

INSPIRE

MONTAGE- UND BETRIEBSANLEITUNG

DUAL LEG PRESS/CALF



RECORD SERIAL NUMBER HERE

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

Sie haben gerade den ersten Schritt zu einem gesünderen und stärkeren Körper gemacht. Diese Dual-Leg-Press-/Calf-Maschine von Inspire bietet den Schlüssel zur Erschließung des Potenzials Ihres Körpers. Regelmäßiges Krafttraining an einem Multigym hat sich als vorteilhaft erwiesen und bringt eine Reihe von Vorteilen mit sich, darunter: erhöhter Muskeltonus, verringelter Körperfettanteil, verbesserte Energie, Stressabbau und verbesserte Herzleistung. Noch einmal: Herzlichen Glückwunsch, Sie sind auf dem besten Weg, Ihr Selbstbild, Ihre allgemeine Gesundheit und Ihre Lebensqualität zu verbessern.

VOR DEM ZUSAMMENBAU IHRER BEINPRESSE

WICHTIG: Lesen Sie dieses Handbuch vollständig durch, bevor Sie versuchen, diese Wadenpresse/Beinpresse zusammenzubauen oder zu verwenden. Dieses Handbuch enthält schrittweise Anweisungen für den ordnungsgemäßen Zusammenbau.

Überprüfen Sie anhand der in diesem Handbuch enthaltenen Teileliste, ob alle Teile vorhanden sind, bevor Sie mit dem Zusammenbau beginnen. Sollten Teile fehlen, wenden Sie sich an den Händler, bei dem Sie die Wadenpresse/Beinpresse gekauft haben, oder rufen Sie Inspire unter der Nummer 877-738-1729 an.

Vergewissern Sie sich, dass ausreichend Platz vorhanden ist, bevor Sie mit dem Aufbau der Dual Leg Press/Calf-Maschine beginnen. Es wird empfohlen, eine Gummimatte unter die Dual Leg Press/Calf-Maschine zu legen, um den Holzboden oder Teppichboden während des Aufbaus und der Nutzung vor Beschädigungen zu schützen. In einer Mehrzweckumgebung oder in gewerblichen Einrichtungen wird empfohlen, die Maschine mit Schrauben durch die Löcher in den Grundplatten am Boden zu befestigen.

Diese Dual-Leg-Press-/Calf-Maschine ist nur für den Gebrauch in Innenräumen vorgesehen. In einer feuchten Umgebung kann sich an bestimmten Teilen Rost bilden, was zu Funktionsstörungen führen kann.

KONTAKTIEREN SIE UNS, WENN SIE HILFE BENÖTIGEN

Die Wartung Ihrer Dual Leg Press/Calf-Maschine sollte nur von einem autorisierten Inspire-Händler durchgeführt werden. Bei einer Wartung durch eine andere Person kann die Garantie erlöschen. Wenn Sie Hilfe bei der Suche nach einem autorisierten Händler benötigen, wenden Sie sich bitte direkt an uns:



E-Mail

Hello@centr.com



Telefon

+1 877 738 1729 (nur USA)

+1 714 738 1729 (weltweit)

Mo-Fr 8:00-17:00 Uhr PT - UTC-7/8 Std.



Chat

www.inspirefitness.com

**Der Support wird auf Englisch und Spanisch angeboten **

INHALTSVERZEICHNIS

SEKTION BESCHREIBUNG.....	SEITE
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE	1
ERFORDERLICHE WERKZEUGE	1
TEILE- UND HARDWARELISTE	2
KABELTABELLEN	3
MONTAGEANLEITUNG	5
REFERENZ FÜR AUFKLEBER	21
ANBRINGUNG VON AUFKLEBERN	23
TRAININGSTIPPS	24
WARTUNGSZEITPLAN.....	25
BESCHRÄNKTE GARANTIE	27

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Bitte lesen Sie dieses gesamte Handbuch und machen Sie sich mit allen Aufklebern und Warnhinweisen vertraut, bevor Sie diese Dual-Leg-Press-/Wadenmaschine verwenden.

- **WARNUNG!** Es ist notwendig, diese Wadenpresse/Beinpresse regelmäßig zu überprüfen, um die Sicherheit und ordnungsgemäße Funktion zu gewährleisten. Bitte verwenden Sie den Wartungsplan am Ende dieses Handbuchs. Ersetzen Sie sofort alle defekten oder abgenutzten Teile. Achten Sie besonders auf bewegliche Teile wie Kabel, Riemenscheiben und Zubehöranschlüsse. Weitere Informationen finden Sie im Abschnitt „Allgemeine Wartung“.
- Verwenden Sie dieses Gerät für die Beinpresse/Wadenpresse nur für den in dieser Bedienungsanleitung oder im Übungsbuch beschriebenen Zweck. Verwenden Sie keine vom Hersteller nicht empfohlenen Zubehörteile.
- Achten Sie darauf, dass sich Personen, die nicht am Training teilnehmen, während der Benutzung des Dual Leg Press/Calf-Geräts mindestens 1,5 Meter von diesem Gerät entfernt aufhalten.
- Kinder dürfen sich nicht in der Nähe der Dual Leg Press/Calf-Maschine aufhalten.
- Stellen Sie die Dual Leg Press/Calf-Maschine nicht in der Nähe von Wänden oder anderen Hindernissen auf.
- Brechen Sie das Training sofort ab, wenn Sie während des Trainings Kurzatmigkeit, Schmerzen oder Schwindel verspüren. Inspire empfiehlt dringend, vor Beginn eines Trainingsprogramms einen Arzt zu konsultieren.

ERFORDERLICHE WERKZEUGE

- Metrisches Steckschlüsselset (einschließlich 16 mm, 17 mm, 18 mm und 19 mm Steckschlüssel)
- Metrische Schraubenschlüssel (16 mm, 17 mm, 18 mm und 19 mm)
- 4-mm-, 5-mm- und 6-mm-Inbusschlüssel (im Hardware-Paket enthalten)
- Einstellbarer Schraubenschlüssel
- Kreuzschlitzschraubendreher

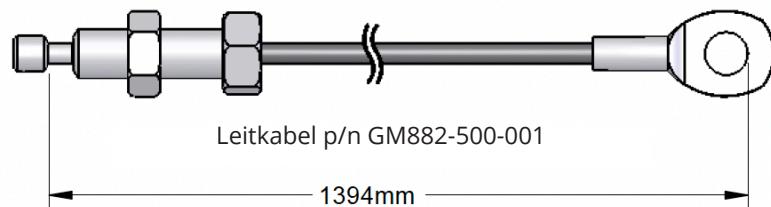
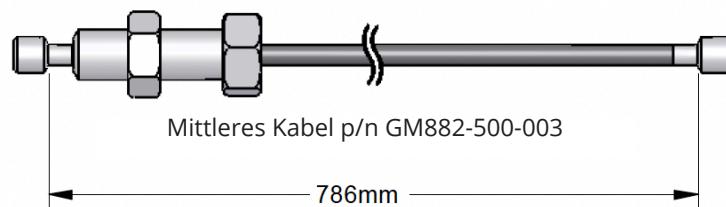
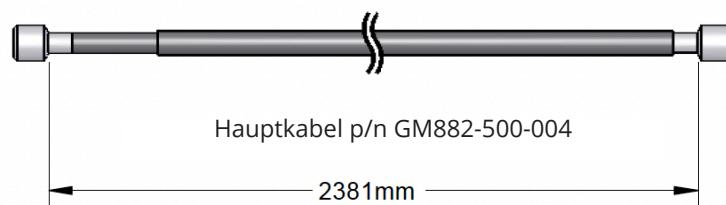
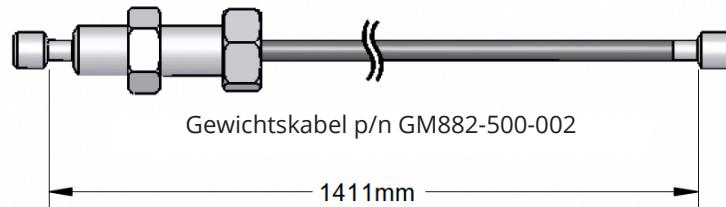
DOPPELBEIN-PRESSE/WADEN-TEILE & HARDWARE-LISTE

Artikel	Teile Beschreibung	Menge	Menge Empfangen
1	Hauptrahmen	1	
2	Führungsleitungshalterung	1	
3	Aufrecht 1	1	
4	Oberer Befestigungsarm	1	
5	Unterer Befestigungsarm	1	
6	Grundrahmen	1	
7	Obere Riemenscheibenhalterung, links	1	
8	Obere Riemenscheibenhalterung, rechts	1	
9	Obere Gewichtanschlagbaugruppe	2	
10	Führungsstangen	4	
11	Oberes Gewicht/Wählstange	2	
12	Gummiring	4	
13	Kabelverbinder-Baugruppe	1	
14	Schwimmende Riemenscheibe	1	
15	Pressarm	1	
16	Fußplattenanschluss	1	
17	Fußplatte	1	
18	Stabilisatorarm	1	
19	Federn	2	
20	Linke Metallabdeckplatte	1	
21	Rechte Metallabdeckplatte	1	
22	Sitzpolster	2	
23	Rückenpolster Stiel	1	
24	Griffmontage	1	
25	Obere Metallabdeckung	1	
26	Untere Metallabdeckung	1	
27	Stoffverkleidung	1	
28	Metallverkleidung Plakat links	1	
29	Metallabdeckung Plakat rechts	1	
30	Gummischale	2	
31	Gummihalterung für Tabletten	1	
32	Geformte obere Kappe	1	
33	Führungsstange Schmiermittel	1	
34	Ausbesserungsfarbe	1	
35	3 112" Riemenscheibe	1	
36	Riemenscheibe 4 1/2	2	

Artikel	Hardware-Beschreibung	Menge	Menge Empfangen
1	M10 x 25 Sechskantschraube	12	
2	M10 x 95 Sechskantschraube	2	
3	M10 x 75 Sechskantschraube	6	
4	M10 x 100 Sechskantschraube	2	
5	M10 x 70 Sechskantschraube	4	
6	M10 x 125 Sechskantschraube	2	
7	M10 x 165 Sechskantschraube	2	
8	M8 x 20 Sechskantschraube	2	
9	M10 x 90 Sechskantschraube	4	
10	1/2" x 165 Sechskantschraube	4	
11	M10 x 160 Sechskantschraube	1	
12	M10 x 50 Sechskantschraube	2	
13	M10 x 45 Sechskantschraube	1	
14	M8 x 100 Sechskantschraube	1	
15	M6 x 12 Flachkopfschraube	10	
16	M10 x 60 Sechskantschraube	4	
17	M10 x 50 Sechskantschraube mit Vollgewinde	3	
18	M10 x 25 Flachrundschaftschraube	3	
19	M8 x 12 Flachkopfschraube	7	
20	M10 Unterlegscheibe	76	
21	1/2" Unterlegscheibe	8	
22	M8 Unterlegscheibe	11	
23	M10 große Unterlegscheibe mit großem Außendurchmesser	2	
24	M6 Unterlegscheibe	10	
25	M10 Sicherungsmutter	32	
26	M8 Sicherungsmutter	1	
27	1/2" Sicherungsmuttern	4	
28	Gewicht Stift	2	
29	4 mm Inbusschlüssel	1	
30	5-mm-Inbusschlüssel	2	
31	6 mm Schraubenschlüssel	1	

KABELTABELLEN

DUAL LINE LEG PRESS/CALF KABELLISTE

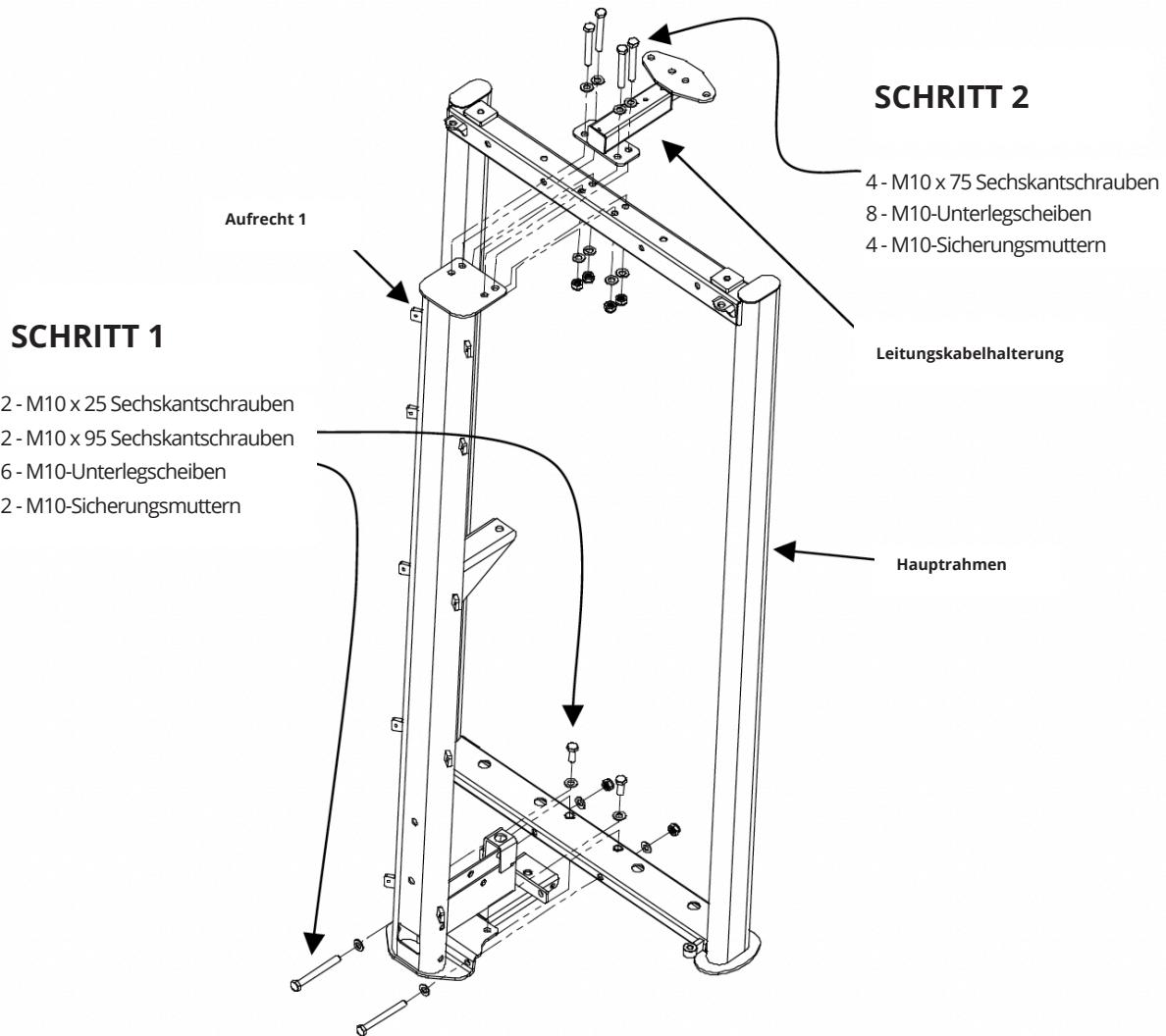


Die Kabellängen sind in Millimetern angegeben und dienen nur als Referenz.

Die Kabellängen können sich jederzeit ohne Vorankündigung ändern.

MONTAGEANLEITUNG





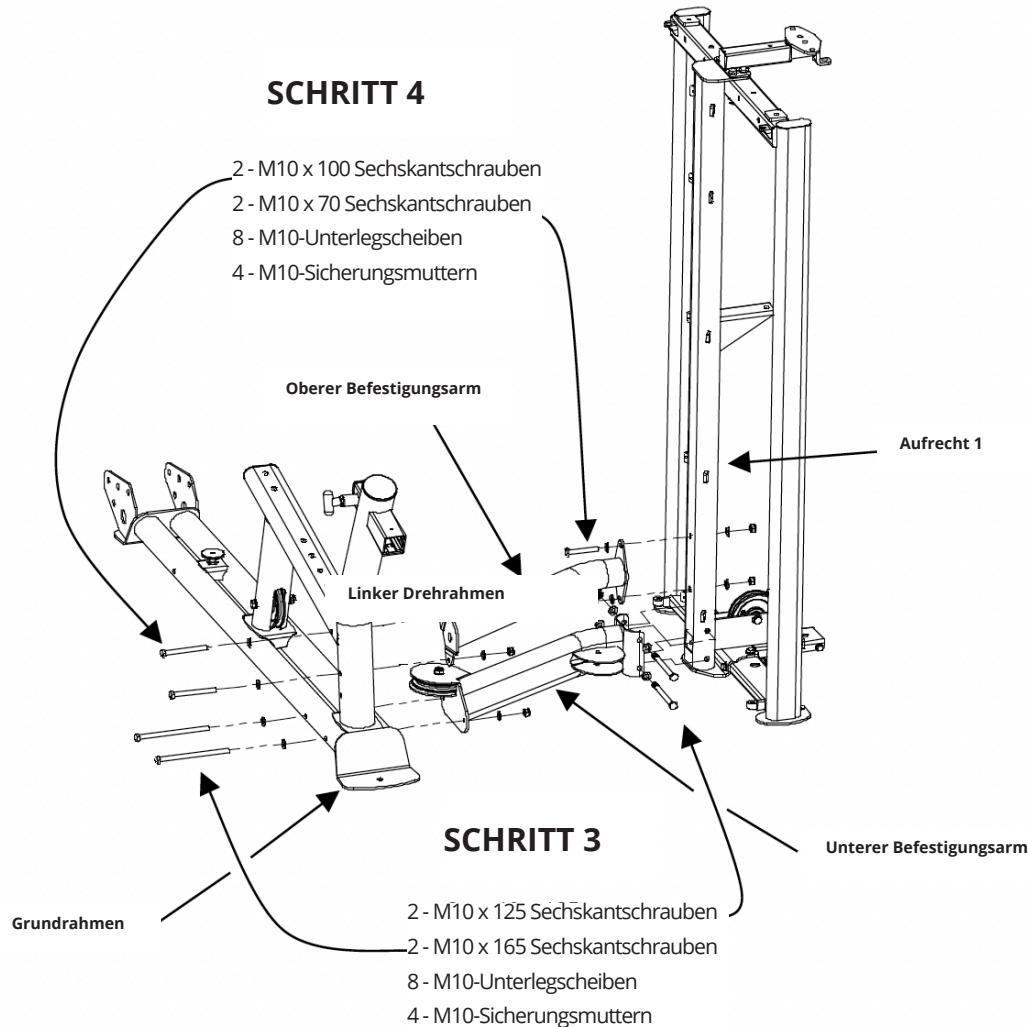
Befestigen Sie aufrecht 1 am Hauptrahmen mit:

- 2 - M10 x 25 Sechskantschrauben
- 2 - M10 x 95 Sechskantschrauben
- 6 - M10-Unterlegscheiben
- 2 - M10-Sicherungsmuttern

Schritt 2: Befestigen Sie die Führungskabelhalterung am Hauptrahmen und aufrecht 1 mit:

- 4 - M10 x 75 Sechskantschrauben
- 8 - M10-Unterlegscheiben
- 4 - M10-Sicherungsmuttern

HINWEIS: Nur handfest anziehen.



Schritt 3: Befestigen Sie den unteren Befestigungsarm am aufrechten 1 und am Basisrahmen mit:

2 - M10 x 125 Sechskantschrauben
2 - M10 x 165 Sechskantschrauben
8 - M10-Unterlegscheiben
4 - M10-Sicherungsmuttern

Schritt 4: Befestigen Sie den oberen Befestigungsarm am aufrechten 1 und am Basisrahmen mit:

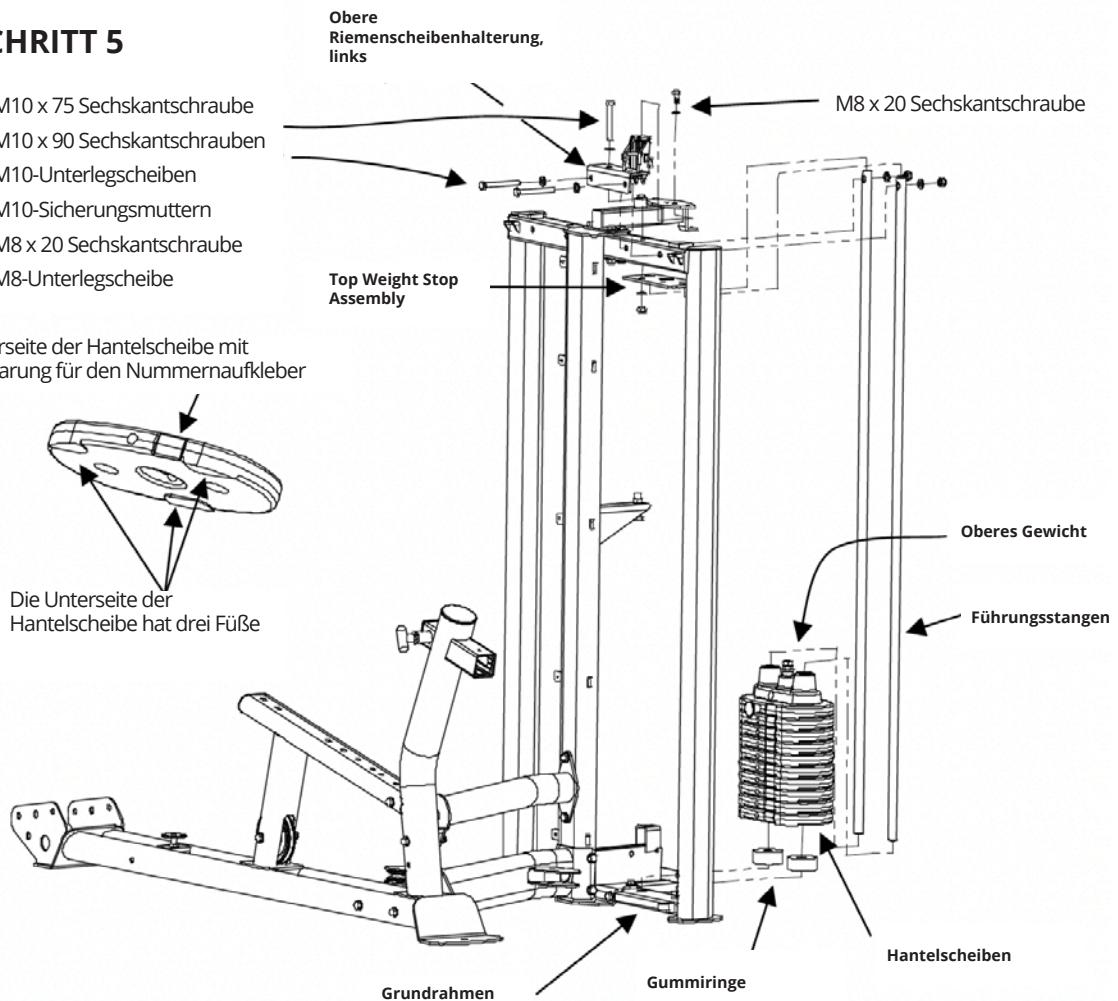
2 - M10 x 100 Sechskantschrauben
2 - M10 x 70 Sechskantschrauben
8 - M10-Unterlegscheiben
4 - M10-Sicherungsmuttern

HINWEIS: Ziehen Sie jetzt alle Schrauben aus den Schritten 1, 3 und 4 mit einem Schraubenschlüssel fest.

SCHRITT 5

- 1 - M10 x 75 Sechskantschraube
- 2 - M10 x 90 Sechskantschrauben
- 6 - M10-Unterlegscheiben
- 3 - M10-Sicherungsmuttern
- 1 - M8 x 20 Sechskantschraube
- 1 - M8-Unterlegscheibe

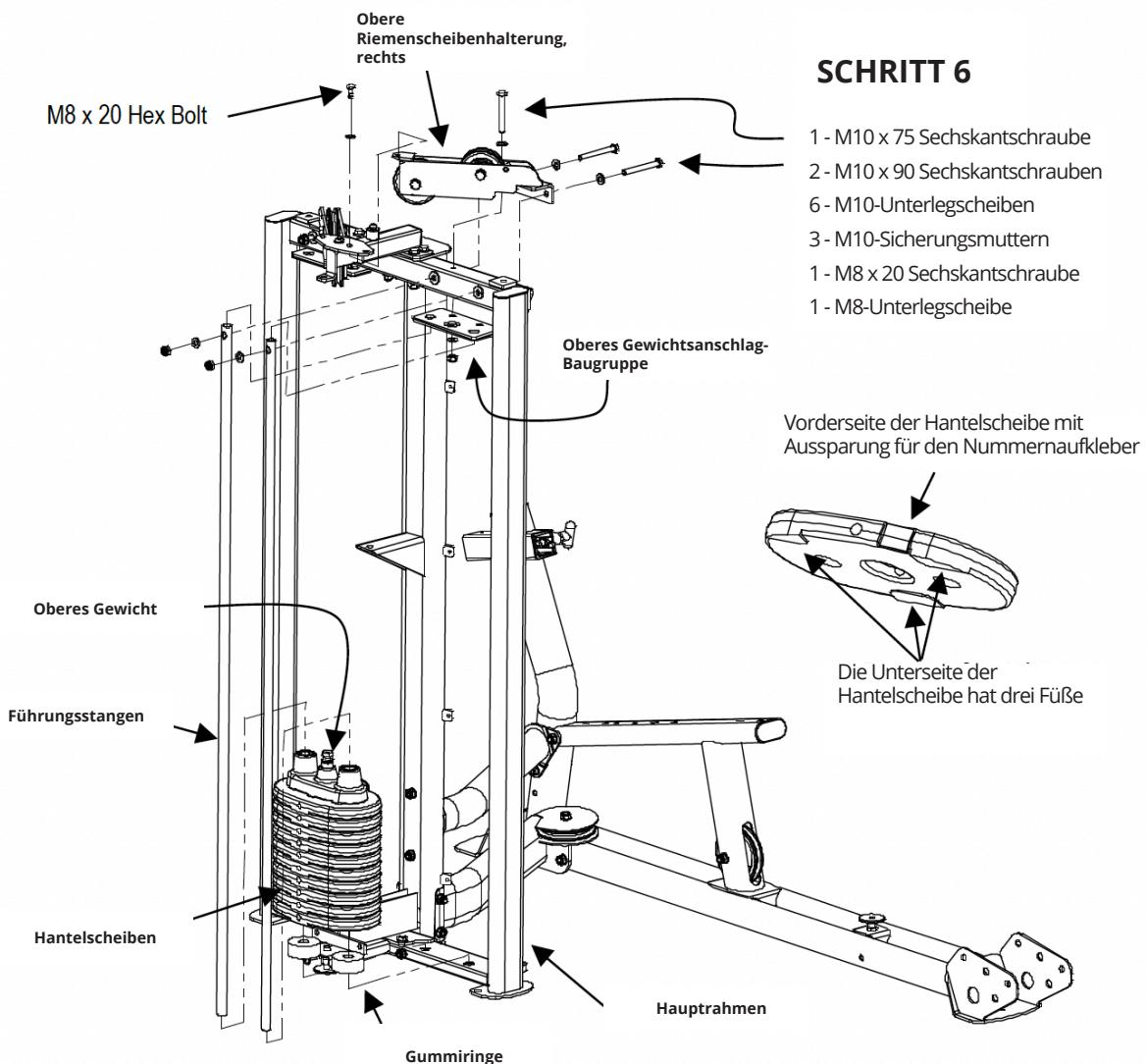
Vorderseite der Hantelscheibe mit Aussparung für den Nummernaufkleber



Schritt 5: Führen Sie zwei Führungsstangen in die Löcher im unteren Rohr des Hauptrahmens ein. Kippen Sie die Führungsstangen vorsichtig nach hinten weg von der Maschine. Schieben Sie einen Gummiring in jede Führungsstange. Schieben Sie zehn Gewichtsscheiben auf die Führungsstangen. Achten Sie darauf, dass die Vertiefung an der Vorderseite der Gewichtsscheibe zur Vorderseite der Maschine zeigt. Schieben Sie die obere Gewichtseinheit auf die Führungsstangen. Schieben Sie die obere Gewichtsbeschränkungseinheit auf die Führungsstangen, wobei Sie darauf achten müssen, dass die Gummiauflage nach unten zeigt. Befestigen Sie die obere Riemscheibenhalterung, die obere Gewichtsbeschränkungseinheit und die Führungsstangen am Hauptrahmen. Verwenden Sie dazu:

- 1 - M10 x 75 Sechskantschraube
- 2 - M10 x 90 Sechskantschrauben
- 6 - M10-Unterlegscheiben
- 3 - M10-Sicherungsmuttern
- 1 - M8 x 20 Sechskantschraube
- 1 - M8-Unterlegscheibe

HINWEIS: Nur handfest anziehen.



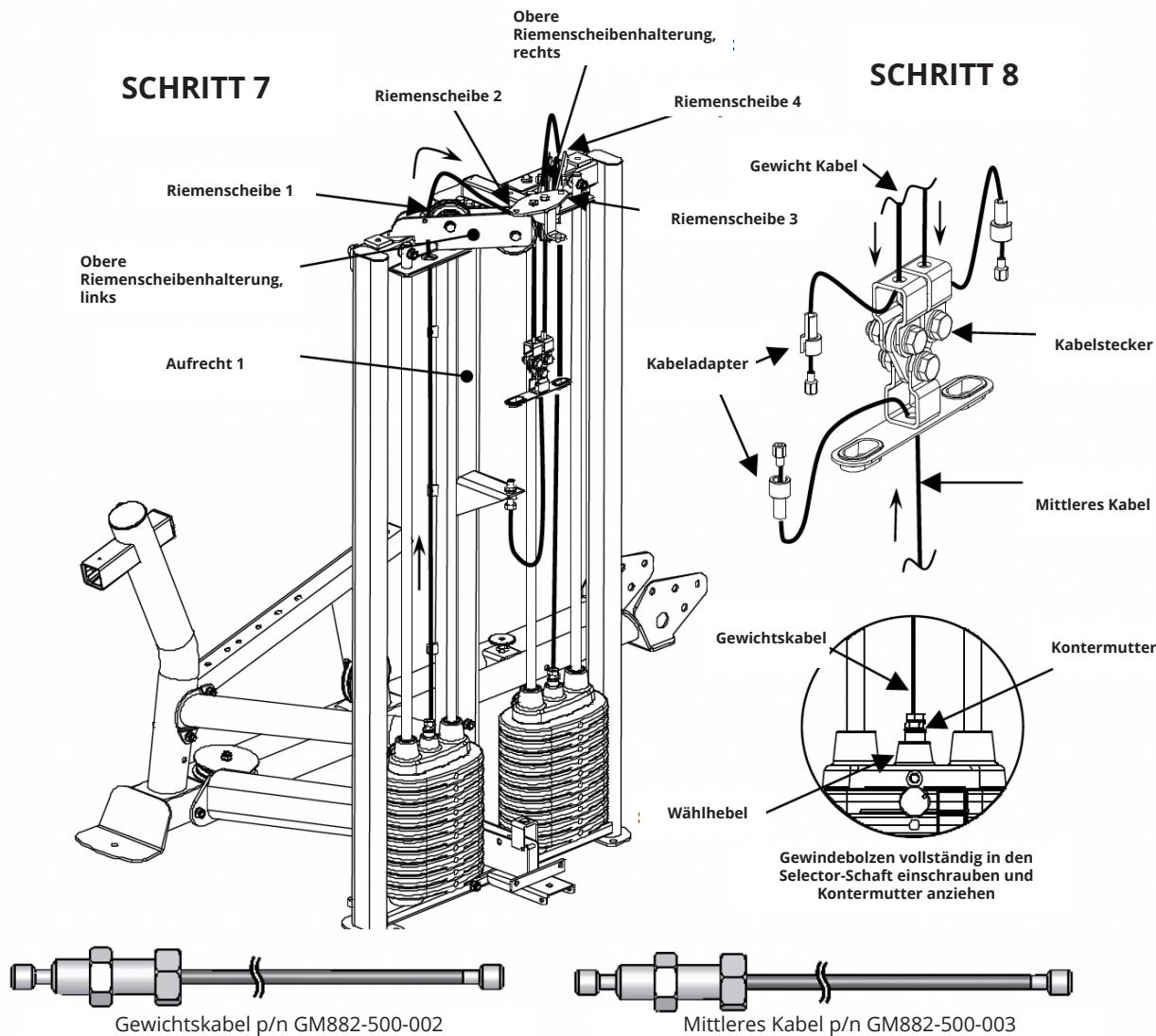
SCHRITT 6

- 1 - M10 x 75 Sechskantschraube
- 2 - M10 x 90 Sechskantschrauben
- 6 - M10-Unterlegscheiben
- 3 - M10-Sicherungsmuttern
- 1 - M8 x 20 Sechskantschraube
- 1 - M8-Unterlegscheibe

Schritt 6: Führen Sie zwei Führungsstangen in die Löcher im unteren Rohr des Hauptrahmens ein. Kippen Sie die Führungsstangen vorsichtig nach hinten weg von der Maschine. Schieben Sie einen Gummiring in jede Führungsstange. Schieben Sie zehn Gewichtsscheiben auf die Führungsstangen. Achten Sie darauf, dass die Vertiefung an der Vorderseite der Gewichtsscheibe zur Vorderseite der Maschine zeigt. Schieben Sie die obere Gewichtseinheit auf die Führungsstangen. Schieben Sie die obere Gewichtsbeschränkungseinheit auf die Führungsstangen, wobei Sie darauf achten müssen, dass die Gummiauflage nach unten zeigt. Befestigen Sie die rechte obere Riemenscheibenhalterung, die obere Gewichtsbeschränkungseinheit und die Führungsstangen am Hauptrahmen. Verwenden Sie dazu:

- 1 - M10 x 75 Sechskantschraube
- 2 - M10 x 90 Sechskantschrauben
- 6 - M10-Unterlegscheiben
- 3 - M10-Sicherungsmuttern
- 1 - M8 x 20 Sechskantschraube
- 1 - M8-Unterlegscheibe

HINWEIS: Nur handfest anziehen.



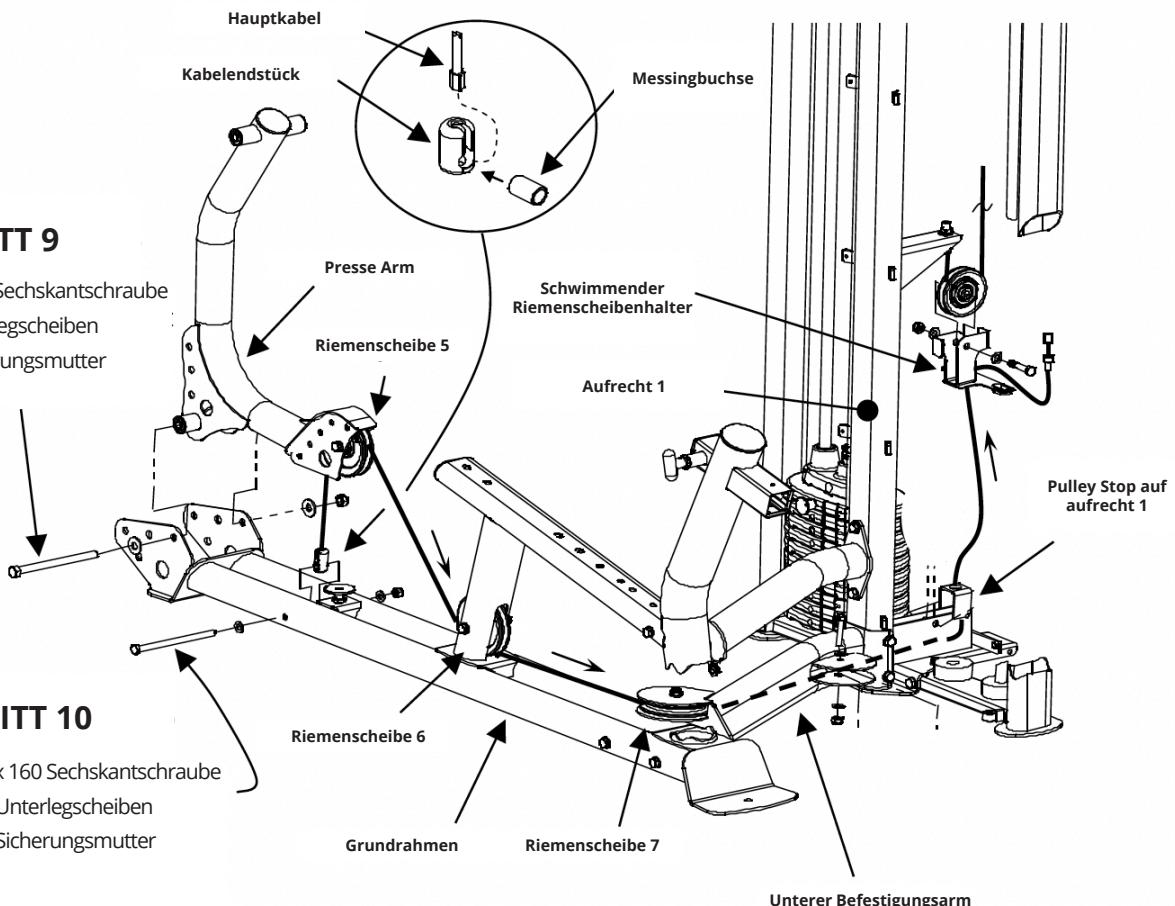
Schritt 7: Führen Sie das Ende des Gewichtskabels vollständig in den Selector Stem ein und ziehen Sie die Kontermutter fest. Führen Sie das Gewichtskabel über Riemenscheibe 1 und dann über und unter Riemenscheibe 2. Achten Sie darauf, dass das Gewichtskabel zwischen den Riemenscheiben und den Kabelhaltebolzen verläuft. Führen Sie das Ende des Gewichtskabels wie abgebildet durch den Kabelverbinder, befestigen Sie einen Kabeladapter und ziehen Sie das Gewichtskabel zurück, um den Kabeladapter zu befestigen. Wiederholen Sie den Vorgang auf der anderen Seite.

HINWEIS: Die Kabelendbolzen müssen bis zum oberen Gewichtstapel festgezogen und die Kontermuttern festgezogen werden, um ein Lösen der Bolzen zu verhindern.

Schritt 8: Bringen Sie das mittlere Kabel an, indem Sie die Sechskantschraube am mittleren Kabel in den aufrechten 1. Befestigen Sie das andere Ende des Gewichtskabels am Kabelverbinder und am Kabeladapter. Achten Sie darauf, die Sechskantschraube wie abgebildet von unten anzubringen, sodass eine Schlaufe im Gewichtskabel hängen bleibt, und ziehen Sie die Kontermuttern fest. Dieses Ende des Gewichtskabels mit der Sechskantschraube wird bei Bedarf zur Kabeleinstellung verwendet.

SCHRITT 9

1 - $\frac{1}{2}$ " x 165 Sechskantschraube
 2 - $\frac{1}{2}$ " Unterlegscheiben
 1 - $\frac{1}{2}$ " Sicherungsmutter



SCHRITT 10

1 - M10 x 160 Sechskantschraube
 2 - M10-Unterlegscheiben
 1 - M10-Sicherungsmutter



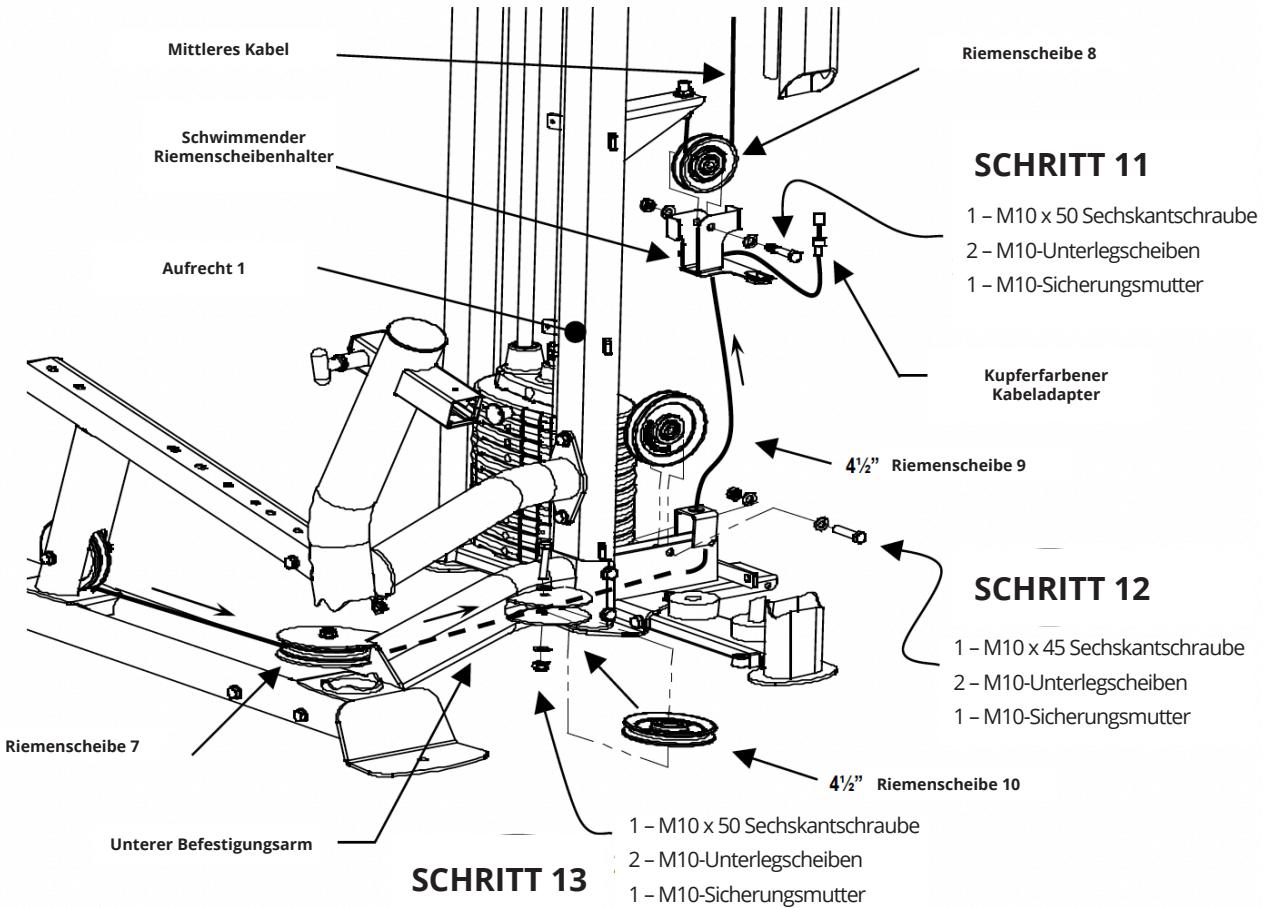
Schritt 9: Befestigen Sie den Pressarm am Grundrahmen mit:

1 - $\frac{1}{2}$ " x 165 Sechskantschraube
2 - $\frac{1}{2}$ " Unterlegscheiben
1 - $\frac{1}{2}$ " Sicherungsmutter

Schritt 10: Stecken Sie das Ende des Hauptkabels (das Ende mit der schwarzen Beschichtung gegen das hexagonale Metallende) in die Kabelendverbindung und setzen Sie dann die Messingbuchse ein. (HINWEIS: An einem Ende des Kabels wurde die schwarze Beschichtung auf einer Länge von 1,9 cm entfernt. Dieses Ende wird im nächsten Schritt am kupferfarbenen Kabeladapter befestigt.) Befestigen Sie die Kabelendverbindung mit Messingbuchse am Grundrahmen mit **1 M10 x 160 Sechskantschraube, 2 M10 Unterlegscheiben und 1 M10 Sicherungsmutter**. Führen Sie das Kabel über Riemscheibe 5 und unter Riemscheibe 6. Wickeln Sie das Kabel um Riemscheibe 7 und führen Sie das Kabel durch den unteren Befestigungsarm und aufrecht 1. Ziehen Sie das Kabel durch das Loch im Rollenanschlag nach oben und führen Sie das Kabelende durch das untere Loch in der Halterung der schwimmenden Rolle.

1 - M10 x 160 Sechskantschraube
2 - M10-Unterlegscheiben
1 - M10-Sicherungsmutter

Fortsetzung auf der nächsten Seite



Schritt 11: Befestigen Sie den Kupferfarbenen Kabeladapter am Ende des Hauptkabels, von dem etwa 1,8 cm der schwarzen Beschichtung entfernt wurden, und ziehen Sie das Kabel durch die schwimmende Riemscheibenhalterung zurück, um das Kabel zu befestigen. Legen Sie Riemscheibe 8 auf die Schlaufe im mittleren Kabel und befestigen Sie die schwimmende Riemscheibenhalterung an Riemscheibe 8 mit **1 M10 x 50 Sechskantschraube, 2 M10 Unterlegscheiben und 1 M10 Sicherungsmutter**.

Schritt 12: Setzen Sie die 4½-Zoll-Riemscheibe 9 unten in den aufrechten 1 ein und achten Sie darauf, dass das Kabel in der Nut der Riemscheibe liegt. Befestigen Sie die 4½-Zoll-Riemscheibe 9 mit **einer M10 x 45-Sechskantschraube, zwei M10-Unterlegscheiben und einer M10-Sicherungsmutter**.

Schritt 13: Schauen Sie durch das Fenster im unteren Befestigungsarm, um sicherzustellen, dass das Kabel sichtbar in der Mitte des Fensters verläuft. Setzen Sie die 4½-Zoll-Riemscheibe 10 so ein, dass das Kabel in die Nut der Riemscheibe passt. Befestigen Sie die 4½-Zoll-Riemscheibe 10 am unteren Befestigungsarm mit **einer M10 x 50 Sechskantschraube, zwei M10 Unterlegscheiben und einer M10 Sicherungsmutter**.

HINWEIS: Wenn das Kabel nicht vollständig in der Nut der 4½-Zoll-Riemscheibe 10 sitzt, wird das Kabel beschädigt. Bewegen Sie den Pressarm langsam, ohne die Gewichtsscheiben zu befestigen, um zu überprüfen, ob sich die 4½-Zoll-Riemscheibe 10 dreht, wenn sich die oberen Gewichte auf und ab bewegen.

HINWEIS: Ziehen Sie nun alle Schrauben aus Schritt 9 bis Schritt 13 mit dem Schraubenschlüssel fest.

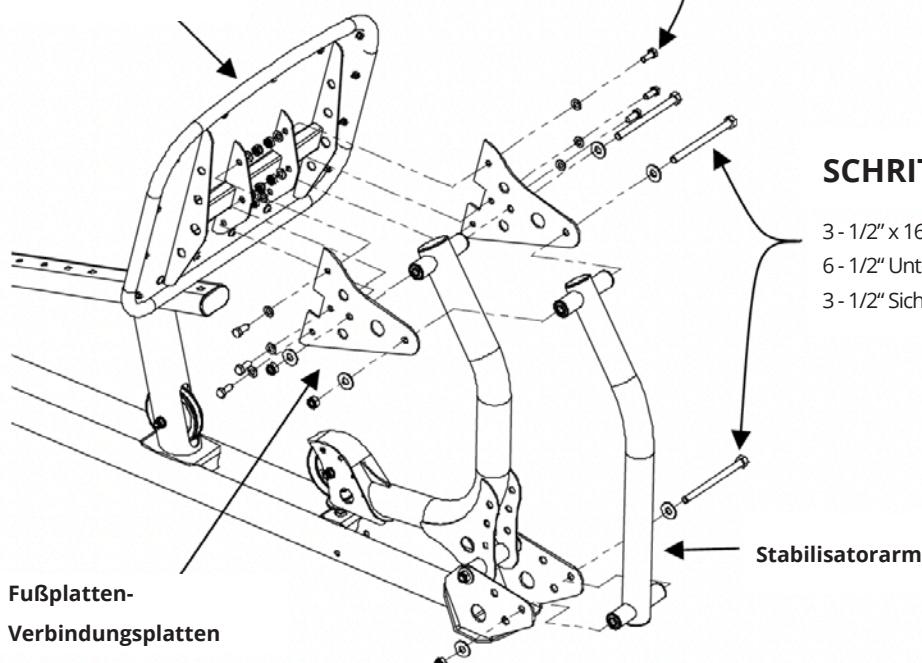
SCHRITT 15

6 - M10 x 25 Sechskantschrauben

12 - M10-Unterlegscheiben

6 - M10-Sicherungsmuttern

Fußplattenmontage



SCHRITT 14

3 - 1/2" x 165 Sechskantschrauben

6 - 1/2" Unterlegscheiben

3 - 1/2" Sicherungsmuttern

Schritt 14: Befestigen Sie die Verbindungsplatten der Fußplatte am Pressarm und am Stabilisatorarm mit:

3 - 1/2" x 165 Sechskantschrauben

6 - 1/2" Unterlegscheiben

3 - 1/2" Sicherungsmuttern

Schritt 15: Befestigen Sie die Fußplattenbaugruppe an den Fußplatten-Verbindungsplatten mit:

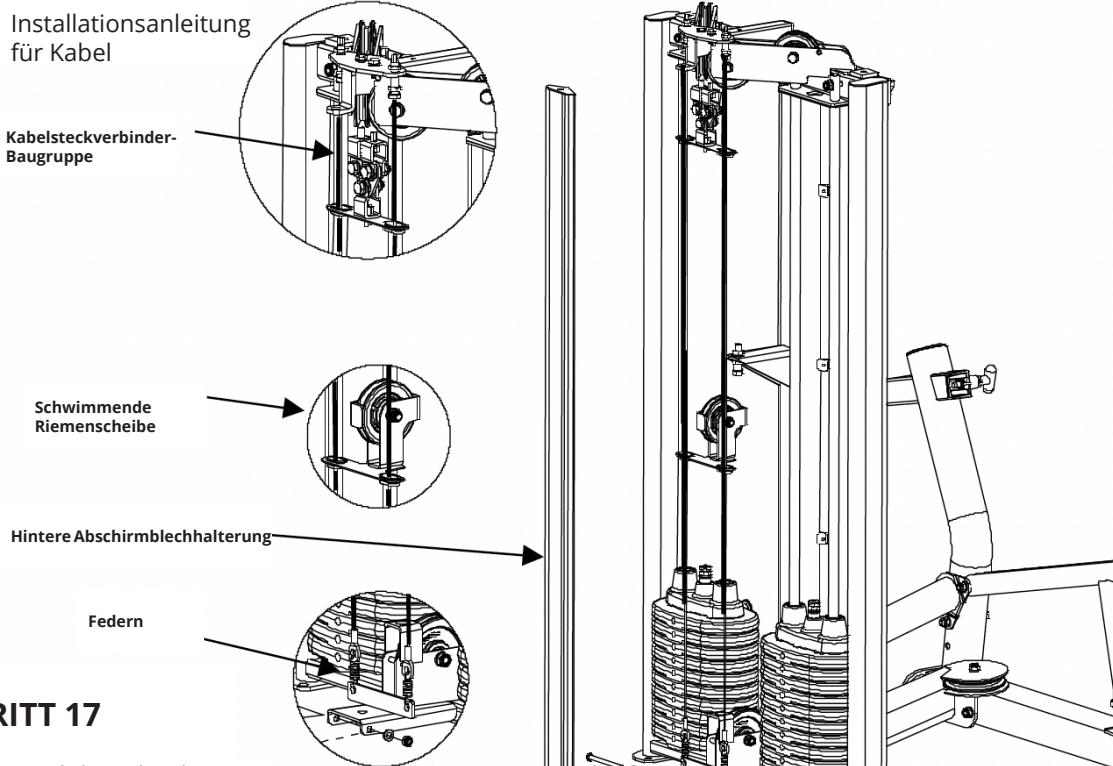
6 - M10 x 25 Sechskantschrauben

12 - M10-Unterlegscheiben

6 - M10-Sicherungsmuttern

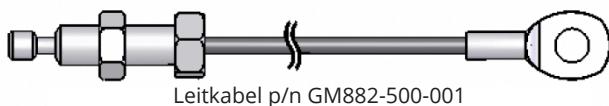
HINWEIS: Ziehen Sie jetzt alle Schrauben fest.

SCHRITT 16



SCHRITT 17

- 1 - M8 x 100 Sechskantschraube
- 2 - M8-Unterlegscheiben
- 1 - M8-Sicherungsmutter



Leitkabel p/n GM882-500-001

Schritt 16: Führen Sie das Ösenende des Führungskabels durch die Kunststoffbuchse in der Kabelverbindungsbaugruppe und dann durch die Kunststoffbuchse in der Baugruppe der schwimmenden Riemenscheibe. Befestigen Sie ein Ende einer Feder an der Öse und das andere Ende an der Bohrung in der Platte unten am aufrechten 1. Führen Sie das Bolzenende in die Bohrung in der Platte an der Führungskabelhalterung ein. Achten Sie darauf, dass sich eine Kontermutter auf der Unterseite und die andere auf der Oberseite der Platte befindet. Ziehen Sie die obere Kontermutter gerade so fest an, dass das Führungskabel straff ist. Ziehen Sie die untere Kontermutter so fest an, dass sich die Schraube während des Gebrauchs nicht lösen kann.

Schritt 17: Befestigen Sie die hintere Verkleidungsplatte am Pfosten 1 und am Hauptrahmen mit:

Optional: Setzen Sie eine M10 x 50-Vollgewindeschraube aus Schritt 25 ein, um die hintere Abdeckplattenhalterung zu fixieren/stabilisieren, bis die obere Abdeckplatte angebracht ist.

HINWEIS: Ziehen Sie alle Schrauben aus den Schritten 2, 5, 6 und 17 jetzt mit einem Schraubenschlüssel fest.

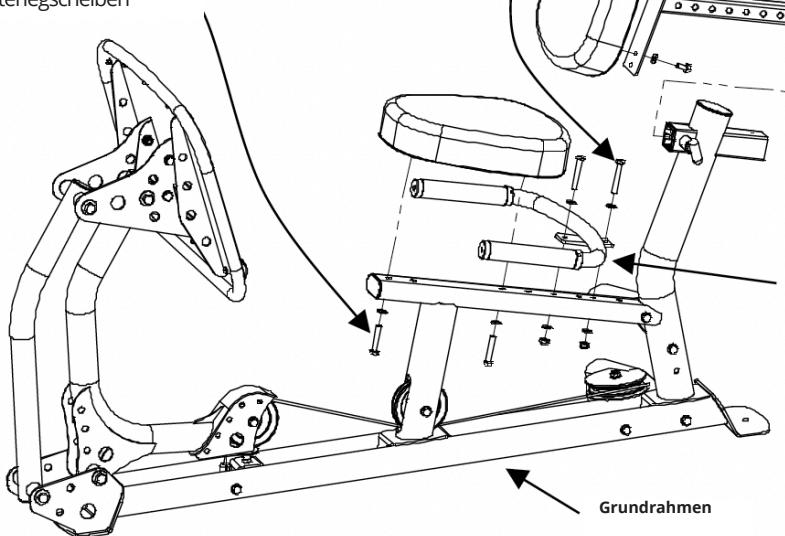
- 1 - M8 x 100 Sechskantschraube
- 2 - M8-Unterlegscheiben
- 1 - M8-Sicherungsmutter

SCHRITT 18

SCHRITT 19

2 - M10 x 60 Sechskantschrauben
2 - M10-Unterlegscheiben

2 - M10 x 60 Sechskantschrauben
4 - M10-Unterlegscheiben
2 - M10-Sicherungsmuttern



SCHRITT 20

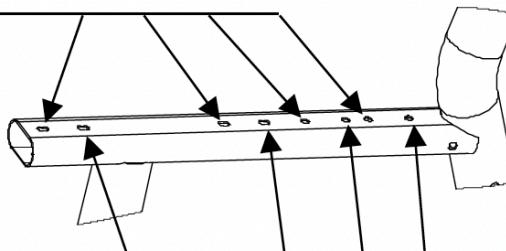
2 - M10 x 25 Sechskantschrauben
2 - M10-Unterlegscheiben

Rückenpolster-Vorbaus

Griffmontage

Grundrahmen

Befestigen Sie Sitz und Griff an diesen Löchern für kürzere Beine.



Befestigen Sie Sitz und Griff an diesen Löchern für längere Beine.

Schritt 18: Befestigen Sie den Griff am Grundrahmen mit:

**2 - M10 x 60 Sechskantschrauben
4 - M10-Unterlegscheiben
2 - M10-Sicherungsmuttern**

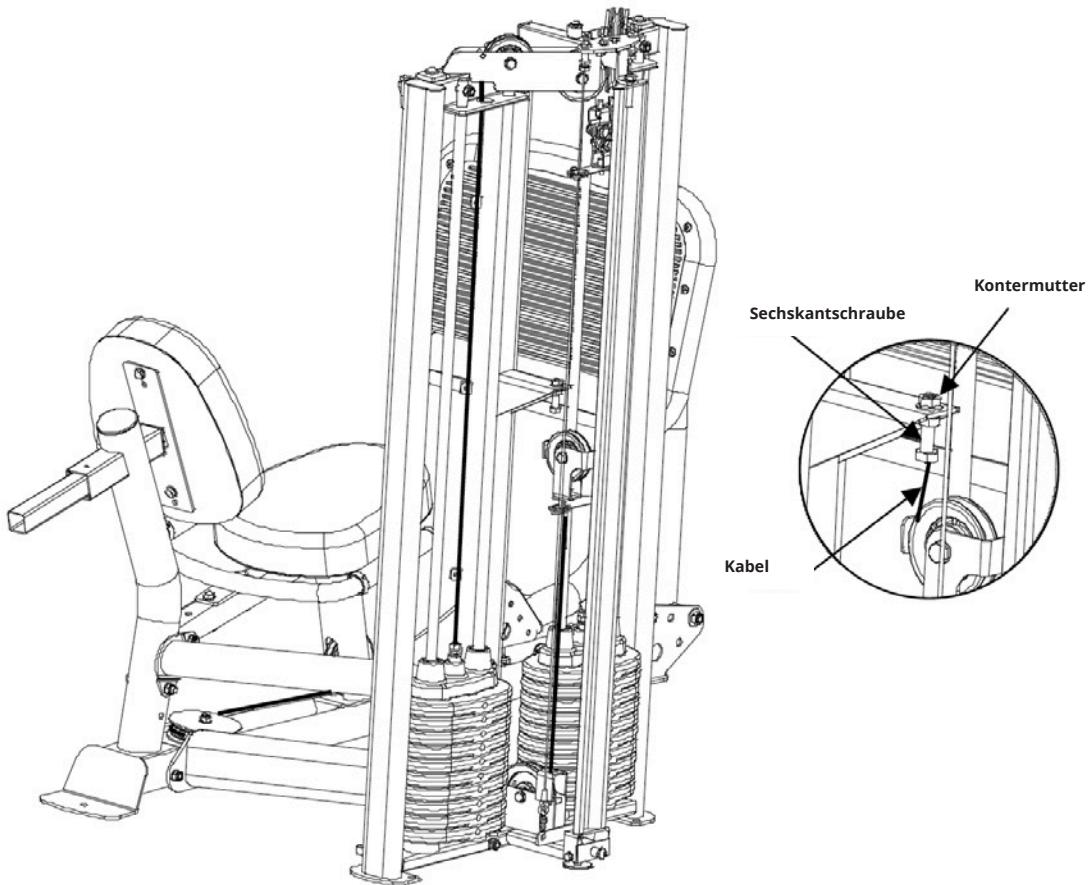
Schritt 19: Befestigen Sie den Sitz am Grundrahmen mit:

**2 - M10 x 60 Sechskantschrauben
2 - M10-Unterlegscheiben**

Schritt 20: Befestigen Sie den Sitz am Rückenlehnenstiel mit:

HINWEIS: Ziehen Sie die Schrauben in den Schritten 18, 19 und 20 jetzt fest.
Ziehen Sie die Schrauben für die Sitzpolster nicht zu fest an, da dies zu Schäden führen könnte.

**2 - M10 x 25 Sechskantschrauben
2 - M10-Unterlegscheiben**

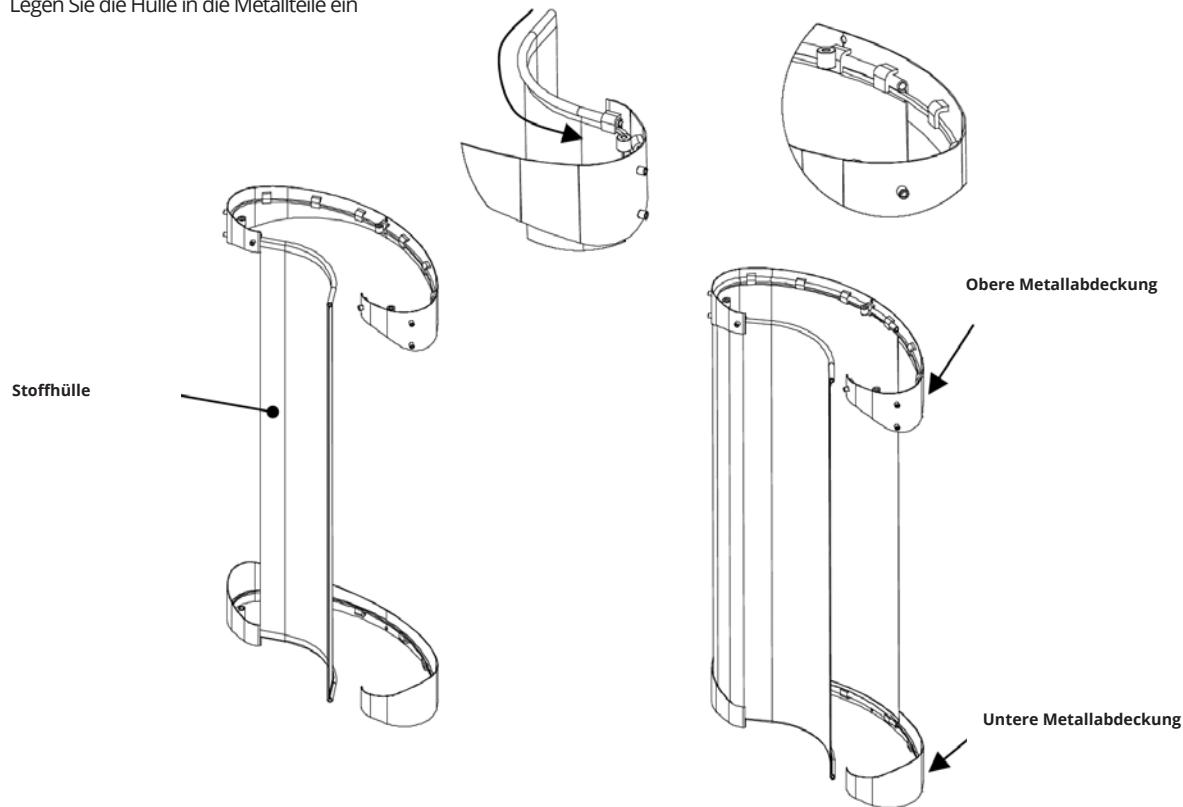


Schritt 21: An diesem Punkt müssen die Kabel in die Rollen eingeführt werden. Überprüfen Sie zunächst, ob die Kabel in den Rillen aller Rollen zentriert sind. Wählen Sie dann ein Gewicht aus, das Sie auf der Beinpresse bequem handhaben können. Führen Sie eine Beinpresse aus und halten Sie die erste Wiederholung mit vollständig ausgestreckten Beinen. Lassen Sie das Gewicht nun etwa 5 Sekunden lang leicht auf und ab federn. Dadurch werden die Kabel in die Rollen eingeführt und das Fitnessstudio ist für Schritt 22 bereit.

Schritt 22: Beseitigen Sie das Durchhängen der Kabel, indem Sie die Sechskantschraube am aufrechten 1 einstellen. Ziehen Sie die Kontermutter mit einem Schraubenschlüssel fest.

SCHRITT 23

Legen Sie die Hülle in die Metallteile ein



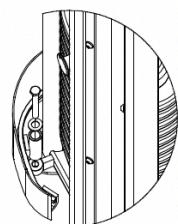
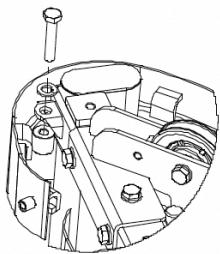
Schritt 23: Beginnen Sie die Installation der Stoffabdeckung an einem Ende der unteren Metallabdeckung und führen Sie die Stoffabdeckung wie abgebildet nach innen ein. Achten Sie darauf, dass die Ausrichtung mit der Abbildung übereinstimmt, da die Stoffabdeckung sonst falsch herum installiert wird. Ziehen Sie die Stoffabdeckung weiter an der Innenseite der unteren Metallabdeckung entlang, bis sie sich dem anderen Ende nähert.

Wiederholen Sie den Vorgang für die obere Metallabdeckung. Achten Sie darauf, dass Sie die Stoffabdeckung straff ziehen, wenn Sie sie umwickeln.

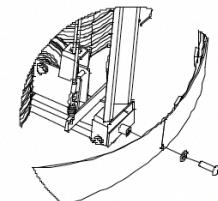
Wenn sich auf dem Stoffüberzug Wellen bilden, ziehen Sie den Stoffüberzug straff und glätten Sie ihn, um eine schöne, glatte Konsistenz zu erzielen.

SCHRITT 25

- 3 - M10 x 50 Sechskantschrauben mit Gewinde
- 3 - M10-Unterlegscheiben

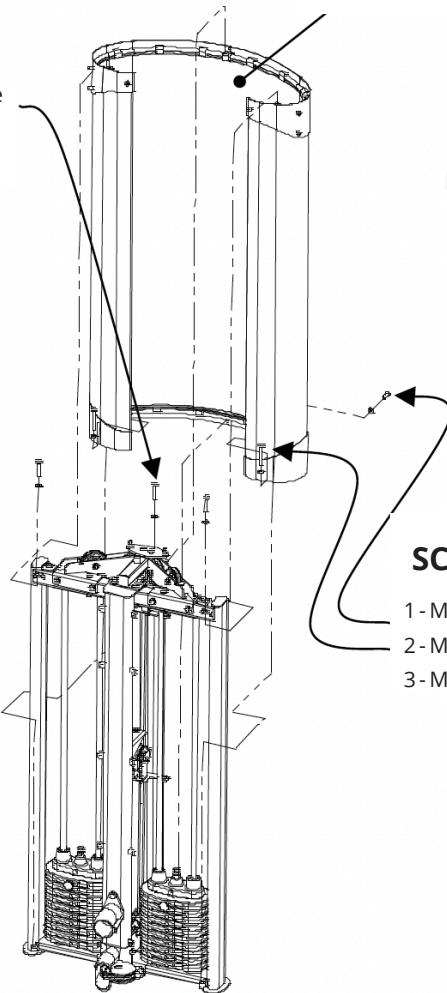


Leichtentuch-Montage



SCHRITT 24

- 1 - M10 x 25 Flachkopfschraube
- 2 - M10 x 70 Sechskantschrauben
- 3 - M10-Unterlegscheiben



Schritt 24: Befestigen Sie die untere Metallabdeckung am Pfosten 1 und am Hauptrahmen mit:

1 - M10 x 25 Flachkopfschraube

2 - M10 x 70 Sechskantschrauben

3 - M10-Unterlegscheiben

HINWEIS: Schraubenschlüssel jetzt anziehen.

Schritt 25: Befestigen Sie die obere Metallabdeckung am Führungskabelhalter und am Hauptrahmen mit:

3 - M10 x 50 Sechskantschrauben mit Gewinde

3 - M10-Unterlegscheiben

HINWEIS: Ziehen Sie die Schrauben an, bis die Stoffabdeckung fest sitzt.

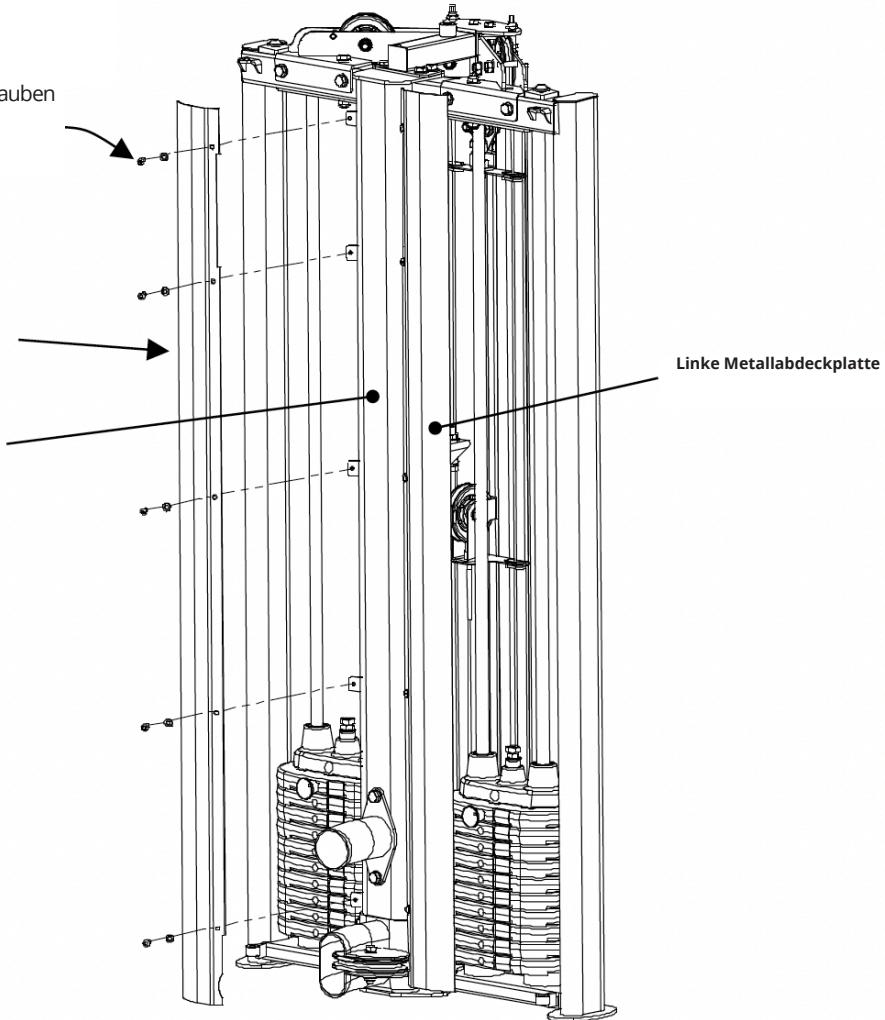
SCHRITT 26

10 - M6 x 12 Flachkopfschrauben
10 - M6-Unterlegscheibe

Rechts Metall-Abdeckplatte

Aufrecht 1

Linke Metallabdeckplatte



Schritt 26: Befestigen Sie die rechte und linke Metallabdeckplatte an aufrecht 1 mit:

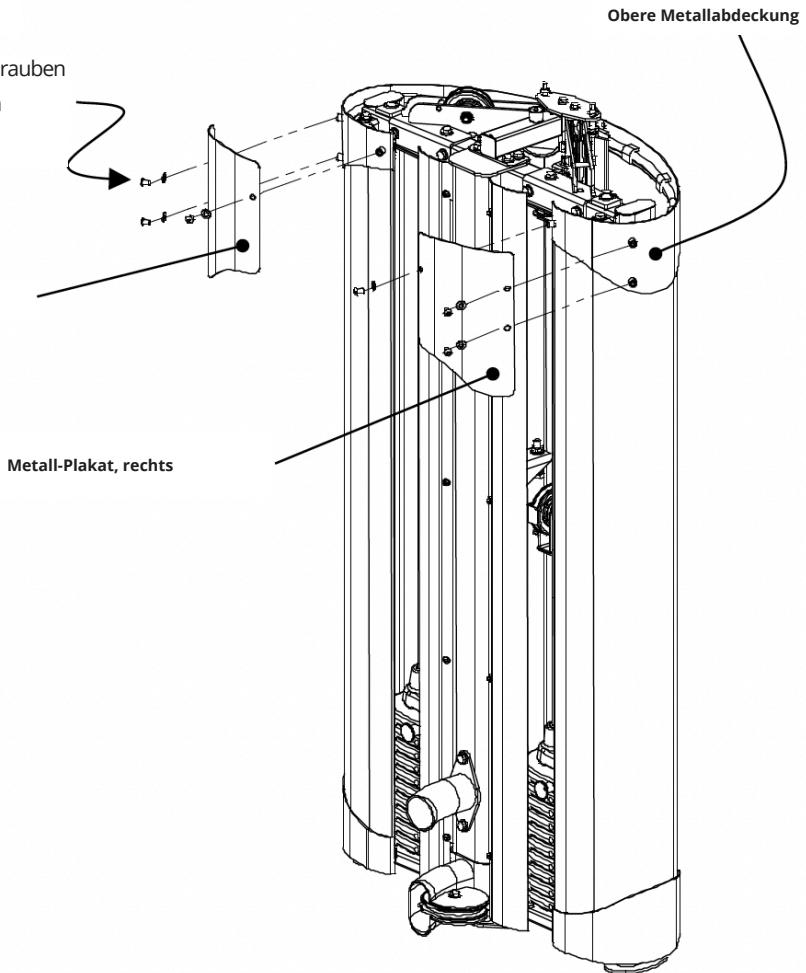
10 - M6 x 12 Flachkopfschrauben
10 - M6-Unterlegscheibe

HINWEIS: Schraubenschlüssel jetzt anziehen.

SCHRITT 27

6 - M8 x 12 Flachkopfschrauben
6 - M8-Unterlegscheiben

Metall-Plakat, links



Schritt 27: Befestigen Sie das Metallverkleidungsschild an der oberen Metallverkleidung mit:

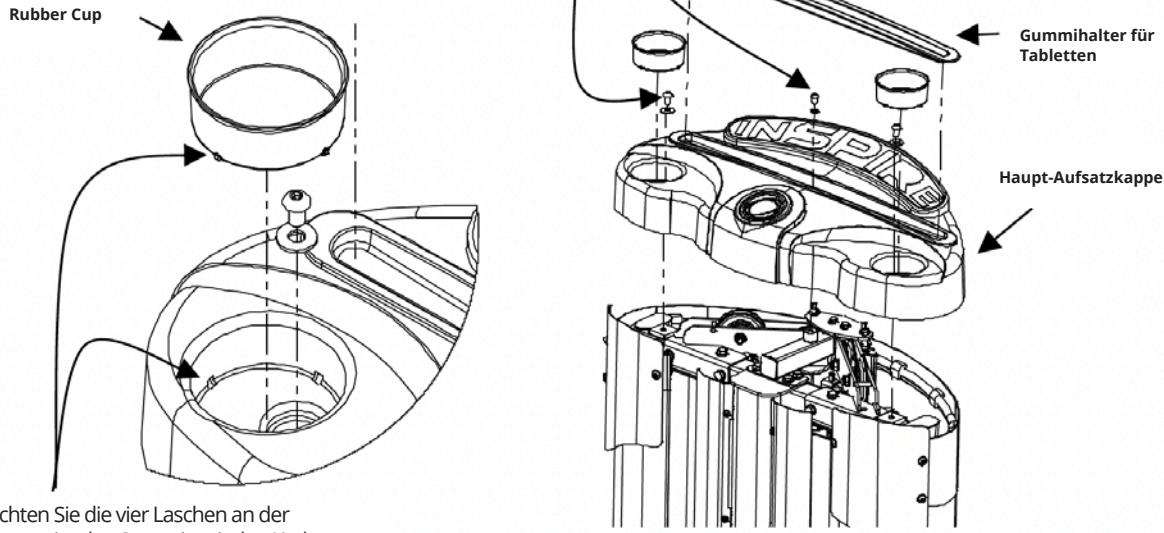
**6 - M8 x 12 Flachkopfschrauben
6 - M8-Unterlegscheiben**

HINWEIS: Schraubenschlüssel jetzt festziehen.

SCHRITT 28

- 1 - M8 x 12 Flachkopfschraube
- 1 - M8-Unterlegscheibe
- 2 - M10 x 25 Flachkopfschrauben
- 2 - M10 große Unterlegscheiben mit
Außendurchmesser

Der Gummihalter für Tabletten passt nur in einer Richtung. Stellen Sie sicher, dass der äußere Rand des Tablettenhalters flach auf der Oberfläche der Kappe aufliegt.



Richten Sie die vier Laschen an der Unterseite des Gummis mit den Kerben an der Unterseite der Tasche aus.

Schritt 28: Befestigen Sie die Hauptstütze am Hauptrahmen mit:

Hinweis: Schrauben anziehen, aber nicht zu fest.

Richten Sie die vier Laschen an der Unterseite der Gummihalterungen an den vier Kerben an der Unterseite der Taschen in der Hauptstütze aus und setzen Sie die Gummihalterungen in die Taschen ein.

Setzen Sie den Gummihalter für Tabletten in die Tasche in der Hauptstütze ein. Der Gummihalter für Tabletten passt nur in einer Richtung. Achten Sie darauf, dass der äußere Rand des Gummihalters für Tabletten flach an der Hauptstütze anliegt.

1 - M8 x 12 Flachkopfschraube

1 - M8-Unterlegscheibe

2 - M10 x 25 Flachkopfschrauben

**2 - M10 große Unterlegscheiben mit
Außendurchmesser**

REFERENZ FÜR AUFKLEBER

NOTICE					
	Weekly	3 Months	Yearly	2 Years	
IN HOME MAINTENANCE					
Inspect; Links, Pull Pins, Snap Locks, Swivels, Weight Stack Pins	X				
Clean; Upholstery	X				
Inspect; Cables and their fittings	X				
Inspect tightness of all shrouds	X				
Inspect; Accessory Bars and Handles		X			
Inspect; All Decals		X			
Inspect; All nuts and Bolts Tighten if Needed.		X			
Inspect; Anti-Skid Surfaces		X			
Clean & Lubricate; Guide Rods with a Teflon(PTFE) based lubricant (Superlube)		X			
Lubricate; Seat Sleeves and all plastic slides		X			
Clean & Wax; All Glossy Finishes			X		
Replace; Cables, Belts and Connecting Parts.					X



Dieses Produkt ist durch eines oder mehrere der folgenden US-Patente und weitere angemeldete Patente geschützt: 5.330.405; 5.944.641; 5.961.427; 7.645.217; 7.722.513; 7.837.600; 7.905.818; 8.096.929;



17 18 19 20 21

9 10 11 12 13 14 15 16

1 2 3 4 5 6 7 8

25 mm

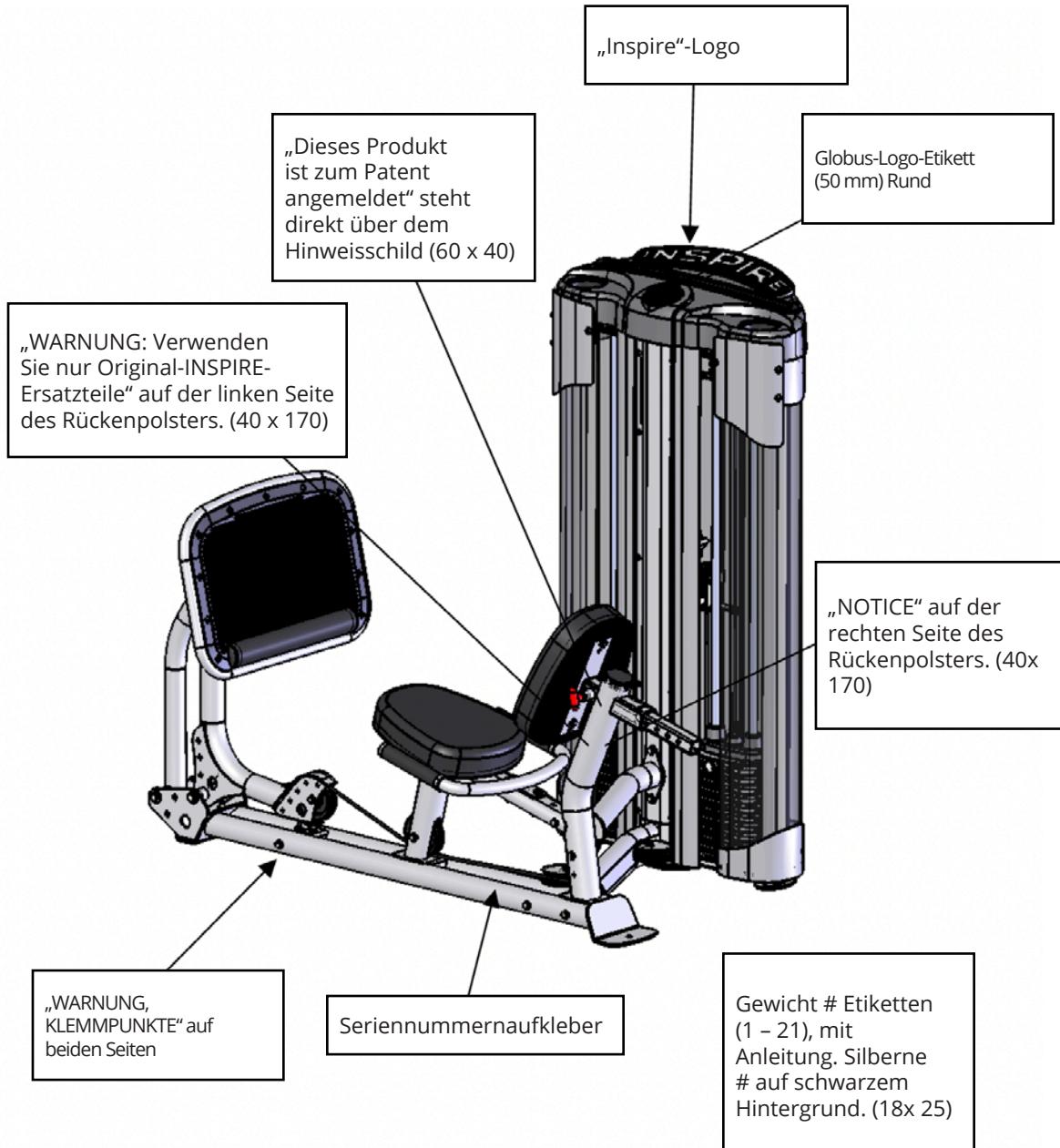
REFERENZ FÜR AUFKLEBER

INSPIRE

LEG PRESS		
No.	lb.	kg.
1	20	9
2	40	18
3	60	27
4	80	36
5	100	45
6	120	55
7	140	64
8	160	73
9	180	82
10	200	91
11	220	100



ANBRINGUNG VON AUFKLEBERN



SCHULUNGSTIPPS

KONSULTIEREN SIE EINEN ARZT, BEVOR SIE EIN TRAININGSPROGRAMM BEGINNEN

1. Wärmen Sie sich immer auf, bevor Sie mit dem Krafttraining beginnen. Dadurch werden die Muskeln aufgewärmt und Verletzungen vermieden. Sie können sich mit leichtem Ausdauertraining oder mit einem leichten Satz jeder Übung aufwärmen, bevor Sie zu schwereren Gewichten übergehen.
2. Kontrollieren Sie das Gewicht. Arbeiten Sie immer mit einem Gewicht, das Sie über den gesamten Bewegungsumfang hinweg bewältigen können. Langsame und gleichmäßige Bewegungen werden empfohlen.
3. Atmen Sie. Halten Sie während Ihres Satzes nicht den Atem an. Wenn Sie die Luft anhalten, baut sich ein innerer Druck auf, der das Risiko eines Gefäßbruchs oder eines Leistenbruchs erhöht.
4. Sitzen Sie aufrecht. Achten Sie auf Ihre Körperhaltung und halten Sie alles gerade. Setzen Sie bei jeder Bewegung Ihre Bauchmuskeln ein, um das Gleichgewicht zu halten und Ihre Wirbelsäule zu schützen.

ALLGEMEINE WARTUNGSHINWEISE INFORMATION

- Überprüfen Sie die Kabel regelmäßig auf Risse, Brüche oder Ausfransungen. Achten Sie auch auf Beulen oder flache Stellen im Kabel.
- Ersetzen Sie Kabel sofort bei den ersten Anzeichen von Beschädigung oder Verschleiß. Verwenden Sie niemals Geräte mit beschädigten oder abgenutzten Kabeln.
- Kabel dehnen sich mit der Zeit aus. Überprüfen Sie daher regelmäßig, ob das Kabel locker ist, und stellen Sie die Kabelspannung bei Bedarf nach.
- Überprüfen Sie das Produkt regelmäßig auf lose Teile.
- Verwenden oder lagern Sie die Ausrüstung nicht im Freien.
- Überprüfen Sie die Karabinerhaken, Drehgelenke, Griffe und Gewichtstapelstifte auf Abnutzung oder Beschädigung. Bei Abnutzung oder Beschädigung sofort austauschen.
- Machen Sie sich mit allen Warnschildern auf der Maschine vertraut.
- Ersetzen Sie beschädigte oder abgenutzte Polsterungen sofort.
- Wischen Sie die Führungsstangen regelmäßig mit einem trockenen Tuch ab und tragen Sie eine dünne Schicht Teflon-Schmiermittel auf.

WARTUNGSZEITPLAN

ROUTINE	KOMMERZIELLE/ LEICHT KOMMERZIELLE WARTUNG	HAUSPFLEGE	EINTRAGUNGSDATUM					
Inspektion: Glieder, Zugstifte, Federklammern, Drehgelenke, Gewichtsstapel-Stifte.	TÄGLICH	WÖCHENTLICH						
Reinigen: Polstermöbel.	TÄGLICH	WÖCHENTLICH						
Untersuchen: Kabel und ihre Anschlüsse auf Verschleiß oder Lockereit.	TÄGLICH	WÖCHENTLICH						
Inspizieren: Straffheit aller Wanten.	TÄGLICH	WÖCHENTLICH						
Inspektion: Zubehörstangen und Griffe.	WÖCHENTLICH	3 MONATE						
Inspektion: Alle Aufkleber	WÖCHENTLICH	3 MONATE						
Inspektion: Alle Muttern und Schrauben. Bei Bedarf nachziehen.	WÖCHENTLICH	3 MONATE						
Inspektion: Antirutsch- Oberflächen.	WÖCHENTLICH	3 MONATE						
Reinigen und schmieren: Führungsstangen mit einem Schmiermittel auf Teflonbasis.	WÖCHENTLICH	3 MONATE						
Schmieren Sie: Sitzhülsen, alle Kunststoffgleiter und Linearlager.	WÖCHENTLICH	3 MONATE						
Reinigen und Wachsen: Alle Hochglanzoberflächen.	6 MONATE	JÄHRLICH						
Ersetzen: Kabel, Riemen und Anschlussteile.	JÄHRLICH	2 JAHRE						

INSPIRE

Garantie.

Diese Garantie gilt für Inspire Strength-Produkte, die von Health In Motion LLC hergestellt oder vertrieben werden..

CONSUMABLES:

LIMITED LIFETIME FRAME:

Umfasst Rahmen und Schweißnähte

LIMITED LIFETIME PARTS:

Umfasst Polsterung, Beschläge, etc.

LIMITED LIFETIME MOVING PARTS:

Beinhaltet Rollen, Kabel, etc.

LEICHT-GEWERBLICHE NUTZUNG:

LIMITED LIFETIME FRAME:

Umfasst Rahmen und Schweißnähte

10 JAHRE TEILE:

Beinhaltet Polsterung, Beschläge, etc.

10 JAHRE BEWEGLICHE TEILE:

Umfasst Rollen, Kabel, usw.

GEWERBLICHE NUTZUNG: RAHMEN

MIT BEGRENZTER LEBENSDAUER:

Einschließlich Rahmen und Schweißnähte

1 JAHR TEILE:

Beinhaltet Polsterung, Kabel, Hardware etc.

5 JAHRE FÜR BEWEGLICHE TEILE:

Umfasst Riemenscheiben, Lager usw.

BITTE BEACHTEN SIE, DASS NICHT ALLE INSPIRE PRODUKTE FÜR DEN LEICHT KOMMERZIELLEN ODER KOMMERZIELLEN GEBRAUCH BESTIMMT SIND

Schauen Sie in der Bedienungsanleitung nach oder wenden Sie sich an Ihren Fitnessgerätehändler, um festzustellen, ob ein Produkt für den privaten, leicht kommerziellen oder kommerziellen Gebrauch geeignet ist oder nicht. Die Verwendung eines nicht kommerziellen Produkts in einer kommerziellen Umgebung kann zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen! Health In Motion garantiert, dass das Produkt, das Sie für den gewerblichen, leicht gewerblichen, persönlichen, familiären oder häuslichen Gebrauch von Health In Motion LLC oder einem autorisierten Health In Motion-Wiederverkäufer erworben haben, bei normalem Gebrauch während der Garantiezeit frei von Material- oder Verarbeitungsfehlern ist. Ihr Kaufbeleg, auf dem das Kaufdatum des Produkts vermerkt ist, ist Ihr Beweis für das Kaufdatum. Diese Garantie gilt nur für Sie, den Erstkäufer. Sie ist nicht auf Personen übertragbar, die das Produkt später von Ihnen kaufen. Sie schließt Verschleißteile wie Farbe und Lackierung aus. Diese Garantie ist NUR dann gültig, wenn das Produkt gemäß den dem Produkt beiliegenden Anleitungen / Anweisungen montiert / installiert wurde.

Ersatz und Reparatur von Teilen.

Während des Garantiezeitraums repariert oder ersetzt Health In Motion das Produkt, wenn es defekt wird, nicht mehr funktioniert oder anderweitig bei normaler, leicht kommerzieller, persönlicher, familiärer oder häuslicher Nutzung nicht mehr den Bestimmungen dieser Garantie entspricht. Bei der Reparatur des Produkts kann Health In Motion defekte Teile nach eigenem Ermessen durch gebrauchte Teile ersetzen, die in ihrer Leistung neuen Teilen gleichwertig sind, oder durch neue Teile. Alle ausgetauschten Teile und Produkte, die im Rahmen dieser Garantie ersetzt werden, gehen in das Eigentum von Health In Motion über. Health In Motion behält sich das Recht vor, den Hersteller und/oder die Spezifikation eines Teils zu ändern, um eine bestehende Garantie abzudecken.

Serviceverfahren.

Um Garantieteile zu erhalten, müssen Sie die Teile in der Originalverpackung (oder einer gleichwertigen Verpackung) an Health In Motion oder einen autorisierten Health In Motion-Händler zurücksenden. Sie müssen alle Versandkosten, Steuern oder andere Gebühren, die mit dem Transport des Produkts verbunden sind, im Voraus bezahlen. Darüber hinaus sind Sie für die Versicherung aller versendeten oder zurückgegebenen Produkte verantwortlich. Sie übernehmen das Verlustrisiko während des Versands. Sie müssen Health In Motion einen Kaufbeleg vorlegen

(einschließlich Kaufdatum, Modell- und Seriennummer) vorlegen. Jeder Hinweis auf eine Veränderung, Löschung oder Fälschung der Kaufbelege führt zum Erlöschen dieser Garantie. Registrieren Sie Ihre Garantie online unter www.inspirefitness.com

Bedingungen und Ausnahmen.

Diese Garantie erstreckt sich nicht auf Produkte, die nicht von Health In Motion LLC oder einem autorisierten Health In Motion-Wiederverkäufer erworben wurden. Diese Garantie erstreckt sich nicht auf Produkte, die beschädigt oder defekt wurden: (a) infolge eines Unfalls, unsachgemäßen Gebrauchs oder Missbrauchs; (b) durch die Verwendung von Teilen, die nicht von Health In Motion hergestellt oder verkauft wurden; (c) durch Modifizierung des Produkts; (d) infolge einer Wartung durch eine andere Person als Health In Motion oder einen autorisierten Health In Motion-Garantiedienstleister; (e) ein Produkt, das nicht ordnungsgemäß gewartet wurde (beachten Sie den Wartungsplan auf dem Produkt). Sollte sich herausstellen, dass ein zur Garantieleistung eingesandtes Produkt nicht in Frage kommt, wird ein Kostenvoranschlag für die Reparatur erstellt, und die Reparatur wird auf Ihren Wunsch hin durchgeführt, nachdem Health In Motion die Zahlung oder eine akzeptable Zahlungsregelung erhalten hat.

Haftungsausschluss

MIT AUSNAHME DER IN DIESER GARANTIE AUSDRÜCKLICH GENANNTEN GEWÄHRLEISTUNGEN ÜBERNIMMT HEALTH IN MOTION KEINE WEITEREN GARANTIEN, WEDER AUSDRÜCKLICH NOCH STILLSCHWEIGEND, EINSCHLIESSLICH DER STILLSCHWEIGENDEN GARANTIE DER MARKTGÄNGIGKEIT UND DER EIGNUNG FÜR EINEN BESTIMMTEN ZWECK. HEALTH IN MOTION LEHNT AUSDRÜCKLICH ALLE GARANTIEN AB, DIE NICHT IN DIESER GARANTIE AUFGEFÜHRT SIND. JEGLICHE STILLSCHWEIGENDE GARANTIE, DIE GESETZLICH VORGESCHRIEBEN SEIN KANN, IST AUF DIE BEDINGUNGEN DIESER GARANTIE BESCHRÄNKTE. WEDER HEALTH IN MOTION NOCH EINES SEINER VERBUNDENEN UNTERNEHMEN IST FÜR ZUFÄLLIGE SCHÄDEN ODER FOLGESCHÄDEN VERANTWORTLICH. HEALTH IN MOTION IST NICHT VERANTWORTLICH FÜR DIE REPARATUR ODER DEN ERSATZ VON TEILEN, DIE NACH DEM HERSTELLUNGSDATUM DURCH VERÄNDERUNG, VERNACHLÄSSIGUNG, MISSBRAUCH, UNSACHGEMÄSEN GEBRAUCH, NORMALEN VERSCHLEISS, UNFALL, BESCHÄDIGUNG WÄHREND DES TRANSPORTS ODER DER INSTALLATION, FEUER, ÜBERSCHWEMMUNG ODER HÖHERE GEWALT BESCHÄDIGT WURDEN. IN EINIGEN STAATEN IST DIE BESCHRÄNKUNG DER DAUER EINER STILLSCHWEIGENDEN GARANTIE ODER DER AUSSCHLUSS ODER DIE BESCHRÄNKUNG VON ZUFÄLLIGEN SCHÄDEN ODER FOLGESCHÄDEN NICHT ZULÄSSIG, SO DASS DIE OBEN GENANNTEN BESCHRÄNKUNGEN ODER DER AUSSCHLUSS MÖGLICHERWEISE NICHT AUF SIE ZUTREFFEN. Diese Garantie gibt Ihnen bestimmte Rechte, und Sie können auch andere Rechte haben, die von Staat zu Staat variieren können. Dies ist die einzige ausdrückliche Garantie, die für die Kraftprodukte der Marke „Inspire“ von Health In Motion gilt. Health In Motion übernimmt keine anderen ausdrücklichen Garantien und autorisiert auch niemanden, diese für Health In Motion zu übernehmen.



www.inspirefitness.com