

## ***Instrukcja konserwacji sprzętu***

---

- 1.** Profile stalowe / malowane należy oczyścić z kurzu.
- 2.** Sprawdzić połączenia śrubowe raz w miesiącu czy nie ma luzów.
- 3.** Na rolki maszyny (jeżeli produkt ją posiada) należy nanieść wazelinę techniczną przynajmniej jeden raz na pół roku.
- 4.** Sprawdzać stan techniczny linki (jeżeli produkt ją posiada).

## ***Instrukcja użytkowania sprzętu***

---

- 1.** Zachowaj wszystkie zasady BHP.
- 2.** Przed rozpoczęciem ćwiczeń na urządzeniu dla zachowania bezpieczeństwa sprawdź stan techniczny maszyny, w przypadku zaobserwowania usterek - należy zgłosić fakt do instruktora lub innej osoby upoważnionej. Należy również upewnić się czy wszystkie komponenty dodatkowe zamocowane są prawidłowo (zgodnie z instrukcją montażu)
- 3.** Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia, zawsze wykonaj ćwiczenia rozciągające.
- 4.** Nie umieszczaj niepożądanych przedmiotów w elementach konstrukcji, trzymaj ręce z dala od elementów ruchomych urządzenia. Nie wolno umieszczać ostrych przedmiotów w pobliżu urządzenia.
- 5.** Z pojedynczego stanowiska urządzenia może korzystać 1 osoba w tym samym czasie, nie dotyczy to sytuacji w której wymagana jest asekuracja drugiej osoby
- 6.** Dla własnego bezpieczeństwa należy zawsze upewnić się, że istnieje co najmniej 0,6m wolnego miejsca wokół urządzenia podczas ćwiczeń.
- 7.** Jeżeli urządzenie wyposażone jest w podest stalowy należy stosować odpowiednie obuwie