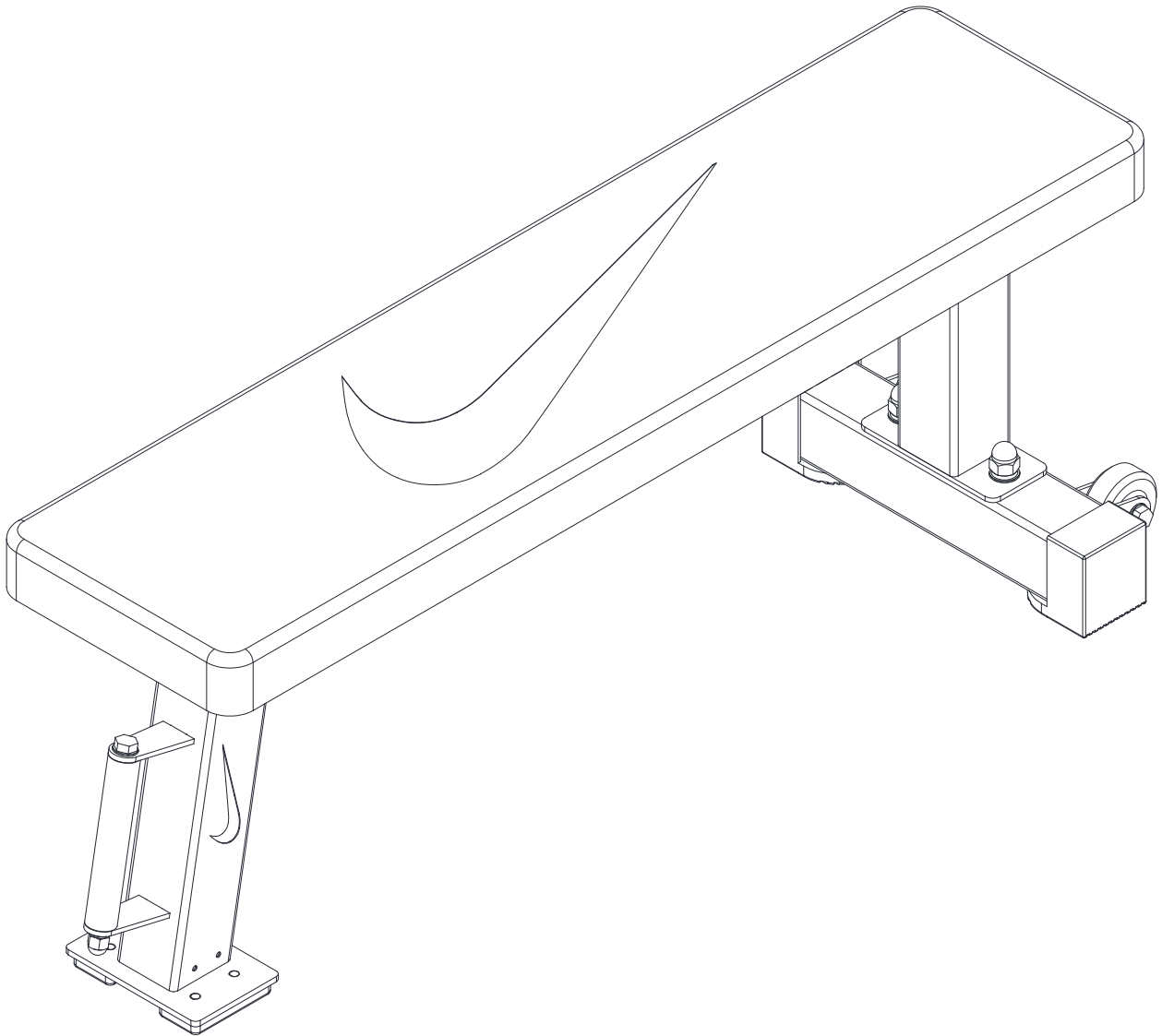




Nike Roller Bench

Assembly
Instructions











Access Instructional Guides at [NikeStrength.com](https://www.nikestrength.com)
Accédez aux guides pédagogiques sur [NikeStrength.com](https://www.nikestrength.com)

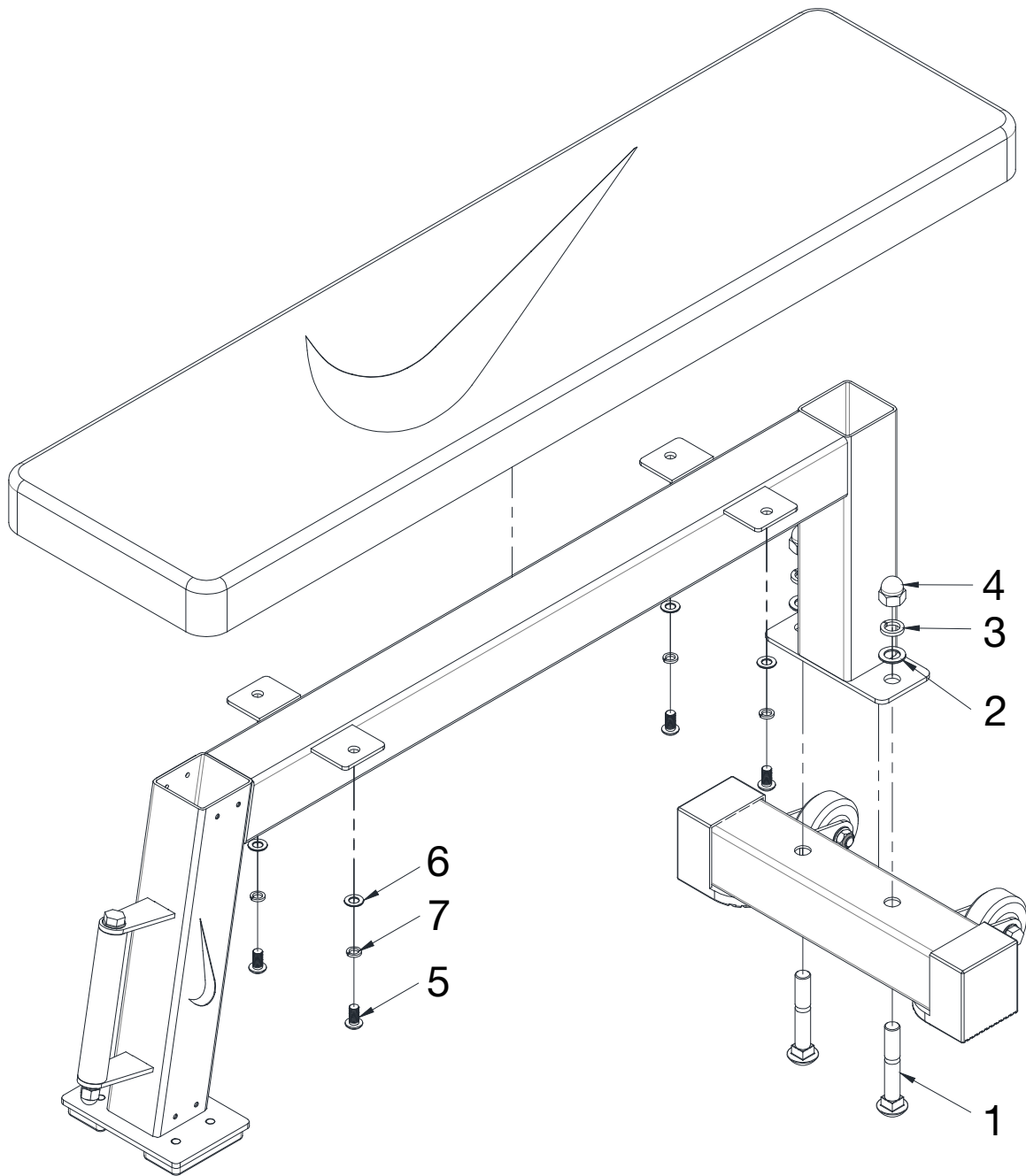
Roller Bench. Assembly Instructions
Banc à roulettes. Instructions de montage

Included
Hex Key
Inclus. Clé hexagonale

Not Included
Wrench
Non inclus. Clé

Part / Partie	Description / Description	Size / Taille	Quantity / Quantité
1 	Carriage Bolt / Boulon de carrosserie	M16x100	2
2 	Washer / Rondelle	φ16	2
3 	Lock Washer / Rondelle de blocage	φ16	2
4 	Nut / Écrou	M16	2
5 	Allen Bolt / Boulon Allen	M10x30	4
6 	Washer / Rondelle	φ10	4
7 	Lock Washer / Rondelle de blocage	φ10	4

 **Choking Hazard.** Small parts - Please exercise caution if small children or pets are present.
Risque d'étouffement. Petites pièces - Veuillez faire preuve de prudence si de jeunes enfants ou des animaux domestiques sont présents.



EN ⚠ **WARNING:** SPORT TRAINING CAN RESULT IN SERIOUS OR FATAL INJURY. RISK OF INJURY CAN BE LESSENED WHEN SAFE TECHNIQUES AND COMMON SENSE ARE PRACTICED. DO NOT EXERCISE WITHOUT PROPER INSTRUCTION OR WITHOUT FIRST CONSULTING YOUR PHYSICIAN. IF YOU EXPERIENCE DISCOMFORT WHILE USING THIS PRODUCT, STOP ACTIVITY IMMEDIATELY. PRODUCT NOT DESIGNED FOR USE BY CHILDREN AGE 14 OR YOUNGER. PRODUCT NOT DESIGNED FOR USES OTHER THAN EXERCISE. ALWAYS CHECK PRODUCT FOR WORN OR DAMAGED PARTS BEFORE USE. IF ANY DEFECTS ARE FOUND DO NOT USE PRODUCT. DRY HANDS BEFORE USE TO ENSURE GRIP. DO NOT EXERCISE WITHOUT APPROPRIATE FOOTWEAR. ALWAYS USE PRODUCT ON A SOLID, LEVEL SURFACE. ENSURE PATH IS CLEAR OF OBSTACLES BEFORE ROLLING BENCH. DO NOT MODIFY THE EQUIPMENT IN ANY WAY. DO NOT LOAD EQUIPMENT BEYOND ITS DESIGNED WEIGHT LIMITATION OF 1100 LB (500 KG). BUYER ASSUMES ALL LIABILITY, RISKS, AND RESPONSIBILITIES FOR ALL DAMAGE, INJURY, OR DEATH WHICH MAY OCCUR DURING OR FOLLOWING INCORRECT ASSEMBLY, INSTALLATION, OR USE OF THIS EQUIPMENT IN ANY MANNER WHATSOEVER.

FR ⚠ **AVERTISSEMENT!** L'ENTRAÎNEMENT SPORTIF PEUT ENTRAÎNER DES BLESSURES GRAVES, VOIRE MORTELLES. LE RISQUE DE BLESSURE PEUT ÊTRE DIMINUÉ QUAND DES TECHNIQUES SÉCURITAIRES ET DU BON SENS SONT PRATIQUÉS. NE PAS FAIRE D'EXERCICES SANS INSTRUCTION APPROPRIÉE OU SANS CONSULTER AU PRÉALABLE VOTRE MÉDECIN. SI VOUS RENCONTREZ DE L'INCONFORT LORS DE L'UTILISATION DE CE PRODUIT, ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT TOUTE ACTIVITÉ. PRODUIT NON CONÇU POUR ÊTRE UTILISÉ PAR DES ENFANTS DE 14 ANS OU MOINS. PRODUIT NON CONÇU POUR DES UTILISATIONS AUTRES QUE L'EXERCICE. VÉRIFIEZ TOUJOURS LE PRODUIT POUR LES PIÈCES USÉES OU ENDOMMAGÉES AVANT UTILISATION. SI DES DÉFAUTS SONT TROUVÉS, NE PAS UTILISER LE PRODUIT. SÉCHEZ LES MAINS AVANT UTILISATION POUR GARANTIR L'ADHÉRENCE. NE PAS FAIRE DE L'EXERCICE SANS DES CHAUSSURES APPROPRIÉES. UTILISEZ TOUJOURS LE PRODUIT SUR UNE SURFACE SOLIDE ET DE NIVEAU. ASSUREZ-VOUS QUE LE CHEMIN EST SANS OBSTACLES AVANT DE ROULER LE BANC. NE PAS MODIFIER L'ÉQUIPEMENT EN AUCUNE MANIÈRE. NE PAS CHARGER L'ÉQUIPEMENT AU-DELÀ DE SA LIMITE DE POIDS CONÇUE DE 1100 LB (500 KG). L'ACHÉTEUR ASSUME TOUTES LES RESPONSABILITÉS, RISQUES ET RESPONSABILITÉS POUR TOUTS DOMMAGES, BLESSURES OU DÉCÈS QUI PEUVENT SURVENIR PENDANT OU SUIVANT UN ASSEMBLAGE, UNE INSTALLATION OU UNE UTILISATION INCORRECTE DE CET ÉQUIPEMENT DANS QUELQUE QUESTION QUE CE SOIT.