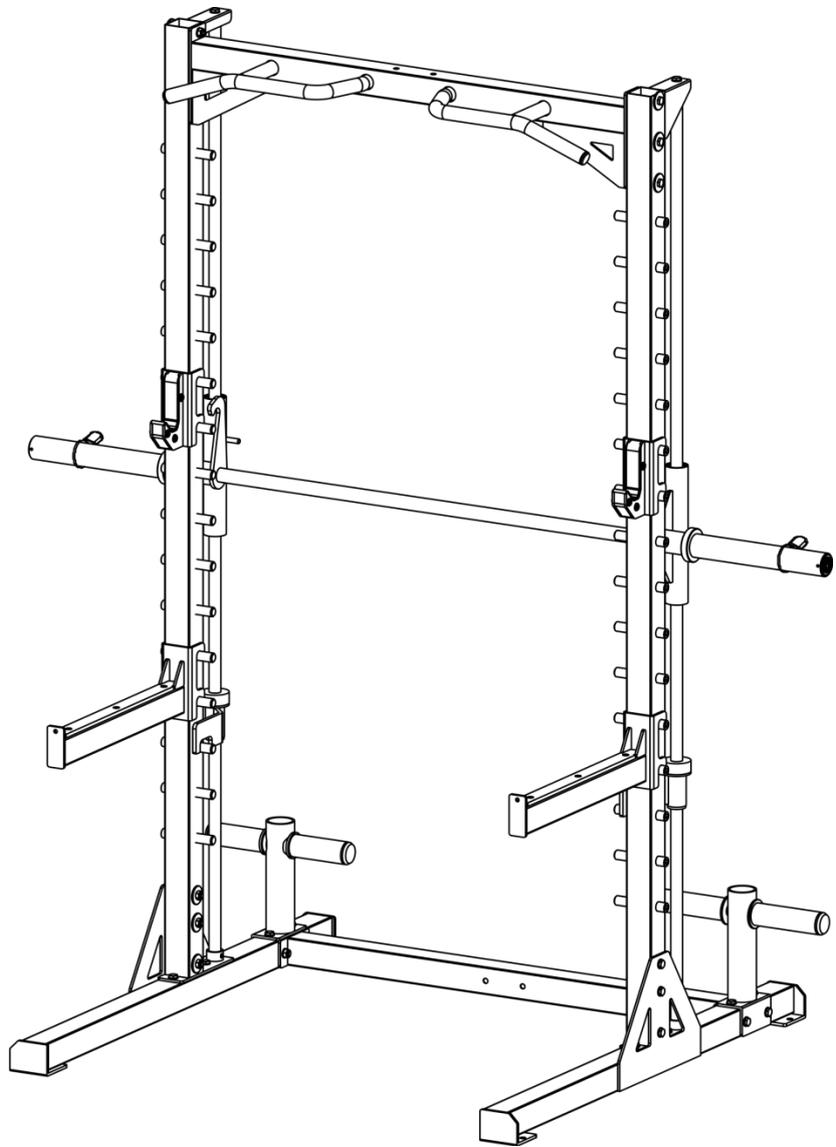


fuel

HR 500



DE **Benutzerhandbuch (Seite 2)**

GB **User manual (page 13)**



Art. F-57275

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
MONTAGEANLEITUNG.....	4
TEILELISTE.....	8
ÜBUNGSHINWEISE.....	9
TECHNISCHE DATEN.....	11
GARANTIE.....	11



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. Das Gerät darf immer nur von einer Person benutzt werden (max. Gewichtsbelastung = 272 kg / 600 lb).
3. Sollten Sie Schwindel, Übelkeit, Brustschmerzen oder andere unnormale Symptome feststelle, 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. Achten Sie darauf, dass keine Finger, andere Körperteile oder Gegenstände in den Bereich sich bewegender Geräteteile gelangen.
7. Bevor Sie das Gerät benutzen, prüfen Sie alle Schrauben und Muttern auf korrekten Sitz.
8. Achten Sie darauf, dass Sie keine einstellbaren Teile überstehend / spitz am Gerät belassen, wenn dieses nicht mehr benutzt wird.
9. 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.
10. Tragen Sie immer Trainingskleidung, die für ein Fitnessstraining geeignet ist, wenn Sie auf dem Gerät trainieren. Tragen Sie keine Roben oder Kleidung, die sich im Gerät verfangen könnte.
11. Vor dem Training mit diesem Gerät sollten Sie sich immer sorgfältig aufwärmen, z. B. mit Dehnungsübungen.
12. Inkorrektes oder exzessives Training kann zu Gesundheitsproblemen führen. Steigern Sie Ihr Training nur allmählich und benutzen Sie das Gerät nur entsprechend Ihren Kenntnissen.

WARNUNG! 

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

MONTAGEANLEITUNG

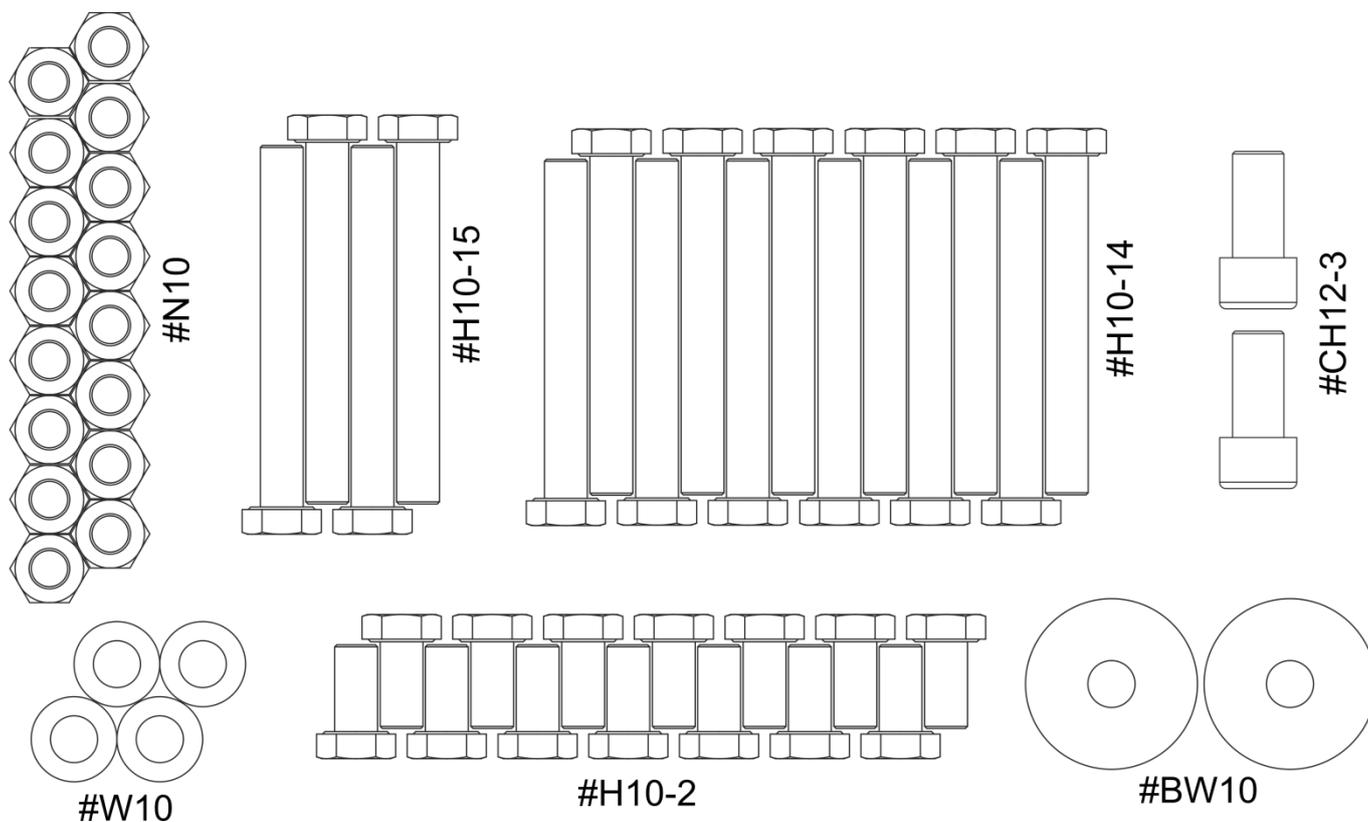
Vor dem Aufbau

- Stellen Sie sicher, dass ausreichend Freiraum um das Gerät herum vorhanden ist.
- Prüfen Sie, ob alle benötigten Teile vorhanden sind.
- Sie benötigen folgendes Werkzeug zum Aufbau: Innensechskantschlüsselsatz, Steckschlüsselsatz, Maulschlüsselsatz, ggf. einen Gummihammer und ein Maßband.

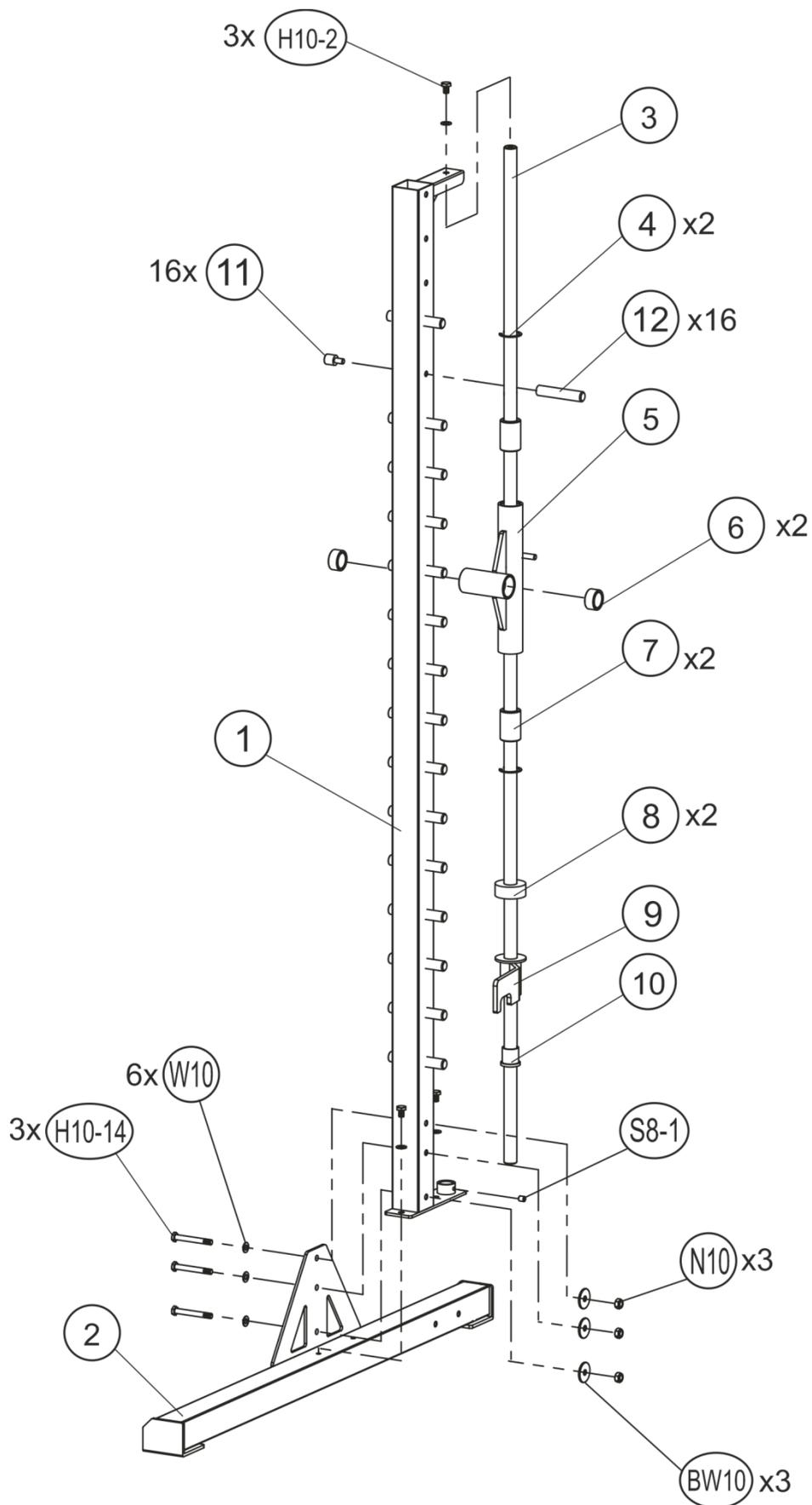
Evtl. sind schon einige Teile vormontiert.

Bauen Sie das Gerät mit mindestens 3 Personen auf!

Kleinteile:

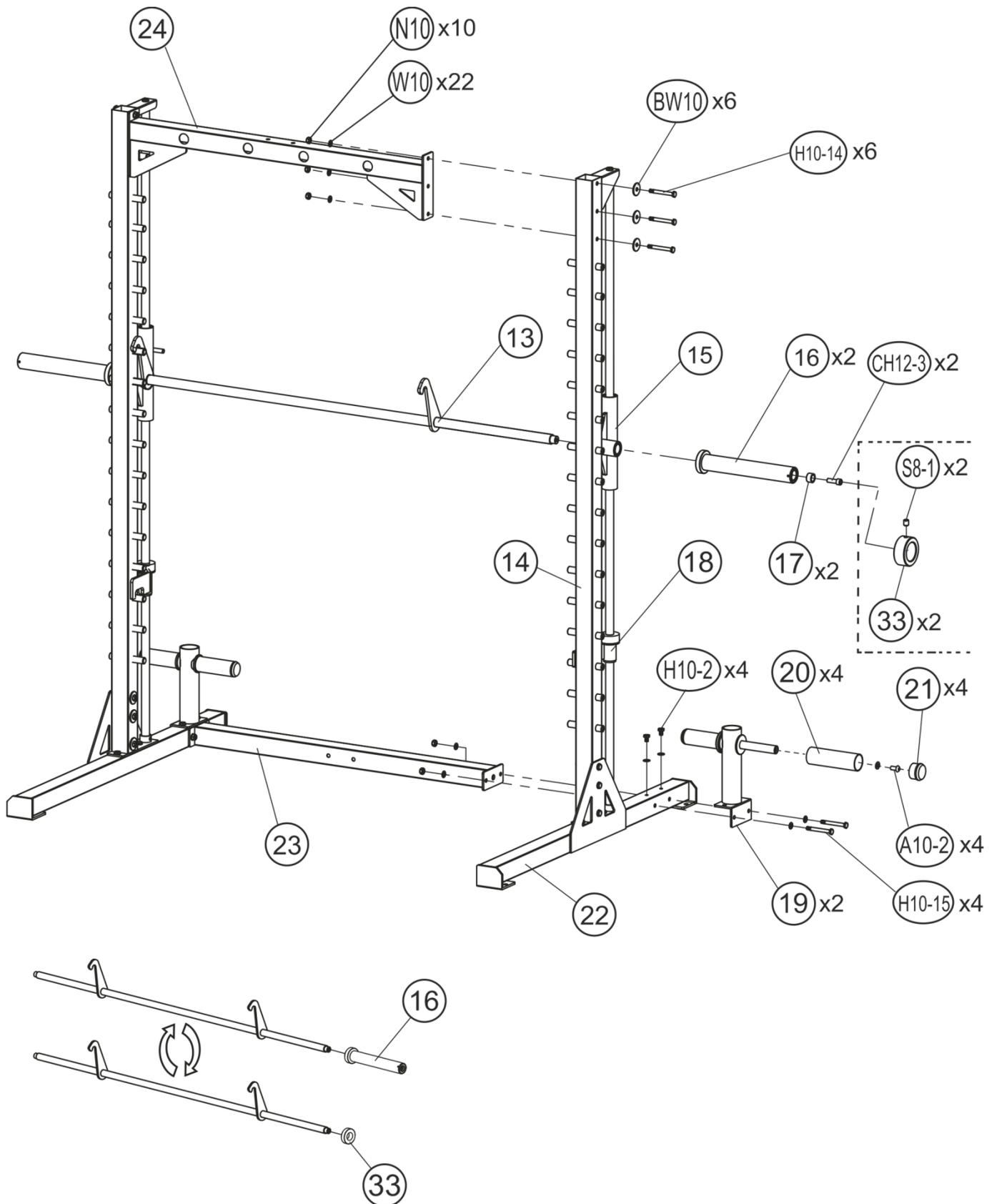


Schritt 1:



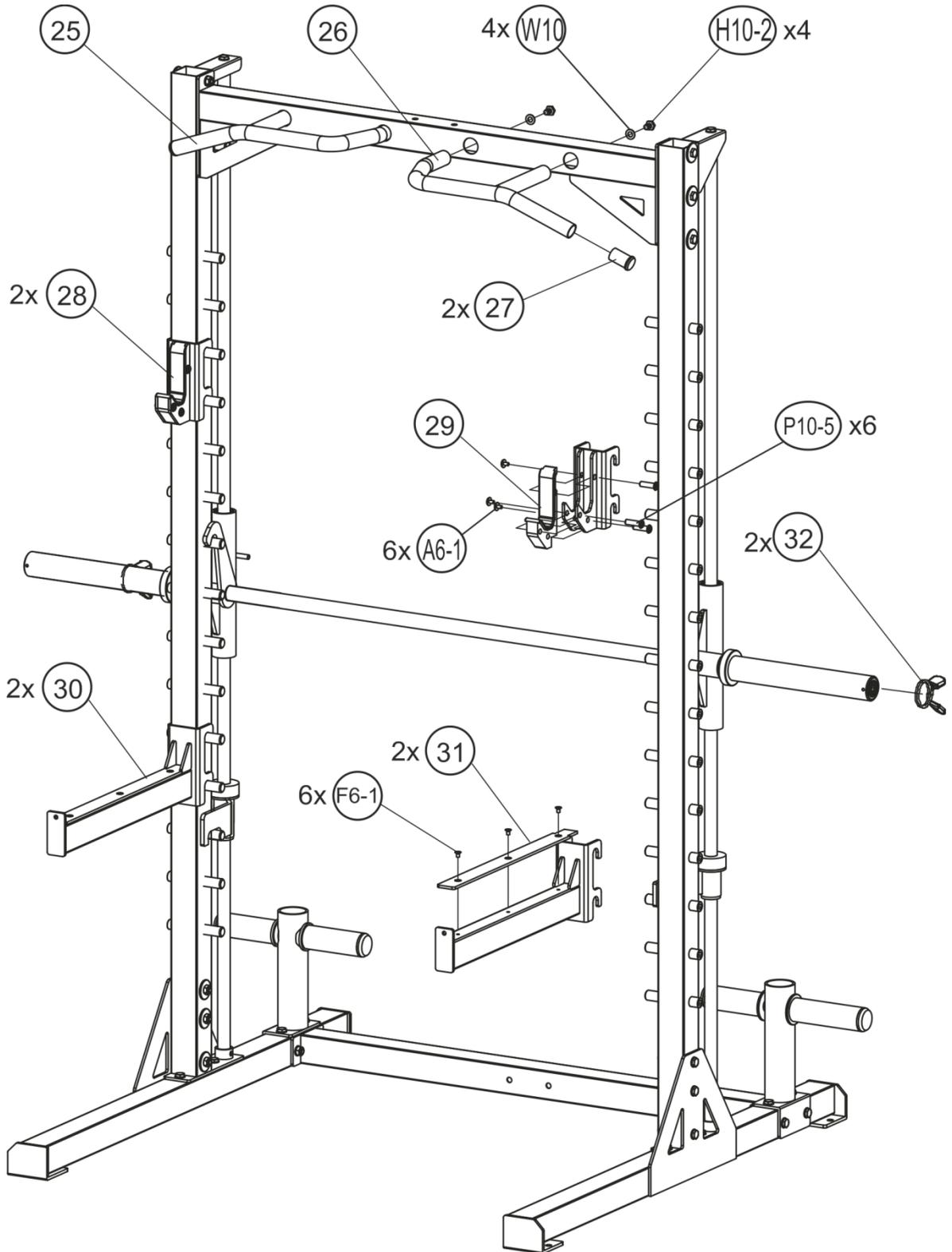
Montieren Sie die Teile (1) bis (11) wie dargestellt und stellen Sie sicher, dass alle Verbindungen gut festgezogen sind. Dieser Schritt muss für beide Seiten ausgeführt werden.

Schritt 2:



Bringen Sie die weiteren Teile laut Abbildung an. Beachten Sie, dass für Hantelscheiben mit 30mm-Bohrung das Abstandsstück (33) verwendet werden muss – Hantelscheiben mit 50mm-Bohrung benötigen hingegen die Hülse (16).

Schritt 3:



Im letzten Schritt werden die Griffe und Halterungen wie dargestellt montiert.



ACHTUNG!

Stellen Sie sicher, dass alle Schrauben nach der Installation fest angezogen sind.

TEILELISTE

Teil Nr.	Beschreibung	Menge	Bemerkung
1	Front-Vertikalstütze, rechts	1	
2	Rechtes Basisrohr	1	
3	Vordere Führungsstange	2	
4	Haltering	4	Vormontiert
5	Rechtes Lagergehäuse	1	
6	Kupferabdeckung	4	Vormontiert
7	Lineares Lager	4	Vormontiert
8	Gummistopper	2	
9	Hantelstopper, rechts	1	
10	Führungshülse	2	Vormontiert
11	Kurzes Rohr	32	
12	Langes Rohr	32	
13	Hantelstange	1	
14	Front-Vertikalstütze, links	1	
15	Linkes Lagergehäuse	1	
16	Stangenhülse	2	
17	Scheibe	2	
18	Hantelstopper, links	1	
19	Stangenhalter	2	
20	Hülse	4	Vormontiert
21	Innere Kappe ø48mm	4	
22	Linkes Basisrohr	1	
23	Unterer Querrahmen	1	
24	Oberer Querrahmen	1	
25	Rechter Griff	1	
26	Linker Griff	1	
27	Innere Kappe ø30mm	2	Vormontiert
28	J-Halter	2	
29	Halter	2	Vormontiert
30	Hantelablage	2	
31	Große Gummiablage	2	Vormontiert
32	Schnellverschluss	2	
33	Abstandsstück	2	
A6-1	Inbusschraube M6x10mm	6	Vormontiert
F6-1	Flachkopfschraube M6x10	6	Vormontiert
S8-1	Schraubenset M8x10mm	4	Vormontiert
P10-5	Positionierungsschraube M10x35	6	Vormontiert
A10-2	Inbusschraube M10x20mm	4	Vormontiert
H10-2	Sechskantschraube M10x20mm	14	

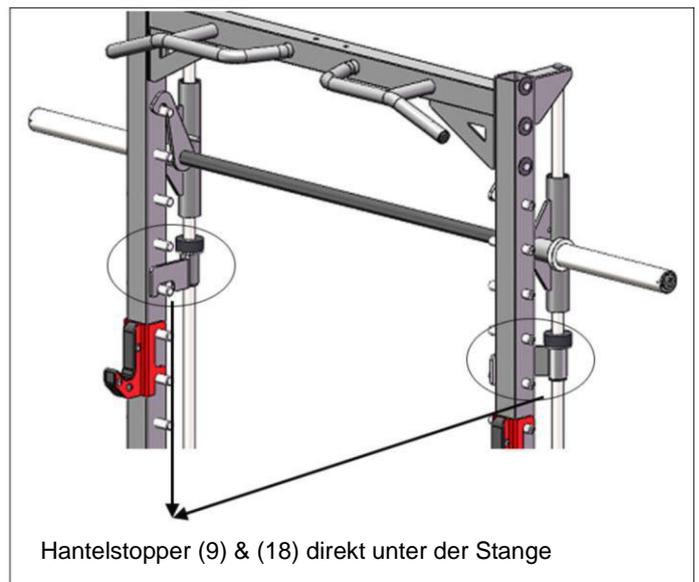
Teil Nr.	Beschreibung	Menge	Bemerkung
H10-14	Sechskantschraube M10x80mm	12	
H10-15	Sechskantschraube M10x85mm	4	
CH12-3	Schraube M12x25mm	2	
BW10	Große Unterlegscheibe 10mm	12	
W10	Unterlegscheibe 10mm	38	
N10	Mutter M10	16	

ÜBUNGSHINWEISE

Beachten Sie aus Sicherheitsgründen die folgenden Punkte hinsichtlich der Übungsausführung:

Bei Übungen OHNE Benutzung der Hantelstange (13), wie z. B. Klimmzüge oder Übungen mit einer separaten Hantelstange:

- 1) Haken Sie die Hantelstange in der oberen Position ein und stellen Sie sicher, dass diese gesichert ist.
- 2) Platzieren Sie die Hantelstopper (9) & (18) zur Sicherheit direkt unter der Hantelstange.

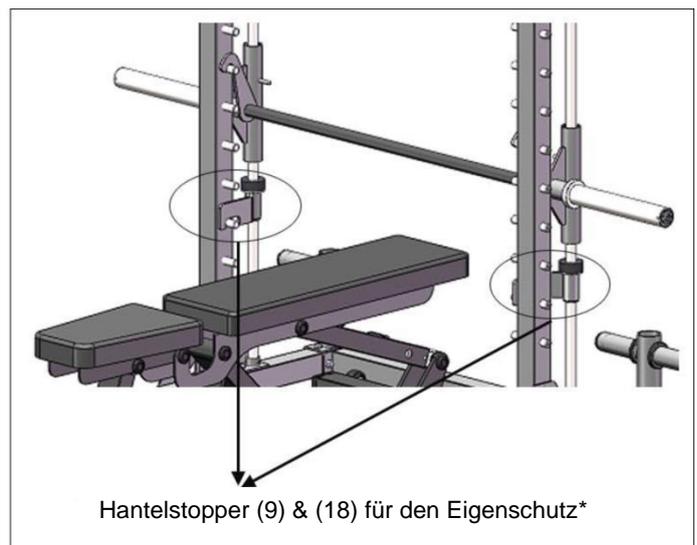


Bei Übungen MIT Verwendung der Hantelstange (13), z. B. Bankdrücken oder Kniebeugen:

- 1) Entfernen Sie die J-Halter (28) und die Hantelablagen (30) und legen Sie sie zur Seite.



- 2) Haken Sie die Hantelstange (13) in der gewünschten Höhe ein und platzieren Sie die Hantelstopper (9) & (18) in einer geeigneten Position für den Eigenschutz, beispielsweise wenn die Stange fällt.



** Darstellung dient nur dem besseren Verständnis, bitte finden Sie die für Sie individuell geeignete Positionierung der Hantelstopper.*

TECHNISCHE DATEN

Importeur / Inverkehrbringer	Cardiofitness GmbH & Co. KG, Friedrich-Ebert-Str. 75, 51429 Bergisch-Gladbach
Artikel	F-57275 HR500
Max. Benutzergewicht	272 kg (600 lb)
Gerätemaße ca.	1940 x 1210 x 2150 mm
Anwendung / Klasse	H (Heim/Home)
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. Kosten, um das Sportgerät für den Service zugänglich zu machen, einschließlich jeglicher Teile, die beim Versand ab Werk noch nicht Teil des Gerätes waren.
3. 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 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 Ausstellungsstücke in Geschäften verwendet werden.

7. DIESE GARANTIE ERSETZT AUSDRÜCKLICH ALLE ANDEREN AUSDRÜCKLICHEN ODER IMPLIZIERTEN GARANTIEN, EINSCHLIESSLICH DEN GARANTIEN 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.....	14
ASSEMBLY INSTRUCTIONS.....	15
PARTS LIST.....	19
EXERCISE HINTS.....	20
TECHNICAL SPECIFICATIONS.....	22



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.

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. Only one person at a time should use the machine (max. capacity = 272 kg / 600 lb).
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 device on a plain, levelled 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. Pay attention that no fingers, other parts of the body or objects come into the range of moving parts of the device.
7. Before using the equipment, check if all nuts and bolts are securely tightened.
8. Any of the adjustment devices should not be left projecting when not in use.
9. 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.
10. Always wear appropriate workout clothing when exercising. DO NOT wear robes or other clothing that could become caught in the equipment.
11. Before using the device, always do stretching exercises to properly warm up.
12. Use the equipment and start your training step by step, because injuries to health may result from incorrect or excessive training.

WARNING 

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

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

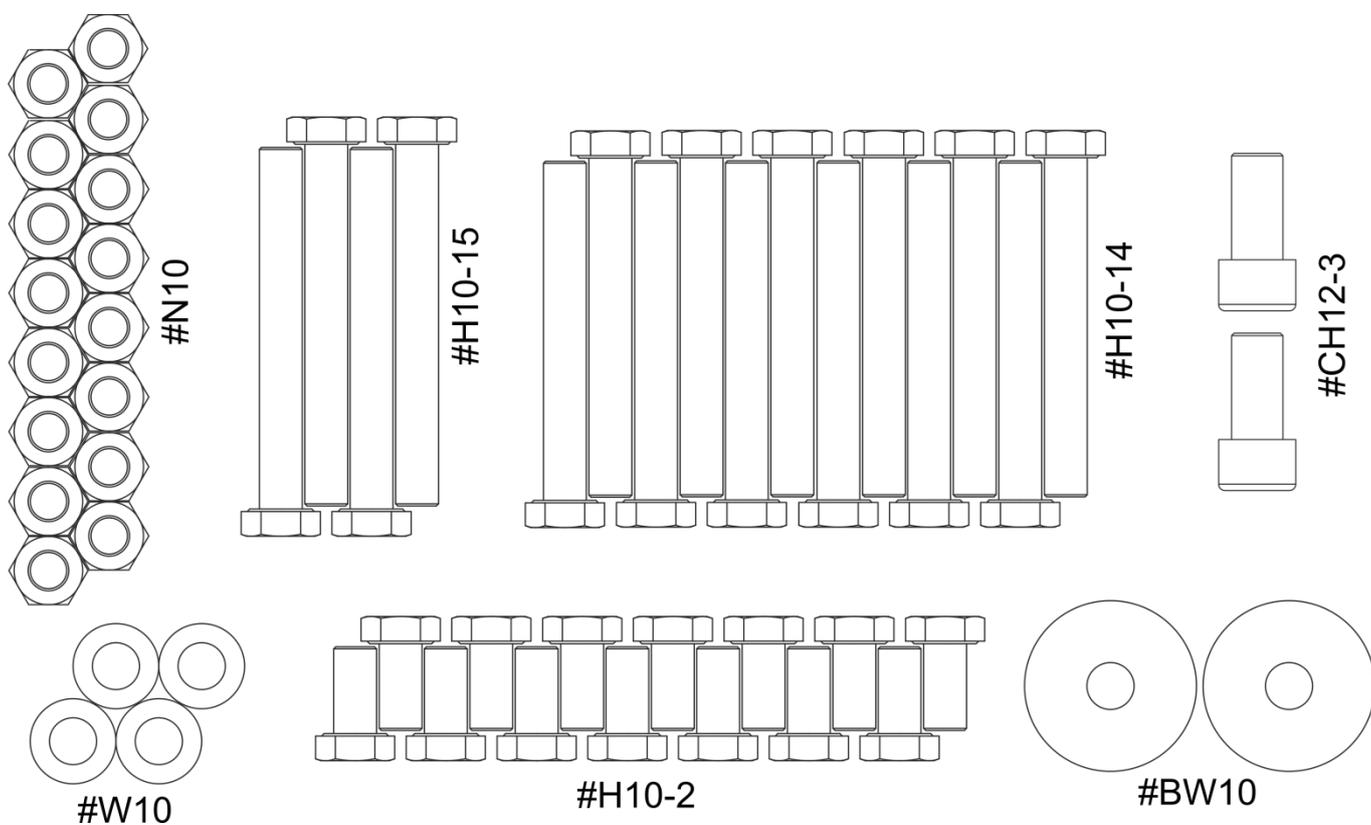
Before assembling

- Make sure that you will have enough space around the item
- Check if all needed parts are available
- You need the following tools for assembling: Allen wrench set, Socket wrench set, Combination wrench, rubber mallet and tape measure.

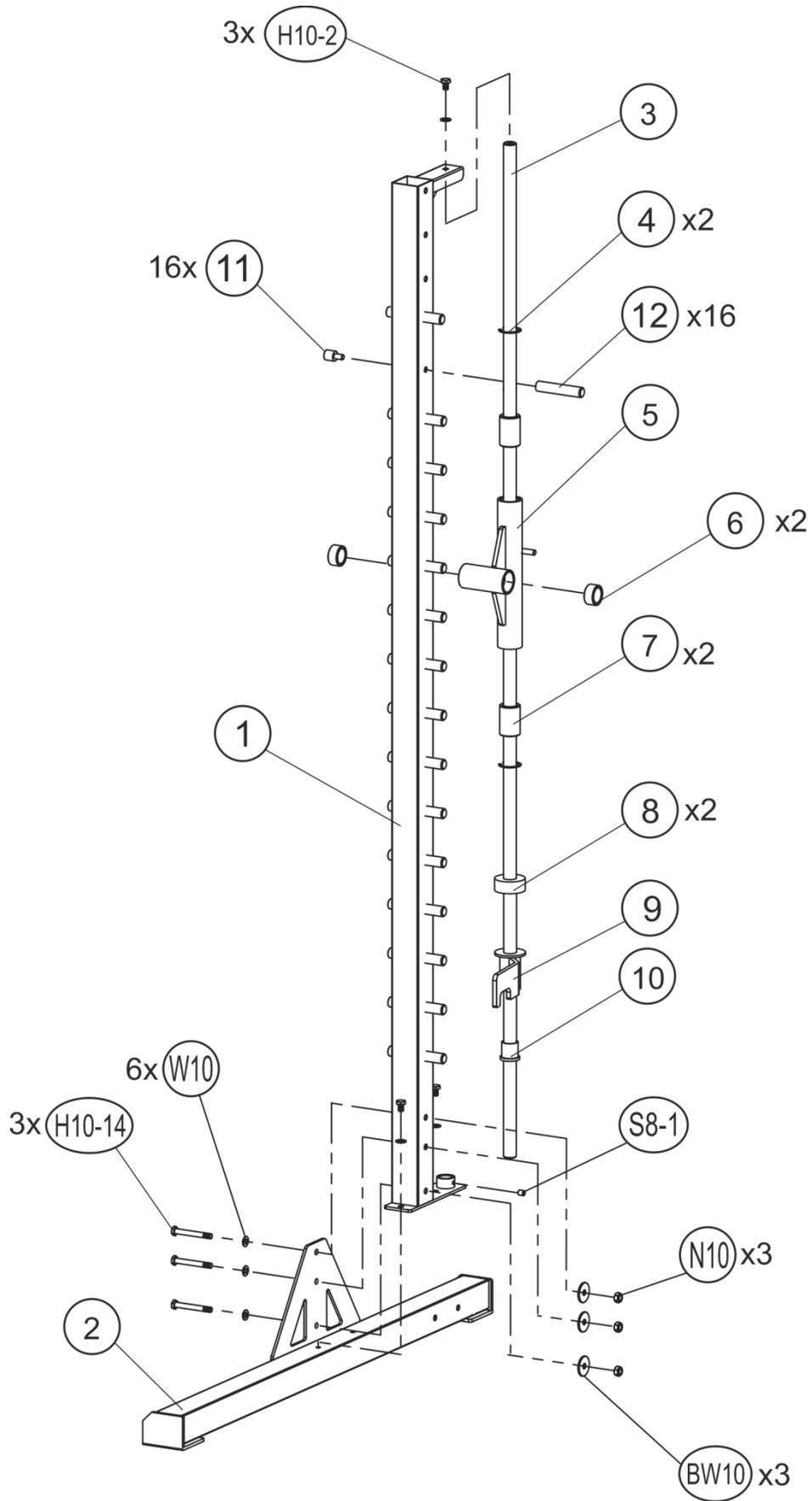
Maybe some parts are already pre-assembled.

Assemble this device with at least 3 persons!

Small parts:

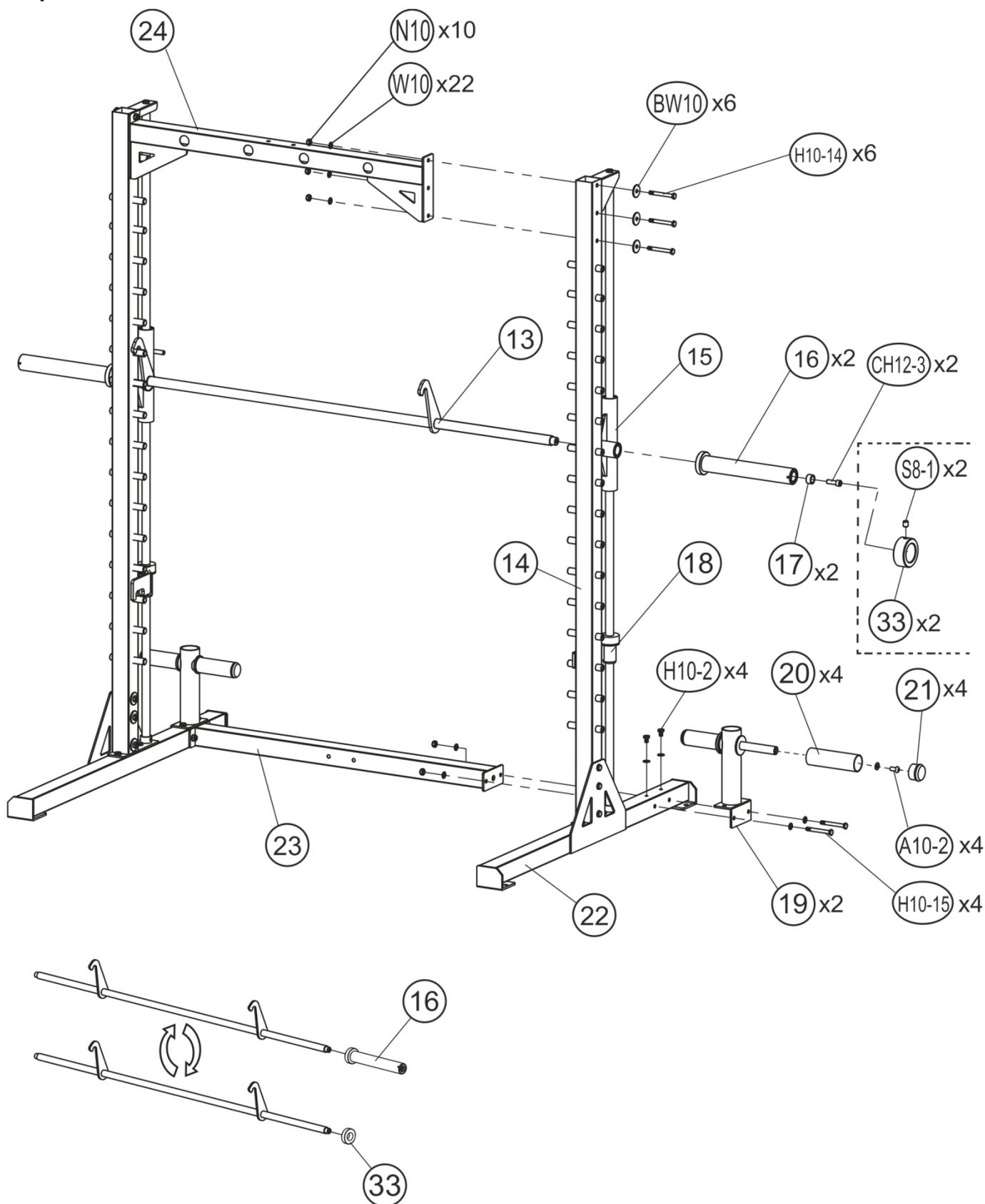


Step 1:



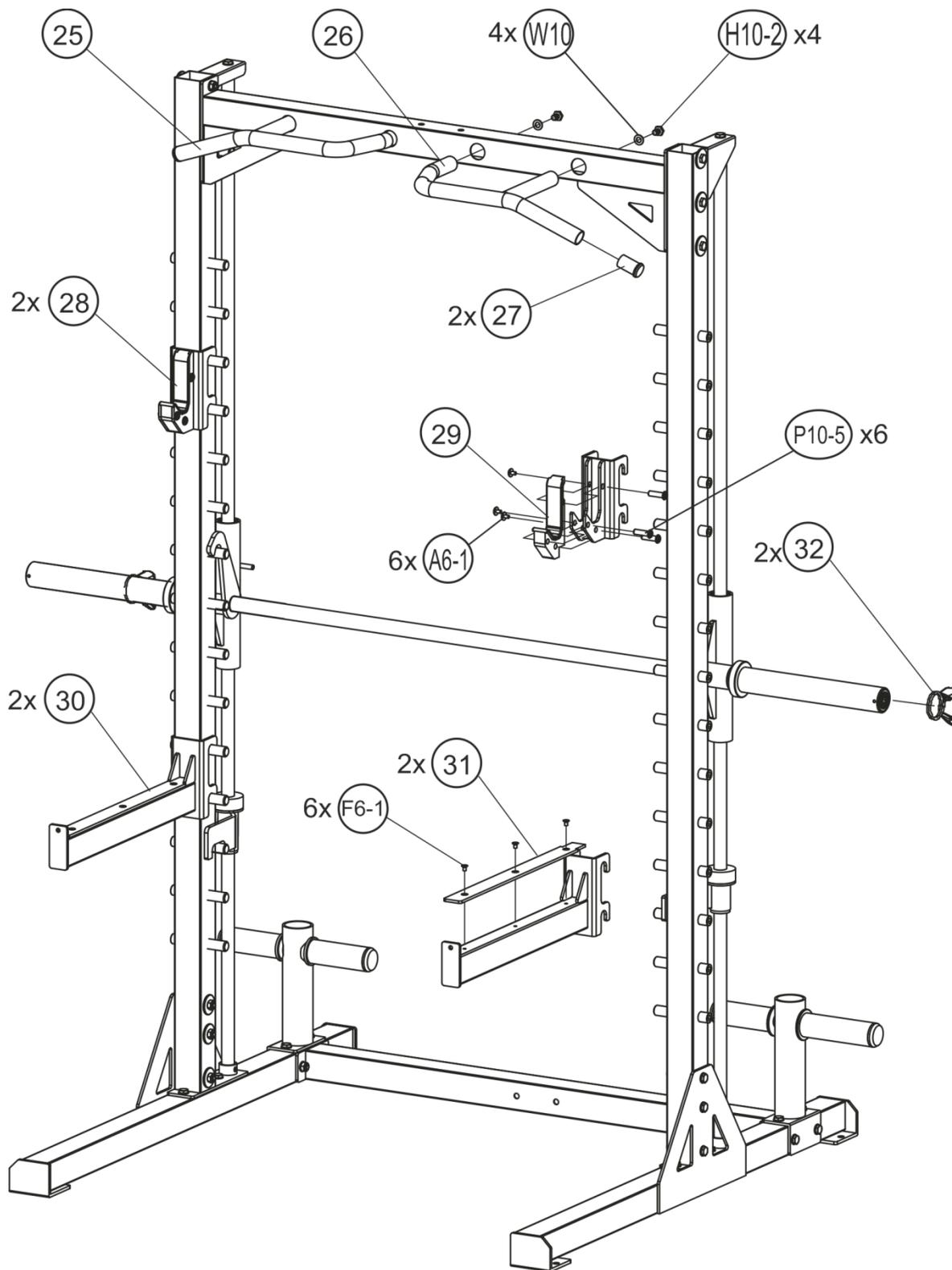
Mount the parts (1) to (11) as shown above and make sure, all the connections are securely tightened. Do the step for both sides.

Step 2:



Mount further parts according to the drawing above. Pay attention, that weight-plates with 30mm-drilling require the spacer (33), whereas weight-plates with 50mm-drilling require the olympic sleeve (16).

Step 3:



Now fix the grips and holders as shown.



ATTENTION!

Make sure all screws are all firmly tightened after all parts have been installed.

PARTS LIST

Part no.	Description	Qty	Remark
1	Right front upright frame	1	
2	Right bottom frame	1	
3	Front guide rod	2	
4	Retaining ring	4	Pre-assembled
5	Right bearing housing	1	
6	Copper cover	4	Pre-assembled
7	Linear bearing	4	Pre-assembled
8	Rubber bumper	2	
9	Right weight bar support	1	
10	Bar safety support sleeve	2	Pre-assembled
11	Short axis	32	
12	Long axis	32	
13	Weight bar	1	
14	Left front upright frame	1	
15	Left bearing housing	1	
16	Weight bar olympic sleeve	2	
17	Pan washer	2	
18	Left weight bar support	1	
19	Olympic bar holder	2	
20	Olympic sleeve	4	Pre-assembled
21	ø48mm Inner cap	4	
22	Left bottom frame	1	
23	Bottom cross frame	1	
24	Top cross frame	1	
25	Right handle	1	
26	Left handle	1	
27	ø30mm Inner cap	2	Pre-assembled
28	J-hook	2	
29	Holder	2	Pre-assembled
30	Spotting arm (Barbell tray)	2	
31	Big rubber pad	2	Pre-assembled
32	Olympic spring clip	2	
33	Spacer	2	
A6-1	Allen bolt M6x10mm	6	Pre-assembled
F6-1	Flat head bolt M6x10	6	Pre-assembled
S8-1	Screw set M8x10mm	4	Pre-assembled
P10-5	Positioning bolt M10x35	6	Pre-assembled
A10-2	Allen bolt M10x20mm	4	Pre-assembled
H10-2	Hex head bolt M10x20mm	14	

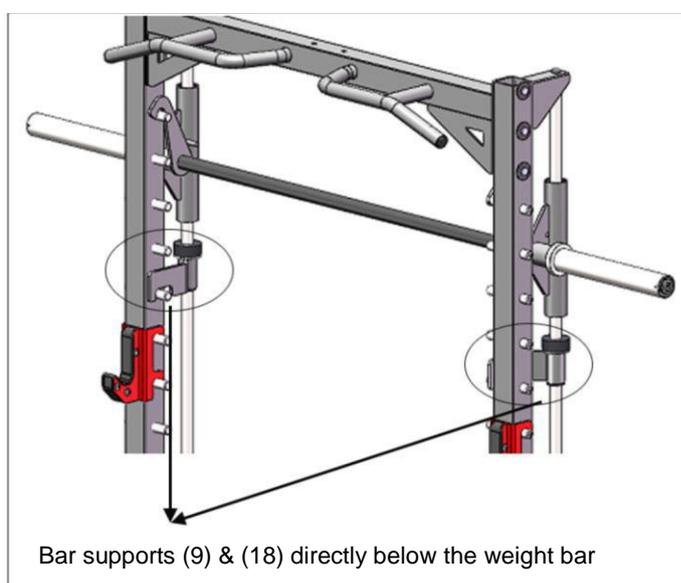
Part no.	Description	Qty	Remark
H10-14	Hex head bolt M10x80mm	12	
H10-15	Hex head bolt M10x85mm	4	
CH12-3	Cheese Head Bolt M12x25mm	2	
BW10	Big washer 10mm	12	
W10	Washer 10mm	38	
N10	Nut M10	16	

EXERCISE HINTS

For safety reasons, pay attention to below points when exercising:

When doing exercises WITHOUT using the weight bar (13), e.g. Chin-ups or exercises using a separate barbell bar:

- 1) Hook the weight bar on the top position and make sure it is secured in place.
- 2) Place the bar supports (9) & (18) directly below the weight bar for increases security.

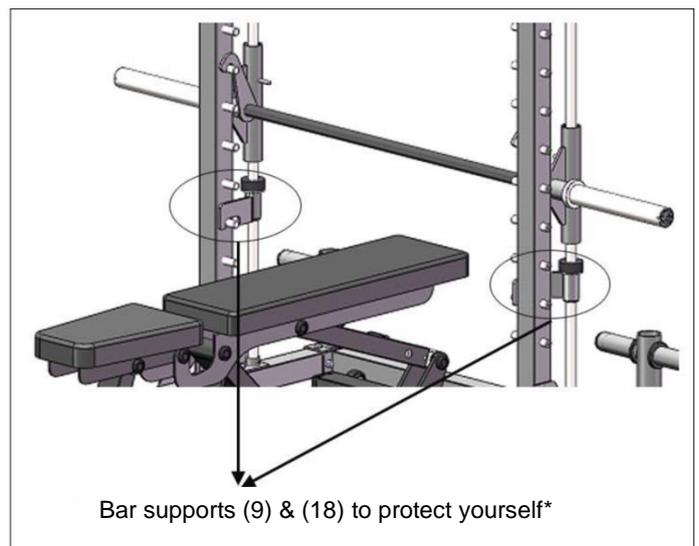


When doing exercises using the weight bar (13), e.g. bench press or squats:

- 1) Took off all J-hooks (28) and spotting arms (30) and put them aside.



- 2) Adjust the weight bar (13) to a suitable height and place the bar supports (9) & (18) in a proper position above your body to protect yourself from a falling bar.



** Drawing for reference only, please find a proper position for your individual needs.*

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Importer / Distributor	Cardiofitness GmbH & Co. KG, Friedrich-Ebert-Str. 75, 51429 Bergisch-Gladbach
Item	F-57275 HR500
Max. user weight	272 kg (600 lb)
Measurement approx.	1940 x 1210 x 2150 mm
Class	H (Heim/Home)
Country of origin	Made in China

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