



LAT PULL DOWN

GR-LP11

USER MANUAL

BEDIENUNGSANLEITUNG | INSTRUKCJA OBSŁUGI
NÁVOD K POUŽITÍ | MANUEL D'UTILISATION
ISTRUZIONI PER L'USO | MANUAL DE INSTRUCCIONES

HIGH PERFORMANCE. GERMAN DESIGN.

INHALT | CONTENT | TREŚĆ | OBSAH | CONTENU | CONTENUTO | CONTENIDO

DEUTSCH	3
ENGLISH	5
POLSKI	7
ČESKY	9
FRANÇAIS	11
ITALIANO	13
ESPAÑOL	15

NAZWA PRODUKTU	WYCIĄG TRENINGOWY
PRODUKTNAME	LATZUGTURM
PRODUCT NAME	LAT PULL DOWN
NOM DU PRODUIT	POULIE
NOME DEL PRODOTTO	TORRE DI TRAZIONE
NOMBRE DEL PRODUCTO	APARATO LAT PULL DOWN
NÁZEV VÝROBKU	KLADKA NA PŘÍTAHÝ
MODEL PRODUKTU	
MODELL	
PRODUCT MODEL	
MODÈLE	GR-LP11
MODELLO	
MODELO	
MODEL VÝROBKU	
NAZWA PRODUCENTA	
NAME DES HERSTELLERS	
MANUFACTURER NAME	
NOM DU FABRICANT	EXPONDO POLSKA SP. Z O.O. SP. K.
NOME DEL PRODUTTORE	
NOMBRE DEL FABRICANTE	
NÁZEV VÝROBCE	
ADRES PRODUCENTA	
ANSCHRIFT DES HERSTELLERS	
MANUFACTURER ADDRESS	
ADRESSE DU FABRICANT	UL. NOWY KISIELIN - INNOWACYJNA 7, 66-002 ZIELONA GÓRA POLAND, EU
INDIRIZZO DEL FORNITORE	
DIRECCIÓN DEL FABRICANTE	
ADRESA VÝROBCE	

DE BEDIENUNGSANLEITUNG
TECHNISCHE DATEN

Parameter – Beschreibung	Parameter – Wert
Produktname	Latzugturm
Modell	GR-LP11
Maximales Gewicht des Benutzers [kg]	120
Abmessungen des Sitzes [mm]	250x315
Sitzhöhenverstellbereich [mm]	500÷600
Abmessungen [mm]	1200x1000x1885
Gewicht [kg]	29,3

1. Allgemeine Beschreibung

Diese Anleitung ist als Hilfe für eine sichere und zuverlässige Nutzung gedacht. Das Produkt wurde strikt nach den technischen Vorgaben und unter Verwendung modernster Technologien und Komponenten sowie unter Wahrung der höchsten Qualitätsstandards entworfen und angefertigt.

VOR INBETRIEBNAHME MUSS DIE ANLEITUNG GEAU DURCHGELESEN UND VERSTANDEN WERDEN.

Für einen langen und zuverlässigen Betrieb des Geräts muss auf die richtige Handhabung und Wartung entsprechend den in dieser Anleitung angeführten Vorgaben geachtet werden. Die in dieser Anleitung angegebenen technischen Daten und die Spezifikation sind aktuell. Der Hersteller behält sich das Recht vor, im Rahmen der Verbesserung der Qualität Änderungen vorzunehmen.

Erläuterung der Symbole


Gebrauchsanweisung beachten.



HINWEIS! In der vorliegenden Anleitung sind Beispielbilder vorhanden, die von dem tatsächlichen Aussehen der Maschine abweichen können.

Die originale Anweisung ist die deutschsprachige Fassung. Sonstige Sprachfassungen sind Übersetzungen aus der deutschen Sprache.

2. Nutzungssicherheit


ACHTUNG! Lesen Sie alle Sicherheitshinweise und alle Anweisungen durch. Die Nichtbeachtung der Warnungen und Anweisungen kann zu schweren Verletzungen bis hin zum Tod führen.

Der Begriff "Gerät" oder "Produkt" in den Warnungen und Beschreibung des Handbuchs bezieht sich auf den Latzugturm.

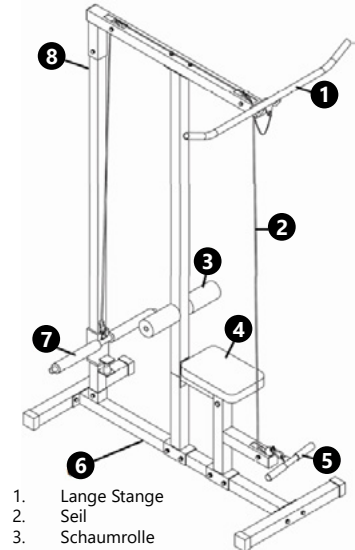
- Bei Zweifel, ob das Produkt ordnungsgemäß funktioniert oder wenn Schäden festgestellt werden, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst des Herstellers.
- Das Produkt darf nur vom Hersteller repariert werden. Reparieren Sie es nicht selbst!

- Überlasten Sie das Gerät nicht. Ein Überschreiten des maximal zulässigen Benutzergewichts kann zu Schäden am Produkt führen.
- Halten Sie das Gerät im einwandfreien Zustand. Überprüfen Sie vor jeder Arbeit, ob allgemeine Schäden vorliegen oder Schäden an beweglichen Teilen (Bruch von Teilen und Komponenten oder andere Bedingungen, die den sicheren Betrieb der Maschine beeinträchtigen könnten). Im Falle eines Schadens muss das Gerät vor Gebrauch in Reparatur gegeben werden.
- Halten Sie das Gerät von Kindern und Tieren fern.
- Bevor Sie mit Übungen beginnen, konsultieren Sie einen Arzt, um festzustellen, dass es keine gesundheitlichen Bedenken gibt.
- Vor der Verwendung des Latzugturms immer Aufwärmübungen einlegen.
- Wenn Sie während des Trainings störende Symptome verspüren, z. B. Schmerzen in der Brust, Schwindel, Atemnot usw., hören Sie sofort mit dem Training auf und suchen Sie einen Arzt auf.
- Stellen Sie das Gerät auf eine stabile, trockene und ebene Oberfläche, wobei darauf zu achten ist, dass ein Freiraum von mindestens 0,5 m um den Multifunktionsbank-Bauchtrainer eingehalten wird.

3. Nutzungsbedingungen

Der Latzugturm ist ein Instrument, mit dem verschiedene Muskeln durch entsprechende Übungen trainiert werden können. Das Produkt ist nur für den Heimgebrauch bestimmt!

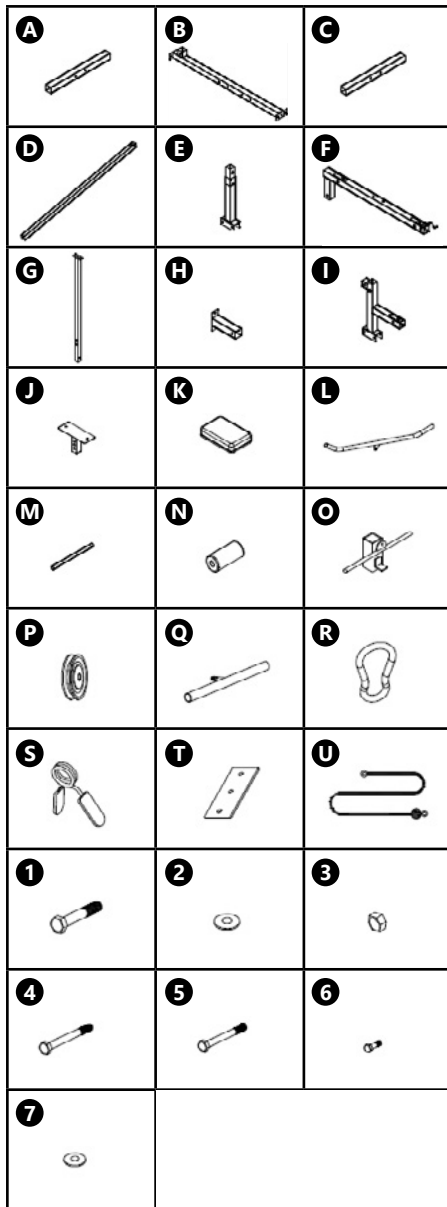
Für alle Schäden bei nicht sachgemäßer Verwendung haftet allein der Betreiber.

3.1. Gerätebeschreibung


- Lange Stange
- Seil
- Schaumrolle
- Sitz
- Kurze Stange
- Rahmenunterteil
- Lastaufnahme
- Rahmenoberteil

3.2. Vorbereitung für die Nutzung

Verzeichnis des Bestandteile:



Nr. Teil	Beschreibung	Anzahl/Stck.
A	Hinterer Standfuß	1
B	Sockelschiene	1
C	Vorderer Standfuß	1
D	Vertikale Stütze hinten	1
E	Vertikales Stützelement	1
F	Obere Traverse	1
G	Vertikales Stützelement	1
H	Rahmenelement	1
I	Sitzträger mit zweitem Seilträger	1
J	Sattelstütze	1
K	Sitz	1
L	Lange Stange	1
M	Schwammrollenstange	1
N	Schaumrolle	2
O	Griff für Gewichte	1
P	Seilführungsrolle	3
Q	Kurze Stange	1
R	Karabiner	3
S	Gewichtssperre	2
T	Rahmenelement	1
U	Seil	2
1.	Schraube M10x65	3
2.	Unterlegscheibe M10	36
3.	Mutter M10	18
4.	Schraube M10x70	9
5.	Schraube M10x65	6
6.	Schraube M8x20	2
7.	Unterlegscheibe M8	2

Zusammenbauen des Gerätes:

ACHTUNG: Die Explosionszeichnungen von diesem Produkt befinden sich auf der letzte Seite der Bedienungsanleitung S. 17-19.

3.3. Reinigung und Wartung

- Reinigen Sie das Gerät nach jedem Gebrauch. Schweißspuren mit einer Säurereaktion verursachen Schäden an der Polsterung.
- Verwenden Sie zum Reinigen der Oberfläche ausschließlich Mittel ohne ätzende Inhaltsstoffe.
- Zum Reinigen nutzen Sie bitte einen weichen Lappen.
- Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen, kühlen, vor Feuchtigkeit und direkter Sonneneinstrahlung geschütztem Ort auf.

EN USER MANUAL

TECHNICAL DATA

Parameter description	Parameter value
Product name	Lat Pull Down
Model	GR-LP11
Maximum user weight [kg]	120
Seating dimensions [mm]	250x315
Seat height adjustment range [mm]	500÷600
Dimensions [mm]	1200x1000x1885
Weight [kg]	29,3

1. General description

The user manual is designed to assist in the safe and trouble-free use of the device. The product is designed and manufactured in accordance with strict technical guidelines, using state-of-the-art technologies and components. Additionally, it is produced in compliance with the most stringent quality standards.

DO NOT USE THE DEVICE UNLESS YOU HAVE THOROUGHLY READ AND UNDERSTOOD THIS USER MANUAL.

To increase the product life of the device and to ensure a trouble-free operation, use it in accordance with this user manual and regularly perform the maintenance tasks. The technical data and specifications in this user manual are up to date. The manufacturer reserves the right to make changes associated with quality improvement.

Legend

Read the instructions before use.

PLEASE NOTE! Drawings in this manual are for illustration purposes only and in some details may differ from the actual machine.

The original operation manual is in German. Other language versions are translations from German.

2. Usage safety

ATTENTION! Read all safety warnings and all instructions. Failure to follow the warnings and instructions may result in serious injury or even death.

Whenever „device“ or „product“ are used in the warnings and instructions, it shall mean Lat Pull Down.

- In case of doubt whether the product operates correctly, or in case damage is discovered, please contact the service centre of the manufacturer.
- Only the service centre of the manufacturer can make product repairs. Do not attempt any repairs yourself!
- Do not overload the device. Exceeding the maximum permissible user weight can damage the product.
- Maintain the device in a good technical state. Before each use check for general damage and especially check for cracked parts or elements and for any other

conditions which may impact the safe operation of the device. If damage is discovered, hand over the device for repair before use.

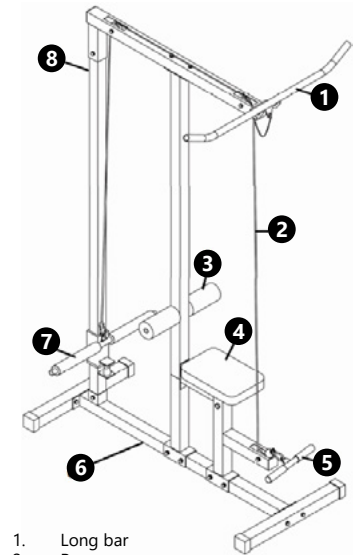
- Keep the device away from children and animals.
- Before you start training, consult a doctor to clarify whether there are any health contraindications.
- Always do a warm up before you start using the device.
- In case you feel distressing symptoms such as chest pain, dizziness, short breath, etc. during training, you should immediately stop the training and consult the doctor.
- Put the device on a stable, dry and flat surface, taking care to keep a minimum space of 0,5 m around it.

3. Use guidelines

The lat pull down is a device designed to train various muscle groups by applying the appropriate exercises. The product is intended for home use only!

The user is liable for any damage resulting from non-intended use of the device.

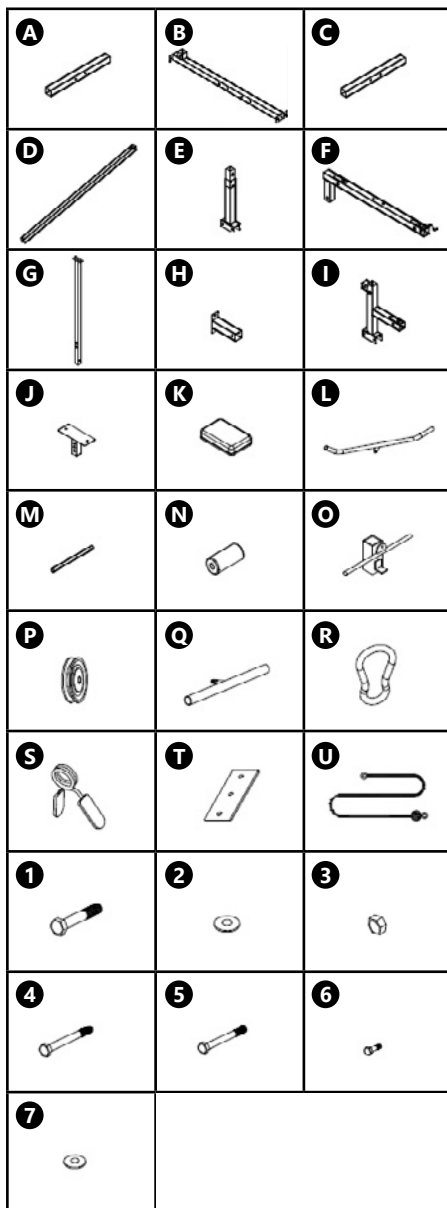
3.1. Device description



- Long bar
- Rope
- Sponge roller
- Seating
- Short bar
- Lower part of the rack
- Place of load installation
- Upper part of the rack

3.2. Preparation for use

List of elements:



Number of part	Description	Number of pieces
A	Rear foot of the base	1
B	Crossbeam of the base	1
C	Front foot of the base	1
D	Rear vertical support	1
E	Element of the vertical support	1
F	Upper crossbar	1
G	Element of the vertical support	1
H	Rack element	1
I	Seat support with the place for the second rope with the bar	1
J	Seat support	1
K	Seating	1
L	Long bar	1
M	Bar for sponge rollers	1
N	Sponge roller	2
O	Holder for weights	1
P	Guiding roll for the rope	3
Q	Short bar	1
R	Snap hook	3
S	Weight lock	2
T	Rack element	1
U	Rope	2
1	Screw M10x65	3
2	Washer M10	36
3	Nut M10	18
4	screw M10x70	9
5	screw M10x65	6
6	screw M8x20	2
7	Washer M8	2

Folding the equipment:

⚠ ATTENTION! This product's exploded view can be found on the last page of the operating instructions (pp. 17-19).

3.3. Cleaning and maintenance

- Clean the device after each use. Traces of sweat with acid reaction damage upholstery.
- Use cleaners without corrosive substances to clean each surface.
- Use a soft cloth for cleaning.
- Store the unit in a dry, cool place, free from moisture and direct exposure to sunlight.

PL INSTRUKCJA OBSŁUGI

DANE TECHNICZNE

Opis parametru	Wartość parametru
Nazwa produktu	Wyciąg treningowy
Model produktu	GR-LP11
Maksymalna waga użytkownika [kg]	120
Wymiary ławki [mm]	250x315
Regulacja wysokości uchwytu do sztangi [mm]	500÷600
Maksymalna waga uchwytu sztangi [kg]	1200x1000x1885
Waga [kg]	29,3

1. Ogólny opis

Instrukcja przeznaczona jest do pomocy w bezpiecznym i niezawodnym użytkowaniu. Produkt jest zaprojektowany i wykonany ściśle według wskazań technicznych przy użyciu najnowszych technologii i komponentów oraz przy zachowaniu najwyższych standardów jakości.

PRZED PRZYSTĄPIENIEM DO PRACY NALEŻY DOKŁADNIE PRZECZYTAĆ I ZROZUMIEĆ NINIEJSZĄ INSTRUKCJĘ.

Dla zapewnienia długiej i niezawodnej pracy urządzenia należy dbać o jego prawidłową obsługę oraz konserwację zgodnie ze wskazówkami zawartymi w tej instrukcji. Dane techniczne i specyfikacje zawarte w tej instrukcji obsługi są aktualne. Producent zastrzega sobie prawo dokonywania zmian związanych z podwyższeniem jakości.

Objaśnienie symboli



Przed użyciem należy zapoznać się z instrukcją.



UWAGA! Ilustracje w niniejszej instrukcji obsługi mają charakter poglądowy i w niektórych szczegółach mogą różnić się od rzeczywistego wyglądu produktu.

Instrukcją oryginalną jest niemiecka wersja instrukcji. Pozostałe wersje językowe są tłumaczeniami z języka niemieckiego.

2. Bezpieczeństwo użytkowania



UWAGA! Przeczytaj wszystkie ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa oraz wszystkie instrukcje. Niezastosowanie się do ostrzeżeń i instrukcji może spowodować ciężkie obrażenia ciała lub śmierć.

Termin „urządzenie” lub „produkt” w ostrzeżeniach i w opisie instrukcji odnosi się do wyciągu treningowego.

1. W razie wątpliwości, czy produkt działa poprawnie lub stwierdzenia uszkodzenia należy skontaktować się z serwisem producenta.
2. Naprawę produktu może wykonać wyłącznie serwis producenta. Nie wolno dokonywać napraw samodzielnie!

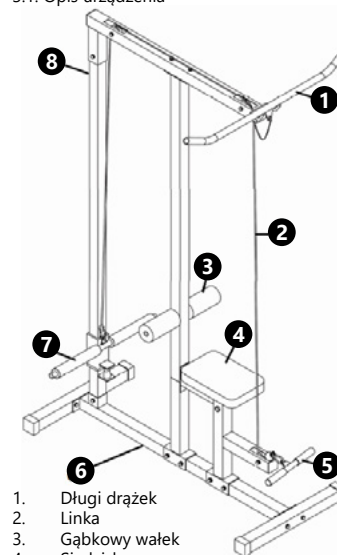
3. Nie należy przeciążać urządzenia. Przekroczenie maksymalnej dopuszczalnej wagi użytkownika może spowodować uszkodzenie produktu.
4. Utrzymywać urządzenie w dobrym stanie technicznym. Sprawdzać przed każdą pracą czy nie posiada uszkodzeń ogólnych lub związanych z elementami ruchomymi (pęknięcia części i elementów lub wszelkie inne warunki, które mogą mieć wpływ na bezpieczne działanie urządzenia). W przypadku uszkodzenia, oddać urządzenie do naprawy przed użyciem.
5. Urządzenie trzymać z dala od dzieci i zwierząt.
6. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem w celu ustalenia, czy nie ma przeciwwskazań zdrowotnych.
7. Zawsze należy wykonać rozgrzewkę przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia.
8. W przypadku odczuwania podczas ćwiczeń niepokojących symptomów np. bólu w klatce piersiowej, zawrotów głowy, braku tchu itp. należy bezzwłocznie przerwać trening oraz skonsultować się z lekarzem.
9. Urządzenie ustawić na stabilnej, suchej i płaskiej powierzchni, dbając o zachowanie minimalnego odstępu 0,5m wolnej przestrzeni wokół.

3. Zasady użytkowania

Wyciąg treningowy jest przyrządem zaprojektowanym do wykonywania treningów różnych partii mięśniowych przy zastosowaniu odpowiednich ćwiczeń. Produkt jest przeznaczony tylko do użytku domowego!

Odpowiedzialność za wszelkie szkody powstałe w wyniku użytkowania niezgodnego z przeznaczeniem ponosi użytkownik.

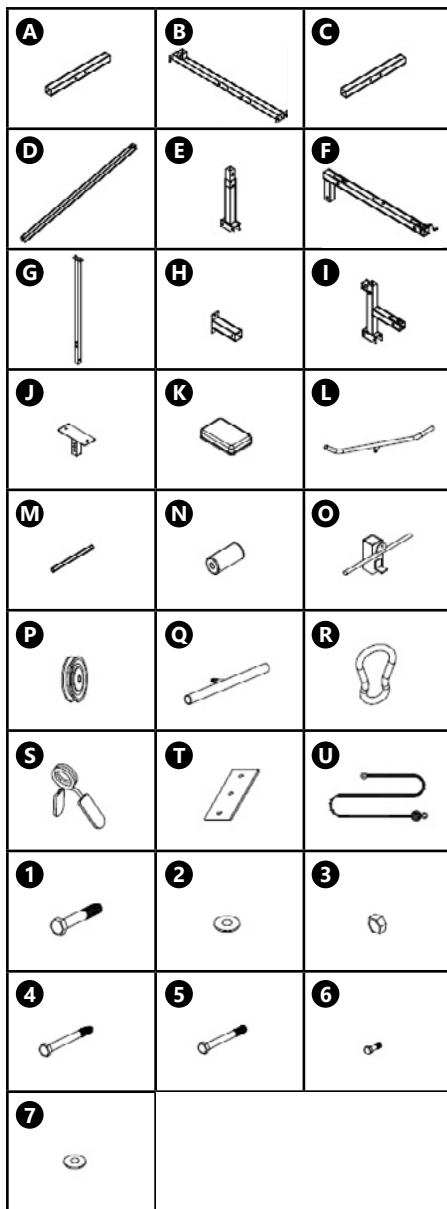
3.1. Opis urządzenia



1. Długi drążek
2. Linka
3. Gąbkowy wałek
4. Siedzisko
5. Krótki drążek
6. Dolna część stelażu
7. Miejsce montażu obciążenia
8. Górna część stelażu

3.2. Przygotowanie do użytkowania

Lista elementów:



Numer części	Opis	Ilość sztuk
A	Tylna stopa podstawy	1
B	Poprzeczka podstawy	1
C	Przednia stopa podstawy	1
D	Tylna pionowa podpora	1
E	Element pionowej podpory	1
F	Górna poprzeczka	1
G	Element pionowej podpory	1
H	Element stelażu	1
I	Podpora siedziska z miejscem na drugą linkę z drążkiem	1
J	Wspornik siedziska	1
K	Siedzisko	1
L	Długi drążek	1
M	Drążek na gąbkowe wałki	1
N	Gąbkowy wałek	2
O	Uchwyt na ciężary	1
P	Rolka prowadząca linkę	3
Q	Krótki drążek	1
R	Karabińczyk	3
S	Blokada ciężaru	2
T	Element stelażu	1
U	Linka	2
1.	Śruba M10x65	3
2.	Podkładka M10	36
3.	Nakrętka M10	18
4.	Śruba M10x70	9
5.	Śruba M10x65	6
6.	Śruba M8x20	2
7.	Podkładka M8	2

Składanie sprzętu:

UWAGA: Rysunki złożeniowe produktu znajdują się na końcu instrukcji na stronie 17-19.

3.3. Czyszczenie i konserwacja

- Czyścić urządzenie po każdym użyciu. Ślady potu o kwasowym odczynie powodują uszkodzenie tapicerki.
- Do czyszczenia powierzchni należy stosować wyłącznie środki niezawierające substancji żrących.
- Do czyszczenia należy używać miękkiej ściereczki.
- Urządzenie należy przechowywać w suchym i chłodnym miejscu chronionym przed wilgocią i bezpośrednim promieniowaniem słonecznym.

CZ NÁVOD K OBSLUZE

TECHNICKÉ ÚDAJE

Popis parametru	Hodnota parametru
Název výrobku	Kladkový posilovací stroj
Model	GR-LP11
Maximální hmotnost uživatele [kg]	120
Rozměry sedátka [mm]	250x315
Rozsah nastavení výšky lavičky [mm]	500÷600
Rozměry [mm]	1200x1000x1885
Hmotnost [kg]	29,3

1. Všeobecný popis

Návod slouží jako návod pro bezpečné a spolehlivé používání. Výrobek je navržen a vyroben přesně podle technických údajů s použitím nejnovějších technologií a komponentů a se zachováním nejvyšších jakostních standardů.

PŘED ZAHÁJENÍM PRÁCE SI DŮKLADNĚ PŘEČTĚTE TENTO NÁVOD A SNAŽTE SE JEJ POCHOPIŤ.

Pro zajištění dlouhého a spolehlivého fungování zařízení provádějte pravidelný servis a údržbu v souladu s pokyny uvedenými v tomto návodu. Technické údaje a specifikace uvedené v návodu k obsluze jsou aktuální. Výrobce si vyhrazuje právo provádět změny pro zvýšení kvality.

Vysvětlení symbolů



Před použitím se seznamte s návodem.



POZOR! Obrázky v tomto návodu jsou ilustrační. V některých detailech se od skutečného vzhledu stroje mohou lišit.

Originálním návodem je německá verze návodu. Ostatní jazykové verze jsou překladem z německého jazyka.

2. Bezpečnost používání



POZNÁMKA! Přečtěte si tento návod včetně všech bezpečnostních pokynů. Nedodržování návodu a výstrah může způsobit těžký úraz nebo smrt.

Pojem „zařízení“ nebo „výrobek“ v bezpečnostních pokynech a návodu se vztahuje na Kladkový posilovací stroj.

1. Budete-li mít pochybnosti, zda výrobek funguje správně, nebo zjistíte-li poškození, kontaktujte zákaznický servis výrobce.
2. Výrobek může opravovat pouze výrobce. Opravy neprovádějte sami!
3. Zařízení nepřetěžujte. Překročení maximální přípustné hmotnosti uživatele může výrobek poškodit.
4. Zařízení udržujte v dobrém technickém stavu. Kontrolujte před každým použitím jeho celkový stav i

jednotlivé díly a ujistěte se, že je vše v dobrém stavu, a nehrozí tak uživateli při práci se zařízením žádné nebezpečí. V případě, že zjistíte poškození, nechte zařízení opravit.

5. Zařízení mějte v dostatečné vzdálenosti od dětí a zvířat.
6. Před zahájením cvičení se zeptejte lékaře, zda nejsou kontraindikace.
7. Před zahájením cvičení vždy proveďte rozcvičku.
8. Pokud se při cvičení objeví zneklidňující příznaky, např. bolest na hrudníku, závratě, dušnost atp., ihned přerušte cvičení a poraďte se s lékařem.
9. Zařízení postavte na pevný, suchý a rovný povrch, a zajistěte minimálně 0,5 m volného prostoru kolem zařízení.

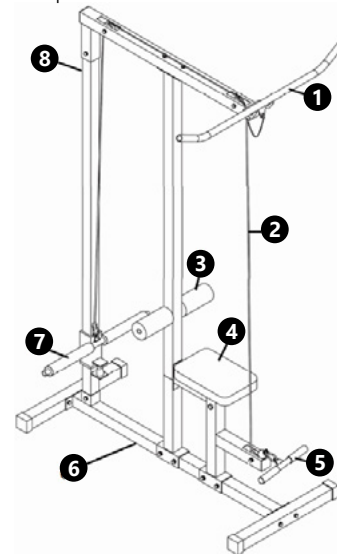
3. Zásady používání

Kladkový posilovací stroj je zařízení navržené pro trénování různých svalových partií pomocí vhodného cvičení.

Zařízení je určeno pouze pro domácí použití!

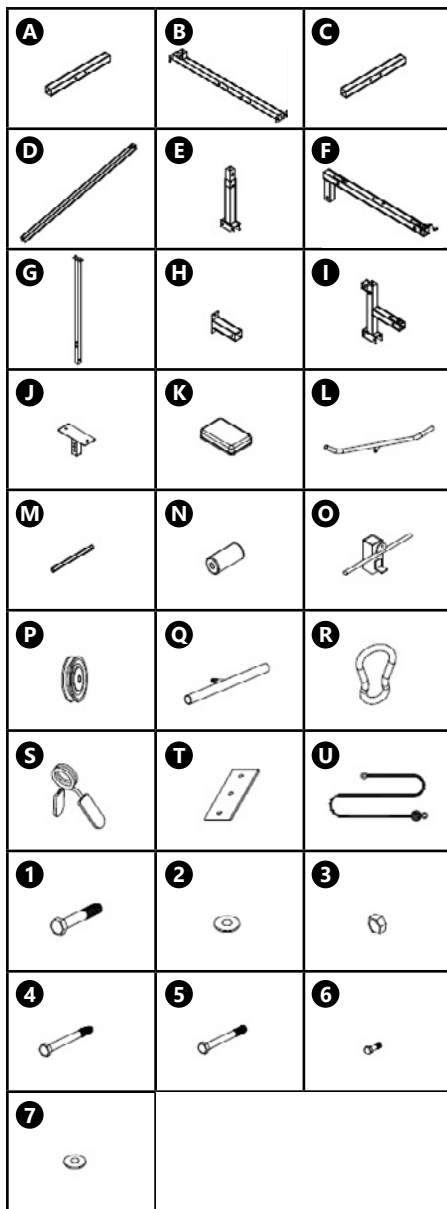
Odpovědnost za veškeré škody vzniklé v důsledku použití zařízení v rozporu s určením nese uživatel.

3.1. Popis zařízení



1. Dlouhá tyč
2. Lanko
3. Houbovitý váleček
4. Sedátko
5. Krátká tyč
6. Spodní část konstrukce
7. Místo na montáž závaží
8. Horní část konstrukce

3.2. Příprava k používání Seznam dílů:



Číslo dílu	Popis	Počet kusů
A	Zadní pata základny	1
B	Příčka základny	1
C	Přední pata základny	1
D	Zadní svislá vzpěra	1
E	Prvek svislé vzpěry	1
F	Horní příčka	1
G	Prvek svislé vzpěry	1
H	Konstrukční prvek	1
I	Vzpěra lavičky s místem na druhé lanko s tyčí	1
J	Vzpěra sedátka	1
K	Sedátko	1
L	Dlouhá tyč	1
M	Tyč na houbovitě válečky	1
N	Houbovitý váleček	2
O	Držák závaží	1
P	Vodicí kladka lanka	3
Q	Krátká tyč	1
R	Karabina	3
S	Pojistka závaží	2
T	Konstrukční prvek	1
U	Lanko	2
1.	Šroub M10x65	3
2.	Podložka M10	36
3.	Matice M10	18
4.	Šroub M10x70	9
5.	Šroub M10x65	6
6.	Šroub M8x20	2
7.	Podložka M8	2

Skládání zařízení:

POZNÁMKA! Náčrt tohoto produktu naleznete na konci tohoto návodu, tj. na str. 17-19.

3.3. Čištění a údržba

- Zařízení čistíte po každém použití. Stopy potu s kyselým pH poškozují čalounění.
- K čištění povrchu použijte výhradně prostředky neobsahující žíravé látky.
- K čištění použijte měkký hadřík.
- Zařízení skladujte na suchém a chladném místě, chráněném proti vlhkosti a přímému slunečnímu záření.

FR MANUEL D'UTILISATION

DÉTAILS TECHNIQUES

Description des paramètres	Valeur des paramètres
Nom du produit	Appareil de musculation pour le haut du corps
Modèle	GR-LP11
Poids maximal de l'utilisateur [kg]	120
Dimensions du siège [mm]	250x315
Plage de réglage de hauteur du siège [mm]	500÷600
Dimensions [mm]	1200x1000x1885
Poids [kg]	29,3

1. Description générale

L'objectif du présent manuel est de favoriser une utilisation sécuritaire et fiable de l'appareil. Le produit a été conçu et fabriqué en respectant étroitement les directives techniques applicables et en utilisant les technologies et composants les plus modernes. Il est conforme aux normes de qualité les plus élevées.

LISEZ ATTENTIVEMENT LE PRÉSENT MANUEL ET ASSUREZ-VOUS DE BIEN LE COMPRENDRE AVANT LA PREMIÈRE UTILISATION.

Afin de garantir le fonctionnement fiable et durable de l'appareil, il est nécessaire d'utiliser et d'entretenir ce dernier conformément aux consignes figurant dans le présent manuel. Les caractéristiques et les spécifications contenues dans ce document sont à jour. Le fabricant se réserve le droit de procéder à des modifications à des fins d'amélioration du produit.

Symboles



Respectez les consignes du manuel.



REMARQUE! Les illustrations contenues dans le présent manuel sont fournies à titre explicatif. Votre machine peut ne pas être identique.

La version originale de ce manuel a été rédigée en allemand. Toutes les autres versions sont des traductions de l'allemand.

2. Consignes de sécurité



ATTENTION! Veuillez lire attentivement toutes les consignes de sécurité et toutes les instructions. Le non-respect des instructions et des consignes de sécurité peut entraîner des blessures graves ou la mort.

Les notions d'« appareil » et de « produit » figurant dans les descriptions et les consignes du manuel se rapportent à l'appareil de musculation pour le haut du corps.

- En cas de doute quant au bon fonctionnement de l'appareil ou si vous constatez des dommages sur celui-ci, veuillez communiquer avec le service client du fabricant.

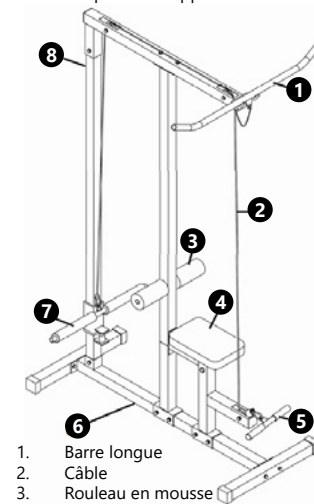
- Seul le fabricant doit réparer le produit. Ne tentez pas de le réparer le produit par vous-même!
- Ne surchargez pas l'appareil. Le dépassement de la charge maximale admissible pour le poids de l'utilisateur peut endommager le produit.
- Maintenez l'appareil en parfait état de marche. Avant chaque utilisation, vérifiez l'absence de dommages en général et au niveau des pièces mobiles (assurez-vous qu'aucune pièce ni composant n'est cassé et vérifiez que rien ne compromet le fonctionnement sécuritaire de l'appareil). En cas de dommages, l'appareil doit impérativement être réparé avant d'être utilisé.
- Tenez l'appareil hors de portée des enfants et des animaux.
- Avant de commencer à vous entraîner, consultez un médecin afin vous assurer que cela ne pose aucun risque pour votre santé.
- Avant d'utiliser l'équipement, faites toujours des échauffements.
- Si vous éprouvez des symptômes inquiétants durant l'entraînement, p. ex. des douleurs à la poitrine, des étourdissements ou de l'insuffisance respiratoire, interrompez la séance sans plus attendre et consultez immédiatement un médecin.
- Placez l'appareil sur une surface stable, plane et sèche en veillant à ce qu'au moins 0,5 m d'espace soit libre de chaque côté de celui-ci.

3. Conditions d'utilisation

L'appareil de musculation pour le haut du corps est un équipement conçu pour permettre le développement des muscles par le biais d'exercices appropriés.

Le produit est uniquement destiné à une utilisation privée! **L'utilisateur porte l'entière responsabilité de l'ensemble des dommages attribuables à un usage inapproprié.**

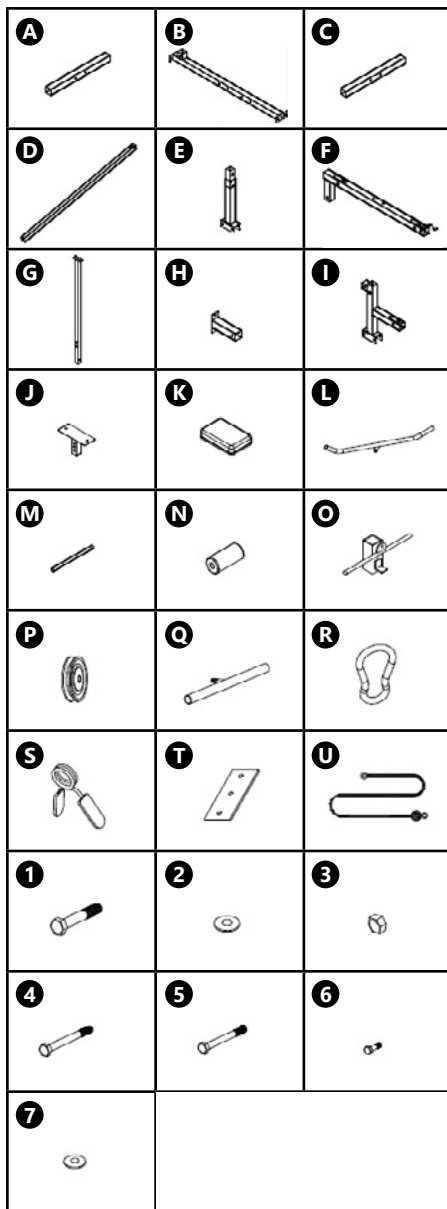
3.1. Description de l'appareil



- Barre longue
- Câble
- Rouleau en mousse
- Siège
- Barre courte
- Partie inférieure du cadre
- Support pour les poids
- Partie supérieure du cadre

3.2. Préparation à l'utilisation

Nomenclature:



No de pièce	Description	Nombre/ pièces
A	Patte arrière	1
B	Rail de la base	1
C	Patte avant	1
D	Poutre verticale arrière	1
E	Élément de soutien vertical	1
F	Poutre transversale supérieure	1
G	Élément de soutien vertical	1
H	Élément du cadre	1
I	Support de siège avec logement pour seconde poulie	1
J	Fixation du siège	1
K	Siège	1
L	Barre longue	1
M	Barre pour rouleau en mousse	1
N	Rouleau en mousse	2
O	Support des poids	1
P	Poulie	3
Q	Barre courte	1
R	Mousqueton	3
S	Stop-disque	2
T	Élément du cadre	1
U	Câble	2
1.	Vis M10x65	3
2.	Rondelle M10	36
3.	Écrou M10	18
4.	Vis M10 x 70	9
5.	Vis M10 x 65	6
6.	Vis M8 x 20	2
7.	Rondelle M8	2

Assemblage de l'appareil:

ATTENTION! Les vues éclatées de ce produit se trouve à la dernière page du manuel d'utilisation p. 17-19.

3.3. Nettoyage et entretien

- Nettoyez l'appareil après chaque utilisation. La transpiration peut causer une réaction acide et endommager la garniture.
- Pour nettoyer les différentes surfaces, n'utilisez que des produits sans agents corrosifs.
- Utilisez un chiffon doux lors du nettoyage.
- Conservez l'appareil dans un endroit frais et sec, à l'abri de l'humidité et des rayons du soleil.

IT ISTRUZIONI PER L'USO

DETTAGLI TECNICI

Parametro – Descrizione	Parametro – Valore
Nome del prodotto	Torre di trazione
Modello	GR-LP11
Peso massimo dell'utente [kg]	120
Dimensioni seduta [mm]	250x315
Regolazione altezza seduta [mm]	500÷600
Dimensioni [mm]	1200x1000x1885
Peso [kg]	29,3

1. Descrizione generale

Questo manuale è stato pensato per consentire di utilizzare il dispositivo in tutta sicurezza. Il prodotto è stato progettato e fabbricato seguendo rigorose specifiche tecniche e ricorrendo alle più recenti tecnologie. Tutte le fasi del processo produttivo sono state eseguite nel pieno rispetto di elevati standard qualitativi.

PRIMA DELL'UTILIZZO LEGGERE ATTENTAMENTE E COMPRENDERE LE ISTRUZIONI RIPORTATE IN QUESTO MANUALE.

Affinchè questo dispositivo sia un prodotto affidabile che duri nel tempo leggere accuratamente le seguenti istruzioni d'uso e di manutenzione: le specifiche e i dettagli tecnici riportati in questo manuale sono il risultato di costanti verifiche e aggiornamenti. Il produttore si riserva il diritto di apportare eventuali modifiche al fine di migliorare la qualità del prodotto.

Definizione simboli



Leggere attentamente le seguenti avvertenze.



IMPORTANTE! Le immagini contenute in questo manuale sono puramente indicative e potrebbero differire dal prodotto.

La versione originale di questo manuale è in lingua tedesca. Ulteriori versioni sono traduzioni dal tedesco.

2. Norme di sicurezza



ATTENZIONE! Leggere attentamente tutte le istruzioni di sicurezza. La mancata osservanza delle seguenti avvertenze può provocare lesioni gravi o condurre alla morte.

Il termine „dispositivo” o „prodotto” riportato nelle avvertenze e nella descrizione del manuale si riferisce alla torre di trazione.

- Se non si è sicuri del corretto funzionamento del dispositivo rivolgersi al Servizio Clienti del produttore.
- Soltanto i tecnici del Servizio Clienti del produttore sono autorizzati a riparare il dispositivo. Non riparare il dispositivo autonomamente!
- Non sovraccaricare il dispositivo. Il superamento del

peso massimo consentito potrebbe danneggiare il dispositivo.

- Mantenere il dispositivo in perfette condizioni. Prima dell'utilizzo assicurarsi che il dispositivo non presenti componenti danneggiate e che le parti mobili funzionino correttamente (qualsiasi guasto o difetto potrebbe compromettere la sicurezza dell'utente). Se il dispositivo è danneggiato è necessario ripararlo prima dell'utilizzo.
- Tenere il dispositivo fuori dalla portata dei bambini e degli animali.
- Prima di iniziare gli esercizi, consultare un medico per accertarsi sulle proprie condizioni di salute.
- Prima di utilizzare la torre di trazione, eseguire esercizi di riscaldamento.
- Se durante l'allenamento si avvertono sintomi allarmanti, come dolore al petto, vertigini, affanno, ecc., interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.
- Posizionare il dispositivo su una superficie stabile, asciutta e piana, assicurandosi di garantire una distanza di almeno 0,5 m attorno alla torre di trazione.

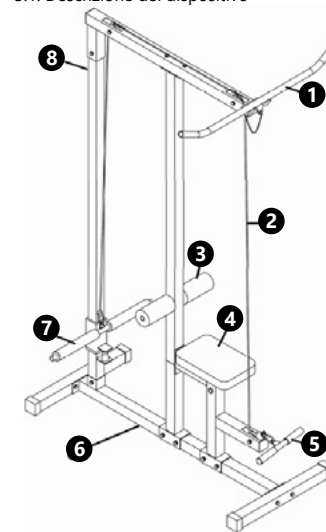
3. Modalità d'uso

La torre di trazione è un'attrezzatura concepita per allenare diversi muscoli eseguendo alcuni esercizi appropriati.

Questo prodotto è destinato esclusivamente all'uso domestico!

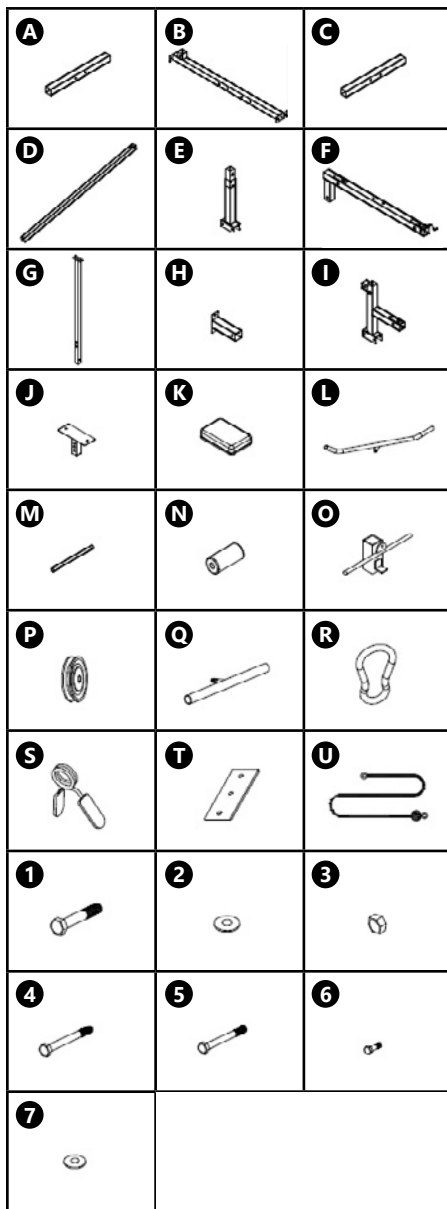
L'utente è il solo e unico responsabile dei danni causati da un utilizzo improprio del dispositivo.

3.1. Descrizione del dispositivo



- Barra di trazione lunga
- Cavo
- Cuscinetti con imbottitura in schiuma
- Sedile
- Barra corta
- Telaio inferiore
- Rilevatore carico
- Telaio superiore

3.2. Preparazione all'uso Elenco dei componenti:



Nr.	Descrizione	Quantità /pz.
A	Cavalletto posteriore	1
B	Guida base	1
C	Cavalletto anteriore	1
D	Supporto verticale posteriore	1
E	Supporto verticale	1
F	Traversa superiore	1
G	Supporto verticale	1
H	Telaio	1
I	Supporto sedile con secondo cavo	1
J	Reggisella	1
K	Sedile	1
L	Barra di trazione lunga	1
M	Barra per rullo di spugna	1
N	Cuscinetti con imbottitura in schiuma	2
O	Impugnatura per pesi	1
P	Rullo guidacavo	3
Q	Barra corta	1
R	Moschettone	3
S	Blocco pesi	2
T	Telaio	1
U	Cavo	2
1.	Vite M10x65	3
2.	Rondella M10	36
3.	Dado madre M10	18
4.	Vite M10x70	9
5.	Vite M10x65	6
6.	Vite M8x20	2
7.	Rondella M8	2

Montaggio del dispositivo:

ATTENZIONE: L'esplosione di questo prodotto si trova nell'ultima pagina del manuale d'uso, p. 17-19.

3.3. PULIZIA E MANUTENZIONE

- Pulire il dispositivo dopo ogni utilizzo. Le tracce di sudore acido danneggiano il rivestimento.
- Per la pulizia delle superfici impiegare solo sostanze non corrosive.
- Utilizzare un panno morbido.
- Conservare il dispositivo in un luogo fresco e asciutto e lontano dall'esposizione diretta ai raggi solari.

ES MANUAL DE INSTRUCCIONES

DATOS TÉCNICOS

Parámetro – Descripción	Parámetro – Valor
Nombre del producto	Aparato lat pull down
Modelo	GR-LP11
Peso máximo del usuario [kg]	120
Dimensiones del asiento [mm]	250x315
Ajuste de altura del asiento [mm]	500÷600
Dimensiones [mm]	1200x1000x1885
Peso [kg]	29,3

1. Descripción general

Este manual ha sido elaborado para favorecer un empleo seguro y fiable. El producto ha sido estrictamente diseñado y fabricado conforme a las especificaciones técnicas y para ello se han utilizado las últimas tecnologías y componentes, manteniendo los más altos estándares de calidad.

ANTES DE LA PUESTA EN FUNCIONAMIENTO, LEA LAS INSTRUCCIONES MINUCIOSAMENTE Y

Para garantizar un funcionamiento duradero y fiable del aparato, el manejo y mantenimiento deben llevarse a cabo de acuerdo con las instrucciones de este manual. Los datos técnicos y las especificaciones de este manual están actualizados. El fabricante se reserva el derecho de realizar modificaciones para mejorar la calidad.

Explicación de los símbolos



Respetar las instrucciones de uso.



¡ADVERTENCIA! En este manual se incluyen fotos ilustrativas, que podrían no coincidir exactamente con la apariencia real del dispositivo.

El texto en alemán corresponde a la versión original. Los textos en otras lenguas son traducciones del original en alemán.

2. Seguridad



¡ATENCIÓN! Lea todas las instrucciones e indicaciones de seguridad. La inobservancia de las advertencias e instrucciones al respecto puede provocar lesiones graves o incluso la muerte.

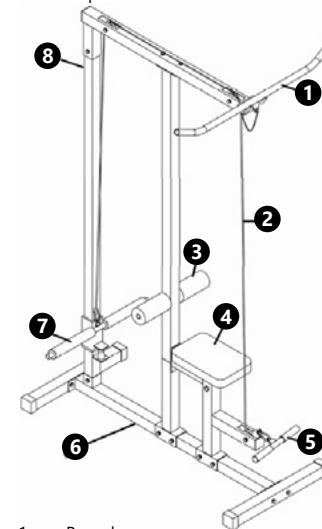
Conceptos como „aparato“ o „producto“ en las advertencias y descripciones de este manual se refieren al aparato lat pull down.

- En caso de duda sobre si el producto funciona correctamente o en caso de detectar daños, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente del fabricante.
- El producto solamente puede ser reparado por el fabricante. ¡No intente repararlo usted mismo!
- No permita que el aparato se sobrecaliente. Si

se excediera el peso máximo indicado para el usuario podría provocar daños en el producto.

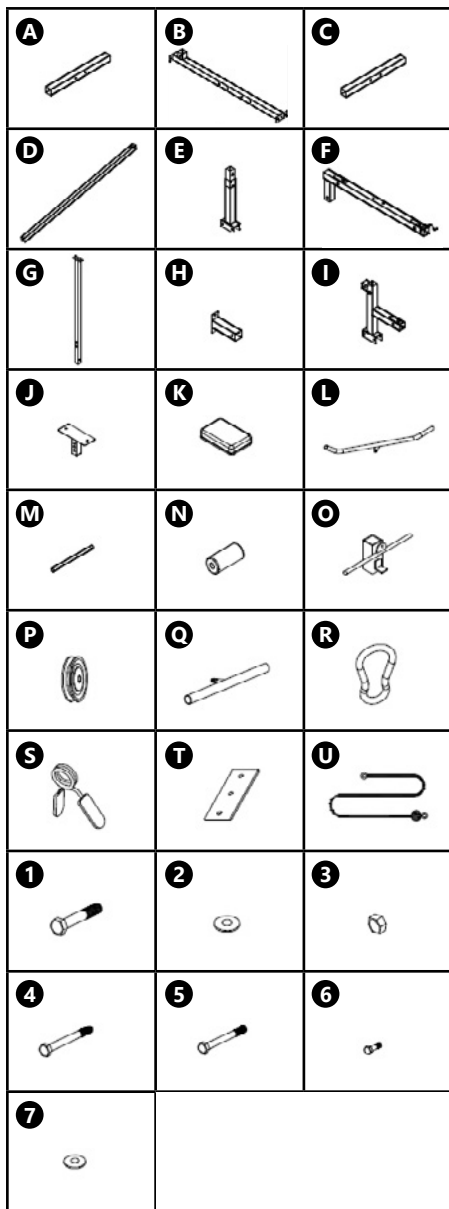
- Mantenga el aparato en perfecto estado de funcionamiento. Antes de cada trabajo, compruébelo en busca de daños generales o en piezas móviles (fractura de piezas y componentes u otras condiciones que puedan perjudicar el funcionamiento seguro de la máquina). En caso de daños, el aparato debe ser reparado antes de volver a utilizarse.
 - Mantenga el equipo alejado de niños y animales.
 - Antes de comenzar con el ejercicio, consulte a un médico para asegurarse de que no tenga problemas de salud.
 - Siempre haga ejercicios de calentamiento antes de usar el aparato.
 - Si experimenta síntomas o molestias durante el entrenamiento, por ejemplo, dolor torácico, mareos, falta de aire, etc., detenga el entrenamiento inmediatamente y busque atención médica.
 - Coloque el aparato sobre una superficie estable, seca y nivelada, y asegúrese de que haya un espacio libre de al menos 0,5 m alrededor del aparato.
 - Instrucciones de uso
- El aparato lat pull down es un equipo para ejercitar distintos grupos de músculos.
- ¡El producto solamente puede utilizarse de forma privada!
- El usuario es responsable de los daños derivados de un uso inadecuado del aparato.**

3.1. Descripción del artículo



- Barra larga
- Cable
- Rollo de espuma
- Asiento
- Barra corta
- Estructura inferior
- Elevador de carga
- Estructura superior

3.2. Preparazione all'uso Elenco dei componenti:



N° de pieza	Descripción	Cantidad de piezas
A	Base trasera	1
B	Travesaño de la base	1
C	Base delantera	1
D	Soporte vertical trasero	1
E	Pieza del soporte vertical	1
F	Barra horizontal superior	1
G	Pieza del soporte vertical	1
H	Pieza de la estructura	1
I	Apoyo de asiento guía para cable	1
J	Placa	1
K	Asiento	1
L	Barra larga	1
M	Barra de sujeción para rodillos de espuma	1
N	Rollo de espuma	2
O	Barra para la carga	1
P	Rueda guía para el cable	3
Q	Barra corta	1
R	Mosquetón	3
S	Bloqueo del peso	2
T	Placa de la estructura	1
U	Cable	2
1.	Tornillo M10x65	3
2.	Arandela M10	36
3.	Tuerca M10	18
4.	Tornillo M10x70	9
5.	Tornillo M10x65	6
6.	Tornillo M8x20	2
7.	Arandela M8	2

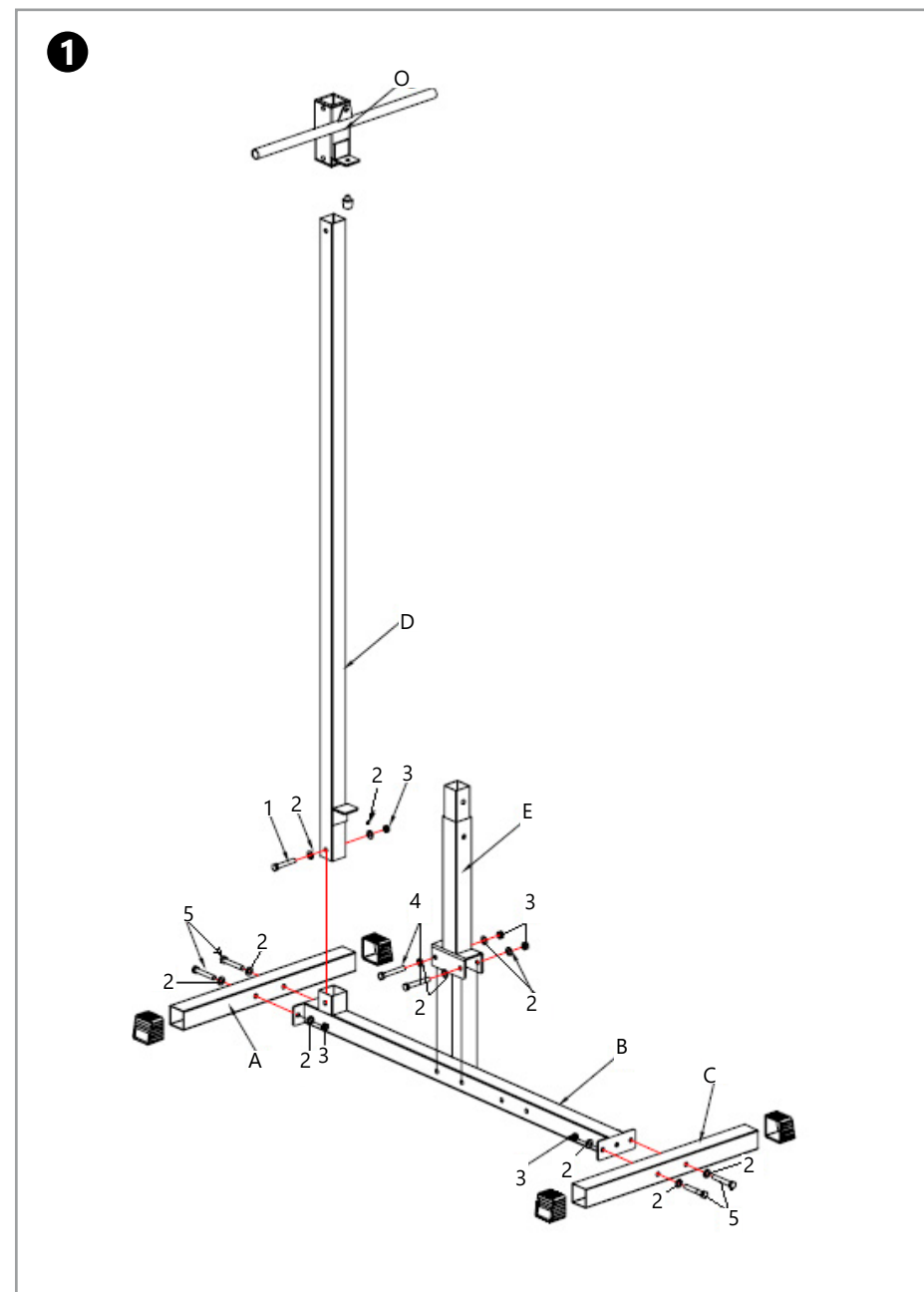
Montaje del aparato:

⚠ ATENCIÓN! El despiece de este producto se encuentra en la última página de las instrucciones p. 17-19.

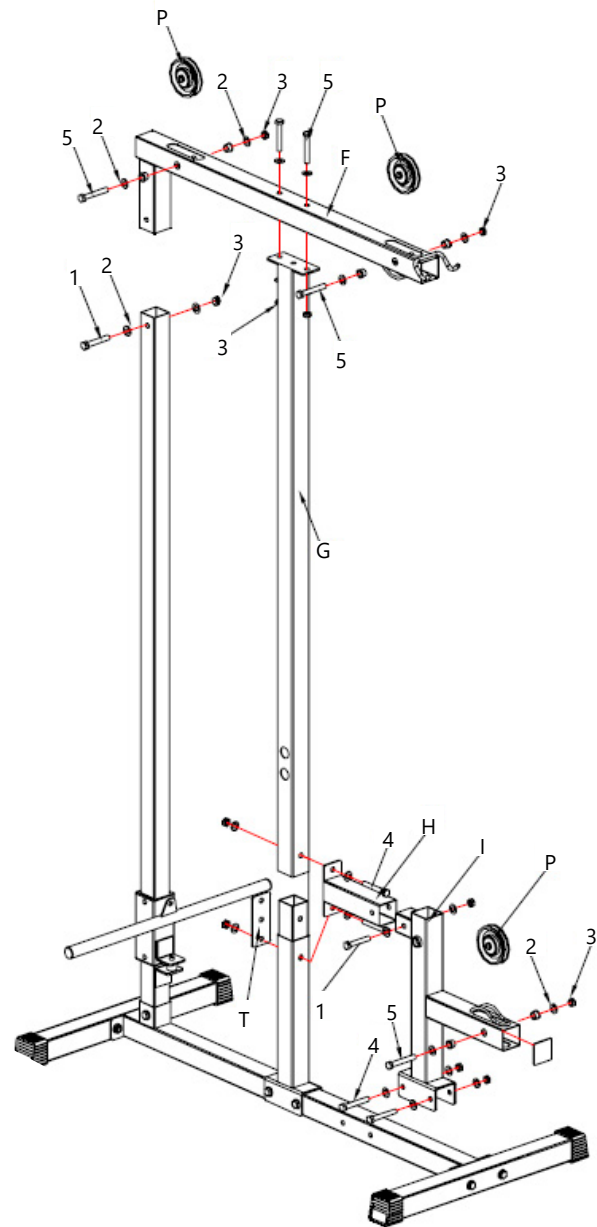
3.3. Limpieza y mantenimiento

- Limpie el equipo en profundidad después de cada uso. Las marcas de sudor con reacción ácida causan daños en la tapicería.
- Para limpiar la superficie, utilice solo productos que no contengan sustancias corrosivas.
- Para la limpieza utilice por favor un paño suave.
- Guarde el aparato en un lugar seco, fresco y protegido de la humedad y la radiación solar directa.

Zusammensetzen des Geräts | Folding the equipment | Składanie sprzętu | Skládání zařízení Assemblage de l'appareil | Montaggio del dispositivo | Montaje del equipo

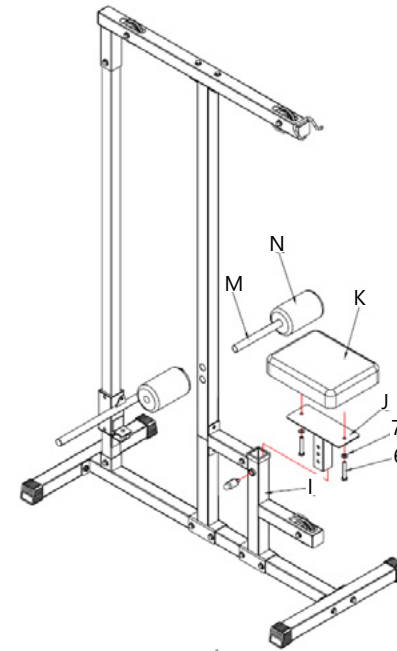


2

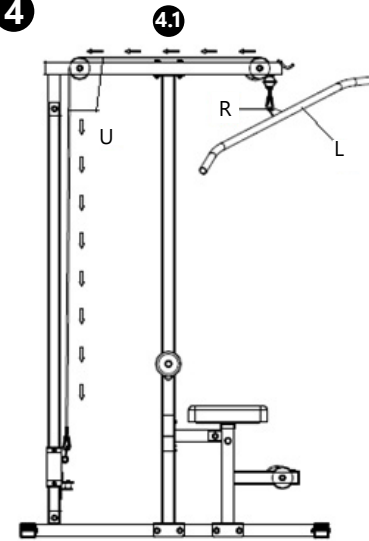


GYMREX

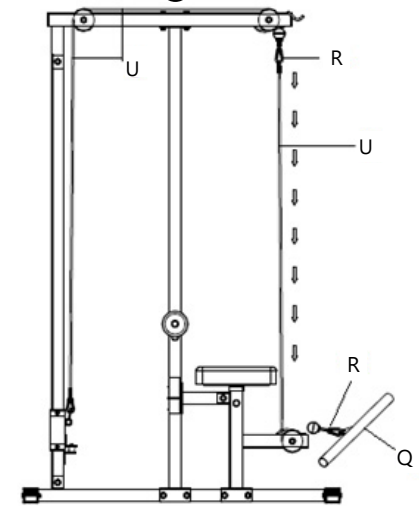
3



4



4.2



GYMREX

UNSER HAUPTZIEL IST DIE ZUFRIEDENHEIT UNSERER KUNDEN!
BEI FRAGEN KONTAKTIEREN SIE UNS BITTE UNTER:

OUR CUSTOMERS' SATISFACTION IS OUR MAIN GOAL!
PLEASE CONTACT US WITH QUESTIONS AT:

NASZYM GŁÓWNYM CELEM JEST SATYSFAKCJA KLIENTÓW
W PRZYPADKU PYTAŃ PROSIMY O KONTAKT Z PRZEDSTAWICIELEM
W DANYM KRAJU:

NOTRE BUT PREMIER EST VOTRE SATISFACTION!
POUR TOUTE QUESTION, CONTACTEZ NOUS SUR:

NUESTRO OBJETIVO PRINCIPAL ES LA SATISFACCIÓN DE NUESTROS CLIENTES!
SI TIENE PREGUNTAS, POR FAVOR PÓNGANSE EN CONTACTO CON NOSTROS EN:

I NOSTRO PRINCIPALE OBIETTIVO È LA SODDISFAZIONE DEI NOSTRI CLIENTI!
PER EVENTUALI DOMANDE PER FAVORE, CI CONTATTINO SOTTO:

NAŠÍM HLAVNÍM CÍLEM JE SPOKOJENOST NAŠICH ZÁKAZNÍKŮ! V PŘÍPADĚ OTÁZEK
NÁS PROSÍM KONTAKTUJTE NA:

CONTACT

expondo Polska sp. z o.o. sp. k.
ul. Nowy Kisielin-Innowacyjna 7
66-002 Zielona Góra | Poland, EU
e-mail: info@expondo.de