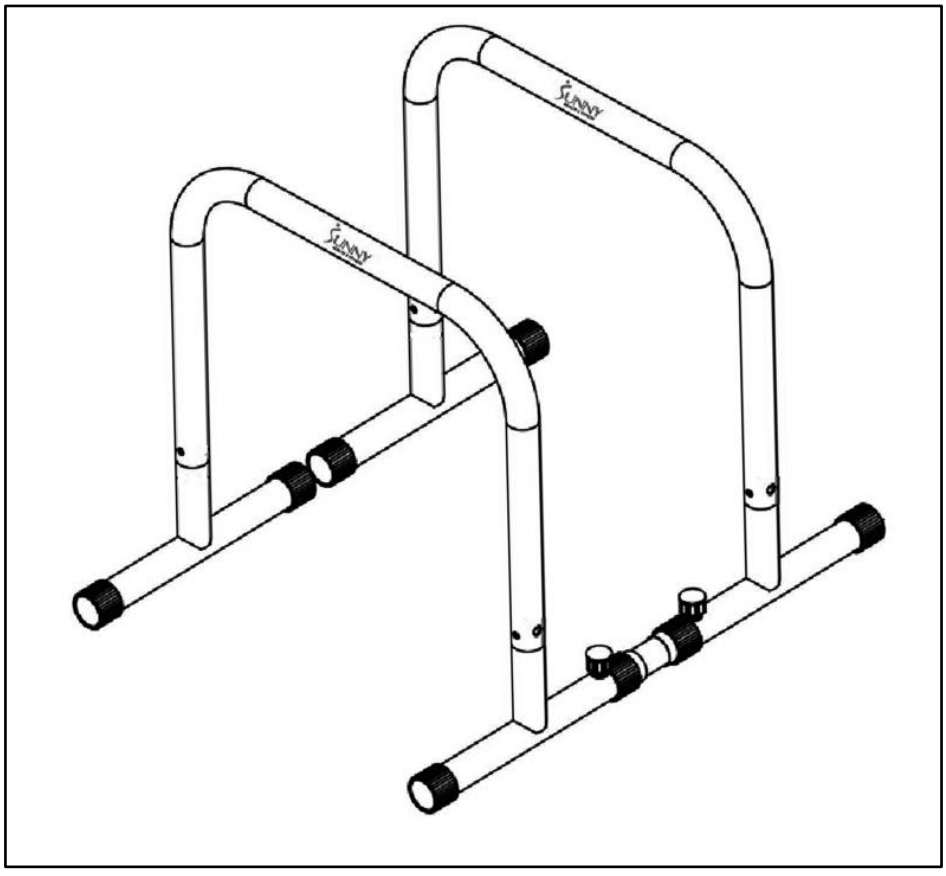
DIP STATION
WITH SAFETY CONNECTOR
SF-BH6507
USER MANUAL



English, Page 3~5 **IMPORTANT!** Please retain owner's manual for maintenance and adjustment instructions. Your satisfaction is very important to us, **PLEASE DO NOT RETURN UNTIL YOU HAVE CONTACTED US:** support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Español, Page 6~8 **¡IMPORTANTE!** Conserve el manual del propietario para las instrucciones de mantenimiento y ajuste. Su satisfacción es muy importante para nosotros, **NO DEVUELVA HASTA HABERNOS CONTACTADO**: support@sunnyhealthfitness.com ó 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669).

WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM

IMPORTANT SAFETY INFORMATION

We thank you for choosing our product. To ensure your safety and health, please use this equipment correctly. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment. Safe and effective use can only be achieved if the equipment is assembled, maintained and used properly. It is your responsibility to ensure that all users of the equipment are informed of all warnings and precautions.

1. Before starting any exercise program you should consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk, or prevent you from using the equipment properly. Your physician's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level.
2. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, and extreme shortness of breath, lightheadedness, dizziness or feelings of nausea. If you do experience any of these conditions, you should consult your physician before continuing with your exercise program.
3. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
4. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. To ensure safety, the equipment should have at least 2 feet (60 cm) of free space all around it.
5. Ensure that all nuts and bolts are securely tightened before using the equipment. The safety of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
6. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components while assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noises coming from the equipment during exercise, stop using the equipment immediately and don't use the equipment until the problem has been rectified.
7. Wear suitable clothing while using the equipment. Avoid wearing loose clothing that may become entangled in the equipment.
8. Do not place fingers or objects into the moving parts of the equipment.
9. The maximum weight capacity of this unit is 250 pound (113 kg).
10. This equipment is not suitable for therapeutic use.
11. Move with caution when lifting and moving the equipment. Always use proper lifting technique and seek assistance if necessary.
12. Your product is intended for use in cool, dry conditions. Avoid storage in extreme cold, hot, or damp areas as this may lead to corrosion and other related problems.
13. This equipment is designed for indoor use only! It is not intended for commercial use!

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD

Gracias por haber elegido nuestro producto. Para garantizar su seguridad y salud, utilice este equipo correctamente. Es importante leer todo el manual antes de instalar y usar el equipo. Solo se puede garantizar el uso seguro y eficaz del equipo si se instala, mantiene y utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios de los equipos conozcan todas las advertencias y precauciones.

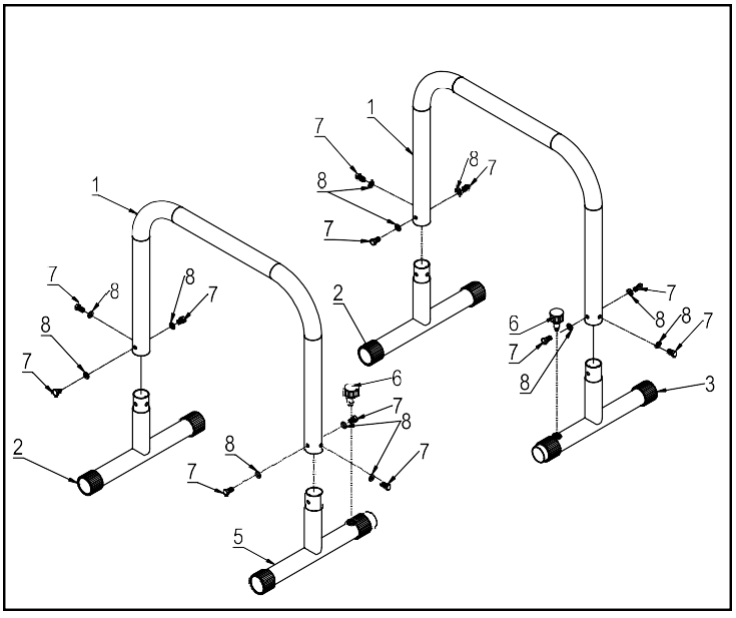
1. Antes de comenzar cualquier programa de ejercicios, consulta con su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que puede poner en riesgo su salud y seguridad o que podría impedir que utilice el equipo adecuadamente. El consejo de su médico es esencial en caso de que esté tomando algún medicamento que podría afectar su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales de su cuerpo. Ejercitarse de manera incorrecta o excesiva puede dañar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, falta de aliento, sensación de desmayo, mareos o sensación de náuseas. Si presenta alguna de esas condiciones, consulta con su médico antes de continuar con su programa de ejercicios.
3. Mantenga el equipo lejos del alcance de niños y mascotas. El equipo está diseñado para el uso exclusivo de adultos.
4. Utilice el equipo en una superficie plana y sólida con una cubierta protectora para su piso o alfombra. Para garantizar su seguridad, el equipo debe tener al menos 60 CM (2 pies) de espacio libre a su alrededor.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y pernos estén bien ajustados antes de usar el equipo. Solo puede conservarse la seguridad del equipo si se inspecciona regularmente para detectar daños o desgaste.
6. Siempre utilice el equipo como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras instala o revisa el equipo, o si escucha ruidos extraños que provienen del equipo durante el ejercicio, deje de utilizarlo inmediatamente y no lo utilice hasta que el problema se ha corregido.
7. Use ropa adecuada cuando utilice el equipo. Evite usar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
8. No coloque los dedos u objetos en las partes móviles del equipo.
9. La capacidad máxima de peso de esta unidad es de 113 KG (250 libras).
10. El equipo no es adecuado para uso terapéutico.
11. Muévase con cuidado cuando levante y mueva el equipo a fin de que no se dañe la espalda. Siempre utilice la técnica de levantamiento adecuada y pida ayuda en caso de que sea necesario.
12. Su producto está diseñado para usar en condiciones frescas y secas. Debe evitar de tenerlo en lugares extremadamente frías, calientes o húmedas, ya que pueden provocar corrosión y otros problemas relacionados.
13. ¡Este equipo está diseñado solamente para uso interior! ¡No es para uso comercial!

EXPLODED DRAWING

PARTS LIST

2

INSTRUCCIONES DE ARMADO

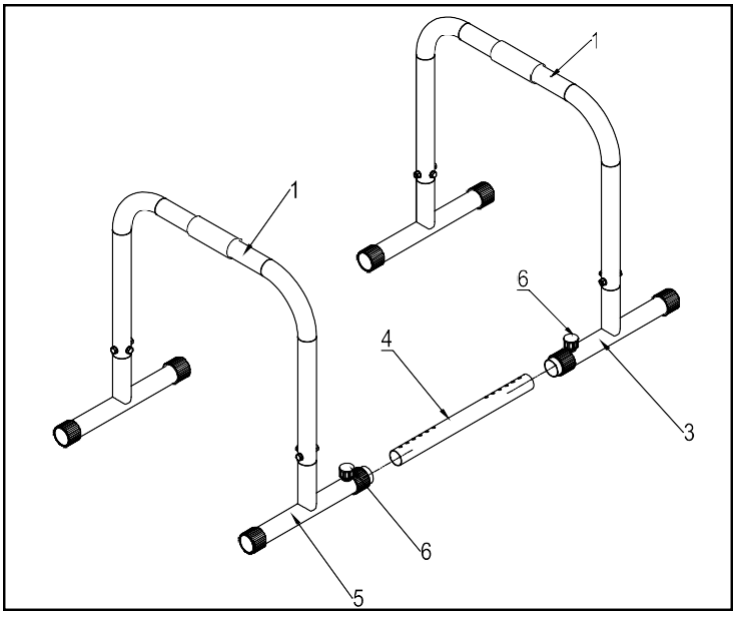


PASO 1

Conecte la **Barra Vertical (No. 1)** al **Estabilizador Trasero (No. 2)** y el **Estabilizador Delantero Derecho (No. 5)** usando 6 **Pernos (No. 7)** y 6 **Arandelas (No. 8)**. Apriete y asegure con una **Llave Inglesa**.

Conecte la **Barra Vertical (No. 1)** al **Estabilizador Trasero (No. 2)** y el **Estabilizador Delantero Izquierdo (No. 3)** usando 6 **Pernos (No. 7)** y 6 **Arandelas (No. 8)**. Apriete y asegure con una **Llave Inglesa**.

Inserte las **Perillas de Ajuste (No. 6)** en los orificios ubicados en los **Estabilizadores Delanteros Izquierdo y Derecho** (**No. 3 y No. 5)**.



PASO 2:

Coloque el **Conector de Seguridad (No. 4)** de modo que los agujeros miran hacia arriba. Inserte un extremo en cualquiera de los estabilizadores delanteros tirando y sosteniendo la **Perilla de Ajuste (No. 6)** hacia arriba. Deslice el **Conector de Seguridad (No. 4)** hacia adentro y suelte la **Perilla de Ajuste (No. 6)**.

La **Perilla de Ajuste (No. 6)** hará clic, indicando que se ha bloqueado en su lugar. Repita este proceso para conectar el otro estabilizador delantero.

NOTA: El **Conector de Seguridad (No. 4)** contiene varios orificios a lo largo de cada lado que le permiten ajustar la distancia entre las **Barras Verticales (No. 1)**. La distancia entre las barras determinará la dificultad y la intensidad de su ejercicio.

¡El armado está completo!

INSTRUCCIONES DE MANTENIMIENTO

IMPORTANTE:
Solo se puede archivar un uso seguro y eficaz del equipo si se instala, mantiene y utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que se realice mantenimiento en el equipo con regularidad. Si encuentra algún componente gastado o dañado, deberá reemplazarlo antes de seguir usando el equipo. El equipo solo se debe utilizar y almacenar en recintos cerrados; la exposición prolongada a la intemperie y los cambios de temperatura y humedad pueden tener un grave impacto sobre las piezas móviles de la máquina.

Mantenimiento diario:
- Limpie y elimine el sudor y la humedad después de cada uso.
- Inspeccione todos los pernos y tuercas asociadas con las piezas móviles del equipo; ajústelos según sea necesario.
- Controle la movilidad de las piezas y componentes móviles en el equipo; lubrique si es necesario.
- Limpie las piezas de plástico del equipo con un paño húmedo. Limpie las partes metálicas del equipo con un paño seco. No utilice productos de limpieza para limpiar el equipo.

Mantenimiento semanal:
Inspeccione minuciosamente las partes del equipo; las tuercas, los pernos, los tornillos y las partes móviles como el anillo corredizo, la almohadilla del asiento y respaldo, las barras de soporte, etc. Apriete o reemplace las piezas según sea necesario.

Mantenimiento mensual:
Inspeccione que la estructura y los componentes de trabajo internos no presentan desgaste, defectos o daños. Realice mantenimiento o reemplazo según sea necesario.

Version 1.7

CONNECT WITH US

FOR FITNESS ARTICLES, VIDEOS & WORKOUTS

@SUNNYHEALTHANDFITNESS

@SUNNYHEALTHFITNESS

@SUNNYHEALTHFIT

/SUNNYHEALTHFITNESS

/SUNNYHEALTHANDFITNESS

SUNNY HEALTH & FITNESS

WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM