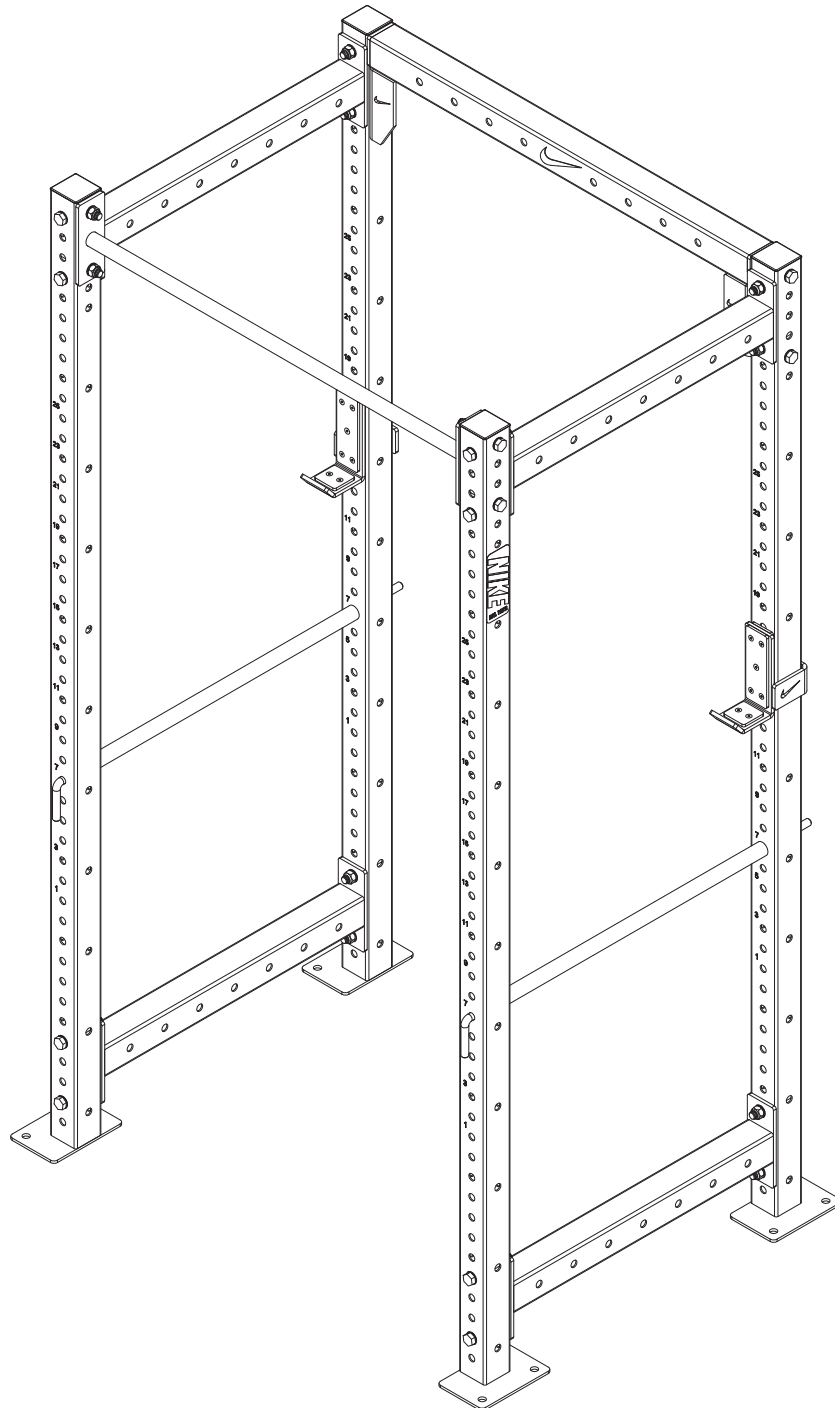








Nike Squat Cage

Assembly
Instructions



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

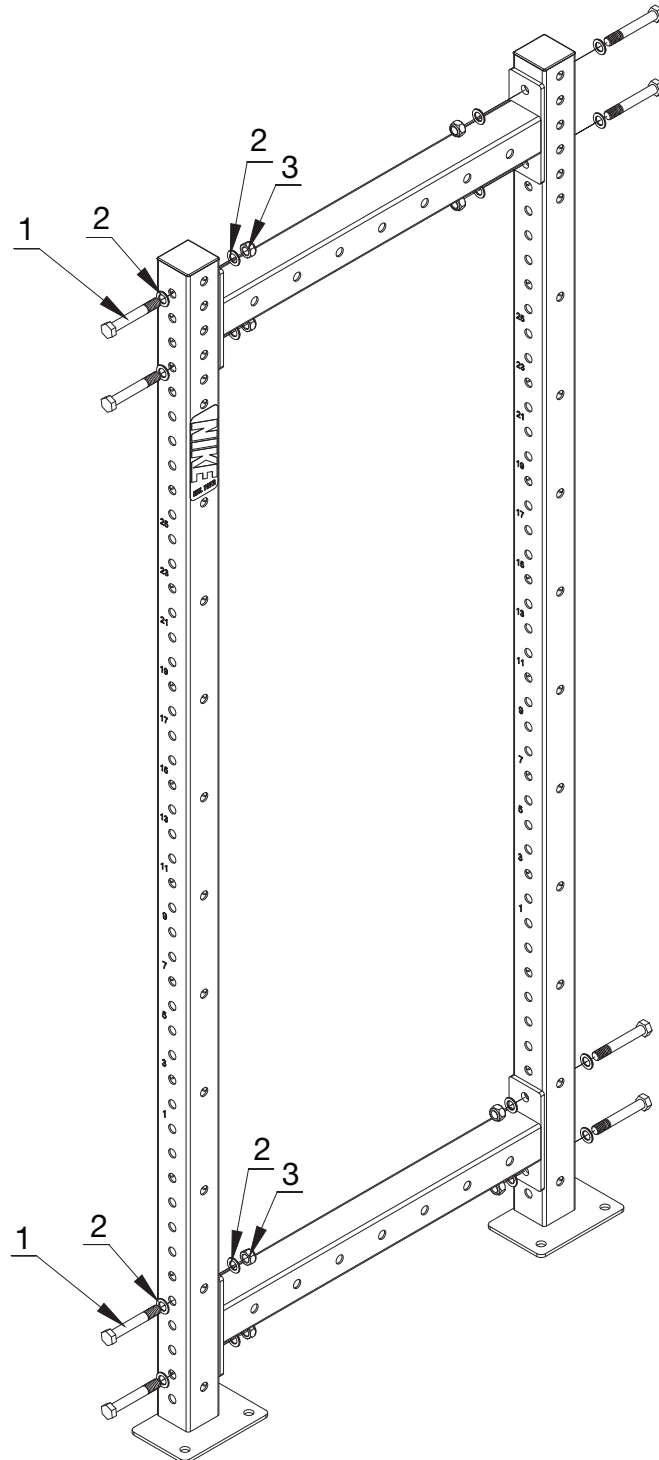
Part / Partie	Description / Description	Size / Taille	Quantity / Quantité
1 	Hex Bolt / Boulon de hexagonale	M16x110	24
2 	Washer / Rondelle	φ16	46
3 	Nut / Écrou	M16	22
4 	Sleeve Anchor / Les ancrages à manchon	M16	8

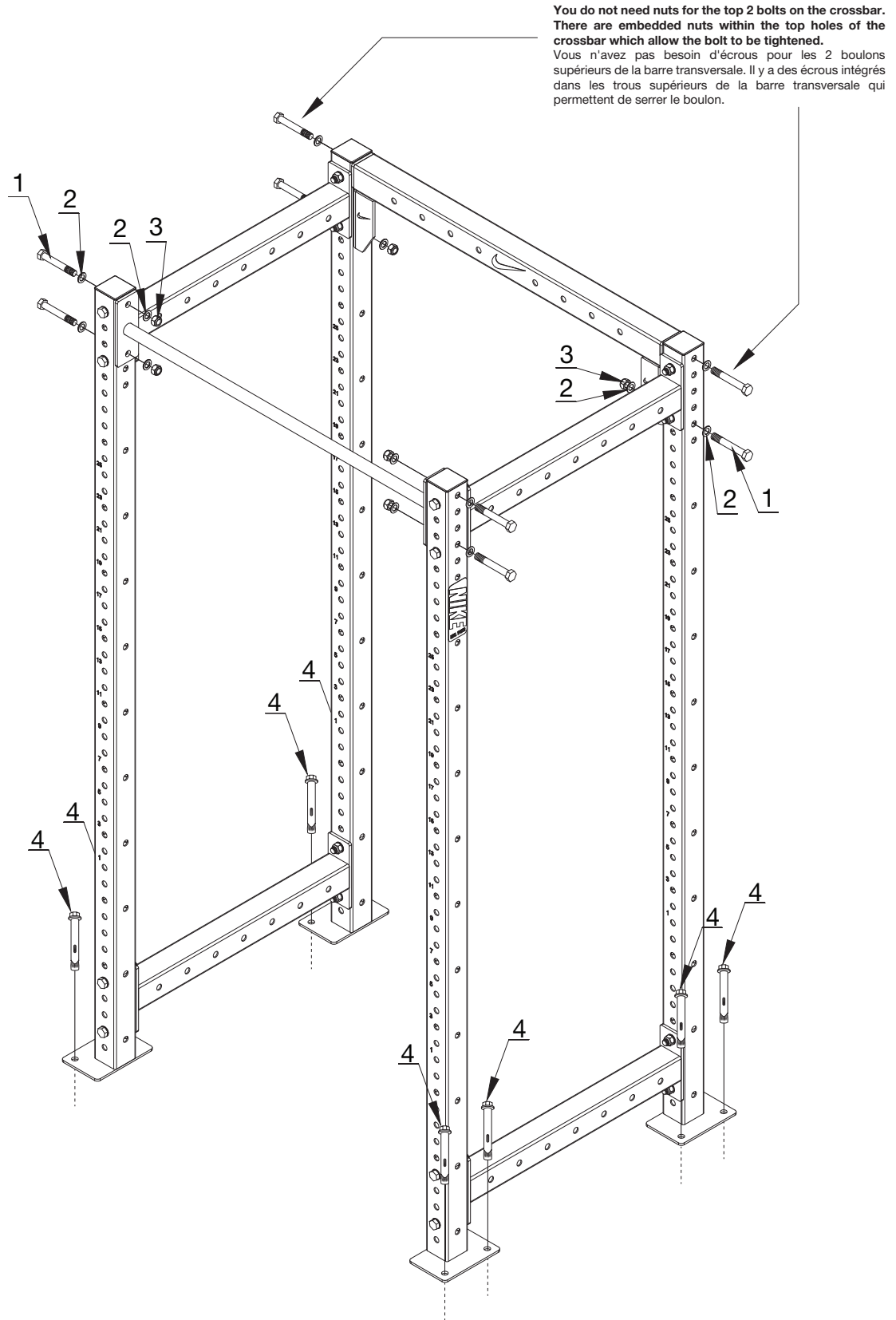


Choking Hazard. Small parts - Please exercise caution if small children or pets are present.

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

1





You do not need nuts for the top 2 bolts on the crossbar. There are embedded nuts within the top holes of the crossbar which allow the bolt to be tightened.
 Vous n'avez pas besoin d'écrous pour les 2 boulons supérieurs de la barre transversale. Il y a des écrous intégrés dans les trous supérieurs de la barre transversale qui permettent de serrer le boulon.

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 LESSENERED WHE 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. 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 ITS DESIGNED WEIGHT LIMITATIONS 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, RESPONSIBILITIES FOR ALL DAMAGE, INJURY, OR DEATH WHICH MAY OCCUR DURING OR FOLLOWING INCORRECT ASSEMBLY, INSTALLATION, OR USE OF THIS EQUIPMENT IN ANY MATTER WHATSOEVER.

FR ⚠ AVERTISSEMENT: L'ENTRAÎNEMENT SPORTIF PEUT ENTRAÎNER DES BLESSURES GRAVES OU MORTELLES. LE RISQUE DE BLESSURE PEUT ÊTRE DIMINUÉ AVEC DES TECHNIQUES SÛRES ET DU BON SENS. NE PAS FAIRE DE L'EXERCICE SANS INSTRUCTIONS APPROPRIÉES OU SANS CONSULTER VOTRE MÉDECIN AU PRÉALABLE. SI VOUS RESSENTEZ DE L'INCONFORT AU MOMENT DE L'UTILISATION DE CE PRODUIT, ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT VOTRE ACTIVITÉ. CE PRODUIT NE DOIT PAS ÊTRE UTILISÉ PAR DES ENFANTS DE 14 ANS OU MOINS. PRODUIT UNIQUEMENT CONÇU POUR L'EXERCICE PHYSIQUE ET SPORTIF. AVANT UTILISATION, VÉRIFIEZ TOUJOURS QUE LE PRODUIT NE PRÉSENTE PAS DE PIÈCES USÉES OU ENDOMMAGÉES. SI DES DÉFAUTS SONT TROUVÉS, N'UTILISEZ PAS LE PRODUIT. SÉCHEZ VOS MAINS AVANT UTILISATION POUR NE PAS GLISSER. NE PAS FAIRE DE L'EXERCICE SANS CHAUSSURES APPROPRIÉES. UTILISEZ TOUJOURS LE PRODUIT SUR DES SURFACES DURES ET PLANES. LE PRODUIT DOIT ÊTRE ANCRÉ AU SOL AVEC DES TECHNIQUES D'INSTALLATION APPROPRIÉES SELON LA RECOMMANDATION D'UN SPÉCIALISTE DES INSTALLATIONS. NE MODIFIEZ AUCUNEMENT L'ÉQUIPEMENT. NE CHARGEZ PAS LES J-CUPS AU-DELÀ DE SES LIMITES DE POIDS CONÇUES DE 317 KG. NE CHARGEZ PAS LES GOUPILLES DE SÉCURITÉ AU-DELÀ DE LA LIMITE DE POIDS CONÇUE DE 419 KG. LA LIMITE DE POIDS DE LA BARRE DE TRACTION EST DE 215 KG. L'ACHETEUR ASSUME TOUS LES RISQUES DE RESPONSABILITÉ POUR TOUTS LES DOMMAGES, BLESSURES OU DÉCÈS POUVANT SURVENIR PENDANT OU APRÈS UN ASSEMBLAGE. UNE INSTALLATION OU UNE UTILISATION INCORRECTS DE CE MATÉRIEL, DANS QUELQUE DOMAINE QUE CE SOIT.