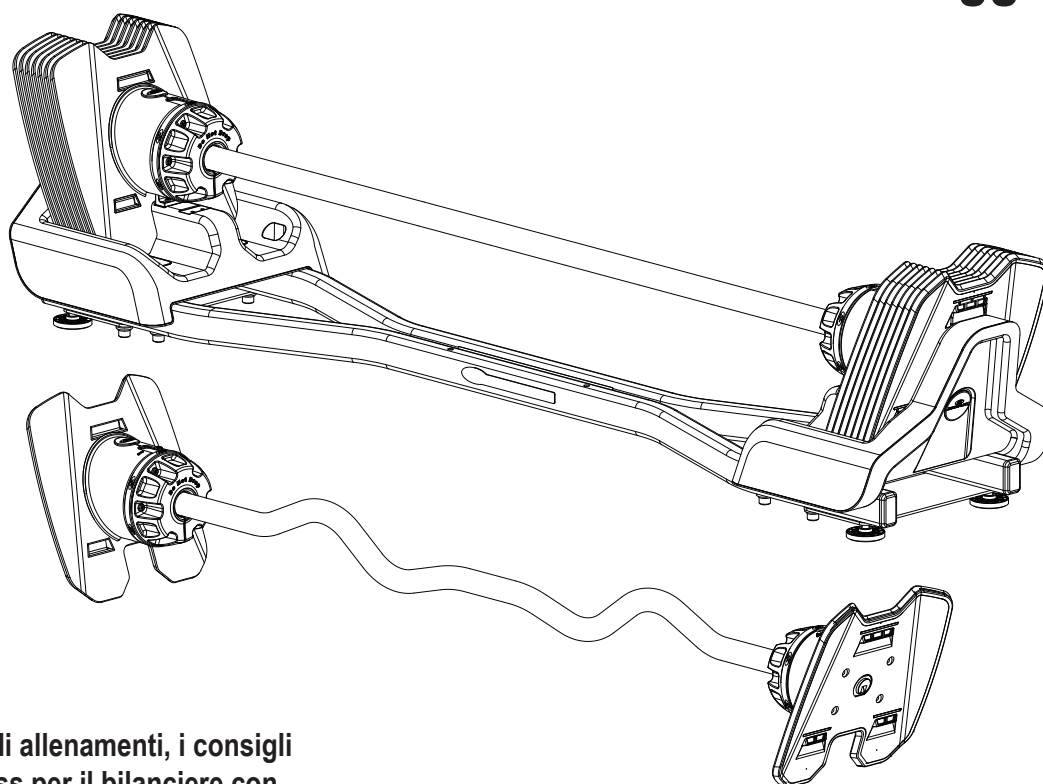




# **BOWFLEX**

## **SelectTech**

### SelectTech™ 2080 Bilanciere con Curl Bar Manuale di montaggio/ utente



Per i video degli allenamenti, i consigli e la guida fitness per il bilanciere con Curl bar Bowflex™ SelectTech™ 2080, visitare:

<http://www.bowflex.com/2080>  
<http://www.bowflex.ca/2080>  
<http://global.bowflex.com/2080>



Per il video di montaggio, visitare il sito:

[www.bowflex.com/getting-started.html](http://www.bowflex.com/getting-started.html)



[global.bowflex.com/en/assembly-videos.html](http://global.bowflex.com/en/assembly-videos.html)



Congratulazioni per aver acquistato il Bilanciere con Curl bar Bowflex™ SelectTech™ 2080. Questo Bilanciere innovativa è uno strumento versatile che vi aiuterà a raggiungere il vostro obiettivo di fitness. Questo prodotto è stato accuratamente progettato e prodotto per offrire una vasta gamma di pesi, a partire da 20 libbre. Da (9 kg) fino a 80 lb. (36 kg). Il prodotto è aggiornabile a 120 lb. (54 kg) con l'aggiunta dell'incremento di peso da 40 libbre. Al fine di utilizzare questo prodotto al meglio, prima di utilizzare il Bilanciere SelectTech™, è fondamentale leggere e comprendere appieno questo manuale utente.

## Sommario

Importanti precauzioni di sicurezza.....	3
Etichette di avvertenza di sicurezza e numero di serie.....	4
Specifiche del prodotto.....	4
Prima del montaggio.....	5
Pezzi.....	5
Bulloneria.....	6
Strumenti.....	6
Montaggio.....	6
Caratteristiche.....	9
Funzionamento.....	10
Informazioni sul Bilanciere Bowflex™ SelectTech™ 2080 con Curl Bar.....	10
Comprensione e verifica della funzione del meccanismo di blocco.....	11
Test del corretto funzionamento del meccanismo di bloccaggio.....	11
Accessori opzionali.....	12
Manutenzione.....	13
Guida alla risoluzione dei problemi.....	14

**Per mantenere valida l'assistenza in garanzia, conservare la prova di acquisto originale e registrare le informazioni seguenti:**

**Numero di serie** \_\_\_\_\_ **Data di acquisto** \_\_\_\_\_


**Se l'attrezzatura è stata comprata negli Stati Uniti/Canada:** E' possibile registrare la garanzia al sito: [www.bowflex.com/register](http://www.bowflex.com/register)  
O contattare il numero 1 (800) 605-3369.

In caso di domande o problemi relativi al prodotto, si prega di chiamare il numero 1 (800) 605-3369.

**Se è stata comprata fuori dagli Stati Uniti/Canada:** Per registrare la garanzia del prodotto, contattare il proprio distributore.

Per dettagli sulla garanzia del prodotto, o in caso di domande o problemi relativi al prodotto stesso, contattare il distributore locale di fiducia. Per trovare il distributore locale, visitare: [www.nutilusinternational.com](http://www.nutilusinternational.com)

Nautilus, Inc., 5415 Centerpoint Parkway, Groveport, OH 43125 USA, [www.NautilusInc.com](http://www.NautilusInc.com) - Customer Service: Nord America (800) 605-3369, [csnls@nautilus.com](mailto:csnls@nautilus.com) | Nautilus (Shanghai) Attrezzature per Fitness Co, Ltd, Room 1701 & 1702, 1018 Changning Road, Changning District, Shanghai, Cina 200042, [www.nautilus.cn](http://www.nautilus.cn) - 86 21 6115 9668 | fuori dagli Stati Uniti [www.nutilusinternational.com](http://www.nutilusinternational.com) | Stampato in Cina | © 2019 Nautilus, Inc. | Bowflex, il logo B, SelectTech, Nautilus, JRNY, e Schwinn sono marchi di proprietà o concessi in licenza da Nautilus, Inc., registrati o altrimenti protetti dalla common law negli Stati Uniti e in altri paesi.

 Questa icona indica una situazione potenzialmente pericolosa che, se non evitata, può causare la morte o lesioni gravi.

**Prima di utilizzare questa attrezzatura, attenersi alle seguenti avvertenze:**

 **Leggere e capire il Manuale utente per intero. Conservare il Manuale utente per riferimenti futuri.**

**Leggere e comprendere tutte le avvertenze presenti sulla macchina. Sostituire le etichette di sicurezza se queste si staccano, si deteriorano o diventano illeggibili. Se la macchina è stata comprata negli Stati Uniti/Canada, contattare il servizio assistenza per la fornitura di etichette sostitutive. Se è stata comprata fuori dagli Stati Uniti/ Canada, contattare il distributore locale.**

**Leggere attentamente e comprendere le istruzioni di montaggio.**

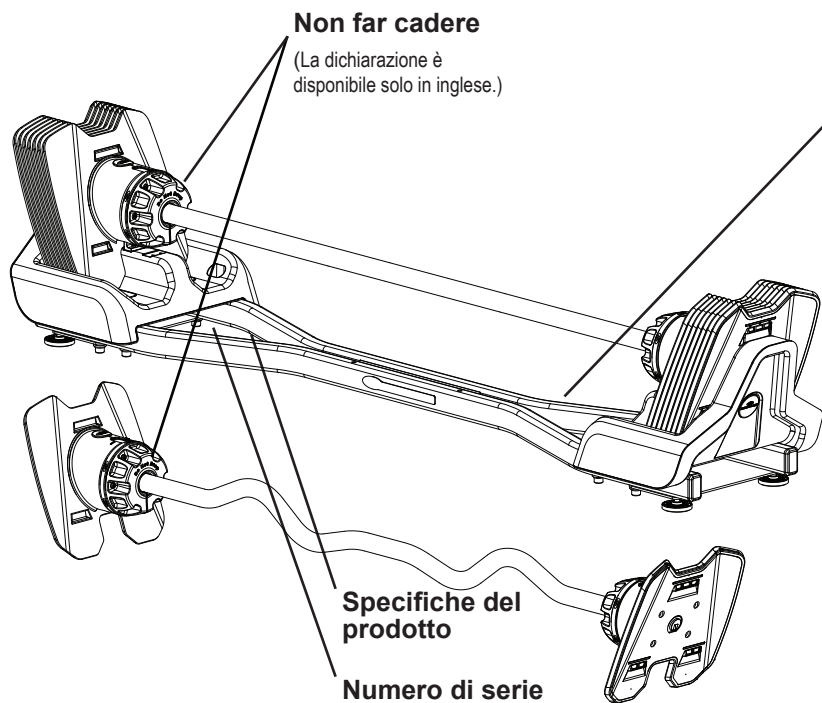
- Non permettere ai bambini di salire o avvicinarsi all'attrezzatura. Le parti mobili e altre caratteristiche della macchina possono essere pericolose per i bambini.
- Mantenere sempre spettatori e bambini lontani dal prodotto in fase di montaggio.
- Assicurarsi che il montaggio abbia luogo in un'area di lavoro adeguata, lontano da passanti e spettatori.
- Alcuni componenti della macchina possono essere pesanti o poco maneggevoli. Per il montaggio dei suddetti componenti, prevedere l'aiuto di un'altra persona. Non intraprendere azioni che coinvolgono il sollevamento di componenti pesanti o movimenti ingombranti da soli.
- Questa macchina è studiata per il solo utilizzo domestico. Non posizionare o utilizzare la macchina in un contesto commerciale o istituzionale. Ciò include palestre, aziende, uffici, club, centri fitness e qualsiasi ente pubblico o privato che abbia una macchina per l'uso da parte dei suoi membri, clienti, dipendenti o affiliati.
- Non montare o utilizzare la macchina all'aperto o in presenza di umidità o acqua.
- Eseguire tutte le fasi di montaggio nella sequenza indicata. Un montaggio errato può provocare lesioni.
- Non cercare di modificare il design o la funzionalità dell'attrezzatura in uso. Ciò potrebbe compromettere la sicurezza dell'attrezzatura e renderne nulla la garanzia.
- Utilizzare l'attrezzatura solo dopo il completamento del montaggio e il controllo del corretto funzionamento, come da Manuale utente del Bilanciere con Curl Bar SelectTech®.
- Non destinato all'uso da parte di minori di 14 anni.
- Non adatto all'uso da parte di persone con situazioni mediche che possono avere un impatto sull'uso sicuro del Bilanciere/Curl bar o rappresentare un rischio di lesione per l'utente.
- Consultare un medico prima di iniziare un programma di allenamento. Interrompere l'esercizio se si avvertono dolori o oppressioni al petto, difficoltà respiratorie o sensazione di svenimento. Contattare il proprio medico prima di utilizzare nuovamente la macchina.
- Prima di iniziare l'allenamento, assicurarsi che nelle aree circostanti non siano presenti possibili interferenze e altre persone. Lo spazio libero per l'allenamento deve essere di 0,6 m (24") superiore all'estensione massima dell'esercizio in tutte le direzioni.
- Non sforzarsi esageratamente durante l'esercizio. Utilizzare la macchina nel modo descritto nel presente manuale.
- Ispezionare e testare periodicamente il corretto funzionamento del meccanismo di bloccaggio. Seguire le procedure di controllo incluse nel presente manuale.
- Non cercare di forzare la manopola di regolazione se il bilanciere è stato rimosso dalla base o se manca un peso dalla base.
- Non lasciare cadere il bilanciere/curl bar a terra. Potrebbero verificarsi danni al prodotto e possibili lesioni personali.
- Non appoggiarsi sulla barra del bilanciere/curl bar o usarla per sostenere il peso corporeo, ad esempio usandola come base per eseguire un push up. Potrebbero verificarsi danni al prodotto e possibili lesioni personali. Non utilizzare mai l'attrezzatura come supporto durante lo stretching o per collegare e utilizzare cinghie di resistenza, corde o altri mezzi.
- Non tentare di smontare la base del bilanciere/curl bar o il gruppo base. Il prodotto non è progettato per essere riparato dal cliente. Se la macchina è stata comprata negli Stati Uniti/Canada, contattare il servizio assistenza per le informazioni sulle riparazioni. Se è stata comprata fuori dagli Stati Uniti/Canada, contattare il distributore locale per eventuali informazioni su interventi di assistenza.
- Il bilanciere/curl bar è molto pesante. Se non si usa il supporto del bilanciere opzionale, per garantire il massimo supporto, posizionare il Bilanciere/curl bar direttamente sul pavimento.
- Non riporre il bilanciere o i gruppi barra del curl bar in posizione verticale. Potrebbero verificarsi danni al prodotto e possibili lesioni personali.
- Sorvegliare i bambini per assicurarsi che non giochino con l'apparecchio.
- Ispezionare l'apparecchiatura prima dell'uso. Non utilizzare l'apparecchiatura se è usurata, danneggiata o non funzionante.

- Per aumentare la resistenza del peso in modo incrementale, utilizzare solo i mezzi di resistenza incrementale forniti dal produttore.

## • CONSERVARE LE PRESENTI ISTRUZIONI

### Etichette di avvertenza di sicurezza e numero di serie

Registrare il numero di serie nel campo Numero di serie all'inizio di questo manuale.



#### AVVERTENZA

- Attrezzatura adatta esclusivamente all'uso domestico.
- Non destinato all'uso da parte di minori di 14 anni.
- Consultare un medico prima di iniziare un programma di esercizi.
- Tenere sempre bambini e animali domestici lontani dalla macchina.
- Fare attenzione quando si utilizza questa attrezzatura o si possono verificare lesioni gravi o morte.
- Prima dell'uso, leggere e assicurarsi di aver compreso il manuale utente, incluse le avvertenze.
- Tenere capelli, corpo e indumenti lontani da tutte le parti in movimento.
- I soggetti di età compresa tra i 14 e i 17 anni devono essere sempre sorvegliati durante l'utilizzo di questa attrezzatura.

(L'etichetta della macchina è disponibile solamente in inglese e in francese del Canada e in Cinese.)

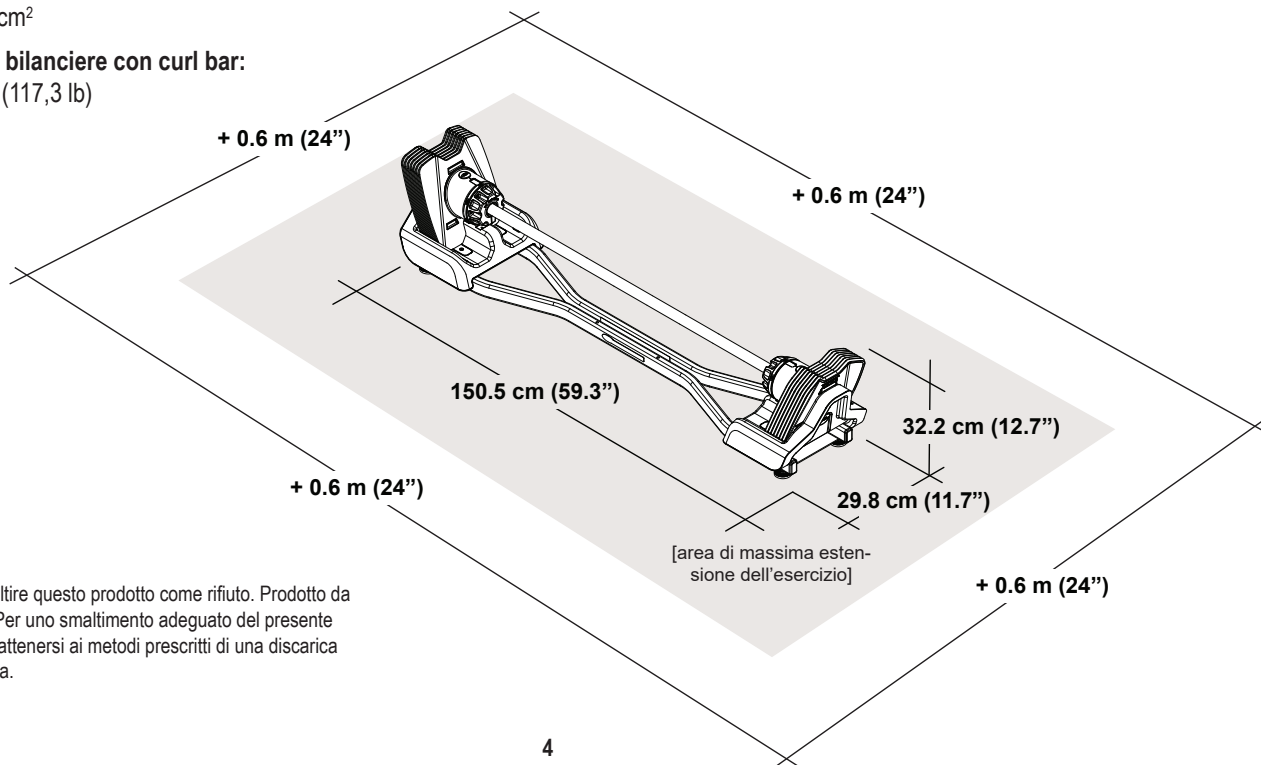
## Specifiche

Area superficie totale (dimensione) dell'attrezzatura:

4484,9 cm<sup>2</sup>

Peso del gruppo bilanciere con curl bar:

53,2 kg (117,3 lb)



NON smaltire questo prodotto come rifiuto. Prodotto da riciclare. Per uno smaltimento adeguato del presente prodotto, attenersi ai metodi prescritti di una discarica autorizzata.

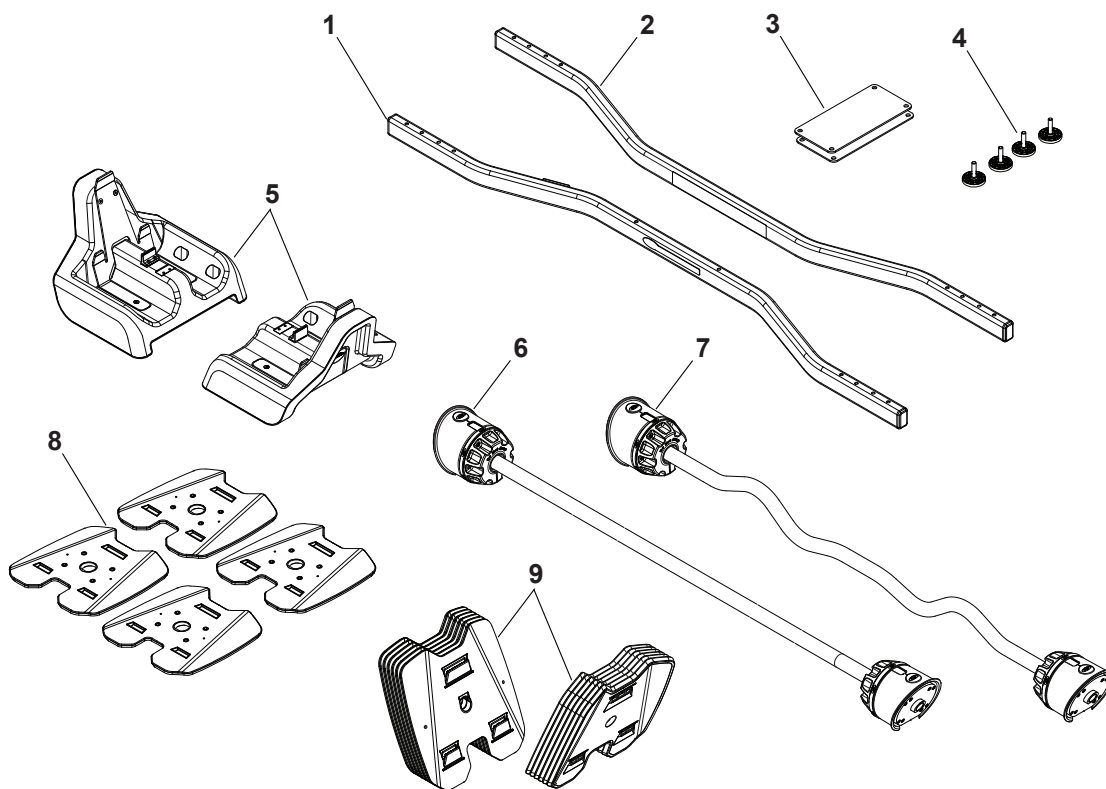
Selezionare l'area in cui si collocherà e utilizzerà l'attrezzatura acquistata. Per un utilizzo sicuro, il prodotto dovrà essere disposto su una superficie dura e in piano. Prevedere un'area di allenamento di almeno 3 m x 3 m (120" x 120").

## Accorgimenti di base per il montaggio

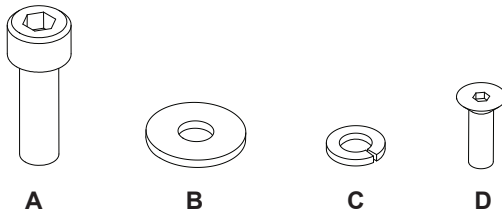
Attenersi alle seguenti indicazioni di base in fase di montaggio dell'attrezzatura:

1. Prima del montaggio leggere e comprendere le "Importanti precauzioni di sicurezza".
2. Riunire tutti i componenti necessari per ciascuna fase di montaggio.
3. Se non altrimenti specificato, usare le chiavi indicate e avvitare i bulloni e i dadi verso destra (in senso orario) per serrarli e verso sinistra (in senso antiorario) per allentarli.
4. Per unire 2 pezzi, sollevarli delicatamente e guardare attraverso i fori dei bulloni per guidare il bullone nei fori.

## Pezzi



Articolo	Descrizione	Qtà
1	Barra di sostegno, anteriore	1
2	Barra di sostegno, posteriore	1
3	Piastre di base	2
4	Livellatori	4
5	Protezioni finali della base	2
6	Gruppo barra del bilanciante	1
7	Gruppo barra della Curl bar	1
8	Adattatore pesi	4
9	Pesi 5-lb (2,27 kg)	12



## Attrezzi

### Incluso



3 mm  
6 mm

Articolo	Descrizione	Qtà
A	Vite a brugola M8 X 25	16
B	Rondella piatta, M8	8
C	Rondella di sicurezza elastica M8	8
D	Vite a brugola a testa piana M5 X 16	16

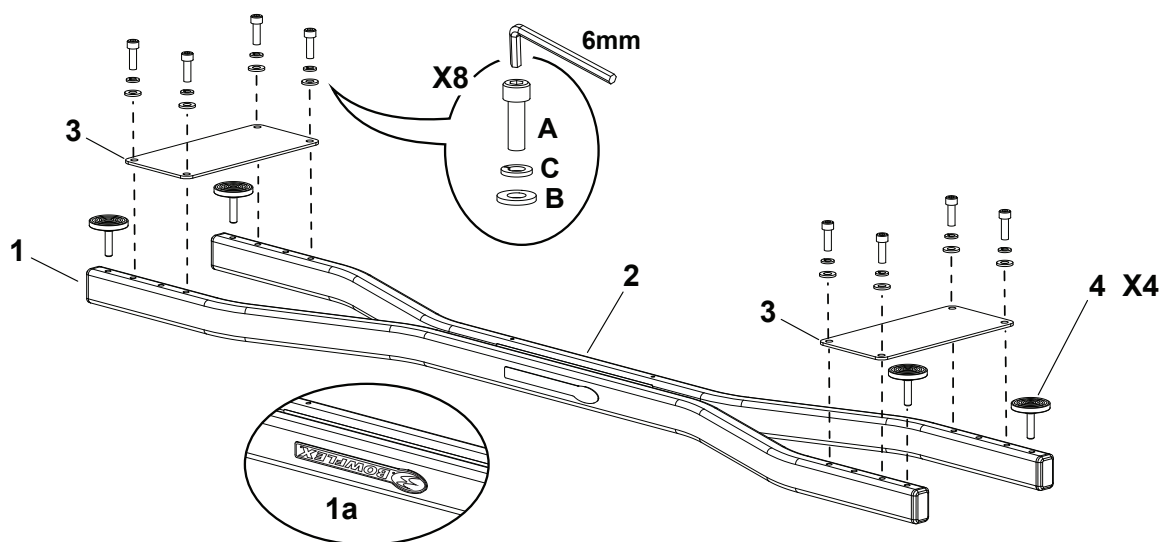
## Montaggio

Se si stanno assemblando il bilanciere con la curl bar e il supporto opzionale con il supporto dispositivi media insieme, per le istruzioni di montaggio fare riferimento al manuale di montaggio del supporto Bowflex™ SelectTech™ 2080 con supporto dispositivi media.

### 1. Fissare le piastre della base alle barre di sostegno della base, quindi installare i livellatori.

**Nota:** Assicurarsi di fissare le piastre sul fondo delle barre di sostegno in modo che l'etichetta (1a) sia rivolta verso l'alto dopo il montaggio. Prima serrare a mano tutte le viti, poi serrarle completamente. Montare i livellatori.

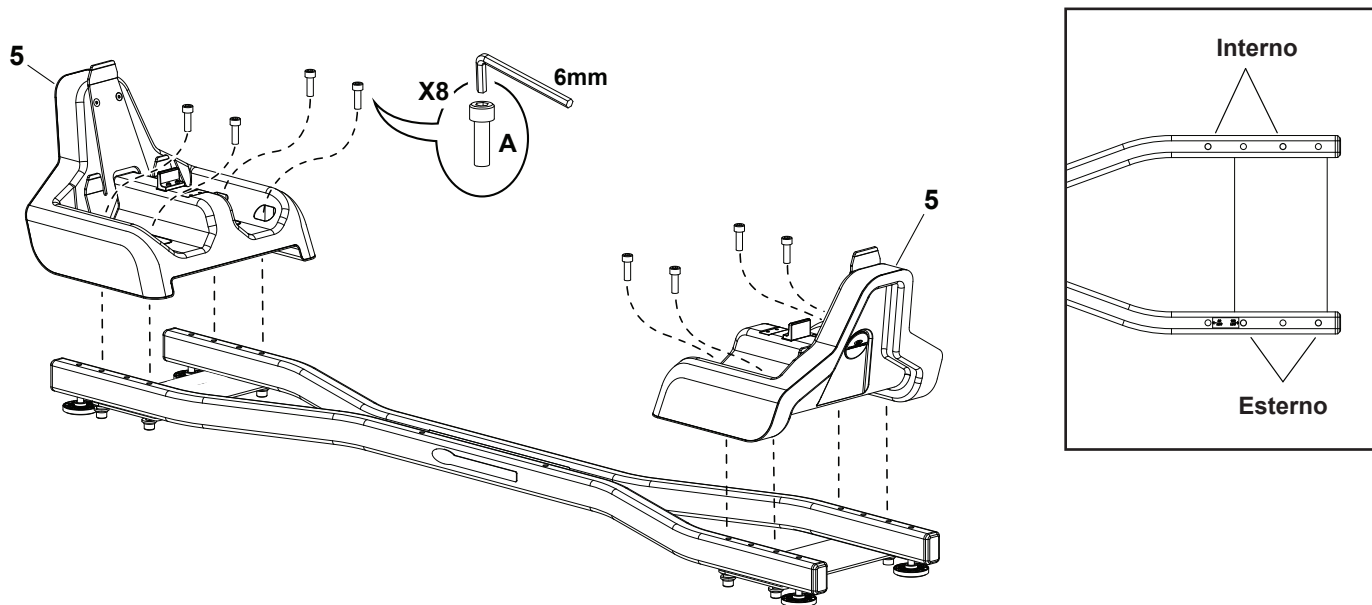
Girare il gruppo base a destra verso l'alto e regolare i livellatori in modo che il gruppo sia livellato e stabile.



## 2. Fissare le protezioni finali della base

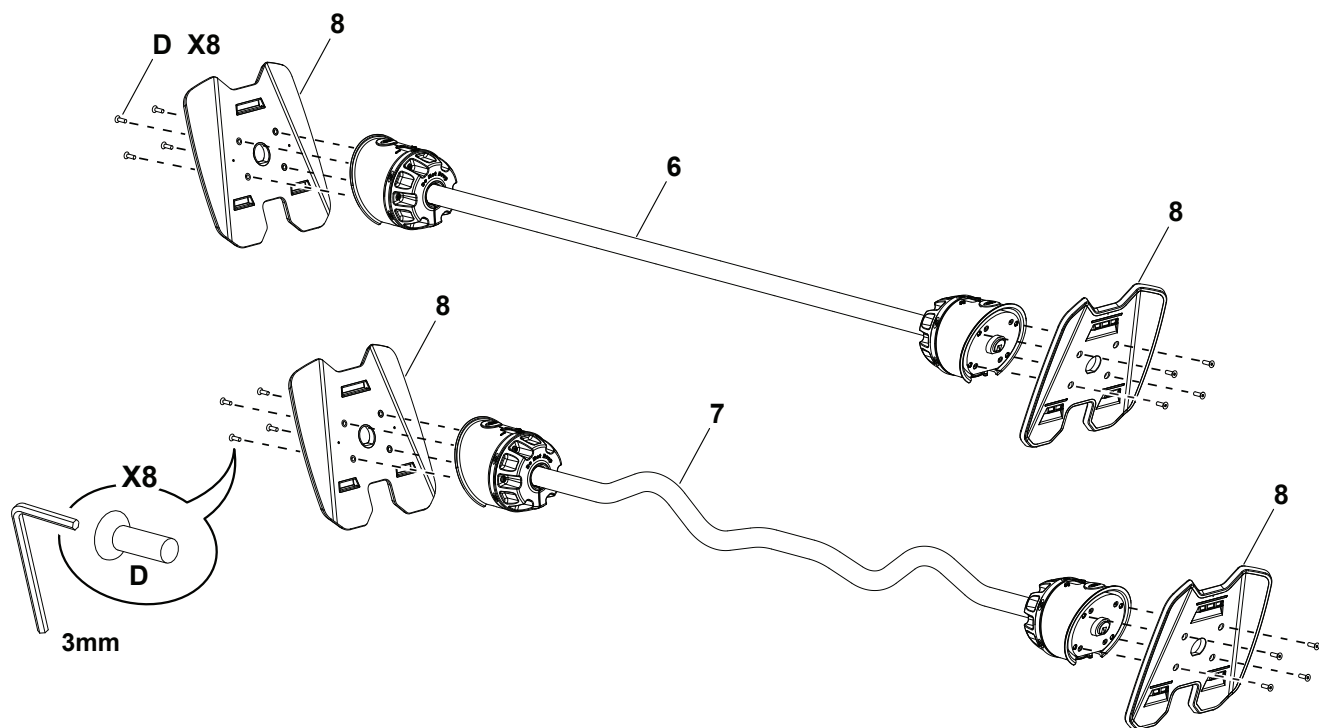
**Nota:** Non serrare completamente le viti. Le protezioni devono ancora scorrere.

**AVVISO:** Utilizzare la serie interna di fori per le viti delle barre di supporto per farle coincidere con il bilanciante da 80 libbre. Se il bilanciante ha l'incremento di peso da 40 libbre (configurazione da 120 lb), utilizzare la serie esterna di fori per le viti delle barre di supporto.



## 3. Fissare l'adattatore pesi alla barra del bilanciante e alla barra della curl bar

**AVVISO:** Assicurarsi che gli adattatori dei pesi siano orientati correttamente. Le viti devono entrare nei fori svasati sul retro dei pesi.



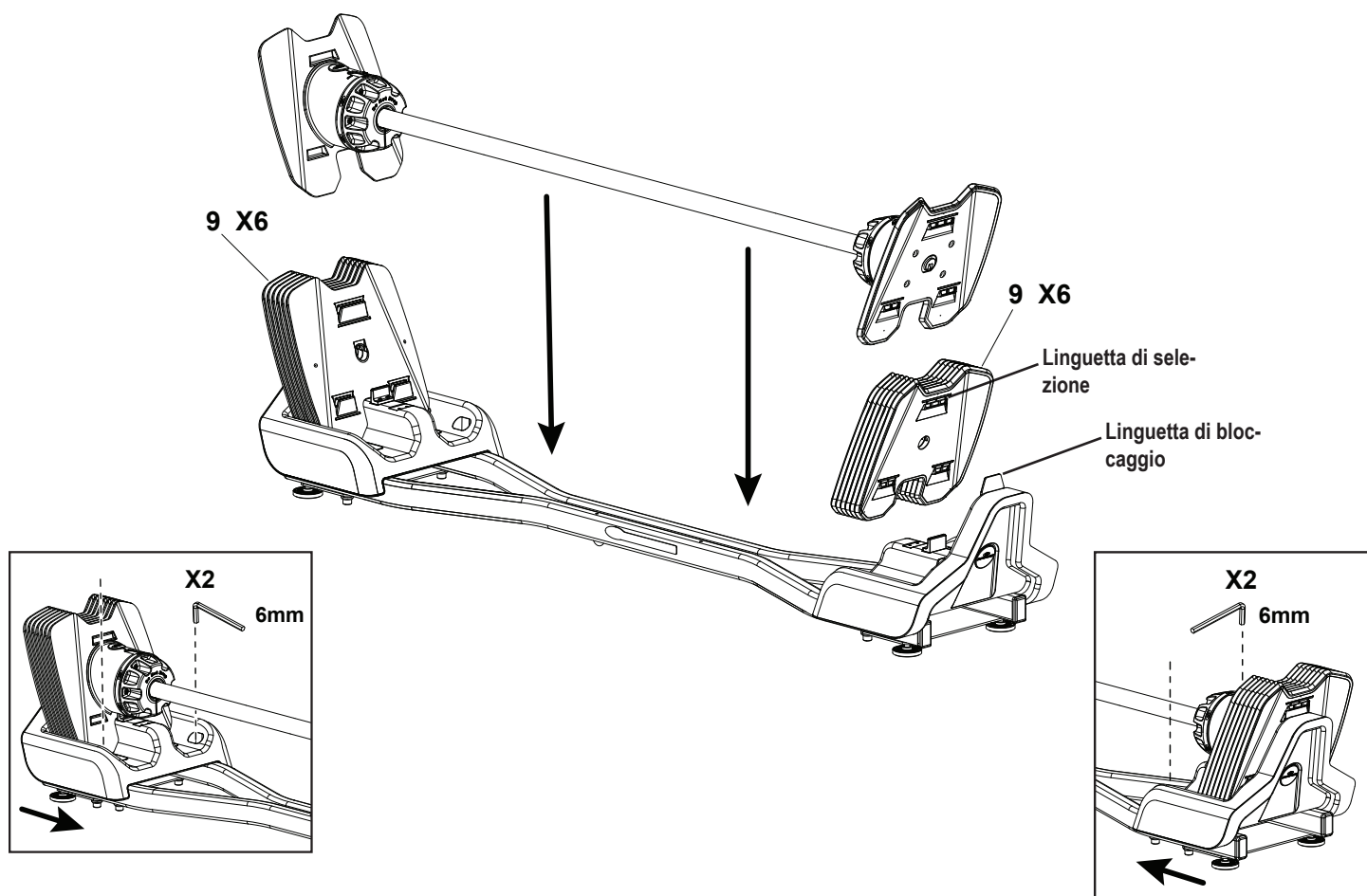


## 4. Mettere i pesi e il gruppo bilanciere nella base e regolare le protezioni finali della base

**!** Per evitare lesioni serie, quando si inseriscono i pesi nel gruppo Base, attenzione a non incastrarsi mani o dita.

**AVVISO:** Assicurarsi che i pesi siano completamente inseriti nella base. Assicurarsi che non ci siano grandi spazi vuoti tra i pesi, e che tutte le linguette dei pesi siano allineate e bloccate insieme. Accertarsi che la linguetta di bloccaggio nella parte superiore di ogni protezione finale della base sia posizionata sulla linguetta di selezione della parte superiore del retro del peso.

Spingere le protezioni verso l'interno. Serrare le viti interne. Per serrare le viti esterne, potrebbe essere necessario rimuovere il bilanciere e i pesi. Questa regolazione è importante per il corretto funzionamento e per riporre il bilanciere agevolmente. Se riporre il bilanciere sullo stand dopo il montaggio risulta difficile, può essere necessario ripetere questo processo.



## 5. Ispezione finale

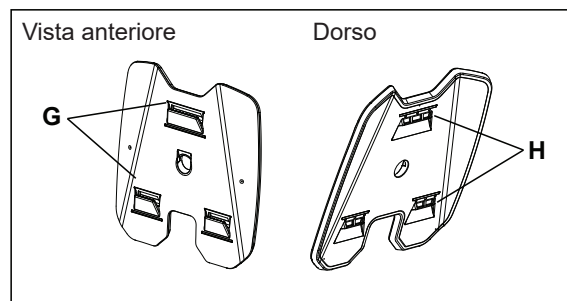
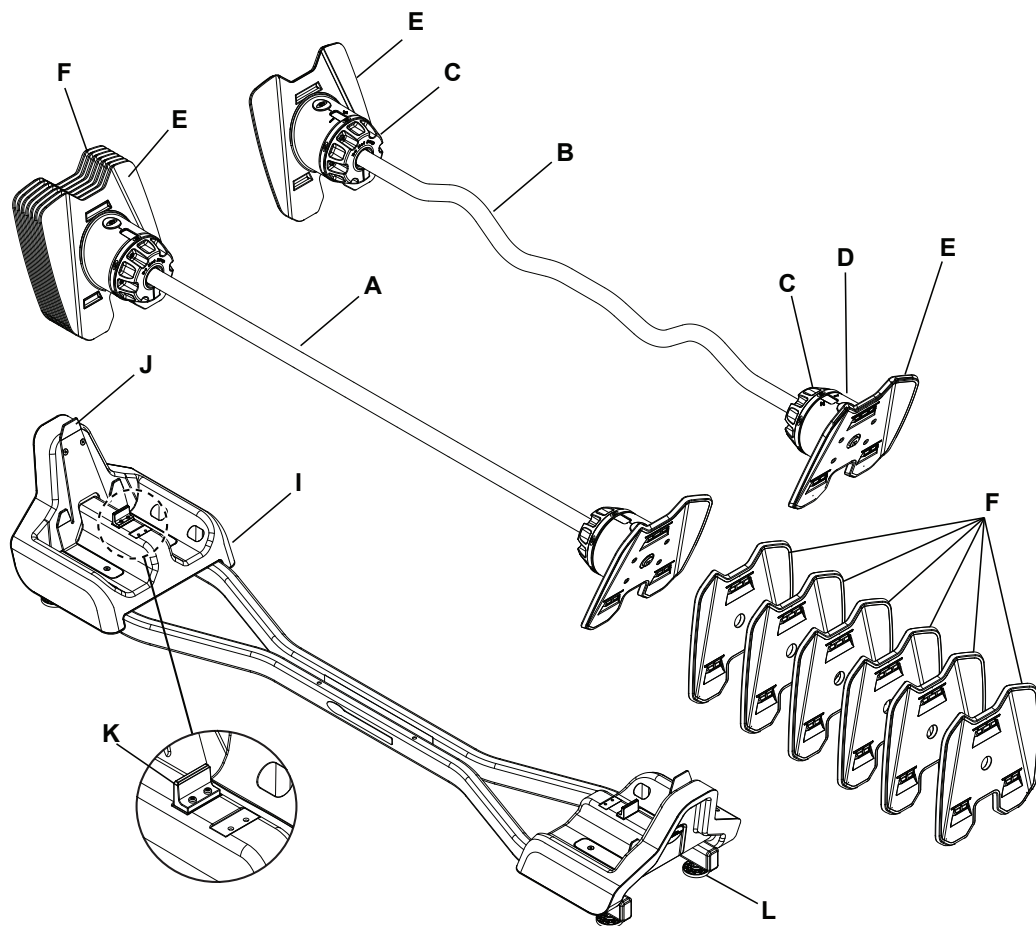
Controllare la macchina per assicurarsi che tutti i fissaggi siano serrati e che i componenti siano montati correttamente.

Registrare il numero di serie nell'apposito campo previsto sulla copertina del presente manuale.

**!** Utilizzare la macchina solo dopo il completamento del montaggio e il controllo del corretto funzionamento, come da Manuale utente.



- A. Barra del bilanciante
- B. Barra della Curl bar
- C. Manopola di regolazione
- D. Meccanismo di selezione del peso
- E. Adattatore pesi
- F. Pesi - 5 lb (2,27 kg)
- G. Linguetta di bloccaggio, peso
- H. Linguetta di selezione
- I. Base
- J. Linguetta di bloccaggio, base
- K. Perno di bloccaggio, base
- L. Livellatore



Ci sono 7 incrementi di peso per il prodotto base 2080 e 4 incrementi di peso l'aggiornamento di peso da 40 libbre.

20	30	40	50	60	70	80
9,1 kg	13,6 kg	18,1 kg	22,7 kg	27,2 kg	31,8 kg	36,3 kg

90	100	110	120
40,8 kg	45,4 kg	49,9 kg	54,4 kg

**Nota:** Gli incrementi di peso rappresentano solo valori stimati. I valori esatti possono variare in base alla produzione.

## Informazioni sul bilanciere con curl bar Bowflex™ SelectTech™

Il set bilanciere Bowflex™ SelectTech™ 2080 include un bilanciere e una curl bar. Dopo aver rimosso con cautela il bilanciere dalla relativa scatola, occorre effettuare alcune operazioni per familiarizzare con il funzionamento del prodotto, e per assicurarsi che tutti i componenti del bilanciere edella curl bar funzionino secondo le specifiche.

**⚠ Non lasciar cadere il bilanciere/curl bar. Lasciando cadere il bilanciere/curl bar si possono danneggiare i pesi e/o il meccanismo di bloccaggio, e si può causare l'improvviso disinnesto (caduta) dei pesi dalla maniglia. Ciò può causare gravi lesioni e invalidare la garanzia.**

1. Dopo aver rimosso il bilanciere e la curl bar dalla confezione protettiva, ispezionare i prodotti e il materiale di imballaggio per individuare eventuali danni. Montaggio del prodotto.

**⚠ Attenersi alle precauzioni di sicurezza e alle tecniche di sollevamento indicate. Piegare ginocchia e gomiti, mantenere la schiena dritta e spingere in alto anche con le braccia. Raddrizzare le gambe per sollevare.**

2. Spingere leggermente verso il basso sul gruppo barra per assicurarsi che sia completamente inserito nella base. Ruotare la manopola di regolazione effettuando diverse rotazioni complete per accertarsi che ruoti in entrambe le direzioni. Accertarsi che per ogni incremento di peso si avverta un clic del bullone di regolazione. Questo clic sarà d'aiuto nell'individuare il corretto allineamento per selezionare un determinato incremento di peso.
3. Su entrambe le manopole di regolazione, gli incrementi di peso vanno dalle 20 alle 120 lb (da 9,1 kg a 54,4 kg). Gli incrementi da 90-120 lb sono usati per il kit aggiornamento da 40-lb.

Per selezionare correttamente un determinato peso (20 lb [9,1 kg] ad esempio), ruotare entrambe le manopole di regolazione fino a che il numero (20) non sarà allineato con la freccia situata sul bordo interno del logo Bowflex™ (Fig.1).

4. Dopo aver accertato il corretto funzionamento del bullone di regolazione, ruotare ciascun bullone in modo che il numero 20 sia allineato con la freccia nella targa Bowflex™.
5. Con entrambi i bulloni di regolazione impostati su 20, estrarre il gruppo barra dal bilanciere. In questo modo si rimuove solo il gruppo barra (con adattatore pesi) dalla base, lasciando tutti i pesi sulla base (fig. 2). Il gruppo barra costituisce il peso iniziale di 20 lb (9,1 kg).
6. Dopo aver rimesso il gruppo barra nella base, è possibile aumentare il peso selezionato ruotando ogni manopola di regolazione in senso orario.
7. La barra del bilanciere e i pesi sono simmetrici e intercambiabili. La barra è inserita con entrambe le estremità rivolte verso l'utente, a condizione che il numero di pesi selezionato sia uguale su entrambe le estremità del bilanciere.

**AVVISO:** Per rimuovere il bilanciere dalla base o rimetterlo nella base, usare un movimento verticale, perpendicolare alla base. Non inclinare il bilanciere o muoverlo lateralmente (parallelamente alla base) fino a che questa non sia completamente libero dai pesi non selezionati.

**⚠ Non appoggiarsi sulla maniglia del bilanciere o usarla per sostenere il peso corporeo, ad esempio usandola come base per eseguire un push up. Ciò può danneggiare i pesi e / o i meccanismi di bloccaggio e causare l'improvviso disinnesto (caduta) dei pesi dalla maniglia. Ciò può causare gravi lesioni e invalidare la garanzia.**

**⚠ Esaminare il bilanciere prima di ciascun utilizzo. Non utilizzare un bilanciere che presenta parti usurate o danneggiate. E' previsto che si possano verificare alcuni leggeri graffi superficiali sui pesi, ma i graffi più profondi possono causare problemi. Contattare il servizio assistenza (se negli Stati Uniti/Canada) o il distributore locale (se fuori da Stati Uniti/Canada) per informazioni sulle riparazioni.**

Figura 1

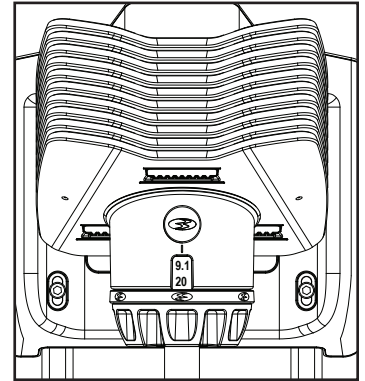
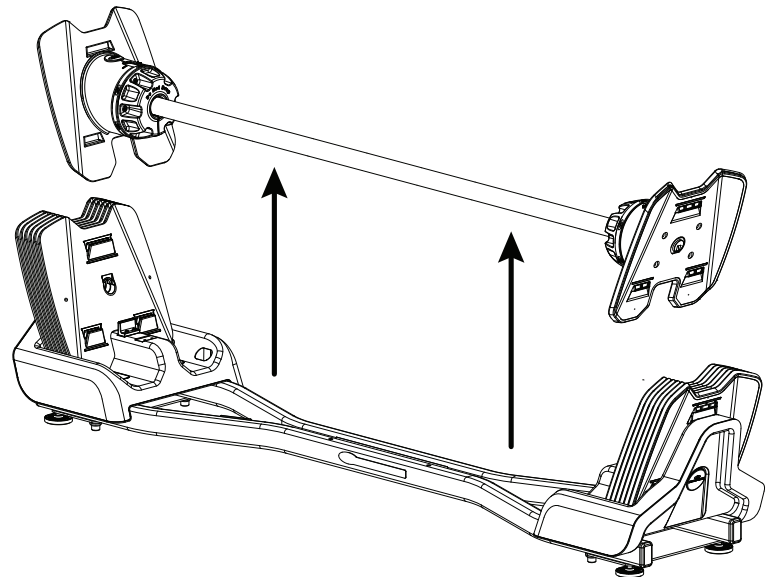


Figura 2



## Comprensione e verifica del funzionamento del meccanismo di bloccaggio

Il bilanciere Bowflex™ SelectTech™ è dotato di un meccanismo di bloccaggio esclusivo, progettato per assicurare una corretta e completa selezione dei pesi e la ritenzione degli stessi durante l'allenamento.

**!** **Comprendere appieno la funzione di questo meccanismo e testarlo regolarmente per assicurarsi che funzioni correttamente.**

### Funzione

Il meccanismo di bloccaggio fornisce una funzione chiave:

Il meccanismo permette la rotazione dei bulloni di regolazione solo quando la barra del bilanciere è completamente inserita e utilizza la base del bilanciere.

### Scopo

Il meccanismo di bloccaggio ha uno scopo principale:

Il meccanismo impedisce la deselegazione (caduta) dei pesi dal bilanciere quando questo NON si trova sulla base del bilanciere.

Data l'importanza di questo meccanismo di bloccaggio, è essenziale comprenderne il funzionamento, e verificarlo periodicamente in modo da assicurarsi che operi in modo corretto.

## Verifica del corretto funzionamento del meccanismo di bloccaggio

**!** **Alcuni componenti della macchina possono essere pesanti o poco maneggevoli. Per le fasi di montaggio che coinvolgono i suddetti componenti, prevedere l'aiuto di un'altra persona. Non intraprendere azioni che coinvolgono il sollevamento di componenti pesanti o movimenti ingombranti da soli.**

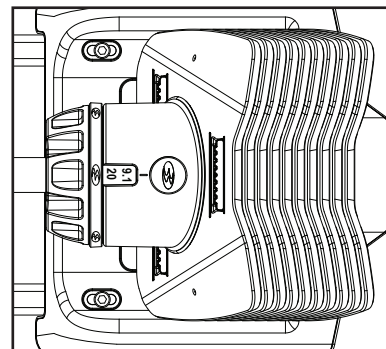
1. Con l'impugnatura del bilanciere inserita nella base del bilanciere, ruotare i bulloni di regolazione sul numero 20. Saprete di aver selezionato completamente e correttamente il numero quando sentirete che la manopola di regolazione si assesta in una tacca (dente di arresto). Si avverterà inoltre un leggero ma udibile scatto, che corrisponde alle posizioni della ritenzione per ciascun numero.
2. Dovrebbe essere ora possibile estrarre la barra dalla base lasciando tutti i pesi su di essa.
3. Una volta rimossa la barra dalla base, impugnare uno dei bulloni di regolazione con l'altra mano e tentare di ruotare delicatamente il bullone, il bullone non dovrebbe ruotare. Un fermo di bloccaggio dovrebbe infatti aver serrato il gruppo di rotazione al momento della rimozione dell'unità dalla base. Eseguire il test su tutti i bulloni di regolazione.

**!** **Non esercitare una forza eccessiva quando si tenta di ruotare il bullone di regolazione bloccato. L'uso di una forza eccessiva potrebbe danneggiare il meccanismo di bloccaggio.**

4. Dopo aver accertato il corretto funzionamento del meccanismo di bloccaggio come descritto qui sopra, riporre e inserire la barra del bilanciere completamente nel gruppo base.
5. Una volta inserita la barra nella base, ruotare la manopola di regolazione su un lato in una posizione tra i numeri 20 e 30. Non dovrebbe essere possibile fermare la manopola di regolazione in questa posizione intermedia. L'azione della molla della manopola dovrebbe selezionare automaticamente la posizione 20-lb o 30-lb.
6. Assicurarsi che la manopola di regolazione sia tornata a una selezione del peso completa e corretta e che sia ora possibile rimuovere la barra del bilanciere dalla base.
7. Ripetere il test su tutti i bulloni di regolazione.
8. Accertarsi che l'intero gruppo barra del bilanciere sia avvitato correttamente. Questa operazione si effettua impostando il bullone di regolazione su 20 libbre e rimuovendo il gruppo barra dalla base. Impugnare entrambi i bulloni di regolazione e tirarli e spingerli molto delicatamente in direzione uguale e contraria rispetto all'impugnatura della barra. Il gioco delle manopole non dovrebbe essere eccessivo.

**!** **Questo passaggio potrebbe richiedere la presenza di due persone. Non esercitare una forza eccessiva quando si tenta di ruotare il bullone di regolazione bloccato. L'uso di una forza eccessiva potrebbe danneggiare il meccanismo di bloccaggio.**

9. Il test del funzionamento dei meccanismi di bloccaggio è stato ora completato. Consigliamo di ripetere questo test mensilmente per assicurarsi che i meccanismi di blocco funzionino correttamente.



## Accessori opzionali

**!** Per spostare il bilanciere e la base insieme, avvalersi dell'aiuto di una seconda persona. Per sollevare il bilanciere e la base insieme, afferrare le estremità del gruppo base sotto i supporti della base. Assicurarsi che le persone preposte siano fisicamente idonee e in grado di spostare l'attrezzatura in tutta sicurezza.

Se il meccanismo di bloccaggio del bilanciere non funziona in modo soddisfacente con la procedura di prova sopra descritta, procedere come segue:

1. Interrompere immediatamente l'utilizzo del prodotto fino a che non sarà eseguita una corretta manutenzione.
2. Contattare il servizio assistenza (se negli Stati Uniti/Canada) o il distributore locale (se fuori da Stati Uniti/Canada).

### Esercizi

Per istruzioni su come allenarsi con il bilanciere Bowflex™ SelectTech™ 2080 con Curl Bar, è possibile guardare i video degli esercizi forniti online al link:

<http://www.bowflex.com/2080>

<http://www.bowflex.com/2080>

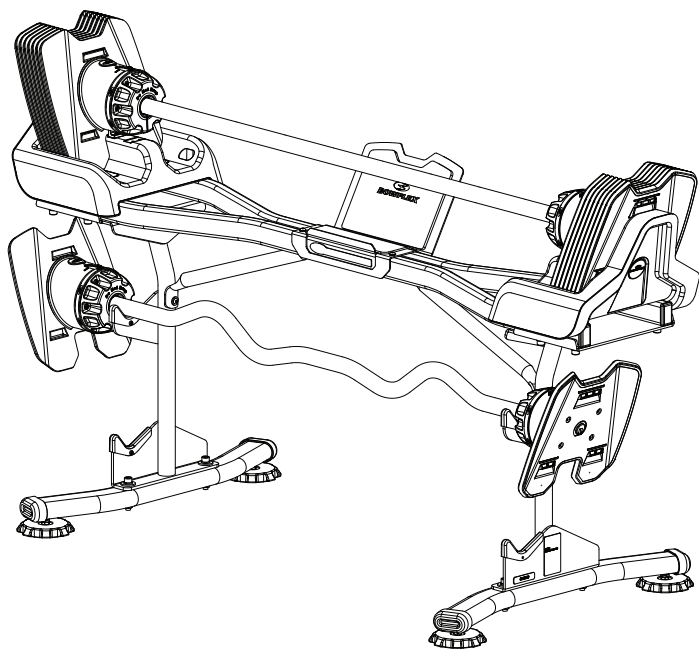
<http://global.bowflex.com/2080>

## Accessori opzionali

### Stand Bowflex™ SelectTech™ 2080 con supporto dispositivi media

Questo elegante supporto offre un design ergonomico che aumenta la funzionalità del bilanciere SelectTech™.

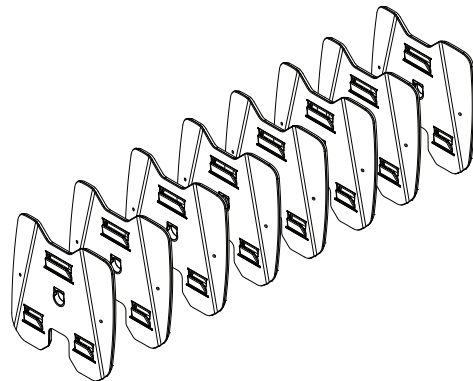
- Il design" permette all'utente di mantenere la parte superiore del corpo in posizione corretta mentre si sollevano o si ripongono i bilancieri nella base.
- Base per barra non utilizzata 20lb (curl o bilanciere). La base aggiuntiva facilita il passaggio da una barra all'altra.
- I piedi stabilizzatori ampi e regolabili assicurano la massima stabilità.
- Supporto dispositivi media incorporato..
- Dimensioni (con bilanciere da 80-lb): 150,1 cm lung. x 60,5 cm largh. x 81,5 cm Alt.(59,3" lung. x 11,7" largh. x 12,7" alt.)



### Incremento di peso Bowflex™ SelectTech™ 2080

Il kit di incrementi di peso da 40 libbre consente di aggiornare il sistema di bilancieri SelectTech™ 2080 a 120 libbre totali (54 kg).

- Gli 8 pesi (4 per ogni lato) aumentano il peso per incrementi di 10 libbre per ogni coppia di pesi.
- I pesi aggiuntivi si trovano nella base originale.
- Il quadrante di selezione del peso esistente fornisce già incrementi fino a 120 libbre nel prodotto originale. Gli incrementi da 90 - 120 libbre vengono utilizzati per il kit aggiornamento di peso da 40 libbre.



La panca da allenamento e il tappetino opzionali sono disponibili separatamente.

**Ulteriori prodotti Nautilus, Inc. sono disponibili al sito**  
**[www.nautilusinc.com](http://www.nautilusinc.com)**

**!** **L'attrezzatura deve essere controllata regolarmente per individuare eventuali danni ed eseguire eventuali interventi di riparazione. Al proprietario spetta la responsabilità di eseguire una manutenzione regolare. I componenti usurati o danneggiati devono essere sostituiti immediatamente o l'attrezzatura deve essere ritirata dall'assistenza una volta riparata. Utilizzare solo componenti forniti dal produttore per la manutenzione e la riparazione della macchina.**

**Sostituire le etichette di sicurezza se queste si staccano, si deteriorano o diventano illeggibili. Se la macchina è stata comprata negli Stati Uniti/Canada, contattare il servizio assistenza per la fornitura di etichette sostitutive. Se è stata comprata fuori dagli Stati Uniti/ Canada, contattare il distributore locale.**

Il bilanciere Bowflex™ SelectTech™ è un prodotto a bassissima manutenzione. Vi sono tuttavia alcune procedure che occorre effettuare per mantenere il prodotto in condizioni di funzionamento ottimali e per conservarne l'aspetto.

1. Nel caso in cui il gruppo barra, i pesi o la base del vostro Bilanciere SelectTech™ risultino sporchi, pulirli con un panno leggermente inumidito in acqua calda e una piccola quantità di detergente non aggressivo. Asciugare con un panno pulito.
2. Il bilanciere SelectTech™ è lubrificato internamente e non necessita di ulteriore lubrificazione interna. Il contatto tra i pesi e il meccanismo di selezione non è lubrificato ma presenta un attrito naturalmente ridotto. Esso non necessita generalmente di alcuna lubrificazione. Se si ritiene necessario lubrificare i pesi e/o meccanismo di selezione, utilizzare solamente un lubrificante in silicone al 100%.

**!** **Non utilizzare solventi, detersivi aggressivi, prodotti chimici o candeggina su questo prodotto – potrebbero causare danni ai materiali, peggiorando le prestazioni e la durabilità del prodotto.**

**Non tentare di smontare la base del bilanciere/curl bar o il gruppo base. Questi elementi non sono progettati per la manutenzione da parte dell'utente. Tale operazione annullerà la garanzia del produttore. Contattare il servizio assistenza (se negli Stati Uniti/Canada) o il distributore locale (se fuori da Stati Uniti/Canada).**

Problema	Soluzione
<p>La barra del bilancieri non si inserisce completamente nella base quando non è selezionato nessun peso (la barra non ha nessun peso montato).</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Accertarsi che entrambi i bulloni di regolazione siano impostati sul numero 20.</li> <li>2. Assicurarsi che gli spazi della base siano impostati correttamente come da passo 6 delle istruzioni di montaggio.</li> <li>3. Assicurarsi che in ogni lato della base sia installato il numero corretto di pesi (6 per la versione da 80 libbre, 10 per l'aggiornamento di peso da 40 libbre).</li> </ol>
<p>La barra del bilanciere non si inserisce completamente nella base quando i pesi sono selezionati (la barra presenta dei pesi montati).</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Controllare per verificare se si sono selezionati pesi diversi sulle due estremità del bilanciere (ad esempio se un bullone di regolazione è impostato su 20 e l'altro è impostato su 30). In tal caso, ricollocare il bilanciere nella base con la stessa inclinazione con la quale è stato sollevato. Ciò consentirà ai pesi di tornare all'interno delle rispettive aperture vuote all'interno della base.</li> <li>2. Controllare che i pesi non selezionati (quelli che rimangono nella base del bilanciere) si trovino nelle loro posizioni corrette e siano correttamente posizionati con tutte le linguette innescate. Questi potrebbero impedire al bilanciere di essere riposto nella base.</li> <li>3. Assicurarsi che lo spazio della base sia impostato correttamente (fare riferimento al punto 6 delle istruzioni di montaggio).</li> <li>4. Se si utilizza l'incremento di peso da 40 libbre, assicurarsi che l'attuatore perno sia impostato correttamente secondo le istruzioni di montaggio.</li> <li>5. Assicurarsi che in ogni lato della base sia installato il numero corretto di pesi (6 per la versione da 80 libbre, 10 per l'aggiornamento di peso da 40 libbre).</li> </ol>
<p>Il bullone di regolazione non ruota mentre la barra si trova nella base.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Accertarsi che la barra del bilanciere sia inserita completamente all'interno della base del bilanciere. Se questa non è inserita completamente, il meccanismo di bloccaggio non viene disattivato e potrebbe impedire la rotazione dei bulloni di regolazione.</li> <li>2. Controllare che non vi siano sporco, detriti o altre ostruzioni nella base del bilanciere. Per effettuare questo controllo potrebbe essere necessario rimuovere i pesi dalla base. Ricordarsi di riporre ogni peso nella sua rispettiva posizione con la linguetta di selezione rivolta in direzione opposta rispetto all'impugnatura del bilanciere.</li> <li>3. Verificare che tutte i pesi (con il numero corretto per lato) siano correttamente posizionati nella base con tutte le linguette correttamente innescate. Il meccanismo della manopola di regolazione può essere bloccato se alcuni pesi non sono inseriti correttamente nella base o se alcuni pesi mancano dalla base, ad esempio pesi che sono ancora montati sulla barra che non è in uso.</li> <li>4. Se mancano dei pesi dalla base e le aste di selezione della barra non innestano i pesi selezionati (i pesi sono sull'altra barra), impostare la barra che si sta utilizzando attualmente su 20 e rimuoverla dalla base. Riporre la barra che trattiene i pesi mancanti nella base del bilanciere. Impostare la manopola di selezione su 20 e rimuovere la barra, lasciando i pesi nella base.</li> </ol>





