

HAMMER

BIO FORCE MX NorsK



Instrukcja obsługi

Art-Nr.:14002

Spis treści

| | | |
|------|----------------------------------|----|
| 1. | Instrukcja bezpieczeństwa..... | 3 |
| 2. | Informacje ogólne..... | 3 |
| 2.1. | Opakowanie..... | 3 |
| 3. | Montaż..... | 4 |
| 3.1. | Kroki montażowe..... | 5 |
| 4. | Pielęgnacja i konserwacja..... | 15 |
| 5. | Wskazówki treningowe..... | 15 |
| 5.1. | Rodzaje ćwiczeń w zdjęciach..... | 16 |
| 6. | Rysunek..... | 24 |
| 7. | Lista części..... | 25 |

1. Instrukcja bezpieczeństwa

WAŻNE!

- Instrukcja atlasu, urządzenia treningowego klasy H, wg normy DIN EN 957-1/2.
- Maksymalne obciążenie: 130 kg.
- Atlasu należy używać wyłącznie zgodnie z przeznaczeniem.
- Każde inne zastosowanie urządzenia jest niedozwolone i może być niebezpieczne. Importer nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek szkody i urazy spowodowane niewłaściwym użytkowaniem sprzętu.
- Sprzęt został wyprodukowany zgodnie z najnowszymi standardami bezpieczeństwa. Potencjalne zagrożenia mogące spowodować urazy zostały wykluczone.

W celu uniknięcia urazów i / lub wypadków, należy przestrzegać następujących, prostych zasad:

1. Nie pozwalać dzieciom, zwierzętom domowym ani osobom o ograniczonych zdolnościach fizycznych, sensorycznych lub umysłowych bawić się urządzeniem lub w jego pobliżu.
2. Regularnie sprawdzać czy wszystkie śruby, nakrętki, uchwyty i pedały są dobrze przymocowane i czy nie widać uszkodzeń.
3. Natychmiast wymienić uszkodzone części i nie używać urządzenia do czasu naprawy. Należy zwracać uwagę na zużycie materiału.
4. Unikać wysokich temperatur, wilgoci oraz kontaktu z wodą.
5. Przed uruchomieniem sprzętu dokładnie przeczytać instrukcję użytkownika.
6. Z każdej strony sprzętu musi się odpowiednia ilość miejsca, minimum 1,5m.
7. Sprzęt ustawić na stałym i równym podłożu.
8. Nie trenować bezpośrednio przed lub po posiłku.
9. Przed rozpoczęciem treningu fitness skonsultować się z lekarzem.
10. Bezpieczne używanie sprzętu może być zagwarantowane tylko w przypadku regularnego dokładnego sprawdzenia części zużywających się. Są one oznaczone * na liście części.
11. Sprzętu treningowego nigdy nie wolno używać jako zabawki.
12. Po każdym treningu urządzenie musi zostać zabezpieczone przed przypadkowym uruchomieniem.
13. Nie nosić luźnego ubioru, lecz odpowiedni strój treningowy, np. dres.
14. Trenować w obuwiu, nigdy boso.
15. Upewnić się, że w pobliżu sprzętu nie ma osób trzecich, gdyż mogą one doznać urazu w wyniku kontaktu z ruchomymi częściami.
16. Nie stawiać urządzenia w wilgotnych pomieszczeniach (łazienka) lub na balkonie.
17. Atlas należy ustawić w takim miejscu, aby użytkownik widział zbliżające się do niego osoby.
18. Nie pozwól dzieciom bawić się folią opakowaniową. Mogą się w nią zaplątać i udusić.
19. Z urządzenia może korzystać w danym momencie tylko 1 osoba.

2. Informacje ogólne

Sprzęt przeznaczony jest do użytku domowego. Odpowiada on wymogom normy DIN EN 957-1/2 klasy H. W przypadku niewłaściwego użytkowania (np. zbyt intensywnego treningu, niewłaściwych ustawień itp.) nie można wykluczyć uszczerbku na zdrowiu.

Przed rozpoczęciem treningu należy dokonać ogólnego badania lekarskiego w celu wykluczenia ewentualnych ryzyk dla zdrowia.

2.1. Opakowanie

Opakowanie wykonane jest z przyjaznych dla środowiska i podlegających recyklingowi materiałów.

- Opakowanie zewnętrzne z tektury
- Części wyprofilowane z pianki polistyrenowej (PS) nie zawierającej freonu
- Folie i worki z polietylenu (PE)
- Taśmy mocujące z polipropylenu (PP)

3. Montaż

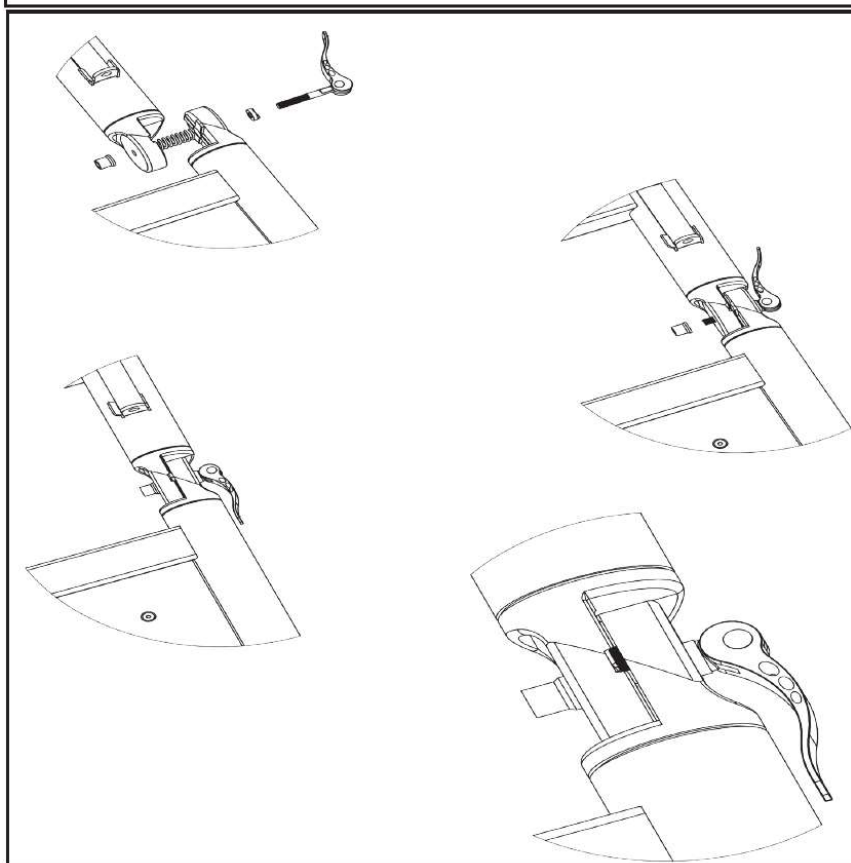
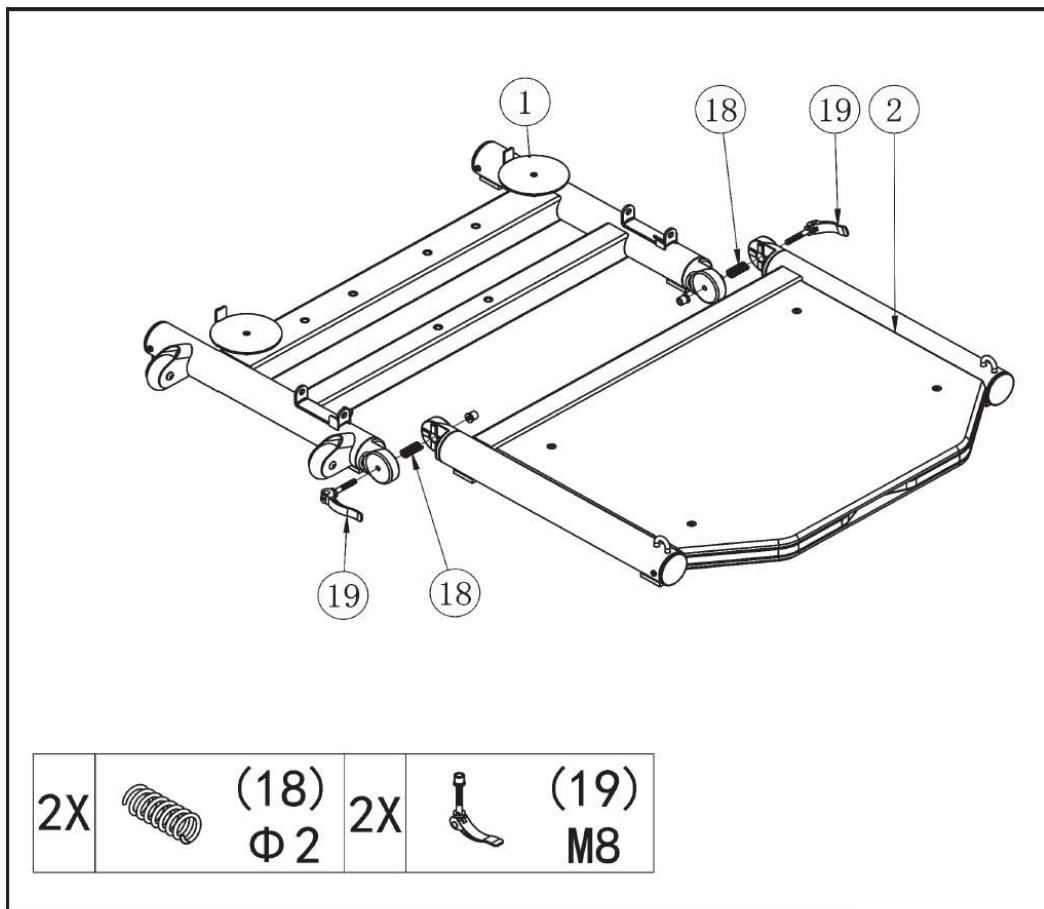
W celu ułatwienia montażu atlasu, najważniejsze części zostały wstępnie zmontowane. Przed rozpoczęciem montażu proszę uważnie przeczytać poniższą instrukcję i kontynuować krok po kroku zgodnie z opisem.

Zawartość opakowania

- Rozpakuj wszystkie części ze styropianu i ułóż je na podłodze obok siebie.
- Postaw ramę główną na podkładzie chroniącym podłogę; w przeciwnym razie może dojść do uszkodzenia lub porysowania podłogi przez metalowe elementy. Podkład powinien być płaski i niebytnie gruby, tak aby atlas stał stabilnie.
- W trakcie montażu należy zapewnić odpowiednią ilość wolnej przestrzeni z każdej strony.

3.1. Kroki montażowe

Krok 1



Połączenie płyty podstawy

Aby połączyć płytę podstawy z ramą, wykonaj następujące czynności:

- 1) Wyrównaj płytę podstawy tak, aby mocowania pokrywały się z mocowaniami ramy. Pomiedzy częściami ramy należy włożyć sprężynę.
- 2) Przeprowadzić szybkozamykacz z elementem wyrównawczym od zewnątrz przez otwory. Upewnij się, że szybkozamykacz jest otwarty.
- 3) Przykręcić nakrętkę radełkowaną od wewnątrz.
- 4) Napięcie szybkozamykacza należy wyregulować w taki sposób, aby szybkozamykacz był wciśnięty mocno do wewnątrz i tak lekko, aby płyta podstawy nie chwiała się. Upewnij się, że zęby złącza zazębiają się!

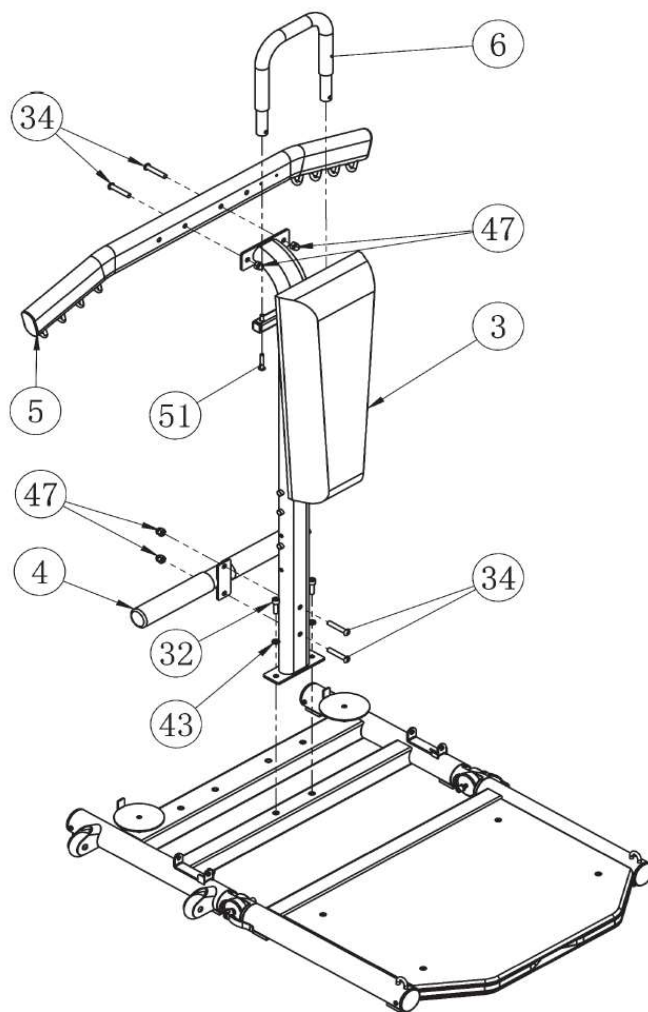
Uwaga:

Zanim rozpoczniesz trening upewnij się, że:

- 1) szybkozamykacze są dociśnięte,
- 2) rama główna nie chwieje się i nie przesuwa się.

Nieprawidłowe dociśnięcie zacisków szybkozamykających może prowadzić do obrażeń!

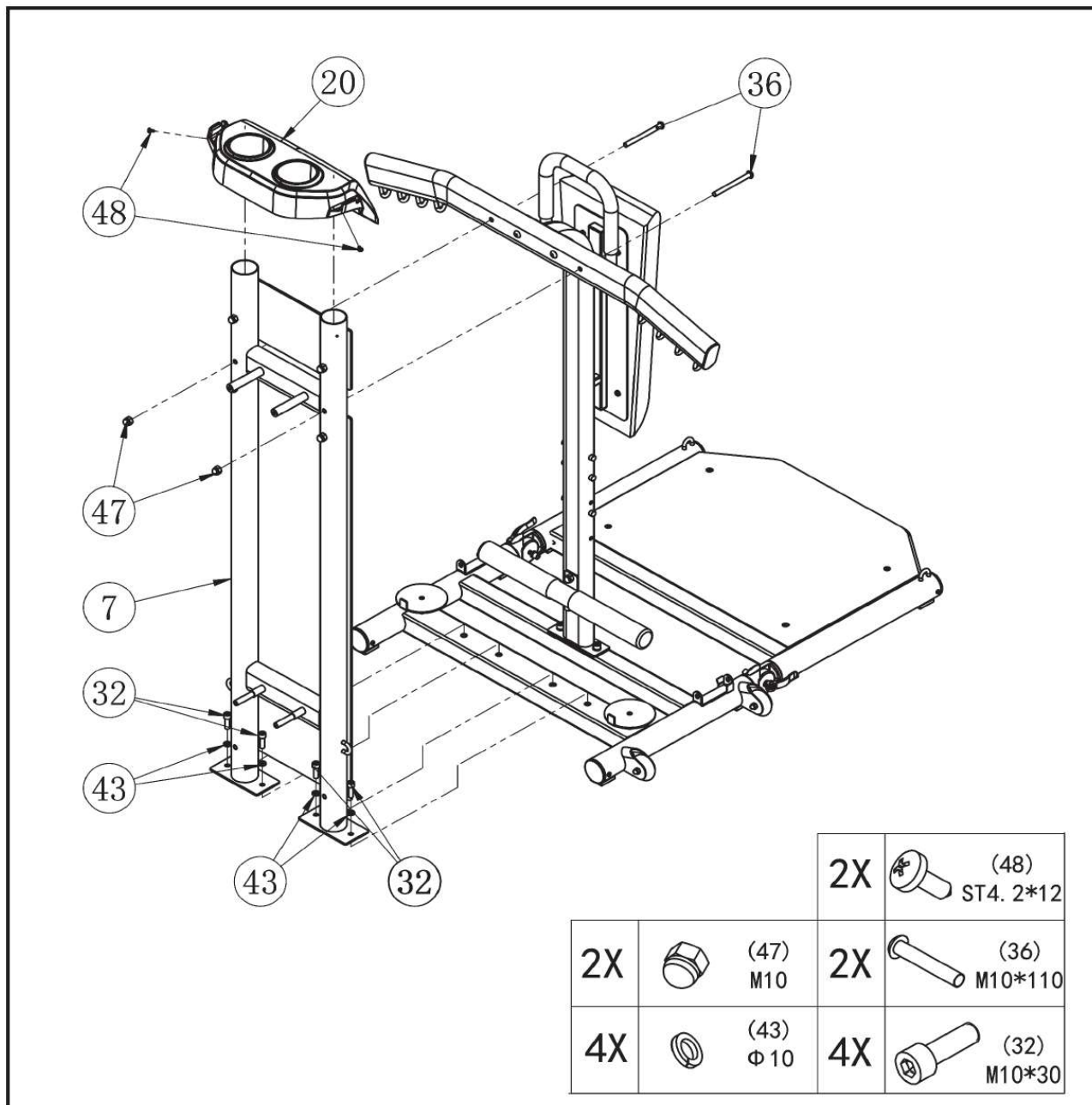
Krok 2



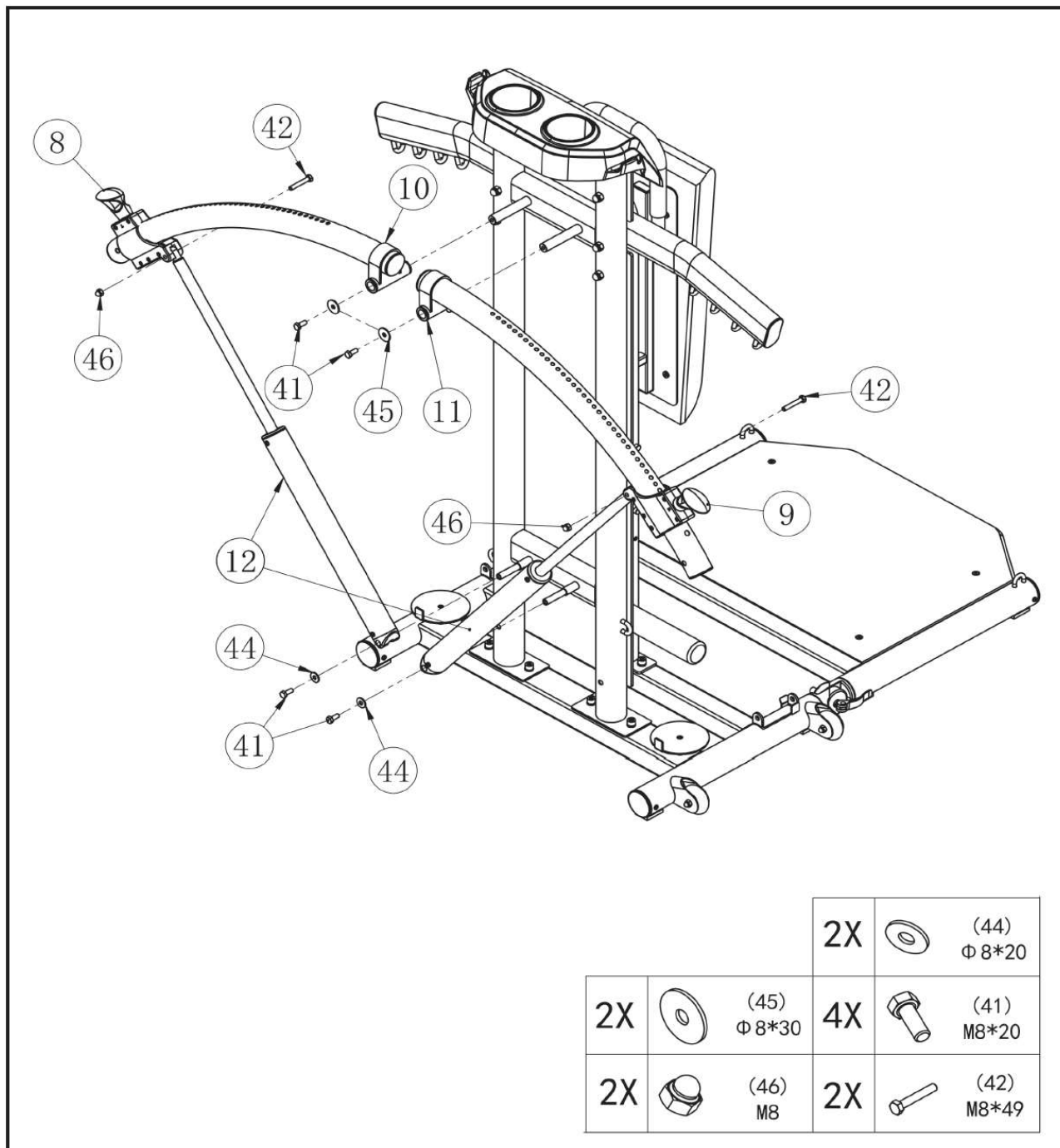
| | | |
|----|--|---------------|
| 2X | | (51) M8*40 |
|----|--|---------------|

| | | | | | |
|----|--|--------------|----|--|----------------|
| 4X | | (47) M10 | 4X | | (34) M10*57 |
| 2X | | (43) Φ 10 | 2X | | (32) M10*30 |

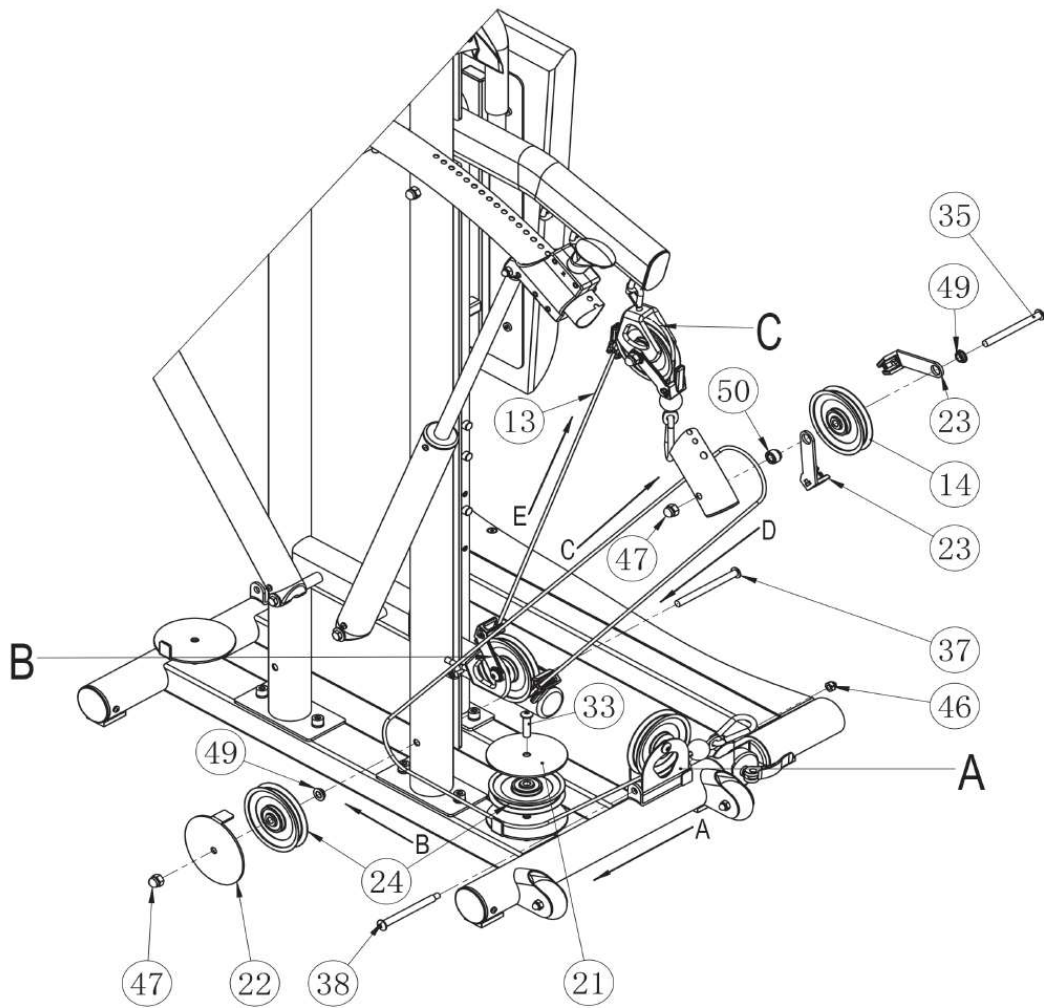
Krok 3



Krok 4



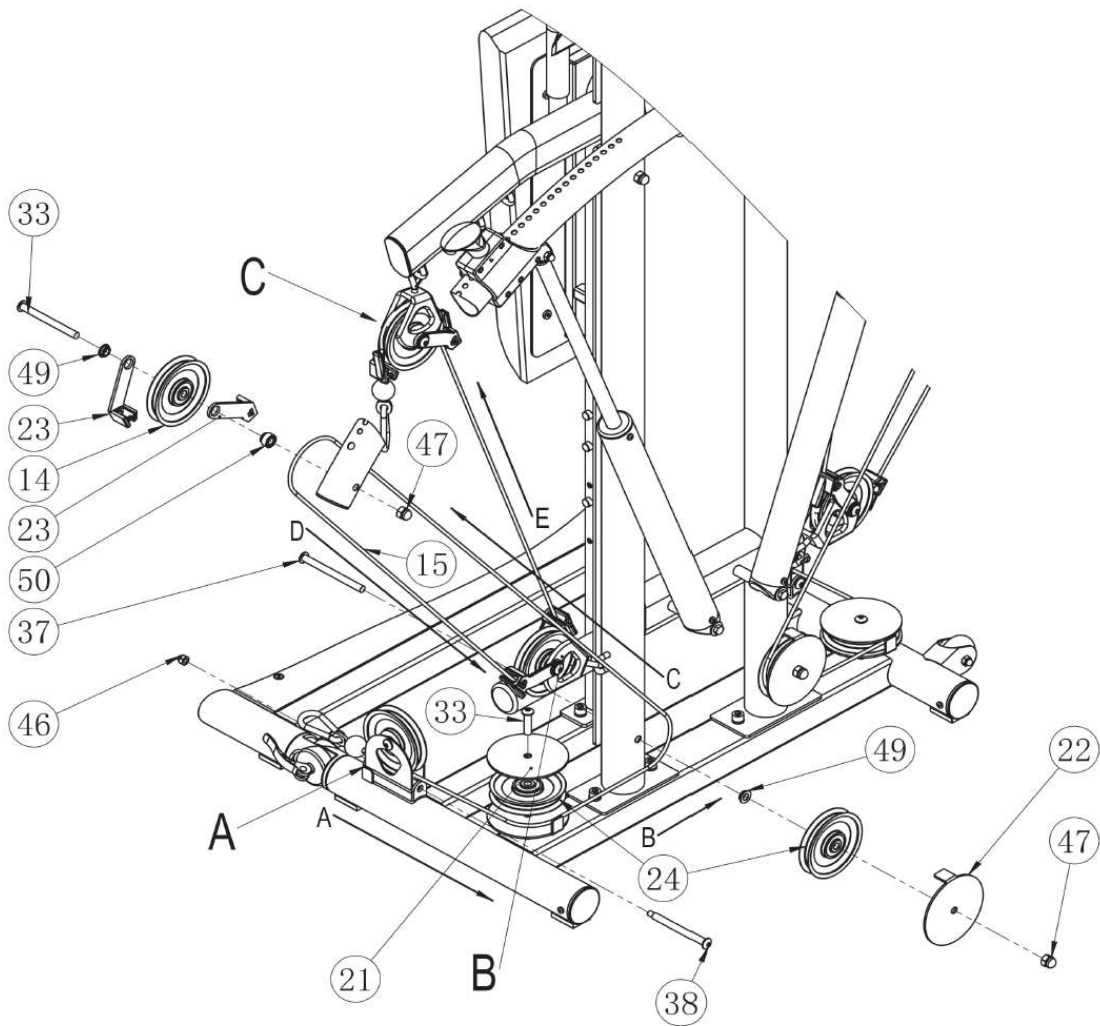
Krok 5



| | | | |
|----|--|----------------|----|
| 1X | | (22) ∅ 3 | |
| 2X | | (24) pulley | 1X |
| 1X | | (21) ∅ 3 | 2X |
| 1X | | (13) 3685mm | |

| | | | |
|----|--|--------------------------|----|
| 1X | | (50) Large Bushing | 1X |
| 2X | | (47) M10 | 2X |
| 1X | | (37) M10*115 | 1X |
| 1X | | (46) M8 | 1X |

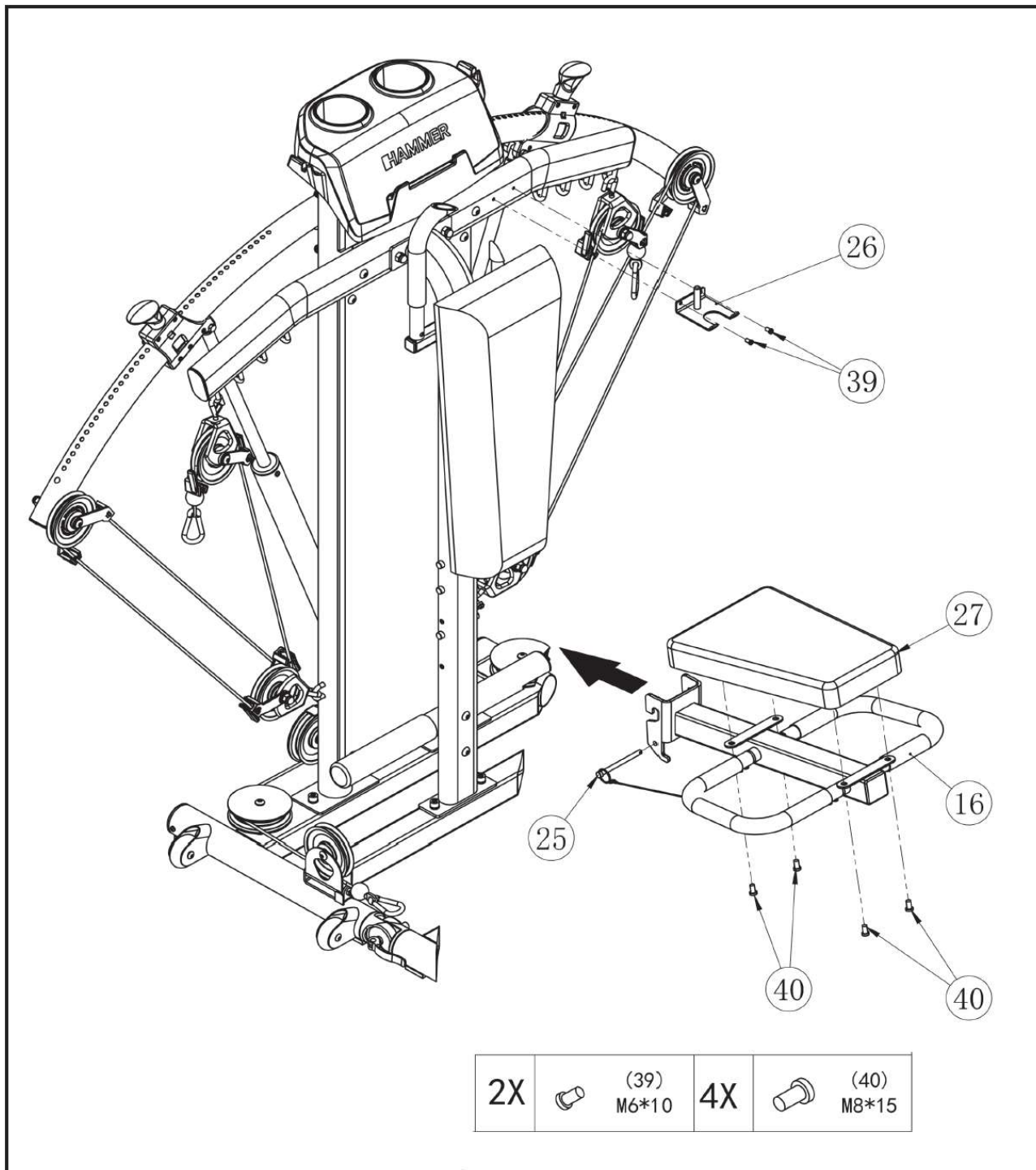
Krok 6



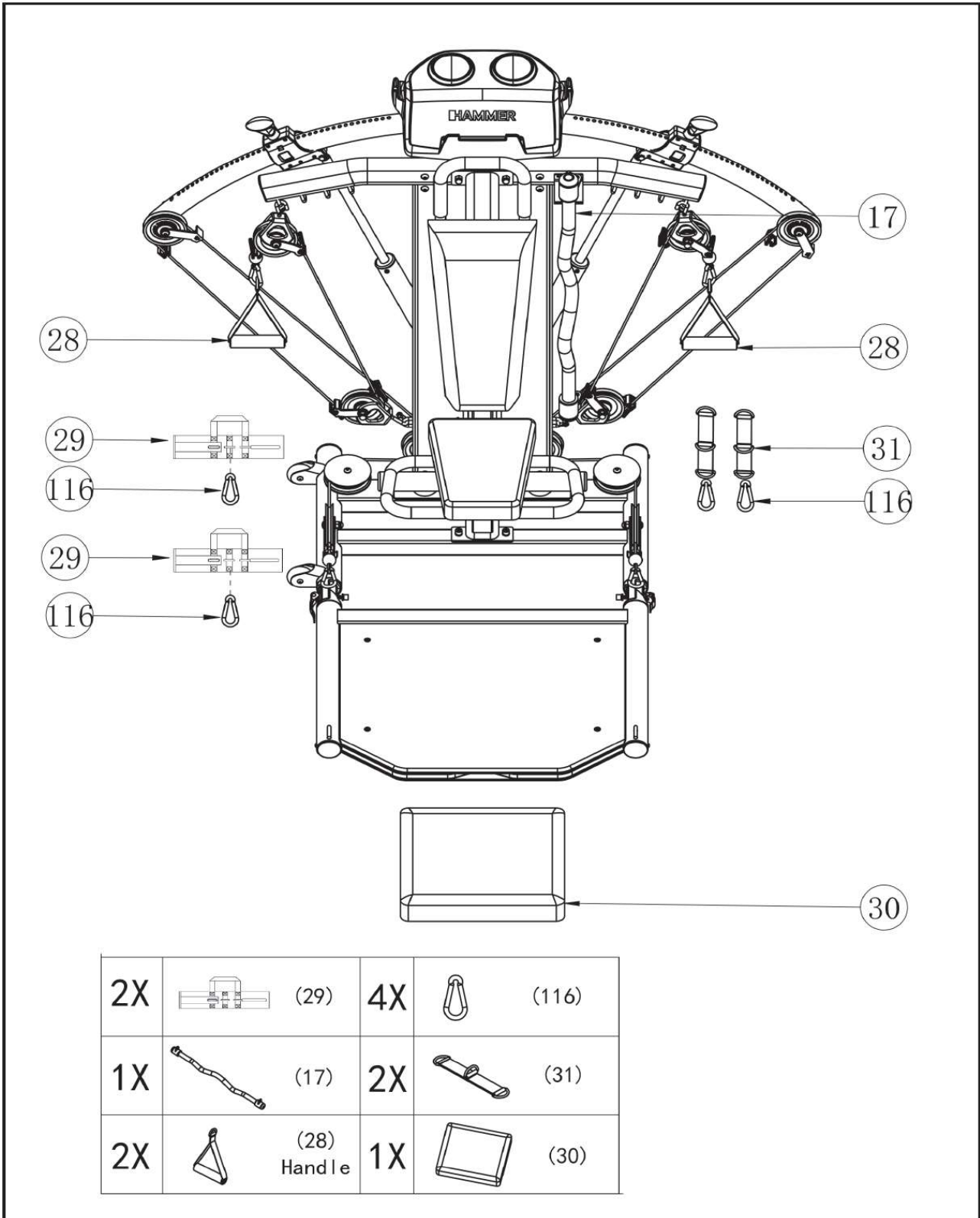
| | | | | |
|----|--|----------------|----|--|
| 1X | | (22) ø 3 | | |
| 2X | | (24) pulley | 1X | |
| 1X | | (21) pulley | 2X | |
| 1X | | (15) 3685mm | | |

| | | | | |
|----|--|--------------------------|----|--|
| 1X | | (50) Large Bushing | 1X | |
| 2X | | (47) M10 | 2X | |
| 1X | | (37) M10*115 | 1X | |
| 1X | | (46) M8 | 1X | |

Krok 7

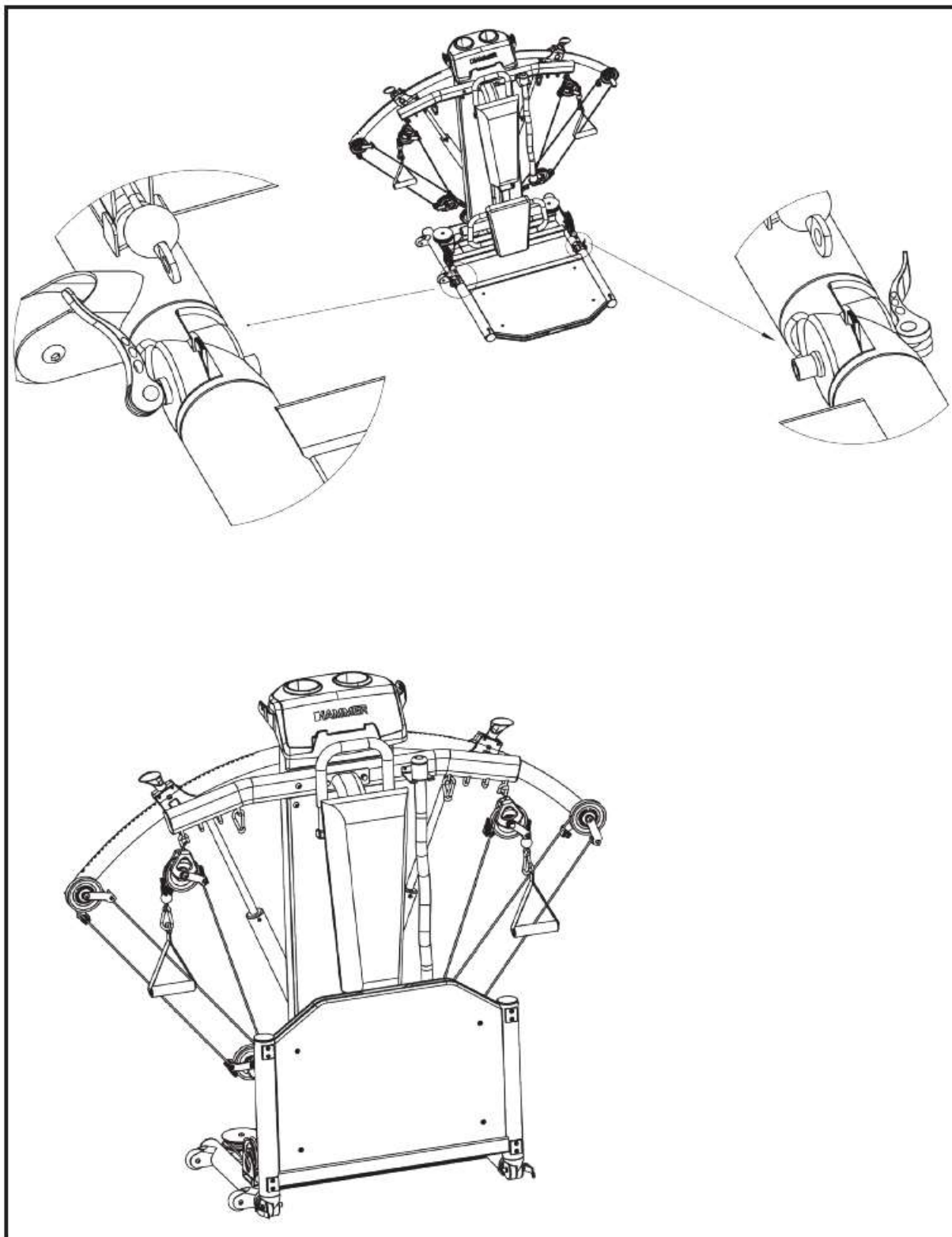


Krok 8



| | | | | | |
|----|--|----------------|----|--|-------|
| 2X | | (29) | 4X | | (116) |
| 1X | | (17) | 2X | | (31) |
| 2X | | (28) Handle | 1X | | (30) |

Składanie



Aby złożyć płytę podstawy, wykonaj następujące czynności.

- 1) Otwórz szybkozamykacze
- 2) Pociągnij płytę podstawy do góry.
- 3) Zamknij szybkozamykacze i sprawdź, czy płyta podstawy jest zamocowana.

Aby rozłożyć płytę podstawy, wykonaj następujące czynności.

- 1) Otwórz szybkozamykacze
- 2) Pociągnij płytę podstawy w dół.
- 3) Zamknij szybkozamykacze i sprawdź, czy płyta podstawy jest zamocowana.

Uwaga:

Zanim rozpoczniesz trening upewnij się, że:

- 1) szybkozamykacze są dociśnięte,
- 2) rama główna nie chwieje się i nie przesuwa się.

Nieprawidłowe dociśnięcie zacisków szybkozamykających może prowadzić do obrażeń!

4. Pielęgnacja i konserwacja**Konserwacja**

- Sprzęt w zasadzie nie wymaga konserwacji.
- Należy regularnie sprawdzać wszystkie części urządzenia oraz osadzenie wszystkich śrub i połączeń.
- Należy zgłosić naszemu centrum serwisowemu wszystkie uszkodzenia części celem ich wymiany. Sprzętu nie wolno używać do czasu naprawy.

Pielęgnacja

- Do czyszczenia używać wilgotnej szmatki bez ostrych środków czyszczących.
- Części mające kontakt z potem wymagają czyszczenia tylko przy pomocy wilgotnej szmatki.

| Czynność | Okres | data | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|---------------|------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Czyszczenie | Co tydzień | | | | | | | | | | | | | |
| Kontrola oprzyrządowania | Co 3 miesiące | | | | | | | | | | | | | |
| Osadzenie połączeń śrubowych | Co 3 miesiące | | | | | | | | | | | | | |
| Kontrola lin | Co 3 miesiące | | | | | | | | | | | | | |
| Kontrola cylindra oporu | Co 3 miesiące | | | | | | | | | | | | | |

Zleca się wymianę lin do 3 lata.

5. Wskazówki treningowe**ROZGRZEWKĄ**

Nigdy nie rozpoczynaj treningu bez uprzedniej rozgrzewki. Przez ok 5-10 minut wykonuj ćwiczenia rozciągające (stretching) i rozgrzewające (ćwiczenia na urządzeniu z niewielkim obciążeniem i dużą ilością powtórzeń), aby uniknąć kontuzji.

JAK NALEŻY ĆWICZYĆ?

Jest kilka metod treningu siłowego wg których możesz trenować. Podana metoda wytrzymałościowa jest tą, wg której powinieneś rozpocząć Twój trening.

- Rozpocznij z niewielkim obciążeniem. Zaleca się 3 sekwencje po 20 powtórzeń. Obciążenie należy tak długo zwiększać, aż nie będziesz w stanie zrobić 20 powtórzeń.
- Pomiędzy poszczególnymi sekwencjami należy zrobić 60-sekundową przerwę.
- Trenuj 2-3 razy w tygodniu.

Pamiętaj koniecznie o ćwiczeniach brzucha.

5.1. Rodzaje ćwiczeń w zdjęciach



ZGINANIE KOLAN

Start:

Stań stabilnie tyłem do urządzenia. Chwyć dolne uchwyty na wysokości ramion.

Ruch:

Zegnij kolana, aż uda będą równoległe do podłogi. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Trzymaj kolana w tej samej linii co stopy. Rozłóż ciężar ciała na całej stopie, a nie tylko na palcach i piętach.

Trzymaj górną część ciała prosto podczas wykonywania ćwiczenia.



KICKBACKS JEDNĄ NOGĄ

Start:

Stań bokiem do urządzenia i podeprzyj się ręką urządzenia. O jedną nogę zamocuj taśmę.

Ruch:

Prostą nogę „wyrzuć” w tył. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Podczas ćwiczenia trzymaj nogę wyprostowaną. Dla lepszej stabilizacji napnij mięśnie brzucha.



ĆWICZENIE ABDUKTORÓW - POZYCJA STOJĄCA

Start:

Stań bokiem z taśmą założoną na zewnętrzną nogę. Podeprzyj się ręką o urządzenie.

Ruch:

Pociągnij nogę w bok. Palce u nóg skierowane są do przodu. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Podczas rozciągania trzymaj nogę wyprostowaną. Poruszaj nogą na boki, unikaj wiosłowania do przodu i do tyłu. Upewnij się, że ciało jest wyprostowane.



ĆWICZENIE ADDUKTORÓW - POZYCJA STOJĄCA

Start:

Stań bokiem z taśmą założoną na wewnętrzną nogę. Podeprzyj się ręką o urządzenie.

Ruch:

Przeciagnij nogę wewnętrzną przed nogą stojącą stabilnie. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Nogę którą ma wykonywać ruch postaw trochę przed nogą stojącą stabilnie. Zwracaj uwagę na prosty ruch nogi.



WYCISKANIE / WYCISKANIE SKOŚNE

Start:

Pozycja siedząca, chwycić uchwyty, zegnij ręce do kąta 90 stopni. Dłonie skierowane w dół. Taśmy poprowadź pod rękami.

Ruch:

Wyprostuj łokcie i wyprostowane ręce poprowadź prosto / w górę lub w dół do przodu. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Łokcie trzymaj na wysokości barków. Nadgarstki trzymaj prosto podczas wykonywania ćwiczenia.



SKRĘTY TUŁOWIA

Start:

Stań bokiem do urządzenia i chwyc oburącz uchwyt. Tułów skręca w kierunku urządzenia. Kolana są lekko zgięte i zwracaj uwagę na stabilną postawę. Ręce wyprostowane.

Ruch:

Skręć tułów w kierunku od urządzenia do przodu. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Ręce trzymaj podczas wykonywania ćwiczenia prosto.



ŚCIĄGANIE PLECÓW, JEDNĄ RĘKĄ

Start:

Stań bokiem do urządzenia i chwyć oparcia. Ręce wyprostowane z przodu, barki nie mogą się poruszać do przodu.

Ruch:

Pociągnij łokcie tak daleko jak to możliwe w tył. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Łokcie trzymaj na wysokości barków. Podczas wykonywania ćwiczenia trzymaj nadgarstki prosto.



WIOSŁOWANIE POZIOME

Start:

Usiądź na dodatkowym siedzisku. Nogi lekko zgięte. Ćwiczenie można wykonywać albo z pojedynczymi uchwytami lub sztangą do tricepsu.

Ruch:

Zegnij łokcie i pociągnij ręce w kierunku brzucha. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Podczas ciągnięcia trzymaj łokcie przy ciele. Ściągnij łopatki. Zwróć uwagę na prostą postawę.



WIOSŁOWANIE OD GÓRY

Start:

Usiądź na dodatkowym siedzisku. Nogi lekko zgięte. Ćwiczenie można wykonywać albo z pojedynczymi uchwytami lub sztangą do tricepsu, która jest przymocowana na górze.

Ruch:

Zegnij łokcie i pociągnij ręce w kierunku brzucha. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Podczas ciągnięcia trzymaj łokcie przy ciele. Ściągnij łopatki. Zwróć uwagę na prostą postawę.



PODNOŻENIE OD PRZODU - POZYCJA STOJĄCA

Start:

Stań tyłem do urządzenia i chwyć uchwyty z boku przy ciele. Kciuki skierowane do wewnątrz.

Ruch:

Podnieś ręce do przodu. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Ręce podnieś do wysokości ramion. Podczas wykonywania ćwiczenia trzymaj ręce i nadgarstki wyprostowane. Dla większej stabilizacji napnij mięśnie brzucha.



PODNOŻENIE Z BOKU – POZYCJA SIEDZĄCA

To ćwiczenie można równocześnie wykonać oburącz. Również ruch w przód do góry jest możliwy.

Start:

Usiądź na siedzisku. Rękę lub ręce wiszą lekko zgięte.

Ruch:

Podnieś ręce z boku lub do przodu. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Ręce podnieś do wysokości barków. Podczas wykonywania ćwiczenia trzymaj ręce i nadgarstki wyprostowane. Dla większej stabilizacji napnij mięśnie brzucha.



MOTYLKI TYŁEM

Start:

Stań pewnie przed urządzeniem. Oburącz chwyć uchwyty.

Ruch:

Łokcie zgięte. Pociągnij ręce w tył. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Łokcie pociągnij lekko za barki. Nie podnoś łokci i nadgarstków powyżej barków.



BICEPS CURLS - POZYCJA STOJĄCA

Start:

Stań pewnie plecami do urządzenia i chwyć uchwyty. Kciuki skierowane na zewnątrz.

Ruch:

Zegnij ręce. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Łokcie trzymaj przy ciele. Podczas ruchu nie pozwól łokciom uciec do przodu. Zwracaj uwagę na prostą postawę.



BICEPS CURLS - POZYCJA STOJĄCA

Start:

Stań pewnie tyłem do urządzenia i chwyć sztangę SZ.

Ruch:

Zegnij ręce. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Łokcie trzymaj przy ciele. Podczas ruchu nie pozwól łokciom uciec do przodu. Zwracaj uwagę na prostą postawę.



KICKBACK TRICEPS JEDNĄ RĘKĄ

Start:

Stań przodem do urządzenia i oprzyj się jedną ręką o urządzenie. Tułów lekko pochylony w przód. Drugą ręką chwyć uchwyt, a łokieć zegnij do 90 stopni.

Ruch:

Wyprostuj łokcie w dół i lekko przy tym pociągnij w tył. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej. Chwyć może być zarówno od góry jak i od dołu.

Wskazówki:

Ręce trzymaj z boku przy ciele. Nadgarstek podczas ćwiczenia trzymaj prosto. Wykonaj ćwiczenie obustronnie.



KICKBACK TRICEPS JEDNĄ RĘKĄ

Start:

Usiądź na urządzeniu. Łokieć zegnij do 90 stopni. Uchwyty znajdują się za tobą.

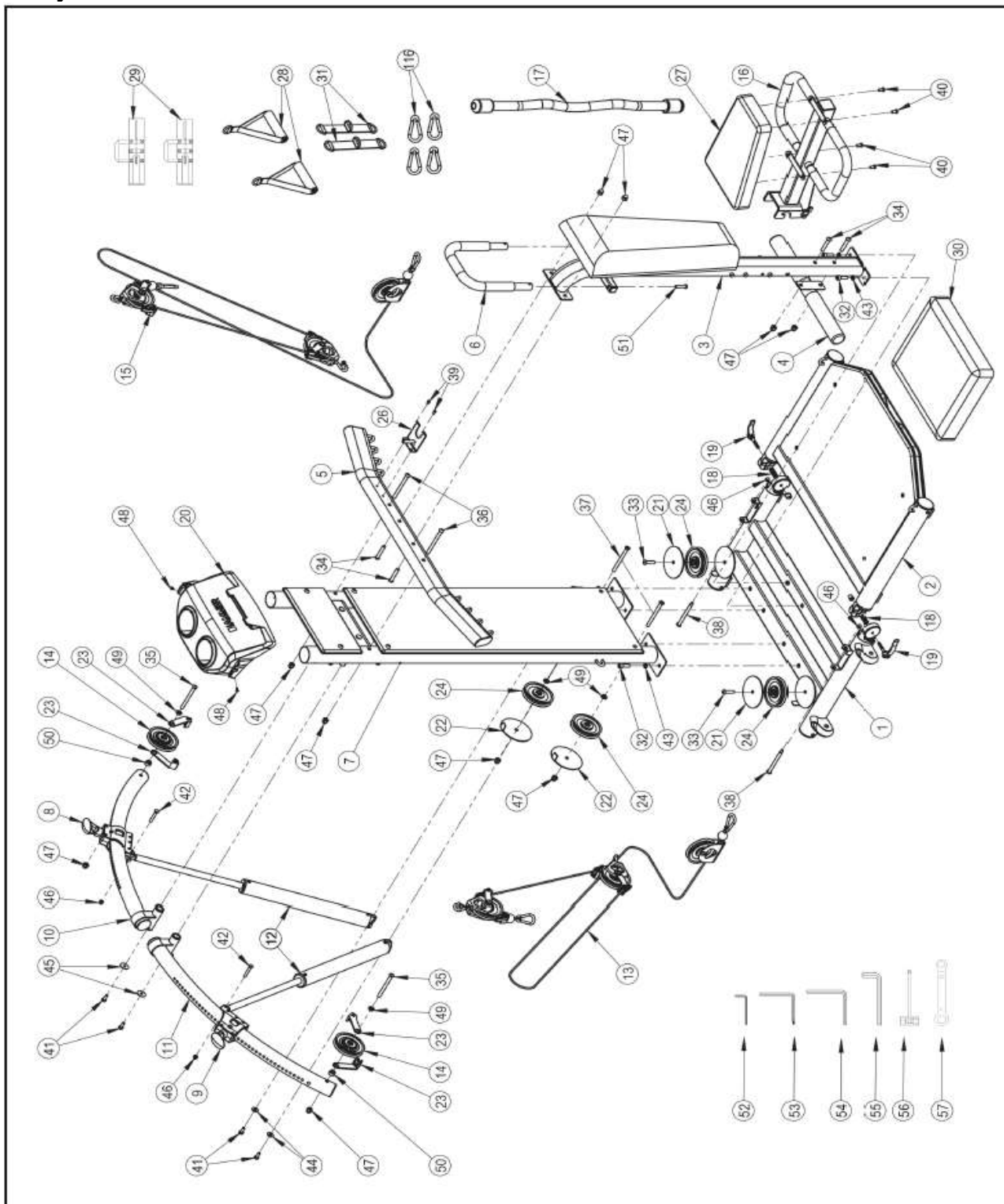
Ruch:

Wyprostuj łokcie w przód. Wytrzymaj krótko i wróć do pozycji wyjściowej.

Wskazówki:

Rękę trzymaj z boku przy ciele. Nadgarstek podczas ćwiczenia trzymaj prosto. Wykonaj ćwiczenie obustronnie.

6. Rysunek



7. Lista części

| Position/Bezeichnung | Description | Abmessung/Dimension | Menge/Quantity | |
|----------------------|---|-------------------------------------|----------------|----|
| 14002 -1 | Hauptrahmen, komplett | Base frame, assembly | 1 | |
| -2 | Klapprahmen, komplett | Foldable frame, assembly | 1 | |
| -3 | Rahmen für Rückenlehne, komplett | Backrest support frame, assembly | 1 | |
| -4 | Fußstütze | Leg support | 1 | |
| -5 | Horizontaler Rahmen, komplett | Horizontal frame, assembly | 1 | |
| -6 | Haltegriff, komplett | Handle, assembly | 1 | |
| -7 | Vertikaler Rahmen | Upright frame | 1 | |
| -8 | Verstellschlitten, links | Adjuster, left side | 1 | |
| -9 | Verstellschlitten, rechts | Adjuster, right side | 1 | |
| -10 | Widerstandsverstellarm, links komplett | Resistance arm, left side assembly | 1 | |
| -11 | Widerstandsverstellarm, rechts komplett | Resistance arm, right side assembly | 1 | |
| -12* | Widerstandszylinder, komplett | Resistance cylinder assembly | 2 | |
| -13* | Seilzug, rechts | Cable, right side | 1 | |
| -14 | Rolle | Pulley | 2 | |
| -15* | Seilzug, links | Cable, left side | 1 | |
| -16 | Sitzrahmen, komplett | Seat frame, assembly | 1 | |
| -17 | SZ-Stange | SZ-bar | 1 | |
| -18 | Feder | Spring | 2 | |
| -19 | Schnellspanner | Quick locker | 2 | |
| -20 | Kunststoffabdeckung | Plastic cover | 1 | |
| -21 | Rollenabdeckung | Pulley cover | 2 | |
| -22 | Rollenabdeckung, hinten | Rear pulley cover | 2 | |
| -23 | Seilzugführung | Cable guide | 107mm | 4 |
| -24 | Rolle | Pulley | 107mm | 10 |
| -25 | Steckstift | Pin | 1 | |
| -26 | Halterung | Hanging plate | 1 | |
| -27 | Sitzpolster | Seat cushion | 1 | |
| -28 | Griff | Handles | 2 | |
| -29 | Fußmanschette | Ankle wrist | 2 | |
| -30 | Polster für rudern | Rowing cushion | 1 | |
| -31 | Verlängerungsstrap | D-ring strap | 2 | |
| -32 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M10x30 | 6 |
| -33 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M10x38 | 4 |
| -34 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M10x57 | 4 |
| -35 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M10x107 | 2 |
| -36 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M10x110 | 2 |
| -37 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M10x115 | 2 |
| -38 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M8x110 | 2 |
| -39 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M6x10 | 10 |
| -40 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M8x15 | 8 |
| -41 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M8x20 | 4 |
| -42 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M8x49 | 2 |
| -43 | Federring | Spring ring | Ø10 | 6 |
| -44 | Unterlegscheibe | Washer | Ø8xØ20x2 | 2 |
| -45 | Unterlegscheibe | Washer | Ø8xØ30x2 | 2 |
| -46 | Hutmutter | Acorn nut | M8 | 6 |
| -47 | Hutmutter | Acorn nut | M10 | 20 |
| -48 | Kreuzschlitzschraube | Crosshead screw | ST4.2x12 | 16 |
| -49 | Buchse | Bushing | Ø20xØ16x10 | 4 |
| -50 | Buchse, groß | Large bushing | Ø20xØ16x14.5 | 2 |
| -51 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M8x40 | 4 |
| -52 | Innensechskantschlüssel | Allen tool | 4mm | 1 |
| -53 | Innensechskantschlüssel | Allen tool | 5mm | 1 |
| -54 | Innensechskant-/Kreuzschlüssel | Allen tool/ Crosshead tool | 6mm | 1 |
| -55 | Innensechskantschlüssel | Allen tool | 8mm | 1 |
| -56 | Sechskantschlüssel | Wrench | 13/14mm | 1 |
| -57 | Sechskantschlüssel | Wrench | 13/17mm | 1 |
| -58 | Hauptrahmen | Base frame | | 1 |
| -59 | Klapprahmen | Foldable frame | | 1 |
| -60 | Linienkopf-Innensechskantschraube | Counterhead allen bolt | M6x20 | 8 |
| -61 | Holzplatte | Wood plate | | 2 |
| -62 | Kunststoffkappe | Round plastic cap | | 4 |
| -63 | Kunststoffkappe, SZ-Stange | Endcap, SZ-bar | | 2 |
| -64 | Transportrolle | Transportation wheel | | 2 |
| -65 | Innensechskantschraube | Allen bolt | M10x20 | 2 |
| -66 | Gummipuffer | Bumper | | 8 |
| -67 | Kreuzschlitzschraube | Crosshead screw | ST4.2x19 | 16 |
| -68* | Rückenpolster | Backrest cushion | | 1 |
| -69 | Rahmen für Rückenpolster | Backrest support frame | | 1 |
| -70 | Kunststoffkappe | Endcap | 25.4x25.4 | 2 |
| -71 | Kunststoffkappe | Endcap | 40x20x1.5 | 2 |

Wyłączny przedstawiciel na terenie Polski:
LORD4SPORT Ireneusz Budzyń
ul. Pszczyńska 197, 44-100 Gliwice
tel. 32 270 77 22, e-mail: biuro@finnlo.com.pl,
www.finnlo.com.pl