

**B4.1  
OLYMPIC BENCH**

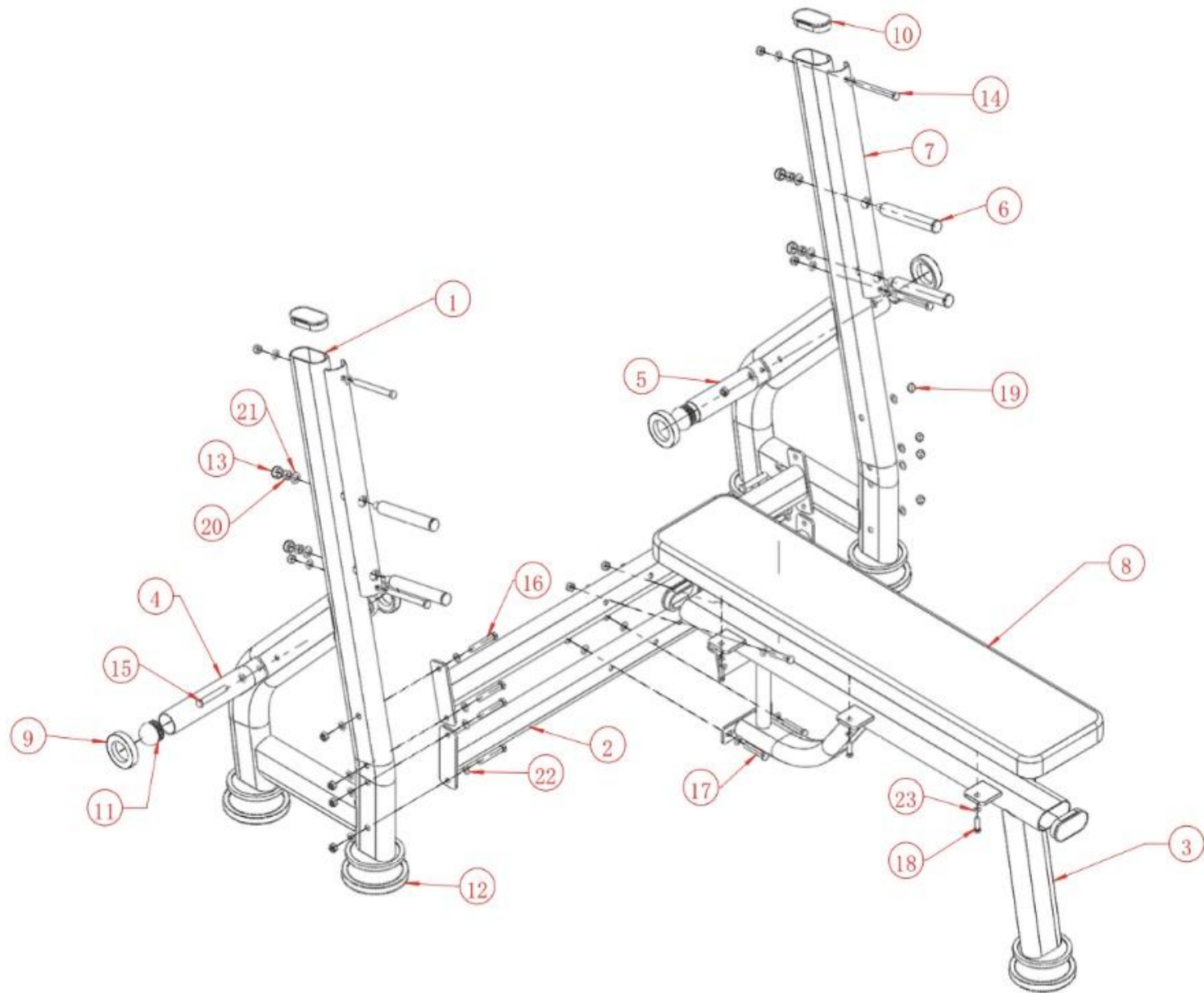


*ENGLISH MANUAL*

## **Important Safety Information**

**Please keep this manual in a safe place for reference.**

1. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment. Safe and efficient use can only be achieved if the equipment is assembled, maintained and used properly. It is your responsibility to ensure that all users of the equipment are informed of all warnings and precautions.
2. Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any physical or health conditions that could create a risk to your health and safety, or prevent you from using the equipment properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level.
3. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health.
4. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: Pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, feeling light headed, dizzy or nauseous. If you do experience any of these conditions you should consult your doctor before continuing with your exercise program.
5. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
6. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. For safety, the equipment should have at least 0.5 meter of free space all around it.
7. Before using the equipment, check the nuts and bolts are securely tightened.
8. The safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
9. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components whilst assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment during use, stop. Do not use the equipment until the problem has been rectified.
10. Wear suitable clothing whilst using the equipment. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
11. Maximum weight of user, 150kg.
12. The equipment is not suitable for therapeutic use.
13. Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or use assistance.



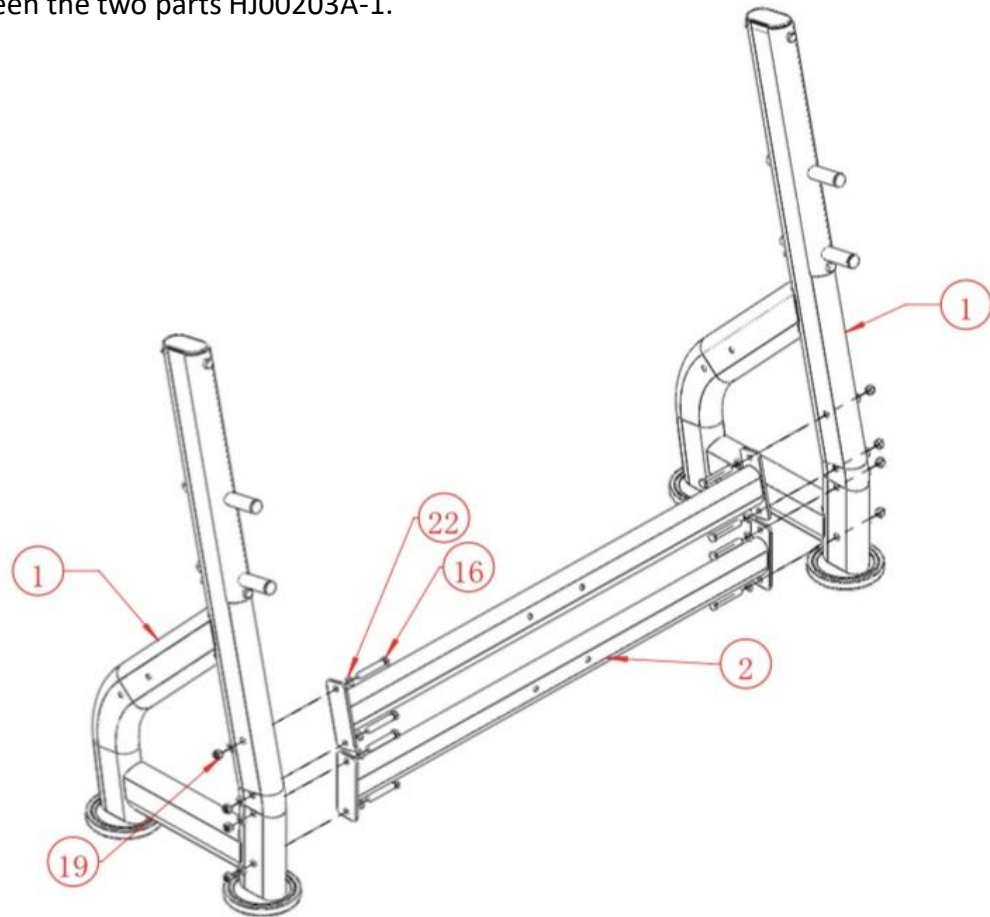
List No.:	Item No.:	Description	Quantity:
1	HJ00203A-1	Frame Part-1	2
2	HJ00203A-2	Frame Part-2	2
3	HJ00203A-3	Frame Part-3	1
4	HJ00203A-4 (L)	Weight Sled Parallel Load-Long	2
5	HJ00203A-4 (S)	Weight Sled Parallel Load-Short	2
6	HJ00203A-1-5	Barbell Load Metal Rod	4
7	HJ00203A-1-4	Steel Protective Cover	2
8	HJ00203A-3-6	HJ00203A-Upholstery	1
9	BUM-80-50-16	Rubber Bumper	4
10	PLUG-REC-50-100	Rectangular Tube Plug-50x100mm	4
11	PLUG-BH-50	Round Tube Plug-Ball Head-50mm	4
12	RB-130	Round Rubber Boot-130mm	5
13	PNC-M12	Plastic Nut Cover M12	4
14	SKS-M10x115	Hexagon Bolt M10x115mm	4
15	SKS-M10x75	Hexagon Bolt M10x75mm	4
16	SKS-M10x70	Hexagon Bolt M10x70mm	8
17	SKS-M10x60	Hexagon Bolt M10x60mm	4
18	SKS-M8x30	Hexagon Bolt M8x30mm	6
19	S-MUTTER-M10	Auto-Lock Nut M10	20
20	S-MUTTER-M12	Auto-Lock Nut M12	4
21	U-Scheibe-B12	Washer M12	4
22	U-Scheibe-B10	Washer M10	40
23	U-Scheibe-B8	Washer M8	6

**Note:** Some of this parts may come pre-assembled!  
Check all the pre-assembled parts and screws  
and readjust or tighten them if necessary.

### Step one:

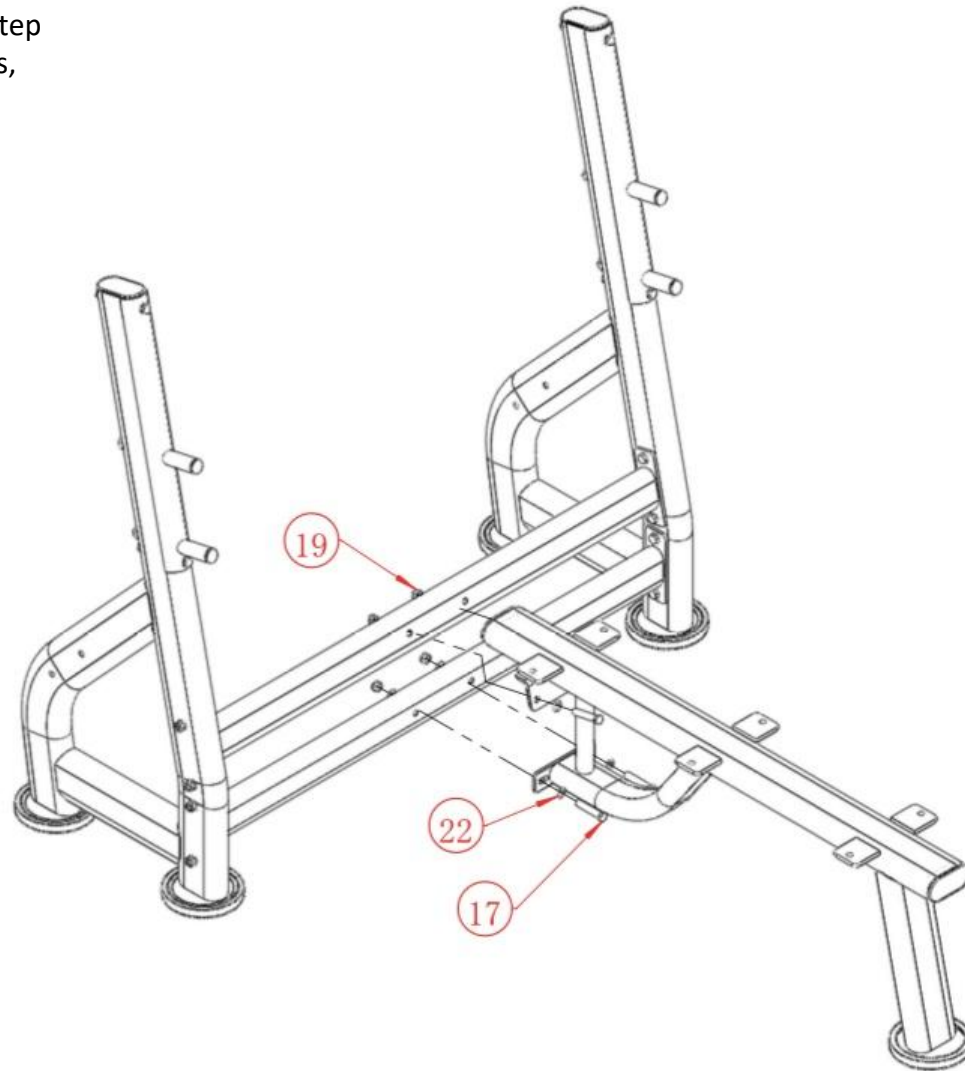
Install two beams (Part-HJ00203A-2) between the two parts HJ00203A-1.

Check the pre-assembled parts  
and screws of Part-HJ00203A-1,  
and readjust or tighten them if  
necessary. This step requires 8  
sets of M10x70mm(16)  
bolts,matching nuts and  
washers.



## Step two:

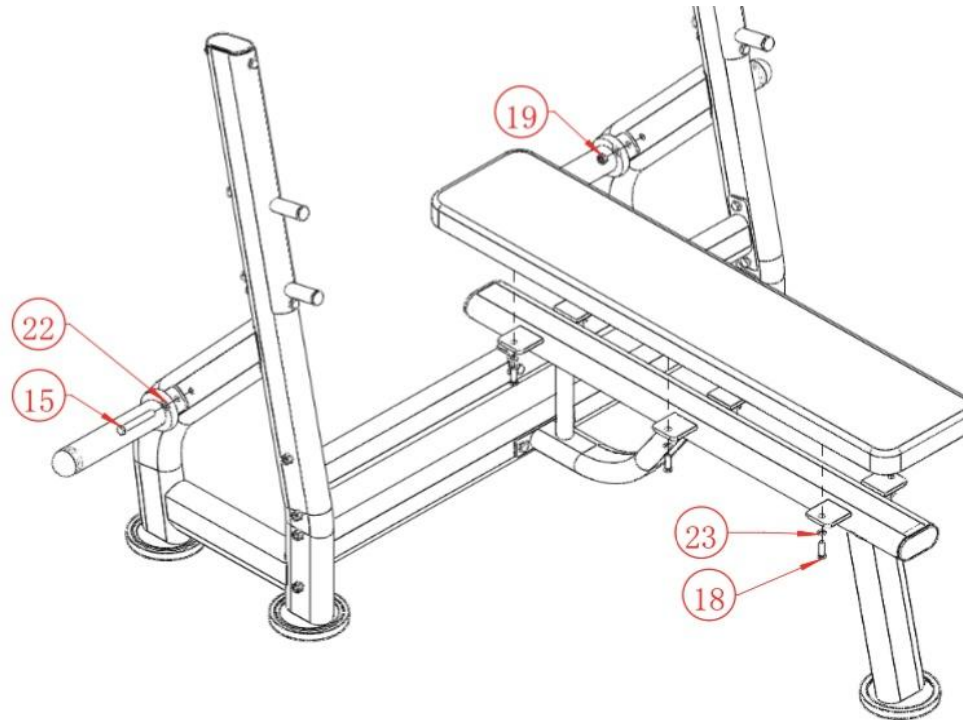
Connect the foam pad support frame(HJ00203A-3)to the beam(HJ00203A-2), adjust and tighten the screws. This step requires 4 sets of M10x60mm(17) bolts, matching nuts and washers.



### Step three:

Install other accessories, foam pads, etc., and tighten the screws.

6 sets of M8x30mm (18) screws and washers are needed to install the foam pad. When installing the Weight Sled Parallel Load, 4 sets of M10x75mm (15) screws and matching nut washers are needed.



INTERSPORT ATHLETICS SA

18-20 SOROU

15125

MAROUSI

GREECE

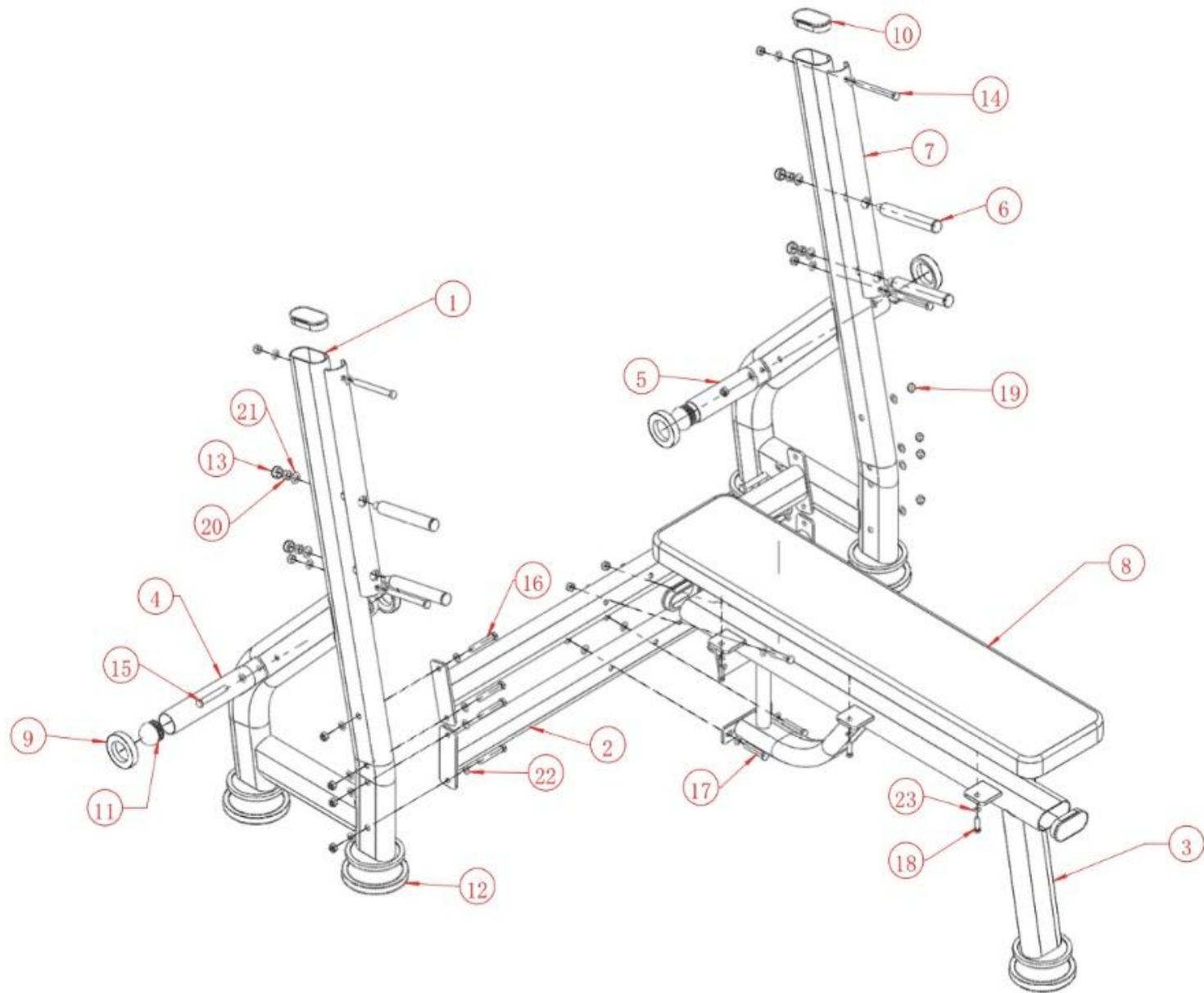
+302102806019

**B4.1  
ΠΑΓΚΟΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥ  
ΤΥΠΟΥ**



*GREEK MANUAL*





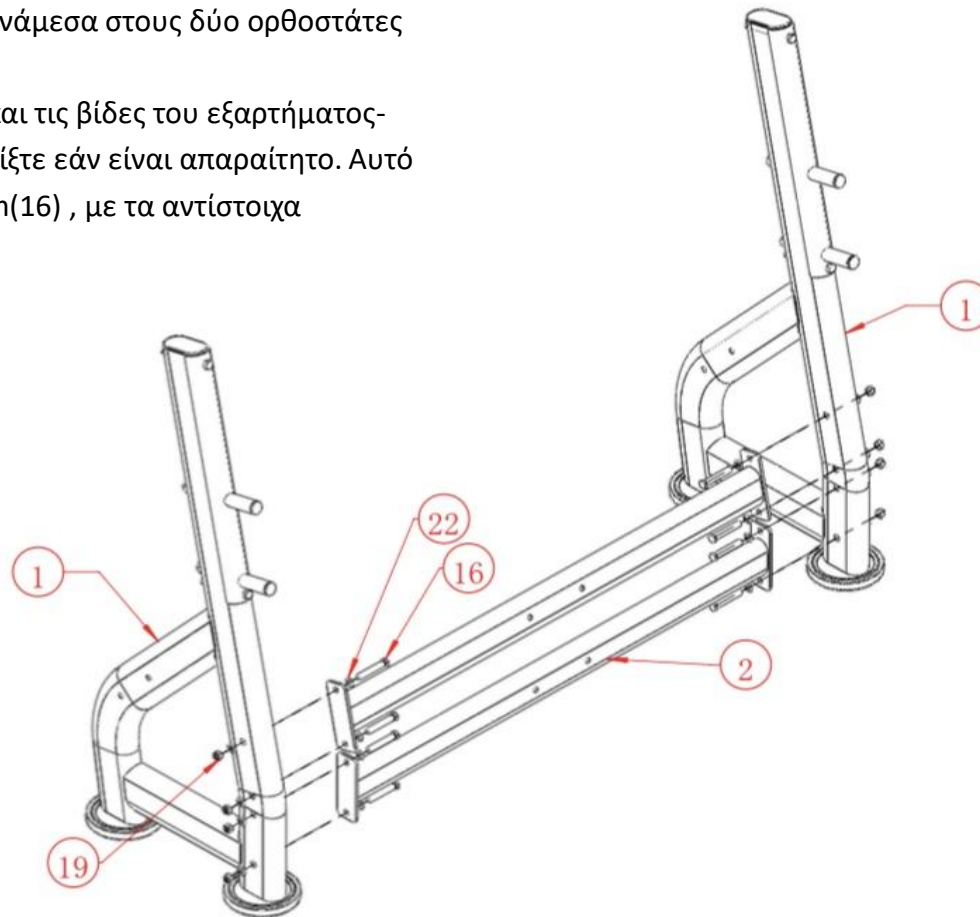
List No.:	Item No.:	Description	Quantity:
1	HJ00203A-1	Frame Part-1	2
2	HJ00203A-2	Frame Part-2	2
3	HJ00203A-3	Frame Part-3	1
4	HJ00203A-4 (L)	Weight Sled Parallel Load-Long	2
5	HJ00203A-4 (S)	Weight Sled Parallel Load-Short	2
6	HJ00203A-1-5	Barbell Load Metal Rod	4
7	HJ00203A-1-4	Steel Protective Cover	2
8	HJ00203A-3-6	HJ00203A-Upholstery	1
9	BUM-80-50-16	Rubber Bumper	4
10	PLUG-REC-50-100	Rectangular Tube Plug-50x100mm	4
11	PLUG-BH-50	Round Tube Plug-Ball Head-50mm	4
12	RB-130	Round Rubber Boot-130mm	5
13	PNC-M12	Plastic Nut Cover M12	4
14	SKS-M10x115	Hexagon Bolt M10x115mm	4
15	SKS-M10x75	Hexagon Bolt M10x75mm	4
16	SKS-M10x70	Hexagon Bolt M10x70mm	8
17	SKS-M10x60	Hexagon Bolt M10x60mm	4
18	SKS-M8x30	Hexagon Bolt M8x30mm	6
19	S-MUTTER-M10	Auto-Lock Nut M10	20
20	S-MUTTER-M12	Auto-Lock Nut M12	4
21	U-Scheibe-B12	Washer M12	4
22	U-Scheibe-B10	Washer M10	40
23	U-Scheibe-B8	Washer M8	6

**Σημείωση:** Ορισμένα από τα εξαρτήματα ενδέχεται να είναι προσυναρμολογημένα!  
Ελέγξτε όλα τα προσυναρμολογημένα μέρη και τις βίδες και προσαρμόστε τα ή σφίξτε τα εάν είναι απαραίτητο.

### **ΒΗΜΑ 1:**

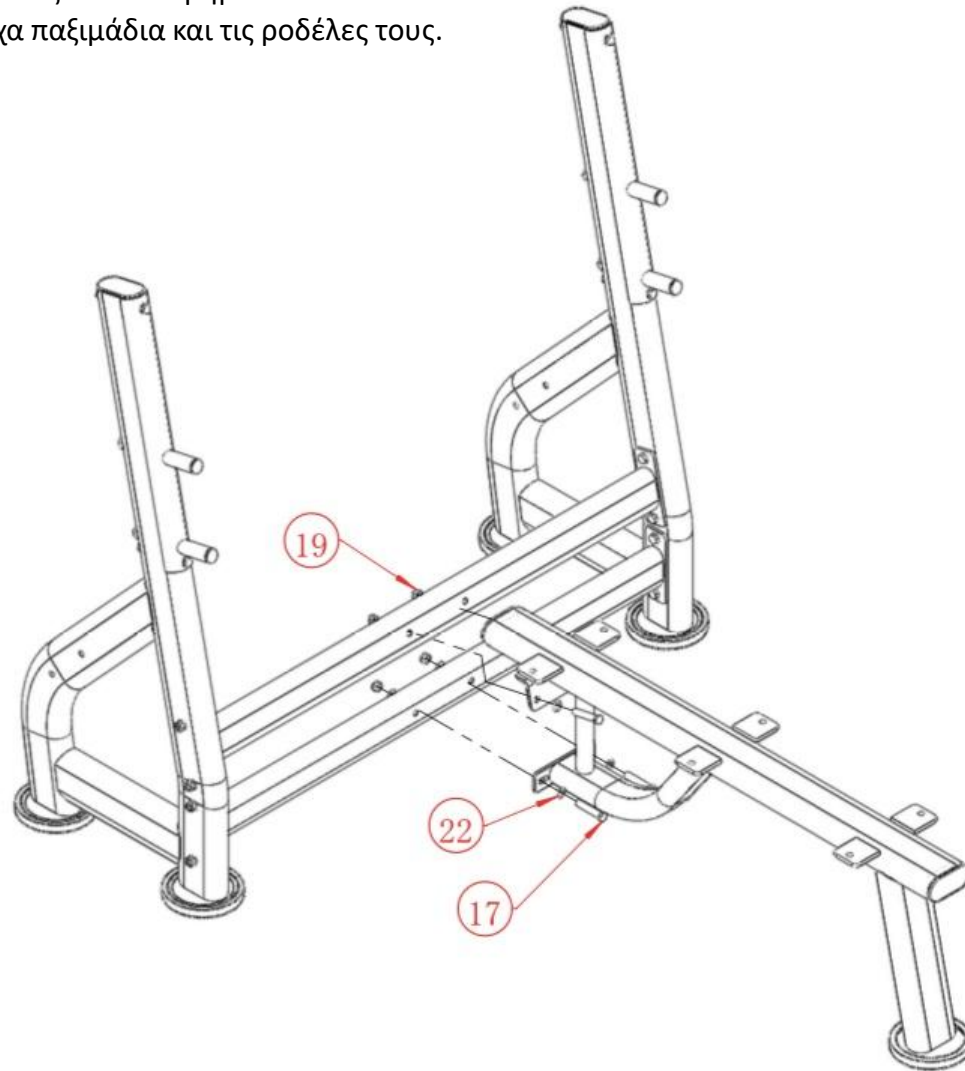
Τοποθετήστε δύο άξονες (HJ00203A-2) ανάμεσα στους δύο ορθοστάτες (HJ00203A-1).

Ελέγξτε τα προ-συναρμολογημένα μέρη και τις βίδες του εξαρτήματος- HJ00203A-1, και επανατοποθετήστε ή σφίξτε εάν είναι απαραίτητο. Αυτό το βήμα απαιτεί 8 σετ βιδών M10x70mm(16) , με τα αντίστοιχα παξιμάδια και τις ροδέλες τους.



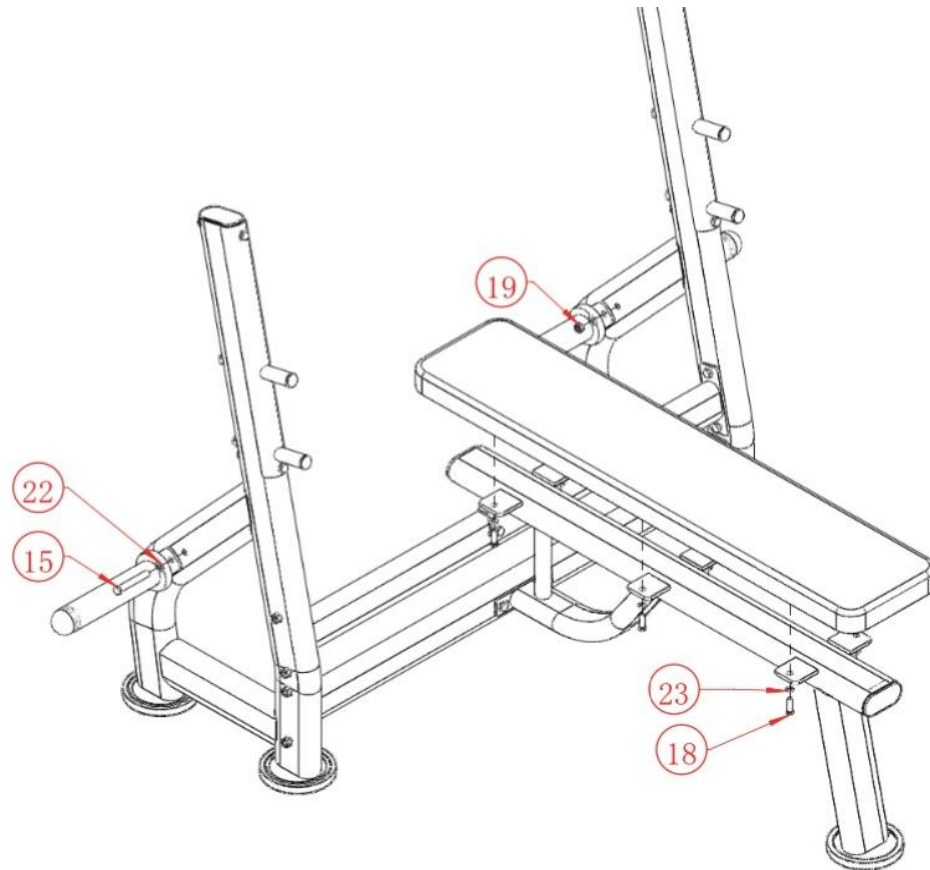
## ΒΗΜΑ 2:

Συνδέστε τη βάση στήριξης του πλαισίου (HJ00203A-3) στον άξονα (HJ00203A-2), ρυθμίστε και σφίξτε τις βίδες. Αυτό το βήμα απαιτεί 4 σετ βιδών M10x60mm (17), με τα αντίστοιχα παξιμάδια και τις ροδέλες τους.



### ΒΗΜΑ 3:

Τοποθετήστε άλλα εξαρτήματα όπως τα αφρώδη μαξιλάρια και σφίξτε τις βίδες. Απαιτούνται 6 σετ βιδών M8x30mm(18) και ροδέλες για την εγκατάσταση τους. Για να προσαρμόσετε τους άξονες υποδοχής για τα βάρη τοποθετήστε 4 βίδες M10x75mm (15) με τα αντίστοιχα παξιμάδια και τις ροδέλες τους.



# ΕΓΓΥΗΣΗ ΠΟΛΥΟΡΓΑΝΟΥ/ΠΑΓΚΟΥ

Η εγγύηση ισχύει για δύο (2) έτη από την ημερομηνία αγοράς του προϊόντος.

- Η εγγύηση καλύπτει τυχόν κατασκευαστικό λάθος.
  - Η τυχόν αντικατάσταση ανταλλακτικού είναι στην κρίση των τεχνικών.
  - Η Συναρμολόγηση, έλεγχος και η ρύθμιση του προϊόντος βαρύνει τον καταναλωτή.
  - Η επίσκεψη του τεχνικού πέραν των 14 ημερολογιακών ημερών από την ημερομηνία αγοράς επιβαρύνει χρηματικά τον καταναλωτή, με την εκάστοτε χρέωση από την εταιρεία.
  - Εκτός ορίων service, θα αποστέλλονται στο κεντρικό service.
1. Βλάβη μέσα σε 14 ημέρες από την ημερομηνία αγοράς θα παραλαμβάνονται μέσω μεταφορικής από τον χώρο του πελάτη. Σε αυτή την περίπτωση τα έξοδα μεταφοράς βαρύνουν την εταιρεία.  
(Εφόσον είναι υπαιτιότητα της συσκευής).
  2. Βλάβη μετά της 14 ημέρες από την ημερομηνία αγοράς θα μεταφέρονται από τον πελάτη στην μεταφορική εταιρεία. Τα έξοδα μεταφοράς από την μεταφορική μέχρι το service & το αντίστροφο βαρύνουν την εταιρεία. (Εφόσον είναι υπαιτιότητα της συσκευής).
- Η εγγύηση ισχύει μόνο για τον πρώτο αγοραστή του προϊόντος.
  - Η επισκευή οποιασδήποτε βλάβης πραγματοποιείται το συντομότερο δυνατόν.
  - Κάθε απαίτηση αποζημίωσης του πελάτη, είτε λόγω έλλειψης ανταλλακτικών είτε λόγω καθυστέρησης επισκευής, δεν είναι δυνατή.
  - Τα έξοδα μεταφοράς του προϊόντος από ή προς το συνεργείο της αντιπροσωπείας θα επιβαρύνουν τον πελάτη εφόσον είναι υπαιτιότητα του.

## Η ΕΓΓΥΗΣΗ ΔΕΝ ΕΧΕΙ ΙΣΧΥ

- Όταν η βλάβη προέλθει από κακή χρήση ή κακή συντήρηση, πτώσεις, φωτιά.
  - Επίσης η εγγύηση δεν καλύπτει αναλώσιμα υλικά όπως πλαστικά μέρη, συρματόσχοινα (ντίζες), τροχαλίες, μαξιλάρια, αφρώδη, ιμάντες τα οποία φθείρονται από την χρήση ή άλλης αιτίας.
  - Η εγγύηση δεν καλύπτει βλάβη από υπαιτιότητα μη εξουσιοδοτημένων ατόμων για την επισκευή.
  - Η εγγύηση δεν καλύπτει βλάβη που προκλήθηκε από κακή συναρμολόγηση.
  - Για να ισχύει η εγγύηση πρέπει να συνοδεύεται από την απόδειξη αγοράς.
- Σε όλες τις παραπάνω περιπτώσεις ο χρήστης επιβαρύνεται με το κόστος επίσκεψης και ανταλλακτικών.**
- Η εταιρεία και ο εισαγωγέας δεν ευθύνονται για τυχών τυπογραφικά λάθη.

INTERSPORT ATHLETICS SA	
18-20 SOROU	
15125	MAROUSI
GREECE	+302102806019