

Jalkaprässi

Käyttäjän käsikirja

Turvatietoa

ENNEN KOKOAMISTA

Lue tämä ennen laitteen kokoamista.

Laite on suunniteltu huolella ja lähtökohtana kokoamisen helppous, niin myös kaikki mutteri- ja pulttipussit. Seuraa tarkkaan kokoamisohjeita.

Tarvitset ainakin yhden henkilön, mieluummin kaksi, auttamaan laitteen kokoamisessa. Noudata kokoamisohjeiden järjestystä alusta loppuun. Kokoamisohjeet on laadittu siten, että kokoat vain yhtä osuutta kerrallaan, jolloin saat yhden osuuden valmiiksi ja siirryt seuraavaan. Älä tee kuten useimmat: kun muuten kaikki epäonnistuu, luetaan kokoamisohjeet. Jos laitetta kootessasi huomaat jonkin osan puuttuvan, ilmoita meille mutterin, pultin tai muun puuttuvan osan tarkka numero sekä ostamasi mallin väri.

Auttaaksemme sinua kokoamaan tämän laitteen olemme käyttäneet rakennekuvia. Tarkista kuvat, jotta tiedät osien tarkan paikan. Laitteesta tulee tarkistaa ainakin kerran viikossa vaijerien kuluminen, mutterien ja pulttien löystyminen (etteivät ne pääse irtomaan), pehmustettujen osien löystyminen ja tappiliitosten kuluminen.

VAROITUS: VAIJERIT KULUVAT! Tarkista vaijereiden kuluminen säännöllisesti oman turvallisuutesi vuoksi.

Jos York-jalkaprässin sisältävä laatikko oli avaamaton, kun ostit sen, ja jotakin puuttuu, ilmoita meille asiasta ja postita ostokuitista kopio. Jos laatikko oli avattu ja jotakin puuttui, kauppias on vastuussa. Ilmoita meille puuttuvan osan numero, niin lähetämme puuttuvan osan paluupostissa.

VAROITUKSET:

1. Käännä lääkärin puoleen ennen minkään harjoitusohjelman suorittamista.
2. Varmista, että kaikki mutterit ja pultit ovat kireällä ennen minkä tahansa kuntolaitteen käyttöä.
3. Käytä aina sopivaa vaatetusta ja jalkineita, esim. verryttelypukua ja lenkkitosuja.
4. Lapsia ei tule päästää koneiston tai laitteiden pariin silloinkaan, kun ne eivät ole käytössä.
5. Syötyäsi pidä tunnin tai parin tauko ennen harjoittelua.
6. Lämmitä lihakset alkuverryttelyllä hyvin ennen harjoittelua revähdysten välttämiseksi.
7. Lue ja noudata laitteen kokoamis- ja käyttöohjeita.
8. Poista korut, sormukset, ketjut ja neulat ennen harjoittelua.
9. Tarkista, että lukkotapit ovat kunnolla paikallaan.
10. Varmista, ettei kuntolaitteeseen ole jäänyt töröttämään säätövälineitä, jotka olisivat vaaraksi käyttäjälle.
11. **VAROITUS:** Kuntolaitteen väärä käyttö saattaa aiheuttaa vammoja. Seuraa aina tarkasti laitteen mukana seuraavan seinäkartan ohjeita.
12. Kokoa laite ja käytä sitä aina tukevalla ja tasaisella pinnalla.
13. Käytä kuntolaitettasi aina siten, että sen kummallekin puolelle ja eteen jää riittävä tila, ainakin 60cm (takaosa voi olla lähellä seinää).
14. Suosittelemme, ettet koskaan nostele painoja yksin. Jonkun pitäisi aina olla saatavilla auttamaan. Muiden kanssa harjoittelu voi auttaa motivoimaan sinuakin.

HUOM. Tätä luetteloa ei tule pitää tyhjentävänä.

Vanhempien ja muiden lapsista vastuussa olevien tulee tiedostaa vastuunsa, sillä lasten luontainen leikkivietti ja kokeilunhalu voivat johtaa tilanteisiin ja käyttäytymiseen, johon harjoituslaitetta ei ole tarkoitettu.

Jos lasten annetaan käyttää laitetta, heidän henkinen ja fyysinen kehitysvaiheensa ja ennen kaikkea temperamenttinsa tulee ottaa huomioon. Heitä tulee valvoa ja opastaa laitteen oikeaan käyttöön. Laite ei sovellu missään tapauksessa lasten leluksi.

YORK-JALKAPRÄSSIN KOKOAMISEEN TARVITTAVAT TYÖVÄLINEET

- a) kiintoavaimet: 2 x 3/4" 19mm
1 x 5/8" 16mm
- b) suuri ruuvitaltta
c) vasara
d) 10mm kuusiokoloavain

PIHTEJÄ EI TULE KÄYTTÄÄ!!

On tärkeää, ettet hävitä näitä ohjeita, tarvitset niitä hakiessasi myöhemmin tietoa laitteesta.

VAROITUS: OLET VASTUUSSA OMASTA TURVALLISUUDESTASI!

Käyttäjän paino enintään 150 kg

HUOLTO JA PUHDISTUS

1. Puhdista pehmustetut osat lämpimään veteen kostutetulla rievulla.
 2. Tarkista, että lukkotapit ovat pitävästi paikoillaan.
 3. Laite pysyy turvallisena ainoastaan, jos sen vaurioita ja kulumista tutkitaan säännöllisesti, esim. köydet, rullat, liitoskohdat.
- Korvaa vialliset osat välittömästi ja/tai pidä laite poissa käytöstä, kunnes se on korjattu.

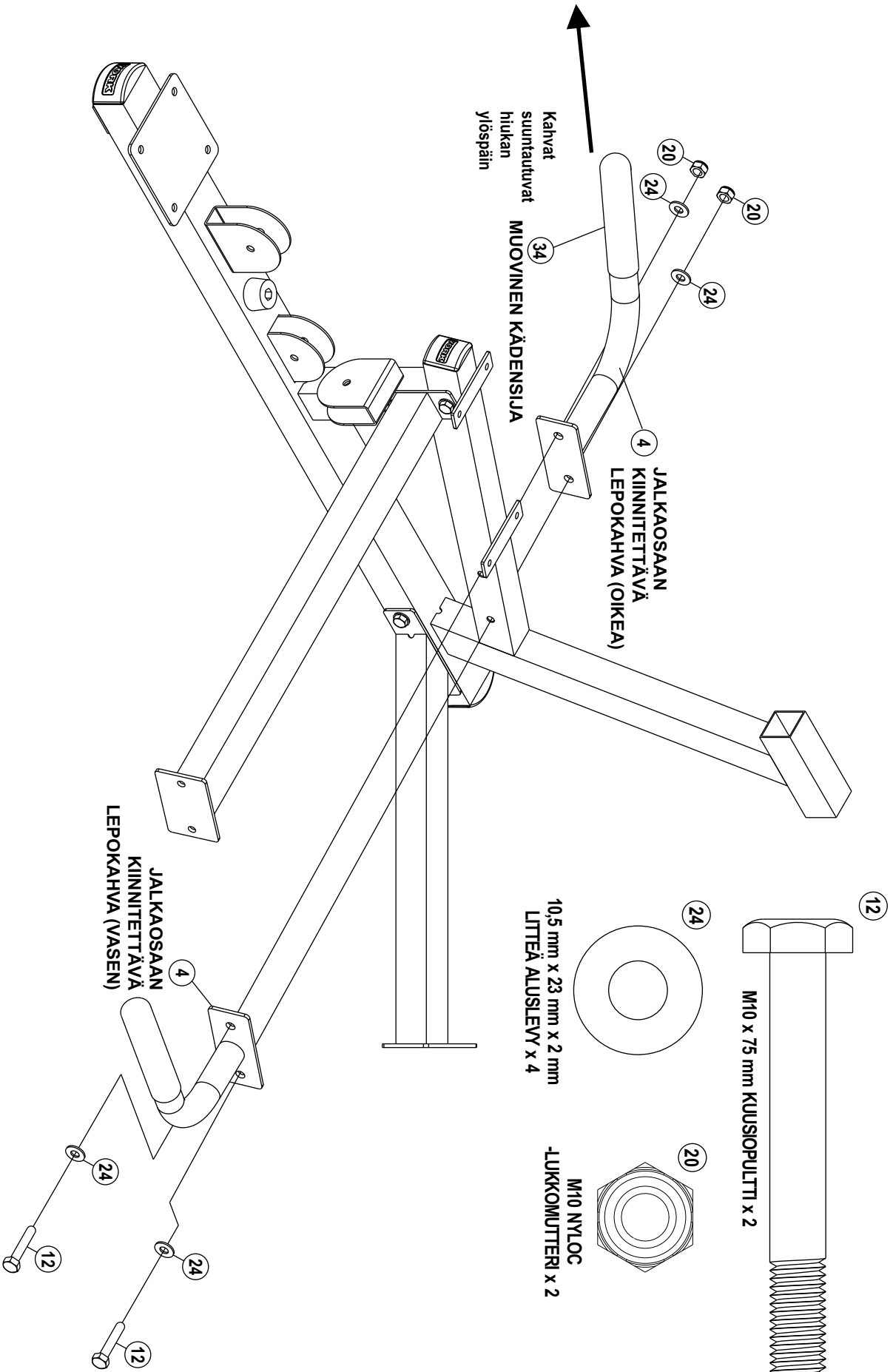
Osat, kuten rullat, laakerit ja vaijerit ovat aina alttiina kulumiselle.

Eriyistä huomiota tulisi kiinnittää näiden osien tarkastamiseen ennen laitteen käyttöä.

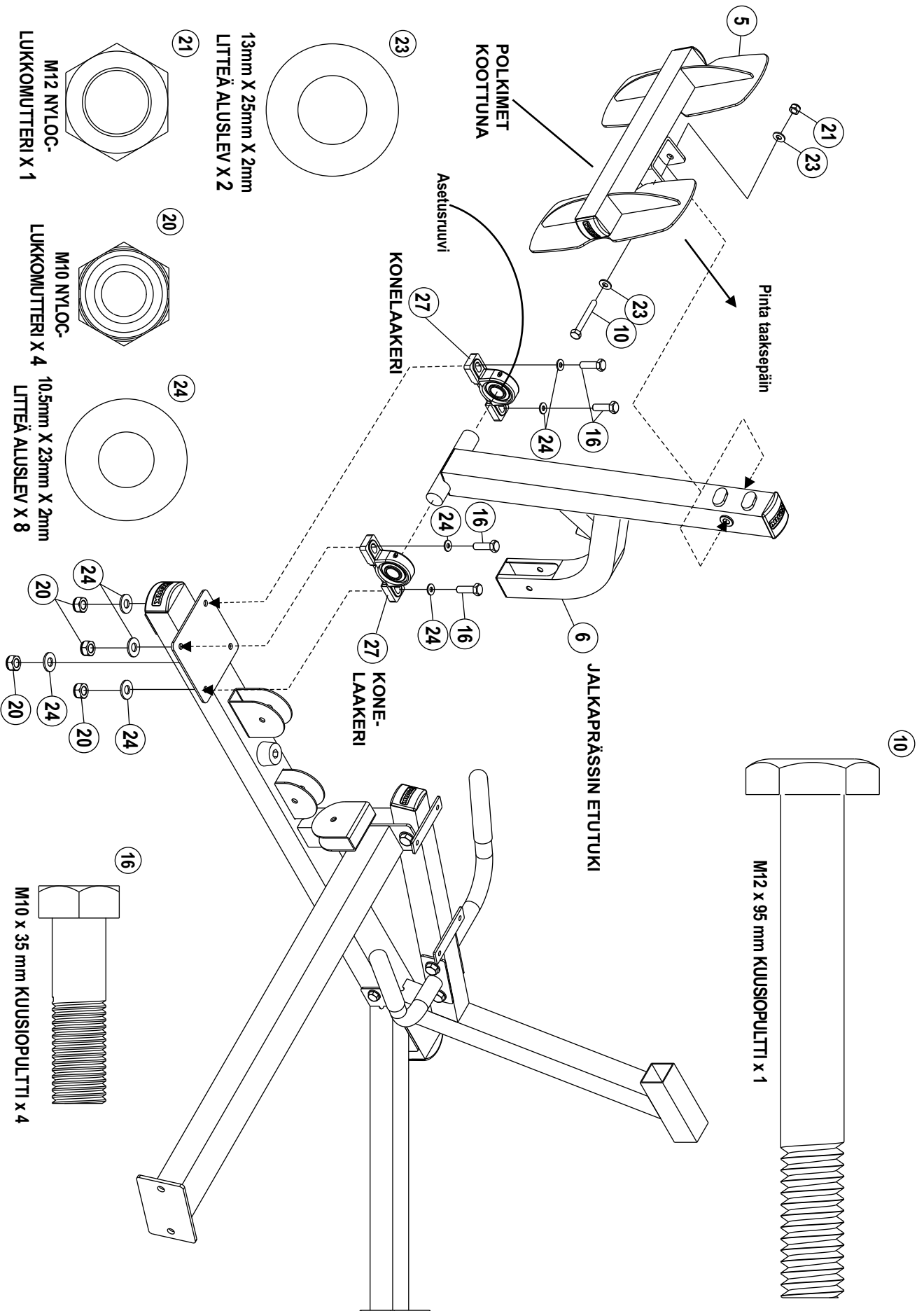
Laite tulee koota aluksi ilman työkaluja käsin, jotta se asettuu oikein.

Laitteen mukana on lukkomuttereita, joissa on nyloc-sisäke. On ehdottoman tärkeää, että mutterit on kiristetty täysin pulteille, niin että pultit kiertyvät nyloc-sisäkkeen läpi.

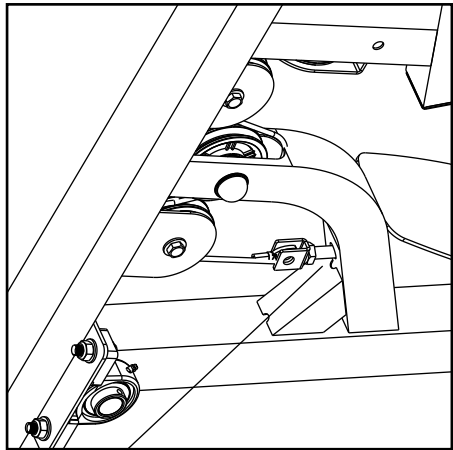
Ohje 2



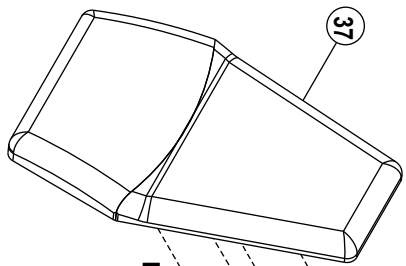
Ohje 3



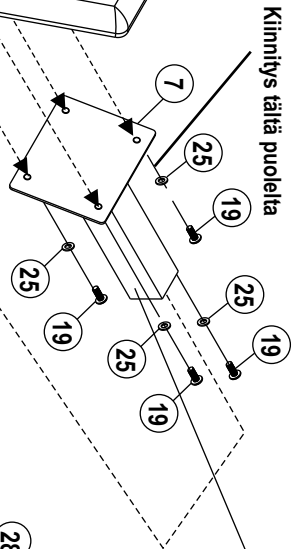
Ohje 4



PEHMUSTETTU SELKÄNOJA (JALKAPRÄSSI)



PEHMUSTETTU ISTUIN (JALKAPRÄSSI)



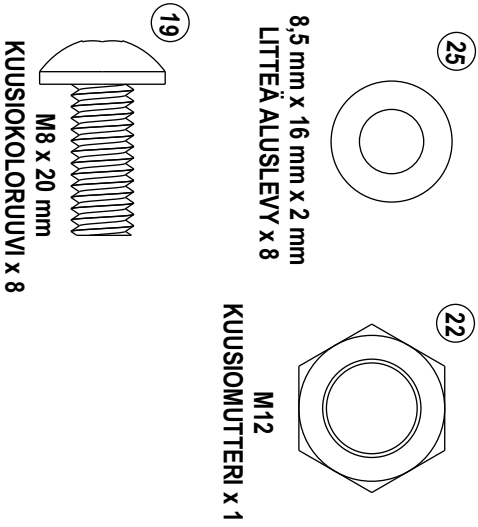
Kiinnitys tätä puolelta

SELKÄNOJAN SÄÄTÖTANKO (Reliät kiinnityslevyn kulmissa)

MUOVINEN SISÄKE (42)

JOUSIKUORMITETTU T-KAIVALLINEN LUKITUSTAPPI (28)

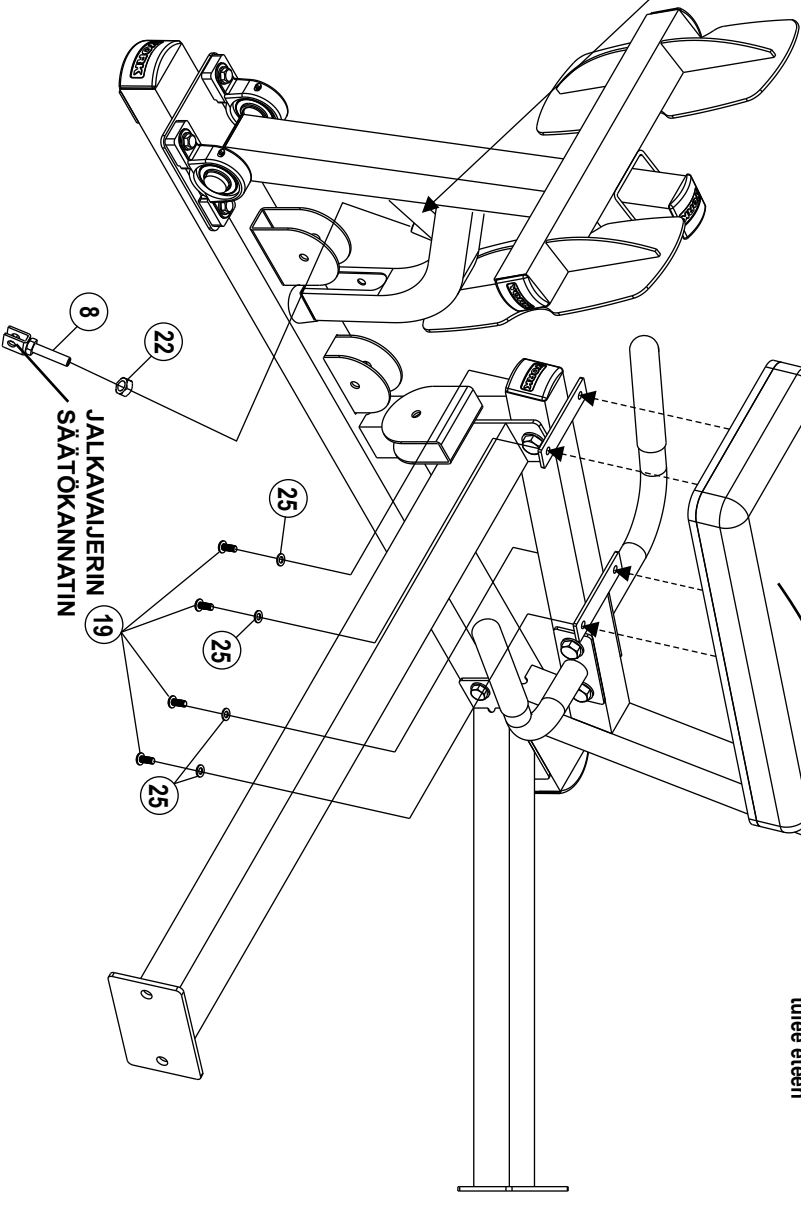
Varmista, että leveämpi pää tulee eteen



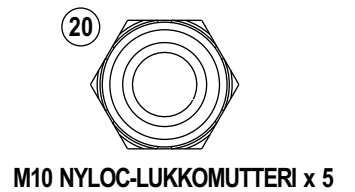
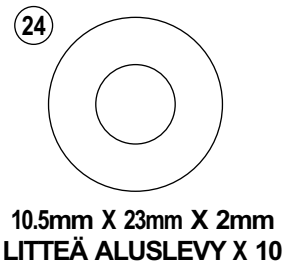
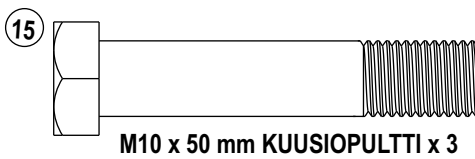
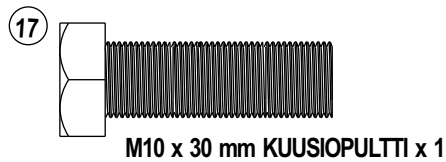
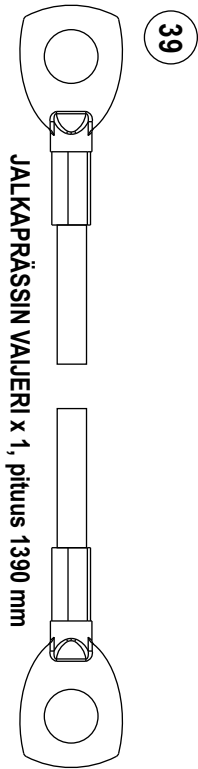
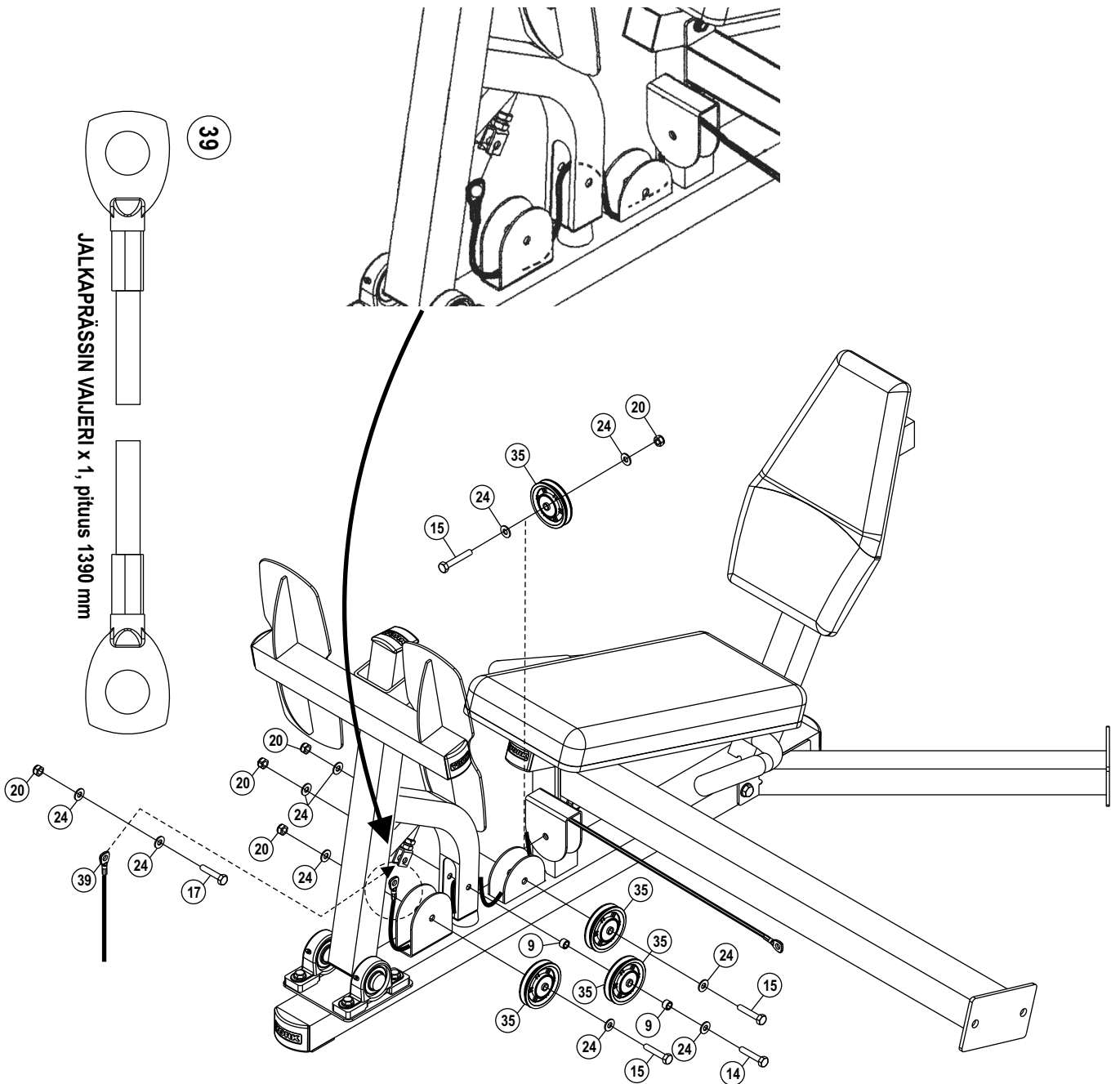
8,5 mm x 16 mm x 2 mm LITTEÄ ALUSLEVY x 8

M12 KUUSIOMUTTERI x 1

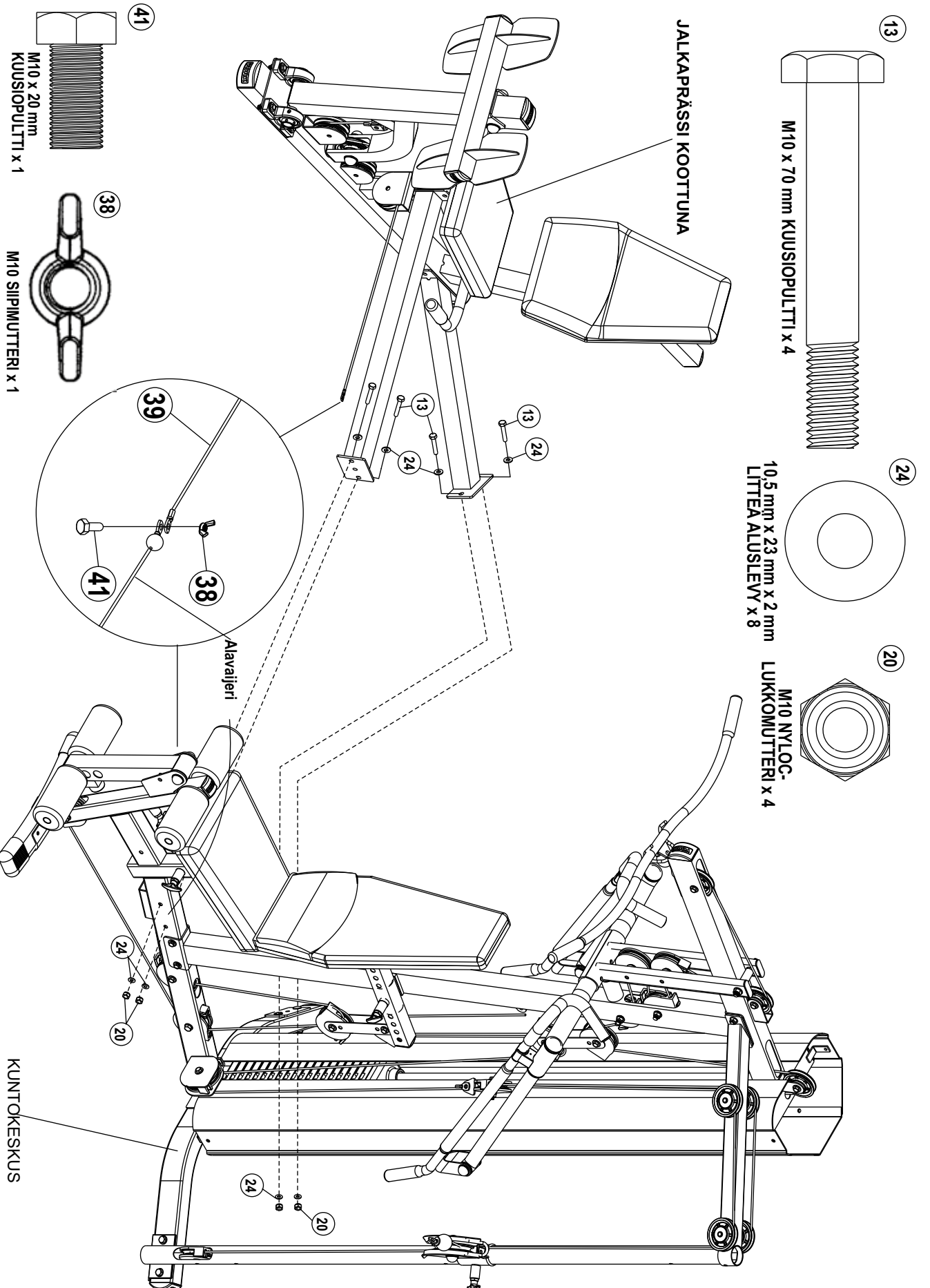
M8 x 20 mm KUUSIOKOLORUUVI x 8

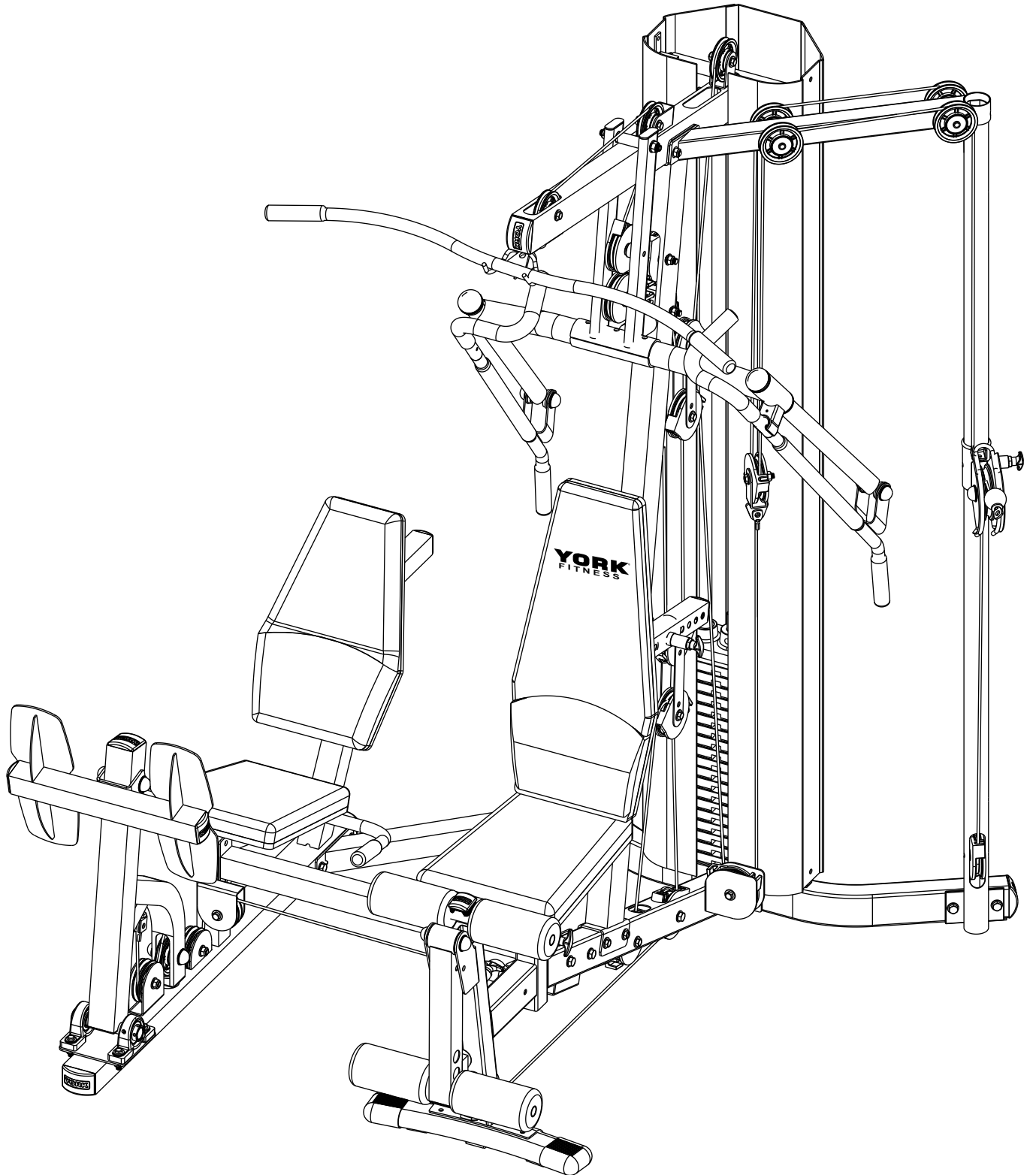


JALKKAVALJERIN SÄÄTÖKANNATTIN (19)

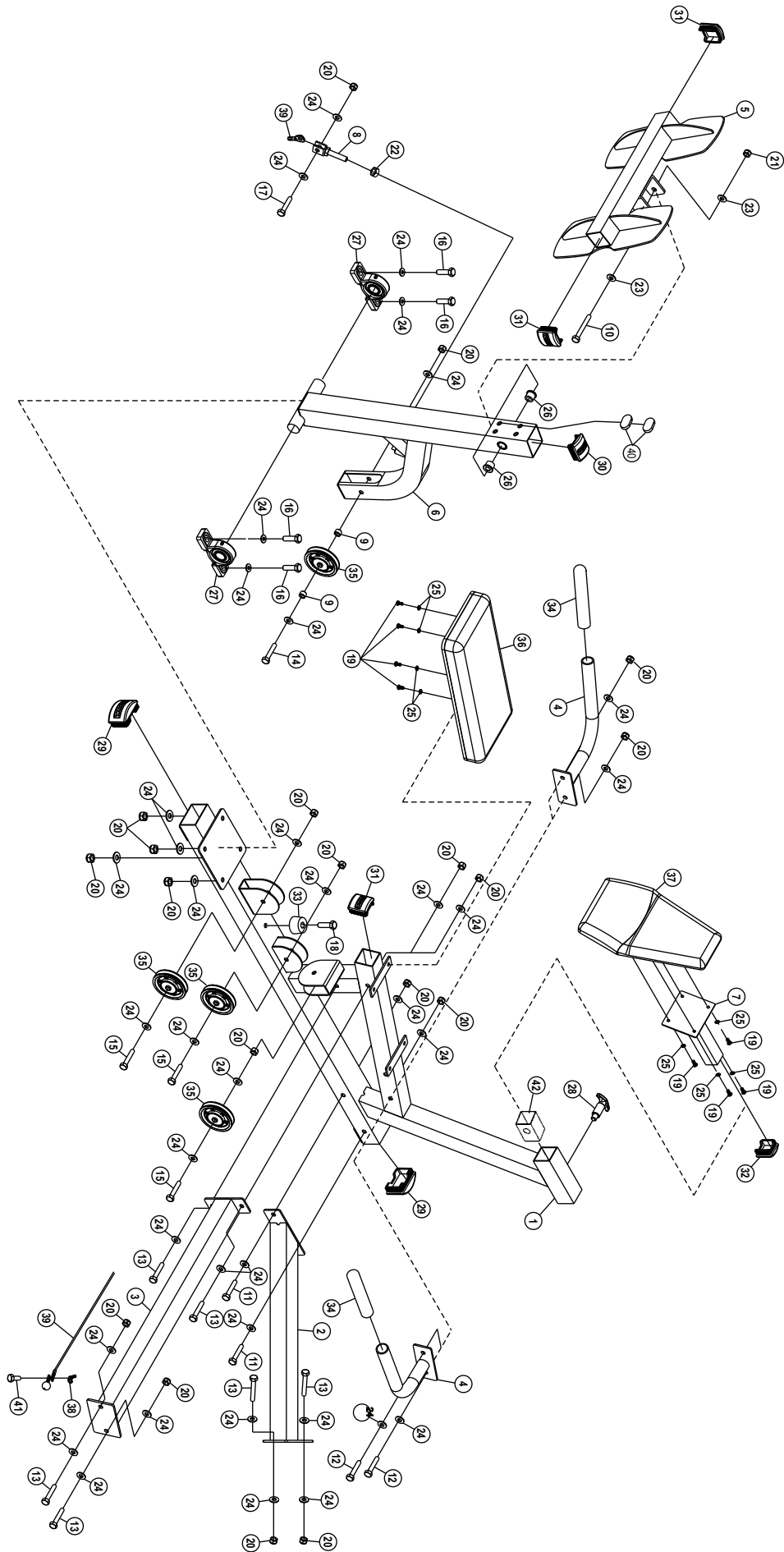


Ohje 6





Räjätyskuva



JÄRJ.NRO	OSA NRO	MÄÄRÄ (KPL)	KUVAUS
1	8765-01	1	PÄÄRUNKOON KIINNITETTÄVÄ YHDYSOSA
2	8765-02	1	TAKAYHDYSTANKO
3	8765-03	1	ETURISTITANKO
4	8765-04	PAIR	JALKAOSAAN KIINNITETTÄVÄ LEPOKAHVA
5	8765-05	1	POLJINOSA KOOTTUNA – HITSATTU
6	8765-06	1	JALKAPRÄSSIN ETUTUKI – HITSATTU
7	8765-07	1	PEHMUSTETUN SELKÄNOJAN SÄÄTÖTANKO
8	8765-08	1	JALKAVAIJERIN SÄÄTÖKANNATIN
9	8765-09	2	Uh 16 x Sh 10,5 x 10,5 mm RULLANVÄLIKE
10	8765-10	1	M12 x 95 mm KUUSIOPULTTI
11	8765-11	2	M10 x 95 mm KUUSIOPULTTI
12	8765-12	2	M10 x 75 mm KUUSIOPULTTI
13	8765-13	6	M10 x 70 mm KUUSIOPULTTI
14	8765-14	1	M10 x 65 mm KUUSIOPULTTI
15	8765-15	3	M10 x 50 mm KUUSIOPULTTI
16	8765-16	4	M10 x 35 mm KUUSIOPULTTI
17	8765-17	1	M10 x 30 mm KUUSIOPULTTI
18	8765-18	1	M10 x 25 mm KUUSIOPULTTI
19	8765-19	8	M8 x 20 mm KUUSIOKOLORUUVI
20	8765-20	19	M10 NYLOC-LUKKOMUTTERI
21	8765-21	1	M12 NYLOC-LUKKOMUTTERI
22	8765-22	1	M12 KUUSIOMUTTERI
23	8765-23	2	Sh 13 x Uh 25 x 2 mm LITTEÄ ALUSLEVY
24	8765-24	38	Sh 10,5 x Uh 23 x 2 mm LITTEÄ ALUSLEVY
25	8765-25	8	Sh 8,5 x Uh 16 x 2 mm LITTEÄ ALUSLEVY
26	8765-26	2	ÖLJYLAAKERI / Uh 25 x 19,1 x Sh 12 x 15 x 3,0 mm
27	8765-27	2	KONELAAKERI / UCP 205 – 25
28	8765-28	1	JOUSIKUORMITETTU T-KAHVALLINEN LUKITUSTAPPI / BLBA-12
29	8765-29	2	50 mm x 70 mm x 2 mm SISÄPUOLINEN PÄÄTESUOJUS
30	8765-30	1	60 mm x 60 mm x 2 mm SISÄPUOLINEN PÄÄTESUOJUS
31	8765-31	3	50 mm x 50 mm x 2 mm SISÄPUOLINEN PÄÄTESUOJUS
32	8765-32	1	45 mm x 45 mm x 1,5 mm SISÄPUOLINEN PÄÄTESUOJUS
33	8765-33	1	KUMIRAJOITIN / Ø 45 / 40 x 25 mm
34	8765-34	2	MUOVINEN KÄDENSIJA / Uh 31,8 x Sh 25,4 x 130 mm
35	8765-35	4	VETOPYÖRÄ KOOTTUNA / Uh 90 mm
36	8765-36	1	PEHMUSTETTU ISTUIN
37	8765-37	1	PEHMUSTETTU SELKÄNOJA
38	8765-38	1	M10 SIIPI MUTTERI
39	8765-39	1	JALKAPRÄSSIN VAIJERI / PITUUS 1390 mm
40	8765-40	2	KUMIRAJOITIN / Sh 8 x Uh 25 x 43 mm
41	8765-41	1	M10 x 20 mm KUUSIOPULTTI

Varaosat

Varaosia voit tilata valtuutetun YORK- jälleenmyyjän kautta.

Rajoitettu takuu

Varaosia voit tilata valtuutetun YORK- jälleenmyyjän kautta.

SGN SPORTIA OY antaa yhden (1) vuoden takuun normaaliin yksityiskäyttöön. Takuu kattaa valmistus- ja materiaalivirheet ja koskee vain alkuperäistä ostajaa.

Tämä takuu ei kata virheellistä kokoamista tai käyttöä, kuljetusvaurioita ja/tai muutoksia tai korjauksia, jotka on tehnyt joku muu kuin SGN SPORTIA OY tai sen suosittama huolto.

Tämä takuu ei ole voimassa, jos tuotetta vuokrataan tai käytetään kaupallisessa tai laitospöytämaaisessa toiminnassa, tai tuote myydään takuuaikana kolmannelle osapuolelle.

Alkuperäistä kuittia on hyvä säilyttää käyttöohjeen yhteydessä. Kuitti toimii samalla takuutodistuksena. Jos laitteessa havaitaan takuuaikana vika tai jos on palautettava, ota yhteys laitteen myyneeseen liikkeeseen.

Maahantuoja



SGN SPORTIA OY
Kytömaantie 14
04200 Kerava

www.york.fi

www.sportia.fi
Sportia