

# Casall Inspire PT1

MONTERINGS- OG BRUKSANVISNING

Power Trainer



SKRIV SERIENUMMERET HER

# INNHold

<b>Delbeskrivelse .....</b>	<b>Side</b>
Instruksjoner .....	1
Nødvendige verktøy .....	1
Dele- og verktøyliste .....	2-4
Oversikt over verktøystørrelse .....	5-6
Monteringsinstruksjoner .....	7-28
Utvidet diagram .....	29
Merkereferanse .....	30
Informasjon om generelt vedlikehold .....	31
Vedlikeholdsplan .....	32
Begrenset garanti .....	33

## **FØR DU MONTERER DIN Power Trainer**

**VIKTIG:** Les hele bruksanvisningen før du forsøker å montere eller bruke dette produktet. Denne bruksanvisningen inneholder trinn-for-trinn-instruksjoner for korrekt montering.

Bruk delelisten i denne bruksanvisningen for å undersøke at du har alle delene før du begynner monteringen. Hvis du mangler deler, må du kontakte forhandleren for å få nye. Du kan også gå til [service.casall.se](http://service.casall.se) for mer informasjon.

Ditt hjemmetreningsutstyr bør kun gjennomgå service hos en autorisert INSPIRE-forhandler. Hvis andre utfører service, kan det føre til at garantien frafaller. Bruk kun reservedeler fra Inspire på denne maskinen. Hvis du bruker deler fra andre leverandører, kan garantien frafalle. Hvis du trenger hjelp til å finne en autorisert forhandler, kan du kontakte oss direkte:

Hovedkontor i Sverige  
Casall Sport AB  
Västgötegatan 7  
Box 6007  
600 06 Norrköping  
Sweden  
Telefon: +46 (0) 11 32 56 00  
Faks: +46 (0) 11 32 56 10  
[info@casall.se](mailto:info@casall.se)

**REGISTRER TRENINGSAPPARATET DITT PÅ**  
**[WWW.INSPIREFITNESS.NET](http://WWW.INSPIREFITNESS.NET)**

### **NØDVENDIG VERKTØY FOR MONTERING**

- Metriske piper
- Skiftnøkkel
- Målebånd
- Gummiklubbe

## Deleliste for Power Trainer

Delennr.	Beskrivelse	Spes.	Ant.	说明
1	Hovedbase		1	
2	Hovedstående		1	
3V	Venstre bein		1	
3H	Høyre bein		1	
4V	Venstre støttearm		1	
4H	Høyre støttearm		1	
5	Kryssbrakett		1	
6	Toppbjelke		1	
7	Tverrstang		1	
8H	Høyre håndtak		1	
8V	Venstre håndtak		1	
9	Koblingsplate		1	
10	Armpute		2	
11	Ryggpute		1	
12	Hengeplate for ryggpute		1	
13	U-brakett		2	
14	Beskyttelsesplate for ryggpute		1	
15	Beskyttelsesplate for ryggpute		1	
16V	Push Up-rør (venstre)		1	
16R	Push Up-rør (høyre)		1	
17	Skive	Φ30*Φ11*2,5	6	Belagt med sort sink
18	Remhjul		27	SORT
19	Toppdeksel		1	SORT
20	Låsemutter	M6	2	Belagt med sort sink
21	Gummiplate	53*32*2	5	SORT
22	Fotpute	M10*30	3	SORT
23	Gummipute	Monteres med ø25,4 rundt rør	2	SORT
24	Endedeksel	Montering	1	
25	Håndgrep	Φ33*Φ21*310	2	SORT
26	Endedeksel	Monteres med Φ50,8 rundt rør	2	SORT
27	Håndgrep	Φ33*Φ21*152	2	SORT
28	Endedeksel	Monteres med 75*50*2 rør	3	SORT
29	EVA-PUTE	100*25*2	4	SORT
30	Grep for Push Up-rør	Φ30*Φ24*350	2	SORT
31	Sekskantskruer	M10*30	7	Belagt med sort sink
32	Sekskantskruer	M10*105	3	Belagt med sort sink
33	Sekskantskruer	M10*85	2	Belagt med sort sink
34	Indre sekskantskrue, halvt hode, med skulder	M8*40	4	Belagt med sort sink
35	Sekskantskruer	M10*100	2	Belagt med sort sink

## Deleliste for Power Trainer, forts.

36	Sekskantskruer	M10*20	6	Belagt med sort sink
37	Indre sekskantskrue, flatt hode, med skulder	φ12*93*M10	1	Belagt med sort sink
38	Sekskantskruer	M8*15	4	Belagt med sort sink
39	Sekskantskruer	M10*70	5	Belagt med sort sink
40	Sekskantskruer	M10*125	2	Belagt med sort sink
41	Stjerneskrue	M10*50	13	Belagt med sort sink
42	Sekskantskruer	M8*20	10	Belagt med sort sink
43	Flat skive	φ10	90	Belagt med sort sink
44	Fjærskive	φ10	8	Belagt med sort sink
45	Flat skive	φ8	12	Belagt med sort sink
46	Flat skive	φ12	1	Belagt med sort sink
47	Flat skive	φ5	4	Belagt med sort sink
48	Låsemutter	M10	59	Belagt med sort sink
49	Sekskantskruer	M10	2	Belagt med sort sink
50	Avstandshylse til remhjul	Φ20*Φ11*6	4	Belagt med sort sink
51	Låsemutter	M8	4	Belagt med sort sink
52	Avstandsstykke til førespak		1	
53	Nedre dekselplate		2	SORT
54	Hevere til vekter		2	
55	Gummismultringer	φ64*φ20*25,5	2	SORT
56	Vektvelgerpinne		1	
57	Vektplate		15	SORT
58	Velgerstamme	Φ22*582	1	Krombelagt
59	Dekselvekt		1	SORT
60	Førerspak	Φ19*2008	2	Krombelagt
61	U-formet remhjulbrakett		1	
62	Øvre kryssbrakett		1	
63	Øvre remhjulbrakett		1	
64	Bakre stående rør		1	
65	Kabeladapter		2	
66	Flytende remhjulbrakett		2	
67	Kabelstopper		2	SORT
68	Kabelførerbrakett		2	
69	Bakre stabilisator		1	
70	Remhjulplate		2	Krombelagt

## Deleliste for Power Trainer, forts.

71H	Stående rør H		1	Krombelagt
71V	Stående rør V		1	Krombelagt
72	Justeringsgrep	Φ33*Φ21*140	2	SORT
73	Håndtak		2	
74H	Justeringshylse – H		1	
74V	Justeringshylse – V		1	
75	Førerhylse		4	SORT
76	T-formet låsepinne		2	
77	Gummiplate	37*20*3	4	SORT
78	Foring til oppbevaringshenger	Φ25,4*Φ21,4*Φ12*15	4	
79	Remhjulbrakett		2	
80	U-brakett - kabelende		2	Krombelagt
81	Foring	Φ13*Φ10*Φ6,2*4,5	2	
82	Nedre brakett		2	
83	Fotplate		1	
84	Bakre kabel		1	
85	Kabel		2	
86	Kjededeksel i stoff		1	
87	Sekskantskruer	M10*95	2	Belagt med sort sink
88	Sekskantskruer	M10*45	6	Belagt med sort sink
89	Sekskantskruer	M10*40	1	Belagt med sort sink
90	Sekskantskruer	M10*40	4	Belagt med sort sink
91	Sekskantskruer	M10*100	3	Belagt med sort sink
92	Sekskantskruer	M10*130	2	Belagt med sort sink
93	Sekskantskruer	M10*80	2	Belagt med sort sink
94	Sekskantskruer	M10*145	2	Belagt med sort sink
95	Sekskantskruer	M10*75	4	Belagt med sort sink
96	Indre sekskantskrue, flatt hode, med skulder	φ12*63*M10	2	Belagt med sort sink
97	Indre sekskantskrue, halvt hode, med skulder	M6*32	2	Belagt med sort sink
98	Sekskantskruer	M10*35	2	Belagt med sort sink
99	Sekskantskruer	M10*55	2	Belagt med sort sink
100	Endedeksel	Monteres med 60°30'1,5 elliptisk rør		
101	Skive	Φ26*Φ10*2	22	Belagt med sort sink
102	Unbrakoskrue	M12	1	Belagt med sort sink
103	Gummiplate	35*20*2	4	SORT
104	Endedeksel	Monteres med φ2,4*2 elliptisk rør	2	SORT
	Fastnøkkel	5#	1	Sinkbelagt
	Fastnøkkel	6#	1	Sinkbelagt
	Fastnøkkel	8#	1	Sinkbelagt
	Tynn fastnøkkel	δ3	1	Sinkbelagt

# Oversikt over verktøystørrelser



#45 Flat skive  $\varnothing 8$  (12)



#43 Flat skive  $\varnothing 10$  (90)



#101 Skive  $\varnothing 26 \times \varnothing 10 \times 2$   
(22)



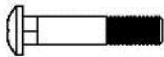
#46 Flat skive  $\varnothing 12$  (1)



#38 Sekskantskruer  
M8\*15 (4)



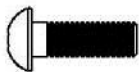
#42 Sekskantskruer  
M8\*20 (10)



#42 Sekskantskruer M8\*20  
(10)



#36 Sekskantskruer  
M10\*20 (6)



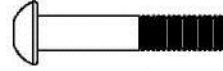
#31 Sekskantskruer  
M10\*30 (7)



#90 Sekskantskruer  
M10\*40 (4)



#41 Stjerneskrue M10\*50  
(13)



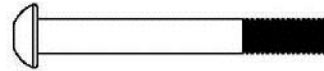
#99 Sekskantskruer  
M10\*55 (2)



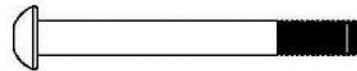
#39 Sekskantskruer  
M10\*70 (5)



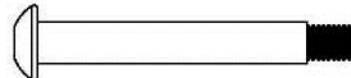
#93 Sekskantskruer  
M10\*80 (2)



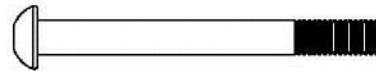
#33 Sekskantskruer  
M10\*85 (2)



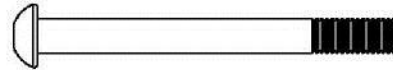
#87 Sekskantskruer  
M10\*95 (2)



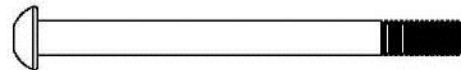
#37 Indre sekskantskrue,  
flatt hode, med skulder  
 $\varnothing 12 \times 93 \times M10$  (1)



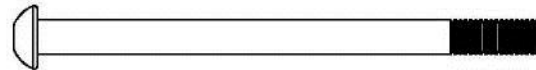
#35 Sekskantskruer  
M10\*100 (2)



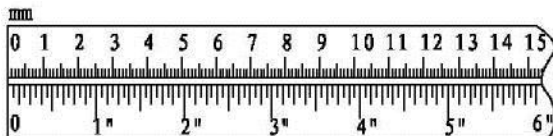
#32 Sekskantskruer  
M10\*105 (3)



#40 Sekskantskruer M10\*125 (2)



#94 Sekskantskruer M10\*145 (2)



# Oversikt over verktøystørrelser, forts.



#51 Velgerstamme M8 (4)



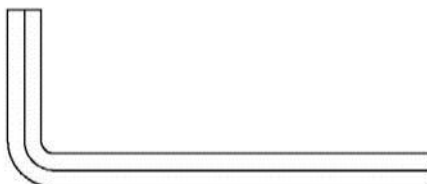
#48 Velgerstamme M10 (59)



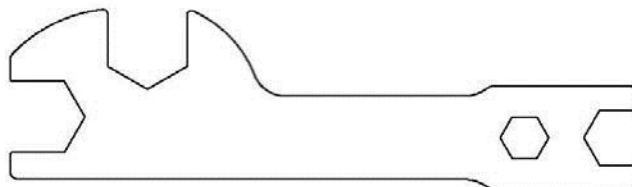
5mm unbrakonøkkel (1)



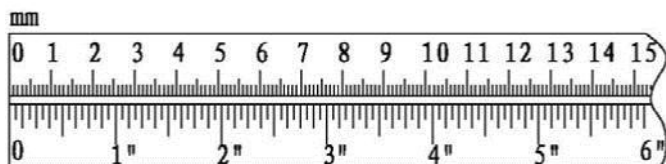
6mm unbrakonøkkel (1)



8mm unbrakonøkkel (1)



3mm (1)





# STOPP! VELDIG VIKTIG:

Ved montering av Inspire Fitness PT1, må du følge oversikten over verktøystørrelse for PT1 på de tre oppslagene. Det kan hende at verktøy som trengs i ett trinn vises på mer enn ett oppslag. For eksempel: Verktøyet for Trinn 1 vises på to separate oppslag.

På ett oppslag vises verktøyet slik:

**CDVK2-Trinn 1**

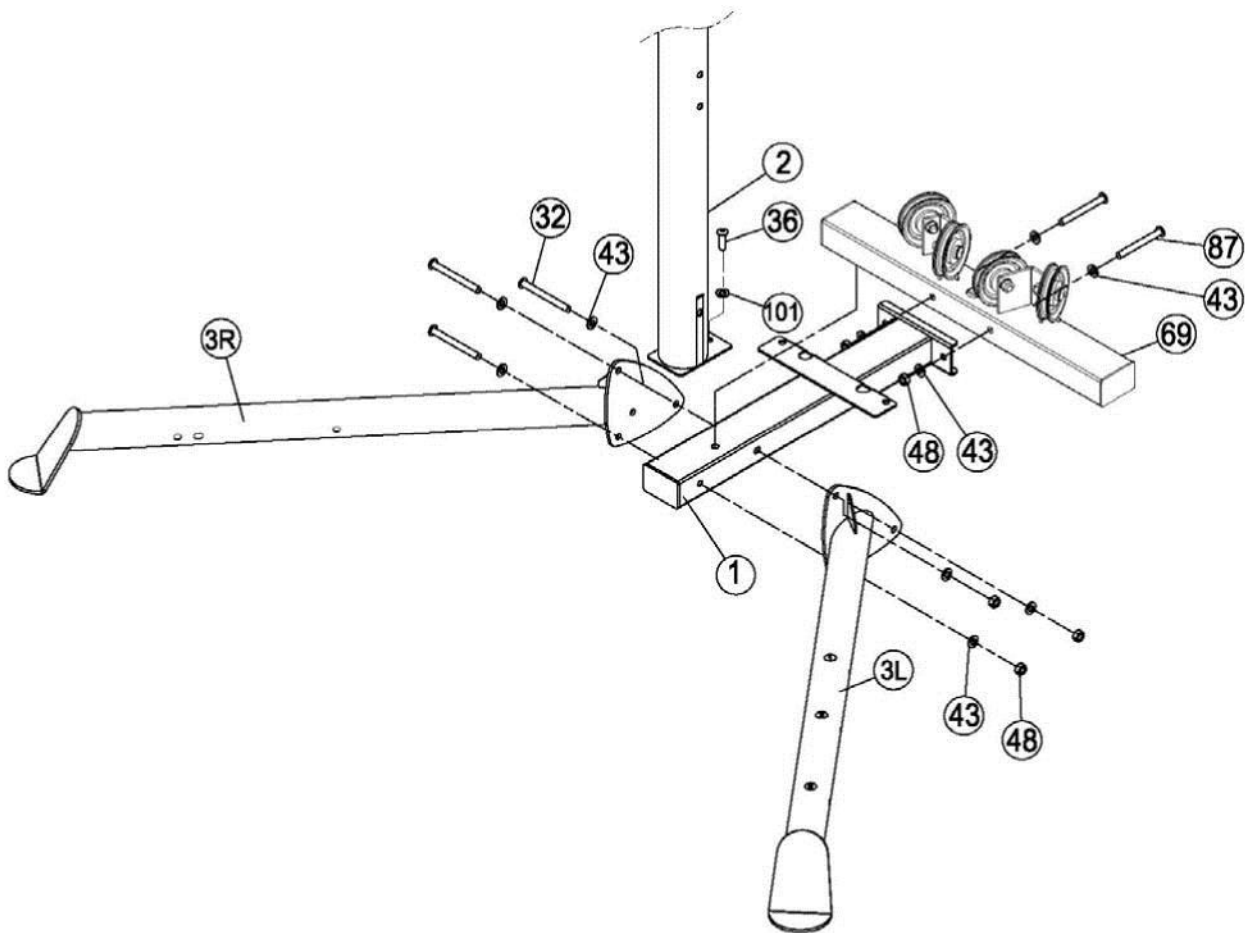
**PT1-Trinn 1**

På det andre oppslaget vises verktøyet slik:

**PT1-Trinn**

**1**

# Trinn 1

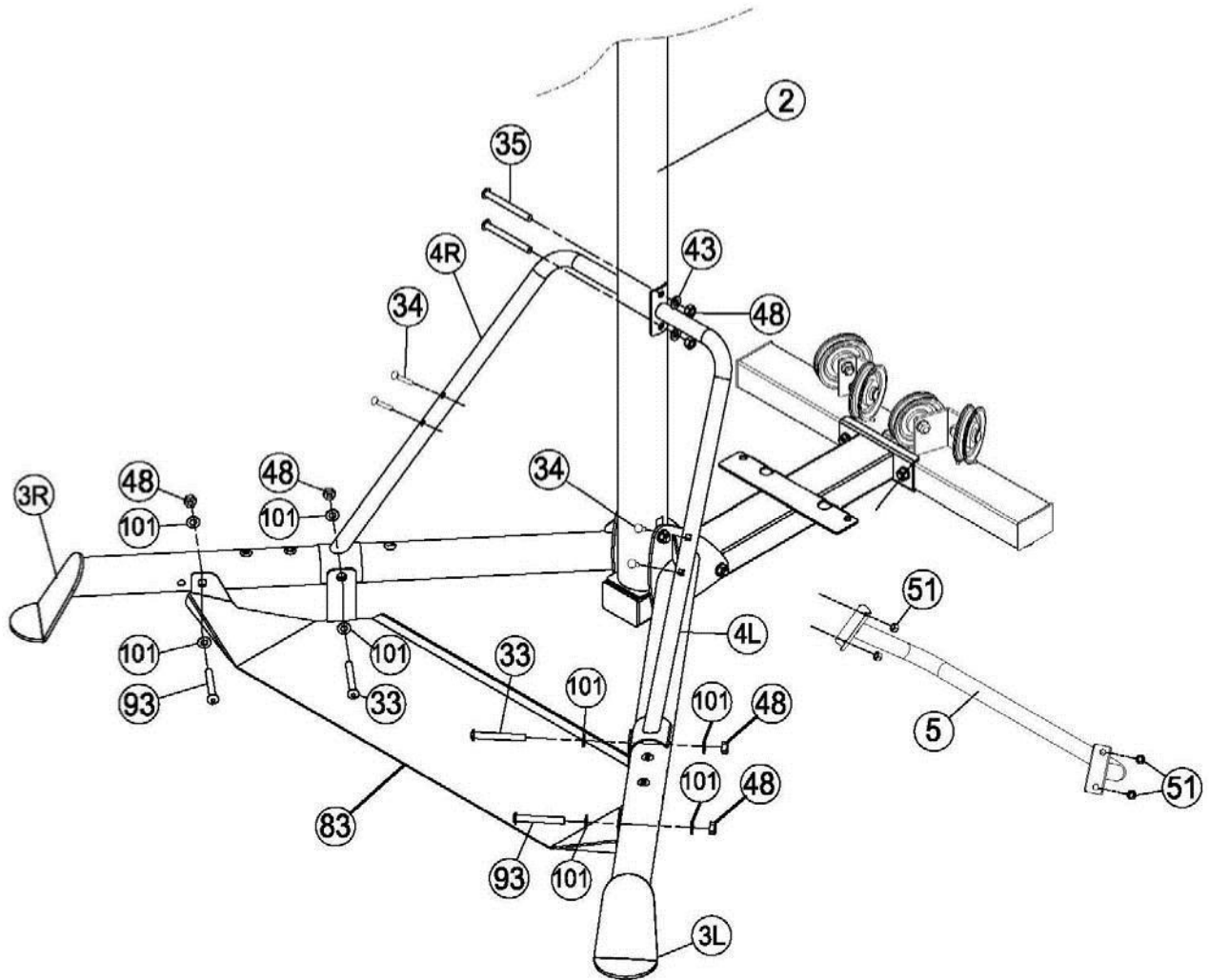


Fest høyre og venstre bein (3H og 3L) til hovedstående (2) og hovedbase (1) ved hjelp av:  
**En (M10x4/5" bolt)**  
**Tre (M10x4 1/8" bolt)**

Fest bakre stabilisator (69) til hovedbasen (1) ved hjelp av: **Tre (M10x3 3/4" bolter)**

**Merk : Stram for hånd**

## Trinn 2



Fest venstre og høyre støttearmer (4V og 4H) til hovedstående (2) ved hjelp av:  
**To (M10x4" bolter)**

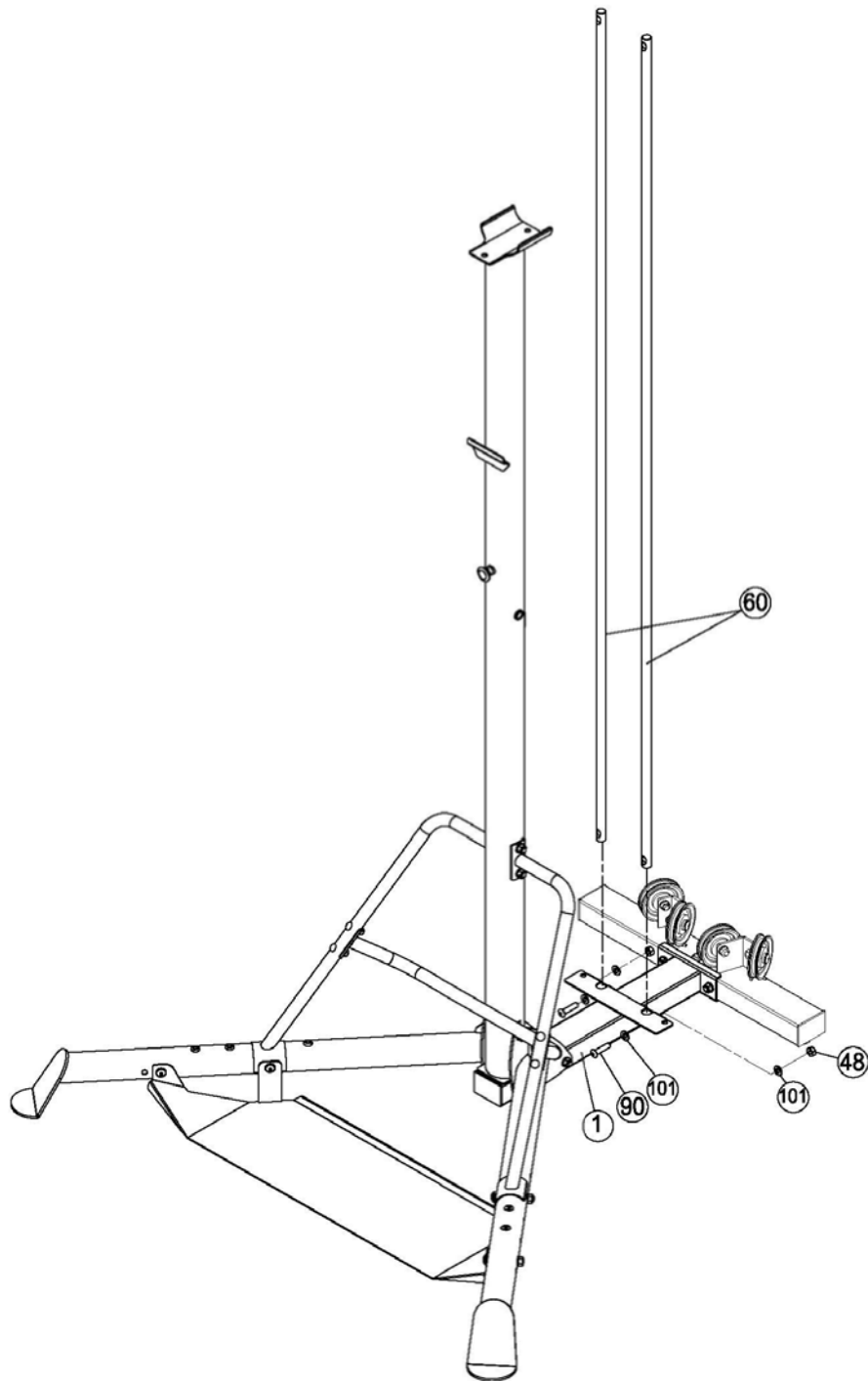
Fest begge støttearmer (4V og 4H) og fotplaten (83) til beina ved hjelp av:  
**To (M10x3 3/8" bolter)**

Fest fotplate (83) til venstre og høyre bein (3V og 3H) ved hjelp av:  
**To (M10x3 3/8" bolter)**

Fest kryssbrakett (5) til støttearmer (4V og 4H) ved hjelp av: **Fire (M8x1 3/5" bolter)**

**Merk : Stram boltene fra trinn 1 og 2 med fastnøkkel nå.**

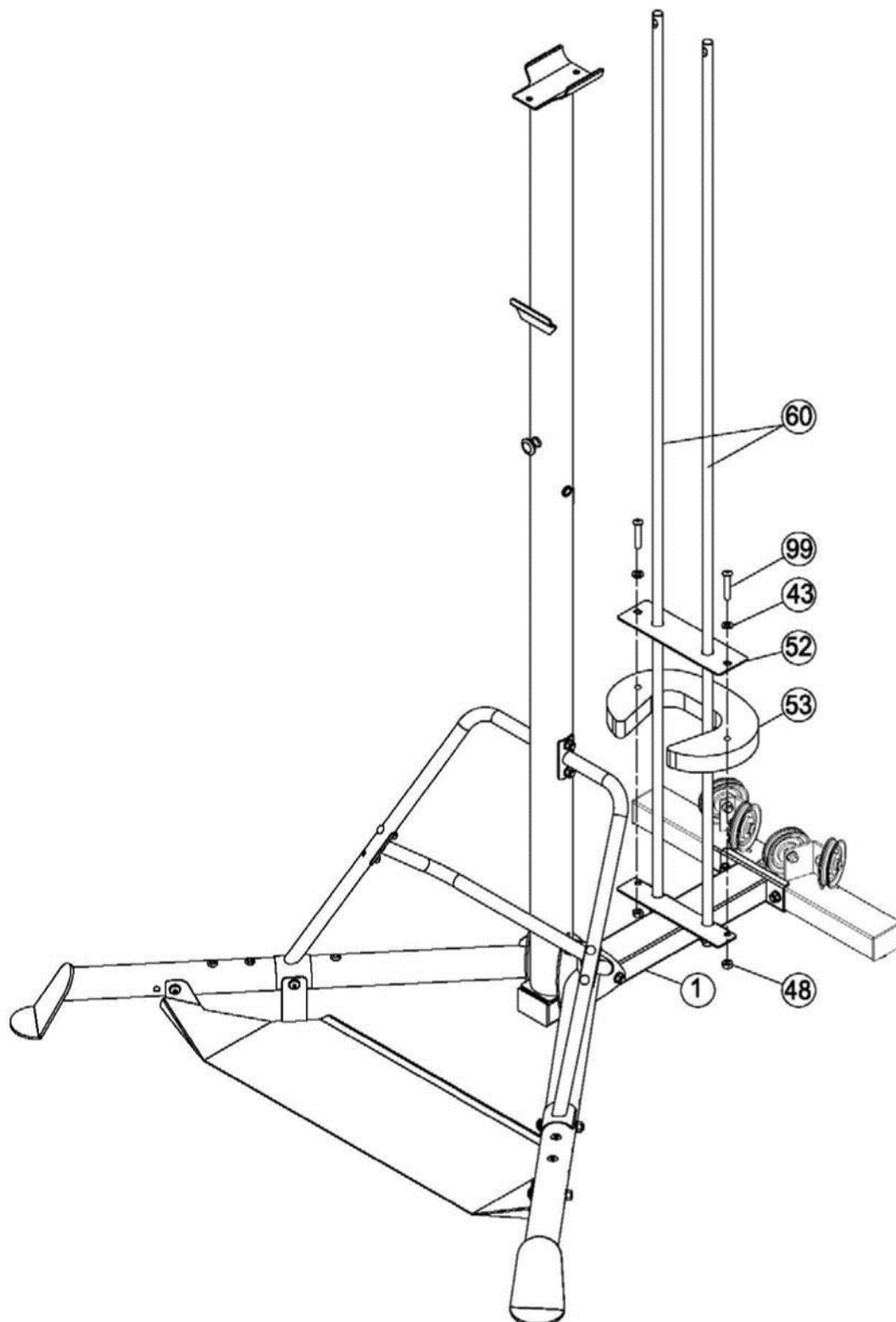
## Trinn 3



Fest førerspaker (60) til hovedbasen (1) ved hjelp av: **To (M10x1 3/5" bolter)**

**Merk : Stram for hånd**

## Trinn 4

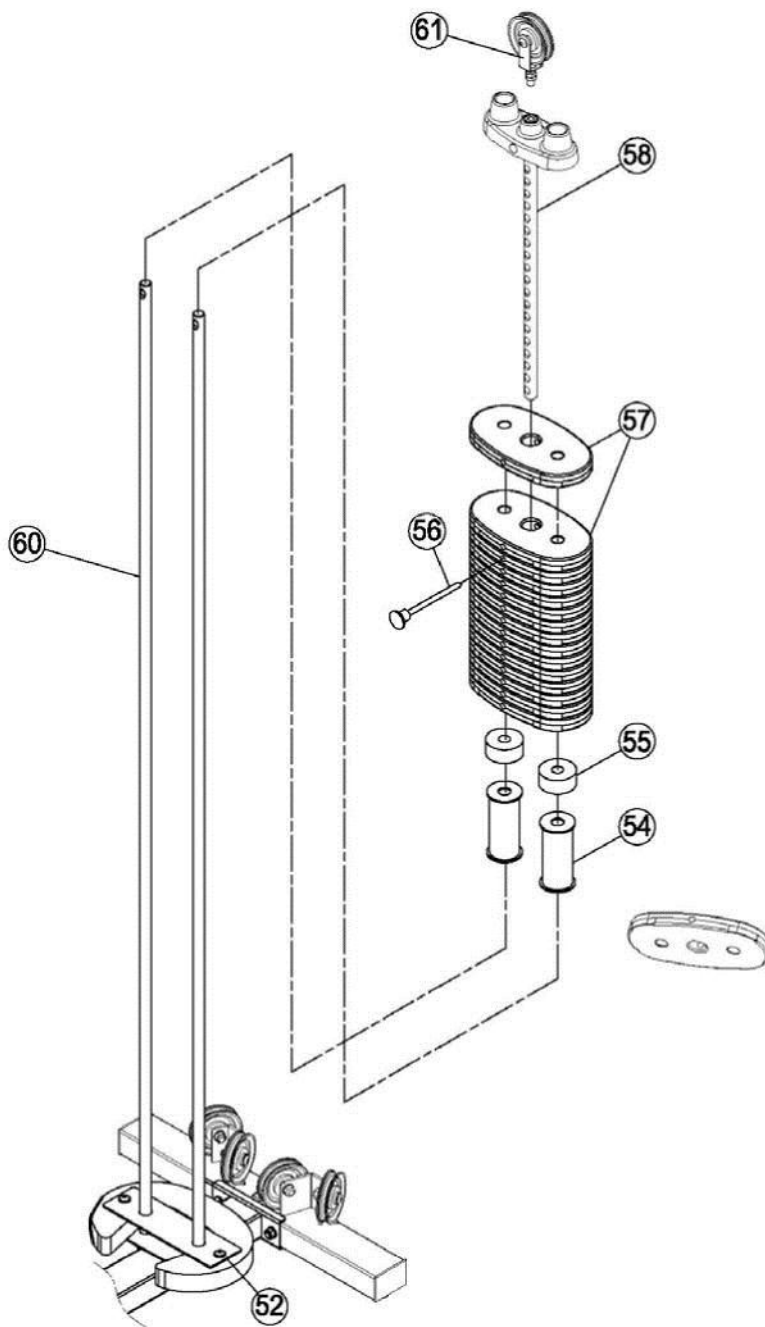


Trinn 4: Fest nedre dekkplate (53) og avstandsstykke for førerspåk (52) til hovedbase ved hjelp av:

**To (M10x2 1/8" bolter)**

**Merk : Stram boltene fra trinn 3 og 4 med fastnøkkel nå.**

## Trinn 5



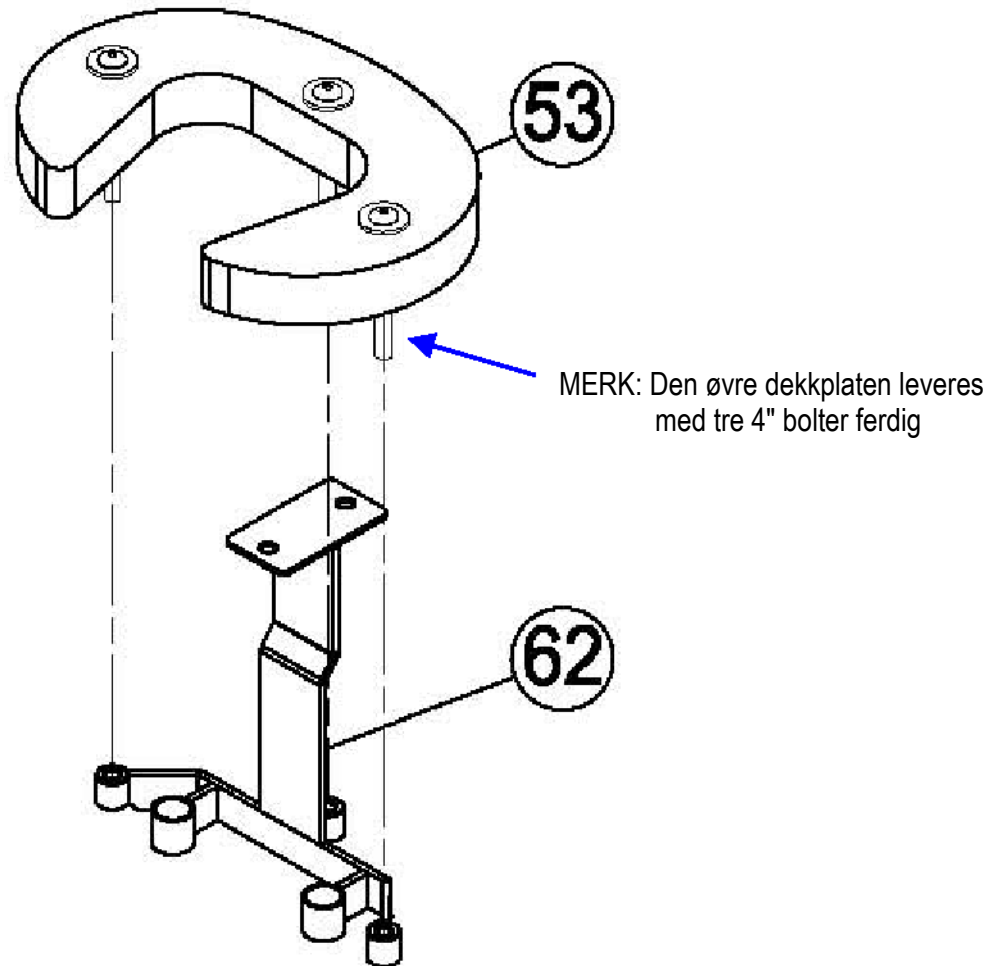
Fest U-formet remhjulbrakett (61) og remhjul til valgstamme (58). **VIKTIG! Før den U-formede remhjulbraketten halveis inn i valgstammen, og stram mutteren godt.**

**MERK:** Før du begynner på trinn 5: Hvis ekstrautstyret "200 lb. heavy weight stack" skal monteres, må du fjerne vektheverne (54). (Denne plassen brukes av de fem ekstra vektplatene.)

Før vektheverne (54) ned på førerspakene (60) og til dekkplaten. Før deretter gummismultringene (55) ned på førerspakene til de hviler på vektheverne. Før deretter hver plate ned på førerspakene til alle 15 vektplatene (57) hviler på gummismultringene.

Kontroller at alle vektplatene er vendt forover, og med riktig side vendt opp. **(Fronten på hver vektplate vises med en nedfelt område for vekttall. Bunnen av hver plate har tre opphevede føtter).**

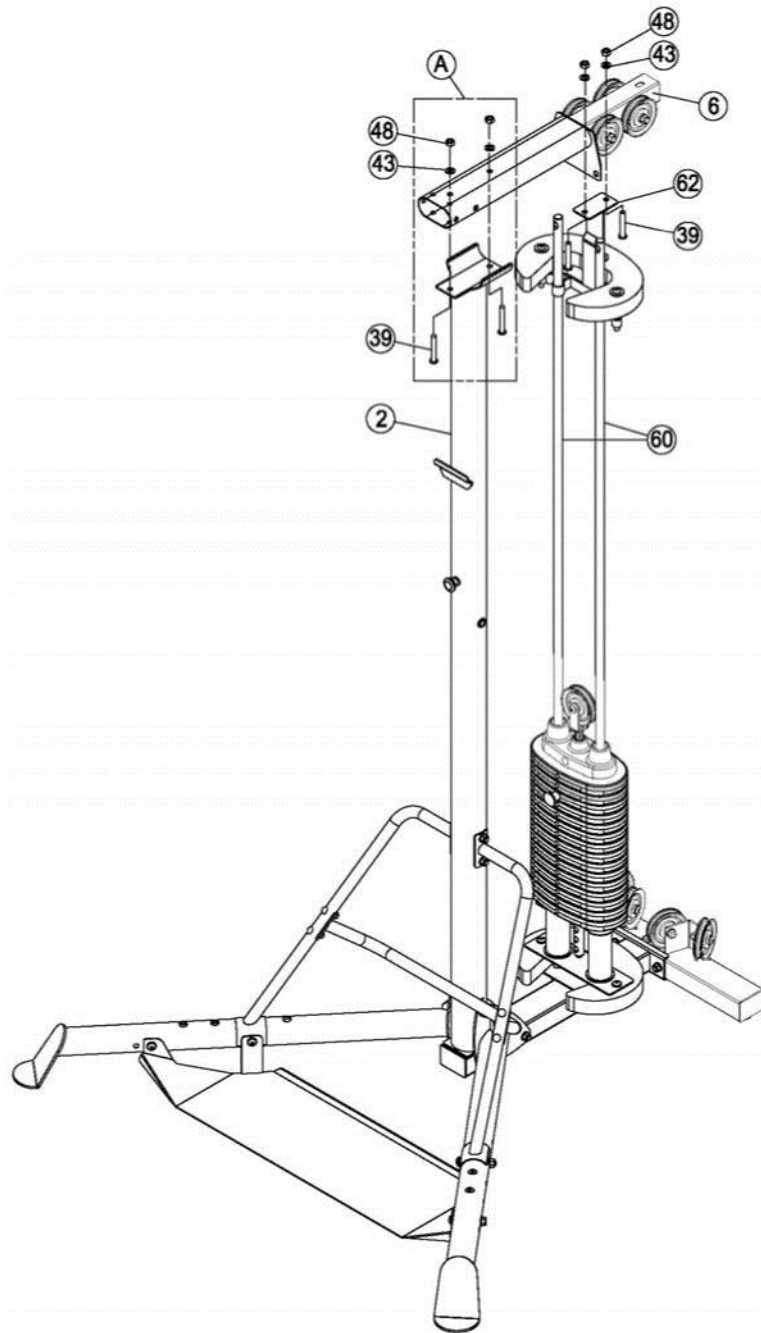
## Trinn 6



Fest øvre dekkplate (53) til dekkplatemonteringen (62) ved å føre de tre skruene halvveis ned i de gjengede løpene.

MERK: *Kontroller at alle tre skruer skrues inn til samme dybde.*

## Trinn 7



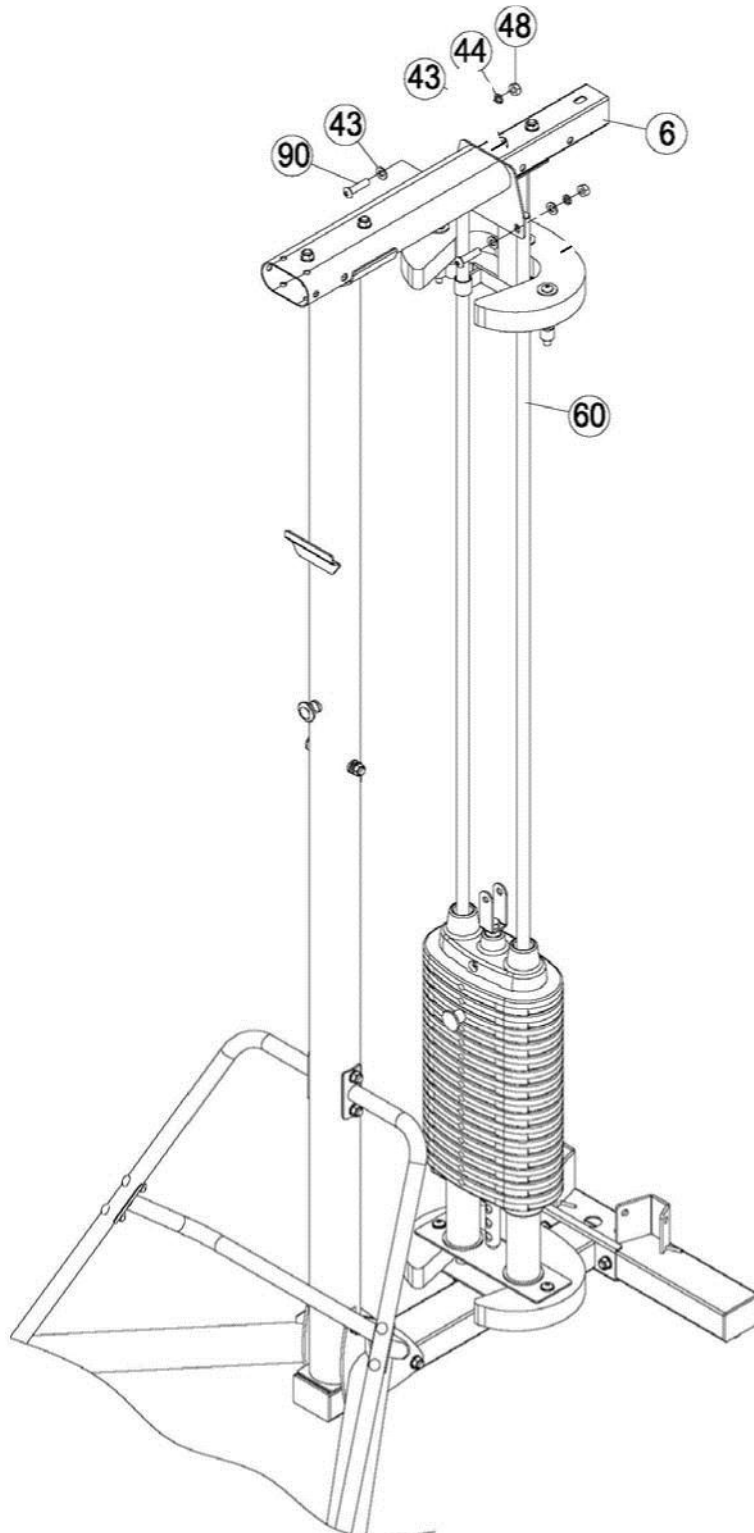
Fest dekkplatefestet (62) til toppbjelken (6) ved hjelp av: **To (M10x2 3/4" bolter)**

Før dekkplatefestet (62) ned på førerspakene (60)

Fest toppbjelken (6) til hovedstående (2) ved hjelp av: **To (M10x2 3/4" bolter)** Merk: **Stram for hånd.**

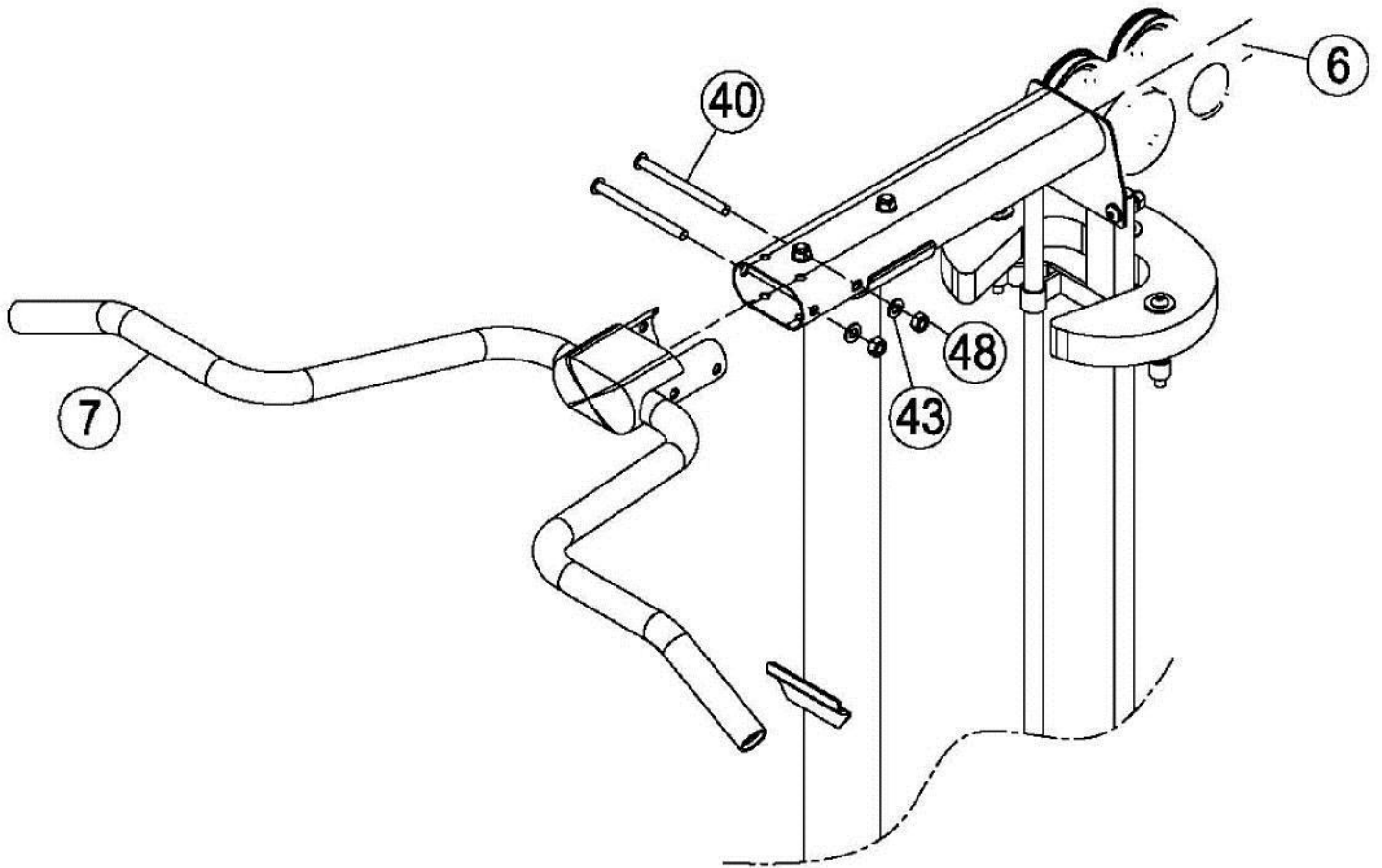


## Trinn 8



Fest førerspaker (60) til toppbjelken (6) ved hjelp av: **To (M10x1 3/5" bolter)** **Merk:**  
**Stram for hånd.**

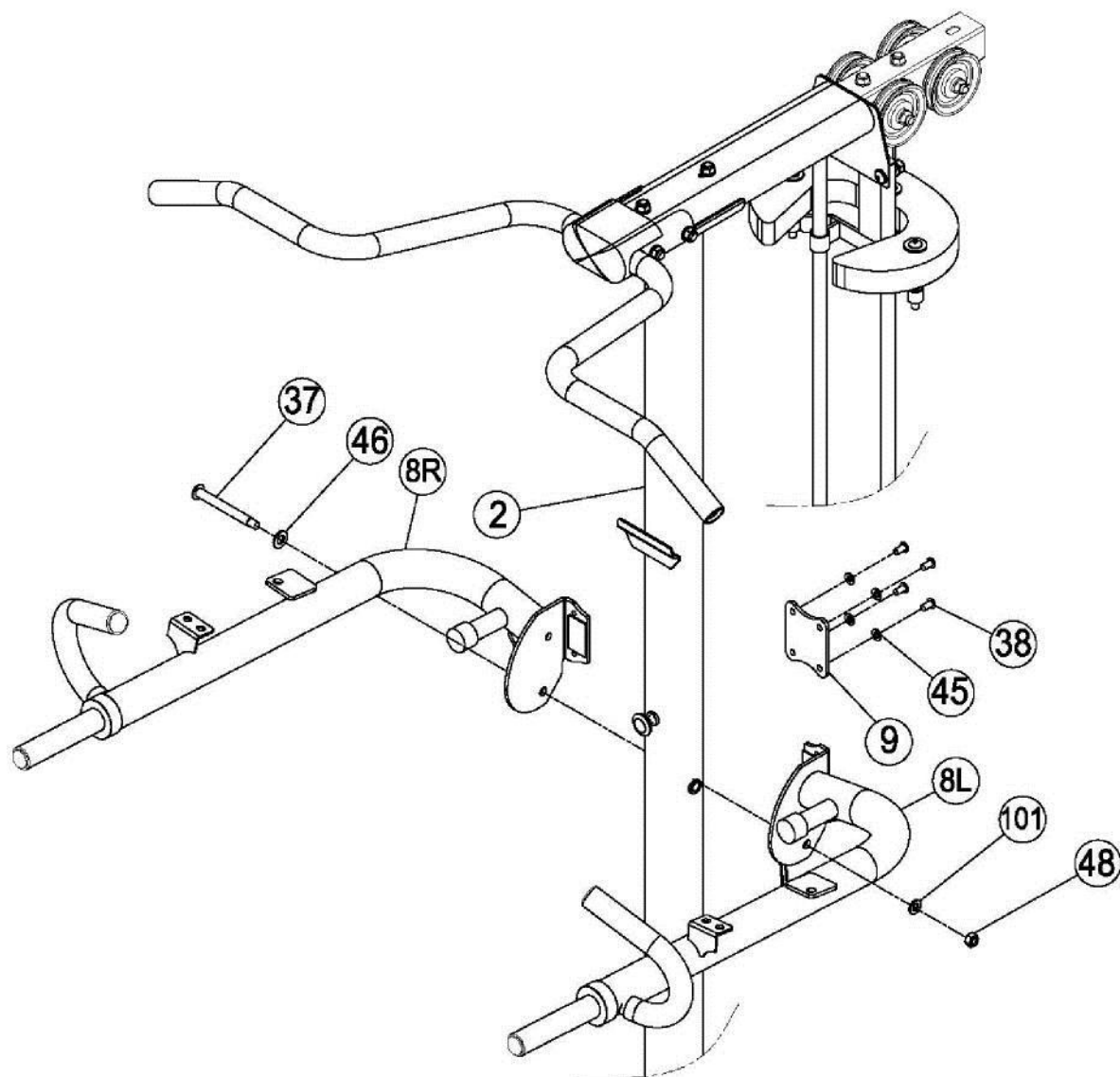
## Trinn 9



Fest tverrstang (7) til toppbjelken (6) ved hjelp av: **To (M10x4 7/8" bolter)**

**Merk : Stram med fastnøkkel.**

## Trinn 10

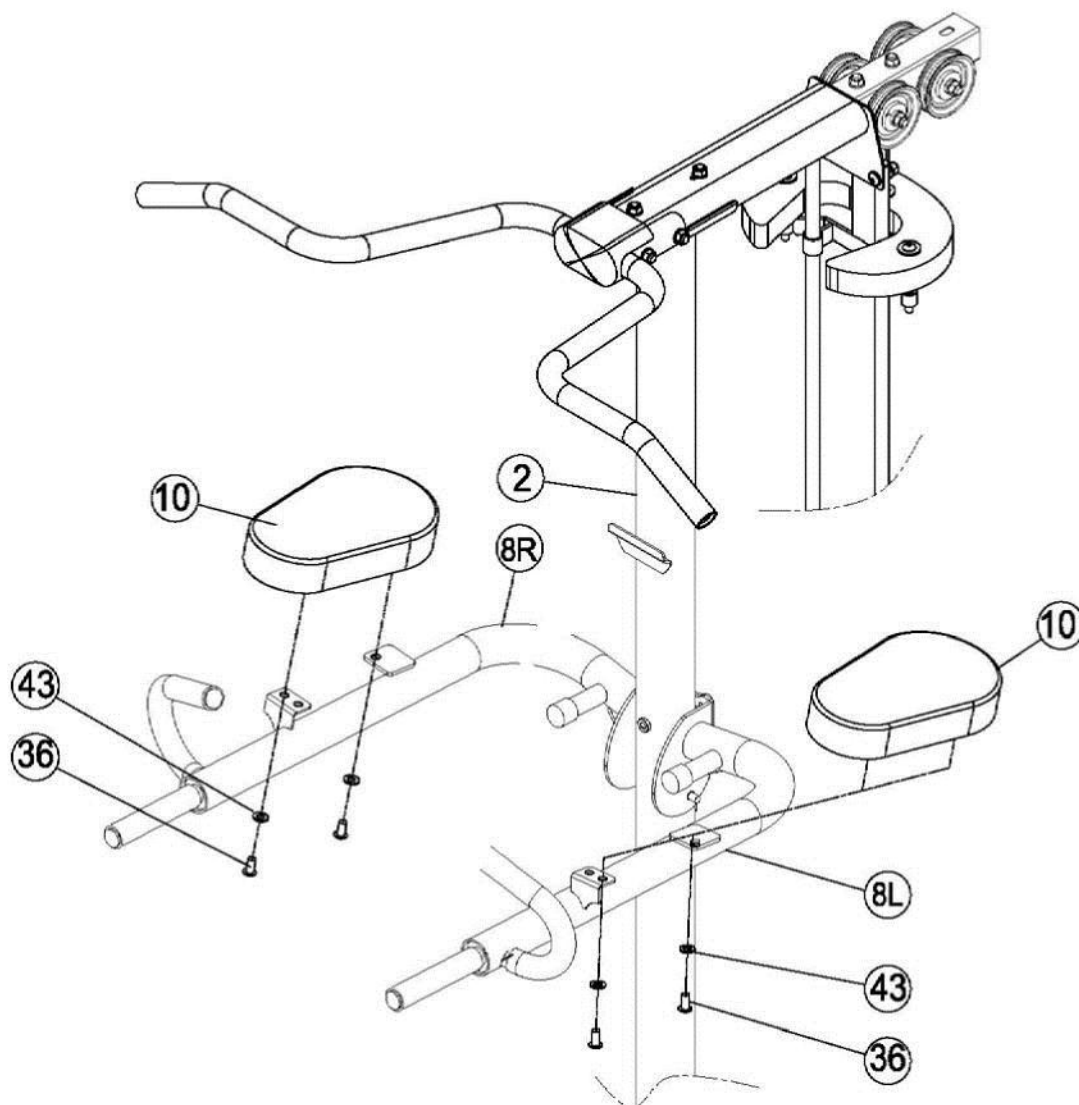


Fest høyre og venstre håndtak (8H og 8V) til hovedstående (2) ved hjelp av:  
**En (M12x3 5/8" bolt)**

Fest høyre håndtak (8H) og venstre håndtak (8V) til koblingsplaten ved hjelp av:  
**Fire (M8x 3/5" bolter)**

**Merk : Stram med fastnøkkel.**

# Trinn 11

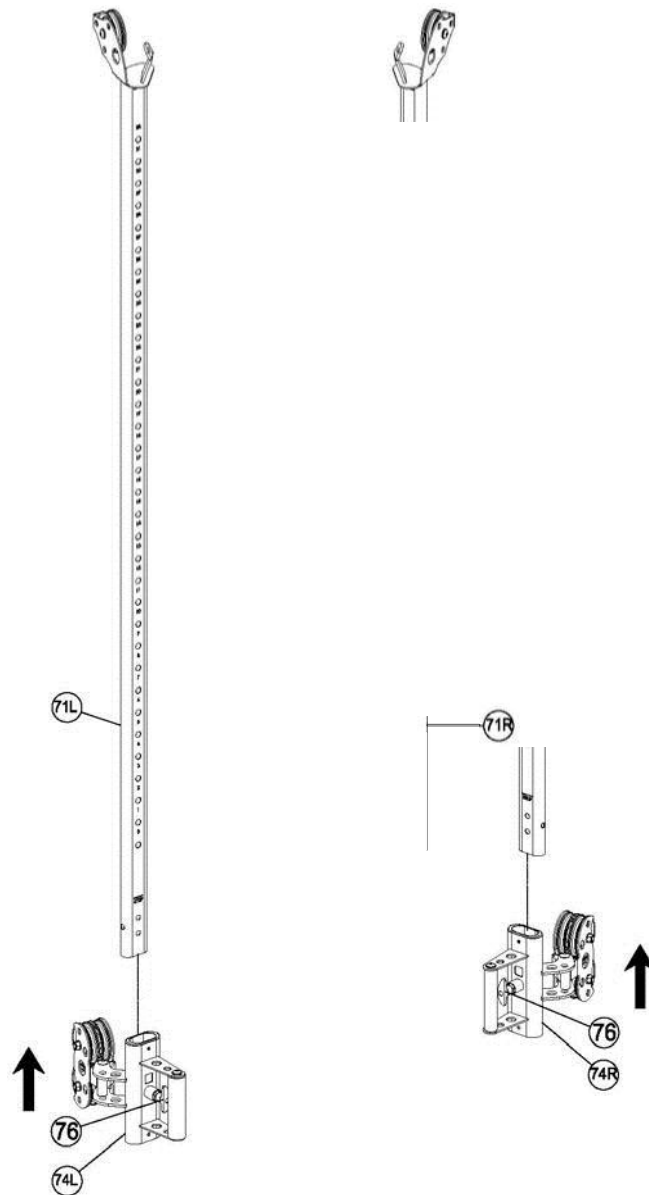


Fest armputer (10) til høyre og venstre håndtak (8H og 8L) ved hjelp av:

**Fire (M10x4/5" bolt)**

**Merk : Stram med fastnøkkel, men ikke stram for mye.**

# Trinn 12



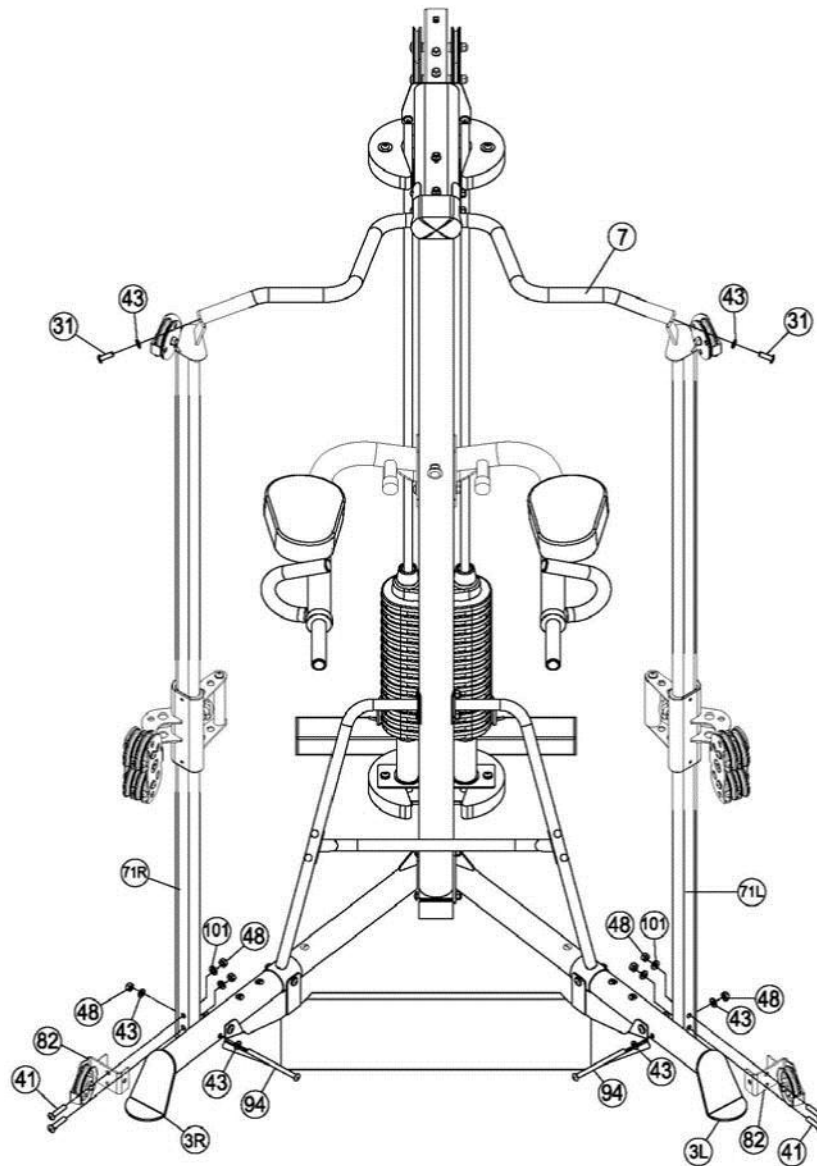
Fest venstre glider (74V) til venstre gliderør (71V).

Fest høyre glider (74H) til høyre gliderør

(71H).

**MERK:** Kontroller at åpningen i venstre og høyre glider er over den T-formede låsepinnen (76).

# Trinn 13



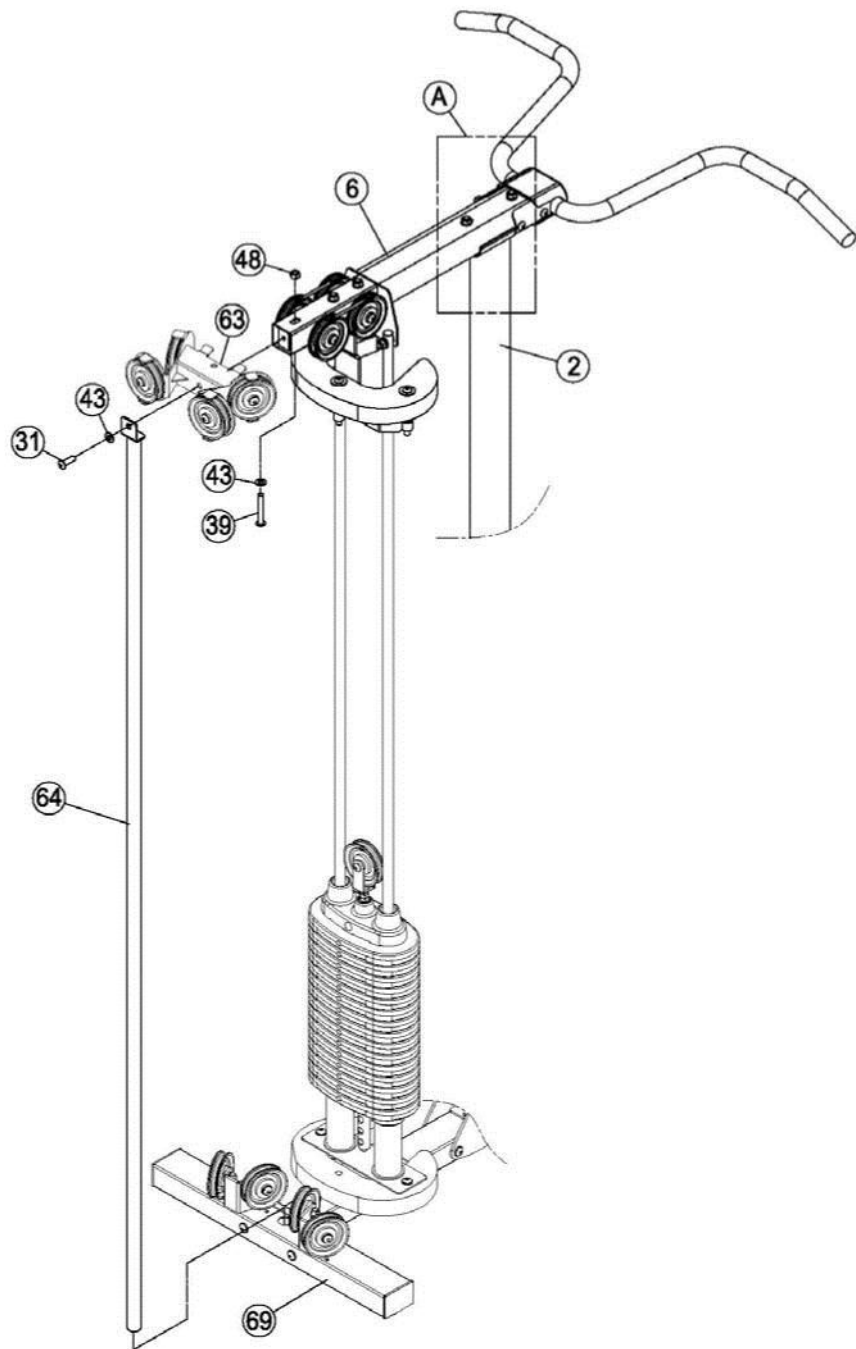
Fest nedre remhjulbraketter (82) enderst på høyre og venstre valgrør ved hjelp av:  
**Fire (M10x2" bolter)**

Fest høyre og venstre valgrør (71H og 71V) til nedre remhjulbraketter på høyre og venstre bein.  
(3H og 3V) ved hjelp av:  
**To (M10x3 5/4" bolter)**

Fest høyre og venstre valgrør (71H og 71V) til tverrstang ved hjelp av:  
**To (M10x1 1/4" bolter)**

**Merk : Stram for hånd**

## Trinn 14



Fest øvre remhjulbrakett (63) til toppbjelken (6) ved hjelp av:

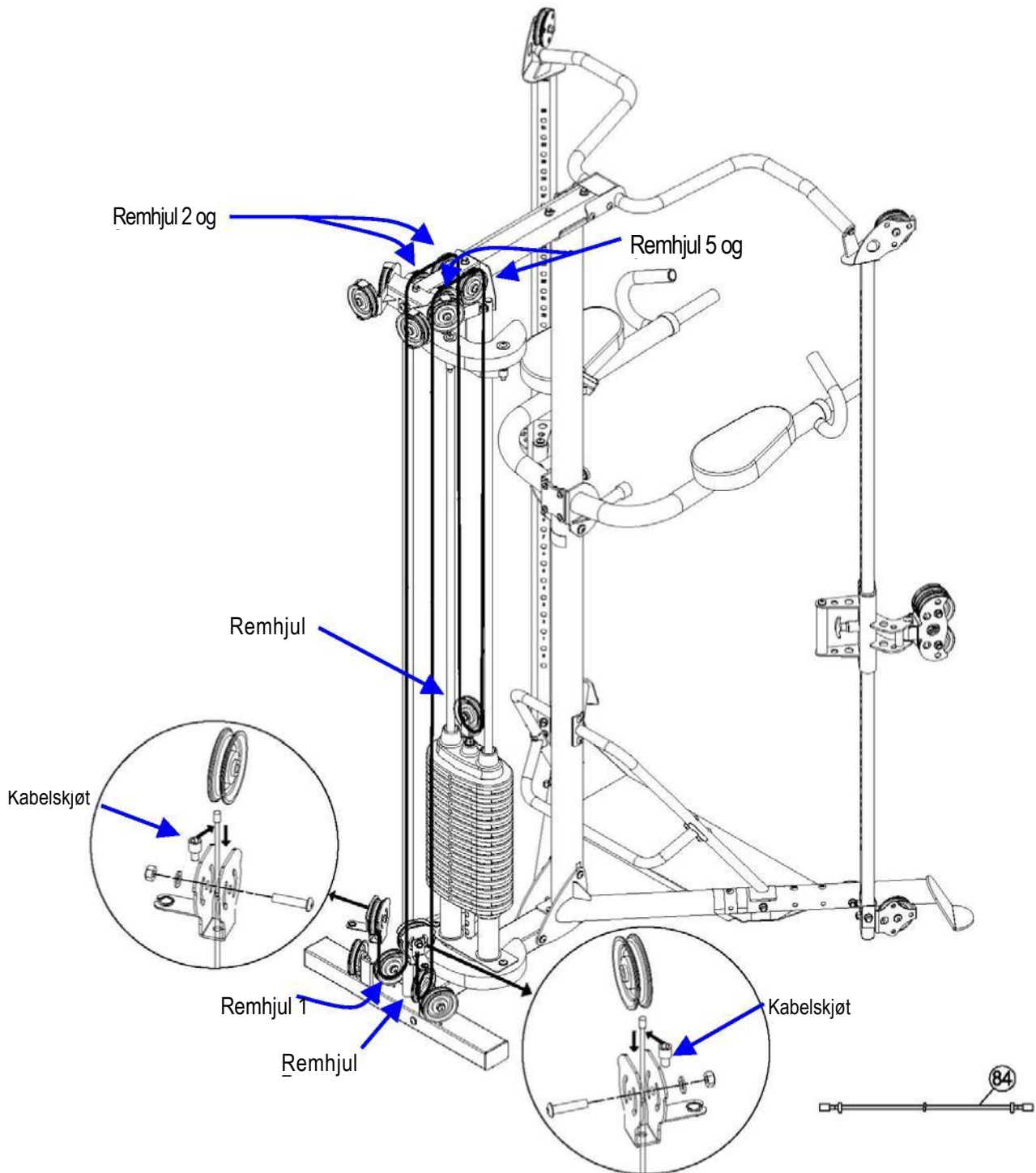
**En (M10x2 2/4" bolt)**

Før øvre stående rør (64) inn i bakre stabilisator (69), og fest til øvre remhjulbrakett. Montering (63) ved hjelp av:

**En (M10x1 1/4" bolt)**

**Merk : Stram boltene fra trinn 7, 8, 13 og 14 med fastnøkkel nå.**

# Trinn

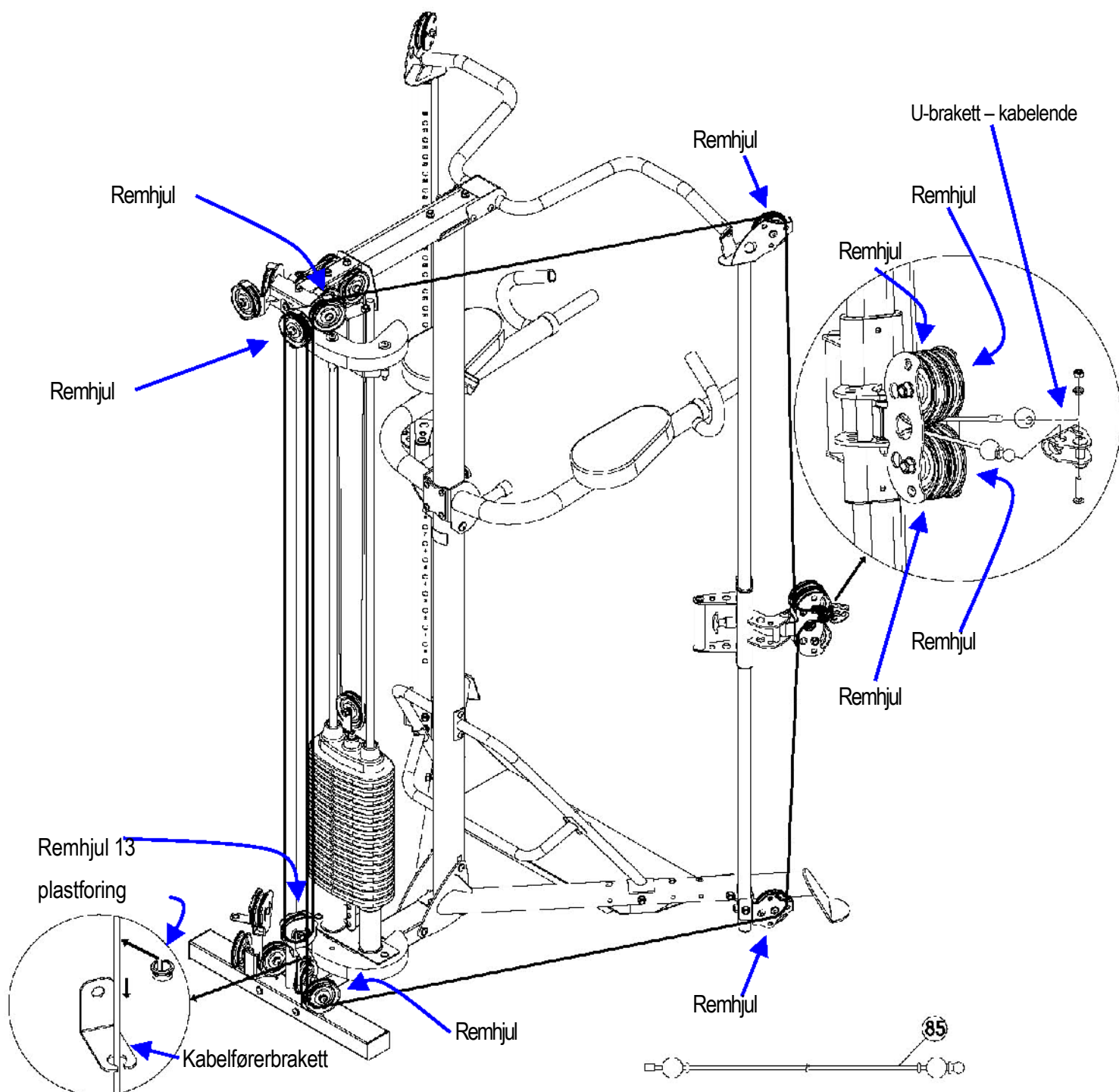


Begynn bakerst på apparatet, og før bakre kabel (84) rundt remhjul 1. Fortsett til toppen av apparatet, og før kableen rundt remhjul 2 og 3. Fortsett ned og rundt remhjul 4, og deretter opp og rundt remhjul 5 og 6. Fullfør ved å føre kableen ned og rundt remhjul 7.

Finn begge flytende remhjulbraketter, og begynn med å fjerne 3 1/2" remhjulene fra dem. Før deretter begge endene av kableen (84) i det nederste hullet på hver flytende remhjulbrakett. Monter kabelskjøtene som vist i de forstørrede sirklene over. Monter 3 1/2" remhjulene, og stram til.



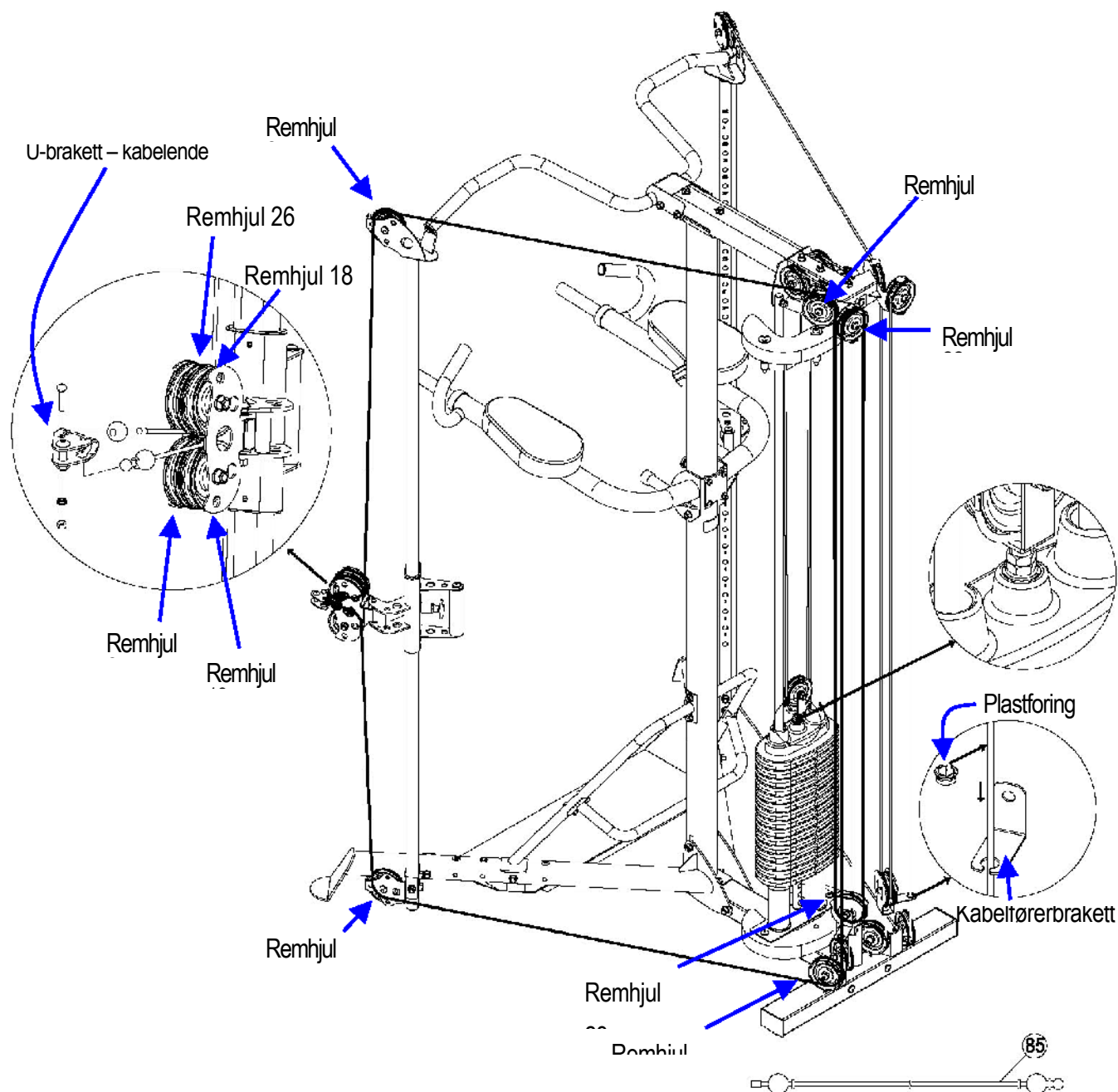
## Trinn 16



Trinn 16 er å tre kabelen på høyre side. Begynn med å finne kabelen (85). Mat enden uten plastkule mellom remhjul 8 og 9. Fortsett ned og rundt remhjul 10 og 11. Før kabelen opp og rundt remhjul 12, deretter ned og rundt flytende remhjul 13. Fortsett opp og rundt remhjul 14 og 15. Kabelen avsluttes mellom remhjul 16 og 17. Finn U-brakettkabelenden, og fjern den tynne førerbolten. Før en plastkule inn på kabelenden, og fest U-braketten til kabelenden. Fest førerbolten igjen. Enden av kabelen mellom remhjul 8 og 9 kan nå føres inn i sporet på U-braketten. Dette er den enden av kabelen som kan fjernes.

Før kabelen inn i kabelførerbraketten. Dytt på plass en plastforing.

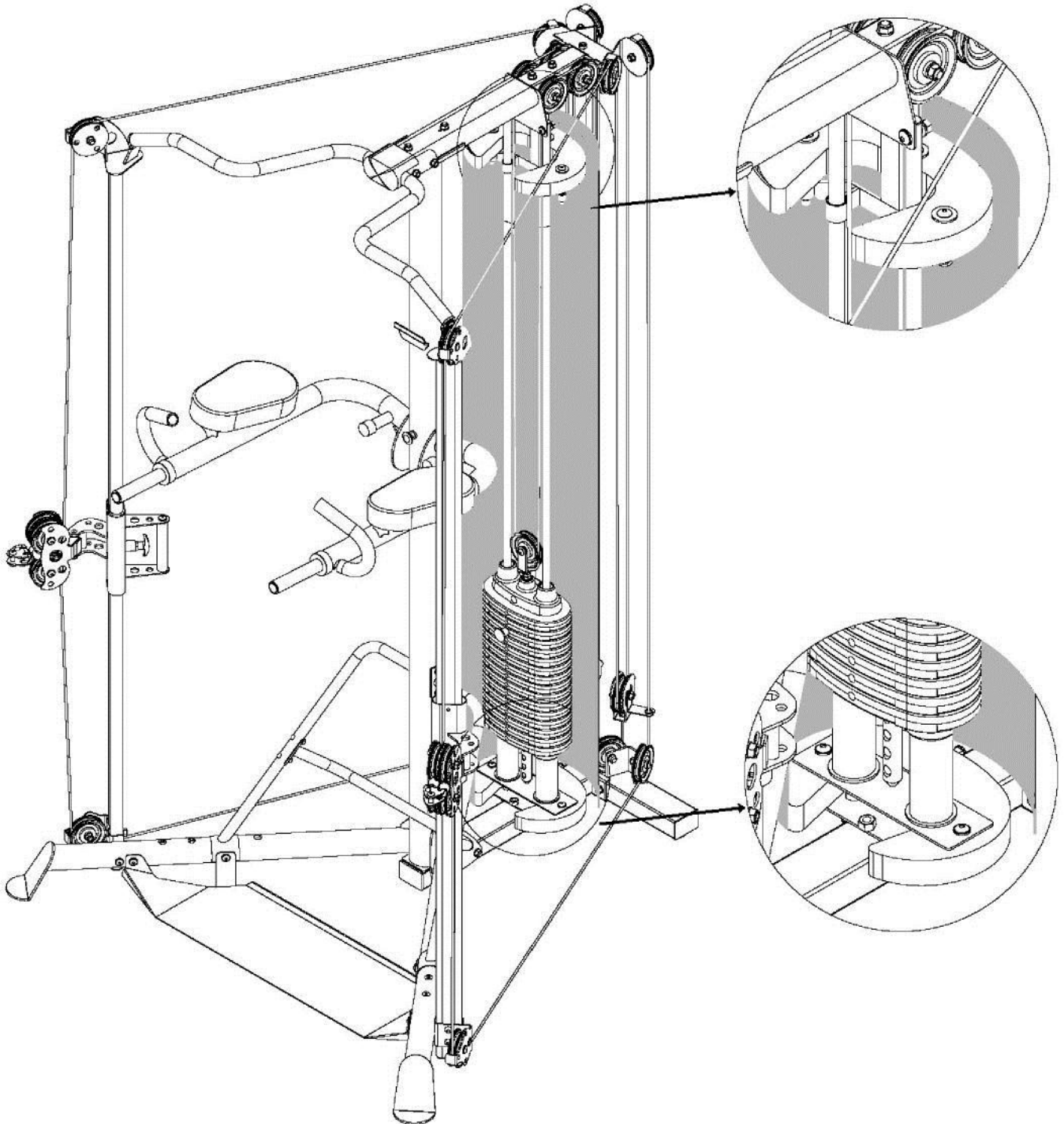
## Trinn 17



Trinn 17 er å tre kabelen på venstre side. Begynn med å finne kabelen (85). Mat enden uten plastkulen mellom remhjul 18 og 19. Fortsett ned og rundt remhjul 20 og 21. Før kabelen opp og rundt remhjul 22, deretter ned og rundt flytende remhjul 23. Fortsett opp og rundt remhjul 24 og 25. Kabelen avsluttes mellom remhjul 26 og 27. Finn U-brakettkabelenden, og fjern den tynne førerbolten. Før en plastkule inn på kabelenden, og fest U-braketten til kabelenden. Fest førerbolten igjen. Enden av kabelen mellom remhjul 18 og 19 kan nå føres inn i sporet på U-braketten. Dette er den enden av kabelen som kan fjernes.

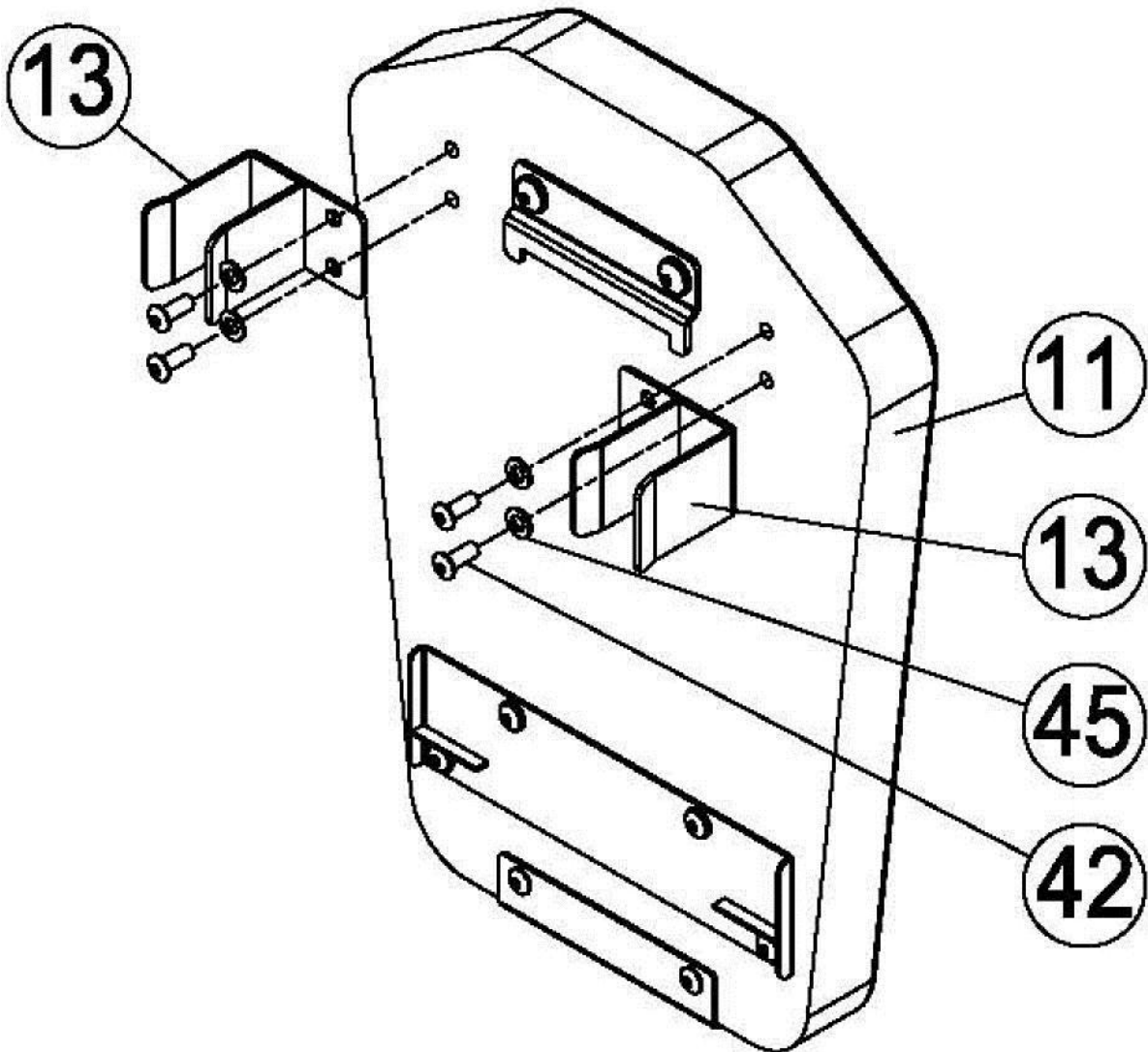
Før kabelen inn i kabelførerbraketten. Dytt på plass en plastforing.

## Trinn 18



Fest deksel til øvre og nedre dekselplater. Begynn øverst, og dekk dekselplaten med dekselet, mens du passer på å treffe borrelåsen. Når toppen er sikret, begynner du med å føre dekselet rundt nedre dekselplate. Dra ned mens du arbeider, slik at dekselet blir stramt.

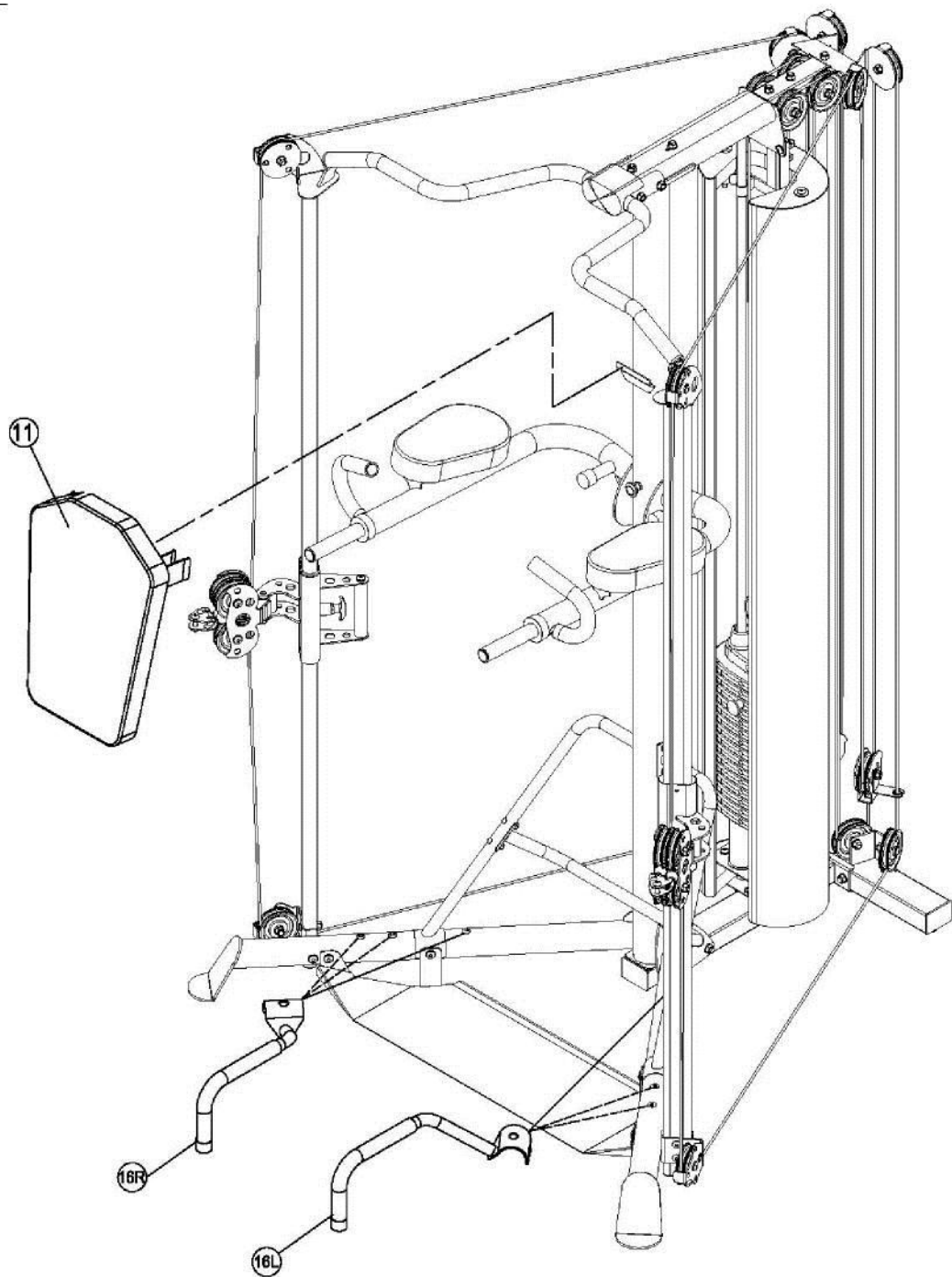
## Trinn 19



Fest U-braketter (13) til ryggputen (11) ved hjelp av: **Fire (M10x4/5" bolter)**

**Merk : Stram med fastnøkkel, men ikke stram for mye.**

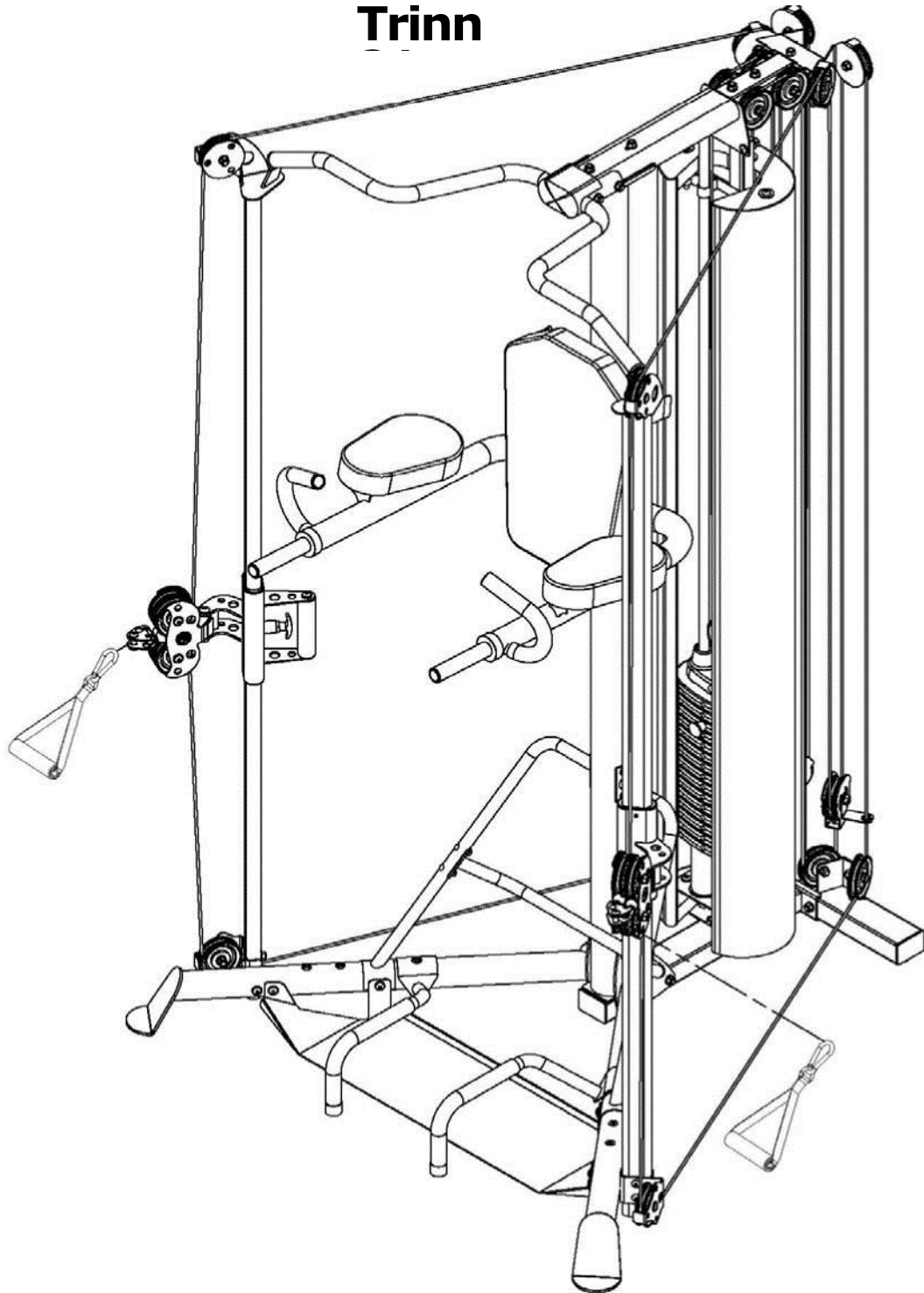
## Trinn 20



Fest rygputen (11) til flensen på hovedstående (2).

Fest venstre og høyre Push Up-rør (16V og 16H).

## Trinn



Fest D-håndtak til justerbare høy-/lav-remhjul ved hjelp av fjærklips.

**MERK:** På dette tidspunktet må kablene festes. Begynn med å undersøke at kablene er sentrert i sporene på alle remhjulene. Juster deretter begge de roterende remhjulene til knenivå. Velg en vekt du ikke har problemer med ved stående roing. Gjennomfør åtte til ti repetisjoner. Sprett vektene lett opp og ned i fem sekunder.

Dette sikrer kablene i remhjulene og strekker kablene til sin maksimale lengde.

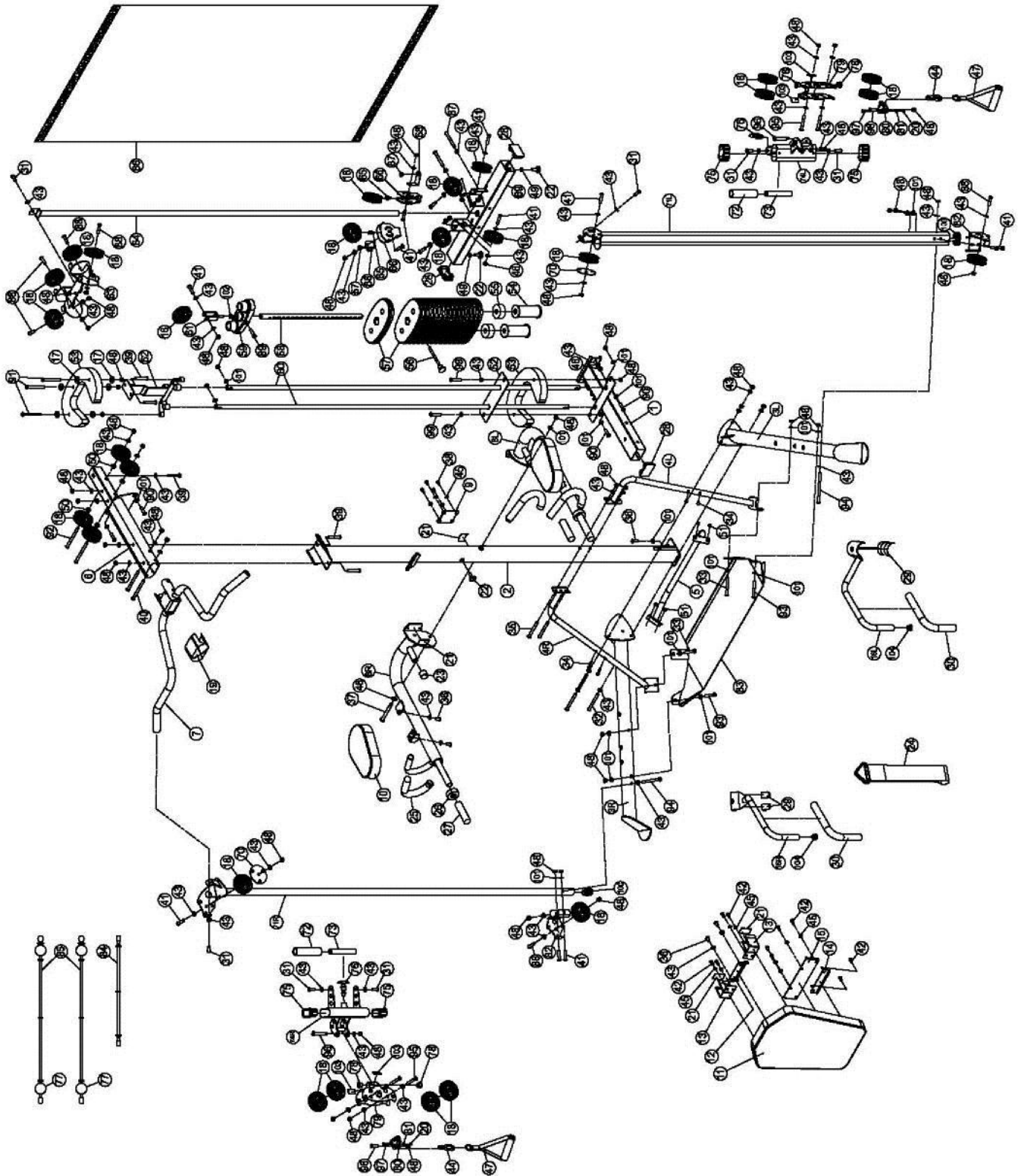
Til slutt skal eventuell slakk elimineres. Fjern remhjulet i U-braketten over dekkvekten.

Før den gjengede delen av U-braketten dypere inn i dekkvekten. Fest remhjulet til U-

braketten igjen. Sørg for at bolten settes inn fra baksiden, slik at mutteren er foran.

Stram mutteren med fastnøkkel.

# Utvidet diagram



# MERKEREFERANSE



## WARNING

Make sure the power tower is on flat, level surfaces only.

Do not swing from the Pull-up or Dip Handles.

500lbs Maximum Weight on the Pull-up and Dip Handles.

Make sure the Back Pad is fully engaged onto the main upright hooks before using.

Check hardware and the rear cable assembly weekly to ensure all parts are tight.

Make sure Push-up Handles are attached properly and stable before performing any exercises.

This product is designed for **RESIDENTIAL USE ONLY!**



## INFORMASJON OM GENERELT VEDLIKEHOLD

- Inspiser kablene periodisk. Se etter slitasje og sprekkdannelse. Se også etter kuler på flate områder av kabelen.
- Kablene må byttes ved første tegn på skader eller slitasje. Bruk aldri utstyr med skadede eller slitte kabler.
- Kabler vil strekkes over tid. Kontroller derfor kabelslakken periodisk, og juster kabelspenningen ved behov.
- Gjennomfør regelmessige inspeksjoner for å finne løse deler.
- Utstyret må ikke brukes eller oppbevares utendørs.
- Inspiser snapkoblinger, roterende ledd, håndtak og vektpinnen. Se etter slitasje eller skader. Hvis det avdekkes slitasje eller skader, må de byttes umiddelbart.
- Finn alle varselmerkinger på apparatet, og gjør deg kjent med dem.
- Bytt skadet eller slitt stopping umiddelbart.
- Tørk av førerspakene med jevne mellomrom. Bruk en tørr klut, og påfør deretter et tynt lag teflonbasert smøremiddel.

# VEDLIKEHOLDSPLAN

RUTINE	HJEM VEDLIKEHOLD	OPPFØRINGSDATO							
Inspiser: Lenker, drapinner, snapkoblinger, roterende deler,	UKENTLIG								
Rengjør: Stopp	UKENTLIG								
Inspiser: Kabler og deres monteringer	UKENTLIG								
Inspiser: Alle dekslers stramhet	UKENTLIG								
Inspiser: Tilbehørsbjelker og håndtak	TRE MÅNEDER								
Inspiser: Alle merkinger	TRE MÅNEDER								
Inspiser: Alle muttere og bolter. Etterstram ved behov	TRE MÅNEDER								
Inspiser: Antigli-overflater	TRE MÅNEDER								
Rengjør og smør: Førerspaker med teflonbasert	TRE MÅNEDER								
Smør: Setehylser og alle plastglidere	TRE MÅNEDER								
Rengjør og voks: Alle blanke overflater	ÅRLIG								
Bytt: Kabler, reimer og koblingsdeler	TO ÅR								

