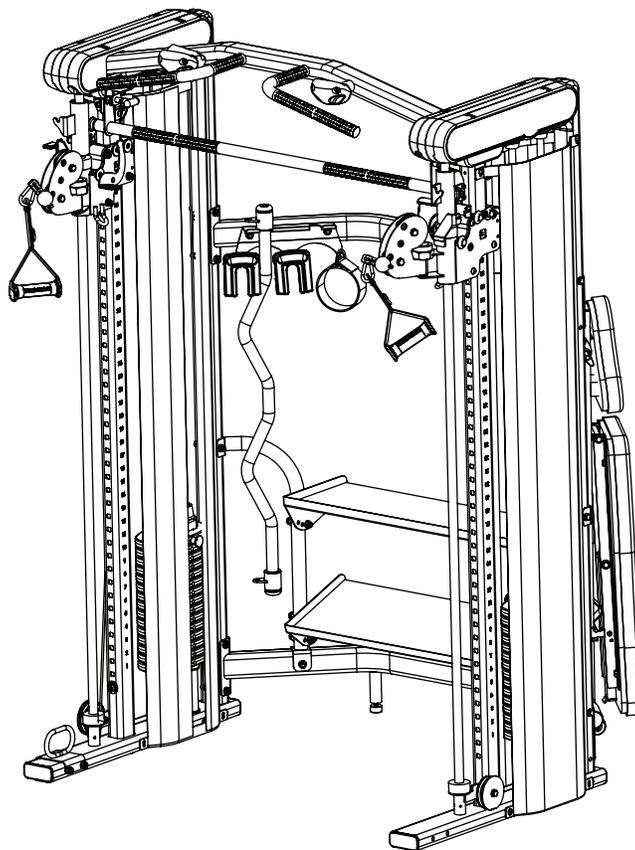


**BEDIENUNGSANLEITUNG**

**HIER BEGINNEN**

# SF5

## **SMITH MACHINE FUNCTIONAL TRAINER**



Gerät abgebildet mit optionaler  
Bank- und Ständerbefestigung

Seriennummer hier notieren

Health in Motion LLC  
80010-DE-V2023-12-08

## HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Willkommen in der Inspire Fitness-Familie. Damit haben Sie den ersten Schritt auf dem Weg zu einem gesünderen und stärkeren Körper gemacht. Dieser SF5 Smith Machine Functional Trainer von Inspire Fitness bietet den Schlüssel, um das Potenzial Ihres Körpers freizusetzen. Das regelmäßige Training auf einem Smith Machine Functional Trainer bringt erwiesenermaßen zahlreiche Vorteile mit sich, wie z. B. einen erhöhten Muskeltonus, eine Verringerung des Körperfettanteils, ein verbessertes Energielevel und die Reduzierung von Stress. Sie sind also auf dem besten Weg, Ihr Selbstwertgefühl, Ihre allgemeine Gesundheit und Ihre Lebensqualität zu verbessern.

## VOR DER MONTAGE IHRES SF5

**WICHTIG:** Lesen Sie dieses Handbuch vollständig durch, bevor Sie das Gerät aufbauen oder benutzen. Das Handbuch enthält eine Schritt-für-Schritt-Anleitung für die sachgerechte Montage.

Vergewissern Sie sich vor der Montage anhand der in diesem Handbuch enthaltenen Teileliste, dass alle Teile vorhanden sind. Bei fehlenden Teilen wenden Sie sich bitte per E-Mail, Telefon oder Chat an den Inspire Fitness-Support, um die entsprechenden Ersatzteile zu erhalten.

Dieser Inspire Fitness SF5 Smith Machine Functional Trainer ist nur für den Gebrauch in Innenräumen bestimmt. In einer feuchten Umgebung kann sich an bestimmten Teilen Rost bilden, was möglicherweise die Funktion beeinträchtigt.

## KONTAKTIEREN SIE UNS, WENN SIE HILFE BENÖTIGEN

Die Wartung Ihres SF5 Smith Machine Functional Trainers sollte nur von einem von Inspire Fitness autorisierten Servicetechniker durchgeführt werden. Eine von Dritten durchgeführte Wartung kann zum Verlust der Garantie führen. Wenn Sie Hilfe bei der Suche nach einem autorisierten Servicetechniker von Inspire Fitness benötigen, wenden Sie sich bitte direkt an uns:



### E-Mail

Hello@centr.com



### Telefon

+1 877 738 1729 (nur USA)

+1 714 738 1729 (weltweit)

Mo–Fr 8:00–17:00 Uhr PT – UTC-7/8 Std.

*\*Der Support wird auf Englisch und Spanisch angeboten \**



### Chat

www.inspirefitness.com

## **INHALTSVERZEICHNIS**

PRODUKTGARANTIE .....	5
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE.....	5
MONTAGE UND INBETRIEBNAHME.....	6
MONTAGEANLEITUNG .....	10
MERKMALE UND FUNKTIONEN.....	19
ANBRINGUNG VON ETIKETTEN.....	20
AUFSTELLUNGS-BEREICH.....	21
PRODUKTABMESSUNGEN.....	22
WARTUNG .....	23
EXPLOSIONSZEICHNUNG.....	24
TEILELISTEN .....	25

## PRODUKTGARANTIE

Um die vollständigen Informationen zur Garantie einzusehen oder um Ihr Produkt für die Garantie zu registrieren, besuchen Sie [inspirefitness.com/support](https://inspirefitness.com/support)

### AUSTRALIEN

Unsere Waren verfügen über Garantien, die nach dem australischen Verbrauchergesetz (Australian Consumer Law) nicht ausgeschlossen werden können. Im Falle eines schwerwiegenden Defekts haben Sie deshalb Anspruch auf Ersatz oder die Rückerstattung des Kaufpreises sowie auf Entschädigung für jeden anderen vertretbaren vorhersehbaren Verlust oder Schaden. Sie haben auch Anspruch auf Reparatur oder Ersatz der Waren, wenn die Waren keine akzeptable Qualität aufweisen und es sich nicht um einen erheblichen Defekt handelt.

Unsere Waren und Dienstleistungen verfügen über Garantien, die nach dem australischen Verbrauchergesetz (Australian Consumer Law) nicht ausgeschlossen werden können. Bei schwerwiegenden Mängeln der Dienstleistung haben Sie folgende Rechte:

- Sie dürfen Ihren Dienstleistungsvertrag mit uns kündigen und
- Sie haben Anspruch auf Erstattung des nicht genutzten Teils oder auf Entschädigung für den geminderten Wert.

Sie haben auch das Recht, eine Rückerstattung oder einen Ersatz bei größeren Mängeln an Waren zu verlangen. Handelt es sich bei einem Fehler an der Ware oder einer Dienstleistung nicht um einen größeren Mangel, haben Sie das Recht, den Mangel innerhalb einer angemessenen Frist beheben zu lassen. Ist dies nicht der Fall, haben Sie Anspruch auf Rückerstattung der Waren und auf Rücktritt vom Dienstleistungsvertrag sowie auf Erstattung des nicht genutzten Vertragsanteils. Sie haben auch Anspruch auf Entschädigung für jeden anderen vertretbaren vorhersehbaren Verlust oder Schaden, der durch ein Versagen der Waren oder Dienstleistungen entsteht.

## WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

### VORSICHTSMASSNAHMEN

Dieses Trainingsgerät ist auf optimale Sicherheit ausgelegt. Dennoch gelten bestimmte Vorsichtsmaßnahmen, wenn Sie ein Trainingsgerät benutzen. Lesen Sie unbedingt die gesamte Anleitung, bevor Sie Ihr Gerät zusammenbauen oder in Betrieb nehmen. Bitte beachten Sie die folgenden Sicherheitsvorkehrungen:

1. **Lassen Sie sich von Ihrem Arzt untersuchen, bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen.**
2. Halten Sie Kinder und Haustiere stets vom Gerät fern. Lassen Sie Kinder **NICHT unbeaufsichtigt im selben Raum wie das Gerät. Die Verkabelung und die beweglichen Teile dieses Geräts können bei unsachgemäßer Verwendung zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen.**
3. Das Gerät darf jeweils nur von einer Person benutzt werden.
4. Wenn der Benutzer Schwindel, Übelkeit, Schmerzen in der Brust oder andere ungewöhnliche Symptome verspürt, **STOPPEN** Sie das Training sofort. **BEGEBEN SIE SICH SOFORT IN ÄRZTLICHE BEHANDLUNG.**
5. Stellen Sie das Gerät auf eine freie, ebene Fläche. Verwenden Sie das Gerät **NICHT** in der Nähe von Wasser oder im Freien.
6. Berühren Sie keine beweglichen Teile.
7. Tragen Sie beim Training stets angemessene Kleidung. Tragen Sie **NIEMALS** Bademäntel oder sonstige weite Kleidung, die sich im Gerät verfangen könnte. Für die Benutzung des Geräts sind außerdem Lauf- oder Trainingsschuhe erforderlich.
8. Verwenden Sie das Gerät nur für den in dieser Anleitung beschriebenen Verwendungszweck. Verwenden Sie **KEINE** Anbauteile, die nicht vom Hersteller empfohlen werden.
9. Legen Sie **KEINE** scharfen Gegenstände in der Nähe des Geräts ab.
10. Personen mit Behinderung sollten das Gerät nicht ohne eine qualifizierte Person oder ärztliche Aufsicht benutzen.
11. Wärmen Sie sich vor dem Training mit dem Gerät immer mit Dehnübungen auf.
12. Benutzen Sie das Gerät niemals, wenn es nicht ordnungsgemäß funktioniert.

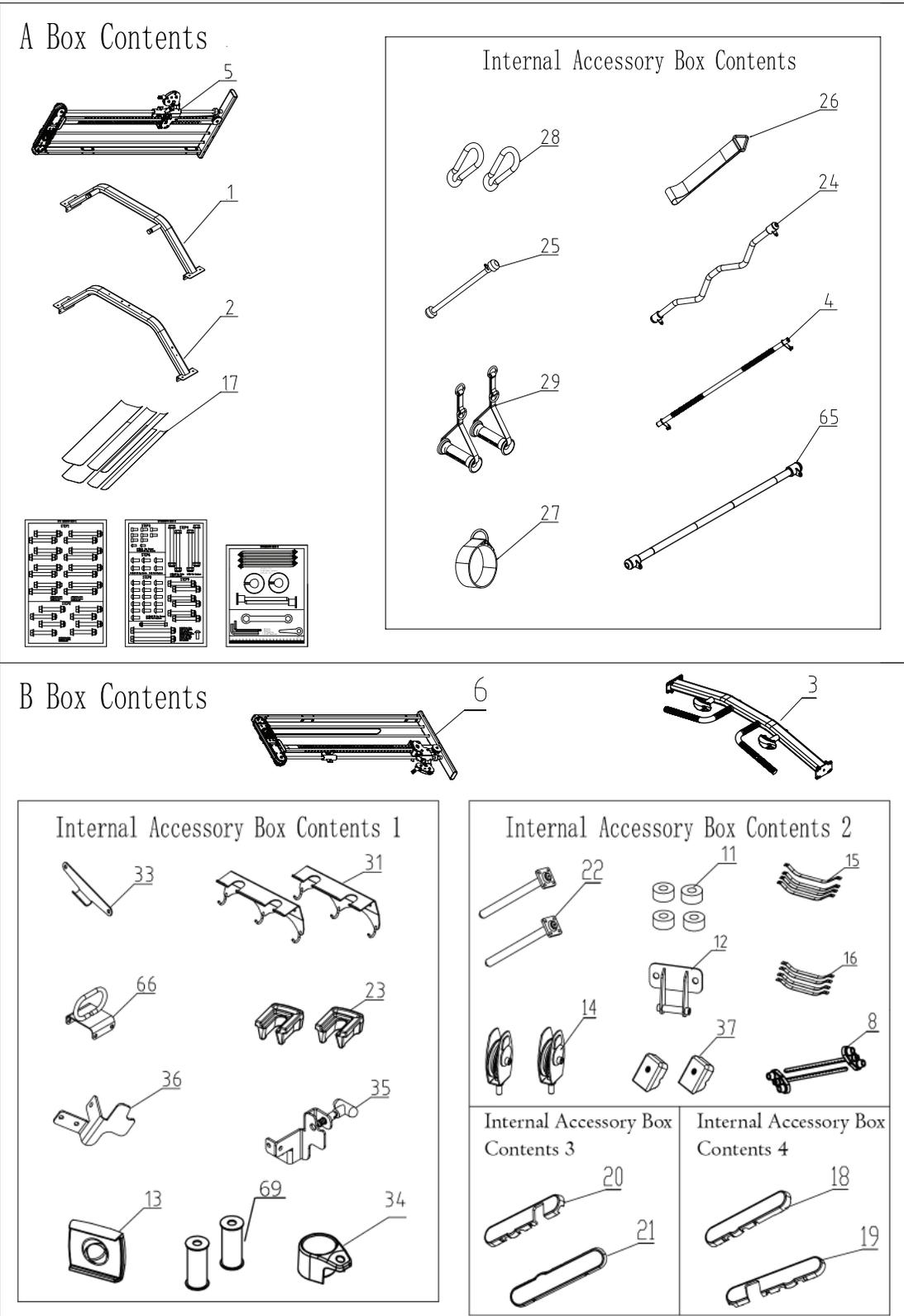
### Pflege und Wartung

- Überprüfen Sie alle Teile und ziehen Sie sie fest, bevor Sie das Gerät benutzen.
- Der Rahmen und das Sitzpolster des Geräts können mit einem feuchten Tuch und einem milden, nicht scheuernden Reinigungsmittel gereinigt werden. Verwenden Sie **KEINE** Lösungsmittel.

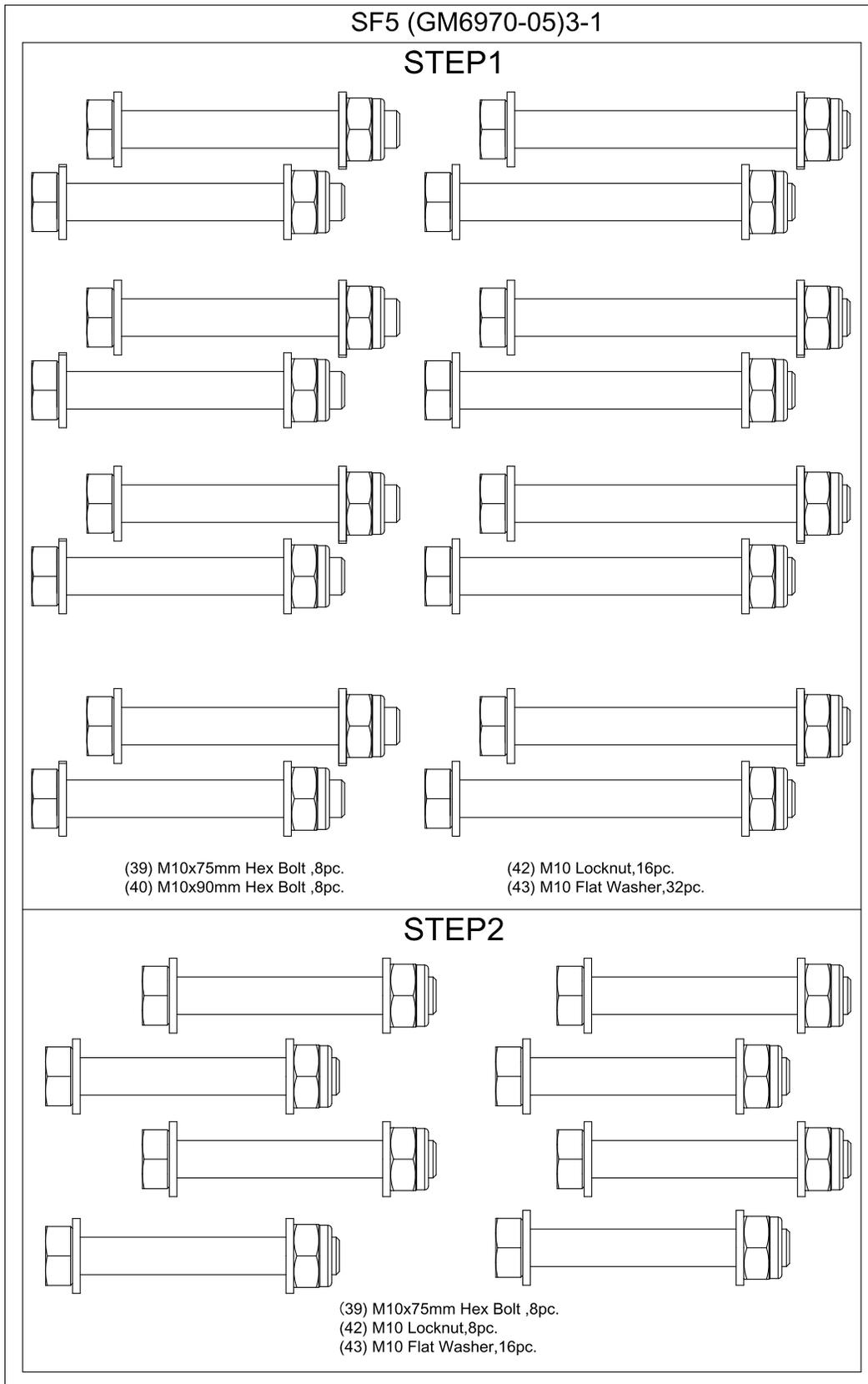
**WARNUNG: LASSEN SIE SICH VON IHREM ARZT UNTERSUCHEN, BEVOR SIE EIN TRAININGSPROGRAMM BEGINNEN. DIES GILT INSBESONDERE FÜR PERSONEN ÜBER 35 JAHRE ODER FÜR PERSONEN MIT BEREITS BESTEHENDEN GESUNDHEITLICHEN PROBLEMEN. LESEN SIE ALLE ANWEISUNGEN, BEVOR SIE EIN FITNESSGERÄT BENUTZEN. Health In Motion, LLC. ÜBERNIMMT KEINE VERANTWORTUNG FÜR PERSONEN- ODER SACHSCHÄDEN, DIE DURCH DIE NUTZUNG DIESES PRODUKTS ENTSTEHEN.**

# MONTAGE UND EINRICHTUNG

## Inhalt des Pakets

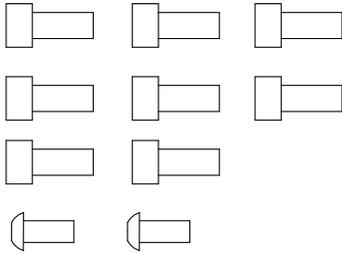


**Befestigungsteile für die Montage (nicht maßstabgetreu)**



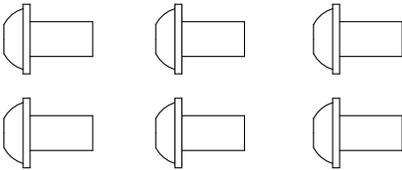
SF5(GM6970-05)3-2

**STEP3**



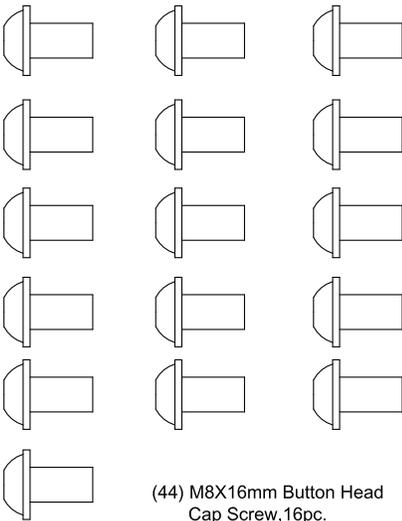
- (47) M6x14mm Allen Head Cap Screw,8pc.
- (50) M5x14mm Phillips Head Screw,2pc.

**STEP6**

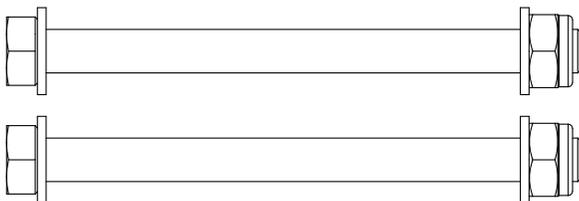


- (44) M8x16mm Button Head Cap Screw,6pc.
- (45) M8 Washer,6pc.

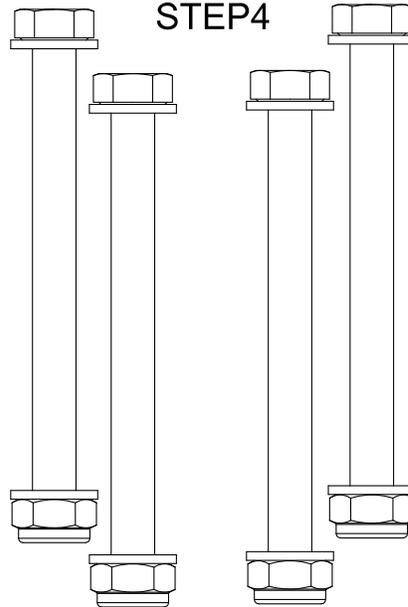
**STEP8**



- (44) M8X16mm Button Head Cap Screw, 16pc.
- (45) M8 Flat Washer, 16pc.
- (74) M10X125mm Hex Bolt, 2pc.
- (43) M10 Flat Washer, 4pc.
- (42) M10 Locknut, 2pc.

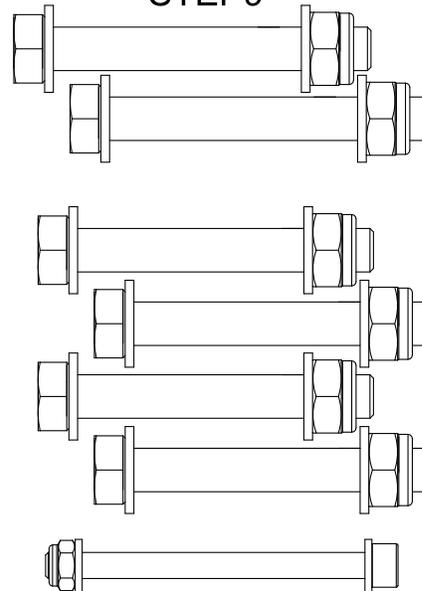


**STEP4**



- (41) M10x115mm Hex Bolt,4pc.
- (42) M10 Locknut,4pc.
- (43) M10 Flat Washer,8pc.

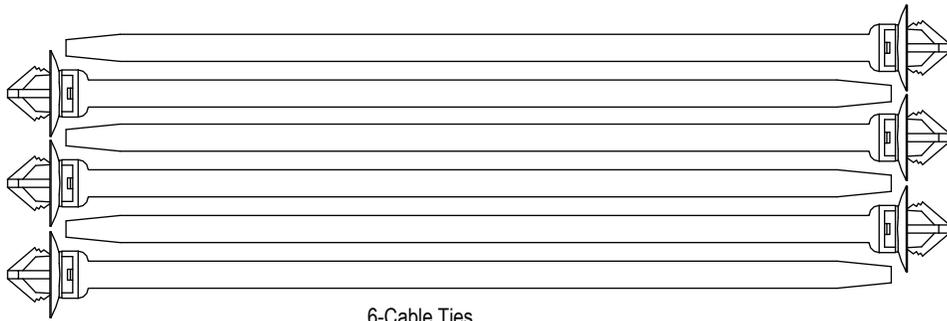
**STEP9**



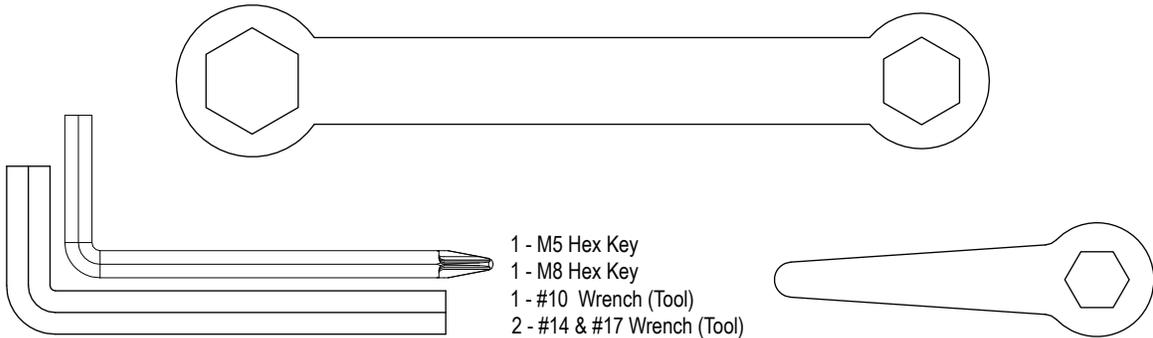
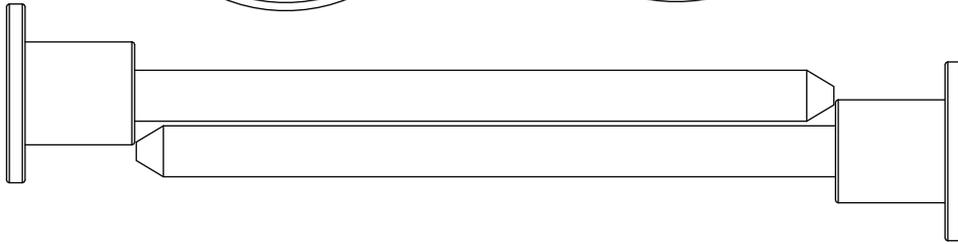
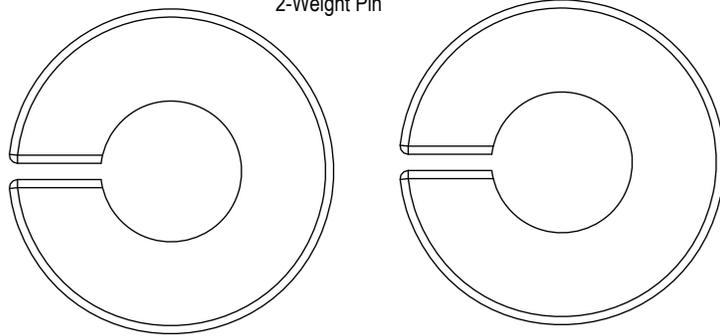
- (44) M8x16mm Button Head Cap Screw, 1pc.
- (45) M8 Flat Washer, 1pc.
- (39) M10X75mm Hex Bolt, 2pc.
- (78) M10X70mm Hex Bolt, 4pc.
- (43) M10 Flat Washer, 12pc.
- (42) M10 Locknut, 6pc.
- (46) M6X75 Allen Head Cap Screw, 1pc.
- (48) M6 Flat Washer, 2pc.
- (49) M6 Locknut, 1pc.



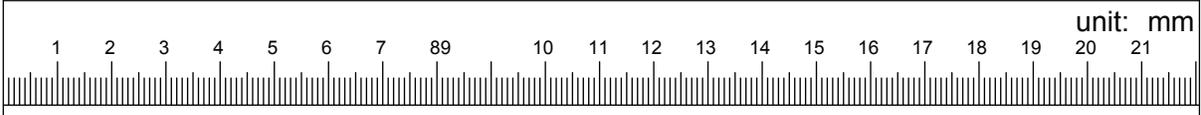
SF5(GM6970-05)3-3



- 6-Cable Ties
- 2-Smithbar spacers
- 2-Weight Pin



- 1 - M5 Hex Key
- 1 - M8 Hex Key
- 1 - #10 Wrench (Tool)
- 2 - #14 & #17 Wrench (Tool)



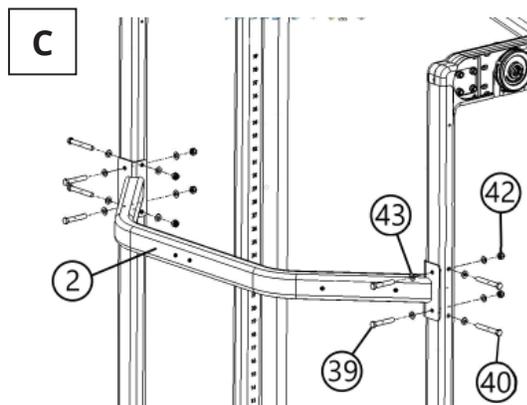
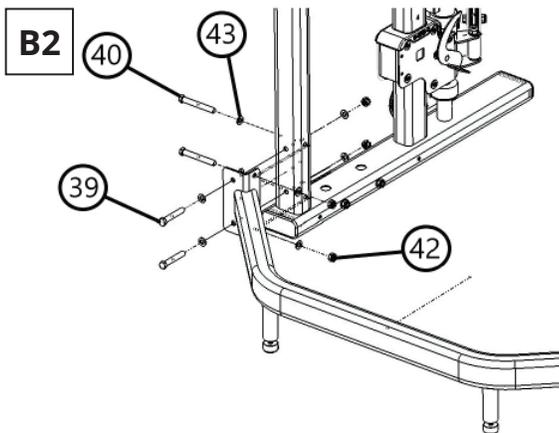
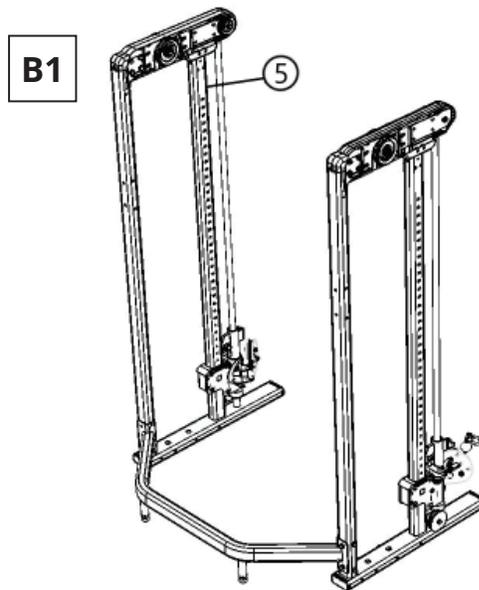
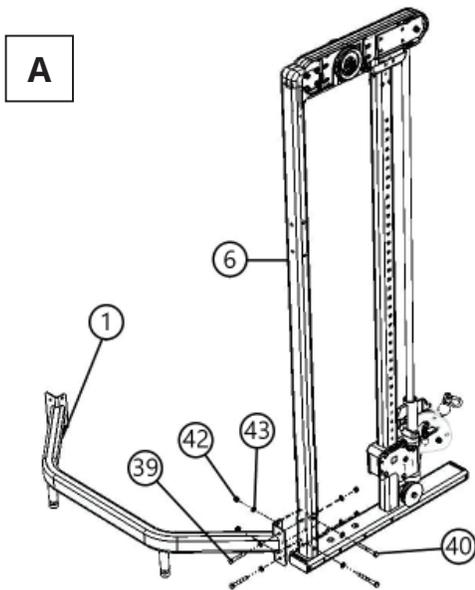
# MONTAGEANLEITUNG

## SCHRITT 1

**A.** Entfernen Sie vor der Montage sämtliches Verpackungsmaterial und alle Stützen vom Rahmen. Stellen Sie zunächst den **rechten Hauptrahmen (6)** senkrecht auf. Dabei ist es hilfreich, wenn eine zweite Person den Rahmen festhält. Sie können den Rahmen aber auch an eine Wand lehnen. Stecken Sie zwei **M10x75mm Sechskantschrauben (39)** unten in die **untere Querstange (1)** und hinten in den **rechten Hauptrahmen (6)**, wobei Sie auf beiden Seiten **M10 Unterlegscheiben (43)** und **M10 Sicherungsmuttern (42)** handfest anziehen. Führen Sie dann zwei **M10x90mm Sechskantschrauben (40)** seitlich unten in die **untere Querstange (1)** und den **rechten Hauptrahmen (6)** ein, wobei Sie auf beiden Seiten **M10 Unterlegscheiben (43)** und **M10 Sicherungsmuttern (42)** handfest anziehen.

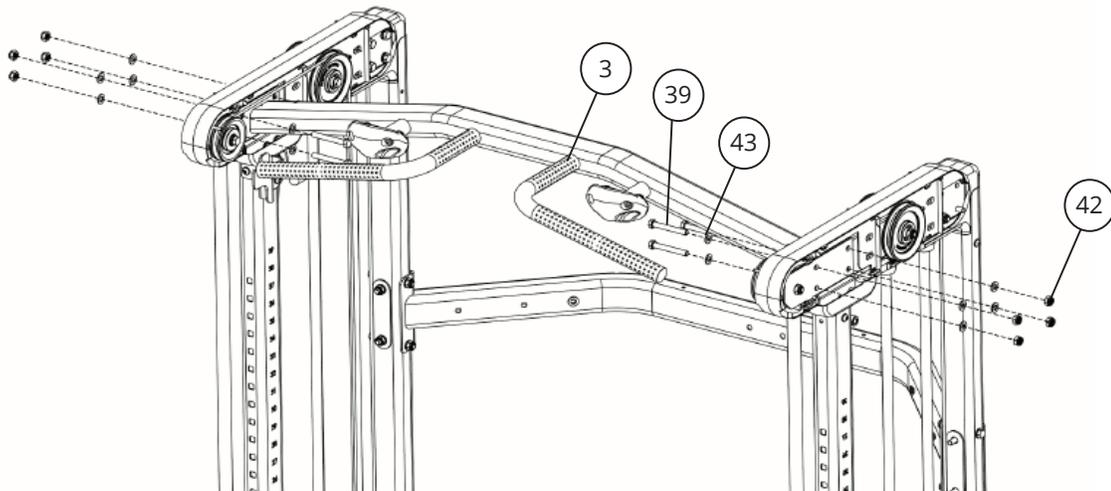
**B.** Stellen Sie den **linken Hauptrahmen (5)** senkrecht auf und richten Sie ihn unten an der hinteren **unteren Querstange (1)** aus. Setzen Sie die Befestigungsteile ein, wie im vorherigen Schritt beschrieben.

**C.** Wiederholen Sie die vorherigen Schritte, um die **obere Querstange (2)** an den **rechten und linken Hauptrahmen (6) (5)** entsprechend den Schritten für die **untere Querstange (1)** zu befestigen. **ZIEHEN SIE DIE BEFESTIGUNGSTEILE NOCH NICHT FEST.**



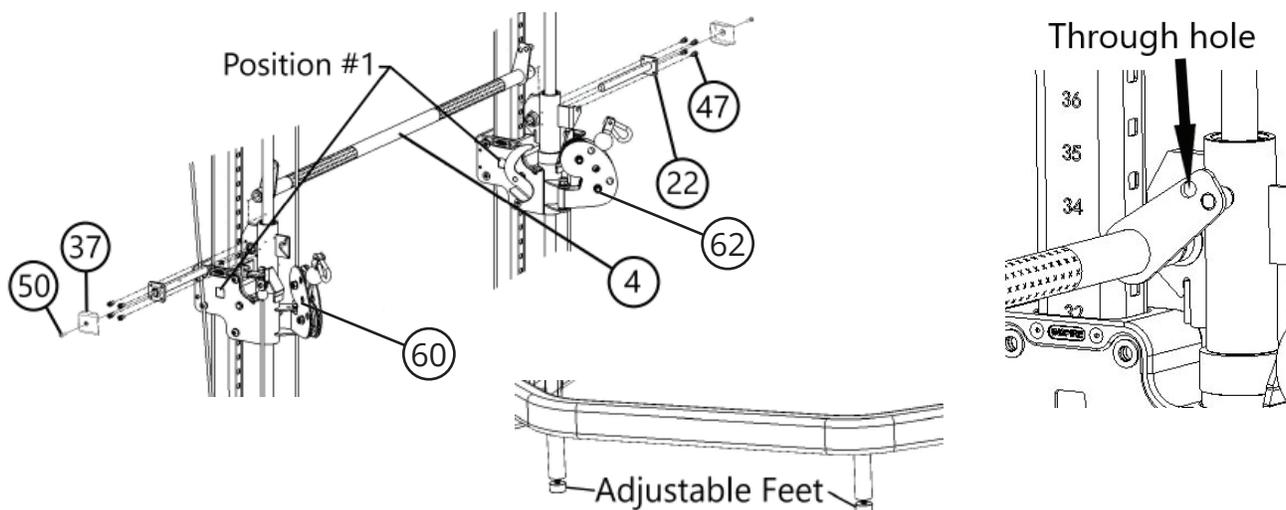
## SCHRITT 2

Platzieren Sie die **Klimmzug-Querstange (3)** zwischen den beiden Hauptrahmen und setzen Sie vier **M10x75mm Sechskantschrauben (39)** mit **M10 Unterlegscheiben (43)** durch jeden Hauptrahmen ein. Setzen Sie **M10 Unterlegscheiben (43)** und **M10 Sicherungsmuttern (42)** auf die Bolzen. **ZIEHEN SIE DIE BEFESTIGUNGSTEILE NOCH NICHT FEST.**



## SCHRITT 3

Verriegeln Sie die Gleitschlitten in der untersten Position (Nummer 1). Setzen Sie die **Smith-Stange (4)** zwischen die Schienenhalterungen des Gleitschlittens des Rahmens. Vergewissern Sie sich, dass das Durchgangsloch an den Laschen der Stange wie abgebildet positioniert ist. Stecken Sie die **Stifte der Smith-Stange (22)** durch die **rechten und linken Schieber der Smith-Stange (60), (62)** und in beide Enden der **Smith-Stange (4)**. Verwenden Sie vier **M6 Inbusschrauben (47)** auf beiden Seiten, um die **Stifte der Smith-Stange (22)** an den **Schiebern der Smith-Stange (60), (62)** zu befestigen. Setzen Sie dann die **Kunststoff-Endkappen der Smith-Stange (37)** auf die **Stifte der Smith-Stange (22)** und befestigen Sie sie auf jeder Seite mit einer **M5x14mm Kreuzschlitzschraube (50)**. Stellen Sie sicher, dass das Gerät auf ebenem Boden steht und **ziehen Sie alle in den Schritten 1-3 montierten Teile fest an**. Stellen Sie ggf. die beiden hinteren FüÙe ein, um das Gerät nach dem Festziehen der Befestigungsteile waagrecht auszurichten.

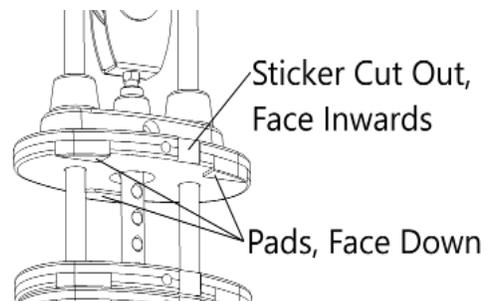
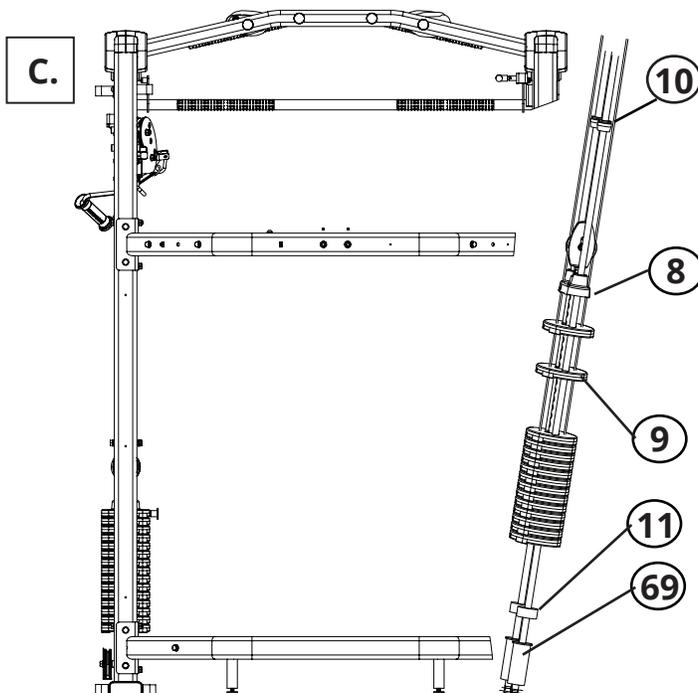
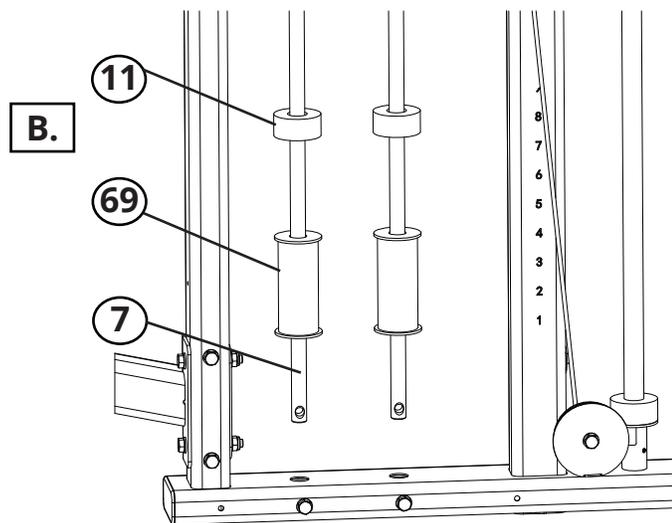
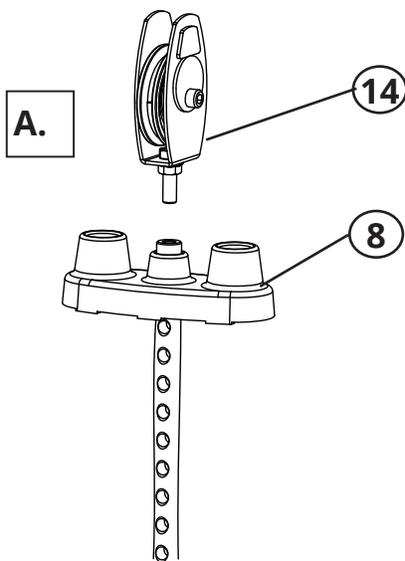


**SCHRITT 4**

**A.** Fädeln Sie die **Umlenkrolle für die Gewichte (14)** in die Oberseite der **oberen Plattenbaugruppe (8)** ein. Lassen Sie dabei etwa 0,6 cm des Gewindes frei.

**B.** Führen Sie die **Führungsstangen der Gewichte (7)** durch die Löcher an der Unterseite des Rahmens. Achten Sie darauf, dass die Enden der Stangen mit den Löchern nach unten zeigen, und richten Sie sie möglichst bündig mit den Löchern im Rahmen aus. Schieben Sie dann je einen **Gewichtsträger (69)** und einen **Gummi-Stoßschutz (11)** über die Führungsstangen.

**C.** Lassen Sie die **Führungsstangen der Gewichte (7)** schräg im Rahmen aufliegen. Verwenden Sie das mitgelieferte Schmiermittel und verteilen Sie die Flüssigkeit entlang der Führungsstangen. Schieben Sie dann die 15 **Gewichtsplatten (9)** so auf, dass der Etikettenausschnitt zur Innenseite des Geräts zeigt und die vorstehenden Schutzstücke der Gewichte nach unten gerichtet sind. Als Nächstes schieben Sie die **obere Plattenbaugruppe (8)** auf. Schieben Sie die **Führungsstangenbuchsen (10)** auf je eine Seite der Stange, wobei das verjüngte Ende der Buchse nach unten zeigt. Wiederholen Sie diesen Schritt für die andere Seite.

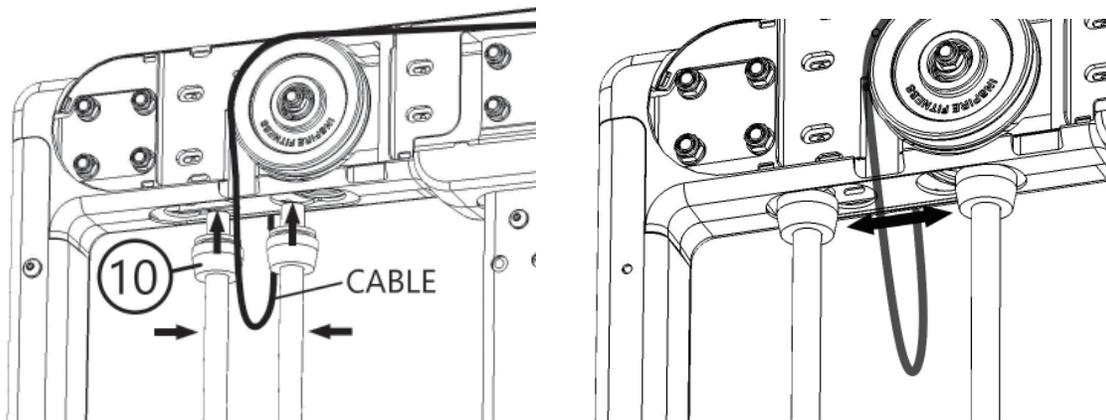


## SCHRITT 4 (Fortsetzung)

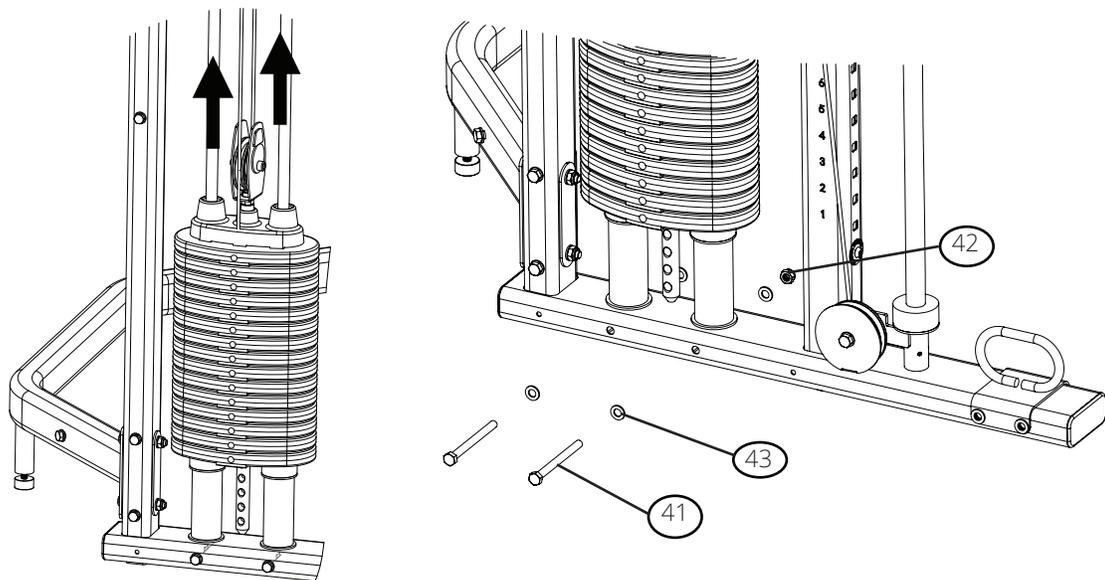
**D.** Achten Sie darauf, dass das Kabel, das von beiden Seiten des Rahmens ausgeht, zwischen den beiden Führungsstangen liegt. Ziehen Sie die Führungsstangen vorsichtig aufeinander zu und schieben Sie dann die **Führungsstangenbuchsen (10)** nach oben in das größere Loch des Rahmens, bis der Schlitz der Buchse im Rahmen aufliegt. Ziehen Sie dann die Buchsen zusammen mit den Stangen voneinander weg, sodass die Buchsen in das kleinere Loch des Rahmens gleiten und somit einrasten. Die Führungsstangen sollten nun parallel zueinander sein.

**E.** Schieben Sie die **Führungsstangen der Gewichte (7)** nach oben, sodass die Löcher an der Unterseite der Stangen mit den Löchern an der Unterseite des Rahmens bündig sind. Stecken Sie zwei **M10x115mm Sechskantschrauben (41)** mit **M10 Unterlegscheiben (43)** durch den Rahmen und die Löcher an der Unterseite der Stangen. Setzen Sie **M10 Unterlegscheiben (43)** und **M10 Sicherungsmuttern (42)** auf die Bolzen und ziehen Sie sie fest. Wiederholen Sie diesen Schritt für die andere Seite.

**D.**



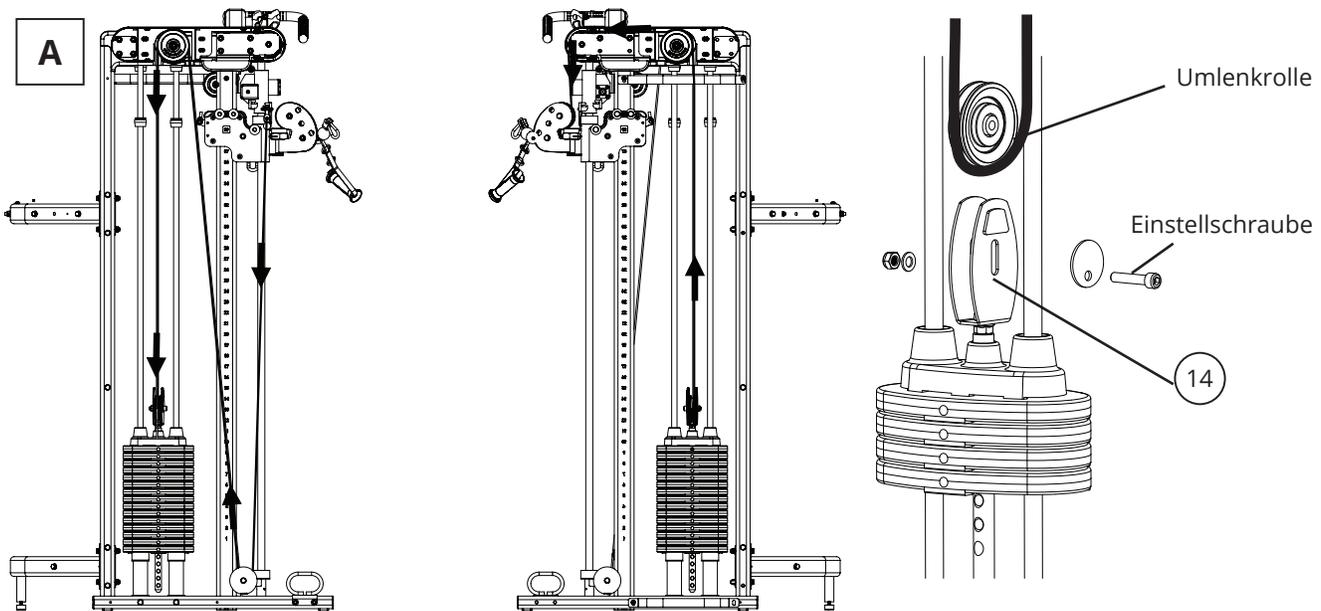
**E.**



**SCHRITT 5**

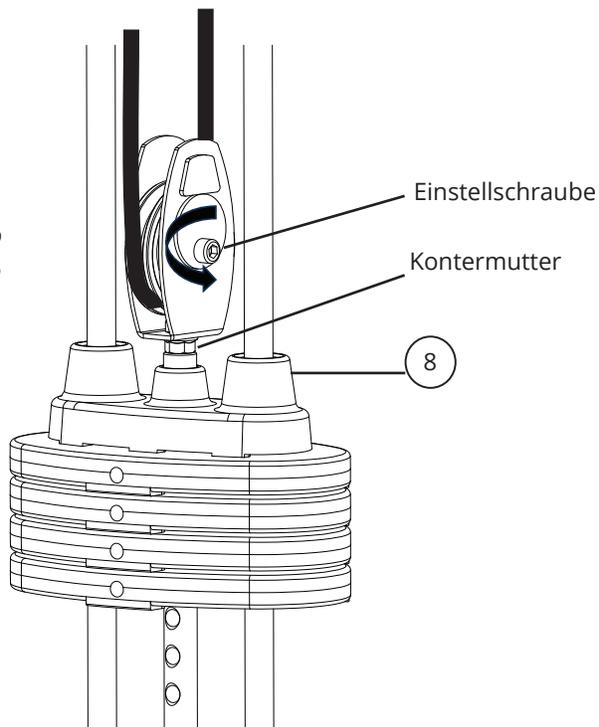
**A.** Führen Sie das Kabel wie abgebildet. Entfernen Sie die **Umlenkrolle der Gewichte (14)**, um das Kabel durchzuführen. Ziehen Sie die Befestigungsteile noch nicht fest.

**B.** Stellen Sie die Seilspannung ein, indem Sie die Einstellschraube drehen, bis sich die **obere Plattenbaugruppe (8)** leicht von den Gewichten abzuheben beginnt. Ziehen Sie die Mutter der Einstellschraube an, um sie zu verriegeln. Ziehen Sie dann die Kontermutter an der Basis der Umlenkrolle fest.



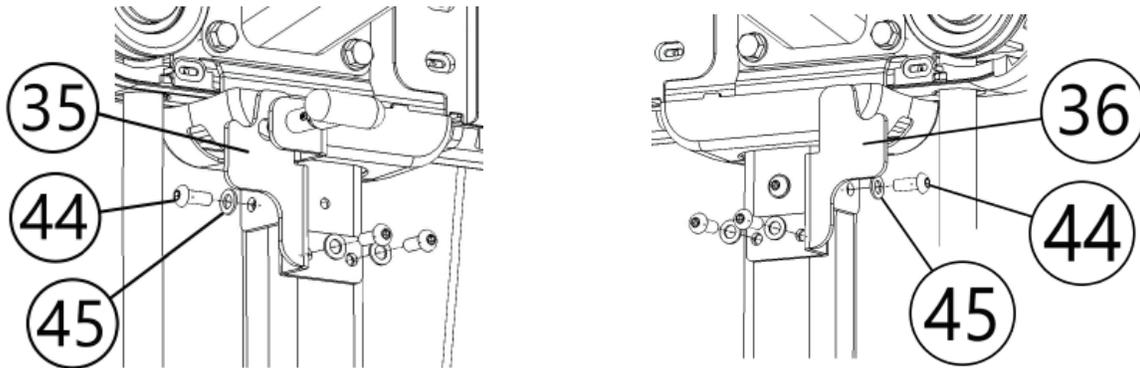
**B**

*Richten Sie die Umlenkrolle so aus, dass sie senkrecht zu den Führungsstangen steht.*



## SCHRITT 6

Befestigen Sie die Haken für die Smith-Stange an beiden Seiten des Hauptrahmens. Der **rechte Haken für die Smith-Stange (35)** ist die Halterung mit dem Sicherungsstift, der **linke Haken für die Smith-Stange (36)** ist die Halterung ohne Stift. Verwenden Sie drei **M8x16 Halbrundkopfschrauben (44)** mit **M8 Unterlegscheiben (45)** pro Haken, um sie wie gezeigt am Rahmen zu befestigen.

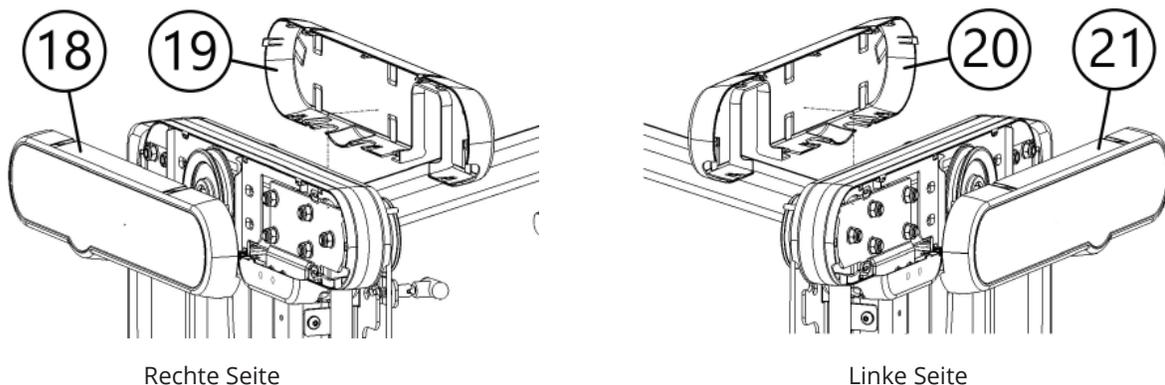


### WARNUNG

*Verriegeln Sie die Smith-Stange sicher in der Lagerposition, wenn sie nicht in Gebrauch ist. Verwenden Sie dafür unbedingt den Sicherungsstift.*

## SCHRITT 7

Bringen Sie die **rechte äußere Kunststoffabdeckung (18)** und die **rechte innere Kunststoffabdeckung (19)** wie abgebildet an. Bringen Sie die Abdeckungen vorsichtig in Position und drücken Sie sie an, bis sie einrasten. Wiederholen Sie diesen Schritt mit der **linken äußeren Kunststoffabdeckung (21)** und der **linken inneren Kunststoffabdeckung (20)**.



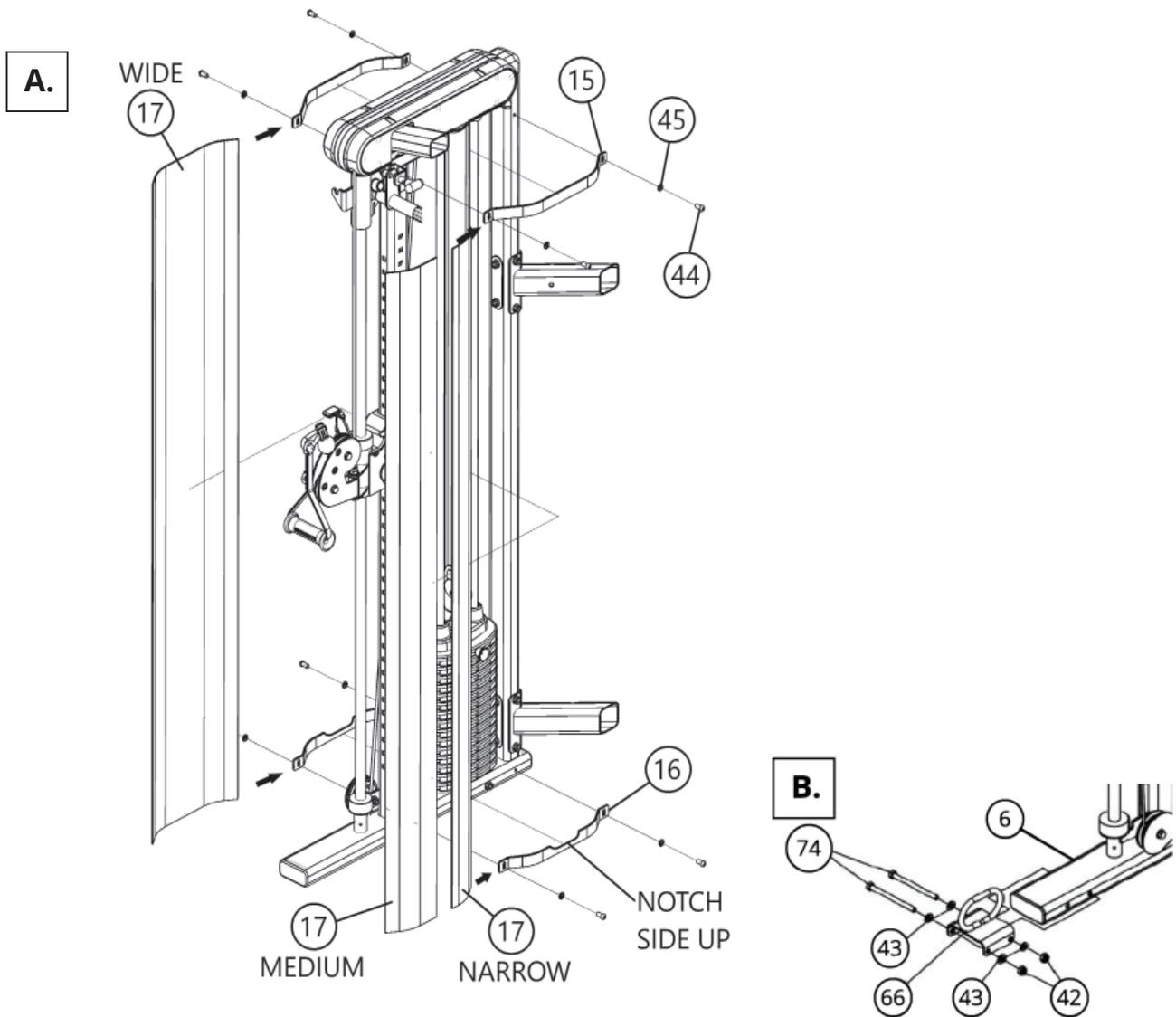
Rechte Seite

Linke Seite

## SCHRITT 8

**A.** Es gibt drei verschiedene Breiten von Gewichtsabdeckungen. Die breiteste **Abdeckung (17)** wird an der Außenseite der Gewichte platziert, die **mittlere (17)** und die **schmale (17)** Abdeckung werden zusammen an der Innenseite platziert, wobei die kleinere zur Rückseite des Geräts zeigt. Die Montageplatten für die Abdeckungen sind mit der **oberen Abdeckplatte (15)**, der **unteren Abdeckplatte (16)** und der Vorwärtsrichtung der Abdeckungen gekennzeichnet. Schieben Sie die Platten durch die Aussparungen der Abdeckungen. Bringen Sie vor dem Anbringen der inneren Abdeckungen die Aufkleber für die Gewichtsplatten an. Der Aufkleber mit der Nummer 1 wird auf der oberen Platte angebracht, aber wir empfehlen, mit dem Aufkleber mit der Nummer 2 zu beginnen. Kleben Sie den Aufkleber mit der Nummer 2 auf die erste Gewichtsplatte. Bringen Sie dann die Nummer 1 auf der oberen Gewichtsplattenbaugruppe an und richten Sie den Aufkleber mithilfe des Aufklebers Nummer 2 richtig aus. Kleben Sie alle Aufkleber bis zur Nummer 16 auf. Befestigen Sie die Gewichtsabdeckungen mit einer **M8x16mm Halbrundkopfschraube (44)** mit **M8 Unterlegscheiben (45)** durch die Montageplatten am Rahmen.

**B.** Anschließend die **Battle Rope Halterung (66)** mit **M10x125mm Sechskantschraube (74)** unten am **rechten Hauptrahmen (6)** anbringen. **M10 Unterlegscheibe (43)** und **M10 Hülsenmutter (42)**.



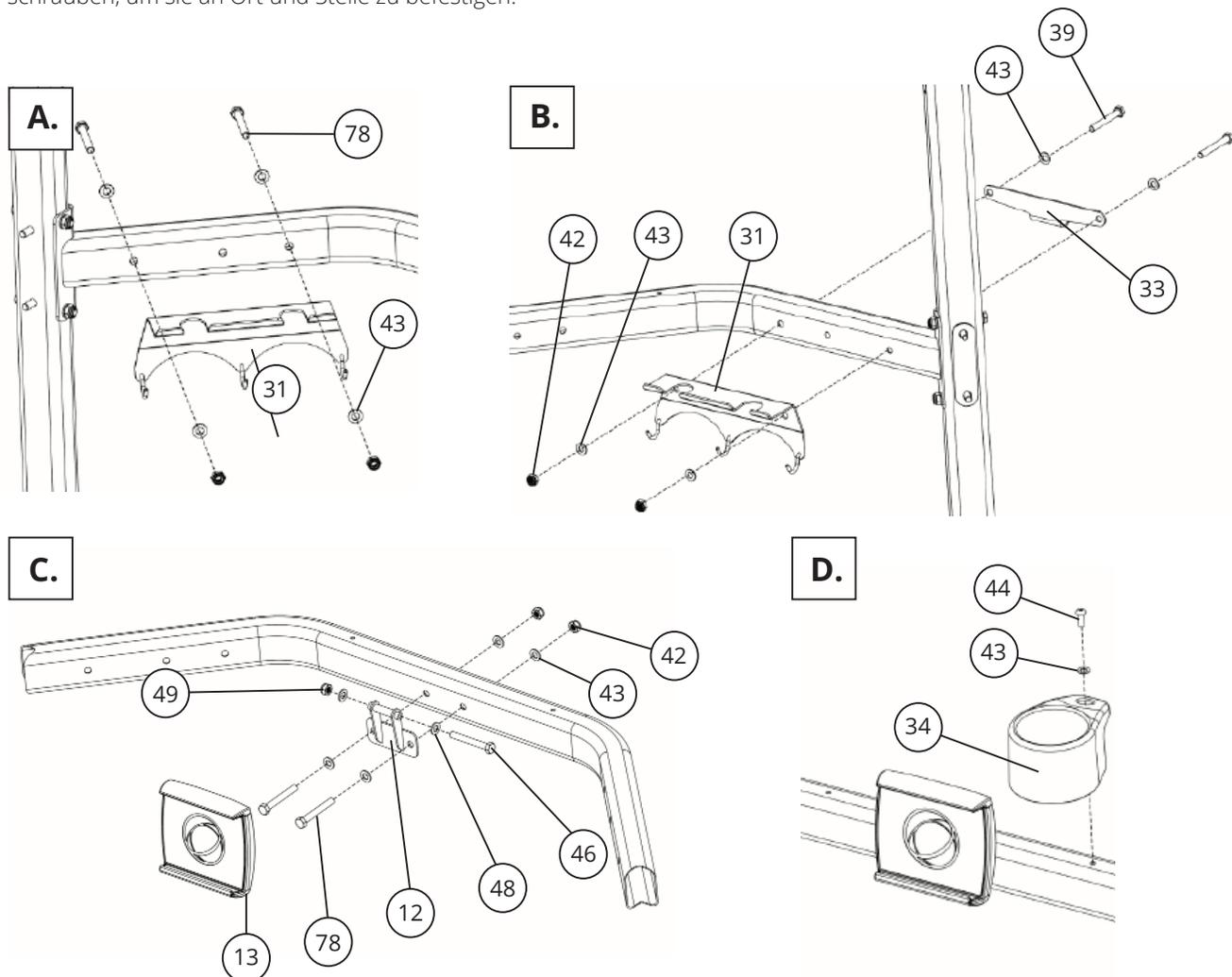
## SCHRITT 9

**A.** Setzen Sie den **Zubehörständer (31)** auf die rechte Seite der **oberen Querstange (2)**. Stecken Sie zwei **M10x70mm Sechskantschrauben (78)** mit **M10 Unterlegscheiben (43)** durch den Ständer und die Querstange. Setzen Sie **M10 Unterlegscheiben (43)** und **M10 Sicherungsmuttern (42)** auf die Bolzen. Ziehen Sie die Befestigungsteile fest.

**B.** Platzieren Sie den **Zubehörständer Nr. 2 (31)** auf der linken Seite der Innenseite der **oberen Querstange (2)**, platzieren Sie auf der Rückseite des Rohrs die **Bankhalterung (33)** und stecken Sie zwei **M10x75mm Sechskantschrauben (39)** mit **M10 Unterlegscheiben (43)** durch den Ständer und die Querstange. Setzen Sie **M10 Unterlegscheiben (43)** und **M10 Sicherungsmuttern (42)** auf die Bolzen. Ziehen Sie die Befestigungsteile fest.

**C.** Montieren Sie die **Halterung für das Tablet (12)** in der Mitte der **oberen Querstange (2)**. Stecken Sie zwei **M10x70mm Sechskantschrauben (78)** mit **M10 Unterlegscheiben (43)** durch die Halterung und die **obere Querstange (2)**. Setzen Sie **M10 Unterlegscheiben (43)** und **M10 Sicherungsmuttern (42)** auf die Bolzen und ziehen Sie die Befestigungsteile fest. Setzen Sie den Tablet-Halter auf seine Halterung und befestigen Sie ihn mit einer **M6x75mm Innensechskantschraube (46)** und einer **M6 Sicherungsmutter (49)** unter Verwendung von **M6 Unterlegscheiben (48)** auf beiden Seiten. Ziehen Sie die Befestigungsteile fest, bis der Tablet-Halter in seiner Position bleibt, aber immer noch von Hand nach oben und unten gekippt werden kann. Hinweis: Die Halterung für den Tablet-Halter kann nach oben oder unten geschraubt werden, je nachdem, ob Sie den Tablet-Halter höher oder niedriger einstellen möchten.

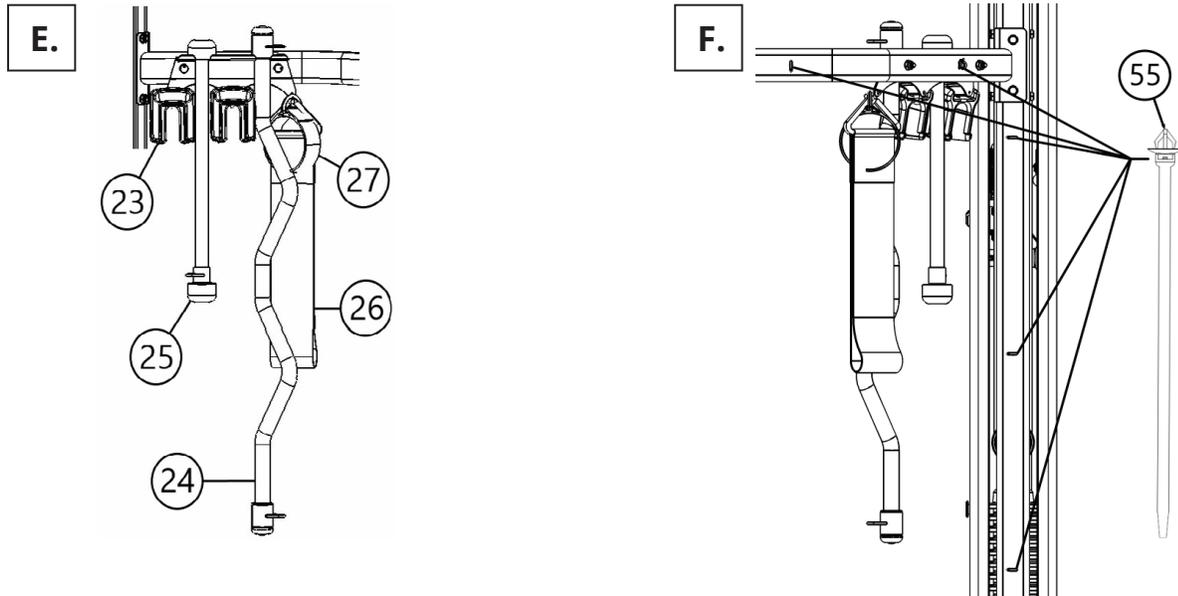
**D.** Den **Kunststoff-Hülsenmutter (34)** in eines der beiden Löcher im **oberen Querbalken (2)** einsetzen und eine **M8x16mm Rundkopfschraube** in das andere Loch. **Die Schraube (44)** mit **Unterlegscheiben (43)** durch das Loch schrauben, um sie an Ort und Stelle zu befestigen.



## SCHRITT 9 (Fortsetzung)

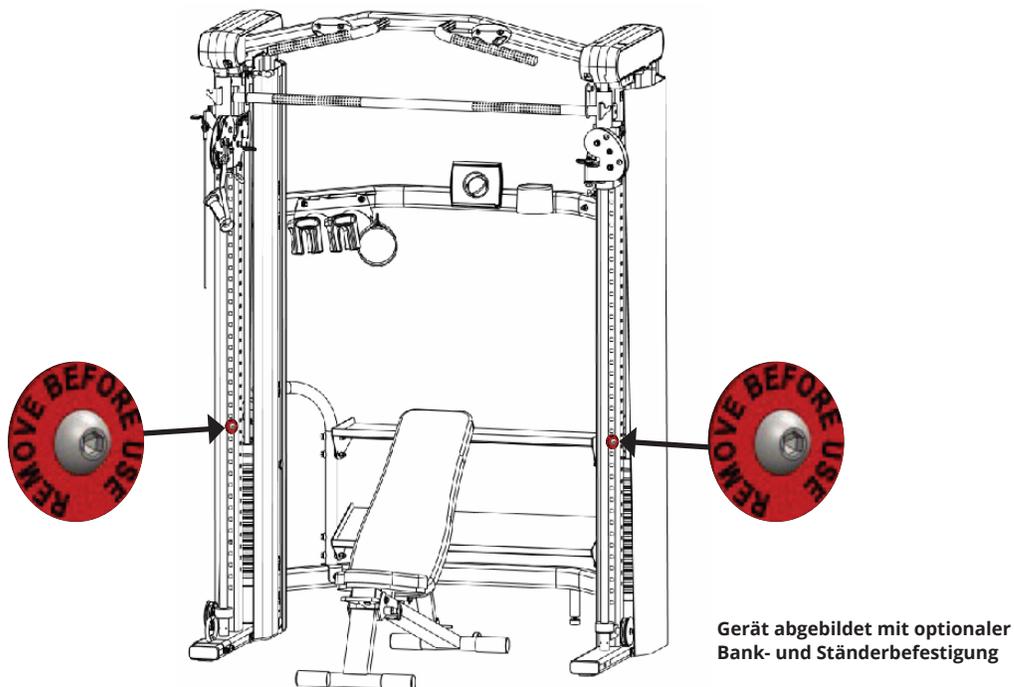
**E.** Legen Sie die **5-Pfund-Zusatzgewichte (23)**, die **Doppelhaken-Curl-Stange (24)**, das **Trizepsseil (25)**, den **Kinn-/Dip-Gürtel (26)** und den **Knöchelriemen (27)** wie abgebildet auf die Zubehörständer. **Hinweis: Um die 5-Pfund-Zusatzgewichte zu verwenden, platzieren Sie sie oben auf den Gewichtsstapeln zwischen den Umlenkrollen.**

**F. Optional:** Wenn Sie elektronische Geräte mit Kabeln haben, können Sie die mitgelieferten **Kabelklemmen (55)** verwenden, um die Kabel am Rahmen des Geräts entlang zu führen.



## WICHTIG: Vor der Nutzung

Entfernen Sie die Schrauben mit der Aufschrift „**VOR DER NUTZUNG ENTFERNEN**“. Eine pro Seite wie angegeben. Dadurch können sich die Gegengewichte frei bewegen.



# MERKMALE UND FUNKTIONEN

Aufbewahrung und Verriegelung der Smith-Stange. Heben Sie die Stange an und drehen Sie sie, bis beide Seiten auf den Haken aufliegen. Drehen Sie den Sicherungsstift, bis er in die Verriegelungsposition einrastet. Um die Stange zu entriegeln, ziehen und drehen Sie den Stift aus dem Schlitz.

Klimmzugstangen  
Klettergriffe  
Smith-Stange

Unlocked position  
Locked position

**! WARNUNG** Verriegeln Sie die Smith-Stange sicher in der Lagerposition, wenn sie nicht in Gebrauch ist. Verwenden Sie dafür unbedingt den Sicherungsstift.

Mit den Einstellschrauben für die obere Querstange kann die Rechtwinkligkeit des Rahmens auf unebenen Böden justiert werden.

Hängen Sie das Kabel hier ein, um die Gewichte mit der Smith-Stange zu verbinden.

Hängen Sie das Kabel hier ein, um die Gewichte von der Smith-Stange zu entfernen.

Haken zur Befestigung von Zubehör

Positionsanzeige

Gewichtsverdüpplungshaken; befestigen Sie den Zubehörhaken daran.

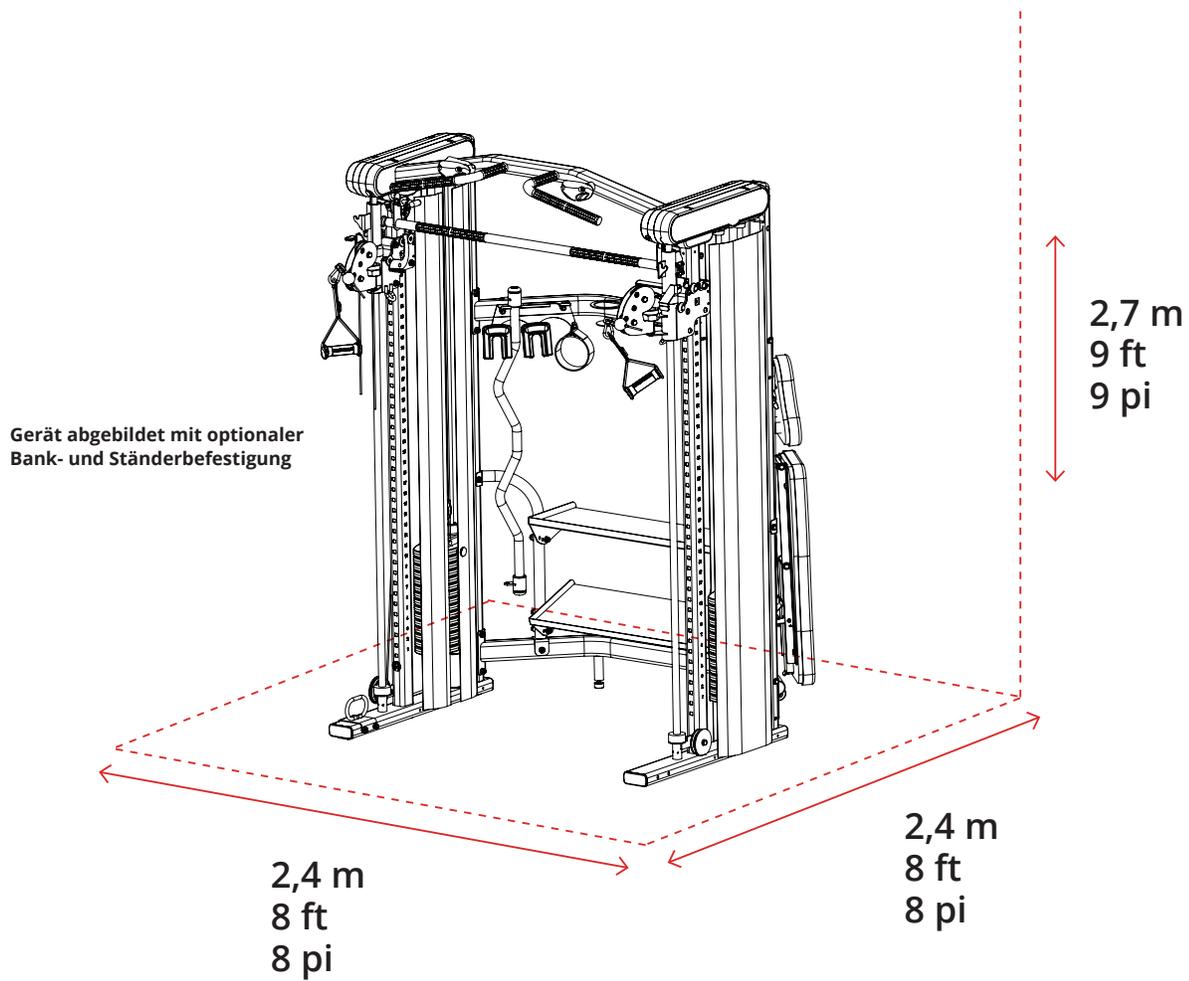
Drehen Sie die Smith-Stange, um beide Gleitschlitten gleichzeitig zu entriegeln und die Position des Stangenanschlages einzustellen.

Gleitschlittenverriegelung; Hebel zum Entriegeln des Gleitschlittens nach oben und zum Verriegeln des Gleitschlittens nach unten drehen.

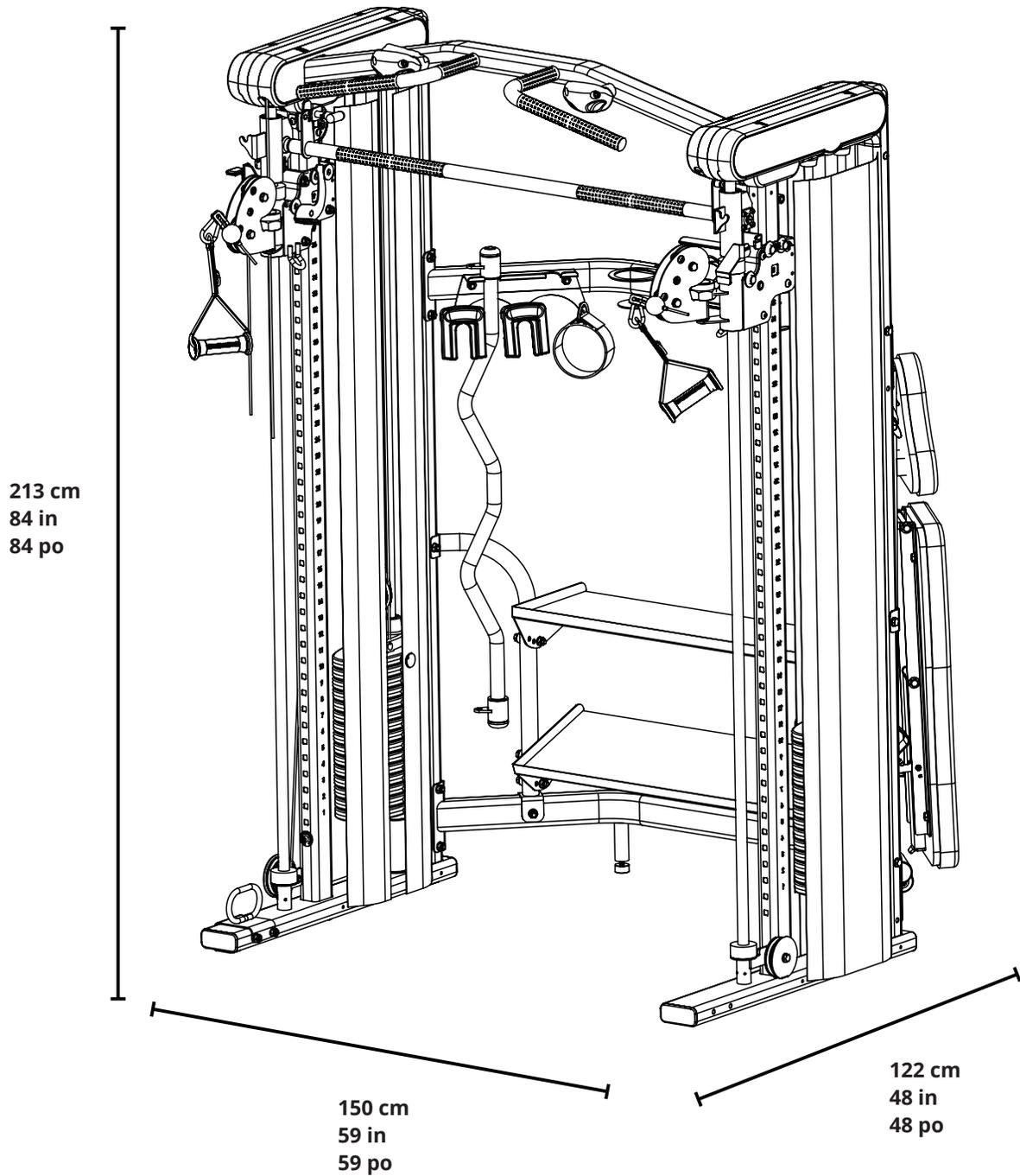
Abstandshalter für die Smith-Stange (2 Stück, im Lieferumfang enthalten) können verwendet werden, um die Höhe der Smith-Stange bei Bedarf anzupassen.



## AUFSTELLUNGSBEREICH



# PRODUKTABMESSUNGEN



Gerät abgebildet mit optionaler  
Bank- und Ständerbefestigung

---

# WARTUNG

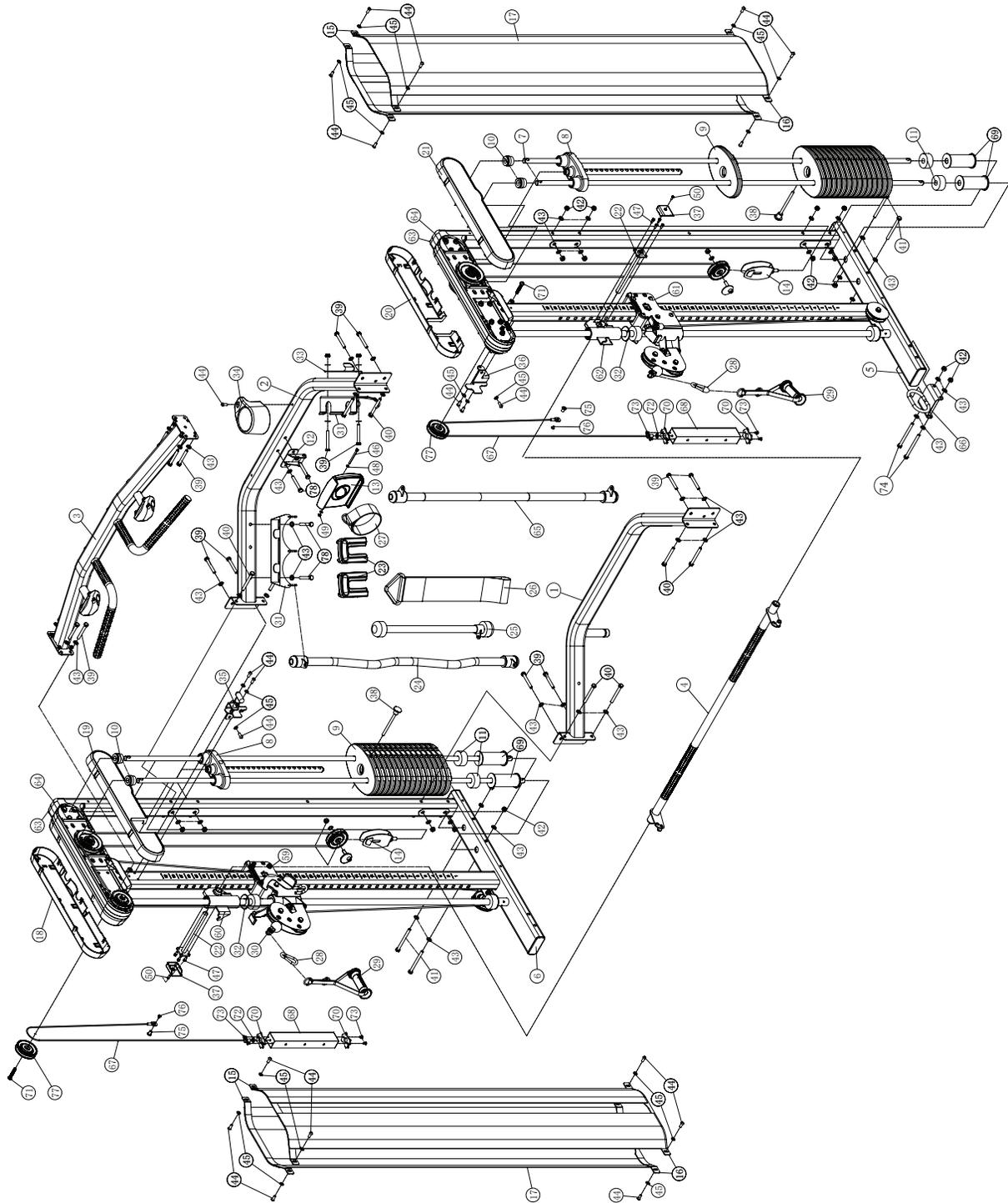
## Warnung

Legen Sie **KEIN** Styropor oder bedrucktes Material auf die Sitzpolster. Diese können mit der Zeit an den Polstern haften bleiben und die Oberfläche beschädigen.

Lassen Sie **KEINE** Gegenstände auf den Sitzpolstern liegen. Diese Polster haben eine besondere Dichte, die sich Gegenständen anpasst, und kleine Gegenstände hinterlassen Abdrücke auf der Oberfläche, die nur langsam wieder verschwinden.

- **Überprüfen Sie die Kabel regelmäßig auf Risse, Brüche oder Ausfransen. Achten Sie auch auf Ausbeulungen oder flache Stellen im Kabel. Achten Sie besonders auf die Kabelenden.**
- **Tauschen Sie die Kabel bei den ersten Anzeichen von Beschädigung oder Verschleiß sofort aus. Verwenden Sie niemals Geräte mit beschädigten oder abgenutzten Kabeln.**
- Die Kabel dehnen sich naturgemäß im Laufe der Zeit. Prüfen Sie daher regelmäßig den Kabeldurchhang und passen Sie die Kabelspannung bei Bedarf an.
- Überprüfen Sie das Produkt regelmäßig auf lose Teile.
- Verwenden oder lagern Sie das Gerät nicht im Freien.
- Prüfen Sie Schnappverbindungen, Drehgelenke, Griffe und Gewichtsbolzen auf Verschleiß oder Beschädigung. Bei Abnutzung oder Beschädigung nur durch Teile von Inspire Fitness ersetzen.
- Machen Sie sich mit allen Warnhinweisen auf dem Smith Machine Functional Trainer vertraut.
- Ersetzen Sie beschädigte oder abgenutzte Bezüge sofort.
- Wischen Sie die Führungsstangen regelmäßig mit einem trockenen Tuch ab und tragen Sie danach eine dünne Schicht Schmiermittel auf Teflon™-Basis auf.

# EXPLOSIONSZEICHNUNG



# TEILELISTEN

Nr.	Teilenummer	Beschreibung	Menge
1	GM697260001PZ	Untere Querstange	1
2	GM697260002PZ01	Obere Querstange	1
3	GM697220003PZ	Klimmzug-Querstange	1
4	GM697320004PZ01	Smith-Stange	1
5	GM697200010PZ	Linker Hauptrahmen	1
6	GM697200011PZ	Rechter Hauptrahmen	1
7	GM697501001WX	Führungsstäbe für Gewichte	4
8	GM692500003PZ14	Obere Plattenbaugruppe	2
9	GM692-500-009	Gewichtsplatte	30
10	GM692-881-002	Führungsstangenbuchsen	4
11	GM692-881-003	Gummi-Stoßschutz	4
12	GM697260007PZ	Tablet-Halterung	1
13	BC423880109PZ05	Tablet-Halter	1
14	GM692500002PZ04	Umlenkrolle für Gewichte	2
15	GM697321037PT0105	Obere Abdeckplatte	4
16	GM697321036PT0105	Untere Abdeckplatte	4
17	GM697-800-001	Breite, mittlere und schmale Abdeckungen	2
18	GM697-881-019	Rechte äußere Kunststoffabdeckung	1
19	GM697-881-017	Rechte innere Kunststoffabdeckung	1
20	GM697-881-018	Linke innere Kunststoffabdeckung	1
21	GM697-881-020	Linke äußere Kunststoffabdeckung	1
22	GM697320007PZ	Stift für Smith-Stange	2
23	GM692-500-001	5-Pfund-Zusatzgewicht	2
24	GM691320003PZ02	Doppelhaken-Curl-Stange	1
25	GM692-881-011	Trizepsseil	1
26	GM692-400-005	Kinn-/Dip-Gürtel	1
27	GM690-880-002	Knöchelriemen	1
28	GM697-561-018	Federklemme	2
29	GM870-880-007SK	Einzelgriff	2
30	GM697500003PZ	Kabelseil-Baugruppe	2
31	GM697260004PZ01	Zubehörständer	1
32	GM697-881-010RC	Abstandshalter für Smith-Stange	2
33	GM697381008PZ	Bankhalterung	1
34	GM697-881-011	Getränkehalter aus Kunststoff	1
35	GM697320008PZ	Rechter Haken für Smith-Stange	1
36	GM697321018PZ	Linker Haken für Smith-Stange	1
37	GM697881007RCPZ	Endkappen der Smith-Stange	2
38	GM692500004PZ	Gewichtsstift	2

Nr.	Teilenummer	Beschreibung	Menge
39	0111-010-758	M10x75mm Sechskantschraube	18
40	0111-010-908	M10x90mm Sechskantschraube	8
41	0111-010-058	M10x115mm Sechskantschraube	4
42	0110-710-008	M10 Sicherungsmutter	33
43	0116-010-008	M10 Unterlegscheibe	66
44	0113-208-168A	M8x16mm Halbrundkopfschraube	23
45	0116-008-028	M8 Unterlegscheibe	22
46	0113-206-751	M6x75 Innensechskantschraube	1
47	0113-706-142	M6x14mm Innensechskantschraube	8
48	0116-006-019	M6 Unterlegscheibe	2
49	0110-706-019	M6 Sicherungsmutter	1
50	0113-105-148	M5x14mm Kreuzschlitzschraube	2
51	0511-608-002	8# Inbus-Werkzeug	1
52	AB290-561-002	5#80x30, Multi-Tool	1
53	M330-561-002	14# und 17# Sechskantschlüssel	2
54	AB160561002XWX	10# Inbus-Werkzeug	1
55	GM697-891-102	Kabelbinder	6
56	GM697580004PZ	Befestigungsteile Paket 1	1
57	GM697580005PZ	Befestigungsteile Paket 2	1
58	GM697580006PZ	Befestigungsteile Paket 3	1
59	GM697320013PZ	Baugruppe des rechten Schlittens	1
60	GM697320006PZ	Rechter Schieber der Smith-Stange	1
61	GM697320014PZ	Baugruppe des linken Schlittens	1
62	GM697320005PZ	Linker Schieber der Smith-Stange	1
63	GM697-881-001	Rechte Innenabdeckung	2
64	GM697-881-002	Linke Innenabdeckung	2
65	GM691320004PZ03	Gerade Stange	1
66	GM697300001PZ	Battle-Rope-Halterung	1
67	GM697-500-001	Kabel	2
68	GM697561011PT0105	Gegengewicht	2
69	GM692380001PT0105	Träger	4
70	GM697-881-015	Schieberegler für das Gegengewicht	4
71	0113-210-558A	M10x55 Halbrundkopfschraube	2
72	0116-310-028	Federscheibe	6
73	0113-306-128A	Sechskant-Senkkopfschraube	8
74	0111-010-122	M10x125 Sechskantschraube	2
75	GM695-561-016	Mutter	4
76	GM695-561-017	Halbrundkopfschraube	4
77	GM692-880-001	Umlenkrolle	12
78	0111-010-708	M10x70mm Sechskantschraube	4



[www.inspirefitness.com](http://www.inspirefitness.com)