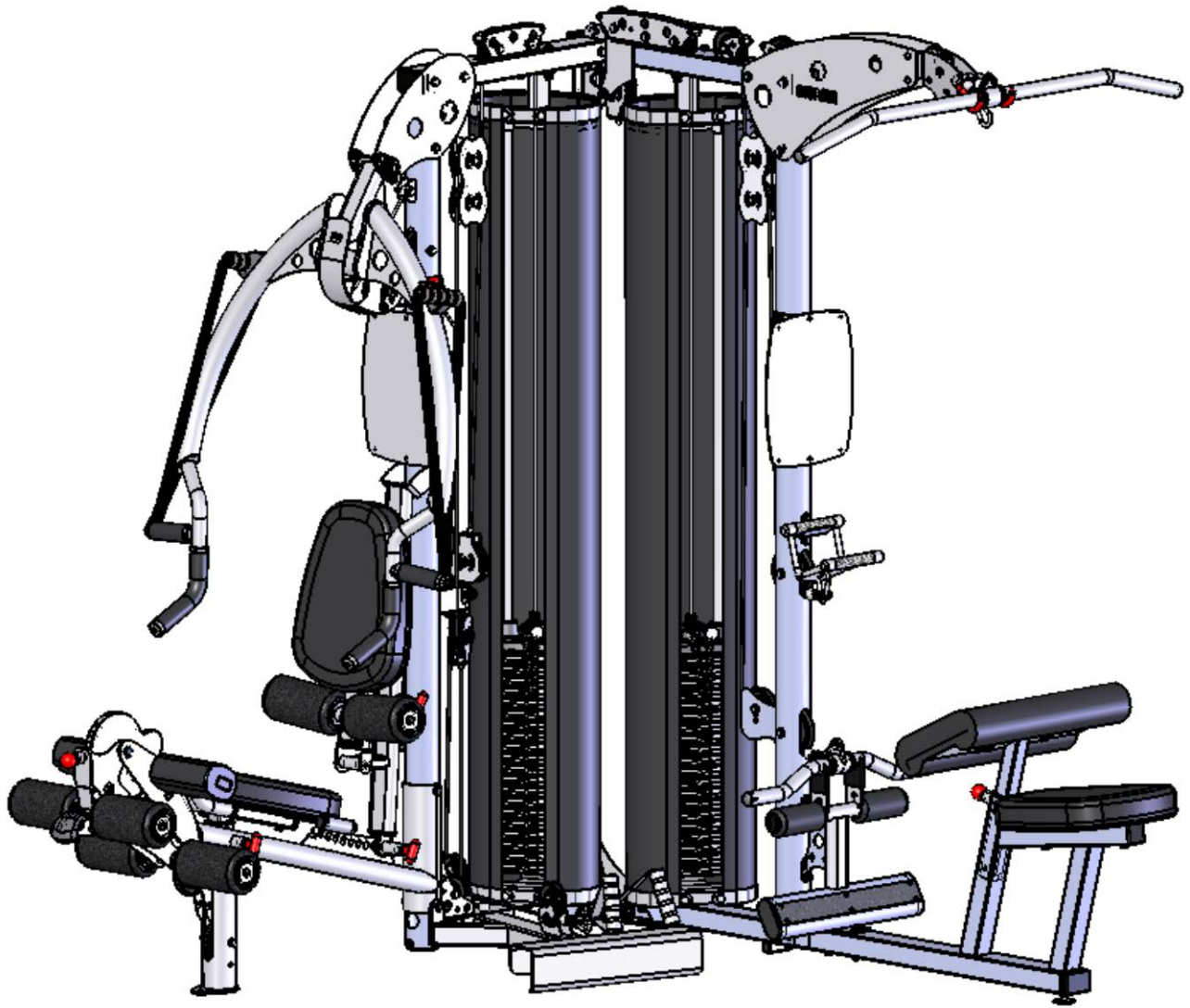




M5.2 MANUALE DI MONTAGGIO E D'USO



REGISTRARE QUI IL NUMERO DI SERIE

CONGRATULAZIONI... Avete appena fatto il primo passo verso un corpo più sano e forte. Questa Multi-Gym Inspire è la chiave per sbloccare il potenziale del vostro corpo. È stato dimostrato che un allenamento regolare della resistenza con una Multi-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 Multi-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 Multi-Gym deve essere eseguita solo da un rivenditore autorizzato Inspire. 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

255 Airport Circle

Suite 101

Corona, CA 92880

Tel: 877-738-1729

Fx: 714-738-1728

www.inspirefitness.net

SOMMARIO

Sezione	Pagina
Istruzioni importanti per la sicurezza	1
Utensili necessari	1
Elenco parti e componenti.....	2
Diagramma dei cavi	3
Istruzioni di montaggio.....	4-23
Riferimento alle decalcomanie	24-25
Posizione delle decalcomanie.....	26
Accessori.....	27
Informazioni generali sulla manutenzione	28
Programma di manutenzione.....	29
Garanzia limitata	30

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

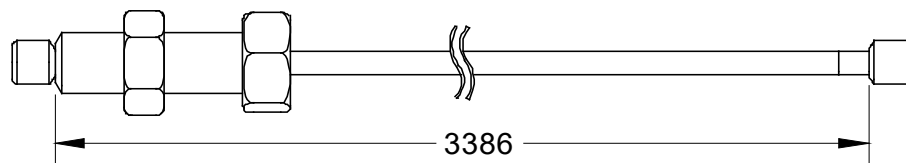
- Set di bussole metriche (incluse bussole da 16 mm, 17 mm, 18 mm e 19 mm)
- Chiavi metriche da 16 mm, 17 mm, 18 mm e 19 mm
- Chiavi esagonali da 4 mm, 5 mm e 6 mm (in dotazione nella fornitura di minuteria)
- Chiave regolabile
- Metro a nastro
- Martello di gomma

Elenco parti e componenti

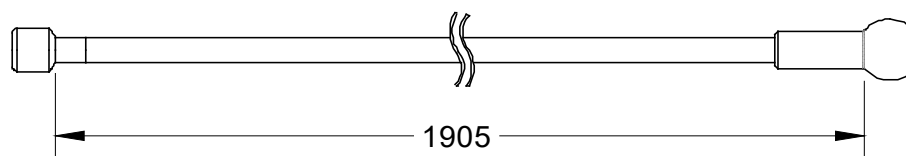
N.	Descrizione delle parti	Qtà	EVS p/n
1	Telaio principale, stazione Lat	1	
2	Montante principale, braccio pressa	1	
3	Telaio sedile Lat	1	
4	Telaio base sedile	1	
5	Asta Preacher Curl	1	
6	Gruppo poggiatesta	1	
7	Gruppo asta sedile	1	
8	Sostegno imbottitura schienale	1	
9	Staffa di montaggio protezione superiore	2	
10	Supporto impugnatura doppia a D	1	
11	Supporto puleggia inferiore	1	
12	Supporto braccio pressa	1	
13	Gruppo braccio pressa	1	
14	Telaio di supporto imbottitura schienale	1	
15	Gruppo Leg Extension	1	
16	Impugnatura doppia a D	1	
17	Barra Lat girevole in alluminio	1	
18	Curl Bar girevole in alluminio	1	
19	Braccio di fissaggio blocco polpaccio	1	
20	Gruppo staffa puleggia flottante	1	
21	Fermo regolabile	2	
22	Piastra traversa superiore, braccio pressa	2	
23	Piastra trasversale superiore, stazione Lat	2	
24	Staffa puleggia	1	
25	Distanziale da 1"	1	
26	Supporto asta di guida inferiore	2	
27	Piastra a camme	1	
28	Piastra puleggia flottante	4	
29	Gruppo puleggia girevole, stazione Lat	1	
30	Blocco di sollevamento polpacci	1	
31	Gruppo piastra di protezione	2	
32	Piastra di protezione	2	
33	Staffa della protezione	4	
34	Cuscinetto per Preacher Curl	1	
35	Imbottitura sedile	3	
36	Rullo in schiuma piccolo rivestito	2	
37	Imbottitura per coscia	2	
38	Rullo in schiuma grande rivestito	4	
39	Rullo in schiuma rivestito con inserto per tubo	2	
40	Cavo inferiore braccio pressa	1	
41	Cavo per Leg Extension	1	
42	Cavo centrale braccio pressa	1	
43	Cavo superiore braccio pressa	1	
44	Cavo inferiore Lat	1	
45	Cavo superiore Lat	1	
46	Distanziale da 1"	10	
47	Distanziale da 15 mm	2	
48	Gruppo camma Leg Extension	1	
49	Tubo distanziale in plastica	2	
50	Tappo in alluminio	6	
51	Asta di guida	4	
52	Distanziale piastra di protezione	2	
53	Perno connettore piastra di protezione	12	
54	Protezione in tessuto	2	
55	Cinghia impugnatura a D	2	
56	Rondella piatta, M5	1	

N.	Descrizione delle parti	Qtà	EVS p/n
57	Puleggia da 4 1/2"	2	
58	Puleggia piccola, Leg Extension	2	
59	Puleggia da 3 1/2"	25	
60	Cartello per esercizi con braccio pressa	1	
61	Sfera del cavo	4	
62	Estremità del cavo con staffa a "U"	4	
63	Staffa puleggia flottante	1	
64	Piastra di protezione braccio pressa	1	
65	Cartello esercizi Lat	1	
66	Gruppo cuscinetti braccio pressa	2	
67	Disco in gomma	4	
68	Gruppo staffa di supporto cartello	4	
69	Rondella di plastica grande	4	
70	Pesi	40	
71	Disco bumper di regolazione	1	
72	Adattatore per cavo	2	
73	Staffa angolare	1	
74	Dado a testa piatta, M6	4	
75	Vite a testa tonda, M6*15	4	
76	Gruppo cordino perno per pesi	2	
77	Peso superiore/Gruppo asta selettore	2	
78	Clip a molla	4	
79	Rondella piatta, M8	8	
80	Rondella, $\Phi 25,4 \times \Phi 10 \times 2$	14	
81	Dado di bloccaggio, M8	4	
82	Tappo terminale, plastica nera	2	
83	Vite a testa piatta, M10*25	6	
84	Vite a testa tonda, M5*12	1	
85	Dado esagonale, M12	2	
86	Rondella piatta, M10	157	
87	Rondella piatta, M12	7	
88	Rondella curva, M10	4	
89	Dado sottile, M12, h=8 mm	1	
90	Dado di bloccaggio, M10	76	
91	Dado di bloccaggio, M12	3	
92	Vite a testa tonda, M8*25	4	
93	Vite esagonale, M10*100	7	
94	Vite esagonale, M10*45	22	
95	Vite a testa tonda, M10*20	2	
96	Vite esagonale, M10*50	4	
97	Vite esagonale, M10*95	12	
98	Vite esagonale, M12*95	2	
99	Vite esagonale, M12*110	1	
100	Vite esagonale, M10*105	3	
101	Vite esagonale, M10*110	1	
102	Vite esagonale, M10*70	13	
103	Vite a testa piatta, M10*70	2	
104	Vite esagonale, M10*60	4	
105	Vite esagonale, M10*35	4	
106	Vite esagonale, M10*20	15	
107	Vite esagonale, M12*150	1	
108	Vite esagonale, M10*25	6	
109	Vite a testa piatta, M6	4	
110	Chiave esagonale, 6 mm	1	
111	Chiave esagonale, 5 mm	2	
112	Chiave esagonale, 4 mm	1	
113	Dado sottile, M10, h=8 mm	4	

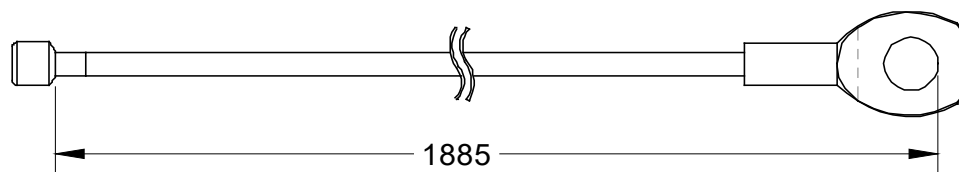
DIAGRAMMA DEI CAVI M5



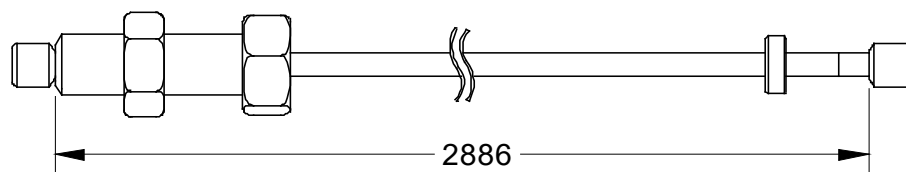
Cavo superiore braccio pressa p/n GM870-500-004



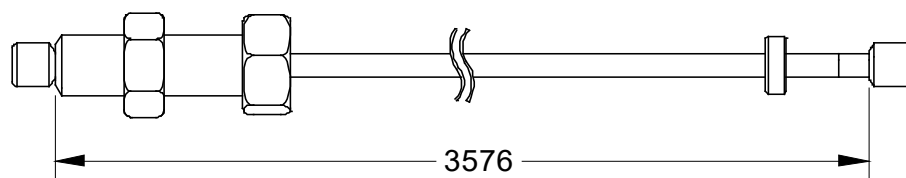
Cavo per Leg Extension p/n GM870-500-002



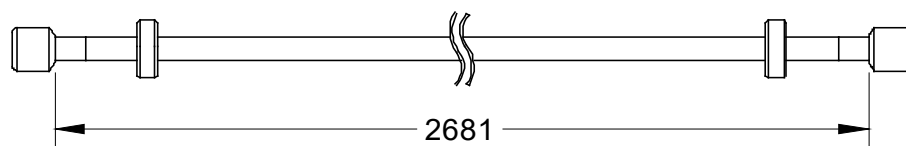
Cavo centrale braccio pressa p/n GM870-500-003



Cavo inferiore braccio pressa p/n GM870-500-001



Cavo superiore Lat p/n GM870-500-006

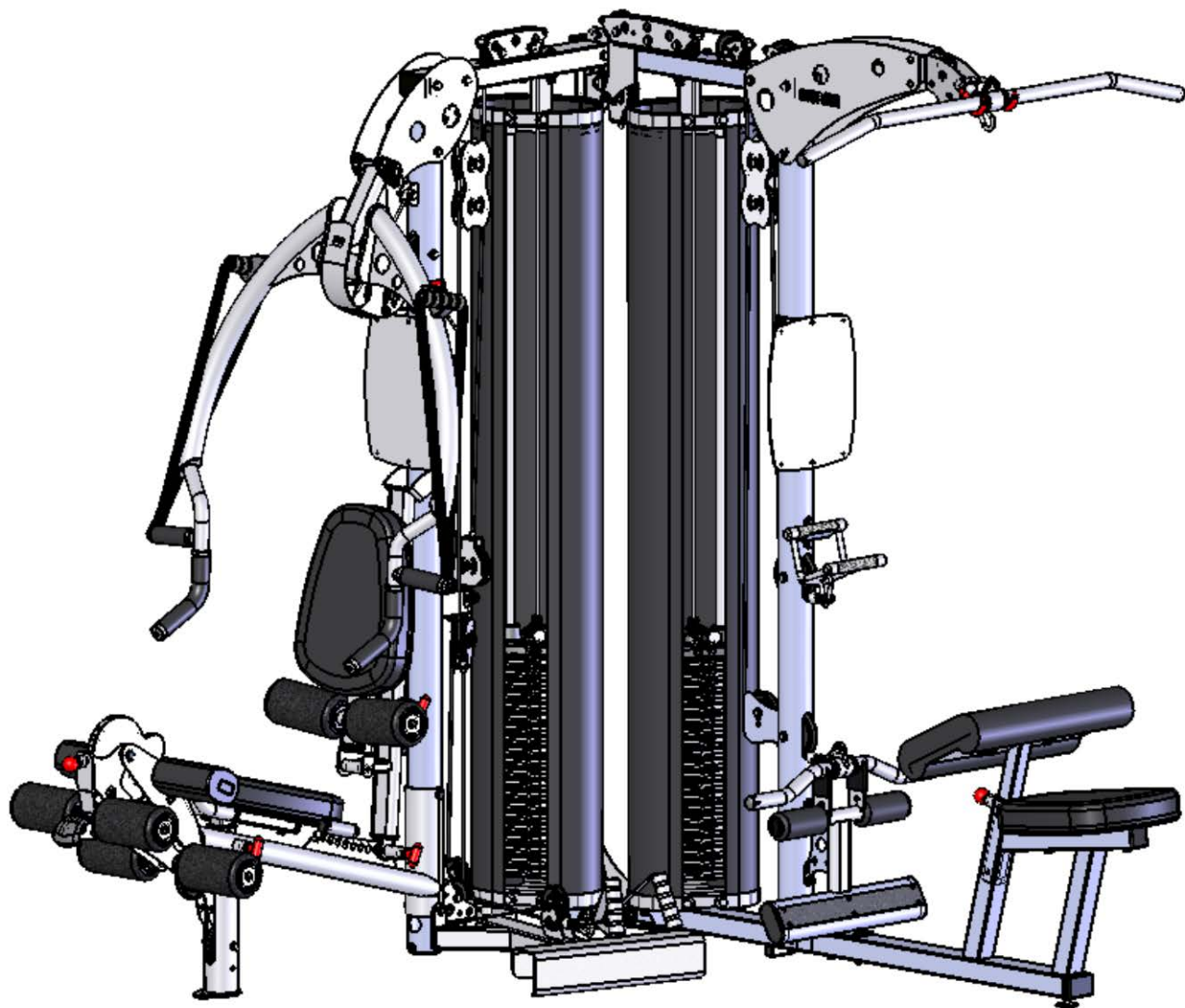


Cavo inferiore Lat p/n GM870-500-005

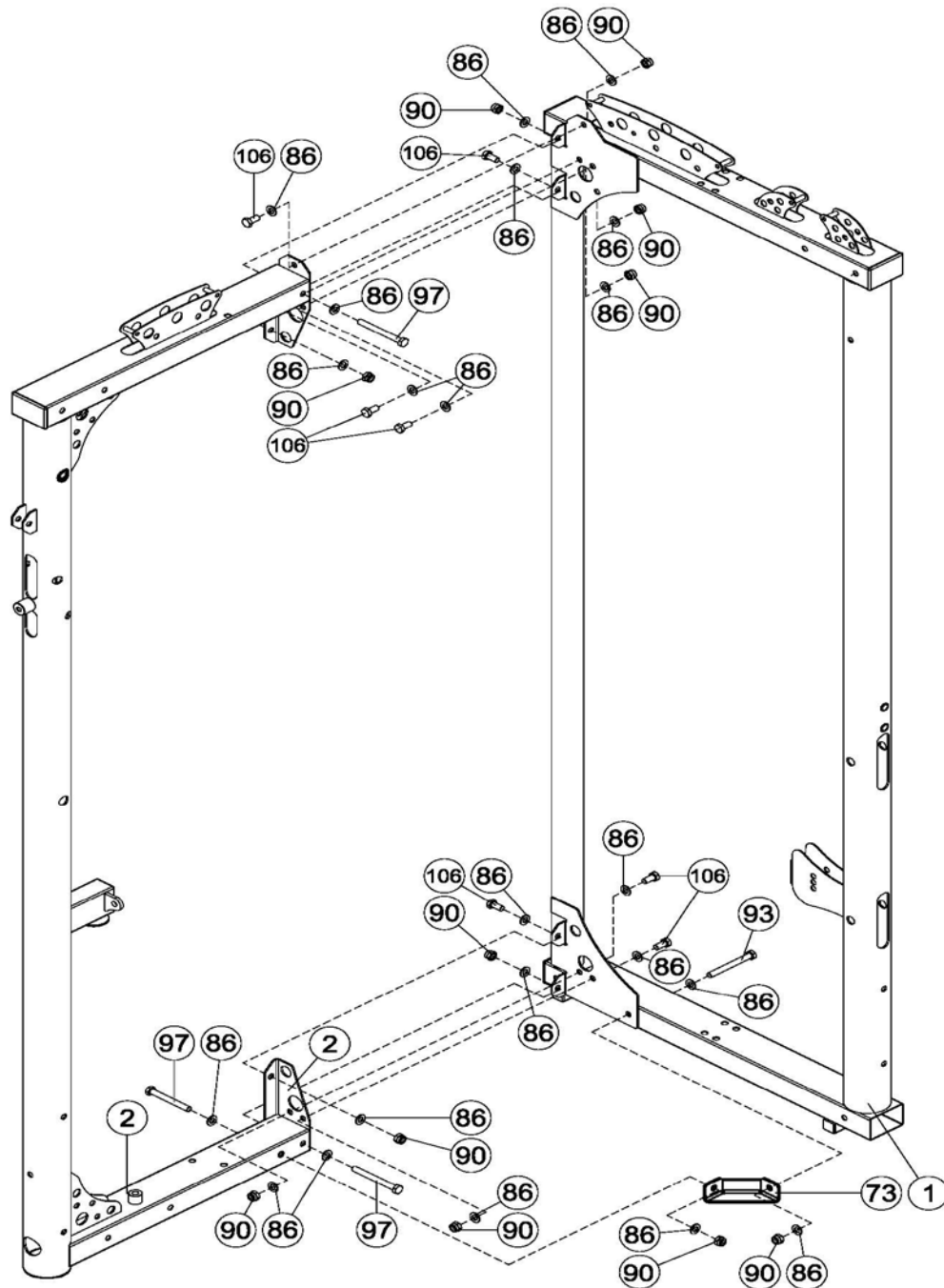
Le lunghezze dei cavi sono espresse in millimetri e fungono solo da riferimento.
La lunghezza dei cavi può variare in qualsiasi momento senza preavviso.

rev030215

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO



FASE 1

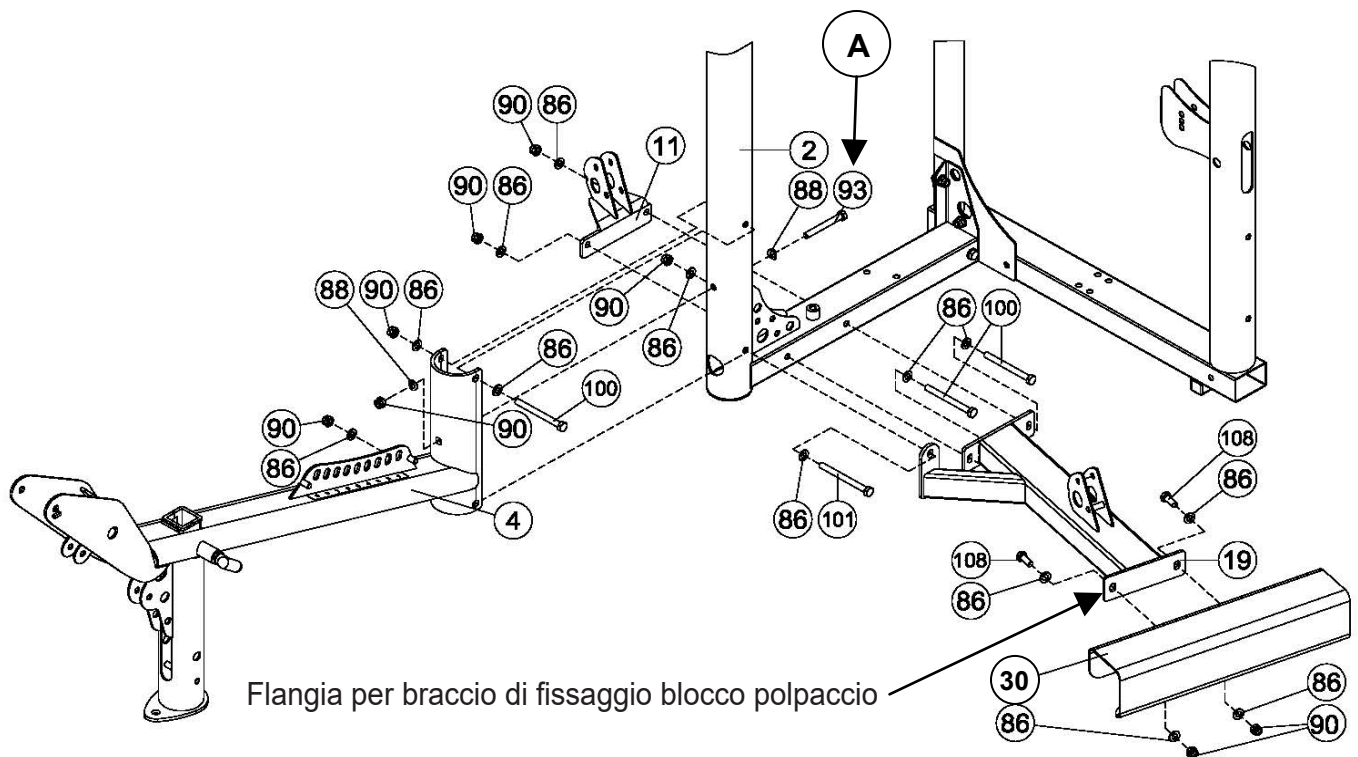


Questa fase richiede due persone per essere completata in sicurezza

- A) Posizionare il telaio principale (1) e il montante principale (2) come illustrato in figura e fissarli utilizzando le viti M10*95 (97) e le viti M10*20 (106).
- B) Fissare la staffa angolare (73) ai due telai utilizzando una vite M10*95 (97) e una vite M10*100 (93).

A questo punto, serrare tutti i componenti.

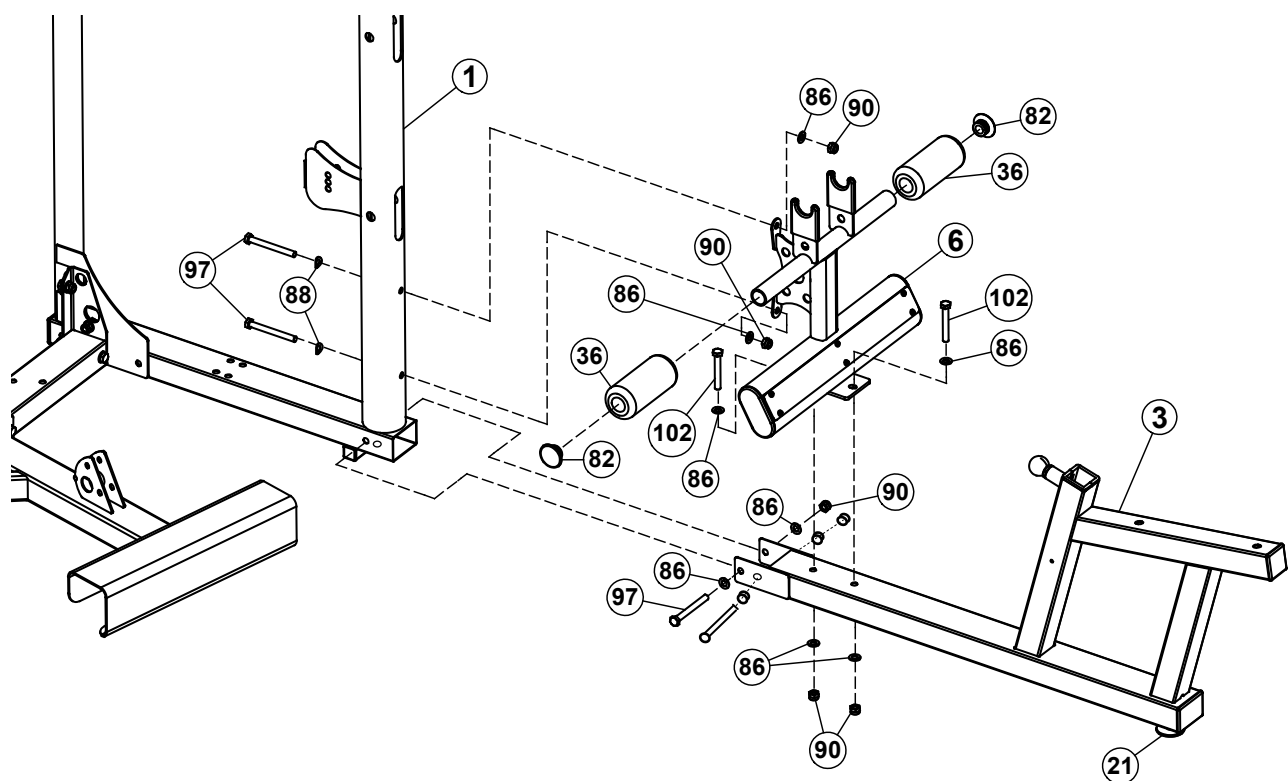
FASE 2



Non serrare i componenti della fase 2 fino a quando non viene espressamente indicato di farlo.

- A) Utilizzando la vite M10*100 (93), fissare il telaio della base del sedile (4) al montante principale (2).
- B) Inserire la vite M10*105 (100) sopra la vite M10*100 (93) al punto 2A.
- C) Fissare il blocco di sollevamento polpacci (30) al rispettivo braccio di fissaggio (19) utilizzando le viti M10*25 (108). La flangia del braccio di fissaggio del blocco polpacci deve essere posizionata all'interno del blocco di sollevamento polpacci.
- D) Fissare il braccio di fissaggio del blocco polpaccio (19) e il supporto della puleggia inferiore (11) al montante principale utilizzando le due viti M10*105 (100) e la vite M10*110 (101). I fori asolati nel braccio di fissaggio del blocco di sollevamento polpacci e nel blocco di sollevamento polpacci servono a consentire la regolazione verso l'alto e verso il basso per garantire che la macchina sia a livello.
- E) A questo punto , serrare i componenti iniziando dalla vite 93 (freccia A). Quindi serrare il braccio di fissaggio del blocco polpacci (19) al montante principale (2). Serrare il blocco di sollevamento polpacci (30) al braccio di fissaggio del blocco di sollevamento polpacci (19). A questo punto, serrare tutti i componenti rimanenti nelle fasi A-D.

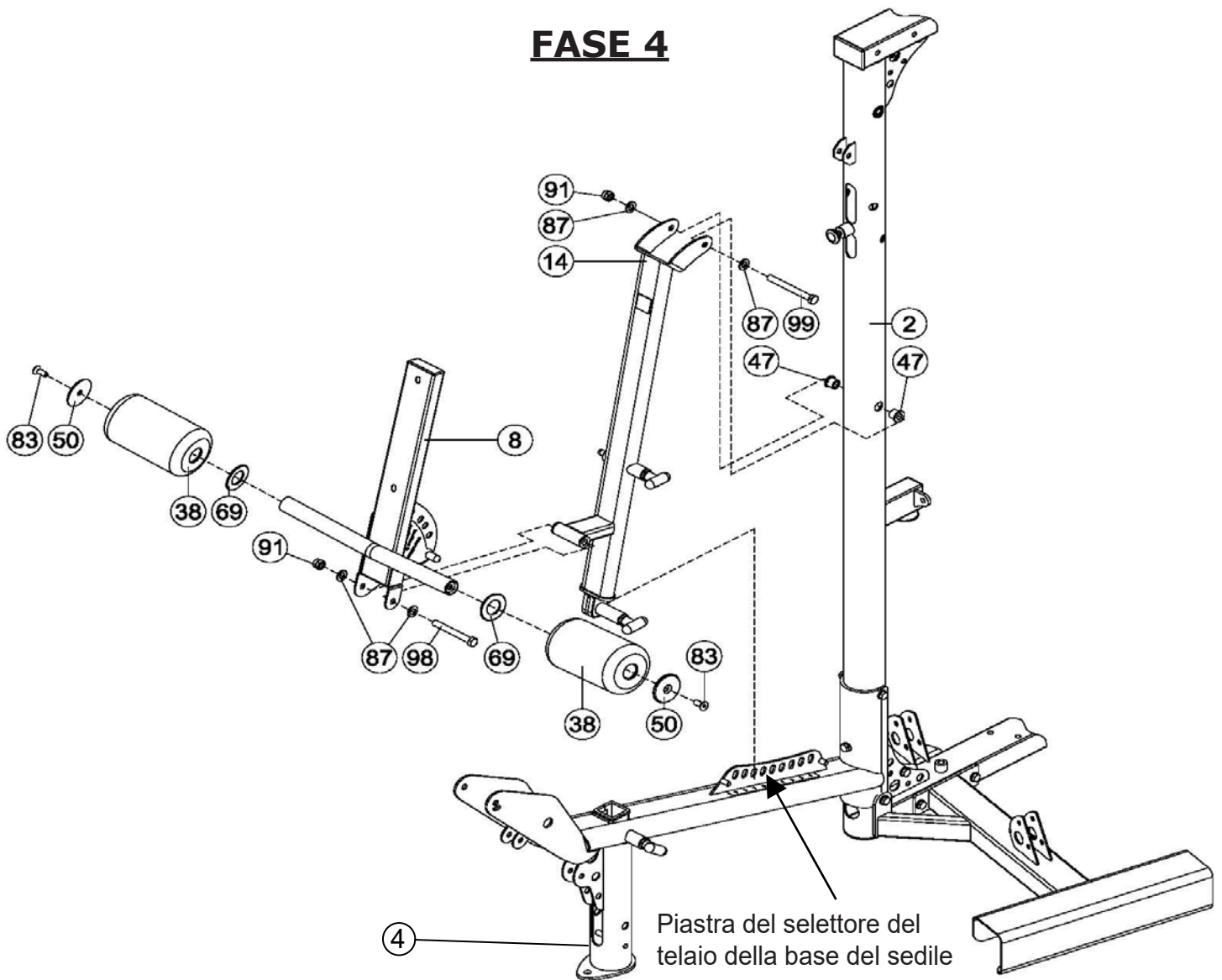
FASE 3



- A) Fissare il gruppo poggiapiedi (6) al telaio del sedile Lat (3) utilizzando le due viti M10*70 (102).
- B) Fissare il telaio del sedile Lat (3) al telaio principale (1) utilizzando due viti M10*95 (97), quattro rondelle piatte M10 (86) e due dadi di bloccaggio M10 (90).
- C) Fissare il gruppo poggiapiedi (6) al telaio principale (1) utilizzando le due viti M10*95 (97) con le rondelle curve (88) posizionate contro il montante del tubo rotondo sul telaio principale.
- D) Regolare il fermo regolabile (21) fino al contatto con il pavimento e serrare il dado di bloccaggio.
- E) Far scorrere le due rotelle in schiuma rivestite (36) sul poggiapiedi e fissarle con i due tappi di plastica nera (82).

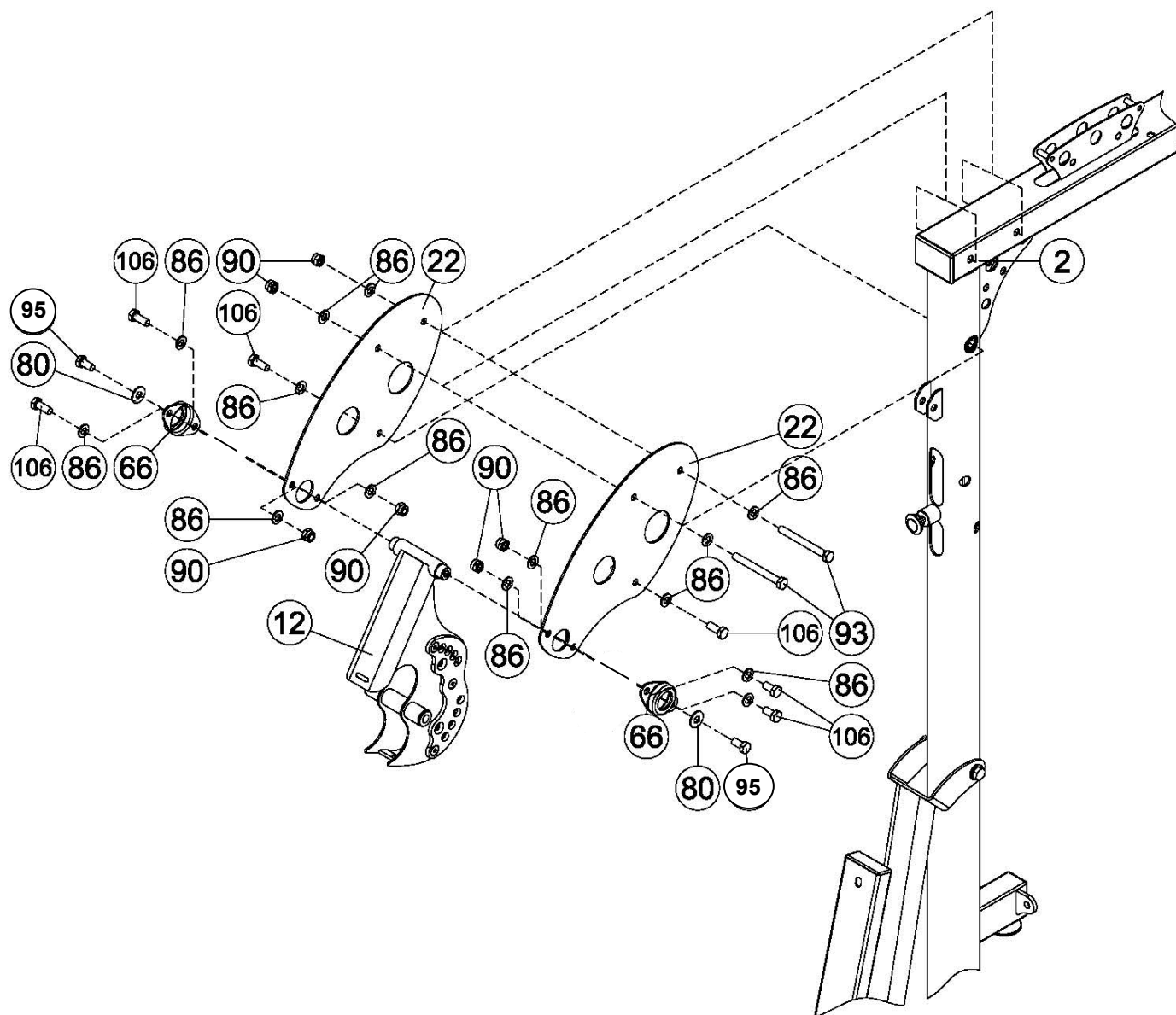
A questo punto, stringere tutti i componenti elencati nelle fasi da A a D.

FASE 4



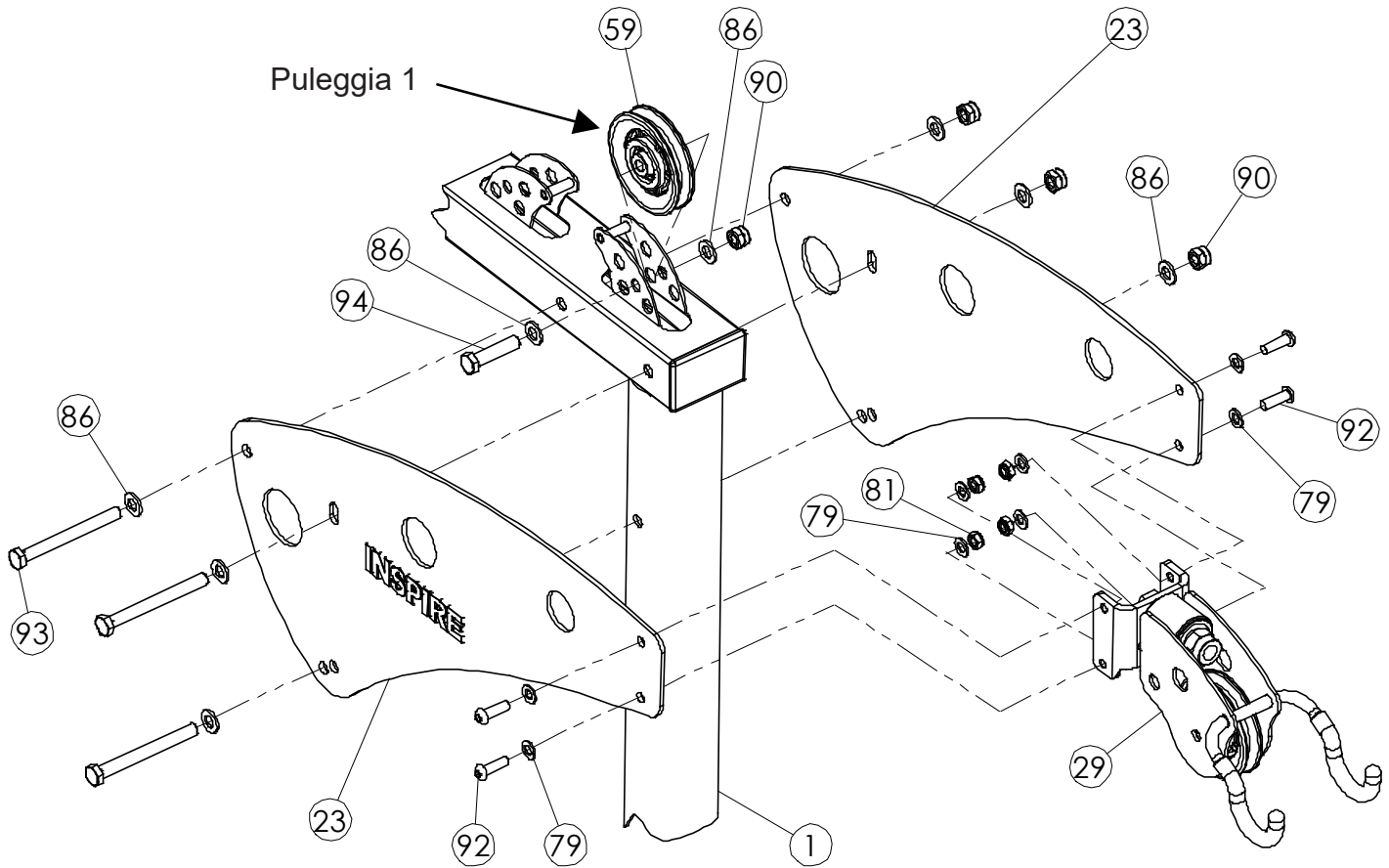
- A) Fissare la parte inferiore del telaio di supporto dello schienale (14) alla piastra del selettore sul telaio della base del sedile (4).
- B) Fissare il telaio di supporto dell'imbottitura dello schienale (14) al montante principale (2) utilizzando la vite M12*110 (99). Stringere questa vite, assicurandosi che il telaio di supporto dello schienale possa muoversi facilmente.
- C) Fissare il supporto dell'imbottitura dello schienale (8) al telaio di supporto dell'imbottitura dello schienale (14) utilizzando la vite M12*95 (98). Stringere questa vite, assicurandosi che il supporto dello schienale (8) possa muoversi facilmente.
- D) Installare i rulli in schiuma rivestiti grandi (38) sul supporto dell'imbottitura dello schienale. Assicurarsi che le rondelle di plastica grandi (69) siano posizionate prima sul tubo del rullo in schiuma, poi sul cuscinetto (38), sul tappo di alluminio (50) e quindi fissare il tutto con le viti a testa piatta M10*25 (83). Serrare le viti.

FASE 5



- A) Fissare le piastre della traversa superiore (22) al montante principale (2) utilizzando le due viti M10*100 (93) e le viti più piccole M10*20 (106). Avvitare le viti M10*20 più piccole solo di un paio di filetti per consentire alle piastre della traversa superiore di muoversi quando si inserisce il supporto del braccio della pressa (12).
- B) Appendere con cautela il supporto del braccio della pressa (12) alle piastre della traversa superiore.
- C) Far scorrere i gruppi cuscinetti del braccio della pressa (66) sull'albero del supporto e fissarli alle piastre della traversa superiore utilizzando le quattro viti M10*20 (106) con le otto rondelle M10 più piccole (86).
- D) Installare le due viti a testa tonda M10*20 (95) con le rondelle grandi M10 (80) al centro dei gruppi di cuscinetti del braccio della pressa.

FASE 6

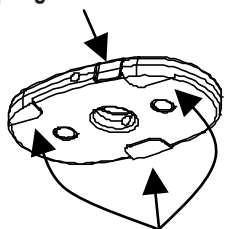


- A) Installare la puleggia 1 da 3,5" (59) sulla parte superiore del telaio principale (1) utilizzando la vite M10*45 (94). Serrare la vite.
- B) Installare le piastre della traversa superiore (23), con il logo Inspire all'esterno, sul telaio principale utilizzando tre delle viti M10*100 (93). La vite inferiore deve essere inserita nel foro inferiore o posteriore alla base delle piastre della traversa superiore (il foro superiore o anteriore viene utilizzato per ottenere una minore precompressione o per maggiore spazio sotto un soffitto più basso).
- C) Fissare la puleggia girevole (29) alle piastre della traversa superiore (23) utilizzando quattro viti a testa tonda M8*25 (92), otto rondelle piatte M8 (79) e quattro dadi di bloccaggio M8 (81).
Nota: Utilizzare la chiave esagonale per tenere strette le viti a testa tonda mentre si stringono i dadi di bloccaggio.

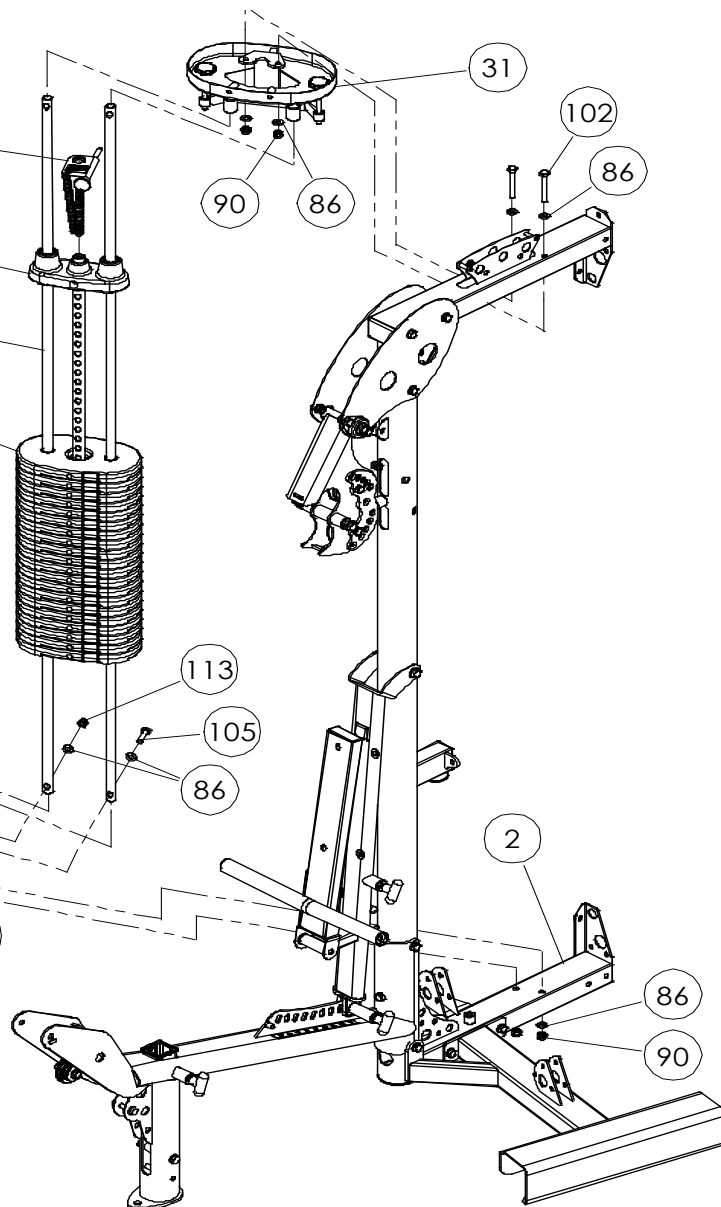
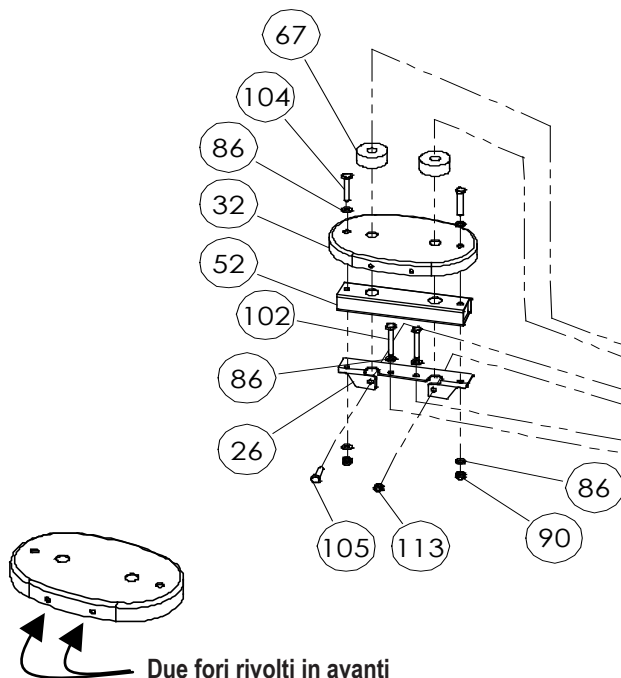
A questo punto, serrare tutte le viti.

FASE 7

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

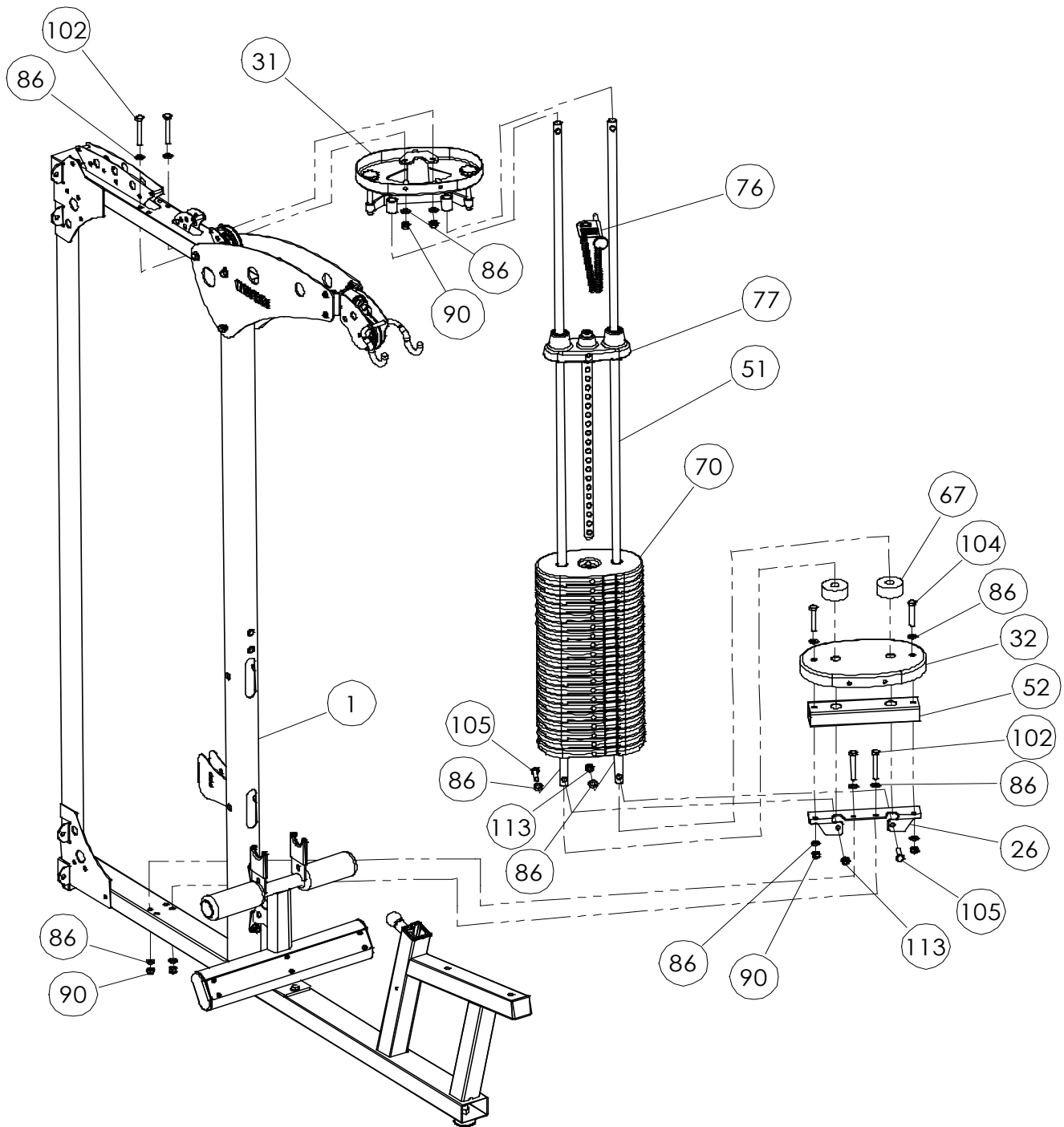


La parte inferiore del peso è dotata di tre piedini



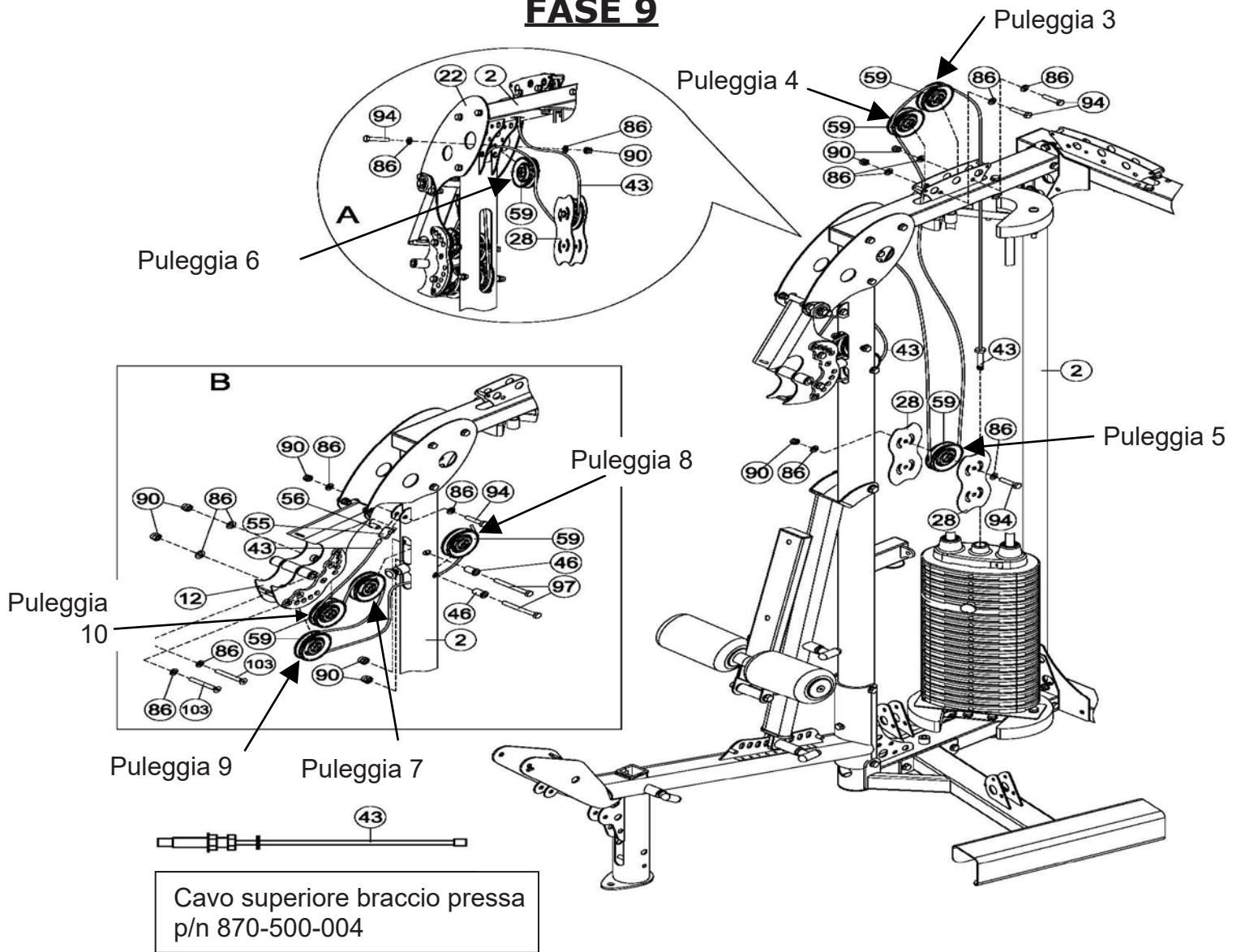
- A) Iniziare posizionando il supporto dell'asta di guida inferiore (26) sul montante principale (2) come illustrato in figura, con le flange per la vite (105) verso la parte anteriore della macchina. Fissare il supporto con due viti M10*70 (102). A questo punto, serrare le viti.
- B) Fissare le aste di guida (51) al supporto inferiore dell'asta di guida (26) utilizzando due viti M10*35 (105). Installare una vite dalla parte anteriore e una dalla parte posteriore come mostrato sopra. A questo punto, serrare le viti. Non permettere alle aste di guida di piegare la staffa di montaggio durante l'esecuzione delle fasi successive.
- C) Posizionare il distanziale della piastra di protezione (52) sul supporto inferiore dell'asta di guida (26). Posizionare quindi la piastra di protezione (32) sul distanziale della piastra di protezione (52) e fissarla con due viti M10*60 (104). Assicurarsi che i due fori sulla faccia della piastra di protezione siano rivolti in avanti. Non serrare le viti.
- D) Far scorrere i dischi in gomma (67) e i 20 pesi (70) sulle aste di guida.
- E) Far scorrere l'asta del selettore/peso superiore (77) sulle aste di guida.
- F) Posizionare il gruppo della piastra di protezione (31) sulle aste di guida e fissarlo alla parte superiore del montante principale con due viti M10*70 (102). Serrare questi componenti e quelli descritti al punto C. Assicurarsi che tutti i componenti siano ben saldi.
- H) Collegare il gruppo cordino del perno del peso (76) all'estremità dell'asta del selettore che fuoriesce dal gruppo pesi superiore (77). Serrare saldamente le due viti di bloccaggio.

FASE 8



Ripetere la procedura della fase 7 per completare la fase 8 con la pila dei pesi angolata verso il centro della macchina, come illustrato in figura. Se si installa la Leg Press LP3, angolare la pila dei pesi verso l'esterno della macchina.

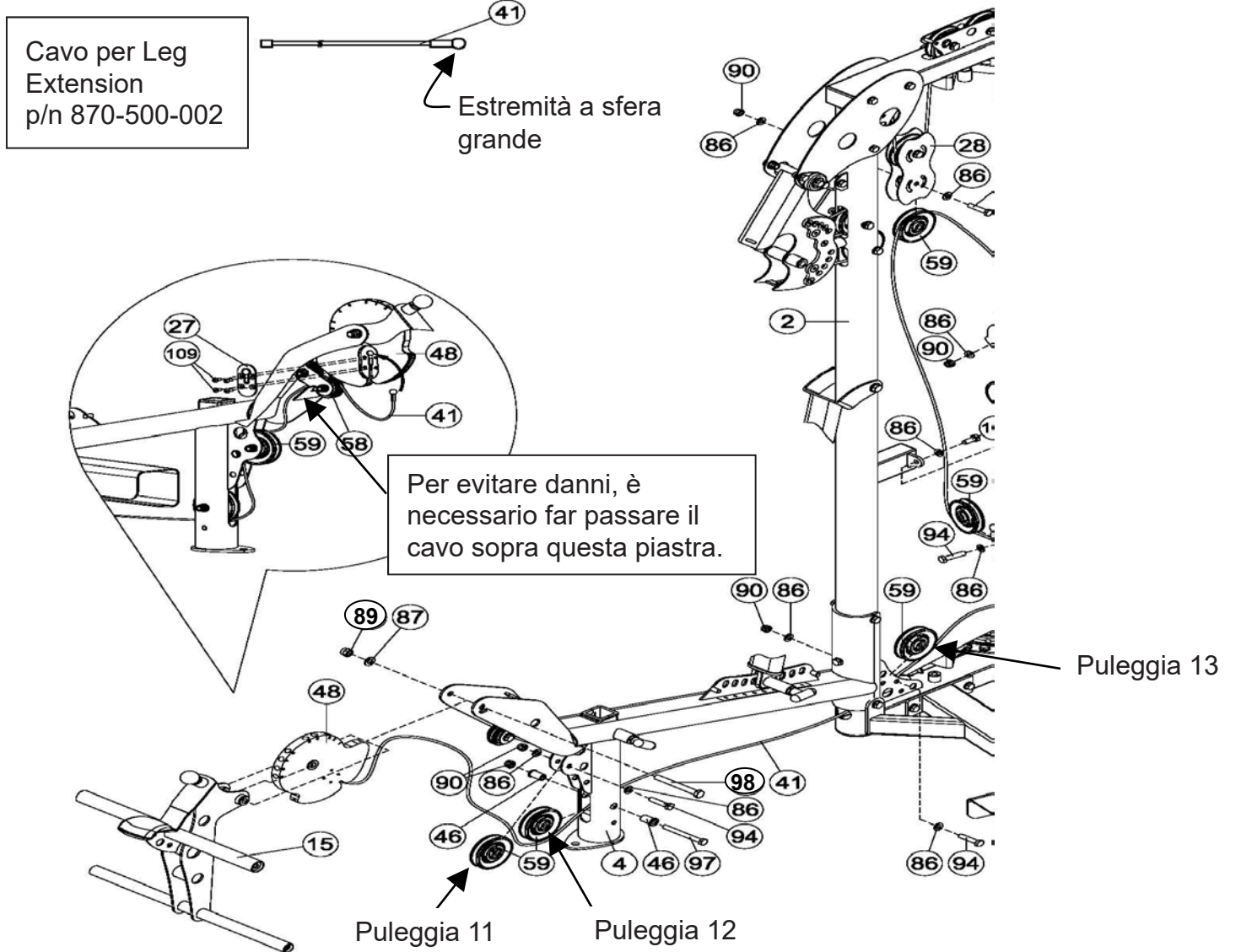
FASE 9



Fissare le pulegge 3 e 4 al montante principale (2), come illustrato in figura, utilizzando le viti M10*45 (94). La puleggia 5 è assemblata con le piastre flottanti (28) e le viti M10*45, come illustrato in figura. La puleggia 6 viene montata nell'angolo del montante principale tra le piastre della traversa superiore (22) con la vite M10*45, come illustrato in figura. Le pulegge 7 e 8 sono installate all'interno del tubo rotondo da 3" del montante principale. La puleggia 7 si trova sopra la puleggia 8 ed è installata con i distanziali da 1" (46) come mostrato su entrambi i lati del tubo. Le pulegge 9 e 10 sono fissate al supporto del braccio della pressa (12) con le viti M10*70 (103), come illustrato in figura. Serrare tutti i componenti della puleggia.

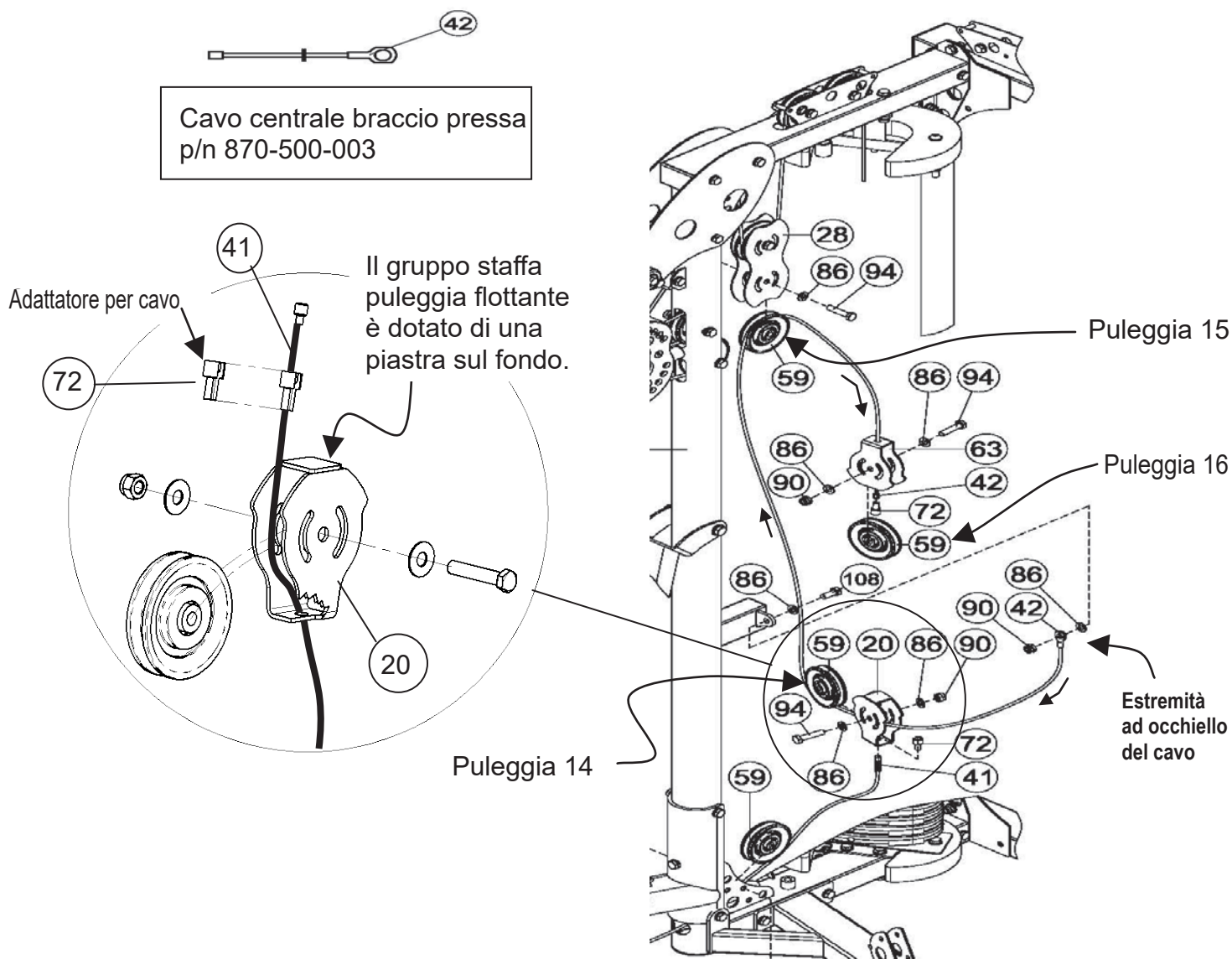
Per instradare il cavo superiore (43), iniziare a stenderlo sul pavimento per srotolarlo completamente. Quindi inserire completamente l'estremità filettata nella piastra superiore della pila per pesi. Con l'altra estremità, far passare il cavo sopra le pulegge 3 e 4 e in basso e intorno alla puleggia 5 prima di risalire alla puleggia 6 nell'angolo della macchina. Dopo aver superato la puleggia 6, far passare il cavo nel tubo da 3" e intorno alla parte inferiore della puleggia 8, quindi alla parte inferiore della puleggia 9 nel supporto del braccio della pressa. Continuare attraverso il tubo rotondo da 3" per far passare il cavo attorno alla parte inferiore della puleggia 7. Il tubo rotondo da 3" viene riportato alla base della puleggia 10 nel supporto del braccio della pressa. Girare intorno alla puleggia 10 e fissare l'estremità del cavo alla staffa in cima al tubo rotondo da 3", utilizzando la vite M10*45 e l'estremità del cavo (55) con la boccola (56) e serrare i componenti.

FASE 10



- A) Installare le pulegge 11 e 13 utilizzando le viti M10* 45 (94). Installare la puleggia 12 utilizzando la vite M10*95 (97) e due distanziali da 1" (46) come mostrato in figura. A questo punto, serrare i componenti.
- B) Sul gruppo camma Leg Extension (48), rimuovere le quattro viti a testa piatta (109) e la piastra cromata della camma (27). Inserire l'estremità a sfera grande del cavo per Leg Extension (41) nell'area incassata e reinstallare la piastra a camme cromata con le quattro viti. Serrare le viti. Quindi, far passare l'altra estremità del cavo tra le due piccole pulegge (58), sopra la piastra metallica e fino alla puleggia 11, come mostrato nel disegno ingrandito. Passare il cavo dietro la puleggia 11, quindi farlo scendere e passare sotto la puleggia 12, e infine raggiungere la parte posteriore della macchina. Assicurarsi che il cavo passi tra la puleggia 12 e l'asta fermacavo saldata all'interno del tubo. L'instradamento sarà completato dopo la fase C.
- C) Inserire ora il gruppo camma di Leg Extension (48) nel gruppo Leg Extension (15) con il numero di selettore "5" in alto. Ora, tenendoli insieme, posizzarli tra le due piastre del telaio della base del sedile (4) e assemblarli utilizzando la vite M12*95 (98), la rondella piatta (87) e il dado di bloccaggio sottile (89). Serrare la vite senza esagerare, perché il Leg Extension deve poter ruotare liberamente.
- D) Continuare l'instradamento del cavo facendolo passare attraverso la parte inferiore del montante principale (2) e sotto la puleggia 13. L'installazione di questo cavo verrà completata nella fase 11A.

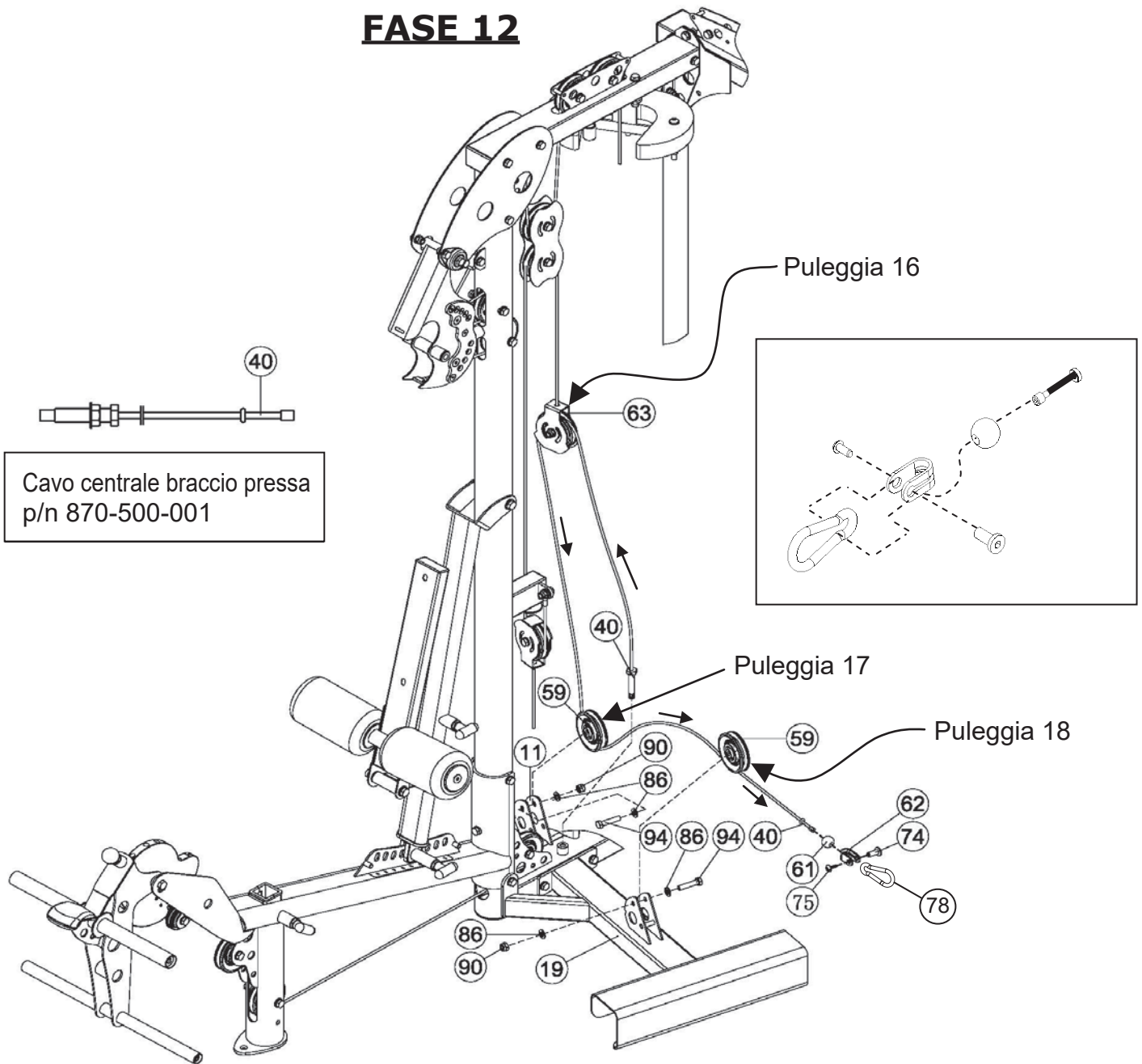
FASE 11



- A) Inserire l'estremità del cavo per Leg Extension (41), dal punto 10, nel gruppo della staffa della puleggia flottante (20) come mostrato nel diagramma circolare, far scorrere l'adattatore del cavo (72), inserirlo nella staffa della puleggia e installare la puleggia 14 con la vite M10*45 (94).
- B) A questo punto, con il cavo centrale del braccio della pressa (42), prendere l'estremità con l'occhiello e fissarla al telaio principale con la vite M10*25 (108) e serrare i componenti. Quindi, far passare il cavo sotto la puleggia 14 attraverso la staffa della puleggia flottante (20) e sull'altro lato del montante quadrato. La staffa della puleggia flottante e la puleggia 14 devono essere posizionate direttamente sotto il palo a cui è collegata l'estremità del cavo.
- C) Fissare la puleggia 15 alle piastre della puleggia flottante (28) con una vite M10*45 e far passare il cavo sulla parte superiore della puleggia e poi giù verso la puleggia 16 (59). Per quanto riguarda la puleggia 16, è necessario prima rifinire l'estremità del cavo come al punto A e poi installare la puleggia nella staffa della puleggia flottante (63) con una vite M10*45.

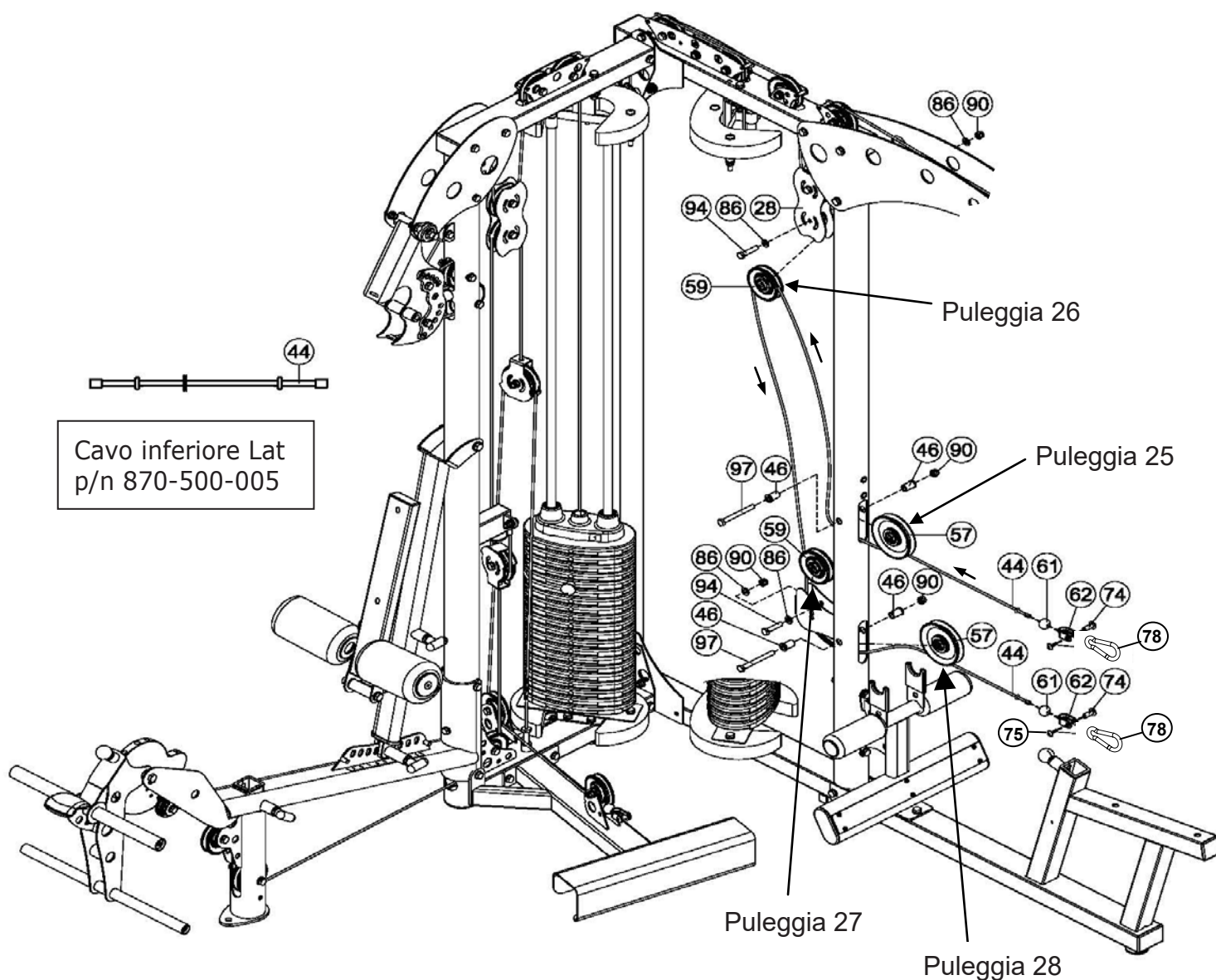
Serrare tutti i componenti nelle fasi A, B e C di cui sopra.

FASE 12



- Installare le pulegge 17 e 18 con le viti M10*45 (94) e serrare i componenti.
- Iniziare l'instradamento del cavo inferiore (40) avvitando l'estremità filettata a metà strada nel telaio, vicino alla puleggia 17, come illustrato, e serrare il dado di bloccaggio. Quindi, far passare il cavo verso l'alto intorno alla puleggia 16, verso il basso intorno alla parte inferiore della puleggia 17 e quindi sotto la puleggia 18.
- Rimuovere i componenti dalla staffa a "U" (62). Assemblare l'estremità del cavo facendo scorrere una sfera nera (61) sull'estremità del cavo fino alla piccola ciambella di gomma, quindi far scorrere l'estremità del cavo nel lato della staffa a "U". Avvitare la clip a molla (78) alla staffa a "U" con i componenti. Serrare ora i componenti della staffa a "U". Far scorrere il disco in gomma e la sfera del cavo contro la staffa a "U".

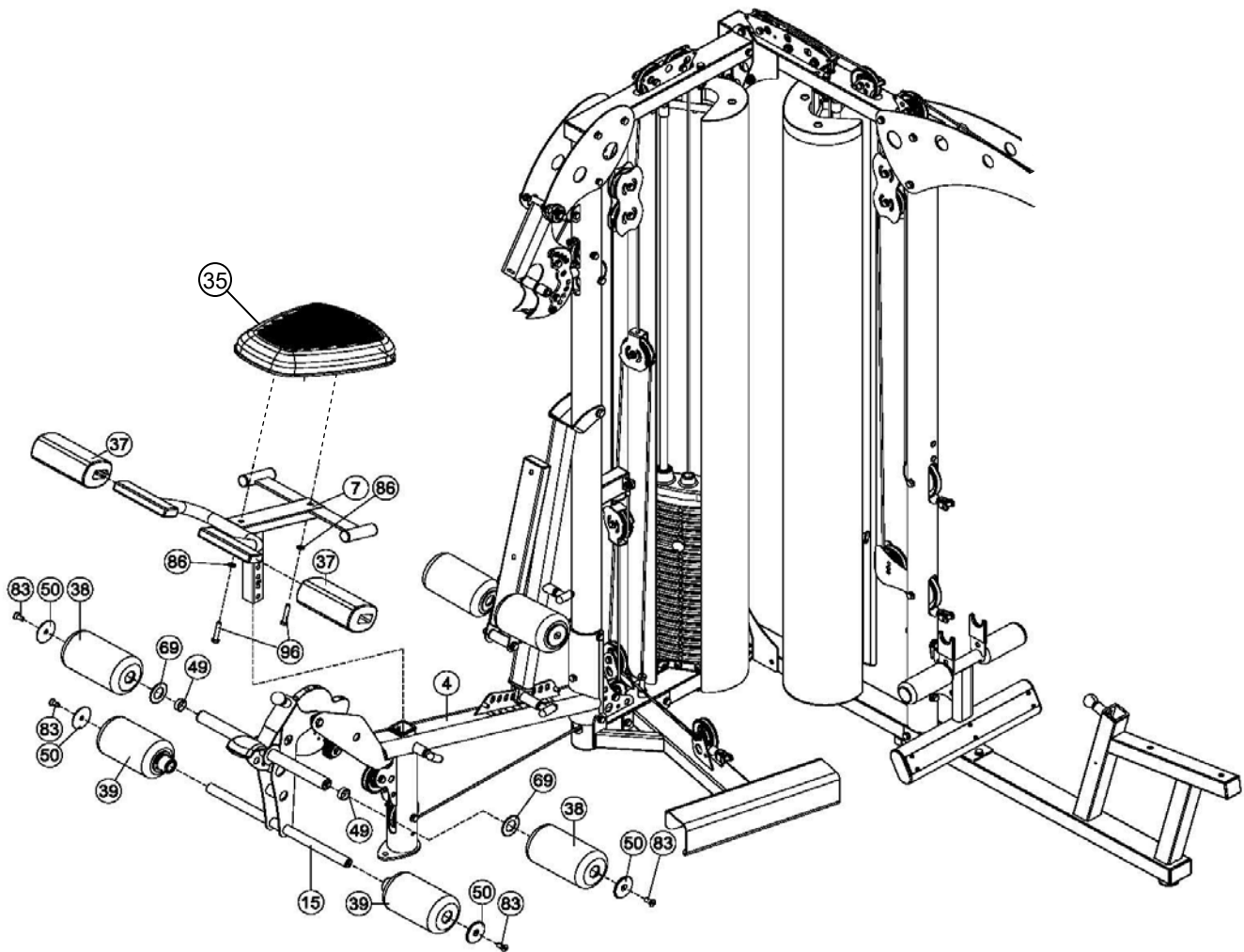
FASE 14



- A) Installare le pulegge 25 e 28 da 4,5" (57) nel tubo rotondo da 3" del telaio principale, come illustrato in figura, con i distanziali da 1" (46) e le viti M10*95 (97). Installare la puleggia 26 nelle piastre della puleggia flottante (28) con la vite M10*45 (94). Installare la puleggia 27 nel foro superiore della staffa sul lato posteriore del tubo rotondo da 3" del telaio principale con la vite M10*45 (94).
- B) Per far passare il cavo inferiore Lat (44), per prima cosa srotolarlo stendendolo sul pavimento. Assemblare l'estremità del cavo come al punto 12. In questo modo si eviterà che il cavo si attorcigli alla macchina. Iniziare l'instradamento con l'altra estremità del cavo facendolo passare sotto la puleggia 25, verso l'alto intorno alla parte anteriore della puleggia 26 nelle piastre della puleggia (28), fino al lato posteriore della puleggia 27, quindi sotto la puleggia 28 e fuori come mostrato nel diagramma.
- C) Rifinire l'ultima estremità del cavo come nella fase precedente.

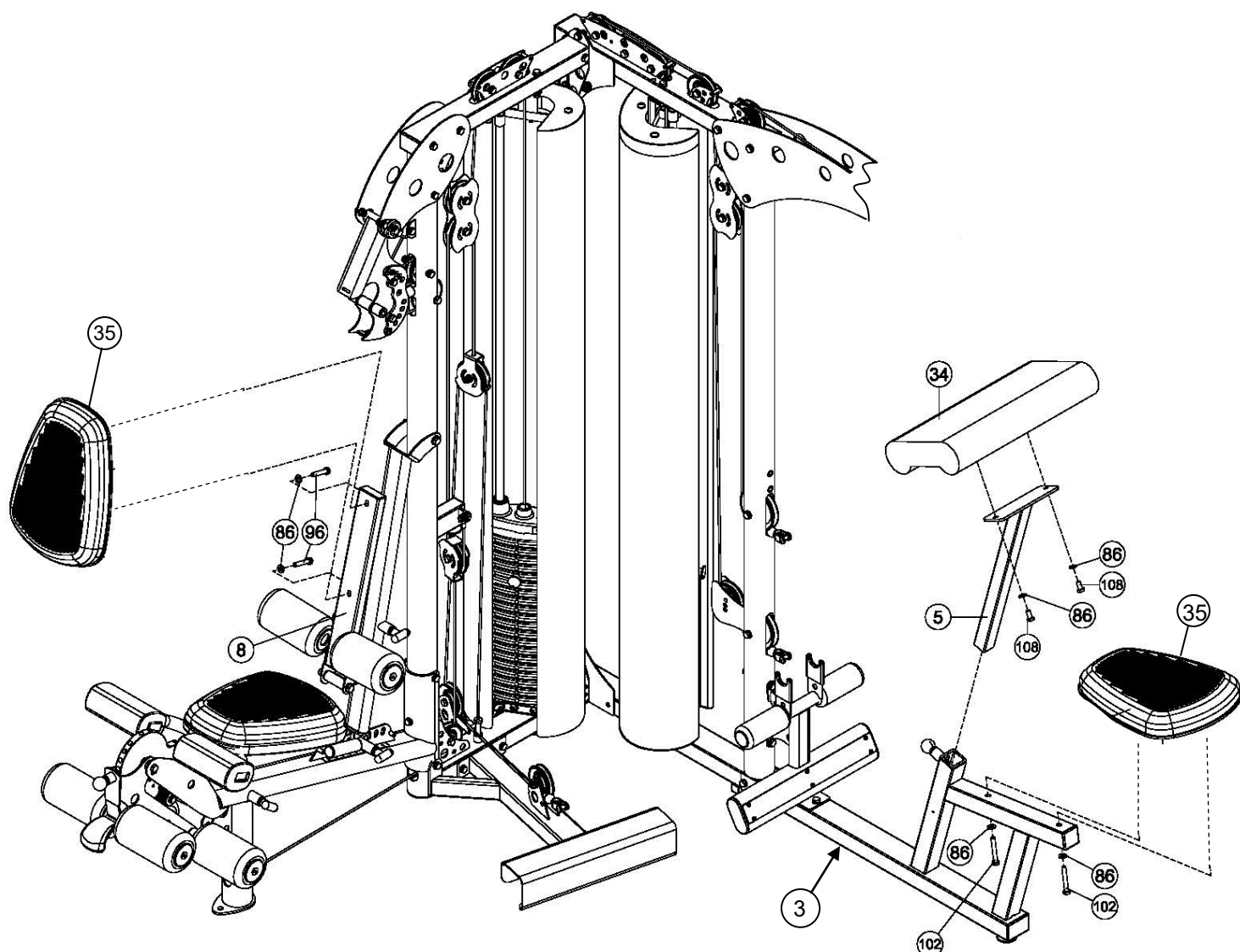
Assicurarsi che i componenti delle pulegge 25, 26, 27 e 28 siano ben serrati.

FASE 15



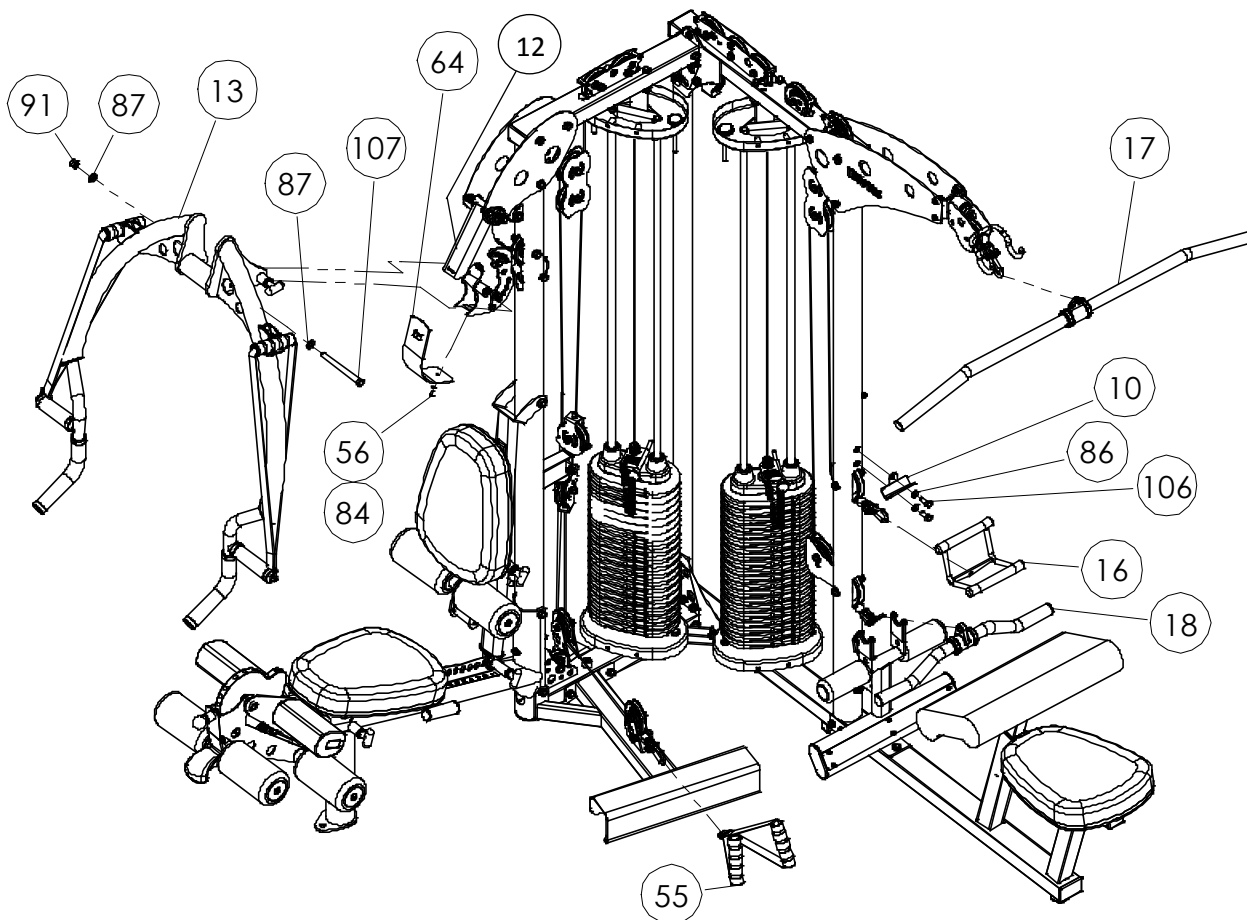
- A) Inserire il gruppo asta del sedile (7) nel telaio della base dello stesso (4) come illustrato in figura. Estrarre il perno a scatto per far sì che il sedile si abbassi a un'altezza normale. Quindi, fissare l'imbottitura del sedile (35) al gruppo asta del sedile utilizzando le due viti M10*50 (96) e le due rondelle M10 (86). Serrare queste viti, ma senza esagerare, per non rischiare di danneggiarle. Far scorrere le imbottiture delle cosce (37) sull'asta del sedile come illustrato in figura.
- B) Installare i rulli grandi in schiuma rivestiti con inserti tubolari (39) sui bracci inferiori del gruppo Leg Extension (15) come illustrato in figura. Assicurarsi che gli inserti tubolari siano rivolti verso l'interno. Fissare i rulli con i tappi di alluminio (50) e le viti a testa piatta M10* (83). A questo punto, stringere le viti con la chiave esagonale da 6 mm in dotazione. Installare quindi gli altri rulli in schiuma rivestiti grandi (38) sui bracci superiori del gruppo Leg Extension facendo scorrere prima i tubi distanziali di plastica (49), le rondelle di plastica grandi (69) e i rulli (38) sui bracci e fissandoli con i tappi di alluminio (50) e le viti a testa piatta M10 (83). A questo punto, stringere le viti con la chiave esagonale da 6 mm.

FASE 16



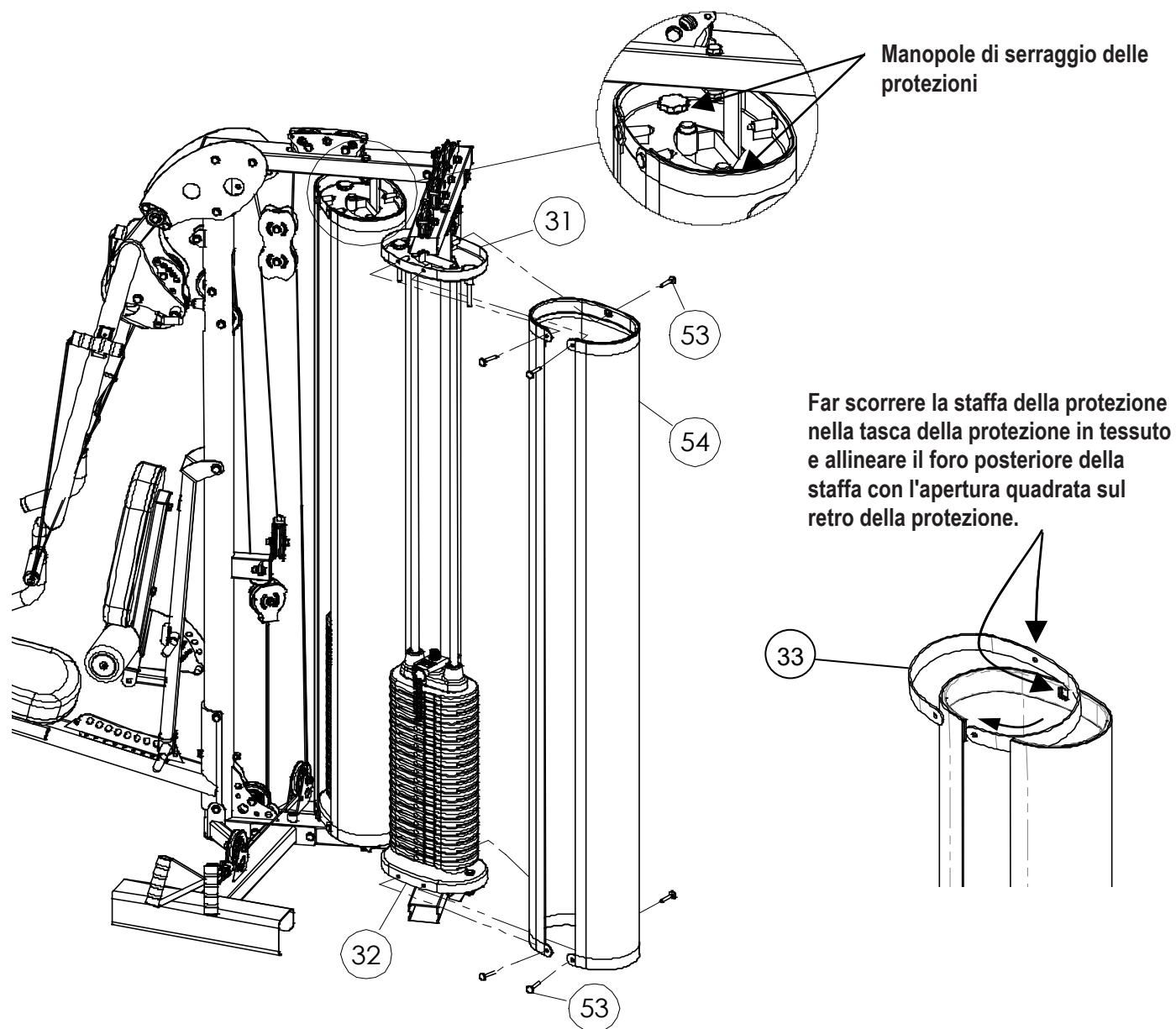
- A) Fissare l'imbottitura del sedile (35) al supporto posteriore (8) utilizzando due viti M10*50 (96) e due rondelle M10 (86). Serrare queste viti, ma senza esagerare, per non rischiare di danneggiarle.
- B) Fissare l'imbottitura del sedile (35) al telaio del sedile Lat (3) utilizzando le due viti M10*70 (102) e le due rondelle M10 (86). Serrare le viti, ma senza esagerare, per non rischiare di danneggiarle.
- C) Fissare il cuscinetto del Preacher Curl (34) alla rispettiva asta (5) utilizzando le due viti M10*25 (108) e le due rondelle M10 (86) come illustrato in figura. Non serrare eccessivamente i componenti in questa fase.

FASE 17



- A) Fissare il gruppo del braccio della pressa (13) al relativo supporto (12) utilizzando la vite M12*150 (107) e serrare con la chiave, assicurandosi che il braccio possa muoversi liberamente. Fissare la piastra di protezione del braccio della pressa (64) al relativo supporto utilizzando la vite M5*12 (84) e la rondella M5 (56).
A questo punto, serrare la vite.
- B) Fissare il supporto per l'impugnatura doppia a D (10) al telaio principale Lat (1) utilizzando le viti M10*20 (106) e le rondelle M10 (86). Fissare l'impugnatura doppia a D (16) all'estremità superiore del cavo Lat inferiore (44) con la clip a molla (78).
- C) Fissare la Curl Bar (18) all'estremità inferiore del cavo inferiore Lat (44) utilizzando una clip a molla.
- D) Fissare le due cinghie dell'impugnatura a "D" (55) al cavo inferiore del braccio della pressa (40) utilizzando una clip a molla.
- E) Fissare la barra Lat (17) al cavo superiore Lat (45) utilizzando una clip a molla.

FASE 18



Per installare le protezioni in tessuto (54), iniziare inserendo le staffe (33) nelle tasche del tessuto nella parte superiore e inferiore della protezione. Per un aspetto pulito, la cucitura o la sovrapposizione del tessuto deve essere rivolta verso l'interno.

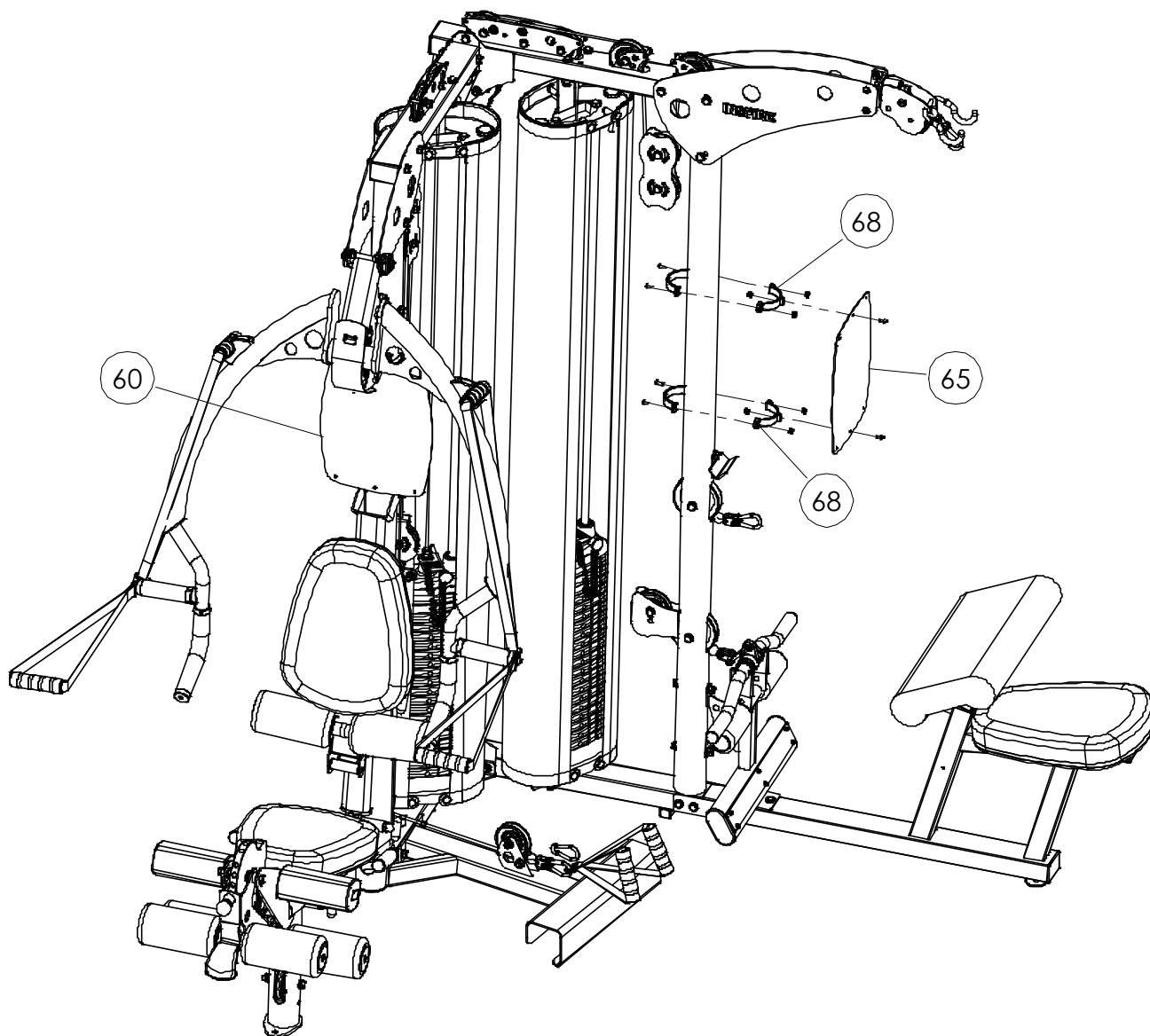
Far scorrere l'estremità superiore della protezione in tessuto, con la staffa (33) inserita, sul gruppo della piastra di protezione superiore (31). Fissare la protezione alla piastra con tre perni di collegamento (53).

Far scorrere l'estremità inferiore della protezione in tessuto, con la staffa (33) inserita, sulla piastra di protezione inferiore (32). Fissare la protezione alla piastra con tre perni di collegamento (53).

Ruotare le manopole di serraggio in modo da stringere la protezione in tessuto ed eliminare eventuali grinze.

Ripetere la procedura per l'altra protezione.

FASE 19



- A) Fissare la metà anteriore delle staffe di fissaggio (68) al cartello per esercizi Lat (65) utilizzando le due viti a testa tonda M6*12 e i due dadi di bloccaggio M6.
- B) Fissare il cartello per esercizi al tubolare verticale del telaio principale utilizzando la metà posteriore delle staffe di fissaggio, quattro viti a testa tonda M6*15 e quattro dadi di bloccaggio M6.

Non mescolare le viti M6*12 più corte con quelle M6*15 più lunghe, onde evitare problemi in fase di assemblaggio.

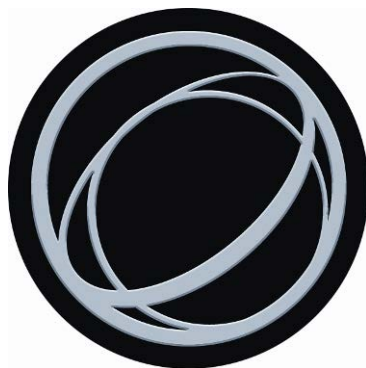
- C) Ripetere le fasi A e B per il cartello del braccio della pressa (60).

NON SERRARE ECCESSIVAMENTE LE VITI.

RIFERIMENTO ALLE DECALCOMANIE

INSPIRE

AVVISO				
Questo prodotto <i>INSPIRE</i> 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 antisdrucchiolo		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

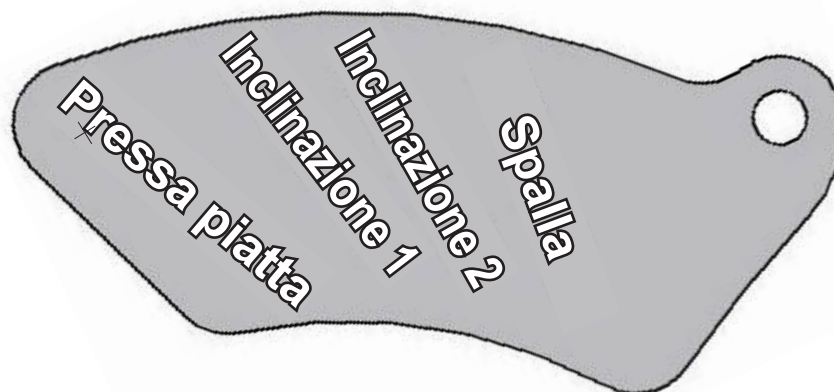
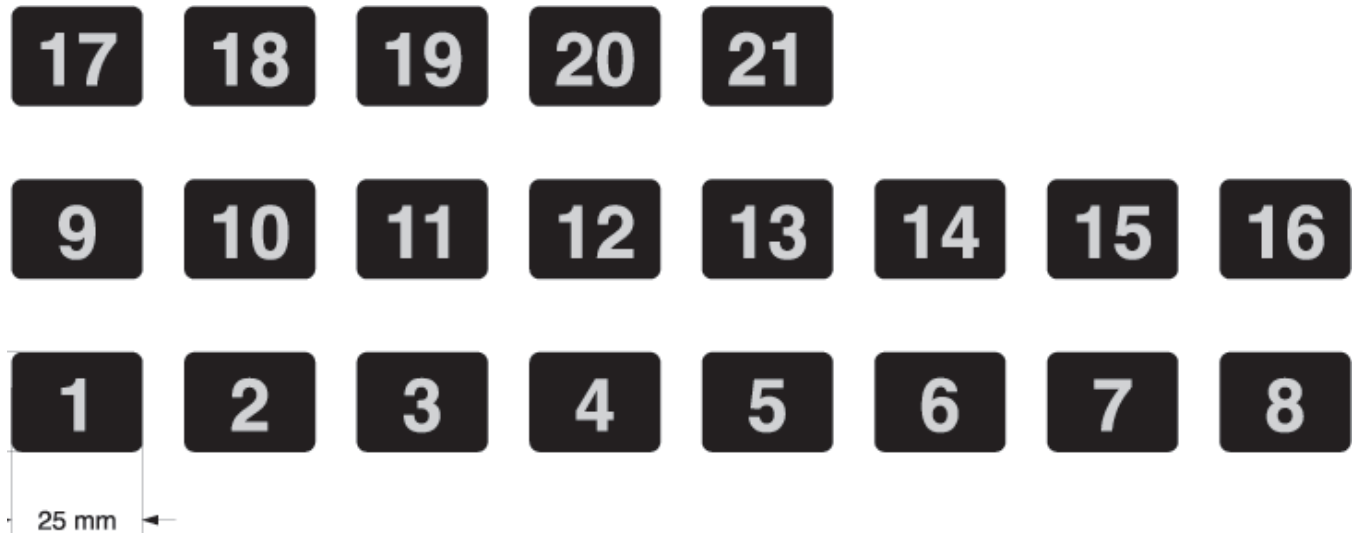
Questo prodotto è coperto da uno o più dei seguenti brevetti statunitensi e da altri in fase di valutazione: 5,330,405; 5,944,641; 5,961,427; 7,645,217; 7,722,513; 7,837,600; 7,905,818; 8,096,929.
 8,870,718.

⚠ 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 EVENTUALI RISCHI SEGUIRE SEMPRE QUESTE REGOLE.

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. PER 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.
9. Prima di ogni utilizzo, accertarsi che tutti i perni, i blocchi e le chiusure di sicurezza siano in posizione e completamente inseriti.

RIFERIMENTO ALLE DECALCOMANIE



POSIZIONE DELLE DECALCOMANIE

Etichetta con logo
Globe (50 mm)
rotonda

"Inspire M5" sotto
l'etichetta del logo
(50 x 38)

"Non appendersi al
braccio della pressa"
sotto l'etichetta M5
(50 mm) rotondo

Etichetta "ATTENZIONE"
sul lato del montante
(40 x 170)

"ATTENZIONE, PUNTI
DI PIZZICAMENTO"
sulla parte superiore
del tubo della base tra
le piastre LE (60 x 40).

Etichetta di regolazione
dell'imbottitura dello
schienale (235 x 20)

Etichetta di inclinazione
dell'imbottitura dello
schienale
(150 x 70)

Logo "Inspire" su entrambi i
lati della traversa superiore
(127 mm x 38 mm)

Etichetta "AVVISO"
sul lato del montante
(40 x 170)

Etichette del
numero di pesi
(1 - 21), incluse
nel manuale.
Numeri argento
su sfondo nero
(18 x 25)

Etichetta "Brevetto"
posta appena sotto
l'etichetta "Attenzione"
(50 x 30)

Etichetta del
numero di serie
(40 x 30)

ACCESSORI

- Cartelli esercizi
- Barra Lat girevole
- EZ Curl Bar girevole
- Impugnatura doppia a D
- Impugnature a D

ACCESSORI MULTI-GYM

- 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

- 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, le cinghie 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.