

**Instrucciones de montaje y utilización**  
**Instructions for assembly and use**  
**Instructions de montage et utilisation**  
**Montage-und Gebrauchsanleitung**  
**Instruções de montagem e utilização**  
**Istruzioni di montaggio e uso**  
**Montage-en gebruiksinstructies**

Fig.A

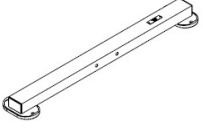
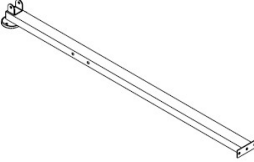


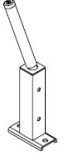
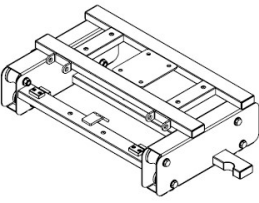
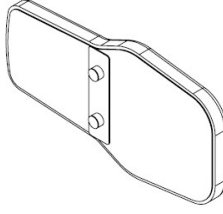
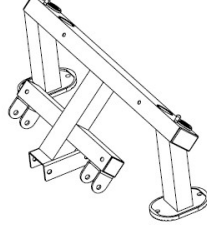

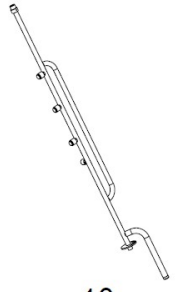
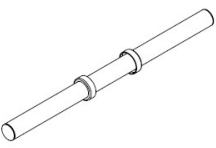
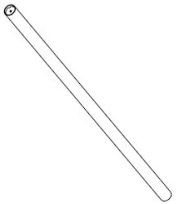
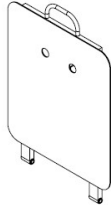
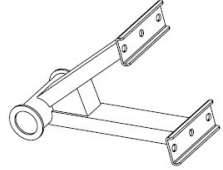
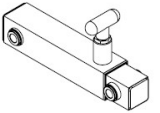
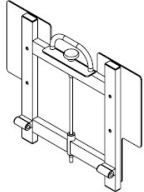
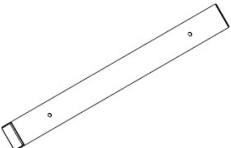
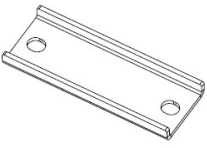
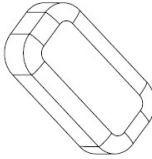


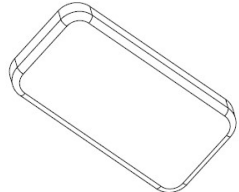
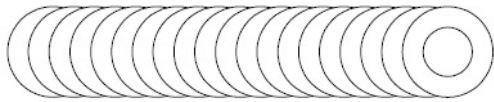
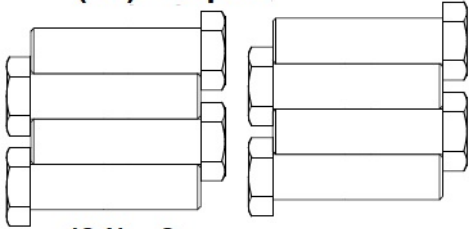
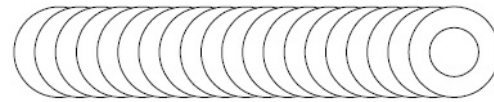
 <p>1</p>	 <p>2</p>	 <p>3</p>	 <p>4</p>	 <p>5</p>
 <p>6</p>	 <p>7</p>	 <p>8</p>	 <p>9</p>	 <p>10</p>
 <p>11</p>	 <p>12</p>	 <p>13</p>	 <p>14</p>	 <p>15</p>
 <p>16</p>	 <p>17</p>	 <p>18</p>	 <p>19</p>	 <p>20</p>
 <p>21</p>	 <p>22</p>			

Fig.B

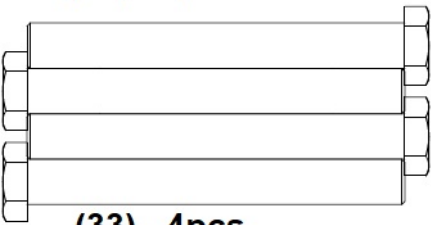
# HARDWARE PACK (1-1)



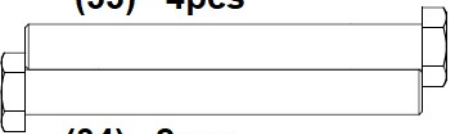
(24) 40pcs



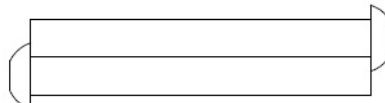
(31) 8pcs



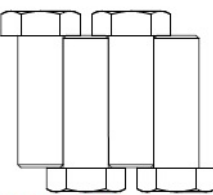
(33) 4pcs



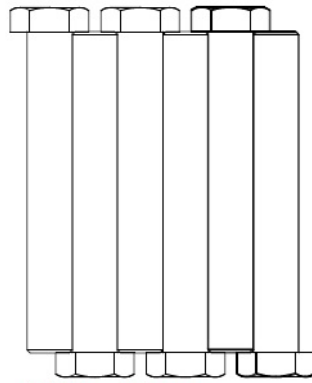
(34) 2pcs



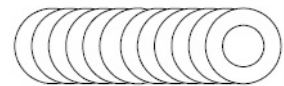
(36) x1pc



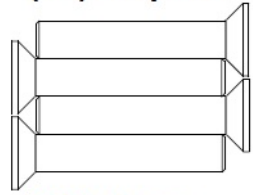
(30) 4pcs



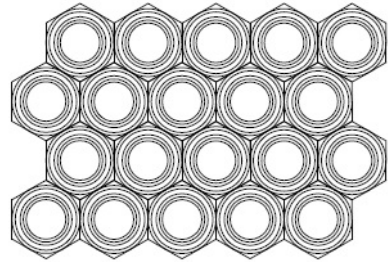
(32) 6pcs



(23) 17pcs



(26) 4pcs



(25) 20pcs



(28) 6pcs

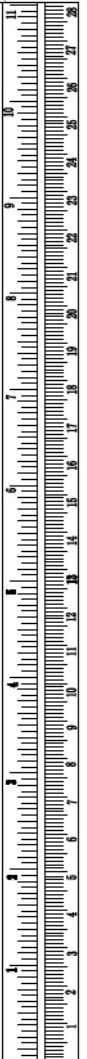


Fig.1

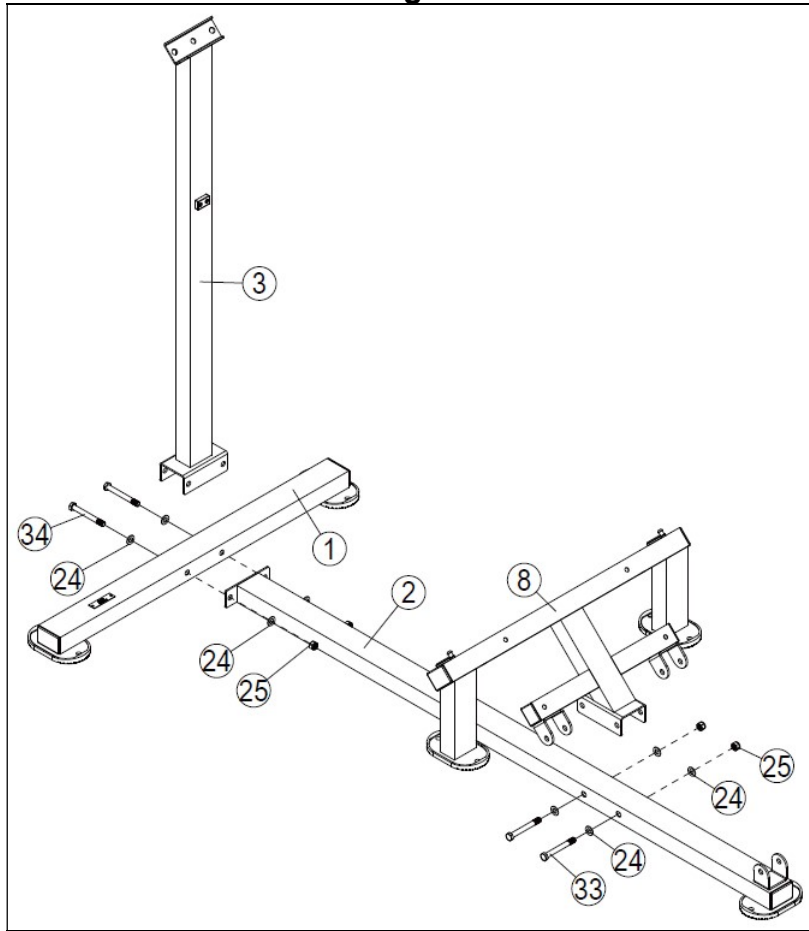


Fig.2

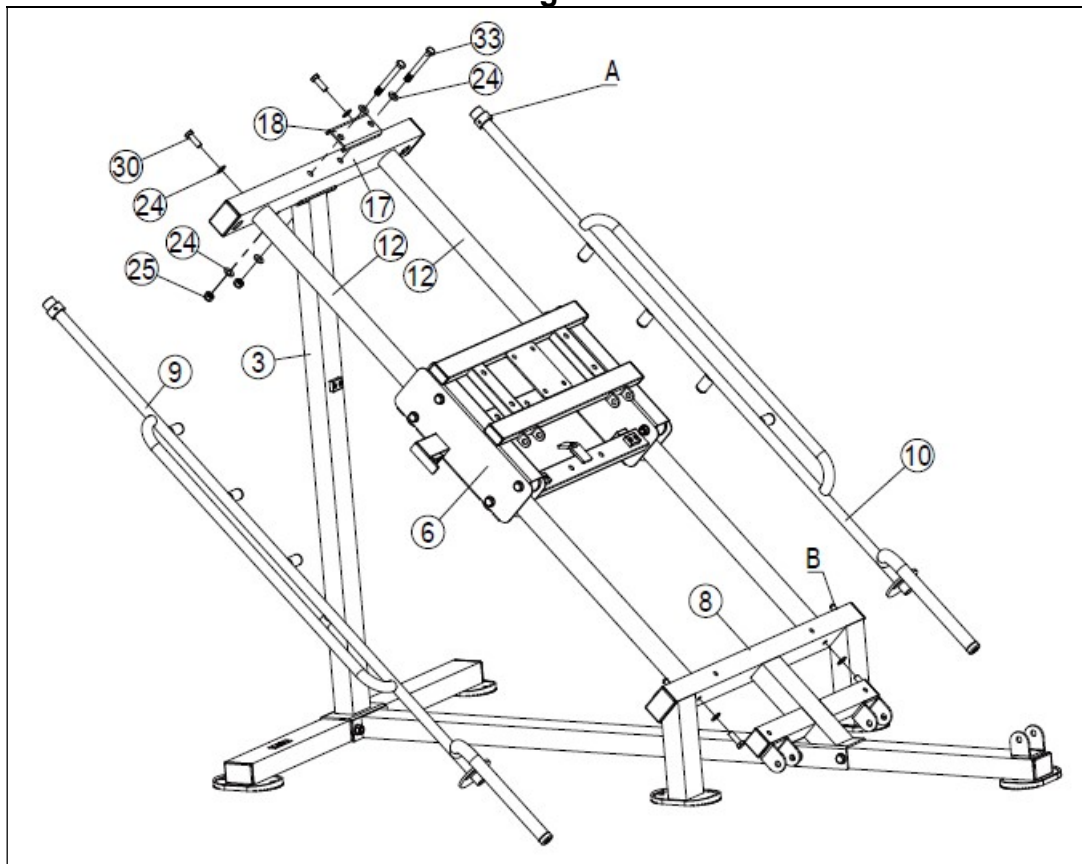


Fig.3

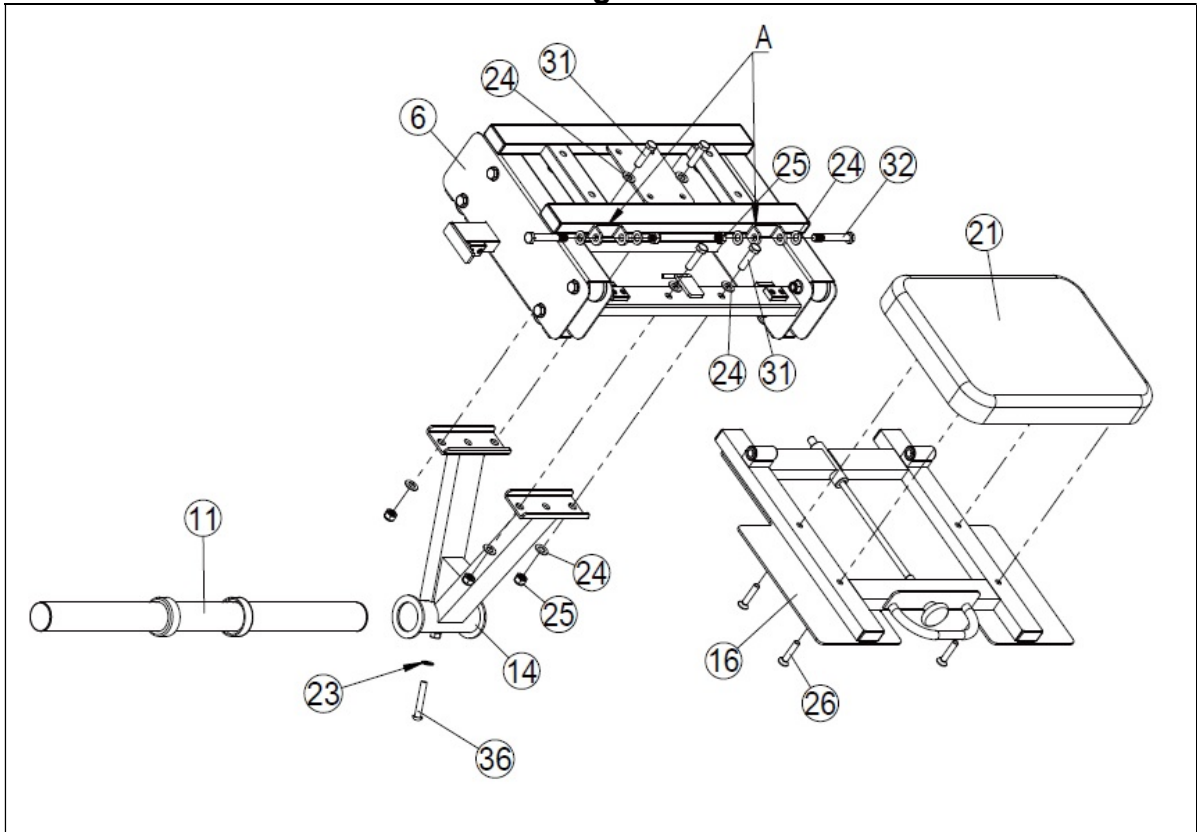


Fig.4

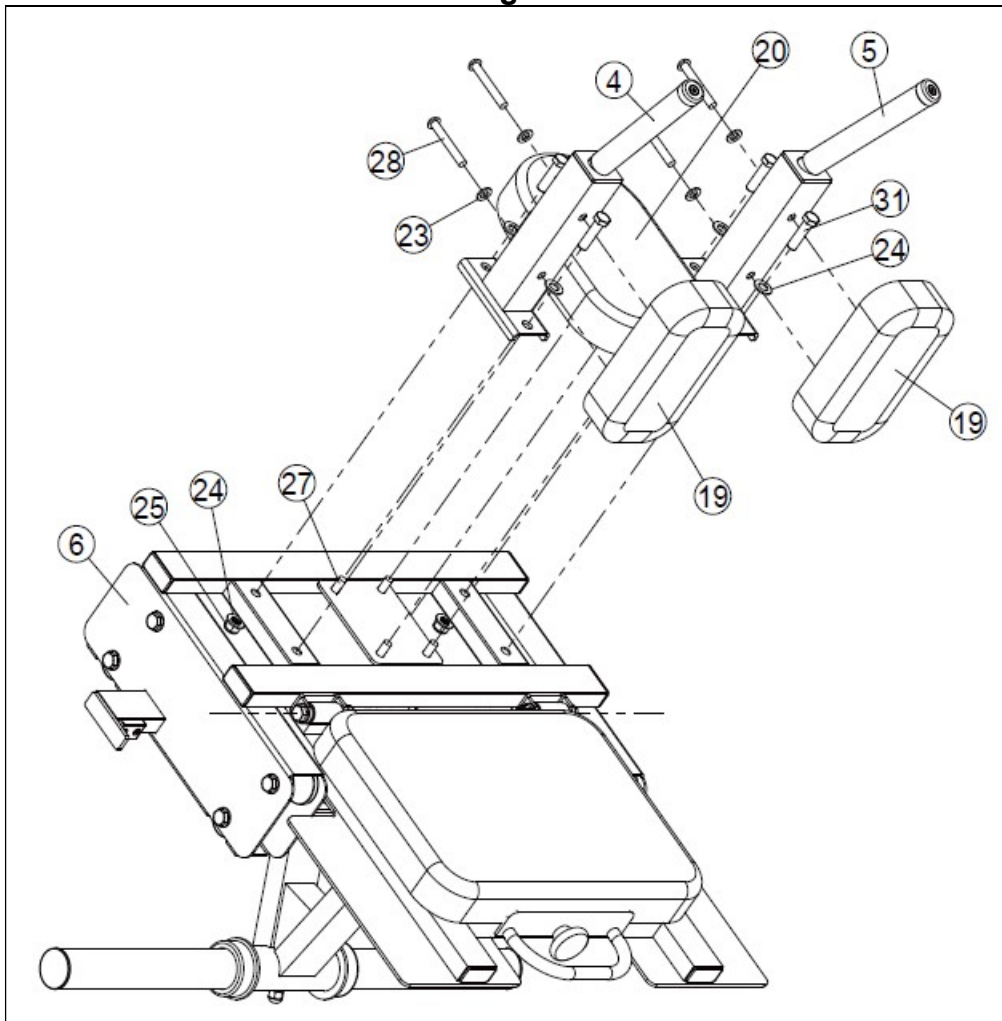
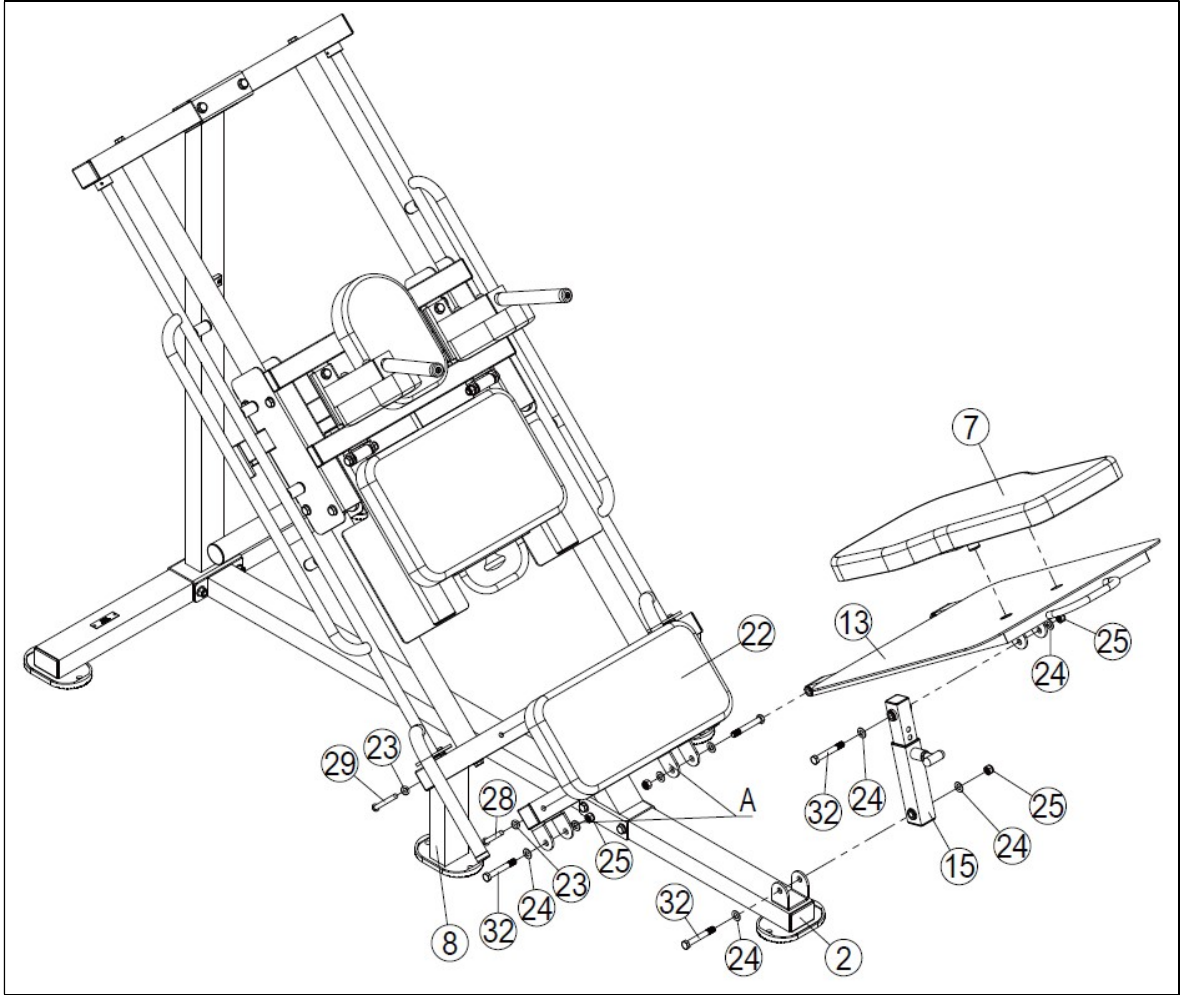


Fig.5



## INDICACIONES GENERALES.-

Lea atentamente las instrucciones de este manual. Este le da indicaciones importantes sobre la seguridad, el uso y el mantenimiento de la máquina.

Siga las siguientes recomendaciones:

- 1 Mantenga a los niños y animales alejados de la máquina. No deje niños alrededor del equipo sin supervisión.
- 2 La máquina sólo puede ser usada por 1 persona al mismo tiempo.
- 3 Trabaje en el nivel de ejercicio recomendado, no llegue al agotamiento. Si siente dolor o molestias de cualquier tipo, pare el ejercicio inmediatamente y acuda a su médico.
- 4 Utilice el aparato sobre una superficie sólida y nivelada, con 1 metro alrededor. No es aconsejable mantener su unidad en un lugar húmedo debido a que la oxidación sería inevitable. No utilice el equipo al aire libre.
- 5 Mantenga sus manos y pies alejados de las partes móviles.
- 6 Utilice prendas de vestir y calzado adecuados. Átese correctamente los cordones.
- 7 Utilice el equipo de acuerdo con las funciones descritas en el manual, no utilice accesorios o ejercicios distintos a los descritos por el fabricante.
- 8 No coloque objetos afilados alrededor de la máquina.
- 9 No permita que los niños o personas discapacitadas utilicen el aparato sin la estricta supervisión de una persona cualificada.
- 10 Realice estiramientos antes de usar el equipo como parte del calentamiento.
- 11 Seleccione un peso adecuado a su condición física.
- 12 No utilice el equipo si está dañado o incompleto.
- 13 Se recomienda hacer ejercicio con un monitor que supervise el ejercicio.
- 14 Esta unidad está diseñada para uso semi-profesional. El peso máximo de usuario es 150 Kg.

**Precaución: Antes de comenzar a utilizar este aparato, consulte a su médico. Esta advertencia es especialmente importante para personas de edades superiores a 35 años o con problemas de salud. Guarde estas instrucciones.**

## MANTENIMIENTO.-

- 1 Lubrique periódicamente las partes móviles. Al menos una vez al año.
- 2 Compruebe que todas las piezas están apretadas y que la máquina funciona correctamente antes del primer uso.
- 3 Utilice un paño húmedo para limpiar el equipo. No se recomienda el uso de disolventes.

## INSTRUCCIONES DE MONTAJE.-

Saque la unidad de la caja y compruebe que tiene todas las piezas, Fig.A, Fig.B.

**Para el montaje de esta máquina, se recomienda la ayuda de una segunda persona.**

## MONTAJE.-

1.- Coloque el soporte inferior trasero (1), el soporte trasero (3) y el soporte inferior (2) y atorníllelos usando los tornillos (34), las arandelas (24) y las tuercas (25), Fig.1. No apriete los tornillos completamente.

Sítue el soporte (8) y atorníllelo al soporte inferior (2) usando los tornillos (33), las arandelas (24) y las tuercas (25), Fig.1. No apriete los tornillos completamente.

2.- Atornille la chapa (18) al soporte superior (17) y al soporte trasero (3) usando los tornillos (33), las arandelas (24) y las tuercas (25), Fig.2. No apriete los tornillos completamente.

Sítue las barras guía (12) al soporte inferior (8). Coloque el carro (6) en las guías (12) e inserte las barras guía (12) al soporte superior (17), Fig.2. Atornille las barras (12) usando los tornillos (30) y las arandelas (24). No apriete los tornillos completamente.

Retire el tornillo (B) del soporte inferior (8). Posicione la barra lateral derecha (10) en el soporte superior (17), luego posicione la barra (10) en el soporte inferior (8), vuelva a colocar el tornillo (B), empuje el casquillo (A) hacia arriba y apriete el tornillo del casquillo, Fig.2.

Posicione la barra lateral izquierda (9) de la misma manera que la barra derecha (10).

Compruebe el movimiento del carro (6).

**Apriete completamente todos los tornillos del primer y segundo paso.**

3.- Coloque la estructura (14) y atorníllela al carro (6) usando los tornillos (31), las arandelas (24) y las tuercas (25), Fig.3.

Coloque el respaldo (21) en el soporte (16) usando los tornillos (26), Fig.3.

Posicione el soporte (16) en las chapas U (A) del carro (6) y coloque los tornillos (32), las arandelas (24) y las tuercas (25), Fig.3.

Coloque el soporte pesas (11) en la estructura (14) usando el tornillo (36) y la arandela (23), Fig.3.

4.- Posicione la estructura de apoyo hombros izquierda (4) en el carro (6) usando los tornillos (31), las arandelas (24) y las tuercas (25), Fig.4.

Monte la estructura de apoyo hombros derecha (5) de la misma manera que la estructura izquierda (4), Fig.4.

Coloque los apoyahombros (19) en las estructuras izquierda (4) y derecha (5) usando los tornillos (28) y las arandelas (23), Fig.4.

Coloque el apoyacabeza (20) en el carro (6) usando los tornillos (27) y las arandelas (23), Fig.4.

5.- Posicione el asiento (22) en el soporte inferior (8) usando los tornillos (28), (29) y las arandelas (23), Fig.5.

Posicione la estructura de ajuste (15) al soporte inferior (2) usando el tornillo (32), las arandelas (24) y la tuerca (25), Fig.5.

Posicione el soporte (13) en las chapas U (A) del soporte inferior (8) y coloque los tornillos (32), las arandelas (24) y las tuercas (25), Fig.3.

Fije el soporte (13) a la estructura (15) usando el tornillo (32), las arandelas (24) y la tuerca (25), Fig.5.

Posicione el respaldo (7) en el soporte (13). (Según el ejercicio deseado esta pieza será colocada o no.)

Para cualquier consulta, no dude en ponerse en contacto con el (S.A.T).Servicio de Asistencia Técnica, llamando al teléfono de atención al cliente (ver página final del presente manual).

**BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.**



## GENERAL INSTRUCTIONS.-

Read the instructions in this manual. This gives important information on the safety, use and maintenance of the machine.

Follow the following recommendations:

- 1 Keep children and animals away from the machine. Do not leave children unsupervised around the equipment.
- 2 The machine will only be used by 1 person at the same time.
- 3 Work at the recommended exercise level, do not get to exhaustion. If you feel pain or discomfort of any kind, stop exercising immediately and consult your doctor.
- 4 Use the appliance on a solid, level surface with 1 meter around. It is not advisable to keep your unit in wet place because the oxidation would be inevitable. Do not use the equipment outdoors.
- 5 Keep hands and feet away from moving parts.
- 6 Use suitable clothing and footwear. Tighten the laces properly.
- 7 Use the equipment according to the functions described in the manual, do not use accessories or exercises other than those described by the manufacturer.
- 8 Do not place any sharp objects around the machine.
- 9 Do not allow children or disabled persons use the appliance without the strict supervision of a qualified person.
- 10 Do stretches before using the computer as a warmup.
- 11 Select an appropriate weight to their physical condition.
- 12 Do not use the equipment if it is damaged or incomplete.
- 13 It is recommended to exercise a monitor to oversee the exercise.
- 14 This unit has been designed for semi-professional use. The maximum user weight is 130 kg.

**Caution: Consult your doctor before beginning to use the machine. This advice is especially important for those over 35 or suffering from health problems.**

**Keep these instructions safe for future use.**

## MAINTENANCE.-

- 1 Lubricate moving parts regularly. At least once a year.
- 2 Check that all parts are tight and that the machine is working properly before first use.
- 3 Use a damp cloth to clean the equipment. The use of solvents is not recommended.

## ASSEMBLY INSTRUCTIONS.-

Take the unit out of the box and check that you have all the parts, Fig.A, Fig.B.

**For the assembly of this machine, the help of a second person is recommended.**

- 1.- Position the rear bottom frame (1), the rear frame (3) and the bottom frame (2) and fix them together using the screws (34), the washers (24) and the nuts (25), Fig.1. Do not fully tighten the screws.

Position the support (8) and fix it to the lower support (2) using the screws (33), the washers (24) and the nuts (25), Fig.1. Do not fully tighten the screws.

- 2.- Attach the plate (18) to the upper support (17) and to the rear frame (3) using the screws (33), the washers (24) and the nuts (25), Fig.2. Do not fully tighten the screws.

Insert the guide bars (12) into the lower support (8). Place the sliding frame (6) on the guide bars (12) and insert the guide bars (12) to the upper support (17), Fig.2. Fix the bars (12) using the screws (30) and the washers (24). Do not fully tighten the screws.

Remove the screw (B) from the lower support (8). Insert the right-side bar (10) into the upper support (17), then insert the bar (10) into the lower support (8), refit the screw (B), push the bushing (A) up and tighten the bushing screw, Fig.2.

Install the left-side bar (9) in the same way as the right-side bar (10).

Check the movement of the sliding frame (6).

**Fully tighten all screws from the first and second steps.**

- 3.- Attach the support frame (14) and fix it to the sliding frame (6) using the screws (31), the washers (24) and the nuts (25), Fig.3.

Attach the backrest (21) to the support (16) using the screws (26), Fig.3.

Position the support (16) on the U plates (A) of the sliding frame (6) and fit the screws (32), the washers (24) and the nuts (25), Fig.3.

Attach the weight support (11) to the frame (14) using the screw (36) and the washer (23), Fig.3.

- 4.- Attach the left shoulder pad frame (4) to the sliding frame (6) using the screws (31), the washers (24) and the nuts (25), Fig.4.

Assemble the right shoulder pad frame (5) in the same way as the left frame (4), Fig.4.

Attach the shoulder pads (19) to the left (4) and right (5) frames using the screws (28) and the washers (23), Fig.4.

Attach the head pad (20) to the sliding frame (6) using the screws (27) and the washers (23), Fig.4.

- 5.- Attach the seat (22) to the lower support (8) using the screws (28), (29) and the washers (23), Fig.5.

Attach the adjustment frame (15) to the lower frame (2) using the screw (32), the washers (24) and the nut (25), Fig.5.

Place the support (13) on the U plates (A) of the lower support (8) and fit the screws (32), the washers (24) and the nuts (25), Fig.3.

Fix the support (13) to the frame (15) using the screw (32), the washers (24) and the nut (25), Fig.5.

Place the backrest (7) on the support (13).

(Depending on the desired exercise, this part will be placed or not.)

Do not hesitate to get touch with the Technical Assistance Service if you have any queries by phoning customer services (see last page in manual).

**BH RESERVES THE RIGHT TO MODIFY THE SPECIFICATIONS OF ITS PRODUCTS WITHOUT PRIOR NOTICE.**

## CONSIGNES GÉNÉRALES.-

Lisez les instructions dans ce manuel. Cela donne des informations importantes sur la sécurité, l'utilisation et l'entretien de la machine.

Suivez les recommandations suivantes:

- 1 Gardez les enfants et les animaux loin de la machine. Ne pas laisser les enfants sans surveillance autour de l'équipement.
- 2 La machine ne sera utilisée par 1 personne en même temps.
- 3 Les travaux au niveau d'exercice recommandé, ne reçoivent pas à l'épuisement. Si vous ressentez une douleur ou une gêne quelconque, arrêtez immédiatement l'exercice et consultez votre médecin.
- 4 Utilisez l'appareil sur une surface solide, de niveau d'environ 1 mètre. Il est conseillé de garder votre appareil dans un endroit humide, car l'oxydation serait inévitable. Ne pas utiliser l'équipement extérieur.
- 5 Gardez les mains et les pieds des pièces en mouvement.
- 6 Utiliser des vêtements et des chaussures appropriés. Serrer les lacets correctement.
- 7 Utilisez l'équipement selon les fonctions décrites dans le manuel, ne pas utiliser des accessoires ou des exercices autres que ceux décrits par le fabricant.
- 8 Ne placez pas d'objets pointus autour de la machine.
- 9 Ne pas laisser les enfants ou les personnes handicapées utiliser l'appareil sans la stricte supervision d'une personne qualifiée.
- 10 Faire des étirements avant d'utiliser l'ordinateur comme un warm-up.
- 11 Sélectionnez un poids approprié à leur condition physique.
- 12 Ne pas utiliser l'équipement si elle est endommagée ou incomplète.
- 13 Est recommandé d'exercer un moniteur pour surveiller l'exercice.
- 14 Cette machine a été conçue pour un usage semi-professionnel. Le poids maximum de l'utilisateur est de 130 kg.

**Précaution: Consultez votre médecin avant d'entreprendre des exercices sur cette machine. Cette remarque s'adresse plus particulièrement aux personnes âgées de + de 35 ans et aux personnes qui ont des problèmes de santé.**

**Conservez cette notice.**

## ENTRETIEN.-

- 1 Graisser déplacer régulièrement les parties. Au moins une fois par an.
- 2 Vérifiez que toutes les pièces sont serrées et que la machine fonctionne correctement avant la première utilisation.
- 3 Utilisez un chiffon humide pour nettoyer l'équipement. l'utilisation de solvants est déconseillée.

## MONTAGE.-

Sortez l'unité de la boîte et vérifiez que vous avez toutes les pièces, Fig.A, Fig.B.

Pour le montage de cette machine, l'aide d'une deuxième personne est recommandée.

1.- Positionner le support inférieur arrière (1), le support arrière (3) et le support inférieur (2) et les visser ensemble à l'aide des vis (34), des rondelles (24) et des écrous (25), Fig.1. Ne pas serrer les vis à fond.

Positionner le support (8) et le visser au support inférieur (2) à l'aide des vis (33), des rondelles (24) et des écrous (25), Fig.1.

2.- Visser la plaque (18) au support supérieur (17) et au support arrière (3) à l'aide des vis (33), des rondelles (24) et des écrous (25), Fig. 2.

Positionner les tiges de guidage (12) sur le support inférieur (8). Placer le chariot (6) sur les guides (12) et insérer les tiges de guidage (12) dans le support supérieur (17), Fig.2. Visser les tiges de guidage (12) à l'aide des vis (30) et des rondelles (24). Ne pas serrer complètement les vis.

Retirer la vis (B) du support inférieur (8). Positionnez la barre latérale droite (10) sur le support supérieur (17), puis positionnez la barre (10) sur le support inférieur (8), remplacez la vis (B), poussez la douille (A) vers le haut et serrez la vis de la douille, Fig.2.

Positionner le rail latéral gauche (9) de la même manière que le rail latéral droit (10).

Vérifier le mouvement du chariot (6).

**Serrer à fond toutes les vis de la première et de la deuxième étape.**

3.- Positionner le cadre (14) et le fixer au chariot (6) à l'aide des vis (31), des rondelles (24) et des écrous (25), Fig.3.

Placer le dossier (21) sur le support (16) à l'aide des vis (26), Fig.3.

Positionner le support (16) sur les plaques en U (A) du chariot (6) et monter les vis (32), les rondelles (24) et les écrous (25), Fig.3.

Monter le support de poids (11) sur la structure (14) à l'aide de la vis (36) et le rondelle (23), Fig.3.

4.- Positionner la structure d'appui de l'épaule gauche (4) sur le chariot (6) à l'aide des vis (31), des rondelles (24) et des écrous (25), Fig.4.

Monter la structure d'appui de l'épaule droite (5) de la même manière que la structure gauche (4), Fig.4.

Monter les épaulières (19) sur les structures gauche (4) et droite (5) à l'aide des boulons (28) et des rondelles (23), Fig.4.

Monter l'appui-tête (20) sur le chariot (6) à l'aide des vis (27) et des rondelles (23), Fig.4.

5.- Positionner le siège (22) sur le support inférieur (8) à l'aide des vis (28), (29) et des rondelles (23), Fig.5.

Positionner le cadre de réglage (15) sur le support inférieur (2) à l'aide du boulon (32), des rondelles (24) et de l'écrou (25), Fig.5.

Positionner le support (13) sur les plaques en U (A) du support inférieur (8) et mettre en place les vis (32), les rondelles (24) et les écrous (25), Fig.3.

Fixez le support (13) au cadre (15) à l'aide du boulon (32), des rondelles (24) et de l'écrou (25), Fig.5.  
Positionner le dossier (7) sur le support (13). (En fonction de l'exercice souhaité, cette partie sera positionnée ou non).

Pour toute information complémentaire et en cas de doute sur le bon état de l'une quelconque partie de la machine, n'hésitez pas à appeler le Service d'Assistance Technique (SAT) au numéro de téléphone d'Assistance Clientèle qui figure à la dernière page de cette notice.

**BH SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES CARACTÉRISTIQUES DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.**

## ALLGEMEINE HINWEISE.-

Lesen Sie die Anweisungen in diesem Handbuch. Dies gibt wichtige Informationen über die Sicherheit, Bedienung und Wartung der Maschine.

Folgen Sie den folgenden Empfehlungen:

- 1 Halten Sie Kinder und Haustiere von der Maschine weg. Lassen Sie Kinder nicht unbeaufsichtigt in der Nähe des Gerätes.
- 2 Das Gerät kann nur von 1 Person zur gleichen Zeit verwendet werden.
- 3 Arbeiten Sie auf dem empfohlenen Übungsniveau, und üben Sie nicht bis zur Erschöpfung. Wenn Sie Schmerzen oder Beschwerden jeglicher Art verspüren, hören Sie sofort mit dem Training auf und konsultieren Sie Ihren Arzt.
- 4 Verwenden Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Fläche mit einem Abstand von 1 Meter rund um das Gerät. Es ist nicht ratsam, Ihr Gerät an einem feuchten Ort aufzubewahren, da die Oxidation unvermeidlich wäre. Verwenden Sie das Gerät nicht im Freien.
- 5 Halten Sie Hände und Füße von beweglichen Teilen fern.
- 6 Verwenden Sie geeignete Kleidung und Schuhe. Ziehen Sie die Schnürsenkel richtig fest.
- 7 Verwenden Sie das Gerät gemäß den im Handbuch beschriebenen Funktionen, verwenden Sie kein Zubehör oder andere Übungen, als die vom Hersteller beschriebenen.
- 8 Stellen Sie keine scharfen Gegenstände rund um das Gerät.
- 9 Lassen Sie Kinder oder einbeschränkte Personen, das Gerät nicht ohne strenge Aufsicht einer qualifizierten Person nutzen.
- 10 Machen Sie Dehnübungen, bevor Sie das Gerät benutzen.
- 11 Wählen Sie ein entsprechendes Gewicht zu ihrer körperlichen Verfassung.
- 12 Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es beschädigt oder unvollständig ist.
- 13 Es wird empfohlen, das Gerät mit einem Trainer zu machen, der die Übung überwacht.
- 14 Dieses Produkt ist geeignet für den semiprofessionellen Einsatz. Der maximale Benutzergewicht beträgt 130 kg.

**Achtung: Bevor Sie das Gerät benutzen, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt. Dieser Hinweis ist besonders wichtig für Personen, die älter als 35 sind oder gesundheitliche Probleme haben. Bevor Sie irgendein Trainingsgerät benutzen, lesen Sie bitte stets die gesamten Anleitungen.**

**Bewahren Sie diese Anleitungen gut auf.**

## WARTUNG.-

- 1 Bewegliche Teile regelmäßig schmieren. Mindestens einmal im Jahr.

- 2 Prüfen Sie vor dem ersten Gebrauch, ob alle Teile fest sitzen und das Gerät einwandfrei funktioniert.

- 3 Verwenden Sie ein feuchtes Tuch, um das Gerät zu reinigen. Die Verwendung von Lösungsmitteln ist nicht empfohlen.

## MONTAGEHINWEISE.-

Nehmen Sie das Gerät aus der Verpackung und prüfen Sie, ob alle Teile vorhanden sind, Fig A, Fig.B.

**Für die Montage, wird die Hilfe einer zweiten Person empfohlen.**

- 1.- Positionieren Sie den hinteren unteren Rahmen (1), den hinteren Rahmen (3) und den unteren Rahmen (2) und befestigen Sie sie zusammen mit den Schrauben (34), den Unterlegscheiben (24) und den Muttern (25), Fig.1 . Ziehen Sie die Schrauben nicht vollständig an. Positionieren Sie die Stütze (8) und befestigen Sie sie an der unteren Stütze (2) mit den Schrauben (33), den Unterlegscheiben (24) und den Muttern (25), Fig.1. Ziehen Sie die Schrauben nicht vollständig an.

- 2.- Befestigen Sie die Platte (18) an der oberen Stütze (17) und am hinteren Rahmen (3) mit den Schrauben (33), den Unterlegscheiben (24) und den Muttern (25), Fig.2. Ziehen Sie die Schrauben nicht vollständig an.

Führen Sie die Führungsschienen (12) in die untere Stütze (8) ein. Setzen Sie den Gleitrahmen (6) auf die Führungsstangen (12) und führen Sie die Führungsstangen (12) in die obere Stütze (17) ein, Fig .2. Befestigen Sie die Stangen (12) mit den Schrauben (30) und den Unterlegscheiben (24). Ziehen Sie die Schrauben nicht vollständig an.

Entfernen Sie die Schraube (B) von der unteren Halterung (8). Die rechte Stange (10) in die obere Halterung (17) einsetzen, dann die Stange (10) in die untere Halterung (8) einsetzen, die Schraube (B) wieder anbringen, die Buchse (A) nach oben drücken und die Buchse festziehen Schraube, Fig.2.

Montieren Sie die linke Seitenstange (9) auf die gleiche Weise wie die rechte Seitenstange (10).

Prüfen Sie die Bewegung des Gleitrahmens (6).

**Ziehen Sie alle Schrauben aus dem ersten und zweiten Schritt vollständig an.**

- 3.- Bringen Sie den Stützrahmen (14) an und befestigen Sie es mit den Schrauben (31), den Unterlegscheiben (24) und den Muttern (25) am Gleitrahmen (6), Fig.3.

Befestigen Sie die Rückenlehne (21) mit den Schrauben (26) am Träger (16), Fig.3.

Den Träger (16) auf die U-Platten (A) des Gleitrahmens (6) setzen und die Schrauben (32), die Unterlegscheiben (24) und die Muttern (25) anbringen, Fig.3.

Befestigen Sie die Gewichtsstütze (11) mit der Schraube (36) und den Unterlegscheiben (23) am Rahmen (14).

- 4.- Befestigen Sie den linken Schulterpolsterrahmen (4) mit den Schrauben (31), den Unterlegscheiben (24) und den Muttern (25) am Gleitrahmen (6), Fig.4.

Den rechten Schulterpolsterrahmen (5) auf die gleiche Weise wie den linken Rahmen (4) montieren, Fig.4.

Befestigen Sie die Schulterpolster (19) mit den Schrauben (28) und den Unterlegscheiben (23) am linken (4) und rechten (5) Rahmen, Fig.4.

Befestigen Sie das Kopfpolster (20) mit den Schrauben (27) und den Unterlegscheiben (23) am Gleitrahmen (6), Fig.4.

**5.-** Befestigen Sie den Sitz (22) an der unteren Stütze (8) mit den Schrauben (28), (29) und den Unterlegscheiben (23), Fig.5.

Befestigen Sie den Einstellrahmen (15) mit der Schraube (32), den Unterlegscheiben (24) und dem unteren Rahmen (2). Mutter (25), Fig.5. Setzen Sie die Stütze (13) auf die U-Platten (A) der unteren Stütze (8) und montieren Sie die Schrauben (32), die Unterlegscheiben (24) und die Muttern

(25), Fig.3.

Die Stütze (13) mit der Schraube (32), den Unterlegscheiben (24) und der Mutter (25) am Rahmen (15) befestigen, Fig.5.

Legen Sie die Rückenlehne (7) auf die Stütze (13). (Je nach gewünschter Übung wird dieser Teil platziert oder nicht.) Sollten über den Zustand einer Komponente Zweifel bestehen, setzen Sie sich bitte mit dem (TKD) Technischen Kundendienst in Verbindung, indem Sie das Servicetelefon anrufen (siehe letzte Seite des Handbuchs).

**BH BEHÄLT SICH DAS RECHT VOR, DIE SPEZIFIKATIONEN SEINER PRODUKTE OHNE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG ZU ÄNDERN.**

## INDICAZIONI GENERALI.-

Leggere le istruzioni contenute in questo manuale. Questo fornisce informazioni importanti sulla sicurezza, uso e manutenzione della macchina.

Seguire le seguenti raccomandazioni:

**1** Tenere i bambini e gli animali domestici lontano dalla macchina. Non lasciare incustoditi i bambini in giro per l'attrezzatura.

**2** La macchina sarà utilizzata solo da 1 persona contemporaneamente.

**3** Effettuare l'esercizio al ritmo consigliato, non arrivare allo sfinimento. Se si sente dolore o disagio di qualsiasi tipo, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare il medico.

**4** Utilizzare l'apparecchio su una superficie piana e solida di circa 1 metro. Non si consiglia di conservare l'unità in un luogo umido, perché l'ossidazione sarebbe inevitabile. Non utilizzare l'apparecchio all'aperto.

**5** Tenere mani e piedi lontani dalle parti in movimento.

**6** Utilizzare un abbigliamento e calzature adeguati. allacciarsi correttamente i lacci delle scarpe.

**7** Utilizzare l'apparecchio secondo le funzioni descritte nel manuale, non utilizzare accessori o esercizi diversi da quelli descritti dal produttore.

**8** Non posizionare oggetti appuntiti intorno alla macchina.

**9** Non permettere ai bambini o persone disabili che utilizzino l'apparecchio senza la stretta supervisione di una persona qualificata.

**10** Fare stretching prima di utilizzare l'attrezzatura come parte del riscaldamento.

**11** Selezionare un peso appropriato a seconda della condizione fisica.

**12** Non utilizzare l'apparecchio se è danneggiato o incompleto.

**13** Si raccomanda di allenarsi con un supervisore che sorvegli l'esercizio.

**14** Quest'unità è stata progettata per il uso semi-professionale. Il peso dell'utente non dovrà sorpassare i 130 kg.

**Precauzione: Prima di cominciare ad usare il dispositivo, chiedi consiglio ad un medico. Questo consiglio è specialmente importante per persone con età superiore ai 35 anni o con problemi di salute.**

**Conservi queste istruzioni.**

## MANUTENZIONE.-

**1** Lubrificare parti in movimento con regolarità. Almeno una volta l'anno.

**2** Controllare che tutte le parti siano ben salde e che la macchina funzioni correttamente prima del primo utilizzo.

**3** Usare un panno umido per pulire l'apparecchiatura. L'uso di solventi non è raccomandato.

## ISTRUZIONI DI MONTAGGIO.-

Estrarre l'unità dalla scatola e verificare che siano presenti tutti i componenti, Fig. A e Fig. B.

**Per il montaggio di questa macchina si raccomanda l'aiuto di una seconda persona.**

**1.-** Posizionare la staffa inferiore posteriore (1), il supporto posteriore (3) e la staffa inferiore (2) e avvitarli utilizzando le viti (34), le rondelle (24) e i dadi (25), Fig. 1. Non avvitare del tutto le viti. Posizionare il supporto (8) e avvitarlo alla staffa inferiore (2) utilizzando i bulloni (33), le rondelle (24) e i dadi (25), Fig. 1.

**2.-** Avvitare la placca (18) al supporto superiore (17) e al supporto posteriore (3) utilizzando le viti (33), le rondelle (24) e i dadi (25), Figura 2.

Posizionare le aste di guida (12) sul supporto inferiore (8). Posizionare il telaio (6) sulle aste di guida (12) e inserire le aste di guida (12) nel supporto superiore (17), Fig. 2. Avvitare le aste di guida (12) con le viti (30) e le rondelle (24). Non stringere del tutto le viti.

Rimuovere la vite (B) dalla staffa inferiore (8). Posizionare la barra destra (10) sulla staffa superiore (17), quindi posizionare la barra (10) sulla staffa inferiore (8), rimettere la vite (B), spingere la boccola (A) verso l'alto e serrare la vite della boccola, Fig.2.

Posizionare la guida laterale sinistra (9) allo stesso modo della guida laterale destra (10).

Controllare il movimento del telaio (6).

**Avvitare a fondo tutte le viti della prima e della seconda fase.**

**3.-** Posizionare il supporto (14) e fissarlo al carrello (6) con le viti (31), le rondelle (24) e i dadi (25), Fig.3.

Montare il sostegno (21) sulla staffa (16) utilizzando le viti (26), Fig.3.

Posizionare la staffa (16) sulle piastre a U (A) del telaio (6) e montare le viti (32), le rondelle (24) e i dadi (25), Fig. 3.

Montare il supporto pesi (11) sul telaio (14) utilizzando la vite (36) e le rondelle(23), Fig.3.

**4.-** Posizionare la struttura di supporto sinistro per le spalle (4) sul telaio (6) usando i bulloni (31), le rondelle (24) e i dadi (25), Fig.4.

Montare la struttura di supporto destro per le spalle (5) allo stesso modo della struttura sinistra (4), Fig. 4.

Montare gli appoggi per le spalle (19) sui telai sinistro (4) e destro (5) utilizzando le viti (28) e le rondelle (23), Fig.4.

Posizionare il poggiatesta (20) sul telaio (6) utilizzando le viti (27) e le rondelle (23), Fig.4.

5.- Posizionare il sedile (22) sulla staffa inferiore (8) utilizzando le viti (28), (29) e le rondelle (23), Fig.5.

Posizionare il telaio di regolazione (15) sulla staffa inferiore (2) utilizzando il bullone (32), le rondelle (24) e il dado (25), Fig.5.

Posizionare il supporto (13) sulle piastre a U (A) della staffa inferiore (8) e montare i bulloni (32), le rondelle (24) e i dadi (25), Fig.3.

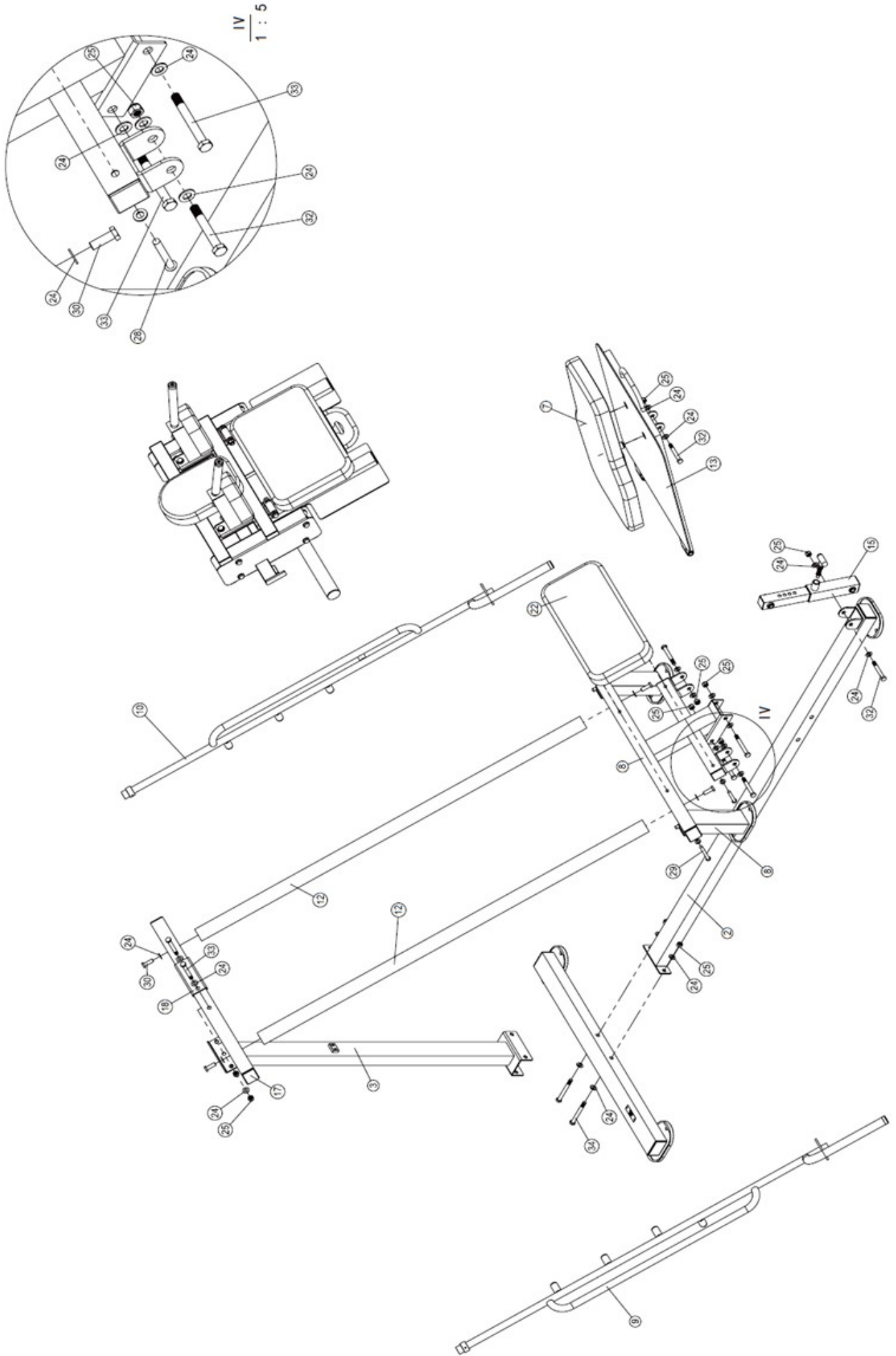
Fissare il supporto (13) al telaio (15) utilizzando la vite (32), le rondelle (24) e il dado (25), Fig. 5.

Posizionare lo schienale (7) sul supporto (13). (A seconda dell'esercizio desiderato, questa parte sarà posizionata o meno).

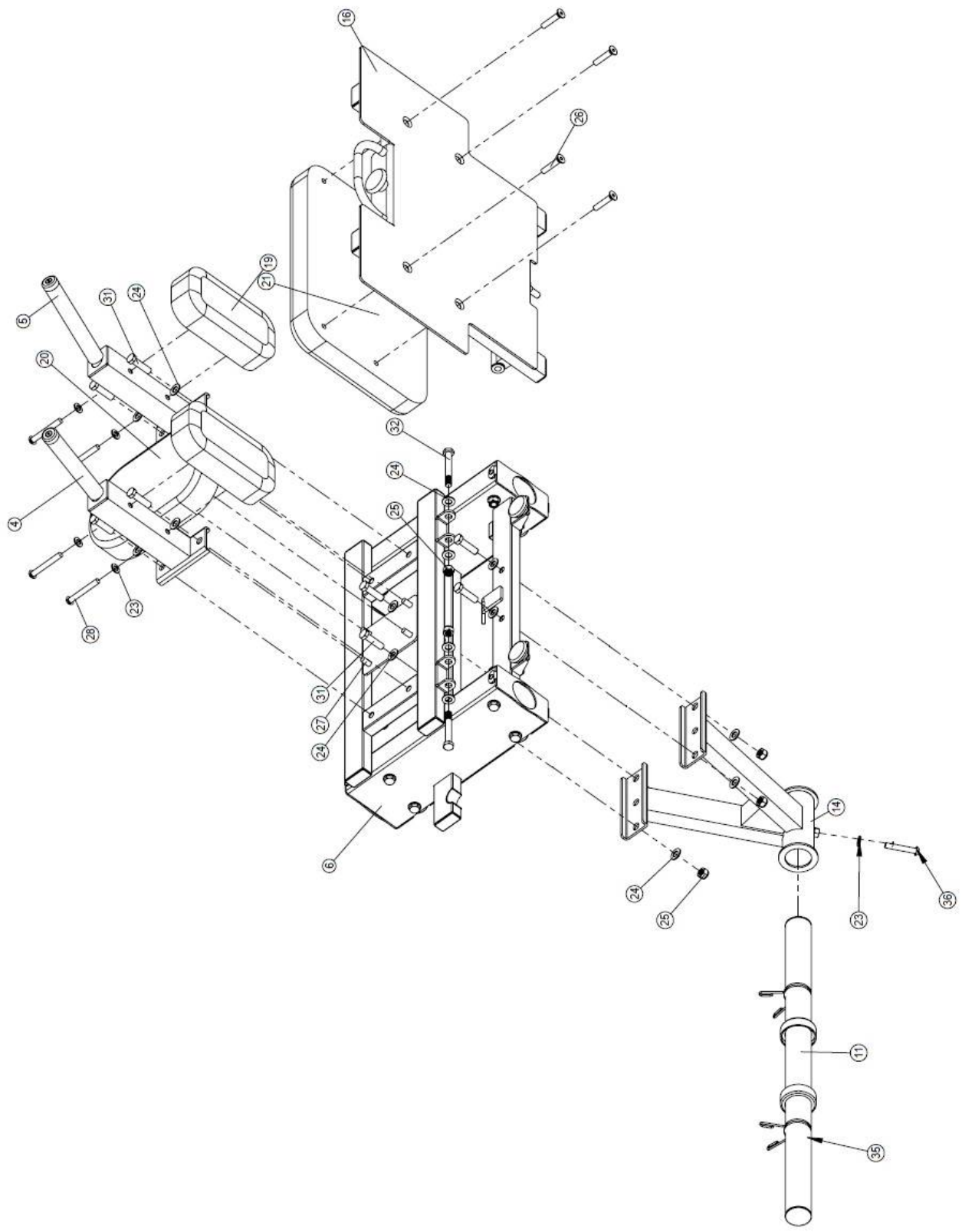
Per qualsiasi domanda, non esitate a mettervi in contatto con il Servizio di Assistenza Tecnica, chiamando al telefono di attenzione al cliente (consultare l'ultima pagina del presente manuale).

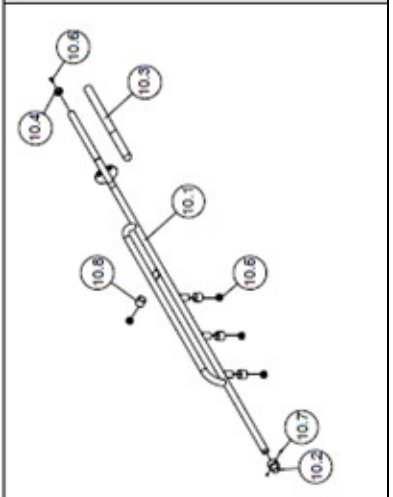
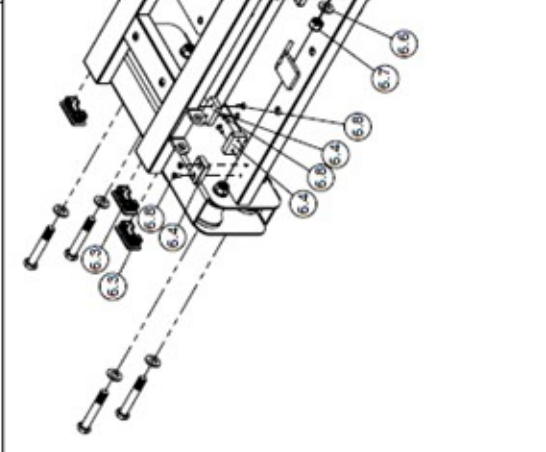
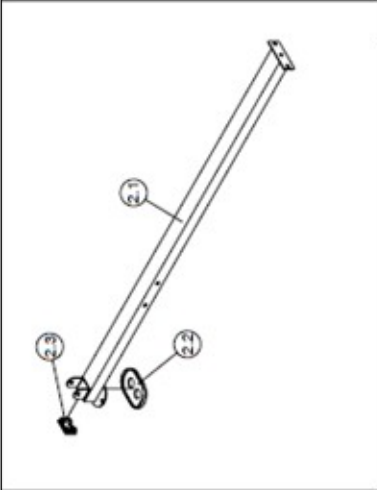
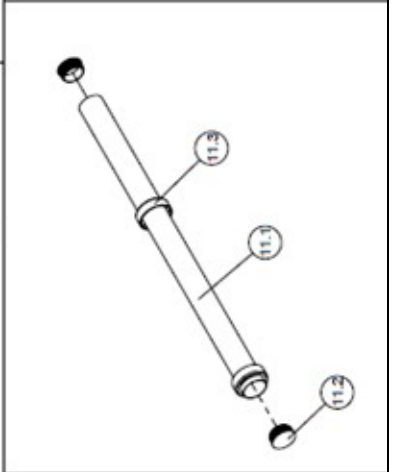
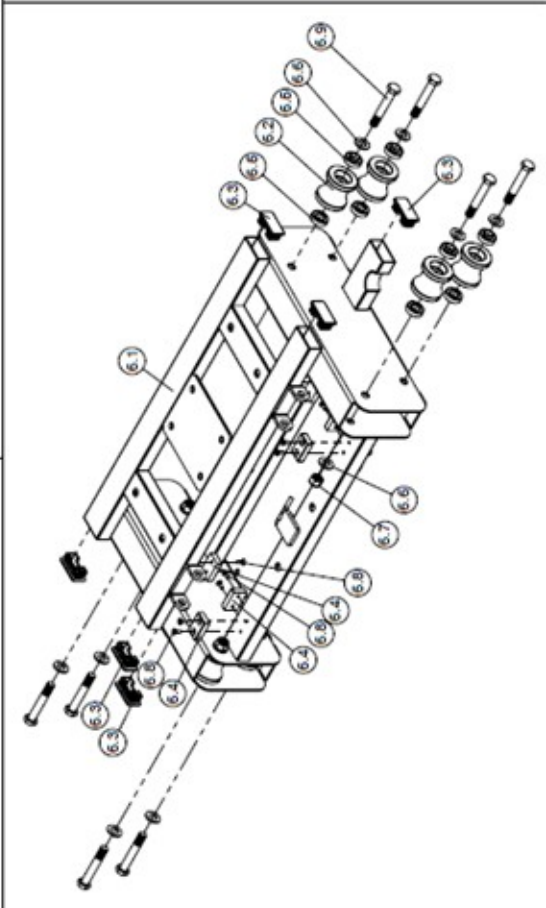
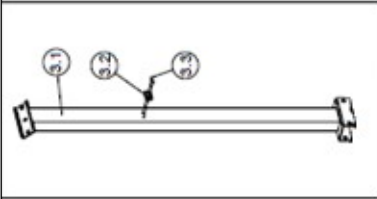
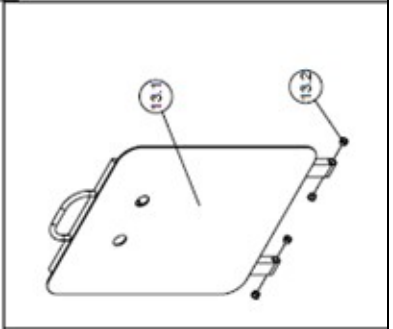
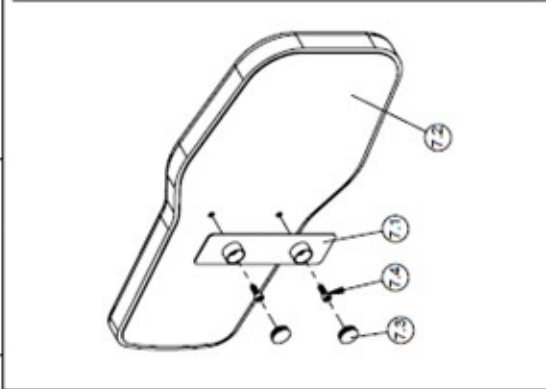
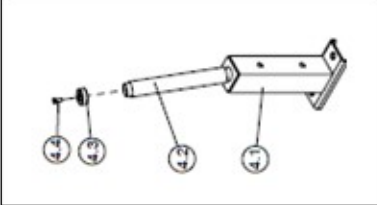
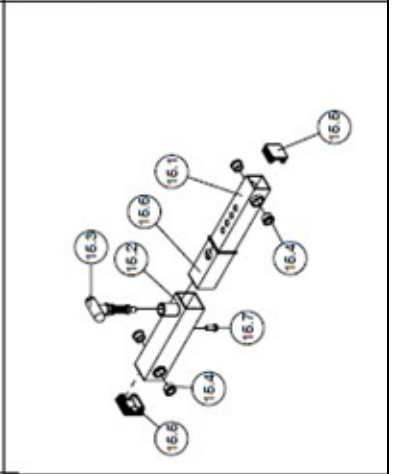
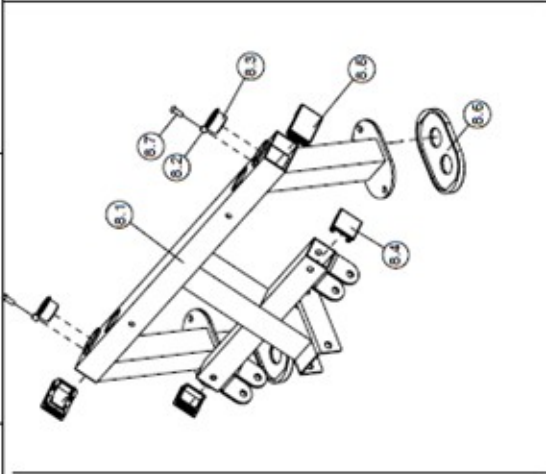
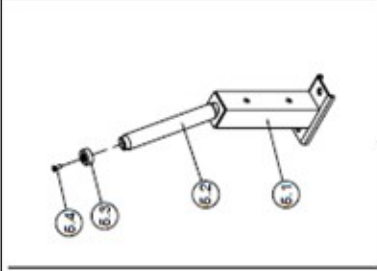
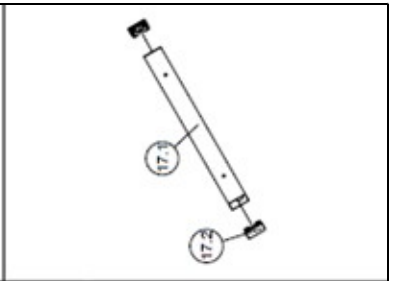
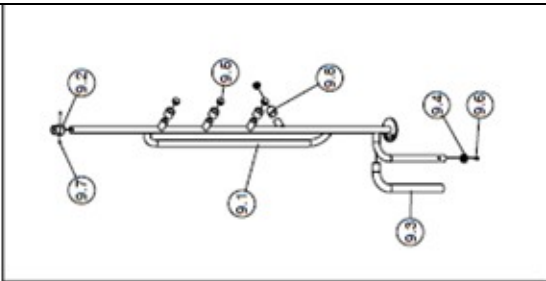
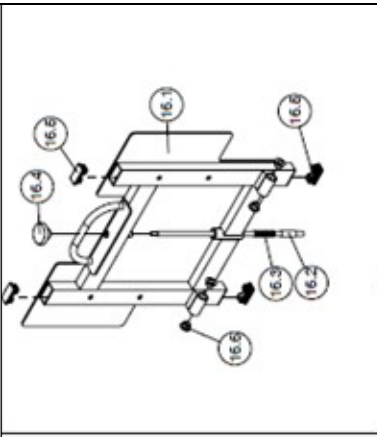
**BH SI RISERVA IL DIRITTO DI MODIFICARE LE SPECIFICHE DEI SUOI PRODOTTI SENZA AVVERTIMENTO PREVIO.**

# G530









**Para pedido de repuesto:** Indicar el código de la pieza y la cantidad

**To order replacement parts:** State the part code and Quantity

**Pour toute commande pièces détachées:** Indiquer le code de la pièce et la quantité

**Bestellung von Ersatzteilen:** Bitte angeben Teil-code und Menge

**Para encomendar a peça de substituição:** Indique o código da peça e a quantidade

**Per ordinare pezzi di ricambio:** Indicare il codice del pezzo e la quantità

**Bestellen van vervangingsonderdelen:** Geef het deel code en de hoeveelheid

**Ejemplo / E.g. / Exemple / Beispiel / Exemplo /Esempio / Bijvoorbeeld:**

**FI530FD008-6**

**1**

<b>NO.</b>	<b>English Description</b>	<b>Descripción en español</b>	<b>Code</b>
1.2	Foot Covers 171x109x15	Tapa pie 171x109x15	FI530FD008-6
1.3	Inner Plug 50x75x2	Tapón 50x75x2	FI530FD001-3
1.4	HPA Label	Pegatina	FI530FD001-4
2.2	Foot Covers 171x109x15	Tapa pie 171x109x15	FI530FD008-6
2.3	Inner Plug 50x75x2	Tapón 50x75x2	FI530FD001-3
3.2	Rubber mat 38x25x10	Tapa 38x25x10	FI530FD003-2
4.3	End cap D25.4x2	Tapón D25.4x2	FI530FD004-3
5.3	End cap D25.4x2	Tapón D25.4x2	FI530FD004-3
6.2	Roller D50x50	Rodillo D50x50	FI530FD006-2
6.3	Inner Plug 25x50x2	Tapón 25x50x2	FI530FD006-3
6.4	Rubber mat 38x25x10	Tapa 38x25x10	FI530FD003-2
6.5	Bearing 60012RS	Rodamiento 60012RS	FI530FD006-5
7.2	Pipe Plug	Tapa	FI530FD007-2
7.3	lower back pad	Respaldo inferior	FI530FD007-3
8.2	Limit sleeve	Casquillo	FI530FD008-2
8.3	D25.4 Axis sleeve	Casquillo eje D25.4	FI530FD008-3
8.4	Square inner plug 50x2	Tapón 50x2	FI530FD008-4
8.5	Inner Plug 50x75x2	Tapón 50x75x2	FI530FD001-3
8.6	Foot Covers 171x109x15	Tapa pie 171x109x15	FI530FD008-6
9.2	Safety rack bushins	Casquillo seguridad	FI530FD009-2
9.3	Curved handle glove	Asa	FI530FD009-3
9.4	End cap D25.4x2	Tapón D25.4x2	FI530FD004-3
9.5	Pipe Plug	Tapón D25.4x2.5	FI530FD009-5
9.8	Limit sleeve D32xD25.4x28	Casquillo D32xD25.4x28	FI530FD009-8
10.2	Safety rack bushins	Casquillo seguridad	FI530FD009-2
10.3	Curved handle glove	Asa	FI530FD009-3
10.4	End cap D25.4x2	Tapón D25.4x2	FI530FD004-3
10.5	Pipe Plug	Tapón D25.4x2.5	FI530FD009-5
10.8	Limit sleeve D32xD25.4x28	Casquillo D32xD25.4x28	FI530FD009-8
11.2	Inner Plug D50x1.2	Tapón D50x1.2	FI530FD011-2
11.3	Rubber cover B	Tapa	FI530FD011-3
15.3	T knob	Pomo T	FI530FD015-3
15.4	Powder Metallurgy	Casquillo	FI530FD013-2
15.5	F38Pipe	Tapón F38	FI530FD015-5
15.6	Inner Plug 45X45	Tapón 45x45	FI530FD015-6
15.7	38 square hollow pipe sleeve	Casquillo	FI530FD015-7
16.2	Long pins	Pin	FI530FD016-2

16.3	Compression spring (1303)	Muelle 1303	FI530FD016-3
16.4	Round handle	Pomo	FI530FD016-4
16.5	Inner Plug 25x50x2	Tapón 25x50x2	FI530FD006-3
16.6	Powder Metallurgy	Casquillo	FI530FD013-2
17.2	Inner Plug 50x75x2	Tapón 50x75x2	FI530FD001-3
19	Shoulder pad	Apoyahombros	FI530FD019
20	Head pad	Apoyacabezas	FI530FD020
21	Back pad	Respaldo	FI530FD021
22	Lower seat cushion	Asiento inferior	FI530FD022

**BH FITNESS SPAIN**

EXERCYCLE, S.L. (Manufacturer)  
P.O. BOX 195  
01080 VITORIA (SPAIN)  
Tel.: +34 945 29 02 58  
Fax: +34 945 29 00 49  
e-mail: sat@bhfitness.com  
www.bhfitness.com

**POST-VENTA**

Tel: +34 945 292 012  
e-mail: asistencia@bhfitness.com

**BH FITNESS PORTUGAL**

Rua do Caminho Branco Lote 8, ZI  
Oia 3770-068 Oia  
Oliveira do Bairro (PORTUGAL)  
Tel.: +351 234 729 510  
e-mail: info@bhfitness.pt

**BH SERVICE PORTUGAL**

Tel.: +351 234 729 510  
e-mail: info@bhfitness.pt

**BH FITNESS FRANCE**

SAV FRANCE  
Tel : +33 559 423 419  
savfrance@bhfitness.com

**BH FITNESS UK**

Tel: 02037347554  
e-mail:  
sales.uk@bhfitness.com

**AFTER SALES – UK**

Tel.: 02074425525  
e-mail:  
service.uk@bhfitness.com

**BH Germany GmbH**

Grasstrasse 13  
45356 ESSEN  
GERMANY

Tel: +49 2015 997018  
e-mail:  
kundendienst@bhgermany.com

**BH FITNESS MEXICO**

BH Exercycle de México S.A.  
de CV  
Eje 132 / 136  
Zona Industrial, 2A Secc.  
78395 San Luis Potosí  
S:L:P: MÉXICO  
Tel.: +52 (444) 824 00 29  
Fax: +52 (444) 824 00 31  
www.bh.com.mx

**BH FITNESS ASIA**

BH Asia Ltd.  
No.80, Jhongshan Rd., Daya  
Dist.,  
Taichung City 42841,  
Taiwan. R.O.C.  
Tel.: +886 4 25609200  
Fax: +886 4 25609280  
E-mail: info@bhasia.com.tw

ESESSTNI

BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.

SPECIFICATIONS MAY BE CHANGED WITHOUT PRIOR NOTICE DUE TO OUR PROGRAMME OF CONTINUOUS PRODUCT DEVELOPMENT.

BH SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES SPECIFICATIONS DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.

BH BEHALT SICH DAS RECHT VOR, ÄNDERUNGEN DER MODELL-ANGABEN OHRE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG VORZUNEHMEN.

DATI TECNICI E COMMERCIALI RELATIVI AGLI ARTICOLI DEL PRESENTE CATALOGO POSSONO ESSERE SOGGETTI A VARIAZIONI SENZA ALCUN PREAVVISO.

BH RESERVA O DIREITO DE PODER MODIFICAR AS ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS EQUIPAMENTOS SEM AVISO PRÉVIO.

DOOR KONSTANTE PRODUKTVERNIEUWING EN VERBETERING HOUDEN WIJ ONS HET RECHT VAN WIJZIGING VOOR ZONDER VOORAFGAAND BERICHT.