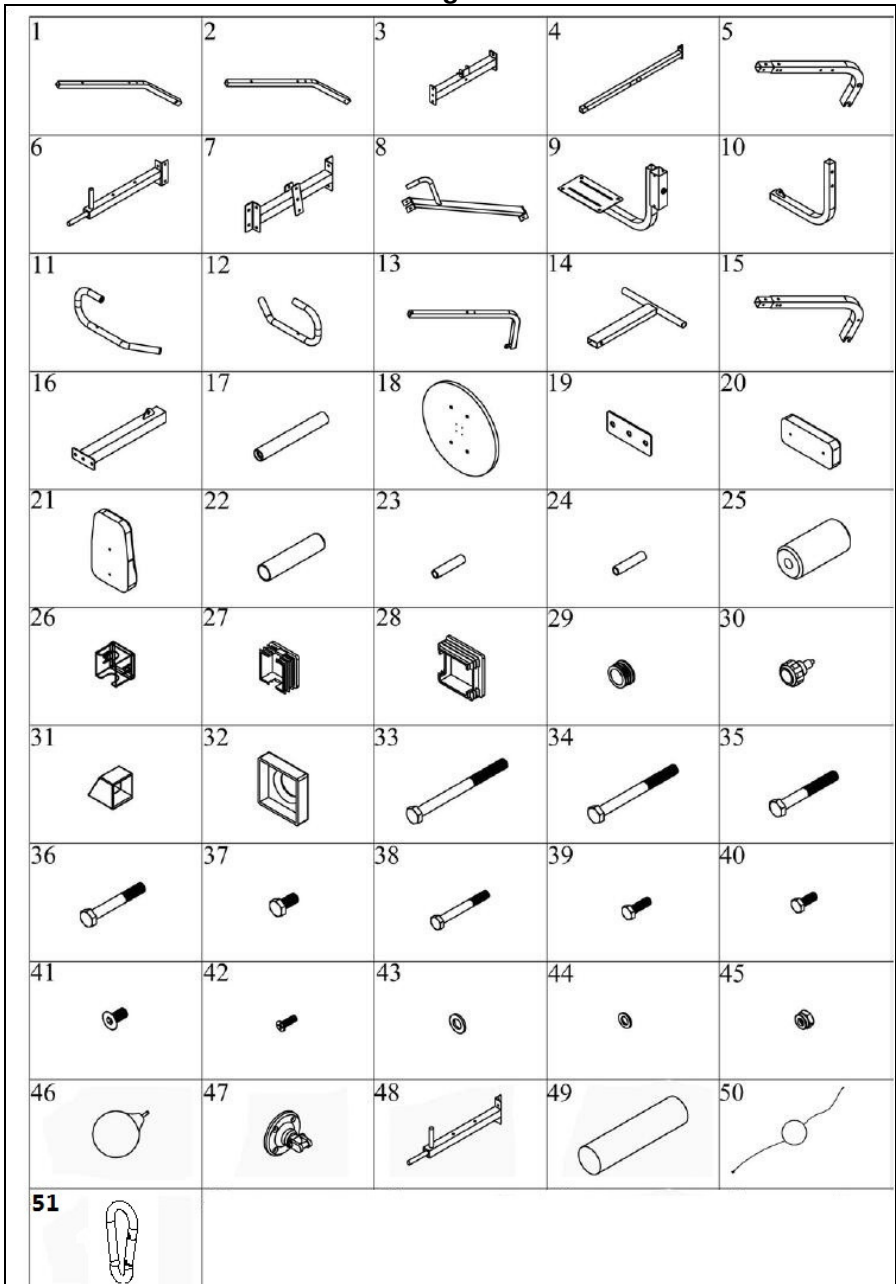
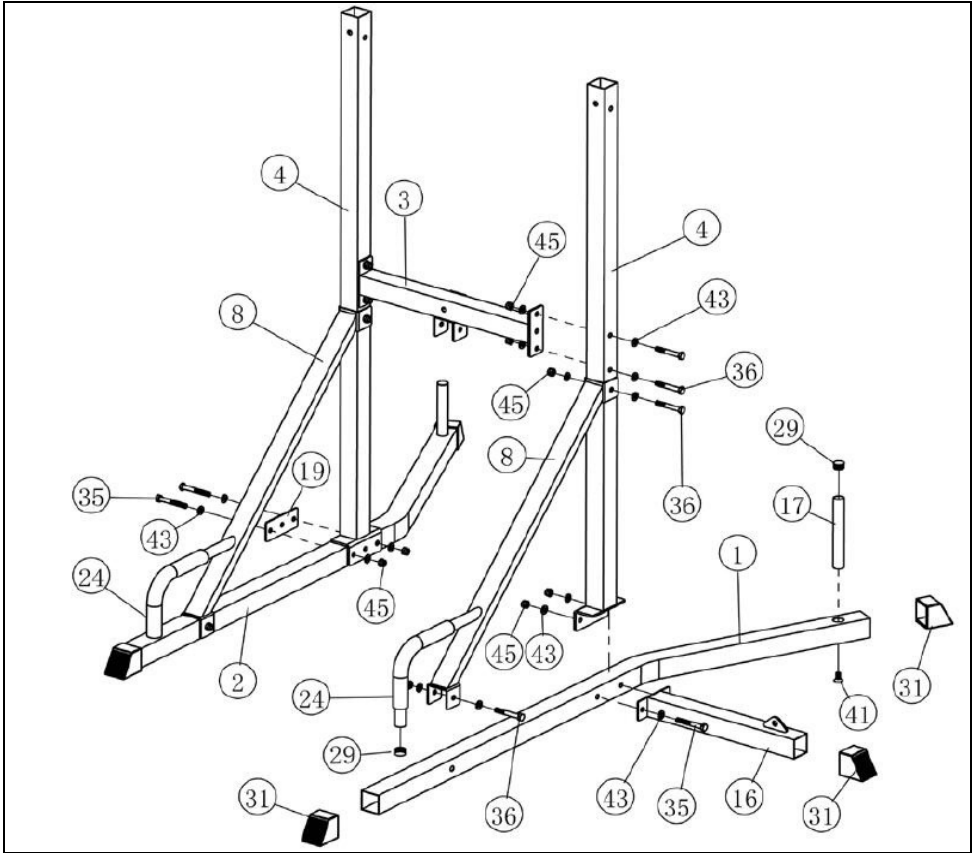


**Instrucciones de montaje y utilización**  
**Instructions for assembly and use**  
**Instruções de montagem e utilização**

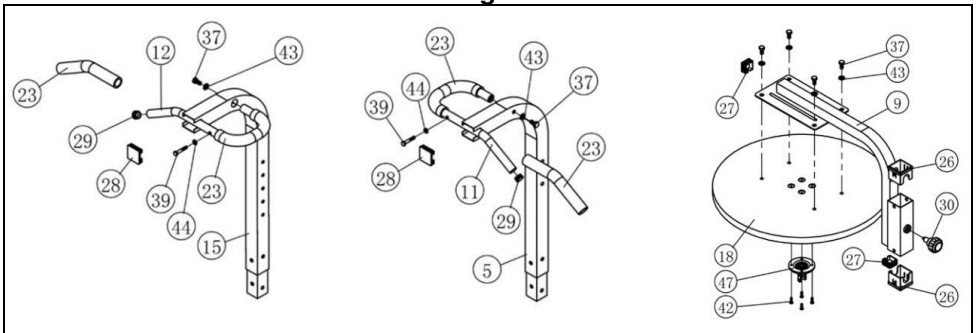
Fig.1



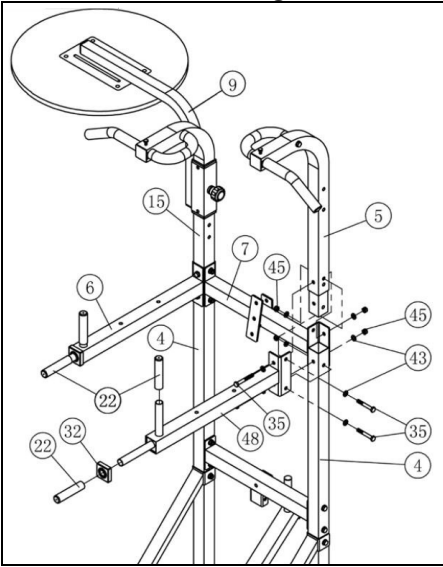
**Fig.2**



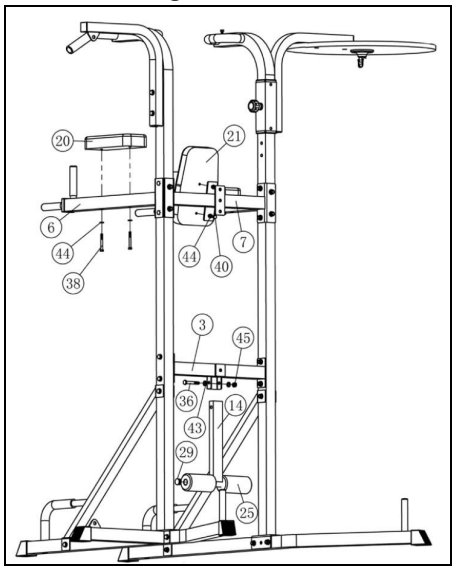
**Fig.3**



**Fig.4**



**Fig.5**



**Fig.6**

**Fig.7**

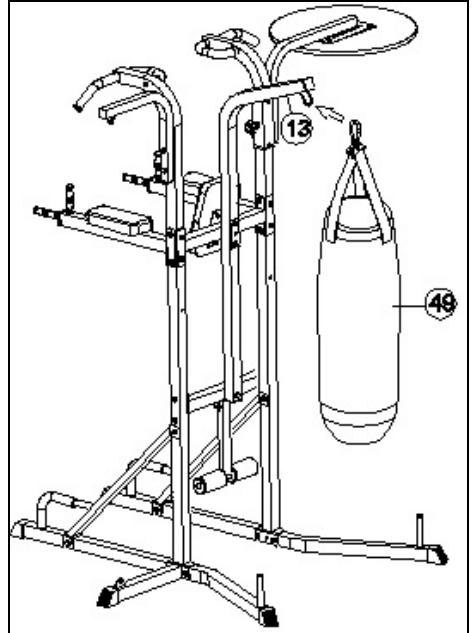
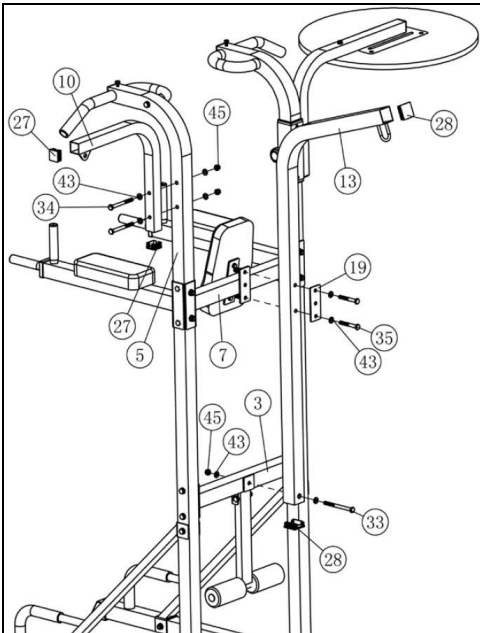


Fig.8

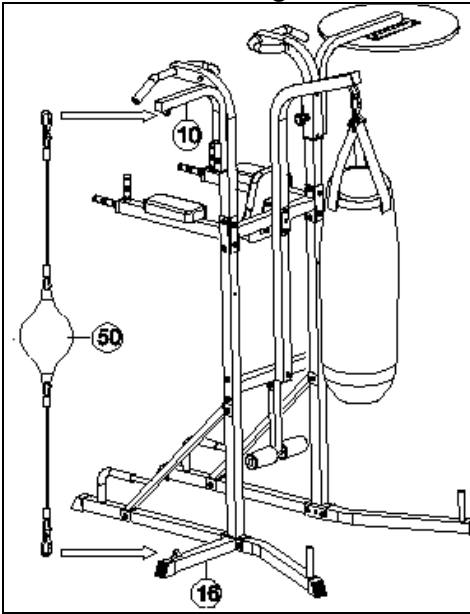


Fig.9

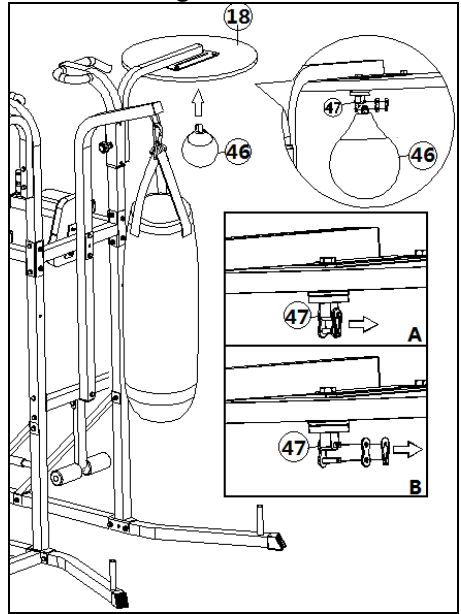
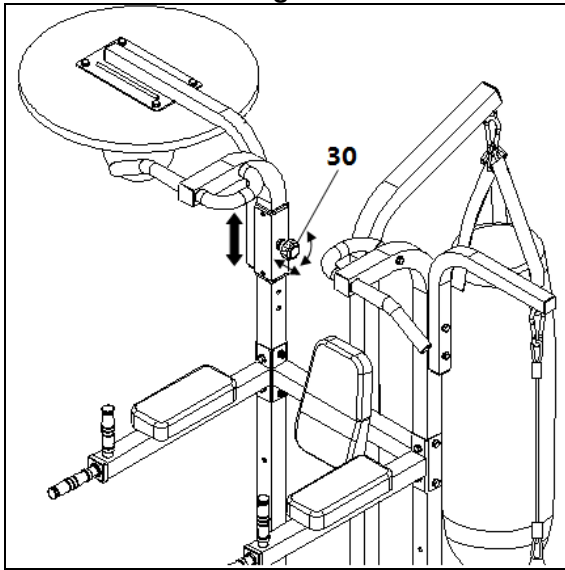


Fig.10



## **INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD.-**

Rogamos leer estas instrucciones atentamente, antes del montaje y del primer uso. Obtendrá importantes informaciones para su seguridad, así como para el uso y para el mantenimiento del aparato de ejercicio.

Guardar cuidadosamente las instrucciones para su información, así como para los trabajos de mantenimiento o los pedidos de piezas de repuesto.



### **ATENCIÓN:**

Este equipo se debe utilizar solamente para su propósito previsto, es decir para el ejercicio físico de los adultos.

■ Cualquier otro uso del equipo se prohíbe y puede ser peligroso. El fabricante no se responsabiliza del daño o lesión causada por el uso incorrecto del equipo.

■ Utilice el equipo sobre una superficie sólida y nivelada.

■ El equipo deberá disponer a su alrededor de un espacio libre no inferior a 1 m.

■ El equipo se ha diseñado de acuerdo con lo más último en los estándares de seguridad.

■ Este equipo está conforme con el estándar EN 957.

Esta unidad está diseñada para uso doméstico. El peso de usuario no debe exceder de 100Kg.

■ Las reparaciones incorrectas y/o las modificaciones estructurales del equipo (Ejemplo: Retirar o reemplazar piezas, no originales) pueden poner en peligro la seguridad del usuario.

■ Los componentes dañados pueden poner en peligro su seguridad y/o reducir el curso de la vida del equipo.

Por esta razón, las piezas dañadas se deben sustituir inmediatamente y el equipo mantenerlo fuera de uso hasta que se haya reparado. Utilice solamente el repuesto original de piezas BH.

■ Si el equipo está en uso regular, comprobar todos sus componentes a fondo cada 1 ó 2 meses, prestando atención muy particular al reapriete de tuercas y tornillos.

■ Antes de comenzar su programa del ejercicio, consulte a su doctor para asegurarse de que puede utilizar el equipo.

Base su programa del ejercicio en el consejo dado por su doctor o preparador físico.

Los ejercicios incorrectos o excesivos pueden dañar su salud. Trabaje en el nivel de ejercicio recomendado, no llegue al agotamiento.

■ Preste por favor mucha atención a las indicaciones del manual del entrenamiento.

## **1.- INSTRUCCIONES DE MONTAJE.-**

Saque la unidad de la caja y compruebe que tiene todas las piezas.

**Para el montaje de esta unidad, se recomienda la ayuda de una segunda persona.**

Retire los componentes de la caja y compruebe que tenga todas las piezas Fig.1:

- (01) Estructura inferior izquierda
- (02) Estructura inferior derecha
- (03) Tubo refuerzo central
- (04) Tubo vertical
- (05) Estructura superior izquierda
- (06) Refuerzo izquierdo
- (07) Estructura respaldo
- (08) Estructura refuerzo
- (09) Soporte para madera
- (10) Estructura superior cable
- (11) Manillar izquierdo
- (12) Manillar derecho
- (13) Estructura saco arena
- (14) Tubo apoyapie
- (15) Estructura superior derecha
- (16) Estructura inferior cable
- (17) Tubo puño
- (18) Madera para bola
- (19) Chapa
- (20) Soporte brazos
- (21) Respaldo
- (22) Puño
- (23) Espuma D25x250
- (24) Espuma D25\*300
- (25) D70\*140 espuma apoyapie
- (26) Tapón
- (27) Tapón 38\*38
- (28) Tapón 50\*50
- (29) Tapón redondo D50
- (30) Pomo
- (31) Tapón 50\*50
- (32) Tapón 50\*50\*D26
- (33) Tornillo M10\*120

- (34) Tornillo M10\*105
- (35) Tornillo M10\*75
- (36) Tornillo M10\*70
- (37) Tornillo M10\*20
- (38) Tornillo M8\*65
- (39) Tornillo M8\*40
- (40) Tornillo M8\*20
- (41) Tornillo M10\*20
- (42) Tornillo M6\*20
- (43) Arandela D10
- (44) Arandela D8
- (45) Tuerca M10
- (46) Bola
- (47) Base de bola
- (48) Refuerzo derecho
- (49) Saco boxeo
- (50) Bola con cable
- (51) Mosquetón

## **2.- MONTAJE SOPORTES APOYO PIES.-**

Coloque el tapón (31) en la estructura inferior izquierda (1), la estructura inferior derecha (2), y la estructura inferior cable (16).

Deslice la espuma (24) sobre la estructura refuerzo (8). Introduzca el tapón redondo (29) en la estructura refuerzo (8).

Una el tubo puño (17) a las estructuras (1), (2) con los tornillos (41). Introduzca el tapón redondo (29) en el extremo.

Coloque la estructura refuerzo (8) a las estructuras (1), (2) con los tornillos (36), con la arandela (43) y la tuerca (45). Fig. 2

## **3.- MONTAJE TRAVESAÑOS SUPERIORES E INFERIORES.-**

Fije el tubo vertical y la estructura inferior cable (4), (16) a la estructura inferior izquierda (1) con los tornillos (35) y las arandelas (43).

A continuación, conecte el tubo vertical (4) en la estructura refuerzo (8) usando los tornillos (36) con las arandelas (43) y las tuercas (54).

Una el otro tubo vertical (4) a la estructura inferior derecha (2) mediante la chapa (19), los tornillos (35) con la arandela (43) y la tuerca (45). Y a la estructura refuerzo (8) por medio de los tornillos (36) arandela (43) y la tuerca (45).

Fije el tubo refuerzo central (3) al tubo vertical (4) usando los tornillos (36) con las arandelas (43) y las tuercas (45). Fig.2

#### **4.- MONTAJE SOPORTES APOYABRAZOS.-**

Introducir el tapón redondo (29) en el extremo del manillar izquierdo (11) y derecho (12), y luego introduzca la espuma (23).

Coloque el manillar (12) para la estructura superior derecha (15), con los tornillos (37), las arandelas (43) y los tornillos (39) con las arandelas (44). Introduzca el tapón (28) en el extremo, como se muestra en la fig.3. Después, monte el manillar izquierdo (11) usando el mismo método.

#### **5.- MONTAJE MADERA PARA BOLA.-**

Fije la base de bola (47) a la madera para la bola (18) mediante los tornillos (42).

Coloque la madera (18) al soporte (9) mediante los tornillos (37) y las arandelas (43).

Introduzca el tapón (27) y el tapón (26) en el soporte para madera (9). Fig.3

Coloque el tornillo del pomo (30) al soporte (9) sin apretar fuertemente todavía.

#### **6.- MONTAJE MANILLAR.-**

Introduzca la estructura superior derecha (15) en el soporte para madera (9) y luego en el tubo vertical (4).

Introduzca la estructura superior izquierda (5) en el tubo vertical (4).

Coloque estructura respaldo (7) y el Refuerzo izquierdo (6) al tubo vertical (4) y la estructura superior derecha (15) usando los tornillos (35) y las arandelas (43).

Una la estructura respaldo (7) y el refuerzo derecho (48) al tubo vertical (4) e izquierdo (5) mediante los tornillos (35) y las arandelas (43).

Coloque el tapón (32) en el refuerzo izquierdo (6) y derecho (48). A continuación, coloque el puño (22) en los refuerzos (6) y (48). Fig.4

#### **7.- MONTAJE SOPORTE BRAZOS AND RESPALDO.-**

Coloque el respaldo (21) en la estructura respaldo (7), con los tornillos (40) y las arandelas (44).

Después, coloque los dos soportes de brazos (20) en el refuerzo izquierdo (6) y el refuerzo derecho (48), con los tornillos (38) y las arandelas (44).

A continuación, conecte el tubo apoyapie (14) al tubo refuerzo central (3) empleando los tornillos (36), las arandelas (43) y las tuercas (45). Introduzca el tapón redondo (29) en el tubo del pie (14). Introduzca la espuma (25) en el tubo del apoyapie (14). Fig.5



## **8.- MONTAJE ESTRUCTURA DE BOXEO.-**

Introduzca el tapón (27) en la estructura superior del cable (10).

Fije la estructura superior cable (10) en la estructura superior izquierda (5) usando los tornillos (34), las arandelas (43) y las tuercas (45).

Introduzca el tapón (28) en la estructura del saco arena (13). Coloque la estructura saco arena (13) a la estructura del respaldo (7) con la chapa (19), los tornillos (35) y las arandelas (43).

Coloque la estructura saco de arena (13) en el tubo refuerzo central (3) usando los tornillos (33) con las arandelas (43) y las tuercas (45). Fig.6

A continuación, fije el saco boxeo (49), y la bola con cable (50) con el mosquetón (51) Fig.7 y Fig.8

Infle la bola (46) antes de fijarla, retire la presilla y chapa de la base (47) como muestra la figura, Fig.9, y a continuación instale la bola (46).

Apriete todos los tornillos y tuercas con llaves.

Gire el pomo (30) en sentido anti-horario para aflojarlo. Tire del pomo

(30) y luego deslice el tubo (9) hacia arriba o hacia abajo a la posición adecuada. Bloquee el tubo (9) en su posición soltando el pomo (30) y moviendo el tubo hacia arriba o hacia abajo hasta que el pasador del pomo encaje. Para mayor seguridad, apriete el pomo del resorte en sentido horario. Fig.10.

## **INSPECCIONES Y MANTENIMIENTO.-**

Revise y apriete todas las partes de su unidad cada tres meses. Cuando tenga dudas sobre la condición de cualquier parte, le recomendamos que la reponga usando partes originales. El uso de otras partes podría producir lesiones o afectar al rendimiento de la máquina.

Para cualquier consulta, no dude en ponerse en contacto con el (S.A.T).Servicio de Asistencia Técnica, llamando al teléfono de atención al cliente (ver página final del presente manual).

**BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.**

## **SAFETY INSTRUCTIONS.-**

Please read these instructions carefully before assembling and using the equipment. They contain important information for your safety and for the use and maintenance of the exercise equipment.

Keep the instructions safe for future reference and maintenance tasks as well as for ordering spare parts.



### **ATTENTION:**

- This equipment must only be used for its intended purpose, i.e. physical exercise.
- Any other use of the equipment is prohibited and may be dangerous. The manufacturer is not responsible for damage or injury caused by misuse of the equipment.
- Use the equipment on a solid level surface.
- The equipment must have at least 1 metre of free space around it.
- The equipment is designed in accordance with the latest safety standards.
- This equipment complies with standard EN 957. This unit has been designed for home use. The user weight does not have to exceed 100kg.
- Incorrect repairs and/or structural modifications to the equipment (E.g.: Removal of parts or non-original replacement parts) can endanger the user's safety.
- Damaged components may endanger your safety and/or reduce the useful life of the equipment. For this reason, damaged parts must be replaced immediately and the equipment taken out of use until it is repaired. Use only original BH spare parts.
- If the equipment is in regular use, check all components thoroughly every 1 or 2 months, paying particular attention to retightening nuts and bolts.
- Before beginning your exercise program, consult your doctor to make sure that you can use your exercise equipment. Base your exercise program on the advice given by your doctor or trainer. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Work at the recommended exercise level, do not overexert yourself.
- Pay close attention to the trainer's exercise instructions.

## **1.- ASSEMBLY INSTRUCTIONS.-**

Take the unit out of its box and make sure that all of the pieces are there.

**The assistance of a second person is recommended for assembling this unit.**

Take the components out of the box and make sure that you have all of the pieces, Fig.1:

- (01) Left Base
- (02) Right Base
- (03) Connector Frame
- (04) Upright
- (05) Left Top Frame
- (06) Left arm frame
- (07) Backrest frame
- (08) Backing frame
- (09) Wood base
- (10) Top cable frame
- (11) Left handlebar
- (12) Right handlebar
- (13) Sand bag upright
- (14) Foot tube
- (15) Right top frame
- (16) Bottom Cable Frame
- (17) Weight plate tube
- (18) Wood ball
- (19) Backplate
- (20) Arm Pad
- (21) Backrest Pad
- (22) Comfort Grip
- (23) D25\*250 Form
- (24) D25\*300 Form
- (25) D70\*140 Form Roller
- (26) Sleeve
- (27) 38\*38 plug
- (28) 50\*50 plug
- (29) D25 Plug
- (30) Pon-Pin
- (31) 50\*50 Foot end cap
- (32) 50\*50\*D26 End cap
- (33) M10\*120 Hex bolt
- (34) M10\*105 Hex bolt
- (35) M10\*75 Hex bolt
- (36) M10\*70 Hex bolt
- (37) M10\*20 Hex bolt
- (38) M8\*65 Hex bolt
- (39) M8\*40 Hex bolt
- (40) M8\*20 Hex bolt
- (41) M10\*20 countersunk Bolt
- (42) M6\*20 countersunk Bolt
- (43) D10 Washer
- (44) D8 Washer
- (45) M10 Nylon lock Nut

- (46) Ball
- (47) Speed ball base
- (48) Right arm frame
- (49) Boxing
- (50) Floor to Ceiling Ball
- (51) Snap Hook

## **2.- FITTING THE FOOTREST SUPPORTS.-**

Set the Foot End Cap (31) to the end of the bases (1), (2) and (16).

Slide the Foam (24) onto the Backing frame (8). Insert the Plug (29) into the Backing frame (8).

Attach the Weight Plate Tube (17) to the bases (1) and (2) using Bolts (41). Insert the Plug (29) into the end.

Attach the Backing frame (8) to the bases (1) and (2) using the Bolts (36) with Washer (43) and nut (45). Fig.2

## **3.- FITTING THE UPPER & LOWER CROSSBARS.-**

Attach the upright and the Bottom Cable Frame (4) and (16) to the base (1) using Bolts (35) and Washer (43). Then attach the Upright (4) to the Backing frame (8) using Bolt (36) with Washer (43), Nut (54).

Attach the other upright (4) to the base (2) using the Backplate (19), Bolts (35) with Washer (43) and nut (45). And to the Backing frame (8) using the Bolt (36) Washer (43) and nut (45).

Attach the Connector Frame (3) to the upright (4) using Bolts (36) with Washer (43) and nut (45). Fig.2

## **4.- FITTING THE UPPER SUPPORTS.**

Insert the Plug (29) into the end of handlebars (11) and (12), and then slide the Foam (23) onto them.

Attach the handlebar (12) to the Right top frame (15), using Bolt (37) with washer (43) and Bolt (39) with washer (44). Insert the Plug (28) into the end, as shown in Fig.3.

Then, Assemble the Left handlebar (11) using the same method.

### **5.- FITTING THE WOOD BALL.-**

Attach the Speed ball base (47) to the Wood for ball (18) using Bolts (42).

Attach the wood (18) to the wood base (9) using Bolts (37) and Washers (43). Insert the Plug (27) and the Sleeve (26) into the wood base (9). Fig.3

Screw the Pop-Pin (30) to the wood base (9). Do not tighten it for the while.

### **6.- FITTING THE ARMREST SUPPORTS.-**

Insert the Right top frame (15) through the wood base (9) and then insert it into the Upright (4).

Insert the Left Top Frame (5) into the other Upright (4).

Attach the part (7) and (6) to the Upright and Right top frame (4) and (15) using Hex Bolts (35) and washers (43).

Attach the Backrest frame and Right arm frame (7) and (48) to the Upright and Left Top Frame (4) (5) using Bolts (35) and washers (43).

Set the End Cap (32) to the Left arm frame and Right arm frame (6) and (48), and then set the Comfort Grip (22) onto the Left arm frame and Right arm frame (6) and (48). Fig.4

### **7.- FITTING THE BACKREST & ARMRESTS.-**

Attach the Backrest pad (21) to the Backrest Frame (7), using Hex Bolt (40) with washer (44).

Separately attach the two Arm pads (20) to the Left arm frame (6) and the right arm frame (48), using Bolts (38) with washers (44).

Then Attach the Foot Tube (14) to the Connecting frame (3) using Bolt (36) with washer (43) and nut (45). Insert the Plug (29) into the Foot Tube (14). Slide the Foam Roller (25) onto the Foot Tube (14).Fig.5

### **8.- ATTACHING THE BOXING FRAMES .-**

Insert the Plug (27) into the Top cable tube (10). Attach the Top cable tube (10) to the Left top frame (5) using Bolt (34) with Washer 43 and Nut (45). Insert the Plug (28) into the Sand bag upright (13). Attach the Sand bag upright (13) to the Backrest frame (7) using the Back plate (19) and Bolt (35) with Washer (43). Fig.6.

Hook the Boxing Heavy Bag (49) on to the Rear Support Tube (13) using one Snap Hook. Fig.7.

Hook the Floor to Ceiling Ball (50) on to the Left Bend Tube (10) and Left Bottom Tube (16) using two Snap Hooks (51). Fig.8

Install the Speed Ball (46) on to the Speed Ball Hanger (47). Remove the C Clip and Plate from the Speed Ball Hanger (47) by using a pliers. Fig.9.

Wrench tighten all the bolts and nuts. Turn the Spring Knob in a counter clockwise direction until it can be pulled out. Pull out the Spring Knob and then slide the Speed Ball Support Tube up or down direction to the suitable position.

Lock the Speed Ball Support Tube in place by releasing the Spring Knob and sliding the Speed Ball Support Tube up or down slightly until the Spring Knob "pops" down into the locked position. For added safety, tighten the Spring Knob in a clockwise direction. Fig.10.

### **INSPECTION & MAINTENANCE.-**

Check and tighten all the parts on your unit every three months. If you are unsure about the condition of any part, we recommend that you replace it with

original spare parts. The use of other spare parts may cause injuries or affect the performance of the machine. Do not hesitate to get touch with the Technical Assistance Service if you have any queries by phoning customer services (see last page in manual)

**BH RESERVES THE RIGHT TO MODIFY THE SPECIFICATIONS OF ITS PRODUCTS WITHOUT PRIOR NOTICE**

## INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

Leia atentamente as instruções antes da montagem e da primeira utilização. Obterá informações importantes de segurança, assim como sobre a manutenção do equipamento.

Guarde cuidadosamente este folheto para uma futura consulta, assim como para serviço de manutenção ou pedidos de peças de substituição.



### ATENÇÃO:

- Este equipamento deverá ser utilizado apenas para a função prevista, ou seja, para a realização de exercício físico por adultos.

■ Qualquer outra utilização do equipamento é proibida e pode ser perigosa. O fabricante não se responsabiliza por danos ou lesões causados pela utilização incorrecta do equipamento.

■ Utilize o equipamento sobre uma superfície sólida e nivelada.

■ O equipamento deverá ter à volta um espaço livre não inferior a 1m.

■ O equipamento foi concebido segundo os padrões de segurança mais recentes.

■ Este equipamento está em conformidade com a norma EN 957. Este equipamento foi concebido para uma utilização doméstica. O peso do utilizador não deve exceder os 100kg.

■ Reparações incorrectas e/ou modificações estruturais ao equipamento (exemplo: retirar ou substituir peças não originais) podem pôr em perigo a segurança do utilizador.

■ Os componentes danificados podem pôr em perigo a sua segurança e/ou reduzir o tempo de vida do equipamento. Por este motivo, as peças danificadas devem ser substituídas imediatamente e o equipamento não deverá ser utilizado até ter sido reparado. Utilize apenas peças de substituição originais BH.

■ Caso utilize o equipamento regularmente, verifique todos os encaixes cada 1 ou 2 meses, prestando atenção especial ao aperto das porcas e parafusos.

■ Antes de começar o seu programa de exercício, consulte o seu médico para se certificar de que pode utilizar o equipamento. Defina o seu programa de exercício de acordo com os conselhos fornecidos pelo seu médico ou preparador físico. Exercícios incorrectos ou excessivos podem ser prejudiciais à sua saúde. Utilize o nível de exercício recomendado, não chegue ao seu limite físico/exaustão.

■ Preste muita atenção às indicações do manual de treino

## 1.- INSTRUÇÕES DE MONTAGEM.-

Retire a unidade da caixa e verifique se tem todas as peças.

**Recomenda-se ter a ajuda de uma segunda pessoa para a montagem deste equipamento.**

Retire todas as peças da caixa e verifique todas as peças Fig.1:

- (1) Estrutura inferior esquerda
- (2) Estrutura inferior direita
- (3) Tubo reforço central
- (4) Tubo vertical
- (5) Estrutura superior esquerda
- (6) Reforço Esquerdo
- (7) Estrutura de suporte
- (8) Estrutura de reforço
- (9) Suporte para madeira
- (10) Estrutura superior do cabo
- (11) Tubo Pega Esquerdo
- (12) Tubo Pega direito
- (13) Estrutura do saco de boxe
- (14) Tubo apoio para os pés
- (15) Estrutura superior direita
- (16) Estrutura inferior do cabo
- (17) Tubo punho
- (18) Madeira para bola
- (19) Chapa
- (20) Suporte dos braços
- (21) Encosto
- (22) Punho
- (23) Espuma D25x250
- (24) Espuma D25 \* 300
- (25) D70\*140 espuma para apoio dos pés
- (26) Tampão
- (27) Tampão 38 \* 38
- (28) Tampão 50 \* 50
- (29) Tampão redondo D50
- (30) Selector
- (31) Tampão 50 \* 50
- (32) Tampão 50 \* 50 \* D26
- (33) Parafuso M10 \* 120

- (34) Parafuso M10\*105
- (35) Parafuso M10\*75
- (36) Parafuso M10\*70
- (37) Parafuso M10\*20
- (38) Parafuso M8\*65
- (39 ) Parafuso M8\*40
- (40) Parafuso M8\*20
- (41) Parafuso M10\*20
- (42) Parafuso M6\*20
- (43) Anilha D10
- (44) Anilha D8
- (45) Porca M10
- (46) Bola
- (47) Base de bola
- (48) Reforço direito
- (49) Saco boxe
- (50) Bola com cabo
- (51) Mosquetão

## 2.- Montagem do suporte apoio de pés

- Coloque o tampão 50\*50 (31) na estrutura inferior esquerda (1), na estrutura inferior direita (2), e na estrutura inferior do cabo (16).

- Deslize a espuma D25\*300 (24) sobre a estrutura de reforço (8). Insira o tampão redondo D50 (29) na estrutura de reforço (8).

- Una o tubo do punho (17) às estruturas (1), (2) com os parafusos M10\*20 (41). Coloque o tampão redondo D50 (29) no topo.

- Monte a estrutura de reforço (8) com as estruturas (1), (2) com os parafusos M10\*70 (36), com a anilha D10 (43) e a porca M10 (45). Fig. 2

## 3.- MONTAGEM TRAVESSAS SUPERIORES E INFERIORES

-Fixe o tudo vertical (4) à estrutura inferior do cabo (16) e à estrutura inferior esquerda (1) com os parafusos M10\*75 (35) e as anilhas D10 (43).

-Em seguida, monte o tubo vertical (4) na estrutura de reforço (8) usando os parafusos M10\*70 (36) as anilhas D10 (43) e as porcas M10 (45).

-Una o outro tubo vertical (4) à estrutura inferior direita (2) mediante a chapa (19), com os parafusos M10\*75 (35) as anilhas D10 (43) e a porca M10 (45). Una a estrutura de reforço (8) com parafusos M10\*70 (36) anilha D10 (43) e porca M10 (45).

-Fixe o tubo de reforço central (3) ao tubo vertical (4) usando os parafusos M10\*70 (36) as anilhas D10 (43) e as porcas M10(45). Fig. 2

#### **4.- MONTAGEM DO SUPORTE APOIA BRAÇOS**

-Introduza o tampão redondo D50 (29) no topo do tubopega esquerdo (11) e direito (12), e em seguida insira a espuma D25x250 (23).

-Coloque o tubo da pega direito (12) junto à estrutura superior direita (15), com os parafusosM10\*20 (37) e M8\*40 (39), as anilhas D10 (43) e D8 (44). Coloque o tampão 50\*50 (28) no topo, como na fig.3.

-Em seguida, monte o tudo da pega esquerda (11) conforme descrito anteriormente.

#### **5.- MONTAGEM DE MADEIRA PARA BOLA**

-Fixe a base da bola (47) à madeira (18) com os parafusos M6\*20(42).

-Coloque a madeira para a bola (18) no suporte (9) com os parafusos M10\*20 (37) e as anilhas D10(43).

-Monte o tampão 38\*38 (27) e o tampão (26) no suporte para madeira (9). Fig.3

-Coloque o selector (30) no suporte (9), mas ainda sem apertar muito.

#### **6.- MONTAGEM DO TUBO DE SUPORTE**

-Coloque a estrutura superior direita (15) no suporte de madeira (9) e no tubo vertical (4).

-Monte a estrutura superior esquerda (5) no tubo vertical (4).

-Fixe a estrutura de suporte (7) ao reforço esquerdo (6) ao tubo vertical (4) e à estrutura superior direita (15) usando os parafusos M10\*75 (35) e as anilhas D10(43).

-Una a estrutura de suporte (7) e o reforço direito (48) ao tubo vertical (4) e à estrutura superior esquerda (5) com os parafusos M10\*75 (35) e as anilhas D10 (43).

-Coloque o tampão 50\*50 D26 (32) no reforço esquerdo (6) e direito (48). De seguida, coloque o punho (22) nos reforço esquerdo (6) e no reforço direito (48). Fig.4

#### **7.- MONTAGEM DO SUPORTE DOS BRAÇOS E ENCOSTO**

-Coloque o encosto (21) na estrutura de suporte (7), com os parafusos M8\*20 (40) e as anilhas D8 (44).

-De seguida, coloque o suporte de braços (20) no reforço esquerdo (6) e no direito (48), com os parafusos M8\*65 (38) e as anilhas D8 (44).



-Una o tubo de apoio para pés (14) ao tubo de reforço central (3) com os parafusos M10\*70 (36), as anilhas D10(43) e as porcas M10 (45). Coloque o tampão redondo D50 (29) no tubo de apoio para pés( 14). Insira a espuma D70\*140 ( 25 ) no tubo de apoio para os pés ( 14 ) .Fig.5

## **8.MONTAGEM DA ESTRUTURA DE BOXE**

-Coloque o tampão 38\*38 (27) na estrutura superior do cabo (10).

-Fixe a estrutura superior do cabo (10) na estrutura superior esquerda (5) com os parafusos M10\*105 (34), as anilhas D10 (43) e as porcas M10 (45).

-Monte o tampão 50\*50 (28) na estrutura do saco de boxe (13). Coloque a estrutura do saco de boxe (13) na estrutura de suporte (7) com a chapa (19), usando os parafusosM10\*75 (35) e as anilhas D10 (43).

-Coloque a estrutura do saco de boxe(13) no tubo de reforço central (3) usando os parafusosM10\*120 (33) as anilhas D10 (43) e as porcas M10 (45). Fig.6

-De seguida, fixe o saco de boxe (49), e a bola com cabo (50) com o mosquetão (51) Fig.7 e Fig.8

-Encha a bola (46) antes de a fixar, retire a base da bola (47) como mostra a figura, Fig.9, e depois coloque a bola (46).

-Aperte todos os parafusos e porcas com as chaves.

-Gire o selector (30) no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.

-Puxe o selector (30) e de seguida deslize o suporte de madeira (9) para cima ou para baixo até conseguir a posição adequada.

## **INSPECÇÕES E MANUTENÇÃO**

- Deverá verificar e aperte todas as peças do equipamento de três em três meses;

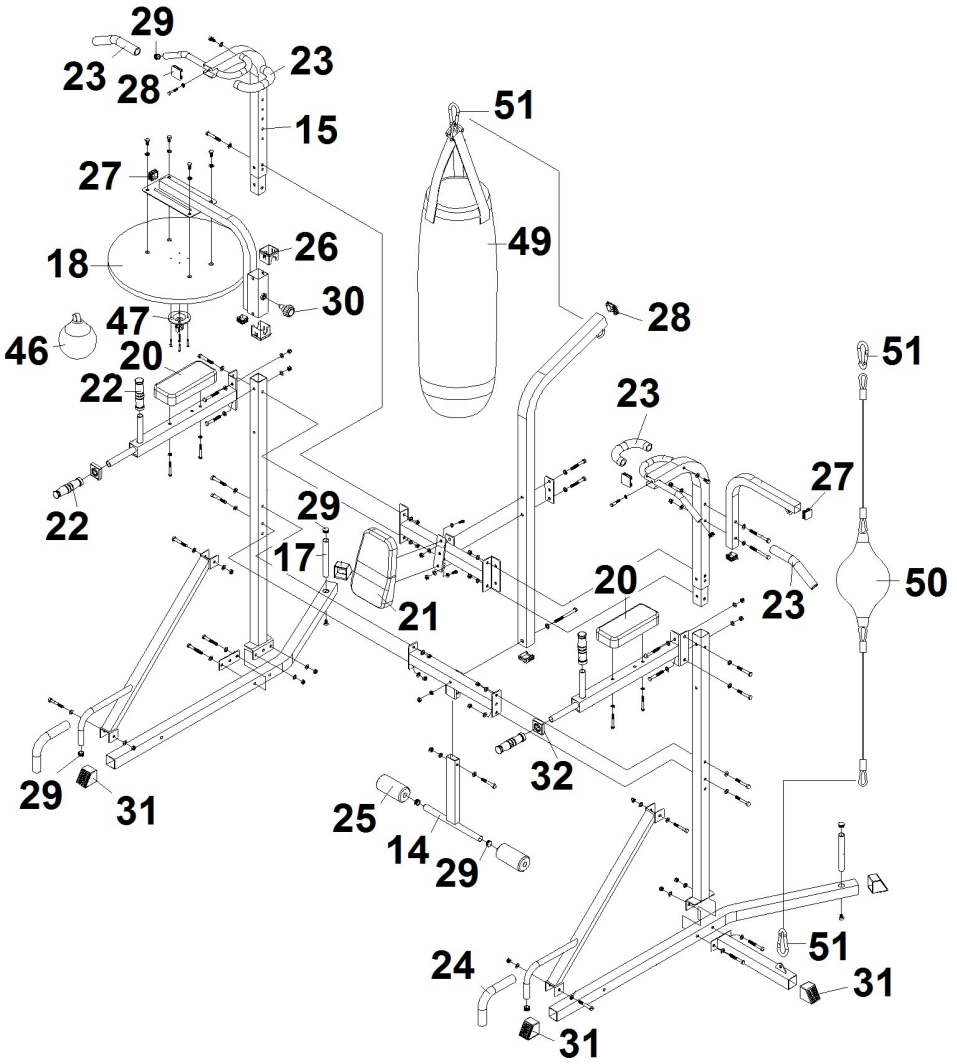
- Guarde o seu equipamento num lugar seco, com as menores variações de temperatura possíveis;

- Recomendamos que reponha sempre as peças de substituição por peças de substituição originais BH; O uso de outras peças de substituição não originais poderá originar lesões físicas ao utilizador ou afectar o funcionamento do próprio equipamento

No caso de dúvidas sobre o equipamento contacte com o BH Service, todos os detalhes na página final deste manual.

**A BH RESERVA O DIREITO DE PODER MODIFICAR AS ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS PRODUTOS SEM PRÉVIO AVISO.**

G545



**Para pedido de repuesto:** Indicar el código de la pieza y la cantidad

**To order replacement parts:** State the part code and Quantity

**Pour toute commande pièces détachées:** Indiquer le code de la pièce et la quantité

**Bestellung von Ersatzteilen:** Bitte angeben Teil-code und Menge

**Para encomenda de peça de recambio:** Indicar o código da peça ea quantidade

**Per ordinare pezzi di ricambio:** Indicare il codice del pezzo e la quantità

**Bestellen van vervangingsonderdelen:** Geef het deel code en de hoeveelheid

**Ejemplo / E.g. / Exemple / Beispiel / Exemplo /Esempio / Bijvoorbeeld:**  
**G545001** **1**

Nº	Code	Nº	Code	Nº	Code
14	G545014	23	G545023	30	G545030
15	G545015	24	G545024	31	G545031
17	G545017	25	G545025	46	G545046
18	G545018	26	G545026	49	G545049
20	G545020	27	G545027	50	G545050
21	G545021	28	G545028	51	G545051
22	G545022	29	G545029		

**BH FITNESS SPAIN**

EXERCYCLE,S.L.  
(Manufacturer)  
P.O.BOX 195  
01080 VITORIA (SPAIN)  
Tel.: +34 945 29 02 58  
Fax: +34 945 29 00 49  
e-mail: sac@bhfitness.es  
www.bhfitness.com

**POST-VENTA**

Tel: +34 945 292 012 /  
902 170 258  
Fax: +34 945 56 05 27  
e-mail: sat@bhfitness.es

**BH FITNESS NORTH AMERICA**

20155 Ellipse  
Foothill Ranch  
CA 92610  
Tel: + 1 949 206 0330  
Toll free: +1 866 325 2339  
Fax: +1 949 206 0013  
e-mail:  
fitness@bhnorthamerica.com  
www.bhnorthamerica.com

**BH FITNESS ASIA**

No.139, Jhongshan Rd.  
Daya Township  
Taichung 428, Taiwan. R.O.C.  
Tel.: +886 4 25609200  
Fax: +886 4 25609280  
e-mail: info@bhasia.com.tw

**BH FITNESS PORTUGAL**

MAQUINASPORT, APARELHOS  
DE DESPORTO, S.A.  
Rua do Metalúrgico 465  
Zona Industrial Giesteira  
3750-325 Águeda (PORTUGAL)  
Tel.: +351 234 729 510  
Fax: +351 234 729 519  
e-mail: info@bhfitness.pt

**BH SERVICE PORTUGAL**

Tel.: +351 707 22 55 24  
Fax: +351 234 729 519  
e-mail: info@bhfitness.pt

**BH FITNESS MEXICO**

BH Exercycle de México S.A. de  
CV  
Eje 132 / 136  
Zona Industrial, 2A Secc.  
78395 San Luis Potosí  
S:L:P: MÉXICO  
Tel.: +52 (444) 824 00 29  
Fax: +52 (444) 824 00 31  
www.bhlatam.com.mx

**BH FITNESS CHINA**

BH China Co., Ltd.  
Block A, NO.68, Branch Lane  
455, Lane 822,  
Zhen Nan RD., Li Zi Yuan,  
Putuo, Shanghai 200331, P.R.C.  
Tel: +86-021-5284 6694  
Fax:+86-021-5284 6814  
e-mail: info@i-bh.cn

**BH FITNESS UK**

Unit 12 Arlington Court  
Newcastle Staffs  
ST5 6SS  
UK 0844 3353988  
International  
00441782634703

**AFTER SALES - UK**

e-mail: service@bh-uk.co.uk

**BH Germany GmbH**

Altendorfer Str. 526  
45355 Essen  
Tel: +49 201 450910-0  
e-mail:  
germany@bhfitness.com  
Service: 0800 0996655

**BH FITNESS FRANCE**

SAV FRANCE  
Tel : +33 0810 000 301  
Fax : +33 0810 000 290  
savfrance@bhfitness.com

BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.

SPECIFICATIONS MAY BE CHANGED WITHOUT PRIOR NOTICE DUE TO OUR PROGRAMME OF CONTINUOUS PRODUCT DEVELOPMENT.

BH SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES SPECIFICATIONS DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.

BH BEHALT SICH DAS RECHT VOR, ÄNDERUNGEN DER MODELL-ANGABEN OHRE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG VORZUNEHMEN.

DATI TECNICI E COMMERCIALI RELATIVI AGLI ARTICOLI DEL PRESENTE CATALOGO POSSONO ESSERE SOGGETTI A VARIAZIONI SENZA ALCUN PREAVVISO.

BH SE RESERVA O DIREITO A MODIFICAÇÃO ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS PRODUCTOS SEM PRÉVIO AVISO.

DOOR KONSTANTE PRODUKTVERNIEUWING EN VERBETERING HOUDEN WIJ ONS HET RECHT VAN WIJZIGING VOOR ZONDER VOORAFGAAND BERICHT.