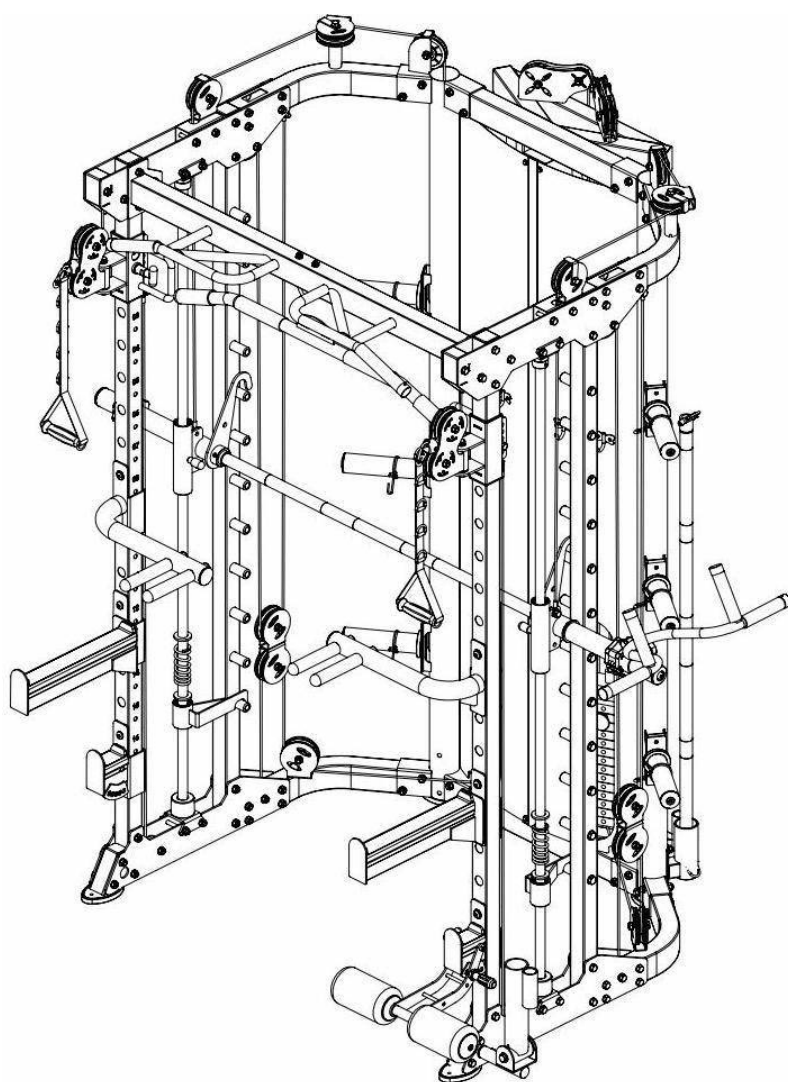


YORK[®]
FITNESS

Combo

מתקן כושר רב-תכליתי



חוברת למשתמש

אזהרות והוראות בטיחות

לפני השימוש במכשיר כושר זה, או לפני תחילת תוכנית אימונים כלשהי, היוועץ ברופא האישי שלך. הדבר חשוב במיוחד עבור אנשים מעל גיל 35 ו/או אנשים עם בעיות בריאות קיימות.

היצרן ו/או היבואן אינם נושאים באחריות לפגיעה גופנית או לנזק לרכוש שנגרם כתוצאה מהשימוש במוצר זה או באמצעותו.

באחריות בעל המכשיר לוודא כי כל המשתמשים במכשיר זה קראו את ההוראות ומכירים את מידע הבטיחות ואת אמצעי הזהירות.

יש לבדוק תמיד את המכשיר לפני השימוש כדי לוודא שכל החלקים תקינים ופועלים כראוי.

המכשיר בנוי לבטיחות המשתמש. עם זאת, חובה לנקוט אמצעי זהירות בכל מכשיר כושר.

הקפד לקרוא את המדריך לפני הפעלת של המכשיר. שים לב במיוחד לאמצעי הזהירות הבאים:

1. לפני תחילת תוכנית אימונים כלשהיא, חובה להיוועץ ברופא האישי שלך !
2. הרחק ילדים וחיות מחמד מהמכשיר בכל עת. לעולם אל תשאיר ילדים בלי השגחה ליד המכשיר או על המכשיר !
3. רק אדם אחד רשאי להשתמש במכשיר בכל זמן נתון.
4. אם המשתמש חווה בחילות, סחרחורות, כאבים בחזה או כל תסמינים חריגים אחרים, עליו לעצור את האימון ולהתייעץ מיד עם רופא.
5. מקם את המכשיר בטוח בתוך מבנה סגור. אין למקם את המכשיר במקום פתוח. יש להשתמש רק על משטח ישר, אופקי וציב.
6. הרחק את הידיים מכל החלקים הנעים במכונה.
7. לבש בגדים המתאימים לפעילות גופנית. חובה לנעול נעליים סגורות. אסור להשתמש במכשיר זה ברגליים יחפות, סנדלים או גרביים.
8. השתמש במכשיר לשימוש הייעודי שלו בלבד, כמתואר במדריך זה.
9. חל איסור שימוש מוחלט לנשים בהריון, אנשים עם בעיות עמוד שידרה או איברים פנימיים, פגיעות קרסול או בעיות מפרקים, וכל בעיה רפואית אחרת.
10. אנשים עם מוגבלות מחויבים באדם משגיח או רופא מוסמך לצידם בעת השימוש במכשיר. אין להשתמש במכשיר ללא השגחה של גורם מתאים.
11. בצע תרגילי מתיחות על מנת להתחמם כראוי לפני השימוש במכשיר.
12. לעולם אל תשתמש במכשיר אם אינו פועל כראוי.
13. מומלץ מאוד להתאמן עם אדם נוסף שישגיח (spotter).

חובה להיוועץ ברופא האישי שלך לפני התחלת תוכנית אימון והואיל והשימוש במכשיר כרוך במאמץ גופני ו/או בתנועות העשויים להיות אסורים במצבך הגופני או הרפואי !!!

מבוא להרכבה

קרא את המדריך המלא לפני שתנסה להרכיב או להשתמש במכשיר. המדריך מסביר שלב אחרי שלב איך להרכיב את המכשיר בצורה נכונה.

לפני ההרכבה הוצא את החלקים מהקרטון ובדוק מול רשימת החלקים במדריך כדי לוודא שכל החלקים קיימים ותקינים. אם חסרים חלקים, צור קשר עם היבואן לקבלת חלקי חילוף.

תיקון המכשיר (או קבל שירות) צריך להתבצע רק על ידי טכנאי מטעם היבואן. אי ביצוע ההוראות יבטל את האחריות. תיקון המכשיר על ידי מי שאינו נציג של היבואן יבטל את האחריות. שירות על ידי כל אדם אחר יגרום לביטול האחריות על המכשיר. יש להשתמש רק בחלקי חילוף מקוריים של יצרן מכשיר זה. שימוש בחלקי חילוף אחרים עלול לגרום לאובדן האחריות על המכשיר.

בעת הרכבת המכשיר יש להדק היטב את כל הברגים.

חשוב! יש להשתמש בדסקיות הקפיציות בכל מקום בו הן מופיעות בתרשים.

מומלץ להניח שטיחון גומי מתחת למכשיר כדי להגן על הרצפה או על השטיח ולניקוי קל יותר.

תחזוקה כללית

1. בדוק לפני אימון את כל הכבלים על מנת לוודא תקינותם. וודא לכל אורך הכבלים שאין פגמים או חתכים.
2. אם יש סימני נזק לכבל כלשהו, החלף אותו מיידית. לעולם אין להשתמש במכשיר עם כבלים פגומים/בלויים !!!
3. אין להשתמש במכשיר או לאחסנו במקום פתוח.
4. בדוק תכופות את החיבורים, הידיות, המשקולות והפינים על מנת לוודא תקינותם. אם קיים פגם או נזק, החלף באופן מיידית.
5. שים לב ופעל על פי האזהרות המופיעות על מדבקות האזהרה.
6. נגב באופן סדיר את עמודי המשקולות והמוטות הנעים בעזרת מטלית יבשה או, במידת הצורך, שמן אותם בחומר סיכה המבוסס על טפלון.
7. בדוק תכופות את כל המכשיר על מנת לוודא שאין בו כל פגמים או נזקי בלאי.

עיתוי ביצוע בדיקות ותחזוקה:

- שבועי - בדיקת חיבורים, פיני משיכה, גלגלות, פיני משקולות.
- שבועי - ניקוי ריפודים.
- שבועי - בדיקת כבלים ומחזיקי כבלים.
- שבועי - בדיקת הידוק כיסויי בטיחות.
- חודשי - בדיקת ידיות ומוטות נלווים.
- חודשי - בדיקת כל הברגים וחיזוקם במידת הצורך.
- חודשי - בדיקת יציבות המכשיר ומניעת החלקתו.
- תלת חודשי - ניקוי ושימון בסיליקון של כל עמודי המשקולות.
- תלת חודשי - ניקוי ושימון כל החלקים נעים.
- שנתי - בדיקה מקיפה של כל המכשיר.
- דו שנתי - החלפת כל הכבלים, הרצועות והמחברים במכשיר.

טלפון מחלקת השירות של היבואן: 03-5186372

רשימת חלקים

Spare parts list

No.	Description	Note	Qty.
1	connection tube		1
2	upright frame left		1
3	upright frame right		1
4	bending tube left		1
5	bending tube right		1
6	upper connection tube		1
7	upper bending tube right		1
8	upper bending tube left		1
9	hexagon bolt	M10*75	54
10	lock nut	M10	100
11	washer	Φ10	210
12	chin up bar		1
13	upper plate		4
14	pulley frame tube right		1
15	pulley frame tube left		1
16	upright tube		2
17	tube with hole right		1
18	tube with hole left		1
19	lower plate		4
20	sliding tube right		1
21	sliding tube left		1
22	foot tube cover		2
23	end tube		2
24	hexagon bolt	M10*80	14
26	upper base		2
27	guide rod	Φ25*1850	2
28	lock sleeve		2
29	sliding sleeve		2
30	rubber pad with groove	Φ60*Φ26*45	2
31	safety hook right		1
32	safety hook left		1
33	hexagon bolt	M10*90	8
34	socket set screw	M8*10	2
35	end cap	Φ51*Φ42.5*36.6L	2

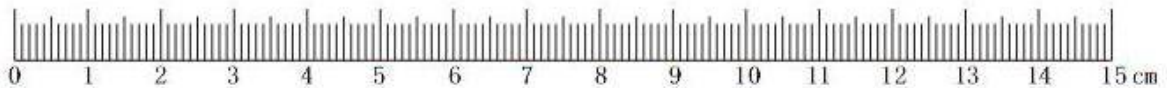
Spare parts list

No.	Description	Note	Qty.
36	check ring	Φ60*Φ48.5*27L	2
37	pipe	Φ50*310*T0.5	2
38	button head socket screw	M12*40	2
39	spring washer	M12	2
40	washer	Φ12	2
41	barbell rod		1
42	inner pipe	Φ48*298*2.5T	2
43	rubber pad	Φ60*Φ26*25	2
44	rubber pad	Φ60*Φ26*42	4
45	guide rod hollow	Φ25*1955	4
46	reinforcing plate		4
47	60KG weight stack	2 group	2
48	hexagon bolt	M10*20	8
49	wire	Φ5*2745mm	2
50	pulley	Φ95	20
51	pulley plate		6
52	hexagon bolt	M10*45	14
53	hexagon bolt	M10*50	4
54	hexagon bolt	M10*25	7
55	weight		2
56	wire	Φ5*4185mm	2
57	"-" shaped pulley frame		2
58	pulley spacer sleeve	Φ20*10.5*L20.5	16
59	pulley	Φ50	6
60	wire	Φ5*7370mm	2
61	barbell plate holder		6
62	connection strap		1
63	shield left		1
64	shield right		1
65	hexagon bolt	M6*16	10
66	washer	Φ6	10
67	hook		4
68	"+" slotted countersunk head bolt	M4*12	8
69	lock nut	M4	8
70	hexagon bolt	M8*20	12

Spare parts list

No.	Description	Note	Qty.
71	washer	Φ8	12
72	core trainer		1
73	powder metallurgy sleeve	Φ33.2*Φ 29*Φ20*18	2
74	barbell rod cup		1
75	big washer	Φ25*Φ10*2.0	1
76	hexagon bolt	M10*95	2
77	dip bar left		1
78	dip bar right		1
79	barbell rod holder right		1
80	barbell rod holder left		1
81	barbell rod holder short left		1
82	barbell rod holder short right		1
83	leg curl tube		1
84	long bar		1
85	ship rod		1
86	hand belt		2
87	pull lift device		1
88	T shape pin	Φ10*100	1
89	barbell clamp collar		2
90	selector rod		2
91	weight pin		2
92	weight support tube		4
93	magnetic pin	Φ10*100	2

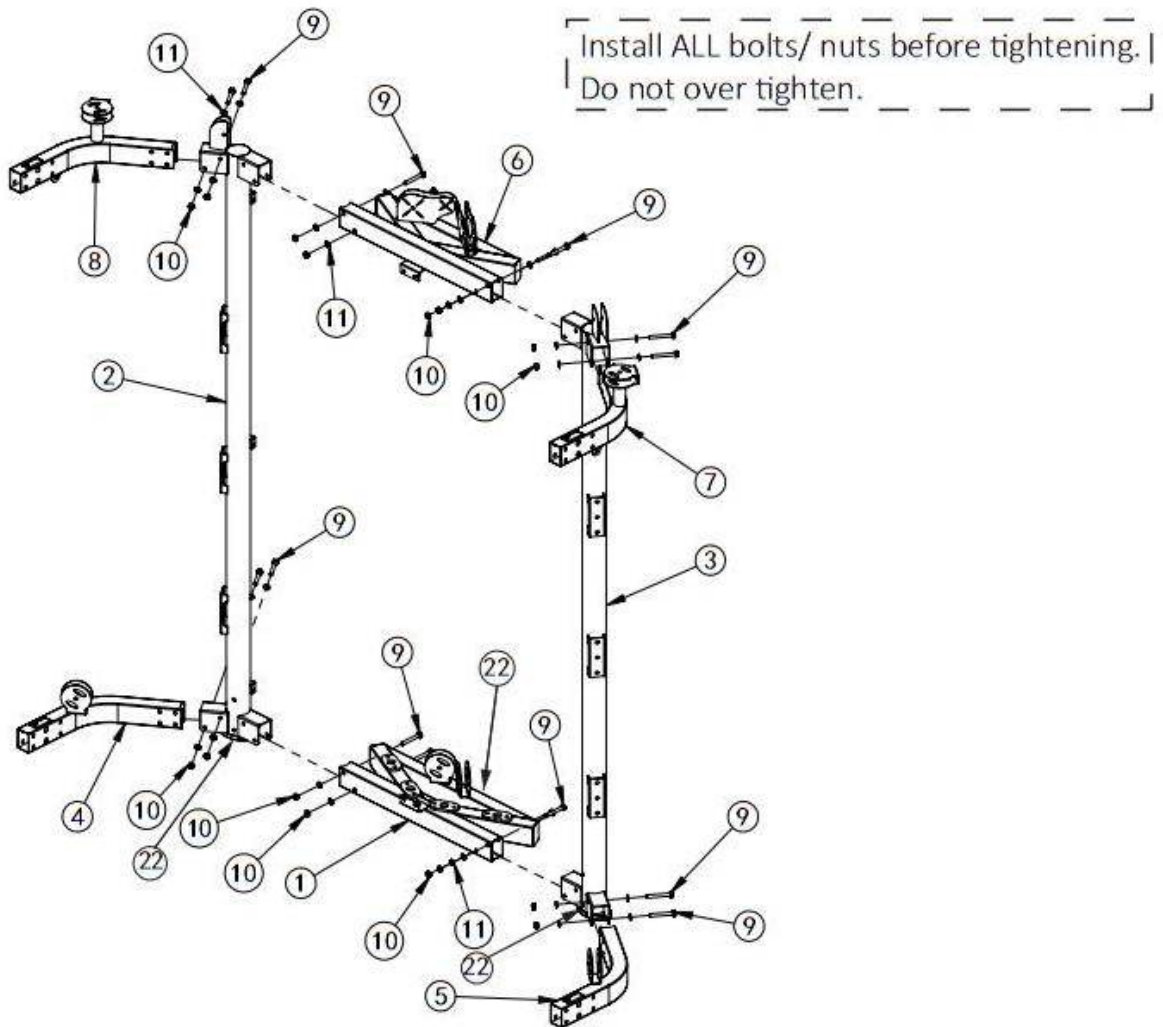
Bolt length measurement ruler



הוראות הרכבה

שלב 1 – שרטוט :

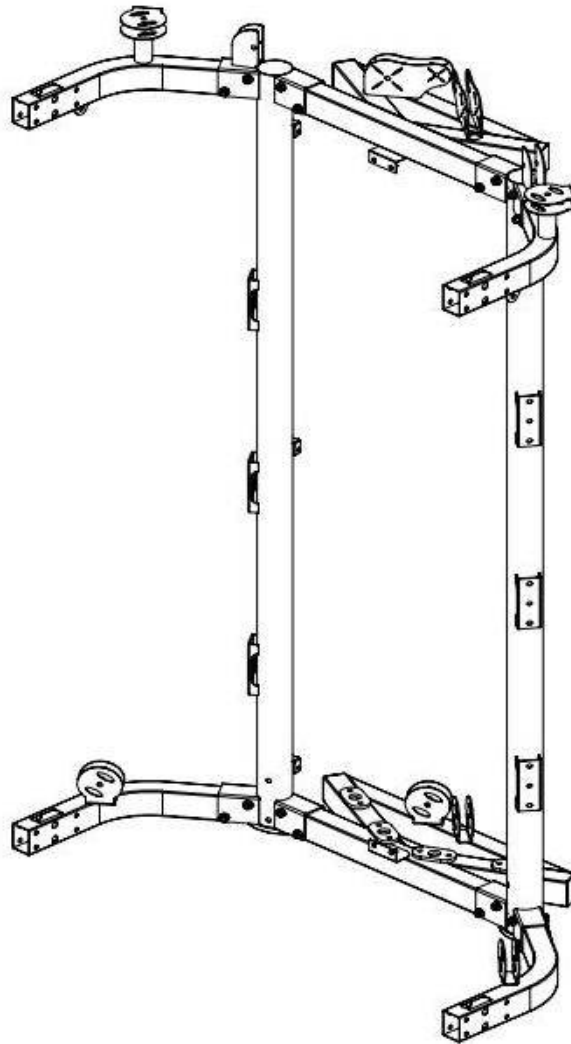
Assembly step (1) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty.
1	connection tube		1
2	upright frame left		1
3	upright frame right		1
4	bending tube left		1
5	bending tube right		1
6	upper connection tube		1
7	upper bending tube right		1
8	upper bending tube left		1
9	hexagon bolt	M10*75	16
10	lock nut	M10	16
11	washer	Φ10	32
22	foot tube cover		2

שלב 1 – הוראות :

Assembly step (1) drawing

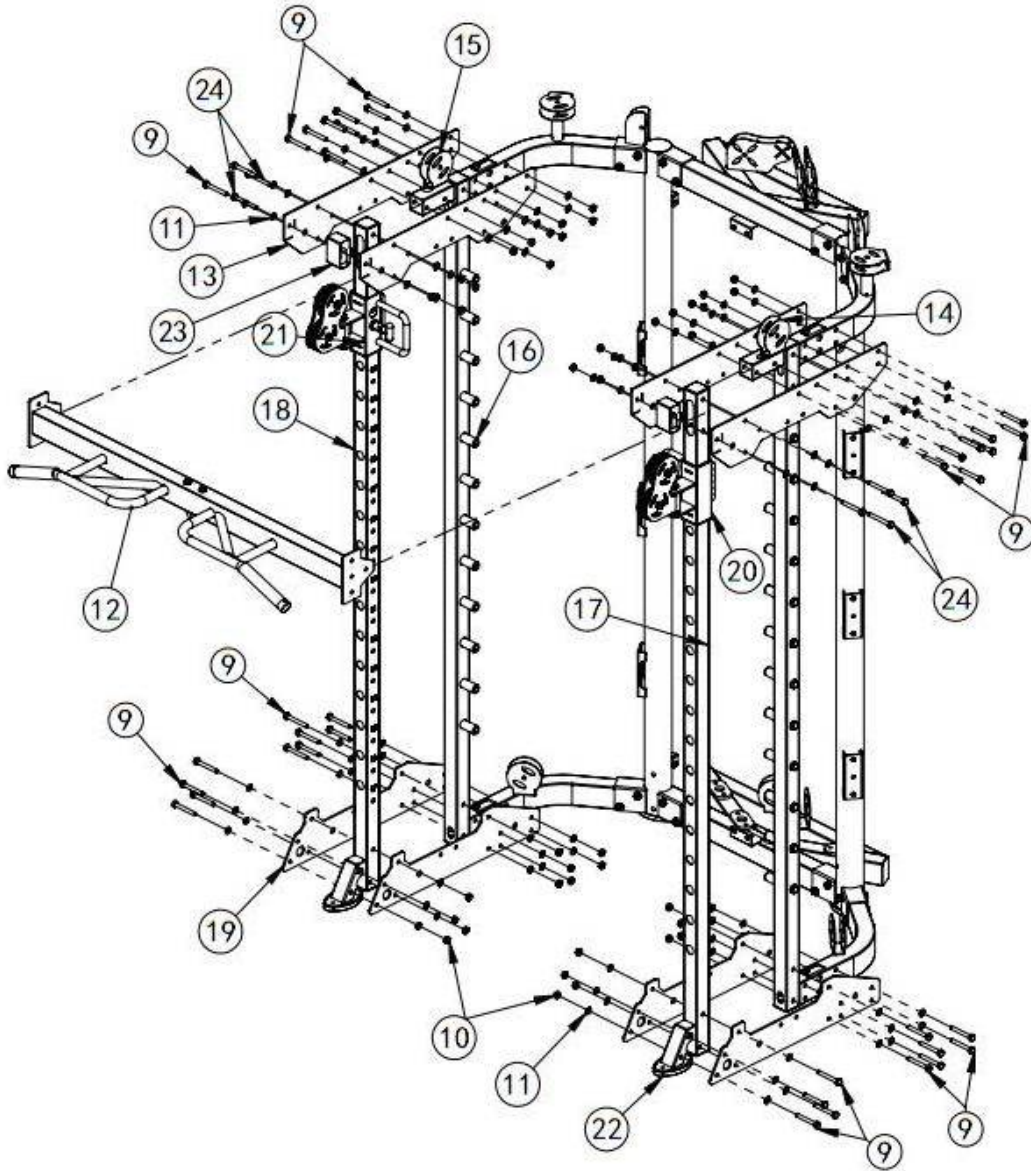


Assembly step (1) assembly instruction

- | | |
|---|---|
| 1 | Fix bending tube left-4 fastening on upright frame left-2 using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 2 | Fix bending tube right-5 fastening on upright frame right-3 using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 3 | Fix connection tube-1 fastening with bending tube left-4, bending tube right-5 using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 4 | Fix upper connection tube-6 fastening on upright frame using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 5 | Fix upper bending tube left-8 fastening on upright frame left-2 using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 6 | Fix upper bending tube right-7 fastening on upright frame right-3 using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |

שלב 2 – שרטוט :

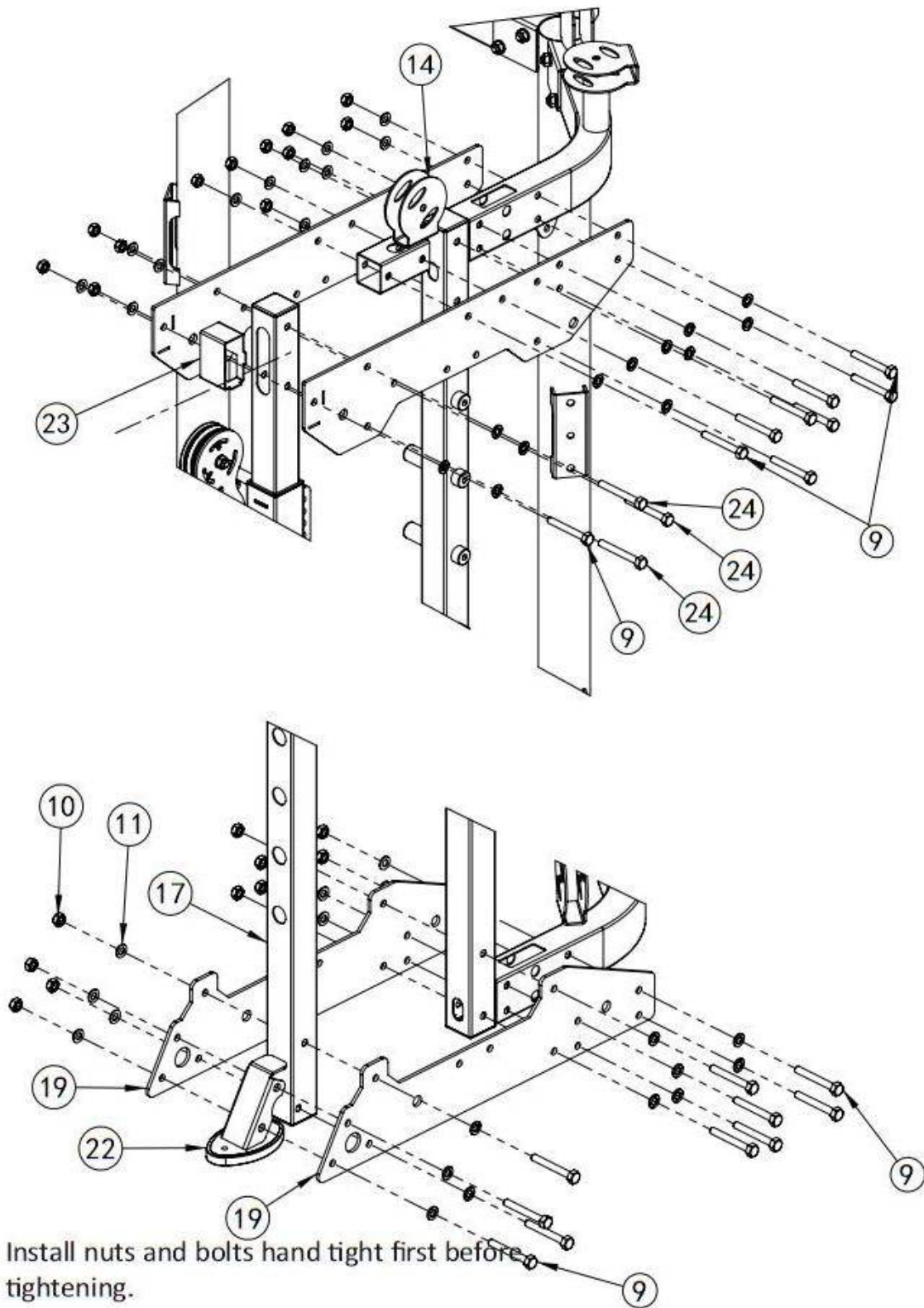
Assembly step (2) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty.	No.	Description	Note	Qty.
9	hexagon bolt	M10x75	38	17	tube with hole right		1
10	lock nut	M10	44	18	tube with hole left		1
11	washer	Φ10	88	19	lower plate		4
12	chin up bar		1	20	sliding tube right		1
13	upper plate		4	21	sliding tube left		1
14	pulley frame tube right		1	22	foot tube cover		2
15	pulley frame tube left		1	23	end tube		2
16	upright tube		2	24	hexagon bolt	M10x80	6

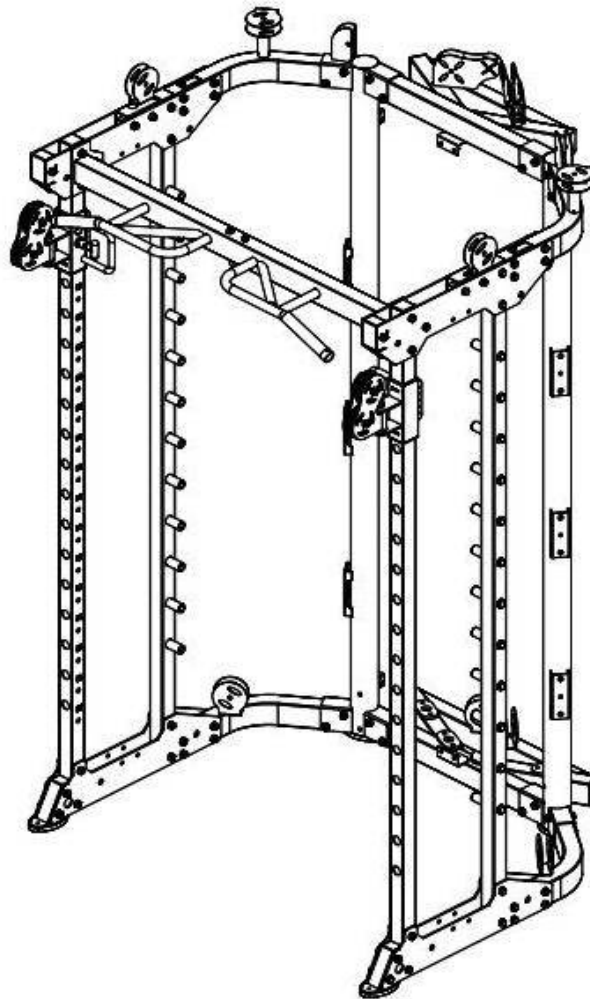
שלב 2 - המשך :

Assembly step (2) Enlarged View



שלב 2 – הוראות :

Assembly step (2) drawing

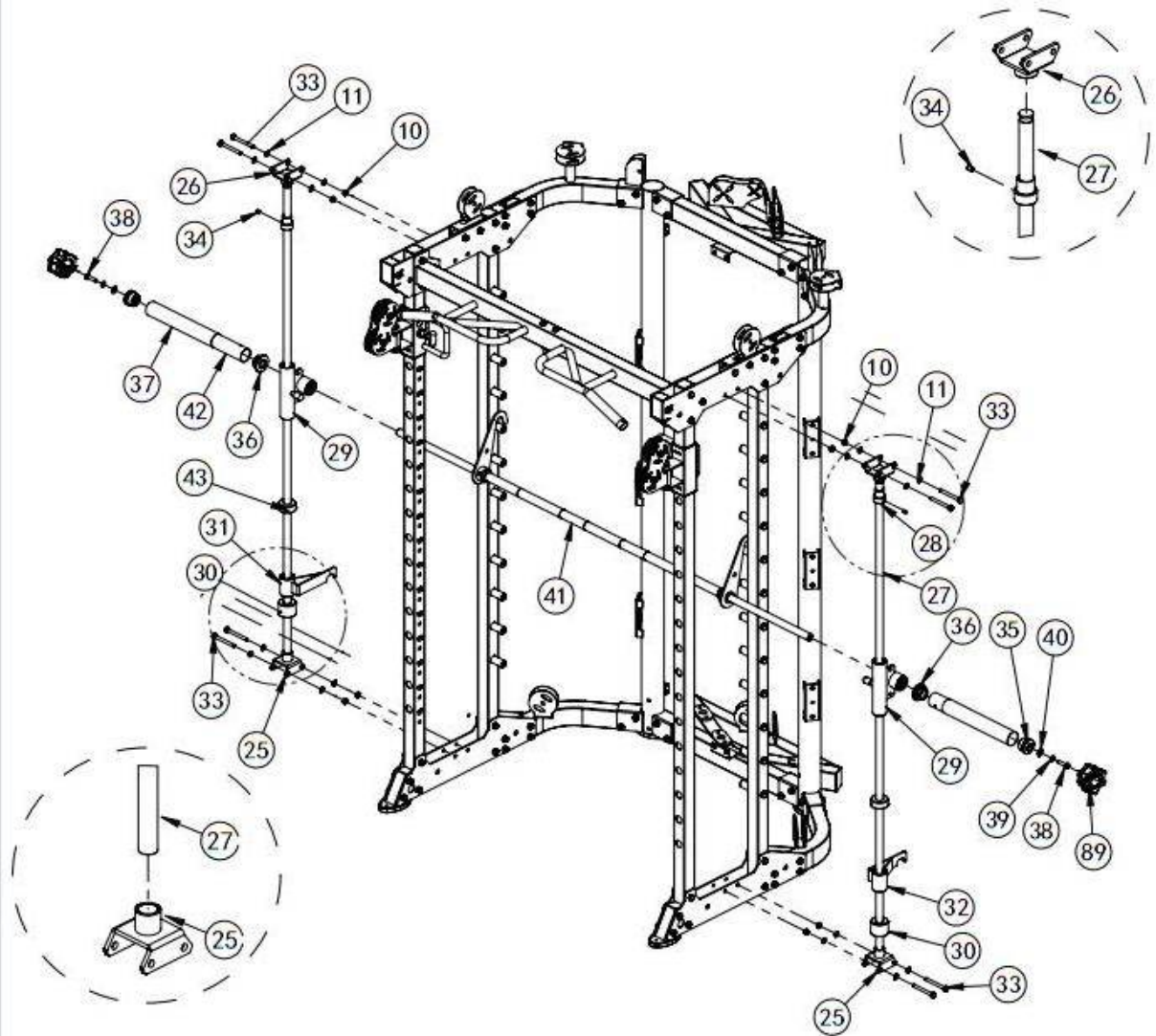


Assembly step (2) assembly instruction

- | | |
|---|--|
| 1 | Fix sliding tube left-21 on tube with hole left-18 |
| 2 | Fix sliding tube right on tube with hole right-17 |
| 3 | Fix upright tube-16 and tube with hole left-18 fastening on assembly step-1 using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11, M10 lock nut-10, upper plate-13 and lower plate-19 |
| 4 | Fix pulley frame tube right-14 and pulley frame tube left-15 fastening on upper plate-13 using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 5 | Fix end tube-23 fastening on upper plate-13 using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 6 | Fix foot tube cover-22 fastening on lower plate-19 using M10x75 hexagon bolt-9, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 7 | Fix chin up bar-12 fastening on upper plate-13 using M10x80 hexagon bolt-24, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |

שלב 3 – שרטוט :

Assembly step (3) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty.	No.	Description	Note	Qty.
10	lock nut	M10	8	34	socket set socket set	M8x10	2
11	washer	Φ10	16	35	end cap	Φ51*Φ42.5*36.6L	2
25	lower base		2	36	check ring	Φ60*Φ48.5*27L	2
26	upper base		2	37	pipe	Φ50*310*10.5	2
27	guide rod	Φ25*1850	2	38	button head socket	M12x40	2
28	lock sleeve		2	39	spring washer	Φ12	2
29	sliding sleeve		2	40	washer	Φ12	2
30	rubber pad with groove	Φ60*Φ26*45	2	41	barbell rod		1
31	safety hook right		1	42	inner pipe	Φ48*298*2.5T	2
32	safety hook left		1	43	rubber pad	Φ60*Φ26*25	2
33	hexagon bolt	M10*90	8	89	barbell clamp collar		2

שלב 3 – הוראות :

Assembly step (3) drawing



Installation
order
picture



UP

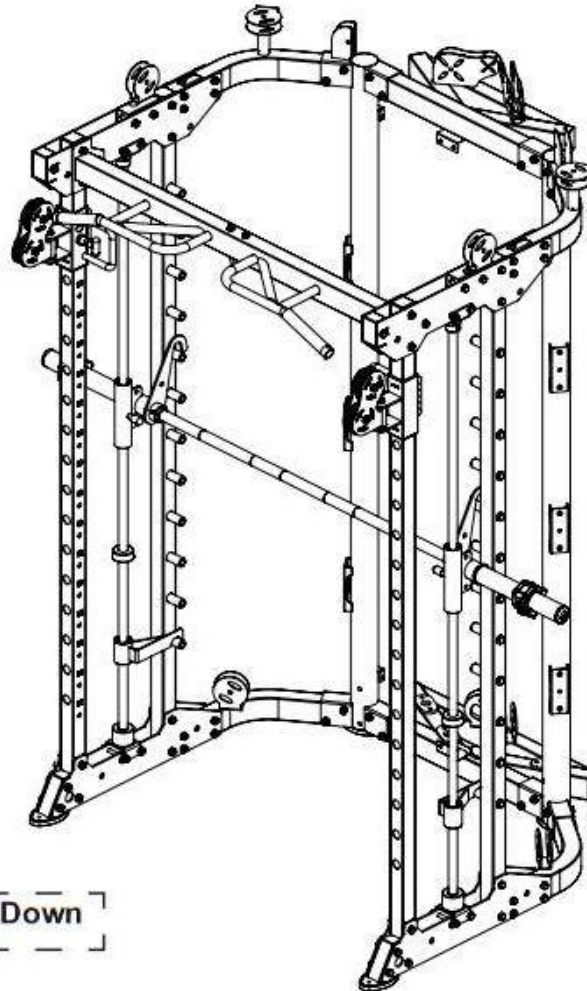
Down



UP



Down

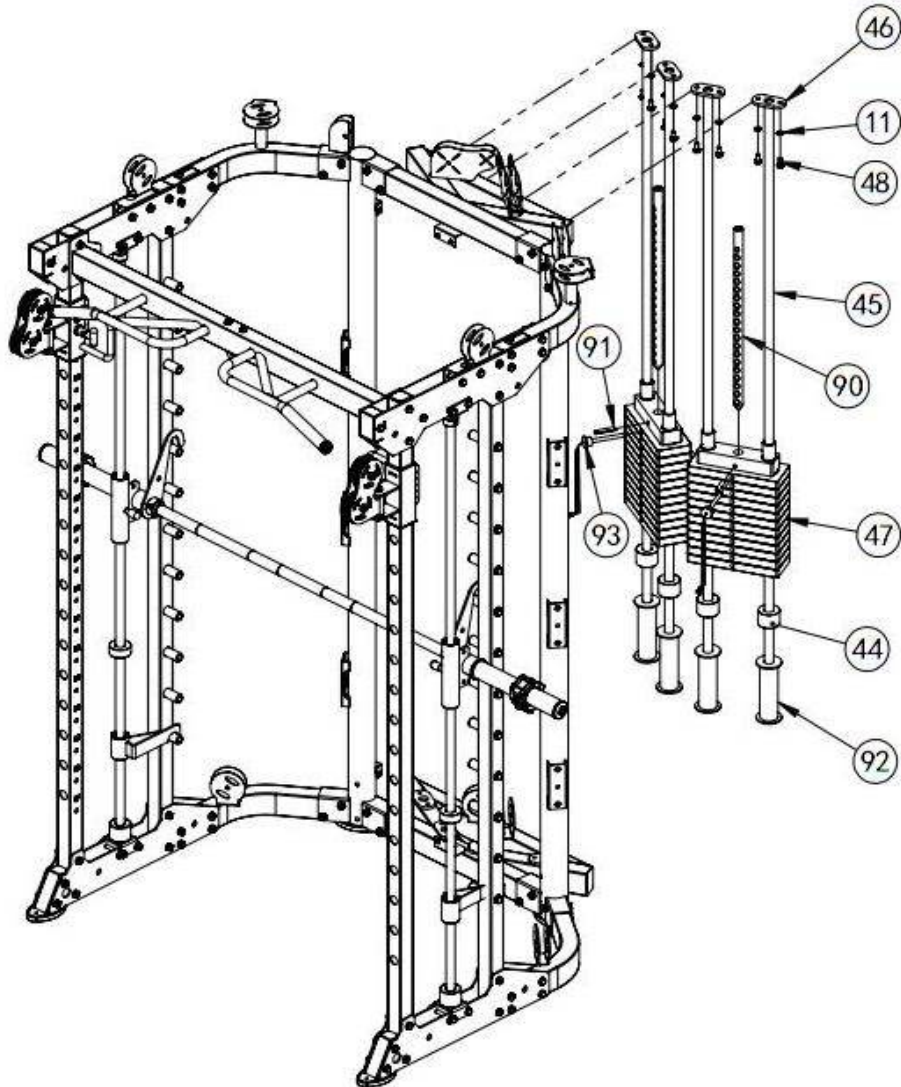


Assembly step (3) assembly instruction

- 1 Fix lower base-25 fastening on lower plate using M10x90 hexagon bolt-33, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10
- 2 Fix upper base-26 fastening on upper plate using M10x90 hexagon bolt-33, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10
- 3 Guide rod in turn through lock sleeve-28, sliding sleeve-29, rubber pad-43, safety hook left-32 and rubber pad with groove-30 fastening on base using M8x10 socket set screw-34
- 4 Barbell rod-41 in turn through sliding sleeve-29, check ring-36, inner pipe-42, pipe-37 and end cap-35 fastening using M12x40 button head socket screw-38, Φ 12 spring washer-39 and Φ 12 washer-40, then fit on barbell clamp collar-89
- 5 Guide rod in turn through lock sleeve-28, sliding sleeve-29, rubber pad-43, safety hook right-31 and rubber pad with groove-30 fastening on base using M8x10 socket set screw-34

שלב 4 - שרטוט :

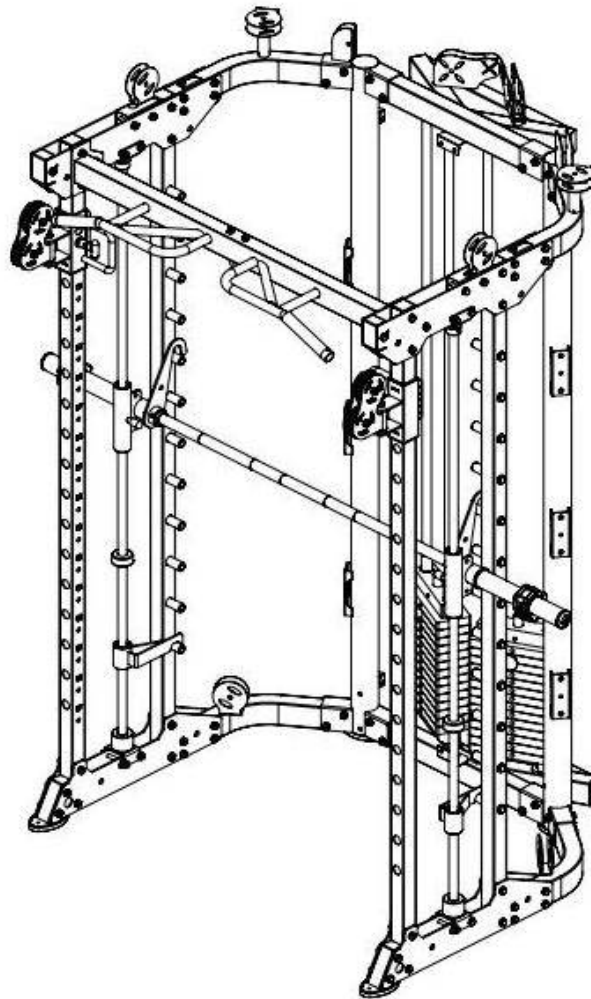
Assembly step (4) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty
11	washer	Φ10	8
44	rubber pad	Φ60*Φ26*42	4
45	guide rod hollow	Φ25*1955	4
46	reinforcing plate		4
47	weight stack	60kg	2
48	hexagon bolt	M10*20	8
90	selector rod	90KG	2
91	split pin	10*60	2
92	weight support tube		4
93	magnetic pin	Φ10*100	2

שלב 4 – הוראות :

Assembly step (4) drawing

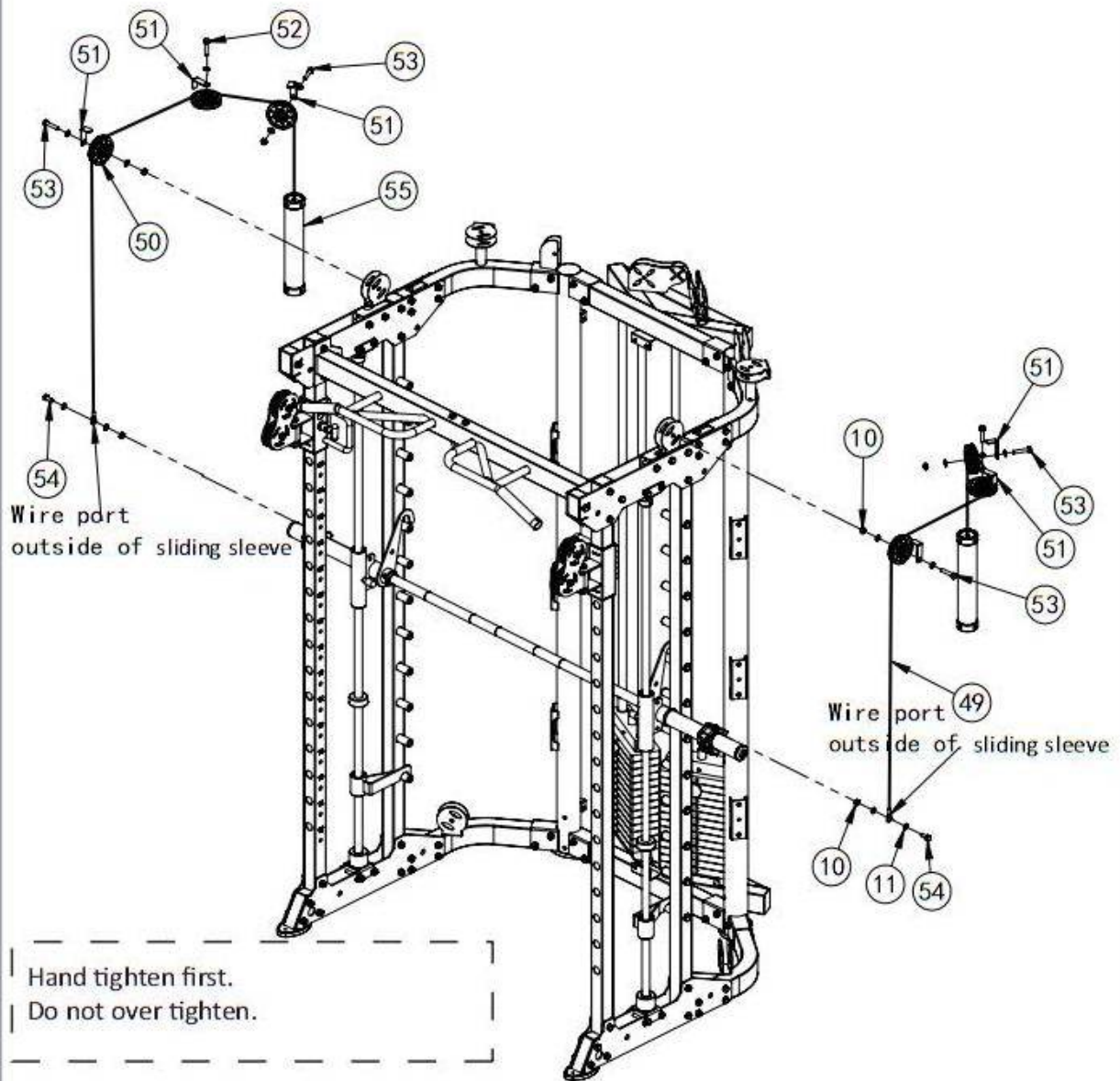


Assembly step (4) assembly instruction

- 1 Fix weight pin-91 fastening on selector rod-90
- 2 The back guide rod in turn through weight support tube-92,rubber pad-44,weight stack- 47,reinforcing plate-46 fix reinforcing plate-46 on upper connection tube-6 using M10*20 hexagon bolt-48, Φ 10 washer-11.

שלב 5 - שרטוט :

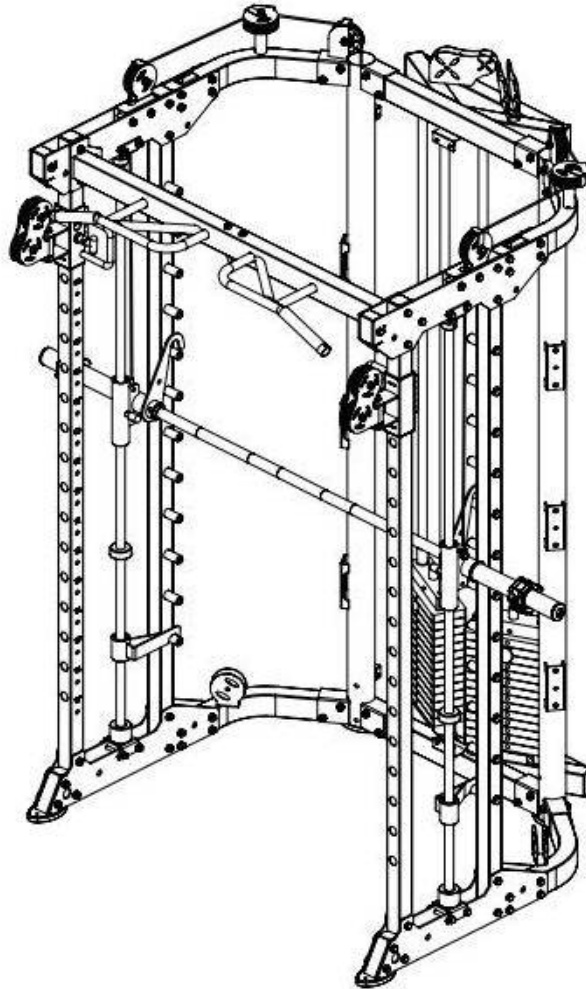
Assembly step (5) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty.
10	lock nut	M10	6
11	washer	Φ10	14
49	wire	Φ5x2745mm	2
50	pulley	Φ95	6
51	pulley plate		6
52	hexagon bolt	M10x45	2
53	hexagon bolt	M10x50	4
54	hexagon bolt	M10x25	2
55	weight		2

שלב 5 – הוראות :

Assembly step (5) drawing

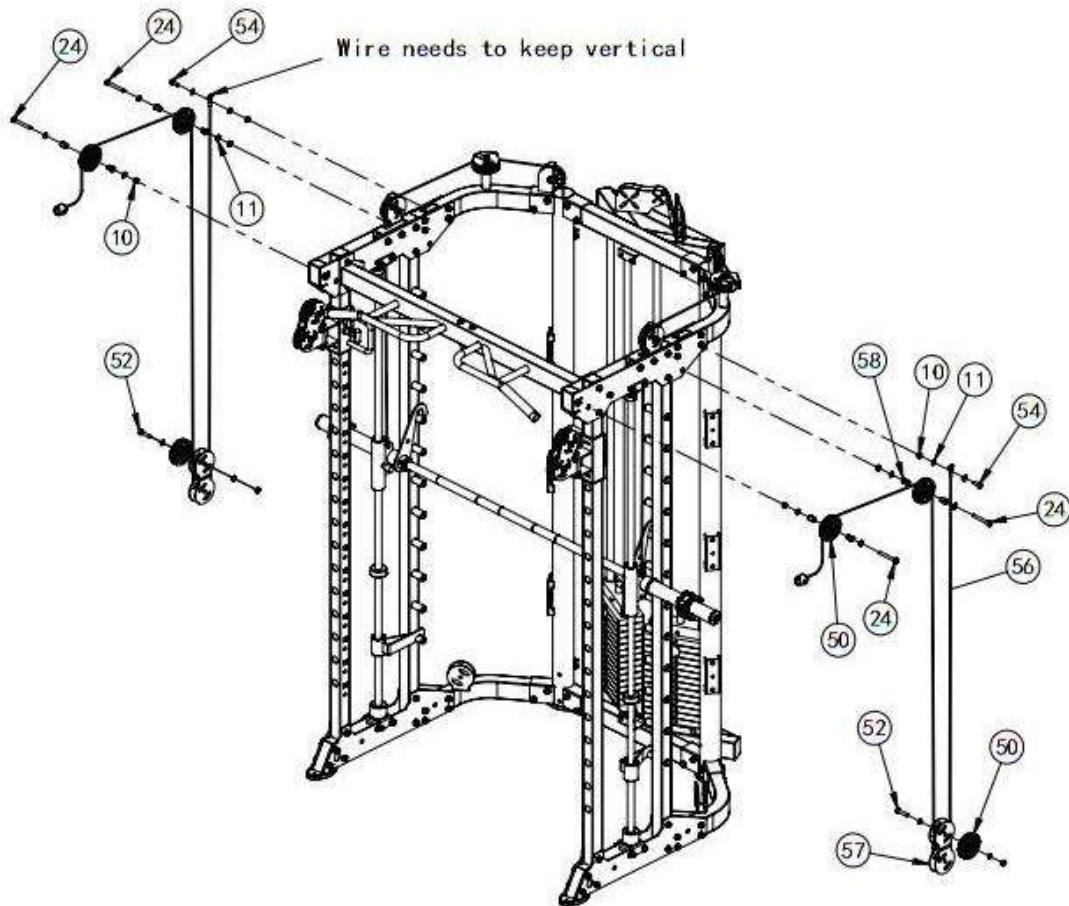


Assembly step (5) assembly instruction

- | | |
|---|--|
| 1 | Connect wire-49 with weight-55, put them into upring frame |
| 2 | Fix pulley-50 fastening on upper bending tube using M10x50 hexagon bolt-53, pulley plate-51, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 3 | Fix pulley-50 fastening on upper bending tube using M10x45 hexagon bolt-52, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 4 | Fix wire-49 fastening on sliding sleeve outside using M10x25 hexagon bolt-54, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |

שלב 6 - שרטוט :

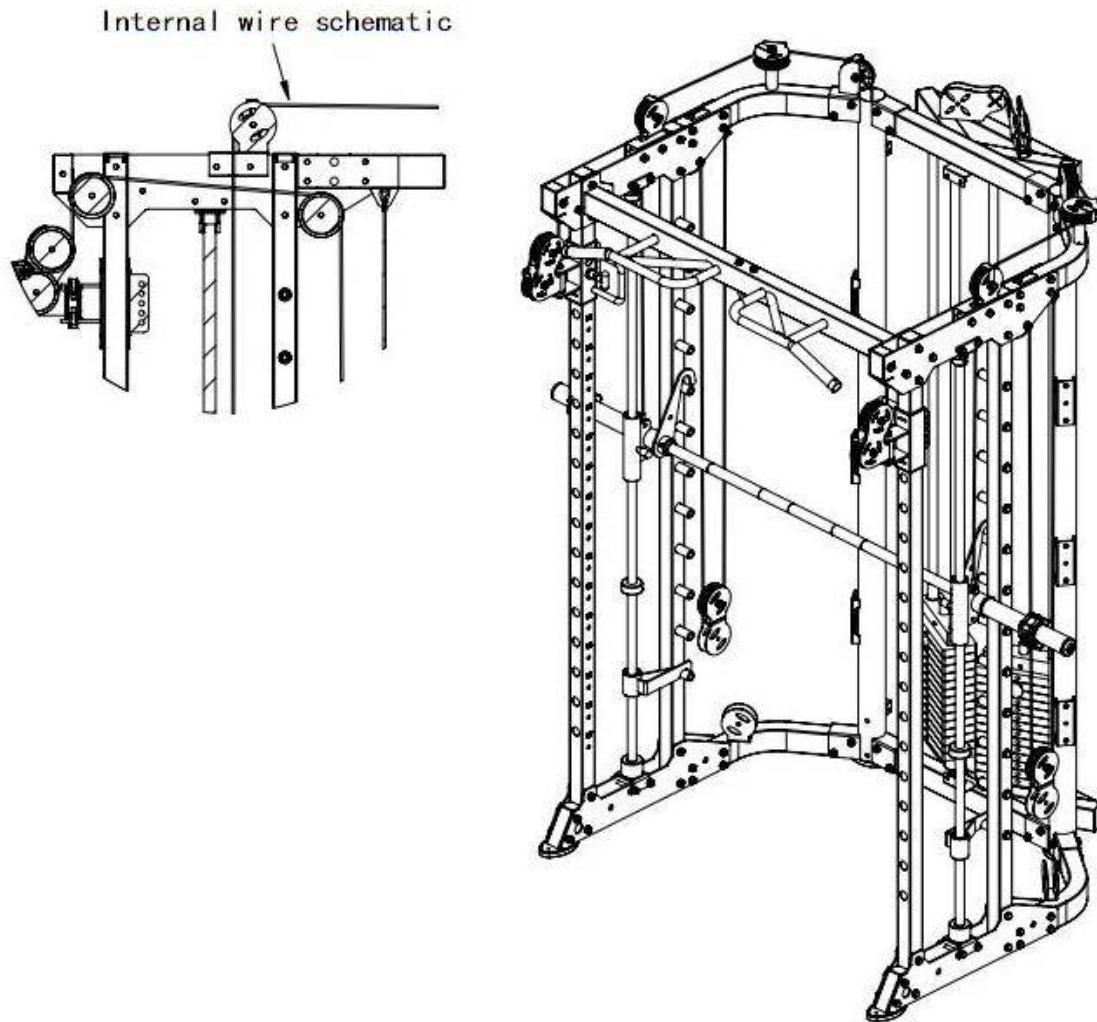
Assembly step (6) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty.
10	lock nut	M10	8
11	washer	Φ10	16
24	hexagon bolt	M10x80	4
50	pulley	Φ95	6
52	hexagon bolt	M10x45	2
54	hexagon bolt	M10x25	2
56	wire	Φ5x4185mm	2
57	"-" shape pulley frame		2
58	pulley spacer sleeve	Φ20x10.5xL20.5	8

שלב 6 – הוראות :

Assembly step (6) drawing

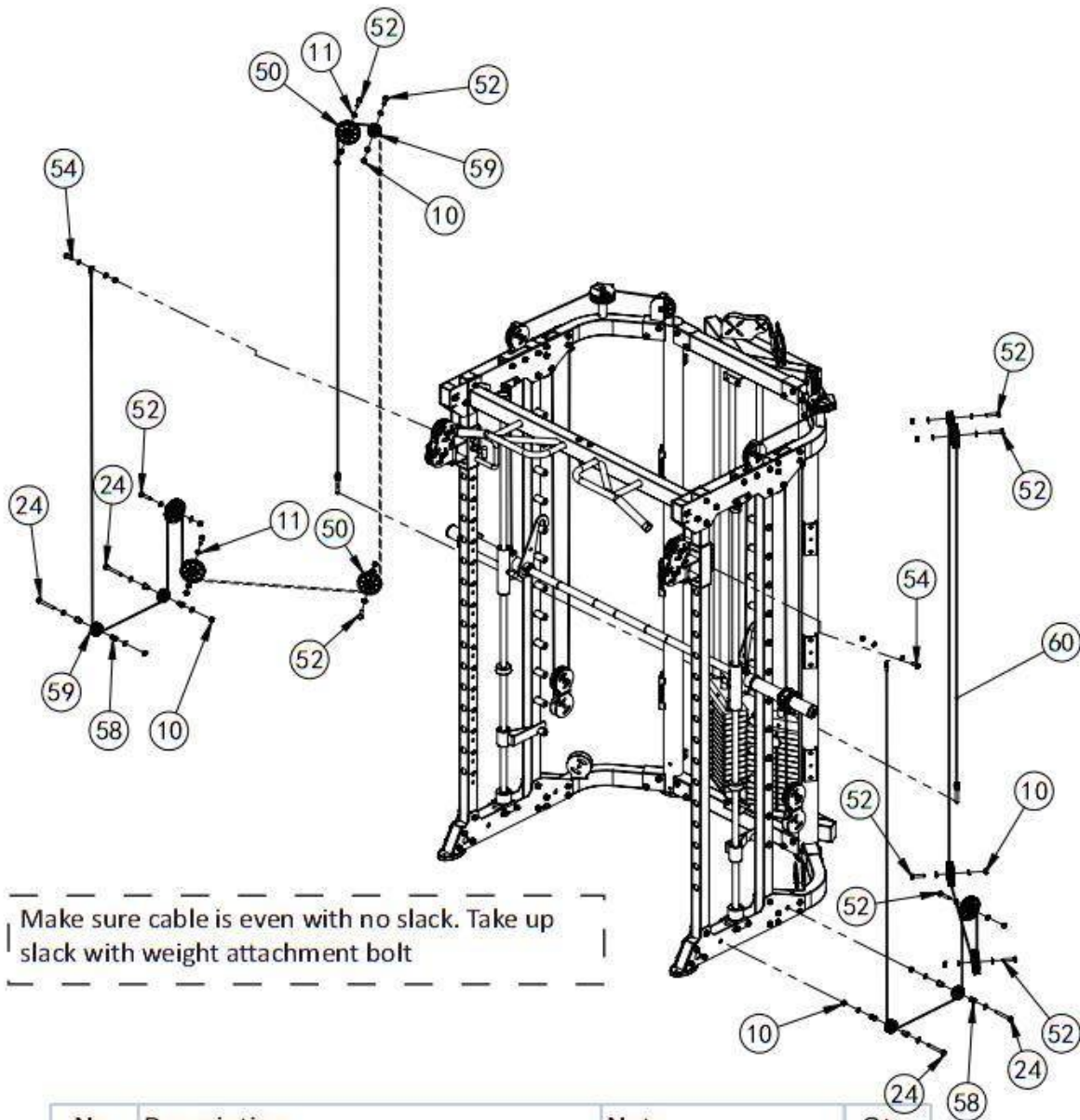


Assembly step (6) assembly instruction

- 1 As the shown in the figure fix pulley-50 fastening on upper plate using M10x80 hexagon bolt-24, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 and pulley spacer sleeve-58
- 2 Fix pulley-50 fastening on "-" shape pulley frame-57 using M10x45 hexagon bolt-52, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10
- 3 As the shown in the figure put the wire-56 using M10x45 hexagon bolt-52, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 fastening on bending tube, careful to keep the wire vertical

שלב 7 – שרטוט :

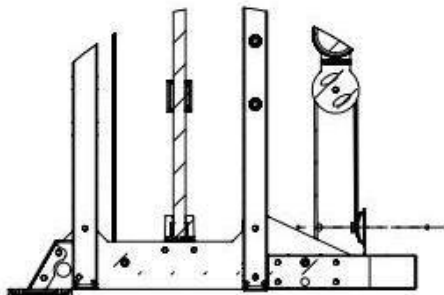
Assembly step (7) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty.
24	hexagon bolt	M10x80	4
10	lock nut	M10	16
11	washer	Φ10	32
50	pulley	Φ95	8
52	hexagon bolt	M10x45	10
54	hexagon bolt	M10x25	2
58	pulley spacer sleeve	Φ20x10.5xL20.5	8
59	pulley	Φ50	6
60	wire	Φ5x7370	2

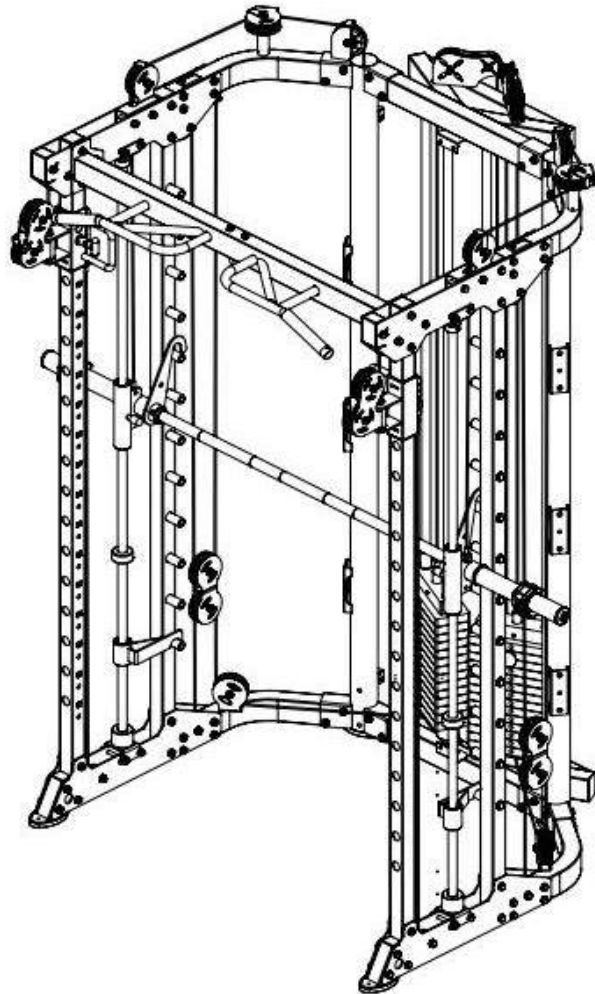
שלב 7 – הוראות :

Assembly step (7) drawing



Internal wire schematic

hand tighten all nuts and bolts first
before tightening.

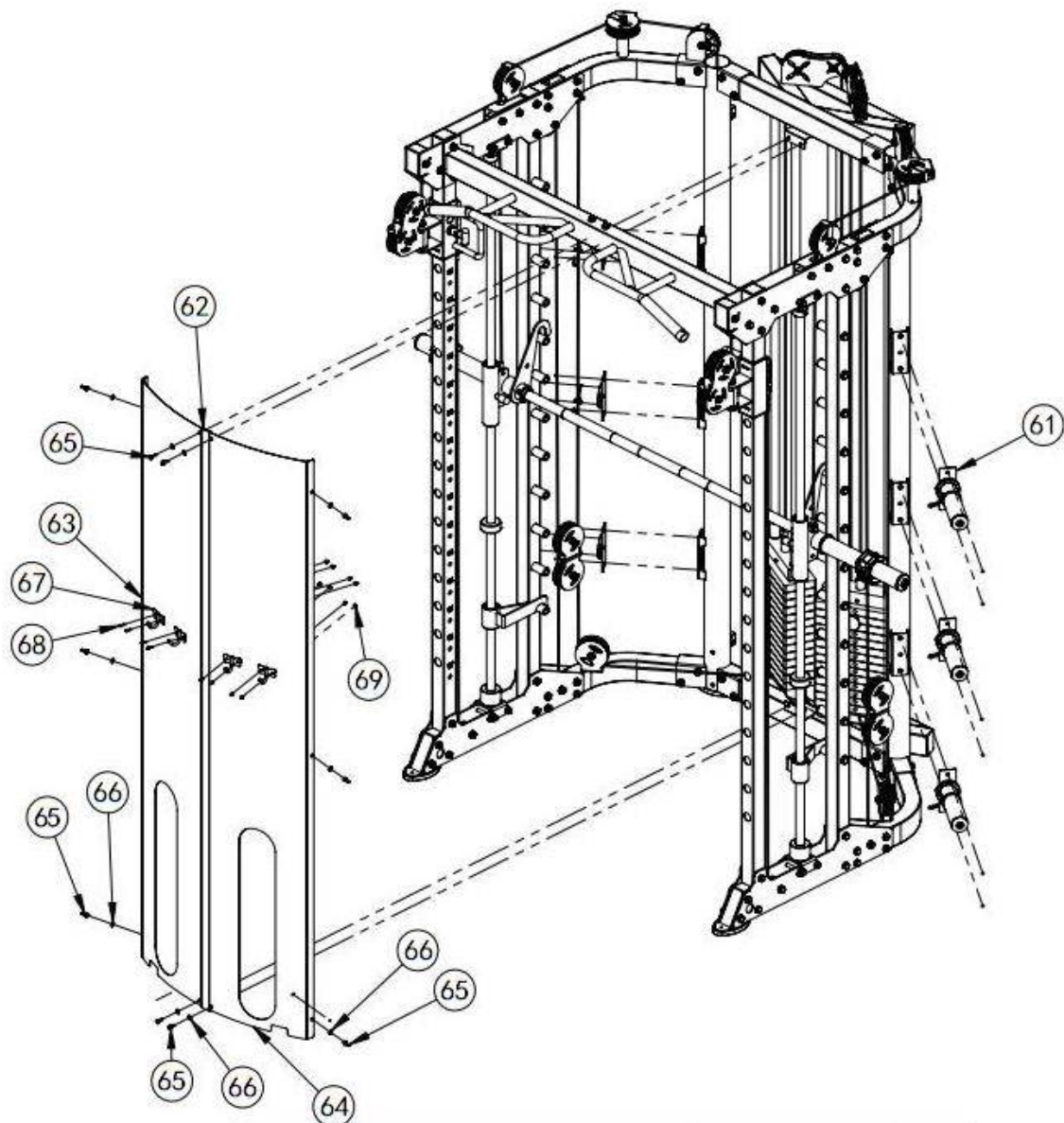


Assembly step (7) assembly instruction

- | | |
|---|--|
| 1 | Fix pulley-50 fastening on "U" shape pulley frame-57 using M10x45 hexagon bolt-52, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 2 | Fix pulley-50 fastening on lower plate using M10x80 hexagon bolt-24, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 and pulley spacer sleeve-58 |
| 3 | Fix pulley-50 fastening on lower bending tube using M10x45 hexagon bolt-52, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |
| 4 | As the shown in the figure put the wire-60 on the machine |

שלב 8 – שרטוט :

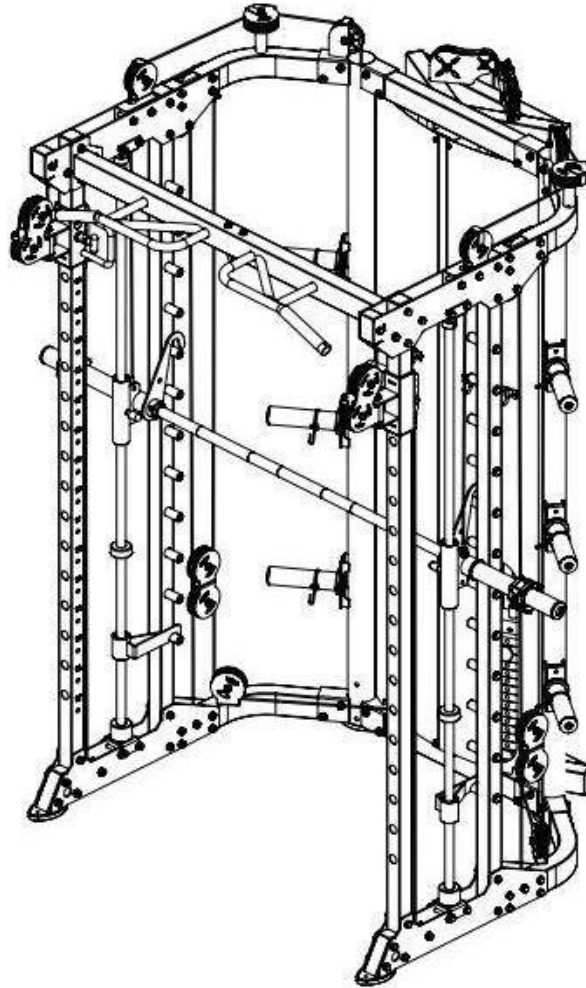
Assembly step (8) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty.
61	barbell plate holder		6
62	connection strap		1
63	shield left		1
64	shield right		1
65	hexagon bolt	M6x16	10
66	washer	Φ6	10
67	hook		4
68	"+"slotted countersunk head bolt	M4x12	8
69	lock nut	M4	8
70	hexagon bolt	M8x20	12
71	washer	Φ8	12

שלב 8 – הוראות :

Assembly step (8) drawing

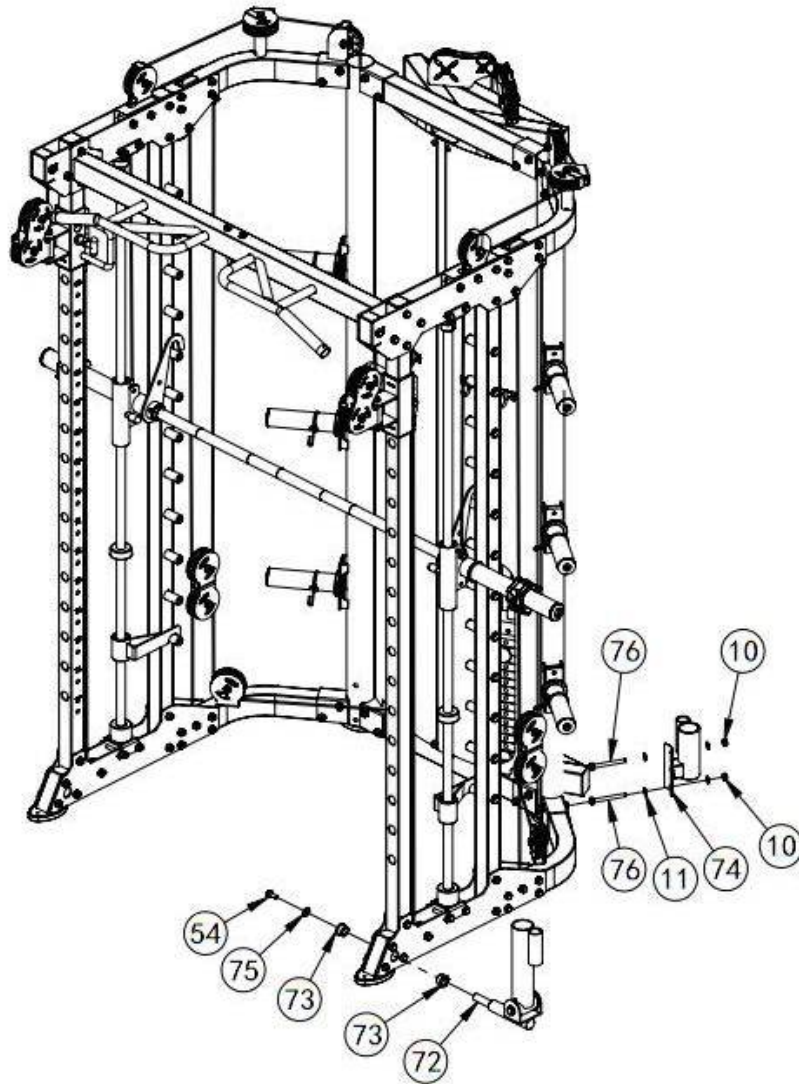


Assembly step (8) assembly instruction

- | | |
|---|---|
| 1 | Connect shield left-63, connection strap-62 and shield right-64 |
| 2 | Fix hook-67 fastening on shield using "+" slotted countersunk head bolt-68 and M4 lock nut-69 |
| 3 | Fix shield fastening on main frame using M6x16 hexagon bolt-65, $\Phi 6$ washer-66 |
| 4 | Fix barbell plate holder-61 on main frame using M8x20 hexagon bolt-70, $\Phi 8$ washer-71 |

שלב 9 – שרטוט :

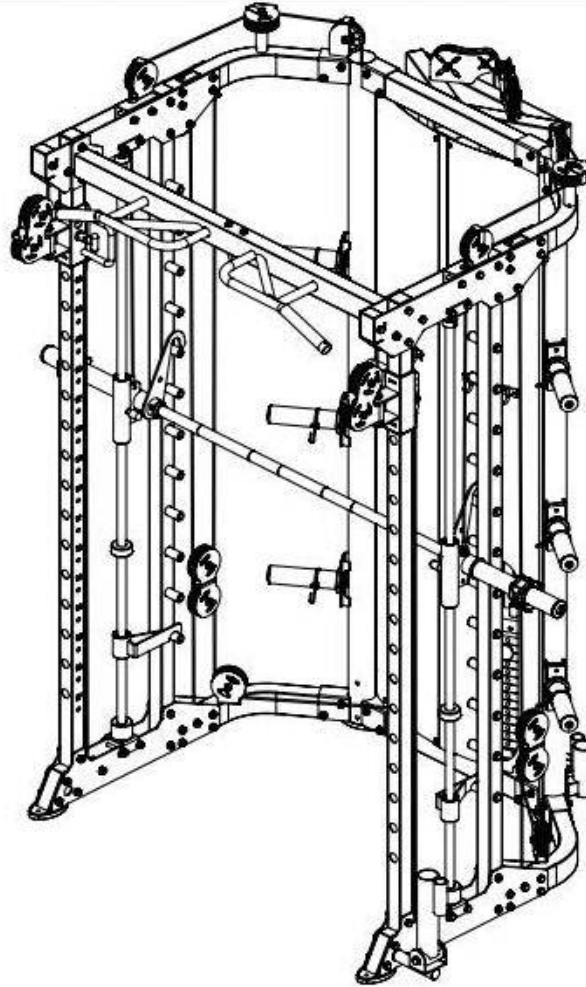
Assembly step (9) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty.
10	lock nut	M10	2
11	washer	Φ10	4
54	hexagon bolt	M10x25	1
72	core trainer		1
73	powder metallurgy sleeve	Φ33.2xΦ29xΦ20*18	2
74	barbell rod cup		1
75	big washer	Φ25x10x2.0	1
76	hexagon bolt	M10x95	2

שלב 9 – הוראות :

Assembly step (9) drawing

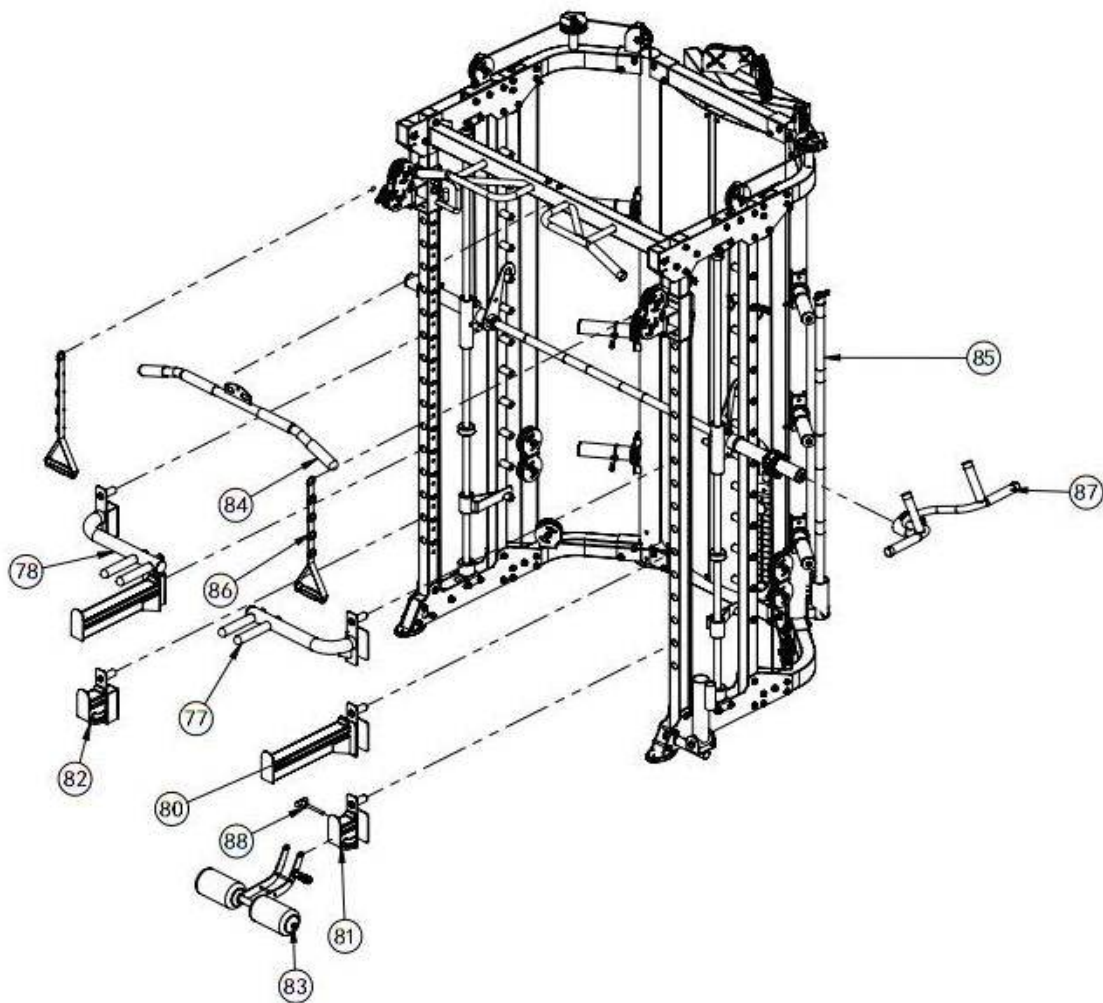


Assembly step (9) assembly instruction

- | | |
|---|---|
| 1 | Fix core trainer-72 fastening on main frame using M10x25 hexagon bolt-54, Φ 10 big washer-75 and powder metallurgy sleeve-73 |
| 2 | Fix barbell rod cup-74 fastening on upright frame using M10x95 hexagon bolt-76, Φ 10 washer-11 and M10 lock nut-10 |

שלב 10 – שרטוט :

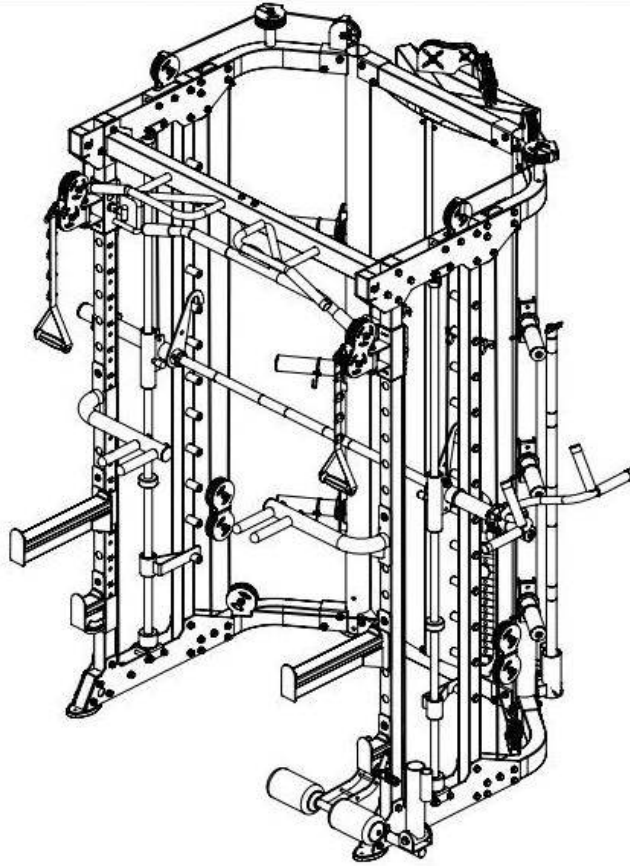
Assembly step (10) explosion drawing



No.	Description	Note	Qty.
77	dip bar left		1
78	dip bar right		1
79	barbell rod holder right		1
80	barbell rod holder left		1
81	barbell rod holder short left		1
82	barbell rod holder short right		1
83	leg curl tube		1
84	long bar		1
85	ship rod		1
86	hand belt		2
87	pull lift device		1
88	T shape pin	Φ10*100	1

שלב 10 – הוראות :

Assembly step (10) drawing



Assembly step (10) assembly instruction

- | | |
|---|--|
| 1 | Connect leg curl tube-83 and barbell rod holder short left-81 using T shape pin-88 |
| 2 | Put the attached part on the machine |

עם סיום ההרכבה וודא שכל הברגים מחוזקים וכל הכבלים נעים כראוי על הגלגלות

טלפון מחלקת שירות הלקוחות: 03-5186372

מטעמי נוחות הניסוח בחוברת הוא בלשון זכר. מובהר בזאת כי האמור בלשון זכר גם בלשון נקבה במשמע וכי האמור בלשון יחיד גם בלשון רבים משמעו.