

Підлоговий комплекс для тренувань «ТРОЯН»

(турнік, бруси, тренажер для пресу)



Загальні відомості

Комплекс розрахований на виконання вправ на брусах, тренування нижніх м'язів живота (пресу) та підтягування (трьома різними хватами).

Складання та установка

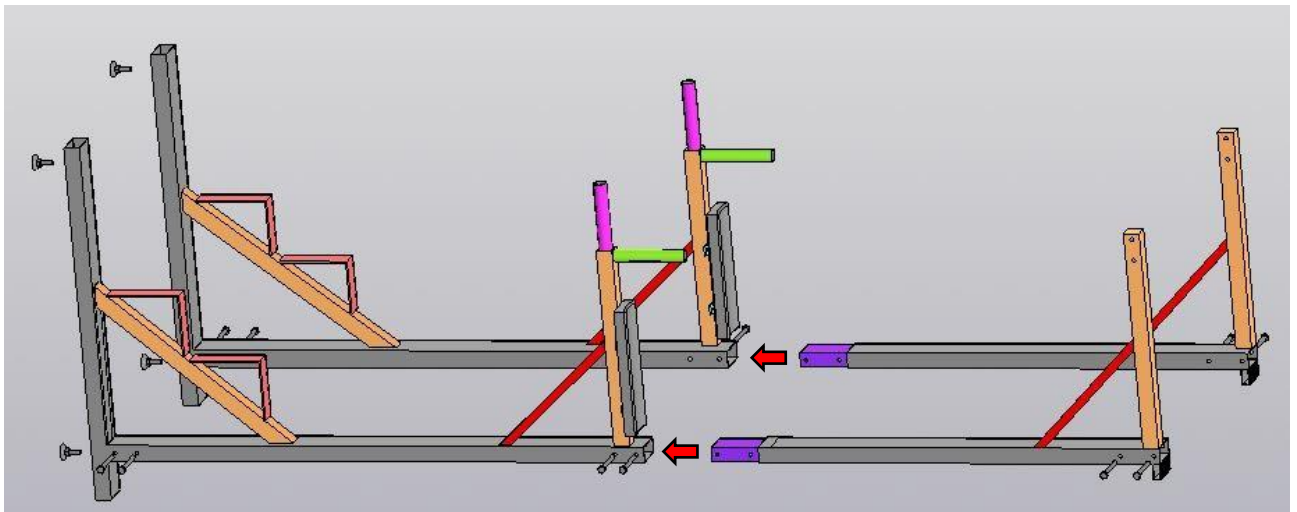
Інструмент для складання комплексу: ключ гайковий 13мм, 17мм(2 штуки).

Перед складанням комплексу, сортуйте його деталі та монтажні болти з гайками:

- нижня частина комплексу з брусами – 2 шт
- верхня частина комплексу – 2 шт
- з'єднувальна планка – 2 шт
- з'єднувальна планка із спинкою – 1шт
- рукоятка турніка для паралельного хвату – 1 шт
- рукоятка турніка для стандартного хвату – 2 шт
- болт 10*100мм з гайкою – 16 шт

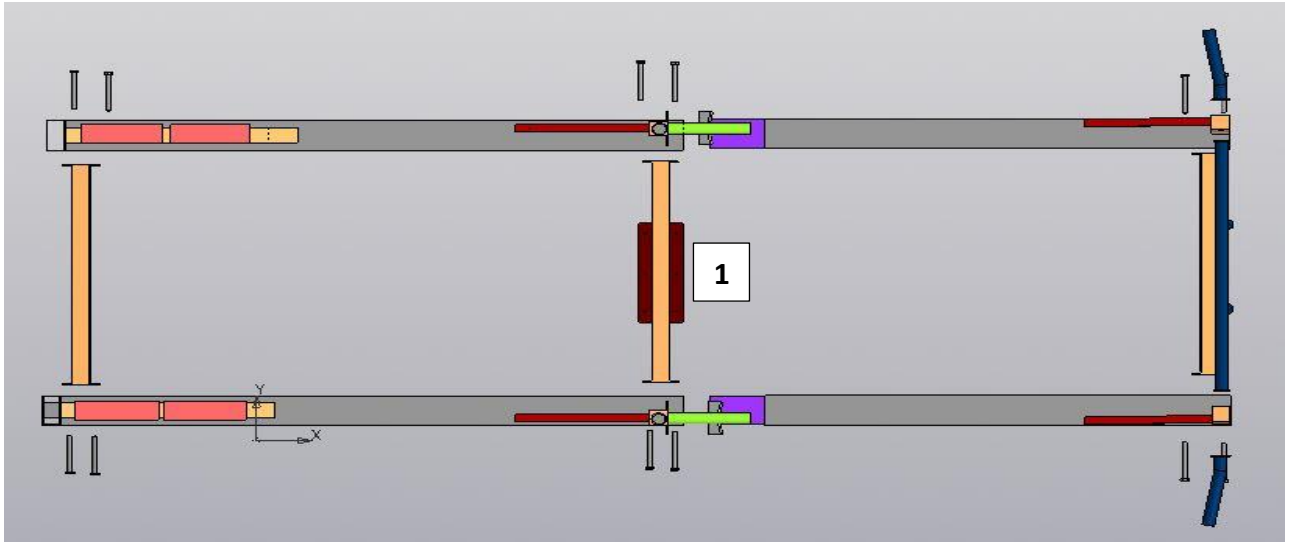
Зверніть увагу! Для зручності, рекомендуємо скласти комплекс у горизонтальному (лежачому) положенні

Крок 1. Складіть 2 вертикальні стойки (ліву та праву) – для цього з'єднайте нижню та верхню частину комплексу.



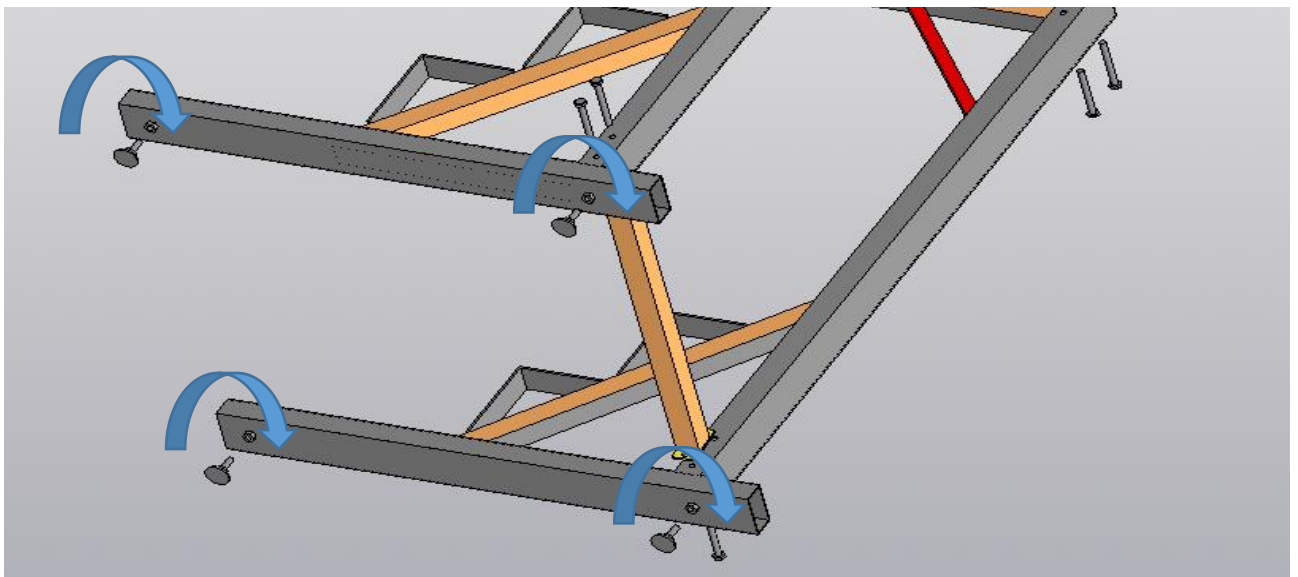
Зверніть увагу! Труби паралельних брусів зміщені від центру до краю стойки – по цьому орієнтиру розташуйте стойки комплексу так, щоб труби брусів були зміщені до зовнішнього краю (назовні) комплексу.

Крок 2. Приєднайте до стоек з'єднувальні планки, починайте із середньої планки (планки із спинкою). Не затискайте гайки, поки не встановите всі три з'єднувальні планки та рукоятки турніка.



Крок 3. Міцно затисніть всі 12 гайок ключем.

Крок 4. Вкрутіть 4 регульовані ніжки, що на нижній частині комплексу, до упору.



Крок 5. Розташуйте комплекс у вертикальному положенні та установіть у потрібному місці. Відрегулюйте ніжки так, щоб комплекс міцно стояв на підлозі.

