Century, LLC
1000 Century Blvd.
Oklahoma City, OK 73110
800.626.2787
www.CenturyMartialArts.com

108709/1087091 Jul '10

Ведущий мировой производитель оборудования для занятий боевыми искусствами

Руководство пользователя
Manuel d'utilisation

Тренировочная станция для занятий Смешанными Боевыми Искусствами (Комплект)

Poste d'entraînement pour arts martiaux mixtes (Séries)

ВНИМАНИЕ!
Внимательно ознакомьтесь с инструкциями, изложенными в данном руководстве пользователя, прежде чем приступить к сборке или эксплуатации данного оборудования. Сохраните это руководство пользователя для последующего использования.

IMPORTANT!
Lire ce manuel avant le montage ou l'utilisation de ce produit. Conserver-le pour tout recours future.

Благодарим вас за выбор продукции компании Century®!!!
Продукция компании **Century** соответствует высоким стандартам качества и специально разработана для эффективных тренировок дома. Мы гордимся своей продукцией, а наша система обслуживания покупателей заслуженно считается лучшей в индустрии фитнеса. Если у вас возникли вопросы или вам требуется помощь, обратитесь в нашу организацию:

www.centuryfitness.com

1-800-626-2787 (Звонок бесплатный)
Понедельник — пятница, 7.00 — 20.00 (Центральный часовой пояс)
Суббота, 9.00 — 16.00 (Центральный часовой пояс)

ГАРАНТИЯ - Компания **Century** предоставляет гарантию на данное изделие сроком 1 год. Гарантия подразумевает возможность бесплатной замены или ремонта деталей, вышедших из строя, вследствие дефекта материала или нарушения технологии производства, при условии, что изделие использовалось по своему прямому назначению, и дефект не был вызван неправильным или небрежным обращением. Гарантия компании **Century** распространяется только на те дефекты, которые присутствовали в момент приобретения данного изделия. Компания **Century** не обязана производить ремонт и/или замену деталей в случае, если условия эксплуатации данного изделия не соответствовали описанным в предоставленной инструкции, или если ущерб изделию был нанесён непосредственно самим покупателем.

Гарантия компании **Century** ни при каких обстоятельствах не включает в себя обязанности по модернизации данного изделия. Неправильное или небрежное обращение с изделием, а также нарушение любых инструкций и мер предосторожности, описанных в данном руководстве пользователя, снимает всякую ответственность и обязательства по гарантии с компании **Century**.

Более подробно условия предоставления гарантии и эксплуатации описаны на следующей странице.

Внимание

- Внимательно ознакомьтесь с инструкциями по сборке и эксплуатации, изложенными в данном руководстве пользователя, прежде чем приступить эксплуатации данного оборудования.
- Рассмотрите изделие в разобранном виде и удостоверьтесь, что присутствуют все детали, указанные в Перечне деталей.
- Сохраните все документы, касающиеся данного изделия, для дальнейшего использования.
- Для снижения риска получения травм или нанесения материального ущерба настоятельно рекомендуется следовать всем инструкциям и мерам предосторожности, изложенными в данном руководстве пользователя.
- Настоятельно рекомендуется следовать всем указаниям, изложенным в данном руководстве пользователя, при сборке, регулировке и эксплуатации данного изделия.
- Каждый раз проверяйте и закрепляйте все детали.
- Перед началом эксплуатации внимательно осмотрите изделие и удостоверьтесь, что отсутствуют изношенные или вышедшие из строя детали. Если какие-либо детали изношены или отсутствуют, немедленно прекратите эксплуатацию данного изделия и обратитесь в компанию **Century** для замены деталей.
- Устанавливайте изделие на ровную поверхность.
- При эксплуатации изделия всегда надевайте защитный костюм, обязательно включающий в себя боксёрские перчатки и боксёрские бинты.
- Не используйте изделие в коммерческих или обучающих целях. Данное изделие компании **Century** предназначено исключительно для домашнего использования **В ПОМЕЩЕНИИ**.

Предостережение:

Пользователь данного изделия должен быть проинструктирован профессионалом перед началом эксплуатации. Ни при каких обстоятельствах не следует использовать старое, модифицированное или повреждённое оборудование и аксессуары, так как это может привести к травмированию. Пользователь всецело несёт ответственность за полученные травмы! Компания **Century** не несёт ответственность за травмы и материальный ущерб, нанесённый в результате небрежного или неправильного обращения с данным изделием, а также использования его посторонними лицами.

Перед началом любой программы физической тренировки проконсультируйтесь с врачом. Тренажёр предназначен для использования людьми в хорошей физической форме под руководством опытного инструктора.

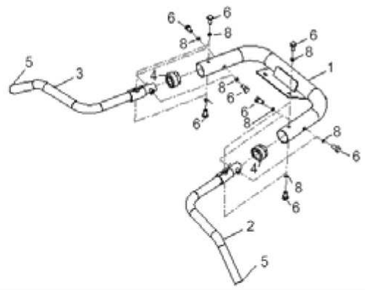
Si votre unité possède les barres de traction, suivre les étapes ci-dessous !

Barres de traction DIRECTIVES ИНСТРУКЦИИ

OUTILS REQUIS POUR L'ASSEMBLAGE

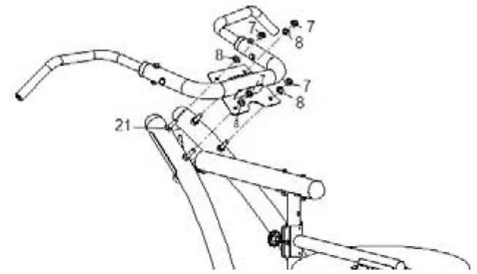
- Clé ajustable
- Clé à douilles de 17 mm
- Clé à douilles de 14 mm

⚠ AVERTISSEMENT : NE PAS DÉPASSER UNE CHARGE TOTALE DE 300 LB. UN NON-RESPECT DES INSTRUCTIONS POURRAIT ENTRAÎNER DES BLESSURES !



Étape 1 Assembler les guidons (n°2 & 3), un de chaque côté en utilisant 4 boulons (n°6) & 4 rondelle (n°8) par côté. Placer manchon de plastique (n°4) sur les guidons en les glissant sur les extrémités de la barre centrale.

Serrer complètement.

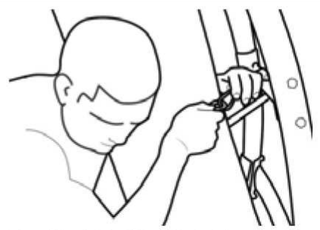


Étape 2 Placer les supports de la barre de levage sur le filetage des boulons sortant du sommet de l'unité (montants supérieurs), sur les écrous frein. Fixer le support fermement en place à l'aide de 4 rondelles (n°8) et de 4 contre-écrous (n°7).

Serrer complètement.

Barres de traction Comment utiliser... ЭКСПЛУАТАЦИЯ

Pour utiliser les barres de traction



1. Déplacez le sac de frappe vers l'arrière de l'unité en utilisant votre épaule et en poussant le sac de frappe vers l'intérieur. Attachez-le à la barre centrale à l'aide de la sangle du sac (n° 9). Assurez-vous que les extrémités de la sangle du sac de frappe sont bien verrouillées ensemble.

2. Tractions à la barre fixe – Agrippez fermement la barre, pliez lentement les genoux et soulever lentement les pieds du sol. Soulevez lentement votre corps jusqu'à ce que votre menton atteigne la barre. Baisser lentement votre corps et revenez à la position de départ. Les paumes peuvent être tournées vers votre corps ou vers l'extérieur.

3. Flexion au niveau de la taille, des hanches et des genoux – En pliant les genoux, étendre les bras au maximum; élever graduellement les pieds du sol, les talons étant joints. Étendre les jambes au maximum, en les tordant d'un côté à l'autre.

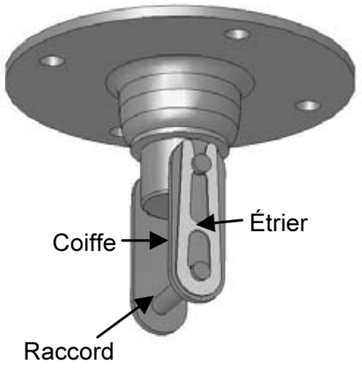
⚠ AVERTISSEMENT : LES SPECTATEURS DEVRAIENT SE TENIR À L'ÉCART.

⚠ AVERTISSEMENT : INSPECTER LE PRODUIT AVANT CHAQUE UTILISATION POUR DÉTECTER TOUT ENDOMMAGEMENT. NE PAS UTILISER SI DES PIÈCES SONT DESSERRÉES, ENDOMMAGÉES OU MANQUANTES.

Plate-forme du ballon rapide Comment utiliser... ЭКСПЛУАТАЦИЯ

Pour utiliser un Ballon rapide (vendu séparément)

Suspendez le ballon rapide gonflé à partir du dispositif de pivot (#6) fixé à la plate-forme de bois (#1)



- À l'aide d'un tournevis à lame plate, soulevez soigneusement les broches de l'étrier autour des goupilles de raccord.
- Une fois que l'étrier est dégagé, glissez la coiffe hors des goupilles et glissez le ballon rapide sur la goupille inférieure.
- Replacez la coiffe et placez l'étrier en ligne avec les encoches des goupilles.
- Frappez doucement sur l'extrémité arrondie de l'étrier jusqu'à ce qu'il s'enclenche en place sur les goupilles.
- Inverse ces étapes pour retirer le ballon rapide.

AVERTISSEMENT: NE SUSPENDEZ AUCUN AUTRE OBJET QUE LE BALLON RAPIDE À PARTIR DU DISPOSITIF DE PIVOT. VOUS POURRIEZ AINSI ENDOMMAGER LE PIVOT ET LA PLATE-FORME DE BOIS ET ENTRAÎNER UNE BLESSURE

Pour régler la hauteur de la plate-forme du ballon rapide :

- Enlever la goupille d'arrêt en la tournant dans le sens antihoraire, tout en soutenant la plate-forme.
- Ouvrir la charnière et dégager la cheville de son trou.
- Sélectionner une hauteur appropriée et permettre à la cheville de pénétrer dans le trou de réglage le plus proche.
- Fermer la charnière dans le bas du support de la plate-forme, autour du bras ajustable et s'assurer que les trous sont alignés sur les chevilles présentes dans la charnière.
- Insérer les boutons réglables sur le côté non fileté, les insérer ensuite dans l'ouverture filetée et bien les visser en place en tournant les poignées dans le sens horaire jusqu'à ce qu'ils soient bien serrés.
- Utiliser le ballon rapide conformément aux exigences de votre programme d'entraînement physique.

AVERTISSEMENT: ASSUREZ-VOUS TOUJOURS QUE LES GOUPILLES SOIENT BIEN SERRÉES AVANT CHAQUE UTILISATION.

Условия предоставления гарантии и эксплуатации продукции компании Century

СЛЕДУЮЩИЕ УСЛОВИЯ ОТНОСЯТСЯ КО ВСЕМ ВИДАМ ПРОДУКЦИИ. ПОЖАЛУЙСТА, ВНИМАТЕЛЬНО ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ДАННЫМИ УСЛОВИЯМИ. ДАННЫЕ УСЛОВИЯ СОДЕРЖАТ ОГРАНИЧЕННЫЕ ГАРАНТИИ, ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ОБ ОТВЕТСТВЕННННОСТИ И ПОРЯДОК РАЗРЕШЕНИЯ СПОРОВ В СУДЕ. ХРАНЕНИЯ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДАННОГО ИЗДЕЛИЯ ЯВЛЯЕТСЯ ПОДТВЕРЖДЕНИЕМ ВАШЕГО СОГЛАСИЯ С ДАННЫМИ УСЛОВИЯМИ. В СЛУЧАЕ ВАШЕГО НЕОГЛАСИЯ С ДАННЫМИ УСЛОВИЯМИ, ВЕРНИТЕ ИЗДЕЛИЕ, НЕ ПОДВЕРГАВШЕЕСЯ ЭКСПЛУАТАЦИИ, В ТЕЧЕНИЕ 14 ДНЕЙ.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, СВЯЗАННАЯ С ВЫСОКОЙ СТЕПЕНЬЮ РИСКА
Продукция, распространяемая через вебсайт компании Century, её каталог или иным способом, включает в себя оборудование и приспособления для занятий боевыми искусствами, тяжёлой атлетикой, боксом, йогой, фитнесом, фехтованием и демонстрационными видами спорта. Занятие вышеперечисленными видами спорта относится к деятельности, связанной с высокой степенью риска. Занимаясь данными видами спорта, вы всецело несёте ответственность за связанные с этим риски. Таким образом, вы соглашаетесь проконсультироваться со своим врачом прежде чем, начать занятия видами спорта, связанными с высокой степенью риска. Внимательно ознакомьтесь с мерами предосторожности, инструкциями и наклейками с предупреждением, прилагающимися к данному изделию. Сохраните эти документы для дальнейшего использования.
ОРУЖИЕ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ БОЕВЫМИ ИСКУССТВАМИ: МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ
Продукция компании Century, представленная в разделе «Оружие» на вебсайте или в каталоге компании, предназначена для публичного показа, а также использования в качестве выставочного экспоната или предмета коллекционирования. Эксплуатация и неправильное использование оборудования для занятий боевыми искусствами может нанести вред вашему здоровью, привести к инвалидности и даже к летальному исходу. Данное оборудование предназначено исключительно для занятий под руководством опытного инструктора, публичной демонстрации, использования в качестве выставочного экспоната или предмета коллекционирования. Внимательно осматривайте оружие перед каждой тренировкой, чтобы удостовериться, что оно находится в пригодном для занятий состоянии. Если вы обнаружите какой-либо дефект, ни в коем случае не используйте данное изделие. Никогда не используйте данные изделия во время ссоры или драки. Продажа данного оборудования производится в соответствии с местным законодательством, законодательством штата, федеральным и международным законодательством. В обязанности покупателя входит удостовериться, что возраст, условия эксплуатации, владения и хранения данного оборудования ООО Century соответствуют действующему законодательству. Приобретая данное оборудование, покупатель гарантирует, что хранение и эксплуатация изделия соответствуют местному законодательству, законодательству штата, федеральному и международному законодательству, а также, что покупатель имеет законное разрешение на покупку и продажу оборудования, приобретённого через вебсайт компании Century или её каталог. ООО Century снимает с себя ответственность за неправильную и незаконную эксплуатацию оружия, приобретённого через вебсайт или каталог компании, его непреднамеренное использование или модификацию. Покупатель или пользователь берёт на себя ответственность за все риски, связанные с эксплуатацией данного оборудования. Оружие не продаётся лицам моложе 18 лет без письменного разрешения родителей. Оружие и изделия, размер которых превышает 42 дюйма, не пересылаются по почте за пределы США. Некоторые виды оружия могут быть запрещены к эксплуатации в месте вашего проживания. Пожалуйста, ознакомьтесь с соответствующим законодательством, прежде чем производить заказ.
ПРИНЯТИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА РИСКИ
Приобретая продукцию компании Century, вы подтверждаете своё согласие с тем, что занятия боевыми искусствами, тяжёлой атлетикой, боксом, йогой, фитнесом, фехтованием и демонстрационными видами спорта относятся к деятельности, связанной с высокой степенью риска, и в рамках действующего законодательства, ВЫ ДОБРОВОЛЬНО ПРИНИМАЕТЕ НА СЕБЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА РИСКИ СМЕРТИ И ТРАВМИРОВАНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С ДАННЫМИ ВИДАМИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ВНЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТОГО, ВОЗНИКЛИ ЛИ ОНИ ПО ПРИЧИНЕ ХАЛАТНОСТИ ИЛИ ДРУГОГО НАРУШЕНИЯ СО СТРОНЫ ООО Century, в том числе неправильного функционирования оборудования при каких бы то ни было обстоятельствах или других нарушений со стороны ООО Century. Кроме того, вы обязуетесь избавить ООО Century от обвинений третьей стороны, по поводу ущерба, причинённого в результате занятия данными видами деятельности, связанными с с высокой степенью риска, использования оружия, предназначенного для занятий боевыми искусствами и другой продукции компании Century.
ОГРАНИЧЕННАЯ ГАРАНТИЯ НА ЗАМЕНУ ДЕТАЛЕЙ
ООО Century предоставляет гарантию на данное изделие сроком 90 дней с даты покупки. Гарантия подразумевает возможность бесплатной замены или ремонта деталей, вышедших из строя, вследствие дефекта материала или нарушения технологии производства, при условии, что дефект не был вызван неправильным или небрежным обращением с изделием. Гарантия ООО Century распространяется только на те изделия, которые были возвращены в течение 90 дней, даже если в специальной литературе было указано иное. В соответствии с правилами доставки товара, книги и видеоматериалы не подлежат возврату, если посылка была распакована. Компания Century осуществляет обмен книг и видеоматериалов на аналогичные, если в вашем экземпляре присутствует дефект. Для получения дополнительной информации, ознакомьтесь с правилами обмена и возврата товаров нашей компании.

ОТКАЗ ОТ ГАРАНТИЙНЫХ ОБЯЗАТЕЛЬСТВ
ВЫШЕИЗЛОЖЕННЫЕ ГАРАНТИИ ЗАМЕНЯЮТ ДРУГИЕ ГАРАНТИИ, В ТОМ ЧИСЛЕ ГАРАНТИИ ПРИГОДНОСТИ ДЛЯ ПРОДАЖИ И ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ С ОПРЕДЕЛЁННОЙ ЦЕЛЬЮ И ВСЕ ПРОЧИЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА ООО CENTURY. ООО CENTURY НЕ НАДЕЛЯЕТ ПОЛНОМОЧИЯМИ БРАТЬ НА СЕБЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ И ВЫПОЛНЯТЬ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА КОМПАНИИ, ИМЕЮЩИЕ ОТНОШЕНИЕ К РАСПРОСТРАНЕНИЮ ПРОДУКЦИИ КОМПАНИИ ЧЕРЕЗ ЕЁ ВЕБСАЙТ, КАТАЛОГ ИЛИ ИНЫМ СПОСОБОМ, ИНЫХ ЛИЦ, А ТАКЖЕ НЕ НЕСЁТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ИХ ДЕЙСТВИЯ. ВЫШЕИЗЛОЖЕННЫЕ ГАРАНТИИ НЕ РАСПРОСТРАНЯЮТСЯ НА ИЗДЕЛИЯ, ПОДВЕРГАВШИЕСЯ НЕБРЕЖНОМУ ИЛИ НЕПРАВИЛЬНОМУ ОБРАЩЕНИЮ, САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ РЕМОНТУ, ИЛИ ПОВРЕЖДЁННЫЕ ВСЛЕДСТВИЕ ДЕЙСТВИЯ НЕПРЕОДОЛИМОЙ СИЛЫ.ТЕРМИН «НАСТОЯЩИЙ ПОКУПАТЕЛЬ», ИПОЛЬЗУЕМЫЙ В ТЕКСТЕ ДАННОГО ГАРАНТИЙНОГО ОБЯЗАТЕЛЬСТВА, ОЗНАЧАЕТ ЛИЦО, КОТОРОМУ БЫЛО ПРОДАНО ДАННОЕ ИЗДЕЛИЕ В СООТВЕТСТВИИ СО СЧЁТОМ-ФАКТУРОЙ. ДАННАЯ ГАРАНТИЯ ДЕЙСТВУЕТ ТОЛЬКО НА ТЕРРИТОРИИ США И КАНАДЫ.

ОГРАНИЧЕНИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ
Как было указано выше в четвёртом абзаце «Ограниченная гарантия на замену деталей», ООО Century предоставляет гарантию, подразумевающую возможность бесплатной замены или ремонта деталей изделий, которые были возвращены в течение определённого периода времени. Ответственность ООО Century распространяется исключительно на качество продаваемой продукции. ООО Century не несёт ответственность за повреждения, намеренно или ненамеренно нанесённые во время эксплуатации изделий, распространяемых через вебсайт или каталог компании. В соответствии с действующим законодательством, в некоторых случаях может не допускаться ограничение ответственности. В случае, если ущерб, нанесённый приобретённому вами изделию, соответствует такому случаю, компания максимально ограничивает свою ответственность в рамках действующего законодательства.
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ
Эксплуатация и неправильное использование продукции компании Century, распространяемой через вебсайт компании, её каталог или иным способом, может нанести вред вашему здоровью, привести к инвалидности и даже к летальному исходу. Пользователь всецело несёт ответственность за эти риски. ООО Century не несёт ответственность за неправильное использование продукции компании, распространяемой через вебсайт компании, её каталог или иным способом, и её эксплуатацию посторонними лицами.
ОБЩИЕ ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЯ
Ошибки, допущенные в тексте данного руководства и приведённых в нём изображениях, описании изделия или указании стоимости являются ненамеренными и подлежат исправлению. К сожалению, наша компания не несёт ответственность за эти ошибки. ООО Century оставляет за собой право отказать в выполнении заказа с неверным указанием стоимости изделия. Если вы обнаружите ошибки на нашем вебсайте или в каталоге компании, пожалуйста, сообщите об этом в нашу организацию.
ДЕЙСТВУЮЩЕЕ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО И ПОРЯДОК РАЗРЕШЕНИЯ СПОРОВ В СУДЕ
Заказ продукции через вебсайт или каталог компании Century должен осуществляться в полном соответствии с законодательством штата Оклахома США. На заказ не распространяется действие Конвенции ООН 1980 г. о международной купле-продаже товаров. Раздел 12A Сборника законов штата Оклахома — законодательства, устанавливающего правила торговли, имеет непосредственное отношение к приобретаемой вами продукции компании Century, при условии соблюдения покупателем мер предосторожности и ограничений, описанных в четвёртом абзаце данного руководства пользователя. Вы соглашаетесь с тем, что любое судебное разбирательство, прямо или косвенно имеющее отношение к приобретённой вами продукции ООО Century на сумму, не превышающую 4 500.00$, должно проводиться в подразделении мелких тяжб районного суда округа Оклахома штата Оклахома. Вы соглашаетесь с тем, что любой спор, имеющий отношение к приобретённой вами продукции ООО Century на сумму, не превышающую 4 500.00$, должен разрешаться исключительно в судебном порядке, в соответствии с Общим законом об арбитраже, действующем в штате Оклахома, в соответствии с разделом 15 Сборника законов штата Оклахома. Спор такого рода, должен быть рассмотрен в округе Оклахома штата Оклахома, прежде чем перейти на рассмотрение единоличного арбитра. Любое решение, вынесенное в результате разрешения спора такого рода, должно быть окончательным и обязательным для исполнения каждой из сторон. Дальнейшие судебные разбирательства могут осуществляться в судебном учреждении надлежащей юрисдикции. Жалоба, имеющая отношение к приобретённой вами продукции компании Century, а также использованию вебсайта или каталога компании, должна подаваться не позднее одного (1) года после инцидента, послужившего причиной подачи жалобы. Нечёткое соблюдение предписаний, содержащихся в данных условиях предоставления гарантии и эксплуатации изделия ООО Century не должно рассматриваться как отказ компании от исполнения этих предписаний или своих прав. Ни система поведения, ни торговая практика не должны оказывать влияние на данные условия.

УВЕДОМЛЕНИЕ О РАЗРЕШЕНИИ СПОРОВ И АРБИТРАЖНОМ СОГЛАШЕНИИ
Условия продаж, осуществляемых ООО Century, предусматривают разрешение любых споров между покупателем и компанией Century посредством ТРЕТЕЙСКОГО СУДА.
Вы ОТКАЗЫВАЕТЕСЬ ОТ ПРАВА ОБРАЩАТЬСЯ В СУД с целью защиты своих прав в отношении данного соглашения, помимо дел, которые могут быть рассмотрены СУДОМ МЕЛКИХ ТЯЖБ ОКРУГА ОКЛАХОМА ШТАТА ОКЛАХОМА.
Ваши права будут установлены НЕЙТРАЛЬНЫМ АРБИТРОМ, а НЕ судьёй или судом присяжных.
Вы имеете право на осуществление ОБЪЕКТИВНОГО РАЗБИРАТЕЛЬСТВА, ОДНАКО арбитражное производство осуществляется в БОЛЕЕ УПРОЩЁННОМ И ОГРАНИЧЕННОМ ПОРЯДКЕ, НЕЖЕЛИ СУДЕБНОЕ РАЗБИРАТЕЛЬСТВО.
Решения арбитра имеют такую же силу, как любые распоряжения суда, и подлежат КРАЙНЕ ОГРАНИЧЕННОМУ РАССМОТРЕНИЮ СУДОМ.
ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ, СМ. РАЗМЕЩЁННЫЙ ВЫШЕ РАЗДЕЛ «ДЕЙСТВУЮЩЕЕ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО И ПОРЯДОК РАЗРЕШЕНИЯ СПОРОВ В СУДЕ».

Инструменты необходимые для сборки

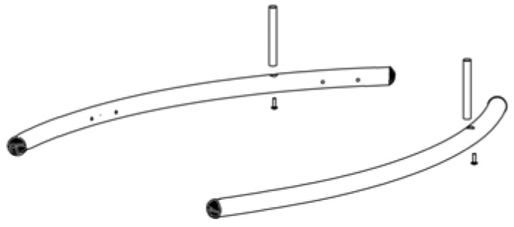
- Разводной ключ
- Торцовый ключ 17мм
- Гаечный ключ с открытым зевом 17мм

ПРИМЕЧАНИЕ: Если иное не указано в инструкции, затягивайте все болты вручную после завершения каждого этапа сборки, а после окончания сборки затяните все болты до конца при помощи ключей.

Инструкции по сборке

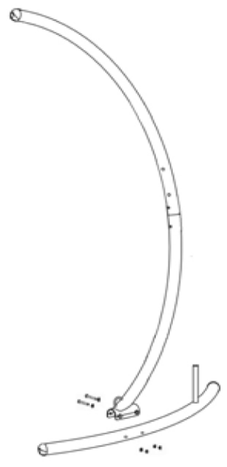
ПРИМЕЧАНИЕ:
- Перед началом сборки, выньте все детали и инструмент из упаковки и сверьте наличие деталей с перечнем деталей.
- Производите сборку на свободном участке 4-6 футов с высотой потолка не менее 7 футов 3 дюймов.
- Компания **Century** рекомендует производить сборку вдвоём.

ВНИМАНИЕ: ДЛЯ ЗАЩИТЫ ПОЛА И КОВРА ПОДЛОЖИТЕ ПОД ИЗДЕЛИЕ ЗАЩИТНЫЙ КОВРИК.



Этап 1 Присоедините держатели груза (№17) к Правому (№2) и Левому (№1) боковым основаниям (№1) при помощи 2 болтов с квадратным подголовком (№27). Вставьте болты и держатели груза в отверстия оснований, как это показано на рисунке. Завинтите держатели груза.

Крепко затяните болты.



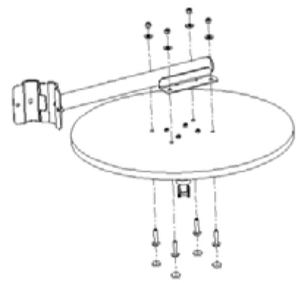
Этап 2 Соедините Правое боковое основание (№ 2) с правой нижней стойкой (№4) при помощи 2 болтов (№24), 4 шайб (№26) и 2 гаек (№23).

Вставьте Правую нижнюю стойку (№4) в правую верхнюю стойку (№3), как это показано на рисунке.

Si votre unité possède plate-forme du ballon rapide, suivre les étapes ci-dessous !

OUTILS REQUIS POUR L'ASSEMBLAGE

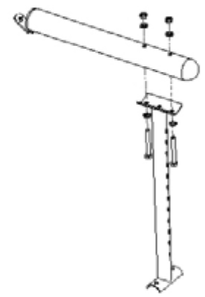
- Clé ajustable
- Clé à douilles de 17 mm
- Clé à douilles de 14 mm
- Clé à douilles de 10 mm
- Clef Allen de 5 mm



Étape 1 Attacher le support ajustable du ballon rapide (n°3) au sommet de la plate-forme (n°1) à l'aide de 4 boulons Allen (n°13), 4 rondelles (n°14) & 4 écrous (n°15), tels qu'illustré.

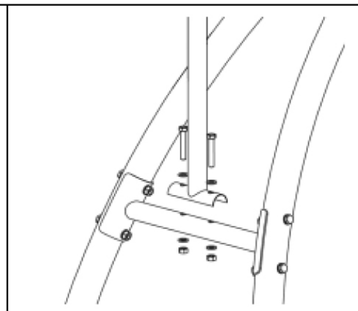
Serrer complètement.

Insérer les capuchons d'insertion en mousse (n°19) dans les ouvertures des boulons encastrés de la surface de la plate-forme, du côté du pivot.



Étape 2 Attacher la barre de soutien (n°4) au bras ajustable (n°2) tel qu'illustré, en utilisant 2 boulons (n°10), 4 rondelles (n°14) & 2 écrous (n°15).

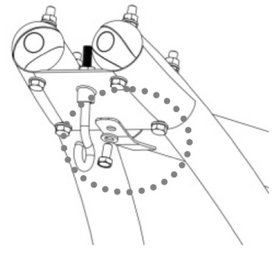
Serrer complètement.



Étape 3 Attacher le support du bras ajustable (n°2) à la barre transversale supérieure (n°11) à l'aide de 2 boulons (n°11), 4 rondelles (n°14) & 2 écrous (n°15).

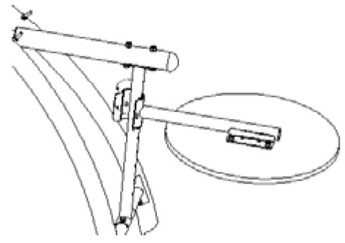
Serrer à la main seulement

REMARQUE : Ne serrez pas outre mesure les vis et les écrous sur la plate forme de bois. En serrant trop les vis vous risquez d'endommager la plate forme.

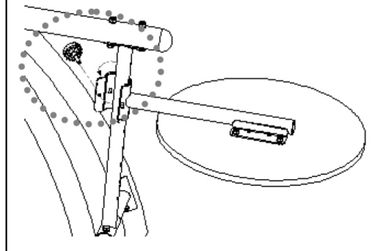


Étape 4 Attacher le support de la barre de soutien (n°4) à la plaque du sac de frappe en utilisant 1 boulon (n°12), 2 rondelles (n°8) & 1 écrou (n°9).

Serrer complètement toutes les pièces.



Étape 5 Placer la plate-forme du ballon rapide dans le support du bras ajustable (n°2) en le positionnant à la hauteur désirée, fermer la charnière dans le bas du support de la plate-forme, autour du bras ajustable et s'assurer que les trous sont alignés sur les chevilles présentes dans la charnière.



Étape 6 Insérer la goupille d'arrêt (n°7) sur le côté non fileté, les insérer ensuite dans l'ouverture filetée et bien les visser en place.

Remarque : les chevilles présentes à l'intérieur de la charnière sont conçues pour être placées dans l'ouverture des bras ajustables pour fixer la plate-forme.

Century recommande :

- L'utilisation d'un sac d'entraînement avec un ancrage. (Voir directives d'ancrage ci-dessous)
- ***DEUX PERSONNES POUR SUSPENDRE LE SAC D'ENTRAÎNEMENT***
- Le port d'équipement protecteur en tout temps. Incluant, mais non limité à, des bandages de main et des gants de boxe.

Pour suspendre le sac d'entraînement : **Poids max. de 100 LB (Nécessite 2 personnes)**

Accrochez le sac à partir du boulon à œil (#20) à l'aide de la quincaillerie fournie avec votre sac d'entraînement. L'extrémité gauche du boulon à œil (#20) a été intentionnellement laissée ouverte pour accrocher votre sac.

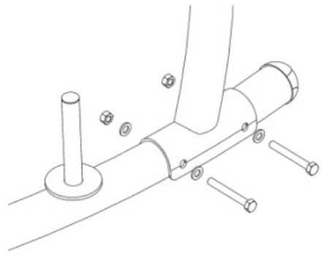
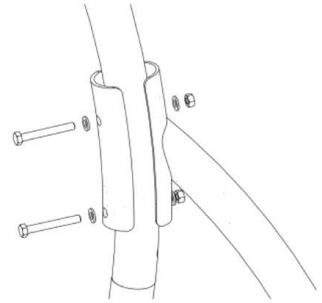
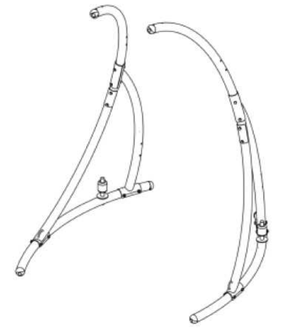
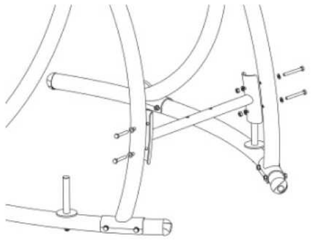
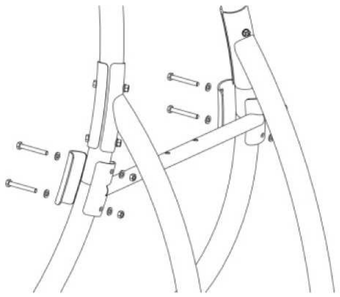
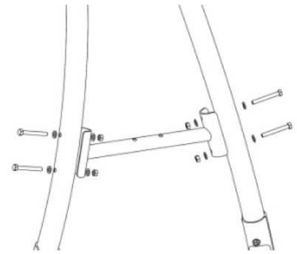
AVERTISSEMENT : LE FAIT DE NE PAS AVOIR L'ASSISTANCE D'UNE AUTRE PERSONNE POUR SUSPENDRE LE SAC POURRAIT ENTRAÎNER UNE BLESSURE !

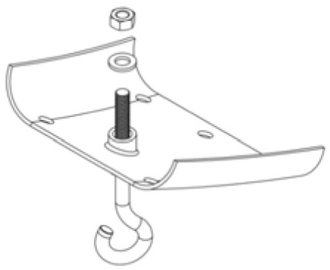
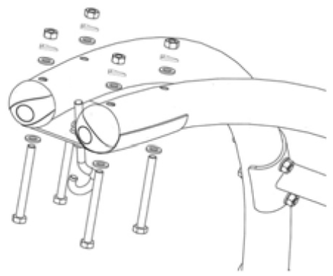
Ancrage (optionnel)

Si votre sac d'entraînement est muni d'un ancrage, fixez-le à l'aide des deux anneaux d'ancrage sur les bases des côtés.

Dans le cas d'un ancrage à tendeur élastique (type benji) :

Si vous achetez un tendeur élastique pour ancrer votre sac, soyez très prudent lorsque vous attachez ou détachez le tendeur (benji). Portez des lunettes de protection et tenez la corde à deux mains pour la tendre.

		
Этап 3 Прикрепите нижний кронштейн правой боковой опоры (№7) к правому боковому основанию (№2) при помощи 2 болтов (№24), 4 шайб (№26) и 2 контргаек (№23), как это показано на рисунке. – *Затяните болты и контргайки вручную.*	**Этап 4 Прикрепите верхний кронштейн правой боковой опоры** (№7) и большую пластину болтов крепления (№19) к верхней правой стойке (№3) при помощи 2 болтов (№24), 4 шайб (№ 26) и 2 контргаек (№23). *Затяните болты и контргайки вручную.* **Повторите этапы 3, 4 и 5** для левой стороны изделия. *Затяните болты и контргайки вручную.*	**Этап 5 Установите сборку** в вертикальное положение, как это показано на рисунке. **Попросите помощника фиксировать сборку.**
		
Этап 6 Установите нижнюю перекладину №1 (№9) между боковыми стойками. Удостоверьтесь, что стойки установлены выпуклой стороной наружу, как это показано на рисунке. Прикрепите перекладину при помощи 2 болтов (№25), 4 шайб (№29) и 2 контргаек (№30). *Затяните болты и контргайки вручную.*	**Этап 7 Установите центральную перекладину** №2 (№10) между боковыми стойками, как это показано на рисунке. Прикрепите малые пластины болтов крепления (№18) при помощи 4 болтов (№24) и 4 шайб (№26) к противоположной стороне стоек. Завершите сборку при помощи 4 шайб (№26) и 4 контргаек (№23). *Затяните болты и контргайки вручную.*	**Этап 8 Установите верхнюю перекладину** №3 (№11) между боковыми стойками, как это показано на рисунке. Удостоверьтесь, что отверстия на планке расположены вертикально. Прикрепите перекладину при помощи 4 болтов (№25), 8 шайб (№29) и 4 гаек (№ 30). *Затяните болты и гайки вручную.*

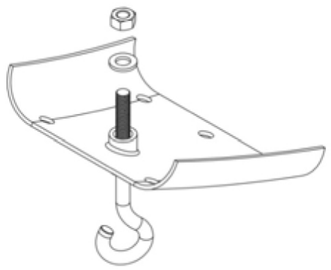
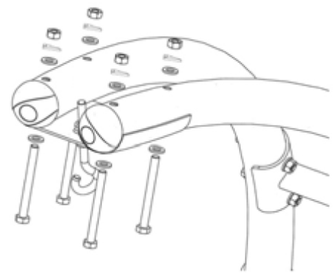
		
Этап 9 Прикрепите рым-болт (№ 20) к платформе для груши (№12) при помощи шайбы (№26) и контргайки (№23). *Крепко затяните контргайку.*	**Этап 10 Прикрепите платформу для груши** (№12) к Верхним стойкам, как это показано на рисунке, при помощи 4 болтов (№22), 8 шайб (№ 26), 4 стопорных шайб (№28) и 4 шестигранных гаек (№21). *Крепко затяните болты и гайки.*	**Этап 11 Крепко затяните** все гайки и болты. Начинайте с верхней части изделия.

Использование тяжёлой груши (не входит в комплект)

Стабилизация платформы:

- **Стабилизируйте станцию, надев пластины стандартного веса не менее 75 фунтов (не входят в комплект) на держатели груза (№17).**
- **После установки грузов наденьте поролоновые валики (№15) на держатели груза (№17).**

ВНИМАНИЕ: НЕПРАВИЛЬНАЯ СТАБИЛИЗАЦИЯ ПЛАТФОРМЫ ПУТЁМ ЗАКРЕПЛЕНИЯ ГРУЗОВ НА ОБОИХ ДЕРЖАТЕЛЯХ (№17) МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ДЕФОРМАЦИИ ПЛАТФОРМЫ И/ИЛИ ТРАВМИРОВАНИЮ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ!

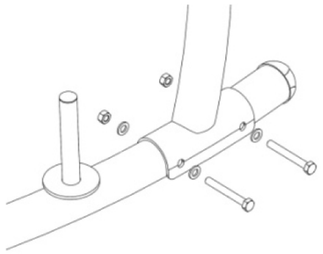
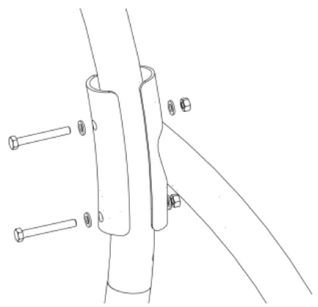
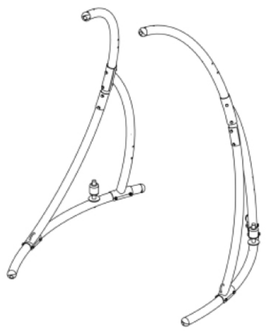
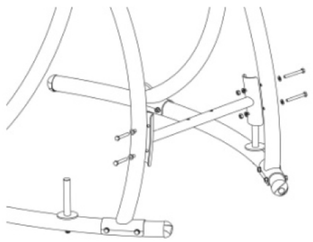
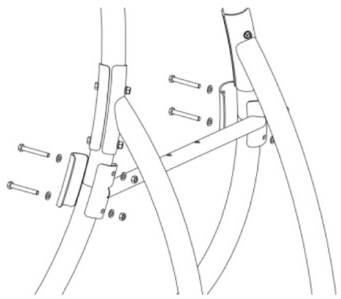
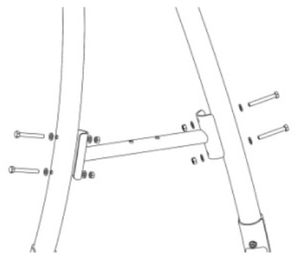
		
Étape 9 Attacher le boulon à œil (n°20) à la plaque de suspension du sac de frappe (n°12) à l'aide d'1 rondelle (n°26) & 1 contre-écrou (n°23). *Serrer complètement.*	**Étape 12 Attacher la plaque de suspension du sac de frappe** (n°12) aux montants supérieurs, en la positionnant tel qu'illustré dans la vue explosée en utilisant 4 boulons (n°22), 8 rondelles (n°26), 4 Rondelle d'arrêt (n°28) et 4 contre-écrous (n°21). *Serrer complètement.*	**Étape 11 En commençant au sommet, serrer complètement** tous les boulons et écrous de l'assemblage.

Pour utiliser un Sac d'entraînement (vendu séparément)

Pour stabiliser la plate-forme :

- ***Stabilisez la plate-forme* en plaçant un minimum de trois plaques de masse de 75 lb (34 kg) sur chacun des trois porte-plaques (n°17).**
- **Glissez les rouleaux de mousse (#15) sur les porte-plaques (#17) après l'application des poids.**

AVERTISSEMENT : LE FAIT DE NE PAS STABILISER LA PLATE-FORME AVEC DES PLAQUES DE MASSE SUR LES TROIS PORTE-PLAQUES (#17), POURRAIT ENTRAÎNER UNE INCLINAISON DE L'APPAREIL ET/OU UNE BLESSURE CORPORELLE !

		
Étape 3 Attacher le support inférieur du soutien arrière droit (n°7) à la base de côté droite (n°2) en utilisant 2 boulons (n°24), 4 rondelles (n°26) & 2 contre-écrous (n°23). Orienter les pièces selon la vue éclatée – Serrer à la main seulement	**Étape 4 Attacher le support supérieur du soutien arrière droit** (n°7) & 1 grande plaque boulonnée (n°19) au montant supérieur droit (n°3) en utilisant 2 boulons (n°24), 4 rondelles (n°26) et 2 écrous (n°23). **Répéter les étapes 3, 4, & 5** pour le côté gauche - Serrer à la main seulement	**Étape 5 Placer les pièces assemblées** dans une position verticale tel qu'illustré ci-dessus – **Demander à une seconde personne de vous aider à stabiliser/tenir les pièces.**
		
Étape 6 Aligner barre transversale inférieure n°1 (n°9) au centre des côtés assemblés, en s'assurant que la partie la plus longue de la courbe est placée vers l'extérieur, tel qu'illustré dans la vue explosée et assembler en utilisant 4 boulons (n°25), 8 rondelles (n°29) et 4 écrous (n°24). *Serrer à la main seulement*	**Étape 7 Aligner barre transversale du milieu n°2** (n°10) au centre des côtés assemblés tel qu'illustré et insérer 4 boulons (n°24) et 4 rondelles (n°26), et ajouter les petites plaques boulonnées (n°18) au côté opposé et terminer ensuite l'assemblage en utilisant 4 rondelles (n°26) et 4 écrous (n°23). *Serrer à la main seulement*	**Étape 8 Aligner barre transversal supérieur n°3** (n°11) au centre des côtés assemblés tel qu'illustré, en s'assurant que les trous dans la barre sont verticaux et assembler ensuite à l'aide de 4 boulons (n°25), 8 rondelles (n°29) et 4 écrous (n°24). *Serrer à la main seulement*

Компания Century рекомендует:

- Использовать тяжёлую грушу с креплениями (См. инструкции по использованию креплений, приведённые ниже)
- ПОДВЕШИВАТЬ ТЯЖЁЛУЮ ГРУШУ ВДВОЁМ
- Надевать защитный костюм, обязательно включающий в себя боксёрские перчатки и боксёрские бинты при эксплуатации изделия.

Подвешивание тяжёлой груши: Максимальная весовая нагрузка – 100 фунтов (Подвешивание груши необходимо осуществлять вдвоём)
Повесьте тяжёлую грушу на установленный во время сборки рым-болт (№20), используя оборудование, поставляемое в комплекте с грушей. С левой стороны рым-болта (№20) специально проделано отверстие для более удобного закрепления груши.

⚠ **ВНИМАНИЕ:** ПРИ ПОДВЕШИВАНИИ ГРУШИ БЕЗ ПОМОЩИ ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА УВЕЛИЧИВАЕТСЯ РИСК ТРАВМИРОВАНИЯ!

Крепления (не входят в комплект)

Если у вашей тяжёлой груши присутствуют крепления, зафиксируйте петли креплений на боковых основаниях.

Крепление при помощи амортизирующего троса:

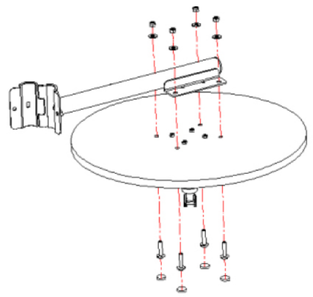
Если вы приобрели амортизирующий трос в качестве крепления, устанавливайте и снимайте его с крайней осторожностью. Используйте приспособление для защиты глаз и крепко держите трос обеими руками во время установки натяжения.

Если в ваш комплект входит пневматическая груша, следуйте инструкциям, приведённым ниже!

Платформа для пневматической груши ИНСТРУКЦИИ

Инструменты необходимые для сборки

- Разводной ключ
- Торцовый ключ 17мм
- Торцовый ключ 14мм
- Торцовый ключ 10мм
- Шестигранный ключ 5мм



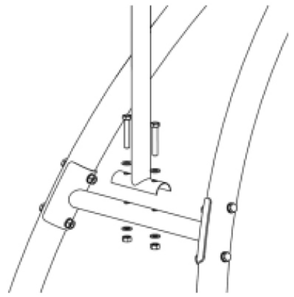
Этап 1 Прикрепите Регулируемый держатель пневматической груши (№3) к верхней части платформы (№1) при помощи 4 шестигранных болтов (№13), 4 шайб (№14) и 4 гаек (№15), как это показано на рисунке.

Крепко затяните болты и гайки.

Установите поролоновые вставки (№19) в отверстия в углублениях для болтов на поверхности платформы со стороны шарнирного соединения.

Этап 2 Прикрепите пластину опоры (№4) к рычагу регулировки (№2) при помощи 2 болтов (№10), 4 шайб (№14) и 2 гаек (№15).

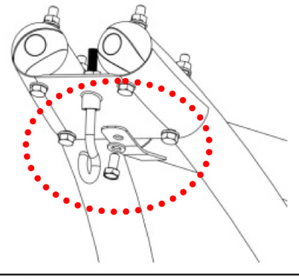
Затяните болты и гайки.



Этап 3 Прикрепите регулируемый кронштейн (№2) к верхней перекладине (№11) при помощи 2 болтов (№11), 4 шайб (№14) и 2 гаек (№15).

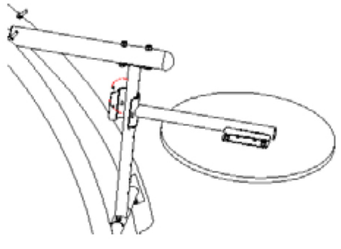
Затяните болты и гайки вручную.

ПРИМЕЧАНИЕ: Обратите внимание на то, чтобы не перетянуть болты и гайки. В противном случае это может привести к повреждению платформы.

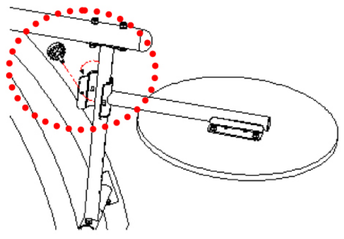


Этап 4 Прикрепите пластину опоры (№4) к платформе для груши (№12) при помощи болта (№12), 2 шайб (№8) и гайки (№9).

Крепко затяните все болты и гайки.



Этап 5 Установите платформу для пневматической груши на регулируемый кронштейн (№2) на необходимую высоту. Закройте зажим рычага регулировки, расположенный в нижней части кронштейна. Удостоверьтесь, что отверстия и штыри зажима соединились.



Этап 6 Вставьте вытяжную ручку (№7) с той стороны, где отсутствует резьба. Затем проденьте ручку в отверстие с резьбой и ввинтите её в отверстие.

Примечание: Для фиксации платформы необходимо, чтобы штыри на внутренней стороне зажима плотно входили в отверстия рычагов регулировки.

Plate-forme d'entraînement DIRECTIVES ИНСТРУКЦИИ

Инструменты необходимые для сборки

OUTILS REQUIS POUR L'ASSEMBLAGE

- Clé ajustable
- Clé à douilles de 17 mm
- Clé de fin open 17 mm

REMARQUE: Serrez à la main seulement les principaux boulons d'assemblage jusqu'à ce qu'ils soient tous en place, puis utilisez une clé pour serrer à fond tous les boulons une fois l'assemblage terminé.

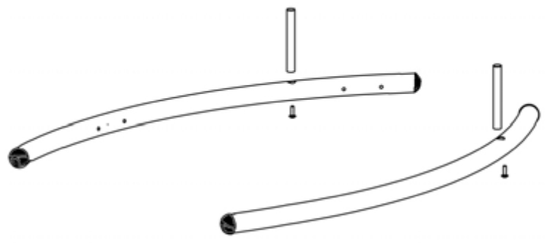
Инструкции по сборке

DIRECTIVES D'ASSEMBLAGE

REMARQUE:

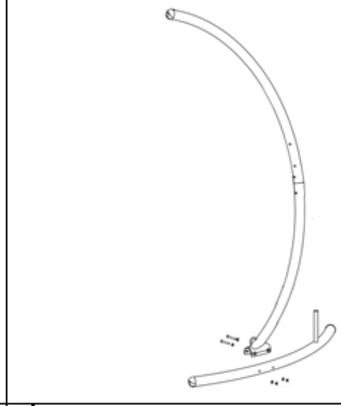
- Avant de commencer l'assemblage, retirez toutes les pièces et quincaillerie de la boîte d'expédition et assurez-vous que tout y est conformément à la liste des pièces.
- Choisissez un emplacement d'au moins 4 pi sur 6 pi (1,22 x 1,80 m), avec un plafond d'au moins 7 pi 3 po (2,20 m) de haut.
- **Century** recommande d'être 2 personnes pour l'assemblage.

ATTENTION: PLACEZ UN TAPIS OU UNE COUVERTURE PROTECTRICE SOUS L'APPAREIL SINON VOUS POURRIEZ ENDOMMAGER LE PLANCHER.



Étape 1 Assembler les porte-plaque (n°17) à la base de côté gauche (n°2) et à la base de côté droite (n°1) en utilisant 2 boulons de carrosserie (n°27). Insérer le boulon de carrosserie et le porte-plaque dans les bases tel qu'illustré ci-dessus. Visser le porte-plaque en place.

Serrer complètement.



Étape 2 Assembler la base de côté droite (n°2) au montant inférieur droit (n°4) en utilisant 2 boulons (n°24), 4 rondelles (n°26) & 2 écrous (n°23).

Insérer la tige du montant inférieur droit (n°4) dans le montant supérieur droit (n°3) tel qu'illustré.

Century Conditions et Modalités

LES MODALITÉS SUIVANTES S'APPLIQUENT À TOUTES LES VENTES. VEUILLEZ LES RÉVISER ATTENTIVEMENT. LE FAIT DE CONSERVER ET D'UTILISER VOTRE PRODUIT CONFIRME VOTRE ACCORD AVEC CES MODALITÉS. PAR CONTRE, SI VOUS REFUSEZ D'ACCEPTER CES MODALITÉS, VOUS AVEZ 14 JOURS, À PARTIR DE LA DATE D'ACHAT, POUR RETOURNER LE PRODUIT NON UTILISÉ.

ACTIVITÉ À RISQUE ÈLEVÉ

En achetant ce produit, vous comprenez et vous consentez à ce que les activités liées à son utilisation doivent être considérées comme des activités à risque élevé. Ainsi, votre participation à l'utilisation de ce produit est à vos propres risques. Vous acceptez de consulter votre médecin avant de participer à une activité à risque élevé. Veuillez lire et vous conformer aux avertissements et aux instructions. Conservez ces documents pour référence future.

ARMES LIÉES AUX ARTS MARTIAUX: AVERTISSEMENT

Les produits vendus sous la rubrique « Armes » du site Web ou dans le catalogue de Century sont conçus pour la démonstration ou l'exposition uniquement en tant qu'articles de collection. L'utilisation et le mauvais usage d'armes liées aux arts martiaux comportent des risques importants incluant les dommages corporels, l'invalidité et même la mort. Les armes sont vendues uniquement à des fins d'entraînement sous la supervision d'un professionnel, pour la démonstration des mouvements et en tant qu'objets de collection ou d'exposition. Examinez attentivement les armes avant chaque utilisation afin de vous assurer qu'elles sont en bonne condition. Dans le cas contraire, n'utilisez pas le produit. N'utilisez pas les armes pour des combats ou contacts. La vente de certains articles est régie par la législation locale, provinciale, fédérale et internationale. L'acheteur assume la responsabilité visant à vérifier toutes les lois en vigueur liées à l'utilisation, la propriété, l'âge légal ainsi qu'à la possession de tout produit offert par Century, LLC. Par l'achat de tout article, l'acheteur garanti qu'il se conforme à toute législation locale, provinciale, fédérale et internationale et qu'il (l'acheteur) est légalement en droit d'acheter et de vendre tous les articles achetés à partir du site Web ou du catalogue Century. Century, LLC nie toute responsabilité liée à un usage inapproprié, illégal ou involontaire ou encore à toute modification d'armes vendues par le biais de son site Web ou de son catalogue. L'acheteur, l'utilisateur ou le participant assume tous les risques de dommages corporels découlant de toute utilisation. Aucune arme n'est vendue à quiconque âgé de moins de 18 ans sans un consentement parental. Les armes ainsi que les articles de plus de 107 cm ne peuvent être expédiés hors des États-Unis. Certaines armes peuvent être défendues dan votre région. Veuillez vérifier la législation provinciale ainsi que les ordonnances et réglementations locales avant de commander.

ACCEPTATION DES RISQUES

Dans la mesure permise par la loi, VOUS ASSUMEZ EXPRESSÉMENT ET VOLONTAIREMENT LES RISQUES LIÉS AU DÉCÈS OU AUTRES DOMMAGES CORPORELS DÉCOULANT DE VOTRE PARTICIPATION À DE TELLES ACTIVITÉS QU'ELLES RÉSULTENT OUO NON DE LA NÉGLIGENCE OU D'AUTRES FAUTES de la part de Century, LLC, incluant, mais sans se limiter au mauvais fonctionnement de l'équipement pour quelque raison que ce soit ou à toute autre faute de Century, LLC. De plus, vous acceptez d'indemniser, de défendre et de tenir CENTURY, LLC franche de tout préjudice concernant des réclamations provenant de toute tierce partie découlant de telles activités à risque élevé ou de tout autre produit Century.

GARANTIE DE REMPLACEMENT LIMITÉE

Century, LLC garantit que ses produits sont exempts de toute défectuosité dans les matériaux et la fabrication pour une période de 90 jours à partir de la date d'achat s'ils n'ont pas été soumis à un usage abusif évident, fait l'objet de négligence ou d'un mauvais usage. L'unique responsabilité de Century, LLC se limite à la réparation ou au remplacement de produits retournés dans un délai de 90 jours.

EXONÉRATION DE GARANTIE

LES GARANTIES SUSMENTIONNÉES REMPLACENT TOUTE AUTRE GARANTIE EXPLICITE OU IMPLICITE INCLUANT LES GARANTIES DE QUALITÉ MARCHANDE ET DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE POUR UN BUT PARTICULIER ET TOUTE AUTRE OBLIGATION ET RESPONSABILITÉ DE LA PART DE CENTURY, LLC. CENTURY, LLC N'ASSUME NI N'AUTORISE AUCUNE AUTRE PERSONNE À ASSUMER EN SON NOM TOUTE AUTRE OBLIGATION EN LIEN AVEC LA VENTE DES PRODUITS. LES GARANTIES LIMITÉES DESCRITES PLUS HAUT NE S'APPLIQUERONT PAS À TOUT PRODUIT QUI A ÉTÉ SOUMIS À UN ACCIDENT, NÉGLIGENCE, MODIFICATION, ABUS OU MAUVAISE UTILISATION. LE TERME «ACHETEUR INITIAL» TEL QU'IL EST UTILISÉ DANS LE CADRE DE CETTE GARANTIE, REPRÉSENTE LA PERSONNE À QUI LE PRODUIT A ÉTÉ VENDU INITIALEMENT, COMME LA FACTURE DE VENTE L'INDIQUE. CES GARANTIES S'APPLIQUERONT UNIQUEMENT AU SEIN DES FRONTIÈRES DES ÉTATSUNIS ET DU CANADA.

LIMITATION DE RESPONSABILITÉ

La responsabilité de Century, LLC ne pourra, en aucun cas, excéder la valeur des produits vendus. Century, LLC ne pourra être tenue responsable pour tout dommage particulier ou indirect découlant de l'utilisation de tout produit. Étant donné que certaines législations en vigueur n'autorisent aucune limitation ou exclusion relativement aux responsabilités ou dommages particuliers ou indirects, les limitations ou les exclusions susmentionnées pourraient ne pas s'appliquer à votre achat, mais sont prévues pour la limitation maximale telle que permise par la loi.

AVERTISSEMENT

L'utilisation et le mauvais usage des produits vendus par Century comportent des risques importants incluant les dommages corporels, l'invalidité et même la mort. Les acheteurs, les utilisateurs et les participants assument tous les risques en matière de dommages corporels. Century, LLC ne peut et ne sera pas tenue responsable pour la mauvaise utilisation ou l'utilisation non autorisée et inadéquate de ses produits.

EXONÉRATION GÉNÉRALE

Les erreurs liées à la description, à la typographie, au prix ainsi qu'à la photographie des produits sont involontaires et peuvent être corrigées. Nous sommes désolés mais nous déclinons toute responsabilité pour de telles erreurs.

LOI EN VIGUEUR ET ARBITRAGE DES CONFLITS

Votre achat sera régit, à tous égards, par la législation en vigueur dan l'État de l'Oklahoma, États-Unis, sans ses choix de dispositions législatives et non par l'entente internationale *U.N. Convention on contrats for the international sale of goods* (1980). La législation de l'État de l'Oklahoma régissant les « Ventes », tel que l'article 12A de la législation de l'État de l'Oklahoma, renferme des dispositions particulières portant sur les biens qui vous sont vendus par Century, soumis aux exonérations et aux limitations de responsabilité décrites dans la présente. Vous consentez a ce que toute juridiction et lieu dans le cadre de toute procédure judiciaire découlant directement ou indirectement ou liée a l'achat de biens de Century, LLC, dont la valeur n'excède pas 4 500 $, sera adressée à la Division des petites créances du District Court du Comte d'Oklahoma, Oklahoma. Vous consentez à ce que tout litige ou toute controverse découlant de ou en lien avec l'achat de biens de Century dont la valeur excède 4 500 $, sera résolu exclusivement et complètement par arbitrage conformément aux dispositions décrites dans la *Uniform Arbitration Act* en vigueur en Oklahoma et décrites a l'Article 15 de la législation de l'État d'Oklahoma. Un tel arbitrage devra avoir lieu dans le Comte d'Oklahoma, Oklahoma devant un seul arbitre. Toute décision arbitrale rendue dans le cadre d'un tel arbitrage sera considérée comme finale et obligatoire pour chacun des parties et le jugement pourra être adresse à un tribunal compétent. Toute cause d'action ou réclamation que vous pourriez avoir en relation avec l'achat de produits Century doit être adressée moins d'un (1) an après le moment ou la réclamation ou la cause d'action a été faite. Le manquement de Century, LLC à procéder à l'exécution de toute disposition décrite dans le cadre de ces modalités ne pourra être considéré comme une dérogation à toute disposition ou tout droit. Ni le comportement ni les pratiques commerciales ne pourront contribuer à la modification d'aucune de ces modalités.

AVIS PORTANT SUR LA RÉSOLUTION DE CONFLITS ET COMPROMIS D'ARBITRAGE

Les modalités régissant toutes les ventes effectuées par Century, LLC prévoient que tous les conflits entre vous et Century seront résolus par ARBITRAGE EXÉCUTOIRE.

En signant ce contrat, vous RENONCEZ À VOTRE DROIT DE VOUS ADRESSER À UN TRIBUNAL pour revendiquer ou défendre vos droits sauf pour les affaires pouvant être adressées à la COUR DES PETITES CRÉANCES DU COMTÉ D'OKLAHOMA, OKLAHOMA ÉTATS-UNIS.

Vos droits seront étables par un ARBITRE NEUTRE et NON PAS devant un juge ou jury.
Vous avez droit à une AUDITION ÉQUITABLE, MAIS les procédures arbitrales sont PLUS SIMPLES ET PLUS LIMITÉES QUE LES RÈGLEMENTS QUI S'APPLIQUENT AU SEIN D'UN TRIBUNAL.

Les décisions de l'arbitre sont aussi exécutoires que toute ordonnance de tribunal et sont soumises à une RÉVISION TRÈS RESTREINTE DE LA PART D'UN TRIBUNAL.
POUR DE PLUS AMPLES DÉTAILS, REPORTEZ-VOUS À LA SECTION «LOI EN VIGUEUR ET ARBITRAGE DES CONFLITS» CI-DESSUS.

Платформа для пневматической груши ЭКСПЛУАТАЦИЯ

Использование пневматической груши (не входит в комплект)

Установите накачанную пневматическую грушу на крепление-зажим (№6), присоединённое к деревянной платформе (№1).

- При помощи отвёртки с прямым шлицем аккуратно снимите винты штырей, держащих замок крепления.
- После того, как вы открыли замок, сдвиньте накладки штырей и установите пневматическую грушу на нижний штырь.
- Снимите накладки и установите отверстия замка возле штырей.
- Надавите на круглую часть замка. При закрытии замка будет слышен характерный щелчок.
- Повторите эти действия для того, чтобы снять грушу.

ВНИМАНИЕ: НЕ НАДЕВАЙТЕ ПОСТОРОННИЕ ПРЕДМЕТЫ НА ШАРНИРНОЕ СОЕДИНЕНИЕ. ЭТО МОЖЕТ ПРИВЕНСТИ К ПОВРЕЖДЕНИЮ КРЕПЛЕНИЯ И ТРАВМИРОВАНИЮ!

Регулировка высоты пневматической груши:

- Ослабьте вытяжную ручку, поворачивая её в направлении против часовой стрелки, и выньте её.
- Откройте зажим таким образом, чтобы штыри выходили из отверстий.
- Установите необходимую высоту, вставьте штыри в соответствующее отверстие для регулировки.
- Закройте зажим, расположенный в нижней части кронштейна платформы. Удостоверьтесь, что штыри зажима вставлены в отверстия.
- Вставьте ручку регулировки в отверстие со стороны, где отсутствует резьба, затем проденьте ручку в отверстие с резьбой и вкрутите её в направлении по часовой стрелке до упора.
- Используйте пневматическую грушу в соответствии с вашей программой тренировок.

ВНИМАНИЕ: ПЕРЕД КАЖДОЙ ТРЕНИРОВКОЙ ПРОВЕРЯЙТЕ, ЧТОБЫ ЗАМОК КРЕПЛЕНИЯ БЫЛ ХОРОШО ЗАКРЫТ.

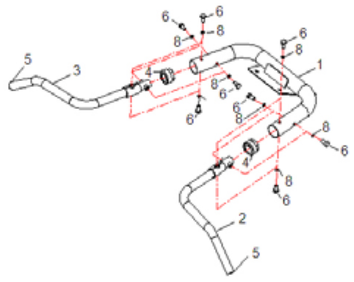
Если в ваш комплект входит турник, следуйте инструкциям, приведённым ниже!

Турник ИНСТРУКЦИИ

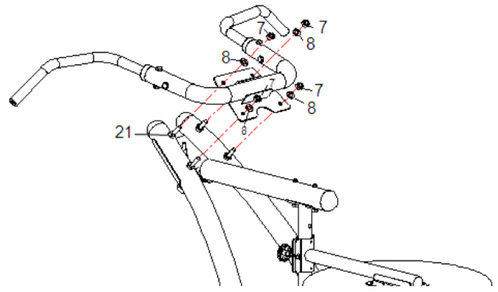
Инструменты необходимые для сборки

- Разводной ключ
- Торцовый ключ 17мм
- Торцовый ключ 14мм

⚠ ВНИМАНИЕ: МАКСИМАЛЬНАЯ ВЕСОВАЯ НАГРУЗКА НЕ ДОЛЖНА ПРЕВЫШАТЬ 300 ФУНТОВ. ПРЕВЫШЕНИЕ МАКСИМАЛЬНОЙ НАГРУЗКИ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ТРАВМИРОВАНИЮ!



Этап 1 Прикрепите поручни с обеих сторон, используя по 4 болта (№6) и 4 шайбы (№8) для каждой стороны. Наденьте на каждый поручень по пластмассовой муфте (№4) и установите их на центральное соединение рукояток поручня.
Крепко затяните болты.

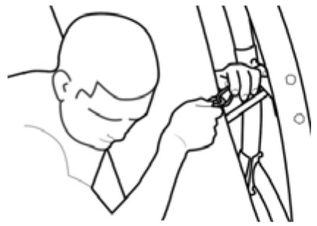


Этап 2 Установите кронштейны турника на контргайки, расположенные над резьбой для болтов на верхней части изделия (на верхних стойках). Зафиксируйте кронштейны при помощи 4 шайб (№8) и 4 шестигранных контргаек (№7).

Крепко затяните болты и контргайки.

Турник ЭКСПЛУАТАЦИЯ

Использование турника



1. Сдвиньте Тяжёлую грушу к дальней части изделия, придерживая её плечом. Прикрепите грушу к центральной перекладине при помощи ремня для груши (№9). Удостоверьтесь, что концы ремня хорошо соединены друг с другом.

2. Турник – Крепко возьмитесь за перекладину, слегка согните колени и медленно оторвите ноги от пола. Медленно подтянитесь таким образом, чтобы ваш подбородок касался перекладины. Медленно примите исходное положение. Ладони могут быть повёрнуты как внутрь, так и наружу.

3. Растяжка мышц талии, бёдер и коленей – Согните ноги в коленях и выпрямите руки. Постепенно отрывайте ноги от пола, соединив пятки вместе. Поднимите ноги как можно выше, поворачивая корпус из стороны в сторону.

⚠ ВНИМАНИЕ: ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ЭТИХ УПРАЖНЕНИЙ ДРУГИЕ ЛЮДИ ДОЛЖНЫ НАХОДИТЬСЯ НА ДОСТАТОЧНОЙ ДИСТАНЦИИ ОТ ТУРНИКА.

⚠ ВНИМАНИЕ: ПЕРЕД КАЖДЫМ ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРОВЕРЯЙТЕ ИСПРАВНОСТЬ ТУРНИКА. НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ НА ТУРНИКЕ, ЕСЛИ КАКИЕ-ТО ДЕТАЛИ ОСЛАБЛЕНЫ, ПОВРЕЖДЕНЫ ИЛИ ОТСУТСТВУЮТ.

MERCI d'avoir acheté un produit Century®!!!

Les produits **Century** sont conçus et fabriqués conformément aux normes les plus élevées afin que vous puissiez en profiter pendant des années pour vos séances d'exercice. C'est avec fierté que nous appuyons tous nos produits en offrant le meilleur service à la clientèle dans l'industrie du conditionnement physique. Pour toutes questions ou encore si vous avez besoin d'aide, veuillez communiquer avec nous au :

www.CenturyMartialArts.com
Sans frais : 1 800.626.2787
Lundi au vendredi de 7 h à 20 h – heure normale du Centre
Samedi de 9 h à 16 h – heure normale du Centre

Century garantit que ce produit est exempt de tout défaut dans les matériaux et la fabrication en cas d'utilisation normale pour une période d'un (1) an si ce produit est utilisé conformément à l'usage pour lequel il a été conçu et si le produit n'a pas été soumis à un usage abusif évident, s'il a été mal utilisé ou a fait l'objet de négligence. La responsabilité de **Century**, conformément à cette garantie, se limite aux défauts ou au remplacement de tout équipement ou pièce défectueuse au moment de l'achat. **Century** ne pourra être tenu responsable pour toute réparation et/ou tout remplacement du dit équipement ou pièce si l'utilisation de l'acheteur du dit équipement ou pièce contrevient aux instructions fournies par **Century**, ou si des dommages sont occasionnés par l'acheteur de quelque manière que ce soit.

Dans aucun cas, pour aucune raison ou cause d'action, la responsabilité de **Century** n'excédera la valeur du produit acheté. Si le produit a été utilisé d'une manière inadéquate, a été soumis à un usage abusif, a été mal utilisé ou qu'il a fait l'objet de négligence ou encore tout défaut de se conformer aux instructions incluant toute exonération annulera toute obligation, responsabilité ou garantie de la part de **Century**.

Veuillez vous reporter à la page suivante concernant d'autres conditions et modalités.

¡IMPORTANTE!

- Avant d'utiliser ce produit, veuillez lire attentivement et complètement toutes les instructions se rapportant à l'assemblage et au fonctionnement du produit.
- Retirez toutes les pièces et comparez-les à la liste des pièces afin de vous assurer qu'il n'en manque aucune.
- Conservez tous les documents liés au produit pour référence future.
- Suivez rigoureusement tous les avertissements et toutes les instructions afin d'éviter tout dommage corporel de même qu'à la propriété.
- Suivez toutes les directives lors de l'assemblage, le réglage et l'utilisation de ce produit.
- Assurez-vous que tous les boulons sont bien serrés et solides avant chaque usage.
- Vérifiez le produit avant chaque usage afin d'identifier toute pièce usée ou cassée. Si une pièce est usée ou cassée, cessez immédiatement d'utiliser le produit et contactez **Century** pour vous procurer des pièces de remplacement.
- Placez le produit sur une surface à niveau.
- Assurez-vous de toujours porter un équipement de protection qui devrait inclure, mais sans s'y limiter, des gants ainsi que des bandages pour la main.
- N'utilisez pas ce produit dans un environnement commercial ou collectif. Ce produit **Century** a été conçu pour être utilisé uniquement à l'INTÉRIEUR d'un domicile.

Exonération

Ce produit a été conçu pour être utilisé par des personnes ayant reçu un entraînement par un professionnel portant sur l'utilisation d'un tel équipement. Le participant ne doit, à aucun moment, utiliser un équipement ou des accessoires désuets, modifiés ou endommagés parce qu'une telle utilisation pourrait occasionner des dommages. L'utilisateur assume tous les risques en matière de dommages! **Century** ne pourra et ne sera pas tenue responsable en cas de mauvaise utilisation et en cas d'utilisation non autorisée ou inadéquate de ce produit.

Consultez votre médecin avant d'entreprendre tout programme de conditionnement physique. Ce produit devrait être utilisé par des individus en bonne forme physique et entraînés par un personnel qualifié.

Plate-forme d'entraînement — Liste des pièces — Перечень деталей

N° pièce	Description de pièce	Préassemblé	QTÉ	Article #	UGS
1	Base de gauche		1	7000	342
2	Base de droite		1	7000	343
3	Montant supérieur droit		1	7000	344
4	Montant inférieur droit		1	7000	345
5	Montant supérieur gauche		1	7000	346
6	Montant inférieur gauche		1	7000	347
7	Soutien arrière droit		1	7000	348
8	Soutien arrière gauche		1	7000	349
9	Barre transversale inférieure n°1		1	7000	350
10	Barre transversale du milieu n°2		1	7000	351
11	Barre transversale supérieure n°3		1	7000	352
12	Plaque de suspension du sac de frappe		1	7000	353
13	Embout de plastique rond (2.5")	X	6	7001	221
14	Embout de plastique rond (1")	X	2	7001	222
15	Rouleau de mousse		2	7003	301
16	Le coussin de poids de caoutchouc		2	7003	305
17	Porte-plaque		2	7003	295
18	Petite plaque boulonnée		2	7003	306
19	Grande plaque boulonnée		2	7003	307
20	Boulon à œil (3/8" x 6')		1	7003	296
21	Écrou hexagonal M10mm		4	7002	291
22	Boulon hexagonal M10*95）		4	7002	209
23	Écrou d'arrêt hexagonal - M10 x1.5 x16mm		17	7002	292
24	Boulon hexagonal （M10*85）		16	7002	293
25	Boulon hexagonal （M8*80）		8	7002	294
26	Rondelle - 10 mm		41	7002	295
27	Boulon de Port (M8x20mm)		2	7002	296
28	Rondelle d'arrêt		4	7002	297
29	Rondelle - 8 mm		16	7002	298
30	Écrou d'arrêt hexagonal – M8		8	7002	299
31	Étiquette C-01 : Avertissement général	X	1	7003	140
32	Étiquette C-04 : Utilisez le poids approprié	X	2	7003	143
33	Étiquette C-18 : Avertissement général	X	1	7003	242
34	Étiquette C-20 : Vérifiez les goupilles	X	2	7003	244
35	Étiquette : Produit	X	1	7003	308

Barres de traction — Liste des pièces — Перечень деталей

N° pièce	Description de pièce	Préassemblé	QTÉ	Article #	UGS
1	Plaque centrale du guidon		1	7003	314
2	Extrémités du guidon droit		1	7003	315
3	Extrémités du guidon gauche		1	7003	316
4	Manchon de plastique		2	7001	224
5	Embout de plastique rond		2	7001	225
6	Boulon hexagonal （M10x20）		8	7002	306
7	Écrou d'arrêt hexagonal 10M		4	7002	307
8	M10 Rondelle		12	7002	259
9	Sangle pour sac de frappe		1	7003	317

Тренировочная станция — Перечень деталей

Деталь	Описание	Предварительная сборка	Кол-во	Артиккул№	ЕДУ
1	Левое боковое основание		1	7000	342
2	Правое боковое основание		1	7000	343
3	Правая верхняя стойка		1	7000	344
4	Правая нижняя стойка		1	7000	345
5	Левая верхняя стойка		1	7000	346
6	Левая нижняя стойка		1	7000	347
7	Правая задняя опора		1	7000	348
8	Левая задняя опора		1	7000	349
9	Нижняя перекладина №1		1	7000	350
10	Центральная перекладина №2		1	7000	351
11	Верхняя перекладина №3		1	7000	352
12	Платформа для груши		1	7000	353
13	Круглый пластмассовый наконечник 2,5"	X	6	7001	221
14	Малый наконечник 1"	X	2	7001	222
15	Поролоновый валик		2	7003	301
16	Резиновые заглушки		2	7003	305
17	Держатель груза		2	7003	295
18	Малая пластина болтов крепления		2	7003	306
19	Большая пластина болтов крепления		2	7003	307
20	Рым-болт		1	7003	296
21	Шестигранная гайка М10мм		4	7002	291
22	Болт с шестигранной головкой (М10 х 95)		4	7002	209
23	Шестигранная контргайка – М10 х 1,5 х 16мм		17	7002	292
24	Болт с шестигранной головкой (М10 х 85)		16	7002	293
25	Болт с шестигранной головкой (М8 х 80)		8	7002	294
26	Шайба – 10мм		41	7002	295
27	Болт с квадратным подголовком (М8 х 20мм)		2	7002	296
28	Стопорная шайба		4	7002	297
29	Шайба – 8мм		16	7002	298
30	Контргайка М8мм		8	7002	299
31	Наклейка С-01:Наклейка с общими предостережениями	X	1	7003	140
32	Наклейка С-04: Наклейка с указанием нагрузки	X	2	7003	143
33	Наклейка С-18: Наклейка с общими предостережениями на французском языке	X	1	7003	242
34	Наклейка С-20: Наклейка с указанием нагрузки на французском языке	X	2	7003	244
35	Наклейка с серийным номером изделия	X	1	7003	308

Турник — Перечень деталей

Деталь	Описание	Предварительная сборка	Кол-во	Артиккул№	ЕДУ
1	Центральная планка		1	7003	314
2	Наконечник правого поручня		1	7003	315
3	Наконечник левого поручня		1	7003	316
4	Пластмассовая муфта		2	7001	224
5	Круглые наконечники		2	7001	225
6	Болт с шестигранной головкой (М10 х 20)		8	7002	306
7	Контргайка 10м		4	7002	307
8	Шайба М10		12	7002	259
9	Ремень для тяжёлой груши		1	7003	317

Платформа для пневматической груши — Перечень деталей

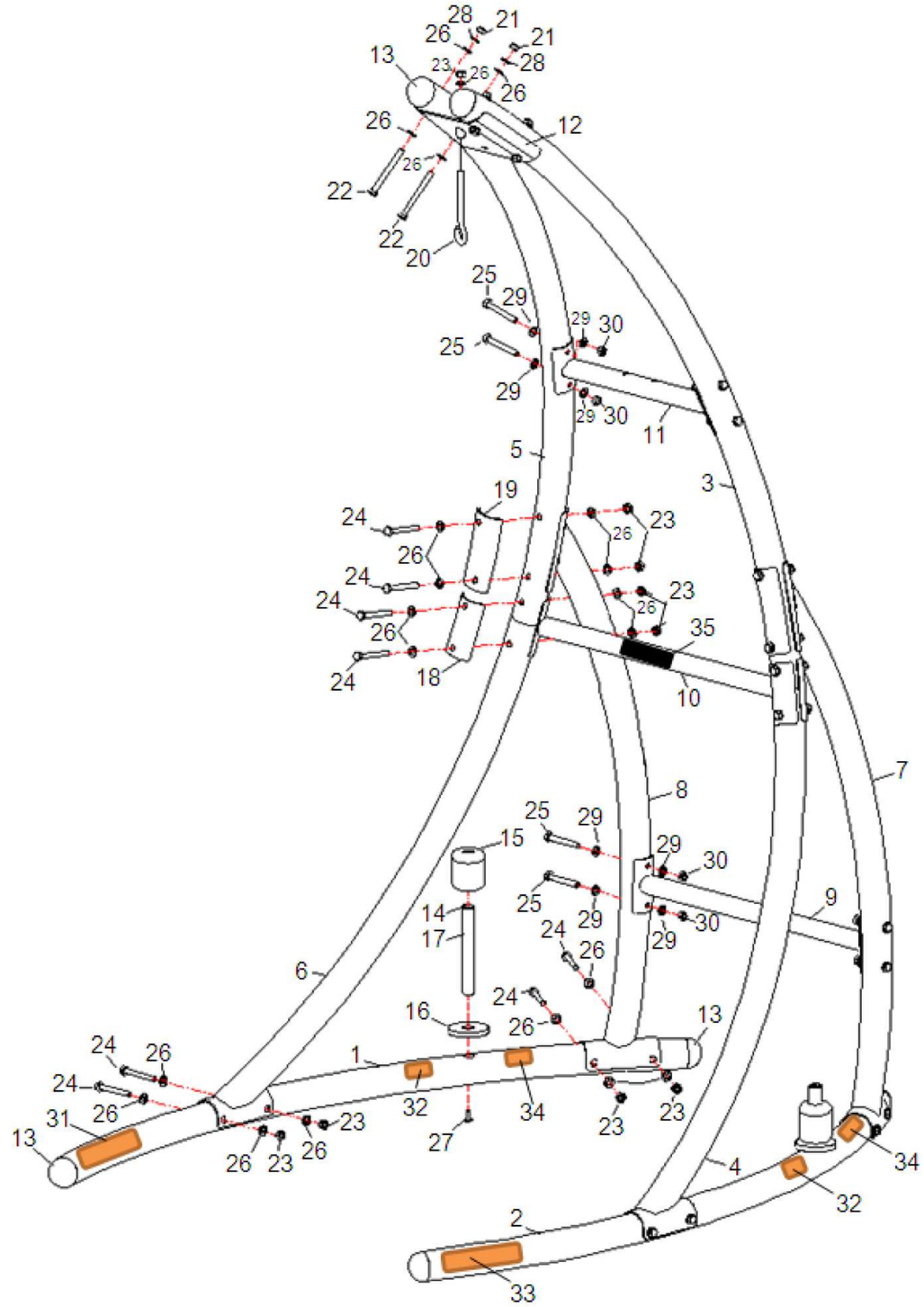
Деталь	Описание	Предварительная сборка	Кол-во	Артикул№	ЕДУ
1	Деревянная платформа		1	7003	309
2	Кронштейн стойки платформы		1	7003	310
3	Держатель груши		1	7003	311
4	Пластина опоры		1	7003	312
5	Шарнирное соединение	X	1	7005	032
6	Крепление-зажим	X	1	7005	033
7	Вытяжная ручка		1	7003	313
8	Шайба – 10мм		2	7002	259
9	Шестигранная контргайка – M10 x 1,5 x 16мм		1	7002	292
10	Болт с шестигранной головкой (M8 x 80)		2	7002	294
11	Болт с шестигранной головкой (M8 x 55)		2	7002	300
12	Болт с шестигранной головкой (M10 x 25)		1	7002	301
13	Болт с шестигранной головкой (M8 x 25)		4	7002	302
14	Шайба Ø8 x Ø16мм		12	7002	303
15	Контргайка M8		8	7002	304
16	Болт с шестигранной головкой (M6 x 35)	X	4	7002	305
17	Шайба 6M	X	4	7002	285
18	Контргайки 6M	X	4	7002	284
19	Поролоновые вставки		4	7003	303
20	Круглый наконечник 2,5"	X	1	7001	223
21	Наклейка C-02: Наклейка с напоминанием о закреплении ручки	X	1	7003	141
22	Наклейка C-19: Наклейка с напоминанием о закреплении ручки на французском языке	X	1	7003	243
23	Круглый наконечник 1,5"	X	1	7001	226

Plate-forme du ballon rapide — Liste des pièces — Перечень деталей

N° pièce	Description de pièce	Préassemblé	QTÉ	Article #	UGS
1	Plate-forme de bois		1	7003	309
2	Support du montant de plate-forme		1	7003	310
3	Support supérieur de plate-forme		1	7003	311
4	La barre de soutien plate-forme		1	7003	312
5	Pivot	X	1	7005	032
6	Raccord, coiffe et étrier du pivot	X	1	7005	033
7	Goupille d’arrêt		1	7003	313
8	Rondelle - 10 mm		2	7002	259
9	Écrou d’arrêt hexagonal - M10		1	7002	292
10	Boulon hexagonal (M8x80)		2	7002	294
11	Boulon hexagonal (M8x55)		2	7002	300
12	Boulon hexagonal (M10x25)		1	7002	301
13	Boulon à tête Allen (M8x25mm)		4	7002	302
14	Rondelle Ø8xØ16mm		12	7002	303
15	Écrou d’arrêt M8		8	7002	304
16	Boulon hexagonal (M6x35)	X	4	7002	305
17	Rondelle 6M	X	4	7002	285
18	Écrou d’arrêt 6M	X	4	7002	284
19	Capuchons d’insertion en mousse		4	7003	303
20	Embout de plastique rond	X	1	7001	223
21	Étiquette C-02 : Vérifiez les goupilles	X	1	7003	141
22	Étiquette C-19 : Utilisez le poids approprié	X	1	7003	243
23	Round End Cap 1.5	X	1	7001	226

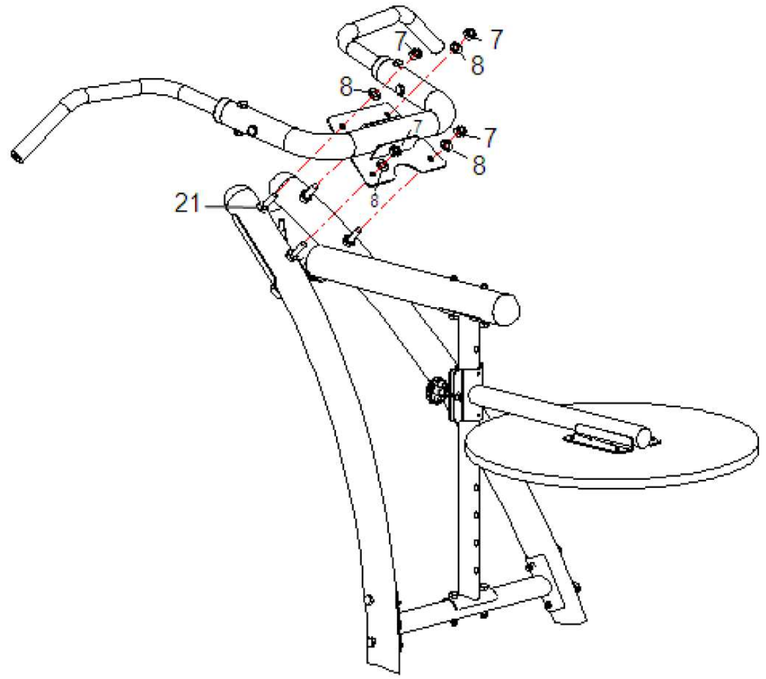
Тренировочная станция — Pièces — Детали

Plate-forme d’entraînement



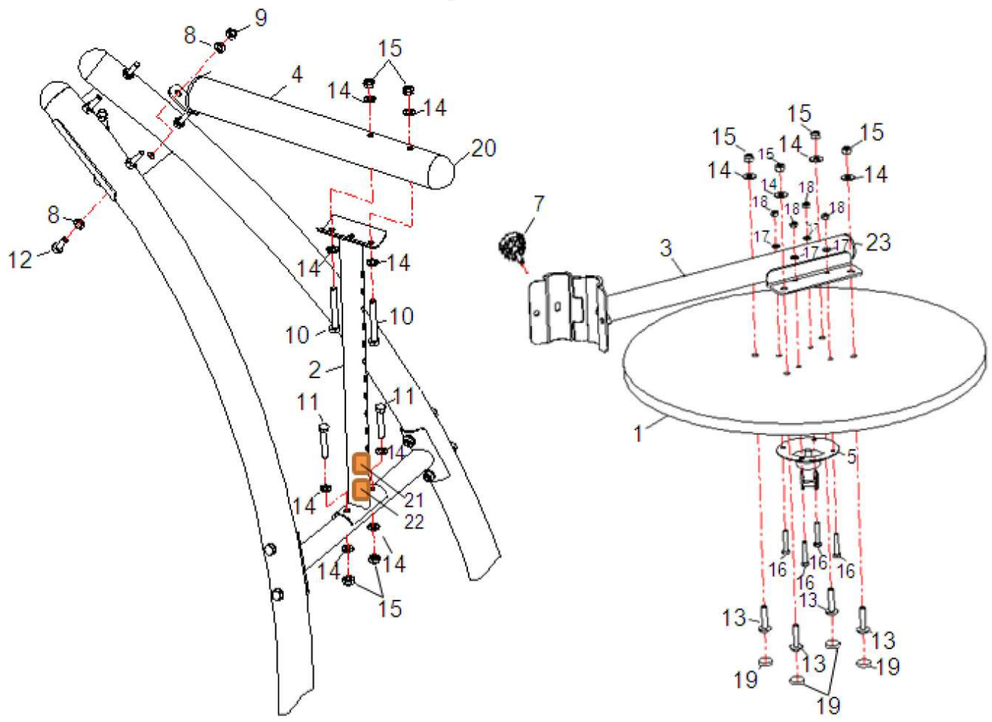
Турник — Pièces Детали

Barres de traction pour position debout



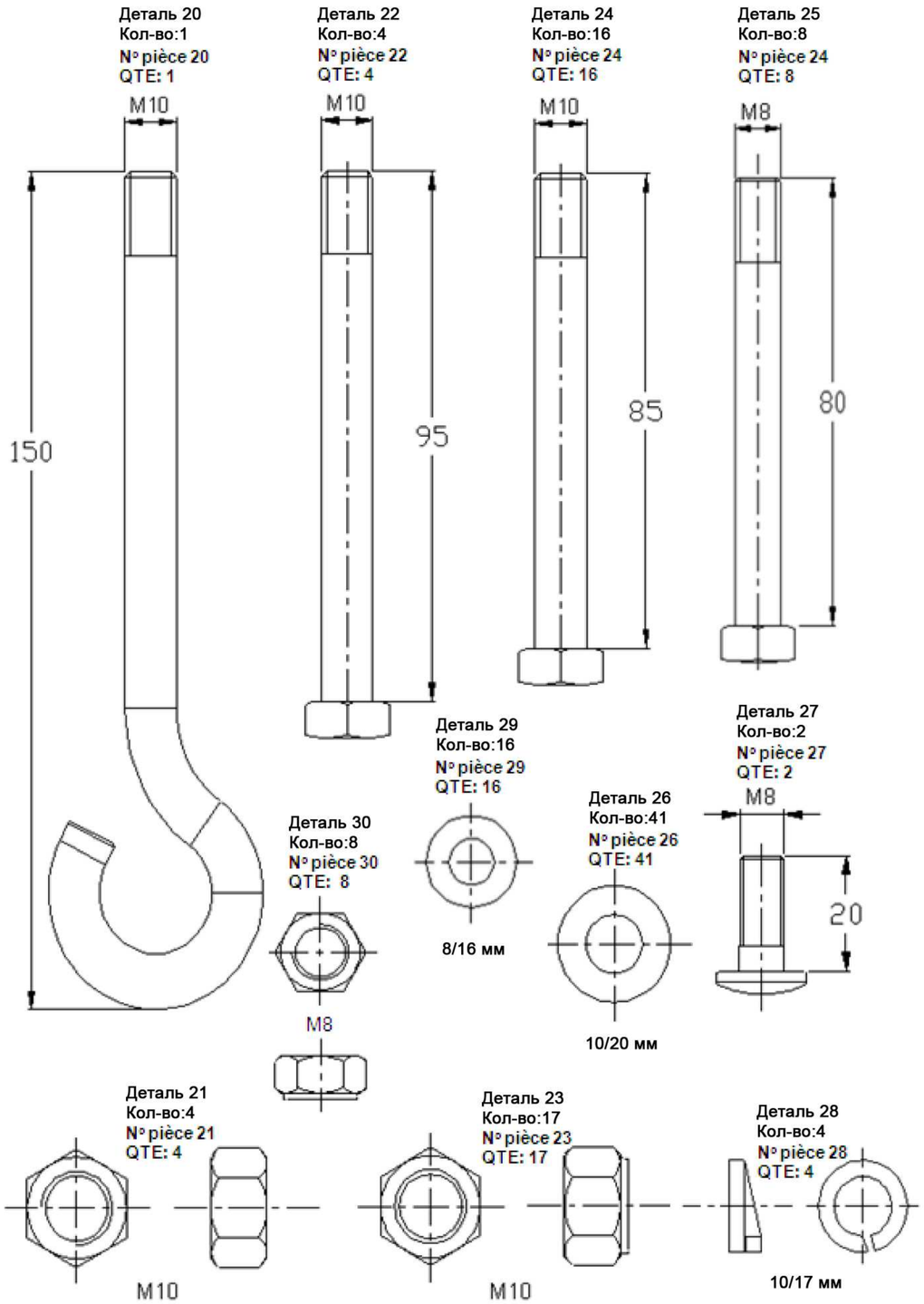
Платформа для пневматической груши — Pièces Детали

Plate-forme du ballon rapide



Тренировочная станция — РАЗМЕР ДЕТАЛЕЙ

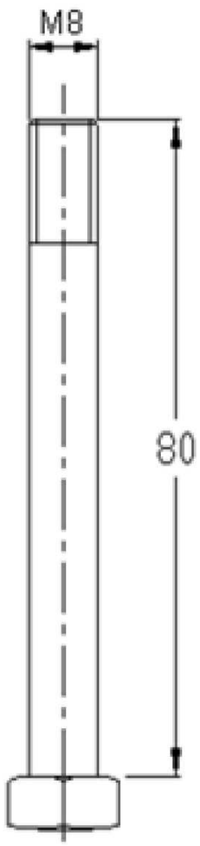
Plate-forme d'entraînement — Tableau de la quincaillerie



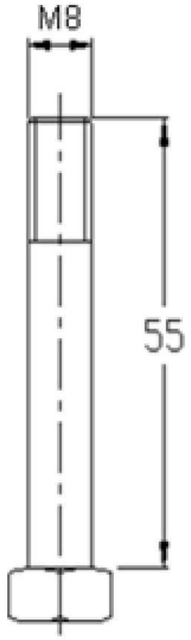
Платформа для пневматической груши — РАЗМЕР ДЕТАЛЕЙ

Plate-forme du ballon rapide — Tableau de la quincaillerie

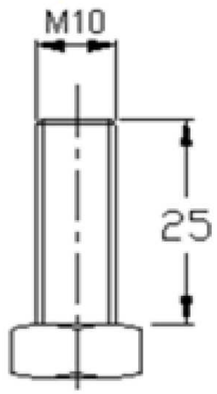
Деталь 10
Кол-во:2
N° pièce 10
QTE: 2



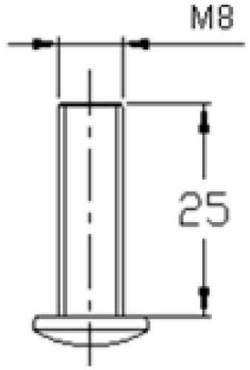
Деталь 11
Кол-во:2
N° pièce 11
QTE: 2



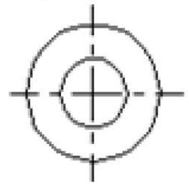
Деталь 12
Кол-во:1
N° pièce 12
QTE: 1



Деталь 13
Кол-во:4
N° pièce 13
QTE: 4

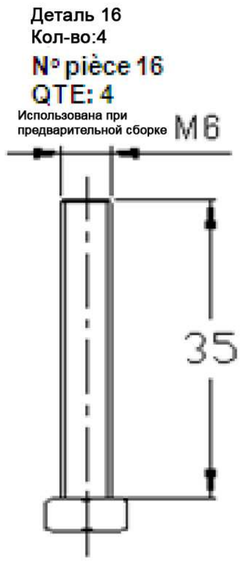


Деталь 14
Кол-во:12
N° pièce 14
QTE: 12

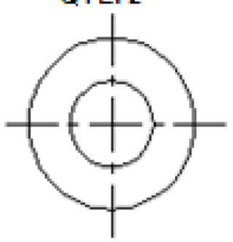


M8/16мм

Деталь 16
Кол-во:4
N° pièce 16
QTE: 4
Использована при предварительной сборке

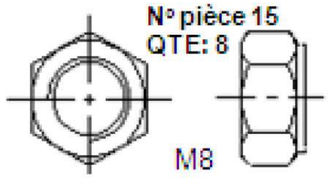


Деталь 8
Кол-во:2
N° pièce 8
QTE: 2

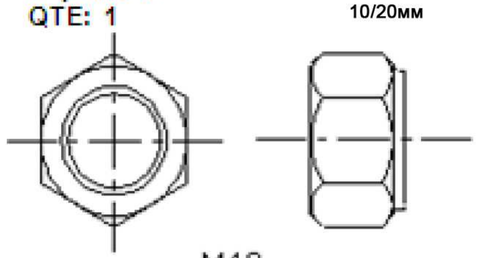


10/20мм

Деталь 15
Кол-во:8
N° pièce 15
QTE: 8



Деталь 9
Кол-во:1
N° pièce 9
QTE: 1



Деталь 17
Кол-во:4
N° pièce 17
QTE: 4
Использована при предварительной сборке

M6/12 мм

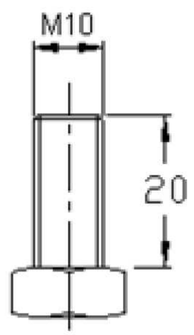
Деталь 18
Кол-во:4
N° pièce 18
QTE: 4
Использована при предварительной сборке

M6

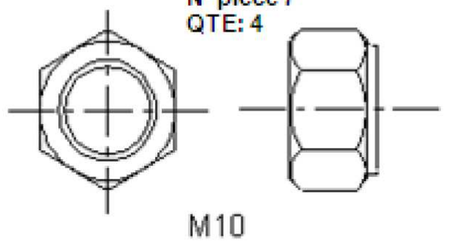
Турник — РАЗМЕР ДЕТАЛЕЙ

Barres de traction — Tableau de la quincaillerie

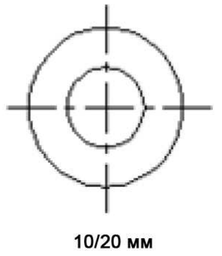
Деталь 6
Кол-во:8
N° pièce 6
QTE: 8



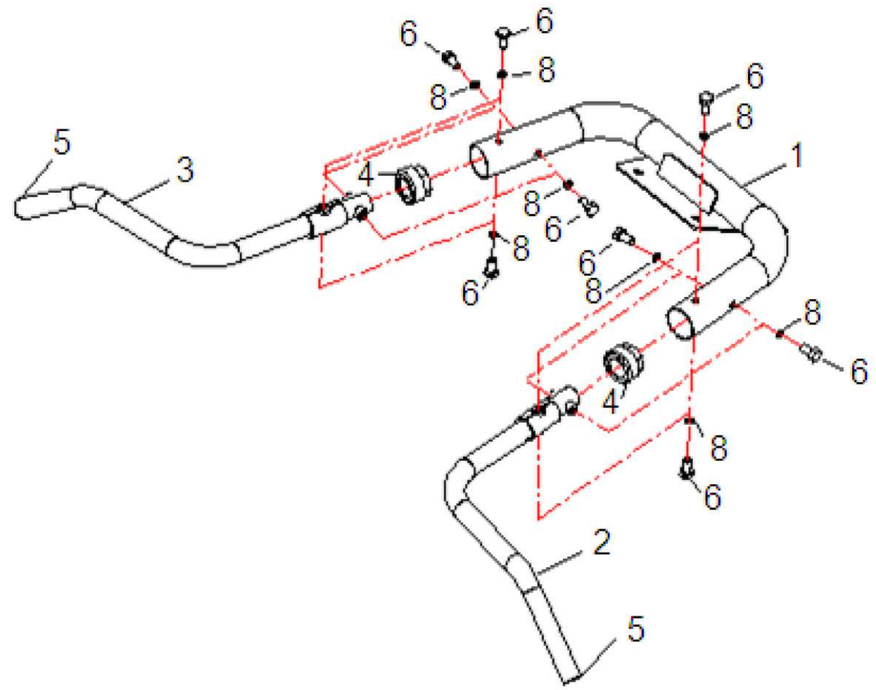
Деталь 7
Кол-во:4
N° pièce 7
QTE: 4



Деталь 8
Кол-во:12
N° pièce 8
QTE: 12



10/20 мм

Турник — Pièces — Детали

Barres de traction