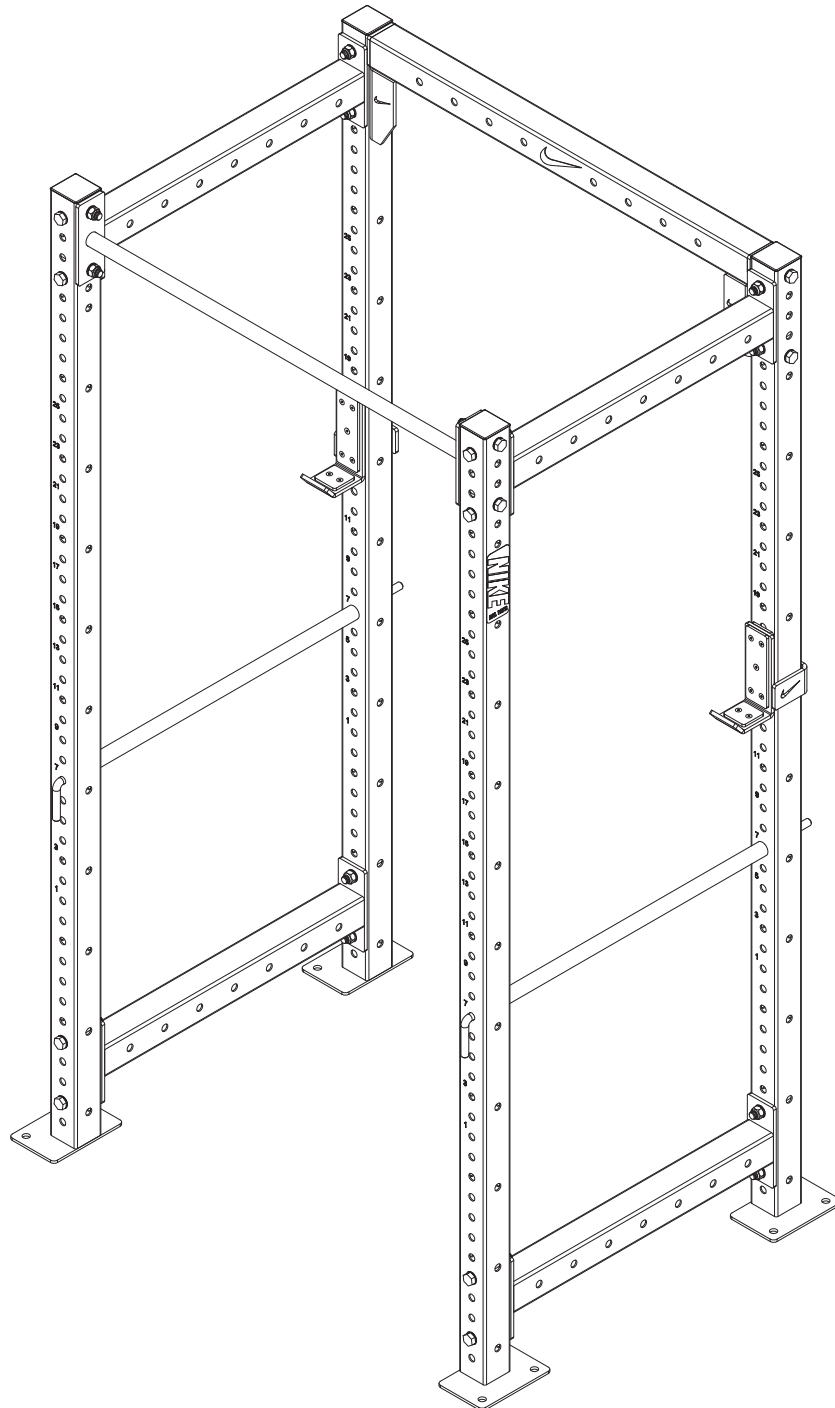








Nike Squat Cage

Assembly
Instructions



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

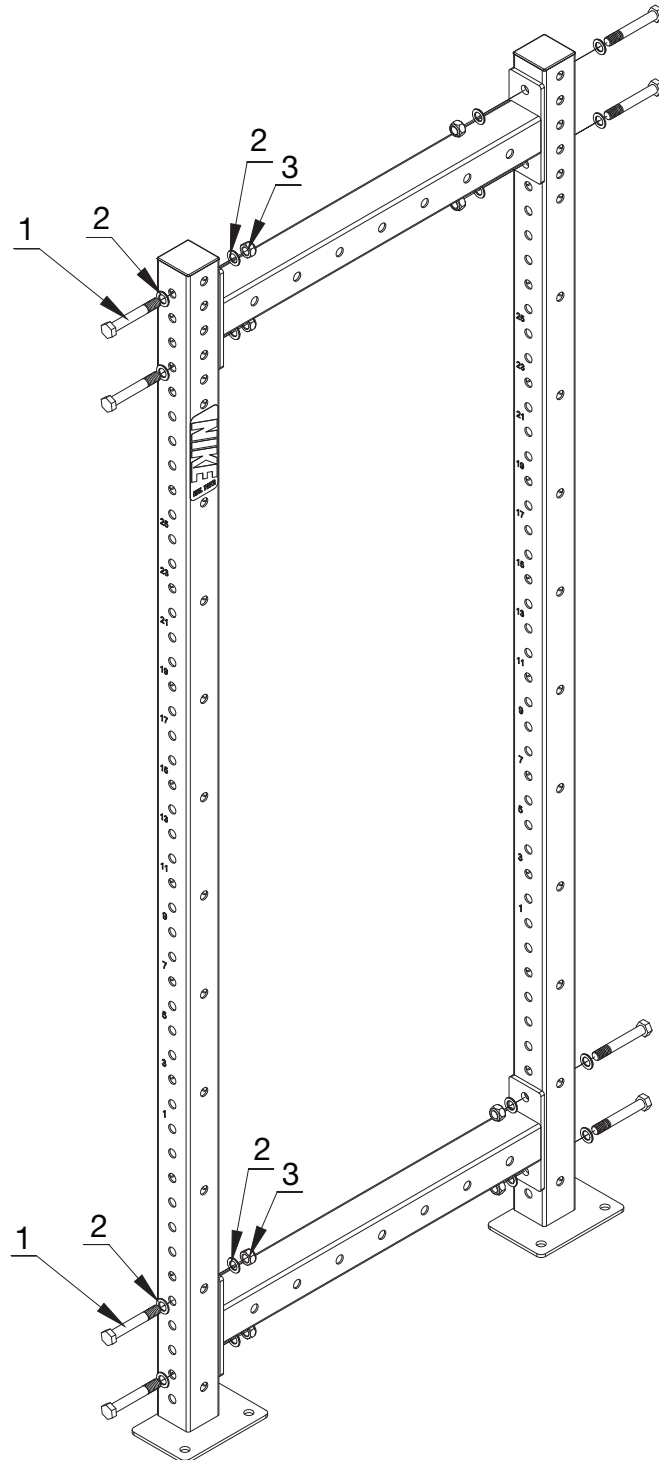
Part / Partie	Description / Description	Size / Taille	Quantity / Quantité
1 	Hex Bolt / Boulon de hexagonale	M16x110	24
2 	Washer / Rondelle	φ16	46
3 	Nut / Écrou	M16	22
4 	Sleeve Anchor / Les ancrages à manchon	M16	8

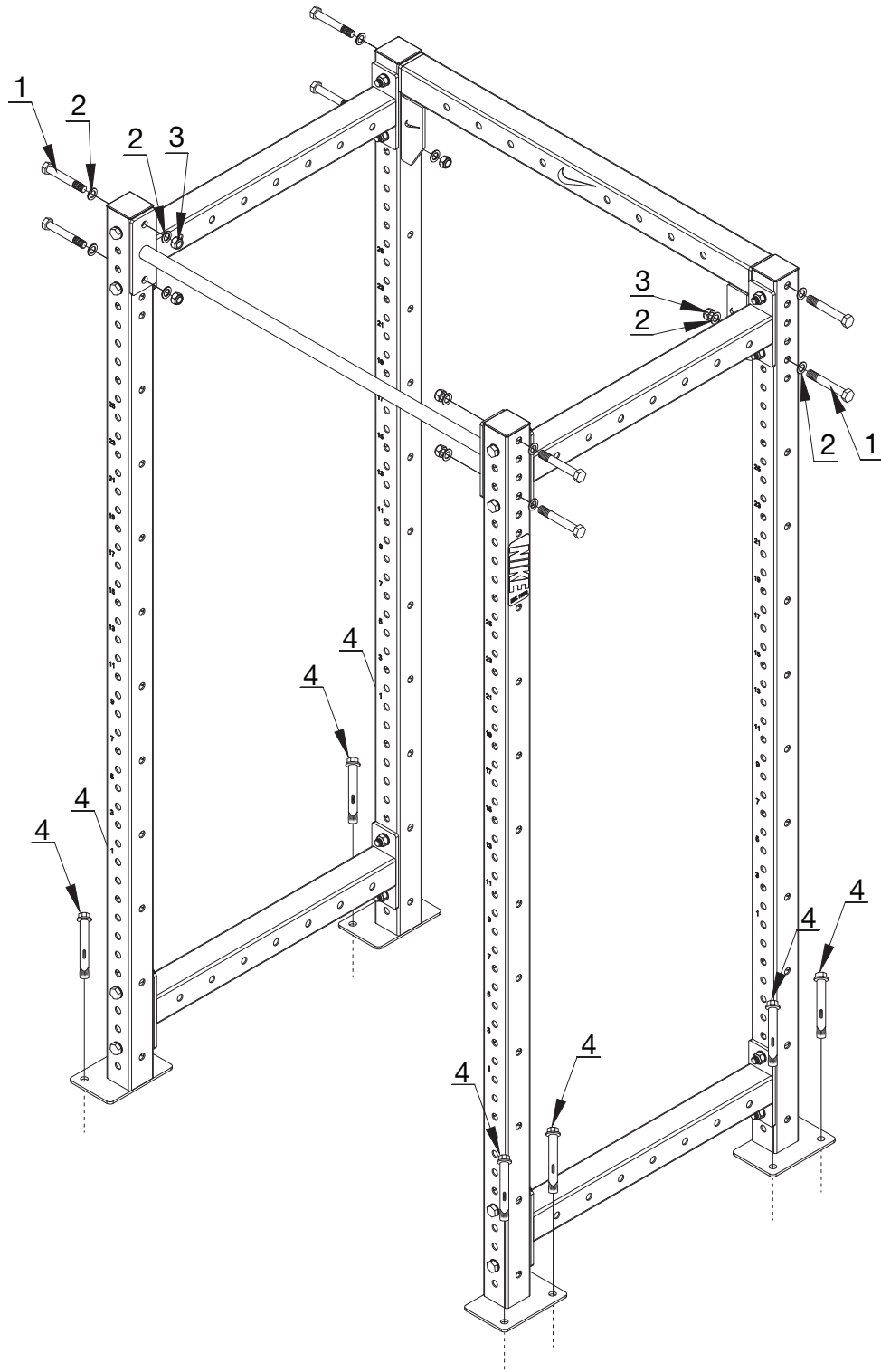


Choking Hazard. Small parts - Please exercise caution if small children or pets are present.

Risque d'étouffement. Petites pièces - Veuillez faire preuve de prudence si de jeunes enfants ou des animaux domestiques sont présents.

1





Do not use this equipment without properly anchoring it to the floor. The included Sleeve Anchors (Part 4) are only recommended for concrete floor installations. Alternative installation techniques and hardware should be used for all other surfaces. To ensure proper installation of the equipment, a licensed contractor or fitness equipment installation expert should perform the installation.

N'utilisez pas cet équipement sans l'avoir correctement ancré au sol. Les douilles d'ancrage incluses (Partie 4) ne sont recommandées que pour les installations sur sol en béton. Des techniques et du matériel d'installation alternatifs doivent être utilisés pour toutes les autres surfaces. Pour assurer une installation correcte de l'équipement, un entrepreneur agréé ou un expert en installation d'équipement de fitness doit effectuer l'installation.

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 USE PRODUCT WITHOUT A SPOTTER. 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. PRODUCT MUST BE ANCHORED TO THE FLOOR WITH PROPER INSTALLATION TECHNIQUES PER RECOMMENDATION BY AN INSTALLATION EXPERT. DO NOT MODIFY THE EQUIPMENT IN ANY WAY. DO NOT LOAD J-CUPS BEYOND THE DESIGNED WEIGHT LIMITATION OF 700 LB (317 KG). DO NOT LOAD SAFETY PINS BEYOND THE DESIGNED WEIGHT LIMITATION OF 925 LB (419 KG), THE WEIGHT LIMITATION OF THE PULL UP BAR IS 475 LB (215 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 UTILISER LE PRODUIT SANS UN SPOTTER. 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. SÈCHEZ 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. LE PRODUIT DOIT ÊTRE ANCRÉ AU SOL AVEC DES TECHNIQUES D'INSTALLATION APPROPRIÉES SELON LES RECOMMANDATIONS D'UN EXPERT EN INSTALLATION. NE PAS MODIFIER L'ÉQUIPEMENT EN AUCUNE MANIÈRE. NE PAS CHARGER LES J-CUPS AU-DELÀ DE LA LIMITE DE POIDS CONÇUE DE 700 LB (317 KG). NE PAS CHARGER LES ÉPINGLETS DE SÉCURITÉ AU-DELÀ DE LA LIMITE DE POIDS CONÇUE DE 925 LB (419 KG). LA LIMITE DE POIDS DE LA BARRE DE TRACTION EST DE 475 LB (215 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.