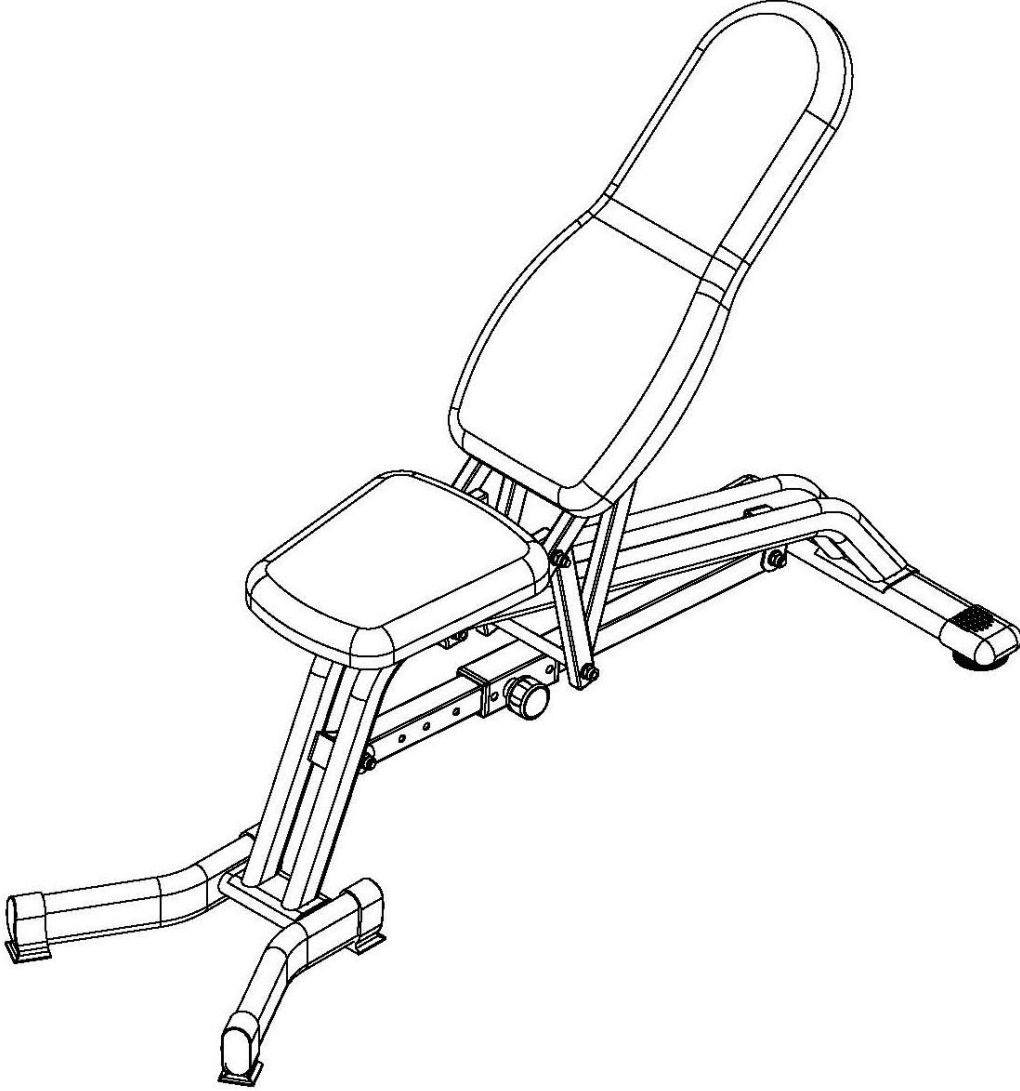


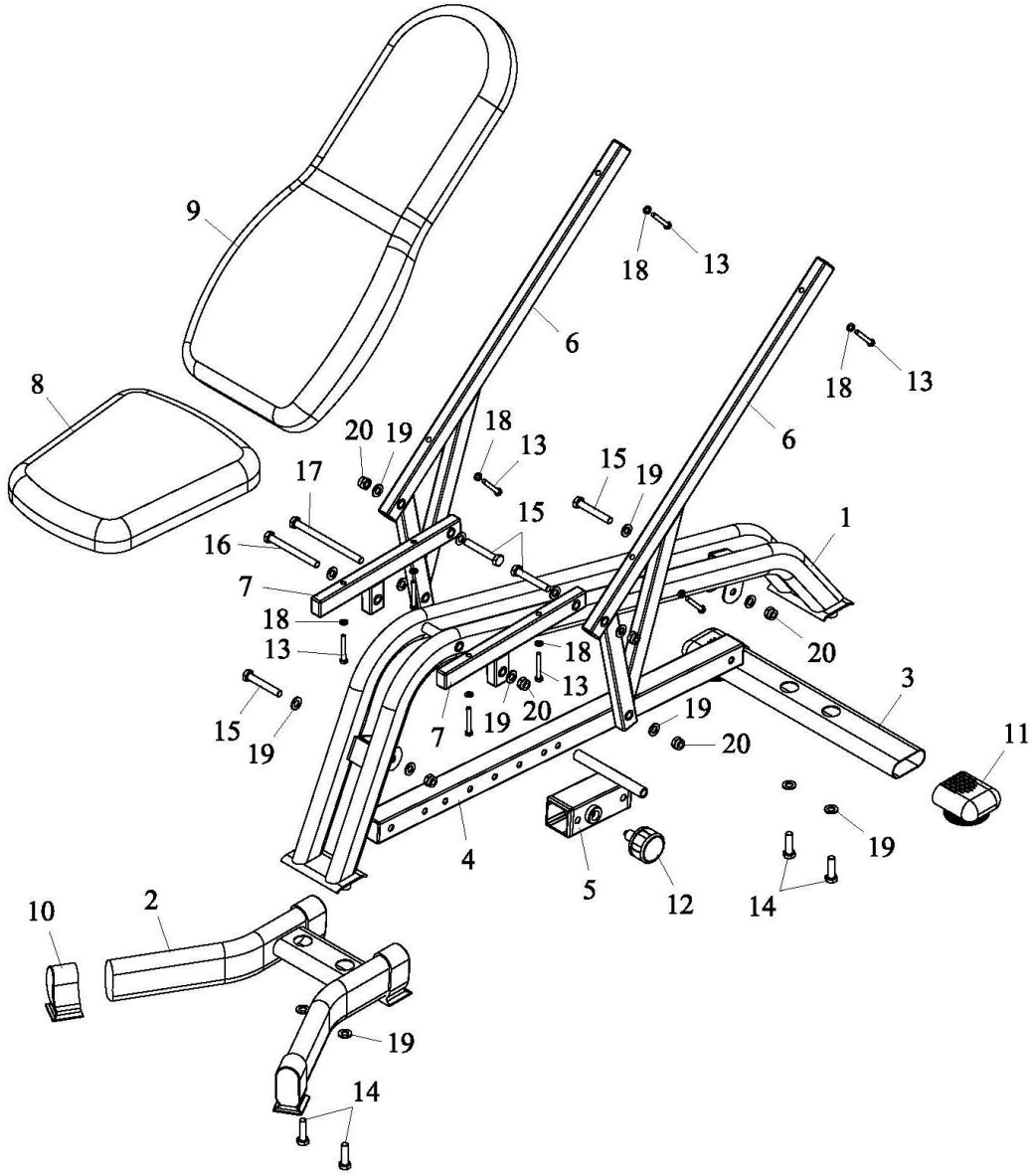


**ALTIS BNCH-06 AYARLANABİLİR AĞIRLIK SEHPASI
KULLANMA KILAVUZU**



KURULUM VE KULLANMA KILAVUZU

BÜYÜTÜLMÜŞ ÜRÜN ŞEMASI



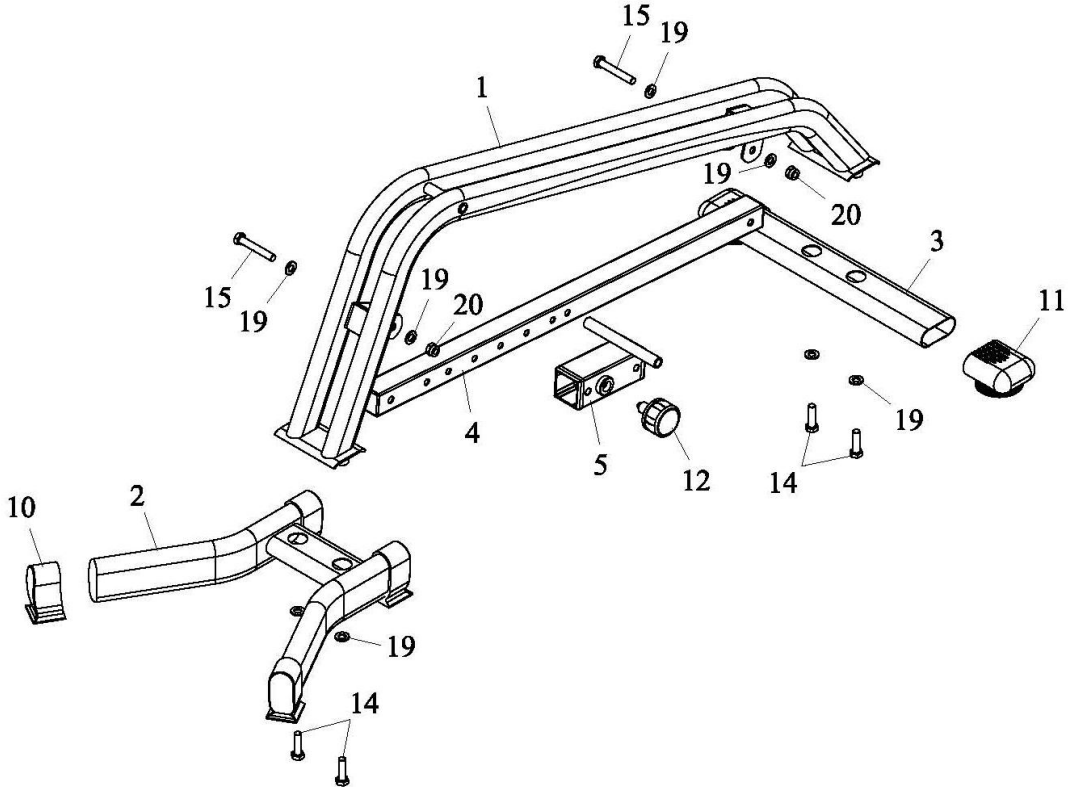
PARÇA LİSTESİ

Sıra No.	Açıklama	Adet
1	ANA GÖVDE	1
2	ÖN TABAN	1
3	ARKA TABAN	1
4	SÜRGÜ ÇUBUĞU	1
5	AYARLI BLOK GÖVDE	1
6	ARKALIK DESTEĞİ	2
7	KOLTUK DESTEĞİ	2
8	KOLTUK YASTIĞI	1
9	ARKALIK YASTIĞI	1
10	DİKEY UÇLU BAŞLIK	4

Sıra No.	Açıklama	Adet
11	ELİPTİK UÇ KAPAĞI	2
12	SABİT PİM	1
13	CIVATA M6*45	8
14	CIVATA M10*30	4
15	CIVATA 10*60	4
16	CIVATA M10*155	1
17	CIVATA M10*200	1
18	DÜZ RONDELÂ 6	8
19	DÜZ RONDELÂ 10	16
20	KİLİTLEME SOMUNU M10	6

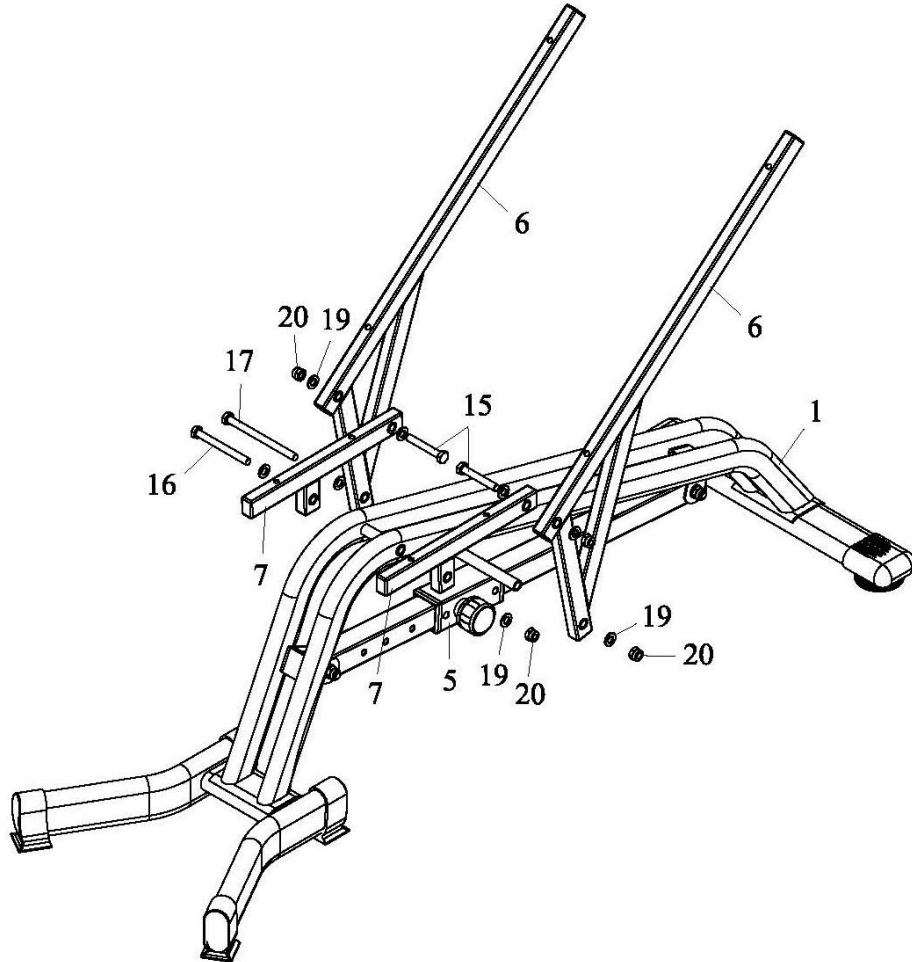
KURULUM ŞEMASI

Adım 1



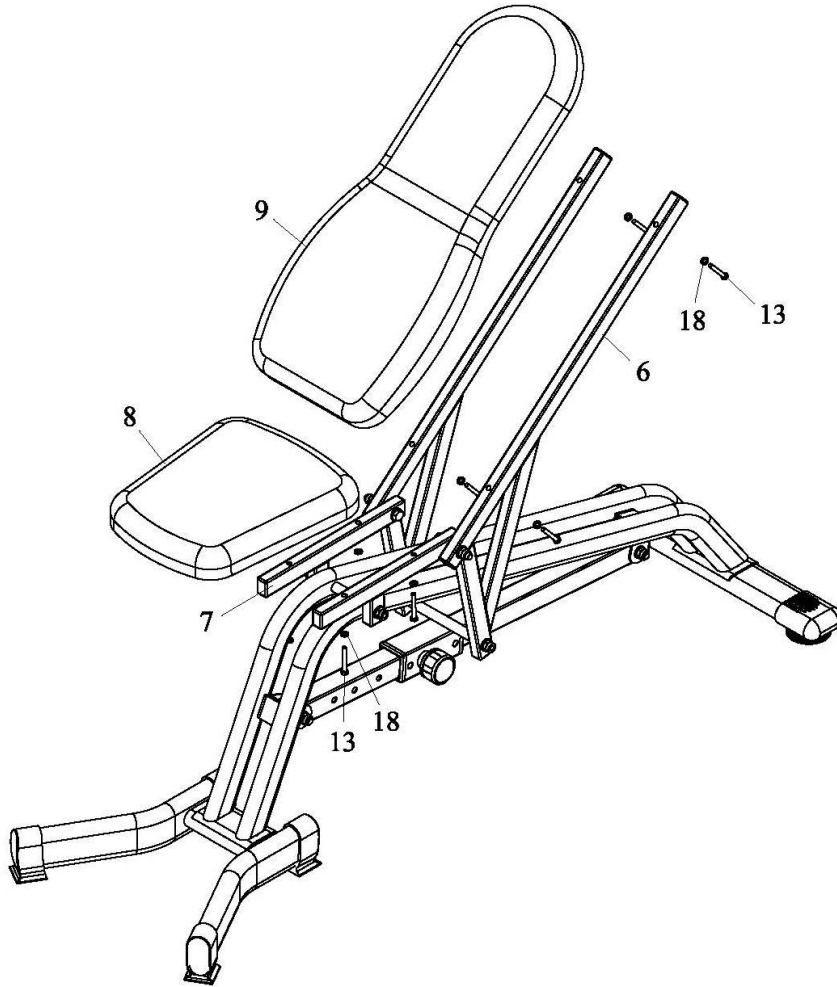
1. AYARLANABİLİR GÖVDE (5) parçasını SÜRGÜ ÇUBUĞU (4) üzerine geçirin ve daha sonra KİLİTLEME SOMUNU İLE (12) yerine tespit ediniz.
2. İki adet CIVATA M10*60 (15), dört DÜZ RONDELÂ 10 (19) ve iki adet KİLİTLEME SOMUNUNU (20) kullanarak, SÜRGÜ ÇUBUĞUNU (4) ANA GÖVDEYE (1) takarak yerleştirin. SÜRGÜ ÇUBUĞUNUN yönünün doğru olduğunu kontrol edin.
3. Dört adet DİKEY UÇ BAŞLIKLARINI (10) ÖN TABANA (2) takarak yerleştirin.
4. İki adet ELİPTİK UÇ KAPAKLARINI (11) ARKA TABANA (3) takarak yerleştirin.
5. Dört adet CIVATA M10*30 (14) ve dört adet DÜZ RONDELÂ 10 (19) kullanarak, ÖN TABANI (2) ve ARKA TABANI (3) ANA GÖVDEYE (1) takarak yerleştirin.

Adım 2



1. CIVATA M10*155 (16), iki adet DÜZ RONDELA10 (19) ve KİLİTLEME SOMUNUNU M10 (20) kullanarak, KOLTUK DESTEK (7) ünitesini ANA GÖVDEYE (7) takarak yerleştiriniz.
2. CIVATA M10*200 (17), iki adet DÜZ RONDELÂ 10 (19) ve KİLİTLEME SOMUNUNU M10 (20) kullanarak, ARKALIK DESTEK parçasını AYARLANABİLİR GÖVDEYE (5) takarak yerleştiriniz.
3. İki adet CIVATA M10*60 (15), dört adet DÜZ RONDELÂ 10 (19) ve iki adet KİLİTLEME SOMUNUNU M10 (20) kullanarak, KOLTUK DESTEĞİNİ (7) ARKALIK DESTEĞİNE (6) takarak yerleştiriniz.

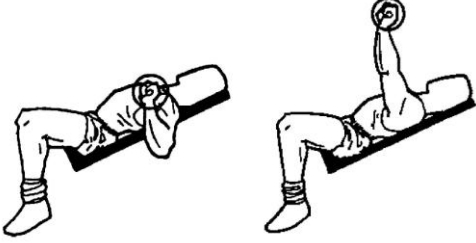
Adım 3



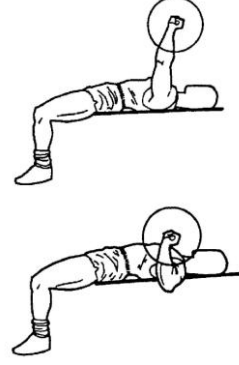
1. Dört adet CIVATA M6*45 (13) ve dört adet DÜZ RONDELÂYI 6 (18) kullanarak, KOLTUK YASTIĞINI (8) KOLTUK DESTEĞİNE (7) takarak yerleştiriniz.
2. Dört adet CIVATA M6*45 (13) ve dört adet DÜZ RONDELÂ 6 (18) kullanarak, ARKALIK YASTIĞINI (9), ARKALIK DESTEĞİNE (6) takarak yerleştiriniz.

YAPABİLECEĞİNİZ EGZERSİZLER

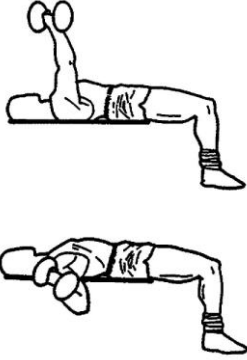
1.Eğimli Dambıl Çalışma:



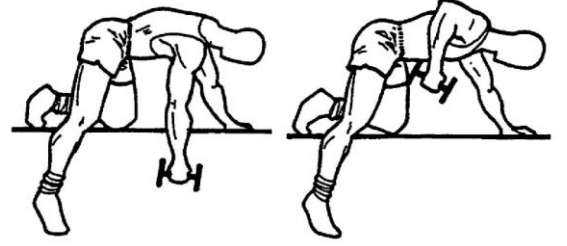
2.Sehpa Üzerinde Pres



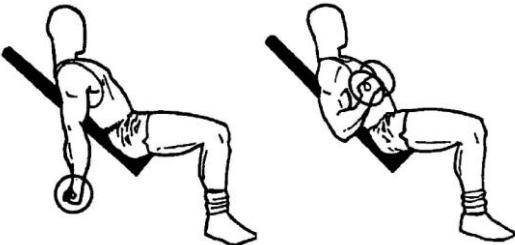
3.Dambıl Kaldırma:



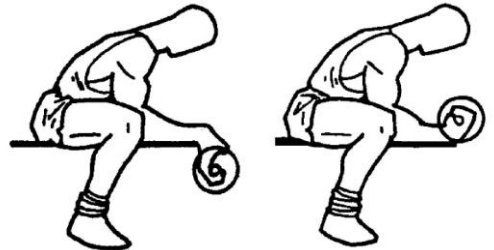
4.Tek Kol Dambıl Çalışma:



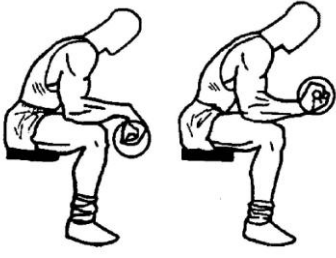
5.Döner Dambıl Hareketi:



6.Bilek Kıvrırma Hareketi:



7.Tersine Bilek Kıvrma Hareketi:



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

Satın almış olduğunuz ürünümüz SPOR DÜNYASI garantisindedir. Kurulum ya da servisle ilgili herhangi bir sorunuz olduğunda 0850 495 52 12 numaralı teknik servis hattımızı arayabilirsiniz.

Genel teknik servis hattımızı arayıp kaydınızı bıraktıktan sonra size en yakın teknik servisimiz yönlendirilecektir. Yaygın teknik servis ağımla sizlere en kısa sürede ulaşarak, en iyi satış sonrası hizmeti sağlayacağımızdan hiç şüpheniz olmasın.

Genel teknik servis uygulamasındaki amaç genel merkezimizin müşteri memnuniyetini takip edebilmesi ve sizlere daha iyi hizmet ulaştırabilmesini sağlamaktır. Böylelikle genel merkez her montaj yada arıza giderimi hakkında anında bilgi sahibi olmaktadır. Ayrıca teknik servislerimizin genel merkez tarafından yönlendirilmesi olası aksaklıkların önüne geçmektedir.

Tüm görüş, istek, ve şikayetlerinizi info@spordunyasi.com.tr 'ye email atmanızı rica ediyoruz. Çünkü Spor Dünyası ailesi için siz tüketicilerimizin değerli düşünceleriniz bizler için önemlidir.