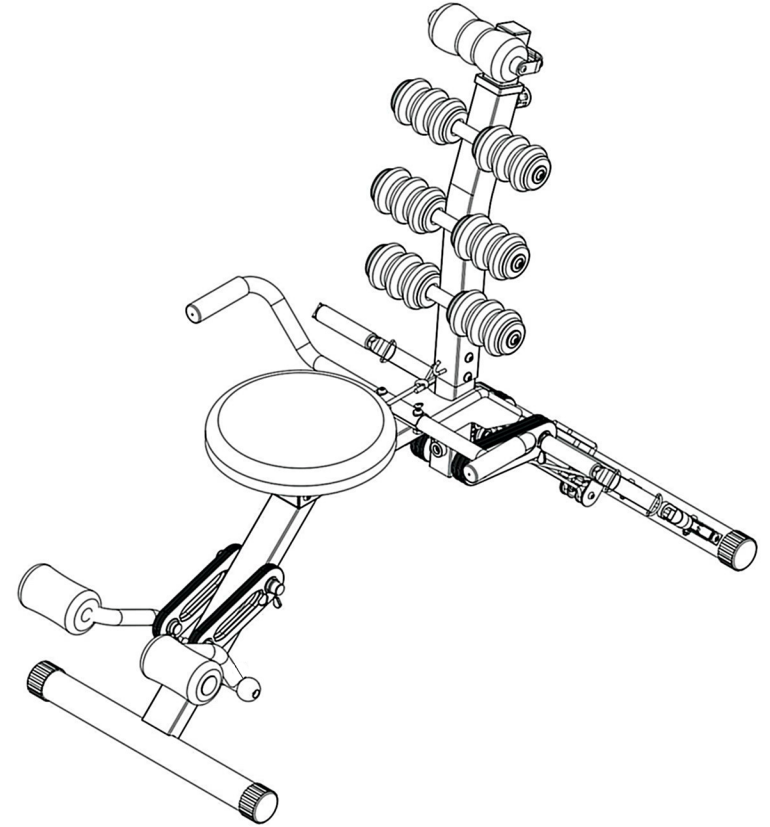




Abdominal chair

TAB-20

安装使用说明书



请在安装、使用本产品之前，先仔细阅读说明书中的
所有说明，并妥善保存此说明书

instructions

安全及保养指示

虽然该训练器材在设计和制造的过程中已经尽可能地考虑到了安全防范事项,但是在操作的过程中还是有一些安全防范事项需要遵守,请在装配和使用该训练器材之前仔细阅读使用手册,尤其是以下安全防范措施:

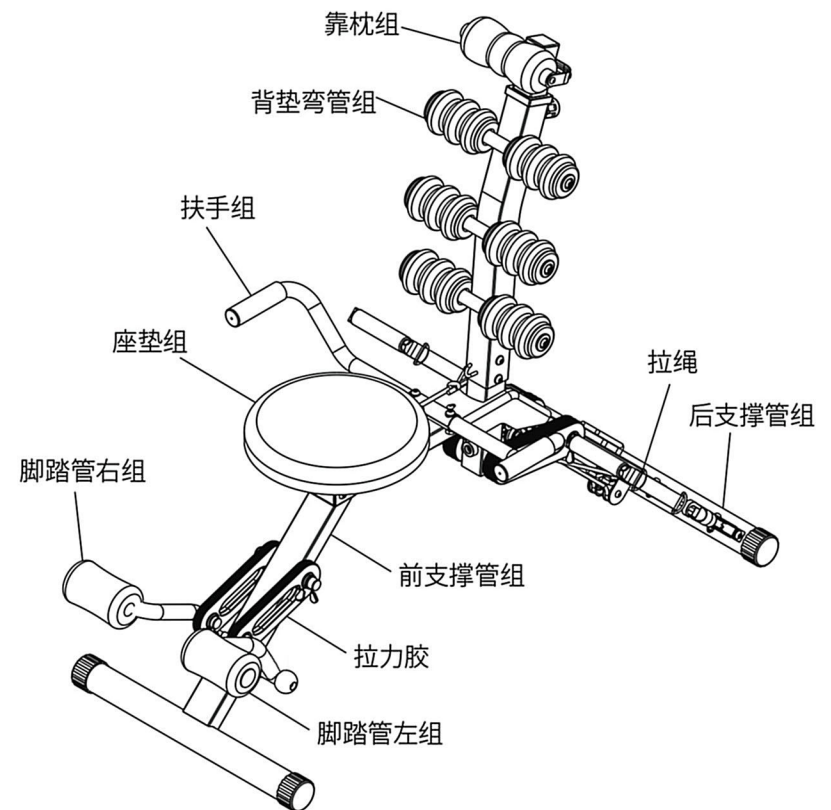
- 1、避免让小孩和宠物等靠近该训练器材,并且不能让没人照看的小孩单独呆在放置该训练器材的房间内。
- 2、该训练器材同时只允许一个人使用。
- 3、如果使用者有感到头晕、恶心、胸闷或其它的不适症状产生,要立即停止使用,并立即看医生。
- 4、该训练器材放置在整洁、平整的平面上,不能在离水源近的地方或在户外使用该训练器材。
- 5、使用时手不能靠近任何转动部件。
- 6、在使用该训练器材进行训练时,着装要适合于训练,不要穿宽大的或其它类别的可能在训练过程中被卡住的衣服,同样建议在训练的过程中尽量穿运动鞋或保健鞋。
- 7、在使用该训练器材的过程中,只能按照操作说明中的方式进行训练,禁止用操作说明中未提及的训练方式进行训练。
- 8、在训练器材的周围,避免摆放任何的有尖锐部位的物品。
- 9、任何残疾人没有在陪练人员或看护人员监护的情况下,不得使用该训练器材。
- 10、在训练之前,通常要通过做各种伸展运动来热身。
- 11、如果该训练器材出现功能异常,禁止使用。
- 12、在训练的过程中需要随时做好训练记录。
- 13、产品的安全通用要求为:GB17498-2008/GB17498.4-2008。
- 14、本产品只适合于家庭使用,训练者体重不得超过120kg。
- 15、设备应放置在坚实平坦的地面上,地板或地毯上应采取适当的保护。出于安全考虑,设备周围必须留有至少0.5公尺的活动空间。
- 16、如果您在安装或使用过程中遇见什么问题或需要我们的协助,请拨打我们的客户服务热线:400-607-1288。

警示

在进行训练之前要咨询医生,这一点对年龄在35岁以上或有病历的使用者尤其重要。使用任何的健身器材之前一定要仔细阅读所有的使用和操作说明,因自身原因所造成的伤害,本公司将不承担任何责任。

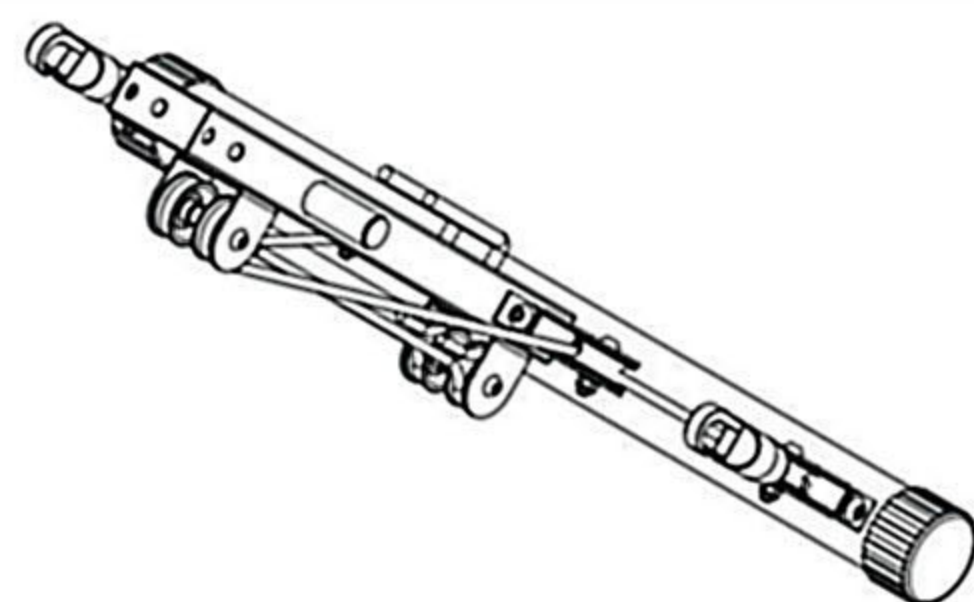
Product analysis diagram

产品解析图



assembly instructions

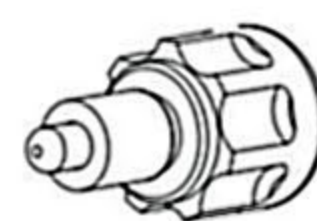
组装说明



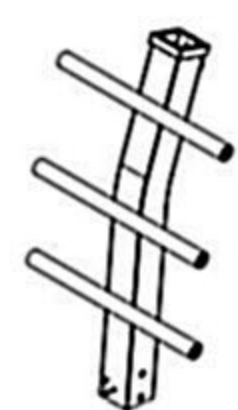
11.后支撑组 1PCS



1.靠枕组 1PCS



2.弹性拉销 1PCS



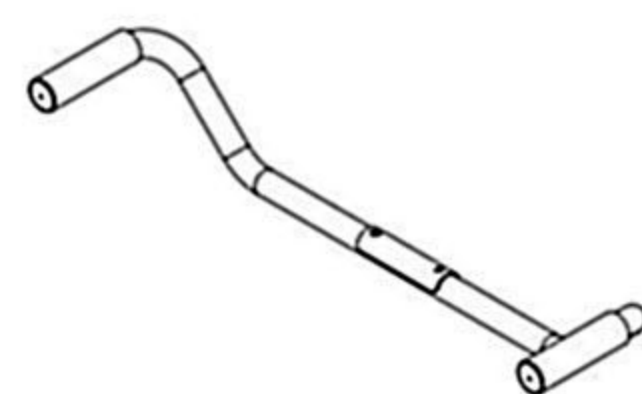
3.背垫弯管组 1PCS



4.波浪形泡棉 6PCS



5.挡饰盖 6PCS



7.扶手组 1PCS



12.拉手组 1PCS



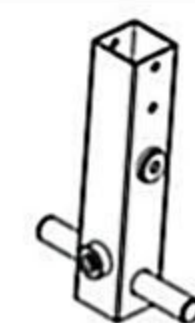
14.底管饰盖 1PCS



16.Φ19夹紧圈 8PCS



17.拉力胶 8PCS



18.背垫下连接管组 1PCS



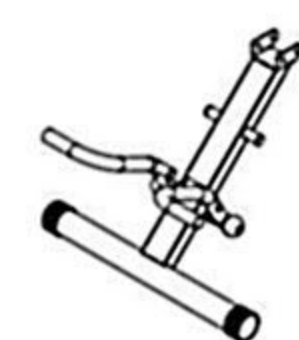
19.座垫底管组 1PCS



22.Φ 25管塞 2PCS



23.骨形泡棉 2PCS



24.前支撑管组 1PCS

螺丝，工具清单



6.M8X16半圆头内六角螺丝 11PCS



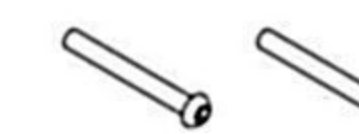
8.M8X40半圆头内六角螺丝 2PCS



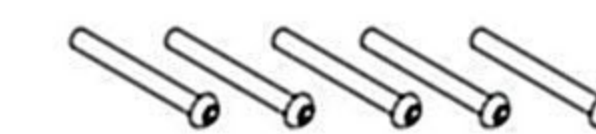
9.Φ 8弧形垫片 2PCS



10.Φ 8平垫片 10PCS



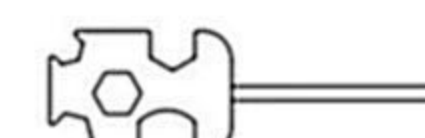
13.M4X20 十字半圆头螺丝 2PCS



15.M8X75半圆头内六角螺丝 5PCS



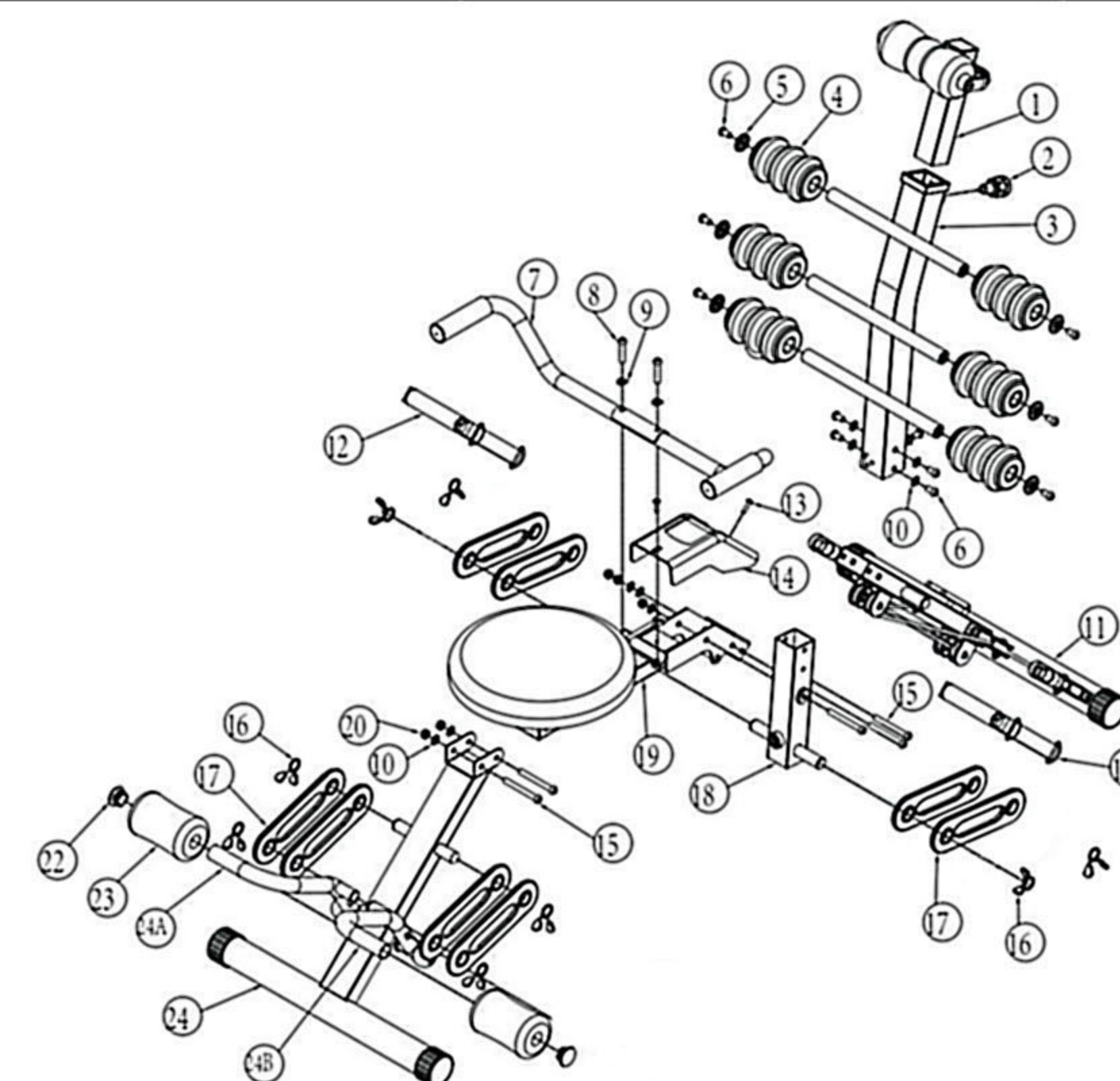
20.M8防松螺母 2PCS



25.多功能扳手 1PCS



26.#5 L型扳手

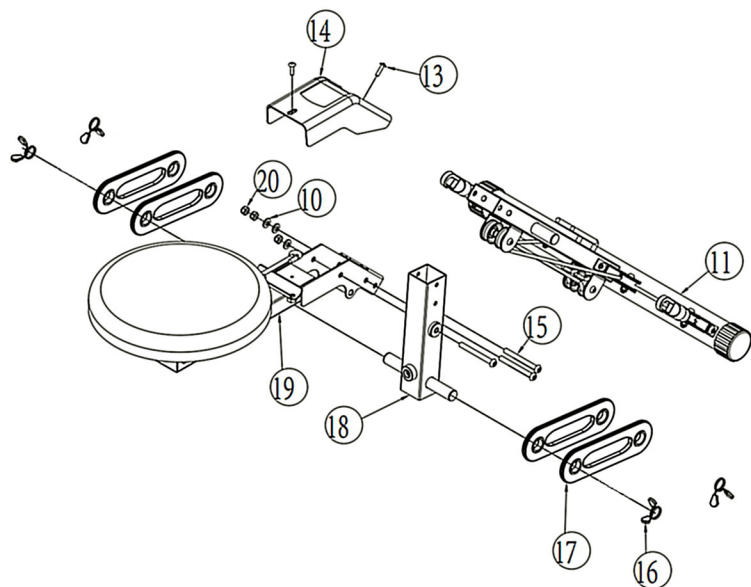


产品爆炸图、零件清单表

序号	零件名称	数量	序号	零件名称	数量	序号	零件名称	数量
9	Φ8弧形垫片	2	18	背垫下连接管组	1			
8	M8X40半圆头内角螺钉	2	17	拉力胶	8	24B	脚踏管左组	1
7	扶手组	1	16	Φ19夹紧圈	8	24	前支撑管组	1
6	M8X16半圆头内角螺钉	11	15	M8X75 半圆头内六角螺钉	5	24A	脚踏管右组	1
5	挡饰盖	6	14	底管饰盖	1	23	骨形泡棉	2
4	波浪形泡棉	6	13	M4X20 十字半圆头螺钉	2	22	Φ25管塞	2
3	背垫弯管组	1	12	拉手组	2			
2	弹性拉销	1	11	后支撑管组	1	20	M8 防松螺母	5
1	靠枕组	1	10	Φ8平垫	10	19	座垫底管组	1

Installation steps

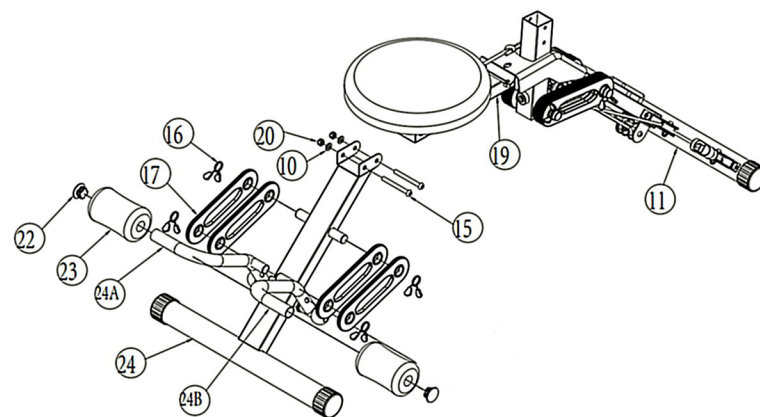
安装步骤



步骤 (1)

组装后支撑管组，背垫下连接组，底管饰盖，拉力胶，夹紧圈。

1. 将 (11-后支撑管组) 装入 (19-座垫底管组) 的连接取付内，然后把 (15-半圆头内六角螺钉) 依次穿过 (19-座垫底管组)、(11-后支撑管组) 的孔内。再装 (10-Φ垫片) 和 (20-M 8防松螺母) 然后用 (26-L型扳手) 和 (25-开口扳手) 固定锁紧。
2. 将 (18-背垫下连接组) 装入 (19-座垫底管组) 的固定取付内，然后把 (15-半圆头内六角螺钉) 依次穿过 (19-座垫底管组)、(18-背垫下连接组) 的孔内，再装 (10-Φ垫片) 和 (20-M 8防松螺母) 然后用 (26-L型扳手) 和 (25-开口扳手) 固定锁紧。
3. 将 (14-底管饰盖) 穿过 (18-背垫下连接组)，然后用 (26-L型扳手) 拧紧 (13-M 4X20) 十字半圆头螺丝。
4. 将 (17-拉力胶) 分别装入 (18-背垫下连接组) 和 (11-后支撑管组)，再装入 (16-夹紧圈)。



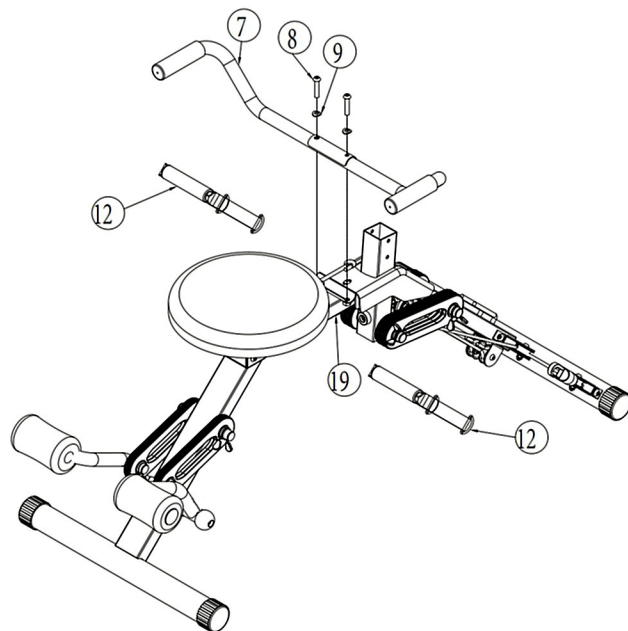
步骤 (2)

组装前支撑管组，拉力胶，夹紧圈，泡棉，管塞。

1. 将 (24-前支撑管组) 装入 (19-座垫底管组) 的管口，然后把 (15-半圆头内六角螺钉) 依次穿过 (19-座垫底管组)、(24-前支撑管组) 的孔内。再装 (10-Φ垫片) 和 (20-M 8防松螺母) 用 (26-L型扳手) 和 (25-开口扳手) 固定锁紧。
2. 将 (23-泡棉) 穿过 (24A-脚踏管右组) 的泡棉固定管，然后再装入 (22-管塞)，相同方式装入左组。
3. 将 (17-拉力胶) 装入 (24-前支撑管组)，再装入 (16-夹紧圈)。

Installation steps

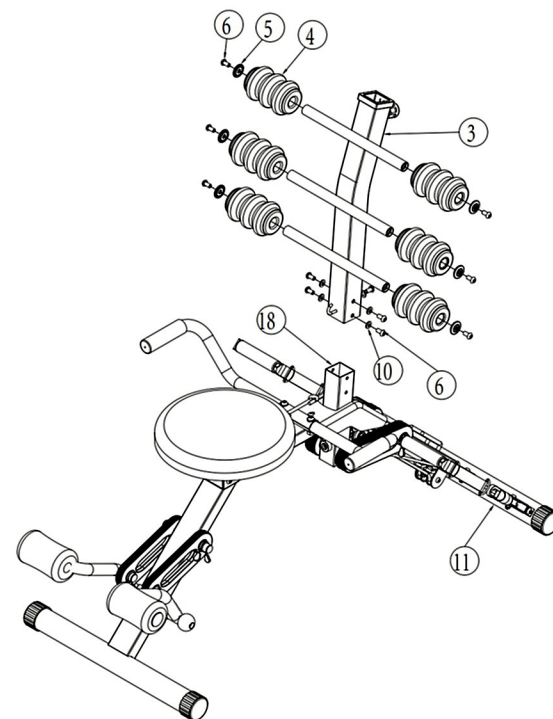
安装步骤



步骤 (3)

组装扶手，拉手

1. 客人可依据身高自行选择钩子将 (12-拉手) 装入 (11-后支撑组) 的拉绳内。
2. 将 (8-M 8 半圆头内六角螺栓) 依次穿过 (9-Φ8 弧形垫片)、(7-扶手) 并装入 (19-座垫底管组) 内, 用 (26-L 型扳手) 拧紧。



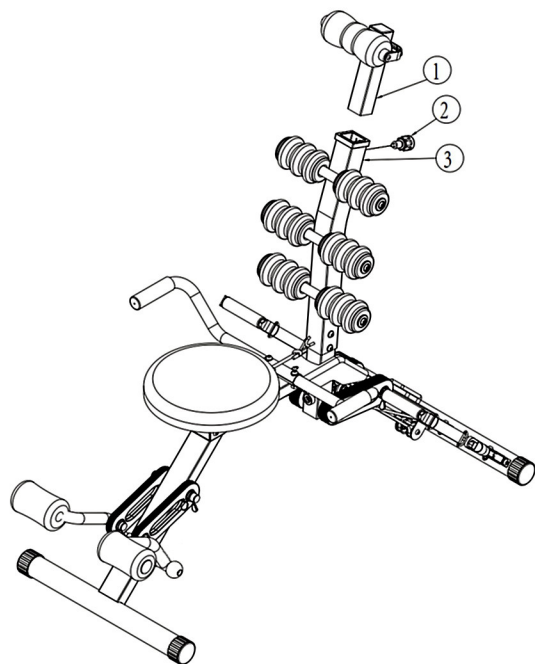
步骤 (4)

组装背垫弯管组，泡棉，挡饰盖

1. 将 (3-背垫弯管组) 插入 (18-背垫下连接管组) 然后把 (6-M 8 半圆头内六角螺栓) 和 (10-Φ8 平垫片) 穿过 (3-背垫弯管组) 并用 (26-L 型扳手) 拧紧。
2. 将 (4-泡棉) 穿过 (3-背垫弯管组) 的泡棉固定管, 然后再依次装入 (6-M 8 半圆头内六角螺钉) 和 (5-挡饰盖), 并用 (26-L 型扳手) 拧紧。

Installation steps

安装步骤



步骤 (5)

组装靠枕组,弹性拉销

1.将 (1-靠枕组) 插入 (3-背垫弯管组) 内, 选择合适的档位, 把 2-弹性拉销装入 (3-背垫弯管组) 的孔内并固定拧紧。