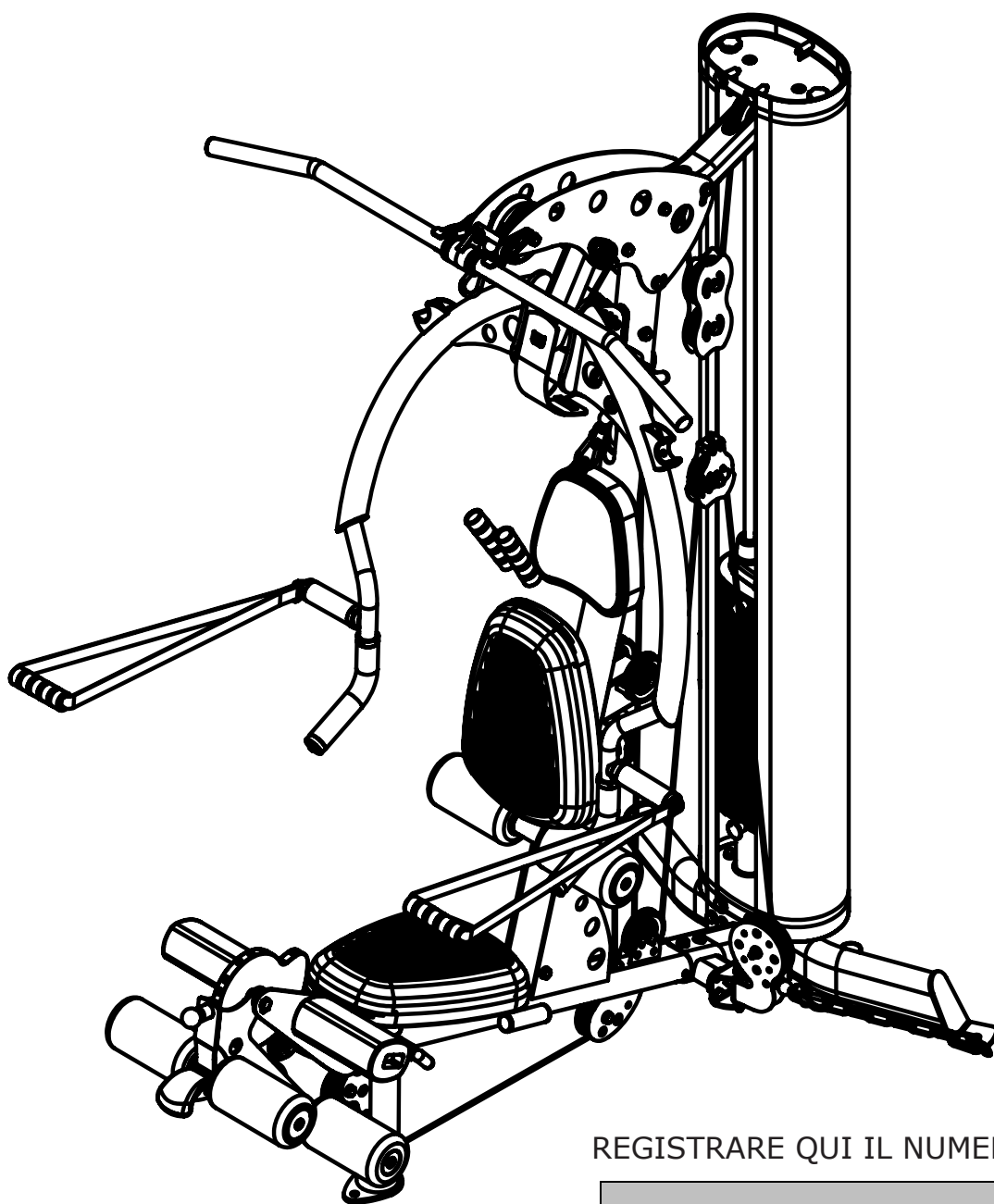




MANUALE DI MONTAGGIO E D'USO



REGISTRARE QUI IL NUMERO DI SERIE

CONGRATULAZIONI... Avete appena fatto il primo passo verso un corpo più sano e forte. Questa Home Gym Inspire Fitness è la chiave per sbloccare il potenziale del vostro corpo. È stato dimostrato che un allenamento regolare della resistenza con una Home Gym offre moltissimi benefici, tra cui: aumento del tono muscolare, riduzione del grasso corporeo, miglioramento dei livelli di energia, riduzione dello stress e miglioramento del ritmo cardiaco. Ancora una volta, congratulazioni! Siete sulla buona strada per migliorare la vostra immagine, la vostra salute e la qualità della vostra vita.

PRIMA DI MONTARE LA HOME GYM

IMPORTANTE: Leggere interamente il presente manuale prima di provare a montare o utilizzare questa macchina. Il presente manuale contiene le istruzioni dettagliate per un corretto montaggio.

Utilizzare l'elenco delle parti incluso nel manuale per verificare che tutte le parti siano presenti prima del montaggio. In mancanza di alcune parti, contattare il rivenditore della Home Gym per richiedere i ricambi oppure chiamare Inspire al numero 877-738-1729.

Assicurarsi di avere a disposizione uno spazio adeguato prima di montare la vostra Multi-Gym. Si consiglia di posizionare un tappetino in gomma sotto la Multi-Gym per proteggere il pavimento o la moquette da eventuali danni durante il montaggio e l'utilizzo.

Questa Multi-Gym è destinata esclusivamente all'uso in ambienti interni. Alcune parti, tra cui le aste di guida, possono arrugginirsi in un ambiente umido, con conseguente compromissione del funzionamento.

La manutenzione della Home Gym deve essere eseguita solo da un rivenditore autorizzato Inspire Fitness. Gli interventi di assistenza eseguiti da terzi possono comportare l'annullamento della garanzia. Per maggiori informazioni su dove trovare un rivenditore autorizzato, contattaci direttamente:

Inspire Fitness
4945 East Hunter Avenue
Anaheim, CA 92807
Tel: 714-738-1729
Fx: 714-738-1728
www.inspirefitness.net

SOMMARIO

Sezione	Pagina
Istruzioni importanti per la sicurezza	1
Utensili necessari.....	1
Elenco delle parti	2
Diagramma dei cavi	3
Istruzioni di montaggio.....	4-19
Riferimento alle decalcomanie	20-21
Posizione delle decalcomanie	22
Accessori	23
Informazioni generali sulla manutenzione.....	24
Programma di manutenzione.....	25
Garanzia limitata	26

ISTRUZIONI IMPORTANTI PER LA SICUREZZA

Prima di utilizzare la Multi-Gym, leggere interamente il presente manuale e familiarizzare con tutte le decalcomanie e le avvertenze.

- **ATTENZIONE!** Ispezionare regolarmente la Multi-Gym per garantirne un funzionamento corretto e sicuro. Utilizzare il programma di manutenzione riportato sul retro del presente manuale. Sostituire immediatamente tutte le parti difettose o usurate. Prestare particolare attenzione alle parti mobili, come cavi e pulegge, e ai collegamenti agli accessori. Per maggiori dettagli, consultare la sezione Manutenzione generale.
- Utilizzare la Multi-Gym solo per gli scopi previsti, come descritto nel presente manuale d'uso o nel libretto degli esercizi. Non utilizzare accessori non raccomandati dal produttore.
- **Non appendersi al braccio della pressa. Il braccio della pressa non è progettato per sostenere il peso di una persona.**
- Assicurarsi che gli astanti si trovino ad almeno un metro e mezzo di distanza dalla Multi-Gym, quando in uso.
- Tenere sempre i bambini lontani dalla Multi-Gym.
- Tenere la Multi-Gym lontano dalle pareti e da qualsiasi ostacolo o mobile.
- Fermarsi immediatamente in caso di fatica a respirare, dolore o vertigini durante l'allenamento. Inspire raccomanda vivamente di consultare il proprio medico prima di iniziare un programma di esercizi.

UTENSILI NECESSARI PER IL MONTAGGIO

- Set di bussole metriche (incluse bussole da 17 mm, 18 mm e 19 mm)
- Chiavi metriche da 17 mm, 18 mm e 19 mm
- Chiavi a brugola da 6 mm, 5 mm, 4 mm e 3 mm (in dotazione nella fornitura di minuteria)
- Chiave regolabile
- Metro a nastro
- Martello di gomma

Elenco delle parti M2

Codice	CODICE EVS	Descrizione	Q.tà
1	GM872-200-001PZ	Base principale	1
2	GM872-100-001	Base posteriore	1
3	GM872-381-004	Piastra di supporto	1
4	GM870-381-010	Asta di guida	2
5	GM872-300-005	Supporto protezione	2
6	GM872-380-002	Tubo distanziale	1
7	GM872-200-002PZ	Montante principale	1
8	GM872-381-002	Piastre traversa superiore	2
9	GM870-300-008PZ	Supporto braccio pressa	1
10	GM730-301-041PZ	Cuscinetti braccio pressa	2
11	GM880-881-002	Supporto per barra Lat	2
12	GM870-381-012	Tubo distanziale	1
13	GM692-880-001	Puleggia da 3,5"	1
14	GM872-561-006	Distanziale da 1"	2
15	GM870-561-018	Distanziale da 5/8"	2
16	GM870-880-002	Puleggia da 4,5"	1
17	GM851-881-009	Sfera di plastica per cavi	3
18	GM880-101-016	Staffa del cavo a "U"	3
19	GM880-201-032	Dado a T M6	3
20	0200-070-082	Clip a molla	4
21	0113-206-138A	Vite a testa tonda M6*12	3
22	GM870-381-009PZ	Gruppo piastra puleggia flottante	1
23	GM870-320-003PZ	Gruppo Leg Extension	1
24	GM870-561-014PZ	Camma per Leg Extension	1
25	GM870-380-001	Staffa puleggia flottante	1
26	GM870-561-031	Adattatore per cavo	2
	GM872-500-001	Cavo superiore	1
	GM872-500-002	Cavo per Leg Extension	1
	GM872-500-003	Cavo centrale	1
	GM872-500-004	Cavo inferiore	1

30	GM872-381-006PZ	Staffa regolabile per puleggia flottante	1
31	GM872-380-001PZ	Puleggia girevole	1
32	GM872-381-001	Staffa a U	1
33	GM872-300-003	Telaio inclinabile schienale	1
34	GM872-300-006	Tubo a rulli	1
35	GM880-881-007	Rondella di plastica	2
36	GM880-861-001PZ	Cuscinetti a rullo	4
37	GM870-561-017	Tappo terminale in alluminio	6
38	GM872-861-001PZ	Imbottitura per coscia	2
39	GM872-300-001PZ	Asta sedile	1
40	GM870-400-002	Base del sedile	2
41		Imbottitura sedile ortopedico	2
42	GM872-400-001	Cuscino per la testa	1
43	GM870-881-007PZ	Cuscinetti a rullo con prolunga	2
44	GM870-881-011	Tubo distanziale in plastica	2
45	GM880-201-008	Piastra di protezione braccio pressa	1
46	GM870-320-001PZ	Braccio pressa	1
47	GM692-501-003PZ	Peso superiore/Asta selettore	1
48	GM692-500-004	Perno per pesi	1
49		Pesi	15
50	GM692-881-003	Dischi in gomma	2
51	GM692-380-001	Supporto per la pila dei pesi	2
52	GM872-300-005PZ	Gruppo piastra di protezione	1
53	GM872-561-004	Perno connettore piastra di protezione	6
54		Protezione	1
55	GM870-320-005	Barra Lat girevole in alluminio	1
56	GM870-820-001	Gruppo impugnatura a D in alluminio	2
57	GM870-320-006	Curl Bar girevole in alluminio	1
58	GM851-561-023	Catena	1
59	GM872-381-005	Staffa a C per protezione	2
60	GM872-880-002	Gruppo cinghie di sollevamento Pec in alluminio	

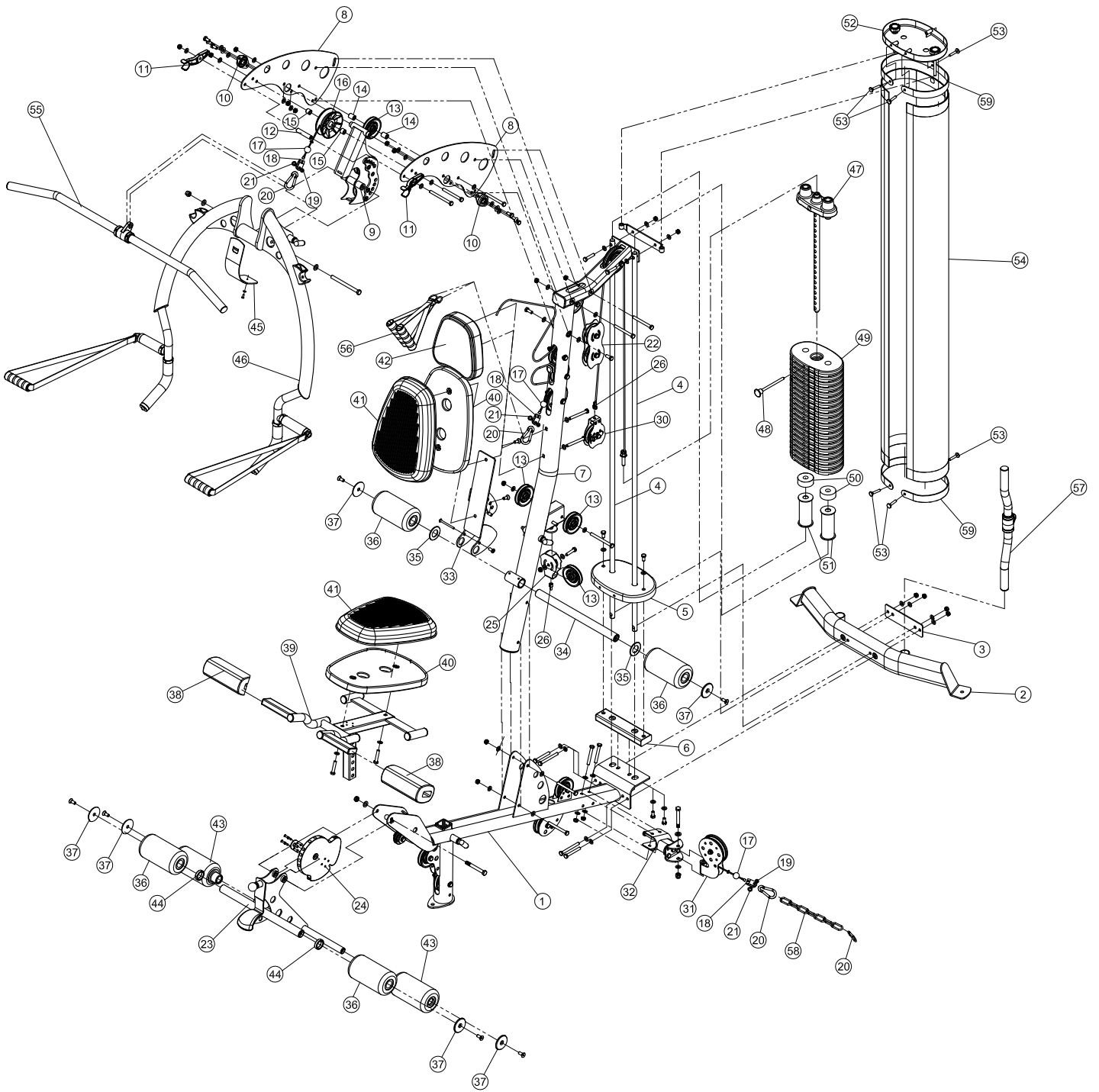


DIAGRAMMA DEI CAVI



CAVO SUPERIORE GM872-500-001



CAVO INFERIORE GM872-500-004

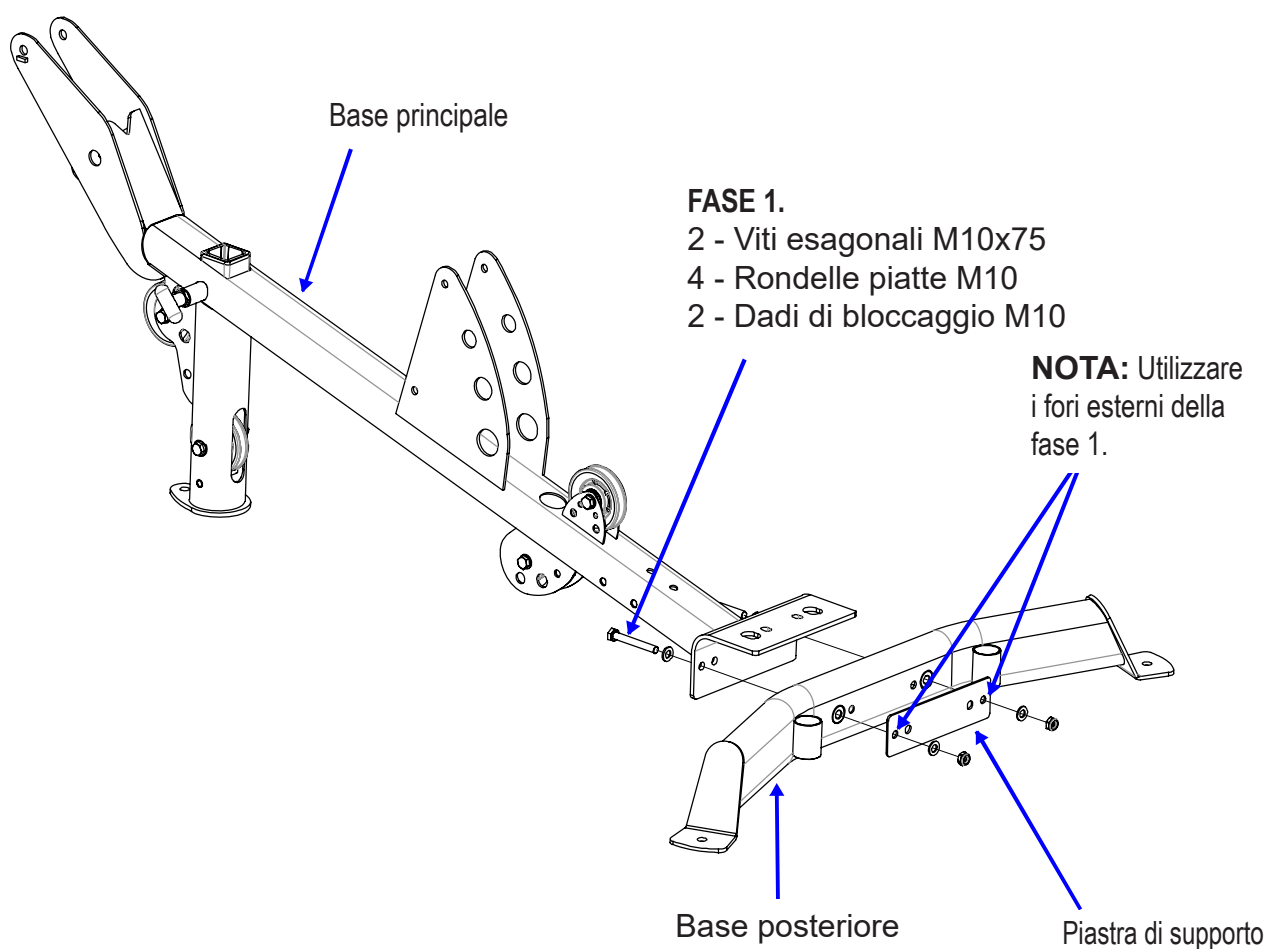


CAVO CENTRALE GM872-500-003



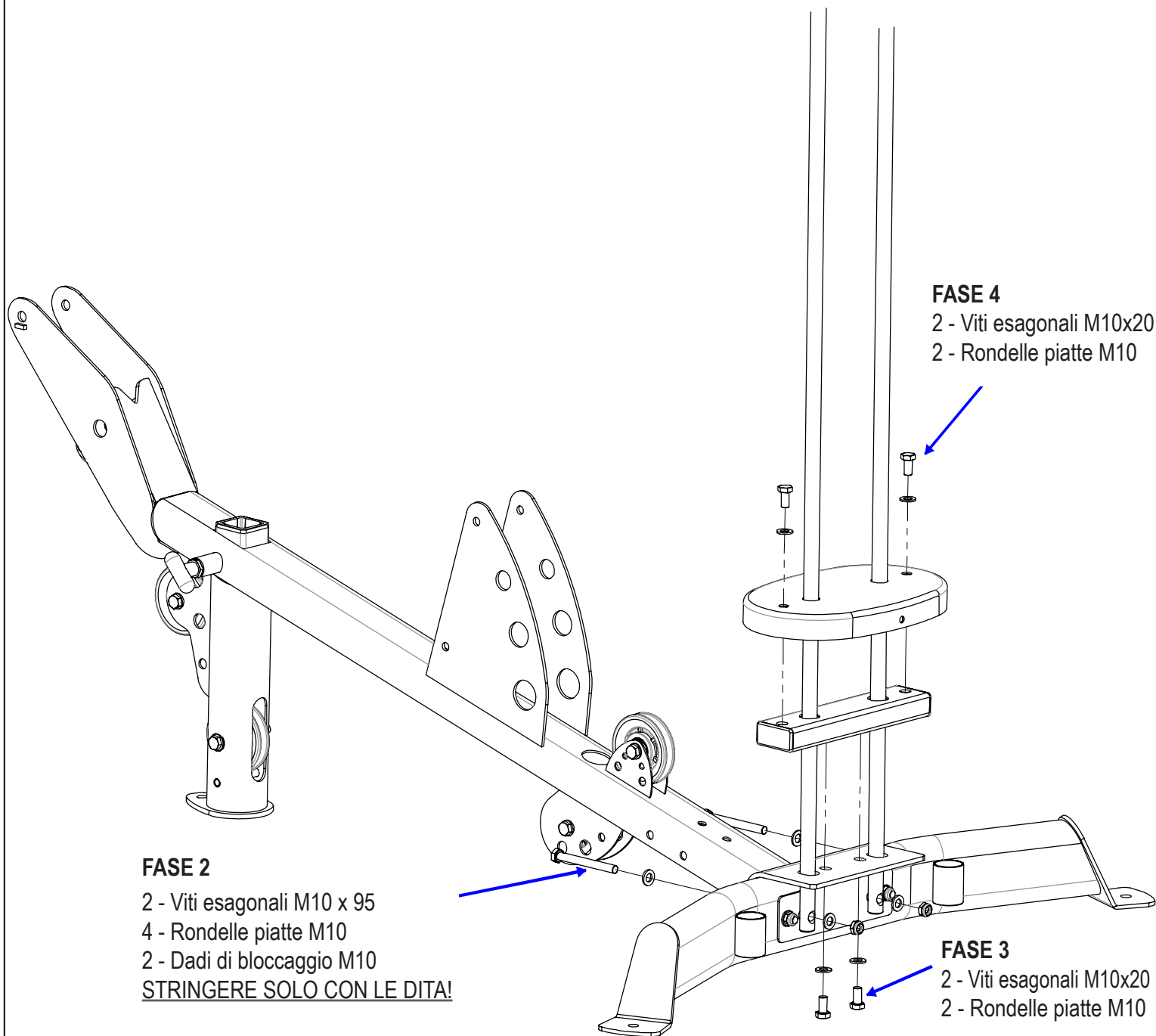
CAVO GM872-500-002

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO



Fase 1: Fissare la base posteriore alla base principale e alla piastra di supporto utilizzando i fori esterni.

Stringere solo con le dita.



Fase 2: Fissare le aste di guida alla base posteriore.

Fase 3: Fissare il tubo distanziale alla flangia della base principale.

Fase 4: Fissare il supporto della protezione al tubo distanziale con il lato aperto rivolto verso il basso e il foro verso il retro della macchina.

Serrare le viti della fase 1 solo a questo punto!!!

FASE 6

- 2 - Viti esagonali M10x45
- 4 - Rondelle piatte M10
- 2 - Dadi di bloccaggio M10

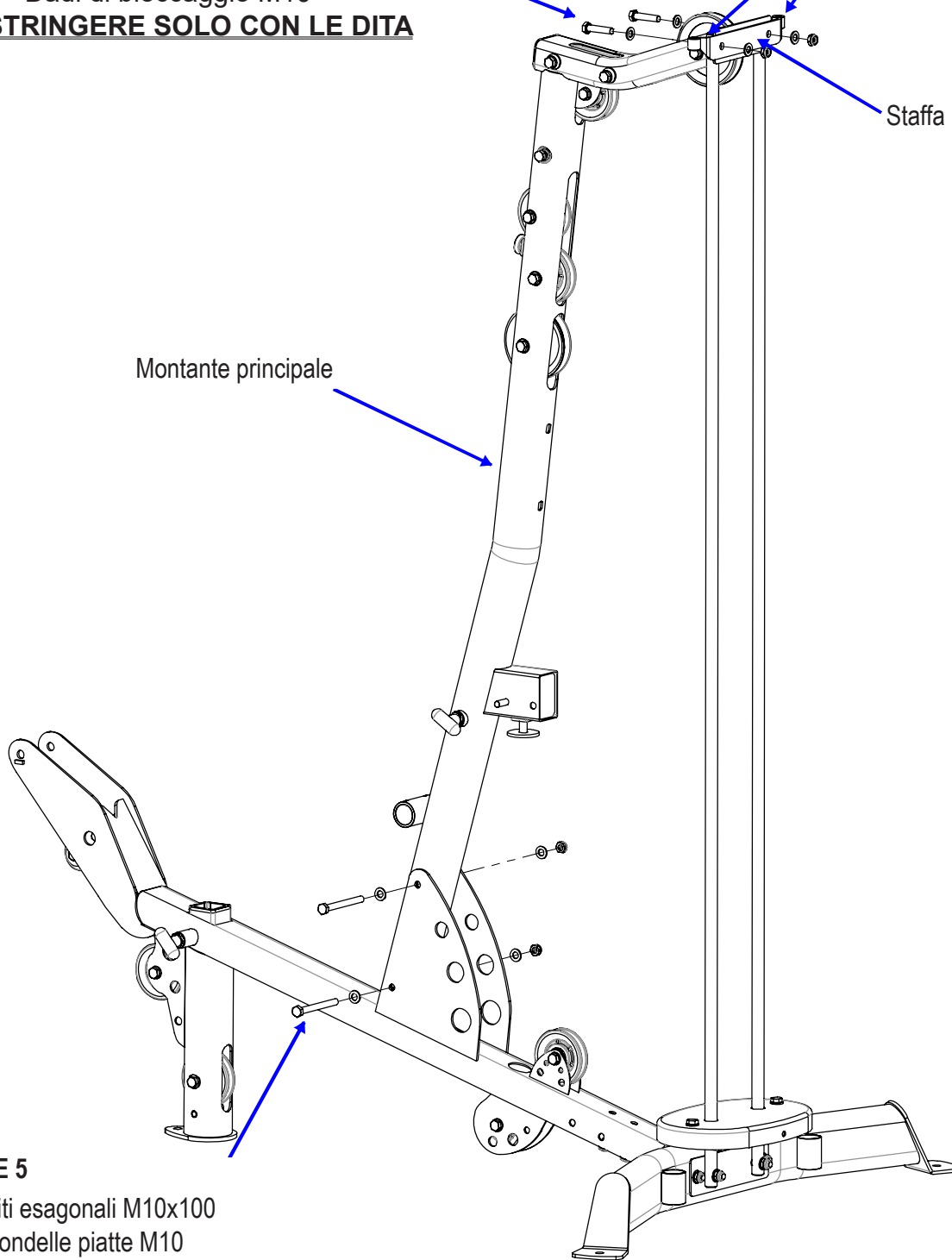
STRINGERE SOLO CON LE DITA

IMPORTANTE!

Le aste di guida devono trovarsi davanti alla piastra.

Staffa piastra di protezione

Montante principale



FASE 5

- 2 - Viti esagonali M10x100
- 4 - Rondelle piatte M10
- 2 - Dadi di bloccaggio M10

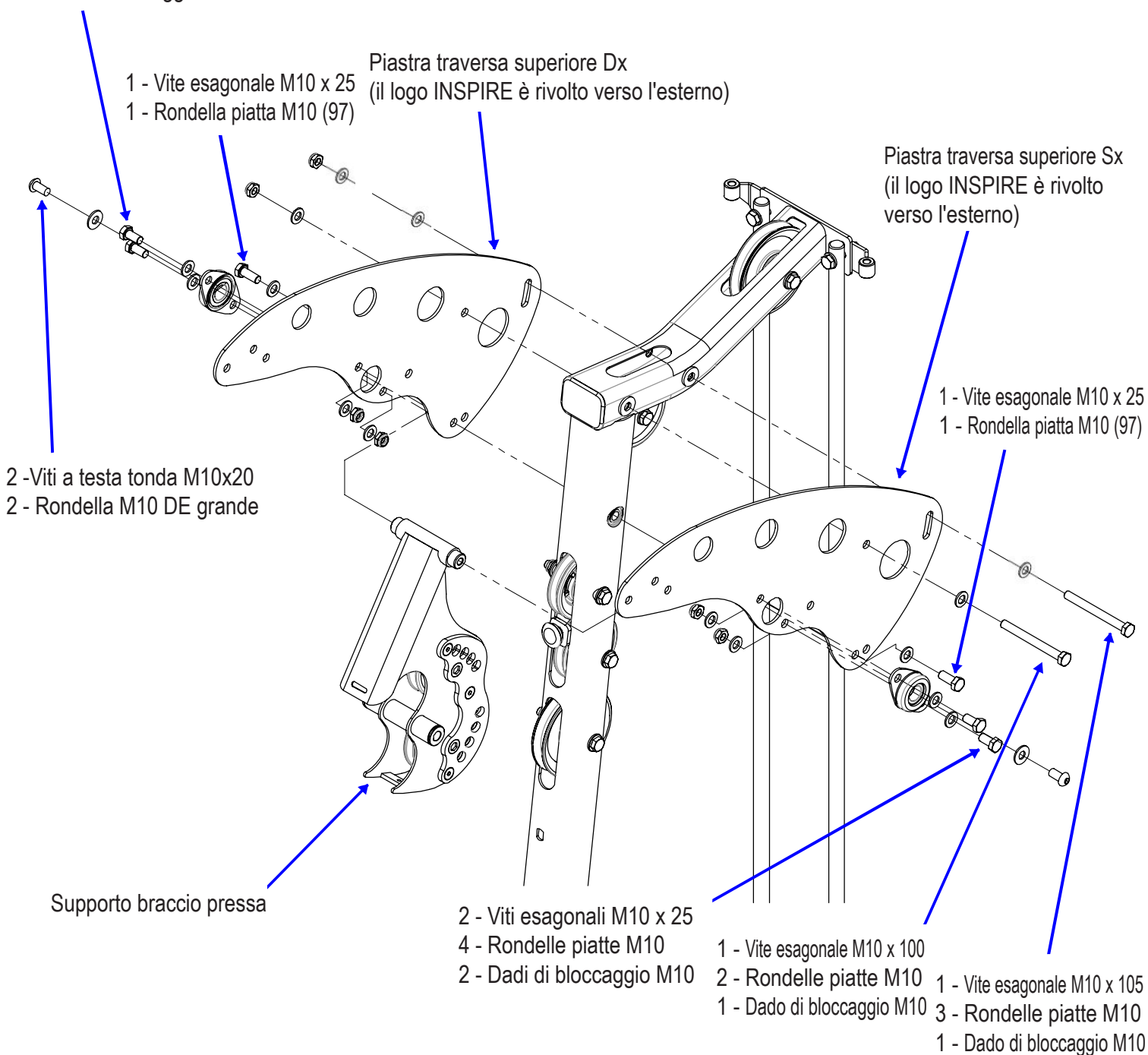
STRINGERE SOLO CON LE DITA

Fase 5: Fissare il montante principale alla base principale.

Fase 6: Fissare il montante principale alle aste di guida (davanti alla flangia del montante) e alla staffa della piastra di protezione (sul retro della flangia del montante).

Serrare manualmente le viti delle fasi 5 e 6 solo a questo punto!!!

- 2 - Viti esagonali M10 x 25
- 4 - Rondelle piatte M10
- 2 - Dadi di bloccaggio M10



FASE 7:
Fissare le piastre superiori Dx e Sx al montante principale (con il logo INSPIRE rivolto verso l'esterno) come illustrato in figura.

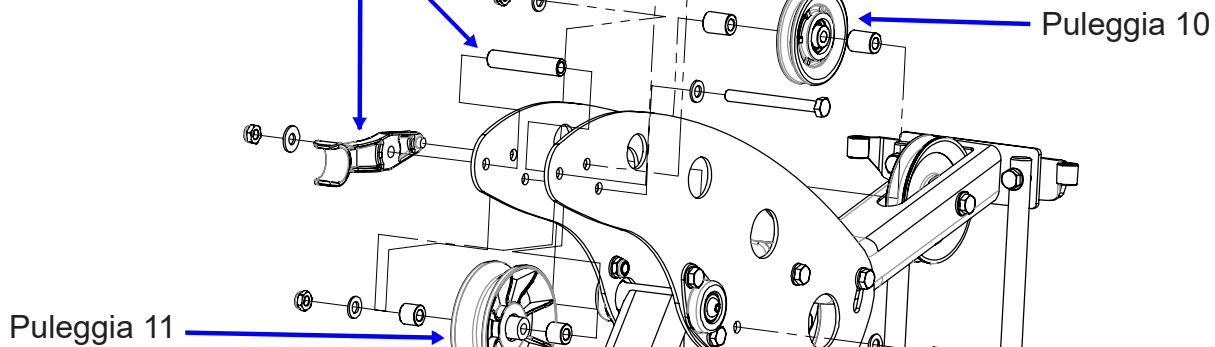
Nota: Appendere il supporto del braccio della pressa alle piastre della traversa superiore dopo aver fissato le piastre. Il foro inferiore delle piastre della traversa superiore utilizza viti M10 x 25 avvitate direttamente al montante. Il foro posteriore delle piastre della traversa superiore utilizza una vite M10 x 105 leggermente più lunga, in modo da poter inserire 2 rondelle sul lato con il dado. Da usare successivamente. **Per il momento, stringere solo con le dita.**

Fissare i cuscinetti del braccio della pressa alle piastre della traversa superiore.
Fissare il supporto del braccio della pressa ai relativi cuscinetti utilizzando 2 viti a testa tonda M10 x 20 e 2 rondelle con DE grande.

Stringere solo con le dita!

FASE 10

- 2 - Supporti per barra Lat
- 1 - Vite esagonale M10 x 115
- 1 - Tubo Distanziale da 3"
- 2 - Rondelle piatte M10
- 1 - Dado di bloccaggio M10



FASE 9

- 1 - Puleggia da 4 1/2"
- 1 - Vite esagonale M10 x 100
- 2 - Distanziale da 5/8"
- 2 - Rondelle piatte M10
- 1 - Dado di bloccaggio M10

FASE 8

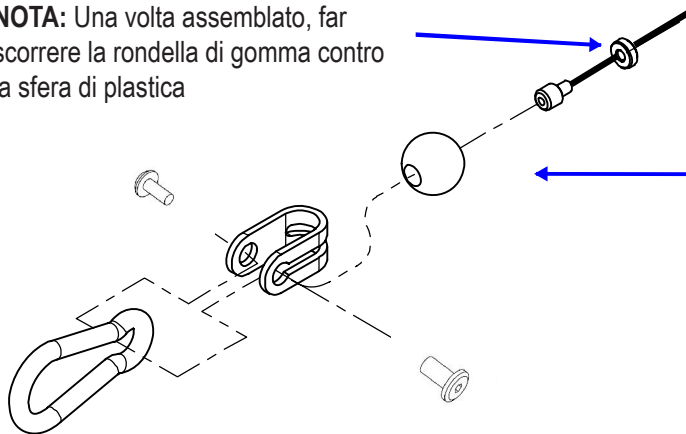
- 1 - Puleggia da 3 1/2"
- 1 - Vite esagonale M10 x 100
- 2 - Distanziali da 1"
- 2 - Rondelle piatte M10
- 1 - Dado di bloccaggio M10

Fase 8: Fissare la puleggia 10 alle piastre della traversa superiore (subito dietro i cuscinetti) con una vite M10 x 100.

Fase 9: Fissare la puleggia 11 da 4 1/2" alle piastre della traversa superiore con una vite M10 x 100 nel foro anteriore più basso.

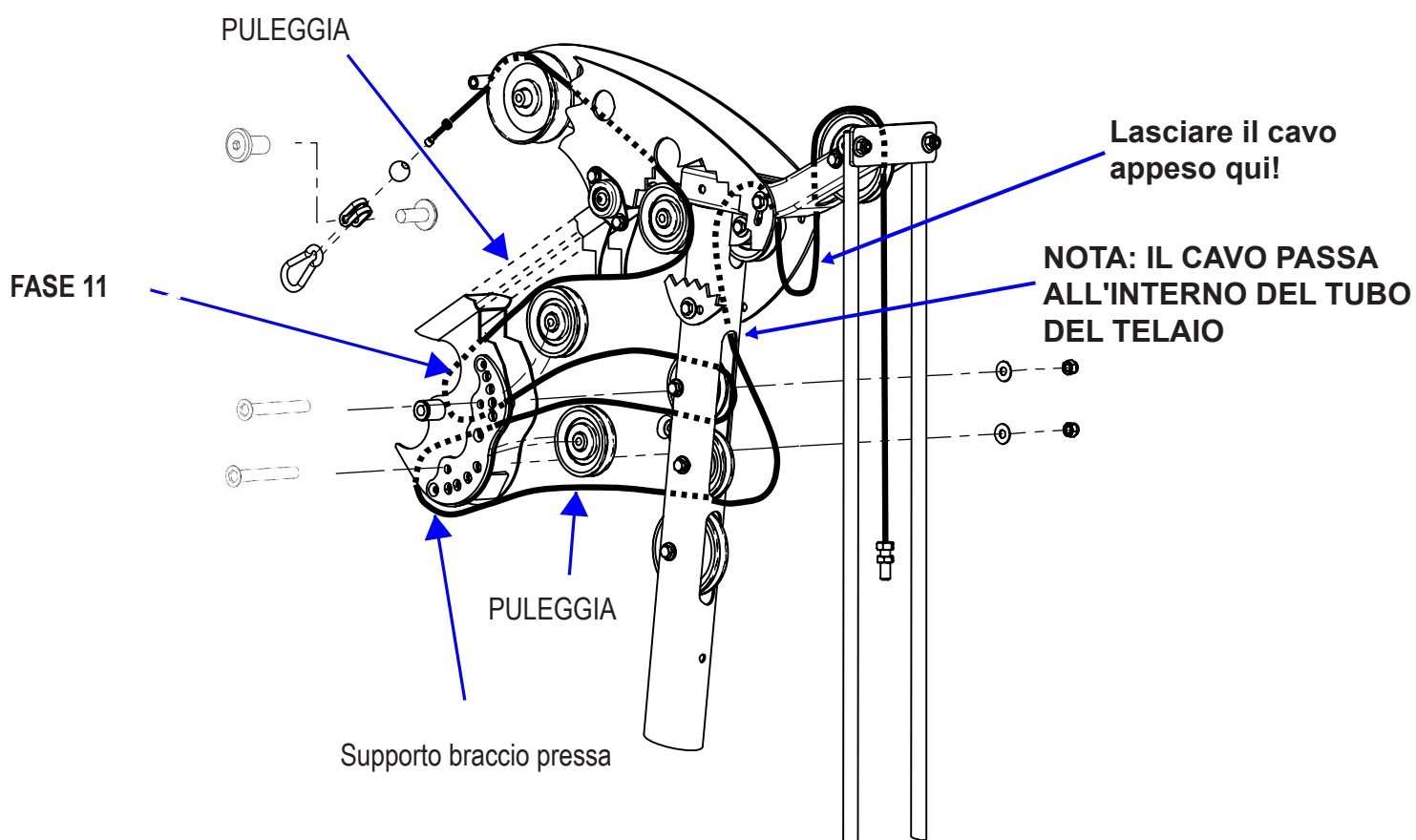
Fase 10: Fissare i supporti delle barre Lat alle piastre della traversa superiore con il tubo distanziale e la vite M10 x 115 nel secondo foro posteriore.

NOTA: Una volta assemblato, far scorrere la rondella di gomma contro la sfera di plastica



FASE 12

- 1 - Sfera di plastica
- 1 - Staffa a "U" per cavo
- 1 - Vite a testa tonda M6 x 12
- 1 - Clip a molla
- 1 - Dado a T M6



FASE 11

PULEGGIA

Lasciare il cavo appeso qui!

NOTA: IL CAVO PASSA ALL'INTERNO DEL TUBO DEL TELAIO

PULEGGIA

Supporto braccio pressa

Fase 11: Collegare il cavo superiore. Iniziare passando il cavo superiore dalla parte posteriore della macchina a quella anteriore, come illustrato in figura. Far passare il cavo attraverso le puleggie e farlo uscire dalla puleggia a scanalatura larga.

Fase 12: Assemblare l'estremità del cavo facendo scorrere la sfera di plastica sull'estremità del cavo. Inserire quindi l'estremità del cavo nel lato della staffa a U. Fissare la clip a molla alla staffa a U utilizzando la vite a testa tonda e il dado a T come illustrato in figura. Far scorrere la rondella di gomma contro la sfera.

Serrare le viti.

La testa esagonale deve trovarsi sul lato con il fermo piatto.

Fase 15: Inserire il cavo L/E nel foro alla base della staffa della puleggia flottante. Fissare con l'adattatore per cavi e la puleggia 19.

Serrare le viti. Serrare i componenti elencati alla fase 13.

FASE 14

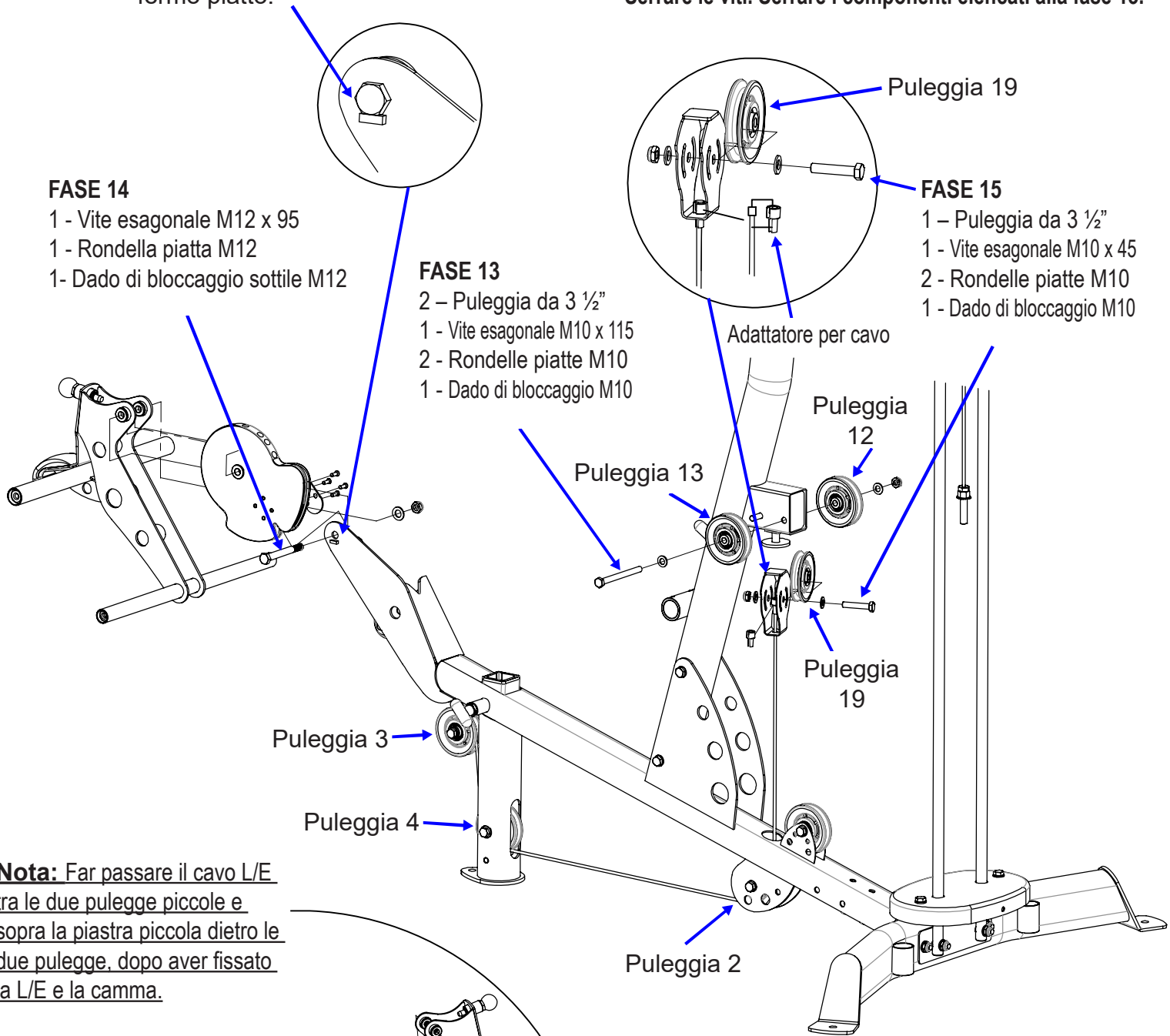
- 1 - Vite esagonale M12 x 95
- 1 - Rondella piatta M12
- 1 - Dado di bloccaggio sottile M12

FASE 13

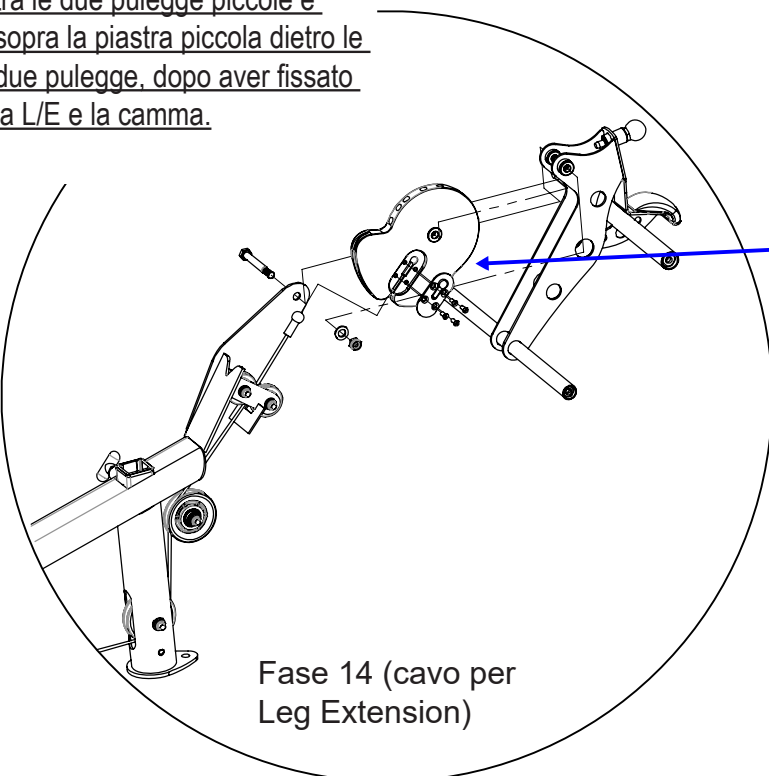
- 2 - Puleggia da 3 1/2"
- 1 - Vite esagonale M10 x 115
- 2 - Rondelle piatte M10
- 1 - Dado di bloccaggio M10

FASE 15

- 1 - Puleggia da 3 1/2"
- 1 - Vite esagonale M10 x 45
- 2 - Rondelle piatte M10
- 1 - Dado di bloccaggio M10



Nota: Far passare il cavo L/E tra le due pulegge piccole e sopra la piastra piccola dietro le due pulegge, dopo aver fissato la L/E e la camma.



Fase 14 (cavo per Leg Extension)

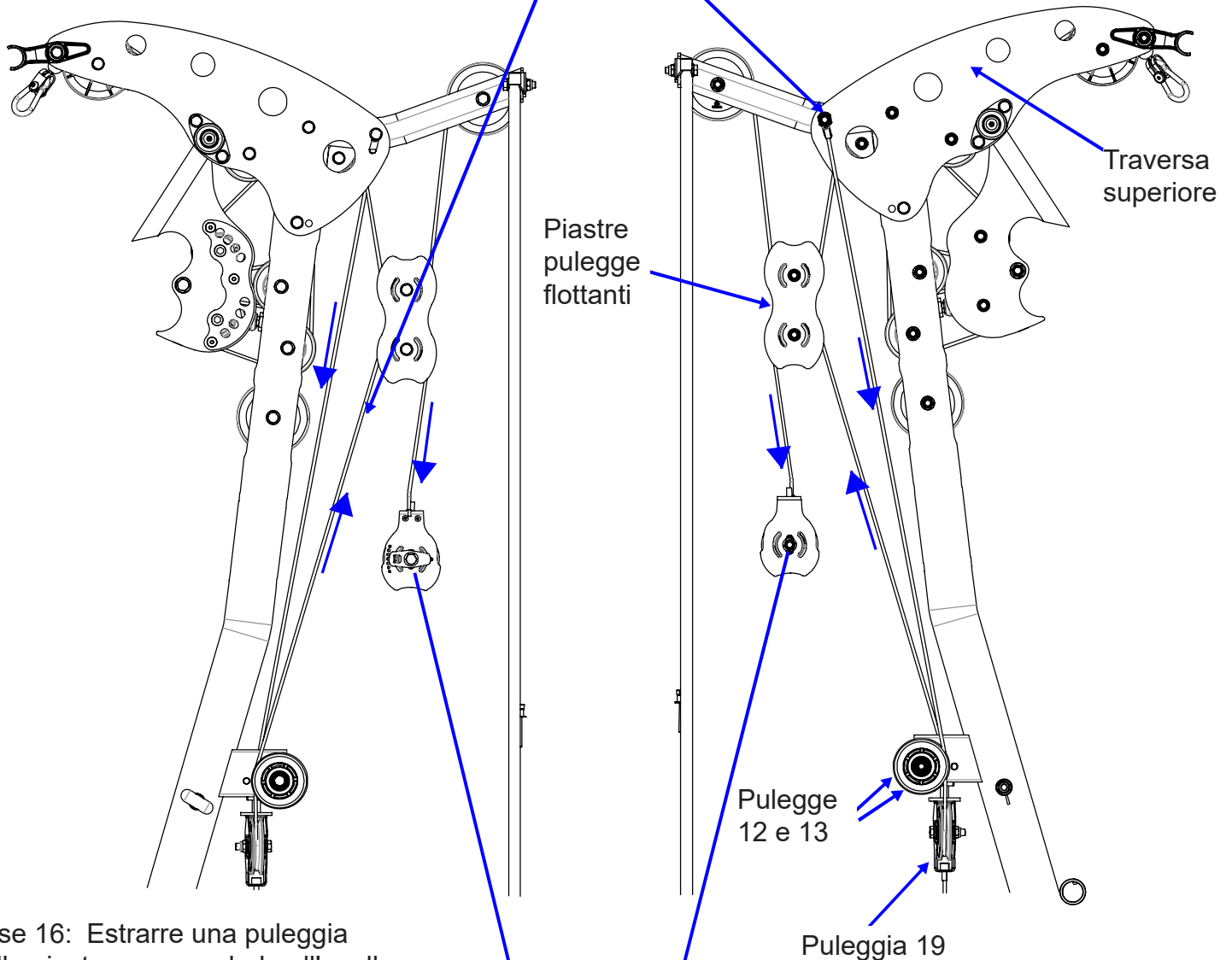
Fase 13: Collegare le pulegge 12 e 13 al montante principale.

Fase 14: Rimuovere le 4 viti a testa piatta e la piastra dalla camma L/E. Quindi, utilizzando le stesse 4 viti a testa piatta e la piastra, fissare il cavo per Leg Extension alla camma L/E, come mostrato nella figura precedente. **Serrare le viti!** Fissare la camma L/E e il gruppo L/E alla parte anteriore della base principale (i numeri inferiori sulla camma devono essere in alto). **Vedere Nota! Serrare, ma non eccessivamente. Il gruppo L/E deve ruotare liberamente.**

Far passare il cavo L/E dietro la puleggia 3, in basso davanti e sotto la puleggia 4 (assicurarsi che il cavo passi tra il perno di fissaggio del cavo e la puleggia sulle pulegge 4 e 2), di nuovo sotto e poi sopra intorno alla puleggia 2, fino alla staffa della puleggia flottante. Andare alla fase 15 sopra.

FASE 16
1 - Cavo centrale

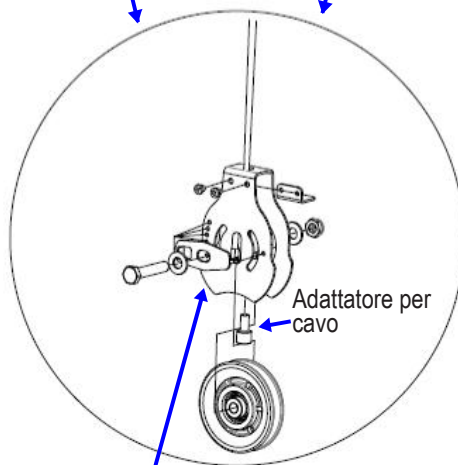
Nota: L'estremità del cavo deve essere fissata alla piastra della traversa superiore, dal lato opposto a quello in cui si desidera installare la puleggia bassa. Se si dispone dell'accessorio Leg Press, si troverà sullo stesso lato della Leg Press!!!



Fase 16: Estrarre una puleggia dalle piastre e appenderle all'anello del cavo superiore. Reinstallare la puleggia rimossa.

Fissare il cavo centrale (occhiello) alla piastra superiore della traversa (sul lato opposto a quello in cui si desidera la puleggia bassa) utilizzando la vite M10 x 105 del passaggio 7 (mettere una rondella su ciascun lato dell'estremità dell'anello del cavo).

Far passare il cavo centrale tra la puleggia 13 e il perno di bloccaggio, sotto la puleggia 19 nella staffa della puleggia flottante e in alto tra la puleggia 12 e il perno di bloccaggio. Quindi, farlo salire sopra la puleggia inferiore nelle piastre della puleggia flottante.



Staffa regolabile per puleggia flottante

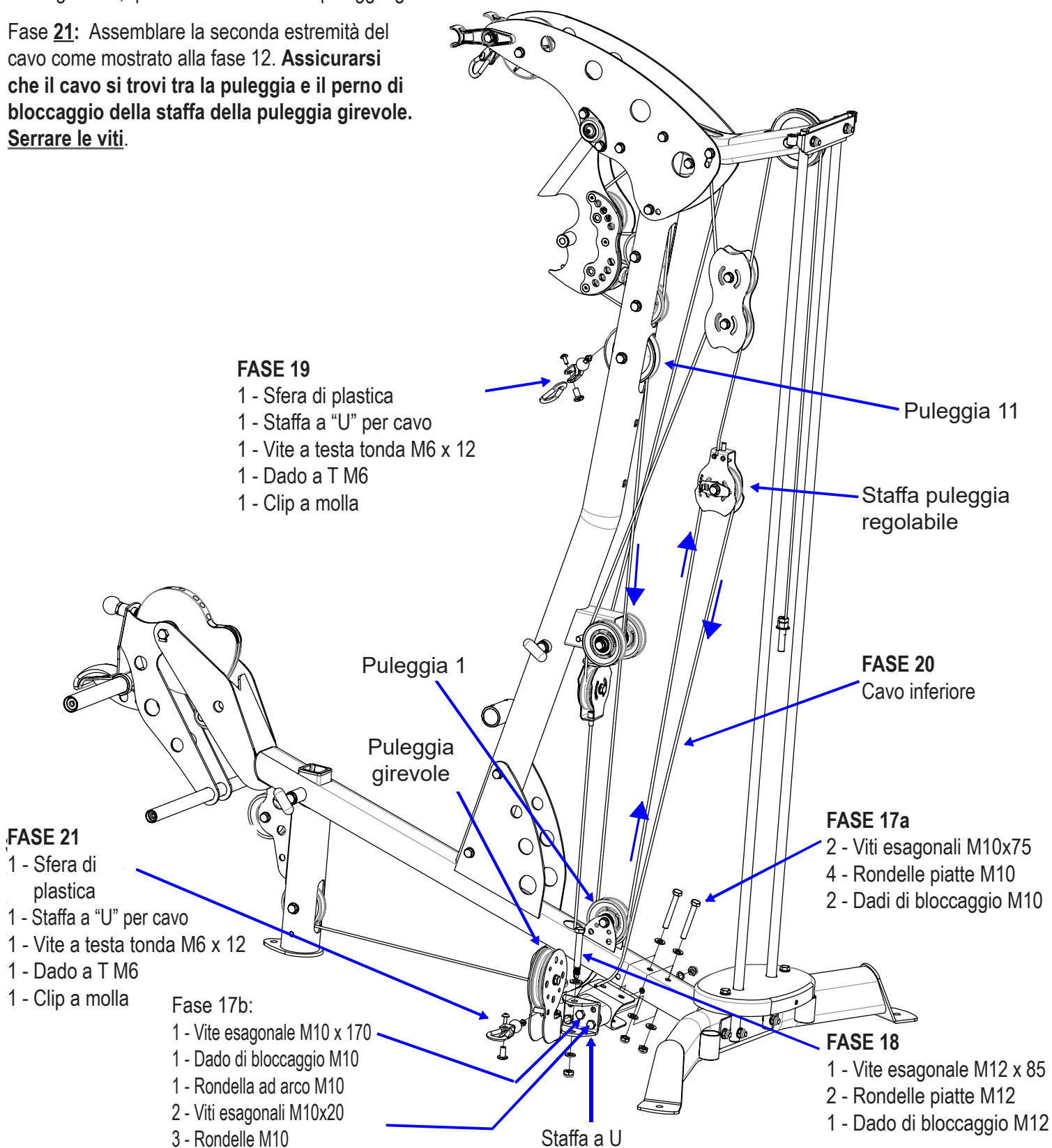
Fase 16 (cont.): Rimuovere la staffa a L della staffa della puleggia flottante regolabile. Inserire l'estremità del cavo nella staffa come indicato nel cerchio e posizionare l'adattatore sull'estremità del cavo. Fissare alla staffa a L.

Serrare la staffa L.
Serrare la vite della traversa superiore con l'estremità del cavo.

Fase 19: Assemblare un'estremità del cavo inferiore come indicato alla fase 12. Far scorrere la rondella di gomma contro la sfera. Serrare le viti.

Fase 20: Far passare l'altra estremità del cavo inferiore sopra la puleggia 11 (da davanti a dietro), in basso (tra i due lati del cavo centrale), sotto la puleggia 1 (da davanti a dietro), sul lato anteriore e intorno alla puleggia della staffa della puleggia regolabile, quindi in basso sotto la puleggia girevole.

Fase **21:** Assemblare la seconda estremità del cavo come mostrato alla fase 12. **Assicurarsi che il cavo si trovi tra la puleggia e il perno di bloccaggio della staffa della puleggia girevole. Serrare le viti.**



Fase 17a: Fissare la staffa di montaggio della puleggia girevole alla base principale (lato opposto al cavo superiore e alla Leg Press). **Per il momento, stringere solo con le dita.**

Fase 17b: Fissare la staffa a U alla staffa di montaggio della puleggia girevole in modo che la U sia parallela al pavimento.

Serrare le viti in 17a e 17b.

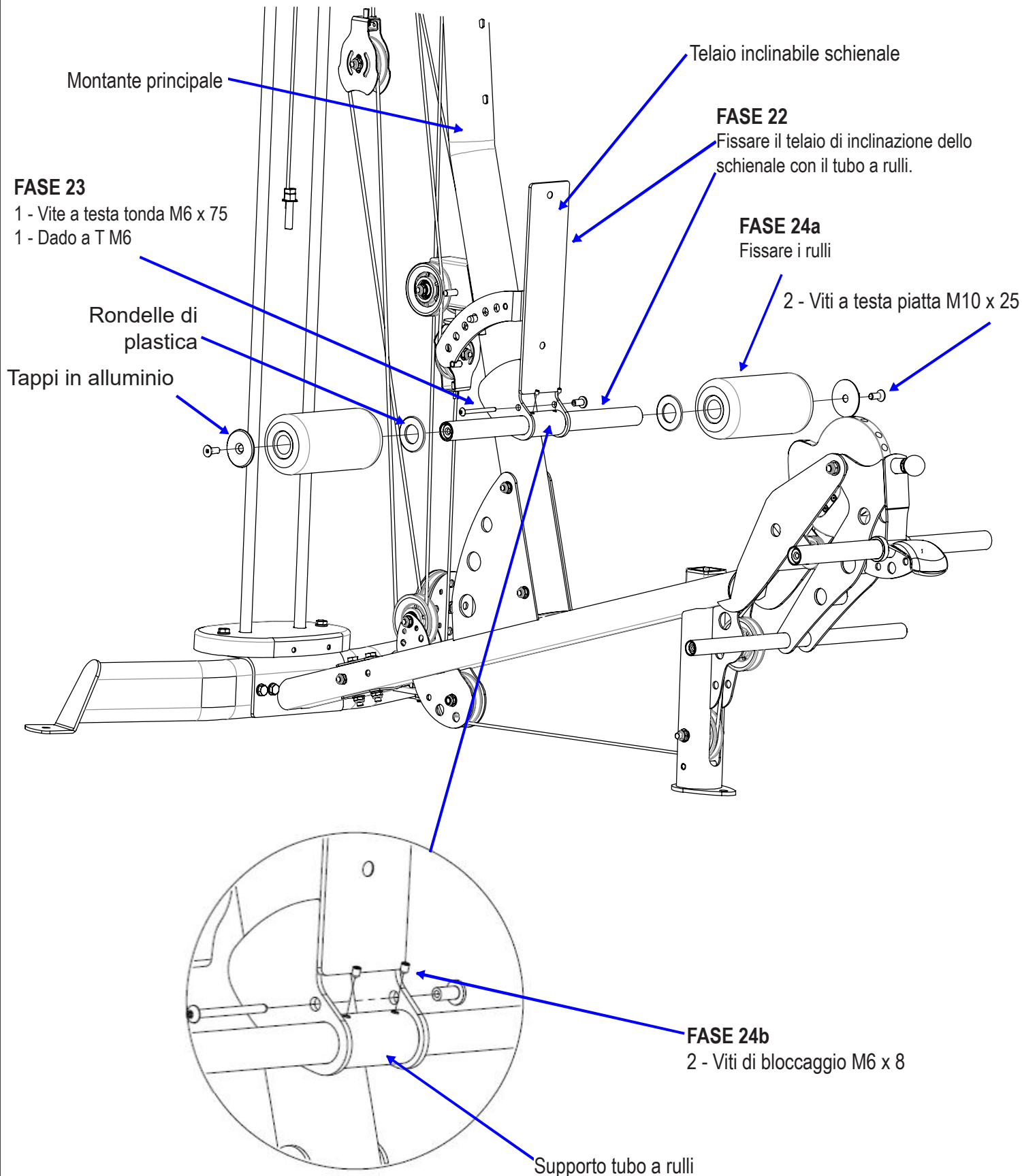
Fase 18: Fissare la puleggia girevole alla staffa a U. **La vite può anche salire dal basso. Serrare le viti. L'alloggiamento della puleggia deve essere in grado di ruotare.**

Fase 22: Fissare il telaio di inclinazione dello schienale al montante principale con il tubo a rulli come illustrato in figura. Assicurarsi che il perno a molla del montante principale sia allineato con uno dei fori centrali della piastra di selezione.

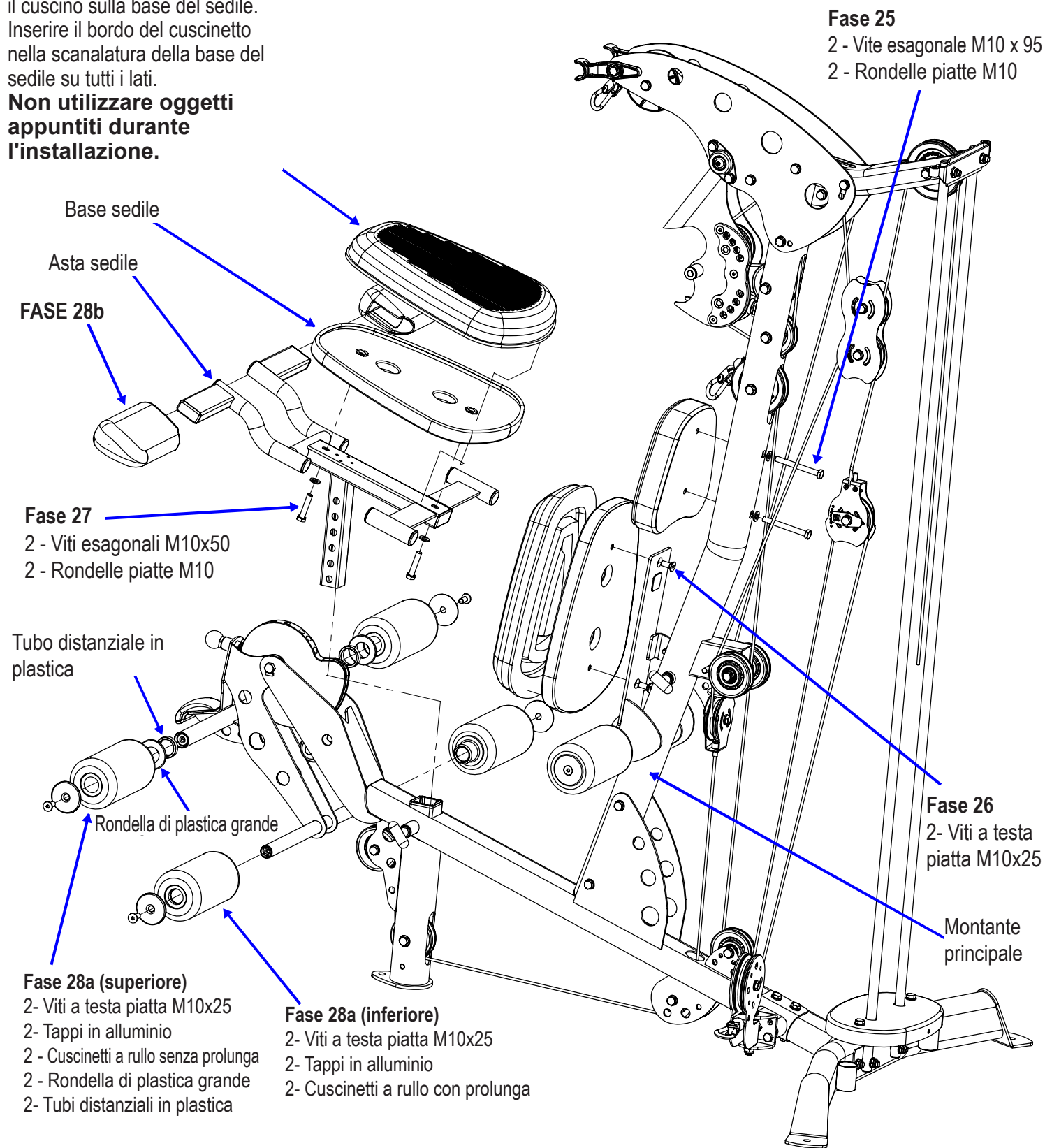
Fase 23: Installare la vite a testa tonda e il dado a T e serrare in modo da opporre una leggera resistenza quando si inclina lo schienale.

Fase 24a: Far scorrere le rondelle di plastica sul tubo a rullo, quindi i cuscinetti a rullo. Fissare con tappi di alluminio e viti a testa piatta. Serrare le viti.

Fase 24b: Fissare il tubo a rulli all'apposito supporto utilizzando le viti di bloccaggio in dotazione. Vedere il diagramma qui sotto. Serrare le viti.



Nota: Per assemblare i cuscinetti ortopedici, posizionare il cuscino sulla base del sedile. Inserire il bordo del cuscinetto nella scanalatura della base del sedile su tutti i lati.
Non utilizzare oggetti appuntiti durante l'installazione.



Fase 25: Fissare il cuscino per la testa al montante principale. **Serrare le viti.**

Fase 26: Fissare la base del sedile al telaio inclinabile dello schienale. **Serrare le viti.**

Fase 27: Inserire l'asta del sedile nel telaio della base del sedile, quindi fissare la base all'asta del sedile. **Serrare le viti.**
 Inserire i cuscinetti ortopedici nelle basi del sedile. **Vedere la nota in alto.**

Fase 28a: (Cuscinetti a rulli superiori) Far scorrere un tubo Distanziale in plastica, una rondella in plastica grande e un cuscinetto a rulli su ciascun lato dell'albero superiore L/E. Fissare con i tappi di alluminio e le viti a testa piatta come illustrato in figura. **Serrare le viti.**
 Fissare i cuscinetti a rulli inferiori (con l'estensione su un lato) al gruppo L/E con l'estensione del cuscinetto rivolta verso l'interno. **Serrare le viti.**

Fase 28b: Fissare le imbottiture per le cosce all'asta del sedile facendole scorrere fino in fondo sui tubi rettangolari dell'asta del sedile.

Fase 29

- 1 - Vite esagonale M12 x 150
- 2 - Rondelle piatte M12
- 1 - Dado di bloccaggio M12

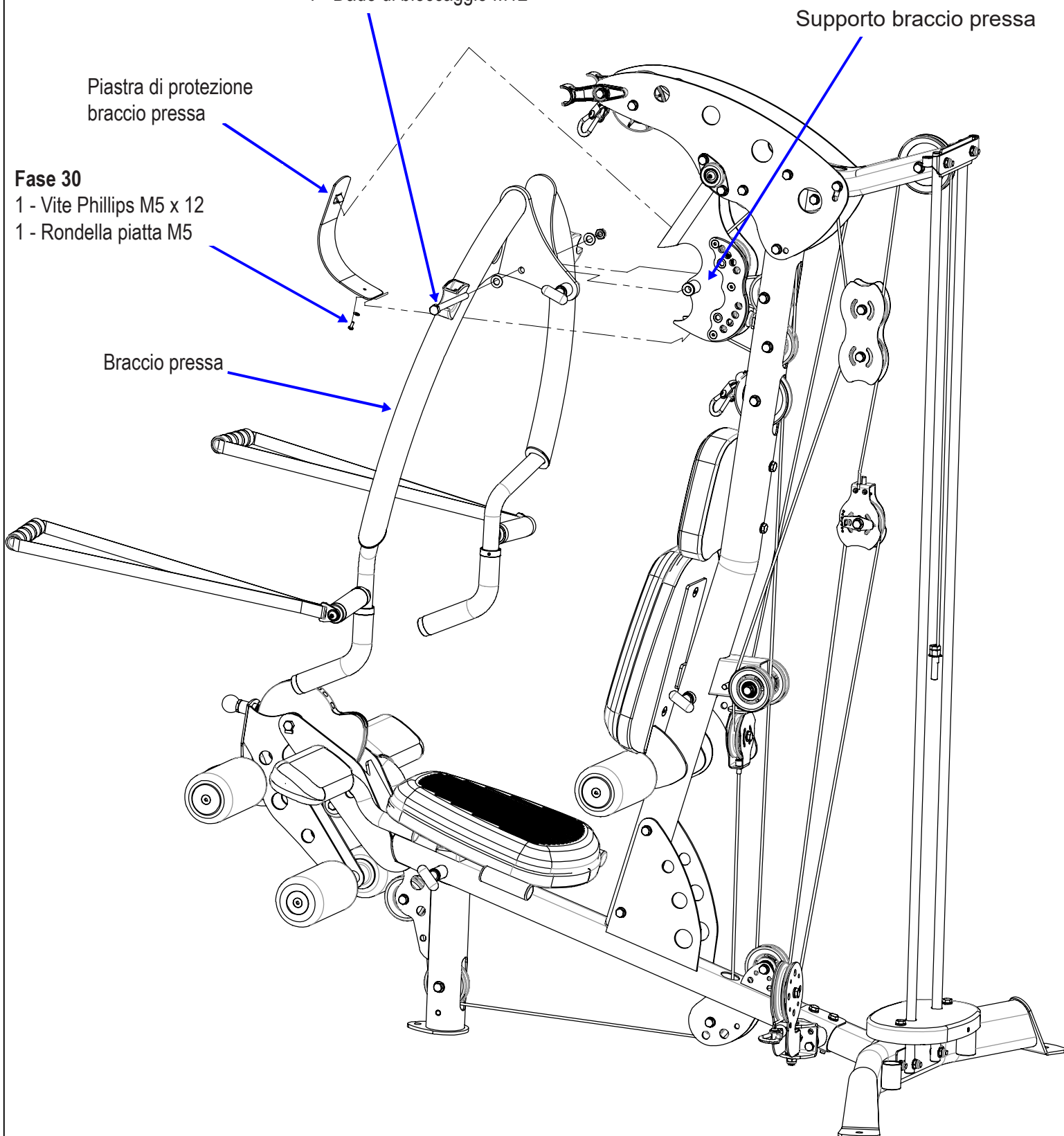
Supporto braccio pressa

Piastra di protezione
braccio pressa

Fase 30

- 1 - Vite Phillips M5 x 12
- 1 - Rondella piatta M5

Braccio pressa

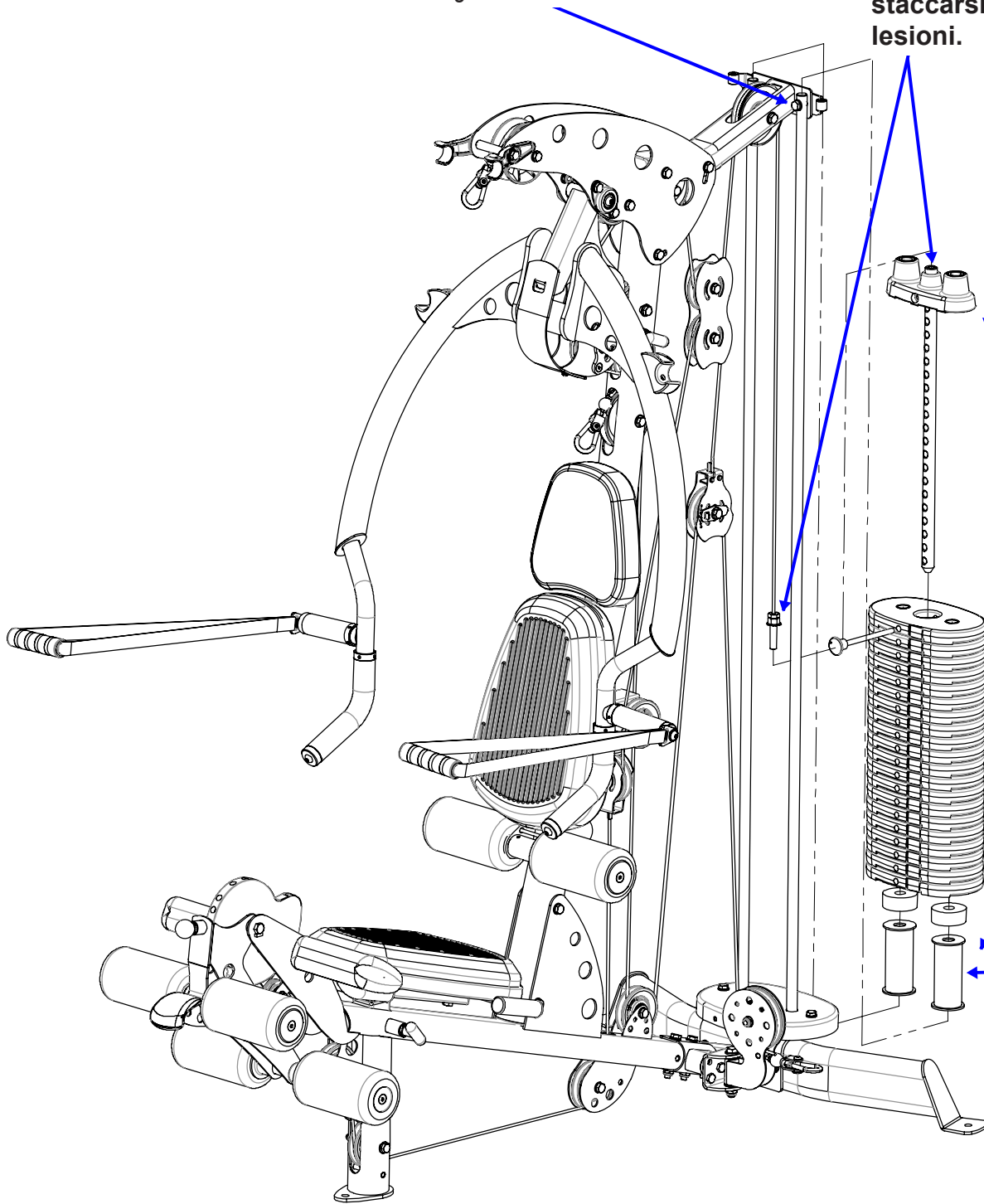


Fase 29: Fissare il braccio della pressa al relativo supporto. Serrare in modo che non ci sia gioco, ma che si possa ruotare per la regolazione. Richiede forza.

Fase 30: Fissare la piastra di protezione del braccio della pressa al relativo supporto. Iniziare agganciando la linguetta sulla parte superiore della piastra alla tacca del supporto. Serrare con un cacciavite a croce.

IMPORTANTE! Prima dell'uso, la vite del cavo deve essere completamente infilata nell'asta del selettore e il dado di bloccaggio deve essere serrato saldamente. In caso contrario, il cavo potrebbe staccarsi dai pesi e provocare lesioni.

Rimuovere le viti dalle aste di guida



Fase 31

Installare i rialzi della pila, i dischi in gomma, la pila, il peso superiore e l'asta del selettore.

(Nell'ordine indicato)

Quindi, riattaccare le aste di guida sulla parte anteriore della piastra con le viti rimossi.

Stringere le viti!

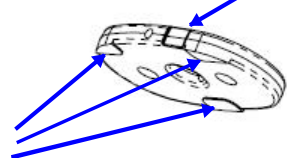
Nota: Se si installa una pila opzionale da 95 kg (210 lbs) (pesante), non utilizzare i rialzi!!!

APPLICARE GLI ADESIVI SUI PESI

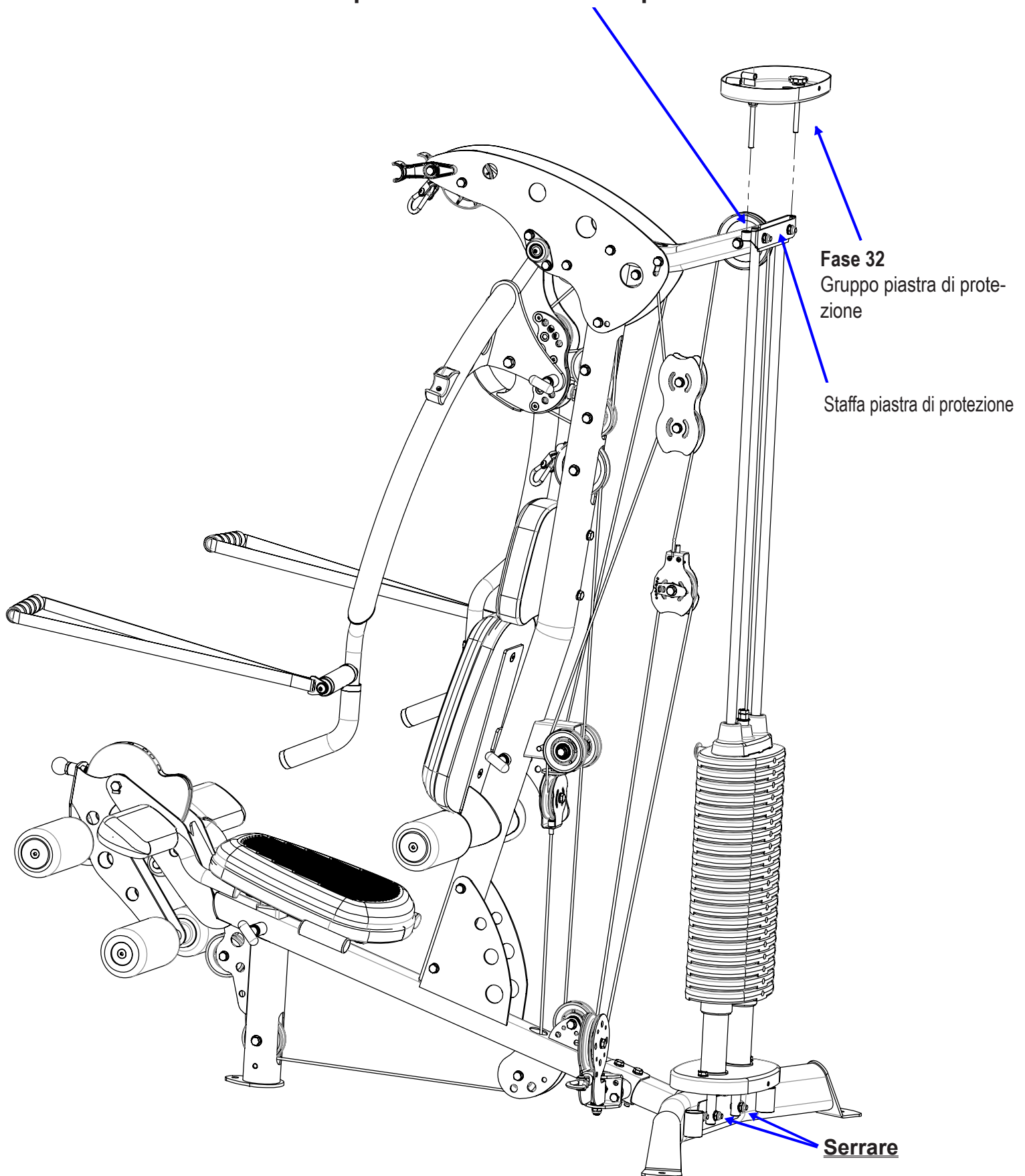
La parte anteriore del peso presenta un'area incassata per il numero del peso.

Far scorrere il perno in uno dei pesi dopo averlo installato.

La parte inferiore del peso è dotata di tre piedini.



Nota: Assicurarsi che le aste di guida siano posizionate davanti alla piastra.



Fase 32: Fissare la piastra di protezione alla relativa staffa (lato aperto) avvitando le viti nelle parti filettate della staffa. Utilizzare le manopole sulla parte superiore per avvitare ogni lato fino in fondo.
Serrare le viti del montante principale. Serrare le viti inferiori delle aste di guida.

Fase 33: Far scorrere la staffa a C della protezione nella tasca in una delle estremità della protezione (**la cucitura della tasca deve essere rivolta verso l'interno**). Far passare la protezione intorno alla staffa finché l'apertura non si allinea con il foro sul retro. Ripetere l'operazione sull'altra estremità della protezione.

A questo punto, posizionare il gruppo protezione attorno alle piastre di protezione superiori e inferiori, agendo intorno alle aste di guida e alla pila. Allineare i fori delle staffe superiori e inferiori con i fori delle piastre e inserire il perno del connettore della piastra di protezione in ciascun foro (3 sopra e 3 sotto).

Fase 33
3- Perna connettore piastra di protezione

Manopole di serraggio

Successivamente, tendere la protezione utilizzando le 2 manopole in alto, ruotare in senso antiorario agendo sulle 2 manopole per regolare ogni lato un po' alla volta.

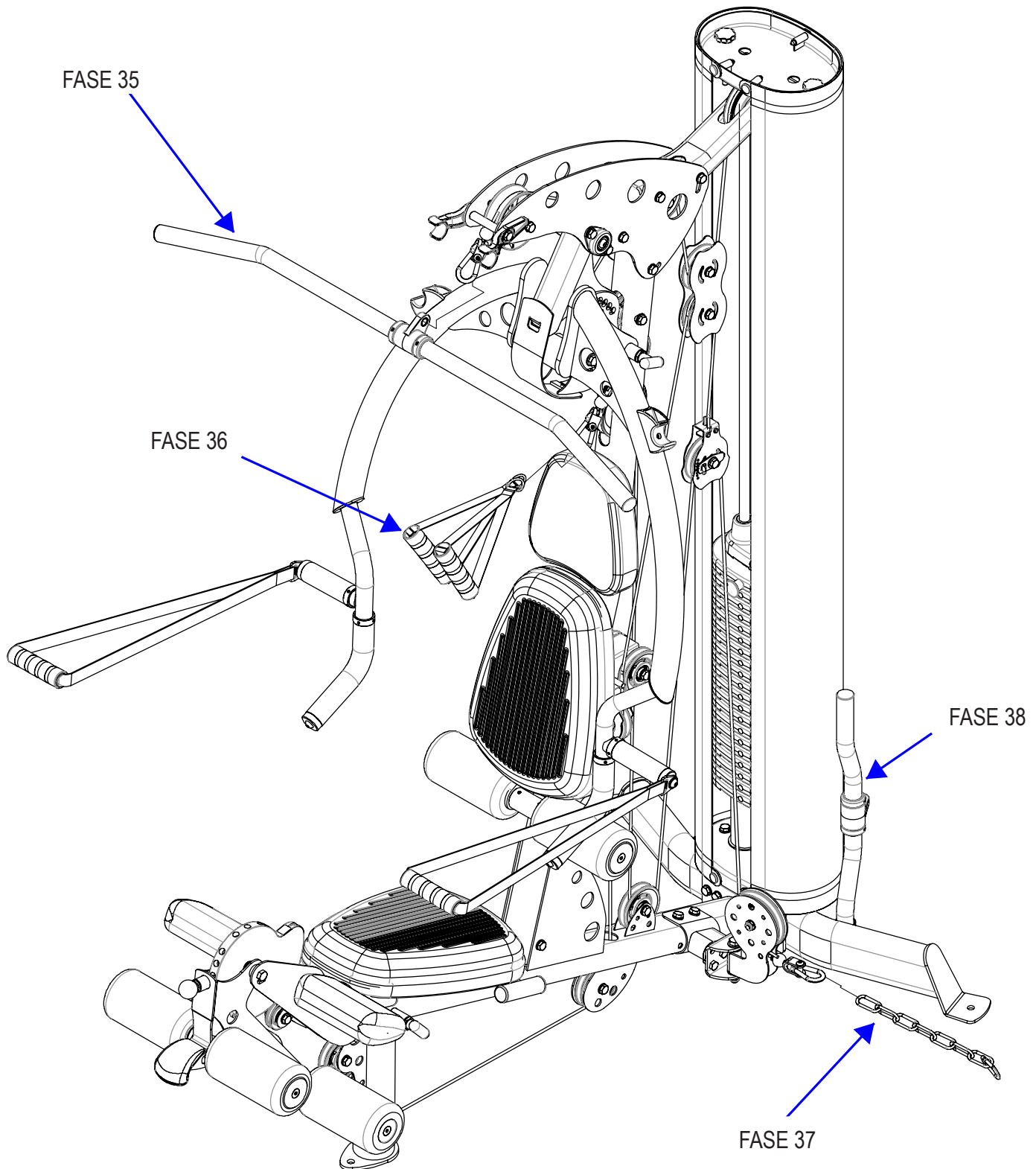
Fase 34: La posizione di partenza del braccio della pressa può essere regolata avvitando l'apposito fermo. Al termine, bloccare con un dado di bloccaggio.

Regolare l'allentamento del cavo sulla puleggia flottante singola superiore allentando la vite e spostando la puleggia verso l'alto o verso il basso con la piastra di selezione. **Al termine, bloccare con la vite.**

Fase 34
3- Perna a T

Regolare il fermo sulla puleggia flottante singola per Leg Extension per eliminare l'allentamento del cavo. Impostare la camma in modo che l'apertura del cavo sia in linea con le 2 pulegge piccole prima della regolazione. **Al termine, serrare il dado di bloccaggio.**

Fissare tutti gli accessori come illustrato in figura.

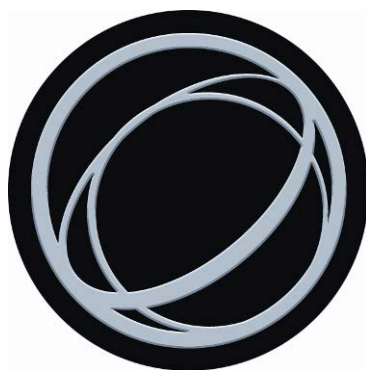


NOTA: A questo punto è necessario posizionare i cavi. Verificare innanzitutto che i cavi siano centrati nelle scanalature di tutte le pulegge. Quindi, scegliere un peso comodamente gestibile sulla panca. Eseguire una distensione sulla panca da seduti e tenere la prima ripetizione a distanza di braccia. Far rimbalzare leggermente il peso su e giù per circa 5 secondi. In questo modo, i cavi si inseriscono nelle pulegge. A questo punto, se necessario, è possibile regolare i fermi del cavo.

RIFERIMENTO ALLE DECALCOMANIE

INSPIRE

AVVISO				
Questo prodotto INSPIRE non è destinato a usi commerciali.				
MANUTENZIONE	Settimanale	3 Mesi	Annuale	2 Anni
Ispezionare: attacchi, perni di trazione, serrature a scatto, anelli girevoli, perni di selezione dei pesi	X			
Pulire: rivestimenti	X			
Ispezionare: cavi e relativi raccordi	X			
Ispezionare: la resistenza di tutte le protezioni	X			
Ispezionare: barre e maniglie accessorie		X		
Ispezionare: tutte le decalcomanie		X		
Ispezionare: tutti i dadi e le viti. Serrare, se necessario.		X		
Ispezionare: superfici antiscivolo		X		
Pulire e lubrificare: aste di guida con un lubrificante a base di teflon (PTFE) (Superlube)		X		
Lubrificare: i manicotti dei sedili e tutte le guide in plastica		X		
Pulire e incerare: tutte le finiture lucide			X	
Sostituire: cavi, cinghie e parti di collegamento.				X



INSPIRE™
 BY HEALTH IN MOTION LLC
 877-738-1729
www.inspirefitness.net
 Numero di serie 4-05-05-00001

Questo prodotto è coperto da uno o più dei seguenti brevetti statunitensi e da altri in fase di valutazione: 5,330,405; 5,944,641; 5,961,427; 7,645,217; 7,722,513; 7,837,600; 7,905,818; 8,096,929.

ATTENZIONE

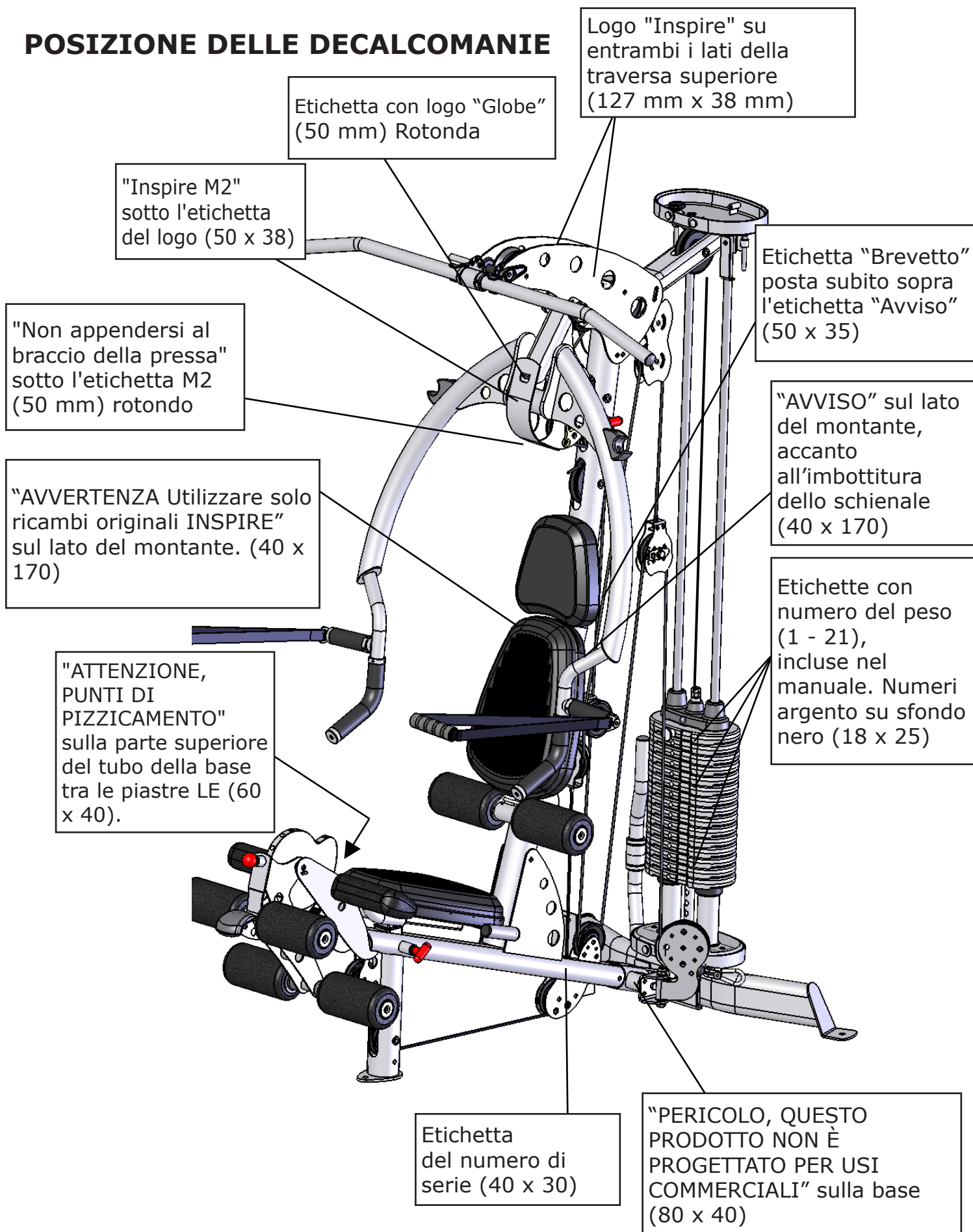
UTILIZZARE SOLO RICAMBI ORIGINALI INSPIRE. IL MANCATO RISPETTO DI QUESTA PRECAUZIONE COMPORTA L'ANNULLAMENTO DELLA GARANZIA E PUÒ CAUSARE GRAVI LESIONI. L'UTILIZZO DI QUESTO TIPO DI ATTREZZATURA COMPORTA DEI RISCHI. PER RIDURRE AL MINIMO TALE RISCHIO, SEGUIRE SEMPRE LE REGOLE INDICATE.

1. LEGGERE E COMPRENDERE TUTTE LE ISTRUZIONI ALLEGATE PRIMA DI UTILIZZARE QUESTA ATTREZZATURA.
2. ISPEZIONARE L'ATTREZZATURA PRIMA DI OGNI UTILIZZO. Sostituire le parti che presentano segni di usura o danni. In caso di dubbi su un determinato componente, NON utilizzare l'attrezzatura fino alla sua sostituzione. La mancata sostituzione di parti usurate o danneggiate può provocare lesioni.
3. SEGUIRE IL PROGRAMMA DI MANUTENZIONE riportato sull'adesivo "AVVISO".
4. CONSULTARE UN MEDICO PRIMA DI INIZIARE QUALSIASI PROGRAMMA DI ESERCIZIO FISICO. Eseguire un adeguato riscaldamento prima dell'allenamento. Interrompere l'attività fisica in caso di svenimento o vertigini.
5. AL FINE DI EVITARE IL RISCHIO DI GRAVI LESIONI, TENERSI LONTANI DA TUTTE LE PARTI IN MOVIMENTO. NON TENTARE DI LIBERARE DA SOLI LE PARTI INCEPPATE. Richiedere assistenza per evitare possibili lesioni.
6. Eseguire gli esercizi lentamente e con calma. Respirare correttamente e non trattenere MAI il respiro.
7. È VIETATO L'USO DELLA MACCHINA DA PARTE DI BAMBINI. Per evitare possibili lesioni, tenere i bambini a distanza di sicurezza quando l'attrezzatura è in uso. Gli adolescenti possono utilizzare questa attrezzatura solo sotto la supervisione di un adulto.
8. Per qualsiasi domanda in merito al corretto utilizzo o alla manutenzione dell'attrezzatura, RIVOLGERSI AL PROPRIO DISTRIBUTORE AUTORIZZATO INSPIRE.

RIFERIMENTO ALLE DECALCOMANIE



POSIZIONE DELLE DECALCOMANIE



ACCESSORI

- Tabella a parete degli esercizi
- Barra Lat girevole
- EZ Curl Bar girevole
- Cinturino per caviglia
- Maniglia per cintura addominale

ACCESSORI HOME GYM

- Cuscinetti ortopedici colorati
- Protezione colorata
- Leg Press
- Ab Crunch Bar

Suggerimenti per l'allenamento

CONSULTARE UN MEDICO PRIMA DI INIZIARE QUALSIASI PROGRAMMA DI ESERCIZIO FISICO

1. **Riscaldarsi sempre** prima di iniziare l'allenamento con i pesi. Questo aiuta a riscaldare i muscoli e a prevenire eventuali lesioni. È possibile riscaldarsi con un leggero cardiofitness o eseguendo una serie leggera di ogni esercizio prima di passare ai pesi più pesanti.
2. **Controllare il peso.** Lavorare sempre con un peso che si è in grado di gestire per un'intera serie. Si consiglia di eseguire movimenti lenti e costanti.
3. **Respirare.** Non trattenere il respiro durante la serie. Trattenendo il respiro si crea una pressione interna che aumenta il rischio di rottura dei vasi sanguigni e di ernia.
4. **Sedersi in posizione diritta.** Prestare attenzione alla postura, tenere il corpo dritto. Utilizzare gli addominali in ogni movimento per mantenere l'equilibrio e proteggere la colonna vertebrale.

INFORMAZIONI GENERALI SULLA MANUTENZIONE

Attenzione: NON posizionare polistirolo o materiale stampato sui cuscinetti ortopedici. Con il tempo, possono attaccarsi alle imbottiture e rovinarne la superficie.

Non lasciare oggetti appoggiati sui cuscinetti ortopedici: questi cuscinetti hanno una densità speciale che si adatta agli oggetti e i piccoli oggetti lasciano impronte sulla superficie che possono richiedere tempo per essere eliminate.

- Ispezionare periodicamente i cavi per verificare che non siano spaccati, incrinati o sfilacciati. Inoltre, verificare che i cavi non presentino rigonfiamenti o aree appiattite.
- Sostituire immediatamente i cavi ai primi segni di danneggiamento o usura. Non utilizzare mai l'attrezzatura se i cavi sono danneggiati o usurati.
- I cavi si allungano naturalmente con il passare del tempo, quindi controllare periodicamente l'allentamento dei cavi e regolarne la tensione, se necessario.
- Ispezionare regolarmente il prodotto per verificare che non vi siano componenti allentati.
- Non utilizzare o conservare l'attrezzatura all'aperto.
- Ispezionare gli attacchi a scatto, gli anelli girevoli, le maniglie e il perno di selezione dei pesi per verificare che non siano usurati o danneggiati. In caso di usura o danni, sostituirli immediatamente.
- Individuare e familiarizzare con tutte le decalcomanie di avvertimento presenti sulla Multi-Gym.
- Sostituire immediatamente i rivestimenti danneggiati o usurati.
- Pulire periodicamente le aste di guida con un panno asciutto e applicare nuovamente un sottile strato di lubrificante a base di teflon.

PROGRAMMA DI MANUTENZIONE

ROUTINE	MANUTENZIONE	DATA								
Ispezionare: attacchi, perni di trazione, clip a molla, anelli girevoli, perni di selezione dei pesi	SETTIMANALE									
Pulire: rivestimenti	SETTIMANALE									
Ispezionare: Cavi e relativi raccordi	SETTIMANALE									
Ispezionare: Tensione di tutte le protezioni	SETTIMANALE									
Ispezionare: barre e maniglie accessorie	3 MESI									
Ispezionare: tutte le decalcomanie	3 MESI									
Ispezionare: tutti i dadi e le viti. Serrare, se necessario	3 MESI									
Ispezionare: superfici antisdrucchiolo	3 MESI									
Pulire e lubrificare: Aste di guida con un lubrificante a base di Teflon	3 MESI									
Lubrificare: manicotti dei sedili e tutte le guide in plastica	3 MESI									
Pulire e incerare: tutte le finiture lucide	ANNUALE									
Sostituire: cavi, cinghie e parti di collegamento	2 ANNI									

GARANZIA CONVENZIONALE

DURATA DELLA GARANZIA CONDIZIONI DELLA SUA VALIDITÀ E DECADENZE

GARLANDO SPA garantisce l' idoneità del Prodotto all'uso per il quale esso è stato specificamente concepito e progettato, ossia all'uso sportivo.

Per garanzia si intende la sostituzione o riparazione gratuita delle parti componenti l'attrezzo riconosciute difettose all'origine per vizi di fabbricazione durante il periodo di tempo prescritto dalla legge o per un periodo di tempo più esteso se contrattualmente previsto.

La presente Garanzia è valida ed efficace con riferimento al Prodotto di GARLANDO SPA acquistato dall'Acquirente in Italia esclusivamente presso un rivenditore autorizzato e lascia impregiudicati i diritti riconosciuti all'Acquirente dalla Legge italiana e dalle disposizioni delle direttive europee.

L'Acquirente è tenuto a comprovare, mediante documento rilasciato dal rivenditore autorizzato (ad esempio: scontrino fiscale o fattura) la data in cui è stata effettuata la consegna del Prodotto, il nominativo del rivenditore autorizzato e gli estremi identificativi del Prodotto. Ai fini dell'operatività della Garanzia pertanto è necessario che la documentazione di cui sopra unitamente alla presente Garanzia sia debitamente conservata.

L'Acquirente è tenuto a verificare attentamente il prodotto al momento della consegna. Eventuali contestazioni dovranno essere comunicate per iscritto sul documento di trasporto con evidenza specifica di quanto riscontrato. In mancanza di questa comunicazione, il ritiro della merce equivarrà a tutti gli effetti di Legge, ad accettazione senza riserve del prodotto.

È obbligo dell'Acquirente comunicare ogni difetto di conformità entro 2 mesi dalla sua evidenza, pena decadenza di ogni garanzia.

Trascorsi 6 mesi dall'installazione, per tutti gli interventi tecnici effettuati su prodotti, anche in garanzia, saranno dovuti i costi del "Diritto di chiamata". I costi di manodopera e trasferta verranno invece addebitati negli interventi in garanzia, a decorrere dal secondo anno di vita del prodotto. GARLANDO SPA fornirà all'Acquirente un preventivo per tali costi e comunque adeguata assistenza telefonica o web.

In caso di mancato utilizzo causa difettosità del prodotto, l'Acquirente non avrà diritto alla risoluzione del contratto, né al risarcimento dei danni subiti (lucro cessante e/o danno emergente). Avrà diritto unicamente all'intervento in garanzia.

Le parti di ricambio sostituite sul prodotto in garanzia non determineranno un prolungamento della durata della stessa e saranno a loro volta garantite per 12 mesi, se installate dal personale autorizzato da GARLANDO SPA. Le spese di trasporto, i costi di trasferta e di manodopera per la sostituzione di parti di ricambio in garanzia saranno a carico dell'Acquirente.

È onere dell'Acquirente istruire il personale sul corretto utilizzo delle attrezzature, tali informazioni dovranno essere trasferite di conseguenza a tutti gli utilizzatori.

ESCLUSIONI DELLA GARANZIA

La Garanzia è espressamente esclusa nei casi di:

- mancata osservanza delle istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione/montaggio ed il regolare funzionamento del Prodotto;
- trascuratezza e/o negligenza nell'uso e nella manutenzione del Prodotto;
- uso improprio del Prodotto;
- manomissioni del Prodotto;
- uso del Prodotto per finalità diverse da quelle per le quali il Prodotto è stato specificatamente concepito/progettato;
- danni causati dal trasporto o dalla spedizione del Prodotto;
- danni causati da difetti della rete di distribuzione elettrica: sovracorrenti, sovratensioni, causate anche da scariche atmosferiche;
- riparazione eseguita da centri assistenza non autorizzati da GARLANDO SPA;
- riparazione del prodotto da parte dell'utilizzatore stesso, tranne il caso

in cui l'operazione di riparazione/sostituzione parti è autorizzata da GARLANDO SPA;

- difetti di conformità che, per qualsiasi motivo, non possono in alcun modo farsi risalire ad azioni od omissioni del produttore.

Le regole di corretta installazione/montaggio, uso e manutenzione del Prodotto sono contenute nel manuale d'istruzioni, allegato alla presente Garanzia, di cui costituisce parte integrante.

Si intende che l'usura conseguente al normale utilizzo del Prodotto e dei suoi componenti NON può in alcun modo configurare difetto di conformità e non può pertanto essere coperta dalla presente Garanzia.

- Con riferimento al Prodotto TAPIS ROULANT, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti: rulli, piano di corsa, nastro, grip, cinghia, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
- Con riferimento al Prodotto BIKE ed ELLITTICHE, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti (ove presenti): pedali e cinghietti, pedane poggiapiedi, grip, sella, cinghia di trasmissione, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.

La Garanzia NON copre gli interventi inerenti all'installazione del Prodotto ed all'allacciamento agli impianti di alimentazione.

UTILIZZO PREVISTO E UTILIZZO IMPROPRIO DEL PRODOTTO

In considerazione dell' idoneità all'uso esclusivamente sportivo del presente Prodotto, GARLANDO SPA consente il suo utilizzo a seguito del rilascio da parte di un medico di apposito certificato di idoneità fisica.

GARLANDO SPA declina ogni responsabilità per eventuali danni che possano, direttamente o indirettamente, derivare a persone, animali domestici e cose in conseguenza dell'inosservanza di tutte le istruzioni, indicazioni ed avvertenze contenute nell'apposito manuale d'istruzioni.

In particolare si dichiara che il Prodotto è assolutamente non idoneo ad uso terapeutico e/o riabilitativo e che l'eventuale verificarsi di infortuni od insorgenza di patologie correlate a tale indebito utilizzo non potrà in alcun modo essere imputata al produttore.

GARLANDO SPA si riserva di apportare modifiche costruttive al prodotto.

DANNI CAUSATI DAL PERSONALE DEI CENTRI ASSISTENZA TECNICA

GARLANDO SPA non sarà responsabile per i danni a persone, animali domestici e cose eventualmente causati dal Centro Assistenza Tecnica, in occasione dell'intervento di riparazione del Prodotto e/o sostituzione dello stesso o di un suo componente; per l'effetto l'Acquirente si impegna ad indirizzare eventuali richieste risarcitorie direttamente al Centro Assistenza Tecnica, rinunciando a qualunque azione e/o pretesa nei confronti di GARLANDO SPA.

TERMINE FINALE DELLA GARANZIA

Trascorso il tempo indicato dalla legge o dalle più favorevoli condizioni contrattuali, se previste, l'attrezzo non sarà più in garanzia e ogni intervento di riparazione e/o sostituzione di componenti del Prodotto sarà posto totalmente a carico dell'Acquirente.