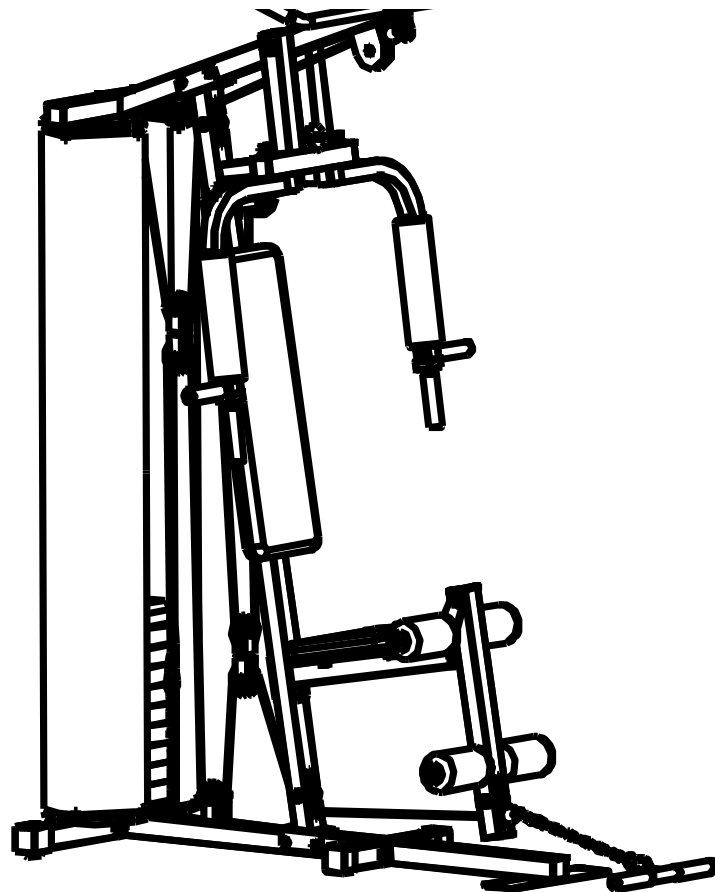


EXERFIT

BRUKERMANUAL **for** **Exerfit 680**

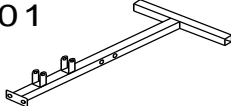
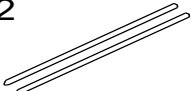

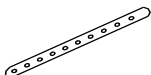
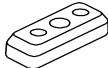
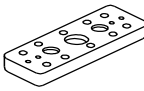

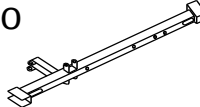
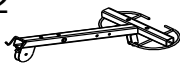
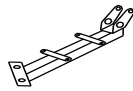
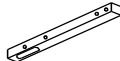
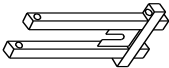
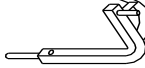
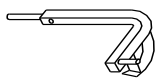
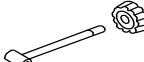

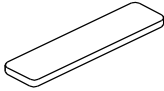




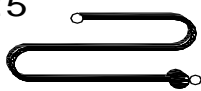
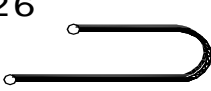



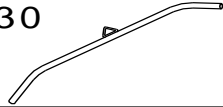

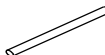










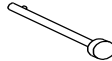






















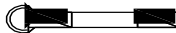








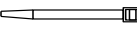
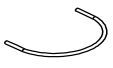


BUILT FOR HEALTH

INNHold

MONTERING	3
DELELISTE.....	4
KABELMONTERING	10
PERSPEKTIVTEGNING	14
VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE	15
BESTILLING AV RESERVEDELER:	15

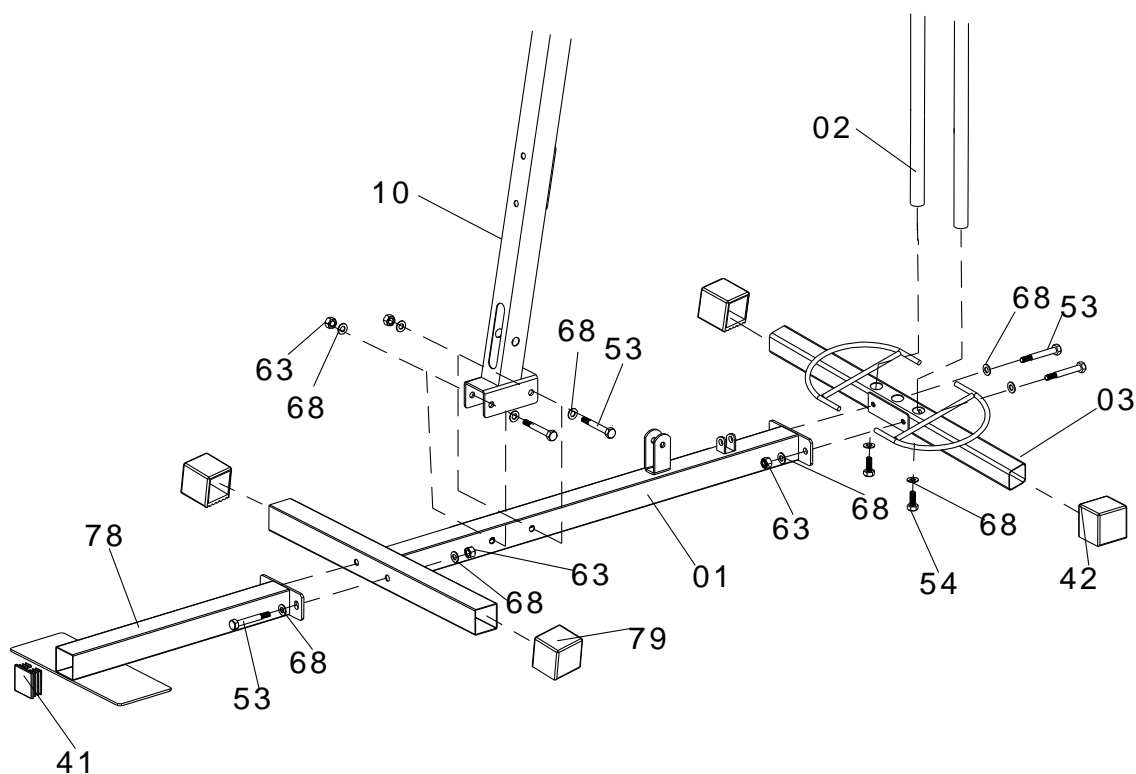
MONTERING

01 	02 	03 	05 	06 
08 	09 	10 	12 	13 
14 	15 	16 	17 	18 
19 	20 	21 	22 	23 
24 	25 	26 	27 	28 
29 	30 	31 	32 	33 
35 	36 	37 	38 	39 
40 	41 	42 	43 	44 
45 	46 	47  ∅ 10 × 56mm	48  M10 × 45mm	49  M12 × 75mm
51  M10	52  M8 × 40mm	53  M10 × 70mm	54  M10 × 20mm	55  ∅ 46 × ∅ 13 × 2.5T
57  M8 × 65mm	59  M8 × 15mm	60  M12	61  M16	62  M10 × 35mm
63  M10	64  M8	65  M16	66  M12	68  M10
69  M8	71 	73 	74 	75 
76  ∅ 30 × ∅ 10.3 × 1.8T	77  M10 × 65mm	78 	79 	80 
81 	82 	83 		

DELELISTE

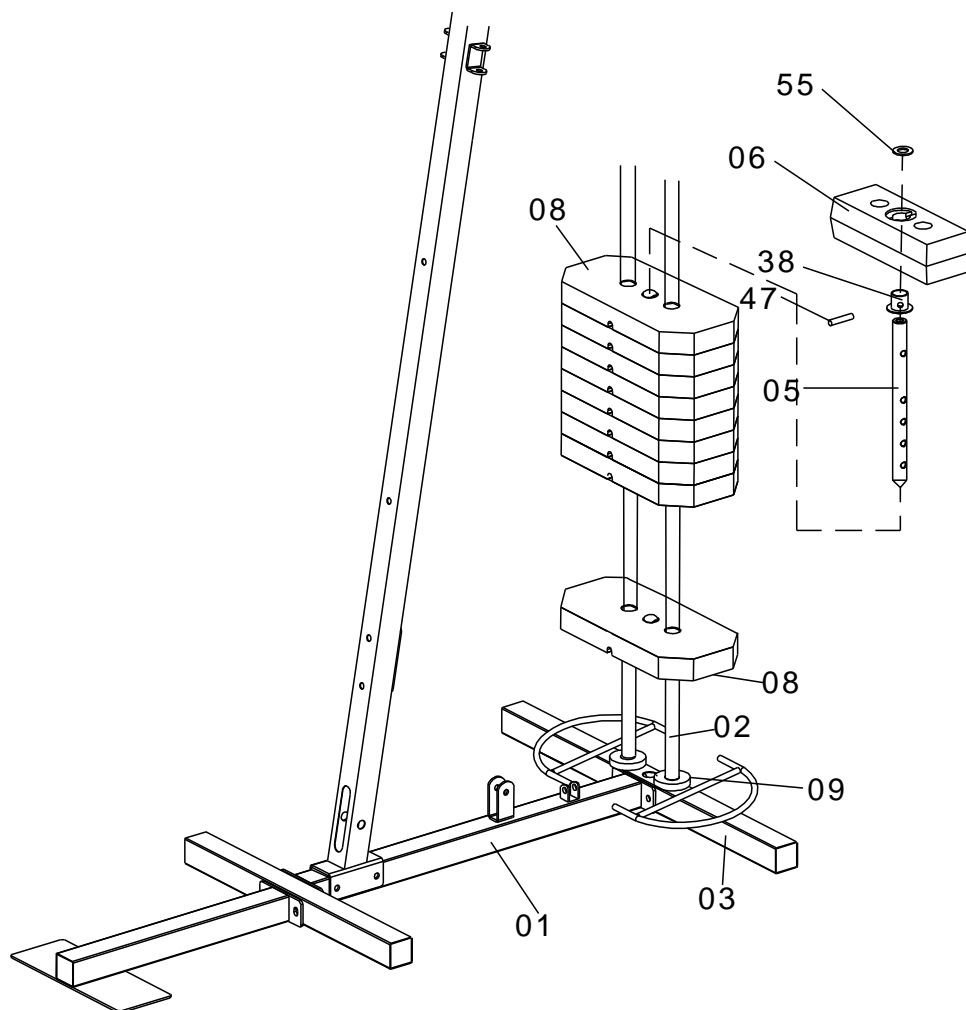
DELENR.:	BESKRIVELSE	ANT	DELENR.:	BESKRIVELSE	ANT
01	HOVEDBASE	1	59	M8*15 mm SEKSKANTBOLT	4
02	STYRESTAG	2	60	M12 NYLONMUTTER	1
03	BAKRE BASE	1	61	M16 NYLONMUTTER	4
05	VELGERSKAFT	1	62	M10* 35 mm	2
06	TOPPLATE	1	63	M10 NYLONMUTTER	26
08	VEKTSKIVE	9	64	M8 NYLONMUTTER	2
09	GUMMIRING	2	65	M16 SKIVE	4
10	VERTIKAL	1	66	M12 SKIVE	2
12	TOPP KRYSSBJELKE	1	68	M10 SKIVE	58
13	SETEMONTERINGSENHET	1	69	M8 SKIVE	10
14	BENSPARK-/OVERARMSSTOLPE	1	71	OLJEBØSSING	4
15	TRYKKSTOLPE	1	73	ANKELSTROPP	1
16	VENSTRE PEC DECK-ARM	1	74	FIRKANTET HETTE Ø26x□ 38 mm	2
17	HØYRE PEC DECK-ARM	1	75	BUFFER 40 x 40 mm	2
18	TRYKKSTIFT	1	76	OD 30 mm*ID 10,3 mm*1,8T SKIVE	1
19	SETE	1	77	M10*65 mm SEKSKANTBOLT	2
20	BAKSETE	1	78	FRONTBASE	1
21	TRINSEBLOKK	2	79	50 MM FIRKANTET ENDEHETTE	2
22	FLYTENDE TRINSEBLOKK (A)	1	80	ENDEHETTE VELGERSKAFT	1
23	FLYTENDE TRINSEBLOKK (B)	1	81	BESKYTTELSESNETT	2
24	KABEL 2370 mm	1	82	BÅND	16
25	KABEL 4030 mm	1	83	SKAFT AV U-TYPE	4
26	KABEL 2720 mm	1			
27	KJEDE	2			
28	PEC DECK-PUTE	2			
29	BENSPARK-/OVERARMSPUTE	4			
30	LAT-STOLPE	1			
31	OVERARMSSTOLPE	1			
32	PUTEHOLDER	2			
33	TRINSE	12			
35	KJEDEKROK	4			
36	HÅNDGREP 127 mm	8			
37	GUMMIBUFFER	1			
38	1" RUND BØSSING	1			
39	PLASTBØSSING	6			
40	1" RUND ENDEHETTE	4			
41	50 MM FIRKANTET ENDEHETTE	11			
42	GUMMIENDEHETTE	2			
43	HÅNDTAKSRØR	2			
44	PINNE FOR VEKTSKIVER	1			
45	38 MM FIRKANTET ENDEHETTE	2			
46	TRYKKSTOLPESKAFT	1			
47	HURTIGPINNE	1			
48	M10*45 mm SEKSKANTBOLT	9			
49	M12*75 mm SEKSKANTBOLT	1			
51	M10 MUTTER	2			
52	M8*40 mm SEKSKANTBOLT	2			
53	M10*70 mm SEKSKANTBOLT	13			
54	M10*20 mm SEKSKANTBOLT	6			
55	OD 48 mm*ID 13 mm SKIVE	1			
57	M8*65 mm SEKSKANTBOLT	2			

TRINN 01



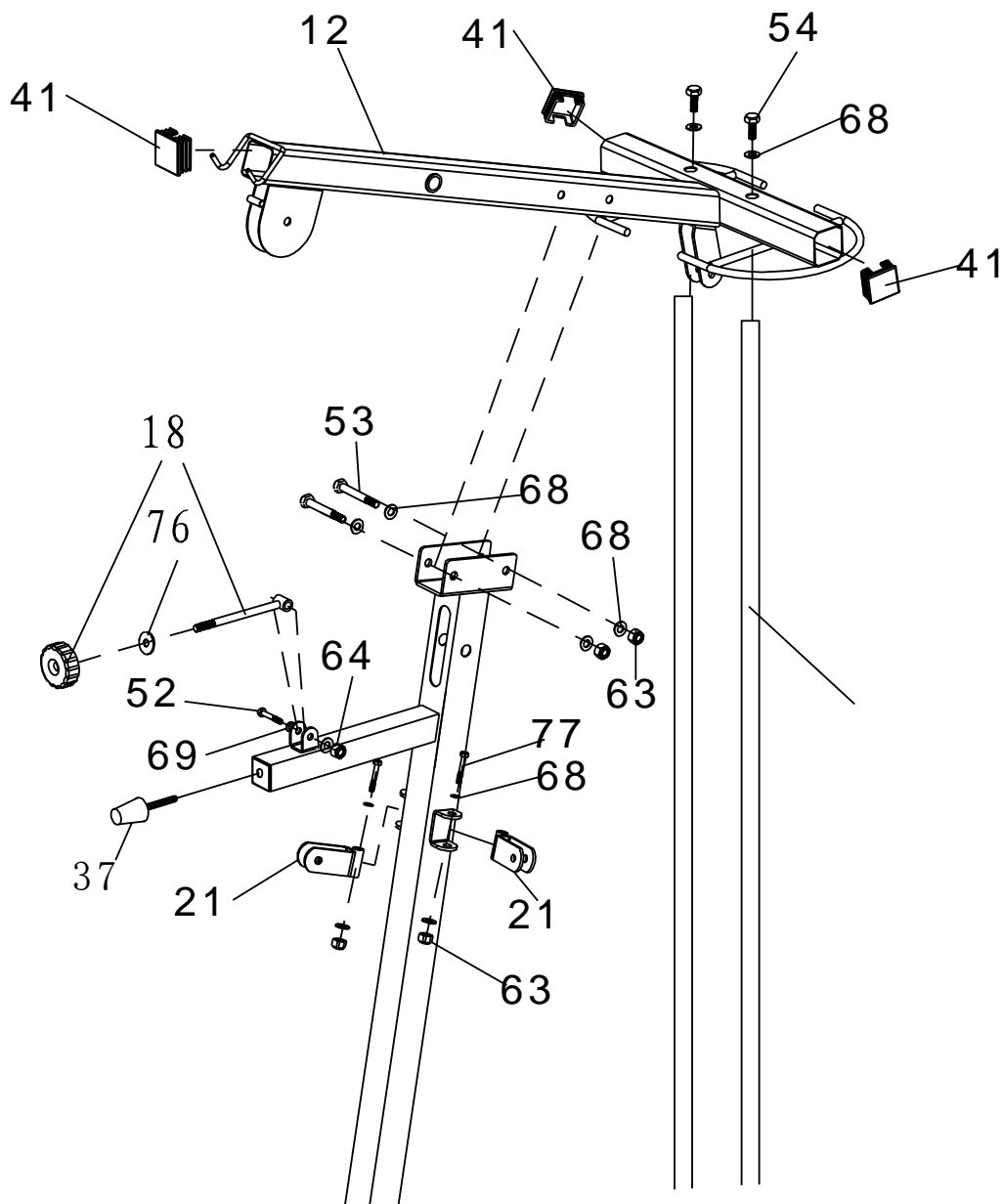
1. Koble styrestaget (02) til den bakre basen (03) med 2xM10x20 sekskantbolter (54) og 2xM10 skiver (68).
2. Fest den bakre basen (03) på hovedbasen (01) med 2xM10x70 sekskantbolter (53), 4xM10 skiver (68) og 2xM10 nylonmutre (63).
3. Fest den fremre basen (78) på hovedbasen (01) med 2xM10x70 sekskantbolter (53), 4xM10 skiver (68) og 2xM10 nylonmutre (63).
4. Fest den vertikale bjelken (10) på hovedbasen (01) med 2xM10x70 sekskantbolter (53), 4xM10 skiver (68) og 2xM10 nylonmutre (63).

TRINN 02



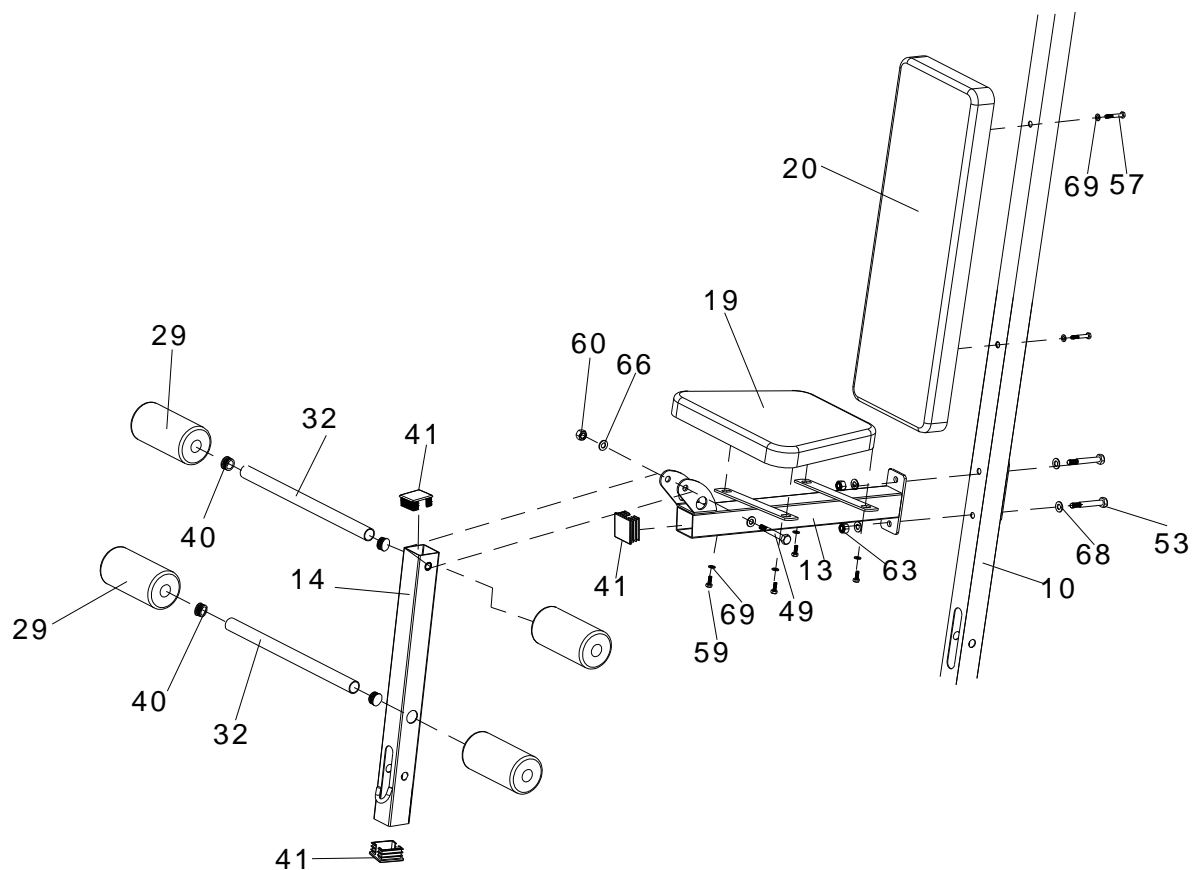
1. Skyv 2 gummiringene (09) på styrestagene (02) etterfulgt av 9 vektskiver (08).
2. Ta velgerskiftet (05) og fest 1" rund bøssing (38) og hurtigpinne (47) som vist. Skyv topplaten (06) på styrestaget (02) og sett velgerskiftet (05) i posisjon, mens du setter topplaten (06) på toppen av vektskivene (08).

TRINN 03



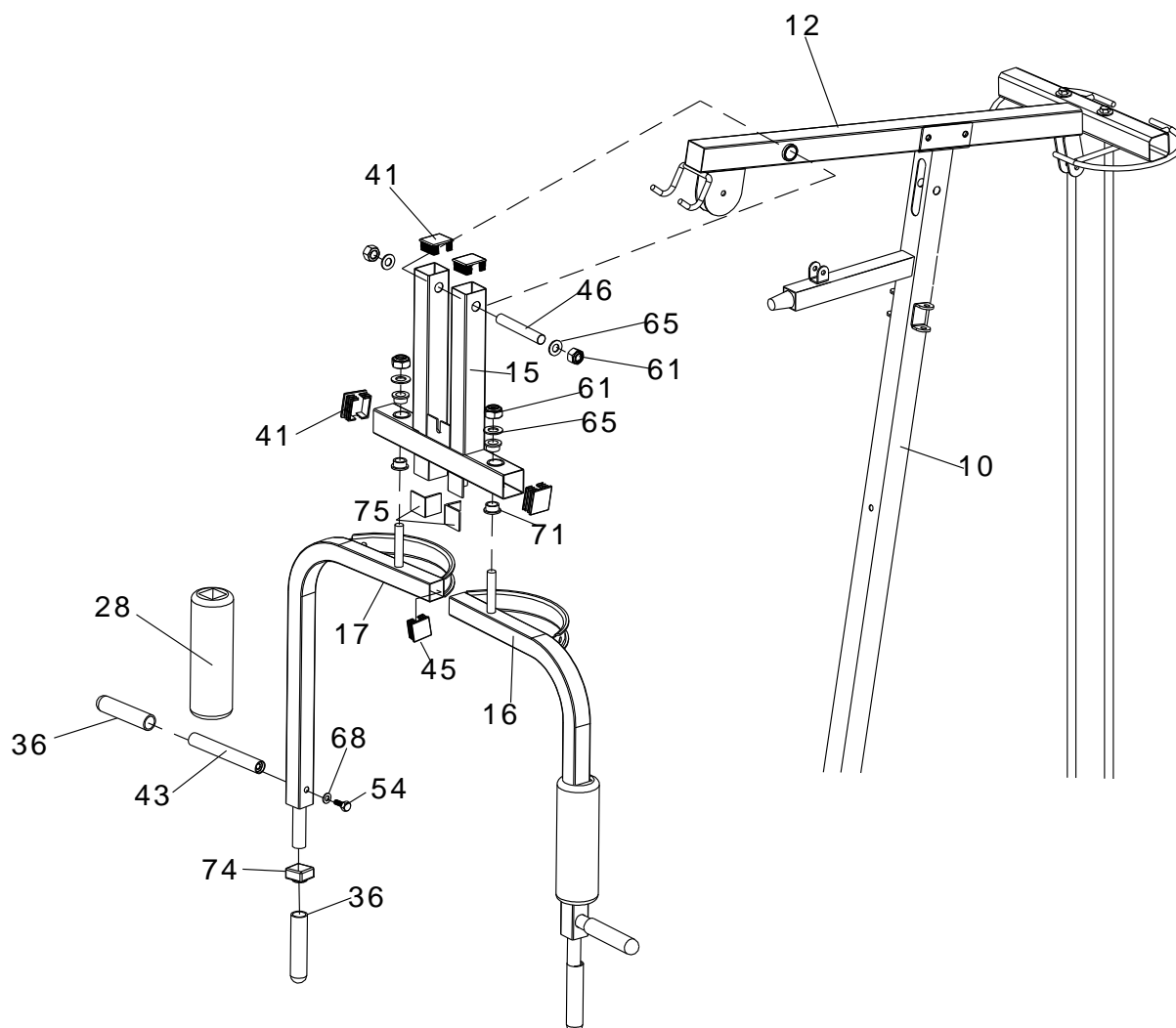
1. Plasser 50 mm firkantet hette (41) på begge ender av den øvre kryssbjelken (12).
2. Fest den øvre kryssbjelken (12) på den vertikale bjelken (10) for å utgjøre oversiden og fest styrestagene (02) på den øvre kryssbjelken (12) med 2xM1*20 mm sekskantbolter (54), 2xM10x70 sekskantbolter (53), 6xM10 skiver (68) og 2xM10 nylonmutre (63).
3. Fest gummibufferen (37) på den vertikale bjelken (10).
4. Fest trinseblokken (21) på den vertikale bjelken (10) med 2xM10x65 mm sekskantbolter (77), 4xM10 skiver (68) og 2xM10 nylonmutre (63).
5. Fest trykkstiften (18), OD30 mm*ID10,3 mm*1,8T skive (76) til den vertikale bjelken (10) med M8*40 mm sekskantbolter (52), 2xM8 skiver (69) og M8 nylonmutre (64).

TRINN 04



1. Plasser 50 mm firkantet hette (41) på begge ender av benspark-/overarmsstolpen (14).
2. Fest setemonteringen (13) til den vertikale bjelken (10) med bolter (53), mutre (63) og skiver (68) som vist.
3. Fest benspark-/overarmsstolpen (14) til setemonteringen (13).
4. Fest baksetet (20) til den vertikale bjelken (10) som vist.
5. Fest baksetet (19) til setemonteringen (13) som vist.
6. Skyv puteholderne (32) inn i hullet.
7. Skyv benspark-/overarmsputene (29) på puteholderne (32).
8. Plasser 1" rund hette (40) på puteholderne (32).

TRINN 05



1. Fest trykkstolpen (15) på den øvre kryssbjelken (12) med trykkstolpeskaftet (46), skive (65) og bolt (61) som vist.
2. Fest Pec Dec-putene (28) og håndgrep (36), og skyv på Pec Dec-armen (16 & 17).
3. Fest håndtaksrøret (43) og håndgrepet (36) på Pec Dec-armen (16 & 17) med bolter (54) og skive (68) som vist.
4. Monter Pec Dec-armen (16 & 17) på trykkstolpen (15) med skiver (65) og nylonmutre (61) som vist.

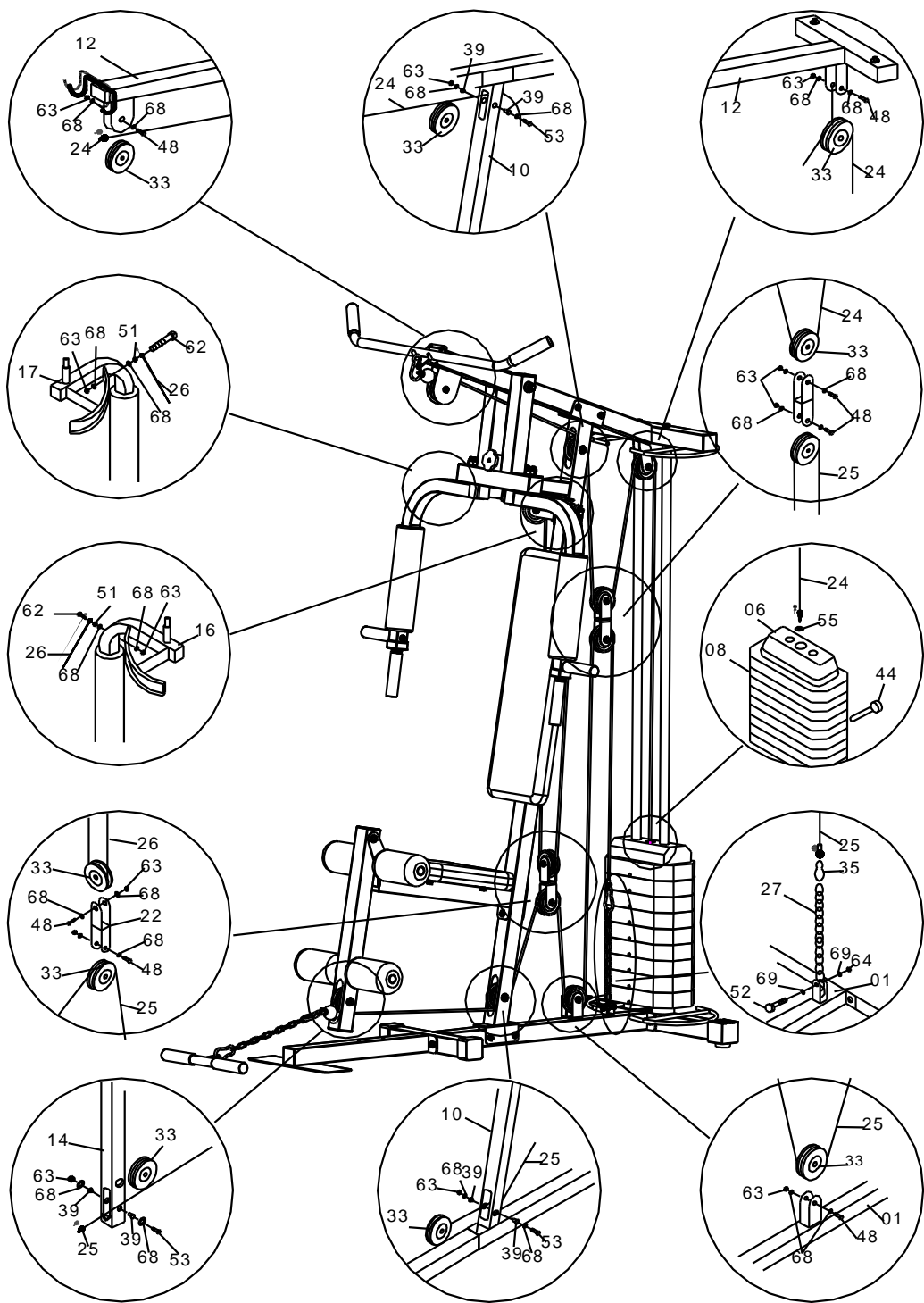
TRINN 06

KABELMONTERING

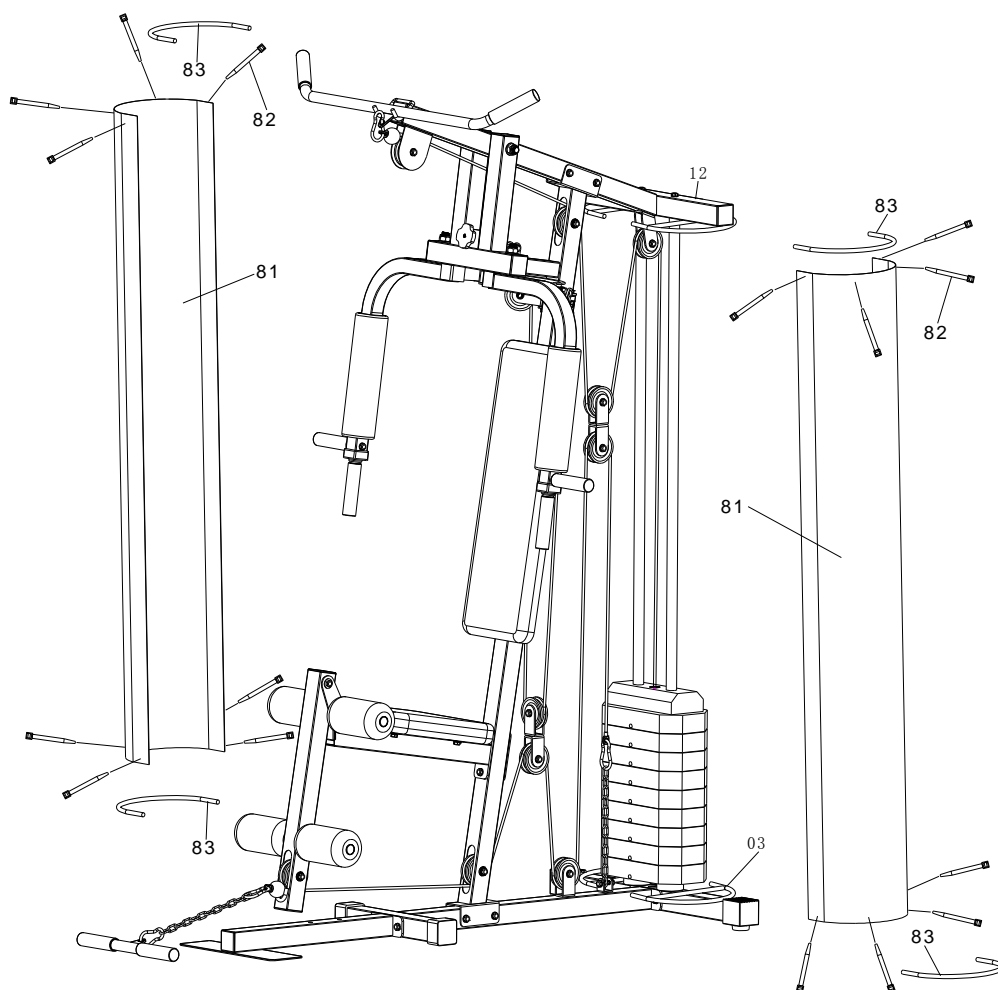
1. START MED DEN ØVRE LANGE KABELN 2370 mm (24)
START VED Å TRE ENDEN AV KABELN UTEN BALLEN OVER TRINSE NR. 1, OVER TRINSE NR. 2, NED OG RUNDT NR. 3 I FLYTENDE TRINSE, OPP OG OVER TRINSE NR. 4 OG NED OG FEST TIL VEKTSKIVENE MED M12 BOLT OG SKIVE (55) SOM VIST
2. START MED DEN NEDRE MIDDELS STORE KABELN 4030 mm (25)
START VED Å TRE ENDEN AV KABELN UTEN BALLEN UNDER UNDER TRINSE NR. 5, UNDER TRINSE NR. 6, OPP OG RUNDT TRINSE NR. 7, I FLYTENDE TRINSEBLOKKEN, NED OG UNDER TRINSE NR. 8, OPP OG RUNDT TRINSE NR. 9 I FLYTENDE TRINSEBLOKKEN, NED OG MED KROK, KJEDE TIL ENDEN AV KABELN.
3. KOBLE TIL PEC DECK-KABELN 2720 mm (26)
TA PEC DECK-KABELN OG BOLT FAST EN ENDE TIL PEC DEC-ARMEN SOM PÅ BILDET AV PEC DECK-MONTERING, MED M10*35 mm SEKSKANTBOLT (62), M10 MUTTER (51), M10 SKIVE (68) OG M10 NYLONMUTTER (63) FOR Å FESTE KABELN TIL MONTERINGEN. DERETTER TRER DU DEN ANDRE ENDEN AV KABELN OVER TRINSE NR. 10, NED OG RUNDT PULLEY NR. 11 I PEC DECK-TRINSEBLOKKEN (22), OPP OG OVER TRINSE NR. 12 OG BOLT KABELN TIL PEC DECK-ARMEN SOM PÅ BILDET AV PEC DEC-MONTERINGEN. BRUK M8*40 mm SEKSKANTBOLT (52), M8 SKIVE (69) OG M8 NYLONMUTTER (64) FOR Å FESTE KABELN.

MERKNAD: HVIS DU OPPLEVER AT KABLENE IKKE ER LANGE NOK, BRUKER DU DET KORTE TRENINGSKJEDET SOM EN FORLENGELSE MED EN PÆREFORMET KROK SOM KOBLING.

FEST HÅNDGREPET 127 mm (36) TIL DEN HORISONTALE STANGEN (30) OG OVERARMSSTOLPEN (31)

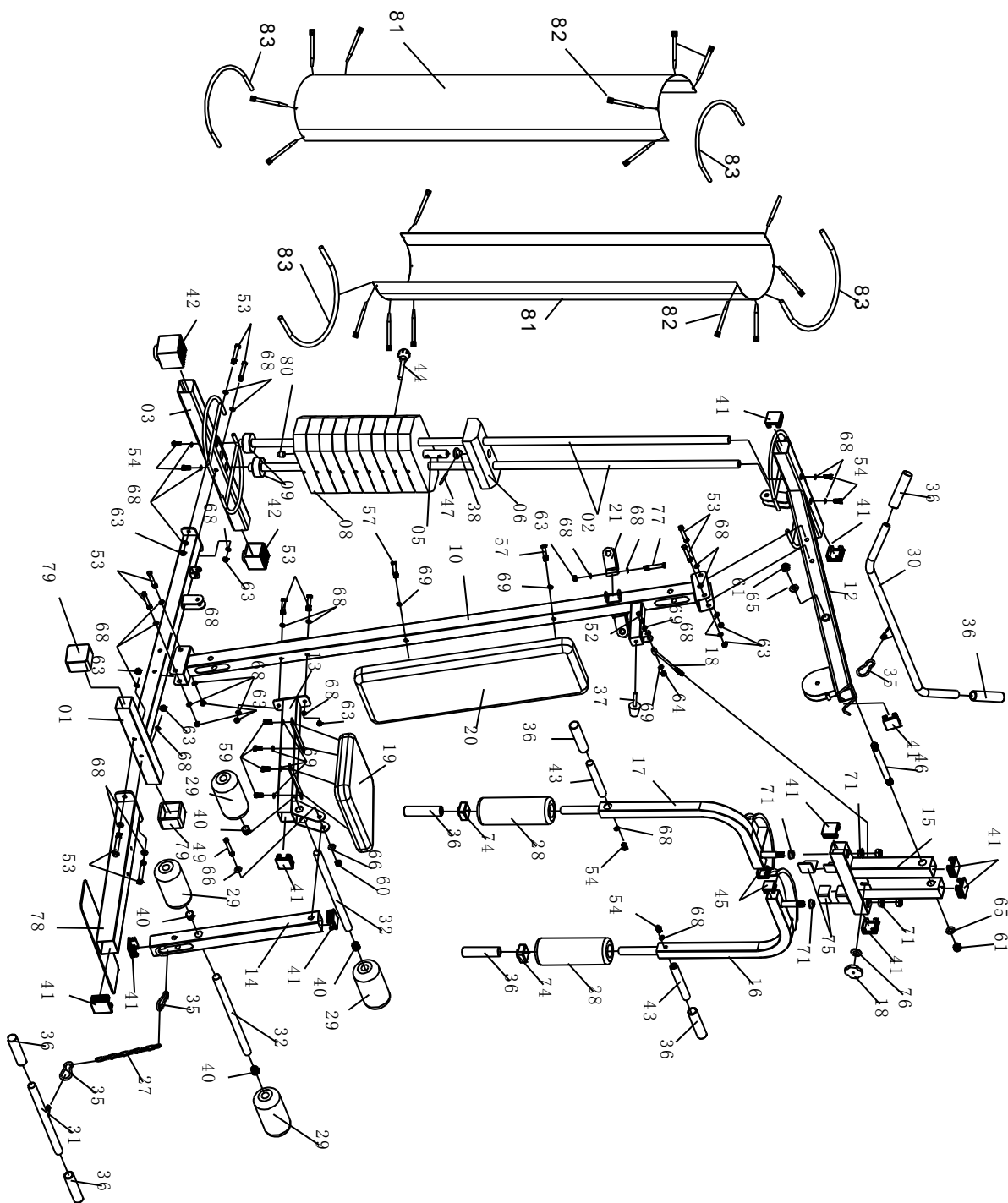


TRINN 07



1. Sett skafte av U-type (83) inn i både opp- og nedendene av beskyttelsesnettet (81).
2. Fest beskyttelsesnettet (81) på den bakre basen (03) og den øvre kryssbjelken (12) med båndet (82) som vist.

PERSPEKTIVTEGNING



VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE

Om det skulle oppstå andre problemer av noe slag, ber vi dere kontakte NF servicesenter. Her sitter det konsulenter med spesiell kompetanse til å hjelpe deg med spørsmål rundt produktet, montering eller feil og mangler. Du kan også kikke på hjemmesiden www.exerfit.no. Her vil det ligge mye informasjon rundt produktene.

VI ØNSKER AT DU SKAL KONTAKTE OSS FØR DU EVENTUELT GÅR TILBAKE TIL BUTIKKEN MED PRODUKTET:

Kundeservice: 32 27 27 27

Når du kontakter oss bør du ha denne brukerveiledningen, samt den originale brukerveiledningen ("USER'S MANUAL")

BESTILLING AV RESERVEDELER:

Kontakt eller skriv til

Kundeservice: 32 27 27 27

Mail: service@exerfit.no

Når du bestiller reservedeler er det viktig at du tar med følgende informasjon:

- Modellnummeret
- Navnet på produktet.
- Serienummeret på produktet.
- Key nummeret på reservedelene (finnes i Brukerveiledningen).
- Beskrivelse av delen du trenger, se på Exploded Drawing i brukermanualen.