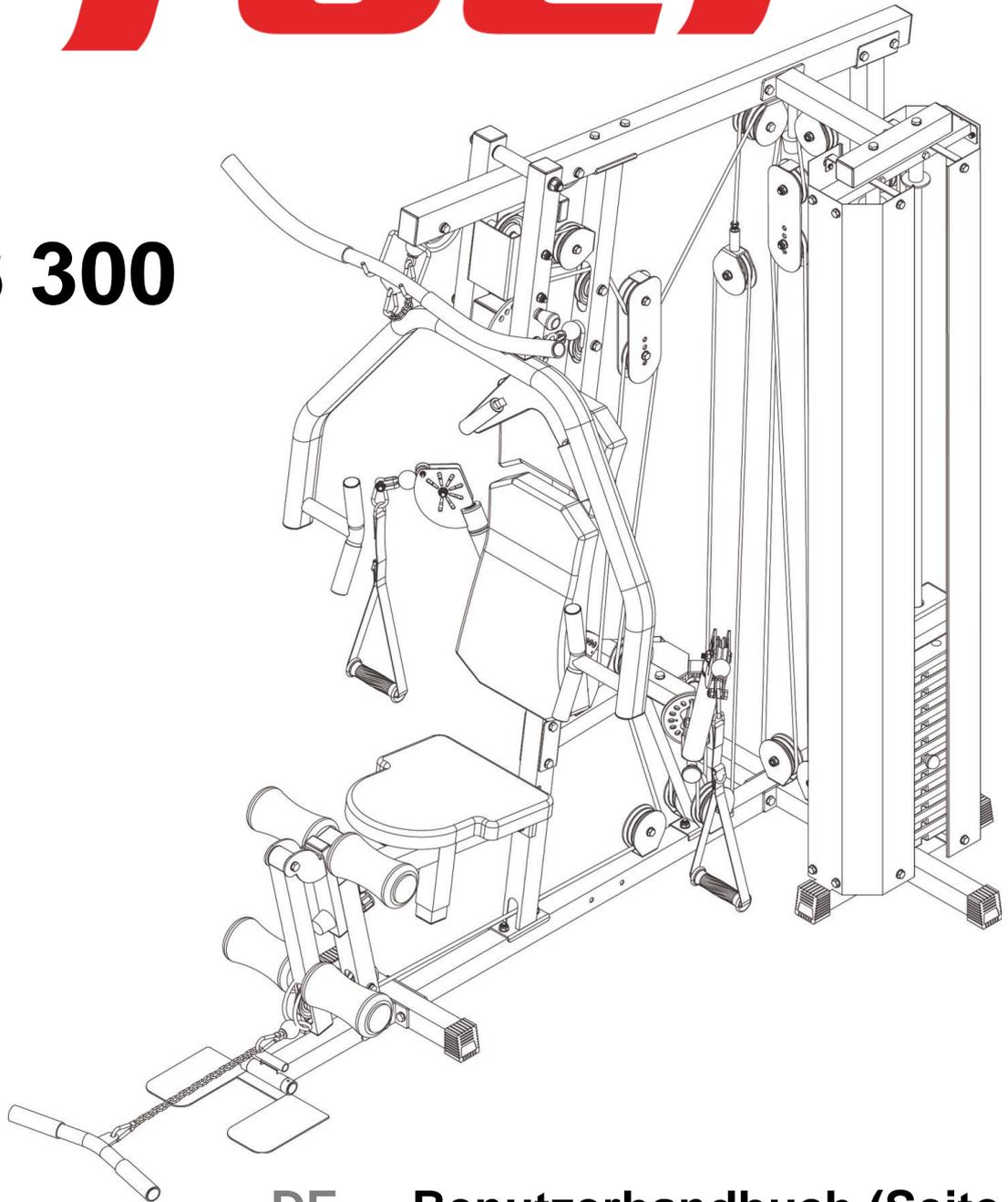


fuel

KS 300



DE Benutzerhandbuch (Seite 2)

GB User manual (page 25)



Art. F-57253

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
EXPLOSIONSZEICHNUNG.....	19
TEILELISTE.....	20
TECHNISCHE DATEN.....	23
GARANTIE.....	23



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 = 120 kg / 265 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. 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. 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.
10. Vor dem Training mit diesem Gerät sollten Sie sich immer sorgfältig aufwärmen, z. B. mit Dehnungsübungen.

WARNUNG! 

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

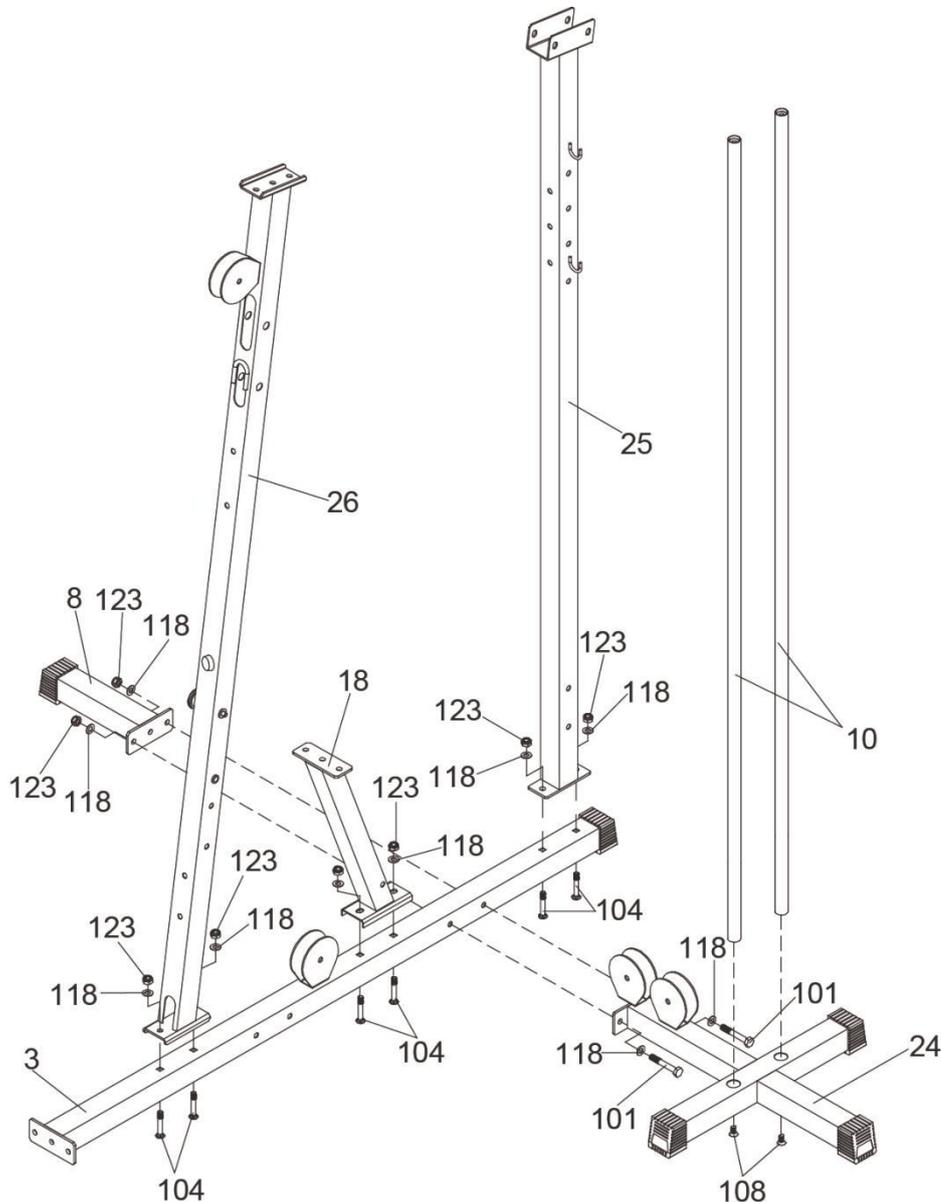
MONTAGEANLEITUNG

Vor dem Aufbau

- Stellen Sie sicher, dass ausreichend Freiraum um das Gerät herum vorhanden ist.
- Prüfen Sie, ob alle benötigten Teile vorhanden sind. Evtl. sind schon einige Teile vormontiert.

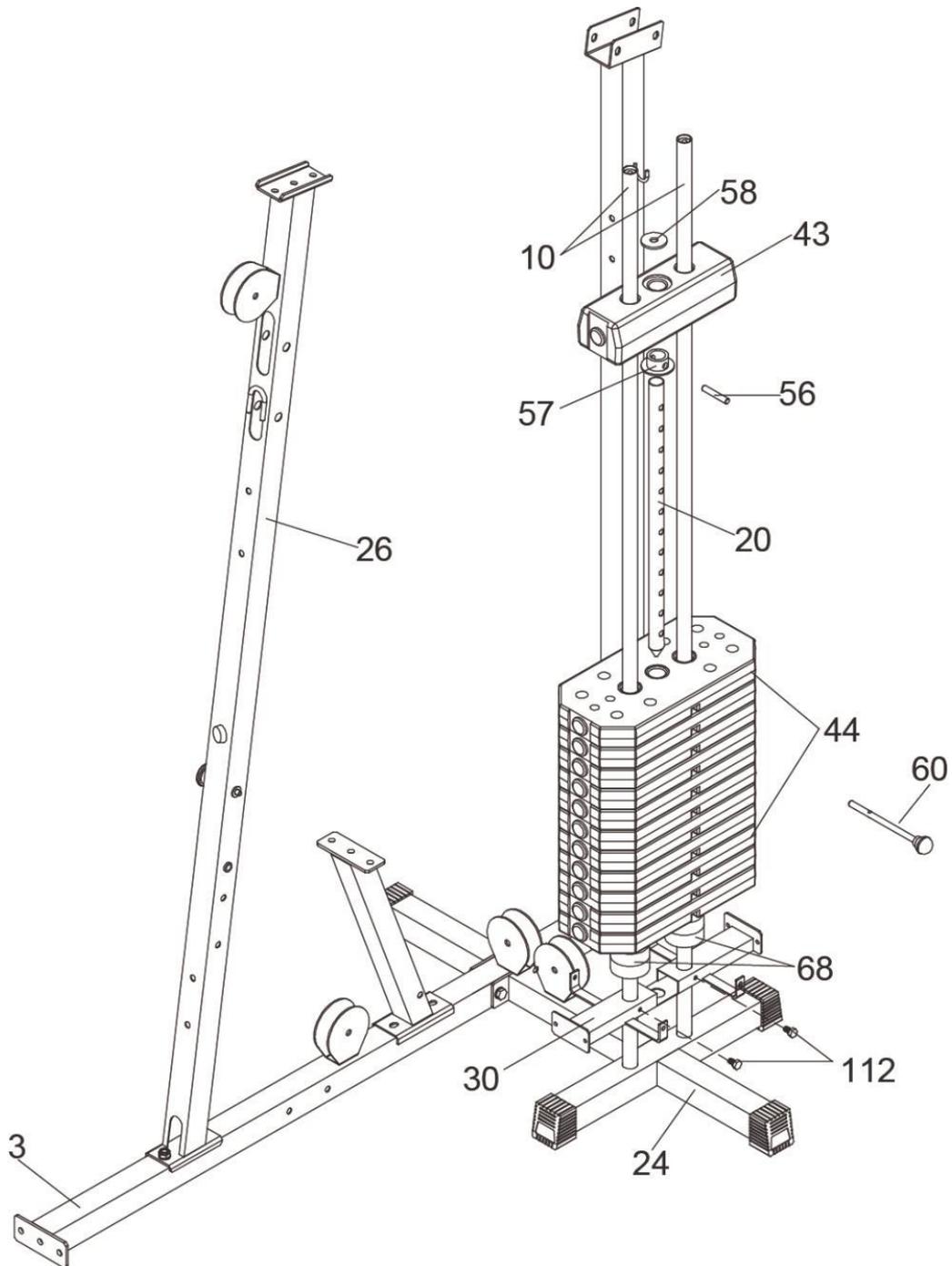
Bauen Sie das Gerät mit mindestens 2 Personen auf!

Schritt 1:



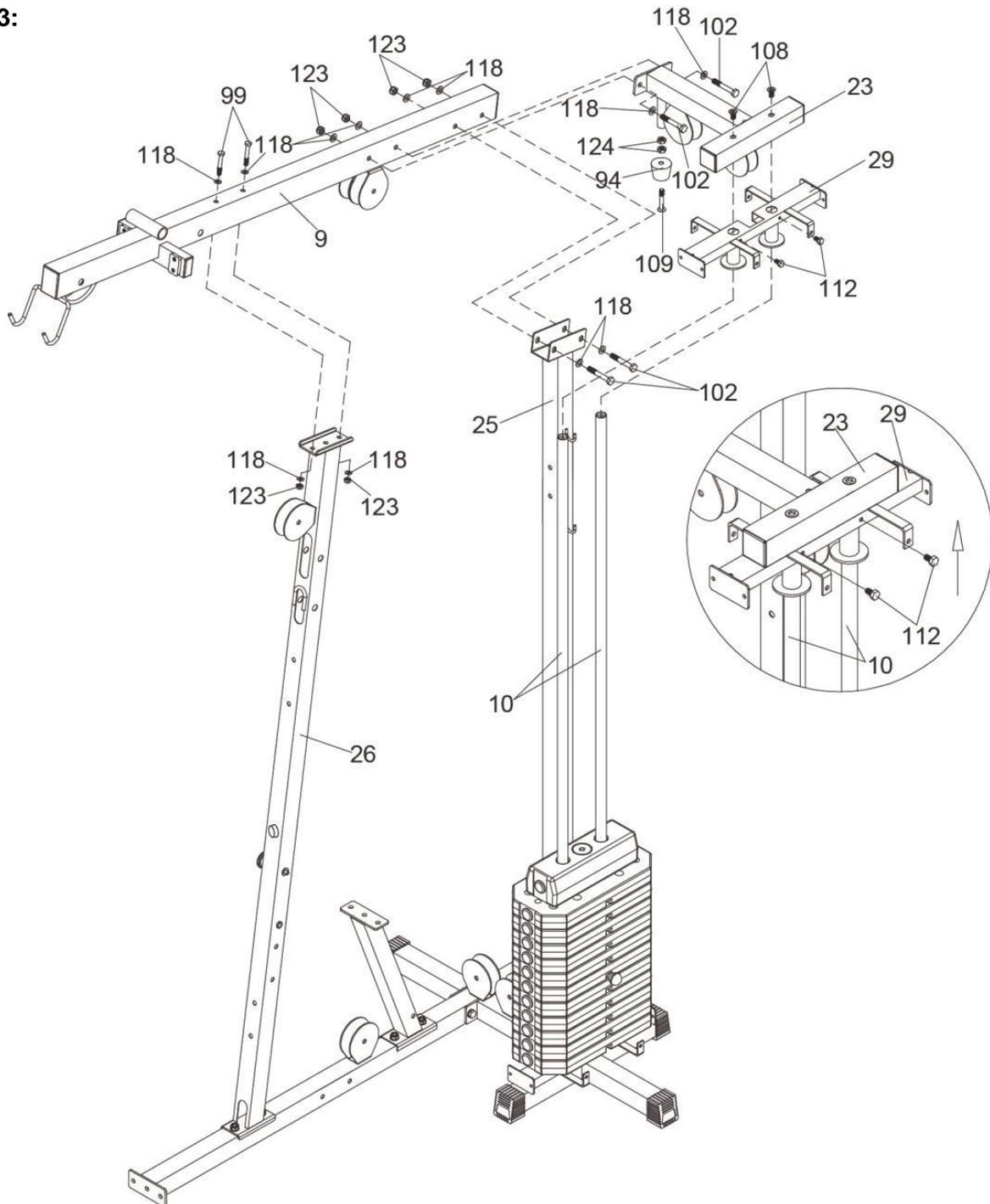
1. Entfernen Sie die beiden Schrauben M10x25mm (108) aus den Gewichtsführungen (10).
2. Setzen Sie die Gewichtsführungen (10) in den Kreuzfuß (24) ein und befestigen Sie diese mit den beiden Schrauben (108).
3. Die Vertikalstütze (26), die Armstütze (18) und das hintere Stützrohr (25) werden mit insgesamt 6 Schrauben M10x60 (104), 6 Unterlegscheiben 10mm (118) und 6 Muttern M10 (123) am Basisrohr (3) befestigt.
4. Verbinden Sie Kreuzfuß (24), rechten Basisrahmen (8) und Basisrohr (3) mit 2 Schrauben M10x75 (101), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123).

Schritt 2:



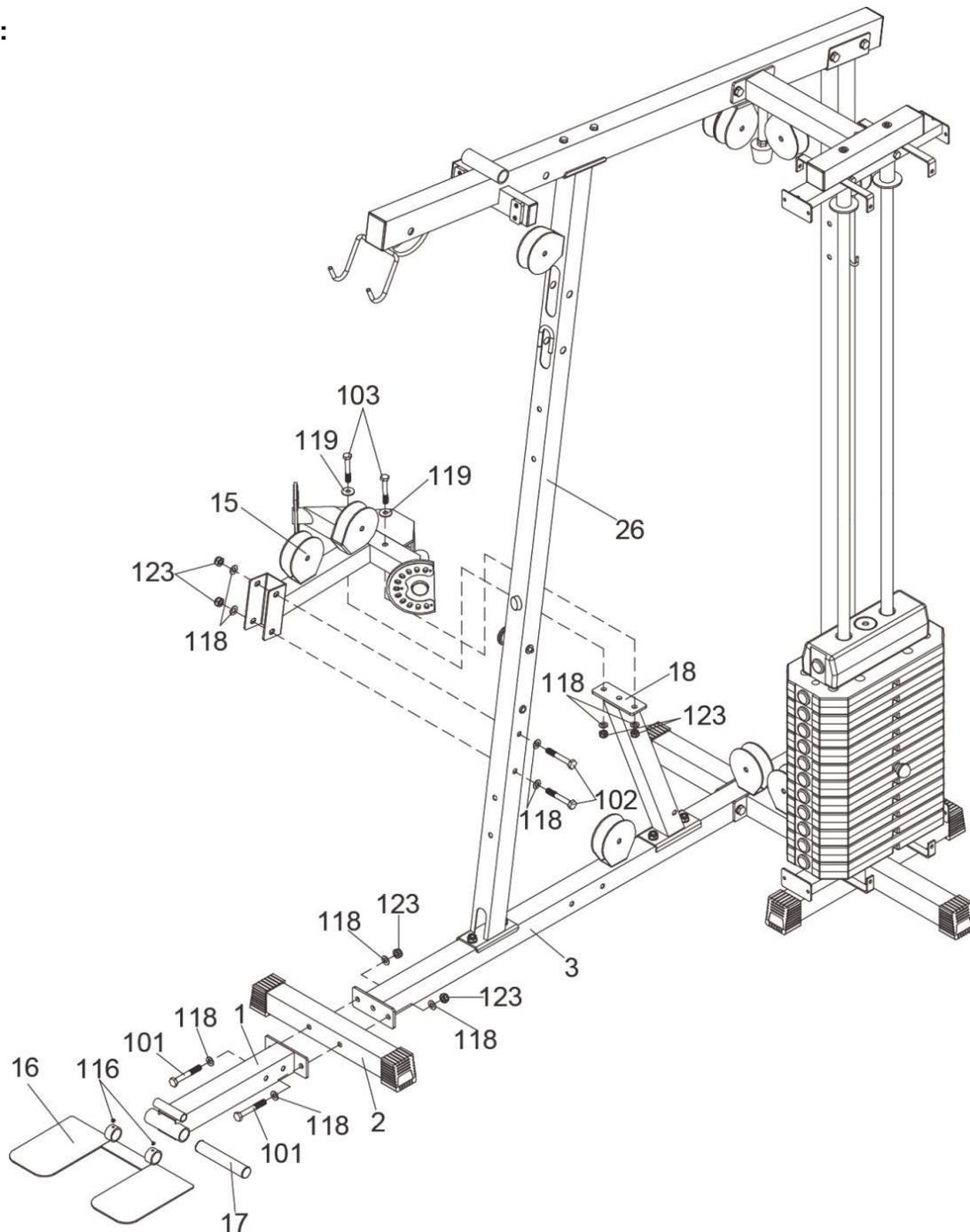
1. Montieren Sie die untere Fixierungsstange (30) mit 2 Schrauben M8x16mm (112) wie abgebildet an den Gewichtsführungen (10).
2. Schieben Sie 4 Gummipuffer (68) auf die Gewichtsführungen (10).
3. Führen Sie nun die Gewichte (44) auf die Gewichtsführungen (10).
4. Schieben Sie die Buchse (57) auf die Lochstange (20) und befestigen Sie sie mit dem Pin (56) beim ersten Loch.
5. Führen Sie nun die Lochstange (20) durch die Bohrungen der Gewichte (44).
6. Oben kommt das Abschlussgewicht (43) auf den Gewichtsstapel. Stecken Sie den Pin (60) in das Loch bei der gewünschten Gewichtsbelastung.
7. Oben auf das Abschlussgewicht (43) kommt nun noch eine Kunststoffscheibe (58).

Schritt 3:



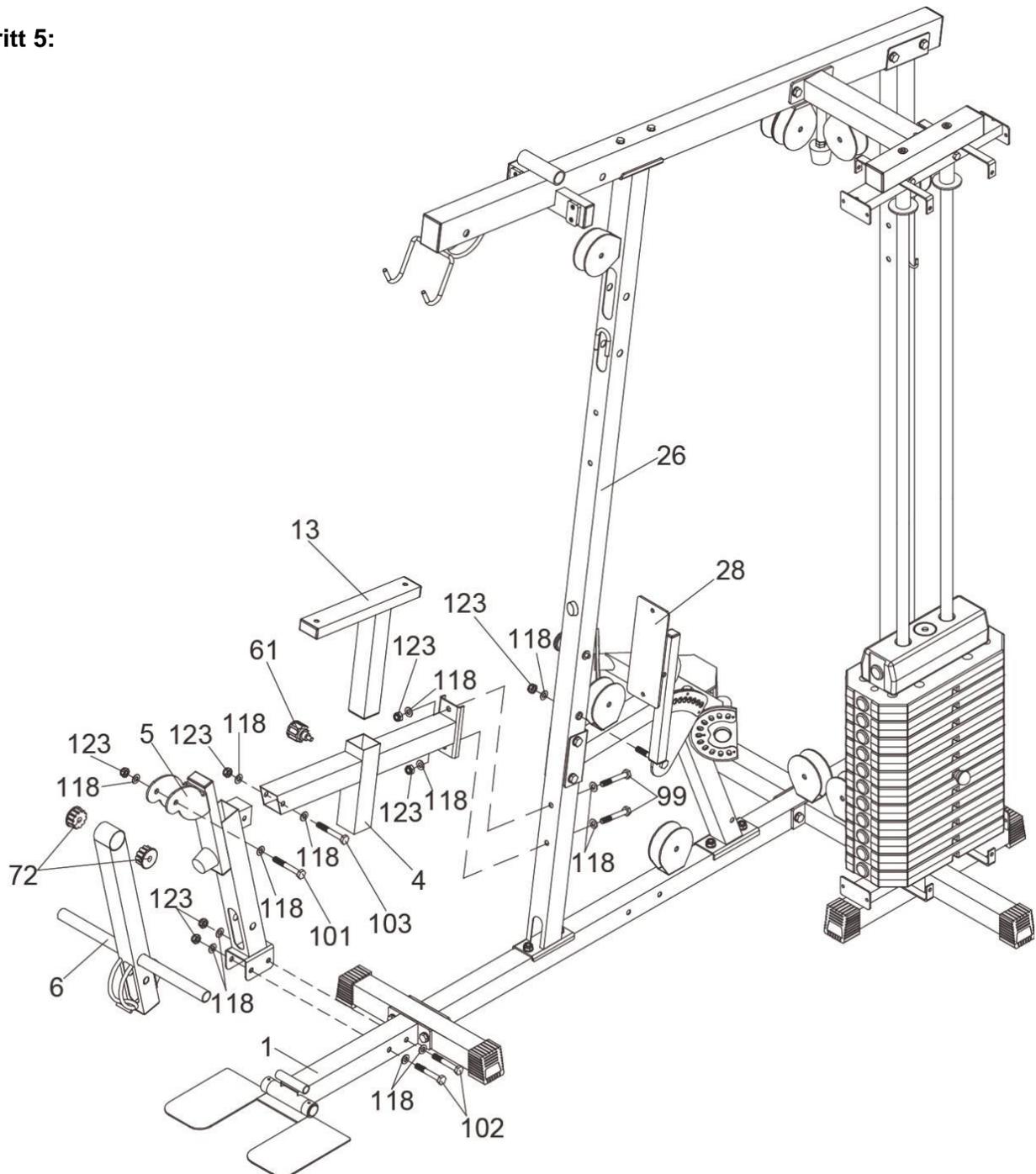
1. Befestigen Sie die obere Strebe (9) mit 2 Schrauben M10x70mm (102), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123) am hinteren Stützrohr (25).
2. Danach wird die obere Strebe (9) an der Vertikalstütze (26) mit 2 Schrauben M10x90mm (99), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123) befestigt.
3. Montieren Sie nun das obere Rohr (29) mit 2 Schrauben M8x16mm (112) an den Gewichtsführungen (10).
4. Der Puffer (94) wird mit 1 Schraube M10x65mm (109) und 2 Muttern M10 (124) an der oberen Klammerhalterung (23) angebracht.
5. Entfernen Sie die 2 Schrauben M10x25mm (108) von beiden Gewichtsführungen (10) und befestigen Sie diese dann mit den beiden Schrauben an der oberen Klammerhalterung (23).
6. Nun wird die obere Klammerhalterung (23) noch mit 2 Schrauben M10x70mm (102), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123) an der oberen Strebe (9) montiert.

Schritt 4:



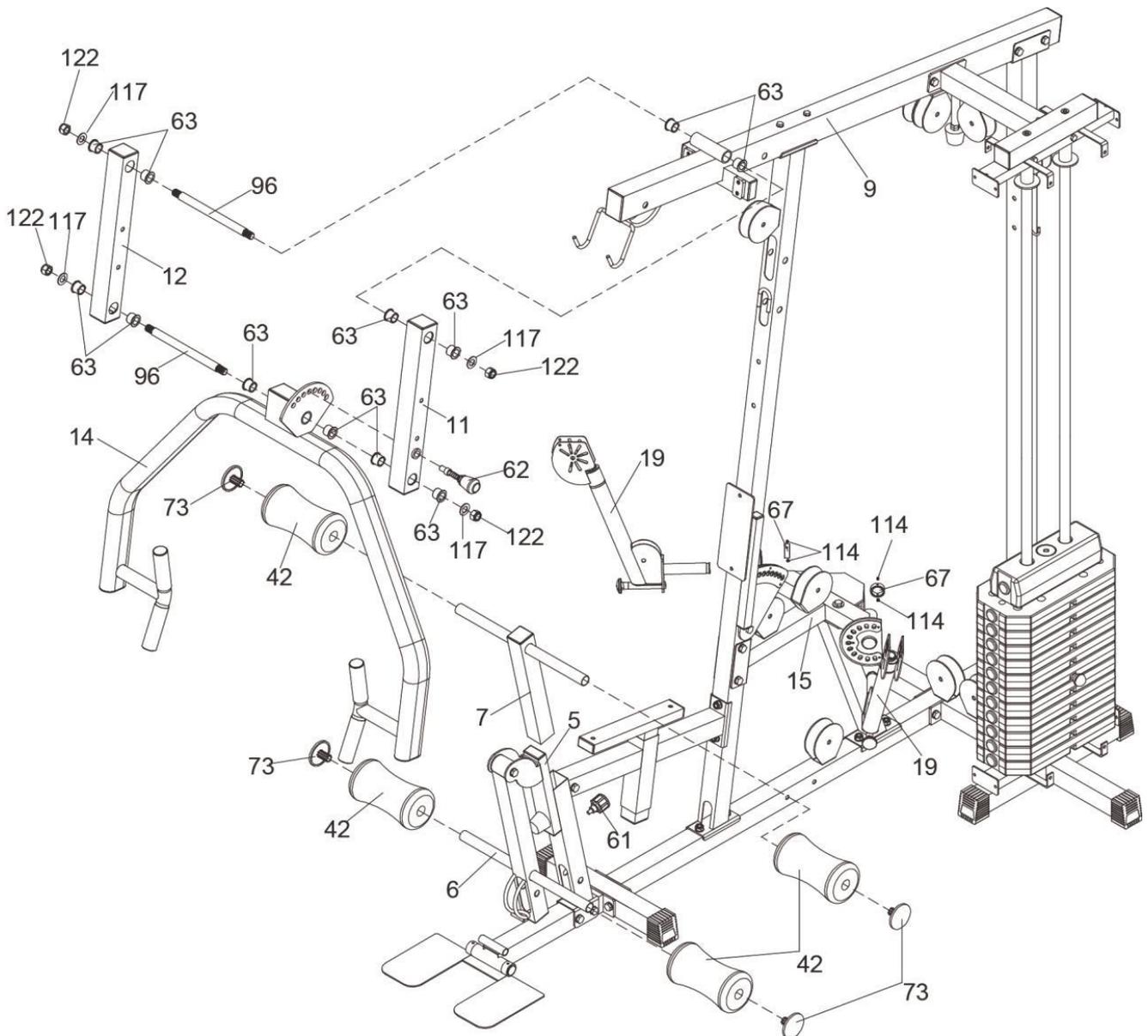
1. Montieren Sie den Fußplattenverbinder (1) und die vordere Basis (2) mit 2 Schrauben M10x75 (101), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123) am Basisrohr (3).
2. Die Fußplatte (16) wird mit der Befestigungsstange (17) und 2 Schrauben M5x5mm (116) am Fußplattenverbinder (1) angebracht.
3. Befestigen Sie den Arm (15) mit 2 Schrauben M10x70mm (102), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123) an der Vertikalstütze (26).
4. Nun wird der Arm (15) mit 2 Schrauben M10x65mm (103), 2 Unterlegscheiben $\varnothing 28 \times 10$ (119) und 2 Muttern M10 (123) an der Armstütze (18) montiert.

Schritt 5:



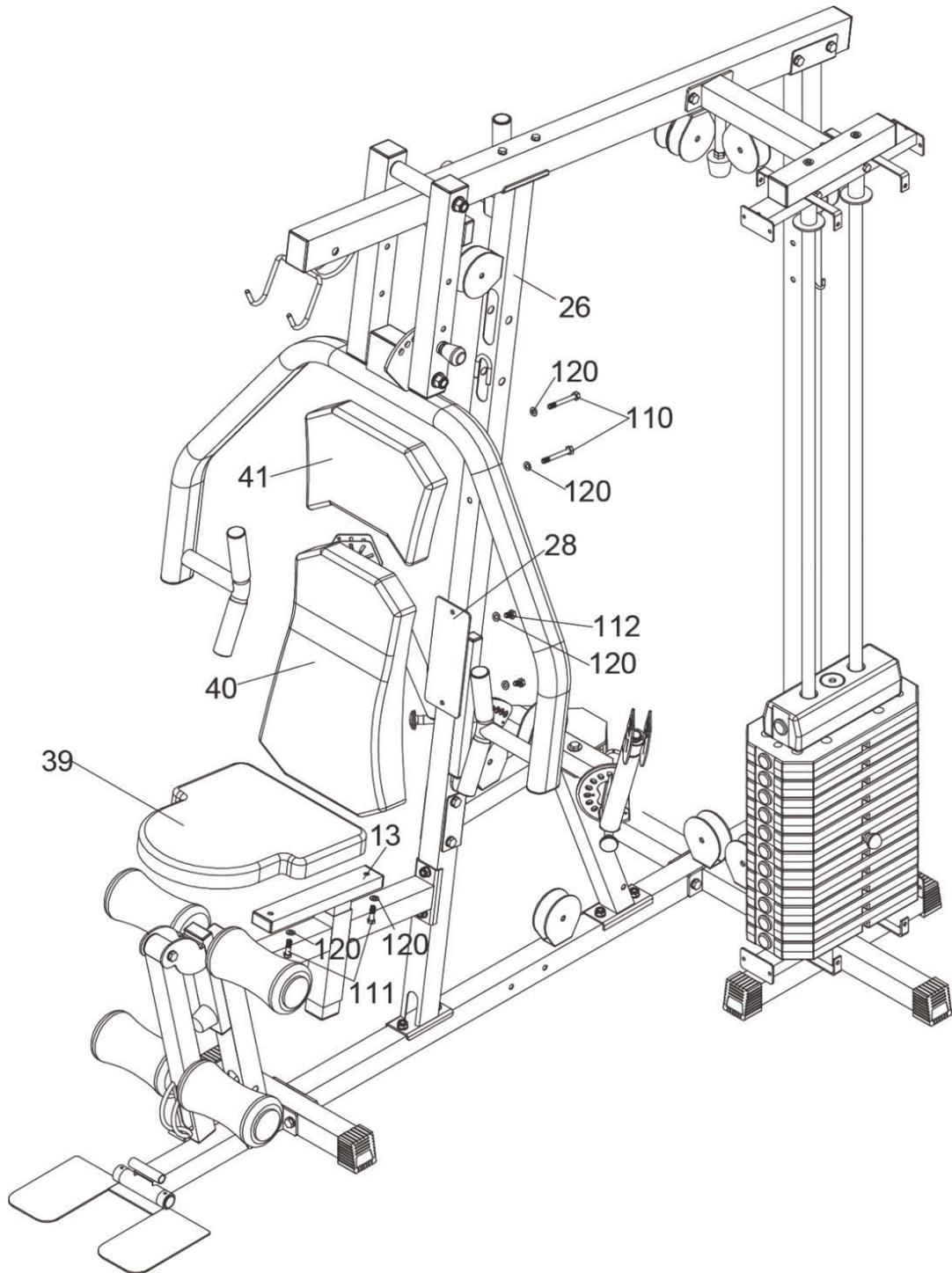
1. Die Rückenpolsterhalterung (28) wird mit 1 Unterlegscheibe 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) an der Vertikalstütze (26) angebracht.
2. Die Sitzstütze (4) muss mit 2 Schrauben M10x90mm (99), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123) an der Vertikalstütze (26) angebracht werden.
3. Bringen Sie nun die vordere Halterung (5) mit 1 Schraube M10x65mm (103), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) an der Sitzstütze (4) an.
4. Die vordere Halterung (5) muss nun noch an den Fußplattenverbinder (1) montiert werden – hierzu benötigen Sie 2 Schrauben M10x70mm (102), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123).
5. Das Beinstreckermodul (6) wird mit 2 Kunststoff-Führungen $\varnothing 50 \times \varnothing 11$ (72), 1 Schraube M10x75mm (101), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) an der vorderen Halterung (5) montiert.
6. Nun wird die Sitzhalterung (13) mit dem Schnellversteller (61) an der Sitzstütze (4) fixiert.

Schritt 6:



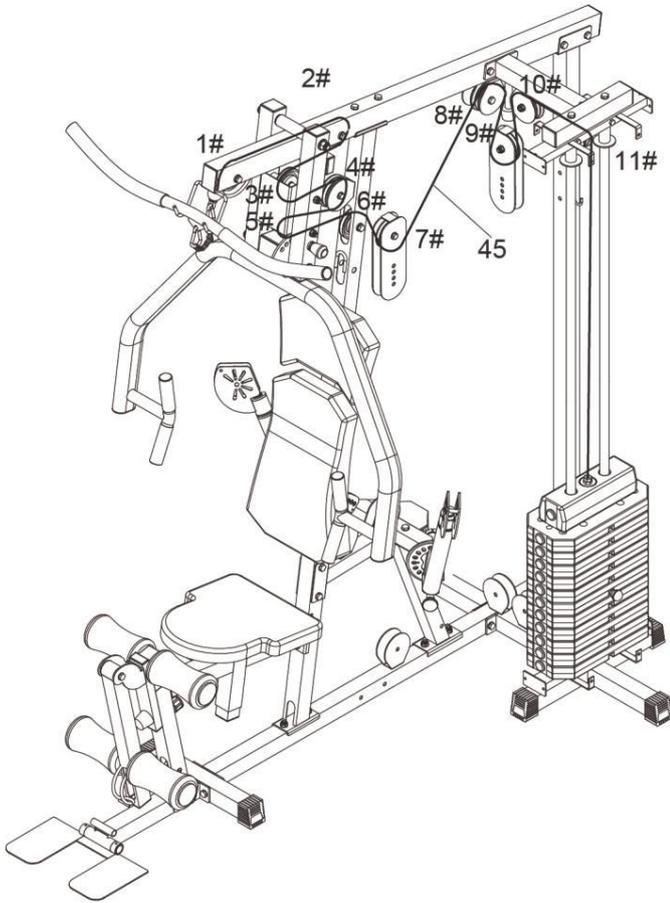
1. Befestigen Sie die beiden Arme (19) am Arm (15) mit 2 Achsmanschetten (67) und 4 Schrauben M6x6mm (114).
2. Die rechten und linken Verbindungsrohre (11/12) werden mit 6 großen Buchsen (63), 1 Stange (96), 2 Unterlegscheiben 16mm (117) und 2 Muttern M16 (122) an der oberen Strebe (9) angebracht.
3. Die Brustpresse (14) wird mit 6 großen Buchsen (63), 1 Stange (96), 2 Unterlegscheiben 16mm (117) und 2 Muttern M16 (122) am rechten und linken Verbindungsrohr (11/12) montiert.
4. Der lange Schnellversteller (62) der Brustpresse (14) wird in ein beliebiges Loch der Lochplatte gesteckt.
5. Die Rollenhalterung (7) wird mit dem kurzen Schnellversteller (61) an der vorderen Halterung (5) fixiert.
6. Schieben Sie die 4 Polsterrollen (42) auf die Halterungen des Beinstreckermoduls (6) und der Rollenhalterung (7) wie abgebildet und drücken Sie anschließend 4 Endkappen $\varnothing 25\text{mm}$ (73) auf die Rohrenden.

Schritt 7:

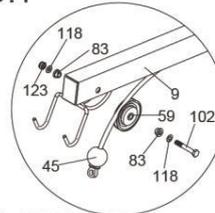


1. Die Kopfstütze (41) wird mit 2 Schrauben M8x85mm (110) und 2 Unterlegscheiben 8mm (120) an der Vertikalstütze (26) angebracht.
2. Das Rückenpolster (40) wird mit 2 Schrauben M8x16mm (112) und 2 Unterlegscheiben 8mm (120) an der Polsterhalterung (28) montiert.
3. Das Sitzpolster (39) wird mit 2 Schrauben M8x40mm (111) und 2 Unterlegscheiben 8mm (120) an der Sitzhalterung (13) angebracht.

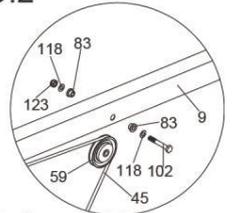
Schritt 8:



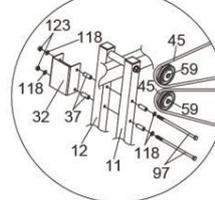
NO.1



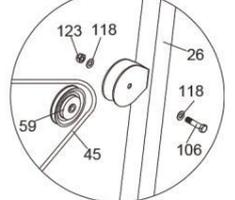
NO.2



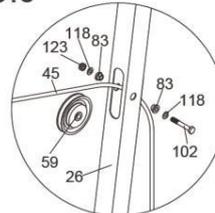
NO.3&5



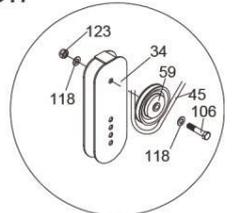
NO.4



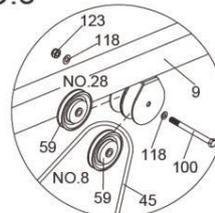
NO.6



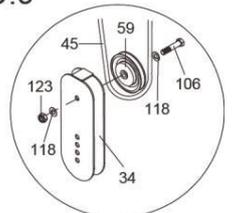
NO.7



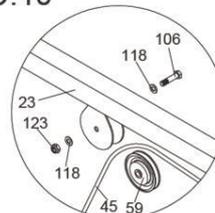
NO.8



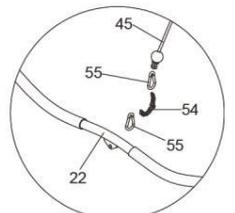
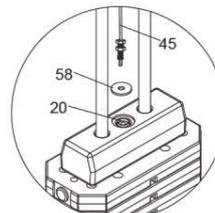
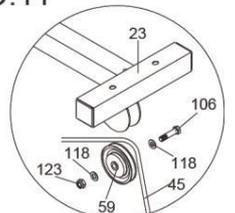
NO.9



NO.10



NO.11



Installation des oberen Kabelzugs (45):

NO.1 / NO.2

Führen Sie den oberen Kabelzug (45) entlang der oberen Strebe (9) in der Nut der Kabelrolle (59). Befestigen Sie die Kabelrollen (59) mit 4 langen Kunststoff-Buchsen (83) und 2 Schrauben M10x70mm (102), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123) an der oberen Strebe (9).

NO.3 / NO.5

Befestigen Sie die Kabelrollen (59), 4 Stahlbuchsen $\varnothing 16 \times \varnothing 11$ (37) und die Abdeckungen (32) wie abgebildet zwischen dem linken und rechten Verbindungsrohr (11/12) mit 2 Schrauben M10x235mm (97), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 4 Muttern M10 (123).

NO.4

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) an der Vertikalstütze (26).

NO.6

Befestigen Sie die Kabelrolle (59) mit 2 langen Kunststoff-Buchsen (83) und 1 Schraube M10x70mm (102), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) an der Vertikalstütze (26).

NO.7

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am verstellbaren Rollenblock (34).

NO.8

Befestigen Sie die beiden Kabelrollen (59) mit 1 Schraube M10x85mm (100), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) an der oberen Strebe (9).

NO.9

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am verstellbaren Rollenblock (34).

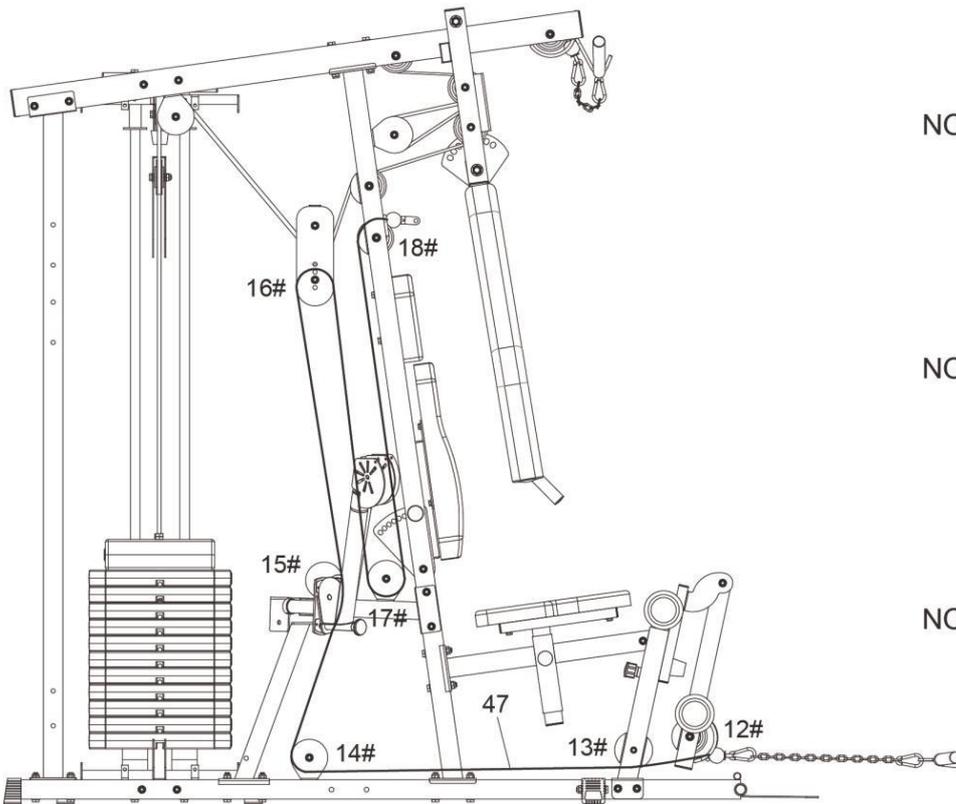
NO.10 / NO.11

Befestigen Sie die Kabelrollen (59) mit 2 Schrauben M10x45mm (106), 4 Unterlegscheiben 10mm (118) und 2 Muttern M10 (123) an der oberen Klammerhalterung (23).

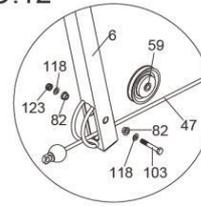
Das Schraubenende des oberen Kabelzugs (45) wird mit einer Kunststoffscheibe (58) an der Lochstange (20) angebracht.

Nun wird noch die Latzugstange (22) mittels zweier Haken (55) und der kurzen Kette (54) mit dem oberen Kabelzug (45) verbunden.

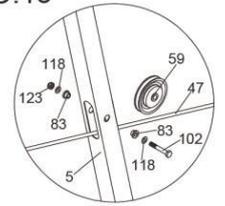
Schritt 9:



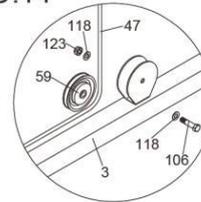
NO.12



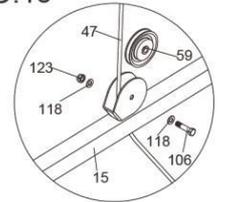
NO.13



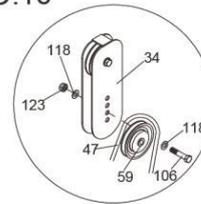
NO.14



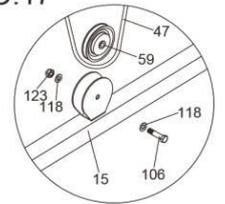
NO.15



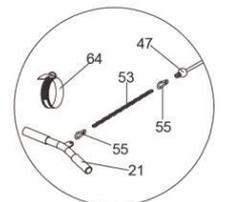
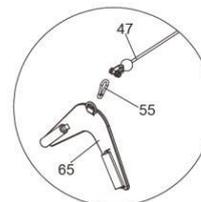
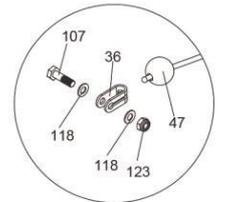
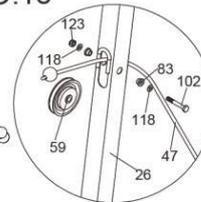
NO.16



NO.17



NO.18



Installation des unteren Kabelzugs (47):

NO.12

Führen Sie den unteren Kabelzug (47) entlang des Beinstreckermoduls (6) in der Nut der Kabelrolle (59). Befestigen Sie die Kabelrolle (59) mit 2 kurzen Kunststoff-Buchsen (82) und 1 Schraube M10x65mm (103), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Beinstreckermodul (6).

NO.13

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 2 langen Kunststoff-Buchsen (83) und 1 Schraube M10x70mm (102), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) an der vorderen Halterung (5).

NO.14

Befestigen Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Basisrohr (3).

NO.15

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Arm (15).

NO.16

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am verstellbaren Rollenblock (34).

NO.17

Befestigen Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter

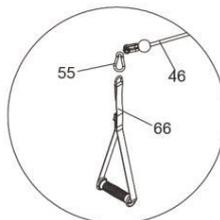
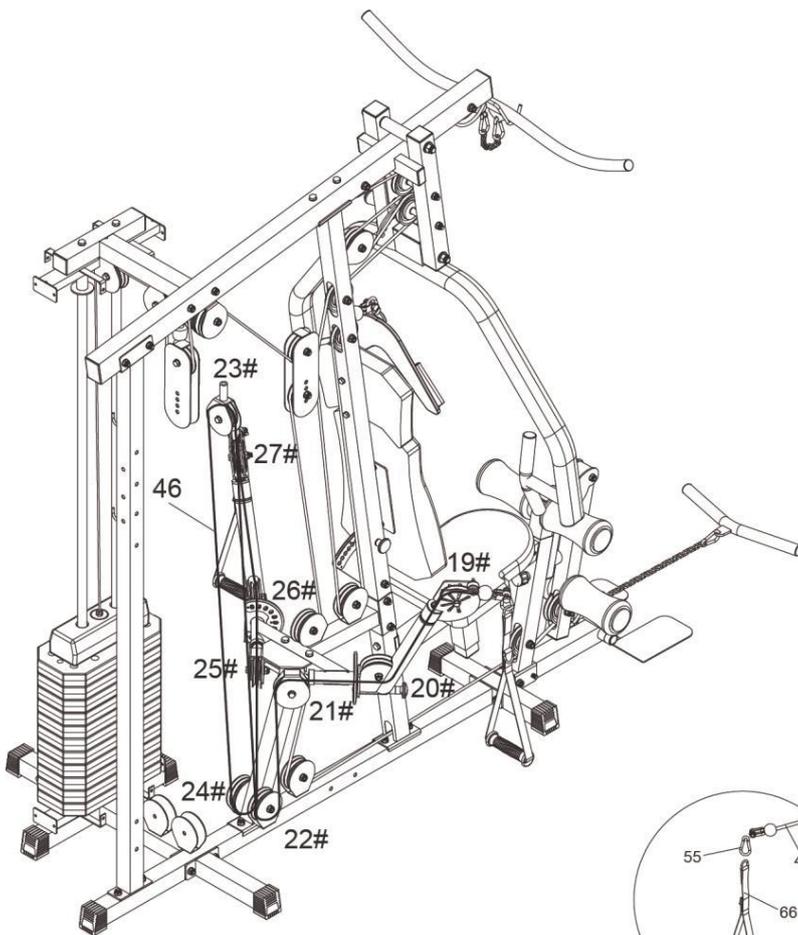
NO.18

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 2 langen Kunststoff-Buchsen (83) und 1 Schraube M10x70mm (102), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) an der Vertikalstütze (26).

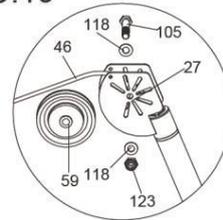
Befestigen Sie das U-Stück (36) am Kugelumlauf des unteren Kabelzugs (47) mit 1 Schraube M10x35mm (107), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123).

Der Bauchgurt (65) wird am Ende des unteren Kabelzugs (47) mit 1 Haken (55) eingehangen. Die untere Zugstange (21) oder der Fesselriemen (64) können am anderen Ende des unteren Kabelzugs (47) mit 2 Haken (55) und der langen Kette (53) angebracht werden.

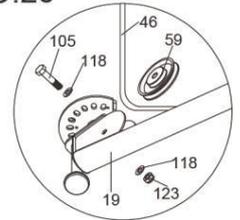
Schritt 10:



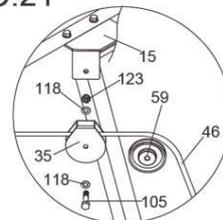
NO.19



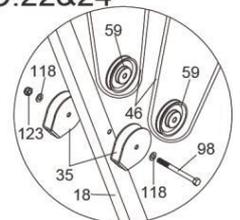
NO.20



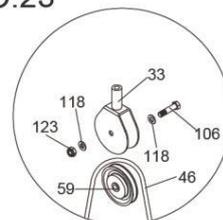
NO.21



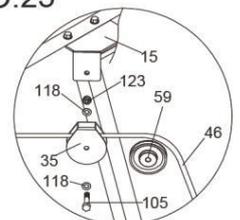
NO.22&24



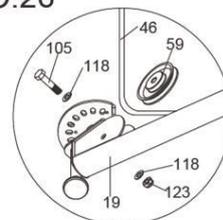
NO.23



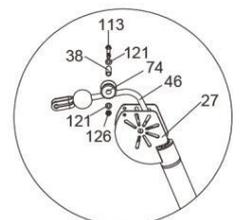
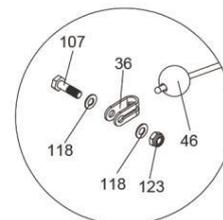
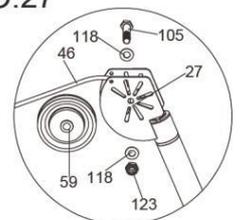
NO.25



NO.26



NO.27



Installation des Arm-Kabelzugs (46):

NO.19

Führen Sie das Ende des Arm-Kabelzugs (46) entlang des Arms (19) und über den Rollenblock (27). Befestigen Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x50mm (105), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Rollenblock (27).

Setzen Sie die Stahlbuchse $\varnothing 10 \times \varnothing 7$ (38) in die Rolle (74) und befestigen Sie diese dann mit 1 Schraube M6x45mm (113), 2 Unterlegscheiben 6mm (121) und 1 Mutter M6 (126) am Rollenblock (27).

Befestigen Sie das U-Stück (36) am Kugelende des Arm-Kabelzugs (46) mit 1 Schraube M10x35mm (107), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123).

NO.20

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x50mm (105), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Arm (15).

NO.21

Montieren Sie die Kabelrolle (59) und den Rollenblock (35) mit 1 Schraube M10x50mm (105), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Arm (15).

NO.22 / NO.24

Befestigen Sie die Kabelrollen (59) und 2 Rollenblöcke (35) mit 1 Schraube M10x125mm (98), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) an der Armstütze (18).

NO.23

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Einzelrollenblock (33).

NO.25

Montieren Sie die Kabelrolle (59) und den Rollenblock (35) mit 1 Schraube M10x50mm (105), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Arm (15).

NO.26

Befestigen Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x50mm (105), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Arm (19).

NO.27

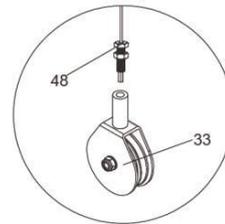
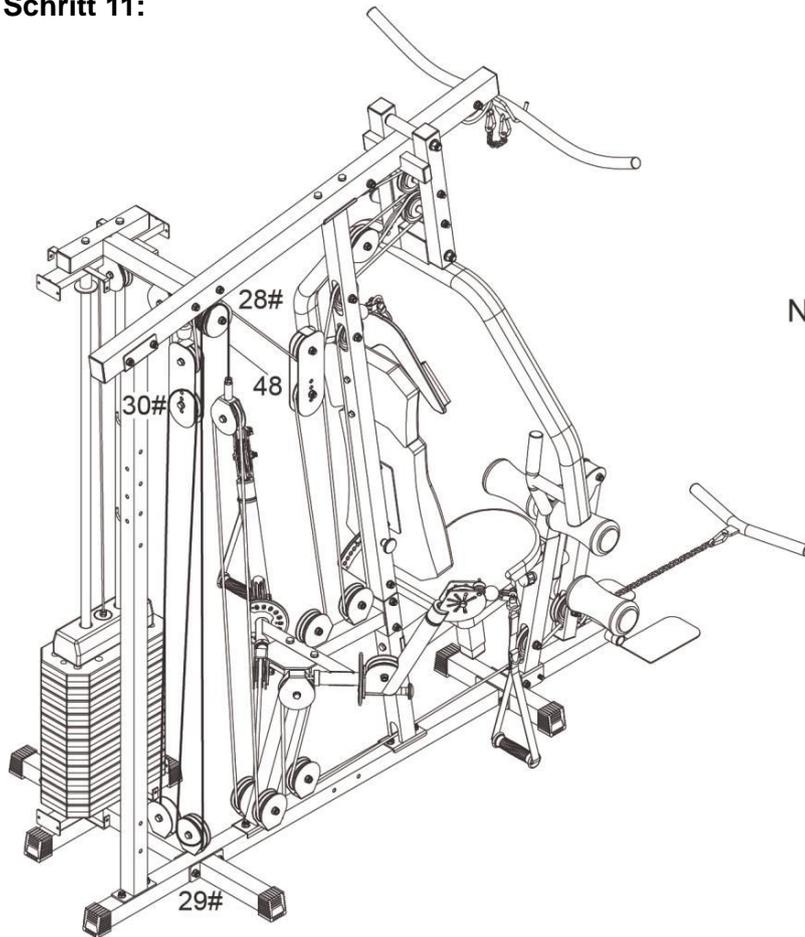
Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x50mm (105), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Rollenblock (27).

Setzen Sie die Stahlbuchse $\varnothing 10 \times \varnothing 7$ (38) in die Rolle (74) und befestigen Sie diese dann mit 1 Schraube M6x45mm (113), 2 Unterlegscheiben 6mm (121) und 1 Mutter M6 (126) am Rollenblock (27).

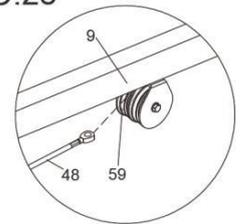
Befestigen Sie das U-Stück (36) am Kugelende des Arm-Kabelzugs (46) mit 1 Schraube M10x35mm (107), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123).

Die beiden Griffstücke (66) werden an den beiden Enden des unteren Kabelzugs (47) mit 2 Haken (55) eingehangen.

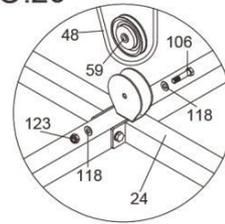
Schritt 11:



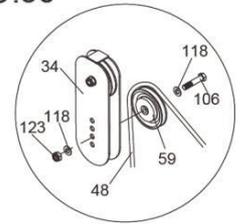
NO.28



NO.29



NO.30



Installation des Verbindungskabelzugs (48):

Das Schraubenende des Verbindungs-Kabelzugs (48) wird an dem Einzelrollenblock (33) angebracht.

NO.28

Das andere Ende des Verbindungs-Kabelzugs (48) wird über die Kabelrolle (59) geführt.

NO.29

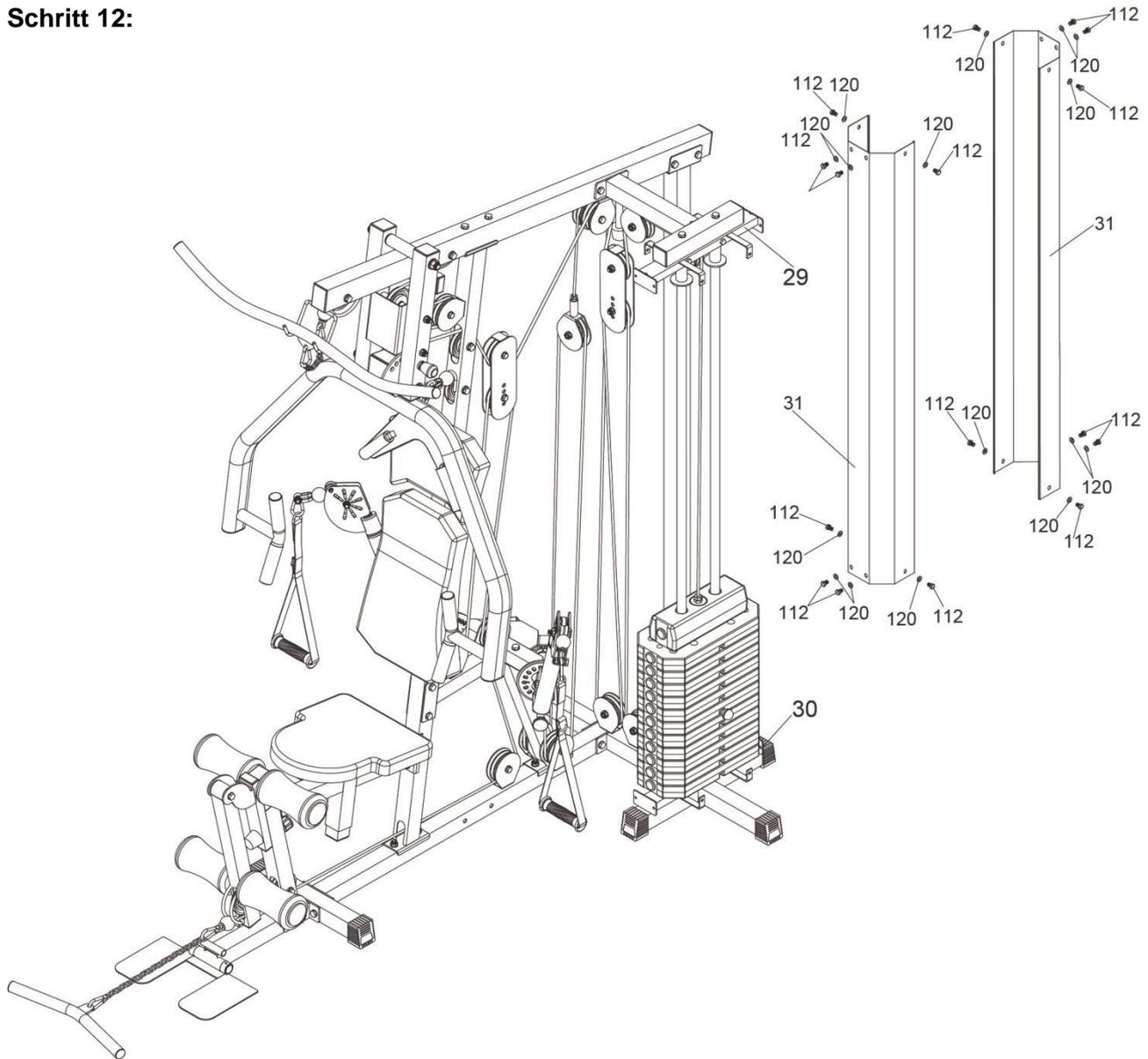
Befestigen Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Kreuzfuß (24).

NO.30

Montieren Sie die Kabelrolle (59) mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am verstellbaren Rollenblock (34).

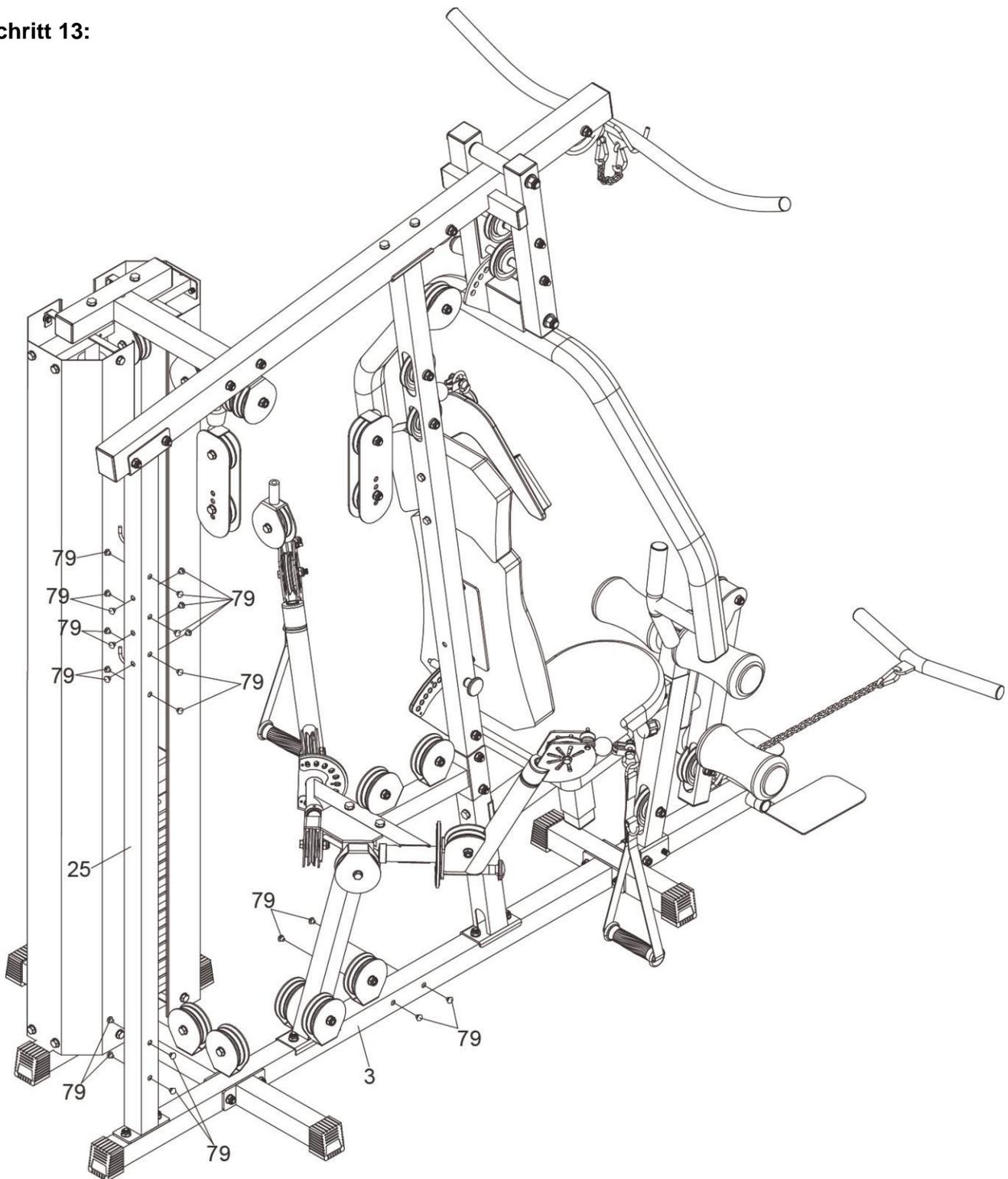
Das andere Ende des Verbindungs-Kabelzugs (48) wird nun noch mit 1 Schraube M10x45mm (106), 2 Unterlegscheiben 10mm (118) und 1 Mutter M10 (123) am Kreuzfuß (24) befestigt.

Schritt 12:



Bringen Sie die Sicherheitsabdeckung (31) mit 16 Schrauben M8x16mm (112) und 16 Unterlegscheiben 8mm (120) am oberen (29) und unteren (30) Rohr an.

Schritt 13:



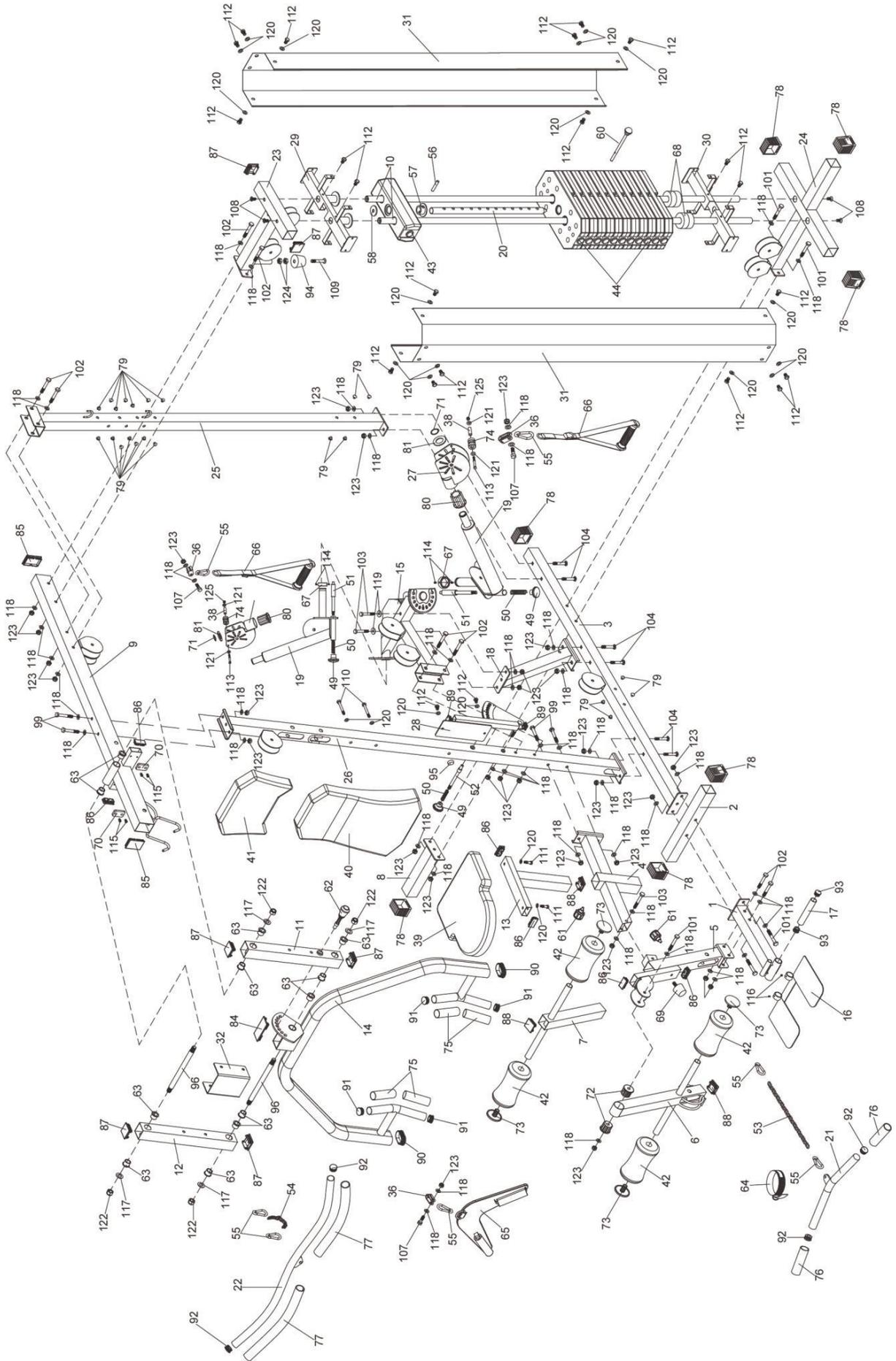
Drücken Sie 22 Abdeckkappen (79) in die Bohrungen des Basisrohrs (3) und des hinteren Stützrohrs (25).



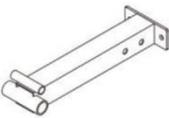
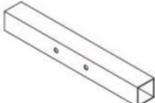
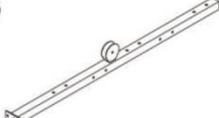
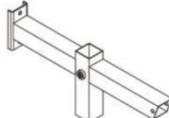
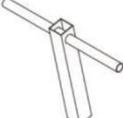
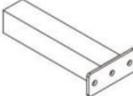
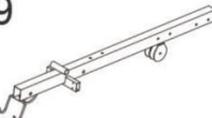
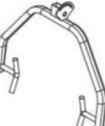
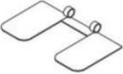
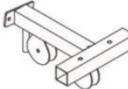
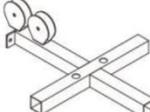
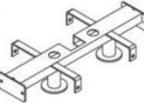
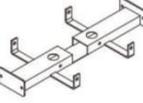
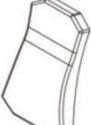
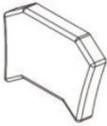
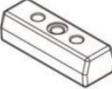
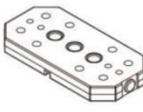
ACHTUNG!

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

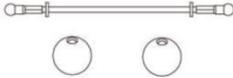
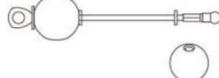
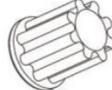
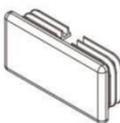
EXPLOSIONSZEICHNUNG



TEILELISTE

1  Fußplattenverbinder 1 St.	2  Vordere Basis 1 St.	3  Basisrohr 1 St.	4  Sitzstütze 1 St.	5  Vordere Halterung 1 St.
6  Beinstreckermodul 1 St.	7  Rollenhalterung 1 St.	8  Rechter Basisrahmen 1 St.	9  Obere Strebe 1 St.	10  Gewichtsführung 2 St.
11  Linkes Verbindungsrohr 1 St.	12  Rechtes Verbindungsrohr 1 St.	13  Sitzhalterung 1 St.	14  Brustpresse 1 St.	15  Arm 1 St.
16  Fußplatte 1 St.	17  Befestigungsstange 1 St.	18  Armstütze 1 St.	19  Arme 2 St.	20  Lochstange 1 St.
21  Untere Zugstange 1 St.	22  Lat-Zugstange 1 St.	23  Obere Klammerhalterung 1 St.	24  Kreuzfuß 1 St.	25  Hinteres Stützrohr 1 St.
26  Vertikalstütze 1 St.	27  Rollenblock 2 St.	28  Rückenpolsterhalterung 1 St.	29  Oberes Rohr 1 St.	30  Untere Fixierungsstange 1 St.
31  Sicherheitsabdeckung 2 St.	32  Abdeckung 1 St.	33  Einzelrollenblock 1 St.	34  Rollenblock 2 St.	35  Rollenblock 4 St.
36  U-Stück 3 St.	37  Stahlbuchse $\varnothing 16 \times 11$ 4 St.	38  Stahlbuchse $\varnothing 10 \times 7$ 2 St.	39  Sitzpolster 1 St.	40  Rückenpolster 1 St.
41  Kopfstütze 1 St.	42  Polsterrolle 4 St.	43  Abschlussgewicht 1 St.	44  Gewichte 11 St.	45  Oberer Kabelzug 1 St.

TEILELISTE / FORTSETZUNG

<p>46</p>  <p>Arm-Kabelzug 1 St.</p>	<p>47</p>  <p>Unterer Kabelzug 1 St.</p>	<p>48</p>  <p>Verbindungs-Kabelzug 1 St.</p>	<p>49</p>  <p>Handgriff 3 St.</p>	<p>50</p>  <p>Feder 3 St.</p>
<p>51</p>  <p>Langer Pin 2 St.</p>	<p>52</p>  <p>Kurzer Pin 1 St.</p>	<p>53</p>  <p>Lange Kette 1 St.</p>	<p>54</p>  <p>Kurze Kette 1 St.</p>	<p>55</p>  <p>Haken 7 St.</p>
<p>56</p>  <p>Pin 1 St.</p>	<p>57</p>  <p>Buchse 1 St.</p>	<p>58</p>  <p>Kunststoffscheibe 1 St.</p>	<p>59</p>  <p>Kabelrolle 30 St.</p>	<p>60</p>  <p>Pin 1 St.</p>
<p>61</p>  <p>Schnellversteller (kurz) 2 St.</p>	<p>62</p>  <p>Schnellversteller (lang) 1 St.</p>	<p>63</p>  <p>Buchse 12 St.</p>	<p>64</p>  <p>Fesselriemen 1 St.</p>	<p>65</p>  <p>Bauchgurt 1 St.</p>
<p>66</p>  <p>Griffstück 2 St.</p>	<p>67</p>  <p>Armmanschette 2 St.</p>	<p>68</p>  <p>Gummipuffer 4 St.</p>	<p>69</p>  <p>Schraubpuffer 1 St.</p>	<p>70</p>  <p>Rechteckiger Puffer 2 St.</p>
<p>71</p>  <p>Ring 2 St.</p>	<p>72</p>  <p>Kunststoff-Führung ø50xø11 2 St.</p>	<p>73</p>  <p>Runde Endkappe 25mm 4 St.</p>	<p>74</p>  <p>Rolle 2 St.</p>	<p>75</p>  <p>Schaumstoffgriff ø32x125mm 4 St.</p>
<p>76</p>  <p>Schaumstoffgriff ø30x125mm 2 St.</p>	<p>77</p>  <p>Schaumstoffgriff ø30x425mm 2 St.</p>	<p>78</p>  <p>Endkappe 50mm 7 St.</p>	<p>79</p>  <p>Abdeckkappen 22 St.</p>	<p>80</p>  <p>Kunststoffbuchse ø45xø26 2 St.</p>
<p>81</p>  <p>Unterlegscheibe ø45xø26 2 St.</p>	<p>82</p>  <p>Kurze Buchse 2 St.</p>	<p>83</p>  <p>Lange Buchse 10 St.</p>	<p>84</p>  <p>Endkappe 50x100mm 1 St.</p>	<p>85</p>  <p>Endkappe 50x70mm 2 St.</p>
<p>86</p>  <p>Endkappe 25x50mm 6 St.</p>	<p>87</p>  <p>Endkappe 50x50mm 6 St.</p>	<p>88</p>  <p>Endkappe 45x45mm 3 St.</p>	<p>89</p>  <p>Endkappe 25x25mm 2 St.</p>	<p>90</p>  <p>Endkappe 41,6x70mm 2 St.</p>

TEILELISTE / FORTSETZUNG

91  Endstopfen 32mm 4 St.	92  Endstopfen 30mm 4 St.	93  Endstopfen 25mm 2 St.	94  Puffer 1 St.	95  Kleiner Puffer 1 St.
96  Stange 2 St.	97  Schraube M10x235 2 St.	98  Schraube M10x125 1 St.	99  Schraube M10x90 4 St.	100  Schraube M10x85 1 St.
101  Schraube M10x75 5 St.	102  Schraube M10x70 13 St.	103  Schraube M10x65 4 St.	104  Schraube M10x60 6 St.	105  Schraube M10x50 6 St.
106  Schraube M10x45 13 St.	107  Schraube M10x35 3 St.	108  Schraube M10x25 4 St.	109  Schraube M10x65 1 St.	110  Schraube M8x85 2 St.
111  Schraube M8x40 2 St.	112  Schraube M8x16 22 St.	113  Schraube M6x45 2 St.	114  Schraube M6x6 4 St.	115  Schraube M5x10 4 St.
116  Schraube M5x5 2 St.	117  Unterlegscheibe 16mm 4 St.	118  Unterlegscheibe 10mm 109 St.	119  Unterlegscheibe ø28x10 2 St.	120  Unterlegscheibe 8mm 22 St.
121  Unterlegscheibe 6mm 4 St.	122  Mutter M16 4 St.	123  Mutter M10 59 St.	124  Mutter M10 2 St.	125  Mutter M6 2 St.

TECHNISCHE DATEN

Importeur / Inverkehrbringer	Cardiofitness GmbH & Co. KG, Friedrich-Ebert-Str. 75, 51429 Bergisch-Gladbach
Artikel	F-57253 KS300
Max. Benutzergewicht	120 kg (265 lb)
Gerätemaße ca.	2060 x 1450 x 2040 mm
Standard/Norm	ISO20957-1, EN957-2
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 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.....	26
ASSEMBLY INSTRUCTIONS.....	27
EXPLOSION DRAWING.....	42
PARTS LIST.....	43
TECHNICAL SPECIFICATIONS.....	46



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 = 120 kg / 265 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. 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. Always wear appropriate workout clothing when exercising. **DO NOT** wear robes or other clothing that could become caught in the equipment.
10. Before using the device, always do stretching exercises to properly warm up.



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

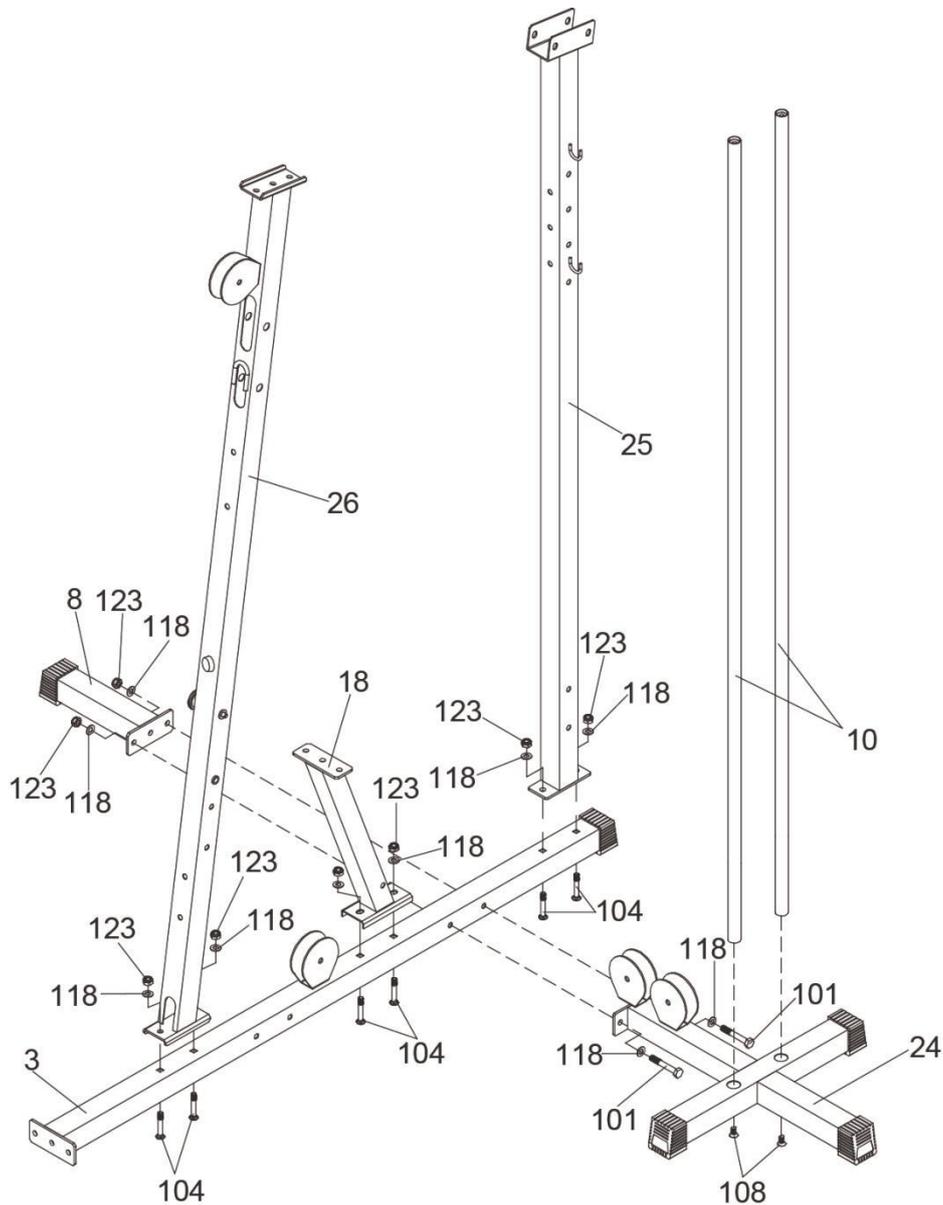
ASSEMBLY INSTRUCTIONS

Before assembling

- Make sure that you will have enough space around the item
- Check if all needed parts are available. Maybe some parts are already pre-assembled.

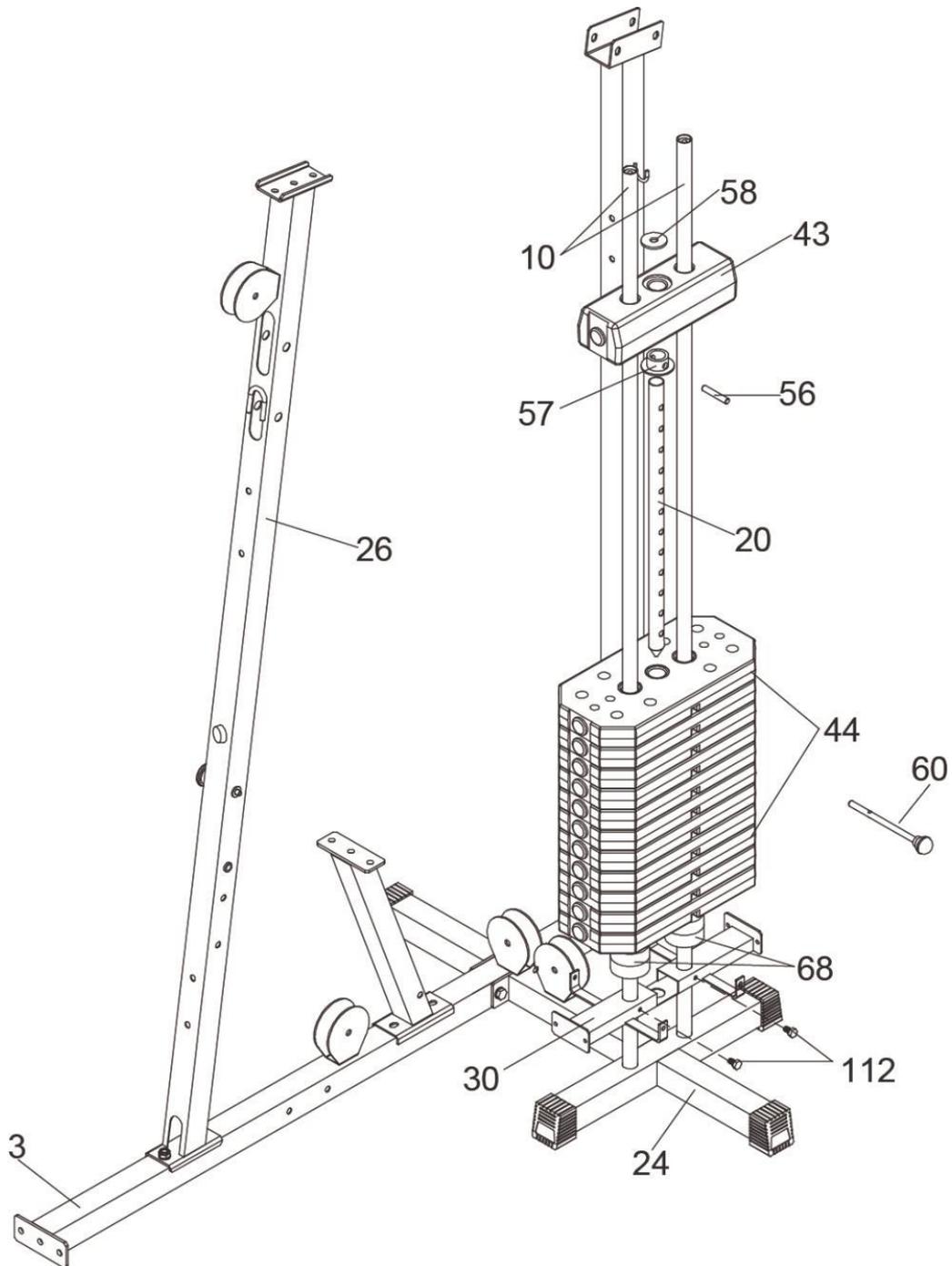
Assemble this device with at least 2 persons!

Step 1:



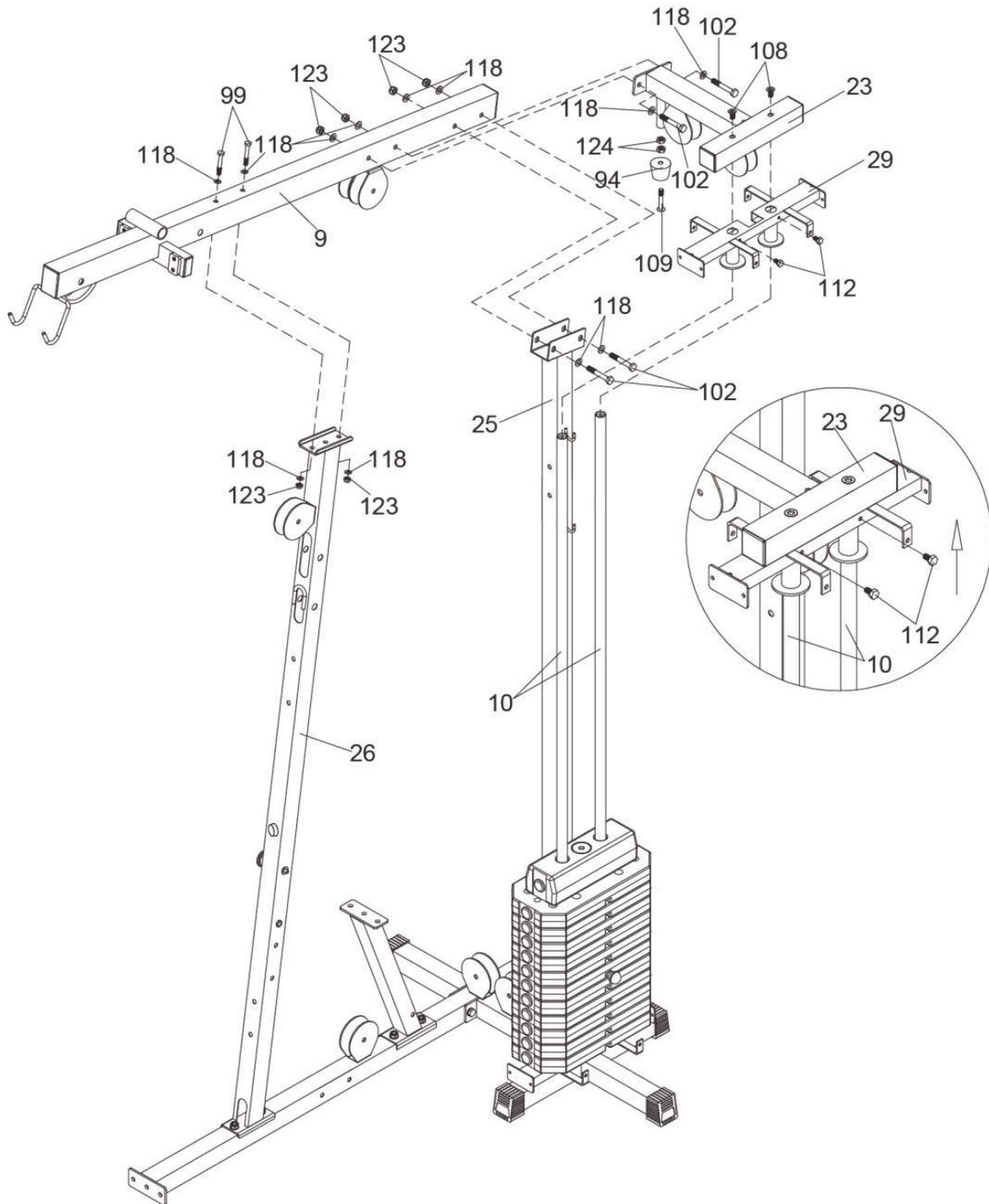
1. Remove two M10x25mm bolts (108) from the two weight guide tubes (10).
2. Insert the weight guide tubes (10) into the bottom cross connector (24) and fix the two bolts (108).
3. Fix the support frame (26), the arm support frame (18) and the rear upright frame (25) on the base frame (3) with the help of 6 carriage bolts M10x60 (104), 6 washers 10mm (118) and 6 nuts M10 (123).
4. Attach the bottom cross connector (24) and the right base frame (8) to the base frame (3) and secure with 2 bolts M10x75 (101), 4 washers 10mm (118) and 2 nuts M10 (123).

Step 2:



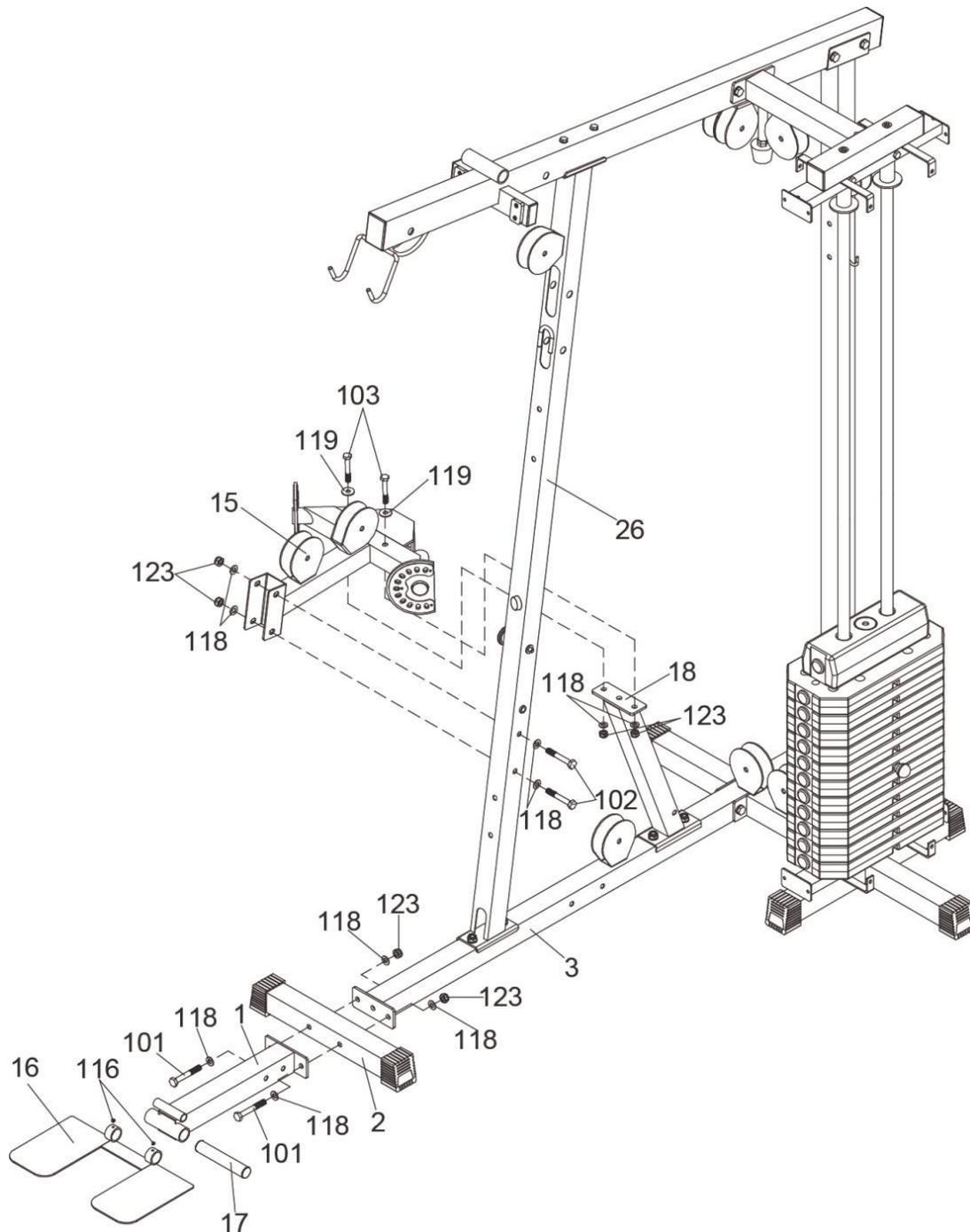
1. Attach the lower fixation tube (30) to the weight guide tubes (10) with 2 M8x16mm bolts (112) as shown.
2. Slide 4 rubber rings (68) onto the weight guide tubes (10).
3. Stack the weight plates (44) onto the weight guide tubes (10).
4. Slide the selector shaft bushing (57) down the selector shaft (20) and fix at the first hole with the help of the selector shaft pin (56).
5. Insert the selector shaft (20) into the hole of the weight plates (44).
6. Slide down the top weight plate (43) and insert weight selector pin (60) into the hole of the desired weight.
7. Put the plastic washer (58) on top of the top weight plate (43).

Step 3:



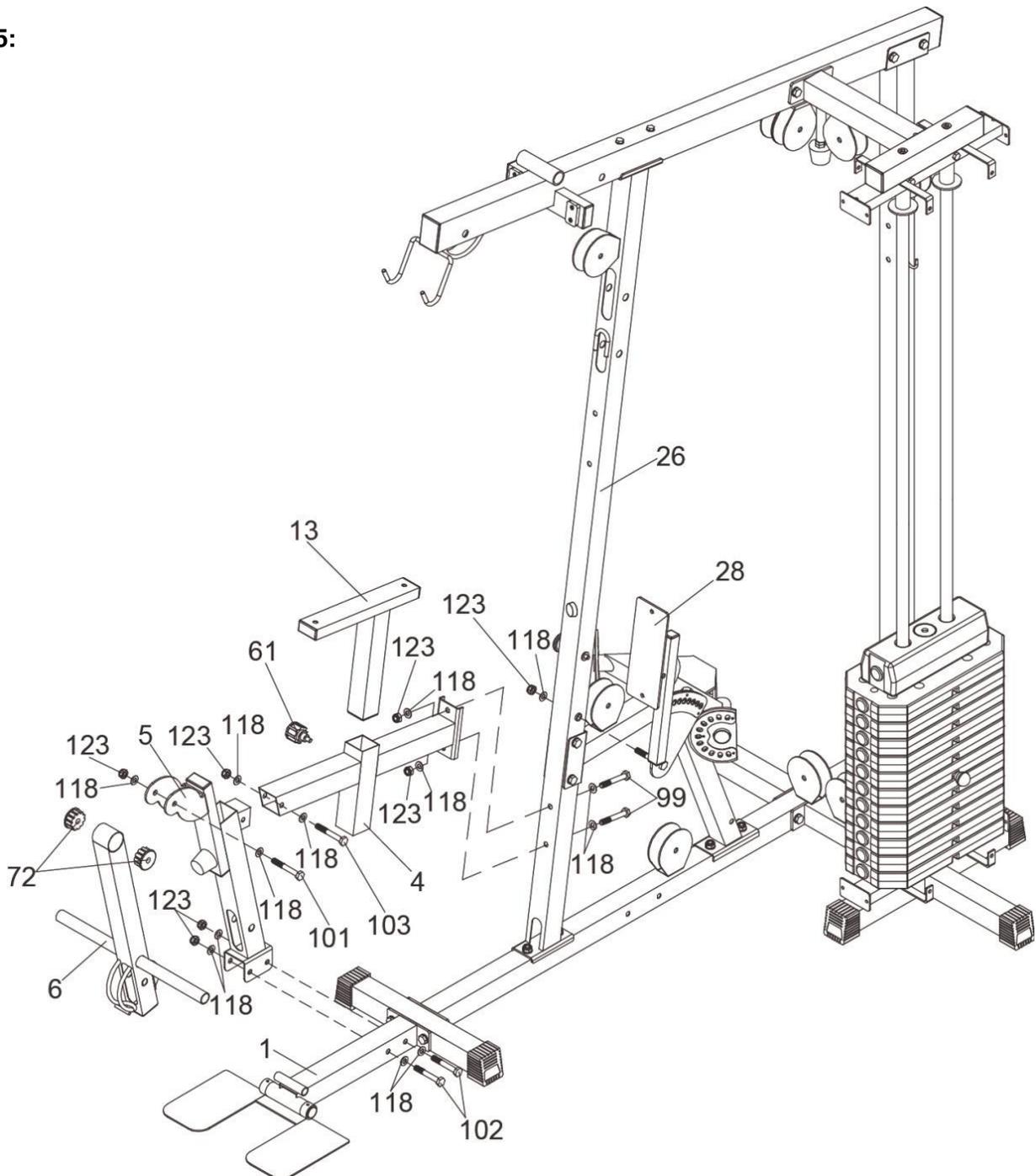
1. Fix the upper cross beam (9) with 2 bolts M10x70mm (102), 4 washers 10mm (118) and 2 nuts M10 (123) on the rear upright frame (25).
2. Attach the upper cross beam (9) to the support frame (26) using 2 bolts M10x90mm (99), 4 washers 10mm (118) and 2 nuts M10 (123).
3. Mount the upper fixation tube (29) onto the weight guide tubes (10) using 2 bolts M8x16mm (112).
4. Fix the buffer (94) on the top fixation bracket (23) with 1 bolt M10x65mm (109) and 2 nuts M10 (124).
5. Remove 2 bolts M10x25mm (108) from both weight guide tubes (10) and attach the top fixation bracket (23) to the weight guide tubes (10) using the 2 bolts M10x25mm (108).
6. Now attach the top fixation bracket (23) to the upper cross beam (9) with 2 bolts M10x70mm (102), 4 washers 10mm (118) and 2 nuts M10 (123).

Step 4:



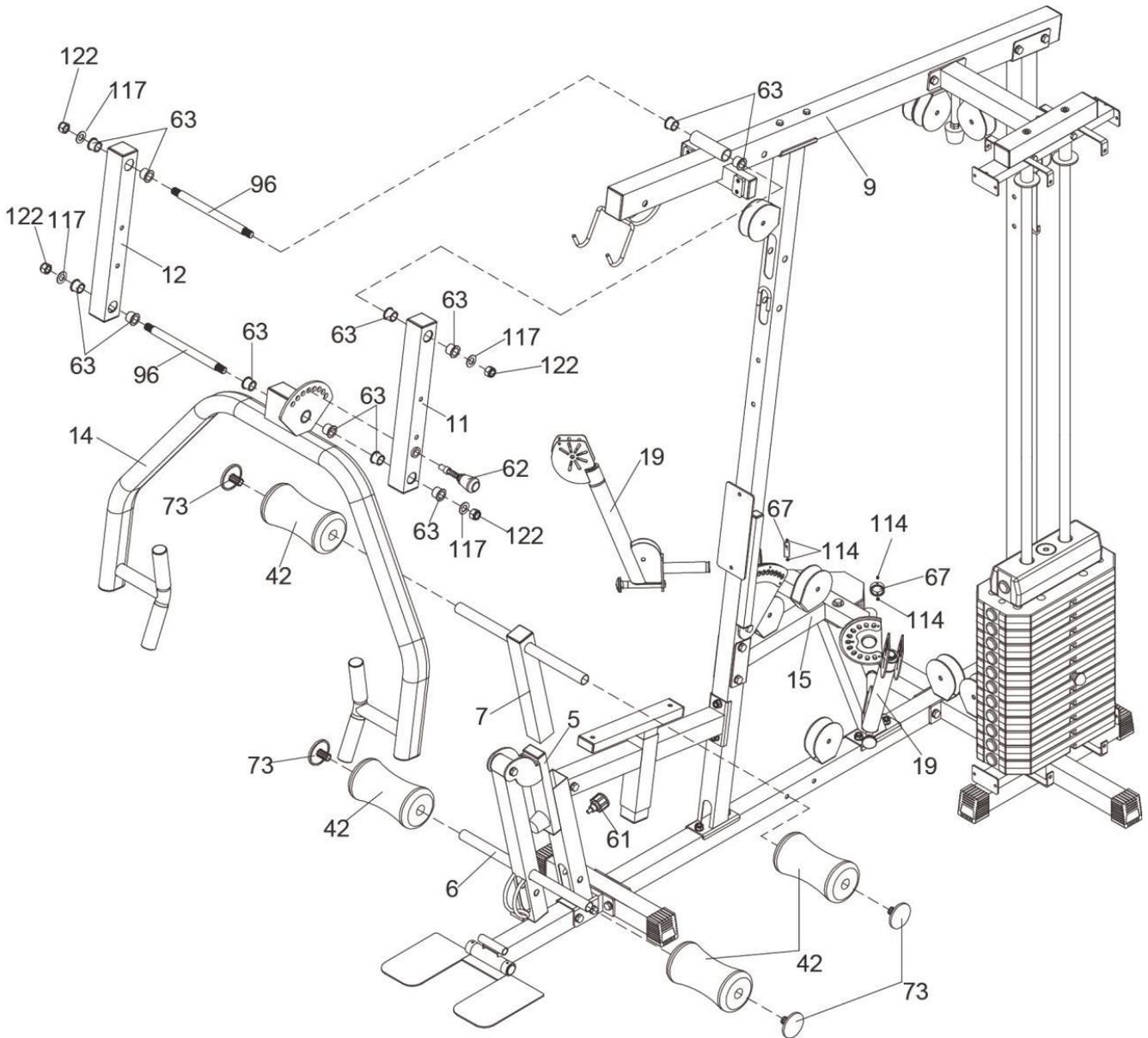
1. Attach the footplate connector (1) and the front base frame (2) to the base frame (3) using two M10x75mm hex bolts (101), four washers 10mm (118) and two M10 nylon nuts (123).
2. Attach footplate (16) to footplate connector (1) using the fixation tube (17) and 2 screws M5x5mm (116).
3. Mount the arm bracket (15) on the support frame (26) with the help of 2 bolts M10x70mm (102), 4 washers 10mm (118) and 2 nylon nuts M10 (123).
4. Fix the arm bracket (15) on the arm support frame (18) with 2 bolts M10x65mm (103), 4 washers $\varnothing 28 \times 10$ (119), 2 washers 10mm (118) and 2 nylon nuts M10 (123).

Step 5:



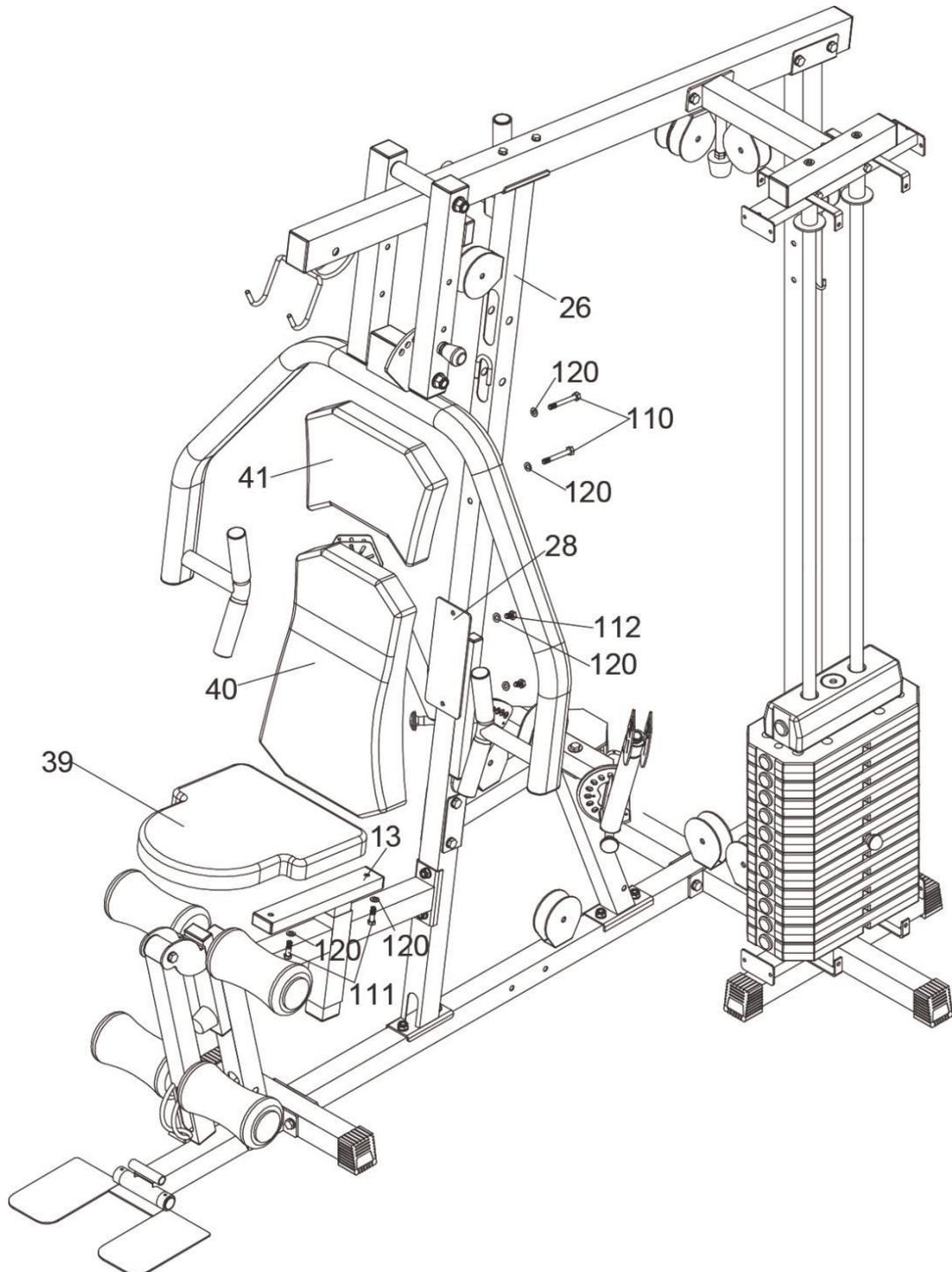
1. Attach backrest frame (28) to support frame (26) using 1 washer 10mm (118) and 1 nylon nut M10 (123).
2. Fix the seat support frame (4) to the support frame (26) with the help of 2 bolts M10x90mm (99), 4 washers 10mm (118) and 2 nylon nuts M10 (123).
3. Attach front support frame (5) to seat support frame (4) using 1 bolt M10x65mm (103), 2 washers 10mm (118) and 1 nylon nut M10 (123).
4. Mount the front support frame (5) on the footplate connector (1) and secure with 2 bolts M10x70mm (102), 4 washers 10mm (118) and 2 nylon nuts M10 (123).
5. Fix the leg extension frame (6) on the front support frame (5) with 2 plastic bushings $\varnothing 50 \times \varnothing 11$ (72), 1 bolt M10x75mm (101), 2 washers 10mm (118) and 1 nylon nut M10 (123).
6. Insert seat frame (13) into the seat support frame (4) and secure with the short quick knob (61).

Step 6:



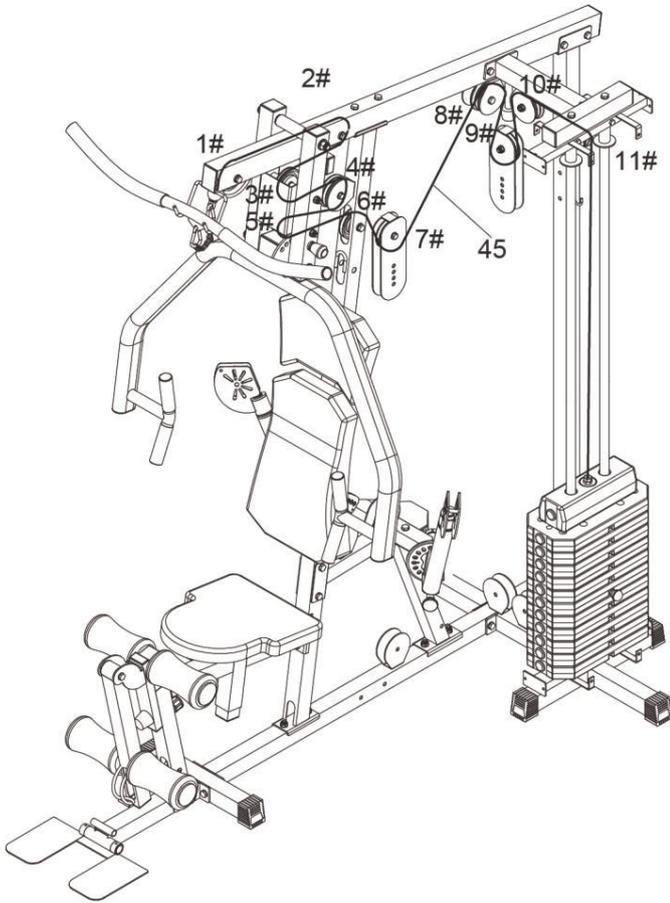
1. Attach two arms (19) to the arm bracket (15) using 2 axle collars (67) and 4 screws M6x6mm (114).
2. Attach left and right connect frame (11/12) to upper cross beam (9) using 6 big oil bushings (63), 1 shaft (96), 2 washers 16mm (117) and 2 nuts M16 (122).
3. Attach the press arm (14) to left and right connect frame (11/12) using 6 big oil bushings (63), 1 shaft (96), 2 washers 16mm (117) and 2 nuts M16 (122).
4. Insert the long quick knob (62) through the single hole on press arm (14) to any hole of the fan-type plate.
5. Insert the foam roller bracket (7) into front support frame (5) using 1 short quick knob (61).
6. Slide 4 leg rollers (42) onto the leg extension frame (6) and foam roller bracket (7) as shown, then place 4 end caps $\varnothing 25\text{mm}$ (73) into the tube ends.

Step 7:

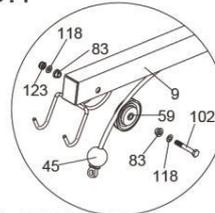


1. Attach the head cushion (41) to support frame (26) using 2 bolts M8x85mm (110) and 2 washers 8mm (120).
2. Mount the backrest cushion (40) on the backrest frame (28) using 2 bolts M8x16mm (112) and 2 washers 8mm (120).
3. Attach the seat cushion (39) to the seat frame (13) using 2 bolts M8x40mm (111) and 2 washers 8mm (120).

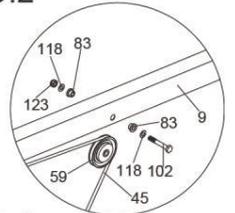
Step 8:



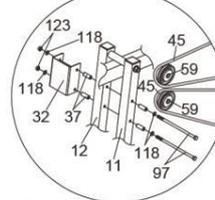
NO.1



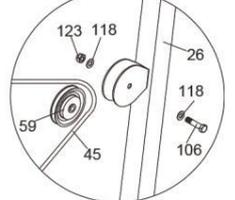
NO.2



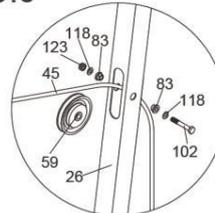
NO.3&5



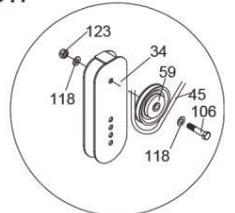
NO.4



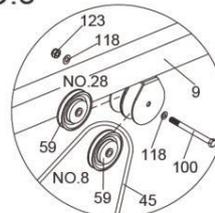
NO.6



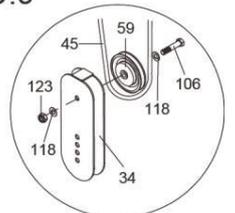
NO.7



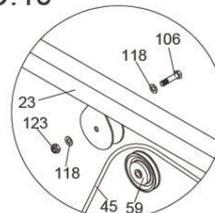
NO.8



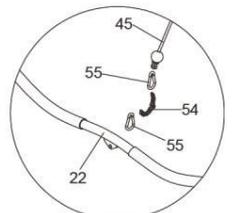
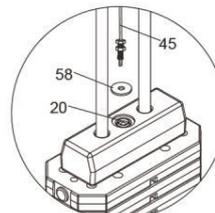
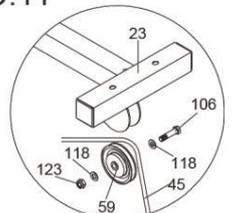
NO.9



NO.10



NO.11



Upper Cable (45) Installation:

NO.1 / NO.2

Guide upper cable (45) through upper cross beam (9) in groove of pulley (59).

Install pulleys (59) with 4 long plastic bushings (83) to upper cross beam (9) using 2 bolts M10x70mm (102), 4 washers 10mm (118) and 2 nuts M10 (123).

NO.3 / NO.5

Install pulleys (59), 4 steel bushings $\varnothing 16 \times \varnothing 11$ (37) and pulley cover (32) as shown between left and right connect frames (11/12) using 2 bolts M10x235mm (97), 4 washers 10mm (118) and 4 nuts M10 (123).

NO.4

Mount pulley (59) on support frame (26) using 1 bolt M10x45mm (106), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.6

Install pulley (59) with 2 long plastic bushings (83) on support frame (26) using 1 bolt M10x70mm (102), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.7

Install pulley (59) on adjustable pulley block (34) using 1 bolt M10x45mm (106), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.8

Install 2 pulleys (59) to upper cross beam (9) using 1 bolt M10x85mm (100), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.9

Install pulley (59) on adjustable pulley block (34) using 1 bolt M10x45mm (106), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.10 / NO.11

Install pulleys (59) on top fixation bracket (23) using 2 bolts M10x45mm (106), 4 washers 10mm (118) and 2 nuts M10 (123).

Attach the bolt end of upper cable (45) to selector shaft (20) using plastic washer (58).

Attach the lat bar (22) to the other end of upper cable (45) using 2 pothooks (55) and 1 short chain (54).

NO.16

Install pulley (59) on adjustable pulley block (34) using 1 bolt M10x45mm (106), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.17

Fix pulley (59) on arm bracket (15) using 1 bolt M10x45mm (106), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

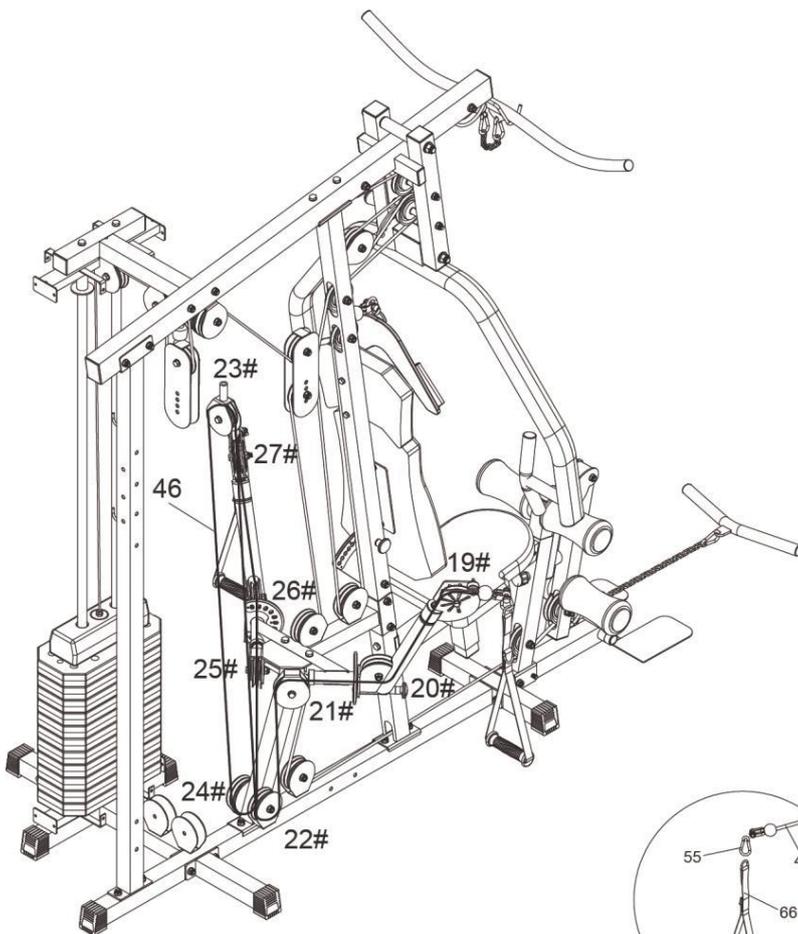
NO.18

Install pulley (59) and 2 long plastic bushings (83) on support frame (26) using 1 bolt M10x70mm (102), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

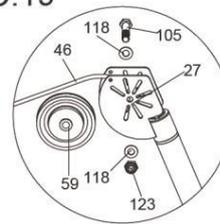
Attach U-Cable (36) to the ball end of cable (47) and fix with 1 bolt M10x35mm (107), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

Attach AB Strap (65) to the end of lower cable (47) using 1 pothook (55). Attach lower bar (21) or ankle strap (64) to the other end of the lower cable (47) using 2 pothooks (55) and 1 long chain (53).

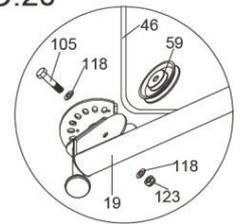
Step 10:



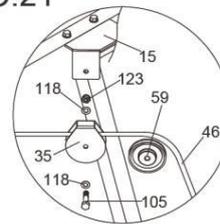
NO.19



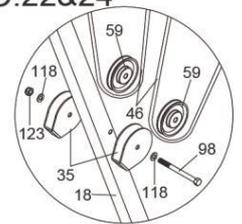
NO.20



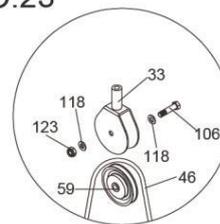
NO.21



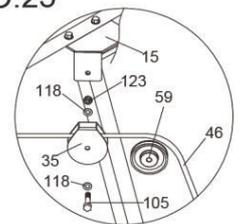
NO.22&24



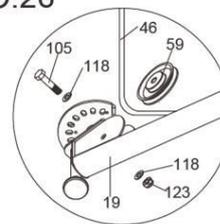
NO.23



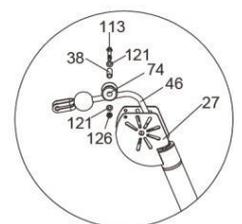
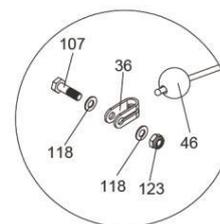
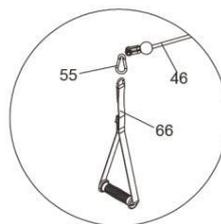
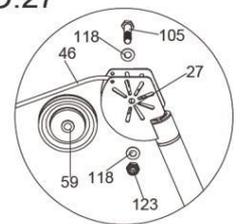
NO.25



NO.26



NO.27



Assembly arm cable (46) Installation:

NO.19

Guide arm cable end (46) through arm (19) and pulley block (27).

Install pulley (59) on pulley block (27) using 1 bolt M10x50mm (105), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

Insert steel bushing $\varnothing 10 \times \varnothing 7$ (38) into roller (74) and then attach roller (74) to the pulley block (27) using 1 bolt M6x45mm (113), 2 washers 6mm (121) and 1 nut M6 (126).

Fix the U-Cable (36) to the ball end of arm cable (46) using 1 bolt M10x35mm (107), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.20

Fix pulley (59) on arm (15) using 1 bolt M10x50mm (105), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.21

Fix pulley (59) and pulley block (35) on arm bracket (15) using 1 bolt M10x50mm (105), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.22 / NO.24

Install pulleys (59) and 2 pulley blocks (35) on arm support frame (18) using 1 bolt M10x125mm (98), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.23

Fix pulley (59) on single pulley block (33) using 1 bolt M10x45mm (106), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.25

Fix pulley (59) and pulley block (35) on arm bracket (15) using 1 bolt M10x50mm (105), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.26

Install pulley (59) on arm (19) using 1 bolt M10x50mm (105), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.27

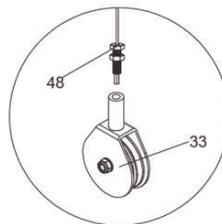
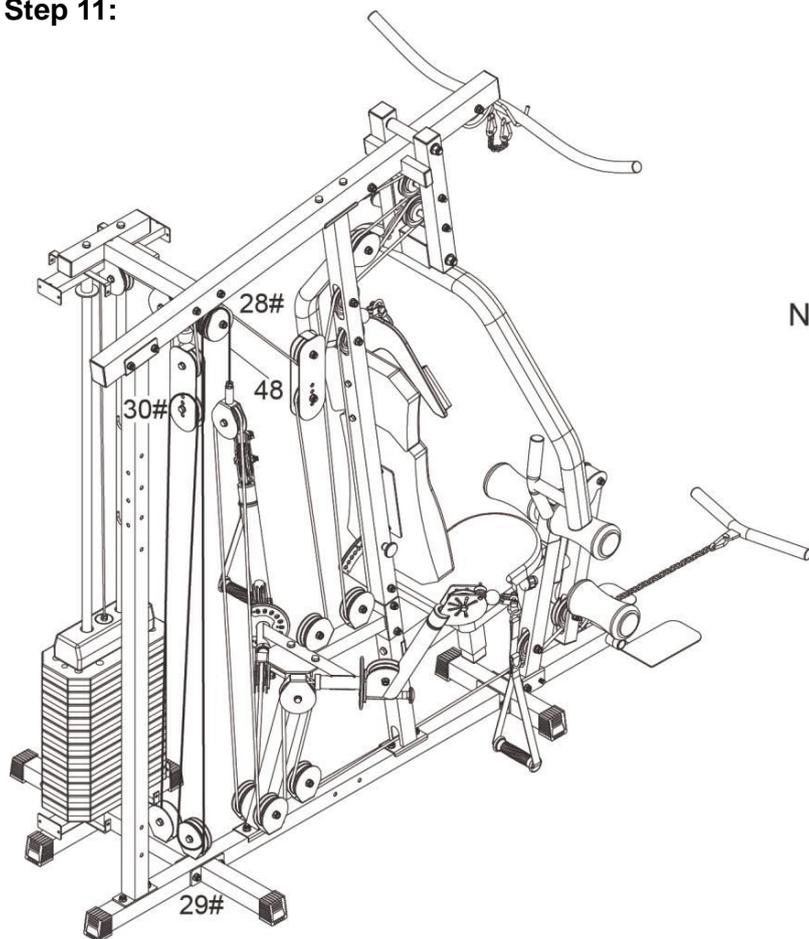
Fix pulley (59) on pulley block (27) using 1 bolt M10x50mm (105), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

Insert steel bushing $\varnothing 10 \times \varnothing 7$ (38) into roller (74) and then attach roller (74) to the pulley block (27) using 1 bolt M6x45mm (113), 2 washers 6mm (121) and 1 nut M6 (126).

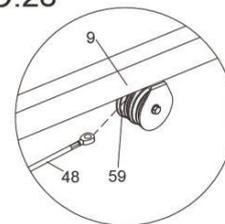
Fix the U-Cable (36) to the ball end of arm cable (46) using 1 bolt M10x35mm (107), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

Attach 2 strap handles (66) to both ends of the arm cable (46) using 2 pothooks (55).

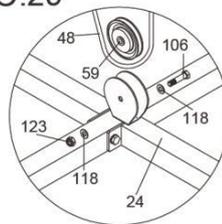
Step 11:



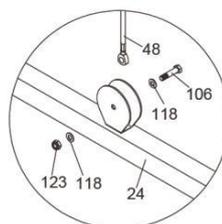
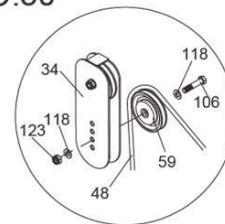
NO.28



NO.29



NO.30



Connection cable (48) Installation:

Attach the bolt end of the connection cable (48) to the single pulley block (33).

NO.28

Guide the other end of the connection cable (48) through the pulley (59).

NO.29

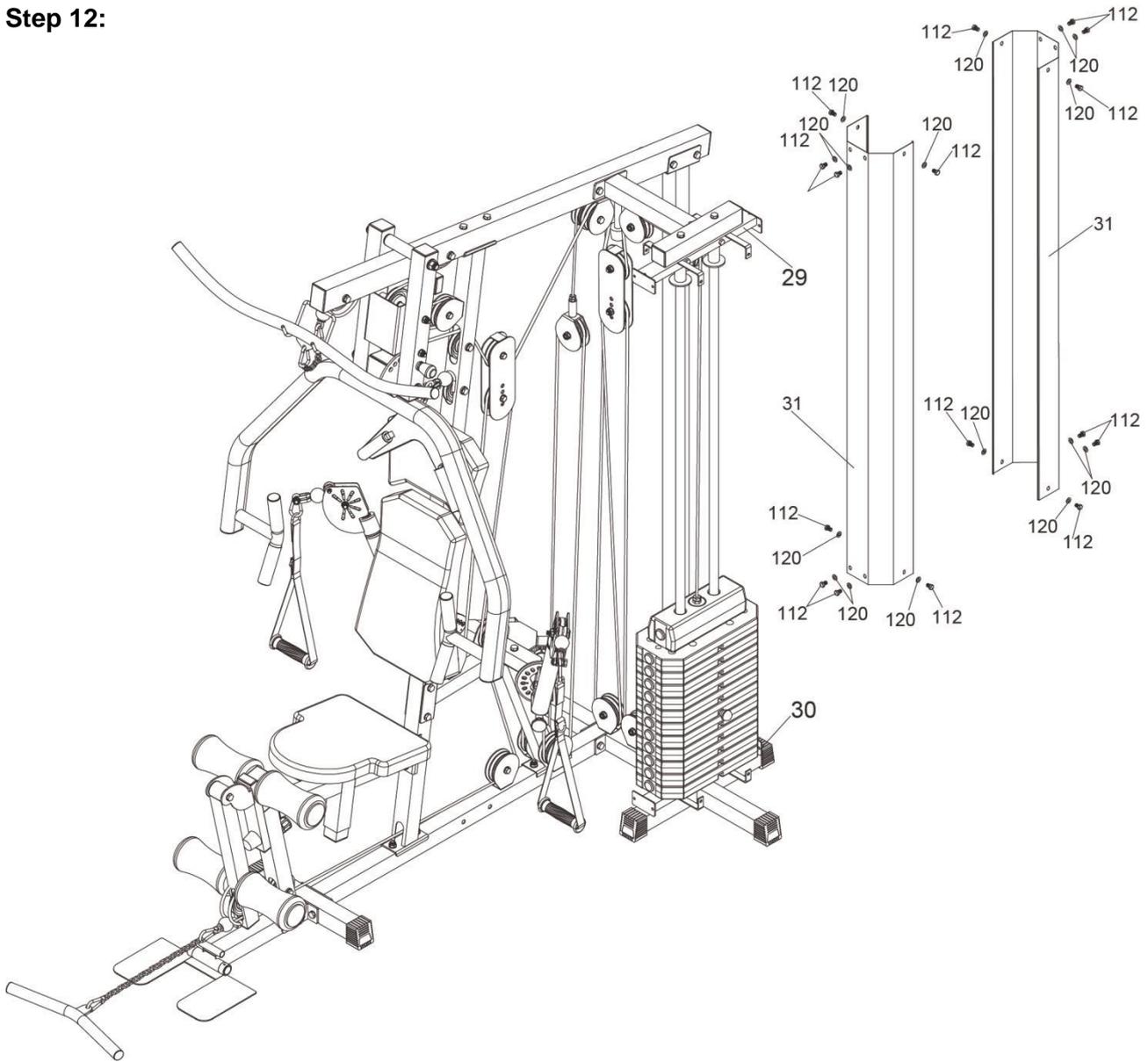
Fix pulley (59) on bottom cross connector (24) using 1 bolt M10x45mm (106), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

NO.30

Fix pulley (59) on adjustable pulley block (34) using 1 bolt M10x45mm (106), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

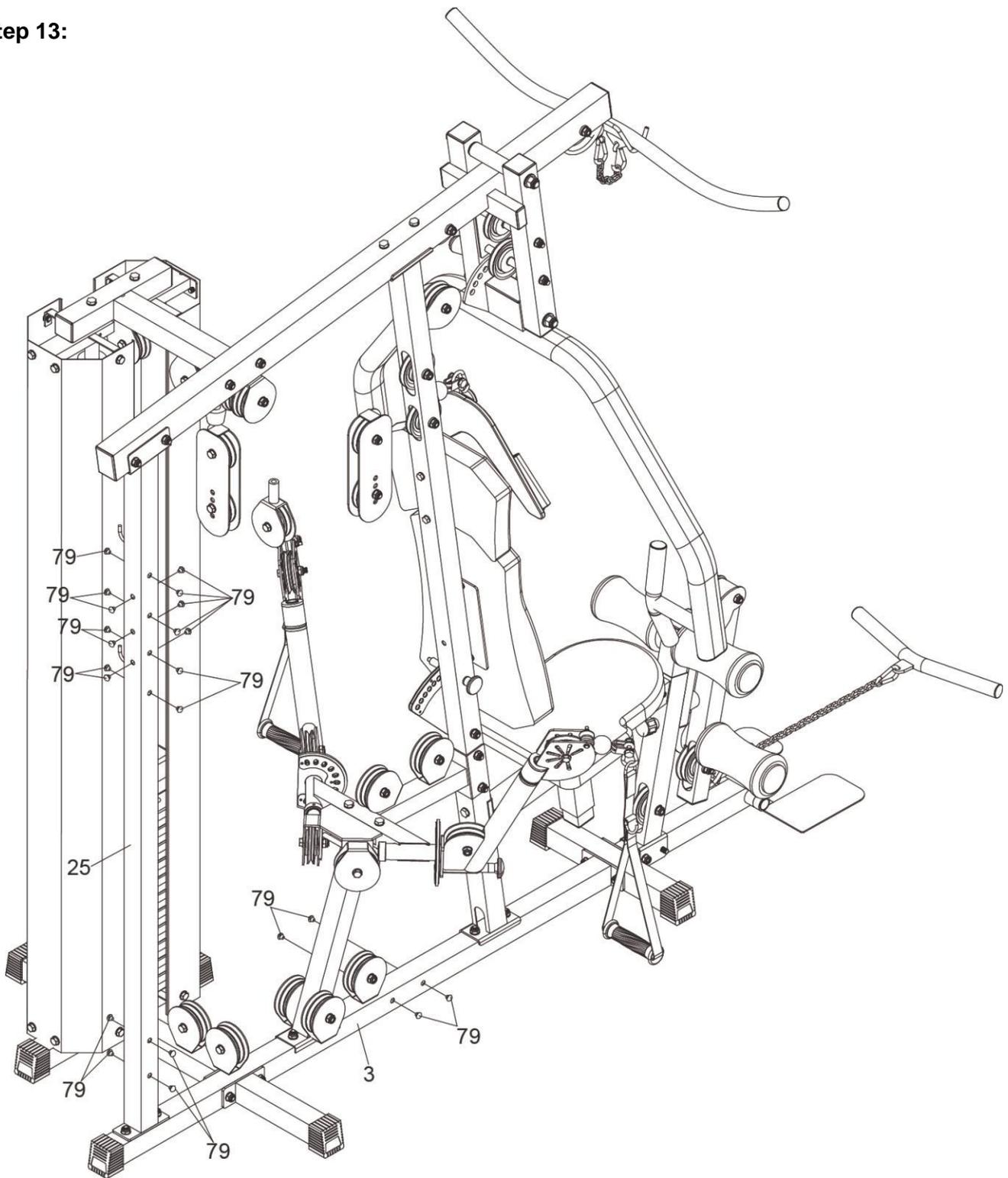
Attach the other end of the connection cable (48) to bottom cross connector (24) using 1 bolt M10x45mm (106), 2 washers 10mm (118) and 1 nut M10 (123).

Step 12:



Attach the safety cover (31) to the upper (29) and lower (30) fixation tubes using 16 bolts M8x16mm (112) and 16 washers 8mm (120).

Step 13:



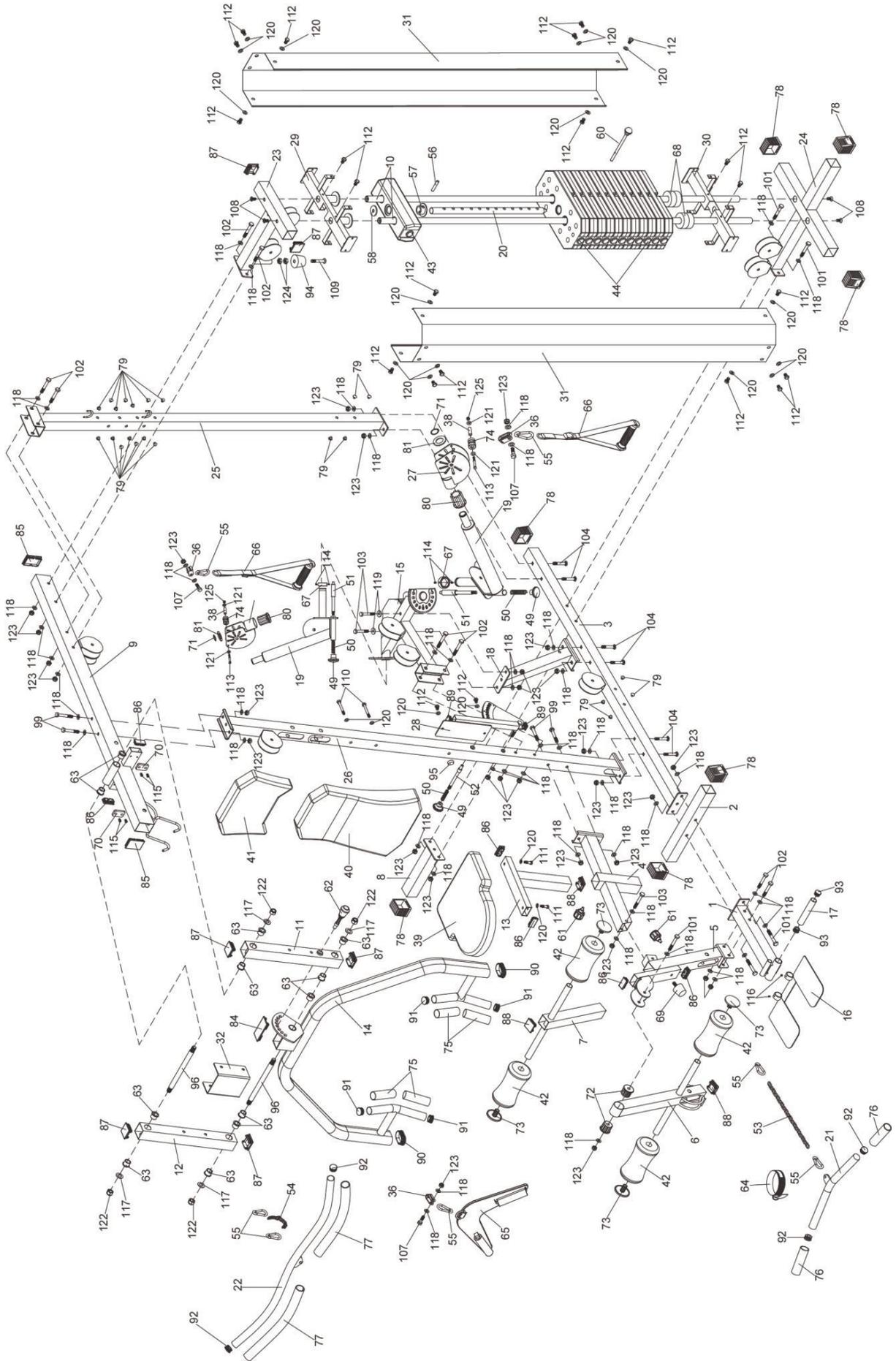
Attach 22 hole plugs (79) to the base frame (3) and the rear upright frame (25).



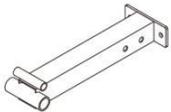
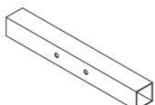
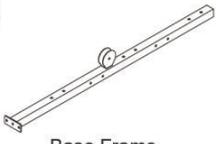
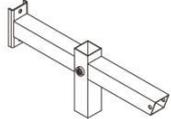
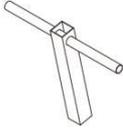
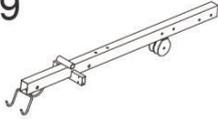
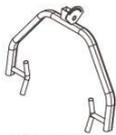
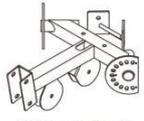
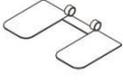
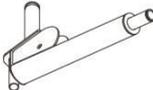
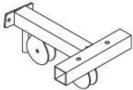
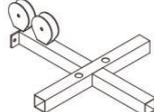
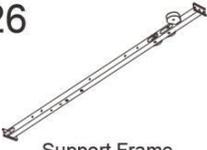
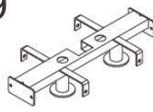
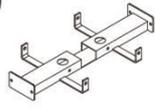
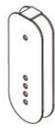
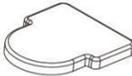
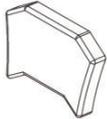
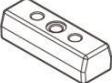
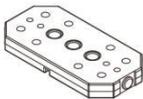
ATTENTION!

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

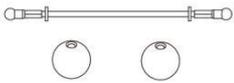
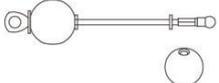
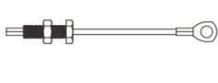
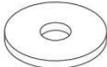
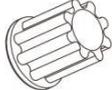
EXPLOSION DRAWING



PARTS LIST

1  Footplate Connector 1pc	2  Front Base Frame 1pc	3  Base Frame 1pc	4  Seat Support Frame 1pc	5  Front Support Frame 1pc
6  Leg Extension Frame 1pc	7  Foam Roller Bracket 1pc	8  Right Base Frame 1pc	9  Upper Cross Beam 1pc	10  Weight Guide Tube 2pcs
11  Left Connect Frame 1pc	12  Right Connect Frame 1pc	13  Seat Frame 1pc	14  Press Arm 1pc	15  Arm Bracket 1pc
16  Footplate 1pc	17  Footplate Fixed Tube 1pc	18  Arm Support Frame 1pc	19  Arm 2pcs	20  Selector Shaft 1pc
21  Lower Bar 1pc	22  Lat Bar 1pc	23  Top Fixing Bracket 1pc	24  Bottom Cross Connector 1pc	25  Rear Upright Frame 1pc
26  Support Frame 1pc	27  Rotational Pulley Block 2pcs	28  Backrest Frame 1pc	29  Upper Fixed Tube 1pc	30  Lower Fixed Tube 1pc
31  Safety Cover 2pcs	32  Pulley Cover 1pc	33  Single Pulley Block 1pc	34  Adjustable Pulley Block 2pcs	35  Pulley Block 4pcs
36  Cable U 3pcs	37  Steel Bushing(φ 16Xφ 11) 4pcs	38  Steel Bushing(φ 10Xφ 7) 2pcs	39  Seat Cushion 1pc	40  Backrest Cushion 1pc
41  Head Cushion 1pc	42  Leg Foam Roller 4pcs	43  Top Weight Plate 1pc	44  Weight Plate 11pcs	45  Upper Cable 1pc

PARTS LIST / CONTINUED

<p>46</p>  <p>Arm Cable 1pc</p>	<p>47</p>  <p>Lower Cable 1pc</p>	<p>48</p>  <p>Connection Cable 1pc</p>	<p>49</p>  <p>Handle 3pcs</p>	<p>50</p>  <p>Spring 3pcs</p>
<p>51</p>  <p>Insert Pin (long) 2pcs</p>	<p>52</p>  <p>Insert Pin (short) 1pc</p>	<p>53</p>  <p>Chain(long) 1pc</p>	<p>54</p>  <p>Chain(short) 1pc</p>	<p>55</p>  <p>Pothook 7pcs</p>
<p>56</p>  <p>Selector Shaft Pin 1pc</p>	<p>57</p>  <p>Selector Shaft Bushing 1pc</p>	<p>58</p>  <p>Plastic Washer 1pc</p>	<p>59</p>  <p>Pulley 30pcs</p>	<p>60</p>  <p>Weight Selector Pin 1pc</p>
<p>61</p>  <p>Quick Knob(short) 2pcs</p>	<p>62</p>  <p>Quick Knob(long) 1pc</p>	<p>63</p>  <p>Oil Bushing 12pcs</p>	<p>64</p>  <p>Ankle Strap 1pc</p>	<p>65</p>  <p>AB Strap 1pc</p>
<p>66</p>  <p>Strap Handle 2pcs</p>	<p>67</p>  <p>Axle Collar 2pcs</p>	<p>68</p>  <p>Rubber Ring 4pcs</p>	<p>69</p>  <p>Buffer with Bolt 1pc</p>	<p>70</p>  <p>Rectangular Buffer 2pcs</p>
<p>71</p>  <p>Ring 2pcs</p>	<p>72</p>  <p>Plastic Bushing (∅ 50X ∅ 11) 2pcs</p>	<p>73</p>  <p>25mm Round End Cap 4pcs</p>	<p>74</p>  <p>Roller 2pcs</p>	<p>75</p>  <p>∅ 32X125mm Handle Foam 4pcs</p>
<p>76</p>  <p>∅ 30X125mm Handle Foam 2pcs</p>	<p>77</p>  <p>∅ 30X425mm Handle Foam 2pcs</p>	<p>78</p>  <p>50mm Square End Cap 7pcs</p>	<p>79</p>  <p>Hole Plug 22pcs</p>	<p>80</p>  <p>Plastic Bushing (∅ 45X ∅ 26) 2pcs</p>
<p>81</p>  <p>Washer (∅ 45X ∅ 26) 2pcs</p>	<p>82</p>  <p>Pulley Bushing (short) 2pcs</p>	<p>83</p>  <p>Pulley Bushing (long) 10pcs</p>	<p>84</p>  <p>50X100mm Square End Plug 1pc</p>	<p>85</p>  <p>50X70mm Square End Plug 2pcs</p>
<p>86</p>  <p>25X50mm Square End Plug 6pcs</p>	<p>87</p>  <p>50mm Square End Plug 6pcs</p>	<p>88</p>  <p>45mm Square End Plug 3pcs</p>	<p>89</p>  <p>25mm Square End Plug 2pcs</p>	<p>90</p>  <p>41.6X70mm Ellipse End Plug 2pcs</p>

PARTS LIST / CONTINUED

<p>91</p>  <p>32mm Round End Plug 4pcs</p>	<p>92</p>  <p>30mm Round End Plug 4pcs</p>	<p>93</p>  <p>25mm Round End Plug 2pcs</p>	<p>94</p>  <p>Buffer 1pc</p>	<p>95</p>  <p>Buffer (small) 1pc</p>
<p>96</p>  <p>Shaft 2pcs</p>	<p>97</p>  <p>M10X235mm Hex Bolt 2pcs</p>	<p>98</p>  <p>M10X125mm Hex Bolt 1pc</p>	<p>99</p>  <p>M10X90mm Hex Bolt 4pcs</p>	<p>100</p>  <p>M10X85mm Hex Bolt 1pc</p>
<p>101</p>  <p>M10X75mm Hex Bolt 5pcs</p>	<p>102</p>  <p>M10X70mm Hex Bolt 13pcs</p>	<p>103</p>  <p>M10X65mm Hex Bolt 4pcs</p>	<p>104</p>  <p>Carriage Bolt M10X60mm 6pcs</p>	<p>105</p>  <p>M10X50mm Hex Bolt 6pcs</p>
<p>106</p>  <p>M10X45mm Hex Bolt 13pcs</p>	<p>107</p>  <p>M10X35mm Hex Bolt 3pcs</p>	<p>108</p>  <p>M10X25mm Bolt 4pcs</p>	<p>109</p>  <p>M10X65mm Bolt 1pc</p>	<p>110</p>  <p>M8X85mm Hex Bolt 2pcs</p>
<p>111</p>  <p>M8X40mm Hex Bolt 2pcs</p>	<p>112</p>  <p>M8X16mm Hex Bolt 22pcs</p>	<p>113</p>  <p>M6X45mm Hex Bolt 2pcs</p>	<p>114</p>  <p>Screw M6X6mm 4pcs</p>	<p>115</p>  <p>Screw M5X10mm 4pcs</p>
<p>116</p>  <p>Screw M5X5mm 2pcs</p>	<p>117</p>  <p>M16 Washer 4pcs</p>	<p>118</p>  <p>M10 Washer 109pcs</p>	<p>119</p>  <p>Washer (φ 28X φ 10) 2pcs</p>	<p>120</p>  <p>M8 Washer 22pcs</p>
<p>121</p>  <p>M6 Washer 4pcs</p>	<p>122</p>  <p>M16 Nylon Nut 4pcs</p>	<p>123</p>  <p>M10 Nylon Nut 59pcs</p>	<p>124</p>  <p>M10 Nut 2pcs</p>	<p>125</p>  <p>M6 Nylon Nut 2pcs</p>

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Importer / Distributor	Cardiofitness GmbH & Co. KG, Friedrich-Ebert-Str. 75, 51429 Bergisch-Gladbach
Item	F-57253 KS300
Max. user weight	120 kg (265 lb)
Measurement approx.	2060 x 1450 x 2040 mm
Standard/Norm	ISO20957-1, EN957-2
Country of origin	Made in China

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