IK 11

Горизонтальная тяга

(инструкция по сборке)



Комплект поставки

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | IK 908 Ручка блочная параллельный хват | 1 шт. |
|  | Втулка центрирующая | 2 шт. |
|  | Направляющая | 2 шт. |
|  | Пластина упора ног, левая | 1 шт. |
|  | Пластина упора ног, правая | 1 шт. |
|  | Рама под грузоблоки | 1 шт. |
|  | Рама сиденья | 1 шт. |
|  | Сиденье | 1 шт. |
|  | Болт 10х60 с квадратным подголовком | 4 шт. |
|  | Болт М10х100 | 4 шт. |
|  | Болт М10х50 | 4 шт. |
|  | Болт М10х60 | 2 шт. |
|  | Гайка М10 самоконтрящаяся | 8 шт. |
|  | Зажим для троса «Duplex» | 2 шт. |
|  | Карабин 8х80 тип C | 2 шт. |
|  | Коуш для троса | 2 шт. |
|  | Трос металлополимерный ПР 6,0;цвет черный | 1 шт. |
|  | Фиксатор для грузоблоков | 1 шт. |
|  | Шайба D10 | 14 шт. |
|  | Верхний груз | 1 шт. |
|  | Груз 5 кг | 17 шт. |
|  | Демпфер с гайкой | 2 шт. |
|  | Колпак декоративный М10 S17 | 2 шт. |
|  | Ограничитель троса | 2 шт. |

1. К раме грузоблоков (6) прикрутите демпфера (22) комплектом крепежа: болт М10х50 (11), шайба D10 (19); в демпфера (22) вставьте направляющие (3), наклонив направляющие, поочередно наденьте грузоблоки 5 кг – 17 шт. (21); следом наденьте верхний груз с флейтой (20); сверху на направляющие (3) наденьте центрирующие втулки (2). Затем через отверстия в раме (6) вкрутите во втулки (2) комплект крепежа: болт М10х50 (11); шайба D10 (19). При помощи фиксатора (18) установите необходимую Вам нагрузку.



Рис.1

1. А) К раме грузоблоков (6) прикрутите раму сиденья (7) комплектом крепежа: болт М10х100 (10), шайба D10 (19), гайка М10 (13).

Б) К раме сиденья (7) прикрутите пластины упора ног левую и правую (4,5) комплектом крепежа: болт М10х60 с квадратным подголовком (9), шайба D10 (19), гайка М10 (13).

В) К раме сиденья (7) прикрутите сиденье (8) комплектом крепежа: болт М10х60 (12), шайба D10 (19) (рис.2).



Рис.2

1. Возьмите один конец троса (17) и проденьте его через отверстие в стопоре/ограничителе (24); затем вложите трос в зажим «Duplex» (14), обогнув болты зажима с одной стороны; далее вытяните трос посильнее и сделайте петлю, вложите в нее коуш (16); вернитесь в зажим (14), снова обогнув болты, но с другой стороны. Затяните как можно сильнее планку зажима (14). Зажим (14) с тросом (17) вставьте в полость стопора (24). Зафиксированный конец троса скрепите с рым-болтом на верхнем грузе (20) при помощи карабина (15). Свободный конец троса (17) пропустите согласно схеме и повторите последовательность операций, указанных выше; при помощи карабина (15) прикрепите ручку параллельный хват (1) (рис.3).



Рис.3