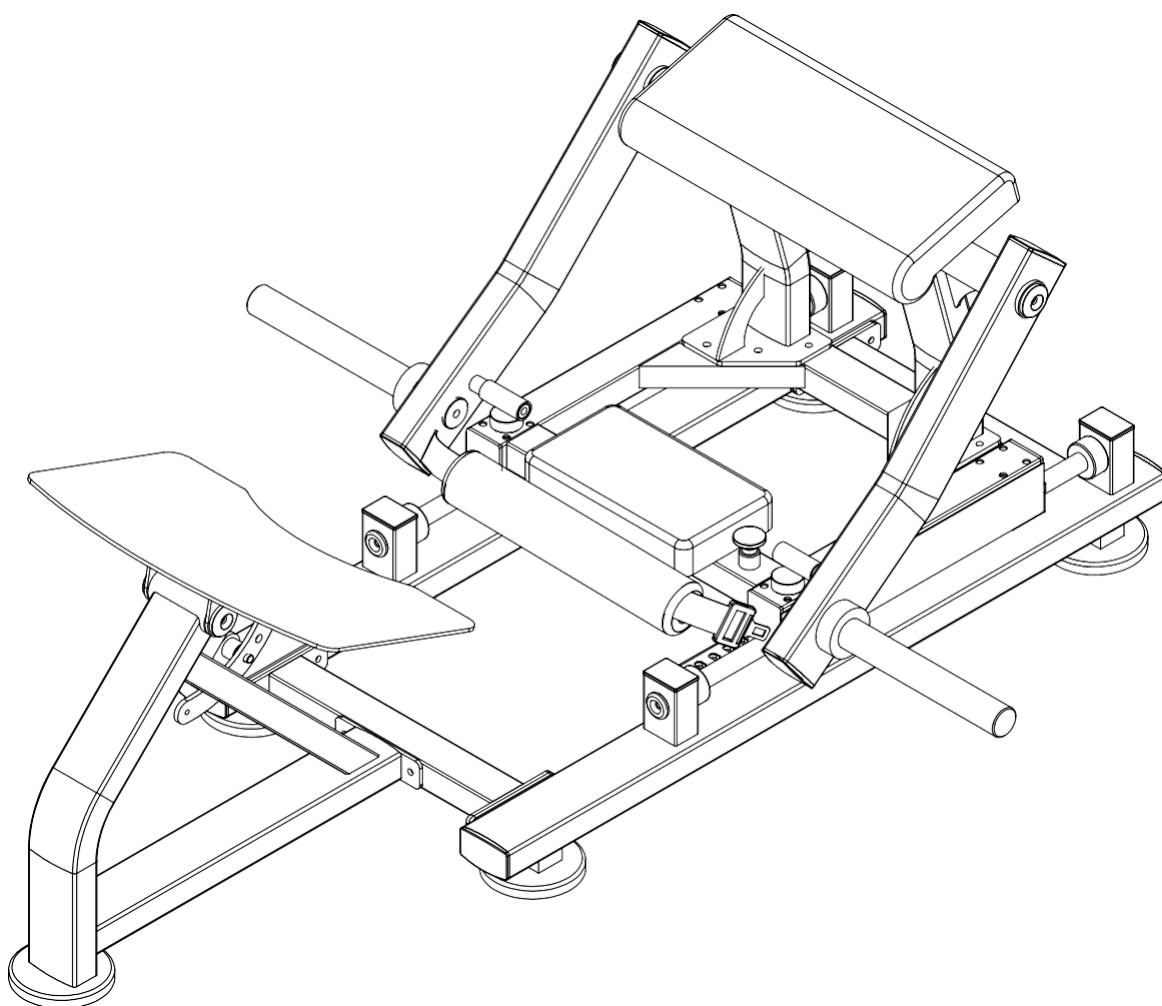


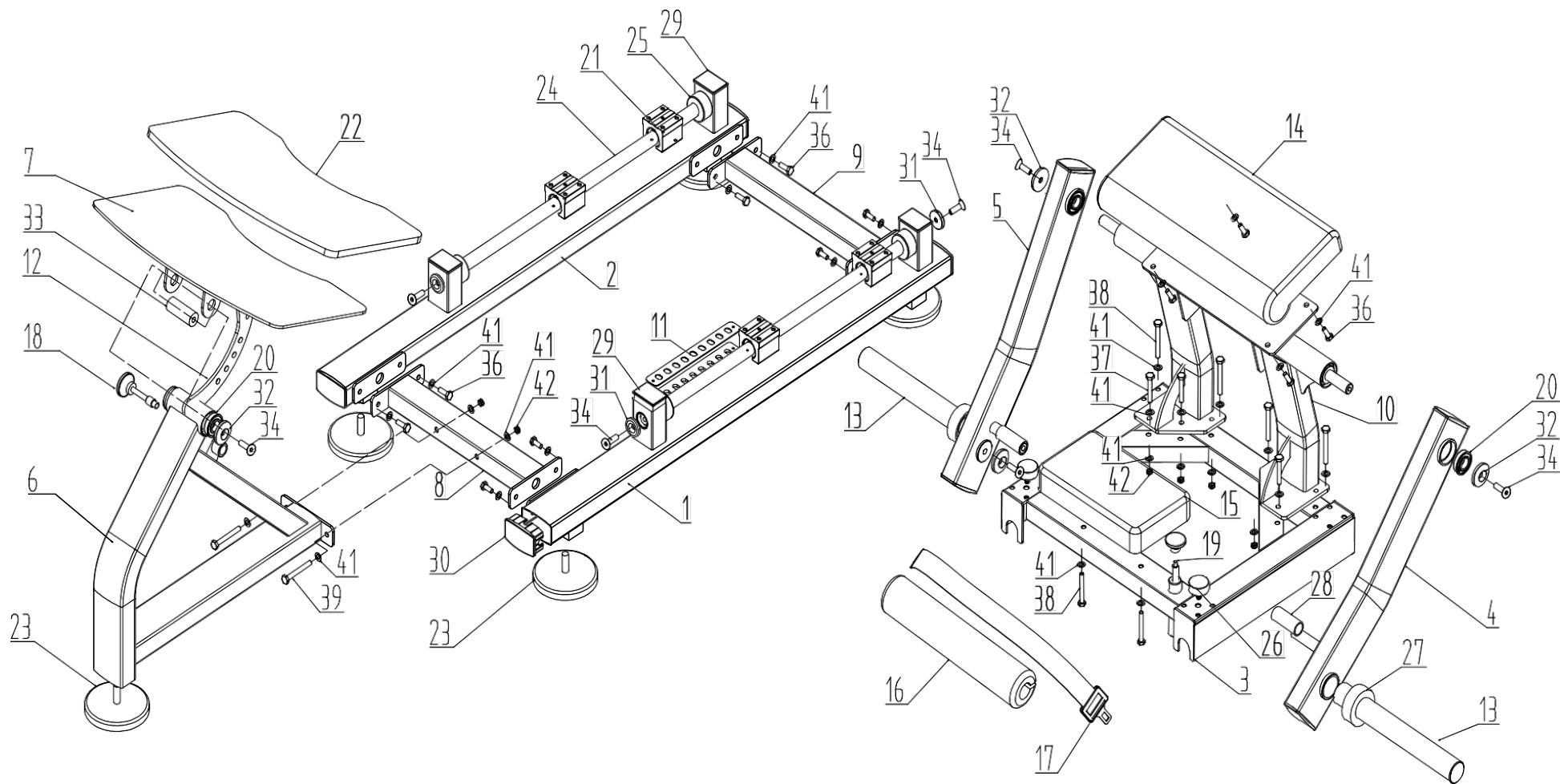
# GYMMASTER

## Инструкция по сборке Ягодичный мостик Gymmaster НК13



# СХЕМА ТРЕНАЖЕРА

1  
ПРИМЕЧАНИЕ: НЕКОТОРЫЕ ЧАСТИ МОГУТ БЫТЬ ПРЕДВАРИТЕЛЬНО УСТАНОВЛЕНЫ НА ТРЕНАЖЕРЕ



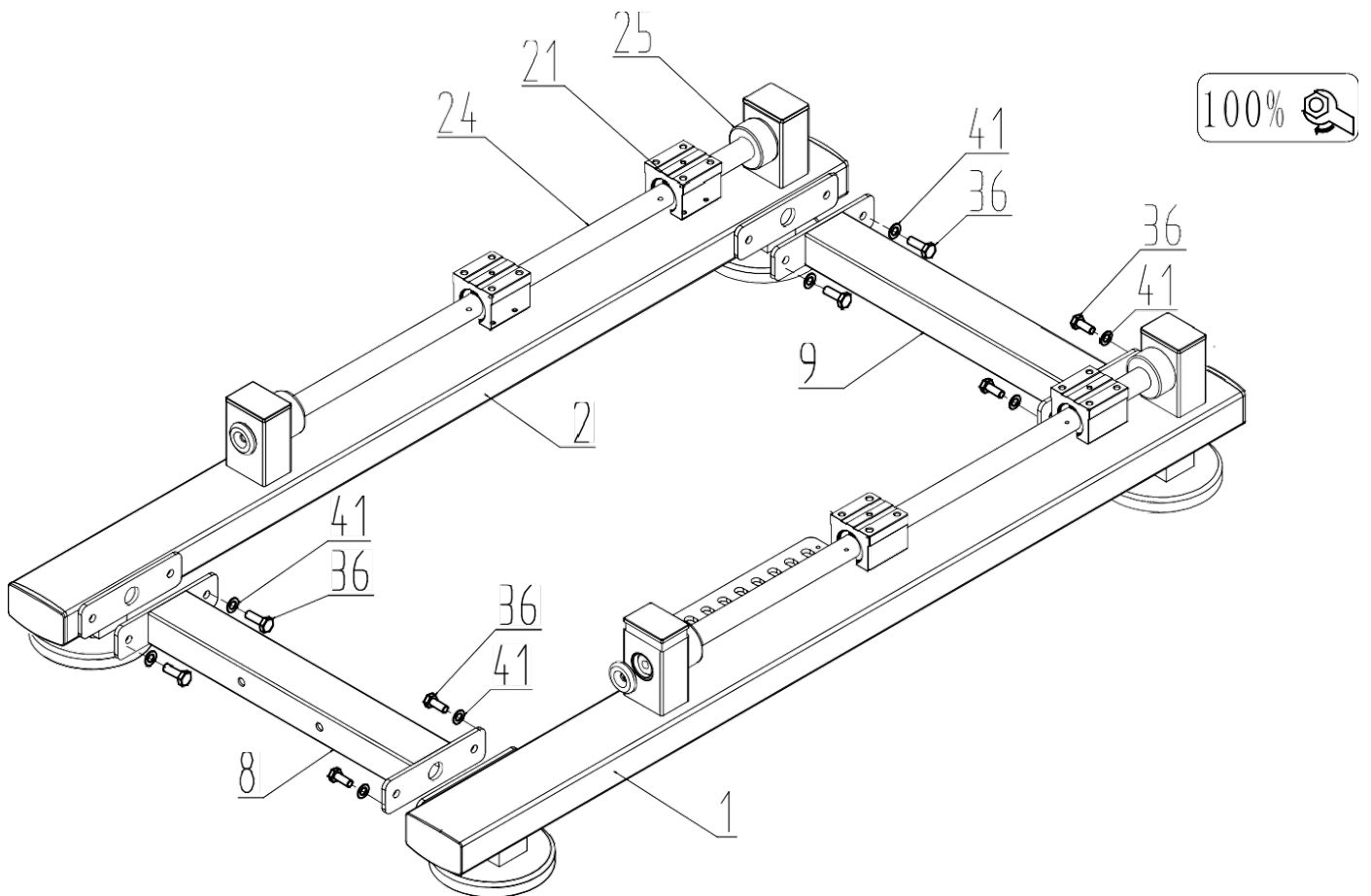
## СПИСОК КОМПОНЕНТОВ

№	ОПИСАНИЕ	КОЛ-ВО
1	Левая опора рамы	1
2	Правая опора рамы	1
3	Рама сиденья	1
4	Левый рычаг	1
5	Правый рычаг	1
6	Рамы платформы для ног	1
7	Платформа для ног	1
8	Передний соединитель	1
9	Задний соединитель	1
10	Соединитель рычагов	1
11	Регулируемая часть платформы	1
12	Пластина регулировки платформы	1
13	Штифт нагружения	2
14	Подушка для спины	1
15	Подушка сиденья	1
16	Валик для тела	1
17	Пояс	1
18	Пружинный фиксатор регулировки платформы	1
19	Пружинный фиксатор для регулировки рамы сиденья	1
20	6205 подшипник	6
21	30UU линейный подшипник	4
22	Резиновая накладка платформы для ног	1
23	Ножка	5
24	Направляющий стержень	2
25	Подушка 1	4
26	Подушка 2	3
27	Подушка 3	2
28	Нейлоновая втулка	2
29	50*70 Торцевая заглушка	4
30	58*101 Торцевая заглушка	8
31	Ф43 Алюминиевая шайба	4
32	Ф54 Алюминиевая шайба	6
33	Оцинкованный вал	1
34	М10*30 Шестигранник болт	10
35	М10*35 Шестигранник болт	3
36	М10*25 Шестигранник болт	12
37	М10*65 Шестигранник болт	4
38	М10*75 Шестигранник болт	6
39	М10*90 Шестигранник болт	2
40	М12*30 Шестигранник болт	2
41	Ф10 шайба	37
42	М10 Нейлоновая гайка	13
43	М8*60 Шестигранник болт	16
44	Ф8 шайба	16

## СБОРКА:

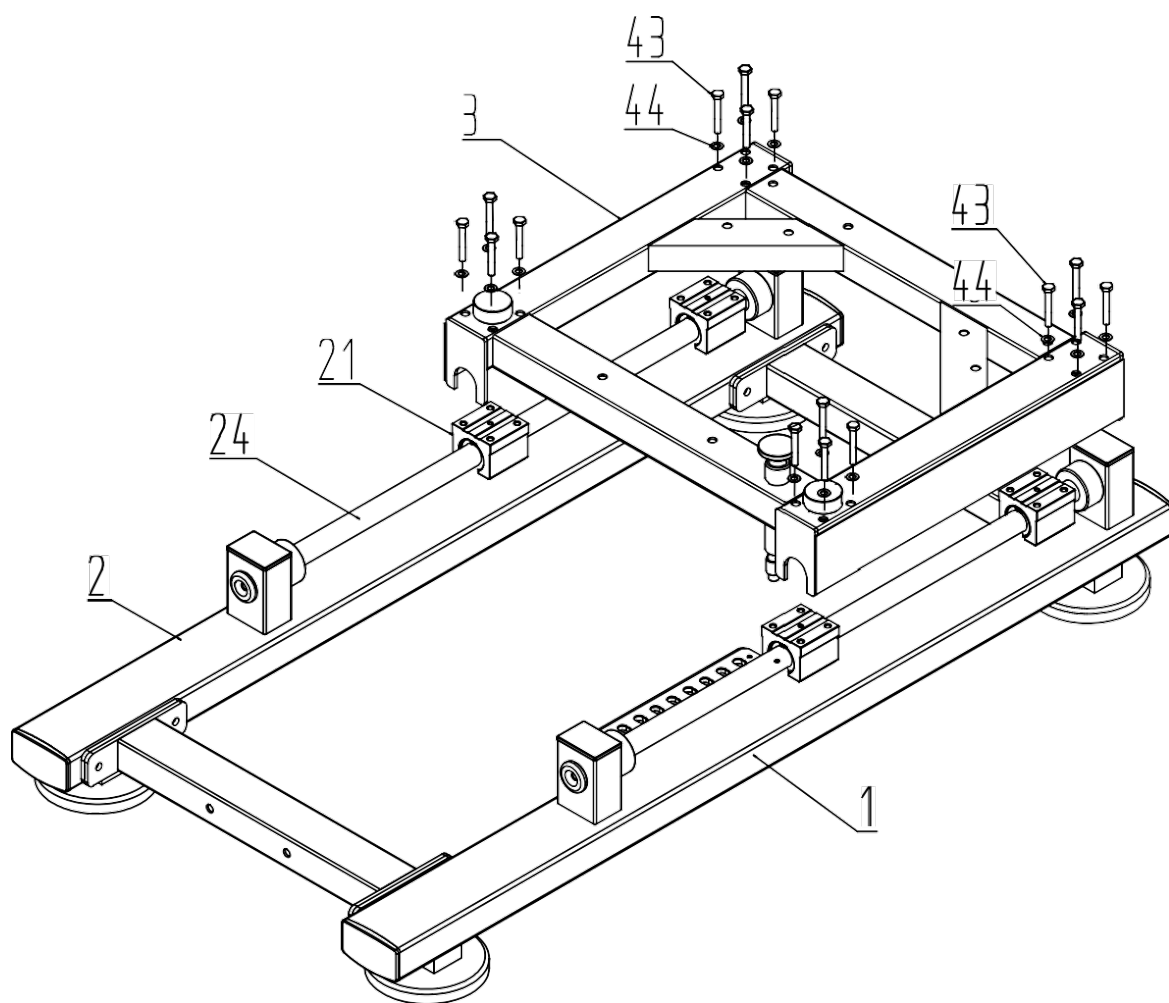
### Шаг 1:

Соедините левую и правую опоры рамы (1 и 2) с передним и задним соединителем (8 и 9), используя болт M10\*25 (36) и Шайбу Ф 10 (41).



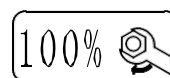
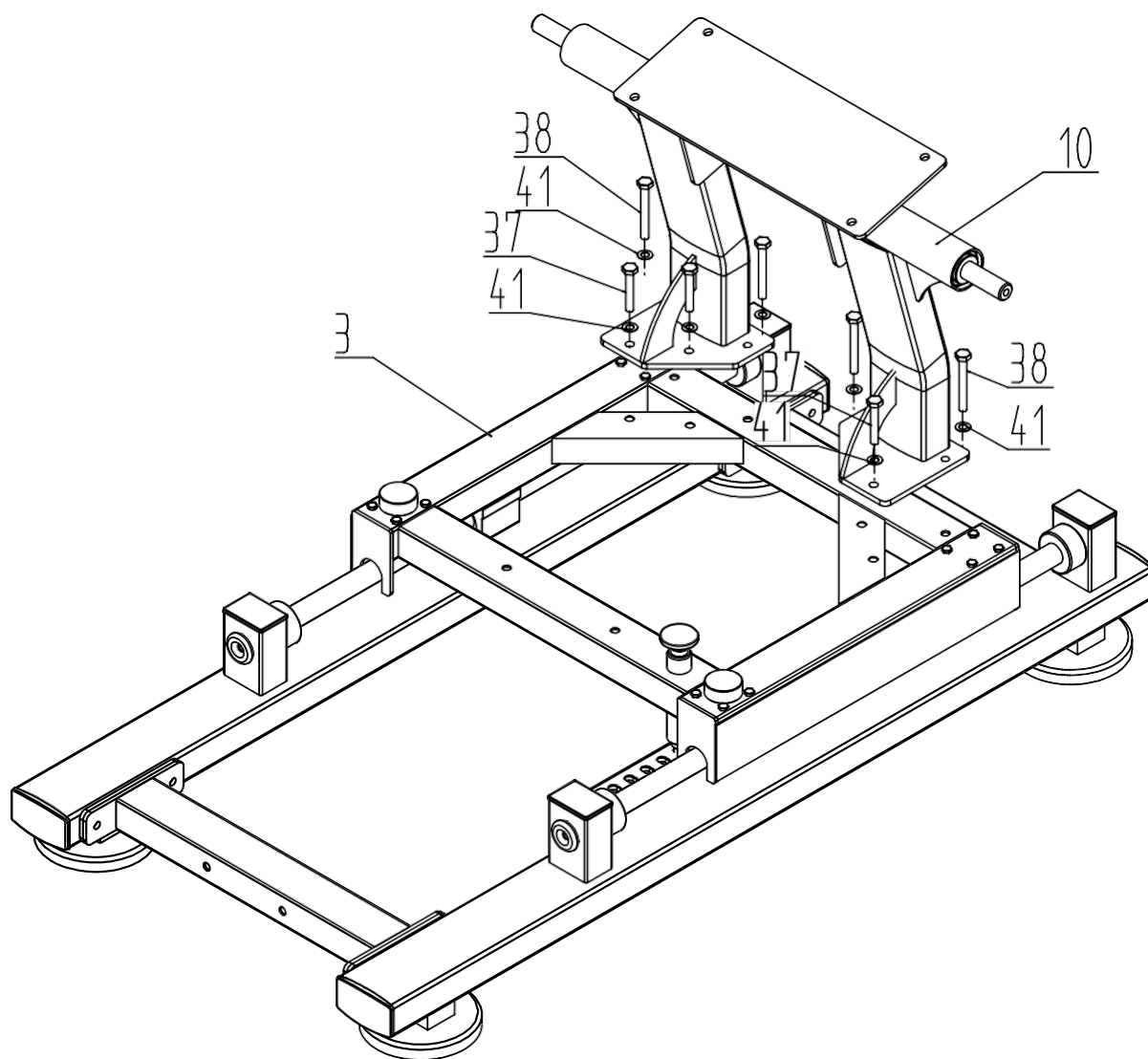
## Шаг 2:

Установите раму сиденья (3) на 4 линейных подшипника (21) и закрепите с помощью Шестигранный болт M8\*60 (43) и шайб Ф 8 (4).



### Шаг 3:

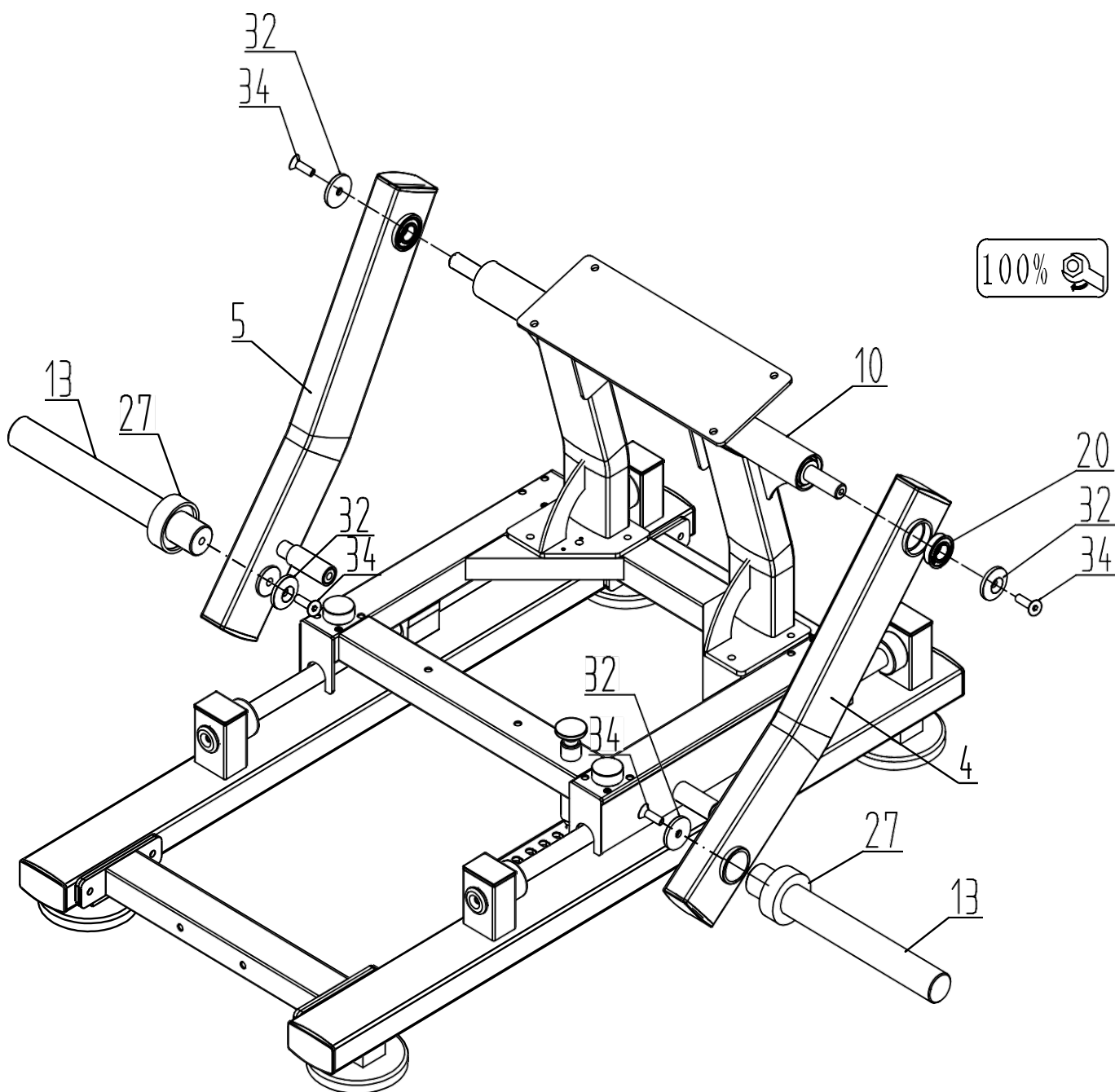
Закрепите вертикальный соединитель рычагов (10) на регулируемой раме сиденья (3) с помощью шестигранного болта M10\*65 (37), шестигранного болта M10\*75 (38) и Шайбы Ф10 (41) и нейлоновой гайки M10 (42).



**Шаг 4:**

Прикрепите левый и правый рычаг (4 и 5) к соединителю (10), используя подшипник 6205 (20),  $\Phi$  54 алюминиевую шайбу (32) и M10\*30 болт (34).

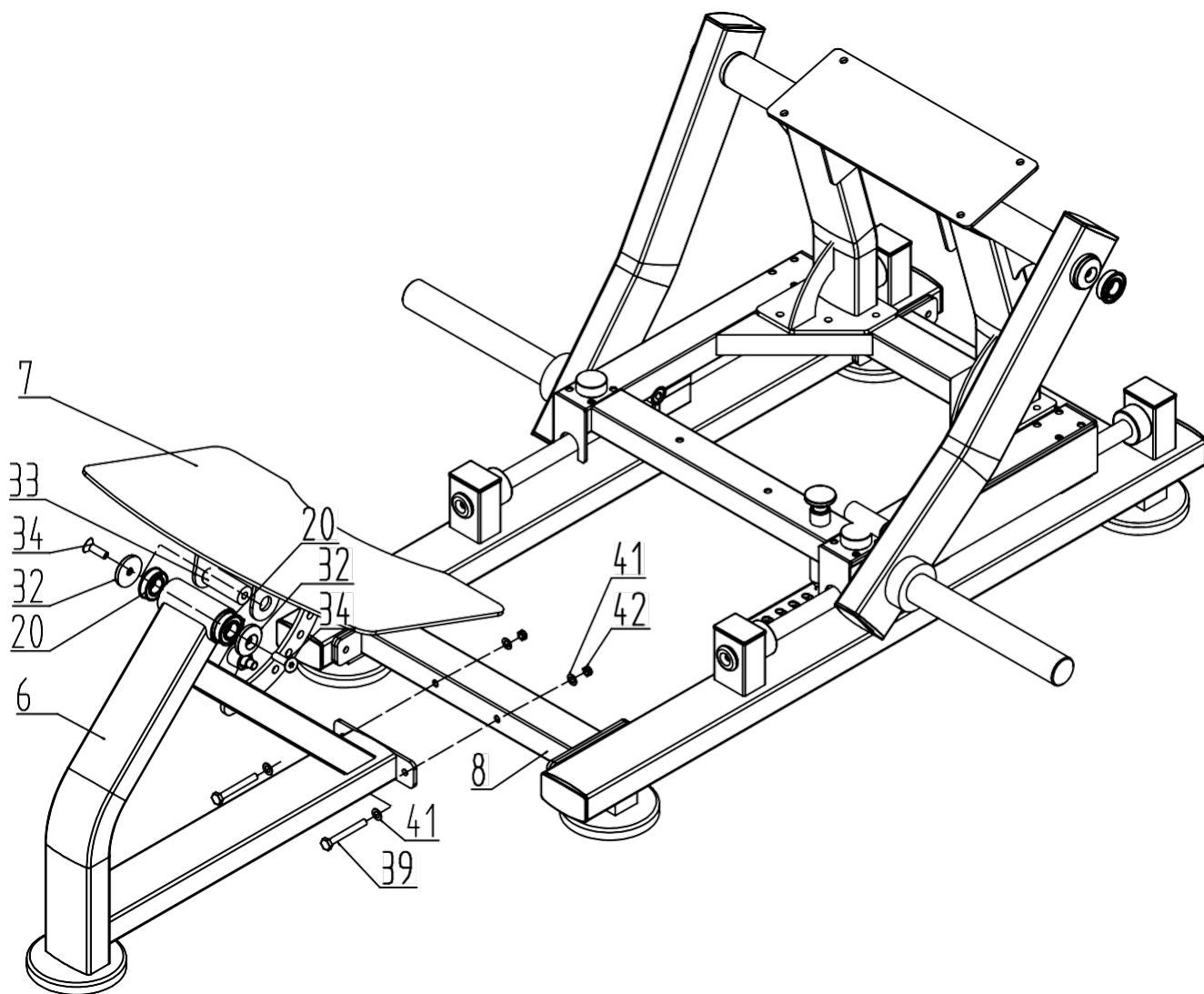
Наденьте резиновую подушку 3 (27) на штифт нагрузки (13) и прикрепите к левому и правому рычагу (4 и 5) с помощью алюминиевой шайбы  $\Phi$ 54 (32) и болта M10\*30 (34).



**Шаг 5:**

Прикрепите раму платформы для ног (6) к переднему соединителю (8) с помощью болта M10\*90 (39), гайки M10 (42) и шайбы Ф10 (41).

Закрепите платформу для ног (7) на раме (6) с помощью шарикоподшипника 6205 (20), алюминиевой шайбы Ф54 (32), оцинкованной втулки (33) и болта M10\*30 (34).

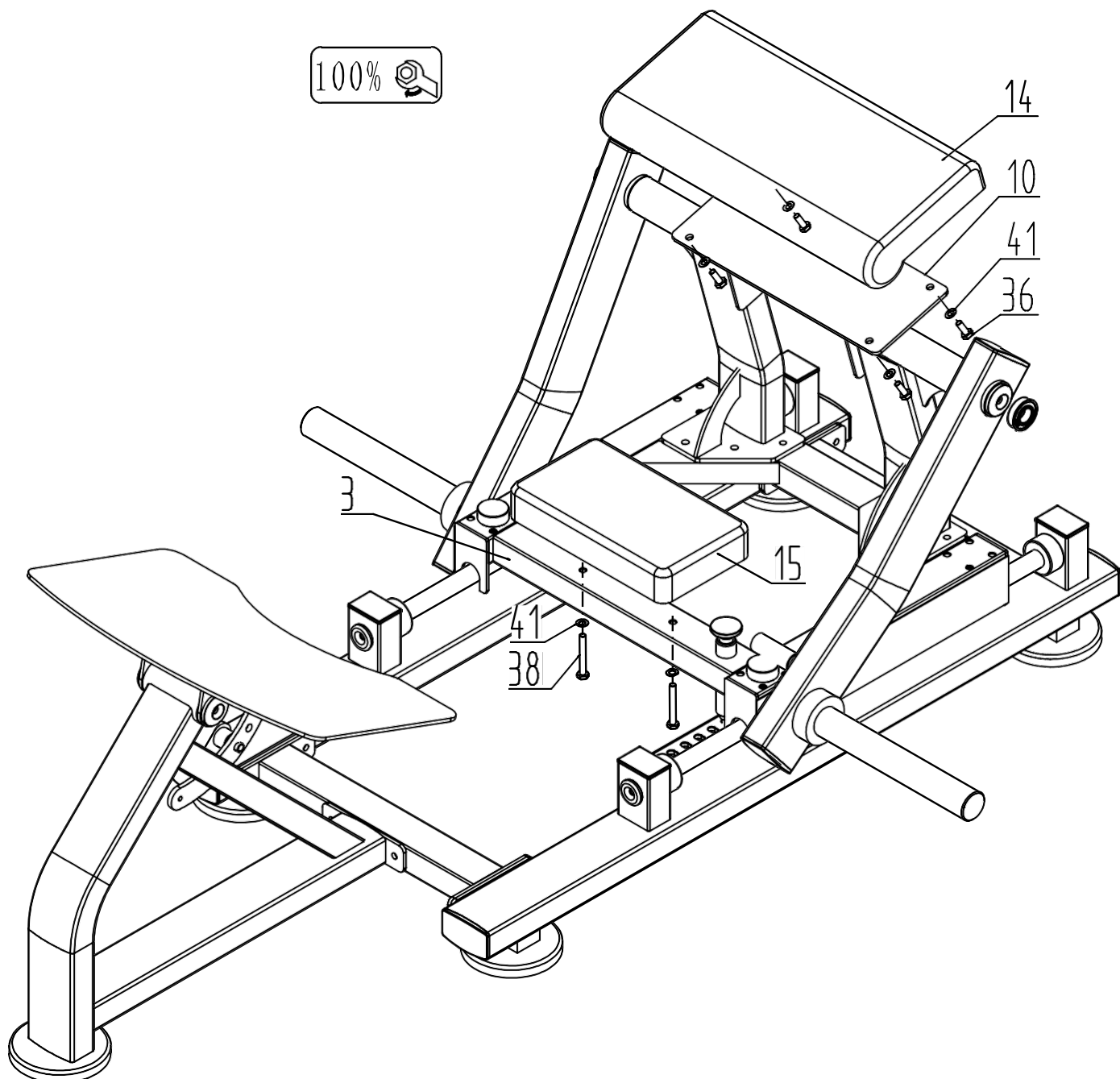




**Шаг 6:**

Закрепите подушку подлокотника (14) к соединителю рычагов (10) с помощью Ф 10 Шайбы (41) и болта М10\*25 (36).

Закрепите подушку сиденья (15) на раме сиденья (3) с помощью Ф10 Шайба (41) и болта М10\*70 (38).



### Шаг 7:

Прикрепите подушку для тела (16) и пояс (17) к левому и правому рычагу (4 и 5) с помощью болта М12\*30 (40).

