



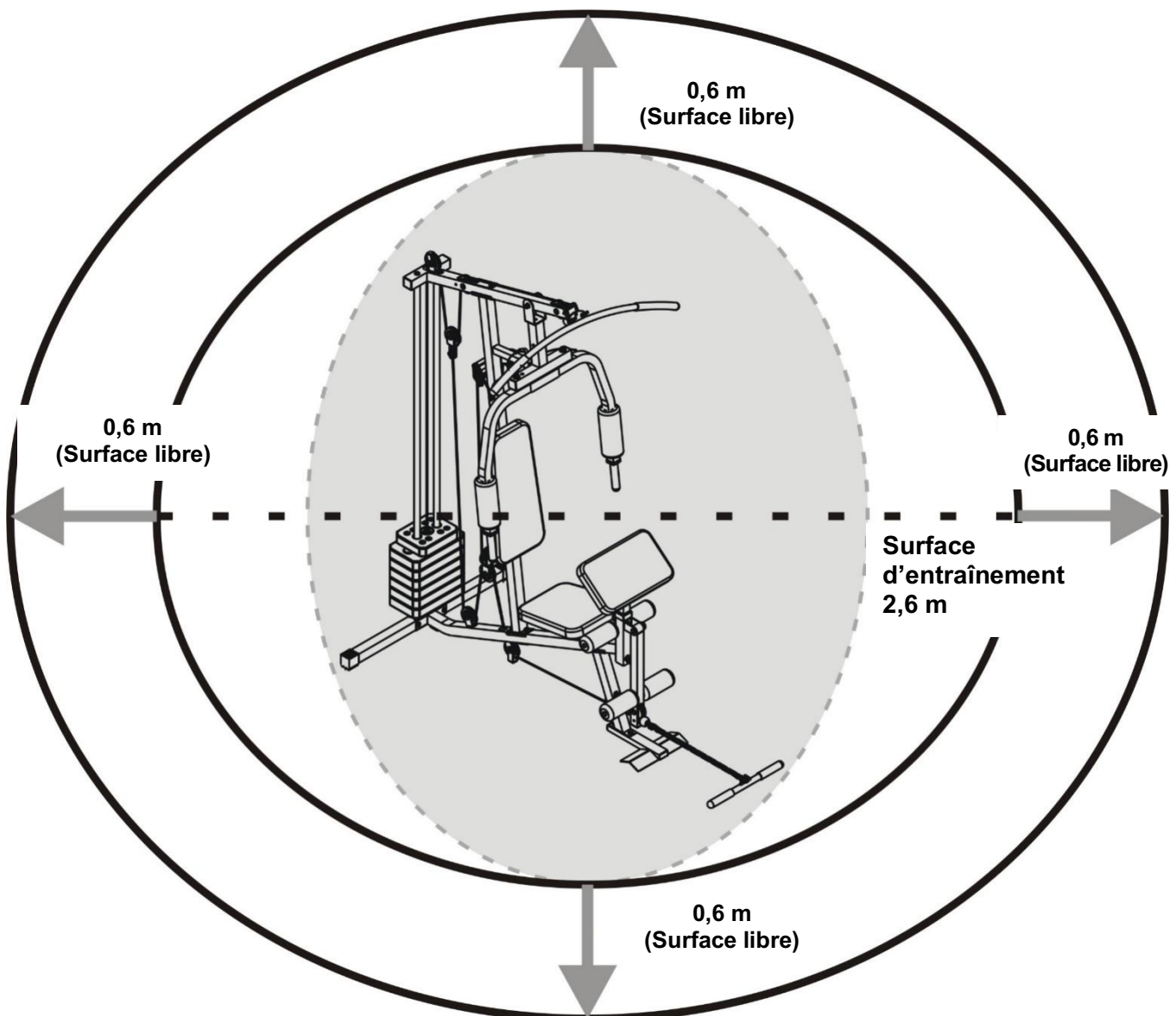
MSK | 500





Information de sécurité

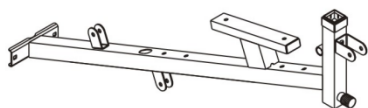
• L'espace libre ne doit pas être inférieur à 0,6 m que la surface d'entraînement dans les directions d'accès à l'équipement. L'espace libre doit également inclure la zone pour un démontage d'urgence. Lorsque l'équipement est positionné en juxtaposition les uns à côté des autres, la valeur de l'espace libre peut être partagée. Gardez les enfants sans surveillance loin de l'équipement.



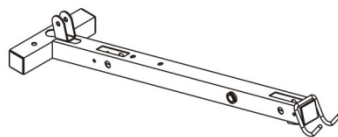
Composants - Pièces

Veillez vérifier si vous possédez toutes les pièces de la liste ci-dessous.

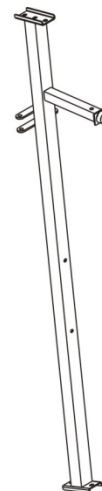
Remarque : Certains des composants plus petits peuvent être pré-assemblés sur des composants plus grands. Veuillez vérifier attentivement toutes les pièces avant de nous contacter pour tout composant manquant.



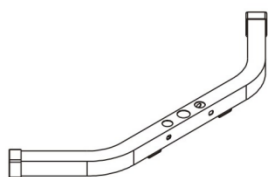
1. Cadre de base x 1



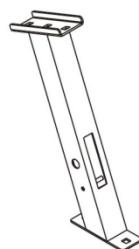
2. Cadre supérieur x 1



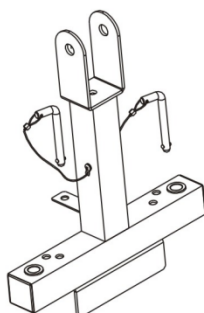
3. Cadre vertical x 1



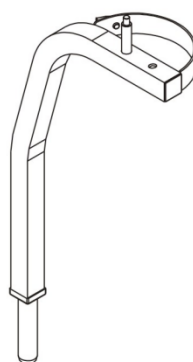
4. Stabilisateur arrière x 1



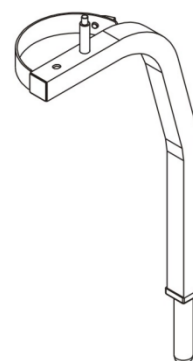
5. Support pour développeur de jambe x 1



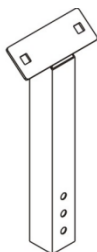
6. Base de la presse avant x 1



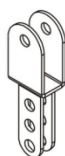
7. Papillon droit x 1



8. Papillon gauche x 1



9. Poutre à biceps support x 1



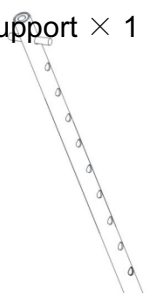
10. Poulie mobile support x 1



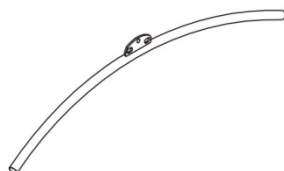
11. Double poulie angulaire



12. Poulie pivotante Support x 2



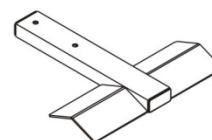
13. Goupille de sélection x 1



14. Barre latérale x 1



15. Développeur de jambe x 1

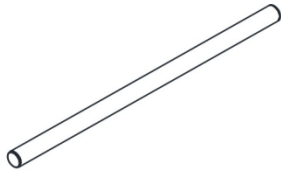


16. Stabilisateur avant x 4

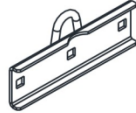
Composants - Pièces

Veillez vérifier si vous possédez toutes les pièces de la liste ci-

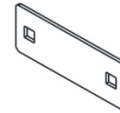
Remarque : Certains des composants plus petits peuvent être pré-assemblés sur des composants plus grands. Veuillez vérifier attentivement toutes les pièces avant de nous contacter pour tout composant manquant.



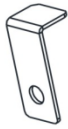
17. Tube de rouleau de mousse × 2



19. Arrière en U support x 1

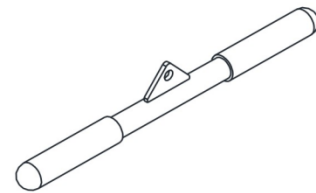


20. Support 120 mm × 3

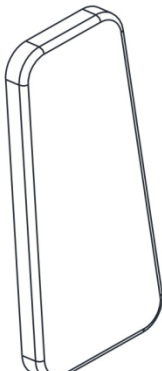


22. Séparation en L

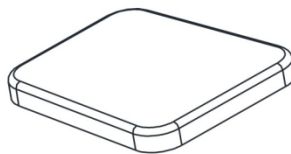
18. Tige de guidage × 2 →



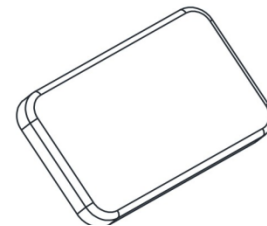
23. Barre de tirage × 1



24. Coussin de dossier × 1



25. Coussin de siège x 1



26. Pupitre à biceps x 1



43. Goupille de verrouillage de la presse (position assise) × 2



46. Capot de poulie × 6



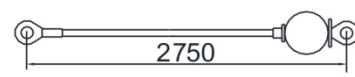
48. Bague Ø25mm × 31mm × 2



49. Câble supérieur 2700 mm × 1



50. Câble papillon 2750 mm × 1

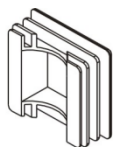


51. Câble inférieur 2750 mm

Composants - Pièces

Veillez vérifier si vous possédez toutes les pièces de la liste ci-dessous.

Remarque : Certains des composants plus petits peuvent être pré-assemblés sur des composants plus grands. Veuillez vérifier attentivement toutes les pièces avant de nous contacter pour tout composant manquant.



52. Capuchon 45 mm × 5



53. Capuchon 38 mm × 4

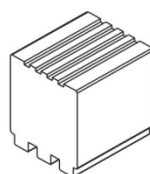


54. 25× 50mm

Capuchon × 4



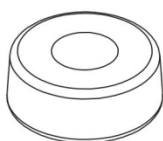
55. Capuchon
Ø19 mm x 4



56. Capuchon stabilisateur
arrière × 2



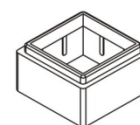
57. Ø37 mm Tampon en
caoutchouc × 1



58. Tampon en
caoutchouc Ø61 mm



59. Tampon en caoutchouc
30 mm × 1



60. 45 mm × 38 mm

Manchon × 1



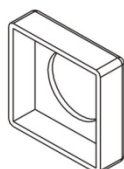
62. Ø22 × 11 mm
Moyeu de poulie × 2



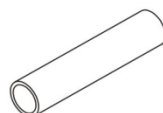
63. Ø22 × 15 mm
Moyeu de poulie × 6



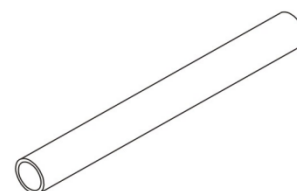
64. Écrou borgne M10 × 1



65. Manchon creux
Ø26 mm ×



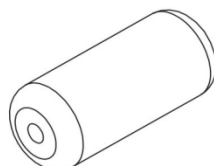
66. Guidon de presse avant
Poignée Ø25×130 × 4



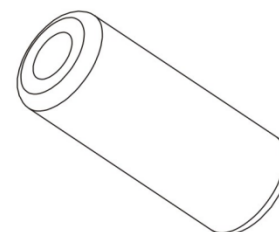
67. Poignée de guidon tirage
latéral x 2



68. Bouton de verrouillage
× 1



69. Rouleau en
mousse



70. Rouleau en mousse
Ø45 mm × 2

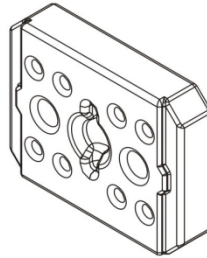
Composants - Pièces

Veillez vérifier si vous possédez toutes les pièces de la liste ci-dessous.

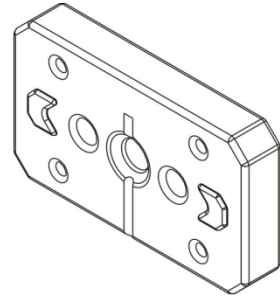
Remarque : Certains des composants plus petits peuvent être pré-assemblés sur des composants plus grands. Veuillez vérifier attentivement toutes les pièces avant de nous contacter pour tout composant manquant.



71. Poulie Ø78mm
x 12



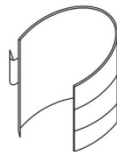
72. Plaque de sélection 8 LBS



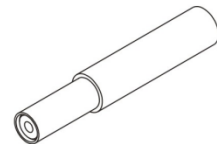
73. Poids 10 LBS
x 9



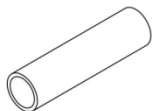
74. Capuchon Ø25mm x 1



76. Sangle de cheville × 1



77. Guidon de presse avant × 2



78. Guidon de presse avant
Poignée Ø25×110 × 2


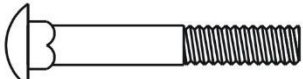
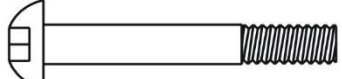
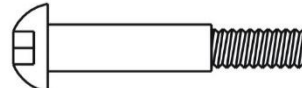
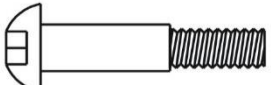
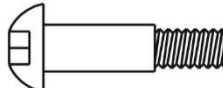



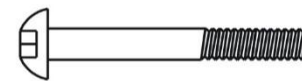
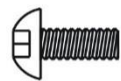






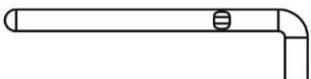
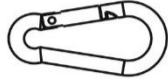


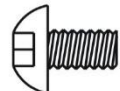



79. Capuchon Ø25mm x 8

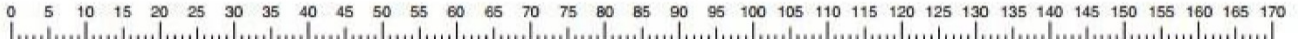
Composants - Fixations

Veillez vérifier que vous disposez de toutes les fixations de la liste ci-dessous.

Remarque : Les quantités ci-dessous correspondent à la quantité appropriée pour effectuer l'assemblage. Dans certains cas, il peut être fourni plus de matériel que réellement nécessaire. Certains des composants plus petits peuvent être pré-assemblés sur des composants plus grands.

<p>21 </p> <p>Axe M10 × 103mm × 1</p>	<p>27 </p> <p>Boulon de carrossier M10 × 65mm × 8</p>	<p>28 </p> <p>Boulon Allen M10 × 65mm × 2</p>
<p>29 </p> <p>Boulon Allen M10 × 60mm × 4</p>	<p>30 </p> <p>Boulon Allen M10 × 55mm × 1</p>	<p>31 </p> <p>Boulon Allen M10 × 42mm × 2</p>
<p>32 </p> <p>Boulon Allen M10 × 40mm × 6</p>	<p>33 </p> <p>Boulon Allen M10 × 30mm × 1</p>	<p>34 </p> <p>Boulon Allen M10 × 25mm × 6</p>
<p>35 </p> <p>Boulon Allen M8 × 60mm × 2</p>	<p>36 </p> <p>Boulon Allen M8 × 18mm × 2</p>	<p>37 </p> <p>Vis cruciforme Phillips M6 × 16mm × 1</p>
<p>38 </p> <p>Vis cruciforme Phillips ST4.8 × 2</p>	<p>39 </p> <p>Rondelle Ø25 x Ø11 × 1.5 × 4</p>	<p>40 </p> <p>Rondelle Ø8mm × 6</p>
<p>41 </p> <p>Rondelle Ø10mm × 40</p>	<p>42 </p> <p>Écrou aéronautique M10 × 28</p>	<p>44 </p> <p>Goupille de sélection de pile × 1</p>
<p>45 </p> <p>Crochet d'attache 6# × 2</p>	<p>47 </p> <p>15 Chaîne articulée × 1</p>	<p>61 </p> <p>Boulon Allen M8 × 40mm × 2</p>
<p>75 </p> <p>Boulon Allen M10 × 16mm × 2</p>	<p></p> <p>Clé Allen de 5,6 mm</p>	

Ruler - Use this ruler to help correctly identify the hardware



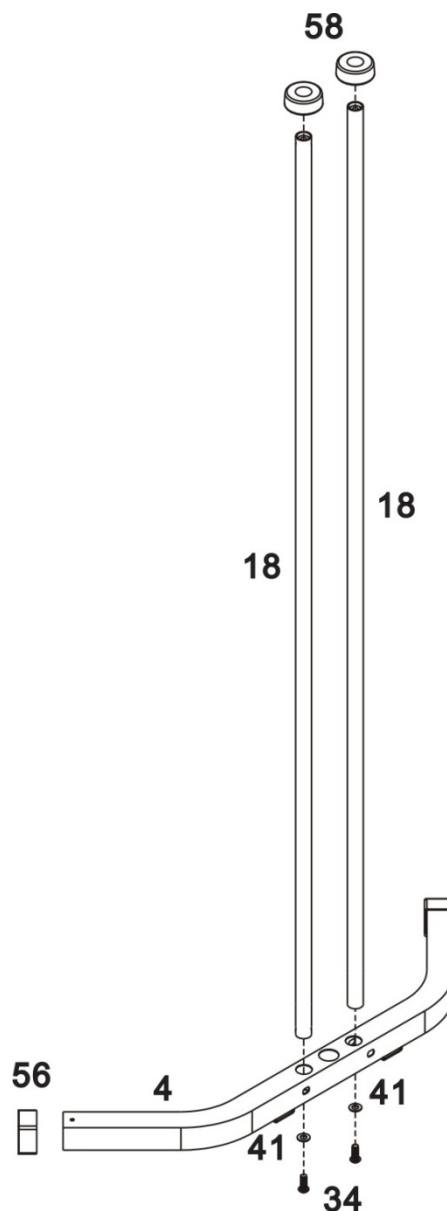
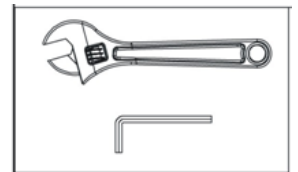
Instructions de montage

Étape 1

a. Insérer les tiges de guidage (18) dans les trous situés sur le stabilisateur arrière (4). Fixer à l'aide de 2 x boulons Allen M10 x 25mm (34) et 2 x rondelles Ø10mm (41).

b. Faire glisser 2 x tampons en caoutchouc Ø61mm (58) vers le bas sur les tiges de guidage (18).

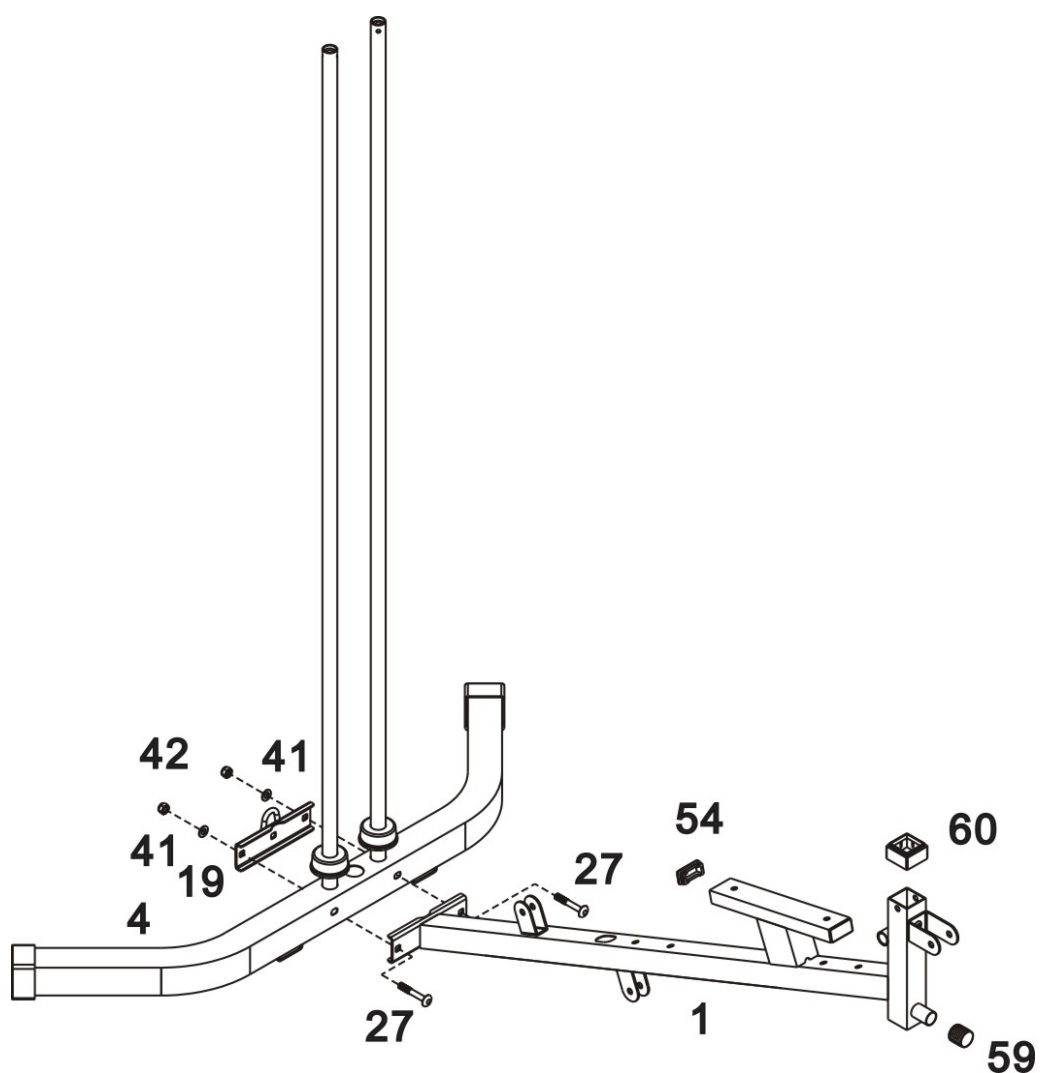
Remarque : Le composant (56) a été fixé à l'usine.



Instructions de montage

Étape 2

Assembler le cadre de base (1) sur le stabilisateur arrière (4). Fixer à l' aide de 2 x boulons de carrossier M10x 65mm (27), du support arrière en U (19), de 2 x rondelles Ø10mm (41) et 2 x écrous aéronautiques M10 (42).



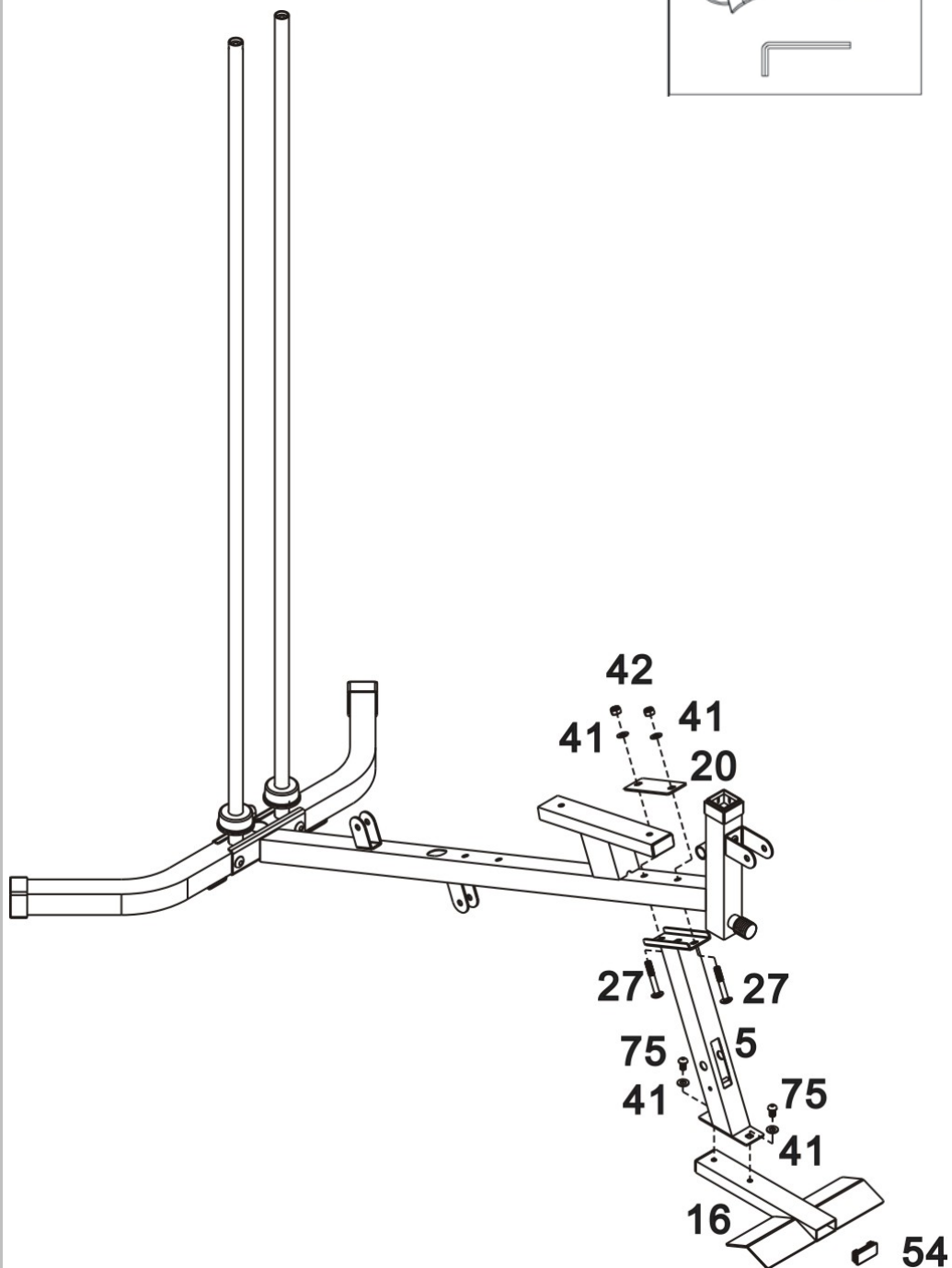
Instructions de montage

Étape 3

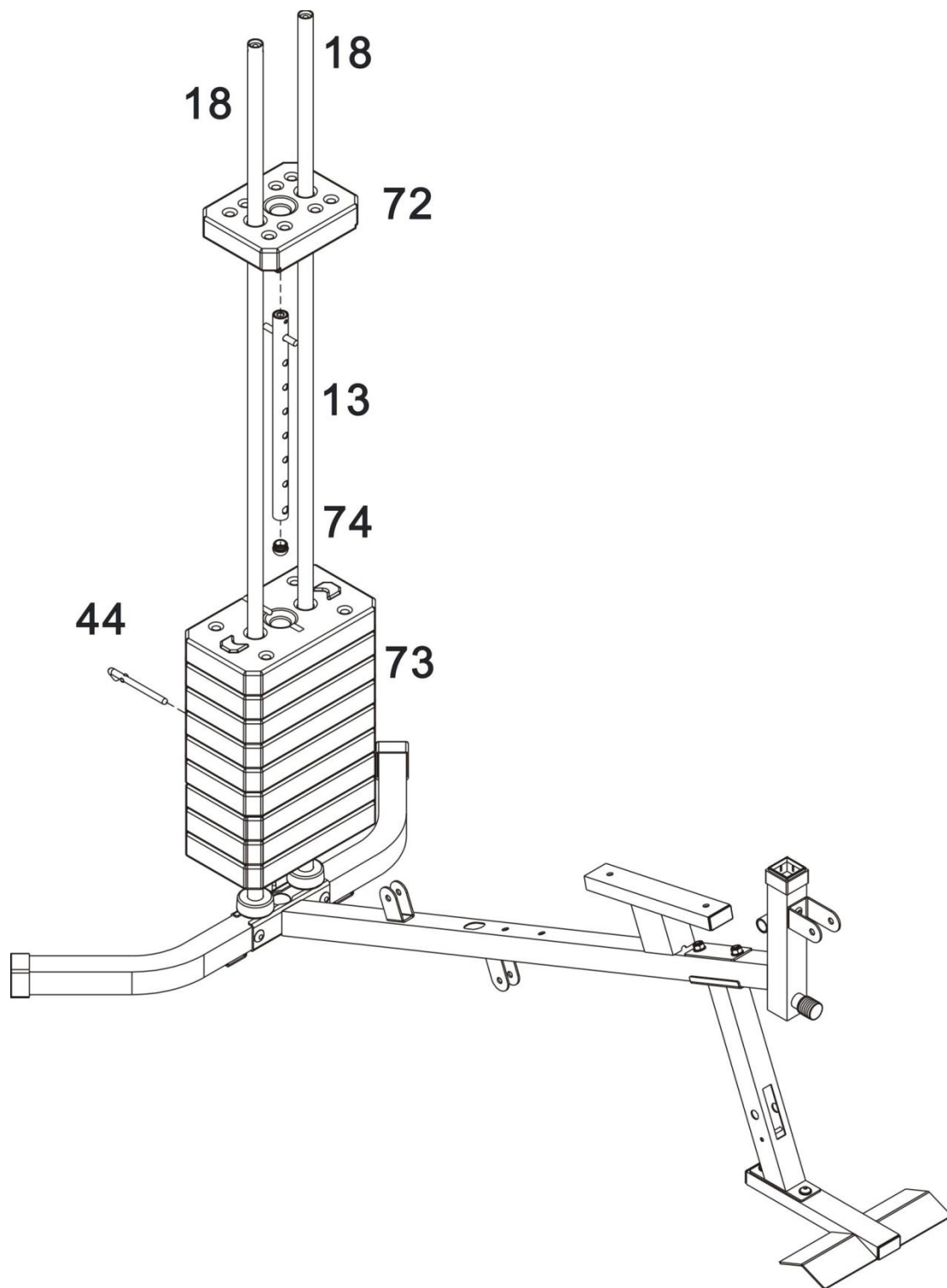
a. Assembler le stabilisateur avant (16) sur le support du développeur de jambe (5), fixer à l'aide de 2 x boulons Allen M10 x 16mm (75), 2 x rondelles Ø10mm(41).

b. Assembler le support du développeur de jambe (5) sur le cadre de base (1) fixer à l'aide du support 120mm (20), de 2 x boulons de carrossier M10 x 65mm (27), de 2 x rondelles Ø10mm (41) et de 2 x écrous aéronautiques M10 (42).

Remarque : Le composant (54) a été fixé à l'usine.



Instructions de montage



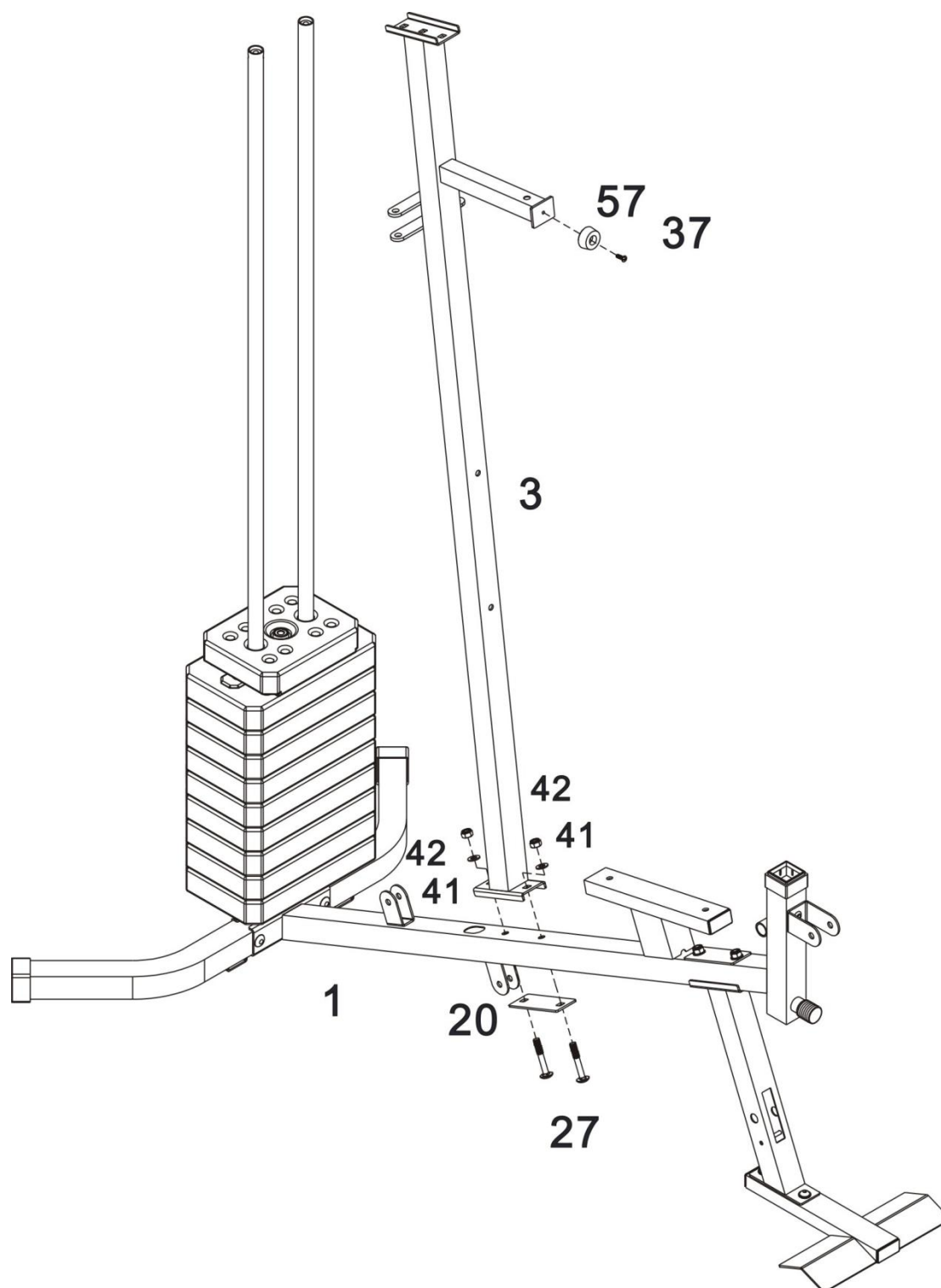
Étape 4

a. Faire glisser délicatement 9 x poids 10 LBS (73) vers les tiges de guidage (18), insérer la goupille de sélection (13) dans les poids (73), puis faire glisser 1 x plaque de sélection 8 LBS (72) vers les tiges de guidage (18).

b. Sélectionner le poids d'entraînement souhaité en insérant la goupille de sélection de pile (44) dans les rainures profondes sous les poids et dans la goupille de sélection.

Remarque : Le composant (74) a été fixé à l'usine.

Instructions de montage

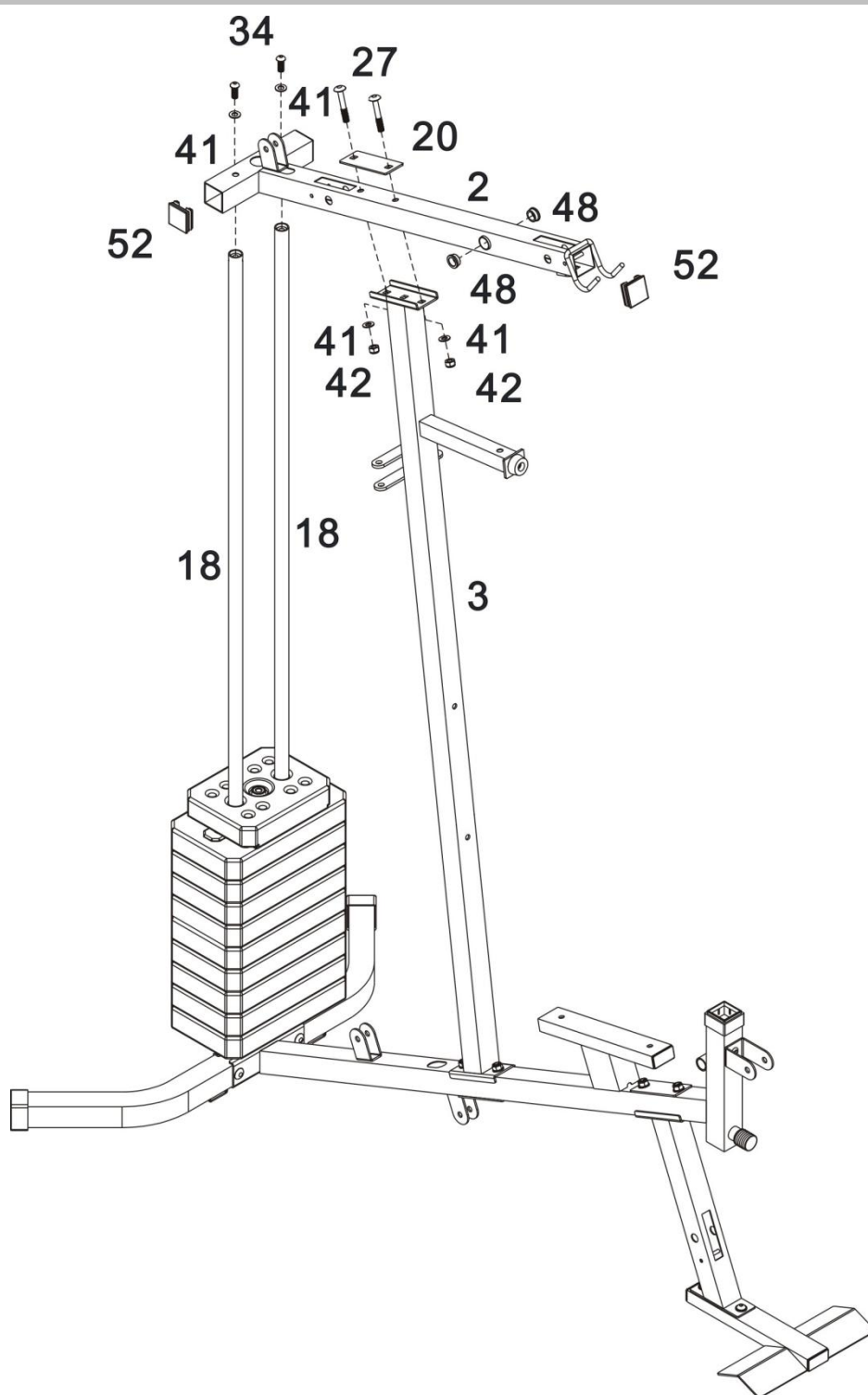


Étape 5

Assembler le cadre vertical (3) sur le cadre de base (1). Fixer à l'aide de 2 x boulons de carrossier M10 x 65mm (27), du support 120 mm (20), de 2 x rondelles Ø10mm (41) et 2 x écrous aéronautiques M10 (42).

Remarque : Le composant (37/57) a été fixé à l'usine.

Instructions de montage



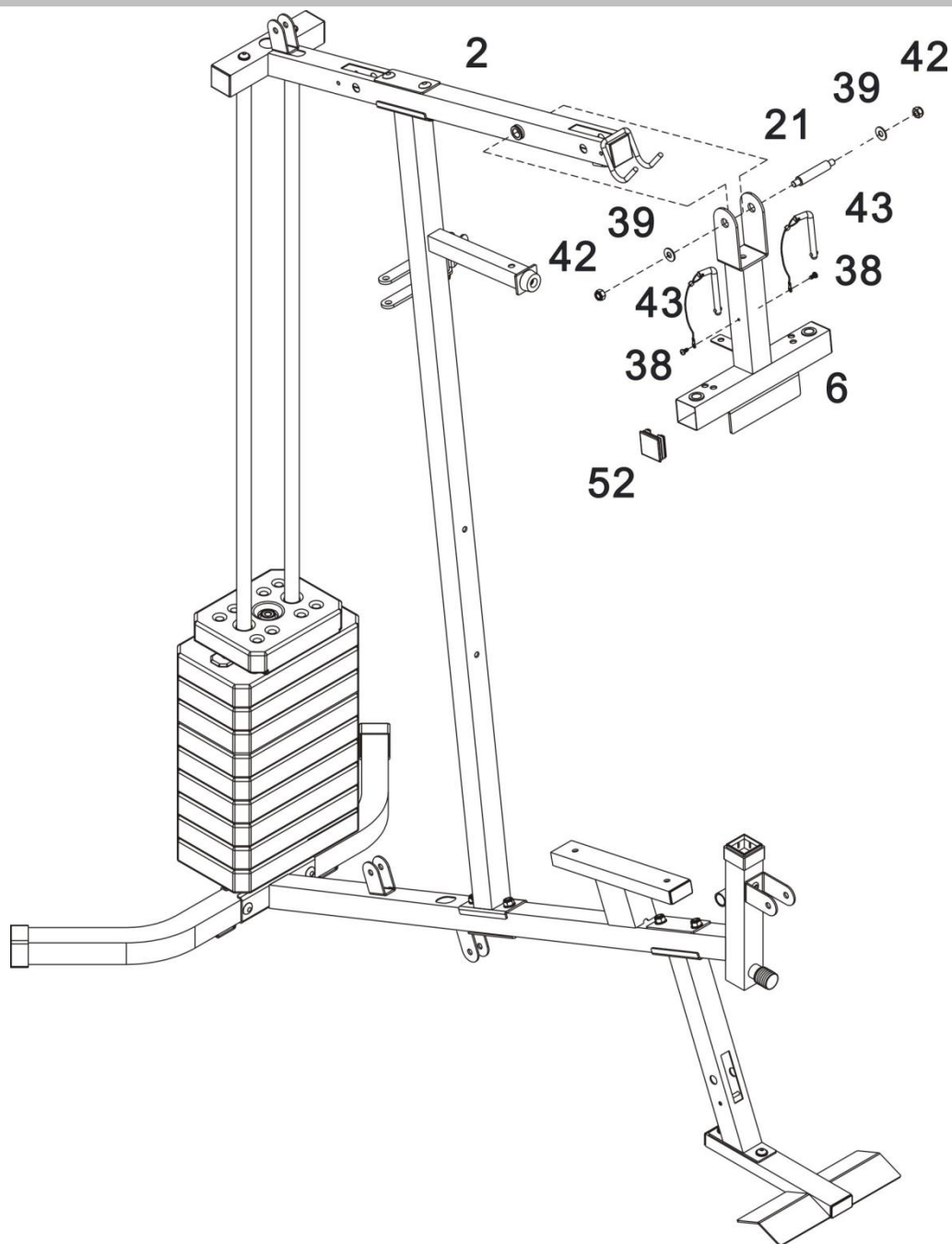
Étape 6

a. Assembler le cadre supérieur (2) sur les tiges de guidage (18) fixer à l' aide de 2 x boulons Allen M10 x 25mm(34) et 2 x rondelles Ø10mm(41).

b. Assembler le cadre supérieur (2) sur le cadre vertical (3), fixer à l' aide de 2 x boulons de carrossier M10 x 65mm (27), du support 120mm (20), de 2 x rondelles Ø10mm (41) et 2 x écrous aéronautiques M10 (42),

Remarque : Le composant (52/48) a été fixé à l'usine.

Instructions de montage

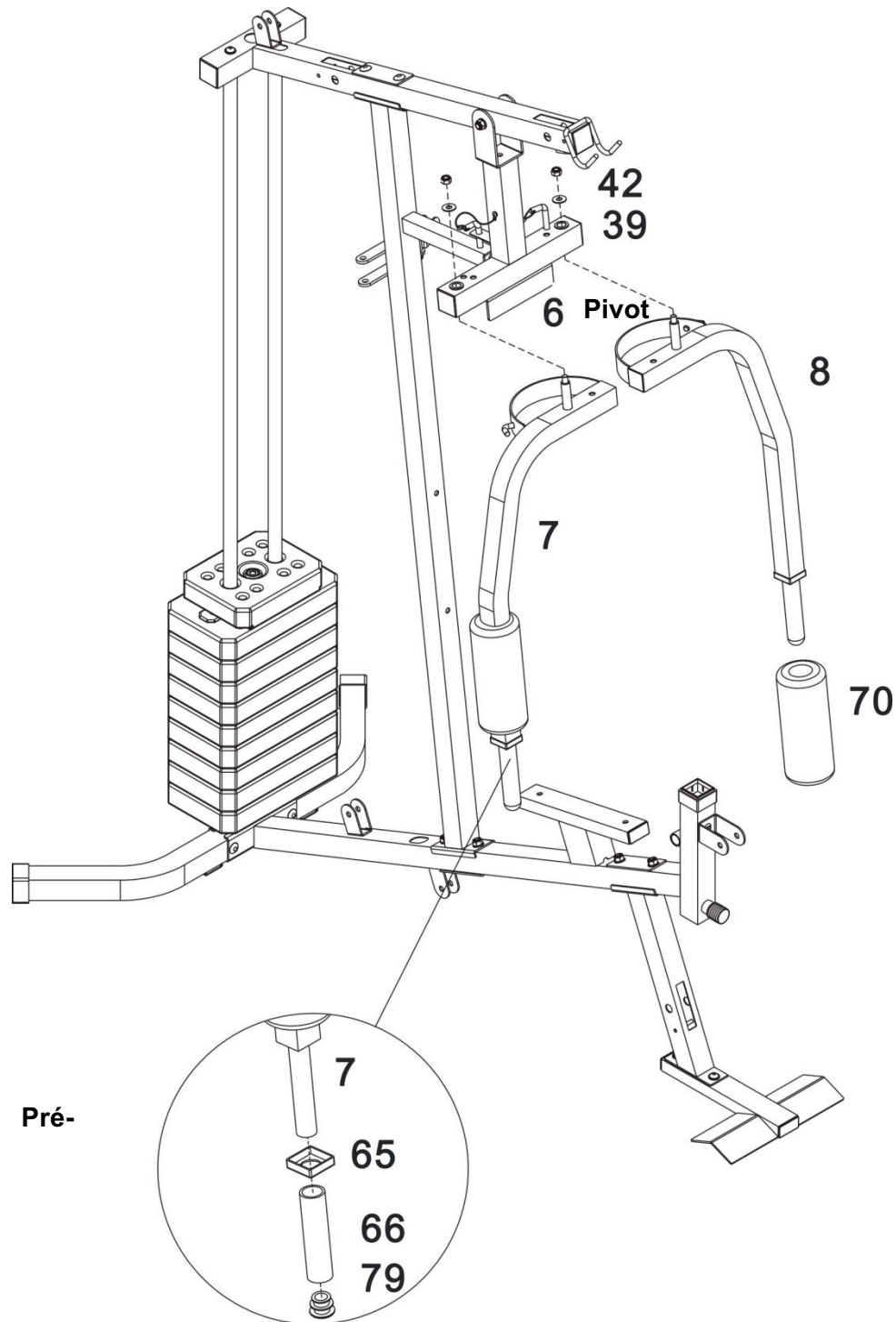


Étape 7

Assembler la base de la presse avant (6) sur le cadre supérieur (2) à l'aide de l'axe M10 x 103 mm (21). Fixer à l'aide de 2 x rondelles Ø25 x Ø11x1.5 (39) et 2 x écrous aéronautiques M10 (42).

Remarque : Les composants (38/43/52) ont été fixés à l'usine.

Instructions de montage



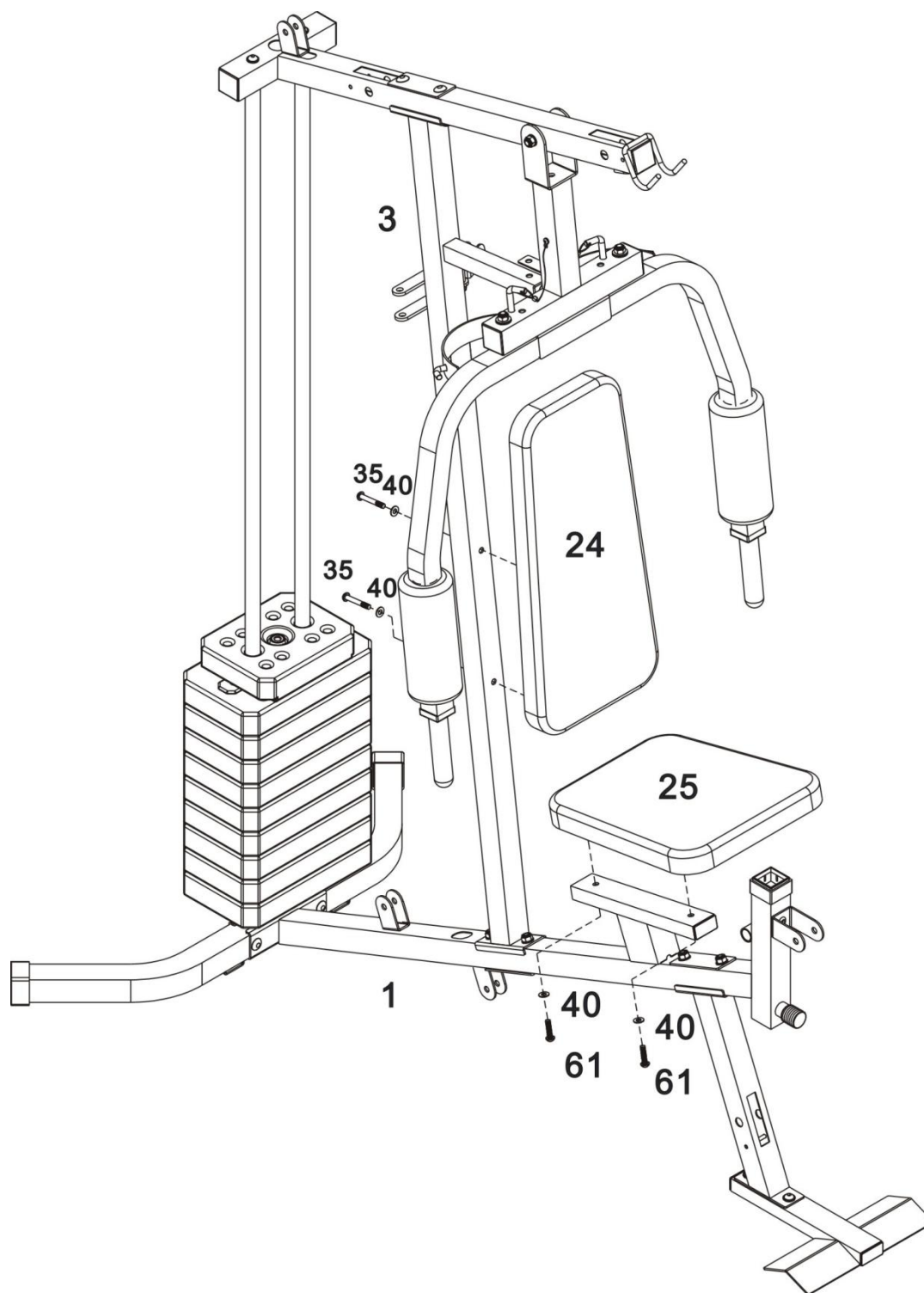
Étape 8

a. Assembler les « pivots » situés sur les papillons droit et gauche (7 & 8) sur le socle de la presse avant (6) à l'aide de 2 x rondelles Ø25 x Ø11 x 1.5 (39) et 2 x écrous aéronautiques M10 (42).

b. Faire glisser les 2 x rouleaux de mousse Ø45mm (70) sur l'extrémité des papillons (7 & 8).

Remarque : Les composants (65/66) ont été fixés à l'usine.

Instructions de montage

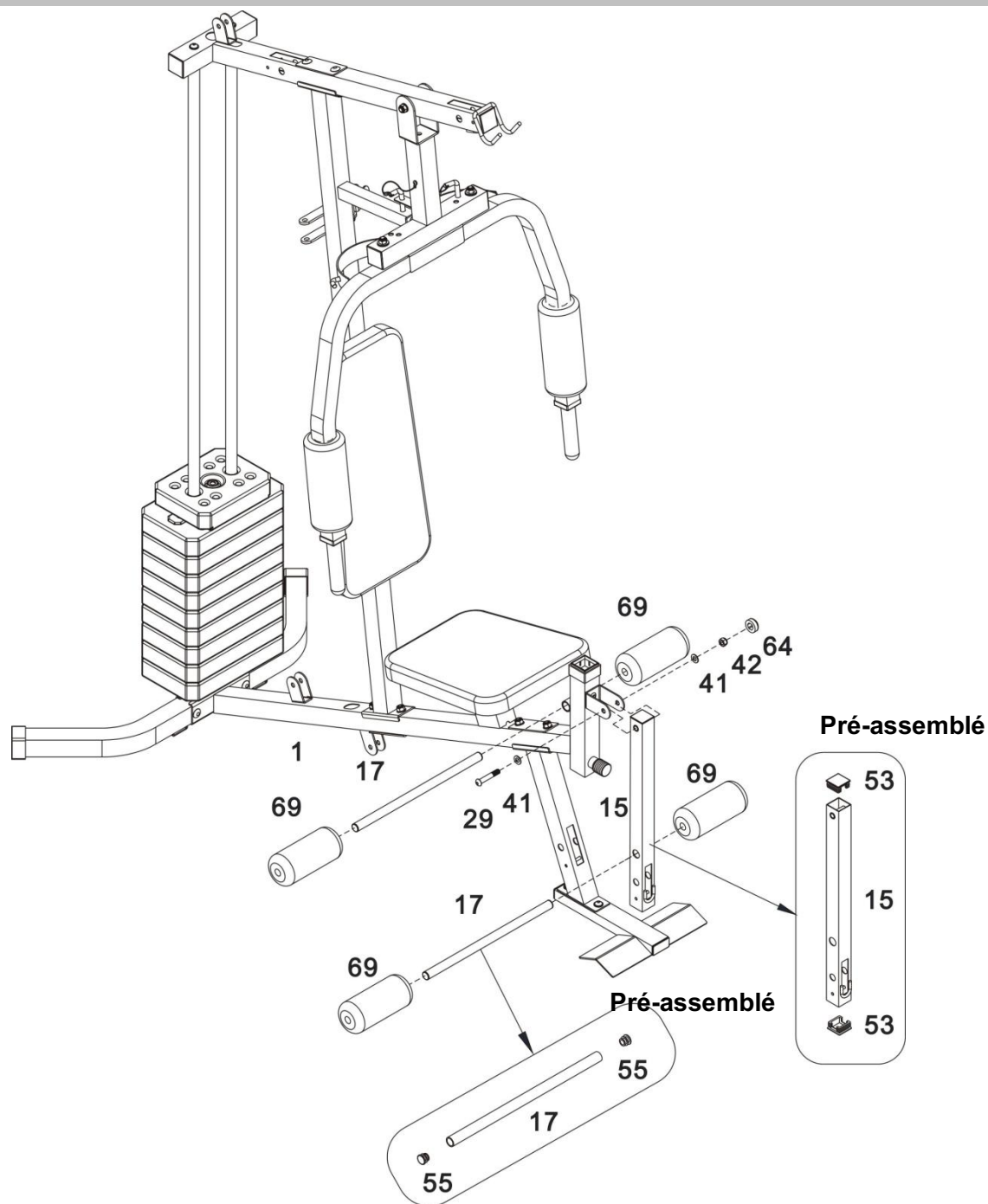


Étape 9

a. Assembler le coussin de dossier (24) sur le cadre vertical (3) à l'aide de 2 x boulons Allen M8 x 60mm (35) et 2 x rondelles Ø8mm (40).

b. Assembler le coussin de siège (25) sur le cadre de base (1) à l'aide de 2 x boulons Allen M8 x 40mm (61), et de 2 x rondelles Ø8mm(40).

Instructions de montage



Étape 10

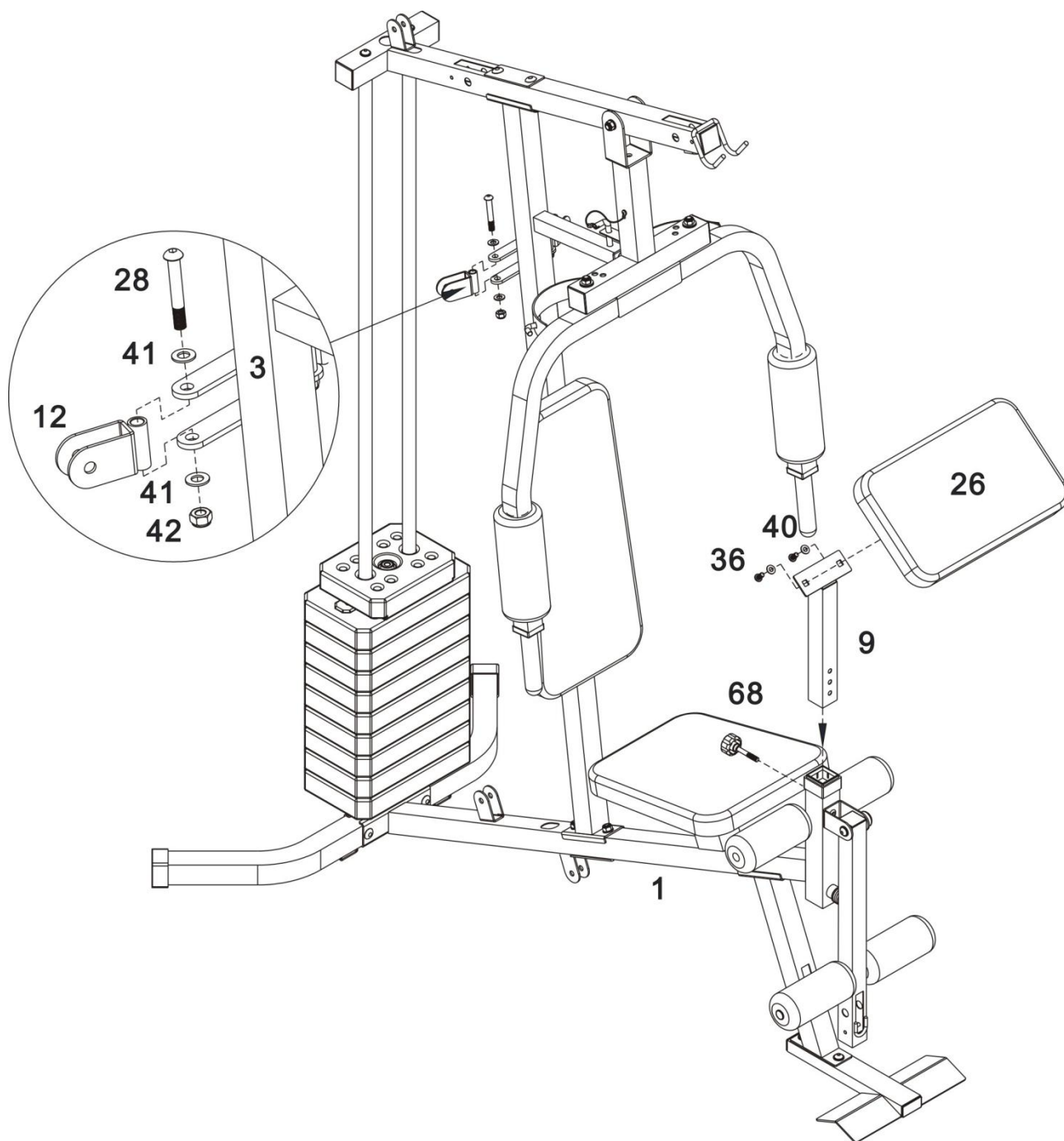
a. Faire glisser le tube de rouleau de mousse (17) dans le trou situé sur le cadre de base (1). Faire coulisser 2 x rouleaux de mousse Ø17mm (69) de chaque côté du tube de rouleau de mousse (17).

b. Assembler le développeur de jambe (15) sur le cadre de base (1) à l'aide de boulons Allen M10 x 60mm (29) et de 2 x rondelles Ø10mm (41), d'un écrou aéronautique M10 (42) et un capuchon M10 (64).

c. Faire glisser le tube de rouleau de mousse (17) dans le trou situé sur le développeur de jambe (15). Faire coulisser 2 x rouleaux de mousse Ø17mm (69) de chaque côté du tube de rouleau de mousse (17).

Remarque : Les composants (53/55) ont été fixés à l'usine.

Instructions de montage



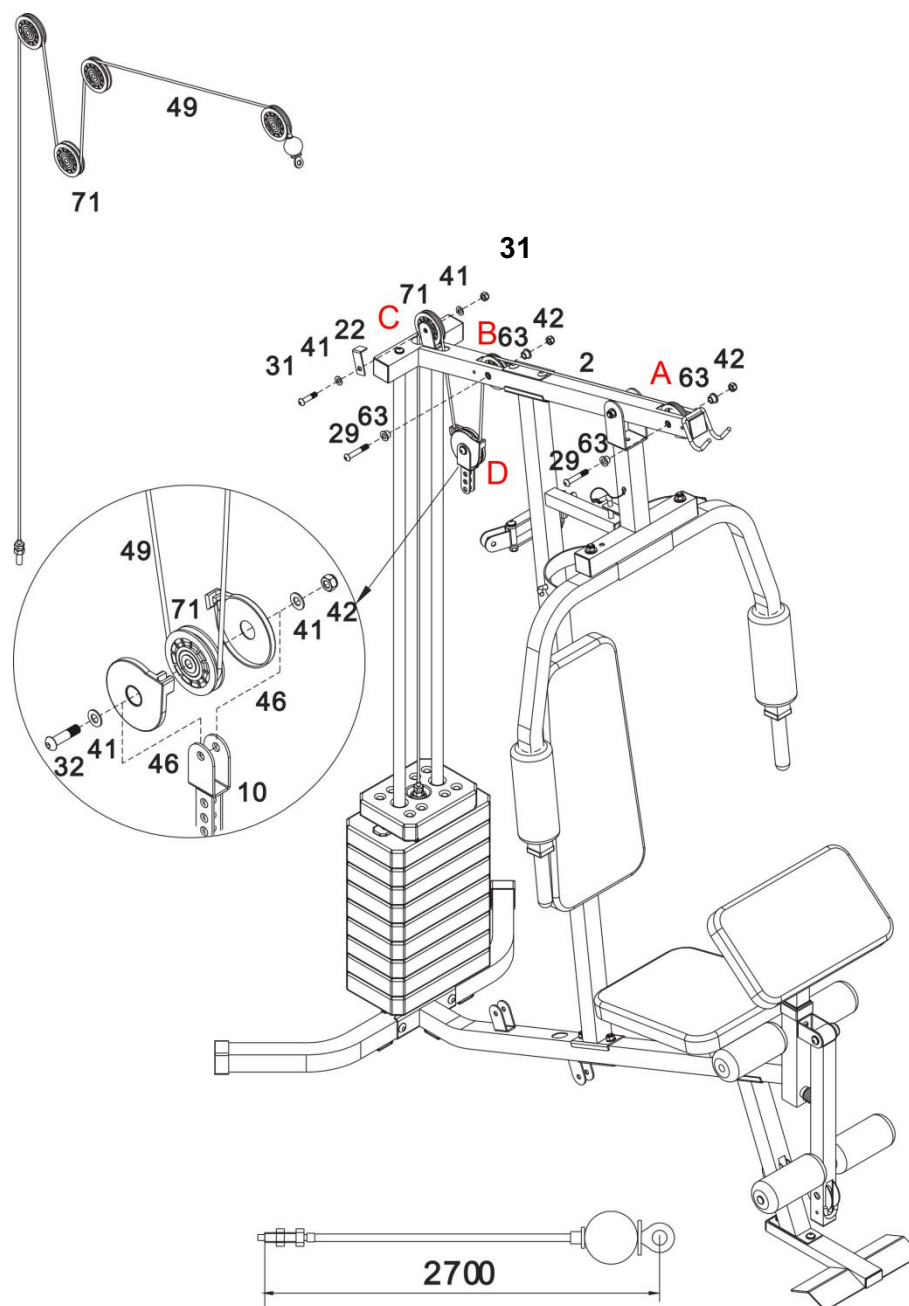
Étape 11

a. Assembler le coussin du pupitre à biceps (26) sur le support du coussin du pupitre à biceps (9). Fixer à l'aide de 2 x boulons Allen M8 x 18mm (36) et de 2 x rondelles Ø8mm (40).

b. Insérer l'ensemble de coussin de pupitre à biceps sur le cadre de base (1). Sélectionner la hauteur souhaitée et fixer à l'aide du bouton de verrouillage (68).

c. Assembler 2 x supports de poulie pivotante (12) des deux côtés du support ouvert sur le cadre vertical (3). Fixer à l'aide de 2 x boulons Allen M10 x 65mm (28), de 4 x rondelles Ø10mm (41) et 2 x écrous aéronautiques M10 (42).

Instructions de montage

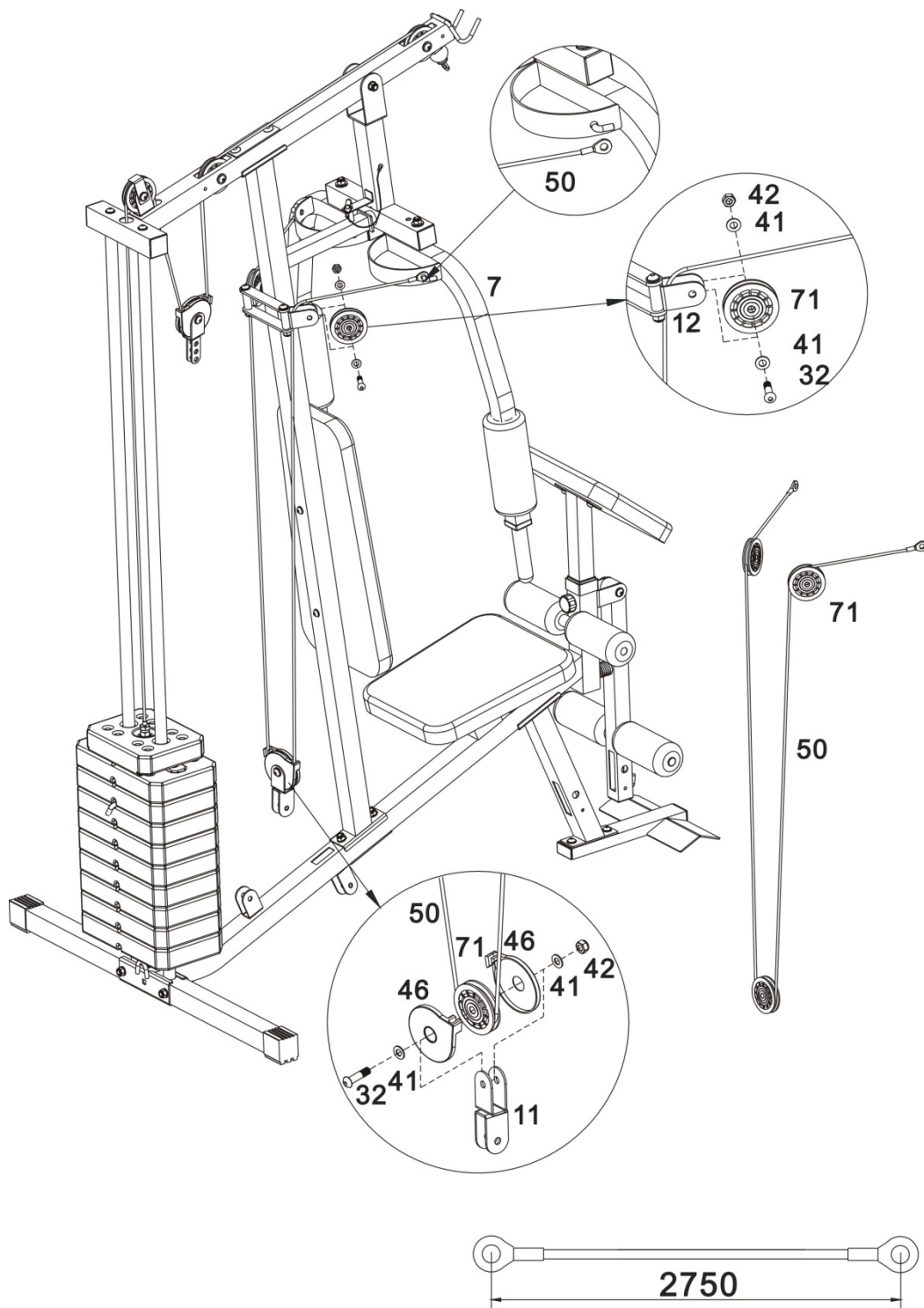


Étape 12

Important : Examinez et suivez attentivement le schéma.

- Faire passer l'extrémité fileté du câble supérieur de 2700mm (49) vers le haut à travers l'ouverture située dans le cadre supérieur (2). Insérer les moyeux de poulie Ø22 x 15mm (63) dans les trous et assembler la 1ère poulie (71) à l'aide du boulon Allen M10 x 60mm (29) et de l'écrou aéronautique M10 (42).
- Répéter la procédure pour la 2ème poulie, en faisant passer le câble à travers l'ouverture située dans le cadre supérieur (1).
- Assembler la 3ème poulie sur le cadre supérieur (2) à l'aide d'un boulon Allen M10 x 42mm (31), de 2 x rondelles Ø10mm (41), d'un écrou aéronautique M10 (42) et d'une lame de séparation en L (22).
- Placer la 4ème poulie (71) sur le câble et ajuster les capots de poulie (46) sur la poulie et le câble. Assembler l'ensemble de poulies sur le support de poulie mobile (10) à l'aide d'un écrou Allen M10 x 40mm (32), de 2 x rondelles Ø10mm (41) et d'un écrou aéronautique M10 (42).

Instructions de montage



Étape 13

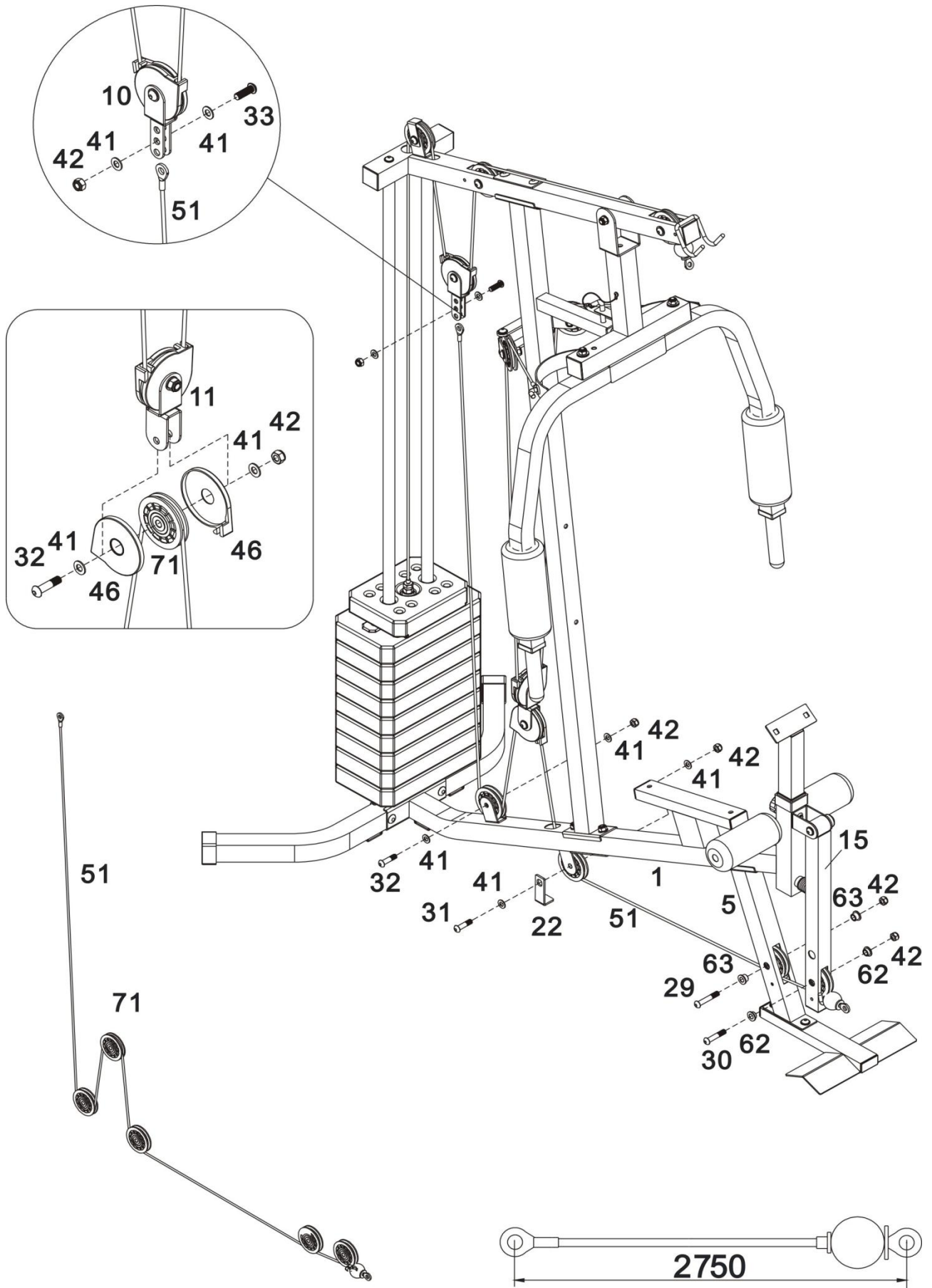
a. Accrocher une extrémité du câble papillon 2 750 mm (50) sur le papillon droit (7).

Placer une poulie de Ø77mm (71) sous le câble, positionner la poulie dans les supports de poulie pivotante (12). Fixer à l'aide de boulons Allen M10 x 40mm (32), de 2 x rondelles Ø10mm (41) et d'un écrou aéronautique M10 (42).

b. Répéter « a » pour assembler le côté gauche.

c. Placer une poulie de Ø77mm (71) sur le câble et ajuster les capots de poulie (46) sur la poulie et le câble. Assembler l'ensemble de poulies sur le support de double poulie angulaire (11) à l'aide d'un écrou Allen M10 x 40mm (32), de 2 x rondelles Ø10mm (41) et d'un écrou aéronautique M10 (42).

Instructions de montage



Instructions de montage

Étape 14

Important : Examinez et suivez attentivement le schéma.

a. Faire passer l'extrémité de la boucle du câble supérieur de 2 750 mm **(51)** à travers l'ouverture située dans le développeur de jambe **(15)**. Insérer 2 x moyeux de poulie Ø22 x 11mm **(62)** dans les trous et assembler la 1ère poulie à l'aide du boulon Allen M10 x 53mm **(30)** et de l'écrou aéronautique M10 **(42)**.

b. Insérer 2 x moyeux de poulie 71 Ø22 x 15mm **(63)** dans les trous et assembler la 2ème poulie à l'aide du boulon Allen M10 x 60mm **(29)** et de l'écrou aéronautique M10 **(42)**.

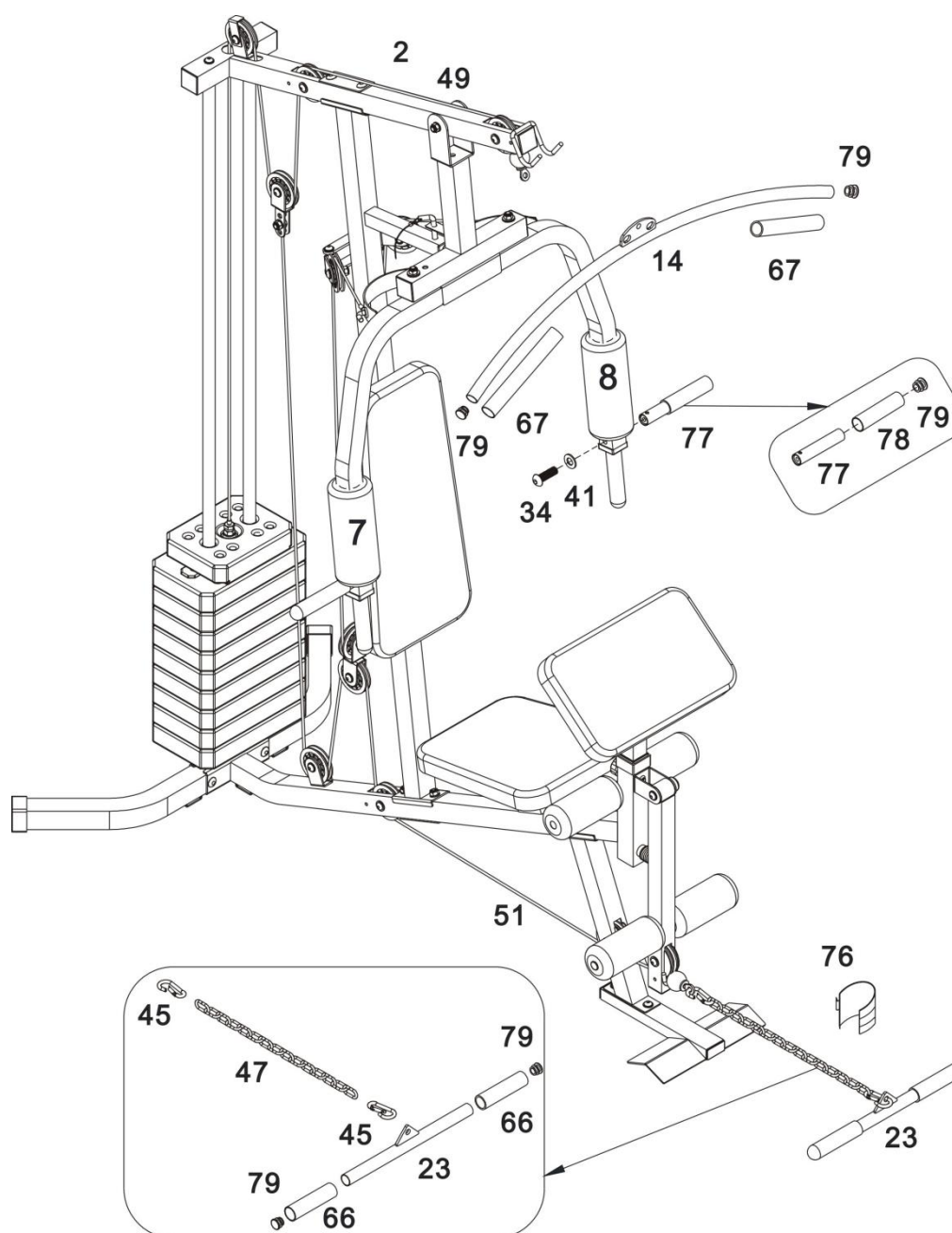
c. Assembler la 3ème poulie sur le cadre de base **(1)** à l'aide d'un boulon Allen M10 x 42mm **(31)**, de 2 x rondelles Ø10mm **(41)**, d' un écrou aéronautique M10 **(42)** et d' 1 x lame de séparation en L **(22)**.

d. Placer la 4ème poulie sur le câble et ajuster les capots de poulie **(46)** sur la poulie et le câble. Assembler l'ensemble de poulies sur l'autre extrémité du support de double poulie angulaire **(11)** à l'aide d'un écrou Allen M10 x 40mm **(32)**, de 2 x rondelles Ø10mm **(41)** et d'un écrou aéronautique M10 **(42)**.

e. Assembler la 5ème poulie sur le cadre de base **(1)** à l'aide d'un écrou Allen M10 x 40mm **(32)**, de 2 x rondelles Ø10mm **(41)** et d'un écrou aéronautique M10 **(42)**.

f. Assembler l' extrémité du câble inférieur **(51)** sur le support de poulie mobile **(10)** à l'aide d'un écrou Allen M10 x 30mm **(33)**, de 2 x rondelles Ø10mm **(41)** et d'un écrou aéronautique M10 **(42)**.

Instructions de montage



Étape 15

Important : Maintenant serrer à fond les fixations en veillant à ce que toutes les poulies et tous les supports puissent se déplacer librement.

Assembler la barre latérale (14) sur les crochets du cadre supérieur (2).

Raccorder la barre de tirage (23) à l'extrémité du câble inférieur (51) à l'aide de 2 x crochets d'attache (45) et de la chaîne articulée 15 (47).

Assembler 2 x poignées de presse avant (77) sur le papillon gauche/droit (7&8). Fixer à l' aide de 2 x boulons Allen M10 x 25mm (34) et 2 x rondelles Ø10mm (41).

Remarque : Le composant (66/67) a été fixé à l'usine.

Entretien et maintenance

1. Examinez l'équipement périodiquement afin de détecter tout dommage ou usure qui aurait pu survenir. Le niveau de sécurité de l'équipement peut être maintenu uniquement s'il fait l'objet de contrôles réguliers au niveau des dommages et de l'usure, par ex. câbles, poulies, points de raccordement.

2. Portez une attention particulière aux composants les plus sensibles à l'usure. Lubrifiez périodiquement les pièces mobiles avec de l'huile légère pour éviter une usure prématurée.

3. Inspectez et serrez toutes les pièces avant d'utiliser l'équipement, remplacez immédiatement les composants défectueux et/ou gardez l'équipement hors d'usage jusqu'à sa réparation.

4. L'équipement peut être nettoyé avec un chiffon humide et un détergent doux non abrasif.

N'utilisez pas de solvants.

5. N'essayez pas de réparer cet équipement par vous-même. Si vous rencontrez des difficultés lors de l'assemblage, le fonctionnement ou l'utilisation de votre produit ou si vous pensez qu'il vous manque des pièces, contactez le fabricant ou leur agent de service agréé

Garantie :

Pour faire valoir votre garantie, conservez votre reçu d'achat.

Vue éclatée des pièces de rechange

Part	Description	Qty.	Part	Description	Qty.
1	Base frame	1	22	L-Shaped separation blade	2
2	Upper frame	1	23	Pull bar	1
3	Vertical frame	1	24	Backrest pad	1
4	Rear stabilizer	1	25	Seat pad	1
5	Leg developer holder	1	26	Preacher pad	1
6	Front press base	1	27	M10 x 65mm Carriage bolt	8
7	Right butterfly	1	28	M10 x 65mm Allen bolt	2
8	Left butterfly	1	29	M10 x 60mm Allen bolt	4
9	Preacher pad support	1	30	M10 x 55mm Allen bolt	1
10	Floating pulley bracket	1	31	M10 x 42mm Allen bolt	2
11	Angle double pulley bracket	1	32	M10 x 40mm Allen bolt	6
12	Swivel pulley bracket	2	33	M10 x 30mm Allen bolt	1
13	Select rod	1	34	M10 x 25mm Allen bolt	6
14	Lat bar	1	35	M8 x 60mm Allen bolt	2
15	Leg developer	1	36	M8 x 18mm Allen bolt	2
16	Front stabilizer	1	37	M6 x16mm Phillips screw	1
17	Foam roll tube	2	38	ST4.8 Philips screw	2
18	Guide rod	2	39	Ø25 x Ø11 x 1.5 Washer	4
19	Rear U-shaped bracket	1	40	Ø8mm Washer	6
20	120mm Bracket	3	41	Ø10mm Washer	40
21	M10 x 95mm Axle	1	42	M10 Aircraft nut	28

Vue éclatée des pièces de rechange

43	Seated press lock pin	2	62	Ø22mm x 11mm Pulley bushing	2
44	Stack select pin	1	63	Ø22mm x 15mm Pulley bushing	6
45	6# Clip hook	2	64	M10 Nut cap	1
46	Pulley cover	6	65	Ø26mm x 38mm Hollow sleeve	2
47	15 Joint chain	1	66	Front press handle grip Ø25×130	4
48	Ø25mm ×31mm Bushing	2	67	Lat pull handle grip	2
49	2700mm Upper cable	1	68	Lock knob	1
50	2750mm Butterfly cable	1	69	Ø17mm Foam roll	4
51	2750mm Lower cable	1	70	Ø45mm Foam roll	2
52	45mm End cap	5	71	Ø77mm pulley	12
53	38mm End cap	4	72	8LBS Select plate	1
54	25×50mm End cap	4	73	10LBS Weight plate	9
55	Ø19mm End cap	4	74	Ø25mm End cap	1
56	Rear stabilizer end cap	2	75	M10×16mm Allen Bolt	2
57	Ø37mm Rubber bumper	1	76	Ankle strap	1
58	Ø61mm Rubber bumper	2	77	Front press handle	2
59	30mm Rubber bumper	1	78	Front press handle grip Ø25×110	2
60	45mm x 38mm Sleeve	1	79	Ø25mm End cap	8
61	M8 x 40mm Allen bolt	2			



GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1

15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy

www.everfit.it - info@everfit.it