda kullanılmak üzere tasarlanmıştır ve kesinlikle nem ve ıslak ortamlardan uzak tutulmalıdır.

20. Egzersiz yaparken veya çalışma sırasında en doğru spor ayakkabısını ve rahat giyim eşyalarını giyin.

21. Egzersiz veya çalışmaya başlamadan hemen önce biraz ısınma hareketleri yapın.

22. Makineyi olağandışı amaçlar için zorlamayın ve kılavuz dışı işlevleri denemeyin.

23. Egzersiz ve çalışmalarınızı kesinlikle bir profesyonel koç veya spor danışmanının vereceği talimatlar uyarınca gerçekleştirin.

24. Kullanım öncesi aletin tüm bağlantılarının yerinde olup olmadığını, tam çalışır durumda olup olmadığını kontrol edin.

25. Kullanıcının hareketlerini sınırlayacak veya engel olacak bütün ayar, montaj ve diğer yardımcı aletler ve aygıtlar ortada bırakılmamalı, kullanıldıktan sonra saklama alanlarına konmalıdır.

ÖNEMLİ NOKTALAR:

1. Isınma Hareketleri: Egzersiz ve çalışmaya başlamadan önce yaklaşık 5 ile 10 dakika arası ısınma hareketleri yapılmalıdır. Bunun için serbest hareketler veya belirli bir hareket yapmadan gezinme şeklinde de ısınma yapılabilir. Bu suretle, her mafsal ve kasın hareket etmesi sağlanacak ve kazanılan esneklikle de egzersiz veya çalışma sırasında mafsal ve kaslarda yaralanma veya zedelenme önlenmiş olacaktır.
2. Diyet: Başlangıçta biraz fazla protein, sebze ve meyve yiyebilirisiniz. Yemek sonrası yaklaşık 40 dakika sonra egzersiz ve çalışmalara başlanmalıdır. Egzersiz ve çalışmaları bitiminden ancak yarım saat geçtikten sonra yemek yenmelidir. Egzersiz ve çalışma yapılırken mümkün olduğu kadar az su ile yetinilmelidir.
3. Nefes Kontrolü: Yoğun egzersiz ve çalışma sırasında, güç gerektiren hareket yaparken sık ve düzenli nefes alın ve gevşeme konumuna geçtiğiniz zaman da nefesinizi bırakın. Nefeslerinizi ve sıklığını hareketleriniz ile eşgüdüm halinde ayarlayın.
4. Hareketlerin Sıklığı: Aynı kas ve adalelerle yük bindirerek yapılacak egzersiz ve hareketlerden önce 48 saat ara verin ve yeterli istirahat edin.
5. Yük: Egzersiz ve çalışma yapan kişi kendi ağırlığını ve özel koşuklarını göz önüne alarak en uygun yük miktarını seçmelidir. Aşırı yük üstlenmemeye özellikle özen gösterin. Aşırı yük üstlenildiği zaman, ağırlığın yoğunlaştığı kas üzerinde ve liflerde zedelenme ve hatta ciddi yaralanma meydana gelebilir. Egzersiz ve çalışmalar kademeli olarak artırma yöntemi ve ilkesiyle yapılmalıdır. İlk kez bu tür egzersiz veya çalışma yapanların bir miktar ağrı duymaları doğaldır.

DÜZENLİ BAKIM KURALLARI

1. Aletin güvenlik düzeyi, sadece düzenli olarak hasar veya yıpranma, eskime gibi risklere karşı kontrol edilirse korunabilir. Örneğin, kasnakların, urganların, bağlantı noktaların bakımı, kontrolü ve gerekli incelemelerin yapılması.

2. Özellikle yıpranma ve eskimeye maruz kalması olası en yüksek parçalara ve aksama dikkat edin ve bunları düzenli gözden geçirin.

3. Arızalı veya hasarlı parça veya aksamı hemen değiştirin ve/veya onarılıncaya kadar ekipmanı bir kenarda tutun ve kesinlikle eksik parça ile kullanmayın.

4. Bu aletin düzenli bakımı aşağıdaki şemada gösterildiği şekilde yapılmalıdır:

BAKIM	HER GÜN	HER HAFTA	ÜÇ AYDA BİR
Kotrol edin: bağlantı contaları, cıvatalar Ağırlık istif civatası	√		
Temizlik: Yastık ve kılıfı	√		
Yağlam: Kayma alanları			√
Kotrol edin: Cıvata, gevşekse sıkıştırın		√	
Yağlama: Bilya ve rulman yuvaları			√

MONTAJ VE TESİSAT ŞEMASI

Montaj ve kurulumu sizin için çok basit hale getirdik.

Kullanıcı kılavuzun tüm içeriği ile montaj ve tesisat için atılacak adımlar çok kolaylaştırılmıştır.

Montaj ve tesisat öncesi bütün talimatları dikkatlice okuyunuz.

1. Aletin boyutları ve ağırlığı çok büyük olduğu için, koyacağınız arzu edilen yeri ve alanı dikkatli seçiniz. Özellikle yeterli egzersiz ve çalışma alanı bırakmaya ve gerekli boşluğu korumaya dikkat ediniz.

2. Bütün parça ve aksamı açık ve boş bir alana yerleştirin ve sonra cihazın üzerindeki ambalaj sargısını çıkarın. Tesisatın başarı ile tamamlanmasından önce kesinlikle ambalaj kâğıtlarını ve malzemesini atmayınız.

3. Aksine ek bir talimat verilmemişse, cıvataları iyice sıkıştırınız.

4. Bütün parçalar ve aksam şemalarda gösterildiği şekilde monte edilmelidir.

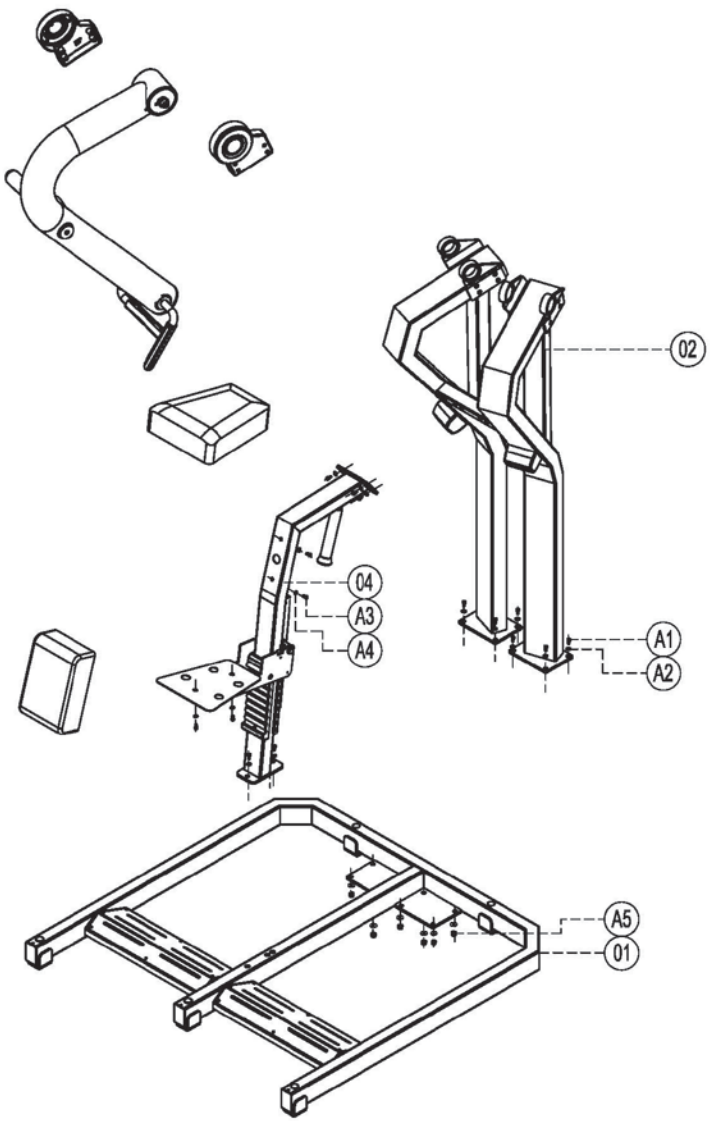
5. Tesisat ve montaj işlemleri iki kişiyle daha rahat gerçekleştirilebilir.

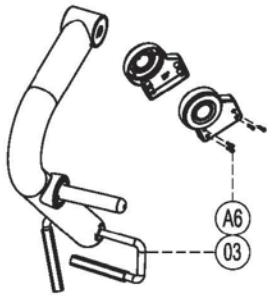
6. Parça tanıtma şemasından tüm parça ve aksamları izleyerek bulunuz.

Exploded

Y925Z Low Row

please note :prats didn't demolitionde part and fast eners not listde on the introduction





serial number	name	quantity
A6	Socket Cap inner hex M6*10	16
A5	self lock nut M12	8
A4	Flat washer Φ8	4
A3	Cup head inner hex screw M8*30	4
A2	Flat washer Φ12	38
A1	Outer hex screw M12*30	30
04	Backrest support	1
03	movable arm set	1
02	Bent frame	1
01	Main frame	1

hattrick-pro

FW-07

LOW ROW

ÜRÜNÜMÜZÜ TERCİH ETTİĞİNİZ İÇİN TEŞEKKÜR EDER,
İYİ GÜNLERDE KULLANMANIZI DİLERİZ.

Ürünümüz SPOR DÜNYASI garantisindedir.
Kurulum ya da servisle ilgili 0850 495 52 12 numaralı müşteri hizmet numaramızı arayabilir, ya da www.spordunyasi.com.tr web sitemizden teknik servislerimizin iletişim bilgilerine ulaşabilirsiniz.

Tüm görüş, istek, ve önerilerinizi info@spordunyasi.com.tr / teknikservis@spordunyasi.com.tr'ye email atabilirsiniz. Spor Dünyası tüketicilerimizin değerli düşünceleri bizler için önemlidir.

Üretici & İthalatçı Firma Bilgileri (Manufacturer & Importer):
SPOR DÜNYASI Dış. Tic. A.Ş
Mahmutbey Mah. Turgut Cad. No:9 34217 Bağcılar / İSTANBUL
Tel: +90 212 446 94 94 Fax: +90 212 445 27 02
info@spordunyasi.com.tr
www.hattrickpro.com.tr
www.spordunyasi.com.tr