

fuel

HB 300x



DE Benutzerhandbuch (Seite 2)

GB User manual (page 12)



Art. F-57283

WARNUNG! Dieses Gerät ist ausschließlich für den Heimgebrauch in Übereinstimmung mit den Anweisungen in diesem Benutzerhandbuch vorgesehen. Lesen Sie dieses Handbuch sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät einsetzen und bewahren Sie das Handbuch für die weitere Nutzung auf.

WARNING! This device is only intended for home use in accordance with the instructions in this user manual. Read it carefully before using the appliance and keep the manual for future use.

DE INHALTSVERZEICHNIS

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE.....	3
AUFSTELLEN DES GERÄTES.....	4
ÜBUNGSANLEITUNG.....	5
PFLEGE & REGELMÄSSIGE KONTROLLE.....	6
TEILELISTE.....	7
EXPLOSIONSZEICHNUNG	8
TECHNISCHE DATEN.....	9
GARANTIE.....	10



ACHTUNG!

Dieses Gerät ist für den privaten Gebrauch in Innenräumen vorgesehen.

Jedwede andersartige Benutzung führt zum Verlust der Garantie und kann darüber hinaus ernsthafte Verletzungen oder Beschädigungen nach sich ziehen.

Sportliches Training kann die Gesundheit gefährden. Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms mit diesem Gerät einen Arzt.


WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Sehr geehrter Kunde,

lesen Sie auf jeden Fall diese Anleitung komplett durch, bevor Sie Ihr Gerät zusammenbauen oder benutzen. Sie enthält wichtige Informationen hinsichtlich Ihrer Sicherheit.

Beachten Sie folgende Sicherheitshinweise:

1. Halten Sie Kinder und Haustiere fern von dem Trainingsgerät. Lassen Sie Kinder niemals unbeaufsichtigt allein in einem Raum mit dem Gerät.
2. Menschen mit Behinderungen sollten das Gerät nicht ohne Unterstützung eines Arztes oder einer qualifizierten Person benutzen. Das Gerät ist nicht geeignet für Kinder unter 12 Jahre.
3. Sollten Sie Schwindel, Übelkeit, Brustschmerzen oder andere unnormale Symptome feststellen, STOPPEN Sie sofort das Training und konsultieren Sie einen Arzt.
4. Stellen Sie das Trainingsgerät auf einen festen und ebenen Boden. Benutzen Sie das Gerät nicht in der Nähe von Wasser oder im Freien. Benutzen Sie außerdem einen Teppich- bzw. Bodenschutz.
5. Verwenden Sie das Gerät nur für den vorgesehenen Zweck. Verwenden Sie keine Zusatz- oder Ersatzteile, die nicht vom Hersteller empfohlen sind.
6. Montieren Sie keine zusätzlichen Bauteile an das Gerät, um Verletzungen zu vermeiden.
7. Bevor Sie das Gerät benutzen, prüfen Sie alle Schrauben und Muttern auf korrekten Sitz.
8. Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gehalten werden, wenn es in regelmäßigen Abständen auf Schäden bzw. Anzeichen von Abnutzung untersucht wird. Sollten Sie defekte Teile beim Zusammenbau oder der Benutzung entdecken oder ungewöhnliche Geräusche wahrnehmen, stoppen Sie ein eventuelles Training und benutzen Sie das Gerät nicht weiter, bis das Problem beseitigt wurde.
9. Trainieren Sie nur auf dem Gerät, wenn es einwandfrei funktioniert.
10. Das Gerät darf immer nur von einer Person benutzt werden (max. Gewichtsbelastung = 150 kg).
11. Benutzen Sie niemals scharfe Reinigungsmittel, um das Gerät zu reinigen. Entfernen Sie Schweißtropfen sofort nach dem Trainingsende.
12. Tragen Sie immer Trainingskleidung, die für ein Fitnesstraining geeignet sind, wenn Sie auf dem Gerät trainieren. Die Schuhe sollten passend zum Trainingsgerät gewählt werden, grundsätzlich dem Fuß einen festen Halt geben und eine rutschfeste Sohle besitzen.
13. Vor dem Training mit dem Gerät sollten Sie sich immer sorgfältig aufwärmen, z. B. mit Dehnungsübungen.
14. Inkorrektes oder übermäßiges Training kann zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen führen.
15. Dieses Gerät kann von Kindern ab 12 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und/oder Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.

WARNUNG! 

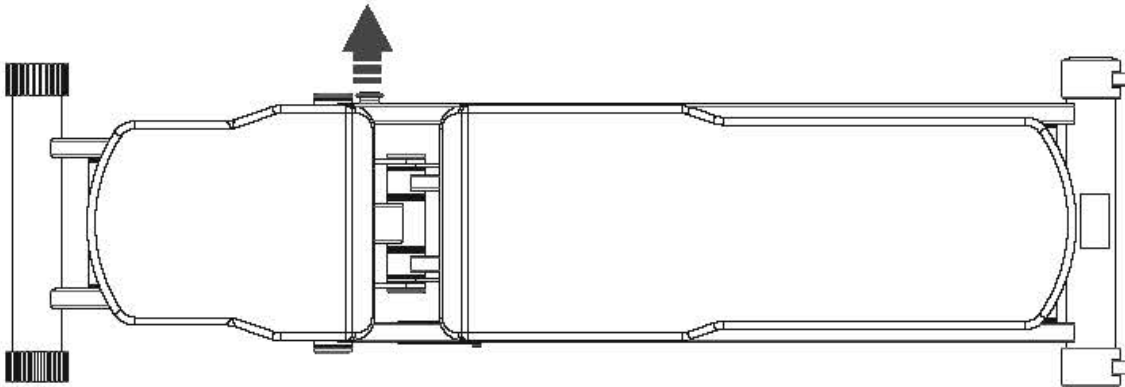
Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen. Dies ist insbesondere wichtig für Menschen über 35 Jahre oder für Menschen mit bestehenden Gesundheitsproblemen. Lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig, bevor Sie das Gerät benutzen. Bewahren Sie diese Anleitung auf.

Der Hersteller übernimmt keine Gewährleistung für Verletzungen oder Sachbeschädigungen, welche durch die Benutzung dieses Gerätes entstehen.

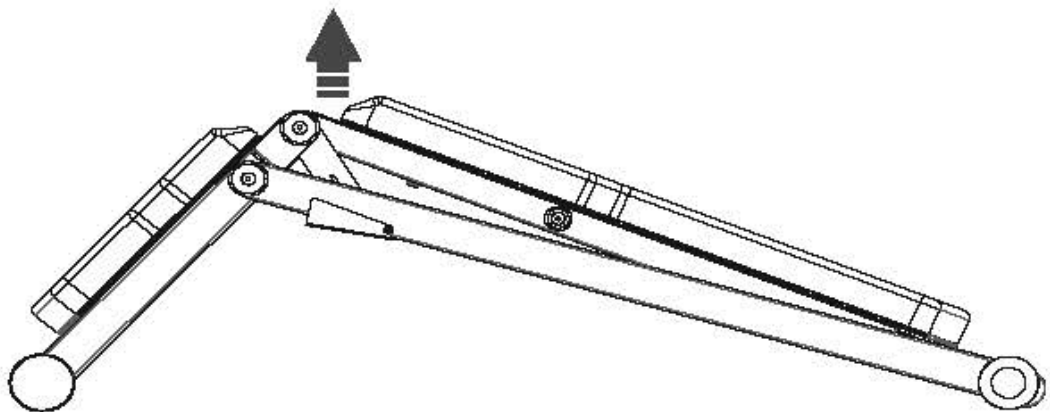
Aufstellen des Gerätes

Stellen Sie sicher, dass ausreichend Freiraum um das Gerät herum vorhanden ist und legen Sie die Trainingsbank flach auf den Boden.

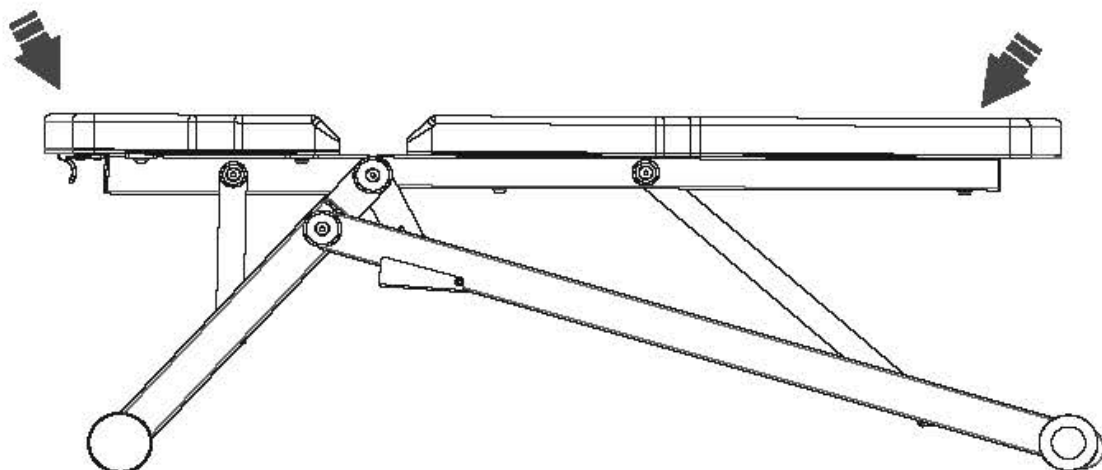
Entfernen Sie dann den Sicherheitspin:



Klappen Sie nun den Basisrahmen bis zu einem Winkel von ca. 65° aus und sichern Sie diese Position durch Einschieben des Sicherheitspins in eine der Bohrungen des hinteren Standbeinrahmens:



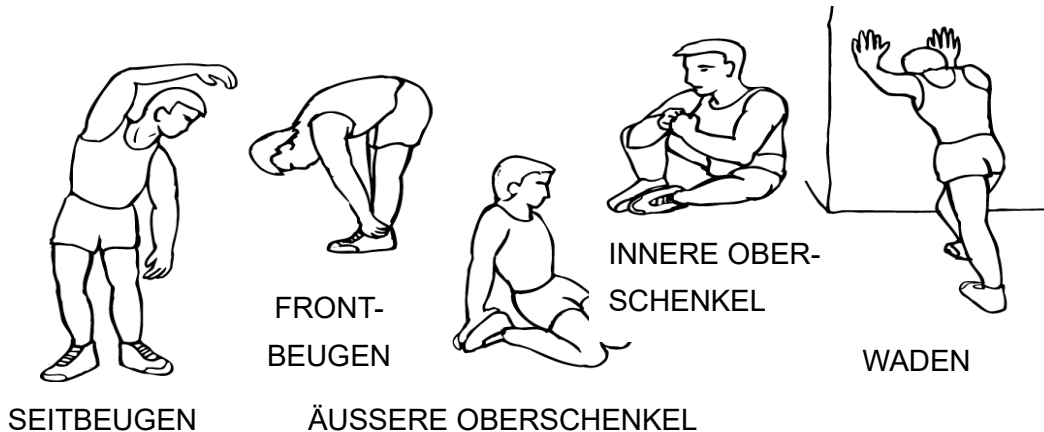
Anschließend bringen Sie Rückenlehne und Sitzpolster in die gewünschte Position:



ÜBUNGSANLEITUNG

1. Die Aufwärmphase

Die Phase verbessert den Blutfluss und hilft der Muskulatur, richtig zu arbeiten. Durch Aufwärmen wird das Risiko eines Krampfes oder von Muskelverletzungen reduziert. Es ist empfehlenswert, einige Dehnungsübungen auszuführen, wie unten beschrieben. Jede Dehnung sollte für ca. 30 Sekunden gehalten werden, dabei sollte keine Gewalt oder zu starker Druck ausgeübt werden – treten Schmerzen auf, hören Sie auf.



2. Die Trainingsphase

In dieser Phase sollten Sie Leistung bringen. Regelmäßiges Training wird Ihre Muskulatur stärker und flexibler werden lassen. Während des Trainings sollten Sie in einem gleichmäßigen Tempo arbeiten. Für die Trainingsbank gibt es zahlreiche Übungsmöglichkeiten für die gesamte Körpermuskulatur. Zusätzlich können Sie z. B. auch Hanteln (nicht inklusive) für die Übungsausführung benutzen. Am Besten informieren Sie sich bei Ihrem Physiotherapeuten oder auch alternativ im Internet bzw. in entsprechender Fachliteratur über die Übungsmöglichkeiten mit einer Hantelbank. Alle Übungsmöglichkeiten hier bildlich darzustellen, ist leider aus Platzgründen nicht möglich.

3. Die Abkühlphase (Cool Down)

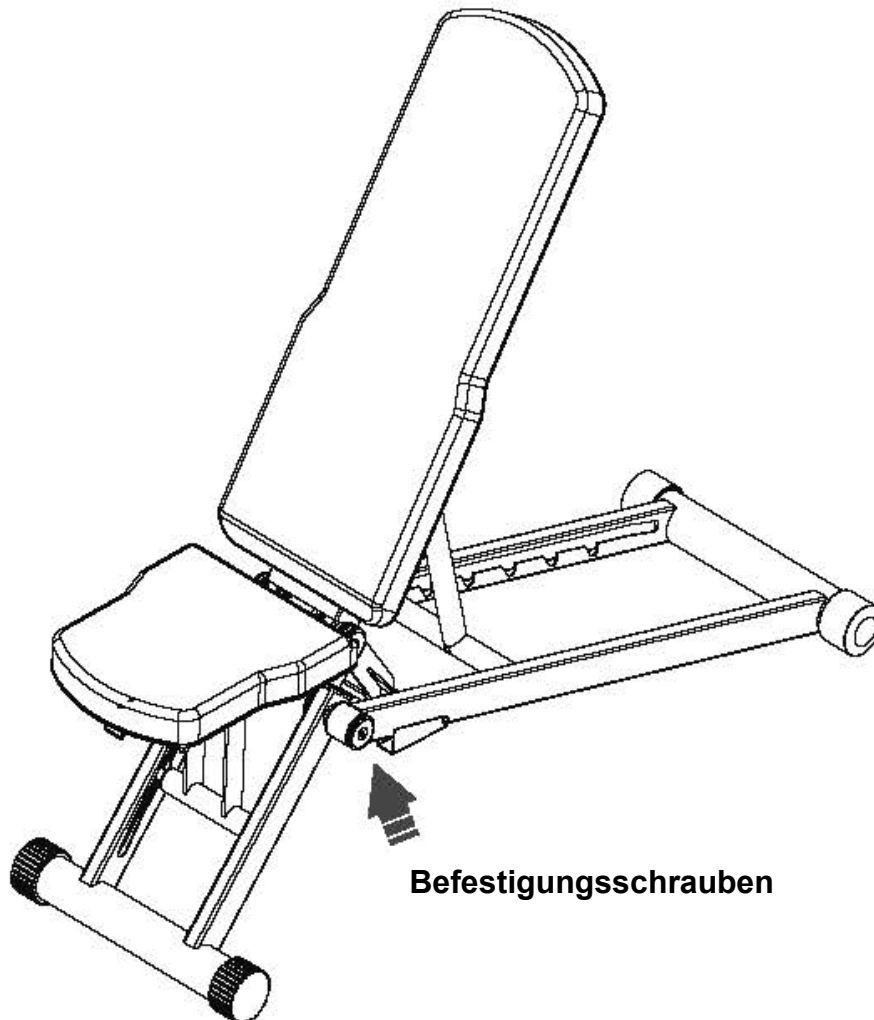
Diese Phase dient dazu, Ihre Muskeln wieder zu entspannen. Sie können z. B. die Dehnungsübungen aus der Aufwärmphase wiederholen – denken Sie wieder daran, keine Gewalt oder zu starken Druck bei der Dehnung auszuüben.

Je fitter Sie werden, umso länger und intensiver müssen Sie trainieren, um weitere Erfolge zu erzielen. Es ist empfehlenswert, mindestens 3-mal die Woche zu trainieren und – sofern möglich – die Trainingseinheiten gleichmäßig über die Woche zu verteilen.

Pflege & regelmäßige Kontrolle

Prüfen Sie in regelmäßigen Abständen den festen Sitz aller Verbindungen.

Prüfen Sie insbesondere die Befestigungsschrauben der Rückenlehne und ziehen Sie diese nach falls erforderlich:



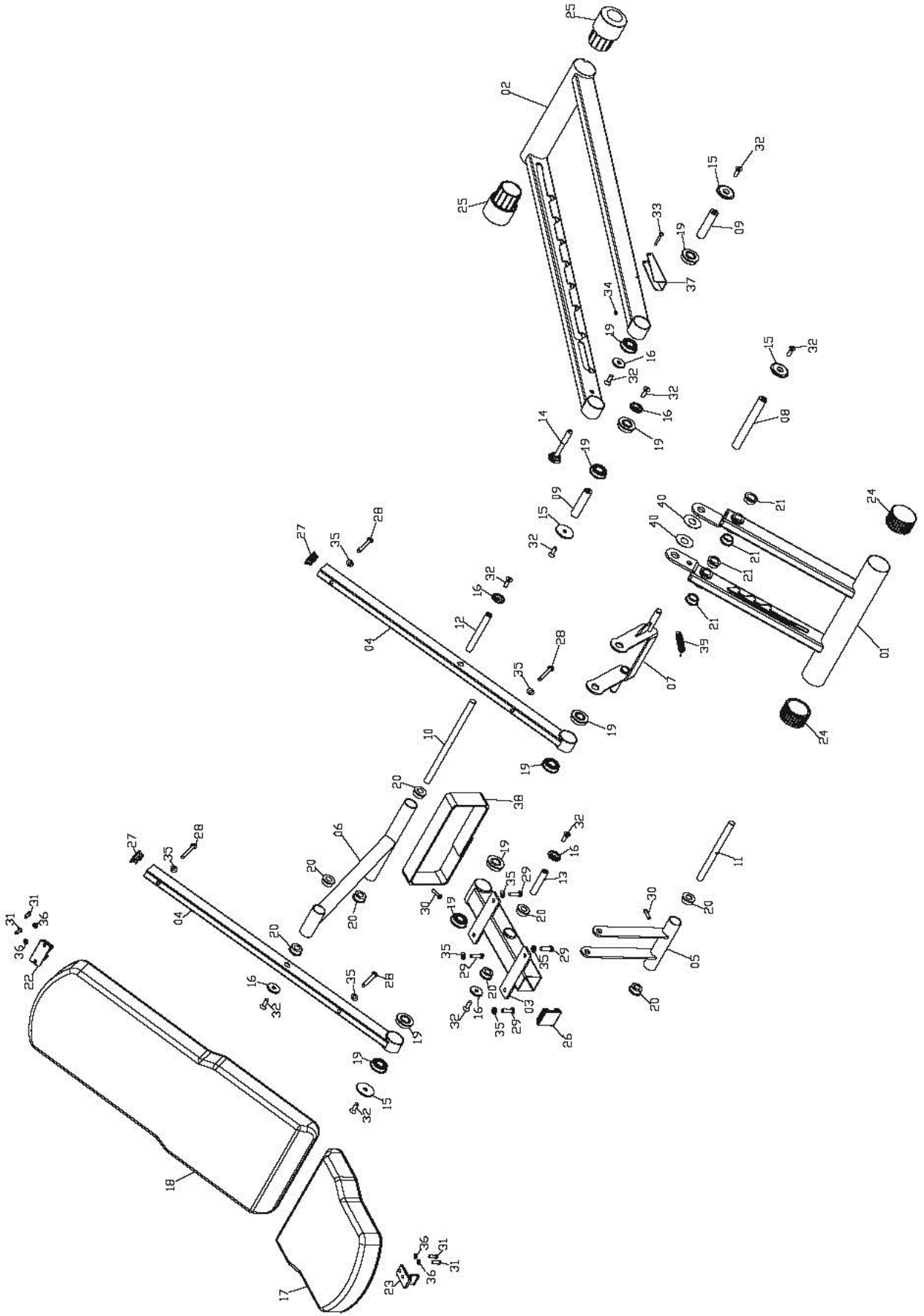
Bei Verstellung der Rückenlehne bzw. des Sitzpolsters stellen Sie sicher, dass die neue Position richtig eingerastet ist.

Zur Pflege des Gerätes ist es ausreichend, wenn Sie die Trainingsbank regelmäßig von Staub und Schmutz befreien. Benutzen Sie hierzu einen leicht angefeuchteten Lappen. Verwenden Sie keine scharfen / aggressiven Reiniger, da diese das Gerät beschädigen könnten.

Teilleiste

Teil Nr.	Beschreibung	Menge
01	Vorderer Standbeinrahmen	1
02	Hinterer Standbeinrahmen	1
03	Sitzrahmen	1
04	Rahmen für Rückenlehne	2
05	Stütze für Sitzpolster	1
06	Stütze für Rückenlehne	1
07	Verstellbarer Rahmen	1
08	Hauptverbindungsachse $\varnothing 20 \times 167L$	1
09	Achse für vorderes Standbein $\varnothing 20 \times 85L$	2
10	Achse für Rückenlehnenrahmen $\varnothing 15 \times 279L$	1
11	Achse für Sitzpolsterstütze $\varnothing 15 \times 196L$	1
12	Rückenlehnen-Verbindungsachse $\varnothing 15 \times 124,5L$	1
13	Sitzpolster-Verbindungsachse $\varnothing 15 \times 77,5L$	1
14	Sicherheitspin $\varnothing 33 \times \varnothing 12,7$	1
15	Unterlegscheibe $\varnothing 46 \times T5,0$	4
16	Unterlegscheibe $\varnothing 32 \times T5,0$	6
17	Sitzpolster T50 x 300 x 350	1
18	Rückenlehne T50 x 300 x 755	1
19	Buchse $\varnothing 46/\varnothing 42 \times 20 \times 13$	10
20	Buchse $\varnothing 32/\varnothing 28 \times 15 \times 13$	8
21	Buchse $\varnothing 32/\varnothing 28 \times 20 \times 13$	4
22	Runder Schnappverschluss	1
23	Schnappverschluss	1
24	Runde Außenkappe $\varnothing 60$	2
25	Fußkappe $\varnothing 60 \times 1,5$	2
26	Rechteckige Innenkappe $50 \times 1,5$	1
27	Rechteckige Innenkappe $20 \times 40 \times 2,0$	2
28	Schraube M8x65	4
29	Schraube M8x30	4
30	Schraube M6x25	2
31	Schraube M6x20	4
32	Schraube M8x25	10
33	Schraube M5x35	1
34	Mutter M5	1
35	Unterlegscheibe $\varnothing 8,5 \times \varnothing 16 \times T1,5$	8
36	Unterlegscheibe $\varnothing 6,5 \times \varnothing 12 \times T1,0$	4
37	U-Hebel	1
38	Gewebeband T1,5 x 20 x (460)	1
39	Feder	1
40	Unterlegscheibe $\varnothing 46 \times \varnothing 20,1 \times T1,0$	2

Explosionszeichnung



TECHNISCHE DATEN

Importeur / Inverkehrbringer	Cardiofitness GmbH & Co. KG, Friedrich-Ebert-Str. 75, 51429 Bergisch-Gladbach
Artikel	F-57283 HB 300x
Max. Benutzergewicht	150 kg (330 lb)
Standard / Norm	EN ISO 20957-1/2/3
Herkunftsland	Made in China

GARANTIE

Eingeschränkte Herstellergarantie

Cardiofitness GmbH & Co. KG gewährt bei Verwendung im Haushalt auf alle Teile eine Garantie für die untenstehende Zeitspanne ab dem Kaufdatum, wie im Kaufbeleg angegeben, oder, bei Lieferung ab Lieferdatum. Die Pflichten von Cardiofitness GmbH & Co. KG umfassen die Lieferung neuer oder aufbereiteter Teile nach Wahl von Cardiofitness GmbH & Co. KG und den technischen Support für unsere unabhängigen Händler und Serviceunternehmen. Bei Fehlen eines Händlers oder Serviceunternehmens wird diese Garantie von Cardiofitness GmbH & Co. KG direkt an den Kunden geleistet.

Die Garantiezeit gilt für die folgenden Bauteile:

Rahmen: 10 Jahre

Alle anderen Teile: 2 Jahre

ÜBLICHE PFLICHTEN DES VERBRAUCHERS

Diese Garantie gilt nur für Produkte, die im üblichen Rahmen für die Verwendung im Haushalt eingesetzt werden. Der Verbraucher ist für die folgenden Dinge verantwortlich:

1. Ordnungsgemäßer Gebrauch des Sportgeräts gemäß den Hinweisen dieser Gebrauchsanleitung, einschließlich Wartung.
2. Ordnungsgemäßer Anschluss an ein Stromnetz mit ausreichender Spannung, Austausch durchgebrannter Sicherungen, Reparatur loser Verbindungen oder Defekte der Haus- oder Einrichtungsverkabelung.
3. Kosten, um das Sportgerät für den Service zugänglich zu machen, einschließlich jeglicher Teile, die beim Versand ab Werk noch nicht Teil des Gerätes waren.
4. Schäden an der Geräteoberfläche während des Transports, der Installation oder der Folgeinstallation.

AUSSCHLÜSSE

Diese Garantie schließt Folgendes aus:

1. FOLGESCHÄDEN, KOLLATERALSCHÄDEN ODER BEILÄUFIG ENTSTANDENE SCHÄDEN WIE SACHSCHÄDEN UND ANFALLENDE NEBENKOSTEN, DIE INFOLGE EINES VERSTOSSES GEGEN DIESE SCHRIFTLICHE ODER EINE ANDERE IMPLIZIERTE GARANTIE ENTSTANDEN SIND.
2. Vergütungen für Kundendienstesätze an den Verbraucher. Vergütungen für Kundendienstesätze an den Händler, die nicht Störungen oder Defekte an Qualität oder Material betreffen, für Geräte, deren Garantiezeit abgelaufen ist, für Geräte, deren Vergütungszeit für Kundendienstesätze abgelaufen ist, für Geräte, die keinen Teileaustausch erfordern oder die nicht für die gewöhnliche Verwendung im Haushalt eingesetzt wurden.
3. Schäden aufgrund von Arbeiten, die nicht von autorisierten Serviceunternehmen durchgeführt wurden, von Teilen, die keine Originalteile von Cardiofitness sind, oder von externen Einflüssen wie Veränderungen, Modifikationen, Missbrauch, Fehlgebrauch, Unfälle, ungeeignete Wartung, ungeeignete Stromversorgung oder höhere Gewalt.
4. Produkte, bei denen die Original-Seriennummern entfernt oder verändert wurden.
5. Produkte, die verkauft, übertragen, getauscht oder an Dritte weitergegeben wurden.
6. Produkte, die als Ausstellungstücke in Geschäften verwendet werden.

7. DIESE GARANTIE ERSETZT AUSDRÜCKLICH ALLE ANDEREN AUSDRÜCKLICHEN ODER IMPLIZIERTEN GARANTIEEN, EINSCHLIESSLICH DEN GARANTIEEN FÜR ALLGEMEINE GEBRAUCHSTAUGLICHKEIT UND/ODER EIGNUNG FÜR EINEN BESTIMMTEN ZWECK.

KUNDENDIENST

Bewahren Sie Ihren Kaufbeleg auf. Vierundzwanzig (24) Monate ab dem Lieferdatum stellen die Garantiezeit dar, falls Serviceleistungen benötigt werden. Wenn Serviceleistungen erfolgen, sollten Sie in eigenem Interesse Belege verlangen und diese aufbewahren. Diese schriftliche Garantie verleiht Ihnen bestimmte gesetzliche Rechte. Je nach Bundesstaat besitzen Sie auch andere Rechte. Serviceleistungen unter dieser Garantie müssen durch die folgenden Schritte in dieser Reihenfolge beantragt werden:

1. Wenden Sie sich an Ihren Fachhändler. ODER
2. Wenden Sie sich an Ihr örtliches Cardiofitness Serviceunternehmen.
3. Wenn Zweifel bestehen, wo die Serviceleistungen beantragt werden sollen, wenden Sie sich an unsere Serviceabteilung unter info@cardiofitness.de.
4. Die Pflichten von Cardiofitness aufgrund dieser Garantie sind begrenzt auf die Reparatur oder den Austausch des Produktes, nach Wahl von Cardiofitness, durch eines unserer autorisierten Servicecenter. Alle Reparaturen müssen im Vorfeld von Cardiofitness genehmigt werden.
5. Der Eigentümer ist verantwortlich für die ausreichende Verpackung beim Versand an Cardiofitness. Cardiofitness haftet nicht für Transportschäden. Machen Sie alle Schadensersatzansprüche für Transportschäden bei dem entsprechenden Transportunternehmen geltend. SENDEN SIE KEINE GERÄTE OHNE RÜCKSENDENUMMER AN UNSER UNTERNEHMEN. Die Annahme aller Geräte, die ohne Rücksendenummer bei uns eintreffen, wird verweigert.
6. Für weitere Informationen oder zur Kontaktaufnahme mit unserer Serviceabteilung per Post, senden Sie Ihr Anliegen bitte an:

Cardiofitness GmbH & Co. KG, Friedrich-Ebert-Str. 75, 51429 Bergisch-Gladbach

Cardiofitness behält sich das Recht vor, die beschriebenen oder abgebildeten Produkteigenschaften oder -spezifikationen ohne Vorankündigung zu verändern. Alle Garantien werden gewährt von Cardiofitness GmbH & Co. KG.

Cardiofitness GmbH & Co. KG

Friedrich-Ebert-Str. 75

51429 Bergisch-Gladbach

info@cardiofitness.de

GB CONTENTS

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS.....	13
SET-UP.....	14
EXERCISE INSTRUCTIONS.....	15
CARE & REGULAR INSPECTION.....	16
PARTS LIST.....	17
EXPLODED VIEW.....	18
TECHNICAL SPECIFICATIONS.....	19



ATTENTION!

This device is intended for use in private homes only.

Any other use leads to the loss of warranty and may cause serious hurts or damages.

Any exercise program may endanger your health. Ask your physician before starting any exercise program with this appliance.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

Dear customer,

be sure to read the entire manual before you assemble or operate your machine. This manual contains important information regarding your safety.

Important Safety Precautions

Note the following safety precautions:

1. Keep children and pets away from the machine at all times. DO NOT leave children unattended in the same room with the machine.
2. Disabled persons should not use the machine without a qualified person or physician, who can provide qualified surveillance and assistance. The device is not suitable for children below the age of 12.
3. If the user experiences dizziness, nausea, chest pain, or any other abnormal symptoms, STOP the workout immediately. CONSULT A PHYSICIAN IMMEDIATELY.
4. Position the machine on a plain, leveled surface. DO NOT use the machine near liquids or outdoors. Use a floor or carpet protection.
5. Use the machine only for its intended use as described in this manual. DO NOT use attachments not recommended by the manufacturer.
6. Do not attach any additional components to the device to avoid injuries.
7. Before using the equipment, check if all nuts and bolts are securely tightened.
8. The safety of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear. If you find any defective components while assembling or checking the equipment or if you hear any unusual noises coming from the equipment, stop immediately. Do not use the equipment until the problem has been rectified.
9. Never operate the device if it is not functioning properly.
10. Only one person at a time should use the machine (max. capacity = 150 kg / 330 lb).
11. Never use abrasives to clean the device. Remove drops of sweat immediately after finishing your workout.
12. Always wear appropriate workout clothing when exercising. Running or aerobic shoes are also required when using the machine.
13. Before using the device, always do stretching exercises to properly warm up.
14. Incorrect or excessive exercise can lead to serious health problems.
15. This device may be used by children aged 12 and over and by people with reduced physical, sensory or mental abilities or a lack of experience and/or knowledge if they are supervised or have received instruction on how to use the device safely and understand the dangers resulting from this.

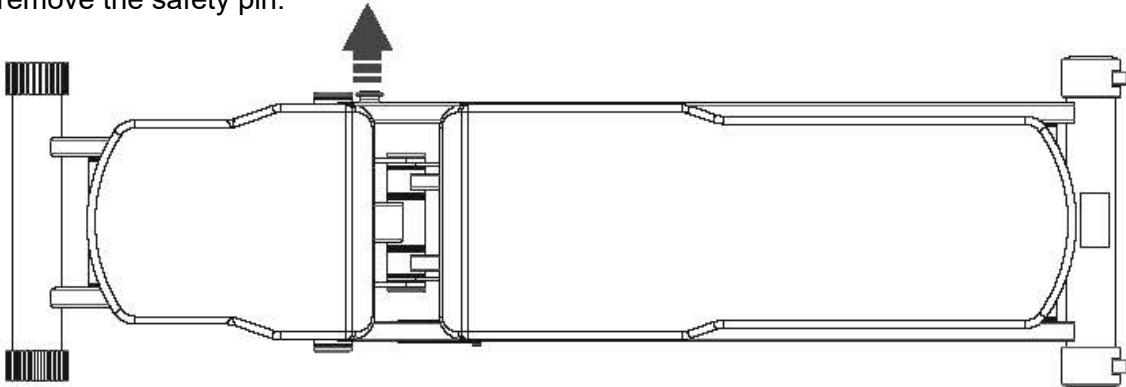
WARNING

BEFORE BEGINNING ANY EXERCISE PROGRAM, CONSULT YOUR PHYSICIAN FIRSTLY. THIS IS ESPECIALLY IMPORTANT FOR INDIVIDUALS OVER THE AGE OF 35 OR PERSONS WITH PRE-EXISTING HEALTH PROBLEMS. READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING ANY FITNESS EQUIPMENT. KEEP THESE INSTRUCTIONS.

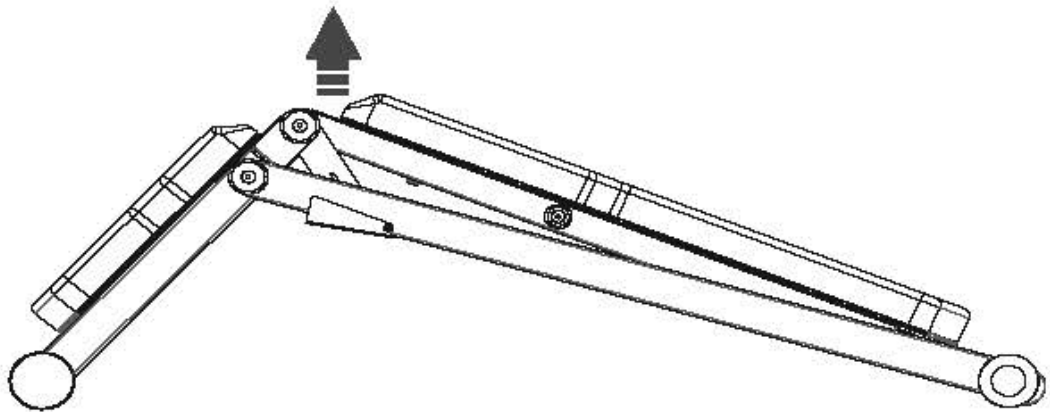
THE MANUFACTURER ASSUMES NO RESPONSIBILITY FOR PERSONAL INJURY OR PROPERTY DAMAGE OBTAINED BY OR THROUGH THE USE OF THIS PRODUCT.

Set-up

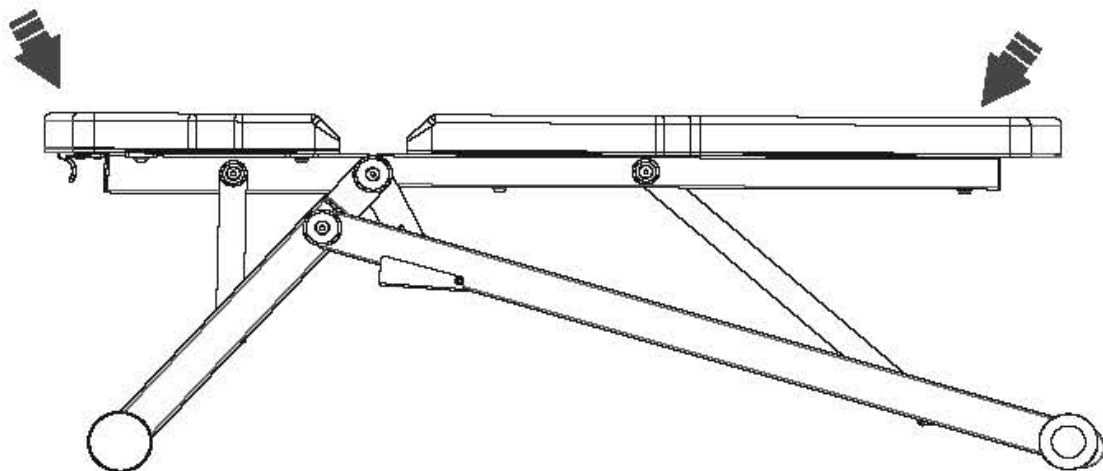
Make sure there is enough space around the device and place the training bench flat on the floor. Then remove the safety pin:



Now fold out the base frame up to an angle of approx. 65° and secure this position by inserting the safety pin into one of the holes of the rear leg frame:



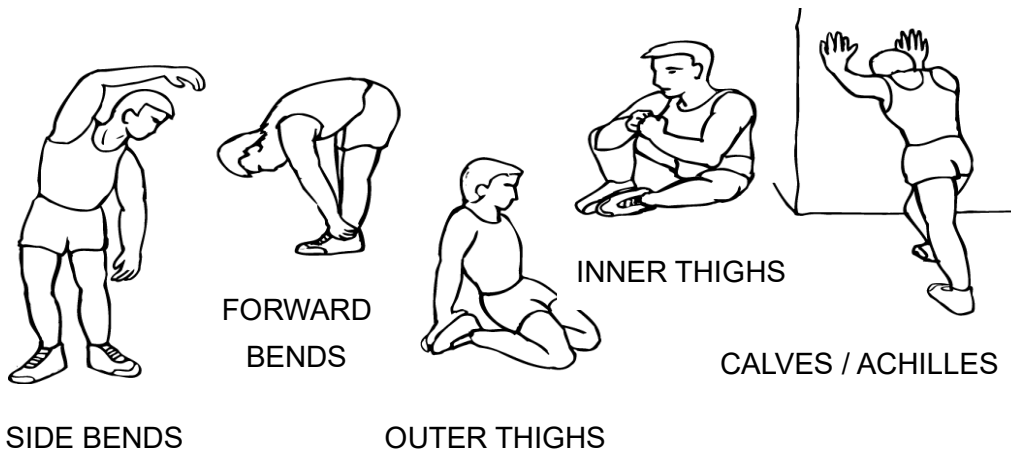
Then move the backrest and seat cushion to the desired position:



EXERCISE INSTRUCTIONS

1.The Warm Up Phase

This stage helps to improve the blood circulation and prepares the muscles for your workout. It additionally helps to reduce the risk of injury or cramps. It is recommended to do some stretching exercises as shown here below. Hold each stretching position for approximately 30 seconds. Never force or jerk yourself into a stretching position – if you feel pain, STOP immediately.



2.The Exercise Phase

This stage demands the most training effort. Correct workouts will support your leg muscles becoming more flexible and stronger – however, it is important to maintain a steady workout speed throughout the complete workout session. For the training bench there are numerous exercise possibilities for the entire body musculature. In addition, you can also use e.g. dumbbells (not included) for the exercise. The best thing to do is to ask your physiotherapist or alternatively consult the Internet or relevant specialist literature for information about the exercise possibilities with a weight bench. Unfortunately, it is not possible to show all exercise possibilities here due to lack of space.

3. The cool-down phase

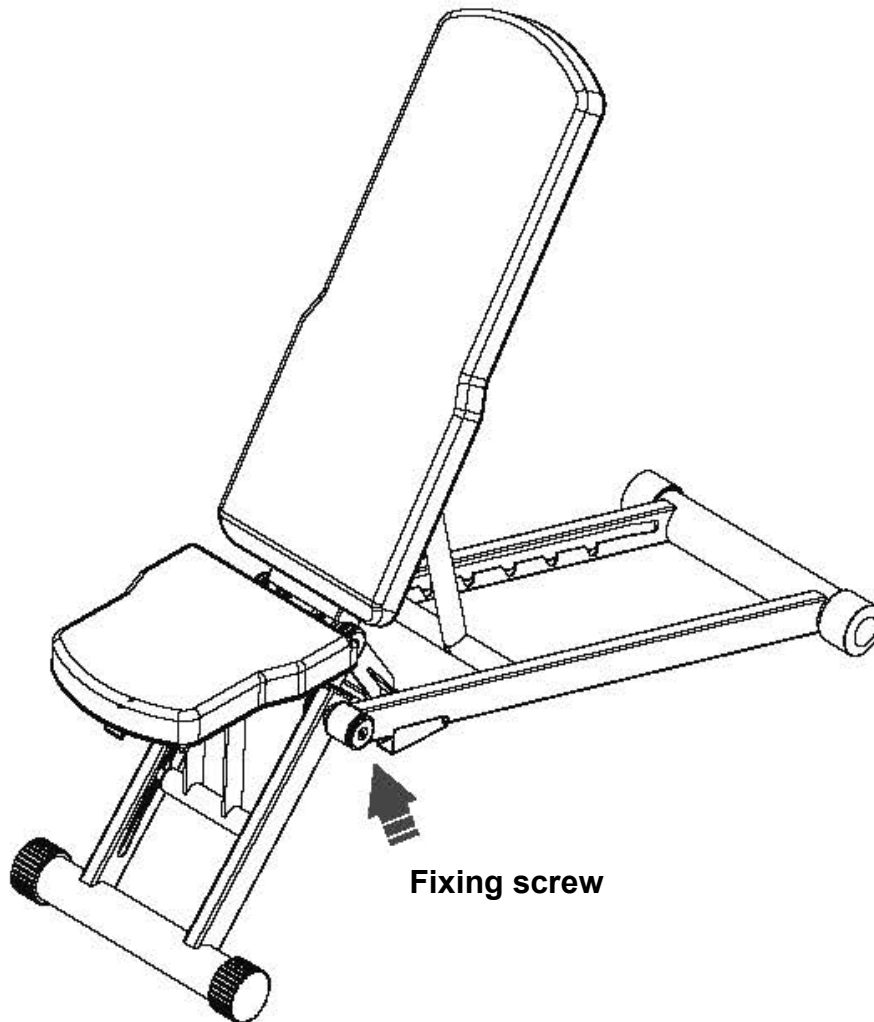
This phase serves to relax your muscles after the workout. You may repeat the stretching exercises from the warm-up phase - but remember not to use force or excessive pressure when stretching.

The fitter you become, the longer and more intensive you have to train in order to achieve further success. It is recommended to train at least 3 times a week and - if possible - to distribute the training units evenly throughout the week.

Care & regular inspection

Check the tightness of all connections at regular intervals.

In particular, check the fixing screws of the backrest and tighten them if necessary:



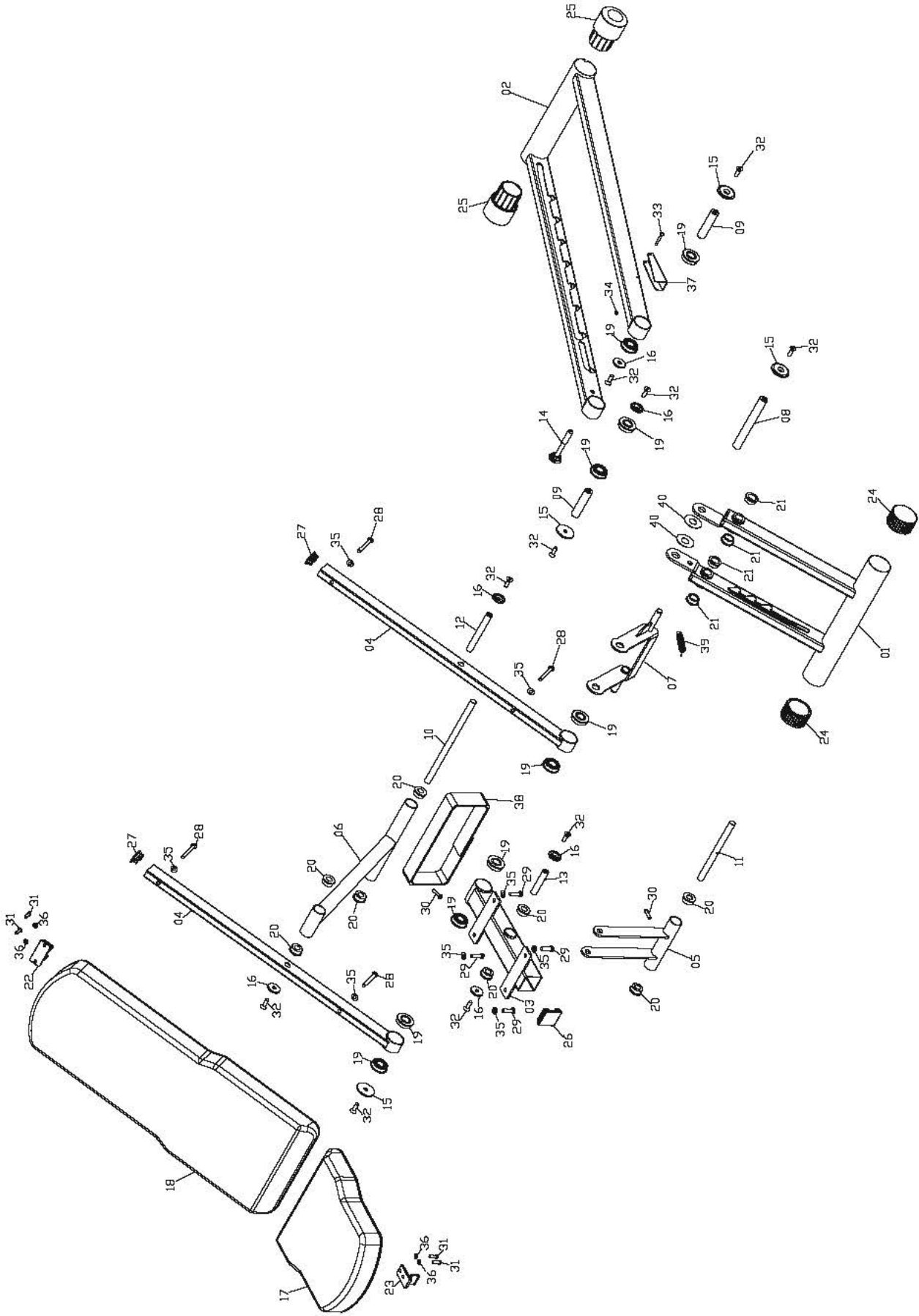
When adjusting the backrest or seat cushion, make sure that the new position is correctly engaged.

For the maintenance of the device it is sufficient to clean the training bench regularly from dust and dirt. Use a slightly moistened cloth for this purpose. Do not use any harsh / aggressive cleaners, as these could damage the device.

Parts list

Part No.	Description	Q'ty
01	Front support leg	1
02	Rear support leg	1
03	Seat frame	1
04	Backrest frame	2
05	Seat support post	1
06	Backrest support post	1
07	Adjustable support frame	1
08	Main connecting axle $\varnothing 20 \times 167L$	1
09	Front support leg axle $\varnothing 20 \times 85L$	2
10	Backrest support axle $\varnothing 15 \times 279L$	1
11	Seat support axle $\varnothing 15 \times 196L$	1
12	Backrest connecting axle $\varnothing 15 \times 124.5L$	1
13	Seat connecting axle $\varnothing 15 \times 77.5L$	1
14	Safety pin $\varnothing 33 \times \varnothing 12.7$	1
15	Washer $\varnothing 46 \times T5.0$	4
16	Washer $\varnothing 32 \times T5.0$	6
17	Seat T50 x 300 x 350	1
18	Backrest T50 x 300 x 755	1
19	Bushing $\varnothing 46/\varnothing 42 \ 20 \times 13$	10
20	Bushing $\varnothing 32/\varnothing 28 \ 15 \times 13$	8
21	Bushing $\varnothing 32/\varnothing 28 \ 20 \times 13$	4
22	Round snaplock	1
23	Snaplock	1
24	Round outer cap $\varnothing 60$	2
25	Footcap $\varnothing 60 \times 1.5$	2
26	Square inner cap 50×1.5	1
27	Square inner cap $20 \times 40 \times 2.0$	2
28	Screw M8x65	4
29	Screw M8x30	4
30	Screw M6x25	2
31	Screw M6x20	4
32	Screw M8x25	10
33	Screw M5x35	1
34	Nut M5	1
35	Washer $\varnothing 8,5 \times \varnothing 16 \times T1.5$	8
36	Washer $\varnothing 6,5 \times \varnothing 12 \times T1.0$	4
37	U-shaped push lever	1
38	Fabric band T1.5 x 20 x (460)	1
39	Spring	1
40	Washer $\varnothing 46 \times \varnothing 20.1 \times T1.0$	2

Explosion drawing



TECHNICAL SPECIFICATIONS

Importer / Distributor	Cardiofitness GmbH & Co. KG, Friedrich-Ebert-Str. 75, 51429 Bergisch-Gladbach
Item	F-57283 HB 300x
Max. user weight	150 kg (330 lb)
Standard / Norm	EN ISO 20957-1/2/3
Country of origin	Made in China

Cardiofitness GmbH & Co. KG
Friedrich-Ebert-Str. 75
51429 Bergisch-Gladbach
info@cardiofitness.de