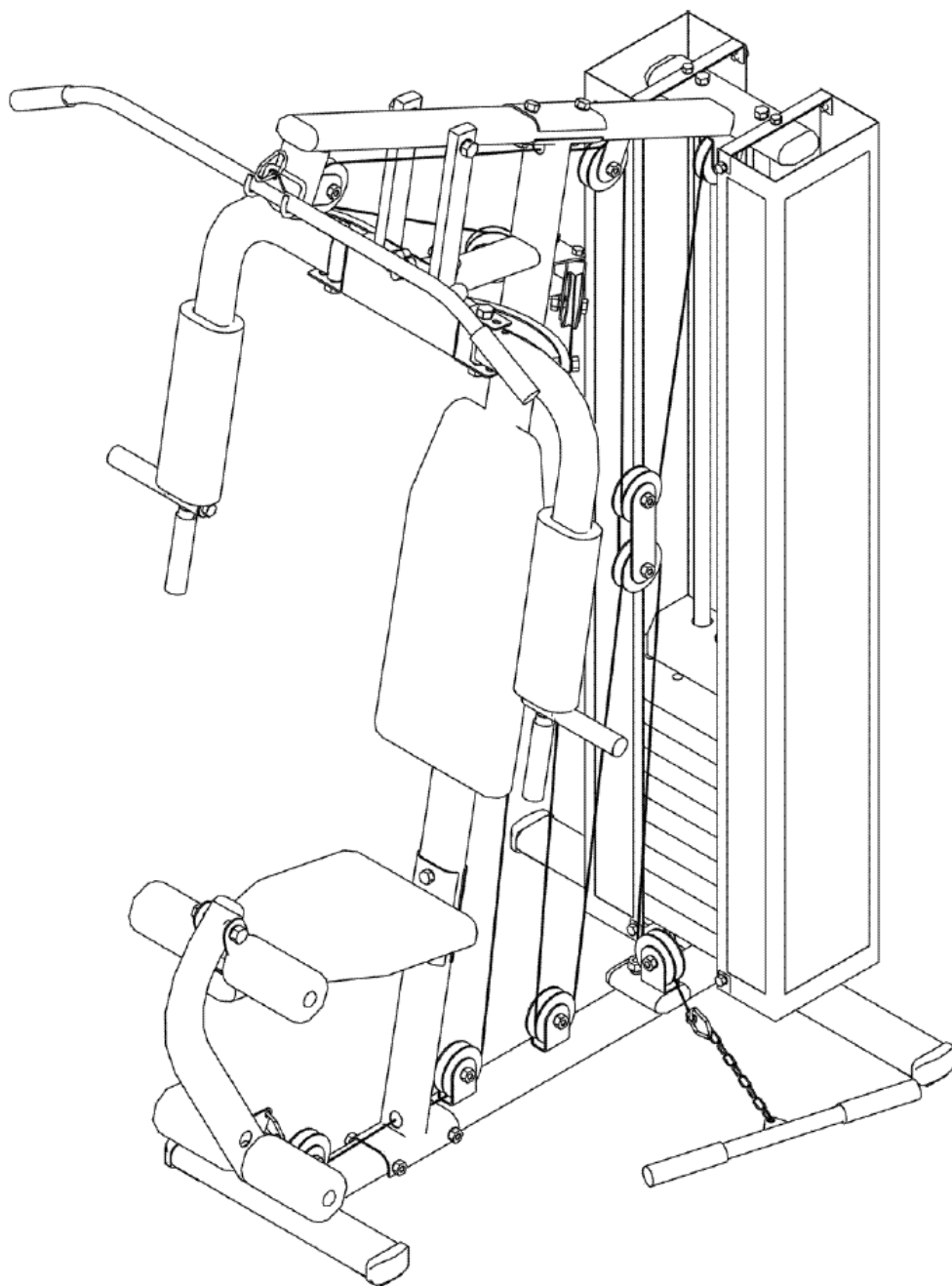


**HOMEGYM
97101
MANUAL**

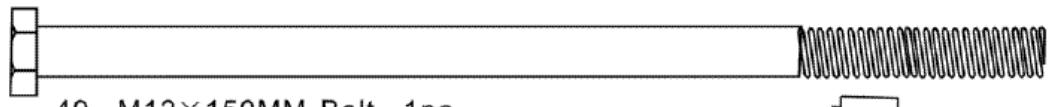


1. DELLISTA:

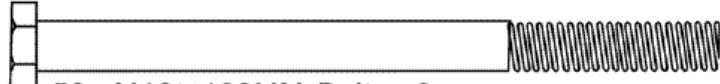
1	STÖDRÖR	1
2	T-RÖR	1
3	HORISONTELL BALK	1
4	STYRRÖR	2
5	ÖVRE RÖR	1
6	SÄTESBALK	1
7	BÅGE FÖR BENCURL	1
8	STÅNG FÖR RYGGDRAG	1
9	RYGGDYNA	1
10	SÄTESDYNA	1
11	ROTERTANDE DEL	1
12	VÄNSTER BUTTERFLYSTÅNG	1
13	HÖGER BUTTERFLYSTÅNG	1
14	HANDSTÅNG	2
15	LÅNGT FÄSTE FÖR REMSKIVA	2
16	KORT FÄSTE FÖR REMSKIVA	1
17	FÄSTE FÖR PLATT REMSKIVA	2
18	REMSKIVA	13
20	SKUMGUMMI	2
21	RUND INVÄNDIG PLUGG 25 MM	4
22	ELLIPSFÖRMAD INVÄNDIG PLUGG 40 X 80 MM	5
23	ELLIPSFÖRMAD INVÄNDIG PLUGG 30 X 70 MM	4
24	ELLIPSFÖRMAD INVÄNDIG PLUGG 30 X 70 MM	1
25	ÄNDSKYDD	4
26	SPRINT	1
27	SKRUVSTÖD	2
28	VRISTMUFF I NYLON	1
29	SPRINT	2
30	ROTERTANDE DEL	1
31	ÖVRE PLATTA	1
32	VIKTSTAPEL	14
33	STÅNG FÖR VIKTINSTÄLLNING	1
34	SKRUV M8 X 40	1
35	RULLRÖR	2
36	KORT STÅNG	1

37	UNDRE VAJER	1
38	ÖVRE VAJER	1
39	VAJER FÖR PEC DEC	1
40	KEDJA	1
41	CURLDYNA	4
42	TILLÄGGSBRICKA M10	2
43	FJÄDERKLÄMMA	4
44	GUMMIRING	2
45	RATT	1
46	HANDGREPP	8
47	MUTTER M10	2
48	SKRUV M12 X 75	1
49	SKRUV M12 X 150	1
50	SKRUV M12 X 100	3
51	SKRUV M10 X 100	4
52	SKRUV M10 X 60	4
53	SKRUV M8 X 75	2
54	SKRUV M8 X 55	4
55	FYRKANTIGT ÄNDSKYDD 20 X 40	2
56	SKRUV M10 X 45	13
57	SKRUV M10 X 90	1
58	SKRUV M10 X 35	2
59	SKRUV M10 X 25	6
60	LÅSMUTTER M12	5
61	LÅSMUTTER M10	23
62	LÅSMUTTER M8	3
63	BRICKA M12	10
64	BRICKA M10	50
65	BRICKA M8	22
66	MUTTER	1
67	SPRINT	1
68	PLASTPLUGG	1
69	BRICKA M12	8
70	SKYDD FÖR VIKTSTAPEL	2
71	STÖD FÖR VIKTSTAPELSKYDD	4
72	SKRUV M8 X 15	12

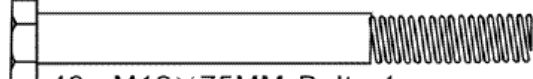
HARDWARE LIST



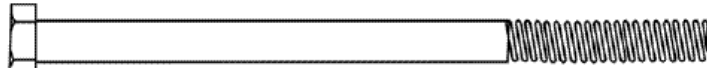
49 M12×150MM Bolt 1pc



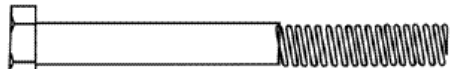
50 M12×100MM Bolts 3pcs



48 M12×75MM Bolt 1pc



51 M10×100MM Bolts 4pcs



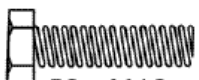
52 M10×60MM Bolts 4pcs



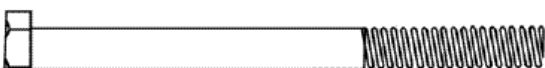
56 M10×45MM Bolts 13pcs



58 M10×35MM Bolts 2pcs



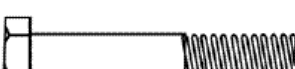
59 M10×25MM Bolts 6pcs



53 M8×75MM Bolts 2pcs



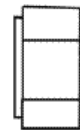
54 M8×55MM Bolts 4pcs



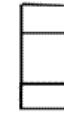
34 M8×40MM Bolt 1pc



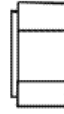
72 M8×15MM Bolt 12pc



60 M12 Locknuts 5pcs



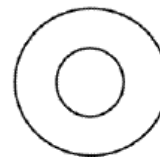
47 M10 Nuts 2pcs



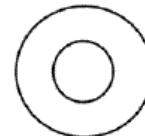
61 M10 Locknuts 23pcs



62 M8 Locknuts 3pcs



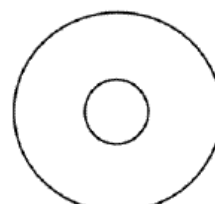
63 M12 Washers 10pcs



64 M10 Washers 50pcs



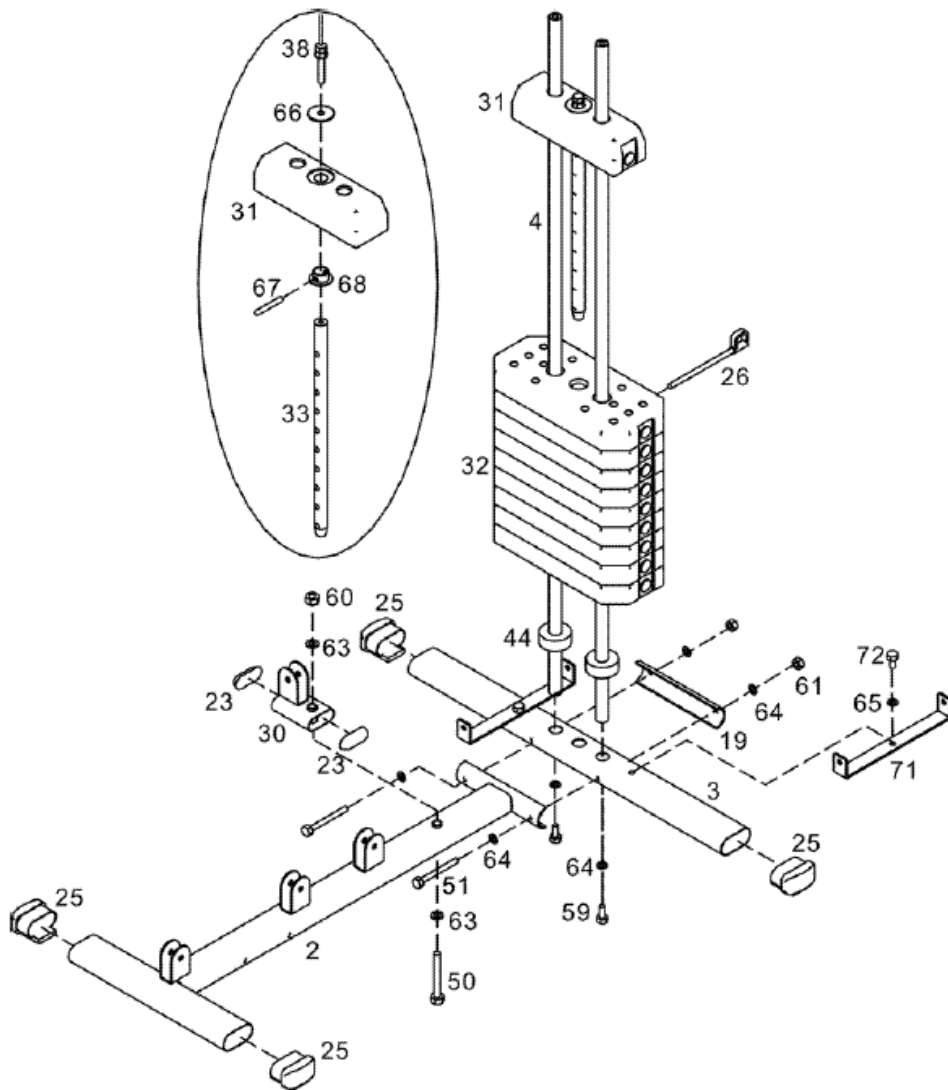
65 M8 Washers 22pcs



42 M10 Increase Washers 2pcs

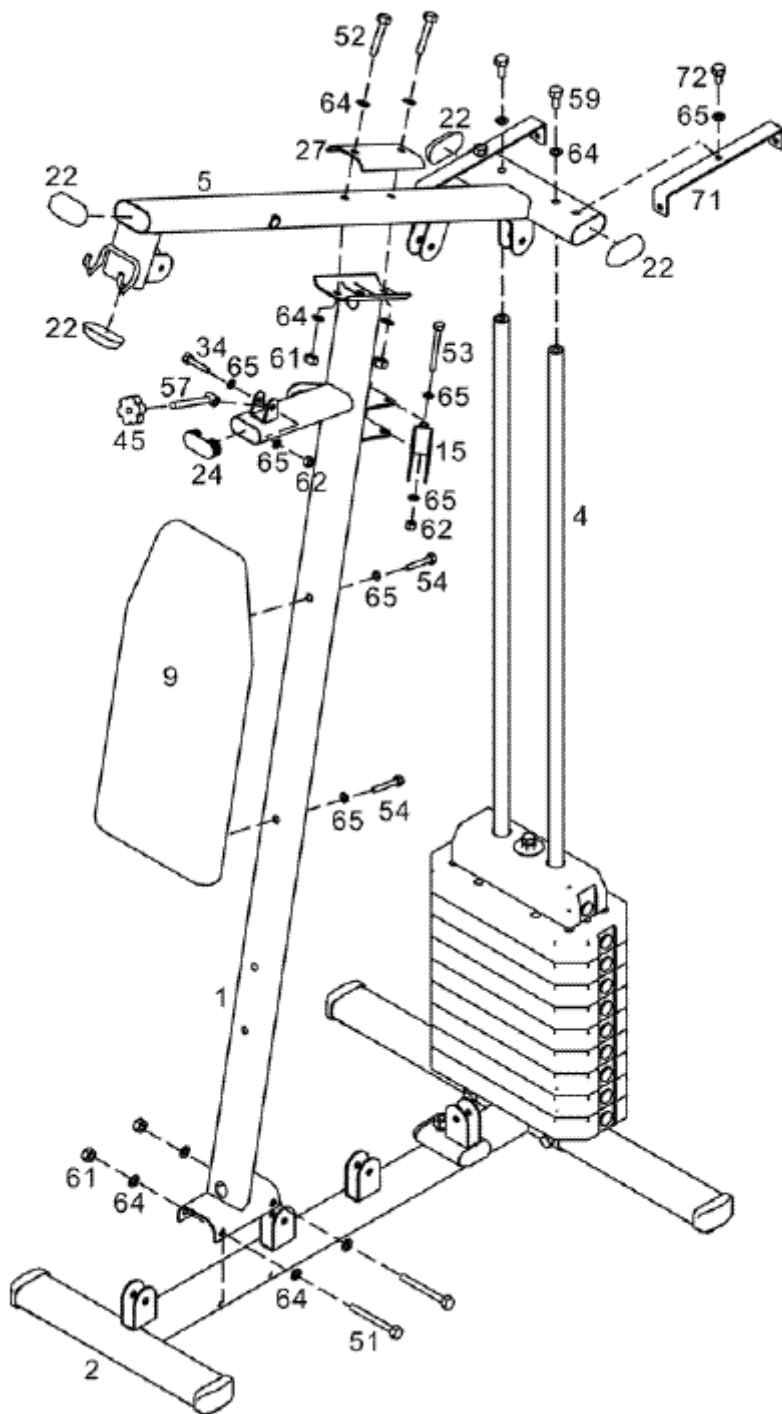
2. Monterings anvisning

Illustration 1



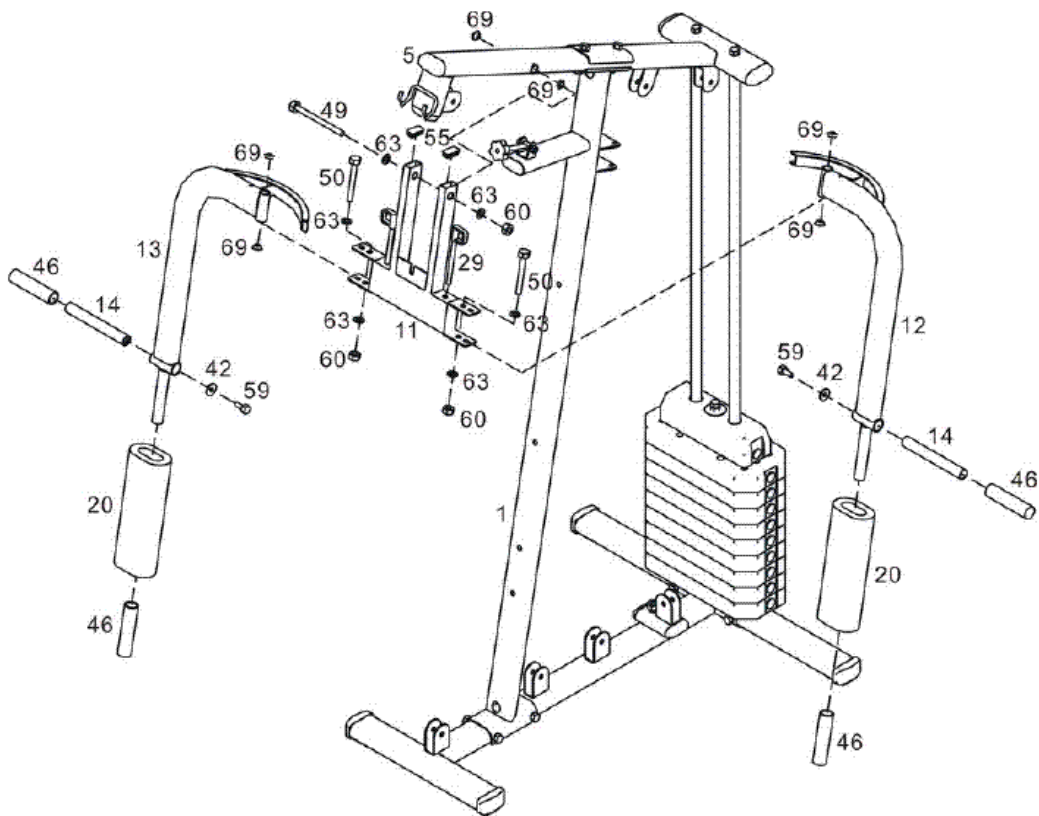
Steg 1:

1. Använd en mjuk hammare för att sätta ändskydden(25) på plats.
2. Trä på de stora gummi ringarna(44) på styr rören(4). För sedan styr rören genom den horisontella balken(3).
3. Skruva ihop T-balken(2) med den horisontella balken(3). Använd skruv(51), Bricka(64) och låsmutter(61).
4. Sätt sedan dit viktplattorna(32) så som bilden visar. Koppla sedan samman Stången för viktinställning(33) och topplattan(31).
5. För sedan Stången för viktinställning(33) på plats. Fäst sedan den roterande delen(30) med T-balken. Använd Bult(50), Bricka(63) och Låsmutter(60)



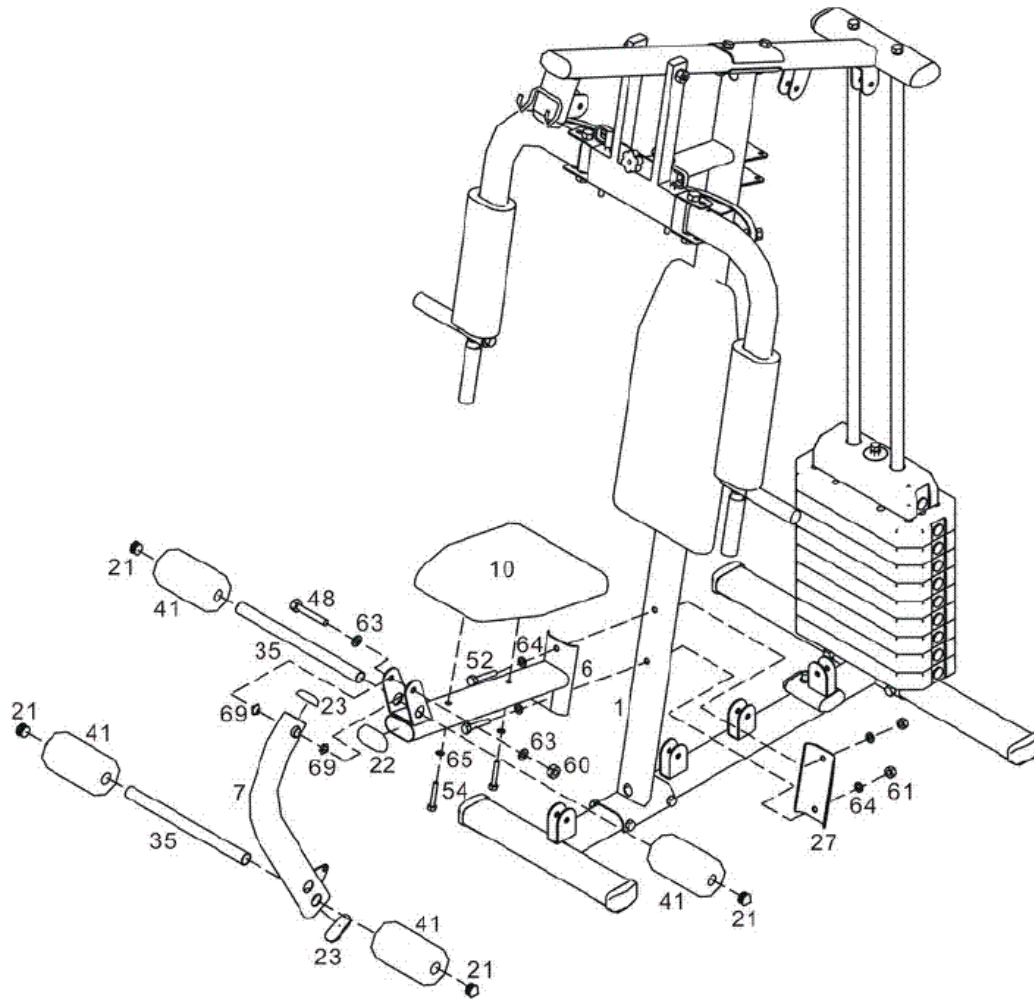
Steg 2:

1. Skruva ihop Stödbalken(1) med T-balken(2). Fäst sedan Rygg dynan(9) med stödbalken(1).
2. Fäst sedan riggen Balk(5) på Styr rören(4).
3. Koppla sedan ihop stöd balken(1) och riggen balk(5).
4. Fäst sedan det långa fästet för remskiva(15) på stödbalken(1).
5. Dra åt alla skruvar.
6. Använd en mjuk hammare för att fästa de Ellipsformade invändiga pluggarna(22)(24).



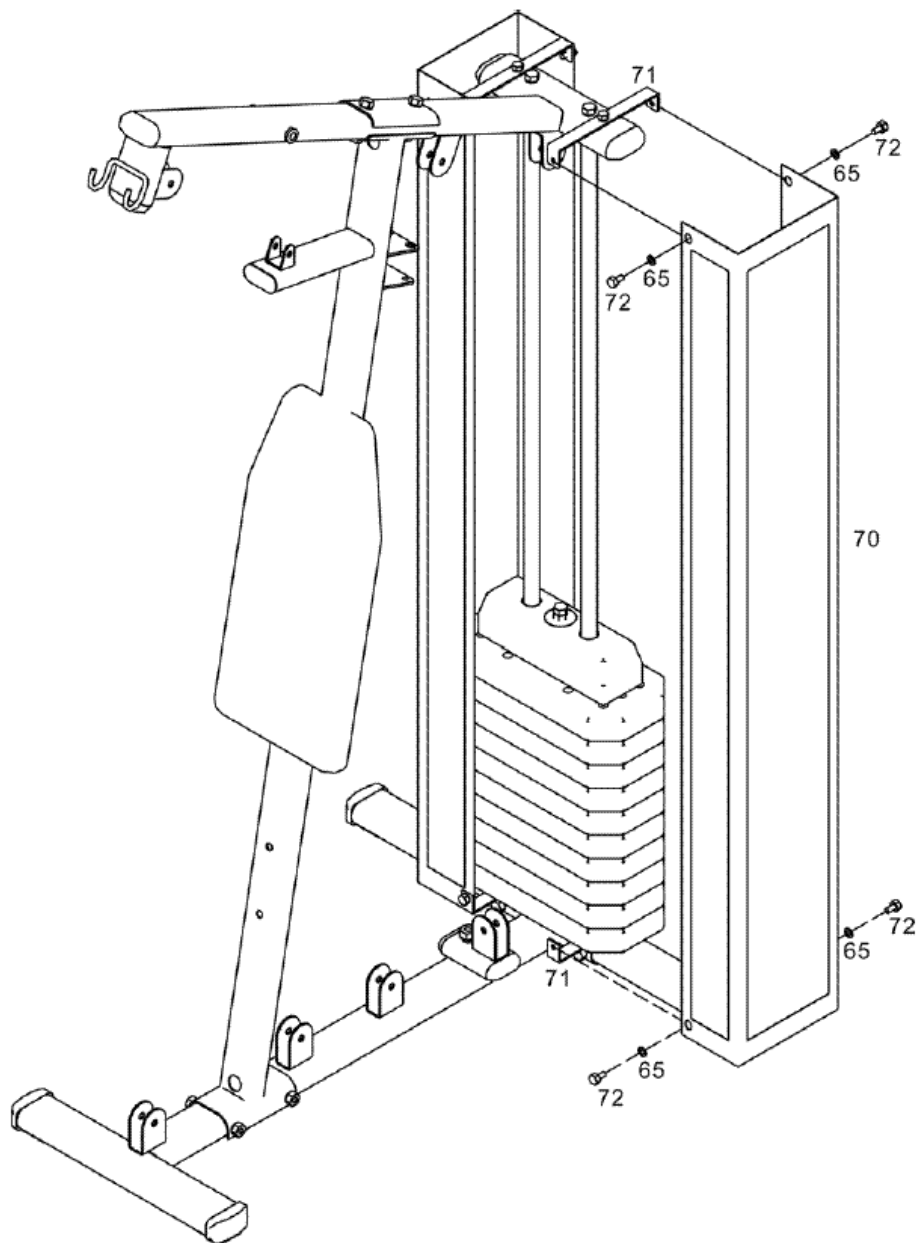
Steg 3:

1. För in Sprinten(29) i den roterande delen(11). Använd en mjuk hammare för att fästa de Fyrkantiga ändskydden(55)
2. Fäst den roterande delen(11) med riggen Balk(5), Fäst sedan Butterflystängerna(12,13)
3. Fäst Skumgummi(20) på båda sidorna av Butterflystängerna(12,13), fäst sedan handtagen(14) på Butterflystängerna(12,13).



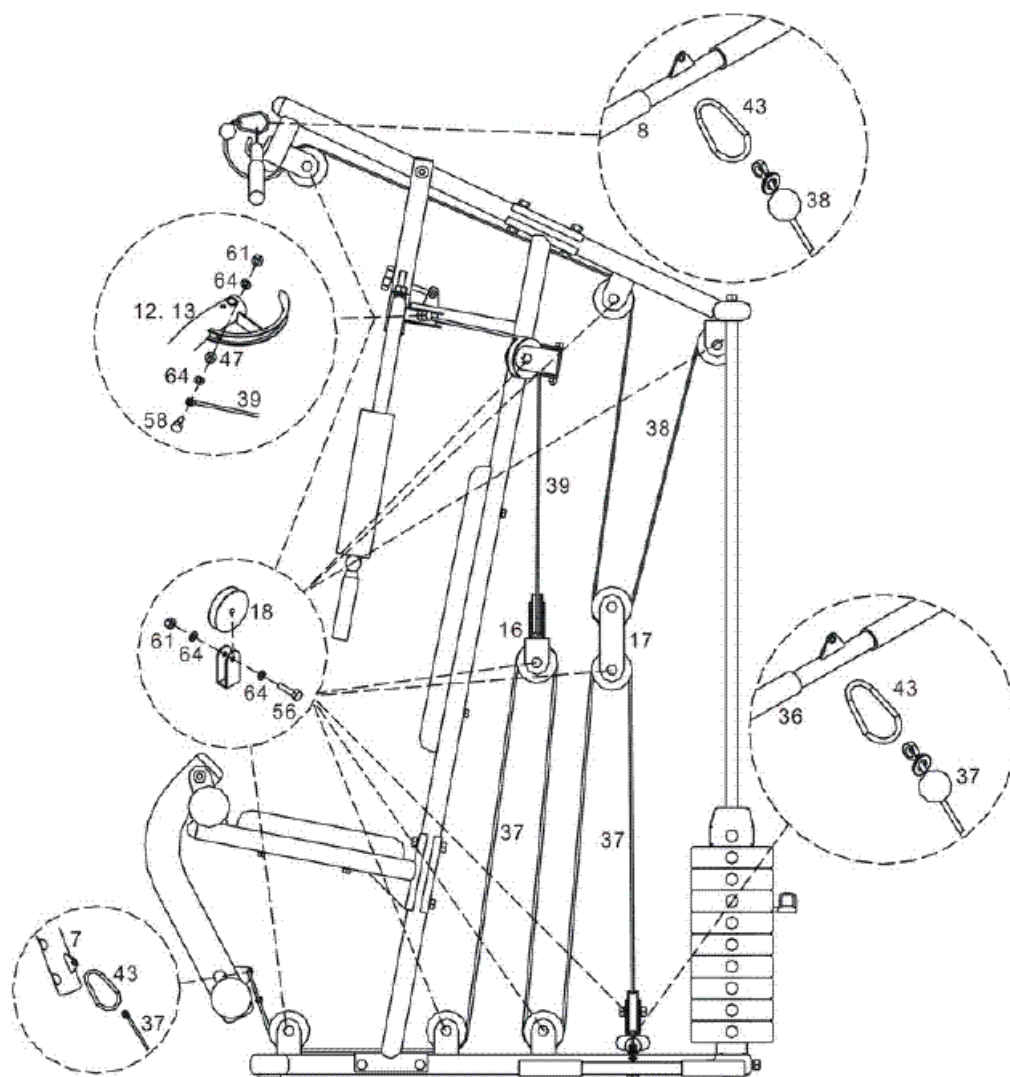
Steg 4:

1. Fäst Sätdebalken(6) på stöd balken(1) med hjälp av skruvstödet(27).
2. Fäst bågen för bencurl(7) på sätdebalken(6) och fäst sätet(10).
3. För in Rullröret(35) i hålet på bencurl bågen(7) och sätdebalken(6) så som bilden visar.
4. Fukta rullröret(35), fäst sedan Curldynorna(41) på båda sidorna om Rullröret(35).
5. Fäst slutligen de runda invändiga pluggarna(21,22,23) med hjälp av en mjuk hammare.



Steg 5:

1. Fäst viktstapelskyddet(70) i vikstapelskydd stödet(71) med hjälp av skruv(72) och bricka(65).



Steg 6:

1. Se till att alla skruvarna från de tidigare stegen sitter ordentligt.
 2. Fäst Remskivorna så som bilden visar och försäkra dig om att skruven ändas kan vridas ut 1-2varv.
 3. Fäst den övre vajern(38)och fec dec vajern(39) först, Sedan den nedre vajern(37) runt respektive remskivor och knyt dom enligt bilden(se respektive bild).
 4. Fäst en kaus i änden av kabeln. Inspektera kabeln och se så det inte finns några skador, se även till så den är spänd.
- P.S.: Spänn de övre kablarna om kablarna blir slappa efter träning.